

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事業

事業概要

杉戸町総合振興計画基本施策の一つである「自らの健康づくりの推進」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 22人 / 134千円
- 内容
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:健康について幅広く学ぶことができ、自分自身の生活を振り返る機会となっている。卒業時には「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関わることへの意識改革を図ることができた。多数の参加者から、自分の健康だけでなく、家族や友人・近所の方々など身近な人の健康もサポートしていきたいという声が聞かれた。
- 卒業後の活動:健康長寿サポーターやがん検診サポーターによる講座のほか、健康フェスタ等の保健センター事業への協力、がん検診のPRなど町民の健康づくりのために活躍されている。また、今年度から「ときめき健康推進員」の養成を行い、次年度以降に、アカデミーや他課の事業において体力測定への協力を予定している。
- 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、個人の行動変容を促すことができた。

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身体づくりを実践できるよう、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。