

平成26年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	はしれいくりん健康づくりの輪事業
事業主体 (連絡先)	生坂村健康福祉課 (TEL0263-69-3500)
事業区分	保健、医療、福祉の充実
事業タイプ	ソフト
総事業費	661,886円 (うち支援金: 487,000円)

事業内容

- はしれいくりん健康体操を創りあげた講師が地区公民館に出向き、一般住民、健康推進員を中心に「健康体操」の普及を行ないました。
- 「自分で出来る足ツボ」講座と題し、農閑期の冬場に集中して講座を行ないました。
- 「はしれいくりん健康体操」と「足ツボ」を写真に撮り冊子を制作し、全戸配布することで、住民全体で体験できるようにしました。
- 「はしれいくりん健康体操」のDVDを作成し、ICNで放映することで、村の健康体操としての位置づけを行ないます。



【足ツボ講座】

事業効果

※地域活性化のための目標・ねらいに対してどのような効果があったか、項目毎に記載すること。

- ① 実際に健康体操を創りあげた講師が地区公民館に出向き、一般住民、健康推進員を中心に健康体操を一緒に行なったことで、より身近なものにとらえてもらえた。
- ② 「自分で出来る足つぼ講座」は、今までとは違う視点から健康をとらえることで、興味をそそり、かつ冬場の実施ということもあり、新しい受講生の開拓にも寄与した。
- ③ 今後、「いくりん健康体操」のDVDを流すことで、子供たちと踊りに合わせて住民が一体となって健康体操の継続を図ることが出来ます。
- ④ 「いくりん健康体操」「足ツボ」の冊子を全戸配布することで、高齢者でも自宅に居ながらにして、自分の健康維持増進を図ることが出来ます。

【目標・ねらい】

- ① 「足ツボ」講座を行なうことで、寒い冬場の健康維持増進に努める。
- ② DVD、冊子を作ることで、村全体の健康意識の向上をはかる。

※自己評価【 A 】

今後の取り組み

※今後、事業効果をどうつなげていくか記載すること。

- 村独自の健康体操を創ったことで、村全体に健康意識を広めることに繋がります。
- 健康体操のDVDをICNで流すことで、毎日の運動を継続していくことが出来ます。
- 「いくりん健康体操」の冊子と「足ツボ」の冊子全戸配布したことで、より、身近なところで自分自身の健康維持管理につなげることが出来ます。

【理由】

当初計画していた全事業を、3年間で完結することが出来ました。今後は、この事業で創りあげた教材を有効利用していきます。

※ 自己評価欄は、地域活性化に及ぼす事業効果について、以下から選択のこと。
「A」: 予定を上回る効果が得られた 「B」: 予定していた効果が得られた
「C」: 一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある