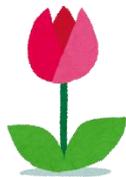
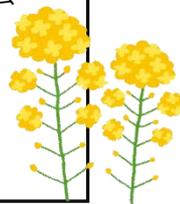


生き活きだより



季節の終わりと共に平成の年号も終わりを迎える昨今です。皆様お元気でお過ごしのことと存じます。平素から健康づくり推進協議会の活動にご協力ありがとうございます。

南端・豊岡地区健康づくり推進協議会 会長 木下 静子

《健康づくり推進員の活動を報告します》

1月26日(土) 栄養教室・健康づくり交流会

〈場所〉豊岡地区公民館

〈参加者数〉39人

多くの皆様にご参加いただきありがとうございました。地域で活躍する議員・民生児童委員の方々と話す機会を得て美味しい食事と共に楽しい会話が生まれとても貴重な時間でした。お互いに顔をみながら話をすることは大事ですね。今回は知り合いが増え、様々なイベントや講演会へのお誘いの声掛けをしやすくなり嬉しい限りです。これからも様々な機会を通じて横の繋がりを持ち意見交換ができれば励みになります。食生活改善委員の皆様、健康推進員の皆様、次回も宜しく願いいたします。

～お品書き～

- ★ごはん
- ★やわらかハンバーグ
- ★いかとじゃがいもの煮物
- ★ちくわときゅうりの明太マヨサラダ
- ★味噌汁



《参加した感想》

健康づくりさんと「高齢者も簡単においしく作れる料理」を作りましたが、皆さんとても手際よく40人分を作りました。私のグループでは男性の方が頑張って下さり美味しいやわらかいハンバーグができて楽しく料理するのが皆さんとの協力と感激しました。

【食生活改善推進員 中野美恵子】

《参加した感想》

南端・豊岡地区健康づくり推進協議会主催の栄養教室・健康づくり交流会に民生委員としてお招き頂き、手作りのおいしいランチをごちそうになりました。試食会の後、交流会や講話などもありました。ランチはとてもおいしく、参加者とたくさんおしゃべりしながら楽しくごちそうになったことはもちろんですが、高齢者の健康を考え、栄養面や調理の工夫がすばらしく、学ぶことがわかりました。この日教えて頂いたことを我が家の食生活に活かすだけでなく、民生員として担当している高齢者や地域の方々へ広めていかなければならないと思っています。食生活改善推進協議会の方々や健康推進委員の方々から日々熱心に取り組まれておられることに敬意を表すと共に、その活動の一部でも私たちが担っていきたいと思います。雪の降る寒い中での準備等、本当に有難うございました。

【主任児童委員 阿南裕子】



2019年度の予定行事

グラウンドゴルフ大会

NEW!

新たな取り組みとして南端・豊岡地区でのグラウンドゴルフの大会を計画中です！
お楽しみに♪



卓球バレー

H30年度は3歳から87歳までの幅広い年代の総勢66人にご参加いただき大好評だった卓球バレーを次年度も実施予定です！



歩こう会

地域を散策しながら、季節のものに触れたり、歴史の再発見をしたり…★
あなたも健康づくりで歩いてみませんか？



日程や内容は、
年4回発行予定の
“生き活きだより”にて
お知らせをいたします！



《役員から一言》

平成30年度地区の皆さん、推進員の皆さん、ご協力ありがとうございました。皆様方との出会いに感謝です。

【 会長 木下静子 】

区長に依頼されなんとなく引き受けましたが、会長はじめ皆さんの力を借りて楽しくお仕事(?)しています。役立っていますか、こんな事やってほしいなどご意見をお聞かせください。【 副会長 野田美恵子 】

一年間、南端・豊岡地区健康づくり推進協議会の活動にご協力いただき、ありがとうございました。4月からもよろしくお願ひいたします。

【 副会長 北野 隆則 】

一年間、会計を担当させて頂きました。力不足で、到らない所が多々あったと思いますが、御協力ありがとうございました。

【 会計 城 博子 】

平成30年度健康づくり推進協議会の活動に参加ありがとうございました。平成31年度も健康に注意してがんばりましょう。

【 会計監査 播磨 行夫 】

2期目の役も終わり、ホッとしています。各地区の活動を知ることもでき、情報交換をする機会もあり、有意義でした。ご協力ありがとうございました。

【 会計監査 米田崇子 】

南端・豊岡地区健康づくり推進協議会の当面のスケジュール

月 日	時間	活動内容	場所
4月24日(水)	10:00～	日出町健康づくり推進員委嘱状交付式	日出町中央公民館
5月9日(木)	19:00～	南端・豊岡地区健康づくり推進協議会総会	豊岡地区公民館
5月20日(月)	9:30～	日出町健康づくり推進協議会総会	日出町中央公民館