

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

すぎと健康アカデミー関連事業

事業概要

第5次杉戸町総合振興計画基本施策の柱の一つ「自分の健康は自分で守る」に基づき、すべての町民が健康で元気に暮らせるよう、健康づくり事業を総括的に展開していくことを目的とし、「すぎと健康アカデミー事業」を実施している。

卒業生が講師となってアカデミーを運営する流れもできはじめ、更なる充実を目指しているところである。

事業内容(参加者数・予算等)

● 参加者数・予算

アカデミー事業 33人 / 96千円

● 内容

アカデミー事業:健康意識の高い町民の拡大を図り、「健康長寿のまちづくり」に行政とともに取り組み、地域への健康情報の発信源となる人材を育成することを目的とする。

事業効果

●健康づくりへの意識の変化:健康無関心層を巻き込み、さらには「健康」だけでなく「自分の住むまち」への興味関心を高め、積極的に健康なまちづくりにかかわることへの意識改革をもたらすことができた。

●参加者相互の健康意識の触発:グループワークを多く取り入れ、がん検診の受診勧奨を参加者相互で行い、また運動習慣の継続のためには人とのつながりは欠かせないものであることをセッションから導き出し、個人の行動変容を促すことができた。

●卒業後の活動:介護予防サポーターや杉戸町食生活改善推進員協議会に入会し活動するものや、がん検診事業スタッフとして活躍している。

●すぎと宿開宿400年を契機とした事業とウオーキング事業を連携し、歩く楽しみだけでなく郷土の歴史に対する理解を深め「すぎと宿案内人」になるための養成講座を希望する者も輩出し、まちづくりへの広がりを見せることができた。

その他

健康への関心を高め、生活習慣の改善を図る重要性を学んだ住民が継続して体づくりを实践できるよう埼玉県マイレージ事業へとつながることを期待している。