



【Project PAN (Physical Activity and Nutrition)】

<p>1, 2 月</p>	<p>1/18, 2/1 自主サークルスカイテイクテン (押上オレンジルーム, 墨田区) 1/23, 30 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (南境第四仮設団地集会, 石巻市) 1/25 自主サークルなでしこテイクテン (中ノ郷信用組合立花支店, 墨田区) 2/5, 19 横浜市都筑区社会福祉協議会主催「食べて動いて健康づくり～TAKE10!～講座」 (第1回, 第2回) (横浜市都筑地区センター) 2/22～23 墨田区主催「栄養・口腔講演会」<1日目> 口腔ケアに関する講義 <2日目> 調理実習 (八広地域プラザ, 墨田区) 2/28 きよらテイクテン担当者会議 (益田市シルバー駅前サロン, 島根県)</p>
<p>3, 4 月</p>	<p>3/1～2 津和野町複合交流拠点施設実証実験 (日原賑わい創出拠点(仮)プレオープンイ ベント): 「テイクテン～介護予防も楽しんで学べます!」テイクテン教室3回実施 (島根 県) 3/2 テイクテンリーダー講習会 (日原賑わい創出拠点(仮), 島根県) 3/5, 19 区内地域ケアプラザ・都筑区社会福祉協議会主催 「食べて動いて健康づくり～ TAKE10!～講座」 (第3回) (第4回) (横浜市都筑地区センター) 3/6 石垣プロジェクト結果報告会 (綱町三井倶楽部, 港区) 4/19 自主サークルスカイテイクテン (押上オレンジルーム, 墨田区)</p>
<p>5, 6 月</p>	<p>5/2 LiSM10!プログラム, 米国 NCI (National Cancer Institute) の RTIPs (Research-Tested Intervention Programs) Web サイトに掲載 5/14 ビデオ「先輩に続け! いしのまきテイクテン～石巻専修大学の試み」YouTube 掲載 5/22 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (石巻専修大学, 南堺第四団地集会所) 5/31 自主サークルなでしこテイクテン (中ノ郷信用組合立花支店, 墨田区) 6/6 介護予防「らくらく教室」講習会 (地域包括支援センター千住本町, 足立区) 6/19 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (石巻専修大学, 南堺第四団地集会所) 6/20 石垣プロジェクト報告会 (大日本印刷, 品川区)</p>
<p>7, 8 月</p>	<p>7/10 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (石巻専修大学, 南堺第四団地集会所, 宮 城県) 8/16 自主サークルスカイテイクテン (押上オレンジルーム, 墨田区) 8/21 ・リーダー講習会 (吉賀町社会福祉協議会) ・テイクテンきよらプロジェクト会議 (吉賀町福祉センター会議室) 参加者; 津和野町シルバー人材センター, 益田市シルバー人材センター, 岩国市 社会福祉協議会, 吉賀町社会福祉協議会, 吉賀町地域包括支援センター各代表者、 ILSI Japan ・テイクテン講座 (吉賀町七日市公民館) 8/22 テイクテン講座 (吉賀町立戸サロン/ 抜月サロン, 島根県)</p>
<p>9, 10 月</p>	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p>

	<p>9月 11, 12, 14, 21, 25, 26日 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若, 墨田区総合体育館, すみだ女性センター）</p> <p>9月 27日 すみだテイクテン自主グループサークル なでしこテイクテン（中ノ郷信用組合立花支店, 墨田区）</p> <p>10月 9, 10, 12, 23, 24, 26日 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若, 墨田区総合体育館, すみだ女性センター）</p> <p>10月 19日 すみだテイクテン自主グループ交流会（すみだ女性センター）</p> <p>10月 25日 第77回日本公衆衛生学会総会で発表「介護予防教室参加者の社会的孤立と食習慣、体操習慣との関連性について」（ビックパレットふくしま, 郡山市）</p>
11, 12月	<p>◇ テイクテン (TAKE10!®)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 11月 7, 9, 13, 16, 21, 27日 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若, 墨田区総合体育館, すみだ女性センター） ・ 11月 12日 墨田区介護予防サポーター養成講座（墨田区役所） ・ 11月 20日 江戸川人生総合大学介護健康学科1年次講義（篠崎文化プラザ, 江戸川区） ・ 11月 27-28日 島根県のIT企業における介入試験に関し島根大学等と打ち合わせを実施（島根大学） ・ 12月 5, 7, 11, 19, 21, 25日 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若, 墨田区総合体育館, すみだ女性センター） ・ 12月 6日 すみだテイクテン自主グループサークル（スカイテイクテン（オレンジルームむこ3 墨田区） ・ 12月 12日 すみだテイクテン自主グループサークルYYテイクテン（中ノ郷信用組合本店 墨田区）