

# 保健連絡員全体の活動

## 1. 総会

昨年度の活動報告と今年度の活動計画を確認しました。新しい役員の紹介も行われ、保健連絡員活動のスタートを切りました。

月日	内容	参加者数
4月24日(木)	1 議題 ① 令和6年度 保健連絡員活動報告について ② 令和7年度 保健連絡員活動計画について 2 新役員紹介	179人

## 2. 学習会

行事名	月日	内容	参加者数
第1回学習会	令和7年 4月24日(木) 総会後	保健連絡員として活動を始めるとして大切な心構えについて学び、地域の健康づくりに向けた視点を深めました。  【講演】 「身近なところから始める健康づくり～半歩踏み出そう!～」 【講師】 愛知医科大学大学院看護学研究科特命教育教授 坂本真理子氏 【場所】 市民会館 【実施内容】 ・保健連絡員として活動を始めるとしての心構えについて	179人
第2回学習会	5月28日(水) 5月30日(金)	正しい歩き方の指導とレクリエーションを行い、楽しく体を動かすことができました。また、令和7年1月にオープンしたヘルスラボ・こまきの見学を実施し、健康づくりのきっかけとなる身体の測定や食事のバランスチェックなどの体験を行いました。  【講座】 「健康づくりウォーキング&ヘルスラボ・こまき見学」 【講師】 小牧市体操連盟健康体操部 体操指導員 宮崎加代 氏 【場所】 まなび創造館 アリーナ1/ヘルスラボ・こまき 【実施内容】 ・ウォーキング指導、体操など実技 ・レクリエーション(親睦を深めるゲーム) ・ヘルスラボ・こまきの見学	71人
グループ学習	各地区で設定	各グループの活動テーマにあわせて学習会を実施し、地域の健康づくりについて理解を深めました	—

ウォーキング指導の様子



### 3. 地区懇談会

地区ごとに、健康づくりについて意見交換を行う「地区懇談会」を実施しました。全地区あわせて**176人**が参加し、地域の健康課題や保健連絡員の役割、保健センターの事業などについて、活発に意見を交わしました。

### 4. 保健連絡員養成講座

新しく活動を始める方を対象に、保健連絡員の役割やコミュニケーション、がん検診などを学ぶ講座を実施しました。



月日	内容	参加者数
4月 9日 (水) 4月11日 (金) 4月14日 (月) 4月18日 (金)	講話 「保健連絡員について」	84人
6月30日 (月)	コミュニケーションに関する講座 【初級編】 講師：特定非営利活動法人 ゲートキープ-TONARINO GKT理事 保健師・公認心理師 児玉裕子氏	39人
9月 2日 (火)	コミュニケーションに関する講座 【ステップアップ編】 講師：特定非営利活動法人 ゲートキープ-TONARINO GKT理事 保健師・公認心理師 児玉裕子氏	25人
随時	乳がん検診 プレスト・アウェアネス ミニ講座	41人※
随時	大腸がん検診	31人※

(※養成講座として申込みし、受診した者)

### 5. 体験講座

1年目の保健連絡員を中心に、普通救命講習や介護予防講座などを受講し、生活に役立つ手技等を学びました。

9月7日 (日) 9月8日 (月) 9月9日 (火)	普通救命講習「心肺蘇生法」 「AEDを用いた応急手当」 講師：小牧市消防署 職員	23人
----------------------------------	--	-----



## 6. 保健連絡員活動の周知及び情報の発信

9/1（月）～9/8（月）

健康増進普及月間に合わせて、保健連絡員の皆さんが学んだ健康知識や、日頃取り組んでいる活動の紹介展示を中央図書館で行いました。



10/11(土)

保健センター主催の『健康フェアinこまき』では、保健連絡員の皆さんが地域で学んだことや取組を展示し、来場した市民の皆さんに紹介しました。また、クイズラリーも実施し、楽しみながら健康への関心を深めてもらえる場となりました。

### 健康フェアinこまき クイズラリー

健康豆知識

第1問 掲示の中にヒントがたくさん！  
小牧市には健康に関するボランティアさんがいます。その名前は何でしょう。  
①健康推進員  
②保健推進員  
③保健連絡員

第2問 様々な種類のスタッフがおり、「みんなで子育てを応援し合う会」として早期胎児の関与となっている団体の名前はなんでしょう。  
①あひさ学園  
②あひさま学園  
③たいよう学園

第3問 小牧市には、楽しく日常生活に取り入れられるフェーキングアプリがあります。名前は何でしょう。  
①aiko(アイコ)  
②asobo(アソボ)  
③alko(アルコ)

第4問 高齢者が安心して暮らすための地域の総合相談窓口はどこでしょう。  
①保健所  
②地域包括支援センター  
③子育て世代包括支援センター

第5問 食事をする時に一口あたり何回噛むと良いでしょう。  
①10回  
②20回  
③30回

第6問 1日に摂ると良いとされる野菜の量はどのくらいでしょう。  
①350g  
②500g  
③150g

第7問 認知症の方への対応の心得ではないものは何でしょう。  
①驚かせない  
②急がせない  
③走らない

完成したら答え合わせブースへGO!

