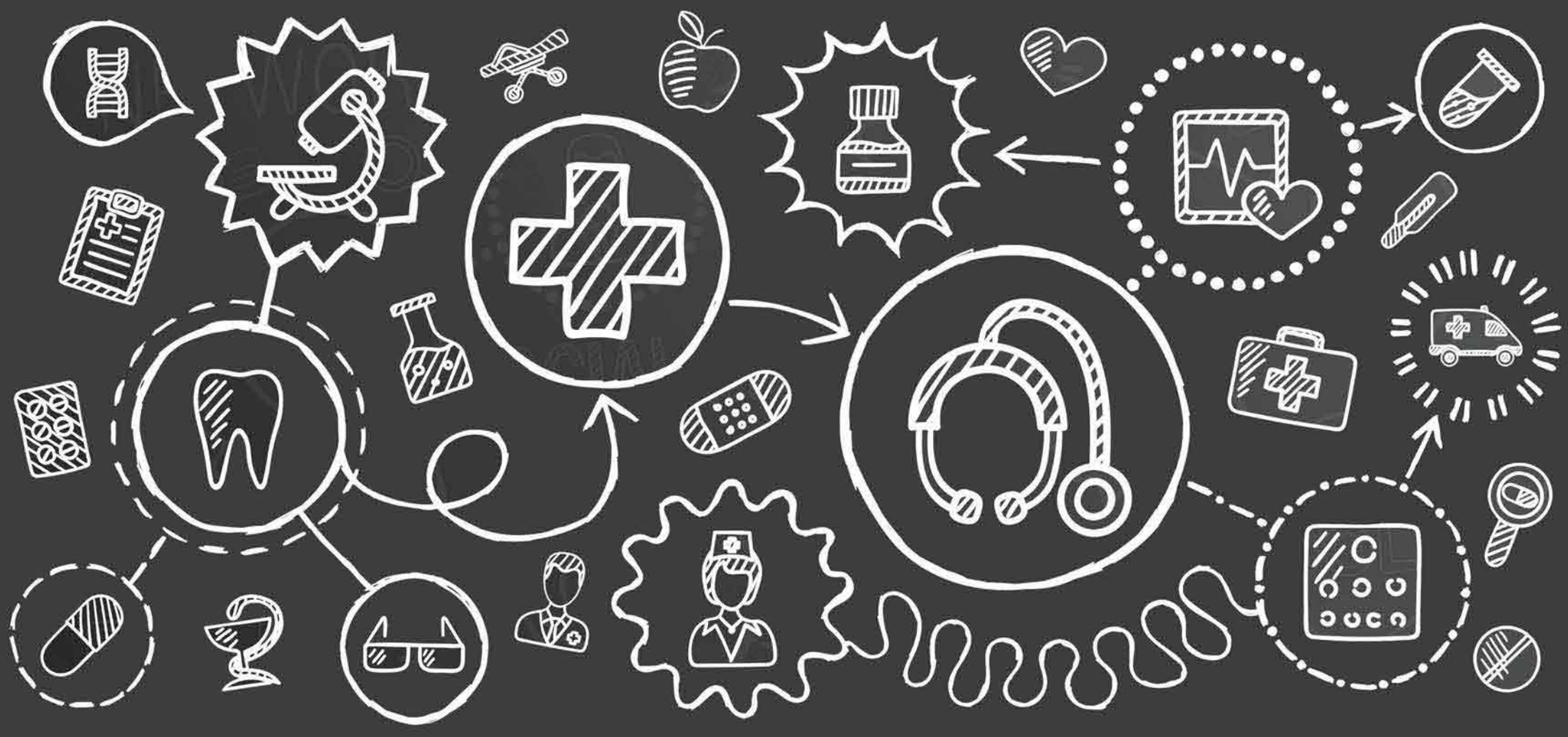
まちの頼れる“ものしりさん”、育てます。

高浜町暮らし健康マイスター養成塾



「暮らし健康マイスター養成塾」は、専門職や行政関係者だけでは決して行き届くことのない暮らしと健康の見守りを、生活に一番近いところにいる住民同士でお互いに実施し合え、つながりのチカラでまち全体を元気・健康にできる、そのような住民を育成する取り組みです。
暮らしと健康について専門家の教えを受けて、もっと自分が健康に、もっと家族が健やかに、そして、もっと地域全体が生き生きと活気あるまちになるために、「暮らし健康マイスター」になりませんか？
高浜町では、そんな地域の頼れる“ものしりさん”を育てていきます。

内容
・生活習慣病　・認知症　・体力とリハビリ　・食と栄養　・こころの健康
・季節の病気（インフルエンザ、熱中症など）　・生活支援制度と介護保険
・詐欺被害にあわないために　・相続と終活　・スマホ教室　etc…

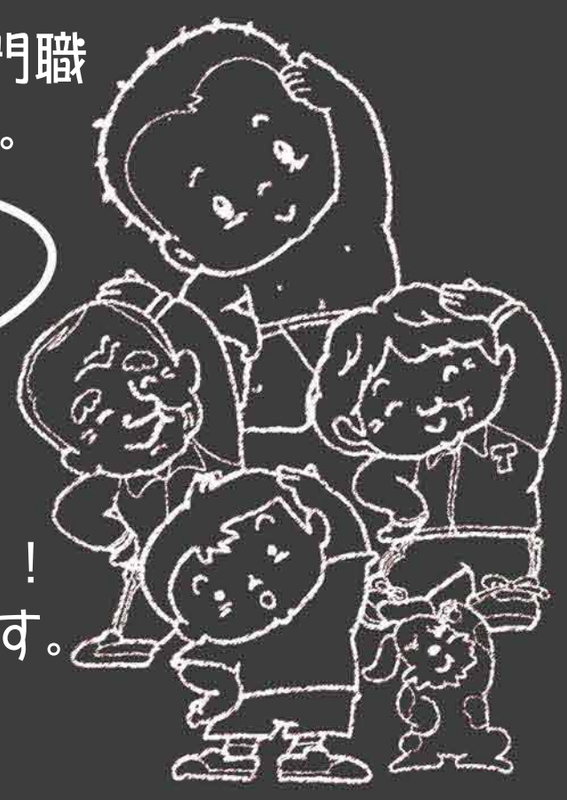
講師
JCHO若狭高浜病院や役場、福井大学などから、専門職の方などにボランティアで講師をお世話になります。

会場
まちなか交流館
（中町商店街）
高浜町三明1－19

受講無料

どなたでも参加できます

認定
一定以上の数の講座履修で、
高浜町より「暮らし健康マイスター」に認定されます！
認定以降、継続研修・活動表彰制度を予定しています。



共催：高浜町/JCHO若狭高浜病院/福井大学医学部地域プライマリケア講座