

# 2024年度 保健学校のご案内

新潟勤医協健康友の会 ときわ総支部  
白山舟江沼垂総支部

自分の健康を自分で守ろうと基本的な知識を学ぶ為、2006年より保健学校を開始しました。保健学校は、あなたとご家族、そしてまわりの方々の健康づくりを行う保健委員を養成する為の連続講座です。昨年度より受講しやすくコンパクトにしました。

新潟勤医協グループの専門家が講師を務めます。ご参加をお待ちしています！

日 程	課 目
第1回 9月13日(金曜日)	1. 健康な暮らしと生活習慣 2. みんなで健康チェック 講師/保健師
第2回 9月20日(金曜日)	1.医療・認知症・フレイル予防 講師/医師 2.運動・ストレッチ 講師/健康運動指導士
第3回 9月27日(金曜日)	1. 栄養 講師/管理栄養士 2. 口腔衛生 講師/歯科衛生士 3. 薬のはなし 講師/薬剤師



- 受講料 500円(全日程分)  
受講初日にお持ち下さい
- 時 間 : 13時30分~16時(13時15分~受付)
- 会 場 : 舟江診療所4階会議室
- 持ち物等: 筆記用具、飲み物、動きやすい服装  
\*第1・2回は素足になれる様に。
- お申込・お問合せ先 : 各総支部事務局  
ときわ/226-6565 白舟沼/224-6105
- 締切日 : 9月6日(金曜日)

-----き-----り-----と-----り-----

## 2024年度 保健学校 参加申込書

2024年 月 日

氏 名: \_\_\_\_\_ 様

住 所: \_\_\_\_\_

電話番号: \_\_\_\_\_