

あなたも健康推進員になりませんか？

健康づくりに関心があり、一緒に健康づくり活動を実践していただける方を募集しています。健康推進員になるには、20時間程度の養成講座の受講が必要です。受講した翌年から健康推進員として地域で活動していただきます。



養成講座の案内

- 対象者 東近江市民（満20歳以上の男女）
- 開講予定 9月～翌年1月（月1回程度）
20時間程度の受講（地区活動含む）
- 受講料 無料
- 講座内容
 - 1 健康づくり概論、食育講座（幼児期・学童期・思春期）
 - 2 生活習慣とがん予防・たばこ・こころの健康
 - 3 介護予防、生活習慣病予防のための運動、認知症
 - 4 歯科保健、母子保健
 - 5 食品衛生、食育（成人期・高齢期）、調理実習
 - 6 地域活動の進め方と実際



仲間を作って
みんなで健康



まずは自分や家族
の健康のために



ご近所や地域へ健康づくり
のおすそ分け

- 日程など詳細のお問合せは
健康推進課（TEL 0748-24-5646）
又は東近江市保健センター（TEL 0748-23-5050）