

(別紙)

モデル市町村等の取組概要

1 Action (体を動かす) モデル市町村

市町村	取 組 概 要	(目指す姿・目標)
松本市	<ul style="list-style-type: none"> ・地区ウォーキング講座の実施や企業に対する歩きの提案など「市民歩こう運動」による歩きの普及・啓発 ・体力づくりサポーターの育成講座等、運動を継続して行える仕組みづくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・27年度の「市民歩こう運動」イベント参加者 9,000 人 ・体力づくりサポーター新規登録 120 人 等
上田市	<ul style="list-style-type: none"> ・年代、対象に応じて取り組みやすい「信濃の国上田オリジナル体操」の作成と周知 ・インターバル速歩講座受講者の支援と参加者の拡大 	<ul style="list-style-type: none"> ・DVD、CD の住民への配布 (100 枚) ・27 年度中に新たに 200 人参加
須坂市	<ul style="list-style-type: none"> ・消費カロリー等の健康情報を表示したウォーキングコースのマップを作成、イベント等で配布しウォーキングを普及 	<ul style="list-style-type: none"> ・マップを利用してウォーキングでの健康づくりに取り組む人の増加
駒ヶ根市	<ul style="list-style-type: none"> ・活動量計を活用し健康づくりに取り組む方の登録 ・活動量計データが見える化できる「こまがね健康ステーション」を市内の協力機関に設置 	<ul style="list-style-type: none"> ・活動量計登録者 300 人 ・こまがね健康ステーションの設置 20 箇所
御代田町	<ul style="list-style-type: none"> ・ポールウォーキングなどウォーキングに注目した健康づくりの取組を進めるに当たっての指導者や運動支援ボランティアの育成 	<ul style="list-style-type: none"> ・町内全 (20) 地区に指導者又は支援ボランティアを養成
下諏訪町	<ul style="list-style-type: none"> ・屋外健康器具を活用した運動プログラム「みずベフィットネス 15」の実施を通じた、住民の運動に対する意識喚起と実践支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・住民の健康教室参加者数の増加と参加者が自ら運動に取り組むことが出来たかの確認
箕輪町	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり、生きがづくり、仲間づくりの場として親しまれている「みのわ健康アカデミー」のOBを中心に行われているウォーキング活動の輪を、受講者やOBだけでなく多くの町民へ拡大 	<ul style="list-style-type: none"> ・多くの町民への健康づくりの取組の拡大による、健康度の向上、健康寿命の延伸
上松町	<ul style="list-style-type: none"> ・運動、休養、食事のバランスの取れた健康づくり「元気アップ教室」を町内全域に拡大 ・セラピーウォーク、ノルディックウォークなどの健康づくりと観光が連携したヘルスツーリズムの推進 	<ul style="list-style-type: none"> ・教室の町内全 (6) ブロックでの実施 ・セラピーウォーカーの資格制度の設定
山形村	<ul style="list-style-type: none"> ・健康長寿延伸検討委員会を設置し、村の健康課題や村民協働の事業化の方向性を検討 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康寿命の延伸に向けた健康づくり、介護予防の取組の拡大
松川村	<ul style="list-style-type: none"> ・豊かな田園風景や観光名所等、村ならではの景観を活かした歩きたくなるウォーキングコースの整備 	<ul style="list-style-type: none"> ・住民への健康増進、介護予防に対する意識の浸透

2 減塩モデル市町村・地域

保健福祉事務所	対象市町村等	取 組 概 要
モデル取組町村	伊那 飯田 木曾 長野 北信	駒ヶ根市 阿智村 木祖村 信濃町 飯山市
地域での取組減塩	佐久 上田 諏訪 松本 大町	-
		<p>保健福祉事務所において脳血管疾患の死亡比などを考慮して対象地域を選定。</p> <p>対象市町村において、保健補導員やJA女性部などの住民が、講習会等を通じ減塩等に配慮した食生活に取り組み、取組前後の食塩摂取量の状況を分析し、改善効果を評価・発信し、普及につなげる。</p> <p>管内全市町村を対象とした出前講座や塩分チェックシート、減塩料理コンテストなどを行う「"さく"っとうす味みんなでキャンペーン」(佐久)</p> <p>管内市町村と連携した学習会の開催や地域の課題分析、普及啓発活動(上田、諏訪、松本、大町)</p> <p>など各地域での減塩の取組を実施する。</p>