

# 健康づくり出前講座

～あなたの地域に、健康講座をお届けします！～  
令和6年度 プログラム一覧

## <健康づくり出前講座とは…>

希望の場所・日時に、「健康づくり人材バンク」（健康づくりの専門家）による講座を出前で実施します。  
運動・栄養・保健・歯科に関するプログラムがあります。

## <対象> 下記すべてを満たす団体

- ◆ 武蔵野市民及び在勤の10名以上のグループ・団体
- ◆ 自主活動グループ・サークルまたは市民活動団体
- ◆ 政治・宗教・営利・販売を目的としないグループ・団体

※ただし、健康づくり応援パートナー店にご登録の場合は、この限りではありません。



## <申込み方法>

- ◆ **【プログラムの選択】** プログラム一覧表の中から、受講したいプログラムを選択。
- ◆ **【申請】** 希望日の3ヶ月前から3週間前までに、「健康づくり出前講座申請書」をご提出。  
(支援センター窓口にて持参/郵送/FAX/Webフォーム※ のいずれかにて)

※ **申請用 Web フォームは、ホームページまたは右記二次元コードから**  
(申請用紙はホームページから印刷もできます。)



- ◆ 実施可能回数は1団体（グループ）につき、運動・栄養・保健・歯科の4分野から1年（4月～翌年3月）を通じて最大3回です（各分野で1回まで）。
- ◆ 会場は申請者にてご用意ください。講師の費用は無料です（講師の指定はできません）。
- ◆ 講座時間は45～90分以内です。（講座内容等により調整・相談させていただく場合があります。）
- ◆ 親子向けのプログラムにつきましては、安全面への配慮や、年齢に応じた内容等をご相談する必要があります。ため、お早めに申請をお願いします。
- ◆ 飲酒後の方や妊娠中の方は運動プログラムには参加できません。



## <開催までの流れ>

1. 申請書をご提出ください。
2. 実施の可否を連絡いたします。  
※申請書を受理してから決定まで2週間程かかります。
3. 担当の健康づくり推進員から連絡いたします。（開催当日の確認・打合せ）
4. 開催の周知・一般募集の実施。（可能な範囲で、一般募集をお願いします）
5. 開催当日は健康づくり人材バンク講師と健康づくり推進員が伺います。会場でご対応をお願いします。
6. 開催後1週間以内に「健康づくり出前講座報告書」をご提出ください。



(公財) 武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター  
〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町 4-8-10 保健センター1階  
TEL 51-0793 FAX 51-0730

