



明日香村 健康なむらづくりに関する村民 サミット

平成 28 年 6 月 5 日

健康づくり勉強会を行いました！

平成 28 年 6 月 5 日 18 時 30 分より、健康福祉センター「たちばな」にて健康を切り口にしたワークショップを開催しました。85 人の方が集まり、村の健康課題（実態）や今後の健康づくりの方向性を共有しました。

明日香村国保診療所所長武田医師より、サミットについての説明の後、アイスブレイクからスタートしました。

● 地域診断から見える健康課題

健康づくり課中屋保健師より、死亡の原因や特定健診の結果から見えてくる健康課題について全員参加の〇×クイズで楽しく知ることが出来るよう説明を行いました。

参加者は、グループにわかれ隣の方と談笑しながら、病気や生活習慣について一問一問、〇×の札を掲げ歓声やため息を発していました。

● 最先端の技術でおせっかいを

奈良県立医科大学講師佐伯医師より、すいみんリズム健診について、最新の医療機器などを用いて、健康状態を把握し、そのことから何がわかるのかをクイズも交えながら説明がありました。

健康に対して、予防の観点を知っている人からすれば、至れり尽くせりの健診ですが、ともすれば、おせっかいな健診と思われることから、健診の大切さを知って頂くことは、健康に対して重要なことだと語られていました。

● 話し合う「村の健康課題」

つなぐあすか（明日香村地域・多職種連携ネットワーク）のメンバーがファシリテーター（進行役）となって、各グループで自分・家庭・村のそれぞれの場合における健康課題について考え、ディスカッションを行いました。

〈参加団体〉

- 総代会
- 老人クラブ連合会支部
- 更生保護女性会
- 民生児童委員協議会
- 食生活改善推進員協議会
- 婦人会役員
- 体育協会
- 楽スポあすか役員
- 介護予防ボランティア
- 子育て支援ボランティア
- 赤ちゃん訪問員
- 子ども会連絡協議会



📷 健康クイズに一齐にあがる○×と真剣な眼差しがスクリーンに突き刺さる



📷 『健康づくりのために 100 万円があったら何に使いますか？』と体全体で参加者に語りかける武田医師

● 健康を思う気持ちは同じですね

全 8 グループから明日香村としての健康課題と地域の大切なこととそのことに対してどんなことをしたらいいかの発表がありました。主な意見（気持ち）としては「運動の習慣をつくる」「近所のつながりを強める」「居場所や役割をもてるようにする」「多世代間の関わり」などがありました。そして、なにより「健診に行く」といった今から出来ることを感じていただけたことが皆さんの明日からの健康づくりにつながる話し合いでした。



📷 すいみんリズム健診は「おせっかい？」「よりよいサービス？」と笑顔で語りかける佐伯医師



📷 たくさんの意見が、皆さんの気持ちを表しています。

今回、開催した健康づくりに関する団体を対象としたサミットをスタートとして、6月30日より村内を11のブロックに分け、各地域の集会所などで「健康づくり勉強会」を開催しています。

今回のサミットで行ったように、明日香村の元気レベルについて知ってもらい、安心して健康に暮らせる村をみんなで考える会にしています。

最新の健康情報にプラスした内容盛りだくさんの勉強会です。まだ開催されていない大字の皆さんの参加をお待ちしています。

健康づくり課

TEL : 0744-54-5550 FAX : 0744-54-5551

Mail : kenko@tobutori-asuka.jp