

健康長寿に係る先進的な取組事例

上里町

～健康づくりワークショップ～

(1) 取組の概要

上里町では、健康づくりの課題に対応するため、平成27年度中に健康増進計画と食育推進計画が一体となった「上里町健康づくり推進総合計画」を策定する。その第一歩として、行政と町民が一緒に健康課題を把握し、健康づくり推進の取組みなどについて自由に話し合うことを目的に、「健康づくりワークショップ」を開催した。

(2) 取組の契機

(ア) 上里町健康づくり推進総合計画の策定

健康づくり推進総合計画を策定する中で、町の健康づくり推進の取組みに何が必要なのかを知ると共に、健康づくりの意識付けの場としてワークショップを開催することが検討された。

(イ) 行政と町民の協働

上里町の健康づくり推進の取組みについて、担当課がそれぞれ独自に実施している状況であったため、町全体の課題として行政と住民と一緒に考える機会を設けたかった。

(ウ) 取組の内容

事業名	健康づくりワークショップ
事業開始	平成27年度

	平成27年度
予 算	4万6千円 ・講師謝礼等 4万円 ・消耗品等 6千円
参加人数	43人
期 間	平成27年5月27日・6月10日 (2日間)
実施体制	上里町健康保険課主催

① 参加者の募集 (平成27年4～5月)

日ごろから健康づくりに携わっている自主グループや食生活改善推進協議会等に声かけをし、参加者を募った。

町民だけでなく、計画策定の作業部会員となっている役場職員にも趣旨を理解してもらい参加協力をいただいた。

② 実施内容（平成27年5月・6月）

○1回目（5月27日）

- ・講義：これからの健康づくりについて
- ・実施報告：健康づくりと食育に関するアンケートの実施について
- ・グループワーク：『みんなが不健康だな・・・と思うこと』

○2回目（6月10日）

- ・前回の復習
- ・グループワーク：『不健康課題から改善策を考えよう！』

（エ）取組の効果

①上里町の实情に合った健康づくり推進の全町的な取組みへ

町民が参加したことにより、身近な課題が取り上げられ、健康づくりの大切さを意識付けることができた。また、関係各課職員へも健康づくり事業の課題を共有することができ、町の実情にあった全町的な事業の取組みにつながると考えられる。

（オ）成功の要因、創意工夫した点

①学識経験者に協力してもらったこと

ワークショップの開催にあたっては、上里町健康づくり推進協議会の委員になっている日本女子体育大学講師の指導や助言をいただきながら実施した。

ワークショップの手法や進め方なども教えていただき、効率的かつ効果的に実施することができた。

②他課の職員も参加してもらったこと

健康づくり推進総合計画作業部会員にも、あらかじめ作業部会としてワークショップの進め方を学ぶ機会を設けた。町民を交えて行なったワークショップでは、リーダー役も担ってもらうなどスムーズに進行できた。

（カ）課題、今後の取組

①健康づくりワークショップの今後の開催について

健康づくり推進総合計画策定後も、取組みについて町民と一緒に検討していくことが必要不可欠となる。そのため、今後も気軽に健康づくりについて意見交換ができるような機会を検討したい。