

北市民健康づくり 御津会議

発足時期 平成11年度

つなごうこころ 御津のきずな ~笑顔あふれる声のかけ愛・きづき愛~
~御津地域での健康への取り組み~



公民館祭り・健康ブース関連



ウォーキング大会関連



市民体操関連

御津会議メンバー

医師会 歯科医師会 薬剤師会 民生委員児童委員協議会 社会福祉協議会 教育研究会 連合町内会 体育協会 環境衛生協議会 愛育委員会 栄養改善協議会 老人クラブ連合会 ボランティア御津 おやこクラブ 婦人会 御津スポーツパーク 公民館 地域包括支援センター 保健センター

全世代が参加する、笑顔で・楽しく、
継続できる御津地域の活動を！

北市民健康づくり建部会議

~活動テーマ~

発足時期 平成14年度

『みんなであつなごう 健康と笑い声
心ふれあう 優しいまち建部』

☆建部町文化祭(健康づくり普及啓発イベント)

☆ええとご発見団ウォーク



☆園児健康づくり
ポスター展



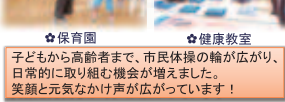
☆健康チェック



☆小地域健康教室



☆OKAYAMA! 市民体操



☆保育園

☆健康教室

子どもから高齢者まで、市民体操の輪が広がり、
日常的に取り組む機会が増えました。
笑顔と元気なかけ声が広がっています！

教室の計画から運営まで、すべてが住民主体の教室です。
建部中学校区 22 会場で実施しています。
(☆R4年度実績:実施回数 83回、参加延べ人数 1,546人)

~グループワークから~

「健康教室はどんな場所ですか?」
・地域の方と顔を合わせられる大切な場
・お互いの元気を確認し合える場
・楽しく集う、ふれあいの場
・なくてはならない場
・健康になれる場 など

~今後への想い~

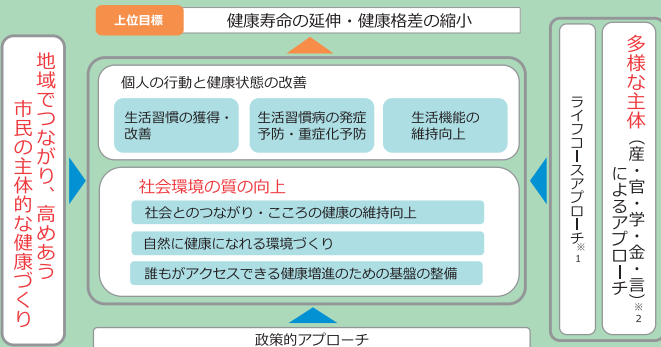
小地域健康教室で培った地域の団結力が強みです。高齢化が加速する中で、さらに地域の絆を深めながら、健康で笑顔で過ごせる地域づくりを目指し、健康寿命の延伸につなげていきたいと思っております。

■私たちは、地域住民、企業、行政、学校、金融機関、マスコミなど多様な立場の皆さんとつながり、主体的に健康づくり活動を進めることで、誰もが自然と健康になれる社会環境づくりを目指します。

<健康市民おかやま21 (第3次) 全体像>

ビジョン すべての市民が健康[※]で、心豊かに生活できる持続可能なまち

※完治できない病気、加齢、障害などの身体的な課題を抱えていたとしても、生きがいを持ちよりよく生きること

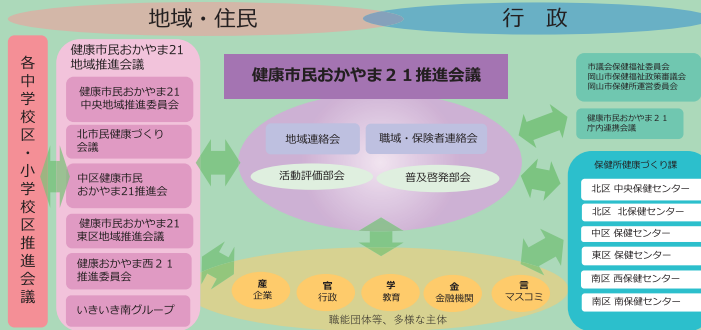


※1 胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり

※2 産：企業、官：行政、学：教育、金：金融、言：マスコミ

■私たちの地域活動は、岡山市全体の健康づくり活動につながっています。

<健康市民おかやま21 (第3次) 推進体制図>



活動に興味がある、詳しく聞きたい方は下記までご連絡ください。

岡山市保健所 健康づくり課健康増進係 TEL086-803-1263 FAX086-803-1758
北区北保健センター (北ふれあいセンター内) TEL086-251-6515 FAX086-251-6516

わかるわかる

健康市民おかやま21

北区北地域版



人と人がつながれば、地域がつながります。
地域がつながれば、様々なお互い様の健康づくり活動
が生まれます。

健康市民おかやま21は、
健康で心豊かに生活できる持続可能なまち
を目指して、地域で取り組む健康づくり活動です。

令和6年2月発行 岡山市

北市民健康づくり会議

北地域から未来につなごう！元気な笑顔

【北市民健康づくり会議のあゆみ】

- 平成15年度 北市民健康づくりの活動がはじまる
5中学校区で会議が順次発足
(京山、中山、香和、高松、足守)
- 平成19年度 御津地域が北市民健康づくり会議に参加
- 平成20年度 建部地域が北市民健康づくり会議に参加
- 現在 7中学校区体制が整う
定例会を年4回、交流会を年1回を開催



北市民健康づくり京山会議

京山公民館と
ノルディックウォーク

発足時期 平成15年度

活動テーマ
「つづけること」で地域に浸透させよう「健康の輪」



京山にここにウォーク

活動の特長

- ◆専門職から学び・伝える
会議でメンバーの歯科医師・薬剤師からミニ講話を聴講
- ◆活動やイベントには地元大学生が参加
文化祭では参加者の健康と一緒にチェック

○京山にここにウォーク ○京山公民館文化祭 ○健康講演会 ○京山ヘルスレーサー

京山会議は「持続可能な活動」を実践していきます！

北市民健康づくり中山会議

発足時期 平成15年度

～健康づくりの輪をさらに広げよう～

健康づくり中山フェスタ

毎年1回「ウォーキング」と「室内イベント」をセットにして「健康づくりイベント」「中山フェスタ」を実施。会場は平津・中山・桃丘・馬屋下小学校を順番に持ち回りで実施

健康教室

幼稚園・保育園児を対象とした歯の健康についての「歯っぴー教室」や地域住民を対象とした「健康教室」を実施

中山会議ニュース

健康づくりの啓発活動として、健康に関わる各種情報やイベント情報を掲載、年2回発行

活動テーマ

「早寝・早起き・朝ごはん」～家族で話し合おう健康づくり～

中山会議の開催

イベント企画や健康づくり活動の情報交換の場として、年間5～7回実施

ウォーキングマップ

「ええとこ発見図」を補完する目的で学区内コースのウォーキングマップを作成し希望者に配布、毎年実施するウォーキングイベントでも活用

中山会議メンバー

連合町内会、愛育委員会、栄養改善協議会、御津医師会、一宮地区歯科医師、岡山県薬剤師会、老人クラブ連合会、一宮公民館、中学校、小学校、こども園、幼稚園、保育園、おやこクラブ、岡山県栄養士会、地域包括支援センター、北区北保健センター

～今後の目標～

- ・子どもから高齢者まで一人ひとりが健康を自覚し、地域の絆を深めて笑顔で生活できる地域づくり
- ・健康づくりイベント、健康教室、栄養・食生活指導、ニュースレター等健康に関わる啓発活動の充実
- ・中山会議メンバーの拡大

北市民健康づくり香和会議

発足時期 平成19年度

津高文化祭

津高文化祭では健康チェックコーナーや地域の医師の健康相談の場なども設け、地域の方が自身の健康に向けてもらう機会にしています。

令和2年度
コロナ禍ではパネル展示のみに変更

津高ウォーキング大会

毎年、それぞれの学区を持ち回りでコースを変えながらウォーキングしています。

自然の中を歩き、季節の変化が感じられる。

健康講演会

地域で活躍されている方を講師に招き、健康に関する講演会を実施しています。

年度	健康講演会内容	講師
H25	健康をどうしよう	自動車病院 齋藤 和久氏
H24	ここからわたしの健康宣言	山内 静男氏
H23	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H22	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H21	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H20	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H19	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H18	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H17	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H16	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H15	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H14	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H13	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H12	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H11	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H10	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H09	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H08	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H07	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H06	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H05	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H04	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H03	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H02	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏
H01	令和2年度の健康宣言	山内 静男氏

健康に関することが短時間で体験できたり、結果を持ち帰って振り返ることができる。
→自身の健康に目を向けてもらう機会になる。

今後の目標：～住み慣れた「香和」でいつまでも自分らしく暮らしていきたいとみんなが思える地域づくり～
イベントの周知方法を工夫しながら、できるだけ多くの人に香和会議の活動を知ってもらいたい。
そして、様々な年齢層の方との交流ができ、関わりの中から元気をもたらそうことができる活動の場を提供できる健康香和にしていきたい。
そのために、様々な組織とつながり、様々な視点からの意見をもとに活動できる会にしていきたい。

北市民健康づくり高松会議

メンバー
連合町内会、老人クラブ、愛育委員会、栄養改善協議会、婦人会、体育協会、おやこクラブ、医師会、歯科医師会、薬剤師会、民生委員児童委員協議会、IAがやき助け合い組織、北区北地域包括支援センター-高松分室、いきがいのライフたがまつ、高松アクティブホーム、鶴中荘、高松地域小・中学校PTA、公民館講座、高松公民館、北区北保健センター

発足時期 平成15年度

「運動」「栄養」「こころ」をテーマに地域の各組織・団体では、活発な健康づくりが展開されています。

健康のヒケツ講座

3回シリーズ（健康チェック、講演会、ウォーキング大会）、ウォーキング大会では、地域の場所・旧跡を取り入れたコースを楽しんでいます。地元に住んでいても初めて歩く場所もあり、新しい発見があります。毎年、健康チェックができ、良い結果を見て前向きな気持ちになります。

食と環境フェア

健康市民おやかやま21のイベントや高松会議の活動紹介、高松会議に参加している各団体のブースや健康チェックを行っているイベントです。身近な場所でも自身の健康状態を確認できても良い機会です。毎年、健康チェックができ、良い結果を見て前向きな気持ちになります。

朝ラジオ体操 & OKAYAMA! 市民体操

公民館の開館日に毎朝開催しています。2013年からスタートした取り組みで、例年11月と12月には吉備神社にも出張し、活動しています。身体が良くなると言われる人も多くいます。長年続けていると、慣れた仲間も増え、開始前の会話も楽しみの一つになっています。

ニュースレターの発行

健康づくりに関する活動やイベントについて掲載し、市民への啓発活動を行っています。H17から発行し、現在は43号（R5.11月現在）まで発行しています。回覧や電子町内会にも掲載しています。

【今後の目標】
こんな地域でありたい！

- *健康な人が増える地域
- *活動を継続していける組織
- *人を大切にできる思いやりのあるあたたかな地域

北市民健康づくり足守会議

発足時期 平成14年度

活動テーマ「笑顔で健康 あかるい地域」



健康講座

パネル展示

OKAYAMA! 市民体操

定例会

イベント企画や健康づくり活動の情報交換として年6回実施

足守会議ニュースレター

健康に関する情報や足守会議の活動を掲載し全戸配布（年1回発行）

各地区での市民体操は、仲間に出会える喜びもあり楽しく、笑顔が集う場になっています。親子クッキングや学校でのパネル展示を通じ、若い世代との交流もさらに深めたいです。

足守会議は「健康を自覚できる人」をつくっていきます！