

令和8年度 健康づくりボランティア養成講座

日程表 <コース別>

◎…必修科目、○…希望者は選択可能、×…選択不可

	講義名	時間	時間数	健康づくり 推進員コース	食生活改善 推進員コース
6月5日 (金)	健康づくりボランティアについて	10:00~ 11:00	1	◎	◎
	社会参加と健康づくりの関係	11:00~ 12:00	1	◎	◎
6月10日 (水)	けんこう帯広21について	10:00~ 11:00	1	◎	◎
	身近な『がん』のお話	11:00~ 12:00	1	◎	◎
6月12日 (金)	生活習慣病予防の料理 (調理実習)	10:00~ 13:00	2	×	◎
6月15日 (月)	バランスガイドを使って(食育)	10:00~ 12:00	2	◎	◎
	食品添加物テスト	13:30~ 15:30	1	×	◎
6月17日 (水)	みんなで見守るころと命 ゲートキーパー養成講座	10:00~ 11:00	1	◎	○
	公衆衛生の動向	11:00~ 12:00	1	◎	○
	救急法と防災について	13:30~ 15:30	2	◎	○
6月19日 (金)	食生活の現状	10:00~ 12:00	2	○	◎
	生活習慣病予防	13:30~ 15:30	2	◎	◎
6月23日 (火)	地場産品活用の料理(調理実習)	10:00~ 13:00	2	◎	◎
6月25日 (木)	健康づくり推進員 体操研修会	10:00~ 12:00	2	◎	×
	食品の組み合わせ・ 献立の立て方	10:00~ 12:00	2	×	◎
6月29日 (月)	食中毒予防	10:00~ 12:00	1	×	◎
	認知症サポーター 養成講座	10:00~ 12:00	2	◎	×
	毎日続けられる お手軽運動	13:30~ 15:00	2	◎	◎

※必修科目20時間のうち16時間以上の出席が必要です。