**取り組みと評価、次期計画に向けて**

■**運　動**

|  |
| --- |
| ◆**取り組み内容** |
| ○乳幼児期～学齢期   |  |  |  | | --- | --- | --- | | ・子育てサロン | ・あそびの広場 | ・なかよし広場 | | ・スマイル育児教室 | ・親子ふれあいスキー教室 | ・プール教室 | | ・出前スポーツ教室 | ・子どもスポーツ教室（R3～） | ・幼児スポーツ教室（R6～） | | ・くまいしSUNSUN | ・夏休みラジオ体操 |  |     ○成人期～高齢期   |  |  |  | | --- | --- | --- | | ・産婦へのエクササイズ | ・生活習慣病予防教室 | ・地区健康教室 | | ・ノルディックウォーキング体験（全町一日健康の集い） | | ・いきいき健康クラブ | | ・保健推進委員講座（ふまねっと、青竹ビクス体験、フィットネス） | | | | ・運動指導 | ・おはよう一万歩歩こう会 | ・町民ハイキング登山 | | ・ノルディックウォーキングフェスティバル | | ・歩くスキーの集い | | ・フィットネス教室 | ・プール教室（成人４泳法、アクアビクス） | | | ・お達者ピンピン⇒平成30年度より「くまとも広場」（運動メニューあり） | | | | ・ほっとしよう会（体操・パークゴルフ等） | | ・わんぱくの森ハイキング | | ・まるごと元気運動教室（熊石・落部・八雲の３会場） | | ・シルバーオリンピック | | ・自主活動（健康体操、ふまねっと）の助言指導 | | ・百歳体操の普及・実施 |   ○全世代  ・町広報への掲載（運動編） |
| ◆**現状と評価** |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 評価内容 | | H25年度値 | H30年度値 | 目標値 | R5年度値 | 評　価 | | 休日に野外で２時間以上遊ぶ子どもの割合 | ３才児 | ９.6% | 23.1％ | 増　加 | 15.8％ | A | | ４～６才児 | 10.1% | 20.8％ | 11.2％ | B | | 休日にテレビやゲームを２時間以上している子どもの割合 | ３才児未満 | 19.5% | 18.1％ | 減　少 | 16.0％ | B | | ３才児 | 26.2% | 20.5％ | 27.4％ | Ｃ | | ４～６才児 | 26.9% | 30.8％ | 31.8％ | Ｃ | | 膝や腰に痛みのある人の割合 | | 61.8％ | 59.7% | 減　少 | 56.7％ | A | | 日常生活における歩数６千歩未満の割合 | | 50.1％ | 57.8% | 40％ | 51.5％ | Ｃ | |
| ◆**次期計画に向けて** |
| ○乳幼児期～学齢期  ・体育課や子育て支援センター等と連携調整し、多角的に周知することで参加者を増やし、運動のきっかけづくりをする  ○成人期～高齢期  ・健康増進に必要な歩数について、町ホームページや健康教室により周知する  ・教室参加者へ歩数を意識した生活や運動習慣の必要性等ができるよう指導する  ○全世代  ・関係機関と連携調整し、運動する機会を提供する |