

～会長あいさつ～

藤原地区健康づくり推進協議会 会長 長野 典明

今年度から藤原地区健康づくり推進協議会の会長を仰せつかりました、赤松区の長野です。よろしくお願いたします。

健康づくりの基本は、栄養・運動・休養といわれていますが、私は、毎日の食事が一番大事だと思います。県調査によりますと日出町民の食塩摂取量は大分県内で一番多いという結果が出ています。そこで、各家庭での塩分濃度を知らせてもらおうと、当協議会では塩分計を3セット準備することができました。

今後、貸し出しの方法など話し合っって各区の健康づくり推進員さんを通じて順次貸し出していきたくと思っています。

私も、我が家の塩分摂取傾向を知り、少しずつ節塩して高血圧や脳血管疾患を予防していきたいと思っています。

それが、日出町の健康寿命が大分県のトップいや日本一になる手助けとなりますように…。



「学習会」の参加者募集

いざという時に
対応できるように、
実技を中心とした講習

日本赤十字社大分県支部による

「救急法講習」

<講習内容>

- ・止血、きず、骨折、ねんざの手当
- ・傷病者の搬送方法
- ・急病や熱中症の手当



(共同開催)
日本赤十字社大分県
支部日出町分区

◆日 時：平成29年7月12日(水) 10:00～12:00

◆場 所：日出町保健福祉センター 多目的ホール

◆申込〆切：7月5日(水)までに各区健康づくり推進員(裏面参照)へご連絡ください。

◆参加料：無料

平成29年度 藤原地区健康づくり推進協議会行事予定

7月：学習会

9月：レクレーション大会

10月：歩こう会

12月：グラウンドゴルフ大会

2月：講演会

3月：栄養教室

平成29年度の藤原地区健康づくり推進協議会の行事が決まりました。くわしい内容は今後の「すこやかだより」にてお知らせします。参加希望者は各区の健康づくり推進員にご連絡下さい。