

『健康生きがいづくりアドバイザー』 受講案内

あなたの知識・経験・知恵が
地域の活性化および課題解決に役立つ！

資格取得のメリット

- 培った知識や経験を人生の第二幕に活用できる
- 学びを講師として伝えられる
- ネットワークが広がり、さまざまな地域の情報を入手できる
- 生きがい就労等ビジネス的な活動へのチャンスが広がる

アドバイザーになって よかったこと

- 地域社会で何をすべきかが見つけられ、同好の士、仲間ができた
- 定年退職後の不安が解消した
- 地域の課題・問題が見えてきた
- 活動を通じて、生きている達成感、充実感、満足が得られた



※講座で学んだことを活用し、
生涯学習講座の講師として
活動



今こそ『健康生きがいきづくりアドバイザー』！

「健康生きがいきづくりアドバイザー」とは

一般財団法人 健康・生きがい開発財団が養成・認定する資格が「健康生きがいきづくりアドバイザー」です。養成講座では、人生100年時代に対応した健康、福祉、生きがいきづくり、社会参加などについて学び、社会活動参画への道筋を理解します。

資格取得後は、地域の活性化や地域の方々をサポートするアドバイザーの地域組織など、さまざまな活動への参加が可能になります。

今、地域社会はアドバイザーを求めている

地域の活性化、健康寿命の延伸へ向けた各分野での取り組みが始まり、その取り組みを担う人材が求められてきています。講座を通じて生涯にわたる学び、地域活動参加、生きがい就労への理論と技法を獲得した人材こそが、「健康生きがいきづくりアドバイザー」といえます。

人生二幕目の充実へ向けて、アドバイザー資格を取得し、地域活動へGO！

全国で活躍するアドバイザー

「地域・仲間づくり」分野

活動例

- 東京都町田市で自然の保護をめざしたNPO法人を設立し、里山保全のほか、市からの業務委託による公園内の草刈りなどを実施。また、伐採した竹を使い、小学校で竹細工教室を開くなど、教育支援なども。
- 長野県三才駅にて、家族と三才児の記念写真を撮影する「ウェルカム三才児プロジェクト」を運営。地域活性化に寄与。



※ノルディック・ポールウォーキング指導者として健康増進や仲間づくりを支援

「社会参加」分野

活動例

- 養成講座で学んだ知識を活かし、埼玉県川口市の生涯学習講座「盛人大学」の講師を担当。健康生きがいきづくり講座などで教壇に立つ。
- 高齢者の閉じこもり予防、人との「つながり」づくりを支援する歌声喫茶やサロンを企画・運営。
- 趣味やスポーツ等の各種サークル活動を主催、運営、指導を通じ、生きがいきづくりに貢献。



※「コミュニティサロン」などを開設し、健康づくりや会話を通じた「つながり」の場を創出

「健康・生きがい」分野

活動例

- 神奈川県でノルディック・ポールウォーキング活動を開催。健康増進、仲間づくり、そして自らの生きがいきづくりに。
- 福祉関係の仕事経験を活かし、北海道にてコミュニティサロンを開設。健康・生きがいきづくり活動や、おしゃべりの場を提供。「仲間づくり」、「つながりづくり」を通じて地域交流を支援。

「生きがい就労」分野

活動例

- 養成講座での受講経験を基に、埼玉県で高齢者の就労支援活動を展開。
- 東京都品川区で、自治会仲間とNPO法人を設立し、地域の活性化を図る事業（コミュニティビジネス）を展開。
- 行政との協働で、高齢者向け生きがいきづくり講座の講師として活躍。

養成講座を受講しよう！

健康生きがいきづくりアドバイザー認定までの流れ

養成講座

研修施設等に通り、受講するもので、土日、平日の夜間などに実施する2～3日間のコース

15,000円(税別)
(研修費用、テキスト代含む)

産能大・通信講座

産業能率大学と提携し、養成講座と同じ内容を、4か月以内に4回のレポート提出・添削・習得するコース

15,000円(税別)
(研修費用、テキスト代含む)
(2020年4月より)

eラーニング講座

養成講座同様の内容で、携帯端末を利用し、所定のカリキュラムを学習。全体で200問を解答し、70%の正解で修了

15,000円(税別)
(研修費用、テキスト代含む)
(2020年4月より)

認定研修 10,000円(税別)

「健康生きがいきづくりアドバイザー」としての活動に必要な専門知識・技術を事例研究や活動事例、演習などの実践形式で習得する1日の研修です。

登録・認定

登録料10,000円(税別)、1年更新

養成講座で学べること

- 第1科目 超高齢社会の展望と人生100年時代の生き方
- 第2科目 健康生きがいきづくりアドバイザーの使命と役割
- 第3科目 人生100年時代の健康づくり
- 第4科目 超高齢社会の社会保障

- 第5科目 地域コミュニティ活動と社会貢献
- 第6科目 人生100年時代の家庭経済
- 第7科目 人生100年時代の就労

人生の二幕目に役立つこと、地域貢献活動への道筋を、具体的に、体系的に学ぶことができます。

健康生きがいきづくりアドバイザー養成テキスト 人の“つながり”で健康・社会参加・生きがいきづくり 「人生100年時代の新ステージへ」

人と人との“つながり”をテーマに、健康、社会参加、生きがいきづくりに寄与する新たな高齢社会における生き方を提案。

健康生きがいきづくりアドバイザーの在り方(姿勢、活動の方向性)がわかる、地域活動指導者必携のテキストです。

A4判・240頁

定価1,800円(税別)



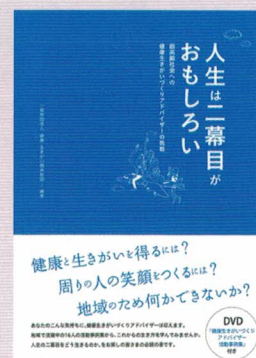
アドバイザーの活動紹介冊子(DVD付) 「人生は二幕目がおもしろい」

全国で活躍する健康生きがいきづくりアドバイザーの活動を分野別にまとめた一冊。

これから地域活動に取り組む時に参考になる冊子です。

A5判・166頁(DVD付)

定価1,200円(税別)



健康・生きがい 開発財団とは？



設立 平成3年6月12日

設立目的 私どもは、中高年齢者の健康生きがいづくりを支援するため、多くの企業や、関連団体・組織、施設等と連携協力のもと、設立されました。中高年齢者の健康づくりの増進と自立を助長し、もって明るく活力ある長寿社会の実現に寄与するという目的を達成するために、中高年齢者の健康生きがいづくりを支援する人材「健康生きがいづくりアドバイザー」「生きがい情報士*」を養成するための研修事業、資格認定事業をはじめとし、健康生きがいづくり支援事業を各種行うことにより、安心して老いることのできる社会の実現をめざします。超高齢社会を迎え、当財団の役割はこれからこそが本番といえます。今までの実績を基に、人生100年時代に於ける「健康・生きがいづくり」での社会貢献に寄与致します。

事業内容

- ・中高年齢者の健康・生きがいづくりを支援する人材を養成するためのカリキュラムの開発及び研修の実施
- ・中高年齢者の健康・生きがいづくりを支援する人材に関する資格認定事業の実施（アドバイザー養成事業等）
- ・中高年齢者の健康・生きがいづくりを支援するためのシステムの開発（フレイル予防事業等）
- ・中高年齢者の健康・生きがいづくり活動に関する啓発及び調査研究（100歳大学事業等）
- ・その他本財団の目的を達成するために必要な事業

理事長 辻 哲夫

認定者数 健康生きがいづくりアドバイザー 5,878名（2019年7月現在）
生きがい情報士* 11,788名（2019年7月現在）

*コンピューター技術を活用し、個々の中高年齢者に必要な情報の提供や、関連機関等への紹介、ライフプランの作成、その他必要な支援を行う。

健康生きがいづくりアドバイザーを支える地域組織

（2019年7月現在）

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1 北海道 一般社団法人健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会（健生北海道） | 21 富山県 富山県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 2 山形県 山形県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 | 22 山梨県 山梨県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 3 福島県 健康生きがいづくりアドバイザー福島県協議会 | 23 長野県 長野県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 4 茨城県 茨城県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 | 24 静岡県 静岡県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 5 茨城県 一般社団法人茨城県健康生きがいづくり協議会 | 25 愛知県 愛知県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 6 栃木県 栃木県健康生きがいづくり協議会 | 26 三重県 健康生きがいづくり三重の会 |
| 7 埼玉県 生きがい彩の会 | 27 滋賀県 一般社団法人滋賀県健康生きがいづくり協議会 |
| 8 埼玉県 NPO法人ときめきライフ埼玉 | 28 京都府 NPO法人健生ネットワーク京都 |
| 9 埼玉県 川口市健康生きがいづくりアドバイザー協議会（健生ネットかわぐち） | 29 大阪府 NPO法人生きがい大阪 |
| 10 千葉県 健康生きがいづくり東葛会（健生東葛会） | 30 大阪府 健康生きがいづくり堺協議会 |
| 11 千葉県 健康生きがいづくり千葉県連絡協議会（健生千葉県連） | 31 兵庫県 兵庫県健康生きがいづくり協議会 |
| 12 東京都 多摩健康生きがいづくりアドバイザー協議会 | 32 奈良県 一般社団法人奈良県健康生きがいづくり協議会 |
| 13 東京都 生きがい世田谷の会 | 33 和歌山県 和歌山県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 14 東京都 練馬健康生きがいづくりアドバイザー協議会（練馬21くらぶ） | 34 岡山県 一般社団法人健康生きがいづくりおかやま |
| 15 東京都 生きがいクラブ杉並 | 35 広島県 広島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 16 東京都 健康生きがいづくり品川協議会（健生しながわ） | 36 山口県 山口県健康生きがいづくりアドバイザー連合会 |
| 17 東京都 健康生きがいづくり東京都連絡協議会（健生都連） | 37 徳島県 徳島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |
| 18 神奈川県 一般社団法人神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会 | 38 愛媛県 愛媛県健康生きがいづくり協議会 |
| 19 新潟県 NPO法人 健康生きがいづくり新潟 | 39 福岡県 一般社団法人福岡県健康生きがいづくり協議会 |
| 20 新潟県 長岡健康生きがい創生ネットワーク | 40 鹿児島県 鹿児島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会 |

一般財団法人 健康・生きがい開発財団

〒112-0002 東京都文京区小石川5丁目2-2 わかさビル4F （東京メトロ丸ノ内線・茗荷谷駅より徒歩3分）

電話：03-3818-1451 FAX：03-3818-3725

URL：http://www.ikigai-zaidan.or.jp/ E-mail：info@ikigai-zaidan.or.jp