

東御市保健補導員会の活動紹介

第5回理事会（5地区の正副会長）報告

12/14（月）の理事会では今年度の活動について情報交換と研修を行いました。

○研修講師 (公財)身体教育医学研究所所長 岡田 真平氏

○講話講師 東邦大学医学部助教 今村 晴彦氏

【研修内容】（インターネット接続）

- ・保健補導員活動の意義は、**健康づくりとつながりづくり**。学んだことを伝え、つながりが生まれる。
- ・保健補導員は、地域とも行政とつながっていて、学習と仲間作りができる組織。学んだことを伝えていくことができる組織。
- ・持ち回りで**健康を意識する期間**。健康に関心を持つ役割を経験できる。

【グループワーク】

○今年度の振り返り

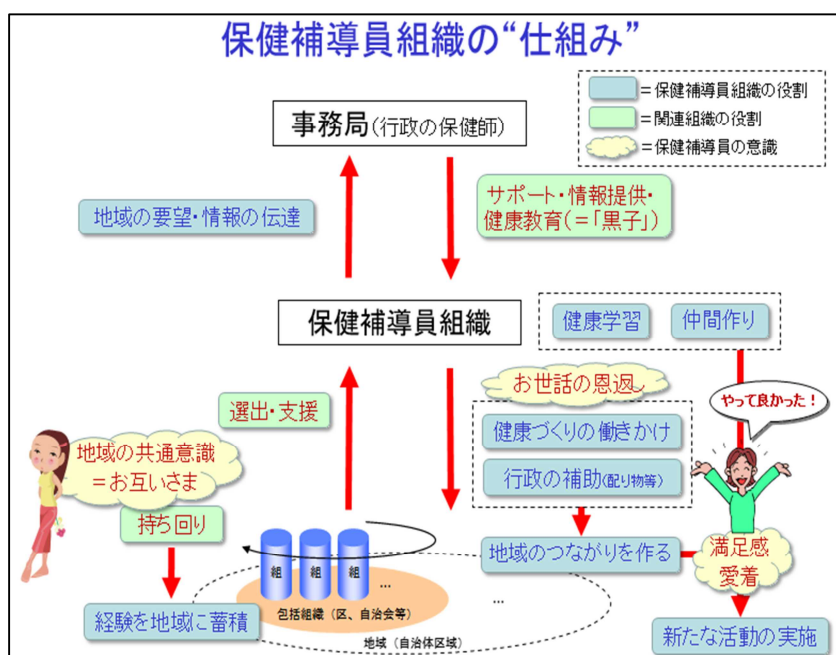
- ・研修はできなかったが、資料の配布、新聞を作成し回覧できた。
- ・胸部レントゲン検診の受付の手伝いで、地域の方と話ができて嬉しかった。
- ・健康について考えるようになった。(コロナに感染しないように、というのも意識の一つ)
- ・講演会やウォーキング教室に、積極的に参加した方が楽しい。

○感想

- ・「健康を意識することも十分な活動」と言われ、ほっとした。
- ・健康を意識すると**早期発見**(がん検診等)になる。
- ・話すことでさらに**健康を考える機会**になる。

○今後に向けて

- ・研修で今まで以上の知識が学べる。一步踏み出すして参加すると楽しい。
- ・関心を持つ、考える機会を作ること、コミュニケーションをとることを大事にしたい。
- ・気楽に、楽しく活動できる・学べる事がイメージできる名称にしたい。



今年度の保健補導員会の活動報告

新型コロナウイルスの感染拡大の防止・予防に努めながら、健康づくりに取り組みました。

○理事会では…

- ・ 活動内容の見直しと活動に見合った名称を検討
- ・ 回覧板を作成し、保健補導員活動を紹介
- ・ コロナ禍でもできる健康づくりとして動画撮影に協力
【市ホームページで紹介します！】

理事会の様子



○地区保健補導員会では…

- ・ 地域づくりの会と協力し、地区ごとにウォーキング教室を開催
- ・ 回覧板に学習会の案内や保健補導員からのメッセージを掲載
- ・ 胸部レントゲン検診の受付補助

ウォーキング教室



○区保健補導員として

- ・ 研修会や教室に参加
- ・ 教室等が開催できなかったため、予定していた教室の内容の資料を全戸配布
- ・ 新聞を作成し、講演会で学んだことや感想を掲載して区内に回覧

10/7 全体研修会



地域の皆様

ご理解、ご協力くださり、ありがとうございました。

これからも、感染予防に努めながら、健康づくり活動を行っていきます。