

## 8. 生活習慣病対策と健康づくり

区民の健康を保持・増進するために、健康増進法及び高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、医療以外の保健事業として健康手帳の交付・健康教育・健康相談・健康診査・訪問指導を実施している。

### [1] 健康手帳の交付（健康増進法第17条第1項）

健康診査の記録その他、生涯にわたる健康の保持のために必要な事項を記載し、自らの健康管理と適切な医療の確保に資するため、健康手帳を交付している。

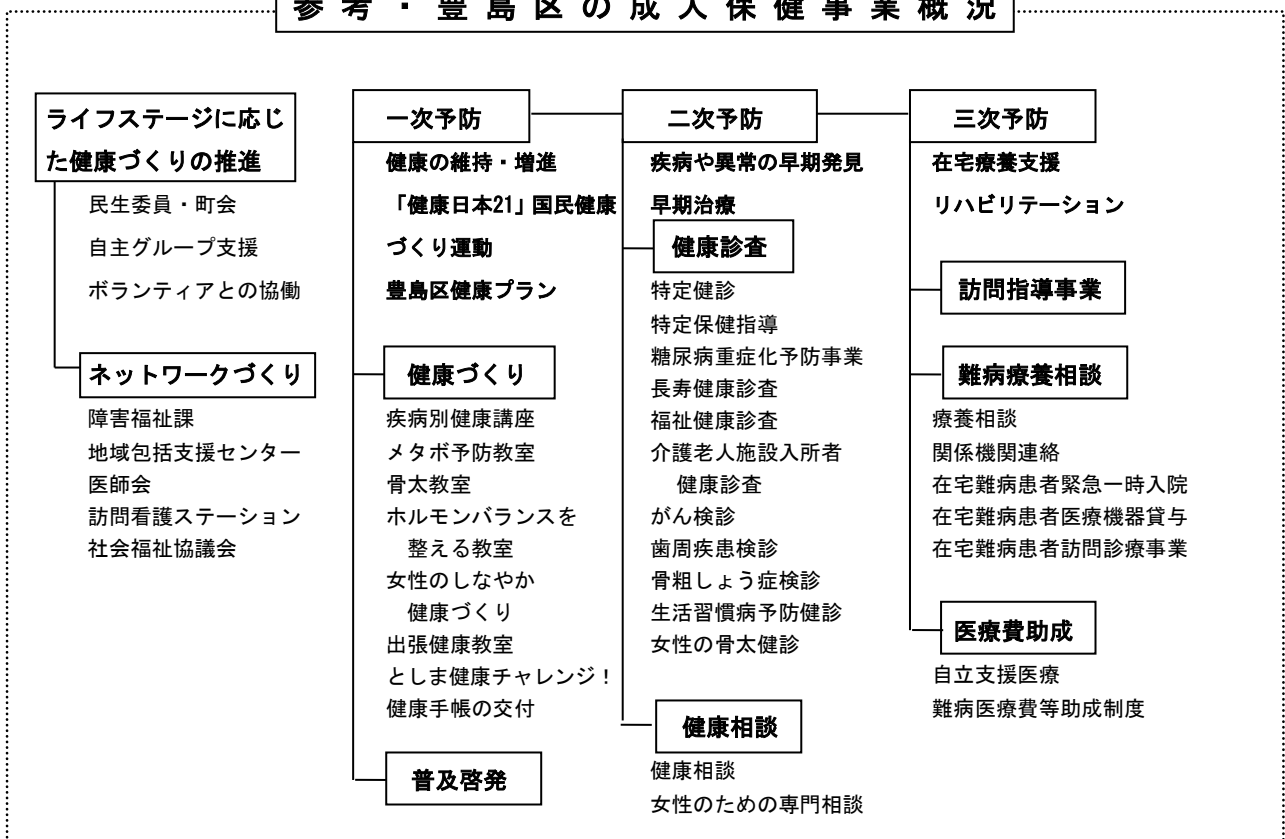
平成26年度からは、豊島区独自の健康手帳を作成して配布している。

□交付状況（健康増進法第17条第1項）

（単位：人）

区分 年度	75歳以上の 後期高齢者	40歳以上75歳未満の 国民健康保険受給者	40歳以上で交付を 希望した者	計
25年度	68	136	37	241
26年度	25	45	8	78
27年度	10	38	8	56
28年度	15	39	9	63
29年度	43	43	21	107

### 参考・豊島区の成人保健事業概況



## [2] 健康教育（健康増進法第17条第1項）

### (1) 若年世代からの健康づくり教育

生活習慣病の予防、健康増進等健康に関する正しい知識の普及を図り、壮年期からの健康の保持増進に資するため、健康教育を行なっている。

区分 年度	健康教室		体操教室		歯科			
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	歯科教室 (講演会)		出張健康教室	
					回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)
25年度	7	120	17	268	1	33	8	142
26年度	6	121	9	164	1	35	7	116
27年度	6	82			1	50		
28年度	10	149			1	26		
<b>29年度</b>	<b>11</b>	<b>192</b>			<b>1</b>	<b>36</b>		
	池袋	3	75			1	36	
	長崎	8	117					

### □平成29年度の健康教室テーマ

テーマ	会場	回数	参加者数
腸内環境と女性の健康	池袋	1	29
親子で楽しくエクササイズ！ ～骨盤調整・腰マッサージでリフレッシュ～	池袋	1	24
冷え症予防の食事	池袋	1	22
ホルモンバランスを整える教室	長崎	3	45
メタボリックシンドローム予防教室	長崎	1	14
骨粗しょう症予防教室（2日制×2回）	長崎	4	58

(注1)メタボリックシンドローム予防教室：平成24・25年度は1日制を2回実施。

平成26年度から1日制を1回実施。

(注2)歯科教室は、池袋保健所のみで実施。出張歯科講座は平成23年度から長崎健康相談所のみで実施、平成26年度で終了。

(注3)体操教室は平成23年度から長崎健康相談所のみで実施、平成26年度で終了。

(2) 出張健康教室

地域の企業や事業所からの要請により、健康教育を行なっている。

□平成29年度の健康教室

テーマ	回数	参加者数
生活習慣病予防について	2	44
健康に過ごすための食事	1	7
育休復帰セミナー（時短レシピ）	1	34
歯と口の健康について	1	20
長崎3丁目町会ウォーキング	1	34

(3) 集団健康教育

生活習慣病の予防、健康増進等健康に関する正しい知識の普及を図り、壮年期からの健康の保持増進に資することを目的に、健康増進法第17条第1項に基づく集団健康教育を実施している。

〔対象〕40歳から64歳の者

区分 年度	一般		歯周疾患		ロコモティブシンドローム (運動器症候群)		慢性閉塞性肺疾患 (COPD)		病態別		薬	
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)
26 年度	25	1,508			2	194			1	55		
27 年度	33	1,975	1	86	4	63	1	37	10	440		
28 年度	29	1,266	1	50	4	64	1	36	7	234		
29 年度	28	1,460	1	93	4	58	3	103	9	501		

### [3] 健康相談 (豊島区健康相談事業実施要綱・健康増進法第17条第1項)

#### 健康相談事業

心身の健康に関する個別の相談に応じ、生活習慣病の予防のため運動・栄養・休養・禁煙など健康管理に必要な相談を行なっている。池袋保健所では、健康相談と生活習慣病予防健診(男性)・女性の骨太健診結果の相談を同時開催している。

#### □ 職種別相談状況

区分	健康相談事業	内 訳						随時健康相談
		(医師)		(保健師)		(栄養士)		
年度	来所者延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	延人数(人)
25年度		10	79	22	143	22	188	
26年度	141	10	66	22	59	22	118	257
27年度	143	12	68	24	63	24	113	470
28年度	156	12	76	24	51	24	114	471
<b>29年度</b>	<b>143</b>	<b>12</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>47</b>	<b>24</b>	<b>126</b>	<b>144</b>
池袋	73	12	69	12	20	12	65	29
長崎	70			12	27	12	61	19
地域保健								96

(注1) 平成24年度から、生活習慣病予防健診時に、禁煙個別健康相談を実施。

### [4] 健康診査

#### (1) 長寿健康診査(高齢者の医療の確保に関する法律第125条)

生活習慣病予防などの健康保持増進のため、東京都後期高齢者医療広域連合の委託を受け、区医師会に委託し、8~11月及び12月に健康診査を実施。対象は後期高齢者医療制度加入者と年齢到達により、年度中に加入する方。一般検査として、問診、身体測定、血圧測定、診察、血液検査、尿検査を全員に実施し、追加検査として、心電図(偶数年齢の者)、胸部X線検査(全員)を実施した。

#### □ 受診状況

(単位:人)

区分	対象者数	受診者数				指導区分			
		一般検査		計	受診率(%)	異常なし	経過観察	要医療	計
		外来	訪問						
年度	A	B	C	D(B+C)	D/A				
25年度	25,560	12,531	183	12,714	49.7	323	3,563	8,828	12,714
26年度	25,502	12,616	204	12,820	50.3	350	3,693	8,777	12,820
27年度	25,841	12,864	192	13,056	50.5	325	3,602	9,129	13,056
28年度	26,377	12,944	167	13,111	49.7	403	3,772	8,936	13,111
<b>29年度</b>	<b>26,795</b>	<b>13,065</b>	<b>183</b>	<b>13,248</b>	<b>49.4</b>	<b>408</b>	<b>3,931</b>	<b>8,909</b>	<b>13,248</b>

## □ 主な検査結果（延人数）

（単位：人）

区分 年度	脂質代謝 障害	腎尿路系 疾患	高血圧動 脈硬化性 疾患	肝機能 障害	糖代謝 障害	核酸代謝 疾患	心冠動脈 系疾患	貧血
25年度	5,730	6,390	4,669	1,690	3,265	2,051	3,525	2,596
26年度	5,685	6,598	4,403	1,676	3,615	2,142	3,429	2,338
27年度	5,860	6,716	4,562	1,793	4,134	2,167	3,505	2,241
28年度	5,224	6,480	4,532	1,741	4,147	1,874	3,534	2,595
<b>29年度</b>	<b>5,453</b>	<b>6,746</b>	<b>4,650</b>	<b>1,825</b>	<b>4,043</b>	<b>2,077</b>	<b>3,538</b>	<b>2,570</b>

## (2) 介護老人施設入所者健康診査

区施設入所者に健診を実施し、その健診結果を施設入所者の健康状態の把握や健康管理に生かすことで、生活習慣病の予防、施設入所者の健康の保持に寄与することを目的とした事業である。対象は介護老人福祉施設、介護老人保健施設（区に住所を有する者）入所者。問診、身体測定、血圧測定、診察、血液検査、尿検査、胸部X線検査を7,8月に実施した。

## □ 受診状況

（単位：人）

区分 年度	対象者数	受診者		指導区分			
		受診者数	受診率（%）	異常なし	経過観察	要医療	計
		A	B				
25年度	648	634	97.8	7	290	337	634
26年度	668	617	92.4	4	311	302	617
27年度	776	718	92.5	6	316	396	718
28年度	876	811	92.6	7	449	353	811
<b>29年度</b>	<b>889</b>	<b>829</b>	<b>93.3</b>	<b>15</b>	<b>387</b>	<b>427</b>	<b>829</b>

（注）平成28年度の受診者数には指導区分が判定不能の方が2名含まれる。

## □ 主な検査結果（延人数）

（単位：人）

区分 年度	脂質代謝 障害	腎尿路系 疾患	高血圧動 脈硬化性 疾患	肝機能 障害	糖代謝 障害	核酸代謝 疾患	心冠動脈 系疾患	貧血
25年度	192	314	91	55	156	63	221	208
26年度	206	350	94	49	154	62	259	212
27年度	182	267	86	48	164	68	195	191
28年度	251	423	150	77	227	84	299	309
<b>29年度</b>	<b>244</b>	<b>449</b>	<b>124</b>	<b>83</b>	<b>243</b>	<b>82</b>	<b>319</b>	<b>297</b>

（注）平成27年度から特別養護老人ホーム「千川の杜」、平成28年度から特別養護老人ホーム「東池袋桑の実園」が追加。

(3) 特定健康診査・特定保健指導

平成19年度まで老人保健法の基本健康診査として節目健診・高齢者健診を実施してきた。

平成18年に成立した医療制度改革関連法により、平成20年4月1日から医療保険者は、特定健康診査等実施計画に基づき、40歳以上の加入者に対し、特定健康診査、特定保健指導を実施することとなった。豊島区においては、区国民健康保険の40歳～74歳の加入者を対象に実施する。

① 特定健康診査（高齢者の医療の確保に関する法律第20条）

特定健康診査とは、生活習慣病予防のためにメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した検査項目による健康診査をいう。区においては、特定健康診査実施時に、生活習慣病の予防・早期発見の観点から区独自項目も追加して健康診査を実施している。

□特定健康診査受診状況

（単位：人）

区分 年度	対象者数	受診者数				指導区分（健診全体）			
		基本健診 その1		計	受診率 （％）	異常なし	経過観察	要医療	有所見計
		外来受診者	訪問受診者						
A	B	C	D(B+C)	D/A					
25年度	50,472 (45,392)	19,703	6	19,709 (18,519)	39.0 (40.8)	1,375	7,295	11,039	19,709
26年度	50,784 (45,119)	19,971	11	19,982 (18,391)	39.3 (40.8)	1,398	7,451	11,133	19,982
27年度	50,308 (43,881)	19,902	7	19,909 (18,246)	39.6 (41.6)	1,312	7,292	11,305	19,909
28年度	49,089 (41,717)	19,183	10	19,193 (17,355)	39.1 (41.6)	1,448	7,296	10,449	19,193
<b>29年度</b>	<b>46,736</b>	<b>17,714</b>	<b>14</b>	<b>17,728</b>	<b>37.9</b>	<b>1,305</b>	<b>6,791</b>	<b>9,632</b>	<b>17,728</b>
40～49歳	11,514	2,484	1	2,485	21.6	361	1,139	985	2,485
50～59歳	9,539	3,022	1	3,023	31.7	334	1,285	1,404	3,023
60～64歳	5,155	2,112	0	2,112	41.0	124	859	1,129	2,112
65～74歳	20,528	10,096	12	10,108	49.2	486	3,508	6,114	10,108

（注1）受診率は、4月1日現在の対象者に対する受診者の割合。

（注2）（ ）は国へ報告する数値（年度途中の異動者を除いたもの）。平成29年度分は、11月に確定する。

□主な検査結果

(単位:人)

区分 年度	脂質代謝 障害	腎尿路系 疾患	高血圧 動脈硬化性 疾患	肝機能 障害	糖代謝 障害	核酸代謝 障害	心冠動脈 系疾患	貧血
	25年度	11,202	6,735	4,705	3,779	3,648	2,627	2,252
26年度	11,183	6,963	4,538	3,823	3,985	2,808	2,321	1,336
27年度	11,447	7,003	4,522	3,906	4,322	2,811	2,246	1,238
28年度	9,975	6,579	4,523	3,742	4,103	2,229	2,185	1,631
<b>29年度</b>	<b>9,429</b>	<b>6,394</b>	<b>4,237</b>	<b>3,502</b>	<b>3,636</b>	<b>2,311</b>	<b>2,081</b>	<b>1,506</b>
40～49歳	1,211	793	201	495	188	312	78	210
50～59歳	1,713	925	456	691	426	414	104	214
60～64歳	1,217	755	512	501	269	280	269	147
65～74歳	5,288	3,921	3,068	1,815	1,630	1,305	1,630	935

□メタボリックシンドローム判定と保健指導の階層化

(単位:人)

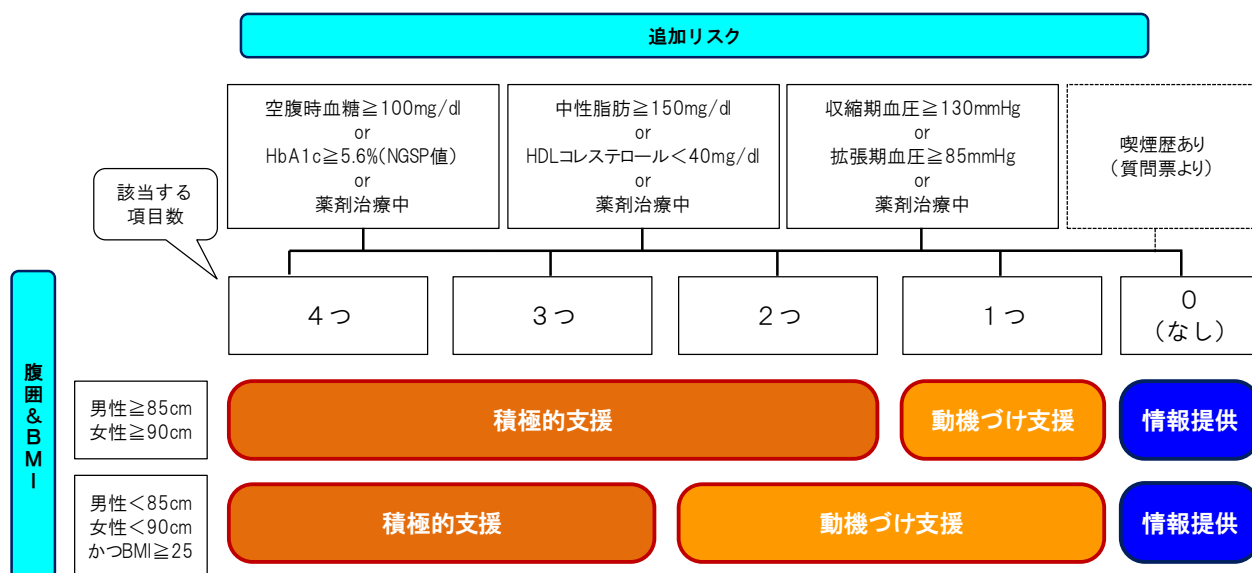
区分 年度	メタボリックシンドローム判定					保健指導の階層化				
	基準 該当	予備群 該当	非該当	判定 不能	計	積極的 支援	動機づ け支援	情報 提供	判定 不能	計
25年度	3,311	2,049	14,329	20	19,709	777	1,561	17,359	12	19,709
26年度	3,362	2,101	14,503	16	19,982	811	1,585	17,581	5	19,982
27年度	3,357	2,067	14,461	24	19,909	804	1,641	17,446	18	19,909
28年度	3,227	2,016	13,932	18	19,193	741	1,574	16,870	8	19,193
<b>29年度</b>	<b>2,960</b>	<b>1,946</b>	<b>12,801</b>	<b>21</b>	<b>17,728</b>	<b>656</b>	<b>1,502</b>	<b>15,559</b>	<b>11</b>	<b>17,728</b>

② 特定保健指導（高齢者の医療の確保に関する法律第24条）

特定保健指導とは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者及び予備群と判定された者に対して、専門のスタッフ（保健師、管理栄養士等）が行なう生活習慣の改善のための継続的な支援をいう。特定健康診査の結果により、下図の基準により生活習慣病のリスクに応じて「情報提供」・「動機づけ支援」・「積極的支援」の3つに区分（「階層化」という。）し、階層化の結果、保健指導該当者には「積極的支援」、予備群には「動機づけ支援」を実施する。

本区においては、特定保健指導事業者に事業を委託して実施している。

□特定保健指導の階層化基準



※ 65歳以上の方で、1つ以上該当した方は、すべて「動機づけ支援」の対象となる。

※ 生活習慣病に関する服薬中の者は、「積極的支援・動機づけ支援」に該当した方でも、「情報提供」の対象となる。

□特定保健指導実施状況

(単位:人)

区分 年度	特定 健診 受診者	特定保健指導対象者			初回面接終了者			6ヶ月後の評価までの 終了者			特定 保健指導 実施率 (%)
		計	動機 づけ 支援	積極的 支援	計	動機 づけ 支援	積極的 支援	計	動機 づけ 支援	積極的 支援	
25	19,709 (18,530)	2,287 (2,188)	1,510 (1,467)	777 (721)	555 (539)	378 (367)	177 (172)	540 (465)	378 (337)	162 (128)	23.6 (21.3)
26	19,982 (18,393)	2,354 (2,239)	1,543 (1,479)	811 (760)	587 (553)	406 (392)	181 (161)	501 (513)	365 (389)	136 (124)	21.3 (22.9)
27	19,909 (18,246)	2,376 (2,230)	1,579 (1,505)	797 (747)	483 (458)	370 (353)	113 (105)	449 (441)	366 (358)	83 (83)	18.9 (19.6)
28	19,193 (17,355)	2,237 (2,107)	1,509 (1,422)	728 (685)	595 (559)	453 (429)	142 (130)	558 (529)	450 (428)	108 (101)	24.9 (25.1)
29	17,728	2,090	1,445	645	590	454	136				

(注1) ( )は、国への報告の数値(国保途中加入者、特定保健指導中断者除外)。

(注2) 特定保健指導対象者は特定健診受診者数から75歳と国保資格喪失者(年度途中)を除いた数

(注3) 6ヶ月後の評価までの終了者数は、特定保健指導開始から終了まで6ヶ月以上を要するため、翌年度9月以降に確定する。

(注4) 平成25年度より健診実施月が1ヶ月延長したことにより、特定保健指導初回面接終了月は翌年4月末となる。



(4) 糖尿病重症化予防事業（健康増進法第17条第1項）

生活習慣病重症化予防事業の一環として、「国民健康保険法に基づく保健事業の実施等に関する指針」（平成26年4月一部改正）、「豊島区国民健康保険第一期データヘルス計画」（平成28年3月策定）に基づき、平成27年度から糖尿病重症化予防事業を開始。特定健康診査結果データを基に対象者を選定し、糖尿病予防のための保健指導及び、早期治療により重症化を予防するための糖尿病高リスク者の受診勧奨支援を行なっている。

① 糖尿病予防のための保健指導

国保特定健康診査の結果、高血糖状態にある糖尿病予備群の方（特定保健指導対象者を除く）を対象に、糖尿病発症予防を目的とした集団指導及び個別指導を実施している。

□糖尿病予防のための保健指導実施状況

(単位：人)

区分 年度	特定健 診受診 者	糖尿病 予防保 健指導 対象者	集団指導 <sup>(注1)</sup>			個別指導				糖尿病予 防のため の保健指 導実施率
			対象者	回数	参加者	初回 指導 参加者 <sup>(注2)</sup>	継続 指導 参加者 <sup>(注3)</sup>	計	6ヶ月後 評価まで の終了者 <sup>(注4)</sup>	
27年度	19,909	3,351	3,351	17	396	424	—	424	398	12.7%
28年度	19,193	3,167	2,944	13	333	357	111	468	427	14.8%
<b>29年度</b>	<b>17,728</b>	<b>2,490</b>	<b>2,165</b>	<b>13</b>	<b>254</b>	<b>251</b>	<b>143</b>	<b>394</b>		<b>15.8%</b>

(注1) 集団指導は昨年度までに集団指導を受けたことのない方のみを実施。

(注2) 個別指導初回指導参加者：前年度までに集団指導を受講したことがない方。

(注3) 個別指導継続指導参加者：前年度までに集団指導を受講済みの方で、当該年度も保健指導対象者となった方。

(注4) 個別指導は翌年度の5月まで実施するため、6ヶ月後評価までの終了者は翌年度の11月に確定する。

② 糖尿病高リスク者の受診勧奨支援

国保特定健康診査の結果、医療機関への受診が必要であるにもかかわらず未受診である糖尿病高リスク者を対象に、早期治療により重症化を予防するための医療機関への受診勧奨及び、保健指導を実施する。

□糖尿病高リスク者の受診勧奨支援実施状況

(単位：人)

区分 年度	特定健診受診者	受診勧奨対象者	受診勧奨実施者
27年度	19,909	1,081	833
28年度	19,193	929	616
<b>29年度</b>	<b>17,728</b>	<b>782</b>	<b>509</b>

(注) 受診勧奨実施者数には、調査票により医療機関受診状況を把握したものを含む

□糖尿病高リスク者への保健指導実施状況

(単位：回)

区分 年度	保健指導（延数）			栄養指導（延数）	
	面接	電話	訪問	面接	電話
27年度	3	426	0	0	15
28年度	2	441	0	0	0
<b>29年度</b>	<b>3</b>	<b>432</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

(注) 当該年度の保健指導は翌年度の4月まで実施

(5) 福祉健康診査

区生活保護受給者、中国残留邦人の方の健康診査は、平成20年度から、生活習慣病予防健診として実施していたが、平成23年度から、特定健康診査、長寿健康診査に準ずる健康診査として、40歳以上の区生活保護受給者、中国残留邦人、東日本大震災避難者の方を対象に福祉健康診査を実施している。

□福祉健康診査受診状況

(単位:人)

区 分  年 度	対 象 者 数	受診者数				指導区分(健診全体)			
		基本健診その1		計	受 診 率 (%)	異 常 な し	経 過 観 察	要 医 療	有 所 見 計
		外 来 受 診 者	訪 問 受 診 者						
A	B	C	D(B+C)	D/A					
25年度	5,305	871	20	891	16.8	32	207	652	859
26年度	5,286	943	24	967	18.3	35	244	688	967
27年度	5,162	981	10	991	19.2	33	230	728	991
28年度	5,322	978	17	995	18.7	36	250	709	995
<b>29年度</b>	<b>5,336</b>	<b>969</b>	<b>20</b>	<b>989</b>	<b>18.5</b>	<b>33</b>	<b>255</b>	<b>701</b>	<b>989</b>
40～49歳	590	67	0	67	11.4	5	22	40	67
50～59歳	826	145	0	145	17.6	12	38	95	145
60～69歳	1,410	196	3	199	14.1	4	56	139	199
70～79歳	1,670	349	6	355	21.3	8	83	264	355
80歳以上	840	212	11	223	26.5	4	56	163	223

□主な検査結果

(単位:人)

区 分  年 度	脂質代謝 障害	腎尿路 系疾患	高血圧 動脈硬化 性疾患	肝機能 障害	糖代謝 障害	核酸代 謝疾患	冠動脈系 疾患	貧血
25年度	491	381	278	192	257	154	184	178
26年度	506	431	305	211	284	174	197	159
27年度	553	425	324	207	333	178	199	155
28年度	498	440	301	209	357	173	211	199
<b>29年度</b>	<b>524</b>	<b>461</b>	<b>290</b>	<b>215</b>	<b>353</b>	<b>182</b>	<b>198</b>	<b>199</b>
40～49歳	43	26	11	20	15	9	5	5
50～59歳	82	47	28	47	37	24	11	18
60～69歳	114	83	58	51	72	29	25	40
70～79歳	190	172	113	70	139	62	82	76
80歳以上	95	133	80	27	90	58	75	60

(6) 生活習慣病予防健診（男性）・女性の骨太健診（豊島区生活習慣病予防健診実施要綱・豊島区女性の骨太健診実施要綱）

① 健診個別通知

健康教育の重点対象として、25歳・30歳・35歳に個別に健診案内、健康づくりに関する案内を発送している。

[健診対象者]

20歳から39歳

□個別通知状況

(単位：人)

年度	区分	[個別通知]案内発送数		
			生活習慣病予防健診(男性)	女性の骨太健診(女性)
25年度		11,146		
26年度		※15,127		
27年度		17,246	9,176	8,070
28年度		17,512	9,250	8,262
<b>29年度</b>		<b>17,910</b>	<b>9,340</b>	<b>8,570</b>

(※) 平成26年度個別通知発送数については、平成27年度から新たに加わる25歳健診対象者のうちの第1回実施対象者への通知数を含む。

② 男女別測定、健康講座実施状況

健診時、男性には体組成成分測定、女性には骨密度測定を実施し、健康課題に合わせた疾病予防や健康づくりのため、男女別の健康講座を実施している。平成27年度から女性の骨太健診にメンテナンス体操を追加した。

[健康講座]

男性：「生活習慣病を予防しよう」（保健師・栄養士）

女性：「知っていて欲しいこと～女性の健康のために～」(助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士)

※平成26年9月～としま鬼子母神プロジェクト事業開始により講座内容にライフプラン形成のための健康に関する情報を追加した。

□健診受診者数

(単位：人)

年度	回数	受診者数	体組成成分測定者数	骨密度測定者数	健康講座受講者数	呼気一酸化炭素濃度測定者数	メンテナンス体操参加者数
25年度	12	749	259	483	749	(※)	
26年度	12	677	247	421	677	57	
27年度	12	712	279	433	712	67	127
28年度	12	733	300	429	733	110	334
<b>29年度</b>	<b>12</b>	<b>769</b>	<b>304</b>	<b>463</b>	<b>769</b>	<b>88</b>	<b>400</b>
男性	12	304	304		304	67	
女性	12	465		463	465	21	400

(※) 実施しているが未集計。

③ 健診結果

□総合判定別結果

区分 年度		受診者	異常なし	軽度異常	要指導・ 要再検査	要医療	
		25年度	750	184	107	282	177
26年度		677	167	100	255	155	
27年度		712	182	102	286	142	
28年度		733	151	94	290	198	
<b>29年度</b>		<b>769</b>	<b>162</b>	<b>146</b>	<b>306</b>	<b>155</b>	
男性	20歳代	51	7	15	19	10	
	30歳代	253	40	50	89	74	
	個別 再掲 通知者	25歳	29	5	10	9	5
		30歳	79	16	18	26	19
		35歳	87	10	15	34	28
計	304	47	65	108	84		
女性	20歳代	91	22	15	35	19	
	30歳代	374	93	66	163	52	
	個別 再掲 通知者	25歳	53	10	9	21	13
		30歳	111	30	23	44	14
		35歳	109	29	19	48	13
計	465	115	81	198	71		

(注) 平成28年度から、男女共通の人間ドック基準判定の結果を掲載。

□要指導者（健康相談対象者）、健康相談来所者数（健康相談より再掲）（単位：人）

区分 年度		健診 対象者	要指導	来所者	要医療	来所者	医療機関 受診者
26年度	男性	247	95	13	42	7	
	女性	430	179	24	50	7	
27年度	男性	279	98	18	69	4	8 (注)
	女性	433	156	33	88	6	11 (注)
28年度	男性	300	84	7	100	8	11 (注)
	女性	433	160	25	98	5	16 (注)
29年度	男性	304	92	10	84	4	
	女性	465	155	32	71	0	

(注) 平成27、28年度のみ要医療・要再検査判定者には受診勧奨の文書を送付し、受診の有無及び、結果を返信してもらっている。受診が確認できた者のみ計上。

□主な検査結果

(単位：人)

年度	区分	受診者						(再掲) 骨密度測定 若年齢比較 79%以下	
			脂質代謝 異常	高血圧	肝機能 障害	糖代謝 異常	貧血		
25年度		749	75	5	55	3	13	26	
26年度		677	58	7	46	3	19	21	
27年度		712	41	4	49	1	14	26	
28年度		733	61	5	44	3	17	12	
<b>29年度</b>		<b>769</b>	<b>44</b>	<b>3</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	
男 性	20歳代	51	2	0	3	0	0		
	30歳代	253	18	3	30	0	0		
	個別 再掲 通知 者	25歳	29	0	0	1	0		0
		30歳	79	4	1	8	0		0
		35歳	87	7	1	16	0		0
	計	304	20	3	33	0	0		
女 性	20歳代	91	6	0	1	1	2	2	
	30歳代	374	18	0	2	0	8	16	
	個別 再掲 通知 者	25歳	53	4	0	1	1	1	0
		30歳	111	5	0	1	0	1	3
		35歳	109	5	0	1	0	3	5
	計	465	24	0	3	1	10	18	

(注) 要経過観察、要医療の有所見者数を計上。骨密度測定は女性のみ実施。

□保健指導（健康増進法第17条第1項及び第19条の2）

健診結果に応じて、保健師・管理栄養士がメタボリックシンドロームの予防・改善に役立つ情報提供やアドバイスなどの専門的支援を行なっている。

(単位：人)

年度	区分	生活習慣病予防健診受診者		福祉健康診査受診者	
		初回指導	フォロー指導（延） （※）	初回指導	フォロー指導（延） （※）
25年度		3	6	2	1
26年度		4	4	1	0
27年度		3	9	0	0
28年度		1	1	0	0
<b>29年度</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

(※) フォロー指導は動機付け支援（6か月）と積極的支援（3か月・6か月）を含む。

(注) フォロー指導における動機付け支援・積極的支援の基準値は、「特定保健指導の階層化基準」に準ずる。フォロー指導者は前年度から継続者も含む。

(7) 東日本大震災により豊島区に避難している方のための健康診断

生活習慣病予防などの健康保持増進のため、東日本大震災により豊島区に避難している20歳から40歳未満の方を対象に、生活習慣病予防健診（男性）、女性の骨太健診と同様の健康診断を実施した。

(単位：人)

区分 年度	対象者	受診者数	内訳	
			男	女
25年度	49	1	0	1
26年度	45	1	0	1
27年度	11	0	0	0

(※) 平成27年度で健診案内の発送を終了した。

[5] 訪問指導事業（健康増進法第17条・19条の2）

心身の状況、その置かれている環境等に照らして療養上の指導が必要であると認められる方に保健師・理学療法士等が家庭を訪問し、本人及びその家族に対し、指導することにより、健康の保持増進と心身の機能低下防止、在宅生活の向上を図ることを目的とする。

〔対象〕 40～64歳までの方

□ 訪問指導件数

（単位：人）

区分 年度	高 齢 者		保 健 所						合 計	
	福 祉 課		池 袋		長 崎		小 計			
	実 人数	延 人数	実 人数	延 人数	実 人数	延 人数	実 人数	延 人数	実 人数	延 人数
25年度	25	71	103	163	56	127	159	290	184	361
26年度	22	76	73	138	33	64	106	202	128	278
27年度	17	76	102	299	63	194	165	493	182	569
28年度	28	46	64	167	32	134	96	301	124	347
<b>29年度</b>	<b>22</b>	<b>83</b>	<b>60</b>	<b>162</b>	<b>47</b>	<b>154</b>	<b>107</b>	<b>316</b>	<b>129</b>	<b>399</b>
内 訳	要指導	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	閉じこもり	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	介護家族者	11	31	0	0	0	0	0	11	31
	寝たきり者	1	9	1	2	0	0	1	2	11
	認知症性老人	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	その他（※）	10	43	59	160	47	154	106	314	116

（※）その他は、難病・精神疾患等。

□ 職種別訪問件数

（単位：件）

区分 年度	高 齢 者 福 祉 課			保 健 所		合 計
	保 健 師 等	理 学 療 法 士 等	小 計	保 健 師	小 計	
25年度	49	22	71	290	290	361
26年度	64	12	76	202	202	278
27年度	61	15	76	493	493	569
28年度	32	14	46	301	301	347
<b>29年度</b>	<b>71</b>	<b>12</b>	<b>83</b>	<b>316</b>	<b>316</b>	<b>399</b>

## [6] 骨粗しょう症対策・女性のしなやか健康づくり

女性の寝たきり要因の1つには、転倒・骨折があげられる。その病因となる骨粗しょう症を予防するためには、若い時からの注意が必要であるとともに、高齢者においては、転倒予防の対策が必要である。そこで、各ライフステージに基づいて具体的に指導（一部検診）を実施している。

### (1) 骨粗しょう症検診

豊島健康診査センターで骨塩定量検査のみを実施し、区内指定医療機関で問診による判定、説明及び指導を行なう。

〔対象〕 40、45、50、55、60、65、70歳女性

(単位：人)

区分 年度	豊島健康診査センター（検査）				区内医療機関（問診）				
	受診者数	異常なし	要指導	要精検	受診者数	異常なし	相談・指導	再検・精検	要投薬治療
25年度	2,546	1,417	820	309	776	351	240	52	133
26年度	2,541	1,475	806	260	866	413	281	66	106
27年度	2,360	1,403	687	270	915	492	250	63	110
28年度	2,359	1,305	753	301	1,094	559	305	93	137
<b>29年度</b>	<b>2,866</b>	<b>1,583</b>	<b>940</b>	<b>343</b>	<b>1,151</b>	<b>578</b>	<b>338</b>	<b>94</b>	<b>141</b>

(注) 平成29年度は受診期間外検診1人分をプラスした。

### (2) 女性のしなやか健康づくり

#### ① 女性の骨太健診(池袋保健所)

「豊島区女性の骨太健診実施要綱」に基づき、健康診査を受ける機会が少ない、若い世代の女性を対象に骨密度測定（超音波）を含めた健診及び健康講座を実施している。

女性の骨太健診は、[4]健康診査(6)生活習慣病予防健診・女性の骨太健診を参照。

#### ② 乳幼児健診時の骨密度測定及び栄養指導

最大骨量のピークは20～30歳代といわれ、若い頃からの骨づくりが大切である。そのため、若い母親が来所する乳幼児健康診査の機会をとらえ、食事の大切さ、骨づくりについて栄養士が働きかけている。また、乳児健康診査時や3歳児健康診査時には母親の骨密度測定（超音波）を実施し、骨づくり及び健康づくりのきっかけとしている。

区分 年度	乳児健康診査時母親 骨密度測定及び指導		1歳6か月児健康診査時 個別指導		3歳児健康診査時母親 骨密度測定及び指導	
	回数(回)	人数(人)	回数(回)	人数(人)	回数(回)	人数(人)
25年度	36	1,320	36	1,485	36	1,050
26年度	36	1,320	36	1,666	36	1,000
27年度	36	1,408	36	1,596	36	1,102
28年度	36	1,365	36	1,770	36	1,070
<b>29年度</b>	<b>36</b>	<b>1,493</b>	<b>36</b>	<b>1,659</b>	<b>36</b>	<b>1,191</b>
池袋	24	998	24	1,163	24	803
長崎	12	495	12	496	12	388



③ 女性のしなやか健康づくり教室 (実施) 長崎健康相談所

女性の生涯にわたる健康づくり、ひいては家族の健康づくりを推進するため、ライフステージ別に骨密度測定や運動実技を中心とした健康づくり教室を実施している。

区分 年度	合 計		子育てママ		中高年	
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)
25年度	15	395	2	72	13	323
26年度	11	264	1	33	10	231

(注) 平成26年度で事業終了。

④ 骨粗しょう症予防教室 (実施) 長崎健康相談所

一般の女性を対象に「骨密度測定」と「女性の健康」を考えた総合的な教室を一回につき1~2日制で実施している。

区分 年度	長崎健康相談所	
	回 数 (回)	延人数 (人)
25年度	4	67
26年度	4	76
27年度	4	63
28年度	4	64
<b>29年度</b>	<b>4</b>	<b>58</b>

⑤ ながさき・歌を楽しむ会 (実施) 長崎健康相談所

虚弱高齢者や心身の不自由な方、歌うことに関心のある人たちを対象にNPO法人と協働し、月一回、歌うことを通して健康づくりを進めている。

区分 年度	回 数(回)	参加者数(人)
25年度	1	50

(注) 平成 25 年 4 月終了。

## [7] としま健康チャレンジ！事業

本事業は「いつでも、だれでも、どこでも」をモットーに、健康への意識がそれほど高くない層の区民が健康事業に取り組むことを目的としている。また、本事業に多くの区民を参加させることにより、区民の健康を意識したライフスタイルを確立させ、区民の健康増進と生活習慣病の予防することをねらいとする。

### ① 事業概要

区民が講演会や運動講座等のプログラムに参加することなどによって、既定のポイントを集めるとマイレージカードと交換ができ、カードを区内協賛店で使用することで様々なサービスを受けることができる事業である。毎月、ポイント対象の各種講演会や講座等を実施し、健康診断やがん検診の受診結果を提出した区民にもポイント付与することで、受診率向上を図っている。各店舗がマイレージカードと引き換えに提供するサービスは、本事業の趣旨に賛同した健康チャレンジ！応援団（企業・団体等）が無償で提供するものである。

（平成26年度までは、単年度事業とし、一定ポイントを貯めると賞品が当たる抽選会を3月に実施していた。平成27年度からは、経年的なマイレージ制度を開始したため、平成27年度からは抽選会は実施していない。）

平成29年度は地域ぐるみで健康づくりに取り組み、区民の方の健康と地域振興を目指すため、区民の方が安心して外食することができるバランスメニューのお店を一冊のBOOKにまとめ「ドクターズセレクション 豊島区のお医者さん・歯医者さん・薬剤師さんが選ぶバランスメニューのお店 in Toshima」を制作した。このBOOKでは豊島区医師会、歯科医師会、薬剤師会に所属の先生方より推薦いただいたメニューを提供するお店をご紹介している。

このBOOKを通じて、区民の皆様が地域のお医者さんと気軽に話ができ、健康意識がさらに向上して、生活習慣病予防・糖尿病重症化予防の一助なることを目指している。BOOKはA5サイズで10,000部印刷し、ご紹介をいただいた豊島区医師会、歯科医師会、薬剤師会の医院、クリニック、歯科医院、薬局に置かせていただき区民の方へ配布、また特定保健指導等の講習会で活用した。

② 実施状況

区分 年度	知ってチャレンジ!	やってチャレンジ!
25年度	講演会及びイベント 12回 4,705人 食育実践企画及び食育イベント 6回 410人(再掲) 保健所事業 15回 853人(再掲) 応援プログラム 27回 1,276人	測定会 8回 846人 体育協力施設 24施設 運動講習会 11回 256名 マイコース 7種 1,855名 応援団企画講習会 118回
26年度	講演会及びイベント 13回 5,387人 食育実践企画及び食育イベント 6回 442人(再掲) 保健所事業 19回 488人(再掲) 応援プログラム 21回 1,352人	測定会 7回 765人 体育協力施設 23施設 運動講習会 12回 349名 マイコース 7種 1,642名 応援団企画講習会 117回
27年度	講演会及びイベント 16回 5,575人 食育実践企画及び食育イベント 5回 397人(再掲) 保健所事業 8回 151人(再掲) 応援プログラム 51回 1,817人	測定会 8回 931人 体育協力施設 23施設 運動講習会 13回 479名 マイコース 7種 1,723名 応援団企画講習会 276回
28年度	講演会及びイベント 16回 103,57人 食育実践企画及び食育イベント 5回 1,065人(再掲) 保健所事業 9回 162人(再掲) 応援プログラム 334回 5,824人	測定会 7回 795人 体育協力施設 23施設 運動講習会 12回 323名 健康ウォークラリー621名 マイコース 7種 1,850名 応援団企画講習会 565回
29年度	講演会及びイベント 17回 6,698人 食育実践企画及び食育イベント 5回 1,401人(再掲) 保健所事業 10回 211人(再掲) 応援プログラム 262回 5,014人 マイコース(検診) 170名 602件	測定会 7回 987人 体育協力施設 24施設 運動講習会 13回 403名 健康ウォークラリー603名 マイコース 5種 1,800名 応援団企画講習会 231回

□事業実績

区分 年度	チャレンジ カード(※1)	チャレンジ 講演会等(※2)		測定会		お楽しみ抽選会		健康チャレ ンジ応援団
	発行枚数 (枚)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	登録団体数
平成25年度	1,682	12	4,705	8	846	1	463	69
平成26年度	1,750	13	5,387	7	765	1	495	74
平成27年度	500	16	5,575	8	931			196
平成28年度	1,060	16	10,357	7	795			236
平成29年度	1,374	17	6,698	7	987			250

(※1) 平成27年度以降はマイレージカードの交換数である。

(※2) チャレンジ講習会の一部は、健康増進法第17条1項に基づく集団健康教育へ計上。