

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 年度	参加人数	参加延べ人数
R 2	—	—
R 1	7	14
対比	— 7	— 14

キ 事業の経過

平成16年度	全市対象「健康づくりマネージャー養成講座」を実施
平成19年度	宮寺・二本木地区にて開催
平成21年度	東金子地区にて開催
平成22年度	西武地区にて開催
平成23年度	金子地区にて開催
平成24年度	藤沢地区にて開催
平成25年度	豊岡地区にて開催
平成27年度	東金子地区にて開催
平成28年度	事業名を「健康づくりボランティア」に変更（全市対象）
令和2年度	感染拡大防止のため中止

ク まとめ

令和2年度は「いるま健康づくりサポート会」、「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」が活動中で、「東金子元気になんべえ会」と豊岡地区は休会中である。会員の高齢化等に伴い、活動人数も減少傾向にある。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、市民

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 2	9 月（全体研修会）	9
	1 月（講演会）	—
R 1	1 0 月	6 0
対比		— 5 1

キ 事業の経過

平成26年度 事業開始

平成28年度 事業名を「健康づくりマネージャー」から「健康づくりボランティア」へ変更

令和2年度 感染拡大防止のため、2部構成のうち1部を中止

ク まとめ

令和2年度は、各地区健康づくりボランティア会員に向けた全体研修会と、市民も参加できる講演会の2部構成で計画をした。講演会には、多数の申し込みがあったが、感染拡大防止のため中止となった。講演会参加者を健康づくりボランティア養成講座に繋げられるよう、今後も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 延べ回数	事業参加 延べ人数
R 2	宮寺・二本木地区	2	1 1
	西武地区	2	1 5
	金子地区	1 7	1 5 3
	藤沢地区	8	4 7
	豊岡地区	0	0
	東金子地区	1	7
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
対比	宮寺・二本木地区	－ 2 9	－ 4 6 9
	西武地区	－ 1 2	－ 1 8 7
	金子地区	－ 1 6	－ 1, 2 4 7
	藤沢地区	－ 2 8	－ 6 4 0
	豊岡地区	－ 2	－ 6
	東金子地区	－ 9	－ 2 3 3

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を実施
- 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」を作成
- 平成30年度 豊岡地区休会
- 令和2年度 東金子地区休会、感染拡大防止のため各団体とも活動を自粛

ク まとめ

令和2年度は新型コロナの影響で活動が少なかったため、令和3年度は感染拡大防止についての知識の普及を行いながら、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 年度	内容	参加人数 (延べ)	計
R2	感染症と感染予防について	29	29
R1	心臓病と高血圧～生活習慣があなたの心臓を守る～	46	46
対比			17

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活動を実施

ク まとめ

令和2年度は市民が一般的な感染症と感染予防の知識を学び、より健康に過ごせるよう生活習慣の見直しにつながることを目的に実施した。

感染症への関心が高まる中で開催したため、少数の若年層の参加もあった。今後も市民の関心が高いものを取り入れて開催していく。

(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 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 アルコール
4月「受動喫煙防止対策について」を市公式ホームページに掲載	たばこ
5月～6月工業会、商店街、老人会、民生委員・児童委員に対し、「知っていますか？ 新しい喫煙ルール」チラシを配布 「事業者向け 受動喫煙防止対策ガイド」を配布	たばこ
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。ハローいるままでの周知	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。ハローいるままでの周知	アルコール
5月 本庁の市民ギャラリーにおいて、ポスター・パンフレット・旗による普及啓発を実施	たばこ
乳幼児健診時に、喫煙をしている保護者にチラシの配布、アルコールに関するDVDでの普及啓発	たばこ アルコール

キ 事業の経過

平成25年度以前からたばこ・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、ハローいるままでの周知などで市民の方が意識する機会を設けた。2020年4月から健康増進法の改正に伴い、受

動喫煙防止について新たにチラシを作成し、講師派遣等で配布した。また、乳幼児健診時に、喫煙をしている保護者への禁煙パンフレットの配布や、待機時間に適正飲酒量に関する動画を流し、普及啓発を行った。「第3次健康いるま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

単位：人

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 2	8	6	89
R 1	13	5	127
対比	－5	1	－38

健脚チェック教室		
年度	回数	参加延べ人数
R 2	－	－
R 1	1	50
対比	－1	－50

※令和元年度で終了

ウォーキングのすすめ		
年度	回数	参加延べ人数
R 2	6	69

※令和2年度から開始

ほぐストレッチ教室		
年度	回数	参加延べ人数
R 2	3	5 4
R 1	3	1 2 8
対比	0	－ 7 4

カ 事業の経過

平成14年度 各種運動教室を実施

キ まとめ

「第3次健康いるま21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。令和2年度は、感染拡大防止により教室での人数制限を縮小して実施した。運動の講師派遣も少なかったため、フレイル・閉じこもり予防に関するチラシを作成し、民間企業や市民に対し普及啓発を行った。

(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 年度	実施場所	日程	参加人数	計
R 2	イオンスタイル入間店	11月30日（月）	29	29
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 武蔵藤沢店	5月30日（木）	92	

	スーパーバリュー 春日町店	6月6日(木)	64	
	セブンイレブン 入間店	6月20日(木)	85	
	ドラッグストア 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 春日町店	10月10日(木)	63	
	セブンイレブン 入間店	10月23日(水)	72	
	カワチ薬局入間店	10月24日(木)	80	
対比				-828

キ 事業の経過

平成25年度 丸広百貨店と連携して、「健康フェア」を実施
平成28年度以降 会場を増やして実施
平成29年度 各地区で春・秋の2回実施
平成30年度以降 全地区で春・秋の2回実施
令和2年度 イオンスタイル入間店(藤沢地区)と連携し「血糖測定・健康相談会」を実施。感染拡大防止のため、他地区での事業は中止

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PR効果が期待できる。今後も感染拡大防止に配慮し、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) 初回講習会

ア 目的

トレーニング室の利用に向け、事前に初回講習会を実施し、トレーニング室における機器の使い方及び利用に関する注意事項についてお知らせすると共に、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15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

トレーニング機器の利用説明、トレーニング室利用における注意事項の説明

参加費 300円（65歳以上は200円）

定員 1回3人

カ 実績

単位：人

年度 \ 区分	回数	参加人数		
		男性	女性	合計
R 2	1 2 1	1 4 8	8 4	2 3 2
R 1	2 4 4	4 4 2	4 8 9	9 3 1
対比	- 1 2 3	- 2 9 4	- 4 0 5	- 6 9 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、体力度測定を開始

毎日（日曜日を除く）1日3～4回実施し、個別測定は健康運動指導士が対応する。

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を開始

令和2年度

感染拡大防止のため、「体力度測定」を「初回講習会」に変更し、定員を減らし、実施

ク まとめ

毎年概ね1,000人が受講している体力度測定であるが、令和2年度は感染拡大防止を図るため、体力度測定を初回講習会に変更し実施した。また、緊急事態宣言を考慮して約6か月臨時休館としたため、初回講習会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

※令和2年度は感染拡大防止のため定期券の販売を休止

カ 実績

単位：人

区分 年度	利用延べ人数
R2	22,963
R1	91,473
対比	-68,510

キ 事業の経過

平成15年度 トレーニング室を開設。一部運営の業務委託を開始。

平成20年度 業務委託スタッフによる運営を開始（日中の体力測定は職員対応）

平成25年度以降 完全業務委託へ移行

令和2年度 感染拡大防止のため、臨時休館（約6か月）及び時間短縮（3/22～）を実施

ク まとめ

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。利用者は年々増加傾向であったが、令和2年度は感染拡大防止により臨時休館となり、延べ人数が減少した。今後も保健・医療・福祉を包括的に捉え、感染拡大防止を図りながら市民の健康増進を推進していく。

(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 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 検診
R2	—	—	—	—	—	—
R1	6月9日	415	200	47	18	90
対比		—415	—200	—47	—18	—90

キ 事業の経過

昭和62年度 「むし歯予防デー」として事業開始

平成27年度 口腔がん検診を導入

平成28年度 タイトルを「歯と口腔の健康フェア」に変更

令和2年度 感染拡大防止のため中止

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。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ている。令和元年度ではメディアでも口腔がん（舌がん等）がクローズアップされ、例年より成人や高齢者の受診が増えた。ただし、令和2年度は、感染拡大防止のため中止した。

(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 年度	派遣先	内容	参加 人数	計
R 2	東金子ボランティア2回	地区組織活動・運動	55	364
	金子根通り健康づくりサポート会	こころ	13	
	さわやかサロン	運動	17	
	糸ぐるま	運動	11	
	シニアカレッジ2回	運動	11	
	3区公会堂サロン	運動	16	
	あおぞら探健クラブ	運動	14	
	ふれあい健康サロン2回	血管年齢・感染症	43	
	コミュニティーサロンひまわり会	こころ	27	
	のび陽会	感染症・長寿サポ	34	
	ふれあいサロン高倉	血管年齢・長寿サポ	23	
	お茶の実サロン	感染症・こころ	20	
	サロンほっとほっと	感染症・健康づくり	10	
	児童センター	子育て	10	
	令和ベビー	子育て	20	
	若杉幼稚園	子育て	11	
	茶々保育園子育て支援センター	子育て	15	
	ファミリーサポート提供会員講習会2回	栄養・その他	14	
R 1	東京家政大学	その他	15	1,886
	男子厨房に入ろうやあ 2回	栄養	45	
	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	45	

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
入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 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（シニアカレッジ） 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	
対比				- 1, 5 2 2

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。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。しかし、令和2年度は新型コロナの影響により、派遣依頼は減少した。

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。コロナワクチン接種が進み感染拡大が抑えられれば、引き続き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	参加人数（うち、新規参加者）
R2	2,418（739）
R1	1,695（679）
対比	723

キ 事業の経過

平成29年度 事業開始

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、令和元年度から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。令和2年度は、市の独自ポイントを実施し、参加者のモチベーションの向上を図った。

(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 2	7	7 6
R 1	7	1 7 8
対比	0	－ 1 0 2

キ 事業の経過

平成30年度 事業開始

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。

令和元年度より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。また、市民が運動実践を継続しやすくするため、健康マイレージ推進事業も併せて実施した。

令和2年度も同様に実施したが、感染拡大防止により参加者数が少なかった。令和3年度も、健康長寿サポーター養成講座を引き続き実施していく。

(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。

特定保健指導該当者には、対象者自身が特定健康診査の結果と生活習慣改善の必要性を理解し、行動目標を設定し、自己管理ができるようになることを目指す。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

市民

エ 対応者

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 年度	実施回数	個別相談数	
			特定保健指導 該当者(再掲)
R 2	1 0	4 8	3
R 1	7	6 2	2
対比	3	－ 1 4	1

※特定保健指導該当者は、第 5 2 (2) の再掲

キ 事業の経過

令和元年度 事業開始

令和 2 年度 感染拡大防止のため 4 回中止

ク まとめ

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、周知の工夫が必要である。

新型コロナ感染拡大により、健康への意識が高まったためか、10月以降は申込者が増加傾向であった。やむを得ず事業を中止した回は、申込者に電話で保健指導を行った。(10件)

事業参加者のうち、特定保健指導該当者が3名いたため特定保健指導を実施した。(積極的支援1名、動機づけ支援2名)

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業として、令和2年度の事業実施重点地区である藤沢地区に該当する会場で2名に対しポピュレーションアプローチを実施した。

(15) トレーニング室ミニデイサービス

ア 目的

住民主体通所型サービス事業のプログラムの一つとして、トレーニング室の機器を利用したプログラムを提供している。介護予防における運動を取り入れた事業を実施し、ロコモティブシンドロームやフレイル予防を目的とし健康増進及び介護予防に資することを目的とする。

イ 根拠・関連法令

介護保険法、健康増進法

ウ 対象

住民主体通所型サービス事業利用者

エ 対応者

住民主体通所型サービス事業運営スタッフ、健康運動指導士

オ 内容

トレーニング機器を利用したプログラムの提供

カ 実績

単位：人

年度	回数	参加人数
R 2	2	7
R 1	4	26
対比	-2	-19

キ 事業の経過

令和元年度 事業開始。感染拡大防止及び悪天候のため2回中止

令和2年度 感染拡大防止のため4回中止

ク まとめ

トレーニング室における連携事業として、令和元年度から開始している。令和2年度は、感染拡大防止により回数・参加者数が減っている。健康づくりだけでなく介護予防に関する事業を実施することにより、医療費だけでなく介護費の削減を目指す。

(16) 高血圧予防教室

ア 目的

生活習慣病の原因の一つである高血圧についての知識の普及啓発を行い、生活習慣病に関連する心臓病や脳血管疾患などの重症化予防につなげる。

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

血圧・簡易血管年齢測定。希望者に対し、みそ汁の塩分濃度測定。

高血圧についての講話（高血圧症、栄養、運動など）

カ 実績

単位：人

区分 年度	回数	参加人数
R 2	5	32

キ 事業の経過

令和2年度 事業開始。感染拡大防止のため1回中止

ク まとめ

令和2年度は感染拡大防止のため、減塩食の試食、西武公民館と東藤沢公民館の実施を中止した。参加者の少ない会場が多いため、今後は教室の広報活動が必要である。

(17) 40・50歳代のための大人女子健康教室

ア 目的

更年期や女性特有の疾患について普及啓発を行い、癌などの重症化予防や介護予防につなげる。

イ 根拠・関連法令

健康増進法

ウ 対象

40代・50代の女性

エ 対応者

保健師、管理栄養士、健康運動指導士

オ 内容

【講座】「女性ホルモン、更年期について、予防のこと」「栄養」「運動」

【測定】骨密度測定

カ 実績

単位：人

年度	回数	参加人数
R 2	2	12

※40～80代を含む

キ 事業の経過

令和2年度 事業開始

ク まとめ

令和2年度は更年期にあたる40代・50代の女性が集まらず、60～80代の女性も参加可能とし事業を行った。働く女性は平日講座を受けることが難しいため、周知方法や実施方法の検討が必要である。

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

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	緊急事態宣言に伴い中止	1 0 月	米について、県産米を使った料理
5 月	緊急事態宣言に伴い中止	1 1 月	レシピ集検討、お正月料理・ビギナー料理の紹介
6 月	緊急事態宣言に伴い中止	1 2 月	高血圧予防のための食事、適塩料理のレシピ紹介
7 月	（理事会を実施）	1 月	緊急事態宣言に伴い中止
8 月	コロナに負けない身体づくり・レシピ集検討	2 月	緊急事態宣言に伴い中止
9 月	在宅介護食・市販の介護食を学ぶ、レシピ集検討	3 月	緊急事態宣言に伴い中止

カ 実績

単位：人

区分 年度		参加人数	参加延べ人数
R 2	4 月	—	7 5
	5 月	—	
	6 月	—	
	7 月	—	
	8 月	1 3	
	9 月	1 5	
	1 0 月	1 8	
	1 1 月	1 5	
	1 2 月	1 4	
	1 月	—	
	2 月	—	
	3 月	—	

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	—	
対 比			— 1 0 6

キ 事業の経過

平成 1 5 年度以降 入間市食生活改善推進員協議会と共催で実施

令和元年度 感染拡大防止のため 1 回中止

令和 2 年度 感染拡大防止のため 6 回中止

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。

令和 2 年度はコロナ禍による活動自粛を余儀なくされる中、可能な範囲で活動を行えるよう、埼玉県食生活改善推進員団体連絡協議会補助金等も活用し在宅介護食について学んだ。また、今までの活動を反映させたレシピ集作成に取り組んだ。対象者は例年 3 0 名程度だが、「新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う入間市健康福祉センター利用要領」に基づき、参加者数を減らし、1 5 名程度で実施した。

食生活改善推進員協議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 8 8 3 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 5 3 平 1 0. 6. 2 2）

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 8 8 3 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 1 7 1 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 2	実施なし	—
R 1	5	3 5
対比	—	—

キ 事業の経過

平成 1 1 年度以降 隔年で実施

平成 2 7 年度 ポイント制を導入。男性の参加申込の受付を開始

ク まとめ

隔年実施のため令和 2 年度は未実施であった。

食生活改善推進員協議会の会員数は年々減少傾向であり、今後は講座の P R だけでなく、会の活動周知・支援が必要である。

(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 次元気な人間 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

区分 年度	開催日	内容	参加者数 (人)
R 2	—	野菜ソムリエプロに聞く 野菜と免疫力のおいしい関係	—
R 1	12月24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～	30
対比			－30

カ 事業の経過

平成25年度、平成27年度 食育講演会を実施
 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つとして事業を実施
 令和2年度 感染拡大防止のため事業を中止

キ まとめ

新型コロナの拡大による自粛生活で心身に健康不安を抱える人が増えていることが課題であることから、感染症に負けない身体づくりのためには、特定の食べ物に偏らず朝昼夕の規則正しい食生活を送ること、主食・主菜・副菜を基本としたバランスのよい食事が大切であることの啓発と併せて、地場産・国内産の野菜を取り入れたバランスのよい食生活についてご教授いただく予定だったが、感染拡大防止のため中止となった。

申し込み開始時点で関心の高い内容だったことから、令和3年度にむけて再調整をしていく。