

ヘルスプラン21（第2次）及び第3次食育推進計画に関する事業の取組事例目次

【さいたま市健康づくり・食育推進協議会】

1	人間総合科学大学	・・・	1	P
2	さいたま市私立保育園協会	・・・	2	P
3	NPO法人浦和スポーツクラブ	・・・	3	P
4	埼玉県栄養士会	・・・	5	P
5	さいたま商工会議所	・・・	7	P
6	全国健康保険協会 埼玉支部	・・・	8	P
7	さいたま市薬剤師会	・・・	9	P
8	さいたま市保健愛育会	・・・	10	P
9	さいたま市食生活改善推進員協議会	・・・	11	P
10	さいたま市4医師会連絡協議会	・・・	12	P
11	さいたま市歯科医師会	・・・	13	P

【庁内関係部署】

12	スポーツ振興課	・・・	15	P
13	健康増進課	・・・	16	P
14	こころの健康センター	・・・	19	P
15	国民健康保険課	・・・	21	P
16	高齢福祉課	・・・	23	P
17	いきいき長寿推進課	・・・	24	P
18	地域保健支援課	・・・	25	P
19	西区保健センター	・・・	27	P
20	北区保健センター	・・・	29	P
21	大宮区保健センター	・・・	31	P
22	見沼区保健センター	・・・	32	P
23	中央区保健センター	・・・	34	P
24	桜区保健センター	・・・	35	P
25	浦和区保健センター	・・・	36	P
26	南区保健センター	・・・	39	P
27	緑区保健センター	・・・	42	P
28	岩槻区保健センター	・・・	43	P
29	健康教育課	・・・	46	P
30	生涯学習総合センター（公民館）	・・・	47	P

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	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり													
高校生に自分の食生活を見直してもらい、1日3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。		食育推進計画の目標・重点プロジェクト												
		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・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・資源・環境	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(講義と並行して食生活調査を実施し、結果をフィードバックしている)														
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、1日3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														
過去に対象高校の食生活調査をしており、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	4 1日3食バランスのとれた食生活の推進										
①「卵・乳・小麦を使用しない献立」についてのオンライン調理講習会 ②感染予防のための正しい手洗いの仕方についての実践研修会	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	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											
①アレルギーフリーの献立3品の調理講習会を開催することで、食物アレルギー対応について再認識することができる。 ②「手洗いチェッカー」を用いた正しい手洗いの仕方について再確認することができる。	食育推進計画の目標・重点プロジェクト											
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・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ・感謝	資源・環境	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										
さいたま市私立認可保育所職員(管理栄養士・栄養士 他)		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												
<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、対面での開催を控え、初めてオンラインでの調理講習会を実施する。 ・卵、乳、小麦を使用しない3品の献立を実践を交えて紹介する。 ・手洗いチェッカーを用いて洗い残しを確認する。 												
・通年は対面での調理講習会を開催しているが、今回は初めてオンラインでの調理講習会となった。												
取組の成果												
<ul style="list-style-type: none"> ・食物アレルギー児のお子さんも、皆と一緒に楽しく同じメニューを食べることができる機会を設けることができた。 ・手洗いチェッカーを用いて、洗い残しのない正しい手洗いの仕方を学ぶことができた。(爪ブラシの重要性を再確認することができた。) 												

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
みんなの健康フェア	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		
事業の目標			
より多くの方に、健康や体力に関心をもってもらい、適切な運動習慣を持っていただくことを目標としている			
事業の対象者		単年度事業・継続事業	
地域の住民(主に大人をターゲットにしている)		継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
シニアサポートセンタースマイルハウス浦和、浦和区スポーツ振興会、その他地域のスポーツ団体等			
取組の内容			
<p>■目的 地域住民の健康・体力づくりへの関心を高め、運動習慣を持ってもらうためのきっかけづくり</p> <p>■実施時期:2017年度から、年1~2回の頻度で実施してきた</p> <p>■実施体制:当クラブが事務局となり、地域の各種団体に呼びかけ実行委員会を形成してきた。主な連携団体は次の通り。 浦和東部地区元気アップネットワーク、浦和区スポーツ振興会、(公社)埼玉県鍼灸師会、(公社)日本けん玉協会 (公社)埼玉県柔道整復師会、ケアステーションうらしん、(社福)鴻鵠の会(おたっしや倶楽部)、地域包括支援センタースマイルハウス浦和、(株)長谷エシニアホールディングス(センチュリーシティ北浦和)、彩の国リオネットセンターグループ、 訪問マッサージKEIROW、夢源訪問看護リハビリステーション、渡邊治療院・渡邊鍼灸整骨院、NPOヒューマンシップコミュニティ、MPO親子体操連盟、ディスコン連盟、領家介護を考える会、浦和駒場体育館</p> <p>■内容 ◇健康チェック 骨密度、血管年齢、体組成、腹筋、握力、脚力、柔軟性、バランス等 ◇相談コーナー 運動、栄養・食事、リハビリ、口腔、健康、介護、補聴器、年金など ◇体験コーナー 貯筋体操、JAZZ体操、歩き方教室、マッサージ体験、鍼灸体験、AED教室、ポッチャ、ディスコンスラックライン、輪投げ、スクエアステップ、ドッチビー など</p> <p>■広報 周辺自治会揭示版、回覧、他チラシ配布</p>			
新型コロナウイルス感染症の影響			
2020年度には実施できなかった。2021年度も規模を縮小するとともに、直前まで開催が決定できず広報が不足した			
取組の成果			
<p>・連続して参加されて数値の変化に気を遣う方もいるなど、体力づくりへの関心を高めることに一定の効果は出ていると思われるが、定期活動として定着はしていないので、自治会等との連携をさらに進めたい</p> <p>・一緒にイベントを行うことで、地域の関係者のコミュニケーションを高めることに効果があがっている</p> <p>・元気アップネットワーク主催で継続している元気アップサロンとの連携も進み相乗効果が出ているものと思われる(参加者への呼びかけ、指導者のネットワークづくりなど多面的な効果がある)</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
シニア健康教室	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			
いくつになっても自分の足で歩こう！を目標に、地域のシニア層の筋力維持・向上を目指す。			
事業の対象者			単年度事業・継続事業
地域のシニア層			継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
市立本太中学校、(公財)健康・体力づくり事業財団			
取組の内容			
2010年に 健康体力づくり事業財団の貯筋運動プロジェクトの試行事業に参加(期間限定の貯筋運動教室を開催)			
2011年に 厚生労働省 実践的な予防活動支援事業に企画応募し採択され、貯筋教室体験と筋力測定などの効果測定 地域のシニア層112名から体力づくりに関する意識や実践状況に関するアンケート回収 結果を広報誌として広く地域に配布			
2012年 上記の活動などをもとに、地域包括支援センターやボランティア有志と地域のシニア層の健康づくりに取組む 浦和東部地域元気アップネットワークを設立 前年度教室参加者を中心に、シニア健康教室の定期開催を決定。 週1回(平日、授業時間中)、本太中学校内の施設をお借りして、 地域のシニア層 10~20名が貯筋運動を中心とした健康づくり 以後、継続して実施している 現在は、余裕教室がなくなったため武道館をお借りして実施している			
新型コロナウイルス感染症の影響			
中断を余儀なくされたことで、運動習慣を無くされてしまった方も少なくなかった			
取組の成果			
・エコーを使った筋肉の厚さの測定なども行っていたが、確実に効果が上がっており、参加者からも行動改善の声が届いていた(立ち座りが楽になったとか、体重が落ちたとか) ・いくつになっても筋力の増加が図れること、その重要性についての地域内での認識向上には寄与したと思われる(チラシ等の配布により)			

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			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												
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													
食育推進計画の目標・重点プロジェクト													
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		協働 (重点)
(重点)朝食	食生活	バランス	(重点)共食	行儀作法	食の安全・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・資源・環境	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、歯科衛生士会と連携し、1クール3回で実施。 介護予防のための食事・栄養についての講習													
													
新型コロナウイルス感染症の影響													
6月からの1クール目は中止 10月～12月で定員を制限して実施													
取組の成果													
市内10区で開催 316人の参加 食事の振り返りをして、健康寿命を延ばしていこうと意識してもらえるようになった。													

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											
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	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												
科学的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事業	食育推進計画の目標・重点プロジェクト												
	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・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・資源・環境	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(栄養士の事務局を会場とするため) 食事(栄養)の重要性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 ・無料栄養相談 ・骨密度測定 など <p>11月3日はケアラー月間としてハイブリッドで開催した</p>													
新型コロナウイルス感染症の影響													
コロナ禍以前は毎月開催であったが、昨年度はすべて中止、今年度は10月、11月開催。													
取組の成果													
<p>参加人数は28名 毎月楽しみに参加されている方もいらっしゃる。 参加者同志顔見知りとなり、コミュニケーションの場にもなっている。</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 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										
(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											
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											
(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	食育推進計画の目標・重点プロジェクト											
	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・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・資源・環境	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											
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、大宮シテイクリニック、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2店舗と人間総合科学大学の共同により、ナト・カリ調味料を使用した商品等を開発、期間限定で販売した。普及のため、3月の2日間、まるまるひがしにほんでの販売も行った ・今夏から4店舗が同大学と共同商品開発を行っている。今冬の販売を目指している ・「1日8,000歩、塩分摂取8g」を普及啓発する筆記具を配布している(写真右) <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>①一般定期健康診断、生活習慣病検診、人間ドック、PET検診を当会議所指定機関で受診できる</p> <p>②労働安全衛生法に対応したストレスチェック実施を当会議所がサポートしている</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>①毎年度、3月と11月に試験を実施している。あわせて試験に向けた対策講座を実施している</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、必要に応じオンライン化へ移行している ・集合型の事業について、従来より大きめの会場確保や定員縮小を行っている 												
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、日経新聞(3/17)に記事として取り上げられた</p> <p>②製品開発について、上市した案件が出ている</p> <p>(2)会員向け健康診断等の実施 (①の数値は2年度事業のもの、カッコ内は元年度との比較)</p> <p>①健康診断は267事業所(▲21事業所)、1,528名(▲21名)が受診した</p> <p>②ストレスチェックは年度目標約100名を上回る申込がある</p> <p>(3)メンタルヘルス・マネジメント検定試験の実施(カッコ内は元年度との比較)</p> <p>①3月の申込者数は1,381名(感染症で中止)、11月は1,597名(+183名)であった</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			
協会けんぽの集団健診 ～特定健診と合わせたがん検診、歯科健診、特定 保健指導の実施～	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		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			
特定健診(集団健診)と合わせてがん検診や歯科 健診、保健指導を実施することで、加入者の利便 性の向上および各種健(検)診の実施率の向上を 図る。						
事業の対象者	単年度事業・継続事業					
協会けんぽ加入の40歳以上の被扶養者	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 ・埼玉県医師会、郡市医師会 ・埼玉県歯科医師会 ・埼玉県内市町村 ・健診実施機関						
取組の内容						
<p>■事前調整</p> <ul style="list-style-type: none"> ・埼玉県と連携し、特定健診とがん検診の連携に協力的な市町村に対し事業説明を行った。併せて、埼玉県医師会、郡市医師会への協力依頼を行った。 ・埼玉県歯科医師会と連携し、一部の集団健診会場で歯科健診を合わせて実施するため、事業調整を行った。 <p>■実施内容・実績</p>						
令和3年1月～12月 集団健診事業	特定健診とがん検診	特定健診と歯科健診	(参考)特定健診のみ			
実施期間	令和3年1月～8月 15日間(9市町村)	令和3年1月～3月 5日間	令和3年1月～3月 105日間			
内容	・特定健診 ・がん検診 会場によって異なる (胃がん、肺がん、大腸 がん、乳がん、子宮頸が ん、前立腺がん)	・特定健診 ・歯科健診	・特定健診			
健診実績	特定1,281人 がん(*参考参照)	特定591人 歯科118人	特定11,392人			
特定保健指導 分割面談者数	11人 1日1市のみ実施	34人 4日間	1,127人 105日間			
参考(令和2年度 8市町14日実績)						
	肺がん	胃がん	大腸がん	前立腺がん	乳がん	子宮頸がん
受診者数	398人	322人	506人	17人	452人	374人
実施市町数	4市町	5市町	5市町	4市町	4市町	4市町
新型コロナウイルス感染症の影響						
令和2年度集団健診事業は、感染予防対策を徹底することで、中止になった会場は無かったものの、日程や施設の変更があった。						
取組の成果						
平成30年度より継続して実施している事業であり、がん検診や歯科健診が同時に受診できる会場は早期に定員となる ことが多い。令和元年度集団健診会場におけるアンケート結果では54.8%(2,259人/4,668人)の方ががん検診と同時に受 診したいと回答している。このため、がん検診同時実施市町村の拡大や歯科健診会場の拡大を図っていくことが必要と考 えている。 また、特定保健指導(初回分割)を実施したことで、保健指導実施率が向上した。						

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
(I)第9回薬物乱用防止キャンペーン (II)第10回市民公開講座	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	
事業の目標		
健康に関するさまざまな情報を整理して正しい知識を持って頂くこと。	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	
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		
取組の内容		
<p>(I)第9回薬物乱用防止キャンペーン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:令和3年3月21日(日) ・場所:浦和駅東口駅前市民広場 ・内容:薬物乱用防止啓発チラシ・ポケットティッシュ・抗菌ウェットシートパッケージ配布(4,000個) 薬剤師会・県警本部・市保健福祉局 計150名参加 <p>(II)第10回市民公開講座</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日時:令和3年7月11日(日) ・場所:ロイヤルパインズホテル ・内容:「便秘の悩み・疑問にズバリ回答」 自治医科大学附属病院 味村俊樹先生 		
新型コロナウイルス感染症の影響		
夏の薬物乱用防止キャンペーン・各区民まつり中止		
取組の成果		
<p>(I)市民の方に乱用防止の正しい知識・恐ろしさを知っていただけたと思います。</p> <p>(II)市民公開講座当日108名の市民の方が熱心にご聴講いただきました。 身近な便秘ということで多数の質問があり講師の味村先生の答えに皆様満足されていました。</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
・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)	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		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
・高齢社会に対する声掛け・見守り事業			7 受動喫煙の防止と禁煙
・さいたま市への保健事業協力			
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・社会福祉協議会・自治協力会			
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、4区4地区で活動している。</p> <p>全体研修</p> <p>1. 実技講習会「コロナに負けないカラダづくり」指導 小島 眞理子氏 誰でもできる、椅子に座ってのストレッチによる動きやすい体作り</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 ・高齢者や独り暮らしのかたへの支援 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 ・結核予防パンフレットの配布 ・禁煙の推奨 周辺での喫煙に対し、身体への悪影響などを説明して、禁煙協力を呼び掛ける。 <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			
<p>各区役所が主体的に例年実施していた行事・イベント等の殆どが中止となってしまった。 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、企画しても開催できない状態が見られた。</p>			
取組の成果			
<p>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、孤立しがちな子育ての中で、母親や父親が悩みを解決できたり、地域との繋がりのきっかけになる十分な成果は得られなかった。 健康づくりについては、各地区の課題を少しでも解消しているよう、班員たちが研修等で学んだ知識を活用しての取り組みが難しかった。</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										
1. 10区合同研修会 2. リーダー研修会 3. グループ伝達講習会	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												
地域における食育推進の担い手として、健全な食生活を実践伝達を実施する食育活動を進めて行く。													
食育推進計画の目標・重点プロジェクト													
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・食中毒	食品表示	食料備蓄	あいさつ	感謝・資源・環境	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							
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													
さいたま市保健所地域保健支援課、さいたま市10区区役所保健センター、さいたま市10区内公民館、農林水産省関東農政局事業支援部食品企画課													
取組の内容													
<p>昨年同様、講義とレシピ説明、コロナ禍事業中止も数回ありました。</p> <p>地域住民に対して生涯を通じた食育推進し健康づくりの発信者として健全な食生活を実践できるよう、バランスガイドの普及と啓発、地産地消、郷土料理や行事食、生活習慣病予防の食事等研修、また、SDGs啓蒙の中、農林水産省関東農政局事業支援部食品企画課職員の食品ロス及びリサイクルをめぐる情勢の講義を受講しました。</p> <p>多岐にわたり食育について学ぶ事が出来ました。</p>													
新型コロナウイルス感染症の影響													
緊急事態宣言時は中止、まん延防止重点措置時は講義のみで、人数・時間の厳格な制限に従って2部制にて事業を行いました。													
取組の成果													
感染防止対策として、参加者の健康チェック(参加前・受付時検温)、ソーシャルディスタンスを保った席配置の工夫、1人1テーブル指定席、入室退室別のドアで一方通行にするなど創意工夫も回ごとの会場設定がスムーズに出来るようになった。また、農林水産省関東農政局事業支援部食品企画課講義食品ロス及びリサイクルをめぐる情勢は会・個人個人として食品ロス削減に取り組む意識をより深める事ができた。													


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
2021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			
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(2022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(2022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(2022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(2022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(2022年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>6. 大腸がん検診(2022年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>7. 肺がん・結核検診(2022年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>8. 乳がん検診(2022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(2022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2022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2022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			
生活習慣病重症化予防プログラムの普及により、糖尿病未受診者・受診中断者に対し、受診勧奨することにより積極的な受診に繋がりと、早期介入が可能となった。また、保健指導の実施により腎機能低下速度の遅延につながった。心不全に関する市民公開講座の開催により、心不全に対する理解がすすみ、健康意識を得ることにつながった。			

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		
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
高齢者のお口の健康に興味をもってもらうこと		
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指導 ●お口の健康について歯科医師の講話、栄養について栄養士の講話 ●車座になりグループミーティングを行い、お口についての悩み、疑問等を皆で話し合う。 		
新型コロナウイルス感染症の影響		
今年度第1回は中止		
取組の成果		
<ul style="list-style-type: none"> ●お口の健康について興味をもていただけた。 ●皆で話し合うことにより他者とのコミュニケーションをとることも広義のフレイル予防となる。 		

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			
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	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり		
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			
2回の実施を1セットとしている。			
1回目: 歯科医師によるアセスメント、飲み込み、お口の感想等の機能検査を行う。その後パタカラ発話や口腔体操、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。			
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)			
新型コロナウイルス感染症の影響			
小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	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	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		
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(17団体)、NPO法人埼玉県レクリエーション協会、岩槻文化公園体育館(取組(1)のみ)、大宮体育館(取組(2)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) ※新型コロナウイルスの影響により中止			
(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普及事業/講習会 ※新型コロナウイルスの影響により一部中止			
<p><さいたま市レクリエーション協会加盟団体> 全17団体</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インディアカ協会 ・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 ・ディスコン協会 ・ファミリーバドミントン協会 			
(3)広報誌及びレクリエーション協会加盟団体紹介リーフレットの作成(市内体育館等の公共施設へ配置)			
取組の成果			
市内公共施設へ広報物を配置したことにより、幅広い世代の方にスポーツ・レクリエーションを知っていただくことができた。また、初心者及び未経験者向けの普及事業の実施により、今までスポーツ・レクリエーションが身近でなかった方々に今からでも始められることを知っていただくことができ、新規会員の獲得にも繋がった。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
多くの人が集まるレクリエーションフェスティバルについて、感染拡大のリスクがあるため中止の判断をした。また、各加盟団体における事業についても、団体判断で中止となった事業が発生している。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
市民が継続してスポーツに取り組むとは限らない。	スポーツが身近でない方々への啓発方法として、レクリエーションフェスティバルや小規模の普及事業は有効な手段であると考え、終息後は事業を再開する。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	感染拡大状況を注視しながら、適切な予防策を講じることにより実施が可能と判断した場合は実施するが、状況的に実施が難しい場合は、中止とする。		

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
がん教育出前講座	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			
若い世代ががんに対する正しい知識や検診の重要性を学ぶことで、がんに対する関心を高め、予防行動や将来のがん検診の受診を促す。	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		
市立各学校の児童・生徒、保護者、教員	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
さいたま赤十字病院、さいたま市立病院、サヴァー さいたまBEC、あけぼの会 あけぼの埼玉			
取組の内容			
<p>以下6校で「がんの仕組みや予防法」、「がん経験者の体験談」などについて講座を実施した。</p> <p>①令和3年6月24日(木) 仲本小学校 参加者:教員、保護者(58名) 講師:さいたま市立病院 医師</p> <p>②令和3年10月27日(水) 和土小学校 参加者:5、6学年児童、教員、保護者(83名) 講師:さいたま赤十字病院 医師</p> <p>③令和3年11月26日(金) 大宮八幡中学校 参加者:全校生徒、教員(440名) 講師:Qava!～さいたまBEC～</p> <p>④令和3年12月16日(木) 八王子中学校 参加者:全校生徒、教員、保護者(約460名) 講師:Qava!～さいたまBEC～</p> <p>⑤令和3年12月21日(火) 指扇中学校 参加者:1、2学年生徒、教員、保護者(300名) 講師:あけぼの会 あけぼの埼玉</p> <p>⑥令和4年1月13日(木) 芝川小学校 参加者:教員(35名) 講師:さいたま市立病院 医師</p>			
			
取組の成果			
オンライン開催を取り入れるなど柔軟に対応することで、年間予定の6校で実施することができた。いずれの講座もアンケート結果から、参加者のがんについての理解が深まったことが伺え、予防や検診に対する意識の高まりが感じられた。また、がん患者への接し方など勉強になったという意見も多く見られた。			
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状況を踏まえ、一部の講座でオンライン形式により開催した。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
申込を行った学校がどのようなことを伝えてほしいかという希望により合致させるため、講師により伝えられる講座内容を明確化すると共に、出前講座の講師として参画いただける方を広く募っていく必要がある。	集合形式の開催を基本とするが、講師や会場の事情等を踏まえ、場合によってはオンライン形式も併用していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	開催時点の感染状況を踏まえ、開催方法を決定し、可能な限り中止することなく開催していく。		

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
スマートウエルネスさいたま	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
	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	区健康づくりの目標		
<p>生活習慣病や寝たきり予防に向けて、部局を超えた連携により、保健福祉分野だけでなく、都市・交通を始め、様々な行政分野において、「歩く」を基本に、「体を動かす、体を動かしてしまう」まちづくりに取り組む。</p> <p>また、健康無関心層の多い働き盛り世代の健康づくりを目的に、健康情報の発信や各種セミナーの開催を通じ健康経営を推進する。</p>			
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			
さいたま健幸ネットワーク加入81企業・団体(R3. 11月末現在)、健康経営埼玉推進協議会			
取組の内容			
<p>①メルマガ「スマートウエルネスさいたまNEWS」配信！</p> <p>令和元年度から、さいたま健幸ネットワーク加入企業の健康経営推進を目的に健康情報のメルマガ配信を開始。令和3年度は、「健康マイレージ」、「働き世代の歯の健康」、「熱中症」、「食育」をテーマにメール配信しました。</p>			
			
<p>②健康経営を推進！</p> <p>埼玉県、保険者等で構成する「健康経営埼玉推進協議会」に参画し、広域で健康経営の普及・啓発を行った。</p>			
取組の成果			
<ul style="list-style-type: none"> ・さいたま健幸ネットワーク加入企業・団体 79団体(R3. 3月末)⇒81団体(R3. 11月末) ・さいたま市健康経営企業認定 34企業(R3. 3月末)⇒41企業(R3. 11月末) 			
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拡大防止のため、健幸セミナーの開催や企業訪問を見送った。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
コロナ禍における市内企業・団体のさいたま健幸ネットワーク加入促進	引き続き、様々な企業・団体と連携しながら事業を継続していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	引き続き、WEBセミナーを支援するなど、コロナに対応した形で事業を継続していく。		


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		5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
	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	区健康づくりの目標		
楽しみながらウォーキングする機会を増やすことで、運動習慣を身に付け、ライフステージに応じて自ら継続的に健康づくりに取り組むことができる意識の醸成を目指します。			—
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
18歳以上の市民、市内事業所在勤者	単年度事業		
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、株式会社ツクイ、スポーツクラブNAS、セントラルスポーツ、大塚製薬株式会社、さいたま観光国際協会、日本ピストンリング株式会社、AGS株式会社、全国健康保険協会埼玉支部、さいたま商工会議所、一般財団法人アールビーズスポーツ財団、株式会社アールビーズ、埼玉県健康長寿課ほか			
取組の内容			
<p>・パ・リーグウォークコラボ(4月～) 令和3年4月1日から、本市の健康づくりを支援する「さいたま市健康マイレージ」と、プロ野球パ・リーグ6球団公式アプリの「パ・リーグウォーク」が連携し、「パ・リーグウォーク」アプリからも「さいたま市健康マイレージ」に参加できるようにした。また、4月1日～30日の期間で、埼玉西武ライオンズのグッズが当たるキャンペーンを実施した。</p> <p>・体組成測定会(7月～) タニタ体組成計で体重・BMI・筋肉量・筋肉のバランス等を計測することが出来る測定会を実施した。コロナウイルス感染症対策のため、事前予約制とした。</p> <p>・「さいたま市健康マイレージ×オクトーバーラン&ウォーク 歩いて・走って・もらおう！あてよう！秋のフィットネスキャンペーン」の開催(10月1日～10月31日) アールビーズスポーツ財団及び埼玉県が主催の「全国自治体対抗戦」「県内自治体対抗戦」に参加した。その中で、さいたま市健康マイレージ参加者でオクトーバーラン&ウォークに参加した方にもれなくマイレージポイント付与と、抽選での景品プレゼントキャンペーンを実施した。</p>			
取組の成果			
さいたま市総合振興計画実施計画における評価指標として「令和3年度新規参加者数4,000人」の目標を大きく突破し、令和3年12月6日時点で11,579人の申し込みを受けている。			
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拡大防止のため、体組成測定会を事前予約制とした。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
<ul style="list-style-type: none"> 継続率の向上 民間企業とのさらなる協働 	適宜見直しを行いながら継続して実施していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	感染状況に応じたイベント実施を検討していく。また、集まらずに参加できるイベントやキャンペーンを検討していく。		

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
自殺対策推進事業「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		
自殺対策における普及啓発の取り組みの一環として、図書館でのパネル展示やパンフレット等の設置による情報提供を行うことで、市民に幅広く、自殺の現状やその予防について啓発する。	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、大宮図書館			
取組の内容			
自殺対策やこころの健康に関連したパネルや図書の展示、パンフレット等の設置。 (1)中央図書館 令和3年9月7日(火)～9月20日(月) (2)大宮図書館 令和4年3月中旬に開催予定 自殺の増加が懸念されている若者に向けた情報発信を強化した内容で実施			
取組の成果			
図書館は、学生や会社員、子育て世代、高齢者など、幅広い世代の市民が利用している。図書館利用者が行き交うスペースにパネルや書籍等を展示することで、普及啓発が進んだと考えられる。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
特になし			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
令和2年度までの固定した1か所の会場で実施していた。令和3年度は内容にバリエーションを加え、2か所で開催予定。今後もより効果的な事業の実施方法を検討していく必要がある。	開催会場、内容などの検討を行いながら、パネルや図書の展示、パンフレットの設置等を行う。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	パネルのみの展示にする等、感染症対策を講じながら事業を実施する。		


事業名	重点目標	8 節度ある飲酒と未成年者の飲酒防止
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症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	分野別の目標
事業の目標		
アルコール健康問題に加え、薬物、ギャンブル等の依存症に関わる問題に対し、市民への啓発や早期対応を目的に、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・薬物・ギャンブル問題等の依存症について相談希望のある市民(当事者及び家族)		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		
<p>各依存症の啓発週間等に合わせて、市報等で周知し、依存症に関する個別相談会を実施する。</p> <div style="text-align: right;">  </div>		
取組の成果		
市報での周知による個別相談会を実施することで、通常の相談枠ではつながりにくい層の方が相談につながるきっかけとなった。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
相談の増減などについては特に影響は見られない。感染対策を徹底しながら、面接相談を実施している。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
事業の把握経路が市報に偏っているため、より広い層への事業の周知方法を検討していく必要がある。	継続して実施予定。よりタイムリーな相談対応ができるよう、実施頻度等を検討していく。また、多様な相談に対応できるよう職員のスキルアップを図っていく。	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
	継続して実施予定。現状と同様の感染対策を実施した上で相談を行い、感染状況に合わせて随時相談媒体の検討を行う。	

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
糖尿病性腎症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			
受診勧奨、生活指導、教室等のポピュレーションアプローチにより、対象者の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、以下に該当する者 (1)受診勧奨:糖尿病の未受診者・受診中断者 (2)生活指導: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 (3)フォロー教室:糖尿病性腎症重症化予防対策事業の修了後4年目以降の対象者と、そのうち後期高齢者医療制度への移行者	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
(1)受診勧奨・(2)生活指導:埼玉県、埼玉県医師会、埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市4医師会、さいたま市内132協力医療機関 (3)教室:年金医療課			
取組の内容			
(1)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、文書及び電話による受診勧奨を行う。 (2)生活指導 糖尿病性腎症の病期が第2期、第3期及び第4期とハイリスク者と思われる者で、本人が参加を希望し、かかりつけ医が推薦した者に対して、電話及び面談による生活指導を実施する。 (3)糖尿病性腎症重症化予防対策継続フォロー教室 糖尿病性腎症重症化予防対策事業の修了後4年目以降の対象者と、そのうち後期高齢者医療制度への移行者に対し、フォロー教室を実施する。			
取組の成果			
(1)未受診、受診中断者への受診勧奨:未受診者562人、治療中断者103人に対して文書勧奨を実施し、その後、電話番号が判明している対象者に電話勧奨を実施した。 (2)ハイリスク者への生活指導:1,472人の対象者に通知を送付し、通知をみて事業への参加を希望した対象者のうち、132協力医療機関のかかりつけ医が推薦した147人(昨年度238人)に対し生活指導を実施中。 (3)国民健康保険加入の80人、後期高齢者医療保険加入の25人に案内を送付。参加者3人(国民健康保険2人、後期高齢者医療保険1人)に対し、教室を実施。また日程の調整ができなかった1人(国民健康保険1人)に対し、個別指導を予定。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
(2)令和2年度に引き続き、プログラムでは6回となっている保健指導を4回とし、面接も3回から1~2回とした。 (3)教室の開催も新型コロナウイルス感染拡大第5波の影響を考慮し、9月上旬からの受付、10月開催予定を1か月以上遅らせた。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
生活指導の参加者数が減少した。前年度に大幅に増加した反動と、生活指導の申し込み期間が新型コロナウイルス感染拡大第5波と重なったことが要因と推測される。	令和4年度も本事業を引き続き実施する。		
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。	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
糖尿病性腎症発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、糖尿病や合併症に対する知識の普及・啓発が必要である。 糖尿病性腎症重症化予防継続フォロー教室は、参加率が5%程度と低い。より目を引く案内の作成など、参加率を上げる試みを行う必要がある。	令和4年度も引き続き、事業のスケジュールや実施方法等について、関係機関と調整しながら実施する。 令和4年度も新型コロナウイルス感染症の状況を確認しながら、事業を実施していく。		

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
高血圧性疾患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			
高血圧症や脂質異常症が重症化するリスクの高い者が、医療に結びつくとともに、保健指導を受けることにより、脳卒中、心臓病などの循環器疾患による死亡や要介護を予防し健康寿命の延伸を図る。			
			区健康づくりの目標
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
さいたま市国保加入者の内、特定健康診査の結果、検査値が次の基準に該当し、高血圧・糖尿病・脂質異常の治療をしていない者 (1)受診勧奨：Ⅱ度高血圧(収縮期血圧160～179mmHgまたは拡張期血圧100～109mmHg)Ⅲ度高血圧(収縮期血圧180mmHg以上または拡張期血圧110mmHg以上)上記高血圧かつ①脂質異常(LDL140mg/dl以上)②尿たんぱく(1+)以上③HbA1c6.5%以上④喫煙 (2)保健指導：Ⅱ度・Ⅲ度高血圧症かつリスク(脳血管疾患・心疾患の既往等)のある者		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4医師会、さいたま市内307協力医療機関			
取組の内容			
(1)受診勧奨 対象者へ通知文書を送付後、電話勧奨を行う。電話勧奨では、受診勧奨及び必要に応じて相談を行うとともに、未受診の理由及び今後の受診行動について確認する。 (2)保健指導 対象者へ通知文書を送付後、電話にて、受診のための相談及び援助を行う。その後、指導から約2か月間の受診確認を行い、未受診者に対して、電話にて訪問指導後の生活改善状況の確認及び相談等を実施する。			
取組の成果			
(1)受診勧奨は対象者503人に対し文書の勧奨を行い、そのうち298人に電話での勧奨を実施した。 (2)保健指導は対象者212人に対し文書と電話による参加勧奨を行い、23人に訪問指導を実施した。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
受診勧奨者から、「クリニックが混雑しており、コロナ感染が恐ろしい」といった未受診理由の回答が1件あった。また、保健指導拒否理由も「コロナのため」が2件あった。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
「自覚症状がない、特に気にしていない」等の未受診理由で受診されていない方が60歳以上に多くみられ、疾患の理解や受診の必要性の認識の低さが問題といえる。 40代50代の未受診者も20%程度いるため、若い世代からの高血圧の知識の普及・啓発が重要である。	令和4年度も本事業を引き続き実施する。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	令和4年度も引き続き、事業のスケジュールや実施方法等について、関係機関と調整しながら、コロナの感染拡大状況を注視しつつ事業を実施する。		





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
シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業	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			
登録者数40,000人			
			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	
さいたま市内に住所を有する65歳以上の方		継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
なし			
取組の内容			
登録者数40,000人を達成するために以下のPRを実施			
<ul style="list-style-type: none"> ・介護被保険者証、後期高齢者医療保険者証の発送時にチラシの同封 ・自治会掲示板回覧板の活用など 			
			
取組の成果			
令和3年11月30日時点での登録者数38,743人			
新型コロナウイルス感染症の影響			
これから活動しようとする人や既に活動している人に影響を与えています。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
事業開始当初は地域団体へのPRを行いながら登録者数を増やしてきましたが、現在は登録者数の伸び率が低い。	多くの高齢者に参加いただけるよう、各種イベント会場において、事業のPRを実施していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	事業内容を検討する必要がある。		

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
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	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
事業の目標	分野別の目標	
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とならないように、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、いきいき百歳体操等を行う通いの場における自主グループ化を目指します。また、この活動を継続することで、社会参加や地域づくりにつながるよう支援します。		区健康づくりの目標
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
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		
教室運営委託事業者、地域包括支援センター(シニアサポートセンター)、各区高齢介護課、各公民館、コミュニティセンター、老人福祉センター、自治会館、学校、介護老人保健施設等		
取組の内容		
市内59公民館、自治会館、学校、介護老人保健施設などを会場とし、介護予防に効果のある、おもりを使った筋力トレーニング「いきいき百歳体操」の方法を学ぶとともに、ロコモ予防、フレイル予防、認知症予防など幅広く、介護予防の知識を学ぶ教室を開催しています。また、教室終了後は、「いきいき百歳体操」を高齢者が身近な場所で自ら継続して行う自主グループ活動を推進しています。		
いきいき百歳体操において手首に巻いて使用するおも		教室で、おもりを巻いていきいき百歳体操に取り組む参加者 
取組の成果		
アンケートでは満足度が高く、いきいき百歳体操が役立つとの回答が多いことから、好評をいただいている教室と考えています。教室終了後も運動継続したいと回答する者も多く、通いの場への参加・立上げへとつながり、介護予防・運動習慣の形成に寄与する事業と考えます。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
開催見合わせをした時期もありましたが、人数制限、換気、参加者同士の交流会の中止等のプログラム変更等、感染予防策を実施して開催しています。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
地域の状況により、定員に満たない教室もあること、全体として、参加者が減少傾向にあることが課題と考えています。	教室の定員制限の緩和、及び教室終了後も地域で自主的に介護予防に取り組むことができるよう、通いの場への参加を積極的に支援していきます。	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
	高齢者の身体活動量減少を防止する観点から、感染対策に留意しつつ、本教室等の介護予防教室を開催するとともに、体操の動画等を活用した取組を推進していきます。	


事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
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	分野別の目標
事業の目標		
受診勧奨により、がんについての知識の普及啓発および、がん検診の受診率向上を図る。		
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
①乳がん検診:41～60歳の女性の内、過去不定期的に受診している方。また、国民健康保険加入者で過去3年間乳がん検診の受診歴がない方。 ②子宮頸がん検診:21～39歳の女性の内、過去不定期的に受診している方。 ③大腸がん検診:41～60歳で、過去不定期的に受診している方。 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。 ※年齢はいずれも令和4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		
○令和3年度がん検診において、抽出日時点で未受診者に対し、対象者別受診勧奨はがきを9月末に発送。 (①～③は国立がん研究センターの提供資材を活用して作成)		
		
①乳がん検診	②子宮がん検診	③大腸がん検診
④40歳(初年度無料)		
取組の成果		
はがき送付後、がん検診について問い合わせ件数が増えたため受診のきっかけの一助となったと考える。 成果については検診実施期間(令和4年3月13日)終了後、令和4年度中に調査予定。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
令和2年度は受診勧奨はがきの送付を中止した。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
新型コロナウイルス感染症の影響により受診控えが懸念されるため、定期検診の重要性についても情報発信していく必要がある。	継続して受診勧奨を行う	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
継続して受診勧奨を行う		



事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
がん検診受診率向上対策普及啓発事業	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	分野別の目標
事業の目標		
がんについての知識やがん検診に関する普及啓発活動を行い、がんに関する意識を高め、受診率向上を図る。		
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		
①について、中央図書館と連携		
取組の内容		
<p>①中央図書館にてがんのパネル展示 (10月1日～10月17日)</p>  <p>②さいたま市Twitterに掲載 4月・10月・11月</p>  <p>③催事情報システムで放映(11月)</p>  <p>④市報さいたまに掲載(5・7・8・10・11月)</p>		
取組の成果		
<p>例年実施している、図書館パネル展示や市報さいたまでの啓発に加え、今年度より市のTwitterや催事情報システムでの啓発を実施した。新たな方法で啓発を実施したことで、従来からの対象者以外にも情報を発信できた。</p>		
新型コロナウイルス感染症の影響		
令和2年度は図書館パネル展示を中止した。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
今年度、インターネット市民意識調査でがん検診について調査を実施した。結果を参考に、検診未受診者に届く情報発信の方法を検討していく必要がある。	継続して情報を発信していく	
	<p>コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性</p> <p>継続して情報を発信していく</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												
「健康！ほっとステーション」での啓発	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												
			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		4 1日3食バランスのとれた食生活の推進												
健康について関心を持ち、健康に関する情報を得ることで、健康増進に向けて取り組むことができる。			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														
区健康づくりの目標		区民が希望(ゆめ)や生きがいをもって、心身共に健康で豊かに暮らし続けたい、健康を実感できる「潤いあるまち≪水と緑と花のまち≫を目指します。													
事業の対象者	単年度事業・継続事業														
西区民	継続事業														
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体															
なし															
取組の内容															
<ul style="list-style-type: none"> ・『健康！ほっとステーション』は、西区役所保健センター窓口隣で、健康情報発信の場として、継続して運営している。 ・生活習慣病予防、感染症、食育、歯科保健など、時宜に合わせた情報を発信している。(年11回更新) ・当月の紹介をTwitterおよびホームページで、前月の実施報告をホームページと健康なびに掲載している。「号外編 新型コロナウイルス感染症対策」のホームページも随時更新を行った。 ・市民が自身で健康管理できるきっかけになるよう、自動血圧計を設置している。 															
<p style="text-align: center;">年間予定</p> <table border="0"> <tr> <td>4月 心身共に、カラダを整える</td> <td>10月 じつは身近な病気『がん』</td> </tr> <tr> <td>5月 たばこ、やめてみませんか？</td> <td>11月 あなたも、たぶん『歯周病』</td> </tr> <tr> <td>6月 食事をおいしく、バランスよく</td> <td>12月 誰でもできる感染症予防！</td> </tr> <tr> <td>7月 飲む前に知っておきたい肝臓と健康</td> <td>1月 誰でもできる感染症予防！</td> </tr> <tr> <td>8月 知って防ごう 熱中症</td> <td>2月 気になるお腹～まさかメタボ！？～</td> </tr> <tr> <td>9月 見直してみませんか？あなたの生活習慣</td> <td>3月 災害時に気を付けたいからだのコト</td> </tr> </table>		4月 心身共に、カラダを整える	10月 じつは身近な病気『がん』	5月 たばこ、やめてみませんか？	11月 あなたも、たぶん『歯周病』	6月 食事をおいしく、バランスよく	12月 誰でもできる感染症予防！	7月 飲む前に知っておきたい肝臓と健康	1月 誰でもできる感染症予防！	8月 知って防ごう 熱中症	2月 気になるお腹～まさかメタボ！？～	9月 見直してみませんか？あなたの生活習慣	3月 災害時に気を付けたいからだのコト		
4月 心身共に、カラダを整える	10月 じつは身近な病気『がん』														
5月 たばこ、やめてみませんか？	11月 あなたも、たぶん『歯周病』														
6月 食事をおいしく、バランスよく	12月 誰でもできる感染症予防！														
7月 飲む前に知っておきたい肝臓と健康	1月 誰でもできる感染症予防！														
8月 知って防ごう 熱中症	2月 気になるお腹～まさかメタボ！？～														
9月 見直してみませんか？あなたの生活習慣	3月 災害時に気を付けたいからだのコト														
取組の成果															
市民が持ち帰れるよう資料を配置しており、閲覧利用だけでなく、啓発資料が市民の手に渡っており、活用されていると考える。															
新型コロナウイルス感染症の影響															
<ul style="list-style-type: none"> ・掲示スペースの一部を、常時コロナ対策の情報掲示等に使用。 ・スモーカーライザーと肺年齢測定および体脂肪測定器は、感染リスクを考慮し中止。 															
課題	コロナ禍が終息した場合の今後の方向性														
令和2年度同様、新型コロナウイルスの影響を受け、情報発信する内容に配慮した。感染症対策を含めて、いかに自分で健康管理を継続するかを考えられるよう、継続して情報発信できるとよい。	常設している新型コロナ対策の掲示等を外す。														
	コロナ禍が終息しない場合の今後の方向性														
	新型コロナウイルス対策の情報発信を継続。														

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
かがやく女性のためのHAPPYエイジング ① ~プレ更年期からのカラダ・おうちケア~ ② ~カラダがよろこぶストレッチ~	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	
運動習慣の獲得や栄養管理、口腔のセルフケア等、若い世代から取り組む生活習慣改善の重要性を知ることができる。		区健康づくりの目標 区民が希望(ゆめ)や生きがいをもって、心身共に健康で豊かに暮らし続けたい、健康を実感できる「潤いあるまち≪水と緑と花のまち≫を目指します。
事業の対象者		単年度事業・継続事業
①西区在住35~59歳の女性、②西区在住18~49歳の女性		継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
①かがやく女性のためのHAPPYエイジング ~プレ更年期からのカラダ・おうちケア~ 日時: 10月20日(水) 10:00~11:15 10月27日(水) 10:00~11:15 参加者: 14名(延人数) 内容: からだを整えるストレッチ(運動指導員) 講話『女性の口元ケア』(歯科医師) 体組成測定、講話(歯科衛生士)		②かがやく女性のためのHAPPYエイジング ~カラダがよろこぶストレッチ~ 日時: 11月1日(月) 10:00~11:15 参加者: 5名 内容: ストレッチ、音楽に合わせてエクササイズ(運動指導員) 体組成測定 健康についてのミニ講話(保健師)
 		 
取組の成果		
新型コロナウイルスの影響により、従来の教室から内容の変更や時間の短縮があったにもかかわらず、教室の内容について、『満足』と回答した人および『生活習慣を見直すきっかけになった』と回答した人は、それぞれ100パーセントだった。①は、令和2年度とはテーマを変更し、女性特有のテーマにしたこともあり、口腔チェックや実習を行わなかったが、参加者の満足度は高かった。②は、まん延防止措置中のため、6月から11月に延期して開催したが、当初の申込者は全員参加希望をされた。満足度は高く、教室開催への期待も高いと感じた。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
<ul style="list-style-type: none"> ・緊急事態宣言やまん延防止措置中は、教室を中止し延期した。ソーシャルディスタンスを取るため定員を半分以下にして開催した。 ・常時換気し、当日の体調確認、マスクの着用、手指消毒、参加者の移動・接触を最小限にするよう、配置した。 ・運動については、マスク着用のまま行える運動量とし、歯科医師による講義形式での開催とした。 		
課題	コロナ禍が終息した場合の今後の方向性	
新型コロナウイルス感染予防対策をとりながら、いかに安全に配慮して開催できるか、開催時期の流行状況に合わせ、教室の内容や延期・中止の判断時期を検討する必要があると考える。	コロナ禍以前と同じように実施できるか、再検討。	
	コロナ禍が終息しない場合の今後の方向性 令和3年度同様、内容の変更、時間の短縮、定員削減し、感染症対策を講じて実施。	


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
糖尿病予防教室 食事のコツを知ろう！ (特定健康診査等事業)	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの		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
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		
北区民が ①糖尿病の病態や糖尿病予防の基本を理解できる ②糖尿病を予防するための食習慣について理解できる ③糖尿病と歯周疾患との関係、具体的な口腔ケアについて知る	区の健康づくりの目標	1. 子育て世代から、生活習慣業の予防対策として、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。 2. 地域のコミュニティとの協働と図り、地域の団体・組織等との連携を強化することにより、区民が健康情報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り組んでいけるよう促します。	
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
糖尿病が気になる方、血糖値が高めな方、特定保健指導積極的支援対象者(血糖値)	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保健師による講義 ・糖尿病について ・健診の受診について ②管理栄養士による食事に関する講義及び演習 ・糖尿病予防のための食生活について講義 ・日頃摂取している炭水化物量の計算の演習 ③歯科衛生士による口腔ケア等に関する講義			
取組の成果			
・12月1日に実施し、11名の参加者があった。アンケートの結果から、参加者の多くが糖尿病予防のための食生活について興味があり、管理栄養士の講義では、演習として簡単な栄養の計算を行い、理解を深めることができたと考えられる。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
・昨年度からの変更点として、感染症予防のため、定員を15名から12名に変更し、管理栄養士の講義を中心として行うこととした。また、教室参加時には、健康チェック、手指消毒、換気など感染予防対策を実施した。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
・新型コロナウイルス感染症対策のため、少人数による教室となっていたため、より多くの参加者が講義を受けられるよう、事業の実施方法等について検討していきたい。	糖尿病の病態、栄養や歯科の講義に加えて、活動量があり、持続できる運動を実技として取り入れていけるような事業内容を検討していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	感染予防対策を継続しながら、感染リスクが高くないような方法で教室を実施していく。		



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
けんこうギャラリー ～北区発信！楽しく健康に～	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの		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
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 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	
北区区民が ①がんやがん検診について知り、健診の重要性を理解する。 ②たばこの害について知り、禁煙の必要性と具体的な方法について知る。 ③運動の重要性や具体的な方法について知る。 ④適切な区生活に関する知識を得る。 ⑤歯周疾患と生活習慣及びほかの疾患との関係について知る。	区健康づくりの目標 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。 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、区民が健康情報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り組んでいける。		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
プラザノース及び区役所の来庁者	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
プラザノース			
取組の内容	<p>下記の各テーマについてポスター及びPOPを作成し掲示した。また、各テーマごとに、リーフレット、ポケットティッシュ等を設置し、健康づくり等に関する啓発を実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査について ・がん検診について ・たばこについて ・感染症について ・運動について ・糖尿病予防のための食生活、バランスの良い食生活について ・歯周病予防について 		
			
取組の成果	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度は、プラザノース1階の広い通路(アトリウム)を利用し、幅広く啓発することができた。 ・9月3日～9月6日まで週末を含め5日間展示し、437名と多くの来庁者があった。 		
新型コロナウイルス感染症の影響			
<ul style="list-style-type: none"> ・例年、クイズラリーとして、参加者にクイズに答えていただき、職員が解説をしながらプレゼント等をお渡ししていたが、今年度は接触を減らすために、自由に見学していただく展示の方法で実施した。 			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
クイズラリーよりも多くの参加者が来庁されたため、多くの方に啓発できた一方で、乳がんモデルの自己検診やCOモニターなど、接触のある体験型の啓発を行う機会がなくなっている。	乳がんモデルの自己検診やCOモニターによる体験型の啓発等も実施していけるとよい。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	今年度同様に、職員や参加者同士が密にならず、接触しない方法で啓発を実施していく。		



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
ママの元気アップ講座	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
子育て中の母親を対象に、運動や講義をきっかけとして生活を振り返り、健康づくりに取り組むことができる。	区の健康づくりの目標 子育て世代からの生活習慣病予防を意識した生活スタイルの獲得 地域のつながりの強化や関係団体との協働		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
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
0歳～3歳児とその保護者	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
子育て支援センターおおみや、体育トレーナー			
取組の内容			
<p>7月は、保健師講義「女性の健康(乳がんモデル触診体験含む)」・管理栄養士講義「ママのための栄養学」と体組成測定を実施。</p> <p>11月は、保健師講義「女性の健康(乳がんモデル触診体験含む)」・歯科衛生士講義「ママと子どものお口のケア」と体組成測定を実施。</p> <p>10月・12月(年度当初5月に計画していたが新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ12月に延期)は、体育トレーナーによる運動実技「ちょっと一息ほぐしタイム」を実施。</p>			
			
取組の成果			
<p>教室後アンケートでは「教室の内容を家庭でも取り組んでみようと思うか」の問いに、参加者ほぼ全員が「思う」と回答した。「自分の健康を見直す、いいきっかけになった」「普段はあまり体を動かしていなかったので良い機会になった」などと好評をいただいた。支援センターと共催事業であり、託児もあるため「子どもを見てもらったので、自分の時間がきちんととれた。リフレッシュできた。」との感想も多くあった。</p>			
新型コロナウイルス感染症の影響			
<p>例年申込み数の多い運動編では、密を避けるために2部制に分散、1回あたりの定員を減らした。物品の貸し出しはせず、乳がんモデルの触診体験など物の共有がある場面では1人1人消毒をした上で実施した。</p>			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
乳幼児の保護者を対象としているため、当日の天候や児の体調不良などで当日キャンセルが多くなることが課題である。	本事業は継続。定員や内容を再検討する。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	今年度と同様の方法で実施。		




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
おうちでピラティス	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		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
①対象者が、自分の健康状態について知ることができる。 ②対象者が、望ましい生活・運動習慣について知り、行動変容のきっかけにすることができる。		分野別の目標 区の健康づくりの目標 区の将来像である「みぬまの自然と共生」を目指し、区民との協同により、区民一人ひとりが心身共に健やかで生き生きとした生活の実現に努めます。 1. 若い世代から生活習慣病予防に興味・関心がもてる意識づくり 2. 地域環境の活用、組織や団体との連携による地域とのつながりある健康づくり
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
20～64歳までの区民で医師から運動制限の指示がない方	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
【日程】令和3年6月30日(水)10:00～11:30(受付9:30～) 【会場】見沼区役所 B会議室 【内容】 ・体組成測定 ・講義「体組成測定結果説明・高血圧を防ぐ生活」:保健師 ・運動実技「ピラティス」:体育トレーナー 【周知方法】 市報(区版)、市ホームページ、区役所ロビー・保健センターでのちらし設置、配布 女性のヘルスチェック事後指導対象者へのちらし送付		
取組の成果		
・申込定員12名に対し12名申込、11名参加。 ・アンケートの結果、講義は参加者の100%が「分かった」と回答した。また、「家でも体幹・姿勢を意識したい」等の自由記載もあり、参加者の健康増進への意識の向上に繋がった。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
コロナ感染症の拡大の影響を鑑み、マスクを着用した状態で行える運動内容に変更、事業運営時間の短縮、定員を少なくし実施した。実施時は原則マスク着用として、ソーシャルディスタンスを保てるようマット等の配置をした。また、使用物品の消毒を徹底した。		
課題	コロナ禍が終息した場合の今後の方向性	
まん延防止重点期間ではあったが、ほぼ定員数での参加があり、初めての参加者もいた。家でも取り組める運動実技をテーマにすることで、集客出来たと思われる。今後もコロナと共生できる健康教育を実施していく。	運動強度を高くする等、参加者の属性に合わせた運動を取り入れていく予定。	
	コロナ禍が終息しない場合の今後の方向性 感染予防を徹底し、少人数定員で実施。	



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
体組成測定会	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		2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進
			4 1日3食バランスのとれた食生活の推進
事業の目標			5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
体組成測定を通して、自身の体と向き合い健康づくりに対する意識を高めるとともに、健康づくりの継続化を促す	区の健康づくりの目標 区の将来像である「みぬまの自然と共生」を目指し、区民との協同により、区民一人ひとりが心身共に健やかで生き生きとした生活の実現に努めます。 1. 若い世代から生活習慣病予防に興味・関心がもてる意識づくり 2. 地域環境の活用、組織や団体との連携による地域とのつながりある健康づくり		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
区内在住の18歳以上の方(ペースメーカー使用者・妊婦を除く)	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
なし			
取組の内容			
<p>年4回実施 令和3年6月4日(金) 9時30分～11時30分 令和3年6月7日(月) 9時30分～11時30分 令和3年12月3日(金)9時30分～11時30分 令和3年12月6日(月)9時30分～11時30分 【会場】 見沼区役所保健センター 指導講座室 【内容】 希望者に対し、体組成測定を実施。測定後、体組成測定用紙の見方について説明し、健康相談に応じる。 【周知】 区役所ロビーにチラシの設置、市報への掲載にて体組成測定会の周知。</p>			
取組の成果			
事前に予約制。30名定員とし、6月4日・12月3日は定員を超えての申し込みあり。6月4日は27名、12月3日は30名参加。6月7日は18名だった。12月6日はお断りが27名あり、追加開催し、7名参加した。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
6月はまん延防止等重点措置のため、定員を40名→30名へ減らして開催。事前予約・時間指定とした。参加者は当日の検温及び原則マスクを着用し、ソーシャルディスタンスを保持しながら実施した。6月の状況を受け12月も同様に実施。			
課題	コロナ禍が終息した場合の今後の方向性		
健康づくりへの意識が高い高齢者を中心に利用あり。若い働き盛り世代等の参加が少なく、働きかけやアプローチの工夫が必要と考えられる。	予約制にせず実施時間内に先着順で実施する予定。		
	コロナ禍が終息しない場合の今後の方向性		
	感染予防を徹底し、予約制・定員を設け実施。		



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
食べ物・飲み物ふしぎ発見！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	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
参加者が規則正しい食習慣と歯と口の健康、感染症予防、生活習慣病予防についての知識・理解を深め、意識して生活することができる。	II 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	区健康づくりの目標 1. 若い世代から日常生活に運動が取り入れられ、適切な食習慣を獲得する。 2. 区民自らが健康に関する意識を高め、主体的に健康づくりに取り組むことができる。
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
区内在住の小学生とその父親	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
<p>日程：令和3年8月29日(日) 参加者：親子5組11名 内容：〈管理栄養士講義・実験〉実施方法：Zoom ・「酸について」の講義と「焼きそばの色が変わる」実験 ・「飲み物に含まれる砂糖について」の講義と「サイダーを作ってみよう」の実験 〈歯科衛生士講義〉歯周病予防、むし歯について 〈保健師講義〉感染症予防、糖尿病について</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   <div data-bbox="979 1218 1378 1473"> <p>色変わり実験</p> <p>食べ物の色変わり実験は実は食べ物に含まれている酸とアルカリという力で色を変えます。酸はすっぱい味で、アルカリは苦い味が特徴です。</p> <p>今回は、実際に実験をしてみよう。作りかたはクイズで挑戦しよう。ブルーベリージュースも用意してあります。</p> <p>お水とカップも忘れずにね！</p> </div> </div>		
取り組みの成果		
<p>親子での参加としたことで、働き盛り世代への生活習慣病予防普及啓発の機会とすることができた。参加者アンケートでは、教室の内容に「満足」が80%、「やや満足」が20%であった。理由として、「実習を行えたことで、子どもの記憶に残ったと思う。」「子どもが理解でき、楽しそうにワークできていたため。」との記載があった。Zoom開催としたことで、感染の不安なく開催することができた</p>		
新型コロナウイルス感染症の影響		
<p>本事業は、当初集合開催を予定し、会場での調理実験と歯科医師による保護者の口腔チェックも行う予定であった。感染防止の観点からZoom開催に変更し、教室内容を一部変更、口腔チェックは中止となった。</p>		
課題	コロナ禍が終息した場合の今後の方向性	
<p>・保健センター事業に参加しない方、啓発を受ける機会の少ない方への普及方法。 ・感染予防対策を講じながら、目標を達成するための実施方法。</p>	<p>調理実習やブラッシング実習を含めた各事業の会場開催を再開する。また、より広い範囲での普及啓発活動が行えるよう、周知方法や開催方法の見直しに取り組む。</p>	
	コロナ禍が終息しない場合の今後の方向性	
	<p>感染防止対策を講じながら、会場での開催とオンライン開催を状況により選択し事業実施に努める。また、より広い範囲での普及啓発が行えるよう上記と同様に取り組む。</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
健康クイズを用いた啓発活動	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		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
			7 受動喫煙の防止と禁煙
事業の目標			
健康普及月間・週間の機会を利用して食、口腔、禁煙、がんについての情報を伝え、健康増進を図る。	区の健康づくりの目標		
	1.健康を実感できる住民の増加 2.若い世代からの健康的な生活習慣の獲得		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
来庁する区民と区役所職員	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
プラザウエスト・桜区総務課			
取組の内容			
<p>健康について楽しく考えていただけるように、健康普及月間・週間に合わせ、クイズ形式や壁面掲示にて情報提供しています。同時期にあるものをまとめて掲示しているため、5月末～6月にかけては禁煙週間・食育月間・歯と口の健康週間、10月には乳がん月間・がん検診受診率50%達成に向けたキャンペーンを実施しています。</p> <p>区役所とプラザウエストの階段踊り場、職員食堂の飛沫防止の衝立に掲示しています。</p>			
		<p>プラザウエスト階段</p>	
		<p>区役所内休憩室</p>	
取組の成果			
保健センターの情報スペース以外に階段や職員食堂に情報を掲示することで、幅広い年齢層の方に見ていただくことができます。また、プラザウエストと連携することで、閉庁日や区役所への来庁者以外の方にも見ていただくことが可能です。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
緊急事態宣言やまん延防止等重点措置の発令に伴い、区役所来庁者やプラザウエスト利用者が減少しました。また、区役所や感染防止の観点から、答えをめくって確認する媒体が使用できないこと、狭い空間に立ち止まらないよう、掲示スペースを考慮しました。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
<p>掲示期間中以外は、普及啓発ができないことです。</p> <p>来所者以外の区民に向けた健康に関する普及啓発の方法が課題です。</p>	<p>媒体の掲示方法の多様化や、教室やイベントなど人の集まる場での掲示を実施したいと思います。</p>		
	<p>コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性</p> <p>来所者に限らず、健康についての情報を発信できるような方法を検討します。</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
浦和区「健康スポット」での啓発	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
			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		4 1日3食バランスのとれた食生活の推進
・幅広い世代が健康について関心を持つことができる。 ・健康に関する情報を得ることで、健康増進に向けて取り組むことができる。			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		
		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		
浦和区役所・浦和区保健センターに来庁した方	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
なし			
取組の内容			
●浦和区役所1階・浦和区保健センター1階にてそれぞれ設けていた啓発コーナーを、今年度新たに「健康スポット」と名称を変更し、より多くの方が健康について関心を持てるよう運営している。 ●禁煙・歯と口の健康・食育・感染症予防・生活習慣病予防など、毎月時宜に合わせたテーマを設け、情報を発信している。 ●ポスターの掲示やチラシの配架だけでなく、テーマに合わせて啓発品セットを作成している。 ●毎月テーマが変わるごとに、健康スポットの紹介を浦和区Twitterにて発信している。			
			
取組の成果			
毎月啓発品セットが200～300程度、市民の手に渡っており、活用されていると考えられる。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
なし			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
より興味・関心を持ってもらうことができるよう、掲示方法やSNSによる発信内容の検討が必要。	引き続き健康スポットを運営し、健康に関する情報発信を継続。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	引き続き健康スポットを運営し、新型コロナウイルス感染症対策を含め、健康に関する情報発信を継続。		

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
親子食育教室 「めざせ！お料理博士～小麦粉編～」	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの	
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
若い世代(小学生とその保護者)が小麦についての話を通じ、食に関する興味・関心を持つとともに、バランス良く食べることについて理解できる。	区健康づくりの目標 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	
小学生とその保護者	継続事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
(1)日時 令和3年7月3日(土) 10時～11時30分 (2)会場 浦和区保健センター 3階 調理室 (3)内容 小麦粉のふしぎのお話、グルテン取り出し実験、食事のバランスについてのお話 (4)周知方法 市報・ホームページ・SNS・ポスター・チラシ		
  		
取組の成果		
定員10組20名に対し、参加者8組16名であった。アンケート結果より、参加者全員より「バランス良く食べることについてわかった(少しわかった)」との回答が得られ、食に関する興味・関心が高まったと考える。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
密を避ける為、定員を縮小し、調理実習及び試食を行わない内容(実験)とした。また、参加者の体温測定や体調確認、手指消毒及びマスクの着用、座席の把握、会場内の消毒や換気を行った為、物品準備や職員の負担増があった。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
コロナ禍における調理実習の実施についての検討が必要。	定員や実施内容を見直し、継続実施予定。	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
	引き続き感染予防対策をとり、継続実施予定。	



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
体組成測定会Next	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
			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
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		
・体組成測定による自身の健康の「見える化」を通じて、区民が主体的に健康づくりや生活習慣病予防に取り組むことができる。 ・区民が糖尿病の基礎知識や予防等について理解できる。		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		
区内在住の18歳以上の方で、糖尿病予防に関心のある方・血糖値が高めの方	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
国民健康保険課			
取組の内容			
(1)日時 令和3年6月3日(木)①9時30分～ ②11時～ 令和3年12月16日(木)①9時30分～ ②10時45分～ 予定 ※令和3年12月16日には浦和ファットサルクラブ(自主ウォーキンググループ)参加者の体組成測定を教室と併せて実施予定 (2)会場 浦和区保健センター 5階 大会議室 (3)内容 体組成測定 保健師による体組成測定結果の見方の説明 管理栄養士による糖尿病を含めた生活習慣病予防に関する講義 (4)周知方法 市報・ホームページ・ポスター・チラシ		 	
取組の成果			
24名定員予約制にて18名(40歳以上64歳以下:12名、65歳以上:6名)が参加。参加者の内、アンケートの回答があった16名全員より、「生活習慣の改善に取り組もうと思った(少し思った)」との回答が得られた。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
密を避ける為、定員を縮小し、2部制で実施した。また、参加者の体温測定や体調確認、手指消毒及びマスクの着用、座席の把握、会場内の消毒や換気を行った為、物品準備や職員の負担増があった。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
参加者の平均年齢が62歳であり、重点目標にある若い世代の参加者が少ないことから、周知方法や企画内容の工夫が必要。	定員や内容を拡大し、継続実施予定。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	引き続き感染予防対策をとり、継続実施予定。		

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
がん予防に関する取り組み	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
事業の目標		
<ul style="list-style-type: none"> ・がん予防のための生活習慣を見直す。 ・がん検診の受診率向上。 		
区の健康づくりの目標 がん予防や早期発見について区民に周知する。		
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
区内在住の方。主に保健センターや老人福祉センターの利用者、教室参加者(20~40歳代女性)。	単年度事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
コミュニティ課、文蔵児童センター		
取組の内容		
<ul style="list-style-type: none"> ・保健師による乳がんに関する講義を実施。乳がんモデルを使用して触診の体験をしてもらった。 ①「おうちでできる！美BODYエクササイズ」 ②文蔵児童センターの依頼教育 ・10月から1か月間、健康応援ブースにてがん予防やがん検診に関する情報を掲示した。 ・市報さいたま南区版12月号にがん検診を勧奨する内容の記事を掲載した。 ・がん検診の受診勧奨についてSNS(南区役所Twitter)にて周知した。 		
		
取組の成果		
講義では、実際に乳がんモデルを触ってもらうことでしこりの特徴や自己触診の仕方をわかりやすく伝えることができた。また、区民にがん予防やがん検診に関する情報を周知することができた。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
教室に関しては、定員を縮小して実施。乳がんモデルを触ってもらう際には、感染予防のため、自己触診用のグローブを付けてもらった。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
<ul style="list-style-type: none"> ・講義を聞いている人は、ある程度健康意識の高い人であり、関心のない人へのアプローチが難しい。 ・周知だけでは、がん予防への意識づけがづらい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・教室の対象人数を増やし、より多くの区民にがん予防についての情報を伝える。 ・母子保健事業などで乳がんモデルを設置し、教室に参加していない区民にも自己触診の体験ができるようにする。 	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
	<ul style="list-style-type: none"> ・教室の定員を縮小し、密にならないように配慮する。 ・教室での乳がんモデルの体験では、手袋の着用、手指消毒に協力してもらいながら実施する。 	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
おうちでできる！美BODYエクササイズ	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 5 積極的な身体活動と運動習慣の形成
事業の目標	分野別の目標	
<ul style="list-style-type: none"> ・家庭内のできる「ながら運動」を学ぶことで運動習慣への意識を高め、今後も運動を継続する。 ・子育て世代から、がん検診を受診することの必要性や、食生活・口腔ケアを見直すことの必要性を理解する。 	区健康づくりの目標 生活習慣の改善、重症化予防のため、子育て世代から健康を意識した生活スタイルが獲得できる。	
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
区内の20～40歳代女性(妊婦・産後6か月未満の方を除く)	単年度事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
<ul style="list-style-type: none"> ・運動健康指導士による運動の効果についての講義と実技(自宅のできる筋トレやストレッチ等) ・保健師による乳がんに関する講義(乳がんモデルを使用した自己触診の方法等) ・管理栄養士による朝食の必要性についての講義 ・歯科衛生士による口腔ケアの必要性と実施方法についての講義 ・体組成測定、結果説明 		
		
取組の成果		
参加者は、定員12名に対して9名だった(体調不良等による当日欠席者2名)。運動指導士により、自宅のできる筋トレやストレッチの実技を行った。併せて、体組成測定を実施し、個別に運動のアドバイスができた。また、乳がんを早期に発見するための自己触診の方法や乳がん検診の受診勧奨ができた。朝食の必要性や口腔ケアの大切さについて情報提供し生活習慣を見直すきっかけづくりの場とした。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
定員を縮小し、教室内では2mの間隔を取れるよう対応した。運動中も常にマスクの着用を協力してもらい、その分休憩時間をこまめに取った。託児の利用人数を縮小し、児一人に対して保育士一人が対応できるように調整した。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
<ul style="list-style-type: none"> ・個々の運動能力に差がある。 ・すでに健康に対する意識が高い者の参加が多い。 ・運動習慣の定着を促すことが必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ・対象人数を増やし、より多くの区民に健康意識を持ってもらう。 ・参加者同士の交流を測り、グループダイナミクスとしての運動実技を実施する。 	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性 <ul style="list-style-type: none"> ・密にならないように、定員を調整する。また、参加者同士の接触を避けるため、距離を保ち、マスクを着用しながら運動実技を実施する。 ・ZOOMなどのオンラインでの実施を検討する。 	

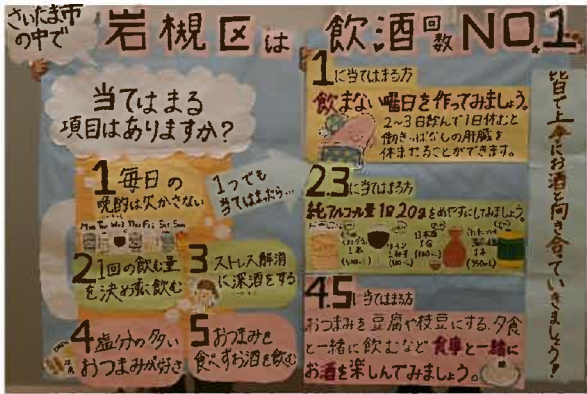
事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
禁煙支援	Ⅱ 地域の環境や社会資源を活用した健康づくり	7 受動喫煙の防止と禁煙
事業の目標	分野別の目標	
保健センターで禁煙相談を行っていることを周知する。		
区の健康づくりの目標		区民に禁煙の必要性を周知する。
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
区内在住・在勤・在学の方(サウスピア、武蔵浦和駅利用の方)	単年度事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
さいたま市老人福祉センター武蔵浦和荘(シニアふれあいセンターサウスピア)、総務課		
取組の内容		
<ul style="list-style-type: none"> ・複合公益施設サウスピア7階の窓(武蔵浦和駅側)に、禁煙についてのスローガンを1週間掲出した。保健センターは駅と反対側になるため、同じフロアのさいたま市老人福祉センター武蔵浦和荘に協力を依頼した。 ・保健センター所有の自転車5台と総務課所有の電動自転車(4台)の後ろ籠に、「南区保健センター 禁煙相談実施中」という看板を付けた。 ・世界禁煙デーに合わせて5月から1か月間、健康応援ブースに禁煙に関する情報を掲示した。 ・禁煙相談PRのためのポケットティッシュを作成し、妊娠届があった方に配布した。 		
		
取組の成果		
武蔵浦和駅利用者を中心に、禁煙についての周知ができた。また、区内を自転車で移動する中で、南区にいる方に保健センターでの禁煙相談のPRができ、禁煙に関する相談を受けた。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
感染予防のため、呼気中の一酸化炭素の測定(COモニター)を行うことができない。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
・禁煙の必要性、禁煙相談を行っていることを多くの方に周知し、実行してもらいたいが、相談に来る者が少ない。	相談に対する面接や教室の際にCOモニターを使用した一酸化炭素の測定を実施する。	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性	
	PRは現行のものを引き続き実施し、随時相談に対応する。禁煙相談については、基本的に予約制で行う。また、面接時には、感染予防を考慮したうえで実施する。	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
賢い大人は知っている！自分メンテナンス教室	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	3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上 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
事業の目標		分野別の目標
自身の健康習慣を振り返り、寝たきりの原因になる腰痛・膝痛予防について学ぶ機会をつくり、自身の生活習慣を改善するきっかけとする。		区健康づくりの目標 ①子育て世代からの健康づくりを意識した生活スタイルの獲得②地域のつながりを生かしたコミュニティ間での協働
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
18歳～64歳の区民	単年度事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
特記なし		
取組の内容		
<p>開催日:令和3年10月26日(火) 9:45～12:00 会場:緑区役所3階 保健センター 参加者:5名(50代2名、60代3名)</p> <p>周知方法:市報さいたま緑区版、緑区役所保健センターホームページにて周知。 全員が市報さいたま緑区版を見て申込み。</p> <p>内容: ①保健師による「自分メンテナンスについて」の講義 ②歯科衛生士による「体の歪みと歯の関係」の講義 ③ヨガインストラクターによるヨガ実技</p>  		
取組の成果		
アンケート結果より、運動や正しい姿勢、咀嚼をしっかりとすることを教室参加後も実践したいなど、全員が健康のための取り組みを継続したいと回答しており、生活習慣改善について意識づけができたと考えられる。		
新型コロナウイルス感染症の影響		
席の配置に十分な距離が取れるよう、定員を設定した。感染防止のため、マスクを着用しての運動実技とした。		
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性	
本年度は新たな対象者獲得のため講義内容を見直したが、若い世代の参加を増やすには至らず、広報の方法について検討が必要。来年度は、子育て世代の参加を増やすために広報を工夫する必要がある。	親子で参加できる運動教室の開催を計画し、子育て世代の参加を促す。	
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性 子育て世代の参加者を増やすため、幼稚園にチラシを配る。オンライン事業を実施するとともに、オンラインでの教室参加者に向けて事前説明会を実施する。	

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
かけっこの達人	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
			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			
小学生の保護者を対象に、生活習慣病予防についての講話を行い、自身や家族の健康について考え、見直すきっかけとする。また、親子で体を動かすことで、保護者にとって運動習慣を見直すきっかけとする。	区の健康づくりの目標		
	若い世代からの健康づくりのための意識の向上		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
区内在住の小学生とその保護者	単年度事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
取組の内容			
開催日 令和3年6月27日(日)	 		
会場 岩槻駅東口コミュニティセンター			
内容 遊びを取り入れた親子でできる運動 早く走るコツと実践 生活習慣病予防の講話(運動・栄養)			
取組の成果			
アンケート結果より、「教室が健康を見直すきっかけとなった」と回答した人の割合は100%であった。また、「教室の内容は、今後の生活に生かせると思うか」について、すべての参加者が「実践しようと思う」と回答しており、区の目標である『若い世代からの健康づくりのための意識の向上』につながったと考える。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
感染予防対策として、会場収容可能人数に対し、教室定員数を少なくし、ソーシャルディスタンスを十分確保できるようにした。また、マスク着用のまま運動を実践した。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
教室定員数に対し、参加者が少ない状態なので、教室のPRを強化していきたい。	教室定員数を増やして教室を開催する。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	新型コロナウイルスの流行状況をみながら、教室の内容および実施を検討する。		

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
禁煙に関する普及啓発	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
			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		7 受動喫煙の防止と禁煙
禁煙に関する正しい知識の普及		区の健康づくりの目標	
			若い世代からの健康づくりのための意識の向上
事業の対象者		単年度事業・継続事業	
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			
岩槻区コミュニティ課、岩槻区総務課			
取組の内容			
開催日 令和3年10月17日			
会場 岩槻文化公園			
内容 サッカー教室参加者に禁煙啓発物配布			
開催日 令和3年11月1日～11月30日			
会場 岩槻区役所3階通路			
内容 禁煙啓発のポスター掲示			
取組の成果			
サッカー教室参加者に啓発物を配布したことで、親世代(若い世代)に啓発ができた。 また、区役所3階通路にポスターを掲示したことで、普段保健センターに来庁しない区民に向けて、幅広く啓発ができた。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
なし			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
今後も幅広い層に啓発できるよう、多様な機会を活用し、啓発していきたい。	事業継続		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	事業継続		



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
飲酒に関する普及啓発	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		
飲酒に関する正しい知識の普及	区健康づくりの目標 若い世代からの健康づくりのための意識の向上		
事業の対象者	単年度事業・継続事業		
区民	単年度事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
岩槻区観光経済室			
取組の内容			
開催日	令和3年7月19日～8月27日		
会場	岩槻駅改札前通路		
内容	適正飲酒についてのポスター掲示		
取組の成果			
駅にポスターを掲示したことで、普段保健センターに来庁しない区民に向けて、幅広く啓発ができた。			
新型コロナウイルス感染症の影響			
なし			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
今後も幅広い層に啓発できるよう、多様な機会を活用し、啓発していきたい。	事業継続		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
	事業継続		

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・口の健康に関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			単年度事業
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			
<p>【歯科衛生士による児童への歯みがき指導】</p> <ul style="list-style-type: none"> 講話は例年どおり実施し、歯みがきの実習のみ中止した。 <p>【歯科医師による保護者への講話】</p> <ul style="list-style-type: none"> 例年学校保健委員会で歯科医師の講話を実施していたが、感染拡大防止のため、学校保健委員会を中止した学校については対象を教職員に変更し、教職員の研修の一環として歯科医師の講話を実施した。 			
取組の成果			
<ul style="list-style-type: none"> 状況に応じてその都度歯科医師会や歯科衛生士会と連絡調整し、柔軟に対応できた。 歯ブラシが持参できた学校は、その場で毛束の大きさや毛先の開き具合、歯ブラシの持ち方などが直接確認できた。 			
新型コロナウイルス感染症の影響			
感染拡大防止の観点から、歯みがき実習のみを中止した。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
<ul style="list-style-type: none"> 給食後の歯みがきの実施について市内でバラツキがあり、8020歯の健康教室で歯ブラシを持参する学校、持参しない学校とに分かれた。 歯みがきに対する考え方が児童数の規模別や地域によりで差があることから、何らかの対応が必要と考える。 1校から歯科衛生士の指導をオンライン(校内放送で中継)で実施したいという希望があり実施したが、指導者からは「直接児童の反応が確認できず難しい」とのコメントがあった。 	コロナ発生前の事業形態に戻して実施する。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性		
歯みがき実習を抜いた内容で実施する。			

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
公民館介護予防事業	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
			6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
事業の目標			
公民館において、本市の地域的課題の一つである高齢者支援に対応する事業を行い、もって市民の教養の向上、健康の増進に寄与する。	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		
65歳以上の方	継続事業		
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体			
各区高齢介護課、いきいき長寿推進課 等			
取組の内容			
「介護予防普及啓発事業」に関する教室を、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開催します。			
1 生きがい健康づくり教室 介護保険制度、防犯、防災、健康などさまざまなテーマを、公民館で従来実施してきた介護予防教室の形式(講座、ワークショップ、体験学習、世代間交流など)で学び、高齢者の生きがいづくり、健康づくりを目的とした教室を実施しています。			
2 ますます元気教室 各種体操や簡単な運動・栄養改善・口腔ケア、認知症予防等、高齢期の生活全般にわたる必要な知識を複合的なテーマで学びます。自主グループ化を目指し、介護予防活動を継続できるよう支援することで、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た教室を実施しています。			
取組の成果			
令和2年度実績 生きがい健康づくり教室 参加者数(延べ人数) 16,217人 ますます元気教室 参加者数(延べ人数) 2,606人			
新型コロナウイルス感染症の影響			
・ますます元気教室の1コース目の一部を中止。(基本は全3コース) ・その他、中止・延期とした講座(教室)あり。 ・定員を制限して教室を実施している。			
課題	コロナ禍が収束した場合の今後の方向性		
新たな参加者の発掘、事業周知 (リピーターが増えているため)	講座内容の工夫、見直しやPR方法の工夫を行い、参加者の安全に配慮しながら事業を展開していく。		
	コロナ禍が収束しない場合の今後の方向性 定員を制限したうえで、講座内容の工夫、見直しやPR方法の工夫を行い、参加者の安全に配慮しながら事業を展開していく。また、動画等による事業の実施も併せて行っていく。		