

## 平成30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	(2) 保健、医療、福祉の充実に係る事業
事業タイプ	ソフト
総事業費	2,086,664 円 (うち支援金: 1,669,000 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
3. 働き世代に向けた教室  
ピラティス教室

### 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 参加者アンケートによると、新しいつながりをつくる事ができたと答えた参加者が89%で、地域の新たなつながりづくりのきっかけを作ることができた。そして、今後も新しいつながりをつくって行きたいと回答している方も97%と多いことから、今年度の教室運営でつながりを育む効果をあげる事ができたと思われる。
- ② 今年度導入した「活動量計」を活用したデータ解析をはじめ、各教室の講師指導により、運動の取り組み方や、教室参加のための外出等、生活面でも意識を高めることができた。
- ③ 教室のアシスタント起用やインストラクター養成講座の開催で、今後活躍できる人材を育成した。既に今期の養成講座修了者が外部で講師を務め、地域での活動につながっている。
- ④ 地域住民及び参加者の需要に応えた教室開催ができた。更に、各教室、平成32年度からの自立した運営を目指し取り組んでいる。ピラティス教室については今年度、安定した教室開催ができたことが講師の自信となり、次年度からの自主開催へつなげることができた。

### 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。

各教室とも市内だけでなく、市外(上市市・東御市・御代田町等)からも関心を持って参加していただき、講師等による宣伝の効果も感じられた。一方で、近隣地区の方の参加が少なく思われる。今後の課題として検討、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



### 【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 次期講師の育成
- ④ 教室の継続運営

### ※自己評価【B】

#### 【理由】

教室運営でつながりを育む効果をあげ、健康意識も高めることが出来た。また、後進の育成など、自立した教室開催に向けた取り組みにより、次年度から自主開催する教室もできた。