

スモールチェンジキャンペーンについて



更なるステップアップを目指して

現状

- スモールチェンジ活用リーフレットの配布
6,000部【健診時3,000部+町内施設3,000部】
- 健診ニュースの配布
4,000部【健診時1,000部+町内施設3,000部】



「わずかなことから始めよう！スモールチェンジ」を合言葉に徐々にスモールチェンジが浸透

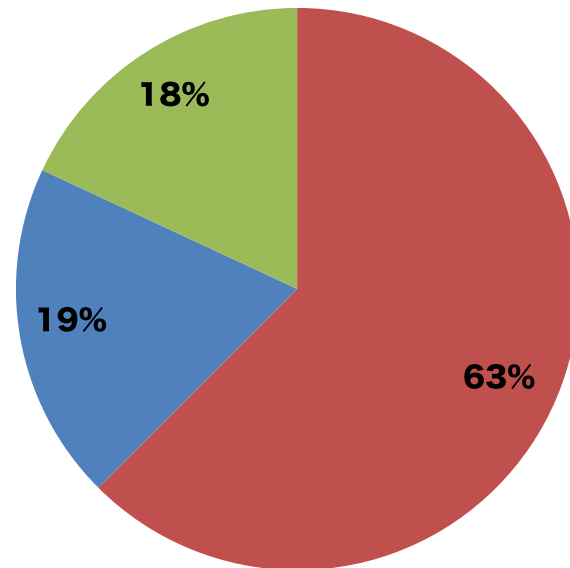
◇スモールチェンジとは

・健康増進運動の一つで、日常生活を大きく変えることなく、行動をはじめめる人の敷居を低くし、手軽に実践できる健康行動

課題

「スモールチェンジ」の言葉は広がってきたが
実践行動の広がりにはもうひと押しが必要

リーフレット配布に対する評価



事前・事後調査ともに
回答が得られた588名
を対象に分析(20%)

- 肯定的評価
- 否定的評価
- 今後の介入に対する要望



関心の薄い住民も多い



対応策

スモールチェンジ啓発キャンペーンの展開

- ◆実践行動の拡大と更なるスモールチェンジ活動の裾野を拡大！
- ◆無関心層を動かすきっかけづくりに！
- ◆ムーブメントを巻き起こす！



具体的には

◆スモールチェンジポイントカードの導入を検討

※ただし、事業所や町民の協賛を得ることが前提

◆スモールチェンジのブランド化

◆スモールチェンジ情報の発信



スモールチェンジ2012

目標 今後の私のスモールチェンジ目標を立てよう（各自記入）
目標を立てると、1ポイント！
★あなたのスモールチェンジ目標★

健診 各種健診を受けよう（1年間に受診した健診に○をつけよう）
① 健康診査 若もの健診 特定健診 いきいき健診
人間ドック
② がん検診 胃がん検診・乳がん検診・子宮がん検診
大腸がん検診・前立腺検診
胸部レントゲン検査 ①と②で3ポイント！

参加 健康づくり教室へ参加しよう（会場で押してもらおう）
保健センターの健康づくり教室など
その他の事項

★卒業して、記念品をGET!!

