

愛媛県栄養士会 生涯教育研修会

演 題

「自発的に栄養行動へ促すには？」

～科学がひも解く、「先延ばし」と「すぐやる」のメカニズム～

【「わかっているけど、できない」を動かす科学】

「体に良いから食べてほしい」と一生懸命伝えても、相手の行動が変わらない…と悩んだことはありませんか？

正論だけでは動かない人間の心をそっと後押しするのが、行動経済学の「ナッジ (NUDGE)」です。

今年度も、メディアでも大人気の竹林正樹先生を講師に迎え、「先延ばし」の心理と「すぐやる」メカニズムを科学的にひも解きます。

明日からの栄養指導やアプローチが劇的に変わる、目からウロコの90分！
オンライン (Zoom) 開催ですので、ぜひお気軽にご参加ください。



2026

8.22 土

14:00-15:45

場所 オンライン (ZOOM)

受講料 講義 1単位 (90分)
会員 1,000円 (税込)
会員外 4,000円 (税込)

申込



左のQRコードを読み取り、
申込フォームからお申し込み下さい。



講師 竹林 正樹先生

青森県出身。立教大学経済学部、米国 University of Phoenix 大学大学院 (MBA)、青森県立保健大学大学院修了 (博士 (健康科学))。

行動経済学を用いて「頭ではわかっているけど、健康行動できない人を動かすには？」をテーマにした研究を行う。「ホンマでっか!? TV」を始め、各種メディアでナッジの魅力を発信。ナッジで受診促進を紹介したTEDトークはYouTubeで95万回以上再生。代表作は「行動経済学トレーニング (かんき出版)」、「心のゾウを動かす方法 (扶桑社)」。