

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

鳥取市民健康づくり地区推進員35年のあゆみとともに
～一人ひとりが元気で楽しく暮らせるまちを目指して～

グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名)

鳥取市 健康子ども部 中央保健センター
代表者：石山 真理子

勤務先：鳥取市役所

所 属：健康子ども部中央保健センター成人保健係

所在地：〒680-0845

鳥取県鳥取市富安2-104-2

TEL：0857-20-3194

FAX：0857-20-3199



◇活動方針

鳥取市は、計画策定以前の昭和58年10月に市民の自主的な健康づくり活動の支援を行う地域のリーダーとして、推進員制度を発足し、昭和61年各町内に推進員を設置した。本市では、「乳幼児期から高齢者まで市民一人ひとりが生涯を通じて、その人らしく健康で豊かな人生を送れること」を基本理念として、第3期鳥取市健康づくり計画「とっとり市民元気プラン2016」を策定している。多くの保健師が所属する中央保健センターでは、現在、第15期を迎えた推進員が地域の健康づくり活動に取り組む協議会活動を支援している。

◇活動内容とその成果

○推進員について

1) 組織

鳥取市民健康づくり地区推進員連絡協議会（以下「協議会」という。）は、市内41地区の健康づくり地区推進員会をもって、「協議会」と組織している。会長、副会長、会計、会計監査を互選し、運営する。平成16年11月市町村合併、平成30年4月中核市を経て、町内会長の推薦に基づき、市長の委嘱を受けた979名の推進員が活動している（令和2年1月1日現在）。

2) 協議会の活動

「とっとり市民元気プラン2016」をもとに、健康課題から健康づくり活動を推進する。

協議会目標（令和元年度）：「とっとり市民元気プラン2016」を推進する

～生活習慣病を予防し、健康寿命が延伸できるよう、地域で健康づくり活動を行う～

1 研修会、講習会に積極的に参加し、健康についての学びを深める

2 地域で検診受診率向上、受動喫煙防止、糖尿病や認知症予防等、生活習慣病予防の啓

活動成果報告書

発を行う

3 一町区（一集落）一活動を推進する

- (1) 会議：推進員が協議会の運営、事業の企画・立案及び推進、予算・決算の審議などを行い、理事会は地区活動の情報交換や健康に関する学習の場とする。41 地区の理事で年間 5 回程度の会議を行う。
- (2) 重点事業の推進：重点的に取り組む健康課題は、事業検討委員会を設置し、事業や研修会の検討、活動を行う。事業検討委員会で検討した内容は理事会で報告する。
 - ①たより編集検討委員会：協議会や地区の活動状況および健康情報等を掲載した「健推だより」を年 2 回発行する。
 - ②検診受診率向上委員会：健診スローガン「あなたとあなたの大切な人を守るために受けよう健診守ろう健康」をもとにイベント等で検診受診の啓発を行う。
 - ③タバコ・アルコール対策検討委員会：「禁煙は愛」をスローガンに受動喫煙を防ぐ環境づくりのため、禁煙イベントの協力や啓発を行う。また適正飲酒に関する啓発も行う。
 - ④運動推進委員会：適度な身体活動について啓発活動や運動習慣づくりのための活動を行う。運動のきっかけづくりのひとつとして、ウォーキングを企画・運営している。

3) 地区の活動

各地区で推進員会議を行い、年度初めに活動目標・活動画・予算を計画し、活動する。年度末に活動を振り返る。地区活動に合わせて、身近な一町区（一集落）一活動を実施する。

○中央保健センターによる推進員への活動支援について

- ・活動がスムーズに継続されるよう平成 3 年に「健康づくり推進員活動の手引き」を作成した。手引きは、役割や組織、活動内容、活動費について掲載し、任期交代時に配布している。
- ・推進員の委嘱状交付式とあわせて、多年にわたり市民の健康づくりに寄与した 10 年、20 年、30 年の方に感謝状贈呈を行う。交付式にあわせ、新任推進員に向けた講演を実施している。
- ・組織の中でリーダーとなる人材を育成するため、研修会を開催する。推進員のモチベーション向上に努めている。
- ・市内を 6 ブロックに分け、研修会や情報交換、理事会で研修を開催し、推進員が健康づくりに関する知識を深める機会を設けている。
- ・協議会が開催する三役会（5 回/年）、常任理事会（5 回/年）、理事会（5 回/年）、事業検討委員会（5～8 回/年）や地区会議において、市の健康課題や健康づくりの取り組み等を伝え、活動方針を共有する。
- ・活動状況を把握しながら、活動を振り返り、次の活動へ取り組めるよう支援している。推進員の関心やアイデアに加え、地域の実情に沿った活動ができるよう関係機関との調整や講師派遣などを随時行っている。また、推進員の活動に応じた悩みや相談も各地区担当保健師が共に考え、自発的な活動になるよう支援している。
- ・保健師が地区や推進員からの活動上の問題や要望に対して、三役や常任理事に報告し、理事会で協議するなど、協議会として検討する体制としている。
- ・推進員が地域の様々な活動のヒントを得て、地域に持ちかえることができるよう実践発表や情報交換のために、活動紹介やグループワークを取り入れて工夫している。
- ・イベントでの啓発や健推だよりの発行を協働で実施し、推進員の活動を支援している。

活動成果報告書

○目指す姿、健康課題の共有ができた。

鳥取市健康づくり計画の策定以前から健康づくり活動に携わっていた推進員が、計画策定時の健康づくりを語る会のメンバーとして参画した。健康課題や対策案を検討し、本市の目指す姿を共有できた。その結果、計画策定後も健康課題に沿った活動目標を協議会で立案し、共に活動を実践できている。

○推進員が自主的に活動に取り組む姿が見られた。

健康課題をもとに、重点事業として事業検討委員会を自主的に立ち上げ、なかでも、検診受診率向上対策では、健診受診状況のアンケート調査の実施や健診スローガン「あなたとあなたの大切な人のために～受けよう健診 守ろう健康～」、ロゴマークの作成に至った。啓発方法の検討を重ね、現在は健診受診啓発劇を推進員自らが考案し、手話で表現をとり入れる等イベントでの啓発を幅広く活動をすすめている。

○推進員がやりがいを感じる活動が継続されている。

平成4年には、生活習慣病予防に向けて運動習慣づくりと推進員活動のPRをねらいとした健康ウォークを開催した。現在も年1回の健康ウォークを企画、運営し、運動習慣のきっかけとする活動をしている。平成16年には、ふれあいウォーキングマップを作成、各地区へウォーキングの波及効果を図った。

またタバコ対策では、平成18年第1回集会所喫煙状況アンケート調査を実施した。以降、平成20年、24年、26年と実施。516集会所のうち、施設内禁煙が94か所から250か所に増加し、施設内分煙が74か所となった。施設に掲示するポスターを作成し、身近な集会所の禁煙、分煙につながる活動を実施した。イベント啓発で、ロゴマークを活用した啓発「禁煙は愛」を作成し、市民へよびかけ、意識向上に努めた。タバコに関する標語を推進員対象に募集し、イベントで表彰、啓発活動に活用した。

○地域の身近な関係機関を巻き込み、協働実施ができた。

活動内容に応じて、地区公民館、地区社会福祉協議会等の地区組織と協働で取り組み、地域の中での波及を図った。平成13年には、会員への情報発信として、健推だより第1号を発行し、現在は第46号の発行となる。地区公民館へ健推だよりを配布し、活動PRを自主的に行われるようになった。

○人材が育った。

保健師の活動支援とあわせ、長年活動を継続する推進員が、新任推進員へ向けて、町内（集落）の方々の顔を覚えて、身近な一町区一活動で声をかけることや、医療的なことは専門的にならず、保健師に相談するよう助言する等、身近に支え合う姿も活動の中で育った。推進員から、再任して活動を継続したいという声も聞かれた。リーダー研修会として、三役が実践発表し、新任の理事に活動をスムーズに行ってほしいと研修を企画運営するようになった。

○地域の課題を身近に感じる推進員と目指す姿を共有することで、自主的な活動として具体化し、中央保健センター保健師と協働で推進している。

◇今後の計画

協議会の会議運営にあたり、次の4つを大切にしている。①推進員相互の学習の場とすること、②地域の健康問題の発見や解決策の検討、活動の評価の場とすること、③推進員同士の親睦を深める場とすること、④推進員一人ひとりの思いを聞くことである。推進員が地域を知り、推進員同士が健康づくり活動を同じ目線で語りあい、自分や地域に合った無理のない活動を続けていくことが活動継続の要因と考える。中央保健センターは、今後も推進員の声を聞きながら、地域の活動拠点となる地区公民館や関係機関とつなぎ、健康づくり活動を見守り、自発的な活動を支援したい。