

けんくりだより

発行日：令和8年2月25日
 発行者：大神地区健康づくり推進協議会

会長あいさつ

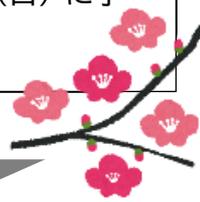
大神地区健康づくり推進協議会 会長 黒丸 明

朝晩は寒さの厳しい日もありますが、近ごろの日中は春も感じられるようになりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

令和7年度の大神地区健康づくり推進協議会は下記のとおり様々な行事を実施し、大神地区の皆様健康づくりに多少は貢献出来たのではないかと考えております。また、日出町健康づくり推進協議会主催の研修にも参加し、推進員の力量アップを図りました。6月と1月には町のイベントである「やさイト」に日出町健康づくり推進協議会のブースを出店し協議会のPRも実施できました。

行事にあたり1年間、大神地区の皆様には大変お世話になりありがとうございました。引き続き令和8年度の活動につきましても皆様のご協力をよろしくお願い申し上げます。

なお、今年度最後の行事である講演会（日出町健康づくり推進協議会主催）が3月8日（日）に予定されていますので皆様のご参加をお願いいたします。詳細は裏面をご覧ください。



令和7年度 大神地区健康づくり推進協議会の活動

月	行事	内容等	参加人数
6月	夏季歩こう会	港区～回天周辺（約4km）	49人
7月	パークゴルフ研修	糸が浜パークゴルフ場	推進員対象
9月	講演会	「脳がイキイキ！心と体もワクワク！ みんなで健康寿命を延ばすコツ」 講師：健康運動指導士/木元雪絵氏	42人
10月	学習会	骨密度測定、体組成・運動機能測定、 体操	推進員対象
11月	グラウンドゴルフ大会	住吉グラウンド	144人
12月	大神地区ふるさとまつり	大腸がんクイズラリー、 野菜350g測定、握力測定等	
2月	冬季歩こう会	真那井区周辺（約5km）	50人

大神地区の皆様健康づくりとなりますよう、いろいろな行事を計画・実施しました。令和8年度の行事につきましては「けんくりだより」でもお知らせしていきますので、皆様お誘いあわせの上、是非、ご参加ください。

みんなで健康づくりに取組んで、大神地区を元気にしていきましょう！



裏面あります

日出町健康づくり推進協議会主催

講演会のお知らせ

テーマ:「転倒防止し、健康寿命を延ばそう！」

参加無料
申込不要

日時:令和8年3月8日(日)

9:00~10:00 測定(骨密度・握力)^{※希望者のみ}

10:00~11:30 講話

場所:日出中央公民館 ホール

(公社)大分県理学療法士会 理事

講師:理学療法士 毛井 敦 氏

問合せ先:日出町健康増進課 健康推進係 [電話] 0977-73-3130
【共催】 [FAX] 0977-73-2833

日出町は骨粗しょう症に関する1人あたりの医療費は県内ワースト1位でした(R5年度)。また、介護が必要となった主な原因の約3割が骨折に係る疾患となっています(R6年度)。この機会に「健康寿命を延ばそう話」を聞きに来ませんか？

大神地区健康づくり推進協議会 活動のご報告

◆◆◆冬季歩こう会◆◆◆

2月15日(日)、50名の皆さんと真那井区の〔浮嶋八幡社→ホテル生息地→秋葉神社→海岸コース→浮嶋八幡社〕のコース(約5km)を歩きました!当日の朝は雨模様で心配しましたが、次第に天気もよくなり、寒さや風もなく楽しく歩くことができました。

歩くことは運動はもちろん、認知症予防にもなります。特別な道具もありません。気軽に歩くことから健康づくりを始めませんか?

