

健康づくりサポーター活動報告書（1月）

団体名	健康長寿楽団 みなと
講習会名 (テーマ)	区民協働健康づくりセッション/リモートコラボレーション支援 (心の健康、生活習慣病予防、健やかなコミュニティ他)
と き	2024年1月7日(日) 11:00-17:00 他
会 場	港区きらきらプラザ/生涯学習センターばるーん他
参加者数	オフライン 18名 オンライン 76名(延べ数 94名)
内容報告	<p>(1)内容の説明</p> <p>○健康づくりセッション(第1日曜日:港区きらきらプラザ)、スマート QoL 機軸でスマホ版トーク愛に加え、健康増進に加え ROMI などコミュニケーションロボットの協働研究も社会実装に向け情報交換。アコースティック楽器演奏やカラオケ声楽による健康づくりコラボは弾き語り中心に今年も継続。</p> <p>○心めぐりセッション(隔月土曜日:民間施設)、新年(1/27)に有志で、ノンジャンルのフリーセッションを開催。弾き語りやカラオケ等の声楽を主体としながらも、それらの楽曲をベース、ドラム、キーボード、サクソ等で自由自在にジョイントできるコラボ型イベントを模索。</p> <p>○風街集団じゃむ(不定期:他地域連携ジョイントイベント)、いつでもどこでも誰とでもお散歩付き出入り自由なフリージャムを今年から正式始動。お試して、港区きらきらプラザでの協働事業(ご近所ラボのイベント)に参加。来月以降、吉祥寺他、他地域行脚予定。</p> <p>(2)講習の感想</p> <p>○「健康づくりコラボ」「心めぐりセッション」「風街集団じゃむ」の企画運営については、出入り自由の任意イベントであるため、多々実務的な課題はあるものの、今後も継続改善しながら、有志の自主性を尊重し相互扶助の精神で実施したい。既存の混声合唱団(ミナトシティコーラス他)等の社会福祉の先進事例団体に倣って、Well-Being 要素も踏まえた健康増進プログラムを提案予定。</p> <p>(3)受講者の質問等 → 回答や対応方法</p> <p>○新たなイベント企画は?</p> <p>→ 当面、「健康づくりコラボ」「心めぐりセッション」「風街集団じゃむ」の三つのイベントを回しながら企画運営し、中期的には次期構想等新たなイベントを探索予定。</p> <p>(4)良かった事 → 反省点</p> <p>○風街集団じゃむ本格始動した点。</p> <p>→ 相互扶助の精神がないと継続が困難である点。</p>
活動風景	○きらきらプラザ他での健康づくりセッション風景は団体 SNS 参照
問い合わせ先 (連絡先)	中原 晃治 (080-3549-5230)