

すこやか21通信

発行所：大和郡山市保健センター
〒639-1136 大和郡山市本庄町317-2
電話 (0743) 58-3333
大和郡山すこやか21推進委員会



今年度3回目の開催でした。
令和4年度の活動を振り返り、第2次計画最後の推進に向けて学びを深めました！

令和4年度活動報告

野菜週間(8月)

ポスター掲示やティッシュ・レシピを配布。ツイッターも配信。市民に幅広く啓発しました。

イベントの時に野菜を買ってくれた人にレシピとティッシュを渡しました。(大和郡山市4Hクラブ 乾さん)



がん検診を受けようキャンペーン(10月)

ポスター掲示やティッシュ等の配布。PTA、薬局他みなさま、ご協力ありがとうございました。3年ぶりに開催されたトリスポーツフェスティバル・すこやか21健康フェスタでは大腸がんクイズや乳がん自己検診体験、貧血・血管年齢測定をしました！



これからも気軽に健康の相談をしてほしいです！(薬剤師会 石田さん)



オレンジリボンツリー

オレンジリボンキャンペーン(11月)

オレンジリボンの配布や着用、児童虐待防止啓発ポスターの掲示やのぼりの設置など各所にてコロナ禍でもできる範囲で児童虐待防止の啓発活動にご協力いただきました。ありがとうございました！



活動体験

塩分クイズ

大和郡山市民は塩分を摂りすぎている～。今年度、カップ麺の媒体・クイズで啓発しました。Q熱い物と冷たい物、どちらが薄味に感じる？などクイズを一緒に行い、媒体は終了後に体験してもらいました。



運動・身体活動

第2回推進委員会時にフレイル予防についての勉強会をしました。きんっと体操をして多くの団体にDVDをお持ち帰りいただきました。すこやか21健康フェスタでは市民公開講座「体と心の健康づくり～フレイル予防について～」を行いました。生活活動で積極的に身体を動かす**プラス10**をしていきましょう！



大腸がんクイズ

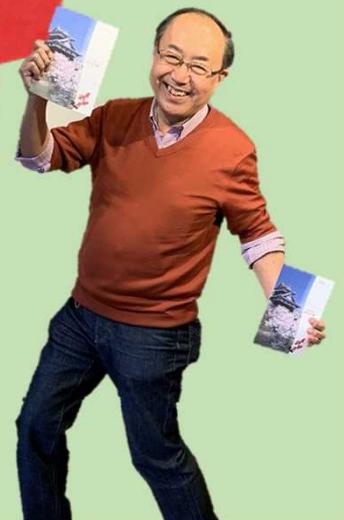
すこやか21健康フェスタなどで市民に実施した大腸がんクイズを体験しました！『40歳になったら毎年1回大腸がん検診』ぜひ広めていってくださいね！

岐阜大学医学部医学教育開発研究センター教授
藤崎 和彦先生より

第2次計画は本来であれば今年が最終評価の年でした。しかし、コロナ禍で計画は2年延長している状況です。令和7年が最終評価の年ですが、令和6年度にはアンケート調査を行うので、来年が周知に取り組める最終年となります！

アンケート調査は市民だけでなく、団体への周知度も図るので、「代表で出てもらっているけど何しているかわからない」ということがないように、推進委員会の内容をぜひ各所属に持ち帰ってください。来年度も引き続きご協力お願いします。

100万歩手帳が
リニューアルしました！
どんどん使ってね♪



令和5年度も引き続きご協力よろしくお願いたします。
第1回すこやか21推進委員会は
令和5年6月9日(金)13:30からの予定です。