

～北地域から未来につなげよう 元氣な笑顔～

	1年目(H15年度)	2年目(H16年度)	3年目(H17年度)	4年目(H18年度)	5年目(H19年度)
分野別テーマ	6分野全て	運動・食育(食生活)			
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>「北市民健康づくり会議」開催</p> <p>14年度「フォーラム」開催したのち、中学校区各組織に21の説明会実施</p> <p>申し合わせ事項決定、年一回の情報交換会</p> <p>5中学校区ごとの取り組み、各協議が発足</p> <p>糖尿病要注意者増加！運動習慣持つ割合低い</p>	<p>キャッチフレーズ決定！！</p> <p>このころの健康ボランティア養成</p> <p>各協議に伝え、メンバーのおやこクラブ・愛育委員会を取り組みスタート！！</p> <p>地区の健康状況を学習</p> <p>代表者会にて学習企画・準備</p>	<p>地区の情報交換会、歯の健康講演会</p> <p>御津地域参加！</p> <p>パンフレット作成</p> <p>代表者会 年4回</p> <p>北地域の健康21PRのパンフレット作成</p> <p>北ふれあいセンターまつりでPRし、推進宣言募集</p>	<p>代表者会 定例化</p>	
京山会議	ウォーキング会の発足	公民館と共催歩行大会 運動普及講座		講演会「こころの健康」 こころの健康パネル展	
香和会議		歩行大会	ニュースレター (公民館により21のPR項目を設ける) ウォーキングの定例化 ニュースレター	ウォーキングマップ作成	歩行大会 子育て教室「むし歯予防・食育」
高松会議	食と環境フェア 公民館と共催	歩行大会 歩行マップ作成		学習会「むし歯予防」	編集委員が中心 に年2回発行
中山会議	ウォーキングの会発足	ニュースレター発行 歩行大会開催	ウォーキングの定例化 学習会「子どもの健康」	健康市民おみやま21in中山 講演会「早寝早起き朝ごはん」	
足守会議	ウォーキング (近水ウォーク・足守ウォーク) H13～H7	学習会「むし歯予防」 足守健康展	健康パネル作成 「ウォーキング」「転倒予防」	ニュースレター第1号	ニュースレター第2号
評価(すすんだこと)	<ul style="list-style-type: none"> 各中学校区を単位とした協議が発足 運動普及講座終了後、公民館と共催での運動講座や歩行大会、ウォーキングクルーズの発足 など運動習慣定着に向けての体制整備 	<ul style="list-style-type: none"> 5中学校区での推進体制の確立 21のPRや地域の健康情報の発信のため のニュースレター発行 全地域での歩行大会開催や、運動グループのリーダー研修情報交換会開催 	<ul style="list-style-type: none"> 21推進活動組織の拡大 (保育園・幼稚園・小・中学校も参加) ニュースレターの取り組み拡大 	<ul style="list-style-type: none"> 北地域21PRパンフレット作成 全市21の実践交流会で中山会議の活動発表、表彰 各イベントにて21のPRと健康宣言募集 	

H18年度 活動団体データベース 入力団体

北保健センターと関わりあり・・・計113団体
太字は「21」策定後に発足した団体

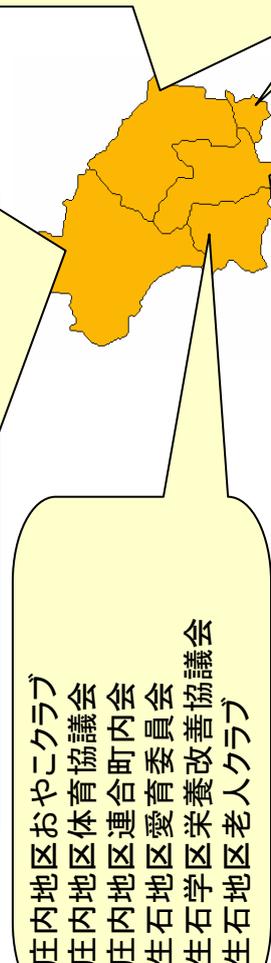
北市民健康づくり会議
北保健センター地域推進会議
御津医師会
吉備医師会
岡山県歯科医師会御津支部
岡山県歯科医師会吉備支部

北市民健康づくり足守会議
近水ウオーク
足守地区愛育委員会
足守学区栄養改善協議会
足守支所
足守公民館
大井地区愛育委員会
大井学区栄養改善協議会

福祉交流プラザ大井
福谷地区愛育委員会
福谷学区栄養改善協議会
日近地区愛育委員会
日近学区栄養改善協議会
岩田地区愛育委員会
岩田学区栄養改善協議会
あおぞら在宅介護支援センター

北市民健康づくり高松会議
加茂地区愛育委員会
加茂学区栄養改善協議会
加茂地区おやこクラブ
加茂地区体育協議会
加茂地区連合町内会
加茂地区老人クラブ
加茂小学校
加茂幼稚園
鯉山地区愛育委員会
鯉山学区栄養改善協議会
鯉山地区おやこクラブ
鯉山地区体育協議会
鯉山地区連合町内会
鯉山地区老人クラブ
高松地区愛育委員会
高松学区栄養改善協議会
高松パソコン倶楽部
高松公民館
高松地区老人クラブ
高松アクティブホーム
高松サブセンター
子どもの食と環境を考える会
いきいきウオーク

庄内地区おやこクラブ
庄内地区体育協議会
庄内地区連合町内会
生石地区愛育委員会
生石学区栄養改善協議会
生石地区老人クラブ



北市民健康づくり中山会議
一宮公民館
いちのみやピーチウオーク
中山地区愛育委員会
中山学区栄養改善協議会
中山学区連合町内会
中山小学校
中山保育園
中山幼稚園
中山地区おやこクラブ
中山サブセンター
桃丘地区愛育委員会
桃丘学区栄養改善協議会
桃丘地区おやこクラブ
桃丘学区連合町内会
桃丘小学校

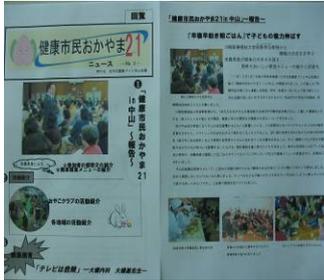
桃丘幼稚園
馬屋下地区愛育委員会
馬屋下学区栄養改善協議会
馬屋下学区連合町内会
馬屋下地区おやこクラブ
馬屋下小学校
平津地区愛育委員会
平津地区おやこクラブ
平津老人クラブ
平津小学校
平津学区連合町内会
岡山県栄養士会岡山市支部
(中山エリア)
白ゆり保育園
第2白ゆり保育園
緑保育園

北市民健康づくり香和会議
横井地区愛育委員会
横井地区体育協議会
横井地区連合町内会
津高公民館
津高地区高齢者クラブ連合会
馬屋上地区愛育委員会
馬屋上学区栄養改善協議会
馬屋上地区連合町内会
馬屋上地区体育協議会
野谷地区愛育委員会
野谷地区連合町内会
ハッピーウオークキング津高
レッツウオーク津高
ファミリーウオーク
ミニマスカットウオーク
ヘルシーウオーク
歩こう会
香和サブセンター

北市民健康づくり京山会議
京山にこにこウオーク
京山公民館
津島地区愛育委員会
津島学区栄養改善協議会
津島地区社会福祉協議会
津島連合町内会
伊島地区愛育委員会
伊島学区栄養改善協議会
伊島地区社会福祉協議会
伊島地区連合町内会

健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
北市民健康づくり 中山会議		中山中学校区	
取り組むきっかけ			
平成 15 年、健康市民おかやま21 をうけて北保健センター地域でも健康づくり運動がスタートしたが、地域の特性をかんがえより身近な中学校区ごとの取り組みを進めようと組織された。			
メンバー			
連合町内会・愛育委員会・栄養改善協議会・おやこクラブ・老人クラブ・民生委員会・御津医師会・歯科医師会御津支部・岡山市薬剤師会・岡山県栄養士会岡山市支部・一宮公民館・中山中学校・中山小学校・中山幼稚園・馬屋下小学校・馬屋下幼稚園・桃丘小学校・桃丘幼稚園・平津小学校・平津幼稚園・中山保育園・緑保育園・白ゆり保育園・第二白ゆり保育園・中山サブセンター・岡山北商工会一宮支所・北保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
一宮公民館	不定期	6-8 回/年	有・無
取り組みテーマ			
運動・食育をテーマに活動。平成 17 年からはとくに食育に関する学習会や講演会を企画している。			
取り組み内容			
生活習慣病は乳幼児・学童期からの生活習慣を整えることが大切という観点から、21 世紀を担う健康な子どもたちを育てるために「早寝早起き朝ごはん」運動を家庭・学校・地域が一体となって取り組む活動をすすめている。平成 18 年には小学校を会場に「健康市民おかやま21 in 中山」～地域と家庭で考える子どもの健康～として講演会や理想の朝ごはん試食やパネル展示をおこなった。またニュースレターを発行し各団体での健康づくりの取り組みやイベント紹介など町内回覧し、健康市民おかやま21 についても PR している。			



ニュースレター
第3号

講演会の様子



会場では様々な団体、
21 に関連したブース出展



健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
北市民健康づくり高松会議		高松中学校区	
取り組むきっかけ 高松中学校区の皆さんが少しでも健康に暮らせられるように・・・と願い、健康市民おかやま21の取り組みに基づき、地域の健康について考える会議として、平成15年12月に結成されました。			
メンバー 連合町内会、老人クラブ、愛育委員会、栄養改善協議会、体育協議会、おやこクラブ、医師会、歯科医師会、高松サブセンター、高松アクティブホーム、あおぞら在宅介護支援センター、高松公民館、公民館クラブ（いきいきウォーククラブ、パソコン倶楽部、食と環境を考える会）、北保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
高松公民館	特になし	全体会2回/年、執行委員会3-4回/年 ニュースレター発行2回/年、 「食と環境フェア」共催 1回/年	有 <input type="radio"/> 無 <input checked="" type="radio"/>
取り組みテーマ テーマは「運動」「食生活」 「北市民健康づくり高松会議 NEWS」を発行し、地域で行われている健康づくりの取り組みを伝え、「食と環境フェア」で健康情報を提供し、住民が健康づくりに取り組むきっかけ作りを行っている。			
取り組み内容 ○「食と環境フェア」での取り組みについて 公民館クラブや公民館、各地区団体・組織と共催し、イベントを開催。21のPRや高松会議の活動紹介、ニュースレターの展示、健康宣言コーナーを設置し、健康宣言を参加者にしてもらう等の取り組みを行っている。			
○ニュースレター作成に至った経過 地域の各団体・組織で行われている健康づくりの取り組みをまとめ、PRしていこうということで、作成開始。 現在、第6号まで発行（H19.9月時点）。			
○ニュースレター作成・地区回覧までの過程 執行委員会で話し合い後、全体会で記事を募集（各組織・団体） ↓ 提出組織・団体は原稿様式に記入後、高松公民館へ提出 ↓ 公民館クラブ「パソコン倶楽部」にて編集委員がNEWSレターを編集（2～3回） ↓ 執行委員・編集委員で回覧部数をカラー印刷（A3 両面）、仕分け作業。高松会議メンバーにも配布。 ↓ 公民館だよりと一緒に地区へ配布。地区回覧にて皆さんのところへ届けられます。			



健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
北市民健康づくり足守会議		足守中学校区	
取り組むきっかけ			
<p>足守地域での健康への取り組みは、個人または数人で行うことが多かった。出来るだけ多く集まったの行動や行事にして交流を楽しみながら健康づくりをしていきたい。また団体間の交流を図りたいと健康づくり足守会議を発足させた。</p>			
メンバー			
<p>愛育委員、栄養委員、北包括支援センター足守サブセンター、福祉交流プラザ大井、足守公民館、足守支所、北保健センター</p>			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
足守公民館など	不定期	年5～6回	有・ <input type="radio"/>
取り組みテーマ			
健康づくり、運動・食生活			
取り組み内容			
<p>健康市民おかやま21と身近な健康に関する催しのPRをするニュースレターやパネルの作成。健康に関するパネル展や近水ウォーク継続中。地域の子どもたちと交流しむし歯予防の健康学習を実施。</p>			
			

健康市民おかやま 21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
北市民健康づくり香和会議		香和中学校区	
取り組むきっかけ			
平成 15 年度より健康市民おかやま 21 をうけ、地域の特性を踏まえながら運動中心に健康づくりに取り組んでいる。			
メンバー			
連合町内会、愛育委員会、栄養改善協議会、体育協議会、津高公民館、公民館クラブ（あるこう会）、御津医師会、元気の出る会、おやこクラブ、老人クラブ、香和サブセンター、北保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
津高公民館等	不定	3～4 回／年	(有)・無
取り組みテーマ			
『運動』～わが町ウォーキングマップを作ろう～			
取り組み内容			
<p>運動中心の健康づくりを推進する中で、公民館の講座や自主グループなどをはじめ、ウォーキングの機会が増えた。それとともに、歩き応えのあるさまざまなルートを再発見する。そこで「ウォーキングマップ」としてまとめ、会議の主旨である住民への健康情報の発信と健康市民おかやま 21 の普及啓発を目的として活動している。</p> <p>*住民のよく利用する公共機関（公民館、コミュニティハウス等）へ掲示する、大きいサイズのマップを数枚作成するための編集会議を各小学校区の編集メンバーと共に毎月開催。</p> <p>*携帯用のハンディタイプの地図も検討中。持ち帰っても日ごろのウォーキングに活用できる。</p> <p>（いずれも H 1 9 年度中に完成予定）</p>			
			

健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
北市民健康づくり京山会議		京山中学校区	
取り組むきっかけ			
健康づくりの活動を地域に広めていくため、地区の主要な組織を中心に声をかけ、H15. 9月に準備会を実施する。その後、地域で取り組んでいくテーマを検討、推進メンバーも固定し11月に京山会議を結成する。			
メンバー			
伊島・津島地区連合町内会、伊島・津島地区民生委員・児童委員会、伊島・津島地区愛育委員会、津島地区栄養改善協議会、津島小学校PTA、地域ボランティア、京山公民館、北保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
京山公民館	不定期	年4～5回	有 <input type="radio"/> 無 <input checked="" type="radio"/>
取り組みテーマ			
地域で取り組みやすい活動をとということで、『運動』をテーマとしてスタートする。毎年、テーマについては会議内で検討しており、これまで『こころの健康』にも取り組む。			
取り組み内容			
<p>☆H15年度～H17年度</p> <p>「健康市民おかやま21」を地域に広めていくと同時に、地域で取り組めるものは何か協議し、『運動』をテーマとする。みんなが参加しやすいものを考え、月1回のウォーキングを開催する （‘京山にこにこウォーク’と名づけ、 現在も月1回活動中）</p>			
			
<p>☆H18年度</p> <p>ウォーキングも活動として定着してきており、テーマを『運動』から『こころの健康』へ不登校や児童虐待など、子どもを取り巻く環境が変化していることが話題となり、‘こどものこころ’を中心に講演会を実施</p>			
		<p>←テーマが子どもであったため、講演会にも若い世代の参加がみられ、これまでにない世代へのPRになりました</p>	
<p>☆H19年度～</p> <p>より多くの人に21を知らせ、地域の健康づくりに関心を高めてもらおうと、公民館の文化祭に健康ブースを初めて出展</p>			

健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
地区別健康教室		御津地域	
取り組むきっかけ			
健康みつ21を策定するにあたり、健康づくり推進委員会で協議した結果、全体の取り組みより、公会堂を拠点とした小字単位で推進してゆくことになり、平成12年から、各地区の組織の代表者に計画をしてもらい、住民参加で、4分野にそった健康教室の開催をしている。			
メンバー			
各地区の区長、愛育委員、栄養委員、民生委員、ボランティア御津、老人クラブ、住民			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
各地区公会堂	各地区による	各地区によるが8～12回/年	有・ 無
取り組みテーマ			
4分野「食事」「運動」「酒・たばこ」「こころ・ふれあい」			
取り組み内容			
各地区代表者の研修を年2回しながらの開催は、小字53地区のうち、補助金申請をして取り組んでいる地区が43地区とサロン等の開催を入れると50地区で開催されています。			
代表者研修会			
			
体組成計による健康チェック	健康体操		

健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
小地域別健康教室		建部地域	
取り組むきっかけ			
温泉たけべ健康21を策定するにあたり、モデル地区健康教室が住民の自主的活動として展開できていることから、引き続き住民主体の健康づくりが継続できるように、平成14年から各地区の区長や地区リーダーが年間計画をたて、取り組んでいる。			
メンバー			
各地区の区長、愛育委員、栄養改善協議会、民生委員、ボランティア建部、老人クラブ			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
各地区公会堂等	各地区による	各地区8～10回/年	有 無
取り組みテーマ			
年間事業計画に4分野「食事」「運動」「休養・心」「酒・たばこ」を入れたテーマに基づき、みんなで安心して暮らせるまちづくりをめざしている。			
取り組み内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 全地区の区長や地区リーダーを集めて、地域の健康の問題点や内容等の情報交換の場として、小地域健康教室連絡会を年1回北保健センター建部分館で開催する。 ・ 中地域健康講座を年1回5地区で実施している。(健康づくりに関連する講師を依頼する) ・ 建部地域長寿健康づくり推進大会を年1回建部町文化センターで開催し、その中で2地区実践発表する。また、フロアーに地区での活動内容を掲示している。 ・ 全地区(29地区)ウオーキングマップを作成する。活用することを、教室の中で定着させている。全地区合同ウオーキング大会も実施し、自主的に健康づくりに取り組む意欲を持つ。 ・ 住民が自主的に健康づくりについて考え、実践・継続できるように、参加者自らが教室の企画段階から運営に主体的に参加できるように図っている。 			
			
建部地域長寿健康づくり推進大会 で実践発表		中地域健康講座で講話に耳を 傾ける地区住民	
			
温泉プールでアクアウォーク			