

横須賀市健康増進計画・食育推進計画進行管理表

平成30年度

取り組みの分野:がん

| 1) | かんと生活習慣病予防との関係性の周知 (●) | | |
|-----------------------|--|---|---------------|
| 2) | がん検診の必要性の周知 (●) | | |
| 3) | がん予防啓発のための講座等の実施 (●) | | |
| 4) | 胸部、大腸、子宮、乳がん、前立腺がん検診の受診者数を増やす取り組み (●) | | |
| 5) | がん検診における要精検受診率の向上 (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ② ③ ④ ⑤ | 市民健診事業 特定健康診査事業 健康教育事業 健康づくり推進事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・広報等での啓発や市民健診結果説明会の有効活用 ・健康教室の実施 ・講演会の実施 ・ポスター作成やパンフレットの配布 ・各種イベント等による啓発 ・精密検査未受診者へのアンケート調査 ・精密検査受診者へのパンフレットの配布(集団検診) | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン」のポスターを作成(10月予定)し、市の掲示板などに掲示する。 ・市民健診の講演会を開催する。 ・胃がんリスク、乳がん、子宮頸がん、大腸がん、胸部検診の精密検査未受診者へのアンケート調査を実施する。 ・40歳女性に乳がん検診、20歳女性に子宮頸がん検診の無料クーポン券を配布する。 ・40歳男性にがん検診の受診勧奨を行う。 ・20歳女性及び40歳男女に、がん検診受診の再勧奨を行う(11月予定)。 ・平成25年度胃がんリスク検診A判定者に、検診受診勧奨のはがきを送付する。 ・集団健診の胃がんリスク検診受診者に、胃がん発生リスクに関するちらしを結果通知に同封する。 ・ホームページ・すかりぶに市民健診の案内を載せる。 ・「健康フェア」にて乳がんの自己検診啓発を実施する予定。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野:循環器疾患・糖尿病

| 1) | 健康診断を受けやすい環境の整備 (●) | | |
|-----------------------|---|---|---------------|
| 2) | 健康診断の必要性の周知 (●) | | |
| 3) | 必要に応じた健康診断後のフォローの実施 (●) | | |
| 4) | 生活習慣病(脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧、脂質異常症、糖尿病)、メタボリックシンドローム予防に関する知識の普及 (●) | | |
| 5) | 生活習慣病予防と改善のための食事や運動の講座等の実施 (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ③ ⑤ ⑦ ⑧ | 市民健診事業 特定健康診査事業 (国保・社保) 健康づくり推進事業 健康教育事業 健康相談事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・各健康診査の実施 ・市のホームページ等に医療機関情報(日曜診療等)掲載 ・集団健診の休日健診の開催回数の増加 ・広報よこすかに啓発記事の掲載 ・かかりつけ医による個別受診勧奨 ・イベントでの広報活動 ・生活保護等の特定保健指導の実施 ・市民健診結果説明会の有効活用 ・各種健康教室の実施 ・地域や職域からの依頼による健康教育の実施 ・ポスター・ちらし・市ホームページを利用した普及啓発 ・ヘルスマイトによる委託事業の実施 ・各種イベント等による啓発 ・各種健康相談の実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・集団健診は5月～翌年の3月15日まで実施する。個別健診は5月～翌年2月まで実施する。 ・日曜日に健診を実施している医療機関をホームページに掲載する。 ・集団健診の休日健診を日曜日に7回・土曜日に3回実施する。 ・広報よこすかに市民健診の案内記事を月一回掲載する。 ・集団健診の結果説明会を年23回開催する。 ・国保の特定保健指導(動機付け・積極的)の対象者(希望者)に特定保健指導を実施する。 ・慢性腎臓病(CKD)や透析に至ることを防ぐため、検診実施医療機関を通じて、糖尿病や高血圧の治療には至っていない生活習慣病予備軍の者に対して、CKDのパンフレットを配布する。 ・スマートダイエット教室は、すこやかんで実施する。 ・引き続き、健康相談を実施。 ・ヘルスマイトによる生活習慣病予防のための調理実習。 ・病態別栄養教室は参加人数に限りがある調理実習から定員を増やすことのできる講話形式に変更した。 ・健康フェアや食育キャンペーンの機会をとらえ、生活習慣病予防を啓発する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 1) | 健康診断を受けやすい環境の整備 (●) | | |
|-------------|---|--|-------|
| 2) | 健康診断の必要性の周知 (●) | | |
| 3) | 必要に応じた健康診断後のフォローの実施 (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② ④ ⑥ | 特定健康診査事業 (国保) 特定保健指導事業 (国保) | <ul style="list-style-type: none"> ・40歳から74歳までの国保被保険者に対する特定健康診査の実施 ・内臓脂肪型肥満に着目した検査項目での健診を、保健所健診センター及び医療機関に委託し実施 ・毎年5月に受診券を送付 広報紙、ホームページ等で周知 ・40歳から74歳までの国保被保険者に対する特定健康診査の実施後、対象者へ利用券を送付し、特定保健指導を医療機関に委託し実施 | 健康保険課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査・レセプトデータの解析に基づいて策定した第2期データヘルス計画の推進 ・受診勧奨通知の内容等の改善（個人属性や受診動向等の分析による文面の工夫） ・早期受診促進キャンペーン ・はがき・電話による特定健康診査受診勧奨 ・人間ドック費用の一部助成 ・39歳被保険者を対象にした郵送型簡易検査の実施 ・勤務先での健康診断結果提出で記念品を贈呈 ・生活習慣病発症予測通知（生活習慣病の発症リスクを数値化した通知）を用いたハイリスク者への通知 ・はがき・電話による特定保健指導利用勧奨 ・ハイリスク者への保健指導の実施 ・糖尿病性腎症重症化予防に関する取り組み ・肥満対策としてチラシ等を利用したポピュレーションアプローチを実施 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野:健康づくりを目的としたネットワーク

(1) 健康づくりの発信源としてのボランティアの育成
 (2) 地域健康づくりネットワークへの取り組み

| | |
|--------|---|
| (1)-1) | ヘルスマイトよこすかの会員数を増やす取り組み (●■) |
| (1)-3) | ラジオ体操サポーターを育成する取り組み (●) |
| (2)-1) | 地域健康教育、講座の実施 (●■) |
| (2)-2) | 健康づくりグループの育成 (●■) |
| (2)-3) | ヘルスマイトの活動の周知 (●■) |
| (2)-5) | 地域職域との連携を図る(ラジオ体操の推進、食事バランスの啓発、禁煙対策、適量飲酒、こころの健康など) (●■) |
| (2)-6) | ラジオ体操登録団体の支援 (●) |

| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
|---------------------------------|---------------------|--|---------------|
| ① ③ ⑦ ⑨ ⑩ ⑫ ⑬ | 健康づくり推進事業 健康教育事業 | <ul style="list-style-type: none"> 健康づくりリーダーの育成 ラジオ体操サポーター養成講座、フォローアップ研修の開催 地域からの依頼による健康教育の実施 ホームページへの掲載やチラシの配布等による周知 職域との連携による健康教育の実施 各種イベントによる啓発 スタートセットの配布 ホームページやチラシ等での会場の周知 活動発表会の実施 ラジオ体操講師の派遣 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | | <ul style="list-style-type: none"> ラジオ体操サポーター養成講座、サポーターフォローアップ研修を引き続き実施する。 地域イベント型ラジオ体操講座については、8回開催予定。観光イベント型ラジオ体操講座は2回実施。 ラジオ体操グループ登録、活動発表会等は継続して実施する。 ヘルスマイト養成講座の開催。 食育キャンペーンや健康フェアでのヘルスマイトの活動を周知する。 | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (1)-2) | 介護予防サポーターの活用 (●) | | |
|--------|---|---|-------|
| (2)-1) | 地域健康教育、講座の実施 (●■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② ⑧ | 地域介護予防活動支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> 介護予防サポーターの育成及び活動支援 地域からの依頼による介護予防に関する講座の実施 地域包括支援センターによる介護予防に関する講座の実施 | 高齢福祉課 |
| 30年度計画 | (地域)地域の底力アップ教室 12回 540人 (地域)地域型介護予防教室 290回 延5,800人 (地域)ふれあい地域健康教室 35回 延1,000人 (地域)介護予防サポーター養成講座 2コース (1コース 50人) 介護予防サポーターフォローアップ研修 約500人 地域型介護予防サポーター養成講座 3コース (1コース40人) | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (2)-1) | 地域健康教育、講座の実施 (●■) | | |
|--------|---|--|--------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ④ | 周産期支援事業 母子健康教育指導事業 | <ul style="list-style-type: none"> 妊娠期から子育て期の各種教室の実施 地域からの依頼による健康教育の実施 | こども健康課 |
| 30年度計画 | 妊娠期から子育て期の各種教室などにおいて、妊婦や母親同士の情報交換や交流、相談の機会を提供し、地域での仲間づくりの機会とし、子育ての孤立化を防ぎ、前向きに子育てに取り組めるよう支援する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (2)-1) 地域健康教育、講座の実施 (●■) | | | |
|--------------------------|--|------------------------|------------------------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑤ | コミュニティセンター運営管理事業 | ・コミュニティセンターにおける各種講座の実施 | 地域コミュニティ支援課 各行政センター |
| 30年度計画 | 生涯現役という観点から高齢者教室の内容を充実させる。引き続き高齢福祉課の介護予防事業と連携し、生涯現役講座を9コミュニティセンターで開催する。 家庭教育学級においても引き続き内容の充実と参加者増加に努める。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (2)-1) 地域健康教育、講座の実施 (●■) | | | |
|--------------------------|---|---------------|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑥ | 生涯学習センター運営管理事業 | ・各種講座、市民大学の開催 | 生涯学習課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・生涯学習センター指定管理事業において、市民大学（50講座以上）を含む各種講座を実施する。 ・市民大学などにおいて、健康に関する講座を実施する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (2)-4) | スポーツ推進委員の活用 (●) | | |
|--------|--|--|---------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑪ | 新体カテスト測定員養成事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・新体カテスト測定員講習会の実施 ・学校へのスポーツ推進委員の派遣 ・スポーツフェスタの開催 | スポーツ振興課 |
| 30年度計画 | <p><新体カテスト測定員講習会の実施></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成31年2月16日(土)に新体カテスト測定員講習会を開催する予定。 <p><学校へのスポーツ推進委員の派遣></p> <ul style="list-style-type: none"> ・前年度の実施内容を改善し、新体カテスト測定員を学校へ派遣する。その後、派遣結果をもとにさらなる反省点・今後の課題を洗い出し、それを踏まえて測定員研修を開催し、次年度以降の事業の拡充につなげる。 <p><スポーツフェスタの開催></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成30年10月8日(月・祝)によこすかスポーツフェスタ2018を開催し、北体育会館等において、スポーツ推進委員が役員となって新体カテストの測定を行う予定。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野:食育

| 1) | 健康づくり教室や食育教室の実施 (■) | | |
|-----------------------|---|--|-------|
| 2) | 1人で食事をするこどもを減らす取り組み (■) | | |
| 4) | 食育に関する情報の提供 (■) | | |
| 8) | よく噛んで味わって食べるなどの食べ方の啓発 (■) | | |
| 9) | 農業体験を経験する機会の提供 (■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ⑤ ⑧ ⑬ ⑯ | 食育活動 食指導 園内菜園 | <ul style="list-style-type: none"> ・食育パフォーマンスの実施 ・食事のおたよりの配布 ・毎日の給食時に保育士等による食指導および共食 ・依頼による食育講話の実施 ・園内菜園の実施 | 保育運営課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・食育パフォーマンスの実施 ・食事のおたよりの配布 ・毎日の給食時に保育士等による食指導および共食 ・依頼による食育講話の実施 ・園内菜園の実施 ・ヘルスマイトによる和食文化「はしについて」講話と実演 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 1) | 健康づくり教室や食育教室の実施 (■) | | |
|------------------|---|---|--------|
| 2) | 1人で食事をするこどもを減らす取り組み (■) | | |
| 4) | 食育に関する情報の提供 (■) | | |
| 8) | よく噛んで味わって食べるなどの食べ方の啓発 (■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② ⑥ ⑨ ⑰ | 周産期支援事業 母子健康教育指導事業 訪問指導 母子健康診査事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠期から子育て期における乳幼児健診、相談、訪問、教室の実施 ・地域からの依頼による健康教育の実施 | こども健康課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠期から子育て期の乳幼児健診や各種教室等において共食の重要性、妊娠期から乳幼児期に必要な食の情報提供、よく噛んで食べる食べ方等について普及啓発を行う。また、ホームページやすかりぶを活用して母子保健に関する食の情報提供していく。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 1) | 健康づくり教室や食育教室の実施 (■) | | |
|----------------------------|---|---|---------------|
| 3) | 栄養成分表示の活用方法の普及 (■) | | |
| 4) | 食育に関する情報の提供 (■) | | |
| 7) | よこすかE表示メニュー設置店、普及協力店を増やす取り組み (■) | | |
| 8) | よく噛んで味わって食べるなどの食べ方の啓発 (■) | | |
| 10) | 食の循環や環境を意識した食育の推進 (■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ③ ⑦ ⑪ ⑮ ⑱ ⑳ | 健康づくり推進事業 健康食生活推進事業 健康教育事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・食育推進教室の実施 ・地域、職域からの依頼による健康教育の実施 ・ヘルスマイトによる委託事業の実施 ・食品衛生責任者講習会および巡回での説明の実施 ・外食の栄養成分表示を上手に活用するための教室の実施 ・ポスター・ちらし・市ホームページを利用した普及啓発 ・食育推進キャンペーンの実施 ・食品ロスの削減を推進するための講座等の実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・食品ロスへの理解をすすめるための食育推進講演会及び調理実習の実施 ・食文化の継承、メンス料理、バランスのよい食事をつくる教室の実施 ・食育に関する情報提供のためのキャンペーン ・栄養成分表示を上手に活用するための教室の実施 ・食事バランスガイド普及啓発を目的とした市民向け講習会の実施 ・「よこすかE表示」普及協力店へ引き続き掲示による、市民への周知協力依頼 ・「よこすかE表示」メニュー設置店の店舗専用ポスター作成及び市民への周知協力依頼 ・ポスター・ちらし・市のホームページなどを利用した普及啓発 ・ヘルスマイトによる食の大切さを伝える委託事業の実施 ・地域、職域からの依頼による健康教育の実施 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 1) | 健康づくり教室や食育教室の実施 (■) | | |
|-------------|---|--|-------|
| 4) | 食育に関する情報の提供 (■) | | |
| 8) | よく噛んで味わって食べるなどの食べ方の啓発 (■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ④ ⑫ ⑲ | 地域介護予防活動支援事業 介護予防普及啓発事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・地域からの依頼による介護予防に関する講座の実施 ・介護予防に関する知識の普及と教室の実施 | 高齢福祉課 |
| 30年度計画 | (地域) ふれあい地域健康教室 35回 延1,000人 (普及) 男性料理教室 1日コース×8会場 定員20人 (普及) のみこみらくらく教室(栄養・歯科) 3日コース×3会場 定員15人 (普及) シニアのための栄養講座 1日コース×6会場 定員20人 シニアのための栄養講座(実践編) 1日コース×3会場 定員20人 (普及) 小食の方のための栄養教室 2日コース×3会場 定員20人 (普及) 生涯現役講座(コミュニティーセンターと連携) 1回×9コミセン (普及) プラチナカレッジ(複合) 2日コース×4コース 定員30人 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 4) | 食育に関する情報の提供 (■) | | |
|------------------|---|--|-------|
| 5) | 学校給食での地産地消の推進 (■) | | |
| 11) | 学校における食育の推進 (■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑩ ⑬ ⑭ ⑮ | 学校保健関係指導 | <ul style="list-style-type: none"> ・夏季研修講座「食育」、食指導研修 ・給食だより等による意識啓発 ・学校給食での地場産物の使用の推進 (統一献立および自校献立) ・「食に関する指導の全体計画」の策定、実施 ・「給食時間マニュアル」に基づいた給食指導の実践 ・関連各教科における食に関する指導 (栄養教諭等の活用も含め) の実践 ・中学校完全給食の開始に合わせた、中学校教職員への研修の充実 ・給食センターを活用した食育の取り組みの検討 | 保健体育課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・引き続き食育研修を、夏季研修講座に位置付け、継続して基準献立予定表、給食だより、食育だより等の発行を行っていく。 ・統一献立における地場産物の使用割合を13.2%以上を目指していく。 ・食育の推進体制づくりを支援するため、市立学校食育担当者会議を開催する。 ・給食時間の準備から後片付けまでの活動を通して、担任が計画的・継続的な指導を行うことにより児童に望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせるために、「給食時間マニュアル」を市内全小学校で実施し、指導の充実を図る。 ・中学校における食に関する指導について、中学校教職員を対象とした効果的な指導プログラムの構築を図る。(計画) | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 6) | 食の安全性の普及啓発 (■) | | |
|--------|--|---|--------------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑭ | 食品衛生事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・食のセミナーおよび食品衛生講習会開催 | 保健所 生活衛生課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・市民向け食品衛生講習会を開催 ・食のセミナーを平成31年3月開催 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 9) | 農業体験を経験する機会の提供 (■) | | |
|--------|--|--|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑳ | 地産地消推進事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・農業体験の実施(児童対象) ・親子酪農体験の実施(児童・保護者対象) | 農業水産課 |
| 30年度計画 | ①年2回実施予定 (夏季・冬季に小学校5・6年生 各回50人対象に実施予定) ②年1回実施予定 (小学生とその保護者、計50人対象に実施予定) | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 10) | 食の循環や環境を意識した食育の推進 (■) | | |
|--------|--|--|---------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ㉓ | 減量化・資源化啓発事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・子どもごみ教室(小・中・高校生対象)及びごみトーク(出前トーク、町内会等対象)での啓発 ・ポスター等による食品ロス削減の啓発 | 資源循環推進課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・子どもごみ教室(保育園、幼稚園、小・中・高校生対象)での啓発 ・ごみトーク(出前トーク、町内会等対象)での啓発 ・ごみ問題学習会(町内会等対象)での啓発 ・アイクルフェア等イベントでの啓発 ・ポスター等による食品ロス削減の啓発 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野: 栄養と食生活

(1)ライフステージにあわせた適正体重を維持するための取り組み

| (1)-1) | 栄養や運動に関する知識の普及啓発、各種講座の実施 (●■) | | |
|------------------|--|--|-------|
| (1)-2) | バランスよく (主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など)、3食食べることの知識の普及啓発 (●■) | | |
| (1)-3) | 食事バランスガイドなどの活用方法の普及 (●■) | | |
| (1)-4) | 各種講座の実施 (●■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ⑤ ⑩ ⑭ | 健康診断 食育活動 調理員講習会 | <ul style="list-style-type: none"> 内科健診の実施 食事のおたよりの配布や食育パフォーマンスの実施 保育園調理員を対象とした調理講習会の実施 | 保育運営課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 内科健診の実施 食事のおたよりの配布 食育パフォーマンスの実施 保育施設調理員を対象とした調理講習会の実施 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (1)-1) | 栄養や運動に関する知識の普及啓発、各種講座の実施 (●■) | | |
|------------------|---|---|--------|
| (1)-2) | バランスよく (主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など)、3食食べることの知識の普及啓発 (●■) | | |
| (1)-3) | 食事バランスガイドなどの活用方法の普及 (●■) | | |
| (1)-4) | 各種講座の実施 (●■) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② ⑥ ⑪ ⑮ | 周産期支援事業 母子健康教育指導事業 訪問指導 母子健康診査事業 | <ul style="list-style-type: none"> 妊娠期から子育て期における乳幼児健診、相談、訪問、教室の実施 地域からの依頼による健康教育の実施 | こども健康課 |
| 30年度計画 | 妊娠期から子育て期における乳幼児健診や各種事業においてバランスよく3食食べるの知識の普及を行う。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (1)-1) | 栄養や運動に関する知識の普及啓発、各種講座の実施（●■） | | |
|------------------|---|---|---------------|
| (1)-2) | バランスよく（主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など）、3食食べることの知識の普及啓発（●■） | | |
| (1)-3) | 食事バランスガイドなどの活用方法の普及（●■） | | |
| (1)-4) | 各種講座の実施（●■） | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ③ ⑧ ⑫ ⑯ | 健康づくり推進事業 健康食生活推進事業 健康教育事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・各種健康教室の実施 ・食育推進教室の実施 ・地域や職域からの依頼による健康教育の実施 ・職域との連携による健康教育の実施 ・ポスター・ちらし・市ホームページを利用した普及啓発 ・ヘルスマイトによる委託事業の実施 ・食育推進キャンペーンの実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・バランスよく食べることや生活習慣病予防に重点をおいた各種健康教室の実施 ・食育推進教室の実施 ・バランスよく食べることや生活習慣病予防を目的としたヘルスマイトよこすかによる委託事業の実施 ・ポスター・ちらし・市ホームページなどを利用した普及啓発 ・地域や職域からの依頼による健康教育の実施 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (1)-1) | 栄養や運動に関する知識の普及啓発、各種講座の実施（●■） | | |
|------------------|--|--|-------|
| (1)-2) | バランスよく（主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など）、3食食べることの知識の普及啓発（●■） | | |
| (1)-3) | 食事バランスガイドなどの活用方法の普及（●■） | | |
| (1)-4) | 各種講座の実施（●■） | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ④ ⑨ ⑬ ⑰ | 介護予防普及啓発事業 地域介護予防活動支援事業 地域リハビリテーション活動支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> 介護予防に関する知識の普及のための訪問、教室の実施 地域包括支援センターによる介護予防に関する講座の実施 地域からの依頼による介護予防に関する講座の実施 | 高齢福祉課 |
| 30年度計画 | (地域) ふれあい地域健康教室 35回 延1,000人 (普及) 男性料理教室 1日コース×8会場 定員20人 (普及) のみこみらくらく教室(栄養・歯科) 3日コース×3会場 定員15人 (普及) シニアのための栄養講座 1日コース×6会場 定員20人 シニアのための栄養講座(実践編)1日コース×3会場 定員20人 (普及) 小食の方のための栄養教室 2日コース×3会場 定員20人 (普及) 生涯現役講座(コミュニティーセンターと連携) 1回×9コミセン (普及) プラチナカレッジ(複合) 2日コース×4コース 定員30人 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (1)-2) | バランスよく（主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など）、3食食べることの知識の普及啓発（●■） | | |
|--------|--|---|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑦ | 学校保健関係指導 | <ul style="list-style-type: none"> 夏季研修講座「食育」、食指導研修 給食だより等による意識啓発 | 保健体育課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 引き続き食育研修を、夏季研修講座に位置付け、継続して基準献立予定表、給食だより、食育だより等の発行を行っていく。 統一献立における地場産物の使用割合を13.2%以上を目指していく。 食育の推進体制づくりを支援するため、市立学校食育担当者会議を開催する。 給食時間の準備から後片付けまでの活動を通して、担任が計画的・継続的な指導を行うことにより児童に望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせるために、「給食時間マニュアル」を市内全小学校で実施し、指導の充実を図る。 中学校における食に関する指導について、中学校教職員を対象とした効果的な指導プログラムの構築を図る。(計画) | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野: 身体活動・運動

(1) ライフステージにあわせた日常生活(生活活動)の中で、身体活動を増やす取り組み

(2) ライフステージにあわせた体力の維持、向上を目的として計画的、意図的に実施する運動を増やす取り組み

| (1)-1) | 生活活動(労働、家事、通勤、通学など)を活用した身体活動量の増加の取り組み(●) | | |
|------------------|---|--|---------------|
| (2)-1) | ラジオ体操、ウォーキングなどの普及(●) | | |
| (2)-2) | 健康増進センター、運動施設(体育会館・プール)等の活用(●) | | |
| (2)-3) | 運動の各種教室等の実施(●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ③ ⑤ ⑦ | 健康づくり推進事業 健康教育事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・各種健康教室の実施 ・地域、職域からの依頼による健康教育の実施 ・ポスター・ちらし・市ホームページを利用した普及啓発 ・ラジオ体操やウォーキングに関する教室、講習等の実施 ・健康増進センターと連携した健康教室の実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・地域イベント型ラジオ体操講座を年8回、観光イベント型ラジオ体操講座を年2回、継続実施する。 ・ウォーキング協会と共催で健康教育を実施する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| (2)-1) | ラジオ体操、ウォーキングなどの普及（●） | | |
|-------------|---|--|---------|
| (2)-2) | 健康増進センター、運動施設（体育会館・プール）等の活用（●） | | |
| (2)-3) | 運動の各種教室等の実施（●） | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② ④ ⑥ | 市民レクリエーション事業 学校体育施設開放奨励事業 体育会館管理委託、営繕工事 市民スポーツ教室事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・夏休みを利用したラジオ体操の会の実施 ・ラジオ体操講習会の実施 ・学校体育館施設の地域住民等への開放の実施 ・体育会館等の適正な維持管理、修繕 ・幼児から高齢者へスポーツの機会を提供するためのスポーツ教室の開催 | スポーツ振興課 |
| 30年度計画 | <p><夏休みを利用したラジオ体操の会の実施></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ体操カード・精勤賞状を配布し、ラジオ体操の会実施のサポートを継続して行う。 <p><ラジオ体操講習会の実施></p> <ul style="list-style-type: none"> ・県立保健福祉大学と共催で6月と10月に講習会を実施予定。 <p><学校体育館施設の地域住民等への開放の実施></p> <ul style="list-style-type: none"> ・市内の全小中学校において、地域住民への開放を行う。 <p><体育会館等の適正な維持管理、修繕></p> <ul style="list-style-type: none"> ・3施設において大規模な営繕工事を予定している。 <p><幼児から高齢者へスポーツの機会を提供するためのスポーツ教室の開催></p> <ul style="list-style-type: none"> ・19教室52コースを実施予定。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (2)-3) | 運動の各種教室等の実施（●） | | |
|--------|--|--|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑧ | 介護予防普及啓発事業 地域介護予防活動支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・介護予防に関する知識の普及と運動習慣の増進を目的とした教室の実施 ・地域包括支援センターによる介護予防に関する講座の実施 | 高齢福祉課 |
| 30年度計画 | <p>(普及)生涯現役フォーラム 1回 500人</p> <p>(普及)生涯現役講座(コミュニティセンターと連携) 9コミセン×1回</p> <p>(普及)関節らくらく教室 4日コース×12会場 定員35人</p> <p>(普及)骨密度アップ教室 6日コース×4会場 定員40人</p> <p>(普及)複合型介護予防教室 2日コース×4会場 定員30人</p> <p>(地域)地域型介護予防教室 290回 5,800人</p> <p>*高齢者体力づくり教室は、平成29年度で終了しました。</p> | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野: 休養・こころの健康

(1) 活動と休養のバランスをとることの重要性の推進

(2) こころの健康づくり(自殺対策)の推進

| (1)-1) | 睡眠と生活習慣病は関連があるという知識の普及啓発 (●) | | |
|----------------------------|--|---|---------------|
| (1)-2) | 生活リズムを整えることの重要性についての啓発 (●) | | |
| (2)-1) | 相談窓口等の情報提供 (●) | | |
| (2)-2) | 各種講座・講演等の実施 (●) | | |
| (2)-3) | サポート体制の充実(ゲートキーパーの育成等) (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ | 健康教育事業 精神保健対策事業 | <ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病と睡眠に関する健康教室の実施 地域からの依頼による健康教育の実施 職域との連携による健康教育の実施 休養に関する健康教室の実施 相談することの大切さについての啓発 相談機関を掲載した冊子の配布 ホームページ上に相談機関の掲載 自殺対策キャンペーンの実施 こころの病気に視点をのいた健康づくり教室の実施 講演会・研修会及び地域からの依頼による教室の実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 自殺予防街頭キャンペーン(9月、3月)の実施 相談窓口紹介冊子「横須賀こころのホットライン」の配布。 ゲートキーパー養成研修及びフォローアップ研修会の開催。 横須賀市自殺対策計画の策定。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| (2)-2) 各種講座・講演等の実施 (●) | | | |
|------------------------|--|----------------|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑤ | 介護予防普及啓発事業 | ・高齢者のうつ予防教室の実施 | 高齢福祉課 |
| 30年度計画 | (普及) うつ予防教室 13日×1コース×20人 (普及) うつ予防教室ファシリテーター養成研修 3日×20人 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野:喫煙

| 1) | たばこをやめたい人及びその家族への支援 (●) | | |
|------------------|---|---|---------------|
| 2) | 未成年者に対する喫煙防止の取り組み (●) | | |
| 3) | COPD (慢性閉塞性肺疾患) の知識の普及 (●) | | |
| 4) | 喫煙、受動喫煙の害についての知識の普及 (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ① ④ ⑤ ⑦ | 健康教育事業 健康づくり推進事業 | <ul style="list-style-type: none"> 各種健康教室の実施 広報紙等での啓発 喫煙・受動喫煙に関する健康教育の実施 地域、職域等へのチラシやポスターの配布 各種イベントによる啓発 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 引き続き「スパッと卒煙教室」を年6回実施予定。 ポスター・チラシの配布や県立高校への喫煙防止教育も引き続き行う。 市役所庁舎内にてパネル展示を実施予定。 市立図書館にてパネルを活用した啓発を実施予定。 健康フェアで普及啓発を実施予定。 新規で外部講師を招き、「受動喫煙防止講演会」を実施予定。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 2) | 未成年者に対する喫煙防止の取り組み (●) | | |
|--------|---|---|-----------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② | 青少年相談事業 | <ul style="list-style-type: none"> 巡回指導の実施 非行防止講座の開催 青少年健全育成協力店の登録 | こども青少年支援課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 巡回指導は、指導・助言にかかわらず、積極的に若者に声を掛けていくこととする。 非行防止講座の実施。 引き続き協力店の開拓を行い、店に対して事業の意義を伝え理解を求めたい。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 2) | 未成年者に対する喫煙防止の取り組み (●) | | |
|----|-----------------------|------|-----|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |

| | | | |
|--------|---|-------------------|-------|
| ③ | 学校保健関係指導 | ・学習指導要領解説に基づく学習指導 | 保健体育課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 引き続き、喫煙や飲酒、薬物乱用防止に関して、更なる指導の充実を図っていく。 学習指導要領に基づく学習指導を行う。 小学6年の「病気の予防」、中学3年の「健康な生活と疾病の予防」の中で、喫煙、飲酒、薬物乱用などは健康を損なう原因となること等について、児童生徒の理解を深める。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 4) | 喫煙、受動喫煙の害についての知識の普及（●） | | |
|--------|--|---|--------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ⑥ | 周産期支援事業 こんにちは赤ちゃん事業 | <ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳交付時の保健指導 妊娠期から子育て期の各種教室の実施 生後4カ月までの乳児およびその保護者の全戸訪問の実施 | こども健康課 |
| 30年度計画 | 母子健康手帳交付時、周産期の各種教室、こんにちは赤ちゃん訪問等の機会に、喫煙、受動喫煙の害についての知識の普及に努める。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野:飲酒

| | |
|----|-----------------------|
| 1) | 身体に負担をかけない飲み方の普及啓発（●） |
|----|-----------------------|

| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
|--------|---|---|---------------|
| ① | 健康教育事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・地域、職域等へのチラシやポスターの配布 ・職域との連携による健康教育の実施 ・健康教室の実施 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・引き続き各種啓発を継続する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

| 2) | 未成年者に対する飲酒防止の取り組み（●） | | |
|--------|--|--|-----------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ② | 青少年相談事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・巡回指導の実施 ・非行防止講座の開催 ・青少年健全育成協力店の登録 | こども青少年支援課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・巡回指導は、指導・助言にかかわらず、積極的に若者に声を掛けていくこととする。 ・非行防止講座の実施。 ・引き続き協力店の開拓を行い、店に対して事業の意義を伝え理解を求めたい。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 2) | 未成年者に対する飲酒防止の取り組み（●） | | |
|----|----------------------|---|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ③ | 学校保健関係指導 | <ul style="list-style-type: none"> ・学習指導要領解説に基づく学習指導 | 保健体育課 |

| | |
|--------|--|
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> 引き続き、喫煙や飲酒、薬物乱用防止に関して、更なる指導の充実を図っていく。 学習指導要領に基づく学習指導を行う。 小学6年の「病気の予防」、中学3年の「健康な生活と疾病の予防」の中で、喫煙、飲酒、薬物乱用などは健康を損なう原因となること等について、児童生徒の理解を深める。 |
| 実績と評価 | |
| 31年度計画 | |

| | | | |
|--------|---|---|--------|
| 3) | 妊娠、授乳期の飲酒をなくす取り組み (●) | | |
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ④ | 周産期支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳交付時の保健指導 妊娠期から子育て期の各種教室の実施 | こども健康課 |
| 30年度計画 | 母子手帳交付時面接や妊娠期から子育て期の各種教室において母乳をとおして飲酒が胎児、母体、母乳等に及ぼす影響について啓発を行う。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

取り組みの分野: 歯・口腔の健康

| | |
|----|--------------------------------|
| 1) | 歯科健診受診者を増やす取り組み (●) |
| 2) | 歯科疾患が全身疾患に関連することの周知 (●) |
| 3) | 各自の歯の状態にあった歯みがきと歯間の清掃の普及啓発 (●) |
| 4) | 咀嚼の大切さの啓発 (●■) |
| 5) | 3歳でう蝕のない児を増やす取り組み (●) |

| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
|-----------------------|---|--|---------------|
| ① ② ④ ⑤ ⑥ | 歯科保健事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 1歳6カ月児、3歳児健康診査時や学校歯科巡回教室、地域等からの依頼による健康づくり教室の際、保護者等への歯科健康診査について普及啓発 ・ 成人健康教室の実施 ・ 学校歯科巡回教室の実施 ・ 妊娠期に実施する教室 ・ 歯科健康診査の実施 ・ ライフステージにあわせた歯科指導・各種健康教室の実施 ・ 各種相談会等相談事業の実施 ・ 各種イベント等による啓発 ・ 1歳6カ月児、2歳6カ月児の歯科健康診査 | 保健所 健康づくり課 |
| 30年度計画 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 引き続き、各事業を実施。 ・ 生涯にわたって自分の歯でおいしく食べられるよう、ライフステージに応じたフッ化物の利用を推奨する。 1) 母子健康手帳交付時に妊婦歯科検診について周知し、妊婦自身の歯科疾患の早期発見や治療、生まれてくる子どもを含めた歯科に関する健康観の向上について積極的に周知する。 1) 2) 特定健診の問診票に歯科に関する質問項目が加わることとなったことに合わせ、保健所健診センターで健康診査を受ける全ての受診者へ「歯の健康力アンケート」（生活歯援プログラム）を送付し、結果を返すことによって、歯科に関する健康観の気づき支援や動機づけをする。 4) ライフステージにあわせた健康教室の実施で、オーラルフレイル予防について積極的に周知する。 | | |
| 実績と評価 | | | |
| 31年度計画 | | | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画

| 2) | 歯科疾患が全身疾患に関連することの周知(●) | | |
|----|--------------------------|-----------------------|-------|
| 番号 | 事業名 | 事業内容 | 担当課 |
| ③ | 基礎身体能力向上事業 介護予防普及啓発事業 | ・ 介護予防に関する知識の普及と教室の実施 | 高齢福祉課 |

| | |
|--------|--|
| 30年度計画 | (普及)のみこみらくらく教室(歯科担当分) 3コース×1日 定員15人 (普及)口腔機能キャンペーン 1,000人(生涯現役フォーラム+高齢者健康のつどい) (普及)生涯現役講座(コミュニティセンターと連携)9コミセン×1回 |
| 実績と評価 | |
| 31年度計画 | |

※ ●:健康増進計画 ■:食育推進計画