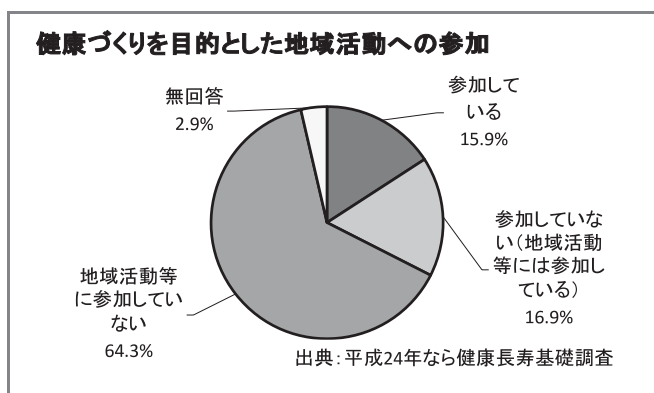
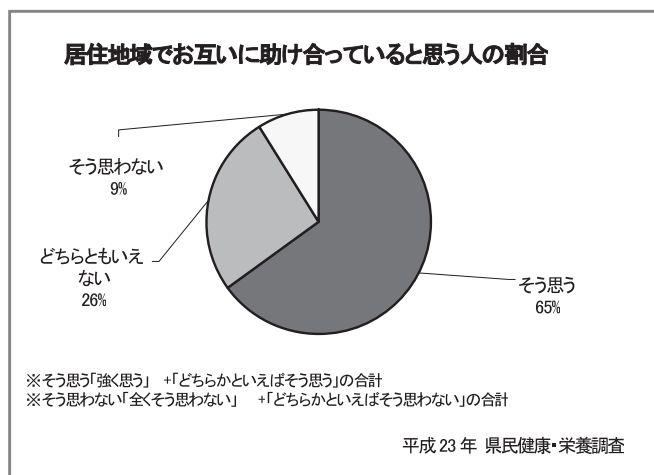


3. 健康づくりがしやすいまちをつくる

健康は自らがつくり守ることが基本ですが、個人の努力だけで可能となるわけではありません。家族や仲間、地域とのつながり、専門家の知識や技術的支援など社会全体が相互に支え合いながら、一人ひとりの健康をつくり・守ることが大切です。

■ 現状・課題

- ・ 「居住地域でお互いに助け合っていると思う」は6割強、「健康づくりを目的とした地域活動に参加している」は1割強となっています。
- ・ 地域や世代間の相互扶助、地域や社会とのつながりなどのソーシャルキャピタルが健康づくりに関係すると言われており、地域活動の活性化によって地域のつながりを強化し、健康づくりへとつなげていくことが求められます。
- ・ 健康づくり推進員、食生活改善推進員、運動普及推進員などの健康ボランティアが今後も積極的に地域の健康づくりに活躍できるよう、仕組みづくりが必要です。また、若い世代からシニアまで幅広い年代の健康ボランティアの人材育成が求められます。
- ・ 平成23年度に健康づくりの情報を提供する「すこやかネットなら」を開設しました。県内企業・市町村の取組紹介、「みんなで歩こう」などの参加型コンテンツなどを揃えています。さらなる内容の充実とサイトの利用促進に向けた取組が求められます。



【健康づくりに関わるボランティア数】 出典：平成23年度 市町村報告

健康づくり推進員	食生活改善推進員	運動普及推進員	その他の自主グループ等	全体
3,094人	1,164人	441人	8,124人	12,823人

■ めざす姿

- ・ 身近なところで気軽に健康づくりに取り組むことができる。
- ・ 健康ボランティアなど地域住民が自分のまちの健康づくりに積極的に参加し、住民が率先して健康づくりの取組をしている。

■ 指標

- ・ 居住地域でお互いに助け合っていると思う人の割合（地域のつながり強化）
- ・ 健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている人の割合
- ・ 地域活動参加率
- ・ 高齢者就業率

■ 施策

身近な地域で気軽に健康の維持・増進ができる環境づくりや多様な活動主体による取組の推進、専門職の資質の向上など、社会全体で一人ひとりの健康づくりを支えるための環境をつくります。

①地域の健康まちづくり

地域の健康づくりを行政だけでなく、健康づくりに関わるボランティア、地元の医師、歯科医師、栄養士等の専門職や学校関係者をはじめ、自治会や老人会、子育て支援団体、そして企業などを巻き込み推進できるよう、連携した取組や健康づくりの関係者会議の設置を促進します。

誰でも気軽に健康づくりができるよう、地域の身近なところに健康づくりの拠点を整備します。

高齢期の就業、ボランティア活動、趣味活動などの社会参画は、精神的・身体的な健康の面からも重要であり、これまでの経験や知識を生かせるような様々な機会と場の提供に努めます。

(取組例)

- 身近な場所で健康づくりのための情報発信や交流等を行う健康ステーションの設置（再掲）
- 地域の様々な活動主体と連携した取組や健康づくり関係者会議の設置促進
- 高齢期の就業支援や地域活動等の社会参加の促進、生きがいづくり
(高齢者生きがいワーク支援、地域の見守りや世代間交流などの地域活動を実践する人材の養成、老人クラブの活動支援等)

②人材開発

医師、保健師、栄養士など健康づくりに関係する専門職種を対象にした研修会等を実施し、資質向上に努めます。

地域の健康づくりを支える健康づくり推進員、食生活改善推進員、運動普及推進員などの健康ボランティアの情報交換会等を開催し、活動の活性化を促進します。

地域の人が地域のために活動するような新しい健康ボランティアの養成と活動方策を検討し、それに必要な支援をしていきます。

(取組例)

- 健康づくりに係わる専門職種を対象とした研修会の開催
- 健康ボランティアのスキルアップに向けた、情報交換会等の開催
- 新しいボランティアの養成・活動の普及

③ 調査研究

県民の健康づくりに関する意識・実態についての調査を行い、その結果を市町村の健康づくりに係る施策や指標に反映させるとともに、健康寿命延長の研究等にも活用します。

各種モデル事業等で実施・作成した健康教育コンテンツ等の市町村への提供や活用を図ります。

県内の大学や研究機関等と連携し、効果的な普及啓発の方法を検討します。

(取組例)

- ・ 県民の健康づくりに関する意識・実態調査の実施
- ・ 市町村別健康関連データ分析の実施
- ・ 市町村や県民へわかりやすい調査分析結果の提示

④ 情報提供

すべての県民に正しい健康づくりの情報が確実に届くように、多様なコンテンツ・メディアを用いた情報提供に取り組みます。

県民の健康づくりを応援するインターネットサイトである「すこやかネットなら」の周知を図るとともに、コンテンツや市町村情報等の内容の充実を図ります。

(取組例)

- ・ 「すこやかネットなら」情報コンテンツの充実
- ・ 「すこやかネットなら」での市町村・企業の健康づくり情報を発信
- ・ 「すこやかネットなら」の参加型の情報交流の推進

健康ステーション構想

～ちょっとしたきっかけで もっと健康長寿に～

◆健康ステーションとは◆

誰でも日常生活の中で気軽に健康づくりを開始、実践できる方法を研究し、地域の身近な場所にその拠点となる健康ステーションを設置

◆コンセプト◆

「もっと」健康になるための「ちょっと」したきっかけや行動」を日常生活の中で無理なく実践

◆健康ステーションの役割◆

- ・ 日常の活動量を増やすための「出かける」場
- ・ 「活動量計」を使った健康づくりを情報発信
- ・ 地域の人々が地域のための健康イベントを開催 など