

令和５年度 国保健康課における健康増進・食育推進に係る取り組み

区分	今後取り組む テーマ番号	事業名	内容	実施日など	実施回数	参加人数	対象者・定員 ※ないものは 前年度数値		実施率	アノート
健康全般	2	特定健康診査	生活習慣病の早期発見を目的とした健診 (40～74歳の国民健康保険加入者対象) ※令和５年度から自己負担額無料とした	①集団健診：29回（1100人） ※葉山町の開催を含む ②個別健診：随時（1772人）	—	2872	8036	対象者	35.7	
	1, 2, 3	特定保健指導	上記健診結果から、生活習慣病リスクのある 人へ行う保健指導	①集団健診：29回、78人（186人中） ②個別健診：随時、34人（186人中）	—	112	372	対象者	30.1	
	2	高齢者健診	生活習慣病の早期発見を目的とした健診 (75歳以上の後期高齢者医療保険者対象)	①集団健診：29回（551人） ※葉山町の開催を含む ②個別健診：随時（2134人）	—	2685	11268	対象者	23.8	
	2	未病センター（市役所・アリーナ）	市役所１階ロビーとアリーナトレーニング室 に設置（H28.12～）。手軽に健康状態や体 力等をチェックし、その結果に基づくアドバ イスや未病改善の情報を得られる場所	①市役所：243日開設、2529人利用 ②アリーナ：313日開設、28129人利用	—	30658	30000	目標値 ※データヘ ルス計画	102.2	
	1, 2, 3	健康栄養相談イベントDay	健康に関する様々な測定や相談を予約制で開 催。健康的な生活習慣のきっかけ作りを図る もの	①5/16（30人/10人）糖尿病・ベジチェック ②6/2（22人/10人）シニアのため・脳年齢 ③7/21（23人/18人）50歳からの・体力年齢 ④9/21（1人/10人）高血圧・塩分チェック ⑤10/16（28人/10人）老化度・AGEs ⑥11/17（55人/10人）生活習慣・ベジチェック ⑦1/29（1人/10人）禁煙・ニコチン依存度 ⑧2/8（22人/10人）シニアのため・脳年齢 ⑨3/1（23人/18人）50歳からの・体力年齢	9	205	106	定員 ※初年度で 定員を少な く見込んで いた	193.4	
	1, 2, 3	健康づくり出前講座	市内の団体等に保健師や管理栄養士が出向 き、健康知識の普及を図るもの	別集計	12	222	305	前年度	72.8	実施
	1, 2	アプリで健康ポイント ゲットキャンペーン！	スマートフォンアプリを活用した健康的な行 動の促進。行動を記録する毎にポイントを付 与し、インセンティブを提供	令和5年10月10日～令和6年1月31日	1	268	241	前年度	111.2	
	1, 2, 3	スポーツの祭典（健康相談）	文化スポーツ課によるイベントに合わせ、逗 子アリーナ内に保健師が出向き、健康に関す る相談を受けるもの	10月15日	1	8	4	前年度	200.0	
栄養・食育	3	食育講演会	食育啓発のため、食にまつわる様々なテー マで開催する講演会	10/25：私たちの食と健康について ～健康・食育状況アンケート結果から～	1	26	25	定員	104.0	
		栄養改善教室	生活習慣病の予防を目的に、講師や管理栄養 士等による集団栄養指導と調理実習	①5/31（17人/18人）：プロの味を学んで ②8/2（24人/20人）：災害時の食生活 ③10/10（27人/32人）：魚のさばき方 ④3/7（12人/18人）：3・1・2弁当法	4	80	88	定員	90.9	一部実施
		男性の料理教室	介護予防を目的に、市内在住の料理経験のな い65歳以上の男性を対象とした料理教室	①5～8月（8回、実12人） ②9～12月（8回、実12人） ③1～3月（8回、実12人）	24	36	36	定員	100.0	
		食生活改善推進員養成講座 （ヘルスメイト養成講座）	家庭や地域で食生活改善活動を実践する、食 生活改善推進員（ヘルスメイト）を養成する ための講座	①6/14（17人）、②6/21（16人）、 ③7/5（17人）、④7/19（14人）、 ⑤8/2（14人）、⑥9/6（15人）、 ⑦9/20（13人）、⑧10/4（11人）、 ⑨10/25（13人）、⑩11/1（14人）、 ⑪11/15（13人）、⑫12/6（15人）	12	172	87	前年度	197.7	
タバコ	2	特定健診後に喫煙者への資料配布	タバコに関する健康情報提供や禁煙指導	対象者へ資料郵送し、電話連絡	3	58	58	対象者	100.0	
		妊娠届出時に喫煙者へ資料配布		・妊婦本人（7人）、家族（47人）	1	54	54		100.0	
がん	2	がん予防講演会	がんの予防を目的とした啓発イベント	9/27：子宮頸がん予防について	1	30	50	定員	60.0	
		がん征圧月間（9月）事業		10/5～10/31：大腸がんクイズラリー	1	32	42	前年度	76.2	
		がん啓発のための資料配布		①3歳児健診（12回、328人） ②就学前健診（5回、378人） ③成人式（1回、355人）	18	1061	1061	対象者	100.0	
口腔	2	オーラルケア講座	歯周疾患予防や食育普及啓発などを目的とし た展示や講座、相談等の啓発イベント	6月13日	1	19	30	定員	63.3	
		お口の健康展		6/5～6/16（パネル展示は6/6迄） ※アンケート回収数（前年度は未実施）	1	34	0	前年度	—	

区分	今後取り組む テーマ番号	事業名	内容	実施日など	実施回数	参加人数	対象者・定員 ※ないものは 前年度数値		実施率	アノート
高齢者の 保健事業と 介護予防の 一体的実施	1, 2, 3	シニア健康セミナー	高齢による心身の機能低下（フレイル）を予防するための方法について指導	①6/6（43人/50人） ②12/7（46人/50人）	2	89	100	定員	89.0	
		通いの場	健康に関する専門職が高齢者が集う地域のサロンへ赴き、講座等を実施	①南台サロン（3回、延38人） ②もくれん（3回、延26人） ③下桜山しおかぜ体操（3回、延45人） ④新宿はつらつ体操（3回、延58人） ⑤1マイル遊歩（3回、延37人）	15	204	154	前年度	132.5	
		ラジオ体操講座	身近な運動として認知されているラジオ体操の正しいやり方を伝え、運動習慣を推進	①9/12（24人）：亀岡八幡宮 ②9/15（20人）：アザリエ望洋公園 ③9/26（7人）：ハイランド朝陽丘 ④10/6（10人）：一の沢公園	4	61	74	前年度	82.4	実施
自殺対策	2	ゲートキーパー養成講座	市民・職員等を対象に自殺対策につながる行動ができる人材を養成する	①2/13（38人/50人） ②3/16（42人/50人）	2	80	100	定員	80.0	
		自殺対策講演会	「いきるを支える鎌倉・逗子・葉山」実行委員会として、自殺対策の講演会を実施	9/30：「生き方、逝き方を問う」	1	84	100	定員	84.0	
地域医療	2	地域医療検討会	市内の地域医療に関する情報を共有し、これからの逗子市に必要な地域医療とその実現に向けた課題を話し合う場	①7/26（16人） ②11/22（16人） ③3/11（17人）	3	49	—	—	—	
その他	1, 2, 3	上記以外の健康相談・健康教室など	逗子葉山未病フェス実行委員会からの依頼を受けて健康栄養相談を実施	9/23（61人）：未病フェス	1	61	—	—	—	
	2		重複・頻回受診や不要な多剤服用を防ぐため、適切な医療との付き合い方を指導	11/2（23人）薬の講演会	1	23	25	定員	92.0	実施
	1		県の未病応援プログラムにて、提携企業による講座などを実施	12/9（45人）：子どもの走り方教室	1	45	40	定員	112.5	実施
	1	ベンチたいそう看板の活用	イスやベンチを用いた気軽な体操を表示した看板を作成。社会福祉協議会の協力を得て、市内サロンで体操を実施	12月に市内サロン（13か所）で体操を実施	13	160	—	—	—	実施