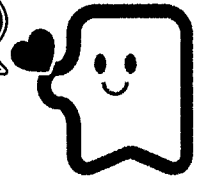


地域の健康づくりリーダーの皆様！ 「健康づくり地域マスター」になりませんか？

1. マスターは何をするの？

マスターも再受講として参加可能です！



県民運動として進めている健康づくりに関する次のキーワードを皆さんの活動の中で地域の方々に広めていただきます。

(例：地域住民を対象とした講座等の際に、「減塩」や「野菜・果物の摂取」、「運動」について呼びかける。など)

将来的には、「地域の健康づくり活動の指導者」として活躍していただきます。

減塩
(マイナ2g)

野菜(350g)・
果物の摂取

プラス20分の運動
(プラス2,000歩)

禁煙
(受動喫煙ゼロ)

2. マスターになるためにはどうすればいいの？

県が開催する基礎研修(下表)を受講し、クイズに合格した方をマスターとして任命します。マスターとして健康づくり県民運動にご協力いただける方は、裏面の申込書に記載の上、令和6年2月28日(水)までに、健康づくり推進課へメールまたはFAXでお申し込みください。

内容

【第1部】

「厳選！これだけは知ってほしい健康づくりのポイント！」

講師：秋田県健康福祉部健康づくり推進課 課長 辻田 博史

【第2部】

「運動器疾患としての骨粗鬆症対策 ―ロコモ・フレイル・サルコペニアとの関連―」

講師：秋田大学大学院医学系研究科医学専攻機能展開医学系

整形外科学講座 教授 宮腰 尚久 氏

受講方法 ※現地受講とオンライン受講のいずれかを選択いただけます！

現地受講

日時：R6. 3. 1(金) 10:00～12:00

場所：秋田地方総合庁舎6階 601会議室(秋田市山王四丁目1-2)

※第1部の講演後、第2部を動画で受講いただきます。

オンライン受講

動画公開期間：R6. 3. 1(金)～3. 15(金)

※第1部、第2部ともに動画で受講いただきます。

※動画はYouTubeに限定公開します(R6.3.1に申込者にURLをお送りする予定です)。

※基礎研修を受講し、クイズに合格した方には、「健康づくり地域マスター」の名札と任命書を後日お送りします。

【問合せ・申込み先】

〒010-8570 秋田市山王四丁目1-1 県健康づくり推進課 調整・健康寿命延伸チーム

電話：018-860-1426 FAX：018-860-3825 メール：kenkou@pref.akita.lg.jp

様式第2号

申込日 年 月 日

(あて先) 秋田県健康福祉部長

秋田県健康づくり地域マスター養成（基礎）研修申込書

[新規 ・ 再受講] (※1)

秋田県健康づくり地域マスターの任命を受けたいので、次のとおり研修の受講を申し込みます(※6)。

受講方法 ※希望する受講方法を■にしてください	<input type="checkbox"/> 現地受講 ※R6.3.1(金)総601会議室で受講	登録番号 (※2)	情報公開の可否 (※3)	
	<input type="checkbox"/> オンライン受講 ※動画公開期間: R6.3.1(金)～3.15(金)		①	②
ふりがな			/	
氏名	姓	名		
年齢・性別	歳	男・女		
所属				
連絡先住所 (自宅)	〒		/	
連絡先電話番号 (日中連絡がつくもの)				
電子メールアドレス			/	
指導分野 (※4)				
保有している資格				
活動地域 (※5)				

※1 新規、再受講のいずれかを選択してください(○で囲んでください)。

※2 登録番号は、再受講の方のみ記入してください。

※3 公開したくない情報について「×」を忘れずに記入してください。

①については、集計したうえで県のウェブサイト等で、公開します(氏名、住所等は公開しません)。

②については、市町村に情報提供します。

※4 指導分野は、栄養・食生活や運動・スポーツ(種類)等の指導可能な内容を記入してください。

※5 活動地域は、市町村名や小・中学区名等、活動予定の地域名を記入してください。

※6 任命は新規受講者のみ対象です。