

平成28年度事業 参考資料

28年度中央区健康づくり事業のご提案

2015年7月●日
NTT西日本

- ◆ バイタルデータデバイス(歩数計、体組成計や血圧計等)を活用し、街歩きを行いながらバイタルデータを定期的に取り得し、健康づくりへの意識向上や健康維持を促進する。
- ◆ 登録した歩数をグラフ表示、各種ランキング表示を行うことで、住民同士のコミュニケーションのきっかけ作りやモチベーション維持を図るとともに、店舗にも協力を仰ぐことで、街の活性化にも寄与する。



ごみゼロキャンペーンウィーク実施による中心市街地の美化活動

中心市街地の商店街にて、ごみゼロキャンペーンウィークを実施、熊本市中央区役所、商店街商店主、green bird 熊本チーム 3 者で連携して、街の美化及び快適な街づくりを行う。

同キャンペーン期間中は、3 者連携でゴミ拾い活動の実施や、より美しい商店街を目指し、花壇の設置、美化活動に関連した音楽、又はトークイベントの開催。

対象とする商店街は、「安政町三年坂通り」または「城見町通り」とする。

街で働く方、街を利用する方々へ地域の美化について興味をもって頂き、身の回りの地域においても美化(ごみ削減)活動の良さと、「ごみ拾いなんて恥ずかしい」などのハードルを低くする事を目的とする。

また観光客の皆さんに、「熊本の街はキレイ」と感じて頂き、熊本を好きになって貰いたい。

公・民・ボランティア団体の交流によって、街に関わる人たちの横の繋がりを形成、強化する事で、街の美化活動について一定の理解と協力を高める事が出来る。

・トークイベントや音楽イベントを実施する場合、対象となる出演者の選定や依頼した際に掛かる公演料等の捻出。場所の確保。

・チャリティーイベントとして立上げ、集まったお金で街の美化に投資する方法を無理の無い計画で実施する事。

・規模が大きくなれば、実施するにあたりある程度のボランティアスタッフの確保が必要。その場合、熱心に協力頂ける人材の確保も課題。

- ・ごみ拾い活動の取りまとめや、活動に必要な道具の準備等。また安政町や城見町通りへの協力申請。
- ・今後この活動を続けていける様、継続性を構築する為のシステムづくり。

中心市街地の美化活動風景

蓮政寺公園集合



上・下・新市街アーケード以外の裏通り



食生活改善推進員とは

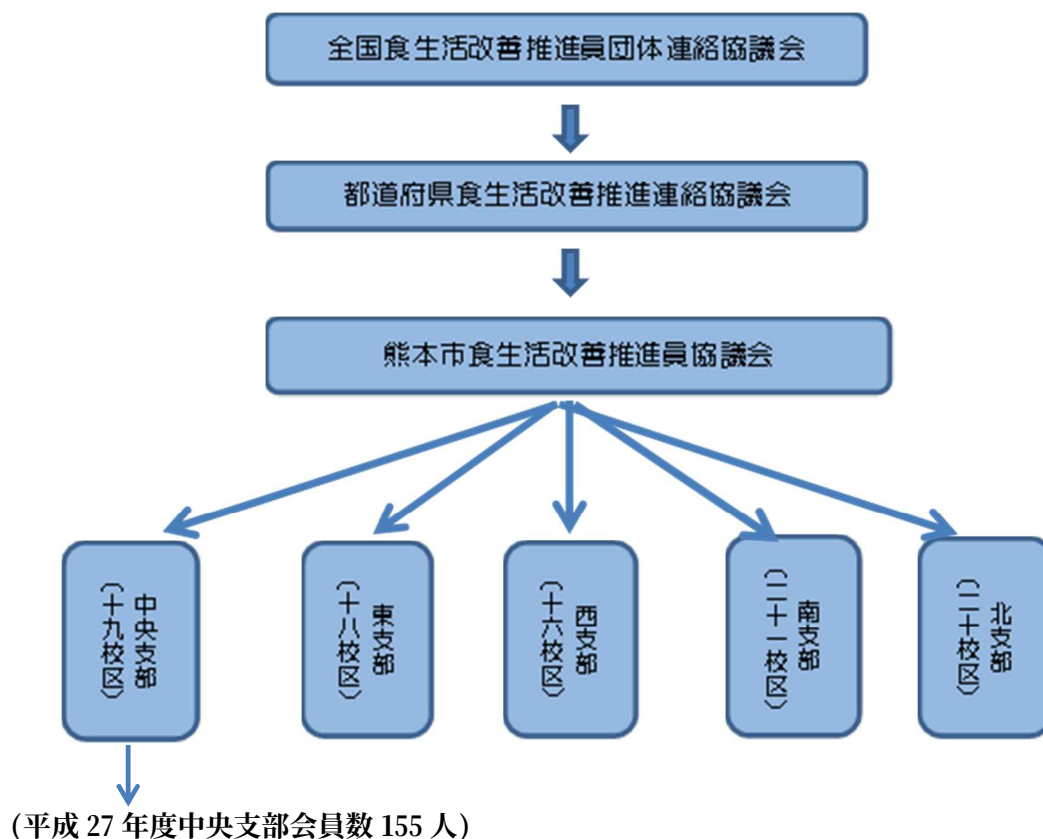
わが家の食卓を充実させ、地域の健康づくりを行うことから出発した食生活改善推進員は、「食生活を改善する人」を意味します。豊かな感性と知性と経験が一人ひとりの力となり結集され、“私達の健康は私達の手で”をスローガンに、食を通じた健康づくりのボランティアとして活動を進めている。

熊本市食生活改善推進員協議会概要

熊本市では、平成3年より食生活改善を中心とした地域で健康づくりの普及啓発活動を行うボランティア「食生活改善推進員」を育成している。

平成5年に熊本市食生活改善推進員協議会として組織化され、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、「食」を通じた健康づくり、まちづくりの地域活動を展開し、本年度、結成24年目を迎える。

熊本市食生活改善推進員協議会組織



活動内容

地域に密着して、身近な所での市民のみなさんの健康づくりを目的に、熊本市から委託を受けて行う、すこやか食生活改善講習会（調理実習）やエコレシビ講習会、また、地域活動として行う高齢者サロンや子育てサークルでの調理実習やおやつ作り、保育園などでのエプロンシアターや試食作成等、いろいろな食育に関するボランティア活動を実施している。

食生活改善推進員になるためには

熊本市が開催する「すこやかくまもと栄養セミナー」を受講し(20単位)、修了証を得たあと、熊本市食生活改善推進員協議会に入会することで食生活改善推進員になることができる。

入会後は、居住地の支部ごとに活動を進めていきます。

(以下、日本食生活改善推進員協議会ホームページ抜粋)

食生活改善推進員は食育アドバイザー 平成 17 年「食育基本法」が施行されたことから、食生活改善推進員は、地域における食育推進の担い手として、「食育アドバイザー」を併名されました。子どもから高齢者まで、健全な食生活を実践することのできる食育活動にとりくみ、食事バランスガイドの普及・地産地消・郷土料理や行事食、食文化の継承などという大きな視点から食育を捉え、健康づくり活動を進めています。

食べることは生きることの基本です。地域の健康づくりの輪が食生活改善推進員の力で地域全体に広がっていくことを期待しています。

食生活改善推進員の役割 21 世紀は 65 歳以上の高齢者が、4 人に 1 人となる超高齢社会になりました。私たちはこれまで元気で長生きで健やかに過ごせる長寿社会を目指して活動を進めてきました。しかし現在では生活習慣病の増加が大きな問題となり、その原因は日頃の食生活に深い関係があるとされています。このような状況を背景に食生活改善推進員は、「私達の健康は、私達の手で」をスローガンに、バランスのとれた食生活の定着を目的に、自主的な活動と行政への支援活動の両面から進めています。「家族」、そして「お隣りさん、お向かいさんへ」と働きかけ、仲間とのふれ合いを通じて、地域ぐるみのよりよい食習慣づくりを始めます。この“草の根運動”が食生活改善のための地区組織活動となり、お互いの交流を深め、問題解決に向かって協力し合い、人と人とのつながりの輪が広がっていくことでしょう。最初は小さな活動も、その結果がよければ、次々とその輪が広がっていくのが地区組織なのです。住みよい健康で文化的なまちづくりをめざし、自分の住む地域に愛情と誇りをもち、「我がふるさと」という意識を持ち活動を進めます。

S t a r t - u p , 中央区 ～中央区内に存在する様々な課題の解決を図るためのワークショップの実施及びそこで出た多種のアイデアの実現～

《目 的》

まちづくりにおける面白いアイデアをどうすれば実施できるのかを、*WS と実践を通してノウハウを蓄積し、アイデアを形に変えることのできるプレイヤーを増やし、またこの機会により行政・民間の垣根を越えたつながりを創出することで本当の意味での市民協働を確立する。*

《ルール》

- ① できない理由を探すのではなく、どうやったらできるのかを考える。
- ② 行政の予算を使う場合は、公益性・平等性を重視すること。

《全体の流れ》

- 手順① 委託業者の選定
- 手順② WS の講師の選定
- 手順③ WS 開催
- 手順④ アイデアを審査し、予算配分
- 手順⑤ 事業実施
- 手順⑥ 反省 WS
- 手順⑦ 委託業者より事例報告