

CHP

## 【Project PAN (Physical Activity and Nutrition)】

1, 2 月	◇ テイクテン (TAKE10!®) 1/10, 17, 24, 31 いきいきランチ教室 (八広地域プラザ, 墨田区) 1/25 テイクテンサポーター講習会 ((株)味の素 関東支店, さいたま市中央区) 1/31 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (石巻専修大学) 2/6 世田谷区主催介護予防教室 (世田谷区上祖師谷グループホームかたらい) 2/7, 14, 21, 28 いきいきランチ教室 (八広地域プラザ, 墨田区) 2/9 「ウィズ・エイジングゴルフプロジェクト 第二回健康講座」 (高萩公民館, 埼玉県日高市) 2/10.28 「テイクテンサポーター講習会」 (ILSI 事務所)
3, 4 月	◇ テイクテン (TAKE10!®) 3/7, 14 いきいきランチ教室 (八広地域プラザ, 墨田区) 3/14-16 テイクテンリーダー養成講座 (島根県吉賀町) 3/15 「テイクテンきよらプロジェクト」第 1 回交流会 (吉賀町福祉センター, 島根県)
5, 6 月	◇ テイクテン (TAKE10!®) 5/10 自主サークル YY テイクテン (中ノ郷信用組合本店, 墨田区) 5/25 自主サークルなでしこテイクテン (中ノ郷信用組合立花支店, 墨田区) 5/26 横浜市葛が谷地域包括支援センター主催「イケてるおじ様になる講座」 (葛が谷地域ケアプラザ, 横浜市) 5/27 明和短期大学主催, 味の素株式会社後援, 上毛新聞・ILSI Japan 協力「ロコモ予防サークルセミナー」 (明和短期大学, 前橋市) 6/7 介護予防「らくらく教室」講習会 (地域包括支援センター千住本町, 足立区) 6/7 錦町社会福祉協議会主催「テイクテンリーダー養成講座」 (岩国市社会福祉協議会錦支部, 山口県) 6/8 吉賀町社会福祉協議会主催 町民向け講演会「吉賀で手に入れるアンチエイジングの術」 (吉賀町福祉センター大会議室, 島根県) 6/8-9 吉賀町社会福祉協議会主催「テイクテンリーダー養成講座」 (吉賀町福祉センター, 島根県) 6/9 食生活改善推進委員研修会「自宅でサロンでテイクテン」 (吉賀町福祉センター, 島根県) 6/24 日本健康教育学会ランチョンセミナー「高齢期の健康とヘルスプロモーション～地域におけるヘルスプロモーションの実践～」 (早稲田大学, 新宿区) 6/30 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (曙北復興住宅集会所, 宮城県)
7, 8 月	◇ テイクテン (TAKE10!®) 7/10 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (石巻専修大学) 7/11 震災被災地支援: いしのまきテイクテン (北上地区仮設にっこりサンパーク団地集会所, 宮城県) 8/24 自主サークルなでしこテイクテン (中ノ郷信用組合立花支店, 墨田区)
9, 10 月	◇ テイクテン (TAKE10!®) 9/2 明和短期大学主催, 味の素株式会社後援, 上毛新聞・ILSI Japan 協力「第 2 回ロコモ予防サークルセミナー」 (明和短期大学, 前橋市) 9/7, 21 すみだテイクテン教室 (墨田総合体育館) 9/12, 26 すみだテイクテン教室 (スポーツプラザ梅若)

	<p>9/13, 20 すみだテイクテン教室（すみだ女性センター）</p> <p>9/15 自主サークルなでしこテイクテン（中ノ郷信用組合立花支店,墨田区）</p> <p>10/4, 18 すみだテイクテン教室（すみだ女性センター）</p> <p>10/10, 24 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若）</p> <p>10/12, 19 すみだテイクテン教室（墨田総合体育館）</p> <p>10/6 ベイシアロコモセミナー（一般生活者 50 名参加, ベイシア文化ホール, 前橋市）</p>
11, 12 月	<p>11/1 第 76 回日本公衆衛生学会総会（鹿児島）で発表。演題「介護予防事業における食品摂取頻度スコアの妥当性—食品摂取の多様性得点との比較—」</p> <p>11/1, 15 すみだテイクテン教室（すみだ女性センター）</p> <p>11/2, 9 すみだテイクテン教室（墨田総合体育館）</p> <p>11/13 墨田区介護予防サポーター養成講座（墨田区役所）</p> <p>11/14 江戸川人生大学 介護・健康学科 1 年次 講義（江戸川人生大学）</p> <p>11/14, 28 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若）</p> <p>11/24～25 石垣プロジェクト（石垣島の資源を活用した未病・予防ツーリズム開発事業） 石垣市事前実地調査（石垣市）</p> <p>11/29 テイクテン自主グループ交流会 調理実習（墨田女性センター）</p> <p>11/29～12/2 石垣プロジェクト実施（石垣市）</p> <p>12/5 震災被災地支援：いしのまきテイクテン（石巻専修大学, 南堺第四団地集会所）</p> <p>12/12, 26 すみだテイクテン教室（スポーツプラザ梅若）</p> <p>12/13 すみだテイクテン教室（すみだ女性センター）</p> <p>12/14 すみだテイクテン教室（墨田総合体育館）</p>