

■西区保健活動推進委員会 活動計画表(令和元年4月～令和2年3月)

西区保健活動推進委員は地域の方々の健康増進を目的に活動しています。計画的に健康づくり事業を実施してまいりますので、御理解・御支援をお願いします。

	第1地区		第2地区		第3地区		第4地区		第5地区		第6地区		みなとみらい地区		西区共通		地区推進員参加者		
	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名	日時	活動名			
4月	2日(火)	10:00～ 地区定例会 (戸部コミュニティハウス)	14日(日)	10:00～ ウォーキング仲間づくり (戸部公園)	2日(火)	13:30～15:30 転ばんよ体操 (藤棚地域ケアプラザ)			19日(金)	19:00～21:00 地区定例会(フクシア)	21日(日)	9:00～12:00 にしろく健康測定会 (西スポーツセンター)	12日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ	25日(木)	委嘱状交付式 (区役所3階3AB会議室)	約100名		
	9日(火)	ホウ酸だんご作り講習会 (戸部コミュニティハウス)			3日(水)	9:30～12:00 赤ちゃん教室 (藤棚地域ケアプラザ)			27日(土)	9:30～11:30 スポーツウォーキング(ポ ートサイドコース)			26日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ					
	17日(水)	10:00～ とべとべサロン			13日(土)	18:30～20:00 第3地区春まつり出店説明 会 (藤棚地区センター)													
5月			12日(日)	10:00～ ウォーキング仲間づくり (戸部公園)	7日(火)	13:30～15:30 転ばんよ体操 (藤棚地域ケアプラザ)	14日(火)	9:40～ ウォーキング(YOKOSUKA 軍港巡り) (汐入ターミナル)	21日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)	15日(水)	10:00～15:00 地区定例会&ホウ酸だんご づくり (六地区連合町内会館)	10日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ	24日(金)	10:00～12:00 西区保健活動推進委員会 正副会長会 (西区役所2階2A会議室)	各地区 正副会 長		
					19日(日)	9:00～15:00 第3地区ふれあい春まつり (稲荷台小学校)			25日(土)	9:30～11:30 スポーツウォーキング (赤レンガコース)			24日(金)	19:00～ 地区定例会	25日(土)	横浜駅をきれいに! キャンペーン	各地区 2名		
					28日(火)	10:00～12:00 地区定例会 (藤棚ケアプラザ)													
6月	12日(水)	13:30～15:00 コグニサイズ (戸部コミュニティハウス)	9日(日)	10:00～ ウォーキング仲間づくり (戸部公園)	2日(日)	9:00～15:00 藤棚まつり (藤棚ケアプラザ、藤棚地区 センター)	4日(火)	10:00～ 地区定例会&ホウ酸だんご づくり (第4地区会館)	4日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)	26日(水)	13:30～15:00 ロコモ勉強会 (六地区連合町内会館)	14日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ					
	19日(水)	とべとべサロン	中旬	地区定例会 (西前小コミュニティーハウ ス)	4日(火)	13:30～15:30 転ばんよ体操 (藤棚地域ケアプラザ)	10日(月)	ホウ酸だんごづくり (羽沢西部)	6日(木)	地区定例会 (フクシア)			28日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ					
	26日(水)	13:30～15:00 コグニサイズ (戸部コミュニティハウス)			5日(水)	9:30～12:00 赤ちゃん教室 (藤棚地域ケアプラザ)	16日(日)	ホウ酸団子づくり (パレスステージ)	12日(水)	春のウォーキング (明治神宮)									
							中旬～下旬	ホウ酸団子づくり (西戸部二丁目)	16日(日)	健康チェック (クリオ横浜武番館)									
							30日(日)	10:00～ 健康チェック (境之谷東部)	18日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)									
7月	17日(水)	10:00～ とべとべサロン ママの健康チェック (戸部コミュニティハウス)	14日(日)	10:00～ ウォーキング仲間づくり (戸部公園)	2日(火)	13:30～15:30 転ばんよ体操 (藤棚地域ケアプラザ)	7日(日)	健康チェック (パレスステージ横濱)	2日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)	20日(土)	地区定例会 (軽井沢自治会館または六 地区連合町内会館)	12日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ	19日(金)	10:00～12:00 西区保健活動推進委員会 正副会長会 (西区役所3階3A会議室)	各地区 正副会 長		
					3日(水)	9:30～12:00 赤ちゃん教室 (藤棚地域ケアプラザ)	11日(木)	健康チェック (羽沢西部)	16日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)			19日(金)	19:00～ 地区定例会					
					23日(火)	10:00～12:00 地区定例会 (藤棚ケアプラザ)	23日(火)	10:00～ 地区定例会&手芸教室 (第4地区会館)	下旬	地区定例会 (フクシア)			26日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ					
					未定	喫煙防止教室 (稲荷台小学校)	未定	健康チェック (西戸部二丁目第一)											
					未定	喫煙防止教室 (富士見台小学校)													
8月					7日(水)	9:30～12:00 赤ちゃん教室 (藤棚ケアプラザ)	6日(火)	ウォーキング(よこはまあさひ ブルーベリーの森) (鶴ヶ峰)	6日(火)	10:00～11:00 ロコモ予防体操 (平沼平睦自治会館)			9日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ	20日(火)	横浜市永年勤続表彰式 (磯子公会堂)	被表彰 者		
												23日(金)	10:00～12:00 MM体操クラブ						

