袋井市健康経営チャレンジ事業所

#2961（ふくろい） 健康ＵＰ↗通信

VOL.29
発行：令和3年9月9日

～健康づくりに関する情報や袋井市のイベント情報等を毎月お知らせします。～

#2961ウオーク!! ポイントUPキャンペーンを実施します！

全国的に新型コロナウイルス感染症の感染拡大が進んでいます。今一度感染予防対策の徹底を実践いただくため、9月～12月に#2961ウオークの次の項目のポイントを２倍に拡充します。

また、今までアプリをインストールされたことがない方も、この機会に#2961ウオークを始めてみませんか？

グループをつくり、ご家族や事業所ごとで取り組むこともできますので、ぜひご活用ください。

対象年齢18歳以上

登録はこちらから

iPhoneをご利用の方

Androidをご利用の方

【ポイント２倍対象項目】
①体温入力ポイント（１Ｐ→**2**Ｐ）
②行動履歴入力ポイント（１Ｐ→**2**Ｐ）
③新しい生活様式実践ポイント（１Ｐ→**2**Ｐ）

ポスターを作成しました

「袋井市たばこによる健康への影響から市民を守る条例」

「袋井市たばこによる健康への影響から市民を守る条例」をPRするポスターを作成しました。掲示をしていただける事業所がありましたら、健康づくり課健康企画室までご連絡ください。

サイズ：Ａ２（420mm×594mm）

条例の詳細等（市ホームページにて検索）

袋井市　たばこ　条例　検索

９月10日～16日は自殺予防週間です

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係しており、その多くが追い込まれた末の死といえます。これは、誰にでも起こり得る危機であり、その場合には誰かに援助を求めることが大切です。

自分や身近な人の様子がいつもと違うと感じたらそれは、こころが疲れているサインかもしれません。一人で抱え込まずに、身近な人に相談したり、専門の相談機関・医療機関を利用したりしましょう。 一人で悩まず、まずはお気軽にご相談ください。

こころの健康相談（袋井保健センター）
電話：0538-84-7811

こころの相談窓口・医療機関　検索

その他相談窓口等（市ホームページにて検索）

問い合わせ：袋井市 総合健康センター 健康づくり課 健康企画室
電話：0538-84-6127　E-Mail：kenkoudukuri@city.fukuroi.shizuoka.jp