

## 健康玉手箱プロジェクト(令和4年度)

### ポイント

- ①子どもから高齢者まで幅広い世代に対応した健康づくり
- ②既存の集団・組織活動との連携
- ③地区組織や関係団体と連携・協働した健康づくり



### 活動実績(令和5年2月15日時点)

- 西神楽小学校  
→3年生に食事のマナーについて講話 20名
- 西神楽中学校  
→2年生に「副菜」について講話 8名  
→3年生に「主菜」について講話 19名
- 西神楽宮前こども園  
→食事の大切さについて講話  
3歳児～5歳児 計25名(予定)
- 北の森づくり専門学校  
→生活習慣病の予防について講話 40名
- 西神楽公民館市民講座  
→血管を守るポイントについて講話 16名
- 西神楽就実老寿会  
→血管を守るポイントについて講話 9名
- まちなか保健室  
→来所者 延65名
- 元気番付スタンプラリー  
→筋トレチャレンジ 延15名  
→食トレチャレンジ 延26名  
→脳トレチャレンジ 延20名  
→血管年齢(延13名), 体組成計(延17名),  
栄養相談(延1名)
- 巡回相談  
→利用者 延17名

## 評価・次年度に向けて

- ▶今年度はコロナ禍における活動自粛もあり、①の対象を拡げる活動を中心に展開した
- ▶次年度は①に加え②③の取組へ活動の幅を拡げていく

### 今年度の評価

- 元気番付スタンプラリーの開始  
→まちなか保健室の内容が充実し、リピーターが増加
- 若年層への取組  
→学校外から講師が来ることは、子どもたちの学習に効果的だったと学校から意見があった

### 次年度の活動

#### 対象者の拡大

- ▶若年層への取組を今後も継続し、取組の定着を図る
- ▶子育て世代へのアプローチ方法について検討

#### 健康イベントに再チャレンジ

- ▶まち協メンバーとの意見交換や役割分担など計画的な準備
- ▶より多くの住民に参加してもらえるような仕掛けの検討

#### 巡回相談の充実

- ▶元気番付スタンプラリーで使用している媒体を活用した出張まちなか保健室の実施

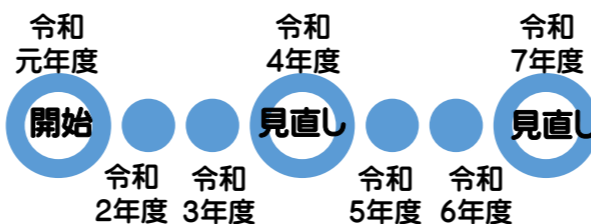
#### 様々な活動との連動・マッチング

- ▶地域活動や行事を活かした健康づくりの検討

#### イベント等における学生との連携

- ▶西神楽に関心を持ってもらえるような取組を検討

### 活動の見直しのサイクル



## 健康玉手箱プロジェクト(令和5年度)

### ポイント

- ①子どもから高齢者まで幅広い世代に対応した健康づくり
- ②既存の集団・組織活動との連携
- ③地区組織や関係団体と連携・協働した健康づくり



### 活動内容

- 令和4年度の活動の継続  
(西神楽小学校・中学校・認定こども園・専門学校・まちなか保健室・巡回相談など)

#### 健康イベント(リベンジ編)



- 関係団体との連携  
(地区社協メンバーとの連携による地域の巡回相談, 西神楽の野菜を活用した食育の推進など)

- 地域コミュニティ活動の活用  
(地域活動や行事と連携した健康づくりなど)