

回覧

第13号 平成29年6月28日 (発行者) 日出地区健康づくり推進協議会

健康推進だより



《会長あいさつ》 日出地区健康づくり推進協議会 会長 川野 武城

梅雨の候、皆さまにおかれましては、ご健勝のこととお慶び申し上げます。
この度、日出地区健康づくり推進協議会総会におきまして、役員改選により再度会長を引き受けるはこびとなりました。今後もよろしくお願いいたします。
今、大分県や日出町では、健康寿命を伸ばし、元気で過ごすために、健康づくりのための食事や運動などを勧めています。協議会のテーマ「みんなと楽しく健康づくり」のもと、健康づくり推進員は、学習会や研修会、年行事等を通して、地域住民と行政のパイプ役となり、皆さんの健康づくりに尽力することだと思います。各地区の区長様はじめ地域の皆様、今後も健康づくり推進協議会の活動にご理解いただき、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



《平成29年度 日出地区健康づくり推進協議会総会のご報告》

5月9日に、日出町中央公民館において、平成29年度の総会が行われました。
来賓に、日出地区区長会副会長 岩崎英男様、また、日出町健康増進課課長の利光隆男様にご出席いただき、ごあいさつをいただきました。
本年度は、28名の推進員で活動がスタートしました。(推進員は、表のとおり)
また、総会の後、「日出町の節塩対策について」という演題で、健康増進課の中尾栄養士さんよりお話をいただき、推進員の研修を行いました。健康づくり推進協議会でも、「塩分計」の利用など具体的な対策を探りながら、地域の皆さんとともに実践していきたいと考えています。

区名	推進員	区名	推進員
南浜	梶原 日出子	西八日市	脇 孝子
	宇都宮 享子		諸富 勉
北浜	川野 武城	佐尾	赤山 勝
	大村 浩重		中埜 靖司
若宮	野上 恵子	上仁王	清水 清次
	平野 藤恵		大森 由美子
下町	岩崎 里子	東仁王	戸澤 淳一
	岩崎 節子		山本 秀敏
本町	森永 祥子	堀	小屋 菊代
	工藤 茂		工藤 恵美子
中央	高瀬 弥生	内堀	太田 道彦
	小佐井 文子		阿部 剛
八日市	石尾 みどり	日出団地	近藤 将典
	田中 美子		森満 勝男



「ひじポ」を集めて健康的な生活習慣とうれしい景品をゲットしよう！
昨年に続き、「いきいきひじまち健康食育ポイントプロジェクト」が始まりました。回覧板と一緒に各戸に配布された、かわいいひじぼんの載ったパンフレットをご覧ください。早速応募しましょう。昨年度と少し違っているところもありますが、取り組みやすくなっています。

- 申込の方法
- ① マイチャレンジ（自分が取り組む内容）を決める。
 - ② 申込はがきの部分を切り取り、①のマイチャレンジと住所、氏名等を書いて投函する。
 - * 申込はがきは、一人に1枚必要です。町内の公共施設やスーパー等に置いてあります。
 - * パンフレットの残りの部分は、記録と報告用ですので、目のつく所に張るなどして保管しましょう。

《日出町健康づくり推進協議会「ストレッチ・レクリエーション研修のご報告》

6月20日に日出町中央体育館で、推進員64名の参加で研修を行いました。
さわやか日出の工藤さん（推進員）のストレッチ研修で体をほぐし、上仁王の有田さんはじめボランティアの4名の方々のご指導で卓球バレーをしました。その後数種類のゲームで体を使い、頭を使い、大声で笑って楽しい研修会を終えました。
「卓球バレーは、ルールが厳しく、思うようにボールを相手側に出すのが大変で、とても奥深い競技でした。練習次第で上達して楽しめる競技です。またしてみたいです。」との感想もありました。ボランティアの皆さんありがとうございました。



平成29年度 日出地区・日出町健康づくり推進協議会事業予定（太字は地区民参加）

5月 9日（火）	日出地区健康づくり推進協議会総会・研修
5月24日（水）	日出町健康づくり推進協議会総会（日出地区発表）
6月20日（火）	日出町健康づくり推進員対象 「ストレッチ・レクリエーション研修」
6月26日（月）	日出地区グラウンドゴルフ大会(黒岩グラウンド) （次回通信で報告）
7月18日（火）	日出地区健康づくり推進員交流会・例会 日出中央公民館
7月30日（金）	ひじポキャンペーン（日出町健康づくり協議会役員で）
9月23日（土）	日出町健康づく推進協議会主催「講演会」①(いきいきフェスティバル)
9月中旬	日出地区健康づくり推進員対象 「栄養教室」
10月	日出町健康づくり推進員対象 「グラウンドゴルフ大会」
11月中旬	日出地区歩こう会
12月	日出町健康づく推進協議会主催「講演会」②
1月下旬	日出地区健康づくり推進員対象 「学習会」・「例会」