

1. 運動指導等実施状況について

(1) 運動指導事業

(令和2年10月末現在)

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
ウォーキング教室	健幸プラザ	健幸プラザを拠点として設定されたウォーキングコースを中心にウォーキングと体操を実施	10回 (春季・秋季各5回)	3回 54人	10回 (春季・秋季各5回)	10回 273人
あおぞら運動教室	勝盛公園・新飯塚駅前 庄内・頼田 筑穂・	健康遊具を設置してある5か所の会場で、ウォーキングや遊具を使った体操を実施	34回 (春季・秋季各17回)	10回 141人	34回 (春季・秋季各17回)	32回 431人
ロコモ予防体操教室	①健幸プラザ・立岩・庄内 穂波・頼田・二瀬・幸袋・筑穂 ②飯塚東・菰田・鮫田・鎮西	ロコモティブシンドローム予防のための講義・体操	全112回 (①12回×8会場 ②6回×4会場)	108回 1,529人	全112回 (14回×8会場)	108回 2,841人
シェイプアップ教室	健幸プラザ	メタボリックシンドローム予防のための講義並びに栄養・運動指導	15回 (5回×3クール)	4回 11人	15回 (5回×3クール)	14回 168人
健康運動教室	健幸プラザ	テーマ別に集団運動教室を実施	120回(通年)	76回 765人	220回(通年)	207回 3,499人

(2) 運動啓発事業

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
健幸ウォーキング	本庁駐車場	イベントを開催し、ウォーキングの普及を図る	R3年3月開催	未開催	R2年3月開催	コロナウイルス感染症 予防対策のため中止
脚筋力測定及び運動指導	市内各所	脚筋力測定および結果に応じた運動指導を行い、 運動実践への啓発を図る	30回	未開催	25回	25回 852人
体組成測定及び運動指導	12交流センター、他	体組成測定及び運動指導を行い、健康増進への啓 発を図る	12回(各交流センターR3年3 月開催予定)、他(不定期)	未開催	12回(各交流セン ター)、他(不定期)	10回 706人
イオンブース運動指導	穂波イオン2F 飯塚市PRブース	体操や体力測定を実施し、運動実践への啓発を図 る	6回(12~2月)	未開催	6回(12~2月)	6回 172人
体操DVD作成・配布	健幸スポーツ課・健幸プラザ	新型コロナウイルス感染症拡大防止の外出自粛要 請による運動不足の解消を目的とし、家庭で運動 を実践することで健康維持を図る	200枚配布(5~6月) 対象:市民	277枚	100枚配布(5~6月) 対象:グループや職場で活用、また は、ボランティアとして普及してい ただける方	56枚

2. 健康相談事業等実施状況について

(1) 健康相談事業

(令和2年10月末現在)

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
街なか健康相談	健幸プラザ	保健師・栄養士・運動指導員による心身の健康に関する個別の相談	年6回	2回 20人	年12回	10回 延べ192人
イオン健康相談	徳波イオン		年5回	1回 84人	年5回	5回 延べ881人
JA健康相談	JA		年2回	-	年2回	2回 延べ504人

(2) 健康教育事業

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
生活習慣病予防教室	健幸プラザ	保健師・栄養士・運動指導員による生活習慣病の改善や健康に関する正しい知識の普及・啓発教室	1クール3回×2セット	1回 7人	1クール3回×2セット	1クールうち3回×2セット 延べ77人
働き盛り世代の健康出前講座	市内各所	市内の職場等に向向いて働き盛りの世代に健康意識向上のための講座を実施	年1～2回	未開催	年1～2回	7回 117人

(3) 健康啓発事業

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
ニーズ健康啓発事業	市内各所	自治会や県などの依頼により開催(百緑市・手話の会など)	適宜開催	3回 28人	適宜開催	17回 延べ644人

(4) 食育事業

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			開催予定	開催状況	開催予定	事業実績
健幸レストラン	健幸プラザ他	健全な食習慣の推進のためのレストランを実施、1食500kcal前後のレシピでヘルシーランチを提供	1食500円 年14回	未開催	1食500円 年12回	11回 計1,031人

(5) 健幸ポイント事業

事業名	会場	事業内容	令和2年度		令和元年度	
			ポイント還元	状況	ポイント還元	事業実績
健幸ポイント	市内各所	市などが実施する健康づくり事業に付加価値をつけて積極的な参加を促す事業	健幸ポイント合計30ポイントをためた方に素敵な賞品(商品券)を抽選で400名に送付	募集中	健幸ポイント合計30ポイントをためた方に素敵な賞品(商品券)を抽選で400名に送付	応募数 903人
いっぴか健幸ポイント2020		運動を行うきっかけ、運動を続ける動機づけを行い、健康づくりを応援	年間最大5,000ポイントを上限に、500ポイント単位でQ.U.Oカードと交換	参加者 750人	-	-

3. トレーニング室利用状況について

(1) 健幸プラザ

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	30	0	82	157	211	209	195						884
女性利用者数	111	0	195	409	360	454	591						2,120
合 計	141	0	277	566	571	663	786						3,004
前年度利用者	1,703	1,852	1,965	1,795	1,681	1,629	1,670	1,645	1,579	1,625	1,699	286	19,129
前年度対比	8%	0%	14%	32%	34%	41%	47%						25%

(2) 飯塚第1体育館

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	159	0	413	783	786	802	872						3,815
女性利用者数	86	0	176	498	479	443	528						2,210
合 計	245	0	589	1,281	1,265	1,245	1,400						6,025
前年度利用者	2,168	2,327	2,632	2,559	2,549	2,144	2,284	2,051	1,954	2,136	2,043	516	25,363
前年度対比	11%	0%	22%	50%	50%	58%	61%						36%

(3) 健康の森公園多目的施設

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	299	0	681	1,460	1,276	1,157	1,263						6,136
女性利用者数	49	0	134	371	313	295	363						1,525
合 計	348	0	815	1,831	1,589	1,452	1,626						7,661
前年度利用者	3,592	3,585	3,868	4,140	3,918	3,899	3,664	3,345	2,960	3,365	3,432	790	40,558
前年度対比	10%	0%	21%	44%	41%	37%	44%						28%

(4) 筑穂保健福祉総合センター

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	60	0	111	290	216	0	270						947
女性利用者数	42	0	62	169	166	0	260						699
合 計	102	0	173	459	382	0	530						1,646
前年度利用者	782	621	745	838	739	749	907	745	635	790	746	169	8,466
前年度対比	13%	0%	23%	55%	52%	0%	58%						29%

※9月は空調設備の不具合のため休館

(5) 庄内ハーモニー

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	45	0	115	271	218	217	206						1,072
女性利用者数	61	0	177	412	330	345	410						1,735
合 計	106	0	292	683	548	562	616						2,807
前年度利用者	952	1,024	980	1,019	959	1,027	963	827	720	835	927	231	10,464
前年度対比	11%	0%	30%	67%	57%	55%	64%						41%

(6) 穂波福祉総合センター

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
男性利用者数	296	0	605	1,587	1,429	1,253	1,480						6,650
女性利用者数	79	0	232	582	546	505	586						2,530
合 計	375	0	837	2,169	1,975	1,758	2,066						9,180
前年度利用者	3,040	3,244	3,298	3,428	3,288	3,440	3,238	3,271	2,955	3,267	3,474	733	36,676
前年度対比	12%	0%	25%	63%	60%	51%	64%						39%

○新型コロナウイルス感染症対策のため、令和2年3月5日から3月24日、4月9日から6月14日まで利用中止

●フレイル予防事業

【令和2年度】

高齢者の健康づくりへの意識づけ、フレイル状態になることを予防し、健康寿命をのばす取組として、11の地域包括支援センターで実施している介護予防教室の初回と終回に「フレイルチェック」をおこなっています。

市内で活動中の約100名のフレイルサポーターを中心に、自己チェックができる「指輪っかテスト」、フレイルの兆候を知ることが出来る「イレブンチェック」及び口腔機能や手足の筋力を測定し、健康寿命に大切な3つの柱である栄養・運動・社会参加の重要性について広く高齢者の方へ周知しております。

■「フレイル予防啓発イベント」

新型コロナウイルス感染症の影響により外出の自粛が続き、体を動かす機会や人と話す機会が減っている現状がありますが、その期間が長引くと「フレイル（心身の活力が低下し、要介護へ移行する中間の状態）」が進行する恐れがあります。「フレイルとは何か？」をもっと知っていただくために、市内5か所の交流センターとイオン穂波店をオンラインでつないで、フレイル研究の第一人者である東京大学の飯島勝矢先生の講演をビデオ放映しました。講演だけでなく、フレイルの簡易チェック、運動指導員によるお家で簡単にできる椅子に座ってできるストレッチを行いました。

○実施期間：令和2年11月3日（火曜日・祝日） 1回目11：00～、2回目14：00

○募集人数：各会場定員15～20名

*1回めと2回目は参加者を入れ替え、全体で141名の参加をいただきました。

○講演テーマ：人生100年時代を元気で乗り切るために～健康長寿 鍵は“フレイル予防”～」

フレイル予防事業実施状況
令和元年度

	実施場所	受講者 延べ人数	サポーター 参加延べ人数
市民啓発講演会	飯塚市役所	80人	
フレイル予防 サポーター養成講座	飯塚市役所	22人	34人
フレイルチェック (普及啓発)	本庁、交流センター4か所、その他2か所	118人	72人
フレイルチェック (プログラム初回)	交流センター7か所、その他4か所	204人	118人
フレイルチェック (プログラム最終回)	交流センター4か所、その他2か所	94人	50人
測定講習会	飯塚市役所		66人
フレイル予防 サポーター連絡会	飯塚市役所		201人
フレイル予防 サポーター講習会	未実施		

※新型コロナウイルス感染症対策として令和2年2月21日～3月31日までの事業は中止。

令和2年度

	実施場所	受講者 延べ人数	サポーター 参加延べ人数
フレイル予防 啓発イベント	交流センター5か所、イオン穂波店	141人	35人
フレイル予防 サポーター養成講座	令和2年度は中止		
フレイルチェック (普及啓発)	令和2年度は検討中	—	—
フレイルチェック (プログラム初回)	交流センター10か所、その他3か所	172人	92人
フレイルチェック (プログラム最終回)	【令和3年1月より順次実施予定】 交流センター10か所、その他3か所	—	—
測定講習会	令和2年度の実施は検討中	—	—
フレイル予防 サポーター連絡会	穂波支所、交流センター4か所		111人
フレイル予防 サポーター講習会	令和2年度の実施は検討中	—	—