

第四十五回 健康生活展

9月22日(木・祝日)、第四十五回健康生活展、第四十一回消費生活展が開催されました。保健補導委員会では、血圧について学んだことをまとめたパネル展示と、血圧を下げるための単体操を実践しました！



健康チェックコーナー
今年も盛況でした！



えこぼんも
遊びにきたよ！



各区 一地区一事業

保健補導委員会では、各区で地域の方と一緒に健康についての知識を深める、「一地区一事業」を企画・開催しています。その様子をお伝えします。



6区では、「ながら運動とストレッチ」をテーマに、教室を行いました！

その他の区では・・・

- ・フラダンス
 - ・太極拳
 - ・リンパマッサージ
 - ・ビューティ・ペルヴィス（骨盤体操）
- など、今年もさまざまな企画で実施しました。参加して下さったみなさん、ありがとうございました！

〈十二月までの予定〉

十二月 年間活動報告会

保健補導委員会だより発行

発行

下諏訪町保健補導委員会 事務局
下諏訪町役場健康福祉課
保健予防係（下諏訪町保健センター）