

様式第 5 号－ 2（第 1 2 条関係）

地域まちづくり推進事業実施報告書

1 事業実施者	団 体 名	ロコモ予防と健康づくり実行委員会
2 事業の名称	地域ネットワーク形成による健康づくり事業	
3 実施期間	令和 7 年 7 月 1 7 日から令和 7 年 1 0 月 1 0 日まで	
4 事業内容	<p>健康講座「健康長寿とロコモティブシンドローム」を実施した。</p> <p>(1) 日 時 令和 7 年 1 0 月 5 日（日） 午前 1 0 時～午後 0 時</p> <p>(2) 場 所 緑が丘地域活動センター グリンパル</p> <p>(3) 講 師 旭川医科大学病院リハビリテーション部 理学療法士 高山 拓也 氏</p> <p>(4) 協 力 旭川医科大学、明治安田生命保険相互会社旭川支社、神楽・ 西神楽地域包括支援センター、緑が丘東地区市民委員会</p> <p>(5) 参加人数 合計 6 6 名 (受講者 3 8 名、実行委員等（講師、包括支援センター含む） 1 1 名、 旭川医科大学学生ボランティア 1 4 名、神楽支所 3 名)</p> <p>(6) 内 容 ・ロコモティブシンドロームについて</p> <p>① 座学講義 「最新の知見からわかるロコモティブシンドロームの 予防と対策」</p> <p>② ロコモ度テスト (立ち上がりテスト、2 ステップテスト、ロコモ 2 5)</p> <p>③ ロコモ予防運動「ロコトレ」 ・健康チェック</p> <p>① 血管年齢測定・ベジチェック・AGEs センサ ② 保健師による健康相談・血圧測定 ③ 握力測定・棒反応測定</p>	
5 成果と課題	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・緑が丘東地区を中心とした地域の高齢者の方々の健康づくりに役立つ講座を実施することができた。 ・旭川医科大学の看護学生がボランティアスタッフとして参加し、受講者のサポートに十分な人数を配置できたことで、安全に行うことができた。また、学生も受講者と積極的に関わり、地域とのつながりを持つことができた。 ・健康チェックに新たな測定メニューを取り入れるなど、より充実した内容で行うことができた。 <p>【課題等】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康チェックコーナーにおいて、新たな測定メニューで予想以上に時間がかかるメニューがあったことにより、参加者が滞留し、うまく人が流れない場面があったので、スタッフによる誘導や測定メニューの選定など、受講者が取り組みやすい講座となるよう、検討する必要がある。 	

収 支 決 算 書

事業の名称	地域ネットワーク形成による健康づくり事業
団 体 名	ロコモ予防と健康づくり実行委員会

1 収入の部

(単位：円)

科 目	予算額 (A)	決算額 (B)	差 (B-A)	収入内訳
補 助 金	60,000	44,624	▲ 15,376	包括型まちづくり事業補助金 部会配当分 44,624円
合 計	60,000	44,624	▲ 15,376	

2 支出の部

(単位：円)

科 目	予算額 (A)	決算額 (B)	左のうち 補助対象経費	差 (B-A)	支出内訳
報 償 費	15,000	8,979	8,979	▲ 6,021	講師謝金 8,979円
消耗印刷費	36,770	28,111	28,111	▲ 8,659	募集チラシ (A4・200枚) 3,700円 事務用品等 24,411円 (インクカートリッジほか)
食 糧 費	0	108	108	108	講師お茶代 108円
保 険 料	2,000	1,675	1,675	▲ 325	傷害保険料 1,675円
使用料及び 賃 借 料	6,230	4,730	4,730	▲ 1,500	会場使用料 (緑が丘地域活動センター グリンパル) ・実行委員会 140円 ・健康講座 4,590円
租 税 公 課	0	1,021	1,021	1,021	講師謝金に係る源泉所得税 1,021円
合 計	60,000	44,624	44,624	▲ 15,376	