

## Ⅱ－１【保健所編】事業の概要と実績

### 《ⅰ 健康づくりと地域医療を充実する》

#### １．健康づくりの推進

##### １ 「第２次健康うつのみや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、家庭・学校・地域・企業・行政等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)「第２次健康うつのみや２１」計画の概要

###### ① 計画の基本目標

「ともに支え合う、健康で幸せなまちづくり」を実現するための基本目標  
→ 「健康寿命の延伸」

###### ② 計画期間

平成２５年度を初年度とし、令和４年度を目標年度とする１０か年計画  
令和２年度に国、県が計画期間を１年延長する方針を示したことから、本市においても計画期間を１年間延長し、目標値を令和５年度まで継続する。

###### ③ 基本方向の設定

生活習慣の改善や生活習慣病の発症予防・重症化予防などの４つの基本方向（１１分野）を設定

###### 【生活習慣の改善】

①「栄養・食生活」、②「身体活動・運動」、③「休養・こころの健康」、  
④「歯・口腔の健康」、⑤「たばこ」、⑥「アルコール」

###### 【生活習慣病の発症予防・重症化予防】

⑦「NCD(非感染性疾患)」、⑦－１「循環器疾患」、⑦－２「糖尿病」、  
⑦－３「がん」、⑦－４「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」、⑦－５「CKD(慢性腎臓病)」

###### 【社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上】

⑧「次世代の健康」、⑨「高齢者の健康」

###### 【健康を支え、守るための社会環境の整備】

⑩「地域のつながり・支え合い」、⑪「企業・団体等の積極参加の促進」

###### 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高齢期（６５歳以上）

###### ⑤ 健康目標の設定

基本方向に係る各分野において、健康づくりの指針となる健康目標を設定し、その実現に向けて支援

###### ⑥ 計画の中間評価と中間評価を踏まえた見直し

「第２次健康うつのみや２１」計画で設定した各分野の目標項目の達成状況を把握するため、計画の中間年度（平成２９年度）に市民健康等意識調査を実施のうえ、中間評価を実施

⑦ 取組の方向性

ア 普及啓発事業

地域や関係団体等と連携し、生活習慣の改善や生活習慣病の発症予防・重症化予防を図るための健康教育を実施

イ 地域における健康づくり活動

地域での健康づくりの核となる健康づくり推進員や食生活改善推進員が主体的に活動できるよう、健康づくり活動の支援を実施するとともに、養成講座の開催等により、組織への新規参加を促進

ウ 職域と連携した健康づくり

社会全体で市民の健康づくりを支えるため、企業や団体等の積極的な参加を促す環境づくりを実施

⑧ 11分野における主な事業の実施結果（令和2年度）

分野	主な事業
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高校・大学等との食育連携事業</li> <li>・3歳児健康診査の栄養指導実施事業の場を活用した保護者向けの啓発</li> </ul>
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康ポイント事業</li> <li>・保健センター等におけるライフステージに応じた各種運動教室</li> </ul>
休養・こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの健康づくり対策事業</li> <li>・産後ケア事業</li> </ul>
歯・口腔の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・30歳から5歳ごとの節目に行う歯科健診（歯周病検診）</li> <li>・口から始める健康づくり普及活動</li> </ul>
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙・分煙推進店登録制度</li> <li>・小・中学校へのたばこに関する出前講座</li> </ul>
アルコール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小・中学校へのアルコールに関する出前講座</li> <li>・アルコール問題を抱える個人等に対する相談窓口の設置</li> </ul>
NCD(非感染性疾患) <ul style="list-style-type: none"> <li>・循環器疾患</li> <li>・糖尿病</li> <li>・がん</li> <li>・COPD(慢性閉塞性肺疾患)</li> <li>・CKD(慢性腎臓病)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健康診査・特定保健指導の実施</li> <li>・乳がん・子宮がん検診の無料クーポン等発送等による受診勧奨</li> <li>・糖尿病予防啓発イベントの開催</li> <li>・腎臓病予防講座等の開催</li> </ul>
次世代の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「うつのみやはじめてごはん事業」の実施</li> <li>・食事のマナーや地産池消など小中学校における食育の推進</li> </ul>
高齢者の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防教室の開催</li> <li>・地域での介護予防活動への支援</li> </ul>
地域のつながり・支え合い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくり推進組織による地域での健康づくり活動支援</li> </ul>
企業・団体等の積極参加の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域・職域連携推進協議会による働く人の健康づくり講演会</li> <li>・専門職を職場で派遣した健康講座 (栄養、運動、メンタルヘルス、歯科、たばこ)</li> <li>・宇都宮市健康づくり事業者表彰</li> <li>・職場における健康づくり応援サイトを活用した周知啓発</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	健康増進課企画グループ