

3 地域での周知・啓発活動

京都市からの依頼を受けて、各地域の保健委員は、**チラシの配布・回覧や、集団健診など各種健診の受付、市民まち美化活動など**、京都市の様々な事業をお手伝いしています。



なかでも、チラシの配布への協力については、がん検診など、市民生活に大きく関わるものです。

保健委員の活動は、地道なものが多いと思われがちですが、その活動によって地域みなさんが健康で安心安全に過ごすことができる、とても重要な役割なのです！

がん検診などのチラシ配布・回覧や、集団健診のポスターの掲示なども保健委員を通じて実施しています！



松井孝治
京都市長

最後に、松井孝治京都市長からの一言です！

公を自ら担い、共助・互助でまちをつくる。その思いで「地域の健康や暮らしを自分たちで守る」という重要な役割を果たされている保健委員の皆様には心から感謝申し上げます。京都のまちを次の世代に託していくため、異なる世代が交じり合い、住民同士が支え合う。そんなすべての人に「居場所」と「出番」がある京都の未来を共に創ってまいりましょう。



京都市保健協議会連合会

令和6年8月発行

保健委員 活動のしおり

保健委員の活動は、地域の健康づくりや環境衛生の向上など様々です。このしおりをご一読いただき、これからの活動にお役立てください！

保健委員とは？

昭和28年、地域住民の健康の保持・増進や地域の環境保全と環境整備に寄与することを目的に、市民主体の自主的な組織として「保健協議会」が設立されました。

今現在、保健協議会は、以下のとおり組織されています。

市単位	京都市保健協議会連合会
区単位	区保健協議会連合会
学区単位	学区保健協議会
地域単位	保健委員



どんな活動をするの？

保健委員のみなさんには、地域住民を率先し、また、地域団体と連携して、自主的な「健康づくり活動」や「環境衛生の向上」に取り組んでいただくこととなります。

また、それらの取組に関連する京都市の事業についても、地域住民へ周知・啓発を実施しています。主な活動内容をご紹介しますので、ご覧ください！

1 健康づくり活動

平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味し、平均寿命と健康寿命の差を縮めることで、笑顔でいきいきとした暮らしにつながります。

このためには、日頃から健康づくりに取り組み、高齢期におけるオーラルフレイル（口腔機能の虚弱）やフレイル（全身の虚弱）の予防につなげることが重要です。

そのための取組として、保健協議会では、地域ぐるみでの自主的な健康づくり活動に積極的に取り組んでいます！



具体的には…

- ◎健康づくりサポーターと連携して健康教室を実施！
- ◎区役所・支所や関係機関、各団体と共同でイベントを開催！
- ◎保健委員同士の知識を高め合う研修会の実施！ など…

取組の具体例

保健協議会が主体となって、「ラジオ体操」や「ウォーキング」等を定期的実施しています！みなさんの地域でも、積極的に実施してみても！



日々の健康づくりは、健康寿命延伸のための第一歩です！

保健委員のみなさんを中心として、ご近所さんや趣味仲間と一緒に、楽しみながら健康づくりの輪を広げ、「健康長寿のまち・京都」を目指して共に頑張りましょう！！



2 環境衛生向上の活動

保健協議会では、地域のみなさんが快適に生活を送れるよう、まちの美化やごみの分別など、環境づくり活動にも取り組んでいます！

地域でごみのポイ捨てがあったり、きちんと分別できていなかったりすると、気分が落ち込んでしまいます。

そのようなことにならないよう、保健委員は、環境をまもる活動に積極的に取り組んでいます！



具体的には…

- ◎地域ぐるみでのまち美化活動を定期的に計画！
- ◎使用済みてんぷら油回収などのごみ減量の取組を普及！
- ◎門掃き運動を率先して実施！

など…

取組の具体例

自治会など共同で、学区内のゴミ拾いや使用済みてんぷら油回収、雑がみの分別・リサイクルの徹底など、ごみ減量に関する取組を実施しています！

自分たちのまちがキレイだと、とても気持ちがいいものです！

また、京都は観光客がたくさん来られるので、いつでもおもてなし出来るよう、保健委員として、地域の美化・環境保全の活動に取り組んでいきましょう！！

