

【Project PAN (Physical Activity and Nutrition)】

<p>1, 2 月</p>	<p>◇テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>1/8, 16, 17, 18, 24 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (墨田区 5 会場)</p> <p>1/21 世田谷区主催介護予防教室 (講師: 木村美佳、世田谷区上祖師谷グループホームかたらい)</p> <p>1/28-29 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所、小滝地区集会所)</p> <p>1/30 「すみだテイクテン」の効果を検証した論文が電子ジャーナル BMC Geriatrics 掲載されました。</p> <p>Title: Community-based intervention to improve dietary habits and promote physical activity among older adults: a cluster randomized trial</p> <p>Authors: Kimura Mika, Moriyasu Ai, Kumagai Shu, Furuna Taketo, Akita Shigeko, Kimura Shuichi, Suzuki Takao</p> <p>2/ 6-7 大府市保健センター主催 大府介護予防事業『健康長寿塾』 (講師: 木村美佳、愛知県大府市)</p> <p>2/15 墨田区特定高齢者事業「口腔機能向上プログラム」 講義 「食べて生き生き術」 (講師: 木村美佳、墨田区役所)</p> <p>2/12, 15, 19, 20, 21, 28 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (墨田区 6 会場)</p> <p>2/25-26 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所、小滝地区集会所)</p>
<p>3, 4 月</p>	<p>◇テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>3/5 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (すみだ女性センター)</p> <p>4/1, 2 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p> <p>4/1 墨田区「すみだテイクテン」事業委託契約締結 (平成 25 年度)</p> <p>4/23 平成 24 年度「すみだテイクテン」報告書提出 (墨田区役所)</p>
<p>5, 6 月</p>	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>5/14, 15, 16, 17, 21, 23 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (墨田区 6 会場)</p> <p>6/3 世田谷区主催介護予防教室 (講師: 木村美佳、世田谷区上祖師谷グループホームかたらい)</p> <p>6/11, 18, 19, 20, 21, 27 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (墨田区 6 会場)</p> <p>6/ 24-25 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p>
<p>7, 8 月</p>	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>7/9, 16, 17, 18, 19, 25 「すみだテイクテン フォローアップ教室」 (墨田区 6 会場)</p> <p>7/22 墨田区広報誌「すみだ」で、25 年度「すみだテイクテン」初心者教室の募集開始</p> <p>7/29-31 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所、北上地区女川集会所、石巻市仮設南境第 4 団地集会所)</p> <p>8/21-22 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区女川集会所、北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p> <p>8/29 墨田区高齢者福祉課主催 すみだテイクテン 栄養講演会 「健康長寿のための食の手立て～シニアは“新型栄養失調”?～」 (講師: 人間総合科学大学 熊谷修教授、墨田区役所リバーサイドホール)</p> <p>8/ 30 テイクテンサポーター講習会 (講師: 木村美佳、ILSI Japan 会議室)</p>

9, 10 月	<p>◇テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>9/11, 12, 20, 24, 26 「すみだテイクテン 第9期講習会 (初心者向)」 (墨田区4会場)</p> <p>9/5, 10, 17, 18, 19, 27 「すみだテイクテン 第9期フォローアップ教室」 (墨田区6会場)</p> <p>9/9 テイクテンサポーター講習会 (講師: 木村美佳、ILSI Japan 会議室)</p> <p>9/17-18 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市北上地区女川集会所、北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所、石巻市仮設南境第4団地集会所)</p> <p>9/28 住友生命健康財団コミュニティスポーツ推進助成プログラム助成金贈呈式</p> <p>10/2, 4, 8, 9, 10, 18, 22, 23, 24 「すみだテイクテン 第9期講習会 (初心者向)」 (墨田区4会場)</p> <p>10/1, 3, 15, 16, 17, 25 「すみだテイクテン 第9期フォローアップ教室」 (墨田区6会場)</p> <p>10/24 第72回日本公衆衛生学会総会 ポスター発表 「複合型介護予防事業「すみだテイクテン」の世帯形態及び対象者別効果の検証」(三重県総合文化センター・津市)</p>
11, 12 月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>11/1, 5, 6, 7, 15, 26 「すみだテイクテン 第9期講習会 (初心者向)」 (墨田区4会場)</p> <p>11/12, 19, 20, 21, 22, 28 「すみだテイクテン 第9期フォローアップ教室」 (墨田区6会場)</p> <p>11/5 震災被災地支援: 石巻専修大学共創センター主催 元気はつらつ! 健康習慣セミナー 講話 (講師: 木村美佳、稲井公民館・石巻市)</p> <p>11/9 第8回日本応用老年学会大会(札幌医科大学・札幌市) 一般演題口述発表「複合型介護予防事業『すみだテイクテン』の効果 ―世帯形態による違いについて」</p> <p>11/11-12 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市仮設南境第5団地集会所、北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p> <p>11/18 墨田区介護予防サポーター養成講座 講義「栄養改善」 (講師: 木村美佳、墨田区役所)</p> <p>11/19 江戸川人生大学 介護・福祉学科講義「介護予防」 (講師: 木村美佳、篠崎文化プラザ・東京都江戸川区)</p> <p>12/2-3 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (講師: 木村美佳、石巻市仮設南境第2団地集会所、北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p> <p>12/10, 12, 17, 18, 19, 20 「すみだテイクテン 第9期フォローアップ教室」 (墨田区6会場)</p>