

いきいき健康チャレンジの課題

課題①

事業について「知らなかった」「初めて聞いた」という声もまだ多く、十分に周知・啓発が行き届いていない現状がある。

課題②

既存のいきいき健康チャレンジの様式・運用方法では、障害のある方の健康づくりには活用しづらい。

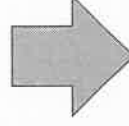
課題③

職場グループでの取組（継続，新規）の増加につながらっていない。

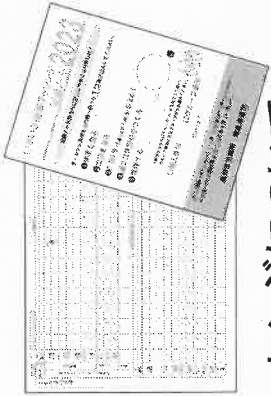
取組①

課題①

事業について「知らなかった」「初めて聞いた」という声もまだ多く、十分に周知・啓発が行き届いていない現状がある。



- ・ 協力団体との連携
- ・ 地域のグループ参加への呼びかけ
- ・ 障がいのある方への周知



高知市いきいき健康チャレンジについて

～今年度の取組について～



高知の健康8きょうだいに
トマトちゃん

令和5年度第2回高知市生活習慣病予防に関する協議会

令和6年1月26日（金）

健康増進課

いきいき健康チャレンジ実績

指標	申込期間	H30 6月～10月	R1 6月～10月	R2 6月～10月	R3 4月～10月	R4 4月～10月	R5 4月～10月
●いきいき健康チャレンジ 申込者数		2,606名	2,401名	1,647名	1,453名	1,515名	1,672名 (目標値2,500名)
●健康づくりへの意識の変化 (これまで健康づくり活動に取 り組んでいなかった人の取組 みへの継続意思) ※記録ノート より		95%	92.4%	89.5%	89.1%	92.4%	集計中 (目標値95%以上)
●最後まで取り組めた人の 割合 (記録ノート提出率)		77.3%	72.6%	72.4%	72.3%	71.4%	集計中 (目標値75%以上)
●60歳未満の参加割合		52.5% 1,370名	50% 1,201名	56.5% 930人	59.2% 860人	53.4% 809人	49.2% 822人 (目標55%)
●新規参加者の割合		—	—	49.2%	47.1%	47.4%	45.5%

取組① 協力団体との連携

【量販店でのイベントの実施】

- 健康づくり応援事業（7月～10月）
 - ・ サニーマート（六泉寺店, とさのさと御座店）
 - ・ サンシャイン（高須店, 針木店）
 - ・ サンブラザ（百石店, 朝倉店）



- フジ健康フェスタ（10/7～10/8）



お店のスペースを一部お借りして、血圧測定、塩分味覚域チェック、お口の機能チェック等を行いました。健康に関心が薄い方にも啓発をする機会になりました。

取組① 地域のグループ参加への呼びかけ

- 高知医療生協
支部ごとの健康づくり委員会への呼びかけ
- 高知市農業協同組合
JA高知市女性支部支部長会での事業の説明 など

	R4	R5
地域グループ 申込数	8グループ	↑ 31グループ

取組① 協力団体との連携

- イオンSDGsイベント（9/24）

内容

- ・ 5つの体験ブースを用意し、ブース毎にシールを配布するシールラリーを実施。シールをすべて集めた参加者には景品のお渡し。
- ・ 高知学園大学による栄養に関するステージイベントの実施。



来場者に対し、1つの分野だけでなく、幅広い分野にわたる啓発を実施することができたイベントになりました。

	R4	R5
量販店イベントでの 申込者数	58名	↑ 152名

取組① 障害のある方への周知

- 障がい者就労支援事業所への訪問

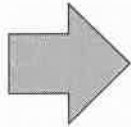
	R4	R5
訪問事業所数	12か所	↑ 24か所
申込者数 (職員含む)	45名	↑ 63名



取組②

課題②

既存のいきいき健康チャレンジの様式・運用方法では、障害のある方の健康づくりには活用しづらい。



誰もが使いやすいよう

記録ノートの様式や記入項目等の見直し

取組② 記録ノートの様式や記入項目等の見直し

●今年度、事業に参加した障がい者就労支援事業所に対して、ヒアリングを実施。



障がいのある方の健康課題を把握し、ニーズに合わせて、記録ノートに必要な項目を見直す。



就労支援事業所
職員の声

- ・栄養バランスの偏りが目立つ。
- ・過量飲酒、喫煙など、よくない生活習慣が目立っているが、それらがどのように健康状態に悪影響を及ぼすのか、理解が不十分な利用者も多い。

→ ノートに挟む、健康情報を記載したチラシの内容を再検討。

取組② 記録ノートの様式や記入項目等の見直し

追加取組【食習慣チェック】

の取組率

(3つの項目のうち、いずれかに取り締り込んだ人の割合)

【R4年度】

25.8%



【R5年度】

37.6%

(R6.1.12時点)

よくかんで食べた (O/x)				
毎食野菜を食べた (O/x)				
減塩を心がけた (O/x)				



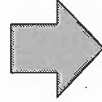
なぞりたくなるよう、あらかじめO×を点線で記載。

よくかんで食べた	○	×	○	×
毎食野菜を食べた	○	×	○	×
減塩を心掛けた	○	×	○	×

取組③

課題③

職場グループでの取組（継続、新規）の増加につながっていない。



- ・過去に参加した事業所への呼びかけ
- ・職場グループでの取組への働きかけ

取組③ 職場グループでの取組への働きかけ

- 過去2年間に、事業に参加したことのある事業所へ連絡し、今年度の引き続きの参加を呼びかけ。
- 健康教育でつながりを持った事業所に、本事業の紹介。

	R4	R5
職場グループ 申込数	87グループ (35事業所)	↑ 73グループ (37事業所)
事業所 新規申込数	6事業所	↑ 8事業所

来年度に向けて

● 関係機関や地域との協働の取組

- ・健康づくりに取り組む人が増加するように、いきいき健康チャレンジを継続しつつ、様々な関係機関と協働して健康づくりの取組を展開する。
- ・関係機関や民間事業所、地区組織活動に働きかけ、より多くの市民が身近な場で健康づくりに取り組み、継続できる環境づくりをすすめる。

例えば

地域のサロン・健康支援薬局・公民館活動・民間事業所のイベントなど..

来年度のイベント開催予定

- スタートイベント ……5月下旬～6月上旬
- 応援講座【栄養編】 ……7月
- 応援講座【運動編】 ……9・10月頃の2回開催予定
- 結果報告会 ……2月
- 健康チェックデー ……年度内に4回開催予定

(測定内容：体組成、骨密度、血管年齢、脳年齢、握力)



来年度に向けて

● 働く世代へのアプローチ

- ・職場の経営者や健康づくりの担当者と話をする機会をつくり、健康経営の視点で、職場の健康づくりのーつとして、本事業に取り組む事業所を増やす。

● 記録ノートの内容や申込方法の見直し

- ・障害の有無や年齢に関わらず、多くの人に、本事業を健康づくりに取り組むきっかけにしてみたいよう、ノートや申込方法を見直していく。