区　　回覧

東御市保健補導員会の活動紹介

東御市保健補導員会は、市の行う保健事業への協力(各種検診申込書の配布、胸部レントゲン検診の受付補助)や健康づくりに関する研修等に参加し、心身ともに明るく健康的な生活を送れるよう地域の健康づくり活動に取り組んでいます。

〈平成 31 年度・令和２年度の取り組み〉

平成 31 年度は、平成 28 年度から続いている“地区ごとの健康課題についての学習会”を引き続き開催し「高血糖対策が必要。でも改善傾向にある」ことを学びました(新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため一部の地区では開催できず)。

また地域でできる取り組みとしてウォーキング教室などを行いました。

理事会(５地区の会長、副会長の計 10 名で構成)では、保健補導員自身へのアンケートの実施やグループワークなどにより活動内容の検討を重ねています。

令和２年度は、新型コロナウイルス等の感染予防対策の中、３密を避けてできる活動を模索しています。まずは、個人で取り組めることとして、ずくだすポイントキャンペーン（湯の道カード：健康保健課で配布）に参加し、健康づくりのために意識して体を動かしていきます。

市民の皆様もぜひご参加ください。ずくだすポイントキャンペーンの詳細は、健康保健課健康増進係へお問い合わせください。(電話：64-8883)

以下及び裏面に、各地区の保健補導員会からのお知らせ等を掲載し、回覧しました。

〈発行元〉東御市保健補導員会
事務局：東御市健康保健課健康増進係(電話　64-8883