**令和６年度　自治会の健康づくり活動計画**

資料４

自治会の健康づくり活動について、取組可能な活動をご検討いただき、こちらの用紙を提出してください。

地 区 （　　 荘原 　） 自治会（　 　　　　　　　　）

代表者　 （　　　　　　 　 　） 連絡先（　　　　　 　　　　）

令和６年度、荘原地区では、

周りに、健康づくりの声かけをする

ことに力を入れて活動しましょう。

令和６年度　荘原地区の健康目標

「周りに健康づくりの声かけをしましょう」

１．早期発見が長生きのひけつ

（健診・がん検診を受けましょう）

２．体を動かしましょう（例えば、歩く等）

３．旬のものを、美味しく楽しく食べましょう

**●ご希望があれば〇をつけてください。**

**１．健康づくり教材の貸出を希望する**

**２．健康づくり活動について内容の相談を希望する**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 健康づくりの内容 | 日時・会場 | 備 考 |
|  |  |  |

**●今年度の計画**

※裏面に記入例あり

■提出・連絡・問い合わせ先

計画書を記載された方は、**６月末**を目安にご提出をお願いいたします。

**荘原コミュニティセンター**電話　７２－４６００　　ファックス　７２－４６０２

Email　shoubara-cc@local.city.izumo.shimane.jp

**斐川行政センター　市民サービス課　健康福祉係**

電話　７３－９１１２　　ファックス　７３－９１１９

Email　hw-shimin@city.izumo.shimane.jp

**令和６年度　自治会の健康づくり活動計画**

**記入例**

自治会の健康づくり活動について、取組可能な活動をご検討いただき、こちらの用紙を提出してください。

地 区 （　　 　） 自治会（　 　　　　　　　　）

代表者　 （　　　　　　 　 　） 連絡先（　　　　　 　　　　）

令和６年度　荘原地区の健康目標

「周りに健康づくりの声かけをしましょう」

１．早期発見が長生きのひけつ

（健診・がん検診を受けましょう）

２．体を動かしましょう（例えば、歩く等）

３．旬のものを、美味しく楽しく食べましょう

**●ご希望があれば〇をつけてください。**

←１、２のメニューを希望される場合は、

○をつけてください。

**１．健康づくり教材の貸出を希望する**

**２．健康づくり活動について内容の相談を希望する**

**●今年度の計画**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 健康づくりの内容 | 日時・会場 | 備 考 |
| 例）特定健診を受けるよう、家族や近隣に呼びかける。例）運動のパンフレットを、自治会の集まりで配り、自宅でできる運動について呼びかけをする。例）塩分濃度測定器を回覧して、減塩の呼びかけをする。活動内容は、同封の★「令和５年度健康づくり報告書」★「健康福祉班長の役割と活動内容について」…等を参考にしてください。 | ○月頃○月頃○月頃 |  |

■提出・連絡・問い合わせ先

計画書を記載された方は、**６月末**を目安にご提出をお願いいたします。

**荘原コミュニティセンター**電話　７２－４６００　　ファックス　７２－４６０２

Email　shoubara-cc@local.city.izumo.shimane.jp

**斐川行政センター　市民サービス課　健康福祉係**

電話　７３－９１１２　　ファックス　７３－９１１９

Email　hw-shimin@city.izumo.shimane.jp