

まほろば秦野通信

令和4年9月2日

タイトル	参加者募集 健康づくりについて学ぶ実践講座（健康推進員養成講座）
When (いつ)	10月7日（金曜日）、14日（金曜日）、21日（金曜日） 10：00～12：00（各日すべて時間同じ）
Where (どこで)	本町公民館 集会室A及び多目的ホール (所在地：秦野市入船町12-2)
Who (だれが)	【対象】 市内在住・在勤で、自分の健康づくりや身近な人の健康支援に関心のある18歳以上の方 【定員】 15人（申し込み先着順） 【費用】 無料 【申し込み】 健康づくり課に電話
What (なにを)	生涯を通じた健康づくりや生活習慣病予防をテーマに、食と運動及び休養の観点から学ぶ実践講座です。
How (どのように)	“生涯を通じた健康づくり”をテーマに、今年度は女性の健康と生活習慣病予防を中心に開催します。 口座は、全3日間のコースで「筋肉貯金」のスペシャリストとしても名高い健康運動指導士、杉浦 伸郎 氏をはじめ、市役所の管理栄養士や保健師など、健康の専門家が講師として参加します。
Why (なぜ)	地域における健康づくりを推進していくため、個人が自らの健康づくりを実践し、将来的には身近な家族や地域住民の健康づくりを支援できる人材を育成するため開催します。
過去の実績	毎年開催しています。
今後の取り組み	今後も継続して開催予定です。
ホームページ URL	https://www.city.hadano.kanagawa.jp/www/contents/1660805249989/index.html
問い合わせ	健康づくり課 健康づくり担当：高橋、有延 電話：0463（82）9603（直通）