

1 健康づくりの推進に向けた取組

(1) 個人の行動と健康状態の改善

① 身体活動・運動

ライフステージ	No.	市民に期待すること (市民の行動目標)	市の支援策	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和6年度評価		関係部局	アンケートの実施
					R6年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
全体	1	・家族や友人と楽しみながら体を動かします。	・健康増進施設等を整備します。	ふれあい健康センターサビオ稲荷山の改修に関わる事務を進めるとともに、健康づくりに取り組む市民団体の活動や健康づくり講座、健康マイレージ登録会等の機会に日常における運動の必要性について市民に周知します。また、健康(=Wellness)を目指す過程(=Journey)を表現した「さやまウェルネスジャーニー」の取組を実施します。	すこやか体操普及指導員連絡会 活動回数21回(サビオ) おりびい健康マイレージ登録会54回 SAYAMA Wellness Journey(さやまウェルネスジャーニー)3回	4	健康づくり支援課	実施した
乳幼児期	2	・運動の楽しさを伝えるため、身体を使った遊びをします。	・親子で楽しめる遊びを紹介します。	・親子で一緒にできる体操やダンスを提供し、共に楽しみます。 ・可動遊具を使って、身体を使ったごっこ遊びなどを提供し、親子で楽しみます。 ・高低差のある遊具(ハイハイランド)やバランス感覚を養う遊具(バランス平均台)を設置し、親子で関わりながら身体を動かす遊びを提供します。	事業名:ハッピーズ、ハッピーズぶらす 対象者:就学前の親子 参加者数:1,438名 事業実施回数:63回	5	総合子育て支援センター	実施していない
学童・思春期	3	・運動を楽しみます。	・校庭・公園等遊び場を確保します。	安心・安全に利用できる公園にするために、除草や樹木剪定、遊具点検等を実施し、不具合等がある場合は速やかに対処します。	除草、剪定等:随時 遊具等点検:年1回	4	みどり公園課	実施していない
				小学校で放課後に友達と遊べる場所の確保のために校庭の開放をしています。	全小学校15校で推進、実施	5	教育指導課	実施していない
青壮年期	4	・健康づくり活動へ参加します。	・ウォーキングの普及啓発をします。 ・各種スポーツ教室を実施します。 ・すこやか体操等への参加を促進します。	健康づくりに取り組む市民団体の活動、健康づくり講座やおりびい健康マイレージ登録会等の機会に日常における運動の必要性について市民に周知します。	すこやか体操普及指導員連絡会 活動回数21回(サビオ) おりびい健康マイレージ登録会54回 SAYAMA Wellness Journey(さやまウェルネスジャーニー)3回	4	健康づくり支援課	実施していない
				・働く世代・子育て世代のライフスタイル・ニーズに応じた様々なスポーツに親しめる機会を創出するために、各種スポーツ教室を実施します。	<実施した教室> ・硬式テニス(初中級者):全4回、延べ参加人数54人・ゴルフ(初心者):全6回、延べ参加人数30人・ラケットテニス:全4回延べ参加人数32人・転ばない身体・環境づくり:全2回、延べ参加人数34人・ヨガ:全4回、延べ参加人数49人、剣道(初心者):全5回、延べ参加人数57人・親子ボウリング:全1回、延べ参加人数21人・柔道:全5回、延べ参加人数33人・体幹を鍛えて健康増進:全2回、延べ参加人数38人・バドミントン:全4回、延べ参加人数59人・弓道体験:全4回、延べ参加人数35人	5	スポーツ振興課	実施した

1 健康づくりの推進に向けた取組

(1) 個人の行動と健康状態の改善

① 身体活動・運動

ライフステージ	No.	市民に期待すること (市民の行動目標)	市の支援策	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和6年度評価		関係部局	アンケートの実施
					R6年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
高齢期	5	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活に運動を取入れます。 健康づくり活動へ参加します。 	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活の中で気軽にできる運動についてPRし、講座を実施します。 すこやか体操等への参加を促進します。 いきいき百歳体操への参加を促進します。 	住民主体で行う「いきいき百歳体操」を自主的に取り組めるように、サポーターの養成講座や、自主グループ立ち上げの支援を実施します。	<ul style="list-style-type: none"> 養成講座実施回数 2コース(12回) 自主グループ立ち上げ数 7カ所 	5	介護保険課	実施していない
				運動を通じて健康づくりに取り組む市民団体の活動を支援し、市オリジナルの体操「すこやか体操」を市民に普及します。	すこやか体操普及指導員連絡会 活動回数21回(サビオ)	5	健康づくり支援課	実施していない

1 健康づくりの推進に向けた取組

(1)個人の行動と健康状態の改善

② 飲酒・喫煙

ライフ ステージ	No.	市民に期待すること (市民の行動目標)	市の支援策	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和6年度評価		関係部局	アンケートの 実施
					R6年度の対象者、事業名、 参加者数や事業実施回数 等の実績数	達成度 5点満点		
乳 幼 児 期	6	・飲酒(喫煙)による子どもへの影響を知り、妊娠・授乳期は禁酒(禁煙)します。	・飲酒(喫煙)の影響についてPRし、講座を実施します。	適正な飲酒量や喫煙がもたらす健康被害について啓発していきます。	チラシやポスターの掲示を通じて、適正な飲酒や喫煙による健康被害について周知を実施。	4	健康づくり支援課	実施していない
				妊娠届け出時面談と乳児家庭全戸訪問にて本人・パートナーの喫煙状況の聴取と禁煙指導を行います。両親学級・マタニティスクールでは、禁煙・禁酒の必要性について指導します。乳幼児健診における健康診査票にて、父母の喫煙状況の記載欄を設け、必要な方に禁煙指導を行います。	妊娠届け出時面談777名・両親学級16回253名・マタニティスクール12回(6回2日間コース)94名・乳児家庭全戸訪問696名・乳幼児健診(4か月児健診15回705名、1歳6か月児健診16回841名、3歳児健診16回898名)	5	保健センター	実施した
学 童 ・ 思 春 期	7	・飲酒(喫煙)が身体に与える影響を学びます。 ・飲酒(喫煙)はしません。	・保健体育の授業等において、未成年の飲酒(喫煙)が健康に及ぼす影響について指導します。	児童生徒を対象とした非行防止教室や保健指導、保護者を対象とした家庭教育学級等とおして、飲酒防止教育を進めます。	全小中学校23校で推進、実施	5	教育指導課	実施していない
青 壮 年 期 、 高 齢 期	8	・飲酒(喫煙)が身体に与える影響を知ります。 ・適正な飲酒量を守ります。 ・健康のため禁煙に努めます。 ・たばこを吸うときはマナーを守り、周りの人の受動喫煙を防ぎます。	・飲酒(喫煙)が健康に及ぼす影響について講座を実施します。 ・妊娠・授乳期の禁酒(禁煙・分煙)について周知します。	適正な飲酒量や喫煙がもたらす健康被害について啓発していきます。	チラシやポスターの掲示を通じて、適正な飲酒や喫煙による健康被害について周知を実施。	4	健康づくり支援課	実施していない
				生活習慣予防教室で飲酒、喫煙が与える影響や、適正な飲酒量、禁煙について指導します。	血管いきいき教室、糖尿病予防教室、健康はなまる講座の実施。延べ18回、延べ 131人	4	保健センター	実施していない

1 健康づくりの推進に向けた取組

(1)個人の行動と健康状態の改善

③生活習慣病予防

ライフ ステージ	No.	市民に期待すること (市民の行動目標)	市の支援策	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和6年度評価		関係部局	アンケートの 実施
					R6年度の対象者、事業名、 参加者数や事業実施回数 等の実績数	達成度 5点満点		
青 壮 年 期 、 高 齢 期	9	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防について理解を深めるために積極的に情報を知り、健康づくりに踏み出します。 健(検)診を受け、結果を生活習慣の改善と、疾病の早期治療に活かします。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくり講座等により健康づくりや生活習慣病についての啓発を行います。 モバイルアプリやポイント制度を導入し、積極的な健康づくり活動を支援します。 各種健(検)診の受診のPRを行います。 精密検査が必要な方への受診勧奨を行います。 	メタボリックシンドローム及びそれに伴う各種生活習慣病の予防を目指した特定健康診査・保健指導を進めるため、周知や勧奨をなどの取組を行うことで、特定健康診査の受診率と特定保健指導の実施率の向上を図ります。	【特定健康診査】 40～75歳未満の国保加入者 受診者数:8,767人 受診率:44.0% 【特定保健指導】 対象者数:1,273人 利用率:215人 利用率:16.9% 初回面接 【後期高齢者健康診査】 75歳以上の方 受診者数:9,889人 受診率:37.4%	4	保険年金課	実施していない
				生活習慣病のうち、糖尿病が重症化するリスクの高い者に対して、医療受診や生活指導を行い、人工透析への移行防止を図ります。	【糖尿病性腎症重症化予防対策事業】 対象者数:302人 修了者数:13人	4	保険年金課	実施した
				おりびい健康マイレージ登録会や健康づくり講座等を通じて、市民に生活習慣病について周知を図り、健康づくり活動を支援します。	おりびい健康マイレージ 参加者:1,556人 登録会:54回 SAYAMA Wellness Journey(さやまウェルネスジャーニー):3回	5	健康づくり支援課	実施していない
				メタボリックシンドロームをはじめとする生活習慣病の早期発見、のため、特定健康診査の受診勧奨を保険年金課と協力して実施します。集団健康診査として、30歳代健康診査、特定健康診査を実施します。 また、特定健康診査等健康診査の事後指導として、各種生活習慣病予防教室、相談など成人保健事業において実施します。公民館などからの依頼や出前講座などでも実施します。 がん検診については、受診勧奨を実施し、受診者の増加に努めます。また、要精密検査者へ、精密検査の受診勧奨を実施し、精密検査の結果把握に努めます。	集団特定健康診査等 20回 特定健診794人、 30歳代健診 115人 血管いきいき教室、糖尿病予防教室、健康はなまる講座を延べ18回、延べ131人に実施。 肺検診受診率 7.3% 大腸がん検診受診率 6.1% 乳がん検診受診率 21.0%	4	保健センター	実施していない