第V期 第4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 25人 事務局 8人

1. 本日のスケジュール

- ・健康づくり推進員(新たに参加の方)の承認および委嘱証交付、一言挨拶

2. 学習会

「7つの生活習慣 運動」

- ・運動指導士を招きストレッチ体操・歩く姿勢・速度体験を体育館で実践
- ・質疑応答、アンケート

3. 報告

- ① 禁煙キャラバン(第三小・第五小・第九小)
- ② 歩き方教室(10/11)・ロコモ講演会(10/25)
- ③ 市民のための医療講座(9/14・10/12)・歯と歯ぐきの市民健康フェスタ(10/5)
- ④ 第2回健康づくり推進協議会
- ⑤ 第3回学習会「酒」アンケート集計結果

4. ウォーキングコース実践について

- ・ウォーキング教室(11/1実施予定)のコース、見どころについて説明

5. 事務連絡

- ① (仮)デジタルマップ等アプリについて
- ② 禁煙キャラバン第二小の日程等について
- ③ 3歳児健診ロコチェック日程等について
- ④ ウォーキング教室の日程等について
- ⑤ ロコモティブシンドローム予防運動講座日程等について
- ⑥ ゲートキーパー養成講習「ほっとするまち講座」日程について
- ⑦ 次回代表者会日程について
- ⑧ 次回部会日程、会場変更について