

プレスリリース [2024 年 10 月 11 日]

(計 2 枚)

町田市総合健康づくり月間 2024 を開催します

市では、生活習慣改善の重要性について理解を深め、市民の健康を増進するため、2020 年度から 11 月を「町田市総合健康づくり月間」としています。2024 年度も 11 月 1 日から 30 日までの 1 か月間を通して「町田市総合健康づくり月間 2024」を開催します。

■ 期間

11 月 1 日(金)～11 月 30 日(土)

■ 主な内容

「ここから始まる健康づくり!!」をテーマに、スポーツ教室やオンラインセミナー、動画配信など、健康づくりに関わる多彩なイベントを実施します。

日程や参加方法などのイベントの詳細は、町田市ホームページまたは広報紙「みんなの健康だより特別号」をご確認ください。

(1) 会場参加型イベント**① スポーツ教室**

親子スポーツ教室、体操教室、プールレッスン等

② 体験会・相談会子ども薬剤師体験、里山健康散策、
栄養相談、お薬相談等**③ セミナー・講演会**

血糖値改善セミナー、歯と口の健康講座等

(2) オンライン参加型イベント

健康ツボ押し体操、女性の健康推進プロジェクト等

■ イベントに参加して素敵な商品进行もらおう！

Web アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、ペスカドーラ町田のグッズやマルイの商品券などをプレゼントします。



みんなの健康だより

■ 広報紙「みんなの健康だより特別号」

10 月 14 日に新聞折込で配布するほか、10 月 15 日から市内公共施設等での配布を行います。

作成部数：96,000 部

体 裁：タブロイド判・4 頁

配布場所：各市民センター、各連絡所、各コミュニティセンター、市立総合体育館、市立室内プール、各市立図書館、まちの案内所町田ツーリストギャラリー 等

※ 記者 BOX 内に広報紙を入れてあります。併せてご覧ください。

■ 町田市ホームページ



<https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/iryo/event/healthmonth.html>

■ 本件に関するお問い合わせ先

保健所健康推進課 課長 古味 TEL 042-724-4236