

H28年 3月 26日

(あて先) 熊本市長

郵便番

住所]

団体名 NPO法人スポレク・エイト

代表者 職名 理事長 氏名 橋本 雄次

(担当者名



熊本市市民公益活動支援助成金実績報告書

H27年 4月 1日付け指令(市協)第1-10号により、27年度熊本市市民公益活動支援助成金の交付を受けました事業の実績について、下記のとおり報告します。

記

1 助成事業名

ロコトレ健康教室で健康で長生き

2 助成事業の実施期間

H27年4月1日 ~28年3月24日

3 助成事業の内容

ふれあい運動、指先体操 レクリエーション ストレッチ ステップ台 バルーンアート
等、脳トレーニングや、筋肉貯金運動を行った。

4 事業の成果

参加者のみなさんから、

「痛みが取れた 正座が出来るようになった 友達が出来た 生きがいが出来た
体が柔らかくなった 楽しい」と言う成果を得る事が出来ました。

5 助成事業の実施状況

(1) 事業収支決算書(様式第16号)

(2) 事業の経過又は成果を証する書類等

(3) その他参考となる資料

事業報告書

	平成 27 年度
事業名	ロコトレ健康教室で健康で長生き
目的	西部地域の交流を深め健康で生きがいのある街づくりを目指し、ささえりあ三和さんのご協力のもと会員確保にもご協力頂きながら、総合型スポーツクラブの認知度を高め、ロコトレ健康体操で健康寿命を延ばし快適な家庭生活をおくれるようにお手伝いをします。
事業期間	平成 27 年 4 月 ～ 平成 28 年 3 月
具体的な事業内容	事業の概要 来た人順に血圧測定をし、体調を確認した。参加者にファイルを配布し、活動の為に必要な書類を配布しその都度閉じてもらった。全員が揃ったら、軽くウォーキングを行い 音楽に合わせてストレッチをささえりあさん指導で毎回行った。次に認知症予防にもなる指先体操運動を行い、童謡や演歌に合わせてレクリエーションを行い緊張ほぐした。また、ステップ台を使って転倒予防に階段乗降を行った。ここまで前半 30 分で終了し、ここで水分補給を行った。後半はストレッチマットでストレッチを行い、ボールを使って筋力アップや、リフレッシュを行った。最後に整理運動を行った。
活動場所	城山コミュニティセンター
期待される効果	普段使っていない筋肉を動かしたので、アンケートでは、「来るのが楽しみ」「体も柔らかくなった」「速足が出来るようになった」「家でも頑張っている」「楽しい」と言う成果を得ることが出来ました。国が目指している医療費削減に微力ながら繋がったと確信しました

事業収支決算書

項 目		金 額 (円)	内 訳
収 入	自己資金	151,500	会費 12,000=1,000円×12名 事業収益 139,500=10人×1,000円×12回 +1,000×10回+1,000×8回+500円×3回 その他
	市民公益活動支援助成金	138,000	当該事業助成金交付決定額
	その他の補助金・助成金	1,196	自己資金 1,196円
	寄附金・協賛金		
	その他		
	計	290,696	
支 出	助成対象経費	人件費	
		報償費	50,400 謝金 3名×700円×24回=50,400円
		役務費	30,000 保険料
		使用料・賃借料	51,500 城山コミュニティセンター
		消耗品費	139,356 ファイル 1080円 印刷費 3,000円 ストレッチマット 90,000円 ジョイントステップブロック 34,800円 バルーン 7,020円 ボール 540円 ボール 1,836円 ボール 1,080円
		旅費	
		備品購入費	
		その他	
		小計	271,256
	助成対象外経費		
		飲食費	19,440 お楽しみ会 15人×1,296円
		小計	19,440
	計	290,696	