

**【報告】**  
 ○ 十勝圏域健康づくり事業行動計画の取組状況として、十勝圏域健康づくり事業行動計画検討連絡会議構成機関、市町村、教育員会での取組状況を整理しました。  
 ○ 昨年度に引続き新型コロナウイルス感染症拡大の影響によって、事業や会議の中止など一部取り組めなかったものもありますが、インターネットの活用など工夫しながら実施されています。  
 ○ 生涯を通じた途切れない健康づくりを推進するため、行政や各関係団体等との連携のもと事業が行われていますが、「次世代の健康」にある未成年者等への受動喫煙・飲酒の防止等、地域保健と学校保健の連携が望まれます。  
 ○ 職域と連携した取組については、健診事後の保健指導や健康教育の実施などが行われていますが、生活習慣病の発症予防や重症化防止ためには、より一層の取組強化を図ることが重要です。

1 がん

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○発生予防	1.喫煙率の低下及び受動喫煙の防止の取組	①成人の喫煙率の高い働き世代(20代～50代)の喫煙率を下げるための取組 ②受動喫煙の機会(家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関)を避けるため、禁煙・分煙の徹底及び関係者への普及啓発	喫煙の取組を参照	
	2.栄養摂取及び食行動の改善のための取組	①イベント・広報・健康教育・ホームページ等での普及啓発 ②どさんこ食事バランスガイドの普及啓発	栄養・食生活の取組を参照	
○重症化予防	1.がん検診の受診率向上のための取組	①働き世代(40代～50代)の受診促進に向け市町村と関係機関の連携した対策を実施	・職域に対する検診と保健事業等の周知、勧奨 ・職域と連携した健康教育の実施	・職域に対しての保健事業の周知を保健所、管内7市町村で実施。 ・職域と連携した健康教育は、管内5市町村で実施。前年度より減少。
		②受診しやすい環境の整備及び情報提供	・特定健診等との同時実施 ・各種がん検診の同時実施 ・無料クーポン券の配布、自己負担の免除等 ・対象年齢の拡大 ・土・日、早朝・夜間検診の検診実施 ・広報・ホームページ等による情報提供 ・検診受診向上のための普及啓発	・特定健診等との同時実施は全市町村で実施。 ・対象年齢の拡大は15市町村で実施。
		③効果的な受診勧奨等による未受診者対策を実施	・はがき、電話等による受診勧奨 ・訪問による受診勧奨	・12町村で実施。
		④イベント・広報・健康教育・ホームページ等でがんやがん検診に対する正しい知識の普及啓発	・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発 ・ホームページ・広報・マスコミ等による普及啓発 ・がんに関する健康教育、健康相談の実施 ・学校と連携した健康教育等の実施 ・職域と連携した健康教育等の実施	・学校におけるがん教育の実施やホームページを活用した普及啓発の取組の増加。 ・3市町村で職域と連携した健康教育を実施。 ・3市町で学校・教育委員会と連携した健康教育を実施。 ・新型コロナウイルス感染症対策のため、事業中止も見られる。
		⑤北海道医療計画十勝地域推進方針と連動させ、医療機関や市町村等の関係機関と連携したがん対策	・打合、連絡会議の開催 ・関係機関と連携したがん対策の実施	・市町村と医師会等との連携については、一層の調整が必要。
		⑤北海道医療計画十勝地域推進方針と連動させ、医療機関や市町村等の関係機関と連携したがん対策	・打合、連絡会議の開催 ・関係機関と連携したがん対策の実施	・市町村と医師会等との連携については、一層の調整が必要。
2.がん検診の精度向上のための取組	①がん検診の実施状況の把握及び情報提供	・がん検診に係る精度管理・事業評価の実施	・検診の制度管理や事業評価の未実施については、市町村の取組推進を。	
3その他		・がん教育講座(教職員向け講座)の開催 ・市内中学3年生の希望者に向けたピロリ菌検査の実施 ・学校と連携したがん教育の実施	・2市町で実施。 ・道事業のがん教育出前講座の周知徹底が必要。	

## 2 循環器

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○危険因子の低減	1. 高血圧の改善のための取組 2. 脂質異常症患者の減少	①特定健診・特定保健指導の実施率向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健診と各種健診の同時実施</li> <li>・土日・早朝・夜間健診の実施</li> <li>・健診受診料の助成</li> <li>・健診機関(場所)、健診日数の拡大</li> <li>・医療機関からの通院データの受領</li> <li>・健診対象年齢の拡大</li> <li>・はがき、電話での受診勧奨</li> <li>・訪問による受診勧奨</li> <li>・健診中断者への受診勧奨</li> <li>・商工会との連携(会員への周知)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診しやすい工夫を各市町村で実施。受診料の助成は全市町村で実施。</li> <li>・健診機関や健診日数の拡大は、11市町村で実施。</li> <li>・10町で商工会と連携した周知を実施。</li> </ul>
		②特定保健指導のためのスキル向上のための取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指導者のための学習会・研修会の開催</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・半数の市町村で実施。</li> </ul>
		③健康状態を知り、生活習慣の見直しをするための生活習慣病対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診結果説明会(相談会)の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全ての市町村で実施。</li> </ul>
		③保険者である市町村と職域が連携した生活習慣病対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域・職域連携会議の開催</li> <li>・職域と連携した健康教育・健康相談の実施</li> <li>・職域と連携した有所見者への事後指導</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6町で職域と連携した生活習慣病対策として、会議の開催や検診事後指導を実施。前年度より減少。</li> </ul>
		④高齢者の高血圧の改善のための、市町村国保等の保険者と、介護予防を行う地域包括支援センターが連携した対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域包括支援センターと連携した健康教育等の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5町村で実施。今後、一層の取組の推進が必要。</li> </ul>
	3. 喫煙者の減少	「喫煙」の取り組みを参照		
	4. 糖尿病有病者の減少	「糖尿病」の取組を参照		
○生活習慣の改善	1. 栄養・食生活の改善 2. 身体活動、運動の改善 3. 飲酒の改善	①若年期から基本的な生活習慣を習得するための食育や学校教育と連携した対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校と連携した食育(健康教育)の実施</li> <li>・児童・生徒を対象とした生活習慣病検査の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・9町村(教育委員会)で実施。内1町で教育委員会と連携して実施。</li> <li>・3町村で実施。内1カ所は教育委員会と連携。</li> </ul>
		②適切な食事内容や運動習慣、肥満予防など生活習慣病の予防について普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康教育、健康講座の実施</li> <li>・健康相談、保健指導の実施</li> <li>・職域と連携した健康教育・健康相談の実施</li> <li>・健康まつり等のイベントにおける普及啓発</li> <li>・広報・ホームページ等を活用した普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6町村で職域と連携した健康教育の実施。</li> </ul>
	③メタボリックシンドロームの予備軍や該当者を減らすために個別・集団指導の支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康教育・健康講座の実施</li> <li>・健康相談、保健指導の実施</li> <li>・特定健康診査結果説明会の実施</li> <li>・特定保健指導対象者以外への保健指導の実施</li> <li>・職域からの依頼による健康教育、健康相談等の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別指導は、全ての市町村で実施。</li> <li>・保健所、8市町で職域からの依頼による健康教育等を実施。</li> </ul>	

### 3 糖尿病

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○発症予防	1.糖尿病有病者の増加抑制のための取組	①若年期から基本的な生活習慣を習得するための、食育や学校教育と連携した対策	・学校と連携した健康教育等の実施 ・児童・生徒を対象とした生活習慣病検査の実施	・7町村で健康教育を実施。内1カ所は教育委員会と連携。 ・4町で検査実施。内1カ所は教育委員会と連携。学校保健との連携が進む傾向。
		②適切な食事内容や運動習慣、肥満予防など生活習慣病の予防について普及啓発	・健康教育、健康講座の実施 ・健康相談、保健指導の実施 ・職域と連携した健康教育・健康相談の実施 ・広報・ホームページ等を活用した普及啓発 ・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発	・個別指導は、17市町村で実施。 ・5市町が職域と連携した健康教育等を実施。 ・広報、ホームページ等の活用は市町村のほか、健康づくり関係団体での取組もあり。
		③メタボリックシンドロームの予備軍や該当者を減らすために個別・集団指導の支援	・健康教育、健康講座の実施 ・健康相談、保健指導の実施 ・特定健康診査結果説明会の実施 ・特定保健指導対象者以外への保健指導の実施 ・職域からの依頼による健康教育、健康相談等の実施	・8市町で職域からの依頼による健康教育等を実施。
		④特定健診・特定保健指導の実施率向上	「循環器疾患」の取り組み参照	
		⑤特定保健指導のためのスキル向上	「循環器疾患」の取り組み参照	
○重症化予防	1.治療継続者の割合の増加	①未受診者や治療中断者を減らすために血糖の適切な管理や治療の重要性についての普及啓発	・未受診者や治療中断者等への治療の重要性についての普及啓発 ・治療中断者に対する受診継続勧奨 ・要精検者への受診勧奨 ・糖尿病連携手帳の普及啓発、活用促進	・保健所、及び17市町村で糖尿病重症化予防の取組として糖尿病連携手帳の普及啓発、活用促進の取組。 ・治療中断者への継続受診勧奨は17市町村で実施。
		2.血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少	①血糖をコントロールし、重症化を予防するための対策について市町村や関係機関と連携した取組	・医療機関と連携した保健指導の実施
○合併症による臓器障害の予防・生命予後の改善	1.糖尿病腎症による年間新規透析患者数の減少	①市町村や医療機関等の関係機関と連携・協働して糖尿病性腎症による透析患者状況等の基礎データを集積し、圏域の現状把握や課題分析	・現状把握や課題分析	・全市町村で実施。
		②適切な患者管理により合併症予防を図るよう、北海道医療計画十勝地域推進方針と連動させ、医療機関や市町村等の関係機関と連携	・糖尿病の連携手帳の普及啓発、活用促進 ・医療機関と打合せ等の実施 生活習慣専門部会による検討	・保健所、歯科医師会及び14町村で糖尿病連携手帳の普及啓発、活用促進等の取組。

### 4 COPD(慢性閉塞性肺疾患)

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○COPDの認知度の向上	1. COPDが予防可能な生活習慣病であることの普及啓発	・広報・ホームページ等による普及啓発	・9町で長期の喫煙等によりもたらされる疾患であることを普及啓発。	
		2. 健診・健康教育等により把握した喫煙者を対象としてCOPD問診票を活用した早期発見、受診勧奨	・COPD問診票の活用	・取組なし。問診票の情報提供等普及に向けPRが必要。
		3. COPDについて、イベント・広報・ホームページ・健康教育等による普及啓発及びパネル・ビデオ等の媒体の貸出	・健康教育、健康相談での情報提供 ・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発 ・広報・ホームページ等による普及啓発 ・禁煙外来実施機関の紹介 ・ヘリカルCT検診の実施 ・パルスオキシメーターを用いた保健指導の実施	・新型コロナウイルス感染症対策等により、イベント等の開催制限、中止あり。 ・禁煙外来実施機関の紹介は、15市町村で実施。 ・保健所HPで喫煙に関する情報リンクを紹介。

## 5 こころの健康

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○こころの健康の保持・増進	1. こころの健康に関する知識の普及啓発	①こころの健康に係る正しい情報の周知	・ホームページ・情報誌・イベントを活用した普及啓発 ・こころの体温計の実施 ・ゲートキーパー研修会の実施	・保健所、17市町村、教育委員会・教育局、精神保健福祉士団体及び帯広労働基準監督署でこころの健康に係る情報の提供。
		②保健指導の場を活用したストレスマネジメント、こころの健康づくりの普及啓発	・こころの健康相談の実施	・保健所、14市町村で実施。
	2. 相談行動を起こすための普及啓発	①ひとりて解決が困難な場合の周囲への相談の周知	・ホームページ・情報誌・イベントを活用した普及啓発 ・とかち生きるをささえる連携会議等を通じた多機関への周知	・保健所、17市町村、1教育委員会及び精神保健福祉士団体で実施。
		②行政の保健相談窓口の周知	・ホームページ・情報誌・イベントを活用した普及啓発 ・とかち生きるをささえる連携会議等を通じた多機関への周知	・保健所、17市町村及び精神保健福祉士団体で実施。
	3. 相談機関相互の連携	相談機関が相互に連携して問題解決を図る取組	・相談・訪問等個別支援対応時の多機関との連携	・保健所、15市町村、医師会及び精神保健福祉士団体で実施。
			・とかち生きるをささえる連携会議等を通じた連携推進	

## 6 次世代の健康

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○こどもの健康的な生活習慣	1. 栄養・食生活	①イベント・健康教育・給食便り・ホームページ等による栄養・食生活についての普及啓発	・健康教育、健康講座の実施 ・健康まつり等イベントを活用した普及啓発 ・広報、ホームページ等による普及啓発	・15市町村及び2教育委員会で実施。各団体の取組は少ない。
		②どさんこ食事バランスガイドの普及啓発	・広報・ホームページ等による普及啓発 ・健康教育、健康講座での活用	・2町で実施。保健所はホームページや資料配付による普及啓発。
		③親子が参加できる食に関する事業を増加するような取組	・子ども料理教室の開催 イベントを活用した普及啓発	・6市町村、2教育委員会では、学校と連携し実施。前年度より減少傾向。
		④朝食を食べるなど望ましい食習慣を身につける食育の推進	・食育推進計画の策定 イベントや講習会の開催	・11市町村、1教育委員会では学校と連携して実施。前年度より減少傾向。
	2. 運動習慣	①学校教育と連携し、生活習慣病予防の教室の実施	・学校と連携した運動教室の開催	・1教育委員会のみ。
		②広報、HP等によるスポーツ施設、物品貸し出しの情報提供	・広報・ホームページ等による周知 ・健康相談、保健指導での周知 ・健康教育、健康講座での周知	・7町村及び5教育委員会で実施。保健所はノルディックウォーキングのボール貸出事業を実施。
		③子どもが参加できるようなイベントやサークルを増加するような取組	・民間団体、サークル等と連携した運動教室の開催 ・イベントの開催	・4町村、4教育委員会で実施。前年度より減少傾向。
		④児童・生徒の運動習慣定着の取組	・学校と連携した運動教室の開催 生活習慣病予防検査結果説明会の実施	・学校検診以外で生活習慣病予防の取組は1町。
○こどもの健康的な発育	1. 喫煙が及ぼす健康への影響についての普及啓発	①若年女性、妊婦・産婦やその家族に対するたばこによる母胎や胎児・乳児への影響についての情報提供及び支援	・乳幼児相談・健診、家庭訪問等での保健指導 ・妊産婦教室等での健康教育 ・学校との連携による健康教育 ・広報、ホームページ等による普及啓発 ・母子手帳発行時の保健指導	・乳幼児健診等で18市町村が実施。 ・4町及び1教育委員会は学校との連携による健康教育の実施。
		②喫煙が及ぼす健康への影響について、イベント・報道・広報・ホームページ・健康教育等による普及啓発及びパネル、ビデオ等の貸出	・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発 ・広報、ホームページ等による普及啓発 ・パネルやビデオ等の貸出	・7市町村、保健所で実施。イベント中止等により団体での取組なし。 ・道事業の未成年者喫煙防止講座は未実施。
	2. 飲酒が及ぼす健康への影響についての普及啓発	①若年女性、妊娠中・授乳期の飲酒による健康リスクの普及啓発の取組	・乳幼児相談・健診、家庭訪問での指導 ・妊産婦教室等での健康教育 ・学校との連携による健康教育 ・広報、ホームページ等による普及啓発 ・母子手帳発行時の保健指導	・乳幼児健診等で16市町村が実施。 ・2町は、学校との連携による健康教育の実施。
		②未成年者への飲酒の機会(家庭・職場・飲食店)をなくすための普及啓発	・学校と連携した健康教育 ・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発 ・広報、ホームページ等による普及啓発	・2町及び1教育委員会で学校と連携し健康教育を実施。
		③飲酒が及ぼす健康への影響について、イベント・広報・報道・ホームページ・健康教育等による普及啓発及びパネル・ビデオ等の媒体の貸出	・健康まつり等のイベントを活用した普及啓発 ・広報、ホームページ等による普及啓発 ・パネルやビデオ等の貸出	・6町村で実施。

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況		
○こどもの健やかな発育	3.妊産婦の適正体重の維持	①妊娠前から食生活について、知識の普及啓発	・広報、ホームページ等による周知 ・マスコミを活用した普及啓発 ・健康教育、健康講座での周知	・10市町村で実施。	
		②母子健康手帳発行時に妊婦の健康状態を把握	・母子健康手帳交付時の指導	・16市町村で実施。	
		③健康教育、健康相談等により妊娠中の食生活、体重管理の適切な情報提供	・健康相談、保健指導の実施 ・健康教育、母親学級等の実施	・17市町村で実施。教室活動は9市町村で実施。教室活動は前年度より4市町村減少。	
		④女性の健康相談の充実を図るため、パンフレット、ホームページ等を活用した普及啓発	・広報、ホームページ等による普及啓発	・7市町村で実施。	
	4.適正体重のこどもの割合の増加	①体重増加及び減少が見られるこどもへの指導	・乳幼児相談、家庭訪問、健診等での指導 ・健康教育の実施 ・保育所、学校、教育委員会等と連携した事業の実施	・全ての市町村、2教育委員会で実施。	
			②保護者に対するこどもの適正体重について普及啓発	・乳幼児相談、家庭訪問、健診等での指導 ・健康教育の実施 ・保育所、学校、教育委員会等と連携した事業の実施 ・保育所保護者に成長曲線を配布し、自己管理できるよう普及	・18市町村及び学校保健協議会で実施。
				③特定給食施設で利用者の特性に応じた栄養管理の実施	・施設に対する研修会の開催 ・施設に対する助言(個別巡回指導等)

## 7 高齢者の健康

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況	
○個人の行動変容及び良好な社会環境の実現	1.栄養・食生活	①適正な食事や食行動について、イベント・広報・報道・ホームページ・健康教育等による普及啓発	・健康教育、健康講座の開催 ・健康まつり等イベントを活用した普及啓発 ・広報、ホームページ等による普及啓発	・保健所、17市町村及び1団体で実施。取組数は、前年度より減少。
		②どさんこ食事バランスガイドの普及啓発	・広報・ホームページ等による普及啓発 ・健康教育、健康講座での活用、周知	・保健所及び1町で各種事業の実施
		④特定給食施設で利用者の特性に応じた栄養管理を実施	・施設に対する研修会の開催 ・施設に対する助言(個別巡回指導等)	・保健所の個別巡回指導業務に実施制限あり。
			2.身体活動・体力の増進	①健康教育等による転倒予防・運動に関する知識の普及啓発
	②ノルディックウォーキング、ウォーキングの普及啓発	・ノルディックウォーキング教室(高齢者向け)の開催 ・ウォーキング教室(高齢者向け)の開催 ・広報・ホームページ等による普及啓発		・9町村、2教育委員会で実施。
	3.口腔機能の維持・向上	①介護予防事業及び健康教育等による摂食・嚥下良好者の増加への取組	「歯・口腔」の取り組みを参照(この欄は記入不要)	
		②高齢者の低栄養及び誤嚥性肺炎の予防への取組	「歯・口腔」の取り組みを参照(この欄は記入不要)	
	4. 高齢者の社会参加	①社会参加が可能となる地域での活動の場を広報・ホームページで普及啓発	・健康教育、健康講座の実施 ・広報、ホームページ等による普及啓発 ・生活支援コーディネーターによる普及啓発	・16市町村及び3教育委員会で健康講座等を実施、各団体の取組なし。
			②高齢者の社会参加の必要性を広報・健康教育等で普及啓発	・認知症サポーター養成講座の実施 ・認知症カフェの開催 ・生活支援コーディネーターによる普及啓発
		③地域の実情にあった「介護予防」や「地域の支え合い体制」が推進されるような企業、団体、町内会単位での自主的な取組の増加	・町内会等における健康教育の実施 ・老人クラブ等における健康教育の実施 ・認知症サポーター養成講座受講者による活動 ・生活支援コーディネーターによる取組	・18市町村で実施。認知症サポーターの活動は7市町村。

## 8 栄養・食生活

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○栄養摂取及び食行動の改善	1. 適正な食事や食行動について、イベント・広報・報道・ホームページ・健康教育等による普及啓発	・健康教育、健康講座の実施	・保健所、全市町村、栄養士会及び食生活改善推進団体等で各種事業の実施。 ・教育委員会による食育レシピ集の配付。
		・健康相談、保健指導の実施	
		・健康まつり、パネル展示等のイベントの開催	
		・広報・ホームページ等による普及啓発	
2. どさんこ食事バランスガイドの普及啓発	2. どさんこ食事バランスガイドの普及啓発	・健康教育、健康講座での活用、周知	・保健所、7市町村及び食生活改善地区組織で実施。
		・個別保健指導での活用	
		・イベント等での普及啓発	
		・健康に配慮したおやつ取組、協力	
3. 職域で勤務する30～59歳男性及び妊娠前・妊娠期の20歳代女性を対象とした取組	3. 職域で勤務する30～59歳男性及び妊娠前・妊娠期の20歳代女性を対象とした取組	・健診未受診者等無関心層に対するポピュレーションアプローチ	・6町村で職域と連携した健康教育等の実施。
		・職域と連携した健康教育の実施	
		・初妊婦に食事記録を用いた食事指導	
		・食育に関するイベントに共同参加	
4. 振興局関連部署と連携した対策を実施	4. 振興局関連部署と連携した対策を実施	・食・観・連推進室連絡会議	・コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、イベント事業の中止。
		・食・観・連推進室連絡会議	
		・食・観・連推進室連絡会議	
		・食・観・連推進室連絡会議	
○食環境の改善	1. 「栄養成分表示の店」の周知及び登録増加に向けた取組	・広報・ホームページ等による普及啓発	・保健所及び2市町で事業の周知。
		・未登録施設への通知等による登録勧奨	
		・登録店が増加するよう各店への個別のアプローチ	
	2. 栄養成分表示の利用を周知するための取組	2. 栄養成分表示の利用を周知するための取組	・健康教育、健康講座での周知
・健康相談、保健指導での周知			
・広報・ホームページ等による普及啓発			
3. 特定給食施設で年齢・性別等利用者に応じた栄養管理の実施に向けた取組	3. 特定給食施設で年齢・性別等利用者に応じた栄養管理の実施に向けた取組	・施設に対する研修会の開催	・事業所給食施設等への書面指導等で栄養管理業務に助言・指導を実施。
		・施設に対する助言（個別巡回指導等）	

## 9 身体活動・運動

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○運動習慣の定着化	1. 各世代に合わせた時間帯や内容の運動教室の実施	・健康運動教室の開催	・12市町村及び5教育委員会で実施。 ・3町で老人クラブ等と連携した運動教室等を実施。 ・事業所と連携した運動事業の実施なし。 ・少年団等での運動は、2団体で実施。
		・学校と連携した運動教室等の開催(少年団含む)	
		・職域(事業所)と連携した運動教室等の開催	
		・老人倶楽部等と連携した運動教室の開催	
2. ノルディックウォーキング、ウォーキングの普及啓発	2. ノルディックウォーキング、ウォーキングの普及啓発	・ノルディックウォーキング教室の開催	・保健所、3町村及び3教育委員会でノルディックウォーキングを取り入れた事業を実施。 ・広報等を活用した普及啓発の取組を保健所・9市町村・1教育委員会で実施。
		・ウォーキング教室の開催	
		・広報・ホームページ等による普及啓発	
		・マスコミを活用した普及啓発	
3. 広報、HP等で運動施設、サークル等の情報提供	3. 広報、HP等で運動施設、サークル等の情報提供	・パネル展等での普及啓発	・15市町村及び4教育委員会、保健所のHP等で情報提供
		・広報・ホームページ等による周知	
		・健康相談、保健指導での周知	
		・健康教育、健康講座での周知	
4. 冬期間のこどもの室外運動促進	4. 冬期間のこどもの室外運動促進	・学校と連携した運動教室等の開催	・市町村の取組なし。2教育委員会、学校保健協議会で実施。前年度より取組減少。
		・民間団体、サークル等と連携した運動教室等の開催	
○運動しやすい町づくり	1. すこやかロード等ウォーキングロードの整備事業の実施	・すこやかロードの整備	・6市町及び1教育委員会ですこやかロード等ウォーキングロードの整備及び活用促進に取り組んだ。前年度より取組減少。
		・すこやかロードの利用(保健指導、スポーツ等)	
		・すこやかロードの利用周知(ホームページ、健康相談等)	
	2. ウォーキングマップの作成	2. ウォーキングマップの作成	・ウォーキングマップの作成
・ウォーキングマップの配布、周知			
3. 運動習慣の定着を目標として育成された人材の活動の増加にむけた取組	3. 運動習慣の定着を目標として育成された人材の活動の増加にむけた取組	・運動推進員等の養成	・健康づくり推進員団体で実施。市町村の取組減少。
		・指導者のための研修会の開催	
		・人材の活用の周知	

## 10 休養

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○睡眠に関する知識の普及啓発	1. 睡眠の重要性についての普及啓発	・こころの健康相談の実施	・保健所及び8市町でホームページ等に情報発信。
		・ホームページ・情報誌・イベントを活用した普及啓発	
		・健康教育やパネル展示などを活用した普及啓発	
2. 健康教育やパネル展示などを活用した普及啓発	2. 健康教育やパネル展示などを活用した普及啓発	・健康教育やパネル展示を活用した普及啓発	・健康教育やリーフレットの配付等、12市町で睡眠に関する知識の普及。
		・リーフレット、パンフレット等の配布	
3. 特定健診・保健指導による生活習慣の把握と睡眠に関する普及啓発	3. 特定健診・保健指導による生活習慣の把握と睡眠に関する普及啓発	・特定健診・保健指導時における普及啓発	・15町村で実施。

## 11 喫煙

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○喫煙習慣の改善	1. 成人の喫煙率の高い20歳～59歳の喫煙率を下げるための取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康教育、健康講座の実施</li> <li>健康相談、保健指導の実施</li> <li>職域と連携した健康教育の実施</li> <li>健康まつり等のイベントを活用した普及啓発</li> <li>広報・ホームページによる普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康相談等は14市町村で実施。事業所に対しては、1町で実施。前年度より取組減少。</li> <li>喫煙率の減少に向けた取組を保健所及び10市町村及び健康づくり団体で実施。</li> </ul>
	2. 未成年の喫煙をなくすため、未成年者のたばこの吸い始めである小学校低学年からのたばこの害についての講座の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校と連携した健康教育の実施</li> <li>健康まつり、パネル展示等のイベントの開催</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校と連携し保健所、4町村及び1教育委員会が実施。</li> </ul>
	3. 妊産婦の喫煙をなくすとともに、女性の喫煙率を下げるための取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>妊婦教室等での健康教育</li> <li>健康教育、健康講座の実施</li> <li>健康相談、保健指導の実施</li> <li>健康まつり等のイベントを活用した普及啓発</li> <li>母子手帳発行時に保健指導</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所及び全市町村で実施。</li> </ul>
	4. たばこをやめたい人への禁煙支援の拡充及び禁煙支援技術の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>指導者研修会の開催</li> <li>マスコミを活用した周知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所で相談窓口を設置。</li> </ul>
	5. 禁煙治療医療機関の情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>禁煙外来医療機関の紹介</li> <li>広報・ホームページによる普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所、15市町村で情報発信。</li> </ul>
○社会環境の改善	1. 受動喫煙の機会(家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関)を避けるため、禁煙分煙の徹底及び関係者への普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>市町村関連施設の禁煙・分煙に向けたアプローチ</li> <li>受動喫煙防止対策助成金の周知</li> <li>市町村、事業所等からの相談対応</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所、10市町村及び2教育委員会で施設対応に取り組んだ。</li> </ul>
	2. 「おいしい空気の施設」の周知及び登録施設増加の取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>広報・ホームページ等による周知</li> <li>健康教育、健康講座等での周知</li> <li>健康相談、保健指導での周知</li> <li>健康まつり等のイベントを活用した普及啓発</li> <li>未登録施設への登録勧奨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所及び1町で事業所に対し登録勧奨を行った。</li> </ul>
	3. イベントや健康教育等での情報提供及び媒体の貸出による受動喫煙防止の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康まつり等のイベントを活用した普及啓発</li> <li>パネルやスモーカーライザー等の貸出による普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所、市及び健康づくり推進員団体で受動喫煙防止の普及活動を実施</li> </ul>

## 12 飲酒

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○飲酒に関する知識の普及	1. 小学校低学年から高校生までの継続した健康教育による未成年者の飲酒をなくすための取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康教育、健康講座の実施</li> <li>健康相談、保健指導の実施</li> <li>学校と連携した健康教育の実施</li> <li>☆民間団体と連携した街灯での普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健所、3市町村及び2教育委員会及び学校保健協議会で実施。</li> </ul>
	2. 妊婦とその家族を対象とした妊婦教室の場を活用した飲酒の健康リスクに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>妊婦教室等での健康教育</li> <li>健康教育、健康講座の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10市町村で実施</li> </ul>
	3. 適正飲酒についての健康教育や警察が行う交通安全運動の機会を活用した成人の飲酒習慣を減らすための取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康教育、健康講座の実施</li> <li>職域と連携した健康教育の実施</li> <li>健康相談の実施</li> <li>健診事後の保健指導の実施</li> <li>広報・ホームページ等による普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>5市町村で適正飲酒の健康教育を実施。</li> <li>職域と連携した健康教育は未実施。</li> <li>健診後の保健指導等は15町村で実施。</li> </ul>
○飲酒に関する社会環境の改善	家庭内暴力や飲酒運転など社会問題の原因にもなっている飲酒について、T V、新聞等の情報メディアや、イベント、広告等あらゆる場面を利用した普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>広報・ホームページ等による普及啓発</li> <li>健康まつり等のイベントを活用した普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2町で実施。</li> </ul>

13 歯・口腔

項目	主な取組項目	主な取組内容	取組の状況
○学童期のう蝕予防	1. フッ化物洗口を普及啓発(施設拡大)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育所、幼稚園でのフッ化物洗口の実施</li> <li>・小学校でのフッ化物洗口の実施</li> <li>・中学校でのフッ化物洗口の実施</li> <li>・拡大に向けて関係者との検討・打合せ</li> </ul>	・保育所等は全市町村で実施するも、小学校15市町村、中学校3町に止まっている。教育局や歯科保険関係団体の働きかけはあるが、実施拡大に向けて教育委員会等と要検討。
	2. 市町村ごとの学校における歯科保健の教育の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校と連携した歯科健康教育の実施</li> <li>・巡回歯みがき指導の実施</li> </ul>	・7市町村、5教育委員会及び歯科医師会・歯科衛生士会で実施。
	3. 市町村における学校保健委員会の実施		・1町、2教育委員会で実施。
○成人期以降の歯の損失の防止	1. 住民が歯及び歯肉の健康状態をセルフチェックするための方策を検討	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康まつり等のイベント時における歯科健診の実施</li> <li>・成人歯科健診の実施</li> <li>・妊婦健康教育の実施</li> <li>・後期高齢者歯科健診の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナウイルス感染症対策等により、イベント等の開催制限あり。</li> <li>・17市町村で成人歯科健診を実施。</li> <li>・15市町村で妊婦対象の健康教育を実施。</li> <li>・後期高齢者歯科健診は10市町村で実施。</li> </ul>
	2. 1で作成した方策について、の広報・施設・イベント等での普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・広報・ホームページ等による普及啓発</li> <li>・健康まつり等のイベントでの普及啓発</li> <li>・企業職員向け歯科保健指導の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健所、18市町村及び歯科医師会で実施。</li> <li>・歯科衛生士会は事業中止あり。</li> </ul>
○口腔機能の維持・向上	1. 介護予防事業及び健康教育等での摂食・嚥下良好者の増加への取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防教室による健康教育の実施</li> <li>・成人歯科健診の実施</li> <li>・後期高齢者歯科健診の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康教育等は16市町村及び歯科医師会、歯科衛生士会、栄養士会で実施。</li> </ul>
	2. 高齢者の低栄養及び誤嚥性肺炎の予防への取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防教室による健康教育の実施</li> <li>・健康まつり等のイベントでの周知</li> <li>・摂食・嚥下に関する勉強会の開催</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・低栄養に関する健康教育は17市町村で実施。</li> <li>・歯科医師会・歯科衛生士会と栄養士会が連携した研修会等を実施。</li> </ul>
○歯科健診の受診者の増加	1. ホームページ・企業へのパンフレットの配布・広報等による歯科健診受診を推進するための普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康教育、健康講座の実施</li> <li>・健康相談、保健指導で周知</li> <li>・パネル展示等のイベントで周知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健所及び12市町村、歯科医師会及び歯科衛生士会で歯科健診の受診推進の普及啓発を実施。</li> <li>・保健所でパネル展等時に受診勧奨。</li> </ul>
	2. 歯科健診受診者増加に向けて、健康まつり等のイベントでの周知	<ul style="list-style-type: none"> <li>・広報・ホームページによる周知</li> </ul>	・保健所、11市町村及び歯科医師会で実施。