

4 疾病予防対策の促進2（成人保健）

壮年期から高齢期の市民等を対象に、日常における生活習慣の改善や老後における健康の保持を図るため、健康手帳の交付、健康教育、健康相談、健康診査等の成人保健事業を推進する。

（1）健康手帳の交付（昭和58年度開始）

【事業の目的・内容】

健康増進法に基づく健康手帳交付事業として、特定健診・保健指導等の記録、その他健康の保持のために必要な事項を記録し、自らの健康管理に役立てるとともに、適切な医療を受ける指針として活用することを目的に交付している。平成20年度の医療制度改革に伴い、根拠法令が変更になったことから健康増進課等で対応。

平成30年4月1日以降は、厚生労働省のホームページからのダウンロード方式による交付に変更。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法第17条第1項 ※老人保健法第13条 (~19年度)	健康増進課（健康診査グループ、保健センター） 保健福祉総務課保健福祉相談担当（中央部・東部・西部・南部・北部） 高齢福祉課（相談支援グループ） 国保年金課（国保給付グループ） 生活福祉課

《実績》

年度	H27		H28		H29	
年齢	40-74	75-	40-74	75-	40-74	75-
男性	572	24	420	26	459	7
女性	2,542	62	2,301	63	2,185	28
計	3,200		2,810		2,679	

（2）健康教育

① 腎臓病予防講座（平成10年度開始 令和2年度予算：202千円 国1/2,市1/2）

【事業の目的・内容】

世界腎臓デーが定められている3月にあわせ予防講座を開催し、効果的にCKDの認知度向上を図るとともに、腎臓病に関する正しい知識を普及し、腎臓病の発症者の抑制を図る。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ

《実績》

年度・会場	内容・講師	参加人数
H29 市役所	講演「CKD対策の基本は健康習慣！ ～とくに減塩と運動が大事です～」 国際医療福祉大学病院 教授 安藤 康宏 氏 実技「今日からできる簡単運動～笑顔で継続～」 健康運動指導士 原 美穂子 氏	112人
H30 市東市民活動 センター	講演「CKDにならないための生活習慣」 獨協医科大学 循環器・腎臓内科 教授 石光 俊彦 氏 講演「腎臓病にならないための食事」 獨協医科大学病院 管理栄養士 須藤 美沙紀 氏	113人
R1	新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止	—

② 糖尿病予防事業（令和2年度予算：362千円 国1/2,市1/2）

【事業の目的・内容】

「第2次健康うつのみや21」計画の重点分野である糖尿病対策のひとつとして「糖尿病患

者の発症及び合併症の減少」を目標に、医師や栄養士等による講話等を通して、糖尿病や糖尿病合併症に関する正しい知識の普及や糖尿病予防に必要な生活習慣改善を支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ

《実 績》

ア 糖尿病合併症予防講習会（平成14年度開始，市医師会と共催）

年度・会場	内容・講師	参加者数
H 2 9 市東市民活動 センター	「いつでも大切な体重管理」 さいとう医院 院長 齋藤 公司 氏 「知っておきたい糖尿病合併症」 自治医科大学 内分泌代謝科 准教授 海老原 健 氏	8 4 人
H 3 0 市南図書館	「糖尿病と合併症について」 獨協医科大学 内分泌代謝内科 学内助教 清水 昌紀 氏 「糖尿病による腎障害の抑制に向けて」 獨協医科大学 循環器・腎臓内科 教授 石光 俊彦 氏	1 7 1 人
R 1 保健所	「糖尿病合併症の腎症はどう診断してどう治療するのか？」 JCHOうつのみや病院 院長 草野 英二 氏 「大切な腎臓を守るために～食事療法でできること～」 JCHOうつのみや病院 副栄養管理室長 綱川 理絵 氏	9 9 人

イ 糖尿病予防講座（平成17年度開始）

年度・会場	内容・講師	参加人数
H 2 9 市東市民活動 センター	「自分で気づくための糖尿病の考え方～初期症状から予防まで～」 宇都宮市医師会 藤田 延也 氏 「効果がみえる今すぐエクササイズ」 健康運動指導士 松本 美佳子 氏	7 1 人
H 3 0 市東市民活動 センター	「糖尿病が気になるあなたへ～知って防ごう糖尿病～」 宇都宮市医師会 齋藤 公司 氏 「糖尿病予防は食事から」 宇都宮記念病院 管理栄養士 三上 安子 氏	7 5 人
R 1 河内地区市民 センター	「糖尿病の理解のために」 宇都宮市医師会 加瀬 知男 氏 「健口で目指す健康長寿」 宇都宮市歯科医師会 長谷川 英一 氏	6 3 人

ウ 糖尿病予防教室（平成20年度開始）

年度	実施回数	参加延人数
H 2 9	4日間1コース 5回	77人
H 3 0	1日間1コース 2回	26人
R 1	1日間1コース 2回	34人

※平成28年度は「糖尿病食事療法教室」として、平成29年度は「糖尿病教室」として実施

エ 糖尿病予防啓発イベント（平成30年度開始）

年度	日程	会場	参加者数
H 3 0	1 1 月 4 日 10時～16時	ショッピングモール ベルモール カリヨンプラザ	2 5 9 人
R 1	1 1 月 1 7 日 10時～15時	FKD宇都宮店 2階サウスの泉特設会場	1 4 3 人

オ その他

年度	日程	内容	登壇者
H27	10月16日	ジャパンカップチームプレゼンテーションの機会を活用した糖尿病に関するトークショー	① 市長 ② 市医師会 齋藤公司氏（市糖尿病対策委員会委員長） ③ ノボノルディスクファーマ㈱社長 ④ I型糖尿病治療中の子ども
H29～	11月	ミヤラジ出演・スポット放送	

※平成26年度にチーム・ノボ・ノルディスク※（世界初の全員がI型糖尿病をもった選手で構成されたプロサイクリングチーム）がジャパンカップに初参戦し、チーム単独でイベントを実施。平成27年度、市医師会等の協力を得て、トークショーの実施に至った。

③ 地区における健康教育

（昭和29年度開始 健康増進課 令和2年度予算：302千円 国1/3, 県1/3, 市1/3
高齡福祉課 令和2年度予算：405千円（健康相談も込み））

【事業の目的・内容】

生活習慣病の予防その他健康に関する事項について、正しい知識の普及を図ることにより、「自分の健康は自らが守る」という認識と自覚を高め、健康の保持増進に資することを目的とする。65歳以上の高齡期世代に対しては、高齡福祉課の介護予防事業と連携を図り、実施する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	保健福祉総務課保健福祉相談担当 （中央部・東部・西部・南部・北部）

《実 績》

年度	回数			参加人数（延）				
	市主催	派遣申請	合計	40歳未満	40～64歳	65歳以上	不明	計
H27	82	79	161	236	425	2,465	91	3,217
H28	89	44	133	192	378	2,085	38	2,693
H29	65	49	114	150	404	1,928	86	2,568
H30	76	25	101	180	286	1,806	16	2,288
R1	65	98	98	191	305	1,800	14	2,310

④ 女性の健康力アップ事業

（平成21年度開始 令和2年度予算：388千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

【事業の目的・内容】

平成19年4月に策定された「新健康フロンティア戦略」において、「女性の健康力」が柱の一つに位置づけられた。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために、講演会及びパネル展、キャンペーンなどを実施し、疾病に関する正しい知識の普及や健康づくりの啓発を行う。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 がん対策基本法 第12条 新健康フロンティア戦略	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター

ア 女性の健康力アップ講演会（保健センター）

《実績》

年度	月日	内容・講師	参加者数
H 2 7	3/5	「他人事ではない？乳がんの話～今の私にできること～」 栃木県立がんセンター 原尾 美智子氏 あけぼの会 栃木支部長 栗原 みどり氏	33人
H 2 8	3/5	「きれいになるための腸内フローラの整え方～今日からできる腸活テクニック～」 東邦大学総合診療・救急医学講座教授 瓜田 純久氏	79人
H 2 9	3/3	いつまでも元気&キレイに！「わかる，カラダ，かわる。」 ～セルフケア継続のコツ～ 女性総合診療科ダイエット&アンチエイジングカウンセラー・管理栄養士 前田 あきこ氏	81人
H 3 0	3/2	いつまでも元気&キレイに！ 「女性ホルモンを整えて女子力キープしよう」 飯田橋レディースクリニック 院長 岡野 浩哉氏	88人
R 1	3/7	新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止	—

イ 女性の健康週間イベント（保健センター）（平成23年度開始）

【事業の目的・内容】

厚生労働省が主唱する女性の健康週間に併せて，パネル展示や健康教育等を実施し，女性の健康に関する知識の向上と，女性を取り巻く健康問題に対する社会的関心を図る。

《実績》

年度	実施期間	実施内容	総入場者数
H 2 8	6日間 3/2～ 3/7	<ul style="list-style-type: none"> 女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布 足型測定（ゼビオスポーツエクспレス） 骨盤ゆがみチェック（ボディーズ） 痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ） サルコペニアチェック（下肢筋力測定） ミニ講話～知っておきたい女性ホルモンとからだの話～，ソイチェック（大塚製薬株式会社NC事業部） スパイス・ハーブの展示・リーフレットの配布（エスビー食品株式会社） お腹すっきりヨガ教室 美脚運動教室（保健センター運動事業） 歯とお口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業） 	延 3,329 人
H 2 9	6日間 3/1～ 3/6	<ul style="list-style-type: none"> 女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布 足型測定（ゼビオスポーツエクспレス） 骨盤ゆがみチェック（ボディーズ） 痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ） ミニ講話～骨と健康と女性ホルモンの話～（大塚製薬株式会社NC事業部） まちの保健室（栃木県看護協会宇都宮地区支部） 気楽セッション（栃木県鍼灸師会宇都宮支部） ハンドリフレクソロジー講習会（ラフィネ） 健康茶の試飲（三國屋善五郎） 保健センターオリジナル美容スイーツの試食 冷え性改善・温活ヨガ教室（保健センター運動事業） ちょこっと漏れ予防・改善骨盤底筋トレーニング教室（保健センター運動事業） 歯・お口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業） 	延 3,087 人

H30	7日間 3/1～ 3/8 (水曜日を 除く)	<ul style="list-style-type: none"> ・女性の健康に関するパネル展示，リーフレットの配布 ・簡単美容スイーツの試食 ・血管年齢チェック，腹囲の内臓脂肪チェック ・骨盤調整エクササイズ（保健センター運動事業） ・骨げんき！体操教室（保健センター運動事業） ・歯・お口・ブラッシングの相談会（保健センター歯科相談事業） ・頚動脈エコー検査（栃木県健康増進課） ・足型測定と最新フィットネスグッズ（ゼビオスポーツエクスペス） ・からだチェック（セントラルフィットネスクラブ） ・女性の健康応援ブース「女性ホルモンと女性の健康」 ・まちの保健室（栃木県看護協会宇都宮地区支部） ・気楽ゼーション（栃木県鍼灸師会宇都宮支部） 	延3,871人
R1	—	新型コロナウイルス感染症の拡大防止を図るため中止	—

ウ ピンクリボンキャンペーン（平成19年度開始）

【事業の目的・内容】

市民に乳がんの正しい知識の普及を行い，自己触診法の定着やマンモグラフィ検診の受診率を向上させ，乳がんによる死亡者を減少させることを目的として，普及啓発を行う。

※平成21年度から，ピンクリボンキャンペーンを女性の健康力アップ事業に位置付け実施

《実績》

年度	実施内容
H27	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
H28	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
H29	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
H30	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等
R1	・ポスター掲示・啓発グッズの配布等

⑤ 健康増進普及月間関連事業

（平成21年度開始 令和2年度予算：104千円 国1/3，県1/3，市1/3）

【事業の目的・内容】

生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣改善の重要性について正しい知識を普及する。また，検診により早期発見・早期治療ががん征圧に効果的であることから，がんについての正しい知識の普及，早期発見及び早期治療の認識の徹底を図るとともに，特定健診・がん検診の受診率向上を促すものとする。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター

《実績》

年度	内容	会場	日数	参加者数
H27	・健康増進普及月間パネル展示 ・健康づくり推進員による体験コーナー	市役所 市民ホール	5日間	285名
H28	・健康増進普及月間パネル展示 ・健康づくり推進員による体験コーナー	市役所 市民ホール	5日間	187名
H29	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	69名
H30	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	106名
R1	・健康づくり推進員による体験コーナー	保健センター	2日間	119名

・健康増進普及イベント 会場：保健センター

年度	総入場者数	健康づくり講座	生活習慣病予防講座	がん予防講演会
H 2 7	973人	70人	15人	
H 2 8	1,349人	64人	18人	
H 2 9	1,143人	58人	33人	
H 3 0	1,635人	77人	87人	
R 1	1,461人	92人	45人	

※平成 26 年度より、がん予防講演会を生活習慣病予防講座へ統合して実施

※平成 27 年度は、生活習慣病予防講座のテーマと対象者を青壮年期に絞って実施

年度	実施内容	実施期間 総入場者数
H 2 8	<ul style="list-style-type: none"> ・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> ①美脚運動教室(保健センター運動事業) ②ラジオ体操教室(保健センター運動事業) ③ぽっこりお腹に効くヨガ教室(外部講師) ・栄養情報の提供 <ul style="list-style-type: none"> ①オリジナル減塩スパイスを作ろう(エスビー食品株式会社) ・こころの健康 <ul style="list-style-type: none"> ①ハンドケア・ネイルカラー(美容専門学生) ・測定コーナー <ul style="list-style-type: none"> 痩せやすさ測定(セントラルフィットネスクラブ), 血管年齢測定(栃木県臨床検査技師会), 足型測定(ゼビオスポーツエクスプレス), 脳年齢・体力年齢チェック ・講演会 <ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり講座 ②生活習慣病予防講座 ・その他 <ul style="list-style-type: none"> ①健康情報パネル展示及びリーフレットの配布 	2日間 延1,349人
H 2 9	<ul style="list-style-type: none"> ・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> ①美脚運動教室(保健センター運動事業) ②ラジオ体操教室(保健センター運動事業) ・測定・相談コーナー <ul style="list-style-type: none"> 痩せやすさ測定(セントラルフィットネスクラブ), 足型測定(ゼビオスポーツエクスプレス), 骨盤ゆがみチェック(ボディーズ), ロコチェック(健康づくり推進員), まちの保健室(栃木県看護協会), 歯・お口・ブラッシングの相談会(保健センター歯科保健事業), 脳年齢チェック ・こころの健康 <ul style="list-style-type: none"> ①気楽ゼーション(栃木県鍼灸師会) ・講演会 <ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり講座 ②生活習慣病予防講座 ・その他 <ul style="list-style-type: none"> 健康茶の試飲, 健康情報パネル展示及びリーフレットの配布 	2日間 延1,143人

H 3 0	<ul style="list-style-type: none"> ・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> ①リラックスヨガ教室（保健センター運動事業） ②痛まん体操教室（保健センター運動事業） ・栄養情報の提供 <ul style="list-style-type: none"> 栄養相談（栃木県栄養士会） ・こころの健康 <ul style="list-style-type: none"> 気楽ゼーション（栃木県鍼灸師会） ・測定・相談コーナー <ul style="list-style-type: none"> 痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ）、足型測定（ゼビオスポーツエクスペス）、最新フィットネスグッズ体験会（ヨドバシカメラ）、ロコチェック（健康づくり推進員）、まちの保健室（栃木県看護協会）、骨密度測定（栃木県国民健康保険団体連合会）、血管年齢測定、歯科相談（保健センター歯科保健事業） ・講演会 <ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり講座 ②生活習慣病予防講座 ・その他 <ul style="list-style-type: none"> 健康情報パネル展示及びリーフレットの配布 	2日間 延1,635人
R 1	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養情報の提供 <ul style="list-style-type: none"> 栄養相談（栃木県栄養士会） ・運動体験 <ul style="list-style-type: none"> ①気分すっきりセルフフィットネス（保健センター運動事業） ②幻のラジオ体操第3教室（保健センター運動事業） ・測定・相談 <ul style="list-style-type: none"> ①痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ） ②乳がん触診体験 ③最新フィットネスグッズ体験会（ヨドバシカメラ） ④ロコチェック（健康づくり推進員） ⑤まちの保健室（栃木県看護協会） ⑥骨密度測定（栃木県国民健康保険団体連合会） ⑦血管年齢測定 ⑧歯科相談（保健センター歯科保健事業） ・講演会 <ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり講座 ②生活習慣病予防講座 ・その他 <ul style="list-style-type: none"> 健康情報パネル展示及びリーフレットの配布 	2日間 延1,461人

⑥ たばこ対策促進事業（平成15年度開始 令和2年度予算：301千円 国1/2，市1/2）

たばこに関連する疾患や健康影響を防ぐため、「禁煙支援」「受動喫煙防止」「喫煙防止」対策の効果的な推進を図る。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約 健康増進法 第8条第2項 第25条（受動喫煙の防止） 未成年者喫煙禁止法 労働安全衛生法の一部を改正する法律	健康増進課健康づくりグループ

《実績》

ア 禁煙支援対策

年度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
禁煙外来医療機関一覧 掲載施設数	7 5	7 7	7 9	8 0	8 3
禁煙応援薬局一覧 掲載施設数 ^{※1}	—	—	31	4 6	3 9

※1 平成29年度～「うつのみや禁煙応援薬局」周知開始

イ 受動喫煙対策

年 度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
とちぎ禁煙推進店 ()内は県受付分 ^{※1} を 含めた登録数	登録数	1 0	1 6	1 1	3	1 1
	登録除外	—	—	—	2	3
	累計	1 0 (2 0)	2 6 (6 2)	3 7 (7 3)	3 8 (7 4)	4 6 (1 4 6)
たばこに関する健康情報の提供 事業所数		1, 1 5 9	5 5 2 ^{※2}	4 8 1 ^{※2}	1, 4 9 3	1, 6 7 7

※1 県内複数の市町に店舗を持つ企業等がまとめて申請する場合は県健康増進課が受付、登録を実施

※2 不特定多数の市民が利用する飲食店を中心にチラシを配布

ウ 喫煙防止対策

たばこに関する健康教育出前講座

対象	年 度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
小学生	学校数	1 8	2 0	1 6	1 8	1 8
	人数	1, 2 4 9	1, 2 9 6	1 0 6 9	1, 2 7 1	1, 0 8 8
中学生	学校数	6	7	8	6	4
	人数	1, 2 9 6	9 7 2	1 7 1 4	7 5 7	4 3 4

※ 平成26年度～全学校共通の事後アンケート実施

たばことアルコールに関するリーフレットの配布

年 度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
配布数	4, 9 3 2	4, 8 6 7	4, 9 5 7	4, 8 7 5	4, 9 5 0

エ 世界禁煙デー・禁煙週間イベント

年 度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
市民ホールイベント開催日数	5	5	5	5	5

⑦ 健康づくり栄養教室（令和2年度予算：132千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

【事業の目的・内容】

市民がメタボリックシンドロームや生活習慣病を予防するため、栄養や運動を中心とした講話や実習を通して日頃の生活習慣を見直し、健康づくりのための活動が実践できるように支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項	健康増進課保健センター

《実 績》

年 度	実施回数		人数(延)
H 2 7	高血圧予防編	3 回	48 人
	脂質異常症予防編	2 回	45 人
	骨粗しょう症予防編	2 回	45 人
	がん予防編	1 回	25 人
H 2 8	高血圧予防編	2 回	17 人
	脂質異常症予防編	2 回	25 人
	骨粗しょう症予防編	2 回	24 人
	がん予防編	2 回	22 人
	骨粗しょう症予防編	2 回	24 人
	がん予防編	2 回	22 人

年度	テーマ	教室名	実施回数	人数	総計
H29	健康づくり編	働き盛り男性の肥満リセット教室	3回	17人	12回 131人
		働く女性のための美ボディ教室	3回	23人	
		エクササイズデビュー教室	3回	34人	
		旬の野菜の調理実習	3回	57人	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	15回	125人	15回 125人
H30	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2回	12人	10回 122人
		女性のための美ボディ教室	2回	18人	
		エクササイズデビュー教室	3回	43人	
		かんたん野菜料理アレンジ教室	3回	49人	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	8回	102人	19回
		自主G応援事業（再掲）	11回	217人	319人
R1	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2回	11人	10回 99人
		女性のための美ボディ教室	2回	19人	
		エクササイズデビュー教室	3回	22人	
		ラク楽ワンプレートごはん	3回	47人	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	7回	109人	12回
		自主G応援事業（再掲）	5回	164人	273人

※平成26年度より糖尿病食事療法のための調理実習は、病態別栄養相談（集団）に位置づけ、糖尿病合併症予防のための調理実習として実施

※健康づくりを効果的に推進していくためには、食生活と運動が重要な柱であることから平成29年度より、栄養教室の一部の教室を運動推進事業の各教室プログラムのひとつとして組み込み、一体的に実施

- ⑧ 保健センター運動推進事業（健康増進課 令和2年度予算：139千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）
（高齢福祉課 令和2年度予算：2,542千円）

【事業の目的・内容】

生活習慣病の発症に大きく関与しているメタボリックシンドロームを予防・改善するとともに、高齢期を迎えても要介護状態に陥ることなく、健康でいきいきとした生活が送れるよう、運動を中心とした講話や実技を通して、個人のライフスタイルや体力に合った運動習慣の定着を図れるよう支援する。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	健康増進課保健センター

ア 健康増進事業

年度	実施内容	回数	人数(延)	総計
H27	カラダげんき運動教室 （ウォーキング編, ツール編）	8	65	59回 延749人
	健康アップ教室	3	16	
	運動体験教室	6	56	
	ラジオ体操普及事業（ラジオ体操教室）	6	104	

	エクササイズデビュー教室	30	463	
	特定健康指導フォローアップ教室	5	13	
	その他（講師派遣事業）	1	32	
H 2 8	ラジオ体操普及事業（ラジオ体操教室）	2	8	62回 延 755人
	エクササイズデビュー教室	30	573	
	働き盛り世代の肥満リセット教室	19	109	
	美脚運動教室	3	35	
	健康づくり運動教室 （気軽にエンジョイ Miya 運動体験会）	8	30	
H 2 9	エクササイズデビュー教室	18	211	57回 延 483人
	働き盛り世代男性の肥満リセット教室	19	98	
	美脚運動教室（冷え性改善温活ヨガ教室）	2	32	
	働く女性の美ボディ教室	18	142	
H 3 0	エクササイズデビュー教室	18	254	44回 延 462人
	働き盛り世代男性の肥満リセット教室	12	55	
	女性のための運動教室	12	107	
	イベント教室（ヨガ等）	2	46	
R 1	エクササイズデビュー教室	18	117	42回 延 306人
	働く世代男性のシェイプアップ教室※	11	57	
	女性のための美ボディ教室	12	111	
	イベント運動教室※	1	21	

※ シャイプアップ教室， イベント運動教室は， 新型コロナウイルス感染症の影響により， 各1回中止

イ 介護予防事業

年度	実施内容	回数	人数 (延)	
H 2 7	しっかり貯筋運動教室	60	1,054	63回 延 1,084人
	健康アップ教室	3	30	
H 2 8	しっかり貯筋運動教室	60	995	64回 延 1,048人
	健康アップ教室	4	30	
H 2 9	しっかり貯筋教室（65～69歳コース）	32	240	62回 延 550人
	しっかり貯筋教室（70歳以上コース）	28	271	
	ラジオ体操普及事業（ラジオ体操教室， 骨盤底筋トレーニング教室）	4	39	
H 3 0	貯筋教室	40	516	53回 延 784人
	自主グループ応援事業	11	217	
	イベント運動教室	2	39	
R 1	貯筋教室	35	550	51回 延 875人
	自主グループ応援事業	15	300	
	イベント運動教室	1	25	

※イベント運動教室は， 新型コロナウイルス感染症の影響により 1回中止

ウ その他

【継続者のための運動事業】

年度	実施内容	実施回数	人数（延）
H 2 7	健康づくり運動教室	213	9,255
H 2 8	健康づくり運動教室	36	1,311

※平成28年度より月1回の介護予防プログラムに組み替えて実施

※平成29年度より事業の見直しに伴い廃止

【運動チャレンジタイム】

年度	実施内容	実施回数	人数（延）
H 2 7	運動チャレンジタイム	260	8,866
H 2 8	運動チャレンジタイム	96	2,842
H 2 9	運動チャレンジタイム	48	1,464
H 3 0	運動チャレンジタイム	48	1,551
R 1	運動チャレンジタイム	87	4,911

※平成28年度より「気軽にエンジョイ Miya 運動」を活用し、運動習慣の定着化に向けたツールとして紹介するプログラムに組み替えて実施

※地域で「気軽にエンジョイ Miya 運動」を実施する団体が増えたことに伴い、回数を徐々に減らして対応していたが、令和元年度にはチャレンジタイムとチャレンジデーを一体的に実施。

※令和元年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により9回中止

【自由参加型運動事業】

年度	実施内容	実施回数	人数（延）
H 2 6	ラジオ体操（自主参加型）	235	1,905
H 3 0	運動チャレンジデー （エクササイズDVDの放映と運動スペースの開放）	44	1,246

⑨ 運動サポート事業（健康増進課令和2年度予算：13千円 国1/3、県1/3、市1/3）

【事業の目的・内容】

「第2次健康うつのみや21」に基づき、地域における健康づくり実践活動の推進を図るため、健康運動指導士や運動指導員による運動実技を含めた相談・指導を通して、健康づくり推進員が地区住民に対し安全かつ効果的な運動の実践ができるよう支援する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第3条	健康増進課保健センター

《実 績》

年度	実施回数	人数（延）
H 2 7	35回	331人
H 2 8	25回	247人
H 2 9	21回	231人
H 3 0	25回	270人
R 1	29回	306人

⑩ 運動出前講座【保健と福祉の出前講座の一環として実施】

（平成20年度開始 令和2年度予算：12千円 国1/3、県1/3、市1/3）

【事業の目的・内容】

健康寿命の延伸を図るため、運動指導員が地域へ出向き、運動を中心とした知識の提供

や実技を通じて、メタボリックシンドロームの予防やロコモティブシンドロームの予防について広く普及させることにより、より多くの市民へ運動に取り組むきっかけづくりの機会を提供する。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	健康増進課保健センター

《実績》

年度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
実施回数	2 6 回	2 7 回	1 6 回	1 6 回	5 回
参加人数	6 5 2 人	5 4 4 人	2 9 1 人	2 6 6 人	7 7 人

	講座名	講座内容
1	気軽にエンジョイ Miya 運動	「気軽にエンジョイ Miya 運動」の DVD を活用し、日常生活の中で楽しく運動が身に付くコツや運動方法についての説明と運動の実技を紹介
2	身近な公園での運動	身近な公園の健康遊具の使用法やラジオ体操の正しい手法を紹介

- (3) 健康相談（昭和58年度開始 健康増進課令和2年度予算：108千円 国1/3, 県1/3, 市1/3
高齢福祉課令和2年度予算：405千円（地区における健康教育も込み）

【事業の目的・内容】

市民の心身の健康に関し、個別に必要な指導及び助言を行い、相談者自ら問題解決のための行動がとれるよう援助することをねらいとして、健康相談室や電話による健康相談を行う。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44 第1項	健康増進課健康づくりグループ 健康増進課保健センター 保健福祉総務課保健福祉相談担当(中央部・東部・北西部・南部・北部) ※河内・上河内地域自治センター保健福祉課保健グループが平成29年度より保健福祉総務課保健福祉相談担当(北部)に変更

《実 績》

ア 健康相談（毎日）

所属別件数（延）

年度	保健所	保健 センター	保健福祉総務課保健福祉相談担当					計
			中央部	東部	西部	南部	北部	
H 2 9	9	1 8 5	1 2	0	9	6	1 1	2 3 2
H 3 0	2	2 6 3	2 6	0	1 9	3	9	3 2 2
R 1	8	2 3 5	2 0	0	1 3	3	2 4	3 0 3

相談種別（延）

年度	高血 圧	脂質 異常 症	糖尿病	歯周 疾患	骨粗 しょう 症	病態別	女性の 健康	総合	介護 家族	計
H 2 9	4 4	4	9	0	0	7	1	1 7 2	3	2 4 0
H 3 0	1 6	1	1 1	1	0	1 3	6	2 7 4	5	3 2 7
R 1	1 7	9	6	3	0	1 6	2	2 5 1	5	3 0 9

イ 面接

所属別件数（延）

年度	保健所	保健センター	高齢福祉課	保健福祉総務課保健福祉相談担当					計
				中央部	東部	西部	南部	北部	
H29	1	0	4	21	7	19	11	3	66
H30	2	0	0	23	8	1	21	0	55
R1				29	4	7	28	2	70

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	家族介護	計
H29	0	1	14	0	0	25	6	21	1	68
H30	7	6	5	0	0	38	2	12	1	71
R1	5	3	8	0	1	45	1	16	0	79

ウ イベント等

回数・件数（延）

年度	回数	件数
H29	23	458
H30	22	1,027
R1	8	284

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	計
H29	37	0	0	0	0	0	0	421	458
H30	42	376	1	0	0	0	0	608	1,027
R1	17	193	2	0	0	0	17	55	284

エ 電話相談

所属別件数（延）

年度	保健所	保健センター	保健福祉相談担当等	計
H29	131	116	238	485
H30	119	74	225	418
R1	69	64	234	367

相談種別（延）

年度	高血圧	脂質異常症	糖尿病	歯周疾患	骨粗しょう症	病態別	女性の健康	総合	計
H29	21	17	58	4	3	97	32	253	485
H30	12	12	29	9	3	87	42	224	418
R1	13	2	29	3	1	129	29	161	367

（４）訪問指導（昭和29年度開始 令和2年度予算：4千円 国1/3，県1/3，市1/3）

【事業の目的・内容】

市民の健康の保持増進を図るため、何らかの健康問題があり援助を求めている個人および家族に対して家庭訪問を実施し、健康問題解決のための相談に応じ、必要な指導および助言を行う。また、健康診査・がん検診等の結果で医師により緊急性があると判断された場合に実施する。

根拠法令等	主管課・グループ
健康増進法 第17条第1項 介護保険法 第115条の44第1項	保健福祉総務課保健福祉相談担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実 績》

訪問件数 (延)

年度	要指導者等	介護家族者	寝たきり者	その他	計
H 2 9	3 1	1	4	8 4	1 2 0
H 3 0	2 8	0	0	5 7	8 5
R 1	3 7	0	1	6 6	1 0 6

年齢構成内訳

年度	40歳未満	40～64歳	65歳以上	合計
H 2 9	1 6	6 0	4 4	1 2 0
H 3 0	1 4	4 0	3 1	8 5
R 1	1 1	6 2	3 3	1 0 6

(5) 健康診査

【事業の目的・内容】

生活習慣病の予防及び疾病の疑いのある者又は医療を要する者を早期発見するため、各種健康診査を行う。また、特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要な者に対し、栄養や運動等の保健指導を行うとともに、健康管理に関する正しい知識の普及を行い、健康についての認識と自覚の高揚を図ることを目的とする。

※各種健診受診率算出方法：受診者数(人)／対象者数(人)

根拠法令等	主管課・グループ
高齢者の医療の確保に関する法律 第20条、第24条、第125条 健康増進法第19条第2項	健康増進課健康診査グループ

【集団健診予約件数】

(件)

年度	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
集団健診予約センター (専用オペレータによる予約受付)	31,502	28,224	32,241	29,990
集団健診予約システム (Webでの予約受付)	4,723	4,342	5,156	5,283
計	36,225	32,566	37,397	35,273

① がん検診 (令和2年度予算：915,098千円 市単独)

ア 肺がん検診(昭和38年度開始)

《実 績》

肺がん検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	19,769	19,000	18,986	18,959	19,171
	個別健診	25,809	25,552	25,809	25,604	25,421
	計	45,578	44,552	44,795	44,563	44,592
対象者数(人)		133,997	148,304	148,304	148,304	148,304
受診率(%)		34.0	30.0	30.2	30.0	30.1

イ 胃がん検診（昭和38年度開始）

《実績》

胃がん検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	12,316	11,004	10,634	9,752	9,361
	個別健診	14,096	14,746	15,425	16,216	16,597
	計	26,412	25,750	26,059	25,968	25,958
対象者数(人)		133,997	148,304	148,304	148,304	148,304
受診率(%)		19.7	17.4	17.6	17.5	17.5

胃がん検診（X線）実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	12,316	11,004	10,634	9,752	9,361
	個別健診	1,029	846	916	845	836
	計	13,345	11,850	11,550	10,597	10,197

胃がん検診（内視鏡）実施状況（平成20年度開始）

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	個別健診	13,067	13,900	14,509	15,371	15,761

ウ 大腸がん検診（昭和62年度開始）

《実績》

大腸がん検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	19,885	19,026	18,889	18,908	19,231
	個別健診	22,975	21,889	21,946	21,745	21,485
	計	42,860	40,915	40,835	40,653	40,716
対象者数(人)		133,997	148,304	148,304	148,304	148,304
受診率(%)		32.0	27.6	27.5	27.4	27.5

エ 子宮がん検診（昭和38年度開始）

《実績》

子宮がん検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	8,290	8,198	7,953	7,924	7,683
	個別健診	16,271	15,644	14,908	14,487	14,236
	計	24,561	23,842	22,861	22,411	21,919
対象者数(人)		111,049	116,679	116,679	116,679	116,679
受診率(%)		22.1	20.4	19.6	19.2	18.8

国の指針（隔年受診）による受診率

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数(人)		24,561	23,842	22,861	22,411	21,919
2年連続受診者数(人)		10,648	11,164	11,022	11,137	10,985
対象者数(人)		111,049	116,679	116,679	116,679	116,679
※受診率(%)		33.8	31.9	30.6	29.3	28.6

※受診率(%) = (前年度の受診者数 + 当該年度の受診者数 - 2年連続の受診者数) ÷ 当該年度の対象者数 × 100

オ 乳がん検診（昭和62年度開始，平成16年度よりマンモグラフィ検査，平成30年度より超音波検査開始）

《実績》

乳がん検診実施状況

マンモグラフィ検査（2年に1回）：40歳以上

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	7,950	7,296	7,765	8,980	8,473
	個別健診	1,899	1,226	536	—	—
	計	9,849	8,522	8,301	8,980	8,473
	2年連続受診者数	19	18	161	6	8
対象者数(人)		85,032	91,933	91,933	91,933	91,933
※受診率(%)		22.6	20.0	18.1	18.8	19.0

※受診率(%)=(前年度の受診者数+当該年度の受診者数-2年連続の受診者数)÷当該年度の対象者数×100

※平成29年度までは，マンモグラフィ及び視触診の併用検診者とマンモグラフィのみの検診者の合計

※平成30年度からは，マンモグラフィ及び乳房超音波検査の併用検診者数

超音波検査のみ：40歳以上

年度		H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	75	88

※妊娠及びその疑いのある者，授乳中の者，心臓ペースメーカーを装着した者，豊胸手術を受けた者，術後再建乳房，V Pシャント施術者，マンモグラフィ不適と判断される漏斗胸の者のみ

視触診：30歳代

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	539	676	627	—	—
	個別健診	3,109	3,105	2,536	2,426	2,096
	計	3,648	3,781	3,163	2,426	2,096
対象者数(人)		16,564	15,108	15,108	15,108	15,108
受診率(%)		22.0	25.0	20.9	16.1	13.9

カ 前立腺がん検診（平成14年度開始）

《実績》

前立腺がん検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	6,310	6,216	6,299	6,305	6,484
	個別健診	9,424	9,339	9,276	9,205	9,190
	計	15,734	15,555	15,575	15,510	15,674
対象者数(人)		43,957	48,995	48,995	48,995	48,995
受診率(%)		35.8	31.7	31.8	31.7	32.0

② 骨粗しょう症検診（平成8年度開始 令和2年度予算：8,324千円 国1/3，県1/3，市1/3）

《実績》

骨粗しょう症検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数(人)	集団検診	3,572	3,295	3,450	3,388	3,567

※40・45・50・55・60・65・70歳の女性が対象

③ 歯科健診（平成11年度開始 令和2年度予算：13,995千円 国1/3，県1/3，市1/3）

《実績》

歯科健診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	1,293	1,122	1,050	989	1,045
	個別健診	1,487	1,416	1,384	1,211	1,123
	計	2,780	2,538	2,434	2,200	2,168
対象者数(人)		23,127	24,557	24,557	24,557	24,557
受診率		12.0	10.3	9.9	9.0	8.8

※30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の者が対象

④ 肝炎ウイルス検診（平成14年度開始 令和2年度予算：18,164千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）
《実 績》

肝炎ウイルス検診実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数 (人)	集団健診	3,382	3,165	3,045	2,987	2,773
	個別健診	2,960	2,293	2,143	1,843	1,863
	計	6,342	5,458	5,188	4,830	4,636

⑤ 特定健康診査・特定保健指導（平成20年度開始 令和2年度予算：国保特別会計257,879千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

特定健康診査は、糖尿病や高脂血症、高尿酸血症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、この該当者及び予備群を減少させるための特定保健指導を必要とする者を、的確に抽出するために行う。

特定保健指導は、糖尿病等の生活習慣病予備群を生活習慣病に移行させないために、対象者自身が健診結果を理解し、生活習慣を改善するための行動目標を設定することにより、対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的とし実施する。がん検診等と同時に実施することから、保険者である宇都宮市国民健康保険の担当課である保険年金課からの執行委任により実施

《実 績》

特定健康診査実施状況

年度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
対象者数(人)	85,724	82,422	79,468	76,376	73,723
受診者数(人)	25,272	24,348	23,329	22,641	21,927
受診率(%)	29.5	29.5	29.4	29.6	29.7

特定保健指導実施状況

年度		H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
動機づけ支援	対象者数(人)	2,177	1,969	1,877	1,690	1,631
	利用者数(人)	327	316	392	373	403
	終了者数(人)	229	252	385	384	381
	実施(終了)率(%)	10.5	12.8	20.5	22.7	23.4
積極的支援	対象者数(人)	654	536	494	496	497
	利用者数(人)	59	44	70	64	85
	終了者数(人)	28	41	59	54	72
	実施(終了)率(%)	4.3	7.6	11.9	10.9	14.5
特定保健指導実施(終了)率(%)		9.1	11.7	18.7	20.0	21.3

【健診サポート事業（健康増進課直営分）】

ア 特定保健指導利用勧奨延べ件数（実績値）

年度			H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1	
動機づけ支援	対象者数(人)		1,734	1,639	1,613	1,454	1,378	
	実施手法	通知(件)	—	1,639	1,613	1,454	1,377	
		電話	在(件)	1,632	946	1,291	1,123	1,026
			不在(件)	59	268	210	196	143
		訪問	在(件)	40	—	—	—	—
	不在(件)		62	—	—	—	—	
積極的支援	対象者数(人)		568	547	452	458	476	
	実施手法	通知(件)	—	547	452	458	476	
		電話	在(件)	532	279	347	342	346
			不在(件)	25	118	79	87	53
		訪問	在(件)	13	—	—	—	—
	不在(件)		23	—	—	—	—	

※「対象者数」とは、抽出者から対象外の者を引いたもの。

※「在」の勧奨は本人及び家族への勧奨も含む。

※訪問の「不在」にはポストイング等も含む。

イ 特定保健指導利用勧奨率（実績値）

年度	H 2 7	H 2 8		H 2 9		H 3 0		R 1		
		通知	電話	通知	電話	通知	電話	通知	電話	
動機づけ支援	対象者数(人)	1,734	1,639	1,214	1,613	1,501	1,454	1,319	1,378	1,169
	勧奨実数(人) ※	1,672	1,639	946	1,613	1,291	1,454	1,123	1,377	1,026
	利用勧奨率(%)	96.4	100	77.9	100	86.0	100	85.1	99.9	87.8
積極的支援	対象者数(人)	568	547	397	452	426	458	429	476	399
	勧奨実数(人) ※	545	547	279	452	347	458	342	476	346
	利用勧奨率(%)	96.0	100	70.1	100	81.5	100	80.0	100	86.7

※「勧奨実数」へは、本人及び家族への勧奨も含む。

※年度内に実施した特定保健指導の利用勧奨の件数

ウ 特定保健指導実施（実績値）

年 度	H 2 7		H 2 8		H 2 9		H 3 0		R 1		
	動機づけ 支援	積極的 支援									
実施 者数 (人)	初回	61	7	166	11	216	30	223	38	205	38
	中間	126	17	343	42	602	125	603	141	417	141
	最終	36	1	80	7	199	17	267	39	199	38
計		223	25	589	60	1,017	172	1,093	218	821	217

エ 健診結果相談会（実績値）

年 度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
実施回数（回）	46	64	70	76	76
特定保健指導実施者数（人）	55	173	248	261	241

※ 健診結果相談会で実施した特定保健指導実施者は、健診サポートにおける特定保健指導実施に含まれる。

⑥ 後期高齢者健康診査（平成20年度開始 令和2年度予算：141,048千円）

《実 績》 栃木県後期高齢者医療広域連合から受託
後期高齢者健康診査実施状況

年度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数（人）	12,367	13,283	14,314	13,629	14,885
対象者数（人）	52,014	54,003	56,387	58,244	60,793
受診率（%）	23.8	24.6	25.4	23.4	24.5

⑦ 後期高齢者歯科健診（平成27年度開始 令和2年度予算：3,213千円）

【事業の目的・内容】

誤嚥性肺炎等の疾病につながる口腔機能低下の予防に努めることにより、後期高齢者の健康の保持増進を図り、もって後期高齢者の生活の質を確保し、安心して安定した生活の向上に資することを目的に実施する。

《実 績》 栃木県後期高齢者医療広域連合から受託
後期高齢者歯科健診実施状況

年度	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
受診者数（人）	287	515	341	308	334
対象者数(人)	4,374	5,046	5,581	5,152	5,706
受診率（%）	6.6	10.2	6.1	6.0	5.9

(6) 脳卒中発症登録事業（平成10年度開始 県予算）

【事業の目的・内容】

栃木県では全国に比して脳卒中による死亡率が高いことから、地域における脳卒中発症者の実態を把握することにより、脳卒中総合対策を推進し、県民の健康の保持増進を図る。

根 拠 法 令 等	主管課・グループ
脳卒中発症登録事業実施要領(栃木県)	健康増進課企画グループ(※実施主体：栃木県)

《実 績》

年度	H 2 6	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0
発症登録報告医療機関数	6	6	6	6	6
発症登録件数	1,397	1,468	1,467	1,505	1,521

※ 発症登録件数は、市内の発症登録報告医療機関における発症登録者数を計上
※ 対象年の翌年9月に実績公表