

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)	「健康づくりコラボ」「心めぐりセッション」「風街音楽集団じゃむ」他 (心の健康、生活習慣病予防、健やかなコミュニティ他健康づくりサポーター団体活動)
と き	2025 年 1 月 17 日 (土) 14:00-18:00 他
会 場	新橋きらきらプラザ、港区内民間施設他
参加者数	19 名 (オフライン延べ数のみ・除オンライン)
内容報告	(1) 内容の説明 ○健康づくりコラボ（月数回：新橋きらきらプラザ他）、ご当地ソング芝地域お散歩お立ち寄り（ご近所ラボ）以外にも港区内の区民協働施設を活用（2/1 生きがいづくりセッション予定他）開始。音楽イベントは、区内の民間施設にて当団員有志コラボ連携中（1/20 新橋レイドバックセッション・3/14 六本木ノンジャンルセッション）。今後、「生活習慣病予防」に資する活動を主とした高齢者予備軍等対象にコツコツと継続企画検討。 ○心めぐりセッション（隔月土曜：港区民間施設他）、新年会（1/10 六本木民間施設）に加え、「心の健康」に有益な様々な共創の場（多種多様なニーズを踏まえた生きがいセッション他）を試行。昨年出演した他地域の公共音楽祭イベントへの参加実績（聖蹟桜ヶ丘フェス・湯本温泉祭り他）に続き、少数でも肅々と「心めぐり楽団」を、その都度、有志にて組成予定。 ○風街集団じゃむ（不定期：広域民間施設）、広域イベント（5/23 水道橋民間施設他）出演を機に、「健やかなコミュニティ」を目指した身近なレベル（誕生日・還暦・古希等お祝いジャム他を民間飲食店の営業時間外空きスペースを利用）で試行開始。手始めに、数人でトライアル企画（2/7 六本木民間施設）。2 月以降、月 1 回ペース目標か。 (2) 講習の感想 ○「健康づくりコラボ⇒生活習慣病予防」×「心めぐりセッション⇒心の健康」×「風街集団じゃむ⇒健やかなコミュニティ」の 3 コンセプト施策にて、健康づくりサポーター団体の諸活動をリニューアル運営することとなり、次年度指標のベース構築に寄与。 (3) 質問？ → 回答や対応方法 ○5 月の水道橋イベントのスケジュール？ → 2/7、風街集団じゃむにて有志で詳細協議。 (4) 良かった事 → 反省点 ○前述の 3 コンセプト施策での役割分担により、各イベント運営の負荷軽減等に期待大。 → 上記イベント運営に関する任意協力体制の在り方や SNS 活用方法等課題あり。
参考	○健康づくりサポーター団体の風景 SNS「健康長寿楽団みなと」参照
問い合わせ先 (連絡先)	中原 晃治 (080-3549-5230)