

活動成果報告書

令和6年度（第28回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ ただいま s t e p u p 中！ ～はんだキッズ健康マイレージ2024～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 半田市 福祉部 健康課 成人保健担当 代表者：榊原 麻子	
勤務先：半田市役所 所 属：福祉部 健康課 成人保健担当 所在地：〒475-8666 愛知県半田市東洋町2-1 TEL：0569-84-0662 FAX：0569-25-2062	

◇活動方針

本市では、平成28年度から愛知県と協働し、18歳以上を対象に健康づくりを実践することでポイントを貯める「はんだ健康マイレージ」を実施している。令和5年度からは小中学生を対象に「はんだキッズ健康マイレージ（以下、キッズマイレージ）」を開始した。本事業は、生活リズムの崩れやすい夏休み期間に実施し、将来に渡り健康でいるための土台づくりを目的としている。

★キッズマイレージのしくみ★

Step1 「早寝早起き」「食事または歯磨き」「家族との約束」について目標を立てる。

例) 夜9時までに寝る、毎日朝ご飯を食べる、ゲームは1日60分まで

Step2 目標を達成することで「チャレンジポイント」を貯める。また、家のお手伝いをすることで「サービスポイント」を貯める。

Step3 合計100ポイントを貯めて申請すると、インセンティブとして景品と交換できる。

令和5年度は各小中学校を通じてチャレンジシートを配布し、子どもたち自身で健康課の窓口に提出してもらう形で実施したが、次の課題が見つかった。

- (1) 市内13の全小学校の児童約6,000名へチャレンジシートを配布するも、申請者は89名と著しく少なかった。
- (2) 学校でのチャレンジシートの配布が夏休み直前であったため、宿題等多くの配布物に紛れてしまい子どもたちへの周知が不十分だった。
- (3) 学校保健の窓口となる養護教諭への周知も不十分だった。
- (4) 校長先生より学校でも夏休みの生活習慣調査などを実施するため、本事業と連携できるとよかったのではと意見があったが、学校と具体策を決めるまでには至らなかった。

活動成果報告書

◇活動内容とその成果

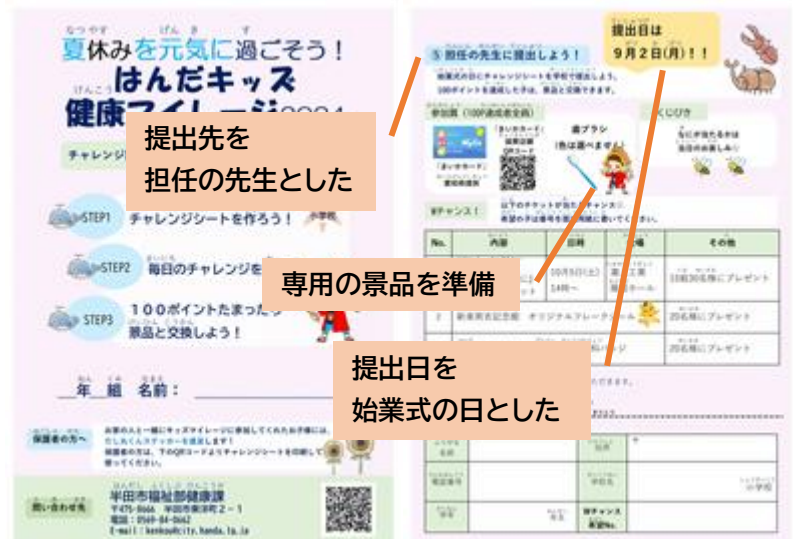
今年度はより多く子どもたちに取り組んでもらえるよう、次のような見直しを図った。

- ・校長先生や養護教諭から担任の先生へ周知してもらうこと、7月上旬にチャレンジシートを配布することを目標に、5月の養護教諭部会と6月の校長会へ出席し、早期から事業の説明とチャレンジシートの配布依頼を行った。併せて、養護教諭部会では学校の意見を取り入れるため、「チャレンジシートに対する意見」や「学校として協力できること」についてアンケート調査を行った。
- ・アンケート調査の結果、1校（さくら小学校）から「宿題として取り組みたい」との意見があった。そこで、子どもたちになぜキッズマイレージに取り組んで欲しいのか、どのように取り組むのかを知ってもらうため、担当保健師が終業式で目標の決め方やポイントの貯め方などを直接説明した（図1）。また、申請のハードルを下げるため、専用のチャレンジシート（図2）を作成し、さくら小学校でのチャレンジシートの回収と提出に協力してもらえるよう調整した。

図1 終業式での説明の様子



図2 さくら小学校専用チャレンジシート



- ・他の小学校でも周知の機会を増やすため、担当保健師がお昼の校内放送でチャレンジ方法を説明したり、校内にポスター（図3）を掲示した。
- ・さらに、子どもたちの生活の場の一つとなる学童保育（以下、学童）に着目し、学童へ「適切な生活習慣の土台をつくる」という事業の目的を説明するとともに、チャレンジシートの設置やポスターの掲示を依頼した。その結果、全20の学童のうち、3学童で宿題の時間にチャレンジシートの記入を呼び掛けることや、チャレンジシートの回収と提出の取りまとめに協力が得られた。

図3 学校・学童で掲示したポスター

🌻 窓口での申請風景 🌻



活動成果報告書

◇活動成果

- (1) 養護教諭部会で出た意見を基に、目標及び記録の記入欄、イラストや色使いなど、子どもたちが楽しく分かりやすく取り組めるチャレンジシートを作成することができた。
- (2) 小学校でポスターの掲示や校内放送を行ったことで、本事業を子どもたちに広く周知できた。また、早期から養護教諭を始め担任の先生方への周知を徹底したことで、保健だよりや宿題一覧へ掲載してもらうなど学校の協力が得られた。
- (3) さくら小学校では本事業を宿題として位置付けたことで、子どもたちのチャレンジ意欲を刺激し、申請者数が 132 人（前年比+127 人）と増加した。学童での提出を含め、全体の申請者数も 313 人（前年比+224 人）と増加した。 ※小学校別の申請者数は表 1 を参照。
- (4) 小学生同士または小中学生の兄弟で一緒に取り組む姿もみられ、一人ひとりの取り組みが家族の健康づくりにも繋がる機会となった。

表 1 小学校別の申請者数（単位：人）

全校でポスターを掲示

学校名	亀崎	板山	乙川	乙川東	横川	半田	さくら	岩滑	雁宿	成岩	宮池	花園	有脇	合計
R5	3	0	7	5	10	7	5	5	19	4	12	12	0	89
R6	15	4	11	7	10	11	132	8	10	6	86	11	2	313

R6 にお昼の
校内放送を実施

学校との連携

宿題一覧へ掲載

保健だよりへ掲載

半田市小学校マップ→

- 📍：市役所
- ：小学校



◇今後の計画

本事業を通してより多くの子どもたちが規則正しい生活習慣を身に付けるためには、関係機関との協力が重要であり、令和 6 年度は小学校 1 校と 3 つの学童と積極的に連携できた。来年度はこれをモデルとして、更に関係機関へ周知を図るとともに小学校 3 校との連携を予定している。

また、子どもたちが規則正しい生活習慣を継続するには、身近な大人の存在が欠かせないため、保護者にも本事業を知ってもらえるよう働きかけていきたい。さらに、キッズマイレージを通して保護者自身の健康づくりに目を向けてもらうきっかけとなるよう、はんだ健康マイレージについても併せて PR していきたい。