

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

