

# 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。



## 【全国で活躍するアドバイザー】

### 「健康・生きがい」分野

健康寿命の延伸を目指した「フレイル予防事業」やノルディックウォーキング活動等を通じた健康づくりに貢献。そしてみずからの生きがいきづくりに。

### 「社会参加活動」分野

養成講座で学んだ知識を活かし、地元自治体の生涯学習講座の運営に参画。みずからも講師を担当。

### 「地域の活性化、仲間づくり、まちづくり活動」分野

自然の保護を目的としたNPO法人を設立し、里山保全のほか、自治体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、教育支援なども行う。

### 「生きがい就労」分野

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動する。

## 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

土日の昼間、平日の夜間などに開催する2～3日間のコース

**16,500円(税込)**  
(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か月以内で4回のレポート提出・添削・習得するコース

**16,500円(税込)**  
(研修費用、テキスト代含む)

### 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

**16,500円(税込)**  
(研修費用、テキスト代含む)

### 認定研修 11,000円(税込)

「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11,000円(税込)、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。

※開催地、開催日程等の詳細は、財団事務局までお問い合わせください。