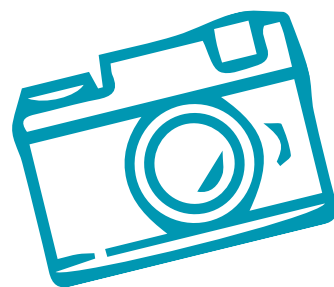


令和8年

vol 2



# 地区活動の紹介



## 西・吉井田・信夫地区



2026.7

### 【ヘルスメイト4G】

西・吉井田・信夫地区で活躍されているヘルスメイトと保健師の情報交換会を実施しました。

それぞれの地区で取り組まれている活動について教えていただいたり、今後、保健師と一緒に地域で取り組めそうなことについて話し合う事ができました。

## 信陵地区



2026.7

### 【信陵すくすくファミリー】

この会は、地域で子育て支援に携わる方や関係機関が集まり、力を合わせて子育てを応援していくための集まりです。

今回は、信陵地区の小・中学校から養護教諭をお招きし、学校における健康課題についてお伺いしました。その後、これからの活動にどのように活かしていけるか、グループワークを行いました。

## 松川地区



2026.7

### 【いきいきももりん体操】

毎週、いきいきももりん体操に取り組んでいる団体です。

生活習慣病予防について考えたいとお話をいただき、地区担当保健師による出前講座を実施しました。みんなで、いきいきももりん体操を行った後に、松川地区の健康課題をメインに生活習慣病予防のお話をしました。

## 吾妻地区



2026.8

### 【ふくこぶし吾妻 女性部会】

吾妻地区では、健康づくりの一環としてラジオ体操を推進しています。

今回はアイスブレイクの依頼があり、会のはじめに、ラジオ体操の効果やコツを紹介した後、椅子に座ってみんなで体操を行いました。

「上半身だけの体操でも、血流が良くなった」との声が聞かれました。