

活動成果報告書

平成25年度（第17回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ

みんなで取り組む健康づくり支援

～住民の自主的な健康づくり地域活動を支える保健師活動～

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

高岡市福祉保健部健康増進課

代表者：中平 康子



(学校祭で健康づくりの啓発)

勤務先：高岡市

所 属：福祉保健部健康増進課

所在地：〒933-0045

富山県高岡市本丸町7-25

T E L：0766-20-1345

F A X：0766-20-1347

E-Mail：kenko@city.takaoka.lg.jp



(地域での歩こう会の様子)

◇活動方針

「活動方針」

従来、健康づくりは個人の価値観により進められてきたが、高岡市では平成15年に策定した「高岡いきいき健康プラン21」において、地域ぐるみで個人の健康づくりを支えあう仕組みが必要不可欠として、「みんなで取り組む健康づくり」を推進してきた。

本市では、母子保健推進員活動、食生活改善推進員活動に加え、健康づくり全般を支援するヘルスポランティア活動のほか、環境保健衛生活動などの健康づくりボランティアの団体活動を支援している。

また市内全地区（28地域）に、健康づくり推進員で構成する「健康づくり推進懇話会」を組織し、各地域及び各種ボランティア団体が相互に連携し、重層的な健康づくり活動を推進している。

平成25年度にスタートした「健康たかおか輝きプラン」においても、基本理念である「健やかに自分らしく輝き、元気で笑顔があふれるまち 高岡」の実現を目指して、市内の健康づくり活動を効果的に推進するために組織された各地域の健康づくり推進懇話会と健康づくりボランティア団体等が、相互に交流を図るとともに市民と協働による健康づくり活動を展開することとしている。

活動成果報告書

◇活動内容

本市では平成 10 年に健康づくり推進員制度を立ち上げ、市内各地域に健康づくり推進員で構成する健康づくり推進懇話会を組織し、市民と協働で健康づくり活動を推進している。健康づくり推進懇話会には、母子保健推進員、食生活改善推進員、ヘルスポランテア、環境保健衛生委員、地域女性ネット高岡会員（婦人会員）の他、地域特性を踏まえて自治会員や PTA 役員、体育委員、交通安全委員、児童委員・民生委員なども構成員としている。

健康づくり推進員活動は、がん検診の受診勧奨とがん検診会場・結核検診会場での協力など個人での取り組みが中心であったが、地区担当保健師は、地域診断に基づいた地域の特徴を活かし、必要に応じて各種団体との連携や住民への活動の周知等、健康づくり推進員が自主的に活動を展開できるよう支援してきた。その結果健康づくり推進員が互いに情報を共有し、意見交換する場として健康づくり推進懇話会の役割が重要になっていった。

最近の各地域健康づくり推進懇話会活動は、子どもから高齢者まで地域の住民が参加できる「歩こう会」や「健康講座」、がん検診の受診の声かけ、検診会場での協力の他、住民が多く集まる公民館祭や小学校の学校祭などで健康コーナーの設置など、生活習慣の改善を目的とした主体的な取り組みが活発化してきている。その他、介護予防活動の取り組みとして筋力アップ教室を開催し、ストレッチ体操と筋力アップ体操、レクリエーションを行い、高齢者の閉じこもり予防や生きがいがいづくりにも寄与している。

さらに、地域の特徴ある独自の健康づくり活動の紹介や地域間の交流、懇話会の運営について話し合う場として、全地区（28 地域）の健康づくり推進懇話会の代表者と健康づくりボランティア団体長による「高岡市健康づくり推進懇話会」を定期的で開催し、より充実した健康づくり推進懇話会活動を目指している。

保健師は、健康づくり推進員一人ひとりの資質の向上を目的とした研修会を開催するとともに、担当地区の健康づくり推進員が、自主的かつ主体的に活動できるよう健康情報の提供を行い、健康教室・歩こう会の企画運営への助言など、地域健康づくり推進懇話会活動を支援している。また、健康づくり推進懇話会活動が住民に浸透するよう、市報やホームページへの掲載、機関紙の発行や啓発媒体の作成への助言等の支援を行っている。

●健康づくり推進員の状況

任期	第 4 期 (H16・17 年度)	第 5 期 (H18・19 年度)	第 6 期 (H20・21 年度)	第 7 期 (H22・23 年度)	第 8 期 (H24・25 年度)
推進員数	1,055 人	1,238 人	1,284 人	1,385 人	1,490 人

●地域健康づくり推進懇話会活動

平成 24 年度実績

区分	内容	回数	健康づくり 推進員数	参加者数
健康づくり推進懇話会	28 地域で健康づくり推進懇話会の開催	188	2,484	
健康づくりに関する情報提供・知識の普及及びがん検診や健康診査等の受診勧奨	がん検診の協力	62	386	胃 4,028 肺 5,181 大腸 4,525 子宮 2,416 乳 3,375
健康づくりに関する教室、相談会などの開催	健康教室	125	925	3,486
	子育て支援に関する活動	62	270	1,826
歩こう会や健康まつりなど健康づくりに関するイベントの開催	歩こう会	48	633	2,440
	公民館まつり、文化祭などでの啓発活動	38	496	15,174
合計		52	5,194	

活動成果報告書

●筋力アップ教室

平成 24 年度実績

講座名	内容	回数	健康づくり推進員数	参加者延人数
筋力アップ教室	高齢者を対象に 16 地域 25 会場において開催する。元気はつらつ体操、手工芸、世代間交流などを行っている。高齢介護課から介護予防地域組織支援事業（H25 年度から地域応援隊事業に事業名変更）として業務委託	371	1,764	7,771

●高岡市健康づくり推進懇話会活動

平成 24 年度実績

区分	内容	回数	参加者数
高岡市健康づくり推進懇話会	健康づくり推進に係る 5 団体の情報交換や連絡調整。環境保健衛生委員、ヘルスボランティア、食生活改善推進員、母子保健推進員、女性ネット高岡会員（婦人会員）で構成する。	6	118

●高岡市健康づくり推進懇話会による機関紙及び健康づくりに関する情報紙の発行

- ・編集委員会の開催（2回）
- ・機関紙 健康づくり推進だより「すこやか」第 18 号 平成 25 年 2 月 7,500 部発行
- ・地域ぐるみで取り組む健康づくり活動 ～28 地域健康づくり推進懇話会活動のまとめ～ 40 部
- ・健康づくり推進員の手引き 1,250 部発行

◇今後の計画

地域の健康づくり推進懇話会は、市民参加型の自主的保健活動を目指し、住民同士の声かけによるがん検診の周知や健康づくり情報の啓発といった健康づくり活動をすすめていく。さらに世代や交友範囲を超え、幅広く住民に健康について考えるきっかけづくりとして、歩こう会や健康講座、会報の発行、公民館祭や小学校祭での健康づくり活動紹介などといった活動を行っており、今後も地域ぐるみの健康づくりを推進していく。

そのために、保健師は地域健康づくり推進懇話会活動の成熟度に配慮し、行政主導ではなく、地域の健康は自分たちで守る意識の醸成を図るため、自主自立した健康づくり活動を今後も側面的に支援していきたい。

また地域担当保健師が行っている地域診断に基づいて、健康づくり推進員と一緒に地域の健康課題や特徴を共有し、自分たちの住む地域がより健康な地域になるよう取り組みの方向性やそのための対策などを話し合い、健康づくり推進員自らが自分たちの地域の健康について考え、気づき、自分たちにできる活動を進めることが出来るよう支援していきたい。

以上