

いきいきふれあい事業の様子



(いきいきふれあいセンター「あゆみ」子どもと一緒に遊びリテーションの風景)

市内の「いきいきふれあいセンター」一覧

	地 区	センター名	設 置 場 所	開催曜日(毎週)
1	小 山	み つ わ	保健センター分館 敷地内	水・木
2		あ ゆ み	小山第一小学校 北校舎	火・木・金
3		え き な ん	あさひ公園管理事務所	水
4		城 南	小山市コミュニティセンター	水
5		あ じ さ い	小山市立城北集会所	金
6		え き ひ が し	駅東公園管理事務所	金
7		あ け ぼ の	小山市ふれあい健康センター	火
8	大 谷	い こ い	勤労青少年ホーム 小体育館	火
9		お お や	コマツクラブ	月
10		み な み	大谷幼稚園	水
11	間々田	ま ま だ	間々田地区生涯学習館	木
12		お と め	オリジン電気(株)月光寮	火
13	寒 川	寒 川	旧寒川集会所	木
14	豊 田	と よ だ	松沼本郷 自治会公民館	金
		い な ぼ	--	月1回(とよだ分館)
15	桑	桑	えいぶるの里 跡地	月
16	絹	き ぬ	中福良 自治会公民館	水

☆☆桑支部 平成15・16年度活動のまとめ☆☆

目標：よい生活習慣を身につけよう！ 取り組み：子どもや地域の団体をとした健康教室（肥満予防）の開催

効果①

子ども自身や保護者など幅広い世代の人が健康についての関心が高まり、
自分の健康状態に気づくことができる

12月支部会議の結果より

健康推進員さん自己評価スケール・・・8点

健康推進員さんからのご意見いろいろ・・・

教室等開催時における参加者が多くなってきた
教室等に参加してくれた人は健康についての意識の高まりを感じることができた。ただし不参加の人の中には病院通院者が多いように思う
特に肥満の人は自分で気づいている場合が多い。行動改善まで促せばよいかな
幅広い世代において、教室などの開催時にもっと参加者がほしい
前回の健康度測定結果より、今回は値が改善している人がおり、健康に
についての意識の高まりを感じることができた
前回は今回も健康教室に来て頂いていること自体が意識が高いということに繋がる

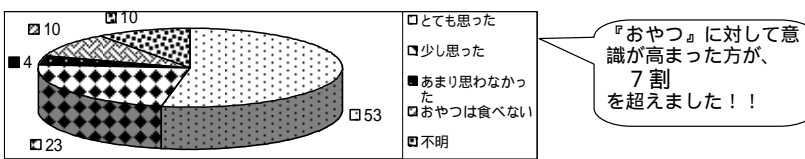
健康教室等における参加者のご意見

小学校文化祭でのアンケート結果より・・・

展示内容を見て、朝食を食べるように気をつけようと思いましたが？



展示内容を見て、おやつをたくさん食べないように気をつけようと思いましたが？



中高年対象の健康教室にて・・・

生活習慣について、見直すきっかけになりましたか？
・2会場において、「とてもなった」・・・が100%！

効果②

家庭や地域で健康づくりの意識が高まり、
生活習慣改善へのきっかけになる

12月支部会議の結果より

健康推進員さん自己評価スケール・・・8点

健康推進員さんからのご意見いろいろ・・・

健康教室開催などいろいろな活動より、地域での運動に関しての意識が高まり、自治会独自の『ウォーキング大会』を推進員＆自治会主催で行うことになった
今回の健康教室が大変好評で、次回の開催についても地域において希望があった
健康推進員においては、研修や教室の開催により自分自身の意識が高まり、家庭や近所に啓発できた
健康管理について地域の人にもっと関心を持ってもらいたい

効果③

各教室を通じて健康推進員の活動が地域に浸透し、
地域ぐるみで健康づくりの意識が高まる

12月支部会議の結果より

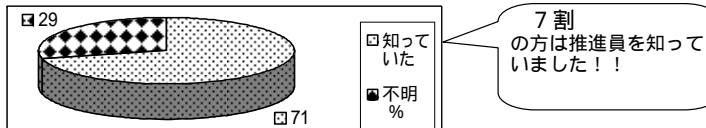
健康推進員さん自己評価スケール・・・8点

健康推進員さんからのご意見いろいろ・・・

健康教室開催などいろいろな活動により、地域での運動に関しての意識が高まり、自治会独自の『ウォーキング大会』を推進員＆自治会主催で行うことになった
研修で学んだ筋力トレーニングを地域の会合において実施し、啓発を行った自治会の会合で推進員のPRおよび活動報告を実施している
開催当初は参加者が少なかったが、回数を重ねることに参加者が増えてきて、地域において活動が根付きつつある
任期が2年のため、地域に浸透するには期間が短すぎる

健康教室等における参加者のご意見

健康推進員会を知っていましたか？



効果④

肥満予防の意識が高まり、 子どもの肥満者の割合が減少する

12月支部会議の結果より

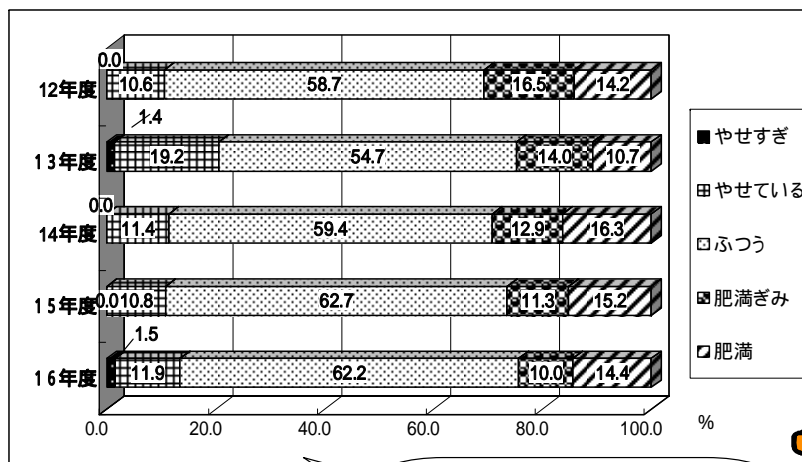
健康推進員さん自己評価スケール・・・7点

健康推進員さんからのご意見いろいろ・・・

近所で肥満の子どもの見かけなくなった気がする
現在の児童が成人したときに、自分の子どもが肥満にならないよう対処できるように
するなど、短絡的ではなく、長期的な展望をもって活動したい
文化祭での展示説明のときなど、子どもや保護者の反応に手ごたえを感じる



小学校での統計データより抜粋



“肥満気味”“肥満”のお子さんの
人数が、
14年度・15年度・16年度と
年々下がっています！！



健康推進員さんのつぶやき

健康推進員になるまでは分からなかったが、推進員の活動は自分自身のためになるし、活動は自分にとってより身近な地域であることが分かった
喜沢地区においては全自治会で健康教室等を行うことができた
自分も健康推進員になるまでは存在を知らなかった。まだ啓発が足りないと思う
健康推進員活動を通して、自治会や育成会・スポーツ振興会・学校・在宅介護支援センターなど地域の団体と連携をとることができた
活動を通して、子どもの食育の実態がかいま見え、危惧をいただいている。親の意識改革が必要だと思う。



地区保健師のつぶやき

全体的な桑地区活動においては、健康都市おやまプラン21における評価指標自己評価スケールが7～8点とそれぞれ高く、活動への達成感があることが伺える。2年間桑地区では、
従来、実施していなかった自治会での活動の開始
健康度測定のみ地区においてさらなる健康に対する意識向上を目指したいとの推進員の意見から、健康教室の開催をあらたに実施
学校文化祭での活動において、健康推進員・学校サイド・健康課の3者での話し合いにより問題点を抽出・解決策を話し合ったうえで、よりその地区に即した活動の展開
等、任期1年目のなかでいろいろ活動を体験した推進員だからこそ出る活発な意見から、あらたに始まった活動を実施したことも自己評価が高い一因と思われる。

桑地区では全支部をあげて「肥満予防」に取り組んでいる。肥満予防に関する健康教室や測定・相談を実施してきたが、まずは推進員自身が生活習慣行動改善を実行し、家族からご近所に啓発を行い意識を高めるなど、より身近な所からの活動があることが伺える。これこそ「各自治会に1名ないし2名ずつ」という健康推進員の醍醐味ではないだろうか。また、はじめは地域で行う健康活動も参加人数が少なく知名度が低かったが、何回も実施することにより参加人数が100名を超える場所もあった。年を経るにつれ、健康に関する意識の向上とともに健康推進員の名前が定着してきた結果と思われる。

肥満予防の活動を実施するなかで、中高年はもちろん、子どもの時からの啓発が大切との意見から小学校文化祭への介入も行っている。学校や推進員自らが住む地域の実情にあった啓発を行えた。活動のなかでは、自治会はもちろん、学校育成会・生きがいデイサービス・在宅介護支援センター・スポーツ振興会など地域における各団体との連携をはかれた。

一住民が「健康都市おやまプラン21」に基づいた健康推進員活動を行うことで、自分の健康に関心をもち家族や地域住民を巻き込んで生活習慣行動改善を行えたことは「人もまちも元気な健康都市おやま」を目指す小山市にとって大きな原動力になり得たと思われる。