

# あなたの力を地域で発揮してみませんか？

## 健康づくりサポーター養成講座のご案内

いちのみや  
健康マイレージ  
対象事業です

現在、市では、市民の方が生涯にわたって健康でいきいきと暮らせることを目指し、「健康日本21いちのみや計画」の推進に取り組んでいます。

『健康づくりサポーター』として健康づくり活動に取り組む方を募集します。

【日 程】 ※この講座は6回のコースです。

回	と き	内 容	講 師
1	平成28年 1月 6日(水)	開講式 「地域における健康づくり活動について」 ～健康づくりサポーターに期待すること～ 一宮市の健康づくりについて 一宮市健康づくりサポーター協議会について	大学教授 保健師
2	1月20日(水)	運動の話 ～運動の必要性について～ 運動の実技 ～安全に運動をするために～	運動指導員
3	2月 8日(月)	歯科の話 ～歯の健康と生活習慣～	歯科衛生士
4	2月17日(水)	栄養の話 ～食生活の大切さについて～	管理栄養士
5 *	3月 5日(土)	一宮市健康づくりサポーター協議会主催のウォーキング大会に参加	
6	3月16日(水)	一宮市の健康づくりについて 健康づくりサポーター活動報告・交流	保健師 一宮市健康づくりサポーター

**時 間** 午後1時30分～3時30分

(受付1時15分～1時30分)

**と ころ** 中保健センター ☎ 72-1121

\*第5回は午前9時、ウォーキング大会現地集合です。

**対 象** 一宮市民でおおむね70歳までの方

**申し込み** 11月2日(月)から中保健センターで申し込みを受け付けます。

**定 員** 30名(定員になり次第しめきり)



- ・楽しく健康づくりのお手伝いをしています。
- ・自分の健康づくりになりました。
- ・新しい友人との出会いがあります。
- ・サポーターみんなで待ってます!

講座終了後の活動内容…一宮市健康づくりサポーター協議会に登録し、地域の健康づくり活動に取り組んでいただきます。

### 【広告】

### あなたの街の身近な法律家

- 相続・贈与による不動産名義変更
- 抵当権設定・抹消 ●裁判手続
- 遺言書作成 ●後見手続
- 多重債務の整理・過払請求など
- 会社設立 ●法律相談・登記相談

愛知県司法書士会所属(第1286号) お気軽に  
ご相談ください。 **【相談無料】**

**司法書士 福井武男事務所**

一宮市新生4丁目4番7号1階  
(一宮駅徒歩8分、一宮年金事務所すぐ東)  
☎0586-48-4250

<http://WWW21.tiki.ne.jp/~zab40233/> 福井武男事務所 検索 駐車場有

一宮駅西口から徒歩3分(駐車場あり)お気軽にご相談下さい。

## 一宮 総合法律事務所

「交通事故(人身事故)」・「相続・遺言」・「債務整理」  
のご相談は無料です。

尾張一宮駅前ビル(i-ビル)夜間・無料・法律相談会 実施中!  
詳細はHP又はお電話でお問い合わせ下さい。  
(毎月1回、完全予約制)

〈主な取扱業務(上記以外)〉  
民事裁判・調停等、債務整理(過払金)、交通事故、離婚、借地・借家、  
不動産事件、中小企業法務、債権回収、労働事件…

一宮総合法律事務所(愛知県弁護士会所属) **TEL0586-43-3800**  
弁護士 野村 一磨 阿部 裕之  
床谷 明彦 営業時間:AM9:30~PM5:30  
一宮市神山1-1-6 のむらビル3階 ※詳細はHPをご覧ください。

★広告の内容に関する問い合わせは直接広告主へお願いします。

次回 平成28年1月1日発行