

～在宅医療・介護の連携拠点～

宇陀市医療介護あんしんセンターから

電話番号の
間違い注意!

問 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)



RUN 伴 (ランとも) 2018 参加者募集!

RUN 伴 (ランとも) とは、今まで認知症の人と接点のなかった地域住民と、認知症の人や家族、医療福祉関係者が一緒にタスキをつなぎ、日本全国を縦断するイベントです。昨年、341 市町村、2 万人以上の方が参加しました。顔の見えるつながりを各地でつくり、認知症の人にやさしいまち、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指していきましょう。

- 【日 時】** 10月21日(日)
- 【場 所】** 市内のコースを走ります
(コースの詳細は9月号広報でお知らせします)
- 【内 容】** ランナーとして一緒に市内のコースを走り、
全国にタスキをつなぎます
- 【対 象】** 小学生以上
- 【参加費】** 高校生以上 2,500 円、中学生以下は 1,500 円
(T シャツ代、保険料含む)
- 【申し込み】** 8月17日までに、「RUN 伴」公式サイト
(<http://runtomo.org>) へお申し込みください。
コース等お知らせしますので、問へもご連絡を
お願いします。※詳しくは問へ



健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

問 健康増進課 (☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087)



健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想

担当課
こども未来課

② 「乳幼児期の子どもの体力向上」の取り組みと成果

乳幼児期は健やかでいきいきとした生涯を送るために、豊かな心と体を育む大切な時期です。市では乳幼児期の子どもの体力向上を目指し、こども園・保育所・幼稚園・家庭が連携し、宇陀こども元気づくりプロジェクト事業の取り組みを行っています。

その一環として、市独自で策定した「うだ子ども元気ダンス (うきうきダンス)」のカリキュラム導入や運動能力向上体育指導および早寝・早起き・朝ごはん運動の推進を行い、5 歳児の運動能力調査の評定平均値が、27 年度より全国標準値の 3.0 を上回る成果をあげました。

5 歳児の運動能力調査結果

年度	主な取り組み			5 歳児の運動能力 評価平均値
平成 25 年度	早寝・早起き・ 朝ごはん運動			2.82
平成 26 年度		うきうきダンス の策定		2.99
平成 27 年度		うきうきダンスの カリキュラム導入		3.07
平成 28 年度			運動能力向上 体育指導	3.31
平成 29 年度				3.19



うだ子ども元気ダンス

※評定平均値は、「25m 走」・「テニスボール投げ」・「立ち幅跳び」・「両足連続跳び越し」の 4 種目の運動能力調査評定値の平均値です。