

市民健康づくり運動指導者活動中です



「悠々健康教室まつもと」では、平成18年度市民健康づくり運動指導者養成講座の第1期生が運動指導者として、体操教室を開催し活動しています。

指導者は運動指導者養成講座1期生の嶺やつ子さん(松本内科循環器科クリニックの看護師)です。

他の1期生の皆さんも、各地区の公民館などで体操教室の運動指導者として健康の輪を広げ、大分市民がどんどん健康になるように頑張っています。さらなる活躍にご期待ください。



▲「悠々健康教室まつもと」体操教室の様子

受講生募集

平成19年度 市民健康づくり運動指導者養成講座

- 実施場所** * 東部会場/東部保健福祉センター(大分市鶴崎支所内) * 中央会場/市営陸上競技場研修室(大分市津留)
- 研修期間** * 東部(3期生)/10月1日~平成20年2月18日(15回) * 中央(4期生)/12月14日~平成20年3月28日(15回)
- 募集人員** * 東部/30名 * 中央/40名 ※先着順(募集定員になり次第、募集を締切ります)
- 研修時間** 原則として13時30分~16時30分(3時間)/年末年始休講
- 申込方法** ▶ <http://www.shimin-kenkonet.jp/> 上記ホームページから申込書をダウンロードし、ファックスにて仮申込可 FAX:097-573-2085
- 受講料** 1,600円(予定・障害保険料のみ) ※受講初日に持参ください
- 受講申し込み・お問合せ** 〒870-0024 大分市西新地2丁目5-40(舞鶴清流苑内) 「大分市民健康ネットワーク協議会・養成講座事務局」 TEL 097-573-2088

いきいき健康ボウリング教室

参加者募集 ボウリングで健康づくりをめざそう! 専門のインストラクターが基本からわかりやすく指導いたします。ゲーム代、シューズ代、すべて無料です。

- 日時** **A** 平成19年10月16日(火)~11月13日(火) 毎週火曜日/午前10時から(連続5回)
 - B** 平成19年10月19日(金)~11月30日(金) (11/2(金)・11/23(祝)はお休み) 毎週金曜日/午前10時から(連続5回)
- ※どちらか都合の良いコースをお選び下さい。

場所 OBSボウル 住所:大分市明野東 あけのアクロスタウン内

定員 各コースそれぞれ30名程度

申込締切 平成19年10月14日(日)

申し込み OBSボウルへ直接お電話でお申し込みください。 **OBS BOWL** TEL 097-558-8510



【主催】大分市民健康ネットワーク協議会

お知らせ

大分市民健康ネットワーク協議会

「1周年記念式典」 「大分市民健康大学(仮称)開学式典」

- 日時** 平成19年11月5日(月) * 開場:17時30分 * 開会:18時00分
- 場所** コンパルホール3F 多目的ホール

【主催】大分市民健康ネットワーク協議会

消費者による農産物生産地の見学と生産者との意見交換会

- 日時** 平成19年10月29日(月) * 13時00分~16時30分
- 場所** 生産地:大分市戸次 ミツパ団地(ミツパの水耕栽培) 意見交換会開催

【主催】九州農政局大分農政事務所 【共催】大分市民健康ネットワーク協議会

「健康づくり応援団」グループ活動紹介

★大分東洋ホテル「ウェルネスクラブ」

大分東洋ホテルウェルネスクラブでは、平日女性会員を募集しています。女性限定のお得なプランで、入会金、年会費だけで個室以外の全施設をお好きなだけご利用頂けます。今なら入会金無料のキャンペーンを行っていますので、お気軽に無料体験にご参加下さい。無料体験は平日10:00~16:00まで随時受付しています。ご希望の方にはご指導いたしますのでお気軽にお越し下さい。



▲施設のプール

連絡先:大分東洋ホテルウェルネスクラブ
TEL:097-545-1040/FAX:097-545-1023
住所:〒870-0816 大分市田室町9-20

★小規模作業所 あおぞら/NPO法人 みんなのあおぞら

名刺のプリントや、ハガキ、カレンダーの作成を行っており、ハビネットのイラスト入り名刺も作っています。障害がある人ない人明るく楽しく思いやりをもって一致団結の職場」を基本コンセプトとしています。ピース・アクセサリーや、野菜、ミニパン、クッキー、ケーキ等も作っています。みんなが明るく楽しく活動できる職場です。

【名刺作成料金】モノクロ100枚/1,500円(税込み)フルカラー100枚/2,000円(税込み)



▲ピースのネックレス 名刺見本▶

連絡先:小規模作業所 あおぞら/管理責任者:太田・松涛
TEL・FAX:097-558-8285
住所:〒870-0919 大分市新栄町6-32



★上野健康教室

“身近な所で気軽にできる体操”の教室です。いつまでも健康・美しく!をモットーに、脳刺激体操ストレッチ、ボール筋トレなどを行っています。口の体操(おしゃべり)も賑やか。早いもので8年目に入り、参加者の中には病後の方、関節を痛めている方もいらっしゃいますが“自分なりに心地良く”体操しています。春のお花見ウォークなどもあり、のんびりゆったりな教室です。お気軽にご参加下さい。



▲いつでも明るい笑顔…元気の源です

連絡先:上野健康教室 小畑絹枝
TEL:097-543-7156/FAX:097-546-9688
住所:〒870-0834 大分市上野丘西2-30

★わいわい夢クラブ

名前の由来は、地域住民がわいわいガヤガヤと楽しく、夢を語れるクラブになったらいいなとの願いを込めて名付けました。“子どもに夢と未来を・働きざかりに健康を・高齢者に生きがいを”をキャッチフレーズにスポーツ活動と文化活動を通じて、会員同志が共に助け合い支え合うクラブ創りを目指しています。会員相互の親睦を図り、併せて、地域の活性化と健康増進への寄与を目標に活動しています。

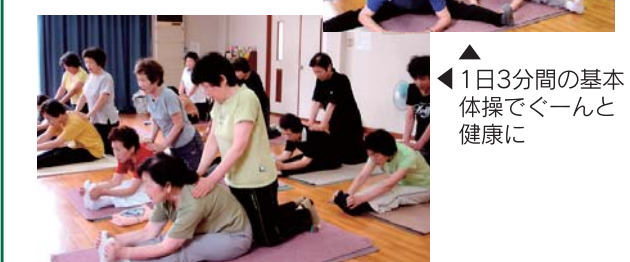


▲健康体操教室での七夕まつり

連絡先:わいわい夢クラブ/会長 外川陽一
クラブマネージャー 吉田和光
TEL・FAX:097-560-0873
住所:〒870-0921 大分市萩原2-10-7

★大分真向法協会

体を柔軟にして若返る「真向法体操」、この体操は赤ちゃんが無心しているポーズがお手本です。「頭面接足礼」と呼ばれるポーズができるようになれば筋肉や関節はしなやかで、血液はサラサラの若々しい体に変わっているはず。畳一枚の広さがあれば、家庭でも4つの基本体操ができます。真向法に期待できる健康効果は、筋肉を伸ばして血行を促進、正しい姿勢が脳を活性化、腹式呼吸でスタミナアップなどです。



▲1日3分間の基本体操でぐんと健康に

連絡先:大分真向法協会/会長 後藤靖美
TEL:097-569-7137/FAX:097-569-7137
住所:〒870-1105 大分市敷戸南町2-1

★OSR 大分スポーツリハビリテーションセンター

当施設では、医療機関と綿密な連携の上、楽しく効果的な運動療法の指導を行い、継続的な健康管理を行っています。また、スポーツによるケガや故障を的確に診断し、早期復帰を目指したリハビリテーションを行うとともに、外傷・障害予防の知識普及を目的とした講習会も行っています。地域におけるコミュニティの場として、様々な触れ合いの場を通し、総合的なスポーツ文化の向上に寄与しています。



▲外観とメディカルマネージャー講習会の風景

連絡先:OSR 大分スポーツリハビリテーションセンター
TEL:097-503-0750/FAX:097-556-1375
住所:〒870-0165 大分市明野北1-1-12

★大分市フォークダンス連合会

子どもから高齢者まで幅広い年齢層が、コンパルホール、大分市内公民館、体育館等で活動しています。主にレクダンスや、フォークダンスのリズムに合わせた有酸素運動の柔らかい動きで、健康を維持しようというサークル活動をしています。



▲昨年のクリスマスに、踊った後の皆さんの笑顔です。

連絡先:大分市FD連合会事務局 下川隆一/代表者 藤田節子
TEL・FAX:097-597-0720 住所:〒879-7763 大分市下戸次1498

わたしたちは大分市民の健康づくりを応援しています

本のぬくもりと自然力を次世代へ <http://www.hayashi-kyuuen.jp>
E-mail: info-o@hayashi-kyuuen.jp

第18回 風木道徳賞 18回受賞・別府市HOPE賞 5回受賞

林住研株式会社
大分市中央町4-2-16
TEL 097-537-1666/FAX 097-537-1658
TEL 0120-151-884

おおいた出会い応援センター
OITA LOVE MEETING CENTER

大分県とNPO法人大分情報推進ネットワークが協働で開設した「おおいた出会い応援センター」では、出会いのイベント情報を提供し、独身男女の皆さんの出会い・結婚を応援します。

【おおいた出会い応援センター事務局】
〒870-0856 大分市大字畑中817-1
TEL 097-509-3179 FAX 097-540-7116
MAIL info@oitadeai.jp

出合いイベント情報・申込はこちら <http://oitadeai.jp>
パソコンからでも携帯からでもアクセスできます。

内科・循環器科・消化器科・呼吸器科・アレルギー科・心療内科

日本医師会認定 内科専門医
日本循環器学会認定 循環器専門医
日本呼吸器学会認定 呼吸器専門医
日本アレルギー学会認定 アレルギー専門医

松本内科循環器科クリニック
院長 松本悠輝

〒870-0952 大分市下都北3丁目21番25号 TEL 097-554-3200 <http://www.matsumoto-naika.com>

株式会社 佐藤酒販

会長 佐藤奈良喜
〒870-0044 大分市舞鶴町2丁目2-26
TEL:097-538-0111/FAX:097-534-7001

三藤商事 株式会社

代表取締役 佐藤正巳
〒870-0942 大分市大字羽田1060番地の4
TEL:097-568-9911/FAX:097-568-9913
<http://www.oita-santo.co.jp>

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7-18
TEL:097-534-4689/FAX:097-534-4689

“感動”を贈ろう
トロフィー・楯・カップ・バッジ・あらゆる記念品の企画・制作

ヒロカネ商会
〒870-0006 大分市王子中町5-49(春日神社まえ)
TEL(097)532-6322(代) FAX(097)534-8244
◆ホームページ <http://www.hirokane.net> ◆E-mail info@hirokane.net

DIGITAL COLOR PRINTING SYSTEM

春日印刷株式会社
大分市勢野町3-4-23 春日神社前
TEL 097-534-1221
FAX 097-532-3561
E-mail: info@kasugaprinting.co.jp

KASUGA Design Room
大分市勢野町4-23-23 春日印刷センター3F
TEL 097-532-3566 FAX 097-594-2030
<http://www.kasugaprinting.co.jp/brand/>

株式会社 協栄サービス

代表取締役 田中実也
〒870-0941 大分市下都工業団地内
TEL:097-569-5800/FAX:097-569-5837

ヤクシングループ
株式会社 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>

平倉建設 株式会社

代表取締役社長 平倉三雄
〒870-0049 大分市中島中央3丁目1-11
TEL:097-534-4480/FAX:097-532-0823
<http://www.hirakura.jp/>

大分市観光協会大分ふく名店会員

豊後地魚・地酒の店
すいもん
<http://www.suimon.jp/>

■年中無休 ■午後4時~午前1時まで
■大分市都町2丁目3-5 ☎(097)536-6262
写真は恵士料理コース 4,200円

わたしたちは大分市民の健康づくりを応援しています