

令和8年度

健康づくりボランティア養成講座

受講生募集!

- ★健康づくりのボランティアに興味がある方
- ★健康づくりについて学んでみたい方
- ★仲間づくりをしたい方

一緒に楽しみながら学びませんか？



日程

| NO | 月日 | 講座内容 |
|----|--------------------------|---|
| 1 | 6月23日(火) 13:30~15:30 | 開講式 講義「砺波市の現状と健康づくり」 グループワーク「ボランティア活動について」 |
| 2 | 7月28日(火) 14:00~15:45 | 講義「心臓病予防のための血圧管理」 講師 あみたに医院 理事長 網谷 茂樹 氏 実技「家庭での血圧測定」 |
| 3 | 8月18日(火) 13:30~15:30 | 講義「となベジプロジェクトプラス適塩」 講義「生活習慣病を予防する食事とは」 |
| 4 | 9月28日(月) 13:30~15:30 | 講義「健診結果から見る地域のデータ」 講義「がん予防とがん検診について」 |
| 5 | 10月21日(水) 13:30~15:30 | 講義「歯周疾患と生活習慣病予防」 講師 藤井歯科クリニック 院長 藤井 則文 氏 実技「正しい歯の磨き方について」 |
| 6 | 11月17日(火) 13:30~15:30 | 講義「ゲートキーパーとは」 閉講式 |

※修了証の交付はカリキュラムを5回以上の出席とします。

場所

砺波市健康センター

※2回目のみ砺波まなび交流館（砺波市栄町 717 番地）

定員

約20名

参加費

無料

申込方法

Web フォームまたは電話でお申込みください **申込締切 5月29日(金)**

【申込み・問合せ】 **砺波市健康センター**

〒939-1395 砺波市新富町1番61号 電話：0763-32-7062



↑ Web 申込みはこちらから