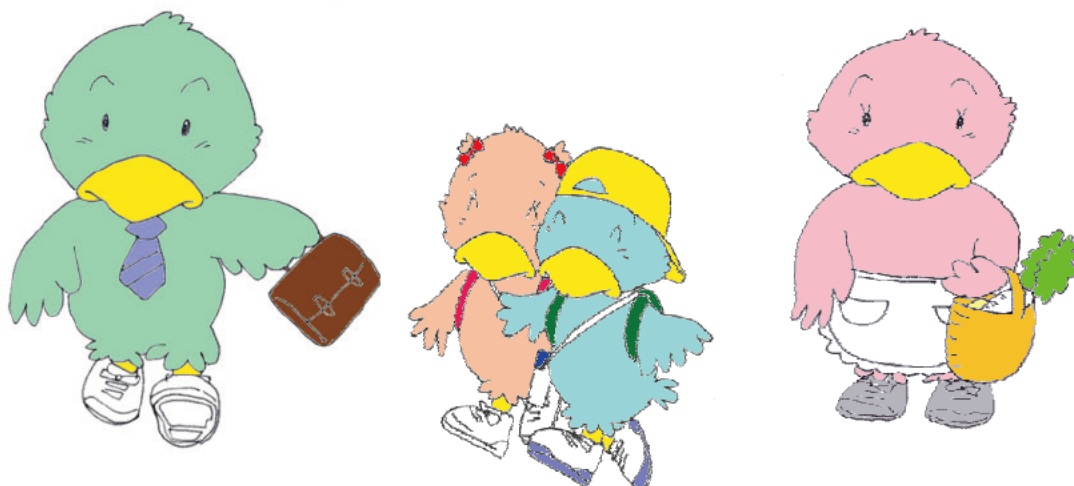


ヘルピー協働隊の活動紹介vol. 11

(平成 24 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

[わくわくイキイキ安らかに指標(大目標)]

- ① 健康であると感じている人の増加
- ② 生きがいのある人の増加
- ③ 人とふれあうことが楽しいと感じる人の増加
- ④ 食事を楽しむことができる人の増加
- ⑤ よくストレスを感じる人の減少
- ⑥ 朝目覚めたとき、十分眠れた感覚がいつもある人の増加

三重県松阪保健所



◆「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ヘルピー協働隊メンバー訪問
- ⑤モデル事業者との協働
- 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 2012.7.19 出席委員数 17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・メンタルヘルスの取組、メンタルパートナー養成講座などについて情報共有、交換を行いました。

【ヘルピー協働隊の集い】 (開催日 2013.3.1 参加者 44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 「笑顔から変わる～職場と地域～」

◇活動報告 「松阪市の取組について」



【ヘルピーおでかけ隊】 (年間6回 延べ参加者数 約1,550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>

◆6/10(日)「歯の健康まつり」 250人参加

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

◆6/16(土)「シャープふれあいフェスティバル」 300人参加

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

◆9/9(日)「松阪市健康フェスティバル」 500名

内容：感染症予防(手洗い指導)、HIV、結核、ヘルピー普及啓発(栄養、自殺予防)

◆9/27(木)「2012年コープみえ商品・くらしの活動交流会」 300人参加

内容：ヘルピー普及啓発(栄養)

◆10/27(土)「第18回にぎわい市場デー：三重県地方卸売市場」 200人参加

～イベントでの啓発の様子(歯の健康まつり)～



<キャンペーン>

◆11/2(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。

私たちフェアリーペー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 ○(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
- 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)デバイス社 ○(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
- ヤマモリ(株)松阪工場 ○岡田パッケージ(株) ○三重県中央市場マネジメント(株)

<NPO・団体>

- 泉の会 ○伊勢フラダンス教室 ○嬉野歩こう会 ○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 ○めいわ市民活動サポートセンター
- 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)

<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
- 松阪地区食生活改善推進連絡協議会 ○三重県地域活動栄養士連絡協議会松阪支部

<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>

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

<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.11」

2013年(平成25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