

(まちづくり協議会名)

中山台コミュニティ

●2019年度(令和元年度) 事業実施報告●

【2019年度(令和元年度) 宝塚市健康づくり推進員名】

①増田 晶子	②三原 啓子	③山田 聡	④志村 安男
⑤	⑥	⑦	⑧

(敬称略)

地区担当保健師: 横山 貴衣・村田 未央

月	日	事業名	会場(実施場所)	参加人数	付記事項
6	7	コツコツ骨づくり教室	中山台コミュニティセンター多目的ホール	45名	講師:宝塚市立健康センター
7	10	老後の住まい講座と転倒予防体操	中山台コミュニティセンター多目的ホール	35名	協賛:アクティブライフ中山台倶楽部
10	18	リンパマッサージ体験講座	中山台コミュニティセンター多目的ホール	55名	講師:兵庫県健康財団
3	16	口腔体操と肺炎予防の体づくり講座	中山台コミュニティセンター多目的ホール	中止	コロナウイルス予防のため中止
4~3月	火曜	太極拳教室(定例活動)	中山台コミュニティセンター多目的ホール	35名 ×42回	

【事業の成果】

高齢者住民が健康な生活を送れる地域づくりを目指し、身体の運動機能強化を図る講座の実施を通して、その重要性を啓蒙し、生活の質の向上に資することができた。

◆2020年度(令和2年度) 事業計画◆

【2020年度(令和2年度) 宝塚市健康づくり推進員名】

①志村 安男	②増田 晶子	③三原 啓子	④坂下 千鶴子
⑤	⑥	⑦	⑧

(敬称略)

地区担当保健師: 山田 喜子・村田 未央

【事業実施目標】

健康推進に関する講座を継続して開催することにより、地域住民の交流並びに健康意識向上を目指す。

実施予定		事業名	会場(実施場所)	付記事項
6	12	コツコツ骨づくり教室	中山台コミュニティセンター多目的ホール	講師:宝塚市立健康センター
7	10	地域の介護保険事務所との学習会	中山台コミュニティセンター多目的ホール	協賛:アクティブライフ中山台倶楽部
10	16	兵庫県健康財団との連携による学習会	中山台コミュニティセンター多目的ホール	講師:兵庫県健康財団
2	26	福祉活動部との共催による健康講座	中山台コミュニティセンター多目的ホール	共催:福祉活動部
4~3月	火曜	太極拳教室(定例活動)	中山台コミュニティセンター多目的ホール	