令和　●　年度

守口市地域介護予防活動支援事業

活動報告書

|  |  |
| --- | --- |
| **通いの場名** | もりぐちカラコロクラブ |
| **主な活動内容** | カラコロ体操とラジオ体操を取り入れて身体を動かす。初心者でも参加しやすい運動を行う。 |
| **代表者氏名** | 守口　京子 |
| **代表者連絡先** | 06（　6992　）1614 |
| **年間活動日数** | ２２　　　日 |
| **年間参加延人数** | １７６　　　人 |
| **活動を通じての感想** | 毎月顔を合わせて交流し、一緒に身体を動かすことで、介護予防ができたと思う。カラコロ体操は初心者でも楽しく参加することができた。 |
| **今後の目標** | カラコロ体操を継続しながらも、他の難しい体操にも挑戦したい。 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | 月日 | 時間 | 活動内容 | 参加人数 | | | | | |
| **75歳以上** | | **65歳以上** | | **65歳未満** | |
| **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** |
| 例 | **4/１** | **10:0～11:00** | **カラコロ体操、脳トレ** | **2** | **3** | **0** | **3** | **0** | **1** |
| 1 | 4/12 | 10:00～11:00 | カラコロ体操、ラジオ体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 2 | 4/19 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 3 | 5/10 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 4 | 5/17 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 5 | 6/14 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 6 | 6/21 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 7 | 7/12 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 8 | 7/19 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 9 | 9/13 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 10 | 9/20 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 11 | 10/11 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 12 | 10/18 | 11:00～12:00 | カラコロ体操、ハロウィン体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 13 | 11/8 | 10:00～11:00 | カラコロ体操、ラジオ体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 14 | 11/15 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 15 | 12/13 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 16 | 12/20 | 11:00～12:00 | カラコロ体操、クリスマス体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 17 | 1/10 | 10:00～11:00 | カラコロ体操、ラジオ体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 18 | 1/17 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 19 | 2/14 | 10:00～11:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 20 | 2/21 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 合　計 | | | |  | 80 | 40 | 40 | 0 | 0 |

※ページが足りない場合はコピーをして使用してください。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | 月日 | 時間 | 活動内容 | 参加人数 | | | | | |
| **75歳以上** | | **65歳以上** | | **65歳未満** | |
| **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** |
| 例 | **4/１** | **10:0～11:00** | **カラコロ体操、脳トレ** | **2** | **3** | **0** | **3** | **0** | **1** |
| 21 | 3/13 | 10:00～11:00 | カラコロ体操、ラジオ体操 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 22 | 3/20 | 11:00～12:00 | 同　上 | 0 | 4 | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 合　計 | | | | 0 | 88 | 44 | 44 | 0 | 0 |

※ページが足りない場合はコピーをして使用してください。