

専門部会 A 検討のまとめ（報告）

「健康でいきがいのもてる地域づくり」

具体的テーマ 「身近な地域での高齢者の健康づくり」

区内の高齢者を対象とした健康づくり（健康維持・増進）を行っている地域の諸団体などの活動がさらに広がりを持つための取組や、幅広く健康づくりに関する情報を発信する方策についての部会検討のまとめを報告する。

1 部会検討の経過

部会での検討経過、幸区での取組状況（報告者 末兼副部長）

2 部会検討での報告内容

部会検討のまとめ 1 地域での健康維持・増進の取組を進める

お互いの顔の見える地域での日常的なつながりが大切である。

地域で高齢者の健康づくりに取組む団体の活動を活かして、身近な地域で、健康の維持・増進の取組を進める。

部会検討のまとめ 2 健康づくり・介護予防の情報発信

できるだけ要介護になることなく元気で生きがいをもって長く生活できるように、日ごろからの健康づくり、介護予防の重要性を幅広く情報発信する。

（1と2あわせて 報告者 萩原委員）

部会検討のまとめ 3 取組推進の方策（実現に向けた取組）

仮称・幸区高齢者健康づくり応援団を立ち上げる

解決に向けた取組を区役所と協働して行うため、趣旨に協賛する区内の関係団体（スポーツ関係も含む）などによる「（仮称）幸区高齢者健康づくり応援団」を立上げて進める。

（報告者 小林委員）

全体の意見交換の中で、次の事項について補足説明を行う

- ・幸区の老人クラブの取組状況について（説明者 綱川委員）
- ・ウォーキングの効用について（説明者 荒井委員）

< 部会まとめ >

「身近な地域での高齢者の健康づくり」

～ 健康づくり応援団を立ち上げて

高齢者の健康づくりを地域で進めましょう！ ～

1 地域での健康維持・増進の取組を進める

地域の自主活動グループの活動紹介、活動情報の発信を支援する
自主活動グループ会員などを対象とした活動や運営に役立つ講習会の拡充
地域の自主活動を支援するボランティアを養成する講座の拡充
ウォーキングなどを活用した身近な地域での健康づくり活動の実施
健康づくりを推進するため大きなウォーキングイベントなどを開催する

2 健康づくり・介護予防の情報発信を進める

高齢者は市政だよりなど役所の広報紙から情報を得ているので、健康づくりの特集、地域の健康づくり小冊子の作成など広報を充実させる。
地域の自主活動グループの活動紹介、活動情報を提供する。(再掲)
区役所と区民・関係団体などが一緒に企画する「健康づくり講演会」を
「老人いこいの家」など身近な地域を巡回して開催する。

3 取組推進の方策として、仮称・幸区健康づくり応援団を立ち上げる

健康づくりに取組んでいる区内の関係団体(区全体を対象に活動している団体。スポーツ関係も含む)などによる「(仮称)幸区高齢者健康づくり応援団」を立ち上げる。

提言の実施に向けて、区役所と協働して取組む

部会検討のまとめ 1 身近な地域での健康維持・増進の取組

検討事項

地域で健康づくりに取組む自主活動グループの活動視察などを行いながら、地域での健康づくりの取組がさらに広がるための方策を検討。

検討の内容

幸区役所保健福祉センターで把握している高齢者の健康づくりに関する自主活動グループの中から4つの団体を対象に調査を行った。

2つの団体（今年から団地の広場で本格的に活動をはじめた健康体操を行う団体、町内会館で転倒予防教室などを行う団体）を視察、残りの2つの団体（10年活動しているウォーキングの団体、区役所の男性料理教室に参加した方を対象とした団体）には調査票を送り文書で回答をもらった。

【運営上の課題】

役員のなり手がなく、男性会員が少なく、活動への指導者などが少なく、PRや宣伝などのノウハウが不足している、などの意見があった。

解決に向けた取組

地域の自主活動グループの活動紹介、活動情報の発信を支援する提供
「お散歩に行こうね」のような情報紙、活動場所などを紹介するマップの作成配布など

自主活動グループ会員などを対象とした活動や運営に役立つ講習会の拡充

地域の自主活動を支援するボランティアを養成する講座の拡充

ウォーキングなどを活用した身近な地域での健康づくり活動の実施

身近な地域（小学校区程度）で、活動している健康づくり関係団体などの協力により、だれもが気軽に参加しやすいウォーキングまたは関係団体が取組んでいる健康づくり活動などを行う。

参加者に地域の健康づくり活動を紹介する情報チラシなどを配布して、日常的に健康づくり活動に取り組むきっかけとする。

健康づくりを推進するため大きなウォーキングイベントなどを開催する

区全体を対象に、より多くの方が気軽に参加してもらえ交流と健康づくり活動を推進するためのイベントとして行う。（年1回程度開催）

部会検討のまとめ2 健康づくり・介護予防の情報発信

検討事項

高齢者の健康づくり情報の入手先、どのような情報を必要としているか。
また、情報の提供のあり方、情報提供の手段でもある講演会に多くの方に参加してもらうためのあり方について

検討の内容

- (1)「健康づくりふれあい講演会」アンケート調査結果。 回答 72 名。
(平成 19 年 3 月 幸区役所が健康づくり講演会で実施)
高齢者の健康づくり情報の入手先について
市政だよりなどの広報が 42%、近所の方・知人・友人が 26%
具体的にどのような情報を望んでいるかについて
運動や体力づくりに関する情報、食事に関する情報、文化活動・生きがいづくり、身近な運動のできる場所、介護保険に関する情報など、高い関心が寄せられた。
- (2) 情報提供、講演会のあり方について
どのような情報を望んでいるかを把握し、求められているテーマを設定する。 地域の団体などからテーマを出してもらうのも方法のひとつ。
多くの方に参加を図るため、同一テーマで「老人いきいの家」など地域の身近なところを巡回して行う。

解決に向けた取組

高齢者は市政だよりなど役所の広報紙から情報を得ているので、健康づくりの特集、地域の健康づくり小冊子の作成など広報を充実させる。

地域の自主活動グループの活動紹介、活動情報を提供する
「お散歩に行こうね」のような情報紙、活動場所などを紹介するマップの作成配布など
(再掲)

区役所と区民・関係団体などが一緒に企画する「健康づくり講演会」を「老人いきいの家」など身近な地域を巡回して開催する。

部会検討のまとめ3 取組推進の方策（実現に向けた取組）について

検討事項

検討のまとめ1、2の取組推進に向けた方策について検討。

解決に向けた取組

健康づくりに取組んでいる区内の関係団体(区全体を対象に活動している団体。スポーツ関係も含む)などによる「(仮称)幸区高齢者健康づくり応援団」を立ち上げる。

< 応援団のイメージ >

「(仮称)幸区高齢者健康づくり応援団」は、趣旨に協賛する区内の関係団体などによる。提言事業を進める「実行委員会」のゆるやかなもの。

検討のまとめ1と2で示した高齢者の健康づくり事業の実施に向けて、区役所と協働して取組む。

< 応援イメージ >

区民ニーズを反映した企画提案、事業実施を担ってもらう関係団体への協力依頼、講師(指導者)派遣への協力、関係情報の提供、PR・広報への協力 など。

< 実施の仕方 >

- ・ 応援団の構成団体などが現在取組んでいる事業を拡充して実施したり
- ・ 行政が行っている事業を見直し拡充して実施したり
- ・ 応援団の構成団体や関係団体などにより新たに実施したりすることなどを検討する。

参考：検討のまとめ1・2で示した高齢者健康づくり事業への応援イメージ

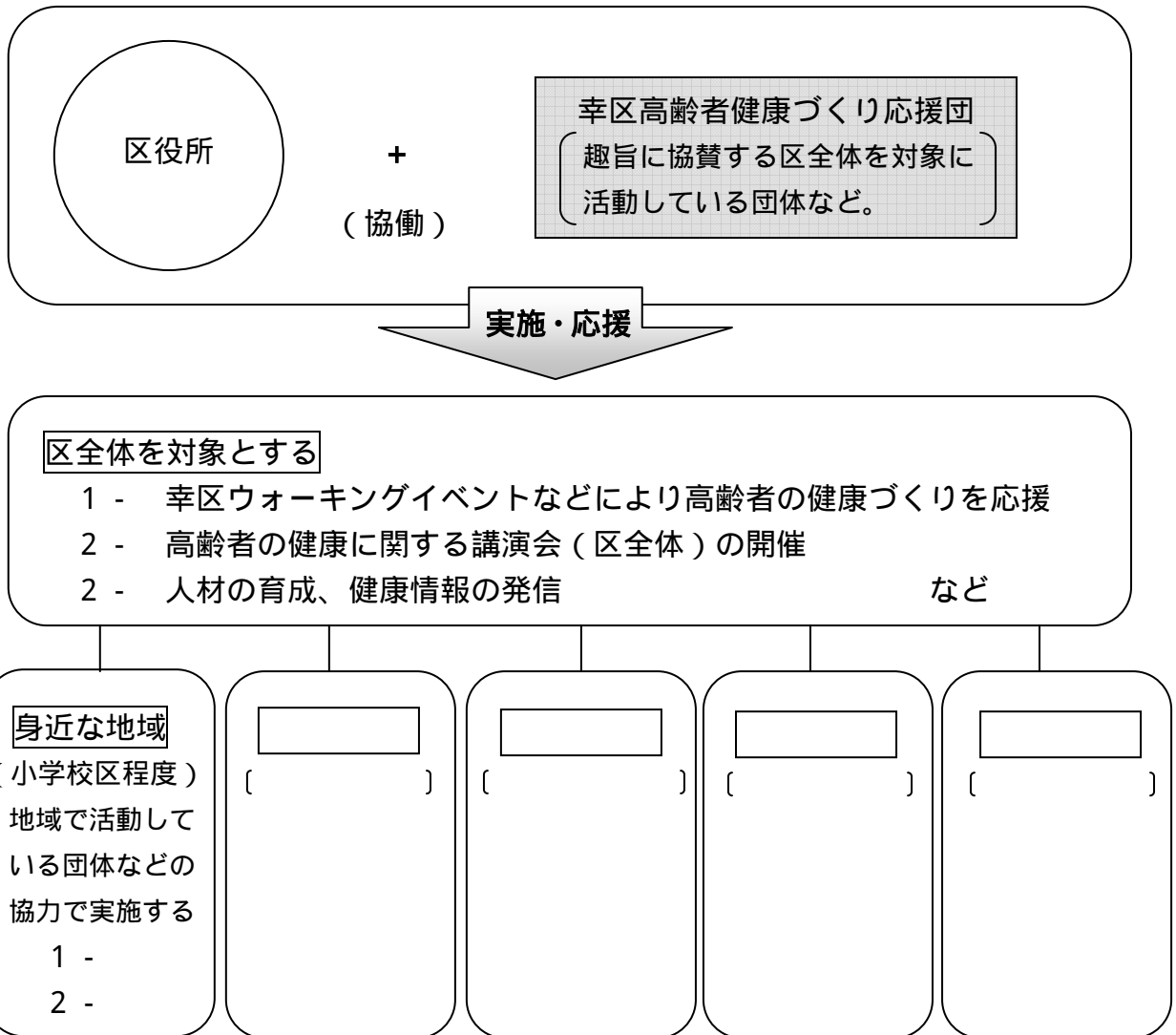
1 地域での健康維持・増進の取組

- 1 - ウォーキングイベントなどにより高齢者の健康づくりを応援
区民を対象に、区内の名所などを散策するような気軽に参加しやすいウォーキングイベントを企画して、交流と健康づくり活動を応援する。
(企画、指導者派遣など)
- 1 - 地域での高齢者の健康づくり活動を応援
身近な地域で高齢者の健康づくりに取組んでいる団体などが、地域の高齢者などを対象に、ウォーキングまたは地域の諸団体の取組みを活かした健康づくり事業などを行うことを応援する。(指導者派遣、PRなど)

2 健康づくり・介護予防の情報発信

- 2 - 高齢者の健康に関する講演会の開催を応援
区全体を対象にするもの。そのほかに老人いきいの家等を会場に開催することを応援。(テーマ選定、講師派遣、広報の協力など)
- 2 - 人材の育成、健康情報の発信を応援
地域の健康づくり活動団体スタッフへの講習、地域の自主活動を支援するボランティア養成などを応援する。(企画、指導者派遣など)
高齢者の健康に関する情報の収集・提供を応援する。(情報の収集・提供、PR など)

検討のまとめ 1・2 で示した高齢者健康づくり事業の実施に向けて、
仮称・幸区高齢者健康づくり応援団が区役所と協働して取り組むことのイメージ図



* 身近な地域で事業を行い、地域の活動団体の PR、健康づくりに取り組むきっかけなどとする。