

猿投台地区健康づくり計画

「猿投台地区健康づくり計画」は、“様々な世代が元気に生き生きと暮らす猿投台”を目指して、猿投台地域会議の健康づくりグループ、【猿投台いきいき健康づくり】※1、豊田市保健部地域保健課が共働で作成しました。

この計画を基に、猿投台地区で健康づくりの取組を充実していきます。

※1 計画策定とそれに基づく事業の推進を検討する組織

1 計画作成までの流れ

この計画は、平成 26、27 年度に猿投台地域会議で策定された「猿投台地区まちづくりビジョン・実施計画」の健康づくりと第 8 次豊田市総合計画の重点施策に位置付けられた、きらきらウエルネス地域推進事業に基づく、住民と行政が共働で地域の健康課題や特性に応じた健康づくりを推進する計画です。

広く地域の皆様からご意見、アイディアを集めるために、猿投台地域会議と地域保健課が共催で健康づくりの意見交換会を開催し、その後猿投台地域会議の健康づくりグループ、【猿投台いきいき健康づくり】で検討を重ね、計画を作成しました。



●猿投台地区まちづくり
ビジョン・実施計画



●意見交換会 1 回目
(33名参加 平成 29年 1月 12日)



●意見交換会 2 回目
(35名参加 平成 29年 1月 26日)



●検討会
(計 5 回 平成 29年 2~7月)

2 健康づくりの担い手

自治区、高齢者クラブ、子ども会、自主グループ、コミュニティ会議、ヘルスサポートリーダー他、地域の様々な方が積極的に取り組んでいきます。

3 計画の見かた

- 重点項目 : 猿投台地区全体で取り組みます。
- 基本項目 : 地域や団体が実状に合わせ、それぞれ取り組みます。
- 計画期間 : 平成 29 年度から平成 37 年度。必要に応じて、見直していきます。

猿投台地区健康づくり計画

めざす姿

様々な世代が元気に生き生きと暮らす猿投台

資料①

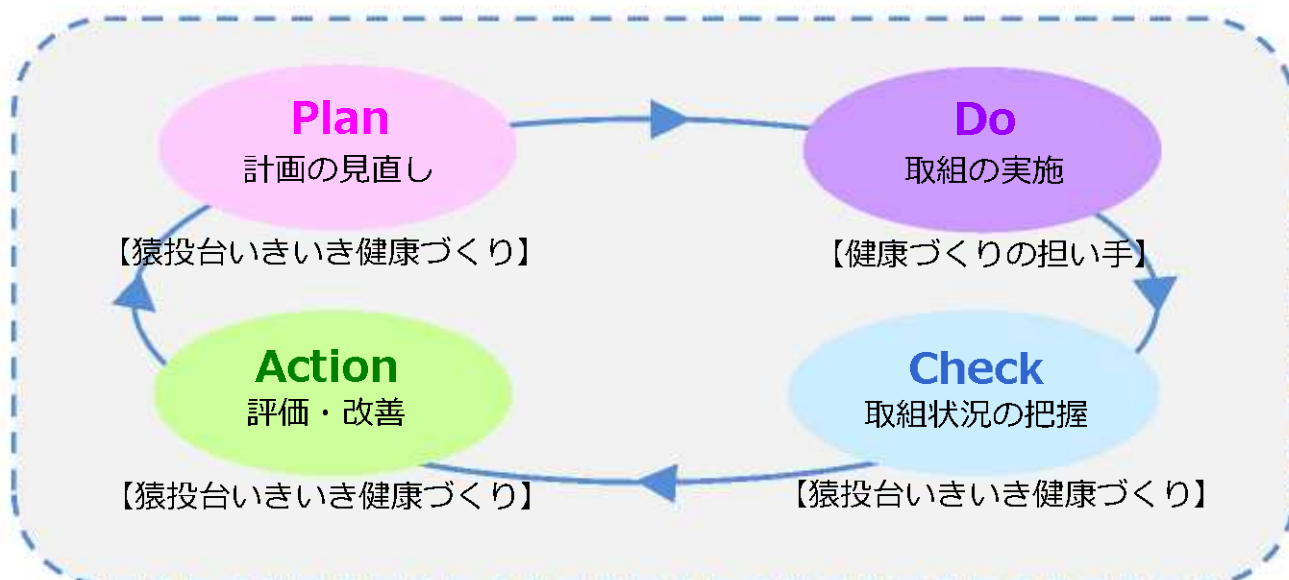


なぜ取り組むのか	取組方針	項目	事業名	取組内容
市と比較して 【男女とも】 血糖 血圧（保健指導該当者率） 生活習慣改善意思なし が高い	みんなで楽しく！ 運動ができる 猿投台	重点項目	ウォーキング	みんなで楽しく！ ウォーキング 日々のウォーキング習慣をつくるきっかけとして地域の特性を活かしたお楽しみウォーキングを実施する お楽しみ 例：スタンプラリー、特典をつける、季節や歴史の名所めぐりなど 健康に役立つ例：正しい歩き方を学ぶ講座の開催、ウォーキングマップの紹介など
			栄養	食べよう！ 1日野菜350g運動 講座やイベント等で地域ぐるみの野菜摂取を促す「もう1皿野菜を食べよう！運動」を実施する
			脳トレ	みんなで楽しく！ 脳活 定期的に麻雀や囲碁、将棋等を行い、脳を活性化させる機会を設ける
【女性】 中性脂肪が高い	からだによい 食生活が わかる猿投台	基本項目	運動	みんなで楽しく！ ラジオ体操事業 子どもからお年寄りまで多世代が公園や自治区集会場など身近な場所でラジオ体操をする
			運動	みんなで楽しく！ 運動・健康チェック 筋力アップ、認知症予防、健康チェック等の講座を身近な場所で開催する
			栄養	元気アップ教室 ※自治区・交流館対象 脳トレ、筋トレ、ストレッチ等のメニューを身近な場所で受講後、自主グループとして活動する元気アップ教室を推進する
【中学生】 肥満者率が高い	自分のからだが わかる猿投台	基本項目	栄養	野菜を多く含み、塩分が少ない健康メニューを行事やイベント等で啓発する バランス食、減塩食などのからだに良い健康食講座などを開催する
			健診	健診を受けよう事業 受診率向上のため、健診の受け方、猿投台地区の受診結果などを行事やイベント等で啓発する
			環境整備	広げよう！ 健康づくり発信事業 健康情報、健康づくりの取組、講座案内などを回覧や掲示等で情報発信する
【野菜摂取量】 愛知県 全国最下位	みんなで 健康づくりが できる猿投台	基本項目	環境整備	広げよう！ 健康づくりの輪事業 健康づくりの取組の担い手を増やし、参加を近隣に呼び掛ける
			環境整備	参加を促すしくみづくり 参加者の興味を引く記念品等を購入・配布し、健康づくりの取組への参加を促す
			環境整備	健康を支える 環境づくり ふれあい広場等に健康器具を設置し、いつでも利用できるような環境整備を検討する
地域活動への参加が 少ない				



4 計画の進め方

以下のようなP D C Aサイクルで進めていきます。【 】内は実施主体を示します。



※【猿投台いきいき健康づくり】が毎年取組状況の把握を行い、今後の取組を検討していきます。

5 豊田市保健部の健康づくり応援メニュー

応援メニューを活用できます。他の応援メニューもありますので、お気軽に地域保健課へご相談ください。

① 生涯学習出前講座

保健師・管理栄養士・歯科衛生士・健康づくりリーダーなどの講師を派遣します。

- ・体組成・血管年齢の測定
- ・運動、食生活、歯と口
- ・生活習慣病・介護予防
- ・味噌汁の塩分測定 など



② 元気アップ教室

身近な場所で 65 歳以上を対象介護予防を目的としたストレッチ、筋力アップ体操、脳力アップなどを教室形式で実施します。



③ 健康器具等の貸出し

血圧計、体脂肪計、握力計、棒反応などの健康に関する器具を貸出します。



④ てくてく応援制度

ウォーキングイベントの開催マニュアルの配布やのぼり旗などの貸出をします。



【問合せ】 ①～③ 地域保健課 ☎34-6627 ④ (保) 総務課 ☎34-6723

猿投台地区健康づくり計画

発行：平成 29 年 8 月

発行者：【猿投台いきいき健康づくり】

(猿投台地区区長会、猿投台地域会議、猿投台地区コミュニティ会議、猿投台地区ヘルスサポートリーダー)

豊田市保健部地域保健課

問合せ：豊田市保健部地域保健課 〒471-8501 豊田市西町 3-60 電話：34-6627 FAX：34-6186

