

活動成果報告書

令和元年度（第23回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ 地域が主役の健康づくり活動の支援 ～健康づくりは幸せづくり～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 滝沢市役所 健康推進課 成人保健グループ 代表者：滝田 律子	 滝沢市健康づくり宣言大会 自治会ごとの健康づくりスローガンの発表の様子
勤務先：滝沢市役所 所 属：健康福祉部 健康推進課 所在地：〒020-0192 岩手県滝沢市中鶴飼55 TEL：019-656-6527 FAX：019-684-2245	

◇「活動方針」

第1次滝沢市総合計画策定時におけるH25アンケート中の「市民の思う幸福感」については、第1位が心身の健康71.8%、2位が家族関係49.4%、3位が所得収入48.3%で、市民の健康に対する意識の高さが伺える一方、「健康づくりに取り組んでいる人の割合」は減少しています。また「たきざわ健康プラン21」のH28年度中間評価では、「60歳未満の運動習慣を持っている人」「生きがいややりがいを持っている人」「朝食を毎日食べる人」が減少する等の健康課題があります。また、市国民健康保険加入者の医療費の割合では、死亡率1位のがんと同じくらいに、ある程度予防可能な高血圧症・糖尿病・慢性腎不全(透析)の合計割合が高いこと、さらに、死亡率においては脳出血による死亡が多いこともあげられます。

このことから、少子高齢化社会において、高齢になっても地域で元気に暮らせることは重要であると考え、健康づくりに消極的であった方へも届くような啓発を行い、市民一人ひとりが健康に関する知識と実践する力（「健康行動」）を身につけるため、市民と地域・団体・企業・行政が一丸となって総合的な健康づくり運動を推進することを目的に、『健康づくりは幸せづくり』のスローガンのもと、平成30年7月1日「滝沢市健康づくり宣言」を行いました。また、この取り組みに際して、地域での健康づくりの基盤である自治会が主体となって健康づくりの取り組みが行えるよう、自治会ごとに健康づくりの情報提供やワークショップを通じた健康づくりによる地域づくりを行う「地域健康づくり連絡会」を30の自治会で6年間開催しました。

◇「活動内容」「活動成果」

- (1) 事業の名称：滝沢市地域健康づくり連絡会
- (2) 事業の目的及び内容：健康づくりは、住民が主体となり一人ひとりが健康づくりに取り組むことが重要ですが、その推進においては、個人や家庭、地域社会、行政が各々の役割を明確にし、皆で支え

活動成果報告書

あい連携しながら行っていくことが不可欠です。このため、各自治会において地域の健康課題を共有し、住民が考える健康を実現するため、自治会や保健推進員等の健康づくり支援者と行政が連携し、健康づくり活動を通して、健康な地域づくりを目指すことを目的に実施しました。

①事業期間：平成25年度～平成30年度（最終年度は健康づくり宣言の実施年度）

②対象 全ての自治会（30自治会）

（3）参集範囲

①自治会：会長、副会長等の自治会役員、健康づくり事業を担当している部会等の代表等

②健康づくり支援者：保健推進員、食生活改善推進員及び運動普及推進員

③市：健康推進課、地域包括支援センター及び保険年金課の健康づくり担当課職員

（4）実施方法

＜事前＞自治会に対し、年度当初に文書で標記連絡会の開催日程の希望を調査

＜当日＞①進行は、市が担当。参加者の紹介を行い、自治会内での健康づくり支援者等の顔合わせを行う。②資料を配布し自治会の健康状況の説明や検診受診率等健康づくりにかかる各統計等について説明する。③グループワークにて、自治会の健康づくりに関する状況やニーズ等について実態聴取。また各自治会における課題を明らかにし、年間の健康づくり活動について協議し自治会や健康づくり支援者、行政の役割等についても検討する。

＜事後＞①地区担当保健師が、会議顛末をまとめ、実施後アンケート用紙とともに自治会長宛に送付する。②健康教室等事業実施や各種検診の開始にあたっては、自治会との連携を密にする。③年度末には、実績及びアンケート結果について全自治会長宛に送付する。

（5）実績と成果

①参加者数

平成25年度開始当初：30自治会中28自治会にて開催、参加者総数554人

⇒ 平成30年度：全30自治会にて開催、参加者総数622人と増加

②自治会ごとの健康づくりスローガンの作成

・平成30年度健康づくり宣言を地域発信型の宣言とするため、連絡会のグループワークの中で「自治会ごとの健康づくりスローガンの作成」とそれを推進すべく「取り組みシートの作成」。

《地区毎の取り組みの一例》

地区防災無線で集団検診の呼びかけ、自治会の中で適塩摂取の内容を掲載した保健部だよりを作成回覧、自治会ウォーキングコースの作成、子供会行事の中で食生活改善推進員が出汁の取り方を教える、子供会と一緒にラジオ体操など多数。

※すべて自治会が主体となって健康づくり活動を実施し、地区担当保健師はそれを支援するよう地域づくりを進めることとしています。



健康づくり連絡会 自治会ごとのスローガン決定に向けた話し合いの様子



自治会主体の健康づくりの取り組み例
○子供会と一緒に正しいラジオ体操教室



自治会主体の健康づくりの取り組み例
○地区ウォーキングマップ作成

活動成果報告書

・地区毎のスローガンを記したのぼり旗を作成し、平成30年度「滝沢市健康づくり宣言大会」において自治会ごとにステージ発表を行い、地域の中でお互いに声を掛けあう健康づくりの機運を高めることができました。

【30自治会ごとの健康づくりスローガン 一部抜粋】

～自治会毎の健康づくりスローガン～	
*各自治会毎の健康づくりに関するスローガンを以下のように決定し、これを達成するため、地域での取り組みを話し合い中です。今後は、自治会毎に考えた健康づくりに取り組む予定です。	
自治会名	健康づくりスローガン
小岩井	「安心、安全、つながり みんなが元気小岩井」
大釜上	「気づいて健康管理 笑顔の大釜上」
大釜南	「健診受けて 安心家族」
榎木	「笑顔のまちづくり榎木」・行ぐべ！受けだか？みんなで受けよう健康診断・1日に一つは楽しいことを！
大沢	「隣近所 結の心で健康づくり～声掛け合って検診行ぐべ～」
鶴飼南	「健康づくりは毎日の食事から」
上鶴飼	「健康は笑顔のもと 声かけあって 検診 さあ行こう！」
鶴飼中央	「元気に挨拶、笑顔で話そう～和気あいあい～」
上の山	「あいさつで地域みんなが顔見知り 元気で長生き！かみのやま」
滝沢パークタウン	「声かけ合ってはつらつ歩こうパークタウン」
鶴飼温泉	「健康に優る幸はなし～がん検診受診率50%を目指して～」
滝沢ニュータウン	「笑顔であいさつ元気なまち滝沢ニュータウン自治会」

◇今後の計画

令和元年度からの取り組み

(1) 30自治会ごとの健康づくり取り組みの実践（平成30年度からの継続）

(2) 更なる地域での健康づくりの取り組みの啓発（令和元年度からの取り組み）

① 市総合計画の地域別計画における11の地域別で実施する「地域づくり懇談会」にて健康づくり連絡会を実施。（庁内における他課関連携での健康づくりの取り組み）

※参集者が子供会代表や地域の企業等へも広がる予定

② 11地域ごとに令和2年度地域健康づくり実施計画書の提出

・参加者によるグループワークにて意見聴取

テーマ：滝沢市の健康課題である脳出血予防（重点：適塩摂取、運動を習慣づける）

・令和2年度の地域ごとの取り組み（案）を提出いただく。

グループワークの意見を参考に、地域の代表等が検討し、実施計画書の提出。

※地区担当保健師が相談にのりつつも、地域主体の健康づくりの取り組みを考えていただく。



令和2年度

健康づくり重点取り組み

☆適塩摂取

☆運動を習慣づける

(1日 **7,000歩**)

※ロコモチェックの巻を活用して下さい！

地域づくり懇談会
毎に
健康づくりの取
組み(案)を考えま
しょう！