

令和7年9月29日

公益社団法人神奈川県柔道整復師会
会長 斎藤 武久様

総務部長 梅本 彰吾

座間市における健康支援プログラム実施報告書

座間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9月28日（日）午前10時00分から午前11時30分の間

2 実施場所

座間市 広野台集会所

座間市広野台1-1 1-9

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、山崎 陽介、事務局 小田 通修

4 参加者

座間市民 24名、座間市職員 1名

内訳 性別 男性7名、女性18名

年齢 64歳以下3名 65歳以上22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。

講演では、転倒事故の現状、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理解してもらったうえで、エクササイズに移行しました。

今回の会場は狭隘でしたが、その分参加者に対する目配りをすることができ、講演の時々において、参加者とタイムリーな質疑応答ができました。

6 成果

参加者からは、

- (エクササイズを) 普段の生活に取り入れたい
- 具体的な指導でよく理解できた

等の感想が寄せられ、市民に対して足に対する健康意識を啓発できました。

7 その他

状況写真を添付します。

別紙

健康支援プログラム座間市会場実施状況写真



足裏測定状況



補助員による測定結果解説状況



梅本講師による講演状況



エクササイズ説明状況



エクササイズ前準備運動



エクササイズの状況