

健康づくり計画 歯と口腔保健計画 食育推進計画に関する行政の取組

健康づくり計画に関する行政の取り組み

1 生活習慣の見直し～分野別・ライフステージ別の健康づくり～

(2) 身体活動と運動

ライフステージ	番号	第2次計画の取組項目 追加訂正はしないでください。	令和2年度の取組状況 追加訂正があれば、赤字でお願いします。	今後の取組 現在の課題と解決方法を具体的に記入してください。	令和3年度の実施計画 具体的な事業名、場所、対象者等をご記入ください。	関係課
児乳期 妊・娠 幼・幼	32	親子で体を動かす事業を実施する。	七宝・甚目寺総合体育館で親子体操教室(スポーツ教室)を開催し、親子で体を動かす事業を実施する予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため七宝総合体育館前期講座は中止した。	継続して実施していく。	七宝・甚目寺総合体育館で親子体操教室(スポーツ教室)を開催し、親子で体を動かす事業を実施する。	スポーツ課
幼・幼 妊・娠 乳・乳	34	運動の大切さを啓発する。	健康推進課の事業(健康マイレージなど)を生涯学習講座参加者やトレーニング室利用者などに周知した。	健康への意識を高めるため継続して実施していく。	健康推進課の事業(健康マイレージなど)をスポーツ課のイベントで周知する。広報で運動の大切さについて啓発する。	スポーツ課
児童期・思春期	37	遊びやレクリエーションの参加の機会を拡充する。	あまスポーツクラブ事業としてかけっこ教室やキッズ(ケイキ)フラダンスなどの講座を実施した。また、応援会員加盟クラブであるキッズクラブを通して、いろいろなスポーツを通じて仲間づくりを行ったり、豊かな子どもを育む講座を実施した。	継続して実施していく。	遊びやレクリエーションの参加の機会(あまスポーツクラブ事業等)で、いろいろなスポーツを通じて仲間づくりを行ったり、豊かな子どもを育む講座を実施する。	スポーツ課
	38	地域でのラジオ体操の普及に協力する。	令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のためラジオ体操の集いを全て中止した。	継続して実施していく。	地域でのラジオ体操の普及に協力する。(予算計上していたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため美和地区は中止)	スポーツ課
	40	放課後に校庭等を開放する。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開放休止期間を除き、放課後に校庭等を開放した。	継続して実施していく。	放課後に校庭等を開放する。	スポーツ課
	41	体を動かす楽しさを伝え、運動習慣の定着を図る。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、夏休みスポーツ教室は中止し、甚目寺総合体育館で開催予定であった親子体操教室は規模及び期間を縮小し開催となったが、ふれあいスポーツ(子ども体育教室)で、子どもたちが身体を動かす楽しさ・喜びを感じ運動の日常化を図った。	継続して実施していく。	ふれあいスポーツ(子ども体育教室)や夏休みスポーツ教室(スポーツ教室)で、子どもたちが身体を動かす楽しさ・喜びを感じ運動の日常化を図る。	スポーツ課
青年期・壮年期	42	健康教室等をきっかけにした運動の仲間づくりの支援をする。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ボクシングエクササイズ教室(スポーツ教室)及び市民走ろう・歩こう会は中止したが、肩こり・腰痛ケアストレッチ教室を開催し、各種スポーツの基本的な運動を実施した。また、バランスボール・スポーツ吹き矢(あまスポーツクラブ事業)など、各種スポーツの教室を通じて健康増進を図った。	内容を精査しながら実施していく。	肩こり・腰痛ケアストレッチ教室・ボクシングエクササイズ教室(スポーツ教室)で、各種スポーツの基本的な運動を実施する。市民走ろう・歩こう会で、気軽に楽しめるジョギング(2km・4km・10km)とウォーキング(2km・4km)を実施する。バランスボール・スポーツ吹き矢(あまスポーツクラブ事業)など、各種スポーツの教室を通じて健康増進を図る。	スポーツ課
	43	若い世代が運動のきっかけづくりとなる参加しやすい教室(託児付教室)を実施する。	託児付教室は現在実施していない。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、甚目寺総合体育館で「健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～」(スポーツ教室)で規模及び期間を縮小して開催し、トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図った。	内容を精査しながら実施していく。	健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～(スポーツ教室)で、トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図る。	スポーツ課
	46	市の運動施設について、利用者増加を図る。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、甚目寺総合体育館で「健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～」(スポーツ教室)で規模及び期間を縮小して開催した。トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図った。	継続して実施していく。	健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～(スポーツ教室)で、トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図る。	スポーツ課
青年期・壮年期	49	市民のニーズに合わせた運動について検討、実施する。	令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ラジオ体操の集い及び市民歩け歩け会を全て中止した。	継続して実施していく。	市民ラジオ体操の集い・市民歩け歩け会を開催する。(市民ラジオ体操の集いについては、美和地区は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止)	スポーツ課
高齢期	50	介護予防教室を積極的に啓発し、参加者の増加を図る。	甚目寺総合体育館で、高齢者が自らの体力・健康を自覚して、自発的な介護予防に向けた生活を送れることを目的として「はつらつ健康教室～シニア運動教室～」(スポーツ教室)を開催した。	内容を精査しながら実施していく。	はつらつ健康教室～シニア運動教室～(スポーツ教室)で、高齢者が自らの体力・健康を自覚して、自発的な介護予防に向けた生活を送れることを目的として実施する。	スポーツ課
	54	地域の活動の場と、安全で取り組みやすい環境整備に努める。	体育館、グラウンド、テニスコート(スポーツ施設)の整備及び老朽化した備品等を修繕した。	継続して実施していく。	体育館、グラウンド、テニスコート(スポーツ施設)の整備及び老朽化した備品等を更新する。	スポーツ課