

CHP

【Project PAN (Physical Activity and Nutrition)】

1, 2 月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>1/12, 18, 20, 22、「すみだテイクテン 第 11 期フォローアップ教室」(墨田区 4 会場)</p> <p>2/22-24 社会福祉法人日の出福祉会主催「インストラクター養成講習」(講師:木村美佳、兵庫県加古郡)</p> <p>2/29-3/2 津和野町シルバー人材センター主催「介護予防リーダー養成講習」(講師:木村美佳、島根県津和野町)</p> <p>2/9, 17, 19, 25「すみだテイクテン 第 11 期フォローアップ教室」(墨田区 4 会場)</p>
3, 4 月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>2/29-3/2 津和野町シルバー人材センター主催「介護予防リーダー養成講習」(講師:木村美佳、島根県津和野町)</p> <p>3/1 すみだテイクテン第 11 期フォローアップ教室」(墨田区 1 会場)</p> <p>3/3 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>3/7-9 「テイクテンインストラクター養成講習」(社会福祉法人日の出福祉会委託) (講師:木村美佳、兵庫県加古郡)</p> <p>3/14-16 津和野町シルバー人材センター主催「テイクテン介護予防リーダー養成講習」(講師:木村美佳、島根県津和野町)</p> <p>3/28-31 岩国市社会福祉協議会主催 「テイクテン介護予防リーダー養成講座」(講師:木村美佳、山口県岩国市)</p> <p>3/9, 28 「すみだテイクテン自主グループサポート」(墨田 2 会場)</p> <p>4/28 「すみだテイクテン自主グループサポート」(墨田 1 会場)</p>
5, 6 月	<p>5 月 18 日 「すみだテイクテン」自主グループ交流会(墨田区中ノ郷信用組合本店会議室)</p> <p>5 月 24 日 震災被災地支援「いしのまきテイクテン」(講師:木村美佳、北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所、石巻専修大学山崎ゼミ)</p> <p>6 月 8 日 ビデオ「みんなで広げるテイクテン」を YouTube にアップ</p>
7, 8 月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>7/11 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>7/20-21 「テイクテンインストラクター養成講習」(講師:木村美佳、ILSI 事務所)</p> <p>7/2 「すみだテイクテン自主グループサポート」(墨田 1 会場)</p> <p>8/1-3 吉賀町社会福祉協議会主催「テイクテン介護予防リーダー養成講座」(講師:木村美佳、島根県吉賀町)</p> <p>8/22-24 吉賀町社会福祉協議会主催「テイクテン介護予防リーダー養成講座」(講師:木村美佳、島根県吉賀町)</p> <p>8/25 「すみだテイクテン自主グループサポート」(墨田 1 会場)</p>
9, 10 月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>9/1, 7, 13, 15, 27, 28, 29 すみだテイクテン教室(みどりコミュニティセンター,すみだ女性センター,スポーツプラザ梅若)</p> <p>9/5-6 震災被災地支援「いしのまきテイクテン」(北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所)</p> <p>10/5, 11, 13, 19, 25, 27 すみだテイクテン教室(みどりコミュニティセンター,すみだ女性センター,スポーツプラザ梅若)</p> <p>10/17, 19 津和野町シルバー人材センター主催「介護予防リーダー養成講座」(島根県津和野町)</p>

	<p>10/18, 19 津和野町シルバー人材センター10周年記念講演（日原山村開発センター,津和野町町民センター）</p> <p>10/18 「テイクテンきよらプロジェクト」発足会議（参加団体：島根県,山口県4市町村の団体【津和野町/益田市シルバー人材センター,吉賀町/岩国市社会福祉協議会】及びILSI,14名参加,島根県吉賀町）</p> <p>10/25 いきいきランチ教室（八広地域プラザ,墨田区）</p>
11, 12月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <p>11/2, 8, 10, 16, 22, 24, 30 すみだテイクテン教室（みどりコミュニティセンター, すみだ女性センター, スポーツプラザ梅若, 墨田区）</p> <p>11/1, 8, 15, 22, 29 いきいきランチ教室（八広地域プラザ, 墨田区）</p> <p>11/11 テイクテン自主グループ交流会（すみだリバーサイドホール）</p> <p>11/14 墨田区介護予防サポーター養成講座（墨田区役所）</p> <p>11/15 江戸川人生大学 介護・福祉学科1年次講義（篠崎文化プラザ, 江戸川区）</p> <p>11/21 足立区介護予防講演会 「一緒にやろう老化を遅らせる運動・栄養プログラム「テイクテン!®」」（生涯学習センター学びピア 21, 足立区）</p> <p>12/6 震災被災地支援:いしのまきテイクテン（北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所, 宮城県石巻市）</p> <p>12/7, 8, 13, 27 すみだテイクテン教室（みどりコミュニティセンター, すみだ女性センター, スポーツプラザ梅若, 墨田区）</p> <p>12/6, 13, 20, 27 いきいきランチ教室（八広地域プラザ, 墨田区）</p>