

令和6年度愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第3回)の実施報告

令和7年3月8日(土)に令和6年度愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第6回)を来場型として開催しました。214人から申し込みがあり研修会当日は、123人が参加しました。参加者のうち136人からアンケートを回収し、地区別の提出状況は下記のとおりです。(アンケート回収率:80.5%)

【地区別アンケート提出状況】

リーダー連絡協議会支部別			地域詳細		出席者数
			区及び市町村名		
①	名古屋	1	東・西	昭和・名東・千種・中・中川・中村	3
		2	南	瑞穂・港・南・緑・天白・熱田	4
		3	北	北・守山・東・西	1
②	尾張北部	1	瀬戸	瀬戸・尾張旭・長久手・春日井	4
		2	豊明	豊明・日進・東郷	2
		3	江南	江南・犬山・岩倉・大口・扶桑・小牧	0
		4	清須	北名古屋(師勝・西春)・清須(西枇杷島・清洲・新川・春日)・豊山	1
③	尾張西部	1	一宮	一宮(尾西・木曾川)	9
		2	津島	弥富(弥富・十四山)・津島・あま(七宝・美和・甚目寺) 大治・蟹江・飛島・愛西(佐屋・立田・八開・佐織)	5
		3	稲沢	稲沢(祖父江・平和)	2
④	知多	1	美浜	武豊・美浜・南知多	5
		2	半田	半田・阿久比	4
		3	知多	知多・常滑	10
		4	東海	東海・大府・東浦	1
		5	不明		1
⑤	西三河南部	1	岡崎	岡崎(額田)	4
		2	刈谷	刈谷・碧南・高浜	3
		3	安城	安城・知立	5
		4	西尾	西尾(一色・吉良・幡豆)・幸田	0
⑥	西三河北部	1	豊田	豊田(足助・下山・旭・藤岡・小原・稲武)・みよし	11
⑦	東三河	1	豊橋		6
		2	豊川	豊川(一宮・音羽・御津・小坂井)	2
		3	蒲郡	蒲郡	1
		4	新城	新城(鳳来・作手)・設楽(津具)・東栄・豊根(富山)	2
		5	田原	田原(渥美)	4
小計					90
連絡協議会に属さないリーダー					9
合計					99

【カリキュラム】

内 容	講 師
運動時の安全管理について (講義)	あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 深澤 卓矢
仲間づくりにつなげるための レクリエーションについて (実技)	愛知県レクリエーション協会 副理事長 鯖戸 善弘

【研修会の様子】

●運動時の安全管理について (講義)

当センター健康運動指導士の深澤より、運動時の安全管理について講義をしました。安全面を意識した運動環境形成のためのポイントやRICE処置について解説しました。アンケートでは、「参加者の顔色や表情、動き、呼吸状態に気を配りたいです」、「定期的な救命講習やRICE処置の確認を行い、万が一に備えたいと思いました」「椅子に滑り止めをつけるなど、細かい安全対策を行いたいです」などの感想がありました。



講義の様子

●仲間づくりにつなげるための

レクリエーションについて (実技)

愛知県レクリエーション協会の鯖戸様より、仲間づくりにつなげるためのレクリエーションについて実技指導を行いました。複数人で実施するレクリエーションのポイントや紹介しました。アンケートでは、「体操教室やサロンで、和やかな雰囲気作りにレクリエーションを活用したいです」「参加者の年齢層や体力、理解度に合わせたレクリエーションを実施したいです」「笑顔や笑いが生まれるレクリエーションを取り入れ、楽しく参加できる場を提供したいです」などの感想がありました。



実技の様子

【研修会終了後の意見交換会について】

研修会終了後に、講師とアドバンスリーダーによる意見交換会を行いました。講師からは、講義・実技の要旨を解説し、アドバンスリーダーが本日の研修内容を(地域の)健康づくりリーダーに展開する際のポイントについて確認しました。また、アドバンスリーダー視点での研修会の感想や日ごらの活動状況について情報共有しました。

アドバンスリーダーからは、「安全管理について今一度見直したい」「レクリエーション指導において、できなくて悲観されないような工夫が必要だと感じた」「男性の参加者も楽しんでいただけるとの声掛けや工夫をしていきたい」などの意見がありました。