

令和4年度 事業報告書

特定非営利活動法人全国ストップ・ザ・ロコモ協議会

1 事業の成果

令和4年度は、前年度と同じ事業方針に基づき、各事業を実施する予定であったが、引き続き、COVID-19（新型コロナウイルス）感染拡大に伴う政府の緊急事態宣言の発出等の影響を受け、計画した事業の多くが変更又は延期を余儀なくされた。

(1) 市民公開講座（ロコモキャラバン）

ア. 各都道府県における「骨と関節の日」の行事の一環として実施し、本年度はSLOCと福井県臨床整形外科医会との共催で、令和4年10月に福井県福井市で開催する予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大の影響により開催を延期した。

イ. 市民の健康増進のための関心を高める目的で診療科の枠を超えた市民公開講座を計画したが、新型コロナウイルス感染拡大の影響により開催を延期した。

(2) ロコモコーディネーター資格取得研修会

ロコモコーディネーター資格取得研修会は、愛媛県松山市等の3か所で計画したが、新型コロナウイルス感染拡大の影響により現地開催ではなく、オンラインのウェブ形式で2回開催した。

ア. 令和4年11月6日に東京都・埼玉県・千葉県を中心として全国から受講者を募り、第18回資格取得研修会を開催した。

イ. 令和5年3月19日に大阪府を中心とした近畿地区から受講者を募り、第19回資格取得研修会を開催した。

(3) 子どもロコモの啓発予防活動

ア. 子どもロコモ啓発予防活動の一環として、平成30年度に「子どもロコモ読本」を制作し、全国の整形外科医に配布した。

その後も反響が続いており、全国の養護教諭、保健師などからの問い合わせに対して本冊子を送付した。

学校で発行する保健だよりなどへ「子どもロコモ読本」の記載内容を引用したいという依頼も多く、地域での子どもロコモ啓発活動に利用された。

イ. コロナ禍におけるロコモ予防に関して、各地のテレビ局による情報番組では、SLOCウェブサイト掲載の子どもロコモに関する情報や体操について使用され、市民への啓発の一助となった。

(4) ロコモ予防の効果検証事業

ア. 令和29・30年度に実施したロコモコーディネーター、ロコモ普及員によるロコモ予防事業の運動介入結果（中間報告）を取りまとめた。

イ. 本研究では、体操サロンにおいて、特別な資格を有さないシルバーボランティア等の指導者に対し、ロコモに特化した専門職であるロコモコーディネーター（LC）及びLCにより育成されたロコモ普及員が介入した場合の介入効果の違いについて検討した。

ウ. 結果は、運動機能に関し、LC及び普及員では、有意の改善又は改善傾向を示した。

全国各地で実施されている百歳体操等は、座って行う体操が主流であり、歩行能力を高めるには限界がある。参加者の身体状況を把握し、リスク管理を行いながら指導するLCやロコモ普及員が

介入することにより、ロコモ予防につながることを期待される。

(5) インターネット及びSLOCウェブサイトを通じたロコモの広報・普及啓発活動

ア. 新型コロナウイルス感染症で外出の自粛などにより、自宅で過ごすことが多くなってしまった高齢者や児童・生徒及び保護者向けに、長期間狭い室内等で体を動かす機会が少ないことで懸念される「ロコモ」、「子どもロコモ」発症の予防について、本法人ウェブサイトに「ロコトレ」、「子どもロコモ体操」の動画を掲載している。

イ. ロコモコーディネーター制度やロコモに関する医学的情報を掲載するなど積極的な広報活動を行った。

ウ. SLOC ウェブサイトにて、ロコモの医学的知識と臨床経験に基づいた広報・普及啓発活動を一般市民向けに行った。

(6) 創立10周年企画座談会動画公開及び記念誌の発行について

ア. 本会創立10周年の記念企画として、ダンサーのSAMさん、スポーツジャーナリストの増田明美さんを迎えて2回のロコモティブシンドロームに関する座談会の模様を収録し、動画配信サイトYouTubeで公開した。

イ. 本会創立から10年を迎えて、関係者の所感や記録等を収録した創立10周年記念誌を制作した。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

(事業費の総費用【20,985】千円)

定款に記載された事業名	事業内容	日時	場所	従事者人数	受益対象者範囲	受益対象者人数	事業費(千円)
ロコモに関する普及事業	【市民公開講座の実施】 ・ 各都道府県における「骨と関節の日」の行事の一環としての市民公開講座 ・ 診療科の枠を超えた市民公開講座を専門分野の異なる講師を招いて開催	実施なし 実施なし	実施なし 実施なし				0
	【創立10周年企画座談会の動画公開】 ロコモティブシンドローム予防の市民への啓発のために、著名人をゲストに招き、それぞれ違うテーマで行った2回の座談会を収録し、動画配信サイトYouTubeで公開した。	令和4年6月以降	インターネット上	6人	一般市民	不特定多数	2,091
	【子どもロコモの啓発予防活動】 ・ 「子どもロコモ読本」を全国の養護教諭、保健師などに送付し、地域での子どもロコモ啓発活動に利用された。	子どもロコモ読本送付 随時	全国の整形外科等医療機関等	10人	保護者・学校・教育委員会、生徒・児童	30,000人	0

<ul style="list-style-type: none"> 各地のテレビ局による情報番組にSLOCウェブサイト掲載の子どもロコモに関する情報や体操について使用された。 	テレビ放送日 随時	テレビ放映の対象地域	10人	全国小中学校生徒・児童	不特定多数	
【ロコモと認知症の啓発予防活動】 全国の整形外科等の医療機関に向けて「ロコモと認知症」冊子を配布し、一般市民への啓発等に使用された。	子どもロコモ読本 送付 随時	全国の整形外科等医療機関等	10人	整形外科医療機関を訪れた一般市民	30,000人	0
【コロナ自粛生活のロコモ予防啓発活動】 新型コロナウイルス感染症により自宅等での自粛生活による「コロナロコモ」予防のための運動の重要性を全国各地のメディアに広報した。	随時	各会員の所在する都道府県での実施	47人	一般市民	不特定多数	0
【ホームページの管理・運営】 ロコモの医学的知識と臨床経験に基づいたロコモの広報・啓発活動を一般市民向けに行うなど、ホームページを充実し、情報提供の迅速化をはかった。 さらに、新型コロナウイルス感染症により自宅で過ごす市民向けに「ロコトレ」、「子どもロコモ体操」を動画で紹介した。	随時	法人事務所	20人	一般市民	不特定多数	21
【行政への啓発・普及】 ホームページ等にて全国の自治体・教育委員会にロコモの医学的知識と臨床経験に基づく広報・啓発活動を行った。	随時	法人事務所	20人	全国の自治体・教育委員会	不特定多数	0
【健康相談の実施】 ロコモに関して医学的知識及び臨床経験のある医師によるインターネットを利用した健康相談	実施なし	実施なし				0
【ロコモ講演会等への講師派遣】 <ul style="list-style-type: none"> 小学校の児童・生徒の保護者向けに、児童・生徒の子どもロコモ対策について講師派遣を行った。 令和4年9月10日 東京都中央区立月島第3小学校 1人 小学校の児童・生徒 978人 地域住民が主体となった健康づくりフォーラムへ講師派遣を行った。 令和5年3月11日 岐阜県養老町民会館ホール 1人 養老町民の参加者 153人 	令和4年9月10日 令和5年3月11日	東京都中央区立月島第3小学校 岐阜県養老町民会館ホール	1人 1人	小学校の児童・生徒 養老町民の参加者	978人 153人	41
【ロコモ広報物の制作】 一般市民及び医師向けのクリアファイルを制作して配布する準備をしている。	令和5年2月	法人事務所	2人	一般市民・医師	1,000人	83

	<p>【日本医学会総会博覧会での展示・ステージの準備】 令和5年4月15日から同年4月23日に開催される第31回日本医学会総会博覧会において、本法人企画の子どもロコモ及びロコモ・フレイル予防展示ブースを出展することとなった。 さらに、博覧会会場の特設ステージでは子どもロコモ、ロコモ・フレイルのステージ企画に加え、増田明美さんの「歩いてロコモ予防」SAMさんの「ダンスでロコモ予防」というスペシャルステージも実施する。 これらのステージ及び展示の準備のため、現場視察、打ち合わせ会議等を行った。</p>	<p>令和4年4月14日</p> <p>令和4年9月15日</p> <p>令和5年2月2日</p>	<p>丸の内ビル</p> <p>埼玉県大宮市内</p> <p>丸の内ビル</p>	<p>5人</p> <p>4人</p> <p>6人</p>	<p>一般市民</p> <p>一般市民</p> <p>一般市民</p>	<p>1,500人</p> <p>1,500人</p> <p>1,500人</p>	122
ロコモに関する教育研修事業	<p>【ロコモコーディネーター資格取得研修会の実施】 ロコモに関する医学的知識及び臨床経験のある医師を講師として、ロコモに係る医療従事者（PT、OT、看護師及び介護福祉などの国家資格保持者等）を対象として、ロコモの啓発、予防及びロコモ体操などを指導するロコモコーディネーター資格取得研修会を開催した。</p>	<p>令和4年11月6日</p> <p>令和5年3月19日</p>	<p>オンラインでのウェブシステム上</p> <p>オンラインでのウェブシステム上</p>	<p>30人</p> <p>30人</p>	<p>ロコモに従事する医療従事者</p> <p>ロコモに従事する医療従事者</p>	<p>135人 (認定者134人)</p> <p>117人 (認定者117人)</p>	8,175
	<p>【ロコモコーディネーターへの情報発信】 ロコモコーディネーター制度やロコモに関する医学的情報をホームページのロコモコーディネーター専用ページに掲載した。</p>	随時	法人事務所	10人	ロコモコーディネーター等	2,000人	0
	<p>【ロコモ予防の効果検証事業】 令和29・30年度に実施したロコモコーディネーター、ロコモ普及員によるロコモ予防事業の運動介入結果（中間報告）を取りまとめた。</p>	令和4年11月	法人事務所	10人	一般市民	300人	121
	<p>【ロコモコーディネーター活動の表彰】 ロコモコーディネーターがこれまで取り組んだ優秀なロコモ予防啓発活動の表彰</p>	実施なし	実施なし				0
	<p>【ロコモコーディネーター全国大会の開催】 全国各地のロコモコーディネーターが活動内容の報告やパネルディスカッション等を</p>	実施なし	実施なし				0

	通じ、有用な活動内容を共有し、今後の活動の具体的な参考とするための全国大会の開催						
ロコモに関する情報の収集及び出版等情報提供事業	【全国アンケート調査】 令和4年2・3月にかけて整形外科医療機関を受診した60歳以上の男女を対象に、子ども時代に運動(スポーツ)をしていたか否か等を確認し、現在の状況、治療中の運動器疾患名を調査することにより、子ども時代の運動習慣が将来の身体状況にどのような影響を及ぼしているかを検証するためのアンケートを実施し、その結果を解析した。	令和5年2月から同年10月	法人事務所	20人	医療機関等	9,261件	946
	【ロコモと認知症の冊子作成】 医療機関等を対象に、協賛企業の協力を得ての「ロコモと認知症」冊子を配布した。	令和4年12月	法人事務所	5人	医療機関等	6,000件	0
	【SLOC ニュース(仮称)の発行】 最新のロコモ・フレイルに関する情報や役員の寄稿によるニュースを創刊し、全国の整形外科医療機関へ配布	実施なし	実施なし				0
	【創立10周年記念誌の発行】 本法人の創立10周年を記念して、創立の経緯、関係者の寄稿、活動記録などを収載した記念誌を製作した。	令和4年9月1日	法人事務所	30人	医療機関等	6,500件	9,270
国内外のロコモに関連する団体との連絡提携及び調整	【連絡会議の実施】 ロコモ予防に関する取り組みについて協議するため、岩手県臨床整形外科医会との連絡会議を行った。	令和4年11月12日	岩手県盛岡市	10人	岩手県内整形外科医療機関	70件	115