

あなたが支える市民活動応援事業実績報告書

大分市長 佐藤 樹一郎 殿

団体名 王子中町健康教室
 代表者名 植木 節子
 所在地 大分市王子中町 6-48
 電話 090-8296-8730
 担当者 [REDACTED]

あなたが支える市民活動応援事業補助金交付要綱第13条の規定により、下記のとおり報告します。

記

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 交付決定年月日 | 令和4年 9 月 1 日 |
| 交付決定番号 | 協働 第848号 |
| 2. 事業名 | <u>大分市民健康づくり運動教室</u> |
| 3. 補助金の交付決定通知額 | <u>57,975 円</u> |
| 4. 補助金の概算交付額 | <u>0 円</u> |
| 5. 補助金の精算額 | <u>56,461 円</u> |
| 6. 事業の成果 | |

コロナ禍が続く中、高齢者の健康体操教室が主体ですが、公民館等の自主閉館がない限り教室皆様のご要望に応え、健康寿命の延伸の為に一緒に運動教室を頑張りました。

高齢者が自宅から外出することにより、運動不足を避け、太陽に当たる大事さ友達との情報交換と交流の大切さ、これらを基本のボランティアの活動でした。

校区では運動指導者をはじめ、防災士、町内会会計、救急救命指導者、手洗いマイスター食生活改善推進員、生涯学習指導員その他役員をしていますので、出来る行事は大いに計画を立て、校区内外の高齢者を特に指導し、計画を立てました。

だが、自粛期間以外は健康維持、向上のための教室はできましたし繋げられました。

昨年同様「高齢者の減食・バランスの料理教室」も全員での参加は出来ませんでした。冊子を作り次回の教室でレシピ、講習会の説明をしました。地域の皆さまが広く集まり、知りあえ近隣地域の皆さまに喜ばれてこれだけの行事を続けている事に自信と使命を感じています。皆さんが教室に来ることを楽しみにして頂けることが幸せです。

7. 添付書類
- (1) 事業報告書
 - (2) 収支決算書
 - (3) その他市長が必要と認める書類



(この内容は、大分市のホームページ等で公表いたします。)

事業報告書

団体名	王子中町健康教室		
事業名	大分市民健康づくり運動教室		
主な活動地域	<p>※ 該当する□にチェックしてください。【】の中は校区となっています。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 大分中央【金池、荷揚、長浜、中島、住吉】</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 大分西部【春日、大道、西の台、八幡】</p> <p><input type="checkbox"/> 南大分【豊府、南大分、城南、荏隈】</p> <p><input type="checkbox"/> 滝尾【滝尾】</p> <p><input type="checkbox"/> 城東・原川【津留、東大分、日岡、桃園】</p> <p><input type="checkbox"/> 明野【明野】</p> <p><input type="checkbox"/> 鶴崎【鶴崎、三佐、別保、明治、高田、松岡、川添】</p> <p><input type="checkbox"/> 大南【戸次、判田、竹中、吉野】</p> <p><input type="checkbox"/> 植田【植田、宗方、横瀬、東植田、寒田、敷戸、鴛野、賀来】</p> <p><input type="checkbox"/> 大在【大在西、大在】</p> <p><input type="checkbox"/> 坂ノ市【坂ノ市、小佐井、丹生】</p> <p><input type="checkbox"/> 佐賀関【本神崎、木佐上、大志生木、佐賀関、一尺屋】</p> <p><input type="checkbox"/> 野津原【東部、中部、西部、今市】</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 市内全域</p>		
実施時期 実施場所 実施内容 (目的・経過等) ※別紙添付可	時期(月)	実施場所/受益 対象者	実施内容(目的・経過等をできるだけ詳細に)
	R4. 4. 7～ 令和5年 3. 16 まで 毎月第1・3 木曜日 AM10:00～ 11:45	春日校区 公民館 大ホール 495人	高齢者の健康づくり運動のカリキュラムに従って身体づくりの教室をしている。椅子バージョンの指導も増やす。 握力の強化の運動もプラスした。 本年は免疫強化の運動も取り入れた。
	R4. 12. 1 (木) AM9:00～ 12:00	春日校区 公民館 2F・調理室 15人	高齢者の減食、減塩、バランス料理の講習会を開いた。 講師による食事のとり方等講師による講義のあと、料理実習を感染対策を重視の上距離を取り試食した。
	令和5年 1月19日 木曜日 AM9 10:00～ 11:45	春日校区 公民館 大ホール 25人	「高齢者の減食・減塩・バランス料理講座」 高齢者の栄養不足、バランス的な食事について講師より講義を受けた、参資料・レシピを、状況写真等の冊子を作り教室で配布し、私(植木)が食生活改善推進員なのでレシピの説明と講習を報告した。

<p>使用した 広報手段 とその効果</p>	<p>(広報の手段において)</p> <ul style="list-style-type: none"> *使用した広報手段コロナ禍の為広報は最小限におさえた。 *教室については一公民館の広報チラシに頼る。 *調理実習は講師の志賀氏に原本は頼んだ。 <p>(広報のの効果について)</p> <ul style="list-style-type: none"> *教室生に対しては都度都度チラシを作製したので認知度は有りました。
<p>事業の成果</p>	<p>団体にとっての成果(団体にとってどの様な効果があったかをできるだけ詳細に記入してください。)</p> <ul style="list-style-type: none"> *昨年同様、高齢者の料理研修はコロナ禍の為参加者を抑えたため、状況写真やレシピ・参考資料等コピーして冊子として全員に配布した。冊子作成=30冊X6枚(カラー) *平成20年からすでに16年を迎える教室の為、認知度は評判です。 <p>市民にとっての成果(市民にとってどの様な効果があったか、市民福祉の向上にどうつながったのかをできるだけ詳細に記入してください。)</p> <ul style="list-style-type: none"> *健康寿命延伸の効果は少しずつ出ているように感じます。 *教室生とそれ以外の方の元気を比べることが出来ます。 *今年度より「免疫力」アップの運動を取り入れコロナにかからない様に元気づけています。 *「めじろん元気アップ体操」を取り入れ下半身の強化を促しています。 *学習の成果は参加者のその後を見ても顕著に出てきています。 *病気を予防することなど校区内外の近隣の地区の方にも大好評でした。 *知っていると思っていたことも、意外と再認識や再確認など、又ついつい忘れがちな事の認識確認に成るとも言われます。
<p>来年度に向けた 課 題</p>	<ul style="list-style-type: none"> *コロナの収束を願うばかりです。 🌀 毎年同様の指導ですが継続は力なりを実践してもらいます。

収 支 決 算 書

団体名： 王子中町健康教室

事業名： 大分市民健康づくり運動教室

1. 収入

区 分	金額 (単位:円)	積算根拠
補助金	56,461	あなたが支える市民活動応援事業補助金
事業収入	4,500	@300X15名 (高齢者料理講座参加料)
手出し額	1,962	代表者負担金
合 計	62,923	

2. 支出

区 分	金額 (単位:円)	積算根拠 (数量、単価等)
報酬費	10,000	料理講習講師- (@¥5,000×2名) 志賀則子・岩本久枝氏へ
使用料・賃借料	27,450	春日校区公民館年間使用料・冷暖房費
原材料費	4,662	健康料理—材料費
消耗品費	9,380	教室用ボール 8個・8.880 事務用品代・500 (録音テープ代)
保険料	0	教室生用—本年は市より強制加入に無料
交通費	1,146	指導協力者等交通費-
印刷・製本費	10,285	広報用張り紙の作成・冊子・回覧プリント 拡大及びコピー
広告費	0	年間通信費—連絡用 (教室の休みなどの連絡)
計	62,923	-