

◆◆◆健康あさか普及員の活動◆◆◆



健康に関することで
知りたいことって
何だろう…

学んで実践
勉強会、健康に関する
イベントなどに参加し、
健康づくり活動を継続しましょう



普及員同士、
交流し情報を共有します



あさか健康プラン21
シンボルマーク

情報収集

健康に関することで
どんなことを知りたいか…
情報収集をしましょう

伝えて広めよう

まわりの人へ健康に関する
情報を広めましょう
(健康づくりの仲間を増やしましょう)



朝霞市では、あさか健康プラン21の事業として、健康あさか普及員と共に、健康づくりを推進していきます。
現在、多くの健康あさか普及員が活動しています。仲間になって健康づくりをすすめませんか？

登録と活動のすすめかた

登録用紙に記入
保健センターに提出



登録証と
日程の案内が届きます



講演会の案内や
保健センターからの
情報を受け取ります



2か月に1回程度

- ASAKA健康ラウンジに参加して…
- ◇健康に関する知識習得
 - ◇体を動かすミニ体験
 - ◇情報交換
 - ◇人とのつながり



自分のペースで、興味のある活動に参加



情報を家族や
まわりの人に発信



市内イベントや教室で
普及活動に参加