

GANGJIN 

# *Web Contents*



# 목차

목차	2
보건소식	3
2024년 제2기 건강대학 수강생 모집	3
첨부파일(3)	3

## 2024년 제2기 건강대학 수강생 모집

작성일 2024.02.13 09:32

등록자 건강증진팀

조회수 114

- 첨부파일(3)  건강대학 수강신청서.hwp 35 hit/56.0 KB [다운로드](#) [미리보기](#)  
 건강대학 수강생 모집 안내문.jpg 11 hit/252.4 KB [다운로드](#)  
 건강대학 세부교육내용.jpg 12 hit/204.3 KB [다운로드](#)

# 2024 강진건강대학 수강생 모집

지역사회 건강리더를 양성하고 건강생활실천 환경을 조성하기 위한  
건강대학을 아래와 같이 운영하오니 많은 참여바랍니다!

**모집기간** 2024.2.13.(화)~3.8.(금)

**모집인원** 30명(강진군민40-70세)/선착순 (신규수강생 우선)

**신청방법** 방문 또는 이메일(amh0216@korea.kr)접수

**문의처** 건강증진팀 ☎ 430-5262

**운영기간** 2024년 3월 ~ 10월 / 학기별 주 1회 운영  
1학기 : 3월-5월 2학기 : 9월-10월

**운영시간** 매주 화요일 오후 2시 - 4시 (2시간)

**장 소** 보건소 교육실 및 건강증진실

**주요내용** 건강강좌 특강 및 걷기지도자 2급 양성 과정 등

**교육과정** 16주 32시간 (걷기지도자 양성 16시간, 건강강좌 16시간)

**수강료** 무료 ※단, 걷기지도자 2급 심사,발급비 등 일부 자부담  
※강의일정은 변동될 수 있으며 교육전 문자 개별 공지



회차	일시	내용
1	3. 19. (화)	개강식, 사전 기초검사, 심뇌혈관질환과 4차 산업 헬스케어
2	3. 26. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (걷기지도자 이론교육)
3	4. 2. (화)	생활안전 응급처치교육 / 생명을 살리는 심폐소생술
4	4. 9. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (보행자세 측정, 골반교정)
5	4. 16. (화)	고혈압, 당뇨병 바로 알기 / 만성질환 예방 '손발' 건강교육
6	4. 23. (화)	걷기지도자 2급 자격과정(균형능력 향상 운동)
7	4. 30. (화)	기초대사량 체질량지수(BMI) / 생활 속 근력강화운동
8	5. 7. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (보행, 보간, 보폭 실습)
9	9. 3.(화)	한의약으로 배우는 우리몸 관리 / 힐링 아로마 테라피
10	9. 10. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (상호자세 평가, 코어운동)
11	9. 24. (화)	비만예방 식습관 기르기 / 디톡스 영양요리 교실
12	10. 1. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (걷기자세 평가, 걷기지도)
13	10. 8. (화)	우울, 불안 제로, 마음건강 지키기 / 마음건강과 미술, 원예 테라피
14	10. 15. (화)	걷기지도자 2급 자격과정 (걷기 실습)
15	10. 22. (화)	바른 자세 체형 교정 / 온 몸을 깨우는 유연성 강화운동
16	10. 29. (화)	걷기지도자 2급 최종 자격시험 / 사후 기초검사, 만족도 조사

1. 모집기간 : 2024. 2. 13.(화) ~ 3. 8.(금)
2. 모집과정 : 강진군민자치대학 제2기 건강대학
3. 모집대상 : 강진군민 40~70세
4. 모집인원 : 30명(선착순 / 신규 수강생 우선)
5. 교육기간 : 2024. 3. ~ 10. / 학기제 운영 / 화요일 오후 2시~4시
6. 교육내용 : 건강특강, 걷기지도자2급 자격과정 등(상황에 따라 일부 변경될 수 있음)
7. 교육장소 : 보건소 교육실, 건강증진실
8. 접수방법 : 강진군보건소 2층 건강증진팀 및 이메일 접수(amh0216@korea.kr)
9. 문의 : 430-5262

목록



GANGJIN

# ***Web Contents***

