

# 健幸アンバサダーについて

住民が健康を意識する行動変容について、「口コミ」の効果が高いことが明らかにされており、南丹市においても、健康無関心層を含めた多数の地域住民に「心に届く情報」を伝え拡散する役割として、「南丹市健幸アンバサダー」を養成する。

|        |                                                                                                                                                          |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 認定機関   | 一般社団法人スマートウェルネスコミュニティ協議会                                                                                                                                 |
| 受講対象   | 南丹市民（高校生以上） ※令和2年度から市職員（健康増進・食育推進計画庁内推進委員会の希望者）も受講可能                                                                                                     |
| 認定後の特典 | <ul style="list-style-type: none"><li>✓ S W C 協議会の有識者が認定した正確で最新の健康情報が記載されたコンテンツ「健幸アンバサダー通信」を年4回定期的に受け取ることができる。</li><li>✓ 適宜、フォローアップ講座への参加ができる。</li></ul> |

## 養成計画及び結果

南丹市の人口規模においては、約500人のアンバサダーを養成すると、情報が届きやすいというデータがあり、500人の養成を目指し継続した事業実施を行っている。

| 養成年度           | 人数         |
|----------------|------------|
| 初年度（R1）        | 89人        |
| 2年目（R2）        | 30人        |
| 3年目（R3）        | 21人        |
| 4年目（R4）        | 40人        |
| 5年目（R5）        | 26人        |
| <b>6年目（R6）</b> | <b>46人</b> |
| 合計             | 252人       |

## 健幸アンバサダーの役割

- ① 健康づくり無関心層の行動変容の促し
- ② 認知症やフレイル予防の理解促進
- ③ 生活習慣病・介護・重症化予防の理解促進
- ④ 自助・共助の強化、生きがいの具現化
- ⑤ 高齢でも社会的役割を持ち続けることの理解促進
- ⑥ スマートウェルネスシティの理解促進  
（※自然と歩いて暮らすことができるまちづくり）
- ⑦ 疾病者でもスポーツ実施が可能であることの理解促進

## 〈今後の課題〉

健康づくりへの取り組みを広く市民に周知して大規模に実施し、継続していくためには、事業資金とともに社会全体で取り組みを応援しているという雰囲気醸成や盛り上げが必要。



# 健幸アンバサダー養成講座



## 令和6年度

- ・登録者**46名**

8月28日 南丹市国際交流会館



実践しながら健康情報を学べます

### \* 健幸ポイント付与事業

10月16日 iスタやぎ、  
10月30日 アスエルそのべ  
※民生児童委員対象



### ★受講者のコメントより★

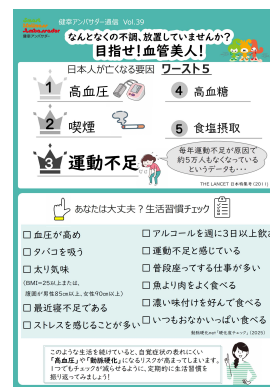
南丹市で薬剤師をしています。薬局に来られる方は、ご病気持ちの方が多く健康に気を使っておられる方が多いですが、健康に気を使っていない方が7割もおられるということを改めて勉強することが出来ました。これから南丹市の皆さんにこういった形で伝えていくことが出来るのか考え、健康に長生きしていただくことができるよう薬剤師という立場から応援していきたいと思っています。

## 令和7年度

- ・令和8年1月、南丹市国際交流会館で開催予定
- ・定員**100名**

講座を受講すると

- ・認定証を授与
- ・健幸アンバサダー通信を年4回送付  
(市主催の健康に関する講座や健幸レシピも同封)
- ・健幸ポイント事業参加者には100ポイント付与
- ・認定3年目以降には、フォローアップ講座へ参加可能



健幸アンバサダー通信の一例



Smart  
Wellness  
Ambassador  
健幸アンバサダー