

#### 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に対応

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

##### （2）健康教育

###### ① 腎臓病予防講座（平成10年度開始 令和6年度予算：174千円 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
R3	動画配信：令和4年3月14日（月）～4月28日（木） 講演「慢性腎臓病ってなんだ？ ～現場最前線にいる医師がご説明します～」 宇都宮市医師会 医師 中野 信行 氏 管理栄養士・糖尿病療養指導士 杉浦 亜希子氏	動画視聴回数 490回
R4	※対面の講演会と動画配信のハイブリット形式で実施 令和5年3月5日（日）13：30～16：00 動画配信：3月13日（月）～4月28日（金） 講演「慢性腎臓病～古くて新しい腎臓の病気～」 獨協医科大学 主任教授 頼 建光 氏 講演「腎臓にやさしい食事」 獨協医科大学病院 管理栄養士 大石 比奈子氏	26人 （動画視聴回数 338回）
R5	※対面の講演会と動画配信のハイブリット形式で実施 令和6年3月9日（土）13：30～16：00 動画配信：3月15日（金）～4月26日（金） 講演「CKD（慢性腎臓病）予防のための生活習慣」 宇都宮市医師会 奥田 康輔 氏 講演「腎臓病を予防しよう～食事のポイント～」 管理栄養士 大盛 千恵 氏	53人 （動画視聴回数 594回）

② 糖尿病予防事業（令和6年度予算：342千円 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
R2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止	—
R3	動画配信：令和4年2月14日（月）～3月31日（木） 講演「糖尿病合併症についての話」 獨協医科大学内科学（内分泌代謝）助教 加瀬 正人 氏 講演「糖尿病 眼合併症 ～糖尿病網膜症は失明することのある病気です～」 獨協医科大学眼科学 講師 伊藤 栄 氏	動画視聴回数 623回
R4 東市民活動センター	令和5年2月5日（日）13：30～15：30 講演「私には起こらない？ 糖尿病の合併症を防ぐために」 自治医科大学 看護学部看護基礎科学 准教授 兼 内分泌代謝科 准教授 倉科 智行 氏 講演「糖尿病の心血管合併症」 自治医科大学 心臓血管外科 教授 川人 宏次 氏	80人
R5 東市民活動センター	令和6年2月4日（日）13：30～15：30 動画配信：令和6年2月14日（水）～3月22日（金） 講演「糖尿病合併症を予防するために」 獨協医科大学病院 内分泌代謝内科 飯嶋 寿江 氏 講演「合併症をおこさないための食事について」 獨協医科大学病院 管理栄養士 大石 比奈子 氏	61人 （動画視聴回数 491回）

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
R2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止	—
R3	動画配信：令和3年8月23日（月）～9月30日（木） 講演「なぜ私たちは糖尿病を気にしなくてはならないのか？」 宇都宮市医師会 医師 中野 信行 氏 講演「今日から出来る！糖尿病予防に大切な食事3つのこと」 管理栄養士・糖尿病療養指導士 杉浦 亜希子氏	動画視聴回数 378回
R4	動画配信：令和4年8月30日（火）～9月30日（金） 講演「糖尿病を予防するためにできることを考えてみましょう」 宇都宮市医師会 医師 藤田 延也 氏 講演「糖尿病予防のための7つの食習慣」 管理栄養士 大川 美智子 氏・千島 理紗 氏	動画視聴回数 534回

R5	令和5年8月27日(日) 13:30~15:50 動画配信:令和5年9月5日(火)~10月10日(火) 「あなたは大丈夫ですか?みんなで考える血糖値のお話」 宇都宮市医師会 加瀬 浩之氏 「人生100年時代 健康生活のポイント」 保健師 佐藤 千春 氏	40人 (動画視聴回数 968回)
----	---	-------------------------

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
R2	1日間1コース 2回	11人
R3	1日間1コース 3回	22人
R4	1日間1コース 3回	45人
R5	1日間1コース 3回	41人

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
R1	11月17日(日) 10時~15時	FKD宇都宮店 2階サウスの泉特設会場	143人
R2	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止		—
R3	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止 ※東図書館, 南図書館においてパネル展を実施		—
R4	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止 ※東図書館, 中央図書館においてパネル展を実施		—
R5	R5 11月12日 10時~15時	FKD宇都宮店 2階サウスの泉特設会場	215人

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6年度予算:283千円 国1/3, 県1/3, 市1/3  
高齢福祉課 令和6年度予算:366千円(健康相談も含む))

【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歳以上の高齢期世代に対しては,高齢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	保健福祉総務課地域保健福祉担当 (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
R2	17	9	26	39	67	215	5	326
R3	37	15	52	90	100	396	8	594
R4	60	20	80	133	144	666	10	953
R5	57	29	86	155	186	787	13	1,141

④ 女性の健康力アップ事業

(平成21年度開始 令和6年度予算：224千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

【事業の目的・内容】

厚生労働省が定める3月の女性の健康週間に合わせ、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	健康増進課健康づくりグループ 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
R2	3/5	いつまでも元気&キレイに！ Zoom・会場開催 「若さと健康を保つための5つの秘訣」 (株) ウェルネスライフサポート研究所代表 加倉井 さおり氏	26人(オンライン 受講者7 人含む)
R3	3/5	いつまでも元気&キレイに！ Zoom・会場開催 「知っておきたい！女性のカラダのほんと」 イーク表参道 副院長 高尾 美穂氏	63人(オンライン 受講者5 人含む)
R4	3/5	いつまでも元気&キレイに！ Zoom・会場開催 「プレ更年期～閉経後を元気に美しく過ごすためのコツ～」 よしかた産婦人科 院長 善方裕美氏	34人(オンライン 受講者30 人含む)
R5	3/2	いつまでも元気&キレイに！ 会場開催 「人生100年時代の女性の健康づくり～ライフ コースアプローチの観点からの栄養・食生活～」 女子栄養大学副学長 武見ゆかり氏	63人

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
R2	7日間 3/1～3/8 (水曜日を除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性の健康に関するパネル展示, リーフレット配布</li> <li>・カラダチェック (体組成測定・握力測定・運動指導員によりワンポイントアドバイス)</li> <li>・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)</li> <li>・フレイル健康教室 (保健センター運動事業)</li> <li>・赤ちゃんとパパママのからだ塾 (保健センター運動事業)</li> </ul>	延2,535人
R3	7日間 3/1～3/8 (水曜日を除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性の健康に関するパネル展示, リーフレット配布</li> <li>・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)</li> </ul>	延2,290人
R4	6日間 3/1～3/8 (水曜日を除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性の健康に関するパネル展示, リーフレット配布</li> <li>・まちの保健室 (栃木県看護協会宇都宮地区支部)</li> <li>・子育てサロン中央共催 講話「PMSと上手に付き合うコツ」(大塚製薬株式会社)</li> <li>・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)</li> </ul>	延2,952人
R5	7日間 3/1～3/8 (水曜日を除く)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性の健康に関するパネル展示, リーフレット配布</li> <li>・膝痛腰痛予防体操 (保健センター運動事業)</li> <li>・まちの保健室 (栃木県看護協会宇都宮地区支部)</li> <li>・健康ミニ講話 (大塚製薬株式会社)</li> <li>・美容機器の展示・体験 (ヨドバシカメラ)</li> <li>・痩せやすさ測定 (セントラルフィットネスクラブ)</li> <li>・減塩お味噌汁試飲 (YAOKO MARKETPLACE)</li> <li>・無料足形測定 (ゼビオスポーツエクスプレス)</li> <li>・つなサポ相談室 (恩賜財団 済生会宇都宮病院)</li> <li>・アイシングクッキー作り (ABCクッキング)</li> <li>・はじめようセルフチェック (ピンクリボンうつのみや)</li> <li>・ライトラインのクイズに挑戦! (交通未来都市うつのみやオープンスクエア)</li> <li>・ベビーダンス (講師: 吉原聡美氏)</li> <li>・気楽ゼーション (栃木県鍼灸師会)</li> <li>・頸動脈エコー検査 (日本脳卒中協会栃木県支部/獨協医科大学病院)</li> </ul>	延 2,288人

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
R1～5	・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6年度予算：107千円 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 保健センター

《実績》

年度	内容	会場	日数	参加者数
R2～4	・新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止			
R5	・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	36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
R2	801人	43人	34人
R3	18,437人	26人 (動画視聴398回)	59人
R4	10,264人	54人 (オンライン受講者19人含む)	41人 (オンライン受講者8人含む)
R5	8,018人	80人	50人

※令和3年度より、パネル展・パンフレット設置を9月の健康増進普及月間に合わせ常時開設。

年度	実施内容	実施期間 総入場者数
R 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・測定・相談コーナー               <ul style="list-style-type: none"> <li>①血管年齢測定</li> <li>②骨密度測定</li> <li>③お薬相談会（宇都宮市薬剤師会）</li> <li>④運動相談</li> <li>⑤栄養士相談</li> <li>⑥歯科相談会（保健センター歯科保健事業）</li> </ul> </li> <li>・講演会               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他               <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレット配布</li> </ul> </li> </ul>	2日間 延801人
R 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・測定・相談コーナー（血管年齢測定）</li> <li>・講演会               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他               <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレット配布</li> </ul> </li> </ul>	30日間 9/1～9/30 （水曜日を 除く） 延18,437人
R 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・測定・相談コーナー               <ul style="list-style-type: none"> <li>①骨密度測定</li> <li>②まちの保健室（栃木県看護協会）</li> </ul> </li> <li>・講演会               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他               <ul style="list-style-type: none"> <li>健康情報パネル展示及びリーフレット配布</li> </ul> </li> </ul>	30日間 9/1～9/30 （水曜日を 除く） 延10,264人
R 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動体験               <ul style="list-style-type: none"> <li>①フレイル予防健康教室（保健センター運動事業）</li> <li>②パパママからだ塾（保健センター運動事業）</li> </ul> </li> <li>・測定・相談               <ul style="list-style-type: none"> <li>①痩せやすさ測定（セントラルフィットネスクラブ）</li> <li>②最新フィットネスグッズ体験会（ヨドバシカメラ）</li> <li>③ロコチェック（健康づくり推進員）</li> <li>④まちの保健室（栃木県看護協会）</li> <li>⑤骨密度測定（栃木県国民健康保険団体連合会）</li> <li>⑥血管年齢測定</li> <li>⑦栄養相談/塩分・糖度測定</li> </ul> </li> <li>・講演会               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康づくり講座</li> <li>②生活習慣病予防講座</li> </ul> </li> <li>・その他               <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康ミニ講話（大塚製薬株式会社）</li> <li>②健康情報パネル展示及びリーフレット配布</li> </ul> </li> </ul>	30日間 9/1～9/30 （水曜日を 除く） 延8018人

※令和3年度より、パネル展・パンフレット設置を9月の健康増進普及月間に合わせ常時開設。

⑥ たばこ対策促進事業（平成15年度開始 令和6年度予算：63千円 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6章 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	R1	R2	R3	R4	R5
禁煙外来医療機関一覧掲載施設数	83	85	81	80	70
禁煙応援薬局一覧掲載施設数	39	39	47	54	54

イ 受動喫煙対策

年度		R1	R2	R3	R4	R5
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	11	14	19	6	3
	登録除外	3	—	4	—	1
	累計	46 (146)	60 (160)	75 (177)	81 (184)	83 (188)
たばこに関する健康情報提供事業所数		1,677	1,117	157	519	351

※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

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				
		R1	R2	R3	R4	R5
小学生	学校数	18	5	14	17	16
	人数	1,088	434	841	939	939
中学生	学校数	4	2	3	3	4
	人数	434	288	432	294	296

たばことアルコールに関するリーフレットの配布

年度	R1	R2	R3	R4	R5
配布数	4,950	4,880	4,821	令和4年度からリーフレットを電子化	

エ 世界禁煙デー・禁煙週間イベント

年度	R1	R2	R3	R4	R5
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

（平成23年度開始 令和6年度予算：101千円 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	テーマ	教室名	実施回数	人数	総計
R2	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	10	10回 60人
		女性のための美ボディ教室	2	13	
		エクササイズデビュー教室	4	16	
		カラダよろこぶカフェごはん	2	21	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	6	66	11回
		自主G応援事業	5	109	175人
R3	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	15	10回 81人
		女性のための美ボディ教室	2	21	
		エクササイズデビュー教室	3	19	
		カラダよろこぶおうちごはん	3	26	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	5	59	7回
		チャレンジタイム	2	90	149人
R4	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	10	19回 81人
		女性のための美ボディ教室	2	15	
		エクササイズデビュー教室	3	16	
		カラダよろこぶおうちごはん	4	39	
		栄養士講話「野菜増し大作戦」	8	204	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	8	112	8回 112人
R5	健康づくり編	働く世代男性のシェイプアップ教室	2	6	19回 237人
		エクササイズデビュー教室(休日・平日)	5	30	
		カラダよろこぶおうちごはん	4	61	
		栄養士講話「野菜増し大作戦」	8	140	
	健康長寿編	しっかり貯筋教室	8	114	8回 114人

⑧ 保健センター運動推進事業

(健康増進課 令和6年度予算：137千円 国1/3, 県1/3, 市1/3)

(高齢福祉課 令和5年度予算：27千円)

**【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	実施回数	人数 (延)	総計
R2	エクササイズデビュー教室	15	69	34回 延188人
	働く世代男性のシェイプアップ教室	9	37	
	女性のための美ボディ教室	9	65	
	赤ちゃんパパママのからだ塾	1	17	
R3	エクササイズデビュー教室	18	112	50回 延378人
	働く世代男性のシェイプアップ教室	12	85	
	女性のための美ボディ教室	12	113	
	赤ちゃんパパママのからだ塾	2	34	
	エクササイズタイム	6	34	
R4	エクササイズデビュー教室	18	97	69回 延520人
	働く世代男性のシェイプアップ教室	12	70	
	女性のための美ボディ教室	12	94	
	赤ちゃんパパママのからだ塾	3	57	
	エクササイズタイム	24	202	
R5	エクササイズデビュー教室	30	178	69回 延462人
	働く世代男性のシェイプアップ教室	12	39	
	あかちゃんとパパママからだ塾	3	35	
	エクササイズタイム	24	210	

**イ 介護予防事業**

年度	実施内容	回数	人数 (延)	総計
R2	しっかり貯筋教室	30	334	42回 延550人
	自主グループ応援事業	11	202	
	フレイル健康教室	1	14	
R3	しっかり貯筋教室	27	318	29回 延342人
	自主グループ応援事業	—	—	
	フレイル予防健康教室	2	24	
R4	しっかり貯筋教室	40	549	42回 延575人
	フレイル予防健康教室	2	26	
R5	しっかり貯筋教室	40	573	42回 延603人
	イベント運動教室	2	30	

※令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により、しっかり貯筋教室は計8回中止、自主グループ応援事業は開催中止。

## ウ その他

### 【運動チャレンジタイム・コツコツ運動タイム】

年度	R2	R3	R4	R5
実施回数	58 ※	67 ※	70	71
人数（延）	2,053	2,844	3,835	3,921

※新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度は38回、令和3年度は29回開催中止。

### ⑨ 運動サポート事業（健康増進課令和6年度予算：15千円 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	R1	R2	R3	R4	R5
実施回数	29	17	19	26	28
人数（延）	306	229	212	272	278

### 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6年度予算：10千円 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	R1	R2	R3	R4	R5
実施回数	5	3	5	15	24
参加人数	77	51	64	214	305

	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手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5年度予算：117千円 国1/3, 県1/3, 市1/3  
 高齢福祉課令和5年度予算：369千円 (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 保健センター 保健福祉総務課地域保健福祉担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実績》

年度		R1	R2	R3	R4	R5
来所相談	人数(延)					
	40～64歳	124	51	95	95	117
	65歳以上	403	171	158	180	188
	40歳未満・不明	60	27	36	57	70
	計	587	249	289	332	375
電話相談	人数(延)					
	40～64歳	193	193	176	193	206
	65歳以上	142	164	148	179	215
	40歳未満・不明	32	21	24	22	31
	計	367	378	348	394	452
面接相談	人数(延)					
	40～64歳	38	30	38	46	70
	65歳以上	32	39	58	39	40
	40歳未満・不明	0	2	0	9	20
	計	70	71	96	94	130

※ 来所相談は健康相談(毎日)とイベント相談をあわせた数

相談種別(延)

種別	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
来所	24	2	3	1	2	7	0	336	375
電話	11	3	9	3	1	55	158	212	452
面接	2	0	2	0	0	23	6	97	130

(4) 訪問指導(昭和29年度開始 令和5年度予算なし 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	保健福祉総務課地域保健福祉担当 (中央部・東部・西部・南部・北部)

《実 績》

訪問件数

年度	要指導者等	介護家族者	寝たきり者	その他	閉じこもり予防	計
R2	13	4	0	71	0	88
R3	18	3	2	100	1	124
R4	37	0	1	133	2	173
R5	23	0	3	114	0	140

年齢構成内訳

年度	40歳未満	40～64歳	65歳以上	計
R2	13	47	28	88
R3	24	63	37	124
R4	13	95	65	173
R5	8	86	46	140

(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	R1	R2	R3	R4	R5
集団健診予約センター (電話での専用オペレータ による予約受付)	29,990	23,883	17,763	16,345	18,331
集団健診予約システム (Webでの予約受付)	5,283	5,182	12,013	13,396	11,758
計	35,273	29,065	29,776	29,741	30,089

① がん検診（令和6年度予算：934,631千円 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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	19,171	15,187	17,415	17,984	17,839
	個別健診	25,421	24,762	24,068	25,276	25,378
	計	44,592	39,949	41,483	43,260	43,217
対象者数(人)		148,304	148,304	156,166	156,166	156,166
受診率(%)		30.1	26.9	26.6	27.7	27.7

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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	9,361	7,291	8,390	8,376	7,765
	個別健診	16,597	15,489	16,274	17,097	17,941
	計	25,958	22,780	24,664	25,473	25,706
対象者数(人)		148,304	148,304	156,166	156,166	156,166
受診率(%)		17.5	15.4	15.8	16.3	16.5

胃がん検診（X線）実施状況

年度		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	9,361	7,291	8,390	8,376	7,765
	個別健診	836	807	816	848	889
	計	10,197	8,098	9,206	9,224	8,654

胃がん検診（内視鏡）実施状況（平成20年度開始）

年度		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	個別健診	15,761	14,682	15,458	16,249	17,052

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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	19,231	15,317	17,505	18,190	18,117
	個別健診	21,485	20,975	20,396	21,246	21,418
	計	40,716	36,292	37,901	39,436	39,535
対象者数(人)		148,304	148,304	156,166	156,166	156,166
受診率(%)		27.5	24.5	24.3	25.3	25.3

## 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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	7,683	6,493	7,541	7,652	8,293
	個別健診	14,236	14,417	14,424	14,448	14,432
	計	21,919	20,910	21,965	22,100	22,725
対象者数(人)		116,679	116,679	114,968	114,968	114,968
受診率(%)		18.8	17.9	19.1	19.2	19.8

国の指針（隔年受診）による受診率

年度	R1	R2	R3	R4	R5
受診者数(人) 2年連続受診者 数(人)	21,919 10,985	20,910 10,406	21,965 10,619	22,100 11,177	22,725 11,532
対象者数(人)	116,679	116,679	114,968	114,968	114,968
※受診率(%)	28.6	27.8	28.1	28.6	29.0

※ 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

## 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

年度		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	8,473	7,354	8,851	8,050	8,645
	個別健診	—	—	—	—	—
	計	8,473	7,354	8,851	8,050	8,645
	2年連続受診者数	8	1	8	2	1
対象者数(人)		91,933	91,933	93,751	93,751	93,751
※受診率(%)		19.0	17.2	17.3	18.0	17.8

マンモグラフィ検査（2年に1回）：40歳以上

※ 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	R1	R2	R3	R4	R5
受診者数(人) 集団健診	88	75	94	78	89

※ 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，VP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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	—	—	—	—	—
	個別健診	2,096	2,064	1,901	1,635	1,545
	計	2,096	2,064	1,901	1,635	1,545
対象者数(人)		15,108	15,108	12,161	12,161	12,161
受診率(%)		13.9	13.7	15.6	13.4	12.7

#### 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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	6,484	5,094	5,905	6,454	6,394
	個別健診	9,190	8,972	8,705	9,262	9,196
	計	15,674	14,066	14,610	15,716	15,590
対象者数(人)		48,995	48,995	52,990	52,990	52,990
受診率(%)		32.0	28.7	27.6	29.7	29.4

#### ② 骨粗しょう症検診（平成8年度開始 令和6年度予算：7,240千円 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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団検診	3,567	2,921	2,850	2,863	2,822

※ 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6年度予算：10,324千円 国1/3, 県1/3, 市1/3）

《実績》

歯科健診実施状況

年度		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	1,045	860	685	660	569
	個別健診	1,123	1,114	1,111	1,042	1,120
	計	2,168	1,974	1,796	1,702	1,689
対象者数(人)		24,557	24,557	23,772	23,772	27,503
受診率		8.8	8.0	7.6	7.2	6.1

※ 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の者が対象

※ 令和5年度から対象者に20・25歳を追加

#### ④ 肝炎ウイルス検診（平成14年度開始 令和6年度予算：12,050千円 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		R1	R2	R3	R4	R5
受診者数 (人)	集団健診	2,773	2,120	2,462	2,485	2,373
	個別健診	1,863	1,999	1,550	1,316	1,210
	計	4,636	4,119	4,012	3,801	3,583

⑤ 特定健康診査・特定保健指導

(平成20年度開始 令和6年度予算：国保特別会計215,356千円 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

(令和5年度実績は、令和6年5月27日費用決済状況による速報値)

年度	R1	R2	R3	R4	R5 (速報値)
対象者数(人)	73,723	72,875	70,340	66,523	63,315
受診者数(人)	21,927	18,857	19,634	19,647	19,270
受診率(%)	29.7	25.9	27.9	29.5	30.4

特定保健指導実施状況

(令和5年度実績は、令和6年5月27日費用決済状況による速報値)

年度		R1	R2	R3	R4	R5 (速報値)
動機づけ支援	対象者数(人)	1,631	1,475	1,581	1,457	1,427
	利用者数(人)	403	366	486	426	158
	終了者数(人)	381	353	455	392	116
	実施(終了)率(%)	23.4	23.9	28.8	26.9	8.1
積極的支援	対象者数(人)	497	403	428	423	443
	利用者数(人)	85	94	97	83	38
	終了者数(人)	72	77	75	71	28
	実施(終了)率(%)	14.5	19.1	17.5	19.9	6.3
特定保健指導実施(終了)率(%)		21.3	22.9	26.4	24.6	7.7

【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率（実績値）

年 度		R1		R2		R3		R4		R5	
		通知	電話	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)	1,378	1,169	1,260	1,166	1,249	1,178	1,193	1,123	1,220	1,133
	勧奨実数(人) ※	1,377	1,026	1,260	1,068	1,249	1,086	1,193	1,044	1,220	1,035
	利用勧奨率(%)	99.9	87.8	100	91.6	100	92.2	100	93.0	100	91.4
積極的支援	対象者数(人)	476	399	396	373	340	321	375	360	425	398
	勧奨実数(人) ※	476	346	396	340	340	296	375	336	425	351
	利用勧奨率(%)	100	86.7	100	91.2	100	92.2	100	93.3	100	88.2

※ 「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

イ 特定保健指導実施（実績値）

年 度		R1		R2		R3		R4		R5	
		動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援
実施者数(人)	初回	205	38	156	41	198	45	252	48	264	54
	中間	417	141	303	114	396	169	474	117	522	144
	最終	199	38	145	25	172	44	244	46	251	41
計		821	217	604	180	766	258	970	211	1,037	239

ウ 健診結果相談会（実績値）

年 度	R1	R2	R3	R4	R5
実施回数（回）	76	76	82	82	82
特定保健指導実施者数（人）	241	197	243	300	318

※ 健診結果相談会で実施した特定保健指導実施数は、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6年度予算：134,632千円)

《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	R1	R2	R3	R4	R5
受診者数(人)	14,885	13,957	13,901	15,407	16,436
対象者数(人)	60,793	62,595	63,347	65,454	68,643
受診率(%)	24.5	22.3	21.9	23.5	23.9

⑦ 後期高齢者歯科健診(平成27年度開始 令和6年度予算：6,287千円)

【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	R1	R2	R3	R4	R5
受診者数(人)	334	293	245	301	826
対象者数(人)	5,706	5,113	4,186	5,799	13,306
受診率(%)	5.9	5.7	5.9	5.2	6.2

※ 前年度75歳の者が対象

※ 令和5年度から対象に前年度80・85歳を追加

(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	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
発症登録報告医療機関数	6	6	6	5	5	6	6
発症登録件数	1,467	1,505	1,521	1,521	1,433	1,642	1,580

※ 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

※ 1月1日から翌年12月31日までに医療機関を退院したものについて扱う。  
(翌年7月受付分まで)