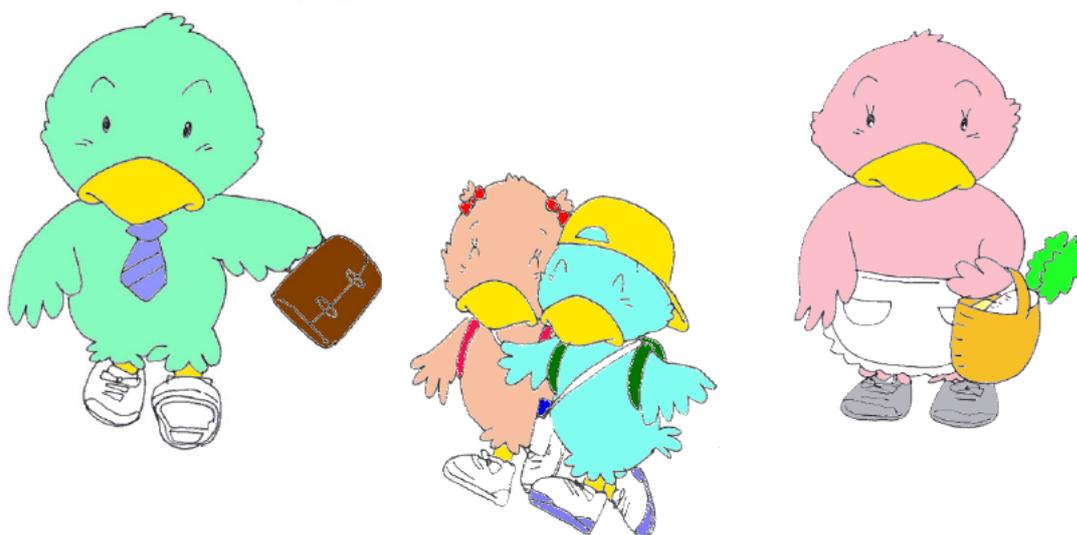


ヘルピー協働隊の活動紹介vol. 12

(平成 25 年度活動報告)



ヘルピー協働隊マスコットキャラクター：マッピーファミリー

[全体目標]

1. 健康寿命の延伸
2. 幸福実感を高めるための心身の健康感の向上

三重県松阪保健所

三重の健康づくり基本計画

ヘルシーピープルみえ・21

～わくわく育ち、イキイキ暮らし、安らかに人生を全うする～



◆「ヘルピー協働隊」とは◆

三重の健康づくり総合計画「ヘルシーピープルみえ・21」を推進する目的で、地域の団体や企業、組織・グループなどに声をかけ立ち上げた、有志の集まりです。

◆ヘルピー協働隊の主な活動◆

- ①健康に関する最新情報などを「ヘルピー協働隊通信」（メールマガジン）にて情報提供
- ②ヘルシーピープルみえ・21の目標達成に向けた各取り組みを互いに応援し合う「ヘルピーおでかけ隊」の活動
- ③情報交換を目的とした「ヘルピー協働隊の集い」開催
- ④ホームページによる情報提供
- ⑤ヘルピー協働隊メンバーとの情報交換・相談
- ⑥市町との連携 など

【松阪地区地域・職域連携推進懇話会】（開催日 2013.7.25 出席委員数 13名）

健康づくりの推進については、生活習慣病の予防が重要であり、メタボリックシンドロームの予防をはじめとして、産業保健と連携した「働く世代の健康づくり」が非常に重要であると考え、平成21年度より「松阪地区地域・職域連携推進懇話会」を設置しました。今年度は、地域・職域保健の健康づくり・メンタルヘルス対策等について情報共有、交換を行いました。

【ヘルピー協働隊の集い】（開催日 2014.3.7 参加者 73名）

地域と職域の協働活動が、ヘルピー協働隊メンバーを中心に各関係者と協働でより効果的に行われることを目的に、健康づくりに関する様々な情報の提供、交換とコミュニケーションの場を提供しました。

◇講演 「心にも体にも大切な食事」

◇活動報告 「明和町の取組について」



【ヘルピーおでかけ隊】 (年間6回 延べ参加者数 約2,150名)

ヘルピー協働隊メンバーと連携し、地域、職域等で健康づくりのための啓発活動を実施しました。

<イベント>

◆6/9(日)「歯の健康まつり」480人参加

内容：ヘルピー普及啓発(こころ、栄養、たばこ、歯、がんなど)、感染症予防(手洗い指導)、HIV感染予防啓発

◆7/27(土)「第27回にぎわい市場デー夏まつり」250人参加

内容：ヘルピー普及啓発(栄養、こころ)、HIV感染予防啓発

◆9/8(日)「松阪市健康フェスティバル」650人参加

内容：ヘルピー普及啓発(栄養、こころ)、感染症(手洗い指導)・HIV・結核予防啓発

◆10/3(木)「コープみえ商品・くらしの活動交流会」250人参加

内容：ヘルピー普及啓発(栄養、こころ)

◆11/23(土)「シャープふれあいフェスティバル」520人参加

内容：ヘルピー普及啓発(栄養、こころ)、感染症予防(手洗い指導)、HIV検査啓発

～イベントでの啓発の様子(歯の健康まつり)～



<キャンペーン>

◆11/1(金)「未成年者喫煙防止啓発キャンペーン」

内容：学生を中心に未成年者の喫煙防止を呼びかけた。

あなたは「1日に野菜350g」食べていますか!?

松阪保健所管内の平均野菜摂取量は、267g/日(平成23年県民健康・栄養調査)でした。野菜350g(そのうち緑黄色野菜120g以上)で、カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取が期待できます。また、野菜は低脂肪、低エネルギーでありながら「かさ」が多いことから、満腹感を与えてくれます。食生活にあと一皿の野菜を増やし、みんなで350gをめざしていきましょう。



私たちフェアリーベジもあなたの食生活を応援しています



<企業>

- イオン(株)明和店 ○岡田パッケージ(株) ○(株)オクトス ○(株)オークワ
- オムロンヘルスケア(株)松阪事業所 ○クラギ(株) ○シャープ(株) ○松和自動車学校
- 大王運輸(株) ○中部電力(株)松阪営業所 ○(株)トモ ○日本たばこ産業(株)
- ニプロファーマ(株)伊勢工場 ○パナソニック(株) ○(株)百五銀行松阪紀州支社
- マックスバリュ中部(株) ○松阪証券(株) ○丸大食品(株)松阪工場 ○三重金属(株)松阪工場
- みえ中央市場マネジメント(株) ○ヤマモリ(株)松阪工場

<NPO・団体>

- 泉の会 ○伊勢フラダンス教室 ○栄養管理ネットワーク研究会 ○M.T.さくら
- おんがくファームまんどろ ○健康づくり嬉野 U の会 ○食育げんきッズ ○丹生ボランティアクラブ
- フルフル M.I.T. ○松阪子ども NPO センター ○松阪市ボランティアセンター
- 松阪農業公園ベルファーム(NPO 法人三重スローライフ協会) ○三重県ウォーキング協会
- めいわ市民活動サポートセンター

<社団法人・連合会・協議会>

- 生活協同組合コープみえ ○松阪市シルバー人材センター
- 松阪商工会議所 ○松阪地区医師会 ○松阪地区歯科医師会 ○松阪地区薬剤師会
- 三重県歯科衛生士会松阪支部 ○三重県看護協会松阪支部 ○三重県臨床検査技師会
- 三重県地域活動栄養士連絡協議会松阪支部 ○松阪地区食生活改善推進連絡協議会

<施設>

- 梅村幼稚園 ○さくら保育園 ○わかすぎ保育園 ○知的障害者授産施設 向野園

<教育機関>

- 三重中京大学 ○三重県立看護大学(地域交流研究センター) ○三重県農業大学校

<市町>

- 松阪市 ○松阪市嬉野地域振興局 ○松阪市三雲地域振興局 ○松阪市飯南地域振興局
- 松阪市飯高地域振興局 ○多気町 ○明和町 ○大台町

<県の機関>

- こころの健康センター ○松阪保健所



健康づくりに興味・関心のある
企業・団体などの皆さん
ヘルピー協働隊と一緒に活動
しましょう！

「ヘルピー協働隊の活動紹介 vol.12」

2014年(平成26年)4月

三重県松阪保健所

〒515-0011 三重県松阪市高町138

TEL : 0598-50-0531

FAX : 0598-50-0621