

## 人材育成と地域づくり

### 《人材育成》

「健康づくり推進員」、「食生活改善推進員」「介護予防運動サポーター」「介護予防音楽サポーター」は、市民の健康増進・介護予防を地域で支える人材として、健康づくり活動や食育活動、介護予防活動を実施。

#### 【今年度の主な活動内容】

##### ○健康づくり推進員

・月に1回の定例会(健診受診や動脈硬化予防などの研修会)、出前講座等での健康測定の出務。

##### ○食生活改善推進員

・月に1回の定例会(フレイル予防の研修、調理実習など)、紙芝居やYoutubeでのレシピ動画作成に加え、減塩に関する食育パネルの展示を実施。

##### ○介護予防運動サポーター

・年10回のフォローアップ研修(ボール体操やニギニギ体操の復習や介護予防に関する講話)

・「運動やってみ隊」は2か月に1回の定例会(出前講座の報告や実技の復習)

「測ってみ隊」は年に1回の体力測定の講習を実施。

##### ○介護予防音楽サポーター

・定期的な定例会及びフォローアップ講座(鍵盤ハーモニカを含む音楽活動等)、市内18か所の介護予防音楽活動のサポート

#### 【今年度の人材養成状況】(令和5年1月末時点)

○健康づくり推進員	養成講座受講者4名	委嘱者4名
○食生活改善推進員	養成講座受講修了者10名	加入者未定
○介護予防運動サポーター	養成講座受講者13名	登録者5名
○介護予防音楽サポーター	養成講座受講者8名	加入者未定

### 《ヘルス・ステーション》

【設置数】14か所／46行政区中(令和5年1月末現在)

#### 【活動状況】

健康づくり活動(運動・健康講話など)の実施 14か所(予定も含む)／14か所

※新型コロナウイルス感染症の影響も含め、運営委員の人材確保が困難となり、1か所廃止手続き中。

##### ●情報交換会の開催(12月12日)

13行政区(27人参加)

事前に各行政区から収集した活動情報を基に現状と課題を確認。参加者間で意見交換を行いながら、お互いに気づきを得る機会となった。

#### 【課題及び今後の展望】

- ・新型コロナウイルス感染症の影響による活動機会の縮小や住民同士のつながりの希薄化。
- ・運営委員の高齢化による人材不足のため、活動に負担を感じている。各行政区の状況に応じた形で活動が継続されているが、今後の対応を含めて検討していきたい。