

アクション	ぷらん及び取組周知	令和4年度 計画(予定)
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">あなたの主役 みんなで広める健康づくり</p>	<p>一人ひとりにあった健康づくりの促進</p> <p>市民一人ひとりが生活習慣を見直し改善していくために</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の健康状態を把握 自分にあった健康に関する知識や情報などを習得・理解 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>知識等の習得(選択)・理解</p> <p>健康チャレンジ10か条を知ってもらいながら、健康づくりへの意識づけを行う</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診及び特定保健指導、がん検診の実施 健診及び結果説明会場における健康チャレンジ10か条のチラシ配布、パネル展示等 結果説明会でのInbody測定、みそ汁塩分測定等 糖尿病予防教室、市民公開講座(高血圧)の開催 まちづくり出前講座(健康測定(Inbody)、10か条啓発、健診啓発、生活習慣病予防、フレイル・肥満予防)の実施⇒健康チャレンジ10か条の認知度等アンケート調査の実施 広報における健康情報の提供(10か条を用いた啓発、具体的な取組紹介) 健康チャレンジ10か条リーフレットの配布(小5・6年生、小6・中3保護者) 食生活改善推進会による食を通じた健康づくり活動(バランスのよい食事についての紙芝居作成、出前講座・Youtubeを活用した簡単レシピの動画配信) ふくおか健康ポイントアプリの活用普及、こがんよかポイントキャンペーンの実施、アプリを活用した健康情報の発信
	<p>子どもたちの規則正しい生活習慣の形成を促進</p> <p>妊産婦・未成年者の喫煙・飲酒のリスクについて普及啓発</p> <p>働く世代の健康づくりの推進：健康経営に取り組む企業の増加</p>	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児健診(4か月、10か月、1歳半、3歳)の実施 ⇒幼児健診での健康チャレンジ10か条リーフレットの配布 小学校における健康(Inbody)測定・健康学習(フェスタ等：未定) 赤ちゃん(全戸)訪問時に、健康チャレンジ10か条のチラシを配布 でんでんむし(子育て広場)での簡単野菜レシピの配布 企業における健康(Inbody)測定・健康講話(希望者のみ) 婚姻届提出者への健康啓発物品の交付(減塩・肥満対策)
	<p>フレイル予防</p> <ul style="list-style-type: none"> 低栄養予防 筋力アップ 社会参加 	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(ポピュレーションアプローチ、ハイリスクアプローチ) シニアクラブ、福祉会、ヘルス・ステーション等における健康(Inbody)測定及び健康講話 高齢者男性を対象としたフレイル予防や減塩に関する料理教室の開催 地域リハビリテーション活動支援事業の再開 介護予防サポーターによる地域における介護予防活動の促進
<p>健康チャレンジ10か条の推進</p>		
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">まちの健康づくり</p>	<p>健康を支え守るための社会環境づくり</p> <p>一人ひとりの取組を後押しするために</p> <ul style="list-style-type: none"> 地域の様々な団体・組織等(市民活動団体、保育所、幼稚園、学校、職場、店舗)の主体的な取組を促進 地域の様々な団体・組織や行政等との協働による取組を促進 行政各課の健康に関する施策・事業の推進 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>健康チャレンジ10か条を取り入れた 主体的な取組の促進</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>担い手の育成</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> 地域の出前講座、ヘルス・ステーション、イベント等において健康(Inbody)測定を開催 地元企業での健康(Inbody)測定・健康講話の実施 健康づくり等関連サポーター合同研修の開催 健康づくり関連サポーターによる健康チャレンジ10か条の周知と推進 ヘルス・ステーション設置活動支援
	<p>健康チャレンジ10か条推進プロジェクト</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康づくり等関連サポーター養成講座の企画・実施 ヘルス・ステーションの設置や活動支援 	<ul style="list-style-type: none"> 健康チャレンジ10か条推進プロジェクト(委員10名：所属10団体で啓発を実施) 健康づくり推進員養成講座：6月30日、7月12日開催予定 おとなフードスクール(ヘルスメイト養成講座)：6月8日から開催予定 介護予防運動サポーター養成講座：6月7日から開催予定 介護予防音楽サポーター養成講座：6月15日から開催予定 ゆいサボの開催 ヘルス・ステーション設置活動支援

健康寿命の延伸
・
健康格差の縮小

