

平成26年度 第1回蕨市健康づくり推進会議 会議録（概要）

日時	平成26年7月9日（水） 午後1時30分～3時30分
会場	蕨市保健センター 2階 健康教育室
出席委員（敬称略）	吉岡 幸子（会長）、金子 健二（会長代理）、羽根田 高洋（白根 雅之委員代理）、本吉 義博、島袋 洋子（田中義枝委員代理）、植田 富美子、柳原 登子、伊東 光枝、藤井 康榮、荒井 貞夫、名久井 純子、山内 典子、池田 睦
欠席	
菅谷 理、沖永 郁子	
事務局	
部長：川崎 文也 所長：石丸 岳広 保健指導係長：小林 佳子 庶務係長：小川 有紀子 保健師：高橋 律子 保健師：横山 早百合 管理栄養士：南 智子	
会議次第	
1. 開 会 2. 自己紹介、会長あいさつ 3. 議 題 （1）平成25年度事業報告について （2）平成26年度事業計画（案）について （3）その他 4. 閉会	
資料	
平成26年度 第1回蕨市健康づくり推進会議 次第 蕨市健康づくり推進会議設置要綱 平成26年度 蕨市健康づくり推進会議委員一覧  わらび健康アップ計画情報紙 蕨市～健康づくりモデル地区事業「健康密度アップママ講座」～  「わらび健康アップ計画」平成26年度事業計画（案） チラシ「平成26年度 健康密度アップママ講座」 （平成26年度）わらび健康アップ計画モデル地区事業 開催要領 リーフレット「ポジティブシンキングで産後うつ病を防ぎましょう」 歯科講座チラシ「なぜ虫歯になるの？幼児期の歯を虫歯から守ろう」 小学生食育講座チラシ「夏休みも赤・黄・緑をそろえよう！」 健康長寿サポーター養成講習一覧（平成26年度） クリアファイル（健康アップサポーター養成講習受講者配布用） 蕨市健康アップサポーター証（見本） リーフレット「健康密度も日本一のまちへ～わらび健康アップ計画～」	

## 内容

### 【傍聴について】

本日の傍聴希望者なし。

### 【議題】

#### (1) 平成25年度事業報告について

以下の事業について事務局より実施状況の説明あり。

中央地区モデル事業

＊健康密度アップママ講座

＊からだところのエクササイズ健康講座

わらび健康アップ計画情報紙

懸垂幕

卓上のぼり

わらび健康まつり

わらび健康アップ計画推進講演会

埼玉県健康長寿サポーター養成

食育講座

わらびチャレンジデー2013

ゲートキーパー養成

歯科講座

健康コラムの各公民館への提供

#### (2) 平成26年度事業計画（案）について

今年度実施済み、または実施予定の事業について説明あり。

北町地区モデル事業－健康密度アップママ講座

健康密度アップ隊

こころの健康づくり対策

＊産後うつ予防のリーフレット

＊自殺対策（ゲートキーパー養成）

歯科講座

喫煙対策

食育講座

＊7/7 実施 女性のための健康アップ講座

＊7/29 実施予定 小学生の食育講座（小学4年生～6年生の親子対象）

＊12/4 実施予定 幼児期の食育講座

＊4歳6か月児健診（毎月1回実施）・・・朝食・生活リズムの大切さについてのDVD放映

埼玉県健康長寿サポーター養成

わらび健康アップサポーター養成

わらび健康まつり

健康コラムの各公民館への提供

わらび健康アップ計画情報紙

会長：昨年度に実施したチャレンジデーは今年度実施しないのか。

事務局：チャレンジデーは笹川スポーツ財団が自治体との連携により実施しているものである。

蕨市では教育委員会生涯学習スポーツ課が事務局となり実施してきたが、当初の目標を達成したものと今年度は実施しない方針である。

また昨年度スマートウエルネスシティの講演会があり、自然に歩いてしまうまちづくりといった内容であった。歩くこと・身体を動かすことは健康づくりのために重要であり、今年度健康密度アップ隊が市内発見ウォーキングを実施するということで運動を重点とした取り組みを行う予定になっている。またわらび健康まつりは北町の市民体育館を利用し、運動を中心とした内容で実施することを検討している。

会長：健康密度アップママ講座は今年度は北町がモデル地区だが、昨年度実施の中央地区は2年目に入るが自主的な活動につながったのか。

事務局：1年間実施したが、まだフォローアップが必要である。参加者の事情もあり、秋頃にフォロー講座を開催する予定である。

会長：懸垂幕の作成についてはどのように考えているのか。

事務局：昨年度標語を公募するといった話があったが、「健康密度も日本一のまちへ」というスローガンをもっと市民に浸透させていくことが重要であると考えている。このことは第1回健康づくり推進庁内検討会議においても賛同を得ている。

委員：異議なし。

会長：その他ご意見など自由にご発言ください。

委員：蕨市は高齢化が進んでおり、運動をする機会を作ることはとても重要であると考えている。

委員：高齢者が運動など活動できない理由の一つに失禁の問題がある。失禁予防の運動が大切であるが、個人の自尊心の問題からなかなか参加しにくい状況である。そのため何らかの教室の機会に失禁予防の体操を取り入れるなど工夫している。

会長：失禁予防のための骨盤底筋体操は、出産後の母親など若い人でも悩んでいる方がいると思うので、若い世代の方向けにも実施していけると良いと思う。

委員：地域包括支援センターで実施する介護予防事業は65歳以上の方が対象だが、もっと若い時期から取り組んでいくことが重要と感じている。ウォーキングに力を入れて実施していく事業も予定しており、保健センターと協力していきたい。

委員：食育の取り組みとして、「いただきます」の歌を流してほしい。

委員：蕨市は健康づくりのための良い条件が揃っている。立地もよくフラットで歩きやすいし、市民のコミュニティが活発でまとまっていると思う。何か事業を実施しても参加する方はリーダーが多い傾向にあるが、今後は新規の方をどう取り込むかが重要であると考えている。

委員：「一人でやれなきゃ皆で。」という考え方もある。健康づくりの事業を実施する意味は十分にあり、市民に事業の実施をいかに周知するかが重要であろう。

委員：まちづくりを考えるうえで市民にもっとも身近な存在である町会と連携していくことが重要であると考えている。

委員：「わらび健康アップサポーター」の養成を、民生委員や町会長などに実施していくと良いと

思う。

委員：健康コラムの公民館への提供は、保健師や管理栄養士が様々な健康情報を発信しており、とても良いものである。今後も続けていくべきであり、他の機関などで提供できるのであれば提供していくと良いと思う。