

平成 27年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	地域住民の健康保持増進と地域の活性化
事業主体 (連絡先)	NPO法人 小諸健康教室 You・愛サロン TEL0267-22-6370
事業区分	(2) 保健、医療、福祉の充実に係る活性化
事業タイプ	ソフト
総事業費	723,229 円 (うち支援金: 532,000 円)

事業内容

私達の活動は、月一回の健康講話は医師、歯科医師、薬剤師の先生方の講演と健康体操指導者の先生による簡単で誰もが、何処でも何時でも出来るものを行っている。また、ポールウォキングは月二回、第二、第四の金曜日 Am 9:30~11:00まで、雨天決行を基本に行っている。また、地域の催し物に積極的に参加し地域の賑わいに貢献している。以上が当法人の活動内容である。



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 健康講話時に聴講者が講師に自由に質問する事により、そこから自分に必要な医療知識が身につけられる。又自分の身体への安心感が持てる。
- ② 現在自分におかれている健康のレベルがわかる事によりその為の様々な努力をする。その結果豊かな人生を送る事が出来る。
- ③ ポールウォキングを行うことにより運動器の衰退を防ぐと共に心の健康おも養うことが出来る。
- ④ 地域の催し物に積極的に参加する事により街中の賑わいを取り戻せるきっかけになるものと思っている。

【目標・ねらい】

- ① 住民の医療知識の高揚
- ② 健康寿命の延長
- ③ 運動器症候群の予防
- ④ 地域街中の活性化に協力

※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。

今年度参加者が増えたと言うことは、住民に健康に対する意識が高まったものと思う。今後は講演者に季節、時代に沿った講話をお願いし、住民の生活に密着したものにしていきたい。また、ポールウォキングでは、多くの地域に出向き多くの見識を身につけるよう努力したい。これらは、多くの参加者に未病予防を中心にした、ロコモティブ、廃用性シンドロームなどと認知症の予防に役立ち住民の日常生活動作能力(ADL)が改善され、安心・安全な地域づくりに大きく貢献していくものと確信している。なお、会運営の為の経済面については一層の努力、工夫の必要を強く感じている。

【理由】昨年度より参加者が増えたということは、我々の活動に多くの住民が賛同して来たものと理解できる。これは、今後も、我々法人小諸健康教室に対し多くの期待と努力をなさいと云うシグナルと理解し、更に邁進努力する。

※ 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