




資料8 健康づくり関連の保健事業

1、母子保健関係

(平成16年4月現在)

事業名	事業の目的	事業内容
妊娠届 母子健康手帳発行教室	母子健康手帳等の利用方法や妊娠中の健康管理等の知識の普及啓発を行う。	母子健康手帳や母子保健のしおりを発行し、妊娠中の栄養等の知識をはじめ、妊娠生活を円滑に送るための保健センターや子育て情報の提供を行う。 希望者に窓口での発行や外国語版の母子手帳の交付も行う。
マタニティ教室	妊娠中の栄養と運動等、分娩・育児に関する様々な情報提供と相談、初産婦との仲間づくりの場とする。	1回目：妊娠中の栄養の話と調理実習 2回目：妊婦体操、マタニティOBと1歳児と母らの交流を取り入れる。
パパ・ママ教室	妊娠中の母体の変化や出産後の育児等について、初産婦の父親へ情報提供と育児参加の動機づけを行う。	夫婦で参加し、妊娠中の生活の注意点や先輩パパの話、妊婦擬似体験・沐浴の実習等を行う。 
離乳食教室	離乳食の意義や進め方を知り、児に応じた離乳食が行えるよう情報提供を行う。	月齢に応じた離乳食の説明と離乳食の試食を行う。 
マタニティ教室OB会	母子と妊婦との交流を通じ、互いに楽しく子育てができるよう仲間づくりや情報交換の場とする。	マタニティ教室に参加した1歳までの子どもを持つ母子と妊婦の交流を図りながら、子どもの身体計測、育児相談や座談会を行う。
事故防止の啓発	家庭内での事故への認識を深め、危険性を知るとともに事故予防に努める。	子どもの健診・相談・教室・案内の郵送等の様々な機会を利用して、パンフレットやポスターなどを用いた啓発を行う。
歯科保健指導	乳歯ケアに関しての正しい知識と手技を身に付け、むし歯を予防する。	1歳6か月・3歳6か月児健診等の機会に歯科衛生士による個別指導を行う。
こあらっこ教室 (発達支援グループ)	子どもの健診等で経過観察が必要な児と保護者を対象に、遊びを通じ健やかな親子関係が図れるよう育児支援を行う。	ことば・情緒発達の経過観察が必要な児と保護者を対象に、遊びながら、心理判定員、保健師、保育士等のスタッフによる児の観察や育児相談を行う。 

事業名	事業の目的	事業内容
きりん教室 (感覚統合遊び)	健康等で経過観察が必要な児と保護者を対象に、遊びの指導を通じ、保護者が児の状況を受容し、児が自信や自尊心が獲得できるようにする。	感覚統合や運動状況の経過観察の必要な児と保護者を対象に、感覚統合訓練士、心理判定員、保健師、保育士によって、遊びの指導を行うとともに保護者への支援を行う。
お母さんのトーキング スペース(MCG) <保健所と協働>	育児に悩む親への支援として、思いを共有する場の提供を行う。	日頃の思いや育児の大変さ、日常生活の出来事等を話し合うグループワーク(技法:MCG)を行い、必要に応じ個別相談を行う。
たんぼっぼの会 (軽度発達障害児をもつ 保護者の会)	障害の知識の普及、保護者の情報交換、知識の習得などの場とする。	保護者同士の座談会、障害についての勉強会、講師による講話や相談を行い、健やかな親子関係を築くよう支援を行う。
思春期保健事業 <保健所、学校などとの協働>	思春期の子ども達が、科学的に正しい知識を得、自分の健康を守ることや生命の尊厳について考え、自己肯定感が高まるための支援を行う。	関係機関と連携のもと、妊婦疑似体験・沐浴実習等の実技、ビデオ学習等を実施。 必要に応じ、血圧測定や喫煙の害を学ぶ体験も取り入れる。 
地区健康教室 子育て広場等への支援	保護者が楽しく子育てが行えるための仲間づくりや情報交換の支援を行う。	地区の要請や必要に応じて実施する。 身体計測や健康相談を行う。 その他、親や子の健康づくりに関する説明を行う。
母と子のよい歯の コンクール	歯科疾患の予防の推進と、歯科保健に関する知識の普及・啓発を行う。	3歳6か月の歯科健康診断で、優秀な親子への表彰や、歯科検診・歯科のポスターの掲示等を行う。 
妊婦訪問	妊娠時より必要な方への訪問指導を行い、早い段階での健康支援を行う。	母子健康手帳発行時等で把握した人に対し、電話や訪問等により、妊娠時からの健康相談・支援を行う。
新生児訪問 (赤ちゃん訪問連絡票)	児の健全な発育発達、母の心身の健康状態を把握し、産婦の育児不安の軽減・適切な早期支援につなげる。	本人からの電話や母子健康手帳発行で配布する「赤ちゃん訪問連絡票」等で把握した人へ、児の発育・発達、母の心身状態・育児状況・育児不安等を把握し、電話や訪問等による相談を行う。

事業名	事業の目的	事業の内容
乳幼児健康相談 (保健センター他)	<p>保護者が育児に不安なく、楽しく育児が行えるよう、児心身の健康状態を含めた育児状況の把握と適切な相談などの支援、乳幼児と保護者の交流の場とする。</p> 	<p>月1回の保健センターや、身近な公民館等で必要に応じ実施している。</p> <p>個別に、児の身長・体重等の発育・発達、母の心身の健康状態を含めた育児状況の把握と適切な相談を行っている。</p> <p>栄養士による離乳食相談もを行っている。 (保健センター実施分)</p> 
2歳児健康相談	<p>1歳6か月健診で経過観察を要する児や未受診者に対して、育児・発達などの相談支援を行う。</p>	<p>1歳6か月健診で経過観察を要する児や未受診者に対して、ハガキで通知し、身体計測、保健指導・相談、その他必要に応じ心理判定員による相談を行う。</p> <p>その後も必要に応じ、電話・訪問などでの相談を行う。</p>
健診後の健康相談 未受診者把握	<p>健診で支援が必要とされた人、未受診者に対して、状態を把握し、発達や育児支援を行う。</p>	<p>妊婦や子どもの健診で支援が必要とされた人、未受診者に対し、電話や面接・訪問で、健康状態を把握し、必要時、関係機関と連携を行うなど、個々の状況に応じた相談を行う。</p>
電話・面接などによる健康相談	<p>疾病の予防、育児や発達発育への支援として、心身の健康に対する不安や解消を行うための支援を行う。</p>	<p>随時または定期的に電話・面接、訪問などの手段を用いて、心身の健康状態の把握と健康相談を行う。</p>
妊婦一般健康診査	<p>母子共に安全な妊娠・出産できるよう、健康診査を行い、異常の早期発見と適切な助言・指導を受ける機会とする。</p>	<p>「母子保健のしおり」を使って、県内の医療機関で前期・後期各1回の健康診査を公費で受けることができる。</p> <p>一般診察、血圧測定、各種検査：尿検査、血色素検査、梅毒血清反応検査(前期のみ)、B型肝炎検査(前期のみ)、超音波検査(35歳以上のみ)</p> <p>医療機関と連携し、必要時には、電話や訪問等により事後相談を行う。</p>
乳児一般健康診査 (4か月・10か月)	<p>4か月・10か月児を対象に、健康診査を行い、発育・精神・運動発達の評価及び、疾病の早期発見と母親の育児支援を行う。</p>	<p>「母子保健のしおり」を使って、県内の医療機関で、公費で受診できる。発育・精神・運動発達の把握との評価と助言・指導を行う。対象児にハガキで通知している。結果により保健指導や育児支援を行う。</p> <p>未診者へは、状況確認を行っている。</p>

事業名	事業の目的	事業の内容
<p>1歳6か月児健康診査</p> <p>3歳6か月児健康診査</p>	<p>疾病・異常の早期発見さらに保護者への心身の健康支援の場。育児不安の解消など、親と子の心身健やかな発達支援を行う。</p> <p>親子同士の情報交換と交流の場とする。</p>	<p>発育・発達・疾病等の早期発見と育児状況の確認、食事を含む日常生活や育児に関する相談を行う。対象児には個人通知している。（身体計測、小児科・歯科診察、歯科や保健指導、等）</p>
<p>予防接種</p>	<p>疾病予防のために、より多くの子どもが適切な時期に安全に予防接種を受けることができるよう支援する。</p>	<p>予防接種委託指定医療機関で実施。（BCG、ポリオ、三種混合（DPT）、二種混合、麻疹・風疹、日本脳炎）接種状況について台帳管理を行う。転入時には接種状況についてアンケートを送付し記録の管理を行っている。</p>





- ・母子健康手帳
- ・母子保健のしおり
- ・予防接種と子どもの健康
- ・赤ちゃん訪問連絡票

2、成人保健関係

事業名	事業の目的	事業内容
健康手帳の交付	健診結果や医療受診の内容を記録し継続的な健康管理に役立てる。	健診の受付などの際、希望者に、健診結果や医療受診の内容を継続的に記録し健康管理に役立てるよう説明して交付している。
健康のお知らせ・健康づくりカレンダーの発行	健診や健康相談、様々な教室などの年間予定の周知、啓発を行う。	広報紙面、ホームページ上などで健康づくり事業の掲載を行う。
基本健康診査（成人健診）	心臓病・脳卒中などの生活習慣病について、早期発見を行い、早い段階で治療につなぐ。 壮年期からの健康についての認識と自覚の高揚を図る。	集団健診 予約制 （問診・身長／体重測定・肥満度・検尿・血圧・血液検査（貧血・肝機能・脂質・腎疾患・糖尿） 心電図・眼底検査・診察） 指定医療機関での健診 眼底検査を除く。 健診後は、必要な者に対し、栄養・運動などの保健指導による知識の普及を行い、必要時、医療機関の受診をすすめる。
結核・肺がん検診	結核の早期発見・早期治療に結びつける。	地区を検診車で巡回する。 満40歳以上は肺がん検診と同時実施。
在宅要介護者歯科訪問健康診査	在宅要介護者など歯科健康診査を受けることが困難な人に対し、歯科健康診査の機会を提供する。	要介護者などの人に対し、歯科医師会の協力を得て、訪問歯科健康診査と歯科指導を行う。
8020 歯科推進	高齢者の歯の喪失予防に向けた啓発を行う。	 80歳以上で、20本以上の歯を有し健康な人を対象に、歯科審査により優秀者を表彰する。
重点事業 市民歯科健康診査	歯科健康診査を行い、歯周病や歯の喪失予防に向けた支援を行う。	有効な実施方法に向け、関係機関と検討を行う。また、子どもの健診の機会と利用した保護者の歯科健康診査や指導を行う。
がん検診（胃・大腸・子宮・前立腺・乳がん） 重点事業 『女性のがん検診』の充実	死因の第1位を占めるがんを早期に発見し、治療に結びつける。	集団検診 予約制 指定医療機関での検診 乳がん健診を除く 受診率向上のため、検診方法など検討を行うと共に、受診者にとって役立つ検診となるよう受診前の啓発・指導を強化する。
がん検診要精検者未受診者把握	がん発見率の向上などの精度管理のため、がん検診要請検者のその後の受診状況の全把握と早期の受診・治療へ結びつける。	がん検診で要精密検査となった人に、医療機関への照会や電話などにより、全件把握し、精密検査の受診をすすめる。 全数把握に努め、適切な治療につなぐ。

事業名	事業の目的	事業内容
食生活・健康相談	自らの心身の健康状態について気軽に相談する場としての支援。	保健センターにて定期的に実施。生活習慣を改善するための相談などを行う。
健診後結果説明・個別相談会	栄養・運動などの正しい知識の普及、生活習慣の改善への支援。 	個別に、生活習慣を改善するための個別相談を行う。必要時、医療機関への受診を指導し、その後も電話などで相談を行う。
電話・面接・訪問等による健康相談	心身両面の健康維持・増進に向け、生活習慣の改善への支援。	電話・面接・訪問の手段により、心身の健康相談を行う。
地区健康相談	身近な場所で気軽に相談する場、自らの健康状態について知る機会としての支援。 地区の寄り合い、交流する機会づくりにもつなげる。	地区に出向き、個別または集団など地区に応じた形態で、血圧測定などの健康相談を行う。 
地区健康教室 地区転倒予防指導 	自ら効果的に健康づくりを実践できるよう健康・運動・栄養、転倒予防などの知識の普及、気軽に相談できる場としての支援を行う。 できる限り介護状態に陥ることなく、健康で生き生きと楽しく生活でき、健康寿命の延伸、また、仲間との交流・閉じこもり予防の機会とする。	各公民館まちづくり、老人クラブなどの地区の要請や必要に応じ、体操・ゲーム・レクリエーションなども取り入れた季節に応じた健康・栄養・運動などの話を行う。 必要に応じて、講師の紹介、資料の提供などを行う。 早い段階の介護予防、若い頃からの健康づくりについて、啓発を強化する。
日常生活関連動作（IADL）訓練事業	高齢者ができる限り介護状態に陥ることなく健康でいきいきとした老後生活を送れるよう地区において主に食生活や基本的な生活習慣に関して支援する。	食生活を中心に、地区で調理実習、運動・座談会を行う。 協力者と検討し地区の特性に応じ実施。 
筋力アップ・転倒予防教室 及びOB支援 	身体機能の低下及び痴呆を予防し自立生活の助長（健康で生き生きと生活する元気な高齢者を多くする）。 運動を継続への動機づけ・人との交流、仲間づくりにもつなげる。	約3ヶ月の教室で、自宅で行える転倒予防のための運動を行い、前後に体力測定を行う。 運動継続に向け、OB会や研修を実施する。 効果的な教室の実施に向け、実施方法などを検討する。 

事業名	事業の目的	事業内容
健康教室	健康づくりに関する意識向上、知識の啓発、健康行動へのきっかけ、子どもと大人が一緒に楽しめる場の支援を行う。 また、保健委員や転倒予防教室OBへの支援を行う。	健康づくり計画の周知、栄養・食生活や運動、こころの健康づくり、歯科保健の推進などの重点テーマに沿い、健康づくり計画推進に沿った健康づくりのための講演や実技などを行う。 
体育・健康フェスタ	「健康づくり21」の推進に向け周知・啓発・健康教育の一つとして実施する。	
禁煙者個別健康教育（禁煙相談）	即時的かつ大きな健康上の利益をもたらす禁煙に向けたサポート。	禁煙を希望する人に、スモーカー-による呼気中一酸化炭素濃度測定と個別相談を行い、その後も電話・面接などを用いた支援する。
重点事業 要支援者への個別指導	寝たきりや介護予防への支援。	要支援者の個々の健康状態に応じた食生活・運動などを行う。
ミニデイケア（フラワークラブ） <保健所と協働>	社会参加のきっかけとして、他者とのふれあい・交流の場の一つとして支援する。	月2回、ふれあい・保健センターなどで実施。参加者がスタッフらと共に楽しめる内容を心がける。
インフルエンザ予防接種（高齢者）	インフルエンザの感染、合併症の予防を図る。	予防接種法の一部改正により、13年度より指定医療機関で実施。 接種の意義やインフルエンザを予防するための説明を行う。
栄養教室・食生活改善推進事業	栄養改善を組織的に推進する食生活改善推進協議会に対し、知識・技術の習得と自主活動へつなげるための支援を行う。	 自分や地域の栄養改善や健康づくりのための必要な研修を行う。 栄養教室は8回40時間
食生活支援事業 指導者養成	地区において高齢者の食生活指導を行う人材の養成と自主活動に向けた支援を行う。	栄養教室修了者である食生活改善推進員やボランティアなどに対して、高齢者の食生活や生活上の留意点、食生活支援の意義などの説明を行う。
健康づくり保健委員活動（約190名）	自分や地域の健康づくりのための支援。 保健センターの機能を認識する機会とする	250戸に一人各地区に保健委員を設置。 健診票の配布・健康フェスタ、講演会、献血などへの参加を行う。 地区に応じて、健康の催しを行う。
重点事業 健康づくり保健委員活動の推進 健康づくり隊の養成	地区特性に応じ、身近な健康づくりの指導者として、自分で考え行動でき、周りの人に影響を与えられ、地域の仕掛け人になれる、人の育成を行う。	健康づくり保健委員などを中心に人材養成を行い、自主活動が行えるような支援を行う。（活動例） 健康の視点を持って地域で運動指導をする。 14地区と連携した健康づくりウォーキングマップを使った「地域を歩こう教室」などの教室の開催など

事業名	事業の目的	事業の内容
<p>重点事業 『健康ガイドブック (仮称)』の作成</p>	<p>健康づくりに関しての意識づけと、具体的健康行動に結びつけるための健康情報の手段の一つとして実施する。</p>  <p>健康座談会</p>	<p>「食」「運動」「こころ」「歯」「たばこ」「アルコール」など、子どもから高齢者まで、健康づくりに役立つ情報を掲載し、生活習慣病予防の具体的な健康づくりへの提案を行う。</p> <p>また、名張市全体の情報と地区別にも作成し、その経過も健康づくりの一環として実施する。</p>
<p>重点事業 名張市独自の健康体操の創作</p>	<p>親しみをもって生活の中で運動が楽しめるよう健康行動の手段の一つとして実施。</p>	<p>各関係機関と協働で2種類の体操を作成するとともに住民への普及啓発を行う。</p> <p>活動的な体操 ゆるやかな体操</p>
<p>重点事業 『地域健康カルテ (仮称)』の作成</p>	<p>14地区で健康づくりを考えるための情報を提示する。</p>	<p>人口等の健康に関する統計の集積・解析を行い、「健康づくり隊」や地域づくりでの活用をめざす。</p>
<p>重点事業 健康記録 管理体制の整備</p>	<p>個々に応じた支援体制づくりの整備・充実を図る。発達支援や疾病予防に役立てる。</p>	<p>各種健診、予防接種、その他の健康に関する情報の管理を行う。</p> <p>自らの健康づくりにより積極的に取り組めるよう健康手帳の利用について促進する。</p>

骨密度測定



歯のコーナー



ウォーキング



平成 16 年 健康フェスタの様子



健康手帳