

みんなが健康づくり応援隊

宇佐市では
約400名の方が
活躍中！

健康推進員

みんなが元気で楽しく生活し、健康で自分らしい毎日をいきいきと送るために活動する地区組織です。

主な活動

自分の健康について考える

研修会への参加

家族・地域の健康づくりに広げる

健診のお誘いや塩分濃度計の活用

地域での健康づくり活動（任意）

研修会内容の伝達講習

各種健康に関するチラシの配布

地区での健康づくり・介護予防活動など



健康づくりを「自分」から「家族」「地域」へと
広げていく役割を持ちます。

宇佐市では
約150名の方が
活躍中！

ヘルスマイト（食生活改善推進員）

「私たちの健康は私たちの手で」
を合言葉に食を通じて地域の健康づくりを行う組織です。



主な活動

学習会・研修会
(健康料理の調理実習、
食や健康の講演会)



地域での
健康料理教室・料理提供



子どもたちへの
食育活動



イベント等での
健康づくり・食育の
普及啓発



★★ヘルスマイト大募集★★

養成講座受講後、ヘルスマイトとして活動します。
興味のある方はぜひお問い合わせください。

詳細は
こちら



私たちと一緒に楽しく
学びながら「食」を通じて
市民の健康づくりを
サポートしませんか？

宇佐市役所 健康課 健康増進係 ☎0978-27-8137

他にも区長さんをはじめとした地域のみなさん、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会の
みなさんなど、たくさんの方に支えられて私たちの健康づくりの輪はつながっています。

