

## 活動実績【ココフル】（2026年5月現在）

年度（西暦）	事業	対象地域	依頼先	事業内容
2025	春日市高齢者の健康づくり・介護予防	春日市	春日市高齢課	春日市総合スポーツセンターでの高齢者のための運動教室の講師を担当。
2013～現在	春日市地域リハビリテーション活動支援事業	春日市	春日市高齢課	公民館などで開催されている高齢者のための通いの場（いきいきサロン・シニアクラブ・コミュニティカフェなど）に出張体操教室を実施。（春日市高齢課）
2013～現在	大野城市健康づくりミニデイ	大野城市	大野城市地域包括支援センター	大野城市の介護予防事業。協働の各地域包括支援センターより都度紹介を頂き、各公民館などに出向き運動指導を行う。
2022～2025	子育てママの健康美容体操教室	うきは市	うきは市社会福祉協議会	子育て中のママたちに向けて、ご自身の体と向き合える体操教室を開催。
2021	うきは市介護家族者向け健康体操教室	うきは市	うきは市社会福祉協議会	うきは市社会福祉協議会主催で在宅介護を支える家族へ身体のケアやリラクセス法を指導。
2023～現在	エフコープの健康増進事業	篠栗町、久山町、田川市、福智町、糸島市、春日市	エフコープ	エフコープの組合員および地域住民の健康増進を目的として行う各種講座の講師を務める。対象は学童利用児や保育園児、地域の子育てママなど。
2014～現在	アクティブライフのための運動教室	九州大学	九州大学	九州大学の公開講座で、高齢期をアクティブに過ごすための術（メソッド）を実践する教室の運動指導を担当。
2024～現在	篠栗町地域介護予防活動支援事業	篠栗町	篠栗町高齢者支援係	篠栗町高齢者支援係より依頼を受け、各公民館などのサロン活動において健康体操教室を実施。
2024・2025年	FUKUOKA Fitness&Food FES 福岡 運動と食のフェスティバル～	福岡市	福岡市役所	福岡市健康づくり月間に開催されたイベントで、イベント全体の準備体操とウォーキングイベントのブース担当。来場した一般市民に向けて実施。
2022～現在	放課後等デイサービス	福岡市	各施設	放課後等デイサービス利用児童に各施設にて体幹トレーニング指導を行う。
2021～現在	在宅シニアのために地域住民が主体となり発信する健康づくりのモデル事業	福岡市	自主サークル	公益財団法人太陽生命厚生財団の助成事業で「地域かふえ」を発足後、福岡市博多区麦野地区で継続実施中。

2018～現在	警固キッズ体幹☆体育教室	福岡市	警固公民館	警固公民館主催事業。近隣校区の小学生を対象に体幹トレーニング指導の講師を担当。
2016～現在	らくらく美姿勢ストレッチ	福岡市	警固公民館	警固公民館主催事業。地域住民を対象に、姿勢をテーマとしたゆったりリラックスして行う体操教室を開催。
2013～現在	介護施設（特別養護老人ホーム）でのボール体操指導	福岡市	各施設	特別養護老人ホームへの出張体操教室の講師
2019	福岡市一般介護予防事業 健康運動指導士派遣業務	福岡市	福岡市	福岡市内の公民館などに健康運動指導士としての講師派遣事業
2023～現在	福智町いきいきサロン	福智町	福智町教育委員会	福智町教育委員会からの依頼。町内在住の50歳以上の方を対象に様々な教室(サロン)活動の中の運動協s津の講師担当。