

◎令和5年度 わくわく健康プラン東くるめ（第2次）の推進スケジュール

		令和5年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R6.1月	2月	3月	
項目		IV期 2年目 (R5年度)												
会議	健康づくり推進協議会		22日(月) PM									6日(火) PM		
	三役会	11日(火)	15日(月)	16日(金)	11日(火)	夏休み	13日(水)	13日(金)	7日(火)	4日(月)	15日(月)	5日(月)	4日(月)	
	代表者会	11日(火)	15日(月)	16日(金)	11日(火)	夏休み	13日(水)	13日(金)	7日(火)	4日(月)	15日(月)	5日(月) 報告会準備	4日(月)	
	全体会	26日(水) わくわく	31日(水) 本庁701	27日(火) わくわく	28日(金) 本庁701	夏休み	26日(火) わくわく(体育館)	25日(水) わくわく	22日(水) 本庁701	15日(金) わくわく	29日(月) 本庁701	27日(火) プラザ・屋内広場	15日(金) プラザ(終了式)	
全体的な活動		・今年度の活動について ・ロコモPR方法等	学習会 講師：山口先生 ★たばこについて	学習会 禁煙キャラバンの 進め方について	学習会 3健ロコモ体験の 振り返り		学習会 運動(ウォーキン グ教室に向けて)	学習会 栄養(飲酒) <予定>	学習会 <内容未定>	活動報告会準備	活動報告会準備	活動報告会 ・パネル準備 ・ベジチェック	終了式 IV期活動終了式	
	第3次計画に向けて (R5年度は調査)				アンケート調査票郵送					アンケート調査結果の確認			アンケート調査結果 報告書納品	
地区別の活動	≪元気plus+の普及≫ 元気plus+のPR活動 ●健康課の3~4か月健診で元気plus+のPR (通年) 各テーマについて、パネル等を活用しながらPR													
	健診日程	13日(木)		29日(木) ★テーマ：歯			14日(木) ★テーマ：栄養 (めざましスイッチ 朝ごはんの展示)		16日(木) ★テーマ：ロコモ		25日(木) ★テーマ：飲酒		7日(木) ★テーマ：休養・こころ	
	≪歩くるめマップの普及≫ ¥¥5月15日号広報周知 『わくわく歩くるめマップを使って歩こう!ウォーキングキャンペーン』開催													
	●健康課の3歳児健診 ロコモ体験 (通年)				7/1号 ウォーキング マップPR(広報)		ウォーキング 教室準備		6(金)柳窪コー ス 発・着:	11/1号 ウォーキング マップPR(広報)				
	健診日程		18日(木)		13日(木)				19日(木)		14日(木)		8日(木)	
	≪禁煙キャラバン≫ 市内小学校 全12校で実施 4年生と6年生 (R3年度未実施学年にも) に実施													
	西部地域				7日(金) 第十小				31日(火) 第九小	29日(水) 本村小	12日(火) 第七小			
	中部地域				4日(火) 第一小			11日(月)第五小 29日(金)第三小			1日(金)小山小 5日(火)南町小			
	東部地域								3日(火)第六小 17日(火)第二小	20日(月) 神宝小				
	≪市内店舗への受動喫煙防止協力依頼≫													
≪しおかるくるめスープ≫ しおかるくるめスープを地域に普及														
学習の機会	健康課事業	食事・健康相談 7日(金)午後	食事・健康相談 9日(火)午前	食事・健康相談 9日(金)午後	食事・健康相談 4日(火)午前	食事・健康相談 25日(金)午後	食事・健康相談 5日(火)午前	食事・健康相談 13日(金)午後	食事・健康相談 21日(火)午前	食事・健康相談 8日(金)午後	食事・健康相談 16日(火)午前	食事・健康相談 2日(金)午後	食事・健康相談 26日(火)午前	
							歩き方教室 六仙公園内	27日(金) ロコモ予防講演会 (市民プラザ)	・10日(金) ロコモ運動講座(わくわく) ・ゲートキーパー養成講習 全3回コース ①18日(土)本庁701	ゲートキーパー養成講習 ②2日(土)本庁701 ③9日(土)本庁701		①わくわく②わくわく ①14日(水) 女性の健康講座 ②28日(水) 女性の健康講座(栄養)		
			禁煙週間 パネル展示	熱中症パネル展示			自殺対策強化月間 パネル展示 ①わくわく	ピンクリボン月間 パネル展示・健診PR	※その他の月は、元気plus+やウォーキングなどのパネルや周知を行っています!					自殺対策強化月間 パネル展示
	※HP掲載 運動動画ツール(ストレッチや正しいウォーキングの仕方など) 時期未定													
三師会・ 健康課 共催事業など			市役所701会議室 17日(土) 市民のための医療講座 <医師会>				市役所701会議室 16日(土) 市民のための医療講座 <歯科医師会>	市役所701会議室 14日(土) 市民のための医療講座 <三師会>	市役所市民プラザホール 4日(土) 歯と歯ぐきの市民健康フェスタ <歯科医師会主催>			市役所701会議室 10日(土) 市民のための医療講座 <薬剤師会>		