

1 もっと身近に運動を							
NO.	事業名	内容	令和7年度実施結果			令和8年度予定	
			実施状況・回数等	実施人数		実施日・期間・回数等	実施内容等
1	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。	10/10～1/31の期間で実施。	244	参加者数	10月～1月末を予定	経済観光課などと連携し、市内の特産品などを賞品に設定する。今後の事業運営を見据えた商品選定や、事業内容を検討していく。
2	ラジオ体操講座 @ 亀岡八幡宮	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、運動習慣を推進する講座。	亀岡八幡宮にて開催。 ①10/2(18人参加) ②10/7(15人参加) ③10/16(19人参加) ④10/21(14人参加)	66	参加者数	①10/6: 亀岡八幡宮 ②10/20: 亀岡八幡宮 ③11/2: 亀岡八幡宮 ④11/17: 亀岡八幡宮	例年同様、亀岡八幡宮での連続開催を行う。
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	6/1開催。 栄養指導: 14名(うち相談10名) 健康指導: 12名(うち相談4名)	26	実施者数	6/14開催予定。	国保健康課ブースにて、健康相談・骨密度測定を実施予定。

2 自分の体を知ろう							
	事業名	内容	令和7年度実施結果		令和8年度予定		
			実施状況・回数等	実施人数	実施日・期間・回数等	実施内容等	
1	特定健診	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:30回(1111人) ※葉山町の開催を含む ②個別健診:随時(1872人) ③その他:(41人) ＜参考(R6年度確定値:受診者数2,837人(受診率37.6%))＞	3024	受診者数	①集団健診:23回 ※葉山町の開催を含む ②個別健診:随時 ③その他:随時	継続して実施。 ・自己負担無料を継続する。(R5～) ・未受診者勧奨については、業務委託予定。 ・未受診者への電話勧奨は、昨年度同様実施する。 ・人間ドック費用助成(特定健康診査の必須項目を満たす人間ドックを受診した人に対する費用助成)。R8年度～開始
2	特定保健指導	特定健診結果から、生活習慣病リスクのある人へ行う保健指導	通年実施。 2026.5.19現在 ①集団健診:初回面談実施者60人、修了者48人(128人中) ②個別健診:初回面談実施者31人、修了者12人(191人中) ＜参考(R6年度確定値:特定保健指導修了者数95人(終了率32.8%))＞	60	特定保健指導完了者数	①集団健診:14回 ②個別健診:随時	継続して実施。 プラン作成者へのインセンティブを継続する。 (アリーナでの取り組みである「シセイカルテ」の利用券と「うみかぜクラブ」体験チケットをお渡しする)
3	特定保健指導 初回分割実施	集団健診会場で、腹囲が基準値以上(かつ内服していない)の人へ行う保健指導	集団健診:14回、109人(その内、特定保健指導対象だった人:86人。特定保健指導につながった人(未終了者含む):58人)	58	初回分割実施者のうち特定保健指導につながった人数	集団健診:14回	継続して実施。

4	集団健診会場での保健指導	上記(初回分割実施)以外で、腹囲・血圧が基準値以上の人へ行う保健指導	集団健診:14回、216人 ①腹囲や血圧が基準値以上かつ内服治療者 ②血圧が基準値以上かつ内服なし ※①②とも外国人を含む市民を対象	216	実施者数	集団健診:14回	継続して実施。 ①腹囲や血圧が基準値以上かつ内服治療者 ②血圧が基準値以上かつ内服なし ※①②とも外国人を含む市民を対象
5	生活習慣病等重症化予防事業	特定健診を受診した対象者のうち、下記検査数値が基準値以上の人へ行う保健指導 ①血圧:収縮期160mmHg以上または拡張期100mmHg以上 ②脂質:LDLコレステロール200mg/dl以上 ③脂質:中性脂肪500mg/dl以上 ④血糖:HbA1c6.5%以上または空腹時血糖126mg/dl以上	通年実施。 2026.5.19現在 ①血圧:48人/48人(通知)、38人/48人(電話勧奨) ②脂質(LDL):28人/28人(通知)、18人/28人(電話勧奨) ③脂質(中性脂肪):1人/1人(通知)、1人/1人(電話勧奨) ④血糖:43人/43人(通知)、37人/43人(電話勧奨)	125	事業対象者数	通年	継続して実施。 LDLコレステロール高値の方の受診率が低いので、自宅で取り組める生活習慣のチラシを同封予定。(R7～)

6	糖尿病性腎症重症化予防事業	＜糖尿病性腎症重症化予防事業＞ 特定健診受診者のうち、以下検査数値が基準値以上の人へ行う保健指導。 空腹時血糖126mg/dl(随時血糖200mg/dl)以上、またはHbA1c6.5%以上(75歳以上の場合は8.0%以上)のもので 腎機能低下(①～③)のいずれかを有する者 ① 腎症4期(eGFR15～29(ml/分/1.73m²未満) ② 腎症3期(eGFR30～59(ml/分/1.73m²)) ③ 腎症2期(eGFR60～89(ml/分/1.73m²))で血圧のコントロールが不良(目安:血圧140/90mmHg以上。) ※ I 型糖尿病の者、既に人工透析を行っている者、その他勧奨や指導が困難と判断される者は除く。 ＜糖尿病治療中断・未治療者重症化予防事業＞ 神奈川県から依頼を受けて神奈川県国民健康保険団体連合会が作成した対象者(前年度特定健診未受診者かつ医療機関未受診者)のうち、以下①かつ②を有する者もしくは③に該当する者。 ①前々年度から過去2年(3年間)のいずれかの年度で、『糖尿病レセプトあり』と判定された者 ②国保データベースシステム(以下KDB)にて過去に糖尿病の内服薬処方歴がある者 ③前々年度から過去2年(3年間)のいずれかの年度で、「県プログラム基準(HbA1c6.5%以上、eGFR60未満)」に○がある者	通年実施。 2026.5.20時点 ①糖尿病性腎症重症化予防事業:通知送付者57人(57人中)、電話による保健指導17人(29人中) ①糖尿病治療中断・未治療者重症化予防事業:通知送付者1人(1人中)、訪問による保健指導1人(1人中)	57	通知送付数	通年	R8年度より糖尿病性腎症重症化予防事業の対象者抽出について、糖尿病性腎症重症化予防事業実施手引き令和6年度版(厚生労働省)における糖尿病性腎症重症化予防の取組の対象者の基準に沿って実施する。 対象者は以下に該当する者とする。 特定健診受診者のうち、空腹時血糖または随時血糖(食事開始時から3.5時間以上絶食10時間未満)が126mg/dl以上またはHbA1c6.5%以上であり、かつ以下①～③のいずれかの条件に該当する者。 ①eGFR30ml/分/1.73m²未満 ②尿蛋白陽性(+) ③eGFR60ml/分/1.73m²未満で以下③-1または③-2に該当 ③-1 eGFR45ml/分/1.73m²未満 ③-2 eGFR45～60ml/分/1.73m²未満のうち、年間5ml/分/1.73m²以上低下
---	---------------	--	---	----	-------	----	--

7	受診行動適正化事業	適正な受診行動に向けた保健指導。下記事業対象者に実施。 ①重複受診者：1か月間に同一疾病により異なる医療機関を3か所以上かつ3か月連続して受診している者 ②頻回受診者：1か月間に同一医療機関を15回以上かつ3か月連続して受診している者 ③重複投薬者：1か月間に2医療機関以上から同系薬品が1種類以上かつ3か月連続して処方されている者 ④多剤投薬者：複数の医療機関から内服薬が長期(15日以上)かつ15種類以上処方されている状況が3か月連続している者 ①～④共通の除外条件としては、39歳以下の被保険者、がんや認知症疾患の受診者 ①、②の除外条件としては、医療機関で複数回受診している場合(透析やリハビリでの通院等)は、医師の指示による受診として除外 ③、④の除外条件としては、外用薬等による重複は除外	年2回(9月・2月)時点でレセプトを確認し、実施	1	電話・訪問指導者数	年2回(9月・2月)時点でレセプトを確認し、実施	R7年度に選定基準の見直しを行い、継続して実施。
8	薬と健康の講演会	不要な重複・多剤投薬を防ぐため、適切な医療との付き合い方等について講演会形式で普及啓発を行っている。	10/29開催。 現役薬剤師が答えます！ おくすりQ&A～生活習慣病編～	23	参加者数	10月～11月に開催予定。	継続して実施。 例年通り、逗葉薬剤師会へ講師派遣を依頼予定。
9	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：30回(641人) ※葉山町の開催を含む ②個別健診：随時(2276人)	2917	受診者数	①集団健診：23回 ※葉山町の開催を含む ②個別健診：随時	継続して実施。

10	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 :242日開設、4,677人利用 ②アリーナ:316日開設、34,236人利用	38913	利用者数(延)	①市役所 ②アリーナ ③出張未病センター(未病啓発) ・9/9予定:救急の日 ・9/27予定:未病フェス ・12/21予定:未病センター10周年イベント	①②継続して実施。 ①市役所 ・専門職が常駐し、気軽な健康相談に対応。健康・栄養相談(予約制)を実施。 ・下記のイベントDayを設け、利用障壁を下げる。 ②アリーナ ・健康・体力相談(予約制)を実施。運動機器を活用しながらスポーツ活動とからだについての相談に対応。 ③出張未病 ・救急の日に合わせて、逗子消防署主催で実施するイベントに出張未病センターとして各種測定や健康栄養相談を実施 ・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 ・未病センター10周年イベント企画(予定)
11	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	①5/13 シセイカルテ測定会(11人参加) ②6/19 ベジチェック(37人参加) ③9/16 シセイカルテ測定会(10人参加) ④10/7 健骨度・ストレスチェック測定会(40人参加) ⑤11/28 糖化度測定(41人参加) ⑥2/3 糖化度測定(50人参加) ⑦3/10シセイカルテ測定会(9人参加)	198	参加者数	①4/28 シセイカルテ測定会 ②9月中 シセイカルテ測定会 ③3月中 シセイカルテ測定会 ④未定 健康チェック測定会	継続して実施。
12	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	通年実施。	535	参加者数	通年(依頼状況による)	継続して実施。

13	ゲットキャンペーン (再掲)	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。	10/10から1/31の期間で実施。	244	参加者数	* 10月～1月末を予定	経済観光課などと連携し、市内の特産品などを賞品に設定する。 今後の事業運営を見据えた商品選定や、事業内容を検討していく。
14	特定健診後に喫煙者へ資料配布	タバコに関する健康情報提供や禁煙指導	年3回(7・9・3月)、対象者(34人)へ資料発送し、電話指導。	32	電話による保健指導者数	年3回(7・9・3月)、対象者へ資料発送し、電話指導	神奈川県が新たに作成した卒煙サポートパンフレットの活用。 生活改善意欲のある者へのサポートを検討。
15	妊娠届出時に喫煙者へ資料配布		妊婦本人(7人)、家族(49人)へ資料配付	56	実施者数	・妊婦本人、家族へ資料配付	神奈川県が新たに作成した卒煙サポートパンフレットの活用
16	がん予防講演会	がんの予防を目的とした啓発イベント	10/9開催。 転ばぬ先のガン予防～大腸がんのプロに聞く大腸がんの予防について～ ※医師会委託 葉山町、鎌倉保健福祉事務所と実施	43	参加者数	10月頃	10月に予定。テーマ検討中。
17	がん征圧月間(9月)事業		9/28に開催した未病フェスにて大腸がんクイズラリー実施	100	参加者数	9/28 未病フェスにてがん予防対策の情報提供	がんの正しい知識や予防方法、早期発見の大切さについての情報提供とがん検診啓発に努める。(大腸がんクイズラリー等を検討)
18	がん啓発のための資料配布		①3歳児健診(12回、331人) ②就学前健診(5回、357人)	688	資料配布者数	①3歳児健診(12回) ②就学前健診(5回)	女性のがん検診について理解を深めていただけるよう、啓発に努める。

19	歯とお口の健康講座		①6/16(26人参加) ②12/18(13人参加) ※同月開催のシニアセミナーと連携	39	参加者数	①6/15 ②12/17	①災害時歯科について(災害時への備えや口腔ケア) ②オーラルケアについて(成人の歯周病、口腔ケア(オーラルフレイル)を中心とした講話、実技指導) ①、②ともに講師は鎌倉保健福祉事務所歯科医師・歯科衛生士
20	お口の健康展	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	6/2～6/6 パネル展示(期間中イベント) 6/3 咀嚼チェック(11人参加) 6/4 パタカチェック、お口の体操(18人参加) 6/6 口臭チェックとお口のケア(機械不具合で咀嚼チェック・パタカチェックも併用して実施)(20人参加)	49	イベント参加者数	6/1～6/5	歯と口の健康習慣に合わせて歯科関連のパネル展示。および関連イベントを実施。オーラルフレイル健口推進員へ協力依頼。 ①6/2 咀嚼(カムカム)チェック ②6/4 お口の体操、健口くん(パタカチェック) ③6/5 特別展示「防災×口腔ケア」
21	シニア健康セミナー(再掲)	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	①6/5 PT、OTによる講義(32人参加) ②12/4 PT、OTによる講義(25人参加)	58	参加者数	①6/11 ②12/10	①理学療法士・管理栄養士による講義を予定 ②理学療法士、歯科衛生士による講義を予定
22	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	PT、OT、管理栄養士、歯科衛生士らと調整し訪問・講義。 ①池子会館:6/12、7/3、9/4(延24名) ②福祉会館:7/23、9/24、11/26(延13名) ③ヘルスケアマンション:9/17、10/15、11/5(延66名)	103	参加者数	①小坪小学校区コミュニティセンター(西部圏域) ②逗子市商工会館(東部圏域) ③新宿会館(中部圏域)	各回、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、歯科衛生士と調整し訪問・講義。

23	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	①8/4 教職員向け(42人参加) ②3/20 一般市民向け(27人参加) ※一般向けはこころの講座の第二部として開催	49	参加者数	①教職員向け:8月予定 ②一般市民向け:年度内実施予定	①子どもに関わる支援者に対象を拡大し、民生委員・児童委員、地域包括支援センター職員等にも周知する。講座内容は、基礎編ではなく、フォローアップ的な講座を予定。 ②市民にゲートキーパーの役割の理解、周りの人の異変に気づき、適切な対応ができよう正しい知識を習得できるよう講座を実施する。
24	自殺対策普及啓発活動	生きるを支えるための各種事業・支援事業に関する情報発信を行う。	①9月自殺予防週間 ②3月自殺対策強化月間 ③3/20 こころの健康講座(37人参加) ※こころの健康講座は二部構成。第一部はストレスとの上手な付き合い方、第二部はゲートキーパー研修を実施	37	こころの健康講座参加者数	9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間の時期に実施予定。	継続して実施。 詳細は検討中。
25	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	9/20開催。 子どものこころをのぞいてみよう～まわりの大人ができること～	71	参加者数	実施予定	支援者向けの研修会として開催予定。 詳細は検討中。

3 望ましい食生活を実践しよう							
1	事業名	内容	令和7年度実施結果			令和8年度予定	
			実施状況・回数等	実施人数		実施日・期間・回数等	実施内容等
2	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	11/5開催。 正しく知ろう！健康食品	20	参加者数	11/13開催予定。 小坪の海を知ろう！～身近な海のことを学んでみませんか～ 小坪漁業協同組合（現湘南漁業協同組合）元代表理事組合長 大竹 清司氏	地産地消の推進で、切り離すことの出来ない『小坪漁協（現湘南漁協）』。このところの温暖化などの影響で海の様子に変化が出ていることも耳にする。あらためて、身近な海のことを学び、食べることをあらためて考える機会とする。
3	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	①6/9 魚のさばき方教室（31人参加） ②9/17 防災講演会（17人参加） ③11/21 薬膳教室（26人参加） ④2/19 腸活教室（32人参加）	106	参加者数	①6/8:魚のさばき方 ②9/25:災害時の食生活 ③11月:うごけるカラダをつくるたんぱく質	・湘南漁協の漁師さんにお越しいただき、魚のおろし方について指導いただく。魚を身近なものにしてみよう。 ・災害時の食生活講演会は、能登半島地震で支援したJDATリーダーに講演していただく予定。昨年に引き続き、屋外でカセットコンロを利用し、バックッキングを実施する。
4	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	①5～7月（8回、12人参加） ②9～12月（8回、10人参加） ③1～3月（8回、11人参加）	33	参加者数	①5～7月（8回） ②9～12月（8回） ③1～3月（8回）	継続して実施。 卒業後の自主活動の繋がる方が少ないため、自主活動の設定曜日を市の事業と同じ曜日に設定する事とした。新たな自主グループが立ち上がった。
5	食生活改善推進員養成講座（ヘルスマイト養成講座）	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（ヘルスマイト）を養成するための講座	①6/18、②6/25、③7/9、④7/30、⑤9/10、⑥9/17、⑦10/8、⑧10/22、⑨11/5、⑩11/19、⑪12/10、⑫1/21	5	参加者数	①6/19、②6/26、③7/10、④7/24、⑤9/11、⑥9/25、⑦10/16、⑧10/30、⑨11/13、⑩11/19、⑪12/18、⑫1/22	・SNSを活用した募集。インターネット経由での申込みを継続。多くの市民の目に留まるように、広報誌だけでなくLINEの通知を継続。e-kanagawaでの申込みも活用する（継続）。 ・活動目的を明確にし、参加意義を伝える（継続）。 ・R7年度ヘルスマイト入会率60%