伊波野地区健康づくりの会　出雲市斐川町伊波野地区

取組の概要

地域の社会資源や人材を活かし、関係機関や団体相互の協力連携により、伊波野地区住民が、子どもから高齢者まで健康で安心して暮らせる地域づくりを推進することを目的として活動している。

グループについて

役　員：12人
地区住民　6,936名
年齢層：40歳代～70歳代
活動年数：21年7か月

取組の詳細

○健康目標のポイント：健診検診、運動、減塩、笑い
○特に力を入れている取組「運動」：健幸ウォーク事業（自然散策ウォーク、いわの蝶ウォーク）、
健幸体操教室事業（昼と夜の二部開催）、
健幸のススメ事業（30日チャレンジ〈1日1回30分程度体を動かして用紙に色塗り〉）
○情報発信：地区健康目標をチラシにして全戸配布、SNS（コミセン公式LINE）の活用、
ニュースレター（年4回）を全戸配布、コミセン集会室での手作り啓発媒体の掲示による健康情報コーナー設置や文化祭での啓発（近年では、「防災と健康」をテーマ）
○多文化共生の取組：文化祭や蝶ウォークなどイベントチラシのポルトガル語版作成

＜主体性＞

伊波野コミュニティセンターと健康づくりの会会長を中心に、コミュニティセンター健康体育部の活動を軸とし、地元の健康づくり推進員の目線も積極的に取り入れ活動を展開している。食のボランティア等関係団体との連携も活発で、住民が参加しやすい活動の充実にも積極的に取り組んでいる。

＜独自性＞

外国籍家庭が一割を超える地域性から、多文化共生の視点で早くからコミュニティセンターの取組がある。これに連携して、翻訳したチラシ等でイベントへ外国籍家庭の参加も促し、日本人も外国人もお互いの理解を深めることも視野に入れて取り組んでいる。

＜地域貢献度＞

コミュニティセンターの大きなイベント事業は、幅広い世代の参加が得られるよう常に意識した企画となっており、そこに健康づくり活動をタイアップすることで、身近な機会を通して地域全体で健康を向上させていく働きかけをしている。

＜将来性＞

会のキャッチフレーズ「健康づくりは仲間づくり」のもと、地域づくりの柱の一つに健康づくりを据えて取り組んでいる。住民の層（年代が幅広、低い自治会加入率、外国籍等）が様々な地区らしく、幅広い層へのアプローチを大事にし、そこに多文化共生も溶け込ませた「健康のまちづくり」を目指している。

PRポイント

○「健康づくりは仲間づくり」をキャッチフレーズに、地域づくりの柱として健康づくり活動に取り組んでいる。
○地域の人材や関係団体と積極的に連携・協力し、活動の充実に努めている。
○幅広い層へのアプローチを大切にし、住民の層（年代が幅広、低い自治会加入率、外国籍等）が様々な伊波野地区らしい健康づくりを推進している。