

中区 区域まちづくり事業 効果検証シート

事業名称			実施主体			
区民の主体的な健康づくり推進事業			中保健センター			
事業目的	事業内容	活動指標	R2	R3	R4	
<p>中区地域計画における「健康を支える地域社会の構築」と「区民間交流の促進」をめざし、次のことに取り組む。</p> <p>○健康づくりに主体的に取り組む「健康づくり自主活動グループ」の活動支援により、区民の健康意識を高める。</p> <p>○子どもに対して好ましい生活習慣を啓発することで、子ども自身の健康意識を高めるとともに、保護者への波及効果もねらう。</p> <p>○健康づくりを自己管理できる機会を設ける。</p>	<p>○「健康づくり自主活動グループ」の活動が継続できるよう活動支援を行う。</p> <p>○「健康づくり自主活動グループ」の活動を周囲に情報発信することで、区民の健康づくりの動機付けを行う。</p> <p>○小学生対象に好ましい生活習慣獲得のための教室を実施する。コロナ感染拡大防止の観点から、リモート型で参加できる教室とし、子どもたちや保護者と接触しない方法で啓発する。</p> <p>○身近な場所で高血圧の啓発と血圧測定の推進を行う。</p>	<p>健康づくり自主活動グループへの健康教育開催回数と参加人数</p> <p>「からだの探検隊」開催回数と参加人数</p>	<p>①開催中止 郵送による情報提供を2回実施 ②20グループ×2回</p>	<p>①7月に開催 ②実16名 15グループに情報提供</p>	<p>①9月に交流会 12月に学習会を開催 ②9月…実16名 12月…実67名</p>	
①妥当性	②協働の視点	③インパクト	④効率性			
○ 健康づくり自主活動グループの支援により、参加者の周囲の区民へ向けて健康情報の発信につながる。子どもたちに対して、将来、健康な体を維持するための必要な情報提供を行うことで生活習慣病予防につながっている。	○ 健康づくり自主活動グループに対しては、周囲への情報発信力向上を見込んで、活動を支援している。また、新規の方がグループに気軽に参加できるように教室運営時に協力をしていただくなど協働実施できている。	○ 保健センターの複数の専門職（保健師、栄養士、歯科衛生士）が協力してグループ支援や教室を実施することで、より内容の充実を図ることができている。幼少期に自らの生活習慣を見直し、生活習慣病にかかりにくい体をつくる習慣を身に付ける。	○	健康づくり自主活動グループ参加者を通じて、区民の健康づくりやフレイル予防を推進する。からだの探検隊については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、集団での教室開催はできなかったが、リモートで実施することで、来所での参加が困難な児童も、受講することができた。		
⑤自立発展性	総合評価					
○ 身近な場所で血圧測定を測定することで、自己管理ができるように配慮している。また、計測場所の目につく範囲に健康管理に関連する資料を配架することで正しい情報を得る機会を設ける。自主活動グループの活動場所とも関連するため、健康づくりの意欲向上を図ることもできた。	○	小学生対象の「からだの探検隊」は新しい取組として、リモートで教室を実施することができ、市民の利用しやすいタイミングで情報を提供する機会を持つことができた。交流会や学習会を実施することで健康づくりに関する情報提供の機会を持つことができた。また、学習会では自主活動グループ参加者の交流が盛んに行われ、活動の継続支援の一つとなった。健康チェックを気軽に行える方法を工夫したことで、自主的に自己管理する機会を設けることができた。（年間の血圧測定利用者数：約1950人 3月31日時点）				
今後の方向性（課題、改善提案等）						
<p>拡充</p> <p>継続</p> <p>見直し</p>	<p>健康づくり自主活動グループの運営自体について、参加者が高齢化し、新たにグループの立ち上げは難しい状況となってきている。ただ、自主活動グループが運営されることによって、毎日もしくは毎週運動する機会をすべての区民に提供しているため、今後もグループ活動が継続して実施できるように支援をしていく。</p> <p>また、運動だけでなくがん検診や健診を受診する事、血圧や体重測定など自身の健康管理をする習慣が身につくようアプローチが必要と考える。</p> <p>「からだの探検隊」に関してはリモート実施により、児童がより興味を持って健康づくりに取り組めるような機会を創出できた。令和5年度も同様の形式で引き続き実施していきたい。</p>					