

子ども向け健康ポイントを全学年で実施

— 小学校 1年生から 6年生までの約 4,000 人が夏休みに取り組みます —

気軽に継続して健康づくり活動に取り組んでいただくことを目的とした「つばめ元気がやきポイント事業」の子ども向けとして、夏休み期間に子どもたちが楽しく取り組める、「こども手帳」を今年も実施します。

健康づくりメニューのほか、学習やお手伝い、生活スケジュール、ひとこと日記などの記入欄を設け、規則的な生活習慣の定着を目指します。さらに、夏休み終了後の健康づくりへの意欲向上に向け、取組者全員に健康づくりイベントの招待券を進呈します。

【「こども手帳」の概要】

1.取組期間：市内小学校の夏休み期間

7月27日（土）～8月26日（月）まで記入できます。

2.対 象：市内園児、小学生

- 全員配布…小学校 1～6 年生
- 希望者のみ配布…園児



取組期間中は申し込みを受け付けます。市ウェブサイト「かんたん申請」または燕市保健センターへ電話（0256-93-5461）でお申し込みください。

3.実施方法

(1) 取り組み方法

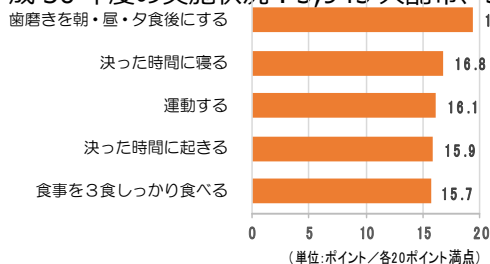
「食事」や「運動」など 5 項目ある「元気ポイントメニュー」について、できたら項目に○をつけます。夏休みを元気に過ごせて、日記帳としても活用できます。

(2) ポイントの報告

取組期間終了後に各小学校、保育園、こども園、幼稚園へ手帳を提出

(3) 取組者全員に、親子で楽しめる健康づくりイベントの招待券を進呈

※平成 30 年度の実施状況：3,943 人配布、3,830 人提出（回収率 97.1%、前年比+17.1%）



【子どもの感想】

- ・朝ごはんを毎日食べました。
- ・いっぱい○がつくようがんばった。

【保護者の感想】

- ・「こども手帳」がきっかけでやる気につながったようです。
- ・家族で気をつけました。

本件についてのお問い合わせ先
健康福祉部 健康づくり課：五十嵐
電話：0256-77-8182（直通）