

健康ひょうご21県民運動

西播磨会議の紹介

○所管市町○

相生市・たつの市・赤穂市・宍粟市・太子町・上郡町・佐用町



(公財)兵庫県健康財団
マスコットキャラクター けんぞうくん

令和3年度

健康ひょうご21県民運動西播磨会議
フォローアップ研修会

- ・ 参画団体数 124団体
- ・ 健康づくり推進員数 216人
- ・ 8020運動推進員 216人
- ・ 食の健康運動リーダー 118人

□ 日 時 令和3年11月29日(月) 13:30~15:30

□ 会 場 たつの市新宮ふれあい福社会館

□ プログラム I 講演 「オーラルフレイルを予防しよう
～お口の元気はからだの元気のもと～」

講師：兵庫県健康福祉部健康局健康増進課
歯科衛生士 秋山 安祐美 氏

II 健康体操 「感染症対策でより明確になった
身体活動の取り組み」

講師：健康運動指導士 亀澤 徹郎 氏

III 講演 「今から始めよう！フレイル予防」(仮)

講師：赤穂健康福祉事務所 地域保健課
管理栄養士 藤田 志保 氏



健康マイプラン実践講座 (令和2年度は、4講座 実施いたしました)

参画団体が主催する講演会や研修会に、兵庫県健康財団より健康づくりに関する講師を派遣し、健康づくり活動の支援を行いました。



開催日	団体名	講演名	講師
11月1日	上郡校区まちづくり推進委員会	「怪我のない楽しいサイクリング・ウォーキングのための準備体操の指導」	健康運動指導士 溝渕 紀子氏
11月18日	上郡町高年クラブ連合会	「心と身体の健康体操」	健康運動指導士 田口 たえ子氏
3月14日	西播磨青少年本部	「青少年サポートセミナー教養講座」 脳トレ	健康運動指導士 田口 たえ子氏
3月18日	すこやかクラブ	「心と身体の健康づくり ～楽しくやってみよう～」	健康運動指導士 田口 たえ子氏



(上郡校区まちづくり推進委員会) (上郡町高年クラブ連合会) (すこやかクラブ)

【健康ひょうご21県民運動西播磨会議】
(公財)兵庫県健康財団西播磨支部

