

地域づくり活動 NPO 事業助成事業 実績報告

事業区分 (01-09)

団体名	健康づくりサポーター会	代表者名	代表 福田 章
事業名	健康寿命を延ばす実践講座		

<事業実施実績>

年月日 定例は「月1回」「毎○曜日」等で記入	場所	参加者 一般 (スタッフ)	活動内容 (勉強会や定例会、講演会、イベントなどを幅広く記入) ※講演会、イベント等はタイトル・講師・会場等を併記
9月16日	立花北生涯学習センター (尼崎市)	25 (8)	新富高嶺クラブ共催 「認知症予防劇“ぼけたらあかん”」
10月17日	瓦木公民館 (西宮市)	25 (4)	瓦木地区老人クラブ共催 「一枚の写真で回想法」
11月 5日	上ヶ原公民館 (西宮市)	30 (4)	高座町先進会共催 「フレイル予防の楽しい体操」
11月17日	木口記念館 (芦屋市)	24 (3)	精道地域支援センター共催 「一笑一若」 「薬の話と太極柔力球」
12月17日	香櫨園市民センター (西宮市)	12 (6)	香櫨園地区社協共催 「フレイル予防の楽しい体操」
1月21日	香櫨園市民センター (西宮市)	12 (5)	香櫨園地区社協共催 「薬の話と太極柔力球」
2月 4日	西宮浜公民館 (西宮市)	25 (6)	西宮マリナパーク協議会共催 「フレイル予防の楽しい体操」
2月 7日	甲武会館 (西宮市)	15 (1)	甲武寿会共催 「手指体操で脳トレ」
2月14日	小松センター (西宮市)	30 (4)	小松校区県民交流ひろば共催 「フレイル予防の楽しい体操」
2月18日	能登運動公園 (西宮市)	30 (8)	愛宕山寿会共催 「サギにご用心」

<効果と成果>

新型コロナ感染が中々収束しない中で、地域の諸団体は多くの方が参加する講座などは敬遠しがちでありましたが、何とか10回の開催ができました。また、参加者に生活習慣に関するアンケート調査も行い、177名から回答が得られ分析中です。

高齢社会となり、健康寿命を延ばすことは重要な課題となっています。今回はフレイル予防に関する講座の希望が多かったです。また、話だけではなく、NPO法人認知症予防サポートネットの協力で「認知症予防劇・ぼけたらあかん・・・」と「悪質商法予防劇・・・サギにご用心」も行いました。

## <今後の展望>

新型コロナ感染が収束しない中、多くの方が集まるような講座の開催が進めにくい状況です。

しかし重要な社会課題ですから、工夫して実施することが大切だと思います。また、阪神間には8校の大学がありますから、若い学生さんにも応援してもらえるような内容の事業も必要でしょう。特に看護学部の学生さん達は、卒業後、高齢者と接する機会が多いですから、どのようにコミュニケーションを図って行くのか・・・の視点に立った事業は学生さん達も関心を示すだろうと思います。

## <収支決算書>

### (収入)

項 目	金 額 (円)
地域づくり活動 NPO 事業助成金	202,000
自己資金	101
合計	202,101

### (支出)

区分	項 目	金 額 (円)	左のうち 助成対象金 (円)
直接 経費	人件費	112,000	112,000
	備品費	36,500	36,500
	消耗品費	22,222	22,222
	その他(交通費、印刷費等)	31,379	31,278
	小 計	202,101	202,000
間接経費(一般管理費)		0	0
合 計		202,101	202,000