

第3次健康さんだ 21 計画の実施状況(令和7年度)

事業・取り組みにおける自己評価および達成度

	自己評価※1		達成度※2
	評価	事業数（割合）	
基本目標1 一人ひとりに合わせた健康管理の 実践 〈事業・取り組み数:36〉	5	2 (6%)	
	4	8 (22%)	
	3	25 (69%)	
	2	1 (3%)	
	1	0 (0%)	
基本目標2 健康的な生活習慣の実践 〈事業・取り組み数:58〉	5	3 (5%)	
	4	16 (28%)	
	3	39 (67%)	
	2	0 (0%)	
	1	0 (0%)	
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 〈事業・取り組み数:23〉	5	2 (9%)	
	4	11 (48%)	
	3	9 (39%)	
	2	1 (4%)	
	1	0 (0%)	
基本目標3 (2)いのちを支え・つなげる包 括支援【自殺対策計画】 〈事業・取り組み数:25〉	5	2 (8%)	
	4	20 (80%)	
	3	3 (12%)	
	2	0 (0%)	
	1	0 (0%)	

※1 自己評価基準

- 5 : 十分に成果があった
 4 : どちらかといえば成果があった
 3 : 成果はどちらともいえない
 2 : 成果があまりなかった または 取り組みが不十分だった
 1 : 成果が全くなかった または 取り組まなかった

※2 達成度

- A : 達成できた
 B : おおむね達成できた
 C : あまり達成できなかった
 D : 達成できなかった

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		
R7実績	特定健診	実施率 34.5%（R7速報値）	
	動機付け支援	利用券発行数 282件 利用者 61人 利用率 21.6%（R7速報値）	
	積極的支援	利用券発行数 55件 利用者 9人 利用率 16.4%（R7速報値）	
	糖尿病性腎症重症化予防事業	未治療者 13人 内、医療機関受診への接続率 69.2% 治療中断者 15人 内、医療機関受診への接続率 33.3%（R8.7月時点）	
取り組み概要	・特定健診未受診者への受診勧奨の実施や、集団健診WEB予約システムの稼働、集団健診の増枠により、受診者数は増加しました。 ・電話での特定保健指導利用勧奨に加え、案内チラシを毎月郵送しました。また自宅から特定保健指導が受けられる新たな方法を試行的に実施した。通知発送により、これまで電話勧奨で繋がらなかった方にも案内できるという効果があった一方で、健診当日の初回面談実施率が低下していることや試行実施の事業の利用者が少なかったこと等により、利用率は低下しています。 ・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。 ・生活習慣病重症化予防事業では、高血圧、脂質異常症、糖尿病のハイリスク者に対する受診勧奨事業および保健指導（教室）を実施し、自身の健康に対する意識の向上や生活習慣改善、適切な受診行動に繋げることができました。		
今後の展開	・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、<u>無関心層を含めた新規受診者の掘り起こしが必要です</u>。商業施設等でのイベントにおいて健診の受診勧奨および健診予約サポートを実施していきます。 ・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、<u>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</u>。		

(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	※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	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%
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			
R7 実績	胃がん検診受診者数	1,634 人	7.3% (R7 暫定値)	※7.2% (R4 実績値)
	肺がん検診受診者数	3,875 人	11.5% (R7 暫定値)	※10.6% (R4 実績値)
	大腸がん検診受診者数	3,923 人	11.8% (R7 暫定値)	※10.9% (R4 実績値)
	乳がん検診受診者数	2,446 人	23.4% (R7 暫定値)	※22.8% (R4 実績値)
	子宮頸がん検診受診者数	3,972 人	25.0% (R7 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 102 人 乳がん 20 人 子宮頸がん 19 人		
取り組み概要	・ 集団健診 WEB 予約システムの導入、集団健診の増枠を行いました。受診者は横ばいです。 ・ 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。 ・ 精密検査結果未把握者への郵送による個別受診勧奨、女性がん検診委託業者による早期の電話受診勧奨により、未把握者は減少しています。			
今後の展開	・ 大腸がん検診は集団健診のみの実施で受診機会が限られており、県内平均よりも受診率が低くなっていることから、 <u>R8 より大腸がん検診の郵送方式を開始し、受診率向上を目指します</u> 。胃がん、肺がんは集団健診のみの実施であることから、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。 ・ 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。R8 より未把握者への個別受診勧奨の対象を胃がん・肺がん検診受診者にも拡充します。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をしていくことが必要です。			

(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 骨粗しょう症および骨折予防に関する啓発 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 ハイスコアアップ ローチ：糖尿病性腎症重症化予防、生活習慣病重症化予防（血圧・腎機能）、 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ップ ローチ：集団健診でのフレイル相談、フレイル予防教室 等		
R7 実績	女性の健康に関する講演会	67 人	
	イベントにおける骨粗しょう症・骨折予防に関する啓発	391 人	
	糖尿病性腎症重症化予防、低栄養予防等の個別支援	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	2,519 人	
	フレイル予防教室	169 講座 延べ 2,518 人	
取り組み概要	・女性の健康について、講演会、健康だより、企業と連携した健康チェックイベント、高校生向け出前講座等の様々な機会を通じて、啓発に取り組むことができました。 ・講演会や商業施設等で実施するイベントにおいて、骨粗しょう症および骨折予防の啓発を実施しました。イベントでは骨粗しょう症の簡易スクリーニング（OSTA）を実施し、リスクに応じて健診の受診勧奨や医療機関の受診勧奨を行いました。 ・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	・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。 ・R8 からは新たに 75 歳以上の男性が骨粗しょう症検診の対象に拡充することを含め、様々な機会を通じて骨粗しょう症予防・骨折予防に関する啓発を実施します。集団健診会場において、早期に医療受診を促す体制構築を図ります。 ・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	・ 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		
R7 実績	栄養・食生活	バランス食育教室 2回 61人 働き盛り世代向け講座 1回 4人	
	身体活動・運動	市民スポーツ教室延べ 699人 市民健康アプリサービス登録者 3,551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 436件	
	歯・口腔	歯科口腔健診受診者 867人 受診率 4.6% フレイル予防教室(口腔) 13回 227人 お口の筋力アップ講座参加者 48人 個別支援 79人	
	こころの健康	こころの健康づくり講演会 79人	
取り組み概要	・ 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。 ・ R7より歯科口腔健診の対象者を 85、90、95、100歳まで拡充しました。再勧奨を行った 20、75、80歳の受診率は比較的高かったが、全体の受診率としては低下しています。 ・ オーラルフレイル予防に係る事業においては、地域包括支援センターや歯科医師会と連携し、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対面で実施し、幅広い年齢層に参加いただきました。		
今後の展開	・ 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。 ・ 健康アプリは、利用者満足度は高く「楽しみながら健康づくりに取り組む」という目的は達成した一方で、利用者は健康意識が高い層でありアプリがなくても自ら健康づくりに取り組める人々であること等から令和7年度で終了。今後は性・年代に合わせたライフコースアプローチを中心とした健康格差の縮小を目指す取り組みを進める必要があります。 ・ 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		
R7 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・AGEs 測定の実施 7 回 商業施設等での健康チェックイベントにおける健康チェック・健診予約サポートの実施 3 回 参加者延べ約 500 人	
	女性がん検診受診勧奨事業	生命保険加入者への女性がん検診啓発チラシの配布	
	「のぼそう！健康寿命」講演会	健康チェックブースの実施 参加者 164 人	
取り組み概要	・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	・市からの情報発信のみに固執せず、 <u>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。</u> ・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	企業が実施する健康マネジメントサービスの活用による「自然に健康になれる環境づくり」の推進 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		
R7 実績	・商業施設等における健康チェックイベントの実施 3 回 参加者延べ約 500 人		
取り組み概要	・楽しみながら学べる啓発活動のひとつの手法として、新たに健康づくりに関する連携協定を結んだ企業が主体的に行う生活動線上での健康チェックイベントやアプリを活用することで、従前の方法では行政側のアプローチが困難であった層に対する働きかけを行いました。参加者の満足度は高く、健康への関心を高めるとともに健診受診を含む健康行動に繋げることができました。		
今後の展開	・次年度以降の継続的な事業展開に繋げていく必要があります。		

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		
R7 実績	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 79 人	
	高齢者インフルエンザ接種率	47.8%	
取り組み概要	・事業所イベントや全戸配布の健康だよりにおいて、備蓄に関する啓発を行いました。 ・現在の国、県の行動計画と整合性を持った三田市新型インフルエンザ等対策市行動計画に改定しました。 ・医療機関との情報共有、連携強化に努め、接種体制整備に努めました。		
今後の展開	・今後もテーマや対象者を明確にし、様々な機会を通じて情報発信に努めます。 ・市健康増進計画周知講演会や、出前講座等を通じ、 <u>市民に対しても新型インフルエンザ等を含む、感染症対策について周知啓発を進めていく</u> 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		
R7 実績	地域住民向けゲートキーパー養成講座	1 回 (86 人参加)	
	教職員向けゲートキーパー講座	1 回 (29 人参加)	
	市職員及び支援者向けゲートキーパー講座	2 回 (60 人参加)	
R6～7 実績	地域住民向けゲートキーパー養成講座	2 回(183 人参加)	合計 331 人
	教職員向けゲートキーパー講座	2 回 (88 人参加)	
	市職員及び支援者向けゲートキーパー講座	2 回 (60 人参加)	
取り組み概要	・ R6 に引き続き市内中学生や教職員、児童・生徒の保護者や地域住民、支援者・地域活動者などを対象とした「セルフケア講座」及び「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みました。		
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）及び自殺対策強化月間（3 月）における広報誌及び市ホームページでの周知・啓発、自殺対策庁内連絡会議の開催（2 回）			
R7 実績	悩み相談窓口一覧の作成・配布		2,500 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 （中学生向けクリアファイル）		3,000 部（市内公立中学校に配布し、各中学校から生徒に配布）	
取り組み概要	・ 悩み相談窓口一覧に LINE やチャットなど SNS で相談可能な窓口も掲載しました。 ・ 「健康だより」にこころの悩み相談連絡先を掲載し、全戸配布しました。 ・ 18 歳になった方へ「生きるのがつらくなったとき」の相談連絡先が記載されたちらしを送付しました。 ・ 市内高校生を対象に高校生向けの悩み相談窓口一覧ちらしを作成し、夏休み前に配布を行いました。			

	・中学生向けのクリアファイルや高校生向けちらしに R6 に兵庫ブルーサンダーズと協働で作成した動画の 2 次元コードを掲載し、自殺対策動画を通して、市内中・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。 ・自殺対策と関連性のある庁内部署を対象として自殺対策庁内会議を開催し、自殺対策の取り組みに関する協議を行いました。
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		
R7 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		1 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		4 校
取り組み概要	・スクールカウンセラーが SOS の出し方に関する教育プログラムを児童生徒や保護者向けに実施しました。 ・社会福祉士や精神保健福祉士等の資格を有するスクールソーシャルワーカーを配置し、関係機関と連携しながら、不登校、いじめ、学級・学習不適応などに関する相談支援を行いました。また、スクールカウンセラー（心理の専門家）を配置し、児童生徒及びその保護者の学校生活における課題を教職員等と連携し、早期解決を図りました。 ・市内中学生及び市内小・中学校の教職員（特別支援学校を含む）を対象に、自分自身を大切にセルフケアの考え方や、悩みを抱えた人への声のかけ方・寄り添い方（ゲートキーパーとしての役割）を身に着ける講座を開催しました。		
今後の展開	・児童生徒や保護者が困った時に相談しやすい教育相談体制の整備に努めます。 ・課題を有する生徒の背景が複雑化する中で、子どものサポーターや S C、S S W などが協働し、組織的な取組が行えるように支援します。 ・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。		