

## 市町村健康増進計画等の推進に係る取組について（令和5年度）

市町村名	綾町
事業名	健康教育（もっと健康になる教室）
対象者	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 住民全体</li> <li>2 出生～児童・青年の世代</li> <li>3 働く世代</li> <li>4 高齢期</li> <li>5 その他</li> </ol> <p style="margin-left: 20px;">その他の内容 各種健診受診者、役場職員</p>
事業概要	<p>令和5年度特定健診、フレッシュ健診、消防団健診受診者のうち、BMI25以上の者及び役場職員を対象に机上学習と実技等を通して、BMI増大により身体に及ぼす影響と適正体重の維持について学んでいただくことを目的として運動教室（もっと健康になる教室）を実施。</p> <p>実施日：令和6年2月9日、2月21日                  事業内容：健康講話30分、運動約1時間、姿勢分析・体組成計測                  講師：健康講話（健康増進係保健師、管理栄養士）                  運動（株式会社未来図Labo）</p>
参加者数	23人
事業予算	68,000円
事業効果等	<p>健康教室により、肥満がもたらす影響について理解いただいた（22名）                  運動をしよう、または、継続しようと思った（22名）                  もっと健康になる教室に参加して良かったと思う（23名）</p>

#### 4-7 課題等

令和5年度の健診が終了するのが11月で、事業実施の検討及び実施時期が年明けになった。  
当初3回の実施を計画したが、それぞれ仕事や地域の行事等と重なり参加者が少なかつたため、2回実施となった。

参加した人から回収したアンケートでは、「もっと多くの人に参加したらいいと思う、姿勢が悪いことが分かったので気をつけようと思った、またやってほしい」との意見が聞かれた。

#### 4-8 写真・グラフ等

