

### 取組の概要

関係機関、団体相互の協力連携により、出西地区の子どもから高齢者までが、健康で安心して暮らせる地域づくりと健康の増進を図ることを目的とし、活動を行っている。

### グループについて

人数： 21人  
年齢層： 40歳代～80歳代  
活動年数：18年

### 取組の詳細

- 栄養・食生活：食育の取組（七草がゆをたべら会）
- 運動：出西健康ウォーク、ゲートボール大会、夏休み一斉ラジオ体操、ニュースポーツ
- その他：出西健康づくりの会 役員会の開催（年2回）  
出西地区健康まつり（健康講演会、健康チェックコーナー、健康啓発のための展示など）  
自治会加入全世帯を対象とした健康に関するアンケートの実施（令和3年度～令和5年度で実施予定）



#### <主体性>

出西コミュニティセンターと健康づくりの会会長を中心に、地元の関係機関や自主活動団体、住民との連携を大事にして、幅広い分野の取組を活発に行っている。  
出雲市が委嘱している健康づくり推進員も役員として加わり、活動運営を支えている。

#### <独自性>

既存のコミュニティセンターの事業と抱き合わせた啓発も活発に行っており、「健康づくり」をきっかけとし、地域交流への参加と結びつけることが「地域づくり」にもつながっている。

#### <地域貢献度>

近年では、健康に関するアンケートを実施し、住民の生の声を聞くことで、より住民に寄り添った視点での活動を大事にしており、「健康づくり」が地域住民の身近なものとなっている。

#### <将来性>

健康づくりを切り口にした取組は、地域交流や世代間交流の活性化につながる活動として発展してきている。子どもから高齢者までが安心して暮らせる地域づくりを地区全体で推進している。

#### PR ポイント

- 地域づくりの柱として、健康づくり活動に取り組んでいる。
- 幅広い世代の方への健康づくりの普及のために、コミュニティセンター事業と抱き合わせた啓発、PRを行っている。
- 健康づくりの会のみならず、他グループや他組織と連携しながら活動を展開している。