



Title	市民とともに取り組む「健康さかい21」：堺市における健康づくり自主活動グループの育成・支援
Author(s)	中出, 幸子
Citation	大阪公衆衛生. 2009, 80, p. 4-6
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/83414
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

としてすべての保健事業を

- ・地区住民を対象に健康増進、疾病予防、リハビリテーションと健康のあらゆる側面に保健サービスを

3) 保健所と保健センターに衣替え

- ・1保健所は対物サービス、3保健センターは対人サービス

- ・対人保健事業は保健所健康づくり課で企画、保健センターで実施、専門職を健康づくり課に配置し、企画と事業実施の役割分担？

- ・介護保険制度がはじまり、寝たきり老人(？)、認知症などの治療や介護が必要な人は介護保険の対象、保健所は老人保健の予防事業を担う

4) 感染症業務の保健所へ集中化、他部署へ保健師等の配置

- ・感染症担当を健康づくり課に集中し、対人サービスも実施、業務担当となる

- ・保健センターでは、児童虐待対策が急務となり、個別対応、予防事業の増加

- ・健康日本21東大阪計画「健康トライ21」

- ・介護予防事業の「地域介護予防教室」を高年齢介護課から執行委任

- ・保健師が職員健康室、子育て支援課、国保担当保険管理課

- ・栄養士が法人指導課、精神保健福祉士が障害者支援室

5) 保健センター保健師に業務担当制を導入

- ・老人保健法から健康増進法に

- ・健康診査・保健指導は医療保険者に

- ・地域組織活動は対象別事業別

- ・地区活動を進めるために業務担当制

3. 検討課題

- 業務形態(業務担当制で地域活動を)

- 地域を「みる、つなぐ、動かす」

- 地区丸ごと、病気を持った人も元気な人も大人も子ども、サービスを受けている人受けていない人を視野に入れて

- 地域の資源やシステムの活用

市民とともに取り組む「健康さかい21」

堺市における健康づくり自主活動グループの育成・支援

堺市健康増進課

中出 幸子

1. 堺市の概要

平成17年2月に美原町と合併し平成18年4月1日、15番目の政令指定都市となりました。人口約83万人、高齢化率は20.7%です。市の組織は市内7区に8ヶ所の保健センター、市役所本庁内に1ヶ所の保健所があります。

2. 健康さかい21

平成14年度に国の健康増進計画「健康日本21」の地方計画として、「健康さかい21」を策定しました。市民主体、ヘルスプロモーションを理念とし、健康寿命の延伸、市民の生きがいと幸せな人生を目的として、7分野(栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、たばこ、アルコール、歯の健康、健康チェック)を重点

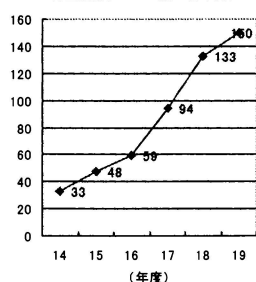
取り組み課題としています。平成19年度に中間評価を行い、平成24年までの5年間の新たな計画「新健康さかい21」を策定しました。保健センターでは区域別行動計画を作成し、それに基づき各分野の生活習慣病予防の取り組みを推進しています。

3. 健康づくり組織育成事業

「健康さかい21」の取り組みとして、平成14年度から健康づくり組織育成事業を実施しています。

事業内容は、地域の健康づくりの核となるリーダーの育成と、ウォーキング、体操、栄養・歯科保健等の健康づくり自主活動グループの育成支援です。

自主活動グループ数の経年変化



現在、保健センターが育成・支援している自主活動グループ数は150グループですが、事業開始時に33グループであったものが、年々増加しています。

自主活動グループの活動内容は、大きく3つのグループに分かれます。

ウォーキンググループが約半数で48%、体操グループが37%、栄養や歯科などの学習グループが15%です。

育成・支援グループ数	150グループ ウォーキング 体操 学習（栄養・歯）	<H19年度末現在>
会 員 数	3,403人	<H19年度末現在>
リーダー登録数	444人	<H19年度末現在>
教室開催回数	266回	<H19年度実施数>
教室参加延べ人数	5,756人	<H19年度参加延数>
新たなグループ育成数	38グループ	<H19年度育成数>
自主グループ区ネットワーク	7区	(各区1)
さかい健康づくり推進委員会	1	(市全体のネットワーク)

4. グループ立ち上げと継続支援

保健センターや地域で健康講座を実施し、の中で実際にウォーキングやチューブ体操等の体験を取り入れています。健康講座は初回から一貫して自主化をめざす教室であることを参加者に伝え、徐々に自分達で実施できる役割を増やし、教室修了後は保健センターが支援しながら参加者とともに自主活動グループを立ち上げています。

立ち上げ後は、保健センターが自主活動グループに対してネットワークでの情報提供や、リーダーからの相談に応じるなど継続的に支援を行っています。

5. 地域活動

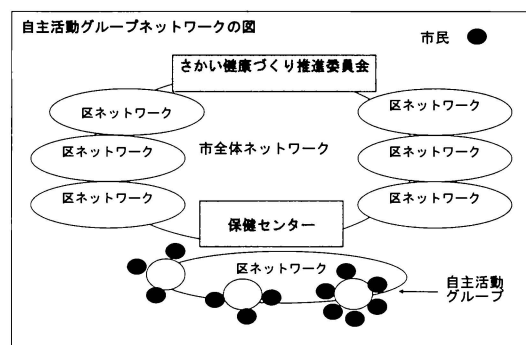
地域で事業を実施する場合、保健師は、地域の実情に応じて健康講座を企画し、場所の設定、周知方法等を考える必要があります。具体的に言うと自治会長、校区福祉委員会委員、集会所の管理人等に相談し、地区活動の中で得たあらゆる情報を駆使しながら、人と人を結び、リーダーになれそうな人材を発掘したり、地域会館を貸していただく交渉をしたりと、実施に至るまでのプロセスにおいては、目には見えませんが重要な部分を担っています。

日ごろの地区活動と常に地域全体の健康づくりを意識したマイルドを持って活動することがキーです。



地域活動は、点から線、線から面へ、そして組織化することだと思います。

各地域で人と人をつないで線にし、グループをつくります。グループとグループをつないで区の中にネットワークをつくり面にし、さらに区のネットワークをつないで市全体の大きなネットワークの面にし組織化していきます。



6. ネットワーク

市全体のネットワークとして、情報交換、市全体の仲間づくり、各区の活動をさらに強化することを目的に、各区の自主活動グループの代表が集まる「さかい健康づくり推進委員会」を開催しています。内容は、2ヶ月に1回の定例会議、年1回の全市自主活動グループ活動発表イベントの協働開催、全市自主活動グループリーダー研修会の協働開催などです。

また、平成19年度には各区の保健センターに自主活動グループのネットワークができ、交流会やネットワーク会議、ウォーキング大会の実施等、区での活動が活発になっています。

7. 活動の広がり今後の展望

健康づくり組織育成事業は平成14年度の開始から6年が経過しましたが、健康づくり自主活動グループ数が年々増加し、自らの健康づくりだけでなく、仲間づくりや健康づくりの啓発に

積極的にかかわる市民が増加しています。平成 17 年度に「さかい健康づくり推進委員会」が年 1 回の活動発表イベントに向けてウォーキンググループ 512 人に対するアンケートを実施しました。その結果、参加のきっかけは「友達からの紹介」が最も多く全体の約 4 割でした。これは次に多かった保健センターからの紹介とほぼ同数で、市民が健康づくりを広げることに大きく貢献していることがわかりました。

最近では、自主活動グループが区民まつり等に参加して周知活動を行ったり、区全体のまちづくり企画にも参加しています。

また、平成 20 年度の市の事業である、市内 35 箇所のスーパーや商店街で実施する「まちかど健康チェック」では体力チェックや栄養チェックを行ない、生活習慣の見直しや健康づくりのきっかけづくりをしています。その実施場所に自主活動グループの紹介パネル展示やちらし

配布をして周知していますが、地域の自主活動グループが自主的に事業に参加してグループの紹介をしているところもあります。

平成 20 年度の特定健診保健指導は、保健指導の積極的支援を保健センターで実施しています。その参加者に自主活動グループを紹介し、地域で継続した健康づくりが行なえるように働きかけています。そのことにより、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの連動を行なっています。

今、保健センターを中心にネットワークでグループをつなぎ、市と協働で健康づくりの取り組みが多様な形で広がってきています。

今後、堺市では、地域の活動として、生活習慣病予防・介護予防の視点でさらに自主活動グループを増やし、健康づくりの輪を広めたいと考えています。

特 集 健 康 づ く り

大阪市における地域保健活動の現状と課題 —「すこやか OSAKA 推進プロジェクト」—

大阪市健康福祉局
中村 伸二

一 大阪市民の健康水準

大阪市民の健康水準は、残念ながら高くありません。平均寿命は昭和 50 年時点で男性が 70.63 歳、女性が 76.08 歳から平成 17 年には男性が 76.99 歳、女性は 84.53 歳へと、30 年間でそれぞれ 5.45 歳、8.45 歳延びました。しかし、全国的には男性は 71.79 歳から 78.79 歳へ 7.0 歳、女性は 77.01 歳から 85.75 歳へ 8.74 歳延び、大阪市民の平均寿命の延びは男性で約 10 年、女性で約 5 年遅れています。

大阪市民の健康水準が低い原因は、平成 17 年年齢調整死亡率を見ると、生活習慣病による死亡率が高く、特にがんによる死亡率は全国

一です。

二 「すこやか大阪 21」の策定

そこで、大阪市では、既に平成元年 2 月に市制 100 周年記念事業として、「健康大阪計画」という計画を策定して、全庁的に市民の健康水準の向上に向け取り組んできました。しかし、この計画はバブル期に策定されたこともあり、多くのハード整備例えば天王寺区の桃山市民病院跡地に大阪府の健康科学センターのような施設を整備することや、また環境対策までも含む広範なものであったため、総花的で実効性にかけるものでありました。

そこで、平成 12 年に国の「健康日本 21」が