

第Ⅳ期 第16回 わくわく健康プラン東くるめ

健康づくり推進部会実施報告書(要点録)

出席者:健康づくり推進員 24人 事務局 7人

1. 本日のスケジュール

本日の流れについてオリエンテーション

- 「運動」学習会 ●講師紹介 ●学習の目的 ●運動内容について ●質疑応答、アンケート
- ・体育館にて ストレッチ、正しい歩き方のレクチャー
 - ・屋外にて (歩く) 速度体験等
 - ・講堂にて 質疑応答 アンケート記入

2. 報告

- ① 禁煙キャラバン実施報告 (第五小)
- ② 乳児健診時 元気plus+PRについて (9/14)
- ③ 第91回市民のための医療講座 (9/16) 「知らぬ間にしている歯ぎしり、そこからつながる顎関節症とは～明日からできる予防法と改善法～」

3. 東久留米市健康増進計画(第3次)進捗状況について

団体向けヒアリングを実施中であることを報告

4. 事務連絡

- ① 市民のための医療講座 (10/14) 市役所本庁舎 701 会議室
「今年の冬の感染症について～インフルエンザと新型コロナウイルス感染症を中心に～」
- ② 「ロコモティブシンドローム講演会」(10/27) 市役所 1階市民プラザホール
- ③ 歯と歯ぐきの市民健康フェスタ (11/4) 市役所 1階市民プラザホール
- ④ ウォーキングWGメンバーの打ち合わせを会終了後に実施

5. 次回以降の連絡事項

- ① 次回10月の部会日程、内容等をお知らせした 10/25(水) わくわく健康プラザにて実施
- ② 今後の禁煙キャラバンのメンバー調整を行った
- ③ ロコモWGの日程周知 (10/11)
3歳児健診時、親子ロコチェック内容検討を予定