

平成 20 年 7 月

# いきいき通信

vol.27

今回より「いきいき通信」広報を担当させていただきます吉岡です。いろいろと文章について悩んできましたが、皆様の協力と後押しのおかげで無事「NO27号」を発行することができました。今後ともどもよろしく願いいたします。



## 秋田県健康管理士会です！

秋田県健康管理士会では皆様の健康のために少しでもお手伝いできればと思って活動しております。宜しくお願いします。

健康管理士会では次のような活動をしております。

- ・ 定期的に勉強会・ミーティングを行っております。
- ・ 健康セミナーを開催しております。
- ・ 日常、手軽にできる健康法を紹介します。
- ・ 日本成人病予防協会を紹介し、健康管理士を育成します。

### 健康管理士とは・・・

正式名称は「健康管理士一般指導員」といい、非営利活動法人日本成人病予防協会、ならびに財団法人 生涯学習開発財団において認定された資格です。生活習慣病を予防するために必要な疾病・栄養・環境・ストレスケア等の知識を体系的に学習し、日常生活においても知識を広められます。活躍の場も医療・福祉分野はもとより一般企業・健康関連企業・地域・家庭などでも需要が拡大しています。

## 総会決議による皆様へ御連絡

秋田県健康管理士会会員の皆様には、日ごろの活動や、会へのご協力に心より感謝いたします。

さて、4月25日に開催されました、秋田県健康管理士会総会におきまして、規約の一部改正が参加者の全員賛成を持ちまして可決されました。これまで、当会は入会金、年会費無料となっておりますが、「いきいき通信」の発行に関する費用に当てることを目的に、年会費を皆様からいただくことになりました。また、新たに賛助会員を募集することになりました。正会員、賛助会員ともに年会費は1,000円と決定いたしました。今年度につきましては、500円といたしますので、秋田県健康管理士会口座に振込みをお願いしたいと思います。

今年分につきましては、納付期限を特に期限を設けませんが、9月までにお納めいただければうれしく思います。来年度からの分は、1月中にお願いいたします。

今回は全員に「賛助会員募集のお知らせ」を同封させていただきます。正会員の方もこれから入会を希望される方も入会申込書を返送していただき、会費をお納めください。

**皆様の入会を心よりお待ちしております。**

### ～主な役員改選～

代表 佐々木 聡  
副代表 金 清紀男  
副代表 大塚 忠雄(広報も兼任)  
他に、会計、監査も改選されています。

## 新代表から御挨拶

さわやかな初夏の候となりました。健康管理士の皆様におきましては、いかがお過ごしでしょうか。

先般、秋田県健康管理士会総会が開催され、これまで長きに渡り当会を引っ張ってこられました五十嵐代表がその任を退かれ、新たに私、佐々木聡が代表に選任されました。皆様の厚いご支援の下、誠心誠意努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

当会は、五十嵐代表の下順調な歩みを続け、秋田県民の健康の向上のため、セミナー等を通して活動をしてまいりました。代表が変わってもこの歩みに変わりはありません。これからも、皆様のご協力の下、地域の方々の健康に寄与するために努力してゆきたいと考えております。

今後、皆様のお住まいになる地域でもセミナー等を開くことがあるかと思えます。その際は、よろしくご協力のほどお願いいたします。

まことに簡単ではありますが、ご挨拶に変えさせていただきます。



秋田県健康管理士会 代表 佐々木 聡

## 活動報告

2008年5月22日、小坂町の小坂町交流センター・セバームにおいて「健康セミナー in 鹿角」が開催されました。

平日にもかかわらずたくさんの方がお見えになり、ありがとうございました。金管理士による『生活習慣病の現状と予防対策』を題にしての講演、



佐々木管理士による『健康体操』も行いました。健康体操はたたみ一畳あればできる簡単な体操ばかりです。自分は大丈夫、と書いていても実際に体操をしてみると、使っていそうで使っていない筋肉への刺激にもなり、意外にもうまくできず苦戦します。今回参加された方は継続して、健康管理と健康維持に心がけましょう！

今回のアンケート結果では「日々やらないことができた」「気にはしていても日ごろ忘れていたことに気づかされた」等と高評価の御回答いただき、健康管理士としては今後の励みとなります。

また、参加者からは、今後の希望テーマとして

- ・ 健康についての知識が広がるもの(実践例)
- ・ 腰痛予防
- ・ 栄養管理関係の実施

が挙げられました。



今後できることから徐々にセミナーでも取りあげられたらいいな・・・と思っています。参加された皆さんとはまたお会いできる日を楽しみにしています。

## 次回活動予告

「第5回 ぽかぽか健康まつり」参加

日時 2008年7月12日(土曜日)

場所 若美町コミュニティセンター(男鹿市)

時間 午前9時～午後2時

主催 ぽかぽか健康まつり実行委員会

皆さんお誘いあわせの上、たくさんの参加をお待ちしております。

正会員の方で当日参加できる方は8:30まで会場に来てお手伝いをお願いします。できたら「健康管理士一般指導員」の資格証を御持参ください。

## 秋田県健康管理士会のロゴ募集

秋田県健康管理士会では、現在決まったロゴがありません。ミーティングの都度、「今年こそは、みんな同じTシャツを着てセミナー活動(健康体操)を行いたい」と思いつつもロゴが決まらないため、Tシャツの作成まで至っておりません。今年こそはロゴを決めて活動したいという希望をかなえるべく、ロゴを大募集します。思いつきでかまいませんので、メール、郵送、セミナーへ持参、どんな方法でもかまいませんので、御提案ください。

決定次第こちらで御報告させていただきます。

## 編集後記

今回からの「いきいき通信」はいかがでしたか？期待にこたえられなかった点、至らぬ点が多々あるかと思いますが、今後も努力していきますのでどうぞよろしくお願いいたします。(吉岡)

## あなたも勉強してみませんか？

教育訓練給付制度厚生労働大臣指定講座

(厚生労働大臣指定番号)133519920016

## 健康管理士一般指導員受験対策講座

詳しくは下記ホームページをご覧ください。

特定非営利活動法人 日本成人病予防協会

<http://www.japa.org>

講座案内・申込書の取り扱いは秋田県健康管理士会でも行っております。ごらんになりたい方はお気軽にご連絡ください。

## 発行：秋田県健康管理士会

<http://www.akita-kenmin.jp/kenko/>

代表：佐々木 聡

広報部制作：吉岡 尚子、編集：大塚忠雄

(事務所所在地)

〒010-0062 秋田市牛島東一丁目3-7

TEL018-834-1274 携帯080-3140-9883

メールは [akita@healthcare.or.jp](mailto:akita@healthcare.or.jp) へどうぞ！