


事業名	重点目標												4 1日3食バランスのとれた食生活の推進				
高校生の食事	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																	
高校生に自分の食生活を見直してもらい、一日三食規則正しい食事の重要性を理解することを目標とした。																	
			三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって			まごころに感謝		食文化や地の物				
			(重 点 朝 食)	食 生 活	バ ラ ン ス	(重 点 共 食)	行 儀 作 法	食 の 安 全	食 品 表 示	食 料 備 蓄	あ い さ つ	感 謝 ・ 環 境	資 源	農 林 漁 業	郷 土 料 理	行 事 食	(重 点 協 働)
			○	○													○
事業の対象者							単年度事業・継続事業										
高校生							継続事業										
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																	
埼玉県立高等学校																	
取組の内容																	
高校の「栄養」の授業内で講義を実施した。 家庭科の教科書の記載内容に連動しながら新しい情報を取り入れ、一日三回規則正しい食事の重要性を強調した。																	
新型コロナウイルス感染症の影響																	
なし																	
取組の成果																	
過去に対象となる高校生の食生活調査を実施しており、その結果を紹介することで、より一層興味をもって聞いてもらえた。																	

事業名		重点目標		分野別の目標	4 1日3食バランスのとれた食生活の推進									
生涯学習公開講座		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												
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												
身近な食育実践について興味を持ってもらう														
三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって		まごころに感謝		食文化や地の物					
(重朝 点食)	食生活	バ ラ ン ス	(重共 点食)		行儀 作法	食 の 安 全	食 品 表 示	食 料 備 蓄	あ い さ つ	感 謝 ・ 環 境	資 源	農 林 漁 業	郷 土 料 理	行 事 食 ・ (重協 点働)
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
事業の対象者				単年度事業・継続事業										
地域住民、食育に興味を持つ方				継続事業										
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体														
人間総合科学大学														
取組の内容														
生涯学習公開講座のひとつとして、身近な食育の実践について理解を促すためにテーマとして設定した。本講座は大学YouTubeにて期間限定公開にて実施した。														
新型コロナウイルス感染症の影響														
なし														
取組の成果														
地域で食育に興味を持つ方から問い合わせがあった。														

事業名	重点目標	4 1日3食バランスのとれた食生活の推進														
「離乳食について」「食物アレルギーについて」ハイブリット形式での講習会の開催	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														
	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	・保育所において正しい離乳食の進め方について学ぶ。 ・食具の正しい選び方や、一日3食しっかり食すること、朝食の重要性について学び、保護者支援へも繋げていく。 ・食物アレルギーについての正しい知識を習得し、個々に合わせて対応を行い、保護者支援へも繋げていく。	三食しっかり			いっしょに楽しく	確かな目をもって	まごころに感謝	食文化や地の物								
		(重点) 朝食 ○	食生活 ○	バランス ○	(重点) 共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食
事業の対象者	単年度事業・継続事業															
さいたま市認可保育所 栄養士・調理師・保育士 等	継続事業															
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																
さいたま市保育課																
取組の内容																
ハイブリット形式で開催。 (現地参加者は「子ども家庭総合センター」、オンラインでの参加者は施設においてZoomで参加する。) ※開催時間は各施設の職員が参加しやすい午後2時00分から午後4時30分までとした。																
																
あり: 新型コロナウイルスの感染拡大により調理講習会が開催できない状況が続いています。																
取組の成果																
・コロナ禍が3年目となり、ハイブリット形式での講習会を開催している。学びたいと思う職員が多く、いずれの講習会へも多くの方にご参加いただくことができた。さいたま市保育課との共同開催も非常に有難い。 ・幼少期における食事の在り方が後の食生活に大きな影響を与えるため、「食事は楽しく食べる」「一日3食しっかり食べる」「朝食の重要性」について、保護者への支援も欠かせない。様々なご家庭に合わせた支援方法で行うことができた。 ・新型コロナウイルスの感染拡大が収束した際は、地場産物を使い、伝統食や行事食の調理講習会を開催したい。																

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																		
みんなのスポーツ・健康フェア	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																		
			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																		
健康づくりに自ら取り組む住民を増やして元気な地域にすることを旨う		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消																			
			三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって		まごころに感謝		食文化や地の物									
			(重点)	朝食	食生活	バランス	(重点)	共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点)	協働
					○	○															○
事業の対象者											単年度事業・継続事業										
主に市内在住の子どもから高齢者まで											継続事業										
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																					
浦和駒場体育館、浦和区スポーツ振興会、浦和東部地区元気アップネットワーク、NPO親子体操連盟、駒場ソフトバレー、日本空手協会東浦和支部、さいたま市ディスコン協会ディスコンさいたま、NPO法人Remind、福岡整形外科、さいたま市トランポリン協会、よこかわ出張専門治療いきいきリハビリサロン旭ヶ丘、埼玉県年金委員会、埼玉T.Wings(ブラインドサッカークラブ)																					
取組の内容																					
日時:令和4年8月28日 10時~17時 (令和5年1月15日にも今年度第2回目を開催)																					
場所:浦和駒場体育館																					
内容:																					
1)測定会 身長・体組成・握力・立ち座り・5m歩行・片足立ち・前屈(柔軟性)																					
2)相談会 健康(運動やライフスタイル)/健康運動指導士が対応																					
栄養・食事/管理栄養士が対応																					
お薬/薬局の薬剤師が対応																					
口腔ケア/保健士等が対応																					
怪我や体力低下、産後からのリハビリ/理学療法士等が対応																					
年金/年金相談員が対応																					
3)スポーツ体験																					
ブラインドサッカー、ウォーキングサッカー、親子大運動会、トランポリン、ソフトバレー																					
スポンジテニス、スポーツ鬼ごっこ、ディスコン、ポッチャ、空手、けん玉																					
健康体操、マッサージ、ヨガ、ピラティス、新体操 など																					
その他																					
・スタンプラリー:地域の事業者などからいただいた景品を揃えてスタンプラリーを取り入れ複数体験を促進																					
・広報:駒場体育館を中心に約2万世帯にチラシをポスティング																					
新型コロナウイルス感染症の影響																					
コロナ前に実施していた時に比べて高齢者の参加割合が減少(必ずしもコロナの影響かは不明)																					
取組の成果																					
2017年度に開始した事業であるが、毎年測定会に参加してくださる方もおり、運動能力測定や相談会は、健康づくりの啓発に役立っていると感じる。																					
8月28日には、午前中まで大雨であったが、約400名の参加があった。																					

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					
月刊うらすぽの発行	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					
スポーツ・運動などとおした健康・交流を促進するため、関連する情報を地域の方々に伝える																	
		三食しっかり	いっしょに楽しく	確かな目をもって	まごころに感謝	食文化や地の物											
		(重点) 朝食	食生活	バランス	(重点) 共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点) 協働
			○	○													○
事業の対象者										単年度事業・継続事業							
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																	
浦和東部地域元気アップネットワーク、スマイルハウス浦和、管理栄養士																	
取組の内容																	
発行頻度:毎月1回 月末 発行部数:1100部 仕様:A3両面カラー 内容: 浦和スポーツクラブが行っているスポーツや運動プログラムのお知らせ 運動と健康、健康寿命延伸などに関する情報 管理栄養士による健康ワンポイントアドバイス 元気アップサロンの予定と開催結果の様子 みんなの学校プロジェクトのお知らせ、開催状況 配布先 クラブ会員、周辺公共施設(公民館や体育館など)、協力事業所、元気アップサロン参加者																	
新型コロナウイルス感染症の影響																	
特になし																	
取組の成果																	
クラブ主催のイベントや、元気アップサロン、みんなの学校などの参加者が増えており、取組みの認知の向上につながっている																	

事業名	重点目標	5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
元気アップサロン	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	分野別の目標	
地域の高齢者の外出・運動・交流の機会を創出し、健康寿命の延伸に寄与することが目的		
事業の対象者		単年度事業・継続事業
地域の高齢者		継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
地域のボランティア有志とスマイルハウス浦和、浦和北部第二社会福祉協議会、浦和スポーツクラブ このほか、講師として区内の医療・介護・福祉関係の事業者が多数協力		
取組の内容		
<p>実施日：ほぼ毎週1回 午前10時～11時 場所：領家公民館、南筒公民館、大東公民館などを持ち回りで開催 内容：健康運動指導士等の指導のもとに行う軽運動 健康講座など</p>		
 		
新型コロナウイルス感染症の影響		
コロナ前は2時間のプログラムで人数制限をしていなかったが、現在は1時間に短縮し、人数も制限している。		
取組の成果		
平成25年度から開催しているが、近年は1回あたり概ね40名前後が参加。年間50回前後開催しており、年間の参加者数は2000名を超える。講師として参加して下さる事業者とのネットワークも確立してきた。		

事業名	重点目標	5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
みんなの学校	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		
地域のシニア層を中心に、学びの場を創出し、健康寿命延伸に寄与する		
		分野別の目標
事業の対象者		単年度事業・継続事業
地域の中高齢者		継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
地域のボランティア有志とスマイルハウス浦和、浦和北部第二社会福祉協議会、浦和スポーツクラブ このほか、講師として区内の医療・介護・福祉関係の事業者が多数協力		
取組の内容		
2018年度開校 現在は、「地域を学ぶコース」と「健康づくりコース」が活動		
<p>「地域を学ぶコース」 開催頻度 年間4～5回 開催場所 領家公民館など 内容 市内の歴史家などをお呼びし地域の歴史などについて話題を教えてください</p> <p>「健康づくりコース」 開催頻度 年間2回程度 開催場所 領家公民館等 内容 健康運動指導士、管理栄養士、鍼灸師に体験会や講座</p>		
新型コロナウイルス感染症の影響		
流行時には休校していた。		
取組の成果		
地域を学ぶコースには20名前後、健康づくりコースは40名を超える参加者がいる。		

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																		
市民健康栄養講座	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		4 1日3食バランスのとれた食生活の推進																		
科学な根拠に基づく食と栄養の指導や支援を通じて、県民の公衆衛生の向上に寄与する		5 積極的な身体活動と運動習慣の形成																		
		三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって			まごころに感謝		食文化や地の物								
		(重点)	朝食	食生活	バランス	(重点)	共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点)	協働
事業の対象者		単年度事業・継続事業																		
さいたま市民及び埼玉県民		継続事業																		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																				
埼玉県栄養士会独自																				
取組の内容																				
<p>浦和区を中心に開催(栄養士会の事務局を会場とするため) 食事(栄養)の状要請を知ってもらいながら、身近なところで栄養相談などを気軽に聞ける場所を提供している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養に関する講話30分程度 ・無料栄養相談 ・骨密度測定 など <p>各回テーマ 4月【認知症を予防しよう(楽しく脳トレ)】 (予定含む) 6月【食べて元気にフレイル予防】 7月【健康のため水を飲もう】 8月 栄養の日イベント(骨密度測定、講話 他) 9月【災害に備えて】 10月【血糖値が気になる方へ】 11月【むせや飲み込みが気になる方へ】 12月【おいしく減塩】 2月【運動と食事 筋力アップ!】 3月【骨粗しょう症を予防しよう!】</p>																				
																				
新型コロナウイルス感染症の影響																				
着席位置や換気について配慮し、参加者名簿を作成し、参加者の検温と手指消毒の徹底を図る。																				
取組の成果																				
<p>参加人数は5~15名程度 毎月参加されている方もいらっしゃる。サロンの役割も果たしている。</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															
さいたま市健口教室	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															
事業の目標																		
高齢期の栄養・口腔機能について知り、フレイル(虚弱)予防などについて学ぶ																		
三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって		まごころに感謝		食文化や地の物									
(重点)	朝食		食生活	バランス	(重点)	共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点)
		○	○															○
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		さいたま市、埼玉県歯科衛生士会																
取組の内容		さいたま市、埼玉県歯科衛生士会と連携し、1クール3回、2クール実施。 介護予防のための食事・栄養についての講話。 (内容) 1.フレイルについて 2.フレイルを予防しましょう 3.低栄養を予防する食事のポイント 4.水分を上手に摂りましょう 5.おいしく減塩！ 6.口腔機能低下と栄養(食事) 7.簡単レシピで栄養アップ！																
																		
新型コロナウイルス感染症の影響																		
定員の制限																		
取組の成果		市内10区で開催 日ごろの健康と食事についての意識が高まったとの声が多く聞かれた。																

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													
(1)生活習慣改善・定着プロジェクト (2)会員事業所向け健康診断等の実施 (3)メンタルヘルス・マネジメント検定試験の実施	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 4 1日3食バランスのとれた食生活の推進 6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消													
事業の目標															
(1)①減塩・適塩の重要性を周知する、②医療現場のニーズを汲んだ製品開発～販売を行う (2)会員事業所従業員等の健康増進に寄与する (3)働く人たちの心の不調の未然防止と活力ある職場づくりへの貢献を目指す															
			三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって		まごころに感謝		食文化や地の物			
(重点)朝食			(重点)共食			行儀作法		食の安全		食料備蓄		環境・資源		(重点)協働	
			○			○								○	
事業の対象者						単年度事業・継続事業									
市民、会員事業所および従業員						継続事業									
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体															
(1)さいたま市保健福祉局、(一社)適塩・血圧対策推進協会、協定締結先の大学、会員事業所等 (2)浦和医師会、大宮シテッククリニック、レインボークリニック、川口総合病院 (3)大阪商工会議所															
取組の内容															
<p>(1)生活習慣改善・定着プロジェクト</p> <p>①「ナト・カリ調味料」を使用した共同商品開発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員事業所4店舗と人間総合科学大学の共同により適塩商品等を開発、期間限定で販売した。今夏から3店舗が同大学と共同商品開発を行っている。2月の販売を目指している ・適塩の普及啓発を目的に「筆記具の配布(写真上)」「webでの適塩取扱店の紹介(写真中・下)」をそれぞれ行った <p>②その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市内ものづくり企業と大学の医療系学部との製品開発支援を行っている <p>(2)会員事業所向け健康診断等の実施</p> <p>①指定機関で一般定期健康診断、生活習慣病健診、人間ドック、PET健診を受診できる</p> <p>②労働安全衛生法に対応したストレスチェックサービスを提供している</p> <p>(3)メンタルヘルス・マネジメント検定試験の実施</p> <p>毎年、3月と11月に試験を実施している。試験に向けた対策講座も開講している</p> <p>(4)健康経営に関する啓発活動</p> <p>当会議所として健康経営優良法人の認定を受けた。また健康経営に関するセミナーの後援等を行っている</p>															
新型コロナウイルス感染症の影響															
<ul style="list-style-type: none"> ・各種事業の打合せについて、引き続きオンラインでも対応している ・健診事業については受付時間の指定、厳守を受診者に依頼している 															
取組の成果															
<p>(1)生活習慣改善・定着プロジェクト</p> <p>①商品開発について、産経新聞、毎日新聞などのメディアで取り上げられた</p> <p>②製品開発について、上市した案件が出ている。第2号案件に向けて動いている</p> <p>(2)会員向け健康診断等の実施 (①の数値は3年度事業のもの、カッコ内は2年度との比較)</p> <p>①健康診断は285事業所(+18事業所)、1,555名(+27名)が受診した</p> <p>②ストレスチェックサービスは6事業所294名に活用していただいた</p> <p>(3)メンタルヘルス・マネジメント検定試験の実施(カッコ内は前年度との比較)</p> <p>①4年3月の申込者数は1,565名(+184名)、4年11月は2,084名(+487名)であった</p>															



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
(I)第11回市民公開講座 (II)政令指定都市薬剤師会全国統一薬物乱用防止キャンペーン	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		8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
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		
健康に関するさまざまな情報を整理し吸収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	
一般市民・応募市民		継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体 さいたま市保健福祉局、埼玉県警、さいたま市、さいたま赤十字病院			
取組の内容			
<p>(I)第11回市民公開講座</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:令和4年7月10日 ・場所:ロイヤルパインズホテル(121名来場) ・内容:「睡眠障害について」 さいたま赤十字病院 診療科部長教授 三澤 仁先生 <p>(II)政令指定都市薬剤師会全国統一薬物乱用防止キャンペーン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:令和4年7月16日 ・場所:さいたま新都心東西自由通路 ・内容:約30名(コロナ禍のため人数制限)により分散して啓発チラシパッケージ、うちわ配布 <p>(III)薬物乱用防止キャンペーン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:令和4年11月27日 ・場所:浦和駅東口市民広場 テント4張 ・内容:アルコールパッチテスト、違法薬物見本展示説明、コロナ感染症についてスタンプラリー、啓蒙チラシ1,500部配布。 <p>(IV)各区区民まつりブース参加</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:10/8~11/12 ・内容:健康相談とお薬相談、アルコールパッチテスト、コロナ対策について 			
新型コロナウイルス感染症の影響			
感染対策で密を避ける、換気をしっかりとするため人数を制限したり、接触時間の短縮等工夫しながら、今年度2年ぶりに行うことができた。			
取組の成果			
予定した人数はご来場頂けたので、啓蒙活動はほぼ満足のいく結果が得られたと思います。			

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
未治療者に対する受診勧奨 (0次、一次、二次勧奨)	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			
健診結果から、血圧、血糖、LDLコレステロールが高値で、同3疾病のレセプトが出現していない者に対し、受診勧奨を行い、医療につなげる。			
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
全国健康保険協会が健診結果を保有する加入者	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
埼玉県医師会、埼玉県、埼玉労働局 埼玉県内の生活習慣病予防健診実施機関 加入事業所(主)および労務管理者			
取組の内容			
<p>1. 0次勧奨(埼玉支部独自事業) 全国健康保険協会埼玉支部が契約する生活習慣病予防健診実施機関が、健診当日または健診結果送付時に受診勧奨を行う。 ○実施状況 受診勧奨実施機関数:48件 受診勧奨実施者数:682人(令和4年10月現在) ○勧奨基準値 収縮期180 拡張期110 空腹血糖160 HbA1c8.4(令和4年度)</p> <p>2. 一次勧奨(全国事業) 基準値以上の者へ文書による勧奨を行う。 ○実施状況 受診勧奨実施者数11,799人(令和4年11月現在) ○勧奨基準値 収縮期160 拡張期100 空腹血糖126 HbA1c6.5 LDL180(令和4年10月から)</p> <p>3. 二次勧奨(全国事業) 重症域の者へ文書または電話を追加して勧奨を行う。 ○実施状況 受診勧奨実施者数 文書3,241人 うち電話追加1,719人(令和4年10月現在) ○勧奨基準値 一次勧奨対象者のうちリスクが2つ以上の者 または 収縮期180 拡張期110 空腹血糖160 HbA1c8.5 LDL180(令和4年10月から)</p> <p>4. 周知広報 埼玉県医師会への情報提供や埼玉県、埼玉労働局等と共同した健康経営推進の中での普及啓発等を実施。 埼玉支部ホームページ、各種広報紙へ掲載。</p>			
新型コロナウイルス感染症の影響			
令和4年1月以降の当該事業に直接的な影響はない。			
取組の成果			
全国健康保険協会の一次勧奨から3か月以内に医療機関を受診した者の割合は、令和元年度10.3%、令和2年度8.9%、令和3年度8.7%と低迷している。(参考全国 令和元年度:10.5%、令和2年度:10.1%、令和3年度10.5%) 令和3年度に開始した0次勧奨は、3年度に文書勧奨、4年度に健診日の対面勧奨を加えたことで拡大を図った。勧奨効果について、今後検証していく。			

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
・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掛け・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		
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		
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広めましょう 3. 住みよいふるさと、長寿社会づくりを広めましょう			
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・地域社会福祉協議会・自治協力会			
取組の内容			
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、5区5地区で活動している。			
<p>全体研修</p> <p>1. 実技講習会「母子支援に役立つおもちゃづくり」 (ゲロゲロカエル) (おしぼりペンギン) 指導 さいたま市保健愛育会員</p> <p>地区自主事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子育て支援事業 三世代交流 訪問活動 赤ちゃんの健全な発育のための検診の推奨と親子の孤立防止等の子育て支援教室の開催 リモート子育てサロン ・高齢者や独り暮らしの方への支援活動 声掛け ふれあい会食 介護予防体操 健康体操 おしゃべりサロン 等の開催 ・市民検診・がん検診の推奨と結核予防パンフレットの配布や禁煙協力の呼びかけ活動 <p>行政協力・協働事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各区の保健事業への協力 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 			
新型コロナウイルス感染症の影響			
各区で例年実施していた行事・イベント等のいくつかは開催されるなどして、市民の健康志向に動きが見られた。公民館等の利用制限により、規模の縮小を余儀なくされたりしたが、それぞれのジャンルで企画開催を試みたところウィズコロナ状態での活動ができたと思う。			
取組の成果			
子育て支援について、親子支援活動や三世代交流事業を行うことで、母親や父親が悩みの解決や地域との繋がりのきっかけとなったと感じる。解決できたり、地域との繋がりのきっかけになったと感じられた。地域の健康づくりについて、各地区の課題を少しでも解消しているよう、職員たちが研修等で得た知識を活用しての自主的に取り組む活動の中で、参加者の健康意識が高まり、明るい家庭づくりに貢献できたと思う。			

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														
(1)10区合同リーダー研修会、リーダー研修会、グループ伝達講習会 (2)委託事業(日本食生活協会、県、各区公民館) (3)食育推進事業	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	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														
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														
健全な食生活や生活環境の定着を図るために、地域において、食育活動の輪を広げて行く。		三食しっかり			いっしょに楽しく		確かな目をもって			まごころに感謝		食文化や地の物				
	(重朝点食)	食生活	バランス	(重共点食)	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重協点働)
	○	○	○										○	○		
事業の対象者	単年度事業・継続事業															
会員、市民(学童から高齢者)	継続事業															
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体	さいたま市保健所地域保健支援課、さいたま市保健福祉局、各区保健センター、各区公民館															
取組の内容	<p>(1)「歯と口の健康」健康寿命は日々のお口の健康からと、歯科医師 佐伯真弓先生の講義、健康寿命と8020運動は相関関係にあって、フレイル予防と同時にオーラルフレイル予防対策も大切と、多種多様な口腔ケアの方法を受講。また、新型コロナウイルス感染対応の一つとして、免疫機能を整えるには、栄養、食生活がポイントと身体活動(運動)が大切と伝えました。親子の食育、生活習慣病予防(高血圧予防、糖尿病予防、骨粗しょう症予防)、行事食、SDGsについてのレシピ説明と講義を会員に伝達できました。</p> <p>(2)米料理教室では米の消費拡大を推進、地産地消として、地元でとれた「彩のかがやき」を使い、地域市民と身近なお米で多様な米料理ができることを伝えました。夏休み子どもクッキングでは子どもでも手軽にできるメニューとおやつ作りなどと〇×式食育クイズなどで、作る楽しさ、知る喜びを伝えられました。高血圧予防教室では減塩料理を実施。わかば学級では地域の高齢者対象の会食会、低栄養予防に「三食しっかり食べましょう」「ロコトレで筋力をつけましょう」と伝え、南瓜スープとデザートを試食してもらいました。</p> <p>(3)生活習慣病予防教室((高血圧予防2件、骨粗しょう症予防2件、免疫力アップ1件) 骨粗しょう症予防では野菜たっぷり乳製品でカルシウムアップをと身近な食材で、メニューが増え無駄なく使い切ることが勉強になったとの感想をいただきました。本日の簡単レシピの一人当たりのカルシウム摂取量は436mgと伝えました。</p>															
新型コロナウイルス感染症の影響	人数、時間の厳格な制限に従って従来通り2部制の事業を実施 施設によっては使用可能になり、限定的ですが事業を再開しつつあります。															
取組の成果	<p>コロナ対策、緩和策対応の公民館において「3蜜回避の厳守」出入口の窓を開放し、人数、時間制限、マスク着用、手指消毒、黙食と感染予防対策を厳守し一部事業を再開しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染予防、生活習慣病予防に対応し、バランスガイドに沿って主食、主菜、副菜を基本に多様な食品を組み合わせ、3食しっかり食べましょうと地域市民、会員に伝えることができ、食を通し健康づくりの大切さの理解を深めてもらいました。</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																								
2022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		3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上																								
各種がん検診・特定健診を通して、疾病の早期発見と治療開始に努め、メタボリックシンドローム該当者に対して特定保健指導を実施し、疾病の重症化予防を推進するとともに、市民公開講座の開催により、疾患への理解を深め、発症予防の重要性を理解する			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																								
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	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、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(2023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(2023年3月31日時点で50歳～80歳の男性。前年度未受診の方)</p> <p>3. 肝炎ウイルス検診(2023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(2023年3月31日時点で40歳、45歳及び50歳～80歳の女性で、50歳以上は前年度未受診の方)</p> <p>5. 胃がん検診(2023年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>6. 大腸がん検診(2023年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>7. 肺がん・結核検診(2023年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>8. 乳がん検診(2023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(2023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2023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2023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> <p>12. 生活習慣病重症化予防プログラム</p>																										
新型コロナウイルス感染症の影響	新型コロナウイルス感染症の拡大により、健診(検診)受診率の低下があるものの、令和2年度より回復基調にあるが、未だ受診率の低下により、がん発見の遅れ、生活習慣病の悪化につながる危険がある。																										
取組の成果	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>受診率(R3)</th> <th>精密検査受診率(R2)</th> <th>がん発見者数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>肺がん検診</td> <td>27.8%</td> <td>83.4%</td> <td>54人</td> </tr> <tr> <td>大腸がん検診</td> <td>24.6%</td> <td>70.2%</td> <td>261人</td> </tr> <tr> <td>胃がん検診</td> <td>20.4%</td> <td>96.1%</td> <td>264人</td> </tr> <tr> <td>乳がん検診</td> <td>18.9%</td> <td>90.7%</td> <td>96人</td> </tr> <tr> <td>子宮がん検診</td> <td>26.1%</td> <td>79.9%</td> <td>8人</td> </tr> </tbody> </table>				受診率(R3)	精密検査受診率(R2)	がん発見者数	肺がん検診	27.8%	83.4%	54人	大腸がん検診	24.6%	70.2%	261人	胃がん検診	20.4%	96.1%	264人	乳がん検診	18.9%	90.7%	96人	子宮がん検診	26.1%	79.9%	8人
	受診率(R3)	精密検査受診率(R2)	がん発見者数																								
肺がん検診	27.8%	83.4%	54人																								
大腸がん検診	24.6%	70.2%	261人																								
胃がん検診	20.4%	96.1%	264人																								
乳がん検診	18.9%	90.7%	96人																								
子宮がん検診	26.1%	79.9%	8人																								
コロナ禍において、依然として、特定健診をはじめがん検診等の受診率の低い状況が続いている。																											

事業名	重点目標	3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上																		
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	4 1日3食バランスのとれた食生活の推進																		
事業の目標	高齢者にお口の健康に興味を持ってもらうこと。	分野別の目標																		
		三食しっかり		いっしょに楽しく	確かな目をもって			まごころに感謝		食文化や地の物										
		(重点)	朝食	食生活	バランス	(重点)	共食	行儀作法	・食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝	環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点)	協働
			○		○															
事業の対象者	単年度事業・継続事業																			
健口教室の参加者	継続事業																			
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体																				
(公社)埼玉県歯科衛生士会、(公社)埼玉県栄養士会																				
取組の内容																				
<ul style="list-style-type: none"> ・お口の健康体操などを実際に行い、覚えて帰り自宅でも行うように指導。 ・お口の健康について歯科医師、歯科衛生士の講話、栄養について栄養士の講話。 																				
新型コロナウイルス感染症の影響																				
参加者と歯科医師等の交流は中止																				
取組の成果																				
お口の健康について興味を持っていただけた。																				

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
口腔機能向上フォローアップ教室	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			
高齢者の飲み込み等、お口の機能の健康維持を目的としている。			
事業の対象者		単年度事業・継続事業	
健口教室の参加者		継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
(公社)埼玉県歯科衛生士会			
取組の内容			
<p>2回の実施を1セットとしている。</p> <p>1回目: 歯科医師によるアセスメント、飲み込み、お口の乾燥等の機能検査を行う。その後、パタカラ発語や口腔体操、唾液腺マッサージ等を練習し、覚えて帰っていただき、2回目まで継続するように指導する。</p> <p>2回目: 1回目と同じ検査を行い、効果を確認する。(パタカラなどは機能が向上している方が多くみられる)</p>			
新型コロナウイルス感染症の影響			
少人数の定員制とした。			
取組の成果			
お口の機能が衰えることを理解していただき、努力によって健康が維持できることを認識していただける。			

事業名	重点目標	3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上
①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	分野別の目標
事業の目標		
1. オーラルフレイルについて、市民にわかりやすく啓蒙する。講座を通じて「口」の健康が全身の健康維持に関係することを市民に広く知ってもらおう。 2. 上記を医療・介護に関係する方々に知ってもらう		
事業の対象者		単年度事業・継続事業
さいたま市民及び医療・介護・福祉分野		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		
1. 市民公開講座 「認知症と口腔との関係」 令和4年3月1日から2か月間、WEB視聴形式で公開		
新型コロナウイルス感染症の影響		
感染対策のため対面での開催が出来ず、WEB視聴形式となっている。		
取組の成果		
今後も継続して行っていきたい事業で、視聴数も増加してきているので、市民に少しずつ届いているようです。		

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																
公開市民講座	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			4 1日3食バランスのとれた食生活の推進																
事業の目標																				
さいたま市民が口腔の健康について学ぶことができる。																				
				三食しっかり		いっしょに楽しく		確かな目をもって		まごころに感謝		食文化や地の物								
				(重点)	朝食	食生活	バランス	(重点)	共食	行儀作法	食の安全	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・環境	資源	農林漁業	郷土料理	行事食	(重点)
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			大宮歯科医師会																	
取組の内容			令和3年度第1回公開市民講座「いつもでも美味しく食べるために ～身体の健康はお口から～」 令和4年2月24日(木) 実施 ・フレイル予防の講話 ・マスクを装着したままでもできるお口の体操																	
新型コロナウイルス感染症の影響			定員制で実施																	
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。																	