

活動報告と令和3年度方針

(令和3年3月20日 近畿ブロック会・リモート会議)



改装・再建された薬師寺東塔

一般社団法人
奈良県健康生きがいづくり協議会

令和2年度報告

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、活動の自粛・縮小を余儀なくされた。

1. 各種会議

理事会・定例会 : 月1回開催。但、4～6月は書面会議
12月以降はリモート併用。

総会 : 7月12日開催。(例年の2か月遅れ)

2. 事業活動 . . . 各種計画するも殆ど中止。以下のみ実施

(1) 設立25周年記念事業

①当初、市民向け記念イベント・講演会を計画するも、コ
ロナ

災禍を避ける3密対策のため実施取り止め。

②記念誌発行

過去5年間(平成27年10月～令和2年9月)の活動記録・寄稿文
を中心に編集(38頁版)、令和3年2月に発行。

行政・関係団体、会員に配布。

< 記念誌の内容 >

1. 巻頭言
2. 祝辞・辻理事長
3. 祝辞・奈良県社協・荒井会長
4. 活動実績・平成27年度～令和2年
5. 会員の寄稿
6. 各種資料

度

奈良健生25周年記念誌
奈良健生の足跡
～平成27年10月から令和2年9月～



表紙



一般社団法人 奈良県健康生きがいづくり協議会

3

平成の足跡



- 大宇陀交遊会の開催
3月28日に宇陀市松山地区の憩いみ敷薬とタケノコ園りを楽しみ、参加者11名。



- ふるさと体験ツアー(「大人の林間学校」に改名)の開催
8月20日～21日、下北山村で開催。参加者8名。



- 「秋の収穫体験ツアー」の開催
10月29日、菊井農園で稲刈り、NPO 法人どんご(下市町)運営のカフェ「かてと」で稲刈り産との交流を図る。参加者23名。



- 土曜市、ヨガ及びディスコンの開催
毎月第3木曜日に西武会館前で、土曜市、ヨガ及びディスコンを開催。計12回で110名参加。


====平成 28(2017)年度====

- 5月7日 総会、懇談会(春日ホテル)



4

令和2年度

- アドバイザー養成講座・資格認定研修課程の開催
7月15日、29日、8月5日に養成講座、9月30日、10月1日に認定研修課程を開催。
6名の参加で4名が正会員となる。



- 「百歳塾」の実施
9月10日、12月3日、3月11日の3回、大和高田市市民交流センターにおいて「百歳塾」を実施した。
- 大塚城交遊会
4月2日、大塚城内を散策 会員 21名参加。
- 大宇陀交遊会の開催
4月27日に宇陀市志田地区の御堂みどり公園と高見の里の桜並木散策を実施した。参加者 30名。






- 「大人の林間学校」の開催
8月26日～27日、下北山村で開催した。参加者 6名。
- 馬見丘陵交遊会
10月26日、馬見丘陵公園敷地と河合町まほろばホールでの出前講座を開催した。参加者 80名。
- 「しなや小物」の開催
毎月第3木曜日に西部公民館で、大塚半、ヨガ及びディスコンを開催した。
計 12回で 110名参加。

5




令和元年度

- 脳活性化講座体験ツアー
5月19日、万葉城物園において「脳活万葉城物園講座」を実施した。
講師：神津氏、参加者 24名（一般 12名、会員 12名）。
- 10月27日、東大寺境内ミステリーツアーを実施した。講師：神津氏、参加者 32名（一般 23名、会員 9名）。








- 男女のコミュニケーション&お友達づくりツアー
8月24日、榎原神宮会館において開催された竹田恒泰氏の「古事記を学ぶ」講座に参加後、榎原オーケストラにて「男女コミュニケーション講座」を交えたお友達夕食会を実施した。
参加者 16名（一般 5名、会員 11名）。

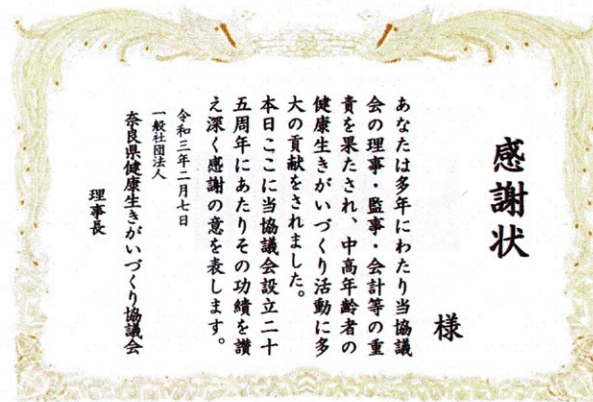
- フレイル予防イベント
8月15日、南郷公民館において、「フレイル予防」講座、サックス演奏、英会話体験会、温泉水セルフケア体験会、健康測定及び健康相談を実施した。参加者のべ 40名。

6

③感謝状・記念品贈呈 (3名)

10年以上の永年にわたり奈良健生の役職（会長・副会長・理事・会計等）に就任し、活動に貢献された方・3名に贈呈



(2) いきいきライフ事業

マイノート講師養成学習会・11月~12月（延3日間）開催

(3) 健康づくり事業

「しなやか塾」月1回、奈良市西部公民館で開催

ヨガ、笑いヨガ、ディスコンの体験会、市民及び会員が
毎回10~15名参加

令和3年度方針（検討中）

1. 各種会議

(1) 理事会・定例会 : 毎月1回 第1日曜日

(2) 定期総会 : 令和3年5月

(3) 事業部・部会など : 随時

2. 事業活動

コロナ災禍の収束状況、国・県市の方針を見極めて可能な事業を検討し、実施を模索する。

(1) いきいきライフ事業

- ①脳活性化ツアー
- ②いきいきライフセミナー 2～3市で開催を計画

(2) 健康づくり事業

しなやか塾を継続して開催。
さらに他の市町や地域での開催を検討

9

(3) 交流・イベント事業

市民と会員合同の地域交流イベント・歴史散策などを計画。

(4) AD養成・会員啓発事業

- ①アドバイザー養成・認定講座を検討
- ②会員向けの啓発講座を検討

おわり

10