

健康づくり推進委員 ひがしグループ

カワラッキー
賞



自分、家族、ご近所の方に健康づくりとなる知識の普及と健康活動の紹介や教室を行っています。

子ども向けには、「ふれあいの翼eデー」や「高取公民館祭」で、ダーツボードゲーム※を通してバランスの良い食事の大切さを伝えています。今後も高取小・翼小学校区を中心に食・運動・睡眠など、健康に関する取り組みをしたいです。

※赤・黄・緑の3色に分かれたボードにボールを当て、当たった色別に用意した食品を選んでもらい、選んだ食品の色別に働きを伝えるゲーム。