

令和8年度第1回さいたま市健康づくり・食育推進協議会

日時：令和8年7月16日（木）15時30分～17時00分

場所：さいたま市役所 議会棟 第6委員会室

次 第

1 開会

2 議事

- (1) さいたま市健康づくり計画 分野別目標とR8年度主な取組
- (2) その他

3 閉会

さいたま市健康づくり・食育推進協議会委員名簿

(令和7年4月1日から令和9年3月31日まで)

令和7年4月3日現在

	氏 名	所 属	備 考
1	あきやま かよ 秋山 佳代	人間総合科学大学 人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 准教授	
2	いいたか いちろう 飯高 一郎	NPO法人浦和スポーツクラブ 理事	
3	おおつか ひろみ 大塚 弘美	さいたま市私立保育園協会 食育部 部長 (いちご桜保育園 園長)	
4	おおにし ひさこ 大西 妃佐子	さいたま市食生活改善推進員協議会 理事	
5	おがわ みどり 小川 実登里	埼玉県栄養士会 常任理事	
6	しばた あき 柴田 亜希	埼玉県立大学 保健医療福祉学部 看護学科 准教授	
7	つるおか ゆか 鶴岡 祐佳	市民公募委員	
8	なかむら けいこ 中村 啓子	市民公募委員	
9	ながせ じゅんこ 長瀬 純子	さいたま市薬剤師会 常務理事	
10	なみき えみこ 並木 英巳子	さいたま市保健愛育会 理事	
11	まき じゅんいち 巻 淳一	さいたま市歯科医師会 会長	
12	ももき しげる 桃木 茂	さいたま市4医師会連絡協議会大宮医師会	
13	よしむら まゆこ 吉村 繭子	さいたま商工会議所 会員サービス課 課長補佐	
14	わきのその あきこ 脇之蘭 明子	全国健康保険協会埼玉支部 企画総務部 保健グループ長	

(敬称略)

令和8年度 第1回健康づくり・食育推進協議会 関係課職員名簿

	所 属	役 職	氏 名	備 考
1	桜区役所保健センター	所長	林 夏奈	
2	北区役所保健センター	係長	代田 由美	
3	岩槻区役所保健センター	主査	手塚 由香	
4	保健所 健康支援課	主査	高木 悠浩	
5	農業政策課	主事	荒井 慶太	
6	健康教育課	係長	小坂 浩士	

(事務局)

	所 属	役 職	氏 名
1	保健衛生局 保健部	部長	浅野 昌則
2	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	課長	竹村 真
3	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	参与	今野 弘美
4	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	係長	山田 希亜
5	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	主査（栄養士）	田場 光絵
6	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	主査（保健師）	中杉 晃子



「さいたま市健康づくり計画」について

保健衛生局 保健部 保健衛生総務課

1 計画の基本的な考え方



基本方針

・市民がそれぞれのライフコース、ライフスタイルにあった健康づくりを、身近な環境の中で、気軽に楽しく実践・継続できる環境づくりを推進する。

基本目標

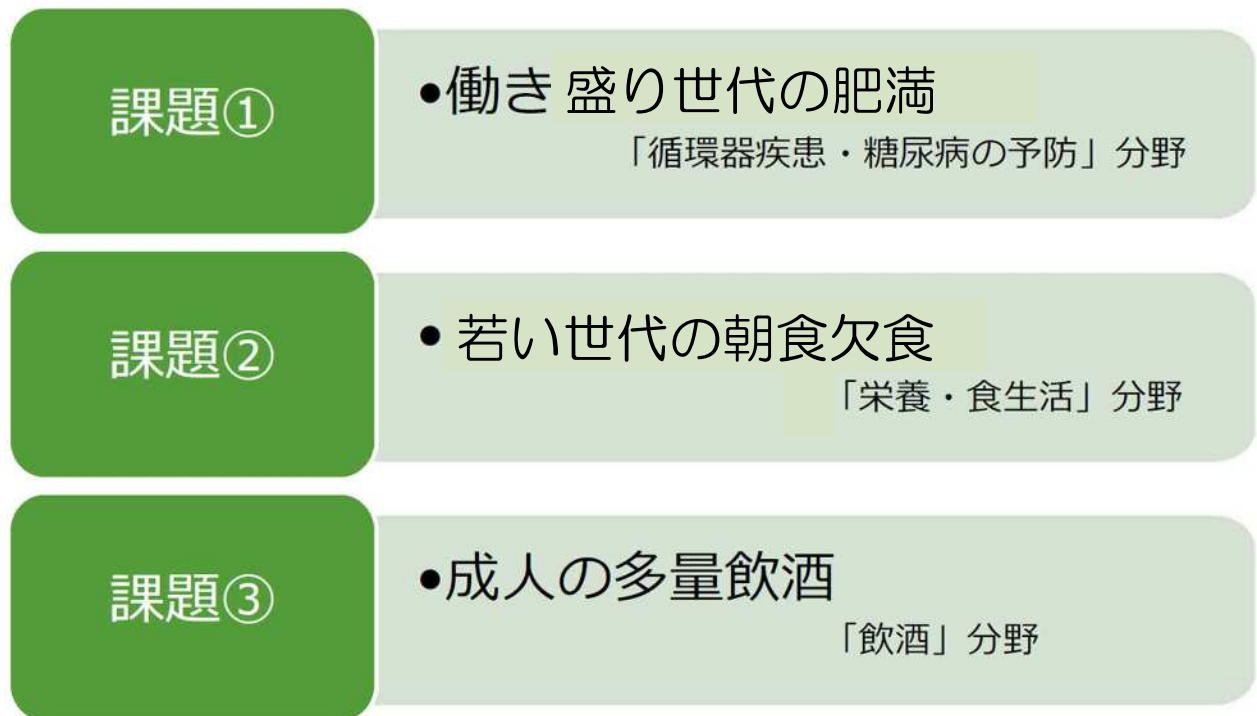
Ⅰ 若い世代から自分の健康に関心を持ち、市民が自ら健康づくりに取り組むための環境を整備するとともに、健康づくりに関する継続的な支援を推進する。
Ⅱ 本市の環境を生かしながら、身近な地域で互いに支えあいながら自然に健康になれる地域づくりを推進する。

分野別目標

・ヘルスプラン21（第2次）を継承し、8つの分野の目標を定める。
・目標の設定においては、前計画の評価を踏まえ、分野別に大目標と中目標を設定し、小目標として積極的な施策の展開を図るため具体的な取組を設定する。
・前計画の基本的視点を活かし、人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）の観点も取り入れる。ライフコースは年代別に加え、性別の特性を踏まえ、女性に関する目標を新たに設ける。

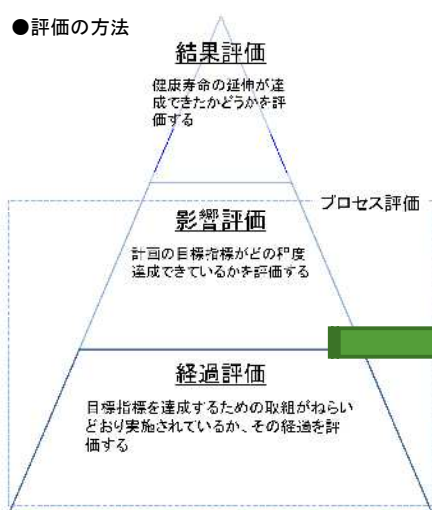
2 取り組むべき課題

●前計画において課題となった点

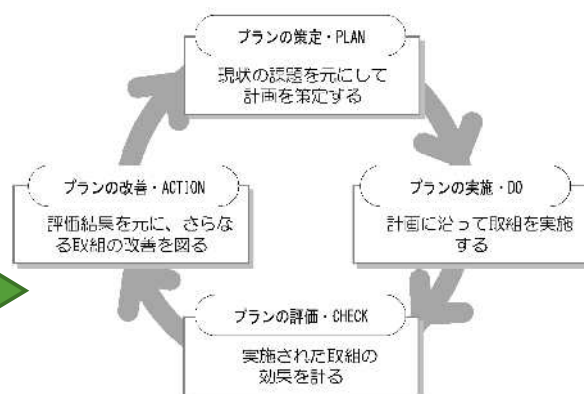


3 計画の進行管理と評価

●評価の方法



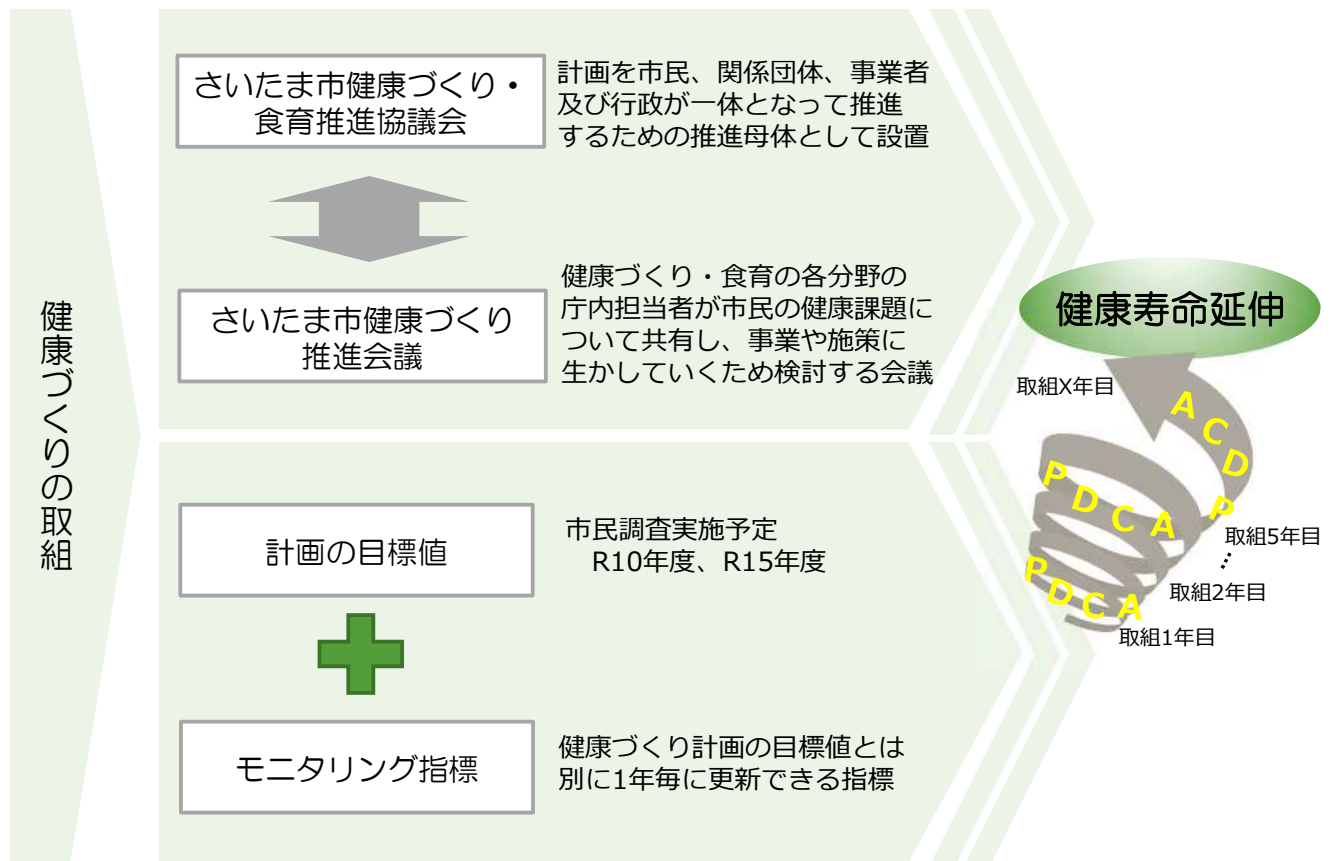
●PDCA サイクル



●保健活動の評価の視点

ストラクチャー	プロセス	アウトプット	アウトカム
構造	過程	事業実施量	結果
誰が、どういう体制で	どのように	どれだけやって	その結果どうなったか

4 計画の進行管理



5 令和7年度さいたま市健康づくり推進会議

【主な意見・取組のまとめ】

① 健康無関心層へのアプローチ

- ・ 鉄道ふれあいフェア、マルシェ、商業施設、図書館等、健康を目的としない場での啓発が多い。
- ・ 企業・大学・地域イベントとの連携により、若年層・働き盛り世代への接点が拡大している。

② 働き盛り世代への柔軟な支援

- ・ 母子保健事業、保育園行事等に健康教育を組み込む取組が多い。
- ・ 休日開催、短時間講話、SNS活用など、参加しやすさを意識した工夫が報告された
- ・ 今後は事業所・企業との連携を検討したいとの意見も見られた。

③ 行動変容を促す工夫

- ・ 体組成測定、血管年齢、ベジチェック、試食、模型体験など、体験・可視化を重視した取組が多い。

④ 子どもを通じた家庭への波及

- ・親子教室、保育園・学校を通じた取組により、家庭全体への生活習慣改善を促す実践が多い。
- ・子ども向け体験や掲示物を家庭内の会話につなげる工夫が共通して見られた。

⑤ 多職種・多分野連携

- ・保健師・管理栄養士・歯科衛生士を中心とした多職種連携が進んでいる。
- ・民間企業、図書館、スポーツ団体、大学等との協働が健康づくりの裾野拡大に寄与している。
- ・今後は連携先の情報共有や継続的な協働の仕組みづくりが課題として挙げられた。

⑥ 大人の食育に関する主な取組の傾向

- ・朝食欠食防止、減塩、野菜摂取増加に関する啓発が多い。
- ・マルシェ、イベント、図書館等、生活圏での情報提供が中心。
- ・食品ロス削減、地場産農産物活用など、環境・地域資源と結びつけた食育の視点も見られた。

さいたま市健康づくり計画 分野別目標と R8 年度主な取組

1. がんの予防

中目標 がん検診の受診率の向上

中目標 生活習慣の改善による発症予防

主な取組の抜粋	取組主体
がん検診の実施	さいたま市4医師会 全国健康保険協会埼玉支部 健康支援課
健康づくり教育、保育園保護者会、育児サロン等におけるがんに関する講話	各区役所保健センター

2. 循環器疾患・糖尿病の予防

中目標 特定健康診査や人間ドックの受診率の向上

中目標 生活習慣の改善による発症予防

主な取組の抜粋	取組主体
特定健康診査や保健指導の実施	さいたま市4医師会 全国健康保険協会埼玉支部 国保年金課 各区役所保健センター
被保護者健康管理支援事業 (生活保護受給者の内、「医療機関受診勧奨対象者」又は「糖尿病性腎症重症化予防対象者」に対して、保健指導や相談対応を実施)	生活福祉課
高血圧や糖尿病などをテーマとした教室開催 (講義、運動実技等)	各区役所保健センター

3. 歯科・口腔(歯科口腔審議会において必要に応じて審議)

4. 栄養・食生活

中目標 世代ごとの特徴をふまえた食生活の推進

中目標 持続可能な食の環境づくり

主な取組の抜粋	取組主体
市民健康栄養講座の開催(講話や栄養食事相談コーナー等)	埼玉県栄養士会
子どもや親子等を対象に、健康的な食事や生活に関する講義・調理実習を実施	さいたま市食生活改善推進員協議会
私立保育園の職員を対象とした「行事食・伝統食の献立」等の調理講習会の開催	さいたま私立保育園協会
高齢者を対象としたフレイル予防、肺炎予防、認知症予防のために高齢期の栄養や口腔機能の向上について学ぶ講義を実施	いきいき長寿推進課
児童センターにおける食育講話	子ども・青少年政策課
単独型子育て支援センターでの食育に関する事業	子育て支援課
保育園における食育(各公立保育園が食育年間計画を作成、保育士、調理師等が実施。保育課栄養士が公立保育園に出向き実施した園児向けの食育を実施。また給食の献立レシピを作成し、各公立保育園にて配布。)	保育課
地元のシェフと連携を図り、学校給食を実施	健康教育課
「すくすく のびのび 子どもの生活習慣向上」キャンペーン(朝ごはんをしっかりとべよう等の普及啓発。)	生涯学習振興課
公民館における食育講座	生涯学習総合センター
食の安全・安心市民講習会開催	生活衛生課
チーム Eat All(食減ロス削減に取り組む企業と市が協働で食品ロス削減を推進するチームを結成。常設の食品寄附の回収拠点を設置し、地域の買い物で利用できるポイントを寄附量に応じて付与等の活動を実施。)	資源循環政策課
地場産農産物料理講習会の開催(農家さんから市内産の農産物を使用した料理を教わる。)	農業政策課
6月食育月間、10月朝ごはんを食べよう強化月間における普及啓発(ポスター等を作成し、市内保育施設、学校、公共施設等にて配布)。市内コンビニエンスストアの惣菜コーナーへの野菜摂取促進 POP 設置による普及啓発。	保健衛生総務課

5. 身体活動・運動

中目標 日常的に意識して取り組む運動習慣

中目標 ウォーキングを通じた健康づくり

主な取組の抜粋	取組主体
子ども、大人、シニア向けの運動プログラムを開催	NPO 法人浦和スポーツクラブ
さいたま市レクリエーション協会支援事業 (市民のスポーツ・レクリエーションへの取組みや種目団体への加入を促すよう、レクリエーション協会によるフェスティバルの開催や、レクの普及啓発実施等。)	スポーツ振興課
シルバーポイント事業(登録団体で健康づくり等の活動を行ったときにポイントがもらえ、ポイントが一定以上貯まると、奨励金に交換することができる事業。)	高齢福祉課
ますます元気教室の開催(おもりを使った筋力トレーニング「いきいき百歳体操」を学ぶ等)	いきいき長寿推進課
健康マイレージ事業(スマートフォンアプリにより、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を支援する。)	保健衛生総務課

6. 休養・こころの健康

中目標 ストレスの解消

中目標 悩み事を相談できる環境づくり

主な取組の抜粋	取組主体
メンタルヘルス検定、メンタルヘルスマネジメント検定の実施、健康セミナーの開催	さいたま商工会議所
子育て世代、高齢者等への支援事業 (親子でのふれあい体操や介護予防体操等の実施を通じて、親子や高齢者の孤立を防ぐ)	さいたま市保健愛育会
児童センターにおける「ティーンズカフェ」(中高生のための軽食等を囲んだストレス解消時間)	子ども・青少年政策課
心地よい眠りへ導く快眠ストレッチ教室	緑区役所保健センター

7. 喫煙

中目標 喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)

中目標 受動喫煙の機会の減少

主な取組の抜粋	取組主体
禁煙に関する普及啓発(禁煙相談の実施、コミセンまつりや区報、SNS での普及啓発)	南区役所保健センター
COPD に関する知識の普及啓発	保健衛生総務課
20 歳未満の喫煙防止に関する普及啓発(市内高校生ハリーフレットを配布)	保健衛生総務課

8. 飲酒

中目標 生活習慣病のリスクを高める飲酒量の啓発

中目標 20歳未満の飲酒をなくす

主な取組の抜粋	取組主体
20 歳未満の飲酒に関する普及啓発	さいたま市薬剤師会
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	こころの健康センター
生活習慣病のリスクを高める飲酒量の普及啓発(SNS 等による普及啓発)	保健衛生総務課
20 歳未満の飲酒防止に関する普及啓発(市内高校生ハリーフレットを配布)	保健衛生総務課

さいたま市健康づくり計画 モニタリング指標（R8.6月更新）

さいたま市健康づくり計画において、令和11年度中間評価、令和15年度最終評価として、数年単位の長い期間で評価をする仕組みを整えている。

一方で各実施取組は、健康づくりに取り組む地域団体、行政等がPDCAサイクルによる評価を毎年行っている。地域団体や行政等にとって、参考数値として毎年モニタリングができる指標が別途あることで、課題を把握しやすく、PDCAサイクルをより回しやすいとして、令和6年度第2回さいたま市健康づくり・食育協議会において、モニタリング指標の設置を承認。

0. 共通.健康の意識

65歳の健康寿命

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R6年度	R15年度 目標値	備考
男性	18.09	18.17	18.06	<u>17.89</u>	19.23	埼玉県衛生研究所
女性	20.92	21.14	21.11	<u>20.93</u>	21.94	

1. がんの予防（健康づくり計画P161～）

がん検診受診率(さいたま市がん検診)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度	備考
胃がん検診	11.3%	11.5%	11.3%	<u>11.6%</u>	<u>11.8%</u>	さいたま市 がん検診
肺がん検診	15.5%	15.6%	15.3%	<u>15.3%</u>	<u>15.3%</u>	
大腸がん検診	13.7%	13.7%	13.4%	<u>13.4%</u>	<u>13.4%</u>	
乳がん検診	11.9%	12.4%	12.2%	<u>12.3%</u>	<u>12.3%</u>	
子宮がん検診	15.0%	15.5%	15.8%	<u>15.9%</u>	<u>16.1%</u>	

2. 循環器疾患・糖尿病の予防（健康づくり計画P163～）

①メタボリックシンドロームの該当者の割合(40～75歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
男性	28.6%	28.8%	28.6%	22.0%	埼玉県衛生研究所
女性	8.9%	9.2%	9.0%	7.0%	

②メタボリックシンドロームの予備群の人数の割合(40～75歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
男性	17.4%	17.1%	17.2%	13.0%	埼玉県衛生研究所
女性	5.0%	4.7%	4.9%	4.0%	

③収縮期血圧の平均(40～75歳未満、内服加療中含む、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
男性	127.9 mmHg	127.7 mmHg	127.3 mmHg	122.9 mmHg	埼玉県衛生研究所
女性	122.5 mmHg	122.3 mmHg	122.0 mmHg	117.5 mmHg	

④LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合

(40～75歳未満、内服加療中含む、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
男性	13.8%	12.4%	11.9%	10.3%	埼玉県衛生研究所
女性	13.7%	12.3%	11.9%	10.3%	

⑤血糖コントロール不良者の割合(40～75歳未満、HbA1C8.0%以上)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
男性	2.51%	2.32%	2.32%	—	埼玉県衛生研究所
女性	0.97%	0.87%	0.81%	—	
全体	1.66%	1.53%	1.50%	1.00%	

3. 歯科・口腔(歯科口腔審議会において必要に応じて審議)

4. 栄養・食生活(健康づくり計画P166～)

朝食を抜くことが週に3回以上ある(40～75歳未満、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	備考
男性	24.4%	25.2%	25.3%	埼玉県衛生研究所
女性	14.4%	15.2%	15.3%	

5. 身体活動・運動(健康づくり計画P168)

日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施

(40～75歳未満、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	備考
男性	46.0%	46.7%	47.5%	埼玉県衛生研究所
女性	44.9%	45.9%	46.8%	

6. 休養・こころの健康（健康づくり計画P168）

睡眠で休養が十分とれている(40～75歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	備考
男性	64.9%	63.8%	62.4%	埼玉県衛生研究所
女性	60.7%	59.5%	57.7%	

7. 喫煙（健康づくり計画P169）

COPDの死亡率の減少

R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15年度 目標値	備考
7.9%	8.9%	9.0%	6.0%	さいたま市保健統計

8. 飲酒（健康づくり計画P169）

1日当たりの飲酒量(40～75歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	備考
男性 2合以上	21.5%	22.6%	22.9%	埼玉県衛生研究所
女性 1合以上	26.8%	27.5%	28.9%	