

第5章

分野別の施策と健康指標

1. 施策体系

基本理念

すべての市民が健康でいきいきと生活する

基本目標

健康寿命の延伸／早世（早死）予防

【基本方針】 次の方針のもと、7つの分野で施策を展開します

- ① 生活習慣病の発症と重症化の予防に取り組みます
- ② がんに関する普及啓発と早期発見に取り組みます
- ③ 自殺対策に取り組みます



分野	施策
(1) 栄養・食生活	1. 望ましい食習慣の実践支援の充実 2. 食育の推進
(2) 身体活動・運動	1. 運動習慣の定着に向けた支援の充実 2. 介護予防に向けた取り組みの充実
(3) こころの健康	1. こころの健康に関する普及啓発の推進 2. 相談支援体制の充実 3. 自殺対策の充実
(4) タバコ	1. 禁煙に関する普及啓発と相談の充実 2. 未成年者の喫煙防止の推進 3. 受動喫煙防止対策の推進
(5) アルコール	1. 適量飲酒に関する普及啓発の推進 2. 妊産婦への飲酒に関する普及啓発の推進 3. 未成年者の飲酒防止対策の推進
(6) 歯・口腔の健康	1. 子どものう歯予防の推進 2. 歯科健(検)診受診の促進と普及啓発の推進
(7) 健康診査と健康管理	1. 生活習慣病に関する普及啓発と健(検)診等の受診促進 2. がんに関する普及啓発と検診の受診促進 3. 女性の健康づくり体制の充実

【「健康づくり」推進の考え方】

- ①市民が主体の健康づくり
- ②ライフステージにあわせた健康づくり
- ③地域の状況にあわせた健康づくり
- ④健康づくりを支援する環境づくり

2. 分野別の健康指標と目標値

市民・行政・関係者の取り組みの成果を評価するために、健康づくり7分野ごとに具体的な健康指標と目標値を設定しています。

分野	指標	ヘルスライン	現状値	目標値		出典	
		H23/2011年度	H28/2016年度	H34/2022年度			
栄養・食生活	① 適正体重を維持している人の割合 (肥満〈BMI 25.0以上〉 やせ〈BMI 18.5未満〉)	肥満(20~39歳):男性	22.1%	17.5%	15.0%	以下	※1
		肥満(40~59歳):女性	10.5%	12.0%	5.0%	以下	※1
		やせ(20代):女性	13.3%	19.5%	5.0%	以下	※1
		4・5歳児肥満	1.5%	1.6%	1.1%	以下	※3
		小学生肥満	4.3%	5.6%	1.0%	以下	※3
	② 朝食を食べる人の増加	男性	83.3%	82.2%	85.0%	以上	※2
		女性	91.2%	88.1%	97.0%	以上	※2
	③ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の増加 【中間評価から新規】	全体(15歳以上)	—	51.4%	70.0%	以上	※1
		若い世代(20~39歳)	—	38.3%	55.0%	以上	※1
	④ 薄味の物を食べる人の増加		50.6%	52.7%	65.0%	以上	※1
⑤ 栄養成分表示を参考にする人の増加		56.1%	53.7%	75.0%	以上	※2	
身体活動・運動	① 一日の歩行時間が40分 (4,000歩)未満の人の減少	20歳以上	50.8%	45.8%	40.0%	以下	※1
		20歳以上:男性	54.7分	55.6分	70分	以上	※1
	② 一日の歩行時間の増加	20歳以上:女性	46.6分	48.2分	60分	以上	※1
		70歳以上:男性	44.2分	49.4分	50分	以上	※1
		70歳以上:女性	32.6分	41.8分	37分	以上	※1
	③ 運動を定期的に行う人の増加 (1回30分以上かつ週2回以上かつ1年間継続)	20歳以上:男性	48.3%	45.8%	50.0%	以上	※1
		20歳以上:女性	39.4%	40.4%	40.0%	以上	※1
	④ 地域活動等に参加する人の増加	60歳以上:男性	48.3%	48.2%	60.0%	以上	※1
		60歳以上:女性	55.3%	53.8%	60.0%	以上	※1
⑤ ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の認知度の増加 【中間評価から新規】		—	32.8%	80.0%	以上	※1	

【出典(策定時、現状値)】

※1: H23, H28 市民健康アンケート

※2: H23, H28 食に関するアンケート調査

※3: H23, H28 幼児・学童における身体状況調査

分野	指標	ヘースライン	現状値	目標値		出典	
		H23/2011年度	H28/2016年度	H34/2022年度			
こころの健康	①自殺者の減少	90人	70人	50人	以下	※2	
	② ストレスを感じている人の減少	全体	57.5%	59.9%	50.0%	以下	※1
		男性	51.5%	54.0%	43.0%	以下	※1
		女性	62.9%	64.3%	54.0%	以下	※1
③不眠を感じる人がよくある人の減少	9.5%	12.1%	9.0%	以下	※1		
タバコ	① 喫煙率の減少	男性	22.3%	15.8%	10.0%	以下	※1
		女性	8.3%	4.5%	5.0%	以下	※1
	② 禁煙希望者の増加	男性	28.9%	28.2%	90.0%	以上	※1
		女性	32.8%	28.6%	90.0%	以上	※1
	③ 喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識をもつ人の増加	肺がん	85.8%	89.1%	100.0%		※1
		ぜん息	64.0%	65.0%	100.0%		※1
		気管支炎	66.0%	67.9%	100.0%		※1
		COPD（慢性閉塞性肺疾患）	58.3%	53.8%	100.0%		※1
		心臓病	53.9%	49.6%	100.0%		※1
		脳卒中	57.6%	53.7%	100.0%		※1
		胃潰瘍	38.0%	31.7%	100.0%		※1
		妊婦への影響	80.2%	76.9%	100.0%		※1
	④ 受動喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識をもつ人の増加	肺がん	79.4%	75.8%	100.0%		※1
		ぜん息	62.8%	59.2%	100.0%		※1
		心臓病	45.2%	39.3%	100.0%		※1
		妊婦への影響	75.8%	70.4%	100.0%		※1

【出典（策定時、現状値）】

※1：H23, H28 市民健康アンケート

※2：H23, H27 人口動態統計

分野	指標	ヘルスライン H23/2011 年度	現状値 H28/2016 年度	目標値 H34/2022 年度	出典		
タバコ	⑤ 飲食店、公共施設、家庭、職場で受動喫煙防止対策を実施している箇所の増加 (敷地内禁煙建物内禁煙)	公共施設	96.5%	96.6%	100.0%	※2	
		教育機関(市立)	100.0%	100.0%	100.0%	※2	
		教育機関(私立)	95.2%	96.0%	100.0%	※2	
		病院・診療所	96.8%	96.9%	100.0%	※2	
		歯科診療所	96.8%	95.2%	100.0%	※2	
		薬局	96.4%	96.7%	100.0%	※2	
		事務所	42.9%	44.0%	100.0%	※2	
		運動施設	86.4%	89.5%	100.0%	※2	
		文化施設	94.4%	94.7%	100.0%	※2	
		飲食店	50.0%	62.5%	100.0%	※2	
	⑥ 歩きながらタバコを吸わない人の増加		74.3%	57.3%	100.0%	※1	
⑦ 妊婦・乳児・子どもの近くではタバコを吸わない人の増加		80.1%	79.6%	100.0%	※1		
⑧ 妊娠中の喫煙者の減少		—	1.4%	0.0%	※3		
アルコール	① 飲酒する人のうち適量飲酒 (1日純アルコール20g未満)をしている人の増加	男性	32.0%	35.3%	36.0%	以上	※1
		女性	55.2%	52.0%	65.0%	以上	※1
	② 飲酒が及ぼす健康影響について十分な知識を持つ人の増加	妊婦の飲酒	80.8%	80.8%	100.0%		※1
		授乳中の飲酒	82.1%	80.3%	100.0%		※1
		内服中の飲酒	51.2%	48.6%	100.0%		※1
		入浴前の飲酒	54.3%	53.2%	100.0%		※1
	③ 多量飲酒者の減少	男性	5.1%	4.7%	3.2%	以下	※1
		女性	0.7%	0.5%	0.2%	以下	※1
	④ 週5日以上アルコールを飲む人の減少	男性	41.1%	38.7%	40.0%	以下	※1
		女性	13.7%	12.6%	5.0%	以下	※1
⑤ 未成年者の飲酒が身体・精神発育に与える影響について十分な知識を持つ人の増加		78.3%	72.9%	100.0%		※1	
⑥ 妊娠中の飲酒者の減少		—	1.1%	0.0%		※3	

【出典(策定時、現状値)】

※1: H23, H28 市民健康アンケート

※2: H24, H28 受動喫煙防止対策実施状況調査

※3: H28 健やか親子21(第2次)乳幼児健康診査の必須問診項目

分野	指標		ペーライン	現状値	目標値		出典	
			H23/2011 年度	H28/2016 年度	H34/2022 年度			
歯・口腔の健康	① 3歳児でう歯のない児の増加	3歳児	85.8%	88.2%	93.0%	以上	※3	
	② 3歳児でフッ化物塗布をしたことがある児の増加	3歳児	48.8%	59.2%	70.0%	以上	※3	
	③ 12歳児の平均う歯数の減少	12歳児	0.9本	0.3本	0.5本	以下	※4	
	④ 12歳児でう歯のない児の増加	12歳児	61.1%	69.0%	70.0%	以上	※4	
	⑤ 年に1回以上歯の定期健(検)診に行く人の増加			44.1%	49.7%	60.0%	以上	※1
	⑥ 定期的に歯石除去や歯面清掃に行く人の増加	年2回		23.8%	35.5%	35.0%	以上	※1
		年1回		17.7%	49.0%	50.0%	以上	※1
	⑦ 専門家による歯磨き指導を受ける人の増加			27.5%	35.5%	50.0%	以上	※1
	⑧ 清掃補助用具を使用する人の増加			38.7%	45.7%	50.0%	以上	※1
	⑨ かかりつけ歯科医のいる人の増加			59.1%	59.7%	76.0%	以上	※1
	⑩ 歯や口腔に悩みを持っている人の減少			72.5%	68.4%	56.0%	以下	※1
	⑪ 喫煙と口腔との関係について正しい知識を持つ人の増加			46.3%	43.2%	100.0%		※1
	⑫ 8020 目標達成者の増加 (40歳で27歯以上 60歳で24歯以上 80歳で20本以上)	40歳		88.9%	97.0%	92.0%	以上	※5
		60歳		86.4%	93.4%	90.0%	以上	※5
80歳 【中間評価から新規】			—	64.7%	50.0%	以上	※6	
⑬ 進行した歯周疾患を有する人の減少	40歳		44.4%	43.2%	25.0%	以下	※5	
	60歳		59.7%	54.5%	45.0%	以下	※5	
⑭ 噛む回数が1口10回未満の人の減少			31.0%	30.5%	15.5%	以下	※1	

【出典（策定時、現状値）】

※1：H23, H28 市民健康アンケート

※2：H28 健やか親子21（第2次）乳幼児健康診査の必須問診項目

※3：H23, H28 3歳児健康診査

※4：H23, H28 学校保健統計

※5：H23, H28 歯周疾患検診

※6：H28 長寿歯科健診

分野	指標	ヘルスライン	現状値	目標値		出典	
		H23/2011年度	H28/2016年度	H34/2022年度			
健康診査と健康管理	① 肥満者（BMI 25以上）の減少	17.2%	20.9%	12.6%	以下	※1	
	② メタボリックシンドローム予備群の減少	10.1%	12.2%	H20年度比-25%減 (H29年度)		※1	
	③ メタボリックシンドローム該当者の減少	14.8%	10.1%	H20年度比-25%減 (H29年度)		※1	
	④ 糖尿病予備群の減少	16.6%	19.2%	7.0%	以下	※1	
	⑤ 糖尿病有病者の減少	11.1%	12.4%	9.3%	以下	※1	
	⑥ 高血圧症有病者の減少	54.2%	55.1%	48.0%	以下	※1	
	⑦ 脂質異常症有病者の減少	75.3%	75.7%	54.9%	以下	※1	
	⑧ 西宮市国民健康保険特定健康診査受診率の向上	31.9%	35.2%	60.0%		※2	
	⑨ 西宮市国民健康保険特定保健指導を受ける人の増加（実施率）	40.1%	43.9%	60.0%		※2	
	⑩ がん検診の受診率の向上※	胃がん	41.9%	41.0%	50.0%	以上	※3
		肺がん	49.8%	43.5%	50.0%	以上	※3
		大腸がん	42.2%	44.9%	50.0%	以上	※3
乳がん		40.1%	41.3%	50.0%	以上	※3	
子宮頸がん		34.9%	43.6%	50.0%	以上	※3	
⑪ 肝炎ウイルス検診を受けた人の割合の増加	18.1%	27.5%	35.0%	以上	※4		
⑫ 骨粗しょう症検診の受診率の向上	1.7%	1.6%	3.0%	以上	※4		

【指標】

※「がん検診の受診率の向上」は中間評価から、市民健康アンケートの値を用いる。

【出典（策定時、現状値）】

※1：H22、H28 各種健康診査

※2：H23、H28 西宮市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導

※3：H23、H28 市民健康アンケート

※4：H23、H28 肝炎ウイルス検診 骨粗しょう症検診

3. 分野別の施策

健康づくり 7 分野ごとの現状と課題、施策、活動指標は次のとおりです。なお、活動指標は、健康指標の達成に向け、取り組みの進捗状況を毎年評価するために本計画から新たに設定するものです。また、「現状と課題」に係るデータの一部は資料編にとりまとめています。

(1) 栄養・食生活

栄養・食生活は、子どもたちの成長や、健康で幸福な生活を送るために欠くことのできない営みです。多くの生活習慣病の予防、生活の質の向上および社会機能の維持・向上の観点から重要です。

【現状と課題】

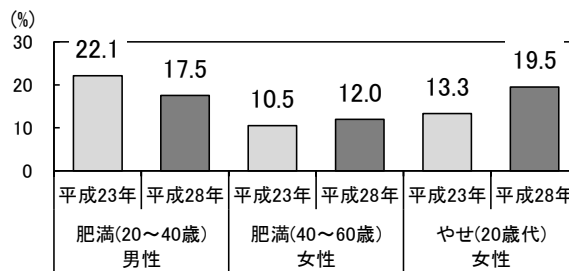
(現状)

- 肥満は「男性（20～40 歳）」が 17.5%、「女性（40～60 歳）」が 12.0%となっています。
- 特定健診（40～74 歳）の結果では、「男性」は塩瀬地区、山口地区、「女性」は本庁南西地区、本庁南東地区、鳴尾地区で肥満傾向の人が多くなっています。
- 小学生の肥満は「男子」が 6.7%、「女子」が 4.4%で、平成 23（2011）年度から増加しています。地区別では、鳴尾地区が男子、女子とも肥満の割合が高くなっています。
- 「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上ほぼ毎日食べている人」は、全体が 51.4%、若い世代（20～39 歳）が 38.3%と、いずれも全国と比較して低くなっています。

(課題)

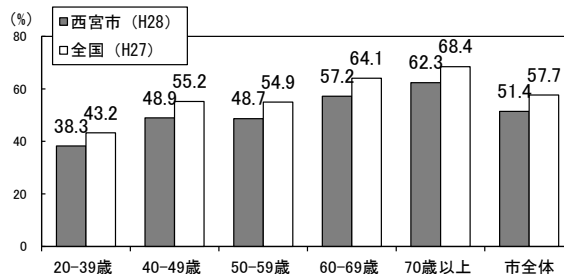
- 大人、小学生ともに、肥満傾向にある人の割合に地域差があり、地区ごとの取り組みが求められます。
- 小学生とその親世代への食生活改善を重点的に取り組むことが求められます。

肥満者の割合



(出典) H23, 28 市民健康アンケート

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取状況



(出典) H28 食に関するアンケート調査
 全国 (H27)：平成 27 年度食育に関する意識調査 (内閣府)

【施策】

施策 1 望ましい食習慣の実践支援の充実

子どもから高齢者まで全ての世代が望ましい食生活を実践できるよう、ライフステージやライフイベントに着目した普及啓発を行います。

特に「子どもとその親」や「地区ごと」についての取り組みを重視します。

主な事業・取り組み	概要
妊娠期・乳幼児期の栄養教室・相談	<ul style="list-style-type: none"> 母子保健事業、子育て支援事業、子育て相談などを通じて、妊娠期の食事、離乳食や幼児食に関する講座・相談・情報提供を実施します。
ファミリー栄養教室	<ul style="list-style-type: none"> 西宮市に居住する小学校3～5年生とその家族に対し、家族の適正な食生活と健康に繋がる食べ方を身につける「選食能力」等の講義と調理実習を行います。
地区別の生活習慣病予防教室（栄養・食生活）	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病およびメタボリックシンドロームの予防改善事業の講演会や出前健康講座、個別相談・指導を実施します。
給食施設指導および個別巡回	<ul style="list-style-type: none"> 職場における食生活改善の取り組みとして、従業員食堂などの給食施設を対象に栄養・食生活に関する出前講座や情報提供、必要な助言・指導をします。
「にしのみや食育・健康づくり応援団」の入会促進と活動支援	<ul style="list-style-type: none"> 「にしのみや食育・健康づくり応援団」の認定制度を事業者にPRし、加入を促進します。 チラシ、ホームページ等を活用し「にしのみや食育・健康づくり応援団」の認知を高め、それらの利用促進を市民に図ることで外食や中食を通じた食育を推進します。
望ましい食生活に関する情報提供	<ul style="list-style-type: none"> ホームページ・さくらFM、市政ニュース「食に関するQ&Aコーナー」「食育だより」等を通じて、バランスの良い食事や栄養成分表示の見方などの情報を提供します。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
食育に関する出前健康講座の開催数	11回	増加
「にしのみや食育・健康づくり応援団」の登録件数	163件	増加

施策2 食育の推進

「西宮市食育・食の安全安心推進計画」に基づき、家庭・地域・行政・関係機関等が一体となって効果的・総合的に食育を推進します。

主な事業・取り組み	概要
にしのみや食育フェスタの開催	・ 市民が食生活を見直すきっかけとなるよう、食に関する様々なことが体験できる「にしのみや食育フェスタ」を食品関連事業者や大学・専門学校等との連携・協働により開催します。
食育を担う人材の育成と活動支援	・ 食生活改善推進員（西宮いずみ会）・健康づくり推進員・食育学生ボランティアなど、地域で食育を担う人材の育成とその活動を支援します。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
食育の推進に関わるボランティア（食生活改善推進員等）の人数	178人	増加

【西宮市食育・食の安全安心推進計画の施策体系】

基本理念	基本目標	取り組みの柱	施策
市民一人ひとりが食を通して正しい知識と行動力を身につけ、健康で豊かな人間性を育む	①食を楽しもう ②食に感謝し食を大切にしよう ③食と健康に関心を持ち、実際に行動しよう	(1) 西宮らしい食育	(1) 食品関連事業者や高校・大学・専門学校等との連携・協働による食育の充実 (2) 「環境」に配慮した食育の推進
		(2) 地域みんなで取り組む食育	(1) 外食・中食を通じた食育の推進 (2) ボランティア等による身近な場での食育の充実 (3) 職場における食生活改善のための取り組みの推進 (4) 人材の確保・育成と活動の支援
		(3) 家庭における食育	(1) 妊娠から子育て期における親と子の健全な食生活の確立に向けた取り組みの推進 (2) 生活習慣病予防と健康寿命の延伸につながる取り組みの推進 (3) 食生活を支える歯と口の健康づくりの推進 (4) 非常時における食糧・飲料水等の家庭内備蓄の促進
		(4) 保育所(園)、幼稚園および学校における食育	(1) 保育所(園)における食育の推進 (2) 幼稚園における食育の推進 (3) 小・中学校における食育の推進
		(5) 生産者と消費者との交流	(1) 地産地消の推進 (2) 市民と農業者の交流活動や農業体験活動の促進
		(6) 食文化の継承	(1) 行事食や食文化の継承の推進
	④食の安全を確保しよう ⑤食の安全安心について正しい知識をもとう	(7) 生産から販売に至る各段階における食の安全	(1) 食品等事業者の衛生管理の徹底および食中毒等健康被害の予防と対策の推進 (2) 行政関係機関および庁内における連携
		(8) 食の安全安心に関する理解	(1) 消費者、食品等事業者および行政による情報提供および意見交換の充実

(2) 身体活動・運動

身体活動・運動の増加は、消費エネルギーの増加、身体機能の活性化につながり、生活習慣病の予防や高齢者の認知機能・運動器機能といった社会生活機能が低下し、虚弱になった状態であるフレイル（P75 参照）の予防に効果があるとされています。サルコペニア（加齢による筋肉量の低下）、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）をはじめとしたフレイルの予防には、高齢期の取り組みだけでなく、若年層からライフステージに応じた取り組みが必要です。

【現状と課題】

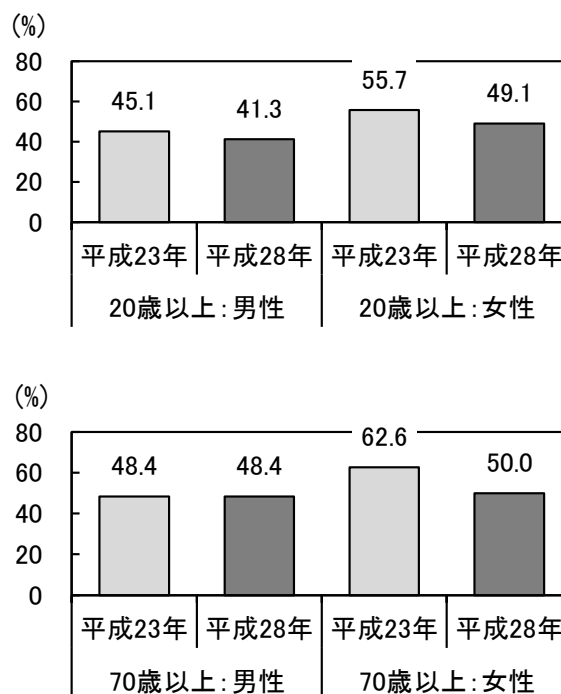
（現状）

- 「一日の歩行時間が 40 分（4,000 歩）未満の人」は「男性」が 41.3%、「女性」が 49.1%で H23 年度から減少しています。
- 「一日の歩行時間が 40 分（4,000 歩）未満の人」は 70 歳以上で「女性」が減少しています。
- 「運動を定期的に行う人」は、「男性」が 45.8%、「女性」が 40.4%で、H23 年度から横ばいとなっています。年代別では、30 代、40 代が低くなっています。
- 「地域活動等に参加する人（60 歳以上）」は、「男性」が 48.2%、「女性」が 53.8%で、H23 年度から横ばいとなっています。
- ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度は 32.7%で、全国と比較して低くなっています。

（課題）

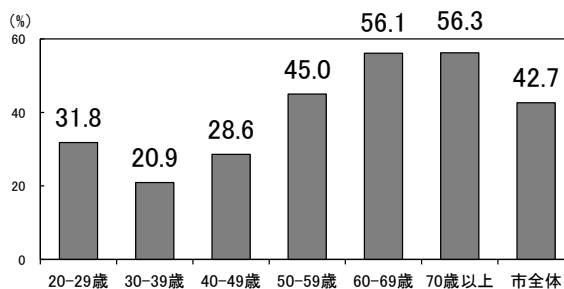
- 30 代、40 代に運動を促す取り組みが求められます。
- サルコペニア、ロコモティブシンドローム、フレイルなどの知識普及やこれらの予防に向けた運動の実践を促進することが求められます。

一日の平均歩行時間が 40 分未満の人の割合



(出典) H23, 28 市民健康アンケート

年代別の運動を定期的に行う人の割合



(出典) H28 市民健康アンケート

【施策】

施策 1 運動習慣の定着に向けた支援の充実

運動習慣の定着に向けては、運動の意義や適切な運動についての普及啓発と「きっかけ」が重要です。ライフステージに応じて気軽に運動ができるよう、スポーツ関連部署や関係機関と連携した取り組みを進めます。

主な事業・取り組み	概要
ロコモティブシンドロームやフレイル等に関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">ホームページ・さくら FM、市政ニュース等を通じて情報提供を行います。関係団体、市民活動の場などを活用して啓発を行います。
運動の機会の提供	<ul style="list-style-type: none">健康ウォーキングマップの配布や運動施設、運動グループ、イベント等に関する情報を提供します。健康づくり推進員、西宮市医師会等の関係団体等と連携し、ウォーキングや運動に関するイベント、講座などを開催します。「わくわく運動広場」「保護者のための親子体操教室」「出前健康講座」などライフステージに応じた運動の機会を提供します。「市民ファミリーハイキング」「宮っ子祭り “わがまちを知る” ウォーキング」「ラジオ体操の会」など気軽に参加できる機会を提供します。
地域スポーツの中心となるスポーツクラブ 21 の育成	<ul style="list-style-type: none">市内全小学校にある地域スポーツクラブ「スポーツクラブ 21」で多世代が参加できる様々なスポーツの実施や地区運動会、各種スポーツイベントを開催します。
公園等への健康器具等の設置	<ul style="list-style-type: none">公園に健康器具を設置し、大人が気軽に利用できる場を提供します。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28 年度)	今後の方向性
運動施設の稼働率	57.0%	向上
うち体育館（体育室）の稼働率	81.4%	維持

施策2 介護予防に向けた取り組みの充実

高齢期になっても自立した生活が送れるよう、青壮年期や中年期からの健康づくり・生活習慣病予防と高齢期の介護予防を切れ目なく総合的に展開します。介護予防については、「西宮市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」に沿って、行政、医療機関、地域の関係団体などが連携し、行います。

主な事業・取り組み	概要
高齢期のスポーツ活動の促進	<ul style="list-style-type: none"> 「西宮市生涯体育大学」で中高齢者がスポーツ、レクリエーションなどスポーツ活動を行う機会を提供します。 「宮水学園 体育講座」で、ニュースポーツや体操を楽しむ講座を開催します。
介護予防に関する情報提供	<ul style="list-style-type: none"> 老人クラブ、自治会、社会福祉協議会、民生委員などと連携し、運動機能、口腔機能の向上や栄養改善などの介護予防や健康に関する正しい知識・情報を提供する講座を実施します。
介護予防に取り組む自主グループの育成と活動支援	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者の筋力アップを目的とした「西宮いきいき体操」に取り組むグループの立ち上げおよび活動を支援します。 介護予防サポーターとして地域で高齢者の健康づくり・介護予防に関する取り組みや支援を行う人材の養成講座を開催します。 介護予防サポーターの活動を継続的に支援するため、フォローアップ研修を開催し、地域で活躍できる環境づくりを進めます。
高齢者の社会参加の促進	<ul style="list-style-type: none"> 老人クラブ、健康づくり推進員等の活動支援を行います。 出前健康講座、宮水学園等の開催を通じて高齢者に社会参加の機会を提供します。 高齢者が身近な地域で気軽に集まることができる憩いの場や活動の場づくりを進めます。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
「西宮いきいき体操」に取り組むグループ数 および参加者数	178 グループ 6,111 人	増加

(3) こころの健康

平成 28 (2016) 年4月、国が「自殺対策基本法」を改正し、市町村自殺対策計画の策定が義務化されました。自殺を予防する上で、こころの健康を保つことは重要です。こころの健康を保ち、いきいきと自分らしく生きるためには、質の良い睡眠をとり、ストレスと上手に付き合うとともに、日常生活の中に適切に休養を取り入れた生活習慣を確立することが必要です。

本市では、これらの取り組みすべてが自殺予防につながると位置づけ、誰もが自殺に追い込まれることのないような地域をめざして、若年層からの全世代におけるこころの健康の取り組みを行います。

【現状と課題】

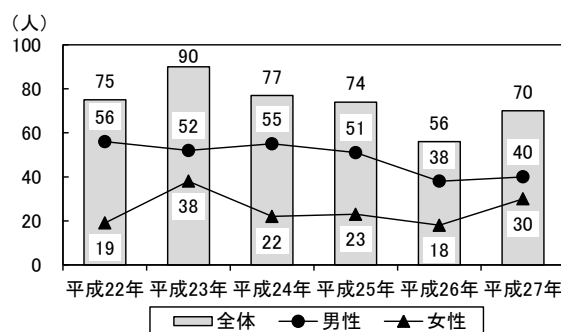
(現状)

- 「ストレスを感じている人」は 59.9%で、H23 年度から横ばいとなっています。
- 「不眠を感じる人がよくある人」が 12.1%で、平成 23 (2011) 年度から増加しています。
- 平成 27 (2015) 年の自殺者数は 70 人となっています。女性よりも男性で自殺者数が多くなっています。
- 若者の自殺者数は少ないものの、横ばいの状態が続いており、10～30 代の死因の第 1 位は自殺となっています。
- 「これまで自殺をしたいと考えたことがある人」が 11.6%、うち 70.1%が誰にも相談をしていませんでした。

(課題)

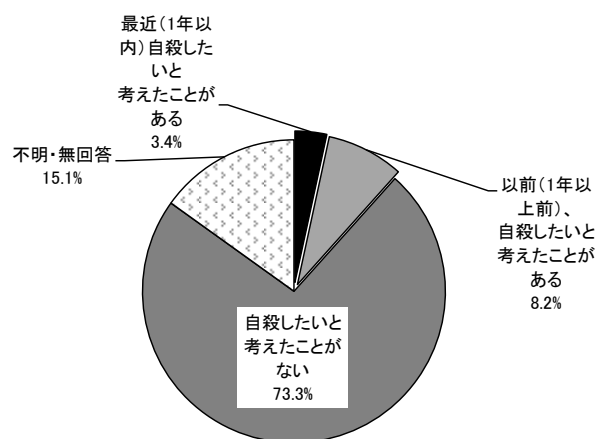
- 不眠を感じている人が増加しており、睡眠に関する普及啓発が求められます。
- 本市の自殺の状況は減少傾向にありますが、いまだに非常事態が続いていることについて、啓発が求められます。
- 自殺対策において、若年層の支援を強化するとともに、小学生など小さい頃からのストレス対処に関する普及啓発が求められます。
- 身近で気軽に相談できる人の育成、場の充実が必要です。

自殺者数の推移



(出典) 人口動態統計各年 ※平成 22～27 年平均

これまでに自殺を考えたことがあるか



(出典) H28 市民健康アンケート

【施策】

施策1 こころの健康に関する普及啓発の推進

睡眠不足やストレス対処に関する普及啓発とストレス解消を実践するための情報提供をライフステージに応じて行います。

主な事業・取り組み	概要
メンタルヘルスに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">・ ストレス対処法、メンタルヘルスに関する普及啓発を行います。・ メンタルヘルスや精神障害に対する普及啓発を地域団体等と連携して行います。・ 職場でのメンタルヘルスに関する普及啓発を行います。・ 「よちよち広場」「家庭相談事業」「宮水学園 せいかつ講座」などを活用し、ライフステージや性別等に配慮した効果的な普及啓発を行います。
睡眠に関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">・ さくらFM等を活用し、睡眠の大切さに関する情報を提供します。・ 「こころのケア講座」において、睡眠に関する情報提供、実技講習等を行います。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
こころの健康に関する出前健康講座等の開催数および参加者数	16回 770人	増加

施策2 相談支援体制の充実

子育て中の親の悩みやこころのケアを乳幼児健診等の機会を通じ、子育て関連部署や関係機関と連携し、妊娠中から切れ目のない取り組みを進めます。

小・中学校でのストレスへの対処方法やメンタルヘルスに係る健康教育を推進するとともに、関係機関との連携を進めていきます。

包括的な支援をするため、総合相談会「暮らしとこころのなんでも相談会」を実施します。

主な事業・取り組み	概要
妊娠期から子育て期にわたる親へのこころのケアの推進	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠届出時の面接等で、妊娠・出産に関する情報提供を行い、継続支援の必要な妊婦の把握とその支援に努めます。 養育者のストレス状況の把握、産後うつ等の早期発見、予防、育児支援を目的に4か月児健康診査時におけるストレスチェックと個別相談を実施します。 母親同士が気軽に集まる場所を提供します。 乳幼児発達相談、育児相談（個別・集団）などの機会を通じて、養育者のストレス状況を把握するとともに、相談、支援を行います。 養育者のこころのケアに取り組み虐待予防につなげます。
小・中学校でのこころのケア、相談支援体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> 小中学校と連携し、ストレス対処法やメンタルヘルスに係る健康教育や相談窓口の周知を図ります。 不登校・いじめの問題、学校不適應等に適切に対応するため、子ども、保護者、教師へのカウンセリングを行えるよう、スクールカウンセラーを配置します。 こころのケア、不登校、特別支援に関する事例を通し、コンサルテーションを実施し、学校の精神保健を推進します。
相談窓口の周知と活用促進	<ul style="list-style-type: none"> 臨床心理士等がこころの悩みなどについて、電話・面接等による相談に応じます。 保健所・保健福祉センターにおいて精神疾患、認知症、アルコール問題等について精神科医師や保健師等による相談を実施します。 市にある相談窓口を記載した一覧等を作成し、周知します。 ハローワーク、兵庫県司法書士会、兵庫県社会保険労務士会等の協力を得て、総合相談会「暮らしとこころのなんでも相談会」を開催します。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
精神保健福祉相談等の相談件数	5,776件	維持

施策3 自殺対策の充実

「自殺総合対策大綱」の3つの基本認識「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている」「地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する」のもと、特に若年層への支援、ゲートキーパーの育成など取り組みの充実を図ります。

主な事業・取り組み	概要
自殺等の実態把握	<ul style="list-style-type: none"> 効果的な自殺対策を推進するため、各種保健統計や救急統計・警察統計等関係各部署の関連統計、経済指標等の情報収集・分析を行います。
自殺やこころの健康に関する普及啓発の実施	<ul style="list-style-type: none"> 市の広報や「自殺対策事業ホームページ」でのPR、ポスター、若者向けリーフレット等の作成・配布、自殺予防月間・自殺予防週間での図書館展示、講演会の開催等により普及啓発を行います。
関係機関における連携強化	<ul style="list-style-type: none"> 地域組織等が自殺の一次予防等において、キーパーソンとなるよう連携を深め、特に若年層の自殺対策を強化します。 自殺対策のネットワークを活用し、地域および市内関係機関との連携を強化します。
ゲートキーパーの養成	<ul style="list-style-type: none"> 身近な場での見守りを強化するため、市民や市職員を対象に自殺に関する正しい知識のもと適切な対応を図れる人材を養成します。 ゲートキーパー養成研修受講後、受講者を対象としたフォロー講座を実施します

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
ゲートキーパー養成研修受講者数	198人	維持

(4) タバコ

喫煙や受動喫煙は、がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、歯周病などの危険因子であるほか、低出生体重児、乳幼児のぜんそく、乳幼児突然死症候群等の要因の一つです。そのため、喫煙者への禁煙支援だけでなく、妊婦の喫煙対策や受動喫煙対策を進めることが重要です。さらに、タバコはゲートウェイドラッグ（入門薬物）とされることから未成年者への喫煙防止教育を進めていく必要があります。

【現状と課題】

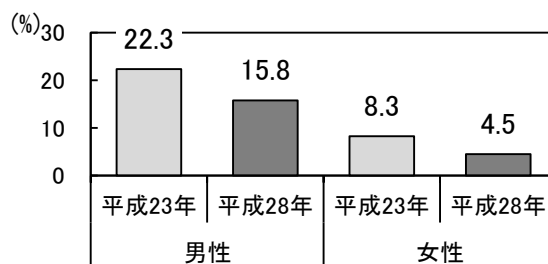
（現状）

- 喫煙率は「男性」が15.8%、「女性」が4.5%で、平成23（2011）年度から減少しています。
- 「受動喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識を持つ人」は、「肺がん」「心臓病」「妊婦への影響」についてH23年度から減少しています。
- 「歩きながらタバコを吸わない人」が57.3%で、平成23（2011）年度から横ばいとなっています。
- 「妊婦・乳児・子どもの近くではタバコを吸わない人」が79.6%で、平成23（2011）年度から減少しています。
- 「空気もおいしい店」はH28年度末で106店舗、平成24（2012）年度の42店舗から増加しています。
- 特定健診（40～74歳）の結果では、本庁南西地区、本庁南東地区、鳴尾地区で「女性」の喫煙率が高くなっています。
- 乳幼児健診時の調査では、妊娠中の母親の喫煙率は1.4%となっていますが、出産後の子どもの成長にともない喫煙率が上昇しています。また、地区別では、鳴尾地区の喫煙率が高くなっています。
- 一方、父親の喫煙率は子どもの年齢で変化は見られず、地区別では、鳴尾地区、塩瀬・山口地区の喫煙率が高くなっています。

（課題）

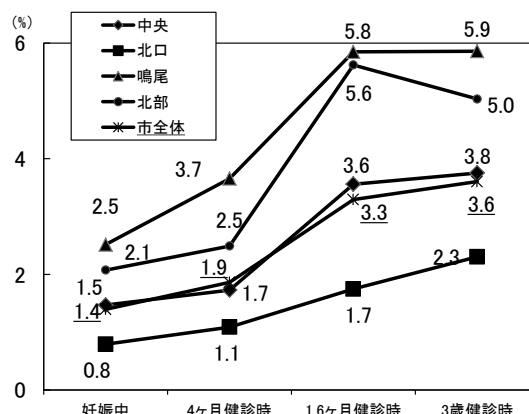
- 受動喫煙が及ぼす健康影響の知識普及、歩きタバコ、受動喫煙の防止が一層求められます。
- 「空気もおいしい店」の登録数増加のための取り組みが求められます。
- 本庁南西地区、本庁南東地区、鳴尾地区、特に鳴尾地区での禁煙に関する一層の取り組みが求められます。

喫煙率



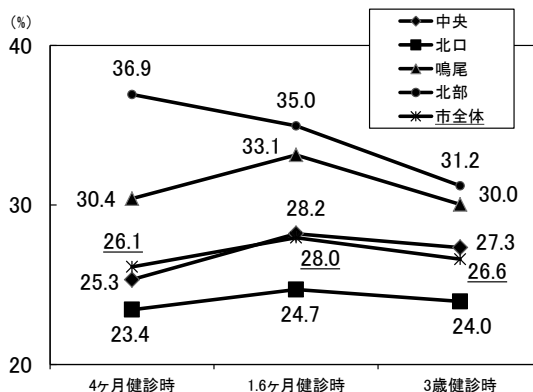
（出典）H23、28市民健康アンケート

妊娠・子育て中の母親の喫煙率（地区別）



（出典）H28 すこやか親子アンケート

子育て中の父親の喫煙率（地区別）



（出典）H28 すこやか親子アンケート

【施策】

施策1 禁煙に関する普及啓発と相談の充実

喫煙による健康への影響に関する普及啓発を妊産婦、喫煙率の高い地区などターゲットを絞り、重点的に推進します。また、禁煙希望者への支援に取り組みます。

主な事業・取り組み	概要
禁煙に関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">市ホームページ、母子健康手帳交付時や乳幼児健診などを通じて、禁煙に関する情報提供や COPD（慢性閉塞性肺疾患）など喫煙が及ぼす健康影響に関する普及啓発を行います。喫煙率の高い地区での普及啓発を充実させます。健康づくり推進員（禁煙グループ）の活動を支援します。加熱式タバコの正しい知識を普及します。
禁煙相談の充実	<ul style="list-style-type: none">特定保健指導や育児セミナーなど各種保健事業において禁煙指導を実施します。禁煙治療に健康保険が適用できることの周知・啓発を行うとともに、禁煙治療ができる医療機関の情報を提供します。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
育児セミナー等でタバコの害について啓発した人数	1,121人	維持

施策2 未成年者の喫煙防止の推進

未成年者への喫煙防止に向け、タバコによる健康影響に関する教育を進めていきます。

主な事業・取り組み	概要
未成年者の喫煙・薬物乱用防止教育等の充実	<ul style="list-style-type: none">保健所や警察等の関係機関と教育委員会が連携し、小・中学校、高校で喫煙と薬物乱用を防止する授業や普及啓発を実施します。教職員が児童、生徒に対して適切な指導を行うことができるように支援します。喫煙や禁煙について、学校が市へ相談できるようにネットワークの強化に努めます。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
タバコ・薬物乱用防止教育の実施回数	35回	増加

施策3 受動喫煙防止対策の推進

受動喫煙が及ぼす健康への影響に関する普及啓発を行い、「スモークフリーにしのみや」をめざします。

主な事業・取り組み	概要
受動喫煙の健康リスクに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">「西宮市民健康フェア」やマザークラス、育児セミナー等の各種保健事業を通じて普及啓発を行います。市民から市内の施設、公共空間等で受動喫煙被害の苦情等があった場合に施設指導を実施します。
「空気もおいしい店」への加入促進	<ul style="list-style-type: none">食品営業許可申請書提出時に店内禁煙を勧奨し、協力店に禁煙ステッカーを交付します。全面禁煙の飲食店等の増加に努めます。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
「空気もおいしい店」の登録件数	106件	増加

(5) アルコール

飲酒は、がん、高血圧、脂質異常症等の生活習慣病をはじめ様々な身体疾患やうつ病等の健康障害のリスクを高めるとされています。特に、未成年者の飲酒は身体の発育に悪影響を及ぼします。さらに、妊娠中の飲酒は妊婦自身の妊娠合併症等のリスクを高めるだけでなく、胎児にも悪影響を引き起こすと言われていています。アルコールに関連する健康障害についての正しい知識の普及と未成年者の飲酒防止、妊娠中の女性への飲酒の防止・中断を促すことが重要です。

【現状と課題】

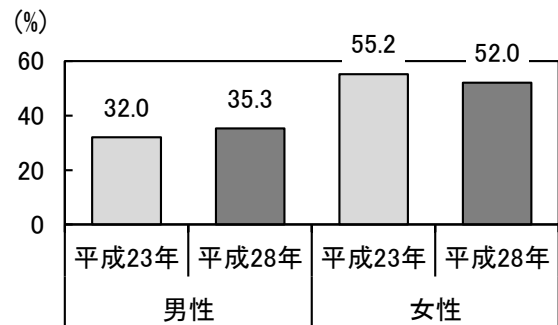
(現状)

- 「適量飲酒をしている人」は「男性」が 35.3%、「女性」が 52.0%で、平成 23 (2011) 年度から横ばいとなっています。
- 「多量飲酒者」は「男性」が 4.7%、「女性」が 0.5%と平成 23 (2011) 年度から横ばいとなっています。
- 妊娠中の飲酒者は 1.1% (平成 28 (2016) 年) となっています。
- 身体・精神発達に悪影響を及ぼす未成年者の飲酒について、「全くすべきではない」と回答した人が 72.9%と、平成 23 (2011) 年度から減少しています。
- 特定健診 (40~74 歳) の結果では、全国・県に比べて、「女性」の「毎日飲酒」の割合が高く、飲酒量が「1 合以上の不適切な飲酒習慣をもつ人」の割合も県に比べて高くなっています。

(課題)

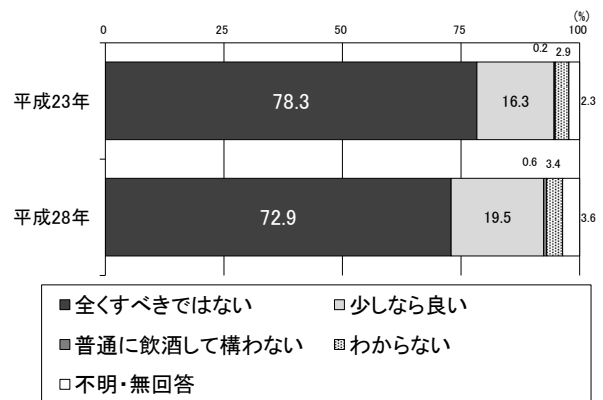
- 飲酒が健康に及ぼす影響や適量飲酒について、「多量飲酒者などの問題飲酒者」「妊産婦」「女性」「未成年者」などターゲットごとの効果的な普及啓発の充実が求められます。
- 未成年者の飲酒の害について、未成年者だけでなく、大人に対する普及啓発が必要です。

飲酒者のうち適量飲酒をしている人の割合



(出典) H23, 28 市民健康アンケート
※適量飲酒：1 日純アルコール 20g 未満

未成年者の飲酒に対する考え方



(出典) H23, 28 市民健康アンケート

【施策】

施策 1 適量飲酒に関する普及啓発の推進

アルコールに関連する健康障害、適量飲酒についての正しい知識の普及を行います。

主な事業・取り組み	概要
飲酒が健康に及ぼす影響や適量飲酒に関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">講演会や出前講座等を通じて、適量飲酒に関する普及啓発を行います。飲酒が健康に及ぼす影響・適量飲酒について啓発する「飲み方チェックの場」を開催します。さらに、「多量飲酒者などの問題飲酒者」「女性」「妊産婦」「未成年者」などのターゲットに合わせた啓発の強化、相談先・アルコール専門医療機関等の情報提供を実施します。特定保健指導の際に「多量飲酒者などの問題飲酒者」に対し、適量飲酒について情報提供をします。
アルコール専門医療機関等の情報提供や相談対応	<ul style="list-style-type: none">精神保健福祉相談等にて、アルコールに関する医療機関や自助グループの情報を提供します。支援者向け講演会を通じて支援者のアルコール関連問題に関する理解を強化することで、アルコールに関する相談窓口を充実させます。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
「お酒の飲み方チェック」を実施した人	653人	増加

施策 2 妊産婦への飲酒に関する普及啓発の推進

妊娠中および授乳中の女性に対し、様々な機会を活用し断酒を促します。

主な事業・取り組み	概要
妊産婦への飲酒に関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none">育児セミナーやマザークラス等を通じて、飲酒が健康や胎児、授乳中の乳児に及ぼす影響に関する普及啓発を実施します。母子健康手帳交付時に飲酒継続中の妊婦に対し、妊婦面接において断酒を促します。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
育児セミナー等でアルコールの影響について啓発した人数	1,121人	維持

施策3 未成年者の飲酒防止対策の推進

未成年者の飲酒防止に向け、小学生の頃から飲酒に関する正しい知識の普及を図ります。

主な事業・取り組み	概要
小・中学校、高校での飲酒防止に関する普及啓発の実施	<ul style="list-style-type: none">公立小学校6年生を対象に学校を通じて未成年者飲酒禁止リーフレットを配布し、児童とその親に対して未成年者の飲酒が健康に及ぼす影響について啓発を行います。養護教諭と連携を図り、児童生徒に対し、未成年者の飲酒の防止について啓発します。
大学や専門学校等との連携による出前講座の実施	<ul style="list-style-type: none">大学や専門学校等との連携を図り、出前講座や学祭等で未成年者の飲酒や適量飲酒、アルコール体質チェックなど普及啓発を行います。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
大学等で「お酒の飲み方チェック」を実施した人	477人	増加

(6) 歯・口腔の健康

歯・口腔の健康により咀嚼機能や構音機能を維持することは、口から食べる喜び、話す楽しみを保つ上で重要であり、様々な病気の予防にもつながります。そのためには、いつまでも自分の歯を保つことが大切です。「8020」の達成に向け、歯の喪失の原因となる「う歯（むし歯）」や「歯周病」の予防をライフステージに応じて取り組むことが求められます。

【現状と課題】

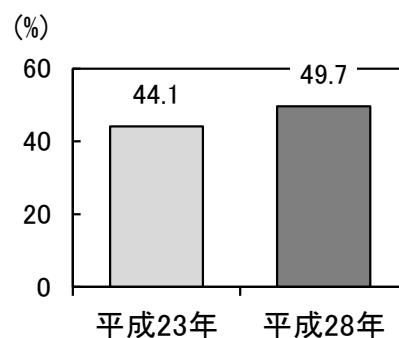
(現状)

- 「年に1回以上歯の定期健(検)診に行く人」が49.7%で、平成23(2011)年度から増加しています。
- 「噛む回数が1口10回未満の人」が30.5%で、平成23(2011)年度から横ばいとなっています。
- 3歳児健診における子どものう歯有病率が山口地区で高くなっています。また、山口地区は「正しい歯みがき方法を教えてもらったことがある児童の割合」が低くなっています。
- 鳴尾地区、塩瀬・山口地区の児童は、う歯の割合が高い傾向にあります。

(課題)

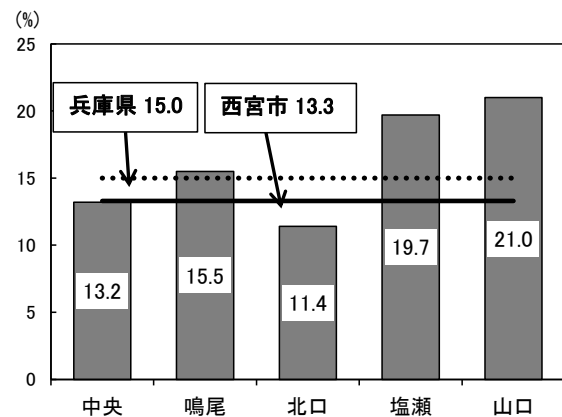
- 歯の喪失を防止するために、定期的な歯科の健康診査の受診率向上が求められます。
- 歯周疾患は若い世代からの予防が重要であることから、若年層向けの予防対策の充実が必要です。
- 乳幼児期から学齢期にかけて、良好な成長発育による適切な口腔機能の獲得を図る取り組みが必要です。特に鳴尾地区、塩瀬・山口地区での対策が求められます。

年に1回以上、歯の定期健(検)診に行く人の割合



(出典) H23, 28 市民健康アンケート

3歳児健診う歯有病率



(出典) H28 3歳児健診

【施策】

施策 1 子どものう歯予防の推進

生涯を通じて、歯科疾患を予防し口腔機能の維持・向上を図るために、乳幼児期から学齢期におけるう歯予防に取り組みます。

主な事業・取り組み	概要
乳幼児歯科健診等の子どものう歯予防に関する保健指導の実施	<ul style="list-style-type: none">乳幼児健康診査、乳児相談、歯の教室、出前健康講座等で、う歯に関する正しい知識の普及を行います。乳幼児歯科健診後のフォローを充実させます。フッ化物の知識を普及・啓発し、歯の教室等でフッ化物塗布を実施します。う歯の割合が高い地区で普及啓発を強化します。
保育所(園)や幼稚園、学校と連携したう歯予防の推進	<ul style="list-style-type: none">保育所(園)や幼稚園での歯磨き指導等を行います。学校歯科医による学校歯科健康診断でのう歯の早期発見や歯と口腔の健康に関する健康教育を行います。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28 年度)	今後の方向性
う歯予防に関する出前健康講座等の参加者数	473 人	増加

施策2 歯科健(検)診受診の促進と普及啓発の推進

「^{ハチマルニイマル}8020」を達成し、豊かな人生をおくるために、成人期は歯周病や歯の喪失を予防するための歯科健康診査の受診促進に取り組みます。高齢期は口腔機能の維持・向上により、生活の質を高め、健康寿命の延伸をめざします。

主な事業・取り組み	概要
歯周疾患や口腔機能についての普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> 大学祭や成人式、妊婦歯科検診などで、若い世代を対象に歯と口腔の健康に関する情報提供を行います。 市の広報やホームページ、さくらFM等を活用し、普及啓発を行います。
妊婦歯科検診の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> 妊婦および生まれてくる子どもの口腔衛生の向上を図るため、市内委託医療機関での妊婦歯科検診の受診を促進します。
歯科健(検)診の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> 広報や個別案内等により、40歳、50歳、60歳、70歳を対象にした歯周疾患検診、75歳、80歳の長寿歯科健診の受診勧奨を行います。
「 ^{サンマル} 噛ミング30」の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> 「健康フェア」や「食育フェスタ」のイベントや出前健康講座等で噛むことの大切さや「噛ミング30」についてリーフレットの配布等により普及啓発を行います。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
妊婦歯科検診の受診率	34.0%	向上

(7) 健康診査と健康管理

健康管理のためには、健康診査と健康状態に関心をもち、行動変容に向けた取り組みが大切です。本市の死因は、第1位が「がん（悪性新生物）」、第2位が「心疾患」、第3位が「肺炎」となっており、生活習慣病による死亡割合が約55%を占めています。がん、生活習慣病の発症予防、早期発見のために、健（検）診受診率向上に向けた取り組みを行います。また、ハイリスク者に対しては重症化予防の取り組みを行います。

【現状と課題】

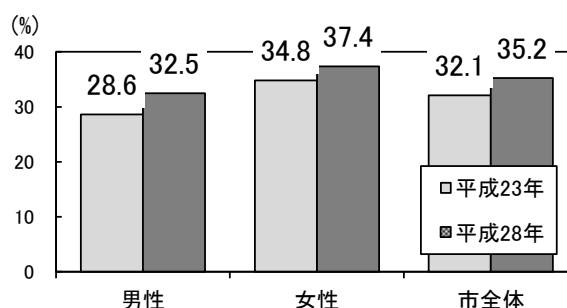
（現状）

- 西宮市国民健康保険特定健康診査受診率が35.2%で平成23（2011）年度から増加しています。地区別では、山口地区が男女ともに平均受診率を下回っています。
- 西宮市国民健康保険特定保健指導（実施率）が43.9%で、平成23（2011）年度から増加しています。
- 国のがん検診の受診率目標値50%に対し、男性は目標値を上回っていますが、女性は全ての検診において下回っています。
- 健診受診者（35～74歳）のうち、メタボリックシンドローム該当者が10.1%で、平成22（2010）年度から減少しています。
- 糖尿病有病者が12.4%で、平成22（2010）年度から増加しています。

（課題）

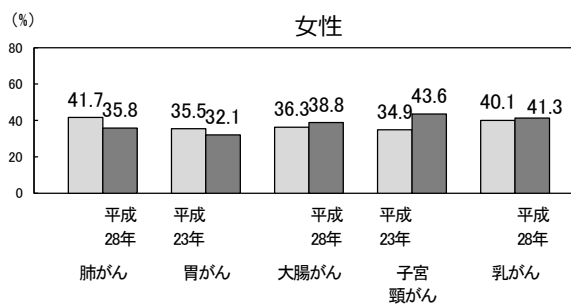
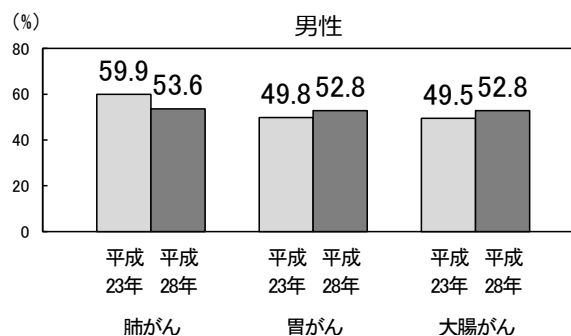
- 山口地区の特定健診受診率向上対策が必要です。
- 女性のがん検診受診率向上に向け、より一層の取り組みが求められます。
- がん検診の受診率向上に向け、受診勧奨だけでなく「がん教育」の取り組みが求められます。

西宮市国民健康保険特定健康診査受診率



（出典）H28 西宮市国民健康保険特定健康診査

がん検診の受診率



（出典）H23、28 市民健康アンケート

※受診率は40～60代を対象に「市」「職場」「人間ドックや病院」等で受診した人から算出
 ※子宮頸がんは、20歳から69歳までが対象。

【施策】

施策 1 生活習慣病に関する普及啓発と健(検)診等の受診促進

日本人の主要死因の1つである循環器疾患と患者数が多い糖尿病、死亡原因として増加すると予測されるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）に関して、それらの危険因子の管理と重症化予防のために、健診や保健指導の受診促進、これらの病気に関する普及啓発に取り組みます。

主な事業・取り組み	概要
健(検)診・保健指導の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> 健(検)診に関する市政ニュース、ホームページ等での案内、市役所、支所、公民館等でのリーフレットの設置により、受診勧奨を行います。 健康づくり推進員や民生委員を通じて、身近な人への受診勧奨を行います。 医療機関でのポスター掲示や「けんしんのご案内」の全戸配布、各種講座、出前講座、乳幼児健診等でのリーフレットの配布を通じて受診勧奨を行います。 特定健診未受診者に対し、コールセンターや案内通知を通して受診歴に応じた受診勧奨を行います。 山口地区での健診受診率向上に向け、健(検)診を受けやすい体制づくりを進めます。 特定保健指導対象者に対し、健診結果送付時にリーフレットの配布を通して特定保健指導の利用率向上に努めます。 特定健診、特定保健指導の効果を示す詳細なデータ分析および検証を実施するとともに、その結果を市民に分かりやすく説明し、必要性をPRしていきます。
生活習慣病予防の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> 健診受診者全員に対して生活習慣病に関する情報提供を行います。 健診結果から生活習慣病のハイリスク者を対象に講演会や情報提供を行います。 糖尿病や循環器疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）等の生活習慣病とその予防方法に関する普及啓発に努めます。
重症化予防の推進	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病等のハイリスク者に対して、受診勧奨を行います。 特定健診、人間ドック等の受診者のうち、特定保健指導の対象ではないが生活習慣の改善が必要な人に対し、保健指導を実施します。 「西宮市国民健康保険CKD予防連携事業」により、医療機関等と連携し、CKD（慢性腎臓病）の早期発見・早期治療を行います。 医療費分析等を通じて、受診勧奨の方法や保健指導の充実を図り、効果的な保健事業を展開します。

■ 活動指標

指標	現状値（H28年度）	今後の方向性
生活習慣病に関する講演会等の参加者数	626人	増加

施策2 がんに関する普及啓発と検診の受診促進

日本人の死因第1位のがんについて、がんとかん予防に関する普及啓発および早期発見のためのがん検診の受診促進に向けた取り組みを行います。

主な事業・取り組み	概要
がんに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの頃からがんに対する正しい知識をもつために、小・中学校や高校、大学等と連携したがん教育の実施に向けた取り組みを検討します。 がんやがん予防に関する普及啓発を出前健康講座、講演会、健康相談、公民館の講座、「健康フェア」等を通じて行います。 健康づくり推進員や民生委員を通じて、身近な人への受診勧奨を行います。
がん検診等の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> がん検診の案内はがき送付など受診勧奨に取り組みます。 集団検診、個別検診、休日検診の実施など、がん検診を受診しやすい体制づくりに取り組みます。 子宮頸がん・乳がん・大腸がん・肝炎ウイルス検診について対象者に無料クーポンを送付し、受診勧奨を行います。
検診の事後指導と精密検査の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> がん検診、肝炎ウイルス検診の事後指導の充実を図るとともに、精密検査未受診者への受診勧奨を強化します。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
がんに関する出前健康講座等の開催数	3回	増加
がん検診クーポン利用率	大腸がん：21.5% 子宮頸がん：34.4% 乳がん：11.6%	向上

施策3 女性の健康づくり体制の充実

女性のライフステージに応じた女性特有の健康課題に関する教育の充実を図ります。

主な事業・取り組み	概要
女性の健康づくりに関する健康教育の実施	<ul style="list-style-type: none"> 乳がん自己検診法の普及、更年期や骨粗しょう症の予防等の女性特有の健康課題に関する健康教育や健康相談を乳幼児健診や出前健康講座、大学祭などの機会を活用して行います。 思春期に向けた女性の身体に関する健康教育を行います。

■ 活動指標

指標	現状値 (H28年度)	今後の方向性
女性の健康づくりに関する健康教育の開催数	78回	増加