

「小倉南区健康づくり推進員の会」活動概要

会長 坂根 溥二

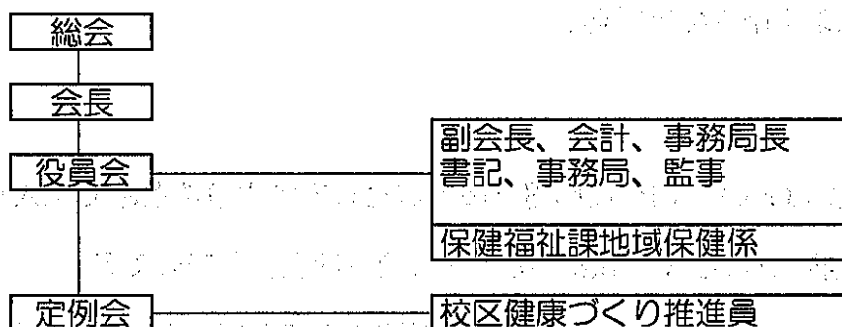
小倉南区健康づくり推進員の会課題及び要望等

高齢化等に伴う退会者多く、センター館長から何等かの支援して欲しい

会員数自体の底上げ出来ないか、会員増の為に何かアイデアが欲しい

組織及び活動概要について

1 組織



2 会員状況（R5年6月1日） 73名（M：33 W：40）

3 会議関連

定例会・・・毎月第3月曜日 13時30分より約1時間（健康体操等実施）
小倉南区生涯学習センター講堂（南区役所隣接）

定期総会・・・年1回 4月（5月）定例会時に行う

役員会・・・毎月第2月曜日 10時より 生涯学習センター

リーダー会・市7区会長と「認知症支援・介護予防C」との会議 毎月第1月曜

4 委託業務活動内容・・・健康づくり及び介護予防に資する活動を市民C等で行うもの 健康づくり活動、介護予防活動、健康づくり・介護予防に関する啓発活動

- 1) 「まちづくり協議会」やそれらを構成する諸団体と共に活動しあるいは会員として市民センター、行政等が行う健康に関する行事に企画も含め参加する
地域でGO!GO!健康づくり事業、センター講座、ふれあい昼食会
まち協（保健福祉部会等）のウォーキング会、体力測定、健康教室
夏休みラジオ体操への参加、健診受診勧奨、フレイル予防関連啓発
ひまわりセンターPR活動、自己啓発フレイル予防きた9ミッション
ラジオ体操・きたきゅう体操・スロージョギング・脳トレ指導

2) 会員自らのスキルアップ活動

上記諸活動を円滑に進めることが出来るように
「いつでも！どこでも！誰でも！簡単に！出来る」健康スキルを習得
ラジオ体操1及び2、ストレッチ、簡単な脳トレ、ウォーキング指導
健康体操等、公園の健康遊具PR及び指導補助

3) 活動報告書(添付)・・・定例会時持参

4) その他の活動

- ・各校区の健康づくり事業に関する打ち合わせ参画
- ・北九州市健推員の会総会出席(5月)
- ・ステップアップ、スキルアップ研修会参加(年2～3回)
市健推員会主催、各区主催、健康推進課との共催
- ・南区会主催の月例ウォーキング会参加(毎月第4月曜日)
- ・南区健推の会機関紙発行(年2回程度)
- ・北九州マラソンボランティア支援協力(受付、コース整理、水分補給等)
- ・7区スポーツ交流会参加(各区持ち回り開催、R6年度は南区担当)
- ・SDGs未来都市への支援活動

5 その他

1) 南区年会費は1,000円で内100円は市会費として会よりまとめて納入する

2) 委託業務活動については、市よりの委託金及び南区会費を充てる

(但し市委託金は健康づくりに関する委託業務のみに使用し会員の活動費ではない)

3) 月例ウォーキング会への一般参加者については、会が予め「1日行事保険」を掛ける

4) 会員はボランティア活動保険に加入のこと(保険料は個人負担も有)

但し他団体で活動保険に加入してる場合は団体名を入会届けに記載

5) 行事参加の時は氏名札、ブルゾン着用

6) 他行政団体への加入

ほっとステーション小倉南推進協議会 「生きがい健康づくり部会」
南区区役所総務企画課 「マイタウンみなみリーダーズ塾」

世界各國

提出

[illegible]

| | |
|---|-----|
| 月 | 連番号 |
| | |

令和5年度（ 区 校区 ）健康づくり推進員活動報告書
提出日 年 月 日

| | | | |
|--|------|---|--|
| 活動日時 | | 年 月 日 時 分 ～ 時 分 | 月 日～月 日 【計 日間】 |
| 活動場所 | | （ ）市民センター（その他 | |
| 参加者数 | 健推員他 | 名 | ①主担当推進員氏名（ ）校区推進員数（ 人） * 担当推進員名と校区推進員数の合計を左枠に書き出してください。 |
| | | 名 | ②保健師等（ ）名*②の人数を左枠に書き出してください。 |
| | 一般 | 名 | ③市民参加人数（ ）名（男性 名・女性 名） |
| | 合計 | 名 | ←①、②、③の合計を左の枠内に書き出してください。 |
| 参加者層 ※あてはまる全ての層に○をつけてください | | 1. 就学前 2. 小中高等学校 3. 青壮年 4. 高齢者 | |
| 主催・共催・支援の区分 * あてはまる所に○をつけてください。 | | 1. 健康づくり推進員の主催 2. 区との……………・共催・支援 3. 市民センターとの…・共催・支援 * 共催か・支援に○を 4. まち協との……………・共催・支援 つけてください。 5. （ ）との・共催・支援 | |
| 活動テーマ | | | |
| ☑活動項目 | | ☐健康づくり活動 ☐介護予防活動 ☐健康づくり・介護予防に関する啓発活動 | |
| 活動内容 | | * 主な活動内容に近いものの番号があれば、サブの活動内容を左の〔 〕枠内に書き出してください。 | |
| * 主な活動内容番号 〔 〕 | | 1. ウォーキング ◇歩き方指導・注意事項等の説明・準備、整理体操の実施 2. 体操・ストレッチ等の教室◇ラジオ体操・体力測定を含む 3. 健康教室等 ◇健推員が主体の健康教室（クラブ活動は除く） 4. ニュースポーツ ◇グラウンドゴルフ・ユニカール・ペタンク等 | |
| * サブ活動内容番号 〔 〕 | | 5. 講演会、研修会 ◇企画・運営(市会・区会・校区主催・共催)* 会員の研修は除く 6. 市が主催する事業の支援 ◇市・区主催事業への手伝い。（人的支援） 7. パネルの作成 ◇活動パネルの作成 | |
| * 声かけ人数 9⇒（ ）人 10⇒（ ）人 | | 8. チラシの作成 ◇上記事業のチラシ作成 9. 健康診査（特定健診・後期高齢者健診）への受診勧奨、健康マイレージ事業の啓発、介護予防教室の周知、きた9 ミッション（フレイル予防の周知）※声かけ人数を記入 10. 市主催事業のPR ※声かけ人数を記入 11. その他（上記以外） | |
| 添付必須資料 ☑チェックリスト | | 担当者の感想 (事業に対する健推員の関わり) | 参加者の反応等 |
| ☐事業チラシ(又は写真) | | | |
| ☐領収書(明細書付) | | | |
| ☐本活動報告書 | | | |

* 添付必須資料3点を揃え、実施報告書【書式1】と併せて各区のリーダーに提出すること。

