

旭区保健活動推進員は こんな活動をしています！



「保健活動推進員」の主な活動は？

地域の健康づくり活動の推進役として、地域で生活習慣病予防などの様々な健康づくり活動を行っています。

「保健活動推進員」の任期は？

2年間です。(令和7年4月から)



「旭区保健活動推進員」委員会の活動

健康づくり委員会

年に一度の健康づくりのイベントである「旭区健康フェア」をはじめとした、健康測定やがん検診等の啓発活動に取り組んでいます。



禁煙推進委員会

5月の世界禁煙キャンペーンをはじめ、各地区での禁煙推進・受動喫煙防止啓発の活動に取り組んでいます。



広報委員会

年に1回の「会報ほほえみ」の発行に向けて、原稿作成や校正をしています。その他、推進員の活動の広報について検討します。



子育て支援委員会

働き・子育て世代向けの健康づくり推進として、ウォーキングや健康チェックイベントの開催等の活動に取り組んでいます。



「保健活動推進員」の地区活動紹介

健康チェック



血管年齢測定や握力、体脂肪測定をすることで、区民に自分の健康状態を見直す機会を提供します。

ウォーキング



区民の方と一緒に旭区内のスポットを歩き、旭区の魅力に触れながら、楽しく体力づくりに取り組みます。

推進員の声



- 自分の健康を見直すきっかけになった。
- 推進員として様々な地域活動に参加することで、地域への愛着が深まった。
- 地域の皆さんとのつながりが増えた。
- 活動を通して、皆さんの健康のお手伝いができると感じることがやりがいになっている。

保健活動推進員 会長から

活動を通して、自分の健康のために勉強できる機会が増え、自分の家族や身近な痴人等の健康づくりに役立ちます。一緒に楽しみながら活動しましょう。

会長

写真

会長
齊藤 由紀子

健康体操



健康寿命を延ばすために、区民の方も交えて、無理なく取り組める健康体操を実施します。

子育て世代の健康づくり



働き子育て世代の方にも健康に関心をもってもらえるよう、親子で参加できる健康チェックイベントを開催します。

区民の方向けの講習会



外部の講師の方をお招きし、区民向けに病気予防や健康づくりに関わる内容の講演会を実施します。

推薦していただく皆様へ

保健活動推進員の健康づくり活動を通じて、地域の皆さんが健康になり、いきいきとした活力ある地域になります。また、ご自身やご家族の健康づくりができることを、ぜひ推薦される方にお伝えいただけますと幸いです。