

# 健康づくり・介護予防まちづくり事業報告書

赤磐市老人クラブ連合会 山陽支部

① 地 域 の 概 況	<p>岡山県の南東部、赤磐市の東西部に位置し、岡山市に隣接している。 東西に山陽団地と岡山ネオポリスの2つの大規模住宅団地を擁し、赤磐市旧4町の中で山陽が最も人口が多くなっている。</p> <p>また、モモ・ブドウの果樹栽培が盛んで、広大な面積の中に辺り一面に桃畑が広がっている。</p> <p>夏には防蛾灯が夜空を彩り、絶景の桃畑も見ることが出来る。</p> <p>赤磐市老連山陽支部 40 単位クラブ 会員 2391 人</p>
② 活 動 状 況	<p>■女性部講演</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・平成 25 年 11 月 13 日（水）山陽総合福祉センター 44 人</li></ul> <p>■歩こう会（春・秋）</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・春）5 月 29 日（水）岡山農業公園ドイツの森 233 人</li><li>・秋）11 月 20 日（水）岡山農業公園ドイツの森 186 人</li></ul> <p>■グラウンドゴルフ大会</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・7 月 22 日（月）赤磐市グラウンドゴルフ場 152 人</li></ul> <p>■高齢者生きがい作品展</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・2 月 8 日（土）～2 月 9 日（日）赤磐市立中央公民館（実施予定）</li></ul>

<p>③ 活 動 の 効 果</p>	<p>■歩こう会では、市内施設での実施・天候も良好であったため、昨年と同様に多くの方に参加していただく事が出来ました。皆さんが、自由に仲間や夫婦、またそこで知り合った方同士で交流を楽しみながら、時間を過ごされ、より関係性を深められ、また楽しく健康づくりを行える機会となりました。</p> <p>■高齢者生きがい作品展では、市の栄養委員の方に参加していただき、『地域の栄養委員さんによる 健康づくりコーナー～簡単栄養バランスチェック～』と題して特設コーナーを設け、食を通しての健康づくりについて指導いただきます。</p>
<p>④ 課 題 ・ 問 題 点</p>	<p>■通年で行える健康づくり・介護予防についての事業がない。今後の事業の中では定期的な“健康づくり”を主たる目的としたものの実施の検討が必要である。</p>
<p>⑤ 今 後 の 進 め 方</p>	<p>・春の歩こう会では、例年通り市が実施しているチャレンジデーへの参加を考えている。</p> <p>・今年度、高齢者生きがい作品展と同時に、地域の栄養委員さんによる健康づくりに関する取り組みを実施します。このように、今後も事業を実施していく中で、関係機関と連携し、健康づくり・介護予防事業をより身近に感じていただき、多くの方に参加していただける企画を検討していく。</p>