

平成29年 3月 29日

(あて先) 熊本市長

郵便番号

住 所

団体名 NPO法人スポレク・エイト

代表者職名 理 事 長 橋本雄次

印

熊本市市民公益活動支援助成金実績報告書

平成28年 4月 1日付け指令(地活)第 1-12 号により、熊本市市民公益活動支援助成金の交付決定を受けました事業の実績について、熊本市市民公益活動支援基金実施要綱第20条の規定により、関係書類を添えて下記のとおり報告します。

記

1 助成事業名

ロコトレ健康体操

2 助成事業の実施期間

28年 4月 1日 ～ 29年 3月 17日

3 助成事業の内容

地域の交流を深め、健康で生きがいのあるまちづくりの理念のもと、ロコモシンドローム(骨、関節筋肉などが衰え、暮らしの中で介護が必要になってしまう危険性が高い状態)にならないために福祉レクリエーション、指先体操、輪投げ、玉入れ、ストレッチなどを行った。

4 事業の成果

参加者の欠席が少なく、前向きに早い時間に来られて始まるのを楽しみにおしゃべりしながら待っておられた。最初に比べて明るく元気になられ、この事業以外でもグラウンドゴルフやラジオ体操など自分たちで積極的に出かけられるようになった。寒い時期は足の痛みがあり病院に行っていたが、今では行かなくてよくなったとの声も、最後の日には替え歌まで披露された。

事業報告書

	28年度
事業名	ロコトレ健康体操
目的	ささえりあとNPO法人スポレク・エイトがお互いの特徴を融合し地域の交流を深め健康で生きがいのある明るい街づくりを目指し今後のネットワークにつなげる。
事業期間	28年 4月 1日 ～ 29年 3月17日
具体的な事業内容	アイスブレーキング ・指先体操、福祉レクリエーションで緊張をほぐした。 ・椅子を用意し、スクワットや足首、太ももの運動を行った。 ・ストレッチマットを使用して、ストレッチを立位座位行い固くなった筋肉をほぐし血行を良くする運動を行った。 ・玉入れを行いゲーム形式で2チームに分かれて競い合った。 ・地震の時は会場が使えなかったため、他の場所でストレッチや玉入れなどを行った。 ・新聞紙などを使って軽い運動を行った。 ・ボールで膝や足のトレーニングを行った。
活動場所	城山コミュニティセンター、城山公園運動施設
期待される効果	月に2度皆さんと会えるのを楽しみに来られた。自転車に乗れない方もそれを押してきて参加される。痛みが取れ、病院よりも運動がよかと言われる。いつの間にか元気を取り戻している。グラウンドゴルフも出来るようになった。

事業収支決算書

項 目		金 額 (円)	内 訳
収 入	自己資金	125,095	会費 10000 円=1,000 円×10 名 事業収益 115,000 円=500 円×23 回×10 名 その他 自己資金 95 円
	市民公益活動支援助成金	100,000	当該事業助成金交付決定額
	その他の補助金・助成金		
	寄附金・協賛金		
	その他		
	計	225,095	
支 出	助成対象経費	人件費	
		報償費	30,100 1 名×700 円×22 回=15,400 円 1 名×700 円×21 回=14,700 円
		役務費	34,500 保険料 23 回分
		使用料・賃借料	49,000 22 回 (2,000 円×12 回+2500 円×10 回)
		事務費	92,145 ソフトバレー輪投げボードリング 3×赤青黄一式 24,560 円玉入れバスケット 34,000 円ボール 4 色×各 2 組 24,000・浮遊スカーフ 2 組 2,760 円
		旅費	19,350 交通費 1 名×450 円×22 回=9,900 円 交通費 1 名×450 円×21 回=9,450 円
		委託費	
		その他	
		小計	225,095
	助成対象外経費		
		小計	
	計	225,095	