

自治体の要請によるJAFASサポート例

自治体名	要請を受けた指導内容
千葉県佐原市 保健センター	健康診断後の経過観察者への生活習慣改善のための指導、64歳以下ウォーキング、エアロビクス、ボールエクササイズ、ストレッチ、リラクゼーション
稲木市福祉部健康課	ストレッチ、ウォーキング、筋力トレーニングなどの実技と、運動の効果や必然性の講義
勝浦保健所	「女性の健康に関するシンポジウム」実技を含めたパネリスト
霧島町保健福祉センター	40～50歳代の仕事帰りの人、主婦などに対するエアロビックダンス
千葉県光町役場	高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満など町の健診でいわれ、運動が必要な人に対する運動のきっかけ作り。ウォーキング、ストレッチなど。(講義含む)
山形県楡引町役場	楡引町健康福祉まつりで「頭とからだいつまでも元気に」～痴呆予防・肥満予防のために～講演・実技
山口県周南市新南陽総合支所 健康増進課	ウォーキング基礎講座
山梨県春日居町役場 福祉保健課	①ストレッチング。運動不足の身体をほぐし、自宅でも継続して行えるもの。②リラクゼーション。積極的休息をとることで、心身のリラックスができ、入眠前の簡単な体操など。
千葉県八日市場市役所	50～60歳を対象とした「ステップエクササイズ」保健推進員という地域での保健に関するボランティア団体の人へのレッスン
千葉県野田市保健センター	中高年向けのストレッチ、軽いエクササイズ、地域住民に運動をすすめる時のポイント
田子町役場健康福祉課	町住民検診にて血糖値が要指導の人向けの運動指導
清川村保健センター	ヘルスアップ健康講座、腰痛・肩こり予防、足の健康づくり、リラクゼーション