

健康ふちゅう21(第3次)計画 令和7年度~18年度

3月に健康増進のための計画「健康ふちゅう21(第3次)計画」などを策定しました。一緒に生活を見つめ直して、健康長寿を目指しましょう。

基本理念

すべての市民が共に支え合い、健やかで、
こころ豊かに暮らせるまち

基本目標

- ▶ 「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」に向け、生活習慣の改善、疾病の早期発見・治療、介護予防、フレイル予防などのさまざまな事業に取り組む
- ▶ 同時に策定した、「食育推進計画(第4次)」、「自殺対策計画(第2次)」とも併せて、生きがいのある暮らしができる社会の実現を目指す



☎健康推進課(リ・フレ内・☎47-1310)

本編はこちら▶



元気な活動をご紹介します

めざせ！元気なふちゅう

☎健康推進課

(リ・フレ内・☎47-1310)



今年度も始まりました！

元気もりもりサポーター教室

元気もりもり体操自主グループの代表者とサポーター向けの初回教室が4月4日に開催され、健康運動指導士の西本光子さんから15人の参加者が楽しみながら体操を学ばれました。

元気もりもり体操を地域で広めたい人、ぜひ参加してみませんか。

私、初めて参加しました！

小川 眞澄さん

趣味の延長から参加してみようと思いましたが、最近体操を始めて、心配だった膝の調子もよくなった気がします。今回、先生から学んだことを友達にも教えてあげようと思います。



参加者募集中！

時 毎週金曜日

所 リ・フレ

内 ▶ 体操指導

▶ 認知症予防のための脳トレ

▶ レクリエーション