

みんなで作る しあわせ健康生活

元気でいきいきと暮らすために、今できることから一歩ずつ。健康づくりを地域みんなで応援します。

■健診・検診を受けよう！

- 各種がん検診
(胃・大腸・肺・乳・子宮・前立腺)
- 特定健診 ・歯科相談
- 骨粗しょう症検診 ・結核健診



健診・検診について詳しくは、増刊号をご覧ください。

■自分の身体を知ろう！

●アルコールパッチテスト



アルコールに対する体質の判定テストです。
区のイベントだけでなく、区役所2階23番窓口でも実施しています。

●血圧測定



普段から血圧を測りましょう。
区役所2階に自動血圧計を設置していますので、いつでも測定が出来ます。
23番窓口で保健師が測定したり相談もしています。

■生野区の健康づくり団体です！一緒に活動しませんか？

生野区食生活改善推進員協議会「ヘルスマイト」(愛称)

「健康講座保健栄養コース」の修了者組織として、昭和54年に発足。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を、食を通して推進しているボランティア団体です。キッズクッキングや男性対象の料理教室等の講座や健康展をはじめとする様々なイベントで地域の皆さんに伝達する活動に取り組んでいます。ピンクのエプロンが目印です。



健康づくり推進協議会「カトレア会」

「健康づくりひろげる講座」の修了者組織として、平成4年に発足。

「自分の健康は自分で守り、いきいきと暮らしていく」を目標に、いくの健康展をはじめ様々な区の行事で、いくみん健康体操や血管年齢測定等で参加協力し、地域に根ざした幅広い活動に取り組んでいます。



生活習慣病予防教室終了者の会「ひまわり会」

生活に運動を取り入れ、自主的・積極的に健康づくりに取り組むことを目的とし、平成6年に発足。

会の活動として、健康づくりに関する勉強会の開催、ウォーキング、リズム体操等を行い、区の行事では、体脂肪測定の実施など健康増進の啓発活動を行っています。



問合せ

健診・検診／食育・栄養改善…☎保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652
健康づくり・保健活動…☎保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

