

人を育み未来をひらく学研都市精華町

平成31年度  
せいか365活動計画



平成31（2019）年4月

精華町健康増進に係る庁内推進本部

（せいか365推進本部）

## 1. 精華町の健康づくり運動の位置づけ

精華町第5次総合計画（2013. 5）の中において、次のように位置づけられている。

### ◆ まちづくりの基本理念

#### 2. 人を大切にするまちづくり

ふるさと精華町に生まれ、また、心豊かに育ち、健康に暮らし、安心して最期を迎えられるよう、人を大切にするまちづくりを進めます。

### ◆ まちの将来像（平成34/2022年）

人を育み未来をひらく学研都市精華町

### ◆ 基本計画

#### 2章 安全・安心で健やかな暮らしのまちづくり

##### 1節 健康・医療

##### 柱① 健康づくり

健康づくりの情報発信や拠点施設整備を進めるとともに、特定健診やがん検診の受診率の向上、食生活改善をはじめとする食育の推進により、住民の主体的な健康づくりを促進します。また、妊娠期の健康づくり、乳幼児期の健康診査の充実や育児支援について、関係機関との連携強化を図ります。

##### 柱③ 医療・保険

住民が安心して医療を受けられるよう、国や府の制度と合わせ、医療費助成制度の運用を図るとともに、安定した国民健康保険制度の運用を図ります。

### ➤ 関連計画

- ・精華町健康増進計画（第2期/平成25～34年度）
- ・精華町食育推進基本方針（第3次/平成30～34年度）
- ・精華町高齢者保健福祉計画（第8次/平成30～32年度）・精華町介護保険事業計画（第7期/平成30～32年度）
- ・精華町障害者基本計画（第2次/平成24～34年度）
- ・精華町障害福祉計画（第5期/平成30～32年度）・精華町障害児福

祉計画（第1期／平成30～32年度）

- 精華町児童育成計画・精華町子ども・子育て支援事業計画（平成27～31年度）
- 精華町地域福祉計画（第2次/平成26～35年度）
- 精華町地域創生戦略（平成27～31年度）

## 2. 健康づくり運動のめざす方向（目標）

目指すべき姿

**毎日が笑顔になれるように、みんなで支えあう元気なまち**

町民一人ひとりが、毎日、笑顔で過ごせるように、地域団体、個人、企業・事業所、行政などが、支えあいながら、健康づくりに主体的に参画することで、元気に満ちた地域社会を目指します。

キャッチフレーズ

**健康ダカラ毎日が楽しい**

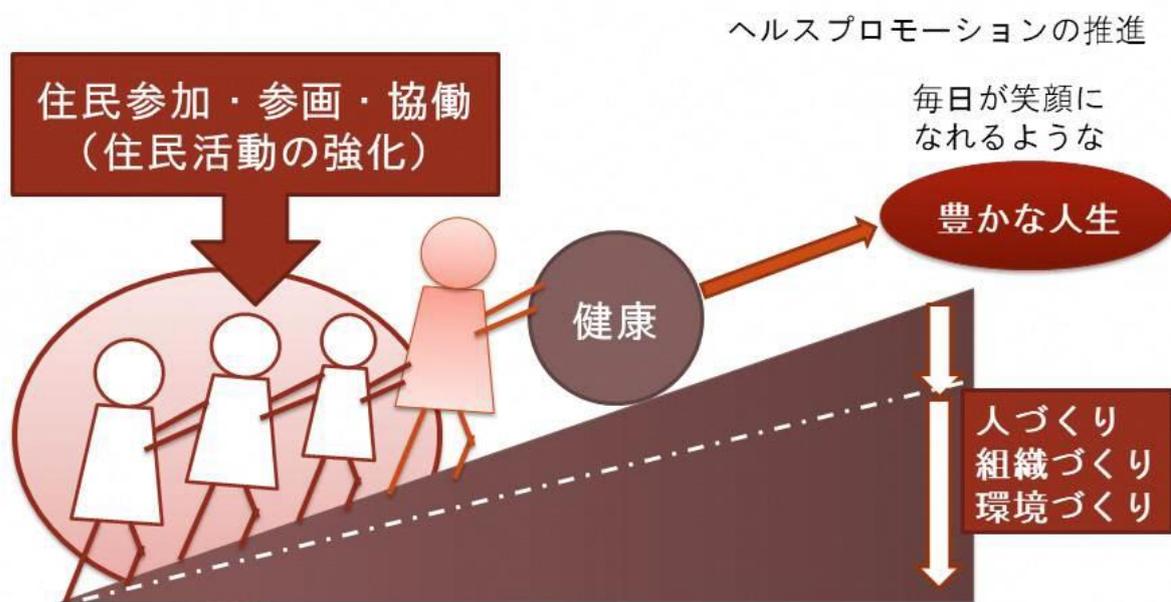
健康の大切さ、ありがたさを認識し、それを実感しつつ、いつまでも自らの健康が維持できることにより、次の日、さらに次の日と、毎日が、楽しいと感じとれるよう、健康づくりの実践を誘導していく。

※健康とは、病気や障害の有無に関わらず、病気予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態と捉えている。

## 〈せいか365の目指す方向 イメージ〉

### 目指すべき姿

毎日が笑顔になれるように、みんなで支えあう元気なまち



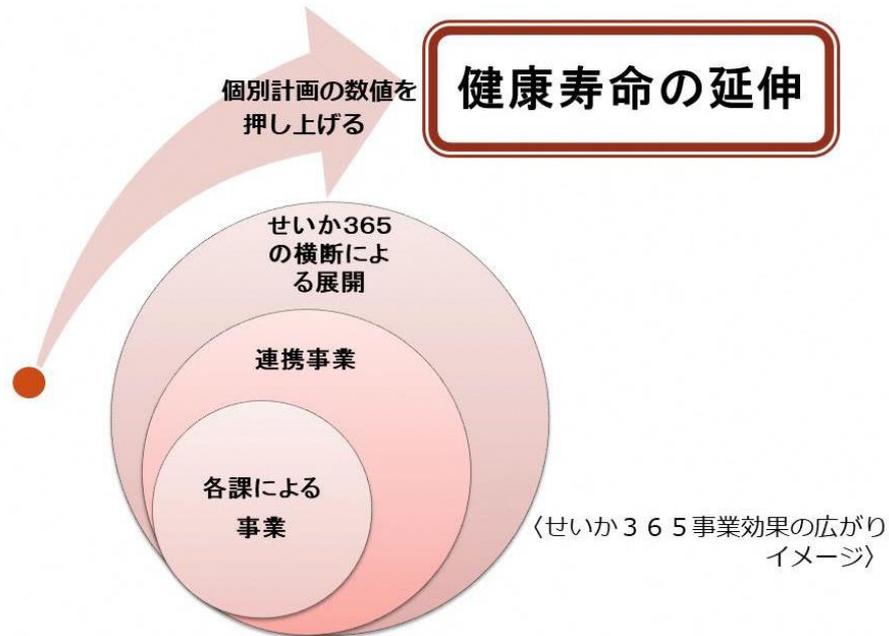
島田1987・吉田・藤田1995を改変した図を参考に作成

### 3. 健康づくり運動の推進体制

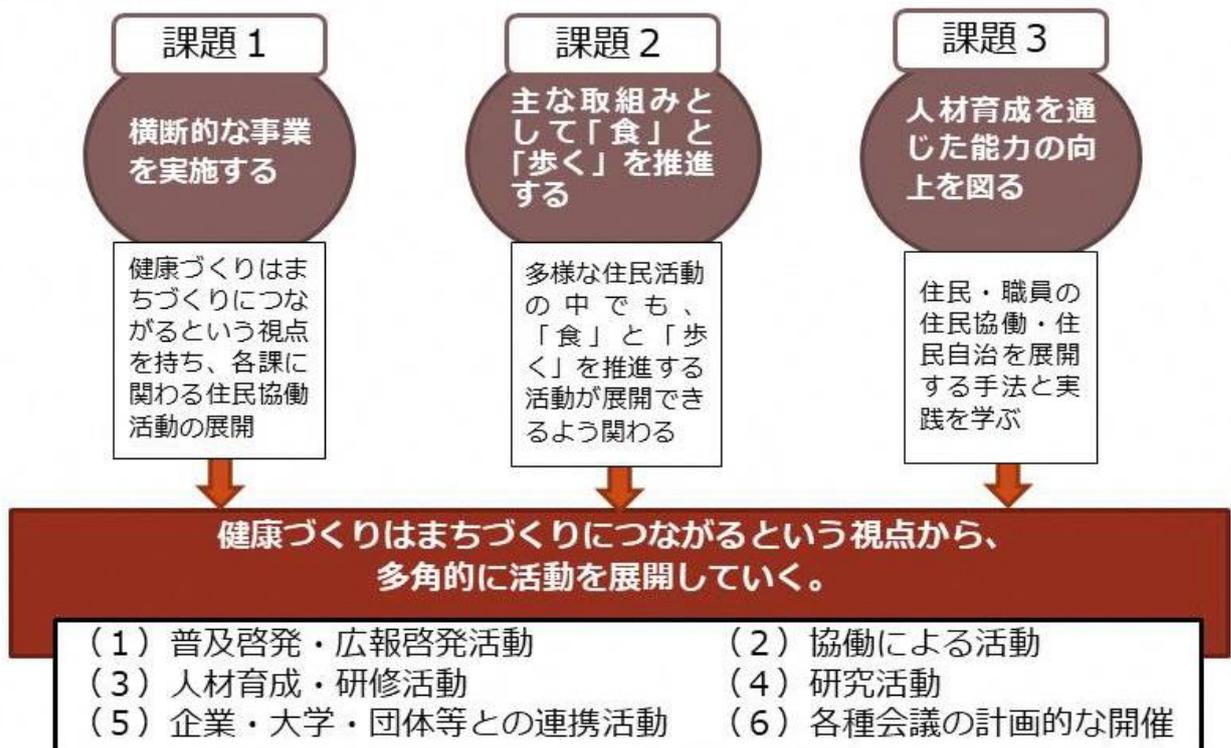
- (1) 名称 精華町健康増進に係る庁内推進本部  
(平成25年6月24日設置)
- (2) 目的 本町における健康増進を全庁的に展開していくにあたり、総合的、一体的かつ効率的に推進するため。
- (3) 役割
  - ・全庁的な健康づくり活動の総合調整
  - ・健康づくり活動の進捗管理及び評価
  - ・健康づくり活動の推進に係る調査研究
  - ・その他健康づくり活動等
- (4) 組織
  - (本 部) 本部長/副町長、副本部長/住民部長  
本部員/総務部長、総務部次長、事業部長、上下水道部長、  
消防長、教育部長
  - (事務局) 総括/健康福祉環境部長  
庶務/国保医療課、健康推進課、高齢福祉課、生涯学習課、  
企画調整課
- (5) 部会 (プロジェクトチーム)
  - ①職員運動推進部会

- ・せいか365プロジェクト
- ②テーマ別プロジェクトチーム（1プロジェクト）
  - ・SEIKA☆いいところ見つけ隊
- ③健康ポイント推進作業部会

#### 4. 活動の基本的な考え方



#### 〈課題別活動〉



## 5. 活動方針

健康長寿のまちづくりの実現をめざし、地域での支えあいと住民の主体的な参画による健康づくりを進めるため、住民の参加・参画・協働を促進させるための住民活動の強化を重点的に図っていく。

町内の様々な地域資源を有効に利活用し、みんなが楽しく、継続して取組めるように活動をより一層促進する。また、住民の皆さんが主体的に健康づくり活動を継続して取組める方策として、セイカ歩数計との連動による健康ポイント事業のしくみづくりをさらに進めていく。

### スローガン

『 <sup>せいかじん</sup> 精華人、今よりちょっと <sup>けんこうじん</sup> 健康人 』

町民誰もが、健康に関し、今より少し意識をもって行動してもらおう。

## 6. 活動計画

### (1) 普及啓発・広報啓発活動

#### 〈具体的な方策〉

- ① せいか365活動の広報啓発
- ② 厚生労働省「スマート・ライフ・プロジェクト」との連携
- ③ 「せいか365キャラクターマーク」や「せいか365広報キャラクターマーク」、せいか365広報キャラクター「いっちー」の活用促進

#### 〈重点内容〉

- ・ 広報誌「華創」や町ホームページを通じた啓発やキャラクターマーク、キャラクターの利用による普及啓発を図り、啓発にあたっては、住民協働の団体やイベントにも広く活用する。
- ・ 広報誌「華創」で、町内在住のクリエイター「twotwotwo（ににに）」による4コマ漫画の掲載をし、子育て世代への啓発につなげる。
- ・ 広報等啓発の記事掲載においては、住民協働の活動団体に記事作成等主体的に啓発に携わってもらえるよう支援する。

## (2) 協働による活動

### 《具体的な方策》

- ① 「せいか365プロジェクト」の新規立ち上げと継続実施（拡充）
- ② テーマ別プロジェクト活動を通じた住民協働事業の推進
  - ★SEIKA☆いいところ見つけ隊
  - まち歩きお宝発見実行委員会を健康づくり団体と立ち上げ、健康づくりに意識が低い20~40代に対し、親子で楽しんで歩く機会を提供し、運動のきっかけづくりをする。
- ③ 健康づくり・介護予防サポーター養成講座の実施及び住民主体の体操の居場所づくりの推進
- ④ セイカ歩数計と連動した健康ポイント事業のしくみづくり（拡充）
- ⑤ 食育推進団体と協働した取組みの推進

### 〈重点内容〉

- ・住民と町職員が協働で「せいか365プロジェクト」の立ち上げを通して、健康長寿のまちづくりの仕組みづくりを進める。
- ・「歩く」をテーマに、住民の参画による事業を推進してきているテーマ別プロジェクトについて、より住民主体の事業として展開し住民協働の活動を促進させる。
- ・介護予防事業と連携して実施している健康づくり・介護予防サポーター養成講座を今年度も開催し、地域での健康づくりを推進してもらうサポーターを増やしていく。サポーターによる、地域ごとの体操の居場所づくりの拡大を図り、健康増進を図るとともに、介護予防につなげていく。
- ・「健康ポイント事業」について地域の健康づくり協働団体や事業所・商店がつながり個人の健康力向上、地域力向上、産業力向上とオール（みんな）の元気力向上を図るため、健康づくりと町内産業の連携によるシステムの構築を目指す。
- ・食育推進団体と連携し、事業展開を図り、「食」の推進を図っていく。

## (3) 人材育成・研修活動

### 《具体的な方策》

- ① 「せいか365プロジェクト」及びテーマ別プロジェクト活動を通じた人材育成。

② 住民協働活動の参画者の育成。

③職員実践活動の推進。

★精華いちご体操の実施

毎月19日（原則）の就業前の実施

★健康エコウオークの実施

毎月第2水曜日（原則）のノー残業の日を利用し、終業後に庁舎を発着点とするウォーキングコースにより、まちの美化活動も含め「エコウオーキング」を行う。

★健康増進活動等への参加促進と事業企画の検討

#### 〈重点内容〉

・住民協働による健康長寿のまちづくりを推進するため、住民協働による活動の支援に携わること、また、住民協働活動の支援についてPDCA サイクルにより、より良い支援方法について検討することで職員の人材育成を図るとともに、より主体的な活動となるよう支援し、参画者の育成を図る。

・職員活動の実践により、職員の健康づくり活動への自発的な参加を促すための方策を検討するとともに、住民協働による事業展開につながる内容を検討する。

### （4）研究活動

#### 〈具体的な方策〉

①職員健康意識・実態調査の実施

対象者：全職員（正規職員）

実施時期：令和2年2月頃

②「せいか365」普及状況調査の実施

#### 〈重点内容〉

・職員健康意識・実態調査により、健康への意識の変化や全庁的な健康づくり活動に対する意識や活動について調査を実施し、調査内容を踏まえて職員の意識向上に対する対策を検討していく。

・各種事業（イベントや講座等）の実施において、せいか365の認知度や活動の周知と普及状況の把握に努める。

## (5) 企業・大学・団体等との連携研究活動

### 《具体的な方策》

- ①京都大学との連携協力による健康プロジェクトの実施  
京都大学COI拠点への参画を行い、精華町をモデルケースとする健康サポートシステムの構築に向けた調査研究への協力連携等を行う。
- ②同志社大学との連携協力による健康づくり活動の実施  
同志社大学スポーツ健康科学部との連携による、住民を対象とした講演会などを実施する。  
同志社大学等へ「サルコペニア及び認知症早期発見」の研究協力を行う。

## (6) 各種会議の計画的な開催

本部会議、事務局会議、部会会議、テーマ別プロジェクト会議・活動などを計画的に開催・実施し、事業の推進を図る。