

人と人が密にならないように、新しい生活様式に沿った合志市発のICTを活用したスポーツイベントを開催します。

バーチャルウォーキング大会とは、参加者同士がバーチャルで競い合う新しい形のウォーキング大会です。専用のウェアラブル端末(活動量計)を装着し、ウォーキングやランニングなど、日々の暮らしの中での健康活動量を計測して競います。

カラダの効果測定

参加者は事前に体組成・血圧の身体データを測定。イベント中やイベント後にも身体データを測定することで、運動効果を知ることができます。運動履歴や効果を見える化し、参加者と競い合うことで効果を実感していただき、楽しみながら運動を行なえます。

9月8日(水)  
～  
12月7日(火)  
開催

目標達成で  
豪華賞品が  
当たる



健康幸福都市こうし  
バーチャルウォーキング大会  
2021 in 合志市

健康は歩いてこないと  
だからみんなであらましましよ。

- ▶申し込み・受け付け 次の①②の手順でお申し込みください。
- ①申し込み 8月10日(火)～9月6日(月) ※8月24日(火)・31日(火)を除く  
下記の申込先に電話でお申し込みください。受け付け開始直後は電話がつながりにくいことがあります。ご了承ください。
- ②受け付け 8月17日(火)～9月6日(月) ※8月24日(火)・31日(火)を除く  
事前に①申し込みを行ってから、フィットネスジム コレカラダ(ルーロ合志3階)にお越しください。
- ▶受付時間(①②共に) 平日午前10時～午後8時 土日祝午前10時～午後5時

- ▶対象 18歳以上の市民や市内の事業所にお勤めの人
- ▶参加費 個人の部1,000円(税込) 団体の部3,000円(税込)3人1組 ※個人、団体の両方に参加する人は、それぞれに参加費がかかります。
- ▶定員 700人(個人・団体あわせて) ※先着順ですので、定員に達し次第締め切ります。
- ▶参加賞 ・フィットネスジムコレカラダ無料チケット  
・ダイドードリンコ飲料  
・アミノバイタルプロ
- ▶表彰 完歩賞 1日7,000歩(団体の部は20,000歩)以上を期間中に30日間以上歩いた人の中から抽選でプレゼント。その他、優秀賞・企業賞など多数あります。

主催/合志市 主管/ウエルネスシティこうし  
協賛/東京エレクトロン九州(株)、ダイドードリンコ(株)、味の素(株)、日本ユニシス(株)  
協力/フィットネスジムコレカラダ、豊田通商(株)

申し込み・問い合わせ先  
**ウエルネスシティこうし事務局** (フィットネスジム コレカラダ内)  
住所/合志市御代志166-1-1ルーロ合志3階 (旧西合志庁舎)  
☎/321-6370  
メールアドレス/ support@wellness-koshi.jp



ホームページ

地域に根差した防災リーダーになりませんか

防災士養成講座 受講生募集

●問い合わせ先 交通防災課 交通防災班 ☎(248)1555

予知することのできない大地震や、大型化する台風、かつて経験したことのない豪雨など、自然災害はいつ、どこで発生してもおかしくない状況となつていきます。

このような災害から地域を守る防災リーダー(防災士)を育成するため防災士養成講座を開催します。

防災意識を高め、防災士となって地域への貢献をお考えの人はぜひ受講してください。

- ▼とき 1・2日目 10月9日(土)・10日(日) 午前9時～午後5時 3日目 10月16日(土) 午前9時～10時 3日間全ての受講が条件となります。
- ※3日目終了後、NPO法人日本防災士機構による防災士認証試験が行われます。
- ▼ところ 野々島防災拠点センター 体育館
- ▼内容 気象、地震や台風による災害知識の習得、防災士が行なう各種訓練(避難所運営ゲーム、マイ・タイムライン作成)など
- ▼参加費 11,500円(教本代、)

●問い合わせ先 交通防災課 交通防災班 ☎(248)1555

受験料、認証登録費用) ※防災士認証登録後に全額費用補助を受けることができます。(この場合、市防災士連絡協議会の登録が必要です)

▼定員 先着40人

▼受講資格 積極的に地域の防災活動を行なえる人・養成講座終了後、NPO法人日本防災士機構が実施する防災士認証試験を受験できる人

- ▼申込方法 交通防災課へ直接または郵送にて申込用紙を提出してください。
- 申込用紙は、交通防災課、御代志市民センター(西合志総合窓口)、泉ヶ丘支所、須屋支所にあります。また、ホームページにも掲載しています。
- ▼送付先 〒861-1195
- ▼申込期限 8月31日(火)必着
- ▼その他 受講修了者は、NPO法人日本防災士機構が実施する防災士資格試験を受験するための講習修了者として認められます。
- なお、防災士認証登録時には別途、消防署、日本赤十字社などが実施する救命救急講習の履修が必要となります。詳しくは申込書をご覧ください。

介護に関する入門的研修

生活・介護支援サポーター養成講座

●問い合わせ先 高齢者支援課 包括支援センター班(ワイブル内) ☎(248)1126

これまで介護との関わりがなかった人、介護について知りたい、勉強したい人、本市の高齢者を支える介護の仕事の基礎を学びませんか。介護に関する知識と技術の習得を目的とした全9日間の講座です。

- ▶対象 原則全講座を受講できる市民
- ▶定員 先着30人
- ▶参加費 無料
- ▶申込方法 電話またはファクス
- ▶申込期限 8月31日(火)
- ▶申込先 市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎(242)7007 ☎(242)6635

※市が実施する訪問型サービスAの従事者として登録されたサポーターで、支援が必要な高齢者の自宅を訪問し、買い物や掃除など日常生活上の支援を行います。



とき	研修科目	内容
9月13日(月)	介護に関する基礎知識	開講式、介護の仕事について
14日(火)	障がいの理解	障がいの基礎的理解、家族の心理理解
15日(水)	介護における安全確保	介護の仕事内容や現場理解、安全確保
16日(木)	介護の基本	生活援助技術
17日(金)	基本的な介護の方法①	介護に関するところの仕組みの基礎
21日(火)	基本的な介護の方法②	老化に伴う心身機能の変化と影響
22日(水)	基本的な介護の方法③	家事援助などに係る介護の理解
24日(金)	認知症の理解①	認知症の基礎と健康管理、家族への支援
27日(月)	認知症の理解②	こころとからだの変化理解、閉講式

社会福祉協議会が実施する介護職員初任者研修と同時開催です。