

平成29年度第1回いきいき健康プランにっしん21推進委員会 次第

日 時 平成29年8月7日（月）午後2時から
会 場 日進市保健センター2階会議室

1 あいさつ

2 議題

(1) 平成28年度事業実施状況について 【資料No. 1～2】

(2) 平成29年度事業実施計画について 【資料No. 3～4】

(3) その他

平成29年度いきいき健康プランにっしん21推進委員会 委員名簿

	種別	所属	氏名
1	学識経験を有する者	愛知学院大学心身科学部健康科学科 教授	大澤 功
2	学識経験を有する者	保健師	大須賀 恵子
3	各種団体の代表者	東名古屋医師会 日進支部代表者	早川 真人
4	各種団体の代表者	愛豊歯科医師会 日進支部代表者	大矢 健司
5	各種団体の代表者	日進市薬剤師会 代表者	荒川 正規
6	各種団体の代表者	荒川工業株式会社 代表者	高木 伸治
7	各種団体の代表者	日進市ボランティア連絡協議会	大野 忠夫
8	各種団体の代表者	日進市食生活改善推進委員会 代表者	齋藤 信子
9	各種団体の代表者	日進市運動普及推進員 代表者	丸山 勝司
10	各種団体の代表者	日進市スポーツ推進委員 代表者	小塚 和良
11	各種団体の代表者	日進市老人クラブ連合会 代表者	花井 祥雄
12	各種団体の代表者	日進市立日進西中学校 養護教諭	小室 勢子
13	各種団体の代表者	愛知県瀬戸保健所 健康支援課長	土山 典子
14	各種団体の代表者	尾三消防本部日進消防署 副署長兼予防課長	中河 昌宏
15	各種団体の代表者	日進ウォーカーズ 代表者	林 輝夫
16	市民代表		中島 衣代
17	市民代表		伊藤 日奈子

(事務局)

日進市 健康福祉部 健康課 (保健センター)

健康福祉部	部長	真野 幸治
健康福祉部	参事	堀之内 美奈子
健康課	課長	伊東 あゆみ
	課長補佐	西尾 直樹
保健企画係	係長	木村 文香
	主査	福岡 千勢
	主事	下田 恭子

平成28年度「いきいき健康プランにっしん21」推進事業実施状況（計画年度3年目）（※）新規事業

取組課題		目標とポイント	H28 実施実績	
基本方針1 生活習慣病の発症と重症化を防ごう！	重点 1 がん	<p>【目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> 定期的に健（検）診を受け、生活習慣を改善し、健康を管理する 症状の進展や合併症など、病気の重症化を予防する <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> 若い世代を含めたポピュレーションアプローチ 早期発見・早期治療 健（検）診受診率の向上 重症化の予防 関係機関との連携 	<p>1 がん検診プロジェクト</p> <p>(1) がん検診受診勧奨のための啓発物品の作成・配布</p> <p>ア がん検診の検査方法の案内チラシを封入したポケットティッシュ配布</p> <p>イ 集団がん検診の乳がん検診受診者及び健康・福祉フェスティバル来場者に浴室にて使用できるパンフレットの配布</p> <p>ウ がん検診に関するヘルピー健康だよりの作成・配布</p> <p>エ 成人事業の他、乳幼児健診通知時にも同封</p> <p>エ がん検診カレンダーの作成（※）</p> <p>(2) 歩道橋における横断幕掲示（香久山地区・浅田地区）</p> <p>(3) がん検診月間等にあわせ大腸がんについての情報を記載したトイレトペーパーを公共施設のトイレ個室内に掲示、またポスターも適時掲示</p> <p>(4) 公用車に受診勧奨マグネットを設置</p> <p>(5) 広報にっしん「健やかにっしん通信」での記事掲載</p> <p>(6) 市民が多く集う場所への啓発物品設置依頼</p>	<p>(7) 商工会での健診時にがん検診のPRを実施 瀬戸保健所共催</p> <p>(8) がん検診の実施</p> <p>ア 集団がん検診 年19回実施</p> <p>イ 他健診（30代さわやか健診・国保特定健診）と同時実施 計13日</p> <p>ウ 個別がん検診 平成28年6月から11月まで 受託医療機関数35施設</p> <p>(9) 節目年齢者（40～65歳の5歳階級、子宮のみ20・24・30・34歳を追加し節目年齢を拡大（※））へ節目年齢半額受診券を発行</p> <p>(10) がん検診申し込み方法の改善</p> <p>ア 集団がん検診申し込みハガキの改善</p> <p>イ あいち日進市電子申請・届出システムの利用</p> <p>申込み専用フォームへアクセスしやすいようQRコードを記載（※）</p> <p>(11) 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発（乳がん自己検診体験）</p> <p>(12) 全国健康保険協会（協会けんぽ）愛知支部の個別通知時にがん検診案内を同封（※）</p>
	重点 2 循環器疾患 （血圧・脂質異常症）		<p>1 30代さわやか健診実施 のべ6日間</p> <p>2 30代さわやか健診結果説明会の実施</p> <p>3 特定保健指導の実施</p>	<p>4 特定健診等健診受診率向上にむけた取り組み</p> <p>5 健診結果郵送時に特定保健指導対象者に対し個々に合わせた情報提供</p>
	重点 3 糖尿病		<p>1 30代さわやか健診実施 のべ6日間</p> <p>2 30代さわやか健診結果説明会の実施</p> <p>3 特定保健指導の実施</p> <p>4 特定健診等健診受診率向上にむけた取り組み</p> <p>5 健診結果郵送時に特定保健指導対象者に対し個々に合わせた情報の提供</p> <p>6 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発（ヘモグロビンA1c測定（日進市薬剤師会））</p>	<p>7 保健指導利用促進事業（保険年金課と共同実施）（※）</p> <p>(1) 利用勧奨訪問・電話</p> <p>(2) 健診結果郵送時にヘモグロビンA1c7.0%以上の人にパンフレット同封</p> <p>8 重症化予防対策事業（保険年金課と共同実施）（※）</p> <p>(1) 利用勧奨訪問・電話</p> <p>(2) 健診結果郵送時にヘモグロビンA1c7.0%以上の人にパンフレット同封</p>
	その他		<p>1 健康講演会の開催「脳と病気」</p> <p>2 健康を科学する（相山女学園大学共催）開催</p>	<p>3 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発、脳年齢測定、物忘れ相談、お薬相談（日進市薬剤師会）、おもしろ健康チェック</p>
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	重点 1 栄養・食生活	<p>【目標】</p> <p>適切な量と質の食習慣を身につけ、実践する</p> <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> 適切な量と質の食習慣の普及啓発 野菜摂取量の増加 食育の推進 	<p>1 野菜をとろうキャンペーン</p> <p>(1) 野菜摂取リーフレット配布 配布数 2,736部</p> <p>乳幼児健診（1歳半・3歳児健診）、30代さわやか健診、健康・福祉フェスティバル等で配布</p> <p>(2) 健康・福祉フェスティバルでの展示・栄養相談（とにとクラブ）</p> <p>(3) 健康づくりチャレンジ事業（愛知県共催）ブース展示（※）</p> <p>(4) 広報にっしん「健やかにっしん通信」での記事掲載</p>	<p>2 食育推進協力店登録の勧奨 食育推進委員会での周知</p> <p>3 ヘルピー健康だより（若年層の朝食摂取）（名古屋学芸大学大学連携事業）の作成・配布（※）</p> <p>4 健康・福祉フェスティバルでの周知・啓発（野菜クイズ（食生活改善推進委員会）、豆つまみゲーム、栄養相談（瀬戸保健所管内栄養士会）、食育紙芝居、食育ゲーム（名古屋学芸大学））</p> <p>5 食生活改善推進員養成講座 計8回</p>
	重点 2 身体活動 ・運動	<p>【目標】</p> <p>体を動かす習慣をつくる</p> <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> 体を動かす習慣をつくる（プラス10の啓発） にっしん体操のより一層の啓発 ウォーキングの推進 	<p>1 体操スポット立ち上げ支援事業 5か所（※）</p> <p>(1) さくらA・B（藤島ぶらっとホーム）</p> <p>(2) 本郷老人クラブ（本郷公民館）</p> <p>(3) Ikoi 広場（デイサービスきずな）</p> <p>(4) 榎木老人クラブ（榎木団地集会所）</p> <p>(5) 日の出ほっとカフェ（高津さん宅）</p> <p>2 体操スポット活動支援 16か所（うち新規は上記5か所）</p> <p>3 にっしん体操DVD鏡版・スローペース版を制作（愛知学院大学・名古屋学芸大学大学連携事業）（※）</p> <p>4 幼稚園出前講座・サロン等でのにっしん体操の実施</p> <p>(1) 幼稚園出前講座 3園にっしん体操キャラバン隊（愛知学院大学学生）協力</p> <p>(2) 出前講座、講習会、各種イベントでの普及継続のべ229回 のべ10,896名参加</p> <p>5 ヘルピーストレッチの制作（愛知東邦大学大学連携事業）（※）</p>	<p>6 市ホームページ・広報等で体操効果等の周知の継続</p> <p>(1) 市ホームページでのにっしん体操の紹介及び動画掲載</p> <p>(2) 「健やかにっしん通信」でのにっしん体操スポット記事掲載</p> <p>(3) にっしんテレビのエンディングでのにっしん体操の様子を放送（保育園・幼稚園・にっしん体操スポット）</p> <p>7 ウォーキングマップ推進事業</p> <p>(1) ヘルピーウォーキングマップ（梨の木）増刷</p> <p>(2) 「健やかにっしん通信」での記事掲載</p> <p>(3) 生涯学習課主催「にこにこウォーク」チラシでのウォーキングマップ周知</p> <p>(4) 竹の山小学校区ウォーキングマップデザイン（名古屋学芸大学学生）（※）</p> <p>8 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発</p> <p>(1) にっしん体操実演、運動同好会紹介（運動普及推進委員会）</p> <p>(2) ヘルピーウォーキングマップ、ウォーキング団体紹介（日進ウォーカーズ）</p> <p>9 健康づくりチャレンジ事業（愛知県共催）ブース展示（※）【再掲】</p>
	3 休養・心の健康づくり	<p>【目標】</p> <p>ストレスと上手につきあう</p> <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> こころの健康の啓発活動 睡眠や休養についての知識普及啓発 	<p>1 こころの健康啓発</p> <p>(1) 「こころがホッとする言葉」の周知 保健センター封筒への掲載</p> <p>(2) 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発（パンフレット（うつ啓発・相談機関案内）配布）</p> <p>(3) こころが元気になる歌詞を盛り込んだにっしん体操の普及</p>	<p>(4) 「質の良い睡眠」の啓発チラシを封入したポケットティッシュを配布（※）</p> <p>(5) こころの講演会の開催</p> <p>(6) 厚生労働省『働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」を市ホームページ外部リンク掲載</p>

取組課題		目標とポイント	H28 実施状況	
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	4 たばこ	<p>【目標】 吸わない、吸われない環境をつくる</p> <p>【ポイント】 ・たばこの健康影響知識の普及啓発 ・受動喫煙防止対策の推進</p>	<p>1 受動喫煙防止対策実施施設認定制度、支援団体の周知 保健衛生会議で制度の周知</p> <p>2 啓発（広報誌等での周知） (1) 禁煙体験談の募集・作成 ア 募集チラシ配布（マタニティ教室参加者及び1歳半児健診受診児保護者） イ 禁煙体験談集の配布（保健センター窓口及び健康・福祉フェスティバル） (2) ヘルピー健康だより（受動喫煙防止・COPD）の配布</p>	<p>(3) 「健やかにつしん通信」でのCOPD・たばこ記事掲載 (4) ミニマクラス（母子健康手帳交付）・マタニティ教室での情報提供 (5) 健康・福祉フェスティバルでの周知（スモーカーライザー、肌年齢測定、禁煙相談、瀬戸保健所）、タールサンプル展示、啓発資材配布（相談機関一覧・禁煙体験談集・ヘルピー健康だより・ファイザー（株）からの資材）</p> <p>3 母子健康手帳発行時の禁煙指導</p>
	5 アルコール	<p>【目標】 適度な飲酒でアルコールと上手につきあう</p> <p>【ポイント】 ・多量飲酒予防・妊婦の飲酒予防 ・他分野（心・栄養）に関連付けたアプローチ</p>	<p>1 啓発活動 (1) マタニティ教室での情報提供 (2) ヘルピー健康だより（アルコールとの付き合い方）の作成・配布（※）</p>	<p>2 母子健康手帳発行時の禁酒指導</p>
	6 歯の健康	<p>【目標】 自分の歯で、おいしく食べて健口に過ごす</p> <p>【ポイント】 ・歯や口の健康知識の普及啓発 ・定期健診受診の動機づけ</p>	<p>1 歯科健診事業 ・妊産婦歯科健診 ・成人歯周病検診 節目成人歯周病検診対象者へ検診受診券送付 ・2歳児歯科健診</p> <p>2 受診勧奨実施 節目成人歯周病検診未受診者へ受診勧奨通知送付 送付数 7,703通</p>	<p>3 8020・8820 運動表彰（愛豊歯科医師会日進支部と共催） 表彰者数 176名（8820表彰26名・8020表彰157名、うち同時表彰7名）</p> <p>4 ヘルピー健康だよりによる啓発 受診券・勧奨通知時ヘルピー健康だより同封</p> <p>5 啓発 (1) 「健やかにつしん通信」での歯科保健啓発記事掲載 (2) 健康・福祉フェスティバルでの周知啓発 唾液元気度チェック・歯科相談・咬合力チェック（愛豊歯科医師会日進支部）</p>
基本方針3 健康を支える社会環境を実現しよう！	<p>重点</p> <p>1 健康を支え、守るための環境づくり</p>	<p>【目標】 協働により支え合い、健康づくり活動を実践している</p> <p>【ポイント】 ・健康づくりを行う仲間づくりの推進（つどいの場プロジェクト等との連携） ・地域で健康づくりに積極的に参加する実践者の育成</p>	<p>1 体操スポット立ち上げ支援事業【再掲】 2 体操スポット活動支援【再掲】 3 体操講習会（指導者養成講座） 2日間×1コース 西部福祉会館にて開催 4 健康づくり市民サポーター事業 登録数 団体 3団体 個人 176名 5 「健やかにつしん宣言」周知 (1) 健康施策を市民へ周知し本計画を推進 (2) 市職員名札に「健やかにつしん宣言」の文言を掲載 (3) 健康・福祉フェスティバルでの「いきいき健康プランにつしん21」パネル展示、「健やかにつしん宣言」ポスター掲示 6 につしん健康マイレージ事業の実施（※） まいかカード発行 511枚</p>	<p>7 健康づくりマスコットキャラクター「ヘルピー」の周知 (1) 健康課作成の通知、チラシ、封筒への「ヘルピー」使用 (2) 着ぐるみを活用した啓発活動 稼動日数 9日 のべ対象者数 2,808人</p> <p>8 健康づくりを担う人材支援 (1) 食生活改善推進員養成講座 計8回【再掲】 (2) 食生活改善推進員研修会 計6回 (3) 運動普及推進員研修会 計6回 (4) 「健やかにつしん通信」での元気 CLUB 同好会・体操スポット団体・食生活改善推進員記事掲載</p> <p>9 地域連携・職域連携 (1) 商工会での健診時がん検診のPRを実施（瀬戸保健所と共催）【再掲】 (2) 全国健康保険協会（協会けんぽ）愛知支部の個別通知時がん検診案内を同封（※）【再掲】</p> <p>10 第一生命との協定締結</p>
	その他必要な取組課題	<p>1 健やか親子・母子保健</p> <p>【目標】 子どもをみんなで守り育てる</p> <p>【ポイント】 ・妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援</p>	<p>1 妊婦・乳幼児健診・予防接種体制整備 (1) 妊婦・乳幼児健診医療機関受診券の発行 (2) 3～4か月児健診、1歳半児健診、3歳児健診 年66回実施 (3) 予防接種事業の実施 (ヒブ・小児肺炎球菌・四種混合・日本脳炎・DT・子宮頸がん予防ワクチン・BCG・MR・水痘・B肝)</p> <p>2 要支援家庭への適切な支援 (1) 教室開催（ミニマクラス・マタニティ教室・パパママ教室・かるがもキッズなど） (2) 相談実施（赤ちゃん相談・電話相談など） (3) 訪問実施（新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問・未熟児等訪問指導）</p>	<p>3 SIDS、事故防止等適切な育児情報提供 (1) 乳幼児健診等での情報提供 年56回 (2) 「健やかにつしん通信」で8・11月号に子どもの事故予防記事掲載【再掲】</p> <p>4 子どもの基本的な生活習慣の確立に向けた教育・情報提供 (1) 10か月なかよし教室での情報提供 年12回 (2) 1歳半児健診及び3歳児健診での歯科・栄養リーフレットの配布</p> <p>5 中学生、乳幼児ふれあい体験 日進西中学校 参加親子 68組 生徒 310名</p>
	2 安全（事故防止対策等）	<p>【目標】 命を守る方法を知り、行動ができる</p> <p>【ポイント】 ・命を守る知識の普及啓発</p>	<p>1 出前講座にて高齢者に転倒予防を啓発 2 事故防止対策の啓発 (1) 乳幼児健診等での情報提供 計56回 (2) 「健やかにつしん通信」で8・11月号に子どもの事故予防記事掲載【再掲】</p>	<p>3 救急医療関連情報の把握 お盆期間中の医療機関（医科・歯科）診療情報調査実施</p>
	計画進行管理		<p>1 推進委員会 第1回：平成28年10月18日(火) 第2回：平成29年3月13日(月)</p>	<p>2 ワーキンググループ研究会 第1回：平成28年9月30日(金) 第2回：平成29年2月8日(水)</p> <p>3 健康づくり関連事業 実施状況調査</p>

【平成28年度健康・福祉フェスティバル】

- 1 日時 平成28年11月13日（日）9：00～15：00
 2 場所 日進市スポーツセンター（第3競技場・エントランス）、市役所駐車場
 3 来場者数 4,500人（スポーツセンター来場者数＜福祉フェスティバル含む＞）

	コーナー	内 容	実 績
第3競技場	おもしろ健康チェック	血管年齢測定	187人
		骨密度測定	149人
	愛豊歯科医師会 日進支部	唾液元気度チェック	96人
		咬合力チェック	46人
		歯科相談	20人
	日進市薬剤師会	脳年齢測定	144人
		物忘れ相談	11人
		お薬相談	11人
		ヘモグロビンA1c測定	67人
	食生活改善推進委員会	食育クイズ	320人
運動普及推進委員会	にっしん体操の実演 運動同好会PR	151人	
運動同好会 (日進ウォーカーズ)	日進ウォーカーズPR ヘルピーウォーキングマップPR	43人	
エントランス	いきいき健康プラン	第2次いきいき健康プランにっしん21PR	
	にっしん健康マイレージ	にっしん健康マイレージ事業の啓発	40人
	がん検診ブース	乳がん自己検診PR	
	とにとクラブ	350g野菜測定 健康の葉記入	134人
		栄養相談	3人
	瀬戸保健所 管内栄養士会	豆つまみゲーム	844人
		栄養相談	4人
名古屋学芸大学	食育紙芝居・食育ゲーム	169人	
市役所駐車場	瀬戸保健所	肌年齢測定	146人
		スモーカーライザー	31人
		禁煙相談	0人
	合計		2,616人

【平成28年度ヘルピー健康だより配布状況】

No.	内容	部数		配布先	時期
1	がん検診	10,522 部	10,472 部	節目がん検通知	4月
			50 部	健康・福祉フェスティバル	11月
2	女性のがん (子宮がん・乳がん)	7,965 部	5,715 部	節目がん検診勧奨通知	9月
			2,200 部	乳幼児健診案内通知	毎月
			50 部	健康・福祉フェスティバル	11月
3	大腸がん検診		50 部	健康・福祉フェスティバル	11月
4	大腸がんを防ぐ食生活		244 部	集団特定健診同時がん検診	7月
5	<u>アルコールとの 付き合い方</u> ※	805 部	542 部	30代さわやか健診結果通知	7月
			50 部	健康・福祉フェスティバル	11月
			213 部	集団特定健診同時がん検診	2月
6	ヘルピーウォーキングマップ		100 部	健康・福祉フェスティバル	11月
7	<u>朝食摂取</u> ※		10,130 部	市内 大学学生	3月
8	歯周病予防		6,161 部	成人歯周疾患検診勧奨通知	10月
9	歯科	11,442 部	10,745 部	成人歯周疾患検診通知	4月
			697 部	集団特定健診同時がん検診	7月・9月・2月

※ 今年度作成したもの

【平成28年度 広報につきん「健やかにっしん通信」掲載内容】

号数	内容
4月号	高齢者肺炎球菌予防接種
5月号	禁煙対策 (COPD (慢性閉塞性肺疾患))
6月号	熱中症予防
7月号	につきん体操
8月号	夏場の子どもの事故予防
9月号	大腸がん検診
10月号	高齢者予防接種 (インフルエンザ・肺炎球菌)
11月号	子どもの事故防止
12月号	歯周病予防
1月号	元気クラブ同好会・冬の感染症
2月号	につきん体操スポット
3月号	竹の山小学校区ウォーキングマップ

【平成28年度にっしん体操普及活動】

資料 No. 2-3

月	回数	参加人数
4月	17回	433人
5月	21回	2,426人
6月	19回	418人
7月	25回	793人
8月	7回	316人
9月	23回	1,180人
10月	26回	787人
11月	28回	1,212人
12月	22回	1,353人
1月	15回	411人
2月	12回	363人
3月	14回	1,204人
合計	229回	10,896人

主な事業名
<ul style="list-style-type: none"> ・にっしん体操スポット ・幼稚園出前講座 ・にっしん体操講習会 ・30代さわやか健診結果説明会 ・コミュニティサロン、地域サロン ・老人クラブ健康教育 ・マタニティ教室 ・市民まつり ・にっしん体操845（福社会館）
ほか

【平成28年度 ヘルピー着ぐるみ稼働状況】

月	稼働日数	対象者数
5月	1日	一人
6月	1日	866人
9月	1日	250人
10月	2日	1,077人
11月	2日	4,500人
12月	2日	325人
2月	1日	290人
合計	8日	7,308人

主な事業名
<ul style="list-style-type: none"> ・にっしんテレビ撮影 ・幼稚園出前講習会 ・市民まつり ・ヘルピータイム（日進西中学校） ・DV防止週間に伴う啓発活動（写真撮影）
ほか

にっしん体操スポット

	団 体 名	時 間	場 所	開始時期	参加人数
1	おはよう香久山	毎週土曜日 6:30～	(一部休止期間あり) 株山中央公園北西寄り	平成 24 年 8 月	10 名
2	いきいき香久山	毎週火曜日 9:15～	香久山会館横 運動広場	平成 25 年 9 月	25 名
3	ぷらっとホーム南ヶ丘 健康体操サロン	第 2 火曜日 10:00～ 第 3 木曜日 13:30～	南ヶ丘会館	平成 25 年 10 月	20 名
4	いきいき野方	不定期月曜日 15:00～	野方北集会所	平成 26 年 6 月	12 名
5	いきいき東山	毎週土曜日 9:45～	ぷらっとホーム「サンハウス東山」	平成 26 年 6 月	30 名
6	おはよう東山	毎週土曜日 9:15～	日東東山コミュニティーセンター	平成 27 年 6 月	25 名
7	ほっとカフェ 12 にこにこ	毎月第 3 金曜日 15:00 頃～	藤枝公民館	平成 27 年 6 月	40 名
8	ほっとカフェ 13 (神明)	毎月第 2・4 金曜日 9:00～11:00 のどこか	神明神社社務所ホール	平成 27 年 6 月	15 名
9	五色園健康体操教室	毎週月曜日 10:00～	五色園第一集会所	平成 27 年 9 月	30 名
10	地域交流ふれあい金曜日 楽しもう会	毎週金曜日 9:50～	折戸・藤塚集会所	平成 28 年 1 月	5 名
11	五色園ぷらっとホーム	毎月第 1・3 金曜日 10:15～	五色園第一集会所西隣	平成 28 年 3 月	15 名
12	さくら A・B (藤島ぷらっとホーム)	毎週水曜日 10:30～	藤島公会堂	平成 28 年 4 月	15 名
13	本郷老人クラブ	月 1 回 (不定期)	本郷公民館	平成 28 年 4 月	30 名
14	I k o i 広場	毎月 24 日 時間不定	デイサービスきずな	平成 28 年 11 月	15 名
15	檀木老人クラブ	毎月第 2・4 水曜日 10:00～	檀木団地集会所	平成 28 年 12 月	15 名
16	日の出ほっとカフェ	毎月第 2・4 水曜日 10:00～	高津さん宅	平成 29 年 1 月	12 名

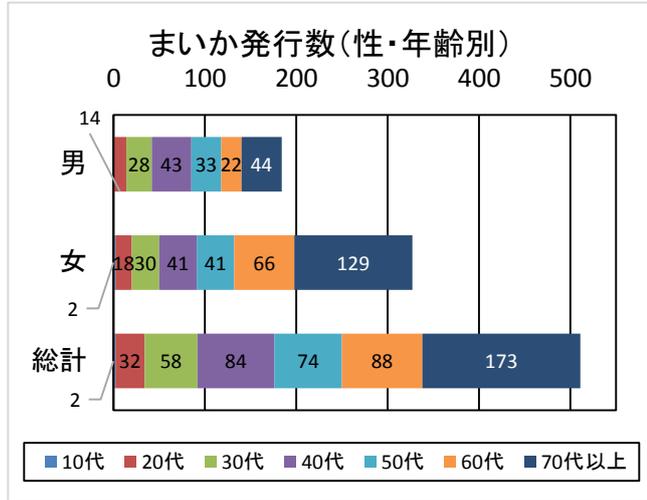
にっしん健康マイレージ 実績報告

資料No.2-5

平成28年度 まいか発行数(性・年代別)

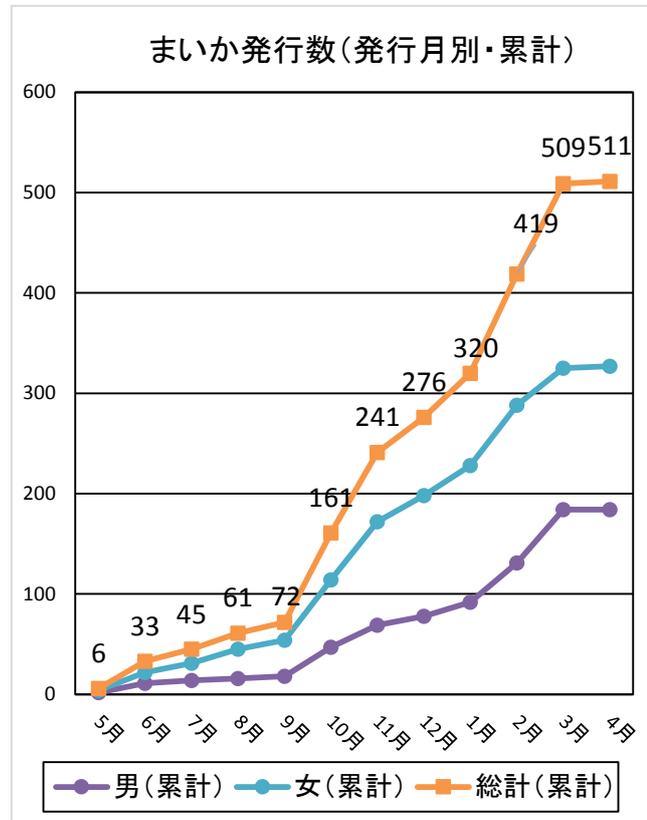
平成29年4月11日現在

年代	男	女	総計
10代		2	2
20代	14	18	32
30代	28	30	58
40代	43	41	84
50代	33	41	74
60代	22	66	88
70代以上	44	129	173
総計	184	327	511



平成28年度 まいか発行数(発行月別)

発行月	男	女	総計
5月	2	4	6
6月	9	18	27
7月	3	9	12
8月	2	14	16
9月	2	9	11
10月	29	60	89
11月	22	58	80
12月	9	26	35
1月	14	30	44
2月	39	60	99
3月	53	37	90
4月		2	2
総計	184	327	511

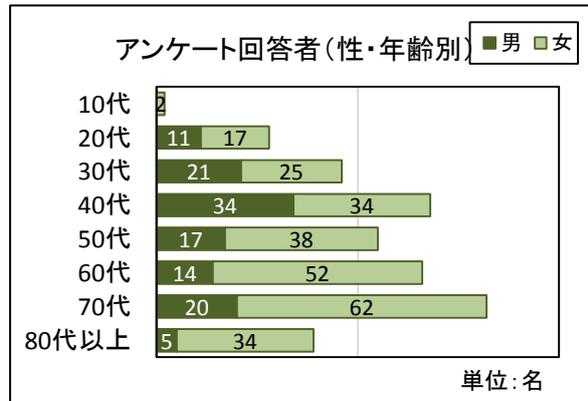
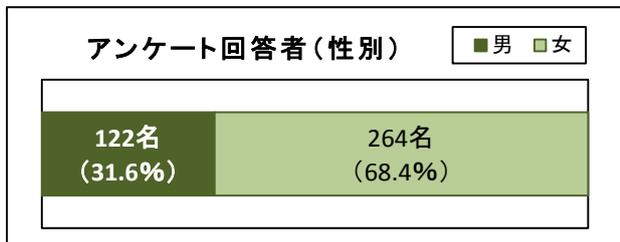


アンケート回答者数 **386名** (回答率 75.5%)



あなたの性別と年代を教えてください。

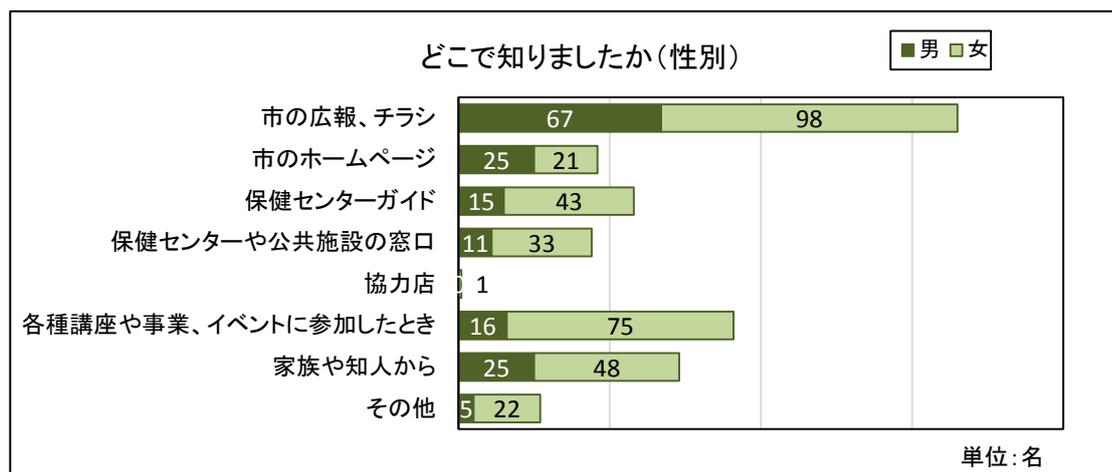
年代	男	女	合計
10代		2	2
20代	11	17	28
30代	21	25	46
40代	34	34	68
50代	17	38	55
60代	14	52	66
70代	20	62	82
80代以上	5	34	39
総計	122	264	386



「にっしん健康マイレージ」のことをどこで知りましたか。(複数回答可)

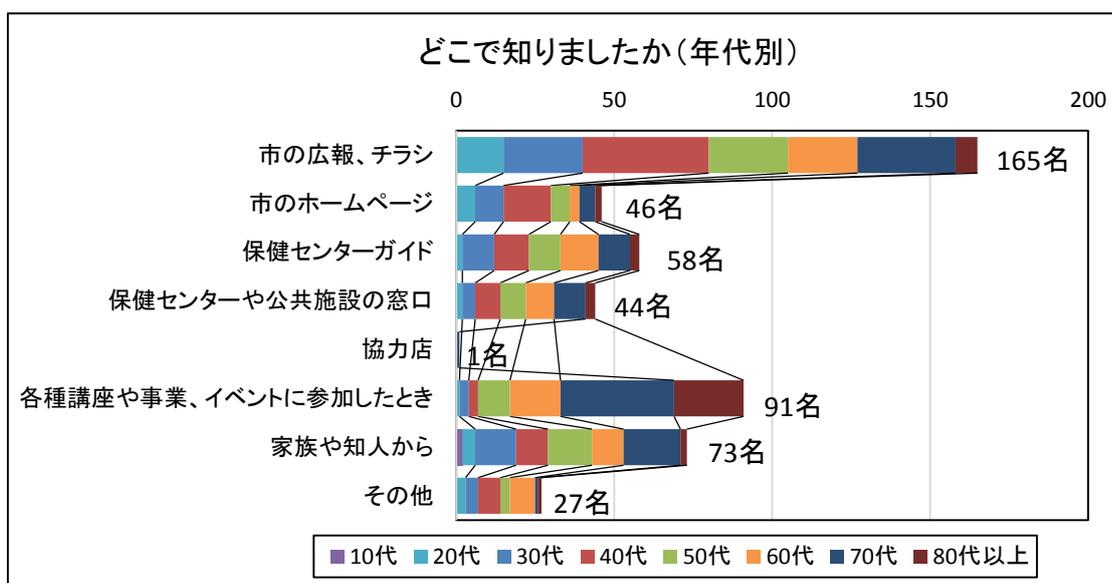
(1)性別

選択肢	男	女	合計
市の広報、チラシ	67	98	165
市のホームページ	25	21	46
保健センターガイド	15	43	58
保健センターや公共施設の窓口	11	33	44
協力店	0	1	1
各種講座や事業、イベントに参加したとき	16	75	91
家族や知人から	25	48	73
その他	5	22	27



(2)年代別

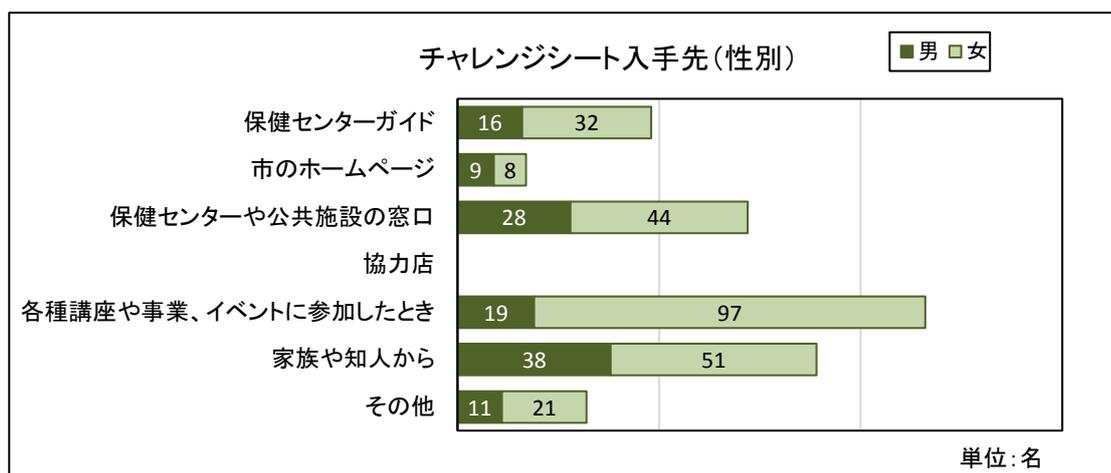
選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
市の広報、チラシ		15	25	40	25	22	31	7	165
市のホームページ		6	9	15	6	3	5	2	46
保健センターガイド		2	10	11	10	12	10	3	58
保健センターや公共施設の窓口		2	4	8	8	9	10	3	44
協力店							1		1
各種講座や事業、イベントに参加したとき		1	3	3	10	16	36	22	91
家族や知人から	2	4	13	10	14	10	18	2	73
その他		3	4	7	3	8	1	1	27



「にっしん健康マイレージ」のチャレンジシートをどこで手に入れましたか。(複数回答可)

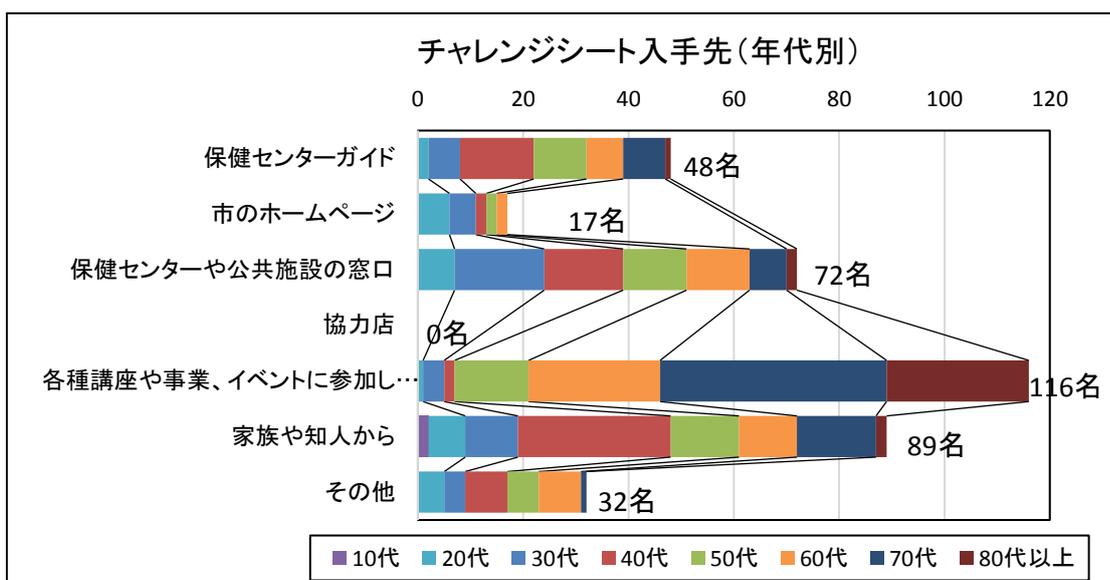
(1)性別

選択肢	男	女	合計
保健センターガイド	16	32	48
市のホームページ	9	8	17
保健センターや公共施設の窓口	28	44	72
協力店			0
各種講座や事業、イベントに参加したとき	19	97	116
家族や知人から	38	51	89
その他	11	21	32



(2)年代別

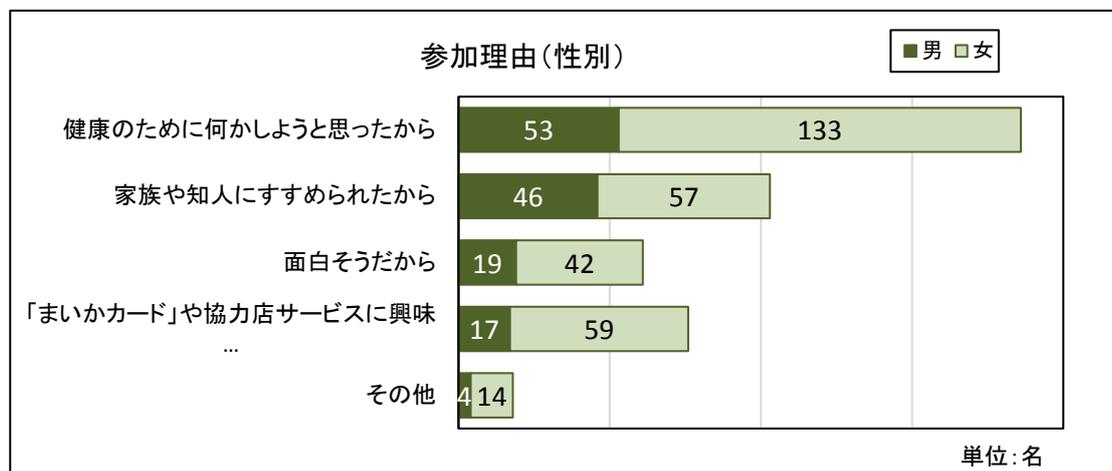
選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
保健センターガイド		2	6	14	10	7	8	1	48
市のホームページ		6	5	2	2	2			17
保健センターや公共施設の窓口		7	17	15	12	12	7	2	72
協力店									0
各種講座や事業、イベントに参加したとき		1	4	2	14	25	43	27	116
家族や知人から	2	7	10	29	13	11	15	2	89
その他		5	4	8	6	8	1		32



「にっしん健康マイレージ」に参加した理由は何ですか。(複数回答可)

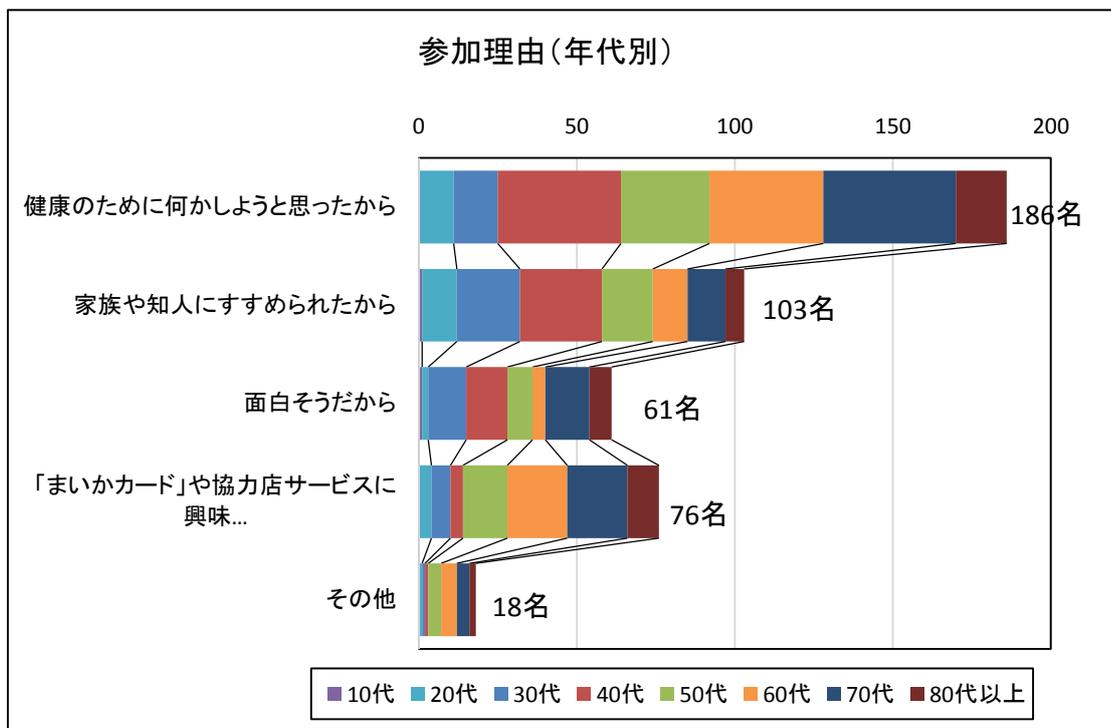
(1) 性別

選択肢	男	女	合計
健康のために何かしようと思ったから	53	133	186
家族や知人にすすめられたから	46	57	103
面白そうだから	19	42	61
「まいかカード」や協力店サービスに興味…	17	59	76
その他	4	14	18



(2) 年代別

選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
健康のために何かしようと思ったから		11	14	39	28	36	42	16	186
家族や知人にすすめられたから	1	11	20	26	16	11	12	6	103
面白そうだから	1	2	12	13	8	4	14	7	61
「まいかカード」や協力店サービスに興味…		4	6	4	14	19	19	10	76
その他		1	1	1	4	5	4	2	18



「にっしん健康マイレージ」に取り組んで自分の健康づくりを意識するようになりましたか。

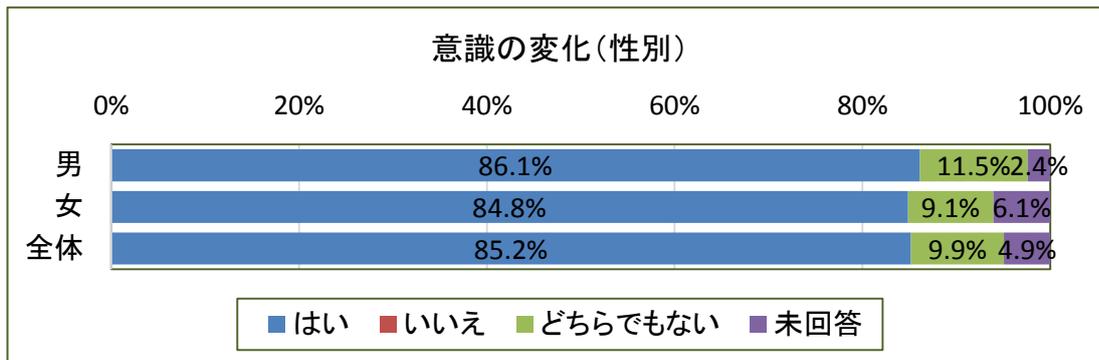
(1)性別

(回答数)

選択肢	男	女	合計
はい	105	224	329
いいえ	0	0	0
どちらでもない	14	24	38
未回答	3	16	19
合計	122	264	386

(比率)

選択肢	男	女	全体
はい	86.1%	84.8%	85.2%
いいえ	0.0%	0.0%	0.0%
どちらでもない	11.5%	9.1%	9.9%
未回答	2.4%	6.1%	4.9%
合計	100.0%	100.0%	100.0%



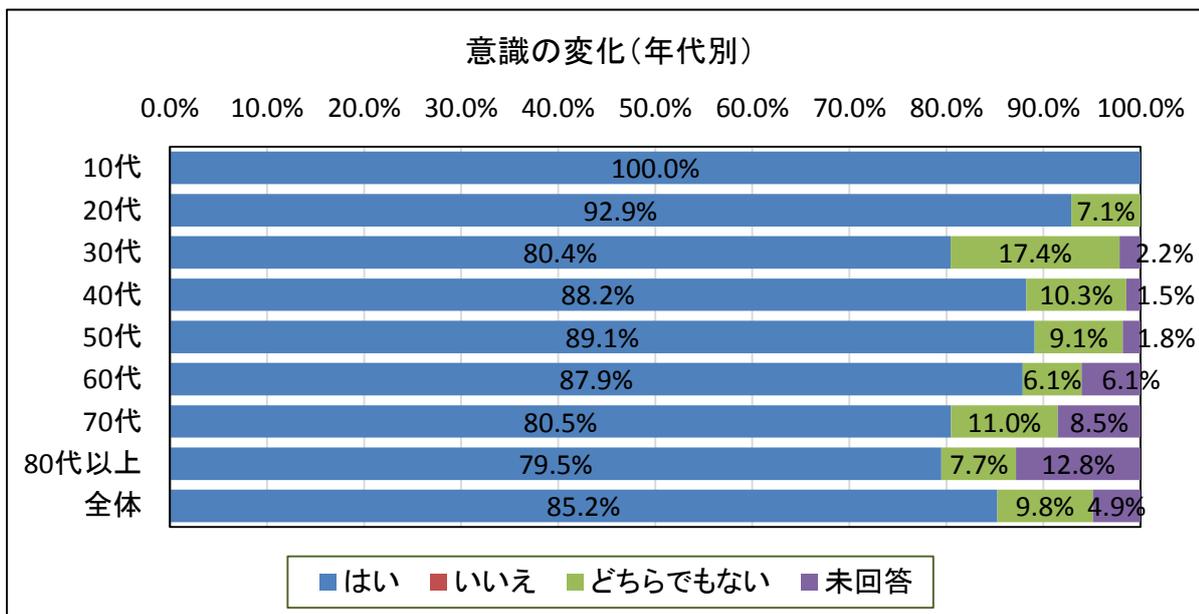
(2)年代別

(回答数)

選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
はい	2	26	37	60	49	58	66	31	329
いいえ									0
どちらでもない		2	8	7	5	4	9	3	38
未回答			1	1	1	4	7	5	19
合計	2	28	46	68	55	66	82	39	386

(比率)

選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	全体
はい	100.0%	92.9%	80.4%	88.2%	89.1%	87.9%	80.5%	79.5%	85.2%
いいえ	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
どちらでもない	0.0%	7.1%	17.4%	10.3%	9.1%	6.1%	11.0%	7.7%	9.8%
未回答	0.0%	0.0%	2.2%	1.5%	1.8%	6.1%	8.5%	12.8%	4.9%
合計	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%



平成27年1月に日進市が行った「健やかにっしん宣言」についてご存知ですか。

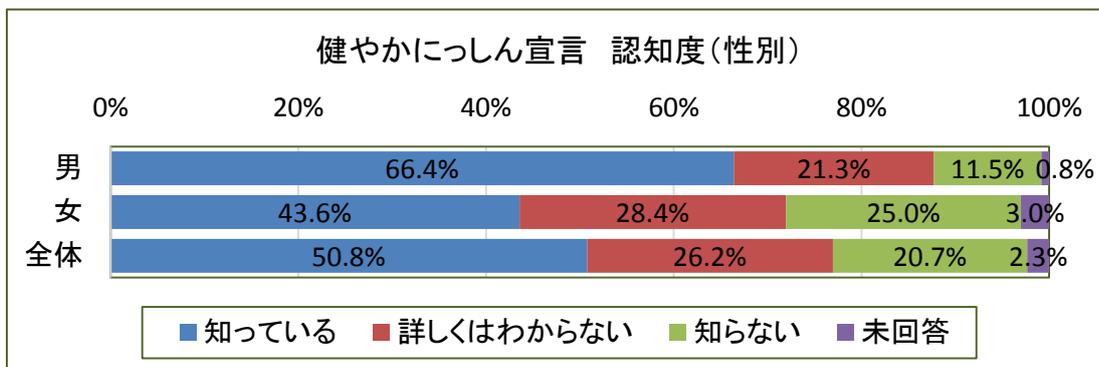
(1)性別

(回答数)

選択肢	男	女	合計
知っている	81	115	196
詳しくはわからない	26	75	101
知らない	14	66	80
未回答	1	8	9
合計	122	264	386

(比率)

選択肢	男	女	全体
知っている	66.4%	43.6%	50.8%
詳しくはわからない	21.3%	28.4%	26.2%
知らない	11.5%	25.0%	20.7%
未回答	0.8%	3.0%	2.3%
合計	100.0%	100.0%	100.0%



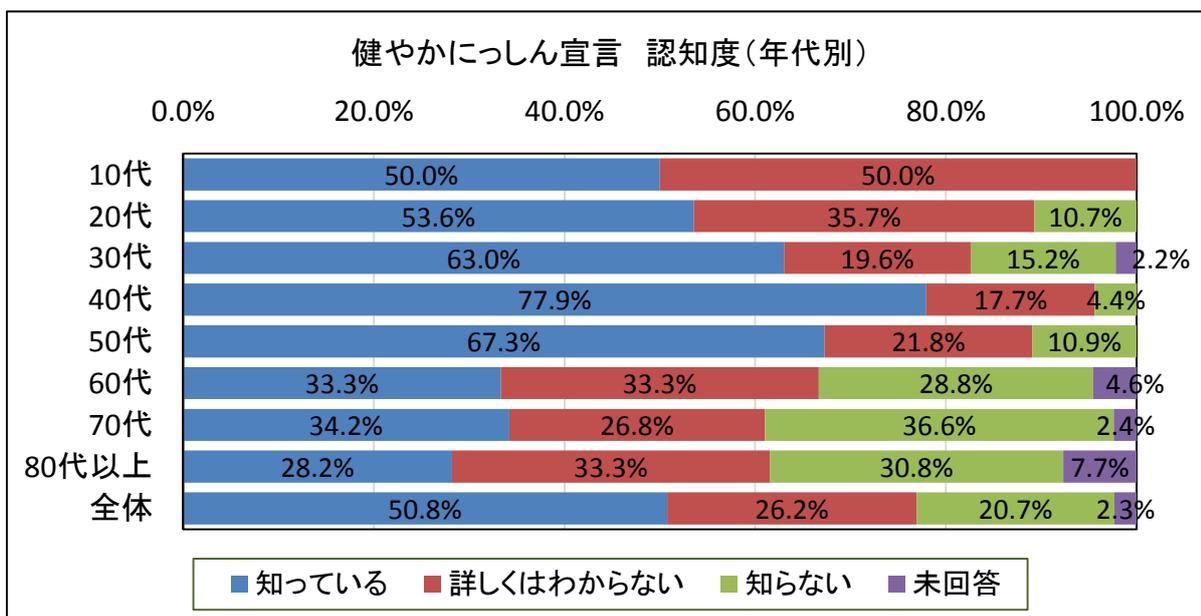
(2)年代別

(回答数)

選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
知っている	1	15	29	53	37	22	28	11	196
詳しくはわからない	1	10	9	12	12	22	22	13	101
知らない		3	7	3	6	19	30	12	80
未回答			1			3	2	3	9
合計	2	28	46	68	55	66	82	39	386

(比率)

選択肢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	全体
知っている	50.0%	53.6%	63.0%	77.9%	67.3%	33.3%	34.2%	28.2%	50.8%
詳しくはわからない	50.0%	35.7%	19.6%	17.7%	21.8%	33.3%	26.8%	33.3%	26.2%
知らない	0.0%	10.7%	15.2%	4.4%	10.9%	28.8%	36.6%	30.8%	20.7%
未回答	0.0%	0.0%	2.2%	0.0%	0.0%	4.6%	2.4%	7.7%	2.3%
合計	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%



平成 29 年度「いきいき健康プランにっしん 21」推進事業実施計画 (計画年度 4年目)

(※)新規事業

取組課題		ポイント	H29	H30
基本方針1 生活習慣病の発症と重症化を防ごう！	重点1 がん	・若い世代を含めた ポピュレーションアプローチ	<ul style="list-style-type: none"> がん検診プロジェクト <ul style="list-style-type: none"> がん検診受診勧奨のための啓発物品作成・配布 がん征圧月間等にあわせて横断幕や大腸がんの情報を記載したトイレトペーパー等の設置 協会けんぽ被扶養者への案内通知依頼 第一生命と協力し、がん検診に関するチラシの配布(※) 胃がん検診に内視鏡検査を追加(※) 節目半額券送付 	その年に応じたがん検診プロジェクトを実施し、受診意欲の向上をはかる
	重点2 循環器疾患	・早期発見・早期治療	<ul style="list-style-type: none"> 特定保健指導対象者に対して個々に合わせた情報の提供 	地域の状況に応じた取組の実施
	重点3 糖尿病	<ul style="list-style-type: none"> 健(検)診受診率の向上 重症化の予防 関係機関との連携 	<ul style="list-style-type: none"> 保健指導利用促進事業 <ul style="list-style-type: none"> 特定保健指導対象者に対して個々に合わせた情報の提供 保健指導利用勧奨訪問 豊田厚生病院での指導受入開始(※) 初回面接終了者にスポーツセンター利用券の配布及び講習(※) 重症化予防対策事業 <ul style="list-style-type: none"> HbA1c 7.0%以上の人にパンフレット同封 重症化予防対策として電話・訪問の実施 (仮称)糖尿病重症化予防検討会(※) 	まず健診受診率の向上をはかり、受診日当日や事後指導を活用した取組を実施
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	重点1 栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> 適切な量と質の食習慣の普及啓発 野菜摂取量の増加 食育の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜をとりようキャンペーン 食育推進協力店登録の勧奨 	その年に応じた栄養課題に対するキャンペーン・事業の実施
	重点2 身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> 体を動かす習慣をつくる(プラス10の啓発) にっしん体操のより一層の啓発 ウォーキングの推進 	<ul style="list-style-type: none"> 体操スポット支援事業(新規・継続) 自主グループの立ち上げ5か所 保育園出前講習会・サロン等での実施 現行のウォーキングマップ普及 竹の山小学区ウォーキングマップ配布開始(※) 	<ul style="list-style-type: none"> にっしん体操スポットを増加させる取組を継続 身体活動・運動の必要性を認知し実践する市民を増加させていく働きかけ その年に応じた、ウォーキングマップを活用したウォーキング推進事業を実施
	3 休養・心の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> こころの健康の啓発活動 睡眠や休養についての知識普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> こころの健康啓発 (こころの健康講演会) 母子健康手帳発行時にメンタルヘルスケアの啓発(※) 	継続的な知識普及啓発事業等の実施
	4 たばこ	<ul style="list-style-type: none"> たばこの健康影響知識の普及啓発 受動喫煙防止対策の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙施設登録制度、支援団体の周知 啓発活動(禁煙体験談募集) 母子健康手帳発行時の禁煙・受動喫煙防止指導 	禁煙を支援する社会・環境づくり
	5 アルコール	<ul style="list-style-type: none"> 多量飲酒予防・妊婦の飲酒予防 他分野(心・栄養)に関連付けたアプローチ 	<ul style="list-style-type: none"> 啓発活動 母子健康手帳発行時の禁酒指導 	禁煙・適正飲酒について妊産婦期から始めるライフステージ別の知識普及啓発
	6 歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> 歯や口の健康知識の普及啓発 定期健診受診の動機づけ 	<ul style="list-style-type: none"> 健診の実施(成人・妊産婦・2歳児) 受診勧奨の実施 10か月なかよし教室における歯科講話(※) ヘルピー健康だよりによる啓発 8820・8020 表彰 	30～40歳代を中心とした定期健診受診の意識付けと知識啓発の実施
基本方針3 健康を支える社会環境を実現しよう！	重点1 健康を支え、守るための環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりを行う仲間づくりの推進(つどいの場プロジェクト等との連携) 地域で健康づくりに積極的に参加する実践者の育成 	<ul style="list-style-type: none"> 体操スポット支援事業(新規・継続)【再掲】 体操講習会(指導者養成) 運動普及推進員養成講座(4年に1度) 健康づくり市民サポーター事業 ヘルピーストレッチ周知・啓発(※) 「健やか にっしん宣言」周知 にっしん健康マイレージ事業の実施 	<ul style="list-style-type: none"> にっしん体操スポットを増加させる取組を継続【再掲】 地域における健康づくりの実践者・リーダーの定期的な養成・育成(食生活改善推進員・運動普及推進員・にっしん体操ひろめ隊) 市民一人ひとりが行う健康行動を支援する社会環境づくり 「健やか にっしん宣言」につながる効果的な健康施策の実施 関係機関や関係各課の事業実施状況の共有と全庁的な計画推進
その他	1 健やか親子・母子保健	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援 	<ul style="list-style-type: none"> 妊産婦・乳幼児健診体制整備(産後健診(※)) 妊娠期からの要支援家庭への支援 利用者支援事業(母子保健型)(※) SIDS、事故防止、予防接種等の事故・感染症予防啓発 子どもの基本的な生活習慣の確立に向けた教育や情報提供 	子どもの健やかな育ちを支援する体制の整備と育児情報の提供
	2 安全(事故防止対策等)	<ul style="list-style-type: none"> 命を守る知識の普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ロコモティブシンドローム対策 事故防止対策の啓発 救急医療関連情報の普及・啓発 	<ul style="list-style-type: none"> 市民が適切な医療を受けることができるような情報提供の実施 転倒防止・事故防止対策の啓発の継続的な実施
計画の進行管理			<ul style="list-style-type: none"> 関係各課の取り組み状況の把握 計画見直しのための調査・研究 	中間評価見直し

第1回 いきいき健康プランにっしん21ワーキング グループワークまとめ

日時：平成29年6月28日（水）

午前10時から11時45分まで

会場：保健センター 2階会議室

1 グループワークの目的

健康クイズの作成作業を通じ、会員が健康について検討又は意見交換等することで会員やその周囲の人の健康づくりへの機運を高めるとともに、健康クイズを活用した市民の健康意識の向上を図る。

2 クイズの用途

11月にある健康フェスティバル（日進市民まつりと同時開催）の会場に、クイズのコーナーを作り、啓発のためクイズを使用する予定。その他、ヘルピー健康だより等市民向け啓発物に使用することも検討していく。

3 クイズ作成時の注意事項

- ・“健康”をテーマとしたクイズであること
- ・可能な限り子どもから大人まで楽しめる内容
- ・クイズに関連したチラシやパンフレット等を並べ事業PRとする予定のため、各所属の事業や取組みに関連していることが望ましい。

4 健康クイズの作成手順

ステップ1 各所属で考えてきた健康クイズをグループ内で共有し、一押しの取組みを1つ選び、模造紙にまとめる。

ステップ2 ステップ1でまとめたものを他のグループの委員に紹介し、ワーキンググループ全体で共有する

5 グループワークで作成されたクイズ

Aグループ

【クイズ】日進市の女性でお酒を毎日、または時々飲む人の割合は何%でしょう

- ① 約 50% ②約 40% ③約 20% ④約 10%

【答え】 ②

【解説】

- ・お酒の量だけではなく、内容も重要
- ・国などのお酒の推奨摂取量
- ・日進市の女性の平均寿命は2位（県内）→良い飲み方？悪い飲み方？
- ・日進市の女性でお酒を毎日、または時々飲む人の割合は県内で量も多い
男性は県内で3番目に多い

Bグループ

【クイズ】65歳以上の高齢者のうち、認知症患者数は何人に1人とされているでしょう

【答え】約7人に1人

【解説】

- ・全国で認知症の高齢者は約439万人
- ・2025年には約5人に1人
- ・日進市「認知症サポーター養成講座」

Cグループ

【クイズ】日進市が備蓄している災害用非常食（アルファ化米）の味は何種類あるでしょう

【答え】3種類（わかめ、ひじき、きのこ）

【解説】

- ・日進市では、アレルギー対応のアルファ化米を採用しています
- ・家庭では、災害に備えて1週間分の備蓄をしましょう

Dグループ

【クイズ】人間の体の血管を全てつなげると何万kmになるでしょう

【答え】約10万km（地球2周半分）

【解説】

血管の約99%を占める毛細血管は、老化により減少します。歩くことにより血管が再生するといわれているため、生活にウォーキングなど取り入れてみてはいかがでしょうか。