

元気いっぱいサポート事業 令和4年度実施報告及び令和5年度計画

資料3-1

取組名		内容	令和4年度	令和5年度	備考
サポーター通信		コロナ禍により、各事業の中止や地域との交流が減っていることを鑑み、健康への意識を高めるために、自身及び身近な人や地域ぐるみでの健康づくりに役立つ情報をまとめたサポーター通信を作成し、元気いっぱいサポーターへ送付する。	1,299名送付	実施予定	
サポーターリーダー会		元気いっぱいサポーター養成講座を受講済みのサポーターリーダーを対象に、健康づくりにつなげてもらえるよう、講座を実施し、普及啓発を行う。	1回実施 2月22日(水)午後2時～4時 対象:自主グループ会員 内容:①自主グループ活動報告・交流会 ノルディックでつながる会 ⇒活動紹介 おはなしブーメラン ⇒絵本の読み聞かせの実演 食育推進リーダーパブリカ ⇒活動紹介 ②学習会「測定を通して自身の健康づくりを振り返る」 ・骨密度測定 ・血管年齢測定	1回実施予定 5月25日(木)午後2～4時 内容:初めてでもわかる漢方講座・自分の体質をチェックしてみよう、脳活体験	
ノルディックウォークイベント		ノルディックウォーキングの実践を通して、健康づくりの意識向上を図る。また、元気いっぱいサポーターの活動を周知する。 ※イベントは、自主グループと協働で実施する。	実施なし	実施なし	(参考:令和元年度) 実施回数:3回 参加者数:延べ83人
サポーター養成講座		元気いっぱいサポーターリーダーとして活動するために必要な基礎知識を学ぶ講座を実施する。	実施なし	8月実施予定 《1日目》 地域のつながりと健康づくり 《2日目》 ゲートキーパー研修 《3日目》 府中市の健康づくり 《4日目》 ノルディックウォーキング 《5日目》 バランスのよい食事について ゲートキーパー研修	(参考:令和元年度) 修了者:29名 《1日目》 地域のつながりと健康づくり 《2日目》 府中市の健康づくり 《3日目》 ノルディックウォーキング 《4日目》 バランスのよい食事について 《5日目》 ゲートキーパー研修
絵本の読み聞かせボランティア養成講座		社会的活動として「絵本の読み聞かせ」を行うための基本を学ぶ。	本講座:1月6日～3月17日 全10回 フォロー講座:3月24日 申込者:24名 受講者:15名 (40歳代:1名、50歳代:5名、60～64歳:4名、65～69歳:5名 全て女性)	実施なし	
自主グループ	ノルディックでつながる会	元気いっぱいサポーターリーダーで構成された、市と協働して事業を実施する自主グループ。 ノルディックウォーキングイベントの運営やウォーキングマップの更新等、ノルディックウォーキングを通して健康づくりを実践する。	定例会:7回 自主ウォーク:5回 リーダー会(自主グループ発表会):1回 自主ウォーク、新たなウォーキングマップ作成に向けて検討を行った。	定例会及び自主ウォークの実施 新しいウォーキングマップの作成に向けてコースの検討を引き続き行い、作成を目標とする。	(参考:令和元年度) 定例会:11回、 ノルディックウォーキングイベント開催:3回
	おはなしブーメラン	元気いっぱいサポーターリーダーのうち、「絵本の読み聞かせボランティア養成講座」受講者で構成された、市と協働して事業を実施する自主グループ。 絵本を読むことにより活動量を増加し、個人の健康保持増進を図るとともに、グループとしての読み聞かせ活動を通して、社会的活動を実践する。	定例会及び勉強会:7回、 リーダー会(自主グループ発表会):1回 フォローアップ講座:1回 読み聞かせ実績:36日 (市内保育所1か所、ママとねんねの赤ちゃんの会)	定例会及び勉強会、 読み聞かせ実施予定 (市内保育所1か所、ママとねんねの赤ちゃんの会) 新規メンバー加入予定	(参考:令和元年度) 定例会及び勉強会:12回、 読み聞かせ実績:37日 (市内保育所3か所)