

保 健 活 動 推 進 員



石川・打越
地区

埋地地区

ともえ会

関内地区

3つの楽しみ

開催 ◇ 月: 1回 ◇ 年: 10 ~ 12回

1 学ぶ楽しみ

2 やる楽しみ

3 知合う楽しみ

どんな活動をしているの？

石川 / 打越地区・埋地地区・関内地区 3地区とともに「ともえ会」というグループとして、一緒に毎年町ぐるみ健康教室を開催しております。講師には、毎回身近な話題を提供していただき勉強しています。液済会病院・横浜ふれあいホスピタル他、専門の先生にお話を聞いたり、昨年10月は「ぜひ知っておきたい中高年の婦人科」というテーマでの勉強会を開催しました。横浜市のテーマはウォーキングということですが、私ども、健康教室中区ともえ会は、高齢者が多いため、独自路線で頑張っています。よろしかったら皆さんご参加ください！ 詳しくはともえ会までお待ちいたします。



3つの楽しみに GO!



CT スキャニングの説明

腰痛について その原因と治療法



ベタンクに挑戦 外人さんも参加して



皆仲よし 象の鼻地区



横浜ふれあいホスピタル健康法・見学会

埋地地区 年1回歩いています



ぶらり！八景島でウォーキング

詳しくは埋地地区保健活動推進員会まで