



**西大寺学区
健康21推進協議会**

平成28年10月に西大寺中学校区健康21推進協議会が発足。中学校区での活動に加え各小学校区でも活動を行っています。

**西大寺中学校区
OKAYAMA!市民体操実践指導者講習会**



敬老会にて
西大寺高校ダンス部が
市民体操を実施



ラジオ体操の会で
小学生と市民体操!



育成協・小学校と連携し
観音院に向け、ええとこ発見
ウォーキング

今後も様々な組織や世代が
つながり健康づくりの輪を
広げていきたいと思ひます



サイくん



**西大寺南学区
健康21推進協議会**

市民体操普及のため
ボランティアが活躍!



敬老会



冬まつり

今後も活動を継続し、
さらに地域全体が元気な
なることを目指します



小学校のPTAの皆さんと
子どもたちで市民体操



**雄神学区
健康21推進協議会**

公民館と連携して、
窪八幡宮へウォーキング！



子どもから高齢者まで
みんなで体操！



中学校区の市民体操講習会で
つながりができました

様々なイベントで
OKAYAMA!市民体操を実施し
運動習慣の定着をめざします



ヤーリー
(鴨梨)



**豊学区
健康21推進協議会**

健康寿命の延伸に向けた研修会



地域のいいところを
再発見しながらウォーキング



健康寿命の延伸を目指して
今後も継続して活動していきます

愛育委員と参加者全員で
OKAYAMA!市民体操



だるまがえる

旭東健康21

「5年後のゆめ…」
 地域みんなに「旭東健康21」を知ってもらう
 健康について気軽に話し合える地域をめざす

地域のウォーキング大会でも！

準備体操にOKAYAMA！市民体操をし、健康宣言やアンケートも実施しました！

健康づくり教室、開講！

地区の健康課題である「高血圧」を予防するため、旭東健康講座や旭東公民館文化祭にて、減塩クイズや減塩味噌汁の試飲をしました！

「旭東健康21」発足！

地域で話し合いを重ねること約10回！平成29年5月、ついに旭東中学校区で健康に関する組織が発足しました。

期待と不安をもちながら…いざ、出発～！

山南健康を守る会

各学区や各種組織・団体が連携し、山南中学校区の健康を守り、高めていくことを目指し、平成29年5月に発足しました。

第6回山南健康まつり
『60からの健康生活』
～減塩でバランスの良い食生活を～

食育SATシステム

**各地区のイベントで
けんしんの普及・啓発**

乳がん検診のPR

ええとご発見図を活用した
ふるさとまち歩き

山南中学校区のええとご発見図は子どもたちも大好きな山南の行事「おせたい」や「お大師堂めぐり」などに着目して作成しました。

…今後の思い…
 高齢になっても笑顔で元気に生活できる地域にしていきたいです。

梅まつり 犬島済生丸検診

すこやか上道推進委員会

小鳥のさえするまち・すこやか上道

平成25年5月発足。
上道中学校区の**市民の健康**と、**健康な地域**
の実現を目指しています。

食育SATシステム
を使った
ワークショップ

「はばたけ！！上道健康フェスタ2017」
中国学園大学の協力のもと、中学生も参加して
食をテーマに世代を超えた健康づくりの場となりま
した。

みんなで
OKAYAMA！
市民体操

「上道ええとこウォーキング」
幼稚園児、小学生の親子と一緒に
小鳥の森周辺を歩きました。

今後も若い世代から高齢者まで世代をこえた地域の健康づくりに取り組みます。

政田学区 健康市民おかやま21協議会

平成28年6月、政田地区安全・安心
ネットワークを中心に発足。

地域のみなが**健康**に
減塩をテーマに講演会！
健康寿命を延ばすコツを学んだ！

先人に**感謝**

潮風薫る湾岸を
四つ手綱を見ながら
ウォーキング！
地域のええとこ再発見！

政田ええとこ健康ウォーク

子どもたちが将来に
希望をもてる

夏休み毎日体操！
参加者延べ3,800人！
健康・交流の輪が広がった！

夏休み・ふれあい
ラジオ体操&OKAYAMA！市民体操

講演会

地域でつながり、**健康・感謝・希望**を合い言葉に活動していきます！