健康のスキルアップは ヘルサポ から

１９期生募集
健康づくりボランティア養成講座

ヘルサポとは…

個々が
健康づくりの
スキルを高め

ヘルサポの
仲間と一緒に
地域に広げ

地域全体へは
未来の世代に
健康を贈る

対象 和泉市民で健康づくりを広めるボランティアをしたい人　８ 名

場所 保健福祉センター（和泉シティプラザ２階）

申込 6/6（火）より保健福祉センターにて電話受付

日 程	内　　容
①　7月12 日(水)	「やってみよう　健康チェック」 「ヘルサポってな～に？」 など
②　7月19 日(水)	「健康づくりと運動」など
③　7月26 日(水)	「健康づくりと食」など
④　8月 2 日(水)	「健康づくりってなんだろう？」 「ヘルサポ活動～何ができるかな？～」
⑤　8月 9 日(水)	「企画してみよう ～身近な地域での健康づくり活動～」
⑥　8月23 日(水)	「ヘルサポ定例会に参加！企画発表しよう」 「修了証授与式」

ヘルスアップサポーターいずみ（ヘルサポ）は、地域における健康づくり活動を推進する市民ボランティアグループとして平成 16 年度に誕生しました。市全体や各地域で人と人、地域のつながりを大切にしながら、健康の輪を広げる活動をしています。

〈問い合わせ先〉
保健福祉センター
電話:0725-57-6620

＊　３日以上出席された方に、修了証をお渡しします。　＊ 学 本講座は、生涯学習サポート講座の対象です。