

第3次健康さんだ 21 計画の実施状況(令和6年度)

基本目標1 一人ひとりに合わせた健康管理の実践

| (1)生活習慣病予防・重症化予防 | | | |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------|
| めざす姿 | 定期的な健診等の受診を通じた健康管理や、健診結果を活用した生活習慣の改善に市民が主体的に取り組んでいます。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | この1年間で健康診断を受けた人の割合の増加 | 71.7% | 79.3% |
| | 特定健診受診率 | 32.9% | 50% |
| | 特定保健指導実施率 | 26.9% | 45% |
| 主な事業 | 特定健診/後期高齢者基本健康診査/30歳代等基本健康診査の実施及び受診環境の整備、特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防事業、生活習慣病重症化予防事業 等 | | |
| R6実績 | 特定健診 | 実施率 33.1% (R6速報値) | |
| | 動機付け支援 | 利用券発行数 295件 利用者 90人 利用率 30.5% (R6速報値) | |
| | 積極的支援 | 利用券発行数 47件 利用者 12人 利用率 25.5% (R6速報値) | |
| | 糖尿病性腎症重症化予防事業 | 未治療者 14人 内、医療機関受診への接続率 57.1% 治療中断者 20人 内、医療機関受診への接続率 55.0% | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・特定健診未受診者への受診勧奨の実施や、集団健診 WEB 予約システムの導入、集団健診の増枠により、受診者数は増加しました。 ・集団健診当日の特定保健指導初回面談や、未利用者対象の健康機器測定会（イベント型特定保健指導）の実施により、利用率は向上しました。 ・糖尿病性腎症重症化予防対象者は複数回の抽出により、定例的に実施することができ、また、全ての対象者に文書勧奨に加え、訪問または電話支援を試みることができました。 ・R6より生活習慣病重症化予防事業では、従前からの対象者である高血圧症、脂質異常症に加え、糖尿病を対象疾患に追加しました。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・特定健診未受診者への受診勧奨についてはセグメント別のハガキを作成しており、一定の効果があるものの、無関心層を含めた新規受診者の掘り起こしが必要と考えます。 ・集団健診 WEB 予約は受診者の利便性向上に寄与しており、継続する必要があります。 ・医師会と連携強化し、特定健診及び特定保健指導が利用しやすい環境整備に努めると共に、効果的な利用勧奨の強化が必要です。 | | |

| (2)がん対策 | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------|
| めざす姿 | 市民ががんのリスク等の知識を持つことで避けられるがんを防ぎ、がん検診を通じた早期発見・早期治療に繋がっています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 胃がん検診受診率 | 35.9% | 60.0% |
| | 肺がん検診受診率 | 43.4% | 60.0% |
| | 大腸がん検診受診率 | 39.3% | 60.0% |
| | 乳がん検診受診率 | 38.7% | 60.0% |
| | 子宮頸がん検診受診率 | 38.5% | 60.0% |
| | ※数値目標はすべてアンケートベースでの受診率 実績は実績ベース | | |
| 主な事業 | がん検診の実施及び受診環境の整備 要精密検査者への個別受診勧奨 等 | | |
| R6 実績 | 胃がん検診受診者数 | 1,725人 5.9% (R6 暫定値) ※7.2% (R4 実績値) | |
| | 肺がん検診受診者数 | 3,826人 11.5% (R6 暫定値) ※10.6% (R4 実績値) | |
| | 大腸がん検診受診者数 | 3,830人 11.5% (R6 暫定値) ※10.9% (R4 実績値) | |
| | 乳がん検診受診者数 | 2,392人 23.9% (R6 暫定値) ※22.8% (R4 実績値) | |
| | 子宮頸がん検診受診者数 | 4,222人 26.1% (R6 暫定値) ※26.4% (R4 実績値) | |
| | 要精密検査受診勧奨対象者数 | 大腸がん 101人 乳がん 32人 子宮頸がん 19人 | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 集団健診 WEB 予約システムの導入、集団健診の増枠により受診者数は増加しました。 ・ 女性がんは 10 月に啓発イベントを実施し、無関心層を含めたアプローチを行いました。 ・ 未把握者への郵送による個別受診勧奨、また、R6 より女性がん検診委託業者による早期の電話受診勧奨を開始し、未把握者が減少しています。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 胃がん、肺がん、大腸がんは集団健診のみの実施であることから、<u>個別医療機関での受診機会拡大が効果的ですが、実施に向けては課題が多く十分な調整が必要です。</u> ・ 費用対効果を踏まえ、より効率的・効果的な啓発方法を模索する必要があります。 ・ 要精密検査者への受診勧奨は、がん検診の精度管理としても重要です。継続的にアウトカム評価を行い、医療機関やがん検診委託業者へのフィードバックが必要です。 | | |

| (3)ライフコースを踏まえた健康づくりと健康意識の向上 | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------|
| めざす姿 | 市民一人ひとりが、性・年代に応じた健康づくりに取り組んでいます。フレイルの言葉や意味を知り、予防に取り組んでいます。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 18～20 歳代女性のやせの割合の減少 | 13.2% | 11.6% |
| | 30～50 歳代男性の肥満の割合の減少 | 33.3% | 27.6% |
| | 低栄養傾向にある高齢者の割合の減少(BMI20 以下) | 17.7% | 13% |
| 主な事業 | 女性の健康に関する啓発、講演会の実施 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 ハリスケア [®] ローチ：低栄養予防、口腔機能低下予防、健康状態不明者等への個別支援 ホピュレーションアプリ [®] ローチ：集団健診でのフレイル相談、フレイル予防教室 等 | | |
| R6 実績 | 女性特有の健康課題に関するアンケートを回答者数 | 552 人 | |
| | 低栄養予防、口腔機能低下予防等の個別支援 | 222 人 | |
| | 集団健診でのフレイル相談、通いの場等での集団支援 | 2,818 人 | |
| | フレイル予防教室 | 122 講座 延べ 1,843 人 | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・女性特有の健康課題についてアプリを活用し、啓発に取り組むことができました。 ・骨粗しょう症検診の精密検査実施医療機関一覧を作成し、情報提供に活用しました。 ・潜在的に医療や福祉ニーズのある後期高齢者の掘り起こしに着手しました。 ・集団健診や既存の介護予防事業と連携し、フレイル予防に取り組みました。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・性別や年代に応じて健康課題が異なることを踏まえ、「女性の健康」など、<u>それぞれの対象に合わせた健康づくりの情報発信、知識を得る機会の提供</u>に努めます。 ・健診・医療・介護等のデータを活用し、庁内関係課、地域の関係団体等と連携し、高齢者の健康保持・フレイル対策を進める必要があります。 | | |

基本目標2 健康的な生活習慣の実践

| (1)栄養・食生活(2)身体活動・運動(3)たばこ対策(4)適正な飲酒(5)歯・口腔の健康(6)こころの健康 | | | |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| めさす姿 | 規則正しい食生活、習慣的な運動の継続、受動喫煙の防止と禁煙、口腔ケアの実施、十分な休養や睡眠等の健康的な生活習慣が実践できています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 適正体重を維持している人の割合の増加 | 男性 65.8% 女性 65.2% | 男性 69.4% 女性 68.4% |
| | 日頃意識的に運動や体力づくりをしている人の割合の増加 | 64.6% | 70% |
| | 成人の喫煙率の減少 | 8.4% | 4.5% |
| | 「節度ある適度な飲酒」の知識を持っている人の割合の増加 | 48.4% | 60% |
| | この1年間で歯科健診を受けた人の割合の増加 | 65.6% | 73.8% |
| | 睡眠による休養が取れている人の割合の増加 | 18歳以上 66.6% 50歳代 52.3% | 18歳以上 80% 50歳代 60% |
| 主な事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導 バランス食育教室 働き盛り世代向け講座 等 ・市民スポーツ教室 市民健康アプリサービス 等 ・小中学校での健康教育 妊婦面談スクリーニング 等 ・歯科口腔健診 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施(オーラルフレイル予防) 等 ・こころの健康づくり講演会 睡眠・休養に関する知識の普及 等 | | |
| R6 実績 | 栄養・食生活 | バランス食育教室 2回 29人 働き盛り世代向け講座 5回 49人 | |
| | 身体活動・運動 | 市民スポーツ教室延べ1,026人 市民健康アプリサービス登録者3,025人 | |
| | たばこ・飲酒 | 小中学校での健康教育中学校7校小学校13校 妊婦面談スクリーニング442件 | |
| | 歯・口腔 | 歯科口腔健診受診者909人 受診率5.2% フレイル予防教室(口腔)16回245人 お口の筋力アップ講座参加者41人 個別支援65人 | |
| | こころの健康 | こころの健康づくり講演会 オンライン参加34人 サテライト会場38人 | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・各事業参加者の個々の満足度は高く生活習慣改善の行動変容に寄与しています。 ・歯科口腔健診の20、75、80歳の未受診者への再勧奨を行い、該当年齢の受診率が向上しました。 ・オーラルフレイル予防に係る事業数は増加しており、地域包括支援センターや歯科医と連携し、多角的なアプローチができています。 ・こころの健康づくり講演会はオンラインを併用し、幅広い年齢層が参加できました。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・庁内他部署とも連携強化し、各種健康づくり事業を進める必要があります。 ・R7より歯科口腔健診の対象者を85、90、95、100歳まで拡大します。 ・アプリを円滑に運用するとともに、電子ギフトの充実を図ります。また、<u>最終年度に向けて本事業の評価および今後の方向性を検討します。</u> ・今後も歯科医師会と連携し、オーラルフレイル予防の啓発を進めていく必要があります。 | | |

基本目標3 市民の健康を支え守るための社会環境の整備

| (1)地域で支える健康づくり ①地域で取り組む健康づくり | | | |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------|
| めざす姿 | 家庭や地域の中で仲間と共に気軽に楽しく健康づくりに取り組みながら、地域や人との繋がりを深めています。健康づくりに関する活動に取り組んでいる地域や企業が増えていきます。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 地域活動（自治会の活動やボランティア活動など）へ参加している人の割合 | 33.2% | 45.0% |
| | 月1回以上通いの場に参加する人の割合 | 7.3% | 10.0% |
| 主な事業 | 関係機関、事業者等との連携事業の実施 等 | | |
| R6 実績 | 特定健診・がん検診受診勧奨事業 | 一部集団健診出張会場における生命保険会社の血管年齢測定・ベジチェックの実施（6回） | |
| | 女性ががん検診受診勧奨事業 | 生命保険加入者への女性ががん検診啓発チラシの配布 | |
| | 「のぼそう！健康寿命」講演会 | 生命保険会社の血管年齢測定、体内の老化物蓄積度チェック、歩行機能・口腔機能 AI 分析、食品関係事業者の展示 体験ブース参加者延べ 131 人 | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・事業者と連携し、特定健診・がん検診の受診率向上対策、市民の健康づくりのきっかけづくりを実施することができました。 ・事業者との連携回数は増加傾向にあります。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・市からの情報発信のみに固執せず、より実効性が高く効果的な取り組みの推進のため、事業者等との連携を強化する必要があります。 ・単発的な実施ではなく継続的な取り組みとするためには、事業者にとってもメリットが感じられる建付となるよう十分な調整を行う必要があると考えます。 | | |

| ②自然に健康になれる環境づくり | | | |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------|---------|----------|
| めざす姿 | 「居心地が良く歩きたくなる」まちづくりが進み、まちなかを歩く人が増えています。行政と企業が協働した健康づくり活動が展開されています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 健康と感じている人の割合 | 80.5% | 90% |
| 主な事業 | 歩きたくなる歩行空間の整備（ウォーキングコースの整備）等 | | |
| R6実績 | ・市内各所にウォーキングコース（市内10か所）を整備 | | |
| 取り組み概要 | ・全コースの確認を行い、路面距離表示等の修繕が完了しました。 | | |
| 今後の展開 | ・現状調査や修繕等を適宜行い、活用促進を図る必要があります。 | | |

| ③健康危機に備えた健康確保対策 | | | |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|
| めざす姿 | 市民一人ひとりが平時から健康危機に対して関心を持ち、災害時に備え個人の健康状態に応じた食料品・医薬品を備蓄するなどの取り組みを実践しています。 新興感染症等の発生時には迅速にまん延防止の対策が取られ、市が適切に情報を伝達することで市民が安心して日常生活を過ごすことができる体制が整備されています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の増加 | - | 30%以上 |
| | 家庭での感染症予防対策に取り組む人の割合(手洗い) | - | 95%以上 |
| 主な事業 | 家族構成や健康状態に応じた食料品・医薬品等の備蓄に関する啓発、「三田市新型インフルエンザ等対策行動計画」改定、成人及び小児の定期予防接種事業の推進 等 | | |
| R6実績 | 食育シンポジウム「災害時の健康を支える食育」 | 参加者 126人 | |
| | 事業者イベントにおける子ども向け備蓄シールラリー | 参加者 166人 | |
| | 高齢者インフルエンザ接種率 | 45.7% | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・食育シンポジウムでは試食やパッククッキング動画の上映も行い、効果的な啓発ができました。 ・新型コロナウイルス感染症への対応記録をまとめました。また、県説明会に参加し、市行動計画改定に向けた準備を行いました。 ・医療機関との情報共有、連携強化に努め、接種環境整備に努めました。 | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・今後もテーマや対象者を明確にし、楽しみながら実践的に学ぶことを目的とした研修会の実施を検討します。 ・令和8年3月までに市行動計画の改定を行う必要があります。 ・引き続き、国・県の動向を注視し、希望する人が安心して接種できる体制の整備に努めます。 | | |

| (2)いのちを支え・つなげる包括支援 ①“いのち”を支える人材の育成と共に生きる居場所の創出 | | | |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|
| めざす姿 | 地域や職場において、こころの健康について正しく理解し、自分や周囲のこころの不調に気づき、相談や適切な対応ができる地域づくりや職場づくりが展開されています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 自殺対策研修受講者の人数 | 212人 | 延べ1,300人 |
| 主な事業 | ゲートキーパー研修、ゲートキーパーに関する情報提供 | | |
| R6実績 | 地域住民向けゲートキーパー養成講座 | 1回(97名参加) | |
| | 教職員向けゲートキーパー講座 | 1回(57名参加) | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・R6より新たに市内中学生や教職員、児童・生徒の保護者や地域活動者など年齢層や対象者の所属によって内容の異なるゲートキーパー講座を実施しました。 ・対象者別のゲートキーパー講座を開催することで、地域全体でこころのSOSのサインに早期に気づき、寄り添いながら必要な支援に繋ぐ環境づくりに取り組むことができました。 | | |
| 今後の展開 | ・受講者アンケートにおける意見を講座内容に取り入れることで、より充実した講座となるよう更なる改善を図ります。 | | |

| ②“いのち”をつなげる相談機能の充実と情報発信 | | | | |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------|-----|
| めざす姿 | いのちをつなげる相談機能の充実と情報発信により、誰もが困ったときに相談できる環境が整い、一人で抱え込まずに助けを求められる地域づくりが構築されています。 | | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) | |
| | 「死にたい」と思うほどの悩みを抱えた時の相談窓口を知らない人の割合の減少 | 高校生 | 60.3% | 40% |
| | | 18歳以上 | 62.9% | 20% |
| 主な事業 | 悩み相談窓口一覧及び自殺対策啓発グッズの作成・配布、自殺予防週間(9月)・自殺対策強化月間(3月)における広報誌及び市ホームページでの周知・啓発等 | | | |
| R6実績 | 悩み相談窓口一覧の作成・配布 | 2,000部(市内公共施設等で配布) | | |
| | 自殺対策啓発グッズの作成・配布(クリアファイル2種類) | [若者向け]1,000部 | 二十歳を祝う会で配布 | |
| | | [女性向け]3,000部 | 女性がん検診等で配布 | |
| 自殺対策動画の作成・周知用チラシの配布 | [動画]2本×30秒 [チラシ]14,000部 | | | |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・悩み相談窓口一覧にLINEやチャットなどSNSで相談可能な窓口を多く掲載しました。 ・自殺対策啓発グッズは配布対象となる年齢層(子ども・若者や子育て世代の女性)に合わせたメッセージや相談窓口を掲載しました。 ・自殺対策動画を通して、市内小・中・高校生に「あなたは一人ではないこと」、「あなたは誰かのゲートキーパーであること」を伝えることができました。 | | | |
| 今後の展開 | ・事業実施による効果を数値的に計測できないため、より効果的な周知・啓発の取り組みについて検討を重ねながら事業展開を行う必要があります。 | | | |

| ③子ども・若者の SOS の出し方・受け止め方の習得に向けた取り組み | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|
| めざす姿 | 子ども・若者が困難や悩みを抱えた際に身近な人や専門機関に SOS を出すことができ、すべての世代が心のサインに気づき、温かく受け止め、適切な支援につなげる環境が整っています。 | | |
| 数値目標 | 指標 | 当初値(R4) | 目標値(R14) |
| | 中学校等で取り組む自殺予防支援事業実施校数 | - | 延べ9校 |
| 主な事業 | 児童生徒の SOS の出し方に関する教育の推進、スクールソーシャルワーカー・スクールカウンセラー配置事業、中学校等で取り組む自殺予防支援事業 等 | | |
| R6 実績 | 担当者や子どものサポーターを対象にした教育相談に関する研修会 | | 2回 |
| | スクールソーシャルワーカー連絡協議会 | | 2回 |
| | スクールカウンセラー連絡会 | | 1回 |
| | 中学校等で取り組む自殺予防支援事業 | | 3校 |
| 取り組み概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・スクールカウンセラーが、児童生徒や保護者を対象にした SOS の出し方に関する教育プログラムや、各校の担当者や子どものサポーターに向けた教育相談に関する研修を行いました。 ・スクールソーシャルワーカーやスクールカウンセラーの連絡会等を開催し、資質向上に努めました。 ・中学生やその身近な大人である教職員を対象として自分自身を大切にする考え方やゲートキーパーとしての役割を学ぶ講座を実施することで、<u>子ども・若者における SOS の出し方・受け止め方の習得を図りました。</u> | | |
| 今後の展開 | <ul style="list-style-type: none"> ・今後も児童生徒が相談しやすい関係づくりや教育相談体制の整備に努めます。 ・課題を抱える児童生徒の背景が複雑化する中、それぞれが連携し、組織的な取り組みができるよう支援します。 ・<u>悩みを抱えた時に一人で抱え込まず、周囲の人や相談窓口等に相談できる環境づくり</u>に取り組む必要があります。 ・児童生徒が悩みを抱えた時に早期に気づき必要な支援へと繋げられる人材の育成を図ります。 | | |