

令和8年度 相模原市健康づくり普及員 養成講座

参加費
無料



健康づくりをしながら

ボランティア活動をしませんか？

健康づくり普及員とは、地域で健康づくりを行うボランティアです。
お住まいの地区で体操教室やウォーキングなど、みんなで楽しく行います。

講座内容

健康づくり普及員の活動に必要な健康な体づくりの基本について学びます

応募資格

市内在住で、全6回の講座を受講でき、
講座終了後に令和9年4月から健康づくり普及員として活動する意欲のある人

日程

令和8年9月～令和9年2月(全6回)
詳細な日程は裏面をご覧ください

会場

ウェルネスさがみはら・南保健福祉センター等

申込

令和8年9月4日(金)までに
下記へ電話もしくはQRコードを読み取り必要事項を入力

問合せ

相模原市 健康増進課 健康づくり班
042-769-8274(平日 午前8時30分～午後5時)



申込はこちら▲

令和8年度

相模原市健康づくり普及員 養成講座

4回以上の受講が講座修了の要件となります。予定は一部変更になる場合があります。
第1・2・4・6回は申込時にいずれかの日程を選択していただきます。

	日程	会場	時間	内容・講師	
第1回	9月14日(月)	ウェルネスさがみはら	午後 1時30分～ 3時	・開講式 ・相模原市の健康づくりについて	
	9月16日(水)	南保健福祉センター			
第2回	10月14日(水)	ウェルネスさがみはら		・公民館との連携について ・グループワーク	
	10月19日(月)	南保健福祉センター			
第3回	11月～1月	各地区公民館等		午前中	・地区活動体験1回
第4回	12月10日(木)	ウェルネスさがみはら		午後 2時～ 3時30分	・健康な体づくりのための運動について 講師:健康運動指導士 平岡 亮一氏
	12月3日(木)	南保健福祉センター			
第5回	1月26日(火)	ウェルネスさがみはら	午後 1時30分～ 4時	健康づくり普及員連絡会 活動報告会	
第6回	2月5日(金)	ウェルネスさがみはら	午後 1時30分～ 3時30分	・健康な体づくりのための食事について 講師:管理栄養士 田村 須美子氏 ・修了式	
	2月15日(月)	南保健福祉センター			

申込はこちら
24時間受付



活動の様子はこちら

相模原市民団体
ホームページサイト



問合せ

相模原市 健康増進課 健康づくり班
042-769-8274(平日 午前8時30分～午後5時)