

健康づくりボランティア養成・活動支援事業
報告会資料

※令和2年3月5日実施予定

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止

【※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止】

健康づくりボランティア養成・活動支援事業報告会

日 時：令和2年3月5日（木）14:00～15:10
会 場：県庁4階講堂

～会 次 第～

1. あいさつ（健康長寿課長）
2. 事例報告（各市町村・保健所発表10分、質疑2分程度）
 - 1) 養成部門
伊江村（いーじまヘルスレンジャー）
 - 2) 活動支援部門
うるま市（食生活改善推進員）・北谷町（栄口区健康推進部）
 - 3) 保健所部門
①中部保健所 ②八重山保健所
3. 情報提供（公益財団法人沖縄県保健医療福祉事業団）（10分）
4. 閉会



健康づくりボランティア養成 活動支援事業報告会

『伊江村(いーじまヘルスレンジャー) の立ち上げと活動について』

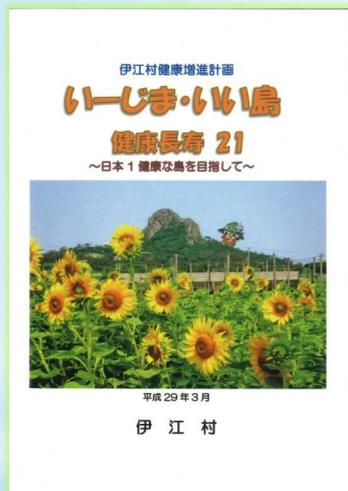
伊江村医療保健課
保健師 前津拓次
(令和2年3月5日)

報告内容

1. 伊江村健康づくり推進員
(いーじまヘルスレンジャー)の
立ち上げ経緯
2. 活動報告 ① 医療保健課
② 健康づくり推進員

1. 「健康づくり推進員」立ち上げの経緯

H28年 : 『伊江村健康増進計画』を策定



重点対策

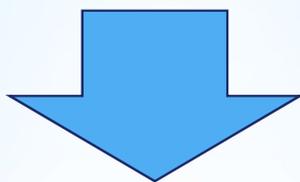
- ①働き世代の健診
がん検診の受診率の向上
- ②アルコール対策
- ③喫煙対策

『健康づくりに、村民一人ひとりが、
主体的に取り組む支援体制を整える』

H29年 : 体制を整えるための
支援者側の学習

- ・琉球大学「ゆいけんセミナー」
- ・研修会(北部保健所)
- ・名桜大学の調査研究事業
 - 平成29年 ヘルスリテラシー調査
 - 平成30年 健康教室(中学3年生)
 - 令和元年 目で見える健康教室(健康劇)

「健康づくり」



「地域づくり」

H30年：住民と協働した健康づくりの実践

・**専門部会の設置**

→**健康づくり推進員**

(いーじまヘルスレンジャー)の立ち上げ

メンバーの人選

○若い世代 ○発信力 ○行動力

メンバーの構成

○男性6名 女性6名(10名が20~40代)

○村外からの人材 ・北部保健所の保健師
・名桜大学教員

平成30年度 【定例会】

	内容	参加人数
第1回	合同講演会（地域の健康づくり）	10名
第2回	目で見る伊江村の「健康づくり」 住民健診までに出来ること	12名
第3回	住民健診周知活動について 健康福祉まつりのイベントについて	5名
第4回	健康福祉まつり協力依頼・担当決め 来年度の活動について	10名

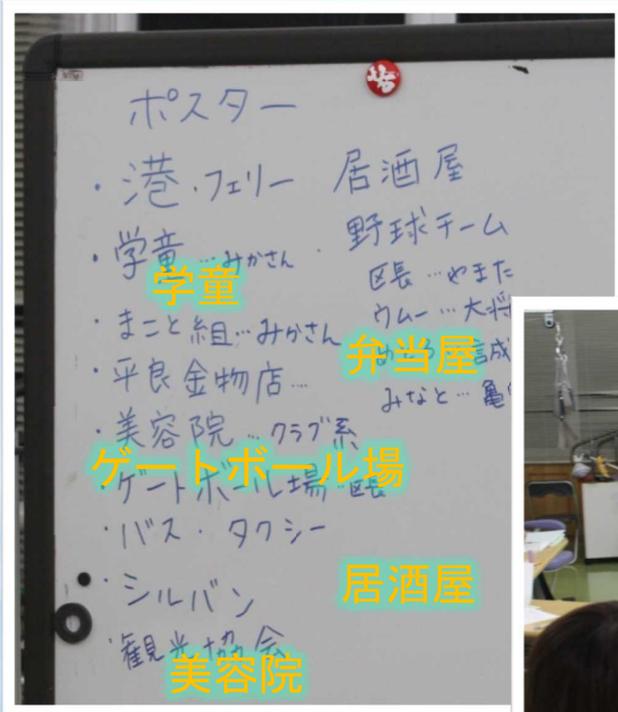
- ・健診ポスター ※青色は学習会
- ・健康福祉まつりイベントへ参加
- ・模合で受診勧奨 新40歳受診率**20%UP!**

令和元年度 【定例会】

	内容	参加人数
第1回	健康づくり月間について 働き盛り健診の周知活動について	6名
第2回	コミュニケーションワークショップ体験 (母子保健推進員4名・名桜大学・TSJ)	8名
第3回	村外研修の報告 伊江村のアルコール対策と喫煙対策	6名
第4回	今年度活動報告 来年度の活動について	3名

- ・村外研修会へ参加 ※青色は学習会
- ・健康づくり月間「健康教室(ビーチストレッチ)」開催
- ・名桜大学調査研究事業「目で見る健康教室」参加

『住民健診のポスター どこに貼る！？』



レンジャーからの いろいろなアイデア



H30. 全区長が参加した健診ポスター



R01. 一般住民が参加した健診ポスター



20歳以上のあなたは、健診へ行こう。

住民健診 受けよう！健診・がん検診

10/15(火)～10/25(金) 
 受付時間：午前 8：30～11：00
 午後 1：00～ 2：30 〈問い合わせ先〉
 健診会場：改善センター 医療保健課
 (10月25日は午前中のみ) 0980-49-2234

時間帯混雑表

8時半	9時	9時半	10時	10時半	13時	13時半



20歳以上のあなたは、健診へ行こう。

住民健診 受けよう！健診・がん検診

10/15(火)～10/25(金) 
 受付時間：午前 8：30～11：00
 午後 1：00～ 2：30 〈問い合わせ先〉
 健診会場：改善センター 医療保健課
 (10月25日は午前中のみ) 0980-49-2234

時間帯混雑表

8時半	9時	9時半	10時	10時半	13時	13時半

H30. 健康福祉まつり

ウォーキング
 レクチャー
 & 地域めぐり



レンジャーが
ウォーキング講師
 を担当！

R01. 健康づくり月間

レンジャーが講師となり ビーチストレッチを開催



R01. 「目で見える健康教室(健康劇)」



レンジャー 演劇に参加!



ヘルスレンジャー活動を通して

- 様々な意見や発想
- いろいろな人たちとの出会い
- 伊江村の住民の持つ力
- 村民との距離
- 行政職員とレンジャーの成長

「イーじまヘルスレンジャー」



研修日誌

うるま市食生活改善推進員 氏名:高江洲 革子

場所: 草津市さわやか健康センター

【研修内容】2019年10月8日午前

草津市健康推進員の活動内容交流会

草津市での

1 草津市市長のあいさつにて

※

2 草津市健康推進委員の取り組み

- ・ 草津市の健康推進委員のとりくみ

観光地⇒琵琶湖

草津宿本陣

※特産品

草津メロン

草津産アスパラガスなど、、、

※草津は住みやすさ日本一

現在 5位

☆ 高齢化率 21.9%⇒

● 若い世代が多い

草津市健康推進委員について

草津市健康推進委員は 養成講座を受講する

1年間 ⇒ 終了証

健康推進委員として委託

地域で健康推進委員として活動

健康推進委員の役割

草津市は 地域に目指した協力

自分の健康は自分で守る

※地域に目指した協力の母子で活動している

個人⇒家庭⇒地域

スローガン 「 私達の健康は私達の手で 守る」

地域⇒組織に置いて健康活動を普及させる役割

地域⇒地域住民の健康保持を積極的に保持増進する事

地域⇒自分から家族へ 家族から地域へという 活動を行う

※ 区長さんより推薦して、養成講座を受講する ★

※ 地域が推進委員の活動を良くして地域みなで理解している

※ 小さいお子さんがいる活動委員は 地域の人が預かってくれて 活動を行ったりしている

※ ボランティア活動・精神が強い

※ 男性の活動委員は 体を動かす事の運動をする事の大切さを皆さんに教えている

→(各自の役割分担がわかった行動をしている)

健康推進委員連絡協議会の組織

会長 1人 副会長 1人 会計 1人

学区 理事 14人

各委員会委員長 5人

合計 183名 内 10人 男性

各委員で役割別に活動している。

滋賀県 草津市

(ポイント!!)

- ① たばこの喫煙率が低い
- ② 深酒をする人が少ない
- ③ ボランティア活動が盛ん
- ④ 失業率が少ない
- ⑤ 読書をする人が多い
図書館が多い

※『たび丸』君⇒イメージキャラクター

活動委員より

ボランティアの活動とは、

- ・ 楽しく・生き生きと
- ・ みんなでみとめ合う
- ・ 仲良く
- ・ わきあいあいと
との気持ちが大切!

各委員の紹介

いろいろな取り組み

- ★ ・よっといで委員会 ⇒ エプロンシアターで市内・保育園・幼稚園などいろんな場所で活動
(歯磨きしているかな 4つお約束)
わにさんがとても 人気の歯磨きの大切さを教える
目的 約束⇒ 手を洗う うがいをすることは 健康をまもる大切な事 ※歯磨きをする
わにさんの人形を使って 歯説明
♪歯磨き歌をみんなで歌う 歯を磨きましょしゆしゆー♪

4つの約束をする

- ①ジュースよりお茶を飲む ②すき嫌いしない ③寝る前におやつを食べない ④食べたら歯を磨く
・はつらつ委員⇒ 草津市健康はつらつ体操 や たび丸健康体操を オリジナル体操を作成し、イベントなどにて参加し、運動の大切さを教える
・ひよっこ委員⇒ バランスのよい食育を教える 赤・緑・黄 食事の3食
赤 体の血や肉や骨になるもの
黄 熱や力のもとになるもの
緑 体の調子を整えるもの
の役割を伝える バランスの良い朝食を、、、を進めている。
離乳食を作って 勉強会をしている ※乳幼児をもつお母さんたちへ食べさせて離乳食の大切さを教えている
・ほんわか委員 ⇒ 高齢者の健康づくりや糖尿病予防活動

※ ~世代別に取り組み生活習慣病の為にスキルアップ事業(若者)

世代ニーズに合わせた食生活改善

実施内容

高校生や大学生を対象に朝食の大切さや食事のバランスの必要性を伝える
若い世代になかなか教えることが出来ないの で 高校へ出向き
減塩と野菜を食べましょうという
100g足りないのが現在は80g足りない 20gもよくなっている活動を行った結果
野菜 350g
お味噌汁の減塩のアンケート実施⇒ 結果を報告し、減塩を教える
スーパーやいろんな所で、野菜の350グラムを計ってもらって野菜不足を知ってもらう

草津市の平均寿命 男性 82.6歳 女性 87.9歳 全国5位

年2回 健康推進委員の広報作成している

広報誌は こどもの食育・防災食・など 健康づくりのレシピを掲載してアピールしている

滋賀県の委託事業を行っている

生活習慣予防のための減塩事業

高齢者のふれいる予防活動事業

さ・あ・に・ぎ・や・か・い・た・だ・く

バランスの良い食事を推進

まとめ

地域社会全体にひろがるよう協力し合う

近所の方友人身近の人と学ぶ

家族と一緒に実施する

自ら意識を持ち 継続的取り組む

【 学んだ事・感想等 】

草津市の皆さんはとても楽しそうに 活動をしていました

驚いたところは

地域の活動が本当に盛んだった事

地域が理解あり、認識がある 地域だなと思いました

ボランティア活動が盛んな地域だなと思いました

図書館もとてもきれいで読書の好きな地域

本当にびっくりしました。

研修日誌

うるま市食生活改善推進員 氏名:高江洲 革子

場所: 草津市さわやか健康センター

【研修内容】2019年10月8日午後

草津市健康推進員の活動内容交流会

① 料理実習

1. マージン(もちきび)アーサのご飯 10人

米 4合
マージン 6g
アーサ 乾燥 6g
しらす 20g

2. もずく天ぷら 30個

もずく 300g
サバ水煮缶 1缶
ニンジン 100g
にら 50g
卵 3個
サラダ油 適量



3. もずくのナムル 10人分

もずく 150g
ニンジン 50g
ブロッコリー 250g
ちりめんじゃこ 20g

酢 大さじ 2と小さじ 1
かつおだし 40CC
ごま油 大さじ 1 小さじ 2
白コショウ 少々
にんにく 1片

4. アーサの和風スープ

アーサ 乾燥 10g
えのき 100g
かつお出し 1500CC
薄口しょうゆ 小2
みりん 大1小2/1



② 試食会

③ うるま音頭をみんなで踊る！！

【 学んだ事・感想等 】

活動委員の方がとてもやさしく 積極的に私達と一緒に料理を作り方聞いてやってくれてました。

実習の時に使う、ふきんなどは各自で家より持ってきているのにはびっくりしました。

ふきんが調理室に無かったです。

まな板や包丁・など、食器乾燥機に入れていなかったのには驚きました。

材料がほぼ、草津市で(現地)で購入する事が出来たのにはびっくりした

スーパーにもずくも冬瓜も売っていました。

減塩醤油はなかったので ふつうの醤油を購入

私はもずく担当してましたが、みなさんとても手際が良くスムーズにできた事は素晴らしいかったです。

最後に、うるま音頭もみんなで和気あいあいと踊る事が出来てとてもいい交流会になりました。

研修日誌

うるま市食生活改善推進員

氏名:高江洲 革子

【研修内容】2019年10月9日

滋賀県健康促進委員団体連絡協議会 ヘルスメイト交流会実施会に参加して

1 地域における健康づくりのリーダーとして自らが実践し、普及啓発を行う健康推進委員の組織強化と資質向上 会員相互の交流会を図り、もって地域住民保持、増進を積極的に推進するための糧とする。

- ・健康日本一をめざして活動している。
- ・19市町⇒ 13市6町 3444名の委員が活動している。
(・栄養・運動・休養・生きがい・検診)重点に呼びかけをしている
- ・スタート 昭和62年 ※47位より 上位
”人の健康・自然の健康・社会健康”を目的として活動している
 - ・減塩活動
 - ・お味噌汁アンケート
- ・ヘルスマイト交流会 ⇒ 楽しく・元気・生きがい・運動・資質向上を目指している。

2 健康推進委員と私

講師: 滋賀県健康推進委員団体連絡協議会

顧問: 井上 喜代子 氏

平成2年に養成講座を受講

40才前後でスタート

養成講座は 区長が推薦して 養成講座を受講することが出来る。⇒ 1年後 推進委員へ

平成3年4月～土山町健康推進委員

・地球温暖化⇒ スウェーデン

【運動実習】

おしりの引き締め体操

こまめの体動かす事を普段から 日常生活に取り入れた

1つ1行動 ※米原市協議会 みんなで声掛け

5本指ソックス(転倒防止対策でソックスをはく)

最後まで自分の体で

【調理実習】

薄味・具たくさん味噌汁(毎朝)

バランスの良い食事 を毎食とる

・ 緑 赤 黄色

野菜 たんぱく ご飯 炭水化物

太りにくい体になる。

たんぱく質 ⇒ 毎食少しずつ取る事 筋肉をつける!! (大切)
たまご・納豆・さかな・など、、、

- ・百歯体操(高知県)
- ・ふれあいサロン

地域の活動

伝統料理講習を行う

作り方 ★いもごぼう

① 里いも皮むき

② ごぼう 一口に切る

おなべに ①+②をいれて

お酒・みりん・さとう・しお・煮込む

★ゼリー

かんてん

くちなし ⇒ 黄色

くろまめ

とくはう

山本いつこ全会長のことば

・学んで試して実践

・私の健康は私たちの手で

①栄養②運動③休養④健診⑤いきがい

“何をどのように食べればいいのか

それをよく知っているのが、私たちヘルスマイト”



故 松谷満子先生

① 食べることは生きること

② 食は文化そのもの

③ 何をどのように食べればいいのか

それをよく知っているのが、私たちヘルスマイト

高島

横山

10人の少ない人数で活動している

※ 楽しむ場を作る

行動

3 味噌汁アンケート結果

4 チェアヨガ

5 活動発表

①甲賀市健康推進連絡協議会(食べものエプロンシアター)513人活動委員

②愛荘町健康推進協議会(びんてまり体操オリジナルで作成 愛荘町と聖泉大学との合同で作成
⇒ 1部ストレッチ運動 2部筋肉エクササイズ 4部 リズム体操 より製作されました。

③長浜市健康推進員協議会(活動するなら楽しく)

NKB N⇒長浜市 K⇒健康 B⇒ばあちゃん の愛称で リズム体操をオリジナルで作成

【 学んだ事・感想等 】

井上顧問の話を聞いて はじめは どんな話をするのか、この話?とか思いながら聞いていました。しかし、どんどん話を聞いて行くうちに 素晴らしい事に思えるようになり、凄い人なんだなと思いました。

健康推進委員の心得や家族・地域など、みなさんが自分から 日ごろの生活から、、健康推進委員の心得で生活している事に感動しました。

心配り、自分から実行、推進委員と一緒にみなで活動 役員の方々は大変だったと思いますが、色々な経験をしてきたので現在の素晴らしい活動があるを知りました。

地域と一体になって活動している滋賀県は素晴らしいと思いました。

各市の委員活動もすばらしいなと思いました。

やはり、地域にでて いろんなイベントや活動、ボランティア活動を広めて行かないと いけないのかなと思いました。

若い方、あと、お子さんがいる家庭の方でも 活動ができる環境があつて素晴らしいと思いました。

地域の理解が大切と思いました。

研修日誌

うるま市食生活改善推進員

氏名:高江洲 革子

【まとめ】

今回、うるま市食生活改善推進委員会 県外視察研修に参加して、推進委員会に入会して間もないのに 私が参加することになり、本当に私でいいのかと言う不安な気持ちで参加しました。

今回、滋賀県に行って 色々な方と接し、交流が出来、勉強する事出来たので、少しずつなのですが、分かるようになりました。

県外視察研修に参加するにあたって 試食会のメニュー決めや出し物・勉強会など、前準備をするようになり、メンバーさんとも少しずつ話せるようになり、かぎやで風の練習には、本当に踊れない私にみんながやさしく声をかけてくれて、接してうけてうれしく、感謝の気持ちでいっぱいでした。

調理実習のメニュー決めは私は参加できなかったのですが、みんなのアイデアとうるま市ならではのアイデアが満載で素晴らしいメニューにしあげたと思います。

私は、天ぷら担当になったのですが、とてもいい勉強になりました。もずく天ぷらを30個分を作る材料の分量だったのですが、30個分をあげれるか 心配でした。当日は、みんなで、わきあいあいと 調理実習をすることができてとても楽しかったです。

出発の日から 帰ってくる日まで、今までにない 笑って毎日を楽しく過ごせたように思います。このメンバーの良さが出ていたのかなあとと思います。

本当に何もわからない 私に声掛けしてくれた佐渡山さんに感謝です。食改さん、湯上会長さんはじめ、みなさんには とてもかわいがってもらい本当に感謝です。この、経験を生かして これから、私に出来ること あまり参加が出来ないとは思いますが、がんばって 出来る範囲で、お手伝いをしていきたいと思いました。

ただ、ひとつ残念な事がありました。帰ってきて、家族にお土産を渡しにいったとき 食改さんの存在が全然わかってもらえず 説明もよく出来ず、本当に 滋賀県とは違う環境なんだと感じました。これからはもっともっと 食改さんの活動を広めて地域もの回りからの理解が必要だと思いました。

※みそ汁アンケートはうるま市でも 広めていけたらなと思いました。

※1日の野菜摂取量 350g の実践などイベントを通して食改さんを広めていけたらなと思いました。

楽しい 研修でした。ありがとうございます。みなさんに、心から感謝とありがとうの気持ちでいっぱいです。

これから もっともっと地域の皆さんへ理解ができ、若い活動員が増える環境づくりが大切なのかなと思ひ頑張りたと思いました。





北谷町イメージキャラクター
「ちーたん」

健康づくりボランティア養成・活動支援事業報告会(令和2年3月5日)

北谷町栄口区 健康づくり推進部の動き

活動支援部門 ～現在までの動きや今後について～

報告者 栄口区自治会 会長 島袋 艶子

北谷町役場 保健衛生課 久場 千秋

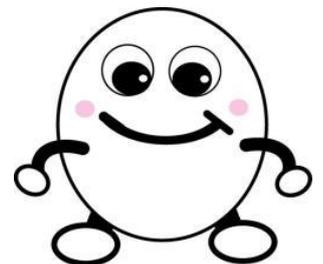


北谷町 栄口区の紹介

(H29)	栄口区	北谷町
人 口	2,825人	29,205人
世 帯 数	1,130	12,173
高齢化率	21.6(本町第4位)	18.8
後期高齢化率	本町 第1位	
特定健診受診率	38.5%(本町第4位)	35.8%

【ご当地ゆるキャラ】
「エグッチ〜」

※ 毎週金曜日にえぐち商店・貯筋クラブを同時開催し
区内外の住民の交流も盛んです。



えぐち商店・貯筋クラブ(地域型膝痛・腰痛予防教室)の様子



毎週金曜の午前に同時開催！



「健康づくり推進部」が結成されたきっかけ

- 平成26年、琉球大学 ゆい健康プロジェクトに参加。
- 「琉球大学ゆい健康プロジェクト」とは...
食事の調査、健康に関する情報提供、地域住民向け講演会、説明会の設定
⇒地域の絆等を活用し、家族、学校、地域みんなの食育・健康づくりを目指す取り組み
- 本町のモデル地区として参加。(他2地区)
⇒平成27年8月『**栄口区 健康づくり推進部**』を結成

栄口区 健康づくり推進部

合計:18人

年代構成	男	女	合計 (人)
30代	1	0	1
40代	1	1	2
50代	2	2	4
60代	0	3	3
70代	1	7	8
	5	13	18

- 部長の職はなく自治会長がメンバー全員をまとめている
- 保健師の役割: 区の自主性を尊重しながら健康づくり推進員の活動を積極的にサポート及び促進する

「健康づくり推進部」が動いたきっかけ

平成30年5月、中部保健所主催の健康づくり推進員交流会に参加。地域の健康づくりの大切さを実感。

⇒「栄口区版 ウェストサイズ物語」
腹囲をサイズダウンする取り組みをおこなうことに決定！！



- 腹囲測定と栄養学習会を同時開催
月・9月)に1回

10月に開催された区運動会にて、
一番腹囲の減少した方を表彰

区民に取り組みを周知し始める
区運動会が新聞に掲載された。

- 「栄口版 ウェストサイズ物語」の事業も
紹介された。



平成30年 12月 第1回 栄口区健康まつり開催

参加者：区民約100人

区運動会・区まつりを隔年開催の中！

- 食育SATシステム
- ヘルシーメニュー試食会
- 運動サークルお披露目等



第1回 栄口区健康まつり 琉球新報掲載 (H30.12.20)



令和元年

- 区の健康課題と健診のすすめ 14人参加
- 第2回栄口区健康まつり開催
- 薬の正しい飲み方 薬剤師講演会
- 健康づくり推進員パネル展示など

★講師の報償費や食育SATシステムの委託費について補助金を活用した



健康づくり推進部メンバーの声 (アンケートから)

- 過去1年間のボランティア活動でよかったこと・やりがいを感じたこと
- 栄口区の健康まつりへの参加。
- 自分自身の健康意識が高まりスポーツ行事などにその活動を活かすことができた。
- 食育サットシステムがよかった。
- 食生活の意識が変わった。
- 地域から健康運動を進めていくことが大切と思った。
- 勉強会で学んだことを1つずつ実践していく。

- 今後健康づくりボランティア活動でしてみたいこと
- 調理実習(塩分控えめ)
- 色々な勉強会や学ぶ機会がほしい。



今後健康づくり推進部でやっていきたいこと

- ・「健康だより」の発行
- ・「健康づくり講演会」
- ・「定例会」や「健康まつり」の継続など





最後に

令和2年1月～定例会がスタートしました。
健康づくり推進員メンバーがやりたい事を中心にやり方を一緒に考えながら活動を続けていければ...

皆さん、ご清聴ありがとうございました！



健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業について ～中部保健所の取り組み～

令和2年3月5日(木)

健康づくりボランティア養成・活動支援事業報告会
中部保健所健康推進班

中部保健所管内 11市町村



H31年度保健所活動概況より

市町村名	人口(人)	出生		死亡		高齢化率 (65歳以上人口比率)
		数	率‰	数	率‰	
宜野湾市	96,825	1,241	12.8	632	6.5	18.6
沖縄市	140,825	1,641	11.7	1119	7.9	19.6
うるま市	119,864	1,348	11.2	1102	9.2	21.2
恩納村	10,756	93	8.6	95	8.8	22.9
宜野座村	5,655	69	12.2	68	12	23.1
金武町	11,267	147	13.0	108	9.6	25.4
読谷村	39,695	406	10.2	281	7.1	20.4
嘉手納町	13,639	162	11.9	133	9.8	22.9
北谷町	28,519	334	11.7	214	7.5	19.2
北中城村	16,303	175	10.7	141	8.6	20.1
中城村	20,555	261	12.7	146	7.1	18.4

健康づくり推進員及び 食生活改善推進員の配置状況

市町村名	健康づくり推進員		食生活改善推進員	
	名称	人数	有無	人数
宜野湾市	健康づくり推進員	19	○	58
沖縄市			○	144
うるま市			○	50
恩納村	保健推進員	14	無	
宜野座村	保健推進員	14	無	
金武町	保健推進員	6	無	
読谷村	健康づくりサポーター	62	○	45
嘉手納町	健康を守る会	17	○	25
北谷町	栄口区健康づくり推進部	18	○	17
北中城村	健康推進員	12	無	
中城村	健康生活推進員	25	無	

平成31年度市町村健康づくり事業計画より抜粋

健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業

期間：H29~H31

目的：健康づくりボランティアの養成及び活動支援を補助することにより、県民の健康づくりを推進する環境を整える

- ・ 県が市町村の取り組む健康づくりボランティアの養成、活動支援にかかる経費を上限付きで1/2補助
- ・ 各圏域保健所による広域的な支援

H29年度取り組み

1.第1回交流会

2.第2回交流会

3.アンケート調査

H29年度第1回交流会

日時：平成29年8月31日(木) 16:00～17:00

対象：管内の健康づくり推進員、食生活改善推進員、
市町村担当職員

内容：自己紹介（グループ毎）

活動報告①北中城村健康推進員

②読谷村食生活改善推進協議会

③沖縄市食生活改善推進協議会

参加者：55名

他のグループが実施している活動内容を知ることができた。今後の活動の参考にしたい!

他市町村と交流できて良かった!



H29年度第2回交流会

日時：平成29年12月11日(月) 14:00～16:40

対象：事業活用の6市町村7団体、市町村担当

内容：①活動紹介

長野県須坂市健康づくり課保健師・保健補導員・OB

②健康体操の紹介

須坂エクササイズ、宜野湾市美らがんじゅう体操

③情報交換（グループ）

★読谷村・嘉手納町食改による沖縄ヘルシー料理の試食

参加者：23名



長野県須坂市保健補導員

1945年に旧高甫村の女性たちからの申し出により発足。近隣の5町村が合併し須坂市となり、1958年に現在の保健補導員として活動開始。

市内全域から選出され、自治会の役員として位置づけ。

多くの市民が経験できるように任期は2年で全数交代制。

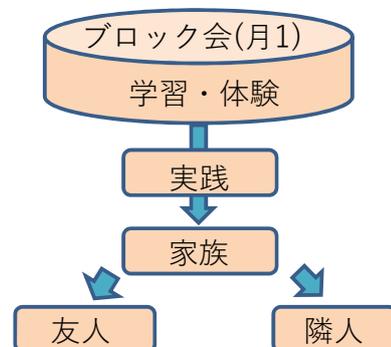
活動内容

- ・自ら健康に関する学習をし、実践する
- ・学んだことを伝える
- ・仲間づくり

- 1 減塩・禁煙の学習と普及
- 2 文化祭等で健康づくりの紹介
- 3 健診受診の呼びかけ

まずは補導員が受診すること!

- 4 健康体操の普及
- 5 健康教室の開催
- 6 子育て世代への働きかけ



「期間が決まっているからこそ **全力**でできる!」

「補導員になることは **特別**ではなく、いつかやるもの」

長野県須坂市保健補導員

OB会

任期を終えても健康のための活動を続けたい!

保健補導員の支援 3 本柱

1 学習の体制づくり

- ・ブロック毎に月1回の会議で健康に関する学習会
- ・2年間の任期中に系統的に研修ができるよう計画

2 相談しやすい体制づくり

- ・各ブロック毎に担当保健師を配置。
- ・町の活動事業の計画書、報告書を作成し区へも提出
- ・区長会役員と保健補導員との懇談会

3 仲間づくりがしやすい環境づくり



H29年度第2回交流会

参加者の感想

(アンケートより一部抜粋)

- ・参加して良かった。地域での交流や情報交換が大事だ。
- ・須坂市補導員の方々の話がとても良く、楽しい交流会だった。
- ・実践できる部分から真似したい。
- ・地域の状況に合わせて、できることからやれば良いと思った。
- ・今ある活動をさらに充実させていきたい。
- ・定例会で報告し、推進員のモチベーションを上げていきたい。
- ・各市町村や県外の状況を知ることができ、悩みも聞け、安心することができた

アンケート(H29年度～R1年度)

目的：健康づくりボランティアの養成・活動支援に活用する

対象：管内市町村の健康づくり推進員、食生活改善推進員、市町村担当者

方法：①管内11市町村へアンケート送付

②各団体の定例会等でアンケートをとり保健所へ返送

③保健所で集計後、各市町村へ結果送付

<実施スケジュール>

①平成29年度：平成29年11月22日～平成30年1月31日
(市町村への結果送付 平成30年2月)

②平成30年度：平成30年9月27日～平成30年12月28日
(市町村への結果送付 平成31年1月)

③令和元年度：令和元年12月6日～令和2年2月14日
(市町村への結果送付 令和2年3月予定)

アンケート項目

ボランティア

- ・性別・年齢
- ・ボランティアの経験年数
- ・過去1年間の養成講座・定例会・その他の活動への参加回数
- ・過去1年間の活動でよかったこと・やりがいを感じたこと
- ・今後健康づくりボランティア活動でやってみたいこと
(自分たちができそうなこと、支援が必要と感ずること)
- ・健康行動について
(定期的な体重測定、血圧測定、運動習慣等の有無)

など

担当職員

- ・ボランティア養成・活動支援の経験年数
- ・過去1年間の活動について
(工夫したこと、やりがいを感じたこと)
- ・支援の課題
(課題解決のためにできそうなこと、外部からの支援が必要と感ずること)

アンケート項目（ボランティア）

A 活動に 必要 情報	1	ボランティア活動の目的や役割を理解している
	2	お住まいの市町村の健康課題を知っている
	3	ボランティア活動に対する地域の要望を把握している
	4	行政から活動に必要な情報や知識を得ている
B 活動の 効果	5	活動に参加する事で自分自身の健康に役立っている
	6	自分が活動に参加する事で家族や親しい人の健康に役立っている
	7	家族や親しい人に活動で学んだ事を話している
	8	地域の人々の健康について考えるようになった
	9	活動は地域の要望と合っている
	10	自分たちの活動は地域の方々に評価されていると感じる
C 主体性	11	地域で感じた健康課題を行政担当者に相談・報告している
	12	自分たちの意見や希望が活動に反映されている
	13	行政の手伝いではなく、主体的に活動している
D 関係性	14	集まりはアイデアや意見を言いやすい雰囲気だ
	15	事情で参加できない時があっても、メンバーは自分を受け入れてくれる
	16	活動を通してメンバーの絆が深まっている
	17	メンバーや担当職員は信頼できる
E 意欲	18	自分の役割があると感じる
	19	活動に参加することが楽しみだ
	20	活動を他の人にも勧めたい
	21	今後も活動に参加し続けたい

非常に当てはまる・どちらかという当てはまる
あまり当てはまらない・全く当てはまらない

各項目毎で現状に一番近いものに○

アンケート項目（担当者）

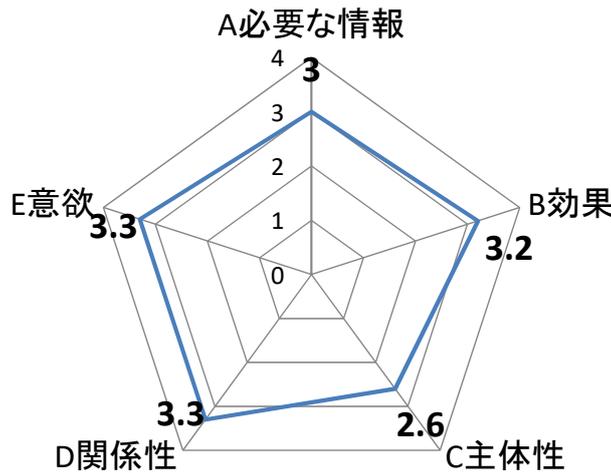
A 養成 活動 支援 状況	1	ボランティアメンバーに活動目的や役割を説明している
	2	ボランティアに地域の健康課題を伝えている
	3	ボランティアが活動する上で必要な情報や知識を提供している
	4	他の自治体のよい活動事例を紹介する機会がある
B 地域 への 影響	5	地域住民にボランティア活動をPRする機会がある
	6	ボランティアと地域の他の団体とのつながりがある
	7	地域のニーズと一致したボランティア活動をしている
	8	ボランティア活動は地域の方々に評価されている
C ボラ ンテ ィア の 主 体 性	9	ボランティアから地域の健康課題について相談・報告がある
	10	ボランティアは主体的に活動している
	11	ボランティアのメンバーそれぞれに役割がある
	12	保健事業に対してボランティアの意見を求める機会がある
	13	ボランティアの意見や希望を活動に反映している
D 関 係 性	14	ボランティアのメンバーそれぞれの特性や得意なことを把握している
	15	参加できなかったメンバーにも活動の様子がわかるようにしている
	16	ボランティアと職員で活動を振り返り、ねぎらい合う機会がある
	17	ボランティアと担当職員の間には信頼関係がある
E 意 欲	18	ボランティア養成・活動支援をすることにやりがいを感じる
	19	ボランティアのメンバーに会うのが楽しみだ
	20	ボランティア養成・活動支援をする中での悩みを同僚や上司と共有している

非常に当てはまる・どちらかという当てはまる
あまり当てはまらない・全く当てはまらない

各項目毎で現状に一番近いものに○

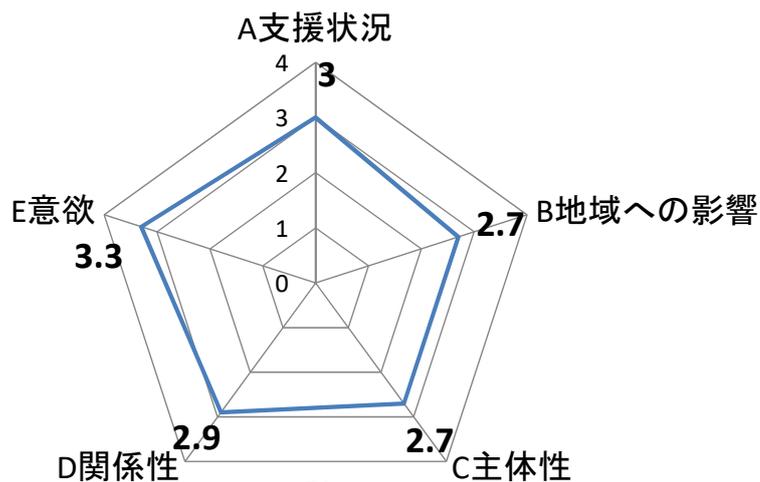
H29年度 アンケート結果（ボランティア）

非常に当てはまる…………… 4点
 どちらかという当てはまる… 3点
 あまり当てはまらない…………… 2点
 全く当てはまらない…………… 1点 として平均点を算出



H29年度 アンケート結果（市町村担当）

非常に当てはまる…………… 4点
 どちらかという当てはまる… 3点
 あまり当てはまらない…………… 2点
 全く当てはまらない…………… 1点 として平均点を算出



H30年度取り組み

1.研修会

2.アンケート調査

H30年度研修会

日時：平成30年5月31日(木) 14:00～16:30

対象：管内の健康づくりボランティア養成・活動支援事業を活用している6市町村7団体

内容：①講義「塩分摂取量の評価法と減塩指導」

講師 崎間敦先生（琉球大学グローバル教育支援機構保健管理部門教授）

②グループワーク

進行 崎間敦先生

アンケートで明らかになった課題をもとに各市町村毎で事前にグループワークのテーマを決定。具体的な対応策を検討。

参加者：35名



H30年度研修会

グループワーク

グループ構成：各市町村ごと

テーマ：アンケートで明らかになった課題（点数が低かった項目）

「主体的な活動」

「地域で感じた健康課題を行政担当者へ相談・報告」等

研修会の感想（アンケートより抜粋）

- ・ 講義で減塩の大切さを学べた
- ・ 日頃の食生活の大切さを痛感した
- ・ 他団体と協議できるのは、この機会だけなのでとても良かった
- ・ 他市町村からの新しい発見があった
- ・ 実際に活動すること、行動に移すことが大事だと思った
- ・ 持ち帰って地域のみんなで話し合いたい

H30年度 アンケート結果（ボランティア）

アンケート実施期間：平成30年9月27日～平成30年12月28日

非常に当てはまる…………… 4点

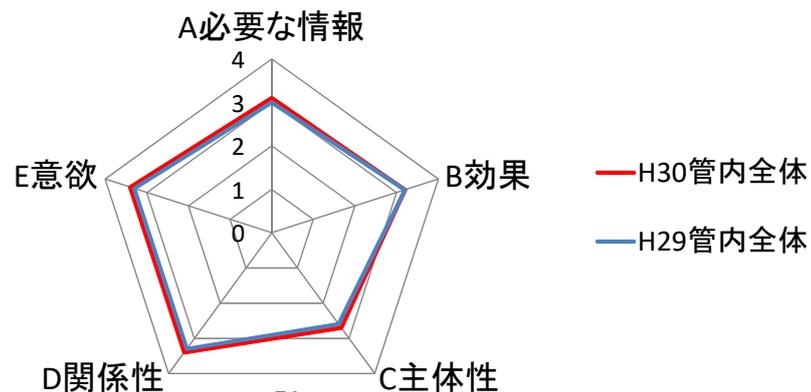
どちらかという当てはまる… 3点

あまり当てはまらない…………… 2点

全く当てはまらない…………… 1点

として平均点を算出

回答数		A必要な情報	B効果	C主体性	D関係性	E意欲
188	H30管内	3.1	3.2	2.7	3.4	3.4
217	H29管内	3	3.2	2.6	3.3	3.3

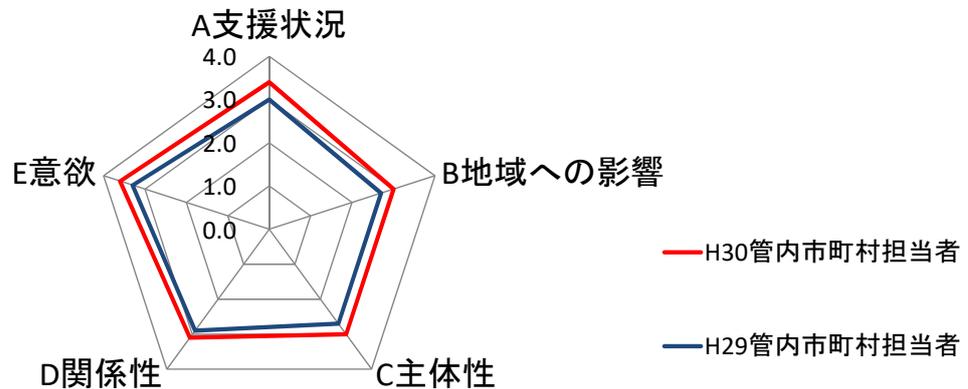


H30年度 アンケート結果（市町村担当）

アンケート実施期間：平成30年9月27日～平成30年12月28日

非常に当てはまる…………… 4点
 どちらかという当てはまる… 3点
 あまり当てはまらない…………… 2点
 全く当てはまらない…………… 1点 として平均点を算出

回答数		A支援状況	B地域への影響	C主体性	D関係性	E意欲
17	H30管内	3.4	3.0	3.0	3.1	3.6
15	H29管内	3.0	2.7	2.7	2.9	3.3



R1年度取り組み

1. 交流会
2. アンケート調査

R1年度交流会

目的：実施したアンケートで、事業活用後に改善がみられた団体の具体的な活動について情報共有し、各団体が今後の活動を活発にするヒントを得られる

日時：令和元年8月26日(月) 15:00～16:30

対象：管内の健康づくり推進員、食生活改善推進員、市町村担当者

内容：①活動報告

宜野湾市健康づくり推進員、読谷村健康づくりサポーター

②グループワーク

進行 崎間敦先生（琉球大学グローバル教育支援機構保健管理部門教授）

参加者：57名



R1年度交流会

グループワーク

進行：崎間敦先生

グループ構成：各市町村毎

テーマ：「自分たちの団体（自治体）の強み」

交流会の感想（アンケートより抜粋）

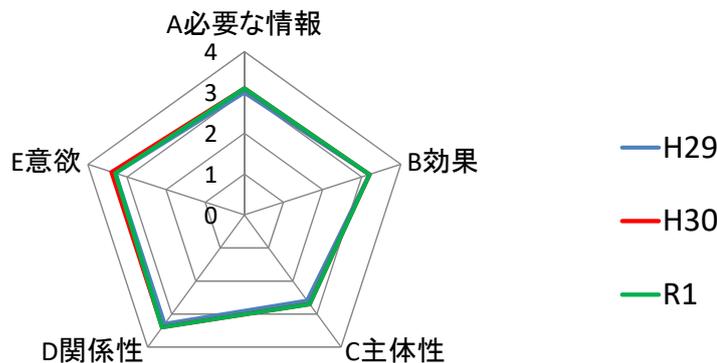
- ・他地区の活動を聞いてとても勉強になった
- ・みんな地域の中でそれぞれ頑張っているんだと感じた
- ・改めて自分たちの市町村の良いところを知ることができた
- ・活動報告を聞いて、各市町村の特徴があることを知った
- ・自分たちの強みを出し合うことで気づくことがたくさんあった
- ・自分や家族の健康のために活動を続けようと思っている。周りにもそれを伝えていきたいと思う。

R1年度 アンケート結果（ボランティア）

アンケート実施期間：令和元年12月6日～令和2年2月14日

非常に当てはまる…………… 4点
 どちらかという当てはまる… 3点
 あまり当てはまらない…………… 2点
 全く当てはまらない…………… 1点 として平均点を算出

回答数		A必要な情報	B効果	C主体性	D関係性	E意欲
191	R1管内	3.1	3.2	2.7	3.4	3.3
188	H30管内	3.1	3.2	2.7	3.4	3.4
217	H29管内	3	3.2	2.6	3.3	3.3

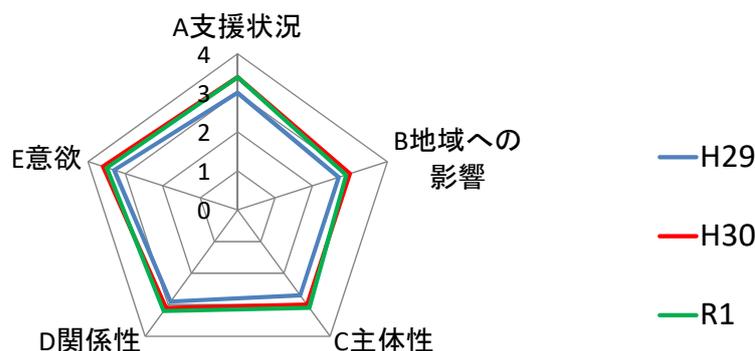


R1年度 アンケート結果（市町村担当）

アンケート実施期間：令和元年12月6日～令和2年2月14日

非常に当てはまる…………… 4点
 どちらかという当てはまる… 3点
 あまり当てはまらない…………… 2点
 全く当てはまらない…………… 1点 として平均点を算出

回答数		A支援状況	B地域への影響	C主体性	D関係性	E意欲
17	R1管内	3.4	2.9	3.1	3.2	3.5
17	H30管内	3.4	3.0	3.0	3.1	3.6
15	H29管内	3.0	2.7	2.7	2.9	3.3



3ヶ年のアンケート結果より

改善がみられた団体・高い点数を維持した団体の特徴

ボランティア

- ①活動を通して健康に関する知識や情報を得られている。
- ②活動が自身や家族の健康につながっている
- ③活動が仲間づくりにつながっている
- ④活動内容が充実していると感じている。また、活動の中で住民からの反応を得てやりがいを感じている。

担当者

- ①ボランティアから意見や要望を確認し、事業に活かすようにしている。（双方の感じ方が一致）
- ②主体性を持ってもらうための工夫（役割分担、事業目的の説明等）
- ③上司や同僚と悩みの共有ができています。

3ヶ年の事業実施より

ボランティア活動の推進のために（ボランティア）

1情報提供

- ・自治体から提供したい情報＋ボランティアが学びたいテーマ
- ・地域の実態について。ボランティアの方に期待していること

2仲間づくり

- ・顔を合わせ話し合う機会。活動を通じて連帯感を得る機会

3意見や要望を反映した活動

- ・地域の要望に沿った活動に近づく

4活動を評価されていると感じる機会

- ・活動を振り返り良かった点を共有し、ねぎらいあう機会
- ・住民からの反応を得てやりがいを感じる



3ヶ年の事業実施より

ボランティア活動の推進のために（担当者）

1情報共有

- ・うまくいっている支援事例についての情報共有、悩み等の共有

2人材確保

- ・ボランティア活動の積極的なPR、PR方法の検討
- ・各自治体の現状にあった人材確保の検討

3担当者の仲間づくり

- ・所属先や他団体の担当同士で相談しあえる関係づくり



ご静聴ありがとうございました。

平素より、中部保健所の健康づくり業務にご協力賜り、心より感謝申し上げます。



健康づくりボランティア養成・活動支援強化事業に係る取組みについて (平成29年度～平成31年度)

八重山保健所健康推進班

R2.3.5

健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業



現状・課題

- ・H25特定健診受診率45.3%⇒目標70%
- ・H27年職場の定期健診結果速報値 有所見率64.6%⇒5年連続ワースト1位
- ・市町村だけでなく各保険者の健(検)診、健康づくり担当者だけでは人手不足
地域の力を活用したいが・・・
⇒健康づくり推進員、食生活改善推進員など健康づくりボランティアの抱える課題
✓なり手不足 ✓高齢化 ✓予算確保 ✓行政のマンパワー不足 等

長寿日本一の長野県との差

	健康づくり推進員※		食生活改善推進員	
	人数	1万人対	人数	1万人対
沖縄県 (H26)	605	4.3	1,000	7.0
長野県 (H23)	11,087	51.7	3,863	18.3

※長野県は保健指導員

事業の目的・概要

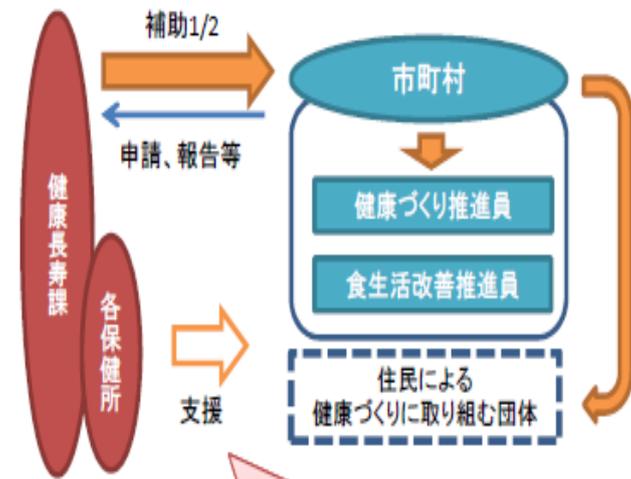
健康づくりボランティアの養成及び活動支援を補助することにより、県民の健康づくりを推進する環境を整える

- ・県が健康づくりボランティアの養成、活動支援にかかる経費を上限付きで1/2補助
- ・各圏域保健所による広域的な支援

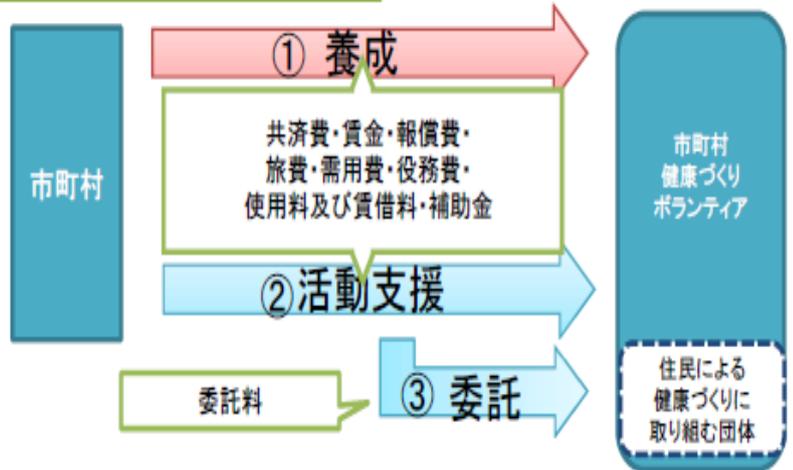
健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業



事業スキーム



補助パターン



目標・効果

- ・健康づくり推進員の数 ⇒ 1,200人
 - ・食生活改善推進員の数 ⇒ 1,400人
 - ・養成(活動支援)している市町村数 4割⇒7割
- ⇒⇒自主活動化

- ・養成や活動支援に対する助言等
- ・養成講座や資質向上のための勉強会の講師
- ・圏域での交流会の開催

健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業



補助金上限額

500千円:人口4万人以上

那覇市、沖縄市、うるま市、浦添市、宜野湾市、名護市、豊見城市、糸満市、宮古島市、石垣市、南城市

350千円:人口4万人未満1万人以上

読谷村、南風原町、西原町、八重瀬町、北谷町、中城村、与那原町、北中城村、嘉手納町、本部町、金武町、恩納村

210千円:人口1万人未満

今帰仁村、久米島町、宜野座村、国頭村、伊江村、竹富町、大宜味村、与那国町、東村、伊是名村、南大東村、伊平屋村、多良間村、座間味村、粟国村、渡嘉敷村、北大東村、渡名喜村

※下線はH29事業実施市町村

○健康づくり推進員及び食生活改善推進員の配置状況 (平成31年4月現在)

*健康づくり推進員

20市町村 538人
(八重山: 0人)

*食生活改善推進員

18町村 841人
(八重山: 175人)

健康づくりボランティア 養成・活動支援強化事業



平成29年度

* 健康づくり推進員 (5)

那覇市、宜野湾市、読谷村、中城村、西原町

* 食生活改善推進員 (8)

那覇市、浦添市、糸満市、沖縄市、読谷村、西原町、竹富町、与那国町

平成30年度

* 健康づくり推進員 (6)

那覇市、宜野湾市、読谷村、北谷町、中城村、西原町

* 食生活改善推進員 (8)

那覇市、浦添市、糸満市、沖縄市、豊見城市、読谷村、嘉手納町、西原町

平成31年度(令和元年度)

* 健康づくり推進員 (9)

那覇市、宜野湾市、伊江村、読谷村、嘉手納町、北谷町、北中城村、中城村、西原町

* 食生活改善推進員 (12)

那覇市、宜野湾市、浦添市、糸満市、沖縄市、豊見城市、うるま市、読谷村、嘉手納町、西原町、竹富町、与那国町

八重山管内での取組状況



平成29年度

* 市町村

- ①養成：竹富町（竹富島）
- ②活動支援：与那国町（宮古島との交流会）

* 保健所

健康づくりボランティア交流会

平成30年度

* 保健所

健康づくりボランティア交流会

平成31年度(令和元年度)

* 市町村

- ②活動支援：石垣市、竹富町、与那国町（滋賀県視察）

* 保健所

滋賀県視察、健康づくりボランティア交流会



平成29年度(市町村①)

活動支援【与那国町】

宮古島市との交流及び研修会



平成29年度(市町村②)

養成【竹富町】

食生活改善推進員養成講座(竹富島)



平成29年度(保健所①)



健康づくりボランティア交流会

交流会の目標

- 島野菜レシピの調理実習を通して交流を図り、食生活改善推進員間の連携に繋げる。
- 取り組み紹介を通して、地域における健康づくり活動のさらなる充実に繋げる。

第一部 調理実習

- 1 島野菜レシピの紹介
- 2 調理実習



赤米ごはん、シマナー入り呉汁、えんさいの豚ロール、えんさいの白和え、長命草プリン、(カジキの皮と長命草のすー和え)

平成29年度(保健所②)



第二部 交流会

- 1 「今日がある」斉唱
- 2 「第2弾伝えたい島々の味八重山編」の作成について
- 3 「健康づくりボランティア養成・活動支援強化事業」の取り組み紹介
竹富町健康づくり課、与那国町長寿福祉課
- 4 食生活改善推進協議会の取り組み紹介
竹富町、与那国町、石垣市
- 5 余興
365歩のマーチ



平成30年度(保健所①)



健康づくりボランティア交流会

交流会の目標

- 調理実習を通して島野菜の美味しい調理法や美しい切り方を学び、地域での取り組みへつなげる。
- 調理実習を通して交流を図り、食生活改善推進員間の連携につなげる。

テーマ「島野菜の美味しい調理法、美しい切り方を学び活かそう！」

1 人参の飾り切り

2 調理実習

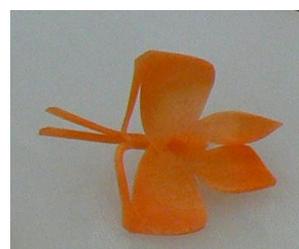
八重山の薬草がゆ、麻婆ナーベラ、ナーベラの酢味噌かけ、青パイヤのエビマヨ和え、冬瓜餅、人参ケーキ

平成30年度(保健所②)



○人参の飾り切り

講師:八重山調理師会 近藤孝志(石垣シーサイドホテル)



○調理実習

講師:八重山調理師会 川平展史(はいむるぶし)





平成31年度(3市町、保健所①)



健康推進員の活動支援に係る視察

○視察の目的(内容)

滋賀県では、昭和62年に食生活改善推進員と母子保健推進員が統一され「健康推進員」として協議会を発足し、地域の健康づくりを推進するリーダーとして活動している。

草津保健所においては、管内4市(草津市、守山市、栗東市、野洲市)と連携のもと「健康推進員・住民・行政によるヘルスプロモーション活動のてびき(第一版)」を作成されており、行政担当者が変わっても継続して地域支援を行うことができるよう体系化された健康推進員の養成、育成、活動支援、評価のながれについて学ぶ。



平成31年度(3市町、保健所②)



健康推進員の活動支援に係る視察

○視察の目標

- ①調整会議において各市町及び各市町食生活改善推進協議会が抱える課題(養成、活動、育成等)について整理し、視察の目的を明確化する。
- ②「健康推進員・住民・行政によるヘルスプロモーション活動のてびき(第一版)」に基づく、健康推進員の養成、育成、活動支援、評価のながれについて視察を通して理解する。
- ③視察を通して地域の健康づくりを推進するリーダー同士の親睦を図り、各市町食生活改善推進協議会の取り組みを知る。
- ④視察のまとめを行い「健康づくりボランティア交流会」において報告し、3市町の食生活改善推進員との情報の共有を図る。



平成31年度(3市町、保健所③)

健康推進員の活動支援に係る視察

○視察前調整会議(課題の整理)
令和元年8月28日、9月18日

○視察(滋賀県)
令和元年12月3日 10時~14時
場所:草津保健所



○視察後調整会議(視察のまとめ)
令和元年12月25日



○健康づくりボランティア交流会 (研修会及び視察報告会)
令和2年2月20日 11時~14時30分



平成31年度(保健所①)

健康づくりボランティア交流会

交流会の目標

- 視察報告会を通して、滋賀県草津保健所圏域での健康推進員との関わりについて学ぶとともに、各市町の抱える課題や課題解決に向けた取組について情報共有し今後の活動へ繋げる。
- 研修会を通して、健康づくりに関する法改正(受動喫煙防止対策、栄養成分表示の義務化)の概要について理解する。

日時:令和2年2月20日(木) 午前11時~14時30分

第一部 研修会

- 1 「改正健康増進法に係る受動喫煙防止対策の強化」について
- 2 「栄養成分表示を健康づくりに活用しよう」





平成31年度(保健所②)

第二部 交流会

昼食会、「がんじゅうTSUTAETAI」お披露目



第三部 報告会

報告① 県外視察報告

・食生活改善推進員の立場から

石垣市、竹富町

・行政の立場から

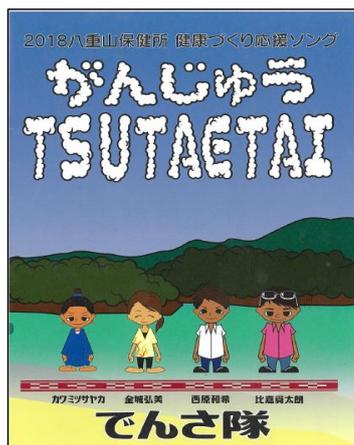
竹富町健康づくり課、与那国町長寿福祉課



報告② 健康づくりボランティア養成・活動支援強化事業に係る取組報告



がんじゅうTSUTAETAI



CD



PV



●沖縄県八重山保健所 / 石垣市 / 竹富町 / 与那国町 / 八重山地区健康おきなわ21推進会議

プロモーションビデオ出演者(五十音順)

- ・東運輸株式会社
- ・(一社)沖縄県食品衛生協会八重山支部
- ・石垣市健康福祉センター (石垣市公認マスコットキャラクター ばいーぐる)
- ・石垣市スポーツ交流課
- ・石垣市体育協会
- ・石垣島ご当地アイドル ゆい☆いしがき88!
- ・沖縄県飲食業生活衛生同業組合八重山支部
- ・沖縄県歯科衛生士会八重山支部
- ・沖縄県八重山保健所 (健康おきなわ21マスコットキャラクター けんぞう君)
- ・(公社)沖縄県栄養士会八重山支部
- 3市町食生活改善推進協議会
- ・総合型スポーツクラブ・歩きニスト
- ・竹富町役場 (竹富町マスコットキャラクター ピカリヤー)
- ・どうなん児童クラブ
- ・認定こども園おはまこども園
- ・認定こども園なごみの広場
- ・認定こども園まきらこども園
- ・八重山郡体育協会
- ・八重山高校野球部
- ・八重山商工高校野球部
- ・八重山殖産株式会社
- ・八重山調理師会
- ・八重山特別支援学校
- ・八重山農林高校郷土芸能部
- ・有限会社川良山交通
- ・与那国町役場 (26団体)

著作: 沖縄県八重山保健所
制作: 石垣ケーブルテレビ株式会社





「健康推進員の活動支援」に係る視察 で学んだこと(養成・活動・育成)

滋賀県は昭和62年10月に保健衛生推進員(食生活改善推進員)と母子保健推進員が統一され「健康推進員」として現在活動中



石垣市食生活改善推進協議会
会長 清水ちか子

R2.3.5

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○健康推進員の活動支援に係る視察

日時: 令和元年12月3日(火) 10時~14時

場所: 滋賀県草津保健所

参加者: 滋賀県(12名) 滋賀県庁、草津保健所、草津市、守山市、
栗東市、野洲市、各市健康推進連絡協議会

沖縄県(6名) 石垣市食生活改善推進協議会、与那国町、
竹富町食生活改善推進協議会、竹富町、保健所

- 内容: ①「健康推進員・住民・行政によるヘルスプロモーション活動の手引き(第一版)」について【滋賀県庁健康長寿推進課】
②「健康推進員育成支援について」【草津保健所】
③「健康推進員育成・活動について」【4市育成担当者、各協議会長】
④「食生活改善推進員の活動について」【3市町、八重山保健所】
⑤交流会(昼食会)



⇒食生活改善推進協議会の活動について、①養成、②活動、③育成の視点で課題を整理し、視察へ参加。

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○養成について(石垣市の現状)

- ・養成講座の開催が無い。(2年間)
⇒新会員の入会が無い。会員の高齢化や仕事等が理由で活動に参加できない、活動できる人が少ない。
- ・養成講座を「栄養教室」として開催
⇒受講対象を「自ら健康づくりを推進したい方、栄養教室終了後に食生活改善推進員として地域の食生活を改善する意欲のある方」としていて、受講後必ずしも会員になる必要はない。

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○養成について(草津保健所管内4市の状況)

- * 養成講座の開催及び募集方法について
 - ・毎年開催(草津市、守山市、野洲市)、隔年開催(栗東市)
 - ・公募、自治会推薦(市広報誌等を見ての申込者についても自治会長へ連絡し推薦の形をとる)
 - ・事前に受講後の活動について意思確認後、講座を受講
- * 養成時間について
 - ・25時間(守山市、栗東市)、30時間(草津市、野洲市)
 - ・補講や有資格者へ対する科目免許の設定
- * 養成講座修了後について
 - ・市長からの委嘱状交付(4市)

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○活動について(石垣市の状況)

- ・役員中心の活動となっている。
⇒役員の負担が大きく、事業をこなす忙しさに追われ
内容も固定化してしまう。
- ・役員以外の会員の活動が見えにくい。



会員74名が楽しく活発に活動する方法はないものか？

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○活動について(草津保健所管内4市の状況)

【守山市の場合】(守山市健康推進員設置要綱制定)

* 協議会本部を中心に、学校区、部会、自治会で運営

- ・本部:協議会全体の方向性の決定。県からの連絡を受ける。
- ・学校区(7学区):県や国の委託事業の受託。公民館事業への協力。
- ・部会(7部会):園や学校への出前講座や市民対象の啓発事業。
- ・自治会(58/71自治会):自治会の他役員等と協力しサロンや健康講座の実施。

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○活動について(草津保健所管内4市の状況)

- ・本部：食育推進活動(19日に街頭での啓発)、市健康フェスティバル参加、食品ロス削減レシピの作成、本部通信発行等
- ・学校区：親子ホットステーション(離乳食試食会)、食改事業、減塩料理教室、野菜食べ隊活動(JAとの連携)等
- ・部会(運動、虫歯予防、離乳食、食生活改善、食育推進、たばこ、こども)：食の知恵袋教室、「野菜バリバリ元気っ子」ダンスで野菜食べよう啓発、シニアカフェ等で水戸黄門の寸劇と口の健康講座、防煙教室、中学校で食育教室(弁当作り講習)等

⇒守山市の「健康推進員」は、**食生活改善推進員、母子保健推進員、運動普及推進員**の3つの性質をあわせ持つ。

石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○育成について(石垣市の状況)

- ・力量を高めるための現任研修会の開催無し。
⇒委託事業の前に行う事前実習において、事業の目的や生活習慣病予防について講話を行うが、テキストや本等から得た知識となっている。



定期的に市から専門的な知識を得る研修会があればいいな？



石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



○育成について(草津保健所管内4市の状況)

- ・草津市:健康推進員1年目・10年目・20年目や男性会員の意見交換会を開催、研修会の開催(クリーンセンター等を見学し琵琶湖の環境問題を考える)等
- ・守山市:7部会の各テーマに沿った学習の機会を持ち活動を展開
- ・栗東市:現任研修会(年1~2回)の開催。「第2次健康りっとう21中間評価」「こころの健康づくり講演会」等
- ・野洲市:現任研修会の開催。「知っておきたいがんのこと」「児童虐待について」「乳製品を使った調理実習」等



石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて(まとめ)



○養成について

- ・名称を「栄養教室」から「養成講座」とし、講座修了後には食生活改善推進員として活動することを条件とする。
- ・受講対象者の年齢(満18才~満65才)について、上限を満70才までとして年齢枠を広げる。

○活動について

- ・班体制とし、多くの会員の活躍の場を設ける。

○育成について

- ・市の管理栄養士や栄養士等に講師を依頼し自主研修を計画していく。



石垣市食生活改善推進協議会 の課題解決に向けて



滋賀県では

健康推進員、行政、地域が一体となって「健康寿命の延伸」に取り組んでいることを強く感じました。

石垣市では

「脳内出血の割合が高い」「働き世代の早世」等、大きな健康課題があります。

これから

視察での学びを生かして、地域の皆さまの生涯における健康づくりのお手伝いができるよう頑張っていきます。