

長野県の**健康長寿**の  
要因の一つ！

## 小諸市保健推進員会 令和6年度地域健康セミナーのお知らせ

保健推進員による健康づくりの地道な取り組みが、長野県の健康長寿の要因とされています。小諸市の保健推進員活動も、今年で51年目となります。

令和6年度は、「保健推進員自らが健康に関心を持ち、共に住民の健康づくりに取り組む」を目標に、保健推進員自ら学習体験し、健康意識を高めること、こもろ健幸マイレージを推進員自らが体験するという計画を基に活動をしています。

保健推進員会では、市内を9ブロックに分け、各ブロックで地域の皆さんと一緒に健康について学ぶ地域健康セミナーを企画しています。

今回は、東部ブロック・西部ブロック・三岡ブロック・南大井ブロック合同で地域健康セミナーを開催いたします。

多くの皆様に、身近な病気であるうつ病について知っていただくとともに、小諸市保健推進員の活動を知っていただくために、是非取材いただきますようお願いいたします。

■令和6年度東部・西部・三岡・南大井ブロック合同地域健康セミナー

■日時：令和7年2月22日（土）10:00～11:30

■場所：小諸市交流センター ステラホール

■講師：小諸高原病院 院長 村杉 謙次 氏

■研修内容：こころの健康～うつ病～

■その他

小諸市保健推進員会は、市内各区からの推薦に基づき、市から委嘱された164名で構成されています。2年間の任期中に、健康づくりについて学習をすすめ、自らの健康意識を高め、それを地域に広めて健康で明るい社会を築きあげていこうと活発に活動をしています。

■問い合わせ先

小諸市役所 健康づくり課 健康支援係 担当：長岡

TEL 0267-22-1700（内線2177）

Eメール shien@city.komoro.nagano.jp