

# 食生活改善健康づくり推進員会

食生活改善健康づくり推進員とは、運動・栄養・休養のバランスのとれた生活習慣を自ら実践するとともに“健康づくりを身近な地域の中に広めていく”活動を行う町独自のボランティアです。

## 活動内容

- 健康講座
- 調理実習
- 健診受診の呼びかけ等

地域のみなさまがより健康に生き生きと元気に暮らせるよう健康に関するさまざまな取組を企画・運営し、地域で健康づくり活動を展開しています。

例えば、ウォーキング教室や料理教室開催希望など「私たちのところでも……。」と思われる方は、ぜひお電話をください。



<問い合わせ>

健康福祉課 健康管理係(食生活改善健康づくり推進員会事務局)

TEL 35-2414

FAX 35-2459