

## 本庄市 健康づくりに関する団体ヒアリング調査結果概要

### 1 実施概要

健康づくり関連事業を実施している 22 団体へヒアリング票を送付し、19 団体より回答をいただきました。

### 2 調査期間

発 送：令和 2 年 5 月 22 日（金）

回収期限：令和 2 年 5 月 29 日（金）

### 3 調査結果概要

#### ①活動関連分野内容について（重複回答可能）

- ・身体活動・運動…12 団体（63.2%）
- ・食育（食文化含む）…6 団体（31.6%）
- ・食の安全…5 団体（26.3%）
- ・地産地消・農業体験交流…6 団体（31.6%）
- ・休養・こころの健康…4 団体（21.1%）
- ・歯と口腔の健康…3 団体（15.8%）
- ・たばこ・アルコール…1 団体（5.3%）
- ・生活習慣予防…3 団体（15.8%）
- ・子どもの健全育成…10 団体（52.6%）
- ・防災…2 団体（10.5%）
- ・その他（ストレッチ体操クラブ有）…3 団体（15.8%）
- ・健康づくりに関する活動はしていない…2 団体（10.5%）

#### ②今後の活動の方向について

（健康づくりに関する今後の活動の方向性についてお教えてください。例：会員数、活動状況は現状維持、活動を拡大、活動は縮小等）

- ・活動状況は現状維持。
- ・会員数（利用者・参加者数）を増やしたい。
- ・本庄市 PTA 連合会としては健康づくり活動はしてないですが、今後も各学校単位では保護者対象に活動していくと思う。
- ・活動状況は現状を維持し、会員数の増加を図る。
- ・会員の健康増進をすすめたい。
- ・フレイル指導会員の増大及び活動の拡大。
- ・活動については介護者サロンの拡大、その他の活動は現状維持。

- ・会員数が減ってしまったので増やしたい。
- ・本庄市より依頼があれば「はにぽんお口の健康体操」の指導をお手伝い可能です。
- ・会員数は拡大、活動は地域の実情に合わせて現状維持の方向。
- ・開催頻度や会員数に関しては、積極的に増やしていきたいと考えているが、当面は現状維持で対応していく。
- ・会員数はこの処、少数だが増加している。(児玉支部は微増だが、会全体としてはほぼ横ばいで推移している)
- ・活動は定期的な実習以外にも入って来ます。活動状況は現状維持で良いと思います。
- ・グラウンドゴルフやワナゲなどの既存の活動に加え、より直接的に健康づくり・介護予防につながる活動・講座を開催出来たらいいと考えています。

### ③団体の課題等について

(健康づくりに関する活動を進める上での課題や問題点についてお教えてください。例：活動する場所がない。会員に若い人が入らない等)

- ・新しく利用する、参加する人が少ないため内容を重複しないよう考えるのが大変。
- ・本庄市 PTA 連合会としては各学校の PTA 会長の組織なので、会長同士が団体として健康づくり活動はしていく予定がない。
- ・20代の会員が少なく、指導者の高齢化が課題となっている。
- ・会員の高齢化。
- ・教室等に若い人の参加者が少ない。
- ・会員に若い人がいない。
  - ・指導員として指導するまでに練習、実戦経験等ある程度の時間を要する。
- ・50歳代までの会員は現役で仕事をされていて、平日、日中活動への参加は無理なので、60歳代以上が中心で活動しています。だんだん高齢化してきましたので平日活動に協力できる若い(リタイヤ後くらいの)人に入ってほしいと思っても活動を知ってもらう機会が少ない。介護をされていて悩んでいる人は沢山いると思います。私自身同じ悩みを持つ人たちと話すことで2人の母の介護の時は救われました。そんな居場所がある事を知らない人が沢山います。
- ・参加者が少なくなってきたため、参加者から会員になってくれる人も少ない。
- ・活動資金不足。
- ・会員の年齢構成が高くなっていますので、イベントがあるときに、若い人に声をかけていますが、興味は持って頂けますが、なかなか加入までには行きません。
- ・子供料理教室の開催チラシを配布しても参加者が少ない。
- ・会員の中で実質活動できる人が少ない。
- ・事業への参加者が固定化してしまっている。
- ・運営スタッフの育成。
- ・活動場所への交通手段の確保。

- ・活動に協力いただける方が中々見つからない。
- ・現在実施している活動に協力いただいている方の高齢化が進んでいる。
- ・活動にかかる費用が嵩んできている。
- ・活動する場所は定期的な活動は保健センターに1年を通して予約してもらうので助かっています。
- ・県内のどこの市町村も同じと聞きますが、会員に若い人がなかなか入って来ません。その理由は平日の実習というのもあると思います。働いている世代の参加は難しいのかも。
- ・食に興味がないというわけではなく、少人数ならばともかく大勢で何かをするというのが面倒なのかもしれないとも思います。お菓子作り教室などは若い方の参加も多いです。

#### ④行政との協働について

（健康づくりに関する行政との協働の活動を考えたときに必要なことについてお教えください。例：行政に活動の場を提供してほしい。団体の広報をしてほしい等）

- ・講演や教室、体験学習の講師をしてくださる方を紹介してほしい。（例：健康体操を教えてくれる、笑いヨガ（ラクターヨガ）を教えてくれる…など）
- ・高齢者向けのお弁当や食事のレシピを提供してほしい。（管理栄養士監修のもの）
- ・指導者資格の取得に係る費用の補助や大会等で顕著な成績を収めた人への奨励金を更に充実させてほしい。
- ・レクリエーション活動を市民に周知するためのイベントの開催等の支援。
- ・対話の場の創出。
- ・昨年度、市主催のフレイル教室に講師として招いていただいたような活動の場を提供いただければと思う。センターとしては委託業務として依頼がいただけるようにと考えている。
- ・幸い私共の会は行政にはいろいろと協力していただいておりますので感謝しております。介護はしている人もされている人もお互い良い関係（心）でないと良い介護はできないと思います。一人で悩まず、同じ悩みを持つ仲間と話すことで心が軽くなります（実感しています）。そんな人たちに介護者サロンがある事を伝えてほしいと思います。
- ・行政との関係を持ち、活動の場を広げていきたい。
- ・行政が中心となって健康に関する統計を広く採取し、その結果を公開する。
- ・週末にラジオ体操などをする場を提供してほしい。
- ・行政には活動の場を提供していただいています。いつもありがとうございます。
- ・本庄名物「つみっこ」を食育と捉え、教育の中に取り入れるようにしてもらいたいです。
- ・健康について、アンケートだけでなく、行政と各種団体での話しあいの場を作ってほしい。（進捗状況によって何が必要なのか課題を把握しながら改善を図っていきたい）
- ・将来サロン数増加に伴う助成金等の確保。（財源：特別活動事業補助金）
- ・各自治会での活動の中で、例えば、市の職員や専門家による健康づくりを主とする出前講座の実施をしてほしい。また、各自治会の取り組みや健康づくりに必要な情報を記載

した冊子等も発行いただければ、日々の活動の参考になると考える。

- ・ 普段の活動では十分に協力して頂いているのでとくに必要と感じたことはないです。地産地消の推進のために食生活の会員含めて市民に向けて、農業体験活動など市で生産者との交流を深める場所を作って頂けたらと思う。会員数も多いので体験談を色々な人に広められると思います。
- ・ 健康づくりに関する講座を開催する場合に、講師の派遣をしてほしい。

## ⑤市民への広報について

（健康づくりの取組を市民に効果的に伝える方法についてお教えてください。例：市の広報誌に掲載する。市のホームページでアピールしてもらう等）

- ・ CATV のコーナー（市民ニュース）で放送する。
- ・ 教室、市民大会ともに市の広報に募集記事を掲載している。
- ・ 色んな団体 ex 自治会、老人会、PTA、婦人会、公民館の趣味の会等に出向いて広報する。
- ・ 当会事業への御後援など。
- ・ センターのホームページの活用。
- ・ 広報誌も HP も良いと思います。
- ・ 各課の担当窓口に関係のある情報を置いておき、必要に応じて配布していただけたらと思います。
- ・ はにぼんプラザにあるテレビで健康についてのものを放送する。
- ・ その地域に住む人を対象に LINE やショートメールを流す。
- ・ 市の広報、ホームページでお願いします。
- ・ 本庄名物「つみっこ」は野菜たっぷりですので、体に優しい食べ物であることを大いに PR して頂き、病気予防のお手伝いができると考えております。
- ・ 内容に予て配布方向を検討する。
- ・ 市の広報誌の中に記載するだけでなく、一枚のチラシを作成し配布する。
- ・ 各種団体へ直接配布する。
- ・ 学校教育を通して家庭に配布する。
- ・ 市としての取り組みを中心に達成状況を把握し、チラシで進捗状況を一般市市民に知らせていく。
- ・ 市・社協の広報紙、ホームページに掲載する。
- ・ 本庄ケーブルテレビの活用。
- ・ 市の広報紙には載せて頂いています。
- ・ ホームページでもっとアピールして頂いて（楽しい写真等載せて頂いて）若い人の参加を促したいと思います。
- ・ 老人クラブ連合会では、年に 2 回会報誌を発行し、会員に届けたり、自治会で回覧してもらっています。そこで健康づくりの取組を紹介したり、簡単な取組方法（口腔ケアや

家でできる筋トレ等)を掲載できます。

## ⑥その他

(その他、ご意見がございましたらお聞かせください。)

- ・市で進めているストレッチ体操は十分な効果が出る動作の理解がむずかしい。又、行っていて楽しくない。
- ・市民皆で取り組める、もっと楽しく、又、効果が出やすい体操を工夫すべき。楽しく取り組めることが一番大事。
- ・糖尿病等の数値を計れて、効果を確認できると張り合いが出て続けられます。
- ・市民ホールの一画に市内のボランティア情報やイベント情報等が置けたら良いのではないのでしょうか。
- ・活動紹介等も載せていただくと会員が増えるかもです。
- ・【子どもたちの現状について】夜型化や朝食欠食により基本的な生活習慣の乱れにより睡眠不足症候群などが社会問題となっています。
- ・【未就学児童の保護者の皆さんへ】現在は、電話や文字のやり取りだけでなく、調べ物、動画や音楽の視聴、ゲームなど、今の生活に欠かせないスマートフォンやタブレット端末機で、子供たちは、動画を見たり、ゲームをしている時間が長時間になっていませんか？ネットに囚われて、大切なものを失っていく子どもたちが心配です。子供が一人で「画面」をながめて時間をすごすことで、親子のふれあい、五感を使った体験、年齢に応じた体験、その段階的成長の時間が失われています。そこで、子供の成長に欠かせない外遊びを考えてみませんか。五感を鍛えるためにできることは、外遊びを通して、自然と自分の皮膚や鼻や目が反応して、どんどん感覚器官が研ぎ澄まされていくものです。決してゲームからは感じ取れないことばかりです。この原因の一つとして子どもたちのインターネット利用に潜む、危険について考えなければならないと思います。ゲーム依存症(ゲーム障害)についてですが、ゲームの長時間使用で日常生活に支障をきたす状態です。子どもたちの健康被害について検討が必要だと思えます。行政が中心になり取り組んでいてもらいたいと思っています。子どもと自然の中で遊ぶときは、保護者の方も、一緒に自然を楽しみながら、子どもをたくさん褒めてあげましょう。そうすることで、“自然の中で遊ぶことが楽しい！”と気づくことができます。成長段階の子どもたちにとって、外遊びは、大切な宝物になります。上記の文章は、以前子育てネットの広報誌に記載した内容ですが、未就学児童の健康についても考えていく必要がありますので記入しました。