

令和元年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	健康元気！いきいき「つながり」プロジェクト
事業主体 (連絡先)	長野県厚生農業協同組合連合会・特定非営利活動法人うすだ美図共同企業体 0267 - 81 - 5541
事業区分	(8) その他地域の元気を生み出す地域づくりに資する事業
事業タイプ	ソフト
総事業費	1, 621, 524円 (うち支援金: 1, 297, 000円)

事業内容

- 地域の新たなつながりづくり構築を目指した健康教室の開催
 - 1. シニア世代に向けた教室
 - ア) ウォーキング教室
 - イ) 脳活性化教室
 - 2. 子育て世代に向けた教室
 - 木もれびサロン

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 アンケートによると97%の参加者が「新しいつながりができた」と回答していることから、教室参加を通じてつながりを育む効果が得られたと思われる。
- ② 「活動量計」を活用した歩行指導等、教室だけでなく日々の生活で意識して取り組めるような内容が指導され、体験会では地域の保健師さんや保健指導員さんの協力を得て地元地域の方に多く参加いただくことができた。地域で住民とつながる保健指導員の皆さんにも知識を深めていただく事ができたことから、地域での健康に対する意識向上や健康格差の縮小につながる活動となったと思われる。
- ③ それぞれの教室で取り組んできた活動から、つながりが深まり、参加者の続けていきたいという思いにつながった。今年度養成してきたインストラクターやアシスタントも来年度からの講師として役割を担うなど活動予定である。各教室で4月からの自主的な教室開催に向け活動を開始している。
- ④ 教室開催で地域の保健指導員さんと関わる機会ができた、子どものイベントで商店街とつながる機会ができた、参加者が誘い合って教室に参加したり、地域内でのつながりをまた少し広げることができた。長い期間継続してきたことでの地域への浸透による効果も関係づくりには大きかったと感じられる。

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。

それぞれの教室で来年度へ向けての取り組みが計画されて、目標であった教室の自主開催につながったが、今回、新型コロナウイルス感染症の影響で、3月計画されたものは、ほぼ中止となってしまった。継続されていたものが途切れてしまい残念ではあるが、再開の時期をみて、それぞれの教室が再開でき、今後もつながりを深めていけるよう取り組んでいきたい。

※ 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



【ウォーキング教室風景】

【目標・ねらい】

- ① 新たなつながりづくりの構築
- ② 地域住民の健康増進
- ③ 教室の自主開催
- ④ 地域の活性化

※自己評価【 B 】

【理由】

今年度も教室運営でつながりを育む効果をあげ、地域での健康に対する意識向上や健康格差の縮小につながる活動ができた。参加者を中心とした次年度からの教室自主開催の取り組みは、これまでの活動でつながりを深め、魅力ある教室を継続して来れた事が基となっている。この経験を今後の活動にも役立てていきたい。