

第Ⅱ期活動報告会の様子

令和2年2月14日(金) 市民プラザ・屋内広場で実施

Ⅱ期活動報告会の目的

- ★推進員活動を広く知らせる
- ★2年間活動してきたⅡ期推進員が自分たちの活動を振り返り、他者へその成果を伝える
- ★「推進員活動って楽しい！」と知ってもらう機会に
→推進員応募者が増える！

<活動報告会の案内チラシ>

<第Ⅱ期 健康づくり推進員 活動報告会>

令和2年2月14日(金)開催!

13:00~16:00(受付13:30から)

場所: 市役所1階 市民プラザホール・屋内ひろば

けんこう
健幸なまち、主役はあなたです!!
~健康づくり推進員活動~



市民プラザホール(午後2時~4時)では

★「健康づくり講演会」

テーマ 「あなたが主役 元気なため 幸せなため」
講師 東久留米市医師会 会長 石橋幸滋先生

★健康づくり推進員による「健康づくり推進部会の活動報告」

各地区での推進員活動
市内小学校で実施している「禁煙キャラバン」
新しくなった「ウォーキングマップ」など



*詳細は市広報2月1日号をご確認ください

屋内ひろば(午後1時~4時15分)では

<健康づくり推進員活動の様子をパネルで展示♪>

★気軽に楽しくいつの間にか健康に!
健康とお得をゲット♪

★新ウォーキングマップ
『わくわく歩くるめマップ』

東くるめわくわく元気plus+

★全小学校へ訪問授業
『禁煙キャラバン隊』



紙芝居で
伝えているよ



お誘いあわせの上、
ご来場ください!!



お気軽にお問合せください♪

お問合せ: 東久留米市福祉保健部健康課 042-477-0022

東久留米が『健康』になるお手伝い、はじめませんか?

“健康づくり推進員”を募集しています

- 何かボランティアを始めたい
- 健康づくりに興味がある
- 自分のためにもなることがいいな
- 人との触れ合いも大事にしたい

上記に1つでもチェックがつく方におススメです♪

健康づくり推進員の声



部会に参加するだけで、健康にいいことを
たくさん学べ、元気になりました。



市内にずっと住んでいますが、
東久留米の再発見になります。

普段関わることのない小学生に
自分が学んだことを伝える機会があり、楽しいです。



一緒にランチに行く友人が増えました♪

自分がまずは楽しむことをモットーに、
楽しく活動が続けられています

健康づくり推進員とは…

- ★市長から委嘱を受けた市民ボランティアです。
- ★健康づくりの勉強の機会がありご自身で学びを深め、
さらに周りの方に伝えていきます。
- ※無理のない範囲で活動していただけます!

健康づくり推進員活動にご参加を希望される方は、下記のご記入を
お願いします。

後日こちらからご連絡いたします。

- * お名前()
- * ご住所(東久留米市)
- * ご連絡先電話番号()
- * あなたにとって健康づくりとは…

※ご記入いただきましたお名前・ご住所・ご連絡先は、健康づくり推進員募集以外には
使用いたしません。

< I 部 講演会 >

「あなたが主役 元気なくるめ 幸せくるめ」

石橋先生に
講演して
いただきました



< II部 報告会 >

「わくわく健康プラン東くるめ」の取り組みについて

健康づくり推進員のお仕事=ミッションとは? -①

そうなんだ...東久留米市の健康づくり推進活動は、

- ① 東京都の健康増進計画を踏まえていて、その都の計画は
- ② 国の「健康日本21」とその法的な裏づけである「健康増進法」に拠っている

のか、それなら私たちの仕事というか、ミッションは都や国の健康増進計画と連動しているということが分かったゾ!

①健康づくり推進部会

- ・月に1回（市庁舎と健康プラザにて交互に開催）計20回開催予定
- 原則13時30分～15時30分
- ・事業内容の振り返りと展開に向けた意見交換・事務連絡等を行います。
- ここで学習会を行うこともあります。



第2次プラン第II期の活動

2018・2019年度 43名の推進員が市健康課と協働して事業展開

- ①推進部会
- ②学習会
- ③元気plus+事業の展開
- ④ウォーキングコースの検討とマップ作成
- ⑤禁煙キャラバン
- ⑥しおかるくるめスプの普及
- ⑦課外活動

⑤禁煙キャラバン

- ・市内13小学校の4年生を対象に毎年実施している禁煙教育
- ・「行け!行け!禁煙キャラバン」という紙芝居と視覚に訴えるケムリとタールの実験を通じて、たばこの害と禁煙の重要性を子どもたちに伝える
- ・平成21年から毎年実施し、最初の年に禁煙キャラバンに接した小学生はすでに喫煙可能年齢に達している。
- *後ほど別途報告予定



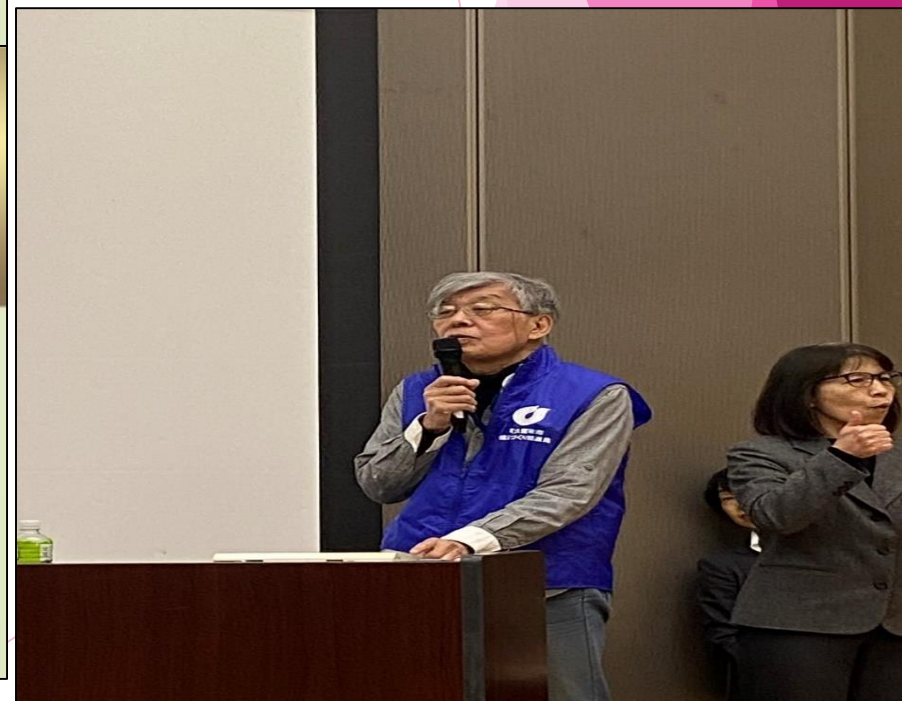
3.4か月健診



わくわく元気plus+PR活動写真



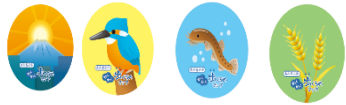
市民みんなのまつり



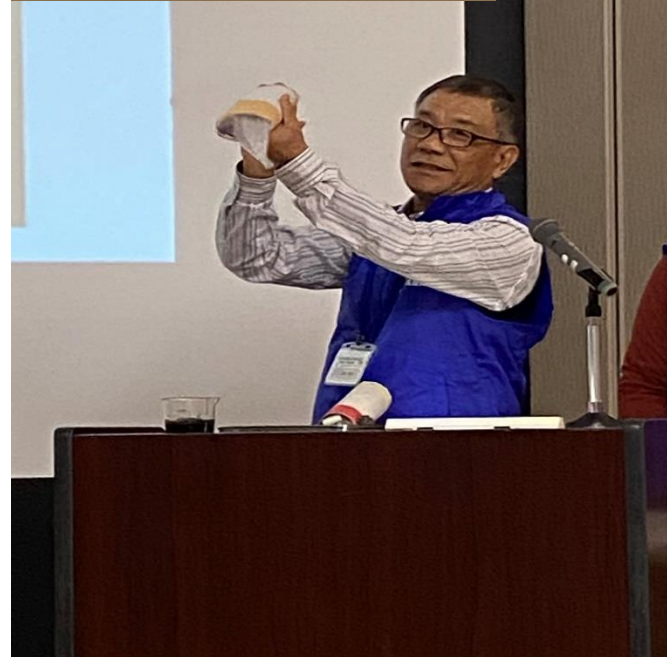
<健康づくり推進部会の活動報告の様子>

各活動や地区活動について報告

ウォーキングマップを
リニューアルしました。



ウォーキングマップについて



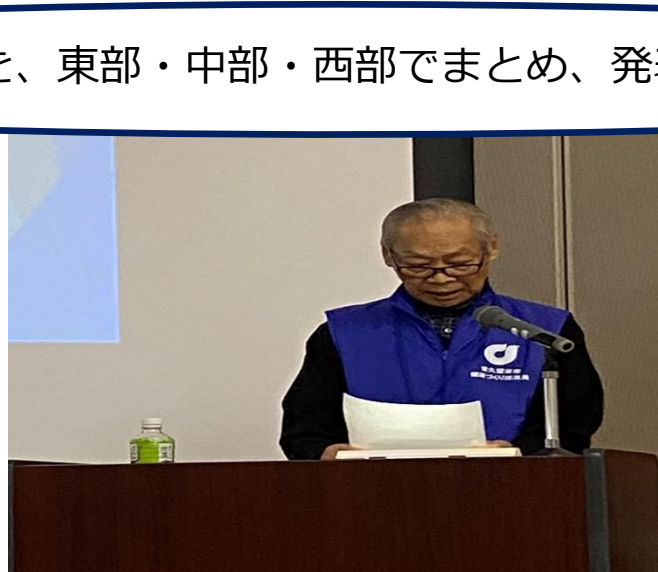
市内全校の小学4年生を
対象に実施。子ども達に
わかりやすいよう、紙芝
居・実験などで、防煙教
育を行っています。



禁煙キャラバンについて



各地区の活動を、東部・中部・西部でまとめ、発表しました



屋内広場では、推進活動のパネル展示を行いました



来所された方に、推進活動を説明している様子





＜パネル＞

- ・ウォーキングマップ
 - ・禁煙キャラバン
 - ・元気plus+
 - ・しおかるくるめスープ
 - ・健康づくり推進募集
- 等のパネルを作製し展示

＜当日の来所者＞

- ・次期 Ⅲ期健康づくり推進者・自治会や団体からのお知らせ
- ・健康づくり推進員に誘われて・以前健康づくり推進員だった・看板を見て

＜アンケートの感想＞

講演会より

- ・自分にとって幸せと思う活動をしていこうと思いました
- ・元気の元は自分自身が参加する事が大切と思う

活動報告会より

- ・推進員の皆さんの努力の跡が良くわかりました
- ・男性が地域デビューをするのが難しいですが・・・一緒に活動してみたいと思いました
- ・皆さん一生懸命にご活動していただいていることに頭が下がります