

活動成果報告書

平成26年度（第18回）「チョダ地域保健推進賞」

活動テーマ

住民と協働で取り組む「健康ながよ21」の歩みと今後の活動について
～いつでも、どこでも健康づくりが出来るまちづくりを目指して～

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

長与町役場健康保険課

代表者：志田純子

勤務先：長与町役場

所 属：健康保険課

所在地：〒851-2128

長崎県西彼杵郡長与町嬉里郷659番地1

TEL：095-883-1111

FAX：095-883-2061

E-Mail：kenkou21@nagayo.jp



◇活動方針

全ての住民が健康で明るく、元気に生き生きと生活できる活力ある町の実現を目指して、住民と協働で健康づくりができる環境づくりに取り組む。

活動成果報告書

◇活動内容

当町では、平成17年度に「健康ながよ21」健康づくり計画を策定し、平成18年度から推進してきた。そして、平成24年度には新たに「第2次健康ながよ21」を策定し、平成25年度からの10か年計画として推進している。計画の推進は、当初より「健康ながよ21推進専門委員会」と行政が協働で行ってきた。そこで、これまでの活動と成果、今後の活動について報告する。

始めに「健康ながよ21推進専門委員」とは「健康ながよ21」計画を推進するためにボランティアで活動する住民の団体であり、町より委嘱を行っている。(以下「推進委員」という。)現在59名で活動しているが、年齢も20歳～80歳までと幅広く、地元の大学生や主婦、会社を退職後の男性、民生委員、看護師、大学の教諭等様々な方が在籍している。

「健康ながよ21」は、ヘルスプロモーションの概念をもとに5つの世代別(乳幼児期・児童生徒期・青年期・壮年期・高齢期)で取り組む項目と目標値を決め、各ライフステージの推進委員と担当保健師で具体的に事業の計画、準備、運営を行ってきた。しかしながら、平成24年度からは、ステージごとの活動を改め、会全体で事業に取り組むことになった。その際、取り組む事業を「健康まつり」、「ヘルシーウォーキング大会」に絞り、これまでの各ステージの事業はサブメニューと位置づけ、その都度取り組むか協議し、取り組みが決定したものは参加メンバーで計画、準備、実施している。また、月1回の定例会は事前に運営委員会を開催することで内容が精査され、定例会当日は委員長を中心に司会、議事等全て推進委員で運営している。具体的活動は以下の通りである。

<主な活動>

1. 健康まつり

6月…テーマ決定する。

7月…まつり全体の構成等について検討し、その後各コーナー(短劇班・運動班・健康相談班・健診班)で開催に向け準備する。

8月…共催者である食生活改善推進員、健康づくり推進員、母子保健推進員で役員会を開催する。

9月…各団体でチラシ配布等のPRを行い来客数の増加を図る。

10月…毎年1,200名余りの住民が参加し、骨密度測定、体組成測定、頸動脈測定、体力測定等を行い自身の健康状態を知り、健康づくりのきっかけ作りを行っている。また、運動・食・健康相談コーナーでは個別相談や試食、実技を通して改善方法を提案している。

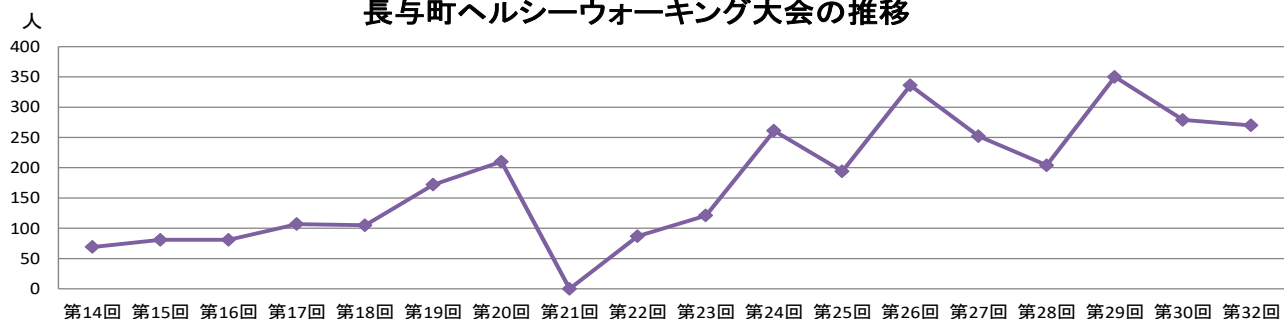
2. ヘルシーウォーキング大会

健康づくり推進員協議会と協働で毎年、6月・11月・3月の合計3回開催している。「長与町民総歩き」を合言葉にチラシの配布やご近所、知人への声かけ等で参加につなげてきた。その他、日曜開催や子供コース、個人の体力に合わせたコースの設定等も推進委員のアイデアを取り入れてきた。コースの選定は、何度もためし歩きを行い、安全面のチェックや季節ごとの景観等を考慮し、参加者が少しでも楽しんで歩けるよう準備をしている。近年の参加者は700～800名に達している。



活動成果報告書

長与町ヘルシーウォーキング大会の推移



<その他の活動>

1. 町内小学校での歯科健康教育

平成 22 年度から町内 1 小学校の 4 年生を対象に歯科衛生士、推進委員、町で虫歯予防を目的に講話とブラッシング指導を行っている。今年度は延べ 30 名の推進委員が 3 校・8 クラス/238 名の児童を対象に実施した。専門的な部分は歯科衛生士が担当が、推進委員はワセリンや染め出し液の塗布、磨き残しが多い子のチェックなどを行い、歯科衛生士や担任の教諭につなげる大切な役目を担っている。現在この活動は養護教諭部会や町内校長会で話題となり、徐々に参加校が増えている。この事業をきっかけに、子どもたちの歯の健康への意識向上はもちろん、今まで健康づくりで関わりがなかった学校現場との連携が図られるようになったことは、大きな成果だと考える。この事業をきっかけに、子どもたちの歯の健康への意識向上はもちろん、今まで健康づくりで関わりがなかった学校現場との連携が図られるようになったことは、大きな成果だと考える。

2. 地元県立高校文化祭での健康相談コーナーの開設

毎年、地元県立高校の文化祭で「健康相談コーナー」を開設している。“もうすぐオ・ト・ナ 応援ブース”と題し、近い将来の一人暮らしに向けて、食生活や性、歯科、睡眠、骨に関すること等テーマを決め、パンフレットや媒体の作成等の準備から、当日は展示物の説明やクイズ、体組成や骨密度、血圧測定を行っている。毎年 500 名余りの参加があり、生徒からは「自分の体を知ることができた」、「食事は大事だと改めて思った」など、多くの反響を得ている。学校側からは「これまで地域の方が参加する行事はなかった。生徒にとって非常に貴重な体験である。」との意見も出ている。

3. 成人式でのアルコールパッチテストの実施

毎年、成人式にアルコールパッチテストを行っている。自分の体質を知ってもらい、飲酒について考えてもらうきっかけづくりを行っている。毎年 100 名前後の方が受けているが、今年は 124 名と多くの若者が参加した。

◇今後の計画

推進委員（住民）と協働で事業を行うことで、どの年代にも切れ間なく健康づくりを支援する体制を作ることが出来た。また、学校、自治会、コミュニティ等との連携もスムーズになり、そこからさらに活動が広がっている。これからも乳児から高齢者まで一つひとつの点が線に、線が面になり、長与町全体が健康で元気になるよう健康づくりの環境整備に取り組んでいきたいと考えている。