

めざせ健康あきる野 2 1 (第二次)

めざせ健康あきる野 2 1 推進会議 (2 1 Step II) 推進状況について

○計画について

あきる野市の健康増進計画(第二次)「ふれあい・いきがい・元気なまち」をめざす姿として、市民・関係団体・行政の「協働」をキーワードに平成30年度から10年間計画として策定

○内容 ※あきる野市母子保健計画、あきる野市食育推進計画を合わせ策定

- 領域1 健康寿命
 領域2 子育て・親子の健康(あきる野市母子保健計画を兼ねる)
 領域3 健康的な生活習慣(栄養・食生活は、あきる野市食育推進計画を兼ねる)
 領域4 いきがいと地域とのつながり
 領域5 生活習慣病の予防

○推進体制

あきる野市
健康づくり推進協議会

推進部会

評価部会

【推進メンバー】

- あきる野市健康づくり
市民推進委員会
○めざせ健康あきる野 2 1
推進会議メンバー
 ○市職員

【評価ワーキンググループ】

- 識見を有する者
 ○地域医療代表者
 ○市各種団体代表者
 ○市民の代表
 ○市職員

【めざせ健康あきる野 2 1 (第二次) 計画期間】 10 年間 (平成30年から令和9年度まで)

平成 30	令和元	令和2	令和3	令和4	令和5	令和6	令和7	令和8	令和9
前期			中期				後期		最終年



1 活動の評価

期毎に活動目標・活動計画を立て活動し、期の終了年度に1期分をふり返り次期の活動目標・活動計画を立てる。

2 中期 (令和3年度～令和5年度)

	全体・代表者	PR班	チーム食生活レモン	ウォーキングⅡ班
活動目標	・第二次計画について広く市民に広める ・推進会議の開催や各班活動の基盤を整える	・特に若い世代(子育て世代)を中心としたPRをすることで、より多くの人にめざせ健康あきる野 2 1を知ってもらう。 ・「めざせ健康あきる野 2 1が第二次計画になったこと」「市民参画で実施していること」「推進メンバーを募集していること」についてPRする。	“健康を考えたバランスのよい食生活を実践するため”に、主食、主菜、副菜がそろった食事、野菜、食塩(適塩・減塩)、朝食について広める。	・「コツコツ身体を動かし、運動を続ける」の実現に向け、「あきる野を楽しく歩いて健康づくり」のふれあいウォークを継承する。 ・一人ひとりの身体活動を促す。
目標に沿った取組ができたか	・コロナによる活動制限中は書面会議やホームページ等による情報提供等を行い活動の継続及び周知ができた。 ・令和5年度からは、市イベントに参加し計画の周知ができた。	・コロナが流行しているときはイベントでの周知が難しかったが、チラシ(コロナパンチ)を作成して周知の活動を行えた。コロナが落ち着いたことにより、イベントでの周知活動が行えた。また、二次計画のRRとして、健康仮面の周知もできた。	・対面活動が難しい時期でもレシピ考案等の活動を行ったため、対面で活動が再開してから活動に役立てることができた。 ・書面会議から「チーム食生活レモン おすすめレシピ総集編」が誕生し、それを媒体とした活動ができた。	・ふれあいウォーク事業は、新規で参加する人もいれば、継続で参加する人もみられる。そのため、運動習慣を身につける取り組みとしての役割を果たしていると考えられる。 ・コロナによる制約があるにも関わらず、イベントが継続できた。
総合得点	2 点	2 点	3 点	2 点

【総合得点】3点満点評価・・・よくできた3点、まあまあできた2点、あまりできなかった1点

3 後期 (令和6年度～令和8年度)

	全体・代表者	PR班	チーム食生活レモン	ウォーキングⅡ班
活動目標	・第二次計画について広く市民に広める ・推進会議の開催や各班活動の基盤を整える	・PR活動を通じて市民一人ひとりが積極的に健康づくりに取り組み、自分は健康だと思う人の割合を増やす。 ※平成28年「第二次ベースライン調査」(市)82.5% 目標値: 令和9年度調査時に90.0%以上	“健康を考えたバランスのよい食生活を実践するため”に「主食、主菜、副菜がそろった食事」「野菜」「食塩(適塩・減塩)」「朝食」について広める。	・「コツコツ身体を動かし、運動を続ける」の実現に向け、「あきる野を楽しく歩いて健康づくり」のふれあいウォークを継承する。 ・一人ひとりの身体活動を促す。 ・参加者やスタッフの増員を図り、お互いの交流(ふれあい)と歩くことが心身に良い影響を与えることを周知する。
内容 今後の課題や取組	・各種イベントに積極的に参画し、めざせ健康あきる野 2 1の周知を行う。 ・市民に当事者意識が持てるような企画を行う。 ・2 1 Step II 活動を知ってもらう方法の検討 ・メンバーの確保。SNSの活用や新たな募集方法を検討していく。 ・各班活動の活性化と3班の協力	・各種イベントに積極的に参画し、めざせ健康あきる野 2 1の周知を行う。 ・市民に当事者意識を持ってもらえるような企画を行う。 ・引き続き、若い世代への周知及びメンバー募集を行っていく。 ・健康仮面を活用していく。 ・SNSを活用していく。 ・新しいPR方法について検討	・レシピ集を活用し、試食などを含めた活動などを行う。 ・食に関するイベントを視察し、幅広い年代の興味を引けるような媒体作りや活動を行い、食生活の大切さを市民へ広めていく。 ・バランスのよい食生活を実践するために役立つワンポイントの提供 ・ホームページやリーフレット等での情報発信 ・他団体とコラボした周知活動を検討していく。 ・メンバーの募集	・ふれあいウォークの継続、「歩いて健康づくり記録表」をとおして、身体活動を促す。また、楽しみながら運動する大切さを伝える。 ・ホームページ等を活用し、ウォーキングコースの周知をする。 ・関係者や参加者の要望を加えて企画する。具体的には関係者(行政)から事業目的を、参加者からは楽しむための要望を聞きとる。 ・参加者が増えるようなウォークの内容(コース等)を考える。 ・メンバーの募集