



健康だより

NO. 42

町の健診後って なんかことをするの!?

結果説明会

特定健診の結果を、保健師・管理栄養士と一緒に見ていながら生活習慣の良いところや改善点などを一緒に確認することができます!

●○保健師・管理栄養士と面談○●

結果についてわかりやすくお話しします。
『食事』『運動』『通院状況』など様々な側面から健康について一緒に考えていきます。

健康への道筋を
一緒に考えましょう♪



●○食事と運動について考えよう!○●

1日の適切な塩分量や
カロリーを知ってみよう! 体のおとろえチェック☆



ヘルシーライフ教室

特定健診において、血圧や血糖値が高めの方を対象に行っている教室です。
運動指導士による運動教室、保健師・管理栄養士による学習会を行っています!

運動教室

運動指導士の先生が
楽しくわかりやすく
教えてくださいます♪



教室参加から1年後にこんな変化が!!

参加者全員の
空腹時血糖の結果が
改善・維持されていた!
7割の方で
HbA1cの結果が改善!

※HbA1cは過去1~2ヶ月間の
血糖値のことです。

効果が明らかにでてる!!

参加者の
喜びの声♪

運動と食事の両方が大切という
ことを学ぶことができた!



運動を続けたことで
腰や膝の痛みが良くなった!

学習会

糖尿病と高血圧の仕組みや
体にいい食べ方について
一緒に学びましょう!!



特定健診を受けたままにせず、結果説明会やヘルシーライフ教室(対象者のみ)に参加し、より健康な体と生活を目指してみよう!! 健康はまず自分で自分の体を知ることから始まるのかもしれないね♪ 町保健師

基本目標3: 安心して暮らせる生活環境を整え、町民の生活を支える

『目標値』 住み続けたいと思う人の割合: 65.0(H26) → 75.0(H30) 持ち家数: 5年間で100戸建築

施策と具体的事業

- ①高齢者が安心して住み続けられる環境の整備
 - ・地域包括支援システムの構築
 - ・介護老人福祉施設整備 等
- ②小さな拠点(多世代交流・多機能型福祉拠点)の整備
 - ・地域交流スペース、避難所整備
- ③障がい者が安心して暮らせる環境の整備
 - ・障がい者グループホームの整備 等
- ④定住につながる住環境の整備
 - ・持ち家の促進、空き家活用、定住住宅整備事業
 - ・交流宿泊施設の整備 等
- ⑤広域連携の推進
 - ・十勝定住自立圏共生ビジョンに掲げる施策の推進



基本目標4: 新得らしさを活かして人を呼び込み・呼び戻す

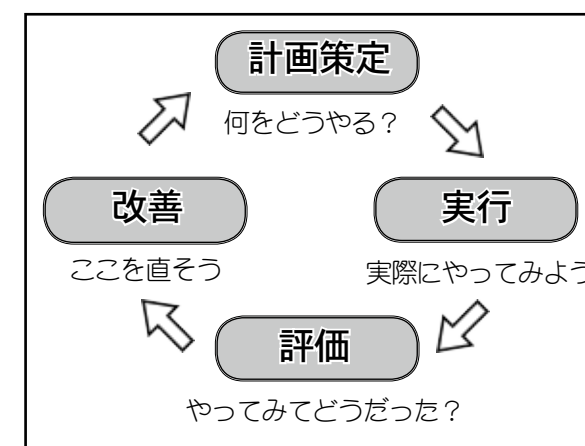
『目標値』 移住者数: 5年間で25人移住 転入者数: 5年間で50人増

施策と具体的事業

- ①施設機能を活かした交流人口の拡大
 - ・実業団等の合宿誘致、全国・全道規模の大会誘致 等
- ②情報発信の強化と移住定住の促進
 - ・官民協働による道内外への情報発信、移住体験事業
- ③新たな交流・人の流れの創出
 - ・大学との連携による新たな人の流れの創出 等
- ④人を呼び込むためのインフラ整備
 - ・追加インターチェンジ・道の駅の整備



新得町総合戦略に関するお問い合わせは
地域戦略室地域戦略係(64-10521)
まで



計画、実施、検証、見直しのサイクルを確立

総合戦略の推進にあたっては、町民参加の町づくり推進協議会を母体とし、あらゆる分野と連携しながら推進していく体制を構築していきます。
また、各施策ごとに目標の数値を定め、進捗度を把握しながら進めていくこととするほか、左図のとおり毎年度、計画、実行、評価、必要に応じて改善を繰り返す、目標の達成に向けた取り組みを進めることとしています。

施策の評価を毎年度実施