

市民健康づくり運動指導者養成講座



▲13期生のみなさん



▲14期生のみなさん

平成23年3月28日(月)、大分市保健所中央会場で第13期生の、平成23年7月25日(月)、大分市植田市民行政センター西部会場で第14期生の市民健康づくり運動指導者認定証書授与式が行われました。松本会長から認定証書が手渡され、「一生懸命勉強した知識を活かし、地域のリーダーとなって、いろんな人達のサポートをしてください。」と受講生を激励しました。市民健康づくり運動指導者として活動する先輩達に続き、各地域の公民館等で、近隣にお住まいの方が気軽に参加できる健康づくり教室を開催するなど、健康指導に頑張ってください。



頑張ってください!

ラジオ体操・みんなの体操指導者養成講習会



▲講習会の様子



▲ラジオ体操についての講話 ▲柔軟体操を兼ねて ▲1種類ずつの指導 ▲アシスタントの実技指導 ▲曲に合わせて ▲修了証書授与

平成23年6月26日(日)、「ラジオ体操・みんなの体操指導者養成講習会」が鶴崎公民館で開催されました。元NHKラジオ体操の指導者としておなじみの長野信一先生と、アシスタントの田村恵美さんを講師としてお招きし、講習会には95名もの参加者が集まりました。長野先生の丁寧な指導のもと、参加者全員がしっかりと正しいラジオ体操を学び、講習会終了後、長野先生から修了証書が手渡されました。健康づくりに向けて、誰でも楽しく簡単にできるラジオ体操を地域で幅広く普及させてください。



男性料理教室開催



平成23年7月30日(土)、「四季の会」より依頼を受けて、明治明野公民館にて大分市食生活改善推進協議会(中央地区)による、男性料理教室が行われました。20名近くが参加し、簡単に塩分を抑えたバランス食を教わりました。参加者の方たちは慣れない包丁使いに悪戦苦闘しながらも、最終作ることを楽しんでいました。料理を作ることで健康的な食事について学び、食の大切さを学んだ料理教室となりました。



▲講師の説明どおりに実践 ▲なごやかな実習会場 ▲米粉の揚げビザ 生地づくりに挑戦

食フォーラム「食と生活習慣病」

糖尿病等の生活習慣病の発症および重症化の予防に向けて、食の重要性についてアピールすることを目的に食フォーラムを開催します。食に関する業務に従事されている方々に、それぞれの立場からの食に対する意見を出していただき、食と生活習慣病への関心と知識を市民の方々に深めていただきたいと思います。

日時:平成23年11月2日(水)13:30~16:00
場所:コンパルホール文化ホール
対象者:市民

式次第

- 13:30 開会 松本会長挨拶 釘宮市長挨拶
- 13:50 基調講演「食と生活習慣病について」松本会長
- 14:30 パネルディスカッション(各パネリスト発表)
- 15:30 各パネリストの発表いただいた内容についての質問・討論、まとめ
- 16:00 閉会



パネリスト(順不同): 大分市教育委員会、大分県栄養士会、大分市食生活改善推進協議会、大分市保育部会、JA大分事業部さんに選出をお願いしています。

健康づくり運動教室 団体紹介



南大分ひだまり会 (高齢者転倒予防教室)

地域包括支援センターの介護予防教室を、平成22年6月から新しい教室としてリニューアルオープン。南大分公民館で、毎月第3木曜日に開催。登録会員数は135名。内容は主として体操と脳トレ。先生方のすばらしいご指導の下、いつも楽しく笑顔がいっぱい。自分の健康は自分で守る気概の活動です。

連絡先: 四童子寛
電話: ☎097-545-6072
住所: 大分市田中町4組の1



高江ハイツ体操教室

「いつまでも元気です!!」自治会・老人会 etc. 地域の協力を得、月に2回の健康体操教室です。高齢化した地域を活性化し、一人でも多くの方の参加出来る教室を目指して、立ち上げました。今では常時20人前後の参加があり、明るく楽しい笑いの絶えない教室です。月2回の教室が待ち遠しいとの声をいただき、指導者にも恵まれ、続けています。

連絡先: 高山 加代
電話: ☎097-569-0552
住所: 大分市旦野原910-59

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)

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)

麻生整形外科クリニック
日協協スポーツドクター 整形外科スポーツ医 日本医師会健康スポーツ医 リウマチ専門医 脊椎脊髄病医
〒870-0818 大分市春日町2丁目3-13(市営テニスコート前)
☎(097)546-8080

池永セメント工業所
ISO9001:2008 日本工業規格表示許可工場
本社 池永市 池永 池永 池永 池永
TEL: 097-597-3113 FAX: 597-3116

いづみ印刷株式会社
大分工場 / 大分市高江西1丁目4323番25 (代表) TEL 097-535-8655
TEL: 097-534-1221 FAX: 097-532-3561

かんぽ生命
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
会長 岸田 嘉夫

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

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/

大分銀行
地域をみつめ 未来をみつめ
〒870-0021 大分市府内町3丁目4番1号 TEL: 097-534-1111

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

Grano 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

ホームページを作りたい! Webに関する全ての悩みに
株式会社 コアラ
〒870-0026 大分市金池町2-1-14
TEL 097-534-9696 URL http://www.coara.or.jp/

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 大分市豊鶴町2丁目2-26
TEL: 097-538-0111 / FAX: 097-534-7001

自動車保険・火災保険・傷害保険・生命保険 etc
万が一の備えは大丈夫ですか?
大石総合保険事務所
〒870-0044 大分市豊鶴町1-6-18 大石ビル2F
TEL 097(537)1000 FAX 097(535)2191

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.obha-clinic.jp/

Printing Power 春日印刷有限公司
印刷力
〒870-0031 大分市勢家町3-4-23
TEL: 097-534-1221 FAX: 097-532-3561

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
すず門 SUIMON
http://www.suimon.jp/
〒870-0072 大分市都町2丁目3-5 ☎(097)536-6262