(2)地域における21推進活動の年表

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（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(OKAYMA!市民体操)	運動(えええとこ発見図・市民体操) こころの健康	運動(えええとこ発見図・市民体操)	運動(えええとこ発見図・市民体操) 栄養(かるうま減塩プロジェクト) 役員が5人⇒7人へ
推進体制や連携の広がり・活動内容	推進委員会にて、21(第2次)のキャッチフレーズを募集 推進委員会・役員会は3回/年 和と輪でつながれ21 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　・マグネットバー 『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＆講演会＆展示＆21宣言ブースなど 169名の参加！約3分の1の人が初参加	講師・新規連携者との打ち合わせ等　＋4回(役員、実践指導者) ＜新規連携機関＞ 岡山市医師会(松井先生) (株)セントラルフーズ キャッチフレーズ入りグッズの作成 ・ボールペン 『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 活動の見える化が大事！！	講師・連携機関との打ち合わせ等　＋4回(役員、推進委員) ＜新規連携機関＞ 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 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) 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	連携機関との打ち合わせ等　＋1回(会長) 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 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 中央地域推進委員会のメンバーでえ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(岡山県栄養士会と連携)などを実施	連携機関との打ち合わせ等　＋2回(会長) ＜新規連携機関＞ 岡山市薬剤師会(エムエム薬局大元店) 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) 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
推進体制や連携の広がり・活動内容(各地区)	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 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 牧石学区健康21の会：健康まつり いきいき元気大元21(学校)：推進会議　4回　健康フェア 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 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 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 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	OKAYAMA！市民体操の普及啓発を保育園、幼稚園、小学校、敬老会、児童・民生委員協議会などの場で行うことができた。また、各学区・地区のイベントやウォーキング大会、講座などでも実施することができた。	『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！！ えええとこ発見図を各中学校区で作成し完成！ え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！！ え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。	岡輝中学校区ケアマネの会の協力、世代間交流目的のイベント主催 推進メンバーとのウォーキング、体育協会ウォーキングを実施 推進会議　2回実施 ウォーキング大会　初開催！！ ウォーキング大会　2回実施 石井中学校の3小学校区の愛育委員会でえええとこ発見図を利用したウォーキングを1回実施 えええとこ発見図を利用したウォーキング大会を企画 えええとこ発見図を利用したウォーキングを2回開催 各地域で、えええとこ発見図を使ってのウォーキングやイベントを実施。その際の準備体操としてOKAYAMA！市民体操を行うことができた。また、桃太郎のまち健康推進応援団がイベントや健康教育に関わり、内容がさらに充実してきた。	推進会議10回／年 清輝・岡南小の教員協力のもとで酢新宣 推進メンバー(メンバー以外の組織の方含む)とのウォーキングを実施 ウォーキング大会　初開催！！ 桑田中学校区でウォーキング大会初開催！！ 石井中学校区でえええとこ発見図を活用したウォーキング大会を開催。石井中学校区の住民対象 いきいき健康ウォーキングの会で他学区のえええとこ発見図を利用したコースを取り入れて実施 え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。
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、運動習慣や地域のつながり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での活用が増えてきた。

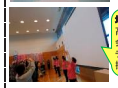
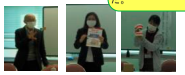
健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（ 北区中央地域 ）

	6年目(H30年度)	7年目(H31・R元年度)	8年目(R2年度)	9年目(R3年度)	10年目(R4年度)	11年目(R5年度)
分野別テーマ	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)	たばこ(受動喫煙防止)	たばこ(受動喫煙防止)	たばこ(受動喫煙防止)	たばこ(受動喫煙防止) フレイル予防	たばこ(受動喫煙防止)　フレイル予防 世代間交流
推進体制や連携の広がり・活動内容	和と輪でつながれ21 推進委員会3回 役員会は4回開催 132名の参加！ キャッチフレーズ入りグッズの作成 タオルで体操！！ 75名の参加！ 講演会を市役所7階大会議室で開催 講師は岡山県立大学教授　高戸仁郎氏 タオルを使った体操が好評。 	推進委員会2回(1回は中止) 役員会は3回開催 講演会をさん太ホールで開催 講師は岡山済生会総合病院の医師　川井治之氏。テーマはたばこ対策。北区中央管内のたばこ対策についての実践発表 OKAYAMA!市民体操、展示等を実施。 レディオMOMO 北区中央管内の取り組みについてPR！！ 	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、 推進委員会は、例年よりも1回減らしリモート会議を取り入れて実施した。また、中区21との交流会を予定していたが、延期とした。 推進委員会2回 役員会は2回開催	推進委員会2回(文書会議)、役員会は3回開催 令和3年度活動状況ニュースレターを作成！！ 研修会を市役所7階大会議室で開催 講師は川崎医科大学総合医療センター医師の杉本研氏。テーマはフレイル予防。 75名参加！	推進委員会2回(オンライン会議)、役員会は3回開催 令和4年度活動状況ニュースレターを作成！！ 研修会を市役所7階大会議室で開催。 健康づくり課河本幸子医療専門監より、「オーラルフレイル」をテーマお話していただき、44名	推進委員会2回(オンライン会議)、役員会は3回開催 令和5年度はリーフレットを作成！！ 濱家輝雄氏を講師に迎え、「風と土の人でつながれ IN 中央!」をテーマに研修会を開催。61名が参加。他、OKAYAMA!市民体操、展示を実施。
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区） 岡輝	学校 元気ハツラツ長生き岡輝21 推進会議　10回 健康づくりのつどい ウォーキング大会 夕涼みの会(3世代交流)		推進会議　4回 ウォーキング大会	推進会議　3回 ウォーキング大会	推進会議11回 ウォーキング大会 健康づくりのつどい	推進会議10回　役員会2回 ウォーキング大会 健康づくりのつどい
石井	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		推進会議　3回(中止) ウォーキング大会(中止)	推進会議　(中止) ウォーキング大会(中止)	推進会議　2回、役員会1回 ウォーキング大会→中止	推進会議　4回、役員会(実行委員会)3回 ウォーキング大会開催
石井	石井中学校健康市民おかやま21 推進会議　4回　ウォーキング大会		推進会議　2回 ウォーキング大会	推進会議　2回 ウォーキング大会	推進会議　7回 ウォーキング大会、健康講座開催	推進会議　7回 ウォーキング大会、健康講座開催
御南	学校 健康みなんにし21 推進会議　4回　健康まつり、 健康講座(連続講座) いきいき健康ウォーキング 21元気教室　ディスコンの会		推進会議　3回　健康まつり→中止 健康講座(連続講座)→中止 いきいき健康ウォーキング→中止 21元気教室　ディスコンの会→9月	推進会議　4回　健康まつり→中止 健康講座(連続講座)→4回中3回実施 いきいき健康ウォーキング→中止 21元気教室　ディスコンの会→再開	推進会議　7回　健康まつり開催 健康講座(連続講座)→4回実施 いきいき健康ウォーキング→中止 21元気教室　ディスコンの会	推進会議　6回　健康まつり開催 健康講座(連続講座)→4回実施 いきいき健康ウォーキング→実施 21元気教室　ディスコンの会
岡北	学校 みの健康21推進の会 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	推進会議　6回　フェスタ(中止) ウォーキング大会	推進会議3 回。 北公民館まつり　ウォーキング大会、給食交流	推進会議0 回。役員会1回。 北公民館まつり　ウォーキング大会、給食交流 (中止)	推進会議4回。役員会1回。 北公民館まつり、給食交流会	推進会議6回。 北公民館まつり　ええとこ発見ウォーキング
岡北	牧石学区健康21の会 推進会議　6回　健康まつり ウォーキング大会　健康講座		推進会議　0 回　健康まつり(中止) ウォーキング大会(中止)　健康講座(中止)			役員会1回。 ウォーキング大会
吉備	学校 吉備陵南いきいき21 推進会議　7回　健康フェア ウォーキング　2回　健康講座 きびっこふれあいまつり 陵南フェスタ		推進会議　5回(5月は中止) 健康フェア→中止 ウォーキング　1回(5月は中止) 健康講座は委員の研修会として実施 きびっこふれあいまつり・陵南フェスタ→中止、小学校との交流会→中止	推進会議　7回(9月は中止し10月に振替実施) 健康フェア、健康講座 ウォーキング　1回(5月は中止) きびっこふれあいまつり・陵南フェスタ→中止	推進会議　6回 健康フェア 健康講座 ウォーキング　2回 きびっこふれあいまつり・陵南フェスタ→中	推進会議　6回 健康フェア 健康講座「ヨーグルトのひみつ」71名 ウォーキング　2回(ノルディックウォーク) 陵南フェスタ(きびっこふれあいまつりは中止)
岡山中央	学校 弘西・南方ウォーキング大会 旭公民館文化祭 中央小ふれあい祭(台風で中止) 内山下・深柢健康講座		弘西・南方ウォーキング大会(中止) 旭公民館文化祭　(中止) 中央小ふれあい祭(中止) 岡山中央中学校区健康フェスタ 内山下・深柢健康講座	弘西・南方ウォーキング大会(中止) 旭公民館文化祭　(中止) 中央小ふれあい祭(中止) 岡山中央中学校区健康フェスタ 内山下・深柢健康講座(中止)	弘西・南方ウォーキング大会 旭公民館文化祭 中央小ふれあい祭り 内山下・深柢健康講座	弘西・南方ウォーキング大会 旭公民館文化祭 中央小ふれあい祭り 内山下・深柢健康講座
桑田	学校 いきいき元気大元21 推進会議　4回　健康フェスタ ウォーキング大会		推進会議　0回　健康フェスタ(中止)	推進会議　0回　健康フェスタ(中止)	推進会議　0会 組織関係図の打合せ2回、ウォーキング大会打合せ2回	推進会議3回 健康フェスタ開催 ウォーキング大会開催
桑田	桑田中ウォーキング大会 鹿田家族ふれあいフェスタ		桑田中ウォーキング大会(中止) 鹿田家族ふれあいフェスタ(中止)	桑田中ウォーキング大会(中止) 鹿田家族ふれあいフェスタ(中止)	桑田中ウォーキング大会 鹿田家族ふれあいフェスタ(中止)　鹿田学区ウォーキング大会　出石健康フェスタ	桑田中ウォーキング大会 鹿田家族ふれあいフェスタ　出石健康フェスタ
評価（すすんだこと）	・各学区地区でのウォーキング大会の継続実施。 ・桃太郎のまち健康推進応援団との連携。(イベントだけでなく、健康教育や研修会等でも普及啓発ができた) ・21の推進団体の有無に関わらず、中学校区、小学校区単位で21の普及啓発活動ができた。 ・世代間交流(学校園と連携した活動の広がり)を意識した活動ができた。	・健康市民おかやま21の活動におけるたばこ対策についての振り返りと今後に向けての課題の共有ができた。 ・たばこ対策についての意識が高まり、レディオMOMOの放送や地域の健康づくりイベント等での普及啓発活動ができた。	・新型コロナウイルス感染症の影響により、ほとんどの活動が中止となったが、地区によってはウォーキングやフェスタを継続実施し、パネル展示で普及啓発が行えた。	・中央地域推進委員会研修会を再開。今年度は高齢者のフレイル予防について実施できた。 ・地域へ21活動を広めるためのニュースレターを作成できた。 ・新型コロナウイルス感染症の影響により、例年より各学区・地区の活動は減少しているが、昨年度より活動の実施回数が増えた。 ・推進委員会は書面会議での開催。	・新型コロナウイルス感染症の影響により減少していた地区での活動は、感染予防を行いながら少しずつ実施回数が増えてきた。 ・推進委員会は公民館の協力を得てオンライン会議で開催することができた。 ・21未組織地区については、組織関係図の作成を通して、21立ち上げに向けての話し合いをする機会を作ることができた。	・新型コロナウイルス感染症の影響で中止していたイベントや交流会が、例年通りの活動に戻ってきている。 ・地域での活動は、新たなメンバーを探す視点を持って活動したり、企業との連携(桃太郎のまち健康推進応援団の積極的な活用)等が増えてきた。 ・オンライン会議を活用することで、おやこクラブ等子育て世代の会議への参加等が定着してきている。

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（ 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	北市民健康づくり会議 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）	 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） 活動紹介冊子作成 活動紹介冊子増刷	 H28.1.18北市民健康づくり会議交流会（参加者71名）	 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）	 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）
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）					
京山会議	7回/年　会議開催 講演会（歯の健康） 京山文化祭での健康チェック・減塩料理 京山にこにこウォーク開催	3回/年　全体会議開催 6回/役員会 講演会（ことばの力）※愛育委員会との共催 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	全体会3回　役員会6回 ええとこ編集会議5回 講演会（フードバンク） 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	全体会3回　役員会9回 3月　京山ヘルスレター発行 講演会（笑いと健康寿命） 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）	全体会3回、役員会7回 9,3月　京山ヘルスレター第2,3号発行 講演会（認知症予防） 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
香和会議	6回/年　会議開催 健康づくり講演会（糖尿病） 津高文化祭での健康相談・健康チェック 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）	6回/年　会議開催 健康づくり講演会（香和会議の活動と歩み） ウォーキング大会開催（実行委員会数回/年）野谷学区（108名）	年6回／年　会議開催　ええとこ編集会議6回 健康づくり講演会（認知症） 津高文化祭での健康相談・健康チェック・市民体操 ウォーキング大会開催（実行委員会数回/年）横井学区（143名）	年6回／年　会議開催 健康づくり講演会（運動） ウォーキング大会開催　ええとこ発見図配布（実行委員会数回/年）馬屋上学区（118名）	年6回/年　会議開催 健康づくり講演会（お口の健康） 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）
高松会議	2回/年会議、5回/年執行部会開催 ニュースレター発行2回/年 ウォーキング大会 食と環境・復興フェア（公民館と共催） 健康ヒケツ講座（全3回） 朝ラジオ体操 講演会	介護予防教室に参加 朝ラジオ・OKAYAMA！市民体操	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	2回/年会議、3回/年役員会開催 ええとこ発見図ウォーキング計画 ええとこ発見図全戸配布 朝ラジオ＆市民体操→各学区出張を機に鯉山の自主組織が立ち上がる	全体会3回、役員会3回 ウォーキング大会（ええとこ発見図コース） 朝ラジオ＆市民体操（公民館）鯉山の自主活動継続中 10/19「栄養」テーマに全体会で講演会（42名）
中山会議	5回/年会議、6回/年代表者会開催 学区の特色に応じたイベント開催（桃丘小） ニュースレター作成（全戸配布）	3回/年会議、3回/年代表者会、2回/年関係者会開催 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	3回/年全体会、3回/年代表者会・関係者開催 学区の特色に応じたイベント開催（馬屋下小）市民体操の普及 3世代で楽しめるイベントを実施	3回/年全体会、8回/年代表者会開催 え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	3回/年全体会、9回/年代表者会開催 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）
足守会議	2か月毎に会議開催 吉備歯科医師会の参加 ニュースレター作成（全戸配布） パネル作成・展示 地区イベントに参加 （21PR、健康ブース） 講演会「生活習慣病予防、こころの健康」	2か月毎に会議開催 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） イベント等でのOKAYAMA！市民体操の普及 講演会 「認知症を地域でどうみるか」	年8回会議開催（概ね2ヶ月毎） あおぞら在宅介護支援センター・SWの参加（継続） あしもりクリニックの必要時の協力（新規） 講演会「こころの健康・認知症」	年8回会議開催（概ね2か月毎） ええとこ発見図活用したウォーキング大会 「ええとこ発見三世代交流ウォーク」共催にて開催 講演会「ちょっとの工夫で楽しく運動」	年8回会議開催（概ね2か月毎） ええとこ発見図活用したウォーキング 「え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6回、実施 あしもりクリニックより講師協力あり 講演会「糖尿病のこと、知っていますか？」
御津会議	4回/年　会議開催 獅子舞フェスタに健康ブース開設 イベント会場で幅広い年代層へアプローチ 健康市民おかやま21講演会 テーマ「老人性難聴と補聴器」	4回/年　会議開催 ウォーキングの集い	4回/年会議開催 イベント会場や健康教室で市民体操の普及	4回/年会議開催 こころの健康に関するパネル展示	4回/年会議開催 え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
建部会議	5回/年　会議開催 建部町ふるさと野菜市感謝祭りでの健康コーナー（健康チェック、健康相談、21宣言、展示 ほか） 小地域健康教室と合同で薬剤師を招いて研修会開催	5回/年　会議開催 かくたに薬局の参加 建部町ふるさと野菜市感謝祭で健康コーナー OKAYAMA！市民体操を披露 小地域健康教室と合同でOKAYAMA！市民体操研修会を開催 健康づくり活動報告パネル展開催	4回/年会議開催 建部町文化祭で健康コーナー OKAYAMA！市民体操の普及	4回/年会議開催 おかやま薬局・歩こう会・ぽっけえ元気アップ教室の参加	4回/年会議開催 ええとこ発見図ウォーク開催 研修会「誰もが安心して暮らせる地域づくりのために」
評価（すすんだこと）	・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。 ・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。	・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。 ・各地区の活動を知り、今後の活動につながることを目的にした実践発表会と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。 ・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てる。	・え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すきっかけとなった。 ・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。 ・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てることができた。	・え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。 ・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。 ・食育SATをイベントで活用する中学校区が増えた。	・え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。 ・交流会では、住民が主体で行う体操が地域づくりに発展した経緯を学び、グループワークで「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。 ・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うきっかけとした。

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域 （ 北区北地域 ）

	6年目(H30年度)	7年目(H31・R元年度)	8年目(R2年度)	9年目(R3年度)	10年目(R4年度)	11年目(R5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	各中学校区会議で設定	各中学校区会議で設定
推進体制や連携の広がり・活動内容	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年4回）＋臨時代表者会1回 ＋研修会1回 辻博明教授を講師に招き、地区活動に活かすため、『足圧バランス計 体験講習会』を実施した。 北市民健康づくり会議交流会（年1回） 『栄養・食生活』をテーマに、武政教授による講演、桃太郎のまち健康推進応援団からヤクルトと味の素の協力を得ての事業紹介・体験の機会をもった。 中間評価冊子まとめパネル作成	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年3回） 北市民健康づくり会議交流会（年1回） 介護予防センターと共催で開催 フレイル予防を兼ねて、講演前に体力測定を実施。自分の身体状況を知り、改善点を学ぶ機会となる。  地域のスペシャリストが巡回。高松会議からラジオ体操、御津会議からOKAYAMA体操のレクチャーを受け、参加者全員で体操を行う。	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年4回） 北市民健康づくり会議研修会（年1回） 「コロナに負けるな！今からできるフレイル予防」と題し、3人の講師を招き、フレイルチェック、低栄養予防、オーラルフレイルについて学んだ。 	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年4回） 北市民健康づくり会議交流会（年1回） 社会参加をテーマに交流会 「コロナ禍での食生活について」講師を招き学んだ。その後、グループワークを行うことで、各地区の活動を共有することができ、それぞれの地区での活動の参考になった。	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年4回） 北市民健康づくり会議交流会（年1回） 運動をテーマに交流会 OKAYAMA市民体操を建部会議の方からポイントを教わりながら実施した。 「お家でできる運動」について講師を招き学んだ。今までとは一味違い、筋力トレーニングも含めた内容で、とても刺激になった。	北市民健康づくり会議（役員会・定例会　各年4回） 北市民健康づくり会議交流会（年1回） 栄養・食生活をテーマに交流会 定例会は、オンライン会議で開催中のため、交流会は対面で情報交換の場にします！
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）						
京山会議	全体会3回、役員会6回 9月・3月　京山ヘルスレター発行 京山文化祭での健康チェック・市民体操等 OSK、ヤクルト、山本歯科医院等職域との連携 講演会（OSKよりロコモティブシンドローム） 京山にこにこウォーク（年1回）	全体会4回、役員会6回 講演会（ヤクルトより健幸お笑い塾）	全体会2回、役員会3回（文書会議含む） 3月　京山ヘルスレター発行 京山文化祭（展示会）でのパネル展示 講演会（済生会　「元気に長生きするために」） OSK、ヤクルト、サンライズ薬局、山本歯科医院等職域との連携	全体会3回、役員会4回 京山にこにこウォークを定例化（月1回）	全体会4回、役員会4回 9月・3月　京山ヘルスレター発行 京山文化祭での健康チェック・市民体操等 講演会（清水医院　「人生100年時代　青春後期の過ごし方」） 京山にこにこウォーク（月2回、京山公民館主催ノルディックウォーク講座への協力）	全体会4回、役員会4回 講演会（山本歯科医院　「オーラルフレイル」） OSK、サンライズ薬局、山本歯科医院等職域との連携
香和会議	6回　全体会　役員会　5回 香和会議の愛称を「健康香和」とし、活動内容を体現化して、活動の浸透を図る 三大イベントの継続実施 健康講演会　認知症の世界におじゃまします 健康チェック（津高公民会文化祭） ウオーキング大会（横井）ベビーカーコースを新設	全体会　5回　役員会　7回 健康香和の活動を地域へ浸透させ、地域における認知度を高めていく。地域住民へ活動の輪を広げていく。 三大イベントの継続実施 健康講演会　元気で長生きするために 健康チェック（津高公民会文化祭） ウオーキング大会（馬屋上）ベビーカーコースをバビーコースへ改名	全体会　5回（文書会議を含む）　役員会　5回 コロナ対策をしながらイベントを実施 津高公民会ロビー展での展示 健康講演会　自宅でできるフレイル予防	全体会　5回（文書会議を含む）　役員会　5回 コロナ対策をしながらイベントを実施 津高公民会ロビー展での展示 健康講演会　自宅でできるフレイル予防	全体会　5回　役員会5回 コロナ対策をしながらイベントを実施 第15回津高ウォーキング大会 津高文化祭　健康チェック・健康相談 健康講演会　はじめるなら今！尿もれ予防講	全体会5回、役員会5回 第16回津高ウォーキング大会 津高文化祭　健康チェック・健康相談 健康講演会　おいしくて栄養満点な防災食の選び方・作り方講座
高松会議	年3回　全体会　年3回代表者会 ○食と環境・復興フェアで健康ブース開設 ○ええとこ発見図を活用したウオーキング大会 中学校区内3会場で市民体操の普及 ニュースレター作成（全戸配布）　年2回	年3回全体会（第3回は中止）　年3回代表者会 ○健康のヒケツ講座 第1回「ウォーキングに向けての体づくり」 第2回「栄養について」	年3回全体会　年3回代表者会 ○健康のヒケツ講座 第1回「フレイル予防（測定）」 第2回「フレイル予防について」 中学校区内4会場で市民体操の普及	年2回全体会（第3回は中止）　年5回代表者会 ○健康のヒケツ講座 第1回「フレイル予防（測定）」 第2回「免疫力の向上について」	年3回全体会　年3回代表者会 ○健康のヒケツ講座 第1回「フレイル予防（測定）」 第2回「おロの健康」	年3回全体会　年3回代表者会 ○健康のヒケツ講座 第1回「フレイル予防（測定）」 第2回「高齢者の健康～健康は生活から～」
中山会議	3回/年全体会、9回/代表者会開催 普及啓発イベント（平津小学校） 中山会議メンバーによる健康ブースを設け、ウォーキングと同時開催 講演会実施 ニュースレター作成（全戸配布）	3回/年全体会、7回/代表者会開催 普及啓発イベント（中山小学校） 健康ブースを設け、ウォーキングと同時開催 活動のPR、分かり易さを考え、名称を「中山健康フェスタ」として活動する方向。	5回/代表者会開催 ウォーキングマップ作成（全9コース） ・中山会議メンバーと地域の有志で作成 ・公民館やコミュニティハウスなど地域の主要機関に設置 ・作成したマップ　ええとこ発見図を活用したウォーキングを計画予定。	3回/代表者会開催 健康情報を載せたチラシを初めて作成。全戸配布を実施。 ・昨年度作成したマップ、ええとこ発見図を活用したウォーキングを計画予定。	1回/全体会、6回/代表者会開催 普及啓発イベント（桃丘小学校） 中山会議メンバーによるウォーキング開催 講演会実施 ニュースレター作成（全戸配布）　2回/年発	2回/全体会、5回/代表者会開催 普及啓発イベント 馬屋下小学校で中山会議メンバーによる健康ブースを設け、ウォーキングと同時開催 講演会実施
足守会議	年8回定例会開催 ※概ね2か月毎 御津医師会が協力（新規） 年間テーマ：生活習慣病を予防しよう ニュースレター発行（年1回　全戸配布） 健康パネルの作成・展示 普及啓発活動（イベントでのブース設置） おロの健康づくりへの取り組み 健康講演会（年1回）　テーマ：『かるうま減塩』 ええとこ発見交流ウォーク	年6回定例会開催 ※概ね2か月毎、その他ニュースレター作成のために臨時で1回集まる 年間テーマ：栄養 足守小・釜明小でのパネル展示 テーマ　『糖尿病』	全体会4回　役員会5回　年間テーマ：栄養	全体会6回　役員会6回　年間テーマ：栄養 普及啓発活動（イベントでのブース設置） 健康講演会（年1回）　テーマ　『運動』	全体会6回　役員会6回　年間テーマ：運動 校区内5地区で市民体操、ラジオ体操を定期実施 テーマ　『フレイル、認知症予防エクササイズ』 ストレッチレッチ講座 ええとこ発見交流ウォーク	全体会6回　役員会6回　年間テーマ：運動 おロの健康づくりへの取り組み 健康講演会（年1回）　テーマ　『健康管理』
御津会議	年4回　会議開催 獅子舞フェスタで健康ブース開設 イベント会場や健康教室での市民体操の普及 ええとこ発見図を活用したウォーキング大会「ヘルシーウォーク」を開催	年3回　会議開催（1回中止あり）	年3回　会議開催（1回中止あり）	年4回　会議開催 ええとこ発見図を活用したウォーキング大会「ヘルシーウォーク」を開催	年4回　会議開催	年4回　会議開催 獅子舞フェスタで健康ブース開設 イベント会場や地区健康教室、保育園で市民体操の普及 ええとこ発見図を活用したウォーキングを開催 歩き方講座
建部会議	年4回　会議開催 ええとこ発見図ウォーク「ノルディックウォークに挑戦」を開催 建部町文化祭での健康コーナー OKAYAMA！市民体操の普及 研修会「やってみよう！あっ晴れ！もも太郎体操」	年3回　会議開催（1回中止あり） ええとこ発見図ウォークを開催 研修会「もっと知ろう！フレイルのこと」	年3回　会議開催（1回中止あり） 研修会「コロナ禍でも健康づくり」 健康教室や保育園等、地区単位で市民体操の普及	年3回　会議開催（1回中止あり） 公民館での各地区健康教室や各組織のパネル展	年4回　会議開催 ええとこ発見図ウォークを開催 建部町文化祭での健康コーナー OKAYAMA！市民体操の普及 研修会「健康づくり活動に役立つヒント」 公民館だよりに寄稿	年4回　会議開催 研修会：運動指導士による講話と実技
評価（すすんだこと）	・代表者会議で情報交換の時間をもち、各地区会議の活動や北地域の健康課題について共有する時間をもつことができた。 ・交流会では『桃太郎のまち健康推進応援団』の紹介を行い、日頃協力を得ている企業とのつながりについて振り返るとともに、今後の活動や新たなつながりづくりのための情報提供の機会とすることができた。 ・ええとこ発見図を活用したウォーキングやOKAYAMA！市民体操を各地区会議で継続して普及啓発することができている。 ・昨年完成した第2次中間評価の北市民健康づくり会議の活動紹介をパネルを作成した。	・代表者会議では各中学校区の活動について情報交換を行い、北地域の健康課題について共有する時間をもつことができた。 ・交流会では「運動」をテーマに、介護予防センター、地域のスペシャリストの協力を得て、日頃の身体づくり・健康づくりを再認識する良い機会となった。今後、地域の人の活躍の場がより展開していく足がかりとなった。 ・OKAYAMA！市民体操を各地区会議で継続的に実施。普及啓発に取り組め ている。	・上半期は新型コロナウイルス感染症の流行のため各中学校区で企画されていたイベントは中止となった。しかし少人数での集会を設けるなど委員と密に連絡を取り、感染流行下でも行える活動を模索した。下半期には少人数制やオンラインを取り入れた講演会を実施したり、発行物等で健康づくりの普及啓発に取り組んだ。 ・代表者会議では各中学校区の活動について情報交換を行い、北地域の健康課題について共有する時間をもつことができた。 ・交流会では高齢者をターゲットに「フレイル対策」をテーマに講演会を実施した。	・上半期は新型コロナウイルス感染症流行のため、各中学校区で企画されていたイベントは中止となった。しかし、できる方法で活動を進めていけるよう検討し、オンラインを活用した講演会や、定例少人数でのウォーキングの実施、新たな地区でのOKAYAMA!市民体操の実施などを行うことができた。 ・代表者会、交流会では、各地区の活動状況について情報交換することができた。 ・交流会では、「コロナ禍での食生活」をテーマに講演会を実施した。	・新型コロナウイルス感染症流行下ではあったが、各中学校区で可できる方法、内容を検討し、ウォーキング大会や文化祭への参加、体操の継続などを行うことができた。 ・代表者会では、ZOOMでの実施にも取り組んだ。御津、建部や足守と範囲も広いため、今後の会議の方法の一つとして取り入れることを検討できる良い機会となった。 ・交流会では「運動」をテーマに自宅でも取り入れられる運動を学び、地域に持ち帰ることができた。	・各中学校区で、イベント、講演会等がコロナ前と同様規模で復活・開催され、実施することができた。各会議ごとに、アイディアを出し地域行事にも多く参加している。高松では、ウォーキング大会の企画段階から中学生がボランティア参加している。御津・建部では、保育園で市民体操の普及を図るなど、若い世代への啓発が広がっている。 ・代表者会交流会では、「栄養」をテーマに講演会と交流会（集合開催）を計画し、今後の活動にむけて情報交換の場となることを目指している。

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（ 中区地域 ）

	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	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	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	運動～続ける運動　はげます声かけ～ 親から子　子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり	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	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
推進体制や連携の広がり・活動内容	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） 薬剤師にお酒・タバコの害についての研修実施 薬剤師や養護教諭、栄養士会などの専門職と連携ができた 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 ふれあいまつりへの参加	中区21の活動報告を「推進便り」として作成し、全戸回覧 OKAYAMA！市民体操の研修会 OKAYAMA！　市民体操の普及 介護予防センター・地域包括支援センターも加わる スーパー食育スクールの取り組みと連携できた	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所で市民体操を実施しPR 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」 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	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う 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」 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	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う 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 応援団の協力を得て、握力測定や血管年齢測定も実施
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）	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（赤ちゃんだっこ体験　アルコール・タバコ） 東山：平井と旭東で講演会実施 公民館祭りや健康カフェでPR 富山：推進会議を定例実施（月1回） ウォーキング大会・文化まつりでPR 介護予防センターと協力して健康教室でPR 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 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） タバコ・アルコールのパネル作成 操南 中学校との連携 公民館祭りでPR ふれあいスポーツグループ エリア内でストレッチの普及をしながら21のPR	操山フェスタでPR 東山中学校でたばこの教育実 富山中学校で喫煙予防教室 こころの健康講座(2回) 竜操中学校の文化発表会へ参加 スーパー食育スクール 推進事業への参加 乳児ふれあい体験・ 操明小たばこの教育	三勲小学校で市民体操実施・フェスタでPR 平井学区運動会で市民体操実施 東山中でたばこの教室実施 富山学区運動会で市民体操実施 毎月の介護予防教室で市民体操実施 富山中で喫煙予防教室 城東高校の文化祭・竜操中文化祭でPR 財田学区運動会・財田スポ少・財田幼稚園・幡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 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DCで市民体操実施 高島小でアルコールの健康教育 操南中文化祭でPR 操南小で喫煙予防教室実施・学校保健委員会で報告 市民体操実施時に協力	操山中学校祭、操山フェスタ、プラザうのまつりでPR ええとこ発見図を三勲小、宇野小、操山中、県立操山中学校の全校生、教員に配布 平井学区運動会で市民体操実施 東山中でたばこの教室実施 東山中学校区でええとこ発見ウォーキング大会実施 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 城東高校の文化祭・竜操中文化祭でPR 発達障害をテーマにこころの健康講座を2回実施 高島中文化祭でPR ウォーキング大会を計画・雨天中止 高島小でアルコールの健康教育 操南中文化祭でPR 旭操・操南・操明小で喫煙予防教室実施 旭操・操南小、操南中学校保健委員会で報告 市民体操実施時に協力	操山中学校祭、操山フェスタ、プラザうのまつりでPR 東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 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 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・竜操中文化祭でPR 「ストレスとの上手な付き合い方」をテーマにこころ 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 操南中文化祭でPR 旭操・操南・操明小と操南中で喫煙予防教室実施 市民体操実施時に協力
評価（すすんだこと）	・次世代の健康づくりへの取組を進めるために、アルコール・タバコの分野で学校に働きかけた。その結果中学校の文化祭や学校保健委員会へ参加でき、学校との連携が進んだ。 ・今年度薬剤師や栄養士・養護教諭とのつながりができた。	・中区21の推進便りが今年度初めて発行でき全戸に回覧することで活動の紹介ができた。 ・引き続きアルコール・タバコの分野で学校に働きかけ、喫煙予防教室・アルコール教室が実施できた学校が増えた。また中学校の文化祭や学校保健委員会へ参加でき、学校との連携が進んだ。　・今年度薬剤師や栄養士・養護教諭とのつながりができた。包括支援センターや介護予防センターともつながりが広がった。	・ええとこ発見図作成にあたり、多くの地区組織と新たに協働することができた。 ・今年度新たに操南小学校で喫煙予防教室を実施。また、21メンバーが学校保健員会で喫煙予防教室の報告をすることで、校医や学校薬剤師、PTAにも21の活動をPRすることができた。アルコールに関しては城東高校文化祭でアルコールパッチテストを実施。 ・2月の報告会では、中学校長の参加もあり、より多くの学校に21PRができ、連携が深まった。	・ええとこ発見図を活用したウォーキング大会を計画、実施することができた。 ・今年度新たに旭操小学校で喫煙予防教室を実施。学校と連携し、地域の子どもたちの健康づくりに取り組むことができた。 ・2月の報告会では、喫煙予防教室を実施している小中学校長や、他の学校の養護教諭の参加もあった。グループワークでは学校側から21PRに協力していきたいとの意見が出され、次の活動につながる会となった。	・ええとこ発見図を活用したウォーキング大会の継続して実施できた。 ・今年度新たに操南中学校でも喫煙予防教室を実施。中学校では周囲の人の健康を守ることをテーマに実施することができた。 ・2月の報告会では、中学校の文化祭で21コーナーを設けていない学校からの参加があり、ぜひ前向きに検討したいとの意見を聴くことができた。 ・今後は今行っている活動を大切に継続していきながら、企業との連携もとり方を模索していく予定である。

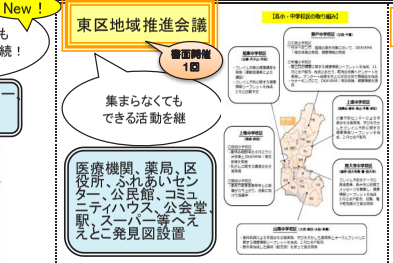
健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（中区地域）

	6年目（H30年度）	7年目（H31・R元年度）	8年目（R2年度）	9年目（R3年度）	10年目（R4年度）	11年目（R5年度）
分野別テーマ	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					
推進体制や連携の広がり・活動内容	・中区推進会　年9回実施 ・7月研修会　講演「ちょっと怖いお酒の話」 デモンストレーション 「高島小学校アルコールに関する授業」 ・2月活動報告会 各中学校区・組織の活動報告、グループワーク 講演「健康市民おかやま21（第2次）中間評価報告と今後の方向性について」 21推進会活動ニュースを作成。愛育委員会の協力で地区回覧し、21PRを実施。 中区の中学校に禁煙啓発ポスターの作成を依頼。ふれあいまつり等で作品を展示。 えええとこ発見図を地域の医療機関・スーパーなど多くの場所に置かせてもらい、21PRを実施。 中区内の学校行事やイベント等で、OKAYAMA！市民体操を実施し、体操の普及を推進。 **（新）健康寿命延伸都市会議にて、21推進メンバーが中区の取り組みを発表。** **（新）ふれあいまつりで、介護予防センターと共催で健康・21PRブースを出展。**	・中区推進会　年9回実施 ・6月研修会 講演「喫煙、受動喫煙と健康被害について」 デモンストレーション「操南中学校区喫煙予防教室」 ・2月活動報告会 各中学校区・組織の活動報告、グループワーク 講演「フレイル予防で健康長寿」 ふれあいまつりに、介護予防センターと共催で健康・21PRブース「フレイルチェック＆測定体験＆クイズラリー」コーナーを出展し、21の活 **（新）受動喫煙防止大会inOKAYAMAに出席。**	・中区推進会　年8回実施 ・2月活動報告会 各中学校区・組織からの活動報告 講演「新型コロナウイルス感染症について」 **（新）普及啓発パネル（禁煙啓発）を作成。** **（新）岡山ふれあいセンター　ENJOY月間にて、中学生による禁煙啓発ポスター展を開催。**	・中区推進会　定例会　年5回実施（中止3回） 役員会　年2回実施 ・11月研修会 講演「生涯を通じた歯の健康づくり 家族、地域で歯の健康づくり」 デモンストレーション 「富山中学校喫煙防止教室・ 操南中学校喫煙予防教室」 ・2月活動報告会（集合形式は中止） 紙面で各中学校区・組織の活動報告 **（新）おかやま健康づくりアワード2021（地域部門）受賞。**	・中区推進会　定例会　年8回実施 役員会　年2回実施 ・7月研修会 講演「包括支援センターの取り組みと認知症について」 ・2月活動報告会 各中学校区・組織の活動報告 講話「新型コロナウイルス感染症の動向と対策について」 **（再）ふれあいまつりにて、「中学生による禁煙啓発ポスター展＆からだチェック」、OKAYAMA！市民体操を実施し、21の活動をPR。**	・中区推進会　定例会　年8回実施 役員会　年2回実施 ・11月研修会 講演「うつ病とともにあるコミュニティ ―支援することについて―」 ・2月活動報告会　各中学校区・組織の活動報告 21推進会活動ニュースをカラーで作成。愛育委員会の協力で地区回覧し、21の活動をPR。
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）	**操山中学校区** 操山中学校祭にて、喫煙予防、アルコールの知識の普及、命の大切さ、21PRを実施。 プラザうのまつりにて、こころの健康づくり、食育、喫煙予防、21PRを実施。 **東山中学校区** 実行委員会を開催し、えええとこ発見ウォーキング大会を実施。 **富山中学校区** 富山中学校にて、喫煙防止教室の実施。 富山ふれあいウォーキングを実施。 **竜操中学校区** 竜操中学校区、財田・竜之口小学校区でウォーキング大会を開催。 城東高校・竜操中学校文化祭にて、21PRを実施。 こころの健康講座を実施。 **（新）財田小学校で喫煙予防教室を実施。** **高島中学校区** 高島小学校で、アルコールに関する授業を実施。 ええとこ発見ウォーキング大会を開催。 高島ふれあいウォーキングを実施。 **操南中学校区** 旭操・操南・操明小学校と操南中学校で、喫煙予防教室を実施。 操南ええとこウォークを開催。 操南中学校文化祭、操南公民館まつりに健康測定ブースを出展、21PRを実施。 **ふれあいスポーツグループ** OKAYAMA！市民体操の普及を推進。	**操山中学校区** 21活動啓発媒体作成、配布。 **東山中学校区** ええとこ発見ウォーキング大会を実施に向け実行委員会を開催。新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止。 **富山中学校区** 富山中学校にて、喫煙防止教室を実施。 富山ふれあいウォーキングを実施。 **（新）富山文化まつりにて、企業と連携して運動機能チェックを実施。** **竜操中学校区** 財田小学校で、喫煙予防教室を実施。 竜操中学校区、財田・竜之口・幡多小学校区でウォーキング大会を開催。 城東高校・竜操中学校文化祭で21PRを実施。 こころの健康講座を開催。 **操南中学校区** 旭操・操南・操明小学校と操南中学校で、喫煙予防教室を実施。 操南ええとこウォークを開催。 操南中学校文化祭、操南公民館まつりで健康測定ブースを出展、21PRを実施。 **（新）「受動喫煙防止大会inOKAYAMA」で操南中学校生徒の意見を代弁。** **（新）健康市民おかやま21東区交流会へ参加、喫煙予防教室を紹介。**	**操山中学校区** 操山公民館祭りのロビー展に出展、体験コーナーを開催。 来館者へ歯と口の健康、喫煙予防、アルコールの知識の普及、こころの健康、21PRを実施。 21活動啓発媒体作成、配布。 **富山中学校区** 富山中学校にて、喫煙防止教室を実施。 中区21研修会で、中学校での喫煙防止教室を紹介。 喫煙防止教室の取り組みについて、富山公民館ロビーに展示。 **竜操中学校区** 竜操中学校区、財田・竜之口・幡多小学校区でウォーキング大会を開催。 こころの健康講座を開催。 ええとこ発見ウォークを開催。 **高島中学校区** 高島ふれあいウォーキングを実施。 公民館で、けんこう啓発パネル展を開催。 **（新）親子向けのせっけん作り体験会を開催。** **操南中学校区** 操南ええとこウォークを開催（雨天中止）。 中区21研修会で操南中学校での喫煙予防教室を紹介。 禁煙啓発ポスターを操南中学校文化祭、操南公民館に展示。	**操山中学校区** 操山公民館にて、プラザうのにパネルを展示。来館者へ喫煙予防、21PRを実施。 歯と口の健康講話、健康チェックを開催。 21活動啓発媒体作成、配布。 **富山中学校区** 富山中学校にて、喫煙防止教室を実施。 禁煙啓発ポスターと喫煙防止教室の取り組みについて富山公民館ロビーに展示。 **竜操中学校区** 財田小学校で、喫煙予防教室を実施。 竜操中学校区、財田・竜之口・幡多小学校区でウォーキング大会を開催。 竜操中学校文化祭で21PRを実施（パネル展）。 こころの健康講座を開催。 **高島中学校区** 高島ふれあいウォーキングを実施。 親子向けにせっけん作り体験会を開催。 公民館で、けんこう啓発パネル展を開催。計測コーナーを設置、21PRを実施。 「龍ノ口山に登ろう」ウォーキングを開催（雨天中止）。 **操南中学校区** 操南ええとこウォークを開催。 禁煙啓発ポスターを操南中学校文化祭、操南公民館に展示。	**操山中学校区** 操山公民館と共催で、こころの健康についての講演会を開催、併せて健康チェックを実施。 21活動啓発媒体作成、配布。 県立操山中学校文化祭で、「口の健康」をテーマに出展。 **竜操中学校区** 財田小学校で、喫煙予防教室を実施。 竜操中学校区、竜之口・財田小学校区でウォーキング大会を開催（財田小学校区は雨天中止）。 竜操中学校文化祭で21PRを実施（パネル展）。 こころの健康講座を開催。 城東高校文化祭で、アルコールの害と21についてPR **高島中学校区** 高島ふれあいウォーキングを実施。 親子向けにせっけん作り体験会を開催。 公民館で、けんこう啓発パネル展を開催。計測コーナーを設置、21PRを実施。 旭竜学区でウォーキング大会を開催。 **操南中学校区** 旭操・操南・操明小学校と操南中学校で、喫煙予防教室を実施。 操南ええとこウォークを開催。 操南公民館まつりで健康測定ブースを出展、21PRを実施。 禁煙啓発ポスターを操南中学校文化祭、操南公民館で展示。 **（新）操南小学校創立150周年の式典で21コーナーを出展。**
評価（すすんだこと）	・財田小学校で初めて喫煙予防教室を実施。 ・研修会は、昨年度に引き続きアルコールをテーマに開催。内科的な面からアルコールの影響について学習を深めることができた。高島小学校で実施している「アルコールに関する授業」の活動内容を紹介し、情報共有を実施。 ・ふれあいまつりは、来場者が増え、より多くの人に21の活動をPRすることができた。 ・活動報告会では、健康市民おかやま21（第2次）中間評価のまとめと今後の方向性についての講演を聴き、今後の中区の活動の方向性について考えることができた。	・喫煙予防教室は、昨年度実施したすべての小学校と中学校で継続して実施。 ・研修会では、健康増進法改定の内容、受動喫煙による害、加熱式たばこの現状などについて改めて学習し、喫煙予防教室の内容に反映し、発信することができた。 ・ふれあいまつりは、昨年度以上に来場者が増え、更に多くの人に21の活動をPRすることができた。 ・活動報告会では、フレイル予防の講演を聴き、今後の活動の参考にすることができた。	・操南中学校で喫煙予防教室、富山中学校で喫煙防止教室を実施。感染予防対策のため、21推進メンバーは参加できなかったが、教職員が喫煙予防教室を実施した学校もあった。 ・ふれあいまつりは中止となったが、ふれあいセンターで実施されたENJOY月間に併せて中学生による禁煙啓発ポスター展を開催。 ・活動報告会では、感染症対策や地域での活動の進め方について学習し、今後の活動について考える機会とした。	・富山中学校で喫煙防止教室は実施。他校での喫煙予防教室、高島小学校のアルコールに関する授業は中止となった。 ・研修会は規模を縮小し、21推進メンバーのみで開催。昨年度学習した歯とたばこの影響に関連した講話を聴くことで、さらに知識を深めることができた。また、操南中学校の喫煙予防教室と富山中学校の喫煙防止教室のデモンストレーションを実施。未実施地区の21推進メンバーも具体的に教室の内容や活動をイメージすることができた。 ・活動報告会は、紙面開催とし、各中学校区や組織の活動を共有。 ・おかやま健康づくりアワード2021（地域部門）を受賞、活動が制限される中、自分たちの活動の意義を改めて感じることができる機会となった。	・財田小学校で喫煙防止教室、高島小学校でアルコールに関する授業を再開。 ・操南中学校区（3小学校、1中学校）の喫煙予防教室は中止となったが、操南小学校の学校保健委員会から21推進メンバーに出席依頼があった。学校保健委員会でPTAに向けて21をPRすることができた。 ・ふれあいまつりが3年ぶりに開催され、21ブースを出展。200人以上の来場者があり、若い世代に21の活動をPRすることができた。 ・研修会では、高齢者のこころの健康をテーマに認知症の基礎知識や対応方法を学び、社会参加の大切さや21推進メンバーの地域での役割について考える機会となった。 ・活動報告会では、組織関係図を作成した感想や気づきを共有し、今後の活動の方向性を話し合うことができた。	・操南中学校区（3小学校、中学校）で喫煙予防教室、城東高校文化祭で21のPR活動を再開。 ・ふれあいまつりでは、口の健康コーナーを再開。多くの親子連れや若い世代が立ち寄ってくれ、フッ素洗口を体験してもらうことができた。 ・研修会では、こころの健康をテーマに講演会を開催。21推進メンバーとして、うつ病などをもつ人にどのように関ることができるか、地域で何ができるか等を考える機会となった。 ・活動ニュースをカラーで作成。写真を多く掲載したことで、各中学校区と組織の活動をより生き生きと伝えることができた。 ・事例集とリーフレット作成を通して、第2次の11年間の活動を振り返ることで、活動のきっかけや意義を再確認するよい機会になった。

健康市民おかやま21（第２次）推進年表　　地域（東区地域）

	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	こころ・歯	運動	運動	運動・食事	運動・食事
推進体制や連携の広がり・活動内容	東区地域推進委員会 メンバー交代 会議4回 西大寺ふれあいセンターまつり（バージョンアップ！） 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 西大寺ニコニコウォーク	会議4回 西大寺ふれあいセンターまつり 東区民体育大会でOKAYAMA！市民体操（New！） 西大寺ニコニコウォーク	東区地域推進会議 地域保健推進会議で21活動報告 会議4回（内1回　地域ボランティアのみで開催） 西大寺ふれあいセンターまつり 東区民体育大会でOKAYAMA！市民体操 全中学校区でのええとこ発見図の作成（New！） 西大寺ニコニコウォーク	会議3回 組織体制の検討 西大寺ふれあいセンターまつり 太伯なでしこ連による全市イベントでの市民体操 東区役所電子掲示板・広報誌・レディオMOMOでええとこ発見図等のPR（New！） 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（New！）	新体制でスタート 会議3回 西大寺ふれあいセンター夏まつり 西大寺マラソンで市民体操（New） 広報誌で市民体操のPR 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 西大寺ふれあいウォーキング
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）：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） 古都学区運動会 芥子山学区運動会	地域ふれあいウォーキング（旭東） 古都学区運動会 芥子山学区運動会	「旭東健康21」発足に向けた準備会 芥子山学区民大運動会、芥子山学区敬老会、古都学区民大運動会、地域ふれあいウォーキング大会、ええとこウォーキング、旭東公民館	新 旭東健康21（3回） 体操：古都・芥子山学区運動会、芥子山学区敬老会、旭東ふれあいウォーキング、健康づくり教室 ウォーキング：旭東ふれあいウォーキング イベント：健康づくり教室（食育SAT・減塩クイズ・減塩味噌汁体験）、旭東公民館文化祭（減塩クイズ）
上南	上南公民館まつり	上南公民館まつり	政田学区愛育・老人クラブ夏休み中に小学生と市民体操（New） 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（1回） 体操：夏休みに小学生と体操（2会場）、ウォーキング大会、敬老会 ウォーキング：政田ええとこ健康ウォーク イベント：健康に関する講演会 上南公民館まつり	政田学区健康市民おかやま21協議会（1回） 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会 イベント：政田健康づくり講演会「塩分少なめで健康寿命を延ばそう！」 上南公民館まつり
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 西大寺学区防災訓練 福祉交流プラザまつり雄神2013	西大寺ごふくまつりの参加へ変更（New！） 福祉交流プラザまつり雄神	西大寺学区防災キャンプにて体操（New！） 西大寺ごふくまつり プラザまつり雄神2015	新 西大寺中学校区健康21推進協議会（2回） 西大寺学区健康21推進協議会／西大寺南学区健康21推進協議会／雄神学区健康21推進協議会／豊学区健康21推進協議会 体操：運動会（西大寺）、敬老会（西大寺・西大寺南・豊）、防災キャンプ、西大寺保・幼・中・高、金岡保 ウォーキング：ウォーキング（西大寺南・豊）、ええとこ発見健康ウォーキング イベント：ごふくまつり、プラザまつり雄神、豊ふれあいまつり	西大寺中学校区健康21推進協議会（3回） 西大寺学区健康21推進協議会／西大寺南学区健康21推進協議会／雄神学区健康21推進協議会／豊学区健康21推進協議会 体操：運動会、敬老会、保育園・幼稚園、学童、リーダー養成講習会、会陽の里まつり、旭川荘環境福祉フェア ウォーキング：ウォーキング（西大寺・西大寺南・雄神・豊）、ええとこ発見健康ウォーキング イベント：ごふくまつり、プラザまつり雄神、雄神夏まつり、豊ふれあいまつり
山南	山南健康まつり まつりの実行委員会あり	山南健康まつり	山南健康まつり	「山南健康を守る会」発足に向けた準備会 山南健康まつり、太伯学区敬老会、山南子育てネットワーク交流会、ふる里まち歩き、太伯なでしこ連によるOKAYAMA！市民体操	新 山南健康を守る会（4回） 体操：山南子育てネットワーク交流会、太伯なでしこ連による体操普及 ウォーキング：ふる里まち歩き～太伯編～ イベント：山南健康まつり、朝日パンプキンまつり、幸島コミュニティまつり
上道	新 すこやか上道推進委員会 はばたけ！上道健康フェスタ2013 小鳥の森ウォークラリー	はばたけ！上道健康フェスタ2014 小鳥の森ウォークラリー	小鳥の森ウォークラリー	すこやか上道推進委員会（6回） 体操：上道ええとこウォーキング、はばたけ！上道健康フェスタ ウォーキング：上道ええとこウォーキング、新庄山ハイキング イベント：はばたけ！上道健康フェスタ	すこやか上道推進委員会（5回） 体操：上道ええとこウォーキング、はばたけ！上道健康フェスタ ウォーキング：上道ええとこウォーキング、新庄山ハイキング イベント：はばたけ！上道健康フェスタ（食育SATシステムを使ったワークショップ）
瀬戸	瀬戸中学校区 ふれあい広場元気か～い 健康教室 waiwaiカフェ♪クリスマス会	瀬戸中学校区 ふれあい広場元気か～い せと健康塾（New！） 健康教室	瀬戸中学校区 せと健康塾 健康教室 万富健康ウォークへの協力継続	「千種学区健康21推進協議会」発足に向けた準備会 万富ウォーク、千種ももまつり（New！） 瀬戸ええとこ健康ウォーキング 玉手箱ウォーキング 生徒と住民のふれあいまつり 健康教室 せと健康塾	新 千種学区健康21推進協議会（3回） イベント：千種健康まつり、千種ももまつり 「江西学区健康21推進協議会」発足に向けた準備会 → 新 江西学区健康21推進協議会（1回） イベント：研修会（講演と体操） 万富ウォーキング 玉手箱ウォーキング 生徒と住民のふれあいまつり 健康教室
評価（すすんだこと）	東区全体で行う活動だけではなく、各中学校区での活動へ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かけづくりが必要。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むことが必要である。	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1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会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　　地域（東区地域）

分野別テーマ	6年目(H30年度)	7年目(H31・R元年度)	8年目(R2年度)	9年目(R3年度)	10年目(R4年度)	11年目(R5年度)
	運動・食事	運動・食事・たばこ・こころ	運動・食事・たばこ・こころ	運動・食事・たばこ・こころ	運動・食事・たばこ・こころ	運動・食事・たばこ・こころ
推進体制や連携の広がり・活動内容	東区地域推進会議（会議3回）New 健康市民おかやま21東区地域交流会 西大寺ふれあいセンター夏まつり(台風のため中止) 市民体操実施：おかやま西大寺マラソン・東区民体育大会・ 西大寺ファンタジー点灯式 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 西大寺ふれあいウォーキング	東区地域推進会議（会議2回）他区と たばこ 健康市民おかやま21東区地域交流会 西大寺ふれあいセンター夏まつり 市民体操実施：東区民体育大会 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 開成小学校区が交流会・会議に参加 New 西大寺ふれあいウォーキング	東区地域推進会議 New！ 集まらなくてもできる活動を継続！ 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 	東区地域推進会議 書面開催 1回 集まらなくてもできる活動を継 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 	東区地域推進会議（会議2回） Webでの情報発信 New ええとこ発見図設置 New 新たな企業連携、学区を超えての地域21活動 各地域で組織関係図、事例集の作成 健康市民おかやま21東区地域交流会 西大寺ふれあいセンターにてパネル展示	東区地域推進会議（会議2回） Webでの情報発信 ええとこ発見図設置 各地域で専門職団体との連携 New 新たな普及啓発媒体の作成・啓発活動 New 各地域で事例集、リーフレットの作成 新たな企業連携、学区を超えての地域21活動 西大寺ふれあいセンターにてパネル展示
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区） 旭東	旭東健康21（3回） 体操：古都・芥子山学区運動会、芥子山学区敬老会、旭東ふれあいウォーキング、健康づくり教室 ウォーキング：旭東ふれあいウォーキング イベント：健康づくり教室(血管年齢測定・血圧測定・減塩クイズ・)、旭東公民館文化祭(減塩クイズ)、芥子山盆踊り大会	旭東健康21（3回） 体操：古都・芥子山学区運動会 ウォーキング：旭東ふれあいウォーキング、健康づくり教室 ウォーキング：旭東ふれあいウォーキング イベント：健康づくり教室(フレイル、オーラルフレイル)、旭東公民館文化祭(たばこの害)	旭東健康21（役員会3回） 体操：メンバーにアンケートを実施し、旭東健康21だよりを作成。内容は、コロナ禍でも自宅で一人でできるフレイル予防体操や市民体操の紹介。 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止	旭東健康21（役員会3回） 体操：健康づくり教室 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：健康づくり教室(フレイル予防) 旭東健康21だより(第２号)発行	旭東健康21（役員会1回 定例会2回） 体操：健幸講座、定例会、ウォーキング大会 ウォーキング：地域ふれあいウォーキング大会(古都学区) イベント：健幸講座(心の健康) 旭東健康21だより(第３号)発行	旭東健康21（役員会2回 定例会2回） 体操：健康講座、定例会、地域ふれあいウォーキング大会 ウォーキング：地域ふれあいウォーキング大会(可知学区) イベント：健幸講座（笑い） 旭東健康21だより(第４号)発行
上南	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会 上南公民館まつり	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会　感染予防対策を検討のうえ中止	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会　感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：政田学区市民公開講座「知っておきたい乳がんの基礎知識」実施 New 1回 ヘルスタウンかいせい21 その他：組織の立ち上げ	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会 ヘルスタウンかいせい21（役員会2回） その他：具体的な取り組みについて検討するも感染予防対策検討のうえ中止	政田学区健康市民おかやま21協議会 体操：夏休みふれあいラジオ体操＆市民体操（3会場）、敬老会 イベント：上南公民館まつり(健康づくりコーナー) ヘルスタウンかいせい21（役員会1回） イベント：小学校の新1年生を対象に歯ブラシを配布 推進委員メンバーを対象とした「歯科の健康教育」を実施 上南公民館まつり(健康づくりコーナー)
西大寺	西大寺中学校区健康21推進協議会（3回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：運動会（西大寺、西大寺南）、敬老会（西大寺・西大寺南・豊）、西大寺保・幼・中・高、金岡保、学童（西大寺・雄神） ウォーキング：西大寺中学校区、西大寺・西大寺南・豊 イベント：ごふくまつり、プラザまつり雄神、豊ふれあいまつりなど	西大寺中学校区健康21推進協議会（2回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：運動会（西大寺）、敬老会（西大寺・西大寺南・豊）、防災キャンプ、西大寺保・幼・中・高、金岡保 ウォーキング：ええとこ発見健康ウォーキング～西大寺編～ イベント：ごふくまつり、プラザまつり雄神、豊ふれあいまつり	西大寺中学校区健康21推進協議会（役員会1回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：感染予防対策を検討のうえ中止 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 たばこ：推進員、住民の声を取り入れたパネルを作成	西大寺中学校区健康21推進協議会（役員会1回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：感染予防対策を検討のうえ中止 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 その他：フレイル予防をテーマにした西大寺便りを発行	西大寺中学校区健康21推進協議会（役員会2回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：敬老会（豊）、西大寺保・幼・中・高、豊ウォーキング ウォーキング：豊ウォーキング イベント：ごふくまつり、プラザまつり雄神	西大寺中学校区健康21推進協議会（役員会2回 協議会1回） 西大寺学区健康21推進協議会　西大寺南学区健康21推進協議会 雄神学区健康21推進協議会　豊学区健康21推進協議会 体操：敬老会（西大寺、豊）、運動会（西大寺）、西大寺幼、豊ウォーキング、親子健康ウォーキング（西大寺）、 ウォーキング：豊ウォーキング イベント：プラザまつり雄神、西大寺南夏祭り・文化祭
山南	山南健康を守る会（6回） 体操：山南子育てネットワーク交流会、太伯なでしこ連による体操普及 ふる里まち歩き～朝日編～ ウォーキング：ふる里まち歩き～朝日編～ イベント：山南健康まつり、朝日パンプキンまつり、幸島コミュニティまつり	山南健康を守る会（6回） 体操：山南子育てネットワーク交流会、太伯なでしこ連による体操普及 ふる里まち歩き～大宮編～ ウォーキング：ふる里まち歩き～大宮編～ イベント：山南健康まつり、朝日パンプキンまつり、幸島コミュニティまつり、大宮ほたるまつり	山南健康を守る会（3回） 体操：「山南健康まつり号外」チラシを作成。フレイル予防の内容を掲載 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 歯と口の健康：「山南健康まつり号外」チラシを作成。オーラルフレイル予防の内容を掲載 子ども用の紙芝居を作成	山南健康を守る会（3回） 体操：ふるさとまち歩き～幸島編～ ウォーキング：ふるさとまち歩き～幸島編～ イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 歯と口の健康：「山南健康まつり号外 第２弾」チラシを作成（歯周病、オーラルフレイル予防について掲載）。昨年度作成した子ども用の紙芝居を地域で実際に披露した。	山南健康を守る会（5回） 体操：ふるさとまち歩き～太伯編～ ウォーキング：ふるさとまち歩き～太伯編～ イベント：感染予防対策を検討のうえ中止。 運動：定例会で運動指導士を迎えストレッチと歩き方指導を実践。 歯と口の健康：2020 年度作成した虫歯予防の紙芝居を活用して東区内のおやこクラブで普及啓発。その活動が健やか親子21「8020 の里賞」優秀賞を受賞した。	山南健康を守る会（定例会4回 役員会3回） 体操：ふるさとまち歩き実施前に準備体操とし ウォーキング：ふるさとまち歩き～朝日編～ イベント：山南健康講座～いつまでも元気で歩ける身体づくりを～ 運動：むし歯予防の紙芝居を使って、学区を超えた親子に歯の健康の普及活動を実施。 健康講座の開催に向け、2.3ヶ月に1回定例会を実施
上道	すこやか上道推進委員会（5回） 体操：上道ええとこウォーキング、はばたけ！上道健康フェスタ ウォーキング：上道ええとこウォーキング イベント：はばたけ！上道健康フェスタ（食育SATシステムを使ったワークショップ）	すこやか上道推進委員会（5回） 体操：上道ええとこウォーキング、はばたけ！上道健康フェスタ ウォーキング：上道ええとこウォーキング イベント：はばたけ！上道健康フェスタ（食育SATシステムを使ったワークショップ）	すこやか上道推進委員会（3回） 体操：感染予防対策を検討のうえ中止 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 その他：健康に関する情報や地域の中で集える場所についてまとめて掲載した「すこやか上道通信」を作成。	すこやか上道推進委員会（3回） 体操：感染予防対策を検討のうえ中止 ウォーキング：感染予防対策を検討のうえ中止 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 その他：フレイルについての情報や、各学区の活動についてまとめて掲載した「すこやか上道通信No2」を作成。	すこやか上道推進委員会（定例会6回 役員会6回） 体操：上道ええとこウォーキング ウォーキング：上道ええとこウォーキング 歯と口の健康：岡山市内歯科医師会連合会の歯科医師を講師に招き、「歯とお口の健康の話」について研修会を実施。	すこやか上道推進委員会（定例会5回 役員会4回） 体操：エコ・健康イベント「歩く・遊ぶ・そしてカレー」 ウォーキング：エコ・健康イベント「歩く・遊ぶ・そしてカレー」 イベント：5学区すべてのまつりで、21 啓発ブースを設置。歯・お口の健康の啓発や、21 の活動紹介を実施。
瀬戸	千種学区健康21推進協議会（4回） イベント：千種健康まつり、千種21健康ウォーキング 江西学区健康21推進協議会（2回） イベント：江西学区ふれあい祭り、玉手箱ウォーキング、 万富ウォーキング　千種ももまつり　健康教室	千種学区健康21推進協議会（3回） イベント：千種健康まつり。 江西学区健康21推進協議会（2回） イベント 体操：江西学区ふれあい祭り、玉手箱ウォーキング	千種学区健康21推進協議会（2回） 体操：万富ウォーキングにて実施 ウォーキング：万富ウォーキングに参加し、運動に関する情報提供も併せて行った。 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止 その他：健康に関するちらしを 21 メンバーで作成し、回覧をした。 江西学区健康21推進協議会 イベント：玉手箱ウォーキング	千種学区健康21推進協議会 イベント：感染予防対策を検討のうえ中止。 体操：万富ウォーキングにて実施。 ウォーキング：万富ウォーキングに参加し、「歯・口腔の健康」に関する情報提供も併せて行った。 その他：「歯・口腔の健康」に関する情報誌を、メンバーで作成し、全戸配布した。 江西学区健康21推進協議会 イベント：玉手箱ウォーキング（協議会1回 役員会2回）	千種学区健康21推進協議会 イベント：千種健康まつり、千種21健康ウォーキング（協議会2回 役員会2回） 江西学区健康21推進協議会 体操：玉手箱ウォーキング ウォーキング：玉手箱ウォーキング（2回 役員会5回） イベント：江西学区ふれあい祭り	千種学区健康21推進協議会（協議会3回 役員会3回） イベント：千種健康まつり、千種21健康ウォーキング 江西学区健康21推進協議会 体操：玉手箱ウォーキング ウォーキング：玉手箱ウォーキング（2回 協議会2回 役員会2回） イベント：江西学区ふれあい祭り
評価（すすんだこと）	東区地域交流会を初めて実施した。各地域の代表者が集い、医師による講話(21（第２次）中間評価の要点・データからみえてくる東区の健康状況）や各地域の活動紹介を行った。東区全体で学びを深めることができ、また、活動状況を共有することでお互いの活動の活性化につながった。	東区地域交流会で、他区の活動発表からアウトリーチ型の取り組みや主体的に活動されている様子を知り、地区の健康課題に応じた主体的な取り組みの必要性を認識することができた。 未組織であった開成小学校区が初めて、地域交流会と東区推進会議に参加し、組織立ち上げに向け前進した。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、多くのイベントが中止となった。集まらなくてもできる活動を東区、各学区で検討し、健康情報誌やパネルの発行・作成を行うことができた。健康課題をどのように伝えたいか、推進委員が検討を重ね、イベント以外で、個人・家庭で行える健康情報を提供できたことは、新しい21推進活動へと発展できた。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、多くのイベントが中止となったが、感染対策を講じながら、各小・中学校区ごとで工夫を凝らし、地域に根差した健康づくり活動を推進することができた。健康課題は何か、どのように伝えるか、推進委員が検討を重ね、地域の意見を集約、学会を実施の上、健康情報リーフレットの作成、配布を継続。市民自ら作成した媒体（紙芝居）を使っての普及啓発も実施できた。また、21組織が自分たちで歯科医師、運動指導員などの専門家を招き、学習会を企画。介護、医療の情報を地域へとつなぐ役割へと発展。開成学区が今年度、運長や愛育委員等中心に学区組織が立ち上がり全中学校区単位での推進組織がき組織体制整備された。	東区全域に地域21組織が立ち上がり、小中学校区単位での活動推進体制が整備できた。新たに企業や関係機関との連携が進み、学区を超えた健康づくり活動を実施した。21組織ごとの組織関係図の作成を通じて、今後の活動展開のイメージが図られた。東区地域交流会にて事例集等を用いた活動の情報共有と、今後の活動を見据え、地域と組織のさらなる連携と、子どもの時期からの健康づくりに関する方向性について話し合い、東区推進会議でも共有を図った。21活動の様子を東区インスタグラム、西大寺小電子町内会、市民のひろばおかやま区民のページで発信し、広報活動も広がった。今後はWeb活用を含めた健康ボランティア活動の情報発信により、基盤整備を推進していく。	昨年度の交流会、東区推進会議において共有した「地域と専門職団体との連携」「子どもの頃からの健康づくりに視点をおいた取り組み」の実現が広がりつつある状況。今年度は、各地域のイベントにおいて歯科医師会、栄養士会、薬剤師会（予定）との連携、子どもの頃から健康づくりに参画できる工夫を凝らした取り組みが実施された。21活動の様子を東区役所公式インスタグラム、電子町内会等で発信し、Web活用した広報活動も継続。 今後は、作成した事例集、リーフレットを積極的に活用し新たな仲間づくりを含めたさらなるつながりを目指していく。

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（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 企業への普及	ええとこ発見図の活用 職域への働きかけ	かるうま 企業との連携
推進体制や連携の広がり・活動内容	健康おかやま西21推進委員会 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 岡山県栄養士会岡山市支部が参加協力 講演会、活動発表 OKAYAMA！市民体操の普及開始	OKAYAMA！市民体操研修会を実施	企業連携 H28.3月　会長交代 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 OKAYAMA!市民体操の普及 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）	丈夫で長生き”せのお・みしま” 3世代ウォーキング大会 さくら祭り、健康講座3回 ほっと一息コーヒータイム（男性のための講座） すこやか福田 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 健康こうじょ21推進会 むし歯予防紙芝居 ふれあい健康こうじょ3回 ウォーキング3回 健康まつりinこうじょ ふじた健康21推進委員会 21健康講座1回 夕焼けウオーク 公民館文化祭でパネル展示 灘崎中学校区21推進会 会議4回 こころの講演会 歯の健康講座1回 彦崎学区夏祭り ひこさき健康21	定例会で市民体操実施 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 公民館ちょこっと体操スタート（OKAYAMA！市民体操） 「藤田とタバコ」と「藤田の歯の健康」のパネル作成 H27.9月　立ち上がる なのはな会から引き継ぐ	他団体と連携して、ええとこ発見図を作成 安全安心ネットワーク健康づくり部会に属する 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、公民館講座主催、歩こう会主催 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） 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 自殺予防対策月間PR 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 歯の健康講座 OKAYAMA！市民体操	ええとこ発見図を活用した三世代ウォーキング・健康ウォーキング ええとこ発見！すこやかウォーク、公民館共催講座（食育SAT等）、三世代キラリ交流会参加、OKAYAMA!市民体操普及 ウォーキング4回（ええとこ発見図の活用3回） むし歯予防大型紙芝居（4保育園） 10周年 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 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力チェック	ええとこ発見図を活用した三世代ウォーキング・健康ウォーキング ・福田学区健康づくり推進協議会が立ち上がる・すこやかウォークでノルディックを取り入れる＊その他、昨年同様 ウォーキング2回（ええとこ発見図の活用3回） むし歯予防大型紙芝居（4保育園） 健康講座 かるうま ノルディック 食育SATの活用 ダイヤ工業との連携 食育SATの活用
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!市民体操の普及啓発が進んだ。	・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組が増えた。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”は全学区でで実施できた。 ・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　　地域（ 南区西地域 ）

	6年目(H30年度)	7年目(H31・R元年度)	8年目(R2年度)	9年目(R3年度)	10年目(R4年度)	11年目(R5年度)
分野別テーマ	かるうま減塩の普及 企業との連携 「社会参加」を意識した取り組みを開始	「運動」「栄養」「社会参加」 企業との連携・フレイル予防	「運動」「栄養」「社会参加」 企業との連携・フレイル予防	「運動」「栄養」「社会参加」 企業との連携・フレイル予防	「運動」「栄養」「社会参加」 企業との連携・フレイル予防	「運動」「栄養」「社会参加」 企業との連携・フレイル予防
推進体制や連携の広がり・活動内容	**健康おかやま西21推進委員会** OKAYAMA！市民体操普及啓発 かるうま減塩普及啓発 ロコステフェスティバルへの出展 企業の社員に、食育SATを活用した研修を実施 医師会・薬剤師会が打合せに参加 **西ふれあいまつり「健康学びの森」**	フレイル予防研修会の開催・地区課題の共有 愛育・栄養がメンバー入り介護予防センター・社協がオブザーバーとして参加 企業がメンバー入り（2社目） ノルディック・ウォークコラボ企画の実施 地元企業に出向き、企業見学を含めたノルディック・ウォーク研修会を開催 せのお病院の協力打合せに参加	コロナ禍でも活動継続できる方法を情報交換 企業での食育SAT体験の結果から見えた健康課題を共有 コロナ禍のため、中止 手洗いチェックも同時開催 企業の社員に、食育SATを活用した研修実施とアンケート分析 **「健康学びの森」地域開催 福田中学校区で実施**	**「健康学びの森」地域開催 妹尾・灘崎中学校区で実施**	「桃太郎のまち健康推進応援団」と協力し、新たな企業と連携を図った ロコステフェスティバルへの出展 企業と連携し、こころの健康づくり(健康教育＋こけ玉づくり)について取り組みを開始 **「健康学びの森」地域開催 興除・藤田中学校区で実施**	岡山県主催「おかやま健康づくりアワード2023」地域部門で受賞！！ ◆OKAYAMA！市民体操の実施 ◆展示ブースを出展。お口の機能チェック、大腸がんクイズラリー、ええとこ発見図紹介等を実施 **「健康学びの森」地域開催 福田・興除中学校区で実施**
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）	**丈夫で長生き”せのお・みしま”** 健康講座年3回 H19年度～　三世代ウォーキング **すこやか福田** ええとこ発見！すこやかウォーク、すこやか通信 ３世代キラリ交流会でのウォーキング、 OKAYAMA！市民体操普及、公民館共催講座 **健康こうじょ21** ウォーキング大会 むし歯予防紙芝居（4保育園） 健康講座共催　年2回 お米フェスティバル参加、公民館に21コーナー設置 **ふじた健康21推進委員会** 夕焼けウォーク、健康講座　年2回 まつりで3保育園とOKAYAMA！市民体操、藤田ええとこ発見ウォーク2回開催 **灘崎中学校区21推進会** こころの講演会 **ひこさき健康21**	ダイヤ工業(株)と企業連携して実施 すこやか福田主催「健康講座」、あっ晴れ！もも太郎体操スタート 東区21交流会で活動発表 健康まつりinこうじょ復活 夕焼けウォーク、健康講座　年3回 まつりで3保育園とOKAYAMA！市民体操、 中学校で交流事業　年2回 （ええとこ発見図について、減塩について）	(株)コンケンへ企業見学とウォーキング 健康講座年1回 ノルディック・ウォーク年3回実施 「健康学びの森」の地域展開に向け、モデル地区として初開催！ コロナ禍のため3世代キラリは中止 健康こうじょ21　活動紹介のためのパンフレット作成 コロナ禍のため むし歯予防紙芝居は中止 アンケート実施 健康講座年2回 コロナのため夕焼けウォークは中止 藤田ええとこ発見ウォーク3回	妹尾健康学びの森　実施 ノルディック・ウォーク年2回実施 コロナ禍のため3世代キラリは中止しかし、すこやかウォーク、通信の発行、健康講座、あっ晴れ！もも太郎体操は継続実施 オーラルフレイルの活動着手開始 健康講座年1 回 オーラルフレイル予防について新たに課題として取り組む なださき健康学びの森　実施 ウォーキング年3回　健康講座　年1回	ダイヤエ業(株)へ企業見学と健康チェックテスト実施 健康講座年2回 ４年ぶりに男性限定！ホット一息おいしいコーヒータイム復活！ コロナ禍のため3世代キラリは中止しかし、すこやかウォーク、通信の発行、健康講座、あっ晴れ！もも太郎体操は継続実施 むし歯予防紙芝居(4保育園)、お米フェスティバル　再開 興除健康学びの森　実施 ふじた健康学びの森　実施 コロナのため夕焼けウォークは中止 文化まつりでダイヤエ業(株)と運動テスト実施 R4年度　灘崎中学校区21推進会の所属団体として整理	健康講座　年2回 ノルディック・ウォーク、運動機能ちょこっとテスト　年4回実施 第2回「健康学びの森」実施 ええとこ発見！すこやかウォーク、すこやか通信、3世代キラリ交流会でのウォーキング、OKAYAMA！市民体操普及、公民館共催講座 地区ウォーキング大会　年3回実施（主催） 健康講座　年2回実施（共催） 第2回　興除健康学びの森　実施 健康講座　年2回実施、どんぶらこまつり出展 夕焼けウォーク　4年ぶりに再開！ 文化まつりでダイヤエ業(株)と運動テスト実施
評価（すすんだこと）	・健康おかやま西21推進委員会の活動をまとめたリーフレットができた。 ・職域との連携として、企業の職員に食育SATを活用した研修会を実施した。 ・藤田中学校区のウォーキングの回数が増えた。	・フレイル予防研修会を実施し、活動を実践する地区がでてきた。 ・新たな地元企業とつながり、ノルディック・ウォーク研修会ができた。 ・全学区、企業と連携してノルディック・ウォークが開催できた。	・コロナ禍での継続した活動展開を定例会で情報交換し、各地区の活動をすすめていくことができた。 ・全地区で企業連携を行った。また、新たな企業とのコラボは2地区開催できた。 ・企業への食育SAT体験時の結果をもとに、若い世代の食事に関する課題を抽出。西21定例会で共有した。	・コロナ禍であっても、感染対策を実施したうえで各地区で活動を展開することができた。 ・健康学びの森は、ふれあいセンターで実施していたが、昨年度は福田中学校区、今年度は妹尾および灘崎中学校区で実施。西地域全体に広がりつつある。	・健康学びの森を、藤田および興除中学校区で開催し、西地域のすべての中学校区で開催したことになった。令和5年度以降の開催地区や内容について、定例会で協議することもできた。 ・中間評価以降の5年間の活動を振り返り、西21の活動をより広めるためにリーフレットを作成した。令和5年4月から積極的に活用し、地域に21について知ってもらう機会を増やした。	・岡山県主催「おかやま健康づくりアワード2023」地域部門で受賞。 ・昨年度作成した西地域のリーフレットをイベント等で配布し活用した。 ・今年度、地域版リーフレットを作成するために、各中学校区から代表を選出し、実行委員会で検討しながら作成することができた。 ・事例集作成を通じて、各中学校区で約11年間の活動を振り返る良い機会となった。

健康市民おかやま 21（第２次）推進年表　　地域（ 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	**いきいき南グループ（役員会）（定例会） 年6回** 第2次の計画や活動内容について協議。 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。 **さわやか健康ひろば 1867名が参加** 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。	**いきいき南グループ（役員会）5回（定例会） 年5回** 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。 ホームページ：随時更新中！ **さわやか健康ひろば1373名が参加** 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	**いきいき南グループ（役員会）3回（定例会） 年7回** 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。 ホームページ：随時更新中！ **さわやか健康ひろば1033名が参加** 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。	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作製 ・さわやか健康広場実施（H28.7月） →若い世代への普及啓発を目指し、南ふれあい夏祭りと同時開催。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。 **さわやか健康ひろば1200名が参加** 健康寿命延伸ポスター 	いきいき南グループ ・役員会5回、定例会6回 ・「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。 ・南地区医療・介護有志の会が新メンバーとして加わった。 **さわやか健康ひろば332名が参加** ・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。
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区）	**芳泉中** 芳泉地区で実行委員会方式でウォーキング大会 浦安学区で実行委員会方式でウォーキング大会 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 **「すこやかな子どもを育てる会」** 浦安小学校でフッ素洗口 **芳田中** 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 芳田学区ウォーキング大会　主催：芳田愛育委員会 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 **福南中** 福島地区ウォーキング大会 南輝地区内のウォーキング大会　主催：町内会 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 **福浜中** **「ひらふく健康21」**　ウォーキング大会、健康教育 福浜学区内でウォーキング大会 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 福浜小学校区健康づくり教室　共催：福浜愛育委員会 **光南台中** **「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 **管　内** 運動普及講座生OB会**「にこにこストレッチ」**	OKAYAMA！市民体操の普及開始：63回、延2833人（全地区） 小串小学校でフッ素洗口開始	OKAYAMA！市民体操の普及：57回、延2540人（全地区）	平成28年度は雨天で中止 OKAYAMA！市民体操の普及：62回、延3395人（全地区） ええとこ発見図を学用ウォーキング会を各地区で実施 活用大会	
評価（すすんだこと）	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。 ホームページの運営。健康に関する情報を発信。 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。 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。	・むし歯予防のパンフレット（こども版）の改定を行った。 ・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。 ・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。 ・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。 ・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。	・ええとこ発見図が全学区ででき、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。 ・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。 ・さわやか健康広場では、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。	・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。 ・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） ・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作製に取り組んだ。 ・さわやか健康広場では、ふれあい公社夏祭りと同時開催とし、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。	・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。 ・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。 ・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。

健康市民おかやま 21（第 2 次）推進年表　　地域（ 南区南地域 ）

	6年目(H30年度)	7年目(H31・R元年度)	8年目(R2年度)	9年目(R3年度)	10年目(R4年度)	11年目(R5年度)
分野別テーマ	「こころ」「健診を受けましょう」「歯」「運動」「食生活」	「三方よし（自分よし！仲間よし！地域よし！）～社会参加のための情報発信～」	「三方よし(自分よし！仲間よし！地域よし！)～フレイル予防のために社会参加しよう！～」	「三方よし(自分よし！仲間よし！地域よし！)～フレイル予防のために社会参加しよう！～」	「三方よし(自分よし！仲間よし！地域よし！)～フレイル予防のためにつながりを大切にしよう！（アフターコロナを見据えて）～」	「フレイル予防のためにつながりを大切にしよう！ ～三方よし(自分よし！仲間よし！地域よし！)～」
推進体制や連携の広がり・活動内容	いきいき南グループ ・役員会6回、定例会6回 ・「21活動を地域で推進しよう」をテーマに中学校区で話し合い、団結力が強まりました。 ・さわやか健康ひろばに新たに地域ボランティアグループや福祉法人が参加して、つながりが広がりました。 さわやか健康ひろばに285名参加 ・「こころの健康コーナー」「足圧バランス測定」を新設したところ、大変好評でした。 	いきいき南グループ グループワーク、勉強会の実施 さわやか健康ひろば開催 「情報かわら版」と カレンダーアプリ「Time Tree」の活用 健康づくりアワード受賞	いきいき南グループでフレイルの学習 コロナ渦でさわやか健康ひろば中止 ★情報誌を作成し、地域に健康情報を届けました。 	さわやか健康ひろばの開催 講演会・パネル展 	さわやか健康ひろばの開催 （講演会・イベント） 西21と推進連携企業との情報交換会 地域活動報告会 各団体の活動のまとめの発表と活動紹介を実施しました。	第3次（令和6年度）に向けた体制整備 第3次からの会則を検討しました。 ★カレンダーアプリも一体化したホームページにリニューアルしました。 さわやか健康ひろばの開催 桃太郎のまち健康推進応援団の登録企業と連携して体力チェックコーナーを新設しました。 地域版リーフレット作成実行委員会
推進体制や連携の広がり・活動内容（各地区） 芳泉中	芳泉学区ウォーキング大会（実行委員会）		コロナ禍のため中止		雨天中止	芳泉学区ウォーキング大会
	浦安学区ウォーキング大会（実行委員会）		コロナ禍のため中止		浦安学区ウォーキング大会	
	芳泉中学校区健康づくり教室　主催：南保健センター・南公民館			コロナ禍のため中止	芳泉中学校区健康づくり教室	
	「すこやかな子どもを育てる会」		コロナ禍のため中止	喫煙予防企画の中止	「すこやかな子どもを育てる会」　いきいき南グループと喫煙予防新聞発行	
	浦安小学校でのフッ素洗口		コロナ禍のため中止		浦安小学校と検討、フッ素洗口中止	中止
芳田中	芳明学区サンデーウォーキング大会（芳明学区実行委員会）		コロナ禍のため中止			芳明学区サンデーウォーキング大会
	芳田学区ウォーキング大会（愛育委員会）		コロナ禍のため中止	芳田学区こいのぼり健康ウォーク		
	芳田中学校区健康づくり教室　主催：南保健センター・芳田公民館　共催：愛育委員会			コロナ禍のため中止	健康づくり教室　主催：保健センター　共催：愛育委員会・栄養改善協議会・公民館	
福南中	福島学区ウォーキング大会		コロナ禍のため中止	福島学区ウォーキング大会（社会福祉協議会・町内会・愛育委員会）		
	南輝学区ウォーキング大会（町内会）		コロナ禍のため中止			中止
	福南中学校区健康づくり教室　共催：南保健センター・岡南公民館		愛育委員会・栄養委員会も共催	「いきいき福南けんこう21」発足　教室中止	「いきいき福南けんこう21」　主催活動：健康づくり教室	
福浜中	「ひらふく健康21」　主催活動：ウォーキング大会、講演会		「ひらふく健康21」　イベント中止	規約作成　イベント中止	「ひらふく健康21」　主催活動：ウォーキング大会、講演会	
	福浜学区ウォーキング大会（町内会）		コロナ禍のため中止			中止
	福浜小学校区健康づくり教室　主催：愛育委員会・栄養改善協議会・社会福祉協議会					
光南台中	「光南台健康21の会」　主催活動：健康づくり教室2回・ウォーキング大会　共催活動：・公民館文化祭					
管　内	運動普及講座OB会「にこにこストレッチ」				「光南台健康21の会」　小串朝市での普及啓発活動	
評価（すすんだこと）	今年度より役員体制を強化し、新たに公民館、栄養改善協議会から代表者を選任した。役員会では充実した話し合いができ、定例会の活性化や、南地域の現状に即した活動を協議する事ができた。定例会の中では、各中学校区での21活動推進を目指した話し合いが行われ、今までの取り組みの振り返りと、これからの活動目標を決め、一丸となって地域での推進活動ができるような下地ができた。次年度へ向けた課題も見直され、単発的に終わらない、循環型の組織づくりに取り組む事ができている。	今年の目標として、住民が主体的に地域と関わりを持ち社会参加できるように、情報発信ツール「情報かわら版」とそれをネット配信する仕組みを作った。三世代交流ができる場を情報集約・発信し、メンバーが主体的に活動する中で、繋がりが広がっていく事も期待している。岡山県の健康づくりアワードを受賞し、これまでの功績が認められた。今後は、スタートした取り組みをしっかりと評価していく事で、メンバーが一丸となり、かつ主体的に地域で活動できるような工夫を継続していく。	コロナ渦で多くのイベントが中止になったが、「このような時こそ情報を届けよう」と情報誌を作成し、情報発信をすることができた。説明しながら配布することで、健康市民おかやま21やいきいき南グループの活動のPRにつながった。小・中学校区単位の健康づくり教室等は感染対策を実施しながら開催することができた。芳泉中学校区では喫煙予防教室の実施に向けた検討の動きが出てきた。	福南中学校区で21推進団体が発足した。新型コロナウイルスの影響が続く中、感染対策を実施しながら活動を継続することができている。 さわやか健康ひろばは講演会・パネル展と、コロナ禍でもできることを考え実施することができた。	感染対策を実施しながら、イベントや交流会、報告会などの活動を展開できた。専門職のミニ講話も引き続き実施し、今後も南地域の強みとして続けていく方針。 光南台健康21の会では、小串朝市での啓発や市内歯科医師会との地域連携が広がっている。芳泉中学校区では、コロナ禍で学校に入れないため、すこやかな子どもを育てる会が喫煙予防の啓発で新聞を作成し配布した。今後の展開も検討している。	コロナが5類に変更され、各地域で例年の活動を苦労しながら再開しており、さわやか健康ひろばもイベントとして拡大実施する。 第3次活動に向けて、会則やホームページを整備した。また、地域版リーフレットの作成を通じて、新規メンバーの募集や21推進団体の持続可能な組織体制、21推進団体が未組織の地域での活動についても話し合えた。