

## 令和6年度 広丘地区の地区活動

### ① 地区の課題・取り組みたいこと

- ・ 高血圧の人を減らそう！（運動・DASH食・減量・運動・節酒）
- ・ 健診受診率1位の維持（健診受診のPR）

### ② 活動報告

講座・事業名	野村夏祭り ヘルスアップブース	
開催時期	令和6年7月27日(土)	
開催場所	野村区運動公園	
内容	講師	なし
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩分3gクイズ(参加賞として、減塩菓子の紹介と配布)</li> <li>・超音波骨量測定</li> <li>・減塩のポイント チラシ配布</li> </ul> 参加者:約120名	

講座・事業名	広丘地区 文化祭音楽会		
開催時期	令和6年11月10日(日)		
開催場所	広丘小学校 体育館2階		
内容	講師	なし	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩分3gクイズ(参加賞として、減塩食品や減塩菓子の紹介と配布)</li> <li>・調味料の塩分並べ替えクイズ、おでんバイキング</li> <li>・塩尻市の健康情報や減塩のポイント チラシ配布</li> <li>・明治安田生命の自律神経チェッカー</li> </ul> 参加者:約150名		

講座・事業名	えんてらすマルシェ 健康ブース	
開催時期	令和6年12月21日(土)、令和7年1月22日(水)	
開催場所	えんてらす内 広丘図書館前 ロビー	
内容	講師	なし
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩尻市の健康情報の周知</li> <li>・特定健診やがん検診の受診勧奨(チラシ配布)</li> <li>・健康手帳や減塩調味料の紹介と配布</li> <li>・らくらくウェルネス(脳年齢、血管年齢測定)</li> </ul> 参加者:各30名	



### ③地区会議の開催

- ・第1回地区会議 (令和6年5月30日)  
…令和6年度活動計画、予算案、役員決め、自己紹介
- ・第2回地区会議(令和6年9月4日)  
…文化祭と地区活動の準備
- ・第3回地区会議(令和7年2月8日)  
…活動報告、意見交換

### ④種まき通信等 配布物

- ・無し