

さんを紹介します



地域の健康づくりのリーダーとしてさまざまな活動をされています。

主な事業：チェリーキッズ料理教室、ウォーキング



健康推進員さんとは・・・

健康づくりのために1年間、町の健康推進員養成講座を受講し、健康づくりの5本柱「栄養」「運動」「休養」「健診」「生きがい」を具体的に実践されている方々です。平成24年4月から11名の新しい推進員を迎え、116名の方が、各地区・各部会で活動に取り組まれています。

健康推進員を始めた時より少しずつ料理のレパートリーも増え、自分自身の体にも気をつかい始め、周りの人たちにも薄味の料理をすすめたり、少しずつ家庭内から近所へそして地区へと広まっているように思います。運動も大切ですが、食からの健康がまず一番。体を丈夫にして、体をいたわりながら、運動や趣味ができれば一番いいと思っています。

日野町健康推進協議会 会長 やまだ さちえ 山田 幸枝

主な事業：介護予防普及啓発事業、さわやかウォーキング

自治会名	氏名
小 谷	富田みゆき
	西川千代子
石 原	芦原 節子
	野口 芳江
増 田	山中彩記子
	杉村 順子
豊田4区	東川 啓子
豊田5区	久村 眞里子
	谷元 千尋
中山西	★望月 恵子
中山東	岡本 悦子
徳 谷	園田 智子
	落合 明美



平成23年度の主な活動内容

子育て応援隊部会

- ・学童保育所での食育
- ・ちびっこまつりでのおやつ提供
- ・おやこの食育教室

運動部会

・さわやかウォーキング

健康づくり応援隊部会

- ・氏郷まつり「夏の陣」の盆踊り参加（優勝）
- ・福祉会などでの寸劇、ダンス

広報部会

- ・「さざなみ」「キャロット」の発行
- ・健診の受診勧奨



健康クッキング部会

- ・男性のための料理教室
- ・健康まつりでのおやつ作り
- ・すてき！アップ料理教室

男の料理教室

自治会名	氏名
西大路1区	竹村 雅子
	奥田 伸子
西大路2区	廣嶋みどり
	廣島ルリ子
	★布施 典子
西大路3区	幅野 良子
	坂田千賀子
仁 本 木	平岡 浩子
	山田すみれ
音 羽	山田 恭子
	市岡 陽子

健康推進員さん 募集中

地域で健康づくりを普及・啓発するために一緒に活動してみませんか。「健康推進員をしてみたい」「健康推進員のことをもっと知りたい」という方は保健センターまでご連絡ください。

～平成24年度 新しい推進員Sさんからのメッセージ～

私が健康推進員養成講座を受講したことで一番良かったと思うことは、一緒に勉強した仲間と出会えたことです。40時間という共有の時間を過ごした体験は、私にとって貴重な宝となりました。朝10時から午後4時まで、高齢者のための料理の実習をしたり、食物のカロリー計算をしたり、健康的に体を動かす運動を習ったり、仲間と一緒に楽しみながら受講することができました。健康であるがゆえに何事も成し得ることが出来る。改めて感じさせられた日々でした。

これから私に何が出来るのか分かりませんが、積極的に活動に参加して、少しでも習ったことが生かせたらと思っています。

◆問い合わせ先 保健センター

☎ 6574 有線 7777



健康推進員

「私たちの健康は私たちの手で！」を合言葉に、

☆：平成24年度からの健康推進員さん

西桜谷地区

日野地区 主な事業：親子でクッキング、高校生料理教室



自治会名	氏名	自治会名	氏名
村井1区	田中 節子	大窪3区	岩田美知子
村井2区	外池 良子	大窪5区	島田 操
	西田三枝子		町田 君子
村井3区	岡 みつえ	河 原	須口 千鶴
	瀧沢小夜子	松尾1区	深井美津江
寺 尻	竹村 好美	松尾2区	三田 保子
日 田	澤田 啓子	上 野 田	清水 洋子
	野田 洋子		松本 英子
大窪1区	伊藤由利子	大 谷	門谷 則子
	竹村 ウメ		鳶村真理子
大窪2区	松岡千鶴子		小森眞由美
	高田しげ子		小森みつ子
	★清水 淳子		

自治会名	氏名
安 部 居	遠城 孝子
	渡邊 恵子
中 在 寺	高橋 房子
	大橋 照子
	飛川 幸子
北 脇	中澤つぎ江
	森川よし子
蓮 花 寺	武本みち代
	奥野 澄子
	奥野久美子

東桜谷地区 主な事業：ヘルスサポーターフォローアップ事業、体に優しい正月料理教室

自治会名	氏名	自治会名	氏名
原	加納さな彥	奥 師	奥村 典子
	中西 恭子	鳥 居 平	麻原 悦子
山田 幸枝	奥村 恵		
川 原	加納八重乃	中 之 郷	吉川 和枝
	★巖島 絹子		澤村 和子
杉	古道恵美子		市田 敏江
杣	横山 悦子	増田美枝子	
	堀江 道子	鈴木 敦子	
小 野	堀井 栄子	奥之池	小森 妙子
	森岡 和代		鹵黒さな江
	植田美江子		
	植田 幸美		



必佐地区

自治会名	氏名
三十坪下	東 敦子
	東 勝美
三十坪上	★北村 典子
	吉澤 玲子
	三添 展子
猫 田	三添 美和
	田中 浜子
十 禅 師	★中西 美雪
小 御 門	久村 満栄
	門谷たけ子
小 谷	嶋村かよ子
	富田知津子
	牧田 輝代

南比都佐地区 主な事業：公民館料理教室



自治会名	氏名
上 駒 月	奥田とよ子
	★吉村 幸子
下 駒 月	中西千恵子
深 山 口	室田 育子
上 迫	正親久美子
	木村三智子
清 田	清水さえ子
	★矢野佐代子
別 所	清水 信子
	白濱 和子
曙	上嶋 節子
	★山添真美子

西大路地区 主な事業：ウォーキング、



鎌掛地区 主な事業：ヘルスアップセミナー

自治会名	氏名
鎌掛1区	岡 里子
	奥村八重子
鎌掛2区	池内 芳江
	岡崎ヨシ子
鎌掛3区	★竹村 正子
	★外池加代子
鎌掛5区	杉村ノブ子
	竹村 久子
鎌掛6区	藤澤まさ子
	竹村 節子

