

はつらつ体力チェック サポーター養成講座



体力チェックサポーター募集！！

毎年2回、日本体育大学教授と学生の方々と一緒に体力測定会を実施しています。
皆で地域の健康づくりをしてみませんか？

《日時と内容の流れ》

◆4月20日(日) 10:00~11:30

- ・「はつらつ体力チェックサポーター」になる利点
地域貢献・生きがい・健康維持増進 etc
- ・「はつらつ体力チェック」体力測定会の説明と事業目的
- ・体力チェックサポーターの活動紹介
- ・現役体力チェックサポーターさんから「ひとこと体験談」



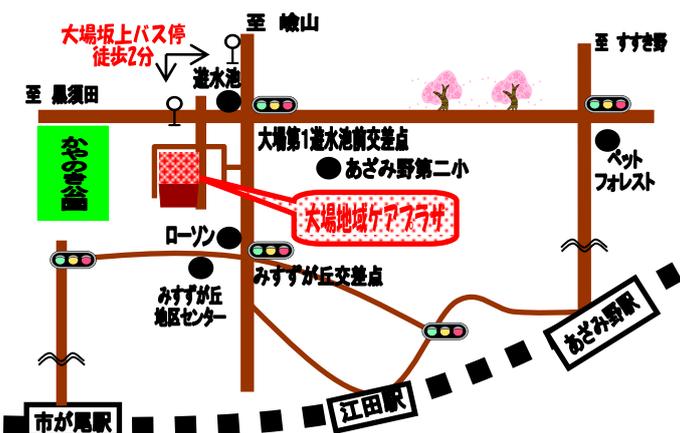
◆5月25日(日) 10:00~11:30

- ・体力チェックサポーターの役割とは？
- ・体力測定項目の意味の説明
- ・測定機械の使い方 <実習>
- ・体力チェックにいらした方への接し方について
- ・現役体力チェックサポーターさんから「ひとこと体験談」

*今年度の「はつらつ体力チェック」にて
・先輩体力チェックサポーターと一緒に実践

《講師》 日本体育大学 体育学部健康学科 横山順一教授

■申込み：随時 / 大場地域ケアプラザまでお電話 又は 窓口にて受付



横浜市大場地域ケアプラザ

横浜市青葉区大場町383-3

☎ (045) 975-0200

担当：新垣・米山

あざみ野駅より東急バス②番乗り場
71・72系統「あざみ野がーデン」行き乗車
「大場坂上」バス停下車 徒歩2分

お車でのご来館はご遠慮ください