

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

市民けんこう大学関連事業

運動

食

団地まるごと

その他

事業概要

生涯を健康で暮らしていくための三大要素「心・身体・食」の健康に関する各種講座を年間通して実施し、所定の単位を取得した方を「健康づくりマイスター」「健康づくりプロフェッサー」に認定する。「健康づくりの自己管理」「健康づくり意識の地域への普及」「健康の仲間づくり」を目的に掲げ、一年毎に「市民けんこう大学」「市民けんこう大学院」「市民けんこう大学修了生の会」と希望者が進級していく体制をつくり、家庭や地域における健康づくり知識普及の原動力となる人材の育成を目指す。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算 * 26年度予算・・・705,600円
 - ・市民けんこう大学:実数67人(11月末現在延人数589人)
 - ・市民けんこう大学院:実数38人(11月末現在延人数300人)
 - ・市民けんこう大学修了生の会:実数37人(11月末現在延人数203人)
- 講座内容の企画・検討(4月～5月)

参加者が楽しみながら年間を通して受講できるように、森林セラピーやノルディックウォークなどの課外講座を取り入れたほか、行田特産青大豆を使った豆腐づくりなどの体験型事業も盛り込んだ。(年間実施講座:市民けんこう大学全15講座・大学院全13講座・修了生の会全13講座より参加者が自由選択)
- 受講生の募集(6月)
- 大学および大学院の開講・講座の実施(7月～)
- 修了証書授与式(2月)
- アンケート集計による健康データの分析・・・分析結果を受講生に講座の中で報告
(分析対象者数:参加実人数)

事業効果

- 健康づくり意識の向上
 - 受講することによって、自身の生活習慣の改善や見直しに効果があった
 - 受講内容を家族や知人に話すなど健康づくり知識の普及啓発につながった
- 事業の継続性・・・25年度大学院修了者52人中37人が26年度修了生の会に参加
- 社会保障給付金の抑制や健(検)診受診率の向上が期待される

その他

- 事業成果が見えにくい・・・事業評価の方法を検討していく必要がある
- 自主組織を目指して「修了生の会」の今後の活動内容を検討していく