（活動報告書様式）

助成事業実施団体名	特定非営利活動法人 山形県健康づくり推進機構		
実施事業名	ロコモ予防普及推進事業		
助成事業区分	※該当する事業名を〇で囲んでください。 （協働助成事業（一般型）） 【県政課題名：身体機能の維持・向上、介護予防の推進】 協働助成事業（テーマ希望型）【テーマ名：　　】 団体支援助成事業		
団体の所在市町村名	山形市	事業費及び助成額	事業費　５０８，２２７円 助成額　５００，０００円

■ 事業目的

この事業は、幅広い年齢層に対し、ロコモティブシンドロームを知っていただくと共に、ロコモ予防を意識した運動を高齢者になる前から行うことが必要であることや、運動の大切さを意識する場を提供したいと考え実施しました。

■ 実施内容

「イオンで気軽にロコチェック！　～いつまでも自分の足で歩き続けるために～」
県内3ヶ所のショッピングセンターにて開催、ロコモ度チェック・予防体操・ヨガ・ストレッチ等を行う。ロコモ予防の重要性を啓発。
〇平成28年9月22日(木)イオン三川ショッピングモール　　参加者：302名
〇平成28年10月16日(日)イオン米沢　　参加者：280名
〇平成28年10月23日(日)イオン山形南　　参加者：405名

■ 事業の成果及び今後の展望

若い方のロコモ認知度は低く、体力の低下や運動の不実施も多く見られました。これらの方々が年齢を重ねることでより、ロコモティブシンドロームになり易い予備軍がまだまだ多くいると感じられました。高齢者のロコモへの認知度は高く、3回のイベントで参加者987名と、ほぼ目標1,000名に近い方に啓発を行うことができました。今後の活動においても、幅広い年代へロコモ予防並びにしゃんしゃん体操の普及啓発を行ってまいります。

■ この事業は、山形県健康福祉部健康長寿推進課健康づくりプロジェクト推進室との協働により実施しております

当団体は、県内各地で次の活動を行っています。お気軽にお問合せ下さい。
『介護予防教室・メタボ予防教室など様々な健康教室の実施、及び講師派遣』

下記ホームページにて、団体の活動などを掲載中！　検索　山形県健康づくり推進機構
◆当会のホームページ　www.kenkoclub.org　　◆Ｅメールアドレス info@kenkoclub.org