

**第5分科会 第3会場**  
**「地域まるごと健康づくりの  
とりくみ」**

**岡山国際交流センター 7F 多目的ホール**

演題番号 5-3-1

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
東京	中野・杉並健康友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
イシダ チェコ 石田 千恵子	中野・杉並健康友の会 役員	第5分科会

発表テーマ
病院・診療所のない地域で実行委員会を組織し、健康チェックに取り組む

内容（発言要旨）

◇中野・杉並健康友の会では、コロナ禍の間に、運動不足や散歩やウォーキングなどの戸外での活動がほとんどできなかったことから、会員の中に体力の衰えやフレイルの状態になる傾向が顕著であることがわかりました。そこで、コロナが5類に移行する前後から、まず会員に自分の健康状態を知ってもらおうと、半数くらいの友の会が健康チェックに取り組みました。

◇地域にチラシをまき参加を呼びかけると、毎回20人前後の人が応募し、血圧・握力・骨密度・血管年齢など毎回4項目くらいのチェックを行いました。チェックの前には看護師から、「健康チェックでわかること」と題して短いガイダンスを行い、終了後は看護師、ケアマネージャーによる健康相談も実施。参加者のようすから自分の体の状況が分かったと好評でした。

◇中野区内の鷺宮・上鷺宮地域には民医連の病院も診療所もなく、こうした機会に恵まれない地域であることから、友の会の健康づくりのとりくみを体験してもらおうと、チラシを配布して健康チェックをおこなった取り組みについて報告します。

所属している組織の概要	
中野区と杉並区にまたがる共立病院と共立診療所など計9カ所の診療所、訪問看護ステーション、薬局。中野・杉並健康友の会と9カ所の診療所ごとに9つの友の会がある。会員数は、合計6千世帯。	
TEL 090-4701-8186	メール jyarchie2004@yahoo.co.jp

演題番号 5-3-2

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
長野	東信医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
サイトウ シゲヒコ 斉藤 茂彦	組合員活動部 部長	第5分科会

発表テーマ
東御市支部における、スーパーマーケットでのまちかど健康チェックについて

内容（発言要旨）

東御市支部では、市内のスーパーマーケットにはたらきかけ、2月に初めて店内でのまちかど健康チェックを実施しました。コロナ禍以前はスーパーマーケットでのまちかど健康チェックを実施していたことはありましたが、再開してからは初のとりくみとなりました。

このスーパーマーケットには、昨年11月に地元の東御市支部から担当理事と支部長、本部より組合員活動部長が参加し、営業本部長にまちかど健康チェックについての申し入れを行いました。早速12月の実施を申し入れましたが、年末年始や連休などは携帯電話会社などが店内のブースを予約しているが、平日であれば店内での健康チェック実施は可能とのこと。以前実施していた際は店舗入口の外でのチェックでしたが、今回新たに実施したスーパーマーケットでは、店内で健康チェックを実施することを許可されました。食品を扱うので、体組成チェックのように素足になる検査はできないが、血圧測定や握力測定は問題ないとのことでした。机と椅子もお借りできることとなり、のぼり旗も立てて来店されたお客さんを対象に、店内でまちかど健康チェックを実施することができました。当該支部は、市内の日帰り温泉施設で入浴者や休憩中の職員の健康チェック、寒風吹きすさぶ道の駅で駅長から饅頭の差し入れをいただきながら旅行者の健康チェックを行ってききましたが、商業施設での実施は初めてとなりました。参加する組合員も楽しみながら行動しており、次の人の溜まり場はどこか研究に余念が無いところです。

所属している組織の概要	
長野県東御市の人口は、約29,000人。市内の共同組織構成員は532人。共同組織の総構成員数は約15,600人。	
TEL 0268-23-8001	メール kumikatsu-b@toshin-iryuu.com

演題番号 5-3-3

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
岡山	岡山医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
オカ トモコ 岡 朋子	理事	第5分科会

発表テーマ
地域での健康チェックの取り組み

内容（発言要旨）

地域での健康チェックの取り組みについて発表します。

岡山医療生協では地域の健康増進に向けてあらゆる取り組みを展開することを掲げています。

2023年度の活動では、地域住民からの要望を受けての青空健康チェックや、スーパーや薬局の店舗の一部を借りて来店されたお客様の血圧測定などの青空健康チェックを実施しました。

また、健康チェックの取り組みは、広報誌や支部ニュース、法人のSNSを通じて、組合員だけでなく、地域住民にまで広くPRしています。

昨今では、一般企業や団体も健康チェックに取り組んでおり、地域での健康チェックは支部が主催するだけでなく、様々な団体と共同で行う健康チェックも広がっています。

2023年度は12月末時点で約50回 1000人の健康チェックを実施しました。

2024年度は、健康づくり委員会方針【健康チェック元年】という目標を掲げ、前年数より多い健康チェック数を目標に取り組んでいきます。

所属している組織の概要	
活動地域は、岡山県岡山市。活動地域の人口は約70万人。岡山医療生協の組合員数約6万人。	
TEL 086-271-7880	メール soshiki@okayama-health.coop

演題番号 5-3-4

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
埼玉	医療生協さいたま	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
アダチ ユウジ 足立 有司	利根南地区 理事	第5分科会

発表テーマ
地域にひろげる健康チェックの取り組み（利根南地区鷺宮支部の取り組み）

内容（発言要旨）

埼玉県には多くの「〇〇団地」と呼ばれる集合住宅が存在する。医療生協さいたま利根南地区の鷺宮支部にはUR賃貸住宅（公団）の「わし宮団地」がある。

支部の活動としては、しばらく実施できていなかった健康チェックを団地内の集会所ともう一か所で計画し、実施してきた。本報告では実施に向けた取り組みを紹介し、団地内や地域の健康づくりにどう医療生協がかかわっていったのかをまとめた。

鷺宮支部では定例の「うたごえ」の取り組みが中心となっていた。しかし、コロナ禍により、人が集まり歌で声を出すことが厳しくなり、実際には活動できなくなっていった。毎月の健康ひろばは定期的に実施できていた。そこで4年ぶりとなる健康チェックを実施しようと計画し、団地内の集会所での実施を準備した。多くの方に知らせ・ひろげるために、実施のチラシを全戸配布すること、団地の敷地にある掲示板への掲示などができないかと検討した。そこでUR本部へ「健康チェック」実施と掲示の申し入れを行ったところ、許可をもらうことができ、団地各戸へのチラシ配布と掲示板への掲示が実現できた。各団地の階段下にある掲示板へ貼り出すこともできた。

第1回は2023年5月20日（土）に開催し、58の方が参加した。骨密度測定、握力、血圧測定、健康相談も同時に実施した。団地での実施を受けて、他の地域でも実施してみようということになり、JR鷺宮駅に近い、多くのマンションや戸建て住宅がある地域のコミュニティーセンターを会場にして計画した。周辺地域に約2000枚のチラシを配布し、2024年1月26日（金）に実施できた。74人の参加があり、うち43人が健康相談を希望した。参加した方の感想や運営を行った委員の声をまとめながら、地域のニーズをつかんで今後の活動に活かしていきたい。

所属している組織の概要	
活動地域は埼玉県久喜市（久喜市、鷺宮町、栗橋町、菖蒲町の合併により誕生）。合併後も久喜支部、鷺宮支部、栗橋支部として活動。久喜市の人口は約148700人。鷺宮支部（旧鷺宮町地区）の人口は約43900人、組合員約338人。	
TEL 090-3436-1267	メール yuyuji3hal2001@gmail.com

演題番号 5-3-5

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
京都	伏見健康友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
ヒサモリ 久守 カズトシ 一敏	友の会幹事	第5分科会

発表テーマ
健康相談会で、住相談も行います

内容（発言要旨）

伏見健康友の会では、2019年までは伏見区内にあるスーパーなどに出かけて行って、血圧測定・骨密度測定や看護師による健康相談「まちかど健康チェック」を行って来ました。2020年のコロナウイルス感染拡大をきっかけに出かけることが難しくなり、一時はとりやめていましたが、2021年度に診療所内で再開するところから始めました。これまでの健康チェックに加えて、なんでも相談会（住宅相談・生活相談・国保や商売の相談）を行いました。その後も「まちかど健康チェック」で京都建築労働組合のNPO 法人の方に協力いただき、住居の耐震診断や、住宅改修の相談も行っています。地震が来るたびに築年数が経っている家が揺れて怖いと思っていたり、大きな地震をきっかけに自分の家の耐震は大丈夫か？など、不安に思う友の会会員さんが、安心して相談できる窓口を友の会で作り、利用してほしいと思っています。

所属している組織の概要	
京都市伏見区は人口約277,000人。京都市の中で一番多く、伏見健康友の会は伏見区唯一の民医連診療所である京都城南診療所に事務所を置き、活動しています。会員数は1258人。	
TEL 075-623-1134	メール soumu@jounanshin.or.jp

演題番号 5-3-6

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
岡山	倉敷医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
カキウチ 垣内 ハルナ 春菜		第5分科会

発表テーマ
地域組合員を対象にしたスポット尿による塩分チェックチャレンジの報告

内容（発言要旨）

倉敷医療生協では、食生活を見直すきっかけづくりとして「まずは自分の食塩摂取量を知ることからはじめよう」と、塩分チェックチャレンジと題して随時尿による尿中食塩排泄量測定を行った。2023年6月、7月、9月、12月に支部運営委員と理事を対象に推定尿中食塩排泄量測定、食生活アンケート、『あなたの塩分チェックシート』チェックを行った。参加者には結果返しとして、コメント付きの食塩摂取量結果用紙、『あなたの塩分チェックシート』、減塩レシピをお渡しした。

組合員100人の参加があった。初回測定時の平均推定食塩摂取量は男性 9.91g、女性 9.19gでどちらも目標量を上回っている。6～12月の半年間では男女ともに食塩摂取量に大きな変化はなかった。アンケート結果より、食塩摂取について日頃気をつけていることがあるという人は全体の70～80%であった。自分では減塩している（減塩できている）と思っている人が多いが実際の食塩摂取量とは差があること、食塩摂取量を知るだけでは習慣化された食生活を変えることは難しいことが分かった。

所属している組織の概要	
活動地域:岡山県西南部 活動地域(岡山県)人口:1,865,478人 組合員数:63,372人	
TEL 086-448-3369	メール kakiuti_h@kura-hcu.jp

演題番号 5-3-7

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
沖縄	沖縄医療生協 伊良波支部	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
オオシロ イクオ 大城 郁男	理事、支部運営委員	第5分科会

発表テーマ
支部での健康まつり

内容（発言要旨）

伊良波支部創立15周年・筋トレサークル結成10周年記念行事として、2023年10月に支部独自で「健康まつり」を開催し地域の組合員85名が参加しました。開催前には宣伝チラシ配布や地域の公民館の広報マイクから案内呼びかけなどの協力もあり、盛況でした。5コーナー（筋トレコーナー、健康チェックコーナー、SDGs リサイクル市コーナー、野菜コーナー、貝がらコーナー）を設けました。筋トレコーナーでは筋トレ班の実演に始まり、全員で筋トレとバランスボール運動で心地よいひと時を過ごしました。健康チェックコーナーでは、骨密度測定・ベジチェック・血圧・血管年齢測定で職員による判定後指導もありました。SDGs リサイクル市では組合員から寄せられた400点の品物に多くの参加者が集まり有料・無料など掘り出し物に歓声を上げながら品定めをして求めています。残った品は3月の「豊見城ブロック新春のつどい」で再度のリサイクル市を開催。売上金は能登半島地震支援募金に送りました。他支部から出店の貝がらコーナーでは、親子連れで作品の仕上げに熱中する光景が見られました。人気の野菜コーナーでは、オープンと同時に組合員が立ち寄り市価より安い野菜を買い求めていました。組合員からゴーヤー、バナナ、パパイヤなどの無償提供がありました。また、15周年記念にと地域組合員さんから金一封の寄付もありました。地域とむすびついた健康まつりで医療生協の存在価値を共有する機会になったと思います。

所属している組織の概要	
豊見城市は県都・那覇市に隣接し人口64,000人、農業が盛んな地域で最近では都市化してきている。医療生協豊見城ブロック（6支部）の伊良波支部（組合員1200人）は2008年に結成。運営委員8名、9班、650世帯に毎月医療生協便りを配布。	
TEL 090-2962-6366	メール ikuo-naomi71@nirai.ne.jp

演題番号 5-3-8

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
長崎	長崎県健康友の会連絡会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
モリカワ エミ子 森川 恵美子	させば健康友の会 事務局長	第5分科会

発表テーマ
「いきいき健康フェスタ」に取り組んで

内容（発言要旨）

長崎県健康友の会連絡会は、県下5つ（長崎・香焼・五島・させば・諫早）の健康友の会（2024年度～香焼が長崎へ合流し4つ）で構成し、2023年9月に新たな取り組みとして「いきいき健康フェスタ」（参加者236人以上）に取り組んだ内容について報告する。

【1】7つのステージ企画

健康体操やダンス披露などに加え、2つの活動紹介①諫早健康友の会活動紹介「小船越自治会健康チェック」について、②させば健康友の会活動紹介「友の会って楽しかよォ〜」を行った。

【2】8つの体験コーナーと7つの物品販売、6つの展示と署名の取り組み

長崎の7サークルが体験コーナーを設置し、特に健康チェックは一般参加者がとても多く、要望が大きいことをあらためて感じた。また、発表した内容の展示物掲示や「現行の保険証を残してください」署名にも取り組んだ。

【最後に】

初めての取り組みで準備や人員の不足などがあったが、当日の職員の大きな協力もあり無事成功することができた。また後日も含め合計4世帯の友の会入会を迎えた。長崎県健康友の会連絡会の日常活動を各健康友の会で持ち寄り体験することができ、県全体の交流にも繋がった。また市民へ「健康友の会」活動の宣伝が出来たことは大きい。今後に繋げていきたい。

所属している組織の概要	
長崎県健康友の会連絡会は県内4つの友の会（長崎・五島・させば・諫早）で構成し、月間中3回会議（職員も合同での共同組織員会を開催）を含み年間6回会議を開催。全体の機関紙「すこやか長崎」を年6回作成し、会員数10961世帯へ配布。2023年度から2年に1回の企画、「いきいき健康フェスタ」を開催。その他各健康友の会で健康チェックや楽しいサークル活動、班活動を行っている。	
TEL 080-3221-9189	メール kinaga@kenyukai.or.jp

演題番号 5-3-9

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
大阪	このはな健康友の会(淀協此花)	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
オオニシ 大西 ヨシヒロ 義広	西島支部運営委員(このはな健康友の会前会長)	第5分科会

発表テーマ
このはな健康まつりの取り組み

内容(発言要旨)

このはな健康まつりは、大阪市此花区で毎年開催されている地域の健康イベントです。新型コロナウイルスの蔓延で約4年中断していました。今年で第32回を迎え、地域住民の健康づくりと交流を目的としております。従来は、模擬店なども出店していましたが、今回から「地域の健康づくり」に特化した健康まつりとなりました。

此花区民ホールで開催。主な内容は、血圧・血管年齢・足趾力などの健康測定。野菜の摂取量を確認するコーナー。レクリエーション、健康友の会のサークル活動の紹介。健康に関する講演やワークショップ。地域の団体によるブース出展などでした。

健康まつりは、地域住民の健康意識を高め、健康的な生活を促す重要な機会となります。参加者は、健康測定やワークショップを通して自身の健康状態を確認し、改善に向けた知識を得ることができます。また、地域の団体との交流を通じて、健康づくりに関する情報や活動の紹介を受けることもできます。

所属している組織の概要	
このはな健康友の会の活動地域は、大阪市此花区。活動地域の人口は約75000人。所属する共同組織の人数は約6200人。	
TEL 06-6136-3520	メール konohanakenkou tomonokai@gmail.com

演題番号 5-3-10

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
大阪	淀川クリニック	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
イケダ 池田 ヨシフミ 義文	組合員活動部	第5分科会

発表テーマ
健康まつり「プチ縁日」

内容(発言要旨)

昨年11月に都島・淀川地区で健康まつり「プチ縁日」を開催しました。健康まつりの開催はコロナの影響もあり6年ぶりの開催となりました。前回開催から年数が経ちまつり開催の経験者も減っている中で、果たして開催ができるのかと議論になりましたが、職員・組合員ともに、数年ぶりの開催となる健康まつり成功に向け準備を進めました。

今回の健康まつりは「若い世代に医療生協を知ってもらいたい」という思いがあり、健康まつりの名称や内容を一新し、子どもコーナーに力を入れて取り組みました。周辺地域のビラまきはもちろんですが、若い子育て世代に参加してもらうため、区内の保育園・こども園・幼稚園数十か所にビラをもって案内を行いました。

当日は「100人位来てもらえれば大成功だろう」と不安と期待でいっぱいでしたが、予想を遥かに上回る約300人が来場される健康まつりとなりました。想定外の参加でトラブルなどもあり大変でしたが、来場された方全員に生協パンフなどの「都島・淀川地区セット」をお渡しすることができ、医療生協に興味関心を持っていただく機会になったのではと思います。

所属している組織の概要	
活動地域は、大阪府大阪市。活動地域の人口は約11万人。所属する共同組織の人数は約1万人。	
TEL 06-6927-1135	メール yo-ikeda@coop- osaka.or.jp

演題番号 5-3-11

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
奈良	健生会友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
ハヤシ ケンタ 林 健太	友の会事務局長	第5分科会

発表テーマ
4年振りに再開した健康まつりの取り組み

内容（発言要旨）

本年の5/19に4年振りに再開した健康まつりの取り組み。

これまでも1000人以上の来場が有、地域の中でも大きな規模のまつりとなっていた。

今回、コロナ禍から明けてまずは再開出来た取り組み報告と今後に向けての検討課題などを明らかにしていきたい。

また、果たして来た役割の中で今後のあり方の検討を法人も巻き込んで取り組んでいきたい。

所属している組織の概要	
活動地域は奈良県中南和地域。活動地域の人口は約4万人。所属する共同組織の人数は約9000世帯。	
TEL 0745-22-2989	メール k-hayashi@kenseikai-nara.jp

演題番号 5-3-12

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
岡山	岡山医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
ヤスノブ キョウコ 安延 京子	理事	第5分科会

発表テーマ
岡山医療生協と地域が繋がる場所作り～健康づくりセンター大野辻の取り組み～

内容（発言要旨）

岡山医療生協には岡山市北区にコープ大野辻クリニックと、ケアプラン北長瀬の2事業所があった。しかし2022年冬にコープ大野辻クリニックは閉院となり、岡山市北区の組合員からは落胆と不安の声が寄せられた。コロナ禍もあいまって、組合員活動が思うように出来ず、地域全体の元気がなくなっていった。そこで、岡山医療生協の新規事業として“人が集えて、健康づくりが出来る場”となる、「健康づくりセンター大野辻」を開業する運びとなった。開業に伴い、岡山医療生協職員、組合員理事、組合員でプロジェクトチーム（以下PJチーム）を発足した。まずは地域のニーズや組合員のニーズを調査していき、健康づくりセンター大野辻では多世代が集いそれぞれの年代にあった健康づくりが出来る企画を行っていくこととした。リハビリテーション部の職員による「美姿勢」「尿もれケア」などをテーマとしたグループレッスンや、「歌やハーモニカ教室」「健康マーじゃん」といった文化企画、「産後ママのからだケア」や「こどものねんね相談会」などの子育て応援企画など、職員や組合員講師、外部講師などがそれぞれの得意を活かした企画を実施していった。ポスティングなどの効果もあり、地域住民の参加も伸びつつある一方で、PJチームメンバーや北区エリアの組合員の参加は伸び悩んでいる。その1番の理由は「遠くて行けない」ことである。岡山医療生協の組合員も高齢化が進んでおり、今住んでいる地域でどう健康づくりを行うかが、課題としてあがった。そこで健康づくりセンター大野辻で行っている企画を、地域のサロンやたまりばなどで開催出来るよう提案した。「大野辻」ではなく「自分の地域」となると、組合員も受け入れやすく、また岡山医療生協をより身近に感じてもらえるきっかけとなることを期待している。健康づくりセンター大野辻は、様々な企画の運営・実施と同時に、地域の健康づくりを担うコーディネーターとして、今後も地域の声を聞きながら活動を広げていきたい。

所属している組織の概要	
活動地域は、岡山県岡山市北区。活動地域の人口は294,533人。所属する共同組織の人数は8,388人。組織率2.84%	
TEL 086-271-7880	メール soshiki@okayama-health.coop