

## 平成27年度 健康寿命延伸プロジェクト健康資源 最優秀団体

賞	団体名	活動および取り組みの内容
栄養部門 最優秀賞	健康づくり自主グループ 華板さん (甲賀市)	<p>栄養士から健康づくりに関する指導を受けながら、実践している男性の自主活動グループです。パンフレットの作成や手打ちうどん出張講座などを通して、食と健康に関する啓蒙活動をおこなっています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎月第2土曜日に例会を開催。</li> <li>・地域の青少年育成会が主催する料理教室で料理サポートと共に、小学生と父母に朝食の大切さを中心に健康的な食事の仕方について啓蒙。</li> <li>・保健センター主催の「メンズキッチン」の料理サポートと共に、食事と運動、睡眠の大切さなどについて壮年・中年男性を対象に啓蒙。</li> <li>・区より依頼を受け手打ちうどん実践教室を開催すると共に、中高齢者に塩分を考えた健康的な食事の仕方について啓蒙。</li> </ul>
運動部門 最優秀賞	NPO 法人 ジョイスポ・はたしょう (愛荘町)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こどもから高齢者まで幅広い年齢層が会員で、定期的にスポーツ教室をしています。</li> <li>・会員以外の、地域の方も参加できるストレッチヨガ教室、ピラティス、キッズダンス教室を期間限定で開催しています。</li> <li>・毎週、日・火・水・木の夜8時～9時半、テニス、ナイトウォーク、卓球・バスケットボール。ビーチボールを開催し、健康づくりに汗を流しています。参加者を集めるのがいつも困難ですが、健康づくりの推進に少しでも役立てるよう今後も活動していこうと思います。</li> </ul>
喫煙対策部門 最優秀賞	二チユ三菱フォークリフト(株) 滋賀工場 (近江八幡市)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全ての屋内喫煙スペースを廃止し分煙化を実施。</li> <li>・産業医や保健師による社員面談の際の個別禁煙指導や、禁煙啓発ポスターを作製し、世界禁煙デーや定期健診後に屋外喫煙所等に掲示し啓発を行う。</li> <li>・メニュー対応力、健康管理対応力を考慮した給食業者に変更。</li> <li>・健康キャンペーンを年に1回(2日間)開催。 2014年：カムカムチェックにより唾液分泌の啓発と管理栄養士による個別相談 2015年：血管年齢測定と管理栄養士による個別栄養相談 キャンペーンメニューの提供(1週間)</li> </ul>
介護予防その他部門 最優秀賞	高月いきいきクラブ (長浜市)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週木曜日の9:30～11:00頃まで、転倒予防体操や「ながはまきんせ体操」を公民館で実施している。ほぼ毎回サポーターさんの指導で、顔と体の機能体操もしている。また、年間3回(3か月に1回程度)の体力測定を実施している。</li> <li>・その他、親睦を深めるため会員へ相互のアンケート調査を実施し、その内容から年1～2回の食事会、レクリエーション、おしゃべり会を開催している。</li> </ul>