





健康市民おかやま 21 (第2次) 推進年表 1) 北区中央地域

	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
分野別テーマ	中央包括と看護協会が推進委員会に加入	運動(OKAYAMA!市民体操)	運動(ええとこ発見図・市民体操) ころの健康	運動(ええとこ発見図・市民体操)	運動(ええとこ発見図・市民体操) 栄養(かるうま減塩プロジェクト) <span style="color: yellow;">役員が5人→7人へ</span>
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>推進委員会にて、21(第2次)のキャッチフレーズを募集</p> <p><b>和と輪でつながれ21</b></p> <p>推進委員会・役員会は3回/年</p> <p>キャッチフレーズ入りグッズの作成 ・のぼり旗・ボールペン ・ハートの風船・マグネットパー</p> <p>『健康市民おかやま21(第2次)in中央』さん太ホールにて開催 活動報告&amp;講演会&amp;展示&amp;21宣言ブースなど</p> <p>169名の参加!約3分の1の人が初参加</p>	<p>講師・新規連携者との打ち合わせ等 +4回 (役員、実践指導者)</p> <p>&lt;新規連携機関&gt; 岡山市医師会(松井先生)(株)セントラルフーズ</p> <p>キャッチフレーズ入りグッズの作成 ・ボールペン</p> <p>『いつも健康!いい笑顔!in中央~岡山市民体操で健康寿命をのばそう~』を市役所7階大会議室で開催 参加者88人 酒向先生による実技指導、メッセージパネル作成</p> <p>活動の見える化が大事!!</p>	<p>講師・連携機関との打ち合わせ等 +4回 (役員、推進委員)</p> <p>&lt;新規連携機関&gt; 岡山ヤクルト販売 岡山市役所食堂での展示・栄養相談スタート</p> <p>キャッチフレーズ入りグッズの作成 消しゴム付きえんぴつ・帽子(キャップ)</p> <p>講演会をさん太ホールにて開催 重井医学研究所名誉所長 沖垣達先生の講演、活動カレンダー展示、健康応援メッセージ作成、21推進宣言ブースなど参加者195人</p> <p>ええとこ発見図を各中学校区で作成し完成!</p>	<p>連携機関との打ち合わせ等 +1回 (会長)</p> <p>桃太郎のまち健康推進応援団が誕生 健康教育、イベントでの連携スタート</p> <p>キャッチフレーズ入りグッズの作成 クリアファイル・えんぴつ・ミニタオル ボールペン</p> <p>中央地域推進委員会のメンバーでええとこ発見図完成記念ウォーキングを実施。岡山市役所食堂ではええとこ発見図のPR展示をはじめ、21の活動紹介、栄養相談(岡山県栄養士と連携)などを実施</p> <p>ええとこ発見図を使ったウォーキングやイベントを各地域で開催!!</p>	<p>連携機関との打ち合わせ等 +2回 (会長)</p> <p>&lt;新規連携機関&gt; 岡山市薬剤師会(エムエム薬局大元店)</p> <p>中央管内(リフレクター)各中学校区(えんぴつ・ミニタオルなど)</p> <p>講演会・実践発表会をさん太ホールにて開催。岡山県国民健康保険団体連合会の内藤允子先生の講演、実践発表、21推進宣言、桃太郎のまち健康推進応援団による展示 参加者188人</p> <p>ええとこ発見図を活用したウォーキング大会を初開催!!</p> <p>ええとこ発見図の活用が広がり、ウォーキング大会の初開催や他地域のコースを歩くことにつながった。また推進宣言や市民体操など従来からの活動も新たな視点で取り組むことで普及啓発の場が増えた。</p>
推進体制や連携の広がり・活動内容(各地区)	<p>元気ハツラツ長生き岡輝21 (学校) 推進会議 4回 健康づくりのつどい、ウォーキング大会</p> <p>みの健康21推進の会 (学校) 推進会議 6回 サマーフェスタ、北公民館まつり、小・中学校給食交流会</p> <p>牧石学区健康21の会 健康まつり</p> <p>いきいき元気大元21 (学校) 推進会議 4回 健康フェスタ</p> <p>三門学区健康市民おかやま21 推進会議 3回 ウォーキング大会</p> <p>石井中学校健康市民おかやま21 推進会議 11回 健康講座1回</p> <p>健康みなんにし21 (学校) 推進会議 3回 健康まつり、健康講座</p> <p>吉備陵南いきいき21 (学校) 推進会議 6回 健康フェア、健康講座</p>	<p>『活動カレンダー』でお互いの活動が見えてきた!!さらにイベントやパネル展で情報を外部へ発信!!</p> <p>ええとこ発見図の作成を通じて、地域で市民ボランティア等が集まる機会が増え、新たなつながりもできた。OKAYAMA!市民体操は、新規取組団体が増え、市民体操甲子園では、中央管内から7チームがエントリーした。</p>	<p>ええとこ発見図を使ったウォーキングを地域組織と連携して開催することで、運動習慣の大切さを伝えることができた。また、推進委員会の中で「ええとこ発見図」の活用状況について情報交換し、活動の振り返りや今後の課題について話し合う時間を持つことができた。企業連携では、セントラルフーズの協力で岡山市役所食堂を利用した21の普及啓発活動が定着してきた。</p>	<p>ええとこ発見図の活用が広がり、運動習慣の大切さを普及啓発するとともに、地域のつながりが深まった。また健康教育やイベントで「桃太郎のまち健康推進応援団」を活用することで、かるうま減塩プロジェクトを広く住民に知ってもらうことができた。食育SATシステムも各学区地区のイベントや健康教育などの活用が増えてきた。</p>	
評価(すすんだこと)	前年度からの課題であった、専門団体の参加が得られた(中央地域包括支援センターと看護協会)。推進委員会やイベントに参加してもらっている。	新たな連携機関が増え、平成27年度からは、推進委員会メンバーが増える予定。また、OKAYAMA!市民体操の普及啓発活動を通じて、学校園や地域、各種団体の役員との連携を深めることができた。	ええとこ発見図の作成やOKAYAMA!市民体操の普及啓発活動を通じて、地域のつながりをさらに深めることができた。またイベント協力等を通じて、関係機関との連携も深まった。また、推進委員会の中で「活動カレンダー」発表時間を設けたことで、中央管内の活動を推進委員で共有することができ、情報交換・発信にもつながった。	ええとこ発見図を使ったウォーキングを地域の組織と連携して開催することで、運動習慣の大切さを伝えることができた。また、推進委員会の中で「ええとこ発見図」の活用状況について情報交換し、活動の振り返りや今後の課題について話し合う時間を持つことができた。企業連携では、セントラルフーズの協力で岡山市役所食堂を利用した21の普及啓発活動が定着してきた。	ええとこ発見図の活用が広がり、運動習慣の大切さを普及啓発するとともに、地域のつながりが深まった。また健康教育やイベントで「桃太郎のまち健康推進応援団」を活用することで、かるうま減塩プロジェクトを広く住民に知ってもらうことができた。食育SATシステムも各学区地区のイベントや健康教育などの活用が増えてきた。

# 健康市民おかやま 21 (第2次) 推進年表 2) 北区北地域

	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
分野別テーマ	各中学校区会議で設定	各中学校区会議で設定	各中学校区会議で設定	各中学校区会議で設定	各中学校区で設定
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p><b>北市民健康づくり会議</b></p>  <p>北市民健康づくり会議交流会 in 御津ふれあいプラザ開催 (参加者84名)</p>	<p>北市民健康づくり会議交流会 in 建部町文化センター (参加者100名)</p> <p>活動紹介冊子作成</p> <p>活動紹介冊子増刷</p>	 <p>H28.1.18北市民健康づくり会議 交流会(参加者71名)</p>	 <p>H28.5.9 北市民健康づくり会議 交流会 「ウォーキング大会を成功させよう～運動習慣の 定着を目指して」石尾正紀先生(参加者29名)</p>	 <p>H30.1.15 北市民健康づくり会議 交流会 「住民が主体運動でつながる地域の輪」 津山市役所 安本勝博先生(参加者55名)</p>
京山会議	<p>7回/年 会議開催</p> <p>講演会(歯の健康)</p> <p>京山文化祭での健康チェック・減塩料理</p> <p>京山にこここウォーク開催</p>	<p>3回/年 全体会議開催 16回/役員会</p> <p>講演会(ことばの力)※愛育委員会との共催</p> <p>京山文化祭での健康チェック・ 脳トレ・薬剤師講話・市民体操</p>	<p>全体会議3回 役員会6回 えとこ編集会議5回</p> <p>講演会(フードバンク)</p> <p>京山文化祭での健康チェック・ 脳トレ・パンフルート講演・市民体操</p>	<p>全体会議3回 役員会9回</p> <p>3月 京山ヘルスレター発行</p> <p>講演会(笑い与健康寿命)</p> <p>京山文化祭での健康チェック・ 脳トレ・市民体操(日曜日開催で大盛況)</p>	<p>全体会議3回、役員会7回</p> <p>9.3月 京山ヘルスレター第2.3号発行</p> <p>講演会(認知症予防)</p> <p>京山文化祭での健康チェック・市民体操等 OSK、サンライズ薬局等職域との連携</p>
香和会議	<p>6回/年 会議開催</p> <p>健康づくり講演会(糖尿病)</p> <p>津高文化祭での健康相談・健康チェック</p> <p>ウォーキング大会開催 (実行委員会数回/年)馬屋上学区(181名)</p>	<p>6回/年 会議開催</p> <p>健康づくり講演会(香和会議の活動と歩み)</p> <p>ウォーキング大会開催 (実行委員会数回/年)野谷学区(108名)</p>	<p>年6回/年 会議開催 えとこ編集会議6回</p> <p>健康づくり講演会(認知症)</p> <p>津高文化祭での健康相談・健康チェック・市民体操</p> <p>ウォーキング大会開催 (実行委員会数回/年)横井学区(143名)</p>	<p>年6回/年 会議開催</p> <p>健康づくり講演会(運動)</p> <p>ウォーキング大会開催 えとこ発見図配布 (実行委員会数回/年)馬屋上学区(118名)</p>	<p>年6回/年 会議開催</p> <p>健康づくり講演会(お口の健康)</p> <p>ウォーキング大会開催(第10回記念大会) (実行委員会数回/年)野谷学区(149名)</p>
高松会議	<p>2回/年会議、5回/年執行部会開催</p> <p>ニュースレター発行2回/年</p> <p>ウォーキング大会</p> <p>食と環境・復興フェア(公民館と共催)</p> <p>健康ヒケツ講座(全3回)</p> <p>朝ラジオ体操</p> <p>講演会</p>	<p>介護予防教室に参加</p> <p>朝ラジオ・OKAYAMA! 市民体操</p>	<p>介護予防教室から高松ふれあい元気クラブ (自助グループへ):高松会議運営支援</p>	<p>えとこ発見図ウォーキング計画</p> <p>えとこ発見図 全戸配布</p> <p>朝ラジオ&amp;市民体操一各学区出張を 機に鯉山の自主組織が立ち上がる</p>	<p>全体会議3回、役員会3回</p> <p>ウォーキング大会(えとこ発見図コース)</p> <p>10/19「楽楽」テーマに全体会で講演会(42名)</p>
推進体制や連携の広がり・活動内容(各地区)	<p>5回/年会議、6回/年代表者会開催</p> <p>2回/年関係者会開催</p> <p>学区の特色に応じたイベント開催(桃丘小)</p> <p>ニュースレター作成(全戸配布)</p>	<p>3回/年会議、3回/年代表者会、 2回/年関係者会開催</p> <p>学区の特色に応じたイベント開催(中山小)</p> <p>学区の特色に応じたイベント開催(中山小) 市民体操の普及、子育て世代にターゲットを 絞ったイベントを実施</p>	<p>3回/年全体会、 3回/年代表者会・関係者開催</p> <p>学区の特色に応じたイベント開催(馬屋下小)</p> <p>市民体操の普及 3世代で楽しめるイベントを実施</p>	<p>3回/年全体会、8回/年代表者会開催</p> <p>えとこ発見図完成記念で中山中学校区にて ウォーキング大会を実施。 OKAYAMA! 市民体操の実施、普及啓発</p>	<p>3回/年全体会、9回/年代表者会開催</p> <p>一宮公民館で中山会議メンバーによる健康ブース を設け、健康イベントを実施。 (えとこ発見図を活用したウォーキングを同時実 施予定であったが、雨天のため中止)</p>
足守会議	<p>2か月毎に会議開催</p> <p>歯健歯科医師会の参加</p> <p>ニュースレター作成(全戸配布) パネル作成・展示</p> <p>地区イベントに参加(21PR、健康ブース)</p> <p>講演会「生活習慣病予防、こころの健康」</p>	<p>2か月毎に会議開催</p> <p>口の健康づくりへの取組 (口を使う玩具、フッ素洗口の普及啓発)</p> <p>イベント等でのOKAYAMA! 市民体操の普及</p> <p>講演会「認知症を地域でどうみるか」</p>	<p>年8回会議開催(概ね2ヶ月毎)</p> <p>あおぞら在宅介護支援センター・SWの参加(継続)</p> <p>あしもりクリニックの必要時の協力(新規)</p> <p>講演会「こころの健康・認知症」</p>	<p>年8回会議開催(概ね2ヶ月毎)</p> <p>えとこ発見図活用したウォーキング大会 「えとこ発見図三代交流ウォーク」共催にて開催</p> <p>講演会「ちょっとの工夫で楽しく運動」</p>	<p>年8回会議開催(概ね2ヶ月毎)</p> <p>えとこ発見図活用したウォーキング 「えとこ発見ウォーク」大会1回、 地区ウォーキンググループにて2回、実施</p> <p>あしもりクリニックより講師協力あり</p> <p>講演会「糖尿病のこと、知っていますか?」</p>
御津会議	<p>4回/年 会議開催</p> <p>獅子舞フェスタに健康ブース開設 イベント会場では幅広い年代層へアプローチ</p> <p>健康市民おかやま21講演会 3-7 老人性難聴と聴覚器</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>ウォーキングの集い</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>イベント会場や健康教室で市民体操の普及</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>こころの健康に関するパネル展示</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>えとこ発見図活用したウォーキング大会 「ヘルシーウォーク」を開催</p>
建部会議	<p>5回/年 会議開催</p> <p>建部町ふるさと野菜市場感謝祭での健康コーナー (健康チェック、健康相談、21宣言、展示ほか)</p> <p>小地域健康教室と合同で 薬剤師を招いて研修会開催</p>	<p>5回/年 会議開催</p> <p>かくだに薬局の参加</p> <p>建部町ふるさと野菜市場感謝祭で健康コーナー OKAYAMA! 市民体操を披露</p> <p>小地域健康教室と合同でOKAYAMA! 市民体操 研修会を開催</p> <p>健康づくり活動報告パネル展開催</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>建部町文化祭で健康コーナー OKAYAMA! 市民体操の普及</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>おかやま産産・夢こう会 ほっけえ元気アップ教室の参加</p>	<p>4回/年 会議開催</p> <p>えとこ発見図ウォーキング</p> <p>研修会「誰もが安心して暮らせる地域づくりのために」</p>
評価(すずんだこと)	<p>各中学校区で、こころの健康に関するイベントやブース、講演会等を共催できた。</p> <p>健康市民おかやま21(第2次)がスタートし、各地区の活動を知り、今後の自地区の活動につながることを目的に実践発表会と講演会を共催し好評を得た。</p>	<p>各中学校区で健康に関するイベント等の機会を利用し、積極的にOKAYAMA! 市民体操の普及を行った。</p> <p>各地区の活動を知り、今後の活動につながることを目的とした実践発表会とOKAYAMA! 市民体操を地域でさらに普及していくための講演会を開催し好評を得た。</p> <p>北市民健康づくり会議の活動紹介冊子を作成。今後の21(第2次)活動の普及啓発に役立つ。</p>	<p>えとこ発見図を各中学校区で作成し、地域のお勧めスポット等、歩きたくなるマップを作成することを通じて、健康づくりを推進する人を増やそうすきかとなった。</p> <p>各中学校区で健康に関するイベント等の機会を利用し、積極的にOKAYAMA! 市民体操の普及を行った。市民体操甲子園に出場した団体もあった。</p> <p>北市民健康づくり会議の活動紹介冊子を増刷し、パネルも作成。21(第2次)活動の普及啓発に役立つことができた。</p>	<p>えとこ発見図を各中学校区のウォーキング大会で活用し、今まで開催がなかった中学校区でもイベントを行った。交流会での講演をきっかけにウォーキング大会企画からメンバーが主体となって活動する中学校区が増えた。</p> <p>運動普及講座に全中学校区からメンバーを出すことが出来た。市民体操甲子園をきっかけに各種イベントで体操普及を行う団体もあった。</p> <p>食育SATをイベントで活用する中学校区が増えた。</p>	<p>えとこ発見図を活用したウォーキング大会が全中学校区で開催された。また、地域のイベント等で市民体操やパネル展示が行われ、21普及活動がすすんでいる。</p> <p>交流会では、住民が主体で行う体操が地域づくり(運動)の面から21活動を住民主体で行うための取組について話し合った。</p> <p>21中間冊子「活動のまとめ」の作成を機に、活動の振り返りと今後の活動の目標を話し合っ</p>

健康市民おかやま21(第2次)推進年表 3) 中区地域

分野別テーマ	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
<p>次世代の健康づくりへの取組を進めるために、アルコーン・タハコ分野で学校に働きかけた。結果、東中学校的文化祭や学校保健委員会へ参加でき、中学校との連携が進んだ。</p> <p>・今年度薬剤師や栄養士・養護教諭とのつながりができた。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>たばこ・アルコール 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>中区健康市民おかやま21推進会定例会 月1回実施(12回のうち2回が全体会)</p> <p>薬剤師にお酒・タバコの害についての研修実施</p> <p>薬剤師や養護教諭、栄養士などとの専門職と連携ができた</p> <p>中学生にタバコのポスターの作成依頼。ふれあいまつりで展示、好評であった。中学校との連携が進んだ</p> <p>ふれあいまつりへの参加</p> <p>操山：小学校区でのイベントPR 操山中学校文化祭で健康教育(赤ちゃんたち体験 アルコーン・タハコ)</p> <p>東山：平井と東で講演会実施 公民館祭りや健康カフェでPR</p> <p>富山：推進会議を定例開催(月1回) ウエルシア文化祭でPR 介護予防センターと協力して健康教室でPR</p> <p>竜操：こころの健康講座(2回シリーズ) 老人会・町内会・イベントでのPR</p> <p>高島：健康講座 ふれあいウォーク 小学校で健康教育(アルコール)</p> <p>操南 タコ・アルコールのハネル作成 公民館祭りPR</p> <p>ふれあいスポーツグループ エリア内でストレッツの普及をしながら21のPR</p>	<p>たばこ・アルコール 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>中区21の活動報告を推進便りとして作成し、全戸回覧</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の研修会</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及</p> <p>介護予防センター・地域包括支援センターも加わる</p> <p>スーパー食育スクールの取り組みと連携がまた</p> <p>スーパースクール</p>	<p>運動～繋げる運動 ほげます声かけ～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及のため、中区21メンバー同士で応援し合い、保育園・運動会・敬老会など多くの場面で市民体操を実施しPR</p> <p>中区21でええとこ発見図作成にあたり研修会を開催 テーマ 「ずっと歩き続けられる歩き方」</p> <p>研修会をきっかけに、ふれあいまつりでは企業の協力を得て、バランス測定を実施</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を活用したウォーキング大会を開催するにあたり研修会を開催 テーマ 「地域にひろげようウォーキングの輪」</p> <p>H27年度に引き続き、企業の協力を得て、ふれあいまつりでバランス測定を実施</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を地域の医療機関、スーパー・駅など多くの場所に置かせてもらうことで、21の活動をPRする</p> <p>応援団の協力を得て、握力測定や血管年齢測定も実施</p>
<p>操山中学校区健康市民おかやま21推進会休止 実行委員会を開催し、東山中学校区でええとこ発見ウォーキング大会実施</p> <p>富山ふれあいウォーキング・富山文化まつりにて市民体操の実施 介護予防教室でウォーキング実施</p> <p>中学校区でウォーキング大会を初めて開催 城東高校の文化祭・電線中文化祭でPR 「ストレスとの上手な付き合い方」をテーマにこころの健康講座を実施</p> <p>高島中文化祭でPR ウォーキング大会を実施 高島小でアルコールの健康教育</p> <p>操南中文化祭でPR 旭康・操南・操明小で喫煙予防教室実施 旭康・操南小、操南中学校保健委員会と報告</p> <p>市民体操実施時に協力</p>	<p>三軒小学校で市民体操実施・フェスタでPR</p> <p>平井学区運動会で市民体操実施 東山中ではこの教室実施</p> <p>富山学区運動会で市民体操実施 毎日の介護予防教室で市民体操実施</p> <p>城東高校の文化祭・竜操中文化祭でPR 財田学区運動会・財田スポーツ・財田幼稚園・樟多小入学式後に市民体操実施 アルコールをテーマにこころの健康講座を2回実施</p> <p>高島中文化祭でPR ええとこ発見図のお試しウォークを実施 学区内のDDCで市民体操実施 高島小でアルコールの健康教育</p> <p>操南中文化祭でPR 操南小で喫煙予防教室実施・学校保健委員会と報告</p> <p>市民体操実施時に協力</p>	<p>操山中学校区健康市民おかやま21推進会休止 実行委員会を開催し、東山中学校区でええとこ発見ウォーキング大会実施</p> <p>富山ふれあいウォーキング・富山文化まつりにて市民体操の実施 介護予防教室でウォーキング実施</p> <p>中学校区でウォーキング大会を初めて開催 城東高校の文化祭・電線中文化祭でPR 「ストレスとの上手な付き合い方」をテーマにこころの健康講座を実施</p> <p>高島中文化祭でPR ウォーキング大会を実施 高島小でアルコールの健康教育</p> <p>操南中文化祭でPR 旭康・操南・操明小で喫煙予防教室実施 旭康・操南小、操南中学校保健委員会と報告</p> <p>市民体操実施時に協力</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を活用したウォーキング大会を開催するにあたり研修会を開催 テーマ 「地域にひろげようウォーキングの輪」</p> <p>H27年度に引き続き、企業の協力を得て、ふれあいまつりでバランス測定を実施</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を地域の医療機関、スーパー・駅など多くの場所に置かせてもらうことで、21の活動をPRする</p> <p>応援団の協力を得て、握力測定や血管年齢測定も実施</p>	
<p>・次世代の健康づくりへの取組を進めるために、アルコーン・タハコ分野で学校に働きかけた。その結果、東中学校的文化祭や学校保健委員会へ参加でき、中学校との連携が進んだ。</p> <p>・今年度薬剤師や栄養士・養護教諭とのつながりができた。</p> <p>評価(すすんだこと)</p>	<p>たばこ・アルコール 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>中区健康市民おかやま21推進会定例会 月1回実施(12回のうち2回が全体会)</p> <p>薬剤師にお酒・タバコの害についての研修実施</p> <p>薬剤師や養護教諭、栄養士などとの専門職と連携ができた</p> <p>中学生にタバコのポスターの作成依頼。ふれあいまつりで展示、好評であった。中学校との連携が進んだ</p> <p>ふれあいまつりへの参加</p> <p>操山：小学校区でのイベントPR 操山中学校文化祭で健康教育(赤ちゃんたち体験 アルコーン・タハコ)</p> <p>東山：平井と東で講演会実施 公民館祭りや健康カフェでPR</p> <p>富山：推進会議を定例開催(月1回) ウエルシア文化祭でPR 介護予防センターと協力して健康教室でPR</p> <p>竜操：こころの健康講座(2回シリーズ) 老人会・町内会・イベントでのPR</p> <p>高島：健康講座 ふれあいウォーク 小学校で健康教育(アルコール)</p> <p>操南 タコ・アルコールのハネル作成 公民館祭りPR</p> <p>ふれあいスポーツグループ エリア内でストレッツの普及をしながら21のPR</p>	<p>たばこ・アルコール 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>中区21の活動報告を推進便りとして作成し、全戸回覧</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の研修会</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及</p> <p>介護予防センター・地域包括支援センターも加わる</p> <p>スーパースクール</p>	<p>運動～繋げる運動 ほげます声かけ～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及のため、中区21メンバー同士で応援し合い、保育園・運動会・敬老会など多くの場面で市民体操を実施しPR</p> <p>中区21でええとこ発見図作成にあたり研修会を開催 テーマ 「ずっと歩き続けられる歩き方」</p> <p>研修会をきっかけに、ふれあいまつりでは企業の協力を得て、バランス測定を実施</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を活用したウォーキング大会を開催するにあたり研修会を開催 テーマ 「地域にひろげようウォーキングの輪」</p> <p>H27年度に引き続き、企業の協力を得て、ふれあいまつりでバランス測定を実施</p>	<p>運動～地域に広げよう ウォーキングの輪～ 親から子、子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり</p> <p>継続して、中区21メンバー同士で応援し合い、OKAYAMA! 市民体操の普及を行っている</p> <p>ええとこ発見図を地域の医療機関、スーパー・駅など多くの場所に置かせてもらうことで、21の活動をPRする</p> <p>応援団の協力を得て、握力測定や血管年齢測定も実施</p>

# 健康市民おかやま 21 (第2次) 推進年表 4) 東区地域

分野別テーマ	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p>東区地域推進委員会</p> <p>メンバー交代</p> <p>会議4回</p> <p>バージョンアップ!</p> <p>西大寺ふれあいセンターまつり</p> <p>前年度まで年2回保健センターを会場に実施していたイベントをふれあいセンターまつりと合同実施</p> <p>西大寺ニコニコウォーク</p>	<p>会議4回</p> <p>西大寺ふれあいセンターまつり</p> <p>東区民体育大会でOKAYAMA! 市民体操</p> <p>西大寺ニコニコウォーク</p>	<p>東区地域推進会議</p> <p>地域保健推進会議で21活動報告</p> <p>会議4回(内1回 地域ボランティアのみで開催)</p> <p>西大寺ふれあいセンターまつり</p> <p>東区民体育大会でOKAYAMA! 市民体操</p> <p>全中学校区でのええとこ発見図の作成</p> <p>西大寺ニコニコウォーク</p>	<p>会議3回</p> <p>組織体制の検討</p> <p>西大寺ふれあいセンターまつり</p> <p>太伯なでしこ連による全市イベントでの市民体操</p> <p>東区役所電子掲示板・広報紙・レディオMOMOでええとこ発見図等のPR</p> <p>医療機関、薬局、区役所、ふれあいセンター公民館、コミュニティハウス、公会堂、駅、スーパー等へええとこ発見図設置</p>	<p>新体制でスタート</p> <p>会議3回</p> <p>西大寺ふれあいセンター夏まつり</p> <p>西大寺マラソンで市民体操</p> <p>広報誌で市民体操のPR</p> <p>医療機関、薬局、区役所、ふれあいセンター公民館、コミュニティハウス、公会堂、駅、スーパー等へええとこ発見図設置</p> <p>西大寺ふれあいウォーキング</p>
旭東	地域ふれあいウォーキング(旭東)	地域ふれあいウォーキング(旭東)	地域ふれあいウォーキング(旭東)	「旭東健康21」発足に向けた準備会 <td>旭東健康21</td>	旭東健康21
上南	上南公民館まつり	上南公民館まつり	上南公民館まつり	新 政田学区健康市民おかやま21推進協議会	政田学区健康市民おかやま21協議会
西大寺	西大寺わんわんパトロール隊から次年度の協力依頼あり <td>西大寺学区防災訓練</td> <td>西大寺学区防災訓練</td> <td>新 西大寺中学校区健康21推進協議会</td> <td>西大寺中学校区健康21推進協議会</td>	西大寺学区防災訓練	西大寺学区防災訓練	新 西大寺中学校区健康21推進協議会	西大寺中学校区健康21推進協議会
山南	山南健康まつり	山南健康まつり	山南健康まつり	新 山南健康を守る会	山南健康を守る会
上道	新 すこやか上道推進委員会 <td>はばたけ! 上道健康フェスタ2013</td> <td>はばたけ! 上道健康フェスタ2014</td> <td>すこやか上道推進委員会</td> <td>すこやか上道推進委員会</td>	はばたけ! 上道健康フェスタ2013	はばたけ! 上道健康フェスタ2014	すこやか上道推進委員会	すこやか上道推進委員会
瀬戸	瀬戸中学校区	瀬戸中学校区	瀬戸中学校区	新 千種学区健康21推進協議会	千種学区健康21推進協議会
評価(すずんだこと)	東区全体で行う活動だけでなく、各中学校区での連携を広げることができた。上道中学校区では推進会議も発足した。各地域の既存の活動と合同実施することで、より多くの住民へ普及できた。また地域団体から次のイベントへの参加を要請されることもあり、次年度からの活動展開をさらに工夫する必要がある。	OKAYAMA! 市民体操をツールとして関係機関との連携を深め活動の場を広げることができた。東区民体育大会をはじめ、各地域の小学校等の運動会への参加や、地域の祭り、敬老会等の幅広い年代への周知が図れた。しかし、推進委員が減少するなど活動の中核となる人材の不足は課題であり、今後一層の働きかけが必要である。	前年度に引き続きOKAYAMA! 市民体操をツールとして新たな組織とのつながりができた。前年度に比べて活動の広がりが見られる。しかし、活動の中核となる推進委員の増員・各中学校区推進会議の立ち上げは急務の課題であり、一層の働きかけ及びしつけが必要。今後は、作成したええとこ発見図のつながりを活用し組織化に向けての取り組みが必要である。	健康市民おかやま21を東区の中により浸透させていくために、小学校区・中学校区単位の組織化を目指して活動した。平成27年度にええとこ発見図の作成過程を通してできた組織同士、また人と人とのつながりをもとに、今年度は新たに11中学校区と5小学校区で推進会議が立ち上がった。平成29年度の立ち上げに向けて準備を重ねた地区もあり、今後は全中学校区1組織以上の組織化を目指し、活動を展開していく。	新たに2中学校区と2小学校区で推進会議が立ち上がり、全中学校区1組織以上の組織化を達成した。各地域推進会議が地域の既存の活動に参画し、健康づくりの視点を取り入れた活動の広がりがみられる。今後は推進会議同士や、推進会議と東区21の各種組織・団体・専門機関がつながることで、活動の充実を目指す。

## 健康市民おかやま 21 (第2次) 推進年表 5) 南区西地域

	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
分野別テーマ	西21活動テーマ 「健康寿命のばして笑顔の西のまち」	OKAYAMA! 市民体操の普及	ええとこ発見図作成 企業への働きかけ	ええとこ発見図の活用 職場への働きかけ	かるうま減塩の普及 企業との連携
推進体制や連携の広がり・活動内容	<b>健康おかやま21推進委員会</b> 西ふれあいまつり「健康学びの森」 西21普及啓発イベント「市民が主役! 健康市民おかやま21地域広げ隊」 動脈マッサージ・ストレッチ体操の普及(ストレッチ西の会)	岡山県栄養士会岡山市支部が参加協力 OKAYAMA! 市民体操普及開始 OKAYAMA! 市民体操研修会を実施	企業が参加協力 21メンバーが企業イベント「ロコステフェスティバル」に参加 企業の社員に、OKAYAMA! 市民体操を紹介	西地域ええとこ発見図お披露目会 ノルディック・ウォーク研修 実行委員会方式見直し ええとこ発見図ブース、健康チェックに協働 企業の社員に、生活習慣病予防で食育SATを活用した研修を実施	企業がメンバーで入るかるうま減塩研修会 実行委員会方式で実施 薬剤師会・医師の協力
推進体制や連携の広がり・活動内容(各地区)	<b>「丈夫で長生き”せのお・みしま”</b> 健康講座年3回 H19年度～ 三世代ウォーキング	ホットー息コーヒータイト (男性限定講座) 定例会で市民体操実施	他団体と連携して、ええとこ発見図を作成	ええとこ発見図を活用した三世代ウォーキング	ええとこ発見図を活用した三世代ウォーキング
	<b>すこやか福田</b> 健康講座6回、ウォーク&カレー健口体操、フッ素洗口の普及 歯の21推進宣言	ふれあいウォークin福田 ウォーク&カレー OKAYAMA! 市民体操の普及	<b>安全安心ネットワーク健康づくり部会に属する</b> OKAYAMA! 市民体操の普及(小学校PTA行事、小中学校教員研修会、学区ソフトボール大会、まつり等多数)、 推進宣言、公民館講座への協力、歩こう会主催	ええとこ発見! すこやかウォーク、公民館共催講座開催、三世代キラリ交流会参加、 OKAYAMA! 市民体操普及、すこやか通信	福田学区健康づくり推進協議会が立ち上がり、公民館講座の中心的役割を担う ノルディックウォーク導入
	<b>健康こうじよ21推進会</b> むし歯予防紙芝居 ふれあい健康こうじよ3回 ウォーキング3回 健康まつりinこうじよ	公民館ちよこっと体操スタート (OKAYAMA! 市民体操)	ウォーキング大会 OKAYAMA! 市民体操の普及 むし歯予防紙芝居(2保育園)	ウォーキング4回(ええとこ発見図の活用) むし歯予防大型紙芝居(4保育園)	ウォーキング3回(ええとこ発見図の活用) むし歯予防大型紙芝居(4保育園)
	<b>ふじた健康21推進委員会</b> 21健康講座1回 夕焼けウォーク	「歯・タバコ・メタボ」のパネル作成	21健康講座2回 ふじた健康21活動紹介パネル作成 ええとこ発見図実行委員会	<b>夕焼けウォーク 10周年!!</b> 藤田再発見プロジェクト(公民館講座)で、 ええとこ発見図ウォーキングとカルタづくり	健康講座 かるうま減塩ノルディック
	<b>灘崎中学校区21推進會</b> 歯の健康講座1回 彦崎学区夏祭り	こころの講演会 H26.9月 立ち上がる なのはな会から引き継ぐ(精神障がい者当事者・家族会)	定例会が定着(月1回実施) 健康講座、公民館まつりで21を普及啓発 OKAYAMA! 市民体操を定例で実施	定例会(隔月) ええとこ発見図でウォーキング(3回) 健康部会と灘崎文化まつりで体カチェック	食育SATの活用 ダイア工業との連携 食育SATの活用
	<b>ひこさき健康21</b>				
評価(すすんだこと)	・灘崎中学校区21推進会の名称が決まり、彦崎小学校区でひこさき健康21が立ち上がった。 ・すこやか福田は、推進会議が定例化した。	・灘崎中学校区21推進会が立ち上がったことで、全中学校区に21組織体制が整った。 ・OKAYAMA! 市民体操の普及が進んだ。	・企業と連携して21を普及啓発することができた。 ・全学区、21メンバーを主体にええとこ発見図を作成できた。 ・OKAYAMA! 市民体操の普及がさらに進んだ。	・ええとこ発見図を活用した取り組みが増えた。また、配布を通じて、関係機関が増えた。 ・企業イベントでOKAYAMA! 市民体操・ええとこ発見図が普及できた。 ・21メンバーがいなくてもOKAYAMA! 市民体操を実施しているところが増えた。	・“かるうま減塩”は全学区で実施できた。 ・企業が西21推進委員会のメンバーに入った。

健康市民おかやま 21 (第2次) 推進年表 6) 南区南地域

	1年目(H25年度)	2年目(H26年度)	3年目(H27年度)	4年目(H28年度)	5年目(H29年度)
分野別テーマ	食事・運動	「こころ」「健診を受けましょう」「歯」「運動」「食生活」	「こころ」「健診を受けましょう」「歯」「運動」「食生活」	「こころ」「健診を受けましょう」「歯」「運動」「食生活」	「こころ」「健診を受けましょう」「歯」「運動」「食生活」
推進体制や連携の広がり・活動内容	<p><b>いきいき南グループ (役員会) 年6回</b></p> <p>第2次の計画や活動内容について協議。</p> <p>ホームページの運営 健康に関する情報を発信。随時更新中。</p> <p><b>さわやか健康ひろば 1867名が参加</b></p> <p>食や健康チェック等を実施。若い世代に対して健康づくりの普及啓発を行う。</p>	<p><b>いきいき南グループ (役員会) 年5回</b></p> <p>こども版むし歯予防パンフレット改定・健康寿命の延伸について話し合いを実施。</p> <p>ホームページ随時更新中!</p> <p><b>さわやか健康ひろば1373名が参加</b></p> <p>いきいき南グループに、「おやこクラブ」「介護予防センター」が新たに加入</p>	<p><b>いきいき南グループ (役員会) 年7回</b></p> <p>ええとこ発見図の作成について情報交換、市民体操実践指導者の育成を実施</p> <p>ホームページ随時更新中!</p> <p><b>さわやか健康ひろば1033名が参加</b></p> <p>乳がん予防について愛育委員から重点啓発。さわやか健康広場で、タバコ、アルコールの害について啓発。</p>	<p>いきいき南グループ 役員会4回 定例会6回・健康寿命延伸ポスター製作 さわやか健康広場実施(H28.7月) 若い世代への普及啓発を旨とし、南ふれあい夏祭り同時開催。幅広く健康づくりを推進していくため多職種有志の会との連携を図った。</p> <p><b>さわやか健康ひろば1200名が参加</b></p> <p>健康寿命延伸ポスター</p> <p>健康寿命延伸ポスター</p> <p>健康寿命延伸ポスター</p>	<p><b>いきいき南グループ (役員会) 年6回</b></p> <p>「健康寿命延伸ポスター」が完成し、地域へ掲示や配布を行った。</p> <p><b>さわやか健康ひろば332名が参加</b></p> <p>さわやか健康ひろばでは、多職種や地域組織の協力があり、好評であった。</p>
推進体制や連携の広がり・活動内容 (各地区)	<p><b>芳泉中</b></p> <p>芳泉地区で実行委員会方式でウォーキング大会</p> <p>浦安学区で実行委員会方式でウォーキング大会</p> <p>芳泉中学校区健康づくり教室 主催:南公民館と南保健センター</p> <p>「すこやかな子どもを育てる会」</p> <p>浦安小学校でフッ素洗口</p> <p><b>芳田中</b></p> <p>芳田中学校区ウォーキング講座 共催:芳田公民館 南保健センター</p> <p>芳田学区ウォーキング大会 主催:芳田愛育委員会</p> <p>芳田中学校区健康づくり教室 主催:芳田公民館 南保健センター 共催:芳田芳明愛育委員会</p> <p><b>福南中</b></p> <p>福島地区ウォーキング大会</p> <p>南輝地区内のウォーキング大会 主催:町内会</p> <p>福南中学校区健康づくり教室 共催:岡南公民館 南保健センター</p> <p><b>福浜中</b></p> <p>「ひらふく健康21」 ウォーキング大会、健康教育</p> <p>福浜学区内でウォーキング大会</p> <p>福浜中学校区「健康いきいき講座」 主催:福浜公民館 共催:南保健センター</p> <p>福浜小学校区健康づくり教室 共催:福浜愛育委員会</p> <p><b>光南台中</b></p> <p>「光南台健康21の会」 健康づくり教室や公民館まつりで健康に関する情報を発信</p> <p><b>管内</b></p> <p>運動普及講座生OB会「にこにこストレッチ」</p> <p>小串小学校でフッ素洗口開始</p>	<p>OKAYAMA! 市民体操の普及開始:63回、延2833人(全地区)</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及:57回、延2540人(全地区)</p> <p>平成28年度は雨天で中止</p> <p>OKAYAMA! 市民体操の普及:62回、延3395人(全地区)</p> <p>各学区でええとこ発見図を活用しウォーキング大会を実施(芳田以外)</p>	<p>各学区でええとこ発見図の普及啓発、活用、市民体操の普及啓発に取り組んだ。</p> <p>各学区でええとこ発見図を活用しウォーキング大会を開催した(芳田は雨天のため中止)</p> <p>健康市民おかやま21のさらなる普及啓発を目指し、健康寿命延伸ポスターの製作に取り組んだ。</p> <p>さわやか健康ひろばでは、ふれあい公社夏祭り同時開催とし、若い世代への普及啓発を図った。また、多職種有志の会と連携し新たに医療介護情報コーナーを設け、幅広い分野での健康づくりの推進に取り組んだ。</p>		
評価(すすんだこと)	<p>いきいき南グループとしては、減塩活動の取組を行う。 各地域では、減塩の必要性を普及啓発し、血圧手帳を配布。</p> <p>ホームページの運営。健康に関する情報を発信。</p> <p>さわやか健康ひろばでは、若い世代に健康づくりについて普及啓発を実施。今年度初めて企業や大学との連携をとることができた。</p> <p>光南台健康21のメンバーからの発信で、小串小学校でのフッ素洗口について話しが進み、H26年度から実施することになる。</p>	<p>むし歯予防のパンフレット(こども版)の改定を行った。</p> <p>それぞれの取組について、今一度何のためにしているかを振り返るために、「健康寿命とは? 延ばしたらどんなよいことがあるのか」を勉強し話し合いを行った。引き続き、地域住民に対しても、健康寿命について、21の活動についての普及啓発を行っていく必要があるという意見がでた。</p> <p>市民体操の普及を行い、実施する団体が増えてきた。しかし、指導者が少ないため広がりがまだ少なく、今後指導者を増やしていく必要がある。</p> <p>小串小学校のフッ素洗口については、開始することができた。</p> <p>ホームページについては、引き続き取組状況を掲載していった。</p>	<p>ええとこ発見図が全学区でき、活用についても話が進むように、いきいき南グループでも話し合いを重ね、全学区作成することができた。</p> <p>市民体操の普及については、南地域版の実践指導者講習会を行い、実践指導者が15名に増えた。</p> <p>さわやか健康ひろばでは、たばこやお酒の啓発、医師のミニ講話を新しく実施した。これまで継続実施してきたコーナーは毎年楽しみにしている人が多く、定着している。</p>	<p>各学区でええとこ発見図の普及啓発、活用、市民体操の普及啓発に取り組んだ。</p> <p>健康市民おかやま21のさらなる普及啓発を目指し、健康寿命延伸ポスターの製作に取り組んだ。</p> <p>さわやか健康ひろばでは、ふれあい公社夏祭り同時開催とし、若い世代への普及啓発を図った。また、多職種有志の会と連携し新たに医療介護情報コーナーを設け、幅広い分野での健康づくりの推進に取り組んだ。</p>	<p>いきいき南グループで検討していた「健康寿命延伸ポスター」が完成し、南地域の医療機関や歯科医院、薬局、公民館、コミュニティハウスなどへの掲示をしたり、地域への啓発のために配布した。また、今年度より、新しく南地区医療・介護有志の会がメンバーとして加入した。</p> <p>さわやか健康ひろばでは、ふれあいセンターを全館使用し、メンバーや協力団体、地区組織の方々の多くの協力や連携により実施できた。今後の地域でのよりよい連携に繋がると思われる。</p> <p>各地区での21の組織は少なく、活動も活発とは言えないが、地域の状況に合わせた健康づくり教室やええとこ発見図を活用したウォーキング大会など21の活動を実施している。</p>