




事業名	重点目標	分野別の目標	5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
さいたま市レクリエーション協会支援事業			6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
事業の目標			
さいたま市レクリエーション協会加盟団体の種目を紹介及び体験させることで、スポーツ・レクリエーションの楽しさを伝え、市民のスポーツ・レクリエーションへの取組みや種目団体への加入を促すよう支援する。	区健康づくりの目標		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
市民(幼児から高齢者まで)	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
さいたま市レクリエーション協会、さいたま市レクリエーション協会加盟団体(19団体)、NPO法人埼玉県レクリエーション協会、岩槻文化公園(取組(1)のみ)			
取組の内容			
(1)さいたま市レクリエーション協会によるレクリエーションフェスティバル(加盟団体の種目や団体等の紹介及び体験コーナーの設置)			
(2)レクリエーション協会加盟団体によるレクリエーションの教室／講習会			
<さいたま市レクリエーション協会加盟団体> ・インディアカ協会 ・ウォークラリー協会 ・ソフトバレーボール連盟 ・家庭婦人バレーボール愛好会 ・親子体操協会 ・サイクリング連盟 ・3B体操同好会 ・ターゲットバードゴルフ協会 ・日本民踊連盟 ・レクリエーション指導者協議会 ・フォークダンス連絡協議会 ・グラウンド・ゴルフ協会 ・ミニテニス連盟 ・ビーチボール協会 ・社交ダンス連盟 ・ペタンク連盟 ・スポーツ吹矢協会 ・埼玉県ディスコン協会さいたま支部 ・ファミリーバドミントン協会			
取組の成果			
長年スポーツをしていなかった人も、気軽にもう一度始められることや、レクリエーションは家族で楽しめることを市民に普及啓発することができた。			
課題	今後の方向性		
市民が継続してスポーツに取り組むとは限らない。	より多くの市民にレクリエーションの体験機会を提供し、継続してスポーツに取り組めるように促す。		

事業名	重点目標	分野別の目標 3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上
8020歯の健康教室	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	
事業の目標		
<ul style="list-style-type: none"> 正しい歯のみがき方を身に付けさせる 歯・口の健康に対する意識の啓発を図る 	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
市立全小学校の第1・2・3学年の児童と保護者	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
さいたま市歯科医師会、埼玉県歯科衛生士会		
取組の内容		
小学校第1・2・3学年の児童を対象とした歯科衛生士による歯みがき指導と、保護者を対象とした学校歯科医による講話を実施するものである。		
<ul style="list-style-type: none"> ●歯みがき指導 <ul style="list-style-type: none"> 小学校第1・2・3学年の児童を対象に、学年単位で指導を行う。 スクリーンに映る絵や写真、動画のスライドを使用して、口や歯のはたらきや大切さを学ぶ。 大きな歯の模型や歯ブラシを使用し、歯ブラシの持ち方・動かし方、みがきやすい歯ブラシについて学ぶ。 歯みがき体操の音楽に合わせ、みがき残しがないように歯をみがく。 児童の後ろでは、保護者もこの歯みがき指導を見学し、親子で正しい歯のみがき方を学ぶ。 ●講話 <ul style="list-style-type: none"> 保護者を対象に、スライドや冊子等を使用し、児童の歯・口の健康について講話を行う。 各学校の実態や保護者の要望に合わせ、むし歯や歯周病、不正咬合、食育などの内容で行う。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
取組の成果		
本事業を受けた児童からは「よく歯をみがくと口がすっきりして、心がさっぱりしました。」「教えてもらった歯のみがき方をして、むし歯0にしたいです。」、保護者からは「お友だちが来たときなど、ついおやつをテーブルに置いたままにすることもあります。歯の健康のためにも時間を区切って楽しむよう声かけをしたいと思います。」「プラークが動いている様子は、親でも内心悲鳴をあげました。」などの感想から、自分自身の歯・口の健康に対する意識の高まりや、正しい歯のみがき方を学ぶことができたという成果を確認することができた。		
課題	今後の方向性	
児童の発達段階に合わせて、スライドの内容や教材の工夫・改善を行うとともに、よりスムーズな運営のため、児童の持ち物や学校の準備、実態形態について見直しを行う必要がある。	さいたま市歯科医師会、埼玉県歯科衛生士会と連携を図りながら、継続して事業を進めていく。	

事業名	重点目標	分野別の目標	3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上								
介護予防普及啓発事業	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり		4 1日3食バランスのとれた食生活の推進								
			5 積極的な身体活動と運動習慣の形成								
事業の目標											
各区高齢介護課、いきいき長寿推進課及び各公民館による主催並びに生涯学習総合センターの協力により、介護予防普及啓発事業に関する教室を開催し、高齢者の生活全般にわたる知識や健康づくりを通じて、介護予防活動につなげる。	区健康づくりの目標										
事業の対象者	単年度事業・継続事業										
65歳以上の高齢者	継続事業										
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体											
各区の高齢介護課、いきいき長寿推進課											
取組の内容											
<p>1 生きがい健康づくり教室 公民館、各区高齢介護課、いきいき長寿推進課の主催で、市内在住の65歳以上の高齢者を対象に、生きがいづくり、健康づくりを目的として、文学・歴史・音楽などをテーマとした教室を公民館で実施しています。</p> <p>2 ますます元気教室 公民館、各区高齢介護課、いきいき長寿推進課の主催で、市内在住の65歳以上の高齢者を対象に、高齢者が自立した生活機能を維持し要介護状態等になることをできる限り防止することを目的として、おもりを使った「いきいき百歳体操」や口腔ケアなどを内容とした教室を公民館で実施しています。</p>											
取組の成果											
<p>平成28年度実績</p> <table border="0"> <tr> <td>生きがい健康づくり教室</td> <td>事業数 243事業</td> <td>回数 1,181回</td> <td>参加延人数 39,812人</td> </tr> <tr> <td>シニア健康体操教室</td> <td>事業数 163事業</td> <td>回数 899回</td> <td>参加延人数 23,860人</td> </tr> </table>				生きがい健康づくり教室	事業数 243事業	回数 1,181回	参加延人数 39,812人	シニア健康体操教室	事業数 163事業	回数 899回	参加延人数 23,860人
生きがい健康づくり教室	事業数 243事業	回数 1,181回	参加延人数 39,812人								
シニア健康体操教室	事業数 163事業	回数 899回	参加延人数 23,860人								
課題	今後の方向性										
介護予防・日常生活支援総合事業制度が新たに開始されたことにより、公民館と各区高齢介護課、いきいき長寿推進課との連携・調整が課題となっています。	地域のニーズの把握・分析に努め、各区高齢介護課、いきいき長寿推進課と協議、調整の上、教室を実施します。										

事業名	重点目標	6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
こころの健康セミナー・産業保健と連携した講演会 (合同開催) 『女性のからだところのセミナー ～うつからの回復と女性の就労～』	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	分野別の目標
事業の目標		
さいたま市の精神保健福祉の普及・啓発活動の一環として講演会を開催し、専門家による講演を行うことで、市民のメンタルヘルスの向上を図る。	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
市内在住、在勤または在学の方	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
埼玉産業保健総合支援センター		
取組の内容		
平成29年度については、女性のメンタルヘルスに関する講演会を行い、様々な年代で直面する女性特有の課題やそれに伴うストレスとの付き合い方等についての普及啓発を図った。		
<p>内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医師講演 若松町こころとひふのクリニック 医師 加茂 登志子 氏 ・臨床心理士講演 東京都労働局労働基準部労災補償課 労災精神障害専門調査員 手賀沼病院 臨床心理士 菅原 まゆみ 氏 ・産業保健に関する案内 ・質疑応答 <p>*メンタルヘルスに関するパンフレット(こころのホームルーム)等を設置し、配布。</p>		
取組の成果		
申込み者59名、参加者54名の方が参加した。アンケートは46名から回収し、回収率は85.0%であった。アンケートについては、満足度が約92%で、好評であった。託児も行い、20代～70代と幅広い年代の参加者があった。		
課題	今後の方向性	
市民ニーズに合ったテーマの設定と、PRの工夫が課題。	同様に継続予定。	

事業名	重点目標	分 野 別 の 目 標	8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得		
事業の目標	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり		
依存症対策地域支援事業の一環として、図書館でのパネル展示、パンフレット等の情報提供を行うことで、市民に幅広くアルコール関連問題の現状やその予防について啓発することを目的とする。	区健康づくりの目標		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
市在住・在勤・在学の方	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
さいたま市立中央図書館			
取組の内容			
平成29年11月7日(火)から11月19日(日)に展示 国では例年、11月10日～16日をアルコール関連問題啓発週間と定め、重点的にアルコール関連問題に関する啓発キャンペーンを行っているため。			
<p><内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・アルコール関連問題に関連したパネルの展示 ・アルコール関連問題に関連したパンフレットの配布 ・アルコール関連問題に関連した書籍の紹介 			
			
取組の成果			
図書館は、子育て中の主婦や学生、仕事を退職した中高年の男性など、多くの市民が利用している。利用者の通路にパネル等を展示することで、足を止めてパネルを見たり、パンフレットを手に取り持って帰る方もおり、目標とした普及啓発活動ができたと思われる。			
課題	今後の方向性		
現在は、1か所の図書館での展示・情報提供のため、遠方の市民に情報が届きにくい可能性がある。	<ul style="list-style-type: none"> ・継続して実施する。 ・アルコール関連問題の現状や予防について多くの市民に普及啓発するため、他の図書館での展示や啓発の方法について検討していく。 		





事業名	重点目標	分 野 別 の 目 標	6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消																						
アルコール関連問題等特定相談事業 「アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存に関する個別相談会」	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得		8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止																						
事業の目標																									
アルコール関連問題に加え、薬物、ギャンブル問題へも対象を拡大し、アルコール健康問題等へ早期に対応するため、市民への直接的な支援として、相談日を設け、特定相談を実施する。	区 の 健 康 づ く り の 目 標																								
事業の対象者	単年度事業・継続事業																								
アルコール関連問題、薬物問題、ギャンブル問題等の依存について相談希望のある市民(家族・当事者)	継続事業																								
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																									
取組の内容																									
依存症専門の相談員(こころの健康センター職員等)による個別相談																									
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="427 1093 874 1644"> <p>アルコール・薬物・ギャンブルなどの 依存に関する個別相談会</p> <p>こころの健康センターでは、アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存に関する相談について、ご本人やご家族からの相談をお受けしております。こんなことありませんか？</p> <ul style="list-style-type: none"> 「いつも飲みすぎて問題になってしまっ…」 「お酒の量を減らしたいけど、どうしたらいいかわからない」 「薬物やギャンブルをやめたいけど、どうしたらいいのかな…」 <p>「本人に飲酒を控えるように言ってもやめられず、いつも口論になってしまっ…どう対応したらいいの？」</p> <ul style="list-style-type: none"> 「飲みすぎて身体が心配…」 「家族がギャンブルでまた借金をした…」 「家族に薬物問題がある」 <p>このようなお悩みがある場合はお一人でおかえこまず、ご相談ください！ 専門の相談員がお話を伺います。</p> <p>※申込み方法、日程などは裏面をご覧ください。</p> </div> <div data-bbox="938 1093 1362 1644"> <p>アルコール・薬物・ギャンブルなどの 依存に関する個別相談会スケジュール</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>日 程</th> <th>申込人数(名)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第1回 平成29年 4月13日(木)</td> <td>平成29年 4月 4日(木)・平成29年 4月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第2回 平成29年 5月11日(木)</td> <td>平成29年 5月 4日(木)・平成29年 5月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第3回 平成29年 6月1日(木)</td> <td>平成29年 6月 4日(木)・平成29年 6月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第4回 平成29年 7月1日(木)</td> <td>平成29年 7月 4日(木)・平成29年 7月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第5回 平成29年 8月1日(木)</td> <td>平成29年 8月 4日(木)・平成29年 8月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第6回 平成29年 9月1日(木)</td> <td>平成29年 9月 4日(木)・平成29年 9月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第7回 平成29年10月1日(木)</td> <td>平成29年10月 4日(木)・平成29年10月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第8回 平成29年11月1日(木)</td> <td>平成29年11月 4日(木)・平成29年11月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第9回 平成30年 1月1日(木)</td> <td>平成30年 1月 4日(木)・平成30年 1月 11日(木)</td> </tr> <tr> <td>第10回 平成30年 2月1日(木)</td> <td>平成30年 2月 4日(木)・平成30年 2月 11日(木)</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ 予約制となりますので、事前に申込みください。 ※ 定員に達しない場合は、実施されません。 ※ 当日の定員に達しない場合は、お電話にてご連絡ください。 ※ 当日の定員に達しない場合は、お電話にてご連絡ください。 対象：さいたま市在住、在勤の方で、アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存に関する問題を抱えているご本人やご家族 定員：各回10名程度 会場：さいたま市こころの健康センター 申込み方法：電話にてこころの健康センターへ (お申し込み時にご相談の概要をお伺いします)</p> <p>上記の日程以外でも、ご相談をお受けします！お気軽にご相談ください！</p> <p>※申込み方法、日程などは裏面をご覧ください。</p> </div> </div>				日 程	申込人数(名)	第1回 平成29年 4月13日(木)	平成29年 4月 4日(木)・平成29年 4月 11日(木)	第2回 平成29年 5月11日(木)	平成29年 5月 4日(木)・平成29年 5月 11日(木)	第3回 平成29年 6月1日(木)	平成29年 6月 4日(木)・平成29年 6月 11日(木)	第4回 平成29年 7月1日(木)	平成29年 7月 4日(木)・平成29年 7月 11日(木)	第5回 平成29年 8月1日(木)	平成29年 8月 4日(木)・平成29年 8月 11日(木)	第6回 平成29年 9月1日(木)	平成29年 9月 4日(木)・平成29年 9月 11日(木)	第7回 平成29年10月1日(木)	平成29年10月 4日(木)・平成29年10月 11日(木)	第8回 平成29年11月1日(木)	平成29年11月 4日(木)・平成29年11月 11日(木)	第9回 平成30年 1月1日(木)	平成30年 1月 4日(木)・平成30年 1月 11日(木)	第10回 平成30年 2月1日(木)	平成30年 2月 4日(木)・平成30年 2月 11日(木)
日 程	申込人数(名)																								
第1回 平成29年 4月13日(木)	平成29年 4月 4日(木)・平成29年 4月 11日(木)																								
第2回 平成29年 5月11日(木)	平成29年 5月 4日(木)・平成29年 5月 11日(木)																								
第3回 平成29年 6月1日(木)	平成29年 6月 4日(木)・平成29年 6月 11日(木)																								
第4回 平成29年 7月1日(木)	平成29年 7月 4日(木)・平成29年 7月 11日(木)																								
第5回 平成29年 8月1日(木)	平成29年 8月 4日(木)・平成29年 8月 11日(木)																								
第6回 平成29年 9月1日(木)	平成29年 9月 4日(木)・平成29年 9月 11日(木)																								
第7回 平成29年10月1日(木)	平成29年10月 4日(木)・平成29年10月 11日(木)																								
第8回 平成29年11月1日(木)	平成29年11月 4日(木)・平成29年11月 11日(木)																								
第9回 平成30年 1月1日(木)	平成30年 1月 4日(木)・平成30年 1月 11日(木)																								
第10回 平成30年 2月1日(木)	平成30年 2月 4日(木)・平成30年 2月 11日(木)																								
取組の成果																									
今年度は11回実施し、アルコールやギャンブル依存等、合計45件の相談を受けた。																									
課題	今後の方向性																								
相談に来られた方には、必要に応じて、依存症のリハビリテーション施設の紹介等を行ったが、利用されたことのない方には、イメージしにくい部分もある可能性がある。	依存症のリハビリテーション施設の活動について、具体的に知ることができるよう、次年度では、依存症のリハビリテーション施設の相談員による相談日を設ける予定。																								


事業名	重点目標	分野別の目標	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進
生活習慣病重症化予防対策事業	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得		
事業の目標			
糖尿病が重症化するリスクの高い未受診者・受診中断者が医療に結びつくとともに、糖尿病性腎症で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者(以下、「ハイリスク者」という)が保健指導を受け、人工透析への移行を防止する。	区の健康づくりの目標		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
さいたま市国保加入者の内、①・②に該当する者 ①受診勧奨:糖尿病の未受診者・受診中断者 ②保健指導:糖尿病性腎症ステージ2～4期	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
埼玉県、埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市4医師会、各区保健センター			
取組の内容			
<p>(1) 未受診者、受診中断者への受診勧奨 特定健康診査等の結果より糖尿病の疑いがあるが、医療機関を受診していない未受診者と、診療報酬明細書(レセプト)をもとに、糖尿病に係る医療機関の受診を中断していると思われる受診中断者に対して、個別に受診勧奨通知書を送付する。また、結果値が悪い者には、電話で強めの受診勧奨を行う。</p> <p>(2) ハイリスク者への生活指導 糖尿病性腎症の病期が第2期、第3期及び第4期とハイリスクだと思われる者を抽出する。かかりつけ医による対象者の選定後、本人からの同意を得た者に対し、4ヶ月^{※1}または6ヶ月^{※2}の間、複数回の電話・面談での生活指導を実施する。</p> <p>※1…糖尿病性腎症病期第2期の対象者 ※2…糖尿病性腎症病期第3期及び第4期の対象者</p>			
取組の成果			
<p>(1)未受診、受診中断者の受診勧奨:対象者数977人に文書勧奨実施。うち、301人に対し電話勧奨を実施。 (2)ハイリスク者:市内選定51医療機関で実施。市で抽出した対象者727名のうち、かかりつけ医による対象者選定を実施した259名に文書通知を送付。うち、同意者76人(昨年度69人)に生活指導を実施。</p>			
課題	今後の方向性		
保健指導参加者は高齢者が多く、生活習慣改善のための保健指導が難しい。糖尿病性腎症前の若い世代からの取組が重要となる。	平成30年度も本事業を引き続き実施する。糖尿病性腎症前の若い世代からの生活改善が必要であり、健診や特定保健指導につなげていく必要がある。また、本事業の同意者数を増やすために、医療機関との連携強化を図っていく。		



事業名	重点目標	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進
のびのび健診早期受診キャンペーン	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	分野別の目標
事業の目標		
さいたま市国民健康保険加入者が特定健康診査を受診し、生活習慣病予防に努めることができる。	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
40～74歳のさいたま市国民健康保険加入者	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
浦和レッドダイヤモンドズ、浦和ロイヤルバインズホテル、大塚製薬、大宮アルディージャ、キリンビバレッジ、埼玉東部ヤクルト販売、埼玉ヤクルト販売、埼玉プロンコス、大正製薬、タニタ、ホテル南郷、ホテルラフサイたま、六日町山の家、武蔵野銀行、明治アイスクリーム販売、市民生活安全課、スポーツ振興課		
取組の内容		
<p>●特典1 特定健診早期受診キャンペーン 平成29年4月27日～8月末までの早期受診者に対し、抽選で宿泊券やスポーツ観戦チケットなどの企業の協賛品をプレゼントし、比較的受診率が低い早期の時期の受診率の向上を目指す。</p> <p>●特典2 初めての受診者に対するキャンペーン 平成29年度特定健診を初めて受診した方に特定保健用食品などの企業の協賛品をプレゼントすることで、更なる生活習慣の改善に努めていただき、継続受診を目指す。</p> 		
取組の成果		
<ul style="list-style-type: none"> 平成28年度の早期受診者は24,736人と、平成27年度と比較して582人の減少となったが、キャンペーン開始前である平成25年度と比べ、2,831人の増加となった。 平成28年度の初回受診者は4,342人と、初回受診者へのプレゼントキャンペーン開始前である平成27年度と比べ、344人の減少となった。 平成28年度の特定健康診査受診率は、キャンペーン開始前である平成25年度より上昇している。 <p>(受診率:平成25年度34.2%、平成26年度35.1%、平成27年度36.5%、平成28年度36.5%)</p>		
課題	今後の方向性	
データヘルス計画の目標として、若年層の受診率及び初回受診者数の増加を目標に掲げているが、ともに伸び悩んでいる状況である。また、市民の方からキャンペーンがあることを知らなかったという声をいただいております、本事業の周知も今後の課題と考える。	平成30年度も本事業を引き続き実施する。プレゼント内容について、平成29年度結果や企業との話し合いを踏まえて、若年層の関心を呼ぶことができるよう、内容を精査する。また、キャンペーンの周知については、ポスター掲示やチラシの配布に加え、電話勧奨で内容を紹介する等、拡大を図っていく。	

事業名	重点目標	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進
生活習慣病予防普及啓発事業 (浦和区健康まつりでの取組)	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	分野別の目標
事業の目標	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	
浦和区健康まつり参加者に対して生活習慣病に係る講演を実施し、参加者への生活習慣病の予防啓発に努める。	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
浦和区健康まつり参加者	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
日本赤十字社さいたま赤十字病院、浦和区保健センター、アシスト浦和21		
取組の内容		
●平成29年11月5日浦和区健康まつりにおいて国民健康保険課のブースを出展し、医師による生活習慣病の予防をテーマとした30分の講話(3回)、作業療法士によるストレッチ指導(3回)を実施した。		
		
取組の成果		
医師の講座に合計51名、ストレッチ指導に合計94名が参加した。参加者は、熱心に聴講しており、ストレッチ指導とともに生活習慣病予防の必要性を理解できたと考えられる。		
課題	今後の方向性	
健康まつり参加者は、比較的高齢者が多く、今後は若年層への啓発が必要となる。	平成30年度も本事業を引き続き実施する。協働しているさいたま赤十字病院の医師等と話し合いを踏まえて、より若年層の参加者を増やす講座、指導を実施する。	





事業名	重点目標	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進 分 野 別 の 目 標
生活習慣病予防普及事業 (世界腎臓デーinさいたま中央)	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	
事業の目標		
来場者が、各ブースを体験しながらCKD(慢性腎臓病)の予防に努められる。	区 の 健 康 づ く り の 目 標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
イオンモール与野来場者(主にさいたま市民)	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
さいたま市与野医師会、日本赤十字社さいたま赤十字病院、イオンリテール株式会社イオンモール与野、中央区地域包括支援センターナーシングヴィラ与野、中外製薬株式会社 鳥居薬品株式会社 協和発酵キリン株式会社、キッセイ薬品工業株式会社、中央区保健センター		
取組の内容		
●平成29年3月18日(土)イオンモール与野において、医師によるCKD(慢性腎臓病)予防の講演や減塩の試食、ストレッチ指導等を実施した。国民健康保険課では、COモニターによる呼気一酸化炭素濃度測定を行い、禁煙とがん予防・CKD予防の啓発に取り組んだ。		
		
取組の成果		
医師によるCKD(慢性腎臓病)の講演を聞いた後、各ブースに参加する流れとしたため、参加者は慢性腎臓病についての知識を得るだけでなく、体験を通して楽しみながら学ぶことができた。		
課題	今後の方向性	
イベント全体の参加者は、健康意識の高い幅広い年代の方が見られたが、当該ブースでは、若年層の参加が少なく見られたため、今後は若年層の参加を増やすことのできる取組が重要だ。	関係課や協働機関等と話し合いを踏まえ、若年層の参加を促すことのできる取組を実施する。また若年層に限らず、CKD(慢性腎臓病)及び生活習慣病の重症化予防は重要な課題であるため、本イベント以外でも予防啓発に取り組む。	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
がん検診未受診者受診勧奨	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	
事業の目標	区の健康づくりの目標	
・受診勧奨により、がんについての知識の普及啓発を図るとともに、がん検診をより多くの方に受診してもらい、がんの早期発見を図る。		
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
①乳がん検診:41～60歳の女性の内、過去不定期に受診している方。 ②子宮頸がん検診:21～39歳の女性の内、過去不定期に受診している方。 ③大腸がん検診:41～60歳で、過去不定期に受診している方。 ④40歳の方で、胃・肺・大腸・乳がん検診のいずれも受診歴が無い方。 ※年齢はいずれも平成30年3月31日時点	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
国立がん研究センター		
取組の内容		
●平成29年度における5がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん検診)の未受診者に対し、対象者別に3種類の受診勧奨はがきを10月上旬に送付 ①乳がん検診受診勧奨はがき(国立がん研究センター資料提供) ②子宮頸がん検診受診勧奨はがき(国立がん研究センター資料提供) ③大腸がん検診受診勧奨はがき(国立がん研究センター資料提供) ④40歳対象者用(検診対象初年度者用)受診勧奨はがき	①  ②  ③  ④ 	
取組の成果		
平成29年度がん検診等の検診実施期間は平成30年3月10日までとなり、平成29年度の各検診の受診者については、最終的な受診者数が確定していないため、取組の成果については平成30年度中に調査する予定である。 なお、平成28年度の乳がん検診については平成27年度と比べ、受診者数は増加したが、受診率は2.2ポイント低下した。子宮がん検診についても、受診者数は増加したが、受診率は0.1ポイント低下した。		
課題	今後の方向性	
各がん検診の受診率が、全体的に低下した。今後もより多くの方に受診してもらうよう受診勧奨を工夫していく必要がある。	引き続き受診率の向上につながる勧奨(主に個別勧奨)を行っていく。	

事業名	重点目標	分野別の目標	5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
すこやか運動教室	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
事業の目標			
高齢者の健康維持・促進、運動の習慣化を図り、生きがいを保持し、自立した生活を営むことができるように支援します。	区健康づくりの目標		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
概ね65歳以上の元気な高齢者	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
各区高齢介護課、いきいき長寿推進課、地域運動支援員			
取組の内容			
<p>1. すこやか運動教室 運動の器具が設置されている、市内33か所の公園や小学校等において、事業者や地域運動支援員による教室を開催しています。</p> <p>西区: プラザ中央公園、滝沼川第2遊水地、植水公民館 北区: 領家中央公園、稲荷第二公園、本郷第六公園 大宮区: 大平公園、寿能公園、山丸公園 見沼区: 東大宮中央公園、青葉南公園、観音寺下公園 中央区: 与野公園、与野中央公園、大戸公園、八王子公園 桜区: 新開小学校、田島氷川公園、千貫樋水郷公園 浦和区: 調公園、針ヶ谷小学校、鹿島台公園 南区: 谷田小学校、浦和競馬場、神明丸公園 緑区: 三室シルバーワークプラザ、東浦和中央公園、美園臨時グラウンド、尚和園、松芝公園 岩槻区: 槻寿苑、岩槻文化公園、慈恩寺親水公園</p>  <p>2. 地域運動支援員派遣事業 高齢者の運動習慣化のため、自治会や老人クラブ等の要請に応じ、地域運動支援員を派遣しています。</p>			
取組の成果			
平成28年度実績 すこやか運動教室 実施回数 239回／参加者数 4,192人 地域運動支援員派遣事業 実施回数 1,951回／参加者数 35,493人			
課題	今後の方向性		
事業者が実施する教室のほか、住民が主体となって地域運動支援員による自主的な教室の運営を推進する必要があります。	高齢者の運動習慣の定着を図るため、引き続き地域運動支援員の養成及びフォローアップを行い、地域における自主的な活動を推進していきます。		

事業名	重点目標	分野別の目標 3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上 4 1日3食バランスのとれた食生活の推進 5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
ますます元気教室	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	
事業の目標		
<p>高齢者が自立した生活機能を維持し、できる限り要介護状態等にならないように、各種体操や簡単な運動・栄養改善・口腔ケア、認知症予防等の講習を行い、高齢期の生活全般にわたる必要な知識を習得するとともに、自主グループ化を目指します。さらに介護予防活動を継続し、社会参加につながるよう支援します。</p>	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
市内在住の65歳以上で教室に関心のある方	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
各区高齢介護課、いきいき長寿推進課、地域包括支援センター(シニアサポートセンター)		
取組の内容		
<p>身近な場所で自主的に継続して運動を行うことができるよう、市内59公民館を会場とし、ロコモ予防、フレイル予防、認知症予防など幅広い介護予防の普及啓発を目的とした教室を実施しています。また教室終了後は、ロコモ予防効果の高い「いきいき百歳体操」を取り入れた自主グループ化を目指しています。</p>		
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
取組の成果		
<p>1コース(平成29年10月15日現在)終了時、参加人数 1,105人(前期高齢者人数 452人、後期高齢者人数 653人)</p>		
課題	今後の方向性	
<p>平成29年度からの新規事業であり、定員割れの教室もあったため、教室の周知が必要です。また、教室参加者は介護予防の必要性や体操の効果は実感しているものの、教室終了後の運動継続の取組の支援が必要です。</p>	<p>運動が継続できる身近な場所の確保や自主グループ化に向けた教室内容の見直し等を行い充実を図ります。</p>	

事業名	重点目標	分野別の目標 3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上 4 1日3食バランスのとれた食生活の推進
健口教室・健口づくり交流会	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	
事業の目標		
高齢者の口腔機能向上のための摂食・嚥下機能と栄養に係る介護予防に資するプログラムを実施し、自立支援を図ります。さらに、講演や参加者同士の学び合いの機会となる「健口」に関する交流会を開催します。	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
市内在住の65歳以上の方で教室に関心のある方	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
各区高齢介護課、いきいき長寿推進課、さいたま市歯科医師会、埼玉県歯科衛生士会、埼玉県栄養士会		
取組の内容		
<p>・健口教室:3日間1コースとし、10区それぞれ1回120分程度、3コース実施。歯周病と全身の病気との関係、口腔ケアの必要性、咀嚼力と認知症の関係、「食ること」の意義、低栄養状態と関連した課題とその解決法、バランスの良い食事の摂り方、食材選び及び調理法の工夫等に関する講義を行います。</p>		
		
<p>・健口づくり交流会:健康教室終了後に歯科医師、管理栄養士による高齢者向けのフレイル予防と口腔機能向上をテーマにした講演を行い、さらに「健口」をテーマに参加者と歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士との意見交換を行います。</p>		
取組の成果		
健口教室:1コース(平成29年10月15日現在)終了時、参加人数 123人(前期高齢者人数 42人、後期高齢者人数 81人)		
健口づくり交流会:1回目(平成29年10月15日現在)終了時、参加人数 46人		
課題	今後の方向性	
平成29年度からの新規事業であり、定員割れの教室もあったため、教室の周知が必要です。	教室等の参加者アンケート等を参考に口腔機能向上と「食ること」に関する理解促進と周知方法を検討し介護予防につながるよう事業を継続していきます。	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
さいたま市健康マイレージ	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進 5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
事業の目標	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	分野別の目標
市民の健康への関心を高め、生活習慣病予防のみならず、介護予防の推進を図る。特に働き盛り世代において健康への意識はあっても時間のゆとりがなく日常的な運動習慣が少ない市民や在勤者に対し、ウォーキングを通じて“継続した”健康づくりに取り組んでもらう。	区健康づくりの目標	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
20歳以上のさいたま市民、市内事業所	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
ウエルシア薬局、セントラルスポーツ、株式会社ローソン、株式会社ツクイ、さいたま市レクリエーション協会、さいたま商工会議所、全国健康保険協会埼玉支部、一般社団法人さいたま市薬剤師会、さいたま市4医師会連絡協議会、埼玉県国民健康保険団体連合会、市と包括連携協定を結ぶ関係団体、スポーツ団体、保育施設ほか		
取組の内容		
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>体組成計でカラダを「見える化」</p> <ul style="list-style-type: none"> ●体組成計で身体を測定。 ●体重・体脂肪率だけでなく、1日の基礎代謝量(キロカロリー)、筋肉量、部位別の脂肪量なども測定。 ●自分の身体の状態がひと目でわかります。  </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>歩くことで“健幸”をサポート</p>  <p>活動量計がスマートフォンを持って歩くだけ。少しずつ歩く習慣をつけましょう！</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>活動量計で身体活動を「見える化」</p> <ul style="list-style-type: none"> ●参加いただいた方に活動量計を配付。 ●ポケットやかばんに入れて歩く。 ●歩数が測定でき、1日の消費カロリーも見るすることができます。  </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 20px;"> <p>歩いた実績に応じてポイントを付与</p>  </div>		
取組の成果		
事業開始から一年が経過し、参加者数は約9,800人に増加。各区保健センターや市役所で体組成測定会を定期的に開催し、体の変化を実感してもらうことができた。		
課題	今後の方向性	
多くの市民の参加促進と継続参加 市内事業所の登録促進	継続して実施していく。	

事業名	重点目標	分野別の目標	1 がんの予防と早期発見の推進
ピンクリボン運動	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得		
事業の目標	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり		
・市民が乳がんの早期発見のために、月に1回の自己検診を実施することや定期的な乳がん検診を受診することの重要性を学ぶ。	区健康づくりの目標		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
市民	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
株式会社さいたまスーパーアリーナ、さいたま赤十字病院、埼玉りそな銀行、戸田中央医科グループ、埼玉県、埼玉県立がんセンター、大宮西ロータリークラブ			
取組の内容			
<p>10月の乳がん月間に合わせ、平成29年10月21日(土)さいたま新都心けやきひろばでピンクリボンミニウォークに参加し、平成29年10月28日(土)大宮ソニックシティ第1展示場でピンクリボンライトアップ点灯式、大宮区民ふれあいフェアにて乳房モデル模型を使用し自己検診の啓発を行いました。</p> <p>*ピンクリボン運動…乳がんを早期発見・早期診断・早期治療のための運動</p>			
<p>①ピンクリボンミニウォーク 16:15～ミニウォーク 17:00～チャリティーショー</p>			
<p>②大宮区民ふれあいフェア ・疑似乳房触診体験 ・乳がん相談コーナー ・乳がんパネル展示</p>			
<p>③ピンクリボンライトアップ 17:30～チャリティーショー 18:00～ライトアップ点灯式</p>			
  			
<p>さいたま新都心けやきひろばで行われたミニウォークの様子です。雨の中多くの方々に足を運んでいただき</p> <p>乳がんを早期に発見し早期に治療につなげることで、乳がんによって命を落とす方を減らしたいという想いのもと高橋副市長からも検診を受けましょうとメッセージをいただきました。</p> <p>ピンクリボンがソニックシティビルに点灯されました。</p>			
取組の成果			
<p>ミニウォークは悪天候ではあったが213名の参加があった。ふれあいフェアでは、360人が触診体験し、比較的若い独身・子育て世代の女性から中高年の女性が積極的に参加しており、乳房のしこり体験や自己検診について、多くの方に普及啓発ができた。また、少数ではあるが夫や子どもと一緒に体験している場面も見られていた。また、点灯式には約300人が参加し、多くの方々に乳がんの早期発見と検診の大切さを啓発できた。</p>			
課題	今後の方向性		
<p>・疑似乳房触診体験をより多くの市民にスムーズに行える体制づくりが必要である。</p> <p>・イベントの効果的な周知・啓発。</p>	<p>引き続き、それぞれの団体と連携をしながら乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の重要性を発信していく。</p>		

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
<p align="center">がん対策講演会 緩和ケアを知ろう！ ～わたしがわたしらしく過ごしていくために～</p>		分野別の目標
事業の目標	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	
<p>1)緩和ケアについて知ることができる。 2)入院生活における緩和ケアや看護の実際について知ることができ、治療や入院生活への不安が軽減する。 3)在宅における、緩和ケアや訪問看護について知ることができる。</p>	<p align="center">区の健康づくりの目標</p>	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
さいたま市民、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所等に勤務する訪問看護師、ケアマネージャー等、がん患者の在宅医療を支援する専門職等	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
ケアサービスきりん,さいたま市立病院(予定)		
取組の内容		
<p>日時:平成30年3月11日(日) 14:00～16:00</p> <p>会場:大宮ソニックシティ第4集会室(404)</p> <p>内容講演:</p> <p>①さいたま市立病院 院長 窪地 淳 氏 ～緩和ケアとは?～(仮題)</p> <p>②さいたま市立病院 看護師 茂木 和子 氏 ～入院から退院までの緩和ケアについて～(仮題)</p> <p>③ホームホスピス ケアサービスきりん 井野口 宏美 氏 ～在宅で行う緩和ケアについて～(仮題)</p>		
取組の成果		
課題	今後の方向性	