

令和8年度 受講者募集!!

運動普及推進員 養成講座


対象者：佐世保市内在住の方
8回中6回以上講座に参加し、養成終了後に
運動普及推進員として活動できる方

受講内容：健康に関する講話、運動実技と地区活動

日時・場所：裏面をご覧ください(9~11月に開催)

申込方法：電話や窓口で健康づくり課へ、又は申込フォームより

申込期限：令和8年9月3日(木)

申込フォーム 



運動普及推進員とは・・・

佐世保市運動普及推進協議会に加入し、
運動を普及して、市民の健康づくりを目指すボランティアです。
地区に分かれてウォーキング活動をメインに活動しています。

ウォーキング活動の
詳しい内容はこちら



市内13か所で
ウォーキング活動
実施中!!



申し込み・問い合わせ 佐世保市 健康づくり課
☎(0956)25-9826

◆ 会場 ◆ すべて中央保健福祉センター（佐世保市高砂町5-1）

◆ 時間 ◆ すべて14:00～16:00（受付13:30～）

◆ 講座日程 ◆

回	日時・場所	内容	講師	受講
1	9月10日(木) 6階 研修室3	開講式 オリエンテーション	健康づくり課 保健師	必須
2	9月17日(木) 6階 運動実習室	運動実技	健康運動指導士	
3	10月1日(木) 8階 講堂	生活習慣病と 運動による健康障害の予防	医師	3つのうち 1つ以上 受講
4	10月22日(木) 8階 講堂	歯科講話	歯科医師	
5	10月29日(木) 8階 講堂	健康づくりと休養	医師	
6	11月4日(水) 6階 研修室1	生活習慣病予防の食事	健康づくり課 栄養士	必須
7	11月26日(木) 6階研修室3	修了式 交流会	保健師 運動普及推進協議会	
8	9月～11月の地区ウォーキング活動に参加			

◆ 注意事項など ◆

1. 日程により研修会場が異なりますので、間違いのないようお越し下さい。
2. 車でお越しの方は、中央保健福祉センター横の高砂駐車場をご利用下さい。
3. 筆記用具と飲み物は毎回ご持参下さい。
4. 運動実習室（第2回）は室内シューズをご準備下さい。

