

中区健康市民おかやま21推進会 活動ニュース

“健康市民おかやま21(第3次)”

「すべての市民が健康で、心豊かに生活できる持続可能なまち」を目指して、令和6(2024)年度～令和17(2035)年度まで行っている健康づくりの取り組みです。

詳しくは、こちらから！



健康市民おかやま21(第3次)では、ベジ・ファーストを勧めています！

詳しくは、こちらから！



各中学校区での取り組みをお伝えします！

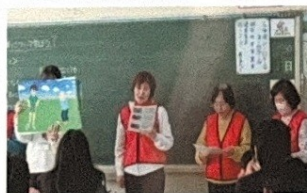
操南



食育健康教育



ええとこ発見ウォーキング



喫煙予防教室

操南幼稚園にて食育健康教育を行い、園児・保護者の方が好き嫌いなくご飯や野菜を食べられるように、エプロンシアターや大型絵本で健康教育を実施しました。

操南ええとこウォーキングは、岡山ふれあいセンターをスタートし、百間川河口水門・旭東排水機場・新岡山港までの6kmを歩きました。推進員から各施設の説明もあり、地域のことを知る機会にもなりました。

操明・操南・旭操小学校喫煙予防教室では、今回操南中学校美術部の方に協力してもらい、オリジナルの紙芝居を作成し、披露しました。

“中区健康市民おかやま21推進会”の取り組み

中区健康市民おかやま21活動テーマ「親から子 子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり」

令和8年度活動テーマ ～地域にひろげよう 運動と栄養バランス～

活動内容：各学区の代表者が集まり、中区全体の健康づくり活動について話し合いを行っています。中区では、学校での喫煙予防教室、イベントでの健康チェックの実施、研修会の開催、OKAYAMA！市民体操のPRなど、地域に根差した健康づくり活動に取り組んでいます。



富山



喫煙防止教室



富山文化まつり①



富山文化まつり②

7月に、中学1年生を対象に喫煙防止教室を行いました。肺のモデルやタールのモデル、喫煙者と非喫煙者の顔の比較写真を見た後にDVDで学習しました。その後、たばこを勧められた時の断り方のロールプレイを行いました。

10月には富山文化まつりにブース出展し、初日は介護予防センターと一緒にパカカチェック(口唇や舌の運動能力評価)の実施をしました。

2日目には保健センターと一緒にベジチェックを実施し、健康に関する普及啓発を行いました。初めて体験コーナーを設置し、来場者からも大盛況でした。