

## 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(さいたま市保健愛育会)

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
・母子の健康と育児に関する事業 (子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力	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
スローガン 1. 愛の一声、健康づくりを広めましょう 2. 健やかな子を育て、明るい家庭づくりをひろめましょう 3. 住みよいふるさと、長寿社会づくりを広めましょう			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
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
各区の母子・高齢者・地域住民	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
保健所・各区保健センター・自治会・社会福祉協議会・結核予防会			
取組の内容			
<p>地域の母子保健と高齢者福祉の向上、地域住民の健康推進活動を目的に、6区10地区で活動している。</p> <p>全体研修</p> <p>1. 講演「食べることは生きること」 講師 さいたま市歯科医師会監事 羽鳥 孝 氏</p> <p>2. テーマ 手作り手提げとみんなで遊べる折り紙作り 講師 さいたま市保健愛育会慈恩寺地区</p> <p>地区自主事業</p> <p>・子育て支援事業 親子支援活動 三世代交流 訪問活動 (赤ちゃんの健全な発育のための健診の推奨と親子の孤立防止等)</p> <p>・高齢者やひとり暮らしの方への支援 声かけ ふれあい会食 介護予防体操 健康体操 おしゃべりサロン 歌ごえ喫茶</p> <p>・禁煙の推奨 周辺での喫煙に対し、身体への影響などを話し、禁煙協力を呼びかける</p> <p>行政協力・協働事業</p> <p>・各区の保健事業の協力 育児相談 ふたごの集い 親子教室 育児学級 生活習慣病予防教室</p> <p>・結核予防パンフレットの配布</p>			
取組の成果			
<p>健康づくりについて、各地区の問題を少しでも解決できるよう、班員たちが自主性を持って取り組む中で、事業参加者から感謝の言葉を沢山いただく。その喜びが次の活動の原動力となるとともに、班員自身の健康増進にも繋がっている。</p>			

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
さいたま市食生活改善推進員協議会	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		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		
「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに一人ひとりの健康づくり活動を食を通して地域において推進する			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
食生活改善推進員(ヘルスマイト)及び年齢を問わない市民			継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
埼玉県・さいたま市・日本食生活協会・公民館・学校			
取組の内容			
1 生活習慣病予防のための食生活支援事業 2 米料理教室 3 パパとチャレンジ! わくわくクッキング 10区で実施 4 糖尿病、高血圧、骨粗鬆症予防の食事の取り組み 5 高齢者のための食事 6 10区合同研修会 リーダー研修会 栄養士の講義 調理実習 薬について 休養・心の健康づくり講演会 7 食育推進事業 親子・高齢者・生活習慣病予防教室の講義 調理実習 8 文化祭の協力 健康イベント開催協力 高齢者ふれあい会食 夏休み子供クッキング 男性料理教室 手作りみそなど各種健康教育を実施			
取組の成果			
食べ物は満ち溢れていますが、社会の変化や様々な事情から日々の食生活がおろそかになりがちの人が多く、参加したことで食生活の見直しにつながったようです。また、事業に参加した方々からは「大変ためになった」、「今後も参加したい」、「もっと回数を多くやって欲しい」などの感想が寄せられました。作った人への感謝の気持ちを大切にし、健康な身体こそ豊かな生活の基本であることを自覚したことです。			

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			
<p>①糖尿病性腎症重症化予防事業</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○未治療者                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> <li>・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</li> </ul> </li> <li>○ハイリスク者                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> <li>・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</li> <li>・平成29年度保健指導実施想定人数は50名</li> </ul> </li> </ul> <p>②健康経営推進の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康宣言</li> <li>・健康経営セミナー等</li> </ul>			
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。			

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
会員向け定期健康診断等の実施			3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上
			6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
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		
会員事業所従業員等の健康管理・福利厚生に寄与する			
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
さいたま商工会議所会員事業者並びに従業員	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
(2)については、一般社団法人野歯科医師会と協働 (3)については、済生会川口総合病院と業務提携			
取組の内容			
1. 市内4地域(浦和・大宮・中央・岩槻)で、会員事業所従業員等に向けた健康診断等を実施  (1)一般定期健康診断(4地域)、生活習慣病検診(岩槻地域)、人間ドック(浦和・大宮・中央地域)を年1回、当所が指定する受診機関にて実施  (2)出張歯科検診(中央地域)の実施  (3)PET検診優待サービス  2. メンタルヘルス・マネジメント検定試験の施行を通じたメンタルヘルス対策の普及促進			
取組の成果			
事業主に義務付けられている法定検診について、事業主の事務負担を軽減し、併せて人間ドック等の受診を促すなど、傷病の早期発見・治療につながっていることで、継続受診をされている事業所が多い。  メンタルヘルス対策は、企業における大きな課題となっており、従業員に試験を受験させることで知識の習得等を目指し、対策の一助としている。			



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	5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
サウンドテーブルテニス (大古里STT同好会)			
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		
練習会開催による視覚障害者等の健康づくり			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
さいたま市内在住の視覚障害がある市民及びサポートボランティア			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			
大古里公民館(緑区)で1回/月以上開催しています。			
<p>・視覚障害者等が原則としてアイマスクを装着して行うサウンドテーブルテニスは、視覚障害の有無や年齢に関わらず、誰もが楽しく運動できるユニバーサルスポーツと言ってもよい競技です。</p>			
		<p>・主に視覚障害がある参加者が、1台しかない卓球台でプレー、練習しますが、その間サポートボランティアの方々は審判を担ったり、卓球台周辺に落下、転がる球を拾ったり、時折プレー、練習にも参加されています。</p>	
<p>(参考)サウンドテーブルテニス(STT)ってどんな競技?  <a href="http://www.kagawa-edu.jp/mogaku01/files/chuushimoutai/chuushimou_stt.pdf">http://www.kagawa-edu.jp/mogaku01/files/chuushimoutai/chuushimou_stt.pdf</a></p>			
取組の成果			
<p>・視覚障害がある市民が単独でプレーできる運動、健康づくり方法は希少ですが、サウンドテーブルテニスはそれがかろう数少ない運動、方法です。          ・参加者の年齢層は50歳代から最高齢の方は80歳代と幅広く、年齢差もさほど感じずに各自のペースで楽しく運動に励んでおられます。</p>			



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
在宅保健師等による支援事業	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		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		
・特定保健指導の利用率向上 ・食生活の改善や運動の習慣化による生活習慣病予防			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
さいたま市民			単年度事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
埼玉県在宅保健活動者の会「青空会」			
取組の内容			
<p>埼玉県在宅保健活動者の会「青空会」の会員(保健師)を派遣し、さいたま市が行う保健事業の円滑な実施を支援した。 具体的な支援内容は、以下のとおりである。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 特定保健指導対象者への電話による利用勧奨</li> <li>2 健康教室(運動指導、身体・栄養・歯科講座、グループワーク等)における、教室運営・保育補助、参加者の健康チェック及び健康相談</li> <li>3 健康まつりでの健康測定機器による測定、結果説明、健康相談及び健康啓発事業</li> </ol>			
取組の成果			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・経験豊富な会員が電話による特定保健指導の利用勧奨を行うことにより、対象者の意識の向上へと繋がった。</li> <li>・マンパワーの提供により、スムーズな健康教室等の運営ができた。</li> </ul>			

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フェスティバル	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		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
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		
・仲間づくり ・体を動かして、健康・体づくり			
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
年齢を問わず一般市民(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、NPO埼玉県レクリエーション協会(野外レク3団体・室内レク16団体 合計19団体)		
取組の内容	<p style="text-align: center;"><b>野外レク・ゲーム</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>グラウンド・ゴルフ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ターゲットボード</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ペタンク</p> </div> </div> <p style="text-align: center;"><b>室内レク・ゲーム (グループ&amp;個人)</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>		
平成29年6月11日 (日)	岩槻文化公園にて		
10:00~15:00			
取組の成果	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会場について・・・(屋外・室内)もう少し広い場所があると良い</li> <li>・多くの参加者に喜んで参加してもらった</li> <li>・種目団体に加入したい希望者多数</li> </ul>		



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
JAの機能を活かした健康づくり	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		5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
健康づくりに係るイベントを実施し 地元住民・役職員等の健康の保持増進を図る			
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
JAさいたま役職員、組合員、女性部員、共済友の会会員、年金友の会会員	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
埼玉県農協健康保険組合、JA埼玉県中央会、新久喜総合病院、熊谷総合病院 等			
取組の内容			
実施内容		対象者	
定期健康診断 被扶養者特定健診 産業医による個別健康教育 インフルエンザ予防接種 農業従事者検診 生活習慣病検診 女性部歩け歩け運動 JAさいたま旗争奪少年野球大会 年金友の会グラウンドゴルフ大会 年金友の会ゲートボール大会 女性部グラウンドゴルフ大会 ミニデイサービス 女性のための健康講座 人間ドック受診費用の助成		役職員・パート 40歳以上の被扶養者 定期健診によりハイリスク者と診断された役職員 希望者(役職員) 正組合員・女性部員 共済友の会会員 女性部	
人間ドック受診費用の助成		さいたま市スポーツ少年団小学生軟式野球部 年金友の会会員 年金友の会会員 女性部 組合員等 女性部	
40歳以上の健保加入者と、35歳・38歳の被保険者			
取組の成果			
・JAさいたま人間ドックの受診費用助成を行い、受診率向上を目指しました。 ・役職員・組合員・共済友の会会員を対象に健康診断を実施し、疾病予防・早期発見を図りました。 ・グラウンドゴルフ大会、ゲートボール大会等のイベントを通じ、地域コミュニケーションの活性化、スポーツを楽しむことによる健康活動の推進を図りました。 ・役職員を対象にインフルエンザ予防接種を実施し、感染症予防と感染拡大防止に努めました。 ・ミニデイサービスを各支店で実施し、ゲーム等遊びを通じて健康づくりの推進を図りました。 ・役職員健診の結果数値が要治療レベルにも係らず通院・治療していない者をピックアップし、産業医による個別の健康指導を実施し、早期の疾病予防・対策を図りました。また、それ以外にも希望者に対し面談を実施し、健康管理及び労働環境の改善に取り組みました。			

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(さいたま市4医師会連絡協議会)

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
平成29年度さいたま市成人保健事業	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		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		
各種がん検診・特定健診を通して、疾病の早期発見・治療に努め、メタボリックシンドローム該当者に特定保健指導を実施し、疾病の重症化を減らす。			
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
さいたま市民(各検診・健診ごとに対象者の年齢・性別の違いあり。)	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4医師会、さいたま市国民健康保険課、年金医療課、高齢福祉課、さいたま市保健所地域保健支援課			
取組の内容			
<p>1. 女性のヘルスチェック(平成30年3月31日時点で18歳～39歳の女性)</p> <p>2. 前立腺がん検診(平成30年3月31日時点で50歳～80歳の男性)</p> <p>3. 肝炎ウイルス検診(平成30年3月31日時点で40歳以上で前年度以前に検診を受けたことのない方)</p> <p>4. 骨粗しょう症健診(平成30年3月31日時点で40歳、45歳及び50歳～80歳の女性で前年度未受診の方)</p> <p>5. 胃がん検診(平成30年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>6. 大腸がん検診(平成30年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>7. 肺がん・結核検診(平成30年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>8. 乳がん検診(平成30年3月31日時点で40歳以上の女性で前年度未受診の方)</p> <p>9. 子宮がん検診(平成30年3月31日時点で20歳以上の女性、40歳以上は前年度未受診の方、子宮体がん検診は40歳以上の方)</p> <p>10. 特定健診</p> <p>1)さいたま市国保特定健診(さいたま市国民健康保険に加入している本人、家族で平成30年3月末現在で40歳～74歳の方)</p> <p>2)後期高齢者健診(さいたま市在住で75歳以上の者および心身障害者で65～74歳で後期高齢者医療制度に加入している方)</p> <p>3)さいたま市国保健診(さいたま市国民健康保険に加入している本人、家族で平成30年3月末現在で35歳～39歳の男性)</p> <p>11. 特定保健指導(動機付け支援) メタボリックシンドローム該当者 健診結果説明時に実施。</p>			
取組の成果			
<p>・上記2、5、6、7では早期発見により、早期治療につながり、延命に貢献した。11では、保健指導を実施することにより、対象者の体重、BMIに改善を認め、服薬開始時期の遅延に繋がった。</p> <p>・検診・健診の未受診者への受診勧奨などをすすめた結果、受診率の向上の傾向がある。</p>			

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(さいたま市歯科医師会)

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
①市民フォーラム ②口腔がん検診 ③市民公開講座	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		3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上
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		
①③さいたま市民が口腔の健康について学ぶことができる。 ②市民に検診を受け、早期発見を図ることで早期に治療をうながす。			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
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			
与野歯科医師会、東京歯科大学口腔外科、大宮歯科医師会、明海大学歯学部口腔外科			
取組の内容			
<p>1:市民フォーラム(与野歯科医師会) 平成29年7月9日(日) 穏やかで心豊かな長寿社会を生きる ～おいしく、楽しく、美しく 摂食機能の実力～</p> <p>2:口腔がん検診(大宮歯科医師会)</p> <p>3:市民公開講座(大宮歯科医師会)・・・約100名が参加しました。</p>			
取組の成果			
毎年継続している事業であり、今後も市民に口腔の健康について啓発を行っていくことが重要だと考えております。			