

3.健康づくりを支援するための推進体制

(1)健康づくりを支えるそれぞれに期待される役割

(2)健康づくり活動の推進



3 健康づくりを支援するための推進体制

「健康うつのみや21」を推進し、健康目標及び基本目標を達成することにより、「健康で幸せなまちづくり」を実現するためには、実効性ある推進体制を構築し、各方面から、健康づくりのための環境整備やしきみづくりを行っていくことが求められます。

本市では、「地域における住民主体の健康づくり」を主な視点として、市民一人ひとりが楽しみながら継続して健康づくりを行っていくための推進体制を確立していきます。

(1) 健康づくりを支えるそれぞれに期待される役割

市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むためには、地域、職場や学校、医療機関、保健医療等関係団体、そして行政等が、それぞれの特性や役割に応じて支援していくことが重要です。

このため、本計画の推進にあたっては、自分や家族の健康を守るための一人ひとりの努力はもちろん、地域・学校・保健医療等関係団体・行政等が一体となって市民の健康づくりに取り組んでいきます。

家庭

- ・個人の健康をつくり、支える最小単位として食生活や運動などの健康的な生活習慣を身につけます。
- ・家族にとってのこころのやすらぎの場所となります。
- ・食文化や生活上のマナーを伝達します。(行事食等)

学校

- ・生涯を健康で過ごすための自己管理能力を育成します。
- ・授業や学級活動を通じて、生活習慣病予防等の正しい知識の普及・啓発を行うとともに喫煙や飲酒防止への取り組みを行います。
- ・運動の楽しさや喜びの体験を通して生涯にわたる運動実践の基礎づくりを行います。
- ・学校施設の開放などを通じて地域に開かれた健康づくりの場を提供します。

職場

- ・安全な職場環境を確保するとともに、健康管理などを通して従業員とその家族の健康を守ります。
- ・職場における生活習慣病予防についての正しい知識の普及・啓発を行います。
- ・健康診断の事後指導等の充実により、生活習慣病の早期発見・早期治

療を推進します。

- ・ストレスやこころの悩みを抱える従業員に対するケアを推進します。

企業等

- ・地域社会の一員として、健康づくり活動の場の提供など地域の健康づくりに対して協力します。
- ・健康に関する適切な情報、商品、サービスの提供及びその広報活動を通じて、市民の健康づくりを支援します。
- ・住宅や交通分野のバリアフリー化などの高齢者や障害者等に配慮した快適な生活を支える環境づくりを推進します。

保健医療等関係団体

- ・保健・医療・福祉関係の各団体は互いに連携を図り、専門的な立場から健康情報を提供します。
- ・保険事業者(健康保険組合等)は健康診断の事後指導の充実・強化を図ります。
- ・健(検)診実施機関等は、健診や検査を通じて健康に関する適切な情報を提供します。

地域

- ・住民相互の健康づくりへの自主的な取り組みや地域ぐるみの実践活動を推進します。
- ・地域の中で、健康づくりを推進していく組織を育成します。

マスメディア

- ・正確でわかりやすい健康情報を積極的に発信します。
- ・インターネットなど双方向メディアを利用して健康情報の提供や健康づくりに関する相談等を行います。

行政

- ・地域・学校・職場・関係団体等が連携・協働ができるよう、健康づくりの推進体制を整備し、連絡調整を行います。
- ・市民の主体的な健康づくりや地域での取り組みを支援します。
- ・市民の健康状態を把握するとともに、地域の実情に応じた健康づくりへの取り組みを支援します。
- ・身近な健康づくりに関する情報の提供を行います。
- ・市民が健康づくりを実践するための関連施設を整備します。

(2) 健康づくり活動の推進

基本的な考え方

本市の健康づくり活動は、市民が安心して元気に暮らせるまち、たとえ病気や障害があってもいきいきと生活できるまちである「健康で幸せなまちづくり」の実現を目指します。

そのためには、市民一人ひとりが、「自分の健康は、自分で守り、自分でつくる」という意識を持ち、自らが主体的に健康づくりに取り組む個人の努力と合わせて、身近な地域の仲間や組織がともに活動し、個人の健康づくりを支援することが必要です。

家族や身近な地域の人と交流を図りながら楽しく行うことにより、それ自体が生きがいや仲間意識を育み、参加者の健康づくりにつながるとともに、健康づくりの輪が地域に広がっていくことが期待できます。

そのため、本市においては、従来の「行政主導」から「地域主体」による健康づくりが重要であると考え、地域における健康づくり活動に重点をおいて推進していきます。

健康づくり推進体制の整備

ステップ1：健康づくりの核となる人材の育成・支援

全市的に健康づくりを推進していくために、本市では、健康づくり推進組織として、地域での健康づくりの核となる健康づくり推進員の養成・支援を行います。

健康づくり推進員は、地域での健康づくりの実践者として、地域での仲間づくりの中核となる役割を担うとともに、市民に対する意識啓発や情報提供、行政とのパイプ役なども含めて、地域活動における様々な役割を幅広く担います。

健康づくり推進員

- ・ 栄養・運動・休養のバランスのとれた生活習慣を自ら実践するとともに、家族の健康管理に努め、身近な地域の中に広めていく活動を行うボランティアです。
- ・ 健康づくり推進員になるためには、市が行う養成講座を受講することが必要です。
- ・ 宇都宮市を37地区（連合自治会単位）に分け、その地域ごとに健康づくり推進員を養成していきます。

ステップ2：地域における健康づくり推進部会の設立

健康づくり推進員は、自治会等地域の既存組織と連携を図りながら、地域における市民の健康づくりに関する支援を推進していきます。

その活動を地域の実情に合った自主的な活動へと発展させていくために、地域住民組織の中に健康づくりを推進していくための部会を設立します。

<健康づくり推進部会>

目的

- ・ 各地域において、健康づくりのための計画立案・実践を組織的かつ効果的に行い、地域における健康づくりを推進していくため、地域（37地区）のまちづくり組織の中に健康づくりを推進するための部会を設置します。

構成メンバー

- ・ 健康づくり推進員を中心とする健康づくり関係団体等
- ・ 取り組み
- ・ 健康づくりのための3本柱(栄養・運動・休養)について普及啓発を行います。
- ・ 地域における健康づくり事業の計画及び実践を行います。
- ・ 健康づくりに関する情報収集・情報提供に努めます。
- ・ 地域における組織活動の連絡調整を行います。
- ・ 行政が主催する保健事業への協力・参加を行います。

<地域の健康づくり推進に関わる行政の取り組み>

- ・ 健康づくり推進員の養成研修を実施します。
- ・ 健康づくり推進員の養成後、地域の中で組織的な地域活動を展開できるよう組織化を図ります。
- ・ 健康づくり活動及び組織運営への助言及び支援を行います。
- ・ 健康づくりに関する情報や資源の提供を行います。

ステップ3：関係機関・団体との連携

計画を効率的かつ継続的に推進するため、関係機関・団体等は相互の情報交換及び連携の強化を図るとともに、それぞれの役割に基づき、健康づくりのための取り組みを積極的に推進します。

そのため、市は、庁内に推進組織を設置し、関係機関・団体及び地域との連携を図るための連絡・調整を行います。

図:健康づくり推進体制のイメージ

