

#### 4 疾病予防対策の促進 2（成人保健）

壮年期から高齢期の市民等を対象に、日常における生活習慣の改善や老後における健康の保持を図るため、健康手帳の交付、健康教育、健康相談、健康診査等の成人保健事業を推進する。

##### （1）健康手帳の交付（昭和58年度開始）

###### 【事業の目的・内容】

健康増進法に基づく健康手帳交付事業として、特定健診・保健指導等の記録、その他健康の保持のために必要な事項を記録し、自らの健康管理に役立てるとともに、適切な医療を受ける指針として活用することを目的に交付している。平成20年度の医療制度改革に伴い、根拠法令が変更になったことから健康増進課等で対応。

平成30年4月1日以降は、厚生労働省のホームページからのダウンロード方式による交付に変更となる。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法第17条第1項 ※老人保健法第13条（～19年度）	健康増進課健康診査グループ

《実績》 (件)

年度	H29	
年齢	40～74歳	75歳以上
男性	459	7
女性	2,185	28
計	2,679	

##### （2）健康教育

###### ① 腎臓病予防講座（平成10年度開始 令和4年度予算：195千円 国1/2,市1/2）

###### 【事業の目的・内容】

世界腎臓デーが定められている3月にあわせ予防講座を開催し、効果的にCKDの認知度向上を図るとともに、腎臓病に関する正しい知識を普及し、腎臓病の発症者の抑制を図る。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ

《実績》

年度・会場	内容・講師	参加人数
R1	新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止	—
R2	講演「動脈硬化予防とCKD」 自治医科大学附属病院 教授 齋藤 修 氏 講演「腎臓にやさしい食事」 自治医科大学附属病院 管理栄養士 長嶺 千重子氏	34人 (動画視聴回数4430回)
R3	講演「慢性腎臓病ってなんだ？」 ～現場最前線にいる医師がご説明します～ 宇都宮市医師会 医師 中野 信行 氏 管理栄養士・糖尿病療養指導士 杉浦 亜希子氏	動画視聴回数490回

###### ② 糖尿病予防事業（令和4年度予算：346千円 国1/2,市1/2）

###### 【事業の目的・内容】

「第2次健康うつのみや21」計画の重点分野である糖尿病対策のひとつとして「糖尿病患者の発症及び合併症の減少」を目標に、医師や栄養士等による講話等を通して、糖尿病や糖尿病合併症に関する正しい知識の普及や糖尿病予防に必要な生活習慣改善を支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ

《実 績》

ア 糖尿病合併症予防講習会（平成14年度開始，市医師会と共催）

年度・会場	内容・講師	参加者数
R 1 保健所	「糖尿病合併症の腎症はどう診断してどう治療するのか？」 JCHOうつのみや病院 院長 草野 英二 氏 「大切な腎臓を守るために～食事療法でできること～」 JCHOうつのみや病院 副栄養管理室長 綱川 理絵 氏	99人
R 2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止	—
R 3	Y o u T u b e 宇都宮市公式チャンネルにおいて動画配信（期間限定） 「糖尿病合併症についての話」 獨協医科大学内科学（内分泌代謝） 助教 加瀬 正人 氏 「糖尿病 眼合併症～糖尿病網膜症は失明することのある病気です～」 獨協医科大学眼科学 講師 伊藤 栄 氏	動画視聴 回数 623回

イ 糖尿病予防講座（平成17年度開始）

年度・会場	内容・講師	参加人数
R 1 河内地区市民センター	「糖尿病の理解のために」 宇都宮市医師会 加瀬 知男 氏 「健口で目指す健康長寿」 宇都宮市歯科医師会 長谷川 英一 氏	63人
R 2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止	—
R 3	Y o u T u b e 宇都宮市公式チャンネルにおいて動画配信（期間限定） 「なぜ私たちは糖尿病を気にしなくてはならないのか？」 宇都宮市医師会 医師 中野 信行 氏 「今日から出来る！糖尿病予防に大切な食事3つのこと」 管理栄養士・糖尿病療養指導士 杉浦 亜希子氏	動画視聴 回数 378回

ウ 糖尿病予防教室（平成20年度開始）

年度	実施回数	参加延人数
R 1	1日間1コース 2回	34人
R 2	1日間1コース 2回	11人
R 3	1日間1コース 3回	22人

エ 糖尿病予防啓発イベント（平成30年度開始）

年度	日程	会場	参加者数
R 1	11月17日 10時～15時	FKD宇都宮店 2階サウスの泉特設会場	143人
R 2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止	—	—
R 3	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止 ※東図書館，南図書館においてパネル展を実施	—	—

③ 地区における健康教育

（昭和29年度開始 健康増進課 令和4年度予算：304千円 国1/3，県1/3，市1/3  
高齡福祉課 令和4年度予算：377千円（健康相談も含む））

【事業の目的・内容】

生活習慣病の予防その他健康に関する事項について、正しい知識の普及を図ることにより、「自分の健康は自らが守る」という認識と自覚を高め、健康の保持増進に資することを目的とする。65歳以上の高齢期世代に対しては、高齢福祉課の介護予防事業と連携を図り、実施する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の4第1項	保健福祉総務課保健福祉相談担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実 績》

年度	回数			参加人数(延)				
	市主催	派遣申請	合計	40歳未満	40～64歳	65歳以上	不明	計
R 1	65	98	98	191	305	1,800	14	2,310
R 2	17	9	26	39	67	215	5	326
R 3	37	15	52	90	100	396	8	594

④ 女性の健康力アップ事業

(平成21年度開始 令和4年度予算：374千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

【事業の目的・内容】

平成19年4月に策定された「新健康フロンティア戦略」において、「女性の健康力」が柱の一つに位置づけられた。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために、講演会及びパネル展、キャンペーンなどを実施し、疾病に関する正しい知識の普及や健康づくりの啓発を行う。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 がん対策基本法 第12条 新健康フロンティア戦略	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター

ア 女性の健康力アップ講演会（保健センター）

《実 績》

年度	月日	内容・講師	参加者数
H 2 9	3/3	いつまでも元気&キレイに！「わかる，カラダ，かわる。」 ～セルフケア継続のコツ～ 女性総合診療科ダイエット&アンチエイジングカウンセラー・管理栄養士 前田 あきこ氏	81人
H 3 0	3/2	いつまでも元気&キレイに！ 「女性ホルモンを整えて女子力キープしよう」 飯田橋レディースクリニック 院長 岡野 浩哉氏	88人
R 1	3/7	新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止	—
R 2	3/5	いつまでも元気&キレイに！ Zoom・会場開催 「若さと健康を保つための5つの秘訣」 (株)ウェルネスライフサポート研究所代表 加倉井 さおり氏	26人 (オンライン 受講者7名を 含む)
R 3	3/5	いつまでも元気&キレイに！ Zoom・会場開催 「知っておきたい！女性のカラダのほんとう」 イーク表参道 副院長 高尾 美穂氏	63人 (オンライン 受講者54人を 含む)

## イ 女性の健康週間イベント（保健センター）（平成23年度開始）

### 【事業の目的・内容】

厚生労働省が主唱する女性の健康週間に併せて、パネル展示や健康教育等を実施し、女性の健康に関する知識の向上と、女性を取り巻く健康問題に対する社会的関心を図る。

### 《実績》

年度	実施期間	実施内容	総入場者数
H30	7日間 3/1～ 3/8 (水曜日を 除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布</li> <li>簡単美容スイーツの試食</li> <li>血管年齢チェック，腹囲の内臓脂肪チェック</li> <li>骨盤調整エクササイズ（保健センター運動事業）</li> <li>骨げんき！体操教室（保健センター運動事業）</li> <li>歯・お口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業）</li> <li>頰動脈エコー検査（栃木県健康増進課）</li> <li>足型測定と最新フィットネスグッズ（ゼビオスポーツエクスプレス）</li> <li>からだチェック（セントラルフィットネスクラブ）</li> <li>女性の健康応援ブース「女性ホルモンと女性の健康」</li> <li>まちの保健室（栃木県看護協会宇都宮地区支部）</li> <li>気楽ゼーション（栃木県鍼灸師会宇都宮支部）</li> </ul>	延3,871人
R1	—	新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止	—
R2	7日間 3/1～ 3/8 (水曜日を 除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布</li> <li>カラダチェック（体組成測定・握力測定・運動指導員によりワンポイントアドバイス）</li> <li>歯・お口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業）</li> <li>フレイル健康教室（保健センター運動事業）</li> <li>赤ちゃんとパパママのからだ塾（保健センター運動事業）</li> </ul>	延2,535人
R3	7日間 3/1～ 3/8 (水曜日を 除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布</li> <li>歯・お口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業）</li> </ul>	延2,290人

## ウ ピンクリボンキャンペーン（平成19年度開始）

### 【事業の目的・内容】

市民に乳がんの正しい知識の普及を行い、自己触診法の定着やマンモグラフィ検診の受診率を向上させ、乳がんによる死亡者を減少させることを目的として、普及啓発を行う。

※平成21年度から、ピンクリボンキャンペーンを女性の健康力アップ事業に位置付け実施

### 《実績》

年度	実施内容
H29	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
H30	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
R1	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
R2	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
R3	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等

⑤ 健康増進普及月間関連事業

(平成21年度開始 令和4年度予算：105千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

【事業の目的・内容】

生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣改善の重要性について正しい知識を普及する。また、検診により早期発見・早期治療ががん征圧に効果的であることから、がんについての正しい知識の普及、早期発見及び早期治療の認識の徹底を図るとともに、特定健診・がん検診の受診率向上を促すものとする。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター

《実績》

年度	内 容	会 場	日 数	参加者数
H 2 9	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	69名
H 3 0	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	106名
R 1	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	119名
R 2	・新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止			
R 3	・新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止			

・健康増進普及イベント 会場：保健センター

年度	総入場者数	健康づくり講座	生活習慣病予防講座
H 2 9	1,143人	58人	33人
H 3 0	1,635人	77人	87人
R 1	1,461人	92人	45人
R 2	801人	43人	34人
R 3	18,437人	26人（動画視聴398回）	59人

※令和3年度より、パネル展・パンフレット設置を9月の健康増進普及月間に合わせ30日間開設。

年度	実施内容	実施期間 総入場者数
H 2 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動体験               <ul style="list-style-type: none"> <li>①美脚運動教室(保健センター運動事業)</li> <li>②ラジオ体操教室(保健センター運動事業)</li> </ul> </li> <li>・測定・相談コーナー                痩せやすさ測定(セントラルフィットネスクラブ), 足型測定(ゼビオスポーツエクスプレス), 骨盤ゆがみチェック(ボディーズ), ロコチェック(健康づくり推進員), まちの保健室(栃木県看護協会), 歯・お口・ブラッシングの相談会(保健センター歯科保健事業), 脳年齢チェック</li> <li>・こころの健康               <ul style="list-style-type: none"> <li>①気楽ゼーション(栃木県鍼灸師会)</li> </ul> </li> <li>・講演会               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他                健康茶の試飲, 健康情報パネル展示及びリーフレットの配布</li> </ul>	2日間 延1,143人

H 3 0	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> <li>①リラックスヨガ教室（保健センター運動事業）</li> <li>②痛まん体操教室（保健センター運動事業）</li> </ul> </li> <li>・栄養情報の提供 <ul style="list-style-type: none"> <li>栄養相談（栃木県栄養士会）</li> </ul> </li> <li>・こころの健康 <ul style="list-style-type: none"> <li>気楽ゼーション（栃木県鍼灸師会）</li> </ul> </li> <li>・測定・相談コーナー <ul style="list-style-type: none"> <li>痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ）、足型測定（ゼビオスポーツエクスペレス）、最新フィットネスグッズ体験会（ヨドバシカメラ）、ロコチェック（健康づくり推進員）、まちの保健室（栃木県看護協会）、骨密度測定（栃木県国民健康保険団体連合会）、血管年齢測定、歯科相談（保健センター歯科保健事業）</li> </ul> </li> <li>・講演会 <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他 <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレットの配布</li> </ul> </li> </ul>	2日間 延1,635人
R 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養情報の提供 <ul style="list-style-type: none"> <li>栄養相談（栃木県栄養士会）</li> </ul> </li> <li>・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> <li>①気分すっきりセルフフィットネス（保健センター運動事業）</li> <li>②幻のラジオ体操第3教室（保健センター運動事業）</li> </ul> </li> <li>・測定・相談 <ul style="list-style-type: none"> <li>①痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ）</li> <li>②乳がん触診体験</li> <li>③最新フィットネスグッズ体験会（ヨドバシカメラ）</li> <li>④ロコチェック（健康づくり推進員）</li> <li>⑤まちの保健室（栃木県看護協会）</li> <li>⑥骨密度測定（栃木県国民健康保険団体連合会）</li> <li>⑦血管年齢測定</li> <li>⑧歯科相談（保健センター歯科保健事業）</li> </ul> </li> <li>・講演会 <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他 <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレットの配布</li> </ul> </li> </ul>	2日間 延1,461人
R 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・測定・相談コーナー <ul style="list-style-type: none"> <li>①血管年齢測定</li> <li>②骨密度測定</li> <li>③お薬相談会（宇都宮市薬剤師会）</li> <li>④運動相談</li> <li>⑤栄養士相談</li> <li>⑥歯科相談会（保健センター歯科保健事業）</li> </ul> </li> <li>・講演会 <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他 <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレットの配布</li> </ul> </li> </ul>	2日間 延801人
R 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・測定・相談コーナー（血管年齢測定）</li> <li>・講演会 <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他 <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレットの配布</li> </ul> </li> </ul>	30日間 9/1～9/30 （水曜日を 除く） 延18,437人

※令和3年度より、パネル展・パンフレット設置を9月の健康増進普及月間に合わせ常時開設。

⑥ たばこ対策促進事業（平成15年度開始 令和4年度予算：233千円 国1/2, 市1/2）

たばこに関連する疾患や健康影響を防ぐため、「禁煙支援」「受動喫煙防止」「喫煙防止」対策の効果的な推進を図る。

根拠法令等	主管課・グループ
たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約 健康増進法 第8条第2項 第25条（受動喫煙の防止） 未成年者喫煙禁止法 労働安全衛生法の一部を改正する法律	健康増進課健康づくりグループ

《実績》

ア 禁煙支援対策

年度	H29	H30	R1	R2	R3
禁煙外来医療機関一覧 掲載施設数	79	80	83	85	81
禁煙応援薬局一覧 掲載施設数	31	46	39	39	47

イ 受動喫煙対策

年度	H29	H30	R1	R2	R3	
とちぎ禁煙推進店 ( )内は県受付分 <sup>*1</sup> を 含めた登録数	登録数	11	3	11	14	19
	登録除外	—	2	3	—	4
	累計	37 (73)	38 (74)	46 (146)	60 (160)	75 (177)
たばこに関する健康情報の提供 事業所数	481	1,493	1,677	1,117	157	

※1 県内複数の市町に店舗を持つ企業等がまとめて申請する場合は県健康増進課が受付、登録を実施

ウ 喫煙防止対策

たばこに関する健康教育出前講座

対象	年度	H29	H30	R1	R2	R3
小学生	学校数	16	18	18	5	14
	人数	1,069	1,271	1,088	434	841
中学生	学校数	8	6	4	2	3
	人数	1,714	757	434	288	432

※ 平成26年度～全学校共通の事後アンケート実施  
たばことアルコールに関するリーフレットの配布

年度	H29	H30	R1	R2	R3
配布数	4,957	4,875	4,950	4,880	4,821

エ 世界禁煙デー・禁煙週間イベント

年度	H29	H30	R1	R2	R3
市民ホールイベント開催日数	5	5	5	5	5

⑦ 健康づくり栄養教室（平成23年度開始 令和4年度予算：116千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

【事業の目的・内容】

市民がメタボリックシンドロームや生活習慣病を予防するため、栄養や運動を中心とした講話や実習を通して日頃の生活習慣を見直し、健康づくりのための活動が実践できるように支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課保健センター

《実 績》

年度	テーマ	教室名	実施回数	人数	総計
H 2 9	健康づくり編	働き盛り男性の肥満リセット教室	3	17	12回 131人
		働く女性のための美ボディ教室	3	23	
		エクササイズデビュー教室	3	34	
		旬の野菜の調理実習	3	57	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	15	125	15回 125人
H 3 0	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	12	10回 122人
		女性のための美ボディ教室	2	18	
		エクササイズデビュー教室	3	43	
		かんたん野菜料理アレンジ教室	3	49	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	8	102	19回 319人
		自主G応援事業	11	217	
R 1	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	11	10回 99人
		女性のための美ボディ教室	2	19	
		エクササイズデビュー教室	3	22	
		ラク楽ワンプレートごはん	3	47	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	7	109	12回 273人
		自主G応援事業	5	164	
R 2	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	10	10回 60人
		女性のための美ボディ教室	2	13	
		エクササイズデビュー教室	4	16	
		カラダよろこぶカフェごはん	2	21	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	6	66	11回 175人
		自主G応援事業	5	109	
R 3	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	15	10回 81人
		女性のための美ボディ教室	2	21	
		エクササイズデビュー教室	3	19	
		カラダよろこぶおうちごはん	3	26	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	5	59	7回 149人
		チャレンジタイム	2	90	

※令和3年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、密を避けるため定員を減らし実施。健康づくり編（カラダよろこぶおうちごはん）1回中止。健康長寿編（しっかり貯筋教室）2回中止。



- ⑧ 保健センター運動推進事業（健康増進課 令和4年度予算：132千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）  
（高齢福祉課 令和4年度予算：29千円）

【事業の目的・内容】

生活習慣病の発症に大きく関与しているメタボリックシンドロームを予防・改善するとともに、高齢期を迎えても要介護状態に陥ることなく、健康でいきいきとした生活が送れるよう、運動を中心とした講話や実技を通して、個人のライフスタイルや体力に合った運動習慣の定着を図れるよう支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	健康増進課保健センター

ア 健康増進事業

年度	実施内容	実施回数	人数 (延)	総計
H 2 9	エクササイズデビュー教室	18	211	57回 延 483人
	働き盛り世代男性の肥満リセット教室	19	98	
	美脚運動教室（冷え性改善温活ヨガ教室）	2	32	
	働く女性の美ボディ教室	18	142	
H 3 0	エクササイズデビュー教室	18	254	44回 延 462人
	働き盛り世代男性の肥満リセット教室	12	55	
	女性のための運動教室	12	107	
	イベント教室（ヨガ等）	2	46	
R 1	エクササイズデビュー教室	18	117	42回 延 306人
	働く世代男性のシェイプアップ教室※	11	57	
	女性のための美ボディ教室	12	111	
	イベント運動教室※	1	21	
R 2	エクササイズデビュー教室	15	69	34回 延 188人
	働く世代男性のシェイプアップ教室※	9	37	
	女性のための美ボディ教室	9	65	
	赤ちゃんとパパママのからだ塾	1	17	
R 3	エクササイズデビュー教室	18	112	50回 延378人
	働く世代男性のシェイプアップ教室※	12	85	
	女性のための美ボディ教室	12	113	
	赤ちゃんとパパママのからだ塾	2	34	
	エクササイズタイム	6	34	

イ 介護予防事業

年度	実施内容	回数	人数 (延)	総計
H 2 9	しっかり貯筋教室（65～69歳コース）	32	240	62回 延 550人
	しっかり貯筋教室（70歳以上コース）	28	271	
	ラジオ体操普及事業（ラジオ体操教室、骨盤底筋トレーニング教室）	4	39	
H 3 0	しっかり貯筋教室	40	516	53回 延 784人
	自主グループ応援事業	11	217	
	イベント運動教室	2	39	

R 1	しっかり貯筋教室	35	550	51回 延 875人
	自主グループ応援事業	15	300	
	イベント運動教室	1	25	
R 2	しっかり貯筋教室	30	334	42回 延 550人
	自主グループ応援事業	11	202	
	フレイル健康教室	1	14	
R 3	しっかり貯筋教室	27	318	29回 延 342人
	自主グループ応援事業	—	—	
	フレイル予防健康教室	2	24	

※令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により密を避けるため定員を減らし実施。  
しっかり貯筋教室は計8回中止、自主グループ応援事業は開催中止。

## ウ その他

【継続者のための運動事業】

【運動チャレンジタイム】

年度	実施内容	実施回数	人数(延)
H29	運動チャレンジタイム	48	1,464
H30	運動チャレンジタイム	48	1,551
	運動チャレンジデー (エクササイズDVDの放映と運動スペースの開放)	44	1,246
R1	運動チャレンジタイム	87	4,911
R2	運動チャレンジタイム	58	2,053
R3	運動チャレンジタイム	67	2,844

※令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により38回の開催中止。密を避けるため、参加者をグループに分け、グループ別に時間を設け実施。

※令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により29回開催中止。

## ⑨ 運動サポート事業（健康増進課令和4年度予算：17千円 国1/3、県1/3、市1/3）

【事業の目的・内容】

「第2次健康うつのみや21」に基づき、地域における健康づくり実践活動の推進を図るため、健康運動指導士や運動指導員による運動実技を含めた相談・指導を通して、健康づくり推進員が地区住民に対し安全かつ効果的な運動の実践ができるよう支援する。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第3条	健康増進課保健センター

《実績》

年度	実施回数	人数(延)
H29	21	231
H30	25	270
R1	29	306
R2	17	229
R3	19	212

⑩ 運動出前講座【保健と福祉の出前講座の一環として実施】

(平成20年度開始 令和4年度予算：10千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

【事業の目的・内容】

健康寿命の延伸を図るため、運動指導員が地域へ出向き、運動を中心とした知識の提供や実技を通じて、メタボリックシンドロームの予防やロコモティブシンドロームの予防について広く普及させることにより、より多くの市民へ運動に取り組むきっかけづくりの機会を提供する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	健康増進課保健センター

《実績》

年度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
実施回数	1 6 回	1 6 回	5 回	3 回	5 回
参加人数	2 9 1 人	2 6 6 人	7 7 人	5 1 人	6 4 人

	講座名	講座内容
1	気軽にエンジョイ Miya 運動	「気軽にエンジョイ Miya 運動」の DVD を活用し、日常生活の中で楽しく運動が身に付くコツや運動方法についての説明と運動の実技を紹介
2	身近な公園での運動	身近な公園の健康遊具の使用法やラジオ体操の正しい手法を紹介

(3) 健康相談 (昭和58年度開始 健康増進課令和4年度予算：145千円 国1/3, 県1/3, 市1/3  
高齢福祉課令和4年度予算：377千円 (地区における健康教育も込み))

【事業の目的・内容】

市民の心身の健康に関し、個別に必要な指導及び助言を行い、相談者自ら問題解決のための行動がとれるよう援助することをねらいとして、健康相談室や電話による健康相談を行う。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター 保健福祉総務課保健福祉相談担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実 績》

ア 健康相談 (毎日)

所属別件数 (延)

年度	保健所	保健 センター	保健福祉総務課保健福祉相談担当					計
			中央部	東部	西部	南部	北部	
R 1	8	2 3 5	2 0	0	1 3	3	2 4	3 0 3
R 2	2	1 3 1	3 4	0	5	2	7	1 8 1
R 3	0	2 0 3	1 3	2	5	5	2	2 3 0

相談種別 (延)

年度	高血 圧	脂質 異常 症	糖尿病	歯周 疾患	骨粗 しょう症	病態別	女性の 健康	総合	介護 家族	計
R 1	1 7	9	6	3	0	1 6	2	2 5 1	5	3 0 9
R 2	1 3	1	3	0	0	3	0	1 5 6	9	1 8 5
R 3	2 8	4	0	2	0	4	1	1 8 5	6	2 3 0

## イ 面接

所属別件数（延）

年度	保健所	保健センター	高齢福祉課	保健福祉総務課保健福祉相談担当					計
				中央部	東部	西部	南部	北部	
R 1				2 9	4	7	2 8	2	7 0
R 2				2 8	3	2 0	1 6	4	7 1
R 3				2 3	1 0	3 7	2 2	4	9 6

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	家族介護	計
R 1	5	3	8	0	1	4 5	1	1 6	0	7 9
R 2	1	0	2	0	0	2 9	2	3 8	1	7 3
R 3	5	4	2	0	0	2 5	1 3	5 8	0	1 0 7

## ウ イベント等

回数・件数（延）

年度	回数	件数
R 1	8	2 8 4
R 2	2	6 8
R 3	1	5 9

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	計
R 1	1 7	1 9 3	2	0	0	0	1 7	5 5	2 8 4
R 2	0	0	0	0	2 4	0	0	4 4	6 8
R 3	0	0	0	0	0	0	0	5 9	5 9

## エ 電話相談

所属別件数（延）

年度	保健所	保健センター	保健福祉相談担当等	計
R 1	6 9	6 4	2 3 4	3 6 7
R 2	5 1	6 2	2 6 5	3 7 8
R 3	4 1	7 0	2 3 7	3 4 8

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	計
R 1	1 3	2	2 9	3	1	1 2 9	2 9	1 6 1	3 6 7
R 2	7	2	2 2	5	1	8 8	2 5	2 2 8	3 7 8
R 3	1 5	1 0	1 6	3	8	8 4	6 0	1 5 2	3 4 8

（４）訪問指導（昭和29年度開始 令和4年度予算なし 国1/3, 県1/3, 市1/3）

### 【事業の目的・内容】

市民の健康の保持増進を図るため、何らかの健康問題があり援助を求めている個人および家族に対して家庭訪問を実施し、健康問題解決のための相談に応じ、必要な指導および助言を行う。また、健康診査・がん検診等の結果で医師により緊急性があると判断された場合に実施する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の4第1項	保健福祉総務課保健福祉相談担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実 績》

訪問件数 (延)

年度	要指導者等	介護家族者	寝たきり者	その他	閉じこもり予防	計
R 1	37	0	1	66	0	106
R 2	13	4	0	71	0	88
R 3	18	3	2	100	1	124

年齢構成内訳

年度	40歳未満	40～64歳	65歳以上	合計
R 1	11	62	33	106
R 2	13	47	28	88
R 3	24	63	37	124

(5) 健康診査

【事業の目的・内容】

生活習慣病の予防及び疾病の疑いのある者又は医療を要する者を早期発見するため、各種健康診査を行う。また、特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要な者に対し、栄養や運動等の保健指導を行うとともに、健康管理に関する正しい知識の普及を行い、健康についての認識と自覚の高揚を図ることを目的とする。

※各種健診受診率算出方法：受診者数(人)／対象者数(人)

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
高齢者の医療の確保に関する法律 第20条, 第24条, 第125条 健康増進法第19条第2項	健康増進課健康診査グループ

【集団健診予約件数】

(件)

年度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
集団健診予約センター (電話での専用オペレータによる 予約受付)	28,224	32,241	29,990	23,883	17,763
集団健診予約システム (W e bでの予約受付)	4,342	5,156	5,283	5,182	12,013
計	32,566	37,397	35,273	29,065	29,776

① がん検診（令和4年度予算：914,396千円 市単独）

ア 肺がん検診（昭和38年度開始）

《実績》

肺がん検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	18,986	18,959	19,171	15,187	17,415
	個別健診	25,809	25,604	25,421	24,762	24,068
	計	44,795	44,563	44,592	39,949	41,483
対象者数(人)		148,304	148,304	148,304	148,304	156,166
受診率(%)		30.2	30.0	30.1	26.9	26.6

イ 胃がん検診（昭和38年度開始）

《実績》

胃がん検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	10,634	9,752	9,361	7,291	8,390
	個別健診	15,425	16,216	16,597	15,489	16,274
	計	26,059	25,968	25,958	22,780	24,664
対象者数(人)		148,304	148,304	148,304	148,304	156,166
受診率(%)		17.6	17.5	17.5	15.4	15.8

胃がん検診（X線）実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	10,634	9,752	9,361	7,291	8,390
	個別健診	916	845	836	807	816
	計	11,550	10,597	10,197	8,098	9,206

胃がん検診（内視鏡）実施状況（平成20年度開始）

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	個別健診	14,509	15,371	15,761	14,682	15,458

ウ 大腸がん検診（昭和62年度開始）

《実績》

大腸がん検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	18,889	18,908	19,231	15,317	17,505
	個別健診	21,946	21,745	21,485	20,975	20,396
	計	40,835	40,653	40,716	36,292	37,901
対象者数(人)		148,304	148,304	148,304	148,304	156,166
受診率(%)		27.5	27.4	27.5	24.5	24.3

## エ 子宮がん検診（昭和38年度開始）

《実績》

子宮がん検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	7,953	7,924	7,683	6,493	7,541
	個別健診	14,908	14,487	14,236	14,417	14,424
	計	22,861	22,411	21,919	20,910	21,965
対象者数(人)		116,679	116,679	116,679	116,679	114,968
受診率(%)		19.6	19.2	18.8	17.9	19.1

国の指針（隔年受診）による受診率

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数(人)		22,861	22,411	21,919	20,910	21,965
2年連続受診者数(人)		11,022	11,137	10,985	10,406	10,619
対象者数(人)		116,679	116,679	116,679	116,679	114,968
※受診率(%)		30.6	29.3	28.6	27.8	28.1

※受診率(%) = (前年度の受診者数 + 当該年度の受診者数 - 2年連続の受診者数) ÷ 当該年度の対象者数 × 100

## オ 乳がん検診

（昭和62年度開始，平成16年度よりマンモグラフィ検査，平成30年度より超音波検査開始）

《実績》

乳がん検診実施状況

マンモグラフィ検査（2年に1回）：40歳以上

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	7,765	8,980	8,473	7,354	8,851
	個別健診	536	—	—	—	—
	計	8,301	8,980	8,473	7,354	8,851
	2年連続受診者数	161	6	8	1	8
対象者数(人)		91,933	91,933	91,933	91,933	93,751
※受診率(%)		18.1	18.8	19.0	17.2	17.3

※受診率(%) = (前年度の受診者数 + 当該年度の受診者数 - 2年連続の受診者数) ÷ 当該年度の対象者数 × 100

※平成29年度までは，マンモグラフィ及び視触診の併用検診者とマンモグラフィのみの検診者の合計

※平成30年度からは，マンモグラフィ及び乳房超音波検査の併用検診者数

超音波検査のみ：40歳以上

年度		H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数(人)	集団健診	75	88	75	94

※妊娠及びその疑いのある者，授乳中の者，心臓ペースメーカーを装着した者，豊胸手術を受けた者，術後再建乳房，VPシャント施術者，マンモグラフィ不適と判断される漏斗胸の者のみ

視触診：30歳代

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	627	—	—	—	—
	個別健診	2,536	2,426	2,096	2,064	1,901
	計	3,163	2,426	2,096	2,064	1,901
対象者数(人)		15,108	15,108	15,108	15,108	12,161
受診率(%)		20.9	16.1	13.9	13.7	15.6

#### カ 前立腺がん検診（平成14年度開始）

《実績》

前立腺がん検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	6,299	6,305	6,484	5,094	5,905
	個別健診	9,276	9,205	9,190	8,972	8,705
	計	15,575	15,510	15,674	14,066	14,610
対象者数(人)		48,995	48,995	48,995	48,995	52,990
受診率(%)		31.8	31.7	32.0	28.7	27.6

#### ② 骨粗しょう症検診（平成8年度開始 令和4年度予算：8,351千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

《実績》

骨粗しょう症検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団検診	3,450	3,388	3,567	2,921	2,850
	個別検診					

※40・45・50・55・60・65・70歳の女性が対象

#### ③ 歯科健診（平成11年度開始 令和4年度予算：12,734千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

《実績》

歯科健診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	1,050	989	1,045	860	685
	個別健診	1,384	1,211	1,123	1,114	1,111
	計	2,434	2,200	2,168	1,974	1,796
対象者数(人)		24,557	24,557	24,557	24,557	23,772
受診率		9.9	9.0	8.8	8.0	7.6

※30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の者が対象

#### ④ 肝炎ウイルス検診（平成14年度開始 令和4年度予算：16,169千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

《実績》

肝炎ウイルス検診実施状況

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数 (人)	集団健診	3,045	2,987	2,773	2,120	2,462
	個別健診	2,143	1,843	1,863	1,999	1,550
	計	5,188	4,830	4,636	4,119	4,012



⑤ 特定健康診査・特定保健指導

(平成20年度開始 令和4年度予算：国保特別会計233,992千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

特定健康診査は、糖尿病や高脂血症、高尿酸血症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、この該当者及び予備群を減少させるための特定保健指導を必要とする者を、的確に抽出するために行う。

特定保健指導は、糖尿病等の生活習慣病予備群を生活習慣病に移行させないために、対象者自身が健診結果を理解し、生活習慣を改善するための行動目標を設定することにより、対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的とし実施する。

がん検診等と同時に実施することから、保険者である宇都宮市国民健康保険の担当課である保険年金課からの執行委任により実施。

《実績》

特定健康診査実施状況（令和3年度実績は、令和4年5月25日費用決済状況による速報値）

年度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3 (速報値)
対象者数（人）	79,468	76,376	73,723	72,875	70,918
受診者数（人）	23,329	22,641	21,927	18,857	19,654
受診率(%)	29.4	29.6	29.7	25.9	27.7

特定保健指導実施状況（令和3年度実績は、令和4年5月25日費用決済状況による速報値）

年度		H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3 (速報値)
動機づけ支援	対象者数(人)	1,877	1,690	1,631	1,475	1,580
	利用者数（人）	392	373	403	366	226
	終了者数(人)	385	384	381	353	140
	実施(終了)率(%)	20.5	22.7	23.4	23.9	8.9
積極的支援	対象者数(人)	494	496	497	403	432
	利用者数（人）	70	64	85	94	54
	終了者数(人)	59	54	72	77	24
	実施(終了)率(%)	11.9	10.9	14.5	19.1	5.6
特定保健指導実施(終了)率(%)		18.7	20.0	21.3	22.9	8.2

【健診サポート事業（健康増進課直営分）】

ア 特定保健指導利用勧奨率（実績値）

年 度		H 2 9		H 3 0		R 1		R 2		R 3	
		通知	電話	通知	電話	通知	電話	通知	電話	通知	電話
動機づけ支援	対象者数（人）	1,613	1,501	1,454	1,319	1,378	1,169	1,260	1,166	1,249	1,178
	勧奨実数（人）※	1,613	1,291	1,454	1,123	1,377	1,026	1,260	1,068	1,249	1,086
	利用勧奨率（%）	100	86.0	100	85.1	99.9	87.8	100	91.6	100	92.2
積極的支援	対象者数（人）	452	426	458	429	476	399	396	373	340	321
	勧奨実数（人）※	452	347	458	342	476	346	396	340	340	296
	利用勧奨率（%）	100	81.5	100	79.7	100	86.7	100	91.2	100	92.2

※「勧奨実数」へは、本人及び家族への勧奨も含む。

※年度内に実施した特定保健指導の利用勧奨の件数

イ 特定保健指導実施（実績値）

年 度		H 2 9		H 3 0		R 1		R 2		R 3	
		動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援
実施者数（人）	初回	216	30	223	38	205	38	156	41	198	45
	中間	602	125	603	141	417	141	303	114	396	169
	最終	199	17	267	39	199	38	145	25	172	44
計		1,017	172	1,093	218	821	217	604	180	766	258

ウ 健診結果相談会（実績値）

年 度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
実施回数（回）	70	76	76	76	82
特定保健指導実施者数（人）	248	261	241	197	243

※ 健診結果相談会で実施した特定保健指導実施者は、健診サポートにおける特定保健指導実施に含まれる。

⑥ 後期高齢者健康診査（平成20年度開始 令和4年度予算：134,948千円）

《実 績》 栃木県後期高齢者医療広域連合から受託

後期高齢者健康診査実施状況

年 度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数（人）	14,314	13,629	14,885	13,957	13,901
対象者数（人）	56,387	58,244	60,793	62,595	63,347
受診率（%）	25.4	23.4	24.5	22.3	21.9

⑦ 後期高齢者歯科健診（平成27年度開始 令和4年度予算：2,726千円）

【事業の目的・内容】

誤嚥性肺炎等の疾病につながる口腔機能低下の予防に努めることにより、後期高齢者の健康の保持増進を図り、もって後期高齢者の生活の質を確保し、安心して安定した生活の向上に資することを目的に実施する。

《実績》 栃木県後期高齢者医療広域連合から受託

後期高齢者歯科健診実施状況

年度	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2	R 3
受診者数(人)	341	308	334	293	245
対象者数(人)	5,581	5,152	5,706	5,113	4,186
受診率(%)	6.1	6.0	5.9	5.7	5.9

(6) 脳卒中発症登録事業（平成10年度開始 県予算）

【事業の目的・内容】

栃木県では全国に比して脳卒中による死亡率が高いことから、地域における脳卒中発症者の実態を把握することにより、脳卒中総合対策を推進し、県民の健康の保持増進を図る。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
脳卒中発症登録事業実施要領(栃木県)	健康増進課企画グループ(※実施主体：栃木県)

《実績》

年度	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1	R 2
発症登録報告医療機関数	6	6	6	5	5
発症登録件数	1,467	1,505	1,521	1,521	1,433

※ 発症登録件数は、市内の発症登録報告医療機関における発症登録者数を計上

※ 対象年の翌年9月に実績公表