

地域の健康づくりリーダーの皆様！

「健康づくり地域マスター」になりませんか？



1. マスターは何をするの？

県民運動として進めている健康づくりに関する次のキーワードを皆さんの活動の中で地域の方々に広めていただきます。

(例：地域住民を対象とした講座等の際に、「減塩」や「野菜・果物の摂取」、「運動」について呼びかける。など)

減塩
(マけし2g)

野菜(350g)・
果物の摂取

プラス20分の運動
(プラス2,000歩)

禁煙
(受動喫煙ゼロ)

また、事業所などから依頼があった際に、講師をお願いする場合があります。

2. マスターになるためにはどうすればいいの？

県が開催する研修を受講された方をマスターとして任命させていただきます。

マスターとして健康づくり県民運動にご協力いただける方は、裏面の申込書に記載の上、各研修の開催1週間前までに、健康づくり推進課へ郵送やFAX、メールで提出してください。

※ 県内4ヶ所で開催する次の研修のうち、1回を受講してください。

日時	場所	内容
8月24日(土) 10時～12時30分	北秋田市文化会館 会議室 (北秋田市材木町2-3)	【第1部】 「生活習慣病を予防して健康寿命日本へ！」 (講師) 諸富 伸夫 (県健康福祉部長・産業医)
8月25日(日) 10時～12時30分	横手市民会館 リハールサル室B (横手市南町13-1)	【第2部】 8月24、25日開催分 「おしゃべりと笑顔は心の栄養」 (講師) さとう みちこ 氏 (元秋田放送アナウンサー)
9月1日(日) 10時～12時30分	秋田県中央地区老人福祉総合エリア 研修室 (秋田市御所野下堤5丁目1-1)	9月1日開催分 「相手の心を惹きつけるコミュニケーション術 ～非言語コミュニケーションの重要性～」 (講師) 石郷岡 純子 氏 (ラポールマネジメントオフィス代表、 フリーアナウンサー)

お問い合わせ先

〒010-8570 秋田市山王四丁目1-1

県健康づくり推進課 調整・健康寿命延伸班 主事 佐藤 大志(さとう たいし)

電話：018-860-1426 FAX：018-860-3821 メール：sato-taishi@pref.akita.lg.jp

県健康づくり推進課 佐藤大志 宛て(FAX番号:018-860-3821)

様式第2号

申込日 年 月 日

(あて先) 秋 田 県 知 事

秋田県健康づくり地域マスター基礎研修申込書

研修希望日	月 日 ()		情報公開の可否(※1)	
	①	②	①	②
ふりがな 氏 名	姓	名	/	
年齢・性別	歳	男・女		
所 属				
連絡先住所 (自宅)	〒		/	
連絡先電話番号 (日中連絡がつくもの)			/	
電子メールアドレス				
指導分野 (※2)				
保有している資格				
活動地域 (※3)				

※1 公開したくない情報について「×」を忘れずに記入してください。

①県のウェブサイト等で、誰でも閲覧できる状態で公開します(氏名、住所等は公開しません)。

②市町村と情報共有します。

※2 指導分野は、栄養・食生活や運動・スポーツ(種類)等の指導可能な内容を記入してください。

※3 活動地域は、市町村名や小・中学区名等、活動予定の地域名を記入してください。