



市町村における健康推進活動をご紹介します

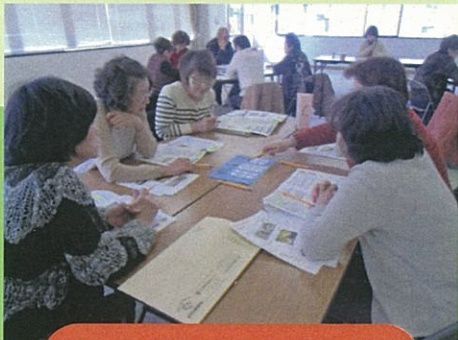
有田市



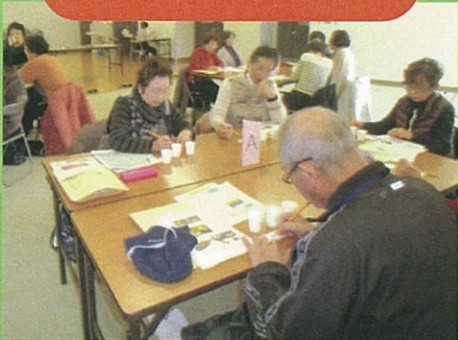
みなべ町



スーパー前で啓発活動中



高血圧と減塩について学んでいます



有田市では39名の健康推進員が健康づくりのお手伝いをしています。それぞれの推進員が住んでいる地区や参加するコミュニティで健診受診の声かけ・健診案内や生活習慣病予防のチラシ配布、商業施設前での啓発活動など、住民一人ひとりと顔を合わせての声かけを行っています。有田市では高血圧や脂質異常の方が多いため、推進員が手作りした「食品に含まれる塩分・脂肪分フードモデル」を健康フェスティバルで展示、説明を行うなど健康づくりや疾病予防の活動を行っています。

また、自らの知識を深め自身の健康づくりや推進員活動に役立てるため、スキルアップ講習にも積極的に参加しています。

～健康推進員として活動して～

健康推進員として、まずは近所の人やお友達に健康の大切さを知って健診を受けてもらいたいと思い、スーパーでの買い物中やサークル活動などで会った時に「健診受けた?」「保健センターで今度、健康の教室するんやって」と、声かけをしています。そして、人に勧めるからには自身も頑張らないと思ひ、健康教室に参加したり食事に気をつけたりするようになり、結果的に自分や家族の健康づくりにもつながっています。

■有田市/60歳代 女性

みなべ町では平成26年度に7名の健康推進員が養成され、町の健康づくりのお手伝いをしています。

母子保健推進員としても活動し、持ち前のフットワークの軽さと顔の広さで、地域の人に声かけやチラシ配布による特定健診・がん検診の受診啓発をおこなっています。また、スーパーで行われる健康相談やみなべ町が開催する健康講座のお手伝い、夏には熱中症予防の呼びかけも実施しました。健康講座では、健康推進員自身も講義を受講し、健康について知識を深めました。

平成28年度には新たに3名の健康推進員が加わり、計10名で活動をおこなっていく予定です。



Topic トピック



わかやま健康と食のフェスタ2016の開催

県では、平成26年3月に策定した第三次和歌山県健康増進計画、平成25年3月に策定した第2次和歌山県食育推進計画により県内各地で健康づくりや食育の取組を進めているところです。しかし、野菜の摂取不足、朝食の欠食など健康と食をめぐる課題は、依然として存在しています。

そこで、県では、平成28年10月9日に和歌山ビッグウエーブにて、県民の健康意識の高揚を図り、健康寿命の延伸につなげるとともに、食育・地産地消の推進を図るため、わかやま健康と食のフェスタ2016を開催しました。

会場内を「健康エリア」と「食エリア」とし、健康推進や食育に関わる団体や企業と連携し、約8,000人の来場者で盛大なイベントとなりました。会場内には、健康推進員制度の活動を紹介するブースも設置しました。

健康づくり運動を推進

健康わかやま県民運動ロゴマーク

県では、「健康長寿日本一」の実現に向け、県民が健康で生き生きとした生活を送ることができるように県民総参加の「健康づくり運動」を推進することを目的に「健康わかやま県民運動」をPRするためロゴマークを作成しました。

