

## 事業実施状況報告書

団体名	特定非営利活動法人 すこやか地域支援協会
事業名称	すこやかサポーター啓発
事業実施期間	令和 7 年 4 月 1 日 ~ 令和 8 年 3 月 31 日
1. 実施内容 (実績)	<p>(1) 実施した事業内容・方法・場所 2025 年 7 月 13 日 (日) 10:00~11:45 に枚方市総合文化芸術センター別館 2 階多目的室を利用し「第 1 回すこやかサポーター啓発」を実施。 「認知症」講話・「フレイル」講話の座学、予防運動の実践として「すこやかケアダンス」の 3 部構成で、各部有識者によって行った。 「すこやかサポーター啓発」を受けていただいた受講者の方たちに、この事業で得た「認知症・フレイル」の知識、また「予防運動」の知識をもとに、身の回りにいる「認知症・フレイル」予備軍を早期に見つけ適切な対応につなげていけるようにしていきたい。</p> <p>【内容】 1 部「認知症」講話 担当 嘉内寿 (鍼灸マッサージ師・認知症サポーター養成講座講師) 2 部「フレイル」講話 担当 八木悠佑 (柔道整復師・鍼灸師・尼崎市フレイルチェックサポーター) 3 部「すこやかケアダンス」 担当 林圭子 (介護予防主任運動指導員)</p> <p>《1 部「認知症」講話》では、認知症に対する正しい知識・予防方法、認知症との付き合い方の実例などのお話をしていただいた。 《第 2 部「フレイル予防」講話》では「フレイル」の概要説明・「介護」が必要になる要因、予防の重要性についてお話いただき、参加者にフレイルチェックを行うことで「フレイル」に対する知識を得ていただいた。 《第 3 部「すこやかケアダンス」》では、運動が予防につながるという説明を行い、社交ダンスをベースに考案した「介護・認知症予防」である「すこやかケアダンス」を参加者に体験していただいた。</p> <p>第 2 回「すこやかサポーター啓発」 2025 年 11 月 16 日「御殿山生涯学習美術センター」にて実施。 開催前に計 4 回 (各 2 時間) のミーティングを実施</p> <p>「認知症」講話・「フレイル」講話の座学、予防運動の実践として「すこやか脳トレ」の 3 部構成で、各部有識者によって行った。 「すこやかサポーター啓発」を受けていただいた受講者の方たちに、この事業で得た「認知症・フレイル」の知識、また「予防運動」の知識をもとに、身の回りにいる「認知症・フレイル」予備軍を早期に見つけ適切な対応につなげていけるようにしていきたい。</p>

【内容】

- 1 部「認知症」講話 担当 嘉内寿  
(鍼灸マッサージ師・認知症サポーター養成講座講師)
- 2 部「フレイル」講話 担当 樋口雅宏  
(柔道整復師・介護福祉士)
- 3 部「すこやか脳トレ」 担当 林圭子  
(介護予防主任運動指導員)

《1 部「認知症」講話》では、認知症に対する正しい知識・予防方法、認知症との付き合い方の実例などのお話をしていただいた。

《第 2 部「フレイル予防」講話》では「フレイル」の概要説明・「介護」が必要になる要因、予防の重要性についてお話しいたいただき、参加者にフレイルチェックを行うことで「フレイル」に対する知識を得ていただいた。

《第 3 部「すこやか脳トレ」》では、運動が認知症予防につながるという説明を行い、脳が活発になるよう考えて考案した「介護・認知症予防」である「すこやか脳トレ」を参加者に体験していただいた。

第 3 回「すこやかサポーター啓発」

2026 年 3 月 15 日「津田生涯学習市民センター第一集合室」にて実施  
開催前に計 3 回（各 2 時間）のミーティングを実施

「認知症」講話・「フレイル」講話の座学、予防運動の実践として「すこやか脳トレ」の 3 部構成で、各部有識者によって行った。

「すこやかサポーター啓発」を受けていただいた受講者の方たちに、この事業で得た「認知症・フレイル」の知識、また「予防運動」の知識をもとに、身の回りにいる「認知症・フレイル」予備軍を早期に見つけ適切な対応につなげていけるようにしていきたい。

【内容】

- 1 部「認知症」講話 担当 嘉内寿  
(鍼灸マッサージ師・認知症サポーター養成講座講師)
- 2 部「フレイル」講話 担当 樋口雅宏  
(柔道整復師・介護福祉士)
- 3 部「すこやか脳トレ」 担当 林圭子  
(介護予防主任運動指導員)

《1 部「認知症」講話》では、認知症に対する正しい知識・予防方法、認知症との付き合い方の実例などのお話をしていただいた。

《第 2 部「フレイル予防」講話》では「フレイル」の概要説明・「介護」が必要になる要因、予防の重要性についてお話しいたいただき、参加者にフレイルチェックを行うことで「フレイル」に対する知識を得ていただいた。

《第 3 部「すこやか脳トレ」》では、運動が認知症予防につながるという説明を行い、脳が活発になるよう考えて考案した「介護・認知症予防」である「すこやか脳トレ」「すこやかチェアエクササイズ」を参加者に体験していただいた。

	<p>(2) 対象者・参加者 (例: 枚方市内に住む小・中学生 32 名 など具体的に)                  第一回 7 月 13 日開催分                  対象者: 枚方市に住む、認知症や介護が必要になりそうな方、又はその家族・友人等。                  参加者: 枚方在住者 20 名。男女比、男性 8 名: 女性 12 名。                  年齢分布: 30 代以下 1 名、40 代 0 名、50 代 4 名、                  60 代 3 名、70 代 7 名、80 代 3 名。                  (2 名アンケート提出漏れのため年代不明)</p> <p>第 2 回 11 月 16 日開催分                  【対象者】枚方市に住む、認知症や介護が必要になりそうな方、又はその家族・友人等。年齢は問わず。                  参加者: アンケート集計 (参加人数 34 名 アンケート記入者 34 名)                  【参加者】 男女比 男性: 7 名 女性: 27 名 計 34 名                  【参加者年齢】 30 代以下 1 名 ・ 40 代 0 名 ・ 50 代 3 名                  ・ 60 代 3 名 ・ 70 代 10 名 ・ 80 代 15 名 無回答 2 名</p> <p>第三回令和 8 年 3 月 15 日開催分                  【対象者】枚方市に住む、認知症や介護が必要になりそうな方、又はその家族・友人等。年齢は問わず。                  参加者: アンケート集計 (参加人数 20 名 アンケート記入者 19 名 1 名途中退場) 【参加者】 男女比 男性: 2 名 女性: 18 名 計 20 名                  【参加者年齢】 ・ 30 代以下 0 名 40 代 0 名 ・ 50 代 6 名 60 代 4 名 ・ 70 代 6 名 ・ 80 代 4 名 無回答 0 名</p>																																													
	<p>(3) 実施体制 (事業を実施した人管理体制や支援者や他団体との連携状況を記入すること)                  第一回 7 月 13 日開催時: 司会 1 名、講話担当 3 名 (1 名外部講師)、運営スタッフ 4 名 計 8 名で実施                  第二回 11 月 16 日開催時: 司会 1 名、講話担当 3 名、運営スタッフ 4 名 (うち 1 名は講和担当を兼任) 計 7 名で実施                  第三回令和 8 年 3 月 15 日開催時: 司会 1 名、講話担当 3 名、運営スタッフ 4 名 (うち 1 名は講和担当を兼任) 計 6 名で実施</p>																																													
	<p>(4) スケジュール (事業開始から終了までのスケジュールを記入すること)</p> <table border="0"> <tr><td>2025 年 5 月 20 日</td><td>21:30~23:30</td><td>第 1 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 6 月 6 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 2 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 6 月 26 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 3 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 7 月 2 日</td><td>18:30~20:30</td><td>第 4 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 7 月 13 日</td><td>10:00~11:45</td><td>第 1 回「すこやかサポーター啓発」開催</td></tr> <tr><td>2025 年 7 月 22 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 5 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 9 月 17 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 6 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 10 月 27 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 7 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 11 月 10 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 8 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2025 年 11 月 16 日</td><td>10:00~11:45</td><td>第 2 回「すこやかサポーター啓発」事業</td></tr> <tr><td>2025 年 11 月 21 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 9 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2026 年 1 月 15 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 10 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2026 年 3 月 9 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 11 回ミーティング</td></tr> <tr><td>2026 年 3 月 15 日</td><td>10:00~11:45</td><td>第 3 回「すこやかサポーター啓発」事業</td></tr> <tr><td>2026 年 3 月 18 日</td><td>21:00~23:00</td><td>第 12 回ミーティング</td></tr> </table>	2025 年 5 月 20 日	21:30~23:30	第 1 回ミーティング	2025 年 6 月 6 日	21:00~23:00	第 2 回ミーティング	2025 年 6 月 26 日	21:00~23:00	第 3 回ミーティング	2025 年 7 月 2 日	18:30~20:30	第 4 回ミーティング	2025 年 7 月 13 日	10:00~11:45	第 1 回「すこやかサポーター啓発」開催	2025 年 7 月 22 日	21:00~23:00	第 5 回ミーティング	2025 年 9 月 17 日	21:00~23:00	第 6 回ミーティング	2025 年 10 月 27 日	21:00~23:00	第 7 回ミーティング	2025 年 11 月 10 日	21:00~23:00	第 8 回ミーティング	2025 年 11 月 16 日	10:00~11:45	第 2 回「すこやかサポーター啓発」事業	2025 年 11 月 21 日	21:00~23:00	第 9 回ミーティング	2026 年 1 月 15 日	21:00~23:00	第 10 回ミーティング	2026 年 3 月 9 日	21:00~23:00	第 11 回ミーティング	2026 年 3 月 15 日	10:00~11:45	第 3 回「すこやかサポーター啓発」事業	2026 年 3 月 18 日	21:00~23:00	第 12 回ミーティング
2025 年 5 月 20 日	21:30~23:30	第 1 回ミーティング																																												
2025 年 6 月 6 日	21:00~23:00	第 2 回ミーティング																																												
2025 年 6 月 26 日	21:00~23:00	第 3 回ミーティング																																												
2025 年 7 月 2 日	18:30~20:30	第 4 回ミーティング																																												
2025 年 7 月 13 日	10:00~11:45	第 1 回「すこやかサポーター啓発」開催																																												
2025 年 7 月 22 日	21:00~23:00	第 5 回ミーティング																																												
2025 年 9 月 17 日	21:00~23:00	第 6 回ミーティング																																												
2025 年 10 月 27 日	21:00~23:00	第 7 回ミーティング																																												
2025 年 11 月 10 日	21:00~23:00	第 8 回ミーティング																																												
2025 年 11 月 16 日	10:00~11:45	第 2 回「すこやかサポーター啓発」事業																																												
2025 年 11 月 21 日	21:00~23:00	第 9 回ミーティング																																												
2026 年 1 月 15 日	21:00~23:00	第 10 回ミーティング																																												
2026 年 3 月 9 日	21:00~23:00	第 11 回ミーティング																																												
2026 年 3 月 15 日	10:00~11:45	第 3 回「すこやかサポーター啓発」事業																																												
2026 年 3 月 18 日	21:00~23:00	第 12 回ミーティング																																												

<p>2. 広報周知の方法 (実績)</p>	<p>(事業周知の方法を記入すること) チラシ作成・配布、SNS 発信、会員施術所・介護施設・フィットネス事業所と連携しポスター掲示、及び声掛け</p>
<p>3. 事業実施による効果</p>	<p>(1) 事業実施により得られたと考えられる効果 枚方市民を対象に、老若男女どなたでも受けて頂くことで、家族の方、近所の方、友人に、枚方の介護予防政策や認知症、フレイルについて学んでいただき一人でも多くの方に他人ごとではなく身近に存在している事だと認識して頂くことで、助け合いの心が育まれる効果が得られた。 啓発活動を通じて、地域の方々が健康に対する意識を高め、自分自身や周囲の人々の健康を守る手助けとなった。 またこのような運動プログラムへの参加により、筋力が向上し、転倒や骨折のリスクが低減します。 活動を通じて主観的な健康感が高まり、うつ予防にもつながります。また、地域の「通いの場」に参加することで、一人暮らしの高齢者などの孤立感が緩和されます。 地域での役割や居場所ができることで、生活の質 (QOL) が向上し、自分らしい生活の実現を支えます。また、友人との交流は、活動能力の障害や認知症のリスクを下げる効果があります。</p> <p>(3) 効果の確認方法 事業終了後に参加者へアンケートを実施することにより効果を確認した。          &lt;第1回アンケート結果&gt;アンケート回答者 18 名          【説明はわかりやすかったか?】 ・はい 18 名          【意識向上しましたか?】 ・はい 18 名          【ケアダンスの効果を感じたか?】          ・すごく感じた 9 名・まあまあ 9 名・感じなかった 0 名          【脳トレの効果をかんじたか?】          ・すごく感じた 8 名・まあまあ 7 名・感じなかった 0 名・記入なし 3 名          【参加経験】 ・初めて 15 名 ・2回目 3 名 ・3回以上 0 名          【今後も参加したいか】 ・はい 18 名 ・いいえ 0 名          【相談先を知っていますか?】 ・はい 8 名 ・いいえ 9 名 ・記入なし 1 名          【上記質問はいの方】 ・病院 4 名・地域包括 3 名・民生 1 名・整骨院 3 名</p> <p>&lt;第2回アンケート結果&gt;アンケート回答者 34 名          【説明はわかりやすかったか?】 ・はい 34 名          【意識向上しましたか?】 ・はい 32 名 ・回答なし 2 名          【すこやかチェアエクササイズの効果を感じたか?】          ・すごく感じた 24 名・まあまあ 8 名・感じなかった 0 名・無回答 2 名          【すこやか脳トレの効果をかんじたか?】          ・すごく感じた 29 名 ・まあまあ 5 名 ・感じなかった 0 名          【参加経験】 ・初めて 20 名・2回目 12 名・3回以上 2 名          【今後も参加したいか】 ・はい 32 名 ・いいえ 0 名 ・無回答 2 名          【相談先を知っていますか?】 ・はい 19 名・いいえ 7 名・無回答 8 名          【上記質問はいの方】 ・病院 12 名・地域包括 9 名・民生 5 名・整骨院 12 名</p>

	<p>&lt;第 3 回アンケート結果&gt;アンケート回答者 19 名          【説明はわかりやすかったか?】・はい 19 名・いいえ 0 名・回答なし 0 名          【意識向上しましたか?】・はい 19 名・いいえ 0 名・回答なし 0 名          【すこやかチェアエクササイズの効果を感じたか?】          ・すごく感じた 17 名・まあまあ 2 名・感じなかった 0 名          【脳トレの効果を感じたか?】          ・すごく感じた 14 名・まあまあ 5 名・感じなかった 0 名          【参加経験】・初めて 13 名・2 回目 2 名・3 回以上 4 名・無回答 1 名          【今後も参加したいか】・はい 19 名・いいえ 0 名          【相談先を知っていますか?】・はい 16 名・いいえ 3 名          【上記質問はいの方】・病院 8 名・地域包括 12 名・民生 2 名・整骨院 12 名</p>
<p>4. その他</p>	<p>「すこやか地域支援協会」に登録している会員は、鍼灸師や柔道整復師、介護予防運動指導員など、健康増進の知識に詳しい会員が多いため専門的な指導ができるとともに、普段から施術所にて健康意識の高い患者様と接しているため、その患者様や患者様の友人等へ告知し、その方々に健康の知識をつけて頂くことで、より広い市民の健康増進へ寄与することができる。</p>

事業収支決算書

団体名	特定非営利活動法人 すこやか地域支援協会
補助対象事業の名称	すこやかサポーター啓発
事業実施期間	令和7年 4月 1日～令和8年 3月 31日

【収入の部】

項目 ※1	予算額 (円)	決算額 (円)	内容説明 (積算根拠等)
枚方市補助金(一般) (A)	300,000	300,000	補助金交付申請額 (一般寄附)
枚方市補助金(団体希望寄附) (B)	80,000	80,000	補助金額 (団体希望寄附)
自己資金	25,450	31,760	
合計 (C)	405,450	411,760	

【支出の部】

項目	予算額 (円)	決算額 (円)	内容説明 (積算根拠等)	
補助対象経費	人件費	299,250	299,250	<第1回> ・事前準備会議費 補助員7名×(時給1500円×2時間×4回)=84000円 ・当日スタッフ費 補助員 8名×(1500円×2時間)=24000円 合計108000円 <第2回> ・事前準備会議費 補助員7名×(時給1500円×2時間×4回)=84000円 ・当日スタッフ費 補助員 7名×(1500円×2時間)=21000円 合計105000円 <第3回> ・事前準備会議費 補助員7名×(時給1500円×2時間×4回)=84000円 ・当日スタッフ費 補助員 6名×(1500円×2時間)=18000円 合計102000円 人件費合計:315000円 ※予算額を超過する経費は補助対象外経費として計上
	謝金	30,000	30,000	・当日講師役 講師料 一回 10000円×3回開催=30000円 第一回八木悠佑 第二回林けい子 第三回嘉内寿
	会場費	16,200	5,700	第一回 7月13日 総合文化芸術センター 3200円 第二回 11月16日 御殿山生涯学習美術センター 1500円 第三回 令和8年3月15日 津田生涯学習センター1000円
	印刷製本費	45,000	45,000	第一回17940円 第二回20550円 第三回18460円 印刷製本費合計:56950円 ※予算額を超過する経費は補助対象外経費として計上
	雑費	0	110	スタッフ標章ネームホルダー
	交通費	0	4,000	当日スタッフ駐車場代1100円×2=2200円 900円×2=1800円
小計	390,450	384,060		
補助対象外経費	食糧費	15,000	0	
	人件費	0	15,750	人件費合計と予算額の差額
	印刷製本費	0	11,950	印刷製本費合計と予算額の差額
小計	15,000	27,700		
合計 (D)	405,450	411,760		

- ・【項目】【予算額】は事業収支予算書と相違の無いようにしてください。
- ・収入の合計(C) = 支出の合計(D) となるように記入してください。
- ・枚方市補助金(一般)(A)と枚方市補助金(団体希望寄附)(B)を合わせて申請する場合：  
枚方市補助金(一般)(A)は、補助対象経費から枚方市補助金(団体希望寄附)(B)を除いた額  
に対して申請することができます。