

**令和5年度
第2回
周南市健康づくり推進協議会**

**日 時 令和6年3月14日（木）
13：30～14：30**

**会 場 徳山保健センター
3階 健康増進室1**

令和5年度 第2回周南市健康づくり推進協議会

1 開会

2 協議

- (1) 令和5年度 健康づくり事業実績報告
- (2) 令和6年度 健康づくり事業計画と推進について
- (3) 第3次周南市健康づくり計画中間評価・見直しについて

3 その他

- (1) 「ひと涼みアワード 2023」受賞報告

4 閉会

- (1) 健康づくり推進課長あいさつ

健康づくり推進協議会委員名簿

令和5年度

団 体 名	委 員 名
周南公立大学	大平 光子
周南健康福祉センター	新 越智 裕昭
徳山医師会	椎木 俊明
徳山歯科医師会	東 毅昭
徳山薬剤師会	西村 正広
山口県栄養士会周南地域事業推進委員会	坂本 由美
輝きクラブ周南	岸村 敬士
周南市スポーツ推進委員協議会	明石 和憲
周南市母子保健推進協議会	岸本 洋子
周南市食生活改善推進協議会	佐々木 哲子
JA 山口県周南統括本部女性部	山本 並子
公募委員	石田 京子
公募委員	井生 義則
公募委員	茅原 道夫
公募委員	柳谷 悦子

2 協議内容

(1) 令和5年度健康づくり事業の実績報告

1) 健康づくり推進に関する会議実績

●令和5年度健康づくり推進協議会

第1回 令和5年5月19日 出席者12人

- ① 令和4年度健康づくり事業実績報告
- ② 令和5年度健康づくり事業計画及び推進について

第2回 令和5年3月14日

- ① 令和5年度健康づくり事業実績報告
- ② 令和6年度健康づくり事業計画及び推進について
- ③ 第3次周南市健康づくり計画中間評価・見直しについて

●令和5年度健康づくりをすすめよう委員会

第1回 令和5年8月17日 出席者14人

「第3次周南市健康づくり計画」の推進について(グループワーク)

- テーマ:①栄養・食生活「野菜摂取量を増やすための取組」
②身体活動・運動「歩数を増やすための取組」

●ぶち元気がいいね！フェスタ実行委員会

令和5年8月17日 出席者12人

2) ぶち元気がいいね！フェスタ実績

令和5年10月9日(月・祝) 延参加人数3,439人(市民スポーツフェスタ2023と同時開催)

会場:津田恒実メモリアルスタジアム周辺

参加団体:実行委員会参加団体、協賛事業者(日本生命、株式会社アステム、SOMPO
ひまわり生命保険株式会社、株式会社シマヤ)

物忘れ相談・介護相談
あなたは飲める？飲めない？(アルコールパッチテスト、ノンアルコール甘酒またはオーエスワン 配付、お薬相談)
食生活、気をつけてますか？(野菜計測、味噌汁の試飲・味噌玉作り)
みんな元気で大きくな～れ(紙コップけん玉、パクンガエルを作ろう)
野菜摂取量を増やそう！(野菜摂取量増、減塩に向けての啓蒙、食推製作レシピ集の配付、 野菜クッキープレゼント、展示、クイズ)
お口や飲み込む力をチェックしてみよう(パネル展示、嚥下機能チェック、相談コーナー)
石膏キャラクターの色ぬり体験
スカットボール体験
体力測定～あなたに必要な運動教えます～
リハビリ体験でプラバンを作ろう！
健康チェックコーナー (ベジチェック、血管年齢測定、骨密度測定、血圧測定、血中酸素量測定、脳年齢チェック、 最新のAED使用方法実演、乳がんセルフチェック、ガムで噛む力のチェック)
ピンクリボン月間の周知(ピンクリボンアートをつくろう！)

～市民の元気を応援する体験型の健康イベント～

第19回

ぶち元気がいいね！ フェスタ



周南市健康づくり計画
イメージキャラクター シュウタ君

日時：2023年10月9日（月・祝）

10：00～14：00〈雨天中止〉

場所：津田恒実メモリアルスタジアム周辺
（周南市野球場）

学ぶ



- ・ 見て触って！乳がんセルフチェック
- ・ 最新AED実演
- ・ 食生活、気を付けていますか？
（野菜計測、みそ汁の試飲）
- ・ 野菜チェックと減塩の工夫
（野菜クッキープレゼント）
- ・ 物忘れ相談、介護相談

チェックする



- ・ 野菜たりてる？簡単ベジチェック
- ・ 脳年齢、血管年齢測定、骨密度
- ・ 血圧測定、パルスオキシメーター
- ・ 飲み込む力のチェック
- ・ ガムで噛む力のチェック
- ・ あなたは飲める？飲めない？
アルコールパッチテスト

体験する



- ・ ピンクリボンアートをつくろう！
- ・ リハビリ体験でプラバンをつくろう！
- ・ 石膏キャラクターの色づけ体験
- ・ みんな元気でおおきくな～れ
（手作りおもちゃプレゼント）
- ・ 体力測定
～あなたに必要な運動教えます～
- ・ スカットボール体験

お子様が体験
できるコーナー
もあります！



主催：ぶち元気がいいね！フェスタ実行委員会

徳山医師会/徳山薬剤師会/山口県栄養士会周南地域事業推進委員会/周南市母子保健推進協議会/周南市食生活改善推進協議会/山口県言語聴覚士会/周南歯科技工士会/周南市老人クラブ連合会/山口県理学療法士会/山口県作業療法士会/周南市

協賛：SOMPODまわり生命保険株式会社/株式会社アステム/日本生命保険相互会社山口支社/株式会社シマヤ

問い合わせ：周南市健康づくり推進課 0834-22-8553 メール kenkoso@city.shunan.lg.jp

令和5年度健康づくり事業実施計画の進捗状況

項目	主な取組み	目的又は概要	計画内容
1 栄養・食生活	サンサンチャレンジ	朝・晩2回体重測定及びグラフ化により、3か月で3kgの減量を目指す肥満予防プログラム	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者がいつでもチャレンジに取り組めるよう通年実施 ・「しゅうなん健康マイレージ“減量コース”」と連動させるため、結果報告と応募を一体的に実施 ・3kg減量達成者特典として商品券を贈呈 ・チャレンジウォーキングと併せて10月の強化月間の啓発強化
	食生活改善推進員養成講座	食を通じた健康づくりの知識と技術を習得し、健康料理教室等の地区活動ができる食生活改善推進員を養成	新規会員の獲得と推進員活動の活性化
	若者世代への食育講座	若い世代に対する食育の推進	食生活改善推進協議会による若者世代向けの生活習慣病予防講座を実施予定
2 身体活動・運動	チャレンジウォーキング	「やまぐち健幸アプリ」をダウンロードして、好きな場所を歩き、歩数を記録	<ul style="list-style-type: none"> ・やまぐち健幸アプリを活用した取組を推進(歩数記録表も可) ・参加者がいつでもチャレンジに取り組めるよう通年実施 ・県の取組と連動させ、10月の強化月間に向けた啓発を強化 ・「しゅうなん健康マイレージ“ウォーキングコース”」と連動させるため、結果報告と応募を一体的に実施
	運動講座	運動習慣確立機会を提供し、生活習慣病予防や心身の健康を増進	ぶち元気がいいね！フェスタの取組の一つとして実施予定
	地域における運動啓発活動	講座や体験を通じて、運動の知識や技術を習得	各地区スポーツ振興委員に働きかけ、地域住民が主体的に取り組む講座を地区ごとに開催
3 こころの元気と休養	ゲートキーパー研修会	自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人材を育成	地域住民・市職員等：4回/年 若年層：1回/年で開催
	こころの相談会	生活上のストレスを抱える人を対象に、うつ病等の予防・早期発見のため相談会を実施	公認心理師による相談会を年6回(偶数月)開催
4 歯・口腔	いい歯スマイル検診	生涯にわたる歯と口腔の健康保持・増進及び8020の実現	歯周疾患検診と統合し、20歳から70歳までの5歳刻みの節目年齢を対象に実施
5 たばこ・飲酒	たばこ対策	喫煙が及ぼす健康影響を低下させる。	5月の世界禁煙デーを中心とした受動喫煙防止の啓発 出前トークの実施

目標等	進捗状況	R5実績(2月末)
参加者数の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・いつでもチャレンジとして通年実施 ・10月のしゅうなん健康チャレンジ月間で周知強化 ・-3kg達成者に1,000円分の商品券を抽選で進呈 	330人
新規会員の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・コロナ禍以降初めて開催 ・全5回(10月～2月)講座を実施し、新規会員を獲得 	修了者13人
受け入れ先の検討	<ul style="list-style-type: none"> ■高校生への食育講座の実施(10月) 対象:新南陽高校 1年生 内容:生活習慣病予防の講話及び周南スープの試食 ■中学生への食育講座の実施(2月) 対象:住吉中学校 2年生 内容:郷土料理“つしま”の調理実習及び試食 	1年生 150人 2年生 51人
アプリ登録者数の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・いつでもチャレンジとして通年実施 ・10月のしゅうなん健康チャレンジ月間で周知強化 ・アプリの市内登録者が増加 	5,529人※1月末時点 ※市内アプリ登録者数 (内、新規登録者数772人 (R5.1～12))
運動習慣の定着	<ul style="list-style-type: none"> ■「健康×スポーツ教室 in 夜市地区」において「正しい歩き方講座」を実施(10月) 内容:周南公立大講師による講話と実技 ※夜市体育振興会、市スポーツ振興委員会、文化スポーツ課と連携 ■「熊毛元気づくり教室」の実施(12月) 内容:健康チェック、運動講座等、周南スープの試食 ※熊毛地区スポーツ振興委員会、食推、企業等と連携 	30人 66人
人材育成若者への周知	<ul style="list-style-type: none"> ・地域住民の他、市内の企業、周南公立大の学生など幅広い年代層に研修会を実施 ・新たに、市職員を対象にeラーニング教材による研修会を実施し、2月末時点で484名が受講 	790人 若年層 43人
周知強化	<ul style="list-style-type: none"> ・周南市企業情報データベース「じゃから周南」のメールマガジンを活用した周知を実施。 ・前年度より参加者1人増加。 	7人 5回
受診者数の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・11月に検診の周知及び受診率の向上を目的に、サンスターと共同で20～50歳の未受診者約1万人に受診勧奨を実施。1月末現在で、受診勧奨による受診者は287人 	897人 ※1月末時点
啓発強化	<ul style="list-style-type: none"> ・5月にデジタルサイネージや市広報で禁煙週間の周知や「望まない受動喫煙の防止」について啓発 	

項目	主な取組み	目的又は概要	計画内容
6 健康管理	がん検診	がんを早期に発見し、適切な治療に結びつけることによって、がんによる死亡を防ぐ。	<ul style="list-style-type: none"> ・女性受診者の増加のため、集団検診にレディースデーを設定 ・ピンクリボン月間に、ゆめタウン徳山で乳がん・大腸がん検診を実施 ・ポートルース徳山での総合けんしんを実施
	しゅうなん健康マイレージ	検診受診・健康づくりの特典応募により、市民の主体的な健康づくりの取り組みを促進	<ul style="list-style-type: none"> ・けんしん受診、サンサンチャレンジ、チャレンジウォーキングの取組の動機付けとするため啓発を強化 新規で、徳山医師会、徳山薬剤師会、(株)アステムから賞品提供
	けんしん結果相談会	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による生活習慣病予防のための個別相談会	受診結果を生活改善に活かすための個別相談会を開催 (徳山:24回/年・熊毛:12回/年・鹿野:3回/年)
	がん教育	生活習慣病予防や命の大切さ、がんとの共生社会等の学習機会の提供	小中学校、がん体験者コーディネーターと連携し実施
7 その他	高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施	フレイル対策等の介護予防と生活習慣病等の疾病予防・重症化予防を一体的に実施	<ul style="list-style-type: none"> ・口腔機能低下防止事業:後期高齢健診受診者より対象者を抽出 ・健康状態不明者対策:周陽、富田東地区で実施 ・口腔体操支援事業:須々万、鹿野、菊川、富田東地区で実施
	地区活動の強化	各地区の健康課題を把握し、地域全体の健康課題に対応	様々な事業を通して、各関係団体と連携し、保健師等が地区に出向く活動を実践

目標等	進捗状況	R5実績(2月末)
受診者数の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・集団検診を6会場で計14回実施し、受診者を増やす取り組みとしてレディースデーを設定。女性から受診しやすいとの声が多く好評だった。 ・集団検診の受診者は昨年度よりも約15%増加した。 	<p>【集団】 3,378人</p> <p>【個別】 ※1月末時点 18,169人</p>
周知強化	<ul style="list-style-type: none"> ・応募用紙をコース別に分け、応募を簡略化。 ・集団検診での周知。 ・10月のしゅうなん健康チャレンジ月間で周知強化。 	<p>けんしんコース 1,356人</p> <p>チャレンジウォーキング 148人</p> <p>サンサンチャレンジ 118人</p> <p>計1,622人</p>
周知強化	<ul style="list-style-type: none"> ・徳山・熊毛・鹿野地区で個別相談会を実施 ・集団・個別けんしん共に、結果送付時に相談会のチラシを同封 ・特定保健指導を併せて実施 	<p>116人</p> <p>39回</p>
学校への周知と連携	<ul style="list-style-type: none"> ・小中学校の校長会で説明を行い、希望があった小学校4校、中学校1校で実施(9月～10月) 内容: 事前アンケートの実施、講話 がんについての基礎知識(保健師) 命の大切さ(がん体験者) 児童生徒の感想文 	<p>高水小、櫛浜小 夜市小、周陽小 6年生 112人</p> <p>参観保護者等 53人</p> <p>鼓南中1～3年 11人</p> <p>合計 176人</p>
口腔機能向上・健康状態不明者の状況把握	<ul style="list-style-type: none"> ■口腔機能低下防止事業 当初2名を想定したが、1名の実施となった。3回の介入により、自覚症状および口腔機能の改善がみられた。 ■健康状態不明者対策 周陽・富田東地区の医療・介護・健診利用のない25人の全戸家庭訪問を実施した。うち、21人について健康状態を把握(84.0%) ■口腔体操支援事業では、これまでの須々万・鹿野・菊川地区に加え、富田地区でも口腔体操を開始した。 	<p>【口腔機能低下防止】 1人3回</p> <p>【健康状態不明者対策】 21人中、支援が必要な者 6人(24.0%) うち、支援につながった者 4人(66.7%)</p> <p>【口腔体操支援】 17か所40回</p>
地区活動の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・地区担当保健師がKDB(国保データベースシステム)や検診結果を活用し、各地区の診断結果や健康課題の説明、指導を実践 ・企業でのゲートキーパー研修や出前トークを実施 	<p>【食推エリア研修】 3か所</p> <p>【出前トーク】 56か所1,440人</p>

令和6年度健康づくり事業実施計画(案)

項目	主な取組み	内容	目標等
① 栄養・食生活	サンサンチャレンジ	・3 kg減量達成者特典として商品券を贈呈 ・特定保健指導対象者等への働きかけ ・医療機関への周知強化	参加者数の増加
	食生活改善推進員活動	各地区での年間を通じた食生活改善活動の活性化	地区活動の増加
	ライフステージに応じた食育講座	食生活改善推進協議会による若い世代や働き世代、シニア世代向けの生活習慣病予防講座を実施	受け入れ先企業の検討
② 身体活動運動	チャレンジウォーキング	・年間を通じた「やまぐち健幸アプリ」の周知啓発 ・やまぐち健幸チャレンジ月間に併せてウォーキングの取組を強化	やまぐち健幸アプリ登録者数の増加
	地域における運動啓発活動	地域資源(スポーツ振興会、市民センター等)と連携し、運動を主体的に取り組むための講座を開催	運動習慣の定着
③ こころの元気と休養	ゲートキーパー研修会	地域や企業での実施:4回/年、若年層⇒年1回/年 市職員へのeラーニングの実施	人材育成 若者への周知
	こころの相談会	公認心理師による個別相談会を年6回計画	周知強化
④ 歯・口腔	いい歯スマイル検診	20～70歳までの5歳刻みの節目年齢及び妊婦に加え、新たに、1歳6か月児・3歳児歯科健診対象者の親を対象者に追加し実施	検診受診者を増やす
	妊婦歯科健診受診率向上	歯周病等のリスクが高い妊婦にターゲットを絞った、母子健康手帳交付時の歯周病簡易検査の実施、歯周病予防のための定期受診やセルフケアに関する啓発を周南公立大学と連携し実施	
⑤ たばこ・飲酒	たばこ対策	受動喫煙防止の啓発	啓発強化
⑥ 健康管理	がん検診	・集団検診での協会けんぽ特定健診との同時実施の拡充 ・集団検診でのレディースデーの拡充 ・医療機関や協賛事業者と連携した周知啓発	検診受診者を増やす
	しゅうなん健康マイレージ	けんしん受診、サンサンチャレンジ、チャレンジウォーキングなどの健康づくりのインセンティブとして実施	事業の周知強化
	けんしん結果相談会	健診結果を生活改善に活かすための個別相談会(徳山・熊毛・鹿野地区で定例開催)	周知強化
	がん教育	がん教育の意義や効果を学校関係者に周知し、実施校の拡充を図る。	実施校を増やす
	熱中症対策	・気候変動適応法に改正に伴い、指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)の指定、活用を推進 ・関係機関等と連携し、熱中症予防の普及啓発を強化	周知強化
	予防接種	・経過措置終了に伴う高齢者肺炎球菌ワクチン接種対象者への周知啓発 ・65歳以上への新型コロナワクチンの定期接種化 ・65歳以上への带状疱疹ワクチン接種費用の一部助成	周知強化

令和6年度 第3次周南市健康づくり計画 中間評価・見直しについて(案)

1.事業概要

令和2年3月策定の「第3次周南市健康づくり計画(令和2年度～11年度)」について中間年を迎えるため、令和6年度までの5年間の市の取り組みや健康づくりの目標値の達成状況を分析し、今後、重点的に取り組むべき課題を整理するため、中間評価及び計画の見直しを行う。

2.実施方法及び内容

(1)健康づくり推進協議会の開催(2回予定)

- ・第1回:令和6年5月 中間評価・見直しの概要説明
- ・第2回:令和7年3月 中間評価報告書最終案の提示、意見交換

(2)健康づくりをすすめよう委員会の開催(3回予定)

- ・第1回:令和6年8月 アンケート結果及び指標の現状値等の報告、意見交換
- ・第2回:令和6年11月 計画書(中間評価・見直し)素案提示、意見交換
- ・第3回:令和7年2月 計画書(中間評価・見直し)案の確認

(3)庁内会議の開催(1回予定)

令和6年8月 市関係各課の取り組みの集約、意見交換

(4)アンケート調査の実施

- ・対象:年長児、小学6年生、中学3年生、成人 計2,000人
- ・抽出方法:住民基本台帳から無作為抽出
- ・調査方法:郵送配付、郵送・Web回答による回収
- ・調査時期:令和6年5月

(5)第3次周南市健康づくり計画書(中間評価・見直し)及び概要版の作成

- ・計画書 400部、概要版 1,000部
- ・納品:令和7年3月を予定

地域・企業と連携した 涼みの駅の取り組み



山口県周南市
健康づくり推進課



山口県周南市

■周南市の概況 (R6.1月末)

人口	136,056 人
世帯数	67,749 世帯
高齢化率	33.6 %

周南市健康づくり計画キャラクターシュウタくん



山口県周南市



工場夜景



周南市涼みの駅

だれでも 気軽に ひと涼み

10年



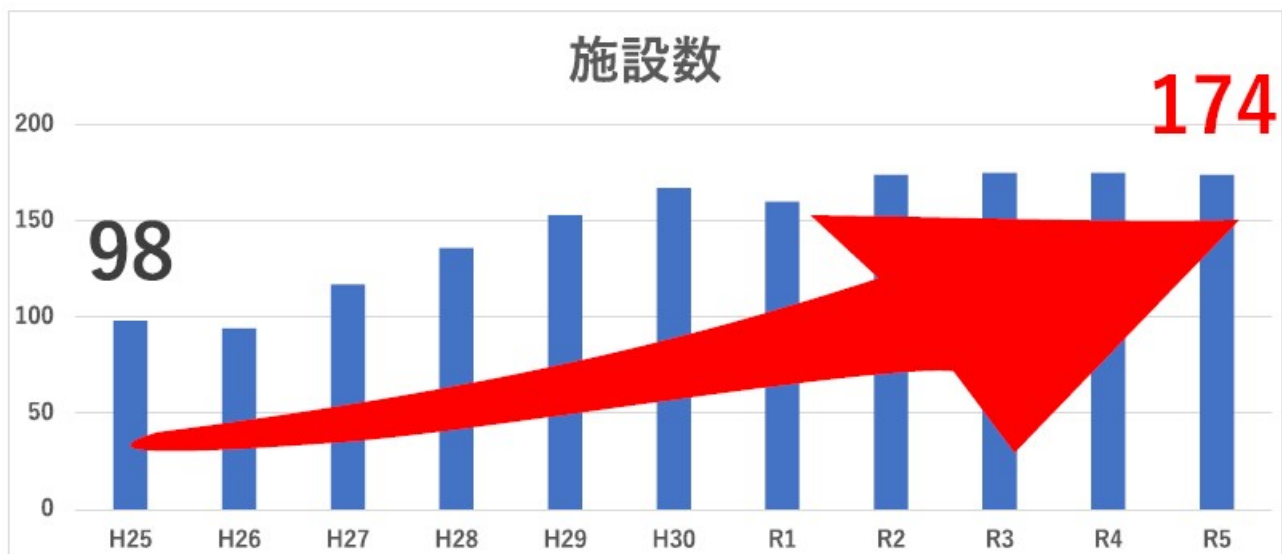
周南市涼みの駅

住民の声から始まった！



周南市健康づくり推進協議会

周南市涼みの駅



周南市涼みの駅



薬剤師会（薬局）



周南市涼みの駅



お店（飲食店等）



積極的に手を挙げてくださったお店も！

周南市涼みの駅



ショッピングモール



ガソリンスタンド

周南市涼みの駅



市民センター・保健センター



さまざま イベント



キックオフイベント

郵便局



キックオフイベント



徳山動物園



キックオフイベント

徳山駅前



キックオフイベント



ボートレース徳山



健康づくりイベント



道の駅



健康づくりイベント



サンフェスタしんなんよう



令和5年度 新たな取り組み



「ふらっと食堂」フェスタ



地域の交流・居場所～地域食堂～



「ふらっと食堂」イベント



企業からの提供

次年度に向けて



健康づくり推進協議会長から



- 協力施設や民間企業との協働による「涼みの駅」の継続・拡大
- 熱中症予防の啓発の強化