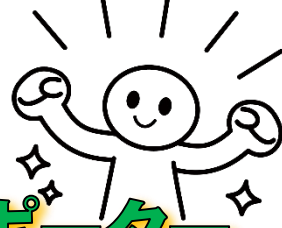


山口県の健康づくりを応援！！



令和元年度

やまぐち健康応援学生サポーター

20名誕生しました



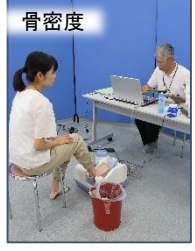
令和元年9月2日にやまぐち健康応援団学生サポーター養成講座を実施しました。

やまぐち健康応援 学生サポーターとは

自らが健康づくりの取組を実施するとともに、家族や友人等、身近な人々に生活習慣病予防の重要性や実践に関する情報の発信等を行い、山口県の健康づくりを応援します。

講座には県内大学生20名が参加。体力チェックにて自分の体の状態を知り、運動や食事、たばこに関する健康情報、そして、山口県の健康課題や健康づくりに関する取り組みについて学びました。

体力チェック



講義



食生活を振り返り

肺機能の悪い状態を体験



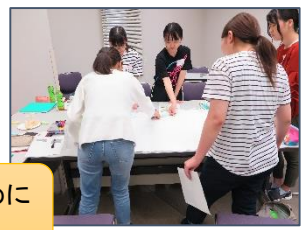
まずは自分のカラダの状態をチェック

山口県の健康課題を知ろう

講義のあと、自分の生活を振り返り、これからサポーターとして何ができるかをみんなで話し合いました。

みんなの意見を共有

グループワーク



自分とまわりの健康のために何ができるだろう？

講座終了後、健康宣言を行い
修了証を手にやまぐち健康応援学生サポーターの誕生



自分やまわりへの
取り組みたい健康
づくりについて発表



健康づくり
応援宣言