

健康推進員養成講座

受講生 大募集!

健康推進員は、地域で減塩などの料理教室を開催したり、運動教室を企画したり、家族やご近所など身近な人たちへ健(検)診受診を呼びかけるなど、地域で健康づくりを推進するボランティアです。

今回養成講座を開催しますので、ぜひご応募ください。

※ 講座終了後は、長浜市健康推進員協議会の会員となり、地域で活動していただきます。

【対象者】健康づくりに興味関心があり、受講修了後、長浜市の健康推進員として地域で仲間とともに活動する意思のある人(男女問いません。)

【定員】15人(先着)

【受講料】無料

【日程】下記の表のとおり

【申込】6月24日(月)までに、電話または電子申込



健康推進員

私たちと一緒に、地域の人たちと楽しく触れ合いながら活動しませんか?

令和6年度 健康推進員養成講座日程表

日時	会場	内容(予定)
7月4日(木) 9:00~12:10	ながはまウェルセンター (小堀町)	・開講式・オリエンテーション ・健康づくり ・生活習慣病予防 ・歯科保健について
8月5日(月) 9:30~11:40	米原市役所本庁舎 3階 (米原市と合同実施)	・公衆衛生について ・食中毒と食品衛生の知識
8月20日(火) 9:00~12:10	ながはまウェルセンター (小堀町)	・介護予防 ・喫煙とアルコール ・こころとからだの健康づくり
8月~11月 13:30~15:00	市民交流センター等	・湖北医師会が実施される「健康教室」を受講 8月、9月、10月、11月から1日選択
9月13日(金) 10:00~12:00	高月まちづくりセンター (高月町)	・運動「メタボの予防」
9月27日(金) 10:00~12:00	高月まちづくりセンター (高月町)	・運動「ロコモ予防」
8月~11月	各地区	・地域実習(健康推進員地区活動への参加)
10月17日(木) 9:00~13:30	北部健康推進センター (高月町渡岸寺)	・減塩について ・調理実習
11月15日(金) 9:00~12:10	ながはまウェルセンター (小堀町)	・母子保健について ・食育、母子栄養について ・食生活プランの立て方
12月6日(金) 9:00~12:00	ながはまウェルセンター (小堀町)	・家庭での調理実習振り返り ・健康推進員がすすめる地域の健康づくり ・閉講式 ・修了証授与

※ 講座についての詳細は、受講者へ別途案内します。

問合せ・申込み先 〒526-0845 小堀町32-3 〈ながはまウェルセンター2階〉
長浜市健康企画課 電話65-7779