

第5 成人保健事業

第5 成人保健事業

高齢化率の上昇とともに、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病が増加し、認知症や要介護状態となる人々の増加は、深刻な問題になっている。

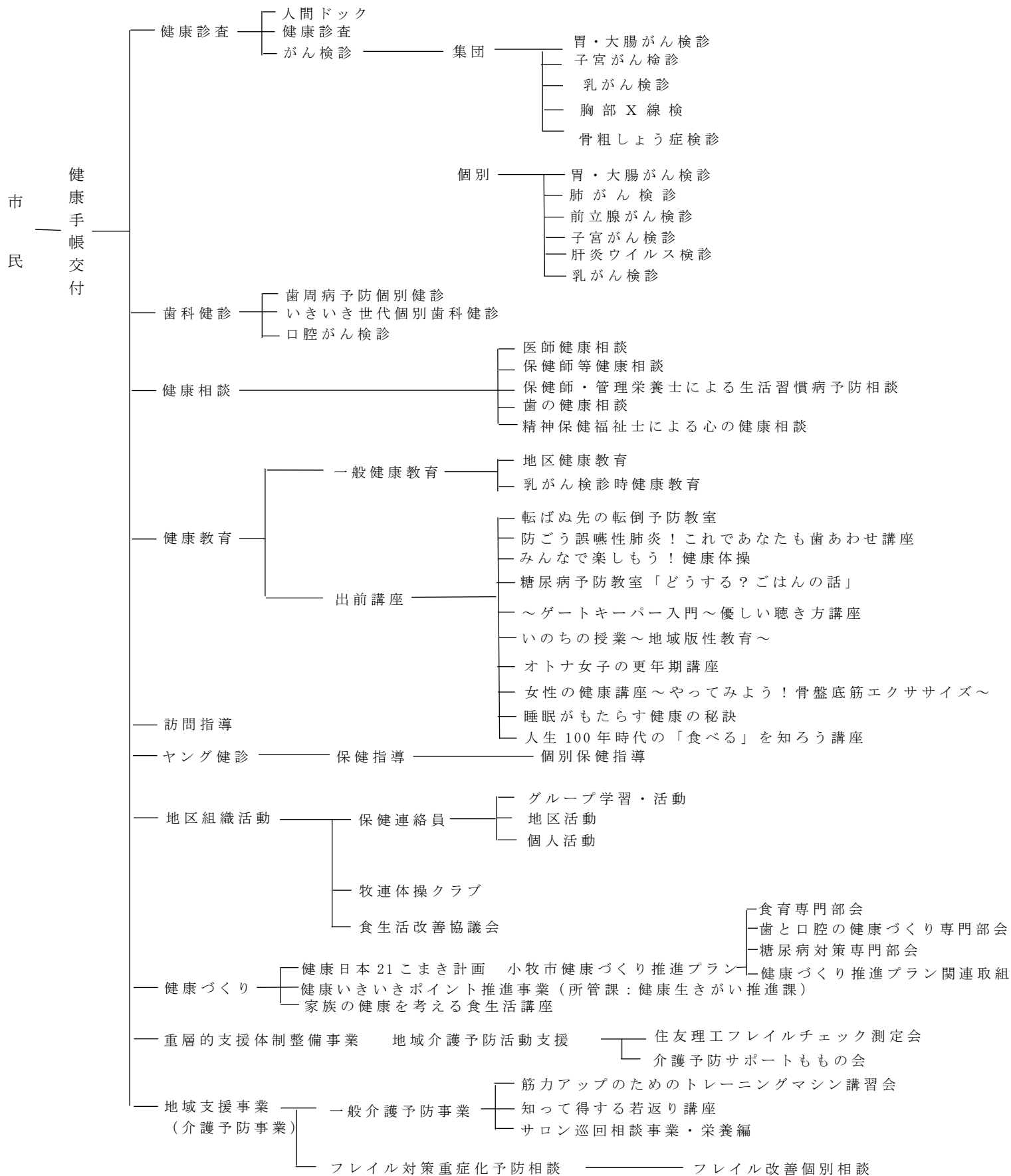
小牧市では生活習慣病予防や介護予防のために各種保健事業を進める中で、必要な方へ効果的に事業の利用促進を図ることを目的として、保健センターと地域の方々とのパイプ役として保健連絡員制度を設けている。

また、すべての市民が健康で長生きできる小牧市を目指して、市民や関係機関等が健康づくりに取り組めるよう、平成26年度に「第2次健康こまきいきいきプラン」を策定。

歯科保健に関しては、歯と口腔の健康が全身の健康の保持増進に重要な役割を果たし、健康寿命の延伸に欠かせないことから、「小牧市歯と口腔の健康づくり推進条例」を令和3年4月1日に施行し、歯・口腔の健康づくりに関する市民の取組みを支援している。

- (1) 各種がん検診、健康診査、骨粗しょう症検診、各種歯科健診、ヤング健診等により市民の健康上の課題を把握する。
- (2) 把握された健康上の課題を受診者に連絡、指導するとともに生活習慣病予防相談においてコントロールされた日常生活を身につけ、症状の改善を図るよう支援する。
- (3) 健康上の悩みに対応するため、定例健康相談日を設け、医師・保健師・看護師・管理栄養士・歯科衛生士が相談に応じる。
- (4) 一人で外出しづらくなり、閉じこもりがちな人達が集まれる場を地域の人達と共に作り、閉じこもりを防ぎ、介護予防に努める。
- (5) 小牧市健康づくり推進プランにおいて、市民一人ひとりが健康づくりに取り組むことができるように支援するとともに、社会で支える健康づくりに取り組み、計画の推進を図る。
- (6) 仕事や子育てに忙しい市民をターゲットにし、健康づくりへの関心を高め、取り組める環境をつくることで、健康な市民を増やすことを目的に健康いきいきポイント事業を平成27年度から実施している。
- (7) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な取組を関係部署、関係機関と連携し、実施する。

1 成人保健事業一覧



2 健康手帳交付

(1) 目 的

健康診査、各種がん検診、口腔内の状況に関する健康観察などを記録し健康管理に役立てる。

(2) 交付数（再交付及び更新を含む）

保健センター（40 歳以上）15 冊

3 人間ドック（国民健康保険被保険者、後期高齢者医療制度加入者、協会けんぽ被扶養者）

人間ドックは、年度内に 40 歳以上になる上記のいずれかに該当する方を対象にして市内の医療機関で実施。

(1) 検査項目

問診、理学的所見、身体計測、血圧、血液一般、血中脂質、腎・肝機能、代謝系、電解質、がん（胃・大腸・肺）検診
心電図、眼底検査については、医師の判断に基づいて実施する。

(2) 結 果

対象者	受診者数(人)
国民健康保険被保険者 後期高齢者医療制度加入者	5,474
生活保護受給者	36
協会けんぽ被扶養者	153

4 健康診査（生活保護受給者）

健康診査は、40 歳以上の生活保護受給者を対象にして、市内の医療機関で実施。

(1) 検査項目

問診、理学的所見、身体計測、血圧、血中脂質検査、肝機能検査、心電図、眼底検査については、医師の判断に基づいて実施する。

(2) 結 果 対象者 998 人 受診率 13.1%

検査結果	人数(人)	割合(%)
異常なし	3	2.3
要観察	45	34.4
要指導	44	33.6
要医療	13	9.9
治療中	26	19.8
計	131	100.0

5 肝炎ウイルス検診

C型肝炎緊急総合対策の一環として、市内指定医療機関で実施。

(1) 対 象

昭和 60 年 4 月 1 日～昭和 61 年 3 月 31 日生まれの方

(2) 検診結果

C 型 (人)

	男	女	計
感染している可能性が高い	0	0	0
感染していない可能性が高い	2	11	13

B 型 (人)

	男	女	計
陽 性	0	0	0
陰 性	2	11	13

6 がん検診

平成 20 年度から特定健康診査の開始に伴い、個別の胃がん・大腸がん検診を開始。

※精密検査受診結果に関しては令和 8 年 5 月 31 日までに保健センターへ精密検査結果報告書の提出があったものを集計

がん（個別）検診

(人)

検診名	受診者数	初回受診者数	一次検診結果					要精検率	精密検査結果		
			異常なし	要観察	要精密検査	その他の疾患	判定不能		異常なし	がん	その他
胃がん検診 (X線)	4,289	753	3,069	1,036	182	-	2	4.2%	26	4	66
大腸がん検診	9,356	1,473	8,367	-	955	-	34	10.2%	163	19	160
子宮頸がん検診	1,528	850	1,485	-	42	1	0	2.7%	13	1	28
乳がん検診 (マンモグラフィ)	882	431	815	16	51	-	-	5.8%	25	3	21
胸部X線検診	10,832	1,688	7,653	2,764	262	152	1	2.4%	109	3	66
前立腺がん検診	4,188	693	3,693	240	255	-	-	6.1%	33	17	59

検診名	受診者数	初回受診者数	一次検診結果					要精検率	要精検者数		精密検査結果		
			胃がんなし	胃がん疑い	胃がん	胃がん以外の悪性病変	判定不能		生検数	要再検査数	異常なし	胃がんなし	胃がん
胃がん検診 (内視鏡)	1,885	522	1,871	7	5	2	-	8.4	153	6	5	143	7

人間ドックとして実施したがん検診（胃がん・大腸がん・肺がん検診）の実績もそれぞれの検診（個別）に加算して計上

※肺がん検診＝胸部 X 線検診

※－：該当なし

がん（集団）検診

(人)

検診名	回数	受診者数	初回受診者数	一次検診結果				要精検率	要精密検査結果		
				異常なし	要観察	要精密検査	その他の疾患		異常なし	がん	その他
胃がん検診 (X線)	11	284	120	154	121	9	-	3.2%	0	0	8
大腸がん検診	15	575	232	539	-	36	-	6.3%	10	2	12
乳がん検診 (マンモグラフィ)	12	799	341	770	1	28	-	3.5%	9	2	12
乳がん検診 (超音波)	4	115	64	83	29	3	-	2.6%	1	0	2
子宮頸がん検診	6	341	164	338	-	0	3	0.0%	0	0	0
胸部X線検診	4	110	16	86	18	0	6	0.0%	0	0	0
肺がん検診 (喀痰)	-	2	1	2	-	0	-	0.0%	-	-	-

※－：該当なし

※胸部 X 線検診は結核検診を兼ねる

※令和 5 年度より、同日開催でも会場が異なる場合は回数を数えることとする

女性特有のがん検診推進事業（平成 21 年度から実施）

(1) 無料クーポン券を配布（乳がん検診（40 歳）、子宮頸がん検診（20 歳））

特定の年齢に達した女性に対し、無料クーポン券とリーフレット（令和元年度より検診手帳をリーフレットに変更）を配布。女性特有のがん検診を無料で受診できる機会を設け、受診促進と早期発見、正しい健康知識の普及を目的とする。

検診名	対象者数 (人)	検診手段	クーポン利用者数 (人)	利用率	がん (人)
乳がん検診	823	集団	67	21.5%	0
		個別	110		0
子宮頸がん検診	781	集団	1	10.5%	0
		個別	81		0

(2) 乳がん・子宮頸がん検診コールリコール

令和 5 年度に無料クーポン券を配布した方で、当該年度内に未使用かつ過去 5 年間（令和 2 年～令和 6 年度）に一度も市が実施する検診を受診していない方に無料クーポン券を再度発行し無料で検診を受診できるコールリコール事業を実施。

検診名	対象者数 (人)	検診手段	クーポン利用者数 (人)	利用率	がん (人)
乳がん検診	660	集団	12	6.4%	0
		個別	30		0
子宮頸がん検診	757	集団	0	4.5%	0
		個別	34		0

働く世代への大腸がん検診推進事業（40 歳）（令和 4 年度より対象を 40 歳のみへと変更）

特定の年齢に達した男女に対し、がん検診の受診促進を図るとともに、がんの早期発見と正しい健康知識の普及、啓発を進め、市民の健康の保持増進を目的とする。

検診名	対象者数 (人)	検診手段	クーポン利用者数 (人)	利用率	がん (人)
大腸がん検診	1,767	集団	42	6.0%	0
		個別	64		0

がん検診受診者の年齢構成

がん検診（乳がん・子宮がん検診を除く）実施期間：6月1日～2月14日

乳がん・子宮がん検診実施期間：6月1日～3月31日

個別（男）

（人）

検診名	受診者数	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
胃がん検診（X線）	2,215	－	3	82	111	332	1,687
胃がん検診（内視鏡）	915	－	－	－	60	145	710
大腸がん検診	4,413	－	7	136	237	644	3,389
胸部X線検診	4,969	－	2	129	252	701	3,885
前立腺がん検診	4,188	－	－	－	251	608	3,329

個別（女）

（人）

検診名	受診者数	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
胃がん検診（X線）	2,074	－	3	134	156	404	1,377
胃がん検診（内視鏡）	970	－	－	－	95	222	653
大腸がん検診	4,943	－	10	252	389	946	3,346
子宮頸がん検診	1,528	237	200	383	313	214	181
乳がん検診（マンモグラフィ）	882	－	－	332	235	152	163
胸部X線検診	5,863	－	4	217	374	978	4,290

集団（男）

（人）

検診名	受診者数	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
胃がん検診（X線）	65	－	8	10	8	11	28
大腸がん検診	112	－	10	17	18	21	46
胸部X線検診	38	－	－	－	－	4	34
肺がん検診（喀痰）	3	－	－	－	1	1	1

集団（女）

（人）

検診名	受診者数	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
胃がん検診（X線）	219	－	26	47	55	55	36
大腸がん検診	463	－	39	116	120	110	78
子宮頸がん検診	341	4	27	54	94	81	81
乳がん検診（マンモグラフィ）	799	－	－	193	211	199	196
乳がん検診（超音波）	115	－	106	9	－	－	－
胸部X線検診	72	－	－	－	－	17	55
肺がん検診（喀痰）	0	－	－	－	0	0	0

がん要精密検査者の年齢・性別構成
胃がん検診（X線）

(人)

区分		要精密検査者数	受診者数 精検	未受診者数 精検	未把握者数 精検	精検受診率	精密検査結果								
							異常なし	（転移性を 含まない）	胃がん 指腸・十二指腸潰瘍	胃ポリープ	粘膜下腫瘍	潰瘍・十二指腸 潰瘍・十二指腸	胃炎	又はがんの 未確定	その他 （転移性を 含む）
40歳未満	男	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
40～44歳	男	1	0	0	1	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	1	0	0	1	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49歳	男	0	0	0	0	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	1	0	0	1	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54歳	男	2	1	0	1	50.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	4	1	0	3	25.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55～59歳	男	1	1	0	0	100.0%	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	女	5	1	0	4	20.0%	1	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64歳	男	1	1	0	0	100.0%	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	女	2	1	0	1	50.0%	0	0	0	1	0	0	0	0	0
65～69歳	男	10	5	1	4	50.0%	1	0	0	3	0	1	0	0	0
	女	13	4	3	6	30.8%	1	0	0	1	1	0	0	0	1
70～74歳	男	26	15	2	9	57.7%	2	1	0	2	0	1	8	0	1
	女	22	15	0	7	68.2%	1	0	0	3	2	0	7	0	1
75歳以上	男	58	36	5	17	62.1%	11	3	1	4	0	0	15	0	2
	女	46	23	2	21	50.0%	9	0	0	4	0	1	7	0	2
合計 (40歳未満を含む)	男	99	59	8	32	59.6%	14	4	1	9	0	2	25	0	4
	女	94	45	5	44	47.9%	12	0	0	9	3	1	14	0	4
	計	193	104	13	76	53.9%	26	4	1	18	3	3	39	0	8
合計 (40歳未満を除く)	男	99	59	8	32	59.6%	14	4	1	9	0	2	25	0	4
	女	94	45	5	44	47.9%	12	0	0	9	3	1	14	0	4
	計	193	104	13	76	53.9%	26	4	1	18	3	3	39	0	8

がん要精密検査者の年齢・性別構成
胃がん検診（内視鏡）

(人)

区分		要精密検査者数			受診者数 精検	未把握者数 精検	精検受診率	精密検査結果									
		受診者数 生検	要再検査数 うち	計				異常なし	（転移性を 含まない） 胃がん	食道がん	胃・十二指腸潰瘍	胃ポリープ	粘膜下腫瘍	胃・十二指腸潰瘍癒痕	胃炎	がんの疑い 又は未確定	その他 （転移性を 含む）
50～54歳	男	5	0	5	5	0	100.0%	0	0	0	0	1	0	0	3	0	1
	女	2	0	2	2	0	100.0%	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0
55～59歳	男	1	1	2	1	1	50.0%	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	女	0	0	0	0	0	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64歳	男	3	0	3	3	0	100.0%	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1
	女	1	0	1	1	0	100.0%	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
65～69歳	男	10	1	11	10	1	90.9%	0	0	0	0	3	0	0	7	0	0
	女	9	0	9	9	0	100.0%	0	0	0	1	1	0	0	6	0	1
70～74歳	男	16	1	17	17	0	100.0%	0	0	0	0	1	0	1	9	2	4
	女	15	1	16	15	1	93.8%	0	2	0	1	4	0	0	8	0	0
75歳以上	男	53	2	55	53	2	96.4%	1	4	0	2	5	0	6	26	3	6
	女	38	0	38	38	0	100.0%	3	1	0	0	7	0	4	19	0	4
合計	男	88	5	93	89	4	95.7%	1	4	0	2	10	0	7	48	5	12
	女	65	1	66	65	1	98.5%	3	3	0	2	12	0	4	36	0	5
	計	153	6	159	154	5	96.9%	4	7	0	4	22	0	11	84	5	17

がん要精密検査者の年齢・性別構成
大腸がん検診

(人)

区分		要精密検査者数	精密検査受診者数	未受診者数 精密検査	未把握者数 精密検査	精密検査受診率	精密検査結果							
							異常なし	大腸がん (転移性を 含まない)	ポリープ	憩室	痔疾患	潰瘍性 大腸炎	がんの 疑い未 確定	その他 (転移性 を含む)
40歳未満	男	2	1	0	1	50.0%	0	0	0	1	0	0	0	0
	女	3	2	0	1	66.7%	2	0	0	0	0	0	0	0
40～44歳	男	7	2	1	4	28.6%	1	0	1	0	0	0	0	0
	女	16	8	0	8	50.0%	6	0	0	1	1	0	0	0
45～49歳	男	3	0	0	3	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	15	11	1	3	73.3%	5	0	3	2	0	0	0	1
50～54歳	男	12	2	1	9	16.7%	2	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	9	0	11	45.0%	8	0	1	0	0	0	0	0
55～59歳	男	12	10	1	1	83.3%	4	0	6	0	0	0	0	0
	女	13	8	1	4	61.5%	4	1	2	1	0	0	0	0
60～64歳	男	17	13	2	2	76.5%	2	1	7	1	1	0	0	1
	女	30	20	1	9	66.7%	6	1	11	1	1	0	0	0
65～69歳	男	45	23	1	21	51.1%	6	1	15	0	0	0	0	1
	女	45	33	0	12	73.3%	9	0	18	4	0	0	0	2
70～74歳	男	81	49	5	27	60.5%	8	3	28	8	1	0	0	1
	女	77	49	5	23	63.6%	13	3	22	9	1	0	0	1
75歳以上	男	337	187	40	110	55.5%	53	7	91	25	2	0	2	7
	女	256	151	21	84	59.0%	44	4	65	28	1	0	2	7
合計 (40歳未満を含む)	男	516	287	51	178	55.6%	76	12	148	35	4	0	2	10
	女	475	291	29	155	61.3%	97	9	122	46	4	0	2	11
	計	991	578	80	333	58.3%	173	21	270	81	8	0	4	21
合計 (40歳未満を除く)	男	514	286	51	177	55.6%	76	12	148	34	4	0	2	10
	女	472	289	29	154	61.2%	95	9	122	46	4	0	2	11
	計	986	575	80	331	58.3%	171	21	270	80	8	0	4	21

がん要精密検査者の年齢・性別構成
胸部 X 線検診

(人)

区分		要 精 検 者 数	精 検 受 診 者 数	未 受 診 者 数	精 検 未 把 握 者 数	精 検 受 診 率	精密検査結果				
							異 常 な し	肺 が ん	良 性 肺 腫 瘍	又 は が ん の 未 確 定 い	（ 転 移 性 肺 が ん を 含 む ） そ の 他
40～44歳	男	2	1	0	1	50.0%	1	0	0	0	0
	女	0	0	0	0	0.0%	0	0	0	0	0
45～49歳	男	1	0	0	1	0.0%	0	0	0	0	0
	女	1	1	0	0	100.0%	1	0	0	0	0
50～54歳	男	2	1	0	1	50.0%	1	0	0	0	0
	女	1	1	0	0	100.0%	1	0	0	0	0
55～59歳	男	4	3	0	1	75.0%	2	0	0	0	1
	女	2	2	0	0	100.0%	1	0	0	0	1
60～64歳	男	7	5	1	1	71.4%	4	0	0	0	1
	女	4	3	0	1	75.0%	3	0	0	0	0
65～69歳	男	8	3	0	5	37.5%	3	0	0	0	0
	女	15	10	1	4	66.7%	6	0	1	0	3
70～74歳	男	23	16	1	6	69.6%	12	0	0	0	4
	女	15	14	0	1	93.3%	10	0	0	0	4
75歳以上	男	90	57	4	29	63.3%	30	2	1	3	21
	女	87	60	2	25	69.0%	34	1	0	3	22
合計	男	137	86	6	45	62.8%	53	2	1	3	27
	女	125	91	3	31	72.8%	56	1	1	3	30
	計	262	177	9	76	67.6%	109	3	2	6	57

がん要精密検査者の年齢・性別構成
子宮頸がん検診

(人)

区分	要精密検査者数	精密検査受診者数	未受診者数 精密検査	未把握者数 精密検査	精密検査受診率	精密検査結果							
						異常なし	LSIL/CIN1	HSIL/CIN2	HSIL/CIN2～3	HSIL/CIN3	AIS	子宮頸がん	(腺のその他含む)異形成患者
20～24歳	12	8	0	4	66.7%	3	4	0	0	0	0	0	0
25～29歳	3	3	0	0	100.0%	0	0	1	0	1	0	0	1
30～34歳	4	2	0	2	50.0%	2	0	0	0	0	0	0	0
35～39歳	5	4	0	1	80.0%	2	1	0	0	1	0	0	0
40～44歳	5	4	0	1	80.0%	1	2	0	0	0	0	0	0
45～49歳	8	7	0	1	87.5%	3	2	2	0	0	0	0	0
50～54歳	0	0	0	0	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0
55～59歳	2	1	0	1	50.0%	1	0	0	0	0	0	0	0
60～64歳	1	1	0	0	100.0%	1	0	0	0	0	0	0	0
65～69歳	0	0	0	0	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74歳	1	1	0	0	0.0%	0	0	0	0	0	0	1	0
75歳以上	1	0	0	1	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	42	31	0	11	73.8%	13	9	3	0	2	0	1	1

がん要精密検査者の年齢・性別構成
乳がん検診（マンモグラフィ）

(人)

区分	要精密検査者数	精密検査受診者数	未受診者数 精密検査	未把握者数 精密検査	精密検査受診率	精密検査結果		
						異常なし	含（転乳がんを まな性 い）を	含（転乳がんを む）を その他
40～44歳	19	17	0	2	89.5%	8	0	9
45～49歳	11	11	0	0	100.0%	4	1	6
50～54歳	12	11	0	1	91.7%	6	0	5
55～59歳	15	13	0	2	86.7%	6	2	5
60～64歳	1	1	0	0	100.0%	1	0	0
65～69歳	6	6	0	0	100.0%	3	1	2
70～74歳	5	5	0	0	100.0%	2	0	3
75歳以上	10	8	0	2	80.0%	4	1	3
合計	79	72	0	7	91.1%	34	5	33

乳がん検診（超音波）

(人)

区分	要精検者数	精検受診者数	未受診者数 精検	未把握者数 精検	精検受診率	精密検査結果		
						異常なし	含（転乳がん ま移性を ない）	（転移性を 含む）その他
30～34歳	0	0	0	0	0.0%	0	0	0
35～39歳	3	3	0	0	100.0%	1	0	2
40～44歳	0	0	0	0	0.0%	0	0	0
合計	3	3	0	0	100.0%	1	0	2

がん要精密検査者の年齢・性別構成
前立腺がん検診

(人)

区分	要精検者数	精検受診者数	未受診者数 精検	未把握者数 精検	精検受診率	精密検査結果		
						異常なし	前立腺がん	その他
50～54歳	3	2	0	1	66.7%	1	0	1
55～59歳	4	1	2	1	25.0%	0	0	1
60～64歳	8	5	0	3	62.5%	1	0	4
65～69歳	31	11	2	18	35.5%	6	2	3
70～74歳	37	13	1	23	35.1%	3	3	7
75歳以上	172	59	13	100	34.3%	22	12	25
合計	255	91	18	146	35.7%	33	17	41

7 骨粗しょう症検診

寝たきりの原因となる骨粗しょう症予防のため、30歳以上の市民を対象に実施。

※平成28年度から踵部（かかと）の超音波診断

受診者の年齢・性別構成

(男)

(人)

年齢	異常認めず	要指導	要精検	合計
30～39歳	5	0	0	5
40～49歳	0	0	0	0
50～59歳	4	0	0	4
60～69歳	2	1	2	5
70歳以上	22	15	6	43
合計	33	16	8	57

(女)

(人)

年齢	異常認めず	要指導	要精検	合計
30～39歳	7	5	1	13
40～49歳	9	6	0	15
50～59歳	23	16	8	47
60～69歳	9	28	16	53
70歳以上	14	41	35	90
合計	62	96	60	218

8 健康教育事業

(1) 乳がん検診時健康教育

ア 目的

乳がんについての理解を深め、ブレスト・アウェアネスを習得してもらい、乳がんの早期発見、早期治療に結びつける。

イ 対象

乳がん検診受診者

ウ スタッフ

保健師、看護師

エ 実施内容・参加者数

回数	内容	参加者数
233回	乳がんについて ブレスト・アウェアネスについて セルフチェックについて	800人

(2) 地区健康教育

ア スタッフ
保健師等

イ 保健師対応健康教育 実施内容・参加者数

(人)

地区・グループ名	内 容	参加者数
小針区・3あい	身長・体重・握力・血圧・骨密度測定結果・市の健康ツールについての講話	30
小松寺区・3あい	血圧・長座体前屈・体組成形・握力の測定 熱中症に関する講座	30
久保一色本田区・3あい	脳トレと小牧山体操の実施	24
久保山団地区	フレイル予防（筋トレ、栄養、口腔）	25
小牧原北区・3あい	体組成・血圧計・握力・長坐位・フレイル 予防に関する講話&脳トレ	20
間々原区	ボディチェッカー・体組成・物忘れチェック・講話、長座、握力、血圧、脳トレ	17
小牧原中区サロン	体組成・血圧計・握力・長坐位・開眼片足 立ち測定フレイル予防体操	18
村中区・サロン	フレイルについての講話、体操	26
入鹿区	測定（握力、長座体前屈、体組成、血圧計）、健康相談、体操	42
小牧原駅東区	脳トレ、お口	20
二重堀区	フレイル講座 握力、口腔機能、AGE s 測定	30
村中区・3あい	正しい歩き方、体操	30
東新町区	骨密度、体組成、血圧	26
野口区・3あいサロン合同	フレイルについて（運動・食事）	29
シルバースポーツ	体組成計の結果説明、フレイル、熱中症	35
みどり台集いの会	熱中症について	26
6圏域こまき山体操代表者等交流会	貸出物品の説明、熱中症について	15
東部ゆうゆう学級	熱中症について	27
あいち清光会家族会	フレイル予防に関する講話	60
三ツ淵学区健康フェア	フレイルについて、体操、熱中症対策	103
ふれあいのつどい	握力測定、フレイルについて	110
下小針ふれあいいいきいサロン	体組成、握力、血圧、長座体前屈、フレイル チェック	25
小牧ヶ丘あすなろ会	体組成、握力、長座体前屈測定 フレイルについて	8
岩崎東区 中サロン	フレイル体操、脳トレ	40
大山区3あい事業	体組成、握力、長座体前屈 フレイルについて	21
竹林地区ふれあいきいきサロン	転倒予防について	18
計		855

ウ 管理栄養士対応健康教育 実施内容・参加者数（成人関係）
（人）

団体名	内 容	参加者数
保健連絡員Cグループ学習会	食事をおいしくバランスよく	19
保健連絡員Dグループ学習会	栄養成分表示の見方と、年齢と共に注目したい栄養成分	23
寿学園	おいしく食べて元気に長生き！～シニア期の食事を考える～	439
計		481

(3) 職域健康教育

ア スタッフ
保健師等

イ 実施内容・参加者数（人）

団体名	内 容	参加者数
上下水道部	心の健康について	12
DNP 田村プラスチック(株)	健診結果の見方について	68

(4) 出前講座（国保協力事業）

ア 目 的

日頃集まる場（地区老人クラブ等）を活用し、おくちの健康やフレイル予防などについての知識の普及や日常生活の中で実施できる体操などの習慣化を促すことで、要介護状態になることを予防する。

また、生活習慣病や体力低下を予防し、市民が健康づくりをするためのきっかけをつくることや疾患に対する理解を促し、予防行動につながることで、自己肯定感を育み、市民が心身ともに健やかに過ごすための基盤づくりを図る。

イ 対 象

小牧市内の老人クラブの会員、保健連絡員活動、地域3あい事業の出前講座等、地区からの団体申し込み

ウ コース名・内容・講師

コース名	内 容	講 師
防ごう誤嚥性肺炎！ これであなとも歯あ わせ講座	【講話】誤嚥性肺炎を予防するポイントなど 【実技】顔の筋トレ、健口体操など	歯科衛生士
転ばぬ先の転倒予防 教室	【講話】「日常生活における転倒予防とは」など 【実技】転びにくい体づくりのための体操など	運動指導士 及び看護師
みんなで楽しもう！ 健康体操	【講話】ラジオ体操の正しい方法について 【実技】実技指導、ストレッチ、みんなの体操 指導など	体操指導員

～ゲートキーパー入門～優しい聴き方講座	【講話】ゲートキーパーについて 【実技】ペアワーク、ストレッチなど	精神保健福祉士
人生100年時代の「食べる」を知ろう講座	【講話】「健康寿命をのばすためにフレイルを予防しよう」 【実技】BMIチェック、11種のバランスチェック、今晚のメニューを考えよう	管理栄養士
オトナ女子の更年期講座	【講話】更年期について 【実技】体操など	NPO法人 ちえぶら
女性の健康講座～やってみよう！骨盤底筋エクササイズ～	【実技】出産や加齢による腹圧性の尿漏れ予防に効果的なエクササイズ	NPO法人 ちえぶら
睡眠がもたらす健康の秘訣	【講話】睡眠について	保健師
糖尿病予防教室「どうする？ごはんの話」	【講話】糖尿病予防について	管理栄養士
いのちの授業～地域版性教育～	【講話】人の出生、プライベートゾーンについて	助産師 保健師

エ 実施回数・参加人数

(人)

コース名	令和7年度		令和6年度		令和5年度	
	回数	人数 (延べ)	回数	人数 (延べ)	回数	人数 (延べ)
転ばぬ先の転倒予防教室	5	131	7	199	5	94
みんなで楽しもう！健康体操	9	205	5	115	6	117
立っても座ってもOK！本気のラジオ体操講座						
めざせ！健康長寿～今からできること～					5	115
人生100年時代の「食べる」を知ろう講座	8	235	6	144	4	68
育てよう！自己肯定感			0	0		
防ごう誤嚥性肺炎！これであなとも歯あわせ講座	9	189	13	354	12	321
オトナ女子の更年期講座	3	62	4	60	5	113
女性の健康講座～骨盤底筋エクササイズ～	4	72	7	129	7	143
～ゲートキーパー入門～優しい聴き方講座	1	29	3	91		
～ゲートキーパー入門編～優しい伝え方講座						
睡眠がもたらす健康の秘訣	6	167				
糖尿病予防教室「どうする？ごはんの話」	4	71				
いのちの授業～地域版性教育～	0	0				
計	49	1,161	45	1,092	44	971

(5) 自分・家族の健康を考える食生活講座（ヘルスマイト養成講座）

ア 目 的

自分の食生活を見直し、生涯にわたり健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、望ましい食生活について、講義と実習の両面から学ぶ。

そして、市民自らが健康づくりに取り組み、その学びを家族、地域、職場の人々へ広げ、社会全体の健康づくりに寄与できることを目指す。

イ 対 象

市民 2 人

ウ スタッフ

管理栄養士、保健師、歯科衛生士、精神保健福祉士、ヘルスマイト

エ 実施内容・参加者数

(人)			
回	実施日	内 容	参加者数
1	10月15日（水）	オリエンテーション 講話「小牧の健康状況と取り組みについて」 講師：保健師 講話「地区組織活動について」 「自分や家族の食生活を見直そう」 講師：管理栄養士	1
2	11月19日（水）	調理実習「バランスのとれた食事を作ろう」 講話「食事バランスガイドの使い方」 「生活習慣病と予防法を知ろう！」 講師：管理栄養士	2
3	12月17日（水）	運動実習「体を動かして、フレイルを予防しよう」 講師：保健師 講話「オーラルフレイルとお口の健康」 講師：歯科衛生士 講話「こころの健康とフレイル」 講師：精神保健福祉士 講話「フレイル予防の食事と低栄養」 講師：管理栄養士	2
4	1月21日（水）	調理実習「フレイル予防の食事」 講話「減塩について」 講師：管理栄養士	2
5	2月18日（水）	調理実習「食塩を控えた食事」 塩分測定「おうちの味を確認しよう」 講話「食中毒予防について」 講師：管理栄養士	2
6	3月18日（水）	講話「食品成分表を使って、栄養価を計算しよう！」 グループワーク「私たちにできる健康づくり」 講師：管理栄養士 講話「ヘルスマイトについて」 講師：ヘルスマイト 修了証書授与	2
計			11

オ 食生活改善協議会員（ヘルスメイト）活動開始者数 2 人
（講座修了者は食生活改善協議会員として活動できる）

9 健康相談事業

(1) 医師健康相談 人(回)

実 施 日 時	場 所	実 施 内 容	参加者数（開催回数）		
			令和7年	令和6年	令和5年
毎週月曜日 9時～11時45分 13時～14時15分 毎週水曜日 9時～11時15分	保健センター	・病気に関する相談 ・健診結果の説明 ・治療等に関する相談 等	17 (89)	15 (88)	12 (95)

ア 目 的

気になる症状があるが、病院へは行きづらい方や病気についての相談を希望する方に、自分の健康に関して医師の相談を実施し、自らの健康を振り返り、健康に関する意識を高める機会とする。

イ 対 象

健康に関して、医師へ何らかの相談を希望する市民

(2) 保健師等健康相談

人(回)

実 施 日 時	場 所	実 施 内 容	参加者数（開催回数）		
			令和7年	令和6年	令和5年
毎月第4月曜日 9時～11時45分	保健センター	・健康に不安のある方の運動・食 事等の日常生活相談 ・血圧測定・尿検査の実施	39 (24)	89 (24)	153 (46)
毎月第3火曜日 9時30分～11時15分	味岡市民センター		－ －	－ －	8 (11)
毎月第3水曜日 9時30分～11時15分	東部市民センター		－ －	－ －	4 (11)
計			39 (24)	89 (24)	165 (68)

ア 目 的

病気の有無にかかわらず、自らの健康を保持・増進し、生活習慣病を予防しながら健康を守っていくことができるよう、健康意識を高める。

イ 対 象

市民

(3) 保健師・管理栄養士による生活習慣病予防相談

人(回)

実施日時	場 所	実施内容	参加者数(開催回数)		
			令和7年	令和6年	令和5年
毎週月曜日 9時30分～12時 13時30分～16時	保健センター	生活習慣、食事記録をもとにした 具体的な生活習慣の相談	53 (40)	44 (38)	64 (43)

ア 目 的

- ・自分の健康に対する知識や各種生活習慣病に対する知識を深める。
- ・何らかの生活習慣病を持ちながらも、元気で、自己実現のできる生活ができるよう健康を生活の重要な条件として認識する。
- ・自分の健康状態を振り返り、積極的に日常生活や食生活、運動習慣を見直し、今後の生活につなげていける機会とする。

イ 対 象

- ・健康状態を振り返り、積極的に日常生活や食生活・運動習慣を見直したい方及びその家族
- ・骨粗しょう症検診で、要指導・要精検となった方及びその家族
- ・病気などにより日常生活の改善が必要な方及びその家族

ウ 相談来所きっかけ

(人)

医師からの紹介	健診結果より	一般相談より	教室等での紹介	広報・チラシ	継続の方	その他
4	38	0	2	0	2	7

エ 相談内容内訳(相談内容は再掲、重複あり)

(件)

相談内容	糖尿病	高血圧	脂質異常症	肥満	骨粗しょう症	食事一般	その他
相談件数	34	16	21	5	8	2	1

(4) 精神保健福祉士による心の健康相談

令和7年度

精神保健福祉 面接・電話・訪問 相談実施集計結果について

	年齢区分						合計 相談件数	性別		本人	家族	その他	相談内容（重複可）															
	妊産婦	乳児期	小・中・高・大	19歳―39歳	40歳―64歳以上	65歳以上		男	女				マタニティブルー	子育て（メンタル）	社会復帰	こころの健康づくり	薬物	いじめ	ひきこもり・不登校	自殺関連	犯罪被害	精神疾患						
																						うつ	統合失調症	発達障害	アルコール	摂食障害	受診について	その他
面接相談	0	0	0	17	9	0	26	18	8	22	3	1	0	0	0	24	0	0	0	1	0	1	12	0	1	0	7	3
電話相談	0	0	6	16	69	82	173	41	132	155	16	2	0	0	5	169	0	1	4	0	0	3	111	0	8	1	21	5
訪問	0	0	0	1	1	1	3	2	1	3	0	0	0	0	1	3	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1
各項目の合計	0	0	6	34	79	83	202	61	141	180	19	3	0	0	6	196	0	1	4	1	0	4	124	0	10	1	29	9

10 訪問指導

(1) 健康増進法に基づく訪問指導

ア 目的

生活習慣病、要介護状態になることの予防に関する指導、または療養上保健指導が必要であると認められる者及びその家族に対し、保健師等が訪問して健康に関する問題を総合的に把握し、必要な指導を行うことで、心身機能の低下を予防し、健康の保持・増進を図る。

イ 対象

40歳以上 65歳未満の者及びその家族

(ア) 対象者の把握方法

(人)

内 容	令和7年度	令和6年度	令和5年度
県関係機関より	1	1	0
医療関係より	0	0	0
福祉関係より	1	2	0
本人・介護者・家族からの依頼	2	1	0
保健連絡員・ボランティアから紹介	0	0	0
保健センター事業より	1	0	0
前年度から継続	0	0	0
糖尿病重症化予防事業より（再掲）	0	0	0
その他	2	1	0
計	7	5	0

(イ) 被指導人員

(人)

内 容	実人員	延人員
生活習慣病要指導者等	0	0
閉じこもり予防	0	0
認知症の者	0	0
精神的支援	5	10
その他	2	3
計	7	13

ウ 実施結果

(ア) 保健師・訪問指導員による訪問

・訪問延件数 13 件

・訪問指導内容 (件)

内 容	件 数
血圧測定	0
疾患	0
服薬	0
食生活	0
口腔衛生	0
咀嚼嚥下	0
A D L	0
I A D L	0
運動	0
環境整備	0
生きがいづくり	0
地域活動参加勧奨	0
基本チェックリスト実施	0
他機関紹介	0
家族間調整	0
就労	0
日常生活	4
各種制度	1
受療・医療	7
苦情	0
傾聴	10
自殺	0
その他	0

※重複記載あり

(1) 管理栄養士による訪問

・訪問件数 2件

(2) その他訪問指導

ア 目的

保健センターへの来所が困難な場合や家庭での状況を確認した上で
の指導が必要な場合、あるいは家庭での指導が適切な場合に訪問して
相談、指導を行う。

イ 対象

前述の健康増進法等の訪問対象以外の者及びその家族

(ア) 対象者の把握方法

(人)

内 容	令和7年度	令和6年度	令和5年度
県関係機関より	0	1	0
医療関係より	0	0	0
行政関係より	0	1	2
本人・介護者・家族からの依頼	1	5	2
保健連絡員・ボランティアから紹介	0	1	0
保健センター事業より	1	0	0
前年度から継続	1	2	2
糖尿病重症化予防事業より（再掲）	0	0	1
一体的実施事業	75		
その他	0	0	0
計	78	10	7

(イ) 被指導人員

(人)

内 容		実人員			延人員	
		40歳未満 （再掲）	65歳以上 （再掲）		40歳未満 （再掲）	65歳以上 （再掲）
生活習慣病要指導者等	0	0	0	0	0	0
閉じこもり予防	0	0	0	0	0	0
介護予防事業	0	0	0	0	0	0
認知症の者	0	0	0	0	0	0
精神的支援	1	1	0	3	3	0
一体的実施事業	75	0	75	160	0	160
その他	2	0	2	3	0	3
計	78	1	77	166	3	163

ウ 実施結果

(ア) 保健師・訪問指導員による訪問

・訪問延件数 166 件

・訪問指導内容 (件)

内 容	件 数
血圧測定	0
疾患	0
服薬	0
食生活	0
口腔衛生	0
咀嚼嚥下	0
A D L	0
I A D L	0
運動	0
環境整備	0
生きがいづくり	0
地域活動参加勧奨	0
基本チェックリスト実施	0
他機関紹介	4
家族間調整	0
就労	0
日常生活	42
各種制度	20
受療・医療	30
苦情	0
傾聴	39
自殺	0
その他	132

※重複記載あり

(イ) 管理栄養士による訪問

・訪問件数 1 件

1 1 ヤング健診

(1) 目 的

健康と毎日の生活習慣を振り返るきっかけとして、若い頃からの健診及び指導を受ける機会を提供して生活習慣病の予防につなげる。

生活習慣から起因する疾病の予防に向け、生活習慣病と密接に関係する内臓脂肪に着目した血液検査を取り入れた健診を実施し、ハイリスク者に対し自覚症状の有無にかかわらず検査値に基づく動機付けをすることで、糖尿病等の生活習慣病の発症予防や重症化防止につなげる。

(2) 対 象

- ・小牧市に住民登録のある 35 歳から 39 歳の方で、事業所等で健診を受ける機会のない方
- ・昨年度ヤング健診受診者のうち動機付け・積極的支援に該当した方(15 人)

(3) 実施日時

日にち：令和 7 年 7 月 16 日(水)、8 月 18 日(月)、9 月 19 日(金)、
10 月 22 日(水)

時 間：午前 9 時 30 分～12 時

(4) 会 場

保健センター

(5) 実施内容

身体計測（身長・体重・腹囲測定）、血圧測定、尿検査、血液検査（脂質検査・肝機能検査・血糖検査・アルブミン・尿酸・貧血検査・クレアチニン）、心電図検査、眼底検査、医師診察、生活習慣及び歯科に関する保健指導

(6) スタッフ

医師、保健師、看護師、歯科衛生士、事務員

(7) 受診結果概要

ア 受診者数 (人)

	令和 7 年度	令和 6 年度	令和 5 年度
35 歳	21	26	36
36 歳～39 歳	156	146	149
総受診者数	177	172	185

イ 健診結果による階層化

	令和 7 年度	令和 6 年度	令和 5 年度
情報提供レベル	156 人 (88.1%)	150 人 (87.2%)	164 人 (88.5%)
動機付け支援レベル	10 人 (5.6%)	15 人 (8.7%)	11 人 (5.9%)
積極的支援レベル	11 人 (6.2%)	6 人 (3.5%)	10 人 (5.4%)
判定不能		1 人 (0.6%)	

ウ 階層化による各レベルにおける内訳

(ア) 情報提供レベル 156 人 (男性 34 人 女性 122 人)

身体計測内訳 (人)

男性	腹囲 85cm 以上 + BMI25 以上のチェック	8
	腹囲 85cm 以上のみのチェック	6
	BMI25 以上のみのチェック	0
女性	腹囲 90cm 以上 + BMI25 以上のチェック	8
	腹囲 90cm 以上のみのチェック	1
	BMI25 以上のみのチェック	7

検査項目基準値外内訳

(人)

検査項目		男性	女性
収縮期血圧	高値	2	1
拡張期血圧	高値	3	1
空腹時血糖値	高値	3	3
HbA1c	高値	1	31
中性脂肪	高値	3	5
HDL コレステロール	低値	0	1

(イ) 動機付け支援レベル 10 人 (男性 2 人 女性 8 人)

身体計測内訳 (人)

男性	腹囲 85cm 以上 + BMI25 以上のチェック	2
	腹囲 85cm 以上のみのチェック	0
	BMI25 以上のみのチェック	0
女性	腹囲 90cm 以上 + BMI25 以上のチェック	4
	腹囲 90cm 以上のみのチェック	0
	BMI25 以上のみのチェック	4

検査項目基準値外内訳

(人)

検査項目		男性	女性
収縮期血圧	高値	1	6
拡張期血圧	高値	0	4
空腹時血糖値	高値	0	1
HbA1c	高値	1	2
中性脂肪	高値	1	4
HDL コレステロール	低値	1	0

(ウ) 積極的支援レベル 11 人 (男性 7 人 女性 4 人)

身体計測内訳

(人)

男性	腹囲 85cm 以上 + BMI25 以上のチェック	6
	腹囲 85cm 以上のみのチェック	1
	BMI25 以上のみのチェック	0
女性	腹囲 90cm 以上 + BMI25 以上のチェック	4
	腹囲 90cm 以上のみのチェック	0
	BMI25 以上のみのチェック	0

検査項目基準値外内訳

(人)

検査項目		男性	女性
収縮期血圧	高値	5	3
拡張期血圧	高値	5	2
空腹時血糖値	高値	1	0
HbA1c	高値	4	3
中性脂肪	高値	5	1
HDL コレステロール	低値	3	1

(8) ヤング健診後の保健指導状況

ア 個別面接状況

ヤング健診受診者 177 人中 135 人 (76.3%) と面接

うち 栄養相談 23 人

結果説明	男性	女性
情報提供レベル	34 人 (100%)	87 人 (71.3%)
動機付け支援レベル	2 人 (100%)	6 人 (75%)
積極的支援レベル	4 人 (57.1%)	2 人 (50%)
総利用者	40 人 (93.0) %	95 人 (70.9%)

イ 動機付け、積極的支援対象者への処遇

動機付け支援対象者 10 人(男性 2 人 女性 8 人) (人)

処 遇	男 性	女 性
特定保健指導に準じた保健指導を実施	1	5
専門職による保健指導を実施	1	2
資料送付	0	1

※複数選択あり

積極的支援対象者 11 人(男性 7 人 女性 4 人) (人)

処 遇	男 性	女 性
特定保健指導に準じた保健指導を実施	0	2
専門職による保健指導を実施	5	1
資料送付	2	1

※複数選択あり

1 2 重層的支援体制整備事業

子ども、高齢、障害、生活困窮など、分野ごとの枠組みを超え、複雑化・複合化した個々の課題を地域全体で包括的に支援することを目的として実施する事業です。

この事業のうち、個々の深刻な課題に対し、地域の中での自然なつながりや緩やかな見守りを仕組化し、より身近なセーフティネット機能を推進することを目的とし、事業を実施しています。

※令和6年度までは介護保険事業特別会計において実施しておりましたが、令和7年度から一般会計に移管して実施しました。

(1) 地域介護予防活動支援事業

ア 住友理工フレイルチェック測定会

(ア) 目 的

住友理工株式会社が開発したフレイルチェックシステムを用いて、フレイルチェックを行う機会を設けることで、自身の今の健康状態を知るきっかけとする。

(イ) 対 象

60歳以上の市民

(ウ) 内 容

身体計測、問診、体組成測定、握力、5m歩行速度、3m TUG、クロステスト（足圧測定）、フィードバック

(エ) 参加者数／回数

117人／8回

イ 介護予防サポートももの会

(ア) 目 的

地域の高齢者が、住み慣れた地域において自主的に介護予防に取り組むことができるよう、集いの場を運営する地域団体に対し、介護予防に必要な知識を提供し、地域住民の介護予防の推進及び居場所づくりを支援する。

(イ) スタッフ

保健師、看護師

(ウ) 方 法

ボランティアが主となり、介護予防の場を運営していけるよう支援していく。

保健センターからスタッフが出向き、実際の場面を通してどのように対処したらよいか伝えていく。

また、カンファレンスを通して実際の場면을振り返る機会を設ける。

(エ) 内 容

- ・介護予防に関するボランティア等の人材を育成するための指導
- ・介護予防に資する地域活動組織の育成・支援

(オ) グループ活動

a グループ活動の目的

高齢や病気のため体に不自由が生じ、気持ちがなかなか外に向かず、1人では外出しづらく、閉じこもりがちの方が集まれる場を作

り、介護予防に向けた取り組みを行う。

b グループの詳細

介護予防サポート ももの会

(a) 対象地区 篠岡地域

(b) 日 時 毎月第1・第3金曜日（月2回）

午前9時30分～午後3時30分

全24回 ボランティア会議1回

(c) 内 容 体操、ゲーム、レクリエーション、読み聞かせ、創作活動等

(d) メンバー及び利用者 (人)

	実人数	延べ人数
ボランティア (保健連絡員、保健連絡員OB)	19	260
利用者	7	140

1 3 地域支援事業 一般介護予防事業

(1) 介護予防普及啓発事業

ア 知って得する若返り講座

(ア) 目 的

心身の機能が低下した状態の「フレイル」に陥らないよう、その予防に向けた正しい知識を普及啓発し、市民一人ひとりがフレイル予防の大切さを認識し、自分ごととして行動に移すことができるよう促し、元気で生き生きとした潤いのある暮らしを続けていくことができるよう支援する。

【ねらい】

参加された人がフレイル予防に関する意識を向上させ、講座で得られた知識を個人や地域での活動の中で生かすことができる。

(イ) 対 象

概ね 60 歳以上で市内在住の方

(ウ) スタッフ

歯科衛生士、体操指導員

(エ) 内 容

- ・お口の機能アップと頭の体操を楽しみながら行う
- ・運動器機能向上のための筋トレ、ストレッチなど簡単な体操を音楽に合わせて行う

(オ) 会 場

ラピオ

サンビレッジ（社会福祉法人 あいち清光会）

田県の郷

勤労センター

北里市民センター

(カ) 実施状況 参加者数（延べ）

(人)

会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	総計
ラピオ	12	13	16	11	10	6	12	10	6	9	8	11	124	202
サンビレッジ	-	-	-	4	6	4	-	-	-	-	-	-	14	
田県の郷	-	6	5	8	-	-	-	-	-	-	-	-	19	
勤労センター	-	-	-	-	-	-	2	7	2	-	-	-	11	
北里市民センター	-	-	-	-	-	-	-	-	12	14	8	-	34	

イ 筋力アップのためのトレーニングマシン講習会

(ア) 目 的

高齢者にとって身近な老人福祉センターにおいて、高齢者自身が安全に効果的にトレーニングマシンを利用し、筋力特に下肢筋力の強化に向けて取り組むことができるよう支援する。

(イ) 対 象

小牧市在住の 60 歳以上の方

(ウ) スタッフ

健康運動指導士

(エ) 内 容

- ・筋力アップトレーニングやストレッチの必要性を伝える
- ・トレーニングマシンの正しく、安全かつ効果的な使用方法を指導する

(オ) 会 場

第一老人福祉センター 野口の郷 機能回復訓練室
第二老人福祉センター 小針の郷 機能回復訓練室
第三老人福祉センター 田島の郷 機能回復訓練室

(カ) 実施状況 実施回数・参加者数（延べ）

野口の郷 6 回
小針の郷 6 回
田島の郷 6 回

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	総計
野口の郷	-	18	-	15	-	10	-	25	-	10	-	6	84	220
小針の郷	-	7	-	7	-	8	-	8	-	10	-	7	47	
田島の郷	-	9	-	25	-	15	-	10	-	12	-	18	89	

ウ おいしく食べて元気に長生き！サロン巡回低栄養予防教室

(ア) 目 的

サロン参加者の状況に合わせて、低栄養予防についてのミニ講話や相談に応じることにより、低栄養予防に関する正しい知識の普及啓発を行う。

(イ) 対 象

市内のふれあいいきいきサロンの参加者

(ウ) 講 師

管理栄養士

(エ) 内 容

低栄養を予防する食事についての講話と簡易栄養相談を「おいしく食べて元気に長生き！サロン巡回低栄養予防教室」として実施

(オ) 実施場所

各サロン実施の会館等

(カ) 実施状況

10 か所 210 人に実施

エ まちかど運動教室

(ア) 目 的

フレイル予防に関する知識の普及啓発を行い、自らの健康状態を把握したうえで、自分にあった健康づくりを継続できるよう支援する。

(イ) 対 象

介護予防把握事業や令和 6 年度健康診査の結果から、フレイルリスクがある方

(ウ) スタッフ

健康運動指導士、管理栄養士ほか

(エ) 内 容

自身の体の状態を把握するため、健康測定（握力、開眼片足立ち、5 m 歩行、Timed Up & Go）を行うとともに、運動や栄養、口腔、認知におけるフレイル予防に関する講話を実施する。

(オ) 参加者数

	回数	参加者数 (実人数)	参加者数 (延人数)
南部	6	8	40
中部	6	15	65
西部	6	21	86
味岡	6	16	67
篠岡	6	26	117
北里	6	6	22
計	36	92	397

(2) フレイルハイリスク者重症化予防相談

ア フレイル改善個別相談

(ア) 目 的

加齢とともに心身の機能が低下し、要介護に陥る危険性の高い状態にある高齢者が口腔、栄養、運動の3分野において、各専門職による個々の状態に応じた支援を受けることで、フレイル改善に向けた取り組みを行い、住み慣れた地域でいつまでもいきいきとした生活を送ることができる。

- ① 個々の状態に応じた個別相談を通して、フレイル改善のための取り組み方法を知り、行動変容ができる。
- ② 通いの場に出向き、楽しみを見つけることで、他者とのつながりを持つことができる。

(イ) 対 象

保健師等の専門職が個別相談の必要があると判断した、概ね 60 歳以上の方

分野	判断基準
口腔	・固いものが食べにくくなった ・水や汁物でむせることが多くなった ・家族や友人から聞き取りにくいと言われるようになった
運動	・ひざや腰に痛みを感じる（医師より運動の許可がある） ・うでや肩に痛みを感じる（医師より運動の許可がある） ・ペットボトルのキャップが開けにくくなった ・10 分以上継続して歩くことができない ・以前と比べて歩く速度が遅くなってきた ・週に 2 回以上体を動かしていない
栄養	・体重減少（6 か月間で 2～3 kg 以上） ・BMI が 18.5 未満 ・健康診査等でアルブミン値が 3.5g/dl 未満 ・食事での困りごとがある

(ウ) 対象者の把握経路

- ・後期高齢者健康診査を実施している医療機関より把握
- ・高齢者の集う場（サロン等）において実施されるフレイルチェックや地域住民（保健連絡員等）を通して保健師等が把握
- ・介護予防実態把握事業において地域包括支援センターより把握
- ・国民健康保険加入者のうちレセプトより把握

(エ) スタッフ

【口腔・運動分野】

歯科衛生士 1 名、理学療法士 1 名、看護師もしくは保健師 1 名

【栄養分野】

管理栄養士 1 名

(オ) 方 法

【口腔・運動分野】

各老人福祉センターで開催日を設け、理学療法士、歯科衛生士による個別相談を行い、看護師がフィードバックを行う。

【栄養分野】

対象者との日程調整後、地区の会館や自宅等に管理栄養士が出向き、個別相談を行う。

(カ) 内 容

【3 分野共通】

- ・心身機能の状態について本人の気づきを促し、フレイル改善の取り組みのきっかけになるよう、その状態の改善に向けた相談、情報提供を行う
→本人の気づきを促すため、相談時にミニ測定を実施し、個々の状態に応じた個別相談を実施する
- ・自宅でも取り組めるように資料を配布する
- ・通いの場の紹介

(キ) 実施状況
分野別の実施人数

(人)

月	口腔・運動分野			栄養分野
	野口の郷	小針の郷	田島の郷	
4	－	－	－	0
5	－	－	－	1
6	1	－	2	0
7	－	2	4	0
8	4	2	－	0
9	3	－	3	0
10	1	4	3	0
11	3	4	4	0
12	3	3	1	0
1	1	2	3	0
2	－	2	4	0
3	2	2	－	0
合計	18	21	24	1
分野別合計	63			

1 4 小牧市健康づくり推進プランの推進

(1) 基本理念

「みんなが主役 支え合いの輪でつながるまち こまき」

(2) 最終目標

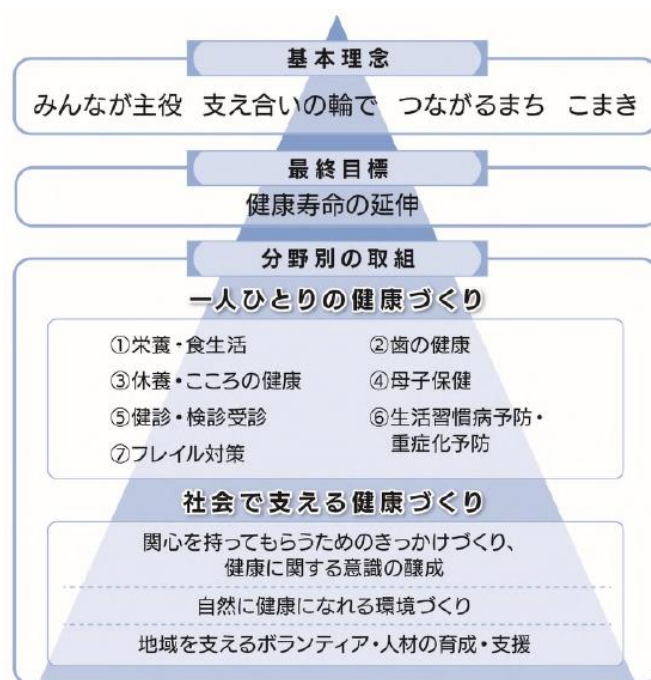
「健康寿命の延伸」

(3) 基本方針

1. 一人ひとりの健康づくり
2. 健診・検診受診率の向上
3. 生活習慣病予防・重症化予防
4. フレイル対策
5. 社会で支える健康づくり

(4) 推進の体系

最終目標である「健康寿命の延伸」の実現のため、分野別計画として、「一人ひとりの健康づくり」として7分野（①栄養・食生活、②歯の健康、③休養・こころの健康、④母子保健、⑤健診・検診受診、⑥生活習慣病予防・重症化予防、⑦フレイル対策）と「一人ひとりの健康づくり」を支える仕組みづくりとして、社会で支える健康づくりを設定し、それぞれが連携しながら施策を推進する。



(5) 小牧市健康づくり推進審議会および専門部会の設置

本プランの策定および推進に関する事項その他市民の健康づくりのための施策に関する事項について調査審議するため、小牧市健康づくり推進審議会を置く。また、その審議事項のうち、健康づくりに関する専門的事項について必要な調査及び研究を行うため、審議会に小牧市健康づくり推進審議会専門部会を置く。

名称・所掌事務	令和 7 年度
食育専門部会 (食育に関する事項について必要な調査及び研究を行うこと。)	食育関連事業の検討および運用状況の振り返りを行い、課題の共有と今後の方向性を整理。 食育イベント「みんなで結ぶ栄養の日 in こまき」開催。
歯と口腔の健康づくり専門部会 (歯と口腔の健康づくりに関する課題の解決及び市民のあるべき姿の実現に向け、必要な調査及び研究を行うこと。)	各ライフステージにおける、小牧市の歯科保健に関する課題について共有。 乳幼児期・学齢期の歯科保健活動について検討。 節目歯科健診の受診率向上に向けた取り組みについて検討。
糖尿病対策専門部会 (糖尿病対策に関する課題の解決及び市民のあるべき姿の実現に向け、必要な調査及び研究を行うこと。)	市の現状および、各委員の立場における課題について共有。 糖尿病についての正しい知識の周知啓発方法について検討。 世界糖尿病デーイベントの実施。

(6) 各分野の令和 7 年度の主な取り組み事業

【一人ひとりの健康づくり】

① 栄養・食生活

○食育月間普及啓発

- ・食育月間に合わせ、小牧市中央図書館と連携し、食育に関する図書コーナー設置

○食育イベント開催

- ・ヘルスラボ・こまきを会場に、管理栄養士・栄養士の活動をより広く発信するとともに、食育の推進や栄養課題の解決につなげることを目的とし、「みんなで結ぶ栄養の日 in こまき」を開催。

② 歯の健康

○いきいき世代個別歯科健診オーラルフレイルに関する健診項目を追加

- ・口腔機能低下の予防とともに市民のオーラルフレイルに関する知識の普及を図るため、いきいき世代個別歯科健診の全ての年代で、オーラルフレイルに関する健診の項目を追加した

③ 休養・こころの健康

○自殺予防啓発

- ・自殺予防週間にあわせて、図書館と連携し、イベントスペースにて、「心の健康づくり」に関する講座、パネルの展示、自殺対策に関連した書籍を集めた図書コーナー設置するなど、普及啓発を積極的に行った
- ・市民と職員向けにゲートキーパー養成講座を実施した
- 依存症に関する啓発
 - ・ギャンブル、薬物、アルコール等の依存症に関する啓発活動として、啓発グッズの配布、ポスターの掲示、市のホームページにて行った
- ④ 母子保健
 - 幼年期性教育
 - ・年長児とその保護者を対象とした性教育を実施（保育園・幼稚園での出前講座）した
- ⑤ 健診・検診受診
 - がん検診を受診しやすい環境づくり
 - ・集団がん検診での託児を実施した
 - ・ホームページの個別検診実施医療機関一覧表の電話番号をリンクとし、番号の入力を自動化した
 - ピンクリボン月間における周知啓発
 - ・10月のピンクリボン月間において、更衣室等を設置するジムやプールなどの施設にて、ブレスト・アウェアネスを中心とする女性の健康に関する情報提供を行い、意識の醸成を図った。
- ⑥ 生活習慣病予防・重症化予防
 - 健康相談事業
 - ・生活習慣病予防相談等で、生活習慣に改善が必要な方に対して尿検査等を実施し、専門職が相談に応じた。また、保険医療課と連携し、健診結果にて高血糖状態がみられる方に生活習慣病予防相談の案内を送付した。
 - 糖尿病対策事業
 - ・糖尿病デー（World Diabetes Day）にあわせて、ケーブルテレビや各 SNS での発信やブルーライトアップを行うことで周知啓発を実施した
 - 受動喫煙対策や COPD に関する取り組み
 - ・世界禁煙デーや COPD デーに合わせて、ポスターや各 SNS で周知啓発を実施した
 - 糖尿病対策事業
 - ・世界糖尿病デーに合わせ、市内公共施設および協力事業団体にて、ブルーライトアップをはじめとした周知啓発を行った。
 - ・保健センターの来所者にシールを貼付してもらい、ブルーサークルを作成した。
 - 青・壮年期女性を対象とした骨密度測定および周知啓発
 - ・20代～40代が来所されるようなイベント等に出向き、骨密度測定及び保健指導を実施した。
 - ・高校生を対象とした生と性のカリキュラムにおいて、骨量リーフレットを配布し、骨量に関する正しい知識や生活習慣等、高校生に適した内容について周知した。

⑦ フレイル対策

○高齢者の保健事業と介護予防等の一体的実施

- ・ハイリスクアプローチの一つである重症化予防（糖尿病治療中断者）への支援を開始した

【社会で支える健康づくり】

○地域で支える健康づくりの推進

- ・ヘルスラボ・こまきにおいて、地域で健康づくりやフレイル予防を普及啓発するうえで必要となる知識や技能を習得するための講座を開催し、地域での活動の場を提供した

○健康経営支援

- ・市内で健康経営に取り組む優良事業所（5社）を顕彰した
- ・健康経営優良法人認定申請を行う市内事業所に対し、申請費用の一部を補助した
- ・企業の健康経営担当者等を対象に、小牧市健康経営優良事業所表彰式とあわせて交流会を開催した

1 5 こまき健康いきいきポイント事業

(1) 目 的

自ら目標を定め、自分にあった健康づくりを楽しみながら継続できるよう、ポイント事業を実施して活動のきっかけや励みを提供する。これにより、健康づくりに取り組む世代・人口を拡大し、市民の健康増進を図る。

(2) 事業概要

愛知県との協働事業

「こまき健康いきいきポイント」パンフレットに掲載されている健康づくり（下記（4）の大人版こまき健康いきいきポイント事業内容参照）を実施して、ポイントを1,000ポイント以上貯めるとあいち健康づくり応援カード（まいか）と地域限定商品券（1,000円分）と交換できる。

「まいか」を提示すると、愛知県内の健康づくり応援カード協力店から優待を受けることができる。

(3) パンフレット配布、まいか・地域限定商品券交換申込場所

市役所、保健センター、ヘルスラボ・こまき、各市民センター、各コミュニティセンター、パークアリーナ小牧、まなび創造館

※ホームページよりパンフレットダウンロード可能。電子申請フォームより交換申込可能。

(4) 大人版こまき健康いきいきポイント事業

ア 内 容

- ・ 毎日チャレンジ
毎日の自主目標の取り組みでポイントを貯める
- ・ 健診・検診チャレンジ
がん検診や人間ドック、特定健診などを受けてポイントを貯める
- ・ 参加チャレンジ
健康に関する講座やイベントに参加してポイントを貯める

イ 対 象

中学生以上の市民及び市内在勤・在学者

ウ 周知方法

広報、ホームページ、チラシ、ポスター、各事業でパンフレット配布

エ 実 績

- ・ あいち健康づくり応援カード「まいか」及び地域限定商品券交換者数 862人
- ・ 市内あいち健康づくり応援協力店舗数 39店舗（R8.3.31時点）

(5) 子ども版こまき健康いきいきポイント事業

ア 目 的

生活習慣が不規則になりがちな夏休みに、本事業を通し、親子で楽しみながら健康づくりに取り組むことで、健やかな身体と心を育み、理想的な生活習慣の基盤をつくる。

イ 対 象

市内小学生

ウ 実 績

- ・あいち健康づくり応援カード「まいか」交換及び記念品贈呈者数
293 人

16 ウォーキングアプリ「alko」

(1) 目的

誰もが元気でいきいきと暮らすことができる市民総活躍社会を目指し、健康づくりに時間を取りづらい働く世代の方でも「歩く」ことを通し、手軽に健康づくりができる習慣を身に付けることができるよう、市独自のウォーキングアプリを開発・配信し、健康寿命の延伸に寄与する。

(2) 事業概要

- ・1日6,000歩で獲得できるポイントを貯め、抽選で地域限定商品券に交換できる
- ・獲得ポイントに応じて期間限定でalkoカードを獲得でき、これを市内のalko応援協力店等で提示することで優待を受けることができる
- ・期間限定のチャレンジを達成すると、抽選で記念品を獲得することができる

(3) 対象

- ・スマートフォン用アプリ「alko」ダウンロード者
- ・地域限定商品券：18歳以上の市内在住、在勤、在学者

(4) チャレンジ結果

チャレンジ名	種別	開催日	参加者数 (人)	達成者数 (人)	達成率 (%)
旧道を歩こうチャレンジ	個人	5/1～5/7	3,234	2,139	66
文化・芸術力向上チャレンジ	個人	6/2～6/8	3,510	2,416	69
健康と献血意識向上チャレンジ	個人	7/1～7/10	3,171	2,072	65
下水道の日チャレンジ	個人	9/10～9/16	3,060	1,730	57
身体と地域の健康力向上チャレンジ	個人	10/11～10/20	3,472	2,108	61
市制70周年VRウォーキング大会	VRW	10/27～11/30	4,933	3,018	61
シルバー歩け歩けチャレンジ	個人	11/7～11/14	2,525	2,040	71
気軽にリサイクルチャレンジ	個人	2/9～2/15	3,130	2,055	66
心とからだの健康づくりチャレンジ	個人	3/9～3/15	3,740	2,496	67

(5) alko カード獲得者数

配信回数 (期間)	第 1 回 (8 月 1 日～31 日)	第 2 回 (11 月 1 日～30 日)	第 3 回 (1 月 1 日～31 日)
獲得者数	5,371 人	5,221 人	4,899 人

(6) 地域限定商品券交換者数

対象者		交換者数
市民	1,000P	1,327 人
	2,000P	2,609 人
市外在住市内在勤者	1,000P	109 人