

**CHP (Center for Health Promotion)**

◆Project PAN (Physical Activity and Nutrition) “身体活動と栄養” プロジェクト

活動ビジョン・ゴール	年度目標
<p>超高齢化が進む国内において、働きざかりの人々や高齢者の健康維持を支援する、運動と栄養の複合プログラムの開発と実践</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ヘルシーエイジングのためのプログラムの開発・普及</li> <li>➤ 介護予防教室の開催(自治体、社会福祉協議会、企業)</li> <li>➤ 地域リーダーの育成(大学、社会福祉協議会、シルバー人材センター)</li> <li>➤ 論文等、科学的成果の発信</li> </ul>

	進捗・課題	予定・行動計画	関連団体等
1, 2月	<p>2022年度墨田区の委託事業「すみだテイクテン教室」の効果についての解析ならびに報告書の作成。 2023年度開催予定の同教室の準備。 共同研究に関する論文投稿の準備。</p>	<p>介護予防教室、地域リーダー育成養成講座の開催。 論文投稿。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長寿医療センター研究所</li> <li>✓ 国立健康長寿医療センター</li> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
3, 4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 2022年度墨田区の委託事業「すみだテイクテン教室」の効果についての解析ならびに報告書の提出。</li> </ul>	<p>介護予防教室、地域リーダー育成養成講座の開催。 論文投稿。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ すみだテイクテン自主グループ交流会の開催 (3/30 すみだ女性センター, 現在墨田区内で教室終了後に自主的に活動をしている7つのサークル参加者を対象)。</li> <li>➤ 2023年度「すみだテイクテン教室」春教室開催 (4/18, 4/25, 墨田区総合運動場)。</li> <li>➤ 共同研究に関する論文投稿の準備。</li> </ul>		<p>寿医療センター研究所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 国立健康長寿医療センター</li> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
5, 6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 2023年度「すみだテイクテン教室」春教室開催 (5/16, 5/23, 5/30, 6/6, 6/20, 6/27, 墨田区総合運動場)</li> <li>➤ 共同研究に関する論文投稿</li> <li>➤ 学会発表演題登録</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 介護予防教室、地域リーダー育成養成講座の開催</li> <li>➤ 論文投稿</li> <li>➤ 学会発表</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長寿医療センター研究所</li> <li>✓ 国立健康長寿医療センター</li> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
7, 8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ テイクテン介護予防リーダー養成講座</li> <li>➤ 主催) 津和野町シルバー人材センター (8/30, 31 栄町共栄館 (津和野町))</li> <li>➤ テイクテン介護予防リーダース</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 論文投稿</li> <li>● 学会発表</li> <li>● 介護予防リーダー養成講座</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長寿医療センター研究所</li> </ul>

	<p>キルアップ講座</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 主催) 益田市シルバー人材センター、津和野町シルバー人材センター合同開催 (8/28, 29 豊田公民館 (益田市))</li> <li>➤ 自主グループ活動支援 (8/18 墨田区生涯学習センター)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 国立健康長寿医療センター</li> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
9, 10 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 2023 年度 「すみだテイクテン教室」 秋教室開催 (9/6, 9/20, 10/4, 10/18, ユートリヤすみだ生涯学習センターマスターホール, 10/5, 10/19, 10/26, 緑コミュニティセンター多目的ホール)</li> <li>➤ テイクテン介護要望活動リーダー養成講座 主催) 津和野町シルバー人材センター (9/12, 9/13, 津和野町共栄館)</li> <li>➤ 東京家政学院大学 栄養プロデュース実習 (9/5, 9/6, 9/19, 9/20, 1 班, 10/3, 10/5, 10/17, 10/19, 2 班)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 日本公衆衛生学会発表</li> <li>● 論文投稿</li> <li>● ホームページリニューアル</li> <li>● 東京家政学院大学栄養プロデュース実習受け入れ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長寿医療センター研究所</li> <li>✓ 国立健康長寿医療センター</li> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
11, 12 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 2023 年度 「すみだテイクテン教室」 秋教室開催 (11/1, 11/15, 11/29, 12/13, ユートリヤすみだ生涯学習センターマスターホール; 11/2, 11/9, 11/16, 11/30, 12/14, 緑コミュニティセンター多目的ホール)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 論文投稿準備</li> <li>● ホームページリニューアル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 石巻専修大学</li> <li>✓ 鹿児島大学</li> <li>✓ 島根大学</li> <li>✓ 札幌医科大学</li> <li>✓ 東京都健康長寿医療センター研究所</li> <li>✓ 国立健康長寿</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 東京家政学院大学 栄養プロデュース実習 (11/28, 11/29, 11/30, 12/5, 12/13, 12/14)</li> <li>➤ 第 82 回公衆衛生学会総会ポスター発表, 演題「地域における介護予防リーダーの栄養素摂取量～同地域在住の高齢者との比較」(11/2, つくば国際会議場)</li> </ul>		<p>医療センター</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 墨田区</li> <li>✓ 横浜市社会福祉協議会</li> <li>✓ 岩国市社会福祉協議会</li> <li>✓ 吉賀町社会福祉協議会</li> <li>✓ 津和野町シルバー人材センター</li> <li>✓ 益田市シルバー人材センター</li> </ul>
--	--	--	--