

令和 7 年 2 月 7 日

健康推進課資料

健康づくり推進事業について

1. ウォーキング用ポールの検討状況

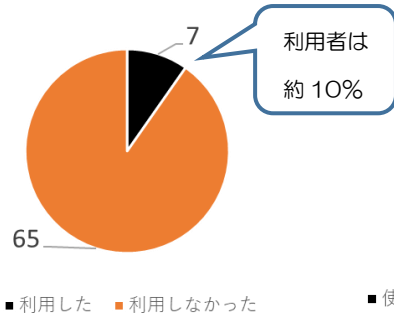
	項目	内容
R5	全体研修	用具を使ったウォーキングについて学ぶ
R5	協議事項	R6 年度の試行方針について検討
R6	ポール試行	手挙げした地区で試行実施。R6 年度中6回実施予定(既に4回済)。
R7	ポール試行	地区活動:全地区で試行実施(ただしコースによっては使用不可) 月例 :試行として持参可能

解禁に向けて試行を進めていく方向性

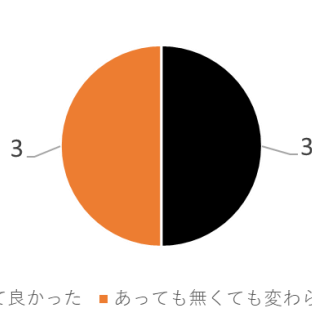
【試行状況】

- ・試行では、参加者20名程度/回のうち、ポール利用者は0～5名(概ね2名程度)。持参しても利用しない例もあり。
- ・「ポール利用可」と謳ったことで、これまで使用可能だった1本杖の方が安心して参加した例もあった。
- ・アンケートでは、ポール利用者との共存に違和感なしの声が大勢。実情としては持参者も多くなく、トラブルもなし。

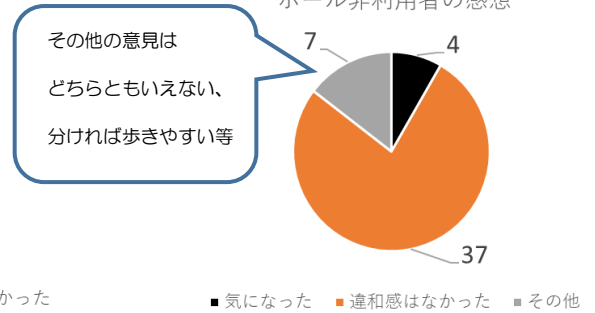
試行でのポール利用状況



ポール利用者の感想



ポール非利用者の感想



⇨一方で、(ポール利用で検討対象となるのは「ポールを使えば歩ける方」のため)ポール解禁することにより、実情では持参者が少なく慣れている人であっても、今後想定としてペースの遅い方も増えるのではないかと、その際、フォローする推進員側の人員は足りているのか。また、コースによってはポール使用が適さない場合もあるのではとの声も推進員より挙がり、上記のような結論となった。

2. 令和7年度全体研修について

- ・「多摩市みんなの笑顔が広がる歯と口の健康を推進する条例」が、令和 7 年 4 月 1 日から施行される。
- ・健康づくり推進員全体研修においても、令和7年度は、口腔機能に着目した内容を実施予定。

テーマ	「元気のもとは噛む力」
目的	中高年期の健康づくりやフレイル予防の一環として、「咀嚼(噛むこと)・嚥下(飲み込む)」機能について、そのメカニズムを理解し、機能向上のための口腔ケア・トレーニングの方法を学ぶ。
日時/会場	令和 7 年 7 月 ベルブホール(予定)
講師	多摩南部地域病院 ST

※ベルブホールとなれば、公開講座も検討。
その際、周知にご協力いただけるとありがたい。

