

中央区特色ある区づくり事業

「地域ですすめる健康づくり」

(平成23年度～平成24年度事業)

目的

超高齢社会を迎え、単身世帯が増加する傾向のなかで、どの世代においても「元気」でかつ「健康」に暮らすことが大きな課題となっている。しかし、一方で、特に中高年齢層は健康に関心があっても多忙な日常生活の中で行動につながらない現状にもある。

そこでコミ協を核とし、区と協働で健康づくりができる環境を整備するとともに、身近な地域で地区住民が健診等を通して健康増進意識の醸成が図られることを推進する。

効果

区とコミ協、地域住民の協働により高齢者の健康増進意識の醸成を図り、かつ実践することを通して、健康で安心して暮らせるまちづくりを目指すとともに、地域住民のつながりを強め、地域コミュニティの充実が図れる。

内容

鏡淵小学校区コミュニティ協議会と区の協働で地域にある(財)新潟県保健衛生センターを活かした健康づくり環境を整備する。

健康であることの大切さを再認識し、また健診受診の勧奨や実践的な健康づくり継続化を考慮した環境づくりも行う。

①地域ですすめる健康づくり講座を実施(全8回)

60歳以上の高齢者を対象とした健康づくりについて学ぶ講座を開設
(専門講師による講義) 延べ人数268名(実人数45名)

②がん健診の増設

健康管理のために健診受診の必要性を理解するとともに、検診日を増設

③健康づくり環境の整備

健康管理面から運動を実践する「鏡淵ふれあいスポーツクラブ」を9月より実施

・ふれあいセンター鏡淵 3階

木・金・土曜日の午前10時から午後4時まで

インストラクター、看護職員が各1名従事

	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
参加者	139	136	93	95	103	65		631

