

生き活きだより



《会長あいさつ》

南端・豊岡地区健康づくり推進協議会
会長 木下 静子

厳しい暑さが続いています、皆様、お元気でお過ごしでしょうか。

この度、会長の大役をお引き受けすることになりました上の原区の木下です。微力ではありますが、他役員や地区健康づくり推進員（南端地区6名、豊岡地区31名）とともに、“交流を図りながら、楽しく健康づくり”に取り組むことを目標に、学習会やレクリエーション、生き活きだよりの発行などの活動をしていきます。

今後とも健康づくり推進協議会へのご理解とご協力をよろしくお願いします。



《活動報告》

5月18日 総会並びに研修会

〈総会〉 27年度の活動報告や28年度の計画、新役員等が承認されました。

〈研修〉 日出町データヘルス計画から見た健康課題について（健康増進課保健師）

◆課題

①お達者年齢（大分県独自の健康寿命）が男女とも県平均よりも短い。②メタボ該当率が県平均よりも高い。③脳血管疾患の1人あたり費用額の高さ県下1位。④脳血管疾患の死亡率が国や県平均よりも高い。（①H23 県福祉保健企画課、②H26年度特定健診、③H25年5月国保診療分、④H25福祉保健企画課）

◆取組

健診受診率の向上（特に受診率が低い40歳から50歳代の働き世代）、生活習慣病発症予防及び重症化予防、町民参加型健康づくり事業「いきいきひじまち健康食育ポイントプロジェクト」等

6月7日 日出町健康づくり推進協議会総会

南端・豊岡地区健康づくり推進協議の活動を報告しました。



7月16日 卓球バレー（44名）

「卓球バレー」は、卓球台を使い、ネットを挟んで1チーム6人ずつが、イスに座ってピン球を転がし、相手コートへ3打以内で返すゲームです。どなたでもできます。一度チャレンジしてみませんか？

女性が多いのは何処の催しもいっしょですが、とにかく元気がいいし、又、はしゃぎ方がとても若いのに感心ひとしきりです。歳月を越えたエネルギーが館内に満ちて思わず笑顔になりました。今回区長になって初めてこんな会に出席しましたが、今後でもできる限り出席をと考えています。（影平区 大塚区長）



〔卓球バレーの感想〕

高齢者が多かったのですが、皆様元気よく楽しんでおられました。ぜひ来年もお願いします。（宮の下区 佐藤区長）

今回初めて卓球バレーに参加させていただきました。地区でサロンに関わっておりますので、お年寄りの方が多いのですが、できるかな？」と思い、体験しました。お世話役の方々とも話し合いながらやってみたいと思っております。（是城区 廣瀬さん）

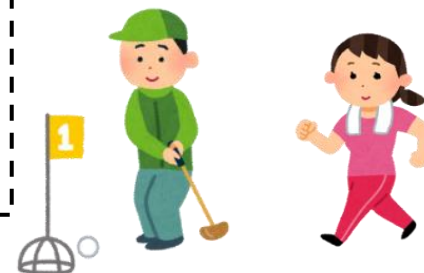
《今後の活動》

9月10日（土）9:00～ ◆グラウンドゴルフ（豊岡小運動場）
＊推進員対象

10月 2日（日）9:00～ ◆歩こう会
＊8月末の回覧でお知らせします。

11月13日（日） ◆豊岡地区ふるさとまつり

12月頃 ◆栄養教室（＊推進員対象）



《講演会・研修会のお知らせ》

★ 講演会（いきいきひじまち健康食育ポイントプロジェクト応援イベント）

日時 9月22日（木）

午前の部（一般の方） 10:00～11:30（＊定員300名）

場所 日出町中央公民館 ホール

講師 元NHK「ためしてがってん」専任ディレクター 北折 一 氏

テーマ 『ガッテン流！健康法の極意～こんなにラクに健康になっちゃっていいの!?～』

問合せ先 日出町 健康増進課 長寿健康係 TEL:73-3130

★ 県病健康教室

日時 8月20日（土）14:00～16:00

場所 日出町中央公民館 ホール

講師 大分県立病院 内分泌・代謝内科 中丸医師、
池辺管理栄養士、コピーライターの吉田寛氏

テーマ 「糖尿病の予防と重症化予防について」

問合せ先 大分県立病院 総務経営課 担当：立脇・江口
TEL:097-546-7111（代表）内線7454



※その他ご不明点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください
日出町 健康増進課 長寿健康係 73-3130