

# 活動成果報告書

平成30年度（第22回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ

住民の地域力を活用した健康なまちづくり

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

成人保健グループ

代表者：谷口 知子



勤務先：多治見市役所

所 属：市民健康部 保健センター

所在地：〒507-8787

岐阜県多治見市音羽町1-233

TEL：0572-22-1111

FAX：0572-25-8866



## ◇活動方針

多治見市は平成30年8月1日現在、人口111,233人、世帯数46,408世帯、高齢化率29.4%である。平成26年度より市の健康づくり計画（たじみ健康ハッピープラン。以下、「ハッピープラン」という。）を市全体に推進するため、グループ制による業務担当制に加え、小学校単位の地区担当制を組み合わせた地区保健活動を展開している。

地区保健活動では以下の3点を目指し、地域力を生かし、住民の主体的な健康づくりの取り組みを支援するための保健活動に取り組んでいる。

- ①地区担当保健師のPR
- ②地区にある資源や地区組織の把握及び活用
- ③地区のキーパーソンを見つけ協働した保健事業を実施する基盤づくり

イメージキャラクター

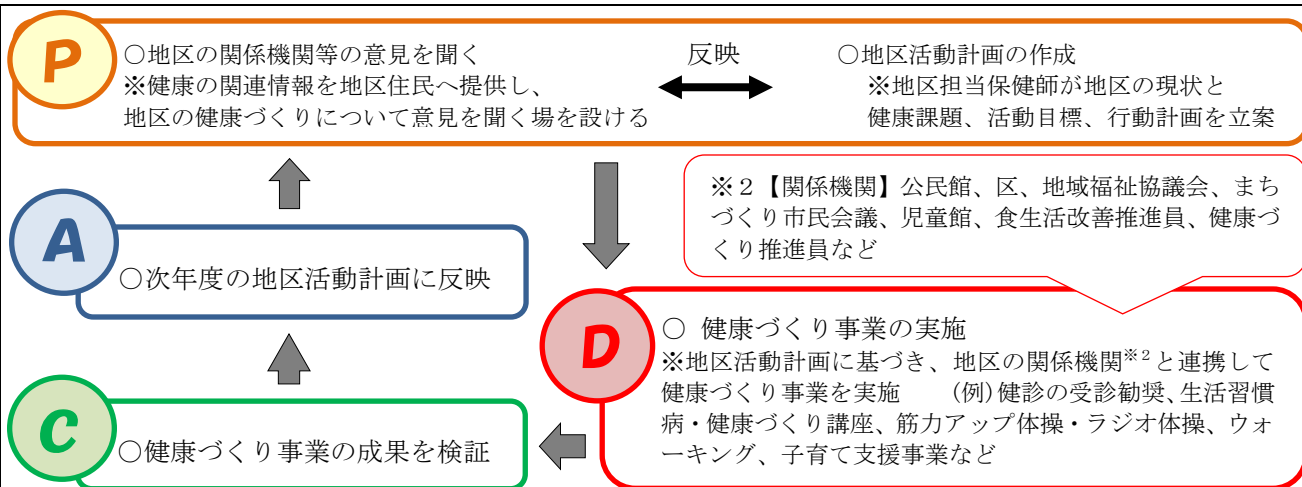


## ◇活動内容

スワンちゃん パックン テクテクくん

- ①市内13小学校区の担当保健師が地区の関係機関の意見を聞きながら地区活動計画を作成し、PDCAサイクルを実施して各地区の健康づくりを推進。

# 活動成果報告書

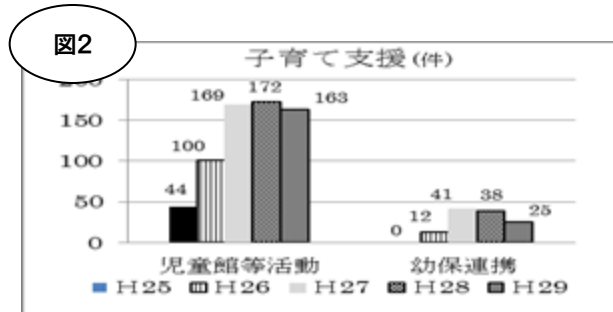
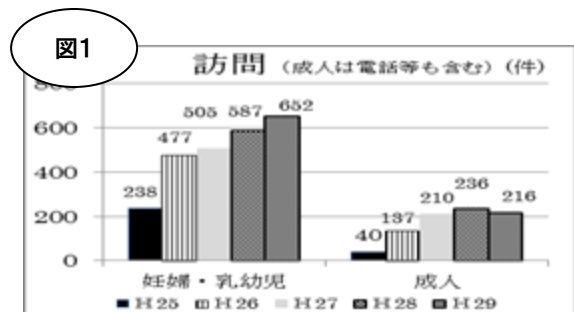


## ②地域での重点的な取り組み（食生活・運動・喫煙対策などハッピープランの取り組みの推進）

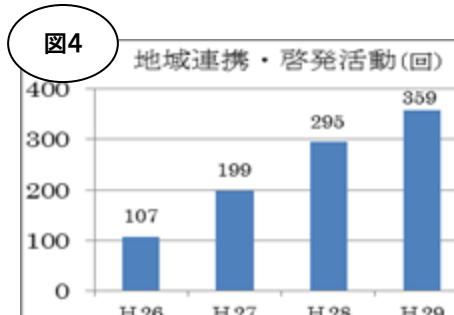
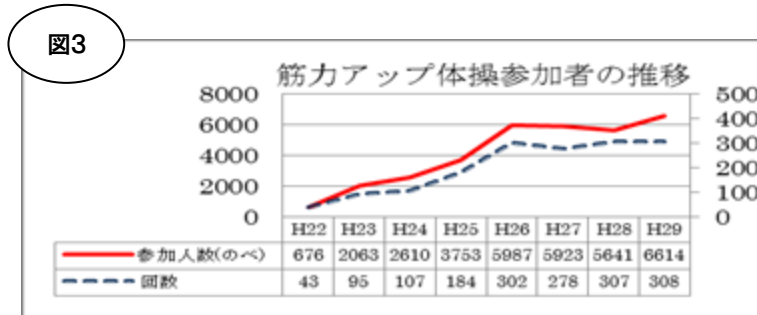
- 地域主催のウォーキングやスポーツ行事、文化祭などで健康コーナーを開設
  - ・体内成分測定などの健康チェック ・食生活改善推進員による減塩味噌汁の試食、減塩クイズなどの減塩推進 ・野菜 350g クイズ、試食など毎食野菜摂取 ・受動喫煙防止の啓発
- 公民館や地区組織と健康に関するイベントや健康講座の開催
- 健康づくり推進員（保健センターが養成する健康づくりボランティア）によるウォーキングや「らくらく筋力アップ体操」の実施 ※特に地域住民の自主運営による筋力アップ体操の場を拡大するよう働きかけている（平成 29 年度現在 12 箇所で開催）

## ③平成 26 年度から 29 年度の 4 年間の地区活動の実績

- 母子や成人のハイリスク対象者支援の充実を図った。（図 1・2）
  - ・児童館、幼稚園・保育園などと連携し、妊娠中や産後、乳幼児の家庭への継続支援の増加
  - ・医師会、地域の医師と連携し、糖尿病等重症化予防事業を平成 27 年度から開始



- ハッピープランの取り組みの推進のため、公民館や地区組織などとの協働による健康事業の企画・実施や地区組織の育成を行った（図 3・4）



# 活動成果報告書

## ◇活動成果

地区活動で目指した3つの視点（担当保健師PR、地区資源や組織の把握及び活用、地区のキーパーソンを見つけ協働した保健事業の基盤づくり）を基に各地区担当保健師が地区の特性に合わせたアプローチ方法で保健事業を展開し、住民による自主的な健康づくり活動への支援を行うことにより、以下の成果を得ることができたので、その一例を挙げる。

○A地区：ハッピープランのモデル地区としてA地区から区長など自治会及び地域福祉協議会など地域組織の関係者10数名が月1回集まり「連絡会議」を開催し、自治会主催の健康づくり事業との共催や連絡会議主催の事業を企画・実施している。連絡会議委員による地域の活性化・健康づくりに関する人材の育成を図ることを共通理念とした活動を支援することができた。

・自治会主催の春と秋のウォーキングやスポーツ祭りにおいて食生活改善推進員の減塩・野菜たっぷりの味噌汁の提供、健康づくりブースを設置、連絡会議主催の夏休みや家庭の日のラジオ体操を実施。（H29実績：事業回数23回 延4,914人）

○B地区：区長等地域の関係者と連携し「健康づくり部会」（13名）を平成28年度に立ち上げ、月1回勉強会を開催中。部会メンバーより、健康づくり活動を展開していきたいとの声があり、30年度より「下部組織（ラジオ体操は週1回、栄養部会は月1回開催）」を作り、地域主体で実施中である。

○C地区：区長、地域社協、公民館等地域組織の関係者と「健康会議」を開催し、C地区健康スローガンを作成・PRし、児童館、地区講座、地域行事等を協働で実施し、健康づくりを推進している。（H29実績：7回 延657人）

私たち自身が地区活動を通して学んだことは、「人と人との良好な関係ができると健康づくりは始められる」と実感したことである。初めは、地域の人達も余分なことはやりたくないという空気であったが、毎月のように顔を合わせ、地域の健康の問題を出したり、少しずつ健康活動に参加するうちに、自分達でもできそうだと感じ、やっていくうちに「やりがい」や「生きがい」を感じていただけたと思う。そして、地域の人達はゆっくりなペースではあるが、そのペースに合わせ年月をかけて少しずつ前に進んでいることも活動成果の一つだと思う。

## ◇今後の計画

ハッピープランの重点課題である食生活（毎食野菜摂取、うす味の強化）、運動（身近な場所で体を動かすイベントや筋力アップ体操の開催、子どもの毎日60分以上の運動の啓発）、喫煙対策（受動喫煙防止、地域の人が集まる場所の禁煙、タバコの害の普及啓発）を様々な組織・団体・職域と協働で推進すると共に、減少・高齢化している健康づくり推進員や食生活改善推進員の養成や活動支援を行う。また、健康に関する住民組織を増やし、健康への主体的かつ継続的な取り組みを推進していく。

なお、地区組織の健康づくりに対する機運には地域差があるため、今後も保健師などの情報交換や先進的な活動をしている地区の活動紹介などを進め、地域力を活用した健康なまちづくりを更に推進していきたい。