

第3節 取組方針

1 政策体系の全体像（ヘルスアップ尼崎戦略）

本市は、超高齢社会においても持続可能なまちであり続けるため、市民の健康寿命の延伸と結果としての医療費や扶助費等の適正化の推進に向け、全庁横断的な総合戦略（政策体系図は、92～97 ページ参照）に基づき、各ライフステージにおいて、生活習慣病の発症や重症化予防に効果的・効率的な取組を進めます。

また、ヘルスアップ尼崎戦略は、健康増進計画として目指すことが望まれている内容を包摂しています（188～190 ページ参照）。

2 政策目標と施策

政策目標1：「望ましい生活習慣を選択できる力を早期から獲得する」

施策1 望ましい食生活の環境づくり

■現状と課題

「食えること」は、私たちが生きていくための基礎となるもので、からだやこころを満たしてくれるものですが、社会経済構造の変化、ライフスタイルやニーズの多様化により食生活も大きく変化しています。

そのような食生活の変化に伴い、子どもの成長段階に応じて必要となる食品を摂取し、必要な身体活動を保つことの必要性を理解していない、あるいは実践できていない保護者等は、子どもが望ましい食生活を早期から獲得していく上で課題となります。

■施策の展開方向

施策の目標	子どもが望ましい食生活を早期から獲得できるよう、子どもの成長段階に応じ、必要な食品を摂取し、必要な身体活動を保つことの必要性について理解し、実践できる保護者等の増加を目指します。
施策の内容	妊娠期から出産後における様々な機会を捉え、情報提供や指導・支援等を通じ、保護者等の理解・実践を促進します。
① マタニティセミナー	生まれてくる子どもの健康的な食生活習慣に向け、妊娠期におけるバランスの良い食生活を実践するため、妊婦・パートナー等に対し、食事や歯について学ぶ体験型教室を実施します。
② 妊婦健診事業	バランスのよい適切な食生活を身につけられるよう、妊婦に対し、必要な健診受診を図るために費用助成及び保健指導等を行います。
③ 生活習慣病予防健診（産後健診、保健指導）	自身の身体を知り、将来の生活習慣病予防に必要な望ましい生活習慣を獲得するため、産後1年未満の産婦に対し、健診・保健指導を行います。
④ 乳幼児健康診査（健康教育）	保護者等が、子どもに望ましい食生活の環境をつくることができるよう、3か月児、9～10か月児、1歳6か月児、3歳児を持つ保護者等に対し、乳幼児健康診査の機会に健康教育を実施します。
⑤ 離乳食講習会	乳児期の子どもの発育発達に合わせた食べ方を学ぶことで健康的な食生活習慣を身につけた子どもを育てられるよう、4～9か月の乳児の保護者等に対し、「離乳食の進め方」について学ぶ体験型教室を実施します。

施策2 子ども自身が望ましい生活習慣を身につける

■現状と課題

乳幼児期は、食習慣の基礎が確立し、咀嚼機能が獲得される重要な時期であるにもかかわらず、必ずしも全ての子どもが、望ましい食生活習慣を身につけられていないことは、将来を考えた場合、大きな課題といえます。

■施策の展開方向

施策の 目標	望ましい食生活習慣を身につけた子どもの増加を目指します。
施策の 内容	子どもが望ましい食生活習慣を獲得・確立できるような体験型健康教育の機会を提供します。
① 2歳児親子 歯科健診	子ども自身が望ましい食習慣を身につけるため、2歳児に対し、歯科健診の機会に、望ましい食習慣に関する普及啓発を行います。
② 親子はみがき レッスン	歯の衛生に関する正しい知識を学ぶことで、子どもが望ましい食習慣を身につけるため、1歳6か月～3歳児（主に、1歳6か月児健診にて個別歯みがき指導した児）に対し、親子で楽しく歯みがき体験ができる教室を実施します。
③ 心と体を 育てる幼児 食講習会	幼児期後半の子どもの発育発達に合わせた食べ方を学ぶことで、望ましい食生活習慣を身につけた子どもを育てるため、1歳6か月～3歳児に対し、「幼児期の食事」について学ぶことができる体験型教室を実施します。

施策3 子どもの食を育むための保護者学習

■現状と課題

社会経済構造の変化やライフスタイルの多様化等により食生活が大きく変化する中、手軽で短時間に調理できるインスタントや冷凍食品、レトルト食品等の利用が高まる等、望ましい食生活習慣を子どもに身につけさせる保護者等が少なくなっています。

■施策の展開方向

施策の 目標	子どもに望ましい食生活習慣を身につけさせることができる知識を有し、実践できている保護者等の増加を目指します。
施策の 内容	子どもの食を育むための学習会等、子どもに望ましい食生活習慣を身につけさせるような、保護者等への学習機会を提供します。
① 未来いまカラダ戦 略事業 公立幼稚園等 保護者への学習会	子どもが望ましい食生活習慣を送るために必要となる、保護者等が望ましい生活習慣の選択力を獲得するよう、幼稚園等の保護者等に対し、生活習慣病予防の授業を行います。
② 食育実践講座「あ まっこ食育レッスン」	健康的な食生活習慣を身につけ、楽しく食べる子どもを育てるため、幼稚園等の保護者等に対し、幼児期に必要な食事や食生活習慣を学ぶ講座を実施します。
③ 未来いまカラダ戦 略事業「子育てサークル 保護者への学習会」	子どもが望ましい生活習慣を選択できる力を養える保護者等を増やすため、子育てサークルの保護者等に対し、保健師等の派遣による生活習慣病予防に関する学習会を行います。
④ 地域総合センター 管理運営事業「子育て 学級」	家庭で親も子ども望ましい生活習慣を定着させるため、小学校就学前の子どもとその親に対し、専門家の講義や実技講座を実施します。

施策4 望ましい食生活の選択力をつける体験

■現状と課題

社会経済構造の変化やライフスタイルの多様化等により食生活が大きく変化しています。また、コンビニエンスストア等の広がりや、いつでもどこでも調理済食品や冷凍食品等を購入できるなど、子どもを取り巻く環境も変化し、望ましい食生活習慣を選択する力が身につけていない子どもが多くなっています。

■施策の展開方向

施策の目標	望ましい食生活習慣を選択する力を身につけた子どもを増やすことを目指します。
施策の内容	食育推進事業や中学校弁当推進事業等、体験を通じて学ぶ機会を増やします。
①食育実践講座「あまっこ栄養教室」	望ましい食生活習慣を身につける子どもを育てるため、児童ホームやこどもクラブの児童に対し、小学生期に必要な食事や食生活習慣を学ぶ体験講座を実施します。
②食育推進事業	望ましい食生活習慣が定着した（野菜を毎食食べる）保育園児を増やすため、保育園児とその保護者に対し、栽培して収穫した食材を給食に取り入れる等、児童が体験する事業を実施します。
③中学校弁当推進事業	中学校給食実施までの間、家庭の弁当を持参しない日に菓子パン等で昼食を済ませている生徒が、望ましい食生活の選択力をつけるため、教育委員会の管理栄養士が中学生の栄養摂取基準をもとに献立を作成し、栄養バランスの取れた弁当を提供します。
④口腔衛生事業（保育園・幼稚園・小学校における歯科保健指導）	正しい歯のみがき方など歯の衛生に関する正しい知識を学ぶことで、望ましい食生活習慣の選択力をつけるため、保育園・幼稚園・小学校の児童に対し、歯みがき指導を実施します。

施策5 望ましい身体活動の継続

■現状と課題

幼少期から塾等に通う子どもや、室内でゲーム等で遊ぶ子どもが増えていることもあり、学校の体育以外で継続的に運動している子どもが少なくなっています。

■施策の展開方向

施策の目標	子どもの健全な発育や体力の向上のためにも、学校の体育以外で、継続的に運動する子どもを増やすことを目指します。
施策の内容	学校の体育以外で継続的に運動するため、自主的な運動の促進、運動機会の提供を推進します。
①がんばりカード事業	子どもの自主的な運動の継続を促進するため、市民に対し、がんばりカードを配布し、自主的な運動の取組回数に応じた表彰等（バッジ授与等）を行います。
②健康づくり教室	定期的な運動の機会を提供することにより運動を継続する子どもを増やすため、18歳未満の市民に対し、誰にでも参加しやすい初級のスポーツ教室を実施します。

③サルーススイミングスクール	定期的な運動の機会を提供することにより運動を継続する子どもを増やすため、18歳未満の市民に対し、初級～中級の水泳教室を実施します。
④サルーススポーツ教室	定期的な運動の機会を提供することにより運動を継続する子どもを増やすため、18歳未満の市民に対し、初級～中級のスポーツ教室を実施します。

施策6 望ましい食生活の選択力をつける教育

■現状と課題

社会経済構造の変化やライフスタイルの多様化等により食生活が大きく変化しています。また、コンビニエンスストア等の広がりや、いつでもどこでも調理済食品や冷凍食品等を購入できるようになるなど、子どもを取り巻く環境も変化し、望ましい食生活習慣を選択する力が身につけていない子どもが多くなっています。

■施策の展開方向

施策の目標	望ましい食生活習慣を選択する力を身につけた子どもを増やすことを目指します。
施策の内容	教科等を通じた教育等の学校・園での授業や、様々な教育活動等、発達段階に応じた教育を実施します。
①教科等を通じた教育	望ましい生活習慣を選択できる子どもを増やすため、市立小・中学校の児童・生徒に対し、教科等を通じた教育（生活科、家庭科、保健体育科、食育、給食指導等）を行います。
②未来いまカラダ戦略事業「幼小中学校への生活習慣病予防に関する授業」	望ましい食生活習慣の選択力をつけるため、幼稚園・小学校・中学校の児童・生徒に対し、尼崎市の副読本を活用した授業を行います。

施策7 生活習慣のふりかえりと改善指導

■現状と課題

近年、共働き世帯の増加など社会生活の多様化から食を取り巻く環境が大きく変化し、食生活・食習慣の乱れなどもあって、肥満など将来の生活習慣病につながる健診結果の児童生徒が増加してきています。

市内の小中学校の児童・生徒数は減少傾向にあるものの、健康管理意識が薄く、危機感のない保護者や子どももいることから、将来の生活習慣病につながる健診結果となる児童・生徒が常に一定の規模で存在しています。

■施策の展開方向

施策の目標	肥満など将来の生活習慣病につながる健診結果となる児童・生徒数を減らしていくため、自身の身体状況を知り、これまでの生活習慣を振り返り、将来の生活習慣病を予防するための望ましい生活習慣を獲得する児童・生徒の増加を目指します。
-------	--

施策の内容	市内の小・中学生への生活習慣病に関連する健診及び保健指導（尼っこ健診・保健指導）や、生活習慣病につながるリスクの高い肥満の児童・生徒へのセミナー等様々な改善の機会（小児肥満対策事業）を提供します。
① 小児肥満対策事業	生活習慣病につながるリスクが高いと言われる小児肥満の改善のため、肥満度30%以上の児童・生徒に対し、医療機関の無料受診や小児生活習慣病予防教室（講演会やチャレンジプラン）を実施します。
② 尼っこ健診・保健指導	自身の身体状況を知り、これまでの生活習慣を振り返り、将来の生活習慣病を予防するための望ましい生活習慣を獲得させるため、11歳及び14歳の市民（小学校5年生及び中学校2年生）に対し、健診（血液検査や身体測定等）や、対象者一人ひとりに合わせた保健指導を実施します。

施策8 望ましい生活習慣を学習するきっかけづくり（情報発信）

■現状と課題

望ましい生活習慣を選択できるための知識を学ぶ機会を知らない市民がいることは、将来的に生活習慣病等のリスクが顕在化する恐れがあります。

■施策の展開方向

施策の目標	より早期から、望ましい生活習慣を選択できる学習に参加する市民の増加を目指します。
施策の内容	学習への参加を促進するため、情報誌やポータルサイト等、様々な機会やツールを活用し、多くの市民に学習機会に関する情報を発信します。
① みんなの尼崎大学事業	地域を支える人材が育まれる環境（市民や事業者が望ましい生活習慣を学習できることを含む）をつくるため、市民や市内の事業者等に対し、講座提供主体間の連携の場の設定、一元化した情報の発信、学びをテーマとしたイベントの市民との協働開催を行います。
② 市民活動ポータルサイト「市民活動の広場あまがさき」運営事業	望ましい生活習慣を学習するための情報等を得るため、市民に対し、インターネット上にて、市民活動団体や事業に関する情報の収集・発信を行います。
③ 市政出前講座	望ましい生活習慣を学習するための情報を得るため、希望するグループに対し、職員が出向いて市の現状や取組等について説明します。
④ 尼崎学びのサポート事業（生涯学習情報誌「あまナビ」）	望ましい生活習慣を学習する市民を増やすため、望ましい生活習慣についての学習に関する情報を情報誌「あまナビ」に掲載します。

施策9 望ましい生活習慣を学習するきっかけづくり（講座）

■現状と課題

望ましい生活習慣を選択できる力の獲得に必要となる、継続的な学習のきっかけ・機会が、人によっては必ずしも十分にはない状況にあります。

■施策の展開方向

施策の目標	望ましい生活習慣を選択できる力の獲得に必要な学習を継続している市民の増加を目指します。
施策の内容	学習の継続を促進するため、公民館において、きっかけになる講座を実施します。
①子育て学習世代間交流事業	子育ての不安、悩みやストレスを軽減するとともに、親子が望ましい生活習慣を獲得できるよう、子育てに不安等を抱える1・2歳児の親子に対し、サポートを求める人と、支援したい人との世代間を超えた交流の場や親子遊び等の場を提供し、子どもとのコミュニケーションの取り方や子育てに関する情報(特に、望ましい生活習慣について)を提供します。
②子どもふれあいスクール事業	創作活動等、学校外活動の充実や様々な体験活動を通して親子のふれあいを深めるとともに、望ましい生活習慣を獲得できるよう、小学生を中心とした子ども(親も含む)に対し、望ましい生活習慣に係る家庭教育の充実を図る講座を実施します。
③地域お出かけ事業 子どもふれあいスクール事業	創作活動等、学校外活動の充実や様々な体験活動を通して親子のふれあいを深めるとともに、望ましい生活習慣を獲得できるよう、小学生を中心とした子ども(親も含む)に対し、望ましい生活習慣に係る家庭教育の充実を図る講座を、地域に出向いて実施します。

施策10 望ましい食生活のきっかけづくり

■現状と課題

18歳未満の本人または保護者等の中には、きっかけがないために望ましい食生活を選択することができていない人もいることから、望ましい食生活の選択力をつけるには、そのためのきっかけが得られることも重要となります。

■施策の展開方向

施策の目標	望ましい食生活を選択するきっかけとなる機会を得て、望ましい食生活を選択する18歳未満の本人または保護者等の増加を目指します。
施策の内容	フェアやイベントを開催する等、望ましい食生活を選択してもらうきっかけを提供します。
①食育フェア開催事業(給食展)	望ましい食生活のきっかけとなる食育の大切さに気づく人を増やすため、市民(特に、子どもや保護者等)に対し、尼崎市の学校給食のパネル展示や児童の作品の展示等を実施します。
②食育推進事業(食育月間・食育の日)	望ましい食習慣を身につけた子どもを育てるため、市民(特に、子どもや保護者等)に対し、食育月間(6月)に合わせて、健康的な食習慣の確立に向けた啓発を実施します。
③口腔衛生事業(歯と口の健康週間事業)・子ども歯ッピーフェア	歯の衛生に関する正しい知識を学ぶことで、望ましい食生活を身につけるきっかけとするため、市民(特に、子どもや保護者等)に対し、歯と口の健康週間(6月4日～10日)や夏休みに合わせて、口腔衛生の維持・向上に向けた普及啓発を実施します。

施策11 望ましい身体活動・運動のきっかけづくり

■現状と課題

18歳未満の本人または保護者等の中には、きっかけがないために望ましい身体活動等を選択することができていない人もいることから、望ましい生活習慣の選択力をつけるには、そのためのきっかけが得られることも重要となります。

■施策の展開方向

施策の 目標	望ましい身体活動等を選択するきっかけとなる機会を得て、望ましい身体活動等を選択する18歳未満の本人または保護者等の増加を目指します。
施策の 内容	地域イベントで体力測定を行う等、望ましい身体活動等を選択してもらうきっかけを提供します。
①スマイル健康事業(地域イベントでの体力測定など)	市民が体を動かす(必要な身体活動量を保つ)習慣への関心を高めるため、18歳未満の本人または保護者等に対し、各地域のイベントにおいて、健康コーナーの設置、健康講座の開催等を行います。

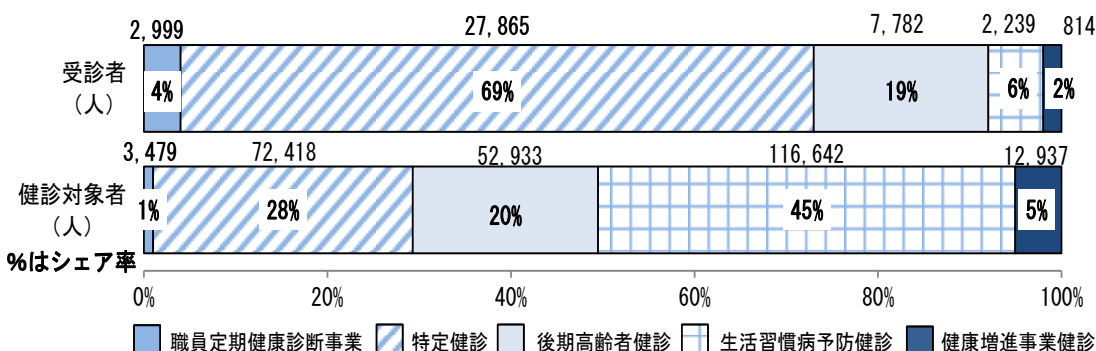
政策目標2:「予防可能な病気を発症させない、重症化させない」

健康寿命の延伸のためには、予防することが可能な生活習慣病の発症を予防すること、脳血管疾患や虚血性心疾患、糖尿病合併症に重症化しないことが重要です。また、青・壮年期に悪性新生物を早期発見することも重要です。そのため、すべての市民が、①健診(検診)を活用し、自らのリスクやがん罹患状況を定期的にモニタリングする、②これら生活習慣病の発症を防ぐ生活習慣を選択できる力を身につけることが重要です。

しかし、各企業で実施される事業所健診受診者を除いて、平成28年度の16歳以上市民の健診受診者数は41,699人(対象者数258,409人 ※尼崎市全職員含む)で受診率16.1%と、高い状況にはありません。また、健診受診者のうち、循環器疾患の重症化や、糖尿病合併症を起こす予備群である血圧値160/100mmHg以上の人は、すべての健診の平均で10.3%、HbA1c8%以上の人は1.5%と、まだまだ対策が必要な状況です。これら生活習慣病の予備群、メタボリックシンドローム該当率は、健診対象者の違いによって差があるものの、平均15.1%でした。

こうした状況の中、①、②を実現するため、市民それぞれの加入医療保険や職域などを通じた施策を、組織横断的に実施します。

【尼崎市の生活習慣病予防関連の健診対象者数・割合と受診者数・割合】



※職員定期健康診断は尼崎市職員定期健康診断、特定健診は尼崎市国保特定健診、後期高齢者健診は後期高齢者の市民を対象にした健診、生活習慣病予防健診は16～39歳全市民を対象にした健診、健康増進事業健診は生活保護受給者を対象にした健診 各健診の平成28年度対象者と受診実績

【各健診受診者のうち、Ⅱ度高血圧の割合】【各健診受診者のうち、HbA1c8%以上の割合】

健診種別	平成28年度 健診受検者		Ⅱ度高血圧		健診種別	平成28年度 健診受検者		HbA1c8%以上	
	人	%	人	%		人	%	人	%
合計	41,699	10.3%	4,285	10.3%	合計	41,699	631	1.5%	1.5%
職員定期健康診断事業	2,999	4.3%	129	4.3%	職員定期健康診断事業	2,999	17	0.6%	0.6%
特定健診	27,865	10.4%	2,891	10.4%	特定健診	27,865	470	1.7%	1.7%
生活習慣病予防健診	2,239	0.8%	19	0.8%	生活習慣病予防健診	2,239	5	0.2%	0.2%
健康増進事業健診	814	10.2%	83	10.2%	健康増進事業健診	814	23	2.8%	2.8%
後期高齢者健診	7,782	14.9%	1,163	14.9%	後期高齢者健診	7,782	116	1.5%	1.5%

【各健診受診者のうち、メタボリックシンドローム該当者の割合】

健診種別	継続 健診受検者 人	平成27年度 メタボリックシンドローム 該当者	
		人	%
合計	36,008	5,452	15.1%
職員定期健康診断事業	2,683	225	8.4%
特定健診	26,789	4,452	16.6%
全国健康保険協会特定健診	152	10	6.6%
生活習慣病予防健診	1,107	25	2.3%
後期高齢者健診	5,277	740	14.0%

施策1 健診・保健指導を通じた生活習慣病予防

■現状と課題

健診受診者のうち、循環器疾患や糖尿病合併症発症リスクの高いⅡ度以上高血圧、またはHbA1c8%以上だった者で、翌年に治療を開始した割合は、Ⅱ度以上高血圧で35%、HbA1c8%以上で74%でした。Ⅱ度以上高血圧者の受療割合が低く、保健指導対象者の選定方法、保健指導内容の向上が課題です。同様に、健診2か年連続受診者（平成27、28年度）のメタボリックシンドローム該当者の翌年の改善率は34.3%で、生活習慣改善効果が上がる保健指導内容、方法の検討が課題です。

【健診受診者（平成28年度）のうち重症者の受療状況】

健診種別	平成28年度 健診受検者		HbA1c8%以上 ①		①の内、 未治療者		翌年治療を 開始した人	
	人		人	%	人	%	人	%
合計	41,699		631	1.5%	310	49.1%	172	74%
職員定期健康診断事業	2,999		17	0.6%	3	17.6%	1	33%
特定健診	27,865		470	1.7%	202	43.0%	146	72%
生活習慣病予防健診	2,239		5	0.2%	4	80.0%	2	50%
健康増進事業健診	814		23	2.8%	23	100.0%	23	100%
後期高齢者健診	7,782		116	1.5%	78	67.2%		
								※後期高齢を除く

健診種別	平成28年度 健診受検者		血圧160/100 mmHg以上②		②の内、 未治療者		翌年治療を 開始した人	
	人		人	%	人	%	人	%
合計	41,699		4,285	10.3%	2,352	54.9%	615	35%
職員定期健康診断事業	2,999		129	4.3%	84	65.1%	14	17%
特定健診	27,865		2,891	10.4%	1,610	55.7%	569	35%
生活習慣病予防健診	2,239		19	0.8%	17	89.5%	1	6%
健康増進事業健診	814		83	10.2%	33	39.8%	31	94%
後期高齢者健診	7,782		1,163	14.9%	608	52.3%		
								※後期高齢を除く

【メタボリックシンドローム該当者・予備群の改善状況】

健診種別	継続 健診受検者 人	平成27年度 メタボリックシ ンドローム該当者		平成28年度の健診結果で改善者					
		人	%	予備群へ改善		非該当へ改善		改善者の合計	
合計	36,008	5,452	15.1%	1,045	19.2%	826	15.2%	1,871	34.3%
職員定期健康診断事業	2,683	225	8.4%	51	22.7%	30	13.3%	81	36.0%
特定健診	26,789	4,452	16.6%	814	18.3%	657	14.8%	1,471	33.0%
全国健康保険協会特定健診	152	10	6.6%	0	0.0%	1	10.0%	1	10.0%
生活習慣病予防健診	1,107	25	2.3%	11	44.0%	5	20.0%	16	64.0%
後期高齢者健診	5,277	740	14.0%	169	22.8%	133	18.0%	302	40.8%

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪の蓄積 ウエスト周囲径 男性≥85cm、女性≥90cm

+

該当者：以下の内、いずれか2項目以上当てはまる割合
予備群：以下の内、いずれか1項目当てはまる割合

血糖値	空腹時高血糖≥110mg/dl
血圧	最大血圧≥130mmHg 又は 最小血圧≥85mmHg
脂質	高中性脂肪≥150mg/dl 又は 低HDL-c<40mg/dl

■施策の展開方向

施策の 目標	予防可能な生活習慣病の発症及び重症化を予防するため、自身の健康状態を知り、生活習慣を改善する機会として、健診や保健指導を実施します。まずは健診の受診率を向上させ、さらに受診した人が確実に生活習慣改善へと結びつくために保健指導スキルの向上や継続的な支援を行います。
施策の 内容	各種健診の受診率の向上と、効果的な保健指導を実施します。
①職員定期健 康診断事業	従来の保健指導対象者に加えて、定期健康診断結果におけるⅡ度高血圧者に対しても保健指導を実施します。研修等を通じて、行動変容につなげるための保健指導の質の向上を図ります。

② 生活習慣病 予防健診・保健 指導	生活習慣病予防健診の始まる16～19歳に対して個別に通知します。
③ 特定健診・保 健指導	引き続き業務委託ができる体制をとるとともに、効果的な保健指導内容が提供できるように、定期的に研修を実施します。委託事業者に対する研修会の実施も検討します。
④ 全国健康保 険協会との協 定に基づく保 健指導	受診率向上のため、市内在住の協会けんぽ被扶養者へ、個別通知を続けてもらうとともに、健診実施方法（場所・内容）や周知方法を協会けんぽと協議・検討します。また、効果的な保健指導の内容が提供できるような体制を整備し、研修等を通じて保健指導の質の向上を図ります。
⑤ 後期高齢者 健診・保健指導	確実に受療につなげるような支援ができるよう、保健指導従事者のスキルアップを目指し、定期的に困難事例の検討等研修を行います。
⑥ C K D 血管 病予防事業	頸部エコー結果説明会から次年度の健診の間に、電話や面接等のフォローが必要です。また、継続受診率の向上、健診結果の改善とともに、保健指導の実施回数だけでなく、一回一回の内容が、効果的なものを提供することが重要であることから、保健指導従事者のスキルアップのための研修を行います。
⑦ 健康増進事 業健診・保健指 導	対象者のケースワーカー（福祉事務所）等と連携した根気強い指導を継続していきます。また、生活保護受給期間の浅い対象者の受診を強化します。

施策2 健診（検診）の情報発信

■現状と課題

各種健診の平均受診率は16.1%です。これは、対象人数の多い16～39歳を対象とした生活習慣病予防健診の受診率が低いことが主な原因です。また、特定健診受診率のさらなる向上も課題です。

■施策の展開方向

施策の 目標	がん検診受診率の向上、特に、特定健診等と同時実施できる検診についての周知、受診勧奨による受診率向上を目指します。特定健診においては、健診を受けたりやめたりしている者の継続受診率の向上、潜在的な重症者の恐れのある、これまで1度も健診を受診したことがない者の受診率向上を目指します。
施策の 内容	市内全戸配布を行う事業であるため、全市民を対象とした網羅的な内容としなければならないものの、受診率の向上が望まれるターゲットを明確にし、情報発信を行う時期やそれぞれの発信媒体ごとに、周知を強化したい対象や内容について、検討します。
① 健診すすめ通 信、健診べんり帳 地区回覧等の作 成および配布	健診に関する情報を発信し、全市民に健診（検診）を受診する意義を理解してもらうため、健診すすめ通信、健診べんり帳の配布、地域回覧、ホームページなどで各種媒体の内容の充実、及び効率的かつ効果的な実施を検討します。

施策3 経済的な困窮による生活習慣病重症化の予防

■現状と課題

生活保護受給者など経済的な困窮により、治療を行えず、又は、行わずに脳卒中や心筋梗塞、糖尿病合併症、人工透析が必要な腎不全など、生活習慣病が重症化している人がいます。

■施策の展開方向

施策の目標	健診事業と保健指導を行うとともに、経済的理由による生活習慣病の重症化を防ぐため、経済困窮者や生活保護受給者に対して治療に向けての支援を行い、糖尿病未治療者のHbA1cを6.5%未満に改善します。
施策の内容	健診事業による保健指導に加えて、各事業で、経済的な困窮によりHbA1c6.5%以上の糖尿病未治療者に対して、保健指導・受診勧奨を行い、生活保護以外で経済的困窮が認められる場合は、治療開始者への自己負担金の助成を行うことで、治療につなげ、生活習慣病の重症化を予防します。
①糖尿病窓口負担金助成事業	潜在的な制度利用対象者を見つけるため、健診対象者全体の受診率向上及び経済的困窮者に向けた受診率向上対策をどのように行うのか検討します。また、初回保健指導実施後、治療開始しなかった人への継続支援の回数増加や、効果的な支援を行うためのスタッフ間での事例検討を定期的に設けます。
②生活保護健康管理支援事業	糖尿病疾病に関して未受療の対象者を補足するため、ケースワーカーが年1回の健診受診の促しを被保険者全員に対して行い、健診結果による受診勧奨が必要な対象者に対して、受診に向けた指導・助言を行います。

施策4 早期発見・早期治療を通じたがんの重症化予防

■現状と課題

悪性新生物は、本市の死因別死亡順位の第一位であり、中でも、がん検診の対象である気管、気管支及び肺がんと大腸がんは、全国よりも死亡率が高い状況です。したがって、早期発見・早期治療を通じたがんの重症化予防に関する取組を行っていく必要があります。これらのがんの発症の促進に生活習慣が関係することが明らかになっていることから、望ましい生活習慣を選択できるための支援も必要です。

■施策の展開方向

施策の目標	がんの早期発見・早期治療のため、がん検診を実施します。
施策の内容	職員健診事業（胃・大腸・子宮がん）やがん検診事業（胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がん）を実施します。
①職員がん検診事業（胃・子宮・大腸）	がんの早期発見・早期治療につなげるため、年一回のがん検診を実施します。
②がん検診事業（胃・大腸・肺・子宮頸部・乳）	がんを早期に発見して早期治療につなげることで、がんによる死亡者を減少させるため、がん検診の受診率を向上させます。

施策5 禁煙支援による関連疾患(COPD・がん・循環器疾患)発症・重症化予防

■現状と課題

喫煙率は減少傾向ですが、喫煙に起因する関連疾患の発症・重症化を予防するためにも、引き続き、禁煙支援を実施する等により、喫煙率を下げる取組が必要です。

■施策の展開方向

施策の目標	禁煙する人を増やすため、様々な禁煙支援を行います。
施策の内容	喫煙者のうち禁煙希望者を対象に、サポート事業（スワンスワン相談・肺機能検査）などを実施します。禁煙成功率、継続率が向上するよう、組織横断的に、成功事例の共有や研修などにより、保健指導力の向上に努めます。
①職員禁煙サポート事業	喫煙や受動喫煙による健康障害を予防するため、喫煙者に向けた禁煙サポートを実施するとともに、肺機能測定継続及び禁煙への動機づけへのアプローチを強化します。定期健診問診で禁煙意思のある者に対し、メールなどで個別に働きかけます。また、面談技術の向上を図ります。
②スワンスワン相談	COPD、脳卒中、心筋梗塞の発症予防のため、健診で把握した喫煙者のうち、禁煙を希望する市民を対象に、禁煙についての個別相談、肺機能検査を行い、禁煙を促します。禁煙意欲を高められるよう、禁煙することのメリットを強調するとともに、禁煙開始日や方法を具体的に決め、禁煙までの支援を強化します。さらに、成功事例の共有や研修などにより指導力の向上に努めます。
③たばこの健康影響改善事業（禁煙相談）	喫煙者が禁煙するため、肺年齢の測定により、たばこの健康影響を知り、禁煙につながる人を増やします。禁煙につながった好事例の共有や研修により、禁煙支援についての課題整理や支援スキルの向上を図ります。

施策6 運動の継続による生活習慣病予防

■現状と課題

生活習慣病予防のために必要な、運動、身体活動を継続できていない人が多いと考えられることから、運動を継続することにより、生活習慣病及びその重症化を予防できている市民の割合を増やすことが課題です。

■施策の展開方向

施策の目標	様々な事業参加者のうち、生活習慣病予防に資する運動を継続している人の実数の増加を目指します。そのため、事業の周知、普及の徹底、民間事業でカバーしきれないニーズへの対応に加え、他課と連携して、運動事業に参加した人が、心身の改善が実感でき、繰り返し行きたくなる取組を推進します。
施策の内容	市民が継続的に運動を行えるよう、①がんばりカード事業、②健康づくり教室、③サルススイミングスクール、④サルススポーツ教室を具体的な実現手段として位置づけて、継続的な運動支援・運動機会を提供します。加えて、出前健診事業や体組成測定、体力測定を実施する他課と連携し、心身の改善が実感できる見える化や仕組みづくりを行います。
①がんばりカード事業	未来いまカラダポイント事業への参画により、取組に好影響があったと思われるため、取組意欲に好影響を及ぼす内容を検討するとともに、カード配布先の新規開拓、バッジの交付場所の拡大等を検討します。

②健康づくり教室	<p>民間事業がニーズに対応できることは民間事業に任せ、市は民間で対応できないニーズに対応します。</p> <p>市のスポーツ推進計画の分野「働く世代」「高齢者」「障害者」「女性」で定めている取組方針と利用者ニーズを踏まえ、新たにプログラムを設けます。また、関係機関とのより一層の連携強化と参加者を特定できるデータ化や、夜間教室の開催等、勤労世代の市民のニーズや活動時間帯に合わせた日時で開催します。</p>
③サルスースイミングスクール	<p>民間事業がニーズに対応できることは民間事業に任せ、市は民間で対応できないニーズに対応します。</p> <p>一定の泳力を得るまでの教室、一定の泳力を得た後の一般開放等、利用者ニーズに応じた屋内プールとして活用します。</p> <p>夜間教室の開催等、勤労世代の市民のニーズや活動時間帯に合わせた日時で開催します。</p>
④サルスースポーツ教室	<p>民間事業がニーズに対応できることは民間事業に任せ、市は民間で対応できないニーズに対応します。</p> <p>市のスポーツ推進計画の分野「働く世代」「高齢者」「障害者」「女性」で定めている取組方針と利用者ニーズを踏まえ、新たにプログラムを設けます。また、関係機関とのより一層の連携強化と参加者を特定できるデータ化や、夜間教室の開催等、勤労世代の市民のニーズや活動時間帯に合わせた日時で開催します。</p>

施策7 生活習慣病予防情報の発信

■現状と課題

予防可能な病気を発症させない、重症化させないための知識を学ぶ機会を知らない市民（18～60歳）がいることは、将来的に予防可能な病気が発症・重症化する恐れがあります。

■施策の展開方向

施策の目標	<p>予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習に参加する市民（18～60歳）の増加を目指します。</p>
施策の内容	<p>学習への参加を促進するため、情報誌やポータルサイト等、様々な機会やツールを活用して、学習機会に関する情報を発信します。</p>
①みんなの尼崎大学事業	<p>地域を支える人材が育まれる環境（市民や事業者が予防可能な病気を発症させない、重症化させないための情報を入手できることを含む）をつくるため、市民や市内の事業者等に対し、講座提供主体間の連携の場の設定、一元化した情報の発信、学びをテーマとしたイベントの市民との協働開催を行います。</p>
②市民活動ポータルサイト「市民活動の広場あまがさき」運営事業	<p>生活習慣病等予防に関する情報等を得るため、市民に対し、インターネット上にて、市民活動団体や事業に関する情報の収集・発信を行います。</p>

③ 市政出前講座	生活習慣病等予防に関する情報等を得るため、希望するグループに対し、職員が出向いて市の現状や取組等について説明します。
④ 尼崎学びのサポート事業(生涯学習情報誌「あまナビ」)	予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを獲得する市民を増やすため、予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習に関する情報を情報誌「あまナビ」に掲載します。
⑤ 未来いまカラダポイント事業(ポイント台紙ブックの配布、事業周知)	市民に健康寿命の延伸につながる健康行動を知ってもらうため、より多くの市民に対し、ポイント台紙ブックを配布し、事業周知を行います。

施策8 予防行動のきっかけ・実践

■現状と課題

生活習慣病の発症及び重症化予防の行動を起こすきっかけが、人によっては必ずしも十分にはない状況にあります。

■施策の展開方向

施策の目標	生活習慣病の発症及び重症化の予防行動を起こす市民(18~60歳)の増加を目指します。
施策の内容	市内各地域のイベントで体力測定を行う等、生活習慣病の発症及び重症化の予防行動を起こすきっかけを提供します。
① 未来いまカラダポイント事業	市民に健康寿命の延伸につながる健康行動を起こしてもらう、また、付与されたポイントを地域ぐるみで使うことで市民の協働による健康行動を促進する仕組みを構築し、ひいては当事業を通じた健診受診率の向上や生活習慣改善の促進、そのための環境づくりを推進し、結果として医療費等の適正化を図るため、特に健康行動を起こしていない市民に対し、将来負担を軽減するための予防行動に対するインセンティブとしてポイントを付与します。
② スマイル健康事業	市民に予防可能な病気の発症・重症化を防ぐために行動しようと思ってもらうため、市民(18~60歳)に対し、各地域のイベントにおいて、健康コーナーの設置・健康講座の開催等を行います。
③ 歯周疾患検診事業	歯周疾患の早期発見と予防のため、40・50・60・70歳の市民に対し、検診の実施、定期受診の促進等歯周疾患予防に向けた意識啓発を図ります。

施策9 予防の学習機会・講座

■現状と課題

予防可能な病気を発症・重症化させないために必要となる、継続的な学習のきっかけ・機会が、人によっては必ずしも十分にはない状況にあります。

■施策の展開方向

施策の目標	予防可能な病気を発症・重症化させないために、必要な学習を継続している市民の増加を目指します。
-------	--

施策の内容	学習の継続を促進するため、公民館における様々な講座や、地域での健康・予防学習会等を実施します。
① 市民大学教養講座	市民の文化・教養の学習機会の一環として、予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、予防可能な病気を発症させない、重症化させないことについて学習する講座を実施します。
② 地域・現代学講座	地域社会で生活していく上で生じる様々な地域課題や、現代社会における社会問題の学習の一環として、予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、予防可能な病気を発症させない、重症化させないことについて学習する講座を実施します。
③ 地域お出かけ事業 地域・現代学講座	地域社会で生活していく上で生じる様々な地域課題や、現代社会における社会問題の学習の一環として、予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、予防可能な病気を発症させない、重症化させないことについて学習する講座を地域に出向いて実施します。
④ ふれあい学級事業	障害のある人とない人が相互理解するための学習機会の一環として、予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民(障害のある人・ない人)に対し、予防可能な病気を発症させない、重症化させないことについて学習する各種講座を実施します。
⑤ 地域での健康・予防学習会、講演等	受講を契機に、普段の生活を振り返り、生活習慣病の予防行動をとる市民を増やすため、依頼があったグループに対し、出前講座や地域団体主催の学習会等に職員が出向いて説明します。

政策目標3：「介護を要する状態にさせない・軽度を重度化させない」

施策1 身体機能の測定・評価

■現状と課題

本市は、他都市と比較して要支援・要介護の認定率が高く、単身高齢者が多い傾向にあることから、高齢者が介護を要する状態等になることを予防し、住み慣れた地域でできるだけ長く自立した生活を続けるためには、高齢者自らが運動や生活習慣等により健康な身体機能を維持し、要介護状態となるリスクを軽減することが重要です。

しかし、高齢者の中には、自分自身の身体機能の現状や、健康な身体機能の維持に必要な取組について理解していない人も少なからず存在することから、高齢者自身による身体機能の現状等の把握が必要となっています。

■施策の展開方向

施策の目標	身体機能を測定・評価し、自らの身体機能の現状等を把握し、維持に必要な項目を理解する高齢者の増加を目指します。
-------	--

施策の 内容	筋肉量・筋力測定、体力・体組成測定等を実施し、自らの身体機能を測定・評価する機会を提供します。
①ふれあいスポーツ 推進事業(トレーニング 指導)	日常的に体を動かしていない高齢者に対し、体力向上と健康の保持増進のため、記念公園総合体育館トレーニング室におけるトレーニングマシンによる運動機会やトレーニング指導の提供と併せて、体力測定や体成分測定を行います。
②サルコペニア肥満 調査事業(筋肉量・筋 力測定)	運動等身体活動の効果測定するため、市民に対し、集団健診と併せて、筋肉量・筋力測定を行います。
③いきいき健康づく り事業(いきいき100 万歩運動での測定)	自らの身体機能の現状を理解し健康を保持するため、65歳以上の高齢者にウォーキングを推奨するいきいき100万歩運動の登録者に対し、年1回の体力・体組成測定を行います。
④介護予防対策事業 (いきいき百歳体操に おける各種測定)	椅子に座りながら、個人の身体機能に合わせて体につけるおもりを調整できる等、様々な健康状態の高齢者が主体的かつ気軽に参加できる「いきいき百歳体操」の参加者に対し、体力や気持ちの変化、生活機能の改善効果等を実感し継続して取り組めるよう、体力測定(TUG・開眼片足立ち・握力測定)、体と生活の変化・気持ちの変化等アンケート、介護予防チェック(リスト)を実施します。

施策2 身体機能の低下予防

■現状と課題

高齢化の進展に伴い、身体機能が低下し要介護状態となる高齢者の増加が見込まれています。介護を要する状態にならないためには、できるだけ早い段階から介護予防に取り組むことが重要です。

体操等の介護予防の取組に関心を持つ等、高齢者の健康意識やニーズが高まる一方で、中には興味や関心のない高齢者も少なからず存在することから、高齢者自身が身体機能の低下予防に取り組む必要があります。

■施策の展開方向

施策の 目標	加齢による身体機能の低下を防ぐため、身体機能の低下予防事業に参加している高齢者の増加や、継続参加者のうち身体機能が低下していない高齢者の増加を目指します。
施策の 内容	筋力の維持・向上のための指導や、参加による生きがいづくり等、身体機能の低下予防に取り組む高齢者を支援します。
①サルコペニア肥満 調査事業(保健指導)	転倒・骨折や糖尿病等の重症化により、新たに要介護状態になったり、介護度が重度化したりすることを防ぐため、18歳以上の健診受診者のうち特に重点的な指導が必要な者に対し、筋肉量・筋力の維持・増加のための保健指導・運動指導を実施します。
②総合老人福祉セン ター運営事業・老人福 祉センター運営事業	総合老人福祉センター及び老人福祉センター4園における、主に60歳以上の利用者に対し、身体機能の低下を防ぐため、体操や各種講座等を実施します。

③ 介護予防対策事業 (いきいき百歳体操)	高齢者の心身機能の維持改善と、住民同士のつながり強化・孤立の防止による生きがいづくりのため、住民主体による緩やかなつながりの中で、週1回、屋内・着座で気軽にできる「いきいき百歳体操」の立ち上げや継続を支援します。
--------------------------	--

施策3 運動の継続支援

■現状と課題

高齢期になっても自立し活動的な生活を続けていくには、介護を要する状態にならないよう、高齢者自らが日常生活の中で適度な運動を継続する必要がありますが、加齢とともに生活機能や社会参加への意欲が低下するため、高齢者にとって自ら継続して運動に取り組むことが難しくなっています。

■施策の展開方向

施策の 目標	自らの年齢や体力に応じて、継続して運動に取り組む高齢者の増加を目指します。
施策の 内容	高齢者が継続して運動に取り組めるよう、手軽に運動に参加・継続できる仕組みや環境づくり等を支援します。
① いきいき健康づくり事業 (いきいき100万歩運動事業)	介護が必要となる状態を予防し健康を保持するため、65歳以上の高齢者に対し、自分の体力や体調に応じ気軽に取り組めるウォーキングの奨励、貯筋通帳への歩数の記録と取組状況や目標達成状況の容易な確認、希望者への体力測定の実施、所定の歩数達成者への記念品の贈呈等、運動への参加促進・継続支援を行います。
② がんばりカード事業	日常的に体を動かしていない高齢者に対し、運動に取り組む動機づけや継続を支援するため、他の事業とも連携しながら、様々な運動やレクリエーション等への取組回数を記録するカードの配布、取組回数に応じた表彰(バッジ贈呈等)を行います。

施策4 仲間づくりによる運動の促進

■現状と課題

介護予防のためには、高齢期になっても運動に取り組む必要がありますが、65歳以上の高齢者が独りで運動をはじめ、継続して取り組むことは容易ではないことから、ともに運動に取り組む仲間をつくる必要があります。

■施策の展開方向

施策の 目標	新たに運動をはじめ、また、継続して運動に取り組む高齢者の増加を目指します。
施策の 内容	高齢者の様々な健康状態や、仲間づくりの状況等に応じ、高齢者が気軽に仲間づくりや運動に取り組める様々な事業を実施します。
① 生涯スポーツ・レクリエーション事業 (月例行事)	定期的に集まって運動することにより運動の継続を促すため、日常的に体を動かしていない高齢者に対し、サイクリングやジョギング等6種目の事業を毎月実施します。

②生涯スポーツ・サービスシステム事業(さわやか地域スポーツ活動)	定期的集まって運動することにより運動の継続を促すため、日常的に体を動かしていない高齢者に対し、市内8公園で毎週1回、グラウンド・ゴルフやペタンクの体験教室を実施します。
③地区体育館等指定管理者管理運営事業	定期的集まって運動することにより運動の継続を促すため、日常的に体を動かしていない高齢者に対し、市内6地区体育館で、誰にでも取り組みやすい初級のスポーツ教室(健康づくり教室 さわやか健康体操・同卓球・同元気卓球・からだ元気体操等)を開催します。
④高齢者ふれあいサロン	地域の集いの場として住民主体により定期開催される高齢者ふれあいサロンにおいて、交流活動や介護予防に資する運動等を実施する団体に対し、助成により活動を支援します。
⑤老人クラブ関係事業	老人クラブにおける仲間づくり・生きがい・健康づくり等に対し、助成により活動を支援します。
⑥地域総合センター管理運営事業(健康教室・健康体操)	65歳以上の高齢者の運動の継続を促すため、専門講師による健康づくりに関する講義や実技講座を実施します。(1開催20人程度)
⑦地域総合センター(上ノ島、塚口)管理運営事業(歩こう会)	日頃から運動を継続する市民を増やすため、65歳以上の高齢者に対し、名所巡りや施設見学等を楽しみながら歩く会を実施します。

施策5 栄養・口腔機能の低下予防

■現状と課題

栄養・口腔機能が低下し、必要な栄養を摂取することができなくなると介護が必要となることから、加齢による栄養・口腔機能の低下を防ぐ取組が必要となっています。

■施策の展開方向

施策の目標	加齢による栄養・口腔機能の低下を防ぎ、高齢期においてもしっかり噛んで必要な栄養を摂取できている高齢者の増加を目指します。
施策の内容	栄養・口腔機能の低下予防に向け、口腔機能の評価や、機能低下の予防策を学ぶ機会の提供等を実施します。
①栄養・口腔機能低下予防事業	高齢期において、健全な食生活(バランスの良い食事をしっかり噛んで食べる)を実践することで、生活機能の維持・向上につなげるため、65歳以上の高齢者に対し、高齢期における食事や歯の健康(低栄養・口腔機能低下予防)について学ぶ体験型教室(おいしく食べよう健口教室)を実施します。
②後期高齢者歯科健診事業	高齢期の低栄養による虚弱に着目した疾病を予防するため、後期高齢者医療の被保険者に対し、口腔機能評価のための健診を実施し、必要な対象者に指導を行います。
③高齢者自立支援型食事サービス事業	高齢者の健康保持と在宅生活を支援するため、65歳以上の単身高齢者世帯等のうち、日常生活において食事の確保に支障をきたしている希望者に対し、バランスのとれた食事を定期的に提供します。

施策6 身体機能の重度化予防

■現状と課題

平成20年度に要支援1・2であった人の5.5%が、3年後（平成23年度）には要介護4・5へと重度化している等、軽度要介護者の身体機能の重度化が課題となっています。

■施策の展開方向

施策の目標	身体機能の重度化を防ぐことができた軽度要介護者の増加を目指します。
施策の内容	要支援・要介護者への健診による重度化の要因の把握や、保健指導により予防に係る市の事業への参加促進等を図ります。
① 要支援要介護健診・保健指導	予防可能な疾病(脳血管疾患・心筋梗塞)の発症による介護度の重度化を予防するため、40～74歳の要支援や要介護1・2の市民に対し、健診・保健指導を実施します。

施策7 認知機能の低下予防

■現状と課題

高齢化の進展に伴い、認知機能が低下し、介護が必要となる高齢者の増加が見込まれています。介護を要する状態にならないためには、できるだけ早い段階から、自身の認知機能を正しく理解し、生活習慣・運動習慣など認知症予防につながる取組を進める必要があります。

■施策の展開方向

施策の目標	加齢による認知機能の低下を予防できている高齢者の増加を目指します。
施策の内容	認知症予防に向けた指導や音楽療法等、認知機能の低下予防に取り組む高齢者を支援します。
① 認知症予防事業(特定健診時にMMSE検査)	もの忘れの程度に応じた生活習慣(食・運動)や社会参加を選択することで認知機能の低下を予防するため、40歳以上の健診受診者に対し、健診にあわせてMMSE検査を実施、結果に応じた生活習慣・運動習慣等を本人が選択できるよう、事後指導を行います。
② 地域総合センター管理運営事業(音楽療法)	65歳以上の高齢者に対し、筋力や認知機能の維持のため、専門講師の指導の下、音楽に合わせたリズム体操、テーマ・キーワードに合った言葉を歌にする等の実技講座を実施します。

施策8 認知機能の重度化予防

■現状と課題

認知症は、早期に気づいて適切な医療を行い、介護や地域の取組につながっていくことで住み慣れた地域で安心して暮らしていくことが可能となります。

しかし、認知症に対する理解や対応が十分ではないため、認知症の疑いや不安がありながら医療にも介護にもつながっていない人がおり、重度化していくことが課題となっています。

■施策の展開方向

施策の 目標	認知症の疑いや不安があり、かつ、適切な医療や介護につながっていない人の減少を目指します。
施策の 内容	認知機能が重度化しないよう、適切な医療や介護サービス等を速やかに提供するための専門チームや専門職による支援を進めます。
① 認知症初期 集中支援事業	認知症の進行に不安がある中、医療や介護につながっていない、あるいは中断している人に対し、認知症の進行が心配な人や悩みを抱える家族等が、適切なケアを受け、安心して在宅生活を過ごす基盤ができるよう、認知症初期対応の専門家チームが本人や家族と早期に関わり、約6ヶ月間を目安に総合支援への道筋をつけます。
② 認知症予防 事業 (MMSE 低得 点者)	認知機能が低下した人が地域で暮らし続けられるよう、MMSE-J検査結果が低得点であった人のうち、地域包括支援センター等の専門機関につながっていない人に対し、専門機関との連携により、必要なサポートが受けられるよう支援します。

施策9 介護予防情報の発信

■現状と課題

新たに要介護者とならない、軽度介護者の場合は重度化しないための知識を学ぶ機会を知らない市民がいることは、将来的に要介護化・重度化する恐れがあります。

■施策の展開方向

施策の 目標	新たな要介護者を出さない、軽度介護者を重度化させないための学習に参加する市民の増加を目指します。
施策の 内容	学習への参加を促進するため、情報誌やポータルサイト等、様々な機会やツールを活用して、学習機会に関する情報を発信します。
① みんなの尼崎大学 事業	地域を支える人材が育まれる環境（市民や事業者が介護予防のための情報を入手できることを含む）をつくるため、市民や市内の事業者等に対し、講座提供主体間の連携の場の設定、一元化した情報の発信、学びをテーマとしたイベントの市民との協働開催を行います。
② 市民活動ポータル サイト「市民活動の広場 あまがさき」運営事業	介護予防に関する情報等を得るため、市民に対し、インターネット上にて、市民活動団体や事業に関する情報の収集・発信を行います。
③ 市政出前講座	介護予防に関する情報等を得るため、希望するグループに対し、職員が出向いて市の現状や取組等について説明します。
④ 尼崎学びのサポー ト事業(生涯学習情報誌 「あまナビ」)	介護予防に関するノウハウを獲得する市民を増やすため、介護予防のための学習に関する情報を情報誌「あまナビ」に掲載します。
⑤ 介護予防普及啓発 事業(介護保険だよりの 全戸配布)	介護が必要な状態になることを予防する意識を持ち、予防に必要な情報を入手・理解する（できれば実践につなげる）ため、全世帯（主に介護予防が必要と考えられる市民）に対し、介護保険だよりを配布し、介護予防に関する意識啓発を促します。

施策10 介護予防の学習機会・講座

■現状と課題

新たな要介護者を出さない、軽度要介護者を重度化させないために必要となる、継続的な学習のきっかけ・機会が、人によっては必ずしも十分にはない状況にあります。

■施策の展開方向

施策の目標	新たな要介護者を出さない、軽度介護者を重度化させないために、必要な学習を継続している市民の増加を目指します。
施策の内容	学習の継続を促進するため、公民館において、きっかけになる講座を実施します。
①市民大学教養講座	市民の文化・教養の学習機会の一環として、介護予防のノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、介護予防について学習する講座を実施します。
②地域・現代学講座	地域社会で生活していく上で生じる様々な地域課題や、現代社会における社会問題の学習の一環として、介護予防のノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、介護予防について学習する講座を実施します。
③地域お出かけ事業 地域・現代学講座	地域社会で生活していく上で生じる様々な地域課題や、現代社会における社会問題の学習の一環として、介護予防のノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民に対し、介護予防について学習する講座を地域に出向いて実施します。
④ふれあい学級事業	障害のある人とない人が相互理解するための学習機会の一環として、介護予防のノウハウを獲得できるよう、ノウハウを持たない、あるいは実践していない市民(障害のある人・ない人)に対し、介護予防について学習する各種講座を実施します。

施策11 仲間を取り組む介護予防環境づくり

■現状と課題

相互に支援しながら、継続的に介護予防に関する学習や運動に取り組む、地域組織・グループが、地域によっては十分に組織されていない状況にあります。

■施策の展開方向

施策の目標	相互に支援しながら、継続的に介護予防に関する学習や運動に取り組む地域組織・グループの増加を目指します。
施策の内容	学習する機会を設ける等、地域組織・グループが、継続的に介護予防に関する学習や運動に取り組む仕組みづくりを支援します。
①未来いまカラダづくり介護予防事業	身近なグループ・団体において、運動や体操を気軽に参加・継続できる機会が増えるよう、体操・運動に自主的には取り組めていない市民に対し、筋力維持・増進の必要性や効果的な体操等について学習する機会をつくります。

第Ⅰ部
総論

第1章

第2章

第3章

第Ⅱ部
各論

第1章

第2章

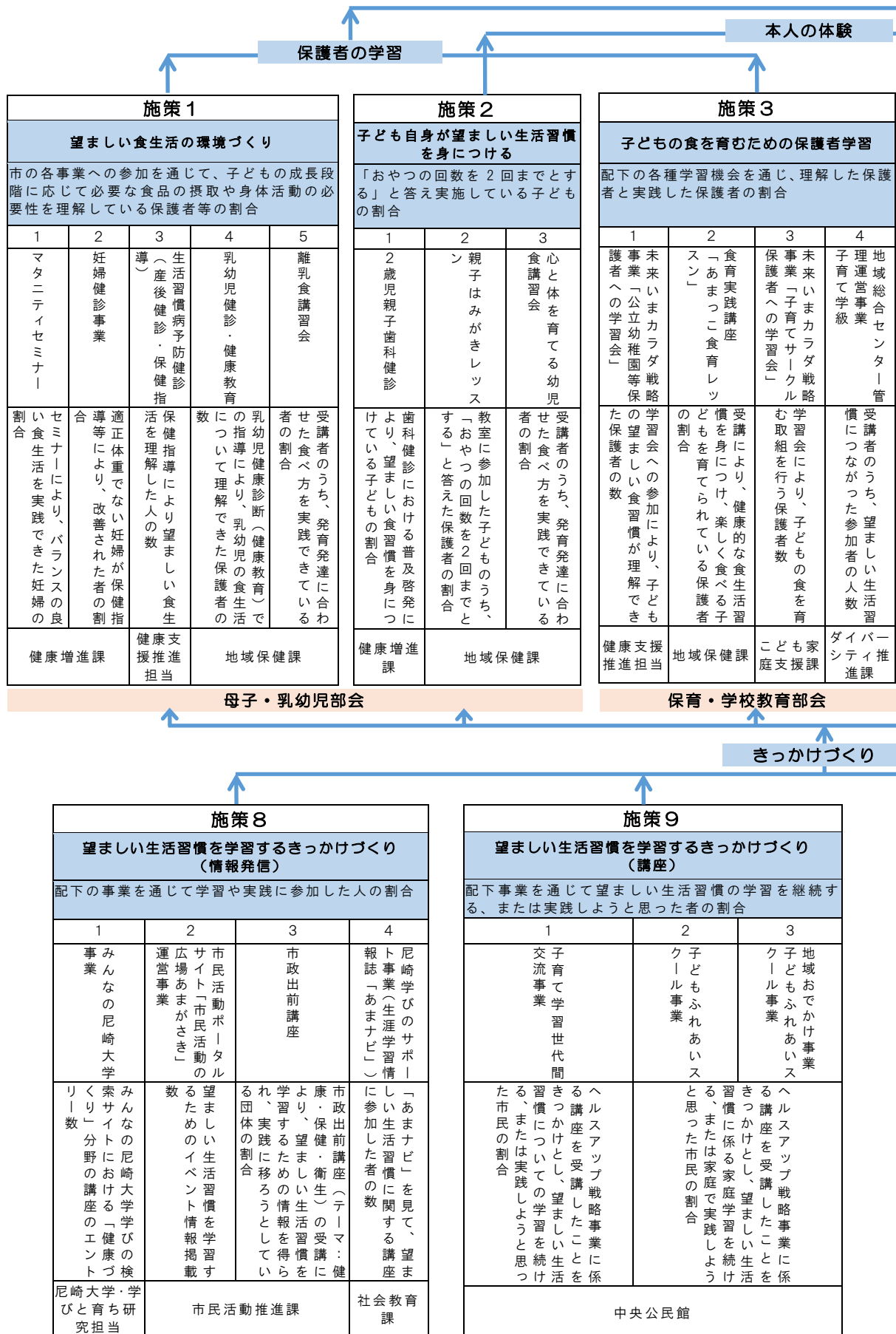
第3章

第4章

第5章

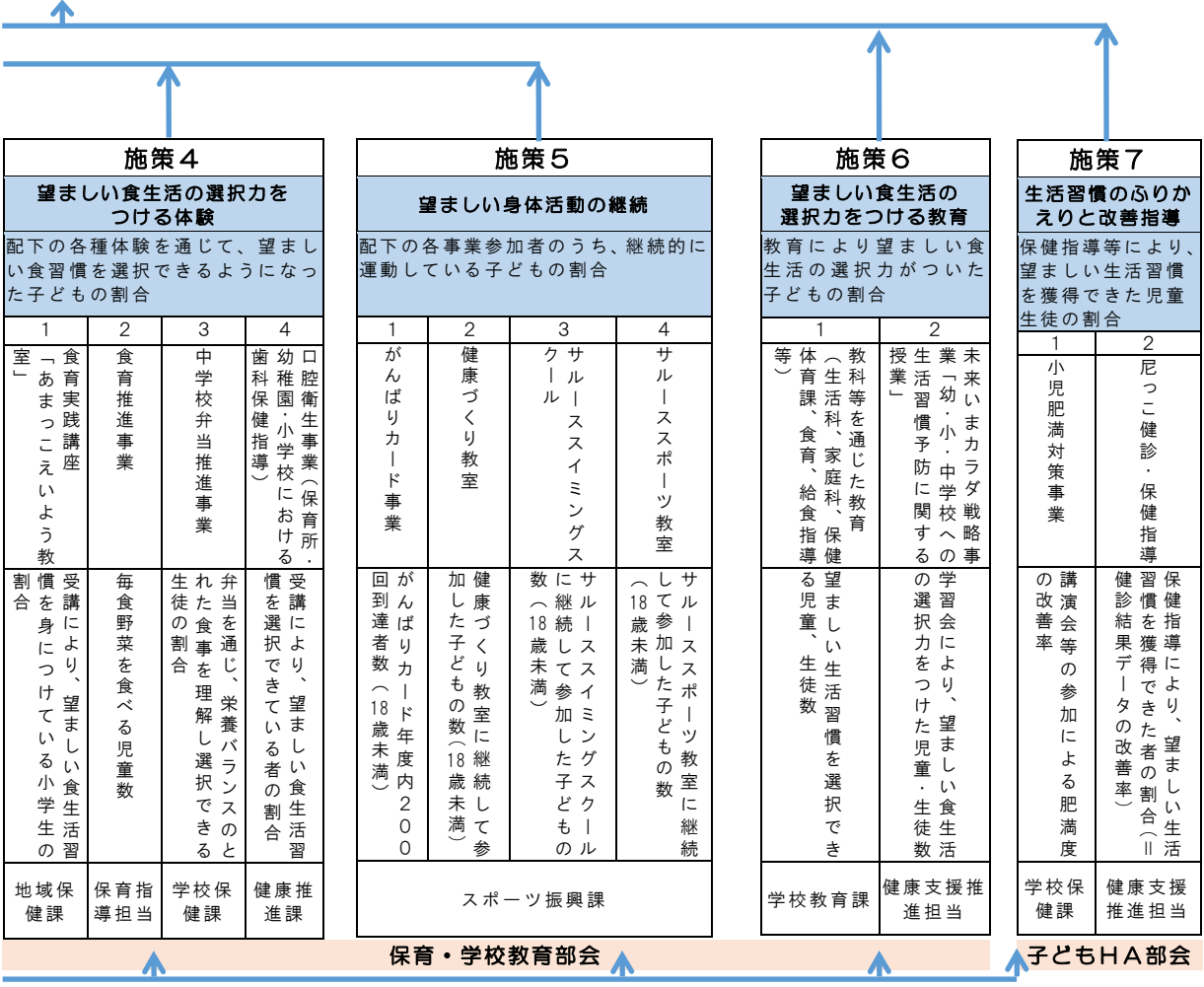
ライフステージに応じた健康づくりへの支援

政策目標1：「望ましい生活習慣を選択できる力を



資料編

早期から獲得する」



保育・学校教育部会 子どもHA部会

施策10		
望ましい食生活のきっかけづくり		
配下の事業への参加により、望ましい食生活を選択しようと考えた者の割合		
1	2	3
業（給食展） 業（給食展） 業（給食展） 業（給食展）	業（給食展） 業（給食展） 業（給食展） 業（給食展）	業（給食展） 業（給食展） 業（給食展） 業（給食展）
参加者数	習状況調査	習状況調査
学校保健課	健康増進課	

施策11
望ましい身体活動・運動のきっかけづくり
配下事業への参加により、体を動かそうと思った人の割合
1
業（給食展） 業（給食展） 業（給食展） 業（給食展）
参加者数
学校保健課

第Ⅰ部 総論
第1章
第2章
第3章
第Ⅱ部 各論
第1章
第2章
第3章
第4章
第5章

ライフステージに応じた健康づくりへの支援

第Ⅰ部
総論

第1章

第2章

第3章

第Ⅱ部
各論

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

ライフステージに応じた健康づくりへの支援

資料編

政策目標2：「予防可能な病気を発症させない、

施策1							施策2	施策3	
健診・保健指導を通じた生活習慣病予防							健診(検診)の情報発信	経済的な困窮による生活習慣病重症化の予防	
各事業の結果から得られた受療率、メタボリックシンドロームの改善率、(健診受診率)							発信された情報による健診受診率	事業の実施により、各事業の対象者で、翌年HbA1c6.5%未満に改善した者の割合	
1	2	3	4	5	6	7	1	1	2
職員定期健康診断事業	生活習慣病予防健診・保健指導	特定健診・保健指導	全国健康保険協会との協定に基づく保健指導	後期高齢者健診・保健指導	CKD血管病予防対策事業	健康増進事業健診・保健指導	健診すすめ通信、健診べんり帳、地域回覧等の作成および配布	糖尿病窓口負担金助成事業	生活保護健康管理支援事業
有所見率(定期健康診断受診者のうち、有所見者の割合)	健診・保健指導を継続受診する者の数(Ⅱ生活習慣改善行動を取る者の数)	健診・保健指導を受けた者の有見率(メタボリックシンドローム該当率)	保健指導での望ましい生活習慣の体得により、生活習慣病の予防ができている市民の数(Ⅱ保健指導を受けた者の有見率(メタボリックシンドローム該当率))	治療が必要な人が治療につながった割合(ⅡⅢ度高血圧、HbA1c8%以上)	ハイリスク健診・保健指導受診者の翌年の健診結果の改善	健康増進事業健診の受診により重症化が予防できた人の割合(Ⅱ前年と比較し検査結果が悪化していない人の割合)	発信された情報による健診受診率(Ⅱ健診受診者のうち、健診すすめ通信などを見て受診した割合)	6.5%未満に改善した人数(Ⅱ翌年のHbA1cが改善した者の数)	保健指導した結果、医療及び健診継続受診につながった者の割合
給与課	健康支援推進担当					健康増進課	健康支援推進担当	健康支援推進担当	保護課・保護第3担当

きっかけづくり

施策7				
生活習慣病予防情報の発信				
配下の事業を通じて学習や実践に参加した人の割合(他部会で事業参加者アンケートの協力をお願いする)				
1	2	3	4	5
みんなの尼崎大学事業	市民活動ポータルサイト「市民活動の広場あまがさき」運営	市政出前講座	尼崎学びのサポート事業(生涯学習情報誌「あまナビ」)	未来いまカラダポイント事業(ポイント台紙ブックの配布、事業周知)
みんなの尼崎大学学びのサイトにおける「健康づくり」分野の講座のエントリー数	生活習慣病予防に関するイベント情報掲載数	市政出前講座(テーマ：健康・保健・衛生)の受講により、生活習慣病予防に関する情報を得られ、実践に移るうとしていた団体の割合	「あまナビ」を見て、予防可能な病気の発症・重症化させないための講座に参加した者の数	健康行動を起こしてポイントを取得した人の数
尼崎大学・学びと育ち研究担当	市民活動推進課		社会教育課	ヘルスアップ戦略担当

重症化させない」

施策4		施策5			施策6			
早期発見・早期治療を通じたがんの重症化予防		禁煙支援による関連疾患(COPD・がん・循環器疾患)発症・重症化予防			運動の継続による生活習慣病予防			
がん検診受診者のうち、要精密検査者の受療率		①禁煙相談を実施した人のうち、禁煙を始めた割合 ②禁煙を継続している割合 (③喫煙率)			事業参加者のうち、運動を継続している人の実数			
1	2	1	2	3	1	2	3	4
職員がん検診事業 (胃・子宮・大腸)	がん検診事業 (胃・大腸・肺・子宮 頭部・乳)	職員禁煙サポート事業 (スワンスワン相談、 肺機能検査)	スワンスワン相談	たばこの健康影響改善 事業(禁煙相談)	がんばりカード事業	健康づくり教室	サルスースイミングス クール	サルスースポーツ教室
検診により、がんを早期に発見し、治療に入った現職員の数	がん検診の受診のうち要精密検査者の受療率 (Ⅱがん検診で要精密検査となった者で、その後受療した割合(国保レセプトで算出))	職員の喫煙率	禁煙開始者数、禁煙開始後3カ月間継続している人の数	肺年齢測定(禁煙相談)の受診者のうち、禁煙につながった者の数	がんばりカード年度内200回到達者数(18歳以上60歳未満)	健康づくり教室に継続して参加した人の数 (18歳以上60歳未満)	サルスースイミングスクールに継続して参加した人の数 (18歳以上60歳未満)	サルスースポーツ教室に継続して参加した人の数(18歳以上60歳未満)
給与課	健康増進課	給与課	健康支援推進担当	健康増進課	スポーツ振興課			

施策8			施策9				
予防行動のきっかけ・実践			予防の学習機会・講座				
配下の事業への参加により、生活習慣病の予防行動を起こした者の割合			配下の事業を通じて予防可能な病気を発症・重症化させないための学習の継続、または実践しようと思った者の割合				
1	2	3	1	2	3	4	5
未来いまカラダポイント事業	スマイル健康事業 (地域イベントでの 体力測定等)	歯周疾患検診事業	市民大学教養講座	地域・現代学講座	地域お出かけ事業 地域・現代学講座	ふれあい学級事業	地域での健康・予防 学習会、講演等 (市政出前講座、地 域団体主催の学習会 等)
健康行動が定着した人(年間1000ポイント獲得者)の割合	事業参加者のうち、予防可能な病気の発症・重症化を防ぐために行動しようと思った人の割合	歯周疾患検診をきっかけに重症化を予防するための行動に移る者の割合	ヘルスアップ戦略事業に係る講座を受講したことをきっかけとし、予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習を続ける、または予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを実践しようと思った市民の割合(※講座受講者アンケートによる)	ヘルスアップ戦略事業に係る講座を受講したことをきっかけとし、予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習を続ける、または予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを実践しようと思った市民の割合(※講座受講者アンケートによる)	ヘルスアップ戦略事業に係る講座を受講したことをきっかけとし、予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習を続ける、または予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを実践しようと思った市民の割合(※講座受講者アンケートによる)	ヘルスアップ戦略事業に係る講座を受講したことをきっかけとし、予防可能な病気を発症させない、重症化させないための学習を続ける、または予防可能な病気を発症させない、重症化させないノウハウを実践しようと思った市民の割合(※講座受講者アンケートによる)	受講により望ましい生活習慣を取れる市民の数
ヘルスアップ戦略担当	スポーツ振興課	健康増進課	中央公民館			健康支援推進担当	

第Ⅰ部
総論

第1章

第2章

第3章

第Ⅱ部
各論

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

ライフステージに応じた健康づくりへの支援

資料編

第Ⅰ部
総論

第1章

第2章

第3章

第Ⅱ部
各論

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

ライフステージに応じた健康づくりへの支援

政策目標3：「介護を要する状態にさせない」

施策1				施策2			施策3	
身体機能の測定・評価				身体機能の低下予防			運動の継続支援	
測定・評価者数				①市が行っている身体機能の低下予防事業の参加者数 ②継続参加している人のうち、身体機能が低下していない人数			市の施策により、年齢や体力に応じて、「運動に継続して取り組む高齢者の実人数	
1	2	3	4	1	2	3	1	2
ふれあいスポーツ推進事業（トレーニング指導）	サルコペニア肥満調査（筋肉量・筋力測定）	いきいき健康づくり事業（いきいき100万歩運動での体力・体組成測定）	介護予防対策事業（いきいき百歳体操での身体機能の測定）	（保健指導） サルコペニア肥満調査	総合老人福祉センター運営事業・老人福祉センター運営事業	介護予防対策事業（いきいき百歳体操）	運動事業	がんばりカード事業
体成分測定・体力測定の結果が改善した人の数（65歳以上）	65歳以上で運動等身体活動の効果を測定できた者（筋肉量・筋力の継続測定者）の数	体力・体組成測定の結果が、全国平均と同等もしくは上回っている者の数	いきいき百歳体操参加者の体力測定の数（TUG・開眼片足立ち、握力）	65歳以上で保健指導・運動指導により、筋肉量・筋力が維持・増加できた受講者の数	体操等への参加により、健康を維持できている高齢者の割合	「いきいき百歳体操」に参加している実人数 ＝「介護予防チェックリスト」にて生活機能等を図る値が維持・良好した人の率	健康を維持できている高齢者の数 （100万歩達成者数：累計）	がんばりカード年度内200回到達者数（65歳以上）
スポーツ振興課	健康支援推進担当	高齢介護課	包括支援担当	健康支援推進担当	高齢介護課	包括支援担当	高齢介護課	スポーツ振興課

きっかけづくり

施策9				
介護予防情報の発信				
配下の事業を通じて学習や実践に参加した人の割合 （他部会で事業参加者アンケートの協力をお願いする）				
1	2	3	4	5
みんなの尼崎大学事業	市民活動ポータルサイト「市民活動の広場あまがさき」運営	市政出前講座	尼崎学びのサポート事業（生涯学習情報誌「あまナビ」）	介護予防普及啓発事業（介護保険だよりの全戸配布）
みんなの尼崎大学学びの検索サイトにおける「健康づくり」分野の講座エントリー数	介護予防に関するイベント情報掲載数	市政出前講座（テーマ：健康・保健・衛生）の受講により、介護予防に関する情報を得られ、実践に移ろうとしている団体の割合（アンケートによる）	「あまナビ」を見て、介護予防のための講座に参加した者の数	介護保険だよりの利用により、介護が必要な状態になることを予防できた人数 （測定方法は今後検討）
尼崎大学・学びと育ち研究担当	市民活動推進課		社会教育課	介護保険事業担当

資料編

・軽度を重度化させない

施策4							施策5			施策6	施策7		施策8	
仲間づくりによる運動の促進							栄養・口腔機能の低下予防			身体機能の重度化予防	認知機能の低下予防		認知機能の重度化予防	
事業に継続して参加している高齢者数							施策の推進により、しっかりと噛んで必要な栄養を摂取できている高齢者数			軽度要介護者のうち、要介護に導かれた者の割合	事業の参加者のうち、認知機能が低下している者の割合		認知症の疑いや不安があり、医療にも繋がっていない人のうち、支援しなかった人の割合	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	1	1	2	1	2
生涯スポーツ・レクリエーション事業（月例行事）	生涯スポーツ・サービシステム事業（さわやか地域スポーツ活動）	生涯スポーツ・サービシステム事業（さわやか地域スポーツ活動）	健康づくり教室	高齢者ふれあいサロン	老人クラブ関係事業	地域総合センター（上ノ島、塚口）管理運営事業（歩こう会）	栄養・口腔機能低下予防事業	後期高齢者歯科健診事業	高齢者自立支援型食事サービス事業	要介護要介護に導かれた者の割合	認知症予防事業（特定健診時にMMSE検査）	地域総合センター（上ノ島、神崎、今北、南武庫之荘、塚口）管理運営事業（音楽療法）	認知症初期集中支援事業	認知症予防事業（MMSE低得点者）
月例行事に継続して参加した高齢者の数（65歳以上）	体験教室に継続して参加した高齢者の数（65歳以上）	健康づくり教室に継続して参加した高齢者の数（65歳以上）	健康づくりや介護予防のための体操を実施している地域の高齢者数	地域活動や体操等に参加した会員数	講義や実技講座の内容を理解し、運動や体操を継続している65歳以上の受講者の人数	歩こう会への参加により、日頃から運動を継続するようになった65歳以上の参加者の人数	受講により、バランスの良い食事をしっかりと噛んで食べられている高齢者の割合	健診結果に基づく口腔機能が低下している者の数	食事サービスの利用により、健康を保持し在宅生活ができている人の割合	健診・保健指導を受けた対象者で、脳血管疾患や虚血性心疾患により、介護度が重症化した人の数	事後指導により、認知機能の維持ができていない人の数	受講したことと認知機能を維持している人の割合	サポートを受けられるよう、地域包括支援センター等専門機関に取り次いだMMSE低得点者の割合	認知症初期集中支援事業
スポーツ振興課		高齢介護課		ダイバーシティ推進課			地域保健課	後期高齢者医療担当	高齢介護課	健康支援担当	健康支援担当	ハイパー推進課	包括支援担当	健康支援担当

施策10			
介護予防の学習機会・講座			
配下事業を通じて、新たな要介護者を出さない、軽度介護者を重度化させないための学習の継続、または実践しようと思った者の割合			
1	2	3	4
市民大学教養講座	地域・現代学講座	地域お出かけ事業 地域・現代学講座	ふれあい学級事業
ヘルスアップ戦略事業に係る講座を受講したことをきっかけとし、介護予防の学習を続ける、または、介護予防の学習を続けた市民の割合			
中央公民館			

施策11
仲間で取り組む介護予防環境づくり
学習会を契機に、自主的な体操・運動の場づくりを行うグループの数
1
未来いまカラダづくり介護予防事業団体の数
学習会を契機に、体操・運動の場づくりを行うグループ・運動団体の数
ヘルスアップ戦略担当

第Ⅰ部
総論

第1章

第2章

第3章

第Ⅱ部
各論

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

ライフステージに応じた健康づくりへの支援

資料編