




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
①糖尿病性腎症重症化予防事業 ②健康経営推進の取組	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		4 1日3食バランスのとれた食生活の推進
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		5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
①重症糖尿病患者及び透析患者の発生を抑制し、加入者のQOLの維持・向上を図る。 ②企業が健康経営の理念に基づき、従業員の健康保持・増進を行うことを推進する。			6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消 8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
事業の対象者			単年度事業・継続事業
①糖尿病の未治療者およびハイリスク者 ②事業主			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・郡市医師会、関東経済産業局、東京商工会議所、中小企業診断士、社会保険労務士、埼玉県、さいたま市			
取組の内容			
①糖尿病性腎症重症化予防事業 ○未治療者 ・糖尿病が重症化するリスクが高い未受診者を抽出し、文書により受診勧奨 ・上記のうち、より重症域と判断されるものに対し、文書および電話により受診勧奨 ○ハイリスク者 ・健診及び医療情報からハイリスク者を抽出し、保健指導事業へ参加勧奨を行う ・かかりつけ医の指示に基づき、6か月の保健指導を実施し、その結果をかかりつけ医に報告 ・平成29年度保健指導実施想定人数は50名 ②健康経営推進の取組 ・健康宣言 ・健康経営セミナー等			
取組の成果			
②平成29年12月末時点で、65社が健康宣言を行っています。			


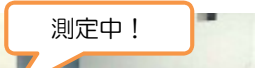


平成29年度 ヘルスプラン21(第2次)に関する事業の取組事例(一般社団法人さいたま市薬剤師会)





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
(Ⅰ)第7回市民公開講座 (Ⅱ)第6回薬物乱用防止キャンペーン (Ⅲ)第5回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン (Ⅳ)各区区民まつり	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
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		8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
健康に関するさまざまな情報を整理し、正しい知識を持って頂くこと			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
(Ⅰ)公開応募一般市民 (Ⅱ)(Ⅲ)浦和駅、新都心駅通行者			継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
さいたま市保健福祉局、埼玉県警、浦和駅			
取組の内容			
<p>(Ⅰ)ロイヤルパインズホテルにおいて、「増えている大腸がん！～専門医が教える内視鏡治療と予防法」という演題で、さいたま市立病院消化器内科 金田浩幸先生にご講演いただきました。</p> <p>(Ⅱ)JR浦和駅東西通路にて薬物乱用防止啓発資料配布[うちわ2,000本、リーフレット・ウェットティッシュ1,500セット、ポケットティッシュ2,000個]違法薬物展示、ビデオ放映、薬事相談、キッズ調剤、アルコールパッチテストを実施。会員68名、薬学生7名、埼玉県警4名、さいたま市保健福祉局4名が参加ご協力。「ポッポくん」「つなが竜ヌウ」「ウサギ・トラ」の着ぐるみが参加。</p> <p>(Ⅲ)JRさいたま新都心駅東西自由通路にて、政令指定都市薬剤師会20都市が同一日に薬物乱用防止啓蒙活動を行う。 ・啓蒙うちわ3,000本 ・啓蒙パッケージ(リーフレット、市薬剤師会活動紹介チラシ、ウェットティッシュ)2,000セット ＝計5,000人分を配布。市薬剤師会会員76名、学生2名 計78名参加。</p> <p>(Ⅳ)各区区民まつりにブース出展 ・薬事相談、健康相談、薬物乱用防止、キッズ調剤、血圧測定等</p>			
取組の成果			
<p>(Ⅰ)大腸がんは治療可能ながんであり、検査が以前に比べてずっと苦痛が少ないものであり、毎年受診で6～8割死亡リスクを減らすことができる。 「便所」とは体の便りを受け取る所。日頃、大便の観察を行うことの意識付け。</p> <p>(Ⅱ)(Ⅲ)大勢の市民の方に薬物の正しい知識、薬物乱用の啓蒙できたのではないかと思います。</p> <p>(Ⅳ)お薬、健康相談多数</p>			

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	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		分野別の目標																						
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 1646"> <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 1369 1646"> <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30年1月10日(木)</td> </tr> <tr> <td>第2回 平成29年 5月11日(金)</td> <td>平成29年 5月 9日(木)・平成30年1月17日(木)</td> </tr> <tr> <td>第3回 平成29年 6月1日(土)</td> <td>平成29年 6月 1日(土)・平成30年1月24日(木)</td> </tr> <tr> <td>第4回 平成29年 7月3日(日)</td> <td>平成29年 7月 3日(日)・平成30年1月31日(木)</td> </tr> <tr> <td>第5回 平成29年 8月2日(木)</td> <td>平成29年 8月 2日(木)・平成30年2月7日(木)</td> </tr> <tr> <td>第6回 平成29年 9月1日(土)</td> <td>平成29年 9月 1日(土)・平成30年2月14日(木)</td> </tr> <tr> <td>第7回 平成29年10月1日(月)</td> <td>平成29年10月 1日(月)・平成30年2月21日(木)</td> </tr> <tr> <td>第8回 平成29年11月2日(火)</td> <td>平成29年11月 2日(火)・平成30年2月28日(木)</td> </tr> <tr> <td>第9回 平成30年 1月11日(土)</td> <td>平成30年 1月11日(土)・平成30年3月7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 1日(木)・平成30年3月14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。 ※ 定員に達しない限り、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悩み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30年1月10日(木)	第2回 平成29年 5月11日(金)	平成29年 5月 9日(木)・平成30年1月17日(木)	第3回 平成29年 6月1日(土)	平成29年 6月 1日(土)・平成30年1月24日(木)	第4回 平成29年 7月3日(日)	平成29年 7月 3日(日)・平成30年1月31日(木)	第5回 平成29年 8月2日(木)	平成29年 8月 2日(木)・平成30年2月7日(木)	第6回 平成29年 9月1日(土)	平成29年 9月 1日(土)・平成30年2月14日(木)	第7回 平成29年10月1日(月)	平成29年10月 1日(月)・平成30年2月21日(木)	第8回 平成29年11月2日(火)	平成29年11月 2日(火)・平成30年2月28日(木)	第9回 平成30年 1月11日(土)	平成30年 1月11日(土)・平成30年3月7日(木)	第10回 平成30年 2月1日(木)	平成30年 2月 1日(木)・平成30年3月14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30年1月10日(木)																							
第2回 平成29年 5月11日(金)	平成29年 5月 9日(木)・平成30年1月17日(木)																							
第3回 平成29年 6月1日(土)	平成29年 6月 1日(土)・平成30年1月24日(木)																							
第4回 平成29年 7月3日(日)	平成29年 7月 3日(日)・平成30年1月31日(木)																							
第5回 平成29年 8月2日(木)	平成29年 8月 2日(木)・平成30年2月7日(木)																							
第6回 平成29年 9月1日(土)	平成29年 9月 1日(土)・平成30年2月14日(木)																							
第7回 平成29年10月1日(月)	平成29年10月 1日(月)・平成30年2月21日(木)																							
第8回 平成29年11月2日(火)	平成29年11月 2日(火)・平成30年2月28日(木)																							
第9回 平成30年 1月11日(土)	平成30年 1月11日(土)・平成30年3月7日(木)																							
第10回 平成30年 2月1日(木)	平成30年 2月 1日(木)・平成30年3月14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。																							

<p>事業名</p> <p>パパ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～</p>	<p>重点目標</p> <p>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</p>	<p>分野別の目標</p> <p>1 がんの予防と早期発見の推進 2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進 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 7 受動喫煙の防止と禁煙 8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止</p>
<p>事業の目標</p> <p>北区区民が若い世代から生活習慣病予防に取り組む。具体的には、 ・運動の知識と技術を学び、運動の習慣化のきっかけを得る。 ・体組成測定・体力測定・生活習慣アンケートを通じて、自分の身体や健康に目を向けることができる。 ・歯の講義やワークを通じて歯と口腔についての知識を学び、歯の健康の維持や向上につなげる。 ・アルコールやメタボリックシンドロームの知識を得る。 ・参加者の家族が、クイズやエプロンシアターを通して望ましい食生活を知る。</p>	<p>II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり</p>	
<p>事業の対象者</p> <p>区内在住の小学1年～4年生の児童の父親</p>		<p>単年度事業・継続事業</p> <p>継続事業</p>
<p>事業を展開する上で協働した課所、機関、団体</p> <p>宮原児童センター、植竹児童センター、北区食生活改善推進員</p>		
<p>取組の内容</p> <p>【生活習慣病予防への取り組み】 ・日常生活で取組みやすい親子で出来る運動実技 ・アルコールやメタボリックシンドロームについての講義 ・歯と口腔ケアの講義 【自分の身体や健康に目を向ける】 ・体組成測定(来所した母も実施) ・体力測定 ・生活習慣アンケートの実施 【がん予防への取り組み】 ・母を対象に乳がんの自己触診法体験の実施 ・喫煙者を対象にした呼気中の一酸化炭素濃度測定の実施(息の中にタバコの有害物質がどれくらい含まれるかを測定 母も実施) 【食育】 ・子どもを対象とした3大栄養素の講義 ・食生活改善推進委員のエプロンシアター</p>		
	<p>子どもと一緒に運動</p>	 <p>歯科講義</p>
	<p>食育エプロンシアター</p>	
<p>取組の成果</p> <p>・児童センターと協働して教室を実施し、父母13名、子どもが14名参加した。 ・アルコールやメタボリックシンドロームの講義にて自分の健康を振り返るきっかけとなり、正しい習慣を身に付ける意欲が高まった。 ・体力測定や体組成測定で自分の現状を知ることができた。また、子どもと一緒に遊びながら出来る運動を取り入れた事で自分の目標を定める事ができた、という声もみられた。 ・歯科講義とワークにて、より健康的な口腔ケアについての意欲が高まった。 ・食育講義にて親子で食事バランスの大切さを学び、食について家族で話し合う機会ができた。 ・本教室に参加した母親が、別の託児付き教室に参加していた。この教室をきっかけに健康づくりの意識が高まったと思われる。</p>		
<p>課題</p> <p>今年度は協力団体を児童センター2カ所へ変更し、6月・1月に実施。また、2日間コースから1日に変更。児童センターから、近隣の学校へチラシを配布し、参加勧奨したが、参加者は父10名と少ない状況であったため、周知方法を検討していく。</p>	<p>今後の方向性</p> <p>前年度までの参加状況を踏まえ、児童センター1カ所で実施。</p>	

<p>事業名</p> <p>体脂肪・筋肉量測定会</p>	<p>重点目標</p> <p>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</p>	<p>分野別の目標</p> <p>1 がんの予防と早期発見の推進</p> <p>2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進</p> <p>4 1日3食バランスのとれた食生活の推進</p> <p>5 積極的な身体活動と運動習慣の形成</p> <p>6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消</p> <p>7 受動喫煙の防止と禁煙</p> <p>8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止</p>
<p>事業の目標</p>	<p>II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり</p>	
<p>北区区民が、体組成測定を通して自身の体の健康状態を把握し、健康づくりの意識を高めるとともに、健康づくり行動を促す。</p>		
<p>区の健康づくりの目標</p>		<p>1. 子育て世代から、生活習慣病の予防対策として、禁煙・運動・適正体重の維持推進、がん検診及び特定健康診査の受診率向上に努めます。</p> <p>2. 地域のコミュニティとの協働を図り、地域の団体・組織等との連携を強化することにより、区民が健康状況を得る機会を増やします。それにより、区民が自主的に健康づくりに取組んでいけるよう促します。</p>
<p>事業の対象者</p>	<p>単年度事業・継続事業</p>	
<p>18歳以上の区民</p>	<p>継続事業</p>	
<p>事業を展開する上で協働した課所、機関、団体</p>		
<p>取組の内容</p>		
<ul style="list-style-type: none"> 区役所1階多目的室において希望者(予約なし)に測定を実施 測定後、保健師より測定結果の説明や健康づくり行動等を助言 待合スペースに生活習慣等に関するDVD視聴コーナーを設けるとともに、健康に関するクイズを掲示 健康増進のための啓発資料を配架 <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="103 1176 861 1601">  <p>測定会全体の様子</p> </div> <div data-bbox="606 1176 861 1243">  <p>測定中！</p> </div> <div data-bbox="1109 996 1356 1310">  <p>体組成計</p> </div> <div data-bbox="893 1321 1364 1624">  <p>健康に関するクイズ</p> </div> </div>		
<p>取組の成果</p>		
<ul style="list-style-type: none"> 95名(39歳以下:12名、40歳以上64歳以下:24名、65歳以上:59名)が来場した。自身の健康を考える機会となり、健康行動を促すことができた。 待ち時間にもDVD視聴や資料、掲示物による啓発を行い、健康に関する意識の向上を図ることができた。 がん検診やかかりつけ歯科医についての掲示を行い、受診を促すことができた。 		
<p>課題</p>	<p>今後の方向性</p>	
<p>予想以上に測定希望者が来場し、待合スペースに人が入りきらず、待ち時間も長くなったため、会場のレイアウトや待ち時間の工夫をしていく必要がある。65歳以上が多かったため、若い世代へのアプローチ方法を検討していく。</p>	<p>来年度も引き続き、区役所内会場で予約なしによる測定会を1回実施し、より多くの区民に健康づくりの普及啓発を図る。</p>	

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 2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進 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 6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消 7 受動喫煙の防止と禁煙 8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～	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 ・区民が、心と体の健康に関する情報を得られ、健康への意識を高める機会となる。 ・保健センター等の行政や市民活動団体の活動をPRする。	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり 区の健康づくりの目標 1. 若い世代からの健康的な生活習慣の獲得 2. 健康診査・がん検診の受診率向上 3. 関係機関・地域団体と協働した健康づくりの推進	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
浦和区民	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
協働団体: アシスト浦和21(浦和区市民活動ネットワーク登録団体)		
取組の内容		
「健康で共に支えあうまちづくりのために」をテーマに、市民活動団体であるアシスト浦和21と協働で開催した。今年度は20団体が出展し、「生活習慣病予防」「歯・口腔の健康」「栄養・食生活」「運動・禁煙・飲酒」「休養・こころの健康」「介護・介護予防」「子育て支援」の7つの分野に分け、各種測定・体験・講座・相談を実施した。 日時:平成29年11月5日(日)10:00～15:00 会場:コムナーレ10階 浦和コミュニティセンター 参加者数: 参加延人数は6187名		
		
いのちの話	ストレッチ	
		
血糖測定	健康クイズ	
取組の成果		
平成23年度:3577名、平成24年度:4150名、平成25年度:4715名、平成26年度:4964名、平成27年度:5927名、平成28年度:6342名と、参加者が昨年より6000名を超え、子どもから高齢者まで幅広い年代の人が参加していることから、区民に定着しつつある。参加型のブースが多く、実際に骨密度・体組成等の計測を行うことで、参加者が自らの健康や生活習慣の振り返りをしている様子が見られた。複数のブースに参加する人が多く、ブースや時間帯によっては、待ち時間が生じていたが、事故等なく終了した。今年度は、子育て支援の分野で新たな団体が出展し、妊娠期の家族向けの講座も行われた。		
課題	今後の方向性	
開催方法の再検討が必要である。	課題となっていることを検討しながら、開催に向けた準備をすすめていく。	