

第Ⅳ期 第 6回 わくわく健康プラン東くるめ

健康づくり推進部会報告書（要点録）

出席者：健康づくり推進員 28 人 事務局 9人

1. 本日のスケジュール

本日の流れのオリエンテーションを実施した。

ベジチェックのトライアル実施をした。

部会開始までの時間で、11月のパネル展示時に実施する「ベジチェック」を事前体験。

（協定締結をしている明治安田生相互会社の協力による）

2. 事務局の体制変更について

3. 報告事項

以下について報告した。

- ・ウォーキング教室（10/4 開催）の実施状況
- ・禁煙キャラバン 三小（10/21）、本村小（10/24）の実施状況

4. 9月の運動の取組

【私の目標&カレンダー】の各自の取組状況発表とアンケートを実施した。

5. 学習会「食事」

事務局の職員を講師として学習会を実施した。

- ・ベジチェック体験の結果を元に普段の食生活（野菜）についてグループワーク。
- ・管理栄養士より、バランスのとれた食事についての講話

6. 11月パネル展示

担当者の確認及び追加募集をした。

パネル展示の最終確認をした。

7. 事務連絡

以下の説明をした。

- ・禁煙キャラバンアンケート「二十歳のつどい」実施について
- ・ゲートキーパー養成講習の募集

次回部会 11/21（月）開催等についてお知らせした。