令和7年度清田保健センター

健康づくりボランティア養成講座

受講者募集のお知らせ

健康づくりに関する必要な知識や技術などを学び、
自分の健康づくりだけではなく、清田区が主催する様々な健康づくり事業にボランティアスタッフとして参加してみませんか？

日 程

※全3日間のプログラム

10月 9日（木）	09：40～12：15
10月15日（水）	13：00～15：20
10月16日（木）	09：40～11：45

清田区マスコット
キャラクター きよっち

内 容

※詳細は裏面へ！

・健康づくりについての講話
［講師：札幌国際大学スポーツ人間学部 国田賢治教授、
管理栄養士（健康・子ども課）］
・運動指導員によるウオーキング実技
・健康行楽弁当の調理実習

対象者

清田区の健康づくりに関心がある方で、受講後地域や保健センターなどの健康づくり事業にて活動できる方。 ※研修の全プログラムに参加可能な方

会 場

清田区役所 2階 講堂など

定 員

20 名（多数時抽選） ※事前申込が必要です

受講料は無料！

申 込

9月19日（金曜日）までに、Eメール、電話、窓口で！

※電話窓口の場合は土日・祝日を除く
9:00～17:00

電話 011-889-2049

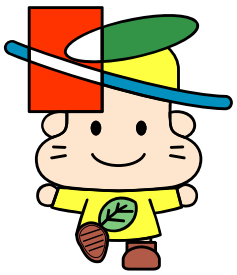
Eメール kiyota.sukoyaka@city.sapporo.jp

※メールお申込みフォーム

さっぽろ市
02-Q03-
25-1689
R7-2-1189

担 当

清田区 保健福祉部 健康・子ども課 健やか推進係



令和7年度　清田保健センター

健康づくりボランティア養成講座

プログラム

回	日程・会場	時間	内容
1	10月9日(木) 区役所2階 保健センター講堂他	09：40～09：55	受付、開講式
		10：00～10：30	管理栄養士による講話 「健康づくりのための食生活」
		10：40～12：15	健康行楽弁当の調理実習
2	10月15日(水) 区役所2階 保健センター講堂他	13：00～13：05	オリエンテーション
		13：10～14：10	運動指導員による実技 ～ウオーキングに向けて～
		14：20～15：20	札幌国際大学スポーツ人間学部 国田賢治教授による講話 「健康づくりから地域づくり」
3	10月16日(木) 区役所2階 保健センター講堂	09：40～09：45	オリエンテーション
		09：50～10：20	地域健康づくりリーダー「清田Hi遊会」 「清田Hi遊会健康づくり活動の歩み」
		10：30～11：10	「清田Hi遊会」との交流会
		11：20～11：45	閉講式、修了証書授与

清田Hi遊会～清田区が主催する「健康づくりリーダー養成研修」(本講座の前名称：令和6年度に名称変更)の修了生で構成された団体です。清田区の様々な健康づくり行事にボランティアとして協力していただくとともに、会員内での健康に関する学習にも努め、会員の健康増進と親睦を深めています。(会員数61名：令和7年4月1日現在)

【担当】清田区 保健福祉部 健康・子ども課 健やか推進係(地域健康づくり)