

ひろさき健康増進リーダー養成5期目



市民に体操を指導する健康増進リーダー
 〓ヒロロ健康サークル

弘前市と弘前大学医学部が連携して取り組む、地域における健康づくりの担い手「ひろさき健康増進リーダー」の養成が今年度、5期目を迎えた。週に1度の講座で、医師や保健師から専門的な知識を学び、各地域での健康づくりに関する活動を広める。今年度は新たに30人を募集する。
 (西尾 英)

今年度は
30人募集

これまで認定された健康増進リーダーは、20代から70代まで1831人。習得した知識・技術を生かし、地域で運動教室を開くなどして活躍している。
 5期の養成講座は9月から12月まで。ヒロロを会場に、毎週水曜日の午後6時から、生活習慣病など健康に関する知識や、栄養、運動、健康測定などの実技などを学ぶ。
 弘前大学大学院医学研究科の中路重之教授は「健康づくりは、産学官だけでなく、民の活躍があって初めて動き出す。健康増進リーダーは、専門的な

「健康づくり」に不可欠

知識に精通し、地域の保健師の片腕になれ

るような人。もっと広
 ジからもタウンロード
 がってほしい」と話
 す。
 応募資格は、18〜70
 歳の市民。応募書類
 程度、などを記入し、
 (弘前総合保健センタ
 市健康づくり推進課に
 1とヒロロ3階に設
 提出する。締め切りは
 17日。
 問い合わせは市健康
 づくり推進課(☎01
 72☎3750)へ。
 講座内容については弘
 前大学医学部研究科・
 地域健康増進学講座
 (0172☎551
 1)へ。