

オンデマンド開催

令和7年度 健康・体力づくり 指導者研修会



千葉県マスコットキャラクター
チーバくん

千葉県内で健康・体力づくりの指導を行っている方々の
運動指導技術の向上を目的として開催します。

配信期間

令和8年

2/20(金)～3/19(木)

※YouTube公式セミナーチャンネルにて期間・視聴者限定公開

講演① (40分)

ロコモ予防を超えて：
一生動ける体と脳をつくる
生活習慣

千葉大学大学院国際学術研究院
准教授

山口 智志 氏

講演② (40分)

ロコモ予防を支える
「身体のしくみ」：
栄養×運動の相乗効果を
味方にする

公益社団法人千葉県栄養士会

黒坂 裕香 氏

講演③ (40分)

ロコモ・腰痛を防ぐ！
今日からできる「+10分」
運動習慣

一般社団法人千葉県理学療法士会
公益事業局 健康増進支援部 部長

菅野 央倫 氏

対 象

千葉県内に在住・在勤の
健康・体力づくりを指導する方
※ボランティアの方を含みます。

参加申込

2/18(水) までに
ちば電子申請サービスより
お申込みください。

※参加は無料です。
通信料は参加者負担

申込フォーム



お問い合わせ

千葉県健康福祉健康づくり支援課 健康ちば推進班
TEL 043-223-2661