

令和2年度第1回

龍ヶ崎市健康づくり推進協議会

と き：令和2年7月29日（水）
午後1時30分～2時30分
ところ：龍ヶ崎市保健センター

…………… 次 第 ……………

1 開 会

2 委嘱状交付

3 あいさつ

4 委員紹介

5 議 事

(1) 龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画概要について

(2) 龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画における令和元年度
実施状況報告及び令和2年度の取り組みについて

(3) その他

6 閉 会

令和元年度

『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～ 4
- (2) 循環器疾患・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 5～14
- (3) 糖尿病・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 15～24
- (4) がん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 25～31

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・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P32～35
- (2) 高齢者の健康・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P36～40

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・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P41～42

基本方針4 生活習慣及び社会環境の改善

- (1) 栄養・食生活・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P43～65
- (2) 身体活動・運動・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P66～73
- (3) 飲酒・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P74～77
- (4) 喫煙・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P78～84
- (5) 休養・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P85～86

基本方針5 歯科口腔の健康維持

- (1) 歯科疾患の予防・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P87～93
- (2) 口腔機能の維持の促進・・・・・・・・・・・・・・・・・・P94～95

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	
② 3～4か月児健康診査受診率	98.0%以上	97.0	98.1	97.2	
③ 1歳6か月児健康診査受診率	98.0%以上	97.5	98.1	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	
⑤ 特定健康診査受診率	48.0%	28.6	33.3	(速報値) 31.6	
⑥ 特定保健指導実施率	60.0%	59.6	50.9	(速報値) 63.2	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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、個別通知を行います。 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す。 健診日に来所できない場合は、別日を設け個別支援を行います。 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	

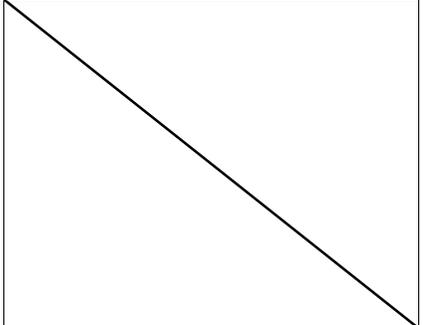
平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>広報・市公式ホームページ・回覧板で健康診査の案内を実施 高齢福祉課と連携し、健康ウォーキング大会で健康診査の案内、受診勧奨の実施</p>	<p>内チラシを同封し、受診券を個別送付しました。(6月) <内訳> 国保 14,344 通 後期高齢 8,889 通 市ホームページ・市広報紙への掲載をしました。 佐貫駅・市庁舎・中根台歩道橋に横断幕を設置しました。(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>検診の負担金を統一します。 保健センター年間予定表・市公式ホームページに健康診査のご案内を掲載します。 特定健康診査と高齢者健康診査の受診券・健診案内文を6月末に郵送します。</p>	
<p>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>				
<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</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</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す。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実施します。 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す。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、受診勧奨をします。 7月より特定健康診査・高齢者健康診査を集団（保健センター・たつ</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	<p>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>め、18歳～39歳の健康診査を行いました。受診者数：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 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>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）で実施する予定です。</p> <p>今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、7月より検診を実施する予定です。特定健康診査・高齢者健康診査の受診券は6月末に発送します。</p>	

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>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>特定健診未受診者を健診時間診票の記載内容や過去の健診受診歴の有無、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す。</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す。</p> <p>6月：松葉地区国保加入者 1,096名 後期高齢者 753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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	<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>			

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	(速報値) 31.6		
	④ 特定保健指導実施率 60.0%	59.6	50.9	(速報値) 63.2		
	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		
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			

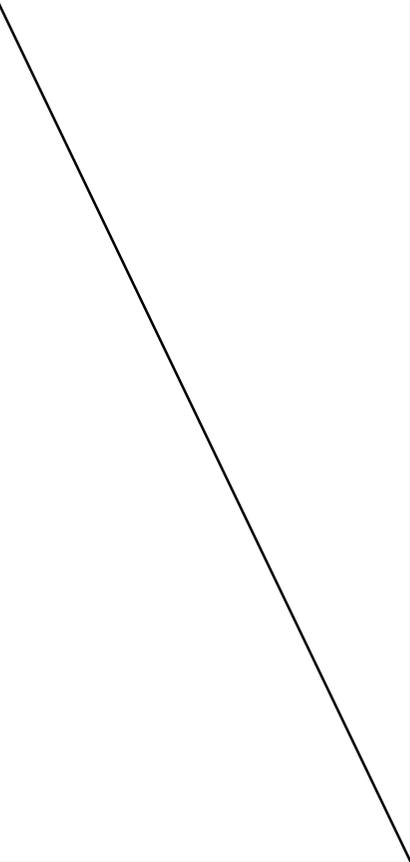
具体的取り組み

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】

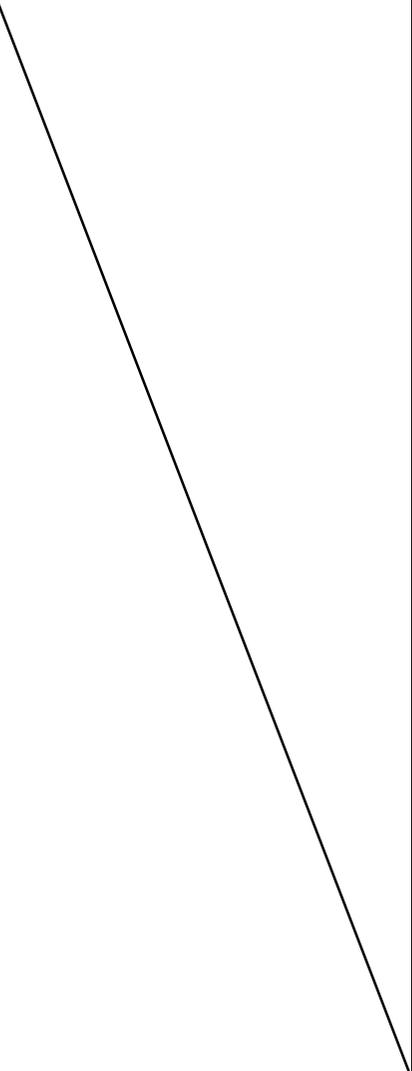
平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
1・幼児健康診査時に保護者の血圧測定及び減塩指導				【健康増進課】
今年度から乳幼児健診に来所した保護者全員に血圧測定と塩分チェックシートを記入してもらい、日ごろの食生活(特に塩分に関して)を振	ブレ・ママ教室参加者で、血圧がI度高血圧以上の方に個別指導を実施しました。指導者数:1名 新生児訪問の際に、母親の血圧測	ブレ・ママ教室に参加された方で、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。	ブレ・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実施しま	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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>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>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>す。</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す。</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す。血圧が高く治療が必要と判断した場合には、受診勧奨します。</p>	
<p>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</p>				<p>【保険年金課・健康増進課】</p>
<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 	<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。</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)</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>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</p>	<p>市公式ホームページにがん検診等案内を掲載します。</p> <p>また、特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去の受診歴の有無、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す。</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>	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>議会等での健康診査に関する説明を実施（5～6月）。</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、受診勧奨を実施しました。</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 (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）</p> <p>圧着はがき：4,636 通</p>	<p>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>		

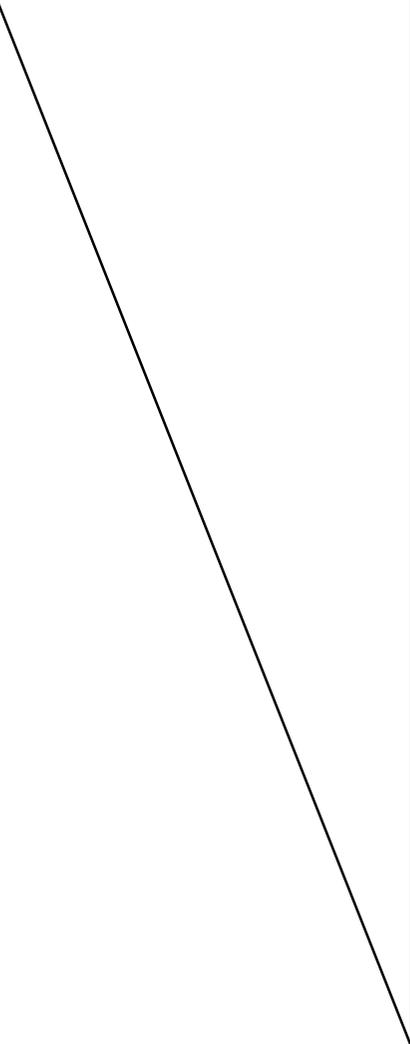
平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>3・健康診査の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・40歳から74歳までの国民健康保険被保険者に対する特定健康診査の実施 ・特定保健指導の実施 <p style="text-align: right;">【保険年金課・健康増進課】</p>				
<p>健康診査（40歳未満）受診者数は301名 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。 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。 18歳～39歳の健康診査：282名 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。 18～39歳の健康診査：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 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。 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ます。 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）で実施します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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，特性にあわせて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す。（6月下旬）</p> <p>また，特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去の健診受診歴の有無，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す。</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>	

	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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
<p>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。</p>	<p>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月に駒柴コミュニティセンターで個別健康相談を実施しました。</p> <p>健康相談実施者数：96名</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</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ています。</p> <p>健康相談実施日以外の相談者：41名</p> <p>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ってもらうため、血圧計のない方には、血圧計の一時貸出を行いました。</p> <p>血圧保健指導者数：141名</p> <p>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。</p> <p>結果返却時の保健指導者数：1,292名</p>	<p>健康相談は健診開始後の6月から実施します。コミュニティセンターを利用した移動健康相談は例年利用者が少ないことから、今年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す。</p> <p>特定保健指導は、引き続き、特定保健指導は対象者の生活に合わせて、土日や夜間も実施します。</p>	

6・対象者へ特定保健指導を実施

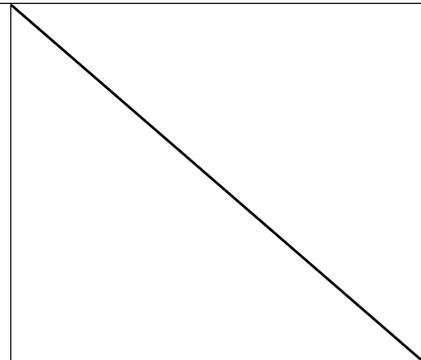
【保険年金課・健康増進課】

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。

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%）

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%）

特定保健指導実施率向上に向けて、健診当日と健診返却時に保健指導を実施します。健診当日に面接日を提示し、面接しやすい環境を提供します。



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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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ます。</p>	
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】
<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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す。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止のため講師の招聘や講演会等のもち方について適切な指導をします。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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5回開催していきます。</p> <p>8月「子どもの眼について」 9月「胃の病気について」 10月「乳がんについて」 11月「骨粗しょう症について」 令和3年1月「聴こえについて」</p> <p>6月に予定していた「眼の成人病について」は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>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		
②	特定健康診査の受診率（再掲） 48.0%	28.6	33.3	(速報値) 31.6		
③	特定保健指導の実施率（再掲） 60.0%	59.6	50.9	(速報値) 63.2		
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		
⑤	糖尿病有病者の割合（40-74歳） 18.0%	20.0	19.7	19.3		
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		

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
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	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	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	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	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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に応じて保健指導を実施しました。</p>	<p>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>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>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>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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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</p>				
<p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>妊娠糖尿病だった産婦には赤ちゃん訪問時や乳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す。</p> <p>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す。</p>	

【健康増進課】

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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・市広報誌への掲載。</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</p> <p>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す。(6月下旬)</p> <p>また，特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去の受診歴の有無，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す。</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>	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	<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す。 対象者に応じて土日の保健指導を実施します。</p>	

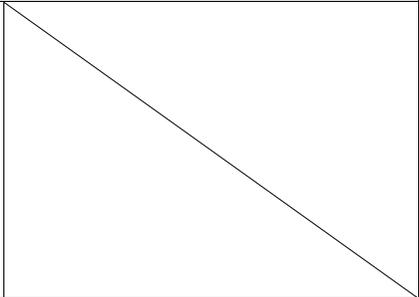
④健康診査の必要性の周知

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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</p>				<p>【保険年金課・健康増進課】</p>
<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す。 (6月下旬)</p> <p>また、特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去の健診受診歴の有無、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す。</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について必要に応じてハガキなどで通知します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	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】
(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。 ・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)。	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) (内訳) 国保 : 14,344 通 後期高齢 : 8,889 通 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)	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) 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)	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す。(6月下旬) また，特定健診未受診者へ健診時間診票の記載内容や過去の受診歴の有無，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する予定です。 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。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果																																																												
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。 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。 【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="85 783 461 1134"> <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。 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。 【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="501 751 878 1134"> <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。 【受診者数】 【単位: 名】</p> <table border="1" data-bbox="918 783 1294 1166"> <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 を実施します。 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)で実施します。 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>	
	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																																																													

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>移動健康相談を馴染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す。</p> <p>特定保健指導は、引き続き対象者の生活に合わせて、土日や夜間も実施します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>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>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す。</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す。特に今年度は健康診断の期日の変更になるため実施方法や期日について連絡を密にとります。</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 				【健康増進課】
<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</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 6月の糖尿病講演会では、</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>ヘルス講演会を5回開催します。（新型コロナウイルス感染症拡大防止のため6月は中止）</p> <p>また，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A1c6～6.4%の方を対象とした，糖尿病重症化予防講演会を実施します。</p> <p>糖尿病重症化予防連絡会議を実施し，糖尿病の患者に関わる様々な専</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>した。 ・参加者合計：111名</p>	<p>HbA1c6.5%以上の方を対象とした講演会を実施しました。 参加者数：60名 また、市広報紙8月号に講演会の内容を掲載しました。 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。 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。 食生活改善推進員による料理講習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。 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。 ・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 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。 ・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>	<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A1c6～6.4%）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 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。 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。 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。 ・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 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。 ・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 保健指導者数：1,292名</p>	<p>門職が連携を図ることができるようにします。 糖尿病の未治療者または中断者に対し、受診勧奨通知を送付します。 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す。 ・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） 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。 ・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>	

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		
	40～64歳	16.4%	12.2%	13.6	10.5	12.0	9.8	9.3	7.6
	65～74歳	18.6%	14.1%	11.9	8.2	11.6	7.8	9.8	6.3
	②肺がん検診受診率								
	40～64歳	23.0%	20.3%	20.2	17.9	21.4	18.2	18.6	15.6
65～74歳	37.4%	36.6%	24.0	24.6	27.0	26.7	24.5	25.3	
③大腸がん検診受診率									
40～64歳	27.0%	20.3%	21.0	20.7	19.3	19.4	16.7	16.4	
65～74歳	28.4%	26.8%	19.3	19.7	19.6	19.2	17.4	18.7	
④乳がん検診受診率									
40～64歳	35.1%		42.0	10.3	42.0	10.3	37.4	12.2	
65～74歳		13.7%							
⑤子宮頸がん検診受診率									
20歳代	19.5%			13.3				7.0	
30歳代	35.3%			37.9				26.9	
40～64歳	29.8%			36.0				31.8	
65～74歳	17.1%			14.2				13.6	
⑥要精密検査受診率									
胃がん検診	88.3%			89.2				92.4	
肺がん検診	84.3%			87.1				88.3	
大腸がん検診	77.9%			78.8				77.9	
乳がん検診	91.5%			87.3				93.3	
子宮頸がん検診	81.2%			78.6				86.2	
⑦標準化死亡比	現状維持								
				男性：0.95	男性：0.95	男性：0.97			
				女性：1.03	女性：1.01	女性：0.99			

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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。</p> <p>参加者：18名</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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <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：17名（推進員数：50名）</p> <p>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。</p> <p>参加者：47名</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>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>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ラーションを実施し，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。</p> <p>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にします。</p> <p>がん検診が7月から予定されるので，その周知のためのチラシを作成し，配布を推進員に依頼します。</p> <p>県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会が冬に開催される予定のため，広報紙にて周知を行い参加希望者を募ります。その他，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，受診勧奨を行います。</p>	<p style="text-align: center;">【健康増進課】</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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，現会員向けの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しました。</p> <p>がん検診が7月から開始されるので，その周知のためのチラシを作成し，配布を推進員に依頼します。</p> <p>県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会が冬に開催される予定のため，広報紙にて周知を行い参加希望者を募ります。</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す。</p> <p>地元企業へのがん検診受診勧奨チラシを配布します。</p>	<p style="text-align: center;">【健康増進課】</p>

③がん予防啓発のための講座等の実施

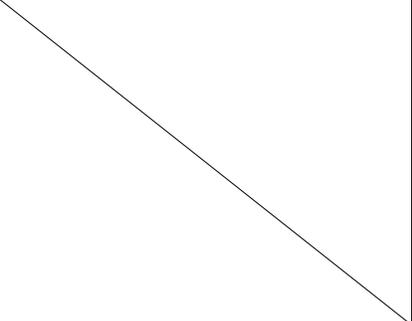
平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
3・がんに関する講演会の実施				【健康増進課】
<p>肺がんについての講演会を実施しました。</p> <p>平成29年6月1日(木) 「肺がんについて」 講師：龍ヶ崎済生会病院 呼吸器内科部長 宮崎邦彦 先生</p>	<p>下記のとおり講演会を実施しました。</p> <p>平成30年6月4日(木) 「胃がんについて」 講師：龍ヶ崎済生会病院 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す。</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</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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発送しました。</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す。</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す。</p> <p>健康診査・がん検診実施日が近づいた頃に必要に応じて地区の対象者（国保）へ受診勧奨はがきを郵送し肺がん・大腸がん検診の受診を勧奨します。</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，希望者にはその場で予約と受診券を交付します。</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6月下旬に送付します。</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す。</p> <p>乳がん検診の未受診者に対してターゲットを決めて受診を勧奨します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>要精密検査対象者へ、昨年変更して受診効果が高かった個人通知と、茨城県登録医療機関の案内文を同封し、受診勧奨を行います。 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す。</p>	

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	(1) こころの健康				
重点目標	自殺による死亡者をなくす				
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)
	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%	
	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	(暫定値) 7名		

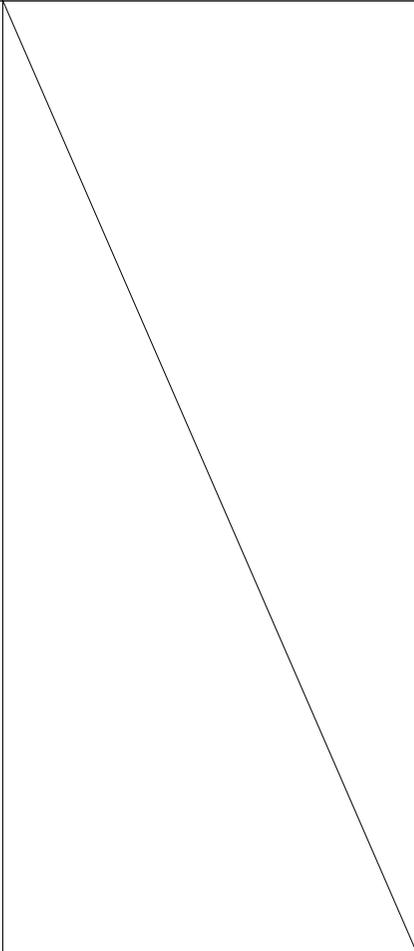
具体的取り組み

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>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>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>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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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>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 不在等で電話や訪問で直接お話しが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>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 不在等で電話や訪問で直接お話しが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>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ます。</p>	
<p>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</p>				<p>【健康増進課】</p>
<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ます。</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、医療機関と調整しながら制度を作ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>今後も児童生徒のこころの健康のために、相談活動を実施していきます。令和元年度より開始したSNSによる相談を継続的に周知していくことや、新規事業として日本語による日常会話が困難な児童生徒に対し日本語指導と相談を実施します。</p> <p>教育相談員については、専門性のある職員を採用し、相談体制をより充実させます。</p> <p>その他、適応指導教室に通室する小学校から中学校に入学する児童や、中学校から高等学校に入学する生徒について、継続した支援ができるように、中学校や高等学校と引き継ぎや情報交換を行います。</p>	
4・うつや精神疾患に関する相談、個別支援				
<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</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</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>精神保健に関する研修に参加します。</p> <p>精神保健福祉士・社会福祉士・保健師による電話や窓口における精神</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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>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：馴柴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>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>保健相談を随時実施します。必要に応じ、関係機関と連携を図り、個別的な支援をします。</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	
	① シルバーリハビリ体操指導士数	80名	74名	76名	81名	
	② 傾聴ボランティア数	40名	36名	35名	37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	
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		

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
指導員への支援として、研修会を実施しました。 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。 全6回 209名参加	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。 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。 全6回 176名参加	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。 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。 全5回 108名参加 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。	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す。 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などの詳細な指導を受けます。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。 次回開催に向け、元気アップ体操指導員養成講座マニュアルの改訂を行います。</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を開催し、4名の養成をします。 令和2年度3級指導士養成講座を開催します(令和3年1月予定)。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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</p> <p>参加者</p> <p>延人数 96名</p> <p>[第2回] 開催回数3回 参加者 実人数 22名</p> <p>参加者</p> <p>延人数 58名</p> <p>[第3回] 開催回数5回 参加者 実人数 22名</p> <p>参加者</p> <p>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>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す。また、講座開始時に、当課で行っている健幸マイレージ事業の説明を行い、ウォーキングに対する動機づけを図ります。</p> <p>[第1回(5月～6月)] 新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、中止しました。</p> <p>第2回(10月～11月)・第3回(1月～3月)の講座を予定していません。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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・交流サロンリゆう・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・交流サロンリゆう・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、周知を図っていきます。</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：交流サロンリゆう</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] 交流サロンリゆう</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] 交流サロンリゆう</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] 交流サロンリゆう</p>	
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。</p> <p>参加者の増員を図るため、周知を</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。</p> <p>広報紙等で周知するとともに、体験会を実施し、参加者の増員を図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
		<p>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。</p> <p>7月にショッピングセンターサブラを会場に体験会を行い、8月から新規増設しました。</p> <p>実施回数：月2回 参加者数：197名（8月～11月）</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 ていて楽しい」「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ます。</p>	/
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・骨粗しょう症予防教室参加者へ栄養の講話を行い、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)	令和3 (2021年)
	①食生活改善推進員数 38名	39名	39名	35名		
	②がん予防推進員数 50名	56名	50名	50名		

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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4回開催します。</p> <p>また，県主催の研修会等にも参加し，スキルアップを図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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、現会員向けの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しました。</p> <p>がん検診が7月から開始されるので、その周知のためのチラシを作成し、推進員に配布を依頼します。</p> <p>県の疾病対策課主催のがん予防推進員養成講習会が冬に開催される予定なので、市広報紙にて周知を行い参加希望者を募ります。</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		
	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		
	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%		
	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		
	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		
	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			
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			

⑮離乳食教室（５～６か月）の参加率	40.9%	37.5	35.0	38.2		
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		
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		
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		
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		

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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: 276 BMI18.5未満: 37名(13.4%) 25.0以上: 40名(14.5%)</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、妊娠前からの体重管理の必要性について周知啓発を行います。</p> <p>さらに、BMIと糖尿病の家族歴によって必要な方には管理栄養士との個別面接を実施し、お食事手帳に基づいた栄養指導や手帳を活用して医療機関との連携強化を図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>各乳幼児健診において，すべてのお子さんの食事チェックを管理栄養士が行います。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す。</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ついて，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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
		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>		
3・児童生徒の健康に関する知識の普及啓発				【教育総務課】
龍ヶ崎市児童生徒 29年度肥満判定 ・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% 小学生の肥満傾向は県平均を下回っています。	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。 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。 （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 対象：龍ヶ崎市立小学校5年生 龍ヶ崎市立中学校2年生 ・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%	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、肥満やむし歯の予防の推進を図りました。 （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 対象：小学5年生、中学2年生 ・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%	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す。 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す。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	<p>茨城県 8.0%</p> <p>市の肥満傾向は、中学2年生男子を除き、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】</p> <p>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%</p> <p>「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%</p> <p>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%</p> <p>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</p>	<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】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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>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われました。</p>	<p>小児生活習慣病予防教室については、コロナの感染状況をみながら、事業の周知を小中学校に行い、実施場所・時期を検討します。</p> <p>また、必要に応じて小児生活習慣病予防のための個別指導ができるよう、養護教諭や医療機関と連携を図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	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>コミュニティセンターを利用した移動健康相談は例年利用者が少ないことから、今年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・訪問等で通年・随時対応します。保健センターでの健康相談は健診開始後から実施します。</p> <p>また、医師からの栄養指導依頼に基づき栄養相談を随時実施します。</p>	
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</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</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す。</p> <p>参加者自ら食生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いか理解できるように支援します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	<p>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>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>		

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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リスクが高いため、中止とします。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。 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を行いました。 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。 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す。 参加者自ら食生活を振り返り, 何をどのくらい食べれば良いか理解できるように支援します。</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, ヘルズ講演会, 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などを利用してわかりやすく情報提供をします。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。甲斐</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、中止します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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歳眼の健診では、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>各乳幼児健診において、すべてのお子さんの食事チェックを管理栄養士が行います。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す。</p> <p>1歳6か月健診、3歳5か月健診時、すべてのお子さんについて、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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
<p>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)</p> <p>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)</p>	<p>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)</p> <p>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。</p> <p>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)</p>	<p>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)</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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す。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られるようにします。(通年)</p> <p>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、啓発を行います。</p> <p>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す。</p>	/
12・高校生へ食事指導パンフレット送付				【健康増進課】
<p>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。</p>	<p>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時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>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。</p> <p>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ようにしました。</p>	<p>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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</p> <p>参加者自ら食生活を振り返り、何をどのくらい食べれば良いか理解できるように支援します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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>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>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す。</p> <p>また，母子健康手帳交付時及び乳幼児健診時に，糖尿病の家族歴の背景も考慮し，糖尿病等の予防についての保健指導を行います。</p>	
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，貧血についての，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>	

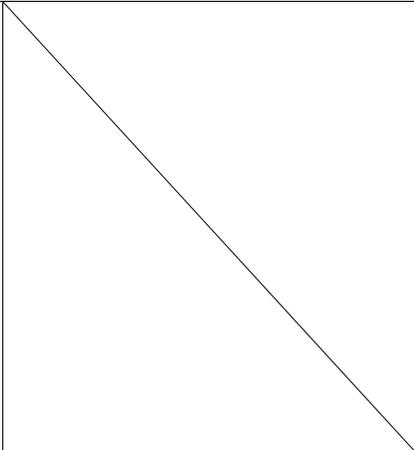
平成29年度 活動実績及び成果	平成30年度 活動実績及び成果 (平成31年3月末現在)	令和元年度 活動実績及び成果 (令和2年3月末現在)	令和2年度 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
16・離乳食教室において適塩の大切さの普及				【健康増進課】
<p>講話の中で、離乳食においては、児の味覚の発達や体のためにも、あまり味付けをせず、素材そのものを味わってもらうことの大切さをお話しました。</p>	<p>離乳食期の栄養が、大人になってからの肥満、2型糖尿病、高血圧等と関連があることが、最近多く報告されています。乳幼児期に培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話します。</p>	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
<p>敷地内畑にさつま芋の苗を植え、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。</p>	<p>敷地内の畑にさつま芋の苗を植え、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。</p>	<p>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全児で受けました。 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。</p>	<p>敷地内にさつま芋（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す。夏から秋に自分たちで収穫をし、給食に加えてもらったり、ホットプレートで焼いたりして自分たちで食べます。 自分たちで苗を植え、収穫・調理等体験することで食に対する興味・関心を高めます。</p>	
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。 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。 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。 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</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。 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す。 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、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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	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。			
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>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、給食指導を行います。</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す。</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す。</p> <p>対象：小学2年生全学級，中学1年生全学級</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「親子でつくる給食献立」の入賞作品を提供しました。</p> <p>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）</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立」の入賞作品を提供しました。</p> <p>○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</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を提供しました。</p> <p>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</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を提供します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
小学校：11回，中学校：15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】
<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>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，給食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するとともに，栄養教諭による講話を行います。開催時期については現在の時点では未定です。</p>	
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】
<p>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。</p> <p>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）</p> <p>小学校：6回，中学校：4回</p>	<p>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。</p> <p>○提供月（2月・3月）</p>	<p>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。</p>	<p>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』の実施については，未定です。</p> <p>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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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・インスタグラム等を活用し、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>たつのこ産直市場の運営を中心に、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、市公式SNS（Facebook・Twitter・インスタグラム等）を有効に活用して地元農産物をPRし、地産地消の推進に努めます。</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、学校給食にトマトやねぎを中心とした地場産物を積極的に取り入れます。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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「茨城をたべようメニュー」を提供します。 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す。</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症対策等の状況に留意しながら、農業体験の実施による食と農への関心・地産地消の意識高揚の促進に努めます。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</p>	
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。</p> <p>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この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。</p> <p>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この産直市場の出張販売の強化に努めます。また、集客増を目的としたイベント等を開催し、消費喚起を図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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				【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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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>給食指導及び食に関する指導にあたっては、栄養教諭や保健主事、給食主任や養護教諭が連携を図り、高い専門性を活かしながら、児童生徒の発達段階に応じた効果的な指導に努めます。</p> <p>地産地消の大切さについては、献立表を用いて積極的に情報発信したり、地元食材を使用した献立作りの機会を設けるなどして、児童生徒とその家庭への啓発を行います。</p>	
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します。</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		
	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%		
	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		
	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		
	⑨ 総合型地域スポーツクラブ会員数 800名	429名	423名	456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		
	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		
	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		
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			

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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行いません。</p> <p>来年度に向け陸上記録会の在り方について検討します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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</p> <p style="text-align: right;">【教育総務課・指導課・スポーツ都市推進課】</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 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>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。</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 ・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りました。</p> <p>（令和2年3月末現在）</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す。</p> <p>また、総合型地域スポーツクラブである「NPO法人クラブ・ドラゴンズ」と連携し、ジュニア世代の競技力向上及び育成のため、正しい身体の動かし方や基本的な動作を学ぶ「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継続して実施します。</p> <p>新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮し、慎重に対応します。</p>	

		<p>【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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
--------------------	------------------------------------	----------------------------------	--	-------------------

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>スポーツの各種大会やイベントを定期的に開催することにより、市民のスポーツ参加への機会を提供し、スポーツ人口の拡大を図ります。また、指定管理者によるスポーツ教室は、子どもから高齢者まで幅広い年齢層にあった教室を展開していますが、今後はフィールド等の活用も検討します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。 【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 ・フィットネスウォーキング講座…</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。 【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 ・コンディショニングレクチャー</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>総合型地域スポーツクラブの支援については、活動拠点の支援のほか小・中学校のスポーツ事業に係る交付金事業を展開するなどの運営支援や活動支援の確保により自立的運営と質的充実を促進します。また令和2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ため、指定管理者としての連携強化も図ります。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	通年開催 延べ600名	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		
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末日現在の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 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 2,910名 ・市民スポーツ・レクリエーションまつり 2,500名 	<p>今後もスポーツ推進委員やレクリエーション協会等で様々なニュースポーツ大会及び体験教室を開催します。</p> <p>また、スポーツ推進委員がニュースポーツの研究を行い、龍ヶ崎発のニュースポーツを発案しているため、今後コミュニティセンターなどの地域ごと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>	
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】
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。	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。	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。	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を開催します。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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。 参加者41名(11月19名, 3月22名)</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。 参加者40名(10月40名, 3月45名)</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。 参加者数:23名 3月にも同様に開催しました。</p>	<p>整形外科医による講演や保健師の予防のための運動指導、管理栄養士による講話などを行います。</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。 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。 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。 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。 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。 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す。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す。</p>	
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>まいん「健幸」サポートセンターにおいて体験会等を実施し、元気アップ体操の認知度アップに努めます。</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。</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</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</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<ul style="list-style-type: none"> 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 	バリハビリ体操に関する紹介を行いました。 <ul style="list-style-type: none"> 川原代ふれあい協議会 長寿大学 ふれ愛広場 	2年3月号)。 <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 	また、出前講座やイベント等できいきヘルス体操の紹介を行い、普及啓発を図ります。	
10・特定保健指導における運動指導				【健康増進課】
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>開催回数 17回 参加者 109名</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。 <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 	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。 <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 	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す。	

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		
	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		
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%			

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</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す。</p> <p>外部講師を招聘した講演会などは新型コロナウイルス感染状況を把握しながら実施方法についても検討します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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カ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カ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カ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、引き続き母子健康手帳交付時やプレママ教室時に周知します。また、妊娠中の飲酒者に対する個別指導を実施します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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 ・要医療者への受診勧奨，健康相談の実施				【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，飲酒量や休肝日の重要性について指導を実施します。	

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		
	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%		
	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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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】
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。	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。	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。	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進めます。 また，必要に応じて禁煙外来の紹	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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%	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%）	妊娠届数：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%）	介をします。	
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】
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。 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	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。 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	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。 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	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 す。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
--------------------	------------------------------------	----------------------------------	--	-------------------

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】

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。

乳児家庭訪問数：466件

乳幼児健診喫煙者数

	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カ月児健診	9.9	42.0
合計	7.8	42.2

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。

乳児家庭訪問数：426件

乳幼児健診喫煙率

	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カ月児健診	9.6	41.9
合計	7.3	40.3

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。

乳児家庭訪問数：408件

乳幼児健診喫煙率

	母親喫煙率 (%)	父親喫煙率 (%)
3～4カ月児健診	4.4	40.9
1歳6カ月児健診	8.9	38.1
3歳5カ月児健診	9.2	40.2
合計	7.7	40.1

子どもの年齢が上がるにつれて、母親の喫煙率上昇が目立っています。個別指導をの強化するとともに、健診の待ち時間にも読めるような視覚媒体を検討します。

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</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す。</p> <p>外部講師を招聘した講演会などは新型コロナウイルス感染状況を把握しながら実施方法についても検討します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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</p>				【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、コミュニティセンターをはじめ公共施設の多くが原則敷地内禁煙となったため、受動喫煙防止対策に向けて、引き続き喫煙が健康に及ぼす害について周知します。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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</p> <p>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>健康相談は集団健診開始後から実施します。 また、健康相談日以外にも相談があった方に面接・訪問等で随時対応します。希望者には禁煙外来を周知します。 健診当日、禁煙希望者には禁煙指導をします。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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	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 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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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</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、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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
	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。			
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す。</p> <p>開催日：令和3年3月予定</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)
①	妊娠期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	
②	むし歯のない3歳児の割合 85.0%以上	85.3	85.9	90.5	
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	
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%)	
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	
⑨	歯周病を有する者の割合 37.0%	70.3	85.2	84.7	
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	
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

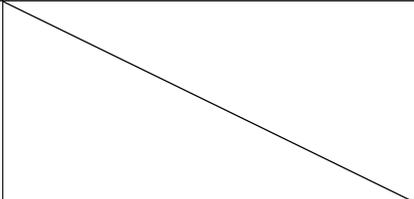
①妊娠期の歯科保健の推進

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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、歯科検診の必要性について説明し受診勧奨します。また、上の子の乳幼児健診の際にも、受診の有無を確認し、未受診者には、受診を進めます。</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す。</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す。</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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。</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す。</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す。</p>	/
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：</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</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>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す。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す。</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す。</p> <p>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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
525名(受診率95.6%) (フッ化物塗布者数:513名)	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。 1歳6か月児健康診査受診者数: 468名(受診率98.1%) 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) 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)	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) 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)		
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】
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。	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。	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。 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。	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ます。 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。	
5・健康に関する情報提供やむし歯の予防を推進				【指導課】
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て啓発活動に取り組んでいます。 毎年度歯科検診を実施し、検査結	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。 毎年度歯科検診を実施し、検査結果	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	養護教諭による歯磨き指導、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、むし歯予防の推進を図ります。学校における歯磨きについては新型コロナウイルス感染の防止のため方法を検討します。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<p>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>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>は困難なようです。 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>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す。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
<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>				【健康増進課】
<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。 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。 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 実施期間：平成29年6月1日～平成30年3月31日 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。 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 実施期間：平成30年6月1日～平成31年3月31日 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ありません。 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。 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 実施期間：令和元年6月1日～令和2年3月31日 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。 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 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>	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。	市広報紙に歯周疾患検診の案内を掲載します。	
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>令和2年度歯科講演会は、日程調整や内容について打ち合わせを講師と行います。</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、つくばの里工業団地運営協議会には参加せず、今年度は市広報紙にて歯周疾患検診等をお知らせします。</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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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。	市広報紙にて、歯周疾患検診や歯周病について掲載する予定です。 (例年は、6月号に掲載していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、検診期間が7月1日からとなり、広報紙の掲載日も変更します。	
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	令和2年度歯科講演会は、日程調整や内容について打ち合わせを講師と行います。	

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 取り組み内容と 今後の方向性 (令和2年4月から 令和3年3月まで)	令和3年度 活動実績及び成果
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す。 また，健口教室を開催し，歯科衛生士の講話や実技指導を行います。</p>	

基本方針 1

(1) 健康管理

◎幼児健康診査の受診率を向上させていく必要があります。

- ・健診未受診者については、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、別日を設け個別支援も行っています。

◎特定健康診査受診率を向上させていく必要があります。

- ・受診勧奨通知を対象者に合った内容の勧奨3回（6月、10月、1月）送付し、受診率の向上に努めました。

◎特定保健指導実施率が向上しました。

- ・集団健診の当日の保健指導時に、初回面接の予約を行い、初回面接日前に電話確認をしました。

(3) 糖尿病

◎妊婦の血糖値 100 mg/dl 以上の割合が増加しています。

- ・母子健康手帳交付時に糖尿病の家族歴がある方、肥満の方等を対象に資料を配布し、管理栄養士が面接を実施しました。
- ・糖尿病を早期発見するために、赤ちゃん訪問や乳児健診の際に、健康診査の必要性を説明し、受診勧奨を行いました。
- ・妊娠届出の際、対象となった妊婦（肥満、やせ、妊娠糖尿病の既往、血縁に糖尿病）の方にお食事手帳を活用し、産科医療機関や糖尿病専門医と連携し、妊娠糖尿病予防のための支援体制づくりを行っていきます。

◎メタボリックシンドローム該当者の割合が増加しています。

- ・集団健診当日に腹囲またはBMIが基準値を越えた方に対し、生活を振り返り、減量のための目標を立て、保健指導を行いました。また、早期取り組みとして、40歳以上の方と同じ判定基準で、18歳～39歳の方へ保健指導を行いました。

◎糖尿病腎症により新規に透析を導入される人数が増加しています。

- ・健診結果の糖尿病の指標である、ヘモグロビン A1c の値で対象者を振り分けし、糖尿病講演会を実施しました。
- ・糖尿病連携手帳の利用状況の調査を市内医療機関、歯科医院、調剤薬局に対し実施しました。連携手帳普及のためのリーフレットの作成、配付したり、5か年計画を作成し糖尿病重症化予防に努めます。

(4) がん

◎がん検診の受診率が低下しています。

- ・過去5年間で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対し、勧奨通知を送付しました。また、龍ヶ崎地区と八原地区に大腸がん検診と肺がん検診の受診勧奨はがきを送付し、受診率向上に取り組みました。

基本方針4

(1) 栄養・食生活

◎肥満である児童生徒の割合が増加しています。

- ・小児生活習慣病予防教室（ヘルシースクール）を龍ヶ崎西小学校と八原小学校、愛宕中学校で実施しました。
- ・市内3か所の小中学校において、栄養指導が必要なお子さんの保護者に対して、管理栄養士と保健師による個別相談を行いました。
- ・学校の内科健診の結果を基に肥満ややせの児童生徒の保護者に、小中学校やかかりつけ医と連携しながら、個別相談のちらしを配布させていただき、継続的な支援を実施していく予定です。

◎貧血傾向の妊婦が増加しています。

- ・妊娠届出の際に、資料を使いながら貧血による妊婦や胎児への影響について伝えていきます。
- ・プレママ教室では、妊娠期の食事について、鉄分の多いメニューの試食、必要に応じて個別栄養相談を実施しました。
- ・中学生や大学生等を対象とした貧血予防のためのリーフレットの配布について検討していきたいと考えています。

(2) 身体活動・運動

◎体力テストにおいて県平均を上回った種目数、総合評価AまたはBの児童生徒の割合が低下しています。

- ・他の指標を含め要因を検証し、今後は教育委員会と連携を図りながら対策を考えていきたいと思えます。

◎スポーツ教室の延べ利用者数、総合型地域スポーツクラブ会員数が減っています。

- ・市広報紙、市公式ホームページなどに各教室の記事を掲載し、広く周知しました。

◎てくてくロードを歩いた延べ件数が減っています。

- ・健幸ウォーキングマップの配布、市公式ホームページなど、様々な機会を利用し周知し、13コース完歩した方には、完歩賞（賞状・缶バッチ・湯ったり館優待券など）を交付しました。

(4) 喫煙

◎子育て中の父母の喫煙率が高い状況です。

- ・たばこについて、中学校で防煙教室を行いました。
- ・禁煙外来費用助成制度の紹介を行っていきます。
- ・妊娠届出時やプレママ・プレパパ教室にて受動喫煙による影響を伝えました。
- ・ホームページやメール配信サービス、回覧板などを利用して禁煙への周知を強化していきます。

◎受動喫煙における調査を行いました。

- ・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の喫煙状況について調査をしました。

基本方針5

(1) 歯科疾患の予防

◎妊娠期に歯科健康診査を受けたことがある産婦の割合が減少しています。

- ・妊娠届の際に、歯科健診の必要性を説明し受診勧奨を行いました。
- ・プレママ教室で、歯科衛生士からの講話及び希望者への口腔内チェックを行いました。
- ・3～4 か月児健診時に、母親への個別歯科指導の実施。必要に応じて口腔内チェック，受診勧奨を行いました。
- ・産婦人科にポスターの掲示，電子母子手帳やきずなメールを活用し情報発信を行っていきます。

◎歯周疾患検診受診率が前年度と比較して0.6%上昇しました。

- ・年齢別の受診率は、70歳以外は目標値を下回っている状況です。この状況を受けて、今年度は、未受診者理由を調査する目的で、受診券にアンケートを同封しています。

指標の性質	記号
上げたほうが良い指標	↑
下げたほうが良い指標	↓
現状維持するほうが良い指標	→

※記号の太さは重点度合を示します。

評価区分	
A	目標値に達した
B	目標値に達していないが改善傾向にある
C	目標達成は難しい(評価が難しい)
D	見直しが必要

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成29年度	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度				
生活習慣病の発症予防と重症化予防	健康管理	乳児家庭全戸訪問	→	4か月未満児	99.4%	現状維持	毎年	茨城県母子保健事業実施状況 96.8%(平成27年)	98.3%	B	97.7%	B	96.0%	C			
		3~4か月児健康診査受診率	↑	6か月未満児	97.4%	98.0%以上	毎年			97.0%	B	98.1%	B	97.2%	C		
		1歳6か月児健康診査受診率	↑	2歳未満児	96.7%	98.0%以上	毎年		茨城県母子保健事業実施状況 95.6%(平成27年)	97.5%	B	98.1%	A	97.9%	B		
		3歳5か月児健康診査受診率	↑	4歳未満児	93.4%	95.0%以上	毎年		茨城県母子保健事業実施状況 94.2%(平成27年)	95.6%	A	96.4%	A	93.6%	C		
		特定健康診査受診率	↑	特定健康診査実施率	30.5%	48.0%	毎年	国民健康保険連合会	28.6%	D	33.3%	B	31.6%(速報値)	B			
		特定保健指導実施率	↑	特定保健指導実施率	47.6%	60.0%	毎年	国民健康保険連合会	59.6%	A	50.9%	B	63.2%(速報値)	A			
	循環器疾患	しよ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	↑	74.4%	80.0%	平成33年	市民意識調査	—	—	—						
			中学3年生	↑	87.6%	90.0%	平成33年		—	—	—						
		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	↓	66.2%	60.0%	平成33年	市民意識調査	—	—	—						
			中学3年生	↓	59.9%	55.0%			—	—	—						
		特定健康診査の受診率(再掲)	↑	特定健康診査実施率	30.5%	48.0%	毎年	国民健康保険連合会	28.6%	D	33.3%	B	31.6%(速報値)	B			
		特定保健指導の実施率(再掲)	↑	特定保健指導実施率	47.6%	60.0%	毎年	国民健康保険連合会	59.6%	A	50.9%	B	63.2%(速報値)	A			
	メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合	予備群	↓	9.2%	8.5%	毎年	国民健康保険連合会	8.9%	B	8.5%	B	8.8%	B				
		該当者	↓	13.8%	12.0%			14.9%	D	16.8%	D	16.5%	D				
	I度高血圧以上(140/90mmHg)の人の割合	↓	特定健康診査受診者	20.4%	18.0%	毎年	国民健康保険連合会	17.8%	A	22.9%	D	23.5%	D				
	糖尿病	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)	↓	妊婦	35.6%	33.0%	毎年	市母子保健統計	茨城県母子保健事業実施状況 35.8%(平成27年)	40.2%	D	42.4%	D	45.6%	D		
		特定健康診査の受診率(再掲)	↑	特定健康診査受診率	30.5%	48.0%	毎年	国民健康保険連合会	28.6%	D	33.3%	B	31.6%(速報値)	B			
		特定保健指導の実施率(再掲)	↑	特定保健指導実施率	47.6%	60.0%	毎年	国民健康保険連合会	59.6%	A	50.9%	B	63.2%(速報値)	A			
		糖尿病腎症により新規に透析を導入される人数	↓	新規透析者数	8人	6人	毎年	市社会福祉課調査	12人	D	12人	D	19	D			
		糖尿病有病者の増加の抑制(40-74歳)	↓	特定健康診査受診者	19.4%	18.0%	毎年	国民健康保険連合会	20%	D	19.7%	D	19.3%	B			

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度				
がん		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	9.2%	8.5%	毎年	国民健康保険連合会	8.9%	B	8.5%	B	8.8%	B			
			↓	該当者	13.8%	12.0%			14.9%	D	16.8%	D	16.5%	D			
	胃がん受診率	↑	40～64 歳	男性	13.4%	16.4%	毎年	市がん検診統計	13.6%	B	12.0%	D	9.3%	D			
				女性	9.2%	12.2%			10.5%	B	9.8%	D	7.6%	D			
			65～74 歳	男性	15.6%	18.6%			11.9%	D	11.6%	D	9.8%	D			
				女性	11.1%	14.1%			8.2%	D	7.8%	D	6.3%	D			
		肺がん受診率	↑	40～64 歳	男性	20.0%	23.0%	毎年	市がん検診統計	20.2%	B	21.4%	B	18.6%	D		
					女性	17.3%	20.3%			17.9%	B	18.2%	B	15.6%	D		
				65～74 歳	男性	34.4%	37.4%			24.0%	D	27.0%	D	24.5%	D		
					女性	33.6%	36.6%			24.6%	D	26.7%	D	25.3%	D		
	大腸がん受診率	↑	40～64 歳	男性	24.0%	27.0%	毎年	市がん検診統計	21.0%	D	19.3%	D	16.7%	D			
				女性	17.3%	20.3%			20.7%	A	19.4%	B	16.4%	D			
			65～74 歳	男性	25.4%	28.4%			19.3%	D	19.6%	D	17.4%	D			
				女性	23.8%	26.8%			19.7%	D	19.2%	D	18.7%	D			
	乳がん受診率	↑	40～64 歳	32.1%		35.1%	毎年	市がん検診統計	42.0%	A	42.0%	A	37.4%	A			
			65～74 歳	10.7%		13.7%			10.3%	D	10.3%	D	12.2%	B			
	子宮頸がん受診率	↑	20 歳代	16.5%		19.5%	毎年	市がん検診統計	13.3%	D	12.3%	D	7.0%	D			
			30 歳代	32.3%		35.3%			37.9%	A	36.6%	A	26.9%	D			
			40～64 歳	26.8%		29.8%			36.0%	A	35.4%	A	31.8%	A			
			65～74 歳	14.1%		17.1%			14.2%	B	12.9%	D	13.6%	D			
要精密検査受診率 (平成 28 年度がん検診受診者)	↑	胃がん	85.3%		88.3%	毎年	県がん検診実施状況	89.2%	A	91.7%	A	92.4%	A				
		肺がん	81.3%		84.3%			87.1%	A	92.6%	A	88.3%	A				
		大腸がん	74.9%		77.9%			78.8%	A	84.5%	A	77.9%	A				
		乳がん	88.5%		91.5%			87.3%	D	88.4%	D	93.3%	A				
		子宮がん	78.2%		81.2%			78.6%	B	97.6%	A	86.2%	A				

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績							
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度			
		「標準化死亡比」 (悪性新生物)	→	男性	0.98 (2007~2011)	現状維持	毎年	平成 26 年 茨城県市町村別健康指標	0.95	A	0.95	A	0.97	A		
				女性	0.98 (2007~2011)				1.03	B	1.01	B	0.99	A		
社会生活を営むために必要な機能の維持・向上	子どもの健康	産後アンケート調査で9点以上だった人の割合	↓	乳児家庭全戸訪問対象者	11.0%	10.0%	毎年	市母子保健統計 茨城県母子保健事業実施状況 13.7%(H27年)	8.5%	A	5.7%	A	6.1%	A		
		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	6.6%	4.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—			
				中学3年生	6.6%	4.0%			—		—		—			
		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	↓	市民意識調査	68.0%	60.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—			
	自殺者数	↓	自殺者数	9 人	0 人	毎年	市社会福祉課調査	7 人	B	11 人	C	7 人 (暫定値)	B			
	高齢者の健康	元気アップ体操指導員の人数	↑	元気アップ体操指導者数	41 人	45 人	毎年	市健康増進課調査	46 人	A	39 人	D	45 人	A		
		シルバーリハビリ体操指導士数	↑	シルバーリハビリ体操指導士数	71 人	80 人	毎年	市高齢福祉課調査	74 人	B	76 人	B	81 人	A		
		傾聴ボランティア数*	↑	傾聴ボランティア数	30 人	40 人	2 年毎	市高齢福祉課調査	36 人	B	35 人	B	37 人	B		
		元気アップ体操延べ参加者数	↑	元気アップ体操参加者数	6,285 人	7,000 人	毎年	市健康増進課調査	6,858 人	B	7,121 人	A	6,292 人	B		
		いきいきヘルス体操(シルバーリハビリ)教室延べ参加者数	↑	いきいきヘルス体操(シルバーリハビリ)教室参加者数	21,596 人	25,000 人	毎年	市高齢福祉課調査	21,982 人	B	19,492 人	B	18,745 人	B		
環境の整備	健康を支えるための社会環境を整	健康づくり支援	↑	食生活改善推進員数	32 人	38 人	毎年	市健康増進課調査	39 人	A	39 人	A	35 人	C		

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度				
		がん予防推進員数	↑	がん予防推進員数	41 人	50 人	毎年	市健康増進課調査	56 人	A	50 人	A	50 人	A			
生活習慣及び社会環境の改善	栄養・食生活	全出生数中の低体重児の割合(2,500g未満)	↓	出生 2,500g 未満児	10.1%	9.0%	毎年	市母子保健統計	10.2%	D	10.5%	D	8.2%	A			
		1歳6か月児健康診査のカウプ指数 18.6 以上の割合	↓	1歳6か月児健康診査のカウプ指数 18.6 以上児	4.8%	3.0%	毎年	茨城県母子保健事業実施状況 0.7%(H27 年)	3.0%	A	1.7%	A	3.0%	A			
		身体測定結果において肥満である児童生徒の割合	↓	児童	7.6% (6年生:9.3%)	6.0% (6年生:7.0%)	毎年	市教育総務課調査	7.5% (6年生:8.6%)	B	7.9% (6年生:10.0%)	D	8.3%	D			
			↓	生徒	10.4% (3年生:8.4%)	9.0% (3年生:7.0%)			10.2% (3年生:10.6%)	B	10.0% (3年生:8.4%)	B	11.3%	D			
		20歳～60歳代男性の肥満の割合	↓	20歳～60歳代男性の肥満男性	28.8%	28.0%	平成33年	市民意識調査	—		—		—				
		40歳～60歳代女性の肥満の割合	↓	40歳～60歳代女性の肥満の割合	23.0%	19.0%	平成33年	市民意識調査	—		—		—				
		20歳代女性のやせの割合(BMI 18.5 未満)	↓	20歳代女性の割合	11.1%	11.0%	平成33年	市民意識調査	—		—		—				
		65歳～74歳のBMI≤20の割合	↓	特定健診受診者	17.0%	15.0%以下	平成33年	市集団健康診査	18.7%	B	14.0%	A	18.2	B			
		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	↑	市民意識調査	75.8%	81.0%	平成33年	市民意識調査	—		—		—				
		乳製品を毎日食べている人の割合	↑	市民意識調査	46.2%	51.0%	平成33年	市民意識調査	—		—		—				
		毎日朝食を食べていると答えた児童生徒の割合	↑	児童	95.7%	95.0%以上	毎年	全国学力・学習状況調査	平成28年度【速報値】 県:96.0% 国:95.5%	95.6%	A	95.4%		94.0%	D		
			↑	生徒	94.0%					91.9%	D	92.5%		90.4%	D		
		朝食を欠食する人の割合(20歳代)	↑	男性	24.2%	20%	平成33年	市民意識調査	食育推進基本計画第3次 平成27年度現状値 24.7% 平成32年度目標値 15%以下	—		—		—			
				女性	29.6%	25%				—		—		—			
		朝食を欠食する人の割合(30歳代)	↑	男性	42.9%	40%	平成33年	市民意識調査	食育推進基本計画第3次 平成27年度現状値 24.7% 平成32年度目標値 15%以下	—		—		—			
女性	18.8%			15%	—					—		—					
26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)	↓	妊婦	39.6%	35.0%	毎年	市母子保健統計	茨城県母子保健事業実施状況 42.4% (平成27年)	39.8%	B	40.2%	D	41.9%	D				

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度				
		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)	↓	妊婦	35.6%	33.0%	毎年	市母子保健統計 茨城県母子保健事業実施状況 35.8%(平成 27 年)	40.2%	D	42.4%	D	45.6%	D			
		離乳食教室(5~6か月)の参加率	↑	生後 5~6 か月児保護者	35.9%	40.9%	毎年	市母子保健統計	37.5%	B	35.0%	D	38.2%	B			
		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	↑	市民意識調査	14 施設	18 施設	毎年	市こども課調査	18 施設	A	18 施設	A	18 施設	A			
		児童生徒 1 人当たりの給食食べ残し量	↓	児童	36.9g	35.0g	毎年	市教育総務課調査	26.2g	A	21.8g	A	30.5g	A			
			↓	生徒	42.6g	40.0g			41.5g	B	40.8g	B	43.5g	C			
		学校給食での塩分摂取量	↓	小学校	2.7g	2.5g	毎年	市給食センター調査 学校給食実施基準 小学校:2.5g 中学校:3.0g	2.8g	D	2.7g	B	2.4g	A			
			↓	中学校	3.4g	3.0g			3.1g	B	3.1g	B	2.9g	A			
		「地産地消」を知っていると回答した割合	↑	小学6年生	61.9%	66.5%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
			↑	中学3年生	72.7%	76.5%			—		—		—				
		学校給食における地場産品を使用する割合	↑	—	47.0%	50.0%	毎年	市給食センター調査 茨城県食育推進計画第3次 現状値平成 26 年:44.5% 目標値平成 32 年:50.0%	50.0%	A	74.3%	A	69.8%	A			
身体活動・運動		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)割合	↑	小学6年生	67.5%	70.0%以上	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
			↑	中学3年生	54.0%	60.0%以上			—		—		—				
		体カテスト結果において県平均を上回った種目数	↑	児童	1種目	2種目	毎年	独自集計	4種目	A	0種目	D	0種目	D			
			↑	生徒	2種目	4種目			2種目	D	1種目	D	0種目	D			
		体カテストで総合評価AまたはBの児童生徒の割合	↑	児童	男	46.49%	60.0%以上	毎年	市教育総務課調査 いばらき教育プラン 現状値:平成 26 年 55.6% 目標値:平成 32 年 60.0%	47.8%	B	49.4%	B	44.0%	D		
					女	49.16%	60.0%以上			49.8%	B	54.7%	B	51.2%	B		
			↑	生徒	男	49.36%	60.0%以上			46.7%	D	49.5%	B	43.7%	D		
					女	69.06%	60.0%以上			68.0%	A	74.8%	A	71.9%	A		
		日常生活における歩数の増加 (7,000 歩以上)	↑	20~64 歳	男性	43.5%	10 ポイント増	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—			
					女性	30.0%				—		—		—			
			↑	65 歳以上	男性	34.4%				—		—		—			
					女性	32.4%				—		—		—			
	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)	↑	20~64 歳	男性	23.6%	10 ポイント増	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
				女性	12.7%				—		—		—				
		↑	65 歳以上	男性	42.9%				—		—		—				
				女性	33.5%				—		—		—				

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績										
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度						
		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	↑	—	7,378 人	8,800 人	毎年	市スポーツ推進課調査	6,844 人	D	8,285 人	A	8,756 人	B					
		スポーツ教室*の延べ利用者数(指定管理者)	↑	—	42,613 人	51,000 人	毎年	市スポーツ推進課調査	56,959 人	A	47,895 人	B	42,541 人	C					
		総合型地域スポーツクラブ*会員数	↑	—	436 人	800 人	毎年	市スポーツ推進課調査	429 人	D	423 人	D	456 人	C					
		スポーツクラブ等に加入している市民の割合	↑	—	18.5%	20%	平成 33 年	市スポーツ推進課調査	—		—		—						
		ニュースポーツ教室*・大会の延べ参加者数	↑	—	1,035 人	1,200 人	毎年	市スポーツ推進課調査	898 人	C	1,137 人	C	1,339 人	A					
		いきいきヘルス体操(シルバーリハビリ)教室延べ参加者数	↑	—	21,596 人	25,000 人	毎年	市高齢福祉課調査	21,982 人	B	19,492 人	B	18,745 人	B					
		元気アップ体操延べ参加者数	↑	—	6,285 人	7,000 人	毎年	市健康増進課調査	6,858 人	B	7,121 人	A	6,292 人	B					
		てくてくロードを歩いた延べ人数	↑↑	—	1,528 人	2,300 人	毎年	市健康増進課調査	1,911 人	B	1,176 人	D	974 人	D					
	飲酒	妊娠中に飲酒しているの人の割合	↓	3~4 か月児健診時保護者	1.9%	0%	毎年	健やか親子21アンケート	1.0%	B	0.4%	B	0%	A					
		飲酒の害を知っている人の割合	↑	急性アルコール中毒について	小学6年生	83.0%	85.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—					
					中学3年生	95.3%	95.0%			—		—		—		—			
			↑	アルコール依存症について	小学6年生	76.5%	80.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—		—			
					中学3年生	94.1%	95.0%			—		—		—		—			
			↑	生活習慣病について	小学6年生	67.3%	70.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—		—			
					中学3年生	88.6%	90.0%			—		—		—		—			
		↑↑	—	—	—	50.0%以上	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—		—				
		週3日以上かつ1日3合以上飲酒している人の割合	↓↓	全体	3.5%	2.5%	平成 33 年	国民健康保険連合会	3.1%	B	3.9%	D	3.5%	C					
				男性	7.6%	6.6%		市民意識調査	—		—		—		—				
	女性			2.8%	1.8%	—			—		—		—		—				
	γ-GTP要指導・要医療者の割合	↓↓	要指導者	10.3%	8.0%	毎年	国民健康保険連合会	13.2%	D	10.5%	D	9.2%	B						
			要医療者	3.8%	2.0%			4.9%	D	3.8%	C	3.8%	C						

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度				
喫煙	妊娠中にたばこを吸っていた人の割合		↓	3~4 か月児 健診時保護者	4.6%	0%	毎年	健やか親子 21 アンケート ベースライン平成 25 年度 3.8% 中間評価平成 31 年度 0% 最終評価平成 35 年度 0%	3.7%	B	2.4%	B	1.1%	B			
		乳児のいる家庭で、父母が たばこを吸っている割合	↓	父	43.5%	30.0%	毎年	健やか親子 21 アンケート ベースライン平成 25 年度父親 41.5% 母親 8.1% 中間評価平成 31 年度 父親 30.0% 母親 6.0% 最終評価平成 35 年度 父親 20.0% 母親 4.0%	42.5%	B	36.3%	B	40.9%	B			
			↓	母	3.4%	2.0%			6.1%	D	4.5%	B	4.4%	B			
		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)	小6	→	がん	96.7%	現状維持	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—			
				↑	心疾患	66.4%	80.0%			—		—		—			
				↑	歯周病	43.3%	60.0%			—		—		—			
				↑	副流煙	89.3%	90.0%			—		—		—			
				→	赤ちゃんへの 影響	93.5%	現状維持			—		—		—			
			中3	→	がん	97.4%	現状維持			—		—		—			
				↑	心疾患	80.6%	90.0%			—		—		—			
	↑			歯周病	77.0%	85.0%	—				—		—				
	→			副流煙	97.7%	現状維持	—				—		—				
	→			赤ちゃんへの 影響	97.3%	現状維持	—				—		—				
	禁煙施設の認証数 (建物内)		↑	—	81	103	毎年	県ホームページ	123	A	127	A	—				
		喫煙率	↓	男性	26.2%	23.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
			↓	女性	7.0%	5.0%			—		—		—				
		休養	よく眠れている児童生徒の割合	↑	小学6年生	78.0%	80.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—			
	↑			中学3年生	78.3%	80.0%	—				—		—				
	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		↓	小学6年生	57.5%	53.0%	毎年	全国学力・ 学習状況調査	平成 28 年度【速報値】 県:57.6% 国:55.0%	57.3%	B	—		—			
			↓	中学3年生	62.5%	58.0%				63.9%	D	—		—			

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)		各年度の実績						
										平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度		
		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と答えた児童生徒の割合	↓	小学6年生	19.8%	15.0%	毎年	全国学力・学習状況調査	平成 28 年度【速報値】 県:18.5% 国:18.5%	22.4%	D	—	—			
		↓	中学3年生	55.0%	50.0%	71.1%				D	—	—				
		現在の睡眠に満足している人の割合	↑	市民意識調査	25.9%	30.0%	平成 33 年	市民意識調査	—	—	—					
歯科口腔の健康維持	歯科疾患の予防	妊娠中に歯科健診を受けたことがある産婦の割合	↑	3~4 か月児健診時保護者	—	平成 29 年度実績より10ポイント増	毎年	母子保健統計	43%	C	50%	B	44.7%	C		
		むし歯のない3歳児の割合	↑	3歳5か月児健診受診児	81.2%	85.0%以上	毎年	母子保健統計	85.3%	A	85.9%	A	90.5%	A		
		フッ素塗布を受けたことがある3歳児の割合	↑	3歳5か月児健診受診児	91.0%	93.0%	毎年	母子保健統計	97.7%	A	95.2%	A	95.7%	A		
		歯科検診においてむし歯のない児童生徒の割合	↑	児童	68.8% (6年生:79.9%)	73.0% (6年:85.0%)	平成 33 年	市教育総務課調査	74.5% (6年生:83.5%)	A	75.4% (6年生:84.7%)	A	75.6% (6年生:84.5%)	A		
			↑	生徒	78.2% (3年生:77.2%)	80.0% (3年:88.0%)			84.0% (3年生:84.0%)	A	83.5% (3年生:83.2%)	A	84.8% (3年生:83.8%)	A		
		寝る前に歯をみがく児童生徒の割合	↑	小学6年生	88.8%	95.0%	平成 33 年	市民意識調査	—	—	—					
			↑	中学3年生	85.9%	95.0%			—	—	—					
		昼食後歯をみがく児童生徒の割合	↑	小学6年生	71.8%	80.0%	平成 33 年	市民意識調査	—	—	—					
			↑	中学3年生	17.5%	30.0%			—	—	—					
		定期的に歯科検診を受診した人の割合	→	20~39歳	40.9%	現状維持	平成 33 年	市民意識調査	—	—	—					
			→	40~64歳	37.1%				—	—	—					
			→	65歳以上	46.8%				—	—	—					
		歯周疾患検診の受診率	↑	30歳	8.1%	9.0%	毎年	市歯周疾患検診統計	7.2%	D	8.3%	B	4.1%	D		
			↑	40歳	8.3%	9.0%			7.6%	D	4.8%	D	6.8%	D		
			↑	50歳	9.0%	10.0%			8.4%	D	8.1%	D	6.3%	D		
↑	60歳		11.9%	13.0%	15.1%	A			8.0%	D	10.0%	D				
↑	70歳		8.1% 平均 9.2%	9.0% 平均 10.0%	12.4%	A			12.4%	A	12.7%	A				
歯周病を有する者の割合	↓	歯周疾患検診受診者	40.0%	37.0%	毎年	市歯周疾患検診統計	70.3%	D	85.2%	D	84.7%	D				

基本方針	取り組みの分野	指標	指標の性質	データの対象	ベース値	目標値	評価年度	ベース値(出典)	各年度の実績								
									平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度				
		40 歳で損失歯のない者の割合	↑	歯周疾患検診受診者	80.0%	83.0%	毎年	市歯周疾患検診統計	83.8%	A	80.4%	B	82.4%	B			
	口腔機能の維持の促進	毎日1回は 10 分くらい歯磨きを行う人の割合(ほぼ実践している人の割合)	↑	20~39 歳	21.4%	23.5%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
↑			40~64 歳	26.7%	29.4%	—				—		—					
↑			65 歳以上	51.8%	現状維持	—				—		—					
		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	15.5%	17.1%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				
↑			40~64 歳	28.7%	31.6%	—				—		—					
→			65 歳以上	41.6%	現状維持	—				—		—					
		60~64歳で24本以上自分の歯を持つ人の割合	↓	市民意識調査	50.0%	60.0%	平成 33 年	市民意識調査	—		—		—				

<ご質問, ご意見内容>

生活習慣病予防の観点から

1. 塩分について

学校給食で配慮されていると思いますが、保健指導の中で何か出来ないか。

2. Caの摂取について

骨粗鬆症 中学校だけでなく小学校からの指導が必要ではないか
かみかみ給食の取り組みについて

3. 給食の食べ残しについて

SDGs 持続可能な開発目標 食品ロスの観点からも給食指導の中で
人間の食べる行動 様々な動植物の命を頂いていること、食べる行動は、人の健康・心・学びも与え
られていること、食べることの大切さを学ばせて欲しい。

4. 地産地消について

学校での取り組みについて

5. 防煙教育について

市内どの学校でも同じように指導できるような取り組みを。
保護者への啓発活動の実施を。