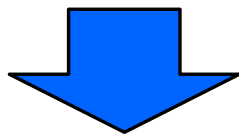


市民と一緒に作ろう！

- 計画づくりを一緒にしてくれる市民を公募する
- お金がないので、無報酬(心意気)
- 市民23名(途中1名脱会)から応募があった



期待と不安

さて、どんな取り組みになるか...

あなたの出番！ おいでおいで健康づくり計画

元気にし隊 ~1年目~



「ワークショップ」
って店の名前では
なかったのですネ

健康に関する調査
(市民実態調査)の
回答結果入力作業



メンバーが出した言葉をトランプ方式
で整理⇒皆で夢を共有



こんな活動もしました



女子栄養大学で運動と食事を楽しむ(いい汗かいて楽しい食事♪)



市役所ホールでPR活動

地域の公民館・イベントなどで健康づくりをPR



メンバーの発案で1泊合宿桶川市健康づくり市民会議と交流(H16.2.28～29)



他の自治体職員と意見交換(H16.3.19)
埼玉県主催の健康福祉研究発表会



ちょっとした宴会も

坂戸市のめざす 健康なまちの姿

- ①心と身体のバランスがとれていること
- ②家族や仲間が一緒
- ③自分らしく
- ④食事は、かしこく・おいしく・楽しく
- ⑤爽快な目覚め
- ⑥心の彩り
- ⑦出会い・ふれあい・人とのつながり
- ⑧生き生きチャレンジ
- ⑨早期発見・早期治療

～楽しく、できることから、
さあ健康づくりをはじめよう！～

市民みんなの健康づくりサポーター（応援団）

元気にし隊（げんきにしたい）

市民ボランティア



平成16年度 第1次行動計画

- 応援し隊の募集
- おすすめ一品料理の募集
- 楽しくからだを動かしたく標語の募集
- 健康づくりシンポジウムの開催
- キラッと光る元気な人の発掘
- 健康づくりマスコットキャラクターの募集
- 健康づくりPR用リーフレットの作成