

【主催：苫小牧市】みんなで健幸大作戦！事業

協力：(一社)スマートウェルネスコミュニティ協議会

健康に関心のあ  
る市民の方を  
大募集！



# 健幸アンバサダー 養成講座

とまちょっポイント

200p

受講料無料

健幸アンバサダーは健康情報を大切な人に伝える伝道師です。

- 正しい知識を得て自身の健康も向上！
- 周囲の親しい人に情報発信！
- 健康づくり事業にサポーターとして参加！
- 企業の健康経営を推進！

## 日時

希望の回を選択

第1回 令和元年5月18日(土) 定員 50名  
13:40～17:00

内容は同じです！

第2回 令和元年5月19日(日) 50名  
9:00～12:00

## 会場

苫小牧市民会館 小ホール

住所：苫小牧市旭町3丁目2番2号 TEL:0144-33-7191

## 内容

約180分

- ・健幸アンバサダーの使命と役割
- ・最新健幸情報(生活習慣病予防・筋力トレーニングなど)
- ・心に届く健幸情報の伝え方
- ・情報提供を実践してみよう
- ・認定証授与

日本テレビ系列  
「世界一受けたい授業」  
にも出演！

講師：久野譜也氏(筑波大学大学院) 他

お申込みお問合せ

苫小牧市健康こども部健康支援課 TEL0144-32-6410

FAXでのお申込み FAX 0144-32-4322 (裏面の申込書を送信)

メールでのお申込み kenkosien@city.tomakomai.hokkaido.jp

FAX 0144-32-4322

健幸アンバサダー養成講座 参加申込書

|                        |   |
|------------------------|---|
| ふりかな<br>氏名             |   |
| 住所                     | 〒 —   |
| 連絡先                    | TEL<br>MAIL   |
| 年齢                     | 歳   |
| ☆受講希望日を選択してください。       |   |
| どちらかに○をつけてください。<br>( ) | 第1回<br>令和元年5月18日(土)13:40~13:55(受付13:20~)<br>開会式(健幸なまちづくり宣言~大作戦キックオフ)<br>・第1回養成講座の前に開催します。 |
|                        | 令和元年5月18日(土)14:00~17:00(受付13:20~)<br>第1回 健幸アンバサダー養成講座                                     |
| 第2回<br>( )             | 令和元年5月19日(日) 9:00~12:00(受付8:30~)<br>第2回 健幸アンバサダー養成講座                                      |

★申込書記載の個人情報については、本講座の目的以外に使用することはありません。