福島県健康長寿サポーター養成講座について

受講された方に、健康長寿サポーターとして受講証を交付します。

健康長寿サポーターには、御自身の健康づくりと、県民への健康情報の普及・啓発に努めていただきます。

１　申込方法および対象者

　　県中保健福祉事務所が実施する「保健・福祉宅配講座」と同じです。

２　講　師

　　県中保健福祉事務所職員

３　講座内容

　　共通項目（必須）と選択項目があります。

　　選択項目から１項目を選んでいただきます。

|  |  |
| --- | --- |
| 内　　容 | 所要時間 |
| **＜共通項目＞（必須）**  福島県の健康状況、食生活、運動、社会生活について | ３５分 |
| **＜選択項目＞**　申し込み時に、１～６の中から１項目を選択  　　　　　　して下さい。  １　たばこについて  ２　アルコールについて  ３　歯科について  ４　肝炎について  ５　がん検診について  ６　その他（１～５以外の生活習慣・健康に関する内容） | １５分 |