

東通村健康づくり推進大会 いつでも どこでも だれでも ヘルスプロモーション

平成28年2月20日（土）東通村体育館にて「東通村健康づくり推進大会」を開催し、約600名の方々が参加しました。

この大会は、個人や家庭だけではなく、地域全体で健康づくりの意識を向上し、それぞれに合った健康づくりの取り組みへつなげていくことを目的としています。

今回、越善村長の掛け声に合わせ「いつでも どこでも だれでも ヘルスプロモーション」という宣言のもと、会場にいる参加者全員で「健康づくりをがんばろう！」と誓いました。

ヘルスプロモーションとは、皆さん自身が『自らの健康をコントロールし、改善できるようにすること』です。今後も、自分自身の健康について考え、取り組み、地域全体が心身ともに健康でいきいきと生活できるよう、皆さんと一緒に取り組んでいきましょう！



弘前大学大学院
中路先生によるご講演！



地域医療振興協会
中村先生によるご講演！



トークセッションでは、パネリストの皆さんに現在と今後の取り組みについて発表してもらい、意見交換しました！



たくさんの方々に参加していただきました！

東通村健康合いことば

- ㊦ 人と人との輪を大切にしよう
- ㊦ がん検診・基本健診は毎年受けよう
- ㊦ しっかりかんで、バランスのとれた食生活にしよう
- ㊦ となりに迷惑、禁煙・分煙しよう
- ㊦ おとなも子どもも肥満を予防しよう
- ㊦ 理想の自分を目指し、プラス10分動こう