

令和8年度愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会（標準コース）

来場日

①		②		③	
時間	10/9（金）	時間	10/17（土）	時間	11/5（木）
10:00	受付	9:00 【Web動画 上映会】 全項目 動画放映 12:00 昼食 13:00 受付 13:30 【運動実技】 「有酸素運動」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 14:00 レクリエーションジム 小休憩 14:10 【運動実技】 「ストレッチング」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 14:40 レクリエーションジム 小休憩 14:50 【運動実技】 「筋力トレーニング」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 15:20 レクリエーションジム	10:00	受付	12:00 昼食 13:00 受付 13:30 【運動実技】 「有酸素運動」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 14:00 レクリエーションジム 小休憩 14:10 【運動実技】 「ストレッチング」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 14:40 レクリエーションジム 小休憩 14:50 【運動実技】 「筋力トレーニング」 あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 15:20 レクリエーションジム
10:30	健康づくりリーダーとしての心構え （オリエンテーション含む） あいち健康の森健康科学総合センター 研修啓発課		10:30	周囲に広めるための コミュニケーションの基本！ あいち健康の森健康科学総合センター 研修啓発課	
11:00	健康学習室2・3		11:00	レクリエーションジム	
小休憩			11:00	わが町の地域資源を見つけ 活用しよう！ あいち健康の森健康科学総合センター 研修啓発課	
11:10	愛知県における 健康づくりの取り組み 愛知県保健医療局健康医務部 健康対策課		11:40	健康学習室2・3	
小休憩			12:00	昼食	
11:50	健康づくりリーダー活動の実際 健康づくりリーダー連絡協議会 会長		12:00	昼食	
12:20	健康学習室2・3		13:00	研修の学びを実践へ！ あいち健康の森健康科学総合センター 研修啓発課	
昼食			13:00	健康学習室2・3	
13:20	Web学習のルール説明 【Web動画視聴】 「健康とウェルビーイングについて」 あいち健康の森健康科学総合センター 研修啓発課		14:00	閉講式	
14:20	健康学習室2・3	14:30			
		<p style="text-align: center;">【臨地実習】 地域実践！健康づくりリーダー 体験実習</p> <p style="text-align: center;">②～③の間にて1日程度実施</p>			

※Web動画視聴プログラムは、ご自宅等での受講となりますが、インターネット環境がなく視聴が難しい方のために、プラザを会場として動画を放映する機会を設定しています。

Web動画放映日

日程	時間	場所
10/17（土）	9:00～12:00	健康学習室2・3

※プログラム内容は変更する場合があります。