

## 1 「健康うつのみや21」計画の推進

市民一人ひとりが「自分の健康は自分で守り、自分でつくる」という意識を持って、主体的に健康づくりに取り組むとともに、地域・行政・学校・職場などが一体となって、これを支援し、市民の健康づくりを総合的に推進する。

### (1) 「健康うつのみや21」計画の概要

#### ① 計画の基本目標

「健康で幸せなまちづくり」を実現するため、3つの基本目標を設定  
「健康寿命の延伸」・「壮年期死亡の減少」・「生活の質の向上」

#### ② 計画期間

平成14年度を初年度とし、平成24年度を目標年度とする11か年計画

※ 平成21年3月に、計画期間の終期を平成22年度から平成24年度まで延長

#### ③ 重点分野の設定

基本目標を達成するため、生活習慣病とその発病などを予防することが期待できる生活習慣に関する9領域を重点分野として設定

【健康づくりの三大要素】 ①「栄養・食生活」②「身体活動・運動」  
③「休養・こころの健康」

【生活習慣病の危険因子】 ④「歯の健康」⑤「たばこ」⑥「アルコール」

【生活習慣病】 ⑦「循環器病」⑧「糖尿病」⑨「がん」

#### ④ ライフステージ区分の設定

生活習慣や身体的、精神的な発達状況、身体機能等により6つのライフステージを設定

① 乳幼児期（就学前） ② 小学校期 ③ 中学・高校期

④ 青年期（18～39歳）⑤ 壮年期（40～64歳）⑥ 熟年期（65歳以上）

#### ⑤ 健康目標の設定

重点9分野及び各ライフステージにおいて、健康づくり目標（健康目標）を設定し、その実現に向けた取組を実施

#### ⑥ 計画の進行管理

「健康うつのみや21」計画に掲げる取組を具体化するため、庁内推進委員会において、「健康うつのみや21」推進計画（3カ年の行動計画）を策定し、施策事業の進行管理・評価を実施している。（平成15年度から年度毎にローリング）

#### ⑦ 計画の中間評価と中間評価を踏まえた見直し

『「健康うつのみや21」計画の推進によって市民の健康度がどのくらい向上したのか』を、計画期間の中間年度（平成18年度）において評価した。併せて、評価結果を踏まえた「目標値」の見直しと、今までの取組と併せて、新しくメタボリックシンドロームの考え方を取り入れた生活習慣病対策を考慮した「実施主体別の取組」の見直しを実施した。

##### ア 中間評価

3つの基本目標や9つの健康目標の達成状況、健康づくり実践活動や関係機関との連携状況などを把握した。また、メタボリックシンドロームに関する市民意識や健康行動等の現状を把握した。

##### イ 計画の見直し

目標達成状況や健康課題、計画策定後の「健康づくり」を取り巻く環境の変化を捉えながら、目標値の見直し及び新規目標項目・目標値の設定を実施するとともに、関係機関や団体、地域等の実施主体別にそれぞれの特性に応じて取り組むべき役割を示した。

今年度、現行計画の最終評価を実施し、最終評価等踏まえた次期計画を策定する。

⑧ 主な取組事業

ア 普及啓発事業

市民が主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、重点9分野において、健康づくりに関する情報提供を実施

イ 健康づくり実践活動

地域での健康づくりの核となる健康づくり推進員を養成するとともに、組織的な活動が展開できるよう推進組織の設立を図り、活動や組織運営に対する支援を実施

ウ 分野別の取組

9分野別に市民が身近で実践できるような推進テーマを設定し、その取組を重点的に展開（※は健康うつつのみや21中間評価時に変更したテーマ）

分 野	推 進 テ ー マ
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝ごはんを毎日食べよう</li> <li>・毎食、野菜を食べよう※</li> <li>・うす味の習慣を身につけよう※</li> </ul>
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今より10分多く歩こう</li> <li>・自分に合った運動を見つけよう</li> </ul>
休養・こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心身のリフレッシュを図り、ストレスを上手に解消しよう</li> <li>・こころの病気について正しく知ろう</li> </ul>
歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの頃から正しい歯ブラシの習慣を身につけよう</li> <li>・歯周病を予防するため、定期健診を受けよう</li> </ul>
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生のうちからたばこの害について正しく知ろう</li> <li>・ノースモーキングエリアを拡大しよう</li> </ul>
アルコール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生のうちからお酒の害について正しく知ろう</li> <li>・自分に合った節度ある飲酒をこころがけよう。</li> </ul>
循環器病・糖尿病・がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年1回、健診を受けよう</li> <li>・循環器病、糖尿病、がんの初期症状を見逃さないようにしよう</li> </ul>

エ 重点9分野における主な事業の実施状況（平成23年度）

分野	主な取り組み内容	受講者数など
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・啓発イベントの開催</li> <li>食育月間（6月）</li> <li>食生活改善普及運動（9月）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10日間</li> </ul>
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歩け歩け大会における健康づくりコーナー設置（体脂肪率、カロリー当てクイズ等）</li> </ul>	
休養・こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺予防週間キャンペーン</li> <li>・自殺対策講演会</li> <li>・こころの健康づくり講座</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者数 1,000人</li> <li>・受講者数 200人</li> <li>・受講者数 152人</li> </ul>
歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯科健診（40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳）</li> <li>・高齢者よい歯の表彰式の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診者数 2,486人</li> <li>・受賞者数 127人</li> </ul>
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世界禁煙デーイベントの開催</li> <li>・中学生向けパンフレットの配付</li> <li>・小中学校での健康教育の実施</li> <li>・職域への情報提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5日間</li> <li>・5,500部</li> <li>・実施学校数 21校</li> <li>・198か所</li> </ul>
アルコール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小中学校での健康教育の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実施学校数 6校</li> <li>・受講児童数 592名</li> </ul>
循環器病・糖尿病・がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病予防講座の実施</li> <li>・糖尿病合併症予防講習会の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受講者数 55人</li> <li>・受講者数 89人</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・肺がん検診の実施</li> <li>・胃がん検診の実施</li> <li>・大腸がん検診の実施</li> <li>・子宮がん検診の実施</li> <li>・乳がん検診の実施（視触診）</li> <li>・乳がん検診の実施（マンモグラフィ）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診者数 38,775人</li> <li>・受診者数 22,640人</li> <li>・受診者数 36,617人</li> <li>・受診者数 20,913人</li> <li>・受診者数 4,009人</li> <li>・受診者数 8,568人</li> </ul>
--	--

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法第8条第2項	健康増進課健康づくりグループ

(2) 地域・職域における健康づくりの推進（平成21年度開始 予算：1,056千円 市単独）

【事業の目的・内容】

「健康うつのみや21」を推進し、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、地域における健康づくり活動を充実させるとともに、職域における健康づくりを支援していく。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法第8条第2項	健康増進課健康づくりグループ

① 地域における健康づくり推進

健康づくり活動を行政主体から地域主体に転換し、地域住民が主体的に健康づくり活動に取り組めるよう、地域の核となる人材の育成及び健康づくり推進体制を整備する。

平成13年度からの2年間、城山、西原、豊郷地区の3地区を対象にモデル地区を設定し、地域特性を考慮した健康づくり実践活動を実施してきたが、平成15年度より、健康づくり推進員を核とした地域主体の健康づくり活動を市全域で展開している。

平成23年度末現在、29組織36地区が組織として地域の中で活動している。

平成21年度より、更なる活動の向上を図り「ウオーキングマップの作成」を支援しており、平成23年度末までに15地区でウオーキングマップが作成された。

《実 績》

年 度		養成講座	地区での健康づくり活動	全体研修会	合 計
19	実施回数	13回	983回	3回	999回
	延べ人数	426人	20,350人	218人	20,994人
20	実施回数	15回	1,115回	3回	1,133回
	延べ人数	262人	32,810人	215人	33,287人
21	実施回数	17回	1,293回	3回	1,313回
	延べ人数	518人	27,992人	312人	28,822人
22	実施回数	15回	1,166回	3回	1,184回
	延べ人数	442人	27,438人	212人	28,092人
23	実施回数	15回	1,148回	3回	1,166回
	延べ人数	237人	27,991人	288人	28,516人

② 職域における健康づくり推進

従来の職域に対する健康づくりの手法を見直し、健康づくりへの取組の実態を把握するため、平成21・22年度にアンケート調査を実施した。平成22年度から、市内事業所への健康情報提供を実施している。

(3) 食生活改善推進員活動支援（平成23年度）

健康づくり推進員とともに食生活改善推進員のボランティア活動支援や、宇都宮市食生活改善推進団体連絡協議会の事務局業務を行っている。

① 総会及び理事会

総会：1回

理事会：5回

② 研修会 7回 268名

③ 活動状況

推進員数	集会		対話・訪問		総数		自己学習回数
	回数	人数	回数	人数	回数	人数	
257	1,474	26,318	4,286	59,590	5,760	85,908	5,674

④ 活動内容

区分	生活習慣病予防		母子の健康貧血予防		高齢者の健康・食生活		総数	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数
活動項目別回数・人数	2,377	43,114	1,257	3,997	2,126	38,797	5,760	85,908

(4) 健康づくりに関する普及啓発の推進

市民一人ひとりが一次予防に重点を置いた健康づくりに取り組むための情報・知識を積極的に提供する。

① 歩け歩け大会

【事業の目的・内容】

「歩き・み・ふれる・ふれあいさんぽ宇都宮」をテーマに、恵まれた自然と豊かな文化にふれ、人とひととの交流を深めながら、歩くことの楽しさと、心と体のバランスのとれた健康づくりをすすめることを目的に実施している(主管課：みんなでまちづくり課，共管課：健康増進課)。

《実績》

年度	参加者数	場所	コース
19	2,123名	みずほの自然の森公園を 発着点とする周回コース	6kmコース，11.5kmコース，24.5kmコース
20	2,014名		
21	1,750名	河内総合運動公園を発着 点とする周回コース	5kmコース，7.3kmコース，16.4kmコース
22	1,530名		
23	1,501名	上河内運動場を発着点 とする周回コース	4.7kmコース，10kmコース，16kmコース

② 歯の衛生週間イベント（平成3年度開始 予算：666千円 市単独）

【事業の目的・内容】

国の「歯の衛生週間」に合わせ、口腔衛生に関する様々な情報提供と助言・指導を行い、市民の口腔衛生に対する意識の高揚と啓蒙を図ることを目的として、宇都宮市歯科医師会と共催で平成3年度から実施している。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
歯の衛生週間実施要領（厚生労働省通知）	健康増進課保健センター

《実績》

（単位：人）

年度	入場者数 (6日間)	リハコンテストの入場者数	歯科相談	サバスターテスト	RDテスト	ワンパシコンテスト	歯磨きチャレンジ	口腔内の細菌調査	口臭テスト
平成19年度	6,227	2,084	74	165	307	221	226	10	86
平成20年度	6,483	2,618	63	127	390	244	236	18	86
平成21年度	5,999	1,727	52	142	152	180	190	14	71
平成22年度	4,665	1,298	50	111	212	153	288	4	30
平成23年度	4,591	1,509	58	8	247	195	291		45

「口腔内の細菌調査」は、平成23年度より啓発媒体の1つとして展示のみ実施

(5) 保健医療等統計データ管理

【事業の目的・内容】

保健や医療サービスなどの施策の企画立案を行うとき、保健や医療の現状やその将来の予測に係る科学的根拠として活用するために、保健衛生統計データの管理、分析、評価を行う。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
地域保健法第7条 地域保健対策の推進に関する基本的な指針第二の一 2（二） 統計法，人口動態調査令等	総務課企画グループ

《実 績》

① 保健所等情報システム（W I S H）及び保健福祉情報システムの管理

② 保健統計調査の実施

調査名	実施時期 (調査期日)	調査内容	H23年度調査実績
人口動態調査	毎月	出生、死亡、死産、婚姻、離婚の届出をもとに各調査票を作成し、人口の動態について把握する。	(平成23年度実績) 出生4,918、死亡4,059、 死産128、婚姻3,333、 離婚1,084
国民生活基礎調査	6月2日	世帯の構成や医療保険、年金など生活に関わる基礎的な事項について全戸調査を行う。	調査対象4地区、 141世帯、回収率78.3%

21世紀 成年者 縦断調査	11月1日	男女の結婚、出産、就業等の実態及び意識の経年変化の状況を、特定の調査対象に対し継続的に調査する。(コーホート調査)	調査対象6地区 回収数：女性票28、男性票25、配偶者票(女性)4、配偶者票(男性)5
中高年者 縦断調査	11月1日	団塊の世代を含む中高年者の健康・就業・社会活動について、意識面・事実面の変化の過程を継続的に調査する。(コーホート調査)	調査対象12地区 回収数：108
医療施設 調査(動態)	毎月	医療施設の開設、廃止、変更の内容等について報告を行う。	報告数：病院(変更12)、診療所(新規開設10、休止2、廃止11、変更14)、歯科診療所(新規開設3、廃止3、変更3)
調査名	実施時期 (調査期日)	調査内容	H23年度調査実績
医療施設調査(静態)	10月1日 (3年に1回)	全ての医療施設を対象に、開設者、所在地、診療科目、従事者数、診療や検査の状況などについて調査を行う。	(H22年10月1日現在) 対象施設数 病院32、診療所439 歯科診療所293
病院報告	毎月	病院及び療養型病床群を有する診療所における在院患者数、入院・退院患者数、外来患者数、従事者数などについて報告を行う。	対象施設数(H24年4月1日現在) 病院31 療養型病床群を有する診療所4
医師・ 歯科医師・ 薬剤師調査	12月31日 (2年に1回)	医師、歯科医師、薬剤師の性、年齢、業務の種別、従事場所などについて調査する。	(平成22年度調査) 回収数：医師989、 歯科医師401、 薬剤師1,079
患者調査	10月1日 (3年に1回)	医療施設を利用する患者の傷病状況などの実態調査を行う。	(平成23年度調査) 対象施設数 病院25、診療所41、 歯科診療所8
受療行動 調査	10月1日 (3年に1回)	患者の医療に対する認識や行動を明らかにするため、診察時間や医師からの説明などの受療状況、診療に対する満足度などについて調査する。	(平成23年度実績) 対象施設数 病院2
衛生行政 報告例	5月末日	衛生行政に関する業務報告	
地域保健・ 健康増進 事業報告	6月末日	地域保健及び老人保健事業に関する業務報告	
社会保障・ 人口問題 基本調査	7月1日	社会保障や人口問題に関する4つの課題について年度ごとに実態調査	