

特集 この仕事知っていますか？

「保健推進員の仕事」

- File. 5 -

このコーナーでは、保健推進員の皆さんがどのような役割を担っていて、地域の方などのためにどのような仕事をされているのかを紹介します。



▲昨年開催された「農泊料理教室」の様子

保健推進員とは

芝山町長からの委嘱を受けて、役場などの行政機関と地域をつなぐパイプ役として「健康な町づくり」を勧めるためにさまざまな活動をしている方たちのことをいいます。

また、保健推進員の皆さんは芝山町保健推進員協議会というボランティア団体に所属していて「健康寿命を延ばそう、地域のつながりを生かした健康づくり」という言葉を重点テーマとして活動しています。

主な活動内容

「健康な地域づくりのための普及啓発活動」

- ・各健康教室の開催（ウォーキング講習会、料理講習会、生活習慣病予防や介護予防に関する講習会など）

- ・食育教室の開催（親子クッキング、おやつづくり教室など）

- ・健康づくりに関するPR活動、（講座などを通じた啓発活動、担当地区での普及伝達活動）

〔町保健衛生事業への協力〕

- ・1歳6カ月健診や2歳児歯科健診、3歳児健診などの幼児健診の補助

- ・離乳食教室や歯ッピー講座でのおやつづくり、離乳食づくりの

補助

- ・マクッキングでの調理実習補助や託児

〔研修会への参加など〕

- ・町保健推進員研修会の開催（年5回程）
- ・健康づくりや食育に関する研修会への参加

芝山町の健康や食生活などに関する課題とは

芝山町における健康課題としては「心疾患の死亡率が高いこと」「高血圧で治療中の方が多いこと」「慢性腎不全（透析あり）の医療費が増加していること」などが挙げられます。

これらに共通する要因は「食塩の過剰摂取」です。塩分が多く含まれている汁物や漬け物などを毎日のように食べる習慣があることで、塩分の過剰摂取につながっていると考えられています。



▲保健推進員研修会の中でレシピ集について話し合う様子

課題に対して保健推進員に求められることとは

日頃から、地域の皆さんに対して声を掛けながら健康に関するさまざまな情報発信をしていくことや、より健康的な食生活の実践として多くの方に減塩などに取り組んでいただくように（特に、減塩料理の推奨など）、普及啓発活動を積極的に行っていくことが重要となります。

また、町の保健衛生事業に協力しながら町民の皆さんに対して住民健診やがん検診などの定期健診の受診を勧めることで、一人一人が自分自身の健康管理などを気に掛けていただけるように促していくことです。

皆さんも、健康や食生活のことなどで悩みや聞いてみたいということがありましたら、地域の身近な存在としてぜひ保健推進員の皆さんにご相談ください。

ピックアップ

芝山町保健推進員協議会は現在24人の会員がおり、健康づくりに興味があって不定期に活動できる方々が集まって活動しています。任期に合わせて2年に1度、広報紙などで新しい会員を募集しています。

