

私のまちの健康推進員さん



いきいきと充実した毎日を過ごすためには、健康な体は自分で作ることが重要です。しかし、ひとりで健康づくりを実践し、続けていくことは難しいものです。

住民の皆さん一人ひとりが、生涯にわたって健康の保持・増進を図っていくためには、地域ぐるみで健康について考え、実践していくことが効果的といわれています。

日野町では、健康の5つの柱である「栄養」「運動」「休養」「健診」「生きがい」を中心に、住民の皆さんの健康づくりのリーダーとして103名の方に健康推進員を委嘱し、健康づくりにつながるさまざまな活動に取り組んでいただいています。

日野町健康推進員の紹介 (103名) 平成22年4月1日現在 (敬称略)

| 日野地区 | |
|-------|------|
| 田中節子 | 村井1区 |
| 外池良子 | 村井2区 |
| 西田三枝子 | 村井3区 |
| 岡みつえ | 村井3区 |
| 瀧沢小夜子 | 寺尻 |
| 竹村好美 | 日田 |
| 澤田啓子 | 大窪1区 |
| 伊藤由利子 | 大窪2区 |
| 竹村ウメ | 大窪2区 |
| 松岡千鶴子 | 大窪2区 |
| 高田しげ子 | 大窪3区 |
| 岩田美知子 | 大窪3区 |
| 島田操 | 大窪5区 |
| 外池英子 | 大窪5区 |
| 町田君子 | 大窪5区 |
| 田中弘子 | 大窪5区 |
| 須口千鶴 | 河原 |
| 深井美津江 | 松尾1区 |
| 三田保子 | 松尾2区 |
| 伴絹子 | 松尾2区 |
| 池田敦子 | 松尾2区 |
| 門谷則子 | 上野田 |
| 鳶村真理子 | 上野田 |
| 小森眞由美 | 大谷 |
| 小森みつ子 | 大谷 |

| 東桜谷地区 | |
|-------|-----|
| 加納さなゑ | 原 |
| 加納文子 | 原 |
| 中西恭子 | 川原 |
| 山田幸枝 | 川原 |
| 古道壽美子 | 杉 |
| 古道工ミ子 | 杉 |
| 山田美智子 | 杉 |
| 堀井栄子 | 小野 |
| 森岡和代 | 小野 |
| 植田美江子 | 小野 |
| 植田幸美 | 小野 |
| 奥村典子 | 奥師 |
| 麻原悦子 | 鳥居平 |
| 奥村恵 | 鳥居平 |
| 吉川和枝 | 中之郷 |
| 澤村和子 | 中之郷 |
| 石森明美 | 中之郷 |
| 鈴木敦子 | 奥之池 |
| 小森妙子 | 奥之池 |
| 小森黒 | 奥之池 |
| 黒さな江 | 奥之池 |

| 西桜谷地区 | |
|-------|-----|
| 遠城孝子 | 安部居 |
| 渡邊恵子 | 安部居 |
| 高橋房子 | 中在寺 |
| 山田民子 | 北脇 |
| 中澤つぎ江 | 北脇 |
| 森川よし子 | 北脇 |
| 武本みち代 | 蓮花寺 |
| 奥野澄子 | 蓮花寺 |
| 奥野久美子 | 蓮花寺 |
| 西河恵子 | 蓮花寺 |

| 西大路地区 | |
|-------|-------|
| 竹村雅子 | 西大路1区 |
| 奥田伸子 | 西大路2区 |
| 幅野良子 | 西大路3区 |
| 坂田千賀子 | 西大路3区 |
| 幅野美代子 | 西大路3区 |
| 平岡浩子 | 仁本木 |
| 山田すみれ | 音羽 |
| 山田恭子 | 音羽 |
| 市岡陽子 | 蔵王 |

| 鎌掛地区 | |
|-------|------|
| 岡里子 | 鎌掛1区 |
| 奥村八重子 | 鎌掛1区 |
| 池内芳江 | 鎌掛1区 |
| 岡崎ヨシ子 | 鎌掛2区 |
| 杉村ノブ子 | 鎌掛2区 |
| 竹村久子 | 鎌掛5区 |
| 藤澤まさ子 | 鎌掛5区 |
| 竹村節子 | 鎌掛6区 |

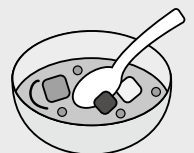
| 南比都佐地区 | |
|--------|-----|
| 岸村初江 | 上駒月 |
| 岸村眞利子 | 上駒月 |
| 蒲生みつ子 | 下駒月 |
| 室田育子 | 深山口 |
| 正親久美子 | 上迫 |
| 藤澤ひで子 | 下迫 |
| 藤澤早苗 | 清田 |
| 清水一江 | 清田 |
| 清水信子 | 別所 |
| 白濱和子 | 別所 |
| 宮崎栄美 | 曙 |
| 富山敦子 | 曙 |

| 必佐地区 | |
|-------|------|
| 東敦子 | 三十坪下 |
| 東勝美 | 三十坪下 |
| 吉澤玲子 | 三十坪上 |
| 三添展子 | 三十坪上 |
| 田中浜子 | 猫田 |
| 久村満栄 | 十禅師 |
| 伊藤知子 | 里口 |
| 門谷たけ子 | 小御門 |
| 嶋村かよ子 | 小御門 |
| 富田知津子 | 小御門 |
| 牧田輝代 | 小谷 |
| 白井由紀子 | 小谷 |
| 野口芳江 | 増田 |
| 山中彩記子 | 増田 |
| 東川啓子 | 豊田4区 |
| 久村眞里子 | 豊田5区 |
| 谷元千尋 | 豊田5区 |
| 吉村豊子 | 中山西 |
| 岡本悦子 | 中山東 |

健康推進員の活動

「私たちの健康は私たちの手で」をキャッチフレーズに、町の保健事業への参加や地域における住民の皆さんの健康づくりの行事などのほか、次のような活動にも取り組まれています。

- 子育て応援部会 手作りおやつ提供と調理指導
- 広報部会 「広報さざなみ」の発行
- 健康づくり応援隊部会 紙芝居、寸劇の実演
- 運動部会 ウォーキングイベントの開催
- 健康クッキング部会 健康料理の学習と啓発活動



◆問い合わせ先 保健センター ☎②6574 有線⑤7777