

愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会

健康は、誰にとっても大切なもの ～始めよう住み慣れたまちの健康づくり～

健康づくりリーダーとは？

愛知県や市町村などが行う健康づくり事業をはじめ、地域等の健康づくり活動に協力をする、健康づくりのボランティアです（昭和62年から昨年度末までに3,379人を養成）。



開催日時

【全3回コース】

- ① 10/ 9（金） 10：30～14：20
- ② 10/17（土） 13：30～15：20
- ③ 11/ 5（木） 10：30～14：30

実技やグループワーク、Web動画による講義
および先輩リーダーの指導場所での体験実習を
実施します。

場 所

あいち健康プラザ

【住所】

〒470-2101

愛知県知多郡東浦町

大字森岡字源吾山1-1

【TEL】

0562-82-0217（直通）

参加費

無 料

定 員

50名程

募集期間

7/1（水）～定員になり次第

※申込方法は裏面参照

参加条件

- （1）県内に在住する方
- （2）満18歳以上の方
- （3）健康づくりリーダーとして健康づくり事業に関する積極的な活動を希望される方
- （4）ボランティア活動に理解と関心がある方（地域で自ら進んで活動できること）

健康づくりリーダーの魅力



健康情報がいっぱい！



仲間ができる！



健康を見直すきっかけに！

研修内容

研修はWeb動画による講義、来場による実習、実際の現場での体験実習を実施します。

Web動画 内容

- ✓ 生活習慣病とメタボリックシンドローム
- ✓ 健康づくりと身体活動・運動
- ✓ 健康づくりと食事
- ✓ お口の中の健康づくり
- ✓ 体力の種類と測定方法 ほか

実技・グループワーク 内容

- ✓ 運動実技！
(有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニング)
- ✓ コミュニケーションの基本！
- ✓ わがまちの地域資源を活用しよう
- ✓ 研修の学びを実践へ！

申込方法

- ① ホームページから申し込み。
※右記QRコードを読み取ってください。

QRコードから申込!



- ② 申込書の提出

1) 郵送 2) FAX 3) あいち健康プラザへ直接持参

下記の申込書を上記のいずれかでご提出ください。

郵送・問い合わせ先

〒470-2101 愛知県知多郡東浦町大字森岡字源吾山1-1
公益財団法人 愛知県健康づくり振興事業団 健康開発部 研修啓発課
TEL：0562-82-0217 FAX：0562-82-0228
ホームページ：http://www.ahv.pref.aichi.jp

-----切り取り線-----

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申込書

フリガナ				性 別	男 ・ 女
氏 名					
生年月日	S ・ H	年 (西暦)	年	月	日 (歳)
住 所	〒 ー				
連 絡 先	電 話		FAX		
	E-mail	@			
申し込み理由					

※取得した個人情報については、本事業以外の目的には使用しません。