

令和6年度 健康づくりの取り組み

～未病予防対策先進都市をめざして～

令和6年度実施事業及び拡充した取り組みについて



泉大津市健康づくり推進条例

＝未病予防対策先進都市をめざして＝

めざす姿

- ・市民のヘルスリテラシーが高まっている
- ・健康づくりを推進していく気運が醸成されている

健康状態の見える化

- ・各種けんしん(拡充)
- ・おでかけ保健室
- ・健康チェックDay
- ・セルフ健康チェック

- ・女性の健康づくり
- ・あしゆびプロジェクト
- ・健康ラボ(新規)

多様な選択肢

食育の推進

- ・体験活動
- ・食育腸活講座
- ・料理教室
- ・食の環境づくり

学びの場の充実

- ・運動講座
- ・がん・生活習慣病予防講座
- ・歯の健康講座(拡充)

- ・健康づくりボランティア
- ・アスマイル(拡充)
- ・いずみおおつマイ・レコ

人材育成・情報発信・ICT・インセンティブなどの環境整備

- ・アピアランスサポート事業
- ・骨髄バンクドナー支援事業(新規)

健康状態の見える化

健康づくりのスタートは
からだを知ることから



未病状態の気づきを促すため、様々な
場面で健康チェックを実施します。

▽おでかけ保健室

・カナートモール「まちかど測定会」を実施(5月)

地域に出向き、健康測定と泉大津薬剤師会によるフレイルチェックを実施。測定には健康づくりボランティアに協力いただき、官民連携・市民共創のもと、市民の健康意識を高めるため、健康状態の見える化を実施しました。



お買い物ついでに
気軽に健康チェック！

おでかけ保健室 今後の予定

- ▽泉大津商工会議所
定期健康診断
- ▽要池集会所
元気アップサークル
- ▽泉大津市立図書館
簡単！バジチェック
- ▽北公民館
くすのき大学
- ▽おやこ広場

健康状態の見える化

健康づくりのスタートは
からだを知ることから



学びの場の充実

からだを整える・実践する方法を学ぶ



未病状態の気づきを促すため、様々な場面で健康チェックを実施します。

知識やノウハウを学び、体験できる場やからだを整え実践するための機会や情報を提供します。

▽歯科保健事業の充実

・若い世代からの歯周病予防の取り組みを強化

成人歯科健診の対象に20・25・30・35歳が追加になり、20～70歳の5歳きざみ年齢と75歳以上の生活保護受給者が対象になりました。また、在宅訪問歯科健診の対象に40～64歳が追加になり、40歳以上の通院できない人が対象になりました。

▽歯科保健事業

・お口の環境チェック教室

歯周病と生活習慣病や喫煙との関係を学び、口腔内環境検査とブラッシング指導でお口の状態をチェックできる教室を2回実施します。



食育の 推進

食の体験を中心に
食育を学ぶ



生涯を通じ、身体の健康を支える「食べる力」=「生きる力」を育みます。

▽ワクワクEXPO with 第19回食育推進全国大会

・**泉大津市ブース出展(6月1日・2日開催)**

医食同源の考えのもと、市民の健康増進を図る観点から「食」に関する施策を展開しており、学校及び就学前施設での給食の取り組みや、栄養価の高い「金芽米」を妊婦にプレゼントするマタニティ応援プロジェクト、食の体験活動を通じた食育活動などを紹介するパネルを展示。泉大津市の食育推進を大会で発信します。

当日は、金芽米おにぎりの
試食を実施!



～令和6年度の食の体験活動～

- ・わくわく食育体験(植える/育てる/収穫する/調理して食べる) ・親子みそ作り教室
- ・はじめてクッキング(学童思春期対象) ・ベジたん料理教室(青壮年高齢期対象)

多様な 選択肢

健康課題解決のため
の多様な選択肢



自分に合った健康づくりが見つかるよう官民連携・市民共創のもと、多様な選択肢作りに取り組みます。

▽健康ラボ～測る・学ぶ・測定する～
・シーパスパークで毎月実施

新たな健康づくりの発信拠点として、官民連携による健康づくりの多様な選択肢を提供。アプリを活用した健康測定や未病相談、食や健康づくりに関するワークショップを実施します。



4月のワークショップテーマ
【食育×腸活】

伝統医学などに
造詣の深い医師による
未病相談

毎月テーマを決めて
ワークショップを開催



多様な 選択肢

健康課題解決のため
の多様な選択肢



自分に合った健康づくりが見つかるよう官民連携・市民共創のもと、多様な選択肢作りに取り組みます。

▽あしゆびプロジェクト

・あしゆび健康セミナーを前期・後期で実施

あしゆびを鍛えるとともに、正しい姿勢や呼吸に身に付け、体幹を整え、安定した身体づくりに取り組みます。

・あしゆび力向上ツールの作成

これまでの取り組みを踏まえ、青壮年期に向け、あしゆびプロジェクトの概要や効果を啓発するとともに、自宅で簡単に取り組める「あしゆび力向上ツール」を作成し、生涯の健康づくりをめざす。

～その他～「健康力向上プロジェクト事業」女性の健康づくりや、未病予防対策(養生)に取り組みます。

大阪・関西万博に向けての展望

これまでの取り組みを整理し、収集したデータを用いてプロジェクトの政策効果を検証。

検証した政策効果をまとめた周知リーフレットやプロモーション動画を作成し、あしゆびプロジェクトを通して「健康なまち泉大津」を全国に発信していく。

健康づくり を支える 環境整備



取り組みを支える土台として、健康づくりの環境を整えます。

▽アスマイル

・**歯科健診、骨粗しょう症検診受診でポイントを付与**

健康なお口づくりは健康づくりに欠かせないことや、国の健康増進計画の目標値に骨粗しょう症健診の受診率が設定されたことを踏まえ、けんしんの受診を促すため、泉大津市ポイントを付与します。

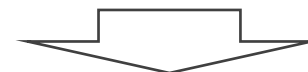
▽支援事業

・**骨髄バンクドナー支援** (ちらし参照)

骨髄等の提供を行ったドナーや、提供を行ったドナーが勤務する事務所に対し、助成金を交付します。



主体的に健康づくりに取り組むための、健活サポートアプリ。以下の取り組みでポイント付与



- ・毎日の目標歩数達成
- ・各種けんしん受診記録
- ・ベジたベキャンペーンへの参加
- ・健康づくり教室等への参加
- ・健康づくりボランティア活動
など