

～令和6年度 活動振り返り～

【都筑区重点テーマ】

- ① 重症化予防のための特定健診・がん検診の普及啓発
- ② フレイルの予防・啓発

【主な活動内容】

令和6年5月定例会（5/28）

事業計画及び予算の策定ほか

定例会 = 正副長会議

第1回広報委員会（6/19）

- ・保健活動推進員だより「ゆうわ」第26号スケジュール・内容決定

健康チェック機器研修（6/20・21）

参加者：保健活動推進員22名（うち協力者5名）

- 内 容 ①健康チェックで使用する健康測定機器について
②機器の体験を通じた測定方法の学習

令和6年7月定例会（7/23）

- ・地区交付金の振り込み報告
- ・第1回広報委員会報告
- ・健康チェック機器研修活動報告
- ・健康チェック機器「レベルアップ」研修
- ・区民まつりの出店
- ・全体活動参加者予定数
- ・市保健活動推進員全体研修会
- ・市保健活動推進員だより第47号の執筆
- ・地区活動紹介パネル
- ・よこはま健康アクション

地区会計担当者研修（7/23）：定例会に引き続いて開催

- ・交付金の考え方、精算報告書等一式の記載について

【重点②】全体研修 健康チェック機器 レベルアップ研修（9/2）

参加者：保健活動推進員29名

- 内 容 ①健康チェック機器の意義、測定や結果説明のポイント
②健康チェック機器の結果に応じたワンポイント体操

講師 横浜市スポーツ協会 健康運動指導士 黒岩 司 氏

令和6年9月定例会（9/24）

- ・健康づくりネットワーク連絡会
- ・健康チェック機器レベルアップ研修
- ・区民まつり出店者説明会

- ・全体活動の従事（区民まつり、フレイル予防講演会）
- ・市保健活動推進員全体研修会 ・市保健活動推進員だより第47号の執筆
- ・地区交付金の支出状況調査 ・体組成計データの集計・活用 ・検便くん（区物品）の貸出
- ・保健活動推進員推薦依頼における地区活動紹介パネルの活用
- *議題終了後、地区活動の情報交換のためにグループワークを実施

【重点①②】都筑区民まつり（11/3）

従事者：保健活動推進員 26名（2部制）

内 容 【重点②】 ①健康チェック（メディカルアナライザー、握力測定）

【重点①】 ②健康診断・がん検診の普及啓発（シールアンケートの実施とチラシによる説明）

*都筑区医師会、歯科医師会、薬剤師会と連携してスタンプラリーを実施し、参加者に景品を提供

第2回広報委員会（11/8）

- ・ゆうわ初校確認 ・地区活動紹介パネルの利用

令和6年11月定例会（11/19）

- ・区民まつり報告 ・第2回広報委員会報告 ・令和6年度区交付金の執行見込み
- ・フレイル予防講演会でのパネル展示 ・ヒートショック予防啓発のご協力

【重点②】全体研修 フレイル予防・健康づくり講演会（12/9）

従事者：保健活動推進員 12名（2部制） 食生活等改善推進員〇名

聴講者：保健活動推進員 約45名

内 容 【講和】フレイルについて、簡単な体の動かし方及び正しいウォーキングの仕方

講師 一般社団法人ソーシャルフィットネス協会代表理事 杉浦 伸郎 氏

【健康チェックイベント】保健活動推進員による筋力チェック（立ち上がりテスト、握力測定）

食生活改善推進員による「たんばく質ちよい足しレシピ」紹介

講師杉浦氏による歩幅チェック

令和7年1月定例会（1/28）

- ・全体活動報告（ピンクリボンキャンペーン、フレイル予防・健康づくり講演会）
- ・ゆうわ第26号の発行 ・令和7年度 都筑区保健活動推進員委嘱式
- ・区交付金残金の使途 ・地区交付金の精算報告書等の提出
- *議題終了後、活動の引継方法の情報交換のためにグループワークを実施

第3回広報委員会（2/12）

- ・ゆうわ第26号の振り返り ・次年度発行スケジュール案
- ・フレイル予防・健康づくり講演会でのパネル展の報告 ・ホームページの有効活用

補足 ☆保者横浜市全体研修会（11/18） 関内ホール大ホール

☆令和7年3月定例会（3/18）