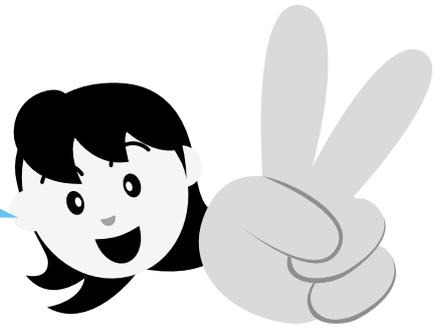


# 食生活改善 推進員

愛称は  
ヘルスマイト



私たち会員は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに生涯における健康づくり活動を、食を通して地域において推進しているボランティア組織の団体です。



健康づくりの和をもっと大きく! 豊玉支部  
私たちヘルスマイトは、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、12名という少ない会員ではありますが、地区活動を通じて健康づくりのためのボランティア活動を行っています。最近では、ゴミ問題にも取り組み、ごみ分別についての学習やエコタワシづくりの指導・紹介など積極的に行っているところです。これからも楽しく明るい仲間づくりを心がけていきたいと思ひます。



上対馬支部は、少ない会員数の中で、今1つの目標に向かってがんばっています。一番身近な、減塩に取り組み、会員同志の団結力も出来てきました。対馬は、3月から1つになりますが、また、初心にもどり市民の皆さんの為に少しでも力になれるように、前向きに進んで行きたいと思ひます。



美津島支部「七草会」は、会員の和を大切に、目標は大きく、活動はこまめに心がけていきたいと思ひます。全島の皆様どうぞ宜しくお願いします。



上県支部では、町の健康政策「あがた元気プラン」の推進のために、「もっと旬の野菜を食卓に!」をテーマに伝達活動に取り組んでいます。現在会員16名です。これからも地域に根ざした活動ができるように頑張りたひと思ひます。



厳原支部は発足24年目、会員58名で活動しています。地域において親しみを感じ気軽に呼びかけもらえる存在となりつつあります。「継続は力なり」を信じ、健康づくりの案内役とし、まず自分、家族、お隣りさん、お向いさんと地道な活動を続けていきたいと思ひます。



私たち峰町支部(いなほ会)は、会員数20名と微力ながらも、会員同士でお互いに声をかけあい楽しんで活動をしています。平成15年度は、ヘルスサポーターの育成や男性の料理教室、ゴミの減量化運動などに取り組んでいます。これからも「私たちの健康は私たちの手で……。地域の健康は地域で……」をスローガンに頑張りていきます。