

## 令和5年度愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第3回)報告書

令和5年9月2日(土)に令和5年度愛知県健康づくりリーダー再教育研修会(第3回)を来場型として開催しました。定員150名に対し、124人から申し込みがあったため、申込者全員を受講決定者としてしました。研修会当日は、105人が参加し、104人からアンケートを回収しました。地区別の参加状況は下記のとおりです。

### 【地区別アンケート提出状況】

リーダー連絡協議会支部別			地域詳細		アンケート提出数
			区及び市町村名		
①	名古屋	1	東・西	昭和・名東・千種・中・中川・中村	1
		2	南	瑞穂・港・南・緑・天白・熱田	1
		3	北	北・守山・東・西	1
②	尾張北部	1	瀬戸	瀬戸・尾張旭・長久手・春日井	3
		2	豊明	豊明・日進・東郷	4
		3	江南	江南・犬山・岩倉・大口・扶桑・小牧	7
		4	清須	北名古屋(師勝・西春)・清須(西枇杷島・清洲・新川・春日)・豊山	3
③	尾張西部	1	一宮	一宮(尾西・木曾川)	0
		2	津島	弥富(弥富・十四山)・津島・あま(七宝・美和・甚目寺) 大治・蟹江・飛鳥・愛西(佐屋・立田・八開・佐織)	5
		3	稲沢	稲沢(祖父江・平和)	2
④	知多	1	美浜	阿久比・東浦・武豊・美浜・南知多	6
		2	半田	半田	2
		3	知多	知多・常滑	5
		4	東海	東海・大府	4
⑤	西三河南部	1	岡崎	岡崎(額田)	4
		2	刈谷	刈谷・碧南・高浜	1
		3	安城	安城・知立	13
		4	西尾	西尾(一色・吉良・幡豆)・幸田	1
⑥	西三河北部	1	豊田	豊田(足助・下山・旭・藤岡・小原・稲武)・みよし	8
⑦	東三河	1	豊橋		6
		2	豊川	豊川(一宮・音羽・御津・小坂井)	1
		3	蒲郡	蒲郡	5
		4	新城	新城(鳳来・作手)・設楽(津具)・東栄・豊根(富山)	0
		5	田原	田原(渥美)	2
小計					85
連絡協議会に属さないリーダー					18
不明(所属に関する項目を未記入のため)					1
不明(アンケート未提出のため)					1
<b>合計</b>					<b>105</b>

## 【カリキュラム】

内 容	講 師
効果的な教室運営について（講義）※	あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 井村 聡仁 アドバンスリーダー 岡本 径子 氏
簡易体力測定の方法とその評価方法（実技）	あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 垣見 宗太 同上 西藤 瞳 (指導補助) アドバンスリーダー2名

※講義を録画・編集し、令和5年9月16日（土）から動画配信サイトにて公開しています。

なお、講義動画の視聴は、各保有資格における更新単位発行の対象外となります。

## 【研修会の様子】

### ●効果的な教室運営について

井村より、PDCA サイクルに基づいた教室の運営や評価について講義をしました。その後、アドバンスリーダー岡本氏より、南知多町元気アップ教室を実例として挙げ、実技指導プログラムを示しながら、具体的に事例紹介していただきました。アンケートでは、「PDCA サイクルの大切さがわかりました。今後に役立てていきたいと思います。実技指導プログラムをしっかりと考えてまとめたいと思いました。」などの感想がありました。



講義の様子



アドバンスリーダー岡本氏

### ●簡易体力測定の方法とその評価方法

簡易体力測定の目的や注意点、結果表の見方について講義をしました。また、実際に体力測定の体験や機器の操作、記録用紙への記載などをしました。アンケートでは、「測定の仕方がよくわかりました」「測定の目的をしっかりと説明し、正しい測定法を行っていききたい」などの感想がありました。

なお、安全で効果的な体力測定の実施を目的に、「体力測定補助研修動画」を製作し、研修会当日から動画配信サイトで公開しました。今後は、体力測定補助研修受講後の確認（復習）と、地域で体力測定を実施する際の事前学習として視聴されることを想定しています。



実技の様子

### 【意見交換会の様子】

研修会終了後に、講師とアドバンスリーダー15名で、意見交換会を行いました。講師からは、講義・実技の要旨を解説し、アドバンスリーダーが本日の研修内容を（地域の）健康づくりリーダーに展開する際のポイントについて確認しました。

また、アドバンスリーダー視点での研修会受講後の感想や日ごろの活動状況について情報共有しました。アドバンスリーダーからは、「本日から公開した体力測定補助研修動画を今後の地域の活動で活かしていきたい」との意見や、アドバンスリーダーの新たな役割として、「体力測定の指導者になる」ことについての提案がありました。

