

令和8年度



健幸アンバサダー 養成講座

参加
無料

健幸アンバサダーとは…

- 「正しい健康情報」を
- 自分の「大切な人」に
- 「口コミ」で広める伝道師

健幸アンバサダーになると…

- 認定証を発行！
- 「健幸アンバサダー通信」を年に数回お届けします。

講座内容

- 健幸アンバサダーの役割と使命
- 健幸とまちづくりの関係
- 生活習慣病とがん予防
- サルコペニア予防と筋力トレーニング
- 上手に情報を伝えるためのトレーニング

※健幸＝「健康」と「幸福」を組み合わせた造語。生涯を通じて健やかで豊かな生活を送ること。

昨年度、**52名**の方が本講座を受講し、健幸アンバサダーとして活躍しています！

ぜひ、ご自身と周囲の大切な人を、今より健康にするための第一歩を踏み出しましょう！

定 員 **先着60名**

対 象 ● 18歳以上の本宮市民
● 18歳以上の本宮市内にお勤めの方

開催日時 **令和 8 年 10 月 30 日 (金)**
13:00～16:00

会 場 えぽか 1 階 健康増進広場

持 ち 物 ● 筆記用具 ● 飲み物 ● 動きやすい服装

受講者へ
認定証を
交付します



お申し込みはWEBまたはお電話で

申し込み期日 **令和8年10月15日 (木)**

WEB申し込みはこちらから

問い合わせ先

保健福祉部 保健課
受付時間 (平日8:30～17:15)
土日祝日を除く

☎ **0243-24-5112**

WEBなら24時間
受付可能

