

諫早市 運動普及推進員 養成講座

受講生
募集!

対象者 全プログラム受講可能で、講座終了後、
運動普及推進員としてボランティア活動ができる市民

受講料 無料

場所 健康福祉センター 多目的ホール

募集締切 令和7年8月29日(金)

	日時	内容
1	9月11日(木) 9:30~11:30	【開講式】
2	10月9日(木) 14:00~15:30	【講義】 生活習慣病予防と運動の関係について
3	11月6日(木) 10:00~12:00	【講義・実技①】 基礎代謝を上げる運動とは
4	12月11日(木) 10:00~12:00	【講義・実技②】 基礎代謝を上げる運動実技
	11月~2月	【実技③】 ののこ体操教室等 各教室に参加
5	3月12日(木) 9:30~11:30	【閉講式】



健康いさはや21応援隊
マスクットキャラクター
e-萨拉奥くん

講座終了後は、諫早市運動普及推進員協議会に属し、
ののこ体操教室・ののこ21サーキット教室・ウォーキング教室・
ニュースポーツ教室を通して、健康づくりのための運動を普及します

*お申込みをいただいた方へは、受講決定の可否について、募集締切り後、通知いたします。

【問合せ・お申込み】 ☎22-1500
FAX27-0717

スマートフォンから
の申込はこちら⇒



諫早市運動普及推進員協議会事務局 諫早市健康推進課

令和7年度
諫早市運動普及推進員養成講座 申込書

申込日 R7年 月 日

ふりがな	
氏名	
生年月日	
住所	
電話番号	

★FAXでの申し込みも可

スマートフォンから
の申込はこちら⇒



*お申込みをいただいた方へは、受講決定の可否について、募集締切り後、通知いたします。

【問合せ・お申込み】 ☎ 22-1500 FAX 27-0717

諫早市運動普及推進員協議会事務局 諫早市健康推進課