

【健康長寿にかかる先進的な取組事例（概要版）】 和光市

ヘルスサポーター養成講座

事業概要

和光市健康づくり基本条例に基づき、健康づくりや地域づくりに関する講座を受講後、ヘルスサポーターとして健康づくり施策の推進をはかるためのボランティア活動を実践する。

事業内容（参加者数・予算等）平成27年度

- 参加者数
講座受講生 第1回 28名 第2回 29名（現在受講中） 合計 57名
登録者 第1回 21名 第2回 29名（現在受講中） 合計 50名（予定）
※第2回は平成28年1月9日～2月6日
- 予算 315,000円（講師謝礼、保育謝礼、消耗品費）
- 回数 年2回（平成27年8月～10月、平成28年1月～2月） 各回毎の申込
各回 全5回 1コース
- 講座内容

和光市健康づくり基本条例について	口腔の健康
健康わこう21計画について	食と栄養
地域の重要性～ソーシャルキャピタル～	運動（実技）
生活習慣病	コミュニケーション（多世代交流）
介護予防・生活不活発病等	子育てと地域
認知症（認知症サポーター養成講座を含む）	ヘルスサポーター自主活動報告

- 事業後のフォローアップ
・ヘルスサポーター研修会（通称・定例会）への参加勧奨
・健康づくり支援事業のサポート活動の勧奨

事業効果

- ヘルスサポーター自主グループ活動参加者の増加及びその参加者のヘルスサポーター養成講座受講の増加
- 自主グループ活動者の自主的キャリアアップ行動の増加
- 健康づくり支援事業でのヘルスサポーター活動者数 前年度末比65%増加

その他

- ヘルスサポーター活動の活発化が養成講座受講者数の増加等につながると考えられるため、今後もフォローアップや研修会の充実（内容及び出席率向上）を図っていく。