

旭区保健活動推進員は

こんな活動をしています



◇保健活動推進員とは…？

保健活動推進員は、自治会町内会の推薦により市長が委嘱します。地域の健康づくり活動の推進役、横浜市の健康施策のパートナー役として、地域で生活習慣病予防などの健康づくり活動を行います。

横浜市の健康づくり施策の指針である「第2期健康横浜 21」の地域における推進役として地域の人々の健康を支えるための活動を行うことが期待されています。

任期は令和5年4月から2年間です。

「第2期健康横浜 21」は、横浜市民の健康寿命を延ばすことを大きな目標としています。

◇活動内容は…？

- 地区単位や区単位の保健活動推進員会に属し、活動計画に沿って、他の保健活動推進員と一緒に活動します。
- 区役所が主催する育成研修を始め、様々な研修を通じて健康について学びます。それを、ご自身の健康づくりに活かしていただくとともに、地域の健康づくりのための活動に出来る範囲で取り組みます。
- 健康づくりを行う地域の団体等と共同で実施することや、区役所が主催する健康づくり事業に参加協力することもあります。
- 市民活動保険にボランティア活動保険を付加し、保健活動推進員の活動を補償します。
- 個人に対する報酬はありません。地区研修活動等に対して区から各地区へ交付金があります。
- 永年にわたって活動いただいた方には、勤続表彰の制度があります。

<活動例>

- 健康づくりに関する研修会への参加
- 健康チェック、体力測定の実施
- ウォーキング指導、体操教室の開催
- 受動喫煙防止や健(検)診受診促進の啓発活動等



総会（5月）



受動喫煙防止・禁煙キャンペーン(5月)



健康フェアでの健康チェック(10月)



各地区での活動例(ロコモチェック)

研修等の受講や活動の実践により、健康に関する知識が増え、ご自身やご家族の健康づくりができます。

活動を通じて地域の皆さんが健康になり、いきいきとした活力ある地域になります。

また、地域での仲間づくりができ、支えあって暮らせる地域につながります。