

< 取り組み一覧 > . . . 別冊わくわくアクションプランシート

A	リバーサイド歩くるめ	24	医療費の通知 (保険年金課)	自治会活動 (南神明山自治会)
B	野菜大好きプラン	25	お薬手帳 (薬剤師会)	自治会活動 (神明山自治会)
C	わくわく情報ネット	26	就業機会の提供 (シルバー人材センター)	自治会活動 (八幡町1丁目A自治会)
1	ニュースポーツデー (体育指導委員・生涯学習課)	27	防煙教育 中学校 (医師会)	44 成人病検診事業 (健康課)
2	河川の遊歩道管理 (管理課)	28	元気回復施設利用補助 (保険年金課)	45 生活習慣病予防教室事業 (健康課)
3	なでしこ会 (自主サークル活動)	29	囲碁の会 (自主サークル活動)	46 節目健康診査事業 (健康課)
4	汗をかこうさわやかスポーツ (生きがい健康づくりの会)	30	保健予防活動 (西都保健生協)	47 がん検診事業 (健康課)
5	体育部の活動 (東久留米市老人クラブ連合会)	31	深山会 (自主サークル活動)	48 がん予防健康教育事業 (健康課)
6	体育施設 (生涯学習課)	32	介護者家族のつどい (在宅介護支援センター)	49 がん検診フォロー事業 (健康課)
7	各種運動教室 (生涯学習課)	33	かけこみハウス (東久留米市かけこみハウス実施委員会)	50 老人健康診査事業 (健康課)
8	スポーツ大会 (体育指導委員・生涯学習課)	34	文化部・奉仕部活動 (東久留米市老人クラブ連合会)	51 節目健診フォロー事業 (健康課)
9	みどりの保全事業 (環境緑政課)	35	ジュニア・リーダー・スクール (公民館)	52 老人健診フォロー事業 (健康課)
10	一時保育 (保育課)	36	市民のための医療講座 (三師会：医師・歯科医師・薬剤師)	53 成人病検診フォロー事業 (健康課)
11	感染症情報の提供 (多摩小平保健所)	37	歯科市民シンポジウム (歯科医師会)	54 骨粗しょう症健診フォロー事業 (健康課)
12	たばこのポイ捨て禁止キャンペーン (環境緑政課)	38	歯科定期健康診断 (学務課)	55 骨粗しょう症健診事業 (健康課)
13	禁煙外来 (医師会)	39	産業保健の活動 (医師会・商工会)	56 転倒予防教室 (健康課)
14	栄養成分表示の普及及び指導 (多摩小平保健所)	40	口腔衛生指導事業 (学務課)	57 成人歯科健診事業 (健康課)
15	地場産野菜の促進 (産業振興課)	41	定期健康診断 (学務課)	58 予防接種事業 (健康課)
16	食に関する講演会 (栄養改善推進員)	42	学校・地域保健連携推進事業 (高校)	59 きらめき女性セミナー事業 (健康課)
17	地区活動 (栄養改善推進員)	43	自治会活動 (久留米西団地自治会)	60 食事相談事業 (健康課)
18	美友理会・ジョイフルクラブ東久留米 (自主グループ活動)		自治会活動 (門前自治会)	61 親子の体験教室 (健康課)
19	男のたのしい料理 (在宅栄養士会)		自治会活動 (こぶしヶ丘自治会)	62 健康手帳交付事業 (健康課)
20	職域を越えた地域の健康づくり (四課栄養士連絡会)		自治会活動 (松ヶ丘自治会)	63 訪問指導 (健康課)
21	国保ヘルスアップモデル事業 (医師会・健康課)		自治会活動 (浅間町自治会)	64 アクティブ運動教室 (健康課)
22	ミニデイホーム (社会福祉協議会)		自治会活動 (富士ヶ丘自治会)	65 地域健康相談 (健康課)
23	地域システム化推進事業 (医師会)		自治会活動 (前沢四丁目自治会)	66 健康相談<電話・面接> (健康課)

(参考例)

わくわくアクションプランシート

1

1	取り組み	ニュースポーツデー(体育指導委員・生涯学習課)
2	(H16年度) 取り組みの概要 対象者 内容 実績 参加者数 etc.	対象:市民(幼児から高齢者まで) 周知:広報 内容:毎月第2土曜日にスポーツセンターで実施、予約不要 誰でも気軽にすぐ楽しめるニュースポーツ5種を紹介・実施 (ミニテニス・ソフトバレーボール・ラージボール卓球・ユニカール・ スカットボール) 家族での参加が多い。(小学生と親の参加が多い) 実績:参加平均70~80人/回



青:青・壮年期 学:学童・思春期

3	取り組みによって改善が期待できる健康・QOL指標	青:気持ちよく体を動かすことができる 家族と一緒に楽しく過ごすことができる ストレスで体調を悪くする人を減らす 学:夢中になってできるものをもつことができる、体力のある子を増やす
4	取り組みによって改善が期待できる生活習慣	青:日常の中で体を動かす、家族や仲間との会話を大切にする 学:毎日外でからだを動かす
5	取り組みによって満たすことが期待できる生活習慣の改善の条件	青:①身近で気軽に運動する機会がある ②自分の体力にあった運動を指導してくれるところがある ③家族でふれあいを楽しむ場・行事がある 学:①身近で気軽に運動する場がある ②外で遊ぶ楽しさを知っている ③親や周囲が体を動かすことを勧めてくれる ④家族や仲間と体を動かす時間をつくる
6	取り組みの課題	・スポーツセンター近隣の人や、車・バス等の交通機関利用可能な人に限られてしまう ・小・中学校でも行いたい、対応できる指導委員の数が少ないため、現状維持となってしまう ・誰もが、より気軽に楽しくできるような種目の見直しをしていく ・地域活動しているニュースポーツのサークルについて十分に把握できていない
7	今後の取り組みの方向	・ニュースポーツの場と機会の提供のみにとらわれず、運営面で工夫していく 例えば、その場で参加者を募り、ゲーム形式で実施する時間を設ける、など ・身近なところでできるよう、活動サークルの情報を集めていく 地域の中で、どこで、どのようなメンバーで、行っているのか、ライフステージにあわせた情報提供ができるようにする、など
8	連携する組織や団体	・体育協会
9	平成17年度の行動計画	・今後の取り組みの方向の具体化を図る
10	平成18年度の行動計画	・種目の見直しも含め、運営の工夫を考える