

令和 7 年度健康増進課事業計画

山陽小野田市健康増進課

目 次

1 健康増進事業

(1) 健康手帳交付	3
(2) 健康相談	3
(3) 健康教育	3
(4) 地区組織活動	4
(5) 健康マイレージ・健幸アプリ	5
(6) 健康診査	5
(7) 訪問指導	8
(8) 自殺対策強化事業	8
(9) ひきこもり支援	8
(10) 地域職域連携事業	9
(11) がん患者医療用補整具購入費助成事業	10
(12) 若年がん患者在宅療養支援事業	10
(13) 健康増進計画推進事業	10
(14) こども市民教育推進事業への協力	11
(15) たばこ対策事業	11
(16) アルコール対策事業	11
(17) 熱中症予防対策事業	12
(18) 歯科保健事業	12
(19) 骨粗鬆症予防対策事業	13
(20) 他課連携事業	13

2 食育事業

(1) 食育推進計画の推進	14
(2) 地区組織活動	16
(3) 災害時に備えた食育推進事業	16
(4) 他課連携事業	16

3 スマイルエイジング関連事業

(1) スマイルエイジング推進事業	20
(2) 健康で長生きのまちづくりフォーラムの開催	20
(3) スマイルエイジング健康講座シリーズ（出前講座）	20
(4) スマイルエイジング強化月間事業	21
(5) スマイルエイジングウォーキング推進事業	21
(6) スマイルエイジング薬局事業	22

4 感染症予防事業

(1) 結核検診	23
(2) 予防接種	23

5 地域医療対策事業

(1) 一次救急医療	・ ・ ・ ・ ・	25
(2) 二次救急医療	・ ・ ・ ・ ・	25
(3) その他	・ ・ ・ ・ ・	26

1 健康増進事業

(1) 健康手帳交付

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健康手帳に記載し、自らの健康管理と適切な医療に資する。

【対象】

40歳以上の市民

【内容】

健康教育・健康診査・健康相談・訪問指導などの機会をとらえて市ホームページからダウンロードできることを周知する。

(2) 健康相談

心身の健康に関する個別の相談に応じ、必要な指導及び助言を行い、家庭における健康管理に資する。

① 定例健康相談

【日時・場所】

厚狭地区複合施設 : 毎月第2火曜日 10時～11時30分

【内容】

血圧測定、体脂肪率測定、尿検査、みそ汁塩分濃度測定、健診結果説明及び保健指導・栄養指導、心の相談（ひきこもり、アルコール依存等） 他

② その他の健康相談

健康教室や自治会、女性会、老人会等地域の健康教育や患者家族会に併せて生活習慣病予防・認知症予防・心の健康等健康づくり全般について実施。

③ 随時健康相談、電話、来所、オンラインによる相談

(3) 健康教育

生活習慣病の予防及び健康増進等、健康に関する正しい知識の普及を図ることにより、「自分の健康は自分で守る」という認識と自覚を高め、壮年期からの健康の保持増進に資する。

① 生活習慣病予防教室

生活習慣病予防について知り、自らの生活習慣を振り返ることができること、また日常生活において糖尿病、高血圧症、脂質異常症を予防するための生活習慣を継続することにより、生活習慣病の発症を予防する。

【対象】

40～74歳までの生活習慣病予防に関心のある市民

【内容】

3回1コース（年1回）

医師講演 「生活習慣病について」

講 話 「生活習慣を改善するための運動、食事」
ディナーミーティング、運動実習 他

② 講演会

医師等による講演会を開催することで市民が健康に関する知識を習得し、健康の保持増進を図る。

【対象】

市民

【内容】

年1回 健康推進員養成講座の第1回目に合わせて実施。

テーマ：「がん予防について」

③ 健康体操

市民が自主的に集まり楽しく運動を行うために、運動の場を提供することにより運動習慣を身につけ生活習慣の改善につなげる。

【対象】

市民

【内容】

SOSおきよう体操、はつらつ山口健康体操、ストレッチ体操他、9か所の自主グループへ運営支援を年3回程度行う。

（４）地区組織活動

① 健康推進員養成講座

生涯にわたる健康づくりを推進するため、栄養・運動・休養など生活習慣の改善を行うことで自分の健康問題を解決し、自分のみならず、家族から地域へと健康の輪を広げ、健康推進員として健康づくりを通して「元気な地域づくり」に寄与できる人を養成する。

【対象】

市民

【内容】

7回1コース（年1回）とし、健康づくりに関する講話、運動実技、医師の講演会など。

② 健康推進員の育成・支援

健康づくりのリーダーとして普及啓発に努め、地域住民の健康保持増進を積極的に推進していきけるよう、健康推進員の資質向上を行う。

【対象】

健康推進員

【内容】

ウォーキング、健康体操、グループワーク、勉強会等の研修会
医師講演会
テーマ：「脳を守ろう脳卒中と認知症予防」

③ 健康推進員交流会

健康推進員自身の健康づくりに役立てるとともに、他校区の健康推進員との交流を図るなど、仲間と楽しく健康づくりを行う機会を設ける。

【対象】

健康推進員

【内容】

ウォーキング・体操、食事、休養などの健康づくり活動の振り返りと健康推進員同士の交流

(5) 健康マイレージ・健幸アプリ

健康寿命の延伸を目指して、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組めるよう、行政・医療保険者・企業等が連携し、社会全体で継続して健康づくりを推進する環境の整備を図る。

【対象】

小学生以上の市民（在勤・在学を含む）

【内容】

県が実施する「やまぐち健康マイレージ事業」実施要綱に基づき実施する。検診受診等の健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて、やまぐち健康づくり応援カードを受け取ると同時に市独自の取組である商品応募に参加できる。また、応援カードは、協力店で特典が利用できるなど、健康づくりを応援する。県と連携して協力店の拡大にも努める。その他、市内事業所が事業所単位で健康づくりに取り組む仕組みを取り入れ、働く世代の健康づくりにつなげる。また、県が実施している健幸アプリも同時に周知・推進し、こちらもポイントが貯まればマイレージ同様、商品応募に参加できる。

(6) 健康診査

がん、心臓病、脳血管疾患等生活習慣病対策の一環として、これらの疾患の早期発見をする。また診査の結果、必要に応じ、栄養や運動等に関する保健指導、健康管理に関する正しい知識の普及を行い、壮年期からの疾病予防と重症化予防をする。

① 健康診査

【対象】

医療保険者が行う健康診査を受ける機会のない人。

【実施期間】

6月1日から翌年1月31日までの8か月間

【内容】

問診、身体計測、血圧測定、検尿、血液検査、眼底検査（医師の判断により必要な人のみ）等

② 訪問健康診査

医療保険者が行う健康診査を受ける事の出来ない在宅の寝たきり又はこれに準ずる人及び介護者に対し、必要に応じ医師及び看護師の訪問による健康診査を行う。

③ がん検診

【対象】

- | | |
|----------|-------------------------|
| ・胃がん検診 | 市内の50歳以上、前年度検診を受けていない人 |
| ・大腸がん検診 | 市内の40歳以上の人 |
| ・肺がん検診 | 市内の40歳以上の人 |
| ・子宮頸がん検診 | 市内の20歳以上、前年度検診を受けていない女性 |
| ・乳がん検診 | 市内の40歳以上、前年度検診を受けていない女性 |
| ・前立腺がん検診 | 市内の50歳～70歳の男性 |

【日時・場所】

個別検診：6月1日から翌年1月31日までの8か月間、医療機関で実施。

集団検診：各種がん検診を特定健康診査等と同時に受けられるよう、保健センター、地域交流センターなどの会場で実施。

地区巡回検診：肺がん・結核検診を市内の地域交流センター、スーパー等の駐車場など約20か所で実施。

【内容】

- | | |
|----------|--|
| ・胃がん検診 | 問診、胃部X線撮影又は胃内視鏡検査 |
| ・大腸がん検診 | 問診、便潜血反応検査 |
| ・肺がん検診 | 問診、胸部X線検査、（必要時）喀痰検査 |
| ・子宮頸がん検診 | 問診、視診、内診、細胞診、（必要時）子宮体がん検診、
コルポスコープ診、エコー検査 |
| ・乳がん検診 | 問診、乳房X線検査 |
| ・前立腺がん検診 | 問診、血液PSA検査 |

④ 若者健康診査

他の制度（職場健診等）で受診する機会のない人を対象に、肥満、高血圧、脂質異常、貧血等の健康診査を実施し、若い時期から、生活習慣病予防に対する自

己管理を啓発するとともに病気の早期発見及び重症化予防に努める。

【対象】

18歳から39歳の市民

【日時・場所】

③がん検診 に同じ

【内容】

問診・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・医師診察・
骨量測定（女性の希望者のみ個別検診で実施）

⑤ 女性のがん検診普及啓発

9月のがん征圧月間、10月のピンクリボン月間に合わせて女性のがん（子宮・乳）の正しい知識を広め、検診の早期受診を勧める。

【内容】

ピンクリボン月間中、公共機関や市内のショッピングモール等での啓発を実施する。また女性限定託児付の集団健診（若者健康診査（女性のみ）含む）を実施する。

⑥ 新たなステージに入ったがん検診の総合支援事業

クーポン券の送付及び個別の受診勧奨を行い、がん検診の受診率向上を目指す。また、精密検査になった人には確実に受診してもらえるよう受診勧奨を行う。

【対象】

- ・クーポン券送付及び勧奨ハガキ送付

- 子宮頸がん検診 平成16年4月2日～平成17年4月1日生の女性

- 平成12年4月2日～平成13年4月1日生の女性

- 乳がん検診 昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生の女性

- ・乳がん検診勧奨ハガキ送付

- 令和2年度に乳がん検診を受診し、その後受診がない者および40歳代の国民健康保険被保険者で昨年受診していない者

- ・精密検査受診勧奨

- がん検診等で精密検査になった人の内、未受診者

【内容】

- 子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券送付

- 子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券送付後、クーポン券を利用して検診を受診していない方に勧奨ハガキを送付

- 乳がんの勧奨ハガキを送付

- 精密検査の未受診者に対して訪問・電話等で受診勧奨を行う

⑦ 協会けんぽとの包括連携協定を活かしたがん検診受診率向上への取組

協会けんぽと包括連携協定を結ぶことで、協会けんぽ被扶養者に対して市が実施するがん検診について周知を図り、受けやすい体制を整備し受診率の向上を目指す。

(7) 訪問指導

療養上の保健指導が必要と認められる場合に、本人及びその家族などに対し保健師などが家庭を訪問して、その健康に関する問題を総合的に把握し、必要な指導を行い、心身機能の低下の防止と健康の保持増進を図る。

【対象】

健康診査で要指導となった人や、がん検診で事後フォローの必要な人、市国保加入者、訪問看護情報提供書により把握した人、関係機関からの依頼など訪問指導が効果的と認められる人

【内容】

関係機関や医療機関と連携しながら、食生活を含む生活全般の生活指導や健康相談を行うとともに、生活習慣の改善や重症化予防などに向けた助言を行う。

(8) 自殺対策強化事業

① こころのサポーター養成講座

うつ病や自殺に関する基礎知識、相手の心身の不調への気づき、相談機関へつなぐ技術等を有するサポーターを養成し、こころの健康を見守る地域づくりを推進する。

【対象】

市民、職域、市役所職員等

【内容】

2回1コースで、講義、ロールプレイ等を行う

1回目は公開講座として、広く参加可能とする。

② 関係機関等との連携強化

子育て支援課、学校教育課、職域、ケアマネジャー等の専門職、社会福祉協議会などと連携をとりながら自殺予防対策を推進する。

③ 正しい知識の普及啓発及び相談窓口等の周知

- ・小中学校での子ども市民教育推進事業への協力・実施
- ・地域、職域等での出前講座の実施
- ・広報、ラジオ、ホームページ等での相談窓口等の周知
- ・リーフレットの作成を行い市民に広く周知する

(9) ひきこもり支援 **拡充**

ひきこもり状態にある者（半年以上、学校や会社に行かず、家族以外との親密な関係がもてない状態で、その主な原因が精神疾患とは考えにくい者）や家族が

地域の中で相談できるよう支援する。

【対象】

ひきこもり状態にある者やその家族等

【内容】

①相談支援事業

相談支援窓口を NPO 法人ふらっとコミュニティひだまりへ委託

②居場所づくり

NPO 法人ふらっとコミュニティひだまりへ委託

③連絡協議会・ネットワークづくり

- ・ひきこもり家族心理教育へ職員が参加
- ・NPO 法人ふらっとコミュニティひだまりとケース、地域課題の共有
- ・他の相談機関との連携・相談。必要に応じてケース会議や生活困窮者自立支援事業支援調整会議への参加
- ・庁内連携情報交換会の開催

④住民等向け講演会・研修会

支援者向け研修会の開催（令和 7 年 8 月 27 日）

⑤当事者会・家族会開催事業

- ・NPO 法人ふらっとコミュニティひだまりへ委託
- ・家族会はふらっとコミュニティと市内の 2 か所で開催

⑥サポーター派遣事業

NPO 法人ふらっとコミュニティひだまりへ委託

（１０）地域職域連携事業

地域保健と職域保健が連携することにより、青壮年期を対象とした健康づくりを推進することを目的に実施する。

また、団体や企業による健康づくりにおける環境整備等の取組が推進されることで個人・家族の生活習慣の改善、生活習慣病の発症・重症化予防の徹底につながり、健康寿命の延伸や生活の質の向上、企業の生産性の向上、医療費の適正化を目指す。

【対象】

市内の就業者及び事業所

【内容】

事業所を公募し、事業所が主体となり就業者自ら健康づくりに取り組めるよう支援する。

市が保有する健康に関する情報の提供

宇部地域・職域連携推進事業への協力

その他関係機関との連携・課題共有・情報収集

(1 1) がん患者医療用補整具購入費助成事業

がん患者の心理的・経済的負担の軽減を図るため、がん治療により脱毛や乳房切除等によりウィッグや乳房補整具等の費用の一部を助成し、ＱＯＬの向上及び社会参加を促進する。

【対象】

- ・申請日時点で、山陽小野田市に住民票がある方
- ・がん治療による脱毛や乳房切除等により、ウィッグや乳房補整具等を必要としている方
- ・山口県アピアランスケア推進事業助成金の対象とならない方
- ・過去に本助成金を受けられていない方

【内容】

全頭かつら（装着に必要な頭皮保護用のネットを含む）、ケア帽子（医療用帽子）、胸部補整具（補整下着、エピテーゼ等）、乳がん用バスタイレカバー（温泉入浴着）等を購入した方に、購入費用の２分の１の額又は３万円のいずれか少ない方の額を助成する。（１人１回のみ）

(1 2) 若年がん患者在宅療養支援事業

４０歳未満のがん末期患者の方が、住み慣れた自宅で自分らしく安心して生活が送れるよう、在宅サービス利用料等の一部を助成し、患者さんとその家族の負担の軽減を図る。

【対象】

- ・申請日時点で、山陽小野田市に住民票がある４０歳未満の方
- ・積極的な治療を終えて、在宅生活への支援及び介護が必要な方

【助成の対象となるサービス】

訪問介護、訪問入浴介護、福祉用具貸与または購入

【助成の額】

最大で１か月あたり５万４千円（１か月あたりのサービス利用料に対し、上限６万円を基準として、サービス利用料の９割相当額）

(1 3) 健康増進計画推進事業

第２次山陽小野田市健康増進計画に基づき、健康増進計画推進委員会、健康・情報ステーション、健康づくり推進協議会等と関係機関と協働しながら計画を推進する。

① ソーシャル・キャピタルの醸成に向けた取組

SOSかたつむりで行こう会（山陽小野田市健康増進計画推進委員会）が行う事業の支援及び計画の推進のための事業を実施。

② 第16回SOS健康フェスタ

さまざまなイベントを通じて健康に関心を持ってもらう啓発事業。

【日時】

令和7年11月16日（日）

【場所】

厚狭地区複合施設

【内容】

はいはいレース、コンクール表彰、ウォークラリー、無料試食配布、ウルトラクイズ、もちまき、講演会、健康相談、各種測定、展示等

（14）こども市民教育推進事業への協力

将来を担うこどもに社会責任や、法の遵守、地域やより広い社会との関わりなどを教え、こども達が積極的に社会に参加し、責任と良識のある市民となることを目的として学校教育課が実施している事業に対し健康づくりの側面から協力する。

【内容】

- ・食育
- ・虫歯予防
- ・禁煙
- ・がん予防
- ・生活習慣病予防
- ・適正飲酒
- ・SOSの出し方（自殺対策）

（15）たばこ対策事業

禁煙指導及び受動喫煙対策を行うことにより、市民の生活習慣病の発症を予防し、健康の保持増進を図ることを目的とする。

【対象】

市民及び企業等

【内容】

- ・家庭、公共の場や職場における受動喫煙防止対策
- ・妊婦及び産婦の喫煙防止対策
子育て支援課と連携し、妊婦及び授乳婦を対象とした健康教育の実施
- ・未成年の喫煙防止対策
教育委員会と連携し、小・中学生を対象とした健康教育の充実
高校生を対象とした健康教育の実施
- ・禁煙支援
禁煙希望者に対して健康相談などの機会を通じて医療機関(禁煙外来)、薬局等を紹介するなど対象者に応じた効果的な支援の実施
- ・たばこ対策推進のための環境づくり
喫煙と健康に関する正しい知識の普及啓発
(市広報、市ホームページの活用、出前講座、関係機関との連携)

（１６）アルコール対策事業

アルコール健康障害の発生を防止するため、市民一人ひとりがアルコールに関連する問題への関心と理解を深め、自らの予防に必要な注意を払って不適切な飲酒を減らし、健康の保持増進を図ることを目的とする。

【対象】

市民等

【内容】

- ・適切な飲酒量を守り、一週間のうち飲酒しない日（休肝日）を設けるなど、健康に配慮した飲酒の仕方等に関する普及啓発の実施
- ・胎児性アルコール症候群等をもたらす可能性ある妊娠中や、授乳期中などへの禁酒について、家庭内などの周囲の理解や配慮を得られる環境づくりを行う

（１７）熱中症予防対策事業

体温が異常に上昇し、体内の水分や塩分のバランスが崩れることによって引き起こされる熱中症を未然に防ぎ、健康被害を最小限に抑えることで、健康の保持増進を図ることを目的とする。

【対象】

市民等

【内容】

- ・熱中症予防について
水分・塩分補給、暑熱順化、エアコンの利用、熱中症警戒アラートの活用などの項目についての普及啓発を行う
- ・応急処置について
症状の把握、冷却・水分補給、救急車の利用などの項目についての普及啓発を行う
- ・環境整備について
環境課と連携しクーリングシェルターの活用について等普及啓発を行う
- ・情報伝達について
広報やホームページへの掲載等情報を広く周知する

（１８）歯科保健事業

胎児期から高齢期に至るライフステージに加え、妊産婦等、歯・口腔の健康づくりを行うことにより、市民の生活習慣病の発症を予防し、健康の保持増進を図ることを目的とする。

【対象】

市民等

【内容】

- ・情報収集および提供
歯科保健に関する現状把握及び情報発信・共有
歯と口の健康週間等国民・県民運動の推進
広報活動の実施（市広報、FM、市ホームページの活用等）

- ・連携・協力体制の整備

歯科医師及び歯科衛生士、幼稚園・保育園・小学校・中学校、地区組織等

- ・歯科保健事業の実施

ライフステージごとの歯・口腔の健康づくりに関する正しい知識の普及啓発
保健事業等における啓発、地域における健康教育等の充実

(19) 骨粗鬆症予防対策事業 **拡充**

骨粗鬆症を予防し、並びに骨粗鬆症に関する正しい知識を啓発及び普及することにより、健康の保持増進を図ることを目的とする。

【対象】

市内に在住及び在勤又は在学している方

【内容】

- ・健康増進事業、母子保健事業での骨粗鬆症に関する測定または検査の実施
- ・スマイルエイジング健康講座シリーズの出前講座「骨元気アップ講座」や随時健康教育の実施
- ・市のホームページ等による普及啓発

(20) 他課連携事業

①訪問指導業務

新たに市国保被保険者となった50歳以上65歳未満の者の居宅を訪問し保健事業の紹介及び生活習慣病予防のための情報提供等を実施する。また、特定健診の結果、血圧・血糖・脂質が保健指導域の者には、生活習慣病予防のための保健指導を実施する。

②特定保健指導業務・特定保健指導利用勧奨業務

連絡先不明や連絡がつかない特定保健指導該当者の居宅を訪問し、特定健診の結果を踏まえた生活習慣の改善に関する特定保健指導を実施する。その場で特定保健指導が実施できない場合は、委託先を紹介し利用を勧奨する。

③集団健診会場における特定保健指導利用勧奨業務

集団健診の会場において、当日の健診結果を踏まえた、特定保健指導利用勧奨を実施する。

2 食育事業

(1) 食育推進計画の推進

第3次山陽小野田市食育推進計画に基づき、食をめぐる様々な課題を解決すべく、個々の生活環境、身体状況等に即した「食」を中心とした具体的な指導を行い、食育を総合的かつ計画的に進める。

【内容】

市民のライフステージに応じた食課題を解決するため、食生活改善に関する食育推進事業等を実施する。

また、食生活改善推進協議会等地区組織の協力を得て、調理実習を含めた生活習慣病等を予防するための健康教室等を実施する。

①ねたろう食育博士養成講座

地域住民が生涯を通じた健康づくりを実践するために、食に関する正しい知識を学ぶことで健全な食生活を実践し、食育の大切さをPRできる人材を養成する。

【対象】

小学生以上の市民（在勤・在学含む）

【内容】

体験型の食育講座の開催（年3回）

食事のバランス、朝食の大切さ、減塩について、食品成分表示の見方、
歯の健康、市民健康体操、野菜づくり、地産地消、生産者との交流
食事のマナー、調理実習、食品ロスなど

②ねたろう食育博士育成支援

ねたろう食育博士が、生涯を通じた健康づくりの実践活動を促進するために、食育の大切さのPRなど継続して活動できるよう活動計画をたて、実践を支援する。

【対象】

ねたろう食育博士認定者

【内容】

ねたろう食育博士のつどい（研修会）の開催

ねたろう食育博士が実施する食育教室等の活動支援

③ねたろう食育ネットワーク活動支援

第3次山陽小野田市食育推進計画の推進に当たり、市内幼稚園、保育園、小学校、中学校の連携を図り総合的かつ計画的に推進できるよう支援する。

【対象】

市内幼稚園、保育園、小学校、中学校の食育担当者

【内容】

会議及び研修会の開催

ライフステージに応じた食課題を解決するため、食課題を共有し、共通の取組テーマについて、ねたろう食育ネットワークが実施する歯の健康及び食育に関する取組等の活動を支援する。

④随時電話、来所、訪問等による個別栄養相談

食生活に関する様々な問題を共に解決するため、対象者の健康保持増進に必要な情報を対象者やその家族に提供し、相談にあたる。

【対象】

市民

⑤減塩プロジェクト

減塩等を心がける市民を増やすことで、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの疾病を予防し、健康づくりを推進する。

【内容】

- ・啓発の強化
市広報、FM、市公式 SNS、市ホームページの活用、
ガラスケースを活用した展示、イベント等を活用した啓発、
食育に関するツールの活用（食育ランチョンマット、食育レシピ集）、
塩分濃度計の貸し出し など
- ・ライフステージごとの取組
健康教育、出前講座、
- ・ネットワーク体制の充実
職域、地区組織、幼稚園・保育園、小学校、中学校、高等学校、大学等
- ・食環境整備の検討
飲食店等によるヘルシーメニューの提供促進
市内スーパーでの食育イベント など

⑥若い世代の食育推進事業 **拡充**

小中学生から高校生・大学生、20代・30代の若い世代のやせ・肥満予防、貧血や骨粗鬆症予防等若い世代の食課題解決を目指して、健全な食生活の実践に向け、若い世代が正しい知識を習得することを目的とする。

【内容】

- ・市内小中学校での健康教育及び啓発（ねたろう食育ネットワークとの連携）
- ・市内高校、大学での健康教育及び AGE s 測定・骨密度測定等
（高校、大学との連携）
- ・イベントを活用しての啓発及び骨密度測定・栄養指導
（母子保健推進協議会との連携）
- ・母子保健事業を活用しての啓発及び骨密度測定・栄養指導
（子育て支援課との連携）
- ・集団健診での啓発及び骨密度測定・栄養指導（保険年金課との連携）

（２）地区組織活動

①食生活改善地区組織活動

地区住民の健康づくりを担い、特に食を切り口としたボランティアとして、実践活動の推進のため食生活改善推進協議会を組織する。

【内容】

市の保健事業及び食育事業への協力のほか、地域交流センターや児童館と連携を図り、幅広い年齢層を対象に、料理教室の開催、対話訪問、検診の受診勧奨、地域の実情にあった食生活に関する情報提供など地域に根付いた活動を行う。

②食生活改善推進員の育成・支援

研修会等を実施することにより、地域住民の健康の保持増進に寄与する食生活改善推進員の資質の向上を図る。

【内容】

- ・研修会の開催（合同研修会 年２回、支部研修会 ２支部×３回）
- ・校区自主研修支援 ８会場×各１回
- ・市広報「健幸 recipe」（毎月掲載）の監修

（３）災害時に備えた食育推進事業

家庭や地域において、平時より災害時の備えを行い、災害時の栄養・食生活支援に関して、関係者が共通理解の下で取り組めるようその体制を整備することを目的とする。

【内容】

①各家庭での備えの啓発

- ・出前講座の開催
- ・市公式広報ツールの活用
- ・防災に関する料理教室支援
- ・防災食レシピの配布用チラシ等の作成

②地域での炊き出しの衛生管理指導

- ・関係機関への周知及び情報共有（食生活改善推進協議会等との連携）

③災害時の栄養・食生活支援アクションカードの整備

- ・作成（見直し）及び検証
- ・他職種、関係機関との共有

（４）他課連携事業

①すくすく相談（栄養相談）

育児不安やストレスなどから起こる様々な問題を共に解決するため、乳幼児の健康保持増進に必要な知識を保護者等に提供し、相談にあたる。

【対象】

乳幼児とその保護者等

【日時・場所】 予約制

日時：第4木曜日 9時30分～11時15分

場所：保健センターまたはスマイルキッズ

【内容】

年12回

管理栄養士：栄養相談

②産前産後サポート事業（マタニティひろば）

妊産婦等が抱える妊娠・出産や子育てに関する悩み等について、保健師等の専門家による相談支援を行うとともに妊産婦同士の相互交流により、家庭や地域での妊産婦等の孤立感の解消を図ることを目的とする。また、妊娠・出産・育児に関する正しい知識の習得により、妊産婦の健康管理の向上を図る。

【対象】

原則市内に在住する妊産婦とその家族

【場所】

厚狭地域交流センター

【内容】

年4回（3回1コースの2回目の食育）

食育・歯科編「食べよう♪お腹の赤ちゃんと家族のための食事！」

管理栄養士講話：妊娠中の食生活等

試食

③離乳食ひろば（すくすくセミナー）

保護者が離乳食開始時期の不安や悩みを解消し、食生活や育児等に関する正しい知識の普及を行う。定員を設ける。

【対象】

前半編 生後4～6か月の乳児とその保護者

後半編 生後6～10か月の乳児とその保護者

【場所】

スマイルキッズ（キッズキッチン）

【内容】

前半編 年4回

保健師 講話「月齢に応じた育児のポイント、乳歯のお手入れについて」

管理栄養士講話「離乳食の基本について」

調理実演、試食、個別相談

後半編 年2回

保健師 講話「月齢に応じた育児のポイント、生活リズムについて」

管理栄養士講話「離乳食の進め方、困りごとについて」

調理実演、試食、個別相談

④歯っぴーひろば

歯磨きや口腔機能に対する不安や悩みを解消できるよう、虫歯予防や食べる機能の発達等に関する正しい知識を普及する。また育児の孤立化を防ぎ、母子及びその家族が健康的な生活を送ることができるよう支援することを目的とする。

【対象】

市内の1歳前後の乳幼児と保護者

【場所】

スマイルキッズ（キッズキッチン）

【内容】

年4回

保健師 講話「歯の健康とかかりつけ歯科について」

歯科衛生士講話「虫歯予防について」

管理栄養士講話「食べる機能の発達と幼児食について」

⑤もぐもぐはかせ教室

未就園児の食課題に応じて、その保護者が、食に対する不安や課題を解決することで正しい食生活を身につけること。また、未就園児が食に関心をもつことを目的とする。

【対象】

1歳半～3歳児とその保護者

【場所】

スマイルキッズ（キッズキッチン）

【内容】

年4回

管理栄養士講話「野菜摂取、おやつの役割、味付けと味覚など」

簡単な調理体験、試食など

⑥ミニしょくいくはかせ教室

幼少期の頃から食体験を増やし、食の知識や料理技術の習得、食事のマナーなどを総合的に学び、食に関心をもつこと。また、その保護者が家庭での食育を実践することを目的とする。

【対象】

3歳半～就学前 ※保護者は見学のみ

【場所】

スマイルキッズ（キッズキッチン）

【内容】

年20回

管理栄養士講話「食品衛生、食事のマナー、五感の形成など」

調理体験、簡単な試食など

⑦高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業（低栄養予防対策）

住民運営通い等で低栄養対策などのポピュレーションアプローチを実施し、自ら介護予防に取り組むよう支援することで、要介護状態になることを遅らせる、また、悪化を遅らせることを目的とする。

【対象】

後期高齢者（地域住民）

【場所】

住民運営通いの場

【内容】

年 1 7 回

管理栄養士講話「低栄養・フレイル予防について」

たんぱく質を手軽に摂れるレシピの紹介及び簡単な試食

3 スマイルエイジング関連事業

(1) スマイルエイジング推進事業

市民の健康寿命の延伸を目指し、スマイルエイジングを全庁体制で推進する。
また、市民が楽しみながら健康づくりに取り組んでもらうことを目的に、積極的に普及啓発を行う。

- ①スマイルエイジング推進本部の開催
- ②スマイルエイジング幹事会の開催
- ③スマイルエイジング職員研修会の開催
- ④健康に関する市民アンケートの実施
- ⑤スマイルエイジング啓発チラシの作成及び配布及び配信

(2) 健康で長生きのまちづくりフォーラムの開催

市民等が健康づくりに興味を持ち、主体的に健康づくりを考えるきっかけづくりにするとともに、健康ご長寿社会の実現に向けた諸施策の推進につなぐ。

【日時】

令和7年9月28日（日）

【場所】

山口東京理科大学

【内容】

関係機関及び山口東京理科大学との連携を図り、フォーラムを開催
大学開放デーと同時開催

(3) スマイルエイジング健康講座シリーズ（出前講座）

① 市の出前講座

生活安全課が実施している出前講座の中の健康に関する講座を「スマイルエイジング健康講座」としてまとめ、周知するとともにシリーズの題目を増やしスマイルエイジングを推進する。

【対象】

市民及び企業

【日時・場所】

希望の日時に各場所に出向き出前講座を実施

【内容】

乳幼児：乳幼児期からの食育のすすめ、むし歯予防、感染症予防、事故予防、
熱中症予防等

小中学生：虫歯予防、がん予防、タバコ・お酒、食べ物や栄養について学ぼう、
楽しく体を動かそう、こころの健康、感染症予防等

成人：がん予防、糖尿病予防、こころの健康、タバコ・お酒、運動について、
骨粗鬆症予防、熱中症予防、食から始める健康づくり、感染症予防、健康遊具の体験等

② 保健医療専門職が行う外部講師講座

地域貢献等で自分の知識を活かしたいと考えている市役所以外の医療・保健等専門職を外部講師として登録し、シリーズ化するとともに市民や企業に提供する。

【対象】

外部講師登録：市内に在住・在勤の保健医療等専門職

講座の受講：市民及び企業

【日時・場所】

希望の日時に各場所に出向き出前講座を実施。ただし、外部講師の都合による

【内容】

運動：糖尿病と運動、肩の機能と肩こり、ウォーキング、姿勢改善他

睡眠時無呼吸症候群、がん予防、生活習慣病予防、サプリメント、感染症から身を守ろう、子育ての悩み「あれこれ」座談会他

（４）スマイルエイジング強化月間事業

スマイルエイジングを推進するにあたり、１１月を「スマイルエイジング強化月間」として、重点的に様々な取組を展開し、健康への意識の醸成を図る。また、市民が健康への関心を持つ機会を提供することで、健康について考え健康づくりに取り組めることを目的に実施する。

【内容】

- ・スマイルエイジング強化月間応援サポーターによる取組
- ・運動イベントの開催
- ・「手作り弁当コンテスト」の実施
- ・「わたしの味噌汁づくりチャレンジ」の実施
- ・「たった５分！SOS おきよう体操を習慣にしよう！」の実施
- ・スマイルエイジングの普及啓発

（５）スマイルエイジングウォーキング推進事業

スマイルエイジングの４つの柱の一つである「運動」のなかでも歩くことに特化した事業を展開する。

【内容】

- ・ウォーキングに関するホームページの充実
- ・ウォーキング講座の開催
- ・ウォーキングマップの配布
- ・ウォーキングマイスターの養成・育成

(6) スマイルエイジング薬局事業

スマイルエイジングの推進に向け、市が設定した一定の取組を実施する薬局を「スマイルエイジング薬局」に認定し、市民の健康づくりを身近な地域でサポートできる健康拠点として、市薬剤師会、山口東京理科大学、行政の産学官連携のもと増やしていく。

【認定要件の内容】

- ・連携体制の構築
- ・積極的な健康サポートの取組
- ・研修終了薬剤師の配置
- ・健康情報の発信
- ・市民への周知

4 感染症予防事業

(1) 結核検診

結核の発症を早期に発見し、他者への感染を未然に防ぐ目的で実施。

【対象】

65歳以上の市民

【日時・場所】

個別検診：6月1日から翌年1月31日までの8か月間、医療機関で実施。

集団検診：各種がん検診を特定健康診査等と同時に受けられるよう、保健センター、地域交流センターなどの会場で実施。

地区巡回検診：肺がん・結核検診を市内の地域交流センター、自治会館、スーパー等の駐車場など23か所で実施。

【内容】

問診、胸部X線検査

(2) 予防接種

予防接種法に基づき実施する。

① A類疾病の定期予防接種

【対象】 予防接種法に基づく対象年齢

【種類】 BCG、破傷風、百日せき、ジフテリア、急性灰白髄炎（ポリオ）、麻疹、風しん、日本脳炎、水痘、B型肝炎、ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がん）、ヒブ感染症、小児の肺炎球菌感染症、風しん第5期、ロタウイルス

【場所】 医療機関

※子宮頸がんワクチンキャッチアップ接種

【対象】 平成9年4月2日生まれから平成21年4月1日生まれまでの女性で令和4年4月1日から令和7年3月31日までに1回以上子宮頸がんワクチン接種を受けている者

【期間】 令和8年3月31日まで

【種類】 2価（サーバリックス®）、4価（ガーダシル®）、9価（シルガード®9）

【場所】 医療機関

② B類疾病定期予防接種

【対象】

（インフルエンザ）

・ 65歳以上の市民

・ 60歳以上65歳未満の市民であって、心臓、腎臓、又は、呼吸器の機

能に自己の身の日常生活行動が極端に制限される程度の障害を有する者及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

(成人用肺炎球菌)

- ・ 65歳の市民
- ・ 60歳以上65歳未満の市民であって、心臓、腎臓、又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活行動が極端に制限される程度の障害を有する者及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

※いずれも、今までに肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン）を接種したことの無い人

(新型コロナウイルス)

- ・ 65歳以上の市民
- ・ 60歳以上65歳未満の市民であって、心臓、腎臓、又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活行動が極端に制限される程度の障害を有する者及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

(带状疱疹) **新規**

- ・ 年度内に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる市民（令和11年度までの経過措置）
- ・ 101歳以上の市民（令和7年度限り）
- ・ 60歳以上65歳未満の市民であってヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

※いずれも、今までに带状疱疹ワクチン（乾燥弱毒生水痘ワクチンは1回、乾燥組換え带状疱疹ワクチンは2回）を接種したことの無い人

【種類】

インフルエンザ、成人用肺炎球菌、新型コロナウイルス、带状疱疹

【場所】

医療機関等

③風しんの追加的対策

【対象】 昭和37年4月2日生まれから昭和54年4月1日生まれまでの男性のうち、令和7年3月31日までに抗体検査を実施した結果、抗体が不十分（陰性）であった方

【期間】 令和9年3月31日まで

【種類】 風しん予防接種

【場所】 医療機関

5 地域医療対策事業

(1) 一次救急医療

① 急患診療所事業

医療機関の開いていない時間帯の内、休日の小児科の診療所を開設することにより、一次救急医療の受け皿を確保する。なお、診療場所は、宇部市休日・夜間救急診療所で実施する。

＜＜宇部市休日・夜間救急診療所日時＞＞

診療時間	開設日
19時30分～23時	月曜日～水曜日、金曜日
18時～23時	木曜日、土曜日
9時～12時、13時～17時 19時～22時	日曜日、祝日、盆（8/14～16）、年末年始（12/30～1/3）

（※令和5年10月から小児科の在宅当番医を宇部市休日・夜間救急診療所において実施）

② 休日応急医（内科・外科）

医療機関の開いていない休日に、一次救急医療の受け皿を確保する。

【内容】

休日（9：00～12：00、13：00～17：00）に内科系と外科系の医療機関を1箇所ずつ、山陽小野田医師会の協力により開設する

【場所】

各当番の医療機関

(2) 二次救急医療

① 輪番病院

医療機関の開いていない時間帯の二次救急医療の受け皿を確保する。

【内容】

広域医療圏内（宇部・山陽小野田・美祢地域）にある7つの総合病院において、1日1病院の当番制で二次救急医療を実施する。

② サポート病院

輪番病院が手術中等で対応ができない場合に、代わりに二次救急医療の受け皿となる。

【内容】

上記の7つの病院に5病院を加えた12病院で、1日1病院のサポート病院体制をとる。

③ 救急安心センター事業（＃７１１９）

県民が病気やけがをした際に共通の短縮ダイヤル（＃７１１９）に電話を掛けることにより、医療相談や受診可能な医療機関等の案内を受けることができる相談窓口を山口県が設置している。

【内容】

２４時間体制で相談員（看護師）が２回線に対応し、専門的判断が必要なときは医師が相談員に助言を行う。

（３） その他

- ・ 地域医療対策連絡会議を年１回開催
- ・ 市内の公共施設へＡＥＤを設置し、市ホームページにＡＥＤ設置マップを掲載
- ・ 公的病院支援事業（小野田赤十字病院）
- ・ 産科医等確保支援事業
- ・ 小児救急地域医療学講座
- ・ 救急勤務医支援事業