

開催期日等 会場等	事業名等	内 容	問い合わせ
※日程・会場および内容については お問い合わせください。	まちかど 健康チェック	市内 23 箇所のスーパー等で実施。 血圧、体脂肪測定、尿チェック（蛋白・糖・潜血・塩分）、動脈硬化度測定、骨密度測定、足指力測定など ★参加料：無料（但し、骨密度測定のみ 300 円の負担あり）	鹿児島医療生活 協同組合 健康まちづくり部 TEL 099-260-3532 FAX 099-260-8090

イベント活動報告

健康ニュース第 48 号でご案内した健康づくりイベントの活動報告です。

公開講座「パパの笑顔が未来を変える」 ～男性の育児参加が家庭・社会に生み出すメリット～ 公益社団法人 鹿児島県助産師会

令和元年 11 月 9 日実施

「イクメン」のトップランナーである、NPO 法人ファザーリングジャパン代表理事の安藤哲也氏の公開講座を開催。女性のみならず、祖父世代・父親世代・もうすぐ父親世代・男子学生などの幅広い世代の男性が参加されました。ご自身の経験に基づく男性の育児についての話は興味深く、「男性の育児は、ボーリングの第 1 ピン。男性が育児を担うことで、家庭や社会が幸せになる。」と、育児を男女が共に担うことの大切さを伝えてくれました。



ノルディック・ウォーク甲突川沿体験会 鹿児島県ノルディック・ウォーク連盟

毎月第 2 土曜日実施

市民の健康寿命の延伸には「ただ歩くだけでは不十分」、「背筋を伸ばし歩幅を広く時速 6 Km 以上で、1 日 8000 歩歩く」事が理想的とは、今や健康運動では常識となっている。しかし鹿児島県の現状は、平均歩速は全国で最も遅いと言われる。鹿児島県ノルディック・ウォーク連盟は、市民の健康寿命を延ばす体験会を各地で開催し「ポールを使つての正しい美しい歩き方」を指導している。



定例会：毎月第 2 土曜 加治屋町に集合し 8 時出発

会員募集

鹿児島市健康づくり推進市民会議は、すべての市民が健やかで心豊かに生活できる社会をめざし、市民、関係機関・団体が、効果的で一体的な健康づくり運動を推進するために発足しました。市民会議では、さらに取組を推進するため、参加団体を募集しています。詳しくは、下記（事務局）までお問合せ下さい。

市民会議だより第 49 号をお届けいたしました。次号は令和 2 年 9 月下旬発行予定です。

発行：鹿児島市健康づくり推進市民会議

お問い合わせ・参加団体申し込み：（事務局）鹿児島市健康福祉局保健所保健政策課

TEL099-803-6861 FAX099-803-7026 E-mail：kenkodukuri@city.kagoshima.lg.jp

鹿児島市ホームページ



健康ニュース

検索

