

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.	取組名	内容	令和3年度実績 ()は前年度比	令和4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】	健診受診者のうち、特定の条件を満たす人を対象に教室を開催。生活・運動・栄養に関する指導を行う。	メタボ脱却教室 18回 336人実施 (133人↑) ※新型コロナの影響により6回中止 メタボ脱却教室効果測定会 4回 83人実施 (74人↑) お腹の中の教室 3回 60人実施 (17人↑)	メタボ脱却教室 24回 480人予定 メタボ脱却教室効果測定会 2回 30人予定 お腹の中の教室 3回 60人予定
		2	ファミリークッキング 【子育て子育て総合支援館】	小学生とその父親を対象に食への関心を高め、子どもたちも調理を体験し実践する力を身につける。日曜日(7月)に開催する。	実施回数 1回 参加人数 6組(12名) (皆増)	実施回数 1回 参加人数 6組(12名) 予定
		3	ヤング健診事後指導 【健康増進課・健康管理事業団】	ヤング健診受診者のうち指導が必要と判定された者に、医師による健診結果の説明し、栄養士・保健師による指導を実施する。	総合保健医療センター 10人 (8人↑) 保健センター 0人	継続
		4	健康づくり出前講座 【健康増進課】	健康に関する内容について、事業者や学校、団体、個別のグループから依頼を受けて市職員が出向いて話をします。	実施回数 7回 ※新型コロナの影響により1回中止 参加者数 105人 (47人↑)	継続

(2) 身体活動・運動

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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。	5	小中学校体育施設開放 【スポーツ課】	市立小中学校の体育施設を、学校教育に支障のない範囲で地域住民等に開放する。(小学校37校の体育館、中学校15校の体育館、武道場)	小学校 37校の体育館 中学校 15校の体育館、武道場 ※新型コロナの影響により休止期間あり	継続
		6	お気軽運動教室 【健康増進課】	高齢期における自立度の低下を防ぎ、健康寿命の延伸を図るため、体の健康を促すエクササイズと脳の活性化を図るコグニションを同時に行う軽運動の実技と健康づくりをテーマにした講話を実施内容とする教室を開催する。	総合保健医療センター 毎週金曜日に開催 38回 (7回↑) ※新型コロナの影響により11回中止 保健センター 毎週火曜日に開催 37回 (10回↑) ※新型コロナの影響により9回中止	総合保健医療センター 毎週金曜日に開催 50回 保健センター 毎週火曜日に開催 45回
		7	出張スポーツ講座 【スポーツ・ふれあい財団】	老人クラブ、企業等が地域で健康・体力づくりを推進するため、専門の講師が出張し体力測定、運動指導等のスポーツ教室を行う。	延べ回数 208回 延べ参加者数 3,334人 (1,397人↑) ※新型コロナの影響により195回中止	予定回数 330回
		8	情報誌の発行 【スポーツ・ふれあい財団】	情報誌「Do! スポーツかすがい」を年4回発行して、運動教室等の開催を周知している。	年間 12,000部を発行	継続
		9	レッツ!健康チェック 【健康増進課】	健康への意識を高め、生活習慣病の正しい知識の普及とがん検診受診の促進、ロコモ予防の周知を図るため、市内の商業施設にて体成分分析器及び骨密度測定、血管年齢測定、パンフレットの配布、健康相談等を実施する。	実施回数 2回 ※知多公民館 参加者数 75人 (皆増)	実施回数 1回 ※わいわいカーニバル 参加者数 344人
		10	シニア運動セミナー 【社会福祉協議会】	閉じこもり防止及び運動機能の維持・向上による生活機能の向上や、転倒骨折等の予防など、いきいきとした生活を営めるようにする。	実施回数: 277回 (8回↓) 利用人数: 延べ 1,777人 (318人↑)	継続
新規追加、拡充、縮小、廃止した事業	新規	グルッポライド 【ニュータウン創生課】	楽しく健康・体力づくりをするために、令和3年度に協定を結んだ、ロードレーシングチームである株式会社キナンレーシングチームと協働し、月2回グルッポふじとうに集まり、高蔵寺ニュータウンのまちを自転車で走る。雨天等の天候により中止した場合は、自転車講習会を開催する。	-	4回開催(令和4年7月現在) ※うち1回は熱中症アラート発令のため、講習会を開催	

(3) 休養・こころの健康

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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、リフレッシュしたり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。	11	妊産婦ケア事業【子ども政策課】	妊産婦が安らげる空間の提供と育児相談、母乳相談、心の相談、栄養の相談など専門職による支援を実施する。	延べ利用者数 904組 (168組↑)	継続
		12	市民健康づくり講座【健康増進課】	疾病の予防には病気を正しく理解し、日頃から正しい食習慣、運動習慣などの生活習慣を身に付けることが大切であり、そのきっかけづくりとして、医師や有識者等による講演を行う。	オンライン配信 「ぐっすり眠れる睡眠講座」 参加者 47人 (皆増)	睡眠に関する講座を実施予定
		13	こころの体温計【健康増進課】	こころの健康状態を自己診断できるツール「こころの体温計」をホームページに掲載する。	アクセス件数 27,024件 (4,823件↓)	継続
		14	職場のメンタルヘルスセミナー【健康増進課】	職場での健康管理に係る担当者等を対象として講演会及び個別相談会を実施する。	オンライン配信 「コロナ禍におけるストレスマネジメント」 参加者 49人 (皆増)	継続
		15	自殺予防啓発【健康増進課】	自殺予防週間(9月10日～16日)、自殺対策強化月間(3月)にあわせ、自殺やうつ病に関する正しい知識の普及啓発、相談窓口の周知を図る。	・パネル展示：東部市民センター・図書館(3月自殺対策強化月間) ・こころの体温計周知カード：夏休み前に全中高生に配付 ・新型コロナウイルスの影響により街頭啓発キャンペーンは中止(9月・3月)	継続
新規追加、拡充、縮小、廃止した事業		拡充	不登校児童への指導・援助【学校教育課】	市内の小中学校で何らかの心理的理由により登校できない児童生徒の学校復帰を図るための指導・援助をする。 適応指導教室(中央公民館内) 月曜日から金曜日午前9時～午後3時	適応指導教室専任指導員4人 適応指導教室カウンセラー1人 登校支援室の設置 6校 ※3校追加	適応指導教室専任指導員4人 適応指導教室カウンセラー1人 登校支援室の設置 15校 ※9校追加
		拡充	総合相談【地域福祉課】	地域包括支援センターで総合相談を実施する。	相談件数 33,188件 (2,395件↑)	地域型地域包括支援センターに1名ずつ職員を増員して実施

(4) たばこ

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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。	16	母子健康手帳交付【子ども政策課】	窓口にて個別に母子健康手帳を交付するとともに、栄養に関する情報が掲載されている副読本の交付、喫煙に関する指導を実施する。	交付冊数：2,321冊 (263冊↓)	保健師による個別交付 総合保健医療センター：月1回、日曜日(予約制) 市役所子ども政策課窓口：第1・3水曜日、時間外
		17	乳幼児健康診査【子ども政策課】	4か月・1歳半・3歳健診時に計測、内科診察、歯科診察、歯科保健指導、フッ化物塗布、栄養指導、個別相談等を実施する。	4か月児健康診査 実施回数60回 (4回↑) 1歳6か月児健康診査 実施回数60回 (6回↑) 3歳児健康診査 実施回数60回 (6回↑)	4か月児健康診査 実施回数60回 1歳6か月児健康診査 実施回数60回 3歳児健康診査 実施回数60回
		18	総合学習等【学校教育課】	学校により、総合学習や保健体育の授業の中で薬物等についての教育の一環として実施する。	各学校の判断で実施	継続
		19	受動喫煙防止啓発【健康増進課】	世界禁煙デー(5月31日)に始まる禁煙週間に街頭キャンペーンを実施するなど、喫煙及び受動喫煙による身体への影響について正しい知識の普及や啓発を行う。	パネル展示(市役所市民ホール) ケーブルテレビ「市政だより」放映 懸垂幕等の設置 デジタルサイネージでの啓発 公共施設や学校、カラオケボックス等へのポスター掲示 SNS、メールマガジンでの発信 ※新型コロナウイルスの影響で街頭啓発キャンペーンは中止	継続

(5) アルコール

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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化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。	20	母子健康手帳交付【子ども政策課】※再掲	窓口にて個別に母子健康手帳を交付するとともに、栄養に関する情報が掲載されている副読本の交付、喫煙に関する指導を実施する。	交付冊数：2,321冊 (263冊↓)	保健師による個別交付 総合保健医療センター： 月1回、日曜日（予約制） 市役所子ども政策課窓口： 第1・3水曜日、時間外
		21	未成年者飲酒防止啓発【健康増進課】	広報やホームページ、ポスター、イベント等で未成年者の飲酒の防止を啓発する。	市ホームページにアルコール依存症に関する記事を掲載 アルコール依存症啓発ポスターを市民ホールに掲出	20歳未満の飲酒防止啓発ポスターを中学・高校・カラオケ店に掲出依頼など
		22	健診後の指導【健康管理事業団】	人間ドックやヤング健診受診者への個別の事後指導や、特定健診受診者への特定保健指導において動機づけ支援、積極的支援を実施する。	人間ドックは当日全員指導、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 8,775人実施 (1,380人↑) ヤング健診指導 10人実施 (8人↑) 特定健診指導 778人実施 (44人↓)	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

(6) 歯と口腔の健康

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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。	23	歯周病予防教室【健康増進課】	歯周病の早期発見と予防のために、18歳以上を対象に歯科健診、歯科相談、歯科保健指導を実施する。	実施回数 2回 参加者 13人 (3人↓) ※新型コロナウイルスの影響により2回中止 総合保健医療センター、保健センター 広報、ホームページ、人間ドック受診者へのチラシ配付	4回実施予定 定員20人/回 保総合保健医療センター 保健センター 各2回
		24	誤嚥予防セミナー【地域福祉課】	歯科医師による講義、歯科衛生士による舌の体操、唾液腺マッサージなど口腔機能に関する教室を市内の公民館やふれあいセンター等で行う。	セミナー 4回 参加者数 53人 動画配信 6回 参加者数 93人 ※新型コロナウイルスの影響により動画配信へ変更 (セミナー+動画配信 5回↓ 53人↓)	継続
		25	誤嚥予防プログラム【地域福祉課】	地域の歯科医療機関において口腔機能の向上のための教育ならびに口腔清掃及び摂食・嚥下機能訓練の指導を行う。	実施延べ人数 294人 (37人↑)	継続
		26	すこやか歯科健診【健康増進課】	20、30、40、45、50、55、60、65、70歳の市民を対象に歯科健診を実施しており、対象者には個別通知を行なうとともに、未受診者に受診勧奨はがきを送付する。	個別通知 33,993件 受診者数 3,501人 ※新型コロナウイルスの影響により、令和4年度も対象とする 受診勧奨はがき 7月送付	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	内容	令和3年度実績	令和4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。 	27	国保健康講座 【保険医療年金課】	特定健診受診者の中で重症化予防が必要な対象者に、生活習慣病の予防、健康講座を実施する。 実施時期：年1回（1クール2回） 内 容：①医師の講話②栄養指導③運動指導	実施日：11月4日及び18日（1回2クール） テーマ 「糖尿病にならないために、今日からできること！」 参加者：延べ65人（28人↑） （春日井市国民健康保険被保険者） 内 容：①医師の講話②栄養指導③運動指導	実施予定日：11月10日、17日（1回2クール） テーマ：動脈硬化 参加者：延べ80人（春日井市国民健康保険被保険者） 内 容：①医師の講話②栄養指導③運動指導
		28	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】	40歳以上の国民健康保険の加入者に対して受診券を発送し、健康診査を実施する。健診結果から特定保健指導の基準該当者に利用券を発送し、保健指導を実施する。	【特定健康診査】 受診数 14,493人（1,771人↑） 【特定保健指導】実施者 積極的支援 対象者：473人 実施者：154人（41人↑） 動機付け支援 対象者：1,239人 実施者：398人（23人↓） 【特定保健指導】利用券発送数 850通	【特定健康診査】 4月から12月まで実施（市人間ドック受診者は翌年3月まで実施） 【特定保健指導】 4月から翌年3月まで実施
		29	人間ドック受診者へ個別指導 【健康管理事業団】	受診者のうち結果の改善が必要な人に対し、保健師・栄養士による個別指導を実施。また、健診受診者に対し、各種の情報提供パンフレットを配布する。	人間ドック、特定健診（集団）受診者全員に情報提供実施 場 所：総合保健医療センター 内 容： そらまめ教室 4回59人実施（17人↓） ※新型コロナの影響により1回中止 そらまめ効果測定会 4回15人実施（7人↑） はつらつ健脳教室 2回22人実施（皆増） ※新型コロナの影響により2回中止	人間ドック、特定健診（集団）受診者全員に情報提供実施 場 所：総合保健医療センター 内 容： そらまめ教室 5回100人予定 そらまめ効果測定会 5回25人予定 はつらつ健脳教室 4回80人予定
		30	糖尿病性腎症重症化予防事業 【保険医療年金課】	特定健診受診者の中で糖尿病が重症化するリスクの高い人のうち医療機関の未受診者・受診中断者に対し、適切な受診勧奨、保健指導を行うことにより治療に結び付けるとともに腎不全、人工透析への移行を防止することを目的とする。	医療機関受診者 0名（1人↓） 医療機関受診の再開者 12人（10人↑） 保健指導実施者 3名（1人↓）	特定健康診査の結果に基づく受診勧奨と保健指導 レセプトからの治療中断者への受診勧奨 （前年度終了できなかった者への支援の継続）
新規追加、拡充、縮小、廃止した事業		廃止	市内循環バスに啓発ポスターを掲示 【保健医療年金課】	市内循環バス内の掲示版に、特定健診啓発ポスターを掲示し啓発実施する。	6月から12月まで掲示	バスの乗車数が少ないため

施策3 食育の推進

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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。 	31	食育啓発事業 【健康増進課】	毎年6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」などにおいて、各種媒体を活用して食育の啓発を行う。	食育月間にSNSで共食を啓発	継続
		32	学校給食献立表で情報提供 【学校給食課】	その月の献立に採用した愛知の郷土食や特産品及び季節の野菜について学校給食献立表で紹介する。	発行回数 11回 市内全小中学校で配付 新型コロナの影響による休校のため1回	発行回数 11回 市内全小中学校で配付
		33	愛知を食べる学校給食 【学校給食課・食育推進給食会】	学校給食に地場産物を多く使用する日を設けることにより地場産物への理解を深め、地域に伝わる食文化などに触れる機会とすることで、より豊かな食生活を営む意欲を高める。	愛知を食べる学校給食の日（6月） 愛知の秋を食べる学校給食の日（11月） 全国学校給食週間（1月）	継続
		34	東部調理場見学 【学校給食課・食育推進給食会】	市民が、東部調理場の見学、栄養指導室・研修室を利用した給食の試食や調理実習を通じ、食育を通して健全な心身を培う。	1回 75人（43人↑）	1回 110人
新規追加、拡充、縮小、廃止した事業		新規	稲作体験 「田んぼの楽校」【農政課】	田植えや稲刈りなど稲作体験することにより、地域農業への理解を深める。また、自然の恵みや豊かさを実感し、市内の生産者との交流を持つことで、自然や食に関わる人に感謝する心を育む。市内在住の小学生とその保護者を対象に実施する。	-	田植えや稲刈りなど稲作体験することにより、地域農業への理解を深める。 市内在住の小学生とその保護者を対象に年4回実施。18組参加。

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	内容	令和3年度実績	令和4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	◎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。	35	定期予防接種等【健康増進課】	予防接種法に基づいたワクチンの定期接種等を行う。	各種予防接種を実施	継続
		36	愛知県広域予防接種【健康増進課】	市外（愛知県内に限る）でも、指定された医療機関において各種の定期予防接種の接種を可能とする。	4,350件(400人↑)	継続
		拡充	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】	新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づき策定した、新型インフルエンザ等行動計画に沿って対策を行う。	・新型コロナウイルス感染症の予防啓発等について、広報・ホームページ・SNS・チラシ・デジタルサイネージ等を使用し周知啓発し、感染拡大防止対策の徹底を呼び掛けた。 ・消毒液など感染対策用品の自宅療養者への配付を、市薬剤師会との連携により実施。 ・感染症対策用資器材を、各避難所に設置。 ・感染拡大に伴い、対策本部会議の開催、緊急事態宣言下におけるイベント等の中止又は延期、公共施設の利用休止など対策を講じた。	継続実施 ・新型コロナウイルス感染症の終息の目途が経たない現状においては、昨年度に引き続き、感染症対策に必要な資器材の購入、各施設に資器材の配備等を実施する。 ・基本的な感染防止対策、効果的な換気の実施など、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止する為の啓発を継続して行う。
新規追加、拡充、縮小、廃止した事業		拡充	特殊な感染症に対する感染予防の啓発【健康増進課】	広報、ホームページ等で特殊な感染予防に関する情報提供及び啓発を行う。	新型コロナウイルス感染症の予防啓発や情報提供について、広報・ホームページ・SNS・チラシ・デジタルサイネージ等の媒体を使用し啓発周知を実施。	新型コロナウイルス感染症のまん延継続を受け、ホームページやポスター等に加え、より視覚に訴える効果の高いスライドや動画を制作し、サイネージなどで放映を実施。

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	内容	令和3年度実績	令和4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。	37	ヘルスマイト（食生活改善推進員）養成講座【健康増進課】	地域において食を通じた健康づくり活動を自主的に行う食生活改善推進員（ヘルスマイト）を養成する。	講座回数 11回(7回↑) ※調理実習は2班に分けて実施 養成人数 21人(10人↑)	講座回数 8回 定員 20人
		38	健康マイスター養成【健康増進課】	健康に関する正しい知識を持ち、地域での健康づくりに積極的に取り組む人材を養成する。健康マイスター認定後、ボランティア登録し、市や健康管理事業団主催の健康づくり講座などのサポート役として活動する。	健康マイスター養成人数 17人(10人↓)	継続
		39	キャラバン・メイト、認知症サポーターの養成【地域福祉課】	認知症について正しく理解し、認知症高齢者やその家族を地域で見守る「認知症サポーター」とその指導者となる「キャラバン・メイト」を養成する講座を開催する。	認知症サポーター養成講座 実施回数 24回(4回↑) 参加人数 1,270人(339人↑) 認知症サポーター上級者養成講座 新型コロナの影響により中止	継続

(2) 地域医療

重点目標	重点取組	NO.	主な事業・取組	内容	令和3年度実績	令和4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。	40	広報等での周知啓発【健康増進課】	広報春日井、ホームページで健康づくり等に関する情報提供を定期的に行い、周知・啓発を行う。	・広報春日井及びホームページに掲載 ・健康ガイドを次のとおり配布した 広報春日井と一緒に全戸配布 市内の主要施設に設置	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、歯数の確保などを図ることが重要です。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（健康づくり出前講座→NO.4） ○ 身体活動・運動（お気軽運動教室→NO.6） ○ 歯と口腔の健康（すこやか歯科健診→NO.26） ○ 生活習慣病の早期発見・早期治療（特定健康診査・特定保健指導→NO.28） 	<p><今後の方策></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者が健康づくりと介護予防に一体的に取り組めるように、高齢者サロン等で生活習慣病や、運動や栄養、口腔衛生などフレイル等の予防につながる教室等を開催する。
---	---	--

“加齢に伴う心身機能低下の抑制”に関連する指標

分野	指標番号	指標	対象	2017年度 (29年度)	2019年度 (令和元年度)	2020年度 (令和2年度)	目標値 (5年度)	出典元、抽出方法
栄養・食生活	1-1-4	低栄養傾向高齢者の割合	65歳以上	22.7%	-	-	21.0%以下	春日井市健康・食育に関するアンケート
	1-1-7	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとる者の割合	成人	52.6%	-	-	80.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート
身体活動・運動	1-2-2	運動習慣者の割合	20～64歳総数	22.1%	-	-	31.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート
			65歳以上総数	45.0%	-	-	52.0%以上	
	1-2-4	意識的に運動している者の割合	成人男性	72.5%	-	-	80.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート
			成人女性	69.8%	-	-	80.0%以上	
1-2-6	足腰に痛みのある者の割合	65歳以上	43.9%	-	-	29.0%以下	春日井市健康・食育に関するアンケート	
歯と口腔の健康	1-6-6	定期歯科健診を受診する者の割合	成人	32.8%	-	-	55.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート
	1-6-10	咀嚼良好者の割合	75歳以上	51.0%	-	-	70.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート

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、高齢者サロン等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（健康づくり出前講座→NO.4） ○ 身体活動・運動（出張スポーツ講座→NO.7、レッツ！健康チェック→NO.9） ○ 休養・こころの健康（職場のメンタルヘルスセミナー→NO.14） ○ 地域保健（ヘルスマイト養成講座→NO.37、健康マイスター養成→NO.38、キャラバン・メイト、認知症サポーターの養成→NO.39） 	<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。 ○ 健康マイスターやヘルスマイトなどのボランティアと協力し、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。
--	--	--

“職場と地域で支える健康づくりの推進”に関する指標

分野	指標番号	指標	対象	2017年度 (29年度)	2019年度 (令和元年度)	2020年度 (令和2年度)	目標値 (5年度)	出典元、抽出方法
身体活動・運動	1-2-7	地域活動を実施している者の割合	65歳以上男性	37.9%	-	-	50.0%以上	春日井市健康・食育に関するアンケート
			65歳以上女性	34.2%	-	-	50.0%以上	
地域保健	5-1-1	運動習慣改善のためのボランティア登録数	成人	62人	62人	61人	96人以上	愛知県健康づくりリーダー登録者名簿
	5-1-2	健康マイスターボランティア登録数	-	68人	111人	129人	160人以上	事業団年報（累計）
	5-1-3	食生活改善推進員養成総数	-	55人	69人	80人	105人以上	春日井市食生活改善推進員データ（累計）