

大玉村健康ポイント
該当事業

令和8年度



健康づくりに関心がある方
集まれ～

参加費
無料!



健康づくりお助け隊養成講座 参加者募集!!

【開催日】令和8年6月3日(水)・5日(金)・9日(火)

【会場】大玉村農村環境改善センター 1階ホール

開催日時	内容	講師
6月3日(水) 午前9時30分 ～11時40分	『健康づくりお助け隊とは』 村の現状や講座の目的、「お助け隊」の役割 などご説明します。	地域包括 支援センター
	『日々の食事と栄養』 バランスの良い食事、ちょっとした工夫など、 元気に過ごすための栄養の摂り方について 学びましょう。	公益財団法人 福島県栄養士会 管理栄養士
6月5日(金) 午前10時 ～11時40分	『健康はお口の機能から』 ～口腔ケアと嚥下について～ 歯みがき法や入れ歯のお手入れ、お口の健康 と体の健康の関係などについて学びましょ う。	医療法人辰星会 柘記念病院 言語聴覚士
6月9日(火) 午前10時 ～11時40分	『伸ばそう!健康寿命!』 ～健康的な生活を送るために今できること～ 日常的に行える体操や腰痛・膝痛などの予防法 転びにくい体作りについて学びましょう。	医療法人辰星会 柘記念病院 理学療法士

【申込み方法】5月15日(金)までに下記へ電話でお申し込み下さい。

【申し込み・問い合わせ】地域包括支援センター 鈴木・本田・野地 ☎48-4850