

「村民健康チャレンジ～みんなで取り組む心と体づくり～」 約300名の方が参加しました！

9月は「村民健康チャレンジ」月間でした！村内在住・在勤の方約300名が参加し、一人ひとり自分に合った健康のための宣言をして1か月間実践されました。コロナ禍での生活習慣の乱れを防ぎ、健康を保つことを目的としたこの取り組み、宣言の内容は「毎日東通村産の野菜を食べる」、「浜風にあたりながら歩く」、「毎日1曲ダンスを踊る」、「ちょっとだけビールを減らす」など、村想いで個性豊かな宣言が、たくさん寄せられました。参加された方には、10月末を目途に参加賞、抽選賞品当選者の方には賞品を、

いずれもお届けをもって発表に代えさせていただきます！好評に応え、現在第2弾を計画中です。今回参加できなかった方はぜひご参加ください。今回参加された方は、今後も宣言したことを続けて、こころもからだも元気に毎日の生活を送ってください。

～「村民健康チャレンジ」が、東奥日報に掲載されました～

東通
村が意識付け参加募る

東通村が「村民や村内事業所に勤めている人たち向けに、健康への意識を高めてもらう「村民健康チャレンジ」を企画した。新型コロナウイルス下での新しい生活様式で健康を保つため、意識付けを図る。31日まで参加を受け付け中で、健康づくりに役立てられるグッズを参加賞として用意する。抽選で10人に村特産品詰め合わせを贈る。(工藤洋平)

村民らに、企画を知らせるリーフレットを配布した。「コロナ撃退クイズ」と題し、心身の健康を保つ取り組みについて質問。添付のポスターを基に答えてもらう。さらに、健康づくりのためにどんな行動を取るか目標を立て、9月の1か月間にその行動ができたかどうかを記録する。まず、クイズや行動目標

を記す「登録シート」で参加登録。その後、行動を記録するシートに記入して、10月9日までに応募する。村の担当者は「コロナ下で在宅時間が増え、運動不足の人もいるだろう。目標を達成できるかどうかは問わない。参加することによって、健康づくりに向けた行動そのものへの意識が高まるのでは」と呼び掛けている。問い合わせは、村いきいき健康推進課(電話0175-285800)へ。

東奥日報2020年8月19日掲載
※レイアウトに変更はありますが、内容に変更はございません。

インフルエンザ予防接種助成のお知らせ

村では、下記対象者の方へ、インフルエンザ予防接種費用の助成を実施します。助成期間：令和3年3月末日

| 助成対象者 | | その他 |
|-------|---|--|
| 1 | 満6ヶ月以上～中学校3年生までの方 | ※対象の方には個別通知します。 通知をご覧になり接種をすすめてください。 ※接種を希望する方は、いきいき健康推進課へ電話でお申し込みください。必要書類を送付いたします。 |
| 2 | 65歳以上の方 (S31.1.1 生まれまでの方) | |
| 3 | 60～64歳で心臓・じん臓・呼吸器障害・ヒト免疫不全による免疫機能障害で、身障手帳1級をお持ちの方 | |
| 4 | 妊婦 (母子健康手帳を有する方) | |
| 5 | 1～4以外の生活保護世帯 | |

【問合せ先】 TEL0175-28-5800