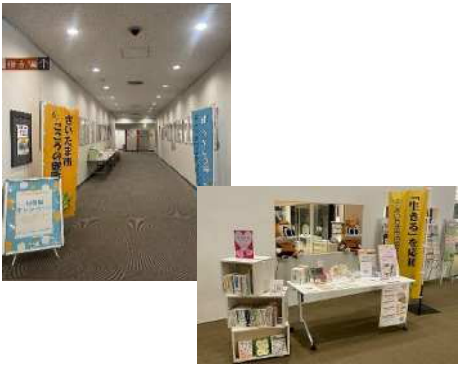


事業名	重点目標	2 循環器疾患・糖尿病の予防と早期発見・早期治療の推進											
(1)生活習慣改善・定着事業 (2)会員事業所向け健康診断の実施 (3)メンタルヘルス検定の実施	I 若い世代から、健康づくりを意識した生活スタイルの獲得	4 1日3食バランスのとれた食生活の推進											
事業の目標		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消											
(1)減塩・適塩の周知による市民のQOL向上 (2)会員事業所従業員の健康増進 (3)活力ある職場づくり、健康経営の実践支援、働く人の心身不調の未然防止													
三食しっかり		いっしょに楽しく		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	行事作法	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・郷土料理	(重点)協働
○	○	○				○				○			○
事業の対象者		単年度事業・継続事業											
市民、会員事業所の従業員等		継続事業											
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体													
(1)適塩・血圧対策推進協議会、協定締結先の大学、会員事業所 (2)浦和医師会、大宮シティクリニック、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)「ナト・カリ調味料」を使用した共同商品開発 ・会員事業所と人間科学総合大学との協同により「ナト・カリ調味料」を使用した適塩商品を開発し、販売した。 ・適塩の普及啓発を目的に適塩取扱店(サポーター)登録の拡大と紹介等を行っている。 ・地元の農作物を使用した適塩商品の開発と販売。</p> <p>(2)会員事業所向け健康診断の実施 ・指定の健診機関で、一般的健康診断、生活習慣病健診、人間ドッグ、PET健診が受信できる</p> <p>(3)メンタルヘルス・マネジメント検定試験の実施 ・毎年3月と11月に試験を実施。</p> <p>(4)健康経営に関する啓発活動 ・当所として健康経営優良法人の認定を受けている。 また、会員事業所に対して健康経営の実践に向けた普及・啓発活動を推進している。</p>													
取組の成果													
<p>(1)令和4年度の「ナト・カリ調味料」を活用した商品開発事業所3社、3商品の開発と販売。</p> <p>(2)令和4年度の会員事業所向け ①健康診断255事業所、1338名 ②PET健診25事業所、74名 ③ストレスチェックサービス295名</p> <p>(3)令和4年度のメンタルヘルス・マネジメント検定受験申込者数3750名</p>													

令和5年度 ヘルスプラン21(第2次)に関する事業の取組事例(さいたま市4医師会連絡協議会)

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		
2023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		
			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		5 積極的な身体活動と運動習慣の形成		
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。		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			
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、さいたま市保健所地域保健支援課、さいたま市生活福祉部国保年金課					
取組の内容					
<p>1. 胃がん検診(2024年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>2. 肺がん・結核検診(2024年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>3. 大腸がん検診(2024年3月31日時点で40歳以上の方)</p> <p>4. 乳がん検診(2024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>5. 子宮がん検診(2024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>6. 前立腺がん検診(2024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>7. 骨粗しょう症検診(2024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>8. 肝炎ウイルス検診(2024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>9. 女性のヘルスチェック(2024年3月31日時点で18歳～39歳の女性)</p> <p>10. のびのび健診(特定健康診査)(さいたま市国民健康保険に加入している本人、家族で2024年3月末年齢40歳～74歳の方)</p> <p>11. 国保健康診査(さいたま市国民健康保険に加入している本人、家族で2024年3月末年齢35歳～39歳の男性)</p> <p>12. 後期高齢者健康診査(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>13. 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に対して健診結果説明時に実施。</p> <p>14. 高血圧性疾患重症化予防、糖尿病腎症重症化予防、生活習慣病重症化予防</p>					
取組の成果					
	受診率(R4)	精密検査受診率(R3)	がん発見者数		受診者数(R4)
胃がん検診	20.4%	81.6%	12人	前立腺がん検診	20,181人
肺がん検診	27.8%	82.1%	72人	骨粗しょう症検診	26,274人
大腸がん検診	24.5%	65.0%	248人	肝炎ウイルス検診	9,394人
乳がん検診	19.7%	94.8%	106人	女性のヘルスチェック	8,153人
子宮頸がん検診	26.8%	76.1%	16人		
	受診率(R3)				
特定健康診査	34.9%				
特定保健指導	28.6%				
後期高齢者健康診	31.8%				

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(15団体)、NPO法人埼玉県レクリエーション協会、市内体育施設			
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)			
(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			
<p><さいたま市レクリエーション協会加盟団体> 全15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 ・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 			
(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、誰でも参加可能なレクリエーションフェスティバルの開催により、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も、実際にレクリエーションを体験していただくことができた。			
課題	今後の方向性		
種目団体数及び会員数の減少と、会員の高齢化。	誰でも参加可能なレクリエーションフェスティバルや普及事業の継続的な実施により、多くの方にスポーツ・レクリエーションが身近であると感じていただくことで、会員数の増加に努める。		

事業名	重点目標	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	分野別の目標
事業の目標		
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		
<p>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。今年度は、直近の自殺の動向をふまえて若者や女性向けの情報を強化して実施した。</p> <p>(1)中央図書館 国の定めた自殺予防週間にあわせて実施 令和5年9月5日(火)～9月19日(火)</p> <p>(2)大宮図書館 国の定めた自殺対策強化月間にあわせて、令和6年3月に実施予定</p> 		
取組の成果		
<p>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、普及啓発が進むものと考えられる。</p>		
課題	今後の方向性	
<p>自殺の動向等を注視しながら、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。</p>	<p>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。図書館職員とアイデアを出しあいながら、効果的な取組を行っていく。</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 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
①リズム♪エクササイズ ②親子DEエンジョイ！キッズ体操 ③ボディバランス チェック	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	
・若い世代から自身の健康を見直し、健康についての情報や運動を学ぶことができる。 ・自分の体の状況を知り、各世代に合わせて、健康維持できるよう知識を得る。		区の健康づくりの目標 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
①18～59歳の男女、②2～3歳児とその保護者1名、③18歳以上の区民		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		
①リズム♪エクササイズ 日時：6月20日(火)9:30～11:30 参加者：8名 内容：体組成測定 運動指導・ストレッチ(運動指導員) 健康についての講話(保健師)	②親子DEエンジョイ！キッズ体操 日時：9月21日(木)9:30～11:30 参加者：5組(10名) 内容：体組成測定 運動指導・ストレッチ(運動指導員) 健康についての講話(保健師)	③ボディバランス チェック 日時：10月5日(木)13:30～15:30 参加者：13名 内容：体組成測定 フレイル予防についての講話(保健師・管理栄養士・歯科衛生士)
取組の成果		
教室の内容について、「満足」「やや満足」と回答した人は100%で、「生活習慣を見直すきっかけになった」と回答した人は96%だった。「どちらかというで見直すきっかけにならなかった」と回答した人の理由としては、「すでに健康的な生活を送っている」、「すでに教室の内容を知っていたから」であった。①、②について参加者から体を動かす時間やきっかけがなかったが、講師の指導を受け体を動かせる機会を持てたことで、満足度は高かったと考える。③については、今年度より体組成測定後に講話の時間を設けたが、講話だけではなく、管理栄養士と歯科衛生士の講義と運動実技を入れたことで、生活の中に取り入れる具体的な内容を学ぶことができる機会になった。		
課題	今後の方向性	
・若い世代を対象にした教室開催のニーズは高くない。参加者の満足感はあるが、生活習慣を振り返る、健康についての情報を得る方法として、単発の教室開催以外の方法に重点を置けるとよいか。 ・教室での周知が有効な世代を対象にした教室開催を検討していくことが必要か。	・次年度以降の教室開催に向けたターゲットや内容の検討。 ・若い世代に向けた健康に関する情報提供、自身や家族等の健康を振り返るきっかけづくりをどのように発信していけるかの検討。	



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																														
区の健康づくりの目標		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て続けたい、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																														
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																															
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そばで健康情報の発信の場として、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) 区のSNSやホームページ、健康なびで、先月の報告や今月の掲示案内を行っている。 市民が自身で健康管理できるきっかけづくりのために、自由に使用できる自動血圧計を設置している。 「健康！ほっとステーション」の周知および来庁者増加と、健康づくりに関する普及啓発を目的に、健康クイズラリーを実施。(年2回) 																															
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">年間計画</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4月</td> <td>心身共に、カラダを整える</td> <td>10月</td> <td>じつは身近な病気『がん』</td> </tr> <tr> <td>5月</td> <td>たばこ、やめてみませんか？</td> <td>11月</td> <td>あなたも、たぶん『歯周病』</td> </tr> <tr> <td>6月</td> <td>食事をおいしく、バランスよく</td> <td>12月</td> <td>誰でもできる感染症予防！</td> </tr> <tr> <td>7月</td> <td>飲む前に知っておきたい肝臓と健康</td> <td>1月</td> <td>誰でもできる感染症予防！</td> </tr> <tr> <td>8月</td> <td>知って防ごう熱中症</td> <td>2月</td> <td>気になるお腹 まさかメタボ！？</td> </tr> <tr> <td>9月</td> <td>気になるお腹～まさかメタボ！？～</td> <td>3月</td> <td>災害時に気を付けたいカラダのコト</td> </tr> </tbody> </table>				年間計画				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	気になるお腹～まさかメタボ！？～	3月	災害時に気を付けたいカラダのコト
年間計画																															
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	気になるお腹～まさかメタボ！？～	3月	災害時に気を付けたいカラダのコト																												
取組の成果																															
<ul style="list-style-type: none"> 掲示内容に沿った持ち帰り用の資料は、テーマ終了近くには冊数が減数しており市民の手に渡っている。このことから、観覧した市民はテーマに興味を持ち、再度テーマを復習する、または知識を深めたいと健康の維持増進に興味をもったと考えられる。 健康クイズラリーは、開催期間の早い段階で定員の7割の参加があり、参加者の92%が「今後の生活習慣を見直すきっかけになった」と回答していることより、健康への関心を高めることにつながったと考える。 																															
課題	今後の方向性																														
<ul style="list-style-type: none"> 現在、掲示物が紙ベースで、作成や張替えに時間を要している。 自動血圧計は65歳以上の利用が多かったが、クイズラリーの参加者は30代および50代が最も多かった。幅広い年代が関心をもつ掲載内容にする必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> 継続して実施するにあたり、より迅速に、最新情報に差し替えができるように電子媒体での掲示を検討する。 各世代が関心を持つ内容や、掲示方法を実施する。 																														





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 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 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
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	
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適切な食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。		区の健康づくりの目標 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ように促します。
事業の対象者	単年度事業・継続事業	
プラザノース利用者、イトーヨーカドー利用者	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、イトーヨーカドー大宮宮原店、コミュニティ課、高齢介護課		
取組の内容		
<p>展示、リーフレット配布</p> <ul style="list-style-type: none"> ・北区民の健康に関する特徴の周知および、栄養、歯科保健、運動、禁煙、がん検診・特定健診受診、感染症予防、介護予防、災害への備えについての展示。 ・来場者には、リーフレット、ポケットティッシュ(特定健診・がん検診の受診勧奨)、うちわを配布。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
取組の成果		
<ul style="list-style-type: none"> ・プラザノース、イトーヨーカドー大宮宮原店の協力のもと、啓発のリーフレットの設置や掲示ができた。 ・3日間の開催で、542名の来場者に普及啓発品を配布し、啓発できた。 ・北区民の健康に関する特徴の周知および、栄養、歯科保健、運動、禁煙、がん検診・特定健診受診、感染症予防、介護予防、災害への備えについての関心を高めることができた。 		
課題	今後の方向性	
<ul style="list-style-type: none"> ・自らの生活習慣を振り返るきっかけとなるように、内容を検討していく。 	<p>地域の団体・組織等との連携を図り、区民が健康情報を得る機会を提供します。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。</p>	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
パパ・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 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		6 睡眠と休養の確保、ストレスの解消
子育て中の父親、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		
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、運動指導員		
取組の内容		
<p>5月、10月は保健師による講義「女性のがん検診の普及啓発」、運動指導員による運動実技「ちょっと一息ほぐしタイム」を実施。</p> <p>7月は保健師による講義「女性の健康(乳がんモデル触診体験含む)」、管理栄養士による講義「食事のバランス、授乳期の栄養について」と体組成測定を実施。</p> <p>11月は保健師による講義「女性の健康(乳がんモデル触診体験含む)」、歯科衛生士による講義「家族みんなのお口のケア」と体組成測定を実施。</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、97.1%が「思う」と回答した。「自分の身体の事を知ることができました。」「子どもだけではなく、自分の健康を考えるきっかけができました。ありがとうございました!」「専門の方に相談する会があるのは安心します。」「とても興味深くおもしろかったです!」「先生に子どもと一緒に遊んで頂けたので、少し1人の時間ができてリフレッシュできました。」との回答が多くあった。</p>		
課題	今後の方向性	
<p>育児休暇を取得している父が多く、昨年度も父の参加があったため、父も参加しやすいよう今年度から「パパ・ママの元気アップ講座」に名称を変更して実施したが、父の参加は1名のみだった。参加者のアンケート結果にもパパの健康講座など父親にも参加しやすい教室を希望する声があったため、教室名の変更だけでなく、父が参加しやすい教室内容への見直し、周知方法の検討をしていく必要がある。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キャンセルが多くなることが課題である。</p>	<p>母のみでなく父も気軽に参加できるよう、教室の内容、周知方法を検討していく。また、参加者の満足度の高い教室ではあるが参加者が減っているため、周知方法等を検討していく。</p>	

事業名	重点目標	1 がんの予防と早期発見の推進
YOGA～親子で一緒に健康体操～	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	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
①運動や口腔に関する生活習慣について考えるきっかけとなり、健康に関する意識の向上を促す。 ②子育て中の母親を対象に、望ましい生活・運動習慣について知り、健康づくりに取り組むきっかけにすることができる。	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	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	
生後6か月以上でおおむね8kgのお子さんと保護者	単年度事業	
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
なし		
取組の内容		
<p>体組成測定及び結果説明 歯科衛生士による口呼吸についての講義 運動指導士による親子ヨガの実技(50分程度)</p> 		
取組の成果		
<p>アンケート実施(回答数9件/参加者9組)。アンケートにて、「子どもと一緒に出来るヨガが無理なく取り組めそうな内容だったので、家でもちょっとしたときに実践してみたいと思いました。」などのご意見があり、回答者全員が教室を受講して、「今後の生活で生かせると思いましたか。」の設問に「実施しようと思う」と回答した。また、子どもと一緒にの教室をやることで他の子どもと触れ合える機会にもなり、子どもも楽しそうなので、今後もやってほしいという意見が多かった。</p>		
課題	今後の方向性	
<p>事業の把握経路は市報が多い。多くの市民に認知されるよう市報以外でも周知効果の高い方法について検討していく必要がある。児童センターや支援センター、公民館など、対象者が集う場所へ早めに教室の周知が必要。</p>	<p>教室参加者から住民同士への健康習慣の知識の波及が進むとよい。その為には、参加者同士が交流する時間を設ける等、参加者同士がつながるきっかけとなる方法を取り入れていく。また、参加者がそれぞれの地域での社会資源等も活用できるように、情報発信していく。</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 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 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
第21回桜区区民ふれあいまつり ～子どもの笑顔！元気あふれる区民まつり～	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	
区ごとの特色を活かし子どもから高齢者まで気軽に楽しめるイベントとしての「区民ふれあいまつり」に参加した人に保健センターの周知と健康について考えるきっかけをつくる。		区の健康づくりの目標 地域や他団体と「つながる」健康事業を展開する。
事業の対象者		単年度事業・継続事業
区民ふれあいまつりに来場された方		継続事業
事業を展開する上で協働した課所、機関、団体		
コミュニティ課(桜区区民まつり実行委員会)、明治安田生命		
取組の内容		
<ul style="list-style-type: none"> ・パンフレット等の配布による生活習慣病予防の普及啓発 ・ベジチェック・血管年齢測定を実施 ・乳がん触診モデルを使用したがん検診普及啓発 ・保健センター主催の健康づくり教室のPR <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
取組の成果		
参加者(実):283名 参加者に楽しんでもらう工夫として、受付時に、住んでいる地域と年代の枠にシールを貼ってもらった。一番多かった層が、0～14歳で親子連れが多く参加されていた。その次は、75歳以上の後期高齢者となり、三世代が集う区民まつりであった。血管年齢測定やベジチェックなど自身の健康度を測る測定の催し物は人気があり、野菜の摂取について来場者の意識を高めるきっかけとなった。普段、保健センターを利用しない区民等にも、健康について考えるきっかけを与えることができた。		
課題	今後の方向性	
保健センターブースにおいては、子ども向けの健康づくりの企画が少なかった。親子での参加者も多いため、家族みんなで健康づくりを意識して継続していけるような取組み方法の紹介などしていけるとよい。	参加者に保健センターの活動を知っていただき、健康づくりの意識を高めてもらうよい機会となるため、来年度も継続して事業を行っていく。また、参加者が大人数となるため、引き続き、関係機関や地域団体と協働して開催していく。	

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
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
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	3 生涯を通じた歯と口腔の健康の維持・向上
<ul style="list-style-type: none"> 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。 			4 1日3食バランスのとれた食生活の推進
	区健康づくりの目標		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
			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			
<ul style="list-style-type: none"> 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る啓発コーナーを、「健康スポット」の名称で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役所SNSと健康なびにて発信している。 			
			
取組の成果			
毎月健康に関する内容のリーフレットと保健事業のチラシ等を入れた啓発品セットを400個/月配布することで、健康スポットに立ちよるきっかけとなっていると考えられる。			
課題	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。		

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			
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、健康の増進等に寄与する	区健康づくりの目標		
			—
事業の対象者		単年度事業・継続事業	
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			
<p>「介護予防普及啓発事業」に関する教室を「公民館介護予防事業」として、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。</p> <p>1 生きがい健康づくり教室 健康、食育、防犯、防災、文化・芸術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。</p> <p>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、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。</p>			
取組の成果			
<p>令和4年度実績</p> <p>生きがい健康づくり教室 参加者延べ人数 33,613人</p> <p>ますます元気教室 参加者延べ人数 9,290人</p>			
課題	今後の方向性		
リピーターの方が多く傾向にあるため、新規参加者増加のため広報等に工夫が必要。	参加しやすく、また学びのある魅力的な講座(教室)づくりを行っていく。		