

第3章 健康づくりの推進状況

1. 実施状況について

《平成26年度の現状》

27年1月末現在

1、保護者会総会等で健診の受診勧奨

保護者会総会	健診PRおよび肝炎ウイルス・歯周疾患予防について
①4月18日	野上中学校保護者総会(120人)
②4月23日	毛原小学校・長谷毛原中学校保護者総会(23人)
③4月23日	野上小学校保護者総会(100人)
④4月23日	美里中学校保護者総会(40人)
⑤4月24日	小川小学校保護者総会(9人)
⑥4月25日	下神野小学校保護者総会(70人)

2、「広報きみの」に健康実践レポートの連載

	掲載内容
5月	「健康アップ・チャレンジ教室」に参加して
6月	「わかば転ばん塾」の取り組み
7月	「歯科衛生士」からの話
8月	「高齢者の食事」について
9月	「認知症」を防ぐ

3、日曜健診で歯科健診を実施

3回実施予定。現在、2回実施済。成人は26人受診。うち妊婦は4人。幼児は、96人受診。フッ素塗布は91人受けている。

4、日曜健診に保育コーナーの設置(H22. 5月～)

町保育所保育士による保育・5回の健診中1回開設(4回は対象なし)

5、様々な機会での健康教室等

(1) 母子保健推進員会総会

5月10日 (13人) 予防接種について

(2) 老人クラブ連合会

- ①4月10日 有の木老人クラブ(44人):
血圧測定・検尿・骨密度測定・認知症予防ゲーム
- ②4月15日 国吉老人会(26人):血圧測定・骨密度測定・身長測定・体重測定
- ③5月9日 老連女性部総会(28人):認知症予防および脳トレドリル
- ④9月1日 美里中学校での防災訓練参加者(39人):血圧測定等
- ⑤12月5日 有の木老人クラブ(35人):
血圧測定・検尿・骨密度測定・防火と救急について
- ⑥12月5日 小川老人クラブ(10人):血圧測定・検尿・口腔機能向上について
歯科衛生士

(3) 農林商工まつり

11月23日(日)血圧測定(39人)
大腸がんクイズラリーを実施(300人)

(4) 食育 教育委員会と産業課と連携し事業を実施

- ①妊娠届出時(初産のみ)に栄養士による栄養指導(2回)
- ②魚のさばき方と調理教室を3月14日に実施予定。

(5) 転ばん塾・脳トレ教室・パワーリハビリ

【転ばん塾】

- ①10月29日 わかば転ばん塾(18人) フォローアップ研修
- ②11月4日 けやき転ばん塾(11人) フォローアップ研修
- ③11月17日 わかば転ばん塾かしこ(10人) フォローアップ研修

【脳トレ教室】

1月21日から3か月1クールで自然体験世代交流センターで開催(実:20人)

【パワーリハビリ(健康アップチャレンジ教室)】

トレーニングマシンを利用した筋トレ及びストレッチ

平成25年度から開始し第5期まで開催。(実53人)

自主グループ(生石サミット)への継続支援 ※8月25日:第1~4期の同窓会

(6) ファイブ・コグ検査

記憶・注意・言語・視空間認知・思考の5つの知的機能を図る検査

サロンやサポーター養成講座、介護予防講座などで開催(142人)

(7) 介護者のつどい

- ①5月15日 福祉センターにて(9人) 認知症、認知症予防について
- ②6月24日 美里支所にて(5人) 熱中症予防について
- ③1月20日 福祉センターにて(9人) インフルエンザ予防について

(8) 成人式で子宮頸がんについて啓発(1月10日)

6、6ちゃんクラブ 保育所年長児と保護者

- ①食事 ②環境 ③身体 ④たばこ・生と性
- 第1保育所 ①6月3日 ②7月8日 ③11月19日 ④1月27日
- 第2保育所 ①6月5日 ②7月15日 ③11月11日 ④1月27日
- 神野保育所 ①6月10日 ②7月16日 ③11月12日 ④2月4日
- 毛原保育所 ①5月29日 ②7月10日 ③11月18日 ④2月6日

7、思春期教室

子宮頸がん予防・思春期の心と体について講話等

- ①12月12日 美里中学校1年生 (9人)
 - ②1月28日 野上中学校1年生 (50人)
 - ③6月12日 海南高校大成校舎2年生の「思春期保健事業プログラム」(75人)
- 母子保健推進員と共に保健所事業への協力

8、ジョイセフ視察研修の受け入れ

10月28日

9、ゲートキーパー研修(自殺予防対策研修会)

平成27年3月に実施予定。

10、認知症サポーター養成講座

- ①4月16日 柴目集会所にて 柴目サロン (23人)
- ②6月4日 野上厚生総合病院附属看護専門学校にて 看護学生(3年) (42人)
- ③7月29日 平集会所にて 平サロン (14人)
- ④8月20日 東垣内集会所にて 下佐々サロン(12人)
- ⑤8月29日 美里支所にて ファイブ・コグ(認知症予防)参加者 (11人)
- ⑥9月3日 総合福祉センターにて ファイブ・コグ(認知症予防)参加者 (20人)
- ⑦10月3日 美里中学校にて 美里中学校2年生(8人)
- ⑧11月9日 長谷毛原健康センター 毛原地区安心声かけ練習参加者(33人)
- ⑨11月18日 長谷毛原健康センターにて
ファイブ・コグ(認知症予防)参加者 (13人)
- ⑩11月28日 長谷毛原中学校にて 長谷毛原中学校全校生(7人)
- ⑪12月5日 野上中学校にて 野上中学校2年生(47人)
- ⑫12月12日 自然体験世代交流センターにて
ファイブ・コグ(認知症予防)参加者 (21人)

11、安心声かけ練習(徘徊模擬訓練)

11月9日 長谷毛原健康センターにて 毛原地区住民(33名)

12、ウォーキングイベントの開催

- ①2月3日 歴史ウォーキング(47人)
- ②3月29日 室内ウォーキングを実施予定。(室内ウォーキングとエクササイズ教室)

13、ライフコーダの貸し出し

32人に貸与。(平成27年1月14日時点)

14、各種イベントの救護

- (1) 8月15日 きみの夏祭り
- (2) 10月18日・19日 世界民族祭
- (3) 11月23日 農林商工まつり
- (4) 12月16日 ふれあいマラソン

15、子育て支援センター・文化センターに各1回/月、栄養士による出張栄養相談 平成26年7月から自然体験世代交流センターから文化センターに変更。

16、総合福祉センターの定期健康相談 毎週水曜日

延35人(平成27年1月14日時点)

17、国吉地区でいきいき百歳体操のモデル的实施

高齢者が主体的に取り組める体操として、おもりを使用した筋力トレーニングを指導。
週1回、自主的に継続している。

18、歯科保健

保育所・小学校・中学校ブラッシング指導	518人	19回
保育所・小学校・中学校ブラッシング指導と口腔内写真撮影	309人	13回
フッ素塗布(集団3回、1歳6か月児健診・3歳児健診時に実施)	138人	10回
歯科優良者表彰	8020・9020	8人
	中学3年生	35人
	小学6年生	37人

19、地域サロンを活用した健康づくり・介護予防事業

健康チェック(血圧・尿・骨密度測定等)(保健師)	11回
健康づくり講座(保健師)	7回
健康体操(保健師)	16回
口腔ケア講座と実習(歯科衛生士)	4回
認知症サポーター養成講座(社会福祉士・保健師)	5回

20、その他のサロン独自の取り組み

料理教室(食生活改善推進員の協力含む)	3回
悪徳商法について(消費生活センター)	2回
高齢者と中学生の交流	2回
ゲーム	3回
落語	5回
健腸長寿	7回
手話	1回
JAなごみ	1回
関西電気保安協会	1回
災害時の備え	2回
体操	3回
天文台3D	1回

21、トリプルP(前向き子育てプログラム)グループワーク及び講演会

グループワーク： 第1保育所(子育て支援センター)で2クール開催
16人の母親参加(保育あり)

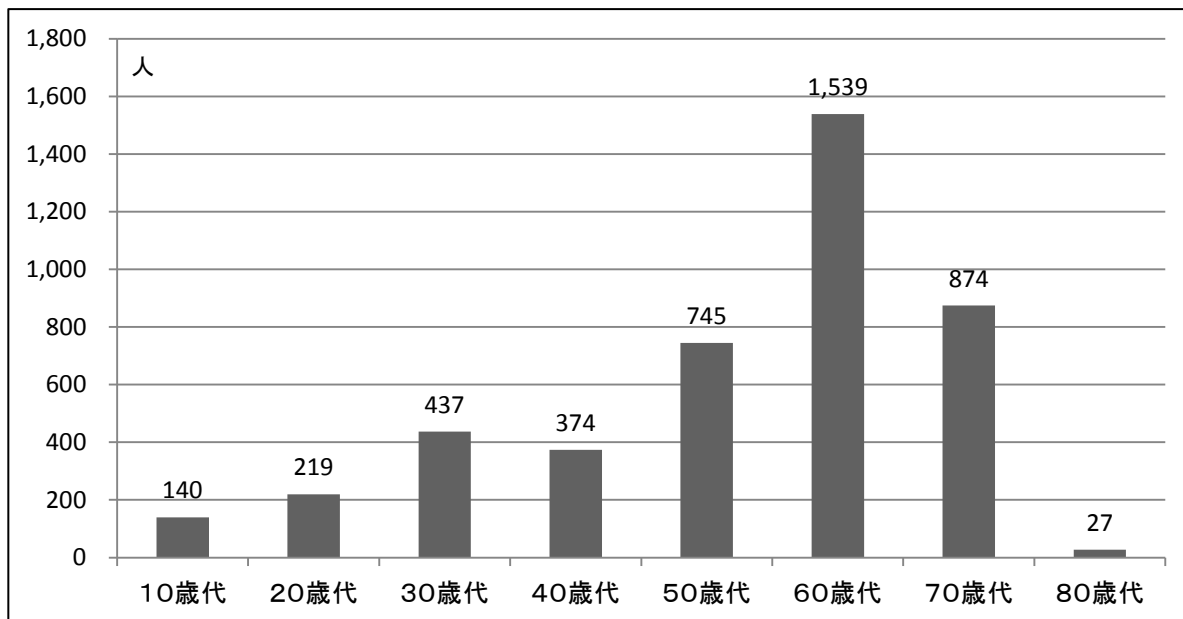
講演会： 11月22日開催 38名参加
講師 家本めぐみ 氏(トリプルPジャパン スーパーバイザー)

22、平成25年度 トレーニングルーム年齢別利用状況

表38 《トレーニングルーム月別年齢別利用状況》 (人)

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	計
4月	27	9	29	24	45	84	49	0	267
5月	9	13	50	35	33	125	47	0	312
6月	5	25	47	59	39	154	71	0	400
7月	9	18	47	49	56	150	68	6	403
8月	12	14	43	46	77	117	90	7	406
9月	6	21	41	21	88	126	70	8	381
10月	30	32	41	31	88	138	66	3	429
11月	2	15	26	22	86	124	62	3	340
12月	5	3	21	22	61	112	72	0	296
1月	14	17	31	20	58	140	82	0	362
2月	14	28	24	26	46	118	97	0	353
3月	7	24	37	19	68	151	100	0	406
計	140	219	437	374	745	1,539	874	27	4,355

図15 平成25年度トレーニングルーム利用者の年齢別人数



23、健康推進員の養成・活動支援

健康推進員養成講習会を受講した12名の推進員を委嘱(10月1日付)

農林商工まつりにてがん検診についてPR活動

歴史ウォーキングにて血圧測定及び健診PR(2月3日予定)

2. 項目別の具体的な行動の実績

《第2次いきいき行動計画より行政の行動の抜粋と役場各課による実績》

27年1月末現在

様々な分野と連携し一体的な事業展開

●きみのいきいき行動計画を策定し、広く周知します

→きみのいきいき行動計画ダイジェスト版を作成・各戸配布

●行政間の縦割りをなくした協働事業を実施します

- 平成23年度 ふれあいルームと地域サロンの交流会 9回/年
- 平成24年度 サロンと保育所の交流 2回/年
- 平成25年度 サロンと保育所・小中学校の交流 3回/年
- 平成26年度 サロンと保育所・小中学校の交流 4回/年
- 料理レシピコンテストを平成23年度から3か年計画で実施

身体健康づくり

●集団検診に保育コーナーを設けます

→町保育士による保育を開設

- 平成24年度 5回中2回開設(3回は対象なし)
- 平成25年度 5回中1回開設(4回は対象なし)
- 平成26年度 5回中1回開設(4回は対象なし)

●他機関連携で健康ウォーキングに取り組みます

- 23年度 国吉ウォーキングコースを活用したウォーキング教室を開催
(かじか荘～天文台)
- 24年度 ウォーキングを2回開催(小川地区・上神野地区)
- 25年度 ウォーキングを2回開催(下神野・上神野地区)
- ※23年～25年まで上記に併せて室内ウォーキング教室を1回/年開催

●スポーツ大会等で血圧測定・健康ミニ講話を開催します

→平成24年度以降 未実施

●健康行動実践者に記念品の進呈(ヘルスポイント)を行います

→未実施

●健康大学(ゼミ)を開催します

- 健康大学としては実施せず、介護予防講座や介護予防に資する教室を積極的に実施。
介護予防講座:平成23年度→口腔ケア・低栄養予防(計12回)
平成24年度→介護予防全般(計39回)
平成25年度→介護予防全般(計8回)

●6ちゃんクラスなど乳幼児からの健康づくりに努めます

- 町内4保育所年長児を対象に、食事、環境、身体について、たばこの害、性と性についての健康教育を実施。
- 歯科衛生士によるブラッシング指導を実施。

●必要な方への保健指導を強化します

→適宜実施。

●運動消費カロリー測定器(ライフコーダ)の貸し出しによる運動指導を行います

- 23年度 70の方に貸し出し、結果分析により指導
- 24年度 90の方に貸し出し、結果分析により指導
- 25年度 34の方に貸し出し、結果分析により指導

●フッ素塗布・フッ素洗口を推奨します

→25年度より全小中学校にてフッ素洗口を開始。
現在年中児～中学生に対して実施。

●町民の方が実践している健康づくりを広報紙に掲載します

→24年度 健康実践レポートとして健康知識について掲載。

●国体を控えホッケーの講習会を開催します。

→毎年ナイター走ろう会とホッケー教室(2～3回/年)を同時開催。
→毎年スポレク大会でホッケー競技実施後、一般向けに体験教室を開催。
(平成26年は荒天で中止)
→平成26年度 野上中学校・美里中学校2年生を対象にホッケー教室を開催。

心の健康づくり

●保健所等と「こころの研修」を協働開催します

→平成24年度 こころの健康に関する研修を2回開催。

●心の健康について広報紙に掲載します

→実施できず。

介護予防

●地域サロンを活用した認知症予防教室を開催します

→平成24年度 20か所
→平成25年度 2か所
→平成26年度 6か所

●町民音頭の講習会を開催しDVDの貸し出しを行います

→小学校にて町民音頭の練習を実施。

●介護保険事業所対象に介護予防の研修を開催します

→町で実施できず、県主催の研修会への参加を勧奨。

●地域サロンの交流会を開催します

→23年度 2月20日:意見交換、腰痛についての講演及び腰痛体操の紹介。54名参加□
講師:和歌山県立医科大学附属病院整形外科 橋爪洋医師
→24年度 3月12日:意見交換、『古い支度、介護する人される人』講演。56名参加□
講師:総合人間研究所所長 早川 一光氏(医師)
→25年度 6月10日:グループワーク、補助金等説明、意見交換。64名参加□
3月25日:日本赤十字社和歌山県支部による救急法。69名参加□

●地域サロン世話人の研修会を開催します

→ 実施できず。

●腰痛、膝痛を有しても簡単にできる県開発の運動を広めます

→平成23・24年事業として研修会及びロコモ講座を開催。167名参加

食育の推進

●6ちゃんクラス(保育所年長児と保護者)で栄養バランスの指導を行います

→栄養士による「栄養のお話」を各保育所で実施。(毎年1回/年)

●親と子の料理コンテストを開催します

→平成25年度 夏休み料理レシピコンテストを開催。町内小中学校138名参加。
そのレシピの一部を「きみの食彩フェア」にてお披露目を行った。

●農林商工まつり&柿の市に食育コーナーを設けます

→実施できず。

●広報紙に季節にあったレシピ（生き生きレシピコーナー）を掲載します

→24年4月から27年1月号までに34回掲載。

●様々な機会を通じてふるさと推奨品のPRをします

→紀美野町に関するイベント実施時(町内イベント、りら、中世の村を歩く・・・等)にふるさと推奨品をPR。おいし加工グループで生産している品を町内外(岩出市の道の駅やメッサオークワ、紀の川市よってって、海南市とれたて広場等)のスーパー等で販売。

●地元産の食材を学校や保育所給食に活用できるように工夫します

→保育所: 地元の業者で食材を購入。
各保育所独自で菜園作りをし、採れた食材(さつまいもやピーナッツ等)をおやつに活用。
→小学校: 地元の業者で食材を購入。
野上小学校では、地元産の加工品(おいし加工グループのこんにやくやゆず味噌、梅味噌等)を給食に活用。
小川・下神野・毛原小学校では菜園作りをし、採れた食材を給食に活用。

地域福祉の推進

●様々な相談の窓口は地域包括支援センターで一本化し、関係機関へ橋渡しをします

→総合相談窓口として、子どもから高齢者まですべての対象者からの相談を広く受け入れ、必要な場合担当機関につなぐ。また全ての虐待予防の窓口となり、通報があれば原則24時間以内にコア会議を開催し必要な対応をとっている。

●救急対応の講習会を開催します

→毎月1回日曜日に 消防本部警防課主催で実施。
学校や事業所を対象とした普通救命講習、基礎救命講習も実施。

●老人クラブやシルバー人材センターのPRを広報紙に掲載します

→シルバー人材センター: 毎年1回各戸にチラシを配布。
(登録会員数) 24年度 153名
25年度 153名
26年度 160名
→ 老人クラブ: チラシを作成し、新会員の募集を行っている。
(登録会員数) 24年度 1,909名
25年度 1,859名
26年度 1,785名

●認知症サポーター養成講座の開催が増えるよう声かけをします

→ 23年度 9回開催 406名 (地域サロン・民生委員・学校・町職員等)
→ 24年度 13回開催 355名 (地域サロン・介護事業所・議員・住民等)
→ 25年度 9回開催 224名 (学校・地域サロン・郵便局・ボランティア団体等)
→ 26年度 12回開催 251名 (学校・地域サロン・認知症予防講座等)

●避難行動要支援者支援プランと個別計画を策定します

→ 個別計画は、看護師による訪問で基本を作成。
→ 24年度 663名登録 (25年3月末)
→ 25年度 653名登録 (26年3月末)
→ 26年度 600名登録 (26年12月末)

●看護師が75歳以上のひとり暮らし高齢者の訪問を行います

- 24年度 対象者 499名、登録者(訪問) 405名
- 25年度 対象者 442名、登録者(訪問) 422名
- 26年度 対象者 434名、登録者(訪問) 403名

●買い物支援策を検討するため、実態調査を実施します(産業課)

- 23年度 65歳以上の方を対象とした「日常生活圏域ニーズ調査」に買い物に関する項目を設け、実態調査を実施。
- 24年度 商工会に委託し、各地区への配達・移動販売を行っている小売店等の調査を実施。必要に応じ、情報提供を行う。
- 25年度 65歳以上の方を対象とした「日常生活圏域ニーズ調査」に再度買い物に関する項目を設け、実態調査を実施。23年度実施調査との比較検討を行う。

●社会福祉協議会でボランティアの個人登録を推奨します

- 24年度 147名
- 25年度 151名
- 26年度 153名

●社会福祉協議会で介護者電話相談を行います

- 24年度 4件
- 25年度 6件
- 26年度 2件

●社会福祉協議会で子どものボランティア事業を開催します

- 24年度 25名
- 25年度 26名
- 26年度 24名