

## ◇ 健康部活動

平成29年度

| 開催日      | 健康推進委員会（本部役員）   |
|----------|---|
| 5月22日午前  | 第1回健康推進委員会 9名 1. 平成28年度の活動結果について<br>2. 平成29年度の活動計画について        |
| 10月23日午前 | 第2回健康推進委員会 7名 1. 平成29年度上期実績について                               |
| 3月20日午前  | 第3回健康推進委員会 10名 1. 平成29年度の活動結果について<br>2. 活動の地区委員および会員の参加状況について |

| 開催日      | 健康委員会・体力測定（長寿会健康フェスタ）  |
|----------|--|
| 5月26日午前  | 第1回健康委員会 37名 1. 平成28年度の活動実績について<br>2. 平成29年度の活動計画について                                |
| 6月20日午前  | 第1回体力測定会 47名（地区健康委員他）於：総合スポーツセンター  |
| 10月27日午後 | 第2回健康委員会 28名 1. 平成29年度上期実績について<br>2. 講演「健康寿命をのばすために」について<br>講師 平群町健康保険課 理学療法士 貞岡 佳子氏 |
| 11月15日午前 | 長寿会連合会第1回健康フェスタ 40名 於：総合スポーツセンター   |
| 3月23日午前  | 第3回健康委員会 35名 1. 平成29年度健康部活動への健康委員および会員の参加状況について<br>2. 「おでかけ健康法」に係る活動量計の体験者交流会        |

| 開催日                       | 研修会・他   |
|---------------------------|---|
| 6月28日～<br>8月29日<br>（全5日間） | 県老連「平成29年度健康づくりニューリーダー養成講座（教養コース）」受講について 参加者2名（米田副会長、岳室副会長）               |
| 7月14日午前                   | 女性部と合同研修会 58名 講演 「認知症予防の運動」について<br>講師 スポーツセンター健康運動指導士 貴志 信吾氏              |
| 10月24日<br>9:30～15:00      | 奈良県老人クラブ連合会主催 第7回健康ウォークラリー（高取町老連主管）<br>平群町より2チーム8名参加 長屋王チーム・グラウンドゴルフ競技で優勝 |

【健康相談】かしのき荘健康相談室を会員看護師により運営（毎週月、木曜日）来訪者（延べ967名）

| 月           | 4月  | 5月 | 6月  | 7月  | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月  | 3月  | 計   |
|-------------|-----|----|-----|-----|----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 利用者数<br>（名） | 111 | 72 | 130 | 119 | 79 | 53 | 54  | 13  | 18  | 84 | 102 | 132 | 967 |

### ○ 健康づくり・介護予防事業等

1. 各地区体力測定会（15地区 265名）

2. 連合会体力測定会（2回 87名）

| 実施日    | 地区名 | 場所       | 参加者 |
|--------|-----|----------|-----|
| 6月20日  | 本部  | スポーツセンター | 47名 |
| 11月15日 | 本部  | スポーツセンター | 40名 |

6月25日（日） 第11回プリズム健康フェスタ  
体力測定をスタッフ12名支援

### ○ 健康ウォーク（11回 192名）

| 実施日    | コース        | 参加者 |
|--------|------------|-----|
| 4月25日  | 四つ辻古墳、石床神社 | 21名 |
| 5月23日  | 藤田家、白山神社   | 20名 |
| 6月27日  | 椿井城跡       | 15名 |
| 7月25日  | まほろば遊歩道    | 16名 |
| 8月     | 休 み        |     |
| 9月26日  | 烏土塚古墳、御櫛神社 | 23名 |
| 10月24日 | 上山古墳、平群神社  | 9名  |
| 11月27日 | 千光寺        | 19名 |
| 12月19日 | 大谷古墳、紀氏神社  | 12名 |
| 1月23日  | 三里古墳、春日神社  | 11名 |
| 2月27日  | 飛鳥方面       | 20名 |
| 3月27日  | 三室山        | 26名 |

・活歩賞（平成29年度）獲得者 8名  
（内 訳）金賞1名、銀賞4名、銅賞3名