



## 「ひろさき健幸増進リーダー」の募集開始について

### 1. 目的

市では、今年4月、弘前大学大学院医学研究科に寄附講座「地域健康増進学講座」を開設しました。

このたび、この講座で、健康づくりの基礎と運動指導の知識や技術を学び、地域での「健康づくり活動」の牽引役として活躍できる人を養成するコースを開講します。修了後は「ひろさき健幸増進リーダー」として認定し、市や弘前大学が実施する運動教室などへご協力いただくほか、市民の健康づくり活動のリーダーとして活躍していただきます。

### 2. 周知方法

広報ひろさき7月15日号・市ホームページ・弘前大学ホームページ・報道機関への報道依頼

### 3. 「ひろさき健幸増進リーダー」の概要

- (1) 会 場 弘前大学大学院医学研究科「社会医学講座」  
在府町5 ☎39-5041
- (2) 日 程 9月9日(日)から約5ヶ月間(概ね、木曜日を中心に実施)  
午後6時～9時まで(この他、運動教室での実習あり)
- (3) 内 容 健康概論、生活習慣と疾病、運動と健康管理など  
講義(90分×17回)、実技(90分×7回)、実践実習(60分×5回)、  
演習(演習1は3時間、演習2は4日間)
- (4) 対 象 市民または弘前市内の事業所や学校へ通勤・通学していて、修了後に「ひろさき健幸増進リーダー」として活動できる18歳以上60歳くらいまでの人(定数20名)
- (5) 受講料 無料 但し別途「一般体操指導員」受講料が必要になります。
- (6) 申し込み・問い合わせ先 弘前市保健センター ☎37-3750
- (7) 締め切り 平成24年7月28日(土)  
※受講希望者を対象に同日、午後1時30分から、説明会を行います。