

# さんを紹介します

健康づくりは赤ちゃんからお年寄りまで生涯を通じて大切なことであり、身近なところで継続した取り組みが必要です。

健康推進員の皆さんは、健康の5つの柱「栄養」「運動」「休養」「健診」「生きがい」を中心に、各地区で健康づくりを自ら実践したり、正しい情報を伝え、地域の皆さんが「元気で生き活きと暮らすため」に活動されています。現在108名の健康推進員さんが「私たちの健康は私たちの手で！」を合言葉に地域の健康づくりのリーダーとして活動されています。

## 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		瀧井 恭子
村井3区	岡 みつえ	河 原	山添 ふみ子
	瀧沢 小夜子		川西 静子
日 田	澤田 啓子	寺 尻	高井 寛子
	野田 洋子		竹村 好美
大窪1区	伊藤 由利子	上 野 田	門谷 則子
	松岡 千鶴子		巖村 真理子
大窪2区	高田 しげ子	大 谷	小森 眞由美
	清水 淳子		小森 みつ子

## 西桜谷地区 主な事業：男の料理教室、老人会婦人部料理講習会

自治会名	氏名	自治会名	氏名
安 部 居	遠城 孝子	北 脇	中澤 つぎ江
	渡邊 恵子		森川 よし子
中 在 寺	高橋 房子	蓮 花 寺	武本 みち代
	大橋 照子		奥野 澄子
	飛川 幸子		奥野 久美子
野 出	中野 喜美子		岩瀧 好恵



## 東桜谷地区 主な事業：こどもの日のつどいデザート作り、通学合宿の食事作り協力



自治会名	氏名	自治会名	氏名
原	加納 さなゑ	奥 師	奥村 典子
	中西 恭子	鳥 居 平	麻原 悦子
川 原	山田 幸枝		奥村 恵
	加納 八重乃	中 之 郷	吉川 和枝
巖島 絹子	澤村 和子		
杉 杣	古道 恵美子	佐 久 良	市田 敏江
	横山 悦子		八木 恵子
小 野	堀江 道子	奥 之 池	奥野 文子
	森岡 和代		鈴木 敦子
	堀井 栄子		小森 妙子
	植田 幸美		齒黒 さな江

### 平成 25 年度の主な部会活動内容

#### 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

#### 広報部会

広報紙「さざなみ」「キャロット」の発行

#### 運動部会

さわやかウォーキング

#### 健康クッキング部会

男性のための料理教室、健康まつりでの調理体験

#### 健康づくり応援隊部会

氏郷まつり「夏の陣」の盆踊り参加、福祉会などで介護予防の寸劇、野菜ダンスによる食育

# 健康推進員

「私たちの健康は私たちの手で！」  
の合言葉のように、自分自身の健康に  
気をつけながら住民の方々の健康づく  
りをお手伝いすることが健康推進員一  
人ひとりの活動の場所だと思っています。  
食のアドバイザーの一員として、  
ヘルスメイトとしてお手伝いの場を広  
げていきたいと思っていますので、よ  
ろしくお願いします。

日野町健康推進協議会  
会長 山田 幸枝

## 西大路地区

主な事業：ちびっこサロン食育、男の料理教室

自治会名	氏名
西大路1区	竹村 雅子
西大路2区	奥田 伸子
	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
音 羽	山田 すみれ
	山田 恭子
蔵 王	市岡 陽子



## 必佐地区

主な事業：介護予防普及啓発事業、さわやかウォーキング

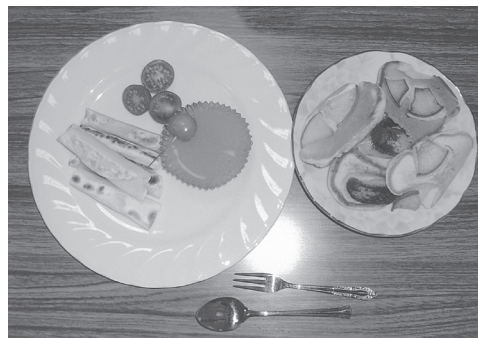


自治会名	氏名	自治会名	氏名
三十坪下	東 敦子	小 谷	富田 みゆき
	東 勝美		富田 知津子
	北村 典子	野口 芳江	
三十坪上	三添 展子	増 田	山中 彩記子
	三添 美和		杉村 順子
猫 田	中西 美雪	豊田3区	滝口 方子
十 禅 師	久村 満栄	豊田4区	東川 啓子
小 御 門	嶋村 かよ子	中山西	望月 智恵子
石 原	芦原 節子	中山東	岡本 悦子

## 南比都佐地区

主な事業：親子で食育教室、親子でおやつ作り

自治会名	氏名	自治会名	氏名
上 駒 月	岸村 やすの	清 田	清水 さえ子
	吉村 幸子		矢野 佐代子
下 駒 月	小西 知子	別 所	清水 信子
深 山 口	室田 育子		白濱 和子
上 迫	正親 久美子	曙	山添 真美子
下 迫	柚木 静恵		



## 鎌掛地区

主な事業：高齢者配食サービス、ヘルスアップ料理教室



自治会名	氏名
鎌掛1区	岡 里子
	奥村 八重子
	池内 芳江
鎌掛2区	岡崎 ヨシ子
	奥村 洋子
鎌掛3区	野崎 恵美子
	竹村 正子
鎌掛4区	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
	高尾 喜代美

## 健康推進員さんを募集中

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  
康推進員をやってみたい」「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。

◆問い合わせ先 保健センター  
☎6574