

# 「かけがわ生涯お達者市民アワード」応募一覧詳細

## ■企業・学校等の部

No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
1	8	掛川市立西中学校	690	H30.2 (1年6ヶ月)	
		活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・がんの学習に関する事前事後アンケートの実施</li> <li>・保健体育科の授業実践(健康な生活と病気の予防)</li> <li>・学校保健委員会(未来につながる命と健康～がんから学ぼう～)等</li> </ul>		
		健康医療課の注目ポイント	学齢期からのがん教育は、将来的な予防に大きな効果があると思われ、また、生徒の家族への波及効果も考えられます。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
2	12	白寿プラザ 掛川店	50	H30.8 (2年)	毎日13:00～18:30(日・祝除く)
		活動内容	健康づくりをサポートするためのヘルストロン体験型健康ルーム		
		健康医療課の注目ポイント	静岡県民の健康づくりに貢献する「しずおか健康づくりサポーター」に登録をされています。 ※健康器具の販売等も手がけていますが、本活動に関しては無償で行っています。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
3	15	ダイソーケミックス(株)	81	H26.4 (6年6ヶ月)	週5回
		活動内容	健康講座を定期的で開催し、社員への継続的な健康教育を行っている。また、午前と午後の始業時、1日2回のラジオ体操は40年間継続されている。		
		健康医療課の注目ポイント	長期にわたる継続的なラジオ体操活動は大きく評価されるものです。また、社員の健康増進、将来的な健康リスクの低減を見越した健康講座についても継続開催をしており、従業員の健康を重視している企業です。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
4	18	丸栄コンクリート工業株式会社 静岡工場	59	S41.10 (53年11ヶ月)	毎日
		活動内容	毎日のラジオ体操、年2回の健康講話		
		健康医療課の注目ポイント	50年以上もの長きにわたり活動をされており、平成12年度にはラジオ体操優良団体地方表彰、東海郵政局長特別推奨を受賞されています。毎日の積み重ねが健康維持・増進につながっている好例であり、高い評価に値します。		

■団体の部

No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
5	20	皐月会	23	H9 (約23年)	月4回
		活動内容	グラウンドゴルフ		
		健康医療課の 注目ポイント	長期にわたり、健康維持のための活動を続けています。また、会員同士の交流の場にもなっており、心身ともに大きな好影響があるものです。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
6	23	遊友会	150	H12.5 (20年)	週1回
		活動内容	グラウンドゴルフ		
		健康医療課の 注目ポイント	大規模な人数で構成されており、長期にわたる健康維持のための活動も大きく評価されるポイントです。最高齢の方は90歳を超え、心身の健康維持・増進に大きく寄与しています。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
7	26	ピラティス同好会	10	H28~29 (3~4年)	月2回
		活動内容	ピラティス体操		
		健康医療課の 注目ポイント	平成27年度に行われた市の事業に参加された方が、有志で集まって同好会を発足させ、現在まで活動が継続しています。会員同士の交流の場としても、大変よい機能を果たしています。		

No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
8	28	カトリア会	8	H25~26 (7~8年)	週1回
		活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体幹づくり</li> <li>・コンディショニング</li> <li>・ストレッチ</li> <li>・呼吸法</li> </ul>		
		健康医療課の 注目ポイント	<p>会員の1人が別教室でお世話になった講師の方に依頼し、仲間を集めて実施しています。 仲間内の適度な人数で交流できる場として機能するとともに、健康増進・維持に努められています。</p>		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
9	31	下西郷西区ヨガ同好会	18	H27.9 (5年)	月3回
		活動内容	ヨガ等(内容により、区の行事に会単位で参加)		
		健康医療課の 注目ポイント	<p>別教室でヨガを習っていた方が、区民を誘って同好会を発足させました。 講師が参加者の年齢に合わせたプログラムを組み、細く長く、無理せずに続けられています。個人活動が難しい内容でも適度な人数なら継続ができ、交流の場としての機能、区の行事への参加など、「お達者」であるための役割を果たしています。</p>		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
10	34	大坂地区 三井の保健室	6	R2.4 (6ヶ月)	月1回
		活動内容	<p>サロンの開催する日に合わせて、区が主体となり、月1回保健室を開催しています。 看護師が血圧測定、介護や健康のことなど相談に乗っています。</p>		
		推薦理由	<p>ちょっとした相談事が気軽にできる場所として開設しました。 地域の皆さんが三井区で元気に暮らすことができるよう助言しています。</p>		
		健康医療課の 注目ポイント	<p>第一線を退いた看護師さんが、自らの資格・知識・経験などを地域に還元しています。 活動期間は短いものの、高齢化社会が進む現代においては、地域貢献のモデルケースであることも大きな評価ポイントです。</p>		

## ■個人の部

No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
11	36	吉田ちよ子		H22.10 (9年11ヶ月)	週1回
		活動内容	トランポビクス(ストレッチ、筋トレ、らくらくウォーキング、クールダウン)		
		推薦理由	吉田さんは現在93歳です。教室ではストレッチ、ウォーキング、筋トレをみなさんと一緒にやられます。ご自宅でも自主トレ(教室と同内容)に励んでいます。		
		健康医療課の注目ポイント	90歳を超えてなお周りの60~70代の方と同じメニューをこなせるのは、何より健康である証拠です。今回の応募に当たり、ご本人も「今から始めるのは無理。80代のうちから続けてきたからこそ今も動ける。」とおっしゃっており、健康づくりの大切さを感じられます。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
12	38	鷺山祥子		H18.8 (14年1ヶ月)	週1回
		活動内容	トランポビクス(ストレッチ、筋トレ、らくらくウォーキング、クールダウン)		
		推薦理由	ミニトランポリンの上で有酸素運動、ストレッチ、筋トレもプラスして健康づくりに励んでいます！		
		健康医療課の注目ポイント	長期にわたる継続的な健康づくり活動は、大きな評価ポイントです。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
13	40	山本せつ子		H19.9 (11年)	週1回
		活動内容	トランポビクス(ストレッチ、筋トレ、らくらくウォーキング、クールダウン)		
		推薦理由	ミニトランポリンの上で有酸素運動、ストレッチ、筋トレもプラスして健康づくりに励んでいます！		
		健康医療課の注目ポイント	長期にわたる継続的な健康づくり活動は、大きな評価ポイントです。		

No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
14	42	加藤冷子		H26.5 (6年4ヶ月)	週4~5回
		活動内容	粟ヶ岳ハイイク登山		
		健康医療課の 注目ポイント	健康・健脚維持のために高い頻度で活動しており、麓のいっつく処にある登山回数記録簿の記録は今年8月20日時点で2010回にのぼります。他のハイカーとの交流や山頂からの景観の良さについても言及があり、それらは健康づくりの輪が広がるきっかけになると思われます。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
15	44	足立信雄		H15 (17年)	毎日
		活動内容	畑体操、市老連のサークル活動		
		健康医療課の 注目ポイント	「煌めきの百寿者になろう」をモットーに、80歳の時に一念発起して健康づくりに取り組んでこられました。100歳を迎えても元気であるためにさまざまな取り組みを行っており、ご本人のモチベーションと目的意識は非常に高いものがあります。どなたでも実践可能な内容であることも応用性が高いと思われます。		
No.	頁	氏名(団体名)	構成人数	活動開始年月 (R2.9.1現在の継続年数)	活動の頻度
16	46	西尾旭子		H23.4 (9年4ヶ月)	月1回
		活動内容	「ひまわりの会」会員(75歳以上)が楽しいひとときを過ごせる企画・進行を行っている。手遊び、歌、簡単な体操、誕生会、地区との関わり等。脳を活性化させ、認知症予防と体力向上を図るボランティアとしての活動。		
		推薦理由	ひまわりの会の活動の計画や指導にご尽力され、いろいろとご協力していただき、サロンの高齢者に大変喜ばれています。		
		健康医療課の 注目ポイント	スタッフとして長期にわたり会の活動に尽力され、参加者の健康づくりに対する貢献度は非常に高いものがあります。日中を単独で過ごしがちな方々のふれあいの場として機能しており、活動内容も多岐にわたり、工夫されています。		