

健康づくり世代間交流事業



取組地区：姫城地区
取組年度：令和2年度
事業主体：姫城地区まちづくり協議会
事業費：770,220円（基金活用額：770,220円）
問い合わせ：46-2603

課題・取組みの概要

- これまで開催していたウォーキング大会等の参加者が年々少なくなってきたことから、老若男女を問わず、楽しめる新しいイベントを計画する必要がある。
- 地区内の公園や公民館を活用して、健康づくりに関するイベントや世代間の交流につながる事業活動を実施することを目的に、ウォーキングポール等を購入した。

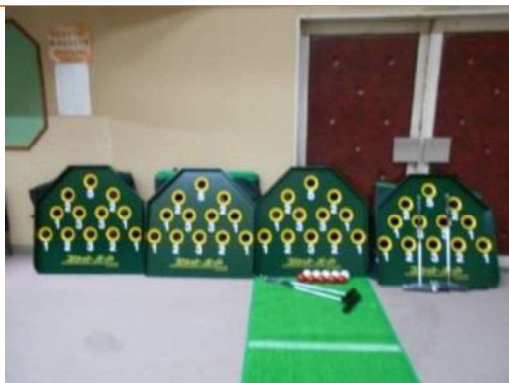
成果・事業の特徴・工夫したこと

- 屋内外を問わず、健康づくりにつながるイベントの実施に使用するため、ノルディックウォーキングポール、ポールウォーキングポール、ブローライフル（健康吹き矢）セットを購入した。
- ウォーキングポールを使用した、正しいノルディックウォーキングを習得するために、専門インストラクターを依頼した体験会を実施した。

今後の課題・アドバイス等

- 当初は、県ノルディックウォーキング協会に指導を依頼していたが、講師料が必要なことから、今後は、地区内で指導できる人材を育成する必要がある。
- 「ノルディックウォーキング」や「ブローライフル」の言葉は聞いたことがあっても、実際に扱った経験のある人は少なく、多くの人に楽しんでもらえるイベントを計画していく必要がある。
- コロナ禍の中、ブローライフルを使ったイベントの実施が難しくなった。

姫城地区健康増進事業



取組地区：姫城地区

取組年度：令和2年度

事業主体：姫城地区まちづくり協議会

事業費：355,080 円（基金活用額：355,000 円）

問合わせ：46-2603

課題・取組みの概要

- 高齢化が進む中、高齢者の生きがいづくりや健康対策は当地区においても喫緊の課題。
- 地域で実施している「こけないからだづくり講座」と併せてスカットボールを取り入れ、高齢者等の健康増進に寄与する。

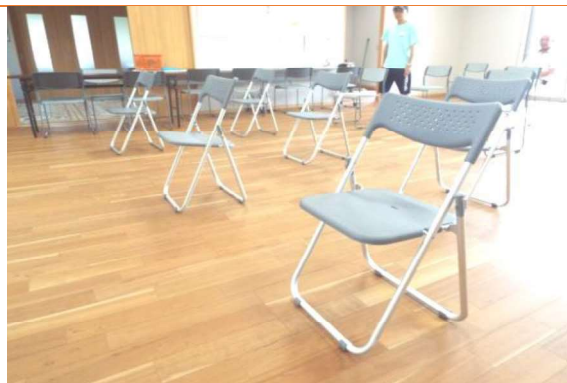
成果・事業の特徴・工夫したこと

- 姫城地区には、4つの高齢者クラブ組織があることからスカットボールを4セット購入。
- 姫城地区公民館（中央公民館）で一括して保管している。
- 高齢者クラブや民生児童委員など、地域の団体が利用している。

今後の課題・アドバイス等

- コロナ禍の中、「密」にならない広い会場での利用が望ましい。
- 地区公民館やまち協支援担当職員は、利用者からゲームの進め方を聞かれるため、実施方法やスコアの付け方を把握しておく必要がある。

こけない体操支援事業



取組地区：小松原地区
取組年度：令和元年度
事業主体：小松原地区まちづくり協議会
事業費：868,320 円（基金活用額：818,320 円）
問合わせ：24-1900

課題・取組みの概要

○高齢者の健康づくりを目的に、自治公民館単位で行っている「こけない体操」の参加者が頭打ちとなっている。その原因の一つとして、会場となっている自治公民館の備品が不足していることがある。そこで、血圧測定に使用する机、エクササイズに活用できる椅子を整備することにより、内容の充実を図り、参加者の増加が期待できる。

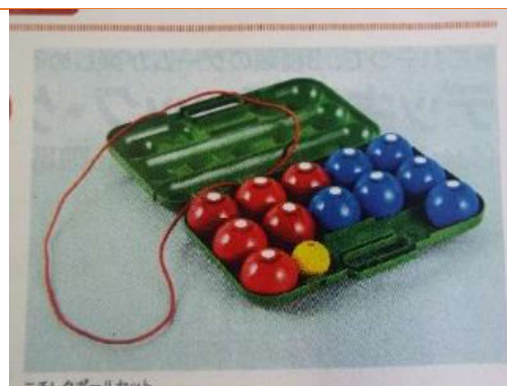
成果・事業の特徴・工夫したこと

- 正座が難しいなどの理由で参加を見送っていた高齢者が参加するようになり、参加者が増加した。
- また、地域のイベント等で発表する機会を作るなど、参加者のやる気を引き出すことができた。

今後の課題・アドバイス等

○この事業により一定の効果は上がったものの、継続的に参加者確保のための広報活動の充実を図る。破損などにより、使用不可となった事例が報告されており、管理の徹底を図る必要がある。

健康増進事業



取組地区：小松原地区
取組年度：令和2年度
事業主体：小松原地区まちづくり協議会
事業費：929,000円（基金活用額：820,000円）
問合わせ：24-1900（小松原地区公民館）

課題・取組みの概要

○健康な老後生活を送るためには、スポーツを通して、継続的な体力づくりを支援することが重要である。そこで、軽スポーツ用品であるアジャタ、カローリング、ペタンクを購入し、健康教室、「こけない体操」のほか、地域の行事で活用し、住民の健康づくりに役立てていただく。

成果・事業の特徴・工夫したこと

○新型コロナウイルス感染拡大の影響で、「こけない体操」をはじめとする健康増進活動やイベントの中止を余儀なくされている。感染状況をみながら、利用促進に向けた広報活動を行っていく。

今後の課題・アドバイス等

○現状では購入した健康増進用具を活用できないため、新型コロナウイルス感染状況をみながら、広報活動を展開していく。

いきいき健康増進事業①



取組地区：妻ヶ丘地区
取組年度：平成 30 年度
事業主体：妻ヶ丘地区まちづくり協議会
事業費：1,299,240 円（基金活用額：1,299,240 円）
問合わせ：23-8592

課題・取組みの概要

○健康増進や世代間交流を促し、地域の活性化を図る備品を求める声があった。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 地区内の自治公民館にスカットボールセット、地区公民館に紅白玉入れセットを配備したことにより、自治公民館単位での活動が増え、高齢者の参加も増えた。
- 自治公民館が健康増進、交流の場となっている。
- スカットボール大会も開催され、地区内の幼児から高齢者まで、幅広い世代が親睦を深める機会となった。
- 子育てサークルなど他団体への貸し出しも行っている。

今後の課題・アドバイス等

- スカットボールセット、玉入れセットの存在について広く地域住民に知ってもらい、活用してもらうことが課題。

いきいき健康増進事業②



取組地区：妻ヶ丘地区
取組年度：令和元年度
事業主体：妻ヶ丘地区まちづくり協議会
事業費：825,392 円（基金活用額：825,392 円）
問い合わせ：23-8592

課題・取組みの概要

- 自治公民館単位で行っているこけないからだづくり講座を、さらに充実したものになりたいとの声があった。
- グラウンドゴルフを通して住民同士の親睦を深めたいが、用具が十分でない自治公民館があった。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 血圧計、ラジカセが各自治公民館に配備されたことで、こけないからだづくり講座の参加者にも喜ばれ、地域活性化の一助となった。
- グラウンドゴルフの用具を地区公民館に配備したことで、貸し出しができるようになり、自治公民館単位での活動が活発になった。
- 今後も地区内外の大会等で活用が見込まれる。

今後の課題・アドバイス等

- グラウンドゴルフセットの貸し出しについて、広く地域住民に知ってもらう。

祝吉地区スポーツ振興事業



取組地区：祝吉地区
取組年度：平成 29 年度
事業主体：祝吉地区社会教育関係団体等連絡協議会
事業費：412,732 円（基金活用額：412,732 円）
問合わせ：23-2890（祝吉地区公民館）

課題・取組みの概要

- 地区公民館で所有していたグラウンドゴルフ用具が老朽化により破損がみられた。
- グラウンドゴルフ用具 4 セット、スカットボール用具 3 セットを購入した。
- 住民の健康増進を図るため用具の貸し出しを実施する。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 用具を新調したことにより、貸出件数が増加した。
- 事業費圧縮のため、複数社の見積もりを取り購入した。
- 備品台帳を作成し、貸出状況を記録している。

今後の課題・アドバイス等

- 更新方針：用具の破損状況などを確認し、必要に応じて更新する。
- 借用希望日が休日等に集中する場合、調整が必要である。

祝吉地区スポーツ振興事業



取組地区：祝吉地区

取組年度：平成 30 年度

事業主体：祝吉地区社会教育関係団体等連絡協議会

事業費：115,000 円（基金活用額：115,000 円）

問合わせ：23-2890（祝吉地区公民館）

課題・取組みの概要

- 地区住民へ軽スポーツの紹介と普及を図り健康増進につなげる。
- オーバルボール用具一式を購入した。
- アジャタ大会のコート設営を効率化するためフロアコンパスを購入した。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 地区内の子どもから高齢者まで普及し、軽スポーツの振興と健康増進を図る。
- アジャタ大会のコート設営では、6m の正円が必要となるが、フロアコンパスを使用することで容易に設営できる。

今後の課題・アドバイス等

- 更新方針：用具の破損状況等に応じて補充が必要である。
- 新スポーツのため、指導者の育成が必須である。

五十市の健康づくり支援事業



取組地区：五十市地区
取組年度：令和２年度
事業主体：五十市地区まちづくり協議会
事業費：792,902 円（基金活用額：739,000 円）
問い合わせ：23-2184

課題・取組みの概要

- 健康体操等で血圧測定を行うとき、これまでは個人のものを借用していた。
- 住民の健康づくりを奨励するため、公民館等から要望があった自動血圧計を配備した。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 令和２年度はコロナ禍で活用される機会が少なかった。
- 機器は、まちづくり協議会の備品とし、維持管理は貸出先の各自治公民館とした。
- 健康教室や集会開催時、計測をスムーズに行うため各館２台ずつ配備した。

今後の課題・アドバイス等

- こけない体操教室での利用はもとより、各種集会や会議等の合間利用も促すなど、住民の健康に対する意識高揚につなげたい。
- 電気代、電池等消耗品は各自治公民館の負担とし、耐用年数（５年）経過後は各館に移譲予定である。

要介護化を予防する事業



取組地区：横市地区
取組年度：平成 30 年度
事業主体：横市地区自治公民館連絡協議会
事業費：4,395,783 円（基金活用額：4,395,783 円）
問い合わせ：25-2257

課題・取組みの概要

- 「こけないからだづくり講座(体操)」に使用するため折りたたみ椅子、折りたたみ高机、床保護シート、血圧計、アジャストウエイト、CD ラジカセを横市地区全 18 自治公民館に必要数整備する。
- スカットボール用具・スクエアステップ、各 18 セットを横市地区全 18 自治公民館に整備する。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 全 18 公民館で、「こけないからだづくり講座（体操）」が実施されるようになった。
- 購入した備品は各自治公民館が管理する。

今後の課題・アドバイス等

- 備品の更新については、各自治公民館で行う。
- 軽スポーツを通して三世代間交流などの事業を実施していきたい。

健康づくり環境整備事業



取組地区：沖水地区
取組年度：令和2年度
事業主体：“住みよいまち沖水”協議会
事業費：213,600円（基金活用額：213,600円）
問い合わせ：38-1033

課題・取組みの概要

- 住みよく、明るい沖水地区を作るために、地区住民の健康づくり、維持は欠かせない
- 「肺活量」に着目し、「肺を強くして健康づくりに寄与する」といわれる「吹き矢セット」（ブローライフル）を5セット購入した。
- 「吹き矢」指導ができるスポーツ推進員と連携して、参加者を募り、各自治公民館での講習等を行うなどして、住民の健康づくりに寄与する。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- コロナ禍のため、活用の機会は今後に期待する。

今後の課題・アドバイス等

- 1本の筒を交代で吹き、矢を飛ばす。特にコロナ禍では、筒を使い回すことはできないため、参加する人数分の筒を準備する必要がある。
⇒まち協で購入し、貸与するのか、個人で購入してもらうか、検討が必要である。

健康増進スポーツ推進事業



取組地区：志和池地区

取組年度：平成 30 年度

事業主体：志和池地区まちづくり協議会

事業費：394,800 円（基金活用額：394,800 円）

問い合わせ：36-0519

課題・取組みの概要

- 地域全域での継続的な健康教室の開催により、地区住民の健康増進・保持を図る。
- 「いつでも」「どこでも」「気軽に」身体を動かせる軽スポーツの用具を整える。
- スカットボール5セットとCD ラジカセ1台を購入した。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- スポーツ教室やこけない体操に合わせて、地域住民によるスカットボールやラジオ体操等の軽スポーツが定期的に行われるようになった。
- 定期的に行うことで、個々の体力向上及びストレス解消に繋がっている。
- 年1回のまち協主催スカットボール大会が、健康増進及び健康維持の刺激となっている。

今後の課題・アドバイス等

- スカットボールの利用者が固定化してきており、今後、利用率の向上を図るため、新たな利用者を開拓する必要がある。
- 誰でもできる軽スポーツであるため、高齢者だけでなく、育成会事業等での多世代交流の一環としての取り組みにも有効と考えられる。

西岳地区いきいき健康づくり事業



取組地区：西岳地区
取組年度：平成 30 年度
事業主体：西岳地区まちづくり協議会
事業費：849,194 円（基金活用額：849,194 円）
問合わせ：33-2000

課題・取組みの概要

- 西岳地区は高齢化率が高く、あらゆる運動に取り組み、もって住民の健康増進、コミュニティ促進を図っている。更なる効果を高めるため、誰でも手軽に出来るニュースポーツ「スカットボール」を導入した。
- スカットボール 11 セットを購入。各自治公民館へ 1 セット配布した。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 本事業により、各自治公民館での運動回数が増加した。
- スカットボールにより、高齢者間の新しい繋がりも出てきた。
- 事業費圧縮のため、複数社の見積りを取得した。

今後の課題・アドバイス等

- 用具の破損状況を半年毎に確認。必要に応じてスポーツ普及部会で更新を行う。
- 高齢者が利用できる運動道具の購入は、健康増進や地域活性化のために特に重要と考えられる。

健康増進事業



取組地区：中郷地区
取組年度：令和2年度
事業主体：中郷地区まちづくり協議会
事業費：159,200円（基金活用額：152,000円）
問い合わせ：39-0713

課題・取組みの概要

- 健康増進のための貸し出し用健康器具の不足が課題である。
- こけない体づくりの一環として、手軽に年齢を問わず屋内でもできるスポーツの普及が必要である。
- 高齢者・地域スポーツの競技として、スカットボール（2セット）を購入した。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 世代間交流の支援を行い地域の活性化に繋げていく。
- スカットボールの普及促進と健康増進に努める。
- 備品台帳で地域への貸し出しを管理する。

今後の課題・アドバイス等

- 普及員（指導者）の育成が課題である。

健康管理支援事業



取組地区：中郷地区
取組年度：令和2年度
事業主体：中郷地区まちづくり協議会
事業費：142,120円（基金活用額：142,000円）
問い合わせ：39-0713

課題・取組みの概要

- 現在個々の健康管理（申告）に基づき地域行事を実施しているが、公民館等が行う行事（会議等含む）において、健康管理チェックを個人及び公民館（イベント主催側）でダブルチェックする。
- 非接触型体温計購入：19個

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 各自治公民館に非接触型体温計を配布したことで、イベント主催側の健康チェックができ、安心・安全な環境づくりの一助になった。
- 管理は、各自治公民館が行う。

今後の課題・アドバイス等

- 高額ではあるが、医療用非接触型体温計の導入が必要である。

健康増進事業



取組地区：山之口地区

取組年度：令和元年度

事業主体：山之口地区まちづくり協議会

事業費：1,120,096 円（基金活用額：1,070,000 円）

問合わせ：57-3114

課題・取組みの概要

- 山之口運動公園が県立陸上競技場建設工事に伴い、数年間使用できなくなる。「山之口地区ふれあい大運動会」を開催し地区住民の健康増進の意識向上ならびに連携を深める。
- 子どもから高齢者まで誰でも気軽に参加出来るスポーツ大会を開催する。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 「山之口地区ふれあい大運動会」を実施した。
- 山之口町内の6地域から7チーム、町内の企業も1社の参加があった。
- 数年ぶりの開催で、地域住民の健康増進、住民間の連携が深まった。

今後の課題・アドバイス等

- 県立陸上競技場が完成したあかつきには、「山之口地区ふれあい大運動会」（仮称）を開催予定である。

こけない体づくり講座推進支援事業



取組地区：高城地区

取組年度：平成 29 年度

事業主体：高城地区まちづくり協議会

事業費：2,137,255 円（基金活用額：2,134,000 円）

問合わせ：58-2317（高城生涯学習センター内）

課題・取組みの概要

- 当該事業の取組みを高城地区では、平成 28 年度から取り入れ、その後、高城地区 21 自治公民館のうち半数の公民館が実施している。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 高齢者の身体に無理のない体操を継続することで、健康づくりや地域の顔の見える関係を築くことができた。折りたたみイス、血圧計、CD プレーヤー、アジャストウエイト（体操用おもり）を整備し、各自治公民館の必要数を配布した。

今後の課題・アドバイス等

- 講座は、公民館等で実施しているが、限られたスペースである。コロナ禍によりソーシャルディスタンスを維持するには、参加人数を増やすことができない状況にある。

ニュースポーツ推進事業



取組地区：高城地区
 取組年度：平成 30 年度
 事業主体：高城地区体育協会
 事業費：507,600 円（基金活用額：507,000 円）
 問い合わせ：58-3232

課題・取組みの概要

- 近年、ソフトボールやミニバレー等のスポーツに参加する市民が減少し、スポーツの苦手な人でも手軽にできるニュースポーツに参加する人が増加している。
- 体育協会でニュースポーツ用品の貸し出しを行っているが、数が少ないので、整備を進める必要があった。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- スカットボール、フロアカール、オーバルボール、バグゴのニュースポーツ用品を整備し、自治公民館や高齢者、小中学校 PTA 等のレクリエーションや運動教室で行われるようになった。

今後の課題・アドバイス等

- ニュースポーツが高城地区全域に浸透するために、公民館に各種イベント等を取り入れていただくように啓発していく。

山田地区健康増進事業



取組地区：山田地区

取組年度：平成 30 年度

事業主体：山田地区社会福祉協議会

事業費：1,250,000 円（基金活用額：1,250,000 円）

問合わせ：64-2200

課題・取組みの概要

- 市が進める高齢者の「こけないからだづくり講座」等を積極的に導入するために必要な椅子等の備品や地域の交流を図るため、軽スポーツ用具を整備した。
- 軽スポーツ用具は幼児や小学生を交えた大人との世代間交流や、子育て中の親子の交流でも活用し、子供の体力強化とともに地域の活性化を図られた。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 「こけないからだづくり講座」は地区内の多くの自治公民館で導入され、高齢者の健康増進に役立っている。
- 軽スポーツ交流会は、希薄になりつつある世代間交流が図られ、地域の活性化と健康増進に繋がっている。

今後の課題・アドバイス等

- 軽スポーツ用具等の管理及び貸出業務は、事業主体である地区社会福祉協議会が行っている。

健康スポーツ推進事業



取組地区：高崎地区
 取組年度：令和元年度
 事業主体：高崎地区体育協会
 事業費：924,000 円（基金活用額：924,000 円）
 問合わせ：62-1111

課題・取組みの概要

- 高崎地区では、健康づくりを目的に毎年、スポーツ教室を開催しており、地区住民はスカットボールを楽しんでいる。
- 教室の開催を通してスカットボールの楽しさが広まり用具の貸出依頼も増え、さらなる利用者確保に向け導入することとなった。

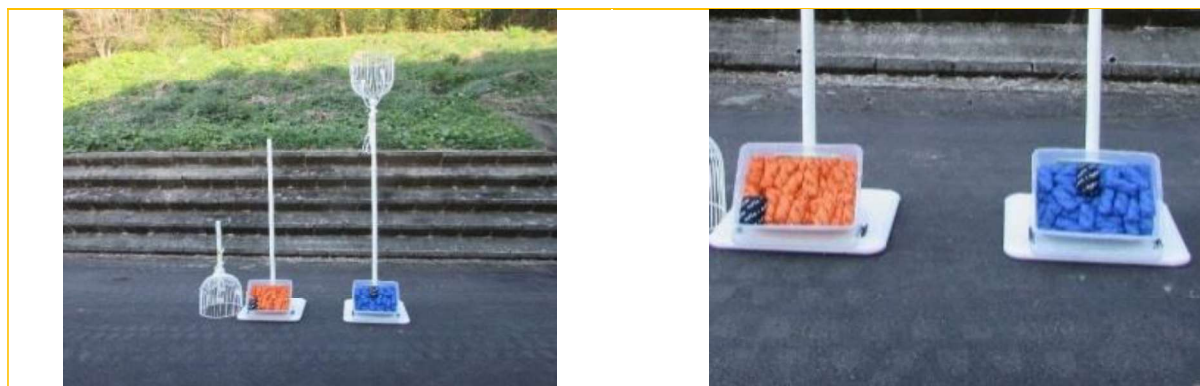
成果・事業の特徴・工夫したこと

- 導入当初から各地域公民館へ貸し出しを行い、全体として令和元年度は貸出数 67 回、延べ 1000 人以上が利用した。
- 令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、貸出数 5 回、参加者数は 75 人となった。

今後の課題・アドバイス等

- 令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症拡大にともない、貸出数・参加者数も激減したが、スカットボールは年齢に関わらず幅広く利用することができる。このため、地区住民の健康増進のため、イベントやレクリエーションで積極的に貸し出し、一層の普及促進を図る必要がある。

健康スポーツ推進事業



取組地区：高崎地区
取組年度：令和2年度
事業主体：高崎地区体育協会
事業費：217,537円（基金活用額：217,537円）
問い合わせ：62-1111

課題・取組みの概要

- 高崎地区では、地域住民の健康づくりを目的に毎年、スポーツ教室を開催している。
- 体育協会では、アジャタを所有しておらず、利用の際は貸し出しを受けていた。
- 自治公民館からもイベントで利用してみたいとの声や、貸出への即時対応を可能とすることで利便性が向上するため、導入することとなった。

成果・事業の特徴・工夫したこと

- 令和2年度はスポーツ教室での活用を予定していたが、新型コロナウイルス感染症拡大のため、各種イベントも中止となり、活用の機会がなかった。

今後の課題・アドバイス等

- 今後は更なる競技人口を増やすために、スポーツ教室での利用を継続していく。
- また、幅広い年齢層の地域住民に親しんでもらうために、高崎地区で開催される各種イベントにて体験スペースを設け、競技に参加してもらうことで競技人口を増やしていく。