

令和2年度事業計画

【新規】新規事業

【拡充】拡充事業

事業名	事業内容
<p>健康づくり事業 1. 生活改善・疾病予防事業</p>	<p>成人を対象として、生活習慣病の予防を目的とした健康相談、健康増進の一次予防事業と健康チェック、事後指導等フォローまでの二次予防を一体で実施し、10年後20年後の健康寿命の延伸を目指す。</p> <p>(1)健康相談・健康講座</p> <p>①健康相談 29回 315人 生活習慣病の予防を目的とした電話、来所に対応した健康相談で市民の健康づくりを支援する。 施設内 相談 15人×10回 150人 随時 5人×12回 60人 ・各地域の機関と連携し、各地区、店舗等において健康相談会を実施する。 店舗・地区等 15人×7回 105人</p> <p>②ミニ健康講座 9回 180人 ・一次予防を目的とした専門職による健康づくりの講話を行う。 運動 2回、栄養 2回、健診(看護職)2回、検査(臨床検査・放射線)2回、口腔 1回 施設内 20人×9回 180人</p> <p>(2)総合健康チェック 生活改善・疾病予防等の健康管理のスタートとして、健康チェックの機会をあらゆる対象者に提供する。</p> <p>①若年者健診 115人 健診機会の少ない20代30代の主婦やパート労働者に受診機会を提供し生活改善・疾病予防を促す。</p> <p>②事業所健診 7,790人 労働安全衛生法に基づき事業所で働く者を対象に生活習慣病予防・改善のための健康チェックを行う。</p> <p>③協会けんぽ健診 【拡充】 3,880人 全国健康保険協会加入の被保険者を対象に生活習慣病予防・改善のための健康チェックを行う。</p> <p>④特定健診 650人 郡山市国民健康保険加入者、社会保険の被扶養者を対象に生活習慣病予防・改善のために健康チェックを行う。 ・郡山市国保 560人 ・集合契約 90人</p> <p>⑤郡山市のがん検診 【拡充】 延べ2,740人 郡山市民のがん撲滅を目指し、がん検診の機会を提供する。</p>

- ・胃がん検診 320人
- ・肺がん検診 610人
- ・大腸がん検診 650人
- ・乳がん検診 190人
- ・骨粗鬆症検診 450人
- ・前立腺がん検診 260人
- ・肝炎ウイルス検診 260人

⑥就職進学健診 **【拡充】** 550人

労働安全衛生法に基づく雇い入れ時健診や、就職・進学、資格更新時に必要な診断書の発行を行う。

⑦県民健康管理健診 16人

東京電力福島第一原子力発電所事故で被災した住民を対象に将来にわたる健康増進を目的とした健診を行う。

⑧甲状腺検査(本格検査は隔年実施) **【拡充】** 100人

東京電力福島第一原子力発電所事故による健康被害を予防するために子どもの甲状腺検査を行う。

⑨風しん第5期定期接種の抗体検査 **【新規】** 300件

風しんの感染拡大対策事業として40歳から57歳の男性を対象に抗体検査を行う。

(3)生活改善・事後フォロー

健康チェックの結果を基に、疾病の予防、改善、健康維持増進の推進を目的とした各種専門職による支援を行う。データ改善と疾病予防の為の教室を開催し、将来の医療費の抑制に貢献する。

①医療費適正化を目的とした健康教室 170人

生活習慣病のリスクのある方に対して、トレーナー・栄養士・保健師による運動、栄養、生活指導を行い、各種検査を実施してデータの改善と疾病予防の為の生活習慣改善の支援を行う。教室は少人数制で、個々の状況に合わせた生活指導と継続的な支援を行う。

- ・高脂血症改善コース(全8回) 10人×1回 10人
- ・重症化予防保健指導(受託)

糖尿病性腎症重症化予防プログラムの教室

10人×10回 100人 **【新規】**

COPD啓発・予防事業教室(全2回)

30人×2回 60人

②特定保健指導 185人

内臓脂肪症候群のリスクを有する者に対して、生活習慣の改善を促すため、半年間継続的に経過を追い動機付け支援、積極的支援の保健指導を行う。

- ・動機づけ支援 95人
- ・積極的支援 65人
- ・ステップアップ検査(協会けんぽ) 25人

③生活改善相談 13,560人

様々な目的で施設を利用している者に対して、生活習慣改善のためのフォロー相談を行い、効果的な健康づくりを促す。

- ・健診受診者(受診時)

運動	120人×12月	1,440人
栄養	140人×12月	1,680人
生活	830人×12月	9,960人
・運動参加者	40人×12月	480人

④医療機関未受診者受診勧奨事業 **2,103件**

健診結果を基に、要指導、要精密検査になった者のうち医療機関未受診者に対して受診勧奨や保健指導を行い、疾病の早期発見・早期治療につながる支援を行う。

ア) 当施設の健診受診者を対象に受診勧奨を行う

- ・はがき勧奨 2,000件
- ・訪問面談指導(事業所) 3件

イ) 医療保険者からの委託により受診勧奨を行う(受託)

特定健診で要精密検査となった者のうち医療機関を未受診の者に受診勧奨と保健指導等を行い、生活習慣病の発症、重症化のリスク軽減を支援する。

- ・郡山市国民健康保険被保険者個別面談(訪問等) 100人

⑤糖尿病性腎症重症化予防プログラムにおける保健指導(受託) **【新規】**
100人

健診結果やレセプト等の情報を基に糖尿病治療中で、腎症のリスクの高い方を対象に主治医の指示により保健指導を行い、重症化による人工透析への移行リスクを軽減させ生活の質を保てるように支援する。

- ・郡山市国民健康保険被保険者 100人

⑥COPD(慢性閉塞性肺疾患)啓発・予防業務(受託) **60人**

喫煙者に対しCOPDの周知啓発を行い、COPDの早期発見・早期治療につなげる支援として肺機能検査や保健指導を実施して必要時に受診勧奨を行う。

- ・郡山市国民健康保険被保険者 60人

⑦重複・頻回保健指導事業(受託)

[事業廃止]

⑧運動教室 **230人**

健康づくりのきっかけ作りや健康への関心を高めるため、体験型の運動機会を提供する。

- ・運動 「リンパコンティヨング」 50人×4回 200人
- 「ストレッチ」 30人×1回 30人

(4)心の健康 **100人**

市民のメンタルヘルスの支援を目的として、相談についての情報提供やリラクゼーション法の指導等を行う。

- ・リラクゼーション講座[夜間](リンパコンティヨング) 30人×2回 60人
- ・リラクゼーション講座[夜間](ヨーガセラピー) 20人×1回 20人
- ・リラクゼーション講座[夜間](ストレッチ) 20人×1回 20人
- ・勤労者のメンタルチェックシートの配布 **【拡充】 11,035件**

(5)疾病予防検査等業務(受託)

公衆衛生の向上を目的に、各種団体から業務を受託して、疾病予防を推

	<p>進する。</p> <p>①特定感染症検査(HIV・梅毒即日検査、肝炎検査) [拡充] 570件 保健所で実施する即日検査の検査業務 [自主]採血数の経年集計から、パンフレットの作成配付により予防啓発をする。</p> <p>②生活改善指導事業 80人 保健所が行う健診後の生活改善指導の運動・食生活改善指導 [自主]利用者の年代、性別、地区別の集計から、市民の生活習慣改善対策について保健所へ情報提供する。</p> <p>③結核検診 115件 児童結核検診 15件 郡山市内の小・中学生で結核の疑いのある者への精密検査 接触が疑われる者 100件 結核患者との接触が疑われる者への採血業務(IGRA) [自主]結核に対する予防意識の向上のために、パンフレットの作成配付により予防啓発をする。</p> <p>④健診関連事務受託 160,905件 郡山市内で実施する全市民の健診結果等の事務処理業務 ・特定健診 20,000件 40歳以上の郡山市国民健康保険被保険者の健診の結果作成事務処理 ・がん検診 118,800件 40歳以上の郡山市民のがん検診等の結果作成事務処理 ・代行入力 22,105件 各健康保険組合へ報告する健診データの電子化を医療機関に代わって行う事務処理 [自主]地区別受診者数の集計等から受診率の向上や施設健診の改善点等を目的に関係機関へ情報提供する。</p> <p>⑤保健指導対象者フォローアップ業務 40人 郡山市が行う特定保健指導や各種保健事業の対象者に対して、計測・採血等を行いデータを提供する ・特定保健指導参加者、各種保健事業対象者 40人 [自主]保健指導を効果的に実施するために情報の集計等を行い、関係機関へ情報提供する。</p>
<p>2. 体力増進事業</p>	<p>健康を支える大切な要素である「筋力・持久力・柔軟性」の向上を目的として、幅広い年齢層の健康な方や疾病を有する方など、様々な健康状態の方を対象に健康の維持増進を支援する。</p> <p>(1)総合健康チェック [拡充] 315人 健康づくりを安全かつ効果的に実施するために、身体の状態やライフスタイル、栄養状況を把握し、個々にあった運動処方、健康チェックを行う。</p>

	<p>①健康生活応援チェック 300人 ②動脈硬化チェック 15人</p> <p>(2)健康寿命を延ばす運動コース(定期) [拡充] 6,321人 健康度チェックの結果をもとに、効果的な指導、運動を行い健康の維持増進を実践面で支援する。</p> <p>①からだづくりのマシントレーニング 27人×93回 2,511人 ②生活習慣病予防のエアロビクス 30人×92回 2,760人 ③関節にやさしい水中ウォーキング 30人×23回 690人 ④心身の調和をはかるヨーガセラピー 15人×24回 360人</p>
<p>3. 栄養・食育事業</p>	<p>児童生徒の食育と高齢者の栄養指導に重点をおきながら、その他の年齢層においても広く市民の栄養・食育の支援を行う。</p> <p>(1)栄養相談・指導</p> <p>①食事記録による指導・相談(無料) 38人 一般市民を対象に食事記録等から栄養摂取状況を把握し生活改善のための栄養指導を行う。 ・個別相談 18人 ・各種健康教室参加者 20人</p> <p>(2)食育事業</p> <p>①調理実習 48人 調理実習等の体験を通して、健康における食の大切さを伝え、疾病予防の実践的な方法を支援する。 ・血糖を下げる食事 24人×1回 24人 ・コレステロールを下げる食事 24人×1回 24人</p> <p>②児童生徒の食育講座 75人 食育の教育を通して、児童・生徒のこころと身体の健康づくりを支援及び将来のメタボリックシンドローム等の生活習慣病の予防啓発を行う。 ・栄養士の食育講座(児童クラブ) 15人×5回 75人</p> <p>③20代30代の欠食改善指導 200人 20代30代の欠食率の改善を目的に、健診の機会を捉えて朝食欠食改善のための具体的アドバイスを行う。</p> <p>④健全な食生活の支援(情報提供) 食生活改善のための資料を作成し、健診フロア等に掲示して健全な食生活への意識付を行う。</p> <p>⑤健康レシピ提供 調理実習などで使用した「健康レシピ」を広報誌、ホームページ、パネル、パンフレット等で紹介することで、健康な食生活を推進する。</p>
<p>4. 歯科・口腔保健事業</p>	<p>健康寿命の延伸に深く関わる口腔ケア、歯周疾患予防の重要性の啓発及び口腔歯科保健の向上を目的に、定期的な歯科受診を推進し、歯科疾患の</p>

重症化を防ぐための支援を行う。

(1) 歯科医師の講話・相談

20人

一次予防を目的とした歯科医師による歯科・口腔に関する講話を行う。

・講話 20人×1回 20人

(2) 歯周疾患対策

2,500人

歯科口腔の実態把握及び歯周疾患の検査を通じて、実践的な歯科口腔の予防対策を推進する。

①セルフチェックシート

歯科口腔のセルフチェックシートを活用し、自己の歯科口腔の状態を理解すると共に集団的な実態を把握する。

健診受診者 2,500人

②歯周病簡易検査

歯周病簡易検査を用いたスクリーニングを行い、歯周疾患のリスク判定及び歯科検診の受診を促す。

健診受診者 2,500人

③情報提供・受診勧奨

歯周疾患及び歯周疾患検診に関するパンフレット配布により、歯科情報の提供や健診の受診勧奨を行う。

健診受診者 2,500人

(3) 医科歯科連携事業

「歯科は全身病の一部である」という観点から、市民に医科の生活習慣病と歯科の歯周病の関係を医科歯科一体となり予防教育する。

- ・チラシを活用して市民へ啓発を行う。
- ・糖尿病治療中の方を対象に、内科医院でペリオスクリーンを実施し、歯科への受診勧奨を行う。
- ・糖尿病連携手帳利用促進をPRする。

5. 健康意識向上事業

健診受診率の向上や運動・食生活習慣の改善等を広報誌、ホームページ、イベント・講演会等で広く啓発し、市民の健康意識の向上を支援する。

令和2年度は財団設立30周年記念事業の一環として財団の公益目的である「健康寿命の延伸」をテーマに事業を展開する。

(1) 設立30周年記念事業

①健康講演会

年1回(10月)

500人

設立当初から財団を支援していただいた市民に還元することを目的に、例年開催している健康講演会の規模を拡充して記念講演会を開催する。講演会の前段では式典を併せて実施する。

テーマ「健康に関する演題」

②記念誌(事業活動の記録)制作

500部

財団の歴史、設立の趣意、活動記録、事業実績、未来へのビジョンを

	<p>記念誌としてまとめる。</p> <p>③財団のロゴ制作 地域に親しまれ愛される財団となるよう財団をイメージしたロゴマークを作成する。 ロゴマークは、これからの地域を担う市内の学生からの公募とする。</p> <p>(2)健康情報誌発行 年2回(4月、9月) 身近な健康に関わる情報、専門的な保健・医療情報など広く健康に関する情報を市民に提供し、健康意識の向上を図る。</p> <p>(3)ホームページ運営 アクセス 7,500件 健康意識の向上、健康情報の提供を目的として、ホームページを活用した啓発活動を行う。 市民が当サイトへの関心と期待度が高まる情報発信を図る。</p> <p>①SNS導入 【新規】 双方向性のツールを活用し効率的な情報発信と市民のニーズの情報を収集する。</p> <p>(4)キャンペーン</p> <p>①健康づくり普及月間 年4回 健康月間に合わせて情報提供やPRを行い健康意識の向上を図る。 ・禁煙・COPD月間 (5月) ・歯と口の健康週間 (6月) 【新規】 ・がん征圧月間 (9月) ・糖尿病月間 (11月)</p> <p>②生活習慣病予防キャンペーン 通年 健康寿命延伸のための「減塩」「減酒」「減煙」を推進する。</p> <p>(5)市民への健康情報提供 健康に関する情報を市民に提供し、健康意識の向上を図る。</p> <p>①施設利用 年2回 市内行政施設等に健康情報リーフレットを配布し啓発する</p> <p>②ホームページ利用 ・健康クイズ提供(更新) 健康に関する健康情報をクイズ形式で提供する</p>
6. まるごとけんこう館事業	<p>平日にサービスを受けられない市民に、土曜日の施設開館を実施して、利用者のニーズに応じた健康づくりの支援を行う。</p> <p>(1)まるごとけんこう館 5回 120人</p> <p>①ワンコイン事業</p>

<p>8. 地域連携事業</p>	<p>「健康を実感できる健康都市」を目指し、市民が等しく健康サービスを受けられるよう、学校、行政、保健、医療の団体や地域、市民団体等との連携により健康づくり事業を協同して行う。</p> <p>(1) 団体等連携イベント</p> <p>① 共催イベント</p> <p>・ 保健福祉フェスティバル 300人</p> <p>(2) 小・中学校等スポーツ支援事業 1,000人</p> <p>小・中学校やスポーツ愛好家と連携し、効果的なストレッチの方法を通して、健康づくりを推進する。</p> <p>・ 支援事業 1,000人</p> <p>(3) 専門職派遣・教育事業 360人</p> <p>専門職を必要とする地域や各団体へ保健師、栄養士、トレーナー等を派遣し健康教育を行う。</p> <p>・ 派遣教育 20人×18回 360人</p> <p>(4) 健康づくり地域ボランティア育成事業 10人</p> <p>健康ボランティア育成講座を実施し、各団体と連携を図り、ボランティア活動の場も提供する。</p> <p>・ 育成講座(全5講座) 10人×1回 10人</p> <p>(5) 健康発信案内</p> <p>地域で活動する健康推進団体や保健・福祉・医療団体等と連携し、健康づくりネットワークの推進を図り、市民に有益な健康情報を発信する。</p> <p>① 来場者向けに施設内情報発信ブースから健康情報を提供する。</p> <p>② インターネット上から市民に効果的な健康情報を発信する。</p>
<p>9. 専門職等育成 ・ 研修事業</p>	<p>市民の公衆衛生の向上や地域の保健医療の推進に関わる保健・医療等の専門職を対象に技術及び知識の向上を目的とした研修、育成を行う。</p> <p>(1) 研修事業 50人</p> <p>・ 専門職支援研修会(主催) 50人×1回 「糖尿病について」</p>
<p>介護保険関連事業 1. 要介護認定調査事業</p>	<p>介護サービスの受給要件となる「介護認定」が必要となった方に訪問調査を行い、郡山市の介護認定審査会の一次判定資料となる調査票を作成する。</p> <p>(1) 要介護認定調査 9,500件</p> <p>[自主] 調査による課題を行政に還元し、適正な調査を目指す。また、高齢者世帯への各種情報提供を行い介護保険業務の向上に貢献する事業を展開する。</p>

<p>2. 介護予防事業</p>	<p>高齢者を中心に、健康チェックや健康相談、運動指導・栄養指導を主体とする健康増進事業、事後フォローを実施し、介護を必要としない自立した健康な日常生活の維持・延伸を支援する。</p> <p>(1)総合健康チェック</p> <p>①後期高齢者健診 70人 75歳以上の市民を対象に、疾病の早期発見と健康生活の維持を目的とした健康チェックを行う。</p> <p>②フォロー健診（後期高齢者健診） 30人 郡山市民のうち、健診機会が得にくい地域及び医療機関への受診が困難な市民を対象に、地区への送迎を行い健診機会を提供する。</p> <p>(2)介護予防教室 [拡充]</p> <p>①健康寿命を延ばす運動コース(定期) 2,160人 トレーナーによる運動指導を行い、筋力の低下を予防し自立した生活ができるよう支援する。 ・あし腰強化の貯筋体操 35人×48回 1,680人 ・認知症予防のエアロビクス 20人×24回 480人</p> <p>②健康教室 15人 健康寿命を伸ばすための運動、栄養、生活指導をおこない健康増進を支援する。 ・運動・栄養・生活 認知症予防教室(全5回) 15人×1回 15人</p> <p>③ミニ健康講座 20人 ・介護予防を目的とした専門職による講話を行う。 介護講座 20人×1回</p> <p>(3)介護予防等業務（受託） 高齢者の福祉の増進を目的に、各種団体から業務を受託して、介護予防を推進する。</p> <p>①介護関連事務受託 28,000件 ・介護予防把握事業業務受託 75歳以上で支援を要する者を把握するために行う基本チェックリストの結果処理事務</p>
<p>3. 専門職育成・研修事業</p>	<p>市民の高齢者の福祉の向上に関わる介護・福祉等の専門職を対象に技術及び知識の向上を目的とした研修、育成を行う。</p> <p>(1) 認定調査員研修会(主催) 1回 80人 「認定調査について」</p> <p>(2) 専門職育成研修会(主催) 1回 60人 「マインドフルネス」</p>