

『高知市いきいき健康チャレンジ』活動展開イメージ図（案）

高知市 いきいき健康大作戦

いきいき健康チャレンジスタートイベント(326名参加) → 高知市いきいき健康チャレンジ2016(522名チャレンジ中!) → 結果報告会・表彰式

**市・協議会** **健康パスポート発行**

- 平成28年9月19日(月曜日)
- 場所:総合あんしんセンター
- 講演 高知大学 宮野伊知郎 氏
- 運動 日本健康運動指導士会 岡田万菜実氏
- チャレンジ応援コーナー 従事者計66名

高知市歯科医師会・高知県歯科衛生士会  
高知市薬剤師会・高知県栄養士会・日本健康運動指導士会高知県支部・高知検診クリニック・全国保険協会高知県支部・株式会社サニーマート・高知市食生活改善推進協議会・高知市保険医療課・高知市民図書館・高知県立大学学生ボランティア・健康増進課

参加者 326名(従事者等含む)  
他、お子さんの参加約20名

**市民**

チャレンジ目標

- 体重測定 252名
- 血圧測定 108名
- 8000歩あるく 124名
- 休肝日 32名
- 禁煙 6名

個々人による実践

**市・協議会**

チャレンジ応援講座

- 平成28年10月30日(日曜日)  
食事編 講師:高知県栄養士会  
高知市口腔保健支援センター
- 平成28年11月20日(日曜日)  
運動編 講師:日本健康運動指導士会  
高知県支部
- 平成28年12月9日(金曜日)  
運動編 講師:日本健康運動指導士会  
高知県支部

個々人による実践

**市民** **市**

- 取り組み結果報告10月末より順次提出中  
(健康増進課へ結果を提出)
- 取り組み結果確認・抽選会参加券発行  
**結果報告会部門賞審査会**

**市・協議会** **健康パスポート発行**

- 平成29年2月26日(日曜日) 10時~13時
- 場所:総合あんしんセンター 定員200名
- 表彰式・結果報告会**  
(取組者の報告の場とする)
- チャレンジ応援講演会 約30分
- ストレッチ(皆で体を動かそう)
- チャレンジ応援コーナー(案)

高知市歯科医師会・高知県歯科衛生士会  
高知市薬剤師会・日本健康運動指導士会高知県支部・高知市スポーツ振興事業団・高知県栄養士会  
高知検診クリニック・全国保険協会高知県支部  
株式会社サニーマート・高知市食生活改善推進協議会・高知市保険医療課・高知市民図書館・高知県立大学学生ボランティア・健康増進課

**市・協議会**

**市全体への広がり**

- ・地区組織や地元商店街等との繋がり強化
- ・職域や小中学校の保護者等若い世代への広がり
- ・申込や記録の簡素化(WEBの活用)

**市民** **市**

- ・チャレンジ事業効果の分析・評価  
(取組み効果確認・新たな改善目標の発見)
- ・翌年度健診受診
- ・記録ノートの返却時に次につながる健康情報発信(新年度のいきいき健康チャレンジ・健康パスポートの予告)

チャレンジ継続  
チャレンジ期間:3ヶ月 実践・記録

**市・協議会**

- ・課題(改善課題)の共有
- ・協議会での評価結果報告

翌年度取り組みへ いきいき健康チャレンジ 9月スタート(春野8月)

課題:市民(健康無関心層)へのひろがり・広報の仕方 WEBを活用した申込や記録の簡素化  
高知家健康パスポートとの連携(広報時の活用)

健康パスポート活用事業 ヘルシーポイントシール40枚貼ると...  
高知家健康パスポートとくみ者抽選会  
平成29年2月28日締切 当選者に連絡

高知県健康パスポート事業[20歳以上の市民対象] 平成28年9月末現在 高知家健康パスポートを取得した高知市民数 1921名