

# ◇ 健康部活動

平成30年度

開催日	健康推進委員会（本部役員）
5月21日午前	第1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 2. 平成30年度の活動計画について
10月22日午前	第2回健康推進委員会 9名 1. 平成30年度上期実績について
3月18日午前	第3回健康推進委員会 10名 1. 平成30年度の活動実績について 2. 地区委員・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25日午前	第1回健康委員会 32名 1. 平成29年度の活動実績について 2. 平成30年度の活動計画について
6月19日午前	第1回体力測定会 44名（地区健康委員他）於：総合スポーツセンター
10月26日午後	第2回健康委員会 26名 1. 平成30年度上期実績について 2. 活動量計体験者のウォーキング効果について
11月13日午前	連合会第2回健康フェスタ 46名 於：総合スポーツセンター
3月22日午前	第3回健康委員会 32名 1. 平成30年度健康部活動への参加状況について 2. 活動への参加促進についてQ&A 3. 健康部「百歳体操への参加」について

開催日	研修会・他
6月28日～ 8月22日 （全5日間）	県老連「平成30年度健康づくりニューリーダー養成講座」受講について 参加者 1名 奥田 徹（緑ヶ丘地区会長）
7月13日午前	女性部と合同研修会 49名 講演 「バランス感覚・筋力向上」について 講師 健康運動指導士 貴志 信吾氏
11月15日 9:30～15:00	第8回「県老連健康ウォークラリーIN樫原」 平群町より2チーム8名参加 左近チーム「観察クイズポイント賞」を受賞

【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 （名）	144	122	141	128	88	79	109	135	103	25	36	96	1,206

## ○ 健康づくり・介護予防事業等

1. 各地区体力測定会（17地区 333名）

2. 連合会体力測定会（2回 90名）

実施日	地区名	場所	参加者
6月19日	本部	スポーツセンター	44名
11月13日	本部	スポーツセンター	46名

6月24日（日）町「プリズム20周年記念フェスタ」への協力として体力測定を担当、スタッフ11名を派遣した。

## ○ 健康ウォーク（9回 168名）

実施日	コース	参加者
4月17日	四つ辻古墳、石床神社	14名
5月22日	千光寺	17名
6月26日	まほろば遊歩道	23名
7月24日	椿井城跡	15名
8月	休 み	
9月25日	大谷古墳、紀氏神社	雨天中止
10月23日	上山古墳、平群神社	17名
11月03日	藤田家、白山神社	15名
12月25日	烏土塚古墳、御櫛神社	21名
1月22日	三里古墳、春日神社	23名
2月19日	飛鳥方面	雨天中止
3月26日	三室山、竜田城跡	23名

・活歩賞（平成30年度）獲得者 8名  
（内 訳）銀賞3名、銅賞5名