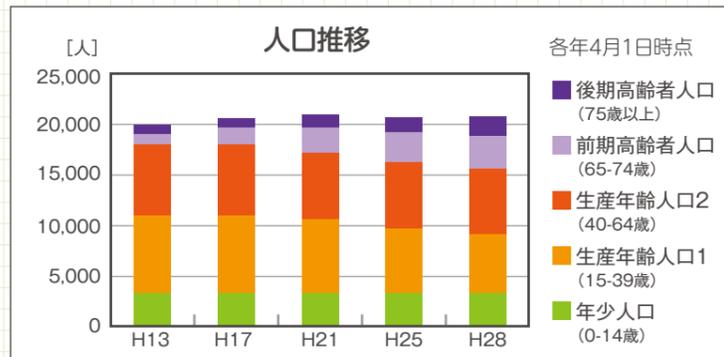


美里地区の人口構成

- 人口は約2万人で推移しています。
- 年少人口は横ばいですが、生産年齢人口は減少しており、高齢者は増加しています。
- 高齢化率は25.3% (4人に1人が高齢者) で、後期高齢者の割合が年々高くなっています。

平成28年4月1日時点※少数点以下第2位を四捨五入

	年少人口割合 (0-14歳)	生産年齢人口割合 (15-64歳)	高齢者人口割合(高齢化率) (65歳以上)
美里地区	15.4%	59.3%	25.3%
豊田市	14.5%	64.4%	21.2%



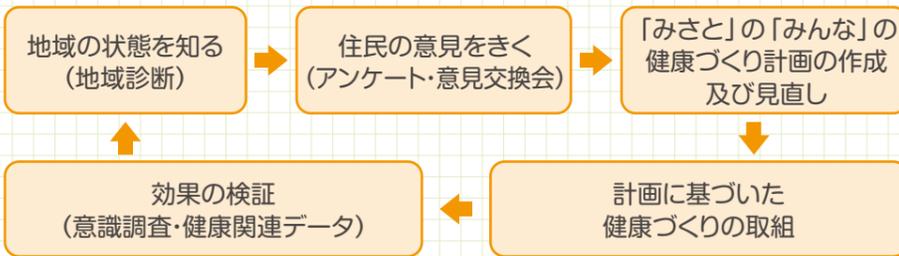
※健康関連データは市・地域保健課ホームページに掲載しています。



生涯現役!!
エキサイティングな
高齢者時代の
到来ですよ!!

中京大学 名誉教授
かつまた こういち
勝亦 紘一氏

地域で健康づくりを推進するサイクル



人と人のつながりが
健康的な地域づくりに
つながります!!

中京大学
スポーツ科学部教授
わたなべ たけまさ
渡邊 文真氏

平成28年度からの地域予算提案事業を紹介します。 事業名:「みさと」の「みんな」で取り組む地域の健康づくり事業

目的	地域内(みさと)のあらゆる年代の人(みんな)が生涯にわたって健康を維持できるよう、健康づくりに取り組む。
事業期間	平成28年度～平成31年度(予定)
おもな事業内容	①地域の实情に合った健康づくり計画を作成する。 『「みさと」の「みんな」の健康づくり計画』(本計画) ②地域住民に健康づくり計画を周知し、推進する。 計画のリーフレットの作成、各種イベントでのPRなど ③ウォーキング環境を整備する。 ウォーキングコースの設定、マップの作成、案内看板の設置など
目標	平成31年度に、健康づくりに取り組んでいる人の割合を 70.0% にする。 ※平成27年8月のアンケート調査では62.5%



「みさと」の「みんな」の健康づくり計画

発行 平成28年7月
 発行者 美里地区コミュニティ会議 美里地域会議 豊田市健康部地域保健課
 問合せ 豊田市健康部地域保健課 〒471-8501 豊田市西町3-60(東庁舎4階) 電話:34-6627 FAX:34-6186
 印刷 美里地域会議(事務局 豊田市社会部高橋支所)



笑顔あふれる健康なまち「みさと」

平成28年度～

「みさと」の「みんな」の健康づくり計画



みさぼん*

美里交流館
マスコットキャラクター
タクトくん



この『「みさと」の「みんな」の健康づくり計画』は、“笑顔あふれる健康なまち「みさと」”を目指して、美里地区コミュニティ会議、美里地域会議と豊田市健康部地域保健課が共働で作成しました。

計画の作成にあたり、コミュニティ会議では、地域保健課と共催で健康づくりの「講演会」と「意見交換会」を行い、地域住民のみなさんからご意見やアイデアをいただきました。また、地域会議では、「美里地域のまちづくり・健康づくりを考えるアンケート調査」を行い、健康状態と生活実態についてお聞きしました。

平成28年度から、この計画をもとに、美里地区で健康づくりの取組を充実していきます。



まちづくり・健康づくりアンケート
(平成27年7月)



講演会(1回目)
(平成27年9月)



意見交換会(計2回)
(平成27年10月)



計画作成検討会(計7回)
(平成27年10月～平成28年3月)



講演会(2回目)
(平成28年2月)

※美里中学校 小谷 楓さんが考えた美里地区のキャラクターです。

「みさと」の「みんな」の健康づくり計画 体系及び内容

スローガン

笑顔あふれる健康なまち「みさと」

目指す姿

身近に健康づくりができるまち

「みさと」の「みんな」で健康づくりに取り組むまち

取組方針

みんなで楽しく！
運動したくなる
環境づくり

おいしく食べよう！
健康的な食生活の推進

わいわい
コミュニケーション(^^)
ふれあいで心の健康づくり

自分のからだを知ろう！

全員集合!!
「みさと」の「みんな」で
健康づくり

「みんな」が主役!
地域力を生かした
健康づくり

取組内容

ウォーキングマップの作成

小学校区や自治区ごとのおすすめウォーキングコースの設定とマップの作成

ウォーキングコースの看板・ベンチなどの設置

コース情報の看板や休憩用ベンチなどの設置

ラジオ体操の推進

公園や自治区集会所など身近な場所でのラジオ体操を推進

運動できる場の充実

・神池公園の利用促進
・既存の公園を活用した健康器具設置などの検討

講座・教室の開催

身近な場所で「ウォーキング」や「健康体操」などの講座・教室を充実

講座・教室の開催

身近な場所で栄養士などによる「バランス食」、「野菜1日350g」、「減塩食」などの講座・教室を充実

おしゃべり会など気軽に集まれる場づくり

身近な場所で気軽に集まって交流できる場の充実

世代間交流の場づくり

子どもから高齢者まで「みんな」が交流できる場の充実

健康診査、がん検診を回覧などでPR

受診や早期発見の必要性、健診結果の見方などについて、事例を紹介しながら、回覧や講座などで啓発

「まちの保健室」の開催

身近な場所で血圧計や体組成計（体脂肪率や筋肉量などを計測する機器）などによる測定や健康相談を実施

健康コーナーの設置

交流館や自治区集会などで、健康講座の案内や健康に関する情報の掲示

健康イベント・講演会の開催

ウォーキングイベントや健康に関する講演会（運動・食生活・心）などを充実

イベントにおける健康ブースの設置や
活動発表の場の提供

ふれあいフェスタや自治区まつりなどの地域のイベントで、健康ブースの設置や日頃の健康づくり活動を発表する場の提供

情報紙の発行

健康づくりに関する活動紹介や健康講座の案内、健康情報、季節の健康レシピなどを掲載した情報紙を発行

ポイント制度の検討

地域の健康づくりを活性化させるポイント制度の検討

「みんな」の意見をきく機会の設定

意見交換会やアンケートなどにより地域住民の意見をきく機会の設定

健康づくりを推進する体制づくり

・「みさと」の「みんな」が一丸となって健康づくりを推進する体制づくり
・ヘルスサポートリーダーやスポーツ推進委員の活動支援

健康づくり支援者の拡大

地域の健康に関する講座・教室のお手伝いや参加の呼びかけなどを行う人の増加