

「健やかで 心豊かに生きる 八幡平市」 市民一人一人が健康づくりに取り組むことをめざして

平成28年地域政策研究センター(地域提案型・後期) 採択課題

課題名 : 住民・関係機関参画型健康増進計画の策定に関する研究
研究代表者 : 看護学部 講師 田口美喜子
課題提案者 : 八幡平市
研究メンバー : 上林美保子(看護学部)、渡辺信、高橋康幸、西山広美、工藤麻衣、
田村直子、田村智美、山本静子、上家果奈(八幡平市健康福祉課)、
高橋悦子(八幡平市地域福祉課)、田村順子(八幡平市国保西根病院)
技術キーワード : 健康増進計画 住民参画 健康づくり

▼研究の概要(背景・目的)

市町村は、住民の健康増進を図るため、独自に健康増進計画を立案しなければならないことが健康増進法により定められている。八幡平市では、市民が健やかでいきいきした生活を送るため、平成25年3月に「八幡平市健康づくり21プラン(第2次)」を策定し、市民の健康づくりを推進してきた。今回、「八幡平市健康づくり21プラン(第3次)」の策定にあたり、より多年代の地域住民の健康づくりに関する意識や生活状況を把握して計画に反映させるとともに、健康づくりに関わる関係職種の活動の現状把握を目的に研究に取り組んだ。

▼研究の内容(方法・経過)

1.住民を対象とした調査

【グループインタビュー調査】

対象 : 子育て中の母親、サロンに参加している高齢者、保健推進員の3グループ
内容 : 健康のために心がけていること、健康を実感する場面、生活の中にあっという間と思うこと

【質問紙調査】

対象 : 市民1,500名(無作為抽出)
内容 : 健康に関する意識、食生活、生活習慣、歯の健康、こころの健康など

2.健康づくりに関わる関係職種を対象とした調査

【インタビュー調査】

対象 : 健康づくり事業を担当する専門職
内容 : 活動を行う上で難しいと思うこと、工夫していること、健康増進計画(第3次)推進のために取り組みたいこと

▼おわりに

本研究の成果は市民の現状に合わせた八幡平市健康づくり21プラン(第3次)に反映させた。このプランの概要版は全戸配布され、市民自ら健康づくりに取り組んでいく予定である。



▼研究の成果

1.住民を対象とした調査結果

【グループインタビューより】



<子育て中の母親>

- ・家族全体の健康管理を心がけている。
- ・子どもが安全に遊べる場がほしい!
- ・母親自身がリフレッシュしたい!

<サロン参加している高齢者>

- ・サロンで仲間と会話することが楽しめた。
- ・身体を動かすことが楽しい。



<保健推進員>

- ・健康のために毎日継続するのが難しい。
- ・高齢者サロンの運営を検討していきたい。

【質問紙調査より】

- 1,146名から回答が得られた(回収率76.4%)。
- ・健康意識 : 『自分は健康であると思う』⇒68.8%
 - ・食生活 : 『朝食を毎日食べる』⇒82.5%
 - ・生活習慣 : 『運動していないと思う』⇒60.8%
 - ・こころの健康 : 『睡眠が十分にとれていない』『ストレス解消していない』⇒50代以下に多い傾向

2.健康づくりに関わる関係職種を対象とした調査結果

- ・活動を行う上で難しさを感じていること
【住民の健康に対する意識の変容】【関係機関や保健師同士の連携】【保健活動の評価】など
- ・活動を行う上で工夫していること
【住民や役所職員に保健師活動を知ってもらう】【情報をわかりやすく発信する】【保健師同士で話し合う】など
- ・健康増進計画(第3次)推進のために取り組みたいこと
【計画と日々の活動を連動させていく】【市民を巻き込んで活動する】【データを活用しながら活動する】など

上記の調査から、多世代の住民のニーズや健康・生活状況および健康づくりに関わる関係職種の活動の現状を把握することができ、関係職種の今後の活動を検討するきっかけにもなったと考える。