

令和7年3月3日

公益社団法人神奈川県柔道整復師会
会長 齋藤 武久様

総務部長 梅本 彰吾

南足柄市における健康支援プログラム実施報告書

南足柄市からの申請により、標記の健康支援プログラムを下記の通り実施したので報告します。

記

1 実施日時

令和7年3月2日（日）午前9時30分から午前11時40分の間

2 実施場所

南足柄市保健医療福祉センター

3 従事者

講師 総務部長 梅本 彰吾

補助員 総務部員 山崎 慎也、総務部員 山崎 陽介

事務局 小田 通修

4 参加者

南足柄市民 22名

男性 1名 女性 21名

5 概要

プログラムの講演に先立ち、参加者全員の足裏バランス測定し、各自の足の健康状態をチェックしました。測定終了後、南足柄市健康づくり課職員による講師が紹介され、プログラムを開始しました。

講演では、足の構造、歩行時の足関節の働き、脳と歩行のメカニズム等を解説して、足の健康の重要性を認識させたうえで、エクササイズに移行しました。今回は、これまでの健康プログラムで紹介したエクササイズを「家でも継続したい」との声が多数あったことを踏まえ、家事の最中やテレビ鑑賞中でも行えるポイントなども披露しました。

6 成果

参加者からは、

○ とても分かりやすく、楽しみながらできた。

○ 今日やったことを、家でやりたいです。

○ 現在76歳です。もっと早く知っていれば良かったです。

○ とても実践的で、参考になりました。TVを観ながら実践します。

等の感想が寄せられ、市民に対して足の健康意識の啓蒙が扶植できました。

7 その他

状況写真を添付します。

かながわ未病改善協力活動報告書

令和7年3月11日

フリガナ	コウエキシャダンホウジン カナガワケンジュウドウセイフクシカイ		
法人・団体名等	公益社団法人 神奈川県柔道整復師会		
所在地	〒222-0033 横浜市港北区新横浜3-18-16 新横浜交通ビル6F		
担当者	フリガナ	オダ ミチナガ	
	担当者名	小田 通修	
	部署名	事務局	
	電話	045-473-0735	メールアドレス

活動状況

活動分野	食 ・ 運動 ・ 社会参加 ・ その他 ()
活動状況	<p>1 健康支援プログラム（海老名市申請） 実施日時 令和6年11月10日（日）午前10時～午前11時30分 実施場所 海老名市役所 7階701号会議室 従事者 公益社団法人神奈川県柔道整復師会会員3名、事務局員1名 参加者 24名 事業内容 参加者の足裏の圧力分布、重心位置等を測定と、足の構造等の解説及び転倒防止のためのエクササイズを実施し、エクササイズ前後に行った開眼片足立位検査を通じて、バランス感覚の改善を実感していただきました。</p> <p>2 健康支援プログラム（南足柄市申請） 実施日時 令和7年3月2日（日）午前10時～午前11時25分 実施場所 南足柄市保健医療福祉センター 従事者 公益社団法人日本柔道整復師会会員3名 事務局員1名 参加者 22人 実施内容 参加者の足裏バランスを測定後、足の構造、歩行時の足関節の働き、脳と歩行のメカニズム等を解説してエクササイズに移行した。「家でも継続したい」と感想が多数あったことを踏まえ、家事やテレビ鑑賞中でも行えるポイントを紹介した。</p>
協力活動を実施する 県内事業所・店舗数	109店舗
状況写真を添付する。	

11.10 海老名健康支援プログラム状況写真



講演前足裏分圧測定の状態



講演前足裏分圧測定の状態



測定結果の解説状況



測定結果の解説状況



主催者による開演案内状況



講演開始状況



開眼片足立位検査の状況



開眼片足立位検査の状況



エクササイズ前の準備運動



エクササイズ前の準備運動

3.2 南足柄市健康支援プログラム実施状況



会場受付状況



講演前足裏測定状況



補助者による測定結果評価



南足柄市職員による講師紹介



講演状況



エクササイズ状況（開眼片足立脚）

令和6年度健康支援プログラム（南足柄市）支出報告書

令和7年3月2日開催

科 目	金 額	摘 要
役員報酬	1,000	理事食事代
給与手当	2,000	部員食事代
旅費交通費	32,850	理事・部員・職員
賃借料	70,000	フットルック・車両（3台）
通信運搬費	7,150	フットルック送料
消耗品費	11,419	インク・ラバーウッド・電池
雑 費	550	賃借料振込手数料
総 計	124,969	