

## 活動報告

団体名	えひめ高齢者ヘルスプロモーション研究会
活動名	被災地住民の二次的健康被害予防のための健康づくり活動
活動期間	2019/01/07~2019/09/25
活動の成果	<p>平成30年7月豪雨被害にあった西予市野村町を中心に、被災地域住民が二次的健康被害に陥らないために下記のように様々な活動を行いました。</p> <p>■仮設住宅や集会所での健康づくり活動について 普通の運動教室ではなく、日頃運動の機会が無い方がほとんどなので、内容も楽しいレクとおしゃべりが8割、運動が2割という形で、興味をもていただくこと自体大変でしたが、皆さんに運動の大切さが伝わり積極的に運動に参加いただけるようになりました。仮設住宅での活動は、3月から5月くらいまでがピークで、その後は減少していきました。これは嬉しい事ですが、仮設住宅撤去後のことを考え、高齢者でも農家のバイトをしたり、元気な方は次の生活のための活動が忙しくなったからです。逆に、集会所での活動は徐々に広まってきました。</p> <p>■地域スポーツクラブの活動 仮事務所にうつり、少しずつですが様々なグループが立ち上がり活動を続けています。みんながスポーツクラブの活動に戻ってこられるように、楽しいイベントを続けています。</p> <p>■健康づくりイベント実施 当初は、あまり関心がある人がなかったのですが、ふたを開けるとたくさんの方がご参加いただけていました。本当に楽しかって、自宅に帰るとココロもカラダも軽くなったらしく、「毎年こんなイベントしてほしい・・・」というお声も!!</p>
寄付者へのメッセージ	<p>この度は、わたくしたちの活動をご支援いただきまして、本当にありがとうございます。災害の復興に関わることで、生活に関わる現実には本当に厳しいものです。ですが、それを乗り越えるためには、こころとからだの健康を維持していくことが重要となります。被災地はもとより、支える側の周辺地域のみなさんも、地方となると十分な財源はなく手弁当で行なっているのが現実です。生活基盤を整える方が先となり、なかなかこういった健康づくりまで、気持ちも資金もまわらないのが現実です。ご支援を賜りましたことで活動の幅が本当に広がりました。一番後回しになりがちだけれど、一番大切なものは健康だったりします。それを守り、次の生活へとつなげるパワーを、おかげさまでいただきました。ご支援いただいたことにより、今後この健康づくり活動を継続していく環境を整えることができました。本当に心から感謝しています。被災地住民の方々からも感謝の声がたくさん寄せられています。本当にありがとうございました!!</p>

(活動のようす)

