

【平成28年度 健康増進計画 事業概要】

健康福祉部 健康推進課

【調書の次年度方針の見方】

【次年度方針】

新規	新規事業の実施
継続	現行どおり、事業を継続する
充実	事業の充実、強化を図る
改善	事業の見直し、改善を図る
縮小	事業規模を縮小する
廃止	事業を廃止する

計 画 の 体 系

基本 目標	基本 施策	基本目標	施策目標	取組・方針
子どもから高齢者まで健康でこころ豊かにすごせるまち				
1. 健康寿命の延伸、生活の質の向上、地域健康づくりの推進				
元気に長生き (健康寿命の延伸)		(1) 栄養・食生活		<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を毎日食べるなど、食事のバランスを考えて食べられるように支援する。 ・「食育」に関する知識を普及する。 ・こどもの頃からの正しい食習慣づくりを促す。 ・地域住民と連携し、地元産食材を活用した食育を推進する。
		(2) 身体活動・運動		<ul style="list-style-type: none"> ・健康推進課の事業を通して、運動習慣の動機付けや継続を支援する。 ・健康増進室については、市民が利用しやすい環境づくりに努める。 ・市民が気軽に参加できる、運動教室やイベントの開催と周知に努める。
		(3) 休養・心の健康づくり		<ul style="list-style-type: none"> ・睡眠・休養・心の健康についての知識の普及 ・こころの健康づくりに関しての相談体制の充実 ・地域健康づくり活動を通して、地域住民同士の交流を促進する。 ・うつ病に関する知識の普及啓発と早期対応のための環境づくりに努める。 ・自殺予防について関係機関と連携し、普及啓発や相談体制の整備に努める。
自分らしく生きる (生活の質の向上)		(4) たばこ		<ul style="list-style-type: none"> ・未成年・妊婦等の若年者、家族等の幅広い対象に対する知識の普及啓発 ・公共の場での禁煙や分煙を推進する。 ・禁煙希望者への支援体制づくりを推進する。
		(5) アルコール		<ul style="list-style-type: none"> ・大量飲酒の健康への影響に関する知識の普及啓発や、適量飲酒、休肝日を設けるようアピールする。 ・アルコールの問題に対する相談機関の紹介 ・未成年・妊婦等の若年者に対する知識の普及啓発
		(6) 歯の健康		<ul style="list-style-type: none"> ・むし歯や歯周病に関する知識の普及啓発 ・歯及び口腔の健康づくりが実践できるように支援する。 ・定期的に歯科健診を受けるように、働きかけを進める。 ・かかりつけ歯科医を持つための情報の提供。

計 画 の 体 系

基本 目標	基本 施策	基本目標	施策目標	取組・方針
子どもから高齢者まで健康でこころ豊かにすごせるまち				
1. 健康寿命の延伸、生活の質の向上、地域健康づくりの推進				
		地域が一体となつてつくる健康 (地域健康づくりの推進)	(7) 糖尿病・メタボリックシンドローム	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病についての知識の普及啓発を図る ・特定健診、特定保健指導の周知を図る ・生活習慣改善への取り組みを支援する
			(8) 循環器疾患	<ul style="list-style-type: none"> ・市民健診、健康診断、特定健診の受診を促す。 ・生活習慣病の予防についての正しい知識の普及に努めるとともに、市民が継続して自己管理ができるよう支援する ・北多摩北部医療圏の脳卒中医療連携事業の下、関係機関と連携して脳卒中对策を進める。
			(9) がんの予防	<ul style="list-style-type: none"> ・がん検診の意義や有効性について、普及啓発を図る ・がん検診の受診率の向上を図る ・検診フォローの充実 ・がん予防のための生活習慣の啓発 ・乳がん予防の普及啓発

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
元気に長生き（健康寿命の延伸）	（1）栄養・食生活	朝食を毎日食べるなど、食事のバランスを考えて食べられるように支援する。	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児に関しては、健診や各種教室（離乳食・幼児食教室、両親学級、むし歯予防教室）等で食育や正しい食習慣づくりの啓発。また、食育出前講座では子どもから保護者までと対象を広げ、食事バランス・野菜を取り入れた食事・食生活習慣について講話・調理実演・相談等の支援を行う。 ・「かんたん！おすすめレシピ」のレシピ集をもとに、各関係機関で朝食の欠食率を下げるよう支援啓発し、内容の更新も行う。 	充実	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関で食育や正しい食習慣づくりの啓発を行う。
		「食育」に関する知識を普及する。	<ul style="list-style-type: none"> ・成人・高齢者に関しては、生活習慣病予防等の教室や出前講座を通して、バランスのとれた食事の重要性や食育について支援する。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> ・成人、高齢者に対する生活習慣病予防等の講座内容の充実を図る。
		こどもの頃からの正しい食習慣づくりを促す。	<ul style="list-style-type: none"> ・「かんたん！おすすめレシピ」のホームページに、毎月新メニューを掲載する。また、過去のレシピを随時選んでレシピ集として作成印刷し、幼児教室、きらきらママの元気応援講座・保育園等で活用し、普及啓発を行う。 ・学校、保育園、幼稚園の担当栄養士が、食育に関する情報交換会を定期的に行い、連携を図る。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> ・レシピ集の内容の更新を行い、各所で活用して食習慣づくりの普及啓発を行う。 ・食育に関する情報交換会を定期的に行い、連携を図る。
		地域住民と連携し、地元産食材を活用した食育を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・11月に「農業まつり」と同時開催で「きよせ食育展」を実施する。（「きよせ食育展」とは、学校給食を活用した食育の普及啓発を目的とした「学校給食展」と保育園の「食育展示」、健康推進課、産業振興課の「食育展示」を合わせたイベントである。）引き続き「農業まつり」と同時開催で「きよせ食育展」を実施し、食育の普及啓発を行う。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> ・「きよせ食育展」を実施し、食育の普及啓発を行う。

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
元気に長生き（健康寿命の延伸）	（２）身体活動・運動	健康推進課の事業を通して、運動習慣の動機付けや継続を支援する。	<ul style="list-style-type: none"> 健康大学において生活習慣病予防のための運動教室を実施する。 保健指導の一環として、運動教室、運動指導を実施する。 	新規	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防のための運動教室を開催 健幸ポイント事業を実施
		健康増進室については、市民が利用しやすい環境づくりに努める。	<ul style="list-style-type: none"> 健康増進室での各年齢、体力に合った運動プログラムによる指導を実施する。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 健康増進室での各年齢、体力に合った運動プログラムによる指導を実施
		市民が気軽に参加できる、運動教室やイベントの開催と周知に努める。	<ul style="list-style-type: none"> 骨粗しょう症予防教室では、30～40歳代の若い年代に多く参加してもらうよう、乳幼児健診・両親学級・栄養・歯科事業等で若い世代に受診勧奨を行う。 骨粗しょう症予防のため地域での出前講座も行う。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 骨粗しょう症予防教室の充実 地域での出前講座も行う。
	（３）休養・心の健康づくり	睡眠・休養・心の健康についての知識の普及	<ul style="list-style-type: none"> 健康大学・地域健康づくり支援事業等で講話・パンフレット・リーフレット等を配布して知識の普及に努める。 健康大学で、“脳のメンテナンス”、“折れない心の育て方”の講演を実施し、知識の普及啓発に努める。 自殺予防対策庁内連絡会を実施、協力・連携を図る。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 健康大学等で心の健康についての内容等の講座を実施 自殺予防対策庁内連絡会を実施
		こころの健康づくりについての相談体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> 成人健康相談、精神保健福祉相談等で相談に対応。必要に応じて、医療機関の情報提供や関係機関を紹介する。 9月に自殺予防対策庁内連絡会を開催し、2月に庁内の職員を対象にゲートキーパー研修を行う。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 成人健康相談、精神保健福祉相談等の充実
		地域健康づくり活動を通して、地域住民同士の交流を促進する。	<ul style="list-style-type: none"> 地域健康づくり支援活動で、地域住民の社会参加を促すとともに、住民同士が交流できるよう支援する。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 地域健康づくり支援事業における地域交流の充実

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
元気に長生き（健康寿命の延伸）	（3） 休養・心の健康づくり	うつ病に関する知識の普及啓発と早期対応のための環境づくりに努める。	<ul style="list-style-type: none"> 健康大学・地域健康づくり支援事業等で講話・パンフレット・リーフレット等を配布して知識の普及に努める。 健康大学で、“脳のメンテナンス”、“折れない心の育て方”の講義を実施し、うつ病についての知識の普及啓発にも努める。 	継続	うつ病に関する知識の普及啓発
		自殺予防について関係機関と連携し、普及啓発や相談体制の整備に努める。	<ul style="list-style-type: none"> 庁内職員などを対象に、ゲートキーパー研修を実施、人材育成に努める。 健康センターと市内2か所の図書館に自殺予防コーナーを設け、清瀬市の自殺の状況や自殺予防のパネルを掲示。また、各種教室・地域健康づくり支援事業・健(検)診等で自殺予防リーフレットを配布する等、啓発に努める。 3月、9月に東京都が開設する若者と成人むけ相談会・講演会をPRする。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 関係機関へのゲートキーパー研修等の実施 関係機関と連携した自殺予防対策の普及啓発
自分らしく生きる（生活の質の向上）	（4） たばこ	未成年・妊婦等の若年者、家族等の幅広い対象に対する知識の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> 健康大学でCOPDのテーマで講座を実施し、普及啓発を図る。 「きれいな肺を保つための講座」では簡易な肺機能の検査を実施する。健康大学・両親学級・骨粗しょう症予防教室、小学校の出前講座等実施し、関心を高める。 特定保健指導においては、COPDの知識の普及啓発、特に喫煙者に対する個別勧奨を通して、早期発見に努め、重症化予防を図る。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> 各事業でのたばこの害に対する情報提供を行う。 児童、生徒等の若者を対象にした禁煙教育の実施 COPDの知識の普及啓発及び重症化予防
		公共の場での禁煙や分煙を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙教室を実施。 乳幼児健康診査、歯科健診の会場に「保護者等の喫煙が乳幼児に与える影響」「分煙の方法」について等パネルで掲示し、禁煙、分煙の啓発に努める。 	継続	引き続き、普及啓発・相談体制の充実を図る。
		禁煙希望者への支援体制づくりを推進する。	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙希望者に対して、さらなる支援体制づくりを検討する。 	継続	禁煙希望者に対する支援体制づくりを図る。

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
自分らしく生きる（生活の質の向上）	（５）アルコール	大量飲酒の健康への影響に関する知識の普及啓発や、適量飲酒、休肝日を設けるようアピールする。	・特定保健指導・各種地域健康づくり支援事業等で知識の普及啓発を行う。	継続	・各種地域健康づくり支援事業等で知識の普及啓発を行う。
		アルコールの問題に対する相談機関の紹介	・アルコール問題は相談機関を紹介。普及啓発・相談体制の充実を図る。	継続	・引き続き、普及啓発・相談体制の充実を図る。
		未成年・妊婦等の若年者に対する知識の普及啓発	・母子健康手帳交付時・両親学級・父親学級等で、リーフレットを配布し、飲酒が胎児に与える影響について啓発。 ・乳幼児健診会場に、授乳中の飲酒や児に与える影響についてパネル展示し、禁酒について啓発を行う。 ・飲酒が胎児や授乳中の乳幼児に与える影響について両親学級等で普及啓発を行う。	継続	・飲酒が胎児や授乳中の乳幼児に与える影響について両親学級等で普及啓発を行う。 ・中学校で生徒、保護者に対しアルコールの健康教室を実施し、普及啓発を行う。
	（６）歯の健康	むし歯や歯周病に関する知識の普及啓発	・健康大学で「食べることは生きること」の講演会実施する。 ・子育てサークル・老人会等に出向き、噛む機能を含めた歯、口腔の健康に関する知識の普及啓発に努める。	継続	・事業を通し、噛む機能を含めた歯、口腔の健康に関する知識の普及啓発に努める。
		歯及び口腔の健康づくりが実践できるように支援する。	・1歳未満の乳児期、1歳以上の幼児期、就学前に教室・健診等を通し、健康学習を実施。	継続	・健診等を通し、健康学習を実施する。
		定期的に歯科健診を受けるように、働きかけを進める。	・成人歯科保健事業（親子歯みがき教室・親子歯科健診）を実施し、噛む機能を含めた歯、口腔の健康に関する知識の普及や啓発に努める。 ・新規に成人歯科健診を実施する。 対象者は、40・50・60・70歳の市民。	充実	・成人歯科健診の対象者を拡大し実施する。 対象者は、30・35・40・45・50・55・60・65・70歳に拡大。
		かかりつけ歯科医を持つための情報の提供。	・「協力歯科医院情報一覧」の内容を更新、作成配布、情報提供に努める。	継続	・「協力歯科医院情報一覧」の内容を更新、作成配布、情報提供を行う。

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
地域が一体となつてつくる健康（地域健康づくりの推進）	（7） 糖尿病・メタボリックシンドローム	生活習慣病についての知識の普及啓発を図る	<ul style="list-style-type: none"> ・市報・ホームページ・各種講演会や教室・健康まつり等で、生活習慣病の知識の普及啓発に努める。 ・健康大学で、特定健診、30代の健診受診者の内、尿検査の要指導域の者に対しては個別に勧奨通知を送付して参加を呼びかけ、CKD（慢性腎臓病）についての講演会を実施する。 ・「4つのステップで変える！健康習慣」のリーフレットを作成し、食育出前講座の幼稚園の保護者や小学校の保護者、乳幼児健診受診者の保護者、次年度30歳・35歳になる市民等に配布、生活習慣改善の取り組みについて普及啓発を行う。 	充実	<ul style="list-style-type: none"> ・市報・出前講座・講演会等の機会を活用して普及啓発を行う。 ・地域組織を活用した受診勧奨及び予防啓発活動の強化を図る。 ・「4つのステップで変える！健康習慣」のリーフレットを引き続き作成し、普及啓発を行う。
		特定健診、特定保健指導の周知を図る	<ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導においては、より個別性の高い支援プログラム等を提供する。 ・未受診者や未利用者からニーズを引き出しそれに合った事業を展開する。 ・引き続き、受診勧奨、及び相談会を実施し、重症化予防に努める。 	新規	<ul style="list-style-type: none"> ・未受診者及び継続受診勧奨を実施する。 ・特定保健指導対象者は、健診受診医療機関にて直接利用勧奨を実施する。また、個別通知や電話にて再勧奨を実施する。 ・健診結果にて要医療域の者に対して、受診勧奨及び相談会を実施し、重症化予防に努める。 ・30代早期介入保健指導事業を実施する。
		生活習慣改善への取り組みを支援する	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防教室、健康まつり、特定保健指導などを通して集団及び個人への支援を図る。 ・生活習慣病について医師・管理栄養士による講演会と栄養・運動教室を開催し、市民への啓発と個別支援を実施する。 ・30歳代市民が参加しやすい健康教室の実施を検討し、若年層からの生活習慣改善の大切さを普及啓発する。 ・きらきらママの元気応援講座で、生活習慣の改善の予防行動を促し取り組みを支援する。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防教室、健康まつり、特定保健指導などを通して集団及び個人への支援を図る。 ・若い世代からの生活習慣改善の大切さを普及啓発する。 ・きらきらママの元気応援講座の内容を充実させて実施し、生活習慣の改善の予防行動を促し取り組みを支援する。

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
地域が一体となつてつくる健康（地域健康づくりの推進）	（８）循環器疾患	・市民健診、健康診断、特定健診の受診を促す。	<ul style="list-style-type: none"> ・各種健康相談を実施。必要に応じて医療情報の提供や関係機関を紹介。 ・「4つのステップで変える！健康習慣」のリーフレットを作成し、生活習慣と循環器疾患の関連や、健康診査の受診勧奨に努める。 ・各種健診の受診者を増やす。 ・特定健診・30～39歳及び75歳以上の市民等の健診の受診率向上をめざし、市報、ホームページ、市内関係機関及び医療機関等にてポスターやパンフレット等で周知した。対象者には個別通知を送付し受診勧奨を図り、特定健診は通常の健診終了後、未受診者健診を実施する。 <p>実施状況（）内は平成26年度 特定健診：7,873人(7,703人) 受診率52.2% (H26年度計画目標数値 55.5%) ※受診者数・率は現時点の見込み数 30～39歳の市民健診：700人(680人) 40歳以上の生活保護受給者の健診：300人(295人) 後期高齢者医療健診：5,500人(5,334人)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各健診の要フォロー者には、リーフレットの配布や各種教室の案内文を送付する。 	継続	<ul style="list-style-type: none"> ・各種健康相談を実施し、必要に応じて医療情報提供を行う。 ・各種健診の受診者の増加に努める。 ・特定健診等の受診率(新規及び継続受診率)の向上を図る。
		・生活習慣病の予防についての正しい知識の普及に努めるとともに、市民が継続して自己管理ができるよう支援する	<ul style="list-style-type: none"> ・健康大学、生活習慣病予防教室、健康まつり、各種教室、地域健康づくり支援事業等を通して、生活習慣病の知識の普及に努める。 ・市報・出前講座・講演会・各種教室・地域健康づくり支援活動等の機会を活用して、生活習慣病予防の普及啓発を進めるとともに、各種健診の受診勧奨に努める。 	継続	・市報・出前講座・講演会等の機会を活用して生活習慣病予防の普及啓発を進め、各種健診の受診勧奨に努める。
		・北多摩北部医療圏の脳卒中医療連携事業の下、関係機関と連携して脳卒中对策を進める。	・脳卒中对策として、公的機関や関係機関でのリーフレットを配布し、知識の普及啓発に努める。	継続	・関係機関でリーフレットを配布し、知識の普及啓発を行う。

基本目標	施策目標	取組・方針	平成27年度 事業概要	次年度方針	平成28年度 新規又は主要事業
地域が一体となつてつくる健康（地域健康づくりの推進）	（9）がんの予防	・がん検診の意義や有効性について、普及啓発を図る	・各種健康教室・地域健康づくり支援事業、公的機関や関係機関の窓口等で受診勧奨チラシを配布する。 ・平成27年度は、がん検診自己負担の無料化の対象を、60歳以上の方まで拡大する。	充実	・各種健康教室・地域健康づくり支援事業、公的機関や関係機関の窓口等で受診勧奨を行う。 ・子宮頸がん・乳がん・肺がん検診実施期間の拡大。
		がん検診の受診率の向上を図る	・クーポン券事業（がん検診推進事業）である、子宮がん、乳がん、大腸がんのクーポン券事業については受診効果を検証し、今後も、積極的な個別勧奨と受診啓発を行う。 ・年度途中で未受診者への受診勧奨チラシを配布し、受診率向上を目指す。	縮小	・がん検診推進事業にて乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診の無料クーポン券を配布。 クーポン配布対象者 子宮頸がん：20歳 乳がん：40歳 ・年度途中で未受診者への受診勧奨チラシを配布し、受診率向上を目指す。
		検診フォローの充実	・要精検者への受診勧奨と検診後のフォローに努める。	継続	・要精検者への受診勧奨と検診後のフォローに努める。
		がん予防のための生活習慣の啓発	・地域健康づくり支援事業、特定保健指導等でがん検診受診率の向上とがん予防のための生活習慣の啓発を行う。	継続	・地域健康づくり支援事業、特定保健指導等でがん検診受診率の向上とがん予防のための生活習慣の啓発を行う。
		乳がん予防の普及啓発	・女性の健康づくりの一環として、健康まつりや市民まつり、地域の出前講座にてリーフレットの配布や乳がん自己検診指導等、乳がんの予防の普及啓発と検診の周知に取り組む。	継続	・乳がん自己検診指導等、乳がんの予防の普及啓発と検診の周知に取り組む。