

みんなで健康 生涯元気！

健康推進員 発足 10 周年

問合せ 健康課 健康増進係 (☎ 27-8137)

平成 24 年に市内全域に健康推進員が配置されてから 10 周年を迎えました。安心院町では昭和 62 年に発足し活動してきましたが、合併後、地域の健康づくり戦略の柱の一つとして市内全域にも展開されました。市が抱えるさまざまな健康課題の改善に取り組んでいます。

主な活動

健康推進員は各自治区の区長から推進され市長の委嘱を受けます（任期 2 年）。健康づくりを「自分」から「家族」「地域」へと広げていきます。

① まずは自分の健康から



研修会に参加し、健康づくりに必要な知識を深めます。自分と家族の生活について見つめ直し、地域の健康課題についても考えます。

② 家族・地域の健康づくり



それぞれの地域の健康課題に合わせて、家族・地域の方に塩分濃度計の活用や健診の受診、健康チャレンジの参加などを呼びかけます。

③ 地域での健康づくり (任意)



地域ごとに健康づくり教室の開催や参加の声かけ、チラシ配布や伝達講習による啓発など地域みんなの健康につながる取り組みを行います。

● 健康推進員を経験した方の声 ●

- ・自身の健康を意識して、運動や食事に気を使い始め、周りの方とも健康についての話題が増えました。
- ・塩分濃度計を地域の方にすすめたら、塩分を控えめにするご家庭が増えていて、とてもうれしいです。
- ・地域の中でコミュニケーションがとれ、区長さんや民生委員さんと協力して地域の活動ができました。

これまでの成果

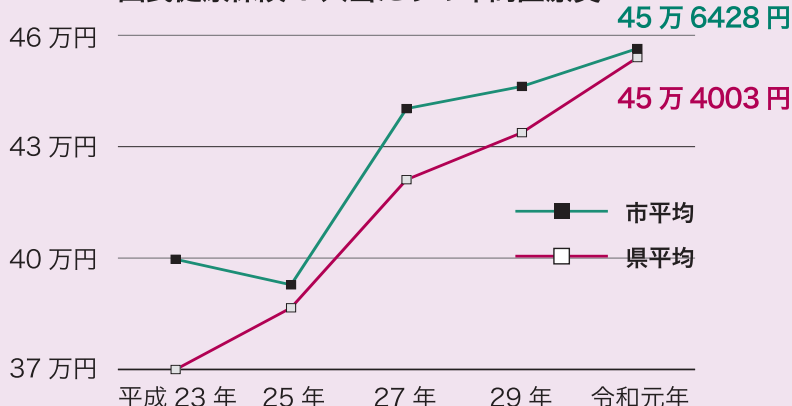
市では 1 人当たりの医療費が高いことが問題視されていましたが、この 10 年間で県平均との差は縮小しました。

また、健康維持の取り組み「健康チャレンジ」の参加者が増えるなど、健康意識の高まりがうかがえ、健康推進員の呼びかけが効果をもたらしています。



健康チャレンジ

国民健康保険 1 人当たりの年間医療費





県福祉保健部理事兼審議監
藤内 修二氏

今こそ、力を合わせて 新型コロナウイルスの克服を

宇佐市健康推進員発足10周年、
おめでとうございます。

安心院町の健康づくり推進員制
度が市町村合併後、宇佐市全域に
拡大され、465名の方が推進員
として活躍されていることに、心
から敬意を表します。推進員の活
動により、家族や地域の皆さまに
健康についての正しい知識を普及
させるとともに、健診受診や健康
づくりイベントへの参加を促す声
かけを行うことで地域の皆さまの
健康づくりに大いに貢献をしてい
ただいています。

藤内理事は旧安心院町の
活動時から、そして合併
後、市内全域に拡大する
にあたって長年の間、
健康推進員活動において
多大なご支援をいただい
ています。

コロナ禍の中、声かけや訪問な
どがためらわれ、思うように活動
ができずにもどかしい思いをされ
ている推進員もおられることと思
います。しかし、こんな時だから
こそ新型コロナウイルスの感染対策を地域
の住民に正しく伝えることも推進
員の重要な役割と考えます。ワク
チン接種をした上で、確実なマス
クの着用（屋内では不織布マスク）
と十分な距離（1m以上）をとる、
常時の換気（換気扇をうまく活用
して部屋の空気を入れ替える）、
同居家族以外との会食は控える、
そして、少しでも体調に変化があ
れば、早めにかかりつけ医などに
相談することが大切です。
新型コロナウイルスという未曾有の「災
難」を、皆で力を合わせて克服し
ていきましょう。



宇佐市長 是永 修治

健康推進員の活動が発足から10周年を迎え、その取組は今や全市的な
広がりを見せています。これまでに述べ2,300人の方が健康推進員を経験
され、健診の受診率の向上、お達者年齢の延伸など目に見える成果をあげ
てこられました。特に、10年前、県平均と大きくかけ離れていた市の国
民健康保険一人当たり医療費は今では県平均並みまで改善されています。

現在は新型コロナウイルス感染症対策についてもご協力をいただき、地
域と一体となった健康づくりを展開し続けておられることに感謝を申し上
げます。

この活動が続いていくことによって“自分”から“家族”そして“地域”の健康づくりへと輪が広
がり続けることが期待されます。ぜひ、今後も健康推進員と一緒に健康づくりに取り組み、地域み
んなで健康でいきいきとした生活を送りましょう。

みんなが健康づくり応援隊

市の健康づくり戦略のひとつとして「みんなが健康づ
くり応援隊」を掲げています。健康推進員もこの応援隊
の一人として活動し、地域での健康づくりの輪を広げて
います。今後も宇佐市の健康状況が更に向上するよう活
動の継続とともに発展するよう取り組み続けます。

「みんな健康 生涯元気！」と一緒に目指しましょう。

健康に興味が出てきた
方には健康カレンダー
が便利です。



健康カレンダー



健康課
キャラクター
ぎんちゃん