ごあいさつ

近年、残念ながら秋田県は、食生活の乱れなどを要因とした生活習慣病疾患の増加が課題として取り沙汰されています。自分の健康は自分で守ることが重要と捉えられる時代になりましたが、秋田県民は依然として健康への意識と関心が低く、健康であってもその財産を活かしきれていない状況にあります。

将来、子どもたちに希望を描ける未来をバトンタッチするために、私たち大人ができることから始めなければ！そんな想いを抱いて、お母さんに健康なくらしを伝える活動を始めました。しかし、そこで目の当たりしたのは、多くのお母さんが資格やキャリアを持ちながら社会で活かせずにいる現状でした。

一人ひとりが持つ魅力、能力、可能性がこれからの地域を変える大きな力になると気づき、その可能性にチャレンジできる環境を整えるため、平成 24 年６月に NPO 法人秋田健康支援情報局を設立いたしました。業種の枠組みを超えて、人と人が出会い、お互い刺激し合いながら新たな価値を生み出す「プラットフォーム型」の仕組みです。

今、必要なことは、未来に夢を抱き、語り、実践するための土壌を作ることです。いきいきとした元気で新しいコミュニティーを創造することが、次世代へ残す財産になっていくと思います。

動き出せば未来は変えられます。一度きりの人生を悔いなく送るために、次代を見据え、できることからはじめることが、未来を変える一歩につながると信じています。

理事長　　竹下　香織

秋田健康支援情報局が考える健康な姿

- 身体の健康
- 心の健康
- 経済の健康
- 環境の健康

会の目的

地域で暮らす全ての方が心身ともに健康で、経済的かつ社会的に自立した人生を送ることができる社会の実現を目指し、生涯を通じて文化的な生活が送れるよう、また、誇りをもって生きていくことができる、活力ある地域社会の実現に寄与してまいりたいと考えています。

これまでの活動

平成 23 年

１月　歯科医院にて「ファミリーケア講座」開講
３月　保育園にて「体のメンテナンス講座」
８月　オーガニックフェスタ in あきた 2011　参加
９月　秋田市ﾌｧﾐﾘｰｻﾎﾟｰﾄｾﾝﾀｰ主催「フットケア講座」
10 月 県聴覚障がい児を持つ親の会主催「ﾌｯﾄｹｱ講座」
11 月 県地域健康づくり受託事業「ピラティス教室」
12 月 秋田市女性学習センター主催「フットケアでコミュニケーション講座」
〃　厚生労働省「介護基盤緊急整備等臨時特例基金」秋田市地域支え合い体制づくり支援事業採択

平成 24 年

２月　男鹿市食生活改善委員会主催「フットケア講座」
３月　ＮＰＯ法人設立総会
〃　「ドビーズサロンこころん」オープン
若返りメイクショー&アンチエイジング野菜講座
４月　ミサワホーム展示場「ピラティス教室」開講
〃　野菜ソムリエによる「季節の野菜講座」開講
６月　ＮＰＯ法人認証・法人格取得
〃　秋田県中央男女共同参画センター主催「フットコミュニケーション」「プチ変身 私発見」
７月　英会話教室「スクエア」共催イベント開催
12 月 「Smile Style～自分の花を咲かせよう～」開催

平成 25 年

１月　井川町主催「健康講座・フットケア講座」
〃　ﾌｧｲﾅﾝｼｬﾙﾌﾟﾗﾝﾅｰによる「お金のプチ講座」開講
２月　イオン幸せの黄色いレシート団体登録
〃　湯沢食介護研究会主催　木曜会学術講演会講演
３月　イメージコンサルティング請負開始

役　員

理事長　　竹下　香織（フットケアセラピスト）
副理事長　最上美貴子（野菜ソムリエ）
理　事　　布谷　香　（管理栄養士）※顧問管理栄養士
〃　　武田　友美（フリーヘアスタイリスト）
幹　事　　坂本　友広（ファイナンシャルプランナー）
事務局　　繁里香菜子（親支援サークルちびママ代表）

そのほか、調理師、ケアマネージャー、保育士、ピラティスインストラクターなど多種多様な資格を持った方が多く登録しています。

新規会員のお申し込みを随時受付しております。
（入会金 500 円　　年会費 3000 円）

会員数　　４４名（平成２５年４月現在）

NPO法人
秋田健康支援情報局

〒011-0936　秋田市将軍野南３丁目２－12
TEL/FAX　018-846-8515
MAIL　akitakenko@hotmail.co.jp
HP　http://www.akitakenko.web.fc2.com/

野菜ソムリエの季節の野菜講座

旬の野菜を美味しく食べる方法など野菜の魅力をお伝えしています。いぶりがっこやとんぶりの入った「AKITA 大根サラダ」など秋田の食材を使ったレシピもご紹介しています。

フットケア講座

リンパの流れを促し、身体の中からキレイにするフットケアの手法をお伝えする講座です。

ファミリーケア講座

家族の健康を守るお母さんへ食や健康についての情報を伝える講座です。毎月第３火曜日に開講しています。

さくらんぼプロジェクト

さくらんぼを加工し、商品化するプロジェクトを進めています。

「Smile Style」変身ヘアメイクショー

がんなどの病気を抱えた方、障がいのある方などがプロのヘアメイクで変身してレッドカーペットに登場するショーを開催。会場の皆さんとともに勇気と希望を共有できる心温まるイベントです。

「私が跳んだ日」講座

ゲストの人生にスポットをあてて、ターニングポイントをうかがう講座です。後半は楽しい講座を行います。

お金のプチ講座

ファイナンシャルプランナーによるお金のプチ講座を開催。「家計の健康管理」として、生命保険や住宅ローンについての仕組みや考え方のアドバイスを行います。

【取り組み事業】

① 健康マネジメント事業

食、美容、運動、癒しなど、健康で元気になれるプログラムを提案していきます。いつまでも美しく若々しい体づくりに必要な情報を美容室から発信していきます。

②高齢者支援事業

多世代の方が交流する「ふれあいサロン」を作っていきます。高齢者と家族への家事援助や買い物代行サービスなど、会員制の訪問事業の拠点として展開していきます。

③人材マネジメント事業

「生きがいを持って、社会と関わりながら、自分らしく生きる」をテーマに、個人の潜在能力を発掘し、キャリアを活かした起業をサポートする事業を展開していきます。