

回覧

健康推進だより



学習会のお知らせ 「認知症サポータ養成講座」 共催：日出町健康増進課

日出地区健康づくり推進協議会では、認知症に関する正しい知識を持ち、認知症の人やその家族を支え安心して暮らせる地域づくりのために講座を開催します。ぜひご参加ください。

日にち 令和8年 2月 20日 (金)

時間 10:00~11:30 (受付9:30~)

会場 日出町中央公民館 ホール

内容
①認知症の基礎知識
②認知症の人への接し方
③認知症のサポーターとは？

講師 日出町地域包括支援センター
近松 和子氏、藤澤 浩子氏



申込み：①日出地区健康づくり推進員に連絡(下記記載)

②日出町健康増進課へ電話申込み
(0977-73-3130)

③二次元コードにて申込み

期限

2/16
(月)



区名	推進員	区名	推進員	区名	推進員
南浜	後藤 総司	北浜	川野 武城	若宮	野上 務
	片山 節子				
下町	工藤 茂	日出本町	森永 祥子	日出中央	脇田 澄子
	合家 るみ子		山村 眞理		森 恵
八日市	河野 縁	西八日市	脇 孝子	佐尾	田邊 三枝子
	末宗 薫		近藤 和美		
			名倉 和美		
上仁王	清水 清次	東仁王	岡本 佳子	堀	赤山 康則
	井上 哲治		矢野 香織		芝尾 眞弓
	大森 由美子	内堀	木村 信義	日出団地	佐藤 恵洋
			田中 秀仁		佐藤 眞澄

裏面あり

歩こう会の報告



たくさんのご参加
ありがとうございました！

日出地区健康づくり推進協議会主催の歩こう会が、令和7年11月16日の日曜日に快晴の元、参加者38名で実施されました。当日は、日曜日の為日出町においてイベント等の開催が行われた関係で、例年に比べて参加人数が減少しました。

朝9時から開会式を行い、会長の挨拶、歩行上の注意事項、準備運動を行った後スタートしました。コースは、日出中央公民館から城下海岸を經由して豊岡のシーガーデンまでの往復7キロで行いました。風もなく穏やかな天気の中、別府湾、高崎山等の景色、参加者同士での会話を通じてコミュニケーション及び健康づくりが図れた事と思います。

シーガーデン駐車場にて、休憩を取った後、日出中央公民館を目指して行きと同じコースを歩き、日出中央公民館駐車場にて抽選会を実施し、景品をゲットして頂きました。日出地区住民の皆様におかれましては、日頃から歩く事を習慣として健康づくりに努めて頂くようお願いいたします。

日出地区健康づくり推進協議会 会長 工藤 茂

参加者からの感想



11月16日(日)遅れていた日出町の紅葉も鹿鳴越連山を彩り、この季節としては温かな陽射しが差す中で「歩こう会」が実施されました。

歩き出すと薄らと汗ばむ気温の中で、参加した人は和気藹々と歩を進めました。コースは昨年と同じという事でしたが、初参加の私には新鮮な景色が拡がり、別府湾の向こうには鶴見岳や扇山、別府の湯煙、大分の工場群が綺麗に見えました。城下公園からシーガーデンまでの間は海岸線を歩き、途中の公園で休憩をとりました。海の水は澄んでいて海の底まで見えました。海を渡る風は清々しく感じ、海上には海鳥達が餌を探して漂い、遠くでは魚が飛び跳ねる姿が見えました。何気なく日常を送っていると気づかない美しい自然や運動する事の心地良さを再認識する事ができました。日常生活の中にある非日常を感じる事ができた「歩こう会」でした。

内堀区参加者

はじめて歩こう会に参加しました。おそらく推進員でなければ、参加はしていなかったと思います。

でも当日は天気も良く、本当に気持ちの良い、日和でした。歩きながら参加して良かったなと思える時間でした。

南浜区参加者

日頃運動していない為、7kmは少しきつかった。自分より年上の方が早く歩かれており、自分も頑張らねばと思った。

初めて出逢った方と歩きながら、色々な話ができ世代を超えて色々学べました。

歩くって気持ちよかった。

八日市区参加者



みんな集合！



歩こう会 当日の様子