

目標指標		目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度		
I 若い世代から健康づくりを意欲した生活スタイルの獲得	区			<ul style="list-style-type: none"> 西区 のびのび ウォーキング 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 健康チームおおみや ウォーキング編 男の筋トレ講座 ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 アロマヨガ入門 親子deクッキング うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ 浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～ 夏休み親子 味と調理の発見教室 Be 筋肉男子 初めてでも大丈夫エアロビ教室 プレ更年期教室 愛情弁当教室 背筋伸ばして代謝アップ ボディメイクエクササイズ 	<ul style="list-style-type: none"> 親子ランニングセミナー 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 お父さん応援プロジェクト！ 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 健康チームおおみや 大宮アルディージャ コラボ編 男の筋トレ講座 ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 燃焼ボクササイズ 親子deクッキング うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ 夏休み親子 味と調理の発見教室 浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ 禁煙相談 生活習慣病予防普及啓発教室 『背筋伸ばして代謝アップ ボディメイクエクササイズ』 生活習慣病予防普及啓発教室 『プレ更年期教室』 生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなで健康教室』 	<ul style="list-style-type: none"> 健康ほっとステーションでの啓発(禁煙支援) 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 健康チームおおみや レベルアップ講座 健康チームおおみや ウォーキング編 ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発事業(NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) 親子でトライ!!らんらん トランニング 年齢マイナス5歳講座 のびのびWalking・MIA♪(みんなで一緒に歩こう会) 10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ 夏休み親子 味と調理の発見教室 浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ 禁煙相談 生活習慣病予防普及啓発教室 『背筋伸ばして代謝アップ ボディメイクエクササイズ』 生活習慣病予防普及啓発教室 『親子でかけっこ教室』 連人に学ぶおやこシリーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 親子ランニングセミナー 「健康！ほっとステーション」での啓発 北区健康づくり階段クイズ 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 お父さん応援プロジェクト 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 健康チームおおみや レベルアップ講座 健康チームおおみや ウォーキング編 健康チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 男の筋トレ講座 ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 生活習慣病予防普及啓発教室 「親子でかけっこ教室」 今から始める男の筋トレ・健口講座 連人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘル歯ー」 	<ul style="list-style-type: none"> 呼吸一酸化炭素濃度測定 アラフォーからのボディレッシン ～運動したハハママへ～ きらきら子ども食堂 親子でトライ!!らんらん トランニング アロマストレッチ ハバヒチャレンジ！ヘル歯ークッキング 体脂肪・筋肉量測定会 男の筋トレ講座 うらわメタ防クラブwith PTA 生活習慣病予防普及啓発教室 「プレ更年期教室」 生活習慣病予防普及啓発教室 「背筋伸ばして代謝アップ ボディメイクエクササイズ」 生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 生活習慣病予防普及啓発教室 「親子でかけっこ教室」 今から始める男の筋トレ・健口講座 連人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘル歯ー」 	<ul style="list-style-type: none"> 親子DE筋トレ 「健康！ほっとステーション」での啓発 かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ハハ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ 体脂肪・筋肉量測定会 健康チームおおみや レベルアップ講座 健康チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 健康チームおおみや ウォーキング編 男の筋トレ講座 OMIYAおやこ食育教室 ママの元気アップ講座 ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) 生活習慣病予防普及啓発事業 大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 アラフォーからのボディレッシン 運動したハハママ きらきら子どもキッチン 親子でトライ!!らんらん トランニング 	<ul style="list-style-type: none"> 夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) インナーマッスル教室 奥脚トレーニング 健康クイズを利用した啓発活動 浦和区 秋の健康ウォーキング教室 10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ 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～ 体組成測定会 生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかつきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 生活習慣病予防普及啓発教室 『ママとキッズの運動教室』(ハハも参加可) 歯周病予防教室&生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなでいただきマウス』 生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなで健康教室』 連人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ 健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ
	市			<ul style="list-style-type: none"> さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・こころの健康セミナー ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・知ろう！身近な生活習慣病の対策 ～高血圧を予防するためにできることは～ ・がん検診未受診者受診勧奨 ・8020歯の健康教室 ・市役所体組成測定会 ・がん情報コーナー 	<ul style="list-style-type: none"> ・HAPPY プログラム ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・CKD(慢性腎臓病)予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央 ・単独型子育て支援センターにおける食育の推進 ・ピンクリボン運動 ・健幸サポートモデル事業 	<ul style="list-style-type: none"> ・アルコール関連問題についての啓発パンフレット ・こころの健康セミナー ・産業保健と連携した講演会 ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・高血圧予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・がん検診未受診者受診勧奨 ・8020歯の健康教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・禁煙外来治療に関する情報発信 ・さいたま市健康マイレージ ・ピンクリボン運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・こころの健康セミナー ・産業保健と連携した講演会 ・依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」 ・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」 ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・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) ・生活習慣病予防普及事業(世界腎臓デーinさいたま中央) 	<ul style="list-style-type: none"> ・がん検診未受診者受診勧奨 ・8020歯の健康教室 	
		主な成果		<ul style="list-style-type: none"> ・親子を対象とした体験型学習タイプの事業は、昨年度同様に参加希望者が多く、家族で参加することは、家族間で相互に健康的な生活習慣を意欲するきっかけとなっている。 ・体組成の測定による自身の体の状態を可視化することは、市で行う保健事業への参加が比較的小さい働き盛り世代の男性の関心も高く、日常生活について振り返るきっかけとなっている。 ・普段、忙しいために市で行う保健事業に参加することが難しい世代や自覚症状がないために健康に対する関心が低い世代の市民が集まる機会を捉えて健康づくりに関する情報提供を行うことで、これまで保健事業の中で関わるのが少なかった層にアプローチすることができた。 ・職場、学校、団体等の協働事業が、継続事業として定着してきており、働き盛り世代の健康づくりを意識した生活スタイルの獲得という目標達成に向けた取組が進んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校の実態や保護者の要望に合わせて内容を教室で取り上げており、地域の実情や対象者のライフステージに合った健康づくりを推進することができている。 ・教室等の内容を対象者に応じたポイントを押さえたものとすることで、仕事や子育て等時間に余裕がない世代にも有効であった。 ・子育て世代の保護者の不安を軽減することが、子どもの健康的な生活習慣に繋がっている。 ・親子を対象とした教室は、家族の健康づくりが進められるとともに、コミュニケーションも促進している。 ・妊婦とそのパートナーを対象とした教室は、生活スタイルが変化してきたときにスムーズに健康的な生活習慣を取り入れることが期待でき、タイミングを押さえたアプローチである。 ・商業施設における啓発は、子ども連れの世代が多く通りかかるため、短時間で親子に対するアプローチを図ることができた。 ・教室の参加状況より、「健康」と「美」のテーマに関心を寄せる女性が多い。加齢とともにホルモン等の影響により心身の状態が変化の中で、継続して取り組むことができるような健康づくりについて、引き続き啓発することが重要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校やPTA協議会と協働して事業を行うことで小学生・教員・保護者の参加者を募ることができ、幅広い世代に向けたメタボリックシンドローム予防の啓発をすることができた。また、地域の社会資源と健康づくりの協働にもつながった。 ・働き盛り世代の生活習慣病に目を向けてもらうためのきっかけとして、子育て中の父親と子どもを対象とする事業を企画しており、父親自身の健康について考えるきっかけとなっている。 ・忙しい子育て中の父母を対象に天候に左右されない屋内運動を紹介するなど、日常生活の中で取組みやすい身体活動を啓発することができた。 ・一酸化炭素濃度や体組成を実際に測定する機会を市民に提供することで、市民が生活習慣を改善するための一助となっており、その測定機会が継続してあることで市民にその後の成果を評価できる仕組みとなっている。 ・市全体の組織が協働し、全年齢層にとって日常的に取り組みやすいウォーキングを、市民が継続して取り組むことができるためのシステムを維持していくことが必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・区役所内や複合施設に健康に関連するクイズや掲示、体験コーナーを設置している。さらに、その展示が役に立ったと感じた人数を把握する仕組みを取り入れており、市民の反応を生かした双方向の啓発の場となっている。 ・子育て中の母親が集う場所で母親自身を対象とした健康に関する講話や運動が体験できる教室を行っており、家族全員の健康づくりに関心を向けるきっかけにもなっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●中間評価● ・偏った生活習慣の連鎖により“糖尿病が強く疑われる人”が増加している。そのため、バランスのとれた食事、禁煙など一人ひとりが生活の中で取り組みやすい方法を習得する機会が必要である。 		

目標指標	目標値	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度		
運動習慣のある人の割合									
男性	41%	31%			31.9%	↗			
女性	35%	26%			24.8%	↘			
20～64歳代男性	32%	22%			24.5%	↗			
20～64歳代女性	30%	20%			18.8%	↘			
65歳以上男性	48%	38%			31.0%	↘			
65歳以上女性	43%	33%			31.1%	↘			
1日1時間以上歩く人の割合									
男性	44%	34%			35.1%	↗			
女性	38%	29%			29.3%	↗			
居住地域でお互いに助け合っていると思う市民の割合の増加(地域のつながりの強化)	60%	42.3%			39.8%	↘			
市民			<ul style="list-style-type: none"> 元氣塾、みちくさくらぶ 健康に関する公開講座 グランドゴルフ大会、ウォーキングの実施 桜区チャレンジウォーク支援、新スポーツ支援 	<ul style="list-style-type: none"> 健康に関する公開講座 ウォーキング カラオケ大会の実施 	<ul style="list-style-type: none"> グランドゴルフ大会 スポーツ吹き矢体験(腹式呼吸による健康づくり) ダンス教室の開催 	<ul style="list-style-type: none"> 薬局店頭における健康チェック、血圧測定 体操指導、体力測定 健康に関する公開講座 グランドゴルフ大会 (ノルディック、ポール)ウォーキング ラジオ体操 	<ul style="list-style-type: none"> 薬局店頭における健康チェック、血圧測定 体操指導、体力測定 健康に関する公開講座 グランドゴルフ大会 (ノルディック、ポール)ウォーキング ラジオ体操 	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者の見守り活動 栄養講座、調理実習 	
関係団体・事業者			<ul style="list-style-type: none"> 第13回さいたま市レクリエーションフェスティバル 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・さいたま市の保健事業への協力 さいたま市食生活改善推進員協議会(生活習慣病予防の講義、調理実習、親子の調理実習、食育講座等) 健康、スポーツ障害予防等の講演、活動 ラジオ体操・腰痛予防体操の実施、バランス良い食事の提供 ブラッシングを確実にするための支援 自然農法の大豆を使った手前味噌づくり、小学校「茶道体験」、中学校「華道体験」 よく噛んで味わって食べるための口腔衛生指導 ちびっこ歯医者さん、子どものためのオリジナルセミナー さいたま市がん検診の実施、更年期障害の加療(キリサワ産婦人科クリニック) 「薬の正しい使い方」薬物乱用防止教室 ストレッチ、食養のセミナーの開催 歯と健康をテーマとした講演会の開催 テニススクールの開催 健康相談、血圧測定の実施 さいたま市各種歯科健康診査の実施、歯科相談、かむ健康法 	<ul style="list-style-type: none"> さいたま市レクリエーション普及事業 在宅保健師等による支援事業 会員向け定期健康診断等の実施 平成27年度さいたま市成人保健事業 さいたま農業協同組合 ちちぶお茶のみ体操指導と体力測定 健康診断の検査の結果の説明や生活習慣のアドバイス フッ素塗布等の予防処置 助産院の料理教室 マタニティヨガ、産後のヨガ 館内禁煙 体力測定の実施 更年期障害に対する加療 職員の職務利用促進 栄養成分表の掲示 歯周病と糖尿病の関わりに関する啓発 血圧測定や体組成測定、血圧測定の実施 	<ul style="list-style-type: none"> 第14回さいたま市レクリエーションフェスティバル 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 第9回市民公開講座「自分で延ばそう健康寿命！知って得する毎日の健康管理実践法」 さいたま市食生活改善推進員協議会 健康に関する学習会、講演会の開催 自力整体 歯科検診(市民向け、事業所向け)の実施 歯の健康相談 赤ちゃんの育て方教室 出産準備教室 市民を対象とした調理実習及び講座の実施 介護予防教室の開催 歯の健康から始まる全身の健康づくりの推進 健康づくりに関するポスターの掲示 8020運動の推進 商店街のイベントに合わせたアロマ教室の開催 ピンポン広場、キッズ・ダンス等の開催 	<ul style="list-style-type: none"> レクリエーション普及事業 第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル 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 さいたま市食生活改善推進員協議会 会員向け定期健康診断等の実施 在宅保健師等による支援事業 第6回市民公開講座 第5回薬物乱用防止キャンペーン 第4回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン JAの機能を活かした健康づくり 市民フォーラム 口腔がん検診 	<ul style="list-style-type: none"> レクリエーション普及事業 第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル 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 さいたま市食生活改善推進員協議会 会員向け定期健康診断等の実施 在宅保健師等による支援事業 第6回市民公開講座 第5回薬物乱用防止キャンペーン 第4回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン 平成28年度さいたま市成人保健事業 JAの機能を活かした健康づくり 市民フォーラム 口腔がん検診 	<ul style="list-style-type: none"> 薬局における体成分分析器による健康チェックや血圧測定等 熱中症予防に休憩所、飲料水の提供 地域医療機関・介護事業所を対象の認知症セミナー 地域における高齢者自主グループの立ち上げ支援 	
主な取組			<ul style="list-style-type: none"> 西区 のびのび ウォーキング 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 健活チームおおみや ウォーキング編 生活習慣病予防普及啓発事業(大和田公園、NACK5スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) 親子でトライ!!らんらん トランニング スマイルアップ講座 のびのびWalking MIA♪(みんなで一緒に歩こう会) 浦和区ウォーキング教室 夏休み親子 歯と口の発見教室 10年後も美しく私の食習慣～in 幼稚園～ 	<ul style="list-style-type: none"> 親子ランニングセミナー 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 お父さん応援プロジェクト！ 「ハハ流100日肉体的改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 健活チームおおみや ウォーキング編 生活習慣病予防普及啓発事業(NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) 親子でトライ!!らんらん トランニング のびのびWalking-MIA♪(みんなで一緒に歩こう会) 10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ 夏休み親子 味と調理の発見教室 浦和区健康まつり 心と体の健康フェスタ～ 	<ul style="list-style-type: none"> 健康ほっとステーションでの啓発(禁煙支援) 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 健活チームおおみや 大宮アルディージャ コラボ編 ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 親子deウォーキング うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく 私の食習慣～ 夏休み親子 歯と口の発見教室 浦和区ウォーキング教室 禁煙相談 達人に学ぶおやこシリーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 親子ランニングセミナー 「健康！ほっとステーション」での啓発 北区健康づくり階段クイズ 民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 お父さん応援プロジェクト！ 「ハハ流100日肉体的改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 健活チームおおみや ウォーキング編 健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ママの元気アップ講座 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会・呼気一酸化炭素濃度測定 アラフォーからのボディレッシェン ～運動したハハママへ～きらきら☆こども食堂 親子でトライ!!らんらん トランニング 体脂肪・筋肉量測定会 のびのびウォーキング うらわメタ防クラブwith PTA 浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR 達人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこ」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘル歯」 	<ul style="list-style-type: none"> 親子DDE筋トレ 「健康！ほっとステーション」での啓発 民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ハハ流肉体的改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ 体脂肪・筋肉量測定会 健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 健活チームおおみや ウォーキング編 OMIYAおやこ食育教室 ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) 生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 アラフォーからのボディレッシェン 運動したハハママへ きらきら☆こどもキッチン 親子でトライ!!らんらん トランニング 夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) 	<ul style="list-style-type: none"> インニヤーマッスル教室 美脚トレーニング 浦和区 秋の健幸ウォーキング教室 10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ 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～ ①「かけっこ」達人～楽しく走れるコツ教えます！ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおいにぎりにランチ～ 健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ
区			<ul style="list-style-type: none"> さいたま市レクリエーションフェスティバル 体組成測定会 エコ飲みプロジェクト 	<ul style="list-style-type: none"> うんどう教室 CKD(慢性腎臓病)予防の啓発 ピンクリボン運動 	<ul style="list-style-type: none"> 高血圧予防の啓発 運動教室 口腔機能向上教室(二次予防事業) さいたま市レクリエーション協会支援事業 公民館介護予防事業 健康サポートモデル事業 	<ul style="list-style-type: none"> 高血圧予防の啓発 運動教室 口腔機能向上教室(二次予防事業) さいたま市レクリエーション協会支援事業 公民館介護予防事業 依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」 	<ul style="list-style-type: none"> 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) 介護予防普及啓発事業 禁煙外来治療に関する情報発信 さいたま市健康マイレージ ピンクリボン運動 がん対策講演会 ～もし「がん」になったらどうする？～ 		
主な成果			<ul style="list-style-type: none"> 知人と一緒に健康づくりに関する講義や体組成測定結果の説明を受けたグループの中には、生活習慣上の問題点について話し合っている人達もあり、自分たちの健康づくりについて楽しみながら前向きに考える機会となった。 行政だけでなく、事業所と協働することで、働き盛りの世代の人が、日常生活の中で健康づくりに取り組みやすくなった。 健康づくりの活動を、家族や職場の同僚、近所の人等と一緒に行うことは、コミュニケーションの活性化につながっている。 地域の関係団体や達人との協働の輪の広がりは、健康づくりの取組を通じた地域のつながりの強化に寄与していることがうかがえる。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりの教室やイベントの参加者は、健康への意識の高い人が多いため、教室開催者は広く健康づくりに進めるために、意識があまり高くない人も対象にするよう意識しているが、今後はこの意識の高い人が地縁・血縁・社縁等のネットワークの中で、その知識を広めていくことが望まれる。 間隔が月単位のように多少空いても定期的に集まり活動することで、細く長く取組を続けることに繋がっている。また、その集まりが楽しみになることで、無難なく続ける一助となっている。 教室の参加者や仲間と健康づくりの抱負や現状を話す機会は、自分の現状を整理したり、他者と同じ悩みを抱えていることに安心したり、励まされたりし、個々のモチベーションの維持に繋がっている。 民間企業と協働することで、市民の日常生活の行動範囲内で、健康づくりについてアプローチすることができた。 職域、学校、団体等が協働して健康づくりの取組を行うことで、アプローチをする場所・場面が増え、対象者の幅も広がっている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自治会や生活と密着した施設で幅広い世代の市民が健康づくりに関心を持つ機会が増え、地域のコミュニティ作りにもつながっている。 子育て中の母親が多く集う場所に向かい健康づくりに関する共催事業を行うことで、生活習慣病の予防だけではなく、母親同士の交流の機会を提供することができた。 市民が多く集まる場所や機会を増やすために、他課や民間企業と協働して新たな啓発場所を開拓することにつながり、幅広い市民への情報発信につながった。 高齢者の健康維持のため、地域のボランティアに協力してもらうことで市民の生きがいや介護予防につながることに加え、地域のコミュニティ促進の役割も担うことができた。 他機関と市が共催した事業を行った後に、他機関に引き継がれていく事業も生まれており、協働することはノウハウを蓄積する機会にもなっている。 	<ul style="list-style-type: none"> 新しく始まった一般介護予防事業の取組として、公園や小学校において、高齢者の健康維持や生きがい作りのため運動教室が行われている。この取組の効果として、地域の人々とのつながりを再構築する機会にもなっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●中間評価● 運動習慣のある男性の65歳以上および女性全体で減少している。そのため、一人でも目標を持ちながら、運動を継続できるシステムの一つとして、ウォーキングを取り入れた健康マイレージの利用を促進していく。 	<ul style="list-style-type: none"> 「地域でお互いに助け合っている」と思う市民の割合は減少している。そのため、地域コミュニティの活用を意識した健康づくりの取組を増やしていくことが必要である。 	

目標指標		目標値	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度
適正体重を維持している人の割合								
20～60歳代男性の肥満者の割合 全体		14%以下	24.1%			25.0%	↘	
40歳代			22.7%			27.9%	↘	
50歳代			28.9%			32.2%	↘	
60歳代			22.5%			25.9%	↘	
40～60歳代女性の肥満者の割合 全体			15.2%			16.4%	↘	
40歳代		13%以下	16.9%			12.8%	↗	
50歳代			14.1%			14.6%	↘	
60歳代			14.8%			20.7%	↘	
20歳代の女性のやせの人の割合		15%以下	25.2%			20.1%	↗	
全出生中の低体重児の割合		減少傾向へ	9.6%(H22)	10.2%(H24)	10.1%(H25)	9.4%(H26)	↗	9.6%(H27)
小学4年生の肥満度35%以上の割合		減少傾向へ	2.21%(H23)	1.8%(H25)	1.6%(H27)	1.5%(H28)	↗	1.7%(H29)
定期的に健康診査を受けていない人の割合								
全体		16%以下	22.6%			18.9%	↗	
(モニタリング)国民生活基礎調査		—	30.4%(H22)					
20～40歳代女性		20%以下	32.8%			23.6%	↗	
(モニタリング)国民生活基礎調査		—	41.5%(H22)					
特定健康診査の受診率		60%(H29)	34.3%(H23)	34.2%(H25)	35.1%(H26)	36.5%(H27)	↗	36.5%(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
特定保健指導の実施率		60%(H29)	33.6%(H23)	31.6%(H25)	31.1%(H26)	27.4%(H27)	↘	31.0%(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
介護保険サービスの利用者数		抑制する(H37)	29,322人(H22)	36,138人(H26.5)	38,729人(H27.5)	40,600人(H28.5)	↘	45,227人(H29.5)
脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率(人口10万対)								
脳血管疾患 男性		41.6	48.0(H22)					
女性		24.7	27.4(H22)					
虚血性心疾患 男性		31.8	54.8(H22)					
女性		13.7	21.4(H22)					
収縮期血圧の平均値(高血圧症の状況)								
男性		現状維持	131mmHg(H23)	130mmHg(H25)	130mmHg(H26)	130mmHg(H27)	↗	130mmHg(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
女性		現状維持	128mmHg(H23)	128mmHg(H25)	127mmHg(H26)	127mmHg(H28)	↗	127mmHg(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
脂質異常症の人の割合(LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合)								
男性		6.2%	10.5%(H23)	10.7%(H25)	9.3%(H26)	9.1%(H27)	↗	9.1%(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
女性		8.8%	14.8%(H23)	15.2%(H25)	12.9%(H26)	13.1%(H27)	↗	12.7%(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合(HbA1cがJDS値8.0%NGSP値8.4%)以上の人の減少)								
糖尿病治療継続者の割合		70%	58%					
(モニタリング)特定健康診査		—	41.3%(H23)	45.8%(H25)	43.3%(H26)	43.2%(H27)	↗	45.6%(H28) 出典:特定健康診査データ管理システムの法定報告対象者データ
市民					・健康に関する公開講座	・健康に関する公開講座		・健康に関する公開講座
関係団体・事業者			・会員向け定期健康診断等の実施 ・さいたま市食生活改善推進員協議会(生活習慣病予防の講義、調理実習、親子の調理実習、食育講座等) ・体成分分析器による健康チェック・血圧測定レクリエーション、健康相談、健康講座の実施 ・糖尿病勉強会	・在宅保健師等による支援事業 ・第5回市民公開講座 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・健康に関する学習会、講演会の開催 ・館内禁煙 ・血圧測定や体組成測定、血流測定の実施	・会員向け定期健康診断等の実施 ・平成27年度さいたま市成人保健事業 ・さいたま農業協同組合 ・健康診断の検査の結果の説明や生活習慣のアドバイス ・健康づくりに関するポスターの掲示	・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業 ・平成28年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり	・第6回市民公開講座 ・第5回薬物乱用防止キャンペーン ・第4回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン	・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業 ・平成28年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり
主な取組			・子育てタウンファスタ☆KITA ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 ・のびのびWalking MIA♪ (みんなで一緒に歩こう会) ・浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～ ・10年後も美しく私の食習慣～in 幼稚園～ ・Be Smart Lady ～R40ママと子どもの健康体操～	・健康ほっとステーションでの啓発(禁煙支援) 「お父さん応援プロジェクト!」 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・生活習慣病予防普及啓発事業 (NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) ・親子でトライ!!らんらん♪ランニング ・うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ ・夏休み親子 味と調理の発見教室 ・達人に学ぶおやこシリーズ	・民間企業での健康啓発事業 「北区発信!食育クイズラリー」 ・ハッピーファミリークラス (歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 ・のびのびWalking・MIA♪ (みんなで一緒に歩こう会) ・10年後も美しい私の食習慣 ～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～	・お父さん応援プロジェクト! 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信!食育クイズラリー」 ・健康チームおおみや レベルアップ講座 ・健康チームおおみや ウォーキング編 ・健康チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・ママの筋トレ講座 ・ママの元氣アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 (大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車サーキット推進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会)	・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会・呼吸一酸化炭素濃度測定 ・アラフォーからのボディレックス ～運動した!ハハママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライ!!らんらん♪ランニング ・体脂肪・筋肉量測定会 ・のびのびウォーキング ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・達人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこ」楽しく走れるコツ教えます! ③「親子でヘルシー」	・親子DE筋トレ ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ①燃焼系編 ②自分ができる!顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・いっしょに流肉改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健康チームおおみや レベルアップ講座 ・健康チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健康チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・達人に学ぶおやこシリーズ ・ママの元氣アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 (大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車サーキット推進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会)
市			・市役所体組成測定会 ・エコ飲みプロジェクト ・特定健康診査事後指導 ・のびのび健診早期受診キャンペーン	・生活習慣病重症化予防対策事業 ・CKD(慢性腎臓病)予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央 ・市役所体組成測定会	・のびのび健診早期受診キャンペーン ・知ろう!身近な生活習慣病の対策 ～高血圧を予防するためにできることは～ ・健康サポートモデル事業	・のびのび健診早期受診キャンペーン ・高血圧予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央	・生活習慣病重症化予防対策事業 ・さいたま市健康マイレージ	・さいたま市健康マイレージ
主な成果			・健診項目の充実を図ることで、自身の体の状態を知る指標が増えている。 ・子育て世代の男性を対象にした取組が増えており、メタボリックシンドロームになりやすい層に対し、予防に向けたアプローチを行うことができている。 ・市内事業所の協力を得て、健康サポートモデル事業を実施することで、働き盛り世代の市民の行動変容に寄与することができた。(参加者301名) ・保健センターの事業やイベント等で体組成測定を実施した。また、定期的な測定の機会を設けたところ、12月末現在延2,036人を測定した。	・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を進めている。 ・健康サポートモデル事業は、昨年度より多くの事業所と協働して実施しているところである。 ・マイクロモニター、体組成計、血圧計等の測定の機会は、自身の体の状態を可視化し、自らの生活習慣を振り返るきっかけとなっている。特に体組成測定は、男性の関心が高く、測定結果を見て、個人で健康づくりを意識して取り組む様子が伺え、自主的な健康づくりの推進につながっている。なお、市内にある6台の体組成計による測定人数は、12月末現在延3,468人である。	・体組成測定者に対しメンバーズカードを発行するなど、新たな仕組みを取り入れることにより、計測をきっかけにした継続性のある運動習慣の形成に役立っている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を進めている。 ・市民調査の結果によると、健(検)診の機会を有する市民は増えているが、特定健康診査においては40歳代の受診率や初回受診率が増えないことが課題となっている。 ※市内にある6台の体組成計による測定人数は、11月末現在で延3,468人である。	・体組成測定会の参加者は毎回100人程度の区もあり、市民の中にも体組成を測る意義や習慣が浸透してきている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を継続し進めている。 ●中間評価● ・本市は糖尿病の有病者及び予備群の割合が県内でも特に高く喫緊の課題となっている。また、男女ともに働き盛り世代以降において、肥満者の割合が高い。そのため、糖尿病予防につながる食生活や運動習慣などについて、動機付けや効果を得られる取組を関係課で連携して行うこと必要である。		

	目標指標	目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度			
3 歯・ 口腔の 健康	3歳児歯科健康診査でむし菌のない幼児の割合	90%	82.4%(H23)	84.5%(H25)	84.2%(H26)	86.4%(H27)	↗	87.1%(H28)			
	3歳児で2回以上のフッ化物塗布を受けている幼児の割合	増やす	52.3%(H23)	56.0%(H25)	56.1%(H26)	57.7%(H27)	↗	56.8%(H28)			
	(モニタリング) 中学1年生1人平均DMF指数	—	1.0本(H23)	0.68本(H26)	0.54本(H27)	0.59本(H28)		0.50本(H29)			
	過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合(20歳以上)	55%	23.6%			28.0%	↗				
	40歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査OPI3以上)	減らす	33.0%(H23)	34.8%(H25)	37.7%(H26)	36.6%(H27)	↘	44.2%(H28)			
	(モニタリング) 市民調査	—	18%			19.2%(H28)					
	40歳で喪失歯のない人の割合	増やす	77.5%(H23)	81.7%(H25)	82.2%(H26)	83.1%(H27)	↗	89.6%(H28)			
	(モニタリング) 市民調査	—	54.1%			73.0%(H28)					
	60歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査OPI3以上)	減らす	48.5%(H23)	49.8%(H25)	49.8%(H26)	48.4%(H27)	↗	55.5%(H28)			
	(モニタリング) 市民調査	—	16.8%			17.1%(H28)					
	60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合	増やす	75.6%(H23)	76.6%(H25)	77.5%(H26)	78.8%(H27)	↗	85.5%(H28)			
	(モニタリング) 市民調査	—	53.0%			71.9%(H28)					
	80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合	増やす	59.2%(H23)	60.9%(H25)	61.5%(H26)	65.9%(H27)	↗	73.8%(H28)			
	(モニタリング) 市民調査	—	31.9%			26.9%(H28)					
	60歳代における咀嚼良好者の割合(口腔機能の維持・向上)	80%	69.8%(H23)			69.6%	↘				
	市民				・健康に関する公開講座		・健康に関する公開講座		・健康に関する公開講座		
関係団体・事業者			・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・ブラッシングを確実に行うための支援 ・ちびっこ歯医者さん、子どものためのオーラルケアセミナー	・会員向け定期健康診断等の実施 ・歯科検診(市民向け、事業所向け)の実施 ・歯の健康相談 ・8020運動の推進	・健康に関する学習会、講演会の開催 ・フッ素塗布等の予防処置 ・介護予防教室の開催 ・歯周病と糖尿病の関係に関する啓発	・会員向け定期健康診断等の実施	・会員向け定期健康診断等の実施	・公開講座			
主な取組			・生活習慣病予防教室 女性のためのボディシェイプレッスン ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発事業(大和田公園、NACK5スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) スマイルアップ講座 うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ 夏休み親子 歯と口の発見教室 愛情弁当教室	・民間企業での健康啓発事業 「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ママの元気アップ講座 生活習慣病予防普及啓発事業(NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) のびのびWalking・MIA♪ (みんなと一緒に歩こう会) ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ 浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ ・達人に学ぶおやこシリーズ	・お父さん応援プロジェクト! 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・男の筋トレ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・年齢マイナス5歳講座 ・うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ 夏休み親子 歯と口の発見教室 生活習慣病予防普及啓発教室『家族みんなで健康教室』	・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・お父さん応援プロジェクト! 「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・男の筋トレ講座 ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会)	・呼気一酸化炭素濃度測定 ・アラフォーからのボディレッスン ・ハハとチャレンジ!ヘル歯一クッキング ・のびのびウォーキング うらわメタ防クラブ with PTA 生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 ・今から始める男の筋トレ・健口講座 ・達人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこ」楽しく走れるコツ教えます! ③「親子でヘル歯」	・親子DE筋トレ ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる!顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・ハハ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会)	・アラフォーからのボディレッスン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・インナーマッスル教室 ・健康クイズを利用した啓発活動 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・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～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・歯周病予防教室&生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなでいただきマウス』		
市			・単独子育て支援センターにおける食育の推進 ・公民館介護予防事業	・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・公民館介護予防事業	・8020歯の健康教室	・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・公民館介護予防事業		・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・公民館介護予防事業	・8020歯の健康教室	・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・公民館介護予防事業	・8020歯の健康教室 ・介護予防普及啓発事業
主な成果			・歯・口腔の健康づくりについて、食育と一体的な体験型の啓発を行うことで、生活習慣病予防としての理解を促すことができた。 ・歯・口腔の健康を総合的に推進するため、さいたま市歯科口腔保健推進計画の平成26年度末の策定に向け準備を進めている。	・歯周病予防に向けた教室はデンタルフロスの使い方を学び、今後も使用したいと考えるきっかけになっている。 ・働き盛り世代の男性が歯周病予防について学ぶ機会が少ないことが今後の課題である。 ・さいたま市歯科口腔保健推進計画を推進する初年度であり、審議会等において災害時の歯科口腔保健体制について調整しているところである。	・健康づくりの運動を中心とした教室の中にも歯科保健に関する講義や実技を取り入れ、参加者の口腔ケアの意欲が高まるなど全体的な健康づくりの意識付けもできている。 ・妊婦とそのパートナーを対象とした歯周病予防事業を実施し、妊婦だけではなく家族全員の口腔衛生の重要性について学ぶ機会となっている。 ・市民調査の結果によると、男性は歯周病予防についての関心が女性に比べて低く、普段から学ぶ機会が少ないことが課題であるため、それを視野に入れた事業が必要である。	・1歳から1歳6か月児を持つ保護者を対象に、大人と同じ献立からとりわけの離乳食と歯科保健に関する事業を実施している。その結果、家庭でも実践しやすい子どもの歯の萌出期に合わせた食事の作り方や、口腔ケアの方法の啓発につながっている。 ・地域における障害のある方に埼玉県障害者歯科相談医を身近に知ってもらうために、「障害者歯科相談医ガイドブック」を作成した。それを市内の障害者施設、歯科医師会の加入医療機関、関係課に配布した。	●中間評価● 全体的に歯・口腔の健康への意識が向上している。一方で成人男性の口腔のセルフケアの実施率は低調である。そのため、男性をターゲットとした歯・口腔のセルフケアの意識や実践が高まるような取組が必要である。				

目標指標		目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値と の比較	平成29年度		
朝食を食べている人の割合										
	20歳代男性	75%以上	53.7%			48.2%	↘			
	30歳代男性		60.7%			48.8%	↘			
	20歳代女性		66.3%			52.2%	↘			
毎日3食野菜を食べている人の割合										
	16歳未満	増える	29.1%				↗	37.50%		
	壮年期(40～60歳) 男性	30%以上	21.7%			18.9%	↘	55.3%		
	女性	30%以上	28.2%			28.4%	↘	60.5%		
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合		65%	56.5%			50.9%	55.3 ↘	79.5%		
ほとんど毎日家族と食べる子どもの割合 朝食		増える	79.9%					男性 67.2% 女性 60.5%		
夕食		増える	87.5%					男性 78.5% 女性 79.5%		
健康づくり協力店の指定店舗数		120店	12店	27店(H26.10月時点)	32店(H27.11月時点)	29店(H28.11月時点)	↘	29店(H29.10月時点)		
特定給食施設で栄養成分表示をしている割合		87%	81.9%	83.8%(平成25年度末)	83.4%(平成26年度末)	83.8%(平成27年度末)	↗	84.5%(平成28年度末)		
4 栄養・食生活	市民				・健康に関する公開講座	・健康に関する公開講座 ・栄養講座、調理実習		・健康に関する公開講座 ・公開講座 ・栄養講座、調理実習		
	関係団体・事業者			・さいたま市食生活改善推進員協議会(生活習慣病予防の講義、調理実習、親子の調理実習、食育講座等) ・助産院の家庭料理教室 ・ラジオ体操・腰痛予防体操の実施、バランス良い食事の提供 ・太極拳講座、ヘルシー料理講座の開催 ・親子クッキング、高齢者の栄養学の開催 ・ストレッチ、食養のセミナーの開催	・在宅保健師等による支援事業 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・助産院の料理教室 ・介護予防教室の開催 ・栄養成分表の掲示	・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 ・健康に関する学習会、講演会の開催 ・市民を対象とした調理実習及び講座の実施	・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 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業	・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 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業	
	主な取組			・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 ・生活習慣病予防教室 ・女性のためのボディシェイプレッスン ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・のびのびWalking MIA♪(みんなで一緒に歩こう会) ・浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～ ・10年後も美しく私の食習慣～in 幼稚園～ ・プレ更年期教室	・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 ・男の筋トレ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) ・親子deクッキング ・うらわメタ防クラブ with PTA～10年後も美しく私の食習慣～ ・夏休み親子 味と調理の発見教室 ・Be Smart Lady ～ママと子どもの健康体操～ ・生活習慣病予防普及啓発教室『家族みんなで健康教室』	・健活チームおおみや 大宮アルディージャ ・コラボ編 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・のびのびWalking・MIA♪(みんなで一緒に歩こう会) ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ・心と体の健康フェスタ～ ・生活習慣病予防普及啓発教室『プレ更年期教室』 ・達人に学ぶおやこシリーズ	・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信！食育クイズラリー」 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッスン	・～運動したババママへ～きらきら☆子ども食堂 ・ババとチャレンジ！ヘルシークッキング ・のびのびウオーキング ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・生活習慣病予防普及啓発教室「プレ更年期教室」 ・生活習慣病予防普及啓発教室「家族みんなで健康教室」 ・達人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘルシー」	・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・ハハい流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッスン ・運動したババママへ ・きらきら☆子どもキッチン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室)	・健康クイズを利用した啓発活動 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・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～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・歯周病予防教室&生活習慣病予防普及啓発教室『家族みんなでいただきマウス』 ・達人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこの達人」～楽しく走れるコツ教えます！～ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ ・健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ
	区				・単独型子育て支援センターにおける食育の推進	・単独型子育て支援センターにおける食育の推進 ・公民館介護予防事業	・公民館介護予防事業		・介護予防普及啓発事業 ・公民館介護予防事業	
市				・単独型子育て支援センターにおける食育の推進	・公民館介護予防事業	・公民館介護予防事業		・介護予防普及啓発事業 ・公民館介護予防事業		
主な成果				・親子を対象とした食育の取組の中には、今後食行動において、自分で選択する場面が増えると考えられる年齢層の子どもを対象にしているものもあり、若いときから自分で健康的な生活習慣を選択できるような内容としている。 ・昨年度と同様に、幼稚園やPTA、農家や飲食店、地元の大型商店など協働の輪が広がることで、食の大切さの再確認や家庭での実践へつながるとともに、地域への愛着を醸成することにもつながった。	・味つけや彩り等五感を通して学ぶことは、今後の実践についてイメージを描きやすくしている。また、自分で調理することは実践への自信に繋がっている。 ・女性のライフステージに合わせたアプローチは、生活習慣病予防に加え、年齢とともに女性に起こり得る現象について学ぶ機会となっており、食育が子どもだけでなく、大人になってからも必要である様子が改めて確認できた。 ・市民が日常生活の中で利用する商業施設等において啓発することにより、施設を利用する若い世代やサラリーマン等朝食の欠食率が比較的高い層にも働きかけができた。 ・親子を対象とした食育は、クイズ形式や体験型等楽しみながら、子どもにも理解しやすい形で学ぶ機会となっている。	・調理実習は生活習慣病の予防に役立つ実践方法について学ぶ機会となることに加え、その地域の特産物について学ぶ機会となり幅広い世代の食育の機会となっている。 ・会食を通して高齢者の介護予防や地域とのつながりを作るための役割も担っている。 ・毎年開催している民間企業において開催している食に関するイベントでは、テーマに変化をつけ、幅広い年代に向けた情報発信ができています。 ・市民調査の結果によると、すべての年代・性別において朝食を食べていない人の割合が増加したため、朝食を食べる大切さをより一層啓発することが必要である。	・市民調査の結果によると、80歳以上の女性の「やせ」が12.7%(H24)→19.2%(H28)と増加している。 ・新しく始まった一般介護予防事業の取組として、今年度から公民館等で、低栄養とフレイル等の予防について学ぶ教室が設けられ、介護予防に寄与することが期待されている。 ・「毎年10月は朝ごはんを食べよう強化月間」に合わせて、「朝ごはんにオススメのレシピ～学校給食より～」を載せたリーフレットを作成・配布した。 ●中間評価● 働き盛り世代の朝食の欠食者が増加しているため、関係団体、各種団体、食品関連事業者等と多様な連携・協働を図る必要がある。			

目標指標		目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度			
1日1時間以上歩く人の割合											
男性		44%	34.0%			35.1%	↗				
女性		38%	29.0%			29.3%	↗				
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を認知している市民の割合		80%	16.4%			36.4%	↗				
週1回以上のスポーツ実施率(小学5年生)		93%(H32)	86.8%(H22)	88.5%	85.5%(H27)	85.7%	↘	85.3%(H29)			
運動習慣のある人の割合											
男性		41%	31.0%			31.9%	↗				
女性		35%	25.6%			24.8%	↘				
20～64歳代男性		32%	21.8%			24.5%	↘				
20～64歳代女性		30%	19.9%			18.8%	↘				
65歳以上男性		48%	38.1%			31.0%	↘				
65歳以上女性		43%	32.9%			31.1%	↘				
(モニタリング)さいたま市のスポーツに関する公共施設(体育館、プールなど)をこの1年間利用したことはない人の割合	大幅な減少		55.4%								
(モニタリング)さいたま市のスポーツに関する公共施設(体育館、プールなど)の利用時の評価で、悪いと感じた人の割合	減少		5.1%								
(モニタリング)運動をしていない理由安全にウォーキングやジョギングなどのできる歩道かや公園が整備されていないから	—		5.3%			6.20%	↗				
(モニタリング)運動をしていない理由誰でも気軽に利用できる運動施設が近くにないから	—		11.7%			13.10%	↗				
市民				・元氣塾、みちくさくらぶ ・健康に関する公開講座 ・グランドゴルフ大会、ウォーキング ・桜区チャレンジワーク支援、新スポーツ支援	・グランドゴルフ大会 ・スポーツ吹き矢体験 (腹式呼吸による健康づくり)	・ウォーキング ・ダンス教室の開催	・体操指導、体力測定 ・健康に関する公開講座 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング	・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ	・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ		
関係団体・事業者				・第13回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・さいたま市農業協同組合(健(検)診・人間ドック受診費用助成、グランドゴルフ大会、ゲートボール大会等) ・健康、スポーツ障害予防等の講演、活動 ・夏休み親子で楽しいビザ作り・シルバークラス ・体力測定の実施 ・マタニティヨーガ、産後のヨーガ ・介護予防教室の開催 ・ストレッチ、食養のセミナーの開催 ・テニススクールの開催	・さいたま市レクリエーション普及事業 ・在宅保健師等による支援事業 ・さいたま市農業協同組合 ・自力整体 ・夏休み親子で楽しいビザ作り・シルバークラス ・マタニティヨーガ、産後のヨーガ ・介護予防教室の開催	・第14回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・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 ・ちちぶお茶のみ体操指導と体力測定 ・職員の間接利用促進 ・ピンポン広場、キッズ・ダンス等の開催	・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・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 ・在宅保健師等による支援事業 ・JAの機能を活かした健康づくり	・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)	・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・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 ・在宅保健師等による支援事業 ・JAの機能を活かした健康づくり
主な取組				・西区 のびのび ウォーキング ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・ハッピーファミリークラス(前周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アロマヨガ入門 ・うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ ・浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～ ・10年後も美しく私の食習慣～in 幼稚園～ ・Be Smart Lady ～R40ママと子どもの健康体操～ ・すっきり快腸で若返り 運動・栄養講座 ・連人に学ぶ親子シリーズ(「パパとかけっこ教室」運動会めざせ1等!、「手作りおやつ教室」親子でおいしいスイーツを作ろう、「おもしろ自由研究室」夏休み親子でお口の謎にせまろう!、「おいしい岩槻再発見!」ふっくらつやつやお米編)	・親子ランニングセミナー ・お父さん応援プロジェクト! ・「ハハ流100日肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～」 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業 (NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) ・燃焼ボクササイズ ・のびのびWalking・MIA♪ (みんなで一緒に歩こう会) ・10年後も美しい私の食習慣 ～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ ・生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなで健康教室』 ・連人に学ぶおやこシリーズ	・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・民間企業での健康啓発事業 ・ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業 (NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) ・燃焼ボクササイズ ・のびのびWalking・MIA♪ (みんなで一緒に歩こう会) ・10年後も美しい私の食習慣 ～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ ・生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなで健康教室』 ・連人に学ぶおやこシリーズ	・親子ランニングセミナー ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・「健康づくり階段クイズ」 ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・お父さん応援プロジェクト! ・「ハハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・のびのびウォーキング ・生活習慣病予防普及啓発教室 ・「プレ更年期教室」 ・生活習慣病予防普及啓発教室 「背筋伸ばして代謝アップ ポディメイクエクササイズ」 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・「家族みんなで健康教室」 ・連人に学ぶおやこシリーズ (前周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会	・アラフォーからのボディレッシン ・運動したハバママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライ!!ららん トランニング ・アロマストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・体の筋トレ教室 ・お父さん応援プロジェクト! ・のびのびウォーキング ・生活習慣病予防普及啓発教室 「背筋伸ばして代謝アップ ポディメイクエクササイズ」 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・「家族みんなで健康教室」 ・連人に学ぶおやこシリーズ (前周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッシン ・運動したハバママへ	・親子DE筋トレ ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる!筋・骨盤歪み改善ストレッチ ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信!なるほど健康クイズラリー」 ・ハハ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『OMIYAおやこ食育教室』 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス (前周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 (大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッシン ・運動したハバママへ	きらきら☆子どもキッチン ・親子でトライ!!ららん トランニング ・インニャーマッスル教室 ・美脚トレーニング ・浦和区 秋の健康ウォーキング教室 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・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～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『ママとキッズの運動教室』 (ハバも参加可) ・生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなで健康教室』 ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこ連人」～楽しく走れるコツ教えます!～ ②「ごはんの連人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ ・健康づくり応援教室 ① やさいヨガ ② テイクスヨガ	
市				・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・健康サポートモデル事業	・うんどう教室 ・市役所体組成測定会	・運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業	・公民館介護予防事業 ・さいたま市健康マイレージ	・運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・さいたま市健康マイレージ	・運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・さいたま市健康マイレージ		
主な成果				・歩数や体組成のデータを見て、日常生活における身体活動量の増加を意識するようになった人がみられていることから、体の状態を可視化することは行動変容に一定の効果があることが示唆された。 ・体組成のデータは、年代を問わず、それぞれの運動器の状態に応じた読み取りができ、自身の日常生活の体の使い方について振り返るきっかけとなっている。 ・市内の環境を活かしたウォーキングのイベントは、身近な地域の良さを改めて感じながら運動することができるため好評である。	・健康づくりに関する教室やイベントには、働き盛り世代の男性の参加が少ない現状であるが、30歳代から60歳代までの男性を対象とした教室の参加者によると、腹囲が増えていることや体力の低下、運動不足等自身の体の変化や健康について意識している人も多かったことから、引き続き運動習慣の獲得に向けたアプローチは必要である。 ・教室参加者の連続した登録を避けることで、新たな対象者にアプローチすることができた。 ・公園等で教室を開催することで、取組に関心をもちつづ人がおり、市民の身近な環境で健康づくりに取り組むことができることを示すことができた。 ・歩数をランニング化されることで、日常生活における歩数を意識的に増やす市民がみられた。	・事業の開催日を日曜日に設定することで、今まで参加できなかった父親が事業に参加しやすくなり、市の保健事業を知ってもらう機会を増やすことができた。 ・市民調査の結果によると、運動習慣がある女性の割合は男性より低いいため、今後幅広い年代の女性を対象とした運動習慣に関する事業を継続して実施する必要がある。 ・継続した運動習慣を身に付けることを目標としているが、開催している事業以外で取り組める場(自主グループ)作りが課題であるため、今後は教室終了後の市民が運動習慣を継続するためのシステムとして、「さいたま市健康マイレージ」を活用していくことが必要である。	・教室参加者のOB向けの事業を実施することで、長期的な目標設定や仲間づくりのきっかけとなっている。今後は、教室の終了後も参加者が自主的に集まって運動を続けていくため、自主グループ化を支援することが必要である。 ●中間評価● ・男女全体で肥満者が増加している。そのため、体重計に乗る習慣を身につけ、体重を健康状態のパロメーターとする啓発が必要。また、自身の健康に目を向けるためのきっかけとして体組成測定の機会をより身近な場所で継続していく必要がある。 ・健康を維持し自立した生活を送るために、市民が身近で取り組みやすいウォーキングを中心とした運動習慣の定着を図ることが重要				

目標指標		目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度	
睡眠により休養を十分とれない人の割合	全体	18%以下	23.9%			27.1%	↘		
	10～40歳代男性	28%以下	31.6%			36.6%	↘		
	10～40歳代女性	28%以下	32.7%			32.9%	↘		
	睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合	15%以下	25.4%			24.9%	↗		
	ストレスが解消できていない人の割合	25%以下	30.8%			29.3%	↗		
	身近に相談相手のいない人の割合	10%以下	14.1%			14.4%	↘		
	生きがいを持っている人の割合	85%以上	66.6%			63.2%	↘		
	何らかの地域活動をしている高齢者の割合	増やす	48.5%						
	居住地域でお互いに助け合っていると思う市民の割合の増加(地域のつながりの強化)	60%	42.3%			39.8%	↘		
	自殺者数(人口10万対)	減らす	21.7人(H23)	20.7人(H25)	17.2人(H26)	16.4人(H27)	↗		
6 休養・こころの健康 主な取組	市民		・定期的散歩会、レクリエーションの実施	・グランドゴルフ大会 ・スポーツ吹き矢体験 (腹式呼吸による健康づくり)	・ウォーキング ・カラオケ大会の実施 ・ダンス教室の開催	・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・体操指導、体力測定 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング	・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・高齢者の見守り活動	・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・体操指導、体力測定 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング	
	関係団体・事業者		・第13回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・自然農法の大豆を使った手前味噌づくり、小学校「茶道体験」、中学校「書道体験」 ・レクリエーション、健康相談、健康講座の実施 ・ニュースポーツ多世帯交流、キッズダンス	・さいたま市レクリエーション普及事業 ・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 ・マタニティヨガ、産後のヨガ ・更年期障害に対する加療 ・ピンポン広場、キッズ・ダンス等の開催	・第14回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・会員向け定期健康診断等の実施 ・赤ちゃんの育て方教室 ・出産準備教室 ・商店街のイベントに合わせたアロマ教室の開催	・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・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 ・会員向け定期健康診断等の実施	・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)	
	区		・西区 のびのび ウォーキング ・ママの元気アップ講座 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～	・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～	・健活チームおおみや ウォーキング編 ・親子でトライ!!らんらん トランニング	・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャロボ編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室)	・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・アロマストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会	・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる!顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャロボ編 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座	・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・インニャーマッスル教室 ・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～ ・生活習慣病予防普及啓発教室 『ママとキッズの運動教室』(パパも参加可) ・生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんな健康教室』
	市		・さいたま市レクリエーションフェスティバル ・こころの健康セミナー ・公民館介護予防事業	・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業	・こころの健康セミナー ・運動教室	・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業	・こころの健康セミナー ・運動教室	・こころの健康セミナー ・産業保健と連携した講演会 ・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」 ・運動教室	・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業
主な成果		・楽しみながら取り組むことができる内容にすることで、ストレス解消につながっていると考えられる。 ・睡眠のとり方やリラックス法など、すぐにも取り組むことができる内容であることが、休養の促進につながるため、今後も普及が必要である。	・活動を楽しむことで、続けたいという思いにつながり、続けることでさらに生きがいに繋がっていると考えられる。このため、活動の楽しさを広く伝える取組を行っている団体が多く、市民の選択の幅を広げている。 ・平成27年12月よりストレス・チェックが義務化され、今後ますます個々のストレス解消及びメンタルヘルス不調を未然に防ぐ職場環境づくりが重要となる。	・市民調査の結果によると、睡眠により休養を十分に取れていない人の割合が増加しており、睡眠に関する正しい普及啓発が必要である。 ・地域で助け合っていると感じている市民の割合が減少しており、地域の人々とのつながりが意識できる機会を提供することも重要となってくる。 ・昨年事業所にストレスチェックが義務化されたことにより、メンタルヘルスに対し、個人の関心も高くなってきており、ストレス対策に関する情報発信が求められている。	・市民調査の結果によると、睡眠時間が6時間未満の割合は男性の30～40歳代および女性の50歳代が高くなっている、これは常勤就労者や非常勤就労者の増加や、共働き率の上昇が一因だと考えられる。 ・市民調査の結果によると、身近に相談相手がいる人の割合は減少している。そのため、平成29年3月に第2次さいたま市自殺対策推進計画の策定と合わせ、多様な相談先をまとめた「さいたま市の相談窓口一覧」を作成し、市民が目にするような窓口を設置した。さらに、若年層の自殺対策の一環として、普及啓発ノートを作成し、市内の市立中学校の3年生に配布した。 ●中間評価● 睡眠による休養が「とれていない」人の増加が課題となったため、若者、働き盛り世代、壮年期女性に向け、睡眠の重要性について啓発する必要がある。				

目標指標	目標値	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度	
COPDを知っている人の割合	80%	41.7%			44.7%	↗		
受動喫煙の機会を有する人の割合								
行政機関	0%	2.3%			1.5%	↗		
医療機関	0%	1.2%			1.4%	↘		
職場	受動喫煙のない職場の実現	20.5%			18.7%	↗		
家庭	3%	17.6%			13.9%	↗		
飲食店	15%	36.8%			34.6%	↗		
学校	小学校・中学校・高校は0% それ以外は受動喫煙のない環境	2.7%			2.0%	↗		
遊技場	減らす	11.5%			9.6%	↗		
成人の喫煙率(喫煙をやめたい人がやめる)								
成人男性	18%	24.8%			23.2%	↗		
成人女性	5%	9.3%			5.9%	↗		
未成年者の喫煙率	なくす	1.5%			1.0%	↗		
市民					・郵便局や院内の全面禁煙		・店内禁煙 ・禁煙の呼びかけ	
関係団体・事業者		・敷地内禁煙ノ館内禁煙の周知 ・太極拳講座、ヘルシー料理講座の開催		・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 ・館内禁煙		・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	・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 ・郵便局や院内の全面禁煙	
区		・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」		・親子ランニングセミナー ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～ ・健康ほっとステーションでの啓発(禁煙支援) ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 ・禁煙相談		・親子ランニングセミナー ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 ・「健康ほっとステーション」での啓発 ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・～運動したハバママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・体脂肪・筋肉量測定会 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR		・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・「健康ほっとステーション」での啓発 ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・～運動したハバママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・体脂肪・筋肉量測定会 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・美脚トレーニング ・健康クイズを利用した啓発活動 ・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～ ・体組成測定会
市				・市役所体組成測定会		・禁煙外来治療に関する情報発信	・禁煙外来治療に関する情報発信	
主な成果		・親子で参加する取組の中で、喫煙による体への影響や受動喫煙の害について情報提供することで、喫煙について家族のために見直そうと考えるきっかけをつくることできた。 ・マイクロCOモニターで呼気中の一酸化炭素濃度を可視化したり、禁煙治療外来適応の基準についての情報提供を行ったりすることは、禁煙希望者が行動変容を起こすきっかけづくりの一つであるが、特定保健指導対象者であってもなかなか本人の禁煙希望がなく、アプローチが難しい状況である。	・スモーカーライザーやマイクロCOモニター等で一酸化炭素濃度を可視化することで、対象者は自分の状態を踏まえた上で禁煙を勧められている理由を理解することができた。 ・家庭における受動喫煙を防止する取組の中でも、特に妊婦と生まれてくる子どもが受動喫煙の害を受けないよう母子健康手帳配布時のタイミングを利用して、禁煙の啓発を行う区もあった。 ・九都県市受動喫煙防止対策共同キャンペーンの標語を「吸わない人に吸わせていませんか？あなたの煙を」に変更し、妊婦や子どもへの受動喫煙の防止をイメージしたイラストのポスターを作成し、市内公共施設を中心に掲示し、受動喫煙防止に向けた啓発を行った。	・市民調査の結果によると、成人全体の喫煙率は低下しているが、引き続き30～50代の喫煙率は他の世代に比べて高いため、引き続き働き盛り世代に向けた禁煙に関する情報発信を続けていく必要がある。 ・「禁煙」だけではなく、イベントで呼び込み用の肺活量測定を用いたことで大勢の来場者に健康づくりのブースに足を止めてもらうことができた。 ・受動喫煙防止対策が強化される予定であるため、禁煙をしたい人が禁煙に関する情報を得るために、禁煙外来に関する情報をホームページおよびパンフレットで得られるようにした。 ・受動喫煙に関する意識が市民にも広がっており、生活と密着した施設(病院、郵便局等)でも全面禁煙の動きが広がっている。	・健康まつりや民間企業と共同で開催するイベントにおいて、喫煙者には呼気中に含まれる一酸化炭素濃度の測定や、禁煙や受動喫煙に関する情報発信を行っている。その結果、禁煙に取組む意思の段階に応じた情報提供につながっている。 ・昨年度に作成した禁煙外来リストは、医療機関や関係課に計500部を追加で配布した。 ・飲食店向けに、厚生労働省が実施している受動喫煙防止対策助成金(受動喫煙防止のための施設設備の整備に対する助成)などの受動喫煙対策を啓発するリーフレットを作成予定。 ・市民調査の結果によると、毎日飲酒する人は喫煙者もしくは禁煙した人が多い傾向がみられた。 ●中間評価● ・飲食店における受動喫煙の機会は減少しているものの、減少幅は鈍化しているため、受動喫煙の機会が多い飲食店や職場、遊技場での対策が必要。			

7
喫煙
主な取組

目標指標		目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成26年度	平成27年度	平成28年度	ベースライン値との比較	平成29年度
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合(1日当たりの純アルコール摂取量 男性60g/3合以上 女性20g/1合以上)								
成人男性	2.8%以下	4.9%				6.3%	↘	
成人女性	6.4%以下	19.7%				18.7%	↘	
40歳代男性	4.6%以下	8.8%				7.9%	↗	
50歳代男性	5.8%以下	10.0%				7.8%	↗	
20～30歳代女性	0.2%以下	4.6%				2.2%	↗	
未成年者の飲酒の割合	なくす	12.3%				8.0%	↗	
市民								
関係団体・事業者						・第5回薬物乱用防止キャンペーン		・第5回薬物乱用防止キャンペーン ・公開講座
区				・浦和区健康まつり～心と体の健康フェスタ～	・親子ランニングセミナー ・生活習慣病予防普及啓発事業 (NACK5大宮スタジアム、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室) ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・お父さん応援プロジェクト！ 「パパ流100日肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～」 ・うらわメタ防クラブ with PTA ～10年後も美しく私の食習慣～ ・浦和区健康まつり ～心と体の健康フェスタ～	・親子ランニングセミナー ・お父さん応援プロジェクト！ 「パパ流100日肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～」 ・男の筋トレ教室		・パパ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・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～
市				・特定健康診査事後指導	・HAPPYプログラム ・市役所体組成測定会	・こころの健康セミナー	・アルコール関連問題についての啓発パンフレット ・産業保健と連携した講演会	・アルコール関連問題についての啓発パンフレット ・産業保健と連携した講演会
主な取組								
8 飲酒								
主な成果				・個別プログラムとポピュレーションアプローチによる啓発の両方を実施することで、必要な人がお酒について相談できる機関の存在を周知することができたとともに、既にアルコール問題を抱えている市民が飲酒量を減らすきっかけをつくることもできた。	・全国健康保険協会(協会けんぽ)埼玉支部と協働し、40歳から74歳までの協会けんぽとさいたま市国民健康保険の健診及び問診データを合わせ、さらに埼玉県国民健康保険団体連合会と三者で現状の情報交換及び課題の共有を行った。(現在、市民に結果を公表できるよう準備中。) ・上記データにおいて、40歳代、50歳代の男性の1日あたりの飲酒量が多かったため、働き盛り世代の男性への適正飲酒に関するアプローチを行うことが、引き続き必要である。 ・親子を対象とした教室のような働き盛り世代の男性が参加する場において、適正飲酒について啓発することができた。 ・個別プログラムにより減酒を図ることができており、今後も引き続き対象者が希望時に実施することが望まれる。	・市民調査の結果によると、20～30歳代、60歳～70歳代の男性の飲酒量が増加しているため、成人になった早期から飲酒と健康に関する情報を提供していく必要がある。 ・男性限定や親子対象の事業において、自分の飲酒量について振り返る機会を設けることで、適正飲酒の啓発につながった。	・アルコール問題を抱える市民に対し、適正飲酒や相談先等を啓発するために、啓発パンフレットを作成し、関係機関に配布した。 ・図書館においてアルコール問題に関する情報提供のコーナーを設け、啓発を行っている。 ・勤労者向けの会報誌に、飲酒に関する記事を寄稿し、働き盛り世代に適正飲酒に関する啓発を行った。 ・市民調査の結果によると、睡眠導入のための飲酒を毎日している人の割合は男性の50～80歳代で高くなっている。 ●中間評価● ・「毎日飲酒する人」や「未成年者の飲酒」は減少したが、女性の飲酒者が増加傾向にあるため、女性・高齢者など、ライフサイクルにあわせた飲酒による問題に関する情報提供が必要である。	

さいたま市ヘルスプラン21(第2次)目標指標となる数値の推移

*平成34年度の本市の目標値

	目標指標	目標値*	ベースライン値 (平成24年度)	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	回答担当課	
1 がんの 予防	各種がん検診受診率	肺がん検診	40%(H28)	26.5%(H23)	34.3%(H24)	33.6%(H25)	33.8%(H26)	34.3%(H27)	32.9%(H28)	地域保健支援課
		大腸がん検診	40%(H28)	23.7%(H23)	31.5%(H24)	30.9%(H25)	31.1%(H26)	32.0%(H27)	29.6%(H28)	
		胃がん検診	40%(H28)	20.4%(H23)	24.2%(H24)	23.8%(H25)	23.9%(H26)	24.5%(H27)	23.4%(H28)	
		乳がん検診	50%(H28)	17.3%(H23)	22.2%(H24)	22.3%(H25)	23.6%(H26)	25.8%(H27)	23.6%(H28)	
		子宮がん検診	50%(H28)	21.9%(H23)	30.4%(H24)	30.4%(H25)	30.3%(H26)	30.7%(H27)	30.6%(H28)	
	各種がん検診精密 検査受診者の割合	肺がん検診	90%(H28)	74.3%(H22)	72.9%(H23)	77.1%(H24)	77.5%(H25)	78.0%(H26)	79.6%(H27)	
		大腸がん検診	90%(H28)	64.5%(H22)	62.6%(H23)	67.8%(H24)	68.4%(H25)	68.6%(H26)	69.2%(H27)	
		胃がん検診	90%(H28)	75.2%(H22)	75.7%(H23)	81.0%(H24)	76.8%(H25)	79.9%(H26)	80.2%(H27)	
		乳がん検診	90%(H28)	91.4%(H22)	84.3%(H23)	92.2%(H24)	89.4%(H25)	91.8%(H26)	90.9%(H27)	
		子宮がん検診*維持	90%(H28)	72.0%(H22)	56.1%(H23)	78.3%(H24)	73.2%(H25)	79.1%(H26)	81.5%(H27)	
2 循環器疾 患・糖尿 病の予防	全出生中の低体重児の割合	減少傾向へ	9.6%(H22)	9.9%(H23)	10.2%(H24)	10.1%(H25)	9.4%(H26)	9.6%(H27)	健康増進課	
	小学4年生の肥満度35%以上の割合	減少傾向へ	2.21%(H23)	2.3%(H24)	1.8%(H25)	1.6%(H27)	1.5%(H28)	1.7%(H29)	健康教育課	
	特定健康診査の受診率	60%(H29)	34.3%(H23)	33.4%(H24)	34.2%(H25)	35.1%(H26)	36.5%(H27)	36.5%(H28)※	国民健康保険課	
	特定保健指導の実施率	60%(H29)	33.6%(H23)	32.9%(H24)	31.6%(H25)	31.1%(H26)	27.4%(H27)	31.0%(H28)※		
	介護保険サービスの利用者数	抑制する(H37)	29,322人(H22.5)	33,789人(H25.5)	36,138人(H26.5)	38,729人(H27.5)	40,600人(H28.5)	45,227人(H29.5)	介護保険課	
	収縮期血圧の平均 値(高血圧症の状 況)	男性	現状維持	131mmHg(H23)	130mmHg(H24)	130mmHg(H25)	130mmHg(H26)	130mmHg(H27)	130mmHg(H28)※	国民健康保険課
		女性	現状維持	128mmHg(H23)	127mmHg(H24)	128mmHg(H25)	127mmHg(H26)	127mmHg(H27)	127mmHg(H28)※	
	脂質異常症の人の 割合(LDLコレステ ロール160mg/dl以 上の人の割合)	男性	6.2%	10.5%(H23)	9.7%(H24)	10.7%(H25)	9.3%(H26)	9.1%(H27)	9.1%(H28)※	国民健康保険課
		女性	8.8%	14.8%(H23)	13.6%(H24)	15.2%(H25)	12.9%(H26)	13.1%(H27)	12.7%(H28)※	
	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合 (HbA1cがJDS値8.0%(NGSP値8.4%)以上の人の減少)	1.0%	1.2%(H23)	1.1%(H24)	1.1%(H25)	1.1%(H26)	1.0%(H27)	1.0%(H28)※		
糖尿病治療継続者 の割合	(モニタリング)特定健康診査	—	41.3%(H23)	44%(H24)	45.8%(H25)	43.3%(H26)	43.2%(H27)	45.6%(H28)※		
3 歯・口腔 の健康	3歳児歯科健康診査でむし歯のない幼児の割合	90%	82.4%(H23)	83.4%(H24)	84.5%(H25)	84.4%(H26)	86.4%(H27)	87.1%(H28)	地域保健支援課	
	3歳児で2回以上のフッ化物塗布を受けている幼児の割合	増やす	52.3%(H23)	53.9%(H24)	56.8%(H25)	56.1%(H26)	57.7%(H27)	56.8%(H28)		
	(モニタリング)中学1年生1人平均DMF指数	—	1.0本(H23)	0.81本(H24)	0.68本(H26)	0.54本(H27)	0.59本(H28)	0.50本(H29)	健康教育課	
	40歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査CPI3以上)	減らす	33.0%(H23)	32.4%(H24)	34.8%(H25)	37.7%(H26)	36.6%(H27)	44.2%(H28)	地域保健支援課	
	40歳で喪失歯のない人の割合	増やす	83.1%(H23)	88.2%(H24)	86.5%(H25)	88.1%(H26)	87.8%(H27)	89.6%(H28)		
	60歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査CPI3以上)	減らす	48.5%(H23)	48.1%(H24)	49.8%(H25)	49.6%(H26)	48.4%(H27)	55.5%(H28)		
	60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合	増やす	75.6%(H23)	87.6%(H24)	81.0%(H25)	87.5%(H26)	87.2%(H27)	85.5%(H28)		
80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合	増やす	59.2%(H23)	68.6%(H24)	69.8%(H25)	70.1%(H26)	75.1%(H27)	73.8%(H28)			
4 栄養・食 生活	健康づくり協力店の指定店舗数	120店	12店	21店 (H26.2月時点)	27店 (H26.10月時点)	32店 (H27.11月時点)	29店 (H28.11月時 点)	29店 (H29.10月時 点)	地域保健支援課	
	特定給食施設で栄養成分表示をしている割合	87%	81.9%	83.8% (平成25年度 末)	83.8% (平成25年度 末)	83.4% (平成26年度 末)	83.8% (平成27年度 末)	84.5% (平成28年度 末)		
5 身体活 動・運動	週1回以上のスポーツ実施率(小学5年生) ※平成22年度～平成25年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」設問より算出。平成26年度～「さいたま市学習状況調査『生活や学習に関する調査』」設問より算出。	93%(H32)	86.8%(H22)	84.1%	88.5%	85.5%	85.7%	85.3%	指導1課	
6 休養・こ ころの健康	自殺者数(人口10万対)	減らす	21.7人(H23)	20.6人(H24)	20.7人(H25)	17.2人(H26)	16.4人(H27)	16.5人(H28)	健康増進課	

※出典: 特定健診データ管理システムの法定報告対象者データ