

令和8年度 健康増進事業等日程（予定）

事業名	会場	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ロコモティブシンドローム 予防講演会 (講演会・運動)	A 市民プラザ B わくわく健康プラザ	10:00~12:00							16(金)A 講演会	11(水)B 運動教室				
女性のための健康講座 (講話、体験実習)	わくわく健康プラザ	10:00~12:00												5(金) 講堂
(調理実習)		9:15~14:00												19(金) 調理実習室
食事相談・健康相談 (栄養士・保健師)	わくわく健康プラザ	A 9:00~11:45 (*は保育付) P 13:30~16:15	10(金)P	12(火)A*	5(金)P	7(火)A*	7(金)P	8(火)A*	2(金)P	10(火)A*	4(金)P	12(火)A*	5(金)P	2(火)A*
ピンクリボンキャンペーン	わくわく健康プラザ	12:30~15:00 (乳幼児健診時)								1,8,15 22,29(木)				
健康づくり推進協議会	わくわく健康プラザ	13:30~15:00		12日(火)									9(火)	
健康づくり推進部会														
三役会	わくわく健康プラザ	9:30~10:00	—	15(金)	10(水)	8(水)	—	1(火)	2(金)	13(金)	8(火)	8(金)	5(金)	8(月)
代表者会	わくわく健康プラザ	10:00~11:30	—	15(金)	10(水) (作業日)	8(水)	—	1(火)	2(金)	13(金)	8(火)	8(金)	5(金)	8(月)
部会	A わくわく健康プラザ B 本庁舎	13:30~16:00	21(火) A	29(金) B		29(水) A	—	18(金) A	20(火) A 調理室	27(金) B	21(月) A	29(金) B	19(金) A	17(水) B
周知活動など	市民プラザ		市健康増進計画「わくわく健康プラン東くるめ(第3次)」を推進、「わくわく健康プラン東くるめ(第3次)」の周知パネル展示(るめナビアプリ)の周知活動、ウォーキング教室、適塩スープの普及等を地区活動を通して展開していく											
				26(金) パネル展示						6(金) ウォーキング 教室+るめナビ 説明会		22(月) パネル展示		12(金) ウォーキング 教室+るめナビ 説明会
る る め ナ ビ	アプリ周知活動			パネル展示 環境フェス	まろにえ祭			東・中・西部 地域ゼロまつり、 認知症サポーター検診	ファミリースポーツ フェスティバル プラザまつり	市民みんな のまつり			市民 つなびき大会	まろにえ サークル フェスタ
	アプリ活用説明会	a 本庁舎 b わくわく健康プラザ c その他	b10(金) a13(月)	a11(月)	a8(月) c15(月) (東部地域ゼロ)	a6(月) b13(月)			c4(金) (生涯学習センター) a14(月)	a3(月)	a16(月)	a7(月) b14(月)	a15(金) c18(月) (南部地域ゼロ)	a1(月)