

2022 年度事業報告書

2022 年 4 月 1 日から 2023 年 3 月 31 日まで

特定非営利活動法人ふまねっと

1、事業の成果

1) 健康づくり支援事業

(ア) 健康づくり活動支援

ふまねっとサポーターによる健康づくり活動を促進するため、フォローアップ研修会を対面やオンラインで実施した。また、アフターコロナの健康づくり活動を支援するために全国パワーアップ研修会を実施し、ふまねっとサポーターの組織づくりや健康教室の運営、技術向上の支援を行った。研修会は合計 54 回実施し、ふまねっと指導者等 991 名が参加した。

(イ) 健康教室の実施

全国の一般市民を対象に、ふまねっと健康教室のオンライン配信を 243 回実施し、延べ 2,661 名が参加した。北海道鶴居村、東京都東村山市で委託によるふまねっと健康教室を合計 46 回実施した。

(ウ) 機関紙の発行

機関紙を通じて、全国各地のふまねっと運動指導者の活動紹介や新しいふまねっとステップ、健康や福祉に関する情報を 2 回にわたり配信した。その他ホームページや SNS で活動情報を配信した。

(エ) 札幌市市民まちづくり活動推進助成事業

北海道札幌市の「札幌市市民まちづくり活動推進助成事業」に採択され、コロナ禍による高齢者等の孤立予防と介護予防のため、札幌市内 10 区で「交流型体操教室と ICT スキル向上説明会」を 43 回実施した。また、(イ) のオンラインふまねっと健康教室のうち 218 回を本助成事業により実施した。

(オ) 社会福祉振興助成事業

独立行政法人福祉医療機構の「社会福祉振興助成事業」に採択され、子どもから高齢者まで住民の孤立を予防することを目的に、札幌市と北広島市の地域団体など 25 団体を訪問してふまねっと教室を 62 回、健康づくりや学習支援を提供する「イチゴ教室」を札幌市と北広島市の 2 箇所合計 74 回実施した。

2) 地域福祉人材養成事業

(カ) 健康づくり人材養成

全国の関係団体と連携し、サロンや健康づくり活動を担う人材養成を支援するために、講演会や体験会を 26 回実施して 713 名が参加した。ふまねっとサポーター養成講習会は 44 回実施し、新しく 344 名のふまねっとサポーターを養成した。

(キ) 施設指導者養成

介護施設や医療機関でふまねっと運動の導入を支援するために、ふまねっとインストラクター養成講習会を 39 回実施し、新しく 193 名のふまねっとインストラクターを養成した。

(ク) リーダー人材の育成

2021 年度から、全国のふまねっとサポーターの活動を支援するためのエンジェルサポーターの育成を開始した。2022 年度は合計 8 回のリーダー養成研修会を行い、新たに 16 名のエンジェルサポーターが誕生した。また定期的なミーティングを 8 回実施し、情報交換や活動計画づくりを行った。

3) 研究開発普及促進事業

(ケ) 在宅プログラムの開発

家庭で行うためのふまねっと健康教室プログラムを開発し、(イ) のオンライン配信で使用した。

(コ) 新プログラムの教材開発

高齢者の認知機能や歩行機能の改善効果を高め、運動への継続的参加をサポートする新しいプログラム「ふまねっとゆう（仮称）」の開発を行った。

(サ) 健康づくり活動の効果研究

北海道千歳リハビリテーション大学、北広島市にし高齢者支援センターと連携して、住民主体の健康づくり活動の効果を明らかにすることを目的とした健康測定イベントを北広島市で実施した。

(シ) 健康づくり用具・教材の製造販売

健康づくり活動のための用具及び教材の製造販売を行った。ふまねっとサポーターが健康教室で使用するための音楽 CD を新しく作成した。

2、事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に関わる事業

定款の事業名 (定款上の 事業番号)	事業内容	実施日時	実施場所	従事者の 人数	受益対象者の範囲及び人数	支出額
健康づくり 支援事業 (1, 2, 3)	ア) 健康づくり活動支援	2022.4.1 ～ 2023.3.31	全国 オンライン	79名	ふまねっと指導者と 一般地域住民 991名	12,609,925円
	イ) 健康教室の実施		全国 オンライン	425名	一般地域住民延べ 3,154名	
	ウ) 機関紙の発行		全国	11名	ふまねっと指導者と 一般地域住民約 6,500名	
	エ) 札幌市市民まちづくり 活動推進助成事業	2022.5.1 ～ 2023.3.31	札幌市	198名	札幌市民 389名	1,721,693円
	オ) 社会福祉振興助成事業	2022.7.1 ～ 2023.3.31	札幌市 北広島市	585名	札幌市民、北広島市民 1,702名	7,102,025円
地域福祉 人材養成事業 (6, 7)	カ) 健康づくり人材養成	2022.4.1 ～ 2023.3.31	全国 オンライン	208名	一般地域住民、関係機関職員 1,057名	9,304,984円
	キ) 施設指導者養成		全国 オンライン	64名	一般地域住民、関係機関職員 医療福祉施設職員 193名	
	ク) リーダー人材の育成		オンライン	34名	ふまねっと指導者 40名	
研究開発 普及促進事業 (8)	ケ) 在宅プログラムの開発	2022.4.1 ～ 2023.3.31	札幌市 オンライン	6名	全国の在宅高齢者	7,694,934円
	コ) 新プログラムの教材開発		札幌市 オンライン	6名	ふまねっと指導者 全国の高齢者	
	サ) 健康づくり活動の効果研究		北広島市	11名	一般地域住民 33名	
	シ) 健康づくり用具・教材の 製造販売		札幌市 釧路市他	6名	全国の医療福祉施設職員と 利用者、一般地域住民	

(2) その他の事業

なし