

# 健康づくり活動表彰 団体募集中！

健康長寿しまね推進会議では、地域や職場で熱心に健康づくりに取り組まれている団体を応援するための表彰事業を実施しています。地域で、職場で、健康づくりに取り組む皆様からの応募をお待ちしています！

活動の輪を広げるために！

活動を続けるモチベーションに！

会社のPRに！

地域で



職場で



## 地域部門

- 大田圏域健康長寿しまね  
推進会議会長賞  
活動期間／10年以上
- 継続賞  
活動期間／5年以上
- 奨励賞  
活動期間／3年以上

### 【地域部門の対象】

- 自治会や公民館等の単位で健康づくりを主体的に取り組んでいる地区組織  
(例: ○○地区健康づくり協議会、○○地区健康を守る会、○○サロン)
- 行政が健康づくり施策の一環として育成した後、主体的に活動を行っているグループ  
(例: 糖尿病友の会、まめなウォーカーの会)
- 健康に関心のある者が主体的に集まり、継続的に健康づくりや生きがい活動を行っているグループ  
(例: 歩こう会、○○同好会、○○の集い)

## 職域部門

- 大田圏域健康長寿しまね  
推進会議会長賞  
活動期間／5年以上

### 【職域部門の対象】

- 従業員(職員等)全員を対象に健康づくりを実施している事業所・企業
- 「しまね☆まめなカンパニー」への登録が必要

自薦・他薦を問いません。ご応募お待ちしております！

< 提出期限 > **8/19 (金) 必着**

【ご応募・お問い合わせ】

大田圏域健康長寿しまね推進会議

事務局：島根県県央保健所 健康増進課

〒694-0041 大田市長久町長久ハ7-1

TEL 0854-84-9821

応募用紙はホームページからダウンロードできます。お気軽にお問い合わせください。

県央保健所





# 令和3年度受賞団体

昨年度は圏域表彰を11団体が受賞されました。活動の様子をご紹介します。

圏域  
会長賞

## 〈地域部門・圏域会長賞〉 10年以上活動しているグループ

### 大田市 成人学級

元気な女性チームが地域を牽引！



波根まちづくりセンターを拠点とした地域の元気な女性の集まりです。毎週の健康体操、月2回のコースの他、

お月見会やひな祭りなど季節の行事を取り入れて楽しく活動されています。波根を支える大切なチームとして存在感を発揮しています。

### 邑南町 田所運動教室

体を動かしてストレス発散！



ミニデイサービス事業と併せて月4回の運動教室を実施。DVDを見ながらストレッチ、筋トレ、有酸素運動などを行っています。年間計画ではウォーキングやラジオ体操、お口の体操なども。みんなで一緒に体を動かした後は、おしゃべりをして気分もリフレッシュ！

### 邑南町 桜んぼの会

身近な地域で楽しく健康づくり！



より身近な地域で、住民同士の支えあいの事業をすすめようと、平成19年から活動を続けています。

普段は体操や塗り絵、手芸などを楽しんでいます。「昨日のテレビで〇〇が体に良いて言ってたよ」など健康に関する話題で盛り上がっています。

### 邑南町 ちどり会

支え合いの心でつなぐ健康づくり



邑南町地域ささえあいミニデイサービス事業を利用して、地域で健康と生きがいづくりの活動を推進しています。

車で送迎してくれる人がいるなど、地域での支え合いが感じられます。いつまでも楽しく活動が続けられるよう、「できることをコツコツと」の精神で活動中。

### 邑南町 御謝山自治会親友会

グラウンドゴルフが結ぶ地域の輪



週2回のグラウンドゴルフを続けて13年。グラウンドゴルフはルールも簡単で、初心者にも取り組みやすいスポーツ。

健康への効果は抜群！自然と歩くことになるので、ウォーキングの効果はもちろん、点数計算や作戦を考えることで、脳の衰えを防いでくれます。

### 邑南町 出羽運動教室

「みんなと一緒に続けられる」



DVDを見ながらイスやマットを使い、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動等を行っています。参加者が楽しく運動や活動をして

いる姿は、集うこと、運動の大切さを地域へ啓発する良い見本です。「一人では続けられない、みんなと一緒に続けられる」との参加者の声が印象的。

## 〈地域部門・奨励賞〉 3年以上活動しているグループ

奨励賞

### 美郷町 ひめのみや楽級

サロンは大切な居場所

ラジオ体操や茶話会、遠足等を実施。みさと本の森を招いてのブックカフェの日には、たくさんの本から選んで借りています。地域住民のほか、本の森のスタッフや地域おこし協力隊などもメンバーで、にぎやかに交流しています。



### 美郷町 都賀西よっといで

楽しんで生きがいづくり

脳トレや体操、映画鑑賞など、年間スケジュールには楽しみな計画がたくさん！ペタンク大会は優勝トロフィーをかけて熱い戦いが。ペタンクは足腰が鍛えられ、点数計算は脳トレにもなり、老若男女におすすめのスポーツです。



### 邑南町 あすな寄り合い処

熱い気持ちで地域を支える

地域のみなさんの素敵な作品で飾りつけられた建物で、集まったらまず、最近の話題についておしゃべり。そのためみなさん事前にニュースや新聞を見て、話題を考えて来られます。ゲームや折り紙、脳トレ、体操、歌など楽しく活動。



### 邑南町 寄り合い処田屋

古民家で集う豊かな時間

素敵な古民家を拠点とし、銭宝地区別戦略実行委員会の活動の一つとして食事や体操もすべて地域のスタッフで考え、運営されています。おいしいご飯を食べ、おしゃべりや体操で楽しく過ごす時間が生きがいに。



## 〈職域部門・圏域会長賞〉 5年以上活動している事業所

### 美郷町

### 社会福祉法人 吾郷会 特別養護老人ホーム 双葉園

園で提供している昼食を職員へも提供し、昼食のメニューカロリーを表示したり、献立の説明を行っています。また、ラジオ体操、たばこ対策取組宣言、休暇取得の声かけ、ストレスチェック、相談窓口設置など働きやすい職場づくりを行っています。

圏域  
会長賞

これからも良い活動を継続していただくために、できるだけ多くのグループに表彰を受けていただきたいと考えています。



## ○大田圏域健康長寿しまね推進会議とは？

全国に先駆けて高齢化の進んでいる島根県においては、全ての県民が、生涯にわたって健康で明るく生きがいをもって生活できる「健康長寿しまね」を積極的に推進していくことが必要です。

大田市・邑智郡内では、「大田圏域健康長寿しまね推進会議」を設置し、圏域の特性に応じた健康目標を設定して地域の健康指標の改善を目指すとともに、職域の異なる多数の関係団体等が一体となって活動することにより住民の健康意識を高め、住民による自主的な健康づくりに取り組んでいます。