

第3次東海市健康増進計画 事業・活動確認表

資料1

基本施策	施策	ライフコースアプローチの視点	主な取り組みの項目	令和7年度 主な事業の実施状況	令和8年度に向けた事業実施方法
1 健康の 大切さ	1-1 定期的に健康状態を振り返ることができる人を増やす	◆若い世代からの肥満や生活習慣の乱れは、中年期以降の生活習慣病の発症につながります。 ◆女性特有のがん(乳がん・子宮がん)は20歳代から40歳代に増加しており、若い頃からの定期的な検診受診が早期発見・早期治療につながります。	◆健康診査・がん検診に関する情報提供の充実	【特定健康診査事業】、【フレッシュ健康診査事業】 国民健康保険加入の対象者へお知らせ、受診票を送付し、個別勧奨を行った。広報、LINE、ホームページでの健診案内、関係機関・公的機関へポスター掲示を行った。 【がん検診受診勧奨事業】 新たに特定健診の受診対象者に対して、がん検診の受診勧奨チラシを個別配布した。また、健康イベント(歯のイベント)等の健康教育場面での啓発、関係施設でのポスター等掲示、乳幼児健診での保護者への啓発を行った。若年層の受診率向上を目的として、市公式LINEを使用した受診勧奨を実施した。 【がん検診事業】 がんの検診受診者全員に対して、がん検診に関する情報を正確に伝えるため、受診記録票にチラシを添付し個別配布した。乳がんに関しては10月1日のピンクリボンデーに合わせて開催された商工会議所主催のイベントで講話をした。 【歯と口の健康習慣啓発事業】 6月「お口と体の健康イベント」で大腸がんクイズラリーを行い、大腸がんについて啓発するとともに大腸がん検診の受診勧奨を行った。	【特定健康診査事業】、【フレッシュ健康診査事業】 引き続き、国民健康保険加入の対象者へお知らせ、受診票を送付し、個別勧奨を行う。広報、LINE、ホームページでの健診案内、関係機関・公的機関へポスター掲示を行う。 【がん検診事業】 引き続き特定健診の受診対象者へがん検診の受診勧奨チラシを個別配布し、受診率向上を図る。また、受診勧奨として、ポスター等の媒体を利用した啓発活動も継続実施し、イベントでの周知活動も継続して開催する。 【歯と口の健康習慣啓発事業】 引き続き、6月「お口と体の健康イベント」で大腸がん検診クイズラリーを実施するとともに、他がんの啓発についても検討していく。
			◆健康診査・がん検診が受けやすい環境づくりの推進	【特定健康診査事業】、【フレッシュ健康診査事業】 国民健康保険加入の対象者へのお知らせチラシには、各種健診とがん検診の実施医療機関を併せて掲載し、受診や予約をしやすい案内とした。 【がん検診受診勧奨事業】 がん検診無料クーポン券を送付した。 【がん検診事業】 利便性の向上を図るため、集団検診においては胃がん・子宮がんの同時検診の実施を行い、託児を実施した。	【特定健康診査事業】、【フレッシュ健康診査事業】 引き続き受診や予約をしやすい媒体で広報、周知を行い、環境づくりの推進を図る。 【がん検診受診勧奨事業】 引き続きがん検診無料クーポン券を送付する。ただし、受診対象者及び受診間隔が変更となる乳がん検診については、対象となる初年度の者へ無料クーポン券を送付する。また、乳がん検診の受診対象者全員へ受診勧奨通知を個別送付を予定。 【がん検診事業】 土日の集団検診を継続して実施するとともに、医療機関と連携し、特定健診とがん検診をセットで受診できる環境の整備等やがん検診の受診機会の拡大に向け引き続き検討する。また、がん検診受診やがん予防に関する健康教育等の啓発活動を実施し、特に乳がん検診については乳がん触診モデルを活用した啓発を実施する予定。
			◆未受診者及び精密検査対象者の受診の促進	【特定健診受診率向上事業】 10月末時点で未受診の方に対し、2月の実施期間で受診してもらうよう、AIを用いて対象者の特性に応じた内容の勧奨はがきを作成し、1月に個別通知した。さらに、受診率の低い40歳代男性へ電話勧奨を実施した。 【がん検診事業】 精密検査対象者に精検実施医療機関の一覧を検診結果通知に同封し、未受診者には4月と12月に再勧奨を実施した。また、精密検査対象者を一次検診実施機関へ報告し、市と医療機関双方からの受診勧奨を実施した。 また再勧奨後にも受診が確認できない者に対して受診勧奨の電話をした。	【特定健診受診率向上事業】 未受診者への勧奨通知を9月と1月の2回実施することとし、さらなる受診率向上を目指す。勧奨はがきの内容は対象者の特性に応じて、今年度と異なる内容となるようAIを活用する。受診率の低い40歳代男性への電話勧奨は引き続き継続する。 【がん検診事業】 精密検査の受診漏れがないように、引き続き、通知による個別勧奨を行い、医療機関と連携して受診勧奨を進めていく。
	1-2 健康的な生活習慣に取り組む人を増やす	◆喫煙は、若い頃から吸い始めるとやめにくいと言われており、禁煙だけでなく、最初からたばこを吸わないことも重要です。 ◆女性の飲酒は、乳がんや胎児性アルコール症候群などの女性特有の疾患のリスクを増大させることや、男性に比べ早期に肝硬変やアルコール依存症になりやすいことなど、女性特有の飲酒リスクがあることから、飲酒量を適量にすることが重要です。 ◆女性の低体重(やせ)(BMIが18.5以下の場合)は、骨量が低下することにより骨粗しょう症のリスクを高めることから、若い頃から適正体重を維持することが重要です。	◆生活習慣の改善に関する個々に応じた情報提供の充実	【特定保健指導事業】 特定保健指導対象者と食生活や活動・運動習慣等を振り返り、個別指導を実施した(しあわせ村、市民体育館、公立西知多総合病院、オンライン)。 【骨粗しょう症検診事業】 令和7年度から骨粗しょう症検診を実施し、受診者への結果送付時にチラシを同封して食事や運動習慣等、骨を強くする習慣について情報提供した。また、乳幼児健診を受診した母親に対して、骨粗しょう症予防を含めた栄養バランス等に関する情報提供を実施した。高齢者の通いの場において、健康支援型配食サービスの提供時に、骨粗しょう症予防等の栄養講話を実施した。 【健康相談事業】 保健なんでも相談、栄養なんでも相談で食事内容等、生活習慣について個別相談を実施した。 【健康応援情報提供事業】 健診結果、問診内容から応援メニューを判定し、対象者に合った食生活、運動習慣の提案を行った。	【特定保健指導事業】 対象者の個性に合わせた個別相談、個別指導を引き続き充実させていく。 【骨粗しょう症検診事業】 受診者へのチラシ同封や乳幼児健診等での啓発を継続し、その他にも様々な機会を捉えて受診勧奨や骨粗しょう症予防の啓発を実施していく。 【健康相談事業】 希望者が多いことから、相談枠を拡充し、引き続き個別相談、個別指導の充実を図っていく。 【健康応援情報提供事業】 幅広い世代への提供を目指すため、これまで、対面でのみ実施していた健康応援メニュー(運動)の提供を、WEB上でも提供できるようにする。
			◆飲酒や喫煙に関する情報提供の充実	【特定保健指導事業】 特定保健指導対象者のうち、飲酒、喫煙の習慣がある者に対し、個別指導を実施した。 【健康相談事業】 保健なんでも相談、栄養なんでも相談で飲酒や禁煙等について個別相談を実施した。 【母子教育事業】 妊婦やそのパートナーに対して、母子健康手帳交付時や両親学級において、飲酒や喫煙が胎児に与える影響について情報提供している。 【歯と口の健康習慣啓発事業】 6月「お口と体の健康イベント」COPD(慢性閉塞性肺疾患)ブースで喫煙について啓発した。	【特定保健指導事業】、【健康相談事業】、【母子教育事業】 対象者の個性に合わせた個別相談、個別指導を引き続き充実させていく。 【歯と口の健康習慣啓発事業】 6月「お口と体の健康イベント」で引き続き喫煙による健康へ与える影響について啓発していく。

第3次東海市健康増進計画 事業・活動確認表

資料1

基本施策	施策	ライフコースアプローチの視点	主な取り組みの項目	令和7年度 主な事業の実施状況	令和8年度に向けた事業実施方法
1 健康の 大切さ	1-3 口の健康を 大切にしてい る人を増 やす	<p>◆乳幼児期からむし歯や歯周病を予防することで、将来にわたり自分の歯を多く残すことが期待できます。</p> <p>◆乳幼児期から適切な口の機能を身につけることは、生涯を通じて健全な食生活を営むことや会話を楽しむなどのコミュニケーションを取ることに重要です。</p>	◆むし歯予防に関する正しい知識・技術の普及啓発の推進	<p>【フッ化物歯面塗布】 1歳6か月児・2歳児・2歳6か月児・3歳児健診で実施した。2歳6か月児は、デンタルフロスの使用を含めた集団指導、歯垢の染め出しを実施した。</p> <p>【フッ化物洗口】 施設(18保育園、5幼稚園、12小学校)で週に1回フッ化物洗口を実施し、順調に実施できていることをフッ化物洗口見学にて確認した。</p> <p>【園児・学童期の歯みがき巡回指導事業】 19保育園(私立含む)・5幼稚園・6小学校では、歯垢の染め出しを実施し、児童が汚れを確認した上で自ら歯垢を落とすことができた。</p>	<p>【フッ化物歯面塗布】 フッ化物の効果の啓発に努め、事業を継続実施していく。</p> <p>【フッ化物洗口】 学校歯科医及び施設と連携を図り、小6でむし歯ゼロを目指す。フッ化物洗口の見学を通し、課題等の共有を養護教諭と行い支援していく。</p> <p>【園児・学童期の歯みがき巡回指導】 間食等の食生活や歯みがき習慣、また規則正しい生活の大切さを健康教育に盛り込み、養護教諭と課題を共有し進めていく。支援学級児童も同様に歯みがきの習慣を身に付けられるように支援していく。</p>
			◆歯周病の予防や早期発見・早期治療対策の推進	<p>【歯周病検診・フレッシュ歯周病検診】 歯科医療機関で個別検診を実施し、歯周病の早期発見・早期治療対策の推進を行った。</p> <p>【後期高齢者歯科健康診査】 今年度より、歯科医療機関において75歳から90歳までの5歳刻みの方を対象に歯科健診を行い、歯周病の早期発見・早期治療、また口腔機能の低下予防を目的とした健診を行った。</p> <p>【産婦歯科健診】、【妊婦歯科健診(パートナーを含む)】 産婦歯科では、歯みがき指導をマンツーマンで実施し、効果的な支援ができた。妊婦歯科では、歯垢の染め出しを実施し、パートナーと共に正しい歯みがきの方法を身に付けることができた。</p> <p>【児童館・児童の歯みがき指導】 児童館では保護者向けに歯周病について健康教育を実施した。学校では小学4年生以上に歯肉炎と共に、歯周病の理解と予防について健康教育を実施した。</p>	<p>【歯周病検診・フレッシュ歯周病検診】、【後期高齢者歯科健康診査】 受診率を上げるために、市ホームページ、広報での周知に加え、県作成の受診啓発動画・ポスター・チラシ、歯周病についての資料を活用し啓発していく。</p> <p>また、企業への健康教育時に、歯周病予防の啓発を行い、検診の受診勧奨をする。</p> <p>【産婦歯科健診(妊婦を含む)】、【妊婦歯科健診(パートナーを含む)】 R8年度から、産婦歯科健診の対象を産婦のみから妊婦も加え、妊婦の受診機会を拡充する。</p> <p>【児童館・児童の歯みがき指導】 歯周病の理解を深めるため、引き続き幅広い世代に歯周病予防について健康教育を実施していく。</p>
			◆口の機能の維持・改善に向けた情報提供などの充実	<p>【後期離乳食講習会、子育てオンライン相談】、【乳幼児健診】 乳幼児期からよく噛んで食べることの必要性や歯の手入れについての集団指導や、個別相談を実施した。</p> <p>【児童の歯みがき指導】 小学2年生及び支援学級には、「噛むことの大切さについて」の講話及び「あいうべ体操」を実施した。</p> <p>【後期高齢者歯科健康診査】 今年度より、口腔機能健診を取り入れた健診を実施した。口腔機能低下を早期発見し、口腔機能の維持・改善に向けた適切な情報提供を行った。</p> <p>【介護予防事業】 地域における介護予防に資する団体に出向き、健口体操の普及啓発を行い、訪問型介護予防事業では、対象者が継続して実施できる健口体操などの支援を行った。</p> <p>【高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(お口のバトロール)】 緑陽・名和・船島・大田地区の75歳から90歳の185名を対象に、令和6年度後期高齢者特定健康診査の間診で「咀嚼」、「嚥下」の質問に該当した104名に初回訪問した。歯科受診勧奨及び健口体操を紹介し、初回訪問で問題のあった54名中、34名に電話確認、20名再訪問を実施し、どちらも問題が改善した者が8名であった。</p>	<p>【後期離乳食講習会、子育てオンライン相談】、【乳幼児健診】 乳幼児期からの啓発や個別相談を継続していく。</p> <p>【児童の歯みがき指導】 引き続き小学2年生の健康教育では、口腔機能の内容を実施していく。</p> <p>【後期高齢者歯科健康診査】 歯科健診実施医療機関と連携し情報共有しながら、継続実施していく。</p> <p>【介護予防事業】 オーラルフレイルの予防についての啓発と合わせ、健口体操を習慣化できるよう支援していく。</p> <p>【高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(お口のバトロール)】 引き続き対象条件は同様で、対象地区を加木屋、三ツ池地区として訪問し、健口体操等を紹介する。問題のある者に対しては再訪問と同時に、歯科医療機関や関係団体へ繋げ、高齢者の介護予防を図る。</p>

第3次東海市健康増進計画 事業・活動確認表

資料1

基本施策	施策	ライフコースアプローチの視点	主な取り組みの項目	令和7年度 主な事業の実施状況	令和8年度に向けた事業実施方法
2 食生活	2-1 適量やバランスの良い食生活を送っている人を増やす	<p>◆子どもの頃から正しい食習慣を身につけることは、大人になってからも健康的な食生活を送ることにつながり、様々な病気の発症予防につながります。</p> <p>◆高齢者の栄養不足は、骨や歯、筋肉など体を維持する機能が衰えて認知機能低下や骨折などにつながり、介護が必要な状態となる恐れがあります。</p> <p>◆妊娠中に適切な食事量で栄養バランスの良い食事を摂ることにより適度に体重を増やすことは、生まれてくる子どもが大人になった時の生活習慣病の発症予防につながります。</p>	<p>◆食の情報提供の場の充実</p> <p>◆適量やバランスに配慮したメニューの開発・普及の推進</p> <p>◆トマトを使った健康づくりの推進</p>	<p>【母子保健事業】【乳幼児健康診査事業】 高親学級では、とまと記念館でランチ会を開催し、妊娠中の食事の適量やバランスについて体験できる教室を開催した。 また、子育てオンライン相談を実施し、自宅から離乳食等の子育ての悩みを相談できる場の提供を行った。乳児健診、1歳6か月児健診、2歳児すくすく教室、3歳児歯科健診での希望者に個別栄養相談を実施。乳児健診では、保護者の食事について、一人ひとりに栄養バランス等の情報提供を行った。 【栄養なんでも相談】 健康診断の結果をもとに、食事や栄養の悩みがある方に対して栄養相談を実施した。 【高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(栄養パトロール)】 低栄養傾向にある高齢者の自宅へ訪問し、栄養状態や生活状況を確認し、その後、栄養改善が必要な方に対して、4回の訪問を実施。体組成測定や握力測定、食事状況から、個人に合わせた情報提供を行い、栄養指導を行った。(初回訪問 101名、継続支援 10名)</p> <p>【運動・食生活応援プログラム推進事業】 東海商工会議所や市内飲食店と連携し、エネルギーや栄養バランス、野菜量、食塩量に配慮したメニュー「いきいき元気メニュー」を開発、提供した。 また、市内事業所の社員食堂で、「いきいき元気メニュー」の基準に適合したメニュー開発・提供の支援を行い、併せて健康啓発イベントを実施し、普及の推進を図った。 【健康教育事業】 「いきいき元気メニュー」を地域等の料理教室を通して、調理し、普及を行った。</p> <p>【トマトde健康づくり事業】 市内飲食店と連携し、トマトde健康フェスティバルを実施。マックスバリュ東海株式会社と協働で基準を満たした弁当を開発し、愛知県下で販売した。(東海荒尾店の販売数943食) 【食の拠点(とまと記念館)での取り組み】 食生活改善推進員と管理栄養士で考案した健康メニュー及び、カゴメ株式会社と共同で開発したメニューを提供した。家庭での調理につなげるため、提供メニューのレシピを配布した。</p>	<p>【母子保健事業】【乳幼児健康診査事業】 引き続き、各種事業を通じて、食の正しい知識の普及・啓発を実施する。 【栄養なんでも相談】 月に1回開催しているが、特定健診後の日程から相談希望者が多く、キャンセル待ちが発生したため、相談の枠を増やして実施していく。 【高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(栄養パトロール)】 過去5年間の実績等から、対象者の抽出条件や、訪問時期・回数等の内容を見直し、継続支援が必要な対象者がより利用しやすい事業内容となるよう改善することで、早期にフレイルを予防し、介護予防、健康寿命の延伸、医療費の低減を図る。</p> <p>【運動・食生活応援プログラム推進事業】 引き続き、いきいき元気メニューの基準を満たしたメニューを提供する店を開拓する。 また、普及の推進を図るため、市民や、市民活動団体、事業所などへ、啓発や広報を幅広く、積極的に実施していく。 【健康教育事業】 引き続き、各種事業を通して、正しい知識の普及・啓発を実施する。</p> <p>【トマトde健康づくり事業】 より多くの方に参加してもらうため、新規店舗の登録誘致や新たな健康オリジナルメニューの開発の推奨を行い、事業の活性化を図る。 【食の拠点(とまと記念館)での取り組み】 引き続き、トマトを通じて、野菜の摂取量向上や食の正しい知識の普及・啓発を実施する。 【トマトde健康づくり事業】、【食の拠点(とまと記念館)での取り組み】 メディアやSNSなどの媒体を活用し、情報発信や周知の拡大を行い、PRを強化して実施していく。</p>
	2-2 食の大切さへの理解を深め、心豊かな食生活を送っている人を増やす	<p>◆子どもの頃に「作物を育てる」、「料理を作って食べる」などの体験が食べ物に対する感謝の心を育み、生涯を通じてバランスの良い食事を選択する力を養うことにつながります。</p> <p>◆子どもの頃から家族や仲間などと一緒に食べることで食事の楽しさを実感し、大人になっても共食の機会に対する意識を高めることにつながります。</p>	<p>◆食育に関する情報提供の充実</p> <p>◆食育を推進する人材育成の充実</p> <p>◆食育の学びの場の充実</p>	<p>【クックパッドでのレシピ掲載】 クックパッドに東海市オリジナルレシピを掲載した。(掲載レシピ283品、総アクセス数1,009,154回) また、市広報での健康メニューの掲載を実施した。 【母子保健事業】 離乳食講習会を前期、後期各々に開催。来所だけでなく、オンラインでも開催し、自宅にいながら講習会に参加できる体制を作っている。乳幼児健診、個別相談等において、バランスだけでなく食事のあり方、一緒に食事をする大切さと意義を伝えた。また、講義内容が見直せるよう、YouTubeでの配信を行った。 【トマト健康プロジェクト事業(トマト新聞)】 毎月10日の「トマトの日」に合わせ、保育園、小中学校でトマトを使った給食を実施するとともに、トマト給食のメニューのレシピなどを掲載した「トマト新聞」をデジタル配信し、子育て世代への情報提供を行った。</p> <p>【食生活改善事業】 食生活改善推進員養成講座は14人受講し、修了者は13人であった。推進員の生涯教育は、4グループで20回実施した。 また、食生活改善推進員の活動として、子どもから高齢者まで幅広い世代の方を対象に、地域の公民館や市民館で料理教室を開催した他、小学生や高校生、シニア男性等を対象にオムライス教室を実施し、料理の楽しさを伝え、食の正しい知識の普及を行った。</p> <p>【トマト健康プロジェクト事業(トマト苗の配布・トマトを使った健康づくり)】 コミュニティ、小中学校にトマト苗を配布し、収穫したトマトを地域や学校、家庭で調理し、食べるという一貫した食体験を通じて、食育を実施した。 【通いの場でのいきいきランチ会】 健康支援型配食サービスを利用して、親しい仲間と会食し、適量やバランスを実際に体験する機会を提供するとともに、フレイル予防や骨粗しょう症予防の栄養講話を通じて、食の大切さを伝えた。</p>	<p>引き続き、各種事業を通じて、若い世代や子育て世代をはじめとしたすべての世代が食育に関心を持てるよう、情報提供を実施していく。</p> <p>【食生活改善事業】 養成講座、生涯教育に託児をつけ、若い方が継続的に活動できるよう支援する。食生活改善推進員の活動として、郷土料理、子育て中や単身世帯への時短メニューなど様々なニーズに合わせた料理教室が開催できるよう支援していく。</p> <p>【トマト健康プロジェクト事業(トマト苗の配布・トマトを使った健康づくり)】 引き続き、コミュニティ、小中学校等が、トマト苗を活用した食育を取り組みやすくするため、関係機関、団体と連携し、場の充実を図る。 【通いの場でのいきいきランチ会】 百歳体操を行っている団体だけでなく、サロン等を行っている活動団体にも案内を広げ、多くの方へ実践的な支援を行い、食の大切さを伝えていく。</p>

第3次東海市健康増進計画 事業・活動確認表

資料1

基本施策	施策	ライフコースアプローチの視点	主な取り組みの項目	令和7年度 主な事業の実施状況	令和8年度に向けた事業実施方法
3 活動・ 休養	3-1 自分に合った身体活動をしている人を増やす	<p>◆乳幼児期から10歳代にかけて体を動かすことは、身体機能の発達を促して骨量を増やすことにつながるため、生涯にわたる体づくりにとって重要です。</p> <p>◆子どもの頃に体を動かすことの楽しさを知ることにより、大人になっても運動習慣を持ち続けることにつながります。</p> <p>◆中年期以降の運動習慣は、筋肉量や柔軟性を維持・改善することに有効であり、高齢期のフレイル予防につながります。</p>	<p>◆身体活動に関する情報提供の充実</p> <p>◆体を動かす機会の情報提供の充実</p>	<p>【健康応援情報提供事業】、【運動・食生活応援プログラム推進事業】 しあわせ村(水金土曜)、市民体育館(水曜)や、市と連携して健康づくりに取り組む企業で働く従業員へ応援メニューを提供した。 また、健康経営のサポートを通じて、従業員の身体活動増進のため、健康講座の実施事業所の増加や、啓発キャンペーンへの参加率向上を図るためチラシの刷新や、周知・PR強化などを積極的に実施した。 【特定保健指導事業】 しあわせ村や市民体育館での特定保健指導の初回面接者に応援メニューを提供した。 【乳幼児健康診査事業】 「外遊び」について状況を確認し、体を使った遊びが心身機能の発達を促すことを情報提供した。</p> <p>【ウォーキング活動推進事業】 各団体が実施するウォーキングイベントを、東海市みんなでウォーキングとして情報をとりまとめて市民に周知した。より多くの世代に参加してもらえるよう、ホームページ、広報のみではなく、市公式ラインなどSNS等も利用し周知の工夫を行った。 また、東海市みんなでウォーキングのスタンプラリーについて、「子供版」を活用し、親子での参加の促進を行った。 【とうかい健康チャレンジ事業】 市内事業所に対して、スマートフォンアプリ「あいち健康プラス」(企業版)を利活用した、従業員のウォーキング活動推進の推奨を積極的に実施した。 【乳幼児健康診査事業】 地域の児童館や子育て支援センターの利用や、対象年齢にあったイベント等を積極的に紹介した。</p> <p>【高齢者健康づくり事業】 コバンスポーツクラブ東海を利用する高齢者を対象に利用料の一部補助を実施した。 【運動・食生活応援プログラム推進事業】 運動ステーションの認定施設については、利用者保護や制度運用の信頼性の確保の観点より、公共性の高い施設が中心であったが、スポーツジムの増加・多様化に併せ、新たに民間スポーツ施設の認定を行った。それに伴い、運用の信頼性・安全性を確保していくため併せて、制度要綱の改正を行い安心かつ安全な利用および場の充実を図った。</p>	<p>【健康応援情報提供事業】、【運動・食生活応援プログラム推進事業】 応援メニューを受けるものの多くが高齢層で、年代層に偏りがある。ライフコースアプローチの観点から、幅広い世代への提供を目指すため、これまで、対面(2施設)でのみ実施していた健康応援メニューの提供を、WEB上でも提供が行えるよう変更する。 また、興味・関心の低いものなどへ、さらに活動を広げるため、商工会議所や協会けんぽと連携して、運動・食生活応援メニューの提供や健康経営のサポートに関するチラシの作成・配布を通じて、支援推進の強化を図る。 【乳幼児健康診査事業】 引き続き、健康診査事業、育児相談等で体を使った遊びや外遊びが乳幼児の発達・発育に影響を与えることを具体的に伝えていく。</p> <p>【ウォーキング活動推進事業】 東海市みんなでウォーキングについては引き続き、SNS等も活用し周知を行うとともに、広報やHPでの掲載方法等の見直しを図り、より魅力ある発信を行う。 また、自主事業や地域事業の実施団体が減少する社会情勢もあり、ウォーキング主催団体の減少も想定されることから、実施する団体募集の周知等も加えて行い、ウォーキングイベントの活性化を図り、より多くのウォーキング情報の提供ができるよう周知活動を行う。</p>
	3-2 心と身体の休養の大切さを理解している人を増やす	<p>◆子どもの睡眠は、心身の休養や脳と体を成長させる役割があります。そのため、睡眠不足により肥満のリスクが高くなることや抑うつ傾向が強くなることなど将来の健康に影響を及ぼします。</p> <p>◆高齢期では、昼寝も含めた長時間の睡眠により睡眠の質や認知機能の低下に影響を及ぼします。</p>	<p>◆心と体の休養に関する情報提供などの充実</p>	<p>【健康いきがい連携推進事業】 健康経営支援の一環として、市内事業所に対して実施している「健康講座」での睡眠や休養に関するテーマでの講義の推奨を行った。 「適度な運動」と「質の良い睡眠」をテーマに、市内事業所で「活動・休養」に関する健康講座を実施し、職場のみではなく、家族にも共有できるよう、子供・成人・高齢期とライフステージに合わせた講義内容で行い、幅広い世代への情報提供を実施した。 【ホームページでの啓発】 休養について市ホームページの健康コラムで情報提供をした。 【乳幼児健康診査事業】【育児相談】 生活リズムの中での「睡眠」として、食事や活動・遊び時間などと共に、生活リズムを整えることが乳幼児の心身の発達・発育に影響があることを周知し、適切な睡眠が取れる生活の実践を勧めた。</p>	<p>【健康いきがい連携推進事業】 引き続き、事業所での健康講座などを通じて休養に関する情報提供を行っていく。 また、啓発チラシの作成、掲示・配布やHP等での周知などを積極的に行き、情報発信の充実を図る。 【乳幼児健康診査事業】【育児相談】 引き続き、事業の中で生活リズムを整えることが子どもの発達や発育を促すことを情報提供していく。</p>

第3次東海市健康増進計画 事業・活動確認表

資料1

基本施策	施策	ライフコースアプローチの視点	主な取り組みの項目	令和7年度 主な事業の実施状況	令和8年度に向けた事業実施方法
4 交流	人と人とのふれあいを大切にし、心地よくつながる環境をつくる	<p>◆子どもは、親以外の大人や価値観などに触れることで社会性を育み、健やかに成長していきます。</p> <p>◆高齢者は、加齢による運動能力の低下に伴い生活の行動範囲が狭くなり、外出して人と交流することが億劫になるなど閉じこもり傾向になる可能性があるため、地域社会との交流をできるだけ維持することが重要です。</p>	◆ふれあい・交流の場の拡充や担い手の育成	<p>【地域介護予防活動支援事業】 地域における住民主体の介護予防活動を支援するために、活動を支援する新たな担い手を養成することで活動の場を拡充を目指すとともに、既に活動を継続している団体には専門職による保健指導を定期的実施することで、より介護予防に効果的な活動となるように支援した。</p> <p>【介護予防普及啓発事業】 社会参加等による介護予防の効果について研修会で啓発するとともに、住民に身近な地域の拠点となる会場で誰でも参加可能な定期的な運動教室(高齢者元気アップ教室)を実施した。</p>	<p>【地域介護予防活動支援事業】、【介護予防普及啓発事業】 住民主体の介護予防活動の拡充を図るため、引き続き研修会での社会参加等による介護予防の効果啓発を実施する。</p> <p>また、住民の社会参加等を促すため、定期的な運動教室(高齢者元気アップ教室)及び介護予防に資する活動団体への専門職の派遣は継続し行う。</p>
		◆高齢者は、加齢による運動能力の低下に伴い生活の行動範囲が狭くなり、外出して人と交流することが億劫になるなど閉じこもり傾向になる可能性があるため、地域社会との交流をできるだけ維持することが重要です。	◆高齢者の社会参加の促進	<p>【シニア健康スポーツフェスティバル開催事業】 シニア健康スポーツフェスティバルの一環として、健康づくりを自主的に取り組む市民サークルと連携して実施する「いきいき元気フェスティバル」を開催した。今年度は10回目の開催で、記念大会とし、参加者に対しオリジナル記念品の配布を実施したり、広報、周知活動を積極的に行い、社会参加の促進を図った。</p> <p>【地域介護予防活動支援事業】 体操教室を住民主体で運営するための支援として脳トレいきいき百歳サポーター養成講座を継続的に実施し、体操教室を充実させ、高齢者の社会参加の促進や地域活動の支援を行った。</p>	<p>【シニア健康スポーツフェスティバル開催事業】、【地域介護予防活動支援事業】 健康づくりを自主的に取り組む市民団体の発表の場として、高齢者の社会参加の機会の提供や、交流の場の充実を図るため、引き続き実施するとともに、多くの高齢者へ情報提供ができるよう、広報や、公民館などでの周知・PRを積極的に実施していく。</p>
5 とりまく環境	誰もがすくやかに生活できる環境をつくる	◆健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む人だけでなく、健康に関心のない人を含む、幅広い人に対してアプローチを行うことが重要です。そのためには、健康につながる食環境や身体活動・運動を促す環境など、どの世代においても本人が無理することなく自然に健康的な行動を取ることができるような環境整備を行うことが求められています。	◆自然に健康行動へ結びつく環境づくりの推進	<p>【運動・食生活応援プログラム推進事業】 健康応援ステーション(食生活・運動)の新規登録を積極的に実施し、認定店舗を増加させることで、より健康行動が実施しやすい環境づくりを図った。</p> <p>また、施策の一環として、市内の都市公園等に整備しているペース体感ゾーンなど、既に整備したインフラ等をより活用してもらうため、リーフレットやホームページ等での事業周知などを行った。</p>	<p>【運動・食生活応援プログラム推進事業】 引き続き、健康応援ステーションの新規登録を積極的に行い、事業の拡充を図る。</p> <p>【減塩プロジェクト事業】 市内のスーパーマーケットと協働し、減塩コーナーの設置や、減塩弁当の販売など、日常生活の環境下で、自然に食生活改善・健康増進が行える環境づくりを行う。</p>
		◆健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む人だけでなく、健康に関心のない人を含む、幅広い人に対してアプローチを行うことが重要です。そのためには、健康につながる食環境や身体活動・運動を促す環境など、どの世代においても本人が無理することなく自然に健康的な行動を取ることができるような環境整備を行うことが求められています。	◆事業所における健康経営の推進	<p>【いきいき元気キャンペーン事業】 従業員の健康づくりに関する取り組みを積極的に行った事業所の表彰を行った。表彰事業所については、しあわせ村での掲示パネルや広報等で周知等を行うが、参加事業所の意欲向上のため、より魅力ある掲載内容へ変更を行った。</p> <p>また、事業所の要望に応じて、健康度評価や健康づくり出前講座等を積極的に実施したり、 明治安田、協会けんぽ愛知支部と連携し、健康経営セミナーを回数を増やして実施するなど、推進を図った。</p>	<p>健康経営の推進にあたり、「何から始めればよいか、わからない」、「経営者や、健康担当以外の従業員の理解が得られない」という声が多く、導入に関する課題があるため、健康経営セミナーの実施や、SNS等を活用した情報発信を引き続き行い、商工会議所や協会けんぽなど関係機関と協力した支援を推進する。</p> <p>また、健康経営の導入を促進させるため、導入事業所がインセンティブを受けられる仕組みなど包括的な支援制度の検討を行う。</p>