

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

健康あさか普及員と協働した健康づくり事業  
(あさか健康プラン21の推進)

## 事業概要

あさか健康プラン21(第2次)による健康づくりの取組を行うことにより、健康度を高め、医療費や介護給付費の軽減につながることをめざしている。住民が主体となり取り組めること、健康意識の向上にむけた様々な取組を、庁内関係課や他機関と連携し、健康づくり活動を推進している。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算(健康あさか普及員の活動)  
111人、予算計上なし
- 健康あさか普及員意見交換会の実施  
2ヶ月に1回健康づくりに関する意見交換の実施、健康あさか普及員同士の交流。体組成の測定を行い、健康ファイルにて自己管理。
- 健康まつりにて、協力参加  
ノルディック・ウォーク、リズム体操、食生活、情報発信の4つのブースを企画・運営
- 市内イベント等で健康づくりのブースを設置  
ウォーキングの普及や食生活に関する健康づくり情報の発信
- 健康づくりの情報発信  
広報やホームページだけでなく、フェイスブックやツイッターなど新たな情報発信を実施。民間企業との健康づくり情報コーナーの協力設置
- 健康づくり活動を民間企業や他機関と協働実施

## 事業効果

- 健康あさか普及員の活動により市民と協働した健康づくり活動を展開。
- 健康無関心層を意識した健康づくりの取組を市民主体で検討、健康づくり事業に反映できている。

## その他

- 壮年期の方の健康づくり活動への参加が課題である。
- 健康づくり活動における効果の判定が課題である。