

基本方針1 自分の健康は自分でつくる

施策1 健康的な生活習慣による疾病予防(一次予防)

(1) 栄養・食生活

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆40歳代男性の肥満の減少 ◆20歳代女性の適正体重の維持 ◆低栄養傾向の高齢者の減少	◎ 栄養バランスに配慮した食事や適正体重について正しい知識の普及・啓発を進め、肥満や生活習慣病を予防します。 ◎ 男性が参加しやすい栄養・食生活に関する教室を行います。 ◎ 女性のやせは将来の健康へのリスクを高めることについて啓発を行います。 ◎ 偏った単調な食生活などによる低栄養を防止するために、市や事業者などが開催する教室等で正しい食生活について啓発を行います。	1	健康づくり講座【健康管理事業団】	メタボ脱却教室 24回 425人 メタボ脱却教室効果測定会 2回 21人 お腹の中の教室 実施なし	メタボ脱却教室 24回 (コロナにより12回中止) メタボ脱却教室効果測定会 2回 お腹の中の教室 3回
		2	市民健康づくり講座【健康増進課】	「味噌の魅力と味比べ講座」55人	「お魚かたりべ」11月開催
		3	親子deクッキング【子育て子育て総合支援館】	4回 65人	4回 32人(予定)
		4	ヤング健診事後指導【健康増進課】	7回 7人	継続
		5	健康づくり講座【健康管理事業団】	低栄養予防について啓発 口コトレ教室 6回 89人	5回 100人(予定) (コロナにより1回中止)
令和2年度に新規追加又は拡充した事業		新生児訪問に従事する助産師等による、要支援妊婦への妊婦訪問を開始【子ども政策課】			

(2) 身体活動・運動

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆日常生活における身体活動・運動の機会の増加	◎ 学校や地域の施設など、運動が行える場所を提供します。 ◎ 日常生活の中で行える運動について啓発を行います。 ◎ ニーズにあった地域活動や運動の機会をつくり、活動できる施設等についての情報を提供します。 ◎ ロコモティブシンドロームやサルコペニアについて周知を行い、運動機能の低下を防ぎます。 ◎ 講座や教室を開催し、身体を動かすきっかけづくりを行います。 ◎ ロコモティブシンドロームやサルコペニアを防止するため、講座や教室の開催など、身体を動かすきっかけづくりを行います。	6	小中学校・県立学校体育施設開放【スポーツ課】	小中学校 52校 295,764人(延) 県立学校 8校 427人(延)	継続
		7	歩こうマップ【健康増進課】	公共施設等での配付 7,851部 ウォーキングイベント 5回 168人	ウォーキングイベント 6回 (コロナにより3回中止)
		8	女性のためのヘルスアップ講座【健康増進課】	7回 144人 (コロナにより1回中止)	継続
		9	生涯スポーツ教室【スポーツ・ふれあい財団】	各種教室 971回 27,942人(延)	継続
		10	健康づくり出前講座【健康増進課】	14回 478人(高齢者サロン等)	継続
		11	お気軽運動教室【健康増進課・健康管理事業団】	総合保健医療センター45回 保健センター35回	継続
		12	市民健康づくり講座【健康増進課】	66人「家族で出かけよう!いきぬきヨガ」 191人「京大で一番受けたい授業「筋肉先生」に学ぶ 理想の体をつくる運動のすすめ」	継続

(3) 休養・こころの健康

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆休養が十分とれていると感じている人の増加 ◆自分にあったストレスの解消法を身に付けている人の増加	◎ 母親同士が交流をしたり、リフレッシュできる場を提供します。 ◎ 心身の疲れを解消するため、質の良い睡眠をとる方法について啓発を行います。 ◎ ストレスの度合いを測るための手段を提供します。 ◎ ストレス解消のための知識を広めます。	13	妊産婦ケア事業【子ども政策課】	823組(延数)	継続
		14	市民健康づくり講座【健康増進課】	66人「家族で出かけよう!いきぬきヨガ」	継続
		15	こころの体温計【健康増進課】	アクセス数 33,534件 若年層(市内中学校及び高等学校の生徒)に対し「こころの体温計周知用カード」を配付 16,733枚	継続
		16	職場のメンタルヘルスセミナー【健康増進課】	20人「人事労務に役立つ!職場のメンタルヘルス対策」	継続
		17	ストレスチェック【健康管理事業団】	85名 健康救急フェスティバルに合わせて希望者を対象に実施	代替案を検討中

4) たばこ

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆未成年者の喫煙防止 ◆喫煙が及ぼす健康への影響について正しく理解する	◎ 妊産婦及び家族が参加する教室や母子健康手帳交付時に、喫煙及び受動喫煙が及ぼす影響について啓発を行います。 ◎ 喫煙及び受動喫煙が及ぼす影響について啓発を行い、家庭内での受動喫煙防止を推進します。 ◎ 未成年者及び保護者に、未成年者の喫煙防止の啓発を行います。 ◎ 市広報及びホームページなどの媒体を活用し、喫煙及び受動喫煙が及ぼす影響について啓発を行います。 ◎ 喫煙と歯周病やCOPDなどの生活習慣病との関連性について講座を開催し、啓発を行います。	18	母子健康手帳交付教室【子ども政策課】	48回（コロナにより6回中止）	継続 （コロナにより教室を中止し、個別交付で対応）
		19	ニコニコ防煙教室【健康増進課】	46回 1,611人	継続
		20	禁煙キャンペーン【健康増進課】	①街頭啓発 2,600人 ②懸垂幕等の設置 ③パネル展示、公共施設や学校等へのポスター掲示	継続 （コロナにより街頭啓発は中止）
令和2年度に新規追加又は拡充した事業		喫煙者の禁煙を促進するため、公的医療保険が適用される禁煙外来治療に係る費用の一部を助成する制度を開始【健康増進課】			

(5) アルコール

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆未成年者の飲酒防止 ◆飲酒が及ぼす健康への影響について正しく理解する	◎ 妊産婦及び家族が参加する教室や母子健康手帳交付時などに、飲酒が胎児や子どもに及ぼす影響について教育を行います。 ◎ 未成年者及び保護者に、未成年者の飲酒防止の啓発を行います。 ◎ 未成年者飲酒防止強調月間にあわせ未成年者に飲酒防止、飲酒の害について啓発を行います。 ◎ 飲酒が健康に及ぼす影響について周知し、節度ある飲酒について啓発を行います。 ◎ アルコール依存症を予防するため、正しい知識の啓発を行います。	21	4か月児健診時にパンフレット配付【子ども政策課】	60回	継続 （コロナにより休止あり）
		22	イベントでの啓発	健康救急フェスティバルでチラシ配布	実施予定なし
		23	ポスターの掲示や広報への掲載【健康増進課】	広報掲載（4/1号）、ポスター配付	ポスター配付
		24	健診後の指導【健康管理事業団】	人間ドックは当日全員指導を実施。 ヤング健診は経過観察、要精密検査判定の人に予約制で実施。 人間ドック指導 9,475人 ヤング健診指導 7人 特定健診指導 997人	継続
		25	こころの体温計【健康増進課】	アルコールチェックモードで相談機関の紹介	継続

(6) 歯と口腔の健康

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆歯周病を有する人の割合の上昇を抑える ◆咀嚼良好者の増加	◎ 定期歯科健診の必要性を周知し、受診の啓発を行います。 ◎ 歯ブラシ及び歯間部清掃用具の正しい使い方を周知します。 ◎ 口腔ケアや誤嚥予防などの指導を受ける機会を提供します。	26	すこやか歯科健診【健康増進課】	個別通知 32,694件 受診勧奨はがき 16,061人	継続（個別通知 34,821件） ※新たに30歳を対象に追加 ※コロナのため令和3年度も対象とする
		27	歯周病予防教室【健康増進課】	4回 35人	継続（4回 定員20人/回） （コロナにより1回中止）
		28	口腔機能向上事業【地域福祉課】	1クール5回、1クール実施 24人（延）	コロナの感染予防を踏まえた実施方法を検討中
		29	誤嚥予防プログラム【地域福祉課】	479人（延）	継続

施策2 生活習慣病の早期発見・早期治療（二次予防）

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆糖尿病有病者の増加及び重症化の抑制	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 糖尿病の発症予防のため、適切な生活習慣の啓発を行います。 ◎ かかりつけ医を持ち、適切な管理を行うことを啓発し、重症化予防につなげます。 ◎ 重症化予防のため、生活習慣の改善や治療継続の重要性について啓発を行います。 ◎ 特定健康診査・特定保健指導に関する制度を周知し、糖尿病の早期発見、早期治療を推進します。 ◎ 特定健康診査・特定保健指導による市民の健康管理と有所見者に対する適切な保健指導を行います。 	30	人間ドック受診者へ個別指導【健康管理事業団】	そらまめ教室 4回 124人 そらまめ効果測定会 4回 17人 はつらつ健脳教室 6回 121人	継続
		31	生活保護健診保健指導【健康増進課】	保健指導 9人(延)	必要に応じ実施
		32	国民健康保険の特定健康診査・特定保健指導【保険医療年金課】	特定健康診査 15,484人 特定保健指導 積極的支援 456人 動機づけ支援 1,440人	継続
		33	糖尿病予防の周知啓発【保険医療年金課】	11月10日(日) イベント実施 117人	11月8日(日) イベント実施
		34	動機づけ・積極的支援の実施【保険医療年金課】	特定保健指導 積極的支援 456人 動機づけ支援 1,440人	継続

施策3 食育の推進

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆食育への関心をさらに高め、実践につなげる	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 家族や仲間と一緒にの楽しい食事の大切さについて周知します。 ◎ 地域や季節の食材・食文化に関する情報を提供します。 ◎ 農業体験や食品製造工場などの見学を開催します。 	35	子どもの健康教室【健康増進課】	2回 77人	継続
		36	「桃とぶどうの直売所ガイドマップ」の配付【農政課】	公共施設 13か所、尾張中央農業協同組合の市内 11支店に設置	継続
		37	地産地消給食【学校給食課・食育推進給食会】	11の農産物で実施 6校で授業を実施	継続 (コロナにより授業は中止)
		38	東部調理場見学【学校給食課・食育推進給食会】	18回(6月、11月) 参加人数 554人	随時
		39	給食レストラン【食育推進給食会】	1回 1,500食	中止

基本方針2 健康を支える環境をつくる

施策4 感染症等の疾病への対策

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆定期予防接種を受けやすい環境づくりの推進 ◆未知の感染症等についての迅速な対応 ◆感染症等に対する関係機関との連携の強化	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 感染症対策として関係機関との連携を強化し、迅速に対応します。 ◎ 予防接種実施の機会が拡充されるよう、関係機関へ働きかけます。 ◎ 医療機関は予防接種の実施に協力します。 ◎ 原因不明の特殊な感染症等について情報を提供します。 ◎ 新型インフルエンザ等行動計画に沿って対策を行います。 	40	愛知県広域予防接種【健康増進課】	3,320件	継続
		41	特殊な感染症に対する感染予防の啓発【健康増進課】	新型コロナウイルス感染症の予防等に関する情報を広報・ホームページ・SNS・チラシ等を通じて周知啓発	継続
		42	新型インフルエンザ等行動計画の策定及び実施【市民安全課・健康増進課】	国・県と協力し情報伝達訓練、意思決定訓練等を実施。備蓄資材の購入・管理。	新型コロナウイルス感染症対策を契機に備蓄計画・感染症対策体制・行動計画を見直す。また、避難所における感染症対策を講じるための資材を購入。

施策5 地域保健の充実と地域医療の確保

(1) 地域保健

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆地域で健康づくり・介護予防に取り組む人材の育成	◎ 食生活改善推進員や健康マイスターなど、住民が自ら進んで健康づくりや認知症予防、介護予防に取り組む人材を育成します。	43	ヘルスマイト(食生活改善推進員)養成講座【健康増進課】	1回 10人	継続(1回 定員20人)
		44	健康マイスター養成【健康増進課】	1回 27人	継続(1回 定員30人)
		45	キャラバンメイト、認知症サポーターの養成【地域福祉課】	認知症サポーター養成講座 61回 2,581人 認知症サポーター上級者養成講座 中止	継続

(2) 地域医療

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	令和元年度実績	令和2年度予定
◆かかりつけ医を持つ人の増加	◎ かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬剤師の普及・定着を図ります。 ◎ 日常の健康管理のため、健診・検診を機にかかりつけ医を持つよう啓発を行います。	46	広報等での周知啓発【健康増進課】	健康ガイド94,000部配布 ホームページにて周知	継続

最重点取組

特に重点的に取り組んでいくものを「最重点取組」として位置付け、施策やライフステージにとらわれず横断的に展開し、取組の推進を図っていきます。

① 加齢に伴う心身機能低下の抑制

<p>後期高齢者は、加齢に伴い心身機能が低下しやすく、複数の疾病による合併症のみならず、フレイルやロコモティブシンドローム、サルコペニア等の状態に陥ることが懸念されます。</p> <p>心身機能の低下を抑制するためには、日常的な運動や適切な食事、歯と口腔の健康づくりなど、健康に配慮した正しい生活習慣を身に付け、筋力の維持や低栄養の予防、歯数の確保などを行うことが重要です。そのため、今後も定期的な健診の受診を促し自分の健康状態を把握してもらうとともに、運動教室や講座などにより運動機能等の維持・向上に努め、要介護状態や認知症の予防と、健康寿命の延伸を図ります。</p>	<p><施策別の主な事業・取組></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 栄養・食生活(出張料理教室、出前講座) ○ 身体活動・運動(お気軽運動教室、出前講座) ○ 歯と口腔の健康(すこやか歯科健診、出前講座) ○ 生活習慣病の早期発見・早期治療(特定健診・特定保健指導) 	<p><今後の方策></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者サロン等で運動や栄養、口腔衛生などフレイル等の予防につながる機会を提供していく。
---	---	--

② 職場と地域で支える健康づくりの推進

<p>働く世代の健康づくりでは、個人や家庭で取り組むことに併せ、多くの時間を過ごす職場での取組が必要であることから、事業者の協力を得ながら保健指導やメンタルヘルス対策などを推進していきます。</p> <p>高齢者がいつまでも健康でいきいきと活躍することができるよう、高齢者等サロンやミニデイサービスなどの地域において健康づくりに取り組める場や機会を提供するとともに、健康づくりに取り組む人材を育成し活用することで、身近な環境で手軽に進められる健康づくりを推進していきます。</p>	<p><施策別の主な事業・取組></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 栄養・食生活(出張料理教室、出前講座) ○ 身体活動・運動(出張スポーツ講座、レッツ!健康チェック、出前講座) ○ 休養・こころの健康(職場のメンタルヘルスセミナー、出前講座、ゲートキーパー養成講座) ○ 歯と口腔の健康(出前講座) ○ 地域保健(ヘルスマイト養成講座、健康マイスター養成講座、キャラバンメイト・認知症サポーターの養成) 	<p><今後の方策></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 健康づくりに関して、事業者との連携・協力体制を構築し職場や市民への取組をすすめる。 ○ ボランティア等と協力して、地域でのウォーキングなど気軽に健康づくりに取り組める機会を提供していく。
--	---	---