

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

生活習慣病対策講座

運動

食

団地まるごと

その他

事業概要

市民の健康づくりの一環として糖尿病、慢性腎臓病予防を目的とし実施している。
糖尿病編、慢性腎臓病編、食生活編、調理実習編の4回の講座を専門医や管理栄養士、保健師、歯科衛生士が講師となり実施している。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
延べ人数116人(実53人) ・ 188千円
- 講座の内容
糖尿病編、慢性腎臓病編、食生活編、調理実習編の4回講座を開催
専門医、歯科衛生士、管理栄養士、保健師などの専門職による講義・実習
- アンケート、振り返りシートによる知識、生活習慣の確認
各講座受講者へ講座直前・直後にアンケートを実施
2か月後には慢性腎臓病編受講者を対象に「振り返りシート」を実施
講座受講者に健康づくりポイント事業への参加を促しフォロー

事業効果

- 平成26年度のアンケート結果では、講座受講後には知識の理解度が上昇した。また、生活習慣改善の取組み意欲も上昇した。
- 講座受講2か月後に実施した、「振り返りシート」の結果では慢性腎臓病編参加者の86%が家族や友人に講座で得た知識について伝達していた。

その他

- 参加者の多くは健康に関心がある層なので、健康に関心のない層が参加するよう効果的なアプローチを検討していくことが必要。