

健康づくり推進委員とは？

＜健康づくり推進委員の主な活動内容＞

○声かけ・見守り

自治区の中で出会った時や、健康づくりに関するチラシ等を配布する際等に声を掛けます。

「お元気ですか？」「今年は健診受けましたか？」等、声掛けを行います。



○話し合い（役員会・エリアリーダー会議等）や研修会

定期的に会議を開催し、身近な健康問題について話し合い、学習して、次の声掛けや活動に活かします。

毎年 1 回、夏頃に開催される各地区の健康づくり推進委員対象の学習会で、健康づくり推進委員の役割や玖珠町の健康状況や課題について学習します。地区ごとで何が出来るのか、まず出来そうなことを考えます。



○地域のニーズに応じた活動

ウォーキング大会等の各種健康づくりイベントの企画・運営や参加の声掛けをなっています。また、機関誌「すこやか」等も発行しています。

「今度、ウォーキングがあるので参加しませんか？」と地区の集まりがある時に声を掛けたり、チラシを回したりします。

地区の公民館で健康教室を開いて、地区の皆さんで食事や運動、介護のこと等、一緒に学ぶことができます(健康づくり推進委員からの申し込みが必要)。



○行政との連携・協同による活動

健康なまちづくりのために提言したり、健診の受診のお知らせや勧め、健康・福祉に関する行事への参加なども行います。



写真で見る活動の様子

