



令和6年度

北九州市健康づくり推進員 初任者研修のご案内

【問い合わせ先】

〒802-8560 北九州市小倉北区馬借1-7-1

北九州市保健福祉局認知症支援・介護予防センター 担当：松本・諸富

TEL：522-8765 FAX：522-8773

北九州市健康づくり推進員

～みんなで目指そう！健康寿命～

健康づくり推進員とは？

市民センター等で、地域での健康づくりを地域住民と一緒に進めていく**ボランティア**です。

※交通費等は原則支給されません

健康づくり推進員になるには？

まちづくり協議会会長、市民センター館長、健康づくり推進員等からの推薦を受け、「北九州市健康づくり推進員の会」に**入会**し、市が主催する「健康づくり推進員初任者研修」を受講していただく必要があります。

※市会及び各区会の会費が必要です（市会：100円/年、区会：区によって異なる）

北九州市健康づくり推進員の会とは？

「健康づくり推進員初任者研修」を修了し、会の目的と事業に賛同した者で構成するボランティア団体です。各区に区会があり、住民主体の健康づくり活動を推進しています。

平成13年に設立され、会員数は621名（令和6年6月時点）です。

※北九州市健康づくり推進員の会 会則より一部抜粋

（目的）

第2条 本会は、すべての市民が、生涯を通じてその持てる能力を十分に発揮し、地域の中でお互いを地域の一員として認め合い、ともに支え合ってクラスことのできる社会の実現を図るため、行政や地域団体等と連携し、地域において市民の自立的な健康づくりを推進することを目的とする。

（事業）

第3条 本会は、第2条の目的を達成するために、次の事業を行う。

- (1) 地域で市民の自立的な健康づくりを推進するために行う自主的な活動
- (2) 健康づくり推進に関する自主的な広報・啓発活動
- (3) 行政や地域団体等が実施する健康教室等の事業を協働推進する

北九州市健康づくり推進員の具体的な活動内容は？

まちづくり協議会や保健師と協働し、市民センター等で地域における健康づくり活動を推進するため、(1)健康づくり活動の企画・運営 (2)健康づくりや介護予防に関する情報発信 (3)健康診査等への受診勧奨 などを行っています。

ウォーキングやラジオ体操、ニュースポーツなどで地域の皆さんと一緒に体を動かして、健康づくりに取り組んでいます。また、初任者研修修了後もステップアップ研修などを受講し、知識の習得や健康意識の向上を図っています。令和5年度は、延べ263,068人の方が活動に参加されました。



北九州市健康づくり推進員として活動するまでの流れ

I 推薦を受ける

まちづくり協議会会長、市民センター館長、健康づくり推進員等から推薦を受けてください。

II 申し込む 締め切り：令和6年12月13日（金）

【必要書類】 ①入会届
②初任者研修受講申込書

【提出先】 各区保健福祉課地域保健係（FAX・郵送・電子申請可）

III 初任者研修受講決定のお知らせ 令和7年1月中

認知症支援・介護予防センターから受講決定の通知文が届きます。

IV 研修受講 令和7年2月18日（火）9：30～15：30

研修受講後、会員証・修了証が交付されます。（後日、区でのオリエンテーション時に配布）

V 区でのオリエンテーション 令和7年2月中旬～3月中旬

区健康課題や取組状況、健康づくり推進員の活動の概略や事務手続きについて、保健師や各区のリーダーから説明します。

日程や実施方法、各種事務手続きについては、区会よりご案内します。

VI 健康づくり推進として活動開始 令和7年4月～

まちづくり協議会や保健師と協働し、市民センター等で地域の人たちと一緒に健康づくり活動に取り組んでいきましょう。定例会や総会、ステップアップ研修や交流会等に参加し、知識の習得、健康意識の向上を図っていきましょう。

令和6年度 北九州市健康づくり推進員初任者研修

- 1 日時 令和7年2月18日(火) 9:30~15:30
- 2 場所 ウェルとばた 多目的ホール(戸畑区汐井町1番6号)
- 3 対象者 まちづくり協議会会長、市民センター館長、健康づくり推進員等の推薦を受け、健康づくり推進員の会へ入会し、研修終了後に健康づくり推進員としてボランティア活動を地域で実践していただける方。(50名程度)
- 4 受講料 無料(資料代、傷害保険料含む)
- 5 研修カリキュラム(予定)

時間	内容
9:30~9:45	開講式・オリエンテーション
9:45~10:00	健康づくり推進員について
10:00~11:00	北九州市の健康づくり(1) 生活習慣病予防・重症化予防
11:00~12:00	北九州市の健康づくり(2) 地域でGO!GO!健康づくりについて
12:00~13:00	休憩
13:00~13:30	介護予防・フレイル予防(1) 運動編
13:30~14:00	介護予防・フレイル予防(2) 栄養編
14:00~14:30	介護予防・フレイル予防(3) 口腔編
14:30~15:15	実技 応急手当の基礎知識
15:15~15:30	閉講式

※カリキュラムは変更の可能性があります。