

地域へ飛び出せ！ 健康マイレージプロジェクト

対象とする課題

基本構想でうたわれた「いつのまにか健康になっているコミュニティ」の実現のために以下の2つを課題とします。

課題1：「行動」と「継続」を支援する仕組みが不十分

- 生涯を通じ健康な生活を送るためには、健康づくりの主役は自分自身であることを自覚し、自らが主体的に行動、継続することが大切です。しかし、いくら自覚しても、一人ではなかなかできない、そもそも実践できる場が少ない等、「行動し」「継続する」ために解決すべき仕組みが必要です。

課題2：失われつつある共助

- 由布市では高齢化率が30%を超える中、ご近所づきあい、婦人会や老人クラブ等の地域の中での支えあいや助け合い、見守り、声かけといった共助の機能が失われつつあります。それに伴い、今までは共助の仕組みの中で支えられてきた地域の健康づくりの場も失われてきています。

目 標

上記2つの課題を解決し、本プロジェクトでは、いきいきと楽しみながら日々の生活を送るなかで、健康づくりを意識していなくても「いつのまにか健康になっているコミュニティ」の実現を目指します。具体的には、健康づくりに取り組む場と市民が増えるよう住民主体の活動が身近な場所・多様な形で展開され、それらを医療機関や行政、ボランティア等が必要に応じて支援する仕組みを構築します。

基本方針

市民・コミュニティが、健康づくりの場を増やしやすく、また誰もが健康づくりに取り組みやすくするために、以下の事業に取り組みます。

- ① 健康マイレージの対象を拡大
- ② 健康マイレージの応募者数の増加
- ③ 地域で活躍する人材を支援

成果指標

指標名	直近値	目標値	指標の説明
健康マイレージ 対象事業数	27事業（H27年度） （担当課：20/他課：7）	50事業（H32年度） 担当課：20/他課：20/一般：10	健康マイレージポイントを 付与する事業数
健康マイレージ 応募者数	316名（H26年度）	1,500名（H32年度）	健康マイレージ1万ポイント 到達し、応募した方の実人数
健康づくりリーダー 派遣者数	ヘルスマイト（食推） 延123 ヘルスアップリーダー 延351 （H26年度）	700名（H32年度）	健康づくりリーダーが地域 に出向いた実績（延べ人数）

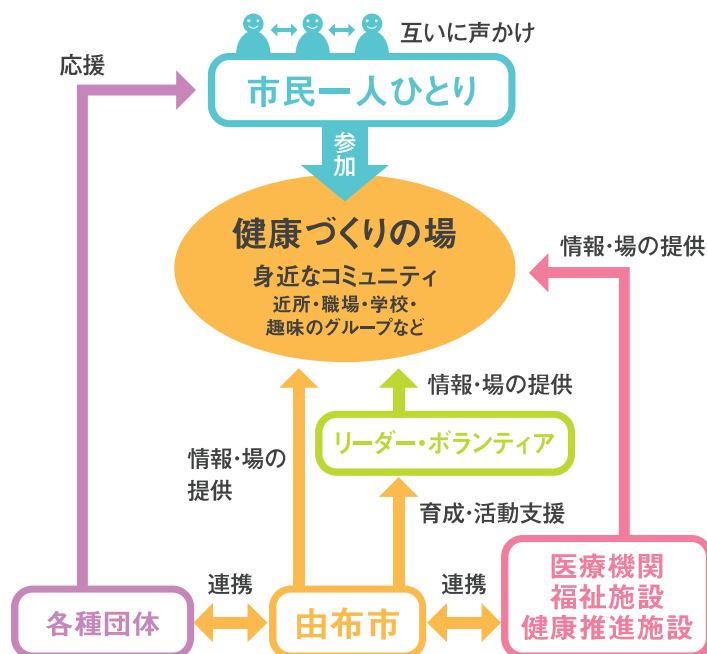
推進体制

市民一人ひとりが、積極的にマイレージ事業に参加し、身近なコミュニティで声をかけあい、ともに健康づくりに取り組みます。また、コミュニティのなかにおいては、ボランティアやリーダーとして、身近な健康づくりを支える役割を担います。

医療機関、福祉施設、健康推進施設等は専門職として、個々に合った健康づくりの情報発信（場の紹介、知識・技術の提供）を市民に、より身近な場所で行うよう努めます。

各種団体と連携して身近な健康づくりのコミュニティ活動を支援します。

※このプロジェクトにおいて「コミュニティ」とは、自治区や職場、学校、趣味の仲間等、個人が所属している全てのグループとします。



目標実現に向けた主な取り組み

	主な取組名	取組内容の説明	担当課	関係課
1	健康マイレージ対象拡大事業、応募者数増加	市民が健康づくりに気軽に取り組むための環境を構築すること、健康づくりに取り組む市民の増加を目的とする。由布市の健康づくりに寄与すると考えられる多様な団体の取り組みに対し、幅広くマイレージ付与を認める。また対象年齢を拡大し、幼少期からの健康づくりの「行動」と「継続」を支援する。取り組む市民の裾野の拡大。	健康増進課	全課
2	地域で活躍支援事業	市民一人ひとりが役割を持ち、シニア世代を含めた幅広い層が地域で多数活躍できるように、健康づくりの場への人材派遣の仕組みをつくる。また各々の自主性を認め、各種健康づくりリーダーや健康づくりに関するボランティアの地域での活動等の共助を支援する。関係団体や市は、すべての市民が自分に合った効果的な健康づくりができるように、個々の体力や疾患の状態に適合した健康づくりや場に関する情報提供を行う。	健康増進課	全課

目標実現に向けたステップと5カ年のスケジュール

	主な取組名	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度
1	健康マイレージ対象拡大事業	準備年				
2	健康マイレージ応募者数増加	準備年				
3	地域で活躍支援事業					



地域へ飛び出せ！
健康マイレージプロジェクト

