

## 健康資源の一覧(湖東)

NO	圏域	団体名	代表者	連絡先			会員数	活動および取り組みの内容	重点事項の分類 (栄養・運動・喫煙対策・ 介護予防・その他)	備考
				電話	FAX	メールアドレス				
1	湖東	甲良町商工会	濱野圭市	0749-38-3530	0749-38-3977		245	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会員事業所従業員定期健康診断</li> <li>・会員親睦グラウンドゴルフ大会</li> <li>・事務所内禁煙</li> <li>・「まめな生活自然派女性ネット」による地元産大豆を使ったお弁当の提供(道の駅、事業所へ昼食、地域サロンへの提供)</li> </ul>	栄養・運動・喫煙対策	
2	湖東	タカタサービス株式会社	磯谷	0749-28-9220	0749-28-9230		40	たばこに関する取り組みについては、完全分煙を実施し、受動喫煙を防いでいる。就業前ラジオ体操を全員で行っている。	運動・喫煙対策	
3	湖東	コツコツ続ける金亀(根気)体操実施団体	各グループごとにおられる	0749-24-0828 彦根市医療福祉推進課	0749-24-5870	<a href="mailto:iryofukushi@ma.city.hikone.shiga.jp">iryofukushi@ma.city.hikone.shiga.jp</a>	65 グループ	<p>彦根市で考案した介護予防体操「コツコツ続ける金亀(根気)体操」を地域の仲間でグループをつくり、継続的に実施していただくもの。介護予防と地域の仲間とのつながりを深めることをねらいとしている。実施を希望するグループからの依頼を受け、体操のねらいや方法を彦根市地域包括支援センター職員が、体操講座として実施し、伝達を行っている。他に介護予防運動指導員の養成講座も開催し、運動指導員中心に体操を実施してもらう方法もとっている。</p> <p>平成28年度から「「コツコツ続ける金亀(根気)体操+(ふらす)」を作成し、既存の体操とともに実施していただけるよう普及・啓発を図る。</p>	運動・介護予防・その他(健康づくり)	

				電話	FAX	メールアドレス				
4	湖東	彦根市健康推進員協議会	古澤 香代子	0749-24-0816 彦根市健康推進課	0749-24-5870	<a href="mailto:kenko@ma.city.hikone.shiga.jp">kenko@ma.city.hikone.shiga.jp</a>	166	健康推進員が小学校区ごとに、地域住民の健康づくりについての様々な活動を実施している(生活習慣病予防教室、ウォーキング等)。また、彦根市健康推進協議会の本部活動として、広報喜楽部会、すこやか部会(食育や健康づくりの紙芝居の作成と実施)、運動推進部会がある。強化取組として、会員増加のため、協議会作成のチラシ配布や各種イベントでのPR活動を実施している。	栄養・運動	
5	湖東	甲良町健康推進員協議会	宮川 幸栄	0749-38-3314	0749-38-5150		46	地域における健康啓発事業の実施 ・減塩食試食会と減塩啓発 ・野菜摂取量の増加のための啓発 ・ロコモ予防の運動教室 ・生活習慣病予防のための健康学習会の開催	栄養 運動 その他	
6	湖東	ひこね元気クラブ21	西川美代	080-2944-4281	0749-24-5870	<a href="mailto:hikonegenkiclub21@yahoo.co.jp">hikonegenkiclub21@yahoo.co.jp</a>	23	・平成16年3月から「ひこね元気計画21」の活動を10年間行ってきた。平成26年より「ひこね元気計画21(2次)」の元、彦根市より委託を受けて運動チーム、食事チームおよび広報で自主による活動継続中。 ・毎月21日ウォーキング②減塩(8g/日の1/3)野菜350g/3)を使用したヘルシー弁当の考案と協力店舗で販売 ・働き盛り世代元気アップ作戦(啓発)④味覚チェック1万人キャンペーンで薄味と健康維持の啓発	栄養 運動 その他	
7	湖東	豊郷町商工会	青山 恵三	0749-35-2022	0749-35-4522	<a href="mailto:info@toyosatocho-shokokai.com">info@toyosatocho-shokokai.com</a>	202	・町民グランドゴルフ商工会長杯 ・会員事業所健康診断 ・事務所内禁煙	運動 喫煙対策 その他	
8	湖東	愛荘町文化協会気功と太極拳	森田 千恵子	0749-42-4986	0749-42-4986	<a href="mailto:egaode-hohoemi@nike.eonet.ne.jp">egaode-hohoemi@nike.eonet.ne.jp</a>	17	毎月2回水曜日の朝9時30分より11時まで活動しています。 簡単なストレッチ運動から始まり、曲に合わせての気功体操、最後にストレッチで終わります。 60歳より80歳の年代で無理なく長く続けられるような運動量です。	運動	

				電話	FAX	メールアドレス			
9	湖東	E-willパソコンクラブ	臼井 智恵	0749-49-4351	0749-49-4351	<a href="mailto:chiepaso@ares.eonet.ne.jp">chiepaso@ares.eonet.ne.jp</a>	6	パソコンを利用したの作品作り、展示 ワード、エクセルなどの勉強会 写真撮影会およびコンテスト応募・展示 ボランティア教室の開催など 生涯学習、自己啓発に関すること(心のケア 含)	その他
10	湖東	理容ヒキタ	疋田 勇真	0749-38-2880	0749-38-2880		4	・店ではないが91歳の母の元に近隣の高齢者 の方々が来て集う場所となっている。 ・車いすの方のカットを出張で行ったり、一人暮 らしの方の店までの送迎を行っている。	介護予防 その他
11	湖東	レモンスタークラブ	小林 由利子	0749-37-2817	0749-37-2817		8	私達、パッチワークキルターは、日々の生活か ら「うれしい」「楽しい」等の気持ちを針にのせ 布に託し1つの作品を創りあげています。 指先を動かし、製図や色合わせ等々頭を使い ながら時には健康の話、農作業の話、子供、 孫達の話等月2回みんなの絆を深めると共に ボケ防止につながるのではと楽しい時を過ごし ています 認知症予防につながるかな？	その他
12	湖東	藤間流日舞 藤豊会	藤間 久豊弥 (蘭田きぬ 子)	0749-20-2206	0749-20-2206	<a href="mailto:hisatoyove@fujimaru.net">hisatoyove@fujimaru.net</a>	10	私どもは日本古来の日舞をテーマに日々の研 鑽に努めております。伝統ある古典から歌謡 舞踏、皆で踊れる民謡、群舞まで様々ですが 近年は齢を重ねて始められる方もあり、健康 維持と楽しみを兼ねておけいこされています。 適度な身体使いや頭脳の働きはそれぞれの 自身につながると確信しています。健康状態 や各々の能力にみあった演目を選定していけ ば年齢に関係なく楽しんでいただけます。そし て楽しさが生きがいの一環として輝けば幸いと 存じます。 ・振りを記憶することで記憶力増進	運動 その他

				電話	FAX	メールアドレス				
13	湖東	愛謡会	森谷 昌雄	0749-42-2075			13	私達サークルは、年配者ばかりです。毎月1回謡曲(素謡)を上手、下手なく役を決めて5番謡い、謡曲の奥深さを確かめ楽しんでおります。同じ趣味の仲間と交流し腹から声をだし謡曲の字句を間違いの無い様に努力する事で認知症予防など健康に非常に良いと思っております。	運動 介護予防	
14	湖東	総合型地域スポーツクラブ「彦クラブ」	田中 滝彦	090-5124-9006		<a href="mailto:hikoclub@yahoo.co.jp">hikoclub@yahoo.co.jp</a>	13(役員)	「彦クラブ」では市民のみなさんを対象に参加型イベントを年間5回開催します。クラブ員でないと出られないという制限もなく我々が企画するイベントに対して広く募集させて頂いています。 平成27年度計画&実績 5月グランドゴルフ大会(150名) 7月グランドゴルフ大会(140名) 9月スーパーカロム大会(50名) 11月グランドゴルフ大会(150名) 1月スーパーカロム大会(100名)	運動	
15	湖東	NPO法人ジョイスポ・はたしょう	小林 忠道	090-1020-5210		<a href="mailto:sports2004@docomo.ne.jp">sports2004@docomo.ne.jp</a>	103	日曜→テニス 火曜→ナイトウォーク 水曜→卓球・バスケットボール 木曜→ビーチボール 毎週夜8時～9時半までクラブ開催しています。 その他に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。 クラブは会員全員対象、ヨガ、ピラティスキッズダンスの教室は会員以外の一般の方も参加できます。	運動	
16	湖東	彦根市地域総合センター東山会館	片山 範應	0749-23-3582	0749-23-3582		4	・暮らしと健康教室の開催(年6回料理教室) ・全館禁煙としている。 ・手芸教室や書き方教室を開催(認知症対策にもなると思われる)	栄養 喫煙対策 介護予防	

				電話	FAX	メールアドレス			
17	湖東	愛荘町文化協会所属大正琴クラブ	松林 綾子	9081610641			20	定期演奏会 文化協会行事参加 地域間イベント協力参加 福祉施設訪問交流 介護福祉施設訪問交流 月2回の勉強会の教室 仲間内でふれあい交流を肩の凝らないふんいきで続き親近感深まるようになってきました。	運動 介護予防 その他(歌を通してふれあい交流を深める)
18	湖東	愛荘町文化協会シェイプアップ体操	小西 敬子	0749-42-4966			5	毎月第1, 2, 3、金曜日11:00~13:00 愛知川体育館・町民センター(冬季)にて ヨガなどとりいれストレッチ体操で身体を動か し楽しい時間を過ごしています。	運動
19	湖東	彦根市東地区公民館	川部 幸子	0749-24-4951	0749-24-4951		2	・高齢者対象の福寿大学講座の中で体操教室の実施・心身機能の維持増進 ・市民対象の暮らしの講座の中で健康講座と体操等運動 ・パソコン講座や書道講座で、記憶力、認知力UP ・敷地内禁煙の実施 ・学区の市民を対象に、介護の知識や基本的な介護の技術を学ぶ講座を実施 ・学区の健康推進員が実施された体操教室が好評につきサークルを立ち上げ 近隣の老若男女が集う文化祭等、学習や交流の場として活動しています	運動 喫煙対策 介護予防 その他
20	湖東	サンファーム法養寺	上田 荘一	0749-38-3358	0749-38-3358	<a href="mailto:sunfarm@zeus.eonet.ne.jp">sunfarm@zeus.eonet.ne.jp</a>	5	近代農業の取り組み 学校給食への協力・地産地消の推進等 食育への協力	栄養 その他

				電話	FAX	メールアドレス					
21	湖東	瑠璃の会	田中 美江	0749-20-1083				7	日本舞踏のサークルですが、みなさんで1つの曲を踊ります。1つ1つの動きに意味があります。みんなでそろろうと美しいです。日本古来の伝統を大切にしていきたいという思いと着物姿の美しい動作やしぐさ、美しい作法も自然に身につについていきます。日本人として美しい文化を広めていけたらいいなと思います。	運動 その他	
22	湖東	(株)千成亭 伽羅	熊谷 直行	0749-21-3267	0749-21-3267			15	・地産地消で料理提供 ・アレルギー対策 ・分煙の取り組み。ランチタイムは全席禁煙	栄養 喫煙対策	
23	湖東	サガミ彦根店	金村 雅秀	0749-27-1655	0749-27-1655			39	・会社の取り組みとして減塩メニューを提供している ・分煙席を設置している(フロア別)	栄養 喫煙対策	
24	湖東	KFCビバシティ彦根店	山田 幸祐	0749-21-3502	0749-21-3503			19	受動喫煙0の店として登録、禁煙店舗	喫煙対策	
25	湖東	きゃべつ畑	矢羽野 利彦	0749-24-2600		<a href="mailto:mail@kyabeba.com">mail@kyabeba.com</a>		4	・受動喫煙0の店として登録し受動喫煙防止に取り組んでいる。 ・地元の食材を使うと共に安全を目標に生産者の顔が確認できるものを使用している ・おいしが、うれしが推進店として取り組みしている	栄養 喫煙対策 その他(食の安全)	
26	湖東	株式会社千成亭平田店	上田健一郎	0749-26-2299	0749-24-3422	<a href="mailto:taniguchi@sennaritei.co.jp">taniguchi@sennaritei.co.jp</a>		25	栄養成分表示を積極的に進めています。また、食品表示法施行に伴い、お客様にとってわかり易い方法を検討しています。	栄養	