講習・講座

「はんだで働く人の健康を考える講演会」

年齢を重ねるごとにメタボリックシンドロームや心身の不調など、働き世代の様々な健康問題が課題となっています。従業員の健康の保持・増進は、生産性の向上など経営的な視点においても重要です。すでに健康づくりに取り組んでいる事業者等はもちろん、これから取り組みたい事業者向けに講演会を実施します。

時 7月1日(土) 14時～15時30分
場 市役所4階 大会議室
対 市内在住または在勤の方
※第2部は、半田市国保加入者向けの内容になります。
定 130名（先着順）
※80名：大会議室で視聴、50名：303・304会議室でのリモート視聴
内 第1部 トヨタ自動車株式会社における健康（生活）習慣改善へのチャレンジ 14時～15時
第2部 半田市国民健康保険の取組紹介 15時～15時30分
講 トヨタ自動車株式会社 安全健康推進部健康安全DXグループ主幹井本貴之（いもとたかゆき）氏
申 6月1日(木)～16日(金)にQRコードから申込みください。
問 健康課 ☎84-0662

「きんぎんすなごで造形あそび！」

「たなばたさま」の歌を口ずさむ季節になりました。その歌詞には、『ごしき』や『きんぎんすなご』が出てきますが、いったい何のことでしょう。今回は、日本の文化的な体験ワークショップとして『すなご』を行います。作品は持ち帰って飾ってくださいね。

時 7月1日(土) 13時～14時、15時～16時
場 新美南吉記念館工作室
対 6才～大人
定 各回10組（先着順）
料 500円
持 作品を持ち帰る袋（ビニール袋でも可：30㎝×30㎝の板が入る程度）
申問 6月3日(土)から申込フォームもしくは電話でごんの贈り物へ ☎26-1885

夏休みチャレンジ！「さかあがり教室・サマー」

全2回の教室です。さかあがりができない・苦手というお子様に講師がさかあがりのコツをていねいに楽しく教えます！

時 7月24日(月)、31日(月)
◇Aコース 9時30分～10時30分
◇Bコース 11時～12時
場 半田市体育館 体育室
対 年長児～小学生（両日参加できる方）
定 各回15名（先着順）
料 800円
申 6月10日(土)10時から電話または9時から直接半田市体育館へ ☎23-7176

健康サポーター養成講座（前期）～始めよう、自分なりの健康づくり～

はんだ健康マイレージ

健康サポーターは、地域に健康づくりを広げる市民ボランティアです。区民展等で健康測定を行っています。この講座では、まず自分の健康について知り、生活習慣や栄養、歯科等の健康づくりを学びます。健康体操等の実技もあり、楽しく参加できます♪

場 保健センター　対 市内在住の40～64歳の方
定 20名(先着順)※初めての方を優先　料 無料
持 筆記用具、飲み物、2～4回目は動きやすい服装でお越しください。
申問 講座名、氏名、お住まいの町名、年齢、連絡先を記載し、FAX、Eメールまたは電話で健康課へ
☎84-0662　FAX25-2062　✉kenkou@city.handa.lg.jp

日にち	時間	内容
6月12日(月)	13時30分～15時30分	• 講座:生活習慣の話(保健師) • ワーク:生活習慣振り返り • 実技:健康測定、健康体操(半田市健康づくり連絡協議会)
6月16日(金)		• 講座:栄養の話(管理栄養士) • 実技:野菜の手ばかり目ばかり、健康体操(半田市健康づくり連絡協議会)
6月23日(金)		• 講座:歯科の話(歯科衛生士) • 実技:歯ブラシ圧の測定、健康体操(半田市健康づくり連絡協議会)
6月30日(金)		• 講座:こころの健康(保健師) • 実技:ストレス測定
7月7日(金)		• 講座:健康サポーター活動の紹介 • ワーク:健康づくりについて