西区保健活動推進員会

会報

第42号
令和8年2月

西区健康づくり事業キャラクター
みらいカエル

この「会報」は
西区ホームページからも
ご覧いただけます

西区保健活動推進員　会報　検索

令和7年度　活動報告　その1

第50回西区民まつり

（11月2日）

西区保健活動推進員会は区民まつりで毎年健康チェックのブースを出展し、来場者の健康意識向上に取り組んでいます。握力測定は大人も子どもも楽しめて、運動習慣を見直すきっかけに。令和 7年度はメディカルアナライザーでの血管年齢測定も実施し、悲喜こもごもの声とともに健康を考える機会を提供しました。啓発資料の配布も行い、地域の健康づくりの場として親しまれています。

第19回ハマのウォーキングフェスティバル

（11月30日）

爽やかな快晴の下、西区保健活動推進員会は「ハマのウォーキングフェスティバル」を笑顔でサポートしました。スタート会場までの案内や、会場内の誘導を行い、ゴール会場では完歩記念スタンプを押して、参加者を拍手でお迎えしました。さらに健康チェックブースでは、握力測定や棒反応テストを実施し、楽しく健康づくりを応援しました。参加者との交流もあり、会場は終始和やかな雰囲気でした。

保健活動推進員（保活）とは

私たち「保健活動推進員」は、自治会･町内会の推薦を受け、横浜市長から委嘱された地域の健康づくりを推進するボランティアです。ウォーキングイベントや体操教室等を実施したり、握力測定や血管年齢測定等の健康チェックを行ったりして、西区のみなさまが気軽に健康づくりに取り組めるようお手伝いしています。

みなさまのご参加を、保健活動推進員一同、心よりお待ちしております!

各地区の会長･副会長

委嘱状交付式を開催しました

令和7年4月9日、西区役所で保健活動推進員委嘱状交付式が行われ、86名が横浜市長より委嘱を受けました。委嘱式当日は、菊地西区長より、委嘱状の交付とご挨拶をいただきました。式典後の講習会では、「西区の健康課題」、「保健活動推進員の活動」についての講話を聞き、保健活動推進員が地域の健康づくりに欠かせない存在であることを、新しいメンバーと共有し、理解を深めました。

会長
渡辺　正枝

西区保健活動推進員会の会報をご覧いただき、ありがとうございます。私たちは、地域の皆さまが楽しく健康づくりに取り組めるよう、ウォーキングイベントや体操教室、握力や血管年齢測定等の健康チェックを行っています。今後も温かい交流を重ねながら、活動をさらに充実させていき、皆さまと一緒に健康なまちづくりを進めてまいりたいと思います。皆さまの笑顔と健康を守るため、仲間と力を合わせて取り組んでまいりますので、ぜひお気軽にご参加ください。

西福祉保健センター長
市川　裕章

日頃から地域の健康づくり活動にご尽力いただき、心より感謝申し上げます。保健活動推進員の皆様には、体操教室やウォーキングイベント、健康教室開催等といった各地区での活動はもちろんのこと、「西区民まつり」や「ハマのウォーキングフェスティバル」等の区でのイベントを通じて、地域の健康づくりを支えていただいています。区民の皆様が、この会報を通じて保健活動推進員会の活動に親しみを感じ、一緒に健康づくりを広げていただけることを願っております。

令和7年度　活動報告　その2

第一地区

地区全体で15年続く味噌作り、体操、料理教室の活動を行っています

第2地区

月1回ウォーキング 年2回笑いヨガで心身共にリフレッシュ!

第3地区

健民祭では健康測定機器を使って健康チェックをしています

第4地区

野毛山動物園
ウォーキングスタンプラリー

第五地区

魅力的な街!歩いて元気!
心も体もリスタート!
地域でつながる!たのしくウォーキング

第六地区

秋晴れの日、健民祭も握力測定も楽しく、みんなで頑張りました

みなとみらい地区

盆踊りで健康づくりをテーマに
みなとみらい地区の住民向け
講習会を開催しました

おめでとうございます

表彰受賞者

保健活動推進員永年勤続表彰で、西区からは10年勤続者として、5名の方が、20年勤続者として3名の方が表彰されました。
（令和7年度）

編集後記

編集委員長　金田　淳

西区は昨年度、区制80周年を迎えました。これからも90周年、100周年に向けて、健康チェックやウォーキングなどの活動を通じて西区民の健康寿命を延ばすお手伝いを、みなさんと共に盛り上げたいと思います。

■発行　西区保健活動推進員会　令和8年2月（事務局:西区中央1−5−10　西区福祉保健課内　☎045−320−8439）
■発行責任者　会長　渡辺　正枝　■編集委員長　金田　淳