

# 第 3 地 区

## 保健活動推進員会

上野、柏葉、鷺山、竹之丸、立野、  
神尾台、西ノ谷、本牧緑ヶ丘、  
豆口台、妙善寺台、麦田、大和、  
滝之上、山手東部

毎月1回、麦田町ケアプラザでの定例会で、  
地域の皆様の健康づくりのお手伝いとして、  
赤ちゃん学級、歩こう会、講演会などの企画  
を行なっています。



## さわやか歩こう会

毎月第4金曜日のウォーキング



## 赤ちゃん学級支援

初めてのお子さん（10ヶ月まで）を育てているママを  
支援しています。保健師さんにアドバイスをいただいたり、  
ご近所のママとの情報交換の場になっています。



毎月第1金曜日  
10:00～11:30  
麦田町ケアプラザ 1F



麦田町ケアプラザ

## 口腔フレイル予防

10.27 (金)

食事がいつまでも楽しめるよう、お口と  
お口の周りの筋肉を鍛える体操の仕方や  
健康維持の方法を学びました。

