

健康づくりをみんなで考える会(市民ワークショップ)について

1. 目的

「健康日本21 清須計画(第2次)」の策定にあたり、「健康日本21 清須計画(第1次)」を振り返り、生涯にわたり健康でいきいきと暮らす清須市を目指して、市民の健康を地域で話し合い、考える場とする。

2. 実施日および場所

平成26年10月20日(月) 午後1時～3時30分
清須市役所本庁舎 大会議室

3. 内容

清須市の健康に関する情報提供(平成26年度健康に関するアンケート調査結果)とグループワーク(6グループ)

4. 参加状況

参加者 35人(男11人 女24人)

内訳：性年代別(人)

	計	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
男	11	0	0	0	4	7
女	24	3	5	6	10	0
計	35	3	5	6	14	7

5. ワークショップのテーマ

下記のテーマに沿って、食事・運動・休養について話し合った。

- テーマ ① 今健康のために心がけていること、実践できていること
② 10年先も健康でいるために

6. 総評

総評者：清須保健所長 鈴木康元先生

- ・清須市民の健康づくりについて地域で話し合うことが大切である。
- ・清須市の平均寿命をみると、男性はピンピンコロリ、女性は介護期間が長い。健康格差をなくすことを目指す。
- ・グループワークでは、食育に基づいた栄養、仲間や家族とともに目標をもって継続していく運動、スローライフバランスや地域や世代間交流からの休養といった活発な意見があり、有意義なグループワークができていた。