

# 私たちと一緒に、 健康づくりのボランティアを やってみませんか？

祝  
20周年



## あなたもヘルスサポートリーダーになろう！

豊田市では健康づくりボランティア、ヘルスサポートリーダーの養成講座受講者を募集しています！一緒に健康づくりの輪を広げましょう！

【対象】「ヘルスサポートリーダー養成講座」を受講後、豊田市健康づくり協議会へ加入し、ボランティア活動ができる人（年齢・資格は問いません）

### ■ヘルスサポートリーダーとは？

#### 【活動内容】

生活習慣病予防の普及啓発、健康チェック、高齢者の介護予防活動等を通して、健康づくりを広げる活動をしています。

- ・野菜の摂取量アップに関する講座や展示などを行います。
- ・各交流館祭やイベントで、握力や血圧測定、健診の受診勧奨を行います。
- ・筋力アップ体操やストレッチ、脳トレなどを行います。

【活動場所】お住まいの地区の交流館等を拠点に活動しています。

### ■豊田市健康づくり協議会とは？

地域の皆さんの健康づくりを応援するため、2001年「健康づくり豊田21計画」の策定に伴い、市の養成講座を受講したヘルスサポートリーダーが設立した団体です。現在、約300の方が活動し、令和3年度で活動20周年を迎えます。

【FAX】41-3083

地域保健課 北部地区担当 行き  
ヘルスサポートリーダー養成講座 受講申込み

ヘルスサポートリーダー養成講座 事前申込み票 (記入日: 年 月 日)			
名前	ふりがな		
	男性 ・ 女性		
住所	〒	-	
電話番号	-	FAX番号	-
Eメール		生年月日	昭和・平成 年 月 日
ヘルスサポートリーダーに期待すること、活動希望などご自由に記載ください。			

「ヘルスサポートリーダー養成講座」は秋頃の開催を予定しています。  
詳細が決まり次第、ご案内を郵送させていただきます。  
新型コロナウイルスの感染まん延状況によっては講座開催が延期される場合もあります。

【申込み・問合せ】 豊田市 保健部 地域保健課 北部地区担当  
電話：(0565) 41-3081 FAX：(0565) 41-3083  
住所：豊田市四郷町東畑 70-1 (猿投コミュニティセンター内)  
Eメール：[chiikihoken-hokubu@city.toyota.aichi.jp](mailto:chiikihoken-hokubu@city.toyota.aichi.jp)

みんなで楽しく！ いっしょにやろまい！

ヘルスサポートリーダーになって地域デビューできた！



(令和3年4月)



自分たちの企画した講座で参加者が盛り上がった！

地域の人々の健康づくりのお手伝いができた！

