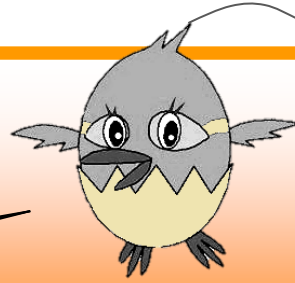


健康いちばん



たませみ



ちびたま

No. 22

入場無料

地域ですすめる健康づくり講演会

『はじめてみよう！続けてみよう！健康づくり』

地域の中ではいろいろな人が声を掛け合い、仲間と楽しく健康づくりを進めています。
いつまでも健康でいるために地域でできることからはじめてみよう！

平成28年5月25日(水) 午後2:00~4:00

● 会場 玉川総合支所 第1・2集会室(4階) (等々力3-4-1)

● 受付 午後1時30分～

● 講師 日本体育大学 准教授 横山 順一先生

● 内容 講演
意見交換会

● 申し込み方法

H28年4月25日(月) 受付開始

電話またはFAXでお申し込みください
先着50名

● 申し込み先

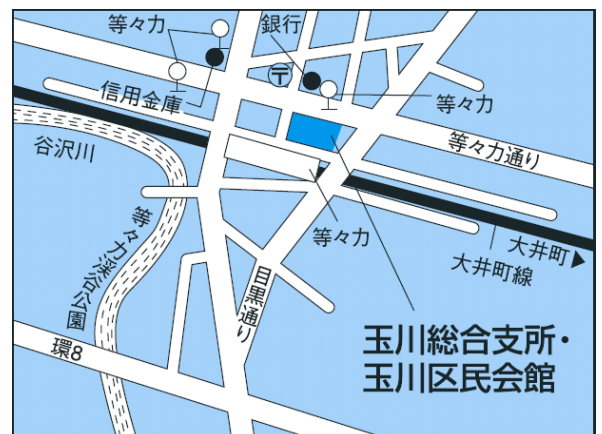
玉川総合支所 健康づくり課

電話 3702-1948

FAX 3702-1520

● その他 平成28年度中に、玉川地域の健康づくりの取り組みや方向性などについて意見を出し合い、新「玉川地域健康づくり行動計画」を策定します。新たな委員を募集しますので、興味のある方はぜひお問い合わせください。委員会は年4回の予定です。

● 主催 玉川地域健康づくり行動計画を推進する会(健康いちばん会)



24～28年度 健康いちばん会では みんなの力を合わせ こんなことを進めています

身近な地域での健康活動の場づくり

- ☆ 地域の健康づくり活動を調べて整理
その活動を参考にしよう
- ☆ 地域で健康に関する講座を開催
子どもや家族の健康について学ぼう



健康づくりのための “健康ウォーキング” “健康体操” などの推進

- ☆ 健康ウォーキング、健康体操 の開催
- ☆ 健康づくり活動に携わる仲間を増やそう



人と人をつなぐ仕組みづくり

- ☆ コミュニケーションスキルを学ぶ
- ☆ 障害や世代特性を学び、病気や障害の有無や世代をこえた
交流のある地域づくりに取り組む
- ☆ 食を通じたコミュニケーションを推進して交流を深める



効果的な情報の発受信による健康づくり —情報発受信ツールの調査、そして発信—

- ☆ 健康情報の提供及び活用
- ☆ 地域の健康づくり運動

自分の 家族の 仲間の 健康づくり
一緒にはじめてみませんか



新「玉川地域健康づくり
行動計画」策定委員募集中

問い合わせ:玉川総合支所健康づくり課

Tel 03-3702-1948

Fax 03-3702-1520

健康いちばん会（玉川地域行動計画を推進する会）メンバー

区民メンバー、玉川地域高齢者クラブ協議会、子育てサロンチームさくら、せたがや福祉サポートセンター、なかまっち、九品仏生活実習所・中町分場、瀬田いきいき貯筋クラブ、中町健康体操クラブ、東玉川健康体操、正しいラジオ体操普及隊、在宅栄養士会玉川支部、ねたきりゼロをめざすまちの会・ミニディひまわり、夢工房わらぶとん、あしたの会、深沢児童館、（公財）世田谷区保健センター、玉川地域社会福祉協議会事務所、世田谷区玉川総合支所健康づくり課 順不同