

協働事業の募集コーナー

☆雪印ビーンスターク株式会社

栄養士による骨の健康セミナー＆骨の健康度チェック(謝礼・交通費等不要)

各団体様主催のイベントにて、栄養士による骨の健康セミナーを実施中!

骨の健康に役立つ栄養(カルシウム、ビタミンD、ビタミンK)や身近な食事を中心に約40分のセミナーを実施します。リモートセミナーの実績もあります! また、あわせて測定機器を使用した骨の健康度チェックも実施しています。

*骨の健康度チェックは実施できない場合もあります。ご相談ください。

ご興味のある団体様は電話にて下記お問合せ先にご連絡ください。

お問合せ先:

雪印メグミルク株式会社 機能性食品事業部
担当 安池(やすいけ) 電話03-3226-2537

☆NPO 法人なの絵本

NPO法人なの絵本は、絵本の読み聞かせ、傾聴、大阪を題材にした朗読演劇、オリジナル絵本劇、「勉強会」などのワークショップ等を通じ、親子の絆・三世代交流・地域との繋がりをより強いものにしていく活動をしています。

〒540-0037

大阪市中央区内平野町1丁目2番9-903

Mail: nananoehon@gmail.com

HP: <http://nananoehon.jp/>



☆住吉区健康づくり推進協議会 かきつばたの会

○健康講座 各地域で実施

「フレイルの予防法～おうちで筋力アップ+脳力アップ」をテーマに健康運動指導士・介護予防運動指導員上田綾子先生にフレイルの予防と回復について講義を受け、健康体操や体脂肪測定・血管年齢測定・体前屈測定等を行いました。

○1月26日(水)長居公園にて、ウォーキングを開催しました。健康運動指導士・介護予防運動指導員上田綾子先生に正しい歩き方の指導を受け、121名が参加しました。

協働事業の募集コーナー

☆味の素 株式会社

2021年8月 大阪府民・大阪市民の野菜摂取量拡大を目指して、大阪府・大阪市と連携し、「ラブベジ®」オリジナルレシピブックを作成しました!

「ラブベジ®」とは、国が推奨する「野菜の摂取目標 1日 350g以上」の実践を応援する味の素(株)のプロジェクです。

オリジナルレシピブックには、野菜摂取に関するメッセージや野菜レシピを掲載しています。

この度、3月1日「ラブベジ®の日」にあわせて大阪府・大阪市連携の「ラブベジ®」オリジナルレシピブック作成し、スーパー(※)の店頭に設置していますので、ぜひお近くのスーパーでお手に取ってご覧ください!

(※株式会社関西スーパーマーケット様やイオンリテール株式会社様等)

問合せ TEL:06-6449-7300



☆平野区食生活改善推進員協議会

11月17日と12月1日に、平野区内にある常磐会学園大学で保育士や幼稚園・小学校の教諭等をめざす学生に、食育講座を実施しました。

コロナ禍で多くの活動が制約されていますが、食の大切さを伝えるため、会・学校・保健福祉センターが連携し、講座が実現しました。

将来、子どもたちに食育を行う立場になったときに役立ててもらえるよう、1日のスタートである朝食について、講話と料理の展示を行いました。



☆住之江区健康づくり推進協議会 松の会

★わが町散策ウォーキング(令和3年11月)

住之江区には素敵なプロムナード、住吉川遊歩道があります。春は桜が水面に映え、秋にはどんぐりが足元でコロコロ笑っています。楽しいウォーキングでした。

★指先を使ってトラの押し絵づくり(令和3年12月)

年末恒例の干支づくりで脳の活性化を図っています。

問合せ:090-3490-1297

(丸尾)



☆一般社団法人 日本エイジレスバレエ・ストレッチ協会

オンラインレッスンをスタート!!

美しい姿勢レッスン～ 50.60.70 歳から～
体験3回無料です(^▽^)

★すぐに登録 <https://j-abs-online.com/login>

★HPを確認 <https://www.j-abs.jp/>



HPのQRコード



☆雪印メグミルク株式会社 関西コミュニケーションセンター

今年度は、11月東成区役所での食育展参加をはじめ、現在までに大阪市内各区の社会福祉協議会様、老人福祉センター様等で主に「骨・カルシウムセミナー」を実施。骨の役割やカルシウムの働き及び、乳製品等からのカルシウム摂取の大切さを分かりやすくお伝えしました。

その他チーズセミナーやヨーグルトセミナー等、食や健康に関する講座を出前(講師派遣)で実施しています。(講師料交通費等無料)

- 月曜～金曜の平日
- 60分～90分
- 参加人数はご相談ください
- お問合せは食育担当
TEL:06-7670-3006
MAIL:kansaisyokuiku@meg-snow.com

☆北区健康づくり推進協議会 いきいきばらの会

令和3年12月7日(火)北区民センターで研修会を開催しました。

コロナ禍で体力・気力が徐々に落ちていていると感じておられると思い、『フレイル予防で健康に』健康運動指導士の竹田薫先生に講習していただきました。

先生の動作を見習って体を動かす習慣をつけるようにして、筋肉を鍛える体操、呼吸方法も学び、好評でした。



☆株式会社 明治 関西支社 コミュニケーション課

【明治の食育】小・中学校への出前授業、大人向け健活セミナーを開催しています。

「食」の価値や健康を通して、知る、学ぶ、楽しむという場を提供し、お客様の食生活をサポートして参ります。

【開催日時】平日(月～金)開催ご希望日の1か月以上前までにお申し込みください。

【参加人数】25名様以上でお申し込みください。

お問い合わせ:06-6949-1161

ホームページ:<https://meiji-shokuiku.jp>



☆西区健康づくり推進協議会 コスモス会

令和3年12月18日に服部緑地公園へウォーキング兼ねて日本民家集落に令和4年1月18日には尼崎の貯金博物館と尼崎城へ見学に行きました。



☆一般社団法人ダンス教育振興連盟 JDAC

ダンス指導者の資格が取れる「指導者研修会Ⅰ(スポーツ庁・厚生労働省 後援)」を開催! 全くダンスをした事がない初心者の方も楽しんでご参加いただけます。老若男女誰でも気軽に楽しめるダンスは、健康維持のための生涯スポーツとしても最適です!

開催日: 2022年5月15日(日) 生野区民センター

【お申込み・お問合せはこちら】

Tel: 06-6934-4199

Mail: info@jdac.jp



☆郵政近畿共助会大阪市北支部

区民の健康づくりに協力しました!

コロナ禍で増える認知症患者の行動は、家に引きこもりや、出かけても近所の分かりやすいルートを往来する傾向にあるため、運動不足解消と認知症予防のため区内36カ所にポイントを設け、一人でもご家族とでも自分の好きな日に好きな時間帯に、1カ所だけでも何か所でも歩いてクイズに答える「ワクワク ドキドキこの花 ええところラリー」を、このはな元気! -区長と歩こう-会が中心に、此花区郵政事業協力会と此花郵便局や区民ホールが協力し、いつもと違ったルートで1日20分を目途に楽しく歩いてクイズに答える身体と頭の運動のクイズラリーを9月~11月の3か月間開催しました。予定を越える364名の応募があり区民の健康づくりをお手伝いすることができました。

06-6911-3388 大川

☆中央区健康づくり推進協議会パンジーの会

一昨年の活動は中央区健康展、区民祭りに参加しました。来訪者に健康情報を提供し親睦を図り、特に認知症予防の啓蒙に努めました。

毎月の例会に、出前講座、防災施設等見学、健康講座を行い、眼、歯、耳、身体全体のフレイル予防の勉強をしました。

専門の先生を迎えての講座は、月一回の歩育と共に皆さんの楽しみになっております。

新加入を募っています。

問合せ: 06-6942-1562

パンジーの会 会長 小西重夫

☆このはな元気! - 区長と歩こう -

健康づくりと幸せづくりの「幸せの黄色いポストウォーク」開催しました!

令和3年12月12日(日)

JR 安治川口駅前の公園から島屋橋にある此花区の新名所「幸せの黄色いポスト」まで、高橋区長と一緒に家族や友人にお便りを投函する、健康づくりと幸せづくりウォーキングに47名が参加しました。

お問い合わせは 山田 06-6468-6192まで



☆旭区食生活改善推進員協議会

令和3年7月から男性料理教室(男厨会)を開催しました。参加者が80歳近い方たちばかりで、10人前後の人数で行いました。

奇数月の実施する月にあった献立を、栄養を考えながらしました。

包丁さばきも上手にされて、家で「包丁研ぎもするよ」とうれしそうに言われていました。

知らない調理法も興味深い様子で、熱心に聞かれて楽しそうに調理をされていました。

試食が終わったあとは、自分たちで作った料理に毎回、満足そうにされています。

令和4年度も続けられる

ようにと思います。



☆健康マスター関西会

当会は、健康マスター検定協会が主催する「日本健康マスター検定」の合格者と受検を目指す会員からなる任意団体です。昨年は地域での活動が認められ「健康マスター・オブ・ザ・イヤー2021」において地域部門賞を戴きました。

健康経営を目指す事業者様や健康に関する地域活動をされている団体の方で健康マスター認定制度の導入をお考えの方は、下記メールアドレスまでご連絡を頂くか、当会ホームページからお問合せ下さい。

問合せ先: 健康マスター関西会

mail: tfims.sugioka@gmail.com (担当 杉岡)

当会ホームページ: <https://kenkansai.com/>