

1 相模原市健康づくり普及員連絡会活動

健康づくり普及員連絡会が、地域に根ざした健康づくりを推進するために、新型コロナウイルス感染症対策を講じた上で、健康づくり事業を行いました。

令和4年4月1日現在 健康づくり普及員数 141人

	実施回数	内 容
総会	1回	書面会議
役員会	21回	各種事業の実施内容の検討等 ・本部会11回、支部会・拡大合同会議7回 ・専門部代表者会議3回
地区事業	269回	主に公民館を拠点とした27地区で、ウォーキング教室や健康づくり普及事業、育児支援事業等を実施 ・参加者数 11,145人
重点事業部	部会・企画会議 12回 研修会 0回 その他 3回	「フレイル予防」を重点テーマに活動 <啓発媒体作成> ・フレイルの定義・原因・予防的アプローチ等の啓発媒体作成 <その他> ・さがみはらスポーツフェスティバルにてパネル展示等普及啓発
介護予防部	元気倶楽部 423回 部会・企画会議 17回 研修会 5回 健康増進講座 6回 その他 3回	<元気倶楽部> ・参加者数1,006名、延参加者数8,929名 <研修会> ・健康づくり普及員初任者向け元気倶楽部体操&体力測定講習会 ・フレイル予防「スポーツチューブ活用筋力運動」研修 ・コグニサイズフォローアップ講師派遣研修 <健康増進講座> ・延参加者数137名 <その他> ・さがみはらスポーツフェスティバルにて体力測定実施 ・健康フェスタ参加 ・介護予防活動の発表会参加
子育て支援部	部会・企画会議 8回 研修会 0回	<啓発媒体作成> ・ポスター作成「朝ごはんを食べるとこんなにいいことが」
運動習慣支援部	部会・企画会議 24回 研修会 1回 お絵かきウォーキング 3回 その他 0回	<お絵かきウォーキング事業> ・大野北公民館、東林公民館、北総合体育館にて実施 <研修会> ・健康づくり普及員初任者向け講座
広報部	部会・企画会議 1回 取材 2回 編集会議 8回 ホームページ更新作業 8回	<広報紙「みんな元気」作成・配布> ・健康に関する情報提供、健康づくり普及員の活動紹介 広報紙を年1回発行し、公民館等で配布 ・発行部数5,000部 <ホームページ「相模原市健康づくり普及員連絡会」> ・健康づくり普及員の活動紹介

2 人材育成

(1) 健康づくり普及員養成講座

市民の立場から健康づくり普及啓発活動をしてもらう健康づくり普及員を養成することを目的に、養成講座を実施しました。

- ・ 対象者 ... 市内在住の人で、講座修了後、地域において健康づくり推進のための活動を積極的に行う意志があり、地域との連携を図り活動のできる人。
- ・ 内容 ... 活動のイメージを持ち、意欲を高められるよう、健康づくり普及員の役割、基本的な活動内容等を学ぶ。

実施回数	修了者数	委嘱者数
6	34	28

(2) 健康づくり普及員現任研修

健康づくり普及員に対し、地域に根ざした健康づくりを主体的に推進していくために必要な知識や技術の習得、健康づくり普及員同士の交流・情報交換を目的に実施しました。

テーマ	開催日	参加者数	会場
フレイル予防 【総論/口腔編】	令和4年7月15日	25	津久井保健センター
	令和4年7月12日	44	ウェルネスさがみはら
	令和4年7月14日	22	南保健福祉センター
フレイル予防 【身体活動編】	令和4年11月25日	19	津久井保健センター
	令和4年11月10日	42	ウェルネスさがみはら
	令和4年11月2日	24	南保健福祉センター
初任者向け(普及員1・2年目)講座 「みんなで話そう」	令和4年12月16日	8	ウェルネスさがみはら