

まちそだて講座（専科） 健康体操教室 報告

- 【日 時】 2014年6月19日（木）13:30~15:00
【会 場】 コミュニティルーム（BRANCH神戸学園都市1階）
【定 員】 10名
【申込者】 14名
【参加者】 12名（男2名 女10名：垂水区9名 西区3名）
【年 齢】 28歳~74歳 平均年齢49歳
【講 師】 株式会社セラピット 理学療法士：石間伏勝博さん
【参加費】 無料

■講座の目的

- ・企業の社会貢献事業として実施
- ・専門家による健康指導、体操指導を受ける機会の提供

■事業の成果

- ・企業の社会貢献の場の提供（地域住民との交流）
- ・シニア世代をターゲットとしていたが、子育て世代も興味関心があることが分かった。（今後の広報の仕方について参考になった）
- ・専門的な指導を気軽に受けていただく機会となり、日々の健康づくりの意識啓発

■評価・課題

- ・多世代が共に受講する場となった。
- ・参加者の満足度の高い講座となった。（対象者の年齢幅にも対応した内容）
- ・子ども連れの参加者が6組あり、キッズスペースを急遽設けた。子ども連れの参加者の受付についての対応を事前に決めておく必要があった。

