

令和4年度

あおもり 健康づくりリーダー 育成ゼミ



令和4年10月4日 (火) 開講!

新型コロナウイルス感染症の流行もあり、
健康の大切さを改めて感じていることと思います。

青森市では、市民の健康増進に向けて、
地域で健康づくりの学習や実践の場づくりを行っていく人材となる、
「あおもり健康づくりリーダー」を育成しています!

あなたも健康づくりのリーダーとなって、
地域を健康にするための
ボランティア活動をしてみませんか。



講義・運動実践・体力測定の実習等で
健康について具体的に学べます!

「活動にやりがい
を感じる」
「仲間が増えた」
との声多数!

地域での
健康づくり
活動の輪が
広がっています!

～8期生 参加者募集!～

- 【受講条件】
- ・地域で健康づくり活動を実践している、または健康づくりに関心があり、裏面プログラムの受講
(4回以上、第5回は必修)が可能なかた
 - ・青森市在住、または青森市に通勤・通学している18歳以上のかたで、健康づくりリーダーとしてボランティア活動をしていただけるかた
- 【申込方法】 令和4年9月28日(水)までに、電話か窓口にてお申し込み
- 【定員】 30名
- 【申込・問合せ先】 青森市健康寿命延伸会議事務局 (青森市保健所健康づくり推進課内)
青森市佃2-19-13 TEL: 017-718-2912

