

## 沿 革

### 【平成 15 年・16 年度】

- ①平成 15 年 12 月より、鹿児島県東串良町からの受託で中高年対象の健康・体力づくり教室を運営。過去 3 回（第 1 期：15 年 12 月～16 年 3 月、第 2 期：16 年 7 月～10 月、第 3 期：16 年 11 月～17 年 2 月）実施。1～3 期の終了者が運動同好会を結成し、現在ここに運動指導士を週 1 回派遣中。1 期目の教室の結果は、16 年 5 月の鹿児島県公衆衛生大会と 10 月の日本公衆衛生学会で発表した。
- ②旧田代町からの受託で中高年を対象とした「らくらく元気運動教室」（16 年 7 月～10 月）を運営した。
- ③旧根占町と旧田代町からの受託で町民の基本健診時に動脈硬化測定を実施。根占町では 16 年 6・7 月田代町では 16 年 9 月に実施。合計約 1400 名が受けた。
- ④平成 16 年 10 月に旧田代町の 8 集落で 1 回ずつ開催された地域高齢者を対象とした「いきいきサロンふれあいのつどい」に運動指導士を派遣した。
- ⑤平成 16 年 11 月、東串良町の役場職員対象の栄養およびストレスに関する調査を受託した。
- ⑥平成 16 年 12 月・17 年 1・2 月に計 9 回東串良町福祉センターでの高齢者転倒予防教室に運動指導士を派遣した。
- ⑦平成 17 年 3 月に計 8 回、旧串良町保健センターにおける高齢者転倒予防教室に運動指導士を派遣した。

### 【平成 17 年度】

- ①薩摩川内市より高齢者転倒予防事業「らくらく元気塾」（3 期分）を受託。6 月 6 日より旧川内市の 3 地区で実施した。（計 81 名参加）
- ②東串良町より中高年健康体力づくり教室事業（2 期分）を受託。5 月 12 日より毎週木曜夜に柏原地区農村環境改善センターにて実施した。（計 48 名参加）
- ③旧串良町より高齢者健康づくり事業「はつらつ健康体操教室」（3 期分）を受託。5 月 11 日より毎週水曜午後から串良ふれあいセンターにて実施した（計 69 名参加）。また、中高年対象の健康づくり事業も受託（2 期分）、「爽やか体力づくり教室」として 12 週間、毎週水曜夜、町民体育館で実施した（計 60 名参加）。
- ④独立行政法人福祉医療機構の助成金を受け、旧有明町（現在志布志市）において高齢者転倒予防教室「ピンピン元気塾」を 7 校区にて実施。5 月 30 日より 10 月 31 日まで 2 週に 1 回、各校区の青少年館において教室を展開した（参加者 165 名）。この事業は 17 年 9 月 16 日夕方の NHK 鹿児島放送局ニュースおよび 10 月 29 日付けの南日本新聞朝刊で紹介された。
- ⑤曾於市よりパワーリハビリ教室での体力測定・運動指導（3 期分）を受託。7 月 19 日より 18 年 3 月末まで旧財部町住民を対象に財部支所保健福祉センターのパワリハ室

にて火・金曜の週2日実施した。また同市の財部地区在住の中高年を対象とした健康体力づくり教室を10月27日より実施した(30名参加)。

#### 【平成18年度】

- ①薩摩川内市より高齢者転倒予防事業「らくらく元気塾」(5教室分)を受託した。5月～8月、旧里村・上甕村の2地区で実施(計61名参加)。6月～12月、旧川内市育英地区及び寄田地区、さらに旧東郷町で各1教室を実施した(計85名参加)。
- ②4月～7月、鹿屋市串良町の社会福祉法人以和貴苑の通所介護(デイサービス)センターにて要支援1・2の高齢者を対象に健康づくり教室を週1回実施した。
- ③7月以降、薩摩川内市の「シニアスポーツリーダー養成コース」を受託し、市営「サンアリーナ」にて12月まで月2回水曜日に実施した(参加者25名)。
- ④鹿児島県内の6自治体(鹿屋市、曾於市、東串良町、川辺町、南大隅町、西之表市)から国保ヘルスアップ事業を受託。7月以降、19年3月まで8会場にて健康づくり教室を実施した(計225名参加)。
- ⑤東串良町より地域支援事業「元気はつらつ教室」(一般及び特定高齢者対象)を受託、10月より3ヶ月間週1回の運動と栄養の集団及び個別指導を実施した。
- ⑥東串良町より介護予防支援事業「あそんもそ会」での運動指導(高齢者対象)を受託。8月から19年3月末まで毎月2回(月曜午前)同町福祉センターで運動を指導し、毎回平均約40名(65～99歳)が参加した。
- ⑦鹿屋市より「すこやか地域づくり支援事業」を受託し、町内会を中心とした健康づくり運動教室を10月から実施した。
- ⑧シニア世代の転倒を予防するための筋力運動のビデオとDVD「楽しく笑って転倒予防ーシニア世代の簡単筋力運動」を自主制作し、6月より発売した。この件は平成18年7月に南日本新聞文化欄にて紹介された。

#### 【平成19年度】

- ①薩摩川内市の「シニアスポーツリーダー養成コース」を昨年度に引き続き受託し、市営「サンアリーナ」にて19年6月から20年3月まで、月2回水曜日で計20回実施した(参加者83名)。
- ②鹿屋市から健康づくりの出前講座「すこやか地域づくり支援事業」を昨年度に続いて受託。23自治会の集会所・公民館等に健康づくりスタッフを派遣した。
- ③東串良町から介護予防支援事業「あそんもそ会」での運動指導(高齢者対象)を18年度に引き続き受託した。8月から19年3月末まで毎月2回(月曜午前)同町福祉センターで運動を指導し、毎回平均約45名(65～99歳)が参加した。

④ 鹿児島県内6自治体（霧島市、鹿屋市、曾於市、西之表市、東串良町、南大隅町、大崎町、長島町）から国保ヘルスアップ事業（動機付け支援と積極的支援）を受託し、計15教室を実施した。

⑤ 鹿児島県内2自治体（東串良町、いちき串木野市）から通所型介護予防事業「運動器の機能向上プログラム」を受託し、65歳以上の特定及び一般高齢者を対象とした転倒予防教室を実施した。

#### 【平成20年度】

①薩摩川内市の「シニアスポーツリーダー養成コース」を昨年度に引き続き受託し、市営「サンアリーナ」にて20年6月から、毎週金曜に計12回実施。さらに参加者に対するフォローアップ研修（計5回）も実施した。

②鹿屋市から健康づくりの出前講座「すこやか地域づくり支援事業」を昨年度に続いて受託。33自治会の集会所・公民館等に健康づくりスタッフを派遣した。計104回実施。

③東串良町から介護予防支援事業「あそんもそ会」での運動指導（高齢者対象）を19年度に引き続き受託した。4月から21年3月末まで毎月2回（月曜午前）同町福祉センターで運動を指導し、毎回平均約45名（65～99歳）が参加した。

④鹿児島県内3自治体（東串良町・曾於市・霧島市）から特定保健指導（動機付け支援と積極的支援）を受託し、計6教室を実施した。

⑤鹿児島県内4自治体（東串良町・いちき串木野市・南種子町・南九州市）から通所型介護予防事業を受託し、65歳以上の特定及び一般高齢者を対象とした転倒予防教室（計7教室）を実施した。

#### 【平成21年度】

①東串良町から介護予防支援事業「あそんもそ会」での運動指導（高齢者対象）を20年度に引き続き受託。4月から22年3月末まで毎月2回（月曜午前）同町福祉センターで実施した。

②いちき串木野市から通所型介護予防事業を受託し、4月から65歳以上の特定及び一般高齢者を対象とした教室を週1回（木曜午後）に計12回実施した。

③薩摩川内市の「シニアスポーツリーダー養成コース」を昨年度に引き続き受託し、甕島にて21年7月から、毎週月曜に実施した。

④鹿屋市から健康づくりの出前講座「すこやか地域づくり支援事業」を昨年度に続いて受託。自治会の集会所・公民館等に健康づくりスタッフを派遣した。

⑤東串良町・曾於市から特定保健指導（動機付け支援と積極的支援）を受託し、7月から実施した。

⑥東串良町・阿久根市から通所型介護予防事業を受託し、65歳以上の特定及び一般高齢者を対象とした転倒予防教室を9月より実施した。

⑦笹川スポーツ財団のSSFスポーツエイド事業の助成を受けて、スポーツ好きの子どもを育てる「叶夢叶夢プロジェクト」を6月より開催した。

⑧独立行政法人日本スポーツ振興センターの助成を受けて、一般市民向けのスポーツ教室を6月より開始。鹿児島県や鹿屋市の後援を得て総合型地域スポーツクラブとしてピラティス教室や新体操教室を開催した。

#### 【平成22年度】

①いちき串木野市から通所型介護予防事業を受託し、4月から65歳以上の特定高齢者を対象とした教室を週1回実施した。

②鹿屋市から「すこやか地域づくり支援事業」を受託。市内の集会所、公民館等にスタッフを派遣した。

③鹿屋市のウォーキング・ストレッチアドバイザー養成講習会へ講師を派遣した。

④曾於市から特定保健指導（動機付け支援と積極的支援）を受託し6月から実施した。

⑤阿久根市から通所型介護予防事業を受託し、特定高齢者を対象とした運動器の機能向上のための教室を11月～実施した。

⑥笹川スポーツ財団のスポーツエイド事業の助成を受け、スポーツ好きの子どもを育てる「叶夢叶夢（トムトム）プロジェクト」を継続して実施した。5月～3月まで週1回、45回の教室を実施した。

⑦独立行政法人日本スポーツ振興センターの助成を受け、また、鹿児島県、鹿屋市の後援を得て、一般市民向けのスポーツクラブ事業を継続実施。幼児から高齢者まで5つの教室を開催した。

⑧スポーツ少年団の指導者を対象とした研修会、体育の教員を対象とした研修会、地域のボランティア養成等へ講師を派遣した。