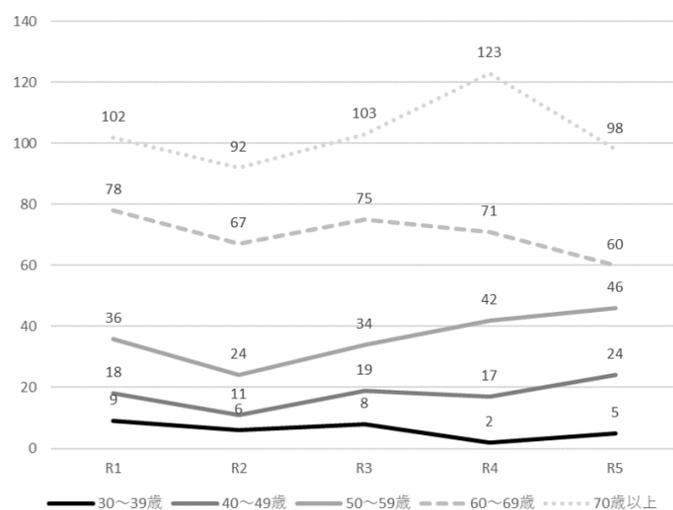


■ 取組の経緯

- ・「第3次健康日本21」における「誰一人取り残さない健康づくり」や「より実効性をもつ取組の推進」において、「女性の健康」が新規に項目立てられ、女性の健康週間について明記された。あわせて骨粗しょう症検診受診率が新たに目標に設定された。
- ・女性は、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図ることが重要である。例えば、若年女性（20～30代）のやせ、更年期症状・障害などの様々な健康課題を抱えている。
- ・骨粗しょう症は若年期における不十分な最大骨量、閉経によるエストロゲン欠乏、加齢による筋力低下が大きく関わるため、女性への支援が必要である。また、若年女性のやせは、骨量減少の原因のひとつであり、若い世代へのアプローチが必要である。
- ・骨粗しょう症検診について普及啓発等を行い、受診率向上の取組を進める必要がある。このことは、骨粗しょう症性骨折患者の減少、ひいては健康寿命の延伸につながると考えられる。

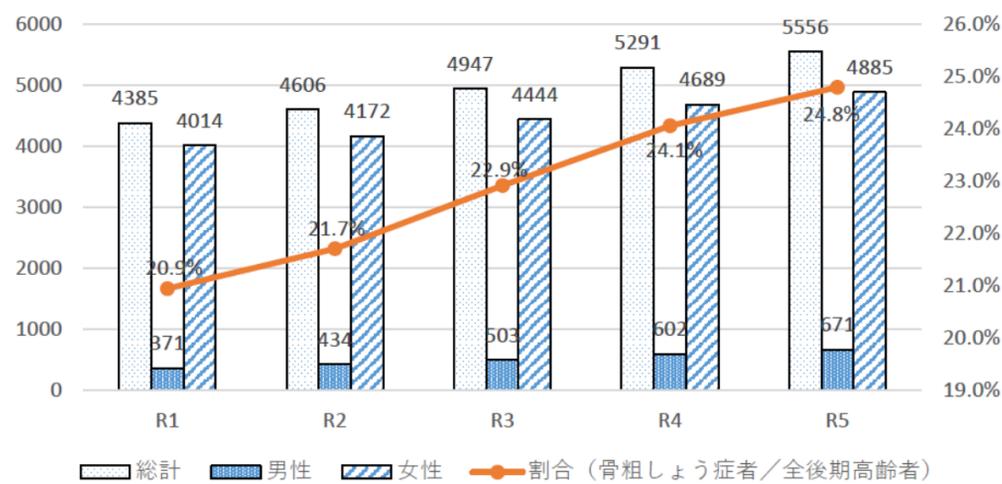
◆ 小牧市の現状

＜骨粗しょう症検診の受診者数（女性）＞



「こまきの健康」より

＜骨粗しょう症罹患患者数（後期高齢者）＞



「KDBシステム」より

- ・各世代の骨粗しょう症検診の受診者数はほぼ横ばいである。
 - ・若い世代になるにつれ、骨粗しょう症検診の受診者数は少ないため、骨粗しょう症に対する関心が低いと考えられる。
 - ・小牧市後期高齢者における骨粗しょう症患者数・罹患率は増加している。
 - ・小牧市後期高齢者における骨粗しょう症患者の約10人に9人が女性である。
- ➡若い世代に対しては、自身の骨量を知ることがきっかけとして、骨量減少のリスクや骨粗しょう症予防への関心を引き出し、食生活の見直しや、身体活動量の増加をはかることができるような取組を行う必要がある。

また、シニア世代に対しては、骨粗しょう症検診を受診することで、自分自身の骨量を理解し、それに基づいた骨折予防や治療への行動を取ることが重要だと考える。

◆ これまでの主な取組

- NPO法人ちえぶらとの協働事業（令和2年度から令和4年度）
 - ①健康講座の開催
 - ②リーフレットの作成および配布
 - ③「健康チャンネル」動画配信（Youtube） 「知って得する更年期」他3動画
 - ※②・③については協働事業終了後も継続実施
- 女性の健康支援に関する出前講座（令和5年度から） 講師：NPO法人ちえぶら
- 女性の健康週間における女性の健康づくりに関する知識の周知啓発（令和4年度から）
- 骨粗しょう症に関する健康教育
- 健康教育・各地区健康展等での骨密度測定

◆令和6年度の主な取組

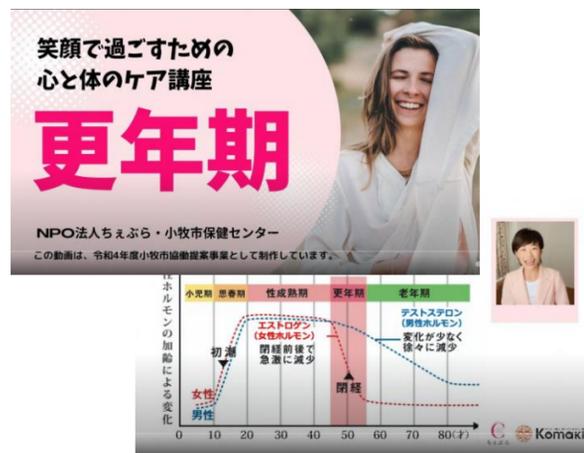
●女性の健康支援に関する取組（※実績は令和7年1月末現在）

- 団体への出前講座
 - 【オトナ女子の更年期講座】 2団体 参加者 36名
 - 【女性の健康講座～やってみよう！骨盤底筋エクササイズ～】 3団体 参加者 43名
- 一般向け講座（9月の健康増進月間および3月の女性の健康週間に開催）
 - 【オトナ女子の更年期講座】 9月26日 参加者 15名
 - 【女性の健康講座～やってみよう！骨盤底筋エクササイズ～】 9月26日 参加者 19名
- 女性の健康に関するステージイベントや情報提供や個別相談ブースの設置（健康フェアinこまき）
- 子宮頸がん検診無料クーポン券の送付時に、プレコンセプションケアに関する周知チラシを同封

★更年期についてのリーフレット★



★健康チャンネル（YouTube）★



※市公式ホームページ内で
これらの情報を集めたページを
公開しています

★プレコンセプションケアリーフレット★



●（拡充）女性の健康週間における取組

★青年期および壮年期女性を対象とした骨密度測定会の開催

	骨密度測定会	女性の健康講座
目的	骨密度についての周知啓発 自身の骨密度状況を知る	更年期についての周知啓発 自身の骨密度状況を知る
主な対象	青・壮年期 (更年期を迎える前の女性)	壮年期 (40～50代の更年期を迎える女性)
日時および内容	<ul style="list-style-type: none"> ●保健センター 【乳がん（超音波）検診開催時】 日時：2月19日 午前 ●子育て世代包括支援センター 【タッチケア開催日】 日時：2月21日 午後 【ステップアップ講座・子育てサロン開催日】 日時：2月28日 午前・午後 <p>・来所者へよびかけ、骨密度測定を行い 結果を個別説明する。 ・骨密度に関する意識調査を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●保健センター 日時：3月3日 10時から12時 <p>・上記、一般向け女性の健康講座の開催と合わせて、骨密度測定を行い、結果を個別説明する。</p>