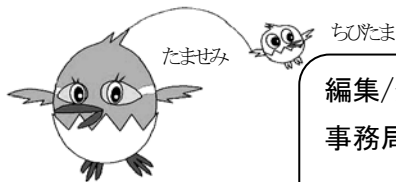


玉川地域
健康づくり行動計画

健康いちばん



No. 9

編集/発行：健康いちばん会
事務局：世田谷区玉川総合支所
健康づくり課
世田谷区等々力3-4-1
TEL：3702-1948 FAX：3702-1520
2013年 冬号



健康づくり
講演会

あなたは何を大切にしますか？

『地域の絆と健康づくり』

健康いちばん会では、玉川地域に住むすべての人びとの健康を願い、区民・事業者・区の協働で健康づくりに取り組んでいます。

ひとりひとりの健康と、私たちの住んでいるこの地域の健康をみんなで一緒に考えてみませんか？

入場無料

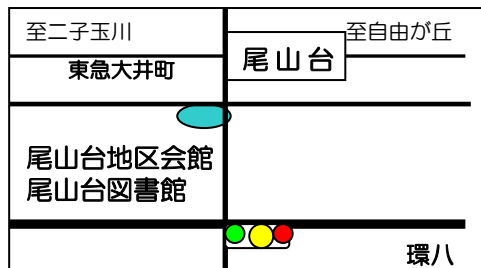
3月11日(月) 午後1:30~3:30

- 会場 **尾山台地区会館 大会議室** (世田谷区等々力2-17-14)
※ 大井町線尾山台駅から徒歩2分尾山台図書館と同じ建物です。
※ 会場は、土足厳禁です。上履きをご持参ください。
- 内容 3.11の東日本大震災後、改めて、人と人とのつながりの大切さが話題になっています。こころとからだは表裏一体。岩室先生には人と人との繋がりや支えあい健康の基盤となることとお話ししていただきます。
また、健康いちばん会の活動報告もします。
- 講師 **ヘルスプロモーション研究センター
センター長 岩室 紳也 先生**

- 対象 玉川管内在住・在勤の方

- 申し込み 先着50名。電話またはFAXで
玉川総合支所健康づくり課へ
Tel：03-3702-1948
Fax：03-3702-1520

(保育はなし。会場の一部に子どもスペースを設置)



【主催】 玉川地域健康づくり行動計画推進委員会 (健康いちばん会)

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
そして、先駆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



随時募集中

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、あしたの会、高齢者クラブ、子育てサロンチームさくら、在宅栄養士会玉川支部、
瀬田いきいき貯筋クラブ、なかまちNPOセンター、中町健康体操クラブ、ねたきりゼロをめざすまちの会・
ミニディひまわり、東玉川健康体操、夢工房わらぶとん、ラジオ体操普及隊、りはっぴい桜新町、
玉川地域社会福祉協議会、(公財) 世田谷区保健センター、世田谷区玉川総合支所健康づくり課 順不同