

令和6年度

すこやか推進員 ボランティア養成教室

参加費
無料



(地域の皆さん)

すこやか推進員とは？

- ・「運動」による健康づくりを推進する地域の健康づくりリーダー
- ・地域において身体活動や運動をとおした自主的な健康づくり活動を推進するボランティア

～活動例～

- ・ウォーキングイベントの企画
- ・コミュニティセンターでのヨガや体操教室などの実施 など



すこやか
推進員

“運動”を通じた健康づくりのボランティアとして 地域で活動しませんか？

対象

- ① 18歳以上の久留米市民
- ② 地域で運動による健康づくりボランティア活動をしたい方
(または興味のある方) ※ボランティア活動が難しい方はお断りしております。

内容

運動を通じた健康づくりに関する演習や実技 全6回
生活習慣病、ウォーキングやストレッチの正しい方法、地域での運動の広め方、
イベントを開催したときに役立つ救急法などを学びます

教室日程

令和7年1月15日(水)～2月19日(水) 毎週水曜日午後

会場/人数

南部保健センター
(上津一丁目13番22号)



場所はこちら

／20人 (※申込多数の場合は抽選)

申込期限

令和6年11月29日(金)



※申込方法はウラ面へ

【お申込み先・お問合せ先】

TEL 0942-30-9331 FAX 0942-30-9833

久留米市保健所健康推進課

E-mail ho-kenko@city.kurume.lg.jp

教室日程

開催時間：各回 14時から16時

※第4回(救急講習の日)は13時30分～16時30分

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
1/15(水)	1/22(水)	1/29(水)	2/5(水)	2/12(水)	2/19(水)
14:00～ 16:00	14:00～ 16:00	14:00～ 16:00	<u>13:30～</u> <u>16:30</u>	14:00～ 16:00	14:00～ 16:00

※6回中4回以上の出席者には、修了証を交付します。

※修了後は、「くるめすこやか推進会」より入会のご案内をさせていただきます。

また、入会される際は、年会費やTシャツ代等の費用負担があります。

電子申請はこちらから



申込み方法

①電子申請(インターネット) ②電話 ③FAX

のいずれかの方法でお申し込みください。

電子申請の場合、下記事項に加えてメールアドレスの入力が必要です。また、申込多数の場合は抽選となります。

ふりがな		生年月日	S・H	年	月	日
氏名			(歳)			
住所	〒 - 久留米市					
電話番号	※日中連絡がつく電話番号を記入してください () - -					
教室を知った きっかけ	①市公式LINE ②市ホームページ ③本チラシ ④現・推進員からの紹介 ⑤その他					
申込理由						



- ・自分の健康は自分で守り、つくる。
- ・地域の健康づくりリーダーの自覚を持ち、地域の健康づくりに努める。

すこやか推進員の心得