

## 取組の概要

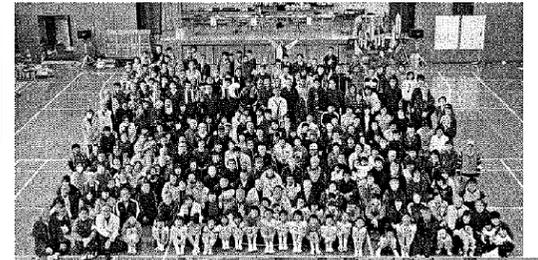
地区住民で組織し、関係団体と連携しながら、“健やかで生きがいのある地域づくり”をテーマに地域ぐるみで生涯を通じた体力づくりや健康づくり、安心して暮らせるまちづくり運動を行い、健康の保持増進を進めている。

## グループについて

人数：住民数579名  
(参加割合 5割)  
年齢層：0～80歳代  
活動年数：24年8ヶ月  
(週1回)

## 取組の詳細

- 栄養・食生活
  - ・健康料理教室（自治会単位）
- 運動
  - ・ラジオ体操
  - ・各種体育大会への参加促進（地区民運動会、ソフトボール大会、バレーボール大会等）
  - ・健康ウォーク
- 全体
  - ・健康フェスティバル【R1：初】（各種測定、減塩、歯科、運動等に関するブースを設ける予定）
- 健診・がん検診受診率向上に向けた取組
  - ・公民館だよりへの掲載周知、紙媒体や一斉放送による自治会での周知、送迎の取組



### <主体性>

年度ごとにテーマや数値目標を設定。役員（各団体長との兼務者が多い）と事務局が中心となり、各団体とも連携を取りながら、幅広い年齢層が関心を持てる内容を取り入れて企画している。

### <独自性>

運転免許返納者も参加しやすくなるよう、検診会場や健康教室等への送迎を行っている。自らの健康に関心をもつことが健康づくりの第一歩との考えから、今年度、各団体の協力のもと「健康フェスティバル」を開催予定（9月）。

### <地域貢献度>

小学校等の行事とも連携した取組を通じ、次世代の活動参画や地区民との繋がりも意識。各種体育大会等には地区民だけでなく進学や転居で地区外に出ている人も多数参加（地区民運動会は300名以上）し、広く交流の場にもなっている。

### <将来性>

住民自身が健康づくりの大切さに気づき具体的な行動に繋がるよう活動をする、との会の目的が明確であり、活動内容も工夫されている。各団体と連携しながら活動を進めることで、取組の継続性と役割分担、地区一体となった生涯を通じた健康づくり、地域づくりがなされている。

## PR ポイント

- 各団体と連携しながら活動を進めることで、地区一体となった生涯を通じた健康づくり、地域づくりがなされている。
- 取組が地域に浸透しており、地区内外から多くの参加がある。
- 幅広い年齢層が関心を持てる内容や、健診等への送迎等、多くの方が参加できるよう工夫がなされている。