

平成 31 年 3 月吉日

健康づくり御担当者様

青森県医師会健やか力推進センター
センター長 中路 重之

“ 健やか協力隊員 ” 募集のご案内

(測定講習会開催のお知らせ)

拝啓

日増しに暖かくなってまいりましたが、皆様には益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。日頃は当センターの活動にご理解ご協力を賜りまして真に有難うございます。

さて、当センターでは県内各地において健康づくり推進のための研修内で、体組成計や骨密度計等を使用した健康測定を行っておりますが、測定をお手伝いしてくれる人材が不足し困っております。そこで測定をお手伝いしてくれる仲間を県内各地より広く募ることと致しました。その方々には“ 健やか協力隊員 ” とし、各地で開催される研修時における測定などの御手伝いをお願いするほか、年に数回の健康講座への参加をお願いしたり、健康情報の発信等を企画致しております。

つきましては、“ 健やか協力隊員測定講習会 ” を下記の通り開催致します。

我々と一緒になって活動して頂ける方の御参加をお待ち致しております。

敬具

記

- 日時・会場： 2019.4.17 (水) 南部町ゆとりあ
2019.5.9 (木) リンクステーションホール青森
2019.5.15 (水) 健康未来イノベーションセンター
時間はいずれも9:00~12:00を予定
- 研修内容：別紙参照
- 受講料：無料
- 同封書類：本案内文・中路メッセージ・プログラム(案)

お申込みは下記内容を記載のうえメール・FAXをお願いします。

申込先：FAX 017(763)5591

E-mail aomed-sukoyaka@circus.ocn.ne.jp

参加者氏名			
事業所名			
事業所住所	〒		
電話番号		FAX 番号	

ご希望の会場を選択して参加欄に○印をつけてください

4.17(水) 南部町ゆとりあ	参加	
5.9(木) リンクステーションホール青森	参加	
5.15(水) 弘前大学 健康未来イノベーションセンター	参加	

問い合わせ先：電話 017(763)5590

事務局担当：工藤・成田

健やか協力隊員養成研修（案）

日時 2019年〇月〇日（〇）9:00～12:00

会場 〇〇〇〇〇〇〇〇

【タイムテーブル】

	テーマ	内容	講師
9:00 - 9:05	オリエンテーション		青森県医師会 健やか力推進センター事務局
9:05 - 10:30	健康講話		弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座 特任教授 中路重之 先生
10:40 - 12:00	健康度測定演習	体組成、骨密度、 立ち上がりテストなど 自分自身の健康度測定 をすると同時に、測定の仕方 を習得していただきます	弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座 特任教授 中路重之 先生



“ 健やか協力隊員 ” の大募集について

青森県医師会健やか力推進センター長 中路重之

青森県の短命県返上を実現するには何が必要でしょうか？ 長寿県長野を視察して驚くことがあります。それは、健康づくりにたくさんの人が集まることです。健康づくりをリードする健康リーダーの人が、10万人以上おられるからです。結局、健康づくりや青森県の短命県返上活動は、人と人のつながりがないと達成できません。健康の知識を伝えたり健診受診を勧めたりするのも基本“人から人”です。青森にもたくさんの健康リーダー（保健協力員、食生活改善推進員など）が活躍していますがやはり人手不足です。

今、青森県では市町村、企業、学校で様々な健康づくりがされています。それらの活動の真ん中に“健康測定”があります。具体的には、血圧、体組成（体中の脂肪や筋肉の量）、動脈硬化、体力（握力や立ち上がりテスト）などの測定です。この健康測定をできるだけ多くの方にやっていただき、健康に対する意識を高めていただきたいと思います。

そこで当センターでは私たちの活動を一緒にやっていただく“健やか協力隊員”を募集することとしました。

隊員になるには、当センター主催の研修（半日の講義と測定実習）を受ける必要があります。健康測定は簡単ですから誰でも習得できます。また、その時自分の測定もしますので自分の健康を知ることできます。

健やか協力隊の皆さまには、その後もずっと健康づくりの仲間としてご一緒できればと願っております。健康づくりのイベントや新しい健康情報のお知らせもさせていただきます。

どうか奮って隊員に応募してください。お待ちしております。

協力隊員としての活動はおおむね以下のようになります。

健やか協力隊員の研修を受ける

健やか協力隊員として登録する

健やか力推進センターから様々な健康づくり事業・活動の知らせが届く

時間と都合のついた方に健やか協力隊員としてご協力いただく