

令和4年度 大分市民健康づくり：「介護予防サポーター」・「運動指導者」養成講座日程

令和4年 9月 1日：大分市民健康づくり運動指導者協議会

N0	令和4年1期（通算43期）中央 30名		令和4年2期（通算44期）大南 30名		フ レ イ ル 勉 強 会	
01	4月11日(月)	開講、自己紹介	9月12日(月)	開講、自己紹介	[中央会場] 健康館	
02	4月18日(月)	人権・認知症	9月16日(金)	人権・認知症	① 7月26日(火)A	フレイルとチェック
03	4月25日(月)	市の現状、栄養	9月26日(月)	市の現状、栄養	② 8月02日(火)A	フレイル測定
04	5月02日(月)	口腔歯科衛生	10月 3日(月)	口腔歯科衛生	③ 8月09日(火)A	低栄養
05	5月09日(月)	ラジオ体操	10月14日(金)	ラジオ体操	④ 8月16日(火)A	オーラルフレイル
06	5月16日(月)救急	介護予防・包括、修了	10月17日(月)救急	介護予防・包括、修了	⑤ 8月23日(火)A	認知症予防の体操
					⑥ 8月30日(火)A	ハビネット体操
07	5月23日(月)	健康づくりの展望	10月24日(月)	健康づくりの展望	⑦ 9月08日(木)A	検定
08	5月30日(月)	健康音頭	10月31日(月)	健康音頭		
09	6月06日(月)	ストレッチ	11月07日(月)	ストレッチ	[大南会場] 大南支所	
10	6月13日(月)	社会環境	11月14日(月)	社会環境	① 1月12日(木)P	フレイルとチェック
11	6月20日(月)	公開講座演習	11月21日(月)	公開講座演習	② 1月19日(木)P	フレイル測定
12	6月23日(木)	公開講座確認	11月25日(金)	公開講座確認	③ 1月26日(木)P	低栄養
公開	公開講座		公開講座		④ 2月03日(金)P	オーラルフレイル
公開	6月27～7/1日		11月28日～12/2日		⑤ 2月09日(木)P	認知症予防の体操
公開	午前・午後		午前・午後		⑥ 2月16日(木)P	ハビネット体操
検定	7月04日(月)	確認検定	12月 5日(月)	確認検定	⑦ 3月07日(火)P	検定
授与	7月11日(月)	認定授与式	12月 12日(月)	認定授与式		
備考	講座時間 13:30～16:30 ☆NO:06の5月16日、10月17日の午前：救急法実施予定 *フレイル勉強会 A～午前10:00～11:30 P～午後1:30～3:00					

*令和4年度の「大分市民健康づくり運動指導者協議会総会」は4月21日 *中央会場：東部公民館大会議室AB、大南会場：大南支所

*上記公開講座日程には、包括支援センター等の協力を得て場所の設定を行う。令和4年2期（通算44期）は中止