

報道関係各位	発信年月日	令和5年2月1日		
担当部課名	担当課長名	担当者職氏名	連絡先電話番号	
福祉部健康増進課	健康増進課長 尾山 貴子	主任技師 中村 早枝華	(0836) 71-1814	
件名	ウォーキングマイスター養成講座の受講生を募集します。			
内 容				
<p>市では、笑顔(=スマイル)の源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていく(=エイジング)「スマイルエイジング」に積極的に取り組むことにより、「健康寿命の延伸」を目指しています。スマイルエイジングにおける「運動」分野では、「まずは、毎日プラス10分、プラス1000歩、歩こう」「毎日体を動かそう」を市民のチャレンジ目標としています。この目標を達成するために、ウォーキングに関する知識と技術を身につけた「ウォーキングマイスター」を養成する講座を開講します。地域の健康づくりを行う人材を募集しておりますので周知と当日の取材をお願いします。</p>				
記				
1 日時・内容	1日目：2月21日(火曜日) 9時30分～11時30分 ・講義「スマイルエイジングについて」等 ・講義・実技「ストレッチ・ウォーキングについて」 2日目：3月 1日(水曜日) 9時30分～12時00分 ・実技「応急処置」 ・グループワーク「ウォーキングマイスターとしての活動について」等			
3 場所	厚狭地域交流センター 第2研修室(山陽小野田市大字鴨庄94番地)			
4 定員	20名(先着順)			
5 費用	無料			
6 申込方法	電話、Fax、メール、窓口			
7 問い合わせ・申込先	健康増進課 電話 0836-71-1814 Fax 0836-39-5624 Mail hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp			
8 その他	ウォーキングマイスター養成講座は2回で1コースとなっております。			

FAX 発信者：山陽小野田市企画部シティセールス課
 電話 (0836) 82-1148 FAX (0836) 83-9336