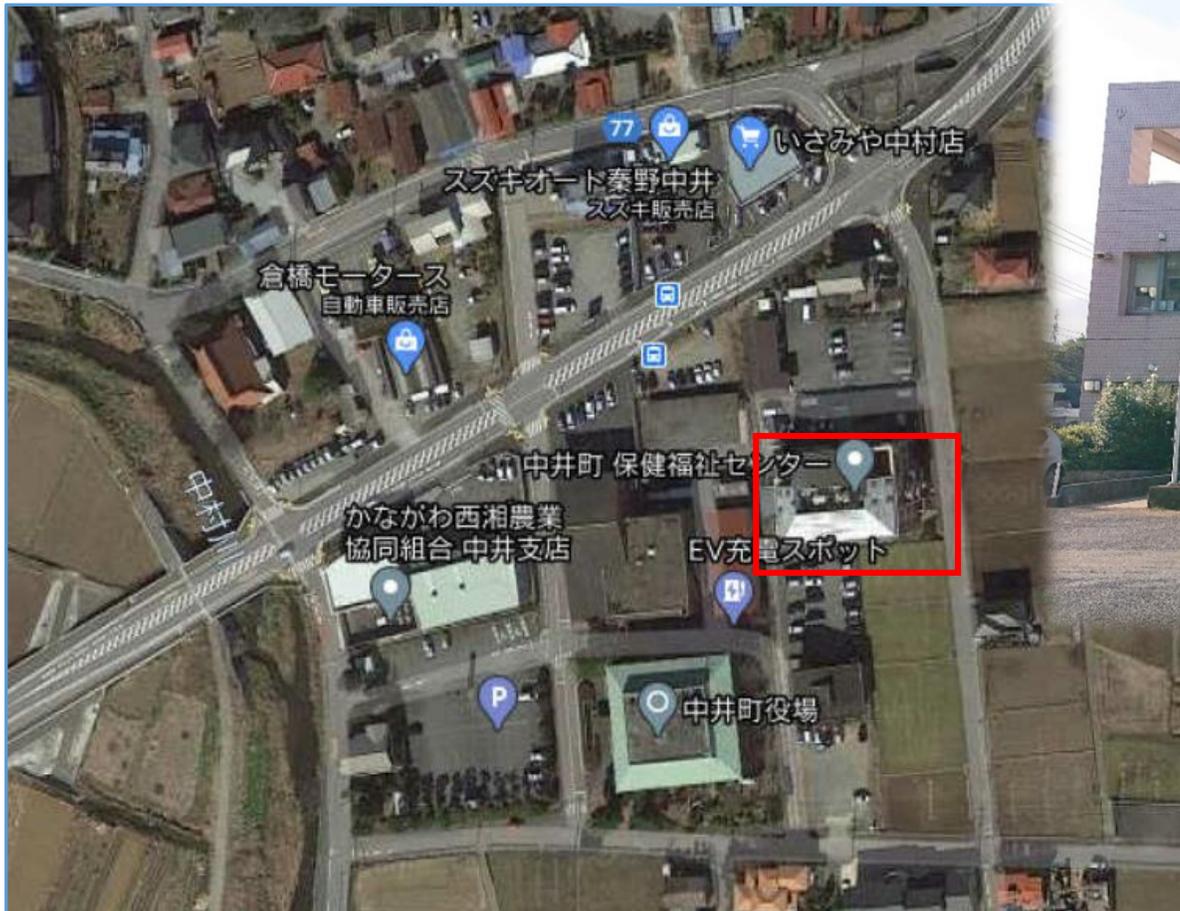


未病センター・なかい健康づくりステーション事業



令和2年10月6日(火) 健康課

未病センター・なかい健康づくりステーションの場所

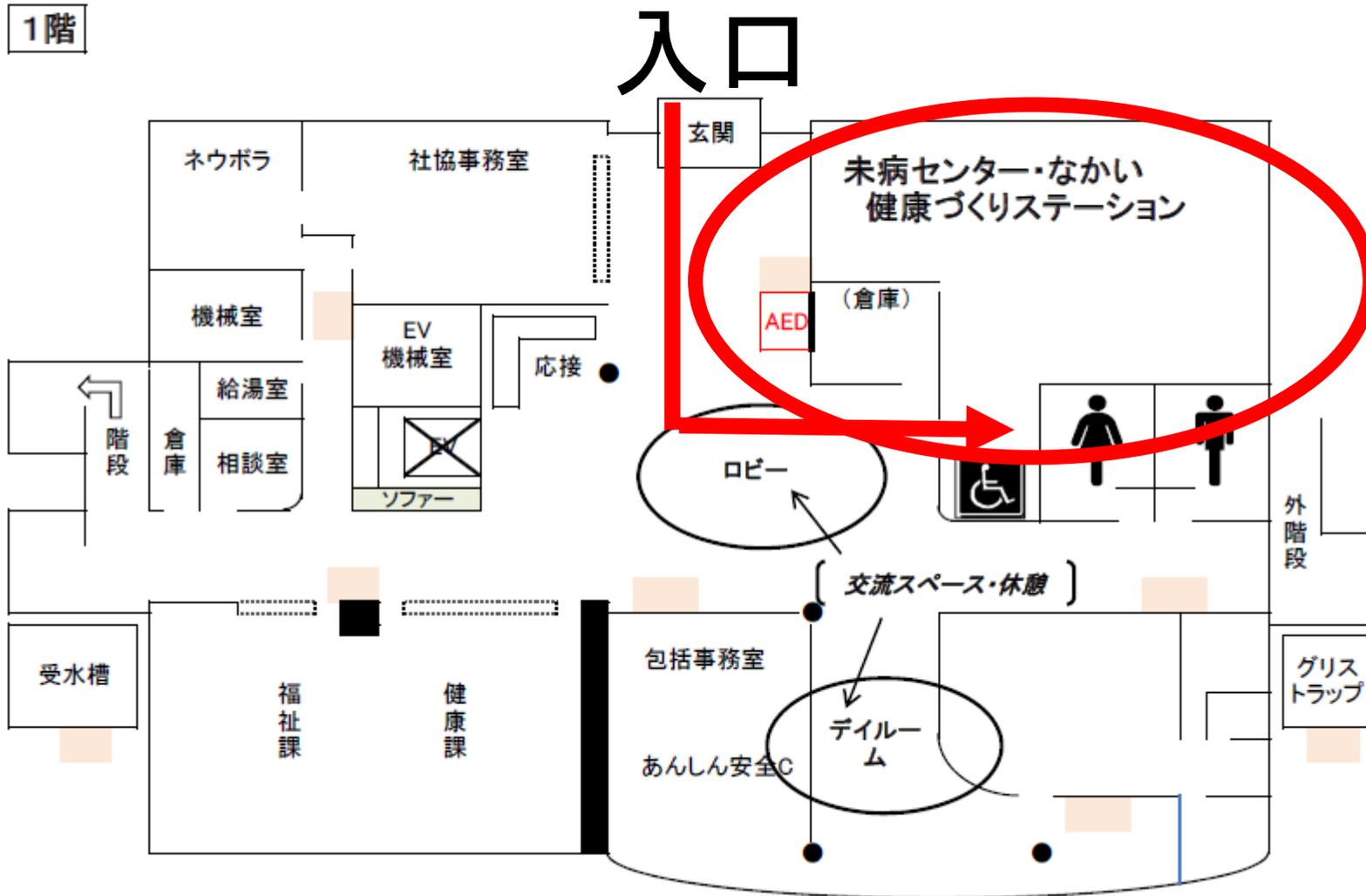


出典: google map

デイサービス事業(浴室・脱衣室)

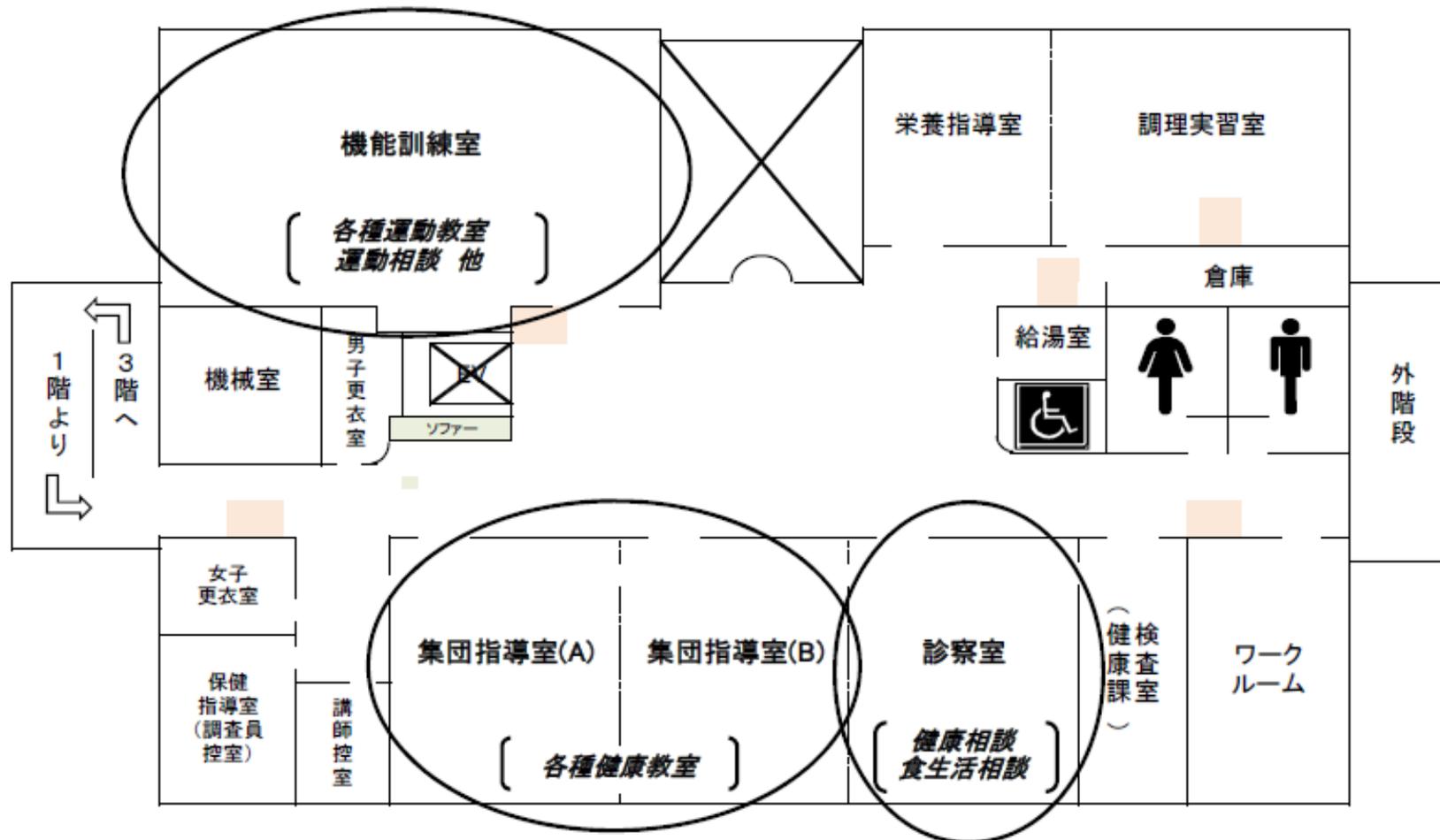


保健福祉センター内の位置



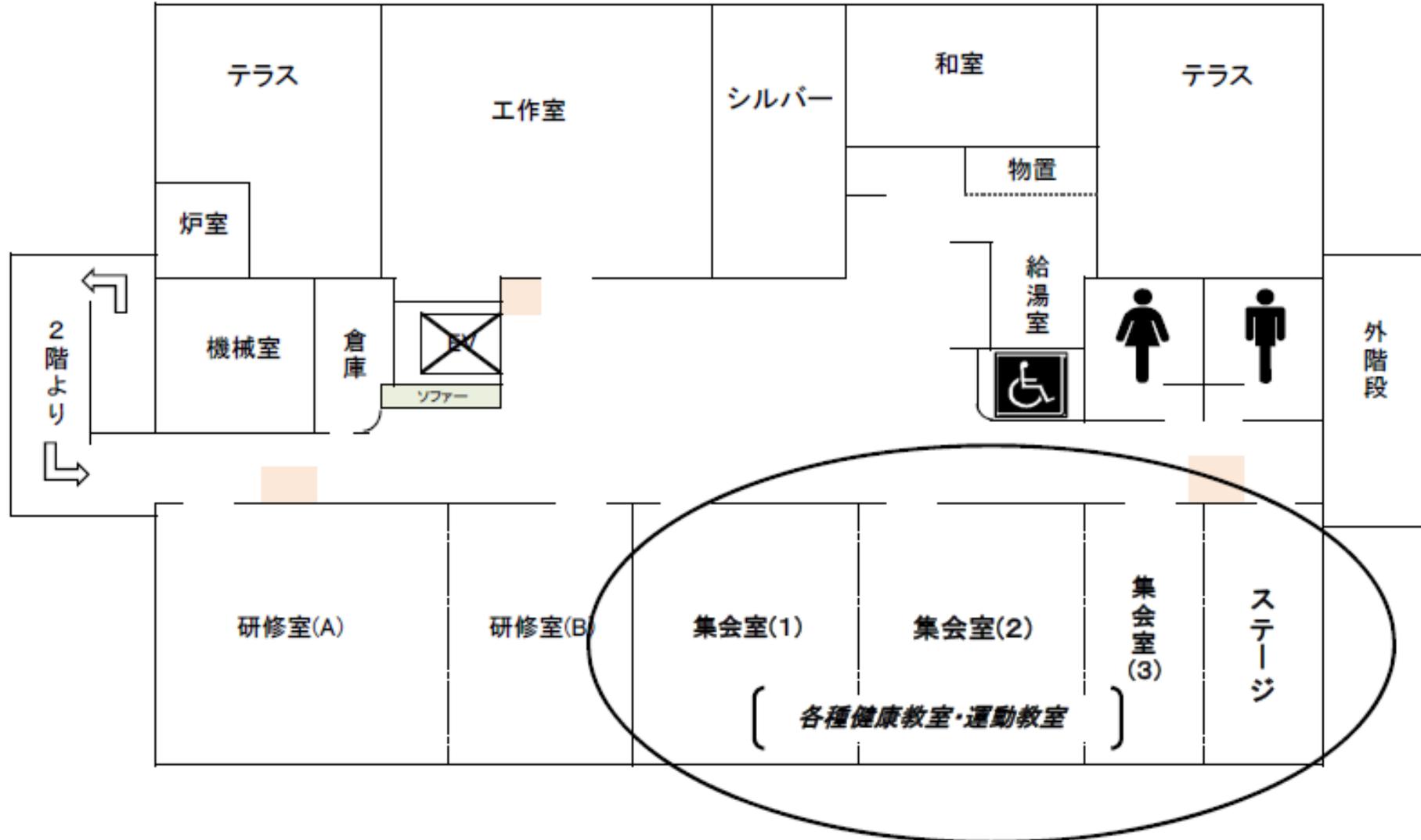
ステーション事業として使用する部屋

2階



ステーション事業として使用する部屋

3階



経緯

町民の健康づくり・体力づくりを応援する拠点！

○2016(H28)年2月6日

保健福祉センター1階に《なかい健康づくりステーション》
としてオープン

○2016(H28)年3月26日

神奈川県の未病センターとして認証

町民だけではなく、町外の県民もステーションを利用できるようになった

《未病センター・なかい健康づくりステーション》と称する

未病とは

(神奈川県HPより)

明確に区別できるものではない

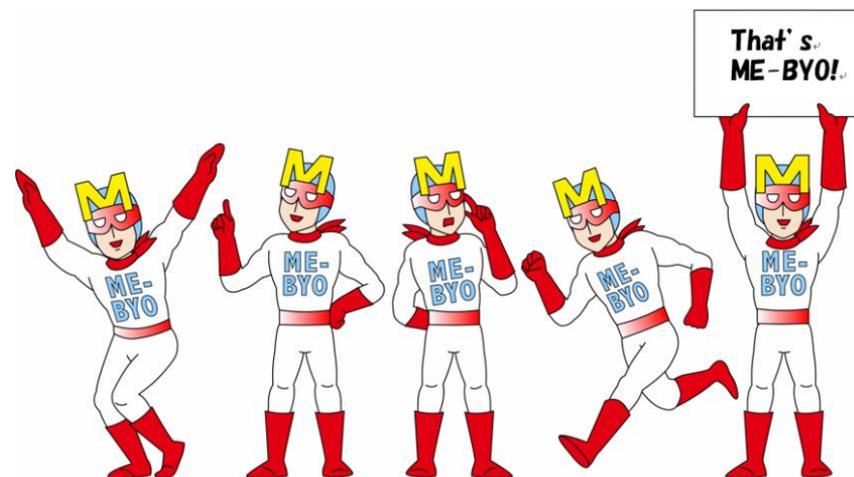


健康と病気の間を連続的に変化する状態が「未病」



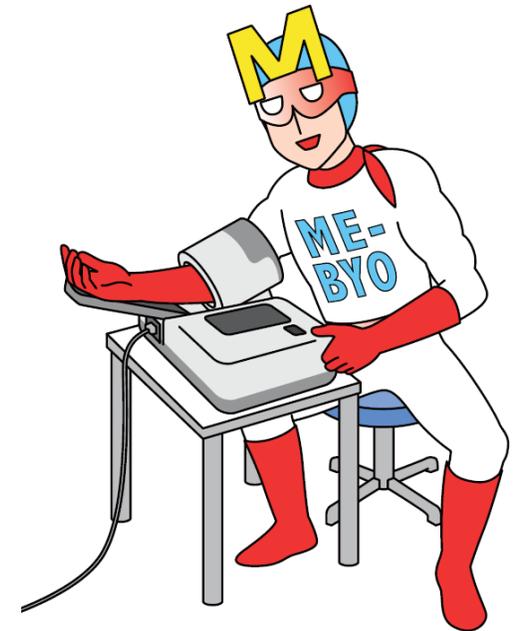
← 未病改善

心身の状態を、健康と病気の2分論の概念で捉えるのではなく、「健康」と「病気」の間を連続的に変化するものとして捉え、この全ての変化の過程を表す概念を「未病」としています。



ステーションの目的

- 自分の健康・体力の「見える化」
- 健康に関する相談・アドバイス
- 食・運動など健康づくりや病気の予防等の知識・情報
- 健康づくりに取り組むきっかけづくり
- 仲間づくり、交流の場



ステーション内の様子①



ステーション内の様子②



ステーション内の様子③



開設の状況①

○開設日

平日 月曜日～金曜日 午前9時00分～午後5時00分

○内 容

- ◆体力測定(握力、長座体前屈、片足立ちバランスなど)
- ◆血圧、脈拍測定
- ◆体脂肪率、筋肉量などの体組成測定
- ◆脳年齢測定
- ◆ウォーキングポール、歩数計の物品レンタル
- ◆希望者へ保健師、管理栄養士による個別相談

開設の状況②

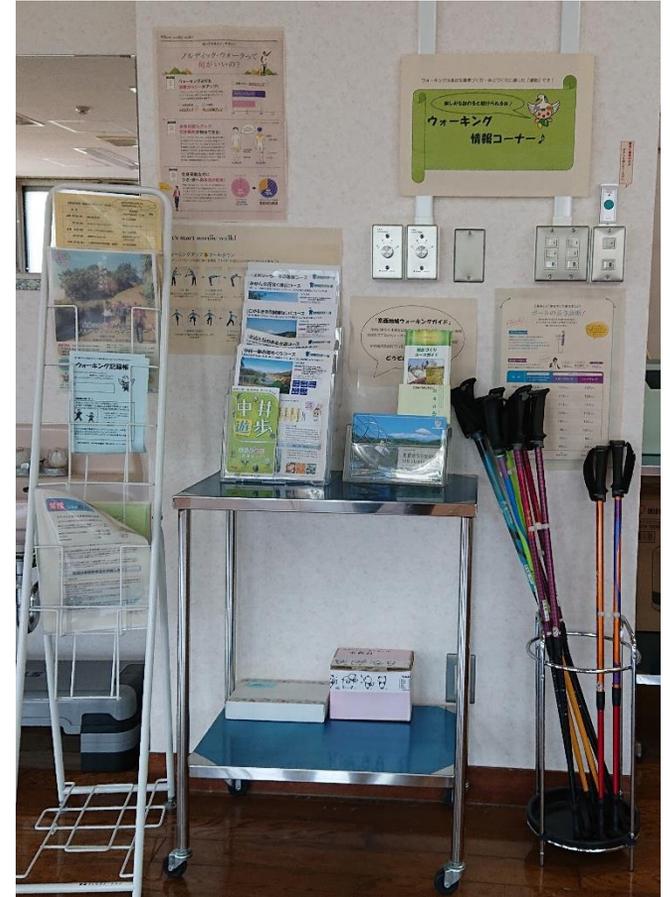
○利用料

無料

○その他

5名以上のグループ・団体でのご利用
の場合は、事前に健康課へ要相談

※新型コロナウイルス対策により5名以上の
グループ・団体での利用見合わせ



令和元年度の関連事業①

○運動教室(3回/年)

○おとなの体カテスト(5回/年)

→ ○フォローアップ運動教室(1回/年)

○県の健康支援プログラム(3回/年)



おとなの体カテスト(握力測定)



健康支援プログラム
(大塚製薬「熱中症予防講座」)

令和元年度の関連事業②

○既存事業との連携

- ◆骨密度定会(2回/年)
- ◆健康相談 ◆特定保健指導
- ◆転倒骨折予防体操(体力測定)

○その他

- ◆「健診を受けてポイントゲット！」によるポイント付与事業
H30年度よりステーション利用をポイント対象事業に

令和2年度版

*****健診を受けて*****
健康ポイントをゲット!

健診などの対象事業でポイントを集めて賞品と交換

健康ポイントを集める方法	ポイント交換対象賞品
<ul style="list-style-type: none">○集団健診・検診や各種対象事業は実施会場で受け取れます。○個別健診・検診は結果通知に同封します。○人間ドックや勤務先(社保)の特定健診、がん検診は、健康課(国保の方は税務町民課)へ結果を提示してください。(家族の代理可)	<ul style="list-style-type: none">5ポイント 地域通貨「きら」500円 100名
<p>ポイント交換は健康課へ</p> <ul style="list-style-type: none">○ポイントカードを持って保健福祉センター1階へお越しください。(家族の代理可)○賞品との交換は年度内に1人1回。家族等が集めたポイントの合算はできません。○ポイントの有効期間は、カードに記載された発行日から2年間です。	<ul style="list-style-type: none">3ポイント パークゴルフ1ラウンド無料招待券50組：100名 オンデマンドバス利用券 町指定ごみ袋 など

中井町健康課
平日 8:30~17:15
(土・日・祝日を除く)
TEL 81-5546

協賛 中井スポーツパートナーズ

交換期間は
令和3年4月15日(木)まで



運営状況

○スタッフ 常駐スタッフなし

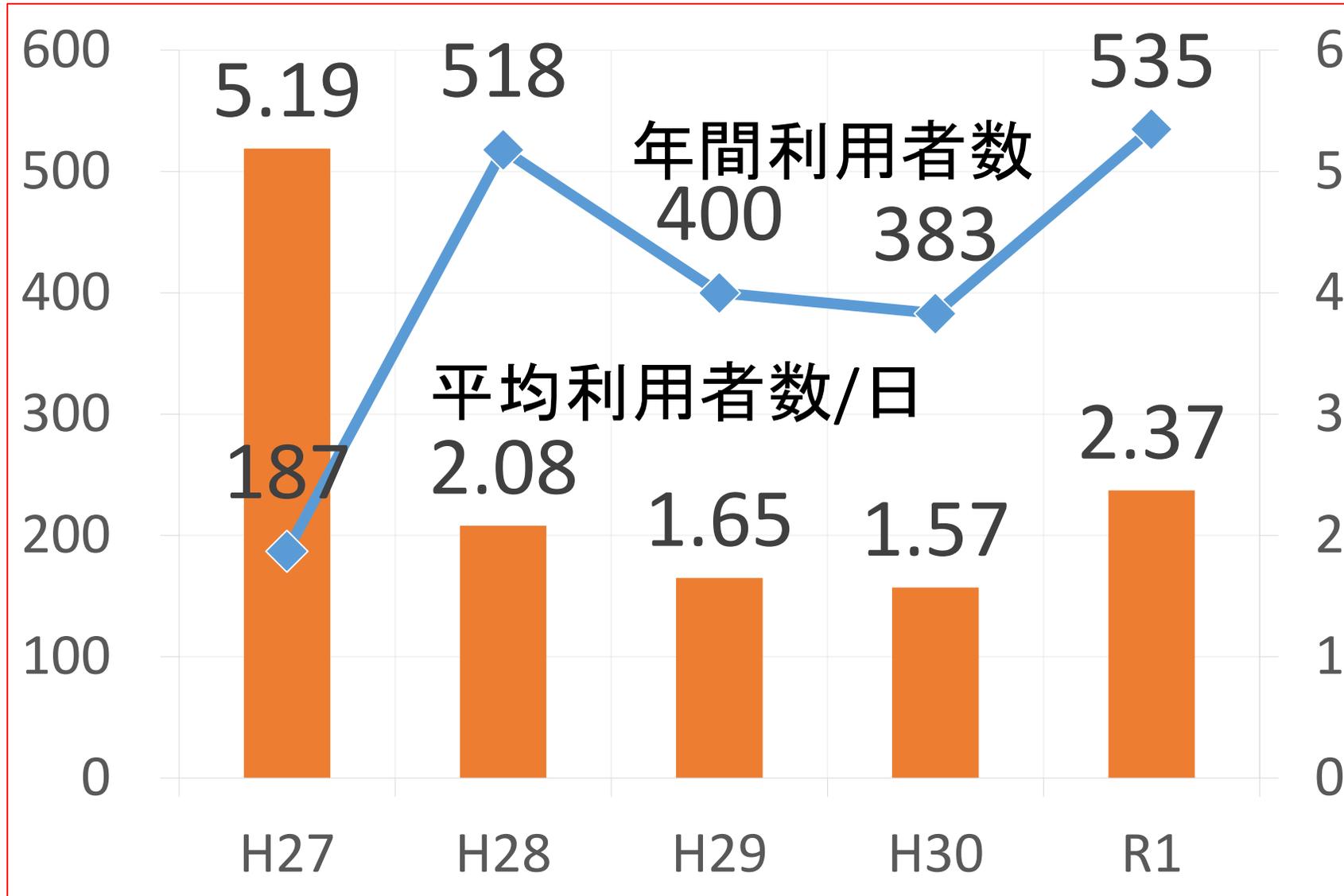
- ◆保健師3名(内1名非常勤)、管理栄養士1名(非常勤)
- ◆運動教室などには、専門職を講師として依頼
- ◆体力測定やイベント時には、測定ボランティア、転倒骨折予防体操指導員、託児ボランティアの協力

○事業費 100千円 消耗品、講師料

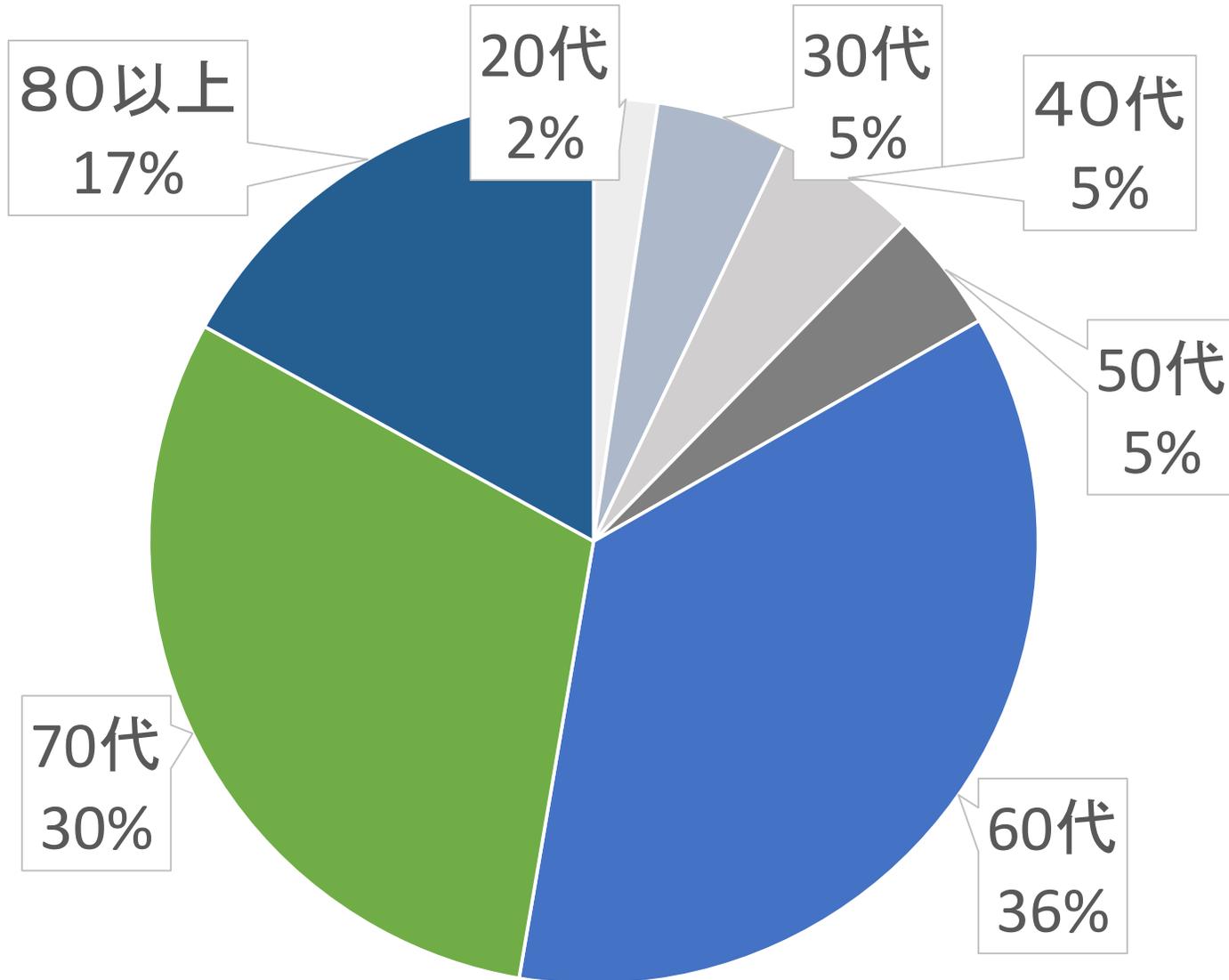
ステーション事業のPR

- 町HPや広報なかいへの掲載
- 町内公共施設や医療機関へのチラシ配架
- 健康づくり推進団体や各種健康づくり事業利用者等へ
チラシ配布
- 健康診査や特定健診結果送付時にチラシの同封
- イベント会場にてステーション事業の案内
※イベント開催時にはタウンニュースへ掲載依頼

年間利用人数実績



年代別利用状況



60歳以上の利用が
8割強を占めている

課題

- ステーション利用者数がすべて把握できていない
- 町民への周知がいまだ十分とは言えない
- 中年期の方の利用が少ない
- 個別相談希望に確実に対応できる体制でない

改善策①

○利用状況の把握

正確な利用者状況及び利用者ニーズの把握

○周知方法の改善

ターゲット層に対し訴求効果のある周知方法の検証、改善

○ステーションメニューの充実・拡充

県の健康支援プログラムの積極活用

改善策②

○保健師、管理栄養士の対応日の設定

確実に対応できる日を定め、ステーションの年間事業として計画していく

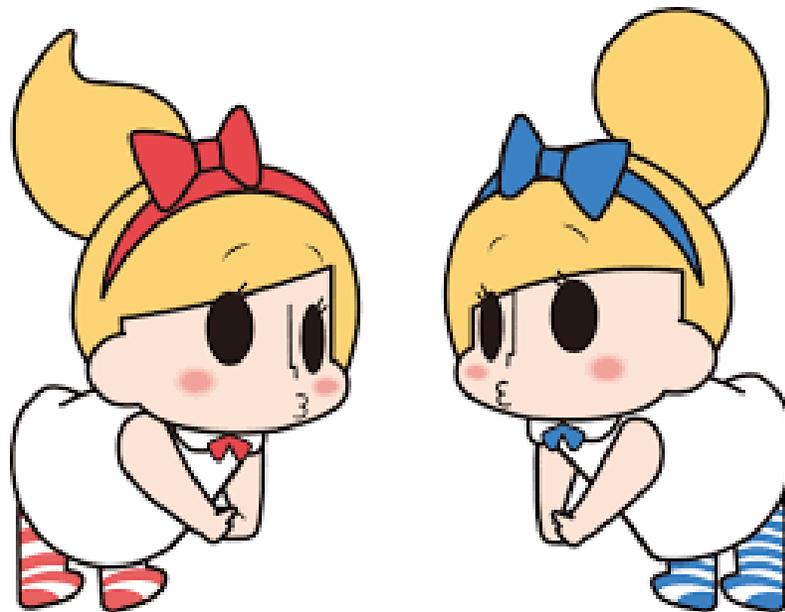
○ステーションの運営の検討

健康増進計画・食育推進計画次期策定に向けた住民健康状況調査等の結果から町民ニーズの把握

ステーションの方向性

- 健康状態や体力、日頃の取り組み成果を“気軽に”“いつでも”“無料で”確認できる場
- “今の自分にあった”専門的なアドバイスを受けられる場
- 無理なく続けられる健康づくりの方法が得られる場





ありがとうございました。