

令和7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、講座を4回以上受講でき、
講座終了後に令和8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7年9月～令和8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

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7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 30 日(火)	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
	10 月 1 日(水)	南保健福祉センター		
第 2 回	10 月 17 日(金)	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 23 日(木)	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(水)	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 木下 祐一氏
	12 月 12 日(金)	南保健福祉センター		
第 5 回	1 月 20 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	1 月 30 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 12 日(木)	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)