

1. 健康づくり推進員の状況

関・一	連・聖	桜ヶ丘	和・愛	諏・永	貝・豊	落・鶴	計
5	12	8	8	6	11	11	61

男	女	50代	60代	70代	計
26	35	2	22	37	61

2. 令和4年度活動実績

- ・コロナ禍で中止していた月例ウォーキングを再開。予約不要で当日の体調に合わせ気軽に参加できる点から、かねてより初心者や長距離は難しい方等に好評をいただいております、延べ727名の参加があった。参加者からは再開を待ち望んでいたとの声をいただいた。
- ・コロナ禍で中止していた「男の料理」についても、講話と調理の見学・試食という感染対策を考慮したうえでの実施を企画した。
- ・多摩さわやかウォーキングについては感染症防止の観点から昼食を含めないウォーキングを企画し、7歳から90歳まで132名の応募があったが、雨天のため当日は中止となった。

	実施回数 (回)	参加延べ人数 (人)	備考
地区活動ウォーキング	14	218	要申込み。深大寺や小野路など市外を含めたウォーキング
運動・体操	11	163	腰痛・膝痛予防体操、ヨガ、脳トレ体操、男の料理など
月例ウォーキング	23	727	市内3駅起着点、申込み不要の初心者向けウォーキング
多摩さわやかウォーキング大会	中止	中止	雨天のため中止 申し込み132名
合計	48	1108	

3. 課題と今年度の取り組み

- ・健康づくり推進員の高齢化に伴う人材確保が課題となっており、5年後には約半数の推進員が委嘱年齢制限に到達することとなる。推進員募集のPR活動や推進員委嘱年齢要件の見直しの可否など、人材確保に向けた協議を開始している。コミュニティセンターでのまつりが今年度より本格的に再開するのを受け、まつりでの推進員活動のPR、人材確保にも努めていく。
- ・本事業のウォーキングにおいて、ウォーキングポールの使用については、集団(40~50人)を安全に引率する観点から現在見合わせているが、「ポールを使いたい」という市民の声も散見される。7月31日に推進員研修を実施し、用具の効果と注意点を学んだうえで、集団でのウォーキングにおける導入については慎重に検討していく。
- ・多摩さわやかウォーキングについては、今年度は昼食を含めたコースを企画。多摩中央公園の改修工事に伴い、出発地点を永山北公園へと変更し、健康づくり推進員主体でコースを検討している。
- ・引き続き健康づくり推進員と協働しながら活動を継続し、健康な市民が健康を維持できるよう、活動の場を提供していく。