＜こどもポイント＞ 実施要領・Ｑ＆Ａ

１．こどもポイントの趣旨

健康長寿のまちづくり活動は、地域の医師不足問題を発端として、地域医療を守ることを目的とした市民運動として始まりました。その一環として、子どもの頃から保護者と一緒に健康づくりに取り組んで、健康への意識の向上と生活習慣の改善を図るために「のべおか健康長寿ポイント＜こどもポイント＞」を実施します。

２．参加申し込み対象

市内の保育所・幼稚園・認定こども園・小中学校など　（団体・施設が対象です）

３．実施方法・スケジュール

（１）参加申込　＜５月15日（金曜）まで＞

様式１　参加申込書で参加申込をお願いします。

この際、**集計報告のあり・なし**をお選びください。

（２）ポイント活動の実施　＜１２月末まで＞　＊別紙参照

６月・１１月にテーマを設定して5日間実施する「こどもの健康づくり活動」（必須）と、保護者を対象にした健康学習会の実施（任意）がポイントの集計対象です。

（３）ポイント活動の報告　＜１月８日（金曜）まで＞

集計ありの場合：様式２　実績報告書で報告をお願いします。

集計なしの場合：年末に別途お送りする様式で、児童生徒数をご報告ください。

（４）賞品の贈呈　＜２月～３月＞

①保育園・幼稚園部門・②小中学校（生徒数250人未満）・③小中学校（250人以上）の３部門に分けて、実施状況をもとに**２万円から５千円分の図書カード**を進呈します。

※集計なしを選択した場合、参加賞（３千円分の図書カード）を進呈します。

４．その他

様式１　参加申込書・様式２　実績報告書につきましては、電子メールでのご提出でも結構です。様式につきましては、下記事務局までご連絡いただければ、電子メールで送付します。

５．主催者・連絡先

主催者：延岡市健康長寿推進市民会議

連絡先：延岡市健康長寿課　担当：林田・甲斐

〒882-8686　延岡市東本小路２番地１（延岡市役所１階）

電話22-7088　FAX26-8227　nagaiki@city.nobeoka.miyazaki.jp

活動１）保護者の「学習会ポイント」　保護者を対象にした学習会の実施

４月から１２月までに各校・施設が主催した、健康づくりや地域医療に関する学習会の実施状況が対象となります。

健康や地域医療に関する講演会や、食生活改善推進員が実施する調理講習会など
（実施方法）
PTA総会・保護者総会・参観日の懇談会・家庭教育学級・学校保健委員会
スポーツに関するイベント（運動会を除く）など
（食育の一環としての餅つき、芋ほりなどを含む）

講師については、市健康長寿課・おやこ保健福祉課の保健師や管理栄養士のほか、健康長寿人財バンクに登録している専門講師と調整することも可能なのでご相談ください（講師謝金についてはご負担をお願いしておりますが、難しい場合はご相談ください）

活動２）こどもの「活動ポイント」　こどもの健康づくり活動の実施

健康長寿推進月間（６月と１１月）に各５日間（月～金)、こどもが家庭でできる健康づくりの達成率がポイントです。

テーマは、以下のどちらかを１点お選びください。

（Ａ）よくかんで、ゆっくり食べる
（Ｂ）各校・施設で設定する独自のテーマ（早寝早起きをするなど）

（１） 実施期間を決めて申し込みをお願いします。
（６・１１月以外での設置も可能です。）
（２） １～４年生のテーマをＡ、５～６年生をＢとすることなども可能です。
その際は、必要な記録カード数の内訳を追加でご記入ください。
（３）記録カード（見本は別紙）は事務局で準備して各参加団体にお渡しします。
（４）家庭では取り組みができた日に〇をつけていただき、学校では〇をつけてある日の合計日数を集計してご報告いただきます。

※ ポイントの計算については、事務局で実施いたします。

Ｑ１．のべおか健康長寿ポイントって何ですか？

地域医療の問題を発端として始まった健康長寿のまちづくり市民運動の一つとして、楽しみながら健康づくりに取り組んで、子育て世代の保護者と子ども達の健康への意識の向上を図るための取り組みで、次の３つの制度があります。

①**こどもポイント**【今回のご案内はこの制度です】

＜対象＞ 学校、幼稚園、保育所等の団体・施設が対象

＜内容＞ 保護者を対象にした学習会とこどもの健康づくり活動の実施をポイント換算し図書カードに交換する制度

②**おとなポイント**

＜対象＞ 18歳以上の市民（個人が対象）

＜内容＞ 健康づくりでポイントを貯めて抽選で賞品が当たる制度

③**のべおか健康マイレージアプリ**(令和３年６月から実施)

＜対象＞ 市民・市内への通勤、通学者

＜内容＞ 歩数等に応じてポイントがたまり市内のお店で買い物に使える制度

Ｑ２．保護者の学習会にミニバレーボール大会などの運動の活動は含まれますか？

＜学習会ポイントの対象となる学習会の例は以下のとおりです。＞

・健康づくりや地域医療に関する内容
・スポーツ活動（ミニバレー大会など。運動会を除く）
・心肺蘇生法などに関する内容（ＡＥＤ講習を含む）
・食習慣や食育に関する内容（食生活改善推進員の料理教室等を含む。餅つきや芋ほり等も食育の一環として対象となりますが、採点の比重は小さくなります）
・歯や口の健康に関する内容

※学校、幼稚園、保育所等が主催するもの（PTA含む）が対象です。

Ｑ３．保護者の学習会は１回だけですか？

学習会は、期間内に何回取り組んでいただいても集計対象となります。
回数が多い方が、集計結果が上位となる可能性は高くなります。

Ｑ４．保護者の学習会ポイントで「おとなポイント」のポイントはもらえますか？

保護者の学習会やミニバレー大会などの取り組みは、「おとなポイント」の対象活動となります。主催者から登録していただくと、「のべおか健康長寿ポイント」のポイント台紙をお送りします。抽選は年に２度行われ、２名の方に５万円分の商品券が当たり、3,000円以上の賞品だけでも29本が抽選されるお得な制度ですので、ぜひご活用ください。

Ｑ５．３学期に学習会を予定していますが、報告の対象になりますか？

集計などの関係から、こどもポイントの対象の期間は12月までとしていますので、３学期の学習会はポイントの対象外となります。大変申し訳ございませんが、ご理解ください。

Ｑ６．こどもの活動ポイントはあらかじめ決められた内容に取り組むのですか？

こどもの活動ポイントは、「家庭で取り組めるこどもの健康づくり」が基本内容です。
例としては「朝晩歯みがきをする」「早寝、早起き、朝ごはん」などがあります。
健康に関するものであれば、各団体で自由に設定いただいて構いません。

Ｑ７．こどもの活動ポイントは６月と11月に取り組むのですか？

６月と11月は、健康長寿推進強化月間として、様々な取り組みを実施しています。できるだけこの期間の取り組みをお願いしていますが、それぞれの行事等の都合でこの期間内に取り組めない場合は申込用紙にてご連絡ください。

Ｑ８．「集計なし」で参加の場合は、具体的にどのようなことをするのですか？

「集計なし」でご参加の場合でも、日程とテーマを決めていただき、事務局からこどもポイント台紙をお送りして、児童生徒に配布してもらうまでは同じ流れになります。
ご家庭から提出されたポイント台紙の、**できた○の日を集計・報告する必要がない**という点が大きな違いとなります。（配布した児童生徒数は、別途ご報告いただきます）
ただし、順位の計算の対象外となるため、参加賞（図書カード3,000円分）のみ進呈の対象となります。

Ｑ９．計算方法がよくわかりません。

実施状況によるポイント（順位）の計算については事務局で行います。
各団体では「年度当初の保護者数」「６月１日、11月１日現在の児童生徒数」と、
「学習会ごとの保護者の参加数」「こどもの取り組みで○がついた数」をご報告いただきます。

事務局では「学習会の保護者の参加状況」「こどもの取り組み」のそれぞれで偏差値を算出し、その平均値で順位を決定しています。そのため、学習会や調理講習会の参加者が多いところが、比較的上位になりやすい傾向があります。