

令和元年度 健康ひょうご21 県民運動阪神北会議総会・研修会

日時：令和元年6月27日（木）14時～16時

場所：ソリオホール（ソリオ1 3階）

参加人数：130名

<総会>

- ・開会あいさつ 健康ひょうご21 県民運動阪神北会議 会長 原 弘

- ・主催者あいさつ

健康ひょうご21 県民運動阪神北会議
常任顧問 坂本 哲也
(阪神北県民局長)



- ・祝 辞

宝塚市長 中川 智子様
手話によりご挨拶をいただきました。



- ・議 事

平成30年度事業報告、令和元年度
重点活動目標及び事業計画（案）及び役員改選
（案）の承認をいただきました。



- *原会長勇退セレモニー
2期6年おつとめいただきました。
(松野健康づくり部長より花束贈呈)



- *末岡新会長のあいさつ
新会長に宝塚市医師会の末岡 悟先生に
ご就任いただきました。



<研修会>

• 健康体操

「高齢期における健康づくり身体活動のポイント」

(公財)兵庫県健康財団健康づくり部参与
亀澤徹郎先生による講話とペットボトルを使ったの
実技指導、また「+10 プラステンエクササイズ」
のDVDにあわせて体を動かし健康体操を学びまし
た。



• 講演

「今日から始めるアクティブライフ」

神戸大学名誉教授、流通科学大学特任教授の山口泰雄先生をお迎えし、
講演及びいつでもどこでも継続して実践できる体操をご指導いただき、今後の
アクティブライフ（身体的、活動的、健康的）な生き方をするための参考となり
ました。



• 閉会のあいさつ

健康ひょうご21 県民運動阪神北会議 副会長 常岡 豊



新副会長に伊丹市医師会の常岡 豊
先生にご就任いただきました。