

令和元年度 燕市健康増進計画 重点施策の取組と成果・課題及び方向性について

令和2年2月
健康づくり課

目的：市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を過ごす

基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(1) 栄養・食生活

- ① 望ましい食習慣の定着
- ② ライフステージにあった食生活に対する食育の推進

(2) 身体活動・運動

無理なく、楽しく、日常的に身体を動かす習慣の定着を図る

(3) 生活習慣病

- ① 生活習慣病予防・重症化予防のための取り組み
- ② 望ましい生活習慣の定着
- ③ 働きざかり世代のがん予防の推進

(4) 歯・口腔の健康

生涯を通じた歯や口腔の主体的な健康づくりの推進

基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

(5) こころの健康

- ① 子どもの頃からの良質な睡眠習慣の推進
- ② こころの健康づくりに関する普及啓発
- ③ こころの不調者の早期発見・早期対応

基本目標3 生きがいや活躍の場を持ちながら、一人ひとりが輝いて生きる

(6) コミュニケーション・社会参加

市民協働の健康づくりの推進

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(1) 栄養・食生活

① 望ましい食習慣の定着

平成30年度
取組と課題

1

幼児肥満出現の対策強化として、望ましい食習慣や早寝早起きの重要性を追加したリーフレットを作成。つばめ元気ががやきポイント事業(以下ポイント事業)のポイントメニューに「就寝2時間前までに食べ終わる」を追加したほか、食生活改善推進委員と連携し、子ども向け料理教室やイベント等で朝食や野菜摂取、減塩について普及し市民の食育への意識啓発に努めた。今後も各世代へ望ましい食生活の定着に向けた取組が必要である。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

各世代の肥満の解消と減塩を含む望ましい食習慣の定着化を推進する

- ・幼児健診でのリーフレット活用。また幼児発育調査の事後指導や実態把握について関係課と連携し取り組んだ。
- ・肥満や減塩等の内容を盛り込んだ大人向けの食育かるたを食生活改善推進委員と共に作成した。
- ・減塩アンケートを集計し、市民の取組の傾向を調べ、減塩の普及啓発をより効果的に情報提供していく。

■成果・課題:

- ・幼児発育調査対象1,728名全員に結果通知を行い、食習慣改善の動機づけとなっている。令和元年度は肥満出現率が**0.17%**減少したが、依然として県平均比較より高いことが課題である(参考1)。
- ・食育かるたを各種教室や地域にて実践する(参考1)とともに、燕市の現状を伝え、生活を振り返る話題提供を行うことで食習慣を見直すきっかけとなっている(20回)。
- ・**3,256名に実施した減塩アンケート**から、満腹まで食べる食習慣や麺類の汁を飲む、濃い味を好むという市民の傾向を把握できた。集計結果をつばめ食育だよりに掲載したが、引き続き減塩普及の啓発に努める必要がある。

今後の取組
及び方向性

3

2020年版食事摂取基準に合わせ、各世代に向けて減塩推進と肥満予防に取り組む

- ・食塩摂取目標量が引き下げられることから、改めて各世代に合わせた減塩の取組を展開させ、発信を強化する。
- ・幼児期からの取組としては、各健診において年齢に応じた資料作成及び指導の実施と、幼児発育調査結果の現状と肥満予防について食育だより等を活用して発信する。
- ・生活習慣病予防事業では、肥満解消に向けた取組を強化する。
- ・**高齢世代**への普及活動では、**減塩推進やフレイル予防**の観点を基本にした食生活指導を実施する。

拡

基本目標

1

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(1) 栄養・食生活

② ライフステージにあった食生活に対する食育の推進

平成30年度
取組と課題

1

「つばめ食育だより」の掲示施設拡大や、小学生にはポイント事業「こども手帳」を全学年に拡大し実施、県立高校への食生活改善推進委員の普及活動を実施した。また、職域健診や男性向け料理教室で糖尿病・メタボリックシンドローム(以下メタボ)予防教材の展示や、特定健診受診者への減塩リーフレットの配布により、働き盛り世代や高齢者への食生活に対する普及活動に努めた。今後さらなる世代の拡充に向け、食育普及の媒体作成等、取組の充実が必要である。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

ライフステージごとに、望ましい生活習慣を身につける食育の取組を強化していく

- ・つばめ食育だよりの掲示施設を増やし内容を充実させ、よりタイムリーな食育情報を市民へ提供した。
- ・野菜摂取の啓発リーフレットを特定健診等の結果通知に同封し、幅広い年代に普及啓発を図った(参考1)。
- ・保健推進委員・食生活改善推進委員に対する糖尿病予防の研修会の開催により人材育成に努めた。
- ・各種教室や地域活動、イベントにおいて食育体験を通じた実践的な活動で各世代へ効果的にアプローチした。

■成果・課題:

- ・食育だよりは、**新たに市内全小中学校**に掲示し発信先を拡大、今後も発信方法に向けた検討が必要。
- ・健診会場での1日分の野菜フードモデル展示(30回)やイベント時に350g野菜組み合わせ体験(2回)、2月には親子野菜料理教室の実施等、体験による普及啓発を行うことで**野菜摂取の意識向上**につながった(参考1)。
- ・保健推進委員及び食生活改善推進委員に対して糖尿病予防の研修会、さらに食生活改善推進委員には糖尿病を予防する食事に特化した研修会を開催することで食育推進のマンパワーの強化につながった(延253名)。

今後の取組
及び方向性

3

健全な食生活実践のため、食育推進関係各課と共に啓発活動の充実を図る

- ・**拡**望ましい食習慣として**野菜摂取推進**のための簡単レシピを作成し配布、広報つばめに連載し普及啓発を行う。小学生に対しては、全児童に配布されるこども手帳の活用を検討する。
- ・**つばめ食育だより**をより多くの市民に伝達できるよう、新たな発信方法や活用方法を検討する。

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (2) 身体活動・運動

無理なく、楽しく、日常的に身体を動かす習慣の定着を図る

平成30年度
取組と課題

1

気軽にできる運動の方法や効果についてリーフレット配付やホームページに掲載。保健事業参加者へポイント事業のグループ単位での取組推奨等、仲間づくりやつながりを意識した教室運営。保健指導対象者には個別支援も併用し運動習慣定着化に努めた。また、日常的に意識して身体を動かす「まめ・ちょこ生活」を掲載した『つばめ健康3つのススメ』を、保健推進委員、食生活改善推進委員、元気磨きたい(以下3団体)と共に作成した。今後も、身体活動・運動の普及に向け、一人ひとりに合った運動の普及が必要である。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

関係部署や関係機関と連携を図り、身体を動かす習慣の定着に向けた取組を強化する

- ・保健指導対象者には、個別指導と集団指導を組み合わせ実施し、無理なく生活に運動を取り入れられるよう支援を強化した。
- ・運動習慣の定着を目指し、各種検診や教室の機会にポイント事業の登録と継続的な取組を促した。
- ・関係部署や他組織と連携を図り、運動習慣の定着に向けた環境づくりを推進した。
- ・年齢を問わず楽しく日常生活に身体を動かす習慣を取り入れられるよう、3団体と共に『つばめ健康3つのススメ』の普及啓発を図った。

■成果・課題:

- ・**スポーツ協会と連携**を図り、『ながら運動』をテーマに健康づくりマイストーリー講座を開催した(参加者185人)。運動の意義や誰でも無理なく継続できるような実践方法の普及につながった。
- ・生活習慣病予防教室等では、個々の生活習慣に合わせ、ロコモティブシンドローム予防等の内容も取り入れた運動指導を行った。2月の教室終了後には、関係機関等の運動グループや教室を紹介し、運動の習慣化に向けて支援を行うことで、運動の継続につなげていく(参加者70人)。
- ・3団体と共に、健康づくりのための地区活動や各イベント等でポイント手帳や「**つばめ健康3つのススメ**」の周知を行った。その結果、運動の定着や活動量の増加に向けて意識の向上につながった。

今後の取組
及び方向性

3

関係機関等と連携を図り、運動習慣の定着や日常生活における活動量の増加を促進する

- ・ポイント手帳に**フレイル予防や介護予防の視点**を取り入れた内容を追加。より意識的、習慣的に運動の定着や身体活動量の増加に向けて取り組む。⇒ **新** 保健事業と介護予防の一体的な実施を予定
- ・引き続き関係部署や関係機関等と連携を図り、運動習慣の定着に向けた環境づくりを推進する。

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(3)生活習慣病

① 生活習慣病予防・重症化予防のための取り組み

平成30年度
取組と課題

1

各種教室で、体重減少等の目標達成に向けた支援を実施、個別支援を強化し特定保健指導実施率向上に努めた。また、重症化予防事業を慢性腎臓病、高血圧、高血糖、脂質代謝異常の受診勧奨対象の未受診者及び治療中の糖尿病性腎症患者に実施し、受診行動や生活改善につながった。さらに、主治医より「市の保健指導を要す」と依頼のあった特定健診受診者へ保健指導を実施し、燕市医師会(医療機関)との連携強化に努めた。今後も、糖尿病重症化予防検討会の開催等により、燕市医師会と課題の共有と連携強化が必要である。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

望ましい生活習慣の定着を推進し、生活習慣病の重症化を予防する

- ・特定健診時からメタボ該当者(見込み者)への面接を実施し、生活習慣改善を意識づける支援を強化した。
- ・健康行動の習慣化を目指し、ポイント事業の活用を推進している。
- ・生活習慣病予防事業や教室・相談会を開催し、望ましい生活習慣の定着に向けた支援を継続している。

燕市医師会(医療機関)との連携を図り、重症化予防を強化する

- ・燕市医師会と連携し、糖尿病の発症や重症化予防・治療継続への個別支援を重点的に行っている。

■成果・課題:

- ・メタボ該当者への面接を早期に開始することで、集団健診の**初回面接実施者数は向上**(H29:332人、H30:435人、R1.12月現在:436人)し、生活習慣改善への動機づけや、その後の保健指導・保健事業の紹介がスムーズにできた(参考2)。各種教室等では、個人でも取り組みやすい内容を紹介し、生活習慣改善に向けてやる気高めることにつながった(延289人)。
- ・**糖尿病重症化予防検討会**で燕市医師会と課題の共有と連携強化のためのツールの作成の検討を行った。今後は、連携ツールを活用し、個別支援を強化していく必要がある。

今後の取組
及び方向性

3

重症化予防に向けて個別支援体制を強化し、燕市医師会との連携を推進する

- 新**・燕市医師会との連携強化として、新たに「**栄養つばめ便**」(飯)(**栄養相談連絡票**)を活用する。
- ・糖尿病重症化予防検討会の開催で課題の共有を継続。
- 拡**・メタボ該当者への**特定健診時の面接**により、生活習慣改善を意識づける支援を強化する。
- ・生活習慣病予防事業や教室・相談会を引き続き開催する。

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(3) 生活習慣病

② 望ましい生活習慣の定着

平成30年度
取組と課題

1

特定健診時喫煙者に、COPD検診と共に禁煙に向けた保健指導を継続実施、妊娠届出時に喫煙者に対し、たばこの影響を伝え禁煙に向けた指導を継続実施した。また、『つばめ健康3つのススメ』を活用し、市民への普及啓発を開始、健康づくりマイストーリー運動を推進し、楽しく健康習慣を定着するきっかけづくりに継続して取り組んだ。今後も望ましい生活習慣の定着に向けて機会をとらえ周知していくと共に、アルコールに関しても適正量の周知等、必要な対策について検討する。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

生活改善にチャレンジするきっかけづくり、情報提供を推進する

- ・特定健診等の機会をとらえ、適正な飲酒量について周知を行い、普及啓発に努めた。
- ・喫煙者に妊娠届出時や特定健診等の機会をとらえ、ライフステージに合わせ禁煙への意欲向上に向けた情報提供を継続している。特にCOPD検診からの保健指導を強化し、健康増進法改正に合わせた禁煙指導の強化を図った。
- ・『つばめ健康3つのススメ』を活用し、3団体と共に地域へ健康課題解決への取組を推進している。
- ・生活改善のきっかけとして、楽しく健康行動を定着させる健康づくりマイストーリー運動を引き続き推進する。

■成果・課題:

- ・喫煙者にCOPD検診を勧めたことで(受診276人)、禁煙の意識づけができ、健診受診者の中で喫煙者の割合は**10.5%**となり昨年度(喫煙率10.7%)より減少につながっている。今後もCOPD検診を勧め、生活習慣に合わせた保健指導を実施していく必要がある。
- ・3団体が健康課題に対して普及啓発に取り組んでおり、今後も健康課題の解決に向け継続して取り組む必要がある。
- ・ポイント手帳の登録者数は増加しており、自分らしい健康づくりを始めるきっかけや継続に結びついている。(12月末現在 **13,057人**、**継続66.9%**)

今後の取組
及び方向性

3

生活改善に向け、個別の対応を推進する

- ・特定健診や教室等の機会を捉えた適正な飲酒量についての普及啓発を継続する。
- ・喫煙者には積極的にCOPD検診を勧め、COPD検診の精密検査が必要な者に対し、受診勧奨とともに**禁煙指導を強化**する。
- ・生活改善にチャレンジするきっかけづくりとして、**健康づくりマイストーリー運動**を引き続き推進する。

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (3)生活習慣病

③ 働きざかり世代のがん予防の推進

平成30年度
取組と課題

1

乳がんマンモグラフィ検診を新たに市内2か所の医療機関に委託実施、未受診者に対する乳がん集団検診を時間予約制としたほか、乳がん予防講演会の実施や、自己触診法の普及啓発を検診時や各種イベントで強化実施した。また、各種がん検診において、休日検診の実施や、大腸がん・子宮がん・乳がん検診において重点年齢対象者への受診勧奨や未受診者検診への受診勧奨を実施し、受診率向上に努めた。今後も、受診しやすい検診体制の整備やがん予防の普及啓発に努める必要がある。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

働きざかり世代の受けやすい検診体制の整備とがん予防に関する情報の普及啓発を図る

- ・休日の集団検診の継続及び子宮がん・乳がん検診の施設検診を継続している。
- ・乳がん検診の休日実施については時間予約制にしている。
- ・胃がんリスク検診の対象を国保加入者を含んだ全市民に拡大している。
- ・広報や受診票送付時、各種イベントでのがん予防に関する情報の普及啓発を推進している。
- ・精密検査受診率100%を目指し受診勧奨を強化している。

■成果・課題:

- ・乳がん検診(施設検診)実施期間2か月延長や休日検診・施設検診の実施により、受診者全体では昨年度より270人増加(H30年度2,936人、R1年度3,206人)し、40～64歳の働きざかり世代の受診者は121人増加(H30年度1,813人、R1年度1,934人)し、受診者の6割以上を占めており、受診しやすい検診体制につながっている(参考3-1～3-3)。
- ・乳がんの自己触診法や検診の必要性を乳がん予防講演会、職域健診やイベントで周知する等、がん予防に関する情報の普及啓発につながっている(4回、延224人)。
- ・精密検査未受診者へ結果通知の3か月後を目安に受診勧奨を行うことで、精検受診率の向上に努めている。

今後の取組
及び方向性

3

受けやすい検診体制の整備とがん予防に関する情報の普及啓発を推進する

- ・働きざかり世代が受診しやすいよう、休日の集団検診や施設検診を継続する。
- ・職域等において、がん予防に関する情報の普及啓発を推進する。
- ・精密検査受診率100%を目指し、受診勧奨を強化する。

拡

健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (4) 歯・口腔の健康

生涯を通じた歯や口腔の主体的な健康づくりの推進

平成30年度
取組と課題

1

特定健診と同時実施している唾液潜血反応検査では、むし歯予防・歯周疾患予防に加えて、咀嚼・口腔機能向上を目的に、主に高齢者に対し「お口の体操」を指導。また在宅重度障がい児(者)を対象とした「在宅障がい児(者)の歯科保健推進事業」が開始となった。さらに、歯科保健実務担当者会議を開催し、取組状況の共有及び今後の課題について協議した。今後は、かかりつけ歯科医で定期的に歯科健診を行っている人を増やす取組として、歯周疾患検診の受診率の向上に向けた方策が必要である。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

歯の健康づくりに関する知識及び理解を深める

- ・定期的な歯科健診の推進及び「歯っぴーフェア」等の事業を通して、歯科保健の大切さについて啓発している。
- ・歯科保健実務担当者会議を年1回開催している。
- 成果・課題：
 - ・妊婦歯科健診及び幼児歯科健診受診率は向上しており、**幼児のむし歯本数等が減少**傾向にある。一方で、学童期の歯肉炎有病者率が微減傾向のため、幼児期からの望ましい生活習慣定着に向けた取り組みが必要である。また、成人期では歯周疾患検診受診率が低下したため、受診率向上に向けた検討を行った(参考4-1、4-2)。
 - ・**歯っぴーフェア(参加700人)**や様々な機会を活用し市民への普及啓発及び、歯科保健実務担当者会議を開催し、関係機関と課題共有や今後の方向性について検討した。引き続き関係機関との協議が必要である。

今後の取組
及び方向性

3

関係機関と連携し、切れ目ない取り組みを実施する

- ・幼児期からの望ましい生活習慣(仕上げ磨きやおやつとの与え方等)定着のため、関係機関と連携し取り組む。
- ・**歯周疾患検診受診率向上**に向け、案内の工夫やPR強化に努める。
- ・関係機関の協力を得て、歯の健康意識を高める取り組みを行っていく。

こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

(5)こころの健康

① 子どもの頃からの良質な睡眠習慣の推進

平成30年度
取組と課題

1

1歳6か月児健診や3歳児健診で配布している食事のリーフレットに、新たに早寝早起きの重要性やポイント等生活リズムに関する内容を追記。市内小学生を対象とした「こども手帳」の取組内容に、自分が決めた起床・就寝時刻の達成度を項目に取り入れ、早寝早起きへの意識向上に努めた。また、成人期においてはストレス対処法や適切な睡眠・休養のとり方等の情報を、地域・職域検診やこころの健康講座等機会を捉えて普及啓発した。今後も各世代に良質な睡眠習慣定着に関する啓発普及を効果的に進める必要がある。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

協働によるこころの健康づくりの普及啓発を図る

- ・幼児期から適切な生活習慣の獲得に向け、リーフレットの内容を見直し、1歳6か月児健診・3歳児健診で配布した。起床就寝時間の意識付けや、睡眠環境を整えることの重要性を保護者へ普及啓発している。
- ・健康づくりマイストーリー運動における「こども手帳」を継続し、規則正しい生活習慣の定着を図っている。
- ・こころの健康づくりの普及啓発として、地域・職場、行政が協働し「こころの健康スワロー運動～眠ろう・話そう・つながろう～(仮)」の推進に向け、自殺対策推進会議で協議した。

■成果・課題:

- ・新リーフレットを配布した結果、保護者へ生活リズムの大切さの普及啓発につながった。また、燕中学校区合同保健委員会へ新規に参加し、関係機関と現状・課題を共有することができた。
- ・「こども手帳」の取組を実施した結果、取り組んだ児は期間の8割程度規則正しい生活ができており、早寝早起きの意識づけにつながったと推測される(こども手帳配布数 3,942人)。
- ・がん検診の結果通知を活用し、睡眠の普及啓発を広く行った。
- ・自殺対策推進会議、庁内自殺検討会では、睡眠の啓発普及も含んでいる「こころの健康スワロー運動」について協議を行ない、今後は適切な睡眠の普及啓発につなげる必要がある。

今後の取組
及び方向性

3

適切な睡眠のとり方について普及啓発する

- ・幼児期からの望ましい生活習慣の定着に向け、園や学校等、関係機関と具体的な取組について検討する。
- ・市内小学校等の関係機関と協力して、夏休み期間中の「こども手帳」取組を継続して実施する。
- ・就労者の睡眠の質を高めるための取組として、リーフレットの作成に加え、周知方法についても関係機関と協議し、協働で取り組んでいく。

こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

(5)こころの健康

② こころの健康づくりに関する普及啓発

平成30年度
取組と課題

1

うつ病の理解やストレス対処法、良好な人間関係等をテーマとしたこころの健康講座を継続実施。燕商工会議所と共催で、新たに発達障がい等をテーマに休日に開催し、就業者の参加者促進を強化した。また、商工会の職域健診や各種イベント・検診等でこころの健康づくりに関する普及啓発を継続実施している。今後も、H31年3月に策定した自殺対策計画の推進に向けて、自殺対策庁内検討会や推進会議の開催等により、こころの健康づくりに関する普及啓発を図る必要がある。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

「こころの健康スワロー運動～眠ろう・話そう・つながろう～(仮)」を推進する

・地域や職場・行政が協働でリーフレットの設置等を実施し、こころの健康づくりを普及啓発している。

自殺対策推進会議を開催し、地域におけるネットワークを強化する

・自殺対策計画策定委員会を自殺対策推進会議として再編し、関係機関・関係団体・行政がそれぞれの取組を共有し、ネットワークの強化を図っている。

■成果・課題:

- ・自殺対策推進会議を1回、庁内検討会を2回開催、「こころの健康スワロー運動」の推進に向け、共通認識が図られ、協働活動の意識づけにつながった。
- ・9月の自殺予防推進月間に合わせ、3地区図書館で「いのち」や「こころの健康」に関する図書とリーフレットの設置を実施、広い年代への啓発につながり、3月にも実施予定である。また、3月の成人式でパンフレットを配布し、若者へのこころの健康づくりの啓発を行う予定である。
- ・こころの健康講座を燕商工会議所広報誌等で周知し、60代未満の働きざかり世代が参加者全体の4割を占めていた。引き続き、関係機関と連携した取組が必要である(4回、延べ179人)。

今後の取組
及び方向性

3

「こころの健康スワロー運動」を対象に合わせて推進する

・職域における「こころの健康スワロー運動」等、関係機関と協働し、こころの健康づくり普及啓発を推進する。

自殺対策推進会議及び庁内検討会の継続開催により、協働での普及啓発活動を推進する

・「こころの健康スワロー運動」の推進や自殺対策計画掲載事業の推進に向けた意見交換を通して、こころの健康づくりの課題の明確化や共通認識を図り、協働での普及啓発活動につなげていく。

こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る
(5)こころの健康

③ こころの不調者の早期発見・早期対応

平成30年度
取組と課題

1

こころの不調者の早期発見・早期対応を目的に、特定健診時にスクリーニングを継続実施。妊娠・出産・育児でこころの不調を抱える人には育み相談コーナーで関係部署等と連携した支援を強化実施した。また、職域健診や各種イベント等でこころの相談窓口リーフレットを配布し、相談窓口の周知に努めている。さらに、ゲートキーパー※養成研修を一般市民・教職員・専門職・市役所職員を対象に継続実施し、ゲートキーパーの人数が増加している。今後も、H31年3月に策定した自殺対策計画の推進に向けて、庁内や関係機関との連携・ネットワーク強化に努める必要がある。

※ゲートキーパー：自殺のサインに気づき、適切な対応を図ることができる人。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

人材育成による地域での見守り体制と包括的な相談体制を強化する

- ・こころの不調者の早期発見・早期対応ができる人材を増やすために、ゲートキーパー養成研修を開催している。
- ・相談窓口の周知により、こころの不調者やその周りの人が関係機関に相談しやすい体制を強化している。
- ・自殺対策推進会議や特定の問題に関する支援会議等により、地域における支援のネットワークを強化している。

■成果・課題：

- ・ゲートキーパー研修会を一般・専門職・教職員・職員向けの他に今年度は保健推進委員協議会を対象に開催し、人材育成の強化につながっている(延べ6回、延べ213人)。
- ・公共施設や各種イベントなどでの相談窓口の周知する機会を増やしている。また、特定健診でのこころの元気アンケートからスクリーニングを行い、個別相談に繋げている(スクリーニング該当者47人、相談会・個別相談実施者43人12月末現在)。
- ・自殺対策強化月間の9月には、**広報でゲートキーパーの役割**を掲載し、ゲートキーパーの役割の理解を広めた。今後も引き続き人材育成の強化と啓発が必要である。

今後の取組
及び方向性

3

地域でゲートキーパーの役割を担える人を増やし、支援ネットワークづくりを強化する

- ・自ら相談できず悩んでいる人が多い現状を理解し、声をかけて関係機関につないでいける人材を増やす。

相談窓口の普及と相談行動への意識の啓発

- ・相談窓口パンフレットの配布・設置をさらに進め、相談機関や相談会の周知を強化していく。
- ・こころの不調を感じた時や困った時に、抱え込まずに相談するよう普及啓発していく。

生きがいや活躍の場を持ちながら、一人ひとりが輝いて生きる
(6) コミュニケーション・社会参加

市民協働の健康づくりの推進

平成30年度
取組と課題

1

3団体の合同研修会や代表者会議を開催し、『つばめ健康3つのススメ』を推進するための媒体を作成。各団体が活動を通して普及啓発を行ったことで、他組織や他団体と協働で実施する活動が増加した。また、幅広い世代のポイント事業参加者や継続取組者の増加を目指し、関係機関と提携した事業運営について協議を重ねた。「こども手帳」について、小学校や教育委員会との共有・協議を図り、対象学年を拡大、小学校1～6年生全員に配布し、規則正しい生活習慣の定着を図った。今後も、関係機関や団体と協働し健康づくりを推進していく必要がある。

令和元年度
取組及び
成果・課題

2

関係団体や関係組織と連携を図り、健康づくり活動を促進する

- ・地域の関係機関等と連携を図り、3団体が積極的に地域での健康づくり活動に取り組んだ。
- ・地域での健康づくり活動を通して、共に取り組む仲間を増やし活動の活性化に向けて取り組んだ。

ポイント事業参加者の拡大と健康行動の定着を目指し、関係機関との連携を強化する

- ・ポイント事業の継続取組者拡大を目指し、協賛店サービスやタンポポとの提携事業を導入した。

■成果・課題：

- ・関係課から協力依頼があり、**医療・介護関連イベントや食品ロス講座**へ新たに3団体が参画した結果、活動の拡大や関係各課との連携強化につながった。
- ・抽選会を、来場しなくても景品が当たる仕組みに変更、報告者全員に協賛店のサービスが優待されるカードを進呈する等報告することへのインセンティブ強化を図った。公開抽選の仕組み等インセンティブの変更点について引き続き周知が必要である(11月公開抽選時報告者343人、登録者の4%)。

今後の取組
及び方向性

3

関係団体や関係組織との連携を継続して図り、健康づくり活動を推進する

- ・引き続き、地域での健康づくり活動や保健事業を通して、共に取り組む仲間を増やし活動を促進する。
- ・新たな活動の企画・実施に向けた取組につながるよう、これまで連携したことのない団体等との連携を検討する。

ポイント事業を引き続き関係機関・団体と連携し推進する

- ・人生100年時代の健康づくりを意識し、**介護予防**に関するメニューの追加や普及啓発等、関係団体や関係課と連携を図りながら推進する。 ⇒ **新** 保健事業と介護予防の一体的な実施を予定