

## 第3 健康づくり事業





## 1 健康づくり推進事業

市民の主体的な健康づくりを支援し、生活習慣病などの健康に関する教室を開催することにより、健康に関する知識の普及・啓発を図る。また、主体的に健康づくりに取り組むことができる環境を整備するために、市民・関係機関・団体・行政が連携し、健康長寿のまちづくりを推進していく。

### (1) 健康づくりボランティア養成講座

#### ア 目的

市民が主体的に健康づくりに取り組んでいけるよう、地域の健康づくり活動の核となる人材を発掘し養成する。

#### イ 根拠・関連法令

健康増進法

#### ウ 対象

健康づくりに興味、関心があり、企画・運営などを行いたい方

#### エ 対応者

地域保健課職員、健康づくりボランティア会員

#### オ 内容

市健康づくり施策について、ボランティア概要、各地区ボランティア団体の活動内容について、グループワークなど、修了後は各地区ボランティア団体へ入会推奨

#### カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 | 参加人数 | 参加延べ人数 |
|----------|------|--------|
| R 1      | 7    | 1 4    |
| H 3 0    | 1 3  | 4 8    |
| 対比       | － 6  | － 3 4  |

#### キ 事業の経過

平成 1 6 年度、全市対象「健康づくりマネージャー養成講座」

平成 1 9 年度、宮寺・二本木地区にて開催

平成 2 1 年度、東金子地区にて開催

平成 2 2 年度、西武地区にて開催

平成 2 3 年度、金子地区にて開催

平成 2 4 年度、藤沢地区にて開催

平成 2 5 年度、豊岡地区にて開催

平成 2 7 年度、東金子地区にて開催

平成 2 8 年度、事業名「健康づくりボランティア」に変更（全市対象）

#### ク まとめ

令和元年度は、「元気な宮・二すけっと隊」、「健康西武サポート会」、「金子根通り健康づくりサポート会」、「いるま健康ふじの会」、「東金子元気になんべえ会」が活

動中で、豊岡地区は休会中である。平成28年度からは講座修了後に各地区ボランティア団体へ入会をすすめている。今後も地域で活動するボランティアの支援と人材育成を行う。

## (2) 健康づくりボランティア全体研修会

### ア 目的

健康づくりボランティアの地区活動をさらに推進するためのスキルアップ、団体間の情報交換を行い交流を図る。

### イ 根拠・関連法令

健康増進法

### ウ 対象

各地区健康づくりボランティア会員

### エ 対応者

地域保健課職員、外部講師

### オ 内容

市健康づくり施策の講座、外部講師による講演、各団体活動紹介、グループワークなど

### カ 実績

単位：人

| 区分   |     | 参加人数 |
|------|-----|------|
| 年度   |     |      |
| R 1  | 10月 | 60   |
| H 30 | 7月  | 11   |
|      | 3月  | 87   |
| 対比   |     | －38  |

### キ 事業の経過

平成26年度、事業の開始

平成28年度、「健康づくりマネージャー」を「健康づくりボランティア」へ変更

### ク まとめ

平成30年度から、健康づくりボランティアだけでなく、介護予防ボランティア、スポーツに係る団体への周知を行いながら、研修会を開催している。令和元年度は、「つながろう地域の輪広げよう健康の和」をテーマに講演会を実施した。今後も健康づくりボランティアのニーズに答えながら、研修の内容を検討したい。

## (3) 健康づくりネットワーク事業

### ア 目的

地域の団体と協力して各地区健康づくりボランティアが地域のニーズに合った健康づくり事業を展開できるよう支援し、市民の健康づくりに対する意識の向上を目指す。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民

エ 対応者

地域保健課職員

オ 内容

健康づくりボランティアの活動支援

カ 実績

単位：人

| 年度 \ 区分 | 地区名      | 年間活動<br>延べ回数 | 事業参加<br>延べ人数 |
|---------|----------|--------------|--------------|
| R 1     | 宮寺・二本木地区 | 3 1          | 4 8 0        |
|         | 西武地区     | 1 4          | 2 0 2        |
|         | 金子地区     | 3 3          | 1, 4 0 0     |
|         | 藤沢地区     | 3 6          | 6 8 7        |
|         | 豊岡地区     | 2            | 6            |
|         | 東金子地区    | 1 0          | 2 4 0        |
| H 3 0   | 宮寺・二本木地区 | 3 4          | 7 6 2        |
|         | 西武地区     | 1 5          | 2 6 9        |
|         | 金子地区     | 4 5          | 1, 5 1 4     |
|         | 藤沢地区     | 4 2          | 8 2 3        |
|         | 豊岡地区     | 4            | 2 1          |
|         | 東金子地区    | 1 5          | 5 6 8        |
| 対比      | 宮寺・二本木地区 | － 3          | － 2 8 2      |
|         | 西武地区     | － 1          | － 6 7        |
|         | 金子地区     | － 1 2        | － 1 1 4      |
|         | 藤沢地区     | － 6          | － 1 3 6      |
|         | 豊岡地区     | － 2          | － 1 5        |
|         | 東金子地区    | － 5          | － 3 2 8      |

キ 事業の経過

平成19年度、各地区ボランティアの活動支援

平成28年度、健康づくりネットワーク構築事業計画サブプラン「健康づくりボランティア活動推進プラン」作成

平成30年度、豊岡地区休会

ク まとめ

各地区の健康づくりボランティアへの支援を行い、今後も地域診断の結果から得た地区の特性や健康課題を踏まえ、地域のニーズにあわせた事業展開が活発にでき

るよう支援する。

#### (4) 生活習慣改善セミナー

##### ア 目的

(ア) 生活習慣病に関する情報提供及び知識の普及啓発を行う。

(イ) 市民が自分の生活習慣を見直すきっかけとする。

##### イ 根拠・関連法令

健康増進法

##### ウ 対象

市民

##### エ 対応者

医師、保健師、管理栄養士、健康運動指導士

##### オ 内容

生活習慣病（肥満、高血圧、脂質異常、高血糖等）をテーマに開催

##### カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 | 内容                      | 参加人数<br>(延べ) | 計     |
|----------|-------------------------|--------------|-------|
| R 1      | 心臓病と高血圧～生活習慣があなたの心臓を守る～ | 4 6          | 4 6   |
| H 3 0    | 知っていますか？慢性腎臓病           | 5 6          | 7 1   |
|          | 健康長寿サポーター養成講座           | 1 5          |       |
| 対比       |                         |              | － 2 5 |

##### キ 事業の経過

平成16年度、事業開始

各回でテーマを変えながら、生活習慣に関する知識の普及啓発を行っている。

##### ク まとめ

令和元年度は、生活習慣に起因する高血圧を進行させることにより、脳卒中や心筋梗塞のリスクを高めると言われている心臓病についての講座を実施した。

65歳以上の参加が多く、今後は若年層など幅広い世代の方に、生活習慣病やその予防について普及啓発ができるよう、内容や開催日時などを工夫していきたい。

#### (5) たばこ・アルコールに関する普及啓発事業

##### ア 目的

たばこ及びアルコールに関する健康被害への理解・知識の普及啓発を行い、市民の健康増進を図る。

##### イ 根拠・関連法令

健康増進法

##### ウ 対象

市民

エ 対応者

地域保健課職員

オ 内容

たばこ・アルコールが及ぼす健康への害についての普及啓発、たばこ・アルコールに関する相談窓口や指導の機会を設ける、禁煙と適正飲酒に関する普及啓発等

カ 実績

| 内 容                                                   | 区分           |
|-------------------------------------------------------|--------------|
| 禁煙、アルコールに関する健康相談を実施。                                  | たばこ<br>アルコール |
| 入間市公式ホームページや掲示物、健康づくりの教室（健康相談、講師派遣、健康教室等）において普及啓発。    | たばこ<br>アルコール |
| 5月31日世界禁煙デーに併せて、広報いるま記事掲載及び掲示物を用いて普及啓発。FM茶笛での周知。      | たばこ          |
| アルコール関連問題啓発週間に併せて、広報いるま記事掲載及び掲示物を用いて普及啓発。FM茶笛での周知。    | アルコール        |
| 健康レベルアップキャンペーン（本庁）において、ポスター・パンフレット・旗による普及啓発及び健康相談を実施。 | たばこ          |

キ 事業の経過

平成25年度以前も、たばこ・アルコールに関する取り組みを実施していたが、「第3次健康いるま21計画」の推進のため、重点的に取り組みを行っている。

ク まとめ

世界禁煙デー、アルコール関連問題啓発週間では、普及啓発のスペースを設けて展示物やポスター掲示、資料の配布、広報いるま、FM茶笛での周知などで市民の方が意識する機会を設けた。入間市民はアルコールの多量飲酒が多いため、特に一日の適量について見本を用いてPRを行った。また、乳幼児健診時に、喫煙をしている保護者へ禁煙のパンフレットを配布した。「健康いるま21計画」の推進のため、今後もたばこ・アルコールに関する知識の普及や、喫煙者の減少及び多量に飲酒する人の減少に向けての取り組みを実施していく。

## （6）各種運動教室

ア 目的

市民自らの健康づくりのための身体活動・運動の必要性と知識の普及・啓発を図り、運動習慣獲得への動機付けを行う。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民

エ 対応者

健康運動指導士

オ 内容

| 地域ウォーキング活動立ち上げ、支援等 |     |      |         |
|--------------------|-----|------|---------|
| 年度                 | 回数  | 団体数等 | 参加延べ人数  |
| R 1                | 1 3 | 5    | 1 2 7   |
| H 3 0              | 1 4 | 3    | 2 2 7   |
| 対比                 | － 1 | 2    | － 1 0 0 |

| 健脚チェック教室 |     |        |
|----------|-----|--------|
| 年度       | 回数  | 参加延べ人数 |
| R 1      | 1   | 5 0    |
| H 3 0    | 2   | 6 3    |
| 対比       | － 1 | － 1 3  |

| ほぐストレッチ教室 |    |        |
|-----------|----|--------|
| 年度        | 回数 | 参加延べ人数 |
| R 1       | 3  | 1 2 8  |

カ 事業の経過

平成 1 4 年度、各種運動教室実施

キ まとめ

「第 3 次健康いるま 2 1 計画」における運動課題の目標達成に向け、ウォーキング活動の立ち上げ及び支援と、参加しやすい運動プログラムの提供を実施した。地域での運動の講師派遣も増えており、地域のニーズに対応した動機づけ支援を行った。

(7) お店で健康相談

ア 目的

市内商業施設と連携して健康相談を実施することにより、市民一人ひとりが自分の健康に関心を持ち、健康増進を図れるよう支援する。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民等

エ 対応者

地域保健課職員、健康管理課職員

オ 内容

商業施設を会場に、血圧測定や簡易血管年齢測定、健康相談、各種健診・がん検



診受診のPRなどを行う。

カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 | 実施場所               | 日程        | 参加人数 | 計   |
|----------|--------------------|-----------|------|-----|
| R 1      | マミーマート金子店          | 5月21日(火)  | 21   | 857 |
|          | 業務スーパー入間店          | 5月28日(火)  | 42   |     |
|          | さえき小谷田食品館          | 5月28日(火)  | 81   |     |
|          | ベルク野田店             | 5月30日(木)  | 70   |     |
|          | ドラッグストアセキ<br>武蔵藤沢店 | 5月30日(木)  | 92   |     |
|          | スーパーバリュー<br>春日町店   | 6月6日(木)   | 64   |     |
|          | セブンイレブン<br>入間店     | 6月20日(木)  | 85   |     |
|          | ドラッグストア<br>セイムス仏子店 | 10月2日(水)  | 44   |     |
|          | 業務スーパー入間店          | 10月7日(月)  | 57   |     |
|          | さえき小谷田食品館          | 10月8日(火)  | 86   |     |
|          | スーパーバリュー<br>春日町店   | 10月10日(木) | 63   |     |
|          | セブンイレブン<br>入間店     | 10月23日(水) | 72   |     |
|          | カワチ薬局入間店           | 10月24日(木) | 80   |     |
| H 3 0    | セブンイレブン宮寺<br>店     | 5月11日(金)  | 59   | 975 |
|          | スーパーバリュー<br>入間春日町店 | 5月15日(火)  | 100  |     |
|          | ヤオコー仏子店            | 5月16日(水)  | 103  |     |
|          | スーパーアルプス<br>入間店    | 5月23日(水)  | 75   |     |
|          | マミーマート金子店          | 5月25日(金)  | 66   |     |
|          | さえき小谷田食品館          | 5月29日(火)  | 122  |     |
|          | コープ武蔵藤沢店           | 10月16日(火) | 114  |     |
|          | ベルク入間野田店           | 10月22日(月) | 63   |     |
|          | セブンイレブン宮寺<br>店     | 10月25日(木) | 55   |     |
|          | スーパーバリュー           | 11月5日(月)  | 76   |     |

|    |           |               |     |         |
|----|-----------|---------------|-----|---------|
|    | 入間春日町店    |               |     |         |
|    | さえき小谷田食品館 | 1 1 月 6 日 (火) | 7 4 |         |
|    | マミーマート金子店 | 1 1 月 8 日 (木) | 6 8 |         |
| 対比 |           |               |     | － 1 1 8 |

#### キ 事業の経過

平成 2 5 年度、丸広百貨店と連携して、「健康フェア」を実施

平成 2 8 年度以降、会場を増やして実施

平成 2 9 年度、各地区で春・秋の 2 回実施

平成 3 0 年度以降、全地区で春・秋の 2 回実施

#### ク まとめ

生活習慣病予防の周知や、各種健診・がん検診の受診勧奨を進めていくうえで、集客力のある商業施設を会場とした健康相談の実施は、多くの市民への P R 効果が期待できる。今後も、地域の状況に応じ柔軟に健康相談を実施することにより、多くの市民の健康意識の向上に努める。

### (8) 体力度測定

#### ア 目的

トレーニング室の利用に向け、事前に体力度測定を実施し、現在の体力状況を把握するとともに、生活習慣病に関する知識の普及・啓発を図る。

#### イ 根拠・関連法令

健康増進法

#### ウ 対象

トレーニング室利用希望で 1 5 歳以上（中学生を除く）の方

#### エ 対応者

業務委託スタッフ、健康運動指導士、保健師

#### オ 内容

問診、身体測定、血圧測定

体力度測定（全 7 種）、結果説明、トレーニング機器の利用説明

参加費 3 0 0 円（6 5 歳以上は 2 0 0 円）

定員 1 回 5 人

#### カ 実績

単位：人

| 年度 \ 区分 | 回数    | 参加人数  |       |          |
|---------|-------|-------|-------|----------|
|         |       | 男性    | 女性    | 合計       |
| R 1     | 2 4 4 | 4 4 2 | 4 8 9 | 9 3 1    |
| H 3 0   | 2 6 7 | 5 1 8 | 5 0 2 | 1, 0 2 0 |
| 対比      | － 2 3 | － 7 6 | － 1 3 | － 8 9    |

※回数及び参加人数には個別測定を含みます。

キ 事業の経過

平成15年度、トレーニング室開設、体力度測定開始

毎日（日曜日を除く）1日3～4回実施

個別測定は健康運動指導士が対応

平成16年度以降、初回申込者数の減少に伴い、体力度測定実施日を削減

平成25年度、業務委託スタッフによる実施

ク まとめ

毎年概ね1,000人が受講している体力測定であるが、令和2年3月から臨時休館となったため、令和元年度は、体力測定の回数と受講者数が、共に減少している。

(9) トレーニング室

ア 目的

市民の主体的な健康づくりのため、個々の健康状態にあわせた運動処方を行い、運動の習得と習慣化を促進することを目的とし、総合的な健康づくりの場として設置した。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

15歳以上（中学生を除く）でセンターが行う講習を修了した方

エ 対応者

業務委託スタッフ、健康運動指導士

オ 内容

利用時間

月曜から土曜（祝日含む）午前9時から午後10時（受付終了午後9時）

日曜日 午前9時から午後5時（受付終了午後4時）

使用料

|            | 65歳未満  | 65歳以上  |
|------------|--------|--------|
| 1回券        | 300円   | 200円   |
| 回数券（11枚綴り） | 3,000円 | 2,000円 |
| 1か月定期券     | 3,000円 | 2,000円 |
| 3か月定期券     | 6,000円 | 4,000円 |

※市内、所沢市、飯能市、狭山市もしくは日高市以外の地域にお住まいの方（市内に在勤又は在学する方を除く。）の使用料は倍額

※障害者手帳を有する方の使用料は免除

カ 実績 単位：人

| 区分<br>年度 | 利用延べ人数     |
|----------|------------|
| R 1      | 9 1, 4 7 3 |
| H 3 0    | 9 8, 1 5 3 |
| 対比       | － 6, 6 8 0 |

キ 事業の経過

平成 1 5 年度、トレーニング室開設、一部運営の業務委託

平成 2 0 年度、業務委託スタッフによる運営開始（日中の体力度測定は職員対応）

平成 2 5 年度以降、完全業務委託

ク まとめ

利用者は年々増加傾向であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止による臨時休館となり、延べ人数が減っている。高齢者の利用が多く、高齢者の健康増進・介護予防、生きがい活動の推進の一助となっている。また、生活習慣病の普及啓発の場として情報を発信し、重症化予防・医療費抑制を担っている。さらに、障害者の利用も多く、障害者の社会参加とノーマライゼーションの推進となっている。今後も保健・医療・福祉を包括的に捉え、市民の健康増進を図っていく。

## （１０）歯と口腔の健康フェア～むし歯予防デー～

ア 目的

「歯と口の健康週間」の行事として、歯と口腔の衛生に関する正しい知識を普及・啓発するとともに、歯科疾患の予防のために健診・相談を行い、併せてその早期発見をし、早期治療を勧めることにより、歯の寿命を延ばし健康の保持増進を図る。

イ 根拠・関連法令

歯と口の健康週間実施要領

入間市歯と口腔の健康づくり推進条例

ウ 対象者

市民

エ 対応者

入間市歯科医師会、歯科衛生士会狭山支部、地域保健課職員

オ 内容

歯科健診、ブラッシング指導、フッ素塗布（１８歳未満の方）、歯並び相談、義歯相談、口腔がん検診、歯科相談、８０２０よい歯のコンクール市長賞授与式

## カ 実績

### 受診状況

単位：人

| 区分<br>年度 | 実施日   | 歯科健診 | フッ素塗布 | 歯科相談 | 矯正相談 | 口腔がん<br>検診 |
|----------|-------|------|-------|------|------|------------|
| R 1      | 6月9日  | 415  | 200   | 47   | 18   | 90         |
| H 30     | 6月10日 | 359  | 170   | 44   | 10   | 61         |
| 対比       |       | 56   | 30    | 3    | 8    | 29         |

## キ 事業の経過

昭和62年度、「むし歯予防デー」として実施開始

平成27年度、口腔がん検診の導入

平成28年度、タイトルを「歯と口腔の健康フェア」に変更

## ク まとめ

平成28年度からタイトルが「歯と口腔の健康フェア」になり、幅広い世代に対し、歯と口腔の健康に対する知識を普及啓発している。近年、学齢期の受診者が減少傾向にある。

その一方で平成27年度から、入間市歯科医師会の協力により口腔がん検診を実施し、より専門的な相談や検診が行えており、成人や高齢者の受診が増えている。

## (11) 講師派遣

### ア 目的

専門職が地域へ出向き、各団体の講師として子育てや健康づくりに関する正しい知識を提供することにより、市民の健康に対する意識の向上と生活習慣の改善を図る。

### イ 根拠・関連法令

健康増進法

### ウ 対象

10名以上の市民の団体又はグループ（営利目的や宗教団体を除く）やイベント会場（公民館、憩いの家、その他）

### エ 対応者

保健師、管理栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士、精神保健福祉士など

### オ 内容

簡易血管年齢測定、血圧測定、保健師による子どもや大人の健康相談や健康講座、管理栄養士による栄養相談や栄養講座、歯科衛生士によるお口の健康講座、健康運動指導士による運動講座や運動実践、精神保健福祉士によるこころの講座 など

カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 | 派遣先                      | 内容       | 参加<br>人数 | 計        |
|----------|--------------------------|----------|----------|----------|
| R 1      | 東京家政大学                   | その他      | 1 5      | 1, 8 8 6 |
|          | 男子厨房に入ろうやぁ 2回            | 栄養       | 4 5      |          |
|          | いるまファミリー・サポート・センター講習会 4回 | 栄養・その他   | 4 5      |          |
|          | 扇町屋文化協会                  | 健康       | 8        |          |
|          | いっ茶おクラブ（イースト） 2回         | 運動・睡眠    | 3 6      |          |
|          | 二本木保育所 2回                | 子育て・運動   | 1 8      |          |
|          | ふれあい健康サロン 3回             | 健康・栄養    | 7 7      |          |
|          | 子育て支援センターあおぞら 3回         | 睡眠・栄養    | 1 3      |          |
|          | ふれあいサロン                  | 健康       | 3 4      |          |
|          | こどものくに保育園子育て支援センター       | 子育て      | 3 2      |          |
|          | みのり会（Uアリーナ老人会） 2回        | 健康・運動    | 3 1      |          |
|          | 藤沢スマイル                   | 運動       | 2 7      |          |
|          | すみれ会 2回                  | 健康・運動    | 4 3      |          |
|          | げんきクラブ 2回                | 栄養・運動    | 5 5      |          |
|          | 人間ロータリークラブ               | その他      | 2 8      |          |
|          | 藤沢8区いきいきサロン              | 栄養       | 2 3      |          |
|          | 東金子地区ボランティア              | その他      | 2 5      |          |
|          | 茶々子育て支援センター 2回           | 子育て      | 4 0      |          |
|          | 子育て支援センターあけぼの 2回         | 子育て      | 6 4      |          |
|          | 入間市社会福祉協議会               | こころ      | 1 2      |          |
|          | 通所型サービス事業（糸ぐるま） 2回       | 運動・その他   | 8        |          |
|          | ひなたぼっこ（サロン）              | 運動・健康    | 1 6      |          |
|          | セカンドライフ充実講座 6回           | 栄養・健康・歯科 | 5 3      |          |
|          | 入間市豊岡第二地区民生・児童委員協議会      | その他      | 3 3      |          |
|          | 町屋っこ（サロン） 2回             | 健康       | 6 0      |          |
|          | 久保稲荷なかよし広場               | 健康・その他   | 1 3 0    |          |
|          | 藤沢中学校 成人教育部              | 健康・運動    | 1 9      |          |
|          | ひだまりの会 2回                | 運動・睡眠    | 2 0      |          |
|          | いきいき根通りサロン 2回            | 運動・健康    | 3 4      |          |
|          | ぴあサークル                   | 運動       | 8        |          |
|          | お茶のみ広場                   | その他      | 1 8      |          |
|          | J Aいるま野ミニデイサービス（藤沢支店）    | 運動       | 2 4      |          |

|       |                              |       |       |          |
|-------|------------------------------|-------|-------|----------|
|       | 年金者組合 入間支部                   | 運動    | 2 5   |          |
|       | いるま子育て応援講座                   | その他   | 1 2   |          |
|       | ひまわり (サロン)                   | 健康    | 3 9   |          |
|       | 黒須保育所                        | 睡眠    | 1 2   |          |
|       | いこいこクラブ                      | 健康    | 3 4   |          |
|       | ふれあい・いきいきサロン                 | その他   | 5 7   |          |
|       | 子育てサロン わいわい 2回               | 子育て   | 2 4   |          |
|       | ロックいきいきサロン                   | 健康    | 1 5   |          |
|       | ファミリー・サポート・センター、ホームスタート会員研修会 | その他   | 2 7   |          |
|       | 東金子公民館 子育て教室                 | 栄養    | 3 0   |          |
|       | 近隣助け合い交流会                    | その他   | 6 3   |          |
|       | 東藤沢生涯学習大学<br>ときめき学園 健康増進コース  | 栄養    | 2 7   |          |
|       | 武蔵藤沢めぐみ保育園                   | 栄養    | 1 3   |          |
|       | J Aいるま野ミニデイサービス (豊岡支店)       | 運動    | 1 1   |          |
|       | 給食調理員 採用試験                   | 運動・健康 | 9     |          |
|       | 健康西武サポート会                    | 運動    | 2 7   |          |
|       | いるま健康サポート会 2回                | 健康・運動 | 3 9   |          |
|       | 子育てサークル かみふうせん               | 栄養    | 9     |          |
|       | J Aいるま野地域貢献活動 (藤沢支店)         | 運動    | 2 7   |          |
|       | 南部不老会 (南矢萩老人会)               | 運動    | 2 0   |          |
|       | 黒須小学校 学校保健委員会                | 運動    | 1 9 8 |          |
|       | 入間市児童センター                    | その他   | 1 0   |          |
|       | 通所型サービス事業 (シェアレッヅ) 4回        | 運動    | 2 7   |          |
|       | さわやかサロン                      | 運動    | 1 2   |          |
|       | 黒須団地寿会                       | 運動    | 1 3   |          |
| H 3 0 | お茶のみ広場 2回                    | 健康・歯科 | 4 3   | 1, 7 3 1 |
|       | 東金子20区自治会 2回                 | 健康・運動 | 3 8   |          |
|       | 男子厨房に入ろうやあ 2回                | 栄養    | 5 5   |          |
|       | ボン ボンヌ                       | 栄養    | 1 7   |          |
|       | いっ茶お (イースト)                  | 運動    | 2 0   |          |
|       | 加治丘陵山林管理グループ                 | 運動    | 3 0   |          |
|       | ひまわり (サロン) 2回                | 健康    | 1 3 4 |          |

|                             |        |       |
|-----------------------------|--------|-------|
| 子育てサロン わいわい 2回              | その他    | 2 8   |
| いるまファミリー・サポート・センター講習会 2回    | その他    | 1 7   |
| 子育て支援センターあけぼの               | その他    | 4 8   |
| 意思疎通支援者養成講習会                | 運動     | 1 0   |
| 茶々子育て支援センター 2回              | その他    | 3 3   |
| 二本木保育所 2回                   | 運動・健康  | 2 5   |
| こどものくに保育園 3回                | その他    | 5 1   |
| ふれあい健康サロン 3回                | 健康     | 7 6   |
| 子育て支援センター あおぞら 3回           | その他・歯科 | 5 1   |
| 入間市豊岡第二地区民生・児童委員協議会         | 栄養     | 3 4   |
| お茶飲みサロン                     | こころ    | 2 2   |
| 東藤沢生涯学習大学<br>ときめき学園 いきがいコース | 健康     | 1 5   |
| 母子愛育会金子支部 健康セミナー（三ツ木台地区）    | 健康・こころ | 2 6   |
| あけぼの保育園 3回                  | その他・歯科 | 5 0   |
| 東金子中PTA 成人家庭教育部             | 健康・運動  | 1 5   |
| 黒須団地自治会                     | 栄養     | 3 0   |
| 母子愛育会金子支部 健康セミナー（寺竹地区）      | 栄養     | 2 7   |
| 藤沢第七区自治会                    | 健康     | 4 0   |
| 母子愛育会金子支部健康セミナー（上・下谷ヶ貫地区）   | 運動     | 2 9   |
| いるま子育て応援講座                  | その他    | 2 7   |
| シルバー人材センター                  | 運動     | 2 2   |
| 母子愛育会藤沢支部                   | 運動     | 5 4   |
| サロン 山ちゃんち                   | 健康     | 1 7   |
| ぴあサークル                      | 運動     | 7     |
| みどり会（西武グリーンヒル）              | 健康     | 1 5   |
| 金子小学校 5年生                   | その他    | 1 2 5 |
| 母子愛育会豊岡第1支部 おしゃべり広場         | 運動     | 3 4   |
| 母子愛育会藤沢支部 文化祭               | 健康     | 7 7   |
| 西武健康サポート会                   | 運動     | 2 1   |
| 入間市商工会 西武支部                 | 健康     | 6 4   |
| ぶしニュータウンお茶のみサロン             | 運動     | 2 0   |
| 社会福祉協議会 黒須事業所               | 栄養     | 1 0   |
| ゆっくり歩く会                     | 運動     | 1 3   |
| いきいき根通りサロン                  | 運動     | 2 1   |



|    |                             |             |     |       |
|----|-----------------------------|-------------|-----|-------|
|    | 給食調理員 採用試験                  | 運動・健康       | 8   |       |
|    | 元気な宮二すけっと隊 すみれ会 3回          | 運動・栄養       | 5 4 |       |
|    | コープみらい                      | 健康          | 1 2 |       |
|    | 東藤沢生涯学習大学<br>ときめき学園 健康増進コース | 運動・健康<br>栄養 | 9 1 |       |
|    | いこいこクラブ                     | 健康          | 2 0 |       |
|    | ささえーる プルミエール                | 健康          | 1 5 |       |
|    | ノンビリ子育てまつり                  | 健康          | 4 0 |       |
| 対比 |                             |             |     | 1 5 5 |

#### キ 事業の経過

平成15年度、各団体の依頼により実施

平成20～24年度、健康づくりネットワーク事業の一環として「健康チェック隊」を併せて実施

平成25年度、全地区の健康づくりマネージャー養成講座が終了したため健康チェック隊は終了し、講師派遣と名称を統一して、継続実施

平成29年度、専門職が地区担当制となり、各地区で依頼を受け実施

#### ク まとめ

子育て世代から高齢者まで幅広く講師派遣を行っている。各団体の要望に合わせた講座を行うとともに、埼玉県が実施する「健康長寿サポーター養成講座」を実施し、生活習慣病予防に関する知識の普及啓発に努めており、講師派遣の利用は年々増加傾向にある。

地区担当制により、専門職が地域に出向き地域住民に講師派遣を周知することで、新たな団体からの依頼も増えてきている。また、地域の団体に対しては、地域診断の結果を基に地域の健康課題を発信する場となっている。今後も職員が地域に出向き、地域住民へ講座内容を提案していき、普段健康講座を利用しない方へも情報を発信していきたい。

### (12) 健康マイレージ推進事業

#### ア 目的

市民が歩数計を使ってポイントを貯めながら楽しくウォーキングを続けることにより、健康づくりを進められるよう支援する。

#### イ 根拠・関連法令

健康増進法

#### ウ 対象

市内在住又は在勤の18歳以上の方

#### エ 対応者

県健康マイレージ事務局、地域保健課職員

#### オ 内容

専用歩数計、スマートフォン又はウェアラブルを使用して歩数を計測  
タブレット端末（リーダー）設置

カ 実績 単位：人

| 年度 \ 区分 | 参加者数（うち、新規参加者）  |
|---------|-----------------|
| R 1     | 1, 6 9 5（6 7 9） |
| H 3 0   | 1, 0 2 5（7 9 8） |
| 対比      | 6 7 0           |

キ 事業の経過

平成29年度、事業の開始

ク まとめ

歩数によりポイントを貯めて抽選で賞品に交換ができ、楽しみながらウォーキングを実践する事業であり、令和元年度は健康教室等に参加した方に歩数計を配布した。部内で連携を図り様々な機会にPRし、事業の周知をすることにより、多くの申込みがあった。

### （13）健康アップ教室

ア 目的

市民が自らの健康状態を自覚し、生活習慣改善のための取り組みを継続的に計画し実践することができるよう支援する。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民

エ 対応者

保健師、管理栄養士、健康運動指導士

オ 内容

健康長寿サポーター養成講座、運動実践、健康マイレージ新規申し込み受付

カ 実績 単位：人

| 年度 \ 区分 | 回数  | 参加人数  |
|---------|-----|-------|
| R 1     | 7   | 1 7 8 |
| H 3 0   | 1 5 | 1 1 6 |
| 対比      | － 8 | 6 2   |

キ 事業の経過

平成30年度、事業の開始

令和元年度、実施方法を一部変更

ク まとめ

平成30年度は健診結果の見方から、健康づくりに役立つポイントを伝えていたが、個別相談のニーズが高かったため、健診結果の個別相談を別事業として実施することになった。

令和元年度の健康アップ教室では、健康づくり全般の知識の普及啓発として健康長寿サポーター養成講座を実施した。市民が運動実践を継続しやすくするため、健康マイレージ事業も併せて実施した。

(14) 健診結果の個別相談

ア 目的

健診受診者に対して、個別に健診の結果説明を行い、生活習慣の見直しや健康の保持増進を図る。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民

エ 対応者

保健師、管理栄養士

オ 内容

簡易血管年齢測定、個別相談

カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 | 実施回数 | 個別相談数 |                   |
|----------|------|-------|-------------------|
|          |      |       | 特定保健指導<br>該当者(再掲) |
| R 1      | 7    | 62    | 2                 |

※特定保健指導該当者は、第52(2)の再掲

キ 事業の経過

令和元年度、事業の開始

ク まとめ

平成30年度は健康アップ教室（集団）で健診結果の見方を伝えていたが、教室終了後に個別相談をする方が多かった。そのため、新規事業として本事業を実施することで、対象者のニーズに合った保健指導を行うことができた。また、特定保健指導の初回面接について身近な会場で実施できるよう工夫したが、件数は少なかったため、今後は周知を工夫する必要がある。

### (15) トレーニング室ミニ講座

#### ア 目的

トレーニング室において保健分野に関する運動講座を実施することにより、健康づくりの普及啓発や情報提供を行い、トレーニング室利用者の健康増進を目指す。

#### イ 根拠・関連法令

健康増進法

#### ウ 対象

トレーニング室利用者、市民

#### エ 対応者

健康運動指導士、保健師、栄養士、精神保健福祉士、歯科衛生士

#### オ 内容

運動講座・健康づくり

#### カ 実績

単位：人

| 年度    | 回数  | 参加者数  |
|-------|-----|-------|
| R 1   | 1 5 | 1 7 5 |
| H 3 0 | 8   | 1 1 6 |
| 対比    | 7   | 5 9   |

#### キ 事業の経過

平成30年度、事業の開始

#### ク まとめ

市の健康づくりや運動に関する情報を発信することができ、市民の健康意識の向上が図られた。

## 2 食育推進事業

食を取り巻く環境は核家族やライフスタイルの多様化に伴って大きく変化している。様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てる食育を推進していく。

### (1) 食生活改善推進員「リーダー研修会」

#### ア 目的

食生活改善推進員の活動に必要な情報の提供等を行い、食生活改善推進員の育成を図る。

#### イ 根拠・関連法令

食育基本法

食生活改善推進員の活動について（健医健発51平7. 6. 19）

#### ウ 対象

食生活改善推進員協議会の支部長、副支部長等 30名程度

エ 対応者

食生活改善推進員役員、管理栄養士、健康運動指導士

オ 内容

月 1 回、テーマに沿った講義又は実技、調理実習を実施

|     | テーマ                    |       | テーマ                         |
|-----|------------------------|-------|-----------------------------|
| 4 月 | 春のおもてなし料理              | 1 0 月 | 男性料理                        |
| 5 月 | 米粉料理                   | 1 1 月 | お正月料理                       |
| 6 月 | ヘルシー料理                 | 1 2 月 | 冬のあったか料理<br>(乳製品料理)         |
| 7 月 | おやこ料理                  | 1 月   | 運動 (フレイル予防)                 |
| 8 月 | 運動<br>(いきいき 1 0 0 歳体操) | 2 月   | センターまつり準備                   |
| 9 月 | 高齢者向けの料理               | 3 月   | 適塩料理 (新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止) |

カ 実績

単位：人

| 区分<br>年度 |       | 参加人数 | 参加延べ人数 |
|----------|-------|------|--------|
| R 1      | 4 月   | 1 8  | 1 8 1  |
|          | 5 月   | 1 6  |        |
|          | 6 月   | 1 5  |        |
|          | 7 月   | 2 0  |        |
|          | 8 月   | 1 5  |        |
|          | 9 月   | 1 6  |        |
|          | 1 0 月 | 1 6  |        |
|          | 1 1 月 | 1 8  |        |
|          | 1 2 月 | 1 8  |        |
|          | 1 月   | 1 6  |        |
|          | 2 月   | 1 3  |        |
|          | 3 月   | —    |        |
| H 3 0    | 4 月   | 2 1  | 2 2 6  |
|          | 5 月   | 2 1  |        |
|          | 6 月   | 2 4  |        |
|          | 7 月   | 2 1  |        |
|          | 8 月   | 1 5  |        |
|          | 9 月   | 2 2  |        |
|          | 1 0 月 | 2 4  |        |
|          | 1 1 月 | 1 6  |        |

|    |       |     |       |
|----|-------|-----|-------|
|    | 1 2 月 | 1 8 |       |
|    | 1 月   | 1 2 |       |
|    | 2 月   | 1 6 |       |
|    | 3 月   | 1 6 |       |
| 対比 |       |     | - 4 5 |

#### キ 事業の経過

平成15年度以降、入間市食生活改善推進員協議会と共催で実施

#### ク まとめ

研修会参加者が講座や実習で学んだことを各支部の定例会で伝達することにより、全会員に知識や情報を提供している。地域保健課職員から会員へ最新の健康づくり情報等を提供し、普及することができた。高齢化等により会員数が減少していることに伴い、研修会への参加者も減少している。令和元年度は6月の食育月間に合わせて市庁舎市民ホールで「食育推進キャンペーン及び入間市食生活改善推進員協議会活動紹介」を協議で実施し、活動紹介を行った。会の地域活動活性化のため、支援を継続し、PRに力を入れていく。

### (2) 食生活改善推進員養成講座

#### ア 目的

地域における食生活改善の組織的活動を行う食生活改善推進員の養成及び食生活改善事業の円滑な推進を図る。

#### イ 根拠・関連法令

食育基本法

婦人の健康づくり推進事業等実施要綱（健医発883平6. 8. 2）

国民の健康づくり地方推進事業の推進について（健医健発53平10. 6. 22）

#### ウ 対象

市内に在住し、食生活改善推進員の活動の目的に賛同し、自ら推進員となって、ボランティア活動を実践する意欲のある方

#### エ 対応者

管理栄養士、保健師、歯科衛生士、健康運動指導士、食生活改善推進員役員・会員

#### オ 内容

隔年で実施

（旧）厚生省からの通達「婦人の健康づくり推進事業等実施要綱」（健医発883平6. 8. 2）、「食生活改善推進員の養成にポイント制の導入と男子会員の加入について（通知）」（日食協発第171号）にそって実施

カ 実績

単位：人

| 年度 \ 区分 | 参加人数 | 参加延べ人数 |
|---------|------|--------|
| R 1     | 5    | 3 5    |
| H 3 0   | 実施なし | —      |
| 対比      |      |        |

キ 事業の経過

平成 1 1 年度以降、隔年実施

平成 2 7 年度、ポイント制の導入、男性の参加申込受付開始

ク まとめ

広報いるま、市公式ホームページの他、公共機関や駅、協力いただける店舗へのポスター掲示、現会員への周知により募集を行ったが、申込者は少なかった。参加者は 7 日間の講座を経て知識・技術習得ができ、会の活動に対して関心が高まったように思われる。新規会員の単位数取得に併せて現会員も知識・技術をブラッシュアップできるような講座にする等の検討が必要である。

### (3) 食育講演会

ア 目的

食育に関する情報や知識の普及啓発を行うことにより、食育の推進を図る。

イ 根拠・関連法令

食育基本法

第 2 次元元気な入間 食育推進計画

ウ 対象

市民

エ 対応者

地域保健課職員、外部講師

オ 内容・実績

令和元年度は第 2 次元元気な入間食育推進計画の重点的な取り組み「朝食と副菜で元気な入間」に焦点を当てた内容で実施した。

| 区分 \ 年度 | 開催日             | 内容                                                   | 参加者数<br>(人) |
|---------|-----------------|------------------------------------------------------|-------------|
| R 1     | 1 2 月 2 4 日 (火) | 【講演】実践！食生活から健康づくり～朝ごはん＋1 皿の野菜～                       | 3 0         |
| H 3 0   | 1 2 月 7 日 (金)   | 【講演】台所でやさしさをつくる～どこからだって、出発できる！毎日を生き生きと暮らすためのおいしいごはん～ | 4 8         |
| 対比      |                 |                                                      | — 1 8       |

カ 事業の経過

平成25年度、平成27年度に食育講演会実施

平成29年度、「第2次元気な人間 食育推進計画」策定に伴い、取り組みの1つとして事業実施

キ まとめ

当日参加者は60歳代以上が大半を占めた。講演内容は概ね好評で、講演内容に即した参考資料の展示も効果的だった。今後も食育推進のため、効果的かつ需要のある内容を検討し、継続していきたい。