

令和3年度(令和3年11月現在)

『龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画実施状況報告書』

～ 目 次 ～

第4章 分野別基本方針と取り組み

基本方針1 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) 健康管理P	1～	5
(2) 循環器疾患P	6～	15
(3) 糖尿病P	16～	26
(4) がんP	27～	33

基本方針2 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

(1) こころの健康P	34～	38
(2) 高齢者の健康P	39～	44

基本方針3 健康を支え守るための社会環境の整備

(1) 健康づくり支援P	45～	46
-------------	--------	-----	----

基本方針4 生活習慣及び社会環境の改善

(1) 栄養・食生活P	47～	73
(2) 身体活動・運動P	74～	83
(3) 飲酒P	84～	87
(4) 喫煙P	88～	95
(5) 休養P	96～	98

基本方針5 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患の予防P	99～	106
(2) 口腔機能の維持の促進P	107～	108

基本方針 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防

取り組み分野	(1) 健康管理				
重点目標 成果指標	各種健康診査受診率・保健指導率の向上				
	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)			
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)
① 乳児家庭全戸訪問	98.0%以上	98.3	97.7	96.0	91.3
② 3～4か月児健康診査受診率	98.0%以上	97.0	98.1	97.2	96.4
③ 1歳6か月児健康診査受診率	98.0%以上	97.5	98.1	97.9	97.9
④ 3歳5か月児健康診査受診率	95.0%以上	95.6	96.4	93.6	95.8
⑤ 特定健康診査受診率	48.0%	28.6	33.3	32.3	(速報値) 24.1
⑥ 特定保健指導実施率	60.0%	59.6	50.9	61	(速報値) 40.6

具体的取り組み

①健康診査を受けやすい環境の整備

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・個人通知・広報・市公式ホームページ・メール配信等を利用し、健康診査の案内を実施				【保険年金課・健康増進課】
対象者全員に、前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し、受診券を個別送付（6月） 勸奨通知の送付（9月） 市公式ホームページ・市広報紙への掲載 佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置（6月・9月） 行政事務説明会・コミュニティ協議会等での説明（5～6月） 18歳～39歳の健康診査の開始。	乳幼児健診個別通知の発送率：100% 乳幼児健診においては、健診日程の2か月前を目安に対象者全員に個別通知を送付し、健診日や健診内容について説明しました。 ただし、3～4か月健診については、受診率が目標値より低いことから、受診率向上に向けての取り組みが今後必要です。 健康診査対象者全員に、前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内	各乳幼児健診について、個別通知を行いました。 健診未受診者については、電話や訪問等で勸奨を行い、必要に応じてこども家庭課とも連携しながら受診勸奨を実施しました。 健診日に来所できない場合は、別日を設けて個別支援を行いました。 健康診査対象者全員に、前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し、受診券を5月に個別送付しました。	各乳幼児健診について、個別通知を行いました。 健診未受診者については、電話や訪問等で勸奨を行い、必要に応じてこども家庭課や保育園・幼稚園とも連携しながら受診勸奨を実施しました。 令和2年度より集団健康診査に「心電図・眼底検査・貧血検査」を追加しました。集団健診と医療機関検診の負担金を統一しました。 保健センター年間予定表・市公式	各乳幼児健診について、個別通知を行いました。 健診未受診者については、電話や訪問等で勸奨を行い、必要に応じてこども家庭課等の関係機関とも連携しながら受診勸奨を実施しました。 平日の健診日に来所できない方を対象に土日健診を実施しました。 休日健診受診者数：13名 特定健康診査と高齢者健康診査対象者の案内チラシを同封し、受診券

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>広報・市公式ホームページ・回覧板で健康診査の案内を実施 高年齢福祉課と連携し、健康ウォーキング大会で健康診査の案内、受診勧奨の実施</p>	<p>内チラシを同封し、受診券を個別送付しました。(6月) <内訳> 国保 14,344 通 後期高齢 8,889 通 市ホームページ・市広報紙への掲載をしました。 佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。(6月・9月) 各コミュニティセンターの健診前月に健診日程の回覧板を回しました。</p>	<p>国保 14,135 通 後期高齢 9,474 通 例年6~8月の予約制の健診の予約者数が少ないため、過去の特定健診受診歴、レセプトの有無から、対象者を抽出し、受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。 発送数：3,786 通 10月には、過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なる6グループに分類し、特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。 発送数：6,330 通 市公式ホームページ・市広報紙への掲載を行いました。 市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。(6月・9月)</p>	<p>ホームページに健康診査のご案内を掲載しました。集団健診の定員が減ったため、予約可能日時が分かるよう、随時メール配信や市公式ホームページの更新を行いました。 特定健康診査と高齢者健康診査の受診券・健診案内文を新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、1ヶ月遅らせ6月末に郵送しました。 国保 13,844 通 後期高齢 9,826 通 9月には、過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なる4グループに分類し、特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため、医療機関健診も併せて記載し、受診勧奨を行いました。 発送数：3,679 通</p>	<p>を5月末に個別送付しました。 国保 13,717 通 後期高齢 10,030 通 9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なるグループに7グループに分類し、特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。 発送数：10,934 通</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2 ・乳幼児健康診査の実施・40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査の実施・高齢者健康診査などの実施 ・特定保健指導の実施 【保険年金課・健康増進課】				
<p>乳幼児健康診査の実施 特定健康診査・高齢者健康診査を 集団（保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター） 及び医療機関（茨城県医師会，竜ヶ 崎市・牛久市医師会加入医療機関） で実施 特定健康診査ではH29年1月か ら，かかりつけ医からの情報提供制 度を新たに実施 10月までの集団健診受診者への保 健指導率9割 個別や集団指導を実施し，指導率の 向上を図った</p>	<p>乳幼児健康診査を実施し，乳幼児 の成長発達の確認や病気の早期発 見，保護者の子育て支援しました。 18歳～39歳の健康診査について は，乳幼児健診時，保護者へ健診受 診券を作成し，健診の案内を実施し ました。 特定健康診査・高齢者健康診査を 集団（保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター） 及び医療機関（茨城県医師会，竜ヶ 崎市・牛久市医師会加入医療機関） で実施しました。 医療機関と連携を取り，保健指導 の要望があった場合は，医師からの 指示カロリーをもとに保健師・管理 栄養士で保健指導を行いました。 相談件数延べ：9件</p>	<p>乳幼児健康診査を実施し，乳幼児 の成長発達や病気の早期発見に努め ました。子育てに関する悩みの有無 も確認し，保護者に寄り添った支援 をしました。 3～4か月児健康診査受診者数 376名（受診率97.2%） 1歳6か月児健康診査受診者数 428名（受診率97.9%） 3歳5か月児健康診査受診者数 440名（受診率93.6%） 早期から生活習慣の見直しを行 い，生活習慣病重症化を予防するた め，18歳～39歳の健康診査を行 いました。受診者数：251名 特定健康診査・高齢者健康診査を 集団（保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター） 及び医療機関（茨城県医師会， 竜ヶ崎市・牛久市医師会加入医療機 関）で実施しました。また，特定健 康診査では，かかりつけ医からの情 報提供制度を実施しました。 特定健康診査受診者数：3,366名 高齢者健康診査受診者数：1,442名 かかりつけ医からの情報提供：36名</p>	<p>乳幼児健康診査を実施し，乳幼児 の成長発達や病気の早期発見に努め ました。また，子育てに関する悩み の有無も確認し，保護者に寄り添 った支援をしました。 3～4か月児健康診査受診者数 235名（受診率95.1%） 6～7か月児健康診査受診者数 （新型コロナウイルス感染拡大防止 のため中止した3～4か月児健康診 査の代替措置） 169名（受診率98.3%） ※乳児集団健診利用者404名 （受診率96.4%） 1歳6か月児健康診査受診者数 422名（受診率97.9%） 3歳5か月児健康診査受診者数 504名（受診率95.8%） 早期から生活習慣の見直しを行 い，生活習慣病の重症化を予防する ため，18歳～39歳の健康診査を 集団及び医療機関で行いました。昨 年度受診者には，申し込み不要で受 診券を送付したり，医療機関等にポ スターを掲示したり，受診勧奨をし ました。 特定健康診査・高齢者健康診査を 集団（保健センター・たつのこア</p>	<p>乳幼児健康診査を実施し，乳幼児 の成長発達や病気の早期発見に努 め，必要に応じて受診勧奨を実施し ました。また，子育てに関する悩み の有無も確認し，保護者に寄り添 った子育て支援をするとともに，希 望される方には育児相談（たんぼく らぶ）を紹介し，母親の困り感を解 消できるよう支援しました。 3～4か月児健康診査受診者数 151名（受診率86.3%） 6～7か月児健康診査受診者数 （新型コロナウイルス感染拡大防止 のため中止した3～4か月児健康診 査の代替措置） 23名（受診率92%） 1歳6か月児健康診査受診者数 251名（受診率90.3%） 3歳5か月児健康診査受診者数 248名（受診率96.1%） 特定健康診査・高齢者健康診査・ 生活習慣病健康診査を集団（保健セ ンター・ニューライフアーナ龍ヶ 崎・総合福祉センター）及び医療機 関（茨城県医師会，龍ヶ崎市医師会 加入医療機関）で実施します。新た にサプラスクエア サプラにおいて 健診を実施しました。 健診と併せて，早期から生活習慣 病の重症化を予防するため，40歳～</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			<p>リーナ・総合福祉センター)及び医療機関(茨城県医師会、龍ヶ崎市医師会加入医療機関)で実施しています。</p> <p>今年度は、新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言発令のため特定健康診査・高齢者健康診査の受診券は1ヶ月遅らせ6月末に発送しました。また、7月より集団健診を実施しています。</p> <p>特定健康診査受診者数：2,474名 高齢者健康診査受診者数：1,077名 かかりつけ医からの情報提供：74名</p> <p>特定保健指導に関しては、参加者に合わせ、土日に保健指導を実施しました。また、健診時初回面接の予約が難しかった方には、個別で電話をし、参加者の予定に合わせて実施しました。</p> <p>医療機関での健診を受けた方に関しては、特定保健指導のご案内通知を送り勧奨しました。</p> <p>土日の特定保健指導者数：16名 特定保健指導初回(個別)：222名</p>	<p>74歳だけでなく、18歳から対象とし、特定保健指導を実施しています。</p> <p>特定健康診査受診者数：2,411名 高齢者健康診査受診者数：1,029名 かかりつけ医からの情報提供：35名</p> <p>集団健診当日に、腹囲やBMIで保健指導対象となる可能性がある者に対して、保健指導の初回分割面接を実施。生活改善のアドバイスとともに、保健指導の目的について説明を行っています。また、初回面接日の予約を健診日に行っています。平日や日中来所が難し対象者には、土日や夕方に保健指導を実施したり、電話にて保健指導を行っています。</p> <p>医療機関で健診を受けた方に関しては、特定保健指導のご案内通知を送り勧奨しています。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3 ・健康診査未受診者への受診勧奨				【保険年金課・健康増進課】
<p>回覧板での健康診査の案内、受診勧奨の実施</p> <p>特定健康診査未受診者への受診勧奨</p> <p>①40・50代で過去5年間に1回以上の受診歴がある未受診者に、過去の健診結果を含めた個別の受診勧奨通知を作成し、11月に送付(633名)</p> <p>②上記①以外の未受診者に対しても圧着はがきでの受診勧奨通知を作成し、11月に送付(10,676名)</p> <p>③40～69歳でH29年度未受診者に対して圧着はがきの受診勧奨通知を作成し、1月に送付(7,601名)</p>	<p>特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去5年間の受診歴の有無、医療機関受診歴(レセプト)の有無でグループ分けを行い、対象者に合った内容の勧奨通知を送付しました。(10月)</p> <p>勧奨通知数：11,114通 (内訳)</p> <p>①過去5年間で1回以上特定健診受診歴のある人 A4サイズ圧着通知：3,088通</p> <p>②過去5年間で1回も特定健診受診歴がない人 圧着はがき：8,026通 うち 医療機関受診歴なし 3,269通 医療機関受診歴あり 4,757通</p> <p>12月時点で特定健診未受診者のうち、過去の受診歴などから、受診確率が高い群に年度最後の健診への勧奨通知を送付しました。(1月) 圧着はがき：4,636通</p>	<p>各コミュニティセンターで実施される健康診査の案内について、回覧版を利用して周知することで受診勧奨を行いました。</p> <p>例年6～8月の予約制の健診の日程の予約者数が少ない状況のため、過去の特定健診受診歴、レセプトの有無から、対象者を抽出し、受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。発送数：3,786通</p> <p>10月には、過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なる6グループに分類し、特性にあわせて受診勧奨通知を発送しました。発送数：6,330通</p>	<p>9月には、過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なる4グループに分類し、特性にあわせて受診勧奨通知を発送しました。また、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため、医療機関健診も併せて記載し、受診勧奨を行いました。集団健診の定員制限、医療機関のキャパシティの問題からより受診へとながりにやすい過去3年間1回でも受診したことのあるグループへ通知をしました。発送数：3,679通</p> <p>1月には、9月発送者のうち未受診者に対し、受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため、3密を避ける観点から、集団健診受付時間や実施場所の変更点について必要に応じてハガキなどで通知しました。</p> <p>6月：松葉地区国保加入者 1,096名 後期高齢者 753名</p> <p>シルバーリハビリ教室、まいん健幸サポートセンターへ出向き、健診の受診勧奨を行いました。</p>	<p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い、特性が異なるグループに6グループに分類し、特性にあわせて受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>発送数：10,934通</p> <p>4月上旬に龍ヶ崎西地区、10月に川原代地区の特定健診受診対象者のうち、令和元年度受診、令和2年度未受診者と40歳代と50歳代で令和2年度未受診者へ訪問し、健診の受診勧奨を行いました。</p> <p>訪問者数：222名</p>

取り組み分野	(2) 循環器疾患					
重点目標	<ul style="list-style-type: none"> ・メタボリックシンドローム予備群・該当者を減らす ・循環器疾患の有病率を減らす 					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① しょっぱいものを食べ過ぎると血圧が高くなりやすいことについて知っている児童生徒の割合 小学6年生 80.0% 中学3年生 90.0%	-	-	-	-	/
	② カップめんのスープを半分以上飲む児童生徒の割合 小学6年生 60.0% 中学3年生 55.0%	-	-	-	-	
	③ 特定健康診査受診率 48.0%	28.6	33.3	32.3	(速報値) 24.1	
	④ 特定保健指導実施率 60.0%	59.6	50.9	61	(速報値) 40.6	
	⑤ メタボリックシンドローム予備軍・該当者の割合 予備軍 8.5% 該当者 12.0%	予備軍 8.9 該当者 14.9	予備軍 8.5 該当者 16.8	予備軍 8.8 該当者 16.5	予備軍 10.4 該当者 17.9	
⑥ I度高血圧(140/90mg)以上の人の割合(40-74歳) 18.0%	17.8	22.9	23.5	28.4		

具体的取り組み

①健康診査を受けやすい環境の整備【高血圧予防のための取り組み】

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・幼児健康診査時に保護者の血圧測定及び減塩指導				【健康増進課】
<p>今年度から乳幼児健診に来所した保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを記入してもらい、日ごろの食生活（特に塩分に関して）を振り返り、減塩対策に対する意識を高めました。</p> <p>血圧が高かった方や塩分チェックシートの点数が高かった方には、管理栄養士が個別に減塩指導を実施しました。その他の方にも保健指導で減塩指導を行い、生活習慣病予防への動機付けを行いました。</p> <p>塩分チェックシート実施者数： 1,123名</p>	<p>プレ・ママ教室参加者で、血圧が1度高血圧以上の方に個別指導を実施しました。指導者数：1名</p> <p>新生児訪問の際に、母親の血圧測定を実施し、高値の方への受診勧奨や保健指導を実施しました。</p> <p>乳幼児健診に来所した保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、減塩のポイントを指導し、生活習慣の改善ができるよう支援しました。血圧測定の結果、治療が必要な保護者については、受診勧奨を実施しました。</p> <p>健診受診者保護者の平均塩分摂取量：11.2g（全国平均9.9g） <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p>	<p>プレ・ママ教室に参加された方で、血圧が高い方については、減塩のポイントや体重管理を含めた個別栄養指導及び保健指導をしました。指導者数：8人</p> <p>新生児訪問時には、母親の血圧測定を行い、血圧が高い方については受診勧奨すると共に血圧を下げるためのポイントの指導を実施しました。</p> <p>乳幼児健診に来所された保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、大人とこどもの適正な塩分摂取量を伝えることで、家族で減塩に取り組めるよう支援しました。血圧が高く治療が必要と判断した場合には、受診勧奨をしました。</p> <p>塩分チェックシート実施者数： 842名</p> <p>健診受診者保護者の平均塩分摂取量：11.0g（全国平均9.9g）</p>	<p>プレ・ママ教室に参加された方で、血圧が高い方については、減塩のポイントや体重管理を含めた個別栄養指導及び保健指導をしました。指導者数：1人</p> <p>新生児訪問時には、母親の血圧測定を行い、血圧が高い方については受診勧奨すると共に血圧を下げるためのポイントの指導を実施しました。</p> <p>乳幼児健診に来所された保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、大人とこどもの適正な塩分摂取量を伝えることで、家族で減塩に取り組めるよう支援しました。血圧が高く治療が必要と判断した場合には、受診勧奨をしました。</p> <p>塩分チェックシート実施者数： 1,270名</p> <p>健診受診者保護者の平均塩分摂取量：10.9g（全国平均9.9g）</p>	<p>プレ・ママ教室では妊娠中の様々なりリスクを回避するために塩分の摂りすぎを防ぐ工夫について指導を実施しました。</p> <p>参加者の中で、血圧が高い方については、減塩のポイントや体重管理を含めた個別栄養指導及び保健指導を実施しました。指導者数：1名</p> <p>新生児訪問時には、母親の血圧測定を行い、血圧が高い方については受診勧奨すると共に血圧を下げるためのポイントの指導を実施しました。</p> <p>訪問後、自宅測定勧奨をした方については、家庭での血圧の経過や受診状況を乳幼児健診時に確認し、血圧が高い方に関しては再度受診勧奨や保健指導を実施しました。</p> <p>乳幼児健診に来所された保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、適正な塩分摂取量を伝えることで、家族で減塩に取り組めるよう支援しました。治療が必要な場合には、資料と血圧記録用紙を配布し、受診勧奨を行いました。</p> <p>塩分チェックシート実施者数： 645名</p> <p>健診受診者保護者の平均塩分摂取量：10.2g（全国平均10.1g）</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・市広報紙，市ホームページ，メール配信等を利用し，健康診査の案内を実施				【保険年金課・健康増進課】
<p>今年度から18歳～39歳の健康診査が始まり，市広報紙・市ホームページ・回覧板で健康診査の案内を行いました。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査の案内・周知を下記のとおり行いました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付（6月・9月）。 ・市公式ホームページ・市広報紙への掲載。 ・佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置（6月・9月）。 ・行政事務説明会・コミュニティ協議会等での健康診査に関する説明を実施（5～6月）。 <p>高齢福祉課と連携し，健康ウォーキング大会で健康診査の案内，受診勧奨を実施しました。</p>	<p>市広報誌・市公式ホームページ・回覧板を活用し案内を行いました。</p> <p>18歳～39歳の健康診査については，乳幼児健診時，保護者へ健診受診券を作成し，健診の案内を実施しました。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査の周知を下記のとおり実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付。（6月） ・市公式ホームページ・市広報紙への掲載。 ・佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置。（6月・9月） <p>昨年度，健診未受診者等に訪問。（5月）</p> <p>特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去5年間の受診歴の有無，医療機関受診歴（レセプト）の有無でグループ分けを行い，対象者に合った内容の勧奨通知を送付しました。（10月）</p> <p>勧奨通知数：11,114通 (内訳)</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 過去5年間で1回以上特定健診受診歴のある人 A4サイズ圧着通知：3,088通 ② 過去5年間で1回も特定健診受診歴がない人 圧着はがき：8,026通 うち 医療機関受診歴なし 3,269通 医療機関受診歴あり 	<p>市広報紙・市公式ホームページ・回覧板等様々な周知方法で案内を行いました。</p> <p>18歳～39歳の健康診査については，乳幼児健診時，保護者へ健診受診券を作成し，一人ひとり健診について説明し健診の案内をしました。</p> <p>例年6～8月の予約制の健診の日程の予約者数が少ないため，過去の特定健診受診歴，レセプトの有無から，対象者を抽出し，受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。発送数：3,786通</p> <p>10月には，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。発送数：6,330通</p>	<p>市公式ホームページにがん検診等案内を掲載しました。</p> <p>9月には，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる4グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また，新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため，医療機関健診も併せて記載し，受診勧奨を行いました。発送数：3,679通</p> <p>また新型コロナウイルス感染拡大防止のため，3密を避ける観点から，集団健診の受付時間や実施場所の変更点について必要に応じてハガキなどで通知しました。</p> <p>集団健診の定員が減ったため，予約可能日時が分かるよう，随時メール配信や市公式ホームページの更新を行いました。</p>	<p>市公式ホームページにがん検診等案内を掲載しました。</p> <p>5月下旬に特定健診・高齢者健診の受診券を個別通知しました。</p> <p>特定：13,717通 高齢：10,030通</p> <p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なるグループに7グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。発送数：10,934通</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>4,757 通</p> <p>12月時点で特定健診未受診者のうち、過去の受診歴などから、受診確率が高い群に年度最後の健診への勧奨通知を送付しました。(1月)</p> <p>圧着はがき：4,636 通</p>			
<p>3・健康診査の実施</p> <p>・40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査の実施</p> <p>・特定保健指導の実施</p> <p style="text-align: right;">【保険年金課・健康増進課】</p>				
<p>健康診査(40歳未満)受診者数は301名</p> <p>特定保健指導は土日や夜間時間にも実施しました。</p>	<p>18歳～39歳に対して健康診査、40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査を実施しました。</p> <p>特定保健指導は参加者に合わせ土日や夜間にも実施しました。</p> <p>18歳～39歳の健康診査：282名</p> <p>土日の特定保健指導実施者数：15名</p>	<p>18歳～39歳に対して健康診査、40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査を実施しました。</p> <p>18～39歳の健康診査：251名</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査を集団(保健センター・たつのこアリーナ・各コミュニティセンター)及び医療機関(茨城県医師会、竜ヶ崎市・牛久市医師会加入医療機関)で実施しました。また、特定健康診査では、かかりつけ医からの情報提供制度を実施しました。</p> <p>特定健康診査受診者数：3,366名</p> <p>高齢者健康診査受診者数：1,442名</p> <p>かかりつけ医からの情報提供：36名</p> <p>特定保健指導は参加者に合わせ土日や夜間にも実施しました。</p> <p>土日の特定保健指導実施者数：21名</p>	<p>7月より18歳～39歳に対して健康診査、40歳～74歳の国民健康保険被保険者に対する特定健康診査を実施しています。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査を集団(保健センター・たつのこアリーナ・新規追加場所として総合福祉センター)及び医療機関(茨城県医師会、龍ヶ崎市医師会加入医療機関)で実施しました。また、特定健康診査では、かかりつけ医からの情報提供制度を実施しました。</p> <p>特定健康診査受診者数：2,474名</p> <p>高齢者健康診査受診者数：1,077名</p> <p>かかりつけ医からの情報提供：74名</p> <p>特定保健指導に関しては、参加者に合わせ、土日に保健指導を実施しました。また、健診時初回面接の予約が難しかった方には、個別で電話をし、参加者の予定に合わせて実施しました。</p> <p>医療機関での健診を受けた方に関</p>	<p>5月末に40歳～74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査受診券を送付しました。</p> <p>集団健診は、6月より開始し、今年度は、新しくサプラスクエア サプラで健診を1日実施しました。</p> <p>申込は、保健センター窓口のほか、二次元コード、市公式ホームページ、FAXで受付しています。</p> <p>集団健診当日に、腹囲やBMIで保健指導対象となる可能性がある者に対して、保健指導の初回分割面接を実施。生活改善のアドバイスとともに、保健指導の目的について説明を行っています。また、初回面接日の予約を健診日に行っています。平日や日中来所が難し対象者には、土日や夕方に保健指導を実施したり、電話にて保健指導を行っています。</p> <p>医療機関で健診を受けた方に関しては、特定保健指導のご案内通知を送り勧奨しています。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			<p>しては、特定保健指導のご案内通知を送り勸奨しました。 土日の特定保健指導者数：16名 特定保健指導初回（個別）：222名</p>	

②健康診査の必要性の周知

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 (令和2年11月現在) 活動実績及び成果	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
4・毎年健康診査開始前月に受診券送付。市広報紙，市ホームページ等で周知				【保険年金課・健康増進課】
<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 以下の健康診査の案内・周知を行いました。</p> <p>対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付（6月・9月）。</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載。</p> <p>佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置（6月・9月）。</p> <p>行政事務説明会・コミュニティ協議会等での健康診査に関する説明を実施（5～6月）。</p>	<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付。（6月）</p> <p>(内訳) 国保 14,344 通 後期高齢 8,889 通</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載。</p> <p>佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に断幕を設置。（6月）</p> <p>昨年度，健診未受診者等に訪問。（5月）</p> <p>特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去5年間の受診歴の有無，医療機関受診歴（レセプト）の有無でグループ分けを行い，対象者に合った内容の勧奨通知を送付しました。（10月）</p> <p>勧奨通知数：11,114 通</p> <p>(内訳) ①過去5年間で1回以上特定健診受診歴のある人 A4 サイズ圧着通知：3,088 通 ②過去5年間で1回も特定健診受診歴がない人 圧着はがき：8,026 通 うち 医療機関受診歴なし 3,269 通 医療機関受診歴あり 4,757 通</p> <p>12月時点で特定健診未受診者のう</p>	<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 対象者全員に，前年度の受診の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付しました。（5月）</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載を行いました。</p> <p>市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。（6月・9月）</p> <p>昨年度の健診未受診者等に訪問をしました。</p> <p>例年6～8月の予約制の健診の予約者数が少ないため，過去の特定健診受診歴，レセプトの有無から，対象者を抽出し，受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。発送数：3,786 通</p> <p>10月には，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。発送数：6,330 通</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。（6月下旬）</p> <p>9月に，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる4グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また，新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため，医療機関健診も併せて記載し，受診勧奨を行いました。集団健診の定員制限，医療機関のキャパシティの問題からより受診へとつながりやすい過去3年間1回でも受診したことのあるグループへ通知をしました。発送数：3,679 通</p> <p>1月には，9月発送者のうち未受診者に対し，受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため，3密を避ける観点から，集団健診の受付時間や実施場所の変更点について必要に応じてハガキなどで通知します。</p> <p>全ての集団健診が予約制となったことに伴い，できるだけ予約可能日時等を分かりやすく情報提供できるよう，随時メール配信や市公式ホームページの更新を行い，より丁寧な電話対応による健診予約の促しを図りました。</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。（5月下旬）</p> <p>(内訳) 国保 13,717 通 後期高齢 10,030 通 市公式ホームページへの掲載を行いました。</p> <p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なるグループに6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>発送数：10,934 通</p>

	ち、過去の受診歴などから、受診確率が高い群に年度最後の健診への勧奨通知を送付しました。(1月) 圧着はがき：4,636通			
--	---	--	--	--

③健康診査のフォローの実施

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
--------------------	------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	---

5・健康診査結果説明会の実施(個別健康相談実施)

【健康増進課】

健診結果説明会は移動健康相談に統合し保健センターだけでなく、その他松葉・城ノ内コミュニティセンターで個別健康相談を実施しました。

健診結果説明会は移動健康相談に統合し保健センターだけでなく、その他8月に馴染コミュニティセンターで個別健康相談を実施しました。

健康相談実施者数：96名

健診当日には、I度高血圧(140/90以上)の方に保健指導を行いました。

さらに、健診結果返却時に高血圧140/90以上、LDL-c140以上、HbA1c6.5以上の方、心電図要精密の方等1403名に電話・訪問・手紙等で検診後フォローをしました。

保健センターだけでなく、松葉・八原コミュニティセンターで移動健康相談を実施しました。

健康相談・移動健康相談実施者数：71名

健康相談実施日以外にも相談があった場合には随時対応しています。

健康相談実施日以外の相談者：41名
健診当日には、49歳以下のI度高血圧(140/90以上)、50歳以上のII度高血圧(160/100以上)の方に保健指導を行いました。また、家庭での血圧測定を行うため、血圧計のない方には、血圧計の一時貸出を行いました。

血圧保健指導者数：141名

健診結果返却時に高血圧140/90以上、LDL-c140以上、HbA1c6.5以上の方、心電図要精密の方等電話・訪問・手紙等で保健指導や受診勧奨をしました。

結果返却時の保健指導者数：1,292名

健康相談は健診開始後の6月から実施しています。健康相談実施日以外にも相談があった場合には随時対応しています。

健康相談日実施者数：60名
健康相談日外相談者数：60名

血圧が高めの方には、新規に小冊子「血圧手帳」を配付し、掲載されている正しい血圧測定の方法に従って家庭血圧を数週間記録していただいた上で医師の判断を仰ぐよう勧めました。市民が記録した血圧手帳を医療機関に持参して受診するという事で、すぐに内服を開始されるケースもあり、速やかに治療へつなげる支援を行うことができました。また、血圧計をお持ちでない方には、血圧計の一時貸出を行うことで、ご自身の家庭血圧を知っていただくことができ、血圧計の購入を後押しすることにつながりました。

健康相談は、特定の日程を設けず通年で行っています。

健康相談実施者数：37名

血圧が高めの方には、小冊子「血圧手帳」を配付し、掲載されている正しい血圧測定の方法に従って家庭血圧を数週間記録していただいた上で医師の判断を仰ぐよう勧めます。また、血圧計をお持ちでない方には、血圧計の一時貸出を行っています。

6・対象者へ特定保健指導を実施

【保険年金課・健康増進課】

<p>特定保健指導対象者 427 名に対し、268 に実施しました。実施率 62.8%。 市広報誌に特定保健指導の効果について掲載しました。 市内医療機関に、保健指導の内容について説明しました。</p>	<p>特定保健指導の実施率の向上のため、今年度より健診当日と健診結果返却時の 2 段階で特定保健指導を開始しました。 市広報誌 8 月号に特定保健指導の効果について掲載し、取り組み等の周知をしました。 特定保健指導対象者数：525 名 特定保健指導実施者数（実施率）：285 名（54.3%）</p>	<p>特定保健指導の実施率向上のため集団健診当日に、面接予約をとり、健診結果の返却と同時に保健指導を実施し、対象者が面接しやすい体制をとりました。 特定保健指導対象者数（集団健診）：438 名 特定保健指導実施者数（集団健診）：361 名 （実施率：82.4%）</p>	<p>特定健診当日と特定健診結果返却時に高血圧に対する保健指導を実施しました。 高血圧指導件数（集団）113 名 血圧が高めの方には、新規に小冊子「血圧手帳」を配付し、掲載されている正しい血圧測定の方法に従って家庭血圧を数週間記録していただいた上で医師の判断を仰ぐよう勧めました、市民が記録した血圧手帳を医療機関に持参して受診するという事で、すぐに内服を開始されるケースもあり、速やかに治療へつなげる支援を行うことができました。また、血圧計をお持ちでない方には、血圧計の一時貸出を行うことで、ご自身の家庭血圧を知っていただくことができ、血圧計の購入を後押しすることにつながりました。</p>	<p>特定健診当日に、血圧Ⅱ度以上（160/100～179/109）の方には、保健師、管理栄養士より保健指導を実施しました。「血圧手帳」を配付し、家庭血圧を測定し、記録した上で医師の診察を受けるようお話しています。今までの健診結果や自宅での血圧を記録してもらうことで、速やかに治療へつなげる支援を行っています。 また、血圧計をお持ちでない方には、一時的に血圧計の貸し出しを行い、家庭血圧を把握していただくための支援を行いました。 高血圧指導件数（集団）157 件 血圧計貸し出し件数（集団）6 件</p>
---	--	---	---	--

④生活習慣病，メタボリックシンドローム予防に関する知識の普及

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
7・母子健康手帳交付時に妊娠高血圧予防についての保健指導				【健康増進課】
母子健康手帳交付時にBMIの算出を行い、妊娠高血圧症の予防など妊娠期の健康管理のために適正な体重増加やバランスのよい食事などについて保健指導を実施しました。	母子健康手帳交付時にBMIを算出し、体重と妊娠高血圧症の関係を説明し妊娠期の健康管理のために適正な体重増加やバランスのよい食事・休養などについて保健指導を実施しました。	母子健康手帳交付時にBMIを算出し、体重と妊娠高血圧症の関係を説明し、妊娠期の健康管理のために適正な体重増加について保健指導を実施しました。	母子健康手帳交付時にBMIを算出し、体重と妊娠高血圧症の関係を説明し、妊娠期の健康管理のために適正な体重増加について保健指導を実施しました。	母子健康手帳交付時にBMIを算出し、体重と妊娠高血圧症の関係を説明し、妊娠期の健康管理のために適正な体重増加について保健指導を実施します。 妊娠前において肥満の方については、血圧が高くなる可能性が高いため、血圧が高いことで起こりうるリスクについて記した個別健康相談のお知らせを配布し健康相談の勧奨を行います。また、必要に応じて主治医との連携を図りながら支援していきます。 妊娠届数：253名(転入者含む) (うち、BMI25以上：33名)
8・児童生徒の健康に関する知識の普及啓発				【指導課・教育総務課】
学校教育指導方針の努力事項として、児童生徒の実態や発達段階に応じた保健教育，飲酒・喫煙・薬物乱用防止教育，性に関する指導の充実を図っています。 保健教育を推進するための学校保健委員会の開催や学校三師との連携，外部講師を招いた健康に関する講演会等を実施しました。	学校教育指導方針に沿って児童生徒の発達段階に応じた保健教育，飲酒や喫煙の害について，薬物乱用防止教育，性に関する指導等が各学校で実践されました。特に，城ノ内中学校では「がん教育講演会」を開催し，生徒，保護者だけでなく，市内小中学校の健康教育担当者を集めて学習会を実施しました。	学校教育指導方針に沿って児童生徒の発達段階に応じた保健教育，飲酒や喫煙の害について，薬物乱用防止教育，性に関する指導等が各学校で実践されました。 薬物乱用防止に関する講演会や性に関する講演会等，外部からの講師を招き，専門的な話を聞くことができました。	児童生徒の実態や発達段階に応じて計画的に保健教育を実施しています。特に，飲酒・喫煙・薬物乱用の防止教育や，性に関する指導においては，専門的知識を有する外部指導者を効果的に活用し，児童生徒の健康への意識が高まるような健康教育が実践されるよう，学校訪問を通して指導助言を行いました。 新型コロナウイルス感染症の予防を講じながら，専門的知識を有する外部指導者を招聘した講演会を実施できました。	児童生徒の実態や発達段階に応じた計画的な保健教育を実施しています。 特に，飲酒・喫煙・薬物乱用の防止教育や，性に関する指導においては，専門的知識を有する外部指導者を効果的に活用し，児童生徒の健康への意識を高める健康教育が実践されるよう，学校訪問を通して指導助言しました。 今年度は全ての学校で外部講師を招聘し，15校で対面での講演会を実施し，2校はオンラインによる講演会を行いました。

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>9・各種健康教育・講演会の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域や職域からの依頼による健康教育出前講座に実施 ・ポスター，チラシ，市ホームページ等を利用した普及活動 ・食生活改善推進員による料理教室等の委託事業に実施 ・地元企業へのチラシ配布 ・被扶養者への受診勧奨 <p style="text-align: right;">【健康増進課】</p>				
<p>ヘルス講演会を4回開催し（肺がん・食生活・脳卒中・糖尿病）合計324名の市民が参加しました。</p> <p>食生活改善推進員による料理講習会を12回，生活習慣病予防のための減塩スキルアップ事業1回を開催し，主食・主菜・副菜のバランスのとれたメニューの紹介や，無理なく減塩するためのポイントを紹介しました。</p> <p>参加者の合計111名でした。</p>	<p>ヘルス講演会を6回開催しました。</p> <p>食生活改善推進員による料理講習会等や新たに農業政策課の地域おこし協力隊と連携し，フードスクエアカスミ龍ヶ崎中里店での食育活動を行いました。</p> <p>ヘルス講演会 「胃がんについて」：37名 「薬について」：56名 「おとなの眼について」：47名 「こどもの花粉症」：20名 「糖尿病」：78名 「COPD」：47名 料理講習会：16回 参加者数延べ：150名</p>	<p>ヘルス講演会を6回開催しました。</p> <p>6月「喫煙の害と禁煙について」：24名 8月「糖尿病の食事について」：82名 9月「心臓病について」：103名 10月「小児の生活習慣病について」：12名</p> <p>食生活改善推進員による主食・主菜・副菜のそろったメニューの料理講習会や男性の料理教室では，ポリ袋で簡単に一品作れる講習会を行いました。</p> <p>伝達講習会 4回：37人 親子の料理教室 4回：61人 男性の料理教室 2回：13人 茨城食文化伝承 4回：36人</p>	<p>ヘルス講演会を3回開催しました。</p> <p>6月「眼の成人病について」:中止 8月「子どもの眼について」:20名 9月「胃の病気について」:16名 10月「乳がんについて」:15名 11月「骨粗しょう症について」:中止 1月「聴こえについて」:中止</p> <p>6月，11月，1月に予定していたヘルス講演会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止しました。また，実施したヘルス講演会は，感染症対策として完全予約制とし，参加者はマスクの着用，検温と手指消毒，会場は換気を行いながらの実施となりました。</p> <p>食生活改善推進員による料理講習会16回開催予定でしたが，調理実習は新型コロナウイルス感染症へのリスクが高いため中止しました。</p>	<p>ヘルス講演会を，新型コロナウイルス感染症対策を行いながら2回開催します。</p> <p>6月「目の成人病について」:中止 8月「子どもの便秘について」：11名 3月「聴こえについて」</p> <p>6月に予定していたヘルス講演会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止しました。8月の講演会は感染予防の観点から，少人数の予約制で実施。</p> <p>食生活改善推進員による活動は，休会に伴い令和3年度は実施しませんでした。今後は，新たな活動に向けて引き続き話し合いを実施します。</p>

取り組み分野	(3) 糖尿病					
重点目標	・糖尿病の有病率を減らす					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合 (妊娠糖尿病の早期発見) 33.0%	40.2	42.4	45.6	39.9	/
	② 特定健康診査の受診率（再掲） 48.0%	28.6	33.3	32.3	(速報値) 24.1	
	③ 特定保健指導の実施率（再掲） 60.0%	59.6	50.9	61	(速報値) 40.6	
	④ 糖尿病腎症により新規に透析を導入される人数 6名	12名	12名	19名	8名	
	⑤ 糖尿病有病者の割合（40-74歳） 18.0%	20.0	19.7	19.3	19.2	
⑥ メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合（再掲） 予備群 8.5% 該当者 12.0%	予備群 8.9 該当者 14.9	予備群 8.5 該当者 16.8	予備群 8.8 該当者 16.5	予備群 10.4 該当者 17.9		

具体的取り組み

①妊娠糖尿病予防への取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・母子健康手帳交付時の保健指導，プレ・ママ教室時の栄養指導，妊婦の個別栄養指導				【健康増進課】
<p>母子健康手帳の交付時では既往歴なども確認しながら，妊娠糖尿病予防のためBMIを算出して適正な体重コントロールやバランスのよい食事などについて保健指導しました。</p> <p>プレ・ママ教室では妊娠期の栄養について集団指導を実施し，試食も提供しながら実施しました。</p> <p>また，プレ・ママ，プレ・パパ教室の参加者や妊娠8か月の全妊婦への電話時に個別に必要な応じて保健指導を実施しました。</p>	<p>母子健康手帳交付時に，すべての妊婦に妊娠中の適正な体重増加量について保健指導するとともに，糖尿病の既往や家族歴のある方には，妊娠糖尿病予防のため，食事のポイントについても保健指導を実施しました。</p> <p>プレ・ママ教室で，妊娠期の食事について，集団指導を実施し，尿糖（±）以上の方には個別相談を実施しました。</p>	<p>母子健康手帳交付時に，すべての妊婦に妊娠中の適正な体重増加量について保健指導するとともに，糖尿病の既往や家族歴のある方には，妊娠糖尿病予防のため，食事のワンポイントアドバイスをしました。</p> <p>プレ・ママ教室で，妊娠糖尿病の理解を深めていただくため，妊娠糖尿病について説明を行うとともに，妊娠糖尿病予防のための食事のポイントについても説明し，妊娠糖尿病の予防に努めました。</p> <p>妊娠糖尿病を予防するために，支援方法について，糖尿病専門医や産婦人科医にアドバイスをいただき，連携しながら支援できるよう，実施に向けての準備を行いました。</p>	<p>母子健康手帳交付時に，すべての妊婦に妊娠中の適正な体重増加量について保健指導するとともに，糖尿病の既往や家族歴のある方には，妊娠糖尿病予防のため，栄養指導を実施しました。</p> <p>栄養指導者数：94名</p> <p>プレ・ママ教室で，妊娠糖尿病の理解を深めていただくため，妊娠糖尿病や，妊娠糖尿病予防のための食事のポイントについても説明し，妊娠糖尿病の予防に努めました。</p> <p>妊娠糖尿病を予防するために，支援方法について，糖尿病専門医や産婦人科医にアドバイスをいただき，連携しながら支援できるよう，実施に向けての準備を行いました。</p>	<p>母子健康手帳交付時に，すべての妊婦に妊娠中の適正な体重増加量について保健指導するとともに，妊娠糖尿病を予防するために，母子健康手帳交付時に，妊娠糖尿病のリスクがある妊婦に対し，栄養相談を勧奨し，相談結果をかかりつけ医と共有し連携しながら支援します。</p> <p>妊娠届数：253名(転入者含む)</p> <p>栄養指導者数：100名</p> <p>プレ・ママ教室で，妊娠糖尿病の理解を深めていただくため，妊娠糖尿病や，予防のための食事のポイントについても説明し，妊娠糖尿病の予防に努めます。</p> <p>プレ・ママ教室第1講座参加者数：20名</p>

②妊娠糖尿病から糖尿病に移行させないための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・乳児家庭全戸訪問時や3～4か月児健康診査時に定期的な健康診査受診または病院受診を勧奨 ・3～4か月児健康診査時における栄養指導 【健康増進課】				
妊娠糖尿病だった産婦には赤ちゃん訪問時や3～4か月児健診時に状況を確認し、定期的な健診受診を勧奨し、必要に応じて医療機関受診勧奨や栄養指導を実施しました。	妊娠糖尿病の既往がある方は、糖尿病を発症するリスクが高いため、定期的に健診を受けるよう、保健指導を実施しました。 3～4か月児健診時に管理栄養士による食事指導を実施しました。	妊娠糖尿病だった産婦には赤ちゃん訪問時や3～4か月児健診時に状況を確認し、定期的に健診を受けるよう保健指導をしました。 3～4か月児健診時には、管理栄養士による食事指導を実施しました。	妊娠糖尿病だった産婦には赤ちゃん訪問時や3～4か月児健診時に状況を確認し、定期的に健診を受けるよう保健指導をしました。 3～4か月児健診時には、管理栄養士による食事指導を実施しました。	妊娠糖尿病だった産婦には新生児訪問時や3～4か月児健診時に状況を確認し、経過観察になった場合でも定期的に健診を受けて確認するよう保健指導をしました。 乳児健診時には、必要に応じて管理栄養士による食事指導を実施しました。

③健康診査を受けやすい環境の整備

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3・市広報紙，市ホームページ，メール配信等を利用し，健康診査の案内を実施				【保険年金課・健康増進課】
<p>今年度から18歳～39歳の健康診査を開始し，市広報紙・市公式ホームページ・回覧板で健康診査の案内を実施しました。</p> <p>高齢福祉課と連携し，健康ウォーキング大会で健康診査の案内，受診勧奨を行いました。</p> <p>(特定健康診査・高齢者健康診査)</p> <p>以下の健康診査の案内・周知を行いました。</p> <p>対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付(6月・9月)。</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載。</p> <p>佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置(6月・9月)。</p> <p>行政事務説明会・コミュニティ協議会等での健康診査に関する説明を実施(5～6月)。</p>	<p>市広報紙・市公式ホームページ・回覧板で健康診査の案内を実施しました。</p> <p>乳幼児健診時に18歳～39歳の保護者の方へ受診券を手渡しし，健診の必要性を説明しました。</p> <p>対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付。(5月)</p> <p>(内訳)</p> <p>国保：14,344通 後期高齢：8,889通</p> <p>対象地区を決め，検診日近くにハガキによる受診勧奨を行いました。(9月)</p> <p>北文間地区 国保：613通 後期高齢：415通 龍ヶ崎西地区 国保：1,213通 後期高齢：918通 その結果，去年と比べて，5～6割受診者が増えました。</p> <p>特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去5年間の受診歴の有無，医療機関受診歴(レセプト)の有無でグループ分けを行い，対象者に合った内容の勧奨通知を送付しました。(10月)</p> <p>勧奨通知数：11,114通</p> <p>(内訳)</p> <p>①過去5年間で1回以上特定健診受診歴のある人</p>	<p>市広報紙・市公式ホームページ・回覧板等様々な周知方法で案内を行いました。</p> <p>18歳～39歳の健康診査については，乳幼児健診時，保護者へ健診受診券を作成し，一人ひとり健診について説明し健診の案内をしました。</p> <p>例年6～8月の予約制の健診の予約者数が少ないため，過去の特定健診受診歴，レセプトの有無から，対象者を抽出し，受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。</p> <p>(6月) 発送数：3,786通</p> <p>対象地区(龍ヶ崎・八原)を決め，健診日近くにハガキによる特定健康診査受診勧奨を行いました。</p> <p>(9月) 発送数：龍ヶ崎地区1,371名 八原地区：917名</p> <p>過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>(10月) 発送数：6,330通</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。(6月下旬)</p> <p>9月に，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる4グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また，新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため，医療機関健診も併せて記載し，受診勧奨を行いました。集団健診の定員制限，医療機関のキャパシティの問題からより受診へとつながりやすい過去3年間1回でも受診したことがあるグループへ通知をしました。発送数：3,679通</p> <p>1月には，9月発送者のうち未受診者に対し，受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため，3密を避ける観点から，集団健診の受付時間や実施場所の変更点について必要に応じてハガキなどで通知しました。</p> <p>全ての集団健診が予約制となったことに伴い，できるだけ予約可能日時等を分かりやすく情報提供できるよう，随時メール配信や市公式ホームページの更新を行い，より丁寧な電話対応による健診予約の促しを図りました。</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。(5月下旬)</p> <p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なるグループに6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>発送数：10,934通</p> <p>4月上旬に龍ヶ崎西地区、10月に川原代地区の特定健診受診対象者のうち，令和元年度受診，令和2年度未受診者と40歳代と50歳代で令和2年度未受診者へ訪問し，健診の受診勧奨を行いました。</p> <p>訪問者数：222名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>A4 サイズ圧着通知：3,088 通</p> <p>②過去5年間で1回も特定健受診歴がない人 圧着はがき：8,026 通 うち 医療機関受診歴なし 3,269 通 医療機関受診歴あり 4,757 通</p> <p>12月時点で特定健診未受診者のうち、過去の受診歴などから、受診確率が高い群に年度最後の健診への勧奨通知を送付しました。(1月) 圧着はがき：4,636 通 診者が増えました。</p>			
<p>4・健康診査(40歳未満)の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査の実施 ・特定保健指導の実施 				<p>【保険年金課・健康増進課】</p>
<p>健康診査(40歳未満)の受診者数は301名。 対象に応じて土日や夜間時間での保健指導を実施しています。</p>	<p>健診診査(40歳未満)の受診者は282名。40歳未満の方に対しても保健指導を実施しています。 対象者に応じて土日の保健指導を実施しました。 土日の保健指導実施者数：14名</p>	<p>40歳未満の健康診査を実施し、保健指導対象者には40歳以上の方と同じように保健指導を実施しました。 対象者が利用しやすいように土日の保健指導を実施しました。 土日の保健指導実施者数：21名</p>	<p>7月より18歳～39歳に対して健康診査を実施し、40歳未満の方の保健指導を実施しました。 特定保健指導に関しては、参加者に合わせ、土日に保健指導を実施しました。また、健診時初回面接の予約が難しかった方には、個別で電話をし、参加者の予定に合わせて実施しました。 医療機関での健診を受けた方に関しては、特定保健指導のご案内通知を送り勧奨しました。 土日の特定保健指導者数：16名 特定保健指導初回(個別)：222名</p>	<p>引き続き40歳未満の方にも保健指導を実施していきます。 集団健診当日に、腹囲やBMIで保健指導対象となる可能性がある者に対して、保健指導の初回分割面接を実施。生活改善のアドバイスとともに、保健指導の目的について説明を行っています。また、初回面接日の予約を健診日に行っています。平日や日中来所が難し対象者には、土日や夕方に保健指導を実施したり、電話にて保健指導を行っています。 医療機関で健診を受けた方に関しては、特定保健指導のご案内通知を送り勧奨しています。</p>

④健康診査の必要性の周知

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
5・個人通知, 市広報紙, 市ホームページ, メール配信等を利用し, 健康診査の案内を実施 ・イベントでの広報活動				【保険年金課・健康増進課】
<p>今年度から18歳～39歳の健康診査が始まり, 市広報紙・市公式ホームページ・回覧板で健康診査の案内を行いました。</p> <p>高齢福祉課と連携し, 健康ウォーキング大会で健康診査の案内, 受診勧奨を行いました。</p> <p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 以下の健康診査の周知を下記のとおり実施しました。</p> <p>対象者全員に, 前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し, 受診券を個別送付(6月・9月)。</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載。</p> <p>佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置(6月・9月)。</p> <p>行政事務説明会・コミュニティ協議会等での健康診査に関する説明を実施(5～6月)。</p>	<p>市広報紙・市公式ホームページ・回覧板を活用し案内を行いました。</p> <p>18歳～39歳の健康診査については, 乳幼児健診時, 保護者へ健診受診券を作成し, 健診の案内を実施しました。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査の周知を下記のとおり実施しました。 (内訳)</p> <p>国保 14,344 通 後期高齢 8,889 通</p> <p>・対象者全員に, 前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し, 受診券を個別送付。(6月・9月)</p> <p>・市公式ホームページ・市広報紙への掲載。</p> <p>・佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置。(6月・9月)</p> <p>・昨年度, 健診未受診者等に訪問。(5月)</p> <p>・特定健診未受診者への勧奨通知を送付しました。健診時間診票の記載内容や, 過去5年間の受診歴の有無, 医療機関受診歴(レセプト)の有無でグループ分けをし, 対象者に合った内容の勧奨通知を送付。(10月)。</p> <p>A4サイズ圧着通知 3,088 通</p>	<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 対象者全員に, 前年度の受診の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し, 受診券を個別送付しました。(5月)</p> <p>国保 14,135 通 後期高齢 9,474 通</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載を行いました。</p> <p>市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。(6月・9月)</p> <p>例年6～8月の予約制の健診の予約者数が少ないため, 過去の特定健診受診歴, レセプトの有無から, 対象者を抽出し, 受診券発送直後に受診勧奨はがきを発送しました。発送数: 3,786 通</p> <p>10月には, 過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い, 特性が異なる6グループに分類し, 特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。発送数: 6,330 通</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。(6月下旬)</p> <p>9月に, 過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い, 特性が異なる4グループに分類し, 特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また, 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため, 医療機関健診も併せて記載し, 受診勧奨を行いました。</p> <p>発送数: 3,679 通</p> <p>新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため, 3密を避ける観点から, 集団健診の受付時間や実施場所の変更について必要に応じてハガキなどで通知します。</p> <p>全ての集団健診が予約制となったことに伴い, できるだけ予約可能日時等を分かりやすく情報提供できるよう, 随時メール配信や市公式ホームページの更新を行い, より丁寧な電話対応により健診の予約を促しました。</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。(5月下旬)</p> <p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い, 特性が異なるグループに6グループに分類し, 特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>発送数: 10,934 通</p> <p>4月上旬に龍ヶ崎西地区、10月に川原代地区の特定健診受診対象者のうち, 令和元年度受診, 令和2年度未受診者と40歳代と50歳代で令和2年度未受診者へ訪問し, 健診の受診勧奨を行いました。</p> <p>訪問者数: 222 名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	過去5年間で1回も特定健診受診歴がない方 圧着はがき 8,026 通 医療機関を受診していない人： 3,269 通 医療機関を受診している人： 4,757 通			
6・毎年健康診査開始の前月下旬に受診券送付。広報，市ホームページ等で周知				【保険年金課・健康増進課】
<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 以下の健康診査の案内・周知を行いました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付（6月・9月）。 市公式ホームページ・市広報紙への掲載。 佐貫駅・市庁舎に横断幕を設置（6月・9月）。 行政事務説明会・コミュニティ協議会等での健康診査に関する説明を実施（5～6月）。 	<p>対象者全員に，前年の受診歴の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付。</p> <p>(6月) (内訳) 国保 : 14,344 通 後期高齢 : 8,889 通</p> <p>市公式ホームページ・市広報紙への掲載。 佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置。（6月・9月）</p>	<p>対象者全員に，前年度の受診の有無に応じて内容を変えた案内チラシを同封し，受診券を個別送付しました。（5月）</p> <p>国保 14,135 通 後期高齢 9,474 通 市公式ホームページ・市広報紙への掲載を行いました。 市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。（6月・9月）</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。（6月下旬）</p> <p>9月に，過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なる4グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。また，新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため集団健診の定員を減らしたため，医療機関健診も併せて記載し，受診勧奨を行いました。</p> <p>発送数：3,679 通 新型コロナウイルス感染拡大防止のため，3密を避ける観点から，集団健診の受付時間や実施場所の変更点について必要に応じてハガキなどで通知しました。</p>	<p>特定健康診査・高齢者健康診査対象者へ受診券を個別に送付しました。（5月下旬）</p> <p>国保 13,717 通 後期高齢 10,030 通</p> <p>9月に過去の特定健診の受診歴・健診結果・問診票の内容等のデータ分析等を行い，特性が異なるグループに6グループに分類し，特性にあわせた受診勧奨通知を発送しました。</p> <p>発送数：10,934 通</p> <p>市公式ホームページへ掲載しました。</p>

⑤健康診査のフォローの実施

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)																																																																																																				
7・40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査の実施				【保険年金課・健康増進課】																																																																																																				
<p>(特定健康診査・高齢者健康診査) 特定健康診査・高齢者健康診査を 集団(保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター) 及び医療機関(茨城県医師会, 竜ヶ 崎市・牛久市医師会加入医療機関) で実施しました。</p> <p>また, 特定健康診査ではH29年1 月から, かかりつけ医からの情報提 供制度を新たに実施しました。</p> <p>【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="85 786 461 1137"> <thead> <tr> <th></th> <th>特定 健康 診査</th> <th>高齢 者 健康 診査</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>集団健 診</td> <td>2,872</td> <td>931</td> <td>3,803</td> </tr> <tr> <td>医療機 関健診</td> <td>368</td> <td>224</td> <td>592</td> </tr> <tr> <td>情報提 供</td> <td>35</td> <td>-</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>3,275</td> <td>1,155</td> <td>4,430</td> </tr> </tbody> </table> <p>・10月までの集団健診受診者への保 健指導率9割 ・個別や集団指導を実施し, 指導率 の向上を図りました。</p>		特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計	集団健 診	2,872	931	3,803	医療機 関健診	368	224	592	情報提 供	35	-	35	計	3,275	1,155	4,430	<p>特定健康診査・高齢者健康診査を 集団(保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター) 及び医療機関(茨城県医師会, 竜ヶ 崎市・牛久市医師会加入医療機関) で実施しました。</p> <p>また, 特定健康診査では, かかり つけ医からの情報提供制度を実施し ました。</p> <p>【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="501 754 878 1137"> <thead> <tr> <th></th> <th>特定 健康 診査</th> <th>高齢 者 健康 診査</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>集団 健診</td> <td>3,216</td> <td>1,152</td> <td>4,368</td> </tr> <tr> <td>医療 機関 健診</td> <td>392</td> <td>197</td> <td>579</td> </tr> <tr> <td>情報 提供</td> <td>16</td> <td>-</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>3,624</td> <td>1,349</td> <td>4,993</td> </tr> </tbody> </table>		特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計	集団 健診	3,216	1,152	4,368	医療 機関 健診	392	197	579	情報 提供	16	-	16	計	3,624	1,349	4,993	<p>特定健康診査・高齢者健康診査を 集団(保健センター・たつのこア リーナ・各コミュニティセンター) 及び医療機関(茨城県医師会, 竜ヶ 崎市・牛久市医師会加入医療機関) で実施しました。また, 特定健康診 査では, かかりつけ医からの情報提 供制度を実施しました。</p> <p>【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="916 786 1292 1169"> <thead> <tr> <th></th> <th>特定 健康 診査</th> <th>高齢 者 健康 診査</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>集団 健診</td> <td>2,985</td> <td>1,229</td> <td>4,214</td> </tr> <tr> <td>医療 機関 健診</td> <td>381</td> <td>213</td> <td>594</td> </tr> <tr> <td>情報 提供</td> <td>36</td> <td>-</td> <td>36</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>3,402</td> <td>1,442</td> <td>4,844</td> </tr> </tbody> </table>		特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計	集団 健診	2,985	1,229	4,214	医療 機関 健診	381	213	594	情報 提供	36	-	36	計	3,402	1,442	4,844	<p>7月より40歳~74歳の国民健康 保険被保険者に対する特定健康診査 を実施しています。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査を 集団(保健センター・たつのこア リーナ・総合福祉センター)及び医 療機関(茨城県医師会, 龍ヶ崎市医 師会加入医療機関)で実施しまし た。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止 のため, 3密を避ける観点から, 集 団健診の受付時間や実施場所の変更 点について必要に応じてハガキなど で通知しました。</p> <p>【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="1330 946 1706 1297"> <thead> <tr> <th></th> <th>特定 健康 診査</th> <th>高齢者 健康診 査</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>集団 健診</td> <td>1,792</td> <td>804</td> <td>2,596</td> </tr> <tr> <td>医療 機関 健診</td> <td>682</td> <td>273</td> <td>955</td> </tr> <tr> <td>情報 提供</td> <td>74</td> <td>-</td> <td>74</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>2,548</td> <td>1,077</td> <td>2,548</td> </tr> </tbody> </table>		特定 健康 診査	高齢者 健康診 査	計	集団 健診	1,792	804	2,596	医療 機関 健診	682	273	955	情報 提供	74	-	74	計	2,548	1,077	2,548	<p>6月より40歳~74歳の国民健康 保険被保険者に対する特定健康診査 を実施しています。</p> <p>特定健康診査・高齢者健康診査を 集団(保健センター・たつのこア リーナ・総合福祉センター)及び医 療機関(茨城県医師会, 龍ヶ崎市医 師会加入医療機関)で実施していま す。</p> <p>今年度より, サプラスクエア サ プラで新たに集団健診を行いました 。</p> <p>【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="1744 898 2121 1249"> <thead> <tr> <th></th> <th>特定 健康 診査</th> <th>高齢者 健康診 査</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>集団 健診</td> <td>2,094</td> <td>838</td> <td>2,932</td> </tr> <tr> <td>医療 機関 健診</td> <td>317</td> <td>191</td> <td>508</td> </tr> <tr> <td>情報 提供</td> <td>35</td> <td>-</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>2,446</td> <td>1,029</td> <td>3,475</td> </tr> </tbody> </table>		特定 健康 診査	高齢者 健康診 査	計	集団 健診	2,094	838	2,932	医療 機関 健診	317	191	508	情報 提供	35	-	35	計	2,446	1,029	3,475
	特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計																																																																																																					
集団健 診	2,872	931	3,803																																																																																																					
医療機 関健診	368	224	592																																																																																																					
情報提 供	35	-	35																																																																																																					
計	3,275	1,155	4,430																																																																																																					
	特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計																																																																																																					
集団 健診	3,216	1,152	4,368																																																																																																					
医療 機関 健診	392	197	579																																																																																																					
情報 提供	16	-	16																																																																																																					
計	3,624	1,349	4,993																																																																																																					
	特定 健康 診査	高齢 者 健康 診査	計																																																																																																					
集団 健診	2,985	1,229	4,214																																																																																																					
医療 機関 健診	381	213	594																																																																																																					
情報 提供	36	-	36																																																																																																					
計	3,402	1,442	4,844																																																																																																					
	特定 健康 診査	高齢者 健康診 査	計																																																																																																					
集団 健診	1,792	804	2,596																																																																																																					
医療 機関 健診	682	273	955																																																																																																					
情報 提供	74	-	74																																																																																																					
計	2,548	1,077	2,548																																																																																																					
	特定 健康 診査	高齢者 健康診 査	計																																																																																																					
集団 健診	2,094	838	2,932																																																																																																					
医療 機関 健診	317	191	508																																																																																																					
情報 提供	35	-	35																																																																																																					
計	2,446	1,029	3,475																																																																																																					

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
8・健康診査結果説明会の実施(個別健康相談実施) 特定保健指導等の実施				【健康増進課】
<p>移動健康相談と一緒に健診結果説明会を城ノ内・松葉コミュニティセンターの2か所で実施しました。</p> <p>特定保健指導は、対象に応じて土日や夜間時間にも実施しました。</p>	<p>移動健康相談を馴柴コミュニティセンター、長山コミュニティセンターの2か所で実施しました。</p> <p>移動健康相談実施者数：14名</p> <p>特定保健指導は、対象者に応じて土日や夜間時間にも実施しました。</p> <p>土日の特定保健指導者数：15名</p>	<p>移動健康相談を松葉・八原コミュニティセンターの2か所で実施しました。</p> <p>移動健康相談実施者数：6名</p> <p>特定保健指導は、対象者が利用しやすいように土日や夜間時間にも実施しました。</p> <p>土日の特定保健指導者数：17名</p>	<p>今年度は移動健康相談というかたちではなく、相談があった方に面接・訪問等で随時対応しました。</p> <p>健康相談日以外の健康相談実施者：60名</p> <p>特定保健指導は、対象者の生活に合わせて、土日に実施しました。</p> <p>土日の特定保健指導者数：16名</p>	<p>今年度も移動健康相談という形ではなく、相談があった方に面接・訪問等で随時対応しています。</p> <p>肥満は糖尿病発症の最大のリスク要因となるため、特定保健指導において、適正な体重管理のためのアドバイスを実施しています。対象者の生活に合わせ、栄養士・保健師が個別に栄養指導、運動指導を行っています。</p>

⑥生活習慣病，メタボリックシンドローム予防に関する知識の普及

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
9・児童生徒の健康に関する知識の普及啓発				【指導課・教育総務課】
<p>バランスよく栄養摂取できる学校給食の提供により、児童生徒の健康増進と体力の向上を目指しました。</p> <p>発達段階に応じた食に関する正しい知識と望ましい食習慣の育成に関する情報提供を推進しました。</p> <p>学校で健康診断を実施し、疾病の早期発見・早期治療を推進しました。</p>	<p>バランスよく栄養摂取できる学校給食の提供と体力アップ推進プランに基づいた各校の取組により、児童生徒の健康増進と体力の向上を目指しました。</p> <p>発達段階に応じた食に関する正しい知識と望ましい食習慣の育成に関する情報提供を推進しました。</p> <p>学校で健康診断を実施し、疾病の</p>	<p>バランスよく栄養摂取できる学校給食の提供と体力アップ推進プランに基づいた各校の取組により、児童生徒の健康増進と体力の向上を目指しました。</p> <p>保健の授業では、栄養教諭や養護教諭の指導のもと、生活習慣病について学習し、望ましい食生活習慣や生活習慣病の予防法について学びま</p>	<p>感染症対策を行いながら、現在まで栄養教諭や養護教諭による専門的知識を生かした食に関する指導を行い、児童生徒の望ましい食生活習慣を形成、生活習慣病の予防に努めました。</p> <p>学校訪問を通して健康診断結果を確認し、疾病の早期発見、治療勧告、受診完了報告の状況確認を行い</p>	<p>栄養教諭による専門的知識を生かした食に関する指導を行い、児童生徒の望ましい食生活習慣を形成、生活習慣病の予防に努めました。今年度は14校が市内の栄養教諭を講師として招聘し、対面での授業を実施しました。3つの学校は養護教諭がチーム・ティーチングとして授業に参加しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>早期発見，早期治療を推進しました。</p> <p>児童生徒の現状分析，評価を行い，対象者及び内容について「ヘルシースクール（小児生活習慣病）」【新規事業】の企画書を作成しました。</p>	<p>した。</p> <p>発達段階に応じた食に関する正しい知識と望ましい食習慣の育成に関する情報提供を推進しました。</p> <p>学校で健康診断を実施し，疾病の早期発見，早期治療を推進しました。</p>	<p>ました。</p> <p>今年度は新型コロナウイルス感染状況から健康診断等が遅れましたが，全校無事終了できました。</p>	<p>学校訪問を通して健康診断結果を確認し，疾病の早期発見，治療勧告，受診完了報告の状況確認を行いました。</p>
<p>10・各種健康教育の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域や職域からの依頼による健康教育・出前講座の実施 ・市広報紙，ポスター，チラシ，市公式ホームページ等を利用した普及活動 ・食生活改善推進員による料理教室等の委託事業の実施 ・地元企業を通してのチラシ配布 				<p>【健康増進課】</p>
<p>ヘルス講演会を4回開催し，（肺がん・食生活・脳卒中・糖尿病腎臓病）合計385名の市民が参加しました。</p> <p>食生活改善推進員による料理講習会を12回，生活習慣病予防のための減塩スキルアップ事業1回を開催し，主食・主菜・副菜のバランスのとれたメニューの紹介や，無理なく減塩するためのポイントを紹介しました。</p> <p>・参加者合計：111名</p>	<p>ヘルス講演会を6回開催しました。</p> <p>ヘルス講演会 「胃がんについて」：37名 「薬について」：56名 「おとなの眼について」：47名 「こどもの花粉症」：20名 「糖尿病」：78名 「COPD」：47名</p> <p>6月の糖尿病講演会では，HbA1c6.5%以上の方を対象とした講演会を実施しました。</p> <p>参加者数：60名</p> <p>また，市広報紙8月号に講演会の内容を掲載しました。</p> <p>12月に糖尿病について（飯野クリニック 小林和人先生），平成31年2月には，市広報紙に糖尿病講演会の内容を掲載しました。</p> <p>糖尿病重症化予防に向けた連絡会議を内科医，歯科医，眼科医の参加のもと平成31年1月28日に実施しました。</p> <p>食生活改善推進員による料理講習</p>	<p>ヘルス講演会を5回開催しました。（新型コロナウイルス感染症拡大防止のため3月は中止）</p> <p>「喫煙の害と禁煙について」：11名 「糖尿病の食事について」：81名 「動脈瘤 静脈瘤について」：103名 「小児の生活習慣病について」：12名 「大腸がんについて」：75名</p> <p>7月・11月に糖尿病重症化予防のために，前年度の健診結果（ヘモグロビンA1c6.5%以上とヘモグロビンA1c6.0～6.4%）をもとに，対象者に通知を出し，糖尿病専門医による講演会を実施しました。参加者数：124名</p> <p>糖尿病重症化予防連絡会議を9月に実施し，糖尿病連携手帳活用等について協議しました。</p> <p>11月14日の世界糖尿病デーに合わせ，市広報紙に糖尿病連携手帳についての記事を掲載しました。</p> <p>健診結果が以下の方々に対して保</p>	<p>ヘルス講演会を3回開催しました。（新型コロナウイルス感染症拡大防止のため6，11，1月は中止）</p> <p>8月「子どもの眼について」：20名 9月「胃の病気について」：16名 10月「乳がんについて」：15名</p> <p>実施したヘルス講演会は，感染症対策として完全予約制とし，参加者はマスクの着用，検温と手指消毒，会場は換気を行いながら実施しました。</p> <p>前年度の健診結果がヘモグロビンA1c6.5%以上及びヘモグロビンA1c6.0～6.4%の方を対象とした糖尿病重症化予防講演会を予定していましたが，新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。対象の方には，血糖改善や合併症予防に関するリーフレットを送付しました。</p> <p>9月に糖尿病重症化予防連絡会議を実施し，糖尿病専門医，眼科医，歯科医との情報共有と，糖尿病連携</p>	<p>ヘルス講演会を，新型コロナウイルス感染防止対策を行いながら2回開催します。</p> <p>6月「目の成人病について」：中止 8月「子どもの便秘について」：11名 3月「聴こえについて」</p> <p>6月に予定していたヘルス講演会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止しました。</p> <p>8月の講演会は感染予防の観点から，少人数の予約制で実施。</p> <p>糖尿病重症化予防の取り組みとして，11月と12月のりゅうほーに記事を掲載しました。</p> <p>11月糖尿病連携手帳の活用について12月糖尿病と歯周病の関連について</p> <p>前年度の健診結果がヘモグロビンA1c6.5%以上及びヘモグロビンA1c6.0～6.4%の方を対象とした，糖尿病重症化予防講演会を予定していましたが，新型コロナウイルス感染</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>会等や新たに商業施設での食育活動を2回実施しました。</p> <p>健診結果が以下の方々に対して保健師・管理栄養士による電話や訪問での受診勧奨及び保健指導を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HbA1c6.5～6.9の未受診の方 ・HbA1c7.0～7.9で未治療の74歳までの方 ・HbA1c8.0以上の方（年齢制限なし） ・LDL-c180以上の74歳までの方 ・Ⅱ度高血圧（160/100）以上で74歳までの方 <p>また、以下の方々には、健診結果に資料を同封し、受診勧奨を行いました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HbA1c6.0以上の方 ・LDL-c160～179で74歳までの方 ・Ⅰ度高血圧（140/90）以上の方 	<p>健師・管理栄養士による電話や訪問での受診勧奨及び保健指導を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HbA1c6.5～6.9の未受診の69歳までの方 ・HbA1c7.0～7.9で未治療の74歳までの方 ・HbA1c8.0以上の方（年齢制限なし） ・LDL-c180以上の74歳までの方 ・Ⅱ度高血圧（160/100）以上で74歳までの方 <p>また、以下の方々には、健診結果に資料を同封し、受診勧奨を行いました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・LDL-c160～179で74歳までの方 ・Ⅰ度高血圧（140/90）、中性脂肪300以上、LDL140～159、尿酸8～8.9の方 <p>保健指導者数：1,292名</p>	<p>手帳を普及するための計画について協議しました。</p> <p>10月に糖尿病の未治療者または中断者に対して、受診勧奨通知を送付しました。</p> <p>11月に市広報紙にて糖尿病についての記事を掲載しました。糖尿病予防のためのポイントとともに、新型コロナウイルス感染症重症化予防のために血糖コントロールが重要であることや、糖尿病連携手帳活用について周知しました。</p> <p>健診結果が以下の方々に対して保健師・管理栄養士による電話や訪問での受診勧奨及び保健指導を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HbA1c6.5～6.9（69歳以下の未受診者） ・HbA1c7.0～7.9（74歳以下の未治療者） ・HbA1c8.0以上（年齢制限なし） ・LDL-c180以上（74歳以下） ・Ⅱ度高血圧（160/100）以上（74歳以下） <p>また、以下の方々には、健診結果に資料を同封し、受診勧奨を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・LDL-c160～179（74歳以下） ・Ⅰ度高血圧（140/90）、中性脂肪300以上、LDL140～159、尿酸7.1～8.9（69歳以下） <p>保健指導者数：623名</p>	<p>症感染拡大防止のため中止しました。そのため今後は、上記の対象者に糖尿病重症化予防のためのリーフレットを郵送する予定です。</p> <p>糖尿病の未治療者または治療中断者に対し、糖尿病の重症化を防ぐために、受診勧奨通知を送付しました。</p> <p>受診勧奨通知者数 未治療者：29名 治療中断者：16名</p> <p>糖尿病重症化予防連絡会議を実施し、糖尿病専門医・眼科医・歯科医・薬剤師の立場から糖尿病連携手帳の普及に向けて、ご意見を伺いました。今後は、糖尿病連携手帳の普及のためのポスターやリーフレットを医療機関や薬局に設置し、医師や薬剤師等と連携を図りながら、糖尿病重症化予防に取り組んでまいります。</p>

取り組み分野 重点目標 成果指標	(4) がん													
	・ がんの死亡者を減らす													
	目標値（令和3年度）（2021年度）					実績					(%)			
						H29 (2017年)		H30 (2018年)		令和元 (2019年)		令和2 (2020年)		令和3 (2021年)
	①胃がん検診受診率					男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
	40～64歳 男性 16.4% 女性 12.2%					13.6	10.5	12.0	9.8	9.3	7.6	6.3	4.4	
	65～74歳 男性 18.6% 女性 14.1%					11.9	8.2	11.6	7.8	9.8	6.3	7.2	4.5	
	②肺がん検診受診率					20.2	17.9	21.4	18.2	18.6	15.6	11.3	10.5	
	40～64歳 男性 23.0% 女性 20.3%					24.0	24.6	27.0	26.7	24.5	25.3	16.7	15.1	
65～74歳 男性 37.4% 女性 36.6%														
③大腸がん検診受診率					21.0	20.7	19.3	19.4	16.7	16.4	12.4	11.7		
40～64歳 男性 27.0% 女性 20.3%					19.3	19.7	19.6	19.2	17.4	18.7	13.7	12.9		
65～74歳 男性 28.4% 女性 26.8%														
④乳がん検診受診率					42.0	10.3	42.0	10.3	37.4	12.2	35.9	6.7		
40～64歳 35.1% 65～74歳 13.7%														
⑤子宮頸がん検診受診率						13.3		12.3		7.0		9.1		
20歳代 19.5%						37.9		36.6		26.9		22.7		
30歳代 35.3%						36.0		35.4		31.8		32.0		
40～64歳 29.8%						14.2		12.9		13.6		11.9		
65～74歳 17.1%														
⑥要精密検査受診率						89.2		91.7		92.4		84.1		
胃がん検診： 88.3%						87.1		92.6		88.3		93.1		
肺がん検診： 84.3%						78.8		84.5		77.9		84.4		
大腸がん検診： 77.9%						87.3		88.4		93.3		84.2		
乳がん検診： 91.5%						78.6		97.6		86.2		83.0		
子宮頸がん検診： 81.2%														
⑦標準化死亡比					男性：0.95		男性：0.95		男性：0.97		男性：0.97			
現状維持					女性：1.03		女性：1.01		女性：0.99		女性：1.00			

具体的取り組み

①がんと生活習慣病との関係性の周知

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>1. がん予防推進員への研修会実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん予防推進員による「がん予防チラシ」の配布 ・市広報紙, 市公式ホームページ等の活用 ・健康診査結果説明会の有効活用 <p style="text-align: right;">【健康増進課】</p>				
<p>がん予防推進員の中央研修会を6月に実施しました。 参加者：18名 チラシ「肺がん」を作成し、がん予防推進員に配布を依頼しました。 市広報誌に、「がん」についての記事を掲載しました。</p>	<p>がん予防推進員の中央研修会を、6月に実施しました。 その中で、市の新規事業（胃がん医療機関健診）等について説明するとともに、チラシの配布等を通して市民への健診受診勧奨を依頼しました。 研修会欠席者には、郵送等でチラシの配布を依頼しました。 参加者：17名（推進員数：50名） ヘルス講演会「胃がんについて」（講師：龍ヶ崎済生会病院消化器内科佐藤巳喜夫先生）を6月4日（木）に実施しました。 参加者：47名 市公式ホームページに各がん検診のお知らせを掲載し、受診勧奨をしました。</p>	<p>がん予防推進員の中央研修会を、6月に実施しました。がん検診やがん予防に関する知識を深めるとともに、チラシの配布等を通して市民への健診受診勧奨を依頼しました。 内容： ・市が実施するがん検診について ・がん予防推進員によるがん体験談 ・乳がんセルフチェックデモンストレーション（講師：看護学生） 研修会欠席者には、郵送等でチラシの配布を依頼しました。 参加者：19名（推進員数：55名） 6月26日の婦人科検診において、看護学生による乳がんセルフチェックデモンストレーションを実施し、がん検診を定期的に受けると同時にセルフチェックを実施する重要性とその方法について説明しました。 市公式ホームページ、市広報紙に各がん検診のお知らせを掲載し、受診勧奨をしました。</p>	<p>例年実施している、がん予防推進員の中央研修会については、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止としました。 その際、がん検診が7月から実施予定の周知用チラシを作成し、推進員の通知に同封しました。 県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会は中止となりました。 がんの集団健診の予約人数が制限されたことに伴い、できるだけ予約可能日時等を分かりやすく情報提供できるよう、随時メール配信や市公式ホームページの更新を行い、より丁寧な電話対応による健診予約の促しを図りました。</p>	<p>がん予防推進員研修会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止としました。 令和2年度は新型コロナウイルスの影響もあり、特定健診と同時に受けていたがん検診（胃がん、肺がん、大腸がん）も受診者が減少となったため、令和3年度は、訪問し受診勧奨を実施しました。 龍ヶ崎西地区：133名 川原代地区：89名</p>

②がん検診の必要性の周知

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>2・がん予防推進員への研修会実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん予防推進員による検診普及啓発のための「がん検診受診勧奨チラシ」の配布 ・市広報紙，市公式ホームページの活用 ・国民健康保険，後期高齢者医療保険加入者への受診勧奨用チラシの同封 ・成人式において子宮頸がん検診のパンフレット配布 ・がん検診チラシの全戸配布 ・働く世代（地元企業）へのチラシ配布 <p style="text-align: right;">【健康増進課】</p>				
<p>がん予防推進員の中央研修会を6月に実施しました。また、H30年1月25日つくば市で開催された「がん予防推進員養成講座」に推進員と広報紙で募集した市民が参加しました。</p> <p>チラシ「肺がん」を作成し，がん予防推進員に配布を依頼しました。市広報紙にがんについての記事を掲載しました。</p> <p>国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者へ受診勧奨用チラシを同封しました。</p> <p>がん検診チラシを回覧板で配布するとともに，医療機関に設置しました。</p> <p>成人式において，子宮頸がん検診のパンフレットを配布しました。</p>	<p>現会員向けに6月に研修会を開催しました。「胃がん医療機関健診」についての説明，意見交換会を実施しました。</p> <p>参加者17名（推進員：50名） 県主催のがん予防推進員養成講座に9名の方が参加しました。</p> <p>市民の参加を増やすために，市広報紙などで参加者を募集しました。（市広報紙10月号に掲載）</p> <p>市公式ホームページに各がん検診のお知らせを掲載し，受診勧奨をしました。</p> <p>成人式で子宮頸がん検診のパンフレットを配布しました。</p>	<p>現会員向けに6月に研修会を開催し市で実施するがん検診について説明しました。</p> <p>参加者：19名（推進員数：55名） 県主催のがん予防推進員養成講座に3名の方が参加しました。市民の参加を増やすために，市広報紙にて参加者を募集しました。</p> <p>市公式ホームページに各がん検診のお知らせを掲載し，受診勧奨をしました。</p> <p>大腸がん検診の未受診者勧奨通知を過去5年間で一度でも大腸がん検診を受けた国民健康保険加入者以外の未受診者に送付し，勧奨しました。勧奨者数：2,481名</p>	<p>例年実施している，がん予防推進員の中央研修会については，新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止としました。</p> <p>その際，がん検診が7月から実施予定の周知用チラシを作成し，推進員の通知に同封しました。</p> <p>県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会は中止。</p> <p>広報紙にてがん検診の周知を行い，市公式ホームページ，市広報紙に各がん検診のお知らせを掲載し，受診勧奨を行いました。</p> <p>国民健康保険，後期高齢者医療保険加入者への健康診査受診券郵送時にがん検診の受診勧奨用チラシを同封しました。</p>	<p>がん予防推進員の中央研修会については，新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止としました。</p> <p>国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者へ受診勧奨用チラシを同封しました。</p> <p>市公式ホームページに各がん検診のお知らせを掲載しています。</p> <p>市内の商業施設等（イトーヨーカ堂）へ検診ポスター掲示やチラシの設置を行いました。</p>

③がん予防啓発のための講座等の実施

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>3・ がんに関する講演会の実施 【健康増進課】</p>				
<p>肺がんについての講演会を実施しました。</p> <p>平成29年6月1日(木) 「肺がんについて」 講師：龍ヶ崎済生会病院 呼吸器内科部長 宮崎邦彦 先生</p>	<p>下記のとおり講演会を実施しました。</p> <p>平成30年6月4日(木) 「胃がんについて」 講師：龍ヶ崎済生会病院 消化器内科 佐藤巳喜夫 先生 参加者：47名</p>	<p>下記のとおり講演会を実施しました。</p> <p>令和元年12月11日(水) 「便秘と検診と大腸がんについて」 講師：龍ヶ崎済生会病院 消化器内科 佐藤巳喜夫先生 参加者：83名</p> <p>同日に大腸がんクイズラリーをがん予防推進員8名の協力のもと実施し、知識の普及と大腸がん検診受診勧奨をしました。</p>	<p>下記のとおり講演会を実施しました。</p> <p>令和2年9月10日(木) 「胃の病気について」 講師：斎藤クリニック 院長：斎藤 隆晴 先生 参加者：16名</p> <p>令和2年10月8日(木) 「乳がんについて」 講師：牛尾病院 外科部長 田中 秀行 先生 参加者：15名</p>	<p>がんに関する講演会は今年度実施していません。</p>

④がん検診受診率向上への取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>4・胃がん、乳がん、子宮頸がん、大腸がん検診無料クーポン事業の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・利用しやすい検診体制の整備 ・未受診者への受診勧奨通知 ・乳幼児健康診査時や健康教室での婦人科検診の受診勧奨 ・市広報紙，市ホームページ等の活用 ・市内医療機関へのチラシ設置依頼 <p style="text-align: right;">【健康増進課】</p>				
<p>6月上旬，対象者へがん検診無料クーポン券を郵送し周知しました。また，土日に検診を実施し，土日しか休みのない方も検診が受けられるようにしています。</p> <p>また，大腸がん検診未受診者・子宮頸がん検診・乳がん検診無料クーポン対象者（子宮頸がん検診は21歳の方，乳がん検診は41歳の方）のうち，未受診者へ勧奨通知を送り，受診を呼びかけました。</p> <p>婦人科検診では，お子さんの預かり保育を実施しました。（2回実施：10名利用）</p> <p>市内医療機関へがん検診チラシの設置を依頼しました。</p>	<p>6月上旬に，対象者へがん検診無料クーポン券を郵送しました。</p> <p>クーポン発送者数 子宮がん：1,950通 乳がん：2,642通 胃がん：1,058通 大腸がん：5,343通</p> <p>11月に未受診者に対して受診勧奨通知を下記の対象者に実施しました。</p> <p>41歳：乳がん・子宮がん（447通），21歳：子宮がん（401通）未受診者勧奨通知を送付し，未受診者の方がどうして検診を受けないのか理由を知るために，アンケートはがきを勧奨通知に同封しました。</p> <p>はがき回収：18枚</p> <p>胃がん検診未受診者に対して，受診勧奨を11月に実施しました。</p> <p>対象：2,196通</p> <p>肺がん・大腸がん検診未受診者に対して対象地区を決め，検診日近くにハガキによる受診勧奨を行いました。（9月）</p> <p>北文間地区 国保：613通 後期高齢：415通 龍ヶ崎西地区 国保：1,213通 後期高齢：918通</p>	<p>婦人科検診において，保育を実施（年に3回）するとともに，土日の健診等，がん検診をうけやすい環境整備を行いました。</p> <p>保育利用者：14名</p> <p>回覧板にて，各地区コミュニティセンター健診日に合わせた回覧による周知を行い，特定健診とともに肺がん・大腸がん検診の受診勧奨をしました。</p> <p>5月下旬に，対象者へがん検診無料クーポン券を送付しました。</p> <p>クーポン発送者数 子宮がん：383通 乳がん：456通 胃がん：509通 大腸がん：4,398通</p> <p>国民健康保険加入者，後期高齢者健康保険加入者へ特定健康診査・高齢者健診の案内とがん検診の案内を5月下旬に送付しました。</p> <p>大腸がん検診未受診者に対して，受診勧奨通知を10月に発送しました。</p> <p>市内の医療機関・商業施設等（飲食店，イトーヨーカ堂）へ検診ポスター掲示やチラシの設置を依頼しました。</p> <p>3～4か月児健診，1歳6か月児</p>	<p>平日の婦人科検診がお子さん連れの方でも利用しやすいよう，保護者が検診バスに乗っている間，お子様をお預かりしました。</p> <p>乳幼児健康診査に来所した母親に対して各種健康診査の案内を行いました。</p> <p>国民健康保険被保険者，後期高齢者医療被保険者へ特定健康診査・高齢者健診の案内とがん検診の案内を6月下旬に送付しました。</p> <p>市内の医療機関・商業施設等（飲食店，イトーヨーカ堂）に検診ポスター掲示やチラシの設置を行いました。</p> <p>市村乳がん検診の未受診者勧奨通知を過去3年間で一度でも乳がん検診を受けた国民健康保険加入者以外の未受診者（64歳以下）に送付し，勧奨しました。勧奨者数：870名</p>	<p>5月下旬，対象者へがん検診無料クーポン券を郵送しました。</p> <p>子育て中の方が婦人科検診を受診しやすいよう，保護者が検診バスに乗っている間，お子様をお預かりします。また，働いている方が受診しやすいように特定健診・婦人科健診等では，土日健診日をそれぞれ設定しています。</p> <p>国民健康保険被保険者，後期高齢者医療被保険者へ特定健康診査・高齢者健診の案内とがん検診の案内を5月下旬に送付しました。</p> <p>今年度，新しくサプラスクエアサプラで一般健診（予約制）を実施します。</p>

	<p>その結果全体の受診率が5～6割増加しました。</p> <p>指針の変更に伴い、平成30年度より50歳以上の方で偶数年齢の方を対象に新規事業で胃がん医療機関検診（内視鏡検査：50名）や胃がんリスク検査を開始しました。</p> <p>特に、胃がん検診の勧奨を重点的に実施しました。また、乳幼児健康診査の通知に婦人科がん検診の案内通知を同封し、受診勧奨を実施しました。</p> <p>婦人科検診での、お子さんの預かり保育を3回実施しました。（10人定員）</p> <p>8月：11名 9月：9名 3月：8名 保育実施</p> <p>3～4か月児健診，1歳6か月児健診，3歳5か月児健診にて，母親に婦人科検診の受診券を配布しました。</p> <p>市内の医療機関・商業施設等（飲食店，理容室，イトーヨーカ堂）へ検診ポスター掲示やチラシの設置を依頼しました。</p>	<p>健診，3歳5か月児健診にて，母親に婦人科検診の受診券を配布し受診勧奨しました。</p>		
--	---	--	--	--

⑤がん検診要精密受診率の向上

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
5・要精密検査対象者へのパンフレット配布 ・個別通知や電話による受診勧奨 【健康増進課】				
がん検診精密検査対象のうち、未受診者へ個別通知や電話による受診勧奨を実施しました。	要精密検査対象者へは個人通知とともに必要に応じてパンフレットを同封し、受診勧奨しました。 勧奨しても未受診者の方に対しては、電話や再通知による勧奨をしました。	要精密検査対象者への個人通知とともに、茨城県登録医療機関の案内文を同封し、受診勧奨しました。 また、個人通知の内容を見直し、7月からは新しい勧奨通知を送付しました。 県のがん検診推進協議会ワーキンググループ会議に参加し、大腸がん検診精密検査受診率向上に向け、研究しました。	要精密検査対象者への個人通知とともに、茨城県登録医療機関の案内文を同封し、受診勧奨を行いました。 3か月程度を目途に受診の状況が確認できない未受診者へは再度受診勧奨を行いました。	要精密検査対象者への個人通知とともに、茨城県登録医療機関の案内文を同封し、受診勧奨しています。

基本方針 2 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

取り組み分野 重点目標 成果指標	(1) こころの健康					
	自殺による死亡者をなくす					
	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	①産後アンケート調査で9点以上だった人の割合 10.0%	8.5%	5.7%	6.1%	4.5%	/
②困った時に相談できる人がいない児童生徒の割合 小学6年生：4.0% 中学3年生：4.0%	—	—	—	—		
③最近1か月の間に、ストレスやイライラを感じたことがある者の割合 60.0%	—	—	—	—		
④自殺者数 0名	7名	11名	7名	(暫定値) 14名		

具体的取り組み

①こころと体の悩みの相談体制を充実するための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施				【健康増進課】
<p>妊婦に対しては、子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠届出時の心理状況に対するアンケートの内容を基に状況を確認しました。</p> <p>全妊婦に対して、妊娠後期に電話で状況を確認し、相談に応じるとともに、支援が必要な妊婦に対しては、ケアプランに沿って適宜電話や訪問にて介入し、きめ細やかな支援につなげました。</p> <p>妊娠8か月時電話訪問延件数：502件 要支援妊婦電話訪問延件数：765件 要支援妊婦訪問指導延件数：17件</p>	<p>子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しました。</p> <p>なお、支援が必要な妊婦に対しては、ケアプランに沿って関係各課や関係機関等と連携を図りながらきめ細やかな支援につなげました。</p> <p>妊娠8か月時電話訪問等（リスク無）延件数：495件 要支援妊婦電話訪問延件数：594件 要支援妊婦訪問指導延件数：32件</p> <p>不在等で電話や訪問で直接お話しできなかった場合には、手紙を出すことで100%のフォローを実施しました。</p>	<p>子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しました。</p> <p>また、妊娠届出の際に、子育て世代包括支援センターの役割、出産後のフォロー体制や相談窓口をまとめた資料を配布し妊娠期から子育てを通して支援していくことを周知しました。</p> <p>今年度からは、プレパパ教室の中で産後うつ、マタニティブルーへの家族でできる予防方法や早期発見方法について講話しました。</p> <p>妊娠8か月時電話訪問等（リスク無）延件数：524件 要支援妊婦電話訪問延件数：609件 要支援妊婦訪問指導延件数：16件</p> <p>不在等で電話や訪問で直接お話しできなかった場合には、手紙を出すことで100%のフォローを実施しました。</p>	<p>子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しました。</p> <p>また、妊娠届出の際に、子育て世代包括支援センターの役割、出産後のフォロー体制や相談窓口をまとめた資料を配布し妊娠期から子育てを通して支援していくことを周知しました。</p> <p>プレパパ教室の中で産後うつ、マタニティブルーへの家族でできる予防方法や早期発見方法についてお伝えしました。</p> <p>妊娠8か月時電話訪問等（リスク無）延件数：324件 要支援妊婦電話訪問延件数：446件 要支援妊婦訪問指導延件数：24件</p> <p>不在等で電話や訪問で直接お話しできなかった場合には、手紙を出すことで100%のフォローを実施しました。</p>	<p>子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しています。</p> <p>また、妊娠届出の際に、子育て世代包括支援センターの役割、出産後のフォロー体制や相談窓口をまとめた資料を配布し妊娠期から子育てを通して支援していくことを周知しています。</p> <p>プレパパ教室の中で産後うつ、マタニティブルーへの家族でできる予防方法や早期発見方法についてお伝えしています。</p> <p>妊娠8か月時電話訪問等（リスク無）延件数：261件 要支援妊婦電話訪問延件数：217件 要支援妊婦訪問指導延件数：23件</p> <p>不在等で電話や訪問で直接お話しできなかった場合には、手紙を出しています。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・産婦全員に乳児家庭全戸訪問時に「産後アンケート調査」を実施				【健康増進課】
<p>産婦に対しては、赤ちゃん訪問の際に、エジンバラ・子育て質問票を用いて、心身の健康状態を伺い、保健指導を行うとともに、受診が必要な方には、受診勧奨しました。</p> <p>今年度から、産後健診時(2週間・1か月)にもエジンバラ質問票を導入したため、よりきめ細やかに産婦の精神状態の把握ができるようになりました。</p> <p>その上で、フォローが必要な方には医療機関と連携し、産婦へ電話や再訪問等にて継続的に関り、産後の精神状態に寄り添った介入が出来るよう努めています。</p> <p>産婦訪問実件数：473件(延510件)</p>	<p>赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用いて、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しました。</p> <p>なお、エジンバラ9点以上の支援が必要な産婦に対しては、関係機関とタイムリーな情報共有や支援体制を構築するなど産後の精神状態に寄り添った支援をしました。</p> <p>産婦訪問実件数：462件(延594件)</p>	<p>赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用いて、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しました。</p> <p>なお、支援が必要な産婦に対しては、関係機関とタイムリーな情報共有や支援体制を構築するなど産後の精神状態に寄り添った支援をしました。</p> <p>産婦の訴えに応じて、産後ケアの利用を勧め心身共に休息が取れるような事業を実施しております。</p> <p>今年度より、産後ケアでは、上の子預かりの制度化を行い、第2子以降でもサービスが利用できるようにしました。</p> <p>産婦訪問実件数：407件(延451件)</p>	<p>赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用いて、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しました。</p> <p>なお、支援が必要な産婦に対しては、関係機関とタイムリーな情報共有や支援体制を構築するなど産後の精神状態に寄り添った支援をしました。</p> <p>産婦の訴えに応じて、産後ケアの利用を勧め心身共に休息が取れるような事業を実施しました。</p> <p>産後ケアについては、今後1歳までに対象が拡大される予定のため、関係機関と調整しながら事業内容を決定しました。</p> <p>産婦訪問実件数：290件(339件)</p> <p>今年度はコロナの影響で赤ちゃん訪問が中止になった期間があり、電話でフォローしました。</p>	<p>赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用いて、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しています。</p> <p>なお、支援が必要な産婦に対しては、関係機関とタイムリーな情報共有や支援体制を構築するなど産後の精神状態に寄り添った支援をしています。</p> <p>産婦の訴えに応じて、産後ケアの利用を勧め心身共に休息が取れるような事業を実施し、産後ケアについては、対象が産後1年未満に拡大し、訪問型産後ケアを始めました。</p> <p>産婦訪問実件数：188件(延件数：191件)</p> <p>今年度はコロナの影響で赤ちゃん訪問が中止になった期間があり、電話でフォローしました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3・こころと体の悩みや不登校の相談体制の充実				【教育センター】
<p>不登校やいじめ問題など悩みや不安を抱える児童・生徒及びその保護者に対する支援を行うため、教育相談員9名を配置し、それぞれの専門性を生かした相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】3,948回</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○不登校：2,604回 ○集団不適応：36回 ○対人・行動：147回 ○いじめ：95回 ○進路：36回 ○特別支援：435回 ○就学相談：330回 ○その他：143回 <p>また、学校教育相談員（1名）は、主に学校運営や教職員に関する相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】100回</p>	<p>不安や悩みをもつ児童生徒が前向きに学校に登校できるように、学校や保護者との連携を図りながら、教育相談員8名が専門性を活かし相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】5,018回</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○不登校：3,860回 ○集団不適応：96回 ○対人行動：113回 ○いじめ：9回 ○進路：30回 ○特別支援：608回 ○就学相談：181回 ○その他：121回 <p>また、学校教育相談員（1名）は、主に学校運営や教職員に関する相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】227回</p>	<p>不安や悩みをもつ児童生徒が前向きに学校に登校できるように、学校や保護者との連携を図りながら、教育相談員8名が専門性を活かし相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】5,425回</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○不登校：2,629回 ○集団不適応：358回 ○対人行動：111回 ○いじめ：6回 ○進路：67回 ○特別支援：612回 ○就学相談：333回 ○その他：102回 <p>また、学校教育相談員（1名）による学校運営や教職員に関する相談活動やSNSによる相談活動を展開しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校教育相談員による相談・相談回数：327回 ○SNSによる相談（新規事業）・相談等の件数 36件 	<p>不安や悩みをもつ児童生徒が前向きに学校に登校できるように、学校や保護者との連携を図りながら、教育相談員11名が専門性を活かし相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】5,593回</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○不登校：3,985回 ○学校生活・集団不適応：196回 ○対人行動：300回 ○いじめ：72回 ○進路：2回 ○家庭：50回 ○障がい・発達：577回 ○就学相談：315回 ○その他：96回 <p>また、学校教育相談員（1名）による学校運営や教職員に関する相談活動やSNSによる相談活動、日本語が困難な児童生徒に対し日本語指導を展開しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校教育相談員による相談・相談回数：376回 ○SNSによる相談・相談等の件数 43件 ○日本語指導人数 ・児童10名 ・生徒7名 	<p>不安や悩みをもつ児童生徒が前向きに学校に登校できるように、学校や保護者との連携を図りながら、教育相談員11名が専門性を活かし相談活動を展開しました。</p> <p>【相談回数】3,498回</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○不登校：2,697回 ○学校生活・集団不適応：191回 ○対人行動：267回 ○いじめ：11回 ○進路：0回 ○家庭：23回 ○障がい・発達：68回 ○就学相談：203回 ○その他：38回 <p>また、学校教育相談員（1名）による学校運営や教職員に関する相談活動やSNSによる相談活動、日本語が困難な児童生徒に対し日本語指導を展開しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校教育相談員による相談・相談回数：254回 ○SNSによる相談・相談等の件数 10件 ○日本語指導人数 ・児童13名 ・生徒2名 <p>市スクールソーシャルワーカー派遣により、児童生徒及び保護者の生活環境等の相談と環境へのアプローチも含めた支援を行いました。</p> <p>○スクールソーシャルワーカーによる相談回数 ・児童生徒・保護者 327回 ・ケース会議 81回</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
4・うつや精神疾患に関する相談、個別支援				【社会福祉課】
<p>精神保健福祉士を中心に、ご本人やご家族を主な対象として、随時、電話や窓口にて相談に応じ、必要な場合には関係機関等との連携を取りながら訪問を実施しました。</p> <p>また、市作成のガイドブック「龍ヶ崎市の障害福祉サービス」を改定し、他の専門窓口やサービスの紹介を行うなど、社会資源の周知に努めました。</p>	<p>自立支援協議会主催の市民向け精神障がいセミナー「心の病は突然やってくる 病とともに地域で暮らす」を開催しました。当日は、精神保健福祉士を配置し、精神疾患に関する相談窓口も設置しました。</p> <p>日時：6月19日(火) 13時半～15時 場所：馴染コミュニティセンター 参加人数：84名</p> <p>龍ヶ崎市見守りネットワーク協力者、協力団体を対象に「見守り活動と自死予防の推進のために」を開催し、自殺につながる精神疾患の気づき方や声かけの仕方などを学んでもらいました。</p> <p>日時：平成31年2月8日(火) 10時～11時半 場所：龍ヶ崎市文化会館 小ホール 参加人数：65名</p> <p>平成31年3月に自殺対策計画「龍ヶ崎市いのち支える自殺対策計画～生きる喜びを実感できるまち～」を策定しました。</p> <p>精神保健福祉士・社会福祉士・保健師がそれぞれの立場から、本人や家族、近隣住民からの精神疾患に関する相談に電話・窓口で随時対応し、相談内容に応じては、関係機関と連携を取りながら、支援しました。</p> <p>様々な相談に対応できるように、各種精神保健対策関連の研修へ参加しました。</p>	<p>茨城県主催のゲートキーパー指導者養成講座研修会に参加し、希死念慮がある方に対する対応の仕方について学びました。</p> <p>日時：令和元年8月22日 場所：精神保健福祉センター</p> <p>9月の自殺予防週間には、メンタルヘルス相談会を行い、保健師、精神保健福祉士が相談者の悩みに寄り添い、時間をかけて対応することができました。</p> <p>日時：令和元年9月11日(水) 午後1時～4時 場所：中央図書館2階鑑賞室 参加人数：2名</p> <p>日時：令和元年9月12日(木) 午前10時～正午 場所：市役所附属棟2階会議室 参加人数：1名</p> <p>随時、社会福祉課の窓口、電話で精神疾患に関する相談に対応し、必要に応じて他課や関係機関と連携を取り個別支援を行いました。</p> <p>3月の自殺予防月間にメンタルヘルス相談会を企画し、広報で周知をしましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止しました。</p>	<p>9月の自殺予防週間には、メンタルヘルス相談会を行いました。相談者は来所されませんでした。</p> <p>日時：令和2年9月14日(月) 午後1時30分～4時 場所：附属棟1階第会議室</p> <p>傾聴ボランティア31名にゲートキーパー講座を実施し、自殺の危険因子や対応のポイントについての講義を行いました。</p> <p>日時：令和2年11月5日(木) 午後1時30分から3時 場所：附属棟1階会議室</p> <p>随時、社会福祉課の窓口、電話で精神疾患に関する相談に対応し、必要に応じて他課や関係機関と連携を取り個別支援を行いました。</p> <p>様々な相談に対応できるように、各種精神保健対策関連の研修へ参加しました。</p>	<p>9月の自殺予防週間にメンタルヘルス相談会を実施しました。</p> <p>日時：令和3年9月16日(木) 午後1時30分～4時 場所：附属棟1階</p> <p>民生委員の集まりにて、ひきこもりについて講演会を実施しました。</p> <p>日時：令和3年11月10日 午前10時～11時 場所：地域福祉会館</p> <p>随時、社会福祉課の窓口、電話で精神疾患に関する相談に対応し、必要に応じて他課や関係機関と連携を取り個別支援を行いました。</p>

取り組み分野	(2) 高齢者の健康					
重点目標	<ul style="list-style-type: none"> ・社会貢献活動等に参加するなどして、外出の機会を増やす取り組みを行なう。 ・高齢者自らが、自主的、かつ継続的に介護予防に取り組める体制づくり。 					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 元気アップ体操指導員の人数	45名	46名	39名	45名	41名
	① シルバーリハビリ体操指導士数	80名	74名	76名	81名	78名
	② 傾聴ボランティア数	40名	36名	35名	37名	34名
	③ 元気アップ体操延べ参加者数	7,000名	6,858名	7,121名	6,292名	3,106名
	④ いきいきヘルス体操教室延べ参加者数	25,000名	21,982名	19,492名	18,745名	5,841名

具体的取り組み

①社会貢献活動への参加

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1 元気アップ体操指導員中央研修会の開催				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>指導員への支援として、研修会を実施しました。</p> <p>健康運動指導士による研修会を2か月に1回保健センターにて実施しました。元気アップ体操指導員は年間予定に基づき健康運動指導士から筋力トレーニング、有酸素運動など詳細な運動の指導を受けました。</p> <p>全6回 209名参加</p>	<p>元気アップ体操指導員への支援として健康運動指導士による研修会を2か月に1回開催しました。</p> <p>年間予定に基づき健康運動指導士から筋力トレーニングや有酸素運動などの詳細な指導を受けました。</p> <p>全6回 176名参加</p>	<p>元気アップ体操指導員への支援として健康運動指導士による研修会を2か月に1回開催しました。</p> <p>年間予定に基づき健康運動指導士から筋力トレーニングや有酸素運動などの詳細な指導を受けました。</p> <p>全5回 108名参加</p> <p>3月開催予定の研修会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、中止としました。</p>	<p>元気アップ体操指導員への支援として行う健康運動指導士による研修会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から4回（7・9・11・3月）開催し、筋力トレーニングなどの詳細な指導を受けました。</p> <p>108名参加</p>	<p>元気アップ体操指導員への支援として健康運動指導士による研修会を開催しました。</p> <p>開催回数：2回（7月・11月）</p> <p>参加者数；54名</p> <p>新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、5月及び9月の研修会は中止しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・元気アップ体操指導員養成講座の開催				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>指導員を養成し、ボランティアとして各コミュニティセンター等で活動してもらうことを目的に2年に1回養成講座を実施しています。 今年度は11名が新たに指導員になりました。</p>	<p>元気アップ体操指導員養成講座を2年に1回実施しており、平成29年度に開催したため、 次回は平成31年度(2019年)に開催する予定です。</p>	<p>令和元年度元気アップ指導員養成講座を開催しました(10月～12月全10回開催)。 修了人数：10名</p>	<p>元気アップ体操指導員養成講座を2年に1回実施しており、令和元年度に開催したため、次回は令和3年度(2021年)に開催する予定です。</p>	<p>元気アップ体操指導員養成講座を開催しています。(全5回・11月～12月) 前回までとの変更点は、講習を全5回としたことです。(1回の講習が半日から1日となりました。) 受講人数：3名</p>
3・シルバーリハビリ体操指導士養成講座の開催				【健幸長寿課】
<p>シルバーリハビリ体操指導士養成は、1級指導士4名が講師となり、3級指導士養成講座を開催しました。講座修了後、6名の方が指導士会に入会しました。 (シルバーリハビリ体操指導士会員数：74名)</p>	<p>シルバーリハビリ体操指導士養成は、1級指導士3名が講師となり、3級指導士養成講座を開催しました。 講座終了後、6名の方が指導士会に入会しました。 (シルバーリハビリ体操指導士会員数：76名)</p>	<p>令和元年度3級指導士養成講座を開催しました。 講座終了後、4名の方が指導士会に入会しました。 (シルバーリハビリ体操指導士会員数81名)</p>	<p>1級シルバーリハビリ体操指導士養成講座が開催され、4名の指導士が受講をしましたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、県立健康プラザ会場の実習が中止となりました。プラザでの実習が再開次第、受講再開予定です。 令和2年度3級指導士養成講座を開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、中止となりました。来年度秋以降に実施予定です。</p>	<p>1級養成講座の実習が再開し、3名の指導士が受講修了しました。4名受講していましたが、1名体調不良により、受講中断となり、修了者は3名となりました。 3級指導士養成講座は、上記の新1級指導士3名が講師となり、10月に開催しました。(全5日間) 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、1日目をWeb開催としました。 講座終了後、3名の方が指導士会に入会しました。 (シルバーリハビリ体操指導士会員数：69名)</p>

②自主的、かつ継続的に介護予防に取り組む体制づくり

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
4・健康ウォーキング講座				【健幸長寿課】
<p>効果的なウォーキングの方法についての講話やポールウォーキングの実践を通して、有酸素運動の効果について啓発しました。てくてくロードの普及を目的にコースを選定し、参加者に周知しました。</p> <p>また、ウォーキング後はコミュニティセンターで押印したスタンプカードを配布し、動機づけを図りました。</p> <p>[第1回] 開催回数4回 参加者実人数 26名 参加者 延人数 96名</p> <p>[第2回] 開催回数3回 参加者実人数 22名 参加者 延人数 58名</p> <p>[第3回] 開催回数5回 参加者実人数 22名 参加者 延人数 89名</p>	<p>効果的なウォーキング方法についての講話やポールウォーキングの実践を通して、有酸素運動の効果について啓発しました。講座時に、健幸マイレージ事業についての説明を行い、ウォーキングに対する動機づけを図りました。</p> <p>[第1回(5月～6月)] 開催回数4回 参加者実人数 25名 参加者延人数 78名</p> <p>[第2回(10月～11月)] 開催回数5回 参加者実人数 22名 参加者延人数 83名</p> <p>[第3回(平成31年2月～3月)] 開催回数5回 参加者実人数 18名 参加者延人数 82名</p>	<p>名称を「健康ウォーキング講座」から「健幸ウォーキング講座」と変更し、5回1コースを年3回開催しました(第2回まで実施)。</p> <p>正しいウォーキング方法の講話や体力測定、市内てくてくロード等のコースをポールウォーキングしました。</p> <p>また、講座開催時に、当課で行っている健幸マイレージ事業の説明を行い、ウォーキングを通しての健康づくりに対する動機づけを図りました。</p> <p>[第1回(5月～6月)] 開催回数5回 参加者実人数 26名 参加者延人数 87名</p> <p>[第2回(10月～11月)] 開催回数5回 参加者実人数 33名 参加者延人数 116名</p> <p>[第3回(1月～2月)] 開催回数3回 参加者実人数 36名 参加者延人数 90名</p> <p>第3回の講座は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、2回は中止としました。</p>	<p>今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、全講座を中止としました。</p>	<p>「健幸ウォーキング講座」を5月～6月に開催しました。(全4回)全5回予定でしたが、雨天により1回中止となりました。</p> <p>今年度は、令和4年2月～3月頃に、もう1クール開催予定です。</p> <p>参加実人数：9名 参加延人数：30名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
5・思い出を語ろうかい				【健幸長寿課】
<p>グループ回想法「思い出を語ろうかい」を傾聴ボランティアが中心となり7会場8教室で実施しました。</p> <p>実施場所 総合福祉センター・交流サロンリゅう・元気サロン松葉館・市民農園管理棟・フードスクエアカスミ龍ヶ崎中里店・地域福祉会館・石引サロン</p>	<p>グループ回想法「思い出を語ろうかい」を傾聴ボランティアが中心となり8会場9教室で実施しました。</p> <p>[実施場所] 総合福祉センター・交流サロンリゅう・元気サロン松葉館・市民交流プラザ・フードスクエアカスミ龍ヶ崎中里店・地域福祉会館・石引サロン・ウエルシア龍ヶ崎緑町店</p>	<p>傾聴ボランティアの方への活動支援を行いました。</p> <p>また、新規会場の増設についても、ボランティアの方と検討します。既存の教室への参加者を増やしていくために、広報紙等で周知を図りました。</p> <p>[傾聴ボランティア養成講座] 開催日：11月29日・12月26日 開催回数：2回 参加者数(延べ)：17名</p> <p>[傾聴ボランティアフォローアップ研修] 開催日：12月 参加者数：25名</p>	<p>定例会(3回)・リーダー会(3回)を開催し、傾聴ボランティアの方への活動支援を行います。</p> <p>また、既存の教室の参加者を増やしていくために、周知を図りました。</p> <p>[傾聴ボランティア定例会] 開催回数：3回 参加者数(延べ)：83名</p> <p>[傾聴ボランティアリーダー会] 開催回数：2回 参加者数(延べ)：19名</p>	<p>定例会(3回)・リーダー会(3回)を開催し、傾聴ボランティアの方への活動支援を行います。</p> <p>また、既存の教室の参加者を増やしていくために、周知を図っていきます。</p> <p>コロナウイルス感染症拡大防止のため回数を減らして実施しました。</p> <p>定例会(1回)25名 リーダー会(2回)17名</p>
6・いきいき健康倶楽部				【健幸長寿課】
<p>傾聴ボランティアが中心となり、脳トレ(読み・書き・計算など)を2教室で実施しました。</p> <p>実施場所：交流サロンリゅう</p>	<p>傾聴ボランティアが中心となり、脳トレ(読み・書き・計算など)を1会場2教室で実施しました。</p> <p>[実施場所] 交流サロンリゅう</p>	<p>傾聴ボランティアが中心となり、脳トレ(読み・書き・計算など)を1会場2教室で実施しました。</p> <p>[実施場所] 交流サロンリゅう</p>	<p>傾聴ボランティアが中心となり、脳トレ(読み・書き・計算など)を1会場2教室で実施します。</p> <p>[実施場所] 交流サロンリゅう</p>	<p>傾聴ボランティアが中心となり、脳トレ(読み・書き・計算など)を1会場2教室で実施します。</p> <p>[実施場所] 交流サロンリゅう</p> <p>コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限等を設けて実施しました。</p> <p>毎週 火・水で実施 32回実施 210名参加</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
7・いきいきヘルス（シルバーリハビリ）体操教室の開催				【健幸長寿課】
<p>シルバーリハビリ体操を各コミュニティセンターや集会所等，46会場51教室で実施しました。</p>	<p>いきいきヘルス（シルバーリハビリ）体操をシルバーリハビリ体操指導士会が主体となり，各コミュニティセンターや集会所等，45会場51教室で実施しました。</p>	<p>シルバーリハビリ体操指導士会への活動支援を行います。各コミュニティセンターや集会所等、61会場教室で実施しました。 参加者の増員を図るため、周知をするとともに、参加者数が少なくなっている会場で体験会を実施する等の取り組みを指導士会と協力しながら、進めました。 7月にショッピングセンターサプラを会場に体験会を行い、8月から新規増設しました。 実施回数：月2回 参加者数：197名（8月～11月）</p>	<p>今年度は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、6月まで活動自粛となりましたが、7月より感染防止策を講じた上で可能な範囲で活動を再開しました。 しかし、令和3年1月から2月末にかけても活動休止となり、年度を通して思うような活動を展開できませんでした。</p>	<p>新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、5月～6月末及び8月～9月末にかけ活動休止しました。 再開後は、引き続き感染防止策を講じた上で、活動しています。</p>
8・元気アップ体操の開催				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>元気アップ体操指導員主体のもと、各コミュニティセンターで実施しました。指導員ひとりひとりのモチベーションが高く、指導力が向上していることから、参加者からは「（教室に）満足している」「やっつけて楽しい」「みんなと会えるのがうれしい」などの声が多く聞かれました。</p>	<p>元気アップ体操指導員主体のもと、各コミュニティセンター等で実施しました。新たに2会場で開催されるようになりました。</p>	<p>元気アップ体操指導員主体のもとに各コミュニティセンター等で実施しました。新たに1会場で開催されるようになりました。</p>	<p>元気アップ体操指導員が主体となり、各コミュニティセンター等で実施しています。 今年度は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、6月までは活動自粛となりましたが7月より感染防止策を講じた上で可能な範囲で活動を再開しました。</p>	<p>元気アップ体操指導員が主体となり、各コミュニティセンター等で実施します。 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、公共施設が休館等となり、8月～9月末にかけ活動自粛となりましたが、10月より感染防止策を講じた上で可能な範囲で活動を再開しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
9・食生活改善推進員による高齢者のための料理の知識や実践方法の普及活動				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>元気アップ料理講習会を各コミュニティセンターで開催しました。</p> <p>195人×14回（各コミュニティセンター13か所・保健センター）</p>	<p>事業の見直しを行い、元気アップ体操参加者への料理講習会は廃止しました。</p> <p>ロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室参加者へ栄養の講話・試食を行い、毎日の食事でカルシウムを意識してとるように知識の普及に努めました。</p> <p>参加者：40名</p>	<p>ロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室参加者へ栄養の講話・試食を行い、毎日の食事でカルシウムを意識してとるように知識の普及に努めました。</p> <p>10月参加者数：23名</p>	<p>ロコモティブシンドローム・骨粗鬆症予防教室参加者への試食は新型コロナウイルス感染症感染拡大予防のため、中止としました。</p> <p>会員より高齢者向けのテキスト「シニアカフェ ドリル&メニュー」を配布しました。</p> <p>テキスト配付部数：80部</p>	<p>食生活改善推進員協議会は令和3年度より、休会していますが、事務局内で今後に向けて定期的に話し合いを実施しました。引き続き話し合いを実施していきます。</p>

基本方針 3 健康を支え守るための社会環境の整備

取り組み分野	(1) 健康づくり支援				
重点目標	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員の数を増やす ・ボランティアの育成・地域活動の推進 				
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)			
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)
	①食生活改善推進員数 38名	39名	39名	35名	30
②がん予防推進員数 50名	56名	50名	50名	48	

具体的取り組み

①・ボランティアの育成，地域活動の推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・食生活改善推進員の養成，研修会の開催				【健康増進課】
<p>養成講座開催に向けて，ポスターの作成・市広報紙での養成講座開催の周知をしました。</p> <p>保健所への講師依頼や，健康運動指導士への講師依頼をしました。</p> <p>11月末に養成講座申込者へ，開催通知文を郵送しました。</p> <p>12月から3月末までに8回の養成講座を実施し，9名の方が食生活改善推進員に入会し，会員数は39名になりました。</p>	<p>食生活改善推進員向けの研修会を5回開催しました。</p> <p>親子料理教室向けの研修会と，茨城食文化伝承事業の研修会を実施し，推進員全体のスキルアップを図りました。</p> <p>開催回数4回 延べ参加者120名</p>	<p>食生活改善推進員向けの研修会を2回開催しました。</p> <p>親子の料理教室向けの研修では，子どもの頃から濃い味に慣れてしまうと体への負担も大きく，将来生活習慣病のリスクも高まるので今から家族で減塩を心がけることの必要性を伝達しました。</p> <p>茨城食文化伝承事業のための研修会では，地域で穫れた新鮮な野菜を毎日の食事にどのように取り入れれば効率よく栄養を摂取できるか，また野菜の持つ多くの力について伝えました。</p> <p>開催回数2回 延べ参加人数57名</p>	<p>食生活改善推進員向けの研修会を3回開催しました（うち1回は書面開催）。</p> <p>1回目については新型コロナウイルス感染症の流行により中止とし，代わりに龍ヶ崎市民健康状態の現状についてレシピを配布しました。</p> <p>研修会は2回開催しました。防災士兼管理栄養士の資格を持っている講師より，災害時の食事の作り方や食べ方を教えていただきました。</p> <p>また，大塚製薬株式会社の管理栄養士よりコロナに負けない免疫を高める食事について講話していただきました。</p> <p>開催回数3回 延べ参加人数76人</p>	<p>食生活改善推進員協議会は令和3年度より，休会していますが，会員向けの研修会を1回開催しました。元教師の講師の方より学校現場の食育について講話をしていただきました。また，現会長により会の歴史について話をしていただきました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・がん予防推進員の養成，研修会の開催				【健康増進課】
<p>県主催のがん予防推進員養成講座に参加しました。市民の参加者を増やすために、検診時にチラシ配布を行いました。養成講座を8名が修了し、会員数は56名になりました。</p> <p>元気アップ体操講座参加者、食改伝達講習会参加者に養成講座の開催チラシの配布を行いました。</p> <p>中央研修会を行い、がんについての知識普及として肺がんのチラシを配布しました。</p> <p>市第2次増進計画・食育計画ダイジェスト版を市政情報誌・市広報紙に掲載し全市民に周知しました。</p>	<p>現会員向けに6月に研修会を開催しました。「胃がん医療機関検診」についての説明、意見交換会を実施しました。</p> <p>参加者17名（推進員：50名）</p> <p>県主催のがん予防推進員養成講座に9名の方が参加しました。</p> <p>市民の参加を増やすために、市広報紙などで参加者を募集しました。（市広報紙10月号に掲載）</p>	<p>がん予防推進員の中央研修会を、6月に実施しました。がん検診やがん予防に関する知識を深めるとともに、チラシの配布等を通して市民への健診受診勧奨を依頼しました。</p> <p>内容：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市が実施するがん検診について ・がん予防推進員によるがん体験談 ・乳がんセルフチェックデモンストラーション（講師：看護学生） <p>研修会欠席者には、郵送等でチラシの配布を依頼しました。</p> <p>参加者：19名（推進員数：55名）</p>	<p>例年実施している、がん予防推進員の中央研修会については、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止としました。</p> <p>その際、がん検診が7月から実施予定の周知用チラシを作成し、推進員の通知に同封しました。</p> <p>県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会は中止。</p>	<p>がん予防推進員の中央研修会は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止としました。</p>

基本方針4 生活習慣及び社会環境の改善

取り組み分野	(1) 栄養・食生活					
重点目標	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進 食育等を通じた子どもの健康づくり 20歳代・30歳代を中心とした若い世代への食育の推進 					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績（%）				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	①全出生数中の低体重児の割合（2,500g未満） 9.0%	10.2	10.5	8.2	8.1	
	②1歳6か月児健康診査のカウプ指数18.6以上の割合 3.0%	3.0	1.7	3.0	0.9	
	③身体測定結果において肥満である児童生徒の割合 児童：6.0%（6年生：7.0%） 生徒：9.0%（3年生：7.0%）	児童：7.5% (6年生:8.6%) 生徒：10.2% (3年生:10.6%)	児童：7.9% (6年生10.0%) 生徒：10.0% (3年生：8.4%)	児童：8.3% 生徒：11.3%	児童：11.0% 生徒：13.0%	
	④20歳～60歳代男性の肥満の割合 28.0%（国：H34 28.0%）	—	—	—	—	
	⑤40歳～60歳代女性の肥満の割合 19.0%（国：H34 19.0%）	—	—	—	—	
	⑥20歳代女性のやせの割合（BMI18.5未満）11.0%（国：H34 20.0%）	—	—	—	—	
	⑦65歳～74歳のBMI≤20の割合 15.0%以下	18.7	14.0	18.2	16.6	
	⑧主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上している人の割合 81.0%	—	—	—	—	
	⑨乳製品を毎日食べている人の割合 51.0%	—	—	—	—	
	⑩毎日朝食を食べていると答えた児童生徒の割合 95.0%以上	児童：95.6 生徒：91.9	児童：95.4 生徒：92.5	児童：94.0 生徒：90.4	調査なし	
	⑪朝食を欠食する人の割合（20歳代） 男性：20% 女性25%	—	—	—	—	
	⑫朝食を欠食する人の割合（30歳代） 男性：40% 女性15%	—	—	—	—	
⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合 （貧血の早期発見） 35.0%	39.8	40.2	41.9	34.4		
⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合（妊婦糖尿病の早期発見）（再掲） 33.0%	40.2	42.4	45.6	39.9		

⑮離乳食教室（5～6か月）の参加率	40.9%	37.5	35.0	38.2	29.2	
⑯野菜などを植付け（栽培）・収穫・調理の体験型食育を行った保育園・幼稚園・認定こども園数	18施設	18施設	18施設	18施設	13施設	
⑰児童生徒1人当たりの給食食べ残し量	児童:35.0g 生徒:40.0g	児童:26.2g 生徒:41.5g	児童:21.8g 生徒:40.8g	児童:30.5g 生徒:43.5g	児童:26.6g 生徒:36.6g	
⑱学校給食での塩分摂取量	小学校:2.5g 中学校:3.0g	小学校:2.8g 中学校:3.1g	小学校:2.7g 中学校:3.1g	小学校:2.4g 中学校:2.9g	小学校:2.1g 中学校:2.9g	
⑲「地産地消」を知っていると回答した割合	小学6年生:66.5% 中学3年生:76.5%	—	—	—	—	
⑳学校給食における地場産品を使用する割合	50.0%	50.0	74.3	69.8	55.3	

具体的取り組み

①適正体重を維持するための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・母子健康手帳交付時に妊娠前のBMIを把握し保健指導				【健康増進課】
<p>妊娠届出書とともに実施しているアンケートの中で、体重身長を記載してもらいBMIを算出し、妊婦のBMIに合わせた推奨体重増加量を指導しました。</p> <p>H29.4月～H30.3月 妊娠届出数 486人 BMI18.5未満： 79名(16.3%) 25.0以上： 71名(14.6%)</p>	<p>BMIを確認し、日常生活（特に食生活）における保健指導を実施しました。</p> <p>また、糖尿病の家族歴がある方については、糖尿病についての保健指導を行い、生活習慣病の発症予防に努めました。</p> <p>妊娠届出数：505 BMI18.5未満：52名(10.3%) 25.0以上：76名(15.0%)</p>	<p>BMIを確認し、日常生活（特に食生活）における保健指導を実施しました。</p> <p>また、糖尿病の家族歴がある方については、糖尿病が与える影響についての保健指導を行い、生活習慣病の発症予防に努めました。</p> <p>妊娠届出数：451 BMI18.5未満：37名(8.2%) 25.0以上：40名(8.7%)</p>	<p>BMIを確認し、日常生活（特に食生活）における保健指導を実施しました。</p> <p>また、糖尿病の家族歴がある方については、糖尿病についての保健指導を行い、生活習慣病の発症予防を目的に、妊娠前期からの体重管理の必要性について周知啓発を行いました。</p> <p>妊娠届出数（転入者込み）：368件 BMI 18.5未満：39名(8.6%) 25.0以上：55名(14.9%)</p> <p>さらに、BMIと糖尿病の家族歴によって必要な方には、お食事手帳を配布し、管理栄養士が面談や電話にて、お食事手帳に基づいた栄養指導を行いました。また、お食事手帳を活用して医療機関との連携強化を図りました。</p> <p>お食事手帳配布数：177名 栄養指導者数：延べ141名</p>	<p>BMIを確認し、日常生活（特に食生活）における保健指導を実施します。</p> <p>また、糖尿病の家族歴や妊娠糖尿病歴、高齢出産の方については、糖尿病についての保健指導を行い、生活習慣病の発症予防を目的に、妊娠前期からの体重管理の必要性について周知啓発を行いました。</p> <p>妊娠届出数（転入者含む）：253名 BMI18.5未満：21名(8.3%) BMI25.0以上：33名(13.0%)</p> <p>さらに、お食事手帳を配布し、管理栄養士が面談や電話にて、お食事手帳に基づいた栄養指導を行います。</p> <p>また、栄養指導を実施した方については、医療機関に報告し医療機関との連携強化を図ります。</p> <p>お食事手帳配布数：114名 栄養指導者数：100名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・各乳幼児健康診査における食事指導				【健康増進課】
<p>各幼児健診時（1歳6か月、3歳5か月）に、問診票に基づいて、管理栄養士による食事指導を実施しました。</p> <p>3～4か月児健診では、離乳食の集団栄養指導の際に、保護者が1日3食バランスよく食べるために、野菜を取り入れやすいポイントを指導しました。</p> <p>1歳6か月児健診では、生活リズムを整え、1日の栄養を3食と間食で補うためのポイントを指導しています。その中で、甘いものの摂取が児の体に与える影響についてもお話ししました。</p> <p>各乳幼児健診時（3～4か月、1歳6か月、3歳5か月）に、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらい、家庭での減塩の動機づけを行っています。塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から個別指導を実施しました。</p> <p>2月のりゅうほーにて取り組み内容と減塩のポイントについて掲載しました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分平均：11.7g（日本人平均9.9g）</p>	<p>各幼児健診時（1歳6か月、3歳5か月）に、問診票に基づいて、管理栄養士による食事指導を実施しました。</p> <p>3～4か月児健診では、離乳食の集団栄養指導の際に、保護者が1日3食バランスよく食べるために、野菜を取り入れやすいポイントを指導しました。</p> <p>1歳6か月児健診では、生活リズムを整え、1日の栄養を3食と間食で補うためのポイントを指導しています。その中で、甘いものの摂取が児の体に与える影響についてもお話ししました。</p> <p>各乳幼児健診時（3～4か月、1歳6か月、3歳5か月）に、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらい、家庭での減塩の動機づけを行いました。塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から個別指導を実施しました。</p> <p>保護者の塩分チェックシートの点数に応じた食事指導及び児の年齢にあった食事について、管理栄養士が集団及び個別にて指導を実施しました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分摂取平均：11.2g（全国平均9.9g） <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p>	<p>各乳幼児健診時（3～4か月児・1歳6か月児・3歳5か月児の全員）に、問診票に基づき管理栄養士による食事指導を保護者に実施しました。</p> <p>2歳6か月児歯科健診・4歳眼の健診については、必要に応じて個別による食事指導を行いました。</p> <p>3～4か月児健診では、離乳食の集団栄養指導の際に、保護者が1日3食バランスよく食べるために、野菜を取り入れやすいポイントを指導しました。</p> <p>また、母親の妊娠中の経過を確認し、糖や蛋白などがみられた場合、産後気をつけることについて説明しました。</p> <p>1歳6か月児健診では、生活リズムを整え、1日の栄養を3食と間食で補うためのポイントを指導しています。その中で、甘いものの摂取が児の体に与える影響についてもお話ししました。</p> <p>各乳幼児健診時（3～4か月、1歳6か月、3歳5か月）に、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらい、家庭での減塩の動機づけを行いました。塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から個別指導を実施しました。</p> <p>保護者の塩分チェックシートの点数に応じた食事指導及び児の年齢にあった食事について、管理栄養士が集団及び個別にて指導を実施しました。</p>	<p>新型コロナ感染対策として、健診時間の短縮を図るため、問診により栄養指導が必要と判断した保護者に対して、各乳幼児健診において、管理栄養士が栄養指導を行いました。</p> <p>また、健診日に指導が受けられない方については、こどもの健康相談を利用して、栄養指導を行いました。</p> <p>1歳6か月児健診は、離乳食完了となる時期で、食習慣の基本となる時期であることから、食事に関するチラシを作成し配付しました。</p> <p>また、併せて、保護者記載の塩分チェック表を基に、保護者への塩分摂取について保健指導を行いました。</p> <p>1歳6か月児健診、3歳5か月児健診時、すべてのお子さんに対して、歯科衛生士がおやつや甘い飲み物等についての保健指導を行いました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分摂取平均：10.9g（全国平均9.9g） <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p> <p>乳幼児への食事指導だけでなく、妊娠中及び出産後の母親の尿検査や血圧の値等も確認し、個々にあった保健指導を実施しました。</p>	<p>3～4か月児健診ではグループごとに管理栄養士が「離乳食開始のポイント」「保護者の食事」に関する集団講話を実施しました。</p> <p>実施者数：153名</p> <p>母子健康手帳の記録から妊娠中の経過を確認し、必要な方には食事についての指導を個別に実施しました。塩分チェック表で塩分の過摂取が考えられる方や血圧高値の保護者には減塩等の指導を個別に実施しました。</p> <p>6～7か月健診（コロナ感染症拡大の影響で本来集団健診であった3～4か月児健診を医療機関で受診した児対象）では離乳食初期のポイントの確認と、今後の流れについて管理栄養士による集団講話を実施しました。</p> <p>実施者数：22名</p> <p>食事形態や適量が分かるように、月齢による食品の見本を提示しました。離乳食に関する資料を配布しました。妊娠中や産後の様子で必要と思われたものには、管理栄養士が個別面談にて栄養指導を実施しました。</p> <p>1歳6か月児健診では、計測記録に管理栄養士が入り、カウプ指数と問診票の食事に関する項目を確認し、栄養相談が必要とされる対象者を抽出、保健指導の時間を利用して食事、卒乳、生活リズムなどについて、対象児に適した指導を実施しました。健診受診者全員に「1歳6か</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
		<p>健診受診者保護者の塩分摂取平均：11.0g（全国平均9.9g） <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p>		<p>月児の食事のポイント」の資料を配布しました。 配布数：250部 2歳6か月児健診（医療機関委託）では、返却された問診票にて食事や食べ方の相談希望がある方やフォローが必要と思われる児の保護者に管理栄養士が電話指導を実施しました。食事バランス、偏食や丸飲みなどの問題点について口腔の成長に合わせた指導を実施しました。 実施数：22件 3歳5か月児健診では、1歳6か月児健診と同様に、計測記録に管理栄養士が入り、栄養相談が必要とされる対象者を抽出し、保健指導の時間を利用して、食事内容や量、生活リズムなど対象児に応じた指導を実施しました。 特にカウブ指数が1歳6か月児健診時と比較して上昇がみられた児に対しては、将来の肥満のリスクを鑑み、食を含む生活習慣についてリーフレットを用いて指導を実施しました。 保護者の平均塩分摂取量が全国平均に近づきましたがまだ高値であるため、各乳幼児健診時（3～4か月，1歳6か月，3歳5か月）に、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらい、家庭での減塩の動機づけを行いました。塩分摂取量が多い保護者に対しては、保健師または管理栄養士が個別指導を実施しました。 健診受診者保護者の塩分摂取平均：10.2g（全国平均10.1g）</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
				<全国平均参考文献：令和元年国民健康・栄養調査結果の概要より>
3・児童生徒の健康に関する知識の普及啓発				【指導課】
<p>龍ヶ崎市児童生徒 29年度肥満判定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養不良：小学生 1.9% 茨城県 1.3% 中学生 2.7% 茨城県 1.3% ・肥満傾向：小学生 7.5% 茨城県 9.4% 中学生 10.2% 茨城県 10.0% <p>小学生の肥満傾向は県平均を下回っています。</p>	<p>体位測定や健康診断結果などを参考にした生活習慣の指導を行い、自らの健康について考える意識付けを行いました。</p> <p>また、定期健康診断や歯科検診結果など、健康に関する情報を児童生徒及び保護者に提供し、家庭における生活改善を通じて、肥満やむし歯の予防の推進を図りました。</p> <p>(参考) スポーツ庁「平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」より</p> <p>対象：龍ヶ崎市立小学校5年生 龍ヶ崎市立中学校2年生</p> <ul style="list-style-type: none"> ・やせ傾向：小学生男子 2.3% 茨城県 2.3% 小学生女子 3.7% 茨城県 2.0% 中学生男子 2.1% 茨城県 2.4% 中学生女子 3.4% 茨城県 3.2% ・肥満傾向：小学生男子 10.1% 茨城県 13.2% 小学生女子 10.0% 茨城県 10.1% 中学生男子 11.3% 茨城県 9.5% 中学生女子 6.5% 茨城県 8.0% <p>市の肥満傾向は、中学2年生男子</p>	<p>体位測定や健康診断の集計結果などを参考にした生活習慣の指導の充実を図り、自らの健康について考える意識付けを行いました。また、定期健康診断や歯科検診の結果など、健康に関する情報を児童生徒及び保護者に積極的に提供し、家庭における生活改善を通じて、肥満やむし歯予防の推進を図りました。</p> <p>(参考) スポーツ庁「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」より</p> <p>対象：小学5年生、中学2年生</p> <ul style="list-style-type: none"> ・痩身傾向：市 小学生男子 3.5% 県 " 2.1% 市 小学生女子 1.4% 県 " 1.9% 市 中学生男子 2.4% 県 " 2.5% 市 中学生女子 5.2% 県 " 3.3% ・肥満傾向：市 小学生男子 10.7% 県 " 13.9% 市 小学生女子 7.5% 県 " 9.7% 市 中学生男子 11.1% 県 " 10.6% 市 中学生女子 6.3% 県 " 8.9% <p>男女を比較すると、男子の方が肥満傾向が高く、中学2年生男子の肥満児の割合は県平均を上回っています。</p>	<p>新型コロナウイルス感染の状況から、今年度は予定されていた時期よりも遅れてではありますが全校で無事健康診断等が実施できました。</p> <p>体位測定や健康診断の集計結果などを参考にした生活習慣の指導の充実を図り、自らの健康について考える意識付けを行いました。</p> <p>また、定期健康診断や歯科検診の結果など、健康に関する情報を児童生徒及び保護者に積極的に提供し、家庭における生活改善を通じて、肥満やむし歯の予防を推進しました。</p> <p>※今年度、スポーツ庁「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」なしのためデータなし</p> <p>新型コロナウイルス感染防止のため、集団健康教育は、実施しませんでした。そのため、今年度の小児生</p>	<p>体位測定や健康診断の集計結果などを参考にした生活習慣の指導の充実を図り、自らの健康について考える意識付けを計画的に行うよう指導しました</p> <p>また、定期健康診断及び歯科検診の結果や学校保健委員かにおける医療従事者からの助言など、健康に関する情報を児童生徒及び保護者に積極的に提供し、家庭における生活改善を通じて、肥満やむし歯予防の推進を図っています。</p> <p>(参考) スポーツ庁「令和3年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査」の結果は1月以降になる予定</p> <p>学校の内科健診において、肥満ややせと判断されたお子さんに対して栄養相談のお知らせを作成し、対象</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>を除き、県平均を下回っております。</p> <p>「ヘルシースクール（小児生活習慣病予防教室）」【新規事業】の企画書を作成し以下の内容について教室を実施しました。</p> <p>① 事前に食事記録表，当日の健康チェックシートを使用しての自分の振り返り</p> <p>② 生活習慣病と動脈硬化との関連について</p> <p>③ 間食，飲み物のカロリーをクイズ形式で理解し、間食と肥満の関係，肥満と血管への影響について</p> <p>【実施場所】 小学校1か所 中学校1か所</p> <p>平成30年12月20日 龍ヶ崎西小学校6学年 60人に実施</p> <p>平成31年2月5日 愛宕中学校2学年 62人に実施</p> <p>【成果】 健康教室後のアンケートより 「生活習慣病について知ることができた」 小学校：88.3% 中学校：79% 「生活習慣病になりたくないと思った」 小学校：83% 中学校：74.2% 一番印象に残ったこと 「塩や脂，糖を多くとると血管を傷つけること」 小学校 68.3% 中学校 71% 家族に伝えたいこと 「きちんとした食事をしてください」「生活習慣病は怖い」「甘い飲み物は砂糖が多く入っている」などの意見を聞くこと</p>	<p>した。</p> <p>「ヘルシースクール（小児生活習慣病予防教室）」を市内小中学校に実施しました。</p> <p>生活習慣病と動脈硬化や間と飲み物のカロリーについて，また，体に及ぼす影響について講話を行いました。</p> <p>【実施学校】 ・龍ヶ崎西小（集団・個別） ・愛宕中学校（集団） ・松葉小（個別） ・城西中（個別） ・八原小（集団）</p> <p>昨年度は，集団指導のみでしたが，今年度は，個別での関わりを持つことができました。集団では，全体的な指導となりますが，個別では保護者も一緒に関わることができるため自宅での継続的な関りができると思いました。</p>	<p>活習慣病予防の取り組みとして，個別指導を充実させました。</p> <p>学校の内科健診において，肥満ややせと判断されたお子さんに対して栄養相談のお知らせを作成し，対象となったお子さんの保護者に，学校から配付していただきました。</p> <p>今後，栄養相談に申し込みのあったお子さん及び保護者に対して，電話や面談にて管理栄養士が栄養相談を実施しました。初回指導後3か月後に再度電話や面談にて，継続的に支援しました。また，栄養相談の結果については，学校に報告し学校との連携を図りました。</p> <p>栄養相談希望者数：肥満 18名 やせ 2名 肥満度が改善した者：15名 やせが改善した者：1名</p> <p>小児科医から肥満ややせのお子さんの栄養相談の依頼を受けて，管理栄養士が面談し栄養指導を実施する「栄養指導連携事業」を開始しました。3件の依頼があり，栄養指導を行いました。結果は，主治医に報告し連携しながら小児生活習慣病予防に取り組んでいます。</p>	<p>となったお子さんの保護者に，学校から配付していただき，希望者に個別栄養相談を実施します。</p> <p>栄養相談に申し込みのあったお子さん及び保護者に対して，電話や面談にて管理栄養士が栄養相談を実施し，初回指導後3か月後に再度電話や面談にて，継続的に支援して参ります。</p> <p>また，栄養相談の結果については，学校での保健指導に活用していただけるよう，情報共有を図って参ります。</p> <p>栄養相談希望者数：肥満 32名 やせ 14名 肥満度が改善した者：19名 やせが改善した者：9名</p> <p>小児科医から肥満ややせのお子さんの栄養相談の依頼を受けて，管理栄養士が面談し栄養指導を実施します。指導結果については，主治医に報告し連携しながら小児生活習慣病予防に取り組める体制をとっています。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	ができました。			
4. 健康相談や結果説明会等で食事指導				
<p>健康相談や移動健康相談を実施しました。保健センター年間予定表・健診結果などと一緒に周知しました。</p> <p>健康相談実施者数：111名 医療機関と連携をして栄養相談を実施 相談件数 7名</p>	<p>健康相談や移動健康相談を実施しました</p> <p>健康相談：12回 移動健康相談：1回 健康相談実施者数：78名</p> <p>医師より栄養指導実施の依頼があった方を対象に、指示カロリー等をもとに管理栄養士が糖尿病連携手帳を活用し、栄養相談を実施しました。 相談件数：9名</p>	<p>健康相談・移動健康相談実施者数：71名</p> <p>健康相談実施日以外にも相談があった場合には随時対応しました。 健康相談実施日以外の相談者：41名</p> <p>医師からの指示カロリー等に基づいた食事指導を実施していますが、特に糖尿病連携手帳を活用し医療機関と連携した支援を行いました。 医師からの栄養指導依頼に基づいた栄養相談実施者数：12名</p>	<p>健康相談は健診開始後の6月から実施しています。健康相談実施日以外にも相談があった場合には随時対応しています。</p> <p>健康相談・移動健康相談実施者数：120名</p> <p>医師からの指示カロリー等に基づいた食事指導を実施しました。 医師からの栄養指導依頼に基づいた栄養相談実施者数：8名</p>	<p>健康相談は4月より通年で言い、今年度より特定の日程を設けずに通年で随時対応しています。</p> <p>医師からの指示カロリー等に基づいた食事指導を実施しました。 医師からの栄養指導依頼に基づいた栄養相談実施者数：3名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
5・特定保健指導における食事指導				【健康増進課】
<p>集団栄養指導を3回実施しました。</p> <p>初回面接時に、食事バランス・食事摂取カロリーについて説明しました。</p>	<p>特定保健指導栄養教室で食事について指導を行いました。</p> <p>基本編では、血管内皮とバランスの良い食事について保健師より講話を実施しました。</p> <p>対象者の食事には個人差があるため、管理栄養士より個別の食事指導を行っています。</p> <p>応用編ではグループワークを行い、お互いの生活改善できたところ、できなかったところを話し合い、メタボ改善に向けてグループ間で意識づけを行っています。</p> <p>また、管理栄養士による講話や試食も提供し、食生活に関する正しい知識を学ぶ場となっています。</p> <p>また、血圧、血糖、脂質等の検査値を改善するための具体的な栄養指導を実施しました。</p> <p>特定保健指導初回（個別）295名 栄養教室基本編（8回）42名 栄養教室応用編（3回）29名</p>	<p>特定保健指導栄養教室で食事についての指導を行いました。</p> <p>血糖改善コースではHbA1c5.6%以上の方を対象に糖尿病についての説明と食事についてのアドバイスをしました。</p> <p>血圧改善コースでは血圧についての説明、食事での減塩のポイントについて説明をしました。</p> <p>体験コースでは1食分の食事を提供し、カロリーダウンのポイントや、食物繊維の増やし方など説明を行いました。</p> <p>特定保健指導初回 血糖改善コース（2回）・・・9名 血圧改善コース（2回）・・・14名 体験コース（2回）・・・22名 （1回は平成30年度対象者10名含む）</p>	<p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため、集団栄養教室でなく、全て個別栄養相談として行いました。</p> <p>媒体等を使用し、参加者と一緒に食生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いかなど指導をしました。また、特定保健指導初回面接の際に管理栄養士が担当した対象者に関して、食材の選び方や間食についてなど対象者に合わせて指導を行いました。</p> <p>特定保健指導初回（個別）222名 個別栄養講座 3名</p>	<p>特に生活習慣の見直しの必要な積極的支援の方を対象に個別栄養指導を実施しました。事前に対象者に合った栄養量を算定し食事の摂り方について指導をしました。また、思い出し法により、前日の行動記録を作成し、それを基に生活や食事の習慣の見直し、バランスや分量、食べ方などの改善について考えてもらいました。食品の量をイメージできるようフードモデル等の媒体を使用し、食事指導を行いました。</p> <p>特定保健指導初回個別 169名 生活習慣病健診保健指導初回個別 8名 個別栄養指導 8名</p>

②適切な量と質の食事をするための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
6・食生活改善推進員の料理講習会でバランスのとれた食事の作り方指導 【健康増進課】				
<p>料理講習会を通してバランスのとれた料理講習会を開催しました。</p> <p>親子料理教室 4回 男性の料理教室 4回 伝達料理教室 4回 元気アップ料理教室 13回</p>	<p>食生活改善推進員による主食・主菜・副菜のそろったメニューの料理講習会を開催しました。</p> <p>伝達講習会では、「フライパン1つで料理ができる」ところが好評でした。</p> <p>簡単にでき、バランスの良い食事を紹介することができました。</p> <p>伝達講習会 5回：42名 親子料理教室 2回：26名 茨城食文化伝承事業 3回：32名 男性の料理教室 2回：16名 生涯骨太クッキング 4回：34名 生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業 1回：85名 骨粗しょう症予防教室 2回 85名 特定保健指導料理講座 3回 29名 商業施設等での食育活動 3回 160名</p>	<p>食生活改善推進員による主食・主菜・副菜のそろったメニューの料理講習会を開催しました。</p> <p>男性の料理教室では、ポリ袋で簡単に一品作れると好評でした。</p> <p>伝達講習会 4回：37人 親子の料理教室 4回：61人 男性の料理教室 2回：13人 茨城食文化伝承 4回：36人 骨粗しょう症予防教室 1回：23人 特定保健指導栄養教室 2回：22人 (1回は平成30年度対象者10名含む)</p>	<p>親子料理教室 4回、茨城食文化伝承事業 4回、生涯骨太クッキング 4回、伝達講習会 4回、骨粗しょう症予防教室 1回、特定保健指導栄養教室 7回を予定していましたが、調理実習は新型コロナウイルス感染症の感染リスクが高いため、中止としました。</p> <p>そのため、今年度はシルバーリハビリ体操指導士会テキストを配付しました。食文化伝承事業は茨城の伝承レシピを配付しました。生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業に関しては、テキストを配付しました。体を鍛えること食生活は共通することがあるため教室に使用していただくことになりました。</p> <p>茨城食文化伝承事業配付資料：90部 生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業配付資料：80部</p>	<p>令和3年度より休会していますが、今後の活動に向けて話し合いを実施しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
7・特定保健指導時に野菜の摂取量や食塩についての説明、個人にあった食事量の情報提供				【健康増進課】
<p>集団栄養指導にて、食事バランス・食塩・食物繊維の適正摂取量（カロリー）について説明を実施しました。また、本人の主食の適量について指導しました。</p>	<p>特定保健指導栄養教室で食事のバランス・塩分のとり方・食物繊維・主食の量について指導しました。 基本編では、血管内皮とバランスの良い食事について保健師より講話を実施しました。対象者の食事には個人差があるため、管理栄養士より個別の食事指導を行っています。 応用編ではグループワークを行い、お互いの生活改善できたところ、できなかったところを話し合い、メタボ改善に向けてグループ間で意識づけを行っています。 また、管理栄養士による講話や試食も提供し、食生活に関する正しい知識を学ぶ場とともに、血圧、血糖、脂質等の検査値を改善するための具体的な栄養指導を実施しました。</p> <p>特定保健指導初回(個別) 295名 栄養教室基本編(8回) 42名 栄養教室応用編(3回) 29名</p>	<p>特定保健指導栄養教室で食事についての指導を行いました。 血糖改善コースではHbA1c5.6%以上の方を対象に糖尿病についての説明と食事についてのアドバイスをしました。 血圧改善コースでは血圧についての説明、食事での減塩のポイントについて説明をしました。 体験コースでは1食分の食事を提供し、カロリーダウンのポイントや、食物繊維の増やし方など説明を行いました。</p> <p>特定保健指導初回(個別)・218名 血糖改善コース(2回)・・・9名 血圧改善コース(2回)・・・14名 体験コース(2回)・・・22名 (1回は平成30年度対象者10名含む)</p>	<p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため、集団栄養教室でなく、全て個別栄養相談として行いました。 媒体等を使用し、参加者と一緒に食生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いかなど指導をしました。また、特定保健指導初回面接の際に管理栄養士が担当した対象者に関しては、食材の選び方や間食についてなど対象者に合わせて指導を行いました。</p> <p>特定保健指導初回(個別) 222名 個別栄養講座 3名</p>	<p>特定保健指導初回時に、対象者の健診データに紐づけながら、野菜を食べてほしい理由や目安量について話をしました。個別栄養相談時では、一緒に日々の生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いか、個人に合った量の情報提供を行いました。</p> <p>特定保健指導初回個別 169名 生活習慣病健診保健指導初回個別 8名 個別栄養講座 8名</p>
8・1日に必要な野菜 350g の普及啓発				【健康増進課】
<p>特定保健指導・高血圧予防教室・健康相談時に1日に必要な野菜の量の周知を行いました。8月の市広報紙で野菜に関する記事を掲載しました。</p>	<p>特定保健指導や健康相談時・糖尿病の講演会に1日に必要な野菜の量について指導を行いました。 糖尿病の講演会後に、管理栄養士による個別の食事指導を実施しました。フードモデルを用いて食事のイメージがつくようにしました。</p>	<p>特定保健指導や糖尿病講演会、ヘルス講演会、健康相談時に1日に必要な野菜の量のフードモデルを提示しました。</p>	<p>特定保健指導・健康相談等を利用して1日に必要な野菜の量についてフードモデルや手ばかり法などを利用してわかりやすく情報提供をしました。</p>	<p>特定保健指導・健康相談等を利用して1日に必要な野菜の量について資料やフードモデルなどを利用し、情報提供しました。また、生野菜だけでは野菜は食べにくいと、調理方法なども踏まえて話しをしました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
9・食生活改善推進員による「適塩」メニュー料理講習会の開催 【健康増進課】				
<p>食生活改善推進員の調理講習会では1食あたり塩分2.5g～3.0gのメニューで料理講習会を実施しました。</p>	<p>食生活改善推進員の調理講習会では1食あたり塩分2.5g～3.0gのメニューで料理講習会を実施しました。</p> <p>伝達講習会 5回：42名 親子料理教室 2回：26名 茨城食文化伝承事業3回：32名 男性の料理教室 2回：16名 生涯骨太クッキング4回：34名 生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業 1回：85名 骨粗しょう症予防教室2回：85名 特定保健指導料理講座3回：29名 商業施設等での食育活動3回：160名</p>	<p>今年度も食生活改善推進員による講習会として</p> <p>伝達講習会 4回：37人 親子料理教室 4回：61人 茨城食文化伝承事業4回：36人 男性の料理教室 2回：13人 骨粗しょう症予防教室1回：23人 特定保健指導料理講座2回：22人</p> <p>実施しました。</p> <p>引き続き1食あたり塩分3g以下のメニューで「適塩」を周知し適正な塩分周知をしていきます。</p>	<p>親子料理教室4回、茨城食文化伝承事業4回、生涯骨太クッキング4回、伝達講習会4回、骨粗しょう症予防教室1回、特定保健指導料理講座7回を予定していましたが、調理実習は感染リスクが高いため、中止としました。</p>	<p>令和3年度より休会していますが、今後の活動について話し合い実施しました。</p>

③規則正しい食習慣をおくるための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
10・乳幼児健康診査において生活習慣に関する保健指導				【健康増進課】
<p>3～4か月児健診では、離乳食の集団栄養指導の際に、保護者が1日3食バランスよく食べるために、野菜を取り入れやすいポイントを指導しました。</p> <p>1歳6か月児健診では、生活リズムを整え、1日の栄養を3食と間食(おやつ)で補うためのポイントを指導しました。甘いものの摂取が児の体にも与える影響についてもお話ししました。各乳幼児健診時(3～4か月・1歳6か月・3歳5か月)に、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらい、家庭での減塩の動機づけを行いました。</p> <p>塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から個別指導を実施しました。</p>	<p>各乳幼児健診時(3～4か月、1歳6か月、3歳5か月)に、問診票に基づいて、管理栄養士による食事指導を実施しました。</p> <p>また、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらうことと併せて、健診会場では、血圧測定を実施しました。</p> <p>それをふまえ家庭での減塩の動機づけを行いました。</p> <p>塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から個別指導を実施しました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分摂取 平均：11.2g(全国平均9.9g) <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p>	<p>各乳幼児健診時(3～4か月、1歳6か月、3歳5か月)に、問診票に基づいて、管理栄養士による食事指導を実施しました。</p> <p>2歳6か月児健診、4歳児の健診では、状況に応じて管理栄養士の個別指導を実施しました。</p> <p>また、「塩分チェックシート」を保護者に記入してもらうことと併せて、健診会場では、血圧測定を実施しました。</p> <p>「塩分チェックシート」を記入することで食生活習慣を振り返ることができ、家庭での減塩の動機づけを行うことができました。</p> <p>塩分量が多い保護者に対しては、管理栄養士から具体的な個別指導を実施することができました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分摂取 平均：11.0g(全国平均9.9g) <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p>	<p>新型コロナ感染対策として、健診時間の短縮を図るため、問診により栄養指導が必要と判断した保護者に対して、各乳幼児健診において、管理栄養士が栄養指導を行いました。</p> <p>また、健診日に指導が受けられない方については、こどもの健康相談を利用して、栄養指導を行いました。</p> <p>1歳6か月児は、離乳食完了となる時期で、食習慣の基本となる時期であることから、食事に関するチラシを作成し配布しました。</p> <p>また、併せて、保護者記載の塩分チェック表を基に、保護者への塩分摂取について保健指導を行いました。</p> <p>健診受診者保護者の塩分摂取 平均：10.9g(全国平均9.9g) <全国平均参考文献：平成29年国民健康・栄養調査結果の概要より></p> <p>1歳6か月児健診、3歳5か月児健診時、すべてのお子さんに対して、歯科衛生士がおやつや甘い飲み物等についての保健指導を行いました。</p> <p>乳幼児への食事指導だけでなく、</p>	<p>新型コロナ感染対策として、健診時間の短縮を図るため、健診対象児全員ではなく保健師・管理栄養士が問診票の結果から必要と判断した保護者に管理栄養士が栄養指導を実施しました。</p> <p>また、健診日に指導が受けられない方については、こどもの健康相談を利用して、管理栄養士による栄養指導を行いました。離乳期の児および保護者には、離乳食の内容や進め方、食事環境の整え方、母乳やミルクについて指導しました。幼児期の児および保護者には生活習慣、摂食や咀嚼の問題点を抽出し、改善のための指導を実施しました。</p> <p>実施者数：幼児9名 乳児1名</p> <p>小児期からの生活習慣が将来の生活習慣病に繋がっていくことから、バランスのよい食事、望ましい間食(飲み物を含む)の取り方、生活リズムの整え方等を伝えて参りました。</p> <p>保護者の平均塩分摂取量が全国平均に近づきましたがまだ高値であるため、各乳幼児健診時(3～4か月、1歳6か月、3歳5か月)に、保護者に「塩分チェックシート」への記入をお願いし、家庭での減塩の</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			妊娠中及び出産後の母親の尿検査や血圧の値等も確認し、個々にあった保健指導を実施しました。	動機づけを行いました。結果、塩分摂取量が多い保護者に対しては、保健師および管理栄養士から個別指導を実施しました。 健診受診者保護者の塩分摂取平均：10.2g(全国平均10.1g) <全国平均参考文献：令和元年国民健康・栄養調査結果の概要より>
11・「給食だより」「食育だより」による朝食の重要性の啓発				【学校給食センター】
給食だよりを大型連休前後の5月と、夏休み前後の7・9月、冬休み前の12月に発行し、朝食の重要性について掲載しました。(給食だよりによる啓発4回) 栄養教諭の所属する学校において学校の実態を踏まえた食育だよりを発行しました。(食育だよりによる啓発4回)	毎月発行している給食だよりに、機会を捉えて朝食についての内容を掲載しました。(5回掲載) 特に5月発行分には、朝食を食べた時と食べなかった時の体の変化や、どんな朝食を食べると良いかの献立例を掲載し、朝食の重要性を啓発しました。 また、栄養教諭の所属する学校においては、学校の実態を踏まえた食育だよりを発行し、朝食におすすめのレシピの紹介なども行いました。(食育だよりによる啓発3回)	毎月発行している給食だよりに、規則正しい食生活を送ることの大切さを掲載しました。学習や運動と関連付けた内容を盛り込むことで、児童生徒及び保護者の関心を高めるようにしました。(通年) とくに長期休業前に発行する給食だよりには、朝食の重要性についてのコーナーを作り、啓発を行いました。 また、栄養教諭の所属する学校では、学校の実態を踏まえた食育だよりを発行し、簡単に作れる朝食メニューの紹介をしました。	毎月発行している給食だよりに、夏休み前後など機会を捉えて朝食についての内容を掲載しました。(通年) また、栄養教諭の所属する学校では、学校の実態を踏まえた食育だよりを発行し、朝食の重要性や望ましい食生活の啓発を行いました。 ○給食だよりの内容で朝食について触れた回数 ・小学校：4回 ・中学校：6回	毎月発行している給食だよりに、朝食に関する内容を掲載しています。特に5月号では、朝食の重要性について特集しました。 また、栄養教諭の所属する学校では食育だよりにおいても朝食に関する内容を掲載しました。 ○給食だよりの内容で朝食について触れた回数 ・小学校：2回 ・中学校：3回
12・高校生へ食事指導パンフレット送付				【健康増進課】
日本脳炎予防接種の積極的勧奨対象者(高校3年生)683名に対して、予診票送付時に、小冊子「わたしの食育スタートブック」を送付し、食事や生活リズムについての情報を提供しました。	日本脳炎予防接種の積極的勧奨対象者(高校3年生)668名に対して、予診票送付時に、生活習慣病予防(糖尿病)についての資料を作成し同封しました。また、外食や中食における食事のポイントについての資料を同封し、生活習慣が見直せる	日本脳炎予防接種の積極的勧奨対象者(高校3年生)798名に対して、予診票送付時に、朝食の必要性についての資料を作成し同封しました。 また、外食や中食における食事のポイントについての資料を同封し、	日本脳炎予防接種の積極的勧奨対象者(高校3年生)674名に対し、予診票送付時に、食生活に関する資料を同封し、生活習慣が見直せるように情報提供しました。	日本脳炎予防接種の積極的勧奨対象者(高校3年生)に対し、予診票送付時に、食生活に関する資料を同封し、生活習慣が見直せるように情報提供しました。

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<p>ようにしました。</p> <p>県立竜ヶ崎南高等学校3年生85名を対象に、「生活習慣病予防について」の講話及び「コンビニエンスストアを利用してのバランスのとれた食事」について試食を交えながら健康教育を行いました。</p>	<p>生活習慣が見直せるようにしました。</p>		
13・特定保健指導における食事指導				【健康増進課】
<p>栄養教室や初回面施の際に食習慣についての指導を実施しました。</p>	<p>特定保健指導の栄養教室で食事について指導を行いました。</p> <p>基本編では、血管内皮と食事について保健師より講話があり、管理栄養士より個別の食事指導を行いました。</p> <p>応用編ではグループワークを行い、お互いの生活改善できたところ、できなかったところを話し合い、メタボ改善に向けてグループ間で意識づけを行いました。</p> <p>また、管理栄養士による講話や試食も提供し、食生活に関する正しい知識を学ぶ場となっています。</p> <p>特定保健指導初回（個別）295名 栄養教室基本編（8回）42名 栄養教室応用編（3回）29名</p>	<p>特定保健指導栄養教室で食事についての指導を行いました。</p> <p>血糖改善コースではHbA1c5.6%以上の方を対象に糖尿病についての説明と食事についてのアドバイスをを行いました。</p> <p>血圧改善コースでは血圧についての説明、食事での減塩のポイントについて説明しました。</p> <p>体験コースでは1食分の食事を提供し、カロリーダウンのポイントや、食物繊維の増やし方など説明を行いました。</p> <p>特定保健指導初回（個別）218名 血糖改善コース（2回）9名 血圧改善コース（2回）14名 体験コース（2回）22名 （1回は平成30年度対象者10名含む）</p>	<p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため、集団栄養教室でなく、全て個別栄養相談として行いました。</p> <p>媒体等を使用し、参加者と一緒に食生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いかなど指導をしました。また、特定保健指導初回面接の際に管理栄養士が担当した対象者に関しては、食材の選び方や間食についてなど対象者に合わせて指導を行いました。</p> <p>特定保健指導初回（個別）222名 個別栄養講座 3名</p>	<p>特に生活習慣の見直しをしていただきたい積極的支援の方々を対象に個別栄養指導を実施しました。事前に対象者に合った栄養量を算定し食事の摂り方について指導をしました。また、思い出し法により、前日の行動記録を作成し、それをもとに生活や食事の習慣の見直し、バランスや分量、食べ方などの改善について考えてもらいました。食品の量をイメージできるようフードモデル等の媒体を使用し、食事指導を行いました。</p> <p>特定保健指導初回個別 169名 生活習慣病健診保健指導初回個別 8名 個別栄養指導 8名</p>

④妊娠期から離乳期における食育の推進のための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>14・母子健康手帳交付時の面接やプレ・ママ教室での講義，妊娠中の電話等による貧血・妊娠糖尿・妊娠高血圧予防についての栄養指導 【健康増進課】</p>				
<p>母子健康手帳交付時に，リーフレットを配布し，妊娠中の貧血・妊娠糖尿病・妊娠高血圧予防について栄養指導を実施しています。</p> <p>また，母子健康手帳交付時や電話相談等に，悪阻等で思うように食事が摂れない妊婦に対して，気持ちを傾聴するとともに，栄養指導を実施しています。</p> <p>①全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)：10.2%</p> <p>⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合(貧血の早期発見) 39.8%</p> <p>⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊婦糖尿病の早期発見)(再掲) 40.2%</p>	<p>個々に合わせた日常生活(特に食生活)における保健指導を行いました。</p> <p>また，糖尿病の家族歴がある方については，糖尿病についての保健指導を行い，生活習慣病の発症予防に努めました。</p> <p>①全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)：9.4%</p> <p>⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合(貧血の早期発見) 40.2%</p> <p>⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊婦糖尿病の早期発見)(再掲) 42.4%</p>	<p>個々に合わせた日常生活(特に食生活)における保健指導を行いました。</p> <p>また，糖尿病の家族歴がある方については，糖尿病が体に及ぼす影響についての保健指導を行い，生活習慣病の発症予防に努めました。</p> <p>①全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)：7.6%</p> <p>⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合(貧血の早期発見) 41.5%</p> <p>⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊婦糖尿病の早期発見)(再掲) 45.8%</p>	<p>集団ではプレ・ママ教室で，保健師が妊娠中に起こりうる病気について説明した後に，管理栄養士が妊娠中に適した食事について講話を行った。</p> <p>また，母子健康手帳交付時に，やせや肥満，糖尿病の家族歴，妊糖尿病歴，妊娠高血圧歴がある方については，お食事手帳を配付し，管理栄養士が電話や面談して個別の栄養相談を実施しました。</p> <p>お食事手帳配布数：177名 栄養指導者数：延べ141名</p> <p>①全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)：8.1%</p> <p>⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合(貧血の早期発見) 34.4%</p> <p>⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊婦糖尿病の早期発見) 39.9%</p>	<p>母子健康手帳交付時に，やせや肥満，糖尿病の家族歴，妊糖尿病歴，妊娠高血圧歴がある方については，お食事手帳を配付し，可能な限り管理栄養士が栄養指導を行います。当日に栄養指導ができなかった方については，後日電話や面談等で栄養指導を行い，妊娠糖尿病や妊娠高血圧低出生体重児の予防に努めます。</p> <p>お食事手帳配布数：114名 栄養指導者数：100名</p> <p>①全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)：5.4%</p> <p>⑬26週頃の妊婦健康診査のヘモグロビン11g/dl未満の割合(貧血の早期発見) 35.9%</p> <p>⑭26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊婦糖尿病の早期発見) 40.8%</p> <p>集団では，プレ・ママ教室で妊娠中に起こりうる病気等について保健師が説明し，管理栄養士から妊娠期の食事の注意点等について講話を実施します。</p> <p>プレママ教室第1講座参加者数：20人</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
15・乳児家庭全戸訪問時に母親の栄養指導				【健康増進課】
<p>訪問時、母乳育児をしている産婦や、妊娠中に貧血や妊娠糖尿病を指摘された産婦に対して、出産後の体調を確認し、日常生活について確認し、個々にあった栄養指導を行いました。</p>	<p>妊娠糖尿病や、貧血を指摘された方については、日常生活（特に食生活）における保健指導・栄養指導を行い、生活習慣病の発症予防に努めました。</p>	<p>妊娠糖尿病や、貧血を指摘された方、蛋白尿が出ていた方については、日常生活（特に食生活）における保健指導・栄養指導を行い、生活習慣病の発症予防に努めました。</p>	<p>妊娠期において、妊娠糖尿病や、貧血を指摘されていた産婦には、日常生活（特に食生活）における保健指導を行いました。また、妊娠糖尿病歴のある産婦には、経過観察のために受診勧奨を行い、生活習慣病の発症予防に努めました。</p>	<p>妊娠期において、妊娠糖尿病や、貧血を指摘されていた産婦には、1日3食バランスの良い食生活を心がけるよう保健指導を行いました。また、妊娠糖尿病歴のある産婦には、経過観察のために受診勧奨を行いました。訪問時に母子健康手帳の内容を確認し、妊娠糖尿病や貧血に関する受診の経過と今後の診療予約状況を確認しました。3～4か月児健診時に結果を確認し、未受診の場合は受診勧奨を行いました。</p>
16・離乳食教室において適塩の大切さの普及				【健康増進課】
<p>講話の中で、離乳食においては、児の味覚の発達や体のためにも、あまり味付けをせず、素材そのものを味わってもらうことの大切さをお話しました。</p>	<p>離乳食期の栄養が、大人になってからの肥満、2型糖尿病、高血圧等と関連があることが、最近多く報告されています。乳幼児期に培われた味覚や食事の嗜好は、その後の食習慣にも影響を与えることから、児の味覚発達のため、素材そのものの味を覚えさせることの大切さを話しました。</p>	<p>離乳食期の栄養が、大人になってからの肥満、2型糖尿病、高血圧等と関連があることが、最近多く報告されています。乳幼児期に培われた味覚や食事の嗜好は、その後の食習慣にも影響を与えることから、児の味覚発達のため、素材そのものの味を覚えさせることの大切さを話しました。</p>	<p>離乳期の栄養が、味覚や食事の基礎になること、また、その後の食習慣に影響を与えることから、児の味覚の発達のため、素材そのものの味を覚えさせることの大切さを伝えました。4月・5月の離乳食委教室は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため集団指導は中止となったため、予約者にリーフレットを郵送し、個別相談も実施しました。対象者（6～7か月児）：401名 離乳食教室参加者数：117名</p>	<p>離乳期の食事が、味覚や今後の食生活の基礎になること、また、その後の食習慣に影響を与えることから、児の味覚の発達のため、素材そのものの味を覚えさせることの大切さを伝えました。また、食材の選び方や調味料の使い方、ベビーフードを使用する際の注意点や親の食事から取り分けをスムーズにする方法などについても伝えました。簡単な天然出汁のとり方のデモンストレーションを実施しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			(29.2%)	8月は新型コロナウイルス感染症 緊急事態宣言発令のため、教室を中 止し、資料の郵送(5名)と個別指 導(1名)で対応しました。 離乳食教室参加者数:50名

⑤集団給食の充実のための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
17・保育園・幼稚園・認定こども園での野菜などを植付け(栽培)・収穫・調理の体験型食育				【こども家庭課】
敷地内畑にさつまいの苗を植え、 水やりなどの世話をしました。 秋に収穫した後は、ホットプレート で焼いて食べたり給食の汁物に使 い、保育所みんなで収穫の喜びを味 わうことができました。	敷地内の畑にさつまいの苗を植 え、水やりなどの世話をしました。 秋に収穫した後は、ホットプレート で焼いて食べました。また給食の汁 物に使い、保育所みんなで収穫の喜 びを味わうことができました 秋には近隣ハウスのぶどう狩り体 験をしてたわなに実ったぶどうを喜 んで食べました。	4月の年長児が参加したいちご狩 りでは、収穫したいちごで「いちご みるく」を作って食べました。7月 には年長児がかき氷を作って食べ たり、メグミルク工場を社会科見学 しました。8月には3,4,5歳児が自分 たちで育てた野菜(トマト、ピーマ ン、ナス)を給食に入れて食べまし た。年長児は育てたゴーヤでサラダ を作って食べました。9月にはマク ドナルド食育講座を保育所の子で 受けました。 年長児は、その日の献立の材料を 自分たちが交替で3色食品群に分類 して表示することで、食品への関心 が高まりました。	敷地内にさつまい(年長児)とト マトの苗(年中児・年少児)を植 え、水やりなどの世話をしました。 夏から秋に自分たちで収穫をし、 トマトはそのまま食べてみたり、さ つまいもは給食で、味噌汁や蒸しパ ンに加えてもらいました。 自分たちが苗を植え、収穫等体験 することで食に対する興味・関心を 高めました。 12月に、年長児が食べ物の働き やバランスの良い食事の大切さ等 について、出前カスミ5ADAY食育体 験学習を受けました。その後、給食 献立表を見てホワイトボード上で、 3大栄養素に食品を分けて表示する	今年度については、茨城県の食育 農業体験推進事業を活用し、農業指 導者の協力を得ながらさつまいの苗 を植え、四角豆のグリーンカーテン やトマトの苗等の水やりをし、ミニ トマトについては生のまま、さつ まいや四角豆については収穫したもの を給食の味噌汁に加えてもらいま した。 自分たちが苗を植え、水やりをし 収穫体験することで食に対する興 味・関心を高めました。

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			作業をクラスの当番を中心として毎日行い食品への関心を高めていきました。	
18・食物アレルギー対応, ノロウイルス等による感染症対策				【学校給食センター】
<p>食物アレルギーによる誤食防止のため、市養護教諭との連携を図り、食物アレルギー児童生徒の管理データを作成し学校・給食センター・市教育委員会で正確な情報の共有化を進めました。</p> <p>ノロウイルス等による感染症対策として12月の給食主任会で「学校給食における感染症マニュアル（龍ヶ崎市教育委員会発行）」を活用した研修を行い、給食センターと学校で共通理解を図りながら安全な給食提供に努めました。</p>	<p>食物アレルギーによる誤食防止のため、市養護教諭との連携を図り、食物アレルギー児童生徒の管理データを作成し学校・給食センター・市教育委員会で正確な情報の共有化を行いました。</p> <p>また、8月の給食主任会では、食物アレルギー対応の取組状況の研修会を開催し、養護教諭にも参加してもらい、各学校の取組と課題について協議し、情報を共有しました。</p> <p>ノロウイルス等による感染症対策として、12月の給食主任会で「学校給食における感染症マニュアル（龍ヶ崎市教育委員会発行）」を活用した研修を行い、給食センターと学校で共通理解を図りながら安全な給食提供に努めました。</p>	<p>食物アレルギーによる誤食防止のため、市養護教諭との連携を図り、食物アレルギー児童生徒の管理データを作成し、学校・給食センター・市教育委員会で正確な情報の共有化を行いました。</p> <p>また、6月の養護教諭部会と8月の給食主任会において、食物アレルギー（コンタミネーション）についての情報共有の場を設け、正しい知識と理解を深めることができました。</p>	<p>食物アレルギーによる誤食防止のため、市養護教諭との連携を図り、食物アレルギー児童生徒の管理データを作成し、学校・給食センター・市教育委員会で正確な情報の共有化を行いました。</p> <p>また、ノロウイルス等による感染症対策として「学校給食における食中毒予防対策マニュアル」において「給食当番の衛生管理点検票」及び「嘔吐物の処理方法」について改正し、11月の給食主任会で変更点について各学校と共通理解を図りました。12月の給食主任会では嘔吐物処理や配膳時の注意点について確認しました。</p> <p>2月の給食主任会では次年度に向けて食物アレルギー対応に必要な書類の提出について確認しました。</p>	<p>食物アレルギーによる誤食防止のため、市養護教諭との連携を図り、食物アレルギー児童生徒の管理データを作成し、学校・給食センター・市教育委員会で正確な情報の共有化をしました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
19・給食訪問時の栄養指導の充実（適塩・残さず食べることの指導等）				【学校給食センター】
<p>給食訪問として栄養教諭・学校栄養職員・調理員が、給食の時間に市内小中学校を訪問し、給食指導を行いました。</p> <p>対象：小学校2年生全学級，中学校1年生全学級</p>	<p>栄養教諭・学校栄養職員・調理員が給食の時間に各小中学校を訪問し、給食指導を行いました。</p> <p>小学校では給食ができるまでの紙芝居や調理道具の紹介を行い、給食センターの調理状況の様子を伝えました。希望があった学校では調理員との交流給食も実施しました。</p> <p>中学校では、カルシウムについての栄養指導を行い、そのなかで成長期にカルシウムをきちんととって骨量を増やすことの大切さを、給食に毎日出る牛乳のカルシウム量と比較して話しました。</p> <p>対象：小学2年生全学級，中学1年生全学級</p> <p>○児童生徒1人当たりの給食食べ残し量 児童：30.7g，生徒：42.1g</p> <p>○学校給食での塩提供量 小学校：2.6g 中学校：3.0g</p>	<p>栄養教諭・学校栄養職員・調理員が給食の時間に各小中学校を訪問し、給食指導を行いました。</p> <p>小学校では給食ができるまでの紙芝居や調理道具の紹介を行い、給食センターの調理状況の様子を伝えました。希望があった学校では調理員との交流給食も実施しました。</p> <p>中学校では、カルシウムについての栄養指導を行い、成長期にカルシウムをきちんととって骨量を増やすことの大切さを、給食に毎日出る牛乳のカルシウム量と比較して話しました。</p> <p>対象：小学2年生全学級，中学1年生全学級</p>	<p>新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、栄養教諭および調理員の給食訪問は中止しました。</p> <p>給食時間ではなく、授業時間に栄養教諭が各学校を訪問し食に関する指導を行いました。</p> <p>○授業を行ったクラス数：20 クラス</p>	<p>新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、栄養教諭および調理員の給食訪問は中止しました。</p> <p>栄養教諭による食に関する指導を授業時間の中で行い、好き嫌いせず食べることや健康によい食事の摂り方について指導しました。</p> <p>○授業を行ったクラス数：45 クラス</p>
20・かみかみ給食メニューの提供				【学校給食センター】
<p>6月4日の虫歯予防デーや11月8日のいい歯の日に「かみかみメニュー」を提供しました。その他、平成26年度に「かみかみメニュー」をテーマに募集した「親子でつくる</p>	<p>6月4日の「虫歯予防デー」や11月8日の「いい歯の日」に「かみかみメニュー」を提供した他、平成26年度の「かみかみメニュー」をテーマに募集した「親子でつくる給食献</p>	<p>6月4日から始まる「歯と口の健康週間」や11月8日の「いい歯の日」を中心に、親子でつくる給食献立の「かみかみメニュー」や噛み応えのある食材を使った給食メニュー</p>	<p>6月4日から始まる「歯と口の健康週間」や11月8日の「いい歯の日」を中心に、親子でつくる給食献立の「かみかみメニュー」や噛み応えのある食材を使った給食メニュー</p>	<p>6月4日から始まる「歯と口の健康週間」や11月8日の「いい歯の日」を中心に、親子でつくる給食献立の「かみかみメニュー」や噛み応えのある食材を使った給食メニュー</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
給食献立」の入賞作品を提供しました。 親子つくる給食献立「かみかみメニュー」提供回数(4～3月) 小学校:11回, 中学校:15回	立」の入賞作品を提供しました。 ○親子でつくる給食献立「かみかみメニュー」提供回数(4～3月) 小学校:9回, 中学校:7回	を提供しました。 親子でつくる給食献立「かみかみメニュー」提供回数(4～3月) 小学校:4回, 中学校:3回	を提供しました。 ○かみかみメニュー提供回数 ・小学校:8回, 中学校:8回	を提供しました。 ○かみかみメニュー提供回数 ・小学校3回, 中学校5回
21・子育てふれあいセミナーでの食育指導				【学校給食センター】
子育てふれあいセミナーにおいて小学校1年生の保護者を対象に給食センターの見学会を実施しました。給食ができるまでの調理工程や衛生管理, 地場産物を活用した給食の取り組みについて紹介しました。 また, 「成長期における食育」をテーマに小学生のうちに身に付けてほしい食習慣や食事のマナーについて説明しました。保護者からは「参加してよかった」「子どもにも伝えたい」などの感想が寄せられました。	子育てふれあいセミナーでは, 小学校1年生の保護者を対象に給食センターの見学会を実施し, 給食ができるまでの調理工程や衛生管理, 地場産物を活用した給食献立の取り組みなどを紹介しました。 また, 「成長期における食育」をテーマに小学生のうちに身に付けてほしい食習慣や食事のマナーについても説明し, 保護者から「参加してよかった」「子どもにも伝えたい」などの感想が寄せられました。	子育てふれあいセミナーでは, 小学校1年生の保護者を対象に給食センターの見学とともに, スライドを用いて給食ができるまでの調理工程や衛生管理, 地産地消の取り組み, アレルギー対応について紹介しました。 また, 「適塩・減塩」をテーマに減塩の必要性や給食における減塩の工夫, 家庭でできる減塩・適塩方法について説明しました。保護者からは「汁ものから味の濃さを, 気を付けていきたい」「子どもにも伝えたい」などの感想が寄せられました。	新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため, 給食センターの見学会を伴う子育てふれあいセミナーは中止しました。	子育てふれあいセミナーでは, 小学校1年生の保護者を対象に, 給食ができるまでの調理工程や衛生管理, 地場産物の活用, 食物アレルギー対応など龍ヶ崎市学校給食における取組を紹介しました。 また, 栄養教諭より「減塩・適塩」について講話を行いました。 ○参加人数: 市内小学校低学年保護者40名
22・親子で作る給食献立の募集及び提供, レシピを市公式ホームページで公開				【学校給食センター】
本年度の龍ヶ崎教育の日推進事業『親子でつくる給食献立』において, 龍ヶ崎市産の食材の「トマトや豚肉を使ったメニュー」を募集しました。 応募総数929件の中から入賞作品(10作品)を選出し, 順次学校給食に取り入れました。提供回数(2・3月)	本年度の龍ヶ崎市教育の日推進事業『親子でつくる給食献立』において, 「まごわやさしい」健康に良い食材を使ったメニューを募集し, 応募総数933件の中から入賞作品(10作品)を選出し, 学校給食のメニューに取り入れました。 ○提供月(2月・3月)	本年度の龍ヶ崎市教育の日推進事業『親子でつくる給食献立』において, 「いばらきの旬を味わうメニュー」として茨城県の食材を生かしたメニューを募集し, 応募総数901件の中から入賞作品(8作品)を選出しました。	新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴い, 『親子でつくる給食献立』の募集を中止いたしました。 昨年度の「いばらきの旬を味わうメニュー」における入賞作品やさらに過去の入賞作品については, 順次学校給食に取り入れました。 ○提供回数 ・親子でつくる給食献立総数	新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴い, 今年度も『親子でつくる給食献立』を中止しました。 過去の入賞作品については, 順次学校給食に取り入れるとともに給食献立表に明記しました。 ○提供回数 小学校15回, 中学校12回

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
小学校：6回，中学校：4回			小学校：26回，中学校：22回 ・いばらきの旬を味わうメニュー 小学校：12回，中学校：9回	
23・バランスのとれたおいしい給食の提供				【学校給食センター】
<p>栄養バランスのとれた給食を提供するため，家庭で不足しがちなカルシウムや鉄，食物繊維がとれるように献立作成しました。</p> <p>また，リクエスト献立・行事食・世界の料理・日本の郷土料理を取り入れるなどにし，児童生徒が興味をもって食べてもらえるように献立を工夫しました。</p>	<p>栄養バランスのとれた給食を提供するため，家庭で不足しがちなカルシウムや鉄・食物繊維がとれるように献立を工夫し作成しました。</p> <p>また，リクエスト献立・行事食・世界の料理・日本の郷土料理，親子でつくる給食献立の入賞作品を給食メニューに取り入れるなど，児童生徒が興味をもって食べてもらえるように献立を工夫しました。</p> <p>○児童生徒1人当の給食食べ残し量 児童：30.7g，生徒：42.1g</p>	<p>栄養バランスのとれた給食を提供するため，家庭で不足しがちなカルシウムや鉄，食物繊維がとれるように献立作成をしました。</p> <p>中学校では，給食訪問時に残さいの多いおかずや嗜好調査を実施し，献立作成に反映しました。</p> <p>リクエスト献立や行事食，世界の料理，日本の郷土料理，親子でつくる給食献立の入賞作品等，児童生徒が興味をもって食べてもらえるように工夫しました。</p> <p>○児童生徒1人当の給食食べ残し量 児童：30.5g，生徒：43.5g</p>	<p>栄養バランスのとれた給食を提供するため，家庭で不足しがちなカルシウムや鉄，食物繊維がとれるように献立作成をしました。</p> <p>リクエスト献立や行事食，世界の料理，日本の郷土料理，親子でつくる給食献立の入賞作品等，児童生徒が興味をもって食べてもらえるように工夫しました。</p>	<p>栄養バランスのとれた給食を提供するため，家庭で不足しがちなカルシウムや鉄，食物繊維がとれるように献立作成をしました。</p> <p>リクエスト献立や行事食，世界の料理，日本の郷土料理，親子でつくる給食献立の入賞作品等，児童生徒が興味をもって食べてもらえるような工夫をしました。</p>

⑥地産地消を推進するための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
24・地元農産物の消費拡大, PR				【農業政策課】
<p>毎月第3日曜に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を実施しています。</p> <p>毎月旬の新鮮野菜を生産農家自ら販売し、地産地消の推進に努めました。</p> <p>開催回数：12回</p>	<p>現行の事業を継続しながら、平成30年4月8日から運用開始したたつのこ産直市場において、地元の新鮮野菜を販売し、地産地消の推進に努めました。</p> <p>また、たつのこマルシェや秋の収穫祭においても、農産物のPRに努めました。</p>	<p>たつのこ産直市場におけるイベント（移動販売含む）や店頭で販売している地元生産者の新鮮野菜について、市のメール配信や市の公式Facebook・Twitter・Instagram等を活用し、周知PRを行い、地産地消の推進を図りました。</p> <p>また、毎月第3日曜日に開催している「日曜朝市やさい村」についても市のメール配信や市公式SNS等で周知PRし、消費拡大を図りました。</p>	<p>たつのこ産直市場における店頭でのPRや時季に応じたフェア開催等による地元農産物の消費拡大を図るほか、市役所正面玄関での農産物販売、市広報紙や市公式SNS（Facebook・Twitter・Instagram等）の活用、地元農産物をメイン食材としたレシピ集の配布などにより、地元農産物をPRし、地産地消を推進しました。</p>	<p>たつのこ産直市場の運営及び出張販売、時季に応じたフェアの開催のほか、レシピ集やレシピ動画の活用、市広報紙や市公式SNS等の活用により、地元農産物のPRと消費促進に取り組みました。</p>
25・学校給食における地場産物の計画的な活用				【学校給食センター】
<p>JA 竜ヶ崎市や龍ヶ崎市商工会との連携を図り、毎月第3日曜日の翌週「茨城をたべよう Week」や11月の地産地消強化月間を中心に、学校給食に地場産物を積極的に取り入れました。また、給食献立表および給食カレンダーを家庭に配布し、地場産物を紹介しました。</p> <p>11月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：68%</p> <p>「まいんコロッケ」の提供：小学校3回、中学校3回</p> <p>龍ヶ崎トマトの提供：小学校12回、中学校11回</p>	<p>JA 竜ヶ崎市や龍ヶ崎市商工会と連携し、毎月第3日曜の翌週の「茨城をたべよう Week」や、11月の地産地消強化月間を中心に、学校給食に地場産物を積極的に取り入れました。</p> <p>また、給食献立表や給食カレンダーを家庭に配布し、地場産物を紹介しました。</p> <p>○11月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：74%</p> <p>○龍ヶ崎トマトの提供：小学校11回、中学校14回</p>	<p>JA 水郷つくばとの連携を図り、毎月第3日曜の翌週の「茨城をたべよう Week」や11月の地産地消強化月間を中心に、学校給食に地場産物を積極的に取り入れました。</p> <p>また、給食献立表には年間を通して当月使用予定の地場産物を明記し、紹介しました。</p> <p>○11月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：61%</p> <p>○12月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：70%</p> <p>○龍ヶ崎トマトの提供回数：小学校2回、中学校6回</p>	<p>JA 水郷つくばとの連携を図り、毎月第3日曜の翌週の「茨城をたべよう Week」や11月の地産地消強化月間を中心に、学校給食に地場産物を積極的に取り入れました。</p> <p>また、給食献立表には年間を通して当月使用予定の地場産物（龍ヶ崎市産及び茨城県産）を明記し、紹介しました。</p> <p>○11月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：67.2%</p> <p>○12月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：43.4%</p> <p>○龍ヶ崎トマトの提供回数：小学校1回</p> <p>○「茨城たべよう Week」には月平均14.2品目の地場産物を使用しました。</p>	<p>JA 水郷つくばとの連携を図り、毎月第3日曜の翌週の「茨城をたべよう Week」や11月の地産地消強化月間を中心に、学校給食に地場産物を積極的に取り入れました。</p> <p>また、給食献立表には年間を通して当月使用予定の地場産物（龍ヶ崎市産及び茨城県産）を明記し、紹介しました。</p> <p>○11月の地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：67.4%</p> <p>○龍ヶ崎トマトの提供回数：小学校3回、中学校3回</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
26・『茨城を食べようメニュー』の募集・提供				【学校給食センター】
<p>毎月第3日曜日の翌週「茨城をたべよう Week」を中心に「茨城をたべようメニュー」を提供しました。 (募集については22番を参照)</p>	<p>毎月第3日曜日の翌週の「茨城をたべよう Week」を中心に「茨城をたべようメニュー」を提供しました。また、平成29年度の親子でつくる給食献立「豚肉・トマトを使ったメニュー」での入賞作品を給食で提供しました。 ○豚肉・トマトを使った親子でつくる給食献立の提供回数 小学校：17回、中学校：15回</p>	<p>毎月第3日曜日の翌週の「茨城をたべよう Week」を中心に「茨城をたべようメニュー」を提供しました。また、平成29年度の親子でつくる給食献立「豚肉・トマトを使ったメニュー」での入賞作品を給食で提供しました。 ○豚肉・トマトを使った親子でつくる給食献立の提供回数 小学校：5回、中学校：7回 今年度の親子でつくる給食献立においては「いばらきの旬を味わうメニュー」として901件のメニューが集まりました。</p>	<p>毎月第3日曜日の翌週の「茨城をたべよう Week」を中心に地場産物を積極的に活用したメニューを提供しました。 昨年度の親子でつくる給食献立「いばらきの旬を味わうメニュー」の茨城の食材を生かした入賞作品を給食で提供しました。 ○いばらきの旬を味わうメニューの提供回数 ・小学校：12回、中学校：9回</p>	<p>毎月第3日曜日の翌週の「茨城をたべよう Week」や地産地消強化月間である11月を中心に、茨城県産の食材を積極的に活用したメニューを提供しました。 ○11月茨城をたべよう Week における地場産物（茨城県産・龍ヶ崎市産）の活用率：67.4%</p>
27・小学生を対象に農作物の定植・収穫体験の実施				【農業政策課】
<p>八原小学校2年生129名が、大根の収穫体験を実施しました。 平成29年9月4日播種 平成29年11月7日収穫</p>	<p>八原小学校2年生146名が、大根の収穫体験に参加し、農産物の生育について学び、食に対する関心・地産地消意識の促進を図りました。 実施日：播種9月12日 収穫11月14日</p>	<p>市民協働事業「ひまわり迷路&ひまわり油づくり事業」の中で、駒馬台小学校児童45名が栽培体験に参加し、農作物の生育を学び、食への関心や地産地消の意識を高めました。 【ひまわり栽培体験】 ・種まき体験：5月20日 ・種収穫体験：9月10日 ・栽培行程課外授業：12月11日</p>	<p>新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、農業体験の実施に至りませんでした。</p>	<p>新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、農業体験の実施に至りませんでした。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
28・公益財団法人龍ヶ崎市まちづくり・文化財団による農作物収穫体験の実施				【農業政策課】
<p>レンコン掘り体験及び落花生収穫体験は実施しましたが、さつまいも掘り体験及びじゃがいも掘り体験は、荒天のため中止となりました。</p>	<p>市内生産者の協力のもと、農産物収穫体験を実施し、農作業や生産者との交流を通じて食と農への関心・地産地消意識の促進を図りました。</p> <p>【落花生の収穫体験】 日時：10月8日／場所：泉町／内容：落花生の説明、収穫体験、茹で落花生試食／実績：7組16名参加</p> <p>[レンコン掘り体験] 日時：10月20日／場所：大徳町／内容：レンコンの説明、収穫体験、レンコン御飯やレンコンサラダ試食／実績：8組24名参加</p> <p>[大根抜き体験] 日時：11月11日／場所：農業公園豊作村／内容：大根の収穫体験／実績：51袋(3本/袋)</p>	<p>継続して、市内農産物の収穫体験等を実施し、市民の地産地消意識の促進を図りました。</p> <p>【落花生の収穫体験】 日時：10月6日／場所：泉町／内容：落花生の説明、収穫体験、茹で落花生試食／実績：9組19名参加</p> <p>[レンコン掘り体験] 日時：10月20日／場所：大徳町／内容：レンコンの説明、収穫体験、レンコン御飯やレンコンサラダ試食／実績：7組12名参加</p>	<p>市内生産者の協力や財団主催のもと、継続して農産物収穫体験を実施し、農作業や生産者との交流を通じて食と農への関心・地産地消意識の促進を図りました。</p> <p>[落花生の収穫体験] 日付：10月4日／場所：泉町／内容：落花生の説明、収穫体験、ポッチ作り体験／実績：15組32名参加</p> <p>[レンコン掘り体験] 雨天等により中止</p> <p>[大根抜き体験] 日付：11月1日／場所：農業公園豊作村／内容：大根の収穫体験／実績：108名参加</p> <p>[稲ワラ拾い体験] 日付：11月1日／場所：塗戸町／内容：稲ワラ収集体験／実績：40名参加</p> <p>[長ネギの収穫体験] 日付：11月29日／場所：川原代町／内容：長ネギの収穫体験／実績：13組32名参加</p>	<p>市内生産者の協力や財団主催のもと、継続して農産物収穫体験を実施し、収穫の喜びや生産者との交流を通じて食と農への関心・地産地消意識の促進を図ります。</p> <p>[じゃがいも収穫体験] 日付：6月26日／場所：板橋町／内容：収穫体験／実績：15組21名参加</p> <p>[落花生・サツマイモ収穫体験] 日付：10月10日／場所：板橋町／内容：収穫体験／実績：38組98名参加</p> <p>[レンコン掘り体験] 日付：10月17日荒天(雨天)中止</p> <p>[サツマイモ収穫体験] 日付：10月30日／場所：豊作村／内容：収穫体験／実績：26組58名参加</p> <p>[大根抜き体験] 日付：11月3日／場所：豊作村／内容：大根の収穫体験／実績：66組195名参加</p> <p>[サツマイモ収穫体験] 日付：11月3日／場所：板橋町／内容：収穫体験／実績：35組90名参加</p> <p>[稲ワラ拾い体験] 日付：11月13日／場所：塗戸町／内容：稲ワラ収集体験／実績：35名参加</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
29・「日曜朝市やさい村」の周知拡充				【農業政策課】
<p>毎月第3日曜に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を実施しています。毎月旬の新鮮野菜を生産農家自ら販売し、地産地消の推進に努めています。開催回数：12回</p>	<p>平成30年度以降も毎月第3日曜日に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を開催し、毎月旬の新鮮野菜を生産農家自ら販売し、地産地消の推進に努めました。 開催回数：12回</p>	<p>毎月第3日曜日に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を開催しました。地元生産者が丹精込めて育てた新鮮野菜などの販売やたつのこ産直市場の出張販売も実施し、新鮮卵などの販売を行いました。 開催回数：11回</p>	<p>毎月第3日曜日に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を開催しました。生産者が丹精込めて育てた新鮮野菜などの販売やたつのこ産直市場の出張販売を推進しました。 また、新型コロナウイルス感染症対策等の影響により、開催回数は8回となりました。 開催回数：8回</p>	<p>毎月第3日曜日に上町商店街通りに面したにぎわい広場にて「日曜朝市やさい村」を開催します。生産者が丹精込めて育てた新鮮野菜などの販売やたつのこ産直市場の出張販売を推進しました。 事業実施に当たっては、新型コロナウイルス感染症拡大の状況を見ながら、開催可否を判断し、4回の実施となりました。(コロナ中止：3回、雨天中止：1回)</p>
30・給食指導や食育指導において地産地消の考え方と大切さを指導（食育を窓口として地産地消の考え方や大切さを指導）				【指導課】
<p>学校においては、栄養教諭・保健主事・給食主任・養護教諭等が中心となって、関係職員との連携を図りながら、給食指導および食に関する指導の全体計画のもと校内の推進体制を整えています。 地産地消の大切さについても、国や県、市の方針に基づいて、月ごと学期ごとに取組を評価し、常に改善を図っています。</p>	<p>学校においては、保健主事、給食主任、養護教諭等が中心となって、関係職員との連携を図りながら、給食指導および食に関する指導の全体計画のもと校内の推進体制を整えています。食に関する全体計画は全校確実に作成されておりました。 地産地消の大切さについても、国や県、市の方針に基づいて、給食委員会の児童生徒を中心に、給食センターから出される献立表を活用しながら地産地消に興味をもたせる活動に取り組みました。</p>	<p>学校においては、保健主事、給食主任、養護教諭等が中心となって、関係職員との連携を図りながら、給食指導および食に関する指導の全体計画のもと校内の推進体制を整えています。食に関する全体計画は全校確実に作成されておりました。 地産地消については、社会科や家庭科の学習で大切さを学び、国や県、市の方針に基づいて、給食委員会の児童生徒を中心に、給食センターから出される献立表を活用しながら地産地消に興味をもたせる活動に取り組みました。</p>	<p>各学校においては、栄養教諭、給食主任が中心となり、関係職員と連携を図りながら「食に関する指導の全体計画」を作成しました。特に、児童生徒の発達段階に応じた効果的な指導及び「食に関する指導の年間指導計画」に基づき、各教職員の専門性を活かした指導を行いました。地産地消については、社会科や家庭科の学習で大切さを学びました。国や県、市の方針に基づいて、給食委員会の児童生徒を中心に、給食センターから出される献立表を活用しながら地産地消に興味をもたせる活動に取り組みました。</p>	<p>各学校においては、栄養教諭、給食主任が中心となり、関係職員と連携を図りながら「食に関する指導の全体計画」を作成するよう指導しました。11月現在、15校で全体計画及び年間指導計画が作成されており、2校が作成中です。特に、児童生徒の発達段階に応じた効果的な指導及び「食に関する指導の年間指導計画」に基づき、各教職員の専門性を活かした指導を行うよう指導しました。 地産地消については、社会科や家庭科の学習で、国や県、市の方針に基づいて、給食委員会の児童生徒を中心に、給食センターから出される献立表を活用しながら地産地消に興味をもたせる活動に取り組みよう指導しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
31・茨城の食材を使用した料理講習会の開催				【健康増進課】
<p>9月に料理講習会を4回開催しました。</p>	<p>茨城食文化伝承事業として10月に4回実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・白菜とレンコン入りひき肉の重ね蒸煮 ・長ネギの和風マリネ ・サツマイモとりんごのきんとん <p>龍ヶ崎・西・久保台コミセン，保健センターで実施し，延べ40人が参加しました。</p>	<p>茨城食文化伝承事業として料理講習会を10～11月に4回実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・刻みレンコンの棒餃子 ・茄子とかぼちゃのサラダ ・小松菜とにんじんのヨーグルト味噌和え <p>保健センター、城ノ内・大宮・北文間コミセンで実施し、延べ36人が参加しました。</p>	<p>茨城食文化伝承事業として10月に3回実施する予定でしたが，調理実習は新型コロナウイルス感染症のリスクが高いため中止としました。代わりに茨城の郷土料理のレシピの配付をおこないました。</p> <p>レシピを配布部数：80部</p>	<p>令和3年度より休会していますが，今後の活動に向けて話し合いを行いました。</p>

取り組み分野	(2) 身体活動・運動					
重点目標	・日常生活の中で、意識的にからだを動かす人を増やす					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 学校の授業以外にスポーツや趣味などで60分以上体を動かす（週2回以上）の割合 小学6年生 70.0% 中学3年生 60.0%	—	—	—	—	
	② 体力テスト結果において県平均を上回った種目数 児童 2種目 生徒 4種目	児童4種目 生徒2種目	児童0種目 生徒1種目	児童0種目 生徒0種目	実施なし	
	③ 体力測定で総合評価AまたはBの児童生徒の割合 児童 男：60.0%以上 女60.0%以上 生徒 男60.0%以上 女60.0%以上	児童 男：47.8% 女：49.8% 生徒 男：46.7% 女：68.0%	児童 男：49.4% 女：54.7% 生徒 男：49.5% 女：74.8%	児童 男：44.0% 女：51.2% 生徒 男：43.7% 女：71.9%	実施なし	
	④ 運動部活動に参加していると答えた生徒の割合 モニタリング	—	—	—	—	
	⑤ 日常生活における歩数の増加（7,000歩以上） 10ポイント増	—	—	—	—	
	⑥ 運動習慣者の割合の増加 （1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上継続している者）10ポイント増	—	—	—	—	
	⑦ スポーツイベント（市民スポーツフェスティバル等）の延べ参加者数 8,800人	6,844名	8,285名	8,756名	2,297名	
	⑧ スポーツイベント教室の述べ利用者数（指定管理者） 51,000名	56,959名	47,895名	42,541名	27,456名	
	⑨ 総合型地域スポーツクラブ会員数 800名	429名	423名	456名	400名	
	⑩ スポーツクラブ等に加入している市民の割合 20%	—	—	—	—	
	⑪ ニュースポーツ教室・大会の述べ参加者数 1,200名	898名	1,137名	1,339名	34名	
	⑫ いきいきヘルス（シルバーリハビリ）体操教室述べ参加者数 25,000名	21,982名	19,492名	18,745名	5,841名	
	⑬ 元気アップ体操延べ参加者数 7,000名	6,858名	7,121名	6,292名	3,106名	
⑭ てくてくロードを歩いた延べ人数 2,300名	1,911名	1,176名	974名	1,063名		

具体的取り組み

①体力づくりの推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・体力テストや陸上記録会の実施				【指導課】
<p>体力テストについては、市内全小中学校で実施しています。各校とも前年度の結果に基づいた「体力アップ推進プラン」「体力アップ1校1プラン」を作成し、課題となる種目や調査内容の改善に向けた取組を推進しました。</p> <p>平成29年度においては、児童(小5)4種目、生徒(中2)2種目が男女とも県平均を上回っています。</p> <p>陸上記録会は小学校が5月18日(木)、中学校が4月28日(金)に実施しました。</p>	<p>体力テストについては、市内全小中学校で5月に実施しました。各校とも前年度の結果に基づいた「体力アップ推進プラン」「体力アップ1校1プラン」を作成し、課題となる種目や調査内容の改善に向けた取組を推進しています。</p> <p>平成30年度における「体力テスト総合評価A+Bの割合」は小学校で男子49.4%、女子54.7%、中学校で男子49.5%、女子74.8%でした。</p> <p>陸上記録会は小学校が5月16日(水)、中学校が4月25日(水)に実施されました。</p>	<p>体力テストについては、市内全小中学校で5月に実施しました。各校とも前年度の結果に基づいた「体力アップ推進プラン」「体力アップ1校1プラン」を作成し、課題となる種目や調査内容の改善に向けた取組を推進しました。</p> <p>令和元年度における「体力テスト総合評価A+Bの割合」は小学校で男子44.0%、女子51.2%、中学校で男子43.7%、女子71.9%でした。</p> <p>陸上記録会は小学校が5月15日(水)、中学校が4月26日(金)に実施されました。</p>	<p>本年度新型コロナウイルス感染拡大防止のため体力テスト及び陸上記録会は中止といたしました。</p> <p>各校で体力テストと同じ種目を体育の時間に実施し、来年度への意欲付けとしました。</p>	<p>体力テストについては、感染防止策を十分に講じながら実施しました。令和3年度における「体力テスト総合評価A+Bの割合」は小学校で男子40.2%、女子47.0%、中学校で男子42.9%、女子63.8%でした。</p> <p>各小中学校における体力向上施策については、体力テストの結果を受け、「体力アップ推進プラン」および「体力アップ1校1プラン」の作成を依頼し、学校教育活動全体を通じた体力づくりが行われています。</p> <p>陸上記録会は本年度は中止といたしました。</p>

②部活動の活性化

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・運動部の顧問教員の知識及び技術の向上 ・外部指導者の積極的な活用		【指導課・スポーツ都市推進課】		
<p>顧問の指導に係る知識や技術の向上については、県教育委員会が主催する体育実技指導者講習会や運動部活動指導者講習会に全小中学校から職員が積極的に参加しました。</p> <p>現在、市内では、全6中学校において、龍ヶ崎市体育協会スポーツ指導者派遣事業による派遣申請や茨城県中学校体育連盟外部指導者の資格及びベンチ入り規定による登録申請、地域の競技団体関係者から、19人の外部指導者を活用し、10競技において指導の協力を得ています。</p> <p>また、今年度から国や県が実施している、運動部活動指導員活用研究事業の指定を受け、中根台中学校の野球部に部活動指導員を配置し、教員の顧問業務に係る負担軽減の方策に関する調査研究に取り組んでいます。</p> <p>中学校部活動スポーツ指導者派遣事業で、外部指導者の活用を図りました。</p> <p>※外部指導者派遣数 9名（平成30年3月末現在）</p> <p>【内訳】 愛宕中学校 テニス部・サッカー部・野球部 各1名 城南中学校 剣道部 1名 城西中学校 卓球部・バスケットボール部 各1名</p>	<p>顧問の指導に係る知識や技術の向上については、県教育委員会が主催する運動部活動指導者講習会に全中学校から職員が積極的に参加しました。</p> <p>中学校部活動スポーツ指導者派遣事業で、外部指導者の活用を図りました。派遣者数は次のとおりです。</p> <p>※外部指導者派遣数 13名 (平成31年3月末現在)</p> <p>【内訳】 愛宕中学校 ・サッカー部・バスケットボール部 各1名 城南中学校 剣道部・ソフトテニス部 各1名 城西中学校 卓球部・バスケットボール部 各1名 長山中学校 卓球部 1名 中根台中学校 陸上部・柔道部・ソフトテニス部 各1名 城ノ内中学校 弓道部・卓球部・ソフトテニス部 各1名</p>	<p>顧問の指導に係る知識や技術の向上については、県教育委員会が主催する運動部活動指導者講習会に全中学校から職員が積極的に参加し、実技研修会にも1名参加がありました。</p> <p>龍ヶ崎市体育協会ではスポーツ指導者派遣事業として中学校部活動へ外部指導者を派遣し、生徒の技術力の向上を図りました。</p> <p>外部指導者派遣数 9名 (令和2年3月末現在)</p> <p>【内訳】 愛宕中学校 ・バスケットボール部 1名 城南中学校 ・剣道部 1名 城西中学校 ・卓球部・バスケットボール部 各1名 中根台中学校 ・柔道部・陸上部 各1名 城ノ内中学校 ・卓球部・弓道部 各1名 ・ソフトテニス部 各1名</p> <p>「NPO法人クラブ・ドラゴンズ」によるコンディショニングレクチャー事業として中学校部活動へ専門的なトレーナーを派遣し顧問の指導力の向上及び生徒の競技力の向上を図る事業を展開していますが、今年度はコロナウイルス感染症の影響により実施を見送りました。</p>	<p>現在派遣している指導者については継続的に派遣を行い、新たな派遣要望については体育協会等との連携により、外部指導者の活用を促進しました。</p> <p>外部指導者派遣数 10名</p> <p>【内訳】 城南中学校 ・剣道部 1名 長山中学校 ・ソフトテニス部 1名 城西中学校 ・卓球部・バスケットボール部・野球部 各1名 中根台中学校 ・柔道部・陸上部・サッカー部 各1名 城ノ内中学校 ・卓球部・弓道部 各1名</p> <p>昨年度より、「NPO法人クラブ・ドラゴンズ」によるコンディショニングレクチャー事業として中学校部活動へ専門的なトレーナーを派遣し顧問の指導力の向上及び生徒の競技力の向上を図る事業を展開していますが、今年度はコロナウイルス感染症の影響により実施を見送りました。</p>	<p>現在派遣している指導者については継続的に派遣を行い、新たな派遣要望についてはスポーツ協会等との連携により、外部指導者の活用を促進しました。</p> <p>外部指導者派遣数 8名</p> <p>【内訳】 長山中学校 ・ソフトテニス部・卓球部 各1名 城西中学校 ・卓球部・剣道部・野球部 各1名 中根台中学校 ・サッカー部 各1名 城ノ内中学校 ・卓球部・弓道部 各1名</p> <p>「NPO法人クラブ・ドラゴンズ」と連携し、「中学校部活動コンディショニングレクチャー事業」として中学校部活動に専門的なアスレティックトレーナーの派遣を実施する予定でしたが、昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症の影響により実施を見送りました。</p>

<p>長山中学校 卓球部 1名 中根台中学校 陸上部 1名 城ノ内中学校 弓道部 1名</p>		<p>向上及び生徒の競技力の向上を図りました。 (令和2年3月末現在) 【内訳】 愛宕中学校：バスケットボール部 中根台中学校：陸上競技部 城西中学校：テニス部・バレー部・ 卓球部 剣道部 バスケットボール部 城ノ内中学校：弓道部 剣道部 陸上競技部 計 4 中学校 11 回</p>		
---	--	--	--	--

③スポーツ・運動を通じた健康づくりの推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3・スポーツ教室・イベントの開催				【スポーツ都市推進課】
<p>平成30年3月末現在の主なスポーツ教室・イベントの参加者数は次のとおりです。</p> <p>スポーツ教室（指定管理者）の延べ利用者数 56,959名 市民スポーツレクリエーションまつり参加者数 約2,500名 市民スポーツフェスティバル参加者数 2,564名 市民ウォークラリー大会参加者数 142名 健幸マイレージ事業開始記念ウォーキング大会 155名 上記の教室・イベントほか 1,483名</p>	<p>平成31年3月末現在の主なスポーツ教室・イベントの参加者数は次のとおりです。</p> <p>スポーツ教室（指定管理者）の延べ利用者数 47,895名 市民スポーツレクリエーションまつり参加者数 約2,500名 市民スポーツフェスティバル参加者数 3,245名 市民ウォークラリー大会参加者数 297名 ランニングクリニック 106名 フィットネスウォーキング 延べ600名 上記の教室・イベントほか 1,537名</p>	<p>令和2年3月末現在の主なスポーツ教室・イベントの参加者数は次のとおりです。</p> <p>スポーツ教室（指定管理者）の延べ利用者数 42,541名 市民スポーツ・レクリエーションまつり 約2,500名 市民スポーツフェスティバル参加者数 2,910名 市民ウォークラリー大会 276名 ランニングクリニック 118名 ウォーキング教室 延557名 上記の教室 イベントほか 2,541名</p>	<p>令和3年3月末現在の主なスポーツ教室・イベントの参加者数は次のとおりです。</p> <p>スポーツ教室（指定管理者）の延べ利用者数 延27,456名 市民スポーツ・レクリエーションまつり 中止 市民スポーツフェスティバル参加者数 1,740名 市民ウォークラリー大会 中止 ランニングクリニック 延202名 ウォーキング教室 延321名 上記の教室イベントほか 34名</p>	<p>令和3年11月現在の主なスポーツ教室・イベントの参加者数は次のとおりです。</p> <p>スポーツ教室（指定管理者）の延べ利用者数 延19,234名 市民スポーツ・レクリエーションまつり 中止 市民スポーツフェスティバル参加者数 1,421名 ランニングクリニック 延142名 ウォーキング講座 延101名 HOGUストレッチ講座 延168名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
4・スポーツ少年団・総合型地域スポーツクラブの支援				【スポーツ都市推進課】
<p>【団数・団員数】平成30年3月末現在 龍ヶ崎市スポーツ少年団加盟 29 団体 約700名 総合型地域スポーツクラブ会員数 429名</p> <p>【指導者講習会】 日時：平成30年3月10日(土) 内容：スポーツコミュニケーション・コーチング等 参加者数：6名</p> <p>【活動拠点の支援】 総合型地域スポーツクラブ…旧長戸小体育館の貸出。 スポーツ少年団…体育施設の減免措置、大会の優先予約を実施。</p>	<p>市広報誌、市公式ホームページなどに団員募集記事や各教室の記事を掲載し、スポーツ少年団や総合型地域スポーツクラブを広く周知しました。</p> <p>【団数・団員数】平成31年3月末現在 龍ヶ崎市スポーツ少年団加盟 30 団体 約700名 総合型地域スポーツクラブ会員数 423名</p> <p>(スポーツ少年団の支援) 【民間バスの借上げ支援】 大会出場時に年1回を限度として民間バスの借上げを支援しました。 12件</p> <p>【指導者養成講習会】 日時：平成31年3月16日(土) 内容：ジュニアサッカーの実践練習法とコーチング法 参加者数：12名</p> <p>【活動拠点の支援】 体育施設の減免措置及び大会会場の優先予約を実施しました。</p> <p>(総合型地域スポーツクラブの支援) 【活動拠点の支援】 体育施設を優先的に貸出しました。</p> <p>【交付金事業の支援】 市の交付金事業として2事業を実施しました。 ・ランニングクリニック(11/3)参加者数 106名</p>	<p>市広報誌、市公式ホームページなどに団員募集記事や各教室の記事を掲載し、スポーツ少年団や総合型地域スポーツクラブを広く周知しました。</p> <p>【団数・団員数・会員数】 令和2年3月末現在 龍ヶ崎市スポーツ少年団加盟 31 団体 約700名 総合型地域スポーツクラブ会員数 456名</p> <p>(スポーツ少年団の支援) 【民間バスの借上げ支援】 大会出場時に年1回を限度として民間バスの借上げを支援しました。 12件</p> <p>【団員を対象とした講習会】 日時：令和元年11月9日(土) 内容：コンディショニングレクチャー 参加者数：3団体41名</p> <p>(総合型地域スポーツクラブの支援) 【活動拠点の支援】 体育施設を優先的に貸出しています。</p> <p>【交付金事業の支援】 市の交付金事業として4事業を実施しました。令和2年3月現在の参加者数及び実施回数は次のとおりです。 ・ランニングクリニック 118名 ・ウォーキング教室 延557名</p>	<p>少子化の進行に伴い、活動を縮小する少年団も見受けられますが、今後も継続して団員募集や活動拠点の確保を支援します。</p> <p>【団数・団員数・会員数】 令和3年3月末現在 龍ヶ崎市スポーツ少年団加盟 31 団体 約700名 総合型地域スポーツクラブ会員数 400名</p> <p>(スポーツ少年団の支援) 【民間バスの借上げ支援】 大会出場時に年1回を限度として民間バスの借上げを支援しました。 5件</p> <p>(総合型地域スポーツクラブの支援) 【活動拠点の支援】 体育施設を優先的に貸出しました。</p> <p>【交付金事業の支援】 市の交付金事業として2事業を実施しました。令和3年3月現在の参加者数及び実施回数は次のとおりです。 ・ランニングクリニック延202名 ・ウォーキング教室 延321名 ・コンディショニングレクチャー コロナウイルス感染症の影響により中止 ・小学生市陸直前合同練習会 コロナウイルス感染症の影響</p>	<p>少子化の進行に伴い、活動を縮小する少年団も見受けられますが、今後も継続して団員募集や活動拠点の確保を支援します。</p> <p>【団数・団員数・会員数】 令和3年11月末現在 龍ヶ崎市スポーツ少年団加盟 31 団体 約700名 総合型地域スポーツクラブ会員数 400名</p> <p>(スポーツ少年団の支援) 【民間バスの借上げ支援】 大会出場時に年1回を限度として民間バスの借上げを支援しました。 3件</p> <p>(総合型地域スポーツクラブの支援) 【活動拠点の支援】 たつのこまちづくりパートナーズの構成員となったことにより、たつのこアリーナ・北文間体育館等施設で安定した活動ができるようになりました。</p> <p>【交付金事業の支援】 市の交付金事業として6事業を実施しました。令和3年11月現在の参加者数及び実施回数は次のとおりです。 ・ランニングクリニック延142名 ・ウォーキング教室 延101名 ・HOGUストレッチ教室 延168名 ・サイクリング教室 延12名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
	<ul style="list-style-type: none"> ・フィットネスウォーキング講座… 通年開催 延べ600名 	<ul style="list-style-type: none"> ・コンディショニングレクチャー 4中学校 11回 ・小学生市陸直前合同練習会 (50m/100m/800m/ボールス ロー/走幅跳/走高跳) 5日間 194名 	<p>響により中止 今年度より龍ヶ崎市総合体育館外 13施設の指定管理者であるたつのこ まちづくりパートナーズの構成員と なったことにより、たつのこアリー ナでの事業も増え、さらなる連携強 化が図れました。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループオンライントレーニング 延23名 ・障がい者スポーツ支援事業 延104名 ・コンディショニングレクチャー ・小学生市陸直前合同練習会 ※コロナウイルス感染症の 影響により中止
5・ニュースポーツの推進		【スポーツ都市推進課】		
<p>平成30年3月末現在の主なニュー スポーツ大会等の参加者数は次のと おりです。</p> <p>ヘルシーボール大会参加者数 123名 ニュースポーツ体験教室参加者数 37名 レクリエーション協会バウンドテ ニス大会他4事業 673名 ユニカール大会【新規】65名</p>	<p>ニュースポーツの研究として、ス ポーツ推進委員協議会内に、龍ヶ崎 市内で新たに普及させるニュー スポーツを検討するワーキンググル ープを設置しました。</p> <p>平成31年3月末現在の主な ニュースポーツ大会等の参加者数は 次のとおりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民ウォークラリー大会 297名 ・ニュースポーツ体験教室 57名 ・レクリエーション協会バウンドテ ニス大会他4事業 725名 ・市民ユニカール大会 58名 <p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民スポーツフェスティバル 3,245名 ・市民スポーツ・レクリエーションま つり 2,500名 	<p>ニュースポーツの研究として、ス ポーツ推進委員協議会内のワーキン ググループにて、龍ヶ崎オリジナルの ニュースポーツを考案し、市内イベ ントで試験的に体験会を実施する 等、誰もが気軽に楽しめる新しいス ポーツの普及に向けた取組を行いま した。</p> <p>令和2年3月末日現在のニュー スポーツ大会等の参加者は次のと おりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民ウォークラリー大会 276名 ・ニュースポーツ体験教室 106名 ・レクリエーション協会バウンドテ ニス大会他4事業 856名 ・ヘルシーボール大会 101名 ・市民スポーツフェスティバル ・市民スポーツ・レクリエーション まつり 2,500名 	<p>スポーツ推進委員が発案し研究を 行っている龍ヶ崎市発のニュー スポーツについて、ワーキンググル ープにて検討を重ね、検討結果をス ポーツ推進委員協議会で報告し、実 技研修を実施しました。</p> <p>また、ニュースポーツの普及を図 るため、各地区のコミュニティセン ターを担当するスポーツ推進委員を 決めました。</p> <p>令和3年3月末日現在のニュー スポーツ大会等については、新型コロ ナウイルス感染症の影響により、多 くの大会が中止となりました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民ウォークラリー大会 中止 ・ヘルシーボール大会 中止 ・市民スポーツ・レクリエーション まつり 中止 ・市民スポーツフェスティバル参加 者数 1,740名 ・レクリエーション協会インディア カ大会 34名 	<p>龍ヶ崎オリジナルのニュースポ ーツ「まいりゅうコロコロ」の普及に 向け、推進委員の実技研修を行いな がらルールの改善を行いました。今 後コミュニティセンターなどに ニュースポーツを普及させ、スポ ーツ未実施者の掘り起こしをしていく 予定です。</p> <p>令和3年11月末日現在のニュー スポーツ大会等については、次のと おりです。新型コロナウイルス感染症 の影響により、多くの大会が中止と なりました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘルシーボール大会 中止 ・市民スポーツ・レクリエーション まつり 中止 ・市民スポーツフェスティバル参加 者数 1,421名

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
6・ロコモティブシンドロームについての講演会の開催				【健康増進課】
<p>11月にロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室を開催しました。</p> <p>整形外科の先生による講演や保健師の予防運動、管理栄養士による講話・試食を実施しました。</p> <p>参加者41名(11月19名, 3月22名)</p>	<p>10月と3月にロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室を開催しました。</p> <p>整形外科医による講演や保健師の予防運動、管理栄養士による講話・試食を実施しました。</p> <p>参加者40名(10月40名, 3月45名)</p>	<p>10月9日(水)にロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室を開催しました。</p> <p>整形外科医による講演や保健師の予防運動、管理栄養士による講話・試食を実施しました。</p> <p>参加者数:23名</p> <p>3月にも同様に開催しました。</p>	<p>3月3日(水)にロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室は新型コロナウイルス感染症感染防止のため中止となりました。</p>	<p>3月16日(水)にロコモティブシンドローム・骨粗しょう症予防教室を開催します。</p> <p>整形外科医による講演や保健師の予防のための運動指導、管理栄養士による講話などを行う予定です。</p>
7・てくてくロードの紹介				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>各コミュニティセンターや保健センターなどでのマップの配布・市公式ホームページや広報誌・年間予定表への掲載等、様々な機会を利用して、てくてくロードの紹介を行いました。</p> <p>完歩賞として賞状・缶バッジ・湯ったり館優待券を交付しました。</p> <p>また、てくてくロードを含む市内のウォーキングコースをまとめ、スタンプカードと一体化したマップを作成しました。</p> <p>完歩賞交付者数:91名(延べ人数)</p>	<p>各コミュニティセンターなどで健幸ウォーキングマップの配布 市公式ホームページや市広報誌への掲載など、様々な機会を利用して、てくてくロードの紹介を行いました。13コースを完歩した方には完歩賞として賞状・缶バッジ・湯ったり館優待券を交付しました。</p> <p>完歩賞交付者数:48名(延べ人数)</p>	<p>各コミュニティセンターなどで健幸ウォーキングマップの配布 市公式ホームページや市広報誌への掲載など、様々な機会を利用して、てくてくロードの紹介を行いました。13コースを完歩した方には完歩賞として賞状・缶バッジ・湯ったり館優待券などを交付しました。</p> <p>完歩賞交付者数:52名(延べ人数)</p>	<p>各コミュニティセンターなどで健幸ウォーキングマップの配布や市公式ホームページや市広報紙への掲載など、様々な機会を利用して、てくてくロードの紹介を行いました。13コースを完歩した方には完歩賞として賞状・缶バッジ・湯ったり館優待券を、また先着30名にはタッポ君水筒を交付しました。</p> <p>完歩賞交付者数:50名(延べ人数)</p>	<p>各コミュニティセンターなどで健幸ウォーキングマップの配布や市広報紙への掲載など、様々な機会を利用して、てくてくロードの紹介を行います。</p> <p>健幸ウォーキングマップ配布のほか、「健幸ウォーキング講座」などで、てくてくロードの紹介を行います。</p> <p>また、13コースを完歩した方には完歩賞として賞状・缶バッジ・湯ったり館優待券のほか、サコッシュを交付しました。</p> <p>完歩賞交付者数:延べ50名</p> <p>その他、次年度の健幸ウォーキングマップの改訂及びてくてくロード案内板の改修に向けた準備をしました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
8・元気アップ体操の紹介				【健康増進課・健幸長寿課】
<p>指導員は13地区のコミュニティセンター・佐貫東会館・佐貫西会館・元気サロン松葉館、市民活動センターで、ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動等各箇所月2回程度実施し、運動習慣の普及に努めました。</p>	<p>市広報紙で元気アップ体操の紹介を行い、新たな参加者の募集を行いました。また、Facebookや出前講座で元気アップ体操の紹介を行いました。 ・特別養護老人ホーム ときわぎ (出前講座)</p>	<p>市広報紙等で元気アップ体操の紹介を行い、新たな参加者の募集を行うなど普及啓発を図りました。 また、まいん「健幸」サポートセンターにおいて体験会を開催しました。</p>	<p>市広報紙で元気アップ体操の紹介を行い、普及啓発を図りました。 当初予定していたまいん「健幸」サポートセンターにおける体験会は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止としました。</p>	<p>市広報紙等で、令和3年度指導員養成講座受講者の紹介や体操教室の参加者の募集などをする予定です。 市広報紙等で、参加者数の少ない教室等の参加募集をかけるにあたり、各会場のリーダーの方々に、参加状況や掲載希望の有無を確認しました。 今年度中に、市広報紙へ記事を掲載する予定です。</p>
9・いきいきヘルス体操（シルバーリハビリ体操）の紹介				【健幸長寿課】
<p>出前講座やイベントを通じて、いきいきヘルス体操の紹介を行い、普及を図りました。 ・川原代ふれあい協議会 ・長寿大学 ・認知症講演会における介護予防事業の紹介</p>	<p>出前講座やイベント等を通じて、いきいきヘルス体操の紹介を行いました。また、市広報紙にて、シルバーリハビリ体操に関する紹介を行いました。 ・川原代ふれあい協議会 ・長寿大学 ・ふれ愛広場</p>	<p>市広報紙等によるシルバーリハビリ体操指導士会ならびに体操に関する紹介を行いました（市広報紙令和2年3月号）。 出前講座やイベント時、相談を受けた際に、いきいきヘルス体操の紹介を行い、普及啓発を図りました。 ・ウォーキングイベントでは、体操体験ブースを設置し、多くの方に体操を体験してもらい、普及啓発を図りました。</p>	<p>市広報紙等によるシルバーリハビリ体操指導士会ならびに体操に関する紹介を行いました（市広報紙令和3年1月掲載）。 また、10月にサブスクエアと協働でイベントを行い、普及啓発を図りました。 イベント名：北竜台公園でいきいきヘルス体操&サブスクエアウォーキング 参加者数：30名</p>	<p>市広報紙等により、シルバーリハビリ体操に関する紹介をする予定です。 サブスクエア会場において、体操活動をしています。1階フェスタコートが会場となっていることから、買い物客等が足を止め、体操を見学する等の姿が見受けられました。 多くの人が訪れる場所で活動をし、体操の普及啓発を図りました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
10・特定保健指導における運動指導				【健康増進課】
<p>有酸素運動・筋力トレーニング・ストレッチをバランスよく取り入れ、運動の目的や効果について説明を行いました。</p> <p>開催回数 17回 参加者 109名</p>	<p>有酸素編、筋トレ編、有酸素運動と筋トレを組み合わせた上級編の3つの内容に分け教室を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・有酸素編 開催回数 7回 参加者 57名 ・筋トレ編 開催回数 6回 参加者 56名 ・上級編 開催回数 6回 参加者 29名 	<p>入門コース、有酸素コース、筋トレコースの3つの講座を開催しました。運動習慣のない方から、継続して運動をしている方まで、講話と実技を組み合わせた内容を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・入門コース 開催回数：2回 参加者数：22名 ・有酸素コース 開催回数：1回 参加者数：6名 ・筋トレコース 開催回数：1回 参加者数：15名 	<p>ストレッチ編、シェイプアップ編の2つのコースを用意し、運動習慣のない方から、やせようという気持ちをお持ちの方までが、参加できる内容を実施しました。</p> <p>コロナ禍での実施のため、定員を10名としました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレッチ編 開催回数：10回 参加者数 50名 ・シェイプアップ編 開催回数：9回 参加者数 38名 	<p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため、定員を10名と減らし、室内ウォーク編と椅子 de エクササイズ編2つのコースを実施しました。運動習慣のない方や足腰が悪く運動ができない方、やせようという方が参加しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・室内ウォーク編 開催回数 1回 参加者数 4名 ・イス de エクササイズ 開催回数 2回 参加者数 4名

取り組み分野	(3) 飲酒					
重点目標	・ 適正な飲酒量などの知識を普及する					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 妊娠中に飲酒している人の割合 0%	1.0	0.4	0	0.8	/
	② 飲酒の害を知っている児童生徒の割合 小学6年生 85.0% 中学3年生 95.0%	—	—	—	—	
	② 酒の適量を知っている市民の割合 50.0%以上	—	—	—	—	
	① 週3日以上かつ1日3合以上飲酒している人の割合 2.5%（男 6.6%, 女 1.8%）	3.1	3.9	3.5	2.7	
① γ -GTP 要指導・要医療者の割合 要指導者 8.0% 要医療者 2.0%	要指導者 13.2% 要医療者 4.9%	要指導者 10.5% 要医療者 3.8%	要指導者 9.2% 要医療者 3.8%	要指導者 9.7% 要医療者 4.5%		

具体的取り組み

①未成年の飲酒をなくす取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・学習指導要領に基づく学習指導 ・飲酒の害に関する講演会の実施				【指導課】
<p>小学校では飲酒の害については第6学年保健で、また、中学校では第3学年保健体育保健分野で実施しました。茨城県警職員や保健所職員などの人材を活用しての専門性を生かした工夫のある授業や学習を展開しました。</p> <p>また、学校医師や学校薬剤師、薬物乱用防止指導員、民間団体の講師を招いての薬物乱用防止教室を小学校11校、中学校6校で実施しました。</p>	<p>飲酒の害については小学校第6学年と中学校第3学年で保健体育の保健分野で授業を行いました。</p> <p>茨城県警職員や保健センター、少年サポートセンター、ライオンズクラブなどの人材を活用しての専門性を生かした工夫のある授業や学習を展開しました。</p> <p>また、薬物乱用防止教室についても、茨城県警職員や少年サポートセンター、ライオンズクラブなどの人材を講師として招聘し、小学校9校、中学校6校で実施されました。</p>	<p>飲酒の害については小学校第6学年と中学校第3学年で保健体育の保健分野で授業を行いました。</p> <p>また、全ての小中学校で薬物乱用防止教室を、茨城県警職員や少年サポートセンター、ライオンズクラブなどの人材を講師として招聘して行われました。</p> <p>その中で、飲酒の危険性などについても触れていただきました。</p>	<p>飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施しました。</p> <p>学校訪問を通して、専門性の高い外部講師による学習会の開催を求め、指導の実施状況を確認して、学習指導要領に基づく学習の機会が提供されるよう依頼しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の予防を講じながら、全ての学校で実施できました。</p>	<p>飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施するよう指導しました。本年度は専門性の高い外部講師を招き、15校が対面での学習、2校がオンラインでの学習を実施しました。</p> <p>また、指導の実施状況を確認して、教科領域の指導と関連付けて実施するよう指導しました。</p>

②妊娠中の飲酒をなくす取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 取り組み内容と今後の方向性 (令和3年4月から 令和4年3月まで)
2・母子健康手帳交付時、プレ・ママ教室時の保健指導				【健康増進課】
<p>母子健康手帳交付時にパンフレットを配布し、胎児への影響について指導を実施しました。</p> <p>また、プレママ教室の第1講座でも妊娠中の飲酒について指導を実施しました。</p> <p>妊娠届数：486名 妊娠中飲酒している人：5名（1%） 3～4か月健診時アンケートで妊娠中飲酒していたと答えた人：3名（0.7%） プレママ教室（第1講座）参加者数：50名 プレパパ教室参加者数：41名</p>	<p>母子健康手帳交付時にパンフレットを配布し、胎児への影響について指導しました。</p> <p>また、プレママ教室において、妊娠中の飲酒の影響について説明しました。</p> <p>妊娠届数：461名 妊娠中飲酒している人：2名（0.4%） 3～4か月健診時アンケートで妊娠中飲酒していたと答えた人：3名（0.7%） プレママ教室（第1講座）参加者数：36名 プレパパ教室参加者数：39名</p>	<p>母子健康手帳交付時にパンフレットを配布し、胎児への影響について指導しました。</p> <p>また、プレママ教室において、妊娠中の飲酒の影響について説明しました。</p> <p>妊娠届数：451名 妊娠中飲酒している人：0名（0%） 3～4か月健診時アンケートで妊娠中飲酒していたと答えた人：4名（1.1%） プレママ教室（第1講座）参加者数：35名 プレパパ教室参加者数：31名</p>	<p>妊娠中における飲酒の胎児への影響について、母子健康手帳交付時やプレママ教室時に指導しました。また、妊娠中の飲酒者に対する個別指導を実施しました。</p> <p>妊娠届数：368名（転入者含む） 妊娠中飲酒している人：3名（0.8%） 3～4か月健診時アンケートで妊娠中飲酒していたと答えた人：1名（0.2%） プレママ教室（第1講座）参加者数：20名 プレパパ教室参加組数：29組</p>	<p>妊娠中における飲酒の胎児への影響について、母子健康手帳交付時やプレママ教室時に指導します。</p> <p>また、妊娠中の飲酒者に対する個別指導を実施します。</p> <p>妊娠届数：253名（転入者含む） 妊娠中飲酒している人：0名 3～4か月健診時アンケートで妊娠中飲酒していたと答えた人：1名（0.6%） プレママ教室（第1講座）参加者数：20名 プレパパ教室参加組数：16組</p>

③身体に負担をかけない飲み方の普及啓発

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3・健康教室の実施 ・市広報紙やチラシ，ポスターの配布 【健康増進課】				
高血圧予防教室や，健康相談でアルコールの適量について指導しました。市広報紙で1日のアルコールの適量についても周知しました。 健康相談で飲酒習慣がある方に，適切な飲酒量の説明とチラシを配布しました。	糖尿病講演会で医師よりアルコールの適量について講話がありました。 実施回数：2回 参加者数：138名 特定保健指導や健康相談で多量飲酒者やγ-GTの高い方には適切な飲酒量の指導をしました。	特定保健指導初回面接・血糖改善コース・血圧改善コースでアルコールの1日の適量について講話をしました。	特定保健指導初回面接や個別栄養相談，健康相談等でアルコールの適量について情報提供しました。	特定保健指導初回面接や栄養相談，健康相談等でアルコールの適量について情報提供しました。

④多量飲酒者の割合を軽減する取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
4・健康教室の実施 ・市広報紙やチラシ，ポスターの配布 ・地元企業への周知 ・特定保健指導における1日の適量の説明 【健康増進課】				
集団栄養指導において，適切な飲酒量について説明しました。また，初回面接時に，多量飲酒者については，飲酒量について個別指導を実施しました。 特定保健指導の対象者において，γ-GTPの高い方には適切な飲酒量について説明しました。	特定保健指導初回面接や健康相談，栄養教室の保健指導において，多量飲酒者やγ-GTの高い方については，飲酒量や休肝日の重要性について個別指導を実施しました。	特定保健指導初回面接や血糖改善コース・血圧改善コースや健康相談等で1日のアルコールの適量について説明しました。	特定保健指導初回面接や健康相談を行うとともに，栄養の個別指導時に，多量飲酒者やγ-GT高値等の血液検査値により指導の必要な方に，飲酒量を減らすことや休肝日の重要性について指導を実施しました。	特定保健指導初回面接や健康相談時等の際に，多量飲酒者やγ-GT高値等の血液検査値により指導の必要な方に，飲酒量や休肝日の重要性について指導を実施しました。

取り組み分野 重点目標 成果指標	(4) 喫煙					
	<ul style="list-style-type: none"> ・受動喫煙を減らす ・たばこが健康に及ぼす影響についての知識を普及する 					
	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績 (%)				
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 妊娠中にたばこを吸っていた人の割合 4.6%	3.7	2.4	1.1	1.9	
	② 乳児のいる家庭で、父母がたばこを吸っている割合 父：30.0 母：2.0%	父：42.5% 母：6.1%	父：36.3% 母：4.5%	父：40.9% 母：4.4%	父：40.0% 母：8.1%	
	③ たばこの害について知っている児童生徒の割合（がん，心疾患，歯周病） がん 小6 現状維持 中3 現状維持 心疾患 小6 80.0% 中3 90.0% 歯周病 小6 60.0% 中3 85.0% 副流煙 小6 90.0% 中3 現状維持 赤ちゃんへの影響 小6 現状維持 中3 現状維持	—	—	—	—	
④ 禁煙施設の認証数（建物内） 103	123	127	令和2年3月31日をもって廃止			
⑤ 喫煙率 男性：23.0% 女性：5.0%	—	—	—	—		

具体的取り組み

①喫煙，受動喫煙の害についての知識の普及

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・喫煙習慣がある妊婦に対し保健指導を実施				【健康増進課】
<p>母子健康手帳交付時に妊婦の喫煙歴を確認し，喫煙習慣がある妊婦に対して，胎児や乳児への影響について指導しました。</p> <p>妊娠届出数：486名 母子手帳交付時喫煙者数（妊婦）：18名 喫煙率 3.7%</p>	<p>母子健康手帳交付時に妊婦の喫煙歴を確認し，喫煙習慣がある妊婦に対して，胎児や乳児への影響及び受動喫煙について指導しました。</p> <p>妊娠届出数：505名 母子手帳交付時喫煙者数（妊婦）：12名（2.4%） 3～4か月児健診時アンケートで妊娠中喫煙していたと答えた人：13名（3.1%）</p>	<p>母子健康手帳交付時に妊婦の喫煙歴を確認し，喫煙習慣がある妊婦に対して，胎児や乳児への影響及び受動喫煙について指導しました。</p> <p>妊娠届出数：451名 母子手帳交付時喫煙者数（妊婦）：5名（1.1%） 3～4か月児健診時アンケートで妊娠中喫煙していたと答えた人：8名（2.1%）</p>	<p>喫煙習慣がある妊婦に対して，母子健康手帳交付時後も電話や面談での個別指導を実施しました。</p> <p>また，必要に応じて禁煙外来の紹介をしました。</p> <p>妊娠届出数：368名（転入者含む） 母子手帳交付時喫煙者数（妊婦）：7名（1.9%） 3～4か月児健診時アンケートで妊娠中喫煙していたと答えた人：8名（2.0%）</p>	<p>今年度より母子健康手帳交付時に使用するチラシの改定を行いました。近年，周囲への影響を考え，紙巻タバコから加熱式タバコへの移行を考えられる方が見られることを踏まえ，加熱式タバコの害に関する情報や，受動喫煙のリスク，産後再喫煙防止について内容を加え情報提供します。妊娠が禁煙の好機となるよう，妊婦のみならず，家族みんなの禁煙の重要性について説明します。</p> <p>母子健康手帳交付事後も電話や面談での個別指導を実施します。</p> <p>また，必要に応じて禁煙外来の紹介をします。</p> <p>妊娠届出数：253名（転入者含む） 母子手帳交付時喫煙者数（妊婦）：2名（0.8%） 3～4か月児健診時アンケートで妊娠中喫煙していたと答えた人：5名（2.9%）</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・プレ・ママ教室，プレ・パパ教室等で喫煙・受動喫煙について周知				【健康増進課】
<p>プレ・ママ教室，プレ・パパ教室において，妊娠中の喫煙による胎児への影響について講話し，禁煙指導をしました。</p> <p>プレママ教室（第1講座）参加者数： 50名 プレパパ教室参加者数： 41名</p>	<p>プレ・ママ教室，プレ・パパ教室において，妊娠中の喫煙による胎児への影響についての保健指導をしました。また，加熱式タバコについての影響についての情報も取り入れました。</p> <p>プレママ教室（第1講座）参加者数： 36名 プレパパ教室参加者数： 39名</p>	<p>プレ・ママ教室，プレ・パパ教室において，妊娠中の喫煙による胎児への影響についての保健指導をしています。また，加熱式タバコについての影響についての情報も取り入れました。</p> <p>プレママ教室（第1講座）参加者数： 35名 プレパパ教室参加者数： 31名</p>	<p>教室での講話だけでなく，平成31年度から開始された，禁煙外来治療費助成の周知を勧め，妊婦と同居する家族に対する禁煙指導を強化しました。</p> <p>プレママ教室（第1講座）参加者数： 20名 プレパパ教室参加組数： 29組</p>	<p>教室において，妊娠中の喫煙による胎児への影響についての保健指導をしています。また，加熱式タバコについての影響や受動喫煙の影響についての情報も提供していきます。出産後，徐々に再喫煙に繋がるケースが多い実際も踏まえ，再喫煙防止についても周知します。</p> <p>教室での講話だけでなく，禁煙外来治療費助成の周知を勧め，妊婦と同居する家族に対する禁煙指導を強化します。</p> <p>プレママ教室（第1講座）参加者数： 20名 プレパパ教室参加組数： 16組</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
--------------------	------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	---

3・家族に喫煙者がいる場合には、乳児家庭全戸訪問や乳幼児健康診査時に保健指導を実施

【健康増進課】

<p>乳児家庭訪問や乳幼児健診時質問票により、家族に喫煙者がいた場合、乳幼児へのたばこの害について説明し、禁煙指導を実施しました。</p> <p>乳児家庭訪問数：466件</p> <p>乳幼児健診喫煙者数</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>母親喫煙率 (%)</th> <th>父親喫煙率 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3～4カ月健診</td> <td>6.1</td> <td>42.5</td> </tr> <tr> <td>1歳6カ月健診</td> <td>7.2</td> <td>42.1</td> </tr> <tr> <td>3歳5カ月健診</td> <td>9.9</td> <td>42.0</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>7.8</td> <td>42.2</td> </tr> </tbody> </table>		母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)	3～4カ月健診	6.1	42.5	1歳6カ月健診	7.2	42.1	3歳5カ月健診	9.9	42.0	合計	7.8	42.2	<p>乳児家庭訪問や乳幼児健診時質問票により、家族に喫煙者がいた場合、乳幼児へのたばこの影響について説明しました。</p> <p>乳児家庭訪問数：426件</p> <p>乳幼児健診喫煙率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>母親喫煙率 (%)</th> <th>父親喫煙率 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3～4カ月健診</td> <td>4.5</td> <td>36.3</td> </tr> <tr> <td>1歳6カ月健診</td> <td>7.2</td> <td>42.5</td> </tr> <tr> <td>3歳5カ月健診</td> <td>9.6</td> <td>41.9</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>7.3</td> <td>40.3</td> </tr> </tbody> </table>		母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)	3～4カ月健診	4.5	36.3	1歳6カ月健診	7.2	42.5	3歳5カ月健診	9.6	41.9	合計	7.3	40.3	<p>乳児家庭訪問や乳幼児健診時質問票により、家族に喫煙者がいた場合、乳幼児へのたばこの影響について説明しました。</p> <p>乳児家庭訪問数：408件</p> <p>乳幼児健診喫煙率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>母親喫煙率 (%)</th> <th>父親喫煙率 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3～4カ月健診</td> <td>4.4</td> <td>40.9</td> </tr> <tr> <td>1歳6カ月健診</td> <td>8.9</td> <td>38.1</td> </tr> <tr> <td>3歳5カ月健診</td> <td>9.2</td> <td>40.2</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>7.7</td> <td>40.1</td> </tr> </tbody> </table>		母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)	3～4カ月健診	4.4	40.9	1歳6カ月健診	8.9	38.1	3歳5カ月健診	9.2	40.2	合計	7.7	40.1	<p>乳児家庭訪問や乳幼児健診時質問票により、家族に喫煙者がいた場合、乳幼児へのたばこの影響について説明しました。</p> <p>乳児家庭訪問件数：290件 (内、電話訪問58件)</p> <p>※緊急事態宣言時は、家庭訪問せず電話対応実施。</p> <p>乳幼児健診喫煙率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>母親喫煙率 (%)</th> <th>父親喫煙率 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3～4カ月健診</td> <td>4.2</td> <td>35.2</td> </tr> <tr> <td>1歳6カ月健診</td> <td>8.4</td> <td>42.1</td> </tr> <tr> <td>3歳5カ月健診</td> <td>10.8</td> <td>42.3</td> </tr> <tr> <td>合</td> <td>8.1</td> <td>40.0</td> </tr> </tbody> </table>		母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)	3～4カ月健診	4.2	35.2	1歳6カ月健診	8.4	42.1	3歳5カ月健診	10.8	42.3	合	8.1	40.0	<p>乳児家庭訪問や乳幼児健診時質問票により、家族に喫煙者がいた場合、乳幼児へのたばこの影響について説明しました。</p> <p>また、過去に喫煙歴のある産婦については、今年度より乳児家庭訪問において「再喫煙防止用」のチラシを配付し、出産後も継続して禁煙し続けることができるよう、説明していきます。</p> <p>乳幼児健診喫煙率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>母親喫煙率 (%)</th> <th>父親喫煙率 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3～4カ月健診</td> <td>5.8</td> <td>37.6</td> </tr> <tr> <td>1歳6カ月健診</td> <td>8.8</td> <td>38.2</td> </tr> <tr> <td>3歳5カ月健診</td> <td>10.5</td> <td>27.4</td> </tr> </tbody> </table>		母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)	3～4カ月健診	5.8	37.6	1歳6カ月健診	8.8	38.2	3歳5カ月健診	10.5	27.4
	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)																																																																										
3～4カ月健診	6.1	42.5																																																																										
1歳6カ月健診	7.2	42.1																																																																										
3歳5カ月健診	9.9	42.0																																																																										
合計	7.8	42.2																																																																										
	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)																																																																										
3～4カ月健診	4.5	36.3																																																																										
1歳6カ月健診	7.2	42.5																																																																										
3歳5カ月健診	9.6	41.9																																																																										
合計	7.3	40.3																																																																										
	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)																																																																										
3～4カ月健診	4.4	40.9																																																																										
1歳6カ月健診	8.9	38.1																																																																										
3歳5カ月健診	9.2	40.2																																																																										
合計	7.7	40.1																																																																										
	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)																																																																										
3～4カ月健診	4.2	35.2																																																																										
1歳6カ月健診	8.4	42.1																																																																										
3歳5カ月健診	10.8	42.3																																																																										
合	8.1	40.0																																																																										
	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)																																																																										
3～4カ月健診	5.8	37.6																																																																										
1歳6カ月健診	8.8	38.2																																																																										
3歳5カ月健診	10.5	27.4																																																																										

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			計	合計 8.7 34.0
4・学習指導要領に基づく学習指導 ・たばこの害に関する講演会の実施				【指導課】
<p>喫煙の害については、小学校では第6学年保健で、また、中学校では第3学年保健体育保健分野で実施しています。</p> <p>茨城県警職員や保健所職員などの人材を活用しての専門性を生かした工夫のある授業や学習を展開しています。</p> <p>また、学校医師や学校薬剤師、薬物乱用防止指導員、民間団体の講師を招いての薬物乱用防止教室を小学校11校、中学校6校で実施しました。</p>	<p>喫煙の害については、小学校第6学年と中学校第3学年で保健体育の保健分野で実施しています。</p> <p>養護教諭と担任とのチーム・ティーチングや茨城県警職員、少年サポートセンターなどの人材を活用しての専門性を生かした工夫のある授業や学習を展開しています。</p> <p>また、長期休業前には生活指導として再度確認しています。</p>	<p>喫煙の害については、小学校第6学年と中学校第3学年で保健体育の保健分野で実施しました。</p> <p>養護教諭と担任とのチーム・ティーチングや茨城県警職員、少年サポートセンターなどの人材を活用しての専門性を生かした工夫のある授業や学習を展開しました。また、薬物乱用防止教室の際にもたばこの害について触れていただきました。</p> <p>また、長期休業前には生活指導として再度確認しました。</p>	<p>飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施しました。</p> <p>学校訪問を通して、専門性の高い外部講師による学習会の開催を求めたり、指導の実施状況を確認したりして、学習指導要領に基づく学習の機会が提供されるよう依頼しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の予防を講じながら、全ての学校で実施できました。</p>	<p>飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施するよう指導しました。今年度は専門性の高い外部講師を招き、15校が対面での学習、2校がオンラインでの学習を実施しました。</p> <p>また、指導の実施状況を確認して、教科領域の指導と関連付けて実施するよう指導しました。</p>
5・歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員による喫煙禁止区域のパトロールを実施				【環境対策課】
<p>歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員2名による喫煙禁止区域等のパトロールを、概ね週6日(日曜・祝日・年末年始等を除く)実施しました。</p> <p>【喫煙禁止区域での喫煙による過料処分】 2名(H29.4.1~H30.3.31)</p>	<p>市公式ホームページや広報紙等を活用し、公共の場所における歩行喫煙や喫煙禁止区域(佐貫駅前及び竜ヶ崎駅前)での喫煙等の禁止を周知するとともに、歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員2名による喫煙禁止区域等のパトロールを、概ね週6日(日曜・祝日・年末年始を除く)実施しました。</p> <p>【喫煙禁止区域での喫煙による過料処分】 3名(H30.4.1~H31.3.31)</p>	<p>市ホームページや広報紙等を活用し、公共の場所における歩行喫煙や喫煙禁止区域(龍ヶ崎市駅前及び竜ヶ崎駅前)での喫煙等の禁止を周知するとともに、歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員2名による喫煙禁止区域等のパトロールを、概ね週6日(日曜・祝日・年末年始を除く)実施しました。</p> <p>【喫煙禁止区域での喫煙による過料処分】 4名(H31.4.1~R2.3.31)</p>	<p>市公式ホームページや広報紙等を活用し、公共の場所における歩行喫煙や喫煙禁止区域(龍ヶ崎市駅前及び竜ヶ崎駅前)での喫煙等の禁止を周知するとともに、歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員2名による喫煙禁止区域等のパトロールを、概ね週3日(日曜・祝日・年末年始を除く)実施しました。</p> <p>【喫煙禁止区域での喫煙による過料処分】 3名(R2.4.1~R3.3.31)</p>	<p>市公式ホームページや広報紙等を活用し、公共の場所における歩行喫煙や喫煙禁止区域(龍ヶ崎市駅前及び竜ヶ崎駅前)での喫煙等の禁止を周知するとともに、歩きたばこ・ポイ捨て等防止指導員2名による喫煙禁止区域等のパトロールを、概ね週3日(日曜・祝日・年末年始を除く)実施しました。</p> <p>【喫煙禁止区域での喫煙による過料処分】 7名(R3.4.1~R3.11.30)</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
6・禁煙認証施設についての周知・禁煙に関する健康相談の実施 ・健康診査結果説明会や市広報紙等での周知・地域，市民へのチラシやポスターの配布				【健康増進課】
<p>市役所庁舎内（議会スペースを含む）の完全禁煙を実施しており，庁舎外に喫煙所を1か所設置しています。</p> <p>また，この喫煙所においては，喫煙が健康に及ぼす害や禁煙治療に関するチラシを掲示し，禁煙の取組を促進しています。</p> <p>市広報紙5月号に「たばこと肺がんについて」記事を掲載しました。</p>	<p>公共施設や市歯科医師会等に対して，禁煙認証施設について周知し，申請を勧めました。昨年度末より4か所増の127か所となりました。</p> <p>未登録の学校より禁煙認証施設の申請があり，市内の全小中高の学校が禁煙施設となりました。</p> <p>禁煙に関する健康相談に随時対応しました。</p> <p>市役所庁舎内喫煙所には，喫煙が健康に及ぼす害についてのポスターやチラシを掲示しました。</p>	<p>健康相談において禁煙相談に応じました。</p> <p>市役所掲示板や敷地内喫煙所に，喫煙が健康に及ぼす害についてのポスターやチラシを掲示しました。</p> <p>改正健康増進法施行に関連して市内コミュニティセンター喫煙所状況を調査しました。今後市の施設の対応等を検討していきます。</p>	<p>改正健康増進法施行に伴い，公共施設の多くが原則敷地内禁煙となったため，茨城県禁煙認証制度は廃止となりましたが，引き続き，喫煙が健康に及ぼす害について周知していきます。</p> <p>市役所敷地内に設置されている特定屋外喫煙場所には，喫煙が健康に及ぼす害についてのポスターやチラシを掲示しました。</p> <p>健康相談において禁煙相談に応じています。</p>	<p>健康相談のほか，健診当日での禁煙相談に応じていきます。</p> <p>保健センターや市役所敷地内に設置されている特定屋外喫煙場所にポスターを掲示しました。</p> <p>禁煙外来助成ポスターをショッピングセンターやコミュニティセンターに掲示を依頼していきます。</p>

②たばこをやめたい人及びその家族への支援

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
7・健康相談の実施・禁煙に関する受療のための禁煙外来の周知				【健康増進課】
<p>健康相談は月2回ほど実施しました。 また、健診当日に禁煙希望者には禁煙相談や禁煙外来を紹介しました。 健康相談利用者 111名</p>	<p>月1～2回健康相談を実施しています。希望者には禁煙外来の周知をしました。 健康相談：21回 移動健康相談：2回 健康相談実施者数：140名 健診当日、禁煙希望者には禁煙指導をしました。</p>	<p>健康相談や健診当日の禁煙希望者に対し、禁煙指導を実施するとともに、対象者には禁煙外来を紹介しました。 健康相談・移動健康相談実施者数：51名 健診当日の禁煙指導：36名</p>	<p>健康相談は健診開始後の6月から実施しています。健康相談実施日以外にも相談があった場合には随時対応しています。希望者には禁煙外来を周知します 健康相談・移動健康相談実施者数：120名 健診当日、禁煙希望者には禁煙指導をします。 健診当日の禁煙指導実施者数：27名</p>	<p>健康相談や健診当日の禁煙希望者に対し、禁煙指導を実施するとともに、対象者には禁煙外来を紹介しています。</p>

③COPD（慢性閉塞性肺疾患）の知識の普及

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
8・地域・職域等へのチラシやポスターの配布・健康相談の実施				【健康増進課】
<p>「肺がんについて」のヘルス講演会の中で、たばこの害について話しました。禁煙週間の間、禁煙のポスターを保健センターや本庁舎外の喫煙所に掲示しました。</p>	<p>・禁煙に関するポスターを各コミュニティセンターや市役所に掲示し、チラシの配布をしました。 ・中学生を対象とした加熱式たばこを含むたばこの害やCOPDについての防煙教室マニュアルを作成し、市内中学校に周知をしました。 城西中学校及び愛宕中学校の1年生を対象に上記マニュアルに基づき防煙教室を実施しました。 3月26日に「COPDについて」のヘルス講演会を開催しました。 講師：龍ヶ崎済生会病院呼吸器内科 宮崎邦彦先生 参加者：49名</p>	<p>6月5日に「喫煙の害と禁煙について」のヘルス講演会を開催しました。 講師：龍ヶ崎済生会病院呼吸器内科 児玉孝秀先生 参加者：24名 愛宕中学校の1年生及び長山中学校1～3年生を対象に防煙教室を実施しました。 市役所掲示板や敷地内喫煙所に、喫煙が健康に及ぼす害についてのポスターやチラシを掲示しました。市ホームページに掲載されているCOPDについての記事を更新しました。</p>	<p>たばこの害やCOPDについてのチラシやポスターを保健センターや市役所庁舎へ掲示しています。 健康相談において、希望者に禁煙指導を実施します。また、健診当日、禁煙希望者には禁煙指導をしています。 健診当日の禁煙指導実施者数：27名</p>	<p>たばこの害や禁煙外来についてのポスターの掲示を行うほか、健診当日に禁煙希望者へ保健指導を行っています。</p>

取り組み分野	(5) 休養					
重点目標	活動と休養のバランスがとれた生活を送ることができる人を増やす					
成果指標		実績 (%)				
	目標値 (令和3年度) (2021年度)	H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① よく眠れている児童生徒の割合 小学6年生：80.0% 中学3年生：80.0%	—	—	—	—	
	② 1日あたり1時間以上ゲームをすると答えた児童生徒の割合 児童：53.0% 生徒：58.0%	児童：57.3% 生徒：63.9%				
	③ 1日あたり携帯電話やスマートフォンで1時間以上通話やメール、インターネットをすると答えた児童生徒の割合 児童：15.0% 生徒：50.0%	児童：22.4% 生徒：71.1%				
④ 現在の睡眠に満足している人の割合 30%	—	—	—	—		

具体的取り組み

①睡眠による休養を十分とれていない者の減少のための取り組み

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・チラシや市公式ホームページ等を活用し休養の重要性に関する普及啓発（各小中学校等）				【指導課】
<p>市学校教育指導方針では、「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりを推進しています。</p> <p>全国学力・学習状況調査の児童・生徒質問紙における望ましい生活習慣に関する設問「毎日同じぐらいの時間に寝ている・起きている」では小中学校ともに全国平均値を上まわっています。</p> <p>養護教諭等を中心とした学校での継続的な保健指導が行われています。</p>	<p>学校教育指導方針では、「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりを推進しています。</p> <p>しかし、全国学力・学習状況調査の児童・生徒質問紙における望ましい生活習慣に関する設問「毎日同じぐらいの時間に寝ている・起きている」では中学校が全国平均値を下まわる結果になりました。</p> <p>養護教諭等を中心とした学校での継続的な保健指導が行われています。</p> <p>また、5中学校区においてのノーメディアデー・ノーメディアウィーク等を実施し、SNS等の原因による睡眠不足の解消に努めました。</p>	<p>全国学力・学習状況調査の児童・生徒質問紙における設問「毎日同じぐらいの時間に寝ている・起きている」では中学校が全国平均を上回っており改善傾向にあります。小学校が全国平均値を下まわる結果になりました。</p> <p>ノーメディアデーについては中学校のテスト期間に合わせて小学校でも同時に行われました。</p> <p>睡眠不足が心配される児童生徒には養護教諭等を中心とした学校での継続的な保健指導が行われました。</p>	<p>各学校において「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりに係る教育を推進します。睡眠や休養については、3中学校区でノーメディアデー・ノーメディアウィーク等の家庭への啓発を通して、健康的な睡眠時間について考える機会を提供しました。</p> <p>睡眠不足が心配される児童生徒には、養護教諭との連携により、個別の保健指導を行っています。</p>	<p>各学校において「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりに係る教育を推進しました。睡眠や休養については、保健だより等で健康的な睡眠時間について考える機会を提供しました。ノーメディアデー・ノーメディアウィーク等については1中学校・2小学校で実施しました。</p> <p>各種アンケート調査の結果から睡眠不足が心配される児童生徒には、養護教諭との連携により、個別の保健指導を行いました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・睡眠に関する健康教室の実施 地域、職域からの依頼による健康教育の実施 専門家による講演会の実施 【健幸長寿課】				
<p>快眠教室を行い、不眠への集団健康教育を行いました。</p> <p>開催回数4回／コース、フォロー教室1回、 参加実人数9名。</p> <p>睡眠講演会「あなたは大丈夫？睡眠時無呼吸症候群～いびきは健康の注意信号～」を実施しました。参加人数33名。</p> <p>学校保健委員会からの依頼があり、保健師が睡眠に関する話をしました。</p> <p>実績：小学校 1校 内容：小学生の睡眠について</p>	<p>専門家による睡眠に関する講演会を開催しました。</p> <p>睡眠講演会「『健眠』のススメ～「健やかな眠り」の極意が見つかる講演会～」 開催日：9月3日 参加者数60名</p> <p>当課職員による睡眠講座を2回開催しました。</p> <p>開催日：10月17日 参加者数：10名</p> <p>開催日：平成31年3月18日 参加者数：15名</p> <p>市広報紙にて、年2回睡眠に関する記事を掲載し、正しい睡眠衛生の普及を図りました。</p> <p>また、平成31年3月に、市中央図書館に睡眠に関する書籍のコーナーを設営し、「春の睡眠の日」の周知を行いました。</p>	<p>専門家による睡眠講演会を開催しました。</p> <p>睡眠講演会 「快眠のコツ～高齢者の質の高い睡眠を得るために～」 開催日：9月9日 参加者：86名</p> <p>また、昨年に引き続き、市中央図書館に「睡眠の日」に合わせて、書籍コーナーを設営する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止しました。</p>	<p>専門家による睡眠講演会を開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、中止としました。</p>	<p>新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため講演会を中止し、YouTubeチャンネルによる公開講座に切りかえて実施しました。</p> <p>228回再生</p>

基本方針 5 歯科口腔の健康維持

取り組み分野	(1) 歯科疾患の予防					
重点目標	全ての世代において歯科疾患の有病者を減らす					
成果指標	目標値（令和3年度）（2021年度）	実績				(%)
		H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
① 妊娠中に歯科健診を受けたことがある産婦の割合 平成28年度実績より10ポイント増		43.0	50.0	44.7	44.2	
② むし歯のない3歳児の割合 85.0%以上		85.3	85.9	90.5	88.5	
③ フッ素塗布を受けたことがある3歳児の割合 93.0%		97.7	95.2	95.7	88.1	
④ 歯科検診においてむし歯のない児童生徒の割合 児童 73.0% (6年生:85.0%) 生徒:80.0% (3年生:80.0%)		児童 74.5% (6年生:83.5%) 生徒:84.0% (3年生:84.0%)	児童 75.4% (6年生:84.7%) 生徒:83.5% (3年生:83.2%)	児童 75.6% (6年生:84.5%) 生徒:84.8% (3年生:83.8%)	児童:78.3% (6年生:83.8%) 生徒:84.3% (3年生:82.8%)	
⑤ 寝る前に歯をみがく児童生徒の割合 小学6年生:95.0% 中学3年生:95.0%		—	—	—	—	
⑥ 昼食後歯をみがく児童生徒の割合 小学6年生:80.0% 中学3年生:30.0%		—	—	—	—	
⑦ 定期的に歯科検診を受診した人の割合 現状維持		—	—	—	—	
⑧ 歯周疾患検診の受診率 30歳 9.0% 60歳 13.0% 40歳 9.0% 70歳 9.0% 50歳 10.0% 平均 10.0%		30歳 7.2 40歳 7.6 50歳 8.4 60歳 15.1 70歳 12.4	30歳 8.3 40歳 4.8 50歳 8.1 60歳 8.0 70歳 12.4	30歳 4.1 40歳 6.8 50歳 6.3 60歳 10.0 70歳 12.7	30歳 6.1 40歳 7.8 50歳 9.4 60歳 11.3 70歳 11.2	
⑨ 歯周病を有する者の割合 37.0%		70.3	85.2	84.7	87.5	
⑩ 40歳で損失歯のない者の割合（市の歯科検診より）83.0%		83.8	80.4	82.4	86.1	
⑪ 毎日1回は10分くらい歯磨きを行う人の割合 20～39歳 23.5% 40～64歳 29.4% 65歳以上 現状維持		—	—	—	—	
⑫ デンタルフロスや歯間ブラシを使用している人の割合 （ほぼ実践している人の割合） 20～39歳 17.1% 40～64歳 31.6% 65歳以上 現状維持		—	—	—	—	

具体的取り組み

①妊娠期の歯科保健の推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・妊娠中の口腔内の変化や、歯周病の胎児への影響についての説明、歯科健康診査受診勧奨				【健康増進課】
<p>母子健康手帳交付時に、すべての妊婦に妊娠中はむし歯や歯周病などの病気が悪化しやすいことや、歯周病は早産等の原因となること等について説明し、歯科健診を受けるよう勧奨しました。</p> <p>プレ・ママ教室でも、同様に妊娠中の口腔ケアの重要性や、歯科健診の勧奨を行いました。</p> <p>母子健康手帳交付者数：486名 プレ・ママ教室(第1講座) 参加者数：27名</p>	<p>母子健康手帳交付時に、すべての妊婦に対し妊娠中はむし歯や歯周病などの病気が悪化しやすいことや、歯周病は早産等の原因となること等について説明し、歯科健診を受けるよう勧奨しました。</p> <p>プレ・ママ教室でも同様に説明や勧奨を実施しました。</p> <p>母子健康手帳交付者数：461名 プレ・ママ教室(第1講座)参加者：36名 妊娠中に歯科検診を受診した割合：50.0% 出産後に歯科検診を受診した割合：21.4%</p>	<p>母子健康手帳交付時に、歯科検診を受けるよう勧奨しました。</p> <p>プレ・ママ教室では、歯科衛生士からの集団指導と希望者へは、口腔内のチェックを個別で行いました。</p> <p>なお、産後は歯科受診率が急激に減少してしまう傾向がみられています。産後は受診に向けた環境づくり(子どもの預け先の調整や外出支援)が難しくなることも多いため、妊娠中にできる限り受診し、治療が終了できるように働きかけを行いました。また、3～4か月児健診時に、母親への歯科指導を個別で実施し、妊娠中に歯科健診を受けていない母親を中心に口腔内のチェック、必要に応じて受診勧奨を実施しました。</p> <p>母子健康手帳交付者数：407名 プレ・ママ教室(第1講座)参加者：35名 妊娠中に歯科検診を受診した割合：44.7% 出産後に歯科検診を受診した割合：21.3%</p>	<p>母子健康手帳交付時に渡す健診受診勧奨チラシ作りを行いました。内容については歯科医師のアドバイスのもと作成し、また、出来上がったチラシについては、産婦人科5か所にも掲示してもらうよう依頼を行いました。</p> <p>プレ・ママ教室では、歯科衛生士の集団指導を行うとともに、口腔内のチェックを希望者に個別指導を行いました。</p> <p>電子母子手帳や子育てきずなメールを活用し、歯科保健についての情報を発信しました。</p> <p>3～4か月児健診時に、母親への歯科指導を個別で実施し、妊娠中に歯科健診を受けていない母親には、口腔内のチェックを実施しながら、必要に応じて受診勧奨を実施しました。</p> <p>母子健康手帳交付者数：335名 (+転入者33人) プレ・ママ教室(第1講座)参加者：22名 妊娠中に歯科検診を受診した割合：44.2% 出産後に歯科検診を受診した割合：25.2%</p>	<p>母子健康手帳交付時に歯科健診受診勧奨と歯周疾患が及ぼすリスクについてのチラシを配付しました。また、産婦人科へもチラシ掲示を依頼しました。</p> <p>プレ・ママ教室では集団指導を実施し、希望者へは口腔内チェックを含め個別指導も行いました。</p> <p>3～4か月健診では、保護者への個別歯科指導を実施し、必要に応じて受診勧奨をしました。</p> <p>母子健康手帳交付者数：228名 (+転入者25名) プレ・ママ教室(第1講座)参加者：20名 妊娠中に歯科検診を受診した割合：50.0% 出産後に歯科検診を受診した割合：23.8%</p>

②乳幼児，児童生徒のむし歯予防の推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
2・乳歯萌出前から口腔機能の発達と健康に関する知識の普及・啓発				【健康増進課】
<p>3～4か月児健康診査において、赤ちゃん人形を活用し乳歯萌出後の仕上げみがきの方法について、実演を交えながら集団指導を実施しました。</p> <p>3～4か月健康診査受診者数： 473名（受診率96.9%）</p> <p>こどもの健康相談において、歯科衛生士による歯みがき指導やむし歯予防法等について個別指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談 歯みがき指導受診者数： 25名</p>	<p>3～4か月児健康診査において、乳歯萌出後はブラッシングを行う必要性、むし歯予防の観点から糖質の多い飲み物やお菓子を与えないよう集団指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談において、歯科衛生士による歯みがき指導やむし歯予防法等について個別指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談 歯みがき指導受診者数： 13名</p>	<p>3～4か月児健康診査において、乳歯萌出後のブラッシングの必要性や、むし歯予防の観点から糖質の多い飲み物やお菓子を与えないよう集団指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談において、来所者全員に歯科衛生士による歯みがき指導、むし歯予防法等について個別指導を実施しました。</p> <p>離乳食教室では、歯科衛生士から、歯ブラシの選び方や、口腔ケアのコツについて講話を行いました。</p> <p>こどもの健康相談 歯みがき指導受診者数： 15名 離乳食教室 参加者数（ママ）：148名</p>	<p>3～4か月児健康診査において、乳歯萌出後のブラッシングの必要性や、むし歯予防の観点から糖質の多い飲み物やお菓子を与えないよう集団指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談において、来所者全員に歯科衛生士による歯みがき指導、むし歯予防法等について個別指導を実施しました。</p> <p>離乳食教室では、歯科衛生士から、歯ブラシの選び方や、口腔ケアのコツについて講話を行いました。</p> <p>こどもの健康相談 歯みがき指導受診者数： 9名 離乳食教室 参加者数（ママ）：115名 ※4，5月はコロナ感染拡大予防のため相談、教室共に中止しています。</p>	<p>3～4か月児健康診査において、乳歯萌出後のブラッシングの必要性や、むし歯予防の観点から糖質の多い飲み物やお菓子を与えないよう集団指導を実施しました。</p> <p>こどもの健康相談において、来所者全員に歯科衛生士による歯みがき指導、むし歯予防法等について個別指導を実施しました。</p> <p>離乳食教室では、歯科衛生士から、歯ブラシの選び方や、口腔ケアのコツについて講話を行いました。</p> <p>こどもの健康相談 歯みがき指導受診者数：4名 離乳食教室 参加者数（ママ）：46名</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
3・幼児健康診査時に歯みがき指導とフッ化物塗布を実施				【健康増進課】
<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、歯科衛生士が個別に歯みがき指導を実施しました。</p> <p>また、2歳6か月児・3歳5か月児健康診査においては、フッ化物塗布を実施しました。</p> <p>1歳6か月児健康診査受診者数： 505名（受診率97.5%）</p> <p>2歳6か月児歯科健康診査受診者数： 474名（受診率87.5%） （フッ化物塗布者数：463名）</p> <p>3歳5か月児健康診査受診者数： 525名（受診率95.6%） （フッ化物塗布者数：513名）</p>	<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、歯科衛生士が個別に歯みがき指導を実施しました。</p> <p>以前は、歯みがき指導時、気になる方に渡していた“おやつのとおり方・食習慣に関する説明資料”を、本年度から1歳6か月児健康診査において全員に配布しました。</p> <p>また、2歳6か月児・3歳5か月児健康診査においては、フッ化物塗布を継続して実施しました。</p> <p>今年度から、甘い飲み物の糖質含有量を示した媒体を掲示し、むし歯と糖質についての関係性を個別指導の中で行いました。</p> <p>1歳6か月児健康診査受診者数： 468名（受診率98.1%）</p> <p>2歳6か月児歯科健康診査受診者数： 475名（受診率92.2%） （フッ化物塗布者数：465名）</p> <p>3歳5か月児健康診査受診者数： 504名（受診率95.8%） （フッ化物塗布者数：480名）</p>	<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、歯科衛生士が個別に歯みがき指導を実施しました。</p> <p>また、2歳6か月児・3歳5か月児健康診査においては、フッ化物塗布を実施しました。</p> <p>なお、今年度より2歳6か月児歯科健診において、染め出しを行い、磨き残しのチェックを保護者と一緒に行い、歯磨き指導を行いました。</p> <p>1歳6か月児健康診査受診者数： 428名（受診率97.9%）</p> <p>2歳6か月児歯科健康診査受診者数： 406名（受診率88.6%） （フッ化物塗布者数：391名）</p> <p>3歳5か月児健康診査受診者数： 440名（受診率93.6%） （フッ化物塗布者数：421名）</p>	<p>1歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、歯科衛生士が個別に歯みがき指導を実施しました。また、今年度より、1歳6か月児においても希望者にはフッ化物塗布を実施しました。</p> <p>2歳6か月児歯科健診は医療機関健診として実施し、かかりつけ歯科医の定着を促進しました。また、問診票から食生活に問題のある児については、後日栄養士から個別に指導を行いました。</p> <p>1歳6か月児健康診査受診者数： 422名（受診率97.9%） （フッ化物塗布者数：417※名）</p> <p>2歳6か月児歯科健康診査受診者数： 333名（受診率63.7%） （フッ化物塗布者数：276名）</p> <p>3歳5か月児健康診査受診者数： 504名（受診率95.8%） （フッ化物塗布者数：444※名）</p> <p>※6月の健診受診者については、歯科衛生士による歯ブラシ指導を実施していないため、フッ素塗布は行っていません。</p> <p>2歳6か月児歯科健診については、医療機関健診にしたことで、受診率が低下しています。受診率が向上するように、1歳6か月児健診にて声掛けを行いました。3つ全ての健診を受診した児にはプレゼント（フロスの予定）を令和4年度より3歳5か月児健診にて配布していく予定です。また、3歳5か月児歯科健診にてアンケート調査を行い、2</p>	<p>1歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、歯科衛生士が個別に歯みがき指導、フッ素塗布を実施しました。</p> <p>2歳6か月児歯科健診は医療機関健診として実施し、かかりつけ歯科医の定着を促進しました。また、問診票から食生活に問題のある児については、後日栄養士から個別に指導を行いました。</p> <p>受診率が向上するように、3歳5か月児健診にてアンケートを実施しています。</p> <p>1歳6か月児健康診査受診者数： 251名（受診率90.3%） （フッ化物塗布者数：242名）</p> <p>2歳6か月児歯科健康診査受診者数： 220名（受診率76.4%） （フッ化物塗布者数：189名）</p> <p>3歳5か月児健康診査受診者数： 248名（受診率96.1%） （フッ化物塗布者数：231名）</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			歳6か月歯科健診の未受診理由の把握や受診しての感想などを調査しました。	
4・歯並びや顎の発達に影響する習癖に関する保健指導の実施				【健康増進課】
<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、指しゃぶりや爪かみ等歯並びや顎の発達に影響する習癖があった児については、歯科衛生士・保健師等が保護者に対して、対処方法について指導を実施しました。</p>	<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、指しゃぶりや爪かみ等歯並びや顎の発達に影響する習癖があった児については、歯科衛生士・保健師等が保護者に対して、対処方法について指導を実施しました。</p>	<p>1歳6か月児・2歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、指しゃぶりや爪かみ等歯並びや顎の発達に影響する習癖があった児については、歯科衛生士・保健師等が保護者に対し、対処方法の指導を実施しました。</p> <p>栄養士より乳幼児健診時に、噛むことの大切さを伝え、食事の形状などについて個別で指導しました。</p>	<p>1歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、指しゃぶりや爪かみ等歯並びや顎の発達に影響する習癖があった児については、歯科衛生士・保健師等が保護者に対し、対処方法の指導を実施していききました。</p> <p>2歳6か月児歯科健診においては、医療機関にて上記と同様の指導を依頼しています。また、噛み合わせの悪いお子さんに対しては、市独自で作成したリーフレットを配布していききました。</p> <p>栄養士より乳幼児健診時に、噛むことの大切さを伝え、食事の形状などについて個別で指導しました。</p>	<p>1歳6か月児・3歳5か月児健康診査において、指しゃぶりや爪かみ等歯並びや顎の発達に影響する習癖があった児については、歯科衛生士・保健師等が保護者に対し、対処方法の指導を実施しました。</p> <p>2歳6か月児歯科健診においては、医療機関にて上記と同様の指導を依頼しています。また、噛み合わせの悪いお子さんに対しては、市独自で作成したリーフレットを配布しました。</p> <p>栄養士より乳幼児健診時に、噛むことの大切さを伝え、食事の形状などについて個別で指導しました。</p>

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
5・健康に関する情報提供やむし歯の予防を推進				【指導課】
<p>市内各校では保健だよりの発行を通して、児童生徒の実態を知らせたり、予防に係る各種情報を提供したりしています。</p> <p>また、校内では児童生徒による保健委員会の活動を通じて啓発活動に取り組んでいます。</p> <p>毎年度歯科検診を実施し、検査結果に基づいた治療勧告を保護者宛てに通知し、対応にあたりました。</p>	<p>市内各校では保健だよりの発行を通して、児童生徒の実態を知らせたり、予防に係る各種情報を提供したりしています。また、校内では児童生徒による保健委員会の活動を通じた啓発活動に取り組んだり、給食後の歯磨きの励行を推進しました。</p> <p>毎年度歯科検診を実施し、検査結果に基づいた治療勧告を保護者宛てに通知し対応にあたってもらうようにしていますが、受診完了率は5割を切っております。</p>	<p>各校では保健だよりの発行を通して、児童生徒の実態を知らせたり、予防に係る各種情報を提供したりしました。また、校内では児童生徒による保健委員会の活動を通じた啓発活動に取り組んだり、給食後の歯磨きの励行を推進したりしましたが、大規模校の場合には給食後の歯磨きは困難なようです。</p> <p>毎年度歯科検診を実施し、検査結果に基づいた治療勧告を保護者宛てに通知し対応にあたってもらうようにしていますが、受診完了率は5割を切っております。</p>	<p>今年度は給食後の歯磨きについては、密集防止とうがい時の飛沫防止の観点から、新しい生活習慣に慣れるまで中止としていました。学校の実態や感染拡大の状況を見ながら、歯磨きは再開しております。</p> <p>養護教諭をゲストティーチャーとして活用する歯磨き指導、保健委員会の児童生徒による歯磨き普及活動、保健だよりによる家庭への啓発などの取組を通して、むし歯予防を推進しました。</p> <p>学校訪問の際に、歯科検診等の結果を受けて、状況を見ながら受診するように依頼しましたが、受診完了率は5割を下回っております。</p>	<p>むし歯予防の推進のため、養護教諭をゲストティーチャーとして活用する歯磨き指導、保健委員会の児童生徒による歯磨き普及活動、保健だよりによる家庭への啓発などに取り組みました。</p> <p>学校における歯磨きについては、学校医等の専門家の意見や最新の知見に基づき、新型コロナウイルス感染防止策を講じて、学校の実態に応じて実施しています。</p> <p>学校訪問の際に、歯科健診結果に基づく受診勧告と受診完了報告の進捗状況を確認し、受診率が高まるよう各学校に改善を求めました。</p>

③歯周疾患検診及び事後指導の推進

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
<p>6 ・歯周疾患検診の案内を実施 ・未受診者への年度途中の受診勧奨通知及び未受診者へのアンケート調査の実施</p> <p style="text-align: right;">【健康増進課】</p>				
<p>歯周疾患検診（医療機関健診）を龍ヶ崎市歯科医師会に委託し、下記対象者に個人通知の上、健診を実施しました。</p> <p>健診後、必要な方には、医師から定期的な歯科健康診査の受診を勧めました。</p> <p>対象者：平成30年3月31日現在で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に到達する方</p> <p>実施期間：平成29年6月1日～平成30年3月31日</p> <p>平成29年度実績 【対象者】 5342名 【受診者】 553名 【受診率】 10.4%</p>	<p>歯周疾患検診（医療機関健診）を龍ヶ崎市歯科医師会の委託し、下記対象者に個人通知の上、健診を実施しました。</p> <p>対象者：平成31年3月31日現在で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に到達する方</p> <p>実施期間：平成30年6月1日～平成31年3月31日</p> <p>11月には検診未受診者の方にはがきで受診勧奨をしました。往復はがきによるアンケート調査は実施しておりません。</p> <p>平成30年度実績 【対象者】 5,232名 【受診者】 418名 【受診率】 7.9%</p>	<p>歯周疾患検診（医療機関健診）を龍ヶ崎市歯科医師会の委託し、下記対象者に個人通知の上、健診を実施しました。</p> <p>対象者：令和2年3月31日現在で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に到達する方</p> <p>実施期間：令和元年6月1日～令和2年3月31日</p> <p>令和元年度実績 【対象者】 5,091名 【受診者】 432名 【受診率】 8.5%</p>	<p>歯周疾患検診（医療機関健診）は、例年6月から開始していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、実施期間は令和2年7月1日～令和3年3月31日とします。</p> <p>対象者：令和3年3月31日現在で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に到達する方</p> <p>未受診理由を知るために、受診券に受診しない方へのアンケートを同封します。</p> <p>【対象者】 5,054名 【受診者】 481名 【受診率】 9.5%</p>	<p>歯周疾患検診（医療機関健診）は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、実施期間は令和3年8月1日～令和4年3月31日としました。</p> <p>対象者：令和3年3月31日現在で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に到達する方</p> <p>未受診理由を知るために、受診券に受診しない方へのアンケートを同封しました。</p> <p>7月末に対象者に受診券等の個別通知をしました。</p> <p>【対象者】 5,016名 【受診者】 210名 【受診率】 4.2%</p>

④歯周疾患検診等の予防に関する知識の普及・啓発

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
7・市広報紙・市公式ホームページなどによる歯周病予防の啓発				【健康増進課】
市広報紙6月号にて、歯周検診や歯周疾患についてとその必要性について掲載しました。	市広報紙6月号にて、歯周疾患検診や歯周病について掲載しました。	市広報紙に6月4日虫歯予防デーに合わせて歯周疾患検診の案内を掲載しました。	今年度は、市公式ホームページに歯周疾患検診について掲載しました。	市広報紙6月号にて、歯周病について掲載しました。
8・歯科講演会の開催				【健康増進課】
<p>9月26日に今年度実施する歯科講演会に向けて、講師と目的と内容について打ち合わせを実施しました。</p> <p>市広報紙1月号に講演会の掲載を依頼しました。</p> <p>平成30年2月1日 午後1時30分から歯科講演会を開催しました。</p> <p>参加者：60名</p>	<p>歯科講演会の日程を調整し、平成31年2月14日に開催しました。</p> <p>講師：けやき歯科クリニック</p> <p>参加者：40名</p>	<p>歯周病と生活習慣についての内容で歯科講演会を令和2年2月13日に開催しました。</p> <p>講師：けやき歯科クリニック</p> <p>参加者：44名</p>	<p>「幼児期から噛む力をつけるために」をテーマに講演会を行いました。</p> <p>実施日：令和3年2月25日。</p> <p>感染拡大予防のためリモートによる実施。</p> <p>講師：けやき歯科クリニック</p> <p>リモートのシステムの都合上、最大で20名までとなった。</p>	<p>「全身をむしばむ歯周病へロヘロコロリよりピンピンコロリ～歯周病と糖尿病などの関係について～」をテーマに講演会を行う予定です。</p> <p>実施日予定日：令和4年2月10日。</p> <p>講師：けやき歯科クリニック</p>
9・地元企業へのチラシの配布				【健康増進課】
<p>5月12日、つくばの里工業団地運営協議会にて、保健センター事業のがん検診や歯周疾患検診等についてのチラシを配布し、受診勧奨を行いました。</p>	<p>5月11日、つくばの里工業団地運営協議会にて、検診等についてのチラシを配布し、受診勧奨をしました。</p>	<p>5月17日つくばの里工業団地にて、禁煙外来助成制度や市のがん検診に周知しました。また、ポスター掲示を依頼し、受診勧奨しました。</p>	<p>新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、実施せず。歯周疾患検診は個人通知しました。</p>	<p>地元企業へのチラシの配布はせず、歯科健診協力医療機関にポスターの掲示を依頼しました。対象者には通知のほか、市公式ホームページでも周知しました。</p>

取り組み分野	(2) 口腔機能の維持の促進					
重点目標	生涯にわたって自分の歯でおいしく食べられる人を増やす (6424・8020運動の推進)					
成果指標		実績 (%)				
	目標値 (令和3年度) (2021年度)	H29 (2017年)	H30 (2018年)	令和元 (2019年)	令和2 (2020年)	令和3 (2021年)
	① 60～64歳で24本以上自分の歯を持つ人の割合 60.0%	—	—	—	—	

具体的取り組み

①口腔機能の維持に関する知識の普及・啓発

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
1・市広報紙・市公式ホームページを活用し、歯の大切さの啓発、6424運動*及び8020運動*の推進				【健康増進課】
市広報紙6月号にて、歯周検診や歯周疾患についてとその必要性について掲載しました。	市広報紙6月号にて、歯周疾患検診や歯周病について掲載しました。	市広報紙に6月4日虫歯予防デーに合わせて歯周疾患検診の案内を掲載しました。	今年度は、がん検診とともに市公式ホームページに掲載しました。	がん検診とともに市公式ホームページに掲載しました。市広報紙6月号にて、歯周病について掲載しました。
2・歯科講演会の開催				【健康増進課】
9月26日に実施する歯科講演会実施に向けて、講師と目的と内容について打ち合わせを実施しました。 市広報紙1月号に講演会の掲載を依頼しました。	歯科講演会の日程を調整し、平成31年2月14日に開催しました。	歯科講演会を令和2年2月13日実施しました。 講師：けやき歯科クリニック 参加者：44名	「幼児期から噛む力をつけるために」をテーマに講演会を行いました。 実施日：令和3年2月25日。 感染拡大予防のためリモートによる実施。	「全身をむしばむ歯周病へロヘロコロリよりピンピンコロリ～歯周病と糖尿病などの関係について～」をテーマに講演会を行う予定です。 実施日予定日：令和4年2月10日。 講師：けやき歯科クリニック

平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 活動実績及び成果 (令和3年3月末現在)	令和3年度 (令和3年11月現在) 活動実績及び成果 (令和3年4月から 令和3年11月まで)
			講師：けやき歯科クリニック リモートのシステムの都合上、最大 で20名までとなった。	
3・口腔ケアに関する講演会等（出前講座，複合型介護予防事業）の開催（平成29年度より実施予定事業）				【健幸長寿課】
<p>長寿会等から依頼を受け、口腔ケアに関する出前講座を開催しました。 実施回数5回：参加者96名</p> <p>複合型介護予防講座で、口腔機能や口腔ケアについて講話を行いました。 実施回数2回：参加者42名</p>	<p>出前講座や介護予防事業の講座（複合型介護予防講座等）において、口腔機能や口腔ケアに関する講話を行いました。 [出前講座] 実施回数2回：参加者数25名 [介護予防講座] 実施回数4回：参加者数82名</p>	<p>出前講座や介護予防講座（複合型介護予防講座・上手な年の重ね方講座等）において、口腔機能や嚥下機能、口腔ケアに関する講話を行い、口腔ケア等に関する正しい知識の普及を図りました。 [出前講座] 6月8月12月に実施。 実施回数3回 参加者数53名 [介護予防講座] 実施回数：3回 参加者数：106名 [健口教室] 実施回数：2回 参加者数：23名</p>	<p>出前講座や介護予防講座（複合型介護予防講座・上手な年の重ね方講座等）において、口腔機能や嚥下機能、口腔ケアに関する講話を行い、口腔ケア等に関する正しい知識の普及を図りました。 [介護予防講座] 実施回数：5回 参加者数：65名 また、今年度の健口教室は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、中止としました。</p>	<p>出前講座や介護予防講座（複合型介護予防講座・上手な年の重ね方講座等）において、口腔機能や嚥下機能、口腔ケアに関する講話を行い、口腔ケア等に関する正しい知識の普及を図ります。 [上手な年の重ね方講座] 2回 18人 [一体化（介護予防）] 11回 139人 [出前講座] 1回 17人</p>

令和3年度中間報告「本市の現状と課題」

令和3年度第3回龍ヶ崎市健康づくり推進協議会

基本方針 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) 健康管理

◎乳幼児健康診査受診率を上げていく必要があります。

- ・新型コロナウイルス流行により、受付時間を分散し人数を調整するなど感染対策に注意して健診を実施しています。しかし、感染が心配な保護者もあり、受診率は例年よりは下がっております。乳児に関しては、集団健診を希望されない保護者に医療機関での健診をお勧めしました。また、新型コロナウイルス流行のため、健診が延期になってしまった乳児については、6～7か月児の集団健診を設定し対応しました。現在も感染は続いている状況ですが、乳幼児健診は不要不急ではなく必要な時期に受ける必要があることから、今後も対策を取りながら受診を勧奨していきます。
- ・健診未受診者については、現在電話や訪問等で勧奨を行い、必要に応じてこども家庭課とも連携しながら受診勧奨を実施しています。また、健診日に来所できない場合は、別日を設け個別支援を行っています。
- ・今年度より、平日に来所が困難な保護者や障がい等があり特別な配慮を必要とするお子さんについても受診しやすい環境を整えるため、土曜日に健診を開始しました。今後できるだけ多くのお子さんが健診を受けられるよう、年2回休日健診を実施して参ります。

◎特定健康診査・がん検診受診率を上げていく必要があります。

- ・新型コロナウイルス感染症の流行により、今年度も1回の集団健診の定員を制限し、完全予約制で感染予防対策を行いながら実施しました。
- ・特定健診受診率向上のため、通知や訪問、電話で受診勧奨を実施しました。受診率の低い龍ヶ崎西地区と総合福祉センターの周知をするため川原代地区へ訪問し、受診勧奨を行いました。未受診理由として多かったのは、新型コロナウイルスの感染への心配や、すでに通院中であるためとなっており、不安の軽減や、健診の必要性を伝えていくなどの取り組みが今後必要です。

(2) 循環器疾患

◎高血圧予防、対策を継続していく必要があります。

- ・乳幼児健診を受診した保護者の平均塩分摂取量は10.2gであり、昨年比で0.7gの減少がみられました。全国平均10.1g（令和元年国民健康・栄養調査結果の概要より）に近づくことができました。しかし、健康のための食塩摂取の目標量は女性で6.5g未満（厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2020年版」）であるため、今後も乳幼児健診に来所された保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、過剰摂取のリスクと減塩の重要性を伝えることで、家族で減塩に取り組めるよう支援していく必要があります。
- ・特定健診当日に、血圧Ⅱ度以上（160/100～179/109）の方には、保健師、管理栄養士より血圧を下げるためのポイントや測定する際の注意点等について個別指導を実施しました。
- ・乳幼児健診に来所した保護者や血圧が高めの方には「血圧手帳」を配付し、家庭血圧を測定する必要性について説明を行いました。また、血圧計をお持ちでない方には、血圧計の一時貸出を行うことで、ご自身の家庭血圧を知っていただき、家庭血圧が高い場合には受診の必要

性があることを伝えました。

◎妊娠期を安全に過ごし安全な出産を迎えるため、引き続き妊娠期の健康管理への取り組みが必要です。

- ・母子健康手帳交付時にBMIを算出し、BMIに応じ必要な保健指導を実施します。特に妊娠前において肥満の方については妊娠高血圧症の発症リスクが高いため、個別健康相談のお知らせにて個別相談の促しや、必要に応じて病院との連携を図りながら支援していきます。

(3) 糖尿病

◎糖尿病重症化予防の取り組みが必要です。

- ・糖尿病を重症化させないための取り組みとして市広報紙に「糖尿病連携手帳活用について」「糖尿病と歯周病の関連性について」掲載しました。
- ・糖尿病重症化予防講演会を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の流行のため中止とし、今後は、対象者に糖尿病の重症化を予防するためのリーフレットを郵送する予定です。
- ・令和2年度の特定健診の結果、要治療となった方で未治療の方及びに糖尿病治療中断者に対し、糖尿病の重症化を防ぐために、受診勧奨通知を送付しました。今後は、未受診の理由を聞き取りながら、今後の対策を検討していく必要性があります。
- ・糖尿病重症化予防連絡会議を実施し、糖尿病専門医・眼科医・歯科医・薬剤師の立場から糖尿病連携手帳の普及に向けて、ご意見を伺いました。今後は、糖尿病連携手帳の普及のためのポスターやリーフレットを市内医療機関や薬局に設置し、医師や薬剤師等と連携を図りながら、糖尿病重症化予防に取り組んでまいります。
- ・血糖値が高い妊婦が増えている理由としては、妊婦の高齢化・遺伝によるもの・肥満などがあります。血糖値が高い状態が続くと、妊娠糖尿病と診断され、妊娠糖尿病は、胎児に影響を及ぼすとともに、将来糖尿病に移行する可能性が高いため、妊娠期から産後にかけて適正な管理が必要となります。そのため、昨年度から母子健康手帳交付時に糖尿病の家族歴・妊娠糖尿病歴がある方、肥満の方を対象に食事のポイントや妊娠糖尿病が及ぼす影響等を記載した「お食事手帳」を配付し、管理栄養士が電話や面談にて個別の栄養相談を行っています。妊婦への指導を実施後は産院への情報提供を行っています。
- ・プレママ教室では妊娠糖尿病について講話を行うとともに、妊婦健診の結果を確認し、適宜個別に声掛け、食事や生活面への指導を実施しています。

◎産後も糖尿病に移行しないための継続支援が必要です。

- ・妊娠糖尿病だった産婦には新生児訪問時や3~4か月児健診時に状況を確認し、定期的に健診を受けて体調を確認するよう保健指導をしました。
- ・乳児健診時には、必要に応じて管理栄養士による食事指導を実施しました。発症や重症化を予防するためにも、産後の一時的な確認だけでなく、その後の受診状況を追って確認するなどの対応を今後検討していきます。

基本方針2 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

(1) こころの健康

◎産後うつ病を予防するため、産後ケアの充実が求められています。

- ・子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しています。プレパパ教室の中で産後うつ、マタニティブルーへの家族でできる予防方法や早期発見方法について伝えています。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響により、立ち合い分娩や出産後の面会が制限されたり、産後に家族のサポートが受けられないケースも見受けられ、母の不安等に寄り添った支援が求められています。そのため、赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用い、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しています。産後うつ病予防や産婦の訴えに応じて、産後ケアの利用を勧め心身共に休息が取れるような事業を実施しています。
- ・産後ケアについては、今年度1歳までに対象が拡大され訪問型の産後ケアが開始されました。また、宿泊型や日帰り型の産後ケアが利用できる医療機関も1か所追加となりました。関係機関と調整しながらより充実したサービスの提供を行っています。

基本方針4 生活習慣及び社会環境の改善

(1) 栄養・食生活

◎妊娠26週頃の妊婦健診のヘモグロビン11g/dl未満の割合が前年度より微増しています。

- ・引き続き母子健康手帳交付時やプレママ教室での栄養指導を行っています。

◎味覚や今後の食生活の基礎になる離乳期の食事の重要性を伝えていく必要があります。

- ・離乳食教室では、食事形態や適量が分かるように、月齢による食品の見本を提示しました。食材の選び方や調味料の使い方、ベビーフードを使用する際の注意点や親の食事から取り分けをスムーズにする方法などについても伝えました。簡単な天然出汁のとり方のデモンストレーションを実施しました。
- ・健診日や教室での指導が受けられない方については、こどもの健康相談等の個別相談に参加を促し、全対象児の保護者が共通の学びを受けることができるよう、今後の情報共有のあり方について検討をまいります。

◎健診結果においてやせ・肥満、生活リズム等に問題がある児および保護者への取り組み

- ・1歳6か月児健診では、計測記録に管理栄養士が入り、カウプ指数と問診票の食事に関する項目を確認し、栄養相談が必要とされる対象者を抽出、保健指導の時間を利用して食事、卒乳、生活リズムなどについて、対象児に適した指導を実施しました。
- ・3歳5か月児健診では、特にカウプ指数が1歳6か月児健診時と比較して上昇がみられた児に対しては、将来の肥満のリスクを鑑み、食を含む生活習慣についてリーフレットを用いて指導を実施しました。

今後とも将来の生活習慣病を予防するために小児期からの生活習慣を整える必要性を伝えていきます。

(2) 運動

◎児童生徒の体力の向上が必要です。

- ・児童生徒ともに体力テスト総合評価の割合が減少しています。
各小中学校における体力向上のため体力テストの結果より「体力アップ推進プラン」および「体力アップ1校1プラン」の作成し、学校教育活動全体を通じた体力づくりを引き続き実施していきます。

◎生活の中で運動習慣の取り組みができるように支援していく必要があります。

- ・スポーツイベントやスポーツ教室などは、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、中止や縮小しての実施となっています。引き続き開催を検討するとともに、身体活動や運動を生活習慣の中に取り入れられるような運動の普及啓発も今後、実施していく必要があります。

(3) 飲酒

引き続き、妊娠中の飲酒者の割合 0%を目指し、妊娠届出時、飲酒者への個別指導を丁寧に行っています。

(4) 喫煙

◎妊娠期から禁煙の支援をしていきます。

- ・健康意識が高まりやすい妊娠届出時のタイミングで、個別指導をより丁寧に行えるよう、妊婦のみならず家族の喫煙歴も確認し、今年度は配付しているチラシの内容の充実を図り、対応しています。
- ・妊娠を機に禁煙に対する意識は一時的に高まるものの、その意識は出産後維持することが難しく、出産後、再喫煙防止の禁煙支援が引き続き課題として伺えます。家庭内で喫煙者がいる場合、一方が禁煙し続けることは困難なため、妊娠というイベントをきっかけに家族を含めた禁煙支援が有効であると考えます。禁煙外来の周知も継続します。

◎市内コミュニティセンター喫煙についての対応を検討していきます。

- ・センター長会議にて、禁煙外来費用助成についてチラシを配布しました。今後の市内コミュニティセンターにおける喫煙への対応については引き続き、担当課と検討していきます。また、コミュニティセンター以外でも、商業施設や禁煙外来実施医療機関等にもチラシを配布し、広く市民の目に留まるようにします。

基本方針5 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患の予防

◎妊娠期に歯科健診を受けたことがある産婦の割合が横ばいです。受診率の向上、口腔への健康意識の向上が必要です。

- ・受診率は50%に満たない状況で数年間推移しています。
- ・受診率向上のために、母子健康手帳交付時に妊娠とむし歯の関連性を記載したちらしの配付、産婦人科にポスターの掲示、子育てきずなメール等を活用し、歯科保健についての情報を発信しました。
- ・プレ・ママ教室では、歯科衛生士からの集団指導に加え、希望者に口腔内のチェックを含め

た個別指導を行いました。

- ・ 3～4 か月児健診時に、母親への歯科指導を個別で実施し、妊娠中に歯科健診を受けていない母親を中心に口腔内のチェック、必要に応じて受診勧奨を実施しました。

◎歯周疾患検診の受診率が横ばいです。

- ・ 歯周疾患検診（医療機関検診）は、例年6月から開始していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、実施期間は令和3年8月1日から実施しましたが、前年度と比較して受診率は横ばいとなっています。
- ・ 未受診理由を把握するために、受診しない方へのアンケート調査を行い、12月現在で約300通回答がありました。受診しない理由としては、「歯科医院にかかっている」が多くなっています。今後、受診率向上に向け、未受診者の受診勧奨はがきの送付や医療機関からの周知依頼等の取り組みを実施していきます。

**令和3年度
龍ヶ崎市健康増進・食育計画策定にかかる
市民意識調査**

報告書（概要版）

令和3年 12月

龍ヶ崎市

I 調査の概要

1. 調査の目的

本調査は、食生活や健康に関する実態を把握し、健康増進・食育計画の進行管理や今後の食育推進計画を検討する際の基礎資料として活用することを目的とする。

2. 調査の対象

	一般市民アンケート調査	小中学生アンケート調査	
調査対象	市内在住の20歳以上の方 2,000人	市立小中学校の 小学6年生・中学3年生 1,276人	私立及び特別支援学校の 小学6年生・中学3年生 49人
調査方法	郵送による配布・回収	学校を通じて配布・回収	郵送による配布・回収
調査時期	令和3年7月6日～ 令和3年7月30日	令和3年7月1日～ 令和3年7月16日	令和3年7月6日～ 令和3年7月30日
有効回収数 (回収率)	943 (47.2%)	1,206 (91.0%)	

3. 報告書を読む際の留意点

- 調査結果の比率は、その設問の回答者を基数として、小数点以下第2位を四捨五入して算出している。そのため、合計が100%にならない場合がある。
- 複数回答形式の場合、回答比率の合計は通常100%を超える。
- 図表中の「n=」とは、回答者数を表す。
- 選択肢の語句が長い場合、本文中や表・グラフでは省略した表現を用いることがある。

Ⅱ 調査結果（一般市民）

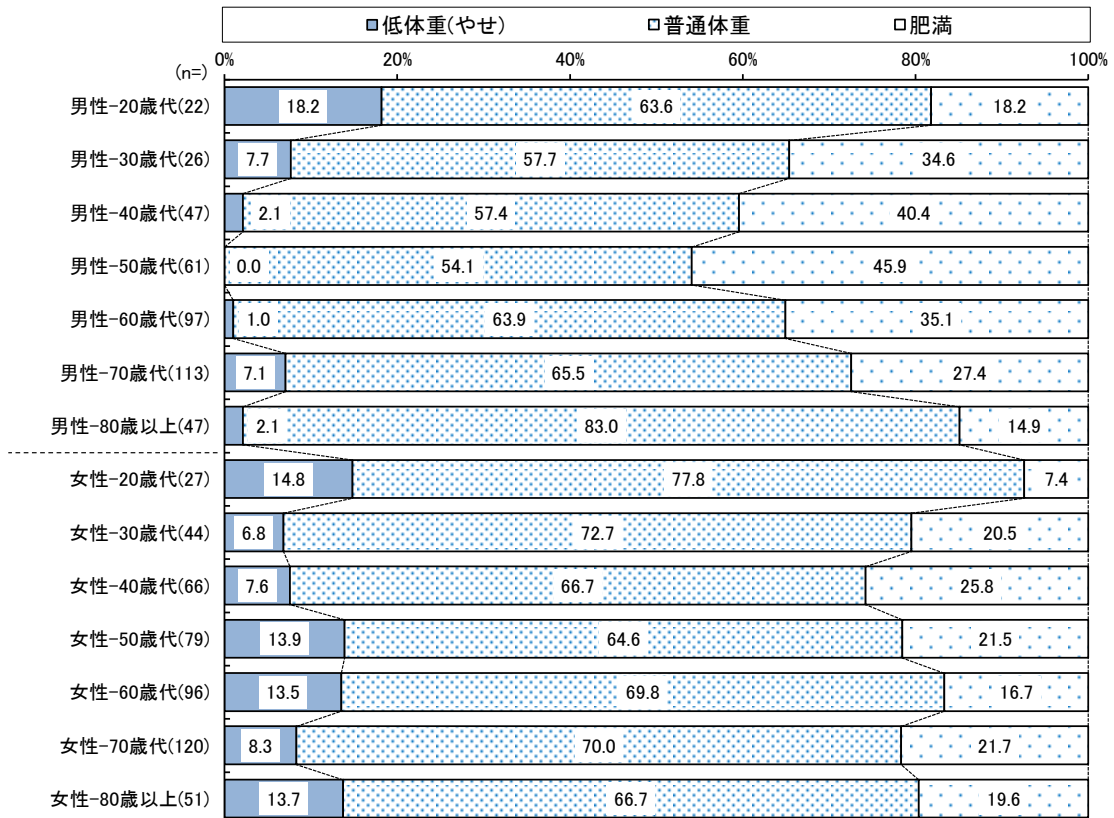
1. 身長・体重からのBMI判定

BMIの計算方法は $BMI = \text{体重} \div \text{身長} \div \text{身長}$

BMIの目安は日本肥満学会による。

BMI	判定
18.5未満	低体重(やせ)
18.5以上25未満	普通体重
25以上	肥満

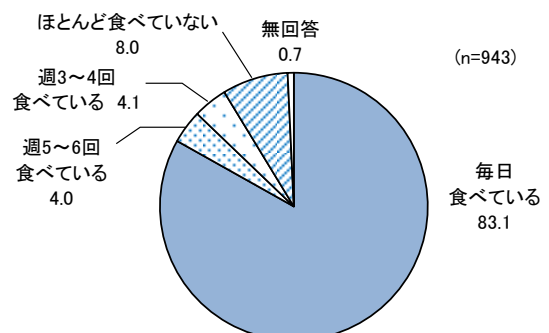
『肥満』の割合は男性「50歳代(45.9%)」が最も高く、男性「30歳代」～「60歳代」で3割を超える。男性「70歳代」、女性「30歳代」～「50歳代」及び「70歳代」で2割台となっている。『低体重』の割合は、男性「20歳代(18.2%)」が最も高く、次いで女性「20歳代(14.8%)」である。また、女性は「50歳代」、「60歳代」及び「80歳以上」でもやや高くなっている。



2. 食生活・栄養について

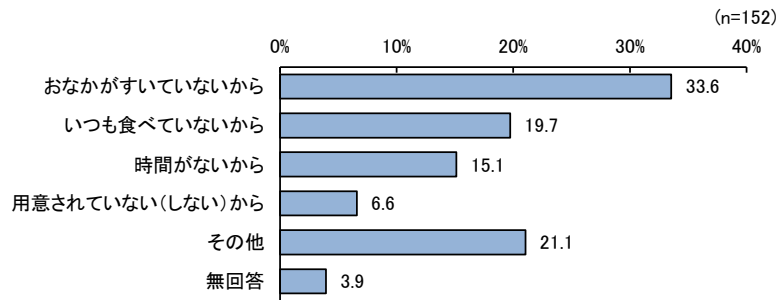
(1) 朝食の摂取状況

『毎日食べている(83.1%)』割合が最も高く8割を超え、次いで『ほとんど食べていない(8.0%)』、『週3～4回食べている(4.1%)』、『週5～6回食べている(4.0%)』の順である。



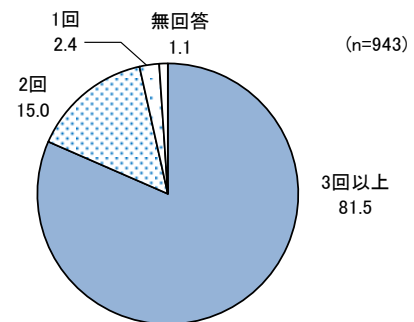
(2) 朝食を食べていない理由

『おなかがすいていないから (33.6%)』の割合が最も高く、次いで『いつも食べていないから (19.7%)』, 『時間がないから (15.1%)』, 『用意されていない(しない)から (6.6%)』の順である。



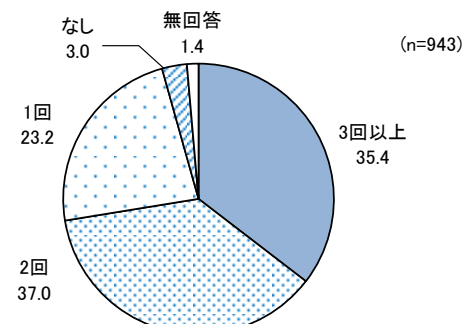
(3) 1日の食事の回数

『3回以上 (81.5%)』が約8割, 次いで『2回 (15.0%)』, 『1回 (2.4%)』の順である。



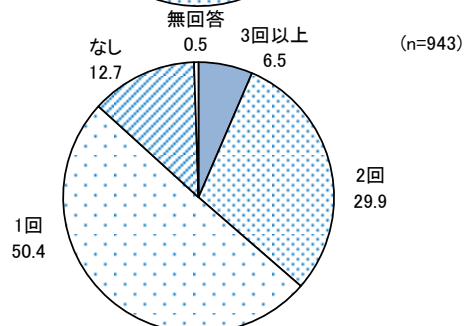
(4) 主食・主菜・副菜をそろえた食事回数

主食 (ごはん・パン・めんなど), 主菜 (肉・魚・卵・大豆製品など), 副菜 (野菜・きのこ・海藻など) をそろえた食事は『2回 (37.0%)』の割合が最も高く, 次いで『3回以上 (35.4%)』, 『1回 (23.2%)』, 『なし (3.0%)』の順である。



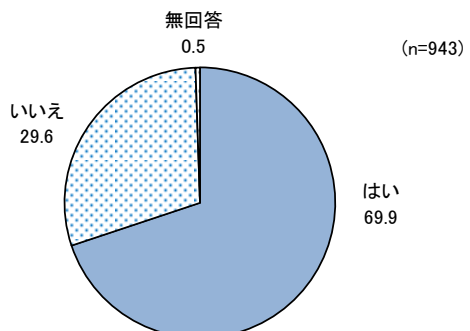
(5) 汁物について

1日に汁物を飲む回数は, 『1回 (50.4%)』の割合が最も高く, 次いで『2回 (29.9%)』, 『なし (12.7%)』, 『3回以上 (6.5%)』の順である。



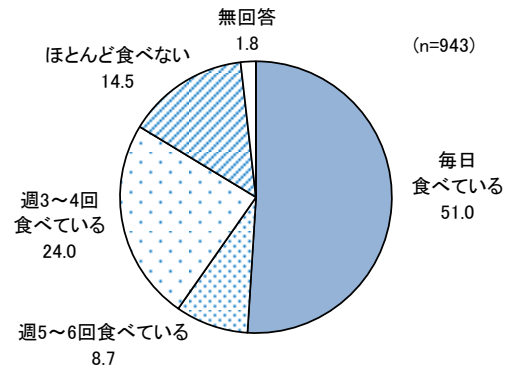
(6) 野菜の摂取の状況

毎食野菜を食べているかどうかは, 『はい (69.9%)』, 『いいえ (29.6%)』である。



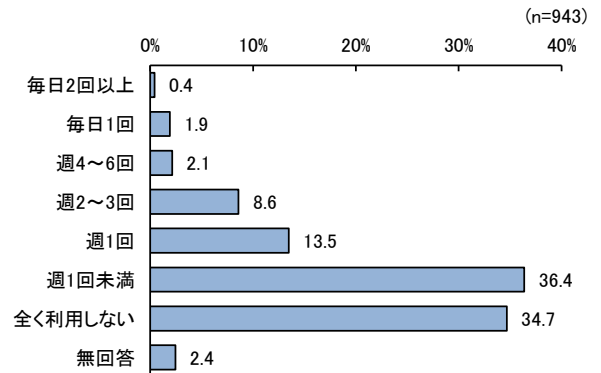
(7) 乳製品について

乳製品（牛乳・ヨーグルト・チーズなど）の摂取は、『毎日食べている（51.0%）』が約5割、『週5～6回食べている（8.7%）』、『週3～4回食べている（24.0%）』、『ほとんど食べない（14.5%）』である。



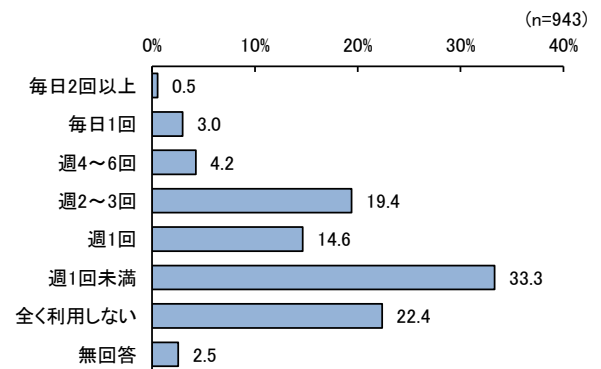
(8) 外食について

外食（飲食店での食事）の利用は、『週1回未満（36.4%）』の割合が最も高く、次いで『全く利用しない（34.7%）』、『週1回（13.5%）』、『週2～3回（8.6%）』の順である。



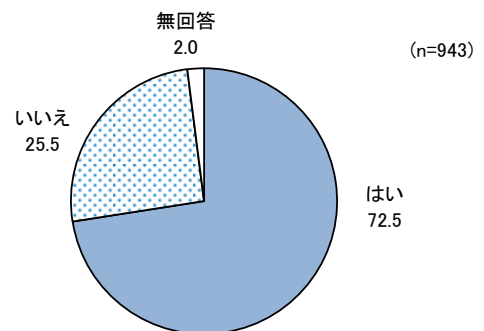
(9) 持ち帰りの弁当や惣菜について

持ち帰りの弁当や惣菜の利用は、『週1回未満（33.3%）』の割合が最も高く、次いで『全く利用しない（22.4%）』、『週2～3回（19.4%）』、『週1回（14.6%）』の順である。



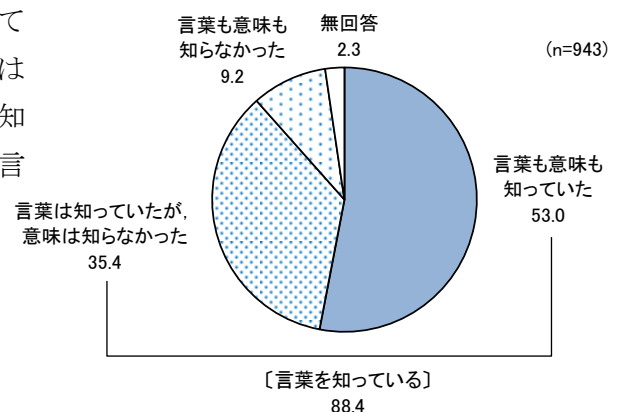
(10) 家族や友人との食事

1日1回以上、家族や友人と一緒に食事をするかについて、『はい（72.5%）』、『いいえ（25.5%）』である。



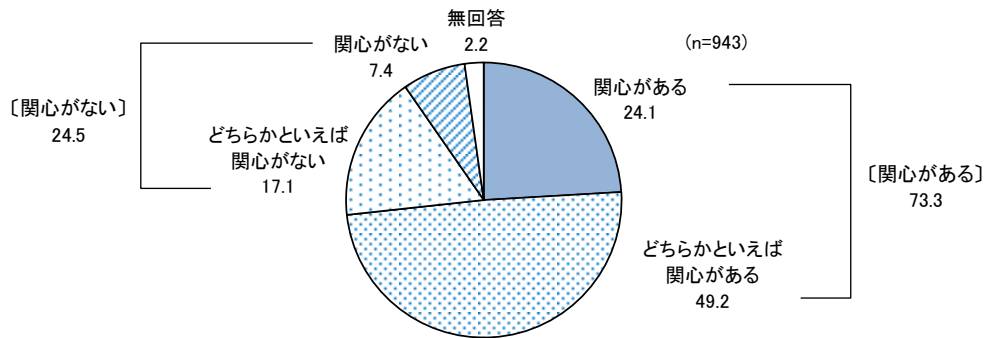
(11) 食育を知っているか

食育という言葉や意味を『言葉も意味も知っていた（53.0%）』、『言葉は知っていたが、意味は知らなかった（35.4%）』、『言葉も意味も知らなかった（9.2%）』である。これに対して、『言葉も意味も知っていた（88.4%）』である。



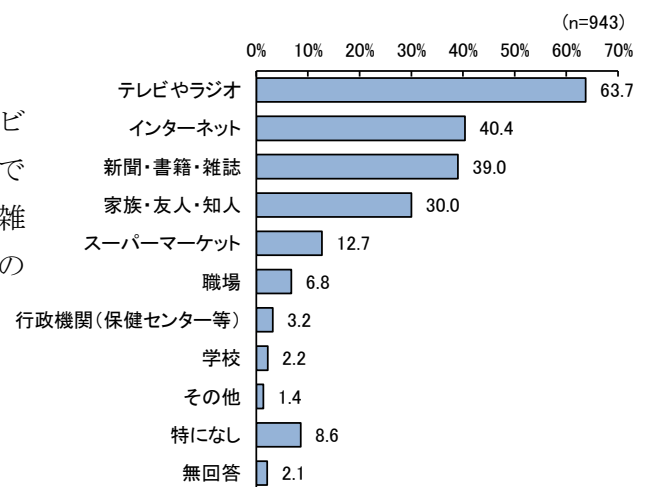
(12) 食育への関心

食育に『関心がある (24.1%)』、『どちらかといえば関心がある (49.2%)』, 合わせると『関心がある (73.3%)』である。これに対して『関心がない (7.4%)』、『どちらかといえば関心がない (17.1%)』, 合わせると『関心がない (24.5%)』である。



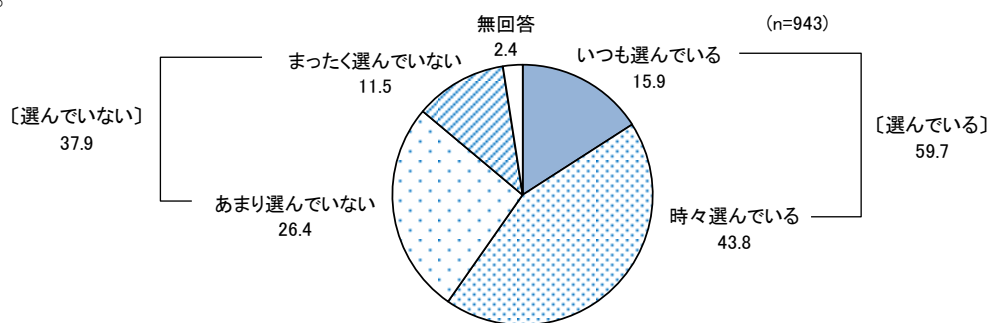
(13) 食や食育に関する情報の入手先

食や食育に関する情報の入手先は、『テレビやラジオ (63.7%)』の割合が最も高く、次いで『インターネット (40.4%)』、『新聞・書籍・雑誌 (39.0%)』、『家族・友人・知人 (30.0%)』の順である。



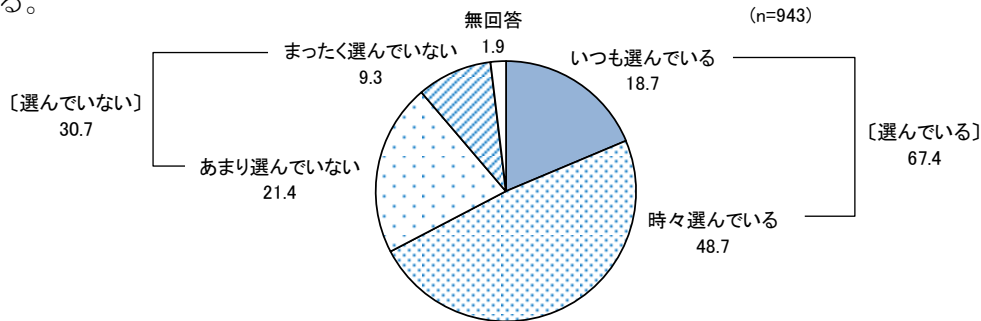
(14) 環境に配慮した食品選び

日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を『いつも選んでいる (15.9%)』、『時々選んでいる (43.8%)』, 合わせると『選んでいる (59.7%)』である。これに対して『まったく選んでいない (11.5%)』、『あまり選んでいない (26.4%)』, 合わせると『選んでいない (37.9%)』である。



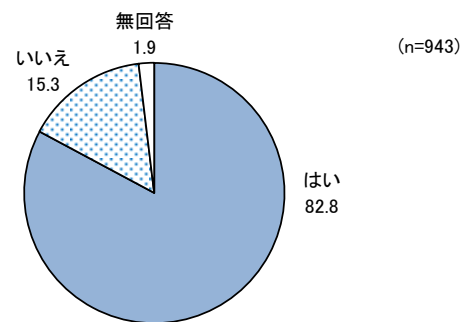
(15) 産地や生産者を意識した食品選び

産地や生産者を意識して農林水産物・食品を『いつも選んでいる (18.7%)』, 『時々選んでいる (48.7%)』, 合わせると『選んでいる (67.4%)』である。これに対して『まったく選んでいない (9.3%)』, 『あまり選んでいない (21.4%)』, 合わせると『選んでいない (30.7%)』である。



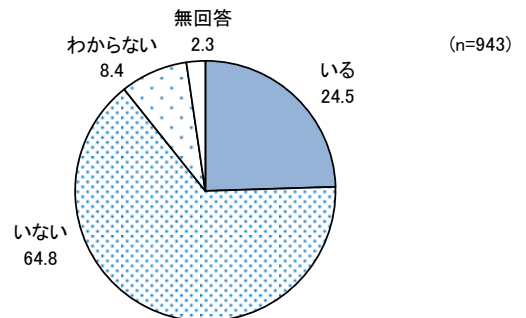
(16) 地産地消という言葉を知っているか

言葉を知っているかについては、『はい (82.8%)』, 『いいえ (15.3%)』である。



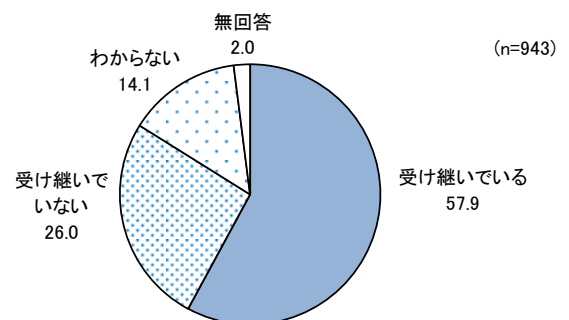
(17) 農林漁業体験について

自分または家族の中で農林漁業体験に参加したことがある人は、『いる (24.5%)』, 『いない (64.8%)』である。



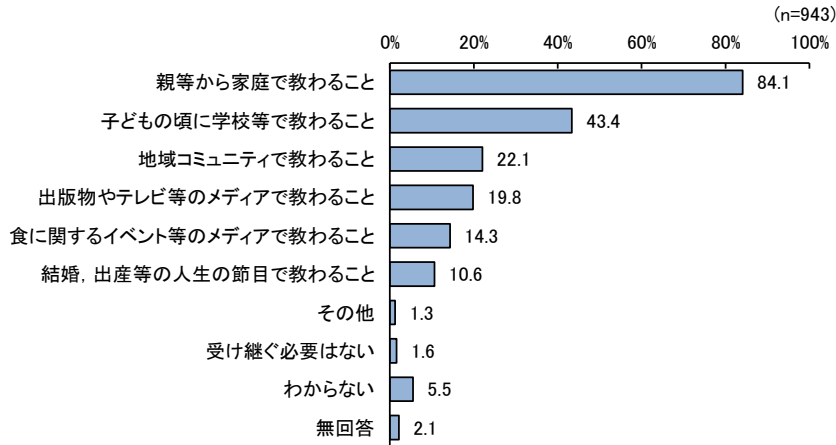
(18) 郷土料理や伝統料理について

郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を『受け継いでいる (57.9%)』割合が最も高く、『受け継いでいない (26.0%)』, 『わからない (14.1%)』である。



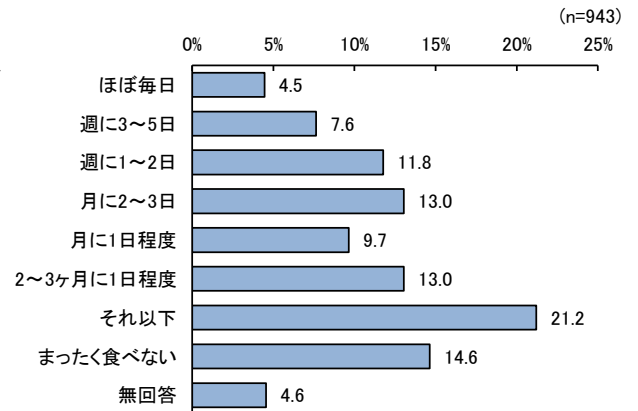
(19) 受け継ぐために必要なこと

郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継ぐために必要なことは、『親等から家庭で教わること (84.1%)』の割合が最も高く、次いで『子どもの頃に学校等で教わること (43.4%)』、『地域コミュニティで教わること (22.1%)』、『出版物やテレビ等のメディアで教わること (19.8%)』の順となっている。



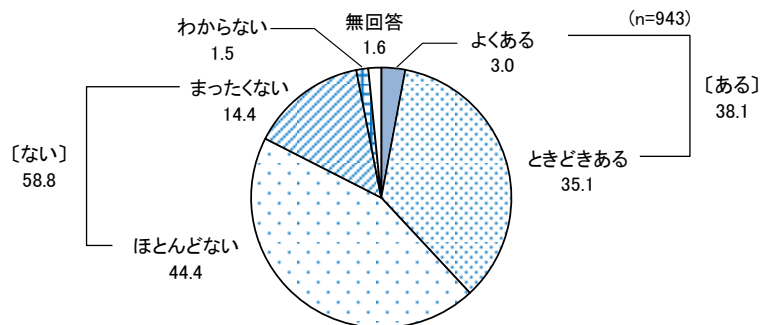
(20) 郷土料理や伝統料理を食べる頻度

郷土料理や伝統料理を食べる頻度は『それ以下 (21.2%)』の割合が最も高く、次いで『まったく食べない (14.6%)』、『月に2～3日』『2～3ヶ月に1日程度』(ともに 13.0%)、『週に1～2日 (11.8%)』の順となっている。



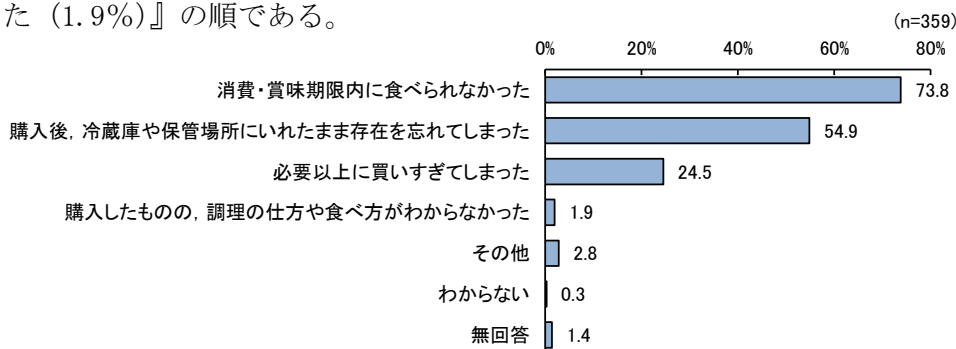
(21) 食品ロスについて

購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことが『よくある (3.0%)』、『ときどきある (35.1%)』、合わせると『ある (38.1%)』である。これに対して『まったくない (14.4%)』、『ほとんどない (44.4%)』、合わせると『ない (58.8%)』である。



(22) 食品を捨ててしまった原因

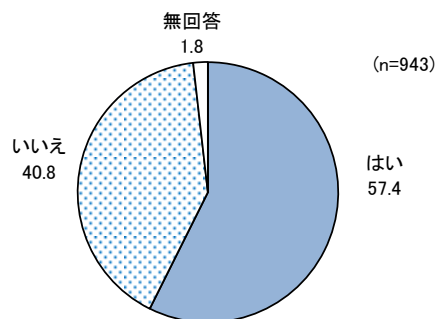
捨ててしまった原因は、『消費・賞味期限内に食べられなかった (73.8%)』の割合が最も高く、次いで『購入後、冷蔵庫や保管場所にいたまま存在を忘れてしまった (54.9%)』、『必要以上に買いすぎてしまった (24.5%)』、『購入したものの、調理の仕方や食べ方がわからなかった (1.9%)』の順である。



3. 身体活動・運動について

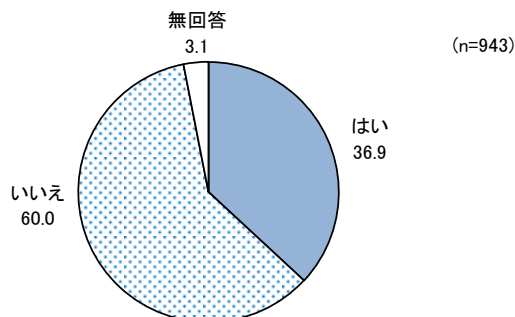
(1) 運動について

日ごろから日常生活の中で健康の維持・増進のため意識的に体を動かすなどの運動をしているかについては、『はい (57.4%)』、『いいえ (40.8%)』である。



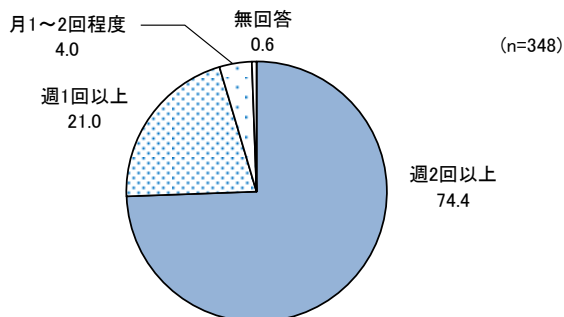
(2) 運動の継続

1日30分以上の運動を定期的に1年以上継続しているかについては、『はい (36.9%)』、『いいえ (60.0%)』である。



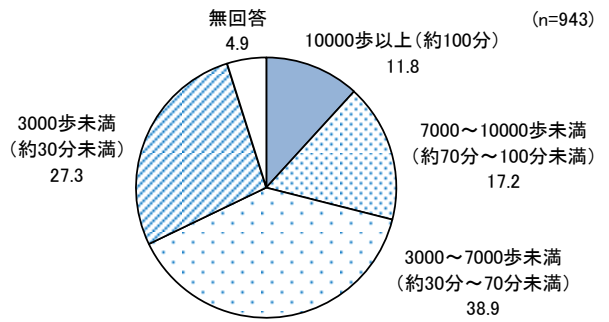
(3) 運動の頻度

1日30分以上の運動の頻度は、『週2回以上 (74.4%)』、『週1回以上 (21.0%)』、『月1~2回程度 (4.0%)』となっている。



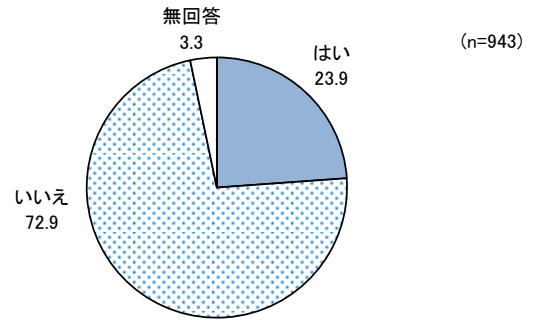
(4) 1日の運動量

日常生活の中で、室内の移動や散歩も含めて1日に動いているのは『3,000～7,000歩未満(38.9%)』の割合が最も高く、次いで『3,000歩未満(約30分未満)(27.3%)』、『7,000～10,000歩未満(17.2%)』、『10,000歩以上(11.8%)』の順である。



(5) フレイルを知っているか

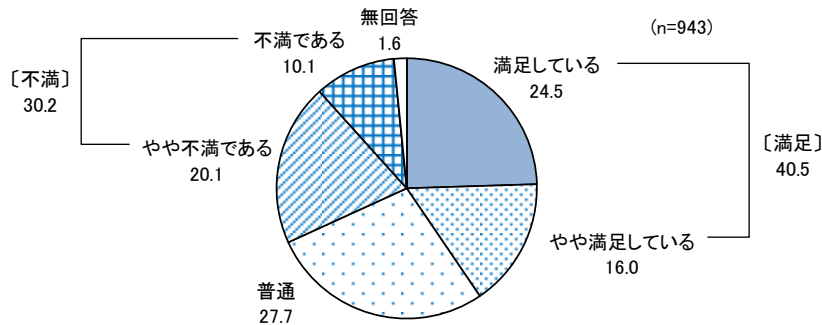
フレイルという言葉を知っているかについては、『はい(23.9%)』、『いいえ(72.9%)』である。



4. 休養・こころの健康について

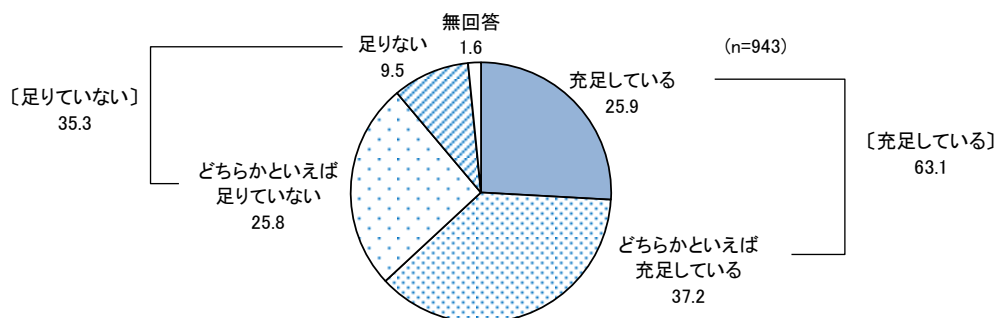
(1) 睡眠について

現在の睡眠に『満足している(24.5%)』、『やや満足している(16.0%)』、合わせると〔満足(40.5%)〕である。これに対して『不満である(10.1%)』、『やや不満である(20.1%)』、合わせると〔不満(30.2%)〕である。



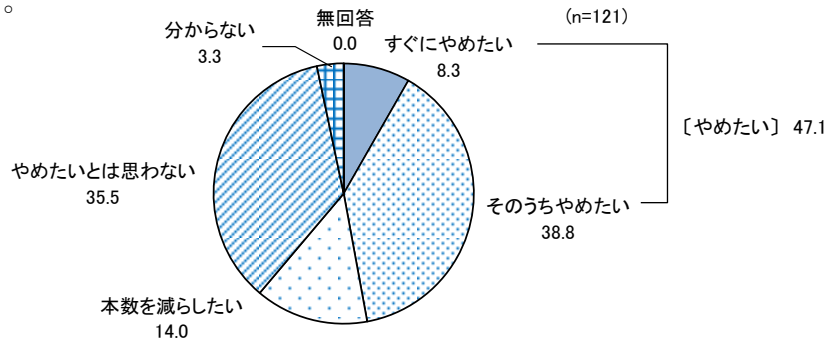
(2) 睡眠時間

平日の睡眠時間は、『充足している(25.9%)』、『どちらかといえば充足している(37.2%)』、合わせると〔充足している(63.1%)〕である。これに対して『足りない(9.5%)』、『どちらかといえば足りない(25.8%)』、合わせると〔足りない(35.3%)〕である。



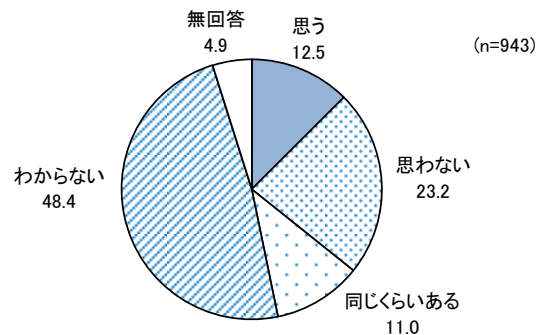
(2) 喫煙をやめたいと思うか

たばこを『すぐにやめたい (8.3%)』、『そのうちやめたい (38.8%)』, 合わせると [やめたい (47.1%)] である。これに対して、『やめたいとは思わない (35.5%)』, 『本数を減らしたい (14.0%)』である。



(3) 加熱式たばこの害について

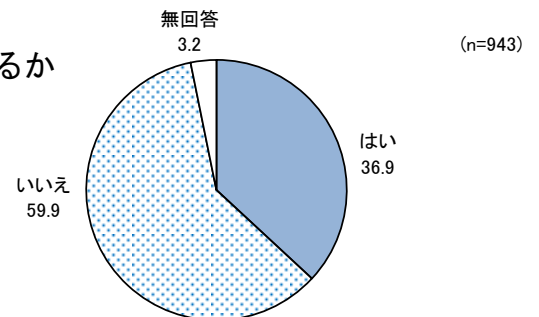
加熱式たばこは、紙巻きたばこに比べて体への害が少ないと思うかについて、『わからない (48.4%)』の割合が最も高く、『思う (12.5%)』, 『思わない (23.2%)』, 『同じくらいある (11.0%)』である。



(4) COPD (慢性閉塞性肺疾患) について知っているか

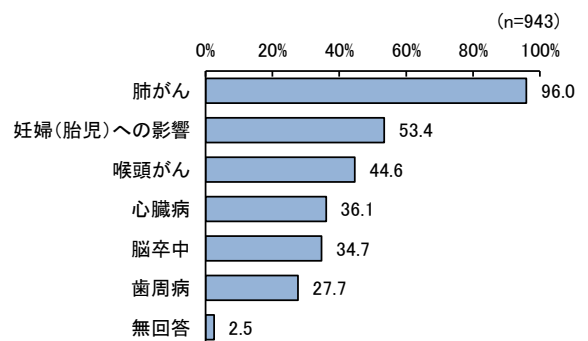
COPD という言葉を知っているかについて、『はい (36.9%)』, 『いいえ (59.9%)』であり、約6割の人が知らないとしている。

※COPD とは、たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし呼吸がしにくくなる病気。



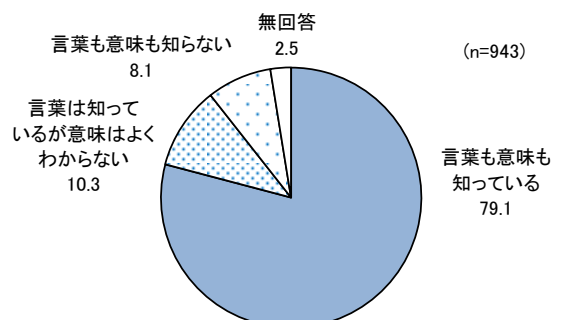
(5) 喫煙の身体への悪影響について

たばこの煙を吸うことによってかかりやすくなると思う病気は、『肺がん (96.0%)』の割合が最も高く、次いで『妊婦(胎児)への影響 (53.4%)』, 『喉頭がん (44.6%)』, 『心臓病 (36.1%)』, 『脳卒中 (34.7%)』, 『歯周病 (27.7%)』の順である。



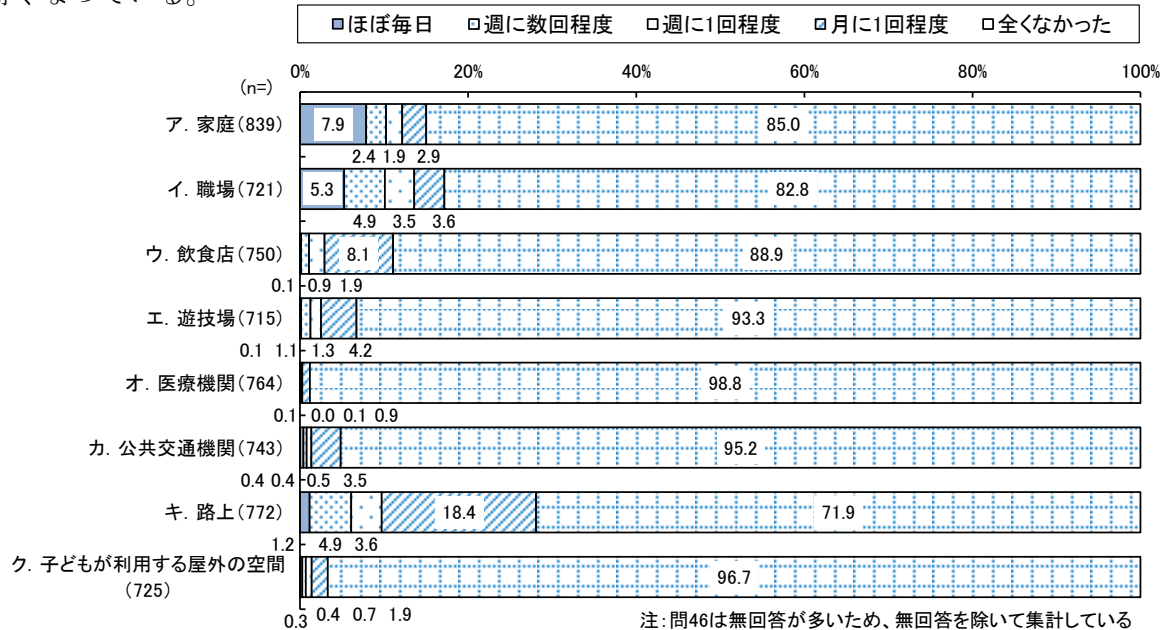
(6) 受動喫煙を知っているか

受動喫煙について、『言葉も意味も知っている (79.1%)』が約8割, 『言葉は知っているが意味はよくわからない (10.3%)』, 『言葉も意味も知らない (8.1%)』である。



(7) 受動喫煙の機会

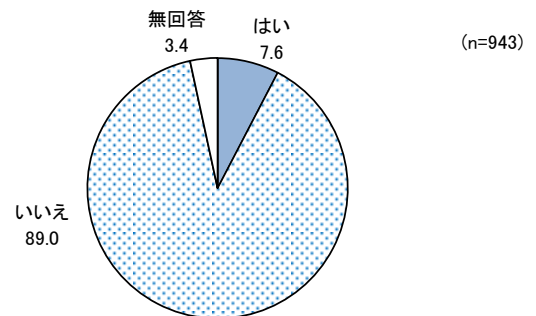
受動喫煙の機会が多いのは、『ほぼ毎日』は「家庭 (7.9%)」、「職場 (5.3%)」の順となっている。「路上」での受動喫煙は、『月に1回程度 (18.4%)』となっており、割合が他と比べて高くなっている。



(8) サードHANDSモークについて知っているか

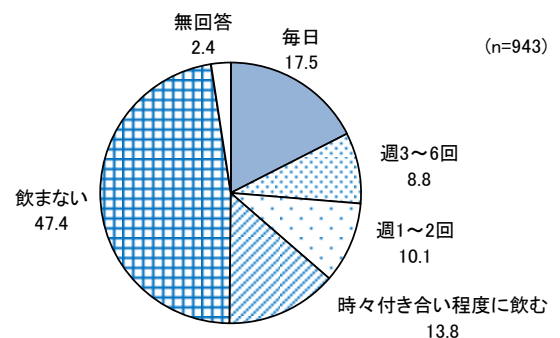
サードHANDSモークという言葉を知っているかについて、『はい (7.6%)』、『いいえ (89.0%)』である。

※サードHANDSモーク (三次喫煙) とは、タバコを消した後に残留する化学物質 (部屋の壁や床、喫煙者の服、髪の毛等に付いたタバコの臭いや成分等) を吸入すること。



(9) 飲酒の頻度

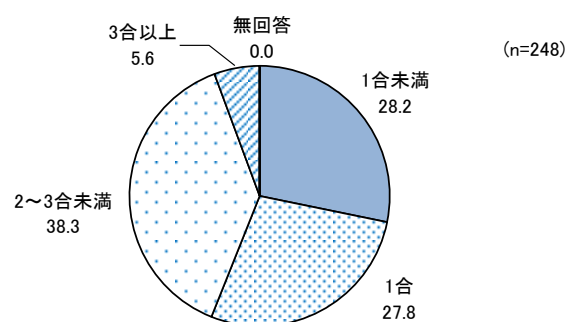
お酒を飲む頻度は『毎日 (17.5%)』、『時々付き合い程度に飲む (13.8%)』、『週1~2回 (10.1%)』、『週3~6回 (8.8%)』の順である。これに対して『飲まない』人の割合は (47.4%) と半数近くを占める。



(10) 飲酒の量

1日の飲酒量は、清酒に換算すると『1合未満 (28.2%)』、『1合 (27.8%)』、『2~3合未満 (38.3%)』、『3合以上 (5.6%)』である。

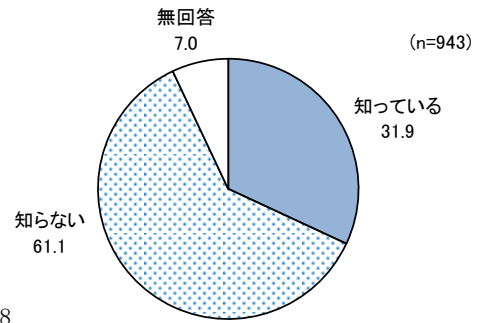
※清酒1合 (180ml) は、次の量にほぼ相当する。
 ビール・発泡酒中瓶1本 (約500ml), 焼酎20度 (135ml)
 焼酎25度 (110ml), 焼酎35度 (80ml), チューハイ7度 (350ml)
 ウイスキーダブル1杯 (60ml), ワイン14度 (180ml)



(11) 節度ある適度な飲酒を知っているか

1日の適量（節度ある適度な飲酒）を『知っている（31.9%）』、『知らない（61.1%）』である。

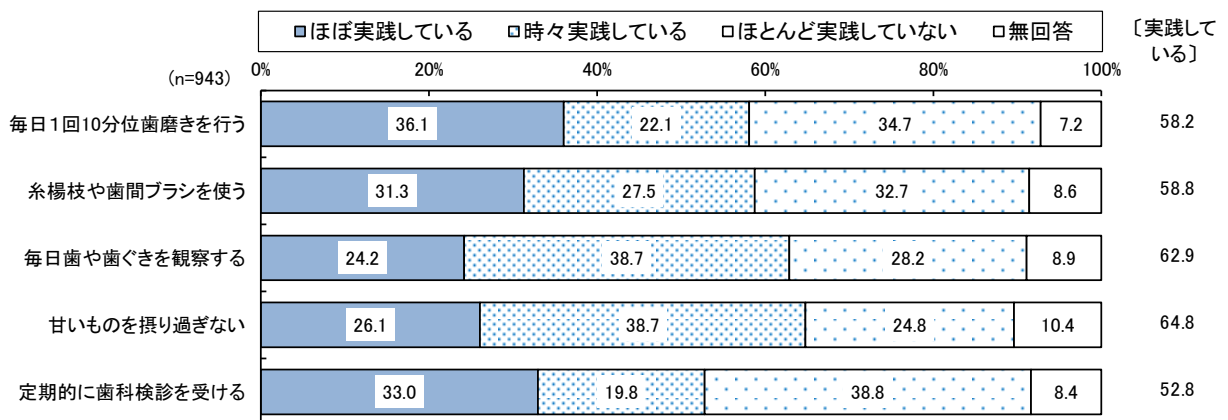
※成人男性の1日のお酒の適量は清酒1合（純アルコール量約20g）程度です。
女性はおよそ半量、高齢者はより少量の飲酒が適当といわれています。
純アルコール量＝飲んだ量（ml）×アルコール度数（%）×0.8



6. 歯の健康について

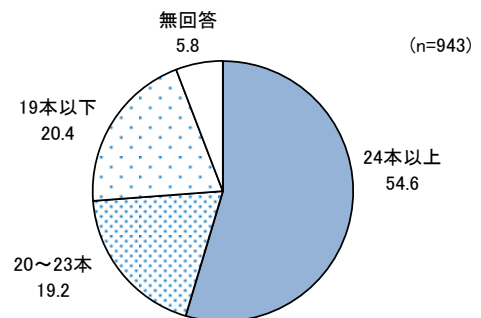
(1) 歯の健康を保つための方法について

『ほぼ実践している』割合が高いのは、「毎日1回10分位歯磨きを行う（36.1%）」、「定期的に歯科検診を受ける（33.0%）」、「糸楊枝や歯間ブラシを使う（31.3%）」、「甘いものを摂り過ぎない（26.1%）」、「毎日歯や歯ぐきを観察する（24.2%）」の順である。また、『時々実践している』を合わせた〔実践している〕では、「甘いものを摂り過ぎない」、「毎日歯や歯ぐきを観察する」、「糸楊枝や歯間ブラシを使う」、「毎日1回10分位歯磨きを行う」、「定期的に歯科検診を受ける」の順である。



(2) 歯の本数

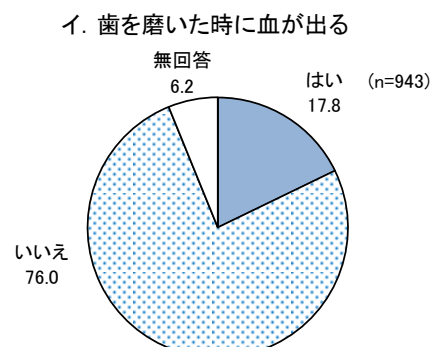
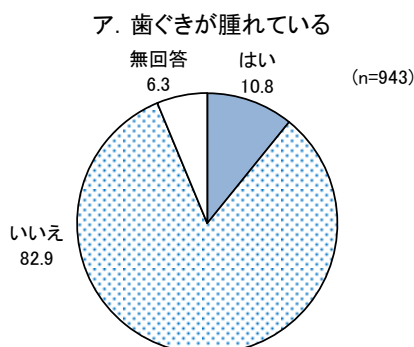
歯の本数は、『24本以上（54.6%）』、『20～23本（19.2%）』、『19本以下（20.4%）』である。



(3) 歯ぐきの状態

歯茎が腫れているかは、『はい（10.8%）』、『いいえ（82.9%）』である。

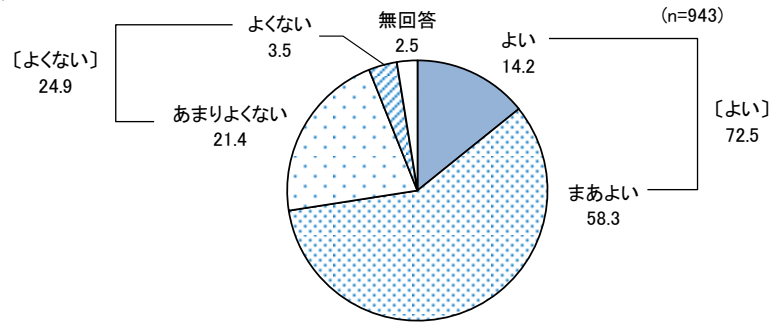
歯を磨いた時に血が出るかどうかは、『はい（17.8%）』、『いいえ（76.0%）』である。



7. 健康状態や健康管理について

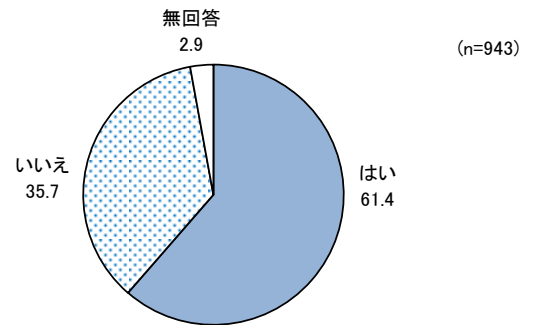
(1) 健康状態をどのように感じているか

自分の健康状態は、『よい (14.2%)』、『まあよい (58.3%)』、合わせると『よい (72.5%)』である。これに対して『よくない (3.5%)』、『あまりよくない (21.4%)』、合わせると『よくない (24.9%)』である



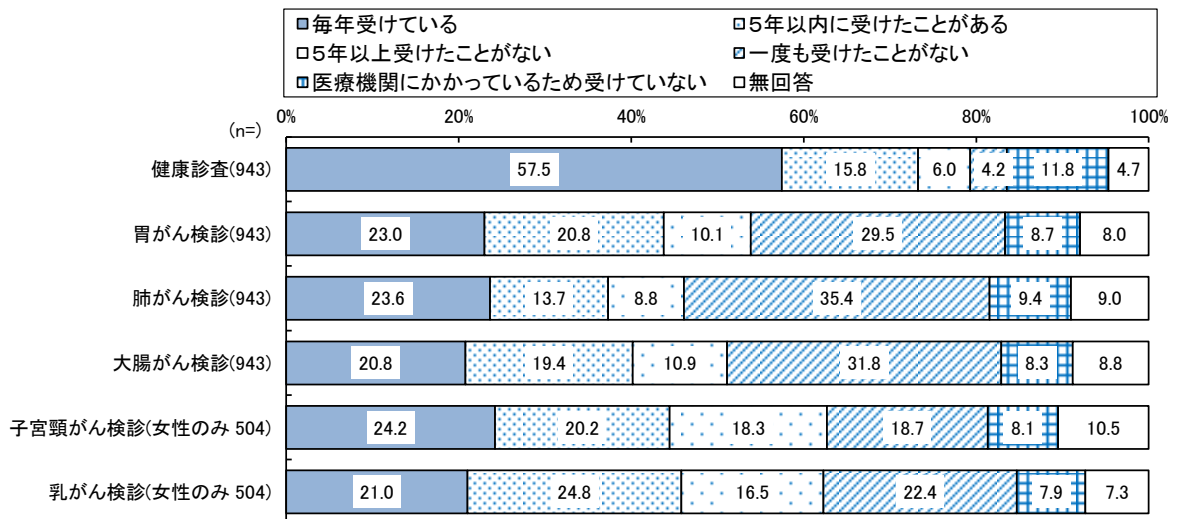
(2) 医療機関の受診について

現在、継続して医療機関を受診しているかについては、『はい (61.4%)』、『いいえ (35.7%)』である。



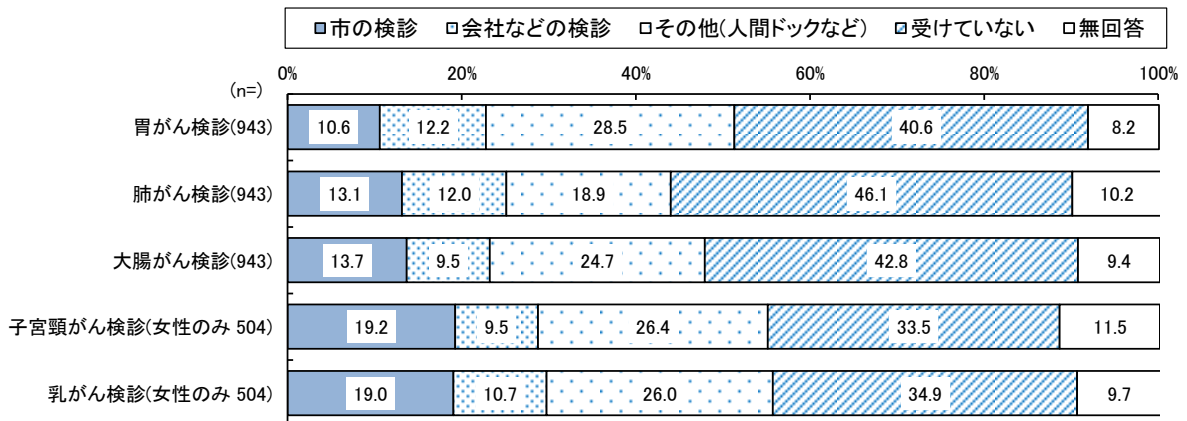
(3) 健康診査やがん検診の受診状況

年1回健康診査やがん検診を『毎年受けている』人の割合は、「健康診査 (57.5%)」では半数を超えるが、それ以外の検診はいずれも2割台である。『一度も受けたことがない』は、「胃がん検診」、「肺がん検診」、「大腸がん検診」で3割前後、「子宮頸がん検診」、「乳がん検診」で2割前後である。



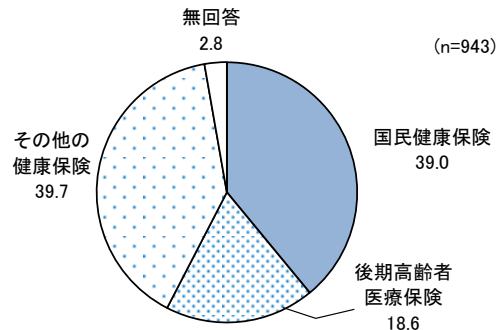
(4) がん検診はどこで受けているか

いずれのがん検診も、『その他（人間ドックなど）』の割合が最も高くなっている。次いで、「胃がん検診」は『会社などの検診』が、「肺がん検診」、「大腸がん検診」、「子宮頸がん検診」、「乳がん検診」は『市の検診』の割合が高くなっている。



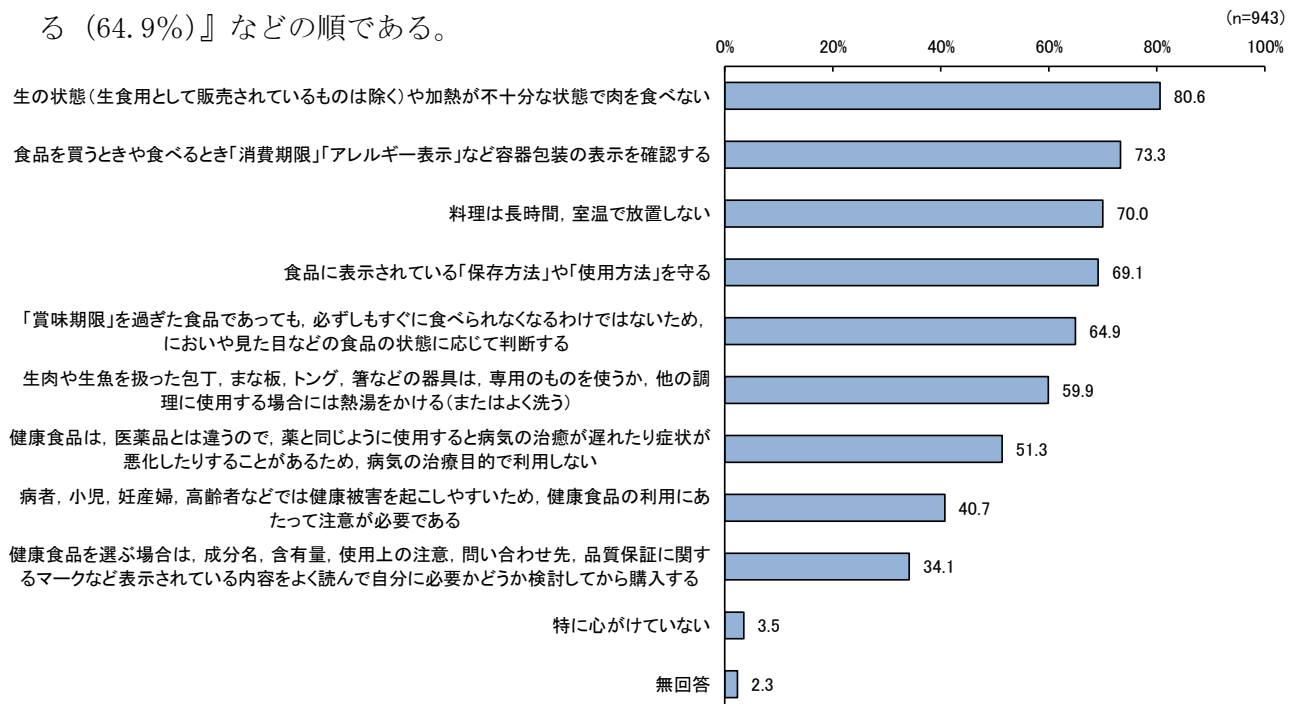
(5) 加入保険の種類

加入保険の種類では、『国民健康保険 (39.0%)』、『後期高齢者医療保険 (18.6%)』、『その他の健康保険 (39.7%)』である。



(6) 食品の安全性について心がけていること

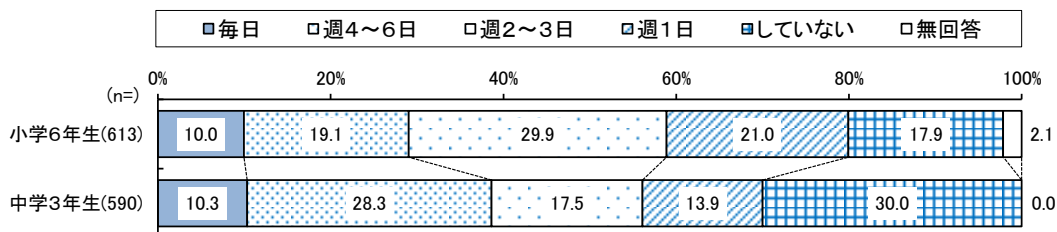
食品の安全性について日常生活で心がけていることは、『生の状態（生食用として販売されているものは除く）や加熱が不十分な状態で肉を食べない (80.6%)』の割合が最も高く、次いで『食品を買うときや食べるとき「消費期限」「アレルギー表示」など容器包装の表示を確認する (73.3%)』、『料理は長時間、室温で放置しない (70.0%)』、『食品に表示されている『保存方法』や『使用方法』を守る (69.1%)』、『「賞味期限」を過ぎた食品であっても、必ずしもすぐに食べられなくなるわけではないため、においや見た目などの食品の状態に応じて判断する (64.9%)』などの順である。



Ⅲ 調査結果（小中学生）

1. 運動について

学校の授業以外にスポーツクラブ（クラブ活動をふくむ）や趣味などで60分以上体を動かすことは、小学6年生では『週2～3日（29.9%）』、中学3年生では『していない（30.0%）』の割合が最も高くなっている。

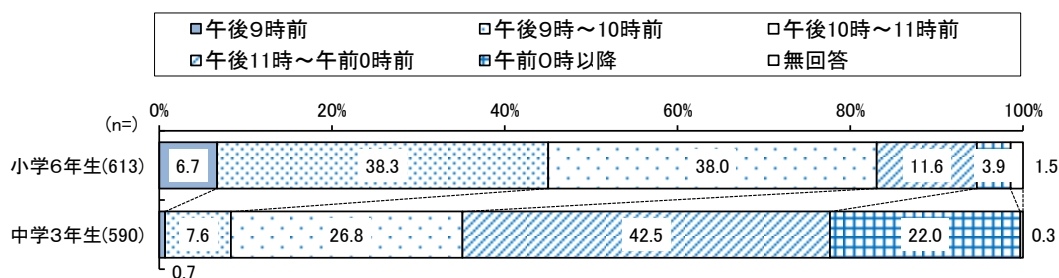


2. 休養・こころの健康について

(1) 平日の寝る時間・起きる時間

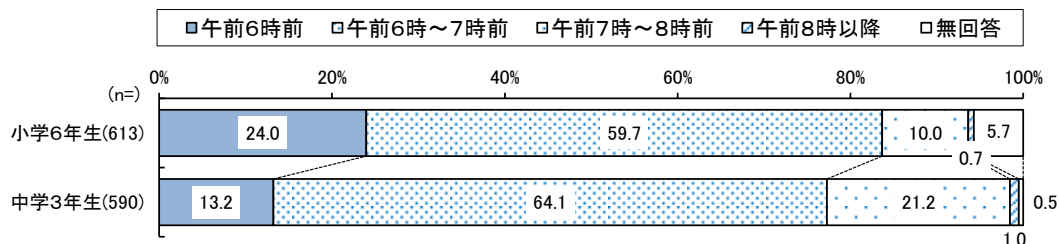
〈寝る時間〉

小学6年生は『午後9時～10時前』『午後10～11時前』の割合が高く、約8割が午後10時までに寝ている。中学3年生は『午後11時～午前0時前』の割合が最も高く、午後11時以降に寝ているのは6割を超えている。



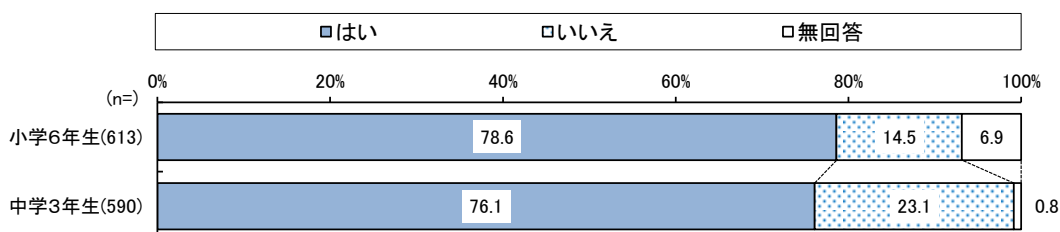
〈起きる時間〉

小学6年生、中学3年生ともに『午前6時～7時前』の割合が最も高い。次いで小学6年生は『午前6時前』、中学3年生は『午前8時以降』となっている。



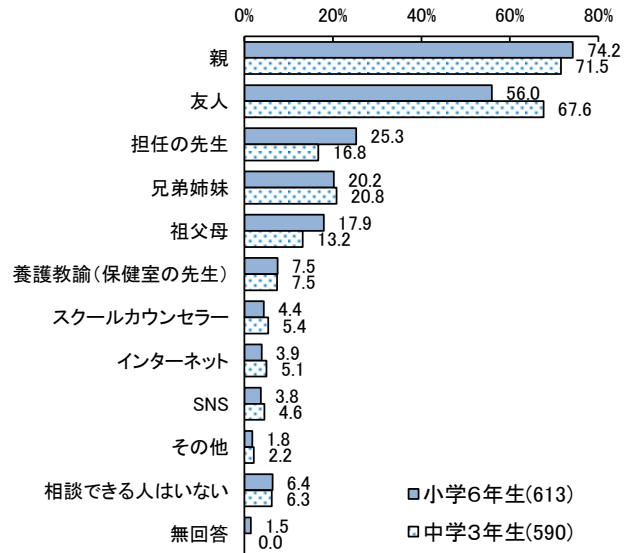
(2) 睡眠について

よくねむれているかについて、小学6年生は『はい（78.6%）』、『いいえ（14.5%）』、中学3年生は『はい（76.1%）』、『いいえ（23.1%）』である。



(3) 相談できる人

体のことや心のこと、友達のことなどについて相談できる人は、小学6年生、中学3年生ともに割合が最も高いのは『親』である。学年別にみると、中学3年生は小学6年生より『友人』に相談する割合が高く、小学6年生は中学3年生より『担任の先生』、『祖父母』に相談する割合が高くなっている。

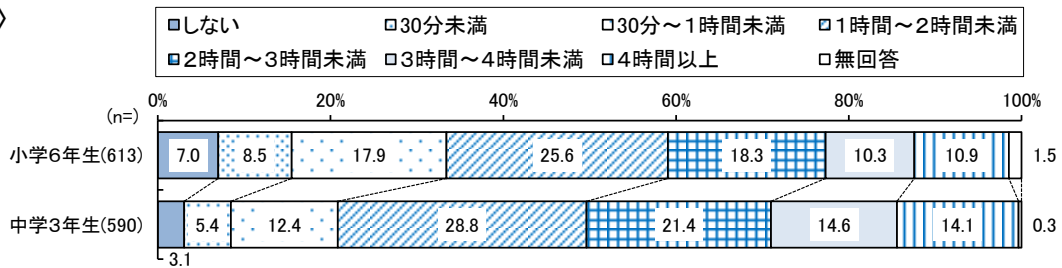


(4) SNS やゲーム時間

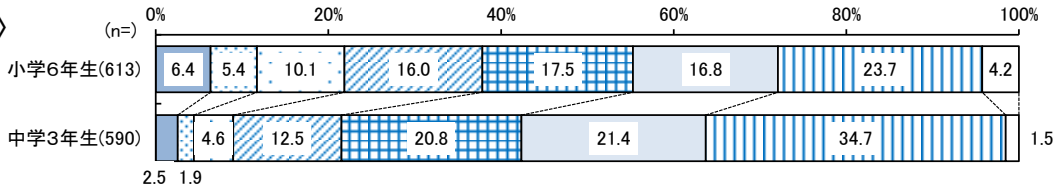
ライン・フェイスブック・ツイッター・インスタグラムなどのSNSやゲーム、動画配信(YouTubeなど)を平日や休日に、1日に合わせてどのくらい見るかについて、平日、小学6年生、中学3年生とも『1時間～2時間未満』の割合が最も高いが、中学3年生では『2時間～3時間未満』『3時間～4時間未満』『4時間以上』で小学6年生を上回り、学年が上になるにつれ、長時間の割合が高くなっている。

休日は、小学6年生、中学3年生とも『4時間以上』の割合が最も高く、平日より長時間になっている。また、中学3年生の方が小学6年生よりも長時間になっている。

〈平日〉

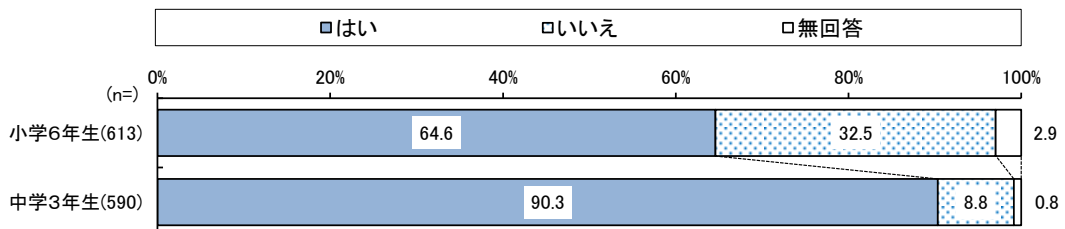


〈休日〉



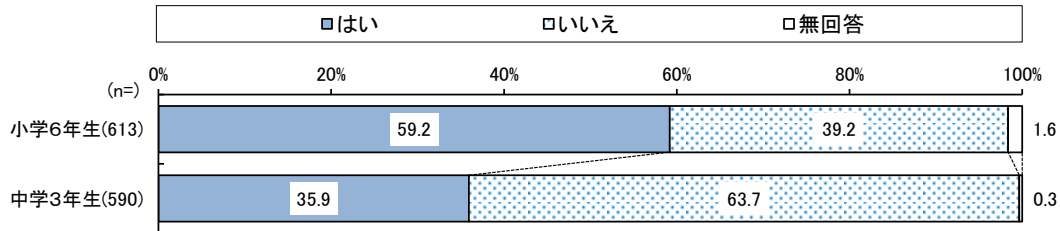
(5) スマートフォン等の所持について

自分用のスマートフォンまたはタブレットを持っているかについて、『はい』の割合は、小学6年生(64.6%)、中学3年生(90.3%)と、学年が上がるにつれスマートフォンまたはタブレットを持っている人の割合が高くなっている。



(6) SNS やゲームについてのルール

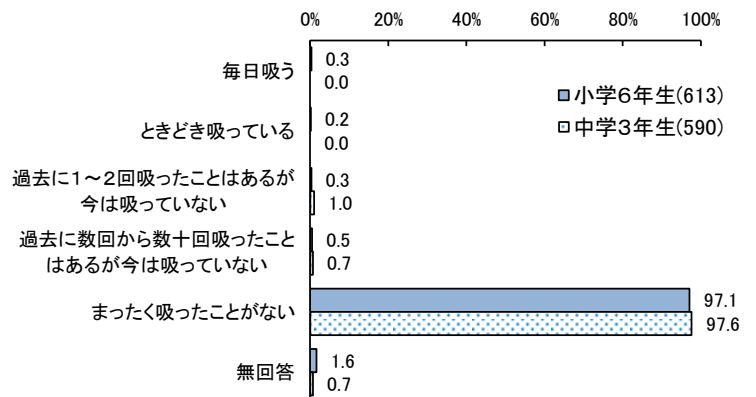
ライン・フェイスブック・ツイッターなどのSNSやゲームについて家でのルールがあるかについて、『はい』の割合は小学6年生(59.2%)、中学3年生(35.9%)と、小学生の方がルールがある人の割合が高い。



3. 喫煙・飲酒について

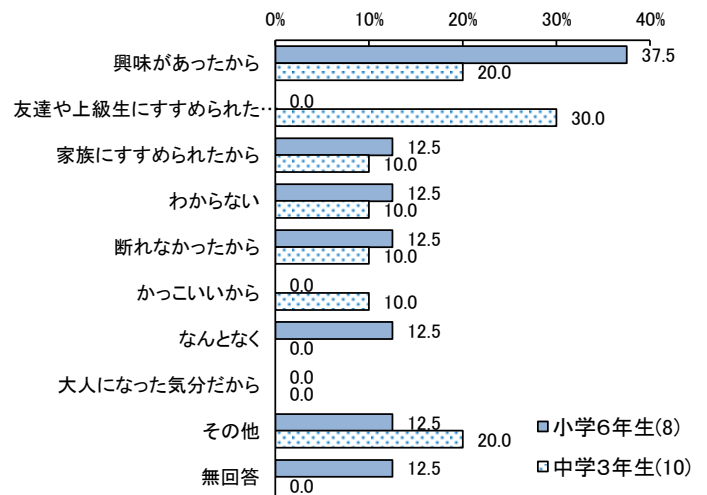
(1) 喫煙の有無

『まったく吸ったことがない』が大半である。



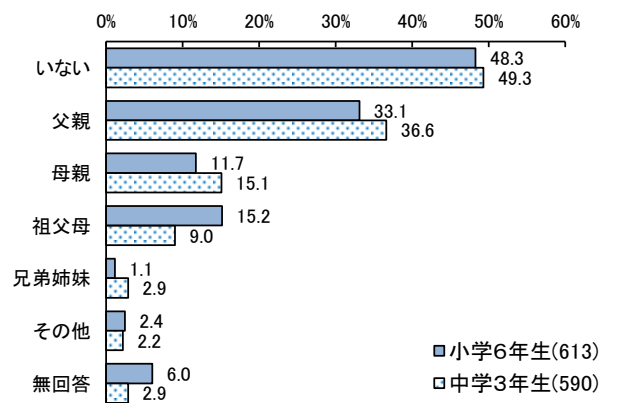
(2) タバコを吸ったきっかけ

小学6年生では『興味があったから(37.5%)』、中学3年生では『友達や上級生にすすめられたから(30.0%)』の割合が最も高くなっている。



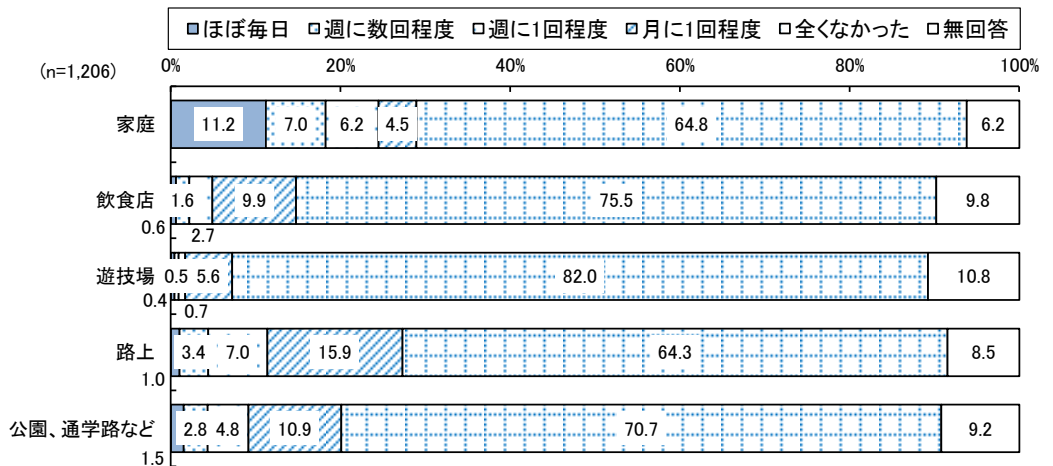
(3) 家族の喫煙の有無

家族の中で、タバコを吸う人は、小学6年生、中学3年生とも『いない』割合が最も高い。中学3年生では『父親』『母親』の割合が小学6年生を上回り、小学6年生では『祖父母』の割合が中学3年生を上回っている。



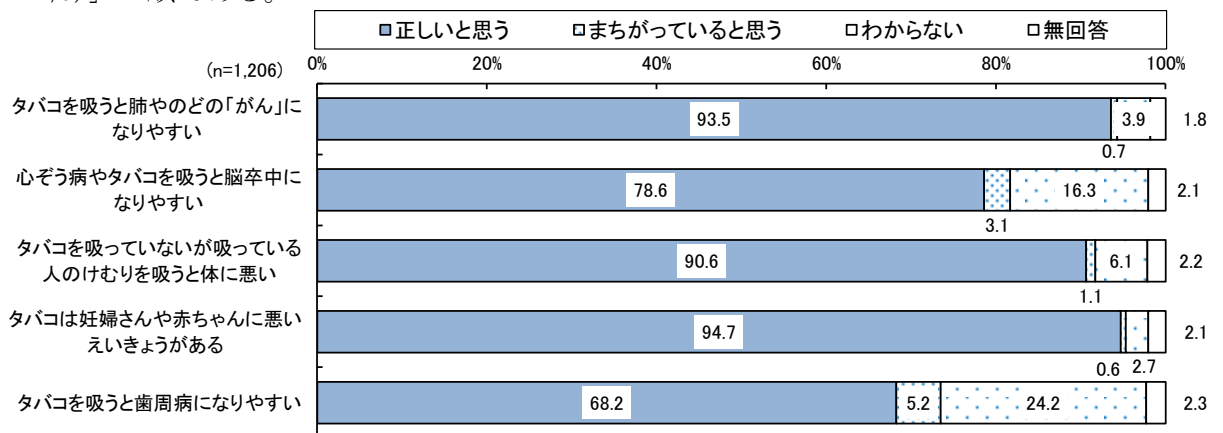
(4) 受動喫煙

受動喫煙について、家庭では、『ほぼ毎日』『週に数回程度』の割合が、他の場所より高くなっている。飲食店及び路上、公園、通学路などでは『月に1回程度』の割合が高くなっている。『全くなかった』割合が最も高いのは遊技場だった。



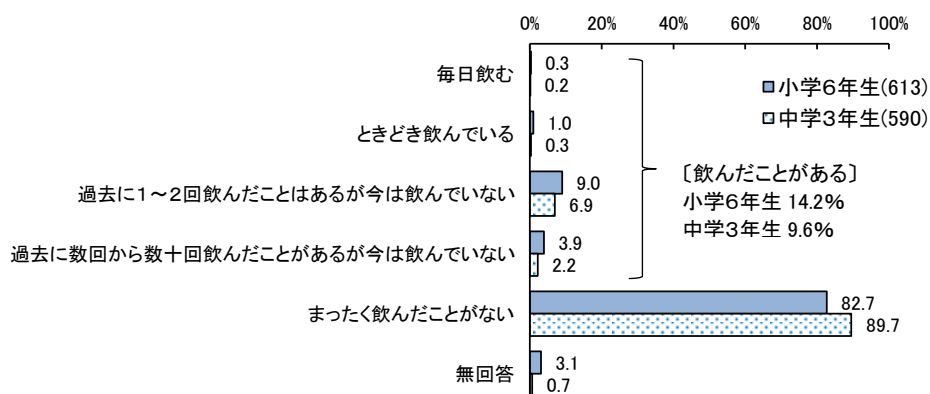
(5) タバコの害についての知識

『正しいと思う』割合が高いのは、「タバコは妊婦さんや赤ちゃんに悪いえいきょうがある (94.7%)」、「タバコを吸うと肺やのどの『がん』になりやすい (93.5%)」、「タバコを吸っていないが吸っている人のけむりを吸うと体に悪い (90.6%)」で9割を超える。次いで「心ぞう病やタバコを吸うと脳卒中になりやすい (78.6%)」、「タバコを吸うと歯周病になりやすい (68.2%)」の順である。



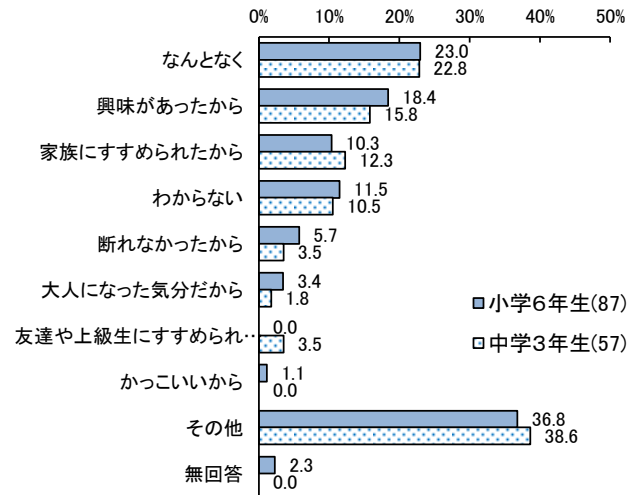
(6) 飲酒の有無

〔飲んだことがある〕割合は、小学6年生 (14.2%)、中学3年生 (9.6%) である。



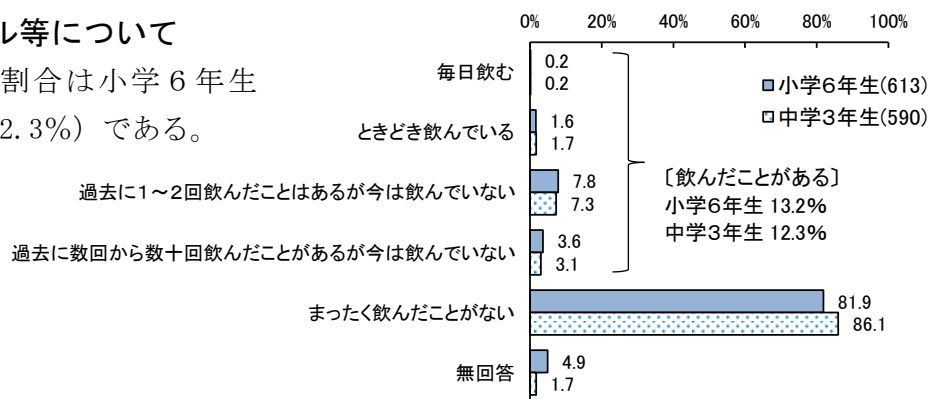
(7) 飲酒のきっかけ

小学6年生，中学3年生とも『なんとなく』の割合が最も高くなっている。『興味があったから』『断れなかったから』『大人になった気分だから』の割合は小学6年生が中学3年生を上回り，『家族にすすめられたから』『友達や上級生にすすめられたから』の割合は，中学3年生が小学6年生を上回っている。



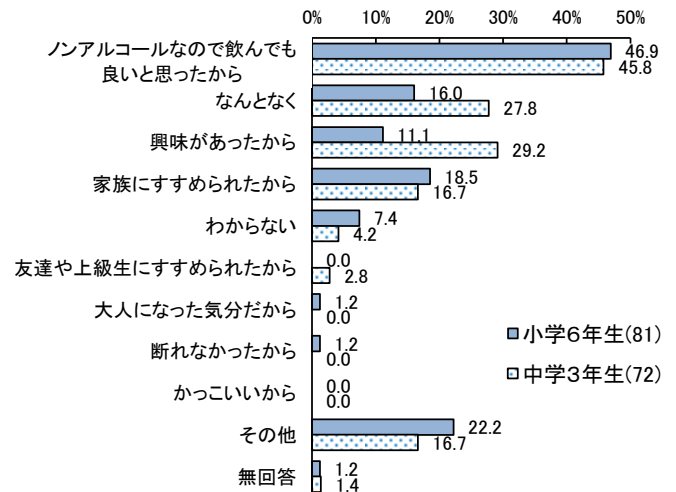
(8) ノンアルコールビール等について

〔飲んだことがある〕割合は小学6年生(13.2%)，中学3年生(12.3%)である。



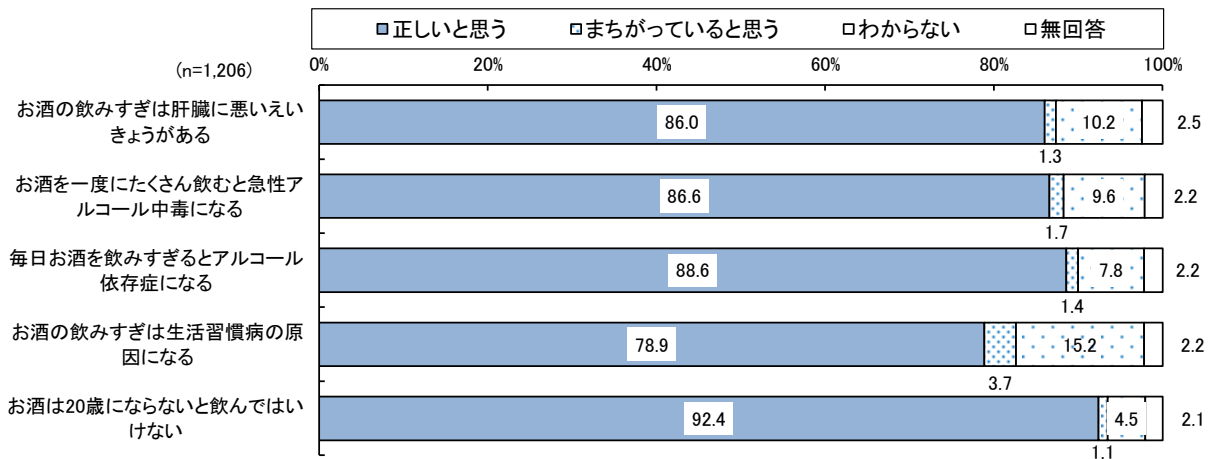
(9) ノンアルコールビール等を飲んだきっかけ

小学6年生，中学3年生とも『ノンアルコールなので飲んでも良いと思ったから』の割合が最も高くなっている。『なんとなく』『興味があったから』の割合は，中学3年生が小学6年生を大きく上回っている。



(10) 飲酒についての知識

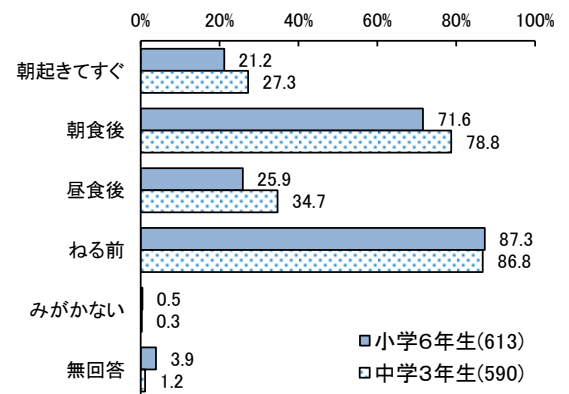
『正しいと思う』割合が最も高いのは、「お酒は20歳にならないと飲んではいけない(92.4%)」で9割を超える。次いで「毎日お酒を飲みすぎるとアルコール依存症になる(88.6%)」，「お酒を一度にたくさん飲むと急性アルコール中毒になる(86.6%)」，「お酒の飲みすぎは肝臓に悪いえいきょうがある(86.0%)」，「お酒の飲みすぎは生活習慣病の原因になる(78.9%)」の順である。「お酒の飲みすぎは生活習慣病の原因になる」は、『わからない(15.2%)』の割合が高くなっている。



4. 歯の健康について

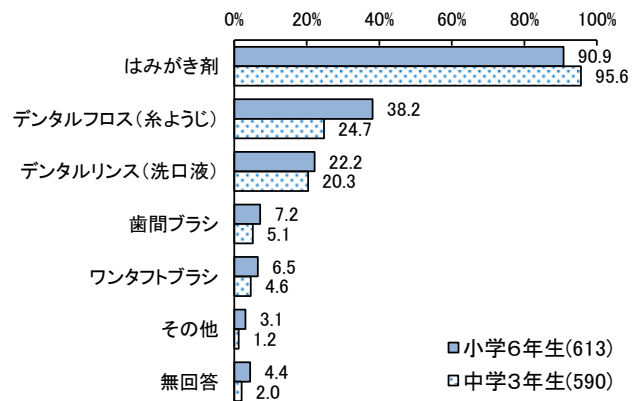
(1) 歯磨きについて

いつ歯を磨くかについて、小学6年生、中学3年生とも『ねる前』の割合が最も高く、差はほぼないが、『朝起きてすぐ』『朝食後』『昼食後』は中学3年生が小学6年生を上回り、中学3年生の方が歯をみがく割合が高くなっている。



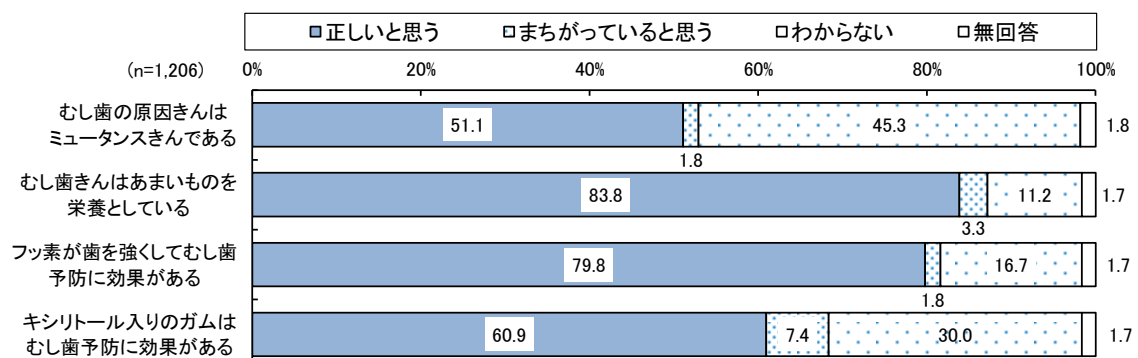
(2) 歯の手入れ

歯ブラシの他に使うものは、『はみがき剤』を除いて、小学6年生が中学3年生を上回り、使っているものが多くなっている。



(3) むし歯についての知識

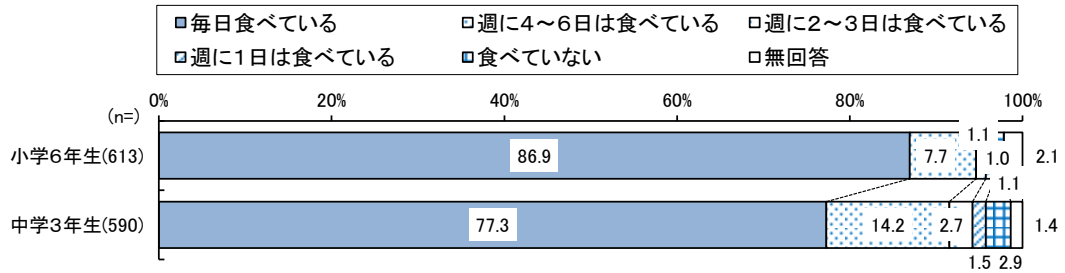
『正しいと思う』割合が最も高いのは「むし歯きんはあまいものを栄養としている (83.8%)」、次いで「フッ素が歯を強くしてむし歯予防に効果がある (79.8%)」、「キシリトール入りのガムはむし歯予防に効果がある (60.9%)」の順である。「キシリトール入りのガムはむし歯予防に効果がある」は、『まちがっていると思う (7.4%)』割合がやや高くなっている。



5. 食生活・栄養について

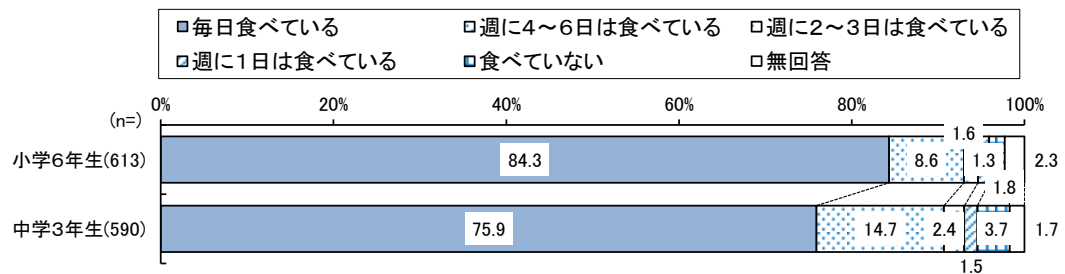
(1) 食事の摂取状況

1日3食(朝・昼・夕)を『毎日食べている』は小学6年生(86.9%), 中学3年生(77.3%)である。



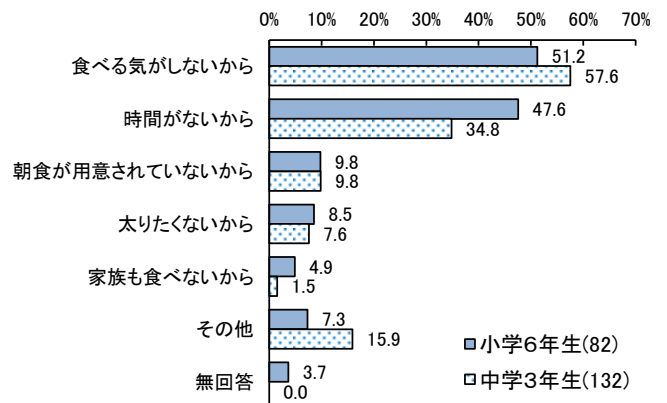
(2) 朝食の摂取状況

朝食を『毎日食べている』割合は、小学6年生(84.3%), 中学3年生(75.9%)である。これに対して『食べていない』は中学3年生(3.7%)が小学生(1.8%)をやや上回っている。



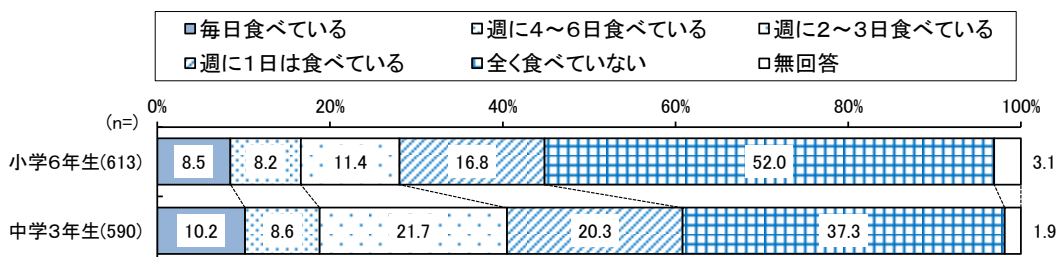
(3) 朝食を食べない理由

小学6年生, 中学3年生とも『食べる気がしないから』の割合が最も高く, 次いで『時間がないから』である。



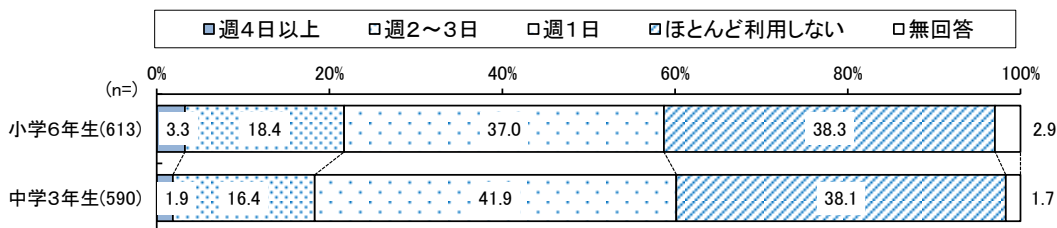
(4) 午後9時以降の食事

小学6年生, 中学3年生とも『全く食べていない』割合が最も高いが, 中学3年生が小学6年生を大きく下回っている。これに対して, 『毎日食べている』, 『週に4~6日食べている』, 『週に2~3日食べている』, 『週に1日は食べている』は, 中学3年生が小学6年生を上回っている。



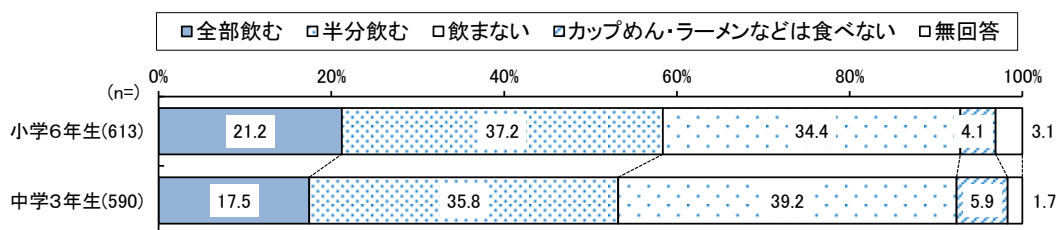
(5) コンビニ食品などの利用

コンビニ食品（おにぎりやお弁当など）またはファーストフード（ハンバーガーなど）の利用は、『週4日以上』『週2～3日』は小学6年生が中学3年生をやや上回っている。これに対して、『週1日』は中学3年生が小学6年生をやや上回る。『ほとんど利用しない』は同程度である。



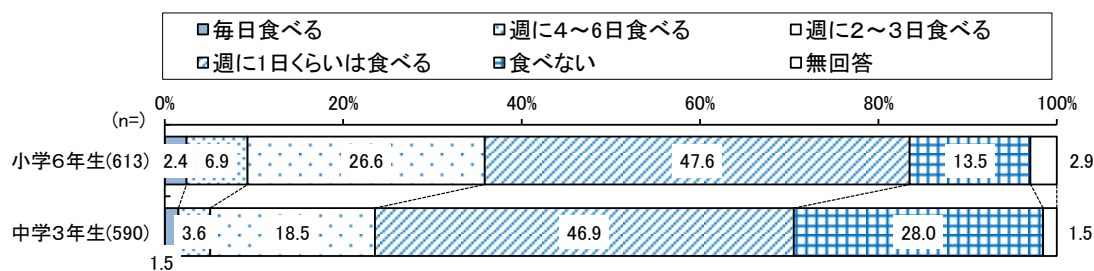
(6) カップめんのスープの摂取

カップめんやラーメンなどのめん類を食べるとき、スープを『全部飲む』『半分飲む』は小学6年生が中学3年生を上回り、小学6年生の方がスープを多く飲んでいる。



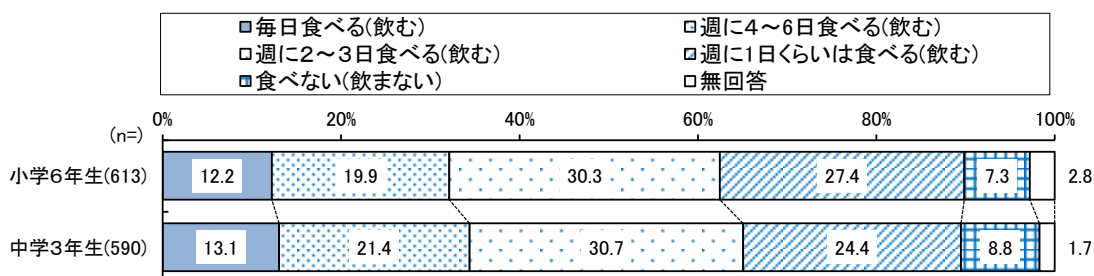
(7) スナック菓子について

ポテトチップスなど油を多く含むスナック菓子について、小学6年生、中学3年生とも『週に1日くらいは食べる』の割合が最も高い。次いで中学3年生は『食べない (28.0%)』の順であるのに対し、小学6年生は『週に2～3日食べる (26.6%)』の順である。



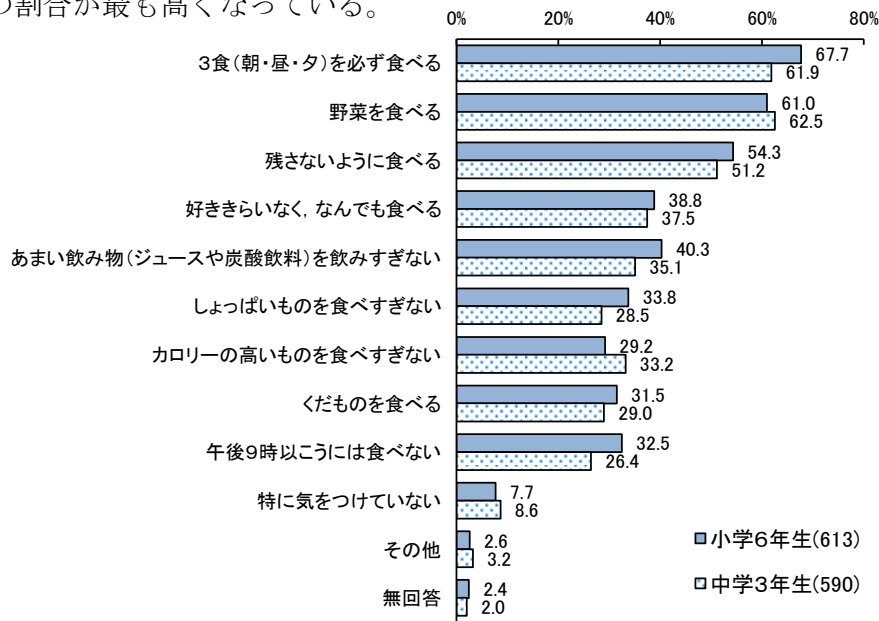
(8) 砂糖菓子や糖分の入った飲料の摂取

チョコレート、あめ等、砂糖を多く含むお菓子や砂糖の入った飲料について、小学6年生、中学3年生とも『週に2～3日食べる (飲む)』の割合が最も高い。



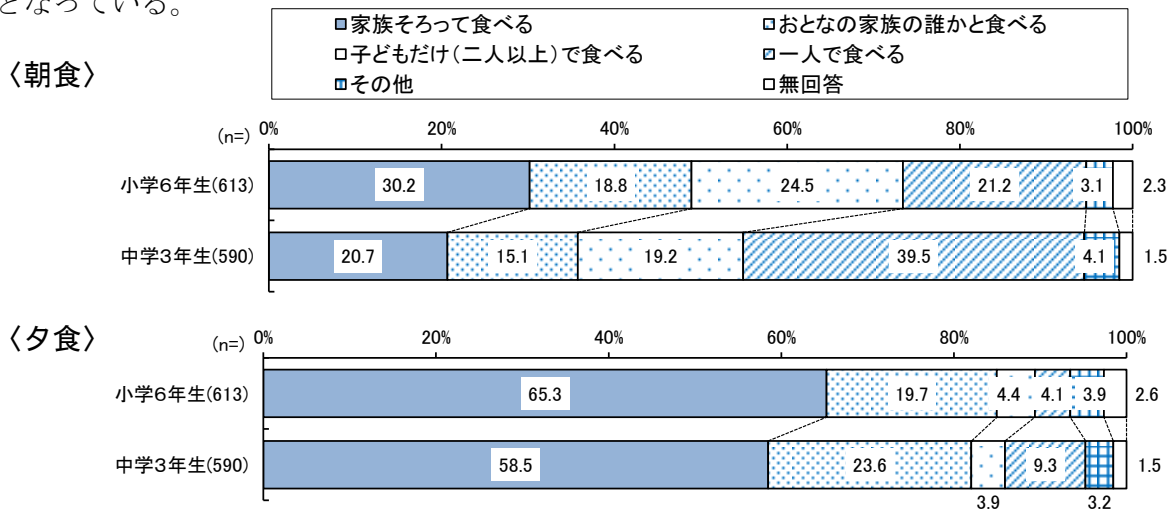
(9) 食事で気を付けていること

小学6年生は『3食（朝・昼・夕）を必ず食べる（67.7%）』、中学3年生は『野菜を食べる（62.5%）』の割合が最も高くなっている。



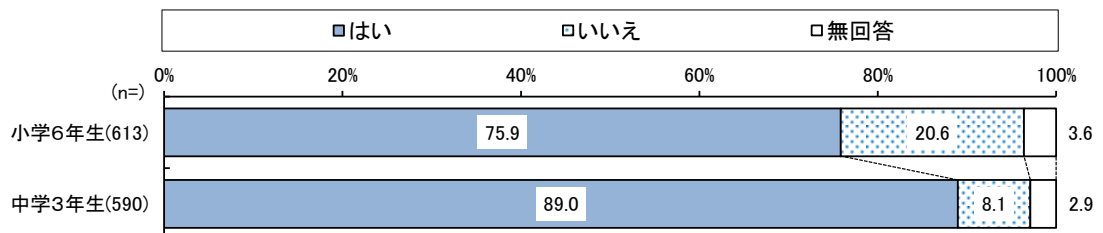
(10) 食事を共にする人

朝食、夕食とも、『家族そろって食べる』割合は、小学6年生が中学3年生を上回っている。中学3年生では『一人で食べる』割合が、朝食（39.5%）で約4割、夕食（9.3%）で約1割となっている。



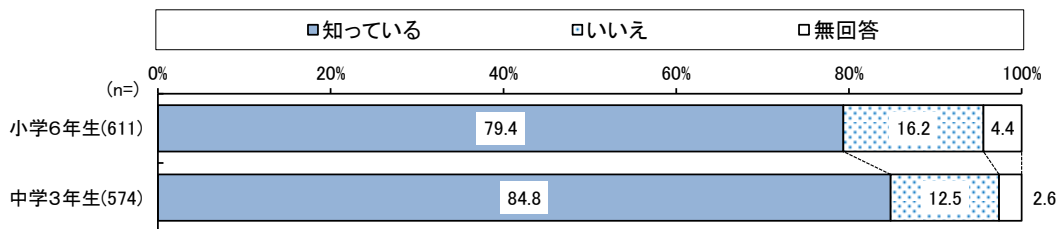
(11) 地産地消という言葉聞いたことがあるか

言葉を聞いたことがあるかについて、『はい』の割合は、小学6年生（75.9%）、中学3年生（89.0%）となっている。小学6年生では『いいえ』の割合が約2割となっている。



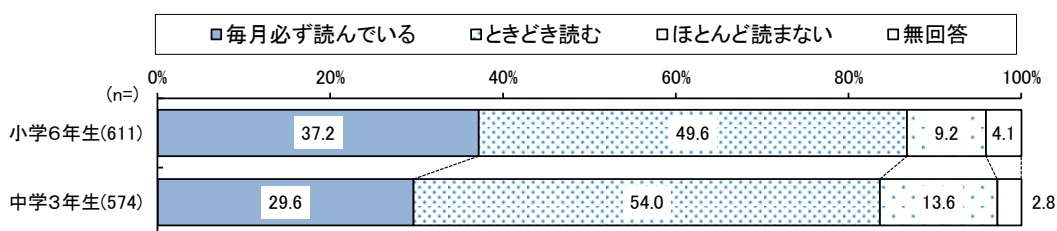
(12) 学校給食への地元の食材について

学校給食に地元（茨城県や龍ケ崎市）の食材が使われているのを『知っている』割合は、小学6年生（79.4%）、中学3年生（84.8%）である。



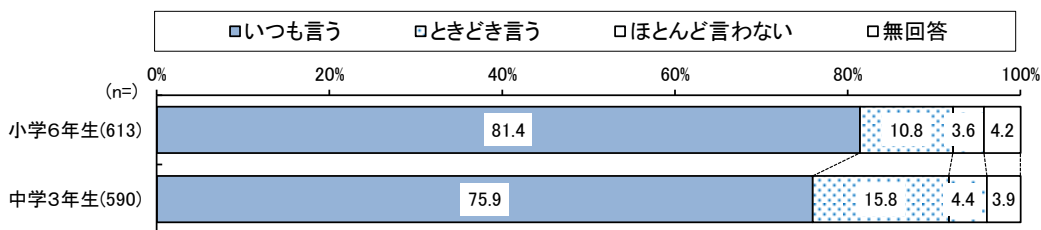
(13) 献立表や給食カレンダーについて

学校給食こん立表や給食カレンダーを『毎月必ず読んでいる』割合は、小学6年生（37.2%）、中学生（29.6%）である。



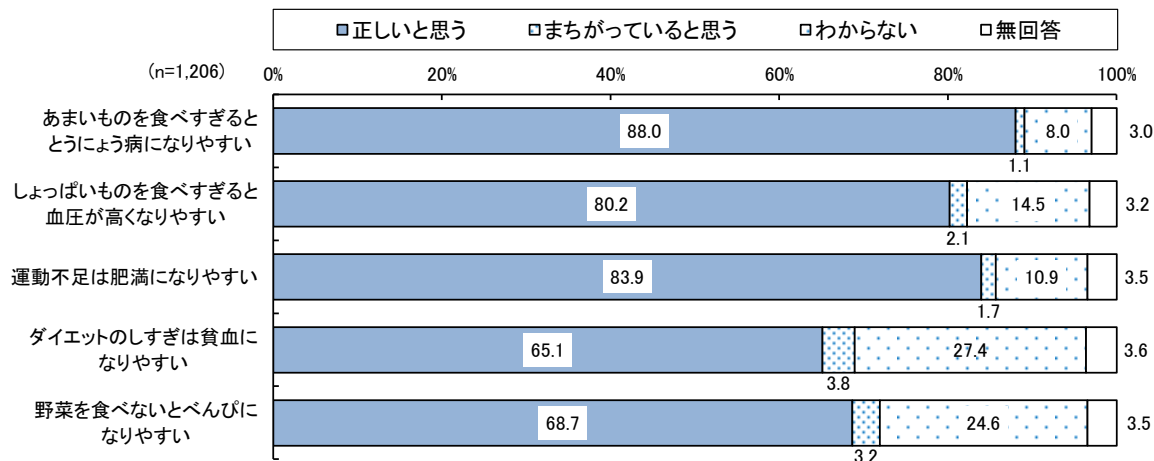
(14) 食事のあいさつについて

『いつも言う』割合は、小学6年生（81.4%）、中学3年生（75.9%）である。



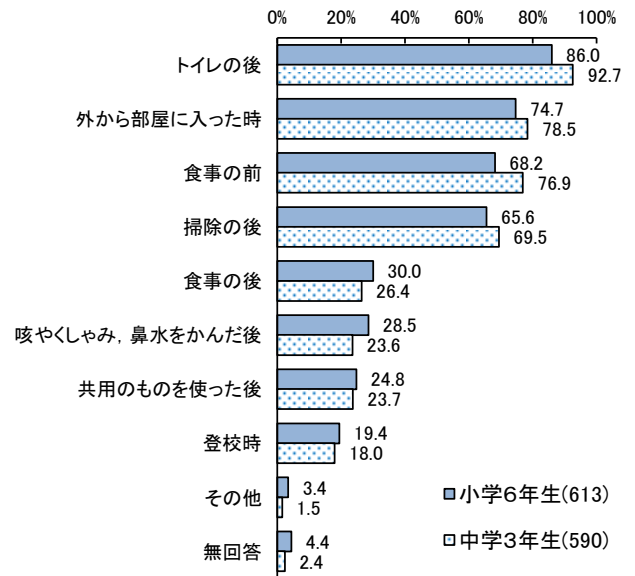
(15) 生活習慣病についての知識

『正しいと思う』割合が多いのは、「あまいものを食べすぎるととうによ病になりやすい（88.0%）」、「運動不足は肥満になりやすい（83.9%）」、「しょっぱいものを食べすぎると血圧が高くなりやすい（80.2%）」、「野菜を食べないとべんぴになりやすい（68.7%）」の順である。



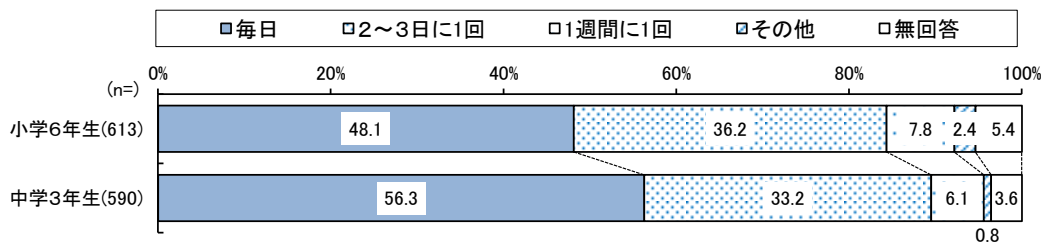
(16) 手洗いのタイミング

手洗いをするのは、小学6年生、中学3年生とも『トイレの後』の割合が最も高く、上位『外から部屋に入った時』『食事の前』『掃除の後』の順も同じであるが、割合は、それぞれ中学3年生が小学6年生を上回っている。



(17) 排便について

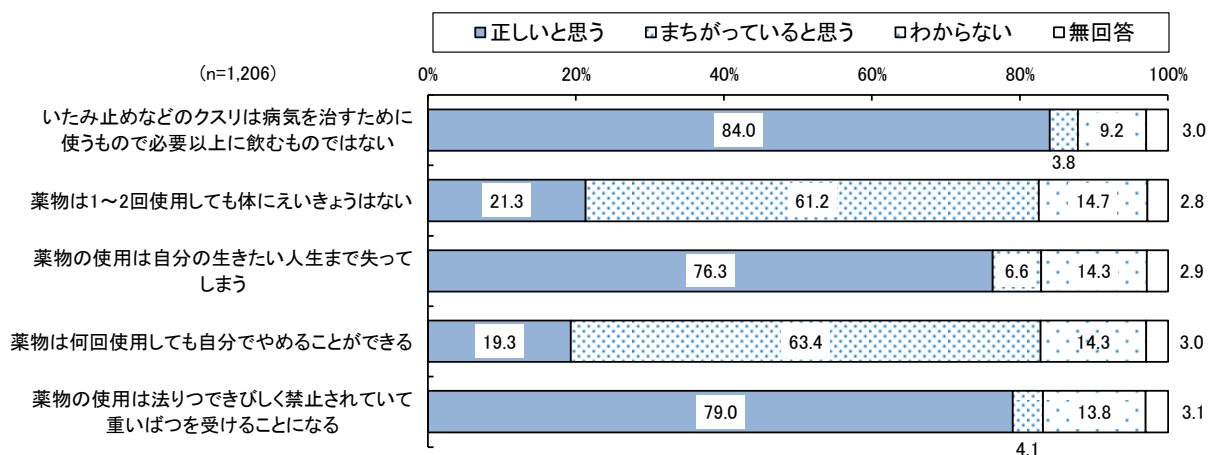
『毎日』の割合は、小学6年生（48.1%）、中学3年生（56.3%）である。



6. 薬物について

(1) 薬物についての知識

『正しいと思う』割合が高いのは、「いたみ止めなどのクスリは病気を治すために使うもので必要以上に飲むものではない（84.0%）」、「薬物の使用は法りつできびしく禁止されていて重いばつを受けることになる（79.0%）」の順である。『まちがっていると思う』割合が高いのは、「薬物は何回使用しても自分でやめることができる（63.4%）」、「薬物は1～2回使用しても体にえいきょうはない（61.2%）」である。



令和3年度中間報告「本市の現状と課題」

令和3年度第3回龍ヶ崎市健康づくり推進協議会

基本方針 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) 健康管理

◎乳幼児健康診査受診率を上げていく必要があります。

- ・新型コロナウイルス流行により、受付時間を分散し人数を調整するなど感染対策に注意して健診を実施しています。しかし、感染が心配な保護者もあり、受診率は例年よりは下がっております。乳児に関しては、集団健診を希望されない保護者に医療機関での健診をお勧めしました。また、新型コロナウイルス流行のため、健診が延期になってしまった乳児については、6～7か月児の集団健診を設定し対応しました。現在も感染は続いている状況ですが、乳幼児健診は不要不急ではなく必要な時期に受ける必要があることから、今後も対策を取りながら受診を勧奨していきます。
- ・健診未受診者については、現在電話や訪問等で勧奨を行い、必要に応じてこども家庭課とも連携しながら受診勧奨を実施しています。また、健診日に来所できない場合は、別日を設け個別支援を行っています。
- ・今年度より、平日に来所が困難な保護者や障がい等があり特別な配慮を必要とするお子さんについても受診しやすい環境を整えるため、土曜日に健診を開始しました。今後できるだけ多くのお子さんが健診を受けられるよう、年2回休日健診を実施して参ります。

◎特定健康診査・がん検診受診率を上げていく必要があります。

- ・新型コロナウイルス感染症の流行により、今年度も1回の集団健診の定員を制限し、完全予約制で感染予防対策を行いながら実施しました。
- ・特定健診受診率向上のため、通知や訪問、電話で受診勧奨を実施しました。受診率の低い龍ヶ崎西地区と総合福祉センターの周知をするため川原代地区へ訪問し、受診勧奨を行いました。未受診理由として多かったのは、新型コロナウイルスの感染への心配や、すでに通院中であるためとなっており、不安の軽減や、健診の必要性を伝えていくなどの取り組みが今後必要です。

(2) 循環器疾患

◎高血圧予防、対策を継続していく必要があります。

- ・乳幼児健診を受診した保護者の平均塩分摂取量は10.2gであり、昨年比で0.7gの減少がみられました。全国平均10.1g（令和元年国民健康・栄養調査結果の概要より）に近づくことができました。しかし、健康のための食塩摂取の目標量は女性で6.5g未満（厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2020年版」）であるため、今後も乳幼児健診に来所された保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを実施し、過剰摂取のリスクと減塩の重要性を伝えることで、家族で減塩に取り組めるよう支援していく必要があります。
- ・特定健診当日に、血圧Ⅱ度以上（160/100～179/109）の方には、保健師、管理栄養士より血圧を下げるためのポイントや測定する際の注意点等について個別指導を実施しました。
- ・乳幼児健診に来所した保護者や血圧が高めの方には「血圧手帳」を配付し、家庭血圧を測定する必要性について説明を行いました。また、血圧計をお持ちでない方には、血圧計の一時貸出を行うことで、ご自身の家庭血圧を知っていただき、家庭血圧が高い場合には受診の必要

性があることを伝えました。

◎妊娠期を安全に過ごし安全な出産を迎えるため、引き続き妊娠期の健康管理への取り組みが必要です。

- ・母子健康手帳交付時にBMIを算出し、BMIに応じ必要な保健指導を実施します。特に妊娠前において肥満の方については妊娠高血圧症の発症リスクが高いため、個別健康相談のお知らせにて個別相談の促しや、必要に応じて病院との連携を図りながら支援していきます。

(3) 糖尿病

◎糖尿病重症化予防の取り組みが必要です。

- ・糖尿病を重症化させないための取り組みとして市広報紙に「糖尿病連携手帳活用について」「糖尿病と歯周病の関連性について」掲載しました。
- ・糖尿病重症化予防講演会を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の流行のため中止とし、今後は、対象者に糖尿病の重症化を予防するためのリーフレットを郵送する予定です。
- ・令和2年度の特定健診の結果、要治療となった方で未治療の方及びに糖尿病治療中断者に対し、糖尿病の重症化を防ぐために、受診勧奨通知を送付しました。今後は、未受診の理由を聞き取りながら、今後の対策を検討していく必要性があります。
- ・糖尿病重症化予防連絡会議を実施し、糖尿病専門医・眼科医・歯科医・薬剤師の立場から糖尿病連携手帳の普及に向けて、ご意見を伺いました。今後は、糖尿病連携手帳の普及のためのポスターやリーフレットを市内医療機関や薬局に設置し、医師や薬剤師等と連携を図りながら、糖尿病重症化予防に取り組んでまいります。
- ・血糖値が高い妊婦が増えている理由としては、妊婦の高齢化・遺伝によるもの・肥満などがあります。血糖値が高い状態が続くと、妊娠糖尿病と診断され、妊娠糖尿病は、胎児に影響を及ぼすとともに、将来糖尿病に移行する可能性が高いため、妊娠期から産後にかけて適正な管理が必要となります。そのため、昨年度から母子健康手帳交付時に糖尿病の家族歴・妊娠糖尿病歴がある方、肥満の方を対象に食事のポイントや妊娠糖尿病が及ぼす影響等を記載した「お食事手帳」を配付し、管理栄養士が電話や面談にて個別の栄養相談を行っています。妊婦への指導を実施後は産院への情報提供を行っています。
- ・プレママ教室では妊娠糖尿病について講話を行うとともに、妊婦健診の結果を確認し、適宜個別に声掛け、食事や生活面への指導を実施しています。

◎産後も糖尿病に移行しないための継続支援が必要です。

- ・妊娠糖尿病だった産婦には新生児訪問時や3~4か月児健診時に状況を確認し、定期的に健診を受けて体調を確認するよう保健指導をしました。
- ・乳児健診時には、必要に応じて管理栄養士による食事指導を実施しました。発症や重症化を予防するためにも、産後の一時的な確認だけでなく、その後の受診状況を追って確認するなどの対応を今後検討していきます。

基本方針2 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

(1) こころの健康

◎産後うつ病を予防するため、産後ケアの充実が求められています。

- ・子育て世代包括支援センターの母子保健コーディネーターを中心に、妊娠中からメンタルヘルスの支援を電話や訪問により実施し、安心して出産・育児ができるよう支援しています。プレパパ教室の中で産後うつ、マタニティブルーへの家族でできる予防方法や早期発見方法について伝えています。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響により、立ち合い分娩や出産後の面会が制限されたり、産後に家族のサポートが受けられないケースも見受けられ、母の不安等に寄り添った支援が求められています。そのため、赤ちゃん訪問や産後健診の際にエジンバラ・子育て質問票を用い、心身の健康状態の把握や必要に応じて受診勧奨や支援を実施しています。産後うつ病予防や産婦の訴えに応じて、産後ケアの利用を勧め心身共に休息が取れるような事業を実施しています。
- ・産後ケアについては、今年度1歳までに対象が拡大され訪問型の産後ケアが開始されました。また、宿泊型や日帰り型の産後ケアが利用できる医療機関も1か所追加となりました。関係機関と調整しながらより充実したサービスの提供を行っています。

基本方針4 生活習慣及び社会環境の改善

(1) 栄養・食生活

◎妊娠26週頃の妊婦健診のヘモグロビン11g/dl未満の割合が前年度より微増しています。

- ・引き続き母子健康手帳交付時やプレママ教室での栄養指導を行っています。

◎味覚や今後の食生活の基礎になる離乳期の食事の重要性を伝えていく必要があります。

- ・離乳食教室では、食事形態や適量が分かるように、月齢による食品の見本を提示しました。食材の選び方や調味料の使い方、ベビーフードを使用する際の注意点や親の食事から取り分けをスムーズにする方法などについても伝えました。簡単な天然出汁のとり方のデモンストレーションを実施しました。
- ・健診日や教室での指導が受けられない方については、こどもの健康相談等の個別相談に参加を促し、全対象児の保護者が共通の学びを受けることができるよう、今後の情報共有のあり方について検討をまいります。

◎健診結果においてやせ・肥満、生活リズム等に問題がある児および保護者への取り組み

- ・1歳6か月児健診では、計測記録に管理栄養士が入り、カウプ指数と問診票の食事に関する項目を確認し、栄養相談が必要とされる対象者を抽出、保健指導の時間を利用して食事、卒乳、生活リズムなどについて、対象児に適した指導を実施しました。
- ・3歳5か月児健診では、特にカウプ指数が1歳6か月児健診時と比較して上昇がみられた児に対しては、将来の肥満のリスクを鑑み、食を含む生活習慣についてリーフレットを用いて指導を実施しました。

今後とも将来の生活習慣病を予防するために小児期からの生活習慣を整える必要性を伝えていきます。

(2) 運動

◎児童生徒の体力の向上が必要です。

- ・児童生徒ともに体力テスト総合評価の割合が減少しています。
各小中学校における体力向上のため体力テストの結果より「体力アップ推進プラン」および「体力アップ1校1プラン」の作成し、学校教育活動全体を通じた体力づくりを引き続き実施していきます。

◎生活の中で運動習慣の取り組みができるように支援していく必要があります。

- ・スポーツイベントやスポーツ教室などは、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、中止や縮小しての実施となっています。引き続き開催を検討するとともに、身体活動や運動を生活習慣の中に取り入れられるような運動の普及啓発も今後、実施していく必要があります。

(3) 飲酒

引き続き、妊娠中の飲酒者の割合 0%を目指し、妊娠届出時、飲酒者への個別指導を丁寧に行っています。

(4) 喫煙

◎妊娠期から禁煙の支援をしていきます。

- ・健康意識が高まりやすい妊娠届出時のタイミングで、個別指導をより丁寧に行えるよう、妊婦のみならず家族の喫煙歴も確認し、今年度は配付しているチラシの内容の充実を図り、対応しています。
- ・妊娠を機に禁煙に対する意識は一時的に高まるものの、その意識は出産後維持することが難しく、出産後、再喫煙防止の禁煙支援が引き続き課題として伺えます。家庭内で喫煙者がいる場合、一方が禁煙し続けることは困難なため、妊娠というイベントをきっかけに家族を含めた禁煙支援が有効であると考えます。禁煙外来の周知も継続します。

◎市内コミュニティセンター喫煙についての対応を検討していきます。

- ・センター長会議にて、禁煙外来費用助成についてチラシを配布しました。今後の市内コミュニティセンターにおける喫煙への対応については引き続き、担当課と検討していきます。また、コミュニティセンター以外でも、商業施設や禁煙外来実施医療機関等にもチラシを配布し、広く市民の目に留まるようにします。

基本方針5 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患の予防

◎妊娠期に歯科健診を受けたことがある産婦の割合が横ばいです。受診率の向上、口腔への健康意識の向上が必要です。

- ・受診率は50%に満たない状況で数年間推移しています。
- ・受診率向上のために、母子健康手帳交付時に妊娠とむし歯の関連性を記載したちらしの配付、産婦人科にポスターの掲示、子育てきずなメール等を活用し、歯科保健についての情報を発信しました。
- ・プレ・ママ教室では、歯科衛生士からの集団指導に加え、希望者に口腔内のチェックを含め

た個別指導を行いました。

- ・ 3～4 か月児健診時に、母親への歯科指導を個別で実施し、妊娠中に歯科健診を受けていない母親を中心に口腔内のチェック、必要に応じて受診勧奨を実施しました。

◎歯周疾患検診の受診率が横ばいです。

- ・ 歯周疾患検診（医療機関検診）は、例年6月から開始していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、実施期間は令和3年8月1日から実施しましたが、前年度と比較して受診率は横ばいとなっています。
- ・ 未受診理由を把握するために、受診しない方へのアンケート調査を行い、12月現在で約300通回答がありました。受診しない理由としては、「歯科医院にかかっている」が多くなっています。今後、受診率向上に向け、未受診者の受診勧奨はがきの送付や医療機関からの周知依頼等の取り組みを実施していきます。