

平成26年度 健康づくり指導者講習会の開催について

生涯を通して生きがいのある生活を送れるよう、健康づくりに関する指導者やリーダーを養成し、健康づくりの一層の推進を図るため、市町健康クラブ、老人クラブ等のリーダーを対象とした、「健康づくり指導者講習会」を下記のとおり開催します。

記

- 1 日 時 平成27年3月11日(水) 13:10～15:30
- 2 場 所 石川県庁行政庁舎11階1102会議室(金沢市鞍月1丁目1番地)

1105会議室

3 内 容

	時間	内容・講師等
開会	13:10 ～ 13:15	開講式
講義と実習	13:15 ～ 14:15	講義(Aグループ:1102会議室) 輝けエイジレスライフ～自分らしくいきいきと～ 講師:浜崎 泰彦 氏(終活支援ネットワーク石川) 実習(Bグループ:1105会議室) リズムに乗って楽しくエクササイズ♪ 講師:太田 章子 氏(石川県リズムダンス協会)
休憩	14:15 ～ 14:30	
講義と実習	14:30 ～ 15:30	Aグループ、Bグループ受講生入替えて 講義(1102会議室)と実習(1105会議室)
閉会	15:30	各部屋で解散

- 4 参加予定人数 167名(事前申込み済)