

(まちづくり協議会名)

## 宝塚市長尾台小学校区まちづくり協議会

## ●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池田 陽子 | ② | ③ | ④ |
| ⑤      | ⑥ | ⑦ | ⑧ |

(敬称略)

地区担当保健師:

伊藤 千尋

| 月            | 日  | 事業名                      | 会場(実施場所)          | 参加人数         | 付記事項                                 |
|--------------|----|--------------------------|-------------------|--------------|--------------------------------------|
| 第1土曜         |    | 男性料理教室                   | 雲雀丘倶楽部調理室・会議室     | 11回<br>延92名  | 調理実習 試食 健康講話他                        |
| 第1月曜<br>第3水曜 |    | 高齢者食事会                   | コミュニティセンター<br>ひばり | 22回<br>延454名 | 高齢者、一人暮らしの方、要<br>支援の方 バランスの摂れた<br>食事 |
| 日曜           |    | 体操教室                     | つつじが丘自治会集<br>会所   | 46回<br>延717名 | いきいき百歳体操他                            |
| 第1第3<br>木曜   |    | 歩こう会                     | 各地                | 16回<br>延164名 | 三田、尼崎城、万博公園、京<br>都鈴虫寺、平安神宮他          |
| 第2水曜         |    | 乳幼児食のなんでも相談              | ひばり子ども館           | 10回<br>延20名  | 離乳食幼児食<br>共催:ひばり子ども館                 |
| 年3回<br>第1月曜  |    | 花屋敷地域包括支援センターに<br>よる健康講話 | つつじが丘自治会集<br>会所   | 60名          | 看護師による講話                             |
| 5            | 6  | 子ども料理教室                  | コミュニティセンター<br>ひばり | 30名          | 共催:コミュニティ子ども福祉部                      |
| 7            | 21 | 子ども食堂                    | コミュニティセンター<br>ひばり | 50名          | 共催:コミュニティ子ども福祉部                      |
| 8            | 3  | 夏まつりつつじそうめん流し 他          | つつじ公園             | 100名         | 共催:つつじ自治会                            |
| 10           | 18 | 離乳食教室                    | 宝塚大学              | 7名           | 共催:ひばり子ども館                           |
| 10           | 20 | 保健師による健康相談               | コミュニティセンター<br>ひばり | 13名          | ひばり祭り<br>共催:コミュニティひばり                |
| 11           | 29 | 2, 3歳児親子おやつ作り教室          | コミュニティセンター<br>ひばり | 12名          | 共催:ひばり子ども館                           |
| 12           | 2  | 骨密度測定と骨について講話            | つつじが丘自治会集<br>会所   | 29名          | 講師:健康センター保健師、栄<br>養士                 |
| 12           | 7  | 三世代おもちつき交流会              | つつじ公園             | 100名         | 共催:つつじ自治会老人会                         |

## 【事業の成果】

- ・住民の交流の場づくり、健康維持の一助につながり参加人数も増加
- ・コミュニティひばり広報が「高齢者の食事」「歩こう会」をブログにのせ、内容を発信
- ・3月コロナウイルス感染症のため休止。関心が高まり盛り上がってきたところなので残念

# ◆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池田 陽子 | ② | ③ | ④ |
| ⑤      | ⑥ | ⑦ | ⑧ |

(敬称略)

地区担当保健師: 大前 かをる

### 【事業実施目標】

“健康なまちづくり” 健康意識を高め、健康寿命を長く保つために健康維持について関心を持つとともに地域交流居場所作りの場となる事業を進めていく

| 実施予定   | 事業名         | 会場(実施場所)      | 付記事項                 |
|--------|-------------|---------------|----------------------|
| 第1土曜   | 男性料理教室      | 雲雀丘倶楽部調理室・会議室 |                      |
| 第3水曜   | 高齢者食事会      | コミュニティセンターひばり |                      |
| 第1月曜   | 体操教室        | つつじが丘自治会集会所   | いきいき百歳体操 他           |
| 第1月曜   | 高齢者食事会      | つつじが丘自治会集会所   |                      |
| 第1第3木曜 | 歩こう会        | 各地            |                      |
| 第2水曜   | 乳幼児食のなんでも相談 | ひばり子ども館       | 共催:ひばり子ども館           |
| 10     | 保健師による健康相談  | 宝塚大学          | 主催:コミュニティひばり(ひばり祭り内) |
| 12     | 7           | 骨密度測定と骨の講話    | つつじが丘自治会集会所          |
|        |             |               |                      |
|        |             |               |                      |