



ヘルスサポーターの現状報告



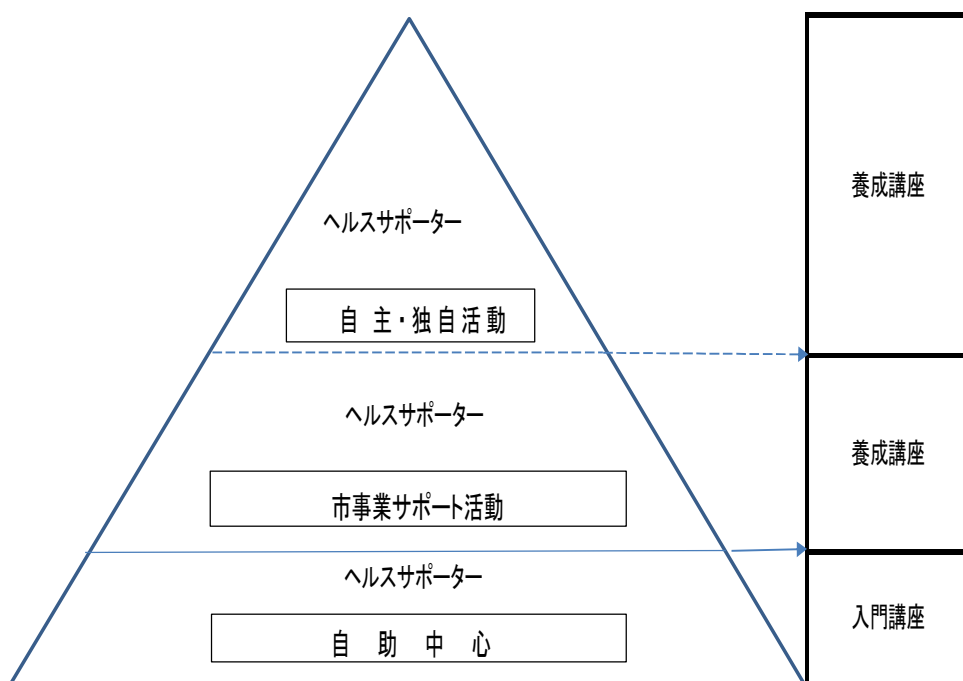
ヘルスサポーターの役割

- 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構成と養成数

ヘルスサポーターの構成



ヘルスサポーター数

養成講座 (フル)	245名
入門講座	43名
合計	288名

H31.3.31現在



ヘルスサポーター数増加のための対策と今後の課題

【対策】

- ◆ 入門講座の実施
⇒ H30年度 4回実施 43人修了
- ◆ 階層別のサポーターの活躍
⇒ ①自らが加入している自治会集会で、講座で身につけた運動指導を定期的に実施
②大規模団地からの依頼で団地内運動教室（毎月2回）で講師
③ヘルスサポーター定例会の運動教室・ウォーキング会を企画、実施
- ◆ 健康マイレージ独自ポイントの付与
- ◆ 養成講座（フル）・入門講座の周知の拡大

【今後の課題】

- ◆ 養成数増加に向けた広報活動、現在の対策の継続
- ◆ 地域活動の展開方法