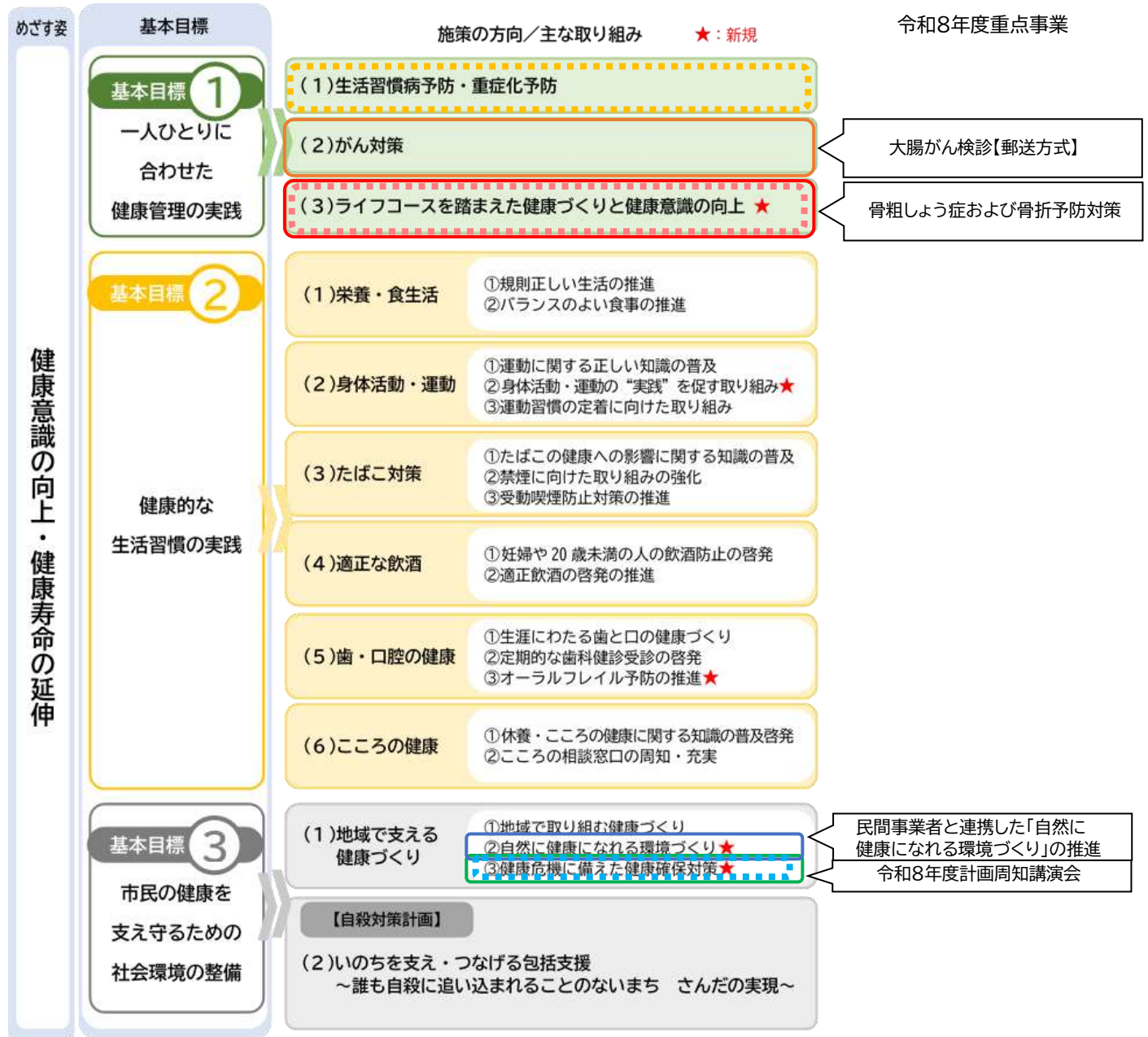


健康増進事業の取組状況と今後の事業展開について

第3次健康さんだ21計画 体系



令和7年度重点事業

- 女性の健康づくりの推進
- 自宅で受けられる特定保健指導
- 新型インフルエンザ等対策行動計画の改定

令和8年度重点事業

- 大腸がん【郵送方式】
- 骨粗しょう症および骨折予防対策
- 民間事業者と連携した「自然に健康になれる環境づくり」の推進
- 令和8年度計画周知講演会【基調講演】

I 令和7年度重点事業の取組報告

1 女性の健康づくりの推進

- ・健康日本21(第3次)において「女性の健康」の視点が取り入れられ、第3次健康さんだ21計画においても新規項目として「ライフコースを踏まえた健康づくりと健康意識の向上」を取り入れた。女性は男性に比べて日常生活に制限がある期間が長いという点や、女性はホルモンの変化に伴い人生の各段階においてかかりやすい病気や表れる症状が異なるという特性があり、女性特有の健康課題について取り組みを行うことが必要である。
- ・三田市の令和5年度の入院・外来の件数および医療費においては「筋・骨格系」の疾患が上位を占めており、要介護認定者の内、筋骨格の疾患を持つ人は約6割を占める。三田市では急速に高齢化が進んでおり、脆弱性骨折による健康寿命の短縮およびQOLの低下を防ぐとともに医療費等の社会保障費の増大を抑制するため、骨粗しょう症を含む女性の健康についての取り組みが必要である。
- ・30歳以上の女性を対象に集団健診で骨粗しょう症検診を実施しているが、令和5年の三田市の骨粗しょう症検診を受診した人は3.3%と低い。また令和5年度の検診で要精密検査と判定後、精密検査を受診した人も33.7%と低い。骨粗しょう症検診や精密検査の受診の重要性を啓発していくことが必要である。
- ・第2次三田市食育推進計画(令和5～9年度)の3つの重点対象の中で、令和7年度は「若い世代への取り組み」を重点的に行い、「若年女性のやせ」は将来の骨粗しょう症のリスクになる等、ライフコースアプローチの視点もふまえ、食育とともに取り組みを推進する。

(1)第3次健康さんだ21計画周知講演会(「のぼそう！健康寿命」講演会)

○事業内容

- ・開催日時 令和8年3月20日(金・祝)
〔基調講演〕13時30分～15時00分
〔健康チェックブース〕9時00分～16時00分

・内 容

①基調講演「今と未来の私のために～知っておきたい女性の健康について～」

第1部 年齢を重ねても私らしく輝くために

第2部 “月経”をもっと知って、もっとラクに

講師：あさぎり病院 副院長 田中 あゆみ 氏

②健康チェックブース

〈協力〉まち健事務局(エイチ・ツー・オー リテイリング株式会社※現エイチ・ツー・オー ネクト株式会社)

骨ウェーブ、血管年齢測定、肌年齢測定、ベジミル、Anura

③講師による個別相談



○参加者数

基調講演：67名 うち講師個別相談：5名

健康チェックブース(基調講演参加者+健康チェックのみ参加者)：164名



○基調講演参加者アンケート結果

- ・講演参加のきっかけ：「健康寿命について興味があった(66%)」「女性の健康について興味があった(63%)」「体験ブースに参加したかった(60%)」が上位
- ・イベント全体の満足度：全員(100%)が「満足・おおむね満足」と回答。満足度の理由として「講師の話が分かりやすかった」「健康チェックが楽しかった」「自分の身体を知るきっかけになった」等。

(2)民間事業者と連携した市内商業施設等での健康チェックイベントにおける啓発

- 事業内容 〈協力〉まち健事務局(エイチ・ツー・オー リテイリング株式会社 ※現エイチ・ツー・オー ネクト株式会社)
 - ・開催日時 ①令和7年12月7日(日) ②令和8年1月24日(土) ③令和8年2月7日(土)
 - ・実施場所 ①エキマエアキチ※北摂コミュニティ開発センター主催「ひらくマーケット」と同時開催
②キッピーモール4階催事スペース ③阪急オアシスえるむプラザ北隣3階
 - ・内 容 健康チェック:骨ウェーブ、血管年齢測定、肌年齢測定、ベジミル、Anura 等
「のぼそう!健康寿命」講演会の周知、健(検)診予約サポート
市骨粗しょう症予防啓発ブース:骨粗しょう症簡易スクリーニング(OSTA)、健骨クイズ
こども向け骨スタンプ
- 参加者数:延べ約500名 うち市啓発ブース391名

(3)食育推進計画に基づく若い世代を対象とした取り組み(高校生へのアプローチ)

- 事業内容
 - ・市内高校への食育出前講座の案内(チラシ送付および電話での案内)
 - ・有馬高等学校定時制課程における食育講座を実施。探究授業において、三田市の高校生の食生活に関する講話および健康アクションへの取り組み、グループワークの実施。
- 参加者数 2回延べ30名

(4)健康だよりにおける啓発記事の掲載

- 7月に市内全戸配布の「健康だより」において、女性特有の健康課題に関する記事を掲載



(5)その他

- 骨粗しょう症の精密検査実施医療機関情報の集約
- 在宅医療・介護連携支援センター実施の市民講座(骨粗しょう症予防・骨折予防)において、市保健師による骨粗しょう症検診の啓発を実施:参加者89名
- ピンクリボンキャンペーンによる乳がんおよびがん検診、プレスト・アウェアネスの啓発(10月)

(1)~(5)評価および今後の展開

- ・講演会、イベント、出前講座など様々な機会を通じて、女性特有の健康課題や骨粗しょう症・骨折予防を含めた女性の健康について啓発が実施できた。
- ・講演会は、基調講演に加えて健康チェックブースを設けたことで多くの方に参加いただけた。参加者は20歳代~50歳代が全体の36%を占め、例年の講演会に比べると若い方も含めた幅広い世代に参加いただけた。また民間事業者に協力いただくことで、行政だけでは実施できない健康チェックブースが実施できた。講演会については、令和8年度は第3次健康さんだ21計画の新規項目である「健康危機に備えた健康確保対策」の感染症予防をテーマに、引き続き開催予定。
- ・民間事業者と連携したイベントにおいて実施した骨粗しょう症の簡易スクリーニングでは、リスクがある方に対して、直接骨粗しょう症検診の受診勧奨をする機会となり、自身の骨粗しょう症リスクや検診について知ってもらえる機会となった。
- ・今後も性別や年代に応じて健康課題が異なることを踏まえ、それぞれの対象に合わせた健康づくりの情報発信に努める。令和8年度は新たに75歳以上の男性を骨粗しょう症検診の対象に拡充することも含め、骨粗しょう症・骨折予防対策を重点事業として実施していく。

2 生活習慣病予防・重症化予防

(1) 自宅で受けられる特定保健指導

○主 旨

- ・これまで特定保健指導の実施率向上のため、集団健診当日の初回分割面接実施や、保健師による電話勧奨、イベント型特定保健指導(健康機器測定会)など、利用しやすい環境整備を行ってきたが、実施率は伸び悩んでいる状況。保健指導は原則「対面」で実施しており、利用しない主な理由としては「忙しく時間がとれない」という人が多い。
- ・忙しいという理由で特定保健指導の時間がとれない人でも気軽に利用できるように、日常生活を変えることなく体重測定ができるバスマットやLINEでの通知・「オンライン」面談を活用した、日時や場所にとらわれることのない保健指導を試行的に実施し、利用率向上を目指す。

○事業内容

・委託期間

令和7年9月～令和8年10月

・対象者

三田市国民健康保険被保険者のうち、令和7年度の特定健診の受診者で特定保健指導の対象者となった者で、利用を希望する者

・内容

- ・体重測定ができるバスマットを無料でレンタルし、毎日のお風呂あがりに3秒乗ることで、体重をアプリに記録。アプリを開かなくても、体重の変化を通知することで、身体の小さな変化を日々意識でき、健康意識を自然に高める。
 - ・LINE を活用したオンライン保健指導の実施。休日や夜間の相談も可能。
- ##### ・周知方法
- ・集団健診会場におけるチラシ配付
 - ・対象者に特定保健指導の案内を発送
(上記特定保健指導だけでなく、他の利用方法についても案内)
 - ・保健師による電話勧奨



○利用者(令和8年6月末現在)

5名初回面談完了・継続支援中

○評価および今後の展開

- ・令和8年3月末までの申込者がいなかったため、令和8年4月に事業内容・申込方法が分かりやすくなるようにチラシを改訂した。チラシ改訂後は利用者が5名と増え、年齢は40歳代～60歳代前半と若い層であった。自宅から受けられるというメリットに一定のニーズはあり、利用率向上に寄与するものと考えられるが、現状では利用者が少なく効果検証が難しいため、令和8年度受診者も対象に含め、さらに1年試行実施を継続する予定。
- ・これまで実施してきた電話での利用勧奨に加えて、利用券発行者に対する案内チラシの郵送を毎月実施することで、電話勧奨だけでは繋がらなかった方にも案内ができるようになった。令和8年度からは健診会場における勧奨を集団健診だけでなく個別健診でも実施できるように新たにチラシを作成・配付することで利用勧奨を強化する。
- ・特定保健指導全体の実施率としては、健診当日の初回面談実施率が低下していること、「自宅で受けられる特定保健指導」の利用者が少なかったことで、利用率(速報値)は低下している。引き続き対象者が特定保健指導を利用しやすい環境づくりや利用勧奨の強化、特定保健指導実施機関との連携を図っていく必要がある。

3 健康危機に備えた健康確保対策

(1) 新型インフルエンザ等対策行動計画の改定

○主 旨

- ・平成25年4月に施行された新型インフルエンザ等対策特別措置法(以下特措法)を受け、平成27年3月に「三田市新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定した。
- ・平成25年作成の政府行動計画は、強毒性鳥インフルエンザA(H5N1亜型)によるパンデミックを想定したものだったが、令和元年に発生した新型コロナウイルスの特徴とは異なっており、国、県、市の準備する行動計画では対応できなかった。そのため、次なる感染症危機への備えとして、令和6年7月に政府行動計画が改定、令和7年3月に兵庫県行動計画が改定されたことに伴い、市行動計画についても新型コロナウイルス感染症の経験を踏まえた改定を行った。

○計画の位置づけ

特措法第8条の規定に基づく新型インフルエンザ等対策の実施に関する市行動計画

〈対策の目的〉※現計画から変更なし

- ・感染拡大を可能な限り抑制し、市民の生命及び健康を保護する
- ・市民生活及び地域経済に及ぼす影響が最小限となるよう取り組む

○改定の概要

項目	前計画	改定計画
策定/改訂	平成27年3月策定	令和8年3月改定
対象疾患	強毒性の新型インフルエンザを想定	新型コロナウイルス、新型インフルエンザ、それら以外の呼吸器感染症も念頭に記載を充実
発生段階 ↓ 対策段階	【発生段階】 ①未発生期 ②海外発生期 ③県内発生早期(市内未発生期含む) ④県内感染期(市内感染期を含む) ⑤小康期	【対策段階】 ①準備期 ②初動期 ③対応期
平時の準備	・未発生期の対応として記載 ・訓練の実施は明記せず	・準備期の取り組みを充実 ・平時から実効性のある訓練を定期的実施
対象項目	①実施体制、 ②情報収集・提供、 ③予防・まん延防止、④予防接種、 ⑤医療、体制、 ⑥市民生活及び市民経済の安定の確保	①実施体制、 ②情報提供・共有、 <u>リスクコミュニケーション</u> 、 ③まん延防止、④ <u>ワクチン</u> 、 ⑤医療、⑥検査、⑦保健、⑧物資、 ⑨市民生活及び地域経済の安定の確保 ※下線項目が新規

○評価および今後の展開

- ・学識経験者の専門的意見を聴取する中で、新型コロナウイルス感染症対応での課題を聞き取り、その経験を踏まえた見直しを行うことができた。今後は機構の変更に伴う、担当部局名の時点修正を行っていく。
- ・次なる感染症のまん延に向け、引き続き、国、県の動向を注視し、体制整備に努める必要がある。
- ・市健康増進計画に於いても「健康危機に備えた健康確保対策」を主な取組に掲げていることから、市健康増進計画周知講演会や、出前講座等を通じ、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。

Ⅱ 令和8年度の事業展開について

1 がん対策

(1)大腸がん検診【郵送方式】

- ・大腸がんは女性のがん死亡原因の1位、男性でも肺がん、胃がんの次に多く、高齢化を背景に罹患数と死亡数は増加傾向にあるが、早期発見により100%近くの完治を見込むことができる。
- ・三田市においては、直腸がんの男女別標準化死亡比が県内平均より高くなっているが、これまで年間35回の集団健診会場に検体を持参する必要があるため受診機会が非常に限られており、大腸がん検診受診率は県内平均より低くなっている。
- ・健康寿命延伸のためには、集団健診でのみ実施している大腸がん検診の受診機会を拡大し、利便性の向上を図る必要があるため、郵送方式による個別検診を導入する。

○事業内容

- ・対象者:40歳以上の市民 ※集団健診もしくは郵送方式のいずれかを年度内に1回受診可能
- ・検査方法:便潜血反応検査2日法
- ・申込期間:令和8年6月15日～令和9年2月28日(払込完了または消印有効)
- ・検診料金:600円(コンビニエンスストア、郵便局等を利用する場合は別途払込手数料が必要)
《無料対象者》・年度末年齢40歳の人
・年度末年齢75歳以上の人
・市民税非課税世帯または生活保護世帯の人(要事前申請)

○周知方法

- ・40歳の節目年齢の無料対象者には申込書を送付
- ・特定健診の個別医療機関に設置し、希望者に申込書配布
※次年度以降は今年度受診者には事業者より自動的に勧奨通知が送付可能
- ・全戸配布の健康だよりや各種保健事業、イベントにおける啓発・受診勧奨

41歳以上の三田市民の皆様へ！

大腸がん検診【郵送方式】のご案内

早期の大腸がんには症状はありません
40歳以上は症状がなくても年1回の大腸がん検診が大切です！
忙しくてがん検診を受けられない...自宅で大腸がん検診を受けてみませんか？

対象者 41歳以上の三田市民 (昭和61年4月1日以前生まれ)

検査方法 便潜血検査2日法

検診料金 ○41歳～74歳…600円
(別途、振込手数料110円が必要です)
健康増進課窓口で検診料金をお支払いいただくことも可能です
(窓口でお支払いの場合は振込手数料は不要です)
※生活保護世帯または市民税非課税世帯の方は事前申請により
無料となります。健診予約専用ダイヤルまでお問合せください
(079-559-8400)

○75歳以上…無料

申込期間 令和9年2月28日(日)まで(払込完了または消印有効)

ご注意

- ・受診日(検体の採取日)現在で三田市に住民票がない方は受診することができません
- ・大腸がん検診は集団健診か【郵送方式】のいずれかを1年度内に1回受診できます

三田市長 大腸がん検診係 079-559-8400
三田市長 大腸がん検診係 079-559-8400
三田市長 大腸がん検診係 079-559-8400

大腸がん検診【郵送方式】の流れ

申込・支払

- 1 次ページの申込はがきに必要な事項を記入してください。
(ふりがな・氏名・生年月日・性別・住所・電話番号)
- 2 はがきを切り取り線にそって切り取り、添付の保護シールを貼付してください。
- 3 申込はがきをポストに投函してください。※切手は不要です。
- 4 41歳～74歳の方 申込はがきの到着後、払込票を郵送いたします。コンビニエンスストアで、検診料600円(別途手数料がかかります)をお支払いください。
入金確認後(約10日)、順次受付をして検体キットを郵送いたします。
75歳以上の方 申込はがきの到着後、順次受付をして検体キットを郵送いたします。

申込期限 令和9年2月28日(日)まで(払込完了または消印有効)

健康増進課窓口でのお支払いを希望の場合ははがきを郵送する前に、
直接窓口にお越しください

※返却時は申込受付から検体キット到着まで、4週間程度かかる場合があります。

便を採取

自宅に届く検体キットで2日分の便を採取

検体をポストに投函

採取した2日分の検体を返信用封筒に入れてポストに投函
全検査結果は検体到着から2週間後に発送します。

検体検出期限 令和8年6月15日(月)～令和9年3月25日(木)

○実績 令和8年7月16日時点

申込み:343件

2 骨粗しょう症および骨折予防対策

- ・骨折をはじめとする筋・骨格系疾患は、後期高齢者の医療費において最も多くの割合を占めている。
- ・三田市の入院レセプト件数は国平均の約1.4倍であり、高齢化の進展により今後さらに増大が見込まれる。
- ・高齢者の3人に1人は1年に1回以上転倒し、そのうち約10%が骨折に至る。転倒後は寝たきりへの移行や再転倒・再入院の割合が高く、転倒後1年以内の死亡率は25%にもものぼる。
- ・大腿骨骨折の場合、5年後の生存率は33%であり、がんよりも予後が悪く、特に男性は骨折後の余命が短い傾向にある。
- ・骨折は介護が必要となる要因としても上位にあることから、骨折予防対策は三田市の健康寿命の延伸において重要な課題である。
- ・令和8年度は、骨粗しょう症を早期に発見し、治療に繋げるため、疾患の認知度の向上を目的として、既存事業の場や民間事業者によるイベント等で簡易スクリーニングや骨粗しょう症に関する啓発を実施すると共に、集団健診における骨粗しょう症検診の対象者に、従来の30歳以上の女性に加え、75歳以上高齢男性を追加し、骨粗しょう症および骨折予防対策を重点的に実施する。

(1)骨粗しょう症検診の対象者拡充

集団健診における骨粗しょう症検診の対象者に、従来の30歳以上の女性に加え75歳以上の男性を追加することで、早期発見を目指す。

	令和7年度	令和8年度
対象者	30歳以上の女性	30歳以上の女性 【新】75歳以上の男性
内容	かかとの骨の骨密度測定(超音波検査)	
検診料金	1,200 円(年度末年齢75歳以上は無料)	

(2)集団健診会場における骨折予防啓発

○事業内容

- ・目的:骨折と身体的フレイル予防健康教育および健康相談を実施し、受診者が自身の骨粗しょう症リスク状態を把握するとともに骨粗しょう症予防について知ること、骨折や身体的フレイル予防のための行動に繋げる。
必要な人には医療機関への受診勧奨を行い、早期に医療受診を促す体制構築を図る。
- ・対象者:令和8年度集団健診受診者のうち後期高齢者基本健診受診者(約2000名)



(3)シニアのための3ステップ 骨折予防教室

○事業内容

- ・対象:市内在住の65歳以上の高齢者で各会場の全日程(3日間)に参加できる者
- ・実施主体:三田市と三田市地域包括支援センター共催
- ・実施場所:三田会場(まちづくり協働センター)
フラワータウン会場(フラワータウン市民センター)
ウディータウン会場(ウディータウン市民センター)、広野会場(広野市民センター)
- ・内容:1日目 測定→体組成計、骨密度測定器等を使用し、骨折リスクを把握
2日目 講話→保健師、管理栄養士等による骨折予防に関する講話
3日目 運動→リハビリ専門職による転倒予防のための運動講座



(4)民間事業者と連携した啓発キャンペーン

民間事業者と連携し、楽しみながら学ぶことができる骨粗しょう症・骨折予防の啓発活動を推進する。

3 自然に健康になれる環境づくり

(1)民間事業者と連携した「自然に健康になれる環境づくり」の推進

- ・健康寿命の延伸・健康格差の縮小のためには、健康に関心を寄せる余裕のない人を含む、無関心層へのアプローチが必要であり、日常生活の中で自然と健康に関する情報が得られる仕組みを整えるとともに、健診受診を含めた健康行動が負担感なく始められる環境づくりが重要である。
- ・そのためには、行政が単独で取り組むのではなく、地域や民間事業者などと連携し、楽しみながら学ぶことができる健康づくりの啓発活動を推進することが求められる。
- ・楽しみながら学ぶことができる健康づくりの啓発活動のひとつの手法として、令和7年度に新たに健康づくりに関する連携協定を結んだ民間事業者が実施する、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、官民協働で「自然に健康になれる環境づくり」を目指す。

「まちかど健康チェック」の実施

〈協力〉まち健事務局エイチ・ツー・オー ネクスト株式会社

○概要

「健康をおもしろく」をコンセプトに、商業施設等の日常生活動線上での気軽な健康チェックをきっかけに健康行動を促す健康チェックイベント



○令和7年度実績

- ・開催日時 ①令和7年12月7日(日) ②令和8年1月24日(土) ③令和8年2月7日(土)
- ・実施場所 ①エキマエアキチ※北摂コミュニティ開発センター主催「ひらくマーケット」と同時開催
②キッピーモール4階催事スペース ③阪急オアシスえるむプラザ北隣3階
- ・内 容 骨ウェーブ、血管年齢測定、肌年齢測定、ベジミル、Anura 等
「のばそう！健康寿命」講演会の周知、健(検)診予約サポート、市骨粗しょう症予防啓発ブース
- ・参加者数 延べ約500名 うちアンケート回答341名
- ・評 価 参加者の満足度は92%、健康意識が「高まった」と答えた人は94%と高く、直接的に市健診の予約へと繋げることもできた。健康への関心を高めると共に、健診受診を含む健康行動に繋げることができたと考える。
→令和8年度以降の継続的な事業展開に繋げていく必要がある。



○令和8年度実施内容

- ・開催日時 令和8年6月21日(日)～23日(火)
- ・実施場所 キッピーモール4階催事スペース
- ・内 容 骨ウェーブ、笑顔測定、Anura 等
健(検)診予約サポート、大腸がん検診【郵送方式】啓発、市大腸がん検診啓発ブース
- ・参加者数 延べ182人 うちアンケート回答157人、市啓発ブース187人(市ブースのみの参加者あり)、
大腸がん検診郵送方式申込13件、
特定健診/後期基本健診/肺がん/胃がん/大腸がん/前立腺がん検診申込 各1件

→令和8年度下半期にも商業施設においてイベントを実施予定。詳細は今後事業者と調整予定。

大腸がん検診、骨粗しょう症・骨折予防等の啓発、健(検)診予約サポートなど検討中。

4 健康危機に備えた健康確保対策

- ・これまでの「三田市新型インフルエンザ等対策行動計画」では、令和元年に発生した新型コロナウイルスの特徴とは異なっており、国、県、市の行動計画では対応することが出来なかったため、令和6年7月に「新型インフルエンザ等対策政府行動計画」、令和7年3月に「兵庫県新型インフルエンザ等対策行動計画」が改訂された。これに伴い、平成27年に策定した「三田市新型インフルエンザ等対策行動計画」についても新型コロナウイルス感染症対応の経験を踏まえ、令和8年3月に見直しを行った。
- ・第3次健康さんだ21計画において、新規項目として「健康危機に備えた健康確保対策」を主な取組に掲げていることから、市民に対しても感染症や予防接種に関する正しい知識について啓発を行っていく必要がある。第3次健康さんだ21計画の周知および感染症・予防接種に関する正しい知識の啓発を目的として講演会を実施する。

(1)第3次健康さんだ21計画周知講演会(「のぼそう！健康寿命」講演会)

○事業内容(案)

- ・開催日時 令和9年1月10日(日)、1月11日(月・祝)、1月24日(日) のいずれか
〔基調講演〕13時30分～15時30分
〔健康チェックブース〕今後調整
- ・会場 三田市総合福祉保健センター
〔基調講演〕1階 多目的ホール
〔健康チェックブース〕1階ロビー、ギャラリー等 今後調整
- ・対象者 市民約100名

・内 容

①基調講演

講師：医師および感染管理認定看護師

テーマ：感染症とその予防法、対処法

ア 医師による講話

イ 感染管理認定看護師による講話

(感染及び感染経路について、主な感染症の症状及び対処法について、適切なマスクの着用方法・正しい手指消毒の方法など)

②民間事業者による健康チェックブース

骨ウェーブ、血管年齢測定、肌年齢測定、ベジミル等検討中

○周知方法

- ・12月号広報紙および市ホームページに掲載
- ・チラシの配布(市内公共施設、医療機関、歯科医療機関、薬局、市内園所、集団健診会場等)
- ・健康推進員へ案内を郵送

○事業評価

終了後にアンケートを実施