

健康市民おかやま21

中間評価と今後の方向



平成 20 年 3 月

岡山市

健康市民おかやま21推進会議

目次

第1章 健康市民おかやま21と5年間の取り組み

趣旨・背景	001
計画期間	001
計画内容	001
推進体制	002
推進年表	003

第2章 中間評価の方法

中間評価の目的	004
評価の枠組み	004
評価指標	005
評価体制	005

中間評価結果の概要	006
-----------	-----

中間評価による計画の見直し

計画の目的、目標の見直し	007
新体系図	008

第3章 中間評価結果・後期重点項目

・ 重点目標の評価	009
・ 分野別評価	
栄養・食生活	012
身体活動・運動	014
休養・こころの健康づくり	016
たばこ	018
アルコール	020
歯の健康	022

・基本方針（市民主体の推進体制、地域連携の健康づくり）の評価	
・地域のネットワークの広がり	024
・活動の評価（「ものさし」を用いた評価）	026
・活動団体の特徴（活動団体データベース）	042
・推進宣言登録状況	044

第4章 地域における5年間の取り組み

・年表・データベース地図・事例集	
中央地域	047
北地域	061
東地域	070
西大寺地域	074
西地域	078
南地域	088
その他	100

第5章 地図でみる岡山市の健康状態

資料編

岡山市の健康状況	110
目標項目一覧・目標値達成度	115
健康市民おかやま21中間評価アンケート調査概要	122
推進会議委員名簿	123
評価部会委員名簿	124
普及啓発部会委員名簿	125

第1章
健康市民おかやま21と
5年間の取り組み

健康市民おかやま21と5年間の取り組み

■健康市民おかやま21の趣旨・背景

国では健康寿命の延伸や生活の質の向上を目標に掲げ「健康日本21」を策定し、平成12年度から第3次国民健康づくり運動を推進しています。

岡山市でも「すべての市民が健康で自分らしく生きられるまち」を目指し、健康日本21地方計画である「健康市民おかやま21」を策定しました。地域、家族、職域、行政等が力を合わせて、市民一人ひとりの主体的な健康づくりを支援しています。

その後進められている医療制度改革の中で、医療費抑制の点からも生活習慣病予防が重要であると位置づけられました。その中でメタボリックシンドロームが国民的課題として取りあげられ、その対策にはリスクの高い個人だけが取り組む（ハイリスクアプローチ）だけでなく、地域社会全体が取り組む（ポピュレーションアプローチ）の重要性があらためて確認されました。

■計画の期間

平成15年度（2003年度）から平成24年度（2012年度）までの10年間としています。平成19年度（2007年度）に中間評価を行い、計画を見直しました。平成20年度（2008年度）には地域ごとにそれぞれの健康課題をふまえた今後の方向性をたてる予定です。平成24年度には最終年度における評価を行う予定です。

■計画内容

「すべての市民が健康で自分らしく生きられるまち」を目指し、生活習慣病予防に必要な6分野の取り組み目標を設定するとともに、その達成度を評価する3つを重点目標（血圧高値の割合、コレステロール異常の割合、血糖高値の増加割合）を定めました。取り組みについては以下の3つを基本方針としました。

・基本方針

- (1) 市民の主体的な健康づくり
- (2) 目標値と実践項目設定の健康づくり
- (3) 地域連携の健康づくり

また以下の5つを健康づくり推進における基本的視点としました。

・基本的視点

- (1) 一次予防の視点に立った健康づくりの推進
- (2) 生涯を通じた健康づくりの推進
- (3) 社会貢献による健康づくりの推進
- (4) 健康情報の共有による健康づくりの推進
- (5) 科学的根拠に基づいた健康づくりの推進



■推進体制

5年間で推進体制は充実してきました。

・健康市民おかやま21推進会議、庁内推進会議

策定当初、策定会議、庁内連絡会議がありましたが、市民、職域、行政等が連携を図り、「健康市民おかやま21」を円滑に推進するために健康市民おかやま21推進会議を、また市役所内の関係課が連携して推進していくために庁内推進会議にそれぞれ移行しました。

・6保健センターエリアごとの活動

6保健センターエリアごとに推進組織が立ち上がり、それぞれの地域で目標をたて、地域特性に沿った活動を展開しています。策定時のボランティア・ワーキンググループは分散してこの推進組織に参加されました。

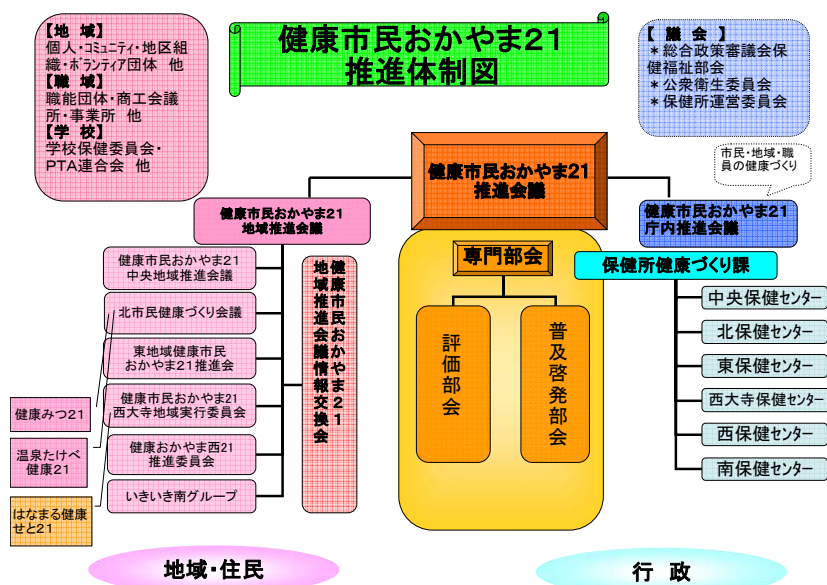
また中学校区や小学校区などの小単位での推進組織が立ち上がっている地域もあります。

・専門部会の活動

平成18年度からは、イベントに限らない普及啓発を中心に活動する普及啓発部会を、また活動の進捗管理や評価を行う評価部会を立ち上げ、より効果的に推進できるよう取り組んでいます。

・合併した4町の活動

岡山市は平成17年3月に御津町、灘崎町と、平成19年1月に建部町、瀬戸町と合併しました。御津町では「健康みつ21」、建部町では「温泉たけべ健康21」、瀬戸町では「はなまる健康せと21」を策定して、町民主体の健康づくりをすすめていました。合併後も引き続き、各地域の特性に沿ったかたちでの健康づくりをすすめています。



健康市民おかやま21 推進体制図

(平成20年3月現在)

第2章 中間評価の方法

中間評価の方法

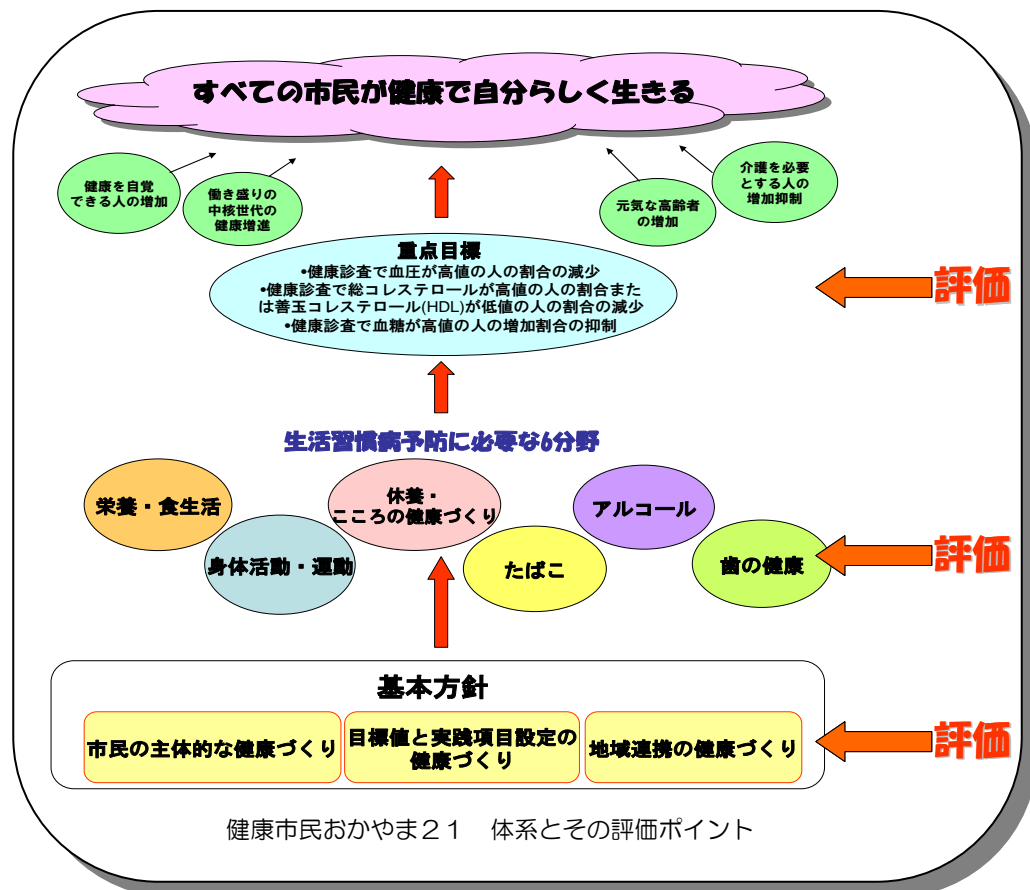
■中間評価の目的

- ・ 計画の進捗状況を確認する。
- ・ 必要に応じて計画を見直して、より効果的に推進する。
- ・ 推進者やスタッフで意識の共有をする。

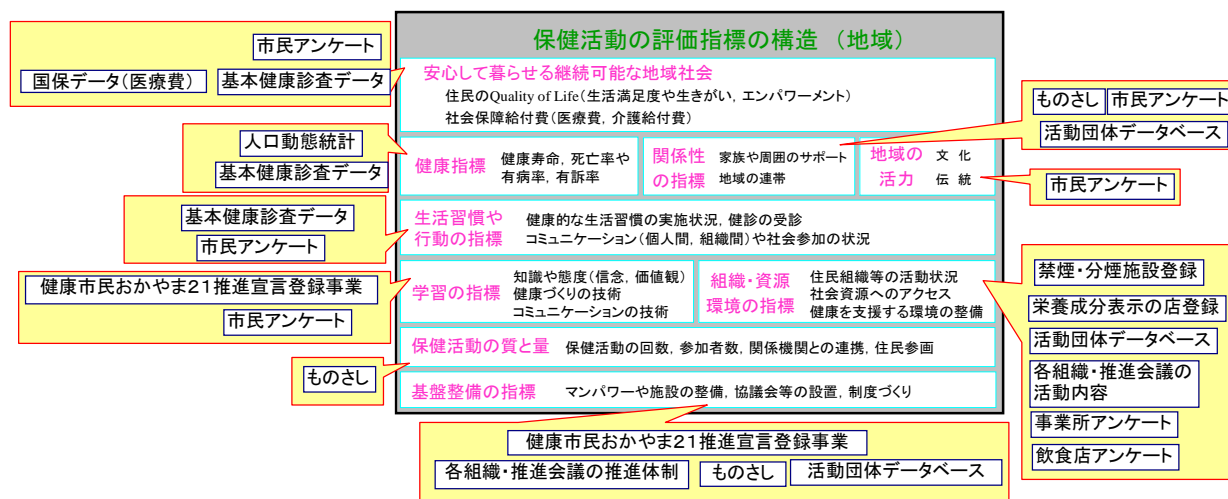
■評価の枠組み

健康市民おかやま21の体系図に基づき、「重点目標」の達成度に対する評価、「生活習慣病予防に必要な6分野」の成果の評価、「地域での推進体制」の評価それぞれを行ないました。

評価をするうえで、結果（アウトカム）だけを評価するのではなく、これまでの取り組みの経過（プロセス）やその影響（インパクト）を評価することにも重点を置きました。



■評価指標 ・指標の構造



健康市民おかやま21 評価指標の構造

健康市民おかやま21の評価に使用するデータを、保健活動の評価指標の構造※にあてはめて、どの指標として使用するかをあらわしたものです。既存のデータや、新たに得たデータを利用して、すべての指標を網羅できるようにしました。

※保健活動の評価指標構造（『ここまで進んだ健康日本21の推進（市町村版）』より引用）

■評価体制

・評価のための検討会開催

中間評価を控え、健康市民おかやま21推進会議委員、保健所、保健センタースタッフを対象に、評価のための検討会を平成18年11月に開催しました。中間評価の進め方や評価指標についての案の提示や、評価の考え方について学識経験者による講演を行いました。

・評価部会の設置

市民、専門家、公民館、保険者、学識経験者らで構成し、健康市民おかやま21の進捗管理、評価を行う部会を平成18年12月に設置しました。

平成18、19年度は種々のデータをもとに中間評価を実施し、その結果をもとに今後の方向や重点目標を決定しました。

中間評価結果の概要

■ 3つの重点目標は達成された。なお生活習慣上の課題は残っている。

これまで重点目標としていた項目（血圧高値の割合の減少、総コレステロールが高値の割合・HDL コレステロールが低値の割合の減少、血糖高値の増加割合の抑制）については、検査数値上は目標を達成していました。ただし、検査数値は正常範囲ですが現在治療中という人は増加していました。また肥満(BMI25 以上)の男性は増加傾向で、特に 40～50 代の男性の肥満割合は 3 割以上に上りました。

■ 生活習慣の課題はなお多い。

壮年期の男性や青年期の男女の生活習慣の問題が特に明らかになりました。この世代は適切な食習慣、運動習慣のある人は少なく、ストレスを感じる人の割合は増加していました。また多量飲酒者は増加しており、特に 40 代男性に多いです。

一方、男性の喫煙率は著明に減少していました。また子どもの歯の項目（むし歯の数、フッ素塗布率・洗口実施数など）は改善していました。

■ 基本方針の評価

・ 市民の主体的な健康づくり、地域連携の健康づくりは充実した。

この 5 年間で、市民主体の推進組織は市内各地に立ち上がり、中学校区や小学校区単位の身近な組織も増えてきました。この推進組織は地域の健康問題を考え、主体的に健康づくり活動を進めていっています。また、これまでは健康づくりとあまり関わりの無かった地区組織も、ウォーキング会や健康イベントに参加するなど、健康づくりの輪が広がっています。

公民館との連携も進んできており、地域での推進の大きな基盤となっている地区もあります。また保育園・幼稚園・学校との連携も進んできており、共に食育やむし歯予防に取り組んでいる地域もあります。しかし、地域によって差が大きく、まだ連携できていない地域もあります。企業（職域）との連携は、一部を除いてほとんどの地域で進んでおらず、今後の大きな課題です。

・ 目標項目は見直し、修正した。

6 分野の成果をふまえ、目標項目を 14 項目追加し、4 項目削除しました。また目標値は 6 項目修正しました。

・ 5 年間の取り組みには年代・分野に差があった

青年期や壮年期を対象とした取り組みはあまり進んでいません。また「身体活動・運動」「栄養・食生活」の分野への取り組みが多く、「休養・こころの健康づくり」、「アルコール」、「たばこ」の分野への取り組みは少なく偏りがみられました。

中間評価による計画の見直し

■経緯

中間評価結果をもとに、評価部会が中心となって計画を見直しました。平成24年度までの後期5年間に重点をおいて取り組むべき項目を決定し、それに向けた取り組みを検討しました。

推進会議、普及啓発部会、地域ごとの推進会議などで市民からも幅広く意見を求め、反映させました。

■計画の目的・目標の見直し

これまで重点目標としていた項目（血圧高値の割合の減少、総コレステロールが高値の割合・HDLコレステロールが低値の割合の減少、血糖高値の増加割合の抑制）については、検査数値上は目標を達成していました。健康で自分らしく生きるためには、検査結果の数値のみよりも、健康を自覚できる人が増加することがより重要であり、「健康を自覚できる人の増加」を上位目標としました。その達成に向けて下記の「世代ごとの目標」「生活習慣病予防に必要な6分野」について、「基本方針」をもとに推進していきます。

したがってこれまで重点目標としていた項目は、「肥満の人の割合の減少」を加え、生活習慣病予防に必要な検査数値目標として今後は位置づけます。（新体系図参照）なお脂質異常については基準を変更し、中性脂肪高値、善玉コレステロール低値、悪玉コレステロール高値とします。

中間評価の中で不健康な生活習慣が明らかになった壮年期の男性、青年期の男女への働きかけも重点的にしていきます。また人と人とがつながれるよう、地域のネットワークづくりも重視していくこととします。

以上をふまえ、各分野において今後重点的に取り組む項目を決定しました。

世代ごとの目標

- ・子どもの健やかな成長
- ・若い世代の健康的な生活習慣への改善
- ・働き盛り世代の健康増進
- ・元気な高齢者の増加
- ・介護を必要とする人の増加抑制

生活習慣病予防に必要な6分野

- 「栄養・食生活」
- 「身体活動・運動」
- 「休養・こころの健康づくり」
- 「たばこ」
- 「アルコール」
- 「歯の健康」

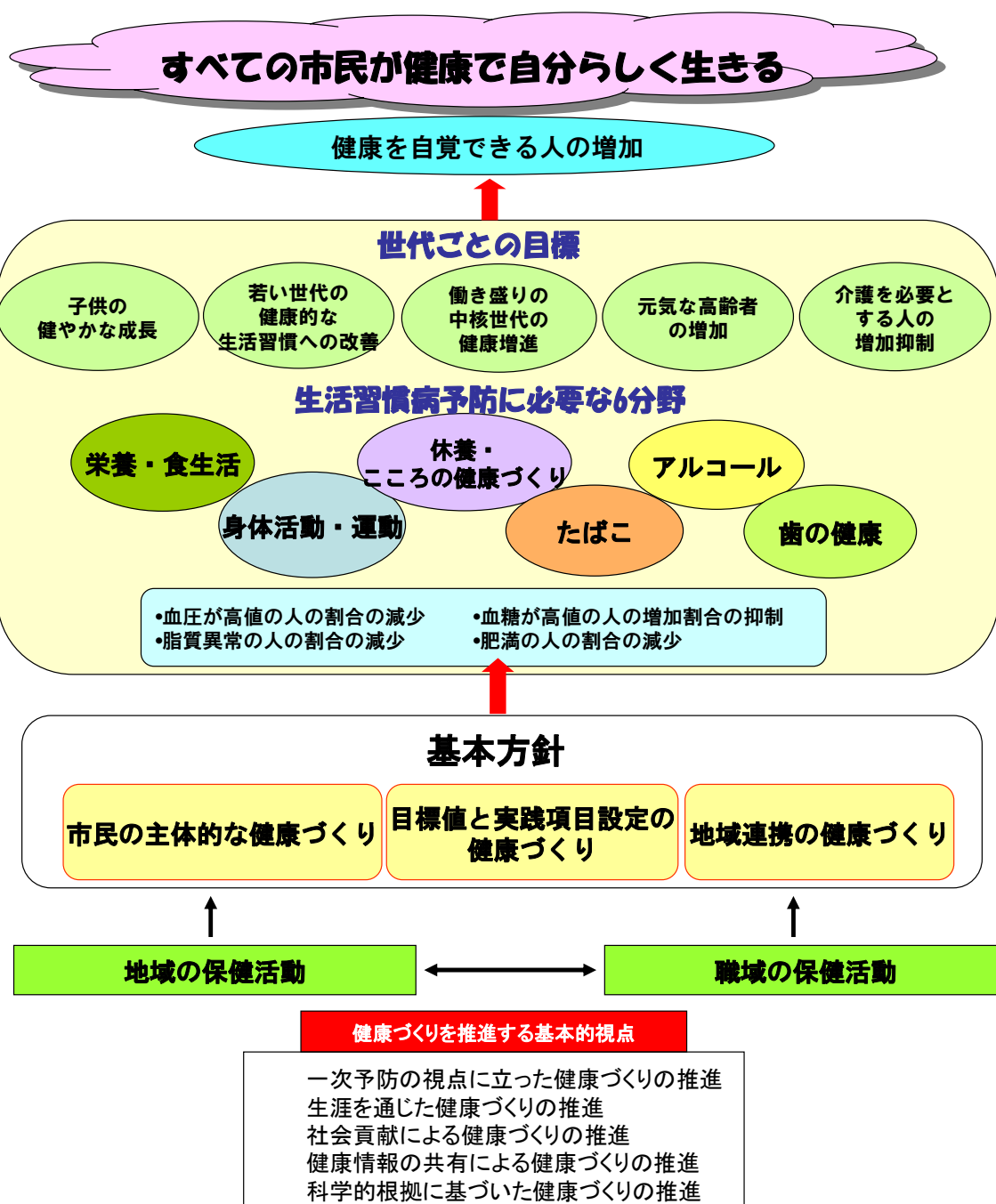
新たな指標

	現状値	目標値
健康状態がよいと感じる人の割合※1 (岡山市都市ビジョンの目標のひとつ)	76.9%	78% (平成22年)

データ出典 ※1 市民意識調査

(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細はP.115から掲載しています)

■健康市民おかやま21の新体系図



検査数値基準

- 血圧高値・・収縮期血圧（最高血圧）160mmHg 以上または拡張期血圧（最低血圧）95mmHg 以上
- 脂質異常・・中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
または LDL コレステロール 140mg/dl 以上
- 血糖高値・・空腹時血糖 110mg/dl 以上または随時血糖 140mg/dl 以上
- 肥満・・・ BMI25 以上 (BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m))

第3章

中間評価結果・後期重点項目

重点目標の達成についての評価

＜評価指標＞ 岡山市基本健康診査結果

重点目標

- (1) 健康診査で血圧が高値の人の割合の減少
- (2) 健康診査で総コレステロールが高値の人の割合または善玉コレステロール（HDL）が低値の人の割合の減少
- (3) 健康診査で血糖が高値の人の増加割合の減少

評価基準：(1) 収縮期 160mmHg 以上または拡張期 95mmHg 以上

(2) 総コレステロール 240mg/dl 以上

または HDL コレステロール 39mg/dl 以下

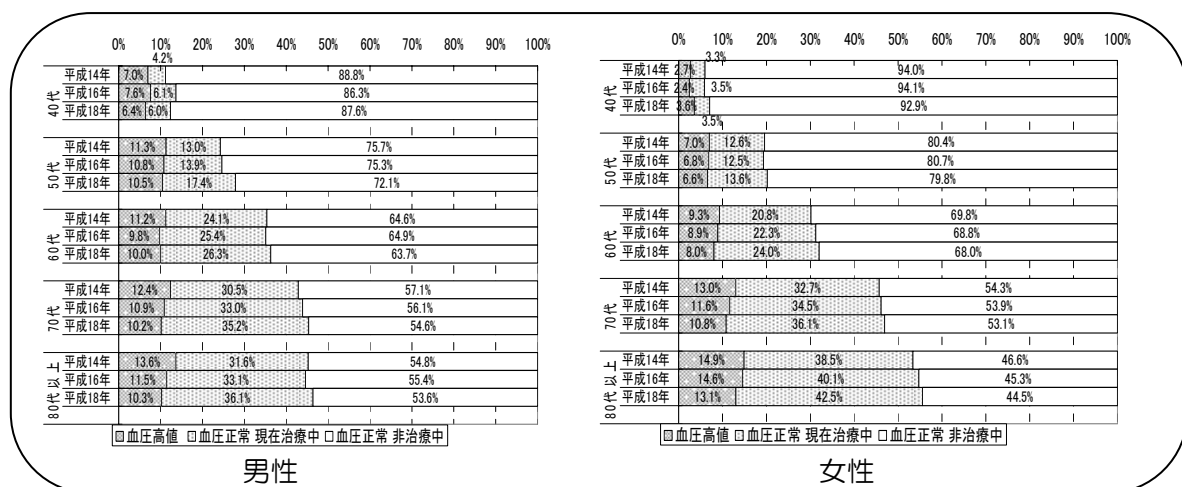
(3) 空腹時血糖値 110mg/dl 以上または随時血糖値 140mg/dl 以上

現状と課題

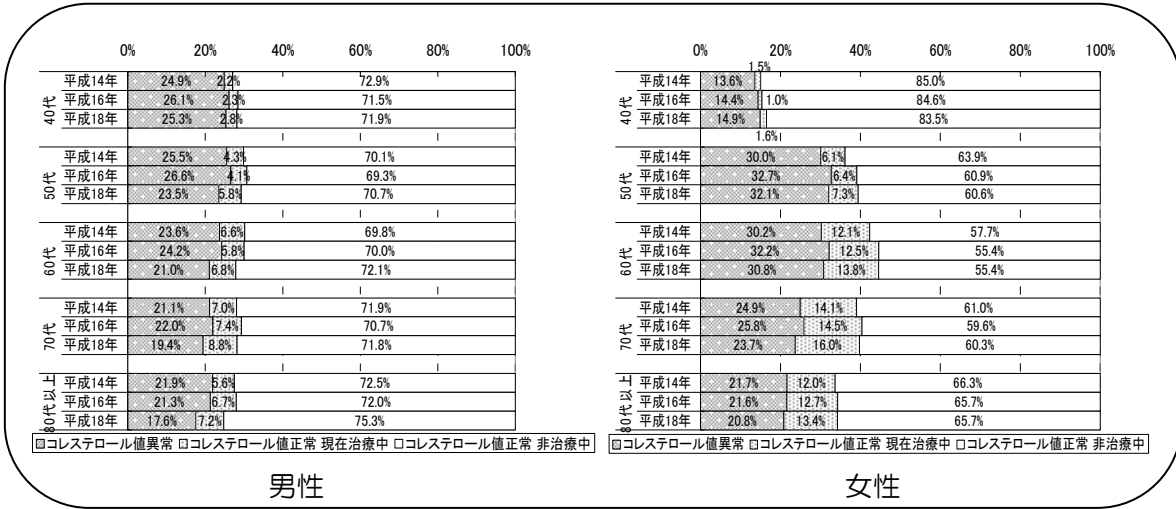
- (1) 健診時に血圧が高値の人の割合は減少傾向。（図 1）
- (2) 健診時にコレステロール異常の人の割合はおおむね横ばい～減少傾向。（図 2）
- (1)(2)とも健診時には異常値ではないものの治療中である割合は増加傾向。
- (3) 健診時に血糖が高値の人の割合はおおむね横ばい。（図 3）

検査成績は目標値に達成していますが、一方で治療中の方は増加しています。生活習慣の見直しや改善により、生活習慣病予防をはかることが大切です。

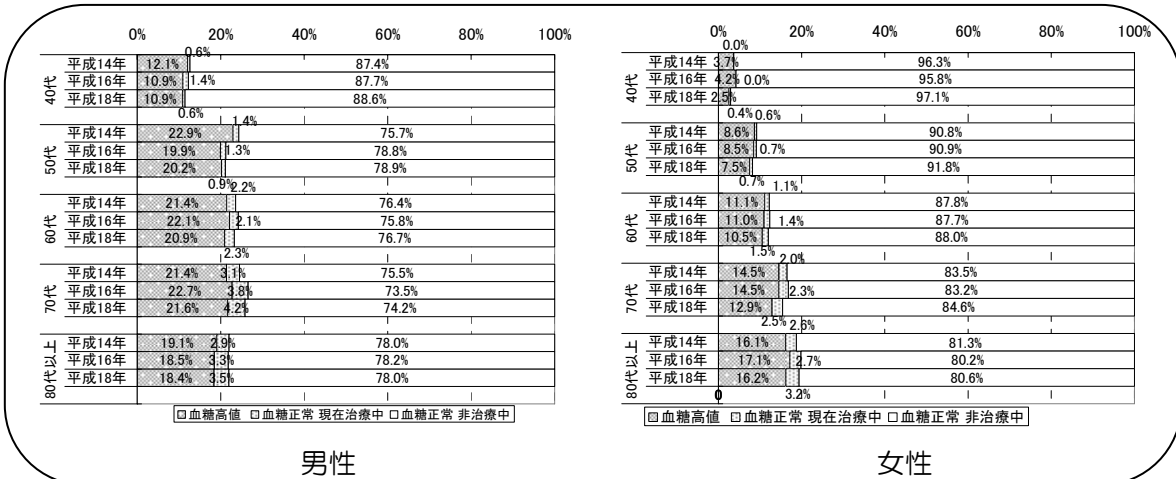
血圧高値の割合



コレステロール値異常の割合



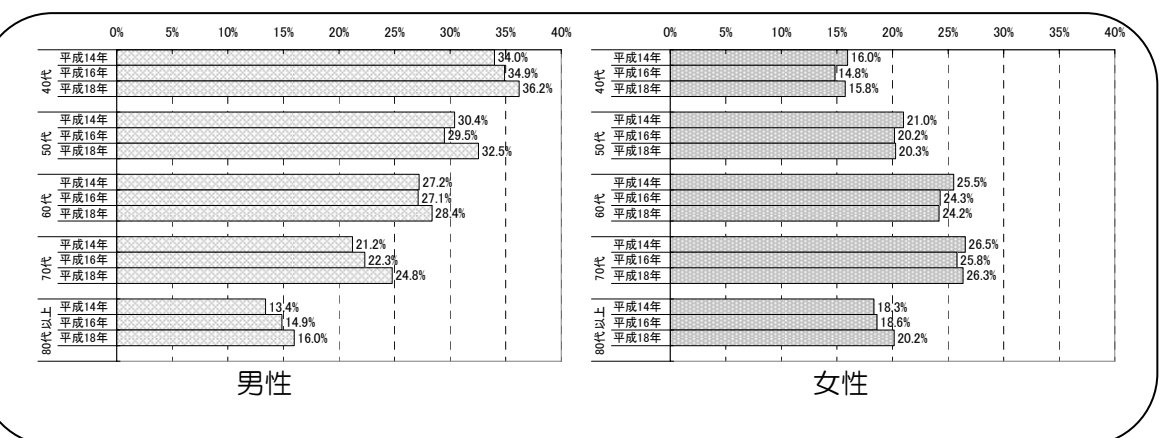
血糖高値の割合



現状と課題

男性はすべての年代で肥満の増加が目立ちます。
とくに40~50代の男性は3割以上が肥満でした。

肥満 (BMI 25以上) の割合



指標の達成状況

(達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化)

	策定時	現状値	目標値	達成度
肥満者(BMI25以上)の割合	22%	24%	18%	×

データ出典 ※1 基本健康診査

(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細はP.115から掲載しています)

メタボリックシンドローム

内臓脂肪型肥満と血圧高値、血糖高値、血中脂質異常の状態が重なると動脈硬化を引き起こしやすくなります。
動脈硬化がすすむと、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞などの病気を引き起こしますので早めからの注意が必要です。

メタボリックシンドローム 診断基準*

内臓脂肪型肥満

腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上
(内臓脂肪の面積 100cm²以上)

+

血圧高値

収縮期血圧130mmHg以上 または
拡張期血圧85mmHg以上

高血糖

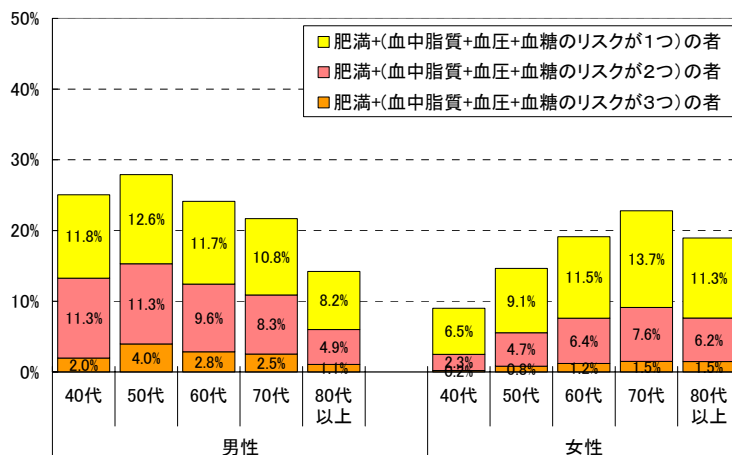
空腹時血糖 110mg/dl以上

血中脂質異常

中性脂肪 150mg/dl以上 または
HDL(善玉コレステロール) 40mg/dl未満

2つ以上を合わせもつ場合

(※2005年 日本動脈硬化学会・日本肥満学会・日本高血圧学会・日本内科学会・日本糖尿病学会・日本循環器学会・日本腎臓学会・日本血栓止血学会)



BMI25以上の肥満プラス血中脂質、血圧、血糖いずれかのリスクを有する割合(平成18年度岡山市基本健康診査)

栄養・食生活

毎日3食、腹八分
楽しく食べて健康づくり



目標

- ・ 食生活に気をつけている人の増加
- ・ 適正体重を維持している人の増加
- ・ 栄養素の適正な摂取に配慮している店の増加
- ・ 食生活改善のための学習の機会がある人の増加

これまでの主な取り組み

- ・ 栄養改善協議会が「食育ガイドブック」を作成し地域へ配布・活用した。
- ・ 保育園・幼稚園・学校・農政局と連携して食育についてのイベントや、朝ごはんのすめを行った。
- ・ 料理教室を開催し、バランスのとれた食事のレシピを地域で広めるよう努めた。また、ふだん食事をつくる機会の少ない人も参加できるよう、男性料理教室も開催した。
- ・ 適正体重を維持する大切さを講演・講座やイベントなどで伝えた。
- ・ 栄養成分表示の店が増え、店の場所などをホームページ等で情報提供した。
- ・ 健康市民おかやま21に取り組む団体の6割(約300団体)が栄養・食生活に関する学習や取り組みをしている。最も取り組みの多い分野である。(P.43 参照)
- ・ 健康市民おかやま21推進宣言で栄養・食生活に関する宣言が多い。
(平成19年3月時点2984件受付) (P.44 参照)

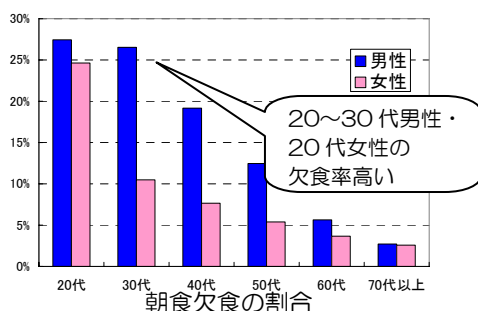
主な目標項目の達成状況

(達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化)

	策定時	現状値	目標値	達成度
腹八分目に気をつけている割合※1	—	68%	70%	—
バランスよく食べている割合※1	—	56%	60%	—
若い人の朝食をとらない割合※1	20~30代男性	27%	24%	—
	20代女性	25%		
適正体重を維持している人の割合※2 (肥満度(BMI)18.5以上25.0未満)	69%	68%	増加	△
栄養成分表示を利用している割合※1	34%	39%	48%	○
	男性 21% 女性 43%	男性 25% 女性 52%		

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 基本健康診査

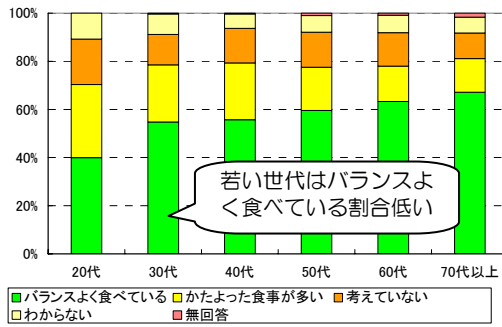
(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細はP.115から掲載しています)



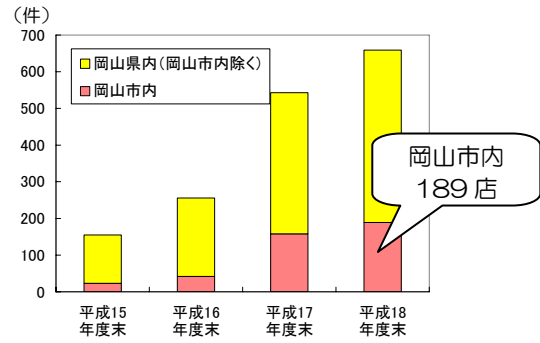
(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)

若い世代の食生活に赤信号！

満腹まで食べてしまう、バランスが悪い、朝食を食べないなど、若い世代の食習慣が乱れています。このような不健康な食習慣を続けていくと、40代頃には肥満や生活習慣病になってしまいますよ！



栄養のバランスのとりにかた
(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)



栄養成分表示の店登録件数

現状と課題

- ・ 食べ過ぎず腹八分目にしている人は約7割だった。
- ・ バランスよく食べている人は約6割いたが、性・年代別にみると20～40代男性、20代女性はバランスよく食べていない割合が高い。
- ・ 20～30代の朝食をとらない割合は約3割と高い。
- ・ 適正体重を維持している人の割合は増加していない。
- ・ 栄養成分表示を利用している割合は男女とも増加していた。
- ・ 推進宣言やイベントなど栄養に関する組織・団体の取り組み割合は高い。

今後の重点項目

- ・ 腹八分目の食事量、バランスのよい食事を守っている人の増加
- ・ 朝食を毎日食べる人の増加
- ・ 適正体重を維持している人の増加
- ・ 食品栄養成分表示の利用者の増加

今後の取り組み

- ・ 食事バランスガイドを活用し、主食(ごはんやパンなど)、副菜(野菜など)、主菜(肉や魚など)を適量食べる方法を身につける。
- ・ 家庭、保育園、幼稚園、学校、地域で連携し、食育を充実させる。
- ・ 幼児期から一日3食食べる生活リズムをつけ、朝食欠食を減らす。
- ・ 若い世代の食への関心を高める
- ・ 生活習慣病予防と合わせて、適正体重を意識した食習慣を広める。
- ・ 外食や食品購入時に栄養成分表示を利用する習慣を身につける。
- ・ 地域で栄養成分表示の店を増やす。



★なぜ適正体重の維持が大切か

適正体重の人は「やせ」や「肥満」の人よりも病気にかかりにくく、寿命も長いとされています。適正体重を維持することが大切です。

★朝食がなぜ大切か

朝食を食べないと脳や身体へのエネルギーが不足します。仕事の能率や集中力が低下し、身体も活発に動きません。また習慣的に朝食を食べないと、太りやすい体質になってしまいます。

身体活動・運動

楽しく歩こう
めざせ 1日1万歩!



目標

- ・ 健康の維持、増進のために意識的に身体を動かしている人の増加
- ・ 運動習慣のある人の増加

これまでの主な取り組み

- ・ 健康や運動・スポーツに関する内容の講演・講座、イベントを開催した。
- ・ 地区のウォーキングマップや「ええとこ発見図」を作成し、それを用いたウォーキングの機会が増えている。
- ・ 働いている人や親子でも参加できる地域ぐるみのウォーキング大会等を開催した。
- ・ 保育園や学校のおたよりなどに、ウォーキングおすすめコースや運動に関する情報を紹介した。
- ・ 地域でウォーキンググループ・健康づくりグループが多数発足した。
- ・ 地域へ運動や体操を普及するためのリーダーを育成した。
- ・ ストレッチ体操や動脈マッサージなどを普及させた。

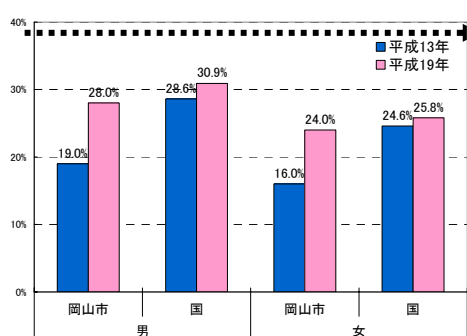
主な目標項目の達成状況

(達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化)

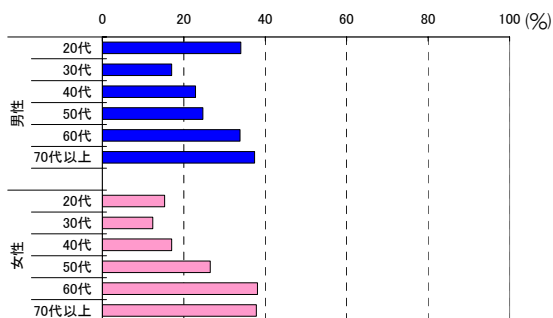
	策定時	現状値	目標値	達成度
定期的に運動している人の割合※1 (1回30分以上、週2回以上の運動)	17%	26%	39%	○
	男 19%	男 28%		
	女 16%	女 24%		

データ出典 ※1 市民アンケート調査

(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細は P.115 から掲載しています)



定期的な運動習慣がある割合 (岡山市、全国の推移)
(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)



定期的な運動習慣がある割合 (性別・年代別)
(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)

現状と課題

- ・ 運動習慣のある人の割合は増加しているが、全国と比較してもまだその割合は低い。
- ・ 男性30代～40代、女性20代～40代の定期的な運動習慣がある人の割合が低い。

今後の重点項目

- ・ 自分の生活スタイルにあった運動習慣を持つ人の増加

今後の取り組み

- ・ 自分の生活にあった運動習慣を日常的に継続していく。
- ・ 日常生活の中でこまめに身体を動かす。
- ・ 運動が出来る場所や機会（公民館、スポーツ施設、自主活動など）を知って活用できるよう、ホームページなどを通じて情報共有をはかる。
- ・ 地域のウォーキングマップを作成する。（未作成地域にも広めていく。）
- ・ おやくラブや学校、保育園、幼稚園などの保護者も一緒に参加できる運動イベントを開催する。
- ・ 働き盛り世代も親子で一緒にしっかり身体を動かす。
- ・ 働いている人にも運動の効果や大切さなどの知識を得る機会が増えるように、職場へ情報提供する。



ええとこ発見図（市内で28枚作成）
お近くのウォーキングコースを歩いて
みましょう。

<http://www.city.okayama.okayama.jp/hofuku/hoken/kenko-tsukuri/aiku/ai-top-eetoko.htm>

なぜ運動が必要なの？

活発な身体活動（運動含む）は、持久力や筋力を高め、体力を向上させます。また消費エネルギーも増加し、肥満をはじめとする生活習慣病を予防します。そのほかストレス解消にも大きな効果があります。

歩数計をつけて、1日1万歩を目指してみましょう！

健康を維持するために必要な一日に活動量は、歩数にするとおよそ1万歩となります。時間にしておよそ100分の歩行です。1万歩歩くとおよそ300キロカロリーが消費されます。

歩くのはまとめてでなくても構いません。こまめに身体を動かすようにしましょう。誰にでも手軽にできる「歩く」ことを日常生活に取り入れて、1日の活動量を増やしましょう。

ただし年齢や体格によって必要な活動量は異なります。年齢が高いほど、体格が小さいほど必要量は少ないです。

1万歩はあくまで目安ですので、自分にあわせて活動量をめざしましょう。

また、これまであまり運動したことがない人は、まず1日10分1000歩からはじめてみましょう。

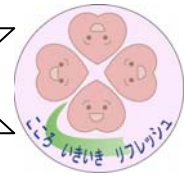
筋肉をきたえて、太りにくい身体をつくろう！

安静にしているでも消費されるエネルギー量を基礎代謝量といいます。大きな筋肉（大腿筋、背筋、腹筋など）を鍛えると、効率よく基礎代謝量が上がります。基礎代謝量が上がると、より多くのエネルギー量を消費するため、脂肪が蓄積されません。つまり太りにくい身体になるのです。



休養・こころの健康

大声で一日一回
笑いましょう！



目標

- ・ ストレスをよく感じる人の減少
- ・ ストレスの解消ができている人の増加
- ・ 睡眠が十分とれている人の増加
- ・ 自殺者の減少

これまでの主な取り組み

- ・ ストレス・うつ・不眠の対処法についての講演会・教室・イベントなど開催した。
- ・ 働き盛り層に対して、うつ病に関する正しい知識の普及活動・研修を実施した。（働き盛り層のメンタルヘルスセミナー、市民のためのメンタルヘルス講座など）
- ・ 推進団体やボランティア組織、地域の団体による啓発活動やチラシ作成を配布した。

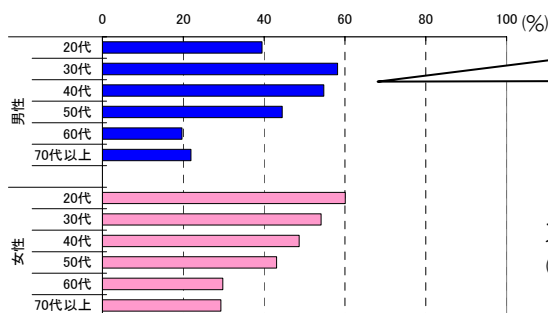
主な目標項目の達成状況

（達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化）

	策定時	現状値	目標値	達成度
ストレスをよく感じる人の割合※1	37%	43%	14% (→ 今後は 37%に変更)	×
自殺者の減少※2	130人 (平成12年)	132人 (平成17年)	減少	×

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 岡山市保健衛生年報

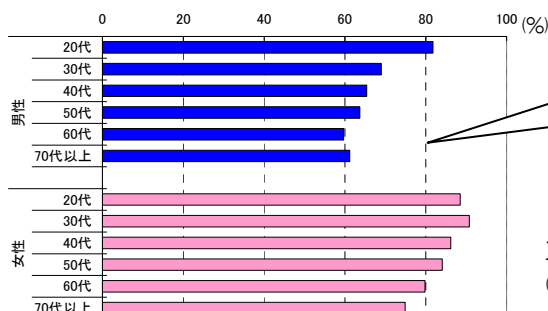
（すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細はP.115から掲載しています）



男性は30代、女性は20代が最もストレスを感じている

ストレスをよく感じる割合

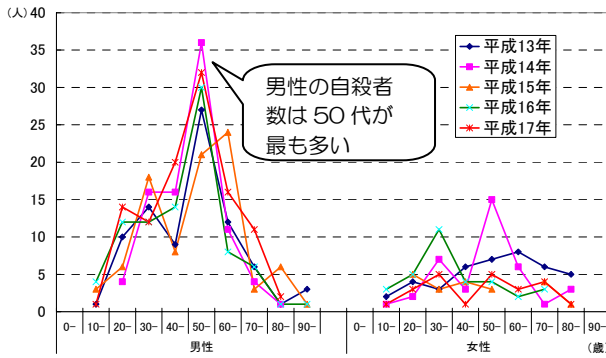
(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)



男性は年齢が高くなるほど、ストレス相談相手を持っていない

ストレスを感じたとき、相談できる人・場所がある人の割合

(平成19年度健康市民おかやま21中間評価アンケート調査)

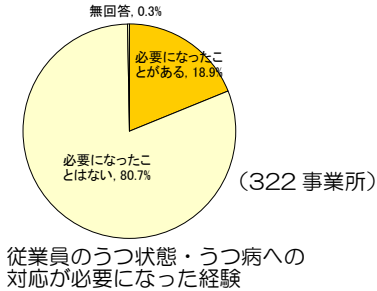
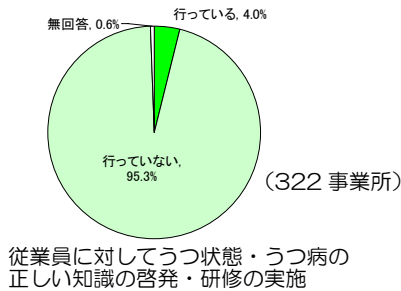


性・年代別自殺者数の推移(平成13~17年 岡山市)
 (平成13年から平成17年までの人口動態統計から岡山市保健所管内の自殺死亡数を集計したもの 外国人含む)

自殺者数の推移(岡山市)
 (平成13年から平成17年までの人口動態統計から岡山市保健所管内の自殺死亡数を集計したもの 外国人含む) (人)

平成13年	平成14年	平成15年	平成16年	平成17年
124	126	110	120	132

- 事業所におけるうつ対策の状況(平成19年健康市民おかやま21中間評価 事業所アンケート)



現状と課題

- ・ ストレスをよく感じる人の割合は増加している。
- ・ 男性は年齢が高いほどストレス解消法を持っている割合が少ない。
- ・ 男性は、ストレスを感じたときに相談できる人・場を持っていない人が3分の1いる。
- ・ ストレスやうつ病などについて、職場で知識を得る機会は少ない。
- ・ 事業所としてうつ対策をしているのは1割未満と少ない。
- ・ ストレスやうつについて、地域から働いている人への働きかけは進んでいない。

今後の重点項目

- ・ 人と人のネットワークをつくる。
- ・ ストレス・うつ病について正しく知り、予防や適切な対処ができる人が増える。
- ・ 職場におけるストレス対策がすすみ、うつ病への理解が高まる。
- ・ 男性のストレス対策、自殺予防対策を進める。

今後の取り組み

- ・ 地域社会のなかでのコミュニケーションの機会を増やす。
- ・ 家庭や仕事などでストレスを感じたときに相談できる相手や場所を増やす。
- ・ 自分にあったストレス解消法を持つ。(特に中高年男性)
- ・ 働く人のストレス・うつに対して身近な地域から働きかける。
- ・ 産業界や産業保健関連機関と連携して、うつへの適切な対処法を職場で広げる。

たばこ

煙から守ってあげよう
あなたと家族



目標

- ・ 喫煙者の減少
- ・ 未成年の喫煙者をなくす
- ・ 分煙の徹底と知識の普及

これまでの主な取り組み

- ・ 岡山市内公立学校・園が敷地内禁煙となった。
- ・ 愛育委員会で禁煙紙芝居や禁煙キルト等を作成し、保育園・幼稚園・小中高
等学校でたばこの害や禁煙の大切さを伝えた。
- ・ 学校・病院・公共施設関係者を対象に、たばこ対策指導者研修会を実施した。
- ・ 各地区のイベントなどで唾液タール検査（喫煙による肺の汚れを調べる）を
実施し、たばこの害を伝えた。
- ・ 禁煙外来*実施医療機関の情報提供を行った。（市ホームページなどで）
- ・ 飲食店への禁煙・分煙推奨を行った。

* 禁煙外来とは・・・たばこをやめたいのにやめられない方に、禁煙指導や薬物療法などで禁煙を支援する外来です。

主な目標項目の達成状況

（達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化）

	策定時	現状値	目標値	達成度
喫煙している割合※1	男性 50% 女性 12%	男性 36% 女性 11%	減少	○ △
終日禁煙に取り組んで いる事業所の割合※2	終日禁煙 4.7% (参考) 禁煙・分煙に取 り組んでいる事業所 32%	終日禁煙 20% 70% { 終日禁煙 20% 完全分煙 22% 不完全分煙 28%	25% (新規目標 値設定)	○
終日禁煙に取り組んで いる飲食店の割合※3	— (参考) 禁煙・分煙に取 り組んでいる飲食店 33%	27% 48% { 終日禁煙 27% 完全分煙 5.2% 不完全分煙 16%	30% (新規目標 値設定)	—
禁煙治療、ニコチンパッ チの保険適用認知度※1	—	42%	増加	—

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 事業所アンケート調査 ※3 飲食店アンケート調査

（すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細は P.115 から掲載しています）

現状と課題

- ・ 男性の喫煙率は著明に減少し、女性の喫煙率はわずかに減少した。
- ・ 女性では 20～40 代の喫煙率が 14～17%と高い。ただし 20 代喫煙女性
のうち禁煙意欲のある割合は 7 割と高い。
- ・ ニコチンパッチの保険適用の認知度は低い。禁煙意欲のある人の中でも 4 割
は知らない。
- ・ 事業所の禁煙・分煙の実施は大幅に進んだ。
- ・ 飲食店の禁煙分煙実施など禁煙の環境整備が進んでいるが、まだ割合は低
い。
- ・ 健康増進法（受動喫煙防止）を知っている飲食店の割合は低い。

アルコール

飲むなら守ろう適正飲酒
必ず作ろう休肝日



目標

- ・ 多量に飲酒する人の減少
- ・ 未成年の飲酒をなくす
- ・ 妊婦の飲酒をなくす

これまでの主な取り組み

- ・ アルコール依存症、急性アルコール中毒、肝疾患などが飲酒に起因する健康障害であることを知らせた。
- ・ リーフレットを作成したり、イベントでアルコールパッチテストを実施したりして、適正飲酒を勧奨した。
- ・ 児童、生徒、保護者に対して、未成年者のアルコールの害を伝えた。
- ・ 妊婦相談などで妊婦やその家族に対して、胎児へのアルコールの害について伝えた。

主な目標項目の達成状況

(達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化)

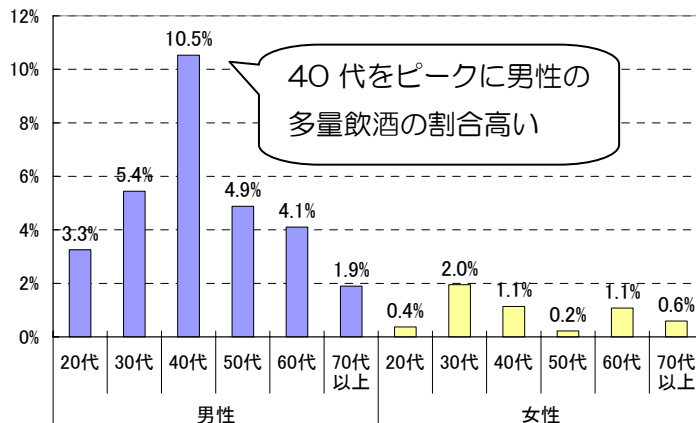
	策定時	現状値	目標値	達成度
多量飲酒者*の割合※1	男 4.2% 女 0.4%	男 4.8% 女 0.9%	男 3.2% 女 0.2%	×
妊婦飲酒者の割合※2	20%	4%	0%	○

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 妊娠届出時アンケート調査

(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細は P.115 から掲載しています)

*多量飲酒者・・・1日あたり平均で日本酒に換算して、3合以上飲酒する人

日本酒 3合=ビール大ビン 3本=ワイン 600ml=焼酎 1.8合(うすめずに 330ml)=ウィスキーダブル 3杯(うすめずに 180ml)



多量飲酒者の割合

(平成 19 年度健康市民おかやま 21 中間評価アンケート調査)

現状と課題

- ・ 多量飲酒者は減少していない。
- ・ 働き盛りの年代で多量飲酒者の割合が高い。
- ・ 妊婦で飲酒している割合は減少している。
- ・

今後の重点項目

- ・ 適正飲酒について正しい知識を持っている人の増加
- ・ 多量に飲酒する人の減少
- ・ 未成年者の飲酒防止対策の強化

今後の取り組み

- ・ 飲酒による健康障害やその対処についての正しい知識を広げる。
 - 適正飲酒 10 か条を広める。
 - ホームページを通じて情報提供する。
- ・ 壮年期の人へ、職場や家庭を通じて多量飲酒の弊害や適正な飲酒について伝える。
- ・ 未成年者の飲酒の害について、地域や学校などで広く知らせる。

～知っていますか アルコールの害～

多量飲酒の身体への影響

多量飲酒を続けているとアルコール依存症になる危険があります。また、肝障害、膵炎、がん、脳の萎縮、高血圧など全身に症状として現れてきます。

未成年者の身体への影響

未成年者はアルコール分解能力も大人に比べて未成熟です。未成年者の飲酒は脳細胞への悪影響や性ホルモンを出す臓器の機能を抑制するなど、健全な成長を図る上で大きなマイナスとなります。

妊娠中の胎児への影響

お母さんの体内に入ったアルコールは、胎盤を通じて赤ちゃんの中に入ります。アルコールは赤ちゃんの成長とくに脳神経細胞の発達を妨げます。

適正飲酒 10 か条

- | | |
|-----------------|---------------------|
| 1 笑いながら共に楽しく飲もう | 6 人に酒の無理強いをしない |
| 2 自分のペースでゆっくりと | 7 くすりと一緒には飲まない |
| 3 食べながら飲む習慣を | 8 強いアルコール飲料は薄めて |
| 4 自分の適量にとどめよう | 9 遅くとも夜 12 時で切り上げよう |
| 5 週に2日は休肝日を | 10 肝臓などの定期検査を |

(社) アルコール健康医学協会 (<http://www.arukenkyo.or.jp>)

アルコールは深い眠りをさまたげます！

お酒を飲むと眠くなる人がいます。このため、眠り薬代わりに寝酒をする人もいますが、ここに大きな落とし穴が……。お酒を飲むことでかえって目がさえ、夜間後半に何度も目を覚ます中途覚醒や、朝早く目が覚めてその後眠れなくなる早朝覚醒が多くなります。睡眠薬代替りの寝酒は、睡眠の質を悪くするのです。また、アルコールを連用することに慣れが生じ、同じ量では寝付けなくなってしまい、アルコールの飲酒量が増えているなど留意が必要です。十分な睡眠を確保するためにも、眠る前の飲酒は避けましょう。



歯の健康

8020で、いきいきライフ！
～何でもおいしく食べ、豊かな人生を過ごすために～



*8020（はちまるにいまる）・・・80歳になっても自分の歯を20本以上保ちましょう
20本は何でも噛むことができる歯の本数です。食事の際、不自由なく一生を過ごしたいです。

目標項目

- ・ 歯の健康について心がけている人の増加
- ・ むし歯のない乳歯を持っている児の増加
- ・ むし歯のない永久歯を持っている人の増加
- ・ 歯周疾患のない人の増加
- ・ 80歳で自分の歯を20本以上保っている人の増加

これまでの主な取り組み

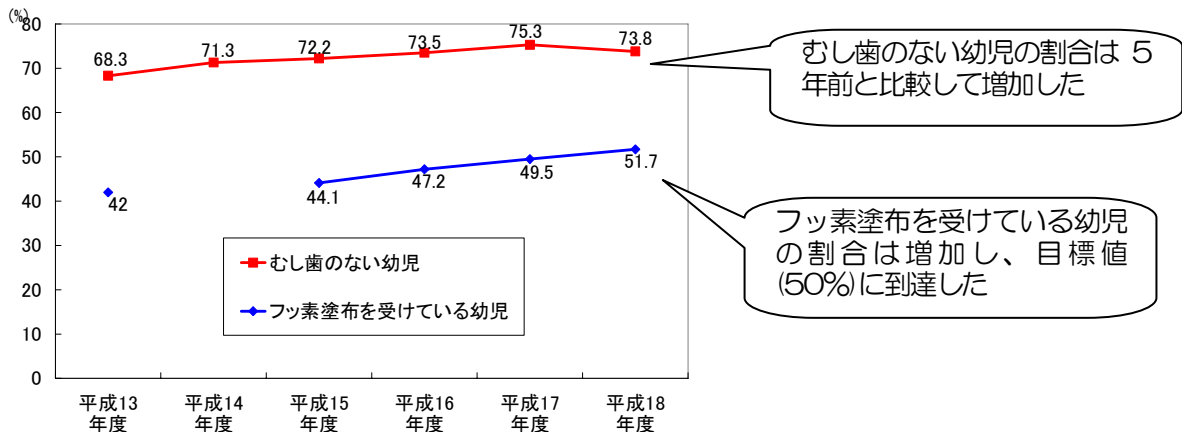
- ・ 定期的に歯科検診を受けることを勧め、歯周病予防に取り組んだ。
- ・ むし歯を持っている幼児の割合が高い地域では、重点的にむし歯予防に取り組んだ。
- ・ 歯磨き時のフッ素入り歯磨き剤使用やフッ素洗口などの効果的なむし歯予防方法をPRした。

主な目標項目の達成状況

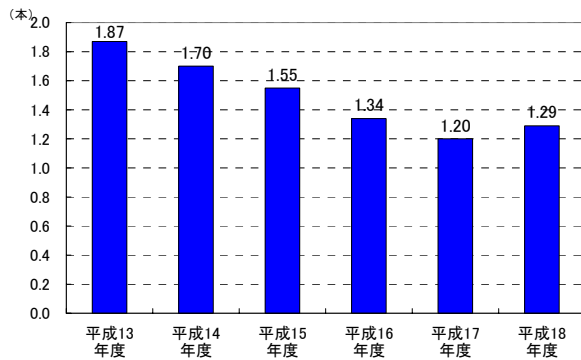
（達成度：◎目標値に達成 ○改善 △ほぼ変化なし ×悪化）

	策定時	現状値	目標値	達成度
年一回歯科検診を受けている人の割合※1	19%	26%	30%	○
むし歯のない幼児の割合（3歳児）※2	68%	74%	80%	○
12歳児の一人平均むし歯数※3	1.87本	1.29本	1本以下	○
フッ素洗口を実施している児童、生徒の割合※4	4小学校	9小学校 （3幼稚園）	40校以上	△
成人の進行した歯周炎の割合※5	48%	55%	減少	×

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 3歳児健診 ※3 学校保健概要 ※4 岡山市保健所把握 ※5 歯周疾患検診
（すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細はP.115から掲載しています）



むし歯のない幼児の割合・フッ素塗布を受けている幼児の割合
（岡山市3歳児健康診査）



12歳児の一人平均むし歯数 (岡山市学校保健概要)

現状と課題

- ・ 歯の健康に気をつけている人が増えた。
- ・ 子どものむし歯は少なくなった。
- ・ フッ素塗布を受けている幼児の割合は増加し、目標値に到達した。
- ・ フッ素洗口実施している小学校・幼稚園は増加したが、目標には到達できていない。
- ・ 成人の歯周炎の割合は高くなった。

今後の重点項目

- ・ 歯ぐきの健康に心がけている人を増やす。
- ・ 年齢に応じたフッ素の利用方法をPRし、乳歯や永久歯のむし歯予防を進める。

今後の取り組み

- ・ 地域ぐるみで歯の健康づくりに取り組む。
 - フッ素塗布の推進
 - おやつとの与え方
 - 歯科検診の受診勧奨
- ・ かかりつけ歯科医を持ち、自分にあったむし歯・歯周病予防の方法を身につける。
 - フッ素の利用
 - 歯間ブラシの使用
- ・ 学校ぐるみでフッ素洗口に取り組むことを目指す。

こどものむし歯をなくすために ～フッ素洗口の取り組み～

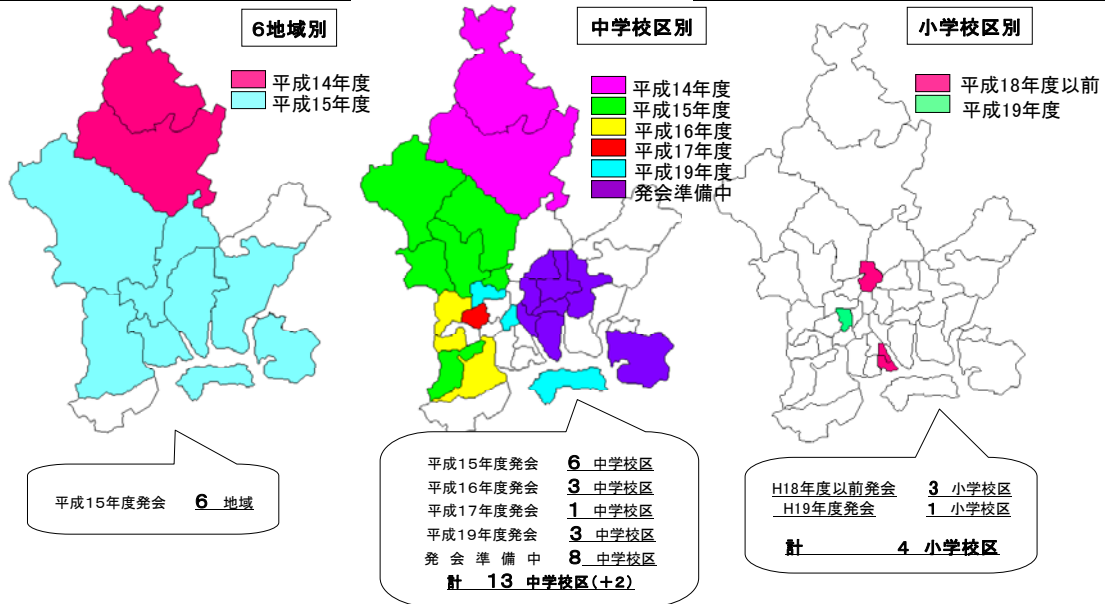
フッ素洗口は、むし歯になりにくい強い歯をつくるために行います。永久歯のむし歯予防のためには、就学前から中学校卒業までの時期に実施すると、大変効果的です。園や学校で行うと継続しやすく、より高い効果が得られるため、岡山市では学校ぐるみのフッ素洗口に取り組んでいます。学童に見られる病気の中でも、むし歯は相変わらずファースト1です。「健康日本21」の中間評価においても「幼児期及び学齢期のう蝕予防については、特に地域差が見られる」と、むし歯の予防方法の普及における地域格差を指摘し、「フッ化物による洗口などを推進していくことが今後必要である。」と重点的に取り組むべき課題に掲げています。しかし、岡山県内では、岡山市においてしか、集団的なフッ素洗口を実施していません。実際に、都道府県別に比較しても、岡山県内の実施施設数は少ない状況です。

すべての子どもたちに、むし歯を予防する機会を平等に設け、健康格差を生まない環境づくりが必要です。

地域のネットワークの広がり

地域での推進体制

- ・ 6福祉エリアごとに住民推進組織が立ち上がっている。
- ・ さらに中学校区、小学校区単位にも推進体制が出来つつある。



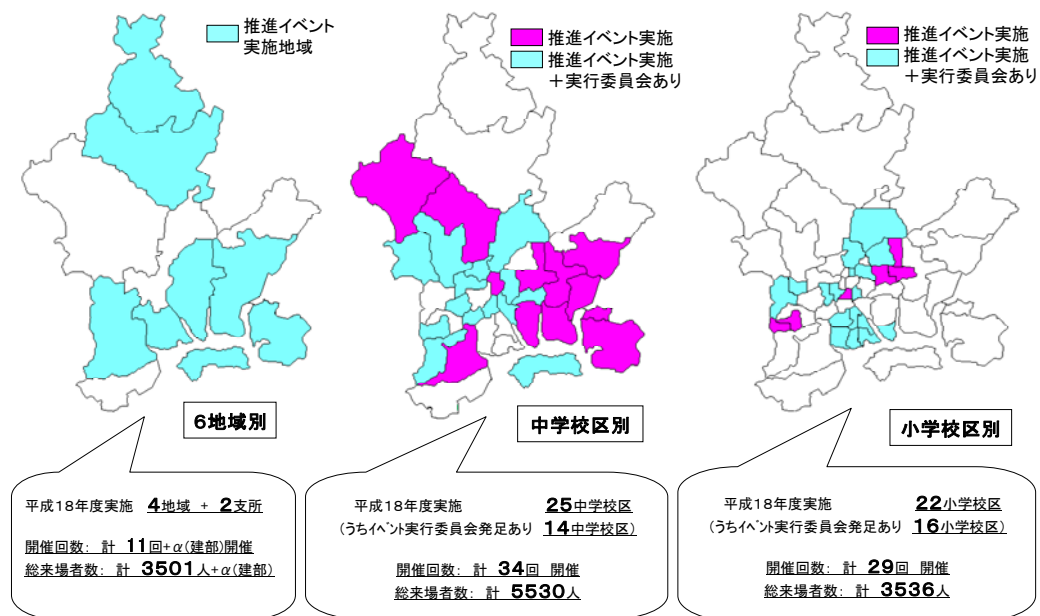
*注1: 御津支所、建部支所は合併前(H14年度)に各町で21推進計画策定済

*注2: 瀬戸支所は、合併前(H14年度)に21推進計画策定済だが、推進会議(瀬戸町健康づくり推進委員会)はH16年度末をもって休止

推進体制の広がり

地域での健康市民おかやま21イベント

- ・ 中学校区・小学校区単位でのイベントが活発に行われている。



推進イベントの広がり

地域活動参加

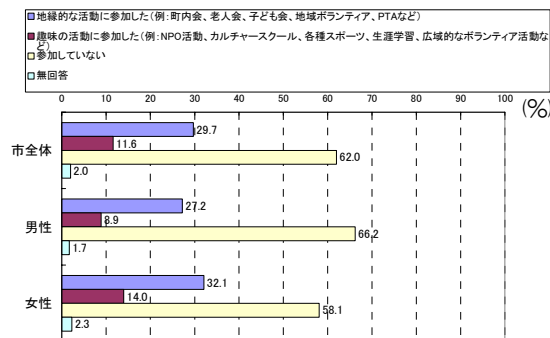
- ・ 地域で地縁的な活動に参加している人の割合は 3 割。

新たな指標

	現状値	目標値
地域活動に参加している割合※1	36%	増加
地域の健康づくり活動に参加している割合※2 (岡山市都市ビジョンの目標のひとつ)	16.5%	20% (平成 22 年)

データ出典 ※1 市民アンケート調査 ※2 市民意識調査

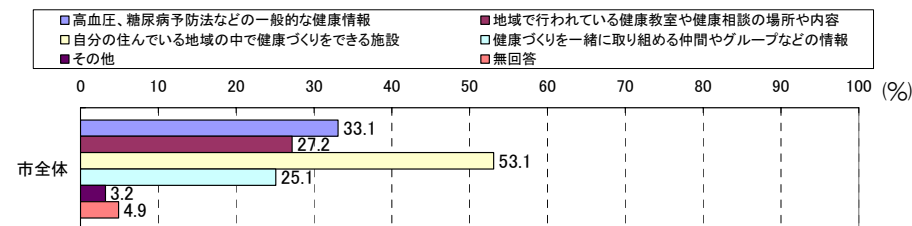
(すべての指標、目標値、達成状況、データの出典の詳細は P.115 から掲載しています)



地縁的活動が盛んになり、地域のネットワークが広がっていくことが、健康なまちづくりにつながっていきます。

情報発信

- ・ 健康づくりや仲間づくりができる場の情報が、健康づくりに取り組む上で有用な情報ととらえられていた。
- ・ 保健所のホームページで地域での取り組み紹介や、イベントのお知らせなどを掲載した。
- ・ 地域ごとに活動紹介のリーフレットを作成した。



今後の方向

- ・ 地域でのネットワークづくりを重視する。
- ・ 地域活動の中で健康づくりの意識が持てるように働きかける。
- ・ 社会教育の場である公民館とも共通認識をもち、健康づくりに協働で取り組む。
- ・ 地域で健康づくりができる施設などの情報提供をすすめる。

「ものさし」を使用した21取り組みの評価

■「ものさし」とは？

「健康市民おかやま21」の推進活動を、現在の到達段階や、望ましい状況に向かっているかどうかという点から確認し、今後の推進に役立てるための自己評価指標です。(P. 32 参照)

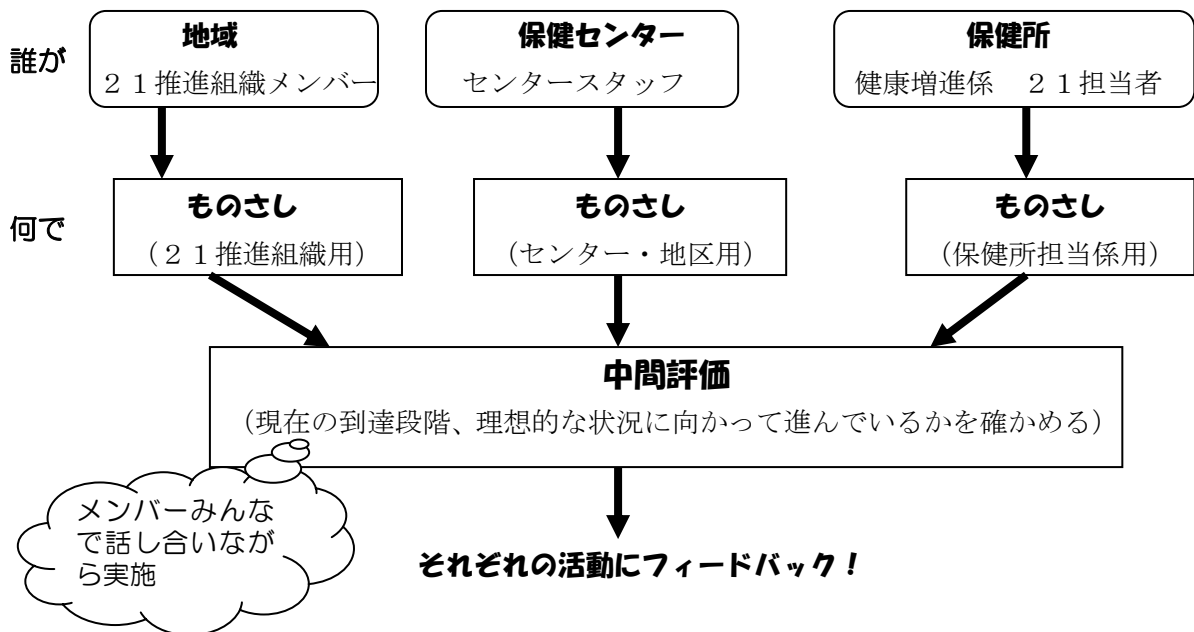
■「ものさし」作成まで

保健所や保健センターの「21」担当スタッフが何度も話し合いを重ね、「健康な地域」の到達目標（理想的な姿）について共通認識を持ちました。

この過程で、地域でヘルスプロモーションを進める上での重要な要素を抽出し、評価を行う対象の取り組みを測る指標を3種類(21推進組織用、保健センタースタッフ用、保健所担当スタッフ用)を作成しました。

(参考：ヘルスプロモーション研究センター 「ものさし」作成研修資料)

■「ものさし」実施方法



■「ものさし」による自己評価

全体の傾向として以下の課題が明らかになりました。

- ◇ 学校や職域との連携
- ◇ 青年期・壮年期へのはたらきかけ
- ◇ 「休養・こころの健康づくり」「アルコール」分野への取り組み

地域での21推進活動についての評価 (P.32 参照)

評価実施者：市内6地域（保健センター管内）にある「健康市民おかやま21」推進組織メンバー（住民）

評価方法：ものさし（推進組織用）を用いて、推進組織メンバーが協議しながら自組織の活動について評価を行った。

結果総括	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 全体的に高い段階の評価であった。 ・ 活動の計画、評価、見直しのサイクルは概ね出来ていた。 ・ ヘルスボランティアや地区組織、公民館との連携はかなりとれているが、学校や職域との連携は不十分とした組織が多かった。また活動をすすめる上での、根拠に基づいた優先順位づけが不十分な傾向がみられた。 ・ 活動に参加しての満足感や達成感、地域の健康づくりを担っている実感、仲間やネットワークが広がったという実感などは高い傾向であった。 	

地域	評価実施組織名	自己評価結果（抜粋）
中央	中央地域推進会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校との連携はとれている。 ・ 目標や計画の住民との共有、職域との連携、壮年期への取り組みが今後の課題である。
北	北市民健康づくり中山会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ 全体的に高い評価だった。 ・ 小学校区単位への体制の広がりもある。 ・ 商工会の参加があり、職域との連携もとれつつある。
	北市民健康づくり足守会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ ヘルスボランティアや公民館との連携はとれている。 ・ 地域のニーズ把握、活動の目的・目標の明確化、効果的な取り組み方法の検討、情報発信、仲間づくり、地区組織、学校、職域との連携などが今後の課題である。
	北市民健康づくり香和会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ メンバー内のコミュニケーション、ヘルスボランティア、地区組織、専門団体、公民館などとの連携はとれている。 ・ 地域への情報発信や仲間づくり、学校、職域との連携が今後の課題である。
	北市民健康づくり京山会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ ヘルスボランティア、地区組織、公民館との連携はとれている。 ・ 活動の目的・目標の明確化、活動をすすめ

		<p>る上での根拠に基づいた優先順位づけ、専門団体や学校、職域との連携が今後の課題である。</p>
	北市民健康づくり高松会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ メンバー内のコミュニケーション、ヘルスボランティア、地区組織、専門団体、公民館などとの連携はとれている。 ・ 地域の健康課題の把握、学校、職域との連携が今後の課題である。
	御津健康づくり推進協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・ 小字単位の健康教室の開催がある。 ・ 子どもへの働きかけが進んでいる。 ・ 青年・壮年期への働きかけが今後の課題である。
東	東地域健康市民おかやま21推進会	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体制整備、メンバー内のコミュニケーションはとれている。 ・ 活動をすすめる上での根拠に基づいた優先順位づけ、学校、職域との連携が今後の課題である。
西大寺	健康市民おかやま21西大寺地域実行委員会	<ul style="list-style-type: none"> ・ 全体的に高い評価だった。 ・ 学校や職域とも日ごろから連携がとれている。 ・ 中学校区や小学校区単位への広がりが今後の課題である。
西	健康おかやま西21	<ul style="list-style-type: none"> ・ 全体的には高い評価だった。 ・ 学校、職域、専門団体との連携が今後の課題である。
南	いきいき南グループ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校や職域（農政局）ともイベントなどでの連携がある。 ・ 活動に参加しての満足感や達成感なども高かった。 ・ 住民の声の把握、効果的な取り組みの工夫が今後の課題である。

地域での保健活動についての自己評価 (P.35 参照)

評価実施者：市内6カ所の保健センター、4支所のスタッフ

評価方法：ものさし(保健センター用)を用いて、保健センターのスタッフが担当地区の活動、担当分野の活動について評価を行った。それを保健センター内で持ち寄り、協議しながらその保健センターとしての到達段階を決定した。

結果総括	
<ul style="list-style-type: none"> ・ データにもとづいての活動・計画の定期的な振り返り・見直しは、どのセンターも出来ていた。健康に関連した住民組織づくりは既存組織、新規組織ともに21の視点をもって出来ているというセンターが多かった。 ・ 推進体制の細分化については、ほぼ全域において中学校区への広がりがあり、小・中学校区単位での推進体制が整ってきていた。 ・ 保健センターとしてのマネジメント機能についてはおおむね高い評価であった。 ・ 地域住民組織、公民館との連携はどのセンターともとれていたが、職域との連携はまだとれていないセンターがほとんどであった。 ・ 住民へ目標の明確化を促すことと、住民の推進活動へのエンパワメントが今後さらにすすめていく必要がある。 	

保健センター	自己評価結果(抜粋)
中央	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域での21推進の進捗状況について把握し、適切に対応している。 ・ 小学校区単位での推進体制もつくられてきている。 ・ 職域との連携、住民自身の評価への支援、青年・壮年期への取り組みなどが今後の課題である。
北	<ul style="list-style-type: none"> ・ 職域(商工会、地域産業保健センター)との連携がとれている。 ・ 公民館からや新聞などでの情報発信も実現している。 ・ 中学校区単位での21推進ができています。 ・ 北地域の近隣の2町と合併したこともあり、センター全体での健康課題を反映した将来像の明確化、住民との共有が今後の課題である。
御津支所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 組織づくり、推進体制の細分化は図れている。 ・ 地区組織との連携がとれている。 ・ 職域との連携は今後の課題である。
建部支所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 住民による目標の明確化、主体的な健康づくりへの支援ができています。 ・ 地区組織や学校、公民館との連携がとれている。 ・ 職域との連携は今後の課題である。

東	<ul style="list-style-type: none"> ・ センター単位ではあるが職域との連携もできている。 ・ 健康課題・目標・計画の住民との共有、根拠にもとづいた優先順位、効果的な取り組み方法の検討、地域への情報発信、住民の主体的健康づくりや評価への支援、スタッフ間での目的・目標の共有化などが今後の課題である。
西大寺	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域での健康づくりのネットワークが広がりつつある。 ・ 学校との連携も進んでいる。 ・ 健康課題・目標・計画の住民との共有、職域との連携、中学校区や小学校区へ広げることが今後の課題である。
瀬戸支所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域の要望把握や活動目標設定はできている。 ・ 住民どうしの健康課題についての話し合いの場づくり、地区組織や公民館との連携は今後の課題である。
西	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健康課題の住民との共有、スタッフ間での目的・目標の共有、協力体制はできている。 ・ 中学校区単位での推進体制も整っている。 ・ 学校、職域、専門団体との連携、学童期への取り組み、住民の中での目標の明確化が今後の課題である。
灘崎支所	<ul style="list-style-type: none"> ・ ヘルスボランティアや公民館との連携はとれている。 ・ 健康課題の分析、目標の明確化、地域での推進体制整備、情報発信などは今後の課題である。
南	<ul style="list-style-type: none"> ・ 住民による目標の明確化、主体的な健康づくりへの支援ができている。センター単位ではあるが職域との連携もできている。 ・ 小学校区単位での推進体制が一部できている。 ・ 青年期への取り組み、学校との日ごろからの連携、分野では「こころ」「たばこ」「アルコール」の取り組みが今後必要である。

保健所の自己評価 (P.38 参照)

評価実施者：岡山市保健所 21 担当スタッフ

評価方法：ものさし（保健所用）を用いて、保健所の担当スタッフが保健所担当係としての活動について評価を行った。

評価実施者	自己評価結果（抜粋）
健康増進係	<ul style="list-style-type: none"> ・ 小単位での体制づくりなど、推進体制整備はすすんでできている。 ・ 全市的な進捗管理は不十分な点があった。 ・ 住民組織や職員のエンパワメントは高い評価だった。 ・ もともと関わりの強かった組織への情報発信はできているが、地区組織などへの情報発信は不十分であり、その効果的な方法についても検討すべきである。

	<ul style="list-style-type: none"> ・ 取り組み分野や対象の偏りがあった。（「休養・こころの健康づくり」、「アルコール」の分野、青年期、壮年期への取り組みが不十分。） ・ また施策化への意識が持てておらず、今後の課題である。 ・ 保健所内の他係、市役所内の他部署へのアピール、連携が不十分である。 ・ 学校や職域との連携については、はたらきかけ始めたので今後さらに進めていく予定である。
--	--

実施後の感想

21 推進組織メンバー

- ・ 地区の中での課題が見えた。地区により活動や評価の温度差があった。
- ・ 職域との連携が今後の課題であるとわかった。
- ・ 現在の段階が「5」段階でも、今後の5年間は内容をさらに充実させようと感じた。
- ・ 今まで活動してきたことへの自信が持てた。
- ・ 今後の活動で必要なことがメンバーとともに確認することができ、話し合う材料となった。

保健センタースタッフ

- ・ 職域との連携、働き盛りのライフステージへの働きかけが今後の課題であると感じた。
- ・ すべての職種が21の視点を持って事業をしていることがわかった。
- ・ 自分の受け持ちの地区の現状が客観的に評価でき、弱い部分を浮き彫りにできた。
- ・ 今後取り組むべき課題が明確化し、保健センター内で共有できた。
- ・ 数字で評価できる形だったのでわかりやすかった。

保健所21 担当スタッフ

- ・ 担当の係だけでは広がらないこと、保健所内、庁内へのアピールが必要であることを再確認できた。
- ・ 保健活動の基本をあらためて確認できた。
- ・ スタッフ内の認識のズレを調整できた。
- ・ 漠然と評価するのではなく、現在の到達段階を確認しながら評価することが出来た。

戦略
(総合的かつ
長期的な術
策・計画)

現状把握およびニーズの把握

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる 段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
1	地域の健康課題を把握していますか	把握する必要性は感じない	把握する必要があると思うが情報が入手できていない	情報はあるが何が課題かつかめていない	課題を把握できているが地域に発信できていない	把握できており地域に発信している	1.2.3.4.5	
2	住民の声をきいていますか	聞いていない	推進メンバー、構成組織の声は聞いている	イベントなどの事業の中で参加者の声をきく努力をしている	関係組織、団体メンバーの声をきくように努力している	アンケートや調査、活動を通じて地区住民の声をひろく聞く機会を設けている	1.2.3.4.5	

目的・目標の明確化

3	目標をたてて活動していますか	目標をたてていない	目標はたてているが具体的ではない	具体的な目標をたてているが、組織の中で意識統一できていない	具体的な目標をはっきり示し、組織の中で意識統一している	その目標を住民に示し共有できている	1.2.3.4.5	
4	目標を達成するための具体的な計画がありますか	活動計画がない	活動計画はあるが目標とは関連していないような気がする	目標の達成を考慮した活動計画があるが実現困難そうである	実現可能な活動計画を年度ごとにたてている	その計画を住民に具体的に示し共有できている	1.2.3.4.5	

活動の見直し

5	活動を振り返り、活動計画の見直しを行っていますか	活動の振り返り・見直しはしていない	活動を振り返ってはいるが、それにもとづいた計画の見直しはしていない	必要に応じて活動を振り返り、それにもとづいて計画の見直しをしている			1.2.3	
6	社会環境へのはたらきかけをしていますか	社会環境へのはたらきかけという視点はない	社会環境へのはたらきかけの視点はあるが、何をしたらよいかわからない	社会環境へのはたらきかけについて具体的に検討している	社会環境へ具体的にはたらきかけている		1.2.3.4	

戦術

優先順位

(目標を達成するための
方策)

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる 段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
7	活動の優先順位をつけて活動していますか	優先順位をつける必要はない	優先順位をつける必要は感じるができていない	優先順位はつけている(ただし根拠はない)	根拠にもとづいて優先順位をつけているが、それにもとづいた活動ができていない	根拠にもとづいて優先順位をつけ、それにもとづいた活動できている	1.2.3.4.5	

取り組み方法

8	効果的な取組方法を具体的に検討し、実施していますか	していない	検討中ではあるが具体化されていない	検討したが実施できていない	実施できている	実施し評価もでき、次回に活かしている	1.2.3.4.5	
---	---------------------------	-------	-------------------	---------------	---------	--------------------	-----------	--

取り組み対象

9	ライフステージに応じた効果的なはたらきかけをしていますか	そのような視点はない	視点はあがるがライフステージに応じたはたらきかけはできていない	一部の世代にははたらきかけている	ほとんどの世代にははたらきかけているが、一部できていない	すべての世代にはたらきかけている	1.2.3.4.5	
---	------------------------------	------------	---------------------------------	------------------	------------------------------	------------------	-----------	--

施策要求

10	21を進める上で施策化していきたいものがありますか	そのような考えはなかった	施策化していきたいものはない	施策化していきたいものがあるが、はたらきかけていない	施策化していきたいものがあり、はたらきかけているが実現していない	施策化していきたいものがあり、実現した	1.2.3.4.5	
----	---------------------------	--------------	----------------	----------------------------	----------------------------------	---------------------	-----------	--

環境づくり 情報発信

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
11	住民が健康づくりに関連した情報を入手しやすい環境づくりができていますか	情報提供できていない	自分たちが所属している組織・団体や身近な人たちへの情報提供はしている	新たな情報提供のチャンスをつくり、積極的にはたらきかけている	他組織・団体にもはたらきかけているが、そこから地域への自主的な情報提供にはまだ結びついていない	はたらきかけた他組織・団体も、自主的に地域へ健康情報の提供を行っている	1.2.3.4.5	

仲間づくり

12	地域に対し21を効果的に進めるために、仲間づくりをしていますか	仲間づくりは必要ない	地域の推進会議単位で仲間づくりの意識がすすんでいる	各地区での仲間づくりの必要性を感じているが、まだ発信できていない	各地区に仲間づくりの必要性を発信しているが、まだ実現できていない	各地区で仲間づくりができつつある	1.2.3.4.5	
----	---------------------------------	------------	---------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------	-----------	--

体制整備 推進体制の細分化

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
13	地区単位での推進体制の整備を進めていますか	推進体制をひろげる必要はない	センター単位では推進体制ができています	一部の中学校区には推進体制がある 小学校区単位には推進体制はない	一部の小学校に推進体制がある	各小学校区に推進体制がある	1.2.3.4.5	
14	地域(または所属団体)へ活動をひろげていますか	地域にひろげる必要はない	地域にひろげる必要はあると感じているが、できていない	地域に対し推進組織*の活動を伝えてはいる	地域に対し活動を伝え積極的に働きかけているが実践に結びついていない	地域で協力して実践活動に結びついている	1.2.3.4.5	

主体性

15	推進会議の運営・活動は主体的に行なわれていますか	主体的でない	行政主導で推進しているが協力はしている	主に行政主導で推進しているが、住民組織も一部主体的に活動している	主に住民組織が主体的に活動しているが、一部行政が主導している	住民組織が主体的に推進しており行政と協働で取り組んでいる	1.2.3.4.5	
----	--------------------------	--------	---------------------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------	-----------	--

コミュニケーション

メンバー内のコミュニケーション

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
16	推進会議ではメンバーが意見交換できていますか	話し合う場がない	一部の意見が出るが、みな意見は言えてはならない	みな意見が言えているが共有できていない	みな意見が共有できている		1.2.3.4	

意思決定

17	意思決定にメンバーの意見が反映されていますか	ひとりの意見のみが反映されている	一部のメンバーの意見のみが反映されている	全員の意見が反映されている			1.2.3	
----	------------------------	------------------	----------------------	---------------	--	--	-------	--

情報交換

18	他の組織と情報交換をして自分たちの活動に活かしていますか	情報交換はしていない	情報をもらってはいるが、こちらから発信はできていない	情報交換はしているが、活動に活かしていない	情報交換し、活動に活かしている		1.2.3.4	
----	------------------------------	------------	----------------------------	-----------------------	-----------------	--	---------	--

連携

住民組織との連携

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
19	愛育委員会、栄養改善協議会、おやクラブとの連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	
20	上記以外の地域・地区組織との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	

関係機関・団体との連携

21	各種専門団体との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	
22	公民館との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	

学校との連携

23	学校との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	
----	----------------	-----------	------------------------	-------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------	--

職域との連携

24	企業などとの連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	
----	------------------	-----------	------------------------	-------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------	--

参加者満足度

満足感

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
25	この活動に参加することで満足感を感じられますか	感じない	ちーとは感じる	まあまあ感じる	けっこう感じる	ぼっけえ感じる	1.2.3.4.5	

達成感

26	この活動に参加することで手ごたえを感じられますか	感じない	ちーとは感じる	まあまあ感じる	けっこう感じる	ぼっけえ感じる	1.2.3.4.5	
----	--------------------------	------	---------	---------	---------	---------	-----------	--

充実感

27	この活動に参加することでやりがいを感じられますか	感じない	ちーとは感じる	まあまあ感じる	けっこう感じる	ぼっけえ感じる	1.2.3.4.5	
----	--------------------------	------	---------	---------	---------	---------	-----------	--

社会貢献

28	この活動に参加して、地域の健康づくりを担っているという実感がありますか	ない	ちーとはある	まあまあある	けっこうある	ぼっけえある	1.2.3.4.5	
----	-------------------------------------	----	--------	--------	--------	--------	-----------	--

ネットワーク形成

29	この活動に参加して仲間が増えましたか	変わらない	ちーとは増えた	まあまあ増えた	けっこう増えた	ぼっけえ増えた	1.2.3.4.5	
30	この活動に参加してネットワークが広がりましたか	変わらない	ちーとは広がった	まあまあ広がった	けっこう広がった	ぼっけえ広がった	1.2.3.4.5	

主観的健康感

31	この活動に参加して健康と感じられるようになりましたか	変わらない	ちーとはなった	まあまあなった	けっこうなった	ぼっけえなった	1.2.3.4.5	
----	----------------------------	-------	---------	---------	---------	---------	-----------	--

戦略 現状の把握およびニーズの把握

(総合的かつ長期的な術策・計画)

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
1	地域の健康課題を把握していますか	把握できていない	把握できているが分析できていない	分析できているが住民への提示はできていない	住民へ提示できているが、住民の理解・納得が得られていない	分析できており、住民と共有もできている	1.2.3.4.5	
2	住民の声をきいていますか	把握しようとしていない	個別の要望を把握しようとしているが、できていない	個別の要望は把握できている。地域全体としての要望を把握していない	地域全体としての要望を把握しているが、不十分である	地域全体としての要望を把握している	1.2.3.4.5	

目的・目標の明確化

3	目指す将来像が明確にありますか	まったくない	ぼんやりした将来像はある	はっきりした将来像はあるが住民とは共有していない	現在の健康課題を反映したうえで将来像が一部住民の中でははっきりしている	現在の健康課題を反映したうえで将来像が明確であり、住民の中で共有できている	1.2.3.4.5	
4	将来像に向かって目標をたてていますか	目標をたてていない	目標はたてているが具体的ではない	具体的な目標をたてているが、住民とは共有していない	具体的な目標をたてており、一部の住民とは共有できている	具体的な目標をはっきり示し、住民の中で共有できている	1.2.3.4.5	

計画

5	将来像を実現するための具体的な計画がありますか	活動計画がない	活動計画はあるが目標とは関連していないような気がする	目標の達成を考慮した活動計画があるが実現困難そうである	実現可能な活動計画を年度ごとにたてている	その計画を住民に具体的に示し共有できている	1.2.3.4.5	
---	-------------------------	---------	----------------------------	-----------------------------	----------------------	-----------------------	-----------	--

アセスメント

6	次のデータのうち、どれを活用できていますか○をつけてください(複数○可)	事業から得られるデータ	人口動態データ(人口構成、死亡)	基本健診データ(生活習慣・検査結果)	医療費のデータ(国民健康保険)	その他()	○の個数()	
7	定期的上記のデータを分析し活動を振り返り、計画を見直し事業を修正していますか	定期的にはデータ分析できていない	定期的にデータ分析はしているが、それにもとづいて活動を振り返ってはいない	定期的に活動を振り返ってはいるが、それにもとづいて計画の見直しはしていない	定期的に活動を振り返り、それにもとづいて計画の見直しをしているが、実際に事業の修正はできていない	定期的にデータを分析して活動を振り返り、計画を見直し実際に事業を修正している	1.2.3.4.5	

戦術

優先順位

(目標を達成するための方策)

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
8	優先順位をつけて活動していますか	優先順位をつける必要はない	優先順位をつける必要は感じるができていない	優先順位はつけている(ただし根拠はない)	根拠にもとづいて優先順位をつけているが、それにもとづいた活動ができていない	根拠にもとづいて優先順位をつけ、それにもとづいた活動できている	1.2.3.4.5	

取り組み方法

9	効果的な取組方法を具体的に検討し、実施していますか	していない	検討中ではあるが具体化されていない	検討したが実施できていない	実施できている	実施し評価もでき、次回に活かしている	1.2.3.4.5	
---	---------------------------	-------	-------------------	---------------	---------	--------------------	-----------	--

取り組み分野

10	6分野ごとに具体的な取組みがありますか	分野ごとの取組みはない	一部の分野のみ取組んでいる	ほとんどの分野に取り組んでいるが一部取組んでいない	ほとんどの分野に取り組んでいるが、今後すべての分野に取り組むビジョンがある	6分野すべてにそれぞれ具体的な取組みがある	1.2.3.4.5	
----	---------------------	-------------	---------------	---------------------------	---------------------------------------	-----------------------	-----------	--

取り組み対象

11	ライフステージに応じた効果的な働きかけをしていますか	そのような視点ははない	視点はあがるがライフステージに応じたはたらきかけはできていない	一部の世代にははたらきかけている	ほとんどの世代にははたらきかけているが、一部できていない	すべての世代に働きかけている	1.2.3.4.5	
----	----------------------------	-------------	---------------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------	--

住民力
向上支援

情報発信

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる 段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
12	住民が健康づくりに関連した情報を入手しやすい環境ができていますか	情報提供できていない	既存事業の際には、はたらきかけている	新たな情報提供のチャンスをつくり積極的にはたらきかけている	他機関からも地域へ情報発信してもらえようにはたらきかけているが、まだ実現していない	他機関からも自主的に地域に情報発信している	1.2.3.4.5	

課題の共有化

13	住民どうしが話し合い、主体的に健康づくりができるようにすすめていますか	住民が話し合う場を設けていない	話し合う場は設けているが、健康課題について主体的に考えられるようには促せていない	住民が健康課題について主体的に考えられているが、目標を明確化できるように促せていない	目標は明確になっているが、行動できないように支援できていない	明確になった目標について、住民が主体的に取り組んでいる	1.2.3.4.5	
----	-------------------------------------	-----------------	--	--	--------------------------------	-----------------------------	-----------	--

仲間づくり

14	地域に対し21を効果的に進めるために、仲間づくりをすすめていますか	進めていない	仲間づくりの場や機会をもうけている	グループができています	複数のグループどうしの交流をはかっている	地域に健康づくりのネットワークが広がっている	1.2.3.4.5	
----	-----------------------------------	--------	-------------------	-------------	----------------------	------------------------	-----------	--

住民自身の評価への支援

15	住民のやる気高め、自ら評価し、活動を継続できるように支援していますか	そのような視点ははない	視点はあがるが、住民が自らの活動を振り返るような機会がつかれていない	活動を振り返り、住民が自らの成果を認める場をつくらせている	住民が他からも成果を認められる場をつくらせている(個人・グループ)	相互に活動成果を認めあい、活動が継続しているように支援している	1.2.3.4.5	
----	------------------------------------	-------------	------------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------	-----------	--

地域での
推進体制整備

推進のキーパーソン

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる 段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
16	地域で21を推進するためのキーパーソンを知っていますか	誰なのかつかめていない	知っているが声をかけられていない	知っており働きかけられているがうまくいかない	うまくいき協力はしてくれている	協働体制ができています	1.2.3.4.5	

組織づくり

17	健康に関連した住民組織づくりはすすんでいますか	健康に関連した組織に変化はない	組織づくりの視点はあがるが、新たな組織が生まれ、既存組織の広がりなどはまだない	組織づくりの視点があがり、既存組織が21の視点をもち活動をはじめている	既存組織だけでなく、21の視点をもち新たな組織づくりを働きかけている	21の視点をもち新しい組織が生まれている	1.2.3.4.5	
----	-------------------------	-----------------	---	-------------------------------------	------------------------------------	----------------------	-----------	--

推進体制の細分化

18	小学校区・中学校区に21をひろげていますか	センター単位では体制ができています	一部の中学校区には推進体制がある 小学校区単位には推進体制はない	ほとんどの中学校区に、もしくは一部の小学校区に推進体制がある	ほとんどの小学校区に推進体制がある	すべての小学校区に推進体制がある	1.2.3.4.5	
----	-----------------------	-------------------	-------------------------------------	--------------------------------	-------------------	------------------	-----------	--

推進の主体

19	地域での推進はどこが主体的に行なっていますか	行政のみで推進している	行政主導で推進しているが、住民組織も協力はしている	主に行政主導で推進しているが、住民組織も一部主体的に活動している	主に住民組織が主体的に活動しているが、一部行政が主導している	住民組織が主体的に推進しており行政と協働で取り組んでいる	1.2.3.4.5	
----	------------------------	-------------	---------------------------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------	-----------	--

連携

住民組織との連携

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
20	センタースタッフと地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としている)との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	
21	センタースタッフと地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としていない)との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	

関係機関・団体との連携

22	センタースタッフと各種専門団体との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	
23	センタースタッフと公民館との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	

学校との連携

24	センタースタッフと学校との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	
----	-------------------------	-----------	------------------------	---------------------------	--------------------------------	-----------------------------	-----------	--

職域との連携

25	センタースタッフと職域との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかかれているが具体的な取組みはない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取り組みがある	1.2.3.4.5	
----	-------------------------	-----------	------------------------	---------------------------	--------------------------------	-----------------------------	-----------	--

相互連携

26	各個人・組織の住民どうしの相互連携を促す働きかけをしていますか	働きかけるチャンスがない	チャンスはあるが具体的な働きかけができていない	働きかけてはいるが理解が得られない	各個人・組織が相互に理解はできているが、具体的な取組みにつなげていない	各個人・組織が相互に連携し、取組みをしている	1.2.3.4.5	
----	---------------------------------	--------------	-------------------------	-------------------	-------------------------------------	------------------------	-----------	--

住民の意識変化・手ごたえ

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
27	地域で健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じますか	まったく感じない	住民の意識は変わってきている	スタッフが直接アプローチした組織・個人では、具体的な活動が見られる	直接アプローチしたところから、健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じる	直接アプローチしていないところからも、健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じる	1.2.3.4.5	

センターの戦略 マネジメント機能

番号	設問	評価の段階記述					あてはまる段階に○	備考
		1	2	3	4	5		
28	スタッフが目的や目標を共有し、協力して活動していますか	スタッフ間での目的、目標の共有はできていない	一部のスタッフの間ではできている	ほとんどのスタッフの間できている	すべてのスタッフが目的、目標の共有をしているが、他のスタッフをサポートできていない	すべてのスタッフが目的、目標の共有をしているが、他のスタッフをサポートし協力して活動している	1.2.3.4.5	
29	地区の21の進捗状況をスタッフが把握し共有していますか	把握できていない	一部スタッフが自分の担当業務のみ把握している	全スタッフが自分の担当業務のみ把握している	一部のスタッフは全地区の進捗状況を把握している	全スタッフが全地区の進捗状況を把握し共有できている	1.2.3.4.5	
30	地域での21推進の進捗管理ができていますか	進捗状況を把握できていない	把握できているが問題点が明らかになっていない	問題点は明らかになっているが対策が立てられていない	問題点に対し、適切な対処をしている		1.2.3.4	
31	市全体の動きを把握して保健活動につなげていますか	市全体の動きがわからない	市全体の動きを把握しているが、自地域の保健活動にはつなげられていない	市全体の動きを把握し、保健活動につなげている	市全体の動きをタイムリーに把握し、同じ動きがとれている		1.2.3.4	

戦略

現状の把握およびニーズの把握

岡山市保健所 健康づくり課 健康増進係スタッフ実施

番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
1	地域の健康課題を把握していますか	把握できていない	把握できているが分析できていない	分析できているが住民への提示はできていない	住民へ提示できているが、住民の理解・納得が得られていない	分析できている、住民と共有もできている
2	住民のニーズを把握していますか	把握しようとしていない	把握しようとしているが、できていない	一部地域のニーズは把握できているが、地域全体としては不十分である。	地域全体としてのニーズを把握している	

目的・目標の明確化

3	目指す将来像が明確にありますか	まったくない	ぼんやりした将来像はある	はっきりした将来像はあるが住民とは共有していない	現在の健康課題を反映したうえで将来像が一部住民の中からはっきりしている	現在の健康課題を反映したうえで将来像が明確であり、住民の中で共有できている
4	将来像に向かって目標をたてていますか	目標をたてていない	目標はたてているが具体的ではない	具体的な目標をたてているが、住民とは共有していない	具体的な目標をたてており、一部の住民とは共有できている	具体的な目標をはっきり示し、住民の中で共有できている

計画

5	将来像を実現するための具体的な計画がありますか	活動計画がない	活動計画はあるが目標とは関連していないような気がする	目標の達成を考慮した活動計画があるが実現困難そうである	実現可能な活動計画を年度ごとにたてている	その計画を住民に具体的に示し共有できている
---	-------------------------	---------	----------------------------	-----------------------------	----------------------	-----------------------

アセスメント

6	次のデータのうち、どれを活用できますか(複数可)	事業から得られるデータ	人口動態データ(人口構成、死亡)	基本健診データ(生活習慣・検査結果)	医療費のデータ(国民健康保険)	その他()
7	定期的な上記のデータを分析し活動を振り返り、計画を見直し事業を修正していますか	定期的にはデータ分析できていない	定期的にはデータ分析はしているが、それにもとづいて活動を振り返ってはいない	定期的に活動を振り返ってはいるが、それにもとづいた計画の見直しはしていない	定期的に活動を振り返り、それにもとづいて計画の見直しをしているが、実際に事業の修正はできていない	定期的にはデータを分析して活動を振り返り、計画を見直し実際に事業を修正している

施策化への取り組み

8	健康づくりに関する施策化へ取り組んでいますか	施策化は不必要であり取り組んでいない	必要であると思うが計画がない	具体的な計画はあるが取り組めていない	施策化に取り組んでいない	健康づくりに関する施策ができている
---	------------------------	--------------------	----------------	--------------------	--------------	-------------------

戦術

優先順位

番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
9	優先順位をつけて活動していますか	優先順位をつける必要はない	優先順位をつける必要は感じるができていない	優先順位はつけている(ただし根拠はない)	根拠にもとづいて優先順位をつけているが、それにもとづいた活動ができていない	根拠にもとづいて優先順位をつけ、それにもとづいた活動ができている

取り組み方法

10	効果的な取組方法を具体的に検討し、実施していますか	していない	検討中ではあるが具体化されていない	検討したが実施できていない	実施できている	実施し評価もでき、次回に活かしている
----	---------------------------	-------	-------------------	---------------	---------	--------------------

取り組み分野

11	市として6分野ごとに具体的な取組みはありますか	分野ごとの取組みはない	一部の分野のみ取り組んでいる	ほとんどの分野に取り組んでいるが一部取り組めていない	ほとんどの分野に取り組んでいるが、今後すべての分野に取り組むビジョンがある	6分野すべてにそれぞれ具体的な取組みがある
----	-------------------------	-------------	----------------	----------------------------	---------------------------------------	-----------------------

取り組み対象

12	ライフステージに応じた効果的な働きかけをしていますか	そのような視点ははない	視点はあがるがライフステージに応じたはたらきかけはできていない	一部の世代にははたらきかけている	ほとんどの世代にははたらきかけているが、一部できていない	すべての世代に働きかけている
----	----------------------------	-------------	---------------------------------	------------------	------------------------------	----------------

目的・目標の共有

13	スタッフが目的や目標を共有し、協力して活動していますか	スタッフ間での目的、目標の共有はできていない	一部のスタッフの間ではできている	ほとんどのスタッフの間ではできている	すべてのスタッフが目的、目標の共有をしているが、他のスタッフをサポートできていない	すべてのスタッフが目的、目標の共有をしているが、他のスタッフをサポートし協力して活動している
----	-----------------------------	------------------------	------------------	--------------------	---	--

進捗状況の把握

番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
14	市内の21進捗状況を把握していますか	把握できていない	係が関わっている部分のみ把握している	保健所が関わっている部分の進捗状況も把握している	市全体の進捗状況を把握できている	市全体の進捗状況を把握した上で、国の動向も把握している
15	市内での21推進の進捗管理ができていますか	進捗状況を把握できていない	把握できているが問題点が明らかになっていない	問題点は明らかになっているが対策が立てられていない	問題点に対し、適切な対応をしている	

課題の共有化

16	住民・組織・団体が話し合い、主体的に健康づくりができるようにすすめていますか	住民・組織・団体が話し合う場を設けていない	話し合う場は設けているが、健康課題について主体的に考えられるようには促せていない	健康課題について主体的に考えられているが、目標を明確化できるように促せていない	目標は明確になっているが、行動できるように支援できていない	明確になった目標について、主体的に取り組んでいる
----	--	-----------------------	--	---	-------------------------------	--------------------------

評価への支援

17	住民のやる気を高め、自ら評価し、活動を継続できるように支援していますか	そのような視点ははない	視点はあるが、住民が自らの活動を振り返るような機会がつかれていない	活動を振り返り、住民が自らの成果を認める場をつくっている	住民が他からも成果を認められる場をつくっている(個人・グループ)	相互に活動成果を認めあい、活動が継続していけるように支援している
18	職員が自らの21の活動を評価し、活動を継続していく仕組みをつくっていますか	そのような視点ははない	視点はあるが、自らの21の活動を振り返るような機会がつかれていない	自らの活動を振り返る機会はあるが、定期的ではない。	定期的に自らの活動を振り返り、よりよい活動が継続できるよう努めている。	

推進体制整備 推進の主体

19	住民が主体的に推進できていますか	行政のみで推進している	行政主導で推進しているが、住民組織も協力はしている	主に行政主導で推進しているが、住民組織も一部主体的に活動している	主に住民組織が主体的に活動しているが、一部行政が主導している	住民組織が主体的に推進しており行政と協働で取り組んでいる
----	------------------	-------------	---------------------------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------

体制整備

20	効果的に推進できるような体制を整えていますか	整えられていない	体制を整えつつある	効果的に推進できる体制ができている	さらに必要に応じて体制を充実させている	
----	------------------------	----------	-----------	-------------------	---------------------	--

情報発信 地域住民への情報発信

番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
21	地域住民に対し、21について具体的内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的内容がタイムリーな情報が発信できている	

住民組織への情報発信

22	地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としている)に対し、21について具体的内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的内容がタイムリーな情報が発信できている	
23	地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としていない)に対し、21について具体的内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的内容がタイムリーな情報が発信できている	

関係機関・団体への情報発信

24	各種専門団体に対して、21についての具体的内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	--	-----------	-----------------------	-------------------------------	------------------------	--

学校への情報発信

25	学校に対して、21についての具体的内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	--------------------------------------	-----------	-----------------------	-------------------------------	------------------------	--

職域への情報発信

26	職域に対して、21についての具体的な内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的な内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	---------------------------------------	-----------	-----------------------	-------------------------------	-------------------------	--

庁内への情報発信

27	庁内に対して、21についての具体的な内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的な内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	---------------------------------------	-----------	-----------------------	-------------------------------	-------------------------	--

保健センターへの情報発信

28	保健センターに対して、21についての具体的な内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的な内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	---	-----------	-----------------------	-------------------------------	-------------------------	--

マスメディアへの情報発信

29	マスメディアに対して、21についての具体的な内容をタイムリーに情報発信していますか	まったくしていない	概要は発信できているが、タイムリーではない	具体的な内容が発信できているが、タイムリーにはできていない	具体的な内容がタイムリーな情報が発信できている	
----	---	-----------	-----------------------	-------------------------------	-------------------------	--

連携

住民組織との連携

番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
30	地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としている)との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係である
31	地域・地区組織(ヘルスプロモーションを発足趣旨としていない)との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係である

庁内の連携

32	庁内の関係各課との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	一部の課とは日頃から連携がとれている	全庁的に日頃から連携がとれている
----	---------------------	-----------	------------------------	--------------------------	--------------------	------------------

関係機関・団体との連携

33	各種専門団体との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係である
----	--------------------	-----------	------------------------	--------------------------	----------------------------	-----------------

学校との連携

34	学校との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係である
----	----------------	-----------	------------------------	--------------------------	----------------------------	-----------------

職域との連携

35	職域との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して単発のイベントや健康教育などをしたことはある	日頃から連携がとれる関係である
----	----------------	-----------	------------------------	--------------------------	----------------------------	-----------------

大学・研究機関との連携

36	大学・研究機関との連携がとれていますか	まったく連携がない	はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	問題の共有化がはかれているが具体的な取組みはない	連携して研究や評価などをしたことがある	継続的に連携がとれる関係である
----	---------------------	-----------	------------------------	--------------------------	---------------------	-----------------

相互連携

37	組織・団体どうしの相互連携を促す働きかけをしていますか	働きかけるチャンスがない	チャンスはあるが具体的な働きかけしていない	働きかけてはいるが理解が得られない	組織・団体が相互に理解はできているが、具体的な取組みにつなげていない	組織・団体が相互に連携し、取組みをしている
----	-----------------------------	--------------	-----------------------	-------------------	------------------------------------	-----------------------

住民の意識変化・手ごたえ

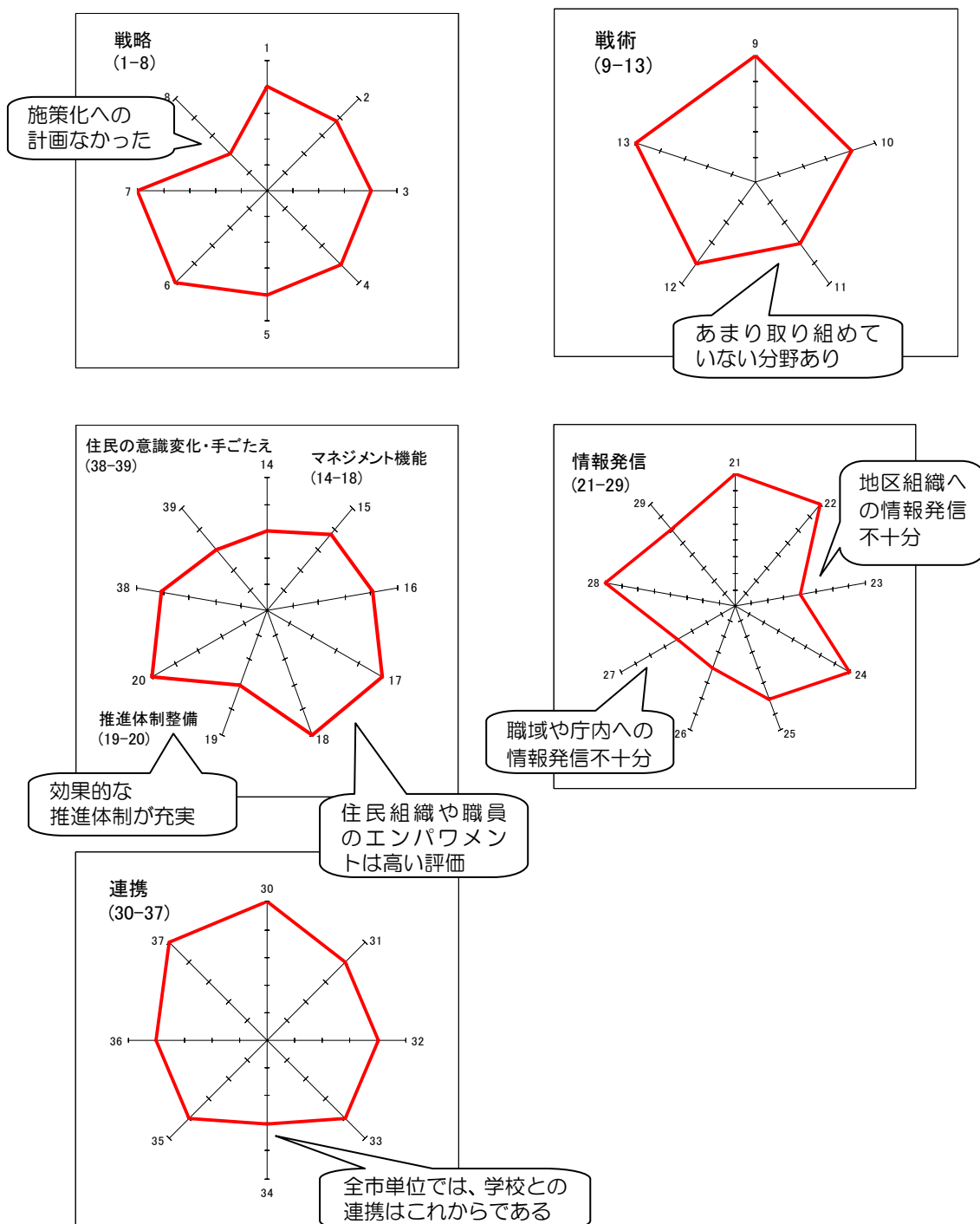
番号	設問	評価の段階記述				
		1	2	3	4	5
38	地域で健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じますか	まったく感じない	住民の意識は変わってきている	スタッフが直接アプローチした組織・個人では、具体的な活動が見られる	直接アプローチしたところから、健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じる	直接アプローチしていないところからも、健康づくりが進んでいるという手ごたえを感じる

社会環境の変化

39	環境整備が進んでいるという手ごたえを感じますか	まったく感じない	少しは感じる	ある程度感じる	かなり感じる	とても感じる
----	-------------------------	----------	--------	---------	--------	--------

■保健所担当係用「ものさし」実施結果 レーダーチャート

ものさしの実施結果をレーダーチャートにおとすことによって、進んでいる項目や、まだ不十分な項目がわかります。



活動団体の特徴（「活動団体データベース」を使用した21取り組みの評価）

地域での健康市民おかやま21に取り組んでいる団体・組織・グループの増加

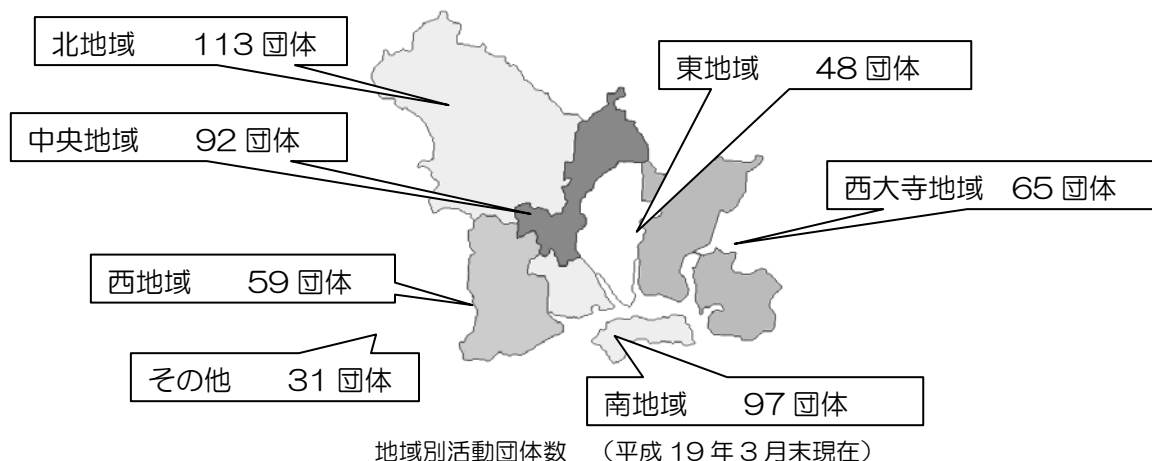
- ・ 旧岡山市内で健康市民おかやま21の視点を持った健康づくりに取り組んでいる団体として505団体が活動団体データベース※1に入力されている。（平成18年度末）
- ・ 健康市民おかやま21策定後に新たに発足した健康づくり団体は67団体あがっており、主にウォーキンググループ、健康づくりグループである。
- ・ 愛育委員会、栄養改善協議会、町内会など既存の組織も、健康市民おかやま21の視点で健康づくりに取り組んでいる。

※1「活動団体データベース」とは？

「健康市民おかやま21」を地域で推進している市内の組織・団体を保健所・保健センタースタッフがデータベースに入力しました。

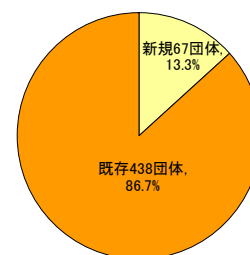
（入力内容：メンバー構成、取り組み分野、団体の発足経緯、学校・企業・公民館との連携の有無、定例会の頻度など）

各地域で入力された団体は、地域ごとの地図におとし、地域ごとの健康づくりに関する社会資源としてひと目でわかるようにしました。各地図については第4章の「地域における5年間の取り組み」に地域別に掲載しています。（中央地域P.48、北地域P.62、東地域P.71、西大寺地域P.75、西地域P.79、南地域P.89）



・ 団体数・発足時期

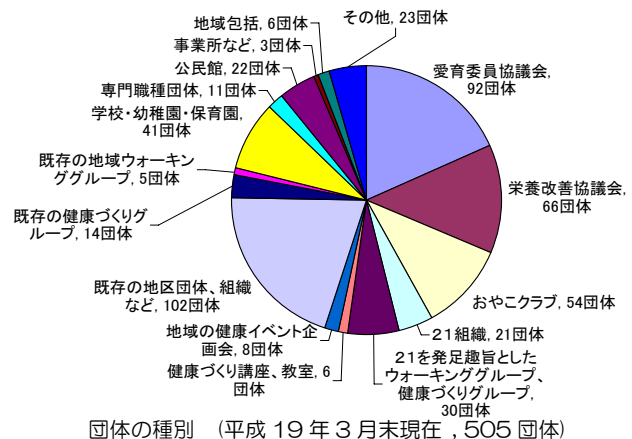
入力された団体は505団体に上りました。そのうち健康市民おかやま21策定後（平成15年以降）に新たに発足した団体が67団体（13.3%）、策定前（平成14年以前）からあった既存の団体が438団体（86.7%）でした。



21 取り組み団体の発足時期別割合

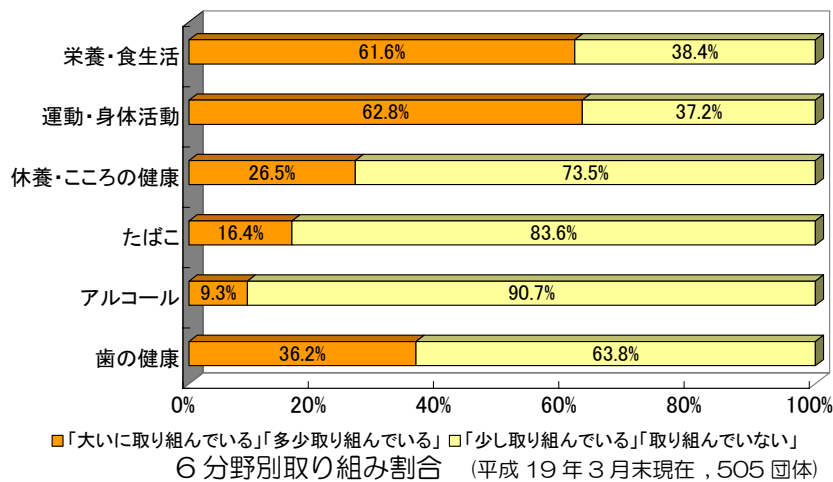
・ 団体の種別

愛育委員会、栄養改善協議会やおやこクラブなどのヘルスポランティア(212 団体、42.0%)と、連合町内会や社会福祉協議会などの既存の地区団体・組織(102 団体、20.2%)の割合が高いです。



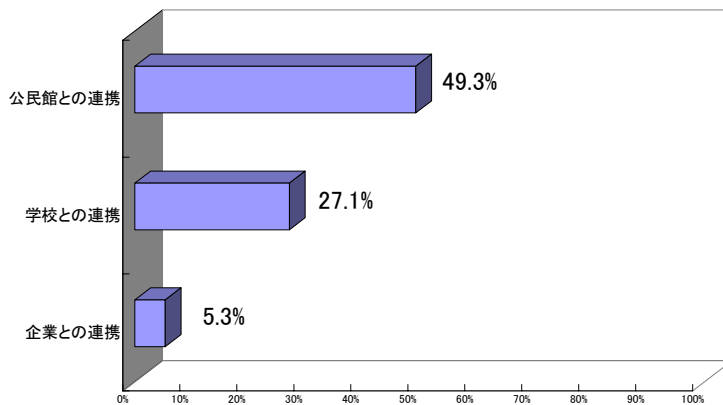
・ 6分野別取り組み割合

「栄養・食生活」「身体活動・運動」に取り組んでいる割合は約6割と高い一方、「たばこ」「アルコール」に取り組んでいる割合は2割以下と低い現状でした。取り組みのきっかけや対象が難しい分野については、今後の取り組み方法を検討していく予定です。



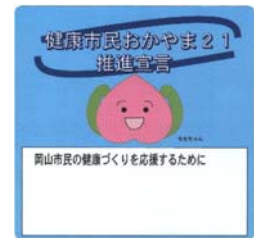
・ 他機関（公民館、学校、企業）と連携して活動している割合

公民館との連携は約半数の団体がとられていました。



他機関と連携がとられている割合 (平成 19 年 3 月末現在, 505 団体中)

健康市民おかやま21 推進宣言



登録宣言シール

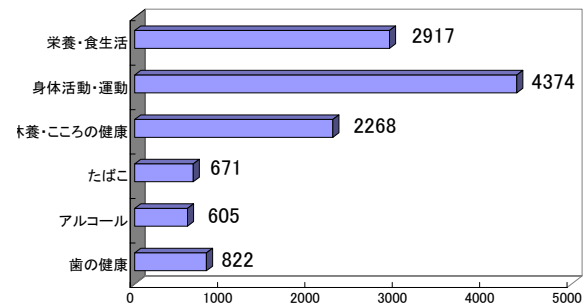
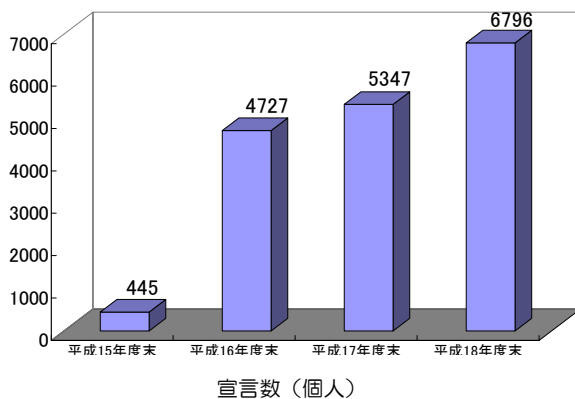
健康づくりの輪を広げるために、「健康市民おかやま21」に賛同し、健康づくりを実践することを宣言する個人・団体・施設を平成15年度から募集しています。宣言をしていただいた個人・団体・施設には宣言シールを発行しています。また、宣言をされた団体・施設は「健康市民おかやま21」のホームページに名称・宣言内容を掲載しています。

<宣言内容>

個人の場合：健康づくりを進めるために一人ひとりの健康づくりに関することを宣言しています。

施設・団体の場合：市民の健康づくりを応援するためにしていること、また、これからしていきたいことを宣言しています。

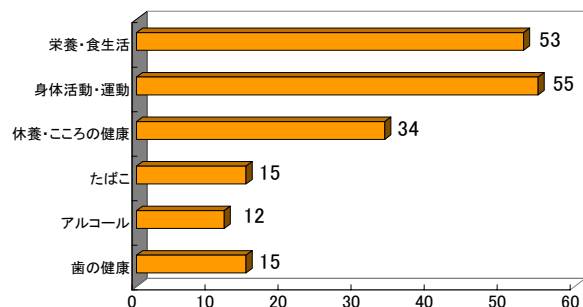
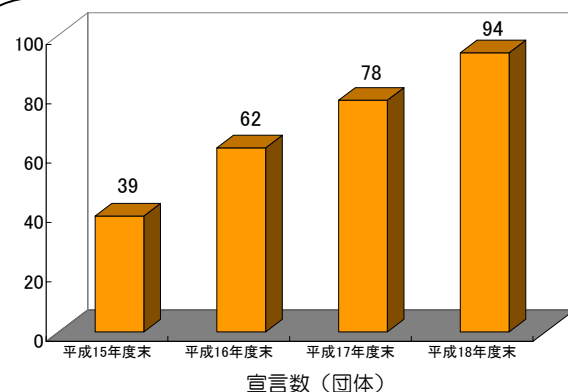
・個人



分野別宣言数 (個人) (6796人中 複数分野の宣言あり)

個人の宣言数は平成18年度末の時点で6796人となりました。「身体活動・運動」に関する宣言が3分の2と、最も多くなっています。

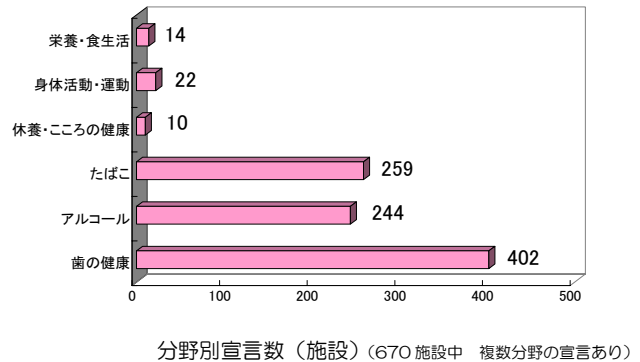
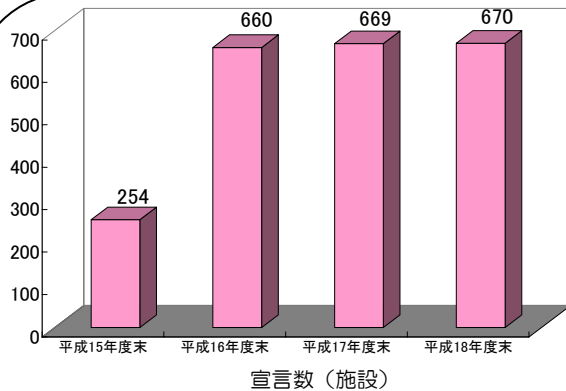
・団体



分野別宣言数 (団体) (94団体中 複数分野の宣言あり)

団体の宣言数は平成18年度末の時点で94団体となりました。「栄養・食生活」「身体活動・運動」に関する宣言が最も多くなっています。

・施設



平成18年度末には670施設が宣言しています。歯科医師会を通じて歯科医院の宣言数が多いため、「歯の健康」についての宣言が多くなっています。

宣言例

A 事業所

- ・従業員の健康づくりを応援する為に、終日禁煙を行います。

B 愛育委員会

- ・誘いあって女性の検診を受けます。

C 愛育委員会

- ・ええとこ発見図を見てしっかり歩きましょう。

D 栄養改善協議会

- ・朝食を食べない子がゼロになるようにおいしい・簡単朝ごはんメニューの普及に努めます。

E 小学校

- ・子どもたちをたばこの害から守ります。



今後の取り組み

- ・機会をとらえて市民・団体・施設に健康への取り組みを宣言してもらい、健康づくりへの意識を高めていく。
- ・活動団体データベースに入力されている団体や施設にも推進宣言をすすめていき、さらに健康づくりの輪をすすめていきます。

第4章

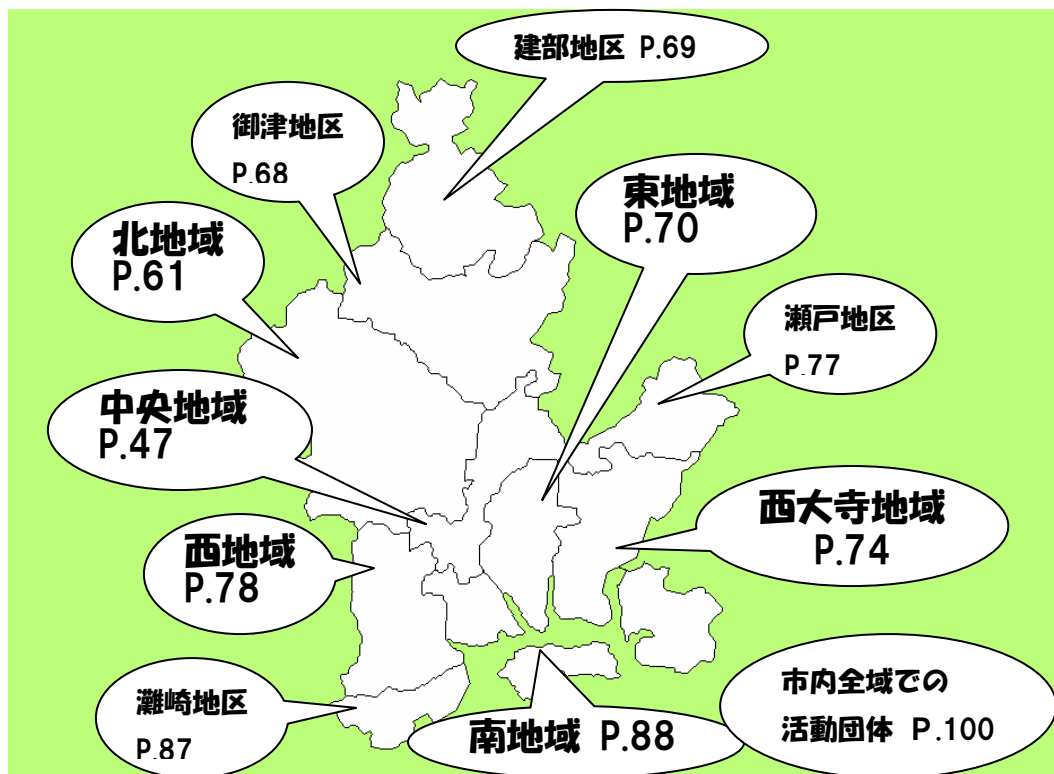
地域における5年間の取り組み

地域における5年間の取り組み

岡山市内の各地域で推進会議が立ち上がり、地域ごとに健康づくりを進めています。各地域の推進会議で5年間の活動を振り返り、年表を作成しました。

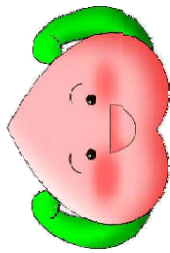
また、地域の中で健康市民おかやま 21 を推進している団体を保健センターのスタッフが拾い上げ、入力した活動団体データベース（P.42参照）を地図におとしました。

これらの推進団体から寄せられた「取り組みの事例」も掲載しています。



H18年度 活動団体データベース 入力団体

中央保健センターと関わりあり・・・計92団体



太字は「21」策定後に発足した団体

中央ももっちフレンズ(中央管内運動普及交流会)
中央保健センター推進会議
中央地域愛育委員連絡会

Let's健康ウォッチングOB会(H16)
Let's健康ウォッチングOB会(H17)
Let's健康ウォークの会

大野地区愛育委員会
大野学区栄養改善協議会
大野老人クラブ
石井地区愛育委員会
石井学区栄養改善協議会
石井小学校
三門地区愛育委員会
三門学区栄養改善協議会
三門地区社会福祉協議会
三門地区老人憩いの家
なかよし保育園
福祉交流プラザ三友運営協議会
岡西公民館

鹿田小学校保健委員会
鹿田小学校
鹿田地区愛育委員会
鹿田学区栄養改善協議会
鹿田おやこクラブ
鹿田地区連合町内会
鹿田健康フェスタ企画会
出石地区愛育委員会
出石学区栄養改善協議会
中央地域包括支援センター
大元地区愛育委員会
大元学区栄養改善協議会
大元地区おやこクラブ
大元地区社会福祉協議会
大元地区民生委員会
大元地区連合町内会
大元公民館
大元公民館講座
健康フェスタinおおもと企画会
桑田サブセンター

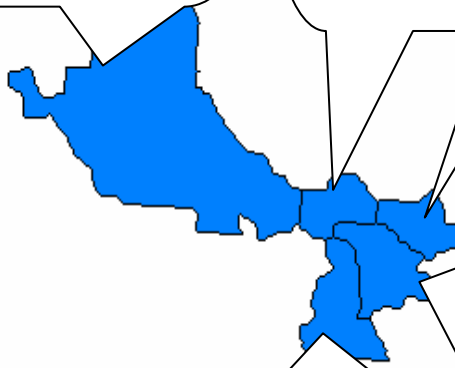
健康になろう男性の会
みの健康21推進の会
御野学区栄養改善協議会
御野地区愛育委員会
御野地区社会福祉協議会
御野地区連合町内会
御野夏まつり実行委員会
御野小学校
御野幼稚園
御野地区おやこクラブ
御野地区老人クラブ
御野地区体育協会

御野地区民生委員会
御野地区交通安全母の会
ままかりの会
牧山地区愛育委員会
牧石地区愛育委員会
牧石学区栄養改善協議会
牧石地区おやこクラブ
牧石地区連合町内会
岡北中学校
北公民館
北公民館まつり実行委員会
津島保育園




岡山中央中学校
岡山中央小学校
深砥地区愛育委員会
内山下地区愛育委員会
内山下学区栄養改善協議会
内山下地区民生委員会
深砥・内山下地区おやこクラブ
中央包括支援センター 中央西サブセンター

南方地区愛育委員会
南方学区栄養改善協議会
南方地区おやこクラブ
弘西地区愛育委員会
弘西学区栄養改善協議会
弘西地区おやこクラブ
弘西保育園
旭公民館



清輝地区愛育委員会
清輝学区栄養改善協議会
清輝地区おやこクラブ
清輝地区体育協会
清輝地区民生委員会
いきいきウォーキングクラブ
岡輝公民館健康づくりイベント企画会
岡輝シニアスクール



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	
みの健康21 推進の会		御野地区	
取り組むきっかけ			
○岡山市の推進する「健康市民おかやま21」の施策に基づき、御野地区みんなの健康を願って設立されました。特に子どもの時からの健康づくりに重点を置いて活動しています。			
メンバー			
連合町内会、社会福祉協議会、民生委員会、栄養改善協議会、愛育委員会、体育協会、老人クラブ、ままかりの会（ボランティア団体）、交通安全母の会、いずみ会（おやくラブ）、津島保育園、御野幼稚園、御野小学校、岡北中学校、北公民館			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
北公民館、その他各種イベント会場	偶数月に1回	2か月に1回	有
取り組みテーマ			
家族のコミュニケーション 朝ごはん ～体も心も頭もいきいき～			
取り組み内容			
○地域の健康について皆で話し合う中で、「食」を通じ、子どもから大人までの健康づくりをしていくことが必要ではないかということになりました。家族で朝食をしっかりと食べて、心と体の健康を目指すことを目標に、様々な啓発活動を行うことにしました。			
	<p>この他にも、電子町内会からの発信や公民館だより、健康だより、各種イベントでの啓発活動をしています。</p>	<p>啓発ポスター⇒</p> <p>各町内の掲示板や公民館等に貼りました。</p>	
<p>◆啓発バッチ 「私の一押し朝食レシピ」集の作成⇒</p> <p>保育園・幼稚園・小学校・中学校で朝食についてのアンケートを実施したところ、朝食を食べない子どももいたことから、朝食を食べるよう進めるために、子どもと保護者に一押しの朝食レシピを募集し、レシピ集を作成しました。保育園・幼稚園・小学校・中学校・北公民館に配置したところ、多くの地域の方に関心を持たれています。</p>			
<p>※今年度は、取り組みテーマと昨年度からの活動内容を地域の皆さんに十分に知っていただき、さらに各団体で「食」についての活動（学校での給食試食会や栄養バランスを考えたお弁当の調理、塩分に関する調理実習、講演会等／予定）を行うことによって、今以上に食に関心を持って生活していくことを目標としています。</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	
いきいき元気大元21		大元	
取り組むきっかけ			
平成15年度に町内会・愛育委員会共催で健康教室を開催する。学区民自らが健康づくりに取り組む動機づけの場となり、健康について楽しく体験しながら学ぶことができるように健康イベントを平成16年度から実施。他の各種団体・組織と協力している中でより地域への健康づくりを広め、関心を持つために地区の推進会議を発足することになった。			
メンバー			
大元地区社会福祉協議会、大元地区連合町内会、大元地区愛育委員会、大元学区栄養改善協議会 なかよしクラブ、大元小学校、大元小学校PTA、大元幼稚園、上中野橋保育園、 大元小学校学校薬剤師、大元公民館、中央保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
大元公民館	不定	3回/年	無
取り組みテーマ			
たばこの害について（家族で健康づくり）			
取り組み内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・平成18年11月24日「健康フェスタ in おおもと」を開催。 事前に各種団体・組織で集まり、企画会議実施。 ・特に小学校薬剤師の協力を得て、講演・実験などで学習し、大勢の人にたばこの害について認識をしてもらった。 ・他にもストレッチ、足裏測定、血管年齢測定、血圧・体脂肪測定、バランスチェックなどの体力測定を実施。試食コーナー・子どもが遊べるコーナーを設ける。健康づくりに関心を持ってもらい健康市民おかやま21を普及啓発。 ・年々参加者も増え、協力団体・組織も増えた。子どもからシニア世代まで様々な世代が参加できるよう企画している。 ・平成19年6月担当保健師の提案や会場を提供してくれた公民館の協力もあり、「いきいき元気大元21」が地区で発足することになった。健康づくりをより地域に広げるために色んな世代に働きかけようと、幼稚園保育園・小学校にも声をかけ地区で健康づくりの会議をもった。 			
			
皆でストレッチ		たばこの害について講話	

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
石井中学校区 健康市民おかやま21推進会議	石井中学校区

取り組むきっかけ
 地域みんなが健康であって欲しいという思いから、健康市民おかやま21を地域全体にひろめることを目的に、推進会議を設立しました。特に今年度は地域の中で、子どもたちの「朝食」に関する問題を危惧する声が多く聞かれたため、「食育」をテーマにした活動に取り組んでいます。

メンバー
 愛育委員会、栄養改善協議会、運動普及員、岡西公民館

活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
岡西公民館	不定期	1回/学期	無

取り組みテーマ
 おいしい・たのしい朝ごはん☆ ～朝食とって、からだもこころも健康になろう！～

取り組み内容
 推進会議のメンバーで、地域の子どもの食に関する問題にどの様に取り組んでいくかを話し合いました。その話し合いの中から、子どもの食の問題は親自身の問題でもあり、「食」を通じて栄養的なことだけでなく、家族のつながりやこころの健康についても伝えていきたいという思いがでてきました。

平成19年5月に幼児・学童期の子をもつ親を対象として、食育（朝食）をテーマに健康学習会を開催しました。

☆調理実習の様子☆



☆献立☆

- ・具たくさんのおみそ汁
- ・プチトマト入りオムレツ

(栄養改善協議会が作成した食育ガイドブックを参考にしました。)

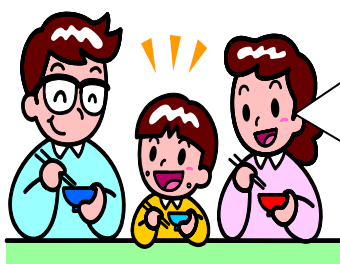


①栄養バランス②旬の食材を使う③簡単にできる④いつも作るものにプラスしてできる工夫をみんなで話し合い、献立を考えました。

食の伝統や日ごろの知恵・工夫も伝えました。

◎地区回覧、公民館だより、幼稚園、メンバーの声かけでPRしました。

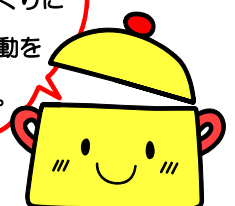
みんなで食べるとおいしいね！！





《参加者の声》

- ・オムレツにトマトとちりめんじゃこを入れただけなのにとっても美味しかったです。
- ・トマトを炒めるとは、発見でした。
- ・楽しく参加できました。これからは家でも工夫したいです。また参加したいです。




今後も地域の方たちが健康に関心をもち、個人・家族・地域の健康づくりに向けて協力し合える活動をしていきたいです。






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	
元気ハツラツ長生き岡輝21		岡輝中学校区	
取り組むきっかけ			
<p>清輝ふれあい祭りで、食生活や運動普及など健康情報を地域に発信してきた。</p> <p>また、平成15年、岡輝公民館の開館以来、元気いきいき健康講座を開講するとともに、17年度からは「岡輝健康づくりのつどい」を地域の協力を得て実施してきた。</p> <p>今回、その取り組みメンバーを中心に岡輝地域に「健康市民おかやま21」を広く知ってもらうとともに、健康づくりの応援団を増やしていくために地域推進会議を立ち上げた。</p>			
メンバー			
岡南区学区連合町内会 岡南地区愛育委員会 岡南区学区栄養改善協議会 岡南地区民生委員協議会 清輝学区連合町内会 清輝地区愛育委員会 清輝地区民生委員協議会 岡山市中央地域包括支援センター岡輝サブセンター 岡輝公民館 岡山市中央保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
岡輝公民館他	不定期	年3回以上	無
取り組みテーマ			
健康市民おかやま21 6分野の推進			
取り組み内容			
岡輝公民館健康づくりの集いの開催 健康市民おかやま21 6つの分野の推進 特に運動や、心の健康、食生活については、地域の協力を得ながら楽しい企画を実施した。			
<p>運動 公民館講座から生まれた健康づくりストレッチメンバーによるストレッチ体操</p> <p>こころ お茶とおいしいクッキーを食べながら、楽しくおしゃべりし楽しい時間を持った。また、こころの健康アンケートに記入し必要な人には相談をおこなった。</p> <p>食生活 一日に必要な野菜の量を自分で測ったり、バランスの取れた料理をおいしく食べた。</p>			
			
<p>1日に必要な野菜350gってこれくらいなのね。はかりにのせて実感！ストレッチも気持ちいい！</p>			
これからの取り組み			
中学生に、ロゴマークのデザインを募集し、今後の啓発活動に利用 今年度の健康づくりの集いで、講演会「長生きした人から学ぶ（仮称）」を実施し、医師による講演会と地域の高齢者インタビューを実施。			


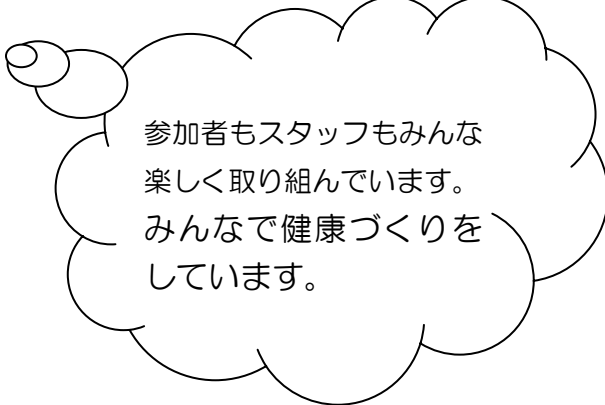
健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
健康になろう男性の会		岡北中学校区	
取り組むきっかけ			
今まで、市が行う講座には女性の参加者が多かったのですが、 <u>男性だけで集まることにより仲間意識も生まれ、より参加しやすくなるのでは</u> と考え、市が3年計画で実施した「男性のための健康講座」を継続していきたいという思いから、そのOB会という形で <u>健康を目指す会</u> として発会しました。			
メンバー			
<ul style="list-style-type: none"> ・「男性のための健康講座」受講生OB ・メンバーの声かけによって集まった岡北中学校区住民 			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
北公民館、牟佐分館を中心に、地域で幅広く活動	奇数月第3火曜	2ヵ月に1回	有・ <input checked="" type="radio"/> 無
取り組みテーマ			
自分自身の健康づくりと、地域に健康づくりを広げていこう！ 楽しく健康づくりを進めていこう！			
取り組み内容			
<p>「健康になろう男性の会」では、<u>あまり堅苦しくなく気軽に参加してもらえりような雰囲気づくりを大切に</u>し、<u>身体だけでなく心も豊かになるような活動を展開</u>しています。</p>			
<p>公民館まつり</p> <p>飲酒率の高い地域特性をふまえ、アルコールパッチテストを実施。飲み過ぎ等からだの健康に気をつけるよう呼びかけた。</p> 		<p>調理実習</p> <p>自身で料理を作ることで栄養への関心が高まり、また自宅で調理をする意欲にもつながりました。</p> 	
<p>ウォーキング</p> <p>歴史を訪ねて…</p> <p>歩きながら地域を知り、健康増進だけでなく教養を深める場ともなりました。今年はウォーキング後、地域の方々の協力により、地元ならではの料理である黄ニラ雑炊をいただき、相互の地域を理解し、健康づくりの輪が広がりました。</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	
弘西地区友の会「歩く会」		岡山中央小学校区弘西地区	
取り組むきっかけ			
平成15年度の栄養教室を受講した栄養委員が中心なり、健康市民おかやま21をすすめるにあたり、話し合いを深めた。その結果、毎日の生活に取り組みやすい運動、なかでもウォーキングを定期的に行うことにした。			
メンバー			
栄養教室協議会・愛育委員会が中心となり、弘西地区民によびかける。			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
弘西地区の周辺	原則として 第1土曜日	毎月1回	有・無 <input checked="" type="radio"/>
取り組みテーマ			
四季の自然を楽しみながらウォーキング！歩くことを生活習慣に！			
取り組み内容			
ええとこ発見図を参考としてウォーキングコース決定！			
<ol style="list-style-type: none"> 1. 後楽園外苑～烏城コース(鶴見橋西詰) 2. 西川緑道公園コース (弓之町公園) 3. 津島運動公園一周コース(トマト銀行本店) 4. 三野公園コース(兵団旭川沿い) 5. 岡北大橋～旭川堤防～後楽園コース(兵団旭川沿い) 6. その他 <p>()内は、集合場所</p>		<p>*H16.17年度は参加者の意見を聞きながらコース選定</p> <p>*H18年度は年間予定を計画、公民館だより掲載</p> <p>*参加人員 15～30人</p> <p>*スタート時間 6:30 冬期は 10:00</p> <p>*歩行時間 約1時間</p>	
			
後楽園を眺めながら…			
			
水辺の緑、木々の間、そよぐ風、エッコンな所に！みんな楽しく歩いています。			


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	
健康フェスタ in いずし		出石	
取り組むきっかけ			
愛育活動を通じて地域の健康づくり活動に取り組んでいます。平成18年度はタバコをテーマにし、地区内の保育園児や男性たちを中心に健康教育を行い、平成19年度は地区全体で健康づくりを推進する歩行大会を開催しました。			
メンバー			
愛育委員、栄養委員、婦人会、連合町内会、民生委員会、交通安全対策協議会			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
出石コミュニティハウス、その他各種イベント会場	不定期	例年1回	有
取り組みテーマ			
健康市民おかやま21 6分野の推進			
取り組み内容			
平成18年度の健康づくり活動			
9月5日 対象：地区男性、愛育委員 22人			
内容：男性料理教室の場でタバコの健康教育を実施。調理実習時間中の禁煙を呼びかけた。			
12月5日 対象：共生保育園4～5歳児 50人			
内容：タバコの紙芝居を寸劇風にアレンジして、園児にも分かりやすい健康教育を実施。			
反応：子どもたちは演技に一生懸命注目してくれ、「タバコはとても怖い。家に帰って話す」「大きくなっても吸わない」と口をそろえて言ってくれた。			
平成19年度の健康づくり活動			
11月7日 対象：地区住民 50人			
内容：コミュニティハウスから後樂園までウォーキング。高齢者の多い地区なので、閉じこもり予防と健康づくりの仲間を増やすために企画しました。			
		 <p>参加者もスタッフもみんな 楽しく取り組んでいます。 みんなで健康づくりを しています。</p>	


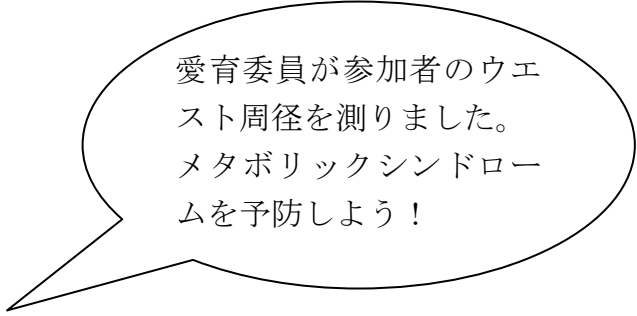

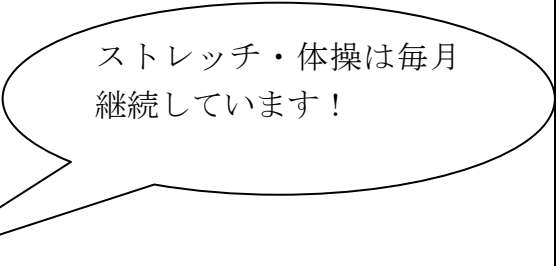
健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
中央地域愛育委員連絡会		中央地域	
取り組むきっかけ			
平成17年7月研修会で中央地域の健康問題として「女性の喫煙率が高い」ことが取り上げられ、タバコに関する取り組みを行うことになった			
メンバー			
中央地域内15地区（内山下・深柢・弘西・南方・御野・牧石・牧山・石井・三門・大野・出石・鹿田・大元・清輝・岡南）愛育委員会			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
岡山市保健福祉会館	奇数月 第4火曜日（変更あり） 他に役員会・研修会など	2ヶ月に一度以上	有
取り組みテーマ			
<h3>禁煙の輪を広げましょう</h3> <p>～禁煙運動を通して中央地域がどうか変わったか～</p>			
取り組み内容			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid blue; padding: 10px; width: 45%;"> <p style="text-align: center; background-color: yellow;">目指していること</p> <p>未成年の喫煙を減らそう！ 小さい頃から吸ってはいけないことを伝えよう！ タバコを吸わない人を増やそう！</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 10px; width: 45%;"> <p>みんなの健康を願って・・・ それでもあなたはタバコを吸いますか？</p> </div> </div> <div style="margin-top: 20px;"> <p>紙芝居をみて禁煙したお父さんや、「たばこのおばちゃん」と声をかけられたり、地域の広がりを感じました。</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> </div>			
<p>中央地域愛育委員連絡会では禁煙紙芝居「たばこってなあに」を作成し地元の保育園、幼稚園、おやこクラブ等で啓発活動を実施し、18年度は870人の方と対話し禁煙の輪を広げました。</p> <p>また、紙芝居を入れる「禁煙キルト袋」や今までの取り組みをまとめたリーフレット「禁煙の輪をひろげましょう」も作成しました。その他、パワーポイントで健康教育用媒体を作成し中学生に禁煙を呼びかけたり、MOMOなどで若い人たちにも啓発し大きな反響がありました。</p> <p>今後、家庭や地域でも、禁煙の輪が広がっていけばと願っています。</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	
鹿田地区愛育委員会		鹿田地区	
取り組むきっかけ			
まず地域活性化そして親睦を図るためには、健康であることそして安全・安心な暮らしをモットーとするため。			
メンバー			
愛育委員会 等			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
鹿田小学校体育館	不定期	例年1回	無
取り組みテーマ			
健康とくらしのフェスタ ～みんなですすめよう～ 健康づくりと安全・安全なくらしを！！			
取り組み内容			
<p>(主催) 鹿田地区愛育委員会、鹿田学区栄養改善協議会、鹿田学区婦人会</p> <p>(後援) 中消防署、岡山市薬剤師会、光生病院、中央地域包括支援センター、桑田サブセンター、中央保健センター</p> <p>(内容)・火災と火災報知機について、救命処置について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧測定・体脂肪測定・栄養相談・介護相談・活動紹介展示 ・ 栄養コーナー：テンペ入りクッキー試食 ・ 運動コーナー：健康体操（タオル体操）、健口体操 ・ 歯のコーナー：歯科医師の講話「自分の歯を失わないために」 ・ タバココーナー：スモーカーライザー、ヤニ検、薬剤師による相談 ・ こころコーナー：しおり作り“落ち葉で作ろう自分のしおり” 			
		<p>上記の各種団体のご協力により、立派にできたと思います。今年も頑張ります。</p>	
<p>← タオル体操の様子</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	
内山下・深柢地区愛育委員会		内山下・深柢	
取り組むきっかけ			
一人暮らしの高齢者が多い地域であるため、閉じこもり防止・健康づくりの場を作ろうと、愛育委員会が主催で毎年健康教室を実施している。			
メンバー			
愛育委員 他			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
内山下コミュニティーハウス 他		1回/月	有
取り組みテーマ			
健康で長生きするために、自分自身の健康づくりをする			
取り組み内容			
<p>内山下・深柢地区では、毎年愛育委員会が主催の健康講座を開催しています。地域住民のみなさまの健康づくりに役立てていただきたいと思います、愛育委員だけでなく一般の方にも参加していただいています。平成18年度に開催した「美男美女☆若返り教室」をきっかけに、毎月定例でストレッチ等の体操を行っています。</p>			
		 <p>愛育委員が参加者のウエスト周径を測りました。 メタボリックシンドロームを予防しよう！</p>	
		 <p>ストレッチ・体操は毎月継続しています！</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	
南方地区愛育委員会		南方	
取り組むきっかけ			
地域の健康づくりのため、愛育活動を通して健康市民おかやま21の推進をしています。平成16年おやこクラブとの交流会では若い世代にも健康市民おかやま21を知ってもらいたいと思い、「ももちゃん寿司」を作り、栄養・食生活について理解を深めてもらう機会としました。			
メンバー			
愛育委員			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
南方コミュニティーハウス	毎月第1木曜日	1回/月	有
取り組みテーマ			
おやこクラブとの交流会			
取り組み内容			
<p>南方地区愛育委員会では毎年おやこクラブとの交流会を行い、愛育委員とおやこクラブのコミュニケーションを図っています。食育ガイドブックを活用して栄養バランスの良いおすすめレシピを紹介することもあります。</p> <p>第一に健康でなくてはと思い、平成16年には健康市民おかやま21キャラクターの「ももちゃん寿司」を作りました。こどもたち、若いお母さんたちに大好評でした。</p>			
 <p>ももちゃん寿司</p>		<p>健康市民おかやま21の推進を通して、地域での健康づくりを応援しています。</p> <p>平成19年度からは定例でウォーキングも始めました。</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	
岡山市おやこクラブネットワーク中央ブロック		中央ブロック	
取り組むきっかけ			
岡山市おやこクラブネットワークの活動テーマに基づき、平成19年度の中央ブロックの活動テーマを「みんなでニコニコ楽しい食卓 心と体に栄養を」～遊び愛・笑い愛・育ち愛～とし、食育に力を入れて取り組むこととなりました。			
メンバー			
中央ブロックおやこクラブ			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
中央保健センター他	不定期	1/月	無
取り組みテーマ			
「みんなでニコニコ楽しい食卓 心と体に栄養を」～遊び愛・笑い愛・育ち愛～			
取り組み内容			
<p>第1回交流会を開催（H19.7.23）</p> <p>テーマ：「食育と母の味 あなたの子供の母の味は何を予定していますか？」</p> <p>内容：栄養士さんからのお話。乳幼児期における食事の大切さについて 各会長どうしの意見交換。『食事で困っていること、工夫していることなど』</p> <p>感想：経験を交えたお話で、会長同士お互いに問題点を共有し、改善策を話し合うことができました。</p> <p>「5歳位までの子育てはあっという間に終わってしまうので、食事中じっと座って食べない、食が細いなど、その時期の問題にはあまりこだわらなくても良い。ママ自身が食事（子育て）に対する基準をもって、許せること、許せないことを決め、食事に対するしつけをしていけばよい。」という栄養士さんからのアドバイスに、会長のみなさんも気持ちが軽くなり、今後の食育（子育て）に取り組んでいけるのではないかと思います。</p>			
		<p>交流会でのひとコマ・・・</p> <p>今年度のテーマ『食育』について、話し合っています。</p> <p>真剣！だけど楽しく活動しています。</p>	

～北地域から未来につなげよう 元気な笑顔～

分野別テーマ	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)
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>6分野全て</p> <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>糖尿病要注意者増加！ 運動習慣持つ割合低い</p> <p>5中学校区ごとの取り組み、各協議が発足</p>	<p>運動・食育(食生活)</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>代表者会にて学習企画・準備</p> <p>地区の健康状況を学習</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>代表者会 定例化</p>	<p>代表者会 年4回</p> <p>パンフレット作成</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 年4回</p> <p>パンフレット作成</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>
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	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	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	歩行大会	ウォーキングの定例化 (公民館により21のPR項目を設ける)	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	ウォーキングの会発足	ウォーキングの定例化	学習会「むし歯予防」	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 (近水ウォーク・足守ウォーク) H13～H7	ウォーキングの会発足	ウォーキングの定例化	健康市民おみやま21in中山 講演会「早寝早起き朝ごはん」	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	ウォーキングの会発足	ウォーキングの定例化	ウォーキング「子どもの健康」	ウォーキング「子どもの健康」
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 のウォーキング実行 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"> 健康パネル作成 「ウォーキング」転倒予防 21推進活動組織の拡大 (保育園・幼稚園・小・中学校も参加) ウォーキングの取り組み拡大 	<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 	<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

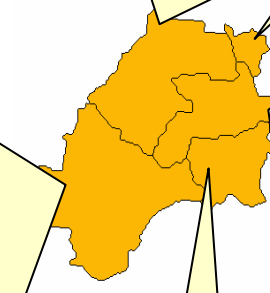
北市民健康づくり会議
北保健センター地域推進会議
御津医師会
吉備医師会
岡山県歯科医師会御津支部
岡山県歯科医師会吉備支部

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
馬屋下地区連合町内会
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

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			
<p>テーマは「運動」「食生活」</p> <p>「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。</p>			
取り組み内容			
<p>○「食と環境フェア」での取り組みについて</p> <p>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。</p> <p>○ニュースレター作成に至った経過</p> <p>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）。</p> <p>○ニュースレター作成・地区回覧までの過程</p> <p>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）</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>提出組織・団体は原稿様式に記入後、高松公民館へ提出</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>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）</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>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。</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て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 checked="" type="radio"/> 無 <input 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</p> <p>（‘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		

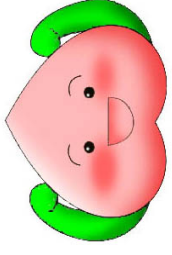
健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

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			

健康市民おやかやま21 推進年表 地域（東地域健康市民おやかやま21推進会）

	1年目(H15年度 2003年)	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		タバコ	栄養と食生活	菌	休養・こころの健康づくり	
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>東地域 夢を語る会(6月)スタート</p> 	<p>定例役員会(月1回)</p> <p>東地域健康市民おやかやま推進会の結成(5月)</p> <p>イベント参加 「ふれあいセンターまつり」</p>	<p>会議(研修会)3回</p> <p>推進宣言登録を推進 ストレッチ指導など</p> <p>柿まつり、地域の行事に参加</p>	<p>会議(研修会)3回</p> <p>操山フェスタ・高島パネル展・富山はつらつウォーク 他地域の行事に参加</p>	<p>研修会開催</p> <p>東地域の健康21 PRチラシ作成</p> 	
東地域	<p>アピール隊結成 6分野パネル作成</p> 	<p>アピール隊結成 6分野パネル作成</p> 	<p>三動地区栄養改善協議会による「21」の寸劇</p> <p>できていない所へ啓発活動</p>	<p>メンバー追加</p> <p>柿まつり、百間川フェスタ、各地域老人会など参加</p> 	<p>メンバー追加</p> <p>柿まつり、百間川フェスタ、各地域老人会など参加</p> 	
各地区	<p>身近な公施設 禁煙状況 調査</p> <p>各施設へ調査結果報告</p> 	<p>イベント参加「小学校区」 柿まつり、幼稚園、公民館</p> <p>東独自で推進宣言登録宣言書を作成</p> 	<p>イベント参加「小学校区」 柿まつり、幼稚園、公民館</p> <p>東独自で推進宣言登録宣言書を作成</p> 	<p>イベント参加「小学校区」 柿まつり、幼稚園、公民館</p> <p>東独自で推進宣言登録宣言書を作成</p> 	<p>イベント参加「小学校区」 柿まつり、幼稚園、公民館</p> <p>東独自で推進宣言登録宣言書を作成</p> 	
評価(すすんだこと)	<p>東地域健康市民おやかやま21 推進年表 夢を語る会(仮称)発足</p> <p>各地区等で推進委員会が中心となり、健康市民おやかやま21の普及推進</p> <p>推進宣言の登録書を通して21の普及を図った。</p>	<p>東地域健康市民おやかやま21推進会 毎月役員会を開催</p> <p>21推進活動の活動組織の拡大(学校、公民館、駅など公共機関での禁煙、分煙状況)を調査を通して21のPR</p> <p>タバコを中心に6分野のパネルを独自で作成</p> <p>アピール隊を結成して各地区でPR</p> <p>推進宣言の登録を推進</p> <p>愛育委員・栄養委員との活動を通して協力</p>	<p>21推進活動の実施組織が拡大する</p> <p>栄養と食生活の取り組みでシンポジウムを開催。おやこクラブ等若い世代にも活動を広げる</p> <p>地域で実施されるイベントに参加し21をPR</p> <p>運動普及員が中心に各地区で運動習慣の定着を推進</p>	<p>21推進活動の活動組織の拡大(地域産業保健センターと協力し、研修会を開催。終了後アンケートを実施する)</p> <p>歯の健康は、各分野との関係が深いことを学び、歯を通して各分野を含め推進していくことを確認した。</p>	<p>21推進活動の活動組織の拡大(地域産業保健センターと協力し、研修会を開催。終了後アンケートを実施する)</p> <p>歯の健康は、各分野との関係が深いことを学び、歯を通して各分野を含め推進していくことを確認した。</p>	<p>他の関係団体との協力体制が拡大する。</p> <p>21推進の活動が小学校区へ広がりを待つ</p>

H18年度



活動団体データベース 入力団体

東地域健康市民おやかま21
東保健センター地域保健推進会議
ふれあいスポーツグループ
東地域愛育委員連絡会
ふれあい祭り

東保健センターと関わりあり・・・計48 団体
太字は「21」策定後に発足した団体です

高島地区愛育委員善協議会
高島学区栄養改善協議会
高島元気の出る会
旭竜地区愛育委員善協議会
旭竜学区栄養改善協議会
旭竜地区おやこクラブ

幡多地区愛育委員善協議会
幡多学区栄養改善協議会
幡多地区老人会
財田地区愛育委員善協議会
財田学区栄養改善協議会
竜之口地区愛育委員善協議会
竜之口学区栄養改善協議会
ゆずりはの会

宇野地区愛育委員善協議会
宇野学区栄養改善協議会
三勲地区愛育委員善協議会
三勲学区栄養改善協議会
三勲地区社協・民生児童委員主催 子育て広場


富山地区愛育委員善協議会
富山学区栄養改善協議会
富山地区おやこクラブ
富山元気の出る会

旭操地区愛育委員善協議会
旭操学区栄養改善協議会
旭操地区おやこクラブ
旭操地区元気の出る会
旭操幼稚園ニコニコ広場
操南地区愛育委員善協議会
操南地区おやこクラブ



操南元気の出る会
操南幼稚園
操南幼稚園ゆうゆう広場
操明地区愛育委員善協議会
操明幼稚園ゆうゆう広場
操明おやこクラブ
操明元気の出る会

旭東地区愛育委員善協議会
旭東学区栄養改善協議会
旭東地区おやこクラブ
平井おやこクラブ
平井地区愛育委員善協議会
平井・旭東地区元気の出る会

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	
東地域健康市民おかやま21推進会		東地域	
取り組むきっかけ			
「健康市民おかやま21」が、まだまだ地域で普及（知られて）いないこと。			
メンバー			
6 中学校区推進委員			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
中学校区	役員会 1 回／月 全体会 3 回／月	随時	<input checked="" type="checkbox"/> 有・無
取り組みテーマ			
19 年度 休養とこころの健康			
取り組み内容			
<p>東地域全体会：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 6 月 今年度のテーマ「休養・こころの健康」について研修会 <ul style="list-style-type: none"> ※ 東山公民館（愛育委員との連携） ・ 9 月 6 月の学習に引き続き、グループ討議。 テーマ「各地域で今のレベルで何ができるのか」 意見に基づいて、今後の 5 年間の「セカンド」ステージに向かっていく事を意思統一 <p>中学校区：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 4 月 百間川フェスタ：他団体との連携で地域のイベントに参加。 ・ 10 月 公民館まつり・柿まつり・ふれあいウォーク などで推進・ストレッチ指導。 ・ 11 月 ふれあいまつりに参加・体の癒す体操指導 宣言書の回収など。 福祉交流プラザ旭東・操南公民館との連携 で、パネル展・ストレッチ指導。 			
			

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	
東地域健康市民おかやま21推進会		高島	
取り組むきっかけ			
<p>小・中学校区で食育のパネル展を実施した時や、長寿会・ふれあいウォーキング・公民館での教室などあらゆる所で、「チラシ」と一緒に積極的に「21」の推進委員が声かけをして、6組織の人達で実行委員会を立ち上げる事となりました。</p>			
メンバー			
<p>「21」の推進委員・愛育委員協議会・栄養改善協議会・JA女性部・医療生活共同組合・公民館などの地域の団体。</p>			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
高島公民館	3～4回/年	活動単位による。	有・ <input type="checkbox"/> 無
取り組みテーマ			
健康まつり			
取り組み内容			
<p>* 実行委員会を立ち上げ、それぞれの組織の特長を生かした取り組みになっています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「21」推進委員……………パネル展・登録宣言書・BMI測定 足裏診断（ホールで実施） ・ ふれあいスポーツグループ……ストレッチ（午前・午後） ・ 幼稚園児に「絵（健康市民おかやま21に関する絵）」を書いてもらったものを展示 ・ 医療生活協同組合……………塩分チェック・骨密度測定 ・ お手玉遊び・バルーン作り（遊技室） ・ JA女性部……………豚汁 			
			

分野別テーマ	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)
<p>休養・こころの健康づくり・歯の健康</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域オープン討論会 実行委員会 開催</p> <p>イベント</p> <p>H16.3月 健康づくりオープン討論会 「みんなで作ろう！西大寺のテーマ」 6分野からの主眼 参加者による多数決で、西大寺のテーマを 「休養・こころの健康づくり」「歯の健康」 に決める</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容</p>	<p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 打合せ会 開催</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 開催</p> <p>21PRチラシ作成 21PRグッズ作成</p> <p>21キャッチフレーズの募集→決定</p> <p>イベント</p> <p>西大寺ぬくもりシンポジウム開催</p> <p>イベント</p> <p>「元氣歯ツラツin西大寺」 6分野の健康チェックコーナー・ 健康体験コーナー、実践発表など</p> <p>イベント</p> <p>「健康フェスタinふれあい」 健康づくりの灯を ～私は変わった～ ハーブティの試飲 黒豆茶の試飲 ハネル展示</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 定例会を毎月開催</p>	<p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 開催</p> <p>イベント</p> <p>「元氣歯ツラツin西大寺」 6分野の健康チェックコーナー・ 健康体験コーナー、実践発表など</p> <p>イベント</p> <p>「健康フェスタinふれあい」 健康づくりの灯を ～私は変わった～ ハーブティの試飲 黒豆茶の試飲 ハネル展示</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 定例会を毎月開催</p>	<p>イベント</p> <p>「元氣歯ツラツin西大寺」 6分野の健康チェックコーナー・ 健康体験コーナー、実践発表など</p> <p>イベント</p> <p>「健康フェスタinふれあい」 健康づくりの灯を ～私は変わった～ ハーブティの試飲 黒豆茶の試飲 ハネル展示</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 定例会を毎月開催</p>	<p>イベント</p> <p>「元氣歯ツラツin西大寺」 6分野の健康チェックコーナー・ 健康体験コーナー、実践発表など</p> <p>イベント</p> <p>「健康フェスタinふれあい」 健康づくりの灯を ～私は変わった～ ハーブティの試飲 黒豆茶の試飲 ハネル展示</p> <p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 定例会を毎月開催</p>	<p>健康市民おやかやま21 西大寺地域実行委員会 定例会を毎月開催</p>
<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>	<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>	<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>	<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>	<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>	<p>愛育委員会によるPRチラシの 全戸配布または全戸回覧</p> <p><各中学校区> 敬老会・老人クラブ、民生委員会・ 町内会・おやこ料理教室・健康講座 などでPR実施</p> <p>推進体制や連携の広がりが、活動内容(各地区)</p>
<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>西大寺地域の住民の多数決により、テーマが決まる。テーマが決まったことで、推進の方向性が決まった。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>

H18年度

活動団体データベース 入力団体



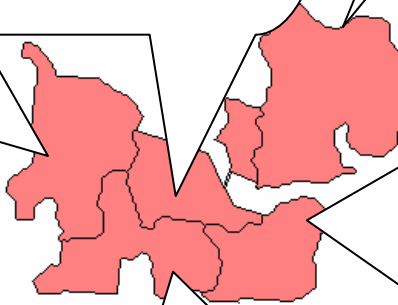
西大寺保健センターと関わりあり・・・計65団体

太字は「21」策定後に発足した団体

健康づくり応援団
健康市民おかやま21西大寺地域実行委員会
 西大寺地域愛育委員会長連合会
 おやこクラブネットワーク西大寺ブロック
平成16年度生活習慣病予防講座OB会
 平成13年度リフレッシュ講座OB会
愛aiさわやかウォーキング
 NPO法人さつき会共同作業所
 ピースハート
 のぞみの会

平島地区愛育委員会
 角山地区愛育委員会
 角山学区栄養改善協議会
 上道地区民生委員会児童委員協議会
上道中学校区おやこクラブ・愛育委員会・老人クラブ・三者交流会
 城東台地区愛育委員会
 浮田地区愛育委員会
 御休地区愛育委員会

西大寺おやこクラブ
 西大寺愛育委員会
 西大寺学区栄養改善協議会
 西大寺中学校区 元気の出る会
 西大寺南学区おやこクラブ
 西大寺南地区愛育委員会
 西大寺南学区栄養改善協議会
 西大寺公民館
**西大寺公民館「若さを保つヘルシー・ウォーキング講座」
 H17年度初心者のためのウォーキング講座OB会**
 豊おやこクラブ
 雄神おやこクラブ
 雄神小学校
 雄神地区愛育委員会
 雄神学区栄養改善協議会
 雄神幼稚園







旭東いきいきウォーキングクラブ
旭東中学校区健康講座企画運営委員
 可知おやこクラブ ひよこクラブ
 可知小学校
 可知地区愛育委員会
 可知学区栄養改善協議会
 芥子山おやこクラブ
 芥子山幼稚園PTA
 芥子山地区愛育委員会
 芥子山学区栄養改善協議会
 古都おやこクラブ ありんこ会
 古都地区愛育委員会
 古都学区栄養改善協議会
地域ふれあいウォーキング準備会(仮称)
 富士見町老人クラブ
 松新町福寿会(老人クラブ)

太伯子どもの歯の健康を考える
 太伯小学校
 太伯地区愛育委員会
 大宮小学校
 大宮地区愛育委員会
 朝日地区愛育委員会
 幸島愛育委員会
 山南中学校区おやこクラブ

光政地区愛育委員会
 光政学区栄養改善協議会
 津田地区愛育委員会
 金田地区愛育委員会
 九幡地区愛育委員会
 政田おやこクラブ
上南歩こう会

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	
健康市民おかやま21 西大寺地域実行委員会		西大寺地域	
取り組むきっかけ			
平成15年健康増進法が改正となり、以前から西大寺地域の健康づくりに取り組んできた医師会、歯科医師会、薬剤師会等の専門団体と、21計画策定に携わったボランティアとが一緒になり、地域の健康づくりに取り組もうと組織された。			
メンバー			
医師会、歯科医師会、薬剤師会、民生委員会、社会福祉協議会、愛育委員連絡会、栄養改善協議会、おやこクラブ、ふれあいセンター、公民館、福祉事務所、地域ボランティア、保健センター			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
西大寺地域全体で活動している	毎月第3木曜日	毎月1回定例会活動により随時	(無)
取り組みテーマ			
「休養・こころの健康づくり」「歯の健康」にテーマを絞って活動。 イベント開催時には、6分野すべてについて取り組んでいる。			
取り組み内容			
<p>「休養・こころの健康づくり」、「歯の健康づくり」をテーマに21の普及啓発や地域の健康づくり運動の推進・地域のネットワークづくりに取り組んできた。21の啓発チラシ・オリジナルグッズの作成配布には初年度より取り組み続け、毎年新しいPRチラシを作成している。また、年2回健康づくりイベント「元気(歯)ハツラツin西大寺」を行ってきた。秋は心の講演会をメインに、春は歯の健康と実践発表会、各種健康チェックと6分野の健康コーナーを設け多くの来場者に健康づくりを広めている。18年度からは、管内幼稚園と連携し歯の衛生週間図画コンクールを行い409人の応募をいただき表彰式を実施。管内5公民館と連携し公民館祭り・文化祭で来場者一人ひとりにPR実施し約3000人に21について伝えた。19年度からは、中学校区単位での活動・管内企業・専門学校との連携をはじめ、地道な草の根活動続けている。</p>			
			
			
			

これまでの【はなまる健康せと21】の取り組み (平成13年～平成18年)

瀬戸支所

～策定までの流れ～

- 平成13年 ・保健センター（旧瀬戸町）内で策定準備開始
- 平成14年 ・瀬戸町健康づくり推進委員会において、
「（仮称）健康せと21」の策定を開始！！
☆ 住民アンケート調査実施
☆ 住民の健康感や思いの吸い上げ
- 平成15年 「はなまる健康せと21」策定
・推進委員を増員し、推進を本格的に開始



～活動の記録～

【重点活動】 ☆からだを動かそう ☆あいさつをしよう ☆朝食を食べよう



ストレッチ体操の普及

運動や体操の普及を楽しく行っています。

体にいい食べ方を若い世代に伝えます。



小学校での出張食育教室

タバコの害を正しく伝えます。



禁煙紙芝居実演

*現在、瀬戸町健康福祉の館を拠点に継続して活動を推進中です！！

地域の皆さんの参加をおまちしています。

いきいきと健やかに暮らすことを目指して...

～具体的な活動～ (平成15年～平成18年)

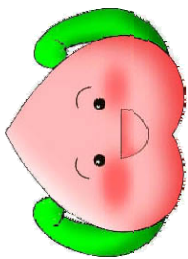
- ・健康づくりモデル地区事業（住民の方の健康感をさきとりました）
- ・広報せとに連載開始（連載34までの連載で広報&普及を行いました）
- ・はなまるあいさつ大作戦の開始（町内各所にポスターを掲示しました）
- ・各種団体への活動の波及（自主的な活動の推進をすすめました）
- ・はなまる健康づくり教室の開始（平成16年から自主クラブになりました）
- ・親子クラブと連携活動の開始（子育て世代へも働きかけました）
- ・イベントでの推進活動（親子・スポーツ・ワイドライブ等でアウトで広報活動しました）
- ・はなまるフェスティバルの開催！！（各種団体が盛り上げました）

健康市民おかやま21 推進年表 地域（西地域）

分野別テーマ	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)
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>運動・栄養</p> <p>H14「健康おかやま西21推進委員会」企画委員会発足 推進委員を公募 定例会12回/年</p> <p>健康おかやま西21推進委員会発足</p> <p>西地域の健康問題より「運動」「栄養」の2本柱で活動を展開</p> <p>妹尾先生の妹尾式動脈マッサージを、簡単にできる運動の一つとして普及</p>	<p>運動・栄養</p> <p>メンバー追加</p> <p>西ふれあいまつりで21PR</p> <p>西がはっしん！健康情報スクエアにて西21の活動状況展示</p>	<p>運動・栄養</p> <p>動脈マッサージパンフレット、西21啓発チラシ（NO.1）作成</p> <p>メンバー追加</p> <p>運動普及応援団づくり講座に西21推進委員が参加 ストレッチ体操の普及</p>	<p>運動・栄養</p> <p>啓発チラシ（NO.2）作成</p> <p>西21の体制を見直し。各中学校区らの代表者が西21推進メンバーとなる</p> <p>食育名言集・食育ソリール作成</p> <p>レディオモモ出演</p>	<p>運動・栄養</p> <p>各地区推進委員が一同に集まり、拡大例会を実施</p> <p>広報テレビ「必見！暮らしナビ」に出演し西21の活動紹介</p> <p>レディオモモ出演</p>
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）	<p>運動・栄養</p> <p>各組織へ声かけ参加</p> <p>健康こうじよ21</p> <p>ふれあい講座8回 歩行マップ作成 ウォーキング大会 推進会議</p>	<p>運動・栄養</p> <p>丈夫で長生き「せのお・みしま」</p> <p>西21推進委員より各組織代表へ声かけ</p> <p>西21で長生きせのお・みしま推進委員会立ち上げ</p> <p>健康講座4回 料理教室1回 ウォーキング4回</p> <p>わくわくクラブ吉備</p> <p>元気ですテキな「みなん・にし」</p> <p>健康講座4回 料理講座4回 ウォーキング4回</p>	<p>運動・栄養</p> <p>健康みなんにし21</p> <p>いきいき健康ウォーキングの会立ち上げ</p> <p>健康講座4回 料理講座3回 ウォーキング2回</p> <p>メンバー追加</p> <p>健康講座3回 ウォーキング2回 吉備っ子まつり、陵南フェスタ参加</p> <p>健康講座2回 料理講座2回 ウォーキング4回 吉備小学校、陵南小学校交流会開催</p> <p>公民館で舞台出演</p> <p>さくら祭り健康21PR</p> <p>男性のための健康講座2回</p> <p>ウォーキング大会</p>	<p>運動・栄養</p> <p>健康こうじよ21</p> <p>ふれあい健康こうじよ講座6回（H19年3月に名称変更） 健康まつりinこうじよ ふれあいウォーキング推進会議 ストレッチ体操の普及、推進会議</p> <p>3世代ウォーキング大会</p> <p>メンバー追加</p> <p>ふれあい健康こうじよ6回 健康まつりinこうじよ ふれあいウォーキング推進会議 ストレッチ体操の普及</p>	<p>運動・栄養</p> <p>夜間ウォーキング</p> <p>ちよこつと歩こうかい 健康講座5回 ポテトトーク講座6回 ふじたふれあいまつり</p>
推進委員会の発足イベントの実施	<p>運動・栄養</p> <p>推進委員会の発足イベントの実施</p>	<p>運動・栄養</p> <p>ふじた健康21</p> <p>伝三朗ウォーク</p>	<p>運動・栄養</p> <p>健康づくりふりふく福田</p> <p>ちよこつと歩こうかい 健康講座5回 ふじたふれあいまつり</p> <p>定例会化</p> <p>健康講座 動脈マッサージの普及</p>	<p>運動・栄養</p> <p>地域住民、地域組織・団体の21への理解が広がる</p> <p>西21と地区21の体制が整備される</p>	<p>運動・栄養</p> <p>メディアを通じて西21をPR ものさしの実施で、学校や企業などとの連携など課題も明確になる</p>

H18年度

活動団体データベース 入力団体



西保健センターと関わりあり・・・計59団体

太字は「21」策定後に発足した団体

健康おかやま西21
ストレッチ西の会

吉備・陵南いきいき21
吉備わくわくクラブ
吉備地区愛育委員会
吉備学区栄養改善協議会
吉備地区おやこクラブ

吉備公民館
陵南地区愛育委員会
陵南学区栄養改善協議会
陵南地区コミュニティ協議会
陵南地区おやこクラブ

妹尾地区愛育委員会
妹尾学区栄養改善協議会
妹尾地区おやこクラブ
妹尾地区コミュニティ協議会
妹尾地区福寿会連合会

妹尾公民館
箕島地区愛育委員会
箕島地区おやこクラブ
箕島地区コミュニティ協議会
丈夫で長生き“せのお・みしま”

興除地区愛育委員会
興除学区栄養改善協議会
興除おやこクラブ
でんでん虫興除
興除公民館
東睦地区愛育委員会
東睦学区栄養改善協議会

東睦おやこクラブ
曾根地区愛育委員会
曾根学区栄養改善協議会
曾根おやこクラブ
曾根地区コミュニティ協議会
東睦老人会
健康こうじよ21



健康みなんにし21
御南地区愛育委員会
御南学区栄養改善協議会
御南地区おやこクラブ

西地区愛育委員会
西学区栄養改善協議会
西地区おやこクラブ
御南西公民館
いきいきウォーキング

福田地区愛育委員会
福田学区栄養改善協議会
福田地区おやこクラブ

ふじた健康21
第一藤田地区愛育委員会
第一藤田地区おやこクラブ
第二藤田地区愛育委員会
第二藤田地区おやこクラブ
第二藤田地区おきずなの会
第三藤田地区愛育委員会
第三藤田地区おやこクラブ
藤田公民館
藤田中学校区月1ウォーキング

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	
健康おかやま西21推進委員会		西地域	
取り組むきっかけ			
<p>「健康市民おかやま21」フォーラム開催を契機に推進委員を公募。21人の推進委員により「健康おかやま西21推進委員会」が発足。西保健センター地域内中学校区全部で、21推進の活動が定着することを目的に取り組みを開始。西地域の基本健康診査からみてきた健康問題より「運動」「栄養」の2本柱で活動を展開していくことになる。</p>			
メンバー			
健康おかやま西21推進委員 17人 (スタート時は21人)			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
西保健センター 保健指導室	第2水曜	毎月1回	有
取り組みテーマ			
“西のまち健康づくりでふれ愛を”			
取り組み内容			
<p>* 妹尾先生の講演会で妹尾式動脈マッサージを学習。各地区で動脈マッサージを実演し、簡単にできる運動の一つとして紹介し広めていっている。</p> <p>* 運動普及応援団づくり講座に参加してストレッチ体操を学習。各地区で機会あるごとにストレッチを実演し、普及し広めている。</p> <p>* 「西がはっしん！健康情報スクエア」にて21の活動状況を展示。</p> <p>* 西ふれあいまつりで、21PR実施。</p> <p>* 食・栄養の普及のため、「食育名言集・食育ツリー」を作成。機会あるごとにPRし参加者に食の短冊を記入してもらい、栄養意識の向上・21PRに努めている。</p> <p>* 西21推進委員会の啓発チラシNo.1No.2作成。</p> <p>* 広報テレビ「必見！暮らしナビ」に出演し西21の活動を紹介。</p> <p>* 各地区推進委員が一同に集まり、拡大定例会を実施。</p>			
			
		<p><食育名言集・食育ツリーと一緒に></p>	
			
		<p><拡大定例会の様子></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	
健康みなんにし21		御南中学校区	
取り組むきっかけ			
御南中学校区は高血圧・糖尿病対策の重点地域とされており、「運動」と「栄養」について地域全体で取り組むことが必要であり、講座や広報を通じて幅広い年齢層に啓発することが求められていることから。			
メンバー			
みなんにし健康講座企画委員、御南・西地区愛育委員会、御南・西連合町内会、御南・西学区栄養改善協議会、御南・西学区老人クラブ連合会、御南・西学区体育協会、健康おかやま西21推進委員、岡山市西保健センター、御南西公民館			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
岡山市立御南西公民館			有・ 無
取り組みテーマ			
無理をすることなく、楽しみながら健康への意識を高め、より多くの人に広げていこう			
取り組み内容			
<p>健康づくりの大切さを広く地域に知らせるため、健康に関する講座の企画や実施を行っている。</p> <p>《平成19年度の取り組み》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・笑顔と健康ピーチピチ 元気でステキな“みなんにし”健康講座（年6回） 内容：計測と目標設定、高齢期からの健康維持について、脂肪をためない料理のこつなど ・5月26日「みなんにし健康まつり」 メタボリックシンドロームについての講演、日常生活における応急処置の実習、健康チェックコーナーなど ・みなんにしディスコン大会（年23回実施） 子どもから高齢者まで誰もが気軽に楽しむことのできるニュースポーツを通じて運動への関心を高め、参加者同士の交流を図っている。 毎月第2金曜日 13～15時、第4土曜日 10～12時 ・イキイキ健康ウォーキング（年8回実施） 4月2日 神道山桜ウォーキング、5月15日 犬飼木堂生家 6月18日 後楽園 ・動脈マッサージやストレッチの普及 健康まつりや健康講座において動脈マッサージ・ストレッチの体験を行っている。 			





6月18日 後楽園ウォーキングの様子

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	
健康こうじょ21推進会		興除学区	
取り組むきっかけ 興除地区は平成12年度の基本審査の結果から糖尿病対策を強化する必要がある地域になっていた。この頃「健康市民おかやま21」の話があり、公民館を中心に計画に参加してもらえるボランティアを募り、また各種団体に声をかけて約10人が集まった。この推進会で健康についての学習会を定期的に行おうと話し合い、今ある「ふれあい講座」を「健康こうじょ21」の講座にした。生活習慣病予防をとりあげて、6分野の中の栄養と運動を取りあげた。			
メンバー 健康問題をテーマにした公民館講座の受講生有志 地域の各種団体(老人クラブ、愛育委員会、栄養改善協議会、元気の出る会等)の有志			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
興除公民館・興除学区内	特になし	会議：年8回 講座：年8回	無
取り組みテーマ 「地域全体の健康づくり」をテーマに、生活習慣病の増加などの地域の問題を少しずつでも解決していき、地域みんなが住み慣れたまちでいきいきと心身ともに健康で、安心して暮せるまちづくりをめざしている。平成19年度は主に運動習慣、肥満・高血圧・高脂血症の改善がテーマ。			
取り組み内容			
○「興除地区ええとこ発見図」の作成 自分たちの住んでいる地域の良さを再発見しようという視点で作成したウォーキングマップ。作成過程で何度も地域を歩くことで、これまであまり意識されていなかった環境資源、歴史資源を再確認するきっかけにもなった。ふれあいウォーキングに継続的に使用している。			
○「ふれあいウォーキング大会」の企画・運営 「興除地区ええとこ発見図」の活用と普及、また世代間の交流やウォーキング習慣のきっかけづくりになることを目的に、平成15年から毎年1回開催している。地域の各種団体からも協力を得て、毎回100人近い参加がある。			
○「けんこうまつり in こうじょ」 広く地域に健康づくりの大切さを呼びかけるために16年度より1年に一度開催している。(健康に関する展示、講演会、健康料理の試食、健康チェックコーナー等)			
○「ふれあい健康こうじょ(旧 ふれあい講座)」の企画・運営 興除公民館との共催で実施している健康づくりをテーマにした講座。興除地区に多いとされる生活習慣病(糖尿病と高血圧)の改善のために、食と運動を主なテーマに学習を続けている。			
○廃油石けんの普及 家庭から持ち寄った廃油で石けんづくりを行い、上記の活動の中で配布している。水環境への関心を高め、また地域の健康の問題が環境の問題とも関わっていることを知ってもらう。			

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	
ふじた健康21		藤田	
取り組むきっかけ			
平成16年度に健康おかやま西21の呼びかけがあり、藤田地区にも結成の機運が高まり平成17年度から活動を開始した			
メンバー			
12人			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
藤田公民館	第3木曜日		(有) 無
取り組みテーマ			
地域住民が心豊かに自分らしく生きられるような健康づくりの輪を広げる			
取り組み内容			
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 月に1回(第3木曜日)定例会を開く ◇ 月に1回(第2月曜日)ウォーキング・ちょこっと一緒に歩こう会で地域の境界線をぐるっと回って歩いて、手作りのマップを作成。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">これから藤田地域一周コース設定で計画的に地域再発見を兼ねて進めます</p> </div>  <ul style="list-style-type: none"> ◇ 公民館や西保健センターと連携して、健康講座を開催し、広く住民へ健康づくりの知識や機会を提供している。19年度は4～6月6回連続のボディータークの講座と7～11月に5回の健康講座を開催する。 ◇ 動脈マッサージの普及のため、地域の他の団体へも出張して指導している。 ◇ 藤田ふれあい祭や公民館の文化祭に活動パネルを展示し動脈マッサージの指導も行いPRに努めている。 ◇ 地域を足で歩いて健康づくりと共に地域の良さを再発見するという活動を子どもたちにも広げられないかということで、8月25日にナイト☆ウォークを計画・実行し、三世代が参加した。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">夏休みのナイトウォーキングは中学校の理科に先生が率先参加してくれて「星空観察」をしながら妹尾川を歩きました。そういえば「親子でこんなふうにゆっくりと歩くことはなかったなー」感動の楽しい夏休みの終わりでした。</p> </div> 			

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
丈夫で長生き せのお・みしま	妹尾・箕島

取り組みきっかけ
西21推進委員のメンバーが公民館に相談し、理解と協力を得て、中学校区での健康づくりに取り組みることになった。

メンバー
原田潤作 草深幸夫 佐藤育子 佐藤京子 平井みゆ子 原敏子 石井マ子
浅越征男 佐藤毅 浅越睦子 草深登代子 真野洋子

活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
妹尾公民館	第3月曜日	健康講座年6回	有 (無)

取り組みテーマ
運動・栄養・こころ

取り組み内容
○健康講座 年6回 一般講座 と 男性のための講座(2回)
(テーマに合わせた講師の講話 (調理実習
運動では簡単な実技指導 (ティスコン体験
3世代ウォーキング大会

○公民館展で舞台出演
(ストレッチ体操)

○さくらまつり参加
(愛育委員会と共に)
(健康21 PR)



○ティスコンクラス立ち上げ
(H18年12月)


H18.10月28日(土)公民館展の舞台上でストレッチ体操

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	
わくわくクラブ吉備～吉備陵南いきいき21		吉備中学校区	
取り組むきっかけ			
地域に高血圧の人が多いため、生活習慣病の改善を図り予防することによって健康で自分らしく生きるための健康づくりに取り組む活動の推進。			
メンバー			
わくわくクラブ 吉備陵南いきいき21メンバー			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
吉備公民館	年6回		有・無
取り組みテーマ			
運動 栄養			
取り組み内容			
<p>わくわくクラブ吉備～吉備陵南いきいき21</p> <p>「運動栄養」をテーマとして、年1度企画会の実施。</p> <p>1.運動は、①ウォーキング、②動脈マッサージ、③ストレッチ ④卓球(自主活動)⑤今後テキストコンの実施をいたします。</p> <p>2.栄養は、毎年2回以上の料理教室の実施。</p> <p>①吉備陵南小学校で「朝ごはん食べたかな？」のイベント実施。</p> <p>②吉備陵南小学校先生との交流会の実施。</p> <p>③今年度も吉備小学校 吉備っ子まつり 陵南小学校 陵南フェスタ への参加。</p>			



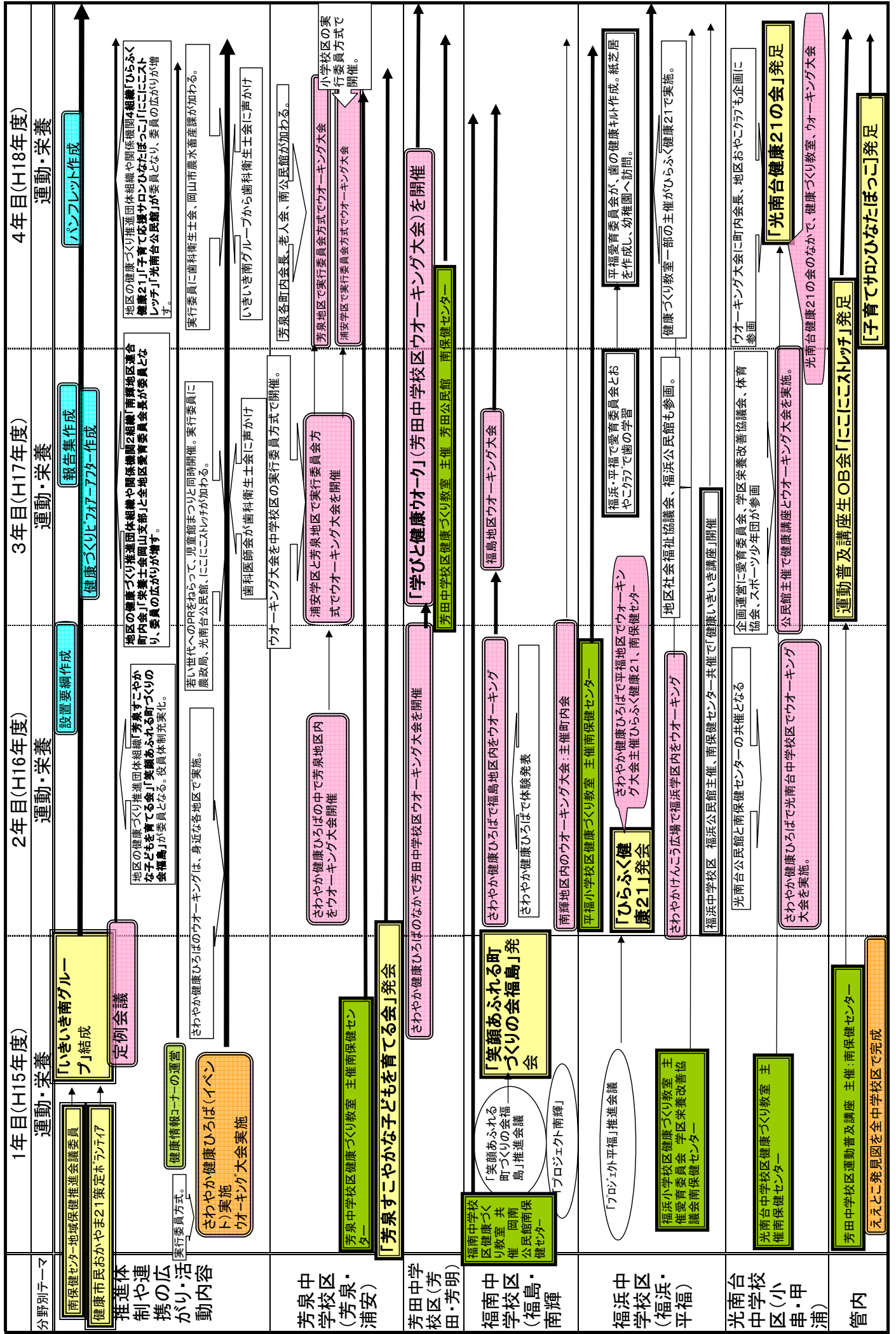
健康市民おかやま21 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
ストレッチ西の会		藤田、興除妹尾福田 御南、吉福6中学校区	
取り組むきっかけ			
運動に関する知識と技術を身につけ地域の運動普及を図り健康づくりを広めることを目的とする。			
メンバー			
会長 1名、副会長 2名、書記 1名 推進員 20名 合計 24名			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
西ふれあいセンター、健康おかやま西21	年3回程度	健康教室 イベント参加	有・無
取り組みテーマ			
ストレッチを通じてイベントへの参加と健康づくりの普及活動			
取り組み内容			
<p>平成17年 運動普及応援団づくり講座への参加。 ストレッチに関する知識、技術の修得。</p> <p>平成18年 ストレッチ西の会発足。 各中学校区公民館行事、イベントへの参加。 普及活動の推進。</p> <p>① 西ふれあいまつり 11年5日参加 ② 健康市民おかやま 西川マイプラザ 1月28日参加</p> <p>平成19年 ① 御南西公民館健康まつり 5月26日参加 ② 興除健康まつり 9月2日参加</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	
灘崎学区栄養改善協議会 西地域愛育委員連絡会灘崎支部		灘崎中学校区	
取り組むきっかけ			
灘崎中学校区は、健康市民おかやま21の推進委員会は組織化していない状態であるが、健康に取り組む組織・関係機関が協力し合いながら、21を地域に広め、3世代で取り組める健康づくりにを目標している。			
メンバー			
灘崎学区栄養改善協議会、西地域愛育委員連絡会灘崎支部、灘崎支所保健福祉課、灘崎町公民館			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
灘崎町総合福祉センター 灘崎町公民館	なし	2～3ヶ月に 1回	有・ <u>無</u>
取り組みテーマ			
健康を通じて地域のつながりを広げていこう			
取り組み内容			
灘崎学区栄養改善協議会 《平成19年度の取り組み》 子どもを食で育てよう <ul style="list-style-type: none"> ・ スポーツをしている子どもを持つ保護者にアンケートを実施 ・ 親子料理教室で米大使を招待、食育を普及 ・ 地元のNPOの新聞で、21のコラム作成 ・ ほっと灘崎ふれあい祭りで郷土料理「ふな飯」を振る舞い、食文化の継承を目指す 			
西地域愛育委員連絡会灘崎支部 《平成19年度の取り組み》 元気な地域づくり <ul style="list-style-type: none"> ・ 風光明媚な灘崎をウォーキングで再発見！！ ・ ほっと灘崎ふれあい祭り「21ブース作成」 たばこの害を知ってもらおう 			
灘崎町公民館・灘崎支所共催			
<ul style="list-style-type: none"> ・ HAPPYなださき健康の輪（年2回） 内容：自分の健康状態を知ろう！ 健康おかやま西21から21に関心を持つ 灘崎町住民との交流 「広げよう21の輪」 			

南地域健康市民おやかま21推進会議「いきいき南グル-1」



H18年度

活動団体データベース 入力団体

南保健センターと関わりあり・・・計97団体

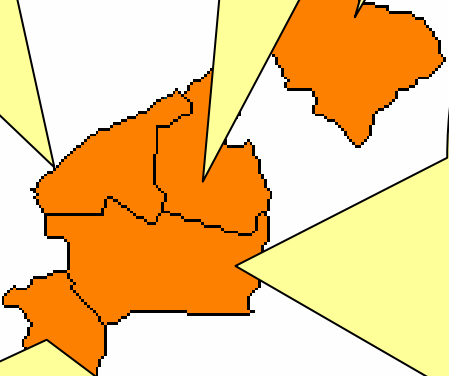
太字は「21」策定後に発足した団体です



いさいき南グループ
 さわやか健康ひろば実行委員会
 にこにこストレッチ
 南ふれあいセンター
 南ふれあいセンター児童館
 子育て応援サロン「ひなたぼっこ」
 中四国農政局

ひらふく健康21 平福地区愛育委員会 平福学区栄養改善協議会
 平福学区連合町内会 平福学区婦人会 平福学区体育協会
 平福学区民生委員会 平福学区交通安全母の会 平福学区老人クラブ
 平福学区保護司会 平福学区子供会育成会 平福学区子育てひろば
 平福地区おやこクラブ
 福浜地区愛育委員会 福浜学区栄養改善協議会 福浜学区連合町内会
 福浜学区体育協会 福浜学区婦人会 福浜学区交通安全母の会
 福浜地区社会福祉協議会 福浜地区おやこクラブ 福浜元氣のでる会
 福浜公民館 福浜地区ウォーキング大会実行委員会
健康いさいき講座実行委員会

学びと健康ウォーク
 芳田地区愛育委員会 芳田学区婦人会
 芳田学区栄養改善協議会 芳田学区協議会
 芳田地区連合町内会 芳田学区協議会
 芳田地区社会福祉協議会 芳田学区PTA
 芳田小学校 芳田地区おやこクラブ
 芳田学区体育協会 芳田地区おやこクラブ
 芳田地区愛育委員会 芳田地区おやこクラブ
 芳田地区栄養改善協議会 芳田学区体育協会
 芳田学区連合町内会 芳田学区協議会
 芳田地区社会福祉協議会 芳田学区協議会
 芳田小学校PTA 芳田地区おやこクラブ
 芳明っ子フリースクール
 芳田公民館 JA岡山芳田支所



笑顔あふれる町づくりの会福島
 福島地区愛育委員会 福島学区栄養改善協議会
 福島学区連合町内会 福島学区体育協会
 福島地区社会福祉協議会 福島学区老人クラブ
 福島学区婦人会 福島学区子供会育成連絡協議会
 福島地区おやこクラブ 福島小学校PTA
 南輝地区愛育委員会 南輝学区栄養改善協議会
 南輝学区連合町内会 南輝学区体育協会
 南輝学区交通安全母の会 岡南公民館

芳泉すこやか子どもを育てる会 芳泉地区愛育委員会
 芳泉学区栄養改善協議会 芳泉学区連合町内会
 芳泉学区老人会 芳泉学区民生委員会
 芳泉学区交通安全母の会 芳泉学区おやこクラブ
 芳泉地区ウォーキング実行委員会 浦安地区愛育委員会
 浦安学区栄養改善協議会 浦安学区連合町内会
 浦安学区交通安全母の会 南公民館

小串地区愛育委員会 小串学区連合町内会 小
 串学区体育協会 小串地区おやこクラブ
 甲浦地区愛育委員会 甲浦学区栄養改善協議会
 甲浦地区おやこクラブ 甲浦学区連合町内会
 甲浦学区体育協会 光南台健康21の会
 光南台公民館 光南台元氣のでる会



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		
いきいき南グループ		南地域		
取り組むきっかけ				
<p>平成14年度に「健康市民おかやま21」が策定された時に、地域住民を対象として「健康市民おかやま21」の広報イベントを行った。このイベントを企画運営するために、健康市民おかやま21策定ボランティアと南地域保健推進会議委員に呼びかけ、実行委員会を立ち上げた。イベント終了後のまとめの会において、「健康市民おかやま21」活動の継続的な普及啓発を目的とした組織づくりの提案があり、平成15年に「いきいき南グループ」を結成した。</p>				
メンバー				
<p>岡山市医師会連合会、市内歯科医師会連合会、市薬剤師会、民生委員・児童委員協議会、南地域愛育委員協議会、地区社会福祉協議会、栄養改善協議会、南ふれあいセンター、南公民館、南福祉事務所、健康市民おかやま21ウォーキングメンバー、芳泉すこやかな子どもを育てる会、笑顔あふれる町づくりの会福島、南輝地区連合町内会、岡山県栄養士会岡山市支部、ひらふく健康21、光南台公民館、光南台健康21の会、福浜・福島・平福・南輝・浦安・芳泉・芳田・芳明・小串・甲浦地区愛育委員会、子育て応援サツ「ひなたぼっこ」、にこにこストレッチ、南保健センター</p>				
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約	取り組みテーマ
南ふれあいセンター及びその館内	不定期	年8回程度	有	6分野
取り組み内容				
<p>平成15年度</p> <p>結成の年であり「健康市民おかやま21」の認知度を高めることを中心に取り組みました。イベント「さわやか健康ひろば」を行う際も、地域の方々の関心が高いと思われる「運動」をテーマとして採用し、高齢者から幼児まで多世代の参加ができるよう、ウォーキングの距離の設定など企画し工夫しました。</p>				
<p>平成16年度</p> <p>前年度のイベントのまとめの会において、「ウォーキング大会は南ふれあいセンター近辺1箇所ではなく、地元で行いたい。」との声があり、各中学校区でのウォーキング大会をできるよう目標をたて取り組みました。</p>				
<p>平成17年度</p> <p>更なる「健康市民おかやま21」の広がりを目指し、地域の組織づくり（小学校区単位）と世代の広がり（特に子育て世代）を中心に取り組みました。</p> <p>地域の組織づくりでは、既存の地域組織との連携を強めるため、「いきいき南グループ」の趣旨や内容を地域の方が理解しやすくするために、要綱や報告集を作成しました。</p> <p>また、子育て世代へのアプローチの強化として、イベントを児童館まつりとの同時開催にしました。</p>				
<p>平成18年度</p> <p>過去3年での取り組みの成果として、健康市民おかやま21の認知度の向上とイベント参加数の増加がありました。その成果を踏まえ、市民のバランスのとれた食生活や運動などの習慣化を支援するために、前年度作成した「健康づくりビフォーアフター」の普及と広報用のパンフレット（大人用と子ども用）の作成を行いました。</p>				
<p>今後に向けて</p> <p>今後は、健康づくりの輪の広がりと同時に、関わった方々との連携を深めていくことを中心に取り組みます。また、各小学校区での健康市民おかやま21の組織化やパンフレットを活用した普及活動、中学生とのたばこの害についての共同学習など積極的に行っていきます。</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	
「笑顔あふれる町づくりの会」 福島		福南中学校区 福島学区	
取り組むきっかけ			
岡山市が策定している「健康市民おかやま21」の運動を推進するため、平成15年7月、岡南公民館において、南保健センター主催で「男性のための健康講座」が開かれ、講座終了後「笑顔あふれる町づくりボランティア」の募集要請があり、福島学区より8名の方が参加することとなった。平成15年10月10日第1回のプロジェクト企画会議を開催し発足した。			
メンバー			
平成19年4月1日現在 理事 17名 推進委員 23名 計 40名			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
福島小学校正門・東門・学校北横断歩道 築港栄町和興ビル前・南郵便局前・テナヤビル前・タウン北	第1・3月曜日 毎月10日頃	月 2回 月 1回	内規 <input checked="" type="checkbox"/> ・無
取り組みテーマ			
あいさつ先手運動（こころの健康づくり）（運動）			
取り組み内容			
<p>◎まず最初の取り組みとして、「あいさつ先手運動」とした。一番に小学校校門で登校する児童に対してのあいさつ実施とした。毎月第1・3月曜日を活動日と定め実施している。</p> <p>正門・東門・北西横断歩道の3ヶ所に別れて実施している。</p> <p>平成18年度 21回 参加者439人 19年7月末まで 6回 172人です。</p> <p>◎中学生登校時の声かけ実施・・・築港栄町の3ヶ所の交差点において声をかけ、あいさつと交通安全指導を実施している。「毎月10日の交通安全の日」を中心に実施している。</p> <p>平成18年度 11回 参加者180人 19年7月末まで 4回 60人参加。</p> <p>◎定例理事会開催・・・毎月1回理事会を開催し、本会の運営や今後の活動計画を協議決定している。</p> <p>◎PR用の横断幕作成・・・幅0.9m 長さ10mの横断幕を作成し、小学校行事・体協の行事等の場合皆の良く目につく場所に掲示して本会の活動の理解を得るようにしている。</p> <p>◎ポスターの作成と掲示・・・ポスターを100枚作成し、各町内会の掲示板や公民館等に掲示している。また、各町内の病院・銀行・郵便局・商店・美容院・理髪店等において掲示して本会の活動を支援して戴いている。</p> <p>◎ノボリ旗の作成・・・今年度に入ってから、PR用にノボリ旗を10本作成して、小学校校門での活動や、中学生の声かけ運動時に携帯持参して活用している。</p> <p>◎学区ウォーキング大会・・・学区ウォーキング大会開催日には、ノボリ旗の設置と撤去・各交差点や横断歩道でのコース誘導・交通事故防止等の活動を実施している。</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	
ひらふく健康21		平福学区	
取り組むきっかけ 従来は学区内各種団体（別記参照）が、それぞれ団体別に事業計画・活動目標を掲げ、各種事業を展開して来たが、平成16年平福コミュニティハウスの完成により、学区の各種団体が一堂に会し、会議及び協議をする拠点が出来、学区は勿論、関連の小団体等も利用し、各種会合が活発に行われるようになった。その各種団体が健康づくりを推進していこうと『ひらふく健康21』を立ちあげた。			
メンバー 平福学区連合町内会、連合婦人会、体育協会、愛育委員会、栄養改善協議会、民生委員、児童委員協議会、交通安全母の会、老人クラブ連合会、保護司会、子供会育成会、子育て広場、親子クラブ、仲よし会 他			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
平福コミュニティハウス 平福小学校（校庭・運動場）			有・ <input type="checkbox"/>
取り組みテーマ 健康（日々の食生活・・・生産から献立まで）・ラジオ体操からウォーキングまで（早朝ラジオ体操、学区（町内）運動会、旭川堤防ウォーキング等）・健康づくり（6分野）			
取り組み内容 <ul style="list-style-type: none"> ・H19. 6. 22（金） 平福健康講座『運動から得られるもの』 三浜整形外科医院 久永和孝氏 ・H19. 11. 11（日） 学区グランドゴルフ大会 平福小学校校庭 『若者から老人まで』 ・H19. 11. 18（日） 学区ウォーキング大会 旭川河川敷 4コース設定 <p>【 今後の課題 】</p> 健康教育講座を地域の在住のお医者さんに講師を順番にお願いして、一緒に学区の健康づくりのために講座を開いて行く予定にしております。次回は歯の健康について行います。			
			

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																																					
光南台健康21の会		光南台中学校区(南保健センター管内)																																					
取り組むきっかけ																																							
<p>16年度に公民館と保健センターとの共催でウォーキング講座を実施。 17年度には、保健師より公民館主催の健康講座の企画を通して住民とともに「健康市民おかやま21」の推進を図ることを提案された。公民館も一緒に取り組んでいきたいということで、光南台エリアの健康状況を基にテーマを決め健康づくり実行委員会がスタート。 18年度1月にその実行委員会から「光南台健康21の会」として発会。19年度より月1回の活動開始。</p>																																							
メンバー																																							
<p>甲浦学区：愛育委員会会長・副会長、連合町内会、体育協会、おやこクラブ、栄養改善協議会（H18年度まで） 小串学区：愛育委員会会長・副会長、連合町内会、体育協会、おやこクラブ 健康づくり講座生</p>																																							
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約																																				
光南台公民館	第2月曜日	月1回程度	有・ 無 （作成予定）																																				
取り組みテーマ																																							
毎年基本健康診査の結果を基にテーマを決定。																																							
取り組み内容																																							
16年度	17年度	18年度	19年度																																				
<table border="1"> <tr><th>回</th><th>内容</th></tr> <tr><td>1</td><td>ウォーキングについて</td></tr> <tr><td>2</td><td>歩いてみよう1</td></tr> <tr><td>3</td><td>歩いてみよう2 ～さわやか健康広場とともに～</td></tr> </table> <p>講座の企画段階から地区の愛育委員会が参加。前年度に作成された『ええとこ発見図』をもとに、ウォーキング講座を実施。</p>	回	内容	1	ウォーキングについて	2	歩いてみよう1	3	歩いてみよう2 ～さわやか健康広場とともに～	<table border="1"> <tr><th>回</th><th>内容</th></tr> <tr><td>1</td><td>ファミリーウォーキング大会</td></tr> <tr><td>2</td><td>肝臓にやさしい料理</td></tr> <tr><td>3</td><td>肝臓とアルコール ～医師によるお話とアルコールパッチテスト～</td></tr> <tr><td>4</td><td>アルコールパッチテスト (文化祭体験コーナーにて)</td></tr> </table> <p>肝臓がんのSMRが高いため肝臓病予防をテーマに実施。また、文化祭で健康のブースを設ける。(保健師参加) 愛育委員会だけでなく、栄養改善協議会や連合町内会・体育協会などもウォーキング大会へ協力。</p>	回	内容	1	ファミリーウォーキング大会	2	肝臓にやさしい料理	3	肝臓とアルコール ～医師によるお話とアルコールパッチテスト～	4	アルコールパッチテスト (文化祭体験コーナーにて)	<table border="1"> <tr><th>回</th><th>内容</th></tr> <tr><td>1</td><td>歯が元気！ めざせ歯ッピーライフ</td></tr> <tr><td>2</td><td>食べられる口を保とう ～お口に合わせた食べ物は？～</td></tr> <tr><td>3</td><td>ウォーキング大会</td></tr> </table> <p>3才児健診などの結果より、長年う歯罹患率が高いため、歯を含めた口内の健康をテーマに実施。昨年度同様、文化祭で健康のブースを設ける。(保健師、歯科衛生士参加) 公民館職員がいきいき南グループに参加。(PRパンフの一面を担当) 実行委員メンバーにおやこクラブが参加。</p>	回	内容	1	歯が元気！ めざせ歯ッピーライフ	2	食べられる口を保とう ～お口に合わせた食べ物は？～	3	ウォーキング大会	<table border="1"> <tr><th>回</th><th>内容</th></tr> <tr><td>1</td><td>健康市民おかやま21について ～予防のための運動～</td></tr> <tr><td>2</td><td>メタボリックシンドロームを防ぐには ～どんな食事がいいの？～</td></tr> <tr><td>3</td><td>さようならメタボリックシンドローム ～体験談を聞こう～</td></tr> <tr><td>4</td><td>ウォーキング大会</td></tr> </table> <p>女性の肥満・高血圧が多いのでメタボリックシンドロームをテーマに実施。 光南台健康21の会が立ち上がり、メンバーが中心となって講座の内容等を企画。月1回の定例会を持っている。 公民館職員とともに、会代表がいきいき南グループに参加している。(9月～)</p>	回	内容	1	健康市民おかやま21について ～予防のための運動～	2	メタボリックシンドロームを防ぐには ～どんな食事がいいの？～	3	さようならメタボリックシンドローム ～体験談を聞こう～	4	ウォーキング大会
回	内容																																						
1	ウォーキングについて																																						
2	歩いてみよう1																																						
3	歩いてみよう2 ～さわやか健康広場とともに～																																						
回	内容																																						
1	ファミリーウォーキング大会																																						
2	肝臓にやさしい料理																																						
3	肝臓とアルコール ～医師によるお話とアルコールパッチテスト～																																						
4	アルコールパッチテスト (文化祭体験コーナーにて)																																						
回	内容																																						
1	歯が元気！ めざせ歯ッピーライフ																																						
2	食べられる口を保とう ～お口に合わせた食べ物は？～																																						
3	ウォーキング大会																																						
回	内容																																						
1	健康市民おかやま21について ～予防のための運動～																																						
2	メタボリックシンドロームを防ぐには ～どんな食事がいいの？～																																						
3	さようならメタボリックシンドローム ～体験談を聞こう～																																						
4	ウォーキング大会																																						
<ul style="list-style-type: none"> ・学校PTAとの連携 ・住民主体の活動への移行 ・他組織との交流や情報交換(いきいき南グループへの参加を通して) 																																							

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	
芳田中学校区 学びと健康ウォーク		芳田・芳明小学校区	
取り組むきっかけ			
平成15年の健康市民おかやま21が、平成16年に各中学校区でウォークを始めるという事になり、芳田中学校区は、いいとこ発見図で、地域の人達との出会いがあったので、運動をすることで、新しい地域の人達との出会いと考え、老若男女が参加出来る方法を考えました。			
メンバー			
芳田・芳明社会福祉協議会 芳田・芳明連合町内会 芳田・芳明愛育委員会		芳田・芳明栄養改善協議会 芳田・芳明体育協議会 芳田・芳明小中学校 PTA 芳田公民館 他	
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
芳田公民館 等	2ヶ月に1度	毎月又は月2回	無
取り組みテーマ			
いいとこ発見図をもとに、運動と学びを基本として地域の輪を広げることです。			
取り組み内容			
<p>毎年10月の第一日曜に実施します。 芳田中学校区の芳田小学校区と芳明小学校区が1年毎に交代で、小学校区内でウォーキングの場所を決めます。芳田小学校、芳明小学校、芳田中学校にも協力をさせていただきます。 各団体から実行委員を出してもらい、実行委員が月に1回程度集まり、話し合います。 ウォーキングの場所が決定すると、事前に実行委員が、歩数・時間・交通事情を落とし込みながら歩きます。テーマが運動と学びを基本としていますので、歩く道程で学ぶ場所もチェックします。 チェックしたことを歩く人達に伝えるため、実行委員の手作りのしおりを作ります。簡単な冊子ですが、学ぶ場所の説明書きのページと、参加者が思い出を綴るページを作り、思い出として残してもらえるようにしています。 実行当日は、ニコニコストレッチの人にウォーキングの前にストレッチをしてもらい、往復60分の道程を歩きます。ウォーキング終了後は、各自でおにぎりを握り、地域の野菜がたくさん入った具たくさん豚汁をそえて食べます。 参加した老若男女が運動習慣としてウォーキングを継続されることを目標としています。</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	
芳泉すこやかな子どもを育てる会		南地域	
取り組むきっかけ			
<p>芳泉地域は、保育園・幼稚園・小学校・中学校・高等学校が隣接しているという地理的条件に恵まれ、地域内に南公民館、南保健センター、南警察署等の施設もあり、地域づくりの輪を作りやすい環境にあります。やはり子どもたちの心やからだの健康問題の改善には、地域ぐるみで取り組むことが有益であると考え、地域の学校園をはじめ愛育委員や保健関係機関の代表者たちで本会を立ち上げました。</p>			
メンバー			
<p>芳泉中学校区内の保育園・幼稚園・小学校・中学校・高等学校・学校医・学校歯科医・学校薬剤師・各種団体(町内会・交通安全母の会・愛育委員会・栄養改善協議会・児童委員民生委員・南警察署・南公民館・南保健センター)等</p>			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
芳泉中学校区内	不定	総会年2回程度、小委員会随時	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> 有 </div> 無
取り組みテーマ			
<p>栄養・食生活・運動・休養・ころ・タバコについての取り組み</p>			
取り組み内容			
<p>●体系図</p>	<p>●活動内容</p> <p>総会の開催、感染症対策、研修会、思春期相談、イベント、出前講座、広報活動、情報交換会 保健行事の公開、地域住民の交流 調査研究活動、その他</p> <p>●今後の活動・意気込み</p> <p>本会も5年目を迎え、これまでの振り返りとともに、だんだんと連携の輪が広がりを見せ、本会の充実と地域の方々のご協力を改めて実感しています。</p> <p>本会の活動を通して、子どもを取り巻く家庭・学校・地域とがしっかりと手を取り合い、そしてすこやかな子どもの成長を願って今後とも頑張っていきたいと思っています。</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	
にこにこストレッチ		南地域	
取り組むきっかけ			
平成16年度南地域運動普及応援団づくり講座(4回シリーズ)を実施し、講座終了後に今後も継続していきたいという意見にまとまり、会の名前を「にこにこストレッチ」と決めて、月一回の定例会を実施することになる。			
メンバー			
平成16年度南地域運動普及応援団づくり講座OG等 7~10人程度			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
南ふれあいセンター 等	毎月第4火曜日	1回/月 程度	有・ <input type="checkbox"/> 無
取り組みテーマ			
身体活動・運動			
取り組み内容			
<p>平成17年度は、「健康市民おかやま21」の「身体活動・運動」の分野を推進することを共通認識し、地域の健康教育、ウォーキング大会でストレッチを実施し、運動の大切さを伝えていった。</p> <p>また、リズム体操「365歩のマーチ」を開発し、障害者スポーツ大会で披露したり、公社の児童館祭りと同時開催した「さわやか健康広場」でのストレッチ等の披露で、幅広い世代を対象とした運動普及に努めている。</p> <p>平成18年度は、「健康市民おかやま21」の「ももっち体操」をアレンジし、6分野の中の「身体活動・運動」のバージョン「ももちゃん体操」をつくり、運動普及に努めている。</p> <p>平成19年度は、ふれあい公社から地域で行うストレッチ教室の補助の依頼や、芳泉すこやかな子どもを育てる会からの健康体操の開発の協力の依頼を受けている。</p>			
<p>今後の取り組み</p> <p>基本健康診査の結果を受け、今後とも運動の普及に取り組んでいきたい。</p>			
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>オープン参加をしています。お気軽に、ご参加ください。</p> </div>			
			

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	
南地域愛育委員連絡会		南地域	
取り組むきっかけ			
<p>平成13年に作製したウォーキングマップがきっかけで、「ええとこ発見図」が全市に広がり、南地域の全地区完成。また、各種研修会、ウォーキング大会、健康講座に21の視点を取り入れている。今年度は中間年を迎え、21の原点を見直し、他団体と連携をとりながら、「住民主体の健康づくり」を目指している。</p>			
メンバー			
南地域愛育委員会 10名			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
南保健センター メンタルサポートルーム	不定期	月1回程度	有 無
取り組みテーマ			
6分野すべて			
取り組み内容			
<p><15年度> ・全中学校区でええとこ発見図を作成しウォーキング大会開催。 ・健康づくりキルトを18年度まで毎年作成。</p> <p><16年度> ・さわやか健康ひろばで各中学校区ごと一斉にウォーキング大会を開催。</p> <p><17年度> ・愛育会長全員が21推進会議「いきいき南グループ」に加入。 ・ウォーキング大会→各中学校区ごと開催 ・愛育委員保健師合同研修会で「健康指標でみる私たちのまちの特性～一人でできること、みんなでできること」をテーマに講演とグループ討議を行う。</p> <p><18年度> ・ウォーキング大会→各小学校区単位での開催地区が増え、連合町内会長が実行委員長に。連合町内会長ぬきでは健康的な地域づくりは考えられないという機運が高まる。 ・地域別研修会でこころの健康づくりをテーマに当事者の体験発表を聞き、ぱるスペースMOMOを見学。 ・新任愛育委員研修で、「思春期の子どもたちへ」をテーマに学校と連携して開催。会長が各学校へチラシを持参し声かけ、校長、養護教諭等8人出席。</p> <p><19年度> ・連合町内会と連携し、研修会を開催。町内会長10人、愛育19人、保健師8人出席。住民主体の健康的な地域づくりについて話し合い、方向性が共有できた。また、町内会長に愛育活動についての理解が深まった。</p> <p>今後において……21の原点を見直すこと、主体的な活動になるよう情報交換を深めること、他団体（企業・学校・公民館等）との連携をすすめることが今後の課題！</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
南保健センター管内の学区栄養改善協議会 芳田・芳明・福浜・平福・福島・南輝・浦安・芳泉	南保健センター管内
取り組みテーマ	
栄養・食生活、身体活動・運動	
取り組み内容	
<p>南保健センター管内の学区は、こどもの多い学区や高齢者の多い学区など人口構成は学区により異なります。また、学区によって健康課題も違います。</p> <p>学区栄養改善協議会では、学区の特色にあわせて、幼児期、学童期、成人、高齢者にいたる地域住民を対象に食生活の知識の普及をはかっています。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; text-align: center;"> <div data-bbox="261 797 384 853">幼児期</div> <div data-bbox="528 797 651 853">学童期</div> <div data-bbox="794 797 917 853">成人</div> <div data-bbox="1102 797 1225 853">高齢者</div> </div> <p>☆食育では、町内のこども、幼稚園、小学生を対象に食育ガイドブックを使って料理教室を実施し、健康を守るための食事のとり方や選び方など食生活の伝承をしている。 (芳田・芳明・福浜・平福・福島・南輝・浦安・芳泉)</p> <p>☆一人暮らし高齢者へ手作り弁当を配食している。 (芳明・平福・福島・南輝・芳泉)</p> <p>☆元気な高齢者には、いきいきサロンにおいて楽しい会を実施。又、地域包括支援センターとタイアップしている学区もあり。(芳田・福島)</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>☆生活習慣病予防のために男性自身が積極的に調理するきっかけとなるよう男性料理講習会実施。参加者も多く、月一回の実施の要望もあり。(芳田・芳明・福浜・平福・福島・南輝・浦安・芳泉)</p> <p>☆中学校区健康づくり教室に参画(芳田・芳明) 「5才若返るヘルシーライフ」のタイトルでメボリックシフトロームについて勉強。栄養編では、約500kcalのお弁当をつくり、一口30回の咀嚼で食べると満足感が得られる体験をした。</p> </div> </div> <p>☆地区ウォーク大会への協力等 (芳田・芳明・福浜・平福・福島・南輝・浦安・芳泉) 学びと健康ウォークで名所・旧跡を訪ね、普段見過ごしていた所も再発見でき地域の絆が深まった。</p> <p>☆地区の健康市民おかやま21推進団体へ加入。(平福・芳泉)</p> <p>☆イベント「さわやか健康ひろば」において、正しい食生活の普及と試食づくり。又、健康寸劇「ありちゃんときりちゃん健康談義」は、アリときりぎりすになぞらえ分かりやすく健康市民おかやま21の6分野の中の食と運動の大切さを演じた。</p> <p>☆南保健センター管内健康市民おかやま21推進団体「いきいき南グループ」へ1名委員として出席。</p> <p>★今後は、若い世代の人たちにもBMIを知ってもらい、やせすぎ・太りすぎに気をつけてもらいたい。又、栄養成分表示のお店が増えるように普及啓発運動を行っていきたい。</p>	

健康市民おかやま 2 1 地域での取り組み事例

組織・グループ名		地域	
芳泉地区愛育委員会		南地域	
取り組むきっかけ			
岡山市愛育委員協議会から「ええとこ発見図」の作成について提案があり、芳泉地区愛育委員会も「ええとこ発見図」の作成活動に取り組んだ。その後、出来上がった「ええとこ発見図」を活用して毎年愛育委員会定例会の中で健康ウォーキングを開催している。			
メンバー			
芳泉地区愛育委員、芳泉地区の一般住民			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
芳泉地区を中心として浦安方面をウォーキング	10月の第2火曜日	年1回	(有) 無
取り組みテーマ			
「健康ウォーキング」(運動・身体活動)			
取り組み内容			
<p><留意点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・多数の人が参加しやすい季節を選ぶ ・徒歩時間は往復で1時間～1時間半を設定 ・途中休憩時間を設ける <ul style="list-style-type: none"> ①休憩のみのときは20分間 ②研修として施設見学や講話を取り入れた場合は40分～1時間 ・出発前は準備体操、終了後は整理体操を実施 <p><活動内容></p> <p>人数が多く列が長くなると事故や交通の妨げとなるため、休憩をとり状況を把握しながら歩く。また目的地の設定コースによっては施設見学などの研修を入れることで休憩をかねている。</p> <p>普段歩かないような少し遠くまでのウォーキングをすることで健康づくりに取り組めることはもちろんのこと、道中にその季節の空気を肌を感じながら道端の草花を觀賞したり、おしゃべりをしたりする中で地域での仲間づくりもでき、ウォーキングを終えて帰ってきたときは「運動をした」という清々しい気持ちと「楽しく一緒にがんばった」という仲間意識が得られ地域づくりにもつながっていると思われる。</p>			

	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)
推進体制や連携の広がり、活動内容	健康づくりキルト 協議会1枚 地域5枚作成	協議会1枚 地域5枚作成	地域1枚作成	地域11枚作成	地域1枚作成
健康づくりキルト	健康づくりキルト作成体験 健康づくりキルト作成体験	健康づくりキルト作成体験	健康づくりキルト作成体験	健康づくりキルト作成体験	健康づくりキルト作成体験
ええとこ発見図	ええとこ発見図 33地区28枚作成	ええとこ発見図活用事例発表・キルト展示・体験、ええとこ展示・屋台販売	ええとこ発見図展示、お手玉作り	ええとこ発見図展示	ええとこ発見図展示
情報誌aj	情報誌aj	情報誌aj	情報誌aj	情報誌aj	情報誌aj
イベント協力	イベント協力	イベント協力	イベント協力	イベント協力	イベント協力
各地域・地区の21推進委員会や協議会役員として普及啓発活動に参加	中央地域 北地域 東地域 西大寺地域 南地域	中央地域 北地域 東地域 西大寺地域 南地域	中央地域 北地域 東地域 西大寺地域 南地域	中央地域 北地域 東地域 西大寺地域 南地域	中央地域 北地域 東地域 西大寺地域 南地域
評価(すすんだこと)	普及啓発グッズ作成	普及啓発グッズの活用 地区の健康課題の把握	地域の健康課題に基づいた健康づくり活動の展開	地元組織とのネットワークが広がる	推進組織の中核を担った地域活動の展開



全市の健康状況や地域の21推進の取り組みを掲載！！

各種イベント等で展示し21の普及啓発！！
地元ウオーキング大会や歩く会で活用！！地元組織と共同実施のウオーキング大会は地域のネットワークづくりに一役買っている！！

推進体制や連携の広がり、活動内容(各地区)

各地域・地区の21推進委員会や協議会役員として普及啓発活動に参加

健康づくりキルト

ウオーキング大会・地元組織とのネットワークづくり

南地域全体でウオーキング大会

中学校区単位でウオーキング大会

連合町内会と一緒にウオーキング大会

連合町内会長と地区の健康課題について合同研修実施

基礎活動への取り組み

禁煙啓発キルト制作

保育園・幼稚園で禁煙教育

歯周疾患への取り組み

地域特性を勉強。女性の喫煙率高い！！

小字地区別健康教育
開こもり等高齢者訪問活動

おへそプロジェクト

災害時要支援者の把握事業

小地域健康教室の推進

年度単位で取り組み分野を決め研修実施、各地区で普及啓発

栄養・運動

旭東ウオーキング

この頃の健康づくり(精神障害者社会啓発事業)

山南学区 むし菌取り組み

愛あいウオーキング

瀬戸支部

瀬戸支部

瀬戸支部

各地域で推進の取り組み

西地域

西地域

西地域

西地域

芳泉地区ウオーキングマップ作成

南地域

南地域

南地域

南地域

評価(すすんだこと)

普及啓発グッズ作成

普及啓発グッズの活用
地区の健康課題の把握

地域の健康課題に基づいた健康づくり活動の展開

地元組織とのネットワークが広がる

推進組織の中核を担った地域活動の展開

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	
岡山市愛育委員協議会		全市	
取り組むきっかけ			
21計画策定直後から、ヘルスボランティア組織として、21の普及啓発や地元地域での健康づくり運動推進・地域のネットワークづくりに取り組んでいる。「ええとこ発見図」「健康づくりキルト」等を作成し、地元のウォーキング大会やイベント時の啓発グッズとして活用されている。			
メンバー			
104地区の愛育委員			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
全市・各地域・各地区単位で活動している	活動単位による	活動単位による	有 無
取り組みテーマ			
6分野すべて（活動単位による）			
取り組み内容			
<p>自分たちの地域の良さを再発見しようという視点で、平成15年度、33地区愛育委員会が地域の様々な団体と一緒に「ええとこ発見図」を作成した。作成過程で何度も歩いたり、話し合いを重ねたりすることで、普段見過ごしていた郷土史や自然などの大切な資源を再確認し、手作りの絵地図が出来上がった。それを利用してウォーキング等を行い、地域の絆をより一層深め、健康づくりに役立てている。</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																																																					
岡山市栄養改善協議会		全市																																																					
取り組むきっかけ																																																							
健康づくりや食生活の改善の役を担っている私たちは、地域で少子高齢化社会や食育の推進、食生活に関する課題に取り組み、各地域で料理教室や食事訪問などを実施しています。「健康市民おかやま21」の推進がスタートし、子どもや子育て世代の若い人たちへ食育の大切さを伝え、その「思いを形にしよう」と献立集「食育ガイドブック」の作成に取り組むことになりました。																																																							
メンバー																																																							
学区・地区の栄養委員																																																							
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約																																																				
全市・各地域・各学区・地区単位で活動	活動単位による	活動単位による	有・無																																																				
取り組みテーマ																																																							
栄養・食生活の分野を中心に6分野すべて（活動単位による）																																																							
取り組み内容																																																							
<p>食生活は健康づくりの基本であり、次世代を担う大切な子どもには、食を通じた豊かな人間性の育成が重要であるという視点で取り組み、栄養委員だけでなく、地域の多くの施設、団体、組織、学校関係者の参加や協力、支援のもとに作成しました。献立だけでなく、食文化、伝統料理、郷土料理等、食に関する多くのコラムを満載した内容豊かな「食育ガイドブック」となりました。</p> <p>「食育ガイドブック」はおやこクラブや小学校など関係団体、施設に配布し、栄養改善協議会では親子料理教室等あらゆる機会を通して活用して食を通じた地域の健康づくりに役立てています。</p> <p>平成19年度は活用状況のアンケートを実施し、今後の活動にいかしていく予定です。</p>																																																							
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="159 1321 558 1366"> <h3>【食育ガイドブックの一部紹介】</h3> </div> <div data-bbox="1149 1276 1404 1377" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;"> <p>作り方はわかりやすく イラストで説明！</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="143 1377 566 1668" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p>親子で作る 岡山の味 食育ガイドブック 岡山市栄養改善協議会</p> </div> <div data-bbox="574 1377 821 1668" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p>鯛の本ノ刺みそ焼 調理時間 30分 季節(旬)の食べ物を味わおう!</p> </div> <div data-bbox="829 1377 1420 1668" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>材料(4人分)</p> <table border="1"> <tr> <td>鯛(刺身用)</td> <td>4匹 (1800g)</td> <td>塩</td> <td>20g</td> </tr> <tr> <td>味噌(白)</td> <td>100g</td> <td>酒</td> <td>200cc</td> </tr> <tr> <td>みそ油</td> <td>適量</td> <td>醤油</td> <td>適量</td> </tr> </table> <p>※材料の分量は目安です。お好みで調整してください。</p> <p>調理手順</p> <ol style="list-style-type: none"> 鯛を塩で下処理し、味噌と酒を絡ませる。 グリルで焼く。 味噌と酒を絡ませ、醤油を絡ませる。 <p>ワンポイントアドバイス もありません</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>だしをとってみよう!</p> <p>みそ汁や煮物に欠かせないのがだし。素材の持ち味をいっしょに、うまみを効率的にアップさせます。冷凍庫で3日、冷凍庫で約3週間保存できます。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>種類</th> <th>材料名</th> <th>分量</th> <th>製法</th> <th>用途</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">鶏だし</td> <td>水</td> <td>1000ml</td> <td rowspan="2">①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①に鶏皮の油を落とす。</td> <td rowspan="2">肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除</td> </tr> <tr> <td>だし鶏骨</td> <td>10-20g</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">かつおだし</td> <td>水</td> <td>1000ml</td> <td rowspan="2">①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にかつお節を加える。</td> <td rowspan="2">肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除</td> </tr> <tr> <td>かつお節</td> <td>20-40g</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">煮干しだし</td> <td>水</td> <td>1000ml</td> <td rowspan="2">煮干しは湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と煮干しを10分ほど煮出す。</td> <td rowspan="2">肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除</td> </tr> <tr> <td>煮干し</td> <td>30-40g</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">昆布だし</td> <td>水</td> <td>1000ml</td> <td rowspan="2">昆布は湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と昆布を10分ほど煮出す。</td> <td rowspan="2">肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除</td> </tr> <tr> <td>だし昆布</td> <td>20-40g</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">まろだし</td> <td>水</td> <td>1000ml</td> <td rowspan="2">①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にだし昆布を加える。</td> <td rowspan="2">肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除</td> </tr> <tr> <td>だし昆布</td> <td>20-40g</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>コラムも充実しています</p> </div>				鯛(刺身用)	4匹 (1800g)	塩	20g	味噌(白)	100g	酒	200cc	みそ油	適量	醤油	適量	種類	材料名	分量	製法	用途	鶏だし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①に鶏皮の油を落とす。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除	だし鶏骨	10-20g	かつおだし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にかつお節を加える。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除	かつお節	20-40g	煮干しだし	水	1000ml	煮干しは湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と煮干しを10分ほど煮出す。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除	煮干し	30-40g	昆布だし	水	1000ml	昆布は湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と昆布を10分ほど煮出す。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除	だし昆布	20-40g	まろだし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にだし昆布を加える。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除	だし昆布	20-40g
鯛(刺身用)	4匹 (1800g)	塩	20g																																																				
味噌(白)	100g	酒	200cc																																																				
みそ油	適量	醤油	適量																																																				
種類	材料名	分量	製法	用途																																																			
鶏だし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①に鶏皮の油を落とす。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除																																																			
	だし鶏骨	10-20g																																																					
かつおだし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にかつお節を加える。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除																																																			
	かつお節	20-40g																																																					
煮干しだし	水	1000ml	煮干しは湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と煮干しを10分ほど煮出す。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除																																																			
	煮干し	30-40g																																																					
昆布だし	水	1000ml	昆布は湯で洗って、塩を洗い落とす。①鍋に分量の水と昆布を10分ほど煮出す。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除																																																			
	だし昆布	20-40g																																																					
まろだし	水	1000ml	①鍋に分量の水とだし鶏骨を10分ほど煮出す。 ②①にだし昆布を加える。	肉類、魚類、野菜、豆腐、こんにゃく、海藻類、豆類、卵、餅、うどん、そば、ラーメン、お粥、お味噌汁、お湯、お茶、お風呂、お洗濯、お掃除、お洗濯、お掃除																																																			
	だし昆布	20-40g																																																					
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>正しい食生活を身につけましょう</p> <p>食を通して、家族や友だちとの絆を深めましょう。</p> <p>食を通して、感謝の気持ちを育てましょう</p> </div>																																																							

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		
岡山市体育協会	全市		
取り組むきっかけ 元来、体育協会はスポーツを通して市民(住民)の「健康増進」を、「住民相互の親睦」と共に大きな目的としてきた。この21計画が策定され、より一層健康づくりに比重を置くようになった。			
メンバー 約55小学校区の全住民が対象			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
全市、各地域、各小学校区単位でそれぞれ活動している	活動主体による	活動主体による	(有)・無
取り組みテーマ 活動主体によって若干差があるが、各種のスポーツを通して市民の健康増進や親睦を図ることをテーマとしている。			
取り組み内容 各種スポーツを通して各人の健康づくりや親睦を図ると同時に各地域のコミュニティづくりに努力してきた。 また、スポーツ少年団や老人クラブなどの組織の育成、活性化にも貢献してきた。 いずれにしても、各個人が身体を動かすこと、また団体でいろいろな競技をすることでお互い仲間づくりをして楽しい生活を送ることは健康づくりについての永え不変の真理です。 皆さし体育協会の行事に積極的に参加して下さい。			

107, Sep. 20


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	
(社)岡山県栄養士会岡山市支部		全 市	
取り組むきっかけ			
健康市民おかやま21は(社)岡山県栄養士会岡山市支部活動の目的と合致するため、策定直後から栄養士会員がその資格・免許を生かして取り組んでいる。主として、栄養・食生活相談、食育講習会、栄養成分表示の店普及、イベント参加を通しての展示会の開催、指導媒体の作成などである。			
メンバー			
支部会員 580名			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
全 市	不特定	活動内容による	有
取り組みテーマ			
栄養・食生活			
取り組み内容			
<ul style="list-style-type: none"> ○ 栄養成分表示店普及：栄養成分表示の店普及啓蒙、表示料理の栄養価計算と表示物作成、表示店の巡回相談、表示店マップ作成などにあたっている。 ○ 展示会の開催：各種イベント展示会などの会場で一般住民はもとより、就労男性などを対象に栄養・食生活をテーマに実施している。 ○ 講習会の開催：食育講習会など幼児から中高年までを対象とした食事講習会を開催している。 ○ 栄養・食生活相談：定例日に栄養ケアステーションで実施する他、生活習慣病患者、一般・大学生などを対象にした栄養食生活相談に応じている。 ○ 啓蒙用指導媒体の作成：支部独自の指導媒体作成に取り組んでいる。 			

栄養成分表示物の例



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	
岡山大学		全市	
取り組むきっかけ			
岡山大学生の数名が、平成18年度の5月に行われた「健康フェスタ in 奉還町」に参加をした。同イベントの準備に参加していた学生スタッフが、保健について学んだ知識を活かし、継続して健康づくりを支援できる活動を続けていきたいということから、岡山大学保健推進員を結成した。			
メンバー			
岡山大学医学部保健学科看護専攻の学生			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
全市 (岡山大学鹿田地区を中心に)	毎月第4金曜日	月に1回程度	有・ 
取り組みテーマ			
6分野すべて(「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・心の健康づくり」分野を中心に)			
取り組み内容			
<p>・学生に身近な健康情報取得の支援を目的として、平成18年度10月から、健康情報チラシ「ももだより」を岡山大学鹿田地区で発行している。</p> <p>「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・心の健康づくり」のいずれかのテーマに沿ったチラシを製作し、ももちゃんミニトートバックに入れ推進員の活動紹介ポスターと共に、学校内2ヶ所の掲示板に設置。内容は月に一度のペースで更新している。</p> <p>工夫として、チラシの大きさは手帳に挟み持ち歩けるようA6サイズにした。また、チラシの名前や挿絵にももちゃんのキャラクターを取り入れることで、ももちゃんや健康市民おかやま21を知ってもらえるきっかけになるように考案。積極性を引き出すために自分で出来るチェック項目をつけるなど内容面での工夫も行っている。</p> <p>全体への知名度は、まだあまり高いとは言えないが、最近は「毎月、定期的に見ている」という学生の声も聞かれるようになってきた。</p> <p>・平成19年度5月に『吉備地区栄養委員と大学生の料理交流会』を行った。テーマは、一人暮らしの大学生でも簡単に作れる健康メニューである。栄養員と大学生と一緒に料理を献立・調理した。また、大学生の食についての質問に加え問題点等も持ち寄り、座談会なども行った。交流会後には、交流会で作った料理のレシピや座談会の合議内容をリーフレットにして配布した。</p> <p>参加した学生からは、「自分で料理を作ることが増えた」「交流会で地域の方といろいろな話ができ楽しかった」などの声が聞かれた。栄養についての知識や日常の食生活への関心を深める良い機会となったと思う。</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	
岡山県立大学		岡山市 総社市	
取り組むきっかけ			
地域看護学 二宮教授の紹介によって活動の存在を知り、ぜひ参加してみたいと思い、自主的に参加した。			
メンバー			
保健福祉学部看護学科 3年 久安		計 4名	
同学部学科 4年 山本・田中・藤原			
活動場所	定例日	活動頻度	会則・規約
岡山県立大学内	特になし	普及啓発部会 推進会議の参加など 2 ヶ月に 1 回	有・ <input checked="" type="checkbox"/>
取り組みテーマ			
6 分野すべて			
取り組み内容			
<p>普及啓発部会や推進委員会等に参加。</p> <p>健康に関するイベントにボランティアとして参加し、健康クイズを作成・実施。地域で個々の健康づくりへの啓発・推進をする。</p> <p>学園祭などを活用し、学園祭の来所者へタバコによる健康への影響などの啓発やエイズの知識・予防について普及啓発の活動をする。</p> <p>若い世代への健康市民おかやま 21 の普及啓発。</p>			

第5章

地図で見る岡山市の健康状態

地図でみる岡山市の健康状態

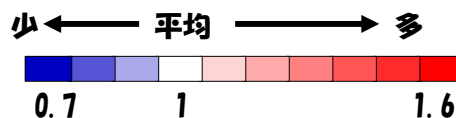
<基本健康診査結果から>

平成 18 年度基本健康診査受診者の生活習慣や検査結果をもとに、中学校区ごとに岡山市の状況と比較して地域の健康状況を分析しました。地域で健康状態に差があることが分かります。

<地図の見方>

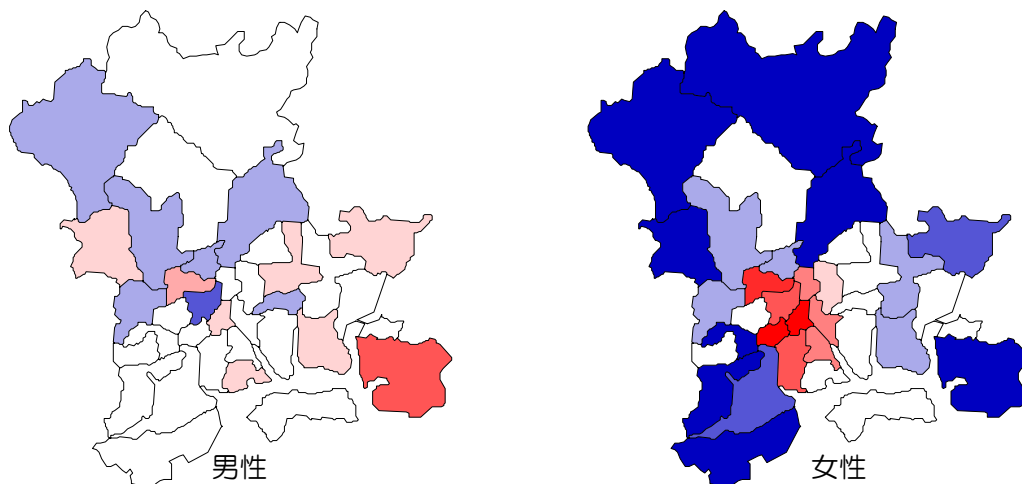
岡山市全体の平均と同じ状況を 1 とし（地図では白色）、岡山市全体より多い状況は 1 より数字が大きくなり（地図では赤色）、岡山市全体より少ない状況は 1 より数字が小さくなります（地図では青色）。

計算方法・次ページ参照



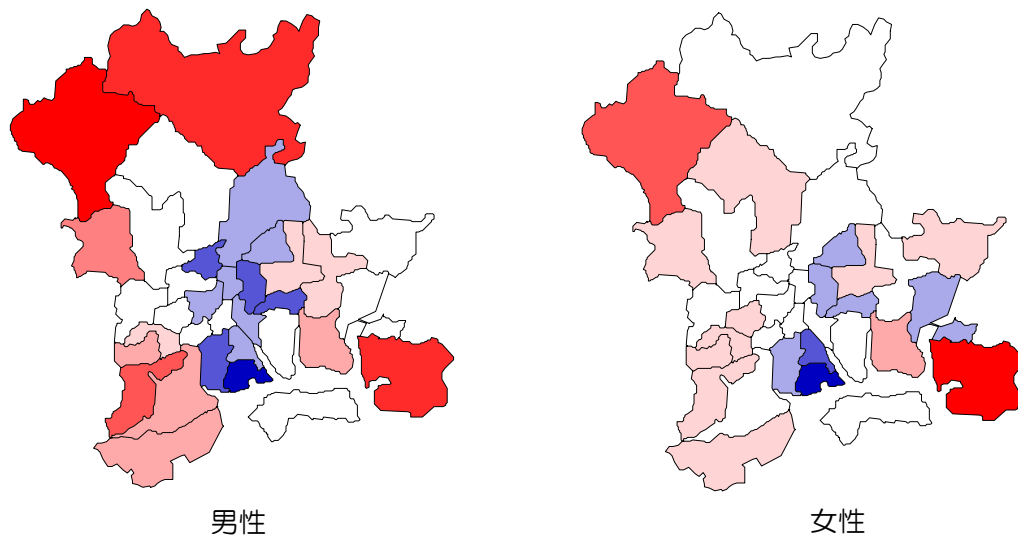
喫煙習慣あり（基本健康診査で「喫煙習慣あり」と問診で答えた者）

女性では市中心部で喫煙する人が多い。



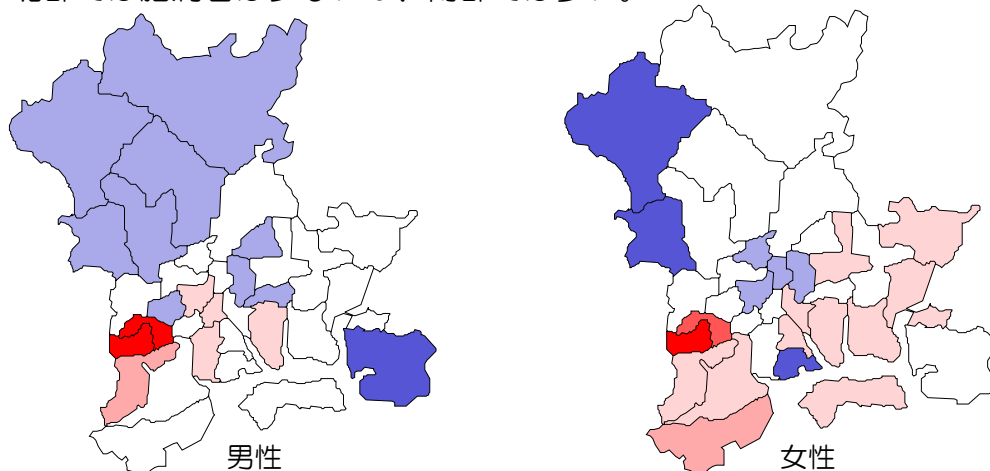
運動習慣なし（基本健康診査で「運動習慣なし」と問診で答えた者）

男性は市中心部で運動習慣ある者が多く、市周辺部で運動習慣のない者が多い。



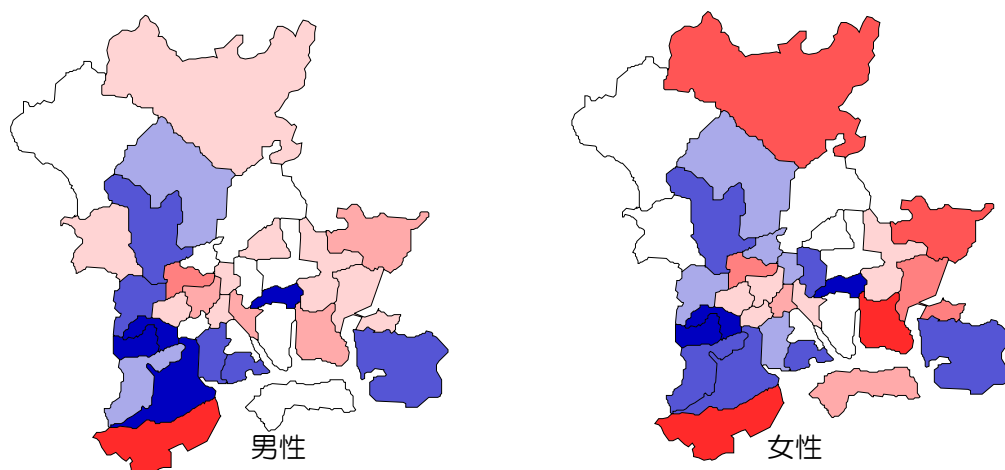
肥満（基本健康診査で「軽度肥満」または「肥満」と判定された者）

市の北部では肥満者は少ないが、南部では多い。



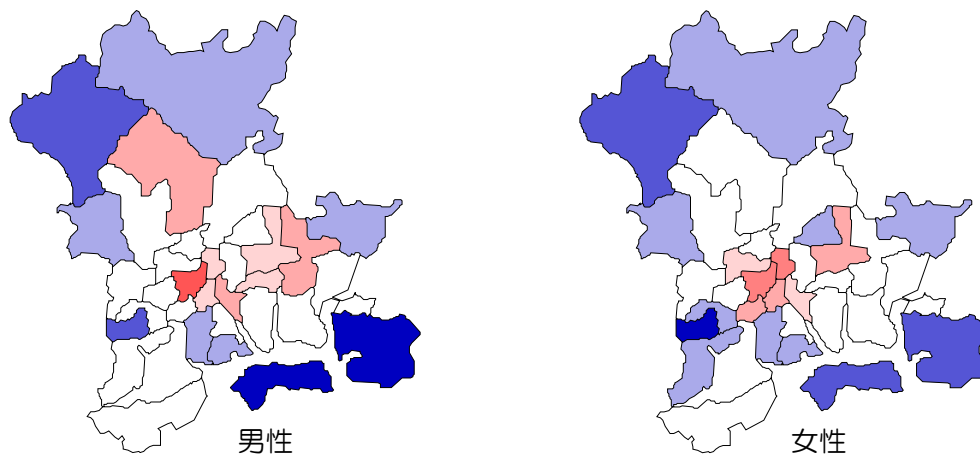
血圧高値（基本健康診査で「高血圧」要指導もしくは要医療と判定された者）

北地域や西地域では血圧の高い人は少なく、市中心部、西大寺地域、御津、灘崎地域では血圧の高い人が多い。

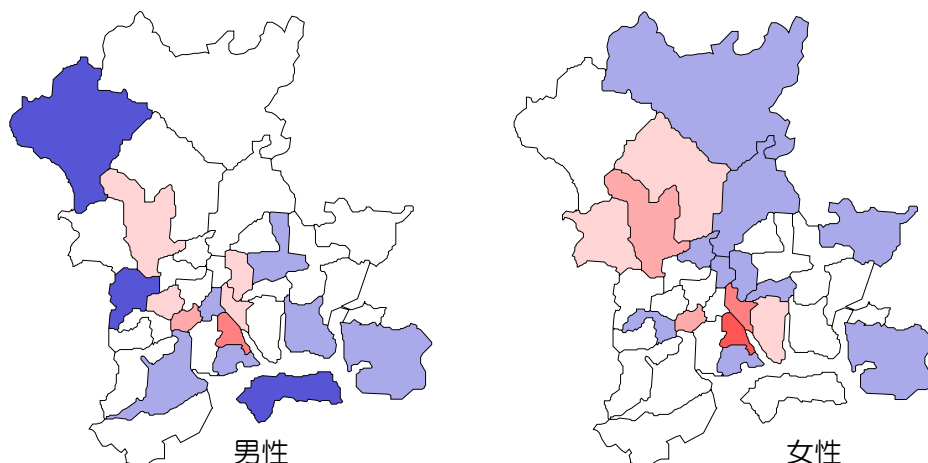


脂質異常（基本健康診査で「高脂血症」要指導もしくは要医療と判定された者）

市中心部に脂質異常の人が多く。

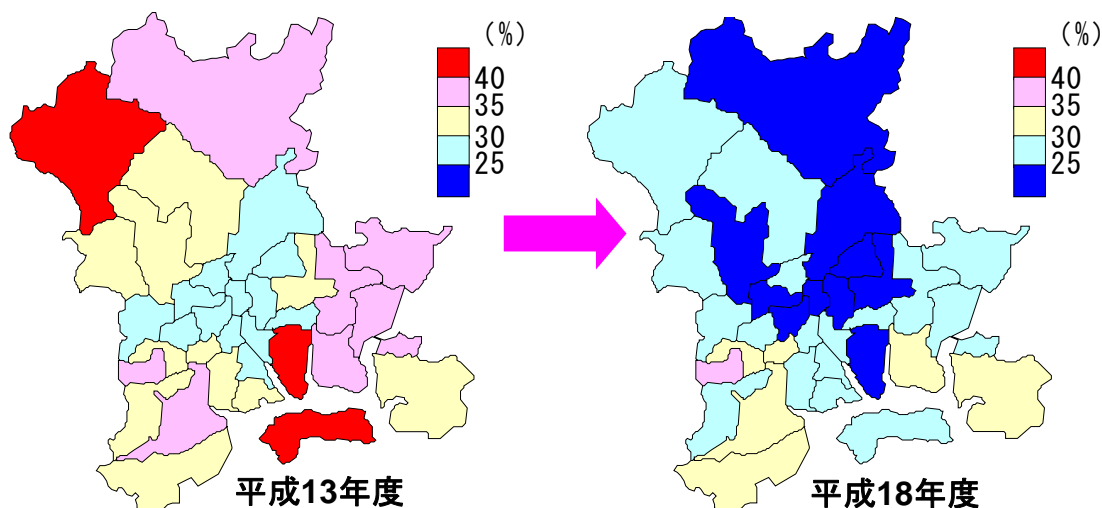


血糖高値（基本健康診査で「糖尿病」要指導もしくは要医療と判定された者）



<3歳児健康診査結果から> むし歯のある幼児の割合

5年間でむし歯のある幼児の割合は全体的に減少しました。地域によってその割合には差があることがわかります。



※ オッズ比を用いました。（年齢調整はマンテルハントツェル法を用いて行いました。）

	ある中学校区	岡山市全体
高血圧あり	A	B
高血圧なし	C	D
合計	A+C (=中学校区の全受診者)	B+D (=岡山市の全受診者)

オッズ比 = $\frac{A/C}{B/D}$ ← ある中学校区での比
← 岡山市全体での比

オッズ比 = 1 のとき、岡山市全体と同じ状況
オッズ比 > 1 のとき、岡山市全体より多い状況
オッズ比 < 1 のとき、岡山市全体より少ない状況

※ 基本健康診査について

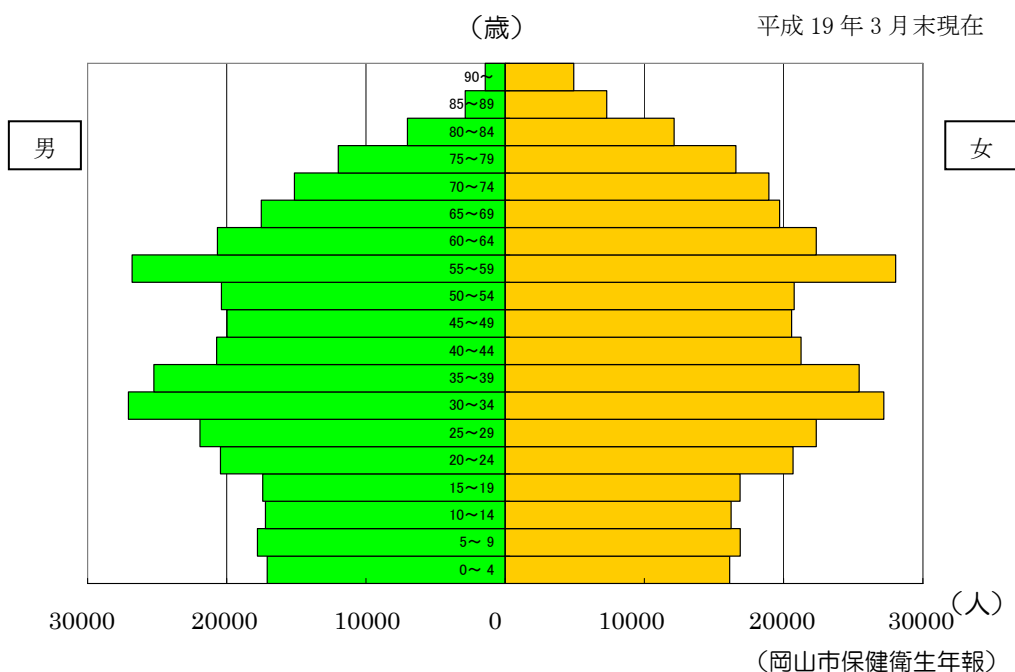
40歳以上の岡山市民で、職場などでの健康診断を受ける機会の無い方を対象として実施していました。平成18年度受診者数 59810人（男性 18865人、女性 40945人）

資料編

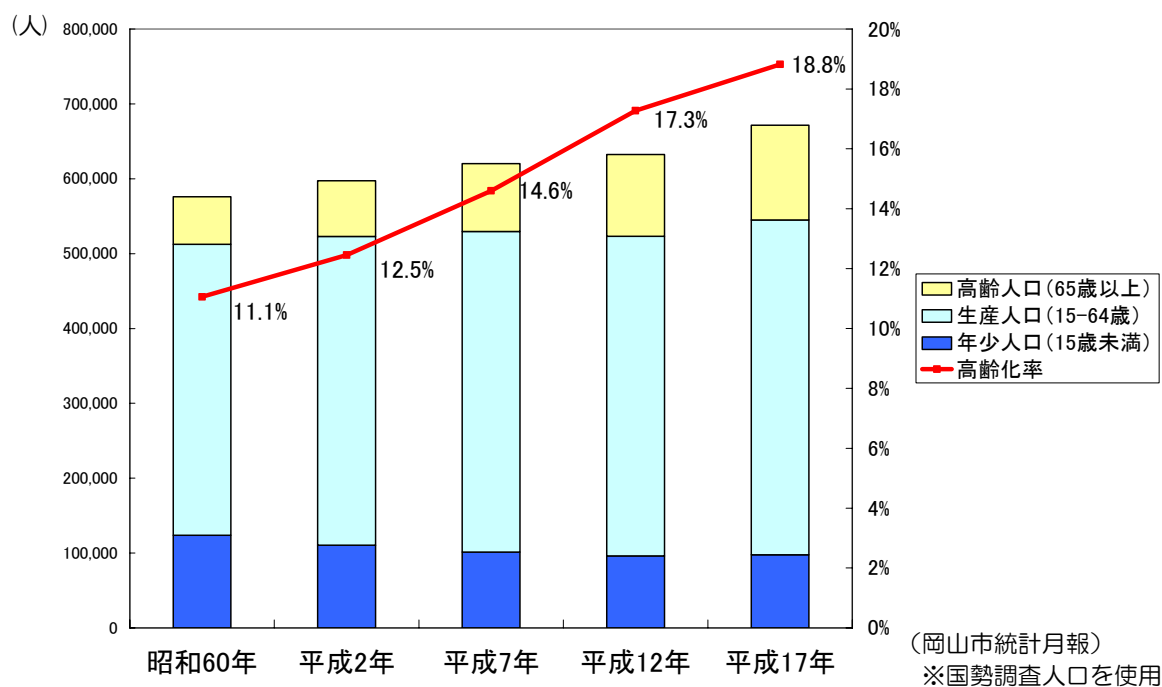
岡山市の健康状況

■統計データからみる健康状況

①男女別、年齢階級別人口ピラミッド（住民基本台帳人口（外国人除く））



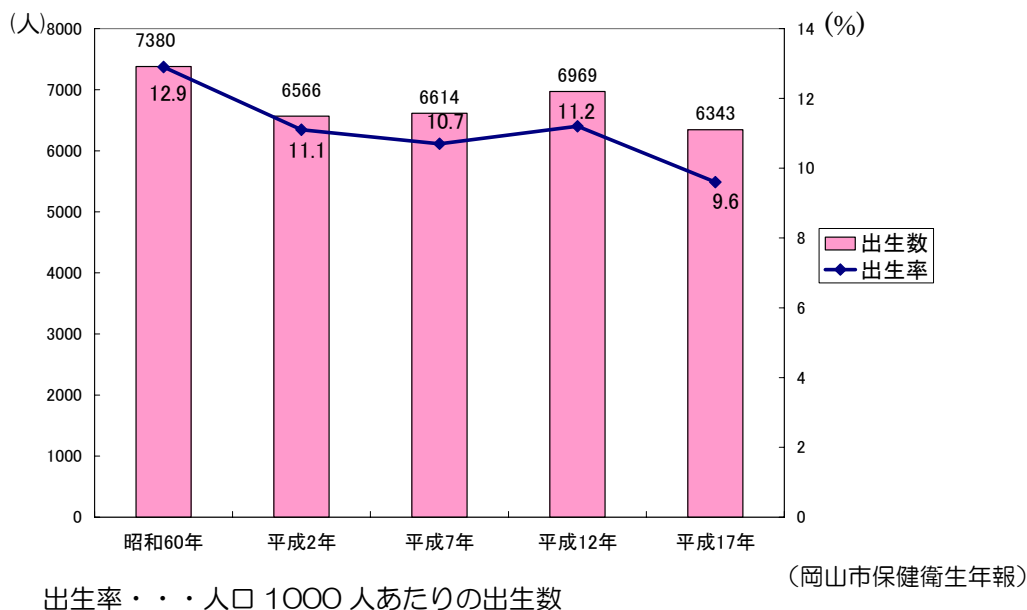
②年齢区分別人口推移、高齢化率



平成 17 年 3 月に御津町、灘崎町と、平成 19 年 1 月に建部町、瀬戸町と合併し、平成 19 年には人口が 70 万人を超えました。

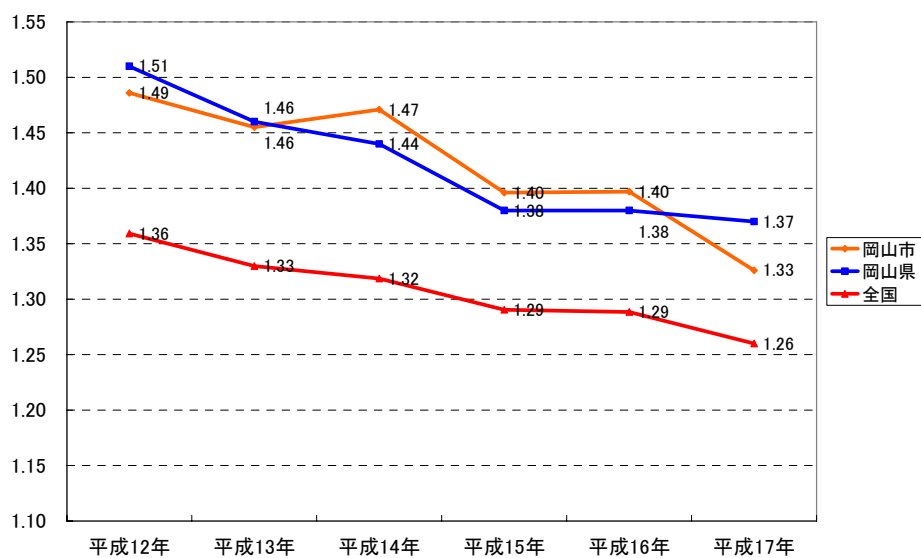
高齢化率も徐々に上昇し、平成 18 年度には 19%となりました。

③ 出生率、出生数



出生率・・・人口 1000 人あたりの出生数

④ 合計特殊出生率

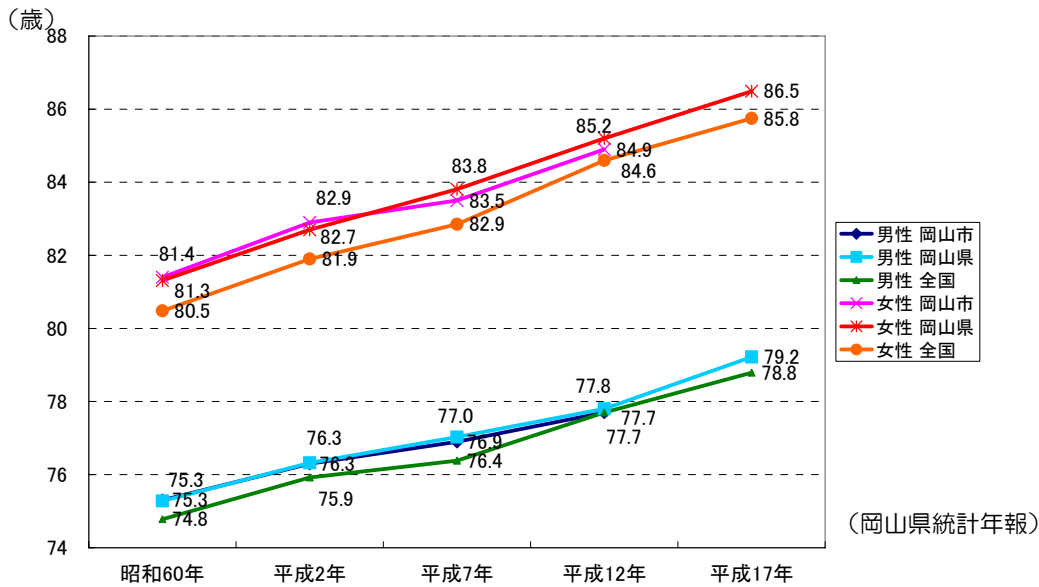


(岡山市保健衛生年報、岡山県統計年報、人口動態統計 (厚生労働省))

合計特殊出生率・・・15 歳から 49 歳までの女性が一生の間に産むとしたときの子供の数に相当する。

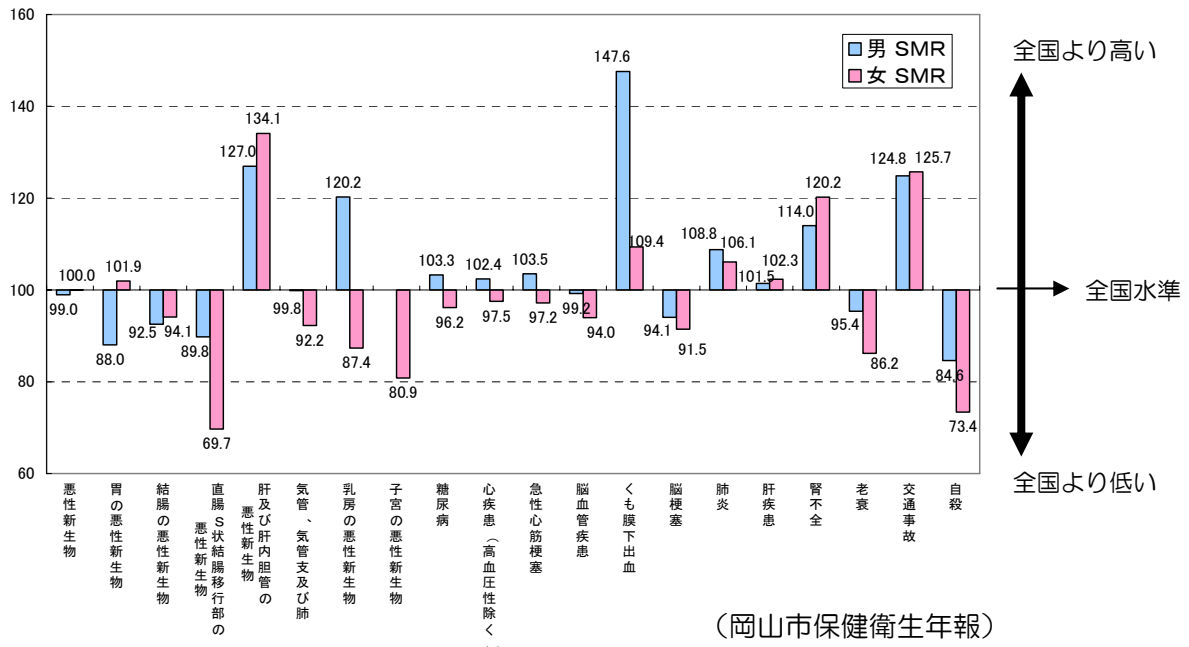
合計特殊出生率は徐々に減少し、平成 17 年には 1.33 となりました。

⑤平均寿命



女性の平均寿命は全国平均よりも高いですが、県平均よりも低いです。男性の平均寿命は全国平均、県平均とほぼ同じでした。平成17年の岡山県の平均寿命は、女性は全国4位、男性は全国11位でした。

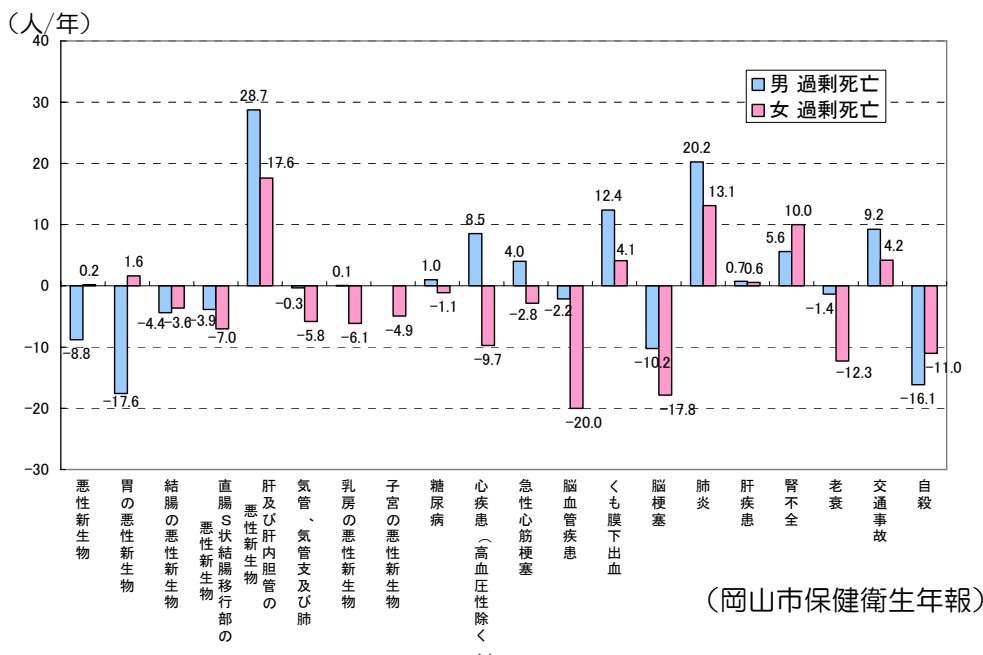
⑥標準化死亡比 (SMR) (平成13~17年)



肝および肝内胆管の悪性新生物(男女)、くも膜下出血(男性)、交通事故(男女)による死亡が全国と比較して特に高い結果でした。

SMR(標準化死亡比): 岡山市の人口で基準死亡率の死亡が発生したときの予想死亡数と死亡数との比(単位:%)

⑦過剰死亡数 (平成 13～17 年の平均)



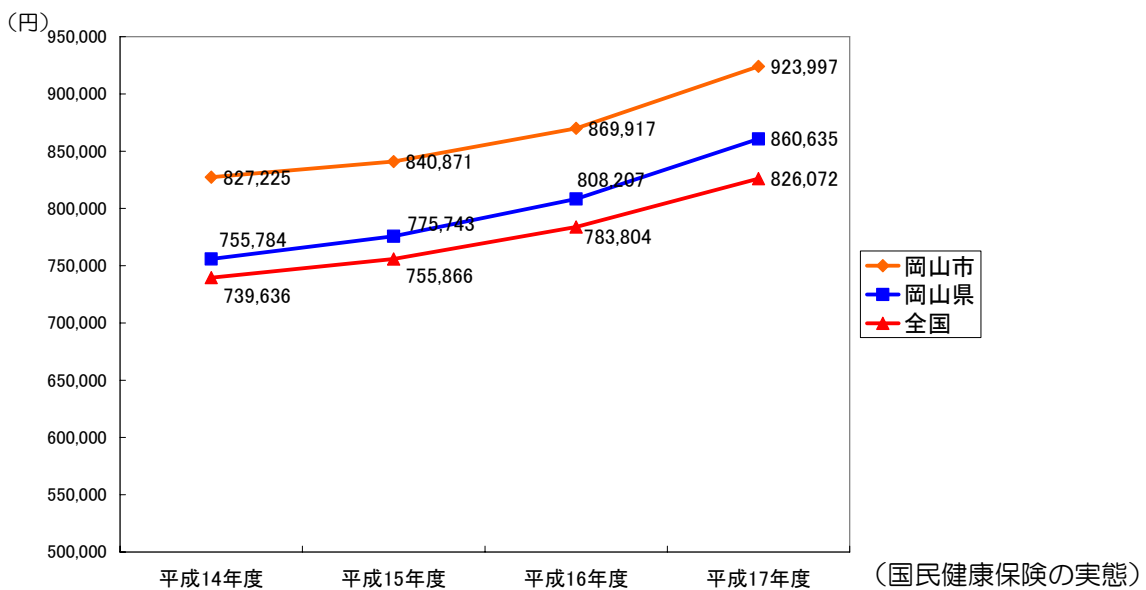
過剰死亡数(標準化死亡差): 死亡数と予想死亡数との差 (単位: 人/年)

肝および肝内胆管の悪性新生物(男女)、肺炎(男女)、くも膜下出血(男性)の疾患による過剰死亡数が特に多いという結果でした。

→肝炎対策は全国的に取り組まれています、⑥標準化死亡比と⑦過剰死亡数をあわせて考えると、岡山市でも優先課題であることがわかります。

⑧国民健康保険医療費

・一人当たり医療費(老人)



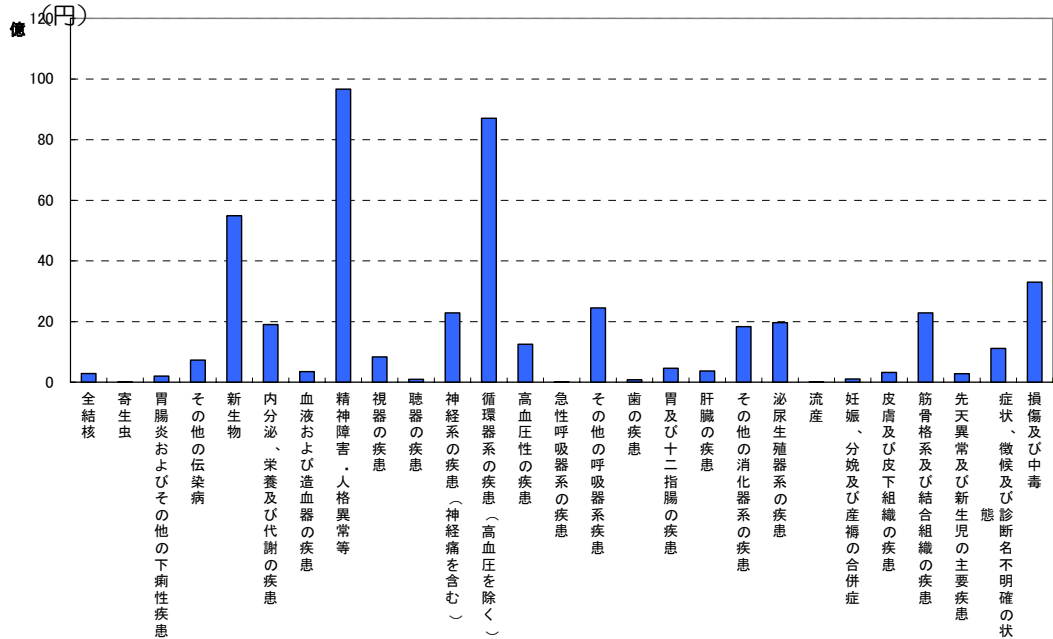
全国平均に比較して、岡山市の一人当たり医療費(老人医療分)は高額となっています。平成17年度は岡山県は全国16位/(47都道府県)、岡山市は政令指定都市と比較して8位/(17+1市)でした。

・疾患別医療費

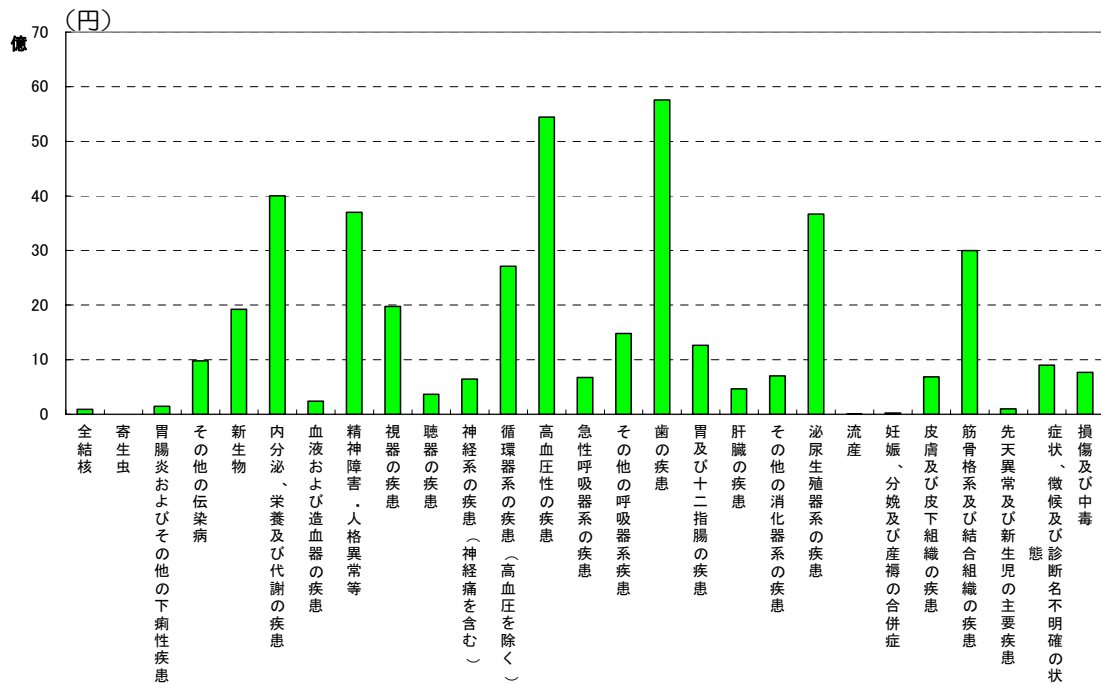
平成 18 年度分入院医療費は 1 位が「精神障害・人格異常」で 97 億円、2 位が「循環器疾患」で 87 億円でした。

平成 18 年度分外来医療費は 1 位が「歯の疾患」で 56 億円、2 位が「高血圧性疾患」で 54 億円でした。

国保医療費内訳（入院 平成 18 年度分 岡山市）



国保医療費内訳（外来 平成 18 年度分 岡山市）



（平成 18 年度 岡山県国保連 疾病分類統計表）

目標項目一覧・目標値達成度

達成度の基準

◎…策定時の目標値まで達成した ○…策定時の目標値には達していないが、改善した

△…策定時値と比較してほぼ変化がない ×…策定時の値と比較して悪化した

栄養・食生活		策定時の値	現状の値	目標値	達成度	備考	出典
食生活に気をつけている人の増加							
<栄養素(食物)の摂取>							
食塩を控えている人の割合		30%	—	57%	—		1
野菜を多くとるようにしている人の割合		54%	—	78%	—		1
脂肪の多い食べ物を控えている人の割合		32%	—	59%	—		1
カルシウムの多い食品をとるようにしている人の割合		40%	—	62%	—		1
<食生活の方法>							
腹八分を気をつけている割合	全体 男女	—	68% 64% 70%	70%	—	新規(注1)	4
バランスよい食事をとっている割合	全体 男女	—	56% 51% 61%	60%	—	新規(注2)	4
間食を控えている人の割合		37%	—	50%	—		1
食事は決まった時間に食べている人の割合		59%	—	81%	—		1
1日3食食べている割合	全体 男女	80%	80% 76% 84%	92%	△		14
朝食を抜くことが多い割合 (20～30代男性、20代女性)	20～30代男性 20代女性		27% 25%	24%	—	新規(注3)	4
朝食を毎日食べている幼児の割合 (1歳6ヶ月児)		96%	95%	100%	△		7・8
朝食を毎日食べている児童・生徒の割合	小学生 中学生	87% 68%	— —	100% 100%	— —		9
1日のうちで1回は30分以上かけて食べる割合 (策定時 複数選択質問の選択肢のひとつ) (中間評価時 単独質問)	全体	19%	49%	増加		目標値 変更 (注15)	1・4
家族や友人と共に食事をする割合	全体	共に51%	一日1回は85.1%	増加		目標値 変更 (注16)	1・4
食品購入や外食時に栄養成分表示を利用している割合	全体 男女	34% 21% 43%	39% 25% 52%	48%	○		1・4
ジュース、スポーツ飲料を毎日一回以上飲用している人の割合		27%	—	11%	—		1
学習会などで食の安全について学んだことのある人の割合		43%	—	75%	—		25
郷土料理や地域の食材を食べている割合	全体	36%	50%	増加	○		4・25

栄養・食生活		策定時の値	現状の値	目標値	達成度	備考	出典
適正体重を維持している人の増加							
正常域の体重を維持している人の割合 (BMI18.5以上25.0未満)		69%	68%	76%	△		10・11
肥満者の割合 (BMI25.0以上)		22%	24%	18%	×		10・11
児童、生徒の肥満傾向の者の減少							12
小学校		9%	—	7%	—		
中学校		9%	—	7%	—		
栄養素の適正な摂取に配慮している店の増加							
カロリー、栄養成分表示の表示をしている飲食店の割合		11%	11%	増加	△		3・6
商品を仕入れる際に健康に配慮している飲食店の割合		62%	—	増加	—		3
健康的な料理を提供している飲食店		42%		増加			3・6
塩分控えめ			37%				
エネルギー控えめ			7%				
カルシウムたっぷり			9%				
野菜たっぷり			47%				
量の選択可			31%				
食生活改善のための学習の機会がある人の増加							
食生活の改善について学ぶ機会がある割合	全体	26%	26%	42%	△		1・4
従業員が学習機会を得ることのできる事業所、飲食店		18%	—	増加	—		3

身体活動・運動		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
健康の維持、増進のために意識的に身体を動かしている人の増加							
健康の維持、増進のために意識的に体を動かしている人の割合		70%	—	94%	—		25
外出について積極的な態度を持つ高齢者の割合		39%	—	70%	—		26
何らかの地域活動を実践している高齢者の割合		52%	—	58%	—		26
土曜日、日曜日に外で遊ぶ児童、生徒の割合	小学生 中学生	71% 80%	— —	増加	—		27
外遊びしている幼児の割合 (1日1時間以上の外遊びをしている割合)		64%	48%	増加	×		7・8
運動習慣のある人の増加							
定期的に運動している人の割合	全体 男 女	17% 19% 16%	26% 28% 24%	39%	○		1・4
ウォーキングをしている人の割合	全体	16%	—	32%	—		1

休養・こころの健康づくり		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
ストレスをよく感じる人の減少							
ストレスをよく感じる人の割合	全体	37%	43%	37%	×	目標値変更(注17) (策定時目標値14%)	1・4
ストレスの解消ができていない人の増加							
ストレスの解消ができていない人の割合		69%	—	76%	—		1
ストレスを感じたとき、相談できる人、場所がある人の割合(男性)		—	67%	増加	—	新規(注4)	4
睡眠で休養が十分とれている人の増加							
睡眠で休養が十分とれている人の割合		77%	—	89%	—		1
睡眠確保のために睡眠補助剤やアルコールを使う人の割合		26%	—	10%	—		1
自殺者の減少							
自殺者の減少		130人 (平成12年)	132人 (平成17年)	減少	×		13・14
こころの健康に関心を持っている人の割合		78%	—	97%	—		25
事業所でのメンタルヘルス							
従業員が「うつ」の正しい知識を学ぶ機会がある事業所の割合		—	4.0%	増加	—	新規(注5)	5
管理監督者が「部下のこころの健康」について学ぶ機会がある事業所の割合		—	8.1%	増加	—	新規(注6)	5

たばこ		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
喫煙者の減少							
喫煙している割合	男	50%	36%	減少	○		1・4
	女	12%	11%	減少	○		
喫煙者中の禁煙の意思あり	全体	46%	52%	69%	○		1・4
	男	41%	48%				
	女	60%	62%				
禁煙治療、ニコチンパッチの医療保険適用を知っている割合	全体	—	42%	増加	—	新規(注7)	4
妊婦で喫煙習慣のある人の割合		6%	4.4%	0%	○		15・16
未成年の喫煙者をなくす							
未成年で喫煙を開始した人の割合		42%	—	0%	—		1
分煙の徹底と知識の普及							
たばこの煙が周囲の人の健康に及ぼす影響を知っている人の割合		91%	—	95%	—		1
分煙できている人の割合		21%	—	67%	—		25
終日禁煙に取り組んでいる事業所の割合	終日禁煙	4.7%	20%	25%	○	新規(注8)	2・5
		(参考) 禁煙・分煙に取り組んでいる事業所 32%	70% { 終日禁煙20% 完全分煙22% 不完全分煙28%				
終日禁煙に取り組んでいる飲食店の割合	終日禁煙	—	27%	30%	—	新規(注9)	3・6
		参考: 禁煙(分煙含む)に取り組んでいる飲食店 33%	49% { 終日禁煙20% 完全分煙5.2% 不完全分煙16%				
健康増進法において、受動喫煙防止対策が定められていることを知っている飲食店の割合		—	49%	増加	—	新規(注10)	6
分煙を実施している公共施設の割合		79.7%	—	100%	—		28

アルコール		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
多量に飲酒する人の減少							
多量飲酒者の割合(3合以上)	男	4.2%	4.8%	3.3%	×	目標値変更(注18)	1・4
	女	0.4%	0.9%	0.3%	×		
未成年の飲酒者をなくす							
未成年で飲酒を開始した人の割合		31%	—	0%	—		1
妊婦の飲酒者をなくす							
妊婦で飲酒をしている人の割合		20%	4.1%	0%	○		15・16
事業所							
従業員が「アルコール依存」について学ぶ機会がある事業所の割合		—	3.7%	増加	—	新規(注11)	5

歯の健康		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
歯の健康について心がけている人の増加							
年1回以上歯磨きの指導を受けている人の割合	全体	6%	12%	12%	○		1・4
	男	5.0%	7.8%				
年1回以上歯科健診を受けている人の割合	全体	19%	26%	30%	○		1・4
	男	16%	21%				
年1回以上歯石除去を受けている人の割合	全体	16%	24%	30%	○		1・4
	男	14%	20%				
歯間ブラシ・糸ようじ・デンタルフロスなどを使用している人の割合	全体	25%	32%	50%	○		1・4
	男	19%	24%				
フッ素入り歯磨き剤を使用している人の割合	全体	30%	—	45%	—		1
	男	32%	39%				
フッ素入り歯磨き剤を使用している児童、生徒	小学生	74%	—	90%	—		27
	中学生	77%	—				
砂糖などの糖分を含む嗜好品・飲料は1日1回以下しかとらない割合	全体	7%	8.7%	13%	○		14
	男	6.9%	7.4%				
ガムやあめはシュガーレスのものを食べるようにしている人の割合	全体	14.4%	16%	21%	○		14
	男	11.6%	12%				
女	17.4%	19%					
	むし歯のない乳歯を持っている児の増加						
むし歯のない幼児の割合(3歳児)		68%	74%	80%	○		17・18
フッ素塗布を受けている幼児の割合(3歳児)		42%	52%	60%	◎	目標値変更(注19)	17・18
1日あたり3回以上の間食をする幼児の割合(3歳児)		24%	25%	減少	△		17・18
むし歯のない永久歯を持っている人の増加							
12歳児の1人平均むし歯数	中1 小6	1.87本 1.35本	1.29本 0.75本	1本以下	○	中学1年生のデータに変更(注21)	19・20
フッ素洗口を実施している児童、生徒の割合		4小学校	9小学校 (3幼稚園)	40校以上	○		21
歯周疾患のない人の増加							
進行した歯周炎		40歳 48%	40-42歳 53% 50-52歳 58%	減少	×	目標値変更(注20) (策定時目標値 22%)	22・23
歯周疾患のある児童 生徒		4%	2.6%	減少	○		19・20
		6%	8.0%	減少	×		
80歳で自分の歯を20本以上保っている人の増加							
60歳以上で自分の歯を24本以上保っている人の割合		51%	—	増加	—		1

		策定時の値	現状の値	目標値	評価	備考	出典
健康状態がよいと感じる人の増加	全体	—	76.9%	78% (H22年)	—	新規(注12)	24
地域の「健康づくり運動」に参加している人の増加	全体	—	16.5%	20% (H22年)	—	新規(注13)	24
地域活動に参加	全体	—	36%	増加	—	新規(注14)	4
	男	—	32%				
女	—	40%					

新規追加項目について

注	項目内容	追加理由
1	腹八分を気をつけている割合	健康的な食生活で重要な量とバランスをみる指標が今まで無かったため
2	バランスよい食事をとっている割合	
3	朝食を抜くことが多い割合(20～30代男性、20代女性)	日中活動する上での脳や身体のエネルギーとして朝食は大切だが、特にこの性・年代が朝食欠食の割合が高いため
4	ストレスを感じたとき、相談できる人、場所がある人の割合(男性)	相談先があることが、ストレスへの対応のひとつの手段となる。特に男性で割合が低かったため、男性のみを取り上げた。
5	従業員が「うつ」の正しい知識を学ぶ機会がある事業所の割合	『事業場における労働者の心の健康づくりのための指針』(平成12年8月)において、労働者が自らストレスへの気づきや対処できるように教育研修を行うように、また管理監督者が職場環境の改善や労働者の相談対応を行うように示されている。働き盛り世代の大きな課題である「こころの健康」には職場での取り組みが大いに関係すると思われる。
6	管理監督者が「部下のこころの健康」について学ぶ機会がある事業所の割合	
7	禁煙治療、ニコチンパッチの医療保険適用を知っている割合	有効な禁煙方法としてニコチンパッチ貼付があり、その認知度を上げることが重要であるため
8	終日禁煙に取り組んでいる事業所の割合	禁煙・防煙の環境整備の指標となる。策定時は禁煙と分煙を区別していない目標設定だったため、「終日禁煙」というより限定した目標項目を設定した。目標値は現状の約2割増の値とした。
9	終日禁煙に取り組んでいる飲食店の割合	
10	健康増進法において、受動喫煙防止対策が定められていることを知っている飲食店の割合	飲食店の健康増進法第25条(受動喫煙防止)の認知が、受動喫煙防止対策につながるとされるため
11	従業員が「アルコール依存」について学ぶ機会がある事業所の割合	多量飲酒者は働き盛り世代に多く、職場での啓発が有効な対策と思われるため
12	健康状態がよいと感じる人の割合	後期は健康を自覚できる人の増加を上位の目標としている。岡山市の都市ビジョンに増加目標として掲げられている。
13	地域の「健康づくり運動」に参加している人の割合	岡山市の都市ビジョンに増加目標として掲げられている。
14	地域活動に参加している人の割合	健康づくり以外の地域活動も地域の活性化につながり、地域の健康度に影響するため

目標値変更項目について

注	項目内容	変更理由
15	1日のうちで1回は30分以上かけて食べる割合	前回の調査票では複数選択肢のひとつで、今回の調査票では単独質問だったので、該当率が大きく異なった。単純な比較が出来ないため、目標値は「増加」と変更した。
16	家族や友人と共に食事をする割合	前回の調査票では複数選択肢のひとつで、今回の調査票では単独質問だった。また前回調査では「共に食事をする」、今回調査では「1日一回以上は食事をする」という質問文だった。そのため該当率が大きく異なった。単純な比較が出来ないため、目標値は「増加」と変更した。
17	ストレスをよく感じる人の割合	14%への減少という目標に反し、割合は増加していた。またストレスは年代によって感じる割合が非常に異なり、目標値にした値(前回調査時に最もよい値だった70代以上男性の割合)への到達はまず不可能と考えられる。よって策定時の割合(37%)に戻すことを目標とした。
18	多量飲酒者の割合(3合以上)	健康日本21の同項目の目標(現状値の2割減)を参考に、健康市民おかやま21策定時値の2割減を目標値とした。
19	フッ素塗布を受けている幼児の割合(3歳児)	中間評価までの5年間で10%アップし、既に目標値(50%)に達成していた。そのため今後5年間でさらに約10%アップとなる目標値を60%とした。
20	進行した歯周炎	22%への減少という目標に反し、割合は増加していた。「進行した歯周炎」は厳しい基準で定義され、目標値への到達は不可能と考えられる。そのため目標値は「減少」と変更した。

参考値変更項目について

注	項目内容	
21	12歳児の1人平均むし歯数	小学6年生の値を指標としていたが、健康日本21で指標としている中学1年生の値に変更した。

削除項目について

	項目内容	削除理由
	高齢者 日常生活における歩数	歩数を知っている人は大多数が運動に関心のある人と考えられ、市民全体を反映しているようなデータを取ることが不可能なため削除した。
	日常生活における歩数	
	分煙を実施している事業所・飲食店	禁煙・防煙の環境整備の指標として、「終日禁煙」の事業所・飲食店という目標項目を新規設定したため、この2項目は削除した。
	禁煙(分煙含む)に取り組んでいる飲食店	

番号	出典
1	市民の健康づくり・生活習慣に関するアンケート(市民)(平成13年)
2	健康づくりに関するアンケート(事業所)(平成13年)
3	健康づくりに関するアンケート(飲食店)(平成13年)
4	健康市民おかやま21 中間評価アンケート(市民)(平成19年)
5	健康市民おかやま21 中間評価アンケート(飲食店)(平成19年)
6	健康市民おかやま21 中間評価アンケート(事業所)(平成19年)
7	育児環境調査(平成12年度)
8	育児環境調査(平成18年度)
9	児童生徒の家庭における日常の食生活などの調査(平成8年)
10	基本健康診査(平成12年度)
11	基本健康診査(平成18年度)
12	岡山市学校保健統計調査(平成13年度)
13	岡山市保健衛生年報(平成14年度)
14	岡山市保健衛生年報(平成19年度)
15	妊娠届出時アンケート(平成13年度)
16	妊娠届出時アンケート(平成18年度)
17	3歳児健診(平成13年度)
18	3歳児健診(平成18年度)
19	学校保健概要(平成13年度)
20	学校保健概要(平成18年度)
21	岡山市保健所で把握
22	歯周疾患検診(平成13年度)
23	歯周疾患検診(平成18年度)
24	市民意識調査(平成17年度)
25	市民アンケート調査(平成16年)
26	高齢者保健福祉計画に係るアンケート調査(平成16年)
27	小・中学校に対するアンケート調査(平成17年)
28	状況調査(平成15年)

健康市民おかやま 21 中間評価アンケート調査の概要

- ・ 調査対象

- 【市民】

- 市内在住の満 20 歳以上 85 歳以下の男女 7,996 人を住民基本台帳および外国人登録データから無作為抽出。あて先不明などで返送のあった 46 件を除いた 7,950 件を対象とした。

- 【事業所】

- 市内で営業している事業所 600 か所を岡山企業年報から無作為抽出。あて先不明などで返送のあった 9 件を除いた 591 件を対象とした。

- 【飲食店】

- 市内で営業している飲食関係 400 か所を営業許可台帳から無作為抽出。あて先不明などで返送のあった 45 件を除いた 355 件を対象とした。

- ・ 調査の方法

- 郵送による無記名式調査票の配布、回収。対象者全員に督促はがきを送付。

- ・ 調査期間

- 平成 19 年 6 月 15 日～30 日

- ・ 回答率

- 【市民】 54.9% 【事業所】 54.5% 【飲食店】 27.3%

性や年齢区分における回収率のばらつきについて、性・年齢区分におけるそれぞれの母集団数に基づいて調整した。

健康市民おかやま 21 推進会議

平成 19 年度活動

第一回	平成 19 年 10 月 16 日（火）	健康市民おかやま 21 の中間評価概要について
第二回	平成 20 年 2 月 8 日（金）	健康市民おかやま 21 中間評価に基づいた後期 5 年間の方向性

委員（平成 19 年度）

氏名	所属	備考
青山 英康	岡山大学名誉教授	会長
丹治 康浩	岡山市内医師会連合会	
永澤 正信	岡山市内歯科医師会連合会	
花房 光子	岡山市薬剤師会	副会長
鳴坂 美和子	（社）岡山県栄養士会岡山市支部	
山崎 悦子	（社）岡山県看護協会	
沼田 健之	岡山県南部健康づくりセンター	
小堀 浩志	厚生労働大臣認定健康増進施設連絡会中国四国支部	
小野田 昌三	岡山市体育協会	
山田 陽子	岡山市公立保育園長会	
森 眞代	岡山市国公立幼稚園長会	
森脇 利夫	岡山市小学校長会	
森谷 正孝	岡山市中学校長会	
浅野 三男	岡山市中央公民館	
多田 慎治	岡山市ボランティアグループ連絡協議会	
高橋 弘光	岡山市社会福祉協議会	
好長 シゲ子	岡山市愛育委員協議会	
横田 康子	岡山市栄養改善協議会	
上岡 玲子	岡山市おやこクラブネットワーク	
山崎 和男	健康保険組合連合会岡山連合会	
嶋村 稔	岡山県国民健康保険団体連合会	
岡 千恵	岡山県厚生農業協同組合連合会	
坂口 哲夫	岡山市食品衛生協会	
窪津 誠	岡山商工会議所	
須江 士郎	岡山産業保健推進センター	
根木 克己	NPO法人健康ライフネット	
石尾 玲子	中央地域健康市民おかやま 21 推進会議	
黒住 小弥太	北市民健康づくり会議	
住友 富子	東地域健康市民おかやま 21 推進会	

池畑 都資子	西大寺地域実行委員会	
河田 幸男	健康おかやま西21推進委員会	副会長
常國 良一	いきいき南グループ	
山口 陽子	岡山大学医学部保健	
久安 景子	岡山県立大学保健福祉学部看護学科	
中瀬 克己	岡山市保健所	

平成19年度 オブザーバー

藤原 知明	(株)山陽新聞社 論説委員会	
谷 誠人	(株)岡山日日新聞社	
桑田 茂	山陽放送(株)	
松元 範夫	岡山放送(株)	
田中 宏典	テレビせとうち(株)	
眞貝 昌洋	日本放送協会岡山放送局	
白神 二三枝	岡山大学医学部保健学科学生	
山本 汐梨	岡山県立大学福祉学部看護学科学生	
田中 美妃	岡山県立大学福祉学部看護学科学生	

健康市民おかやま21 評価部会

平成19年度活動

第一回	平成19年6月28日(木)	基本健康診査、人口動態統計、国保医療費などを用いた評価
第二回	平成19年10月1日(月)	アンケート結果やものさし、活動団体データベースを用いた評価
第三回	平成19年12月11日(火)	分野別中間評価、重点目標の変更について
第四回	平成20年1月7日(月)	目標項目の追加、削除について。新体系図について

委員(平成19年度)

氏名	所属	備考
内田 光俊	岡山市中央公民館	部会長
嶋村 稔	岡山県国民健康保険団体連合会	副部会長
常国 良一	いきいき南グループ	
鳴坂 美和子	岡山県栄養士会岡山市支部	
吉田 健男	順正短期大学 教授	専門委員
坪井 修平	くらしき作陽大学 教授	専門委員

健康市民おかやま 21 普及啓発部会

平成 19 年度 活動（平成 20 年 2 月末現在）

第一回	平成 19 年 7 月 12 日（木）	中間評価の進捗状況について 今年度の取り組みについて
第二回	平成 19 年 9 月 13 日（木）	生涯学習フェスティバル参加内容について 今後の普及啓発について
第三回	平成 19 年 11 月 12 日（火）	職域からの情報提供 実践交流会・中間評価報告会の内容について
第四回	平成 20 年 1 月 17 日（木）	働き盛り層の男性への働きかけについて 今後の普及啓発について

委員（平成 19 年度）

氏名	所属	備考
三浦 寛人	岡山市内医師会連合会	
今濱 俊博	岡山市内歯科医師会連合会	
花房 光子	岡山市薬剤師会	
鳴坂 美和子	（社）岡山県栄養士会岡山市支部	
有道 順子	（社）岡山県看護協会	
小堀 浩志	厚生労働大臣認定健康増進施設連絡会中国四国支部	
小野田 昌三	岡山市体育協会	副部会長
山田 陽子	岡山市公立保育園長会	
森 眞代	岡山市国公立幼稚園長会	
森脇 利夫	岡山市小学校長会	
森谷 正孝	岡山市中学校長会	
多田 慎治	岡山市ボランティアグループ連絡協議会	
那須 克文	岡山市社会福祉協議会	
光岡 信子	岡山市愛育委員協議会	副部会長
横田 康子	岡山市栄養改善協議会	
貝原 速雄	岡山市食品衛生協会	
鶴岡 良孝	岡山商工会議所	
石尾 玲子	市民代表（中央地域推進会議）	
黒住 小弥太	市民代表（北市民健康づくり会議）	
住友 富子	市民代表（東地域健康市民おかやま 21 推進会）	
池畑 都資子	市民代表（西大寺地域実行委員会）	
河田 幸男	市民代表（健康おかやま西 21）	部会長
常國 良一	市民代表（いきいき南グループ）	
久安 景子	岡山県立大学福祉学部看護学科学生	
山口 陽子	岡山大学医学部保健学科学生	

岡山市保健所・保健センターの位置

岡山市保健所 〒700-8546 岡山市鹿田町 1 丁目 1-1(岡山市保健福祉会館内) TEL (086)803-1200

中央保健センター 〒700-8546 岡山市鹿田町 1 丁目 1-1(岡山市保健福祉会館内) TEL(086)803-1265

北保健センター 〒700-0071 岡山市谷万成 2 丁目 6-33(北ふれあいセンター内) TEL (086)251-6515

御津支所 保健福祉課 〒709-2198 岡山市御津金川 1020 番地 TEL(0867)24-1113

建部分館 〒709-3111 岡山市建部福渡 487-1 TEL(0867)22-2611

障害者生活支援センター 〒709-3111 岡山市建部福渡 834-2 TEL(0867)22-5200

東保健センター 〒702-8002 岡山市桑野 715-2(岡山ふれあいセンター内) TEL (086)274-5164

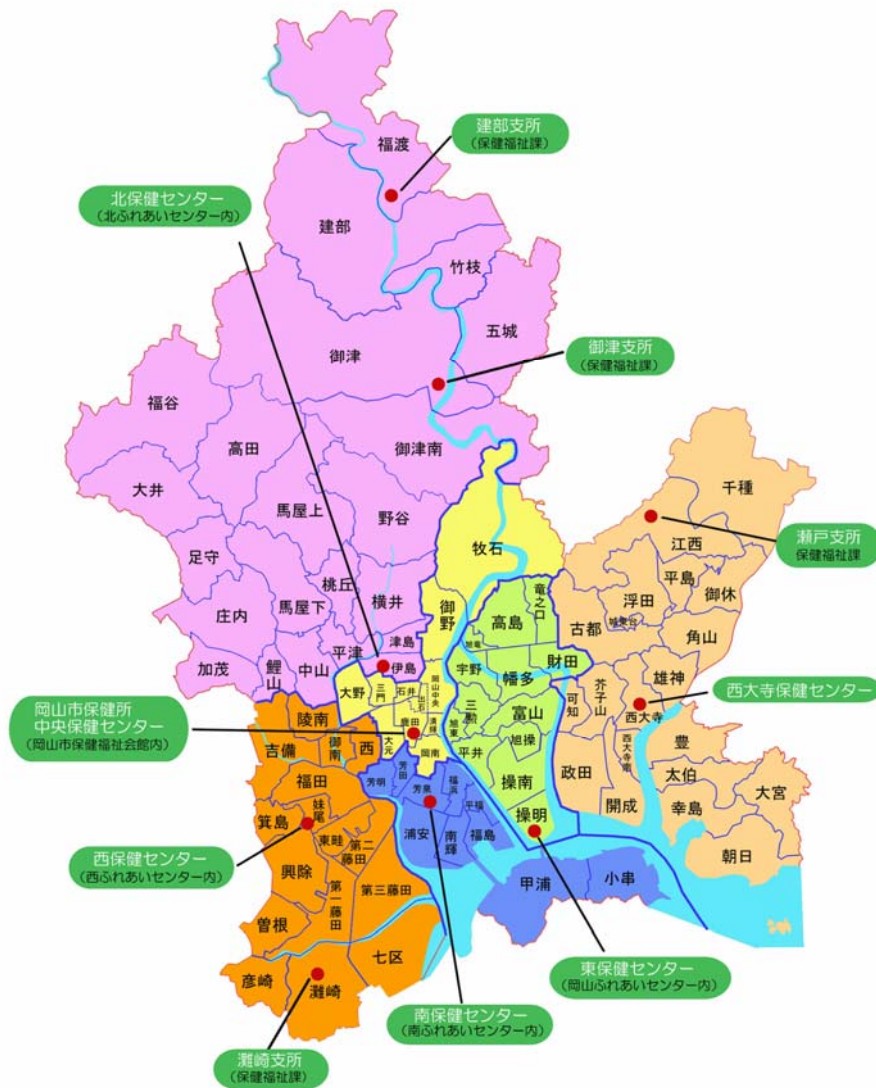
西大寺保健センター 〒704-8192 岡山市西大寺中野本町 4-5(旧西大寺保健所) TEL (086)943-3210

瀬戸支所 保健福祉課 〒709-0856 岡山市瀬戸町下 146-1 TEL (086)952-2892

西保健センター 〒701-0205 岡山市妹尾 880-1(西ふれあいセンター内) TEL (086)281-9625

灘崎支所 保健福祉課 〒709-1292 岡山市灘崎町片岡 207 TEL (08636)2-3146

南保健センター 〒702-8021 岡山市福田 690-1(南ふれあいセンター内) TEL (086)261-7051



(平成 20 年 3 月末現在)

健康市民おかやま 21 中間評価と今後の方向

平成 20 年 3 月発行
岡山市保健所 健康づくり課

〒700-8546 岡山市鹿田町一丁目 1-1
TEL : 086-803-1263
FAX : 086-803-1758
E-mail : kenkou@city.okayama.okayama.jp
URL : <http://www.city.okayama.okayama.jp/hofuku/hokensyo/>