

◎ 事業概況

市民の健康と福祉の増進に貢献できる公益目的事業の安定的な運営に努めながら、健康寿命の延伸につながる事業を企画し、各種教室等の事業を通して健康づくりを推進しました。

令和3年度は、新型コロナウイルス感染症による新たな生活様式に合わせて、人数制限、時間短縮、リモート開催などで事業に取り組みました。国によるまん延防止等重点措置の適用により健康教室等で事業縮小の計画変更がありました。

I 健康づくり事業

1 生活改善・疾病予防事業

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の二次予防を一体で実施することで、10年後、20年後の健康寿命の延伸、疾病予防、生活習慣の改善を目指し、各分野で事業を行いました。

健康管理の入口となる健康チェックでは、年代や目的に沿った健診・検査の機会を提供しました。昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症の感染対策として、受診者の密を避けるために、午前の健診の受付時間を前半・後半の2部制とし、消毒や換気を徹底しながらの実施となりました。職員の負担は増大しましたが、2部制の効果として待ち時間が短縮され、受診者へのサービス向上につながりました。

医療費適正化を目的とした重症化予防事業(郡山市国民健康保険課)では、新たに糖尿病性腎症重症化予防プログラムを受託し、主治医から紹介された対象者に、保健師や管理栄養士等が保健指導を実施しました。新型コロナウイルス感染症の影響により、集団指導に代えて個別面談で実施しました。

新型コロナウイルス感染症対策では、医療従事者及び市民の未接種者を対象に新型コロナウイルスワクチン接種を行いました。

2 体力増進事業

幅広い年齢層、様々な健康状態の市民が、安全で効果的な体力づくりができるよう、各種検査や栄養・運動のアドバイス及び継続的な運動習慣のための定期運動コースを提供し、市民の体力維持増進、運動機能向上及び生活習慣病予防・改善に努めました。新型コロナウイルス感染症対策として、予約制により人数を制限して事業を継続しました。なお、まん延防止等重点措置適用期間は事業を中止しました。また、感染防止の観点から昨年度は中止していた新規参加者の受け入れ及び体力測定を含む健康生活応援チェックは、少人数の受け入れと感染リスクの高い検査項目を除外する対策を講じて再開しました。

3 栄養・食育事業

栄養と食の正しい理解を目的に、個々の健康課題に合わせた個別の食事分析、栄養指導・相談等により、栄養と食事の重要性を啓発しました。

重症化予防事業や教室等においても、主治医と連携をとり参加者の病態や疾患に合わせたきめ細かな個別指導を行いました。また、栄養指導のみを希望して来所する市民へも積極的に関わり指導を行いました。

昨年度から開始した留守家庭児童対象の食育講座では、管理栄養士が放課後児童クラブを訪問し、楽しみながら食の大切さを伝えるとともに、新型コロナウイルス感染予防のため、手洗いの重要性、正しい手洗い方法を周知する活動を行いました。

4 歯科・口腔保健事業

歯科・口腔の講話は感染対策を講じながら行い、歯周病対策の重要性を啓発しました。歯周病簡易検査及び医療機関への受診勧奨事業は、新型コロナウイルス感染症の飛沫感染のリスクを考慮して休止しましたが、代わりに医科歯科連携事業部会で一部原稿を担当して郡山歯科医師会と協同で作成した歯周病のリーフレットを健診受診者へ配布し歯科口腔の予防啓発に努めました。

5 健康意識向上事業

健康維持増進を意識面から推進・啓発するために、広報誌やウェブサイト等を活用した情報発信、キャンペーン活動による啓発事業を行い、健康づくりを広報面から推進しました。「まるごとけんこうフェア」は、水害や新型コロナウイルス感染症拡大防止のため2年間中止となっていたことから、令和3年度は、YouTubeを活用してリモートで開催しました。また、広報誌やイベントにおいてSDGsに関する情報提供を行い市民の意識向上に努めました。

6 まるごとけんこう館事業

平日に健康づくりの機会が少ない市民を対象として、土曜日に運動や栄養の体験等を通して健康づくりの機会を提供しました。新型コロナウイルス感染症対策として対象人数を減らすなどにより開催しました。なお、まん延防止等重点措置適用期間は事業を中止しました。

7 調査研究事業

公衆衛生の向上を目的に、当財団が事業で収集した健康データを疫学的に研究・分析し、その結果は、学会等で発表しました。発表テーマは「新型コロナウイルス感染症流行に伴う生活習慣の変化」（日本公衆衛生学会）でありました。福島県保健衛生学会の参加は、新型コロナウイルスワクチン集団接種業務の時期と重なったため、ワクチン接種業務を優先して、参加を見送りました。

共同研究では、平成29年度から「運動と認知機能の関係に関する研究」をテーマに生体機能システムを活用した運動前後の脳血流量測定および認知機能テスト、一般血液検査、口腔内審査を実施してきました。令和3年度は、研究の成果をまとめ、共同研究報告書を作成して「運動と認知機能の関係に関する研究」を終了しました。

健康再発見事業では、胃がん検診の必要性や受診勧奨の内容を含めたリーフレットを作成し、健康づくり事業の推進のために情報提供しました。

8 地域連携事業

「健康を実感できる都市」を目指し、市民が等しく健康サービスを受けられるよう、各種専門職が地域に出向き、健康教室等で指導を行いました。保健・福祉フェスティバル郡山2021「ファミリーフェスタ2021」は新型コロナウイルス感染症の影響により動画配信となりました。

小・中学校スポーツ支援事業では郡山市教育委員会との共催により、中学生を対象にストレッチの重要性と効果的な実践方法について講習会を実施しました。

また、健康の大切さを普及啓発するボランティアの育成を目的に、健康づくりボランティア育成講座を開催しました。ボランティアの基礎知識や地域に健康を広めるためのスキルを学べる講座を行うとともに、健康生活応援チェック事業にボランティア活動の場を提供しました。

さらに、健康情報発信では、コロナ禍で運動不足の市民のために、自主制作した運動DVDを市民への無料貸出し、YouTubeによるウェブ配信をして広く情報発信をしました。

9 専門職等育成・研修事業

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会を開催しました。

令和3年度は、現場で活用できる心が折れないコミュニケーションスキルを身につけることを目的に、市内の各幼稚園教諭及び保育士、養護施設職員に対して、「未就学児保護者とのコミュニケーション」と題した研修会を開催しました。

II 介護保険関連事業

1 要介護認定調査事業

高齢者の福祉の増進を目指し、介護保険制度において重要な認定調査事業を郡山市から積極的に受け入れ、令和3年度は、7,227件実施しました。これは、郡山市の要介護認定調査全件数7,995件の約90%にあたります。

また、研修会へ積極的に参加し調査員の資質向上を図るとともに、郡山市介護保険課と連携を密にし、調査における課題等を郡山市にフィードバックし、より適正な調査の実現に貢献しました。

2 介護予防事業

高齢社会へ向けた介護予防と健康寿命の延伸を目的に高齢者を中心として、健康チェック、生活機能向上に関わる指導・相談、筋力づくりを目的とした運動指導等を行い、介護を必要としない自立した健康な日常生活の維持・延伸を支援しました。定期運動コースは、高齢者への新型コロナウイルス感染症対策として、予約制により人数を制限して事業を実施しました。また、令和2年度に開始したフレイル予防の教室も継続して行いました。

3 専門職研修・育成事業

市民への質の高い介護サービスの維持・向上を目的に、介護サービス事業者等の専門職に対して研修の機会を提供しました。専門職育成研修会では、人生の最後の段階までその人らしい生き方をサポートするために支援の方法やプロセスを学ぶ機会として「アドバンス・ケア・プランニング」をテーマに開催しました。

また、市内の介護支援専門員を対象に認定調査の技術向上を目指した認定調査員研修会では、コロナ禍での調査の対応や現状を伝達する他「新型コロナウイルスの感染対策について」をテーマに、訪問調査をする上での基本的な感染対策の知識習得を目的に開催しました。いずれの研修会も感染対策としてリモートにより実施しました。

各事業の詳細については次のとおりです。

I 健康づくり事業

1 生活改善・疾病予防事業

生活習慣病の予防を目的とした健康相談、健康講座等による一次予防事業と健診、健診事後フォローまでを行う二次予防を一体で実施し、健康寿命の延伸を目指しました。

(1) 健康相談・健康講座

内部専門職に加え、外部講師を活用して、毎月様々なテーマによる健康講話と相談事業を開催しました。

①健康相談

ア. 生活習慣病の予防を目的とした電話、来所の健康相談

○実施回数：相談日(第3水曜日) 7回
来所・電話 随時

○人 数： 20人

イ. 生活習慣病の予防を目的とした市内各地に出向いての健康相談

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止しました。

②ミニ健康講座

専門職による健康づくりの講話

○実施回数： 8回

○人 数： 80人

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため7月、8月開催は中止しました。

実施日	テーマ	講師	人数
4月28日	知って得する元気のヒケツ「入門編」 ～フレイル・ロコモって知っていますか?～	佐藤希望子 (保健師)	11
5月26日	知って得する元気のヒケツ「栄養編」 ～低栄養を予防するための食事～	影山美起 (管理栄養士)	12
6月30日	知って得する元気のヒケツ「運動編」 ～足腰元気を目指そう!～	船山陽子 (トレーナー)	14
7月28日	介護保険のおはなし	佐久間教光 (ケアマネージャー)	中止
8月25日	正しい歯の磨き方	古川利枝 [郡山市] (歯科衛生士)	中止
10月27日	手洗いについて	一ノ瀬愛 (看護師)	3
11月24日	免疫力を上げる為の食事	影山美起 (管理栄養士)	12
12月22日	頸動脈超音波検査について	近藤好恵 (臨床検査技師)	14
2月16日	バリウム検査について	松井敏光 (診療放射線技師)	7
3月30日	デジタル化と健康	多治見公高 (医師)	7

(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提供しました。

コース	対 象	人数(実人員)
若年者健診	健診機会の少ない20代30代の主婦やパート労働者	83
事業所健診	労働安全衛生法に基づく事業所の労働者 ・事業所健診 7,860人 ・単独検査 180人	8,040
協会けんぽ健診	全国健康保険協会(協会けんぽ)加入の被保険者 ・一般健診 4,155人 ・子宮がん単独検診 30人	4,185
特定健診	郡山市国民健康保険加入者、社会保険被扶養者 ・郡山市国民健康保険 523人 ・社会保険被扶養者(集合契約) 103人	626
郡山市のがん検診等	郡山市民 (複数受診あり) ・胃がん検診 255人 ・肺がん検診 711人 ・大腸がん検診 644人 ・前立腺がん検診 302人 ・乳がん検診 220人 ・肝炎ウイルス検診 202人 ・骨粗鬆症検診 458人	2,792
就職進学健診	雇い入れ時の健診並びに就職・進学、資格更新で診断書を必要とする方	299
県民健康管理調査健診	県が行う県民健康管理調査「健康診査」 ・避難区域等内 (16歳以上) 1人 ・避難区域等以外 (19歳～39歳) 10人	11
県民健康管理調査 甲状腺検査	県が行う県民の甲状腺検査(一次検査) ・6歳以上	80
風しん第5期定期 接種の抗体検査	風しんの感染拡大対策事業として行う抗体検査	109

(3) 生活改善・事後フォロー

①医療費適正化を目的とした健康教室

生活習慣病のリスクを持つ者に対して、トレーナー・管理栄養士・保健師が、運動、栄養、生活指導及び各種検査を行い疾病予防を目指した検査データの改善、生活習慣改善を支援しました。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いました。

・高脂血症改善コース

健康寿命を伸ばすための運動、栄養、生活指導を行い高脂血症の改善を目指すための教室を実施しました。

○参加人数 10人

	実施日	内 容
1	4月12日 ～4月23日	事前検査 頸部血管エコー検査、血液検査、身体測定、尿検査、診察
2	5月12日	検査結果の説明 トレーナーの運動指導 講師 まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香
3	5月19日	脂質異常について(医師の講話) 講師 うじいえ内科クリニック 院長 氏家優一
4	6月 2日	管理栄養士の講話 講師 まるごとけんこう財団 管理栄養士 猪俣陽子 「脂質異常を改善する食事」
5	6月 9日	トレーナーの運動指導 講師 まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香
6	6月16日	薬剤師による薬の勉強会 講師 郡山薬剤師会 理事 菅原秀樹
7	7月12日 ～7月16日	事後検査 血液検査、身体測定、尿検査 個別栄養相談
8	8月 4日	検査結果の説明 質疑応答等

・重症化予防保健指導（受託）

※以下の事業に掲載

⑤糖尿病・糖尿病性腎症重症化予防事業(受託)

⑥COPD（慢性閉塞性肺疾患）啓発・予防事業(受託)

②特定保健指導

保険者により階層化され、利用券が発行された内臓脂肪症候群のリスクを有する方に生活習慣の改善を促すため3～6ヶ月間の動機付け支援、積極的支援の保健指導を行いました。新型コロナウイルス感染症対策としてグループワークは行わず個別面談のみとしました。

種 別	対 象	人 数	
動機付け支援	郡山市国民健康保険加入者	10人	27
	協会けんぽ加入者	9人	
	共済組合・健康保険組合等加入者	8人	
積極的支援	郡山市国民健康保険加入者	3人	16
	協会けんぽ加入者	9人	
	共済組合・健康保険組合等加入者	4人	

③生活改善相談

様々な目的の施設利用者に対して、生活習慣改善のためのフォロー相談を行いました。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため運動参加者の体脂肪測定等は中止しました。

対 象	内 容	人 数
健診受診者	・管理栄養士による栄養相談 ・看護師、保健師による健康相談	1,904
運動参加者	・体脂肪率測定、腹囲測定（毎月1回最終週）	中 止

④受診勧奨

ア) 当施設の健診受診者を対象にした受診勧奨(自主)

当施設の受診者を対象に、健診結果を基に、精密検査未受診者への医療機関受診を促し、疾病の早期発見・早期治療を勧奨しました。

種 別	内 容	件 数
はがき勧奨・メール情報提供	健診3ヶ月後精密検査未受診者に受診勧奨通知(内科、眼科、耳鼻科、がん)を送付	1,009
訪問指導	精検受診率の低い事業所や健康相談を希望する事業所に対する保健師の訪問指導	1

イ) 医療保険者からの依頼による受診勧奨(受託) —医療機関未受診者勧奨事業—

医療保険者からの委託により、健診の結果が要精密検査になった方のうち医療機関未受診者に対して生活習慣病の発症・重症化のリスクを軽減させるために受診勧奨や保健指導を行いました。

○対 象：郡山市国民健康保険加入者

○人 数：100人

○内 容：保健師・管理栄養士・トレーナー等が個別面談、家庭訪問、電話のいずれかの方法で受診勧奨と生活指導を実施しました。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため電話支援を中心に実施しました。

内 容	実 施 日	人 数
保健師等による電話支援	令和3年 7月末～8月中旬	23
	令和4年 1月中旬～3月初旬	77

⑤糖尿病・糖尿病性腎症重症化予防事業(受託)

郡山市糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、糖尿病性腎症等で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者に対して、腎不全、人工透析への移行リスクを軽減させ、生活の質を保つために、保健指導を行いました。

令和3年度は前年度同様、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、糖尿病対策推進委員会に所属する医療機関をかかりつけとする市民が対象となりました。

○対 象：郡山市国民健康保険課を通じ主治医から保健指導の依頼があった者

○人 数：35人

○内 容：保健師、管理栄養士、トレーナー等が集団指導・個別面談・電話支援・メール・手紙支援のいずれかを3回程度実施後、3ヶ月後に評価のため、郵送でのアンケートを実施しました。

方 法	内 容	人数(延べ)
集団指導	保健師・管理栄養士による集団指導(5回)	25
個別指導	保健師・管理栄養士による個別面談	10
電話支援	保健師等による電話支援	29
メール・手紙支援	保健師等によるメール・手紙支援	40

⑥COPD（慢性閉塞性肺疾患）啓発・予防事業(受託)

喫煙歴等がありCOPDのリスクが高い者を対象にCOPDの周知啓発や早期発見・早期治療につなげる保健指導を行いました。

○対 象：郡山市国民健康保険加入者

○人 数：1, 239人(啓發文書送付)
60人(保健指導)

○内 容：COPD啓発のためのパンフレット送付・保健指導

※令和3年度はCOPD専門医による講話のみを実施する計画でしたが、新型コロナウイルス感染症が市内で拡大していたため、電話での健康相談を実施しました。対象者のうちハイリスク群（134名）には電話調査・体調確認の実施についての文書を送付したうえで電話による支援を行いました。

内 容		実施日	人数
案内送付	啓發文書を送付	9月17日	1, 239
電 話	保健師による電話支援	9月～11月	53
面 談	保健師による面談（自施設内）	9月～11月	7

⑦運動教室

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しました。新型コロナウイルス感染症対策として、従来の計画から定員を5名減らし、時間を30分短縮して開催しました。

内 容	講 師	実 施 日	人 数
楽しく動いて免疫力UP 「フラエクササイズ de 体幹意識」	レイモミ小野フラスクール 教師 鹿又ひろ江	7月14日	19
		10月20日	17
疲れにくいからだづくり 「ストレッチ」	まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香	8月18日	18
気持ちよく汗をかいて リフレッシュ！ 「エアロビクス」	まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香	9月15日	中止
心もからだも心地よく 「リフレッシュヨガ」	スポーツインストラクター 峯淳子	1月12日	10

※9月15日は、まん延防止等重点措置適用期間のため事業中止しました。

(4) 心の健康

市民がストレスの自己対処法に理解を深められるよう、働いている方を対象にリフレッシュヨガ、エアロビクス教室を夜間(19時から20時)に開催しました。

内 容	講 師	実 施 日	人 数
お仕事帰りに 「リフレッシュヨガ」	スポーツインストラクター 峯淳子	5月14日	10
仕事帰りにリフレッシュ 「エアロビクス」	まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香	11月19日	8

(5) 疾病予防検査等業務

地域や学校、行政、保健、医療等の団体との連携により、地域の保健・医療の推進、公衆衛生の向上を目指して行う健康事業を郡山市等と協働により実施しました。

さらに、公益目的を達成するため、業務の集計等を行い、情報提供やポスター等掲示による市民への啓発活動を行いました。 ※ ○は自主事業を示します。

業 務	内 容	件 数
H I V検査	H I V即日検査 ○ポスター等を掲示し、疾病の理解や検査の受診について市民への啓発を行いました。	3 2
梅毒検査	梅毒即日検査 ○ポスター等を掲示し、疾病の理解や検査の受診について市民への啓発を行いました。	3 1
肝炎検査	肝炎ウイルス採血業務 ○ポスター等を掲示し、疾病の理解や検査の受診について市民への啓発を行いました。	7
結核検診	市内小中学校の児童生徒の結核精密検査 ・児童結核検診 2件 結核患者との接触が疑われる者への採血業務 ・IGRA検査採血業務 184件 ○ポスター等を掲示し、疾病の理解や検査の受診について市民への啓発を行いました。	1 8 6
健診事務受託	市民の健診後の健診結果等事務処理業務 ・特定健診、後期高齢者健診 28,477件 ・各種がん検診 93,391件 (肝炎・骨粗鬆症検診含む) 特定健診及び特定保健指導に係るデータ入力業務 ・郡山市国民健康保険 18,863件 ・集合契約(被扶養者) 1,939件 ○年代・地区別等集計を行い、情報提供を行いました。	1 4 2, 6 7 0
保健指導対象者 フォローアップ業務	郡山市が行う特定保健指導や各種保健事業の対象者に理学的検査、血液検査等を行い、データを提供しました。	1 6

2 体力増進事業

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、様々な健康状態の方を対象に体力の維持増進を支援しました。

(1) 総合健康チェック

体力増進のスタートとして、健康チェックの機会を提供しました。

※感染リスクの高い項目を除外し実施しました。

コ ー ス	対 象	人 数
健康生活応援チェック	定期運動コース参加者	187
動脈硬化チェック	検査を希望する方	1

(2) 定期運動コース ～健康寿命を延ばそう～

①総合健康チェックの結果を基に個人の体力に合わせた運動機会を提供しました。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため定員制(予約制)で実施しました。

○回 数： 213回

○人 数： 3,266人(延べ)

内 容	回 数	人 数
からだづくりのマシントレーニング	86	1,216
生活習慣病予防のエアロビクス	87	1,518
関節にやさしい水中ウォーキング	18	341
心身の調和をはかるヨーガセラピー	22	191

※まん延防止等重点措置適用期間は休止しました。

3 栄養・食育事業

児童生徒の食育と高齢者の栄養指導・口腔ケア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・食育の支援を行いました。

(1) 栄養相談・指導

①食事記録による指導・相談

食事分析では、3日間の食事記録を分析し、管理栄養士が個別の栄養、食事指導・相談を行いました。また、食事分析を希望しない場合も、健診結果等のデータに基づき管理栄養士が個別の栄養相談も実施しました。

事 業	内 容	件 数
食事分析と個別指導	随時(運動参加者、健康診断利用者等)	1
	国保医療費適正化事業 教室参加者	55
個別栄養相談	随時(運動参加者、健康診断利用者等)	13

(2) 食育事業

①生活習慣病の栄養学講座

生活習慣病予防の基本である食事のあり方について、管理栄養士の講座を通して知識を普及し、市民らが改善できる方法を見つけて意欲的に取り込めるよう支援する。

実施日	内 容	人 数
9月10日	脂質異常を改善するための食事	中 止
12月17日	おいしく減塩するためのコツ	18

※調理実習は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止しました。

②児童生徒の食育講座

留守家庭児童を対象に、管理栄養士が小学校の放課後児童クラブを訪問し、正しい食事のとり方や望ましい食習慣の定着及び食を通じた人間性の形成や心身の健全育成を図るための講座を行いました。

新型コロナウイルス感染症予防のために、手洗いの必要性、正しい手の洗い方、ウイルスに負けないからだ作りについても管理栄養士及び看護師、保健師が講話をしました。

○対 象 者：留守家庭児童

○指導人数：117人

実施日	場 所	内 容	人 数
7月30日	多田野小学校児童クラブ	・食育指導 ・手洗い実験教室	22
8月 6日	橘小学校児童クラブ		36
8月11日	第3行健しののめ子供会		22
8月11日	第1行健しののめ子供会		23
8月20日	安子島小学校児童クラブ		14

③20代30代の欠食改善指導

健診の機会を捉えて、若者の朝食の欠食改善を目的に管理栄養士が具体的なアドバイスを行いました。

○対 象 者：ライフスタイルの問診票記入で朝食に欠食のある方

○指導人数：301人

④健全な食生活実践指導

食生活改善のための資料を作成し、掲示・配布して市民へ食生活改善の意識付けを行いました。

内 容	方 法
<ul style="list-style-type: none"> ・あなたの健診結果、異常はありませんか？ ・メタボとは？ ・朝食を摂りましょう ・脂質異常を改善するための食事 ・清涼飲料水、アルコール飲料の栄養表示展示 ・減塩のコツ 	健診フロアに掲示 栄養相談等で配布

⑤健康レシピ提供

旬の食材を使用した献立や、健康教室の調理実習で管理栄養士が作成した「健康レシピ」を、広く市民に周知することで健康な食生活を推進しました。

内 容	方 法
<ul style="list-style-type: none"> ・バランスの良い食事レシピ集 ・エネルギー制限、たんぱく質・塩分制限レシピ集 	健診フロアに掲示・配布

4 歯科・口腔保健事業

口腔ケア、歯周疾患予防の重要性の啓発及び歯周病の簡易検査を通して、定期的な歯科受診の推進、歯科疾患の重症化の予防を支援しました。

(1) 歯科医師の講話

テーマ	講師	実施日	人数
歯科矯正について	文化通り矯正歯科 海野幸恵	12月10日	12

(2) 歯周疾患対策

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、歯周病簡易検査及びセルフチェックシートを中止し、健診者や教室参加者等に、郡山歯科医師会と医科歯科連携部会が協同で作成した歯周病のリーフレットを配布して情報提供を強化しました。

- ①セルフチェックシート 中止
- ②歯周病簡易検査 中止
- ③情報提供・受診勧奨
 - 件数： 14, 114件
 - 内容： ・リーフレットによる歯周病の予防啓発
 - ・歯周疾患検診対象者へ歯周疾患検診のチラシ配布、受診勧奨

(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事業を推進するため、財団は事務局として、郡山医師会、郡山歯科医師会、郡山市で構成する医科歯科連携部会を令和元年に立ち上げましたが、令和3年度は新型コロナウイルス感染予防のため、部会が開催できませんでした。

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、ウェブサイト、イベント・講演会、キャンペーン活動を通して市民に広く啓発し、市民の健康意識向上を支援しました。

(1) まるごとけんこうフェア [第14回]

令和3年度は、「秋をお家で楽しもう!」をテーマに、コロナ禍でステイホームが求められ、イベント等への集客が制限される中、本事業の目的を達成するために工夫をしてリモート開催を企画しました。若年層から高齢者まで幅広い年齢を対象に、医療、食、運動の健康づくりの基本に加え、SDGs等も意識したコーナーにしました。

- 実施日：9月26日(日) 午前10時00分～正午
- 開催方法：YouTube配信によるリモート開催
- 共催：郡山医師会、郡山歯科医師会、福島県鍼灸師協会、日本調理技術専門学校
- 後催：郡山市
- コーナー：
 - ・お口の健康「嚙むことの大切さ」
医療法人ぬかざわ歯科医院 理事長 糠澤真彦
 - ・ツボと健康「不妊症と生理痛に対するツボ講座」
福島県鍼灸師会理事・学術部長
鍼灸サロンlibera 代表 益子勝良
 - ・食と健康「食材を余すことなく使い切る」
日本調理技術専門学校 中国料理教員 千葉智貴
 - ・運動と健康「フラエクササイズ」
レイモミ小野フラスクール 教師 鹿又ひろ江

(2)健康情報誌発行

市民を対象に、健康に関する知識啓発・事業PRを目的に財団広報誌「まるごとけんこう」を発行し、市内全戸に配布するとともに、公共施設等を通して広く市民に発信しました。

①まるごとけんこう第49号

○発行日 令和3年9月1日

○内 容 ・特集「SDGs 食と健康」

福島大学農学群食農学類長 生源寺眞一

SDGsの基本情報及び市民がSDGsの取り組みを身近に感じられるように情報を提供するとともに、人生100年時代を持続可能な健康的な暮らしにしていくなために必要な「食と健康」の正しい健康習慣の周知啓発を図りました。

・研究紹介

「まるごとけんこう財団の健診における生活習慣病の有病率の変化」

・郡山医師会から「コロナ禍での皮膚トラブルについて」

・事業案内(後期)

・第14回まるごとけんこうフェア[Web開催]の案内

②まるごとけんこう第50号

○発行日 令和4年4月1日

○内 容 ・特集「水」

太田西ノ内病院救命救急センター所長 篠原一彰

身近過ぎるが故に、あまり意識していない水の健康維持に欠かせない体内での役割と適切な摂取方法を市民に啓発するとともに、郡山市の恵まれた水環境についても再認識できるよう情報提供しました。

・健康診査の案内

・郡山歯科医師会より「油断できない口の中の腫れ」

・栄養士さんのおはなし「塩少々とひとつまみの違い」

・まるごとけんこう体操DVD貸し出し案内

・事業案内(前期)

(3)ホームページ運営

健康意識向上、健康情報の発信を目的に、若年層にも有効であるウェブサイトを活用した啓発活動を行いました。

令和3年度は、各事業部門単位で更新が頻繁に行われ、多くの情報が発信できました。

○アクセス数 24,698件 (直帰率54.58%)

(4)キャンペーン

厚生労働省などが実施している健康キャンペーン事業に併せて、健康相談やミニ健康講座に参加する市民へパンフレットや健康グッズを配布し、意識向上に努めました。

また、年間を通し、3減運動(減塩、減酒、減煙)にも取り組みました。

・禁煙・COPD月間 (5月)

・歯と口の健康週間 (6月)

・がん征圧月間 (9月)

・乳がん月間 (10月)

・糖尿病月間 (11月)

(5)街情報誌等に健康情報提供

市民に広く親しまれている街情報誌に健康キャンペーン等に合わせて健康情報を掲載し市内公民館に配布するとともにホームページに掲載し地域の健康づくり、健康意識向上に努めました。

発行月	内 容	配布先
令和3年 9月	「レトルト食品」「コンビニ食品」 賢い活用方法	市内公民館 44ヶ所 ホームページ掲載
令和4年 3月	無理なく減量をはじめよう ～1日200Kcal減を目指しましょう～	市内公民館 44ヶ所 ホームページ掲載

6 まるごとけんこう館事業

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いました。

(1) まるごとけんこう館

○実施回数： 6回

○人数：ワンコイン事業 68人

実施日	講師	テーマ	人数
5月 8日	睡眠健康指導士 大槻美恵子	質の良い睡眠とは ～夜は自然と眠れるわけでは ありません～	12
6月12日	レイモミ小野フラスクール 鹿又ひろ江	初めてのフラエクササイズ ～インナーマッスルを鍛えよう～	15
8月 7日	温泉保養士 小野倫明・鈴木真澄	温泉保養士に学ぶ ～温泉で若返り～	13
9月11日	HUMAN DANCE STUDIO 大越ひろみ	やさしいヨガ	中止
12月11日	野菜ソムリエ 藤田浩志	大人の健活 ～身体の芯から温める冬野菜の魅力～	9
2月12日	郡山市教育委員会生涯学習課 社会教育指導員 伊藤幸夫	上手なほめ方・叱り方	6
3月12日	まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香	チェアエクササイズ	13

※9月11日は、まん延防止等重点措置適用期間のため事業中止

(2) 健康講演会

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止しました。

7 調査研究事業

公衆衛生の向上を目的に、各事業から収集した健康データを疫学的に研究・分析し、市民や保健医療関係者に、学会等を通してその成果を還元しました。

また、健康情報のデータベースから個人や健康保険組合等へデータを積極的に提供し、健康管理の推進を図りました。

(1) 研究業務

日頃の業務からテーマを見い出し、研究分析し学会発表をしました。

①研究

ア) 自主研究

「新型コロナウイルス感染症流行に伴う生活習慣の変化、年代別の特徴」を目指してデータ分析を行いました。

○テーマ

「新型コロナウイルス感染症流行に伴う生活習慣の変化(第1報)年代別の特徴」

新型コロナウイルス感染症流行前後の生活習慣の変化について年代別の特徴を明らかにし、今後必要とされる健康管理、保健指導のあり方を探ることを目的とした。

・分析対象 令和元年度および令和2年度に2年連続して、健康診断を受診した方のうち、生活習慣(外食回数、間食回数、喫煙本数、飲酒日数)に関する質問全てに回答した方

・方法 令和元年度の年齢で20代以下、30代、40代、50代、60代以上に分類した。外食習慣の有無、喫煙習慣の有無、飲酒習慣の有無、毎日の間食習慣の有無について、性、年代別に新型コロナウイルス感染症拡大前の令和元年度と拡大後の令和2年度の変化を分析した。

・結果 [男性]

- ・外食習慣なしの割合は全年代で有意に増加していた。
- ・喫煙習慣ありの割合は30代、40代、50代、60代以上で有意に減少していた。
- ・飲酒習慣ありの割合は30代、40代、50代で有意に減少していた。

[女性]

- ・外食習慣なしの割合は全年代で有意に増加していた。
- ・間食習慣ありの割合は50代で有意に増加していた。
- ・喫煙習慣ありの割合は20代以下で有意に減少していた。
- ・飲酒習慣ありの割合は20代で有意に減少していた。

イ) 共同研究

郡山市民の公衆衛生の向上に貢献することを目的として、郡山医師会、郡山歯科医師会、郡山市、郡山市健康振興財団で構成する共同研究委員会で研究を行いました。

「運動と認知機能の関係に関する研究」は、平成29年度から4年目になりました。

本研究は、IoT健康モニタリングシステムを活用し、生活習慣病やストレス、認知症などの原因となる、こころと脳の健康障害を早期発見し、病気を未然に防ぐ未病診療の推進を目的としています。当財団の定期運動コース参加者を対象に生体機能システムを活用した運動前後の脳血流量測定及び認知機能テスト、一般血液検査、口腔内審査を実施してきました。これまでの研究の成果をまとめ、共同研究報告書を作成しました。

①中高齢者の認知機能と全身性代謝障害の関係性

血液データによる認知症A I 判定法(AICOG)を用いた研究

②長期的運動が中高齢者の認知機能と全身性代謝障害に与える影響

認知症A I 判定法(AICOG)を用いた研究

③高齢者における認知機能と口腔内所見の関係

④成果還元

研究テーマ	学会発表	実施日・場所
新型コロナウイルス感染症流行に伴う生活習慣の変化 ①年代別の特徴(第1報) 発表者：桜沢美土里 ②業種別の特徴(第2報) 発表者：各務竹康 (福島県立医科大学) 学校教員における生活習慣の改善意欲の推移 発表者：秦暁子 (福島県立医科大学)	日本公衆衛生学会総会 第80回大会	令和3年12月21日 ～12月23日 京王プラザホテル／東京大学(本郷キャンパス)伊藤国際学術研究センター ※現地開催とリモート開催のハイブリッド形式
日勤労働者の睡眠時間短縮に関連する労働環境および生活環境の検討 発表者：各務竹康 (福島県立医科大学)	産業衛生学会 第94回大会	令和3年5月18日 ～5月21日 まつもと市民芸術館／梅風閣 ※現地開催とリモート開催のハイブリッド形式

※新型コロナウイルスワクチン接種業務のため福島県保健衛生学会は不参加でした。

○論文投稿

- ①"Effect of occupation on sleep duration among Japanese non-shift workers : A cross-sectional study"
- ②"Impact on the relationship between lifestyle and changes in the working environment due to COVID-19: A retrospective study"

(2) 情報提供

経年的に蓄積されたデータを健康保険組合等へXMLファイル、集計リストとして提供し、個人には、データや健康管理グラフを還元して健康づくりへの健康情報の活用を促進しました。

①各保険組合等団体への提供

事業所や健康保険組合へ健康管理を目的にデータ及び集計・リスト等を提供しました。

- ・XMLファイル 47団体 2,674人
- ・健診データ 11団体 8,993人
- ・集計表・リスト 6団体 9,572人

②個人へのデータ等の提供

経年的に蓄積されたデータを個人に還元し健康づくりへの活用を促進しました。

- ・体力増進事業での情報提供(健康再発見事業) 継続 1人
- ・健康管理グラフ提供 12,466人
- ・健康再発見事業

”「胃がん検診」受けてますか”のリーフレットを作成しました。検診の説明や罹患に関する要因の情報および「検診受診の大切さ」を記しました。健康診査受診の際に前年度の判定結果より、精密検査未受診および胃がん検診キャンセルの受診者を対象に配布しました。

8 地域連携事業

学校、行政、保健、医療等の団体や地域、市民団体と協同して行う市民への健康づくり支援事業として、他団体との連携イベント、小中学生のスポーツ支援、専門職による健康教育を実施しました。また、関係機関等と連携して健康づくりボランティア育成事業及び健康情報発信事業を実施しました。

(1) 団体等連携イベント

イベント名	内 容	実施日・場所	人 数
保健・福祉フェスティバル 郡山2021 「ファミリーフェスタ2021」	まるごとけんこう体操 ～椅子を使った 有酸素運動～	12月13日 ～12月31日 (動画配信期間)	—

(2) 小・中学校等スポーツ支援事業

○実施回数： 7回

○人 数： 1, 139人

○内 容：ストレッチの重要性と効果的なストレッチ法についての講習会

実 施 日	対 象	場 所	人 数
4月30日	郡山第六中学校 [1年生]	中学校体育館	183
6月18日	郡山第七中学校 [2年生]	中学校体育館	208
6月23日	郡山第二中学校 [1年生]	中学校体育館	116
6月29日	安積中学校 [1年生]	中学校体育館	104
7月 1日	郡山第四中学校 [1年生]	中学校体育館	108
7月15日	郡山第七中学校 [1年生]	中学校体育館	221
11月10日	郡山第七中学校 [3年生]	中学校体育館	199

(3) 専門職派遣・教育事業

○実施回数： 9回

○人 数： 176人

○内 容：保健師、健康運動指導士等による健康教育

実 施 日	内 容	対 象・場 所	人 数
6月20日	健康教室「親子体操」	カルチャーパーク来場者 カルチャーパーク屋内子どもの 遊び場	13
7月 2日	ちょい足す 「安積の運動教室」	特定保健指導動機付け 支援 安積行政センター	5

7月28日	自宅でできる筋力体操	市民 日和田八丁目分館	9
10月1日	フレイル予防体操教室	復興公営住宅避難者 富岡町サポートセンター 一平沢	9
10月2日	新型コロナ感染症に負けない!! 職場・家庭でできる免疫力アップ運動	従業員 郡山市労働福祉会館	36
10月28日	オフィスでできる簡単 ストレッチ体操	職員 福島県総合社会福祉 センター	41
11月9日	ストレッチなどの体験を通して の体の柔軟性	教諭・栄養士 富田西小学校体育館	22
11月11日	あたま・からだ生き生き体操③ ～さらに若返る!!～	逢瀬地区敬老会 逢瀬コミュニティセンター	36
11月19日	ちょい足す 「安積の運動教室」	市民 安積行政センター	5

(4) 健康づくりボランティア育成事業

市民に健康づくりを普及啓発できる人材育成を目的として、健康づくりボランティア育成講座を開催しました。健康づくりボランティアとして地域で活動するために必要かつ役立つプログラムを設定しました。

また、前年度の講座修了生に対して応援チェックにおいて、専門職の補助、応援チェックサポーターとして、ボランティア活動の場を提供しました。

○講座回数： 全5回

○人数： 8人（申込者9名 参加者8人 修了者7人 ボランティア登録者7人）

○内容： 市民に健康づくりを普及啓発できるボランティアの育成

実施日	内 容	講 師
11月10日	ボランティアとは？	郡山市社会福祉協議会 社会福祉士 原田博之
11月17日	筋力づくり・脳トレ体操	まるごとけんこう財団 トレーナー 渡辺春香
	バランスのよい食事の摂り方	まるごとけんこう財団 管理栄養士 影山美起
11月26日	コミュニケーション講座	日本コーチング協会 会員 坪井祐子
	交流会 振り返り・修了証書授与	まるわ 代表 柳沼喜美子 他3名 まるけんクラブ 代表 富樫恭子

(5) 健康発信案内

自主制作した運動指導用DVDを無料で貸し出し、市民の健康増進を支援しました。
また、ホームページでDVDのPRや、健康づくりに関する施設、団体等を紹介する等、ウェブ上からも市民に有益な健康情報を発信しました。

①DVD制作

コロナ禍で自粛生活をする市民に、自宅でできる運動をホームページ、YouTubeで配信し健康づくりを推進しました。

○「まるごとけんこう体操」

- ①健康生活に大切な運動のポイント
- ②ストレッチ体操(柔軟性)
- ③有酸素運動(全身持久力)
- ④筋力づくり1(肩周り・背中)
- ⑤筋力づくり2(下半身)
- ⑥筋力づくり3(体幹・バランス)

②DVD貸出し

- ・対象 市民
- ・料金 無料
- ・期間 1ヶ月
- ・実績 18件(延べ)

9 専門職等育成・研修事業

市民の公衆衛生の向上や地域の保健医療の推進に深く関わる専門職を対象に、専門知識の向上を目的とした研修会を開催しました。テーマは、「未就学児保護者とのコミュニケーション」と題して、市内の幼稚園教諭、保育士、養護施設職員を対象に開催しました。

心が折れないコミュニケーションスキルの身につけ方を学び、教育の現場だけでなく日常にも生かせる内容でした。援助希求能力を持ち、折れない心で知的武装しながら、自己肯定感を高め、ていくことの重要性について学べる内容の研修となりました。

(1) 研修事業

- 日 時 12月9日 18時30分～20時00分
- テ マ 未就学児保護者とのコミュニケーション
- 対 象 者 市内各幼稚園・保育園・養護施設職員
- 講 師 マインドヘルスパークソナリティーセンター
代表 矢吹孝志
- 内 容
 - ・保護者への気配り・心配り
 - ・心が折れないコミュニケーションスキルを身につける
 - ・援助希求能力を持つ
 - ・自己肯定感を高める
 - ・質疑応答
- 場 所 郡山市保健所4階 増進フロア
- 受 講 者 16人

II 介護保険関連事業

1 要介護認定調査事業

(1) 要介護認定調査

郡山市から受託した要介護認定にかかる訪問調査事業を関係機関との連携のもと、公平かつ適正に実施しました。

○郡山市からの收受件数 7, 500件

○郡山市への報告件数 7, 227件

※郡山市の要介護認定調査件数7, 995件の約90%の調査実績となります。

※新型コロナウイルス感染症への対応に伴い、更新調査については有効期間を12ヶ月延長出来ることから、申請件数が少なめで推移しました。

① 調査内訳

(件)

実施月	新規調査	更新調査	区分変更	要支援	計
4月	241	95	135	83	554
5月	201	120	114	82	517
6月	242	146	115	60	563
7月	232	162	122	52	568
8月	232	140	125	72	569
9月	251	137	126	79	593
10月	251	155	125	86	617
11月	245	197	104	65	611
12月	245	236	125	62	668
1月	243	228	102	70	643
2月	291	136	127	88	642
3月	279	185	142	76	682
合計	2,953	1,937	1,462	875	7,227

② 地区別調査内訳

(件)

	旧市内	安積	三穂田	逢瀬	片平	喜久田	日和田	富久山	湖南	熱海	田村	西田	中田	市外
令和3年度	3,788	714	105	72	201	186	180	932	116	267	296	97	111	162
令和2年度	3,095	532	89	67	171	145	109	826	88	236	250	73	90	134
平成31年度	4,928	970	138	120	284	220	225	1,002	158	439	412	123	141	174
平成30年度	4,865	935	175	120	289	243	214	924	186	493	374	110	152	181

③ 訪問先別内訳

	自宅	施設	病院	合計
令和3年度	4,147	1,166	1,914	7,227
令和2年度	3,288	724	1,893	5,905
平成31年度	5,049	1,983	2,302	9,334
平成30年度	4,776	2,290	2,195	9,261

2 介護予防事業

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・延伸を支援しました。

(1) 総合健康チェック

①介護予防のスタートとして、健康チェックの機会を提供しました。

コース	対 象	人 数
後期高齢者健診	75才以上の高齢者 65～74才で一定の障がいのある方	131
フォロー健診	健診機会が得にくい地域の未受診者 (熱海、中田、東部、田村、西田、湖南地区)	81

(2) 介護予防教室

①定期運動コース

筋力低下予防の運動と、認知機能低下予防の運動を取り入れ、より自立した生活ができるよう支援しました。

今年度は新型コロナウイルスの感染防止のため、定員制・予約制にて実施しました。

○回 数： 62回
○人 数： 1,210人(延べ)

内 容	回 数	人 数
あし・腰強化の貯筋体操	42	939
認知症予防のエアロビクス	20	271

※まん延防止等重点措置適用期間は休止しました。

②健康教室

健康寿命を伸ばすための運動、栄養、生活指導を行い健康増進を支援するためフレイル予防教室を実施しました。

○参加人数 10人

	実 施 日	内 容
1	1月24日 ～2月4日	事前検査 血液検査(貧血、脂質、血糖他)、身体測定、尿検査 骨密度検査 等
2	2月9日	体力チェック 握力測定、持久力測定 等
3	3月2日	フレイルを予防するための講話 講師 ほし横塚クリニック 内科医長 星吾朗 検査結果の説明
4	3月9日	フレイルとお口の健康について 講師 郡山市地域保健課 歯科衛生士 古川利枝 フレイルを予防するための食事について
4	3月16日	フレイルを予防するための運動を体験しよう！ 講師 まるごとけんこう財団 トレーナー 船山陽子
5	3月23日	郡山市の認知症対策 ～住み慣れた郡山で元気に過ごすために～ 講師 郡山市地域包括ケア推進課 保健師 福本智子

③ミニ健康講座

介護予防を目的とした介護支援専門員による講話を行いました。

実施日	テーマ	講師	人数
7月28日	『介護保険のおはなし』	まるごとけんこう財団 ケアマネジャー (佐久間教光)	14

(3) 介護予防等業務

①介護関連事務受託

郡山市の介護予防把握事業に係る事務処理を受託しました。

おたっしや長寿アンケート 13,102件

3 専門職研修・育成事業

介護・福祉の現場で働く専門職の方々を対象に2回の研修会を企画、開催し、資質向上につなげました。新型コロナウイルスの感染対策として、いずれの研修会もリモートで実施しました。

(1) 認定調査員研修会

市内における認定調査員の資質向上を図る目的で実施しました。

テーマ	講師	実施日・場所	人数
「新型コロナウイルスの感染対策について」	寿泉堂総合病院 感染管理認定看護師 亀山幸恵	9月15日 リモート開催	136
「郡山市の介護保険認定調査の動向」	郡山市介護保険課認定係 主任 二瓶さおり		

(2) 専門職育成研修会

市内における介護サービス提供者(専門職)を対象に市民に質の高い介護サービスの維持・向上を図る目的で実施しました。

テーマ	講師	実施日・場所	人数
「アドバンス・ケア・プランニング」	ほし横塚クリニック 内科医長 星吾朗	1月18日 リモート開催	125

◎ 研修会参加状況

[内部研修]

実施日	内 容	実施場所	人数
令和4年 1月20日 ～2月28日	医療事故対策 結核予防研修会	書面開催	56
3月10日	第6回カイゼン運動発表会	増進フロア(発表会) 動画配信	—
3月17日 ～24日	法令と予算	動画配信	46

[外部研修]

実施日	内 容	実施場所	人数
4月22日	新任認定調査員研修会	福島テルサ	1
4月27日	Life upセミナー 「歯科医師より学ぶ口腔ケア」	動画配信	5
6月17日 ～18日	介護支援専門員 専門研修Ⅱ	ミューカルがくと館	2
8月 3日 ～4日	高齢者施設等職員向け 「新型コロナウイルス感染対策セミナー」	リモート開催	1
8月23日 ～24日	新任係長研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	1
8月27日	Life upセミナー 「在宅スキンケア2021」	リモート開催	1
9月 2日	医療情報向け情報セキュリティマネジメントシステムISMS ISO27001 セミナー	リモート開催	1
9月15日	認定調査員研修会 「新型コロナウイルスの感染対策について」	リモート開催	17
9月22日	新規採用職員研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	1
9月28日	より効果のある保健指導を目指して	リモート開催	1
10月14日 ～15日	新任管理者研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	2
10月18日	新規採用職員研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	1
10月18日 ～19日	新任課長研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	1

10月14日 ～12月16日	介護支援専門員再研修・更新研修	ビッグパレットふくしま	4
10月28日	実践運動療法セミナー 第1弾	リモート開催	2
11月4日	令和3年度 特定保健指導実施機関会議	リモート開催	2
11月15日 ～16日	新任係長研修 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	1
11月26日	合同研修会 「業務分析を通しての認定調査時 ポイントの共有化」	リモート開催	17
11月28日	令和3年度福島県医師会医療安全推進 研修会	ホテルハマツ 及びリモート開催	1
12月10日	第53回健康文化研究懇談会	リモート開催	4
令和4年 1月14日	メンタルトレーニング講座 (ふくしま自治研修センター主催)	リモート開催	2
1月18日	専門職育成研修会 「アドバンス・ケア・プランニング」	リモート開催	19
1月20日	令和3年度結核予防研修会	リモート開催	4
1月27日	実践運動療法セミナー 第2弾	リモート開催	2
3月14日 ～4月4日	低体力者運動指導者フォーラム 元気kai2022オンライン	リモート開催	1

◎ 財団運営状況

1 登記に関する事項

令和3年4月 1日 就任 理事長 遠藤広文
 就任 理事 青山雅昭 (業務執行理事は非登記事項)
 令和4年3月31日 辞任 理事 青山雅昭

2 役員に関する事項

役職名	氏名	理事・監事就任(辞任)年月日
理事長	遠藤広文	令和2年6月12日重任
副理事長	土屋繁之	令和2年6月12日重任
業務執行理事	青山雅昭	令和3年4月 1日就任
理事	伊藤克紀	令和2年6月12日重任
〃	押尾茂	令和2年6月12日重任
〃	石井智子	令和2年6月12日重任
〃	水野時子	令和2年6月12日就任
〃	斎藤吉男	令和2年6月12日重任
〃	西條勝敏	令和2年6月12日重任
〃	井上淳子	令和2年6月12日重任
〃	中野浩一	令和2年6月12日重任
監事	須佐真子	令和2年8月21日就任
〃	長尾正美	令和2年6月12日重任

3 職員に関する事項 (常勤役職員)

令和4年3月31日現在

所 属	職 名	人 員	
常 勤 役 員	理事長	1	
	業務執行理事	1	
事 務 局	事務局長	(兼務)	
	総 務 課	課 長	1
		主任主査	1
		主 事	1
	業 務 課	課 長	(兼務)
		主任主査	1
		主 事	1
健 康 セ ン タ ー	所 長 (医 師)	1	
	保 健 技 術 課	課 長 (保 健 師)	1
		主任技査 (ス ^ポ ーツトレーナー)	1
		主任技査 (保 健 師)	1
		主 任 (保 健 師)	1
		技 査 (保 健 師)	1
		技 査 (看 護 師)	1

		技 師 (保健師)	1
		技 師 (管理栄養士)	1
		嘱 託 (看護師)	1
		嘱 託 (管理栄養士)	1
		嘱 託 (スポーツトレーナー)	1
		嘱 託 (事 務)	3
	検 査 課	課 長 (診療放射線)	1
		主任技査 (診療放射線)	1
		主任技査 (臨床検査)	1
		主 任 (診療放射線)	1
		技 師 (臨床検査)	2
		嘱 託 (臨床検査)	2
		嘱 託 (診療放射線)	1
要介護認定調査センター		所 長 (介護支援専門員)	1
		技 査 (介護支援専門員)	1
		技 師 (介護支援専門員)	1
		嘱 託 (介護支援専門員)	1 4
		嘱 託 (事 務)	1
合 計			4 9

4 会議に関する事項

(1) 理事会

会 議 名	開 催 年 月 日	内 容
第1回理事会 (決議の省略)	令和3年4月1日	議案第1号 公益財団法人郡山市健康振興財団理事長(代表理事)の選定 議案第2号 公益財団法人郡山市健康振興財団業務執行理事の選定 議案第3号 公益財団法人郡山市健康振興財団事務局長の承認 議案第4号 公益財団法人郡山市健康振興財団給与規程の一部を改正する規程 議案第5号 役員賠償責任保険加入
第2回理事会	令和3年5月27日	議案第6号 令和2年度公益財団法人郡山市健康振興財団事業報告 議案第7号 令和2年度公益財団法人郡山市健康振興財団決算 議案第8号 定時評議員会の日時及び場所並びに目的である事項等 報告第1号 令和3年度理事長、副理事長及び業務執行理事の職務の執行状況 そ の 他 令和2年度理事長、副理事長及び業務執行理事の職務の執行状況

第3回理事会 (決議の省略)	令和3年11月30日	議案第9号	公益財団法人郡山市健康振興財団給与規程の一部を改正する規程
第4回理事会 (決議の省略)	令和4年3月10日	議案第10号	評議員会の日時及び場所並びに目的である事項等
第5回理事会	令和4年3月24日	議案第11号 議案第12号 議案第13号 議案第14号 議案第15号 議案第16号 議案第17号 報告第2号 その他	令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団事業計画 令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団予算 令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団資金調達及び設備投資の見込み 公益財団法人郡山市健康振興財団職員就業規則の一部を改正する規則 公益財団法人郡山市健康振興財団職員被服貸与規程の一部を改正する規程 公益財団法人郡山市健康振興財団旅費規程の一部を改正する規程 役員賠償責任保険加入 令和3年度理事長、副理事長及び業務執行理事の職務の執行状況

(2) 評議員会

会議名	開催年月日	内 容
第1回評議員会	令和3年6月17日	報告第1号 令和2年度公益財団法人郡山市健康振興財団事業報告 議案第1号 令和2年度公益財団法人郡山市健康振興財団決算 その他
第2回評議員会	令和4年3月25日	議案第2号 令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団事業計画 議案第3号 令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団予算 議案第4号 令和4年度公益財団法人郡山市健康振興財団資金調達及び設備投資の見込み 議案第5号 公益財団法人郡山市健康振興財団役員の選任 その他

(3) 財団連絡調整会議

会議名	開催年月日	内 容
第1回 財団連絡調整 会議	令和3年9月30日	(1) 協議事項 ① 令和4年度事業計画 (2) 報告事項 ① 新型コロナウイルス感染症による事業への影響 (3) その他

5 職員の地域貢献活動

(1) 外部委員等

職員 船山陽子 (健康センター保健技術課)

団体 郡山市

役割 郡山市セーフコミュニティ推進協議会 高齢者安全対策委員会 委員長

○郡山市セーフコミュニティ推進協議会

月日 令和3年6月2日

令和3年7月19日

令和3年9月 (書面開催)

令和4年1月 (書面開催)

場所 郡山市役所

内容 高齢者安全対策委員会

○郡山市セーフコミュニティ再認証に係るオンライン事前指導

月日 令和3年11月17日

場所 郡山市役所

6 新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナ対策会議

- ・まん延防止等重点措置適用期間における健診事業、定期運動コース等の対策
- ・施設の感染対策及び職員の検温等の体調管理、行動制限等対策
- ・財団内で濃厚接触者、感染者、PCR検査対象者が発生した場合のマニュアル改正
- ・職員が休んだときの休暇制度の確認、事業のBCPの検討

7 新型コロナウイルスワクチン接種

(1) 連携型接種施設(診療所)

[医療従事者優先接種]

- ・対象者 保健所内職員、郡山市の保健師、財団職員等
- ・時期 令和3年4月～6月 (金曜日)
- ・場所 郡山市保健所 多目的ホール
- ・実施 8回
- ・人数 600人

[未接種者接種]

- ・対象者 未接種の市民
- ・時期 令和4年2月～3月 (金曜日)
- ・場所 健康センター健診フロア
- ・実施 4回
- ・人数 96人

(2)職員派遣

[集団接種]

- ・対象者 市民(高齢者)、保育関係、基礎疾患保有者、12歳以上の市民
- ・時 期 令和3年7月～8月
- ・場 所 向河原会場 亀田会場
- ・派 遣 医師、看護職、事務職
- ・実 施 4回 (延べ16人)
- ・人 数 540人

[福祉職員接種]

- ・対象者 医療機関併設以外の介護福祉施設従事者、保育施設、オリンピック関係
- ・時 期 令和3年6月～7月 (土・日曜日)
- ・場 所 郡山市保健所 多目的ホール
- ・派 遣 看護職 (延べ12人)
- ・実 施 12回
- ・人 数 3,003人

[職域接種]

- ・対象者 郡山市職員(窓口業務)
- ・時 期 令和3年7月～8月(平日午後)
- ・場 所 郡山市保健所 多目的ホール
- ・派 遣 看護職 (延べ12人)
- ・実 施 6回
- ・人 数 1,248人

◎ 附属明細書

[健康づくり事業]

●生活改善・疾病予防事業

【総合健康チェック】

① 健診別月別実施人数（延べ）

	事業所	就職 進学	若年者 健診	協会 けんぽ	集合 契約	郡山市			県民健診			小計 ①
						特定	後期	がん	避難外	避難内	甲状腺	
4	253	37	6	237	47	-	-	-	-	-	-	580
5	353	25	5	269	262	28	6	56	-	-	-	1,004
6	744	24	2	462	356	29	10	146	-	-	-	1,773
7	935	3	3	263	24	36	4	131	-	-	-	1,399
8	1,058	17	5	234	20	39	-	157	-	-	-	1,530
9	849	27	2	349	16	58	21	145	-	-	14	1,481
10	720	22	3	500	30	85	32	204	2	-	11	1,609
11	803	14	10	384	28	75	25	179	-	-	-	1,518
12	884	13	-	372	25	81	23	213	-	-	-	1,611
1	576	28	6	483	36	97	14	222	8	-	23	1,493
2	713	46	32	447	50	-	-	1	-	-	8	1,297
3	495	49	15	441	52	-	-	-	-	1	24	1,077
合計	8,383	305	89	4,441	946	528	135	1,454	10	1	80	16,372

※県民健診の「内」は避難区域内、「外」は避難区域外を表します。

	事業所			若年者			協会けんぽ			郡山市	小計 ②	合計 ①+②
	マンモ	視触診	子宮	マンモ	視触診	子宮	マンモ	視触診	子宮	マンモ		
4	2	-	-	-	-	-	1	-	-	-	3	583
5	3	-	-	1	-	-	7	-	-	6	17	1,021
6	12	-	12	1	-	-	26	-	19	31	101	1,874
7	13	2	6	-	1	-	30	-	24	12	88	1,487
8	15	-	1	-	-	-	26	-	16	20	78	1,608
9	11	2	2	1	-	-	37	2	32	19	106	1,587
10	5	13	7	1	-	-	26	-	18	33	103	1,712
11	5	13	10	-	-	-	28	4	19	32	111	1,629
12	21	1	9	-	-	-	29	1	22	24	107	1,718
1	6	1	-	-	-	-	24	-	9	44	84	1,577
2	7	2	3	-	-	-	34	10	18	-	74	1,371
3	-	-	-	-	-	-	18	5	21	-	44	1,121
合計	100	34	50	4	1	0	286	22	198	221	916	17,288

②協会けんぽからの健診受託事業

協会けんぽの生活習慣病予防健診の指定機関として各種健診を実施しました。

項 目	人 数
一般健診	4,155
付加健診	115
乳がん検診	249
子宮がん検診	169
肝炎検査	180

③集合契約による特定健診受託事業

集合契約の各保険組合加入の被扶養者に特定健診を実施しました。

平成31年度より第5期風疹抗体検査が開始となりました。

医療従事者、市民を対象に新型コロナワクチン接種を行いました。

項 目	実人数
特定健診	103
風疹抗体検査	109
新型コロナウイルスワクチン接種	694
新型コロナウイルスワクチン予診	16

【要精密検査者受診状況】

①内科集計

	人数	割合(%)
受診者数	12,010	
要精密検査者数	5,787	48.2%
精検受診者数	2,349	40.6%

②眼科集計

	人数	割合(%)
受診者数	5,523	
要精密検査者数	534	9.7%
精検受診者数	348	65.2%

③耳鼻科集計

	人数	割合(%)
受診者数	10,984	
要精密検査者数	139	1.3%
精検受診者数	138	99.3%

④胸部X線検査集計

	人数	割合(%)
受診者数	10,994	
要精密検査者数	108	0.98%
精検受診者数	59	54.6%

○精検内容

診 断 名	所見数
肺がん	1
肺がん疑い	3
気管支拡張症	1
陳旧性病変	1
異常なし	24
その他の疾患	32

⑤胃がん検診集計

	人数	割合(%)
受診者数	4,521	
要精密検査者数	121	2.7%
精検受診者数	73	60.3%

○精検内容

診断名		所見数
胃がん	a) 早期	1
	b) 進行	-
胃がん疑い		-
非上皮性悪性腫瘍		-
胃腺腫		1
胃ポリープ		21
胃潰瘍		-
胃潰瘍瘢痕		4
十二指腸潰瘍		-
十二指腸潰瘍瘢痕		1
胃・十二指腸潰瘍瘢痕(瘢痕含む)		-
胃炎		32
胃粘膜下腫瘍		3
胃良性疾患		-
胃以外の悪性腫瘍		-
逆流性食道炎		5
異常なし		14
その他の良性疾患		2
その他の疾患		5

⑥大腸がん検診集計

	人数	割合(%)
受診者数	7,876	
要精密検査者数	523	6.6%
精検受診者数	219	41.9%

○精検内容

診断名		所見数
大腸がん	a) 早期	2
	b) 進行	1
大腸がん疑い		-
大腸ポリープ	腺腫	63
	非腺腫	23
大腸ポリープ疑い		2
大腸憩室		24
痔核		29
その他		18
異常なし		92

⑦肺がん検診(喀痰細胞診検査)集計

	人数	割合(%)
受診者数	518	
要精密検査者数	0	0%
精検受診者数	0	0%

○精検内容

診断名	所見数
肺がん	-

⑧乳がん検診集計

	人数	割合(%)
受診者数	437	
要精密検査者数	28	6.4%
精検受診者数	13	46.4%

○精検内容

診断名	所見数
乳がん	-
乳腺症	2
のう腫	2
繊維腺腫	-
その他	3
異常なし	6

⑨子宮頸がん検診集計

	人数	割合
受診者数	242	
要精密検査者数	3	1.2%
精検受診者数	2	66.7%

○精検内容

診断名	所見数	
異型上皮	軽度	-
	中程度	-
	高度	1
扁平上皮がん	-	
その他	1	
異常なし	-	

【生活改善・事後フォロー】

①健診受診者栄養相談

健診受診時に栄養・食事指導が必要な対象者に管理栄養士が指導しました。

(件)

内 容		男	女	計
<メタボリック関連>		2,981	1,378	4,359
肥満	腹囲基準値以上・BMI 25以上	448	135	583
脂質	中性脂肪異常	372	94	466
	HDL異常	76	6	82
	LDL異常	686	410	1,096
血糖	空腹時血糖異常	453	156	609
	ヘモグロビンA1c異常	240	193	433
血圧	収縮期血圧異常	330	136	466
	拡張期血圧異常	350	115	465
貧血	ヘモグロビン異常	26	133	159

内 容		男	女	計
<食生活関連>		2,971	1,703	4,674
朝食		430	220	650
間食		455	521	976
外食		375	88	463
アルコール		554	142	696
就寝2時間前の飲食(遅い夕食等)		583	294	877
活動量が少ない		574	438	1,012

②特定保健指導

(人)

指導区分	男				女				計
	40代	50代	60代	70代	40代	50代	60代	70代	
動機づけ	3	5	4	3	2	4	1	5	27
積極的	6	5	2	-	-	3	-	-	16
合計	9	10	6	3	2	7	1	5	43

③受診勧奨

ア)医療機関未受診者勧奨事業

○実施者数

(人)

	人数
対象者	279
指導実施件数	100

○年齢内訳 (人)

年齢 (歳)	対象者	指導修了者
40～49	27	4
50～59	41	8
60～69	112	44
70～74	99	44
合計	279	100

○性別内訳 (人)

性別	対象者	指導修了者
男	134	34
女	145	66
合計	279	100

④糖尿病・糖尿病性腎症重症化予防事業

○実施者数 (人)

	人数
事業対象者数	41
実施者数	35
評価終了者	29

○実施者の年齢別・男女別内訳 (人)

年齢 (歳)	男	女
40～49	1	1
50～59	1	1
60～69	12	7
70～74	13	5
合計	27	14

⑤COPD (慢性閉塞性肺疾患) 啓発・予防業務

○実施者数 (人)

		人数
対象者		1,239
実施者	電話支援	53
	個別面談	7

○指導実施者(60人)の年齢別・男女別内訳 (人)

年齢(歳)	男	女	計
50～59	0	2	2
60～69	9	2	11
70～74	46	1	47
合計	55	5	60

【疾病予防検査等業務】

①郡山市からの健診事務受託事業

郡山市保健所から委託を受けて、特定健診・後期高齢者健診、各がん検診の結果通知等に
係る健診事後処理を行いました。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため集団検診は中止になりました。

○処理件数 (件)

項 目	検 診 別	
	施設健診	集団検診
特定健診	18,863	—
後期高齢者健診	9,614	—
胃がん検診	21,489	—
大腸がん検診	26,422	—
肺がん検診 (X線)	28,974	—
〃 (喀痰)	955	—
乳がん検診 (マンモグラフィ)	6,956	—
肝炎ウィルス健診	2,300	—
骨粗鬆症検診	2,409	—
前立腺がん検診	3,886	—
合 計	121,868	—

②郡山医師会からの事務受託事業

郡山医師会から委託を受けて、郡山市国民健康保険及び集合契約(被扶養者)の特定健診の
結果通知等に係る健診データ入力等の事後処理を行いました。

○処理件数 (件)

	令和3年度件数
郡山市の特定健診	18,863
集合契約の特定健診(被扶養者)	1,939
国民健康保険の特定保健指導	61
集合契約の特定保健指導	45
合 計	20,908

【体力増進事業】

①総合健康チェック

○ 健康度チェック・男女別年齢別参加人数 (人)

項目 コース	性別			年代別						
	男	女	計	20代以下	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
健康生活応援チェック	30	157	187	-	-	3	18	74	80	12
動脈硬化チェック	-	1	1	-	-	1	-	-	-	0
合計	30	158	188	0	0	4	18	74	80	12

健康生活応援チェック：フレイル予防教室、健康づくりボランティアを含む

②定期運動コース

○ コース・年代別参加人数（複数参加あり）

定期運動コース総参加者数： 4,476人（延べ）

うち実人数： 176人 【男：27人・女：149人 平均年齢 69.7才】

※令和3年度新規参加者： 24人（実人数の14%）

(人)

項目 コース	参加人数		性別		年代別							
	延 人数	実 人数	男	女	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代
マントレニング	1216	79	22	57	-	-	-	8	25	37	9	-
エアロビクス	1518	71	2	69	-	-	1	11	35	23	1	-
水中ウォーキング	341	27	2	25	-	-	-	1	8	16	2	-
貯筋体操	939	77	8	69	-	-	-	7	31	33	5	1
ヨガセラピー	191	45	5	40	-	-	-	5	26	9	5	-
認知症予防 エアロビクス	271	49	2	47	0	0	0	6	20	21	2	0

○ 疾病で治療中の参加者の年代別内訳 (人)

年代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	計
人数	0	0	0	5	31	42	11	1	90

○ 治療中の疾病名内訳 [延べ] (件)

疾病名	件数
高血圧	54
脂質異常	62
糖尿病	13
心疾患	7
脳血管疾患	1
循環器疾患	9
精神疾患等(不眠含む)	6
整形疾患等	26
呼吸器疾患	-
物忘れ	1
その他	24
合計	203

【歯科口腔保健事業】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止しました。