

青森地域生協健やか隊員ステップアップ研修報告

開催日時：2023年8月8日（火）13：55～16：00

開催場所：リンクステーションホール青森 中会議室

参加：コープあおもり3名、青森県民生協1名 青森保健生協2名、青森大学学生1名
計7名

スケジュール

13：55 オリエンテーション

14：00 測定講義・実習

弘前大学大学院医学研究科 植村望 助教

- ・測定機材の設営（体組成計、血圧計、立ち上がりテスト、ベジチェック）
- ・トラブル対応
- ・測定時の注意事項
- ・スタッフへの指導

16：00 プログラム修了

概要

- ・青森県医師会健やか力推進センターのご協力で、養成された生協健やか隊員約のうち、研修のリーダーや測定の経験を積んだ隊員と各生協からの推薦者を対象とした「ステップアップ研修」を開催しました。
- ・研修では健康づくり企画での各種測定方法の詳細な説明、測定器具の設営方法の実習、測定結果の説明での注意点などを学びました。参加者一人ひとり測定器具の準備と片付け、実際の測定を行い、健康づくり企画での円滑な進行につながる実習となりました。
- ・新たに6名が修了し「オレンジ隊員」となりました。これからの県内での健康づくりを推進する担い手のステップアップと生協間のつながりを強める機会となりました。



体組成計を設営する
青森保健生協の職員



片足立ち上がりに挑
戦するコープあおも
りの職員



片足立ち上がりの測定を
学ぶ青森保健生協の組
員と青森大学の学生