

健康増進センターにおける募集 優秀作品



ここでは、優秀作品をご紹介します。
その他の応募作品は、館内に展示中です。
ご応募ありがとうございました。

当センターにおいて、「元気」、「健康」、「健康増進センター」をテーマに標語、川柳、絵などの作品募集を行いました。



おばあちゃんとプール

(鹿屋市在住 有馬 和花ちゃん 4歳)

花々と 戯れあそぶ トコトコあんよ
いつしか ドンドコ 地を鳴あし
バイキンマンさえ 追ひやり走る

(鹿屋市在住 はるなつきママ 32歳)

できたんだ 通ったプールで 息つぎが

(鹿屋市在住 みくりん 10歳)

筋トレは 肉を揉むより 効果有り

(鹿屋市在住 Y・Yさん 44歳)

県民健康プラザ

ボランティアの活動紹介

H16.10.3



ハートピアかごしま (鹿児島県障害者自立交流センター/鹿児島市小野) でのレクリエーションスポーツ大会に参加し、測定や誘導の補助をしました。
また、ボランティア同志の交流も深まり、有意義な1日でした。

《8月～10月の主な活動をご紹介します。》

H16.8.3



普通救命講習を受けました。
いざ！という時に役立ちますように…。
皆、真剣な眼差しです。

H16.8.26



女子800m自由形金メダリストの柴田亜衣選手の凱旋パレードにおいて、案内や駐車場の誘導などを行いました。
2,000人近く集まり、盛大なセレモニーでした。

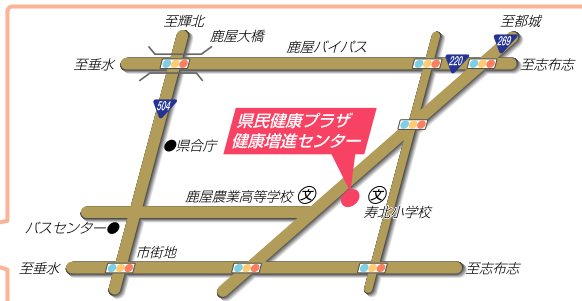
編集・雑記

最近、運動不足を感じていながら、なかなか始められずに時間が過ぎていく毎日です。
足腰が弱ってきているのに加えて、私の場合は体が硬いので、早く頑張りなさい！
処方チャレンジャーT.Sに負けないように、運動を継続させたいです。
当センターでは、市町村支援等を目的とした転倒予防マニュアルが完成いたしました。転倒予防のためのトレーニング方法はもちろん、転倒可能性群の早期把握項目も示していますので、保健指導者等の方々にご活用いただければ幸いです。
みんなで足腰を鍛えて、いきいき元気かごしまを目指したいものです。



県民健康プラザ健康増進センター

〒893-0013 鹿屋市礼元1丁目8番7号
TEL 0994-52-0052 FAX 0994-40-2355
<http://www.kenpura.com>



県民健康プラザ健康増進センター情報紙



Vol.2

転倒予防マニュアル

～市町村における転倒予防事業～

大隅地域の高齢者の方々にご協力いただき、転倒に関する要因、転倒を防止するためのトレーニング内容についての調査研究がまとまりました。

地域における高齢者の健康づくり・転倒予防事業に活用していただけるように、これから県下に広げていきたいと思っています。



ステップ台とボディバーによるトレーニング

ミニハードルによるもも上げトレーニング



県民に親しまれる障害者福祉の中核施設
ハートピアかごしま



鹿児島県の「すこやか長寿社会運動」の中核施設
ふれあいプラザなのはな館



県民の健康づくりを総合的に支援する中核施設
県民健康プラザ健康増進センター

3施設

連携事業を展開中！

県民健康プラザ健康増進センター、ふれあいプラザなのはな館及びハートピアかごしまの3施設において、各施設が持つ運動施設やマンパワー等を相互活用するため、連携事業の地域展開をしています。
その第1弾として、平成16年10月3日にハートピアかごしまで開催された障害者レクリエーションスポーツ大会において、健康増進センタースタッフによる形態・体力測定、健康相談を行いました。



お問い合わせ先

ふれあいプラザなのはな館
指宿市東方9300-1
TEL0993-27-1221

ハートピアかごしま
鹿児島市小野1-1-1
TEL099-218-4333