

## ⑧区の現状と課題及び令和6年度の主な取組

### 東区の現状と課題

- ・特定健診を受診している人は3人に2人で、受診する人の割合が市平均と比べ低い。
- ・健診の結果、メタボ該当者・予備群の割合は、市平均と比べ高い。
- ・血糖・血圧・脂質の3項目とも要指導以上の割合は、市平均より高い。

### 健康寿命延伸プロジェクト

- 事業目的：健康づくりに関心のある区民も関心のない区民も含めた健康づくりの情報発信を行い、機運の醸成を図ります。
- 事業概要：「歩く（出かける）機会を増やす」ことや、「生活習慣病予防を実践する」きっかけづくりができるよう、庁内、地域、産業などと連携しながら区民の健康寿命延伸に向けた啓発を図ります。
- 目標値等：令和6年度 健診受診率 45%  
（実施目標：ガイドブック3,500部作成、配布）

### 血糖値ダウンセミナー

- 事業目的：特定健診の結果、血糖値が保健指導判定値以上で医療機関を受診していない人を対象に保健指導を実施し、生活習慣の改善及び糖尿病の発症・重症化を予防します。
- 事業概要：糖尿病の疾患や適切な生活習慣として食事や運動について学ぶセミナーを開催します（3回×1コース実施）。
- 目標値等：令和6年度 健診受診率 45%  
血糖・血圧・脂質の3項目要指導者の割合の減少  
（実施目標：セミナー参加者数 50人）

### 生活習慣改善モニター

- 事業目的：メタボリックシンドロームの予備群、該当者の生活改善を支援します。
- 事業概要：区内のフィットネスクラブ等で実施する運動プログラム参加費を助成し、運動指導等による生活習慣の改善に向けた支援を行います。2年後まで健診結果や身体状況を追跡調査し、途中経過を区だより等で公表し動機づけとします。
- 目標値等：メタボリックシンドロームの予備群、該当者の割合の減少  
血糖・血圧・脂質の3項目要指導者の割合の減少  
（実施目標：参加者数 12人）

## 親子食育講座

- 事業目的：基本的生活習慣獲得層（小学生）へ健康づくりへの意識向上を図るとともに、乳幼児期からお口の健康づくりに関する適切な行動がとれるよう支援します。
- 事業概要：小学4～6年生の親子を対象に、バランス食の調理講習会を実施します。また、子育て支援センター等を利用する親子を対象にむし歯予防講座を実施し、幼少期からの歯と食育などの健康づくりを行います。
- 目標値等：朝食をほぼ毎日食べる子どもの割合（小学5、6年生）100%  
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合80%以上  
12歳児一人あたり平均むし歯本数0.36本以下  
（実施目標：講座等参加者数 20組）

## 歯っぴーすまいるプロジェクト

- 事業目的：子どものむし歯の改善に向け、こども食堂・保育園・幼稚園・放課後児童クラブ等と連携した歯と食育の健康づくりを行います。
- 事業概要：区内のこども食堂に来所する親子を対象に、歯科衛生士、栄養士等による歯と食育の健康教育・健康相談を行います。保育園・認定こども園・幼稚園、放課後児童クラブに、歯科衛生士によるむし歯予防教室を行うなど、むし歯の改善に向け、取り組みます。
- 目標値等：12歳児一人あたり平均むし歯本数0.36本以下  
（実施目標：こども食堂における歯と食育の健康相談会7回、保育園・認定こども園・幼稚園・放課後児童クラブ むし歯予防教室35回）

## 地域と取り組む！高齢者見守り訪問・介護予防

- 事業目的：健康づくり・介護予防のため、小集団による教室を地域とともに実施します。
- 事業概要：地域の課題に応じた健康づくりや介護予防をテーマに、地域コミュニティ協議会（以下、コミ協）と連携した講座を開催します。
- 目標値等：要介護認定率を上げない  
（実施目標：コミ協との協働による健康づくり介護予防講座2コミ協）

※一部、国保データ等、掲載データ以外のデータに基づき取組を検討しているため、掲載データの傾向とは異なる場合があります。