



ヘルスサポーターにおける 入門講座の実施について

～サポーター養成の今後の方向性～



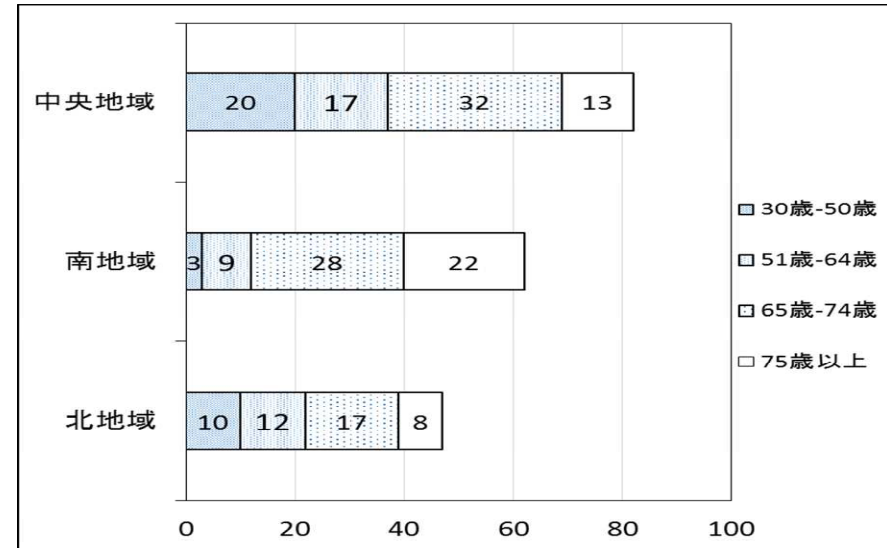
ヘルスサポーターの役割

- 自身の健康を管理する力を習得する
 - (1) セルフヘルスケアマネジメントの実践
- 地域におけるリーダーとしての役割
 - (1) 健康増進の普及
 - (2) 孤立予防・介護予防の推進
 - (3) 市の健康増進施策への協力

ヘルスサポーターの現状

地域 \ 年齢	30歳 -50歳	51歳 -64歳	65歳 -74歳	75歳 以上	総計
北地域	10	12	17	8	47
下新倉2	4	1		3	8
下新倉3		1			1
下新倉4	2	1			3
下新倉5		1	1	1	3
新倉1	2	1	5	2	10
新倉2		2	3	1	6
新倉3			4		4
白子3	2	5	4	1	12
中央地域	20	17	32	13	82
丸山台1			1		1
丸山台2			1		1
丸山台3	3				3
広沢	6				6
西大和団地	2	4	5	6	17
中央		2	2		4
本町	9	11	23	7	50
南地域	3	9	28	22	62
諏訪原団地		1	1	3	5
南1	2	3	10	6	21
南2	1	1	3	5	10
白子1		2	3	1	6
白子2		2	11	7	20
総計	33	38	77	43	191

※登録総数は213名。うち、市外在住者と職員登録者 22名。



・人口比に対し、北圏域のサポーター数が少ない
※人口は北圏域が一番多い(全体の4割強)

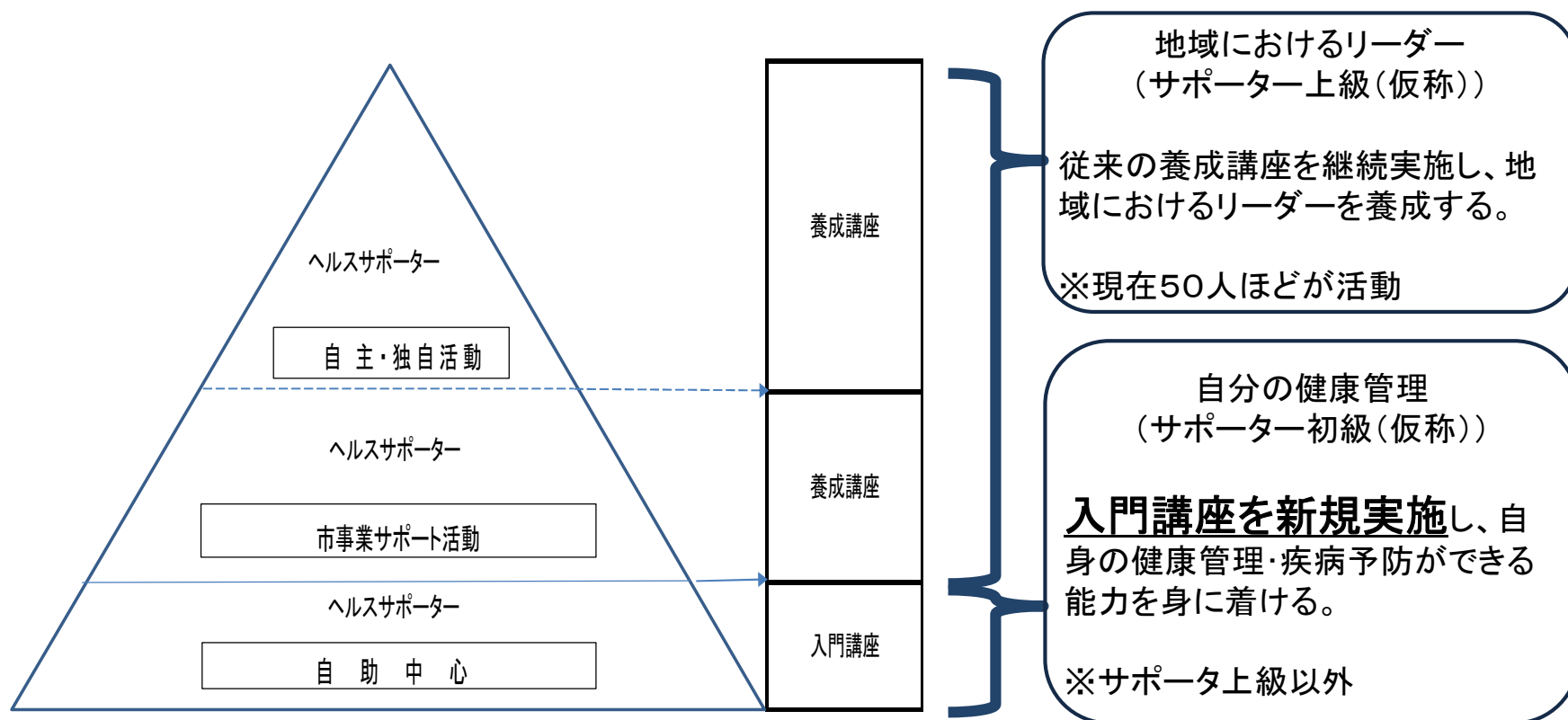
・南圏域においては、65歳未満の労働年齢のサポーターが他地域と比較して少ない

⇒圏域別の現状を踏まえた
養成計画が必要



ヘルスサポーターの構成

H30 ヘルスサポーターの組織図



・平成39年度に1,000人を目標とする
…現在の登録人数 約200人との乖離をどのように解消するか



サポーター養成講座の概要

- ・ 現行の養成講座(フルプログラム)

- | | |
|----------------|---------------------|
| ①市の健康施策、計画について | ⑥心の健康について |
| ②地域活動の重要性について | ⑦口腔の健康について |
| ③生活習慣病の予防について | ⑧食と栄養について |
| ④生活不活発病について | ⑨子育てについて |
| ⑤認知症について | ⑩自主活動報告(サポーターの活動報告) |

・ 1講座2時間 × 10講座 = 20時間の研修を5日間に分けて実施
(年2回実施、1回の参加者は概ね20人前後)

⇒ 講座が多く拘束時間が長いため、なかなか受講者が集まらない



入門講座(ショートプログラム)の実施

・ 上記10講座の中から、自身の健康管理に必要な最低限度の知識、要素を抜き出し、出前講座等概ね1時間以内の講義において知識の習得を図る



今後のサポーターの方向性

- サポーター養成講座(フル・入門両方)

⇒圏域別の分散や年齢区分別の分散を踏まえた講座の実施

- ①サポーター数の少ない北圏域においては、地域の自治会に個別に働きかけ、地域の拠点(出張所・公民館・児童館等)において出前講座を行う
- ②稼動年齢層の少ない南圏域(特に白子1丁目等)においては、大型のマンションの自治組合等に働きかけを行うor学校を通じて保護者層に働きかけを行う

- 階層別のサポーターの活躍

⇒サポーターの講習を二層化することでサポーターが階層化される。

それぞれの役割や動機付けを明確にすることで、今後の養成の指針とする。

- ①サポーター上級の活躍の場、メリット

- ・地域における健康増進のリーダー(自身の健康と地域の健康)
- ・健康マイレージ独自ポイントの付与

- ②サポーター初級の活躍の場、メリット

- ・日常生活における自身の健康管理
- ・健康マイレージの独自ポイントの付与