

## 第3章

# 計画の推進体制

### 3-1. 計画の周知

---

市民の健康づくりを進めていくために、計画書を市のホームページに掲載し、また、市民が気軽に閲覧できるよう、健康づくりに関わる公民館等の公共機関に計画書を設置します。その他、講演会など様々な情報提供の手段を活用しながら、幅広く計画の周知を進めていきます。

### 3-2. 市民・関係団体・行政機関の役割と連携・協働

---

本計画で示された市民の健康づくりの目標実現のために、市民活動や関係団体と連携・協働を図りながら、取組を推進します。

#### 【地域団体】

異世代間交流や体験学習、生きがいづくりなどこれからの健康づくりは市民自らの知恵や工夫、努力などにより取り組むことが求められます。自治会、こども会、老人クラブ、町内福祉村、NPO、ボランティアなどの団体は、こうした市民主体の健康づくりを進めていく上で中心的な役割を担うことが求められます。

#### 【職 場】

勤労者の健康づくりの中心的な役割とともに、職場環境と退職後の健康づくりを見据えた職場の健康管理体制や福利厚生の実充が求められます。また、地域社会の一員として、市の健康イベントや市民主体の健康づくりグループ活動への参画などソーシャルサポートの活用も期待されます。

#### 【学 校】

集団生活や社会生活、生活習慣の基礎的な教育を行う場であり、この時期の健康教育は、生涯の健康に対する意識や行動に影響を及ぼします。さらに、地域との連携の中で体育館の開放や行事を通して、個人や地域の活動を支援することが期待されます。

#### 【医療機関】

患者の視点に立った質の高い医療の提供や病気に対する正しい知識や予防法についてのわかりやすい情報提供など、病気にならないようにするための専門的な支援が期待されます。

#### 【医療保険者】

国民健康保険、職場保険における健康増進サービスを通して、生活習慣病の一次予防に重点を置いた保健事業の充実強化が求められます。

#### 【健康関連企業】

健康増進、スポーツ施設、医薬関連企業や外食産業などは、市民の健康に対する価値観が多様化する中で、市民が健康的な生活習慣を送ることができるように、情報提供や幅広い選択肢を提供することが期待されます。

#### 【マスメディア】

生活習慣病の一次予防を重視する上で、不特定多数の市民へのアプローチを行う手段として大きな役割が期待されます。市民が安心して健康づくりに取り組めるように、科学的な根拠に基づいた正確な情報発信が求められます。

#### 【行政機関】

市は各種保健事業を提供するとともに、広報やホームページなどで情報提供の充実や個人が行う健康づくり活動を支援する役割を担います。また、保健福祉事務所やその他の行政機関とともに健康づくりにかかわる関連機関、団体との連携、調整、ネットワーク化を図ることが重要な役割となります。

### 3-3. 市民参加による地域の健康づくり

市民が身近な場所で健康づくり活動に気軽に参加して、仲間や地域とのつながりを持つことは、健やかな地域づくりに役立ちます。自分ができる健康づくりに主体的に取り組み、さらにそれを家庭や地域へ広めることで、地域ぐるみの健康づくりに発展することが期待できます。

本市では、市民参加による市民主体の健康づくりを推進していくために、各種の健康づくり事業を通して市民の自主的活動を支援します。

市民参加による地域における健康づくり活動の例としては、「平塚市食生活改善推進団体」、「平塚市健康推進員連絡協議会」、「地域健康づくり活動推進事業」などが、あげられます。

「平塚市食生活改善推進団体」及び「平塚市健康推進員連絡協議会」については、市が育成講座などを実施し、地域活動推進のための情報提供や助言、協力を行います。

また、「地域健康づくり活動推進事業」では、地域住民による地域の健康づくり意識の向上を図ることを目的として、健康づくりワークショップの開催やワークショップ後の地域住民による自主的な健康づくり活動に対して必要な助言などを行います。

## 市民参加による地域の健康づくり活動の例①

### 平塚市食生活改善推進団体

#### (活動目的)

「私達の健康は私達の手で」「おいしく楽しく健康に」を目標に、家族から地域へ健康づくりの案内役、世話役として適切な食生活を広めています。

#### (活動内容)

昭和33年(1958年)に神奈川県で最初に設立され、平成20年(2008年)には50周年を迎えました。委託事業、自主事業など幅広く活動しています。

- 平塚市からの委託事業
  - 1 もぐもぐ離乳食教室
  - 2 高齢者食生活改善料理教室
  - 3 養成講座受講生への調理実習
  - 4 生活習慣病予防料理教室
- (財)日本食生活協会からの委託事業
  - 1 男性のための料理教室
  - 2 親子の食育教室
  - 3 ヘルスサポーター21 事業
- 助成事業
  - 1 消費生活展
  - 2 弦斎まつり
  - 3 ゆめクラブ生きがい料理教室
- 協力事業
  - 1 湘南ナパサ献立ヒント
  - 2 市民平和のタベ
  - 3 防災訓練
  - 4 ヤーコンフェアー
- 自主事業
  - 1 ひとり暮らし老人昼食会
  - 2 公民館まつり
  - 3 親と子・こども料理教室
  - 4 平塚伝承料理の本の出版



もぐもぐ離乳食教室

#### (活動に参加するためには)

平塚市が開催する食生活改善推進員養成講座を修了後、平塚市食生活改善推進団体に入会し、各地域での様々な食生活改善活動に従事します。

## 市民参加による地域の健康づくり活動の例②

### 平塚市健康推進員連絡協議会

#### (活動目的)

地域における身近な健康づくり活動の「推進役」として生活習慣病の予防の重要な要素である「運動」と「休養」をテーマとして活動を行っています。

#### (活動内容)

平成8年(1996年)に平塚市健康推進員連絡協議会が発足しました。4つのプロジェクトとの4地区のブロック(東西南北)の活動に分かれて、主に運動の普及啓発を目的とした活動(委託事業)を行っています。

#### ●プロジェクト活動

- 1 「くすの木体操」講習会の開催などを中心とした体操の普及啓発(各地域の団体を対象とした「くすの木体操教室」も協力事業として開催。体操で楽しく体を動かし、身軽な体を目指します!)
- 2 健康ウォーキングの開催、ウォーキングマップやウォーキング手帳の作成(ウォーキングを通して歩く楽しさを実感!)
- 3 公民館まつりなどにおけるミニ体力測定の実施(体力測定で健康状態を気軽にチェックしましょう!)
- 4 機関紙「けんこう」の発行(市民参加による健康づくりの楽しさや重要性を周知します!)

#### ●地区ブロック活動

地域での健康教室の開催



くすの木体操講習会

#### (活動に参加するためには)

平塚市が開催する健康推進員養成講座を修了後、平塚市健康推進員連絡協議会に入会し、各地域での様々な健康づくり推進活動に従事します。

## 市民参加による地域の健康づくり活動の例③

### 地域健康づくり活動推進事業

#### (活動目的)

複雑化した社会の中で健康に対する様々な需要に対応していくためには、健康づくり活動への地域住民の積極的な参加や市民と行政との協働による推進が重要です。地域の特性を踏まえた健康づくりを考え実践するために、地域住民による自主的な健康づくり活動への支援を行います。

#### (活動内容)

- 健康づくりワークショップの開催：平成14年度（2002年度）から地域住民を対象に健康づくりや介護予防の普及啓発を目的としたワークショップ（話し合い）を実施しています。地域ごとの特徴を踏まえた「健康的な暮らしのあるべき姿」について話し合います。
- 地域健康づくり活動への支援：ワークショップ終了後に、自主的な健康づくり活動を継続して行っているグループ（自主運動グループなど）に対して、保健師や理学療法士などが組織運営のアドバイスや技術支援を行います。

#### ～ 地域の自主運動グループの活動を調査しました ～

##### 平成21年度（2009年度）市町村保健サービス評価支援活動

地域住民による自主的な健康づくり活動と健康増進事業との連携を図るため、神奈川県と早稲田大学の協力を得て、アンケート調査や研修会を実施しました。

#### 1 参加者アンケートによる活動調査の結果

調査対象：健康づくりワークショップ後に発足した7地区の自主運動グループ

調査時期：平成21年（2009年）11月

調査結果：調査協力者数：259名

（自主運動グループへの参加動機について）

運動不足解消 83.0% 体力づくり 65.6%

転倒予防 61.8% 楽しそう 47.5% 仲間づくり 48.3%

#### (参加した効果)

運動習慣が定着 73.4% 仲間づくりができた 72.2%

気分転換になった 71.4% 運動が楽しくなった 66.9%

体力がアップした 61.8% 筋力がアップした 50.2%

#### 2 研修会の開催：自主運動グループ及び健康推進員を対象に2回開催しました。

(講師) 早稲田大学人間科学学術院人間総合研究センター 大場ゆかり氏

(内容) 第1回「行動変容モデルに着目した地域での健康づくり」

第2回「グループワークで行動変容を促すためのアプローチを考えよう」



地域で楽しく健康づくり研修会

### 3-4. 計画の進行管理

計画の推進及び目標達成のため定期的な進行管理を行います。健康づくり事業を効果的に推進するために、計画・実施・評価・見直しという「Plan→Do→Check→Action」のサイクルを確立し継続的に改善を図っていきます。

計画の進行管理体制としては、「平塚市健康増進計画推進部会」を設置し、計画を具体的に推進するための検討を行います。また、評価方法の検討など必要に応じてワーキング部会を設置します。

計画の進捗状況の点検及び評価については、「※30 市民健康づくり推進協議会」に報告をし、必要に応じて検討を行います。



