

市民健康づくり運動教室第1回発表会



▲1期生から12期生までの指導者による手づくりの発表会

平成23年1月21日(金)、コンパルホールの文化ホールにて、大分市民健康ネットワーク協議会の「市民健康づくり運動教室第1回発表会」が行われました。ロビーでは、筋肉量の測定コーナーや、大分市食生活改善推進協議会による野菜を使った健康食の紹介、運動指導者が活動している運動教室の一覧展示がありました。来賓として、大分市長釘宮氏、大分市保健所次長塩田氏、大分保健所次長兼健康課長山村氏をお招きし、オープニングでは松本会長が、「今日は活動の様子を知ってもらい、ぜひお近くの地区にある教室に参加して頂けるようになればと思います」と挨拶をしました。「健康づくりはまちづくり」と題した釘宮大分市長の健康講話の後は、お楽しみ抽選会が行われ、リンゴや野菜など沢山の品物が参加者に配られました。1期生から12期生までの運動指導者有志による寸劇「大分みんな～元気で長生きして～なえ!」では、運動指導者養成講座を受講した指導者が、運動教室を開くまでをコミカルに、解りやすく演じ、会場も大いに盛り上がりました。



▲健康食の紹介 ▲松本会長挨拶 ▲お楽しみ抽選会



▲有志による寸劇 ▲運動教室の様子を紹介



ラジオ体操ジュニアリーダー養成講座



2010年12月4日、5日の2日間にわたり、大分市保健所にて「ラジオ体操ジュニアリーダー養成講座」が開催されました。講師に日本体操研究所所長の長野信一先生をお招きし、大分市内外から大勢の小学生が参加しました。1日目は小学生19名が参加。お母さん達も一緒になって、長野先生の指導を受けました。低学年の子ども達も、元気一杯体を動かしていました。2日目は日曜日ということもあり56名が参加し、大分市保健所の大会議室一杯になりました。グループに分かれて、脳刺激のゲームや二人組みになってのストレッチなどを行った後、「みんなの体操」を長野先生の指導で学びました。ジュニアリーダーとして認定された小学生には、ジュニアリーダー缶バッジが渡されました。



▲のびのびと元気よく!



▲長野先生をお手本に



ジュニアリーダーとして
頑張ってください!

わたしたちは大分市民の健康づくりを応援しています (五十音順)

●FX 販売 ●BOX カルパート ●ジョイント BOX ●サ・ウォール ●プレキャストウォール ●パワー舗装 ●DO ソッコ ●IGU ●フィールドボックス

ISO9001:2008 日本工業規格表示許可工場

株式会社 池永セメント工業所
http://www.i-cem.jp

本社/〒879-7761 大分市大字中戸次 4763 TEL(097)597-3113 FAX 597-3116
日 井 工 場/〒875-0071 日井市大字小野 564-1 TEL(0972)65-2311 FAX 65-2530
7工場/〒875-0072 日井市大字中戸次 885 TEL(0972)65-3537 FAX 65-3538

販売促進のソリューションパートナー

いづみ印刷株式会社
大分工場/大分市高江1丁目4323番25 (代表) TEL 097-535-8655

■本 社/日 井 市 TEL 0972-63-4317 ■津久井営業所/津久井市 TEL 0972-85-0771
■宮崎営業所/宮 崎 市 TEL 0985-83-3013 ■竹田営業所/竹 田 市 TEL 0974-63-2151
■熊本営業所/熊 本 市 TEL 096-534-6333 ■PCセンター/大 分 市 TEL 0974-538-5540

http://www.printing-izumi.co.jp E-mail: oita@printing-izumi.co.jp

安全安心な不動産取引をお約束します

株式会社 MIC
代表取締役 宮崎 教生
〒870-0856 大分市畑中817番地の1
TEL:097-540-7118 / FAX:097-540-7116
http://www.mic21.jp/

地域をみつめ 未来をみつめ

大分銀行
〒870-0021 大分市府内町3丁目4番1号 TEL097-534-1111

大分センチュリーホテル
代表取締役会長 葉真寺克尚

大分市府内町1-4-28
TEL: 097-536-2777
FAX: 097-536-2307
http://www.oita-centuryhotel.jp

大場整形外科

〒870-0165 大分市明野北1-1-11
TEL:556-1311 FAX:556-1375
http://www.ohba-clinic.jp/

大分スポーツリハビリテーションセンター リハビリ 診療

カラー印刷通販 **生ちい**

www.namachirashi.com

春印刷株式会社
A4片面カラー/コート73K
1000枚 ¥21,000 [税込み]

かんぽ生命 かんぽ生命 入院特約 その日から

株式会社 かんぽ生命保険
大分支店長 今村 健二
〒870-8799 大分市府内町3-4-18
TEL 097-532-2429
http://www.jp-life.japanpost.jp/

大分中央ライオンズクラブ チャーターメンバー

岸田 嘉夫

市民健康づくり運動指導者養成講座 第12期生の認定証書授与式



平成22年11月22日(月)、鶴崎市民行政センターにて「市民健康づくり運動指導者養成講座」第12期生の認定証書授与式が行われました。松本会長より認定証書の授与と激励の言葉をいただき、晴れて市民健康づくり運動指導者と認定されました。12期生を代表して藤川さんから、謝辞が述べられました。今後も地域での運動指導をよろしくお祈りします。



平成23年度「市民健康づくり運動指導者養成講座」実施要領

実施場所
西部会場 西部保健福祉センター(大分市穂田市民行政センター内)
東部会場 東部保健福祉センター(大分市鶴崎市民行政センター内)
中央会場 大分市保健所6階会議室(大分市荷揚町)

研修時間
原則として、13時30分～16時30分(3時間) ※お盆及び年末年始休講

申込み方法
(次の2つの方法からお選びください。)
1. ハガキに「〒・住所・氏名・電話番号・生年月日・性別」を記入し、郵便で申し込む。
2. 大分市民健康ネットワーク協議会のホームページから申込書を取り出し、上記事務局に郵送又はFAXする。
(ホームページ <http://www://shimin-kenkonet.jp/>)
※FAXで申し込まれた方は、朱印付きの申込書を受講初日にご持参ください。

受講料
2,000円(障害保険料と諸費用・・・受講初日にご持参ください)

受講申込み先
〒870-0022 大分市大手町3丁目6-15 いきいき健康館内
「大分市民健康ネットワーク協議会・養成講座事務局」
(TEL 097-514-3622 FAX 097-514-3654)

研修期間
西部会場 平成23年4月11日～7月25日
東部会場 平成23年8月19日～12月5日
中央会場 平成23年11月28日～平成24年3月26日
※各会場にて延べ15回、月曜又は金曜日

募集定員
西部会場(通算14期生) 30名
東部会場(通算15期生) 30名
中央会場(通算16期生) 40名

運動指導者スキルアップ講座



平成22年11月17日(水)、鶴崎支所にて、運動指導者スキルアップ講座が行なわれました。通常開催されている中央会場に行けない人達からの要望で、初めて東部会場で実現しました。「無理せず、見栄をはずす、頑張りすぎないことが大事です」と小畑先生より丁寧な運動のアドバイスを聞きながら、歌のリズムに合わせて、左右の人と手の平や指先をタッチさせ脳を刺激する指先の運動や、ストレッチ運動をこなし、養成講座で学んだ事を復習していただきました。運動指導者の皆さんも年3回のスキルアップを学びながら、自身の健康に繋がっています。



わたしたちは大分市民の健康づくりを応援しています (五十音順)

水と空気の御相談
冷暖房・給排水衛生設備

株式会社 協栄サービス
代表取締役 田中 実也
〒870-0941 大分市下郡工業団地内
TEL 097(569)7167 FAX 097(567)9367

地焼酎とワインの店

Granero ショウキ
株式会社 安見酒店
〒870-0045 大分市城崎町1-2-34
TEL 097-534-2775 FAX 097-534-2776

飲食店専門納入業者

株式会社 佐藤酒販
代表取締役 社長 佐藤 哲郎
〒870-0044 大分市舞鶴町2丁目2-26
TEL:097-538-0111 / FAX:097-534-7001

事業系一般廃棄物の収集運搬・処理
医療系廃棄物の収集運搬・処理

三藤商事 株式会社
代表取締役 佐藤正己
〒870-0942 大分市大字羽田1060番地4
TEL:097-568-9911 / FAX:097-568-9913
http://www.oita-santo.co.jp

処方せん承ります。

有限会社 シバ薬局
代表取締役 柴山洋一
〒870-0037 大分市東春日町8-4
TEL : 097-534-4689 / FAX : 097-534-4689

大好評!! 大分市観光協会大分ふく名店会会員

豊後地魚・地酒の店
すいもん
http://www.suimon.jp/
■大分市都町2丁目3-5 ☎(097)536-6262

土木・舗装工事業

株式会社 センコー企画
代表取締役 阿南 義文
〒870-0318 大分市大字丹生193番地の6
TEL.097-593-3633 FAX.097-593-1200
senko@mocha.ocn.ne.jp

ビルメンテナンスを通じて快適環境を創造します。

有限会社 創研ビルサービス

■建築物清掃管理 ■空気環境測定 ■飲料水貯水槽管理 ■害虫等駆除
■樹木管理 ■設備管理 ■消防設備点検 ■廃棄物収集運搬

〒870-0948 大分市芳河原16番6号 TEL.097-568-0123

空調サービス

エアコンのことなら
いつも(快適) 空気清浄機でウイルス撃退!

ダイキン工業(株)特約店・サービス認定店
(有)ダイワ空調サービス
大分市花高松3丁目6番32号 TEL558-1003(代)