

①各計画の概要について

- ・かがし健康応援プラン21(第二次)中間評価
- ・加賀市国民健康保険保健事業等実施計画

①計画の概要について

健康診査及び保健指導等保健事業に関する各計画の位置づけ

健康増進計画（かがし健康応援プラン21）：県…義務 市町村…努力義務

対象：全市民

健康寿命の延伸及び健康格差の縮小の実現に向けて、生活習慣病の発症予防や重症化予防を図る。

法律：健康増進法 第8条 第9条

計画の期間：

第一次 平成14年度～平成23年度（中間評価平成19年度）

第二次 平成25年度～平成34年度（中間評価平成29年度）

保健事業等実施計画：医療保険者（国民健康保険・全国保険協会・市町村共済組合ほか）…義務

対象：国民健康保険被保険者全員

日本再興戦略の閣議決定において、“国民の健康寿命の延伸”を重要な柱として揚げ、全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータ分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための保健事業計画として“データヘルス計画”の作成、公表、事業実施、評価等の取り組む。

法律：平成26年3月 国民健康保険法第82条第4項

保健事業指針の一部改正により策定

計画の期間：第1期 平成27年度～平成29年度

第2期 平成30年度～平成36年度

特定健康診査等計画：医療保険者…義務

対象：国民健康保険40～74歳の被保険者

法律：高齢者の医療の確保に関する法律 第19条

計画の期間：第1期 平成20年度～平成24年度

第2期 平成25年度～平成29年度

第3期 平成30年度～平成36年度

保健事業の中核をなす特定健診及び特定保健指導の具体的な実施方法を定める。

かがし健康応援プラン21(第二次)中間評価の概要

(計画期間:平成25～34年度 策定後5年の平成29年度中間評価)

評価指標 全54項目

目標達成した項目
(33項目61%)

- ・大腸・乳・子宮頸がん検診受診率の向上
- ・脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少
- ・特定健診受診率、特定保健指導実施率の向上
- ・20代女性のやせの減少
- ・40～74歳の肥満者の減少
- ・1日の野菜摂取量の増加
- ・女性の運動習慣者の割合の増加
- ・喫煙する者の減少、自殺者の減少 など

目標値に達していない項目
(20項目39%)

- ・75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少
- ・胃がん、肺がん(男性)検診受診率の向上
- ・40～74歳のメタボリックシンドローム該当者・予備群該当者の減少
- ・糖尿病有病者の増加の抑制
- ・食塩摂取量の減少
- ・男性の運動習慣者の割合の増加
- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者 の割合の減少 など

地区座談会の声

- ・継続して実践できない
- ・具体的に何をしたらいいかわからない
- ・人とつながる環境を作る事が大切

課題

がんによる早世を予防する

よりよい生活習慣の定着化や健康を支え・守るための社会環境の整備が必要

加賀市国民健康保険保健事業等実施計画における 評価と課題

(保健事業実施計画平成27～29年度、特定健診等実施計画平成25～29年度)

改善項目	中長期的な目標の達成	脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少
	短期的な目標の達成	高血圧の改善 脂質異常症の減少
	介護の状況	第2号被保険者要介護認定者数の減少
悪化項目	短期的な目標	糖尿病有病者の増加 メタボリックシンドロームの増加
課題	40～60代対策	糖尿病やメタボリックシンドロームが改善されていない。 60代での医療費が高額な虚血性心疾患や介護になる原因である脳血管疾患の発症が高く、健診を受けていない割合が高い。 特定健診受診率が低い

2つの計画における重点課題

<疾病分野>

- ・75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少
- ・がん検診受診率の向上
- ・虚血性心疾患の発症の抑制
- ・糖尿病有病者の増加の抑制
- ・特定健診受診率の向上
- ・メタボリックシンドロームの該当者・予備群該当者の減少

<生活習慣分野>

- ・食塩摂取量の減少
- ・野菜摂取量の増加
- ・運動習慣者の割合の増加
- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少

<社会環境分野>

- ・生活習慣の定着化や健康を支え・守るための社会環境の整備

めざすもの(理念)の実現に向けた計画体系

めざすもの(理念)……いつまでも元気で健やかに暮らし続けられるまちづくり

基本方針：健康寿命の延伸と健康格差の縮小

基本目標 1

生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

がん・循環器疾患・糖尿病の予防

- 1) 特定健診・若年者健診・がん検診・人間ドックの実施
- 2) 生活習慣病予防セミナー(健康長寿講座)の開催
- 3) 加賀市糖尿病協会と連携した糖尿病性腎症重症化予防
- 4) 特定保健指導

基本目標 2

自立した生活を送るために必要な能力の維持・向上

妊婦・次世代・働き盛り・高齢者のライフステージに応じた健康

- 1) 商工会、各種事業組合等を通じた健診受診勧奨
- 2) 介護予防事業(介護予防基本チェックリスト、介護予防教室等)
- 3) 妊婦歯科健康診査の実施

こころの健康

- 1) ゲートキーパー養成講座
- 2) こころの健康づくり講演会
- 3) 自殺対策計画の策定
- 4) 専門家による相談事業



ノルディックウォーキング会

基本目標 3

健康づくりを進める生活習慣の改善



保健推進員活動



食生活改善推進員活動

基本目標 4

健康を支えるための社会環境の整備

地域のつながり、主体的な健康づくり(市民・企業・大学)

- 1) KAGA タニタ健康プログラム
- 2) KAGA 健幸ポイント
- 3) 保健推進員活動
- 4) 食生活改善推進員活動
- 5) 企業・各種団体・大学と連携した健康づくり活動

栄養・食生活

- 1) 大人の食育講座
- 2) 野菜摂取推進事業
- 3) 減塩推進事業
- 4) 管理栄養士による個々に応じた栄養指導
- 5) タニタ監修メニューの提供

身体活動・運動

- 1) 運動に関するセミナーの開催
- 2) ラジオ体操ステーション認定事業
- 3) KAGA タニタ健康プログラム
- 4) 正しいラジオ体操教室の開催
- 5) ウォーキングマップを活用したウォーキング会の定例開催

飲 酒

- 1) 地区健康講座
- 2) 健診結果に基づいた適正飲酒への個別指導

喫 煙

- 1) たばこの害について啓発普及
- 2) 受動喫煙防止講演会の開催
- 3) 禁煙支援

歯・口腔の健康

- 1) 市歯科医師会との協働による歯周病検診等の実施
- 2) 歯科・口腔保健に関する知識の普及

休 養

- 1) 睡眠や休養についての健康講座・相談の実施

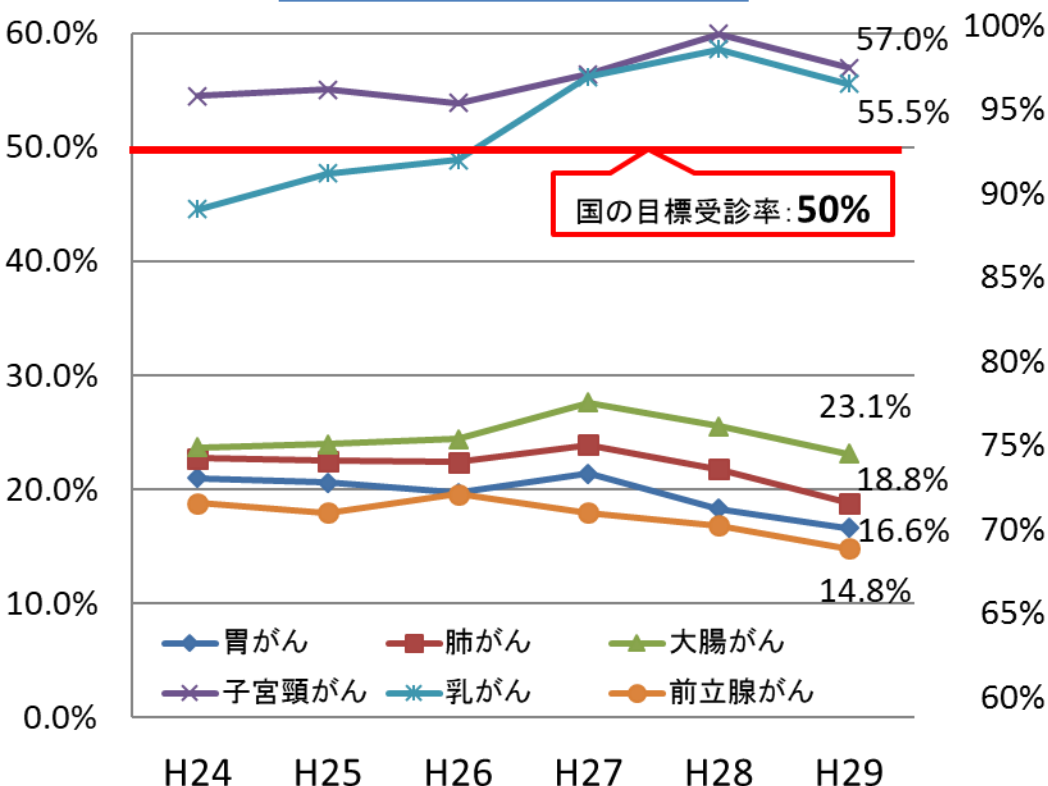
②基本目標における平成29年度の取組み及び評価と 平成30年度の取組み

基本目標1 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

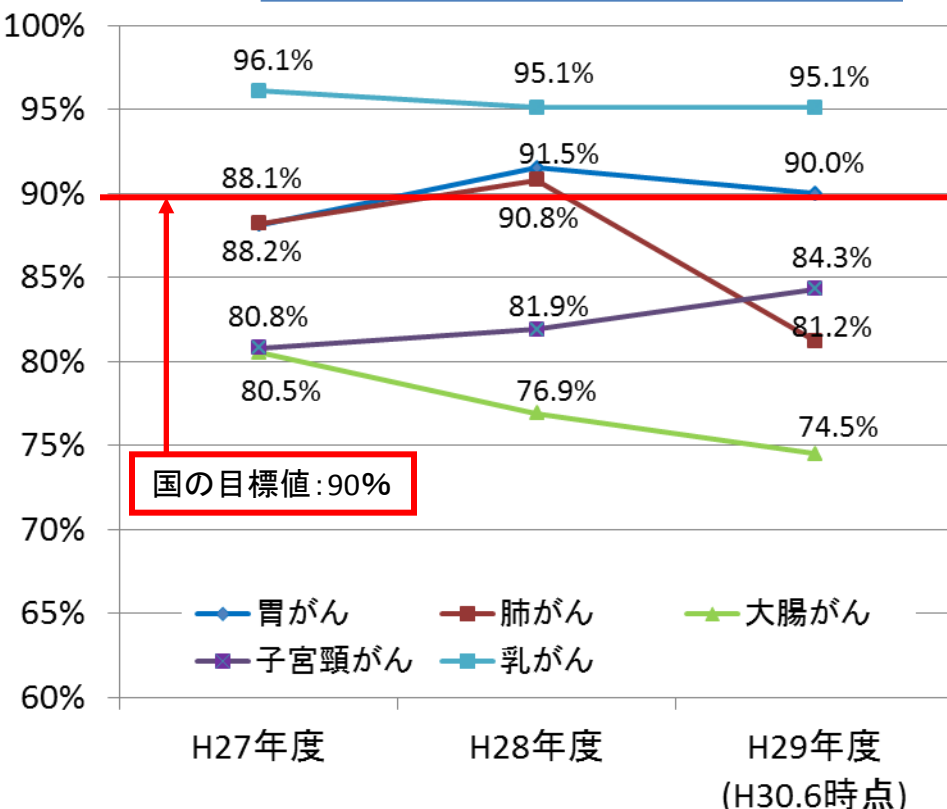
平成29年度の主な取組み <がん>

- ① 胃がん検診(胃内視鏡検査)の導入
市内医療機関8か所で実施 対象者:4473人 受診者:165名 受診率:3.7%
- ② 加賀市医療センターにおける乳がん検診の実施 受診者数 441人
- ・精密検査未受診者への受診勧奨

がん検診受診率の推移



がん検診精密検査受診率の推移



石川県方式により算出 資料:市がん検診結果
対象者...胃・肺・大腸・乳:40~69歳、子宮頸:20~69歳、前立腺:50~69歳

資料:市がん検診結果

平成29年度の主な取組み <循環器・糖尿病>

・40歳・65歳特定健診無料化

受診率:40歳 23.9%(参考:40歳代17.9%)、65歳 45.5%(参考:60歳代41.5%)

・健診未受診者への電話がけによる受診勧奨の実施

電話勧奨者(1,070件)の内、健診受診者4割

・特定健診結果におけるメタボ該当者への保健指導の実施

保健指導対象者 378人 利用者 333人 利用率 88.1%

① 新・メタボ予防・改善のための運動施設5回無料券事業

対 象 者:国保19 歳以上で運動習慣 週1回未満の者

実施施設数:4施設

利 用 者 数:136 人 内、終了(5回利用)した者:94人

効 果:終了した者のうち、体重減少:19人(20.2%)、腹囲改善:45人(47.9%)

運動習慣定着:69人(73.4%)

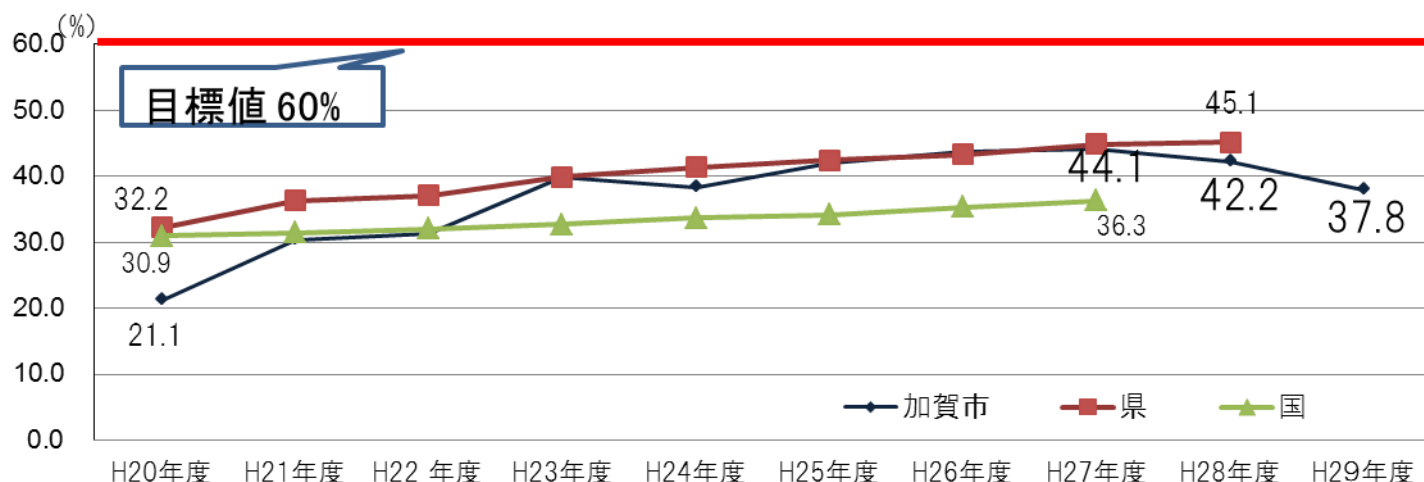
・健診受診者の内、糖尿病未治療者に対しては全数に受診勧奨実施

糖尿病未治療者の医療機関受診率 79 %

① 新・KAGA健幸ポイントを活用し、無関心層へ健診受診を働きかける

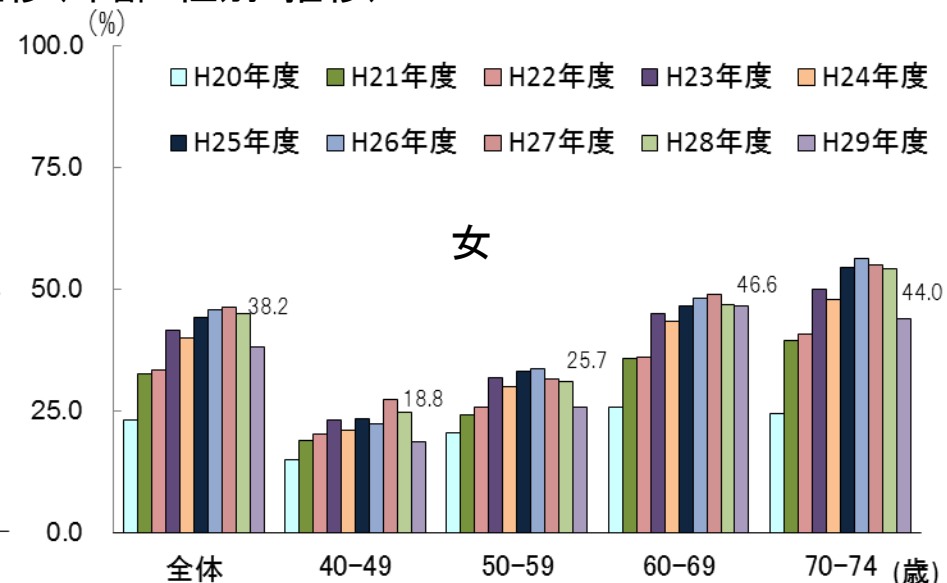
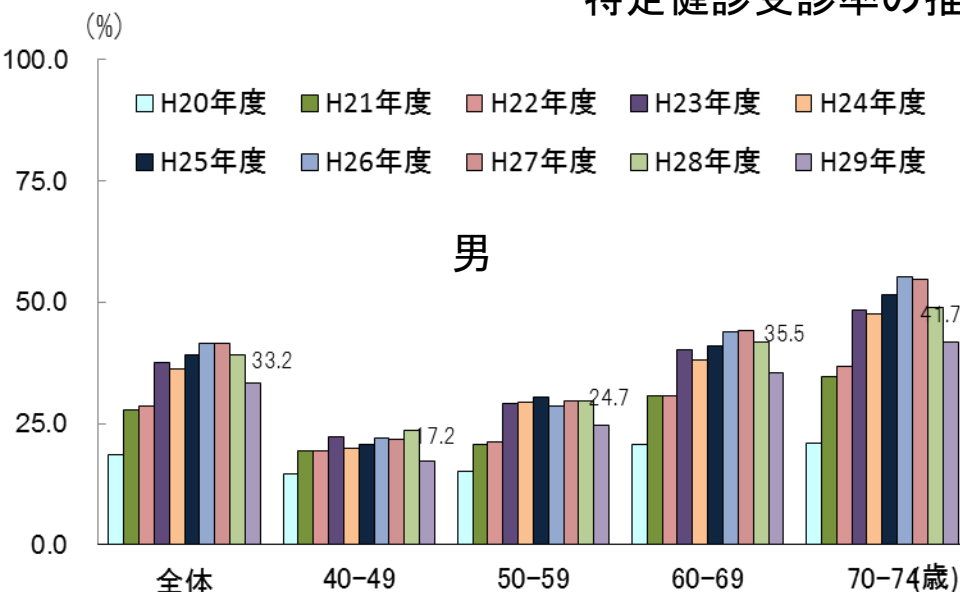
健診受診により5ポイント付与 配布数 5000枚 応募者数 334件 当選者数 147名
アンケート回答者の内、ほとんどの人が食生活および運動習慣において改善していると回答している。

平成29年度の「特定健診受診率」は37.8%（H30.5月末時点）であり、平成27年度をピークに減少傾向である。



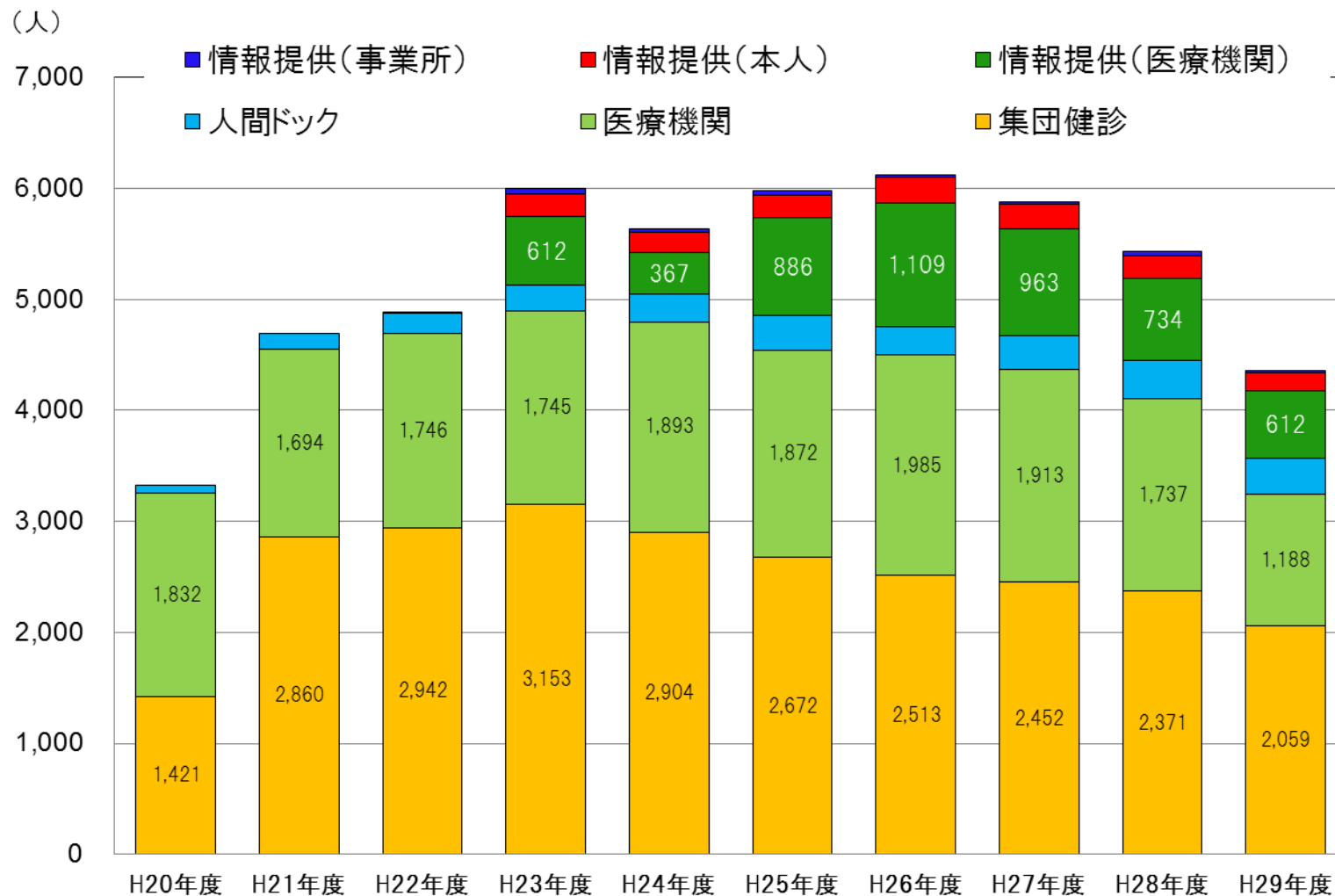
資料：KDBシステムより

特定健診受診率の推移（年齢・性別 推移）

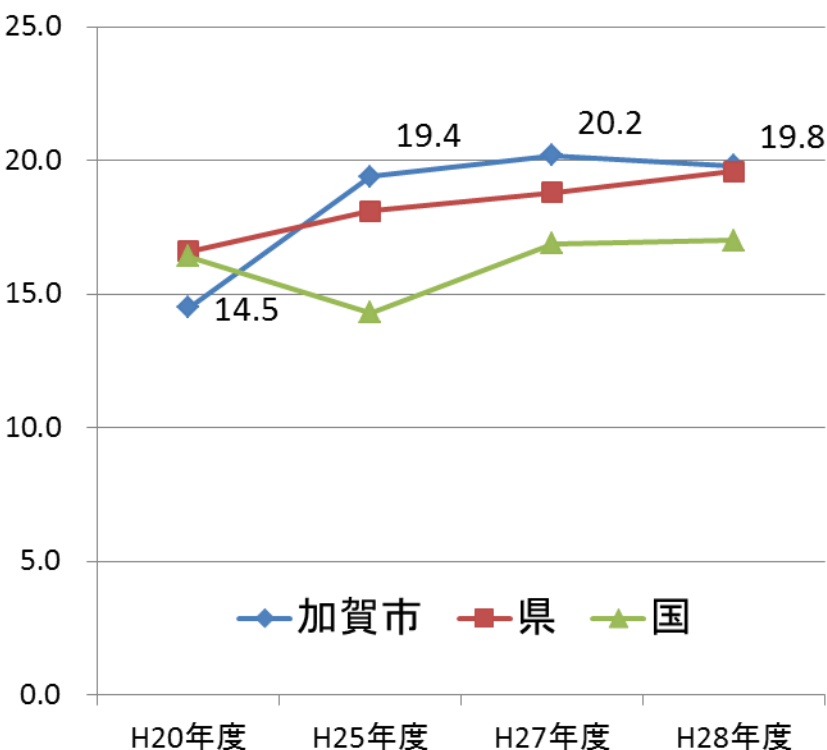


資料：市国保特定健診法廷報告

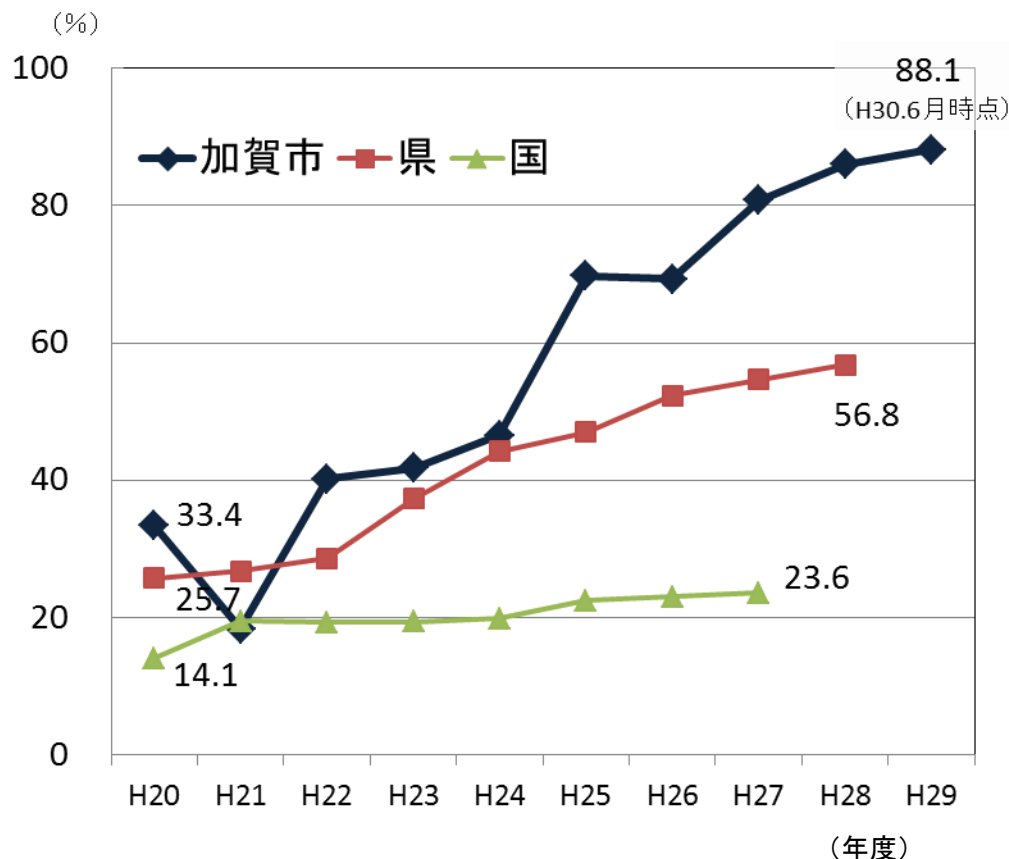
特定健診受診者数の推移と内訳



メタボリックシンドローム該当者の推移 (国・県比較)



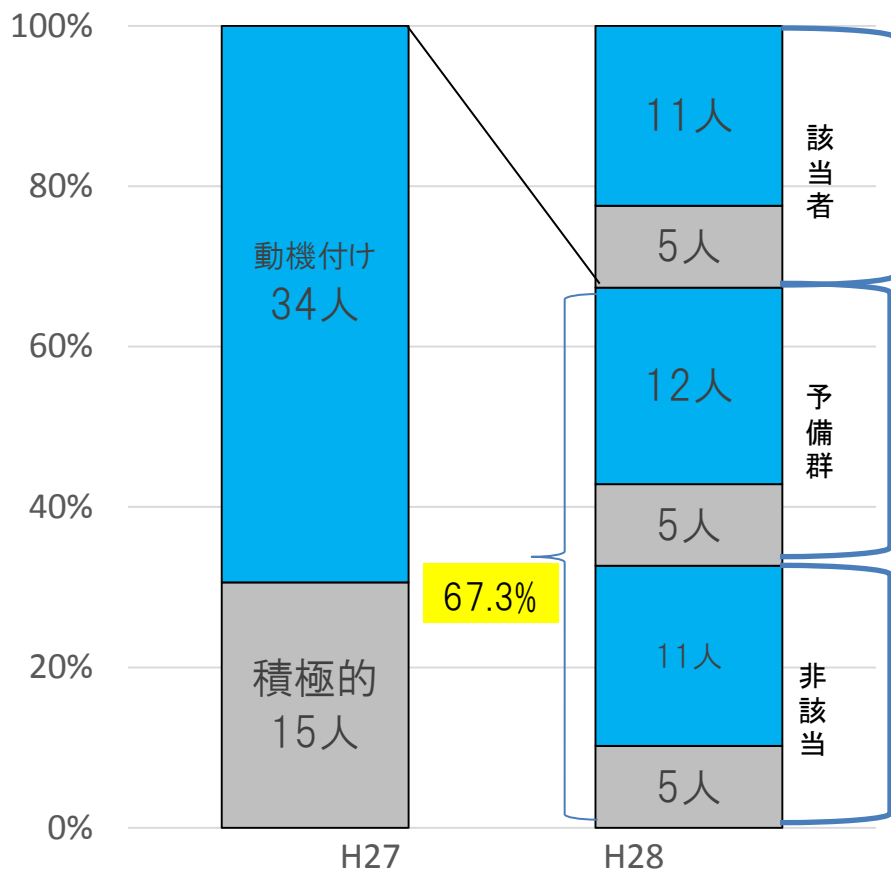
特定保健指導実施率 (国・県比較)



資料: 市国保特定健診法廷報告(市)、
石川県生活習慣病管理指導協議会における
課題健康結果報告(県)、厚生労働省ホームページ(国)

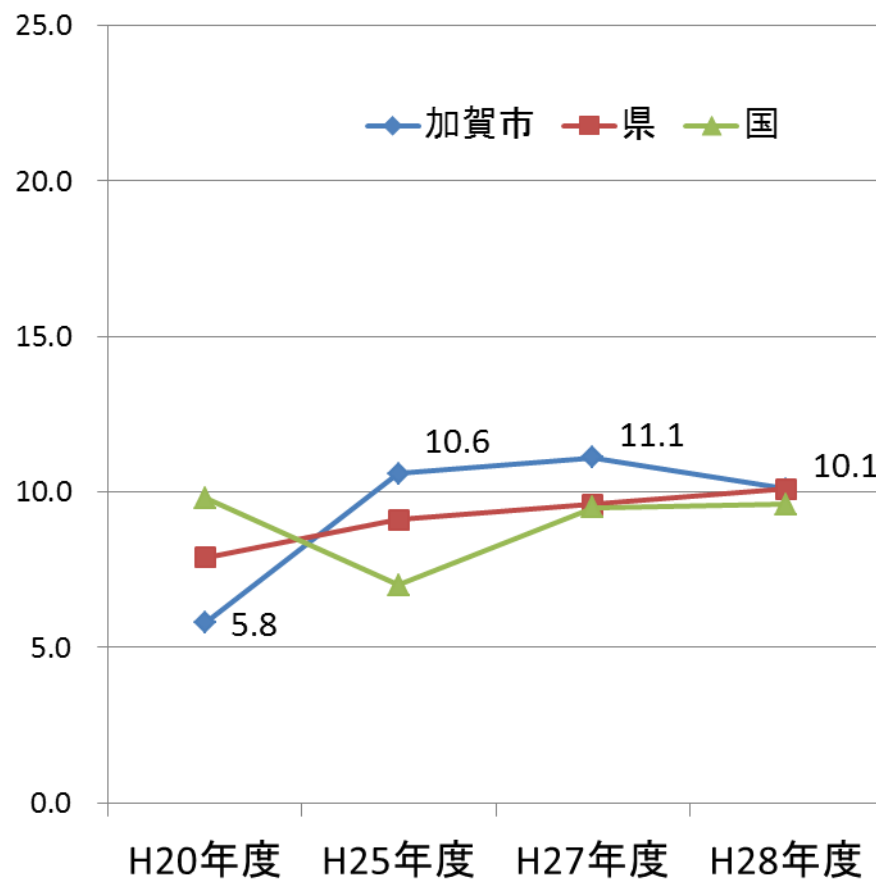
資料: 市国保特定健診法廷報告

メタボリックシンドローム該当者の 次年度メタボ改善状況(H27-28比)



資料: 市国保特定健診法廷報告

糖尿病有病者の推移



資料: 市国保特定健診法廷報告(市)、
石川県生活習慣病管理指導協議会における
課題健康結果報告(県)、厚生労働省ホームページ(国)

評 価

<がん>

- ・がん検診受診率、胃内視鏡検査受診率が伸びなかった。
- ・加賀市医療センターにおける乳がん検診は昨年度の2倍の受診者数であった。
- ・精密検査受診率は肺、大腸、子宮頸がん検診で国の目標値の90%を下回った。

<循環器・糖尿病>

- ・受診率の向上には、40歳、65歳の無料化と未受診者への電話勧奨が効果的であったが全体の受診率としては低下傾向にある。
- ・健診受診者の内訳から、医療機関での健診受診や、医療機関からの情報提供が低下している。
- ・メタボリックシンドローム該当者のうち特定保健指導終了した者は、次年度の健診で約7割弱の者が改善している。
- ・特定保健指導の利用率が高いひとつの要因として、運動施設無料券の導入があったと思われる。また、運動施設5回無料券の活用により、生活改善・健診結果の改善につながった。
- ・ハイリスク者に対する特定保健指導により、メタボの改善がみられた。
- ・糖尿病未治療の者には、受診勧奨を行い約8割を医療機関へとつなげた。

課題解決のための主な取組み(H30年度)


⑧ 新 : 受けやすい検診体制(がん検診)


加賀市民の死亡原因と国保医療費はどちらも「がん」が1位となっていることから、早期発見・早期治療を目的としたがん検診について、60歳の節目年齢で全てのがん検診の自己負担を減額する。


60歳がん検診

60歳の加賀市民の方へ

**受診料
すべて無料**

**無料券**

**60歳** **60歳**

**無料券**

無料券は5月中旬に送付される個人通知に同封されています！

※S32年4月2日～S33年4月1日生まれの方

⑧ 新 : 胃内視鏡検査対象者へ受診券発行

胃内視鏡検査の対象者に、今年度対象であることをわかりやすく示す目的で受診券を同封する。

30年度 胃がん検診(胃内視鏡検査)受診券 受診料 1,500 円 実施期間 平成30年 6月 1日から12月28日まで この受診券を必ずご持参ください。	整理番号 交付年月日 平成30年5月15日 氏名 生年月日 住所 〒 加賀市長 宮元 陸
---	--

拡 : KAGA健幸ポイント事業の拡充

健幸ポイント対象事業を「かかりつけ医での施設健診」や「後期高齢者健診」等に拡充し、ポイントカード配布及びポイント付与の機会を増やし、楽しみながら健康づくりに取り組めるようインセンティブを提供する。

課題解決のための主な取組み(H30年度)

⑧ : 受けやすい健診体制

虚血性心疾患、脳血管疾患等の原因となる、高血圧・糖尿病・高脂血症等の生活習慣病を早期発見し、重症化予防につなげる目的で実施する特定健康診査・若年者健康診査について、健診受診の促進を目的として、40歳・65歳の受診料無料化の継続と対象者全ての自己負担額を減額する。

加賀市国保特定健診

40～74歳の加賀市国民健康保険被保険者の方へ

受診料
500円



ワンコインで受けられる！

※受診料が1000円から500円になりました。1万円相当の健診です。



40歳

受診料
無料



65歳

40歳・65歳の方は無料！

※S53年4月1日～S54年3月31日生まれの方
※S28年4月1日～S29年3月31日生まれの方



心電図検査全員実施！

※医師の判断で、心電図を受けなくて良い場合もあります。

若年者健診

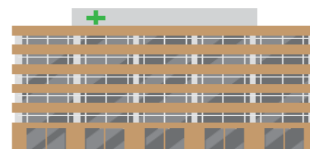
19～39歳の加賀市民の方へ

受診料
500円



ワンコインで受けられる！

※受診料が1000円から500円になりました。



医療機関でも受けられる！

※医療機関で受診を希望される場合は、受診券を発行しますので健康課（TEL 72-7865）までご連絡ください。



課題解決のための主な取組み(H30年度)

メタボ対策(特定保健指導): 食事体験を通じた適量学習(国保被保険者限定)

自らの健康状態を自覚し、自主的に生活習慣の改善に取り組めるための食事指導、生活指導に加え、効果的な教材(食事体験)の活用により、野菜の量、味付け、カロリー等、自宅の食生活と比較し、確認できる学習の機会を提供する。

食事体験会場 ・フィットネスクラブGOLSPO
 レストラン加賀
 ・レストラン さくら



運動施設5回利用券(国保被保険者限定)

メタボリックシンドローム予防に、日々の生活に運動習慣を定着化させることで効果が得られることから、運動習慣のきっかけづくりとして、希望者に利用券を発行する。

市内運動施設 3会場

発行元：加賀市役所 健康課		(平成30年度)
運動施設利用券①		
加賀市大聖寺		
加賀 太郎	様	
〇		
事業所記載欄		
体験日	事業所名	担当
	〇	

課題解決のための主な取組み(H30年度)

生活習慣病重症化予防対策

①糖尿病性腎症重症化予防 ②虚血性心疾患重症化予防 ③脳血管疾患重症化予防
加賀市国民健康保険保健事業実施計画に基づき、健診結果から医療機関受診が必要な人には受診勧奨を治療中の人へは医療機関との連携により重症化予防のため保健指導を実施し、医療と連携した健康管理を行う

項 目	事業概要
受診勧奨判定値者未治療者対策	要医療返書を活用した医療機関受診勧奨 保健指導全数実施
糖尿病等治療中断者対策	経年管理名簿や国保データ管理システム(KDB)を活用した治療中断者への保健指導
糖尿病等治療中者への重症化予防対策	医療と連携した重症化予防保健指導(糖尿病連携手帳等を活用) メタボリックシンドローム対策 KAGA健食健歩プロジェクトとの連動
重症化予防体制の構築	加賀市糖尿病協議会との連携(歯科診療との連携(歯周病疾患))



基本目標2 自立した生活を送るために必要な能力の維持・向上

平成29年度の主な取組み

<ライフステージに応じた健康>

・妊娠期 →「加賀市すこやか親子21(第二次)」に準じて報告

・働き盛り

新・KAGAタニタ健康プログラムの導入

・基本目標1に準じた対策: 特定健診、がん検診、保健指導の実施

・高齢期

新・高齢部局で実施している介護予防事業である各おたっしやサークル代表者へ、健食健歩プロジェクトを説明

・ラジオ体操事業の実施

新・ラジオ体操ステーション認定制度開始: 12団体

・ラジオ体操物品の貸し出し: CD5枚、ラジカセ1台貸し出し

・正しいラジオ体操教室の開催 2回 計158人参加



KAGAタニタ健幸くらぶ

～あなたのペースで楽しみながら健康に～

平成30年度 200名募集

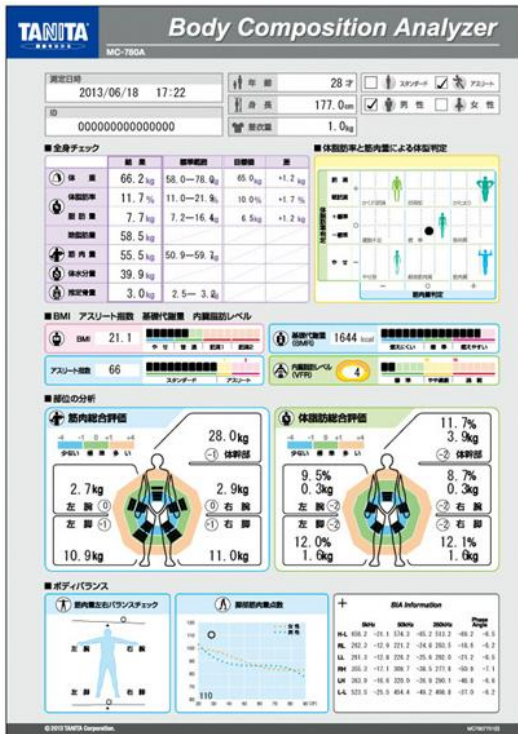
対象：19歳以上の加賀市民



フェリカ搭載 活動量計

＜測定できる項目＞

- ・1日の総消費エネルギー量
- ・歩数 ・歩いた時間
- ・活動エネルギー量



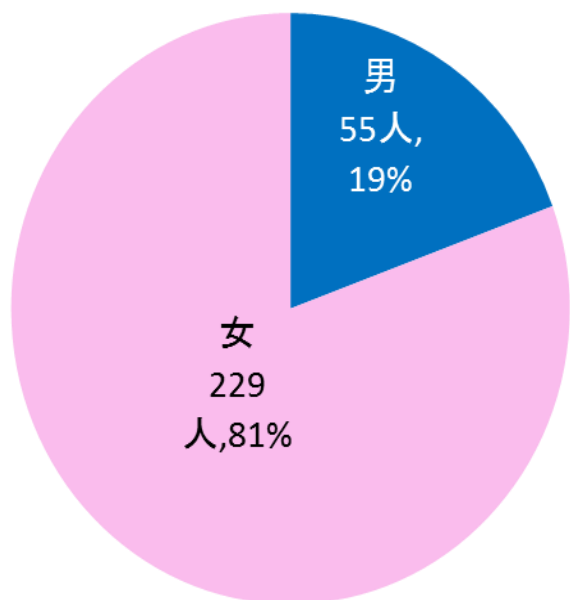
体組成計

＜測定できる項目＞

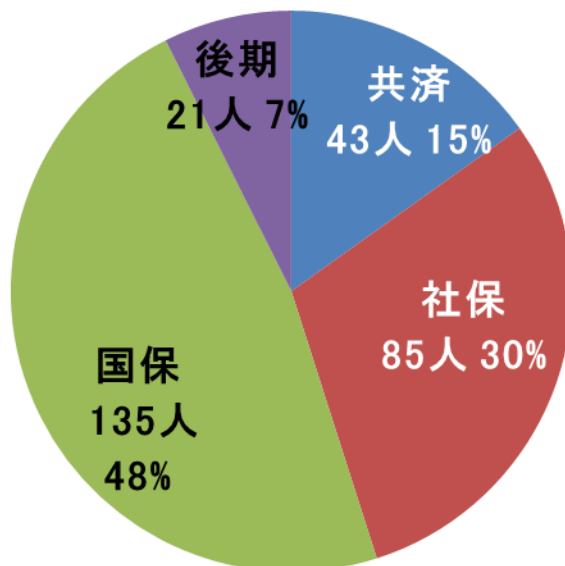
- ・基礎代謝量
- ・体脂肪量
- ・筋肉量
- ・内臓脂肪量 など



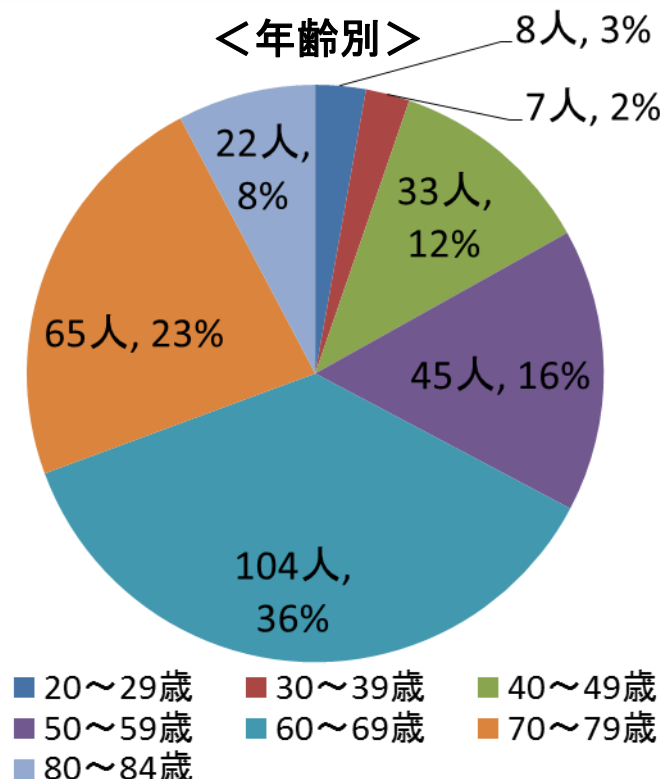
<性別>



<保険種別>



<年齢別>



評価

<ライフステージに応じた健康>

- ・KAGAタニタ健幸くらぶの導入により、20～50代に約33%参加があり生活習慣改善のきっかけづくりの機会となった。
- ・働き世代への健康づくりの推進には、企業をはじめ各種団体等を通じた啓発普及により生活習慣の改善や取組みの必要性を伝えることが重要である。
- ・高齢者の特性に応じた対策を重視するため、介護予防と併せた情報提供や取組みを継続する。

基本目標2 自立した生活を送るために必要な能力の維持・向上

平成29年度の主な取組み

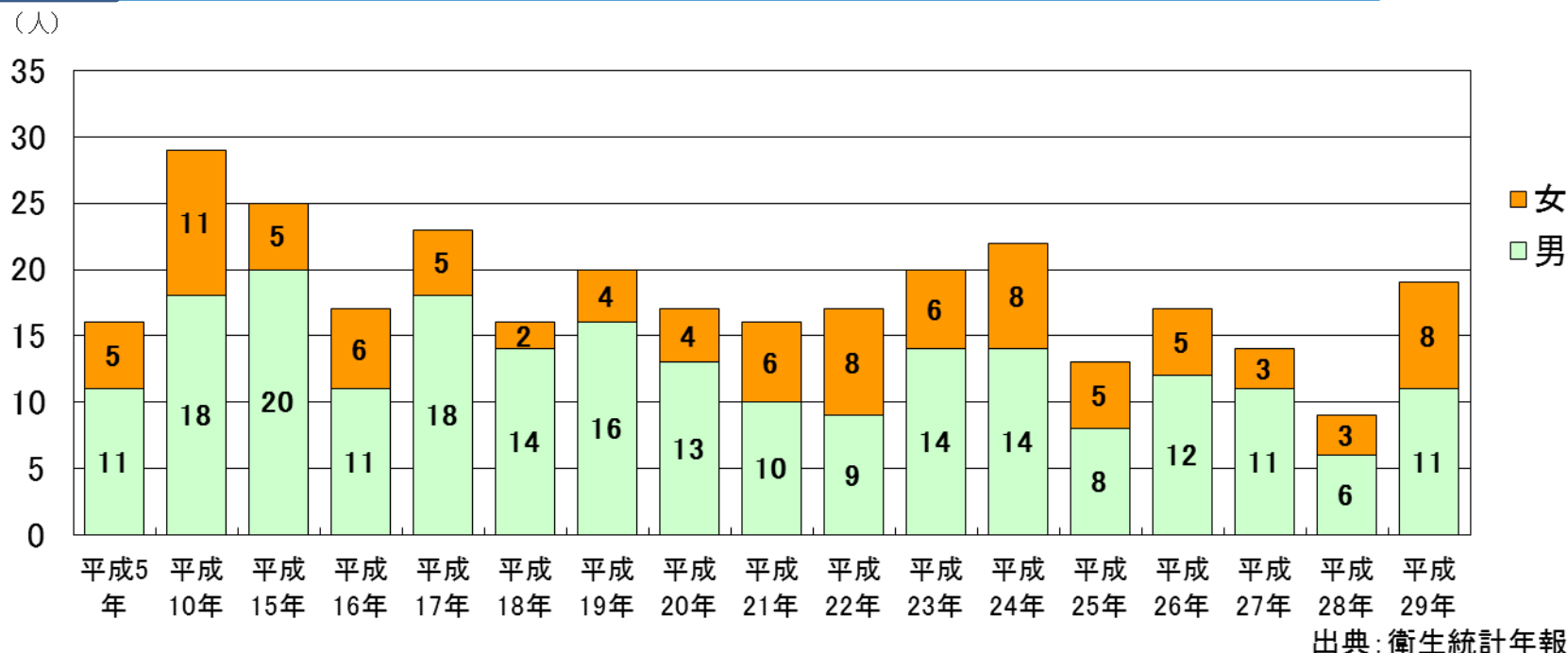
<こころの健康づくり>

- ① ・金沢弁護士会合同 暮らしとこころの相談会の実施 2回
- ・自殺防止街頭キャンペーン等啓発普及の実施
- ・ゲートキーパー養成講座 3回 77名
- ・こころの健康づくり講演会 77名参加
- ② ・庁内外自殺対策連絡会(庁内1回 庁内外 1回)

現状

こころの相談件数、ゲートキーパー養成講座開催数

こころの相談件数	H27年度	H28年度	H29年度
面 接	延23	延29	実 13名 延 32名
訪 問	延 7	延 2	実 4名 延 11名
電 話	延31	延45	延101件
メール			延 77件
ゲートキーパー養成講座			
講座回数	4回	25回	3回
参加人数	126人	400人	77人



評価

<こころの健康づくり>

- ・これまで連絡会は開催していたが、H29年度は庁内外自殺対策に携わる関係部署の職員と自殺対策連絡会等を通じ、相談支援・精神疾患についての研修会を初めて実施することができた。
- ・庁内のみならず関係機関と連携して、新たな相談の機会を設けることができた。
- ・3か年のこころの相談件数は増加しており、相談窓口の周知啓発の効果も考えられる。
- ・自殺H24年から減少傾向であったがH29年は倍増していることより、継続・連携した相談および啓発等の取組みが重要である

課題解決のための主な取組み(H30年度)

<ライフステージに応じた健康>

妊 娠 期 **①新** 妊婦歯科健康診査の実施・妊婦健康診査の充実

「加賀市すこやか親子21(第二次)」に準じて報告

働き盛り:「基本目標1」および「基本目標3」の取組みに合せて、「加賀市国民健康保険保健事業等実施計画」と一体的に取り組む。

- ・若い世代からの健診受診の動機付けとなるよう、個別通知による受診勧奨実施
- ・商工会や各種団体・企業などの組織を通じたKAGA健食健歩プロジェクトの啓発

高 齢 期 **①新** ラジオ体操を中心とした運動教室を市内3会場で開催

(山中健民体育館・加賀体育館・加賀市スポーツセンター)

参考資料P1、2

①新 介護予防事業である、もの忘れ健診や地域型元気はつらつ塾等のポイント付与事業の拡充

①新 介護予防基本チェックリスト対象者(70歳以上要介護認定者除く)への健康づくり情報の送付

<こころの健康づくり>

①新 加賀市自殺対策計画策定予定

こころの健康づくり講演会の開催

基本目標3 健康づくりを進める生活習慣の改善

平成29年度の主な取組み

<栄養>

- ・食生活改善推進員と連携した野菜摂取推進・減塩推進活動
女性がん検診会場等で実施 11回758人
- ・食生活改善基礎講座 参加者数 12人

① 新 ・タニタ監修ヘルシーメニューの開発 2メニュー

① 新 ・糖尿病協議会との連携による糖尿病重症化予防の実施
食後高血糖予防のための野菜摂取教材ティッシュで啓発
糖尿病と歯周病の関係を示したポスターを作成し啓発

<運動>

① 新 ・金沢学院大学と協働で、ウォーキングコース(17コース)について再調査
リニューアル版を1500部作成。

① 新 ・加賀市水泳協会合同プール教室 1回 9人参加

① 新 ・KAGAタニタ健康プログラムの実施 参加者 284人

① 新 ・ラジオ体操ステーション制度導入

・KAGA健康フェスタの開催 平成29年6月24日9:00～15:00 来場者約600人
食や運動について、様々な体験を通して自己の生活を振り返る機会とする。
かが交流プラザさくらの入居団体と協働で開催。

KAGA健食健歩プロジェクト(食事)

新・タニタ監修ヘルシーメニューの開発

- ・野菜の量
- ・味付け
- ・食材の切り方・硬さ

提供会場

かが交流プラザさくら レストランさくら

平成29年12月～3月末 688食提供(9食/日)

・タニタ監修ヘルシーメニューを活用した保健指導

保健指導会場 かが交流プラザさくら レストランさくら
森林浴フィットネスクラブGOLSP0 レストラン加賀

自宅の食生活と
比較・確認できる
学習の機会を提供



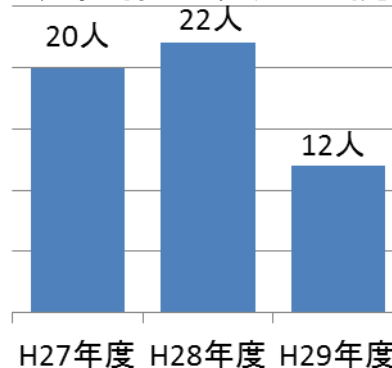
・食生活改善基礎講座および食生活改善推進員と連携した野菜摂取・減塩推進活動

基礎講座参加者数

平成27年度20人

平成28年度22人

平成29年度12人

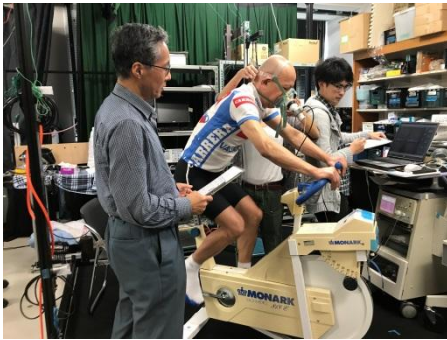


新・糖尿病協議会との連携による糖尿病重症化予防事業野菜摂取の推進

市内医療機関 72施設 野菜摂取推進啓発ティッシュ100個配布

KAGA健食健歩プロジェクト(運動)

- 新 金沢学院大学と協働でウォーキングコースの調査・研究
17コースを調査



- ・ウォーキングイベントの開催(KAGA健康フェスタと同時開催)
参加者 101人

- 新 ・加賀市水泳協会合同プール教室 1回 9人参加



- 新 ・KAGAタニタ健康プログラムの実施 参加者 284人
データ送信率 H29.7月95.3% → H29.10月79.8% → H30.3月53.0%

- 新 ・ラジオ体操ステーション制度導入

KAGA健康フェスタ

・KAGA健康フェスタ

ラジオ体操



各種計測



ウォーキング教室



加賀九谷野菜の販売



介護予防体操体験



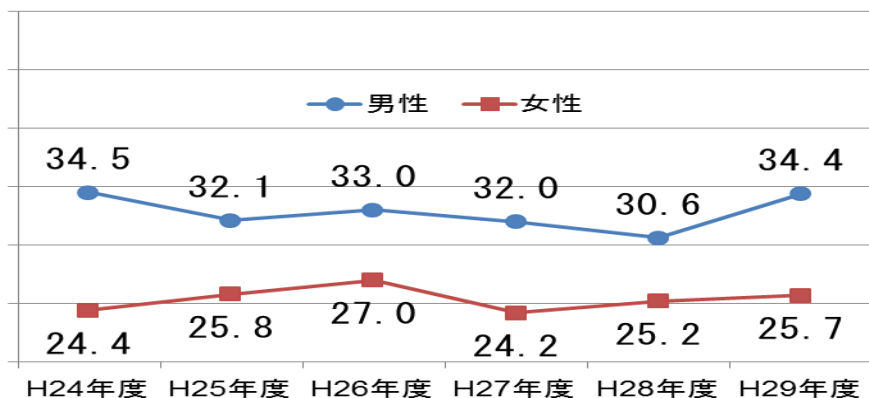
野菜の適量学習体験



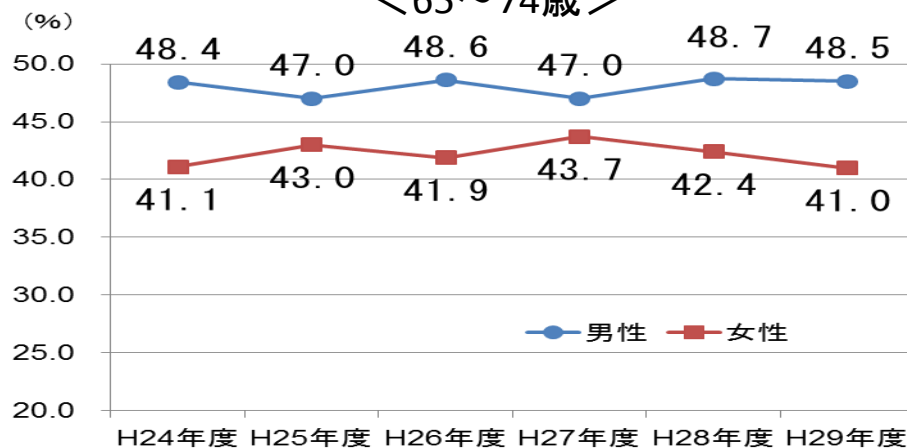
現状

運動習慣がある者(1回30分週2回以上、1年以上実施)の推移(性別・年代別)

<40～64歳>



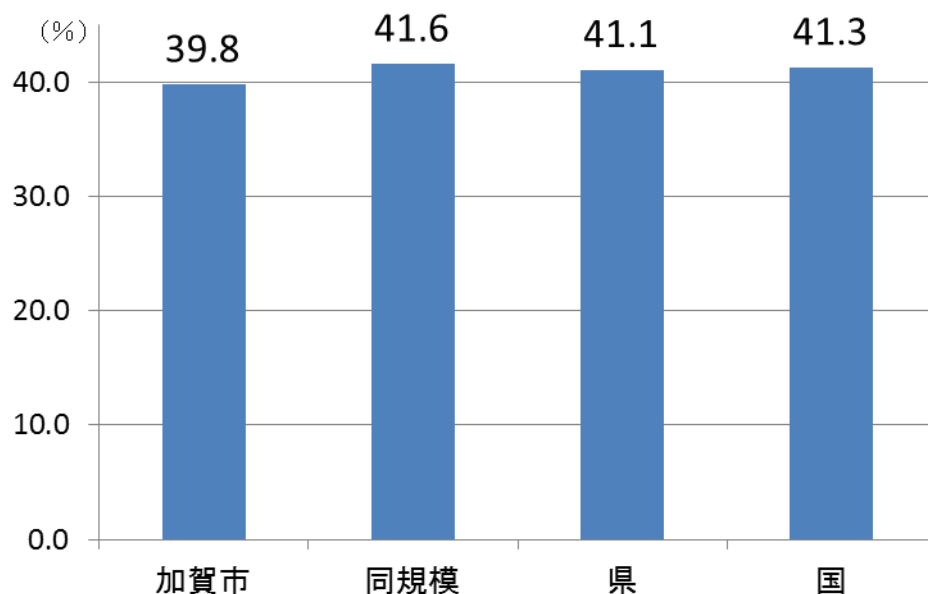
<65～74歳>



資料:市国保特定健診法廷報告

現状

運動習慣がある者(1回30分週2回以上、1年以上実施)の割合



平成28年度

資料:市国保特定健診法定報告(市)、
KDB帳票No1(同規模・県・国)

平成29年度の主な取組み

<飲酒・喫煙>

- ・講演会の開催 「お酒は本当に百薬の長でしょうか」 77名参加
- ・受動喫煙防止講演会 「タバコの真実 健康になるためのヒント」 12名参加
- ・成人式にて生活習慣改善チラシの配布(適正飲酒・タバコの害)

<歯の健康>

- ・市歯科医師会との協働による歯周病健診等
- ・加賀市糖尿病協議会との連携による、糖尿病と歯周病の危険な関係ポスター作成

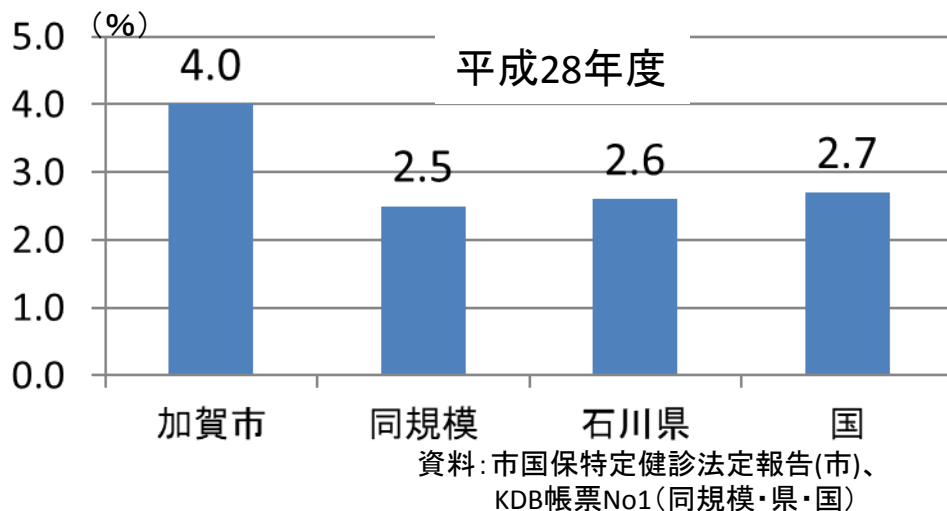
<休養>

- ・健康講座や個別相談において睡眠や休養について指導

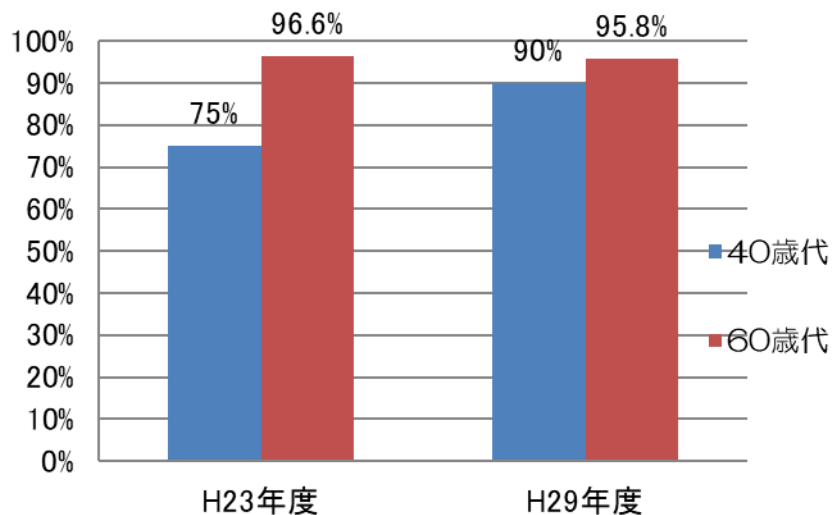


現状 3合以上飲酒している人の割合

1回の飲酒量が3合以上の者の割合は同規模・県・国に比べて高い

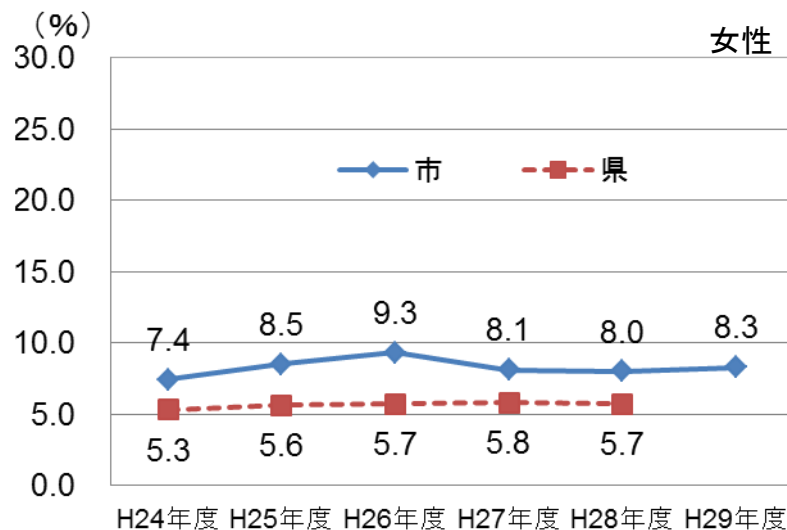
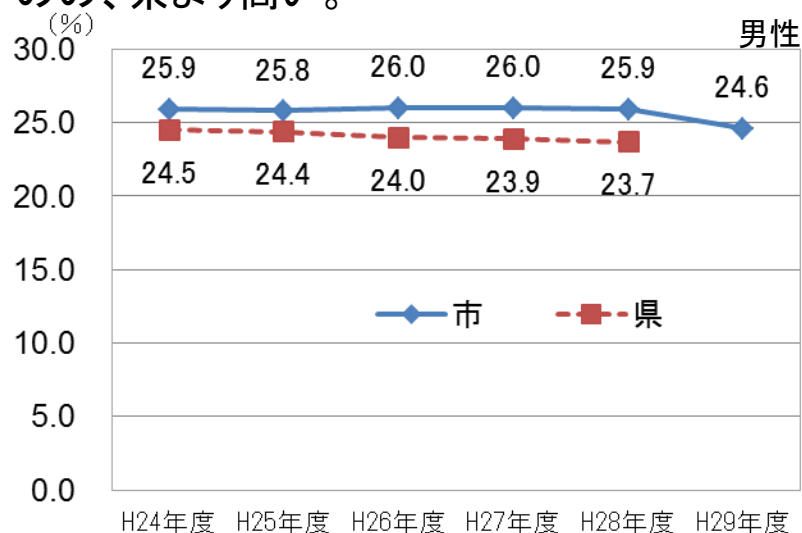


現状 歯周病を有する者の割合



現状 喫煙率の推移

男性は横ばいに推移していたが、平成29年度減少。女性は平成26年度をピークに減少しているものの、県より高い。



評 価

＜栄養＞

タニタ監修メニューは、販売開始から4か月間で688食提供されており、関心をもつ市民が増えてきている。

食生活改善基礎講座の参加者が増えない。

＜運動＞

持ち運びしやすい新たなマップを完成させることができた。

個々のペースで取り組むタニタ健康プログラムが導入された。しかし、プログラム導入当初は、参加者の関心も高く、データ送信率が高かったが、月日が経過するごとに送信率が低くなっている。

＜歯の健康＞

歯周病検診を受けた60歳代の殆どの者が歯周炎を有している状況であるものの、歯周疾患検診の受診者数が伸び悩んでいる。

＜飲酒・喫煙・休養＞

講座や個別による指導のほか、広報などを活用した情報提供を行う必要がある。

KAGA健康フェスタ

かが交流プラザさくら入居団体や他課と協働開催することができた。

KAGAタニタ健幸くらぶ

参加者がモチベーションを高く持ち、継続して健康づくりに取り組めるよう、企画内容の検討や、定期的な継続支援が必要。

課題解決のための取組み(H30年度)

① 健康づくりスローガンを活用した啓発

② 大人の食育講座の開催

参考資料P3

食生活改善基礎講座を「大人の食育講座」に名称変更し開催

③ ウォーキングマップの活用

・ウォーキングマップ啓発・普及 地区会館・図書館などに閲覧用を設置。

・ウォーキングマップリニューアル記念講演会 5月27日(日)13:30～

「ウォーキングコースの特徴と効果」 金沢学院大学 藤原勝夫氏 140名参加

・定例ウォーキング会の開催(加賀市ノルディックウォーク協会委託)

参考資料P4

・マップを活用したウォーキングイベント開催(Mellowかが委託)

参考資料P5

・かが健幸長寿講座の開催: 歯とお口の健康について

・KAGA健康フェスタをよーきたまつり、加賀看護学校祭と同時開催する

参考資料P6

客層の拡充を図り、KAGA健食健歩プロジェクトを市民運動として展開する。

・タニタ監修メニューの追加

④ 妊婦歯科健康診査の実施

タニタ監修ヘルシーメニューの開発

- 1) 500kcal前後
- 2) 塩分3g前後
- 3) 野菜は200g以上使用
(1日に必要な量の約2／3がとれる)
- 4) かみごたえなどの工夫で、満腹感・満足感がある



基本目標4 健康を支え守るための環境の整備

平成29年度の実施

- ① ・健康のまちづくりを考える地区座談会の開催 21地区開催 参加者752人
- ② ・健康づくりスローガンの作成
保健推進員協議会・食生活改善推進協議会の協力により作成
- ・健康のまちづくり友好都市連盟サミット参加 延岡市
- ③ ・市内企業と連携したKAGA健幸ポイントカード制度の導入
配布枚数 約5,000枚 応募者数 334件 当選者数 147人
- ・保健推進員・食生活改善推進員等による活動
保健推進員 会員数416人 活動回数181回 10,052人
食生活改善推進員 会員数 121人 活動回数 95回 2,334人
- ④ ・(株)タニタとの連携によるKAGAタニタ健康プログラムの導入 参加者284名
- ⑤ ・金沢学院大学との連携によるウォーキングコース調査、マップ作成

評 価

- ・KAGA健幸ポイントの周知不足により参加者が少ない。
- ・健康のまちづくりを考える地区座談会を庁内関係課と協働で開催することで、住民からの意見を各計画に反映させることができた。
- ・保健推進員協議会と食生活改善推進協議会と協働で、わかりやすい健康づくり7つのスローガンが作成できた。
- ・保健推進員自身の健康づくりや、市民に対する具体的で効果的な健康づくりの啓発普及が課題
- ・食生活改善推進員の新規会員が増えない状況であり、地域における活動が役員などの限られた会員に負担がかかる。
- ・保健推進員や食生活改善推進員の地区活動により、子どもから高齢者、男性等の幅広い対象者へ働きかけができた。

課題解決のための取組み(H30年度)

拡: 健幸ポイントカードの拡充

ポイントの対象事業を拡充し、カード配布及びポイント付与の機会を増やし、楽しみながら健康づくりに取り組めるようインセンティブを提供する。

KAGA健幸ポイントカード配布数 10,000枚予定

H30年度予定景品

- ➡ JA特産品のギフトセット、タニタペア食事券
市内運動施設利用券、障がい者施設製品
市内商工会協賛事業所商品、3温泉入浴セット券



① 保健推進員・食生活改善推進員による、地区での健康づくり活動に健幸ポイント制度を活用する。

② 保健推進員・食生活改善推進員による健康づくりスローガン普及・啓発活動

③ 食生活改善推進員養成講座を「大人の食育講座」としてリニューアル。

④ 健康のまちづくり友好都市サミットの開催

⑤ KAGA健食健歩プロジェクト推進会議の開催

民間企業・行政・地域の各種団体などが一堂に会し、互いの活動について理解を深め、健康づくり事業や健康のまちづくりの在り方について検討する。年2回開催。

いつまでも元気で健やかに暮らし続けられるまちづくり

成果 一人ひとりの望む暮らしの実現

個人の行動と変化

地域への効果

第3ステップ

行動を継続しさらに高い目標を目指す時期

- がんを早期に発見できる、脳卒中、心臓病などの生活習慣病の発症及び重症化を予防できる。
- 自分の健康は自分で守ること(健康管理)ができるように努める。

○地域や世代間の助け合いなど、地域や社会の絆、職場の支援等が充実する。

第2ステップ

積極的に行動し健康のまちづくり活動が活性化してくる時期

- 体力の維持、増進、生活習慣の改善。
- 健診結果が前年より改善し、血液がサラサラ、血管がしなやかになる。
- メタボリックシンドロームや糖尿病等の症状が改善する。

○一人ひとりのつながりを活かし、互いが助け合い、励まし合うような、地域における健康づくりの機会が増える。

第1ステップ

健康長寿の行動について理解を深め、意識を高める時期

- 健康づくりイベントに参加する。
- 自分の健康に関心を持つ。
- 食と運動を通じた健康行動が変化する(行動変容)。
- 毎年健診を受ける

○地域の中で健康づくり活動やイベントなどの機会が増える。

健康づくりは
一步一步継続して
行うことが大切です。
そのための「行動」と、
そこから得られる「効果」を
示しました。



健康づくりの行動の継続

平成25年度
(2013年度)

平成26年度
(2014年度)

平成27年度
(2015年度)

平成28年度
(2016年度)

平成29年度
(2017年度)

平成30年度
(2018年度)

平成31年度
(2019年度)

平成32年度
(2020年度)

平成33年度
(2021年度)

平成34年度
(2022年度)

健康を支え守るための 社会環境の整備

それぞれがつながり推進

KAGA健食健歩プロジェクト

それぞれの団体が既存の強みを活かしてつながり、
市民と一体となって「食」と「運動」を通じた健康づくりを推進します。

それぞれの立場で
今できることを考え
取り組むことが
大事だよ!



企業

- ・社員の健康づくりを行う
- ・企業の強みを活かした健康づくりを進める

住民

- 各種活動に参加し、運動と食を通じた健康づくりを行う

地域の代表

- 保健推進員・食生活改善推進員・まちづくり推進協議会・スポーツ推進委員等と協力し、地域での健康づくり活動を実施する

各種団体

- 医師会や薬剤師会、商工団体を通じて、住民や団体をつなぐ

行政

- 健康課・長寿課・地域包括支援センター・地域医療推進室・スポーツ課などと地域活動のメニューを協議で行う

大学

- プロジェクトの推進にあたり、先駆的な情報やノウハウの提供を行う

