

◎令和7年度 わくわく健康プラン東くるめ（第3次）の推進スケジュール

資料 4

		令和7年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和8年1月	2月	3月
	項 目	I 期 1 年目（R7年度）											
会 議	健康づくり推進協議会		13日（火） 健康づくり推進協議会									10日（火） 健康づくり推進協議会	
	三役会 9：30～	8日（火）	14日（水）	13日（金）	8日（火）	夏休み	10日（水）	6日（月）	4日（火）	1日（月）	9日（金）	20日（金）	9日（月）
	代表者会 10：00～	8日（火）	14日（水）	13日（金）	8日（火）	夏休み	10日（水）	6日（月）	4日（火）	1日（月）	9日（金）	20日（金）	9日（月）
	全体会 13：30～ （学習会13時開始 の場合もあります）	16日（水） 本庁701	23日（金） わくわく	23日（月） 本庁703	18日（金） わくわく	夏休み	26日（金） 本庁701・702	24日（金） わくわく・調理実習室	19日（水） 本庁703	9日（火） わくわく・体育館	20日（火） 本庁701・702		16日（月） わくわく
全体的な活動		*るるめナビ アプリについて *パネル作成 *4月25日（金） ＜パネル展示＞ 準備会：午前 ・パネル作成	*パネル作成 *活動報告会準備 *5月14日（水） ＜パネル展示＞ 準備会：午前 ・パネル作成	*活動報告会の 振り返りについて *6月2日（月） ＜パネル展示＞ 市役所市民プラザ 屋内広場 ・パネル展示 計画(第3次) ・るるめナビ 紹介等 ・ベジチェック測定等	*学習会 ＜運動＞ ・3歳児健診での ロコチェックの効 果的な伝え方		学習会 ＜内容未定＞	学習会 ＜食事＞ 調理実習	学習会 ＜内容未定＞	学習会 ＜運動＞体育館 ベジチェック測定等	*活動報告会に 向けた準備	*活動報告会に 向けた準備	学習会 運動等・修了式 ベジチェック測定等 *3月3日（火） ＜活動報告会＞ 市役所市民プラザ 屋内広場 ・パネル展示 計画(第3次) ・るるめナビの 紹介等 ・ベジチェック測定等
7つの生活習慣	7つの生活習慣 に関する啓発	【健康応援アプリ『るるめナビ』】											
	6日間	＜第3次計画の周知活動＞ 【健康応援アプリ『るるめナビ』スマホ教室でのパネル展示・説明】											
	運動		14日（水）午後 わくわく	20日（金）午後 本庁702 30日（月）午後 わくわく			29日（月）午後 本庁702	20日（月）午後 本庁702					6日（金）午後 わくわく
	＜青・壮年期を対象とした普及啓発＞ 【3歳児健診でのロコチェック】							ウォーキング教室 10日（金）午後 落合川コース 発・着：市民プラザ			ウォーキング教室 23日（金）午後 落合川コース 発・着：市民プラザ		
	3歳児健診日程	10日（木）	29日（木）	19日（木）	10日（木）	夏休み	18日（木）	30日（木）	20日（木）	11日（木）	15日（木）	5日（木）	5日（木）
	食事	しおかるくるめスープを地域に普及											
学習の機会	たばこ	＜受動喫煙防止＞【市内店舗への協力依頼】											
	健康課事業	食事・健康相談 11日（金）午後	食事・健康相談 27日（火）午前	食事・健康相談 20日（金）午後	食事・健康相談 1日（火）午前	食事・健康相談 8日（金）午後	食事・健康相談 9日（火）午前	食事・健康相談 3日（金）午後	食事・健康相談 18日（火）午前	食事・健康相談 5日（金）午後	食事・健康相談 6日（火）午前	食事・健康相談 6日（金）午後	食事・健康相談 24日（火）午前
								ロコモ予防講演会 17日（金）AM 市民プラザ	・ロコモ運動講座 11日（火）AM （わくわく） ・ゲートキーパー養成講習 全3回コース ①15日（土）PM 本庁701 ②29日（土）AM 本庁701	・ゲートキーパー 養成講習 ③6日（土）AM わくわく			・女性の講座(ヨガ) ①6日（金）AM わくわく健康プラザ ・女性の講座(調理実習) ②18日(火)9時15分～14時 わくわく健康プラザ
			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	ピンクリボン月間 パネル展示・健診PR	※その他の月は、ウォーキングやロコモなどのパネルなどを使用し周知を行う				自殺対策強化月間 パネル展示
	三師会・健康課 共催事業など			市役所701会議室			市役所701会議室	市役所市民プラザホール				市役所701会議室	