



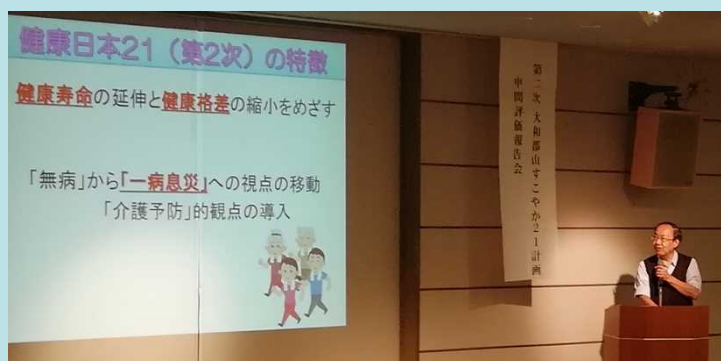
『大和郡山市の健康づくりは、この会議を中心に進んでいる』

日頃より、すこやか21フェスタ、10月のトライスポーツフェスティバル、11月の親子まつりなどの健康増進事業にご協力いただきありがとうございます。

昨年みなさんの協力のもとで、市民や各所属団体、学校へのアンケートを実施しました。それらを通して、私たちの活動がどのくらい効果があったのかをまとめましたので、みなさんと一緒に確認したいと思います。

田野会長 100万歩タオルをかけて登場

“健康づくりはまちづくり”



岐阜大学医学部医学教育開発研究センター
藤崎 和彦 センター長

第2次計画のポイントは病気にならないための予防から、要介護にならず健康に暮らせる期間を延ばすことである。集団全体にアプローチをするには専門家だけでなく、住民の力が必要。大和郡山市の強みは住民参加で推進委員会を中心に活動を展開ができていることである。最終評価に向けて後半も取り組みを続けていきましょう。



展示の様子

運動・身体活動

1日3000歩未満しか歩かない人を減らしていこう！



子ども会育成連絡協議会
氣賀澤氏

フェスタの応援やウォーキング講座などに出席したり、住んでいるマンションで週1回午前中に体操教室を行っています。運動を大層に考えず、楽しく身体を動かすことをやってみてください。



栄養・食生活



ベジタベプラスは今後も継続しよう！

軽トラにベジタベのステッカーを貼って走ると「これ何？」と聞かれました。

ステッカーを貼るだけで反響があるのなら、もっと、どしどし貼って認知度をあげたいと思いました。



経営者クラブ
堀川氏

『継続は力である』

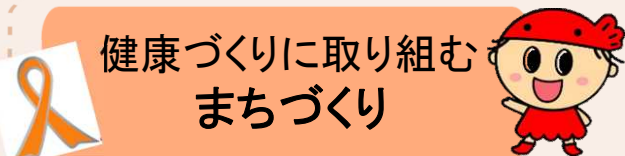
市民と職員が一緒に取り組んでやっていることが良い。ベジタベのステッカーは、是非公用車に貼ってPRをしていきたい。

当時、100万歩手帳を考案したものの、なかなか歩数が伸び悩んでいる現状が分かった。今後は3000歩未満の人の割合を減らすように働きかけていく。

仕事を退職してから健康のことを考えるのでは遅い。現役世代の健康を考えていくことが今後も重要である。



上田市長も報告会に参加



地域でこどもを見守る
まちづくりを目指していこう！



“みなさんが主役のまちづくりを”

近鉄郡山駅を周辺のまちづくりを進めている。100万歩歩けるような健康づくりに取り組みやすいまちづくりを目指す。来訪者同士のふれあいの場所になるようにしていきたい。



都市計画課

“高齢者を地域で見守る”

いきいき100歳体操は口コミで広がり、23カ所で実施している。参加者同士がまちで会えば、あいさつができる関係ができてきている。どうしたら飽きずに継続できるかが今後の課題である。



地域包括ケア推進課

検診



がん検診の取り組みを続けていこう！

テニス大会で128名の方に大腸がんクイズを実施しました。がん検診の意識は少し上がったように思います。自分自身のがん検診に対する意識も高まりました。がん検診を受けることは大事なことです。



スポーツ推進委員
瀧川氏

ご協力ありがとうございます！
最終評価に向けて今後も
よろしくお願いします！



来年度は6月7日（金）
の予定です。



大和郡山すこやか21推進委員会
での取り組みについては大和郡山市
ホームページからご覧頂けます。