

健康無関心層にまで届く 健康づくりを目指して

～『たかはま健康チャレンジプラン』の取り組み～

H28.9.3

高浜町保健福祉課保健G 越林 いづみ



高浜町を紹介します



- 福井県の最西端 隣は京都府
- 人口10,675人 (H28.6)
(高齢化率 30%)
- 産業は 原発関係、
漁業・観光業等



無関心層にまで届く健康づくりを目指して

1. H19年までの健康づくり活動
2. 実現のための第1次計画策定と推進
3. 第1次計画の成果
4. 第2次計画で目指す事
5. 管理期保健師として



1. H19までの健康づくり活動

健康づくり活動と課題

- 地区組織活動
- 健康づくりリーダー育成
- 健康講座の開催 等

【目的】

住民主体の
健康づくり



この課題をクリア
していくためには
...

住民主体の活動にならない（受身的）
活動が継続しない
健康に関心のない人にまでは伝わらない
地域・世代を超えた取り組みにはならない



特定健診等計画策定を通して

健康日本21

町に計画なく、方向性が不明瞭

- 一次予防重視
- 健康寿命の延伸
- 健康づくりの環境整備
- 目標値（栄養・運動・タバコ...）

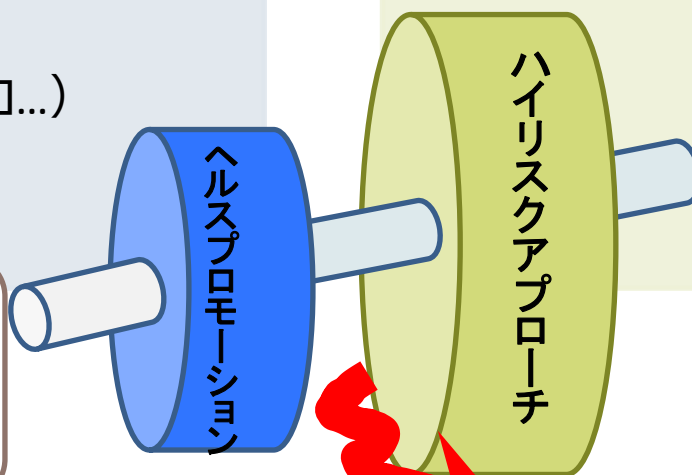
特定健診・保健指導

H19計画策定・活動が明確

- 保険者の責任
 - メタボに着目
- ハイリスクアプローチ
- 目標値&ペナルティ



健康増進計画が必要だ！



健康づくり？

2. 実現のための第1次計画策定と推進 (H20～25)

基本理念 みんなで支えるあなたが主役の健康づくり

目 標

- ・すべての住民に健康づくりの働きかけができる事
- ・住民との協働によって健康づくりを推進していくこと



ワークショップで「健康づくりに積極的な団体・個人に働きかけ」
健康課題を伝え 対策をミニ講座で学習

計画を策定

町の人に波及させたいこと 自分たちができること（主体性）

たかはま健康チャレンジプランの完成

「たかはま健康チャレンジプラン」の特徴

住民の行動目標 「たかはま健康づくり**10か条**」を策定

何をするか 目標の明確化 （実践につながる仕組み）

評価指標 10か条を知っている人、実行する人

活動成果の確認 （次につながる仕組み）

実施期間を設定 9～11月を**健康チャレンジ期間**に

いつやるか （連携につながる仕組み・実践率を上げる仕組み）

PDCAサイクルで推進

経験を積み上げ、推進させていく仕組み



計画の推進（H21～25）

計画策定にかかわったメンバー中心

町を変えていくためには
今の形ではだめだ！

テーマを絞り込み、幅広い連携と体制強化

10か条を知ってもらうことを
目標に、各機関で活動

ワークショップメンバーから
活動の節目となる意見

たかチャレ推進委員会の誕生・活動開始

H21,22

H22の活動報告会で

H23～

住民と行政の協働による健康づくりがスタート

協働による健康づくりを進めるために

- 地区診断を進め、健康課題の**絞り込み**
- 2年間の成果を**調査**（アンケート 3,000人）
- 「協働で取り組む」**テーマを選定**
大人も子供も、さまざまな団体・組織と一緒に進められること



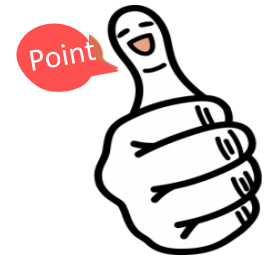
テーマ

第1条 野菜から先に食べる

第2条 3食に野菜を食べる

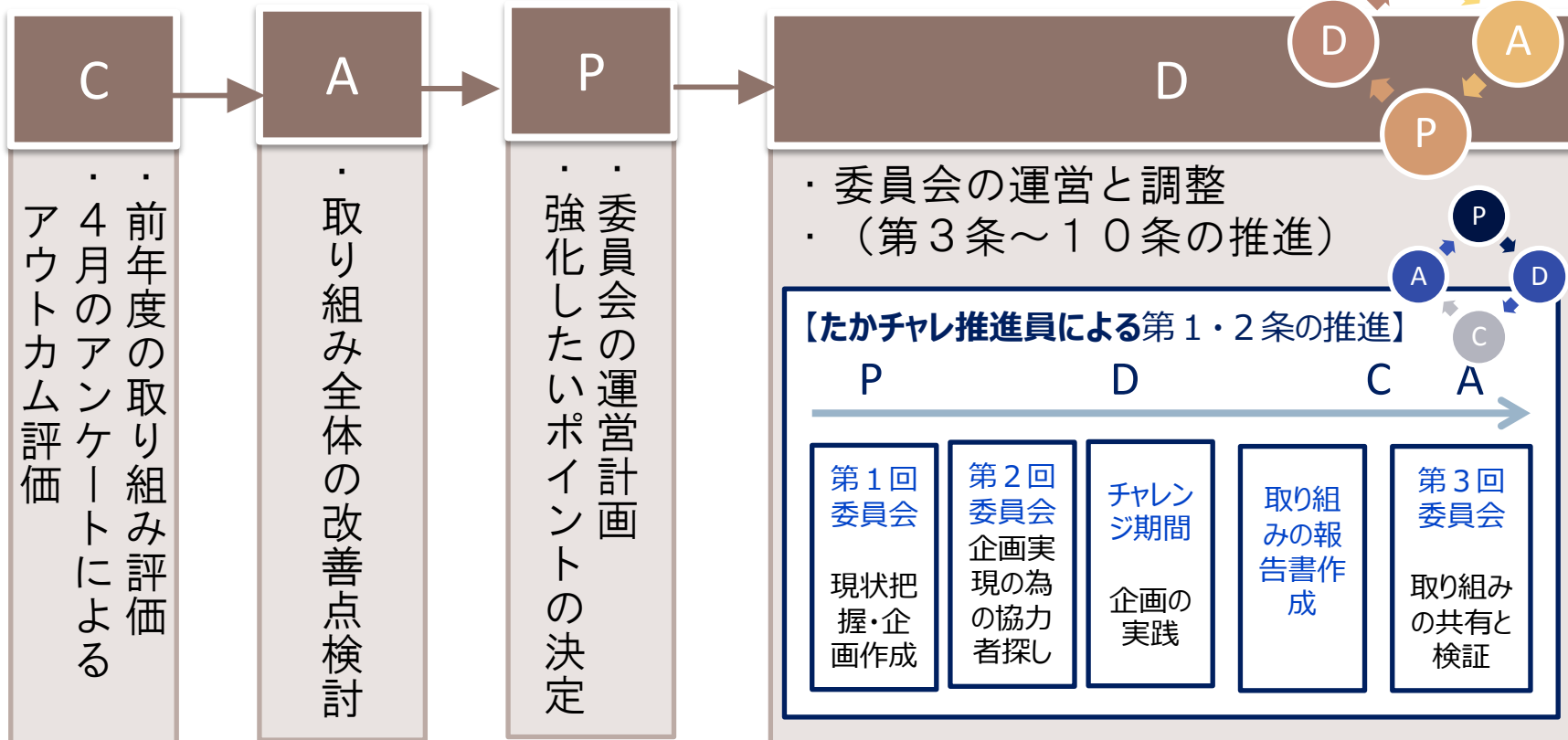
- 推進組織「**たかチャレ推進委員会**」を設置し、テーマの展開に関連する機関を集めた（40名）
- 2つのPDCAサイクルを回す仕組みづくり

協働を深め、 継続した取り組みとするために



- 2つのPDCAサイクルを回す（経験を積み上げ、推進させていく仕組み）

【行政による健康づくりの推進】



協働による健康づくり活動の1年の流れ

4月

6～8月

チャレンジ期間 9～11月

12月以降

学ぶ

- 現状・方向性
- 実践に必要な知識
- 協働の意義

企画作成

- 企画の具体化
- 協力者を見つける（お互いの強みを知る）

企画の実践

- それぞれの機関で、協力者と連携を取り実施

活動共有

- 実践の共有
- 成果の確認と課題の検討

住民アンケート

現状把握
方向性の決定

自主的な連携を促進できるような機会（しかけ）の提供

活動の広報
専門的な援助

活動を「町全体の取り組み」として取りまとめ

たかチャレ推進委員会

行政

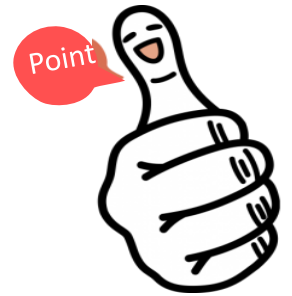
実践された取り組み

- たかチャレ委員が、主体的にお互いの強みを活かした個性的な企画が展開された。
 - スーパーの折り込みチラシや店内ポップでPR
他、仕出し屋・コンビニ・飲食店もお客さんに発信
 - 企業の衛生管理者から職員へ
 - 保育所のお昼のあいさつが、たかチャレ風に
 - 小学校の保健活動で

協働による活動の深まり

- PDCAサイクルを行政と住民が一緒にまわすことで、取り組みが深まっていった。
 - 委員の共同企画「レシピ集」の作成・活用
 - 住民から行政へのアプローチにより、全庁的な取り組みに
 - 子どもの健康づくり検討委員会が発足
 - 住民によるマンパワー育成

主体性を持った活動を促すしかけ



- 参加者にとって「楽しく」・「ためになる」
- 参加者同士が、お互いを知り、つながるきっかけづくり
- 参加者が活動への満足感・達成感を感じられる場の設定

チャレンジ期間に実践された企画数と 住民へのアプローチ数（H23～25）

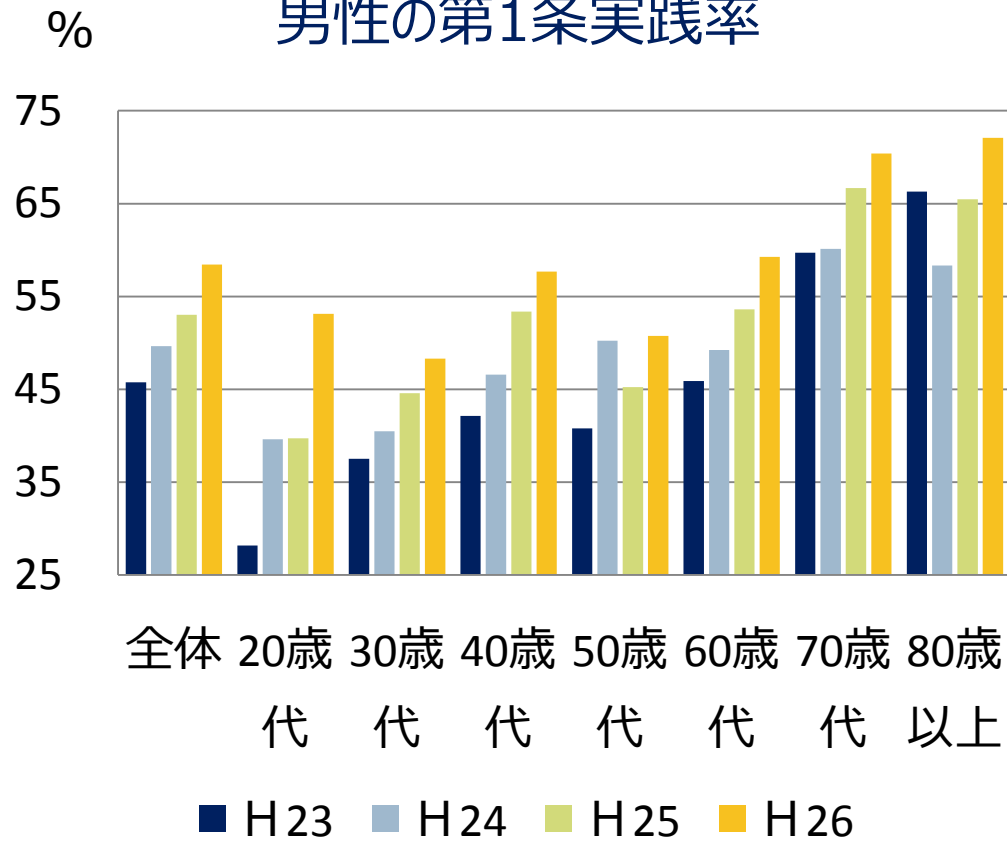
年	企画数	参加者数	広告・チラシのアプローチを含む参加者数	住民1人への平均アプローチ数（＊1）
H23	38	1万4000人	カウント未	—
H24	66	1万5554人	15万3805回	約14回
H25	66	8547人+ α	13万4564回+ α	約12回+ α （＊2）

＊1：住民への平均アプローチ数＝チラシ配布数も含めた総アプローチ数÷高浜町人口1万1000人

＊2：H25年は、若者を対象にメルマガやフェイスブックなどでの情報発信が増加。また、観光パンフレットなど町内外へ発信される情報も出てきたため、カウントできず

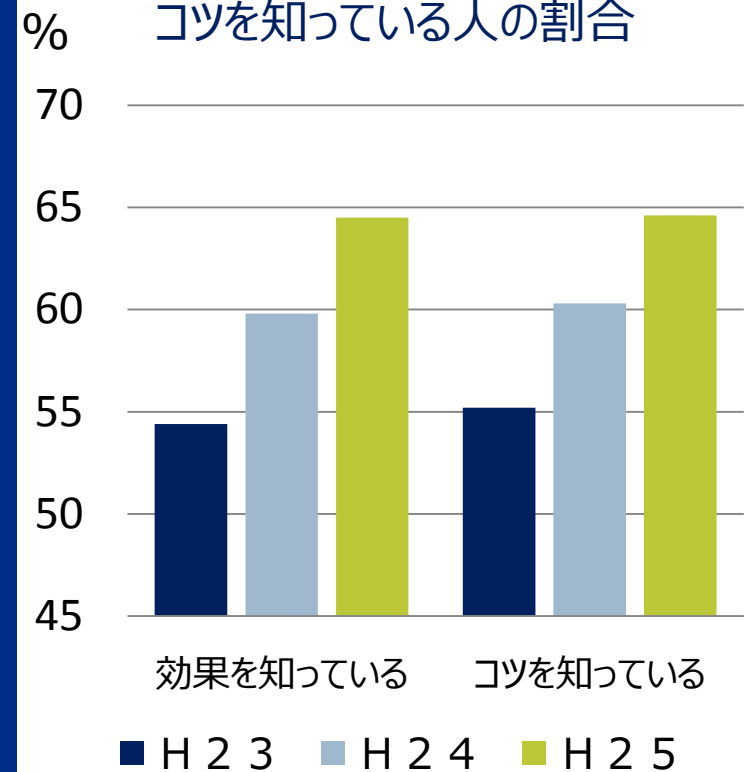
住民の変化

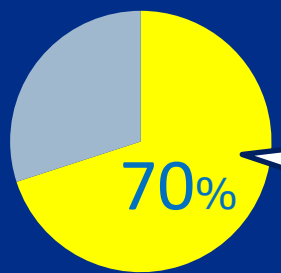
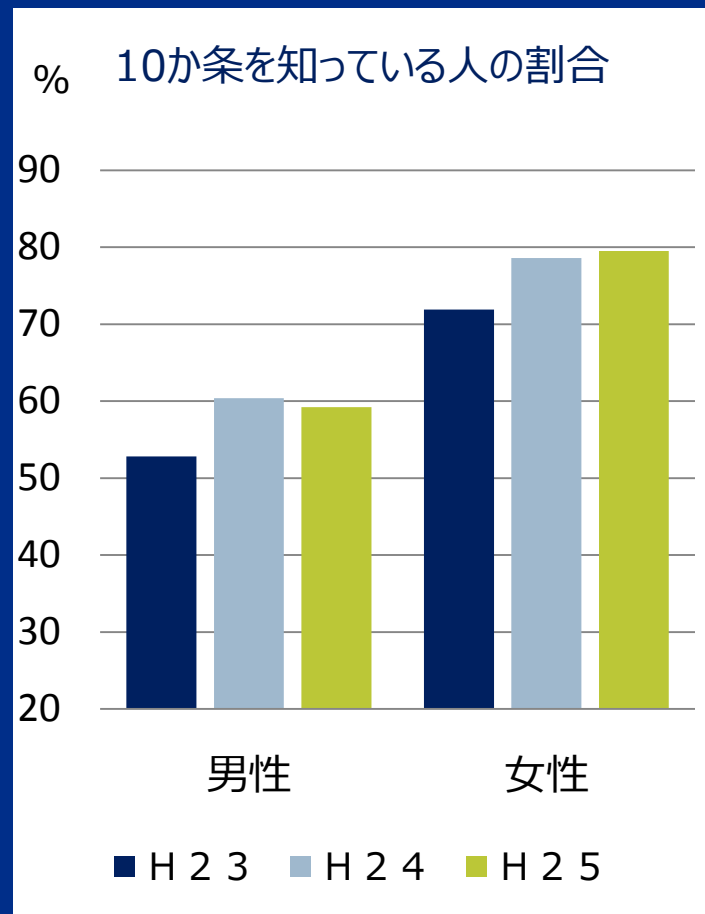
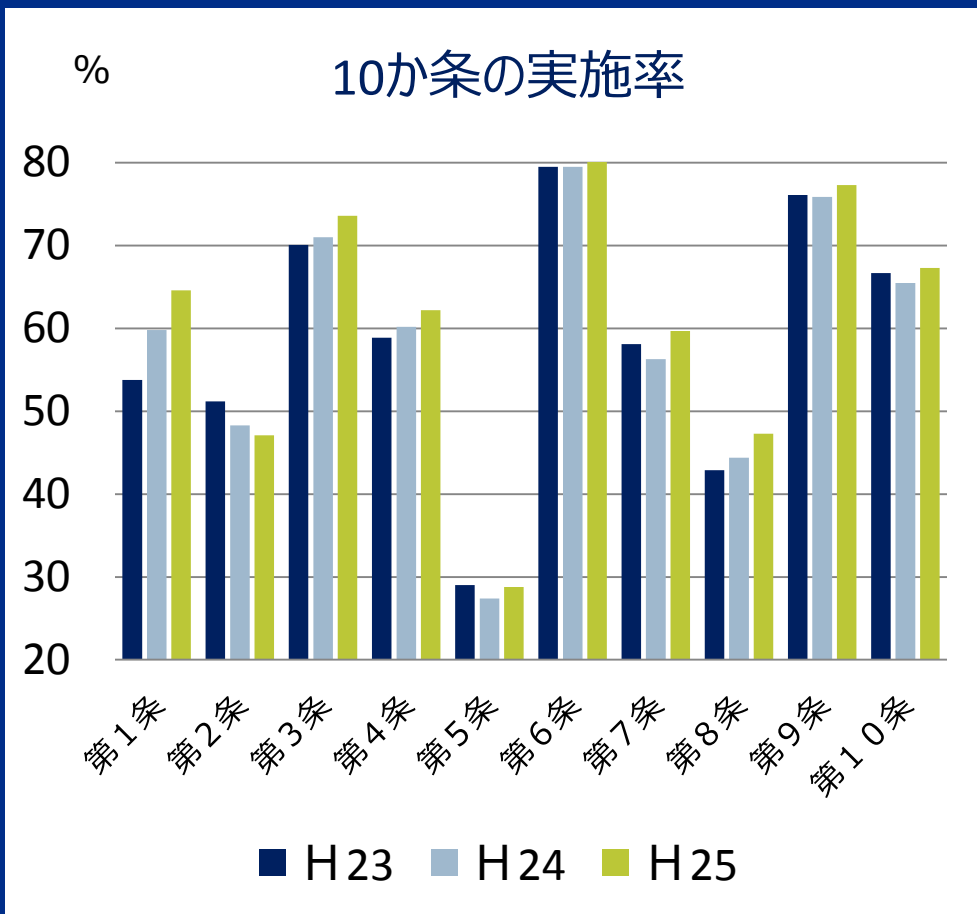
男性の第1条実践率



第2条の効果や

コツを知っている人の割合





高浜町は、健康づくりに取り組みやすい町だと思う！

3. 第1次計画の成果

住民と行政の協働による
健康づくりが実現した

- 住民の生活に関わる様々なアクターが協力し、得意な方法で情報を発信し、サービスを提供した。



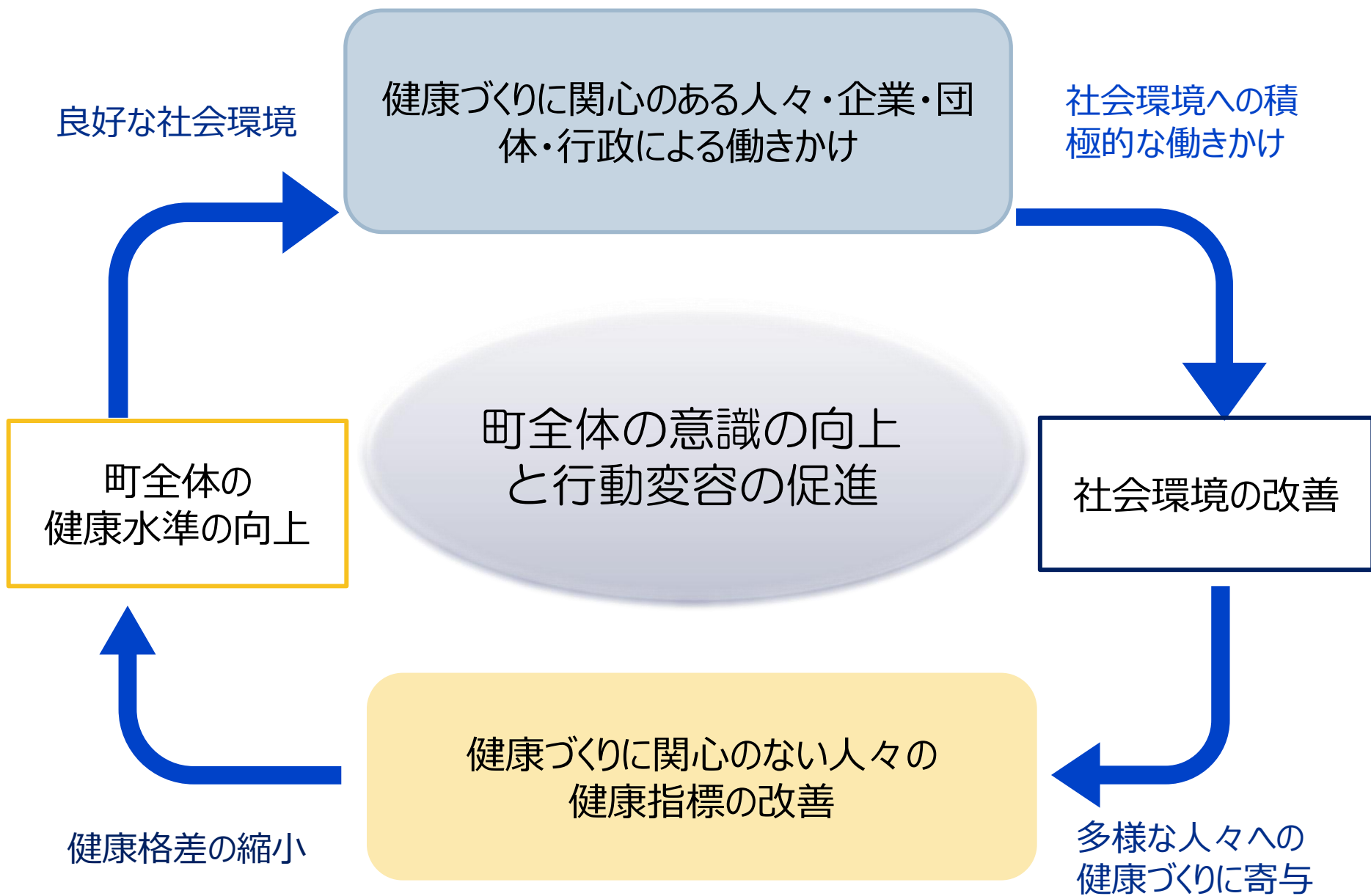
- 新たなつながりが生まれ、健康という視点でのソーシャルキャピタルの醸成へとつながっていった。

健康に関心の無い人にまで届く
健康づくりが実現した

- 毎日の生活の中で自然と健康情報に繰り返し触れる機会が増えていった。

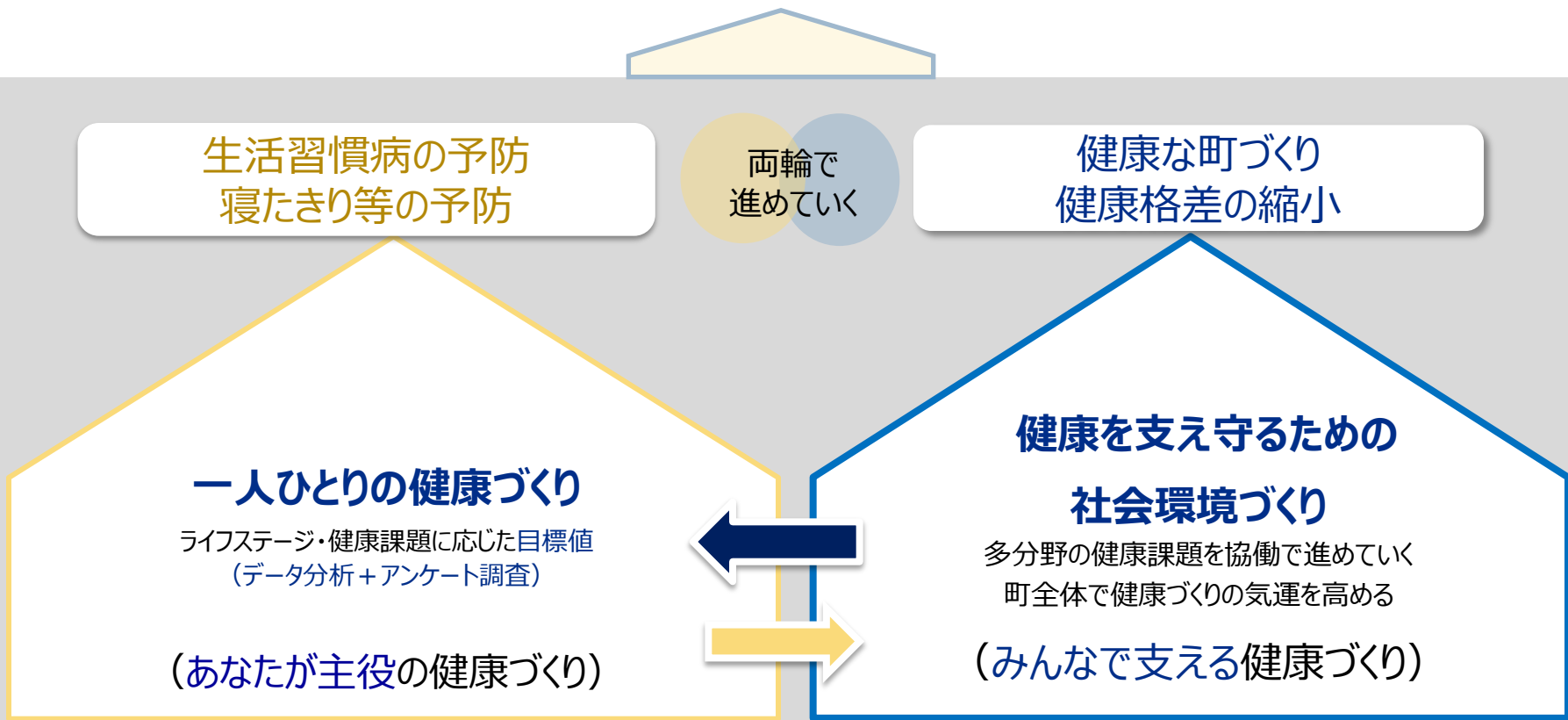


- 無関心層を含むすべての住民が、意識せずとも健康づくりを実践できるようになっていった。



4. 第2次計画（H26～30）で目指す事

高浜町に住むすべての人の健康寿命の延伸



基本
理念

みんなで支えるあなたが主役の健康づくり

進捗管理

「第2次健康増進計画評価委員会」

学校長会代表・医療機関医師・商工会代表・教育委員会局長・高浜町議会代表・学識経験者・副町長・まちづくり課長・福祉課長・保育所長・保健福祉課長



子どもの健康づくり部会

- 学校・保育所・母子保健・子育て支援センター
- 「早寝早起き朝ごはん」を推進

ノーメディアチャレンジ

たかチャレ委員会 (栄養食生活)

- 協働で推進
- 野菜の摂取量を増やすことを軸に活動

町の健康づくりの牽引役

運動部会

- 教育委員会・公民館・保健福祉課
- 運動を実践する人を増やす活動

今後、国体担当課とも調整を

高齢者部会

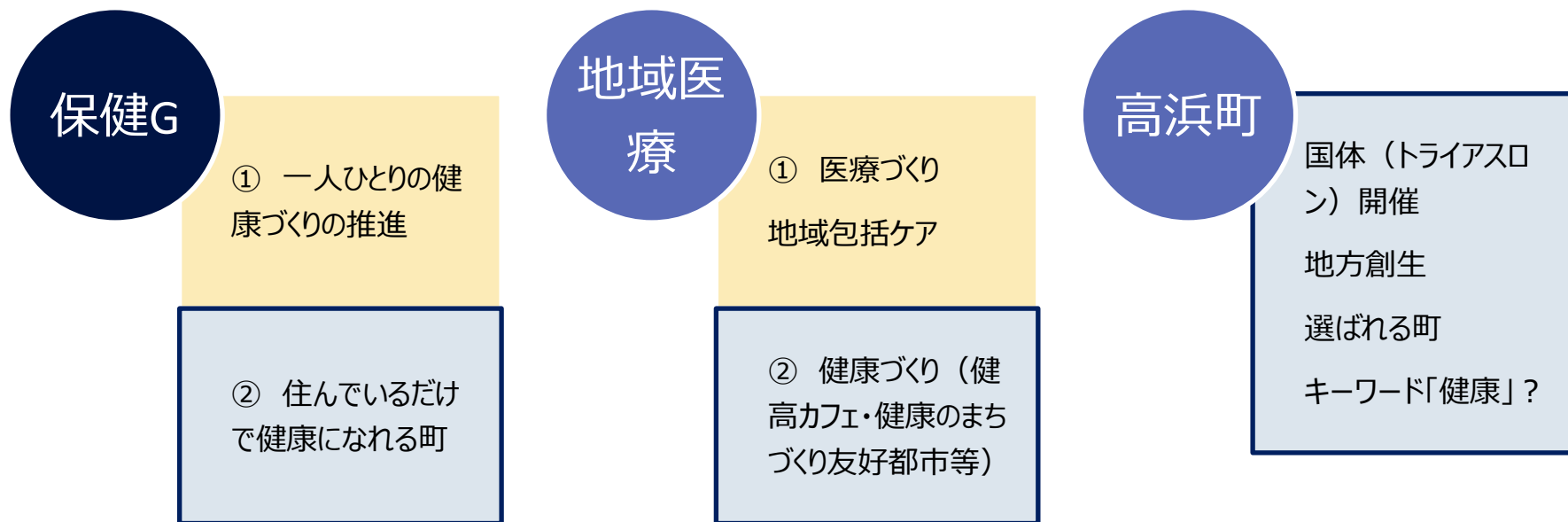
- 保健福祉課中心

地域医療で実施している、「65歳以上の暮らしの調査」を活用した取り組みなどの検討

保健G

- こころ・タバコ・アルコール・歯・健康チェック
- 保健事業として実施

住んでいるだけで健康になれる町の実現に向けて



「住民の健康」がキーワードのなってきた。だからこその課題も...

お互いが主体性を持って、それぞれの強みを活かしながら「健康づくりを实践できる町づくり」を進めていくための形、方法を検討していく

5. 管理期保健師として

- 鳥の目を持ち、保健活動全体を俯瞰的に見る。
- わくわくする計画を立てる
- 力量形成の機会を計画的に作る
- 管理期もチャレンジする