

グループワークについて

グループワークでの検討事項

- ①宇治市が目指す姿は何か
(どんな人が増えてほしいか、どんな社会になってほしいか等)
- ②市民、関係団体、行政それぞれの立場でどのような取り組みが必要か

グループ分けとテーマについて

●子どもグループ

地域みんなで健康なまちづくりを考える

～「子どもが健やかに育つために」

市民、関係団体、行政それぞれの立場で何ができるのか～

●女性グループ

地域みんなで健康なまちづくりを考える

～「女性が健康で自分らしく過ごすために」

市民、関係団体、行政それぞれの立場で何ができるのか～

●働き世代グループ

地域みんなで健康なまちづくりを考える

～「働き世代が自分の身体と向き合い健康で過ごすために」

市民、関係団体、行政それぞれの立場で何ができるのか～

今回のグループワークでは、ライフステージの中でも特に、現計画においても「次世代の健康づくりと食育」として重点的な取り組みを行っている「子ども」、国でも新しいライフコースの項目として追加されており、若い世代のやせや加齢によるホルモンの変化による骨粗しょう症などの健康リスクを抱えている可能性のある「女性」、生活習慣病等の健康寿命に大きく影響を与える可能性の高い「働き世代」に焦点を当てて検討を行う。

(参考) ライフコースアプローチについての国の方向性

健康日本 21 (第 3 次) では、現在の健康状態はこれまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受けている可能性があることや、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるものであり、胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり (ライフコースアプローチ) の観点も取り入れることが重要だとされている。

ライフコースアプローチの観点を踏まえると、

- ・ 幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えることや、妊婦の健康が子どもの健康にも影響することから、子どもの健康を支える取組を進めるとともに、妊婦の健康増進を図ることも重要である
- ・ 女性については、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図ることが重要である
- ・ 高齢期に至るまで健康を保持するためには、高齢者の健康を支えるだけでなく、若年期からの取組が重要である

とされている。

グループワークのルール

- ①自由にディスカッションに参加してください
- ②注意深く聞きましょう
- ③経験を自由に語りましょう
- ④本題から離れないように注意しましょう
- ⑤他人の意見に対して寛容に
- ⑥自分とは違った視点に感謝しましょう
- ⑦発言は短く・的確に行いましょう
- ⑧楽しく議論しましょう