

令和2年2月発行

■発行元／泉区保健活動推進委員会

責任者／武関 いと子

泉区役所 福祉保健課内

横浜市泉区和泉中央北五丁目1番1号

TEL 045-800-2445

FAX 045-800-2516



**私たち、泉区保健活動推進員は
地域の皆さんの健康づくりを応援しています!!**



後列左より 鈴野さん(健康づくり係) 梅田さん(健康づくり係) 菅野会長(上飯田地区) 古徳会長(しらゆり地区)
尾崎会長(富士見が丘地区) 辻原会長(下和泉地区) 鳥羽会長(新橋地区) 山本会長(中田地区)
合田会長(いちょう団地地区) 鎗木さん(健康づくり係) 八木澤健康づくり係長
前列左より 斎藤福祉保健課長 木我医務担当部長 松浦福祉保健センター長 武関会長(和泉北部地区)
岡本会長(緑園地区) 萩原会長(中川地区) 柴田会長(和泉中央地区) 伊東会長(上飯田団地地区)

区会長あいさつ 武関 いと子

今年度は、委嘱替えの年にあたり、泉区保健活動推進員に新たな仲間が加わりました。年号も平成から令和に変わり、会の活動内容も変化してくると思います。

今後も地域に根差して、地域特性を活かした活動や健康に関する啓発活動などに、より一層取り組んでいけたらと思っています。

泉区保健活動推進員委嘱式



泉区保健活動推進員新任者研修会



地域の活動報告



講座・感染症

上飯田地区



飯田北いちょう小学校の4～6年生を対象に喫煙防止教室を実施しました。子ども達にクイズ形式で講話を行い、たばこや薬物の恐さについて伝えることが出来ました。

中田地区



地域の方を対象に健康教室を行いました。保健師さんのお話や手洗いチェッカーを用いた実技で、感染症予防に効果の高い正しい手洗いについて学びました。

体操

上飯田団地地区



上飯田ケアプラザで毎月第2・第4月曜日の午前10時30分から11時30分まで健康体操を行っています。内容はストレッチ、タオル体操、フットケア、ウォーキングなどで、体調を見ながら無理をしないで実施しています。

富士見が丘地区



毎月第1・第3火曜日に、健康体操・ウォーキングを行っています。健康寿命をのばすため、講師の指導のもとで頑張っています。

しらゆり地区



私達、しらゆり地区の保健活動推進員の一大イベントは、文化祭の一環として行う健康チェックです。写真は「町ぐるみ健康体操」で、毎月第1・第3木曜日の午前中にしらゆり集会所で行っています。

いちょう団地地区



毎年秋に神奈川高齢者体育祭に参加し、日頃の健康教室の成果を披露しています。緊張感に満ち満ちた時間です。

保健活動推進員は身近な地域で健康づくり活動を行っています。

ぜひ、一緒に！

健康チェック

新橋地区



11月10日のアッテ祭りで健康チェックを行い、127名の方に来ていただきました。健康を自覚するよい機会として皆さん楽しく受けられました。

中川地区



中川地区の年間最大イベントのふれあいまつりで、保健活動推進員による健康チェックを実施しました。

緑園地区



毎年恒例の“緑園ふれあい祭り、が晴天の中10月20日に開催され、私達は健康チェックを行い、多くの人に喜んでいただきました。

和泉北部地区



毎年、8月と2月に健康チェックを実施しています。8月の健康チェックでは140名が参加してくれました。地域での健康への関心・認識が強まればと思います。

ウォーキング

下和泉地区



下和泉地区社会福祉協議会と共催して、ウォーキングを開催しています。今年は境川流域のかかし見学を楽しみました

和泉中央地区



いずみ体操リーダー会とバスハイクに行きました。今年は伊豆方面に行き、体力に応じたコースをウォーキングして来ました。

みんなの健康アップ!フェスティバル



各種団体による健康相談やメタボ予防筋力トレーニング講座等を行い、多くの方に参加していただきました。保健活動推進員は健康チェック等を行いました。

応急処置講習会



国際親善総合病院の協力を得て、平成13年より毎年開催しています。今年度は41名の保健活動推進員が参加し、心肺蘇生法について学びました。

泉区民ふれあいまつり



今年度も保健活動推進員が参加して、健康づくり啓発アンケートを行い、多くの方にご協力をいただきありがとうございました。

泉区保健活動推進員会全体研修会



認知症やその予防方法、認知症の人との接し方を学びました。研修で学んだことを地域の活動に活かしていきたいです。

健診、受けていますか?

生活習慣病を予防するためには、毎年健診を受診し自分の体の状態を確認することが大切です。健診は加入している健康保険によって受診方法が違います。受診の前に横浜市けんしん専用ダイヤル(045-664-5606)などで確認しましょう。なお、横浜市国民健康保険に加入している方や75歳以上の方などについては、年度に1回無料で健診を受けることができます。



表彰式報告 おめでとうございます

令和元年10月29日(火)、横浜市社会福祉大会において、令和元年度横浜市社会福祉・保健医療功労者市長表彰を受賞されました。

中田地区
会長

山本 みち子さん

編集
後記

今年度の「いずみ」いかがでしたか。各地区それぞれの活動を紹介しました。今後も地域の皆さんとの交流や多くの方にご参加いただければと思いますので、よろしくお願いいたします。