

I 健康ひょうご21県民運動とは

兵庫県民健康憲章

健康は、ひとりひとりが自分に応じて伸ばすもの。

それは、生きがいを生み出す《いずみ》、明るい暮らしと、
社会を築く《いしずえ》。

私たちは、恵まれた自然、豊かな文化、活力ある兵庫に生き、
心とからだの健康づくりを目ざし、《きょう》そして《あす》への
ために、この憲章を定める。

.....

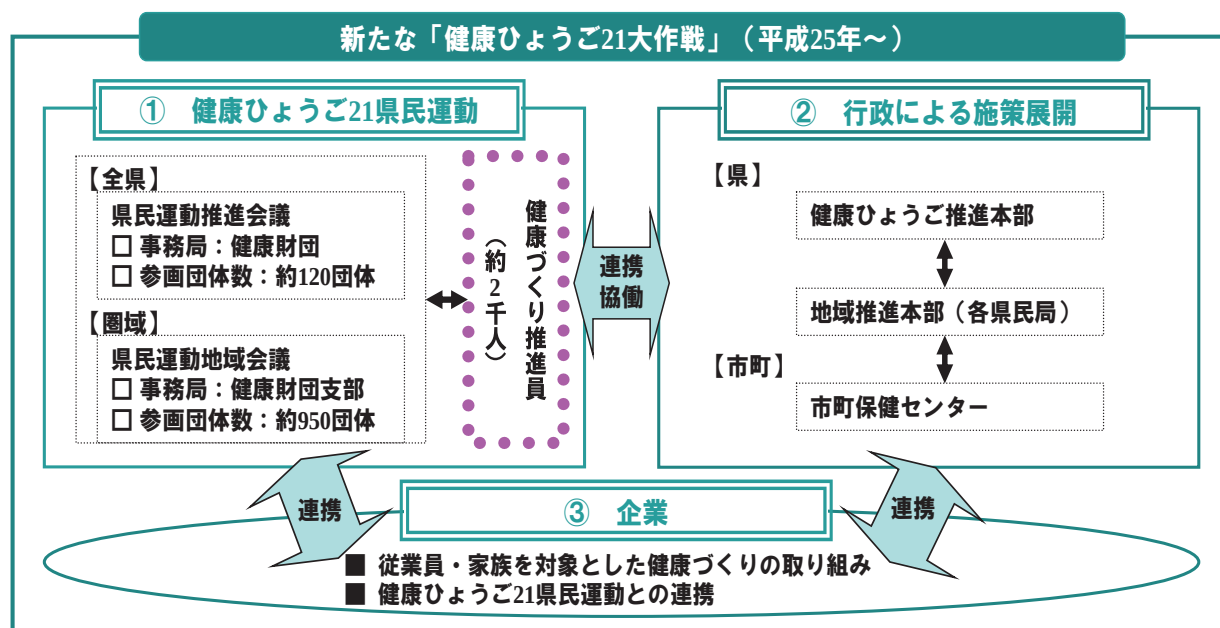
- 1 健康は、自分が進んで守り、高めるという自覚を持とう。
- 2 自分の健康を正しく知り、次に続く世代のためにもよい生活習慣を身につけよう。
- 3 個人から家庭、学校、職場、地域社会へ健康づくりの輪を広げよう。
- 4 互いに協力し、快適で住みよい環境をつくり出そう。
- 5 心身ともに健やかに、生まれ、育ち、暮らし、美しく老いることができる《健康福祉社会》を実現しよう。

1985年（昭和60年）9月1日制定

健康ひょうご21大作戦とは

基本 理念

県民一人ひとりが生涯にわたり、生き生きと
安心して質の高い生活を送ることができる社会の実現



兵庫県では、県民一人ひとりが自らの生活を見つめ直し、生活習慣を改善するとともに、個々人の健康づくりを社会全体で支援する体制を構築し、県民一人ひとりの健康実現と活力ある健康長寿社会の実現を図るため、平成13年度から ① 県民主導により展開される「健康ひょうご21県民運動」 ② 行政による施策展開（健康ひょうご21県民運動の支援、健康基盤の整備等）を両輪とした「健康ひょうご21大作戦」を推進してきました。

さらに、平成25年度からは、平成12年に策定した「ひょうご健康づくり県民行動指標」を4分野24指標に改定して県民運動の道しるべとして活用するとともに ③ 「企業との協働による健康づくり促進事業」をスタートし、働き盛り世代の健康づくりの強化を図り、県民総ぐるみの健康づくりを推進しています。

健康づくり推進員とは

健康づくり推進員は、「健康ひょうご21大作戦」の一翼を担う「健康ひょうご21県民運動」の活動を推進します。(前ページ図参照)

健康づくり推進員は、健康づくり推進条例(兵庫県条例第14号)第16条第1項(P.71参照)の規定に基づき知事から委嘱され、「健康づくり推進員運営要領」(P.14~P.17参照)に基づき活動します。



健康づくり推進員の種類と主な活動内容

● 健康ひょうご21県民運動推進員

- 健康チェック、ウォーキングなど自らの健康づくりの実践活動
- 健康づくりの知識の習得、資質向上を目的とした研修会、講習会等への積極的な参加
- 「ひょうご健康づくり県民行動指標」や「健康ひょうご21ポータルサイト」、パンフレット、チラシ等を活用しての健康づくりの推進活動

● 食の健康運動リーダー

- 健康食生活メニュー等を参考に、幼児の保護者等に対する調理実習、“食の健康”運動キャンペーンへの協力、その他“食の健康”運動の推進活動

● 8020運動推進員

- 地域住民等に歯科健診の受診勧奨、その他の8020運動の推進活動

健康づくり推進員の活動への主な支援内容

■ ボランティア保険に加入

賠償責任保険（主催するイベント等で第三者の身体又は財産に損害を与えたことによる賠償責任の補償）及び 傷害保険（健康づくり推進員の活動中におけるケガの補償）に加入

■ 健康づくり講演会への案内と参加

■ フォローアップ研修や再任研修への参加

■ 健康づくりのパンフレット、チラシ等の資材の提供

■ 講演会・研修会等への講師の派遣（健康マイプラン実践講座）

- ・対象団体 県民運動参画団体、その他団体、グループ等
- ・講師料 健康財団負担（金額は参加人数、時間により異なる。参画団体以外は1/2負担）
- ・講師旅費 主催者負担

■ 実践活動への助成（県民運動地域実践活動助成金）

- ・対象事業 地域に密着した有意義な実践活動
- ・対象団体 参画団体又は参画団体となることが見込まれる団体
- ・助成額 1団体1事業1件5万円上限

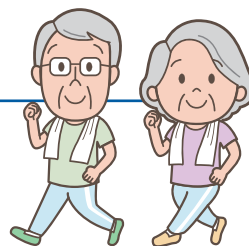
（健康づくり推進員の活動等についてのご質問はお問い合わせ先（P.84参照）にご連絡ください。）

健康づくり推進員の活動報告

健康ひょうご21県民運動推進員及び8020運動推進員は活動内容を指定の様式（P.17）に随時記録し、年に1回、健康財団への報告をお願いします。また、食の健康運動リーダーは、先の報告に加えて指定の様式（P.17）も随時記録し、年に2回、健康財団への報告をお願いします。

実際の報告書等については本書（P.76～P.77）及び添付用紙をご利用ください。

健康づくり活動の紹介



健康づくり推進員・参画団体が平成27年度に実施した事業の一部を紹介します。

生活習慣病予防等の健康づくり

健康チェック	・イベントでの骨密度測定・骨粗しょう症チェック ・地域住民への血圧測定、健康相談 ・まちぐるみ健診、特定健診・特定保健指導の普及啓発、指導 ・がんの自己検診の体験 ・健康増進プログラム ・体力測定 等
からだの健康	・プラス10エクササイズの実施 ・介護予防・ロコモ予防運動の講習会 ・心肺蘇生法AEDの研修会 ・健康体操・ラジオ体操 ・ウォーキング、ハイキングの実施 ・グランドゴルフ・ゲートボールを通しての健康づくり ・ニュースポーツによる体力づくり 等
食の健康	・プレパパ、プレママ食育講座 ・親子、幼児、学生、高齢者、男性など幅広い対象者に向けた調理実習 ・伝統食の継承のための調理実習 ・お米の普及活動 ・野菜づくりを通じた食育 ・地産地消のための料理・弁当の実習・提案 等
たばこ対策	・受動喫煙防止のためのPR活動（街頭活動、個別訪問等） ・学生向け「保健だより」を通じた防煙対策 ・たばこの害・薬物撲滅のための普及啓発・講演会 ・COPD講演会 ・肺年齢測定 ・禁煙ポスターの公募事業 等
アルコール対策	・アルコールの功罪を知る研修会 ・「保健だより」を利用した未成年飲酒防止の啓発 ・アルコールチェック ・アルコール障害に関する交流会 等



歯及び口腔の 健康づくり

- ブラッシング指導
- 8020達成者表彰
- いい歯の日イベント(カムカムチェック・みがき残しチェックなど)
- 口腔体操
- 健口(けんこう)劇
- 歯周病予防の普及啓発 等

こころの 健康づくり

- 笑い・こころの健康をテーマとした講演会
- 認知症予防についての研修会
- 音楽療法実践とコンサート
- ストレスチェック・メンタルヘルス講習会
- 地域住民等の運動・会食・娯楽などを通じた交流による、こころの健康づくり
- ストレッチやアロマテラピー等を利用したリラクゼーションプログラム
- 睡眠に関する講演会 等

健康危機における 健康確保対策

- 食糧備蓄についての講演会・クッキング
- 食品衛生研修会(食中毒予防)
- 防災についての講演会
- 感染症についての普及啓発
- 災害時対応についての研修会
- 救急対応についての講習会
- 熱中症対策講演会
- 正しい手洗いの指導・普及 等



健康チェックやウォーキング、健康体操や調理実習など、自らの健康づくりの実践、仲間を募っての健康づくりの活動や勉強会、健康づくりの知識や技術を活かした講習会の開催など、幅広く活動されています。

健康づくり推進員運営要領

(目的)

第1条 この要領は、健康づくり推進条例第16条第1項の規定に基づき設置する健康づくり推進員の運営及び活動について必要な事項を定める。

(健康づくり推進員)

第2条 健康づくり推進員は、次の各号に掲げる者（以下「推進員等」という。）とする。

- (1) 健康ひょうご21県民運動推進員
- (2) 食の健康運動リーダー
- (3) 8020運動推進員

(推進員等の要件)

第3条 推進員等の要件は、次の各号に掲げるとおりとする。

- (1) 率先して健康づくり活動に取り組むほか、健康づくりの推進に関する施策又は事業に必要な協力ができること
- (2) 兵庫県内に居住又は勤務していること
- (3) 満20歳以上であること

(委嘱)

第4条 知事は、健康ひょうご21県民運動推進会議会長（以下「会長」という。）とともに、次の各号のいずれかに掲げる者で、公益財団法人兵庫県健康財団（以下「健康財団」という。）が実施する研修を受講した者を委嘱状（様式第1号）により健康ひょうご21県民運動推進員及び8020運動推進員として委嘱する。

- (1) 健康ひょうご21県民運動推進会議又は健康ひょうご21県民運動地域会議の参画団体（以下「参画団体」という。）から推薦を受けた者
- (2) 各種健康づくり講座等（知事及び会長が認めたもの）を修了した者
- (3) その他知事及び会長が適当と認めた者

2 知事及び会長は、前項の者のうち栄養・食生活改善に識見があり、参画団体から推薦を受けた者を委嘱状（様式第2号）により食の健康運動リーダーとして委嘱する。

(任期)

第5条 推進員等の任期は、2年とし、再任を妨げない。

(解嘱)

第6条 知事及び会長は、推進員等が次の各号のいずれかに該当する場合には、これを解嘱することができる。

- (1) 第3条第1号又は第2号の要件を満たさなくなった場合
- (2) 推進員等から申出があった場合
- (3) その他推進員等として適当でないと認められる場合

（推進員等の身分）

第7条 推進員等は、ボランティアとしての活動を行うものであり、地方公務員法（昭和25年法律第261号）第3条第3項に規定する特別職の身分を保有するものではない。

（活動）

第8条 健康ひょうご21県民運動推進員は、次の各号に定める活動を行う。

- (1) 自らの日常生活において健康づくりを実践し、地域住民への普及に努めること
 - (2) 研修会、講演会等に積極的に参加し、その資質の向上に努めること
 - (3) 地域住民、所属する各団体等が主催する各種会合等の場に積極的に参加し、兵庫県等の作成するパンフレット等の資料を活用した普及に努めること
 - (4) 所属する各団体等に対して、ひょうご健康づくり県民行動指標（以下「行動指標」という。）に基づく実践目標を設定し、その実践に取り組むよう働きかけること
 - (5) 活動を通じて得た健康づくりに関する情報、事例、意見等の情報交換を積極的に行うとともに健康財団に提供すること
 - (6) その他健康づくりの推進に関すること
- 2 食の健康運動リーダーは、健康食生活メニュー等を参考に、幼児の保護者等に対する調理実習、“食の健康”運動キャンペーンへの協力その他の食の健康運動の推進活動を行う。
- 3 8020運動推進員は、地域住民等に対し歯科健診の受診勧奨その他の8020運動の推進活動を行う。

（報告）

第9条 健康ひょうご21県民運動推進員及び8020運動推進員は、前条第1項及び第3項の活動内容について、報告書（様式第3号）により年1回健康財団に報告するものとする。

- 2 食の健康運動リーダーは、前条第2項の活動内容について、報告書（様式第4号）により年2回健康財団に報告するものとする。
- 3 健康財団は、前2項の報告を取りまとめ、第1項の報告については年1回、前項の報告については年2回兵庫県に報告するものとする。
- 4 前3項の規定にかかわらず、兵庫県及び健康財団は、必要に応じて推進員等に報告を求めることができる。

（活動領域）

第10条 推進員等の活動領域は、兵庫県内とし、原則として推進員等の居住地又は所属する団体等の活動地域を中心に活動するものとする。

（活動等の支援）

第11条 兵庫県及び健康財団は、健康づくりに関する普及用各種資料を配付するほか、推進員等の活動を支援する。

- 2 健康財団は、食の健康運動リーダーの派遣について必要な調整を行う。

(守秘義務)

第12条 推進員等は、その活動を遂行するにあたって、個人の人格を尊重し、その身上に関する秘密を守らなければならない。

(庶務)

第13条 推進員等に関する庶務は、健康財団が行う。

(その他)

第14条 この要領に定めるもののほか、必要な事項は別に定める。

附 則

(施行期日)

1 この要領は、平成23年4月1日より施行する。

(健康ひょうご21県民運動推進員設置要綱等の廃止)

2 健康ひょうご21県民運動推進員設置要綱（平成13年12月1日。以下「推進員設置要綱」という。）及び食の健康運動リーダー設置要綱（平成15年7月25日。以下「リーダー設置要綱」という。）並びに「食の健康運動リーダーに係る取扱要領（平成15年7月25日）」は、廃止する。

(経過措置)

3 推進員設置要綱第3条第1項の規定に基づく健康ひょうご21県民運動推進員及びリーダー設置要綱第3条の規定に基づく食の健康運動リーダーとして委嘱されていた者でこの要領施行の日以後も委嘱期間がある者は、この要領の第4条第1項及び第2項の規定により委嘱されたものとみなす。この場合においてその任期は、この要領の第5条の規定にかかわらず、従前のとおりとする。

4 前項の規定による推進員については、この要領の第4条第1項に規定する8020運動推進員として委嘱されたものとみなす。この場合においてその任期は、前項の例によるものとする。

5 推進員設置要綱第3条第1項の規定に基づく健康ひょうご21県民運動推進員及びリーダー設置要綱第3条の規定に基づく食の健康運動リーダーとして委嘱されていた者でこの要領の附則第3項に規定する者以外の者については、この要領の第4条の規定する者に該当するものとして同条第1項及び第2項の規定により委嘱することができるものとする。

付 則

(施行期日)

この要領は、平成24年4月1日から施行する。

付 則

(施行期日)

この要領は、平成28年7月25日から施行する。

様式第1号（第4条関係）

委 嘱 状

様

県民一人ひとりの健康実現と活力ある健康
長寿社会の実現をめざし、健康づくり実践活
動の輪を広げるため、あなたに健康ひょうご
21 県民運動推進員を委嘱します
また、8020 運動推進員に委嘱します

委嘱期間 平成 年 月 日～平成 年 月 日

平成 年 月 日

兵 庫 県 知 事

健康ひょうご21 県民運動推進会議 会長

様式第2号（第4条関係）

委 嘱 状

様

あなたを食の健康運動リーダーに委嘱します

委嘱期間 平成 年 月 日～平成 年 月 日

平成 年 月 日

兵 庫 県 知 事

健康ひょうご21県民運動推進会議 会長

様式第3号(第9条関係)

健康ふようこ21市民運動推進員 活動記録【平成 年 月から平成 年 月末日まで】 No. _____

所属団体名		推進員氏名				
活動名	年月日 (回)	行動目標項目 (該当するすべてに○をつけてください)	実施対象区分 (該当する項目に○をつけてください)	対象人数	備考	
	(10)	健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発	人	
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
		食の健康	歯の健康	研修会への参加等自己啓発		
		こころの健康	危機時の健康対策	その他()		
		健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発		
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
	(10)	健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発	人	
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
		食の健康	歯の健康	研修会への参加等自己啓発		
		こころの健康	危機時の健康対策	その他()		
		健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発		
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
	(10)	健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発	人	
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
		食の健康	歯の健康	研修会への参加等自己啓発		
		こころの健康	危機時の健康対策	その他()		
		健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発		
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
	(10)	健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発	人	
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
		食の健康	歯の健康	研修会への参加等自己啓発		
		こころの健康	危機時の健康対策	その他()		
		健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発		
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
	(10)	健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発	人	
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		
		食の健康	歯の健康	研修会への参加等自己啓発		
		こころの健康	危機時の健康対策	その他()		
		健康チェック	たばこ	地域住民への普及・啓発		
		からだの健康	アルコール	面談する団体での普及・啓発		

※ 活動1回につき、1つの欄に記載をお願いします。ただし、活動名及び行動目標項目が同一のものを異なる日に複数回実施した場合は、同一の欄に記載していただく必要はありませんが、この場合「年月日」及び「対象人数」については、それぞれについて記載するとともに、「合計回数」及び「合計人数」についても記載してください。

※ 「研修会への参加等自己啓発」の場合は、対象人数は「1人」となります。

※ 実施対象区分欄は、複数を○をつけなくても構いません。1つの活動が、複数の実施対象区分に該当する場合、活動名欄から欄を分けて実施対象区分の該当にひとりで○が記入するよう記載してください。

※ 用紙が不足する場合は、お手数ですが、コピーして記載してください。

※ 活動内容に関する資料(チラシ、プログラム、配布資料など)がございましたら添付してください。

[illegible]

17

