

回覧

募集中

健康づくりボランティア

ヘルスサポート リーダーになろう!

仲間が増えて
うれしい

仲間と一緒に考え
ワクワクしながら
活動できる

自分の健康にも
つながっている

参加者からの感謝が
やりがいになる



地域に広げよう健康づくりの輪

◆ヘルスサポートリーダーとは

地域の健康づくりを応援するボランティアです。豊田市健康づくり協議会（会員数 262 人）に入会し、お住まいの地区の交流館を拠点に活動をしています。

◆どんな活動をするの？

生活習慣病予防の普及啓発、健康チェック、高齢者の介護予防活動等を通じて、健康づくりを広げる活動をしています。

◆どれくらいの活動があるの？

月 1 回定例会へ参加。その他健康づくり活動や研修会等の参加は、状況にあわせての参加となります。

令和 4 年度 第 2 弾
ヘルスサポートリーダー
養成講座受講者募集!

問合せ
申込み

☎ 0565-41-3081

豊田市 保健部 地域保健課 北部地区担当



ヘルスサポートリーダー



豊田市健康づくり協議会

◆詳細は裏面参照◆

令和4年度ヘルスサポートリーダー養成講座

回	日にち	講座内容
1	1月17日(火)	豊田市健康づくり協議会とは 「健康づくり豊田21計画(第三次)」について 高齢者のフレイル予防と元気アップ事業について 実技: ストレッチ・筋トレ・たべまる体操ほか
2	1月19日(木)	生活習慣病について 特定健康診査と国民健康保険データヘルス計画について 歯科・口腔の健康について 健康づくりと栄養ほか 修了証授与 入会案内

*当日、自宅で体温測定をお願いします。体温が「37.5度以上」または「平熱より1度以上高い」ときや風邪症状があるときは参加できません。別日で対応します。
*当日は、必ずマスクの着用をお願いします。
*新型コロナウイルス感染症等のまん延状況により、日程を変更することがあります。

◆時間: 午後1時~3時30分

◆会場: 井郷交流館 2階大会議室

◆対象: 市内在住で2日間の講座に出席でき、講座終了後豊田市健康づくり協議会に入会し地域で健康づくり講座開催などのボランティア活動ができる人

◆講師: 健康づくりリーダー、保健師ほか

◆定員: 先着15人程度

◆受講料: 無料

◆申込方法◆

12月15日(木) 午前9時から

地域保健課北部地区担当(猿投コミュニティセンター内)

に電話(0565)41-3081または窓口で申込み

