

## 地区活動の紹介～6月編～



### 【三河台ふくこがし女性部】



第6方部担当保健師から、地域の健康づくり、塩と健康、適しおについてお話しました。参加された方からは「適しおの味を知りたい」といった意見がありました。

### 【飯坂ヘルスマイト打ち合わせ】

福島市の食のボランティアであるヘルスマイトさんと飯坂地区担当の保健師の顔合わせを行いました。  
味噌汁と団子を一緒に作りました。



### 【福島市介護予防教室～小倉寺体操教室～】



前半は渡利包括支援センターよりいきいきももりん体操を実施し、後半は保健師から適しおの話をしました。  
みんなで元気に体操に取り組みました。

いつでも少人数でも地域にお伺いします！  
みんなで楽しく一緒に健康づくりしませんか。

