

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	R 3	R4	R5
中区地域計画における「子どもの健やかな学び・育ちの確保」「それぞれに合った健康増進習慣の確立」「健康を支える地域社会の構築」とをめざし、次のことに取り組む。 ○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。 ○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。 ○健康づくりを自己管理できる機会を設ける。		○「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。 ○「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。 ○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。 ○身近な場所で高血圧の啓発と血圧測定の推進を行う。		「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	①7月に開催 ②実16名 15グループに情報提供	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	①交流会 2回実施 講座 1回実施 ②交流会 実65名 講座 実34名
				「からだのふしぎ探検隊」開催回数と参加人数	実施に至らず 小学校4年生に生活リズムに関する下敷きを配布	リモートで開催 37家庭42人申込	リモートで開催 52家庭60人申込
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。からだのふしぎ探検隊については、昨年度に引き続きリモート実施をすることで、来所での参加が困難な児童も、受講することができ、申し込み人数も増加した。
⑤自立発展性		総合評価					
○	身近な場所で血圧を測定することで、自己管理ができるように配慮している。また、測定場所の近く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「からだのふしぎ探検隊」については、昨年度に引き続きリモートで実施することで、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。 ○交流会やスキルアップ講座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、交流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。（令和5年度の血圧測定利用者数：2917人）				
今後の方向性（課題、改善提案等）							
拡充 継続 見直し 廃止	「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た。自主活動グループが運営されることによって、身近なところで、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。今後、健康づくりに関する活動をしているグループを新たに把握できるよう、周知の機会を設けていき、グループ活動が継続実施できるように支援をしていく。また、運動だけではなくがん検診や健診を受診すること、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。「からだのふしぎ探検隊」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つくることができた。令和6年度も同様の形式で対象者を拡充し引き続き実施していきたい。						