

# パートナー活動の紹介コーナー

## ☆合同会社健康サポートプロジェクト

毎月、「美活ウォーキング無料公開レッスン」を開催しております。

第2日曜日は朝9時～10時、大阪城公園で、第4日曜日は朝9時～10時半、江坂公園スタートです。体にくわしいプロのトレーナーがレクチャーするストレッチやかんたん筋トレ付きで、楽しく季節を感じながら歩きます。

ご予約は不要なので気軽にご参加下さい。

お問合せは080-1483-1039

またはinfo@kenko-support.net まで



## ☆城東区健康づくり推進協議会 みどりの会

令和6年11月19日(土)城東区健康まつりがありました。当会は介護衣料の展示、区民の皆様と手作り制作をしました。舞台では健康づくり推進協議会の健康体操「明日も笑顔」を会場の皆様と一緒に体操して、いきいき百歳体操の90歳以上の方の表彰式、その後健康クイズで盛り上がりました。今年は区民まつりと同時開催でしたので来場者がとても多くてあっという間に一日が過ぎました。

連絡先:090-8143-0059(藤本八重子)



## ☆雪印メグミルク株式会社 西日本CR企画推進グループ

今年度は、各区役所での食育展に参加予定であり、また食生活改善推進員協議会様、老人福祉センター様等で「骨・カルシウムセミナー」の実施申し込みを多数いただいております。骨の役割やカルシウムの働き、カルシウムの摂取量及び、牛乳・乳製品を使った簡単レシピをお伝えしています。その他にも「チーズセミナー」「ヨーグルトセミナー」などの食育プログラムを講師派遣でお伝えします。(講師料・交通費等無料)

●月曜～金曜の平日

●約60分

●参加人数は20名様以上。

●お問合せは食育担当

06-7670-3006 または

kansaisyokuiku@meg-snow.com

まで

## ☆鶴見区健康づくり推進協議会 鶴見ふれんど会

今年度は「防災と健康」をテーマに、被災した時・その後の健康を考える体験学習に臨んでいます。当会活動にご理解を頂いた地元の調理食品工場見学では、美味しさと安全を追求した減塩食品の開発について学びました。また、常温・長期保存、調理工程がシンプルで衛生的というレトルト食品の強みを知り、日常から被災時における食生活の自己管理に役立てたいと思いました。ほかには防災知識の強化と手洗い実技も取り入れた身近な感染対策講座やヘルシーXmasクッキングの開催を予定しています。自分自身の健康づくりと、地域の皆さんの健康的な生活のお手伝いができる「参加することが楽しい」活動をめざします。

連絡先:06-7505-3141(芳田(よしだ))



### ☆このはな元気！-区長と歩こう-会



～祝100周年 アートとウォーキングで健康づくり～  
 「このはな元気！-区長と歩こう-会」では、区制100周年を迎えた今年第1回まち歩きを4月26日に開催しました。万博ロゴ、此花水龍、千鳥橋ライトポスト、「このはな100年の顔」フォトモザイクなど次々設置される魅力あるアートで多くの区民に愛されている甲子園球場5個分の「正蓮寺川公園」を中島此花区長と一緒に、アートの自分や孫の顔写真を探しながらウォーキングをし、「祝100周年！未来100年へ」皆さん、ワクワクしながら健康づくりを楽しんでいました。  
 連絡先：070-2833-1839(菅生綾子)

### ☆東成区食生活改善推進員協議会

令和7年6月7日、深江幼稚園の「親子料理教室」が行われました。保護者の方16名と子ども達21名の参加で、「ゆかりしらすおにぎり、ひじき入りふんわりつくね、豆とキャベツのトマトスープ、キャロットゼリー」の4品を作りました。おにぎりをハートの形や星型に作ったり、つくねの野菜を細かく切ったり、子ども達は楽しく活動していました。

問合せ：06-6971-4809



### ☆子どもに無煙環境を推進協議会

6月7日に、世界禁煙デー協賛：いのち輝け「タバコ対策で健康寿命をのばそう!」の第1回オンラインセミナーを開催し、YouTubeで公開しています。内容は、健康寿命を延ばすためのタバコ対策と課題、大阪府受動喫煙防止条例、妊婦禁煙支援の課題、イエローグリーンライトアップの事例です。第2回のオンラインセミナーを10月4日(土)15時から開催します。  
<https://x.gd/C4IDN>  
 おおさか健活10のアスマイルポイントも付与予定です。  
 問合せ：090-9873-5064

オンラインセミナーの  
 YouTube⇒



セミナーで紹介した  
 5/31世界禁煙デーでの大阪城のライトアップ

### ☆明治安田生命保険相互会社

9月20日(土)Jリーグウォーキングを開催!健康増進を目的としたイベントで今年はセレッソ大阪と協働!長居公園1周約3kmのウォーキングコースです。  
 当日はセレッソ大阪OBの柿谷曜一朗さんご来場(予定)!  
 ・集合場所:ヤンマースタジアム長居  
 ・集合・スタート:12時(受付:11時30分開始)  
 ぜひ多くのおみなさまのご参加をお待ちしております  
 申込:応募フォームにて(9月10日(水)締切)  
 問合せ:明治安田大阪本部  
 06-6260-2535

2025.9.20 (土)開催  
 ヤンマースタジアム長居  
 2,000名  
 無料  
 12:00 受付 11:30~  
 12:30  
 14:00 (予定)

【お申込みはこちら】



柿谷曜一朗氏が来場!!



柿谷氏によるスピーチ&出発お見送り予定

### ☆港区食生活改善推進員協議会 「桜栄会」

毎月第3月曜日午前10時から八幡屋公園でウォーキングを行っています。  
 6月は世界三大花木の1つであるジャカランダの花が咲いており、とてもきれいでした。  
 年間行事やイベントに向けて、桜栄会ではウォーキング等の健康づくりを通して会員の交流を深めています。  
 11月8日(土)には港区民センターで健康フェスタを予定しています。  
 ぜひお越しください。  
 問合せ:06-6584-6720



### ☆NPO法人 1億人元気運動協会

オリジナルプログラム「チェアエクササイズ®」を中心に、楽しく効果的な運動を通じ、健康・体力づくり・介護予防など、目的に応じた講演・講座をご用意しています。  
 地域リーダー・ボランティアの育成・研修、自主活動支援など経験豊富な講師を派遣します。  
 ご予算、ご要望をお気軽にご相談ください。  
 問合せ:080-5327-1108/  
 tanakayouko@genki-kyokai.com  
 (田中)



### ☆西区健康づくり推進協議会 コスモス会

3月27日(木)に関西万博周辺のウォーキングと大阪メトロ夢洲駅見学に行きました。万博開催前のため、会場内には入れませんでした。会場周辺をウォーキングし、できたばかりの夢洲駅の大型スクリーンに映しだされる万博の歴史に感動しました。天気にもぐまれ会員との交流もでき楽しい一日になりました。  
 問合せ:090-7347-2788(山下)



### ☆阿倍野区食生活改善推進員協議会 (あべの食推協)

阿倍野区役所で催される、食生活に関する行事のお手伝いをしているボランティア団体です。行事では区民の皆様と、会員勉強会では私たち自身で学びの日々です。  
 詳しい活動は阿倍野区の広報紙やInstagramにUPしていますので、是非ご覧ください。  
 問合せ:阿倍野区保健福祉センター  
 06-6622-9882



### ☆一般社団法人 ダンス教育振興連盟JDAC

大阪市の各区が運営する「なにわ元気塾」にてシニア向け「健康ダンス教室」を年間130回以上開催!座ったままでも楽しめる大変好評いただいております!本取り組みが評価され、厚生労働省主催「第11回健康寿命をのばそう!アワード」で【健康局長優良賞】を、スポーツ庁主催「第2回SportinLifeアワード」で【優秀賞】を受賞しました!  
 健康ダンス教室の問合せ:  
 06-6934-4199



### ☆関西医薬品協会 くすり相談研究会

関西医薬品協会は、医薬品関連産業の健全な発展に寄与するためにさまざまな活動を行っております。その一環として、当協会が設置している「くすり相談研究会」では、おくすりのことがわかりやすく学べる「おくすりの飲み方教室」を不定期に開催し(令和6年は3月と11月、令和7年は3月)、薬の正しい知識の普及に努めております。「おくすりの飲み方教室」の開催について、お気軽にご相談ください!

電話 06-6231-9191  
FAX 06-6231-9195



### ☆住吉区健康づくり推進協議会 「かきつばたの会」

\*令和7年12月2日(火)  
長居公園にてウォーキングをかきつばたの会員と保健福祉センターの協働事業として実施します。  
\*令和8年2月5日(木)  
例会を錦秀会住吉区民センター小ホールにて実施します。  
講師:住吉区役所 医務主幹  
康 史郎 様のご講演  
テーマ:未定

### ☆NPO法人 日本アトピー協会

アトピー性皮膚炎でお困りの患者様向けの情報誌「あとびいなう」を隔月に発行しております。  
5-6月号は「虫刺され」を特集しています。  
患者様やそのご家族様に無料で郵送しております。  
ご希望の方は二次元コードまたは下記まで送付希望とご連絡ください。  
06-6204-0010(火・木曜10~17時)  
<https://www.nihonatopy.join-us.jp/>



### ☆一般社団法人健康栄養支援センター

令和7年6月15日 予防医学クッキングを開催しました。  
テーマは『高血圧』。減塩をしてもおいしくいただけるように、薬味を上手に使ったお料理を提案しています。どなたでも参加でき、高血圧、脂質異常症、動脈硬化、骨粗鬆症などのテーマを決めて2か月に1回料理教室をしています。  
直近は、10月19日(日)『動脈硬化』で開催します。  
問合せ:  
<https://hns-japan.com/ippan/>  
もしくは二次元コードにて



### ☆森ノ宮医療大学

4月24日(木)に2025年度 第1回市民公開講座を開催しました!  
「糖尿病の“いろは”から最新治療まで」と題し、約2,200万人以上の患者及び予備軍がいるとされている「糖尿病」をテーマに、4名の方に講演いただきました。  
本学では、連携協定を結ぶ医療機関の協力を得て、身近な疾患をテーマにした講座を年2回実施しています。  
過去に開催した講座はYouTubeで配信していますので、是非ご覧ください。  
問合せ:森ノ宮医療大学  
学長室 企画課/地域連携センター 06-6616-6911



森ノ宮医療大学  
YouTube