



健康ワンポイントアドバイス

健康づくりをサポートする 保健推進員

保健推進員は、市民の健康維持・増進を図るため、市民と行政をつなぐ役割を担っています。市長の委嘱により、現在109人が地域で活躍しています。

市の保健事業に協力

がん検診、乳児健診、離乳食教室に出向き、減塩意識調査や健康づくりに関するチラシの配布、汁物の塩分濃度調査を行って減塩を呼びかけるなどの啓発活動をしています。また、研修会に参加し、活動に必要な知識の習得もしています。

協議会の活動

旭市保健推進員協議会を設置し、支部ごとに協力して活動しています。

●「旭産 簡単・ヘルシーレシピ」の掲載

広報あさひ毎月15日号に、旭産の食材を使った健康的な料理のレシピを掲載しています。

●シニアカフェ

地域の高齢者に声をかけ、皆さんが元気になれるよ



検診会場で減塩意識調査



シニアカフェ

うなカフェを開催しています。カフェでは、漢字クイズやおしゃべりタイム、健康ダンスなどを行っています。

●食育活動

子どもの頃から食に興味を持ち、栄養バランスの取れた食事で元気に毎日を過ごせるように、市内の小・中学校や高校で食育活動を行っています。

●イベントに参加

あさひスポーツフェスティバルやあさひオータムジャンボリーに参加し、ヘルシーレシピ集の配布などを行っています。

今後も市と協力し、皆さんの身近な健康づくりサポーターとして活動していきます。

【健康づくり課 管理栄養士】