令和６年度事業連携実施報告書

連携団体	社会福祉法人　沼田市社会福祉協議会		
連携事業名	アクティブライフ講座（沼田会場）		
目的	「バランスが取れた食事を楽しく食べると共に、行動体力（基礎体力）を維持する方法を学び、健康寿命（アクティブライフ）の延伸に役立てる。		
日程	令和６年９月２５日（水）及び　９月２６日（木）		
会場	沼田市保健福祉センター　４階ホール(9/25)　１階会議室(9/26)		
講師	9/25：ｿｰｼｬﾙｸﾞｯﾄﾞﾄﾚｰﾅｰ 吉田 大祐氏，9/26：ｷｭｰﾋﾟｰ㈱ 前田　淳氏		
参加申込者	３６名	参加者	9/25：３２名、9/26：３４名
参加者の感想	1. 実践して行きたい。刺激になった。 2. まずは自分で家族とやってみたい。 3. ふくろう体操やいきいきサロンをやっているのでその中で伝えていきたいと思う。 4. 運動食事に気をつけていきたいです。 5. 地域の集会等でひろめたい。 6. 食事の大切さを知りました。 7. 身近な仲間に聞いてもらいたい！！ 8. まずは自分達でやってみてから他の人にも進めたい。		
講座風景	※講座風景 ＜吉田先生の運動指導＞ ＜参加者実演の様子＞ ＜前田先生の講義＞ ＜講義を聴講する参加者＞ 		