

2023年度

茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会

総会資料

期 日 2023年 5月 23日（火）10時より

会 場 茨城県庁本庁舎 9階 講堂

スローガン

- ◎茨城県民にシル・リハ体操で“健康寿命の延伸と健康長寿日本一のいばらき”を目指そう！
- ◎すべての高齢者が健康で明るく元気に笑顔で暮らせる、社会環境をつくろう！
- ◎茨城県・県立健康プラザ・44市町村関連団体と各指導士会が連携をして推進しましょう！
- ◎全国一の“シル・リハ体操”と、ボランティア活動で日本一の連合会を目指そう！
- ◎各指導士会が一致団結し“シル・リハ体操”の普及推進とレベルアップを図ろう！

茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会

総 会 次 第

1. 開会のことば
2. 会長あいさつ
3. 来賓あいさつ
4. 来賓紹介
5. 各市町村指導士会出席状況報告
6. 議長選出
7. 議 事
 - 第1号議案 2022年度活動報告
 - 第2号議案 2022年度決算報告
2022年度監査報告
 - 第3号議案 2023年度活動計画（案）
 - 第4号議案 2023年度予算（案）
 - 第5号議案 会則の一部改正（案）
 - 第6号議案 役員途中交替および新規追加（案）
8. 議長解任
9. 閉会のことば

第1号議案 2022年度活動報告

1. フォローアップ研修会の推進

地域	日程	場所	参加人数
県北地域	10月12日(水)	常陸太田市民交流センター	331名
県央地域	10月28日(金)	コミュニティーセンター城里	270名
県南地域	10月21日(金)	市民ホールやたべ	338名
県西地域	11月18日(金)	境町中央公民館	195名
鹿行地域	10月7日(金)	神栖市文化センター	219名
合計参加人数			1353名

2. 市町村相互交流会の推進

令和5年2月21日 船橋指導士会が水戸指導士会を訪問・交流しました。

3. 広報誌「かけはし」の発行

第18号 2022年10月1日発行 大久保会長あいさつ、各指導士会の体操状況の紹介、健康プラザより笠間市における「ジュニア・リハビリ体操サポーター養成講習会」の開催紹介。

第19号 2023年1月1日発行 新年の大久保会長あいさつ、3年ぶりに開催された各地域でのフォローアップ研修会の内容紹介、令和3年度分の新1級指導士による実習状況紹介。

4. 健康プラザニュース「ヘルシーポケット」へ寄稿

第96号 8月発行 令和4年度のシル・リハ体操指導士養成講座の日程案内、3年ぶりの感謝状贈呈式の紹介、いばらきヘルスロードの紹介など。

第97号 2023年2月発行 食物アレルギーについて、フォローアップ研修会の紹介、令和5年度3級養成講座について他

5. 指導士会代表者(会長)会議および各市町村への説明会の開催

・2022年 5月26日(木) 13時30分から 健康プラザ主催のオンライン会議

内容は、「令和4年度シル・リハ体操指導士養成および体操普及事業に関する説明会」として、大田先生の講話、県長寿福祉課よりの市町村における地域支援事業とシル・リハ体操について、常陸太田市からの活動事例報告、体操指導士養成講習会などについて説明を受けた。

・2022年 8月18日(木) 13時30分から 健康プラザ主催の代表者会議を実施

大田管理者および大久保会長の挨拶後

茨城県福祉部長寿福祉課より「令和6年度以降の指導士養成方策」の説明、プラザより「令和4年度のフォローアップ研修会の実施予定」の説明、さらにプラザからの情報として、2級指導士養成講習会の募集、1級指導士の養成などの説明を受けた。

- ・2022年12月8日(木) 13時30分から 健康プラザ主催のオンラインによる市町村説明会(各指導士会代表も参加)を実施

内容は、・市町村の取り組み状況および意向調査結果、・1級指導士の役割りと推薦および養成講習会について、・市町村開催の3級養成講習会および2級養成講習会などの説明を受けた。

6. 茨城県福祉部長寿福祉課主催の検討会の開催(5地域協議会の指導士代表者および行政代表者で開催)

- ・2022年5月17日(火) 13時30分から「第1回シル・リハ体操の推進方策等検討会」(県庁9F講堂 および オンラインで開催)

内容は、「シルバーリハビリ体操に係る今後の対応について」と題して、令和3年度3月までの「令和5年度末で県による指導士の養成事業は終了する」との方針を変更し、令和6年度以降は「・地域でシルバーリハビリ体操が継続して実施できる方策を検討、・市町村や指導士会の意見も踏まえ、令和6年度以降についても、県による一定の関与を継続する」との方針を示し、今後は「アンケート調査、地区別検討会などを開催し、大きく前進する内容の説明を受けた。

- ・2022年「シルバーリハビリ体操推進方策等地区別検討会

開催日・場所 7/19:鹿行地区、7/20:県西地区、7/22:県南地区、
7/25:県北地区、7/27:県央地区

内容 ・指導士養成に係るアンケート結果について
・令和6年度以降の指導士養成方策(案)についての説明を受け、意見交換を実施した。

- ・2022年10月27日(木) 10時00分から 「第2回シルリハ体操推進方策等検討会」

内容は、「シルバーリハビリ体操に係る今後の対応について」として、・令和6年度以降の事業実施に係る基本的な方針、・令和6年度以降の指導士養成事業推進方策等(案)の説明を受け、意見交換を実施。(オンライン会議)

7. 健康プラザからの「健康プラザ通信」の配信

新型コロナウイルス感染防止のため、各指導士会が体操教室の休止や各種のイベントを中止する中、健康プラザとしては健康プラザおよび各指導士会と情報を共有するために、月1回程度(2022年9月から奇数月発行)の情報発信に取り組んできた。創刊号は令和2年5月1日発行、現在まで43号を配信しました。

1 人生100年時代を“健康寿命の延伸と健康長寿日本一のいばらき”目指しましょう！

44市町村の指導士会が共に学び相互に情報交換の出来る環境整備をし、市町村の指導士会が連携を密にし、5協議会・連合会の事業と全会員が団結を図り、“健康寿命の延伸と健康長寿日本一のいばらき”を目指して、各指導士会は地域の特徴と健康紙芝居等の利活用をして、行政関連団体と協力し目標に向かって事業運営をしよう。

2 茨城県・健康プラザ・行政関連・理学療法士会等と連携してシル・リハ体操の推進をしよう！

高齢者の「健康維持と介護・フレイル予防」を図り、「新しい茨城への挑戦：茨城県総合計画：健康寿命日本一2027年/全国1位」を実現するために、一人でも多くの高齢者の皆様に健康づくりを提供して、シル・リハ体操参加者に満足を頂けるような活動をする。

また、関連団体・県警本部等と協調し、安全・安心の生活が出来るよう活動を進めて参ります。

3 未来持続可能へ互助・共助で、超高齢社会をシル・リハ体操教室の拡大戦略を展開しよう！

高齢者全体の半数以上が後期高齢者となり、今後の社会保障費を圧迫する中で介護支援事業が課題です。3つのライフ：シフト（老々介護・寝たきり・孤独死）を防ぐことが重要です。官職民が連携強化をして、コロナ禍前の運営に体操教室を戻しましょう。中期計画は①教室3、000団体数（体操教室の増加対策を展開）②参加者80万人（県民高齢者の参加数）③組織体制の充実（3級地域開催等で指導士会員の増加5000人）④地域高齢者主催・各市町村関連団体のイベント事業で推進、体操教室を各自治会や集落の皆様に積極的に提供しよう。

4 シル・リハ体操の資質向上をすると共にコミュニティーを図り“健康づくり”をしましょう！

指導士は、92の体操の理解を深めること（特徴/一つの運動にかかる時間が少ない、道具を使わない、いろいろな姿勢でムリなくできる）各指導士会は会員・研修委員・1級指導士と共に資質向上に努め、教室で高齢者にシル・リハ体操を提供する。また、指導士は、自己の健康管理もしましょう。

5 3級養成者1万人・指導士養成20周年記念大会等の展開をし協議会と一体で支援する！

新しい生活様式の社会環境の中で、安全・安心対策を図り、行政関連・指導士会・体操教室の参加者が一致団結し、“シル・リハ体操”で健康づくりをして参りましょう。本年度は、5協議会は3級養成者1万人記念大会の研修会を開催。また、20周年記念大会は、指導士特別表彰等で1,000人の参加、会報2回の発行（9月、1月のかけはし）を展開する。

■ 茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会スローガン

- 茨城県民にシル・リハ体操で“健康寿命の延伸と健康長寿日本一のいばらき”を目指そう！
- すべての高齢者が健康で明るく元気に笑顔で暮らせる、社会環境をつくろう！
- 茨城県・県立健康プラザ・44市町村関連団体と各指導士会が連携をして推進しよう！
- 各指導士会が一致団結し“シルバーリハビリ体操”の普及推進とレベルアップを図ろう！