港区健康づくりサポーター活動の手引き

1　区民から申し込みがあったら

（1）内容や費用、会場などの条件の確認をしてください。
（2）条件等でお引き受け可能であれば、ご支援のほどお願いします。
（3）活動時は、「港区健康づくりサポーター」であることをお知らせください。

2　講習会を実施する上で相談したい時は

このようなことがあったら担当へご相談ください。
（1）講習会を多くの区民にお知らせしたい。
（2）会場について知りたい。

3　健康づくりサポーターは、港区役所公式ホームページで検索

健康づくりサポーターは、港区役所公式ホームページ（以下、港区 HP）を検索し、トップページ「早引きインデックス」の「健康増進」→『健康づくり・相談』に掲載しています。

港区役所公式ホームページ　検索

4　サポーターの活動報告(必須)

活動報告書をもって活動実績とします。活動した場合はすみやかに提出してください。
（1）活動報告用紙に、活動内容（講習の様子をデジカメ等で撮影し、2 枚程度を添付）をまとめてください。
　※　活動報告専用の用紙は港区 HP からダウンロードできます。
　※　「記入方法」は 3 ページをご覧ください。
（2）提出方法は、電子メール、又は郵送でお送りください。

＜活動報告書の提出先＞

① 電子メールアドレス
件名に「健康づくりサポーター報告」と明記のこと
minato47@city.minato.tokyo.jp

② 郵 送
〒108-8315　港区三田 1-4-10
みなと保健所健康推進課　健康づくり係
健康づくりサポーター担当

（3）港区 HP に掲載し、活動を周知します。
　※　修正して掲載する場合があります、ご了承ください。

5　健康づくりサポーターの輪を広げるために

（１）仲間をサポーターに推薦したいが・・・
健康づくりサポーターの登録を薦めたい人や団体があれば、担当にご紹介ください。

（２）他の団体と一緒に活動したいが・・・
健康づくりサポーター登録している人が他の登録団体、または個人と連携して活動したい場合は、港区 HP に掲載の代表者へ直接ご連絡してください。

6　健康づくりサポーターの更新について

（１）登録期間は、登録した年度から５年度間です。（登録証に記載）

（２）更新期限が近づきましたら、担当からご連絡します。更新の手続きをしてください。

（３）活動実績（活動報告）がない場合は更新できない場合があります。

7　安心して活動するために

区有施設以外の会場や屋外での活動の際、ケガや事故に備えた保険の加入をお勧めしています。

（１）レクリエーション保険（参加者全員が加入）

（２）ボランティア保険（講師が加入）

※　区有施設の事故で区に過失がある場合は自治体総合賠償責任保険で処理をいたします。

＜問い合せ先＞

港区みなと保健所　健康推進課
健康づくり係　健康づくりサポーター担当
港区三田１-４-１０（〒１０８-８３１５）
ＴＥＬ　０３-６４００-００８３
ＦＡＸ　０３-３４５５-４４６０
Ｅ－ｍａｉｌ　minato47@city.minato.tokyo.jp

（記入例）　　健康づくりサポーター活動報告書

団体名	みなと食育を考える会
タイトル	「夏休みの昼ごはんとおやつ作り」 そうめんでイタリアン（子どもレシピＢＯＯＫ　Ｐ．５）　　牛乳かん
と　き	平成２４年８月９日(木)　10：00～12：30
会　場	放課ＧＯ→クラブいいくら
参加者数	小学生　２４名　（４班に分かれ放課ＧＯのスタッフ各１名入る）
内容報告	(1)作業予定 9：00　スタッフ集合　　家庭科室 　机ふき、材料、　器具の用意、牛乳かん作成。（６人分×４班） 10：00　児童集合　挨拶、　手洗い(衛生教育) 12：30　終了 (2)献立の説明　（「たのしい子どもレシピＢＯＯＫ」使 ①　そうめんとうどんの違いはどんなところかな。 ②　寒天は何処から来たの？寒天のできるまでのおはなし ③　肉類を切る時の順番、手洗いと器具洗い、衛生についての注意 ④　そうめんを茹でる湯の用意、野菜を良く洗って班ごとにくばる。 (3)子どもの作業と感想 ①　茹でた小松菜を細かく切る。トマトは各班で自由に切って面白かった。きゅうりは斜めのうす切りしてそれを重ねて千切りにしたので滑らずにとても切りやすかった ②　錦糸卵をひっくり返す時、手で卵をもったのでとても熱かった。 ③　そうめんは延びないようトッピングが出来てから最後に茹で水洗いと水切りを良くした。湯がはねぬようにスパゲティの様にくるっとまわし入れた。 ④　盛りつけはそうめんにオイルをまぶしてから具をのせて汁をかけた。 ⑤　ゼリーはガラス容器につけたらとても涼しそう。 (4)質　問 うす焼き卵はど　　？（本来の焼き方を説明する） (5)良かった事 放課ＧＯのスタッ　　などの素材が美味しかった。高学年から低学年の混合班の　　流があった。規律がしっかりしていた。
活動風景	 きゅうりの千切り 出来上り
問い合わせ先	みんなで食育を考える会　会長　鈴木良子　（電話　03-1234-5678）

内容は分かりやすく
完結に記入する

写真は受講者の顔が分
からないものにする。
１～２枚を貼り付ける。

健康づくりサポーター活動報告書

団体名	
講習会名 （テーマ）	
と　き	
会　場	
参加者数	
内容報告	（１）内容の説明 （２）講習と感想 （３）受講者の質問等 （４）良かった事、反省点
活動風景 （写真を添付）	
問い合わせ先 （連絡先）	