

活動成果報告書

平成29年度（第21回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ

長与町健康づくり推進員協議会の歩みと今後の活動について
～住民主体の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 健康保険部 健康保険課

代表者：植田 神奈

勤務先：長与町役場

所 属：健康保険部 健康保険課

所在地：〒851-2185

長崎県西彼杵郡長与町嬉里郷659番地1

TEL：095-801-5820

FAX：095-883-2061



◇活動方針

長与町では、すべ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活動を行っています。中でも地区組織活動の一つである『長与町健康づくり推進員協議会』は、自分自身の健康づくりとボランティア活動を通して、町民全体の健康づくりに役立つことを目的として平成13年に発足いたしました。

活動のはじまりは、平成8年～10年度に実施された町主催の男性料理教室参加者を中心に、平成11年～12年度に男性健康づくり教室を開催。その修了生として『長与町健康づくり推進員協議会』を平成13年に発足しました。

現在、会員29名で、男性ばかりの団体です。若い方は30代から80代まで、幅広い年齢層で、みんな生き生きと活動しています。毎月1回の定例会では、健康に関する学習会や自主活動の準備を行い、自主活動としては「保育園児等との食育活動」、「地域のみなさんとのスポーツ活動」「ヘルシーウォーキング大会」に取り組み、町の事業にも積極的に協力しています。発足当時から続けている活動の他、他団体との交流や新会員の加入で、さまざまな分野にも興味をもち、ピザ窯を使用したピザトッピング体験を食育として追加したり、そば作りにも挑戦しています。

「自分自身も楽しみながら、町のみなさんのお役に立っている！」という思いが、推進員の一番の元気の源になっています。事務局としては、推進員の自主性を尊重し、町民である推進員より健康づくり活動がさまざまな方向より発信されるよう支援していきたいと思っています。

活動成果報告書

◇活動内容とその成果

①月に1度の定例会

7回/年は自分の健康づくりのため、自主活動のために、保健師
栄養士・歯科栄養士・運動指導士などによる学習会を行っています。
4回/年は自主活動のための準備や話し合いを開催しています。



定例会の様子

②各班活動

<スポーツ班>

平成17年に「自分の体は自分で作り、守ろう」と推進員5名
で活動を開始しました。現在は、毎週水曜日に一般住民に向けて
運動教室を実施（ふれあい健康クラブ）しており、登録者数は、
50名を超えました。健康づくり推進員のメンバーが主導となり
継続した運動習慣の推奨に取り組んでいます。平成26年度には
『体力づくり国民会議議長賞』受賞しました。



住民の皆さんも楽し
く参加しています

<広報・ヘルシーウォーキング班>

平成12年11月に住民を対象に第1回ヘルシーウォーキング大
会を健康づくり推進員が開催いたしました。その後、健康ながよ
21や食生活推進員などの地区組織団体とともに協働し、現在は
3回/年開催しています。すべての年代に参加して欲しいとの思い
から、平成23年度より、親子コースを加えました。コース選定
は、何度も試し歩きを行い、安全確保とともに参加者が楽しめる
ような企画を考え運営しています。また、活動状況を紹介するた
めの展示物作製や写真の撮影等も行っています。



<食育班>

平成12年に、町立保育所に食育活動を開始しました。その当時
より子どもたちの朝食の摂取が悪い状況であり、食育活動を通し
て、食の大切さを伝える目的で7年程経て、町内すべての保育園
への実施が実現し現在に至ります。自宅でも簡単にできるとうふ
団子やおにぎり・みそ汁などの軽食に加え、平成26年度に完成



活動成果報告書

したピザ窯を使った手作りピザなどメニューも増えました。保育園児のみならず、地域子育てサークルや児童クラブ・子ども会などからも声がかかり、食育の幅も広がっています。平成23年には『長崎県食育推進活動知事表彰受賞』しました。



食育の様子

③長与町健康まつりの実施

長与町健康保険課が主催となる。健康まつりではスポーツ班より、体力測定・骨密度コーナーの開設、食育班よりとうふ団子の試食やピザの販売とともに展示を行い自分たちの活動のPRを行っています。

④長与町ふれあいピザ窯

平成25年4月に健康づくり推進員の有志の方々とピザ窯プロジェクトを結成し、土地の申請や基礎工事を一から取り組み、平成26年12月にふれあいピザ窯が完成いたしました。現在は、保育園児や小学生への食育活動、地域住民への貸し出し、健康まつりでのピザの販売や体験なども行っています。



◇今後の計画

子どもから高齢者まで、さまざまな年代の方々と健康づくり活動を通して関わり、そこからのつながりが点であったものからひとつの線となり、その線が面になり長与町全体が活力ある町となるよう今後も健康づくり推進員協議会と協働でさまざまな健康づくり活動を展開していきたいと考えています。