

東御市健康づくり推進員会だより

○東御市健康づくり推進員委嘱式

今年度も地域の健康づくりを推進するため、活動してまいります。



令和5年4月18日(火)中央公民館講堂において、理事および区会長・副会長94名で

委嘱式を行いました。今後も、東御市健康づくり宣言にあります「自らの健康は自らつくる」意識の高揚と、自分自身や家族そして地域のために学び、実践し、健康づくりの推進役として活動していきます。

○第1回全体研修会を開催

委嘱式後、研修会を開催しました。長野県立大学大学院准教授 今村晴彦先生をお迎えし、「みんなで目指す健康なまちづくり ―今こそ大切な健康づくり推進員活動―」と題して講演を聞きました。理事の皆さんの感想をお伝えします!



“1人の100歩より100人の1歩”
という言葉が印象的だった。

1人で深めるより、大勢で少しずつ学び広げたい

“肥満は伝染する?!”
という話が衝撃的だった

健康づくりに興味がある。
推進員をやってよかったと思えるよう
無理なく活動したい

*次回は11月発行を予定しています。

裏面(地区からのお知らせ)あります