（別記様式第１２号）（第３の８関係）

（南信州地域）

令和７年度　地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	その元気足から応援します！
事業主体 （連絡先）	学校法人高松学園　飯田短期大学 0265-22-4460
事業区分	⑵保健、医療、福祉の充実に関する事業
事業タイプ	ソフト・ハード
総事業費	1,511,785　円（うち支援金：1,028,000円）

事　業　内　容

１．多様なスポーツを楽しめるワークショップの開催
・　バスケットボール、ソフトボール、ダンス、バレーボール、ウォーキングフットボール、よさこい、ヒーリングウォークの体験
・　足底圧、体組成、骨密度などの測定、個別相談

２．健康増進教室「その元気足から応援します！」の開催
・　各種測定とアドバイス
・　運動教室、食事教室



【いいたんキャンプ】

事　業　効　果

①　総合型地域スポーツクラブと短期大学が連携することで、個々の団体でできていなかったで点を補い合い、取組の質が高まった。

②　足圧測定結果の活用などで、体のバランスの大切さについての意識が高まった。

③　スポーツを通した交流の仕組みをつくることができた。

④　歩行リズムの改善を通した健康増進教室のモデルを構築することができた。

【目標・ねらい】

①地域で多様なスポーツに親しめる環境を整備する。
②自分のからだについて知り、健康増進意識を高めてもらう。
③参加者に正しい歩行のリズムとバランス能力を身に付けてもらう。

※自己評価【C】

【理由】
・　日程や天候の影響もあり、ワークショップ参加者の数が予定より少なかった。
・　健康教室の全ての回に参加してもらうのは難しかった。

今後の取り組み

①　中学校部活動の廃止が、中学生のスポーツ離れにつながらないように、地域でのスポーツ活動の場を充実させる。

②　スポーツ活動を行う成長期の青少年に対して、十分な食事、偏りのない栄養、ケガ予防への知識を高めてもらう。

③　スポーツ活動を行う高齢者に対して、栄養面からのアプローチを積極的に行うことで、さらなる健康増進を支援する。