



花開く活力、
広がる笑顔、
政令市新潟

新潟市健康寿命延伸計画

[アクションプラン]

— 地域との協働による健康づくりに向けて —

改訂版

令和 4(2022)年 3 月

新潟市保健衛生総務課

7 取組方針と目標設定

新潟市の全市的な課題及び取り組むべきポイントは以下の4つです。

- ① 健診受診率の向上
- ② 食塩摂取量の抑制
- ③ 運動習慣の定着
- ④ 健康経営の推進

これら健康寿命延伸に向けた取組の目標値は下記のとおりです。

指 標	現状値	目標値
特定健診受診率 (法定報告値(速報値) 国民健康保険)	34.4% (R2(2019)年度)	55% (R4(2022)年度)
減塩を意識し、できていると思う人の割合 (できている、だいたいできている人の割合) (新潟市民の健康づくりに関する調査)	48.2% (R2(2020)年度)	60%以上 (R5(2023)年度)
1日60分くらい体を動かす [※] 生活を実践している者の割合 (新潟市民の健康づくりに関する調査)	男性 43.0% 女性 46.6% (R2(2020)年度)	40%以上 (R5(2023)年度)
健康経営に取り組む企業・団体数 (市の健康経営認定制度における新規認定企業・団体数)	275 事業所 (R3(2021)年度)	265 社・団体以上 (R5(2023)年度まで)

目標値は、新潟市健康づくり推進基本計画(第3次)によるものとします。

※「体を動かす」とは、日常生活における労働、家事、通勤・通学などを含みます。

また、各区で実施する取組については、地域特性に合わせ、各区において目標等を定め、取り組んでいくこととします。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

北区の現状と課題

- 健診受診率が市平均より低い。(令和元年度8区中最下位)
- 血圧の高い人の割合が高く(平成30年度8区中ワースト1位)、尿中ナトリウム検査結果において、塩分摂取量が多い。(平成27、28年度8区中ワースト2位)
- 血糖の高い人の割合が市平均より高い。
- 運動習慣のある人の割合が市平均より少ない。

特定健診受診勧奨

- 事業目的：健診受診率を高めるため、受診勧奨や啓発普及を図ります。
- 事業概要：新規国保加入者へ健診受診方法の周知、受診勧奨を行います。
2年連続未受診者へ看護職による健診受診勧奨を行います。
「検診カレンダー」を全戸配布し、「健康づくりのミニブック」を関係機関に設置することで、健診受診の重要性を啓発し、健診の受診方法を周知します。
- 目標値等：令和4年度 健診受診率 55%

生活習慣病予防教室

- 事業目的：血圧及び血糖値に関する講座を行い、重症化予防を図ります。
- 事業概要：血糖値に関する2回コースを1回、血圧に関する2回コースを2回行います。
- 目標値等：参加者数 75人

始めよう運動！健康づくりスタートセミナー

- 事業目的：運動初心者が、健康づくりのための運動について基本的な知識と実技の習得ができるよう支援します。
- 事業概要：運動講座を北地域と豊栄地域で毎月1回実施します。
- 目標値等：参加者数の増加(令和3年度の1割増)

始めよう！ウォーキングで健康づくり

- 事業目的：健康づくりのためのウォーキング実践方法を学び、安全で効果的なウォーキング方法を習得できるよう支援します。
- 事業概要：運動習慣のない人や自分のウォーキング法を見直したい人などを対象に、北地域と豊栄地域で各 1 回実施します。
- 目標値等：ウォーキングを継続する人の割合 80%以上

北区もの忘れ検診（特色ある区づくり事業）

- 事業目的：認知機能の低下が疑われる人を早期に発見し、適切な支援・サービスにつなげます。
- 事業概要：北区に住民票がある 65 歳以上の希望者に対し、新潟市国保加入者の特定健診、後期高齢者健診を受診の際に、「もの忘れ検診」を実施します。
- 目標値等：受診者数 1,000 人以上

※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。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

東区の現状と課題

- ・特定健診を3人に2人は受診していないことから、疾病の早期発見のために健診受診者を増やすことが必要。
- ・脳梗塞の標準化死亡比、脳血管疾患で医療機関を受診する人の割合、健診の結果から、血糖・血圧・脂質の3項目とも要指導以上の割合やメタボ該当者の割合が市の平均より高いことから、様々な世代の区民が積極的に健康づくりに取り組めるよう環境整備が必要。

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、新しい生活様式を踏まえて「自宅で生活習慣病予防を実践する」ことができるよう、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4年度 健診受診率 55%
（実施目標：ガイドブック4,000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重症化を予防します。
- 事業概要：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重症化を予防します。（3回×2コース実施）
- 目標値等：令和4年度 健診受診率 55%
（実施目標：セミナー参加者数 100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：脳血管疾患で医療機関を受診する人の割合の減少
（実施目標：参加者数 18人）

親子食育講座

- 事業目的：基本的な生活習慣獲得層（小学生）へ健康づくりへの意識高揚を図るとともに、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（特色ある区づくり事業）

- 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 5 か所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 10 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 26 回）

地域と取り組む！高齢者見守り訪問・介護予防（特色ある区づくり事業）

- 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。また、自主的に活動するウォーキング等のグループの研修会や交流会を実施し、地域の健康リーダーを育成し、活動の活性化を図ります。
- 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。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

中央区の現状と課題

- 健診受診率が市平均を下回っており、40歳代、50歳代の受診率が低い。また、全体の未受診者のうち約5割が3年連続未受診であることから、健診受診者を増やすことが必要。
- 健診の血糖有所見率が市平均と比べ高く、国保加入者の糖尿病受診率が高い。健診を受けた方の半数以上は血糖が高い状態にあることから、糖尿病予防対策に取り組むことが必要。

レッツ トライ！糖尿病予防セミナー（講話編・運動編）

- 事業目的：区の健康課題である糖尿病を予防するため、リスクの高い区民を対象に糖尿病の発症予防及び重症化予防に取り組みます。
- 事業概要：糖尿病の疾患や発症予防の重要性、適切な生活習慣として食事やお口の健康管理について学ぶセミナーや、運動実技を学ぶセミナーを開催します。
- 目標値等：セミナー参加者の疾患・HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）について理解できた割合
糖尿病予防のための食事、お口の健康管理、運動の必要性についての理解度

フォローアップ相談会

- 事業目的：糖尿病予防セミナー参加者にフォローアップ健康相談を行うことで、糖尿病の発症予防及び重症化予防に取り組みます。
- 事業概要：糖尿病予防セミナー参加者のうち糖尿病有所見者に個別相談を行い、生活習慣改善のための行動が継続できるよう保健指導を行います。
- 目標値等：糖尿病予防セミナー後の継続参加率
生活習慣改善の継続状況

地域で！ レッツ トライ！糖尿病予防（特色ある区づくり事業）

- 事業目的：区の健康課題である糖尿病について、正しい知識や予防につながる生活習慣の改善について啓発します。また、自身の健診結果を確認してもらえよう、定期的な健診受診の勧奨を行います。
- 事業概要：地域団体へ栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士等の専門職を派遣し、糖尿病予防につながる生活習慣の改善について健康講座を実施します。
- 目標値等：実施団体数
セミナー参加者の疾患・HbA1cについて理解できた割合

レッツ トライ！糖尿病予防の推進（特色ある区づくり事業）

■事業目的：区の健康課題である糖尿病について、多くの区民に関心を持ってもらうために、関係団体と連携し、正しい知識や予防につながる生活習慣の改善について啓発し、罹患率の低下につなげます。また、自身の健診結果を確認してもらえよう、定期的な健診受診の勧奨を行います。

■事業概要：乳児の保護者を対象とした調理講座の開催や、児童の保護者へ健診受診と糖尿病予防の啓発を行うなど子どもを通じた保護者への情報発信を行います。
さらに、商工会・商店街との連携、医療機関等との連携により、特に40歳代・50歳代の働く世代を新たな対象者とし、健診受診の勧奨と糖尿病予防に取り組みます。各取組において、マンガキャラクターの中央区健康づくりサポーター「中 央子」、中央区ヘモグロビンエーワンシー普及犬「エワン」を活用し、実施します。

■目標値等：関連機関との啓発実施回数
健診受診率

庁内健康寿命延伸プロジェクト

■事業目的：区民が自分の健康に関心をもてるように、健康づくりの情報発信を進めます。

■事業概要：副区長をプロジェクトリーダーとして、各課で取り組んでいる事業と協働して実施するとともに、区全体で取り組めることを検討します。

■目標値等：健診受診率
プロジェクト会議の開催

※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。

⑧ 区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

江南区の現状と課題

- 40～50 歳代の受診率が低く、特定健診の受診率向上のための取組が必要。
- 高齢化率の増加に伴い、要介護認定率も高くなっていることから、介護予防の取組を充実させることが必要。
- 健診の結果、中性脂肪、血圧値が要指導以上に該当する人の割合が高い。

特定健診受診率向上対策

■ 事業目的：特定健診の受診率向上のために、健診の重要性の周知と受診勧奨を行います。

■ 事業概要：健診連続未受診者等への電話による健診受診勧奨を行います。
区内小中学校において保護者向けの健診受診勧奨を行います。
食生活改善推進委員と連携し、保健事業での減塩指導や健康レシピ普及を通して健診受診勧奨を行います。
ふれあい・ささえあい交流事業の健康コーナー運営を通して受診勧奨を行います。

■ 目標値等：令和4年度 健診受診率 55%

30 歳代限定セルフケア健診

■ 事業目的：健診の受診機会が少ない 30 歳代を対象に簡易血液検査を実施することで、自らの健康意識を高め、40 歳以降の特定健診受診への動機づけを行います。

■ 事業概要：区内の健診を受診する機会のない 30 歳代を対象に郵送検査キットによる簡易血液検査を実施します。問診票と検査結果により、健康の維持・増進のための各種保健事業の紹介と特定健診の受診勧奨を行います。

■ 目標値等：30 歳代 受診者数 80 人

いきいきヘルシー講座

■事業目的：地域の茶の間、老人クラブ、地域コミュニティ協議会の集まりにおいて高齢者の健康保持増進を図ります。

■事業概要：区の健康課題を共有した多職種（保健師、栄養士、歯科衛生士、食生活改善推進委員、運動普及推進委員等）とともに、地域の茶の間において健康レシピの普及、フレイル予防を目指した運動、栄養、歯科をテーマに健康教育を実施します。

■目標値等：地域の茶の間等 30 か所で実施

血管イキイキ！大作戦～動脈硬化を防ごう～

■事業目的：生活習慣病に着目した教室の実施により、生活習慣病予防や、運動や食生活などの生活習慣の改善を図ります。

■事業概要：特定健診の結果、血圧やコレステロール等の血液データが保健指導判定値以上で医療機関を受診していない人や希望者を対象に、生活習慣病予防教室を年6回実施し、生活習慣の改善及び重症化を予防します。

■目標値等：教室参加者数 60人

運動でヘルスアップ

■事業目的：生活習慣病予防と健康づくりのため、運動をきっかけとした生活習慣の改善と健康増進を図ります。

■事業概要：運動を始めてみたい方、生活習慣病を予防したい方を対象に、日常で継続できる運動をテーマに教室を年12回実施し、運動を始めるきっかけづくりと運動の定着化を図ります。

■目標値等：教室参加者数 120人

※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。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

秋葉区の現状と課題

- 40歳代～50歳代の健診受診率が低く、また地区ごとで受診率のばらつきがあることから、ターゲットを絞った受診率向上に向けた取組が必要。
- 健診の結果、血糖が要指導以上に該当する人の割合が市平均と比べ高いことから、糖尿病予防対策に取り組むことが必要。
- 健診質問票より、夕食後の間食習慣の割合が高い・運動習慣のない人の割合が多いことから、生活習慣病予防への継続した取組が必要。

特定健診受診率向上のための対策

- 事業目的：健診の受診率向上を図るため、区民に健診の重要性の周知と受診勧奨を行います。特に国保新規加入者と受診率の低い地域への受診勧奨を行います。
- 事業概要：国保新規加入者（全数）への受診勧奨及び事業を紹介し、健診受診につなげます。また、区役所内の健康コーナーで健診を受ける動機づけを行います。JA や商工会議所と連携し、健診について会報に掲載してもらい、受診勧奨を行います。
- 目標値等：令和4年度 健診受診率 55%

糖尿病予防対策

- 事業目的：糖尿病予防を目的に、区内の医療機関や大学と協働し、区民の関心を高め、予防に取り組めるように意識付けを行います。
- 事業概要：区内の医療機関と連携し、血糖値測定を組み込んだ糖尿病予防相談会を2会場で開催します。新潟薬科大学や新潟商工会議所と連携し、健康レストラン登録店を増やし、秋葉区健康レストランプロジェクトを区民にPRします。
- 目標値等：健診結果において、HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）値5.6%以上の者が市の平均を下回る。46.0%未満

生活習慣病予防の取組

- 事業目的：生活習慣病予防のために、ハイリスク者を重点対象とし、生活改善できるよう支援します。
- 事業概要：生活習慣病予防教室を8回（中央型6回、地域型2回）開催します。生活習慣病予防教室・特定保健指導・健康相談の参加者のうち希望者を対象に運動教室を実施し、運動継続のきっかけづくりを行います。
- 目標値等：参加者の健診データの改善（国保加入者）

持続可能なげんきな体！～12歳からのSDGs～（特色ある区づくり事業）

■事業目的：健康寿命の延伸のため、子どものうちから健康的な生活習慣を身につけられるよう支援します。

■事業概要：自分のからだの状態を知り、健康に関心を持ってもらうため、小学校6年生を対象に小児生活習慣病予防健診を実施します。健診を受けた後は、健康づくりの講座を実施します。また、小学校6年生とその保護者を対象に生活習慣改善に関する講演会を実施します。

■目標値等：小児生活習慣病予防健診の受診率、健康づくりの講座・講演会の参加者数

アキ八生涯げんき！～地域ぐるみでフレイル予防～（特色ある区づくり事業）

■事業目的：身近な地域でフレイル予防やロコモ予防の実践方法の普及啓発を行い、住民が支え合いながら健康づくり活動を継続できるよう支援します。あわせて、子どものロコモ予防対策も展開します。

■事業概要：地域包括ケア推進課事業のフレイルチェックを3圏域で行い、その後、口腔ケア・低栄養をテーマにした2回1コースのフレイル予防教室を圏域ごとに実施します。さらに、より身近な地域でフレイル予防講座を開催し、普及啓発を進めるとともに、放課後児童クラブ等に定期的に出向いてラジオ体操や運動を実施する等幅広い世代にラジオ体操の普及を進めます。ロコモ予防の普及サポーターフォロー研修会を1回実施し、サロン等地域でのロコモ予防運動の普及支援を行います。

■目標値等：要介護認定率を上げない

※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。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

南区の現状と課題

- 健診受診率が低い。(国保：平成29年度8区中3位、平成30年度8区中4位、令和元年度8区中5位(暫定) / 後期高齢者：平成29年度8区中8位、平成30年度8区中8位、令和元年度8区中8位(暫定))
- 糖尿病医療費(国保)が平成29年度で一人あたり16,127円と全市平均10,801円と比べ高い。(8区中1位)
- 腎不全医療費(国保)も平成29年度で一人あたり17,331円と全市平均14,389円と比べ高い。(8区中2位)
- 特定健診質問票では、喫煙、毎日飲酒の割合が高く、運動習慣のある人が少ない。

コミ協連携事業

- 事業目的：地域コミュニティ協議会(以下、コミ協)と連携し、健診受診率の向上を図ります。
- 事業概要：地域の行事等で幅広い世代に周知・啓発が行えるため、集団健診のPRを区内12コミ協へ委託し実施します。
- 目標値等：ミニドック型集団健診での健診受診者数 240人

はかろう体重！あるこう南区！大作戦

- 事業目的：体重測定とウォーキングをきっかけとした区民の健康意識の向上を図ります。
- 事業概要：30日分の体重または歩数を記録し、終了したカードの提出者に達成賞を進呈します。地域の状況に応じたPRや声かけが可能なため、カード配布と回収をコミ協に委託します。
- 目標値等：達成者数 1,000人

健康づくりの推進（特色ある区づくり事業）

■事業目的：特定健診受診率向上と継続受診の定着を図るほか、食育・運動講座に加えて、新たに糖尿病予防相談会を実施し、区民の健康づくりを推進します。

■事業概要：健康づくり講演会 1 回、食育・運動講座を 1 回、運動講座 1 コース 3 回を 1 回、糖尿病予防相談会を 3 回実施し、健康づくりや生活習慣改善のきっかけづくりとします。また、幼児を持つ親子を対象とした食育講座を 8 回実施し、将来を見据えた幼児期からの望ましい生活習慣の普及を図ります。加えて特定健診の受診率向上を図るため、保健師による電話勧奨を強化します。

■目標値等：講演会参加者 300 人
食育・運動講座参加者 延べ 60 人
幼児を持つ親子を対象とした食育講座参加者 255 人
糖尿病予防相談会 延べ 36 人
保健師の電話勧奨実施数 1,850 人

※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。

⑧ 区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

西区の現状と課題

- 虚血性心疾患（心筋梗塞等）で医療機関を受診する人の割合が市平均と比べ高い。
- 健診の結果、血糖・血圧及び3項目（血糖、血圧、脂質）とも要指導値以上に該当する人の割合が市平均と比べ高い。
- 健診受診率は、市平均とほぼ同等だが、目標値に達していない。

特定健診受診率向上対策

■事業目的：受診率を向上させます。

■事業概要：西区限定未受診者健診を実施し、特定健診の継続受診の必要性について啓発するとともに、電話等による受診勧奨を実施し継続受診を促します。併せて保健活動を通して、区民へ特定健診の受診の必要性の啓発を継続して行います。

【小新】（モデル地区事業4年目）

令和元年度から3年間、小新地区の特定健診未受診者に対し訪問・電話勧奨した結果、受診された方に電話・文書で継続受診の支援を行います。

【中野小屋地区・黒埼地区】（モデル地区事業は終了）

保健活動のあらゆる機会を通じて受診勧奨を行います。

■目標値等：令和4年度 健診受診率 55%

動脈硬化予防対策事業「西区発！健康アップカレッジ」

■事業目的：生活習慣病の原因となる動脈硬化（特に糖代謝異常）に焦点をあて、西区民の動脈硬化を予防します。

■事業概要：ハイリスク者（3項目及び血糖が要指導値以上）を対象に動脈硬化の予防をテーマとした教室を委託で開催します。

■目標値等：事業参加者数 60人

西区健康ステップアップ事業（特色ある区づくり事業）

■事業目的：生活習慣病予防や介護予防をはじめ健診への受診勧奨など、健康寿命延伸のため、地域のあらゆる団体からの依頼を受けて実施する出張型の健康教育や、高齢者の自主的な体操教室への支援などを通して、区民がいつまでも元気でより健康的な生活を送れるよう支援します。

■事業概要：生活習慣病や介護予防など区民自らが健康寿命延伸に向けた活動に取り組めるよう支援します。

- ①誰でもどこでも健康教室
- ②高齢者体操自主活動サポート事業

ハイリスク者健康相談事業（介護予防普及啓発事業）

■事業目的：健診の結果、服薬がなく、血圧、脂質、血糖の3項目全てが高い方及び血糖値が高い方が自身の生活を振り返り、生活習慣を改善し、重症疾病を予防することを目的に健康相談会を実施します。

■事業概要：70歳未満の健診受診者のうち、上記対象者に個人案内をし、予約制で保健師、管理栄養士による健康相談を48回実施します。

■目標値等：事業利用者数 100人

※一部、国保データ等、掲載データ以外のデータに基づき取り組み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。

⑧区の現状と課題及び令和4年度の主な取組

西蒲区の現状と課題

- ・脳血管疾患の標準化死亡比が全国平均の約 1.5 倍高い。新潟市 8 区の中でも最も高い。
- ・重症疾患で医療機関を受診する人の割合が全市と比べ高い。また、健診質問票では、運動習慣のない人・夕食後の間食をする人が全市平均より高く、脳血管疾患につながる生活習慣をしている人が多いことから、生活習慣病予防の意識を高めることが必要。

特定健診受診率向上・生活習慣改善対策

- 事業目的：特定健診受診率、特定保健指導・保健事業の参加率を向上させます。
- 事業概要：地域の組織と連携し、さまざまな機会をとらえた特定健診・がん検診・未受診者健診（施設型）の受診勧奨を実施します。
健診受診後の保健指導をはじめとする、各種保健事業の活用につなげます。
- 目標値等：令和4年度 健診受診率 55%
特定保健指導率を維持、健康教室・健康相談延べ参加者数の増加

生活習慣改善につなげる健康教育・健康相談

- 事業目的：自らの健康意識を向上させ、生活習慣の改善に向けた行動変容につなげるために、健康教育・相談体制を充実させます。
- 事業概要：健康教育・健康相談を実施します。
 - ①糖尿病相談会
 - ②からだ測定！体操教室（月1回・年9回）
 - ③血管いきいき教室 2回1コースを2回
- 目標値等：健康教育参加者数・健康相談参加者数の増加

にしかん健康プロジェクト（特色ある区づくり事業）

■事業目的：健康寿命の延伸に向け、子どもからお年寄りまで健康意識を向上させるため「栄養」「体操」「お口の健康」の大切さを地域に普及させる活動やウォーキングの習慣化に取り組みます。

■事業概要：「栄養」「運動」「お口の健康」の大切さを地域に普及する活動を実施します。「参加」「体験」「定着」をすすめ、子どもからお年寄りまで健康寿命の延伸に向けて、健康意識の向上を目指します。

- ①子どもからお年寄りまで各期に向けた普及を実施
- ②ウォーキングチャレンジの実施
- ③にしかん健康プロジェクトの周知

■目標値等：健康づくりに関する教育参加者数 2,000人

地域と取り組む健康づくり（介護予防普及啓発事業）

■事業目的：健康寿命延伸に向け、地域に出向き健康づくりを推進します。

■事業概要：地域の課題や資源に応じて、フレイル予防（運動・栄養・口腔）などをテーマに健康教育・健康相談を実施します。

■目標値等：地域コミュニティ協議会、老人クラブ、地域の茶の間等 30か所で実施

※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。