



元気づくり広報部通信

にこ祭冬のイベント紹介

昨年12月26日ににこ祭月台内で開催されました。はじめは全員で、ジャンケンゲーム「めざせニこ大王」で子供も大人も熱くなり上位3名には、メダルとステキな景品がおくられ。その後は、『へえへえ作り体験』『こま作り体験』『お茶屋さん』『あつまや体験』は、天気が悪く室内で、お茶屋さんらしいものを自分でやって食べたり、冬休の子供達も大勢参加し、楽しい半日でした。また来年も、みんなが楽しめる、イベントが出来るといいですね。❤️



2018 元気づくりプログラム体験会

3月9日 産業文化会館で、「手をつなぐ 心をつなぐ 元気づくりプログラム体験会」が行われ、約80人の企画委員、100人の市民が参加しました。ほっとHOT中系と、にこ祭月台内を中心に、市民協働で行われている健康づくりプログラムを広く市民に知ってもらおうと企画され、今年で4回目。16のプログラムのブースでは、それぞれの特徴を凝らした体験をしたり、景品をもらったりと、ふれあいを楽しみ笑顔がいっぱいありました。

今年は、胎内いきいき脳活クラブのメンバーが司会をしてくれ新鮮でした。元気づくりPR隊が3年越しで企画立案していた【元気・ふれあいため体操】が披露され、みんなで歌いながら踊りました。

皆さんの企画が素晴らしく、どのブースも大盛況でした。特にお茶受けのついたみんなのお茶屋、デザートプリンが付いたにこ祭料理、中着の紐通し、輪投げゲームでプレゼント、カイワレ大根の栽培体験、メッセージボード作り、軍手アート、脳活のパズルなど、など入で溢れました。テーマ通り、胎内市のみなさんと手と心でつながる事ができ、元気をもらいました。

プログラム参加者の声

- 初めて来たと言ひ薬地高橋地区の3人組・・・「こんなすごい事を行っているの知らなかった。びっくりした。今まで損をしていた。自分の興味のあるウオーキングと料理に参加したい。
- 60代平本田女性・・・今年初めて参加した。すごい新鮮だった。なんで皆さんがこんなに生き生きしているのか、駆り出されてやっているのではなく、自分が楽しんでやっているからか。胎内市が元気な理由がわかった。すごい!
- 60代女性・・・楽しくて元気が増えた1日だった。あつという間だった。自然に笑顔になった。お客さんがいっぱい来てくれた。
- 60代西条の女性・・・脳活のゲームに参加した。10年位若返った。こんなに素晴らしい事を行っているのが分らなかった。こゝろ参加したい。
- 70代薬地女性・・・企画委員として毎年参加している。元気をもらっている。自分の健康のため参加している。
- 60代女性・・・いきいきと自分らしく元気をもらいました。



健診PR隊

健診の大切さをPRして、たくさんの方が健(検)診を受けてくれるよう活動しています。

胎内市の健康づくりの考え方は、基本理念として「健康は、病気と元気のバランスか減、減らすのは病気、増やすのは元気!!」。そして目的は「その人らしい豊かで幸せな人生」です。

私たち、健診PR隊は、市民の皆さんが健(検)診を受ける事で、自分の健康に関心を持ってもらいたい思いを持って、特定健診、がん検診、その他の検診を受診していただけるようPRしています。

今年度も、胃がん、大腸がん検診は4月から特定健診は5月から始まります。

その他の検診としては、胎内市の補助で、無料、一部負担で受けられるもあります。対象者には市から個別に郵送でお知らせしていますので、連絡を受けた方はぜひ、受診していただきたいと思っています。



