

# 活動成果報告書

平成26年度（第18回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ

健康推進員の育成、活動支援

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

藤崎町役場福祉課

代表者：田中 麻里子

勤務先：藤崎町役場

所 属：福祉課健康係

所在地：〒038-3803

青森県南津軽郡藤崎町大字西豊田1-1

TEL：0172-75-3111

FAX：0172-75-9605

E-Mail：fuji0212@town.fujisaki.lg.jp



冬のたいそう教室の様子

## ◇活動方針

藤崎町では、健康推進員が町の保健予防活動を広く町民に浸透させ、町民の健康づくり・疾病予防・健康教育などの保健の取り組みに協力し、町民の健康の保持・増進に寄与できるよう組織の育成・支援をしてきた。今後もまた、健康推進員が常に町健康課題を共有できるよう業務連絡や役員会をとおし、連絡調整しやすい体制を整えるなど、組織の育成・支援をしていくものである。

## ◇活動内容

藤崎町健康推進員は、町の48行政区に各2名～5名配置されており2年の任期となっている。その町健康推進員からなる自主的組織が「藤崎町健康推進員会」であり、以下のような活動内容を町が支援しているものである。

項目	内容
会議	総会、役員会（年3回）
活動	●広報誌「健康推進員だより」の作成 ●「ふじさき生き生きけんこう体操」の普及 ・ふじさき秋まつり、チャレンジデーへの参加 ・「冬のたいそう教室」開催（12月～3月までの計8回） ●研修、親睦会

藤崎町健康推進員会の活動（平成26年度活動計画）

# 活動成果報告書

## <広報誌：健康推進員だより作成活動への支援>

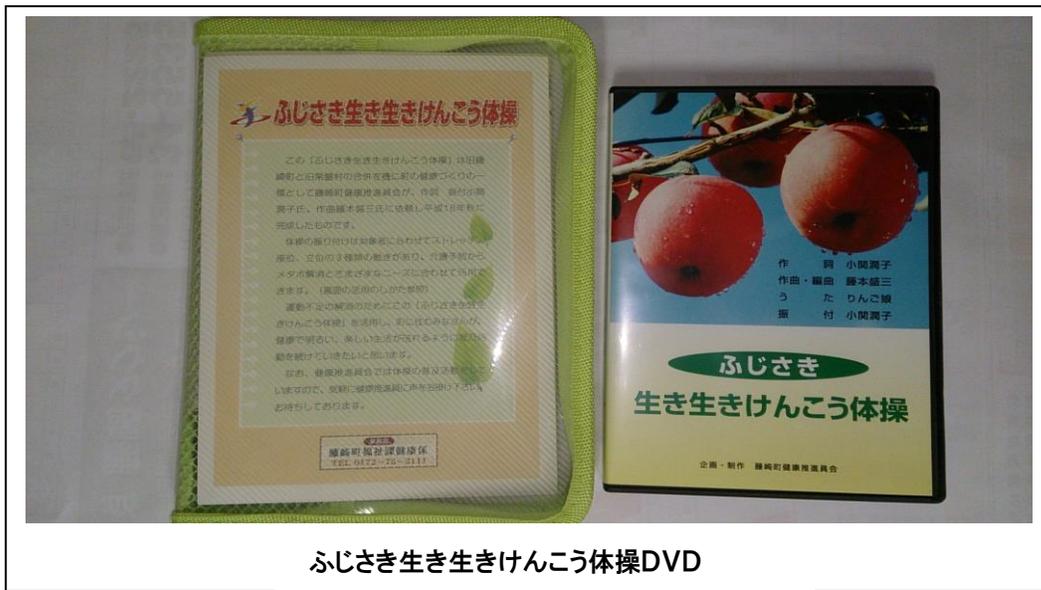
健康推進員の活動を広く町民に浸透させるために、会報誌「健康推進員だより」を平成18年度から発行し、健康推進員の活動をPRしている。会報誌の作成では、健康推進員の自主性を促しながら町民や健康推進員自身が健康づくりの牽引力になれるよう育成している。会報誌では、健康推進員が担当地区の町民に発信したい内容を話し合い、役割分担をして完成させるため、健康推進員自ら町民に読んでほしいとすすめることができ、受診勧奨の際の教材としても活用されている（図1）。



## <ふじさき生き生きけんこう体操の普及活動支援>

町の健康課題対策である“ひまわり運動”（肥満予防対策）のひとつ、「ふじさき生き生きけんこう体操」の普及についての企画とその調整についても健康推進員への支援を行ってきた。

\* “ひまわり運動”とは、「ひまん予防の輪づくり」の略



## 活動成果報告書

町ではこれまでも「ふじさき生き生きけんこう体操」の普及活動をしてきたが、2年任期である健康推進員による体操の定着は難しく、町民への普及には至らなかった。そのような状況の中で、健康づくりの学習や普及活動の積み重ねにより、健康推進員から「冬場の運動不足を解消する機会として、ふじさき生き生きけんこう体操を普及する場を設けたらどうか。」という意見が出され、新たに「冬のたいそう教室」の企画に繋げることができた。

町には、既存の育成組織である町ウォーキング教室の参加者からなる自主グループがあり、そのグループの活動日に「冬のたいそう教室」の開催日を合わせることで、健康推進員以外にも参加できる町民の範囲も広がり、雪深い冬場でも運動する機会を定期的に確保することができた。

「冬のたいそう教室」は平成25年度の12月～3月までの期間に、町内1カ所（藤崎地区）、計8回開催し、延べ164人の参加がみられた。さらに、身近な場所で参加したいという要望を受けて開催場所を拡大（常盤地区の追加）し、町民への運動習慣を定着させ、町の健康課題である生活習慣病予防への取り組みを進めている。

平成26年度は12月～3月までの期間に、町内2カ所（藤崎地区・常盤地区）、計12回の開催を予定。「ふじさき秋まつり」（平成26年11月22日・23日）におけるステージイベントへの出演や各町内会にPRポスターを配布するなどのPR活動も実施。今年度から開催の常盤会場ではPRが課題となっているが、2年目の藤崎会場はリピーターも多く、地元民放テレビで紹介されたこともあり盛況である。

以上、町の要である健康推進員による活動により、特定健診受診率は44%（平成25年度推計）と伸び悩んでいるものの、町民の健康づくりへの意識は年々向上している。町の平均寿命については、平成17年度の厚生労働省の下位30位区市町村ランキングの中で男性7位（女性は入っていなかった）であった。しかし、平成22年度は下位50位区市町村の中に男女とも入っておらず大幅な改善がみられた。

### ◇今後の計画

健康推進員の活動は全町民を対象としてはいるが、今まではどちらかといえば成人を中心とした活動であった。今後は、対象を成人だけでなく子ども世代に広げ、将来の生活習慣病を予防するため、母子を対象とした健やかな子ども達を育む活動もあわせてすすめていきたい。

誕生した子ども達を地域で見守り、声がけしながら家族や地域住民で育てていくといった、子どもの頃からの生活習慣病予防への意識を高めることができるよう健康推進員の育成と支援をすすめていきたい。

以上