

# 健康推進員の活動紹介

## 健康推進員って？

健康づくりの推進に関する地区の代表として、健康に関する研修会などに積極的に参加し、身近な人へ情報を提供したり、健診の受診勧奨を行ったり、地域住民の生活習慣の改善を意識付けすることなど、健康づくりに関する協力を行う人です。

## 令和5年度の活動紹介

・1, 2, 1, 2ウォーキング  
桜を見ながらなど季節ごとの自然を楽しみながら、ウォーキングを実施しています。2月には、イオンタウン能代でのウォーキング（17ページに詳細）も行います。ぜひご参加ください。

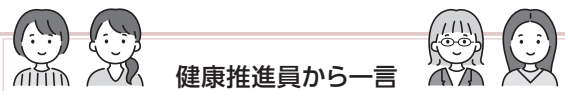
## ・健康展

昨年7月、イオンタウン能代を会場に、体成分測定やベジチエックなど健康に関するさまざまなブースを用意しました。226人の方が楽しく体験しました。

## 問合せ

健康づくり課

TEL 58・28388



### 健康推進員から一言

**健** 康推進員を引き受けてから大変長くなりました。最初は健診募集が主な仕事でしたが、今はいろんなイベントが計画され、そのイベントなどに参加することが多くなりました。また、地区においては高齢化が進んでなかなか健康推進員を引き受けてくださる人が少ないように思います。地元でも健康についての勉強会を計画して活動しています。

**健** 康推進員研修会に参加しました。「さて、血圧のお薬は続けて飲むべきか、否か」と問題形式で始まった先生のお話、健康維持のためにお薬は続けるべき、笑う人は長生きなどの楽しいお話に引き込まれて、あっという間の2時間でした。身近な質問にも一つひとつ答えてくださり、「医者いらずの健康長寿法」と題した講話は素晴らしかったです。



1, 2, 1, 2ウォーキング



健康展

各地区で健康教室や運動教室、栄養教室など、多くの健康イベントを企画しています。お気軽にご参加ください。

# 旧能代市総合技能センターを 一般競争入札により売却します

入札に参加したい方は、現地を確認の上、申し込みをしてください。

※建物内部の見学をご希望の方はご連絡ください。

## 入札参加申し込み

市有財産活用室に備える入札参加申込書（市ホームページからもダウンロード可）に必要な事項を記入し、添付書類と一緒に2月8日（木）午後5時まで提出してください。

## 入札日時

2月22日（木）午後2時（午後1時30分～1時45分に受け付け）

## 入札場所

本庁舎3階会議室5

## 入札保証金

最低売却価格の100分の5の金額を事前に納付してください。

## 土地

- ・能代市扇田字扇淵14番3 (宅地353・42㎡)
- ・能代市扇田字扇淵15番1 (宅地2151・8㎡)

- ・能代市扇田字下恵戸185番3 (畑1・15㎡)

## 建物

- ・所在地：能代市扇田字扇淵15番1
- ・建築年月：昭和53年10月
- ・構造：鉄骨造2階建
- ・延床面積：567㎡
- ※建物内には備品・事務用品などの残置物があります。
- ※建物の隣に物置もあります。

## 土地・建物最低売却価格

690万円

## 問合せ

財政課 TEL 89・2123

