

## 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。

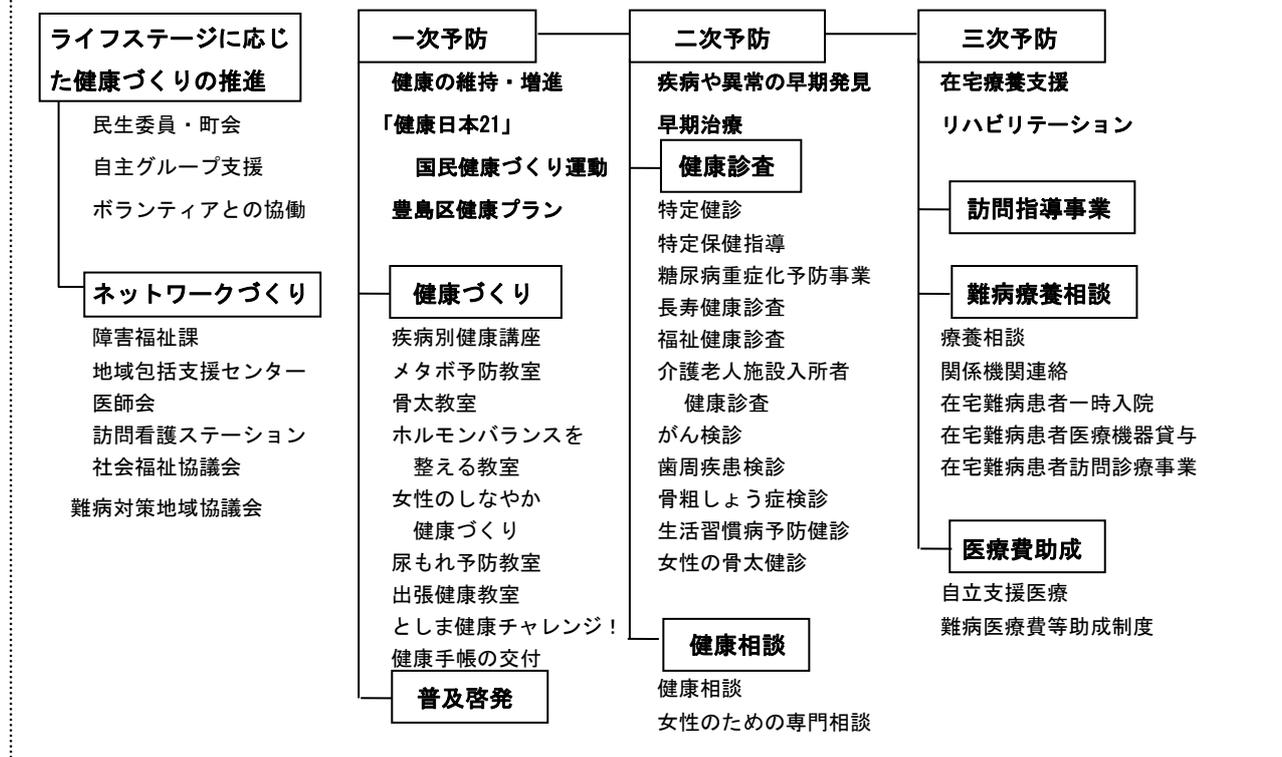
平成26年度からは、豊島区独自の健康手帳を作成して配布している。

□交付状況

(単位：人)

年度	区分	75歳以上の後期高齢者医療加入者	40歳以上75歳未満の国民健康保険加入者	左記以外の40歳以上で交付を希望した者	計
29		43	43	21	107
30		43	57	13	113
元		37	31	19	87
2		10	13	9	32
3		29	19	15	63

### 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。

年度	区分	健康教室		歯科教室 (講演会)	
		回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)
29		11	192	1	36
30		12	174	1	37
元		4	62	1	43
2		4	33	1	21
<b>3</b>		<b>4</b>	<b>32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	池袋	3	27	0	0
	長崎	1	5		

### □令和3年度の健康教室・歯科教室テーマ

テーマ	会場	回数	参加者数
美と健康の秘訣は腸にあり ～腸内環境を整え免疫力アップ～	池袋	1	8
腸活で健康な生活を！ ～運動で腸の活性化&リラックス～	池袋	1	10
腸活で健康な生活を！ ～腸内環境を整えるための食事のヒント教えます～	池袋	1	9
メタボリックシンドローム予防教室	長崎	1	5
知っておきたい！口臭・歯ぎしり・顎関節症	池袋	0	0

(注) 歯科教室は、池袋保健所のみで実施。令和3年度新型コロナウイルス感染症の影響により中止。

### (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。

### □令和3年度の健康教室

テーマ	回数	参加者数
女性の身体を守るための講座 「女性の健康のために知ってほしいこと」	1	115

(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、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)
29	28	1,460	1	93	4	58	3	103	9	501		
30	28	2,072	1	76	4	42	2	70	7	341	1	76
元	23	1,591	1	83	0	0	1	9	7	366	1	96
2	12	577	1	47	0	0	2	5	5	92	0	0
3	11	671	1	25	0	0	2	7	6	112	0	0

【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。

□相談状況

区分 年度	健康相談 事業		相談件数内訳						随時 健康 相談
			(医師相談)		(保健相談)		(栄養相談)		
	回数 (回)	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)
29	24	143	12	69	24	47	24	126	144
30	24	99	12	59	24	66	24	67	192
元	24	94	11	26	23	19	23	49	200
2	22	34	10	10	22	15	22	33	233
3	21	54	9	24	21	29	21	52	246
池袋	9	25	9	24	9	21	9	23	112
長崎	12	29			12	8	12	29	10
地域保健									124

(注) 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。内訳は来所者の相談内容による。

## [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 年度	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						
		A	B	C	D (B+C)	D/A			
29	26,795	13,065	183	13,248	49.4	408	3,931	8,909	13,248
30	27,287	13,413	150	13,563	49.7	365	3,982	9,216	13,563
元	27,461	13,249	150	13,399	48.8	318	3,804	9,277	13,399
2	27,537	13,072	178	13,250	48.1	317	3,848	9,085	13,250
<b>3</b>	<b>27,297</b>	<b>12,982</b>	<b>171</b>	<b>13,153</b>	<b>48.2</b>	<b>290</b>	<b>3,779</b>	<b>9,084</b>	<b>13,153</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
29	5,453	6,746	4,650	1,825	4,043	2,077	3,538	2,570
30	5,758	7,042	4,848	1,841	4,101	2,059	3,603	2,526
元	5,727	7,657	4,743	1,747	5,057	2,041	3,436	2,411
2	5,713	7,620	5,023	1,756	4,157	1,988	3,717	2,275
<b>3</b>	<b>5,522</b>	<b>7,665</b>	<b>5,075</b>	<b>1,813</b>	<b>4,443</b>	<b>1,956</b>	<b>3,850</b>	<b>2,509</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				
29	889	829	93.3	15	387	427	829
30	942	878	93.2	15	474	389	878
元	959	901	94.0	31	503	367	901
2	967	906	93.6	8	578	320	906
<b>3</b>	<b>939</b>	<b>895</b>	<b>95.3</b>	<b>11</b>	<b>481</b>	<b>403</b>	<b>895</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
29	244	449	124	83	243	82	319	297
30	282	494	153	85	264	83	381	330
元	277	516	175	83	303	75	345	346
2	277	521	126	89	264	96	288	340
<b>3</b>	<b>279</b>	<b>470</b>	<b>141</b>	<b>70</b>	<b>286</b>	<b>82</b>	<b>543</b>	<b>361</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。平成30年度から老人保健施設「アバンセ」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					
29	46,736 (39,742)	17,714	14	17,728 (16,226)	37.9 (40.8)	1,305	6,791	9,632	17,728
30	44,856 (37,971)	17,118	6	17,124 (15,564)	38.29 (41.0)	1,215	6,315	9,594	17,124
元	42,380 (36,650)	15,779	5	15,784 (14,518)	37.2 (39.6)	961	5,777	9,046	15,784
2	41,027 (36,100)	13,805	4	13,809 (12,738)	33.7 (35.3)	829	4,980	8,000	13,809
<b>3</b>	<b>40,515</b>	<b>14,170</b>	<b>6</b>	<b>14,176</b>	<b>35.0</b>	<b>866</b>	<b>5,280</b>	<b>8,030</b>	<b>14,176</b>
40~49歳	9,298	1,701	2	1,703	18.3	258	794	651	1,703
50~59歳	9,154	2,520	0	2,520	27.5	216	1,072	1,232	2,520
60~64歳	4,440	1,664	0	1,664	37.5	88	615	961	1,664
65~74歳	17,623	8,285	4	8,289	47.0	304	2,799	5,186	8,289

(注1) 年齢基準日は令和4年3月31日。ただし、昭和21年10月1日から昭和22年3月31日生まれの者は、基準日現在74歳とし、特定健診の対象者としている。

(注2) 下段( )は国へ報告する年度途中の異動者を除いた数値(翌年11月に確定)。

□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
29	9,429	6,394	4,237	3,502	3,636	2,311	2,081	1,506
30	9,093	6,220	4,234	3,342	3,370	2,169	2,235	1,320
元	8,680	5,965	3,918	3,053	3,976	2,113	1,949	1,235
2	7,699	5,226	3,648	2,854	2,839	1,856	1,834	951
<b>3</b>	<b>7,771</b>	<b>5,458</b>	<b>3,708</b>	<b>2,945</b>	<b>3,053</b>	<b>1,939</b>	<b>1,881</b>	<b>1,066</b>
40~49歳	816	505	132	362	145	221	52	129
50~59歳	1,498	821	402	613	356	354	116	148
60~64歳	1,000	600	423	379	309	240	238	92
65~74歳	4,457	3,532	2,751	1,591	2,243	1,124	1,475	697

(注1) 年齢基準日は令和4年3月31日。ただし、昭和21年10月1日から昭和22年3月31日生まれの者は、基準日現在74歳とし、特定健診の対象者としている。

□メタボリックシンドローム判定と保健指導の階層化

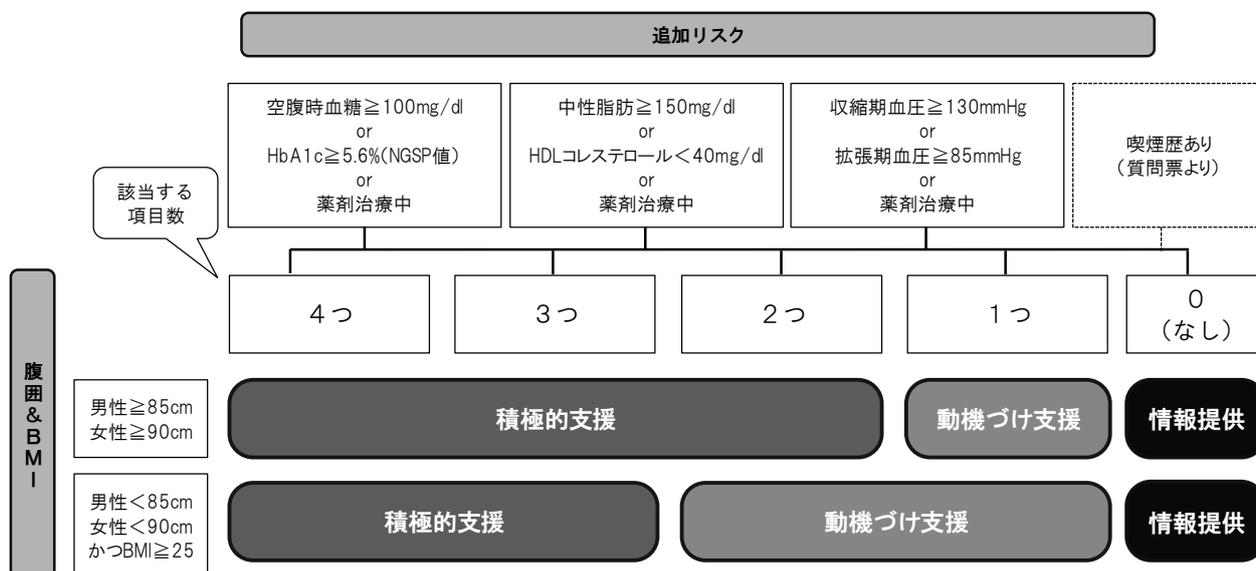
(単位：人)

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 A	予備群 該当 B	非該当		判 定 不 能 D	計 E (A+B+C+D)	積極的 支援	動機づ け支援	情報 提供	判 定 不 能	計
			C	非該当の 割合(%) (C/E)							
29	2,960	1,946	12,801	72.2	21	17,728	656	1,502	15,559	11	17,728
30	3,012	1,952	12,143	70.9	17	17,124	641	1,474	15,000	9	17,124
元	2,743	1,788	11,237	71.2	16	15,784	571	1,394	13,854	10	15,784
2	2,655	1,575	9,566	69.3	13	13,809	509	1,234	12,056	10	13,809
<b>3</b>	<b>2,673</b>	<b>1,611</b>	<b>9,881</b>	<b>69.7</b>	<b>11</b>	<b>14,176</b>	<b>513</b>	<b>1,241</b>	<b>12,411</b>	<b>11</b>	<b>14,176</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。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。

□特定保健指導の階層化基準



(注1) 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。

(注2) 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	特定保健指導対象者				初回面接終了者				評価終了者			特定保健指導実施率 (%)
	計	当日保健指導	動機づけ支援	積極的支援	計	当日保健指導	動機づけ支援	積極的支援	計	動機づけ支援	積極的支援	
29	2,090 (1,977)		1,445 (1,376)	645 (601)	590 (558)		454 (430)	136 (128)	551 (526)	454 (433)	97 (93)	26.4 (26.6)
30	2,056 (2,320)		1,422 (1,694)	634 (626)	508 (481)		390 (374)	118 (107)	487 (449)	390 (363)	97 (86)	23.7 (19.4)
元	1,864 (1,786)		1,298 (1,250)	566 (536)	373 (357)		303 (300)	70 (57)	361 (343)	303 (296)	58 (47)	19.3 (19.2)
2	1,703 (1,593)	1,153	1,203 (1,134)	500 (459)	501 (473)	169	388 (371)	113 (102)	467 (429)	387 (357)	80 (72)	27.4 (26.9)
<b>3</b>	<b>1,700</b>	<b>1,102</b>	<b>1,197</b>	<b>503</b>	<b>447</b>	<b>116</b>	<b>337</b>	<b>110</b>				

(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) 評価終了者数は、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) 令和2年度から、特定健診当日に初回面接①、後日に初回面接②を実施する当日保健指導分割実施を開始した。

(4) 国保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二期データヘルス計画」(平成30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、糖尿病予備群(特定保健指導対象者を除く)である者を対象に、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 (※1)	集団指導(注2)			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 (※3)	継続指導参加者 (※4)	計	6ヶ月後評価までの終了者 (※5)	
29	17,728	2,490	2,165	13	254	265	146	411	368	16.5%
30	17,124	1,940	1,611	13	229	216	149	365	320	18.8%
元	15,784	3,421	2,883	10	270	315	181	496	469	14.5%
2	13,809	1,746	1,354	16	137	134	147	281	279	16.1%
<b>3</b>	<b>14,176</b>	<b>2,100</b>	<b>1,636</b>	<b>19</b>	<b>143</b>	<b>155</b>	<b>153</b>	<b>308</b>		<b>14.7%</b>

(※1) ヘモグロビンA1c値が6.0~6.4%かつ糖尿病未治療で特定保健指導対象外の方。

(※2) 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。

(※3) 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。

(※4) 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。

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

② 糖尿病ハイリスク未受診者の医療機関受診勧奨

国保特定健康診査の結果、高血糖状態で糖尿病薬未服薬である者を対象に、医療機関への受診勧奨及び、保健指導を実施している。

□糖尿病ハイリスク未受診者の医療機関受診勧奨実施状況（単位：人）

区分 年度	特定健診受診者	受診勧奨対象者 (注1)	受診勧奨実施者 (注2)
29	17,728	782	509
30	17,124	622	448
元	15,784	946	699
2	13,809	509	445
<b>3</b>	<b>14,176</b>	<b>598</b>	<b>557</b>

(注1) ヘモグロビンA1c値が6.5%以上で糖尿病未治療の方。

(注2) 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。

□糖尿病ハイリスク未受診者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
29	3	432	0	0	0
30	5	413	0	0	0
元	1	376	0	0	2
2	3	329	0	0	0
<b>3</b>	<b>1</b>	<b>362</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5月まで実施

③ 糖尿病性腎症重症化予防事業

国保特定健康診査の結果、糖尿病薬服薬またはインスリン注射を使用しており、腎機能が低下している可能性がある者を対象にアルブミン尿検査を行い、早期腎症期と判定された者に保健指導を実施している。

□糖尿病性腎症重症化予防事業 アルブミン尿検査実施状況と判定区分（単位：人）

区分 年度	特定健診受診者	アルブミン尿検査対象者 (注)	アルブミン尿検査実施者	判定区分		
				正常	早期腎症期	顕性腎症期
<b>3</b>	<b>14,176</b>	<b>302</b>	<b>167</b>	<b>70</b>	<b>77</b>	<b>20</b>

(注) ①尿たんぱく（－）かつeGFR45～59または②尿たんぱく（±）（＋）かつeGFR60以上の方。

□糖尿病性腎症重症化予防プログラム保健指導実施状況（単位：人）

年度	区分	対象者（※）	実施者	未実施者
3		76	47	29

（※）アルブミン尿検査の結果、早期腎症期と判定された方。

（注1）当該年度の保健指導は、翌年度の5月まで実施。

（注2）対象者は、既に医療機関等で栄養指導を実施しているものを除く。

(5) 後期高齢者糖尿病重症化予防事業

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の一環として、「医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律」、「高齢者の医療の確保に関する法律に基づく高齢者保健事業の実施等に関する指針」に基づき、後期高齢者医療制度に加入している区民を対象に、令和3年度から低栄養防止、口腔機能低下防止、糖尿病重症化予防事業を行なっている。そのうち、長寿健康診査の結果、高血糖状態（ヘモグロビンA1c値が7.0%以上）で糖尿病薬未服薬である者（90歳以上、要介護3～5を除く）を対象に、医療機関への受診勧奨及び、栄養指導を実施している。

□糖尿病ハイリスク未受診者の医療機関受診勧奨実施状況（単位：人）

年度	区分	長寿健診受診者	受診勧奨対象者	電話勧奨実施者	通いの場等 栄養指導実施者
3		13,153	184	162 (88.0%)	13 (7.1%)

(6) 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）

年度	区分	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	し	察	療	計		
29		5,336	969	20	989	18.5	33	255	701	989
30		5,431	1,001	13	1,014	18.7	35	244	735	1,014
元		5,292	950	25	975	18.4	23	213	739	975
2		5,282	1,011	18	1,029	19.5	29	267	733	1,029
<b>3</b>		<b>5,277</b>	<b>926</b>	<b>19</b>	<b>945</b>	<b>17.9</b>	<b>22</b>	<b>242</b>	<b>681</b>	<b>945</b>
	40～49歳	571	56	0	56	9.8	5	23	28	56
	50～59歳	952	131	0	131	13.8	5	50	76	131
	60～69歳	1,011	155	1	156	15.4	3	40	113	156
	70～79歳	1,740	308	4	312	17.9	6	73	233	312
	80歳以上	1,003	276	14	290	28.9	3	56	231	290

□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	心冠動脈 系疾患	貧血
29	524	461	290	215	353	182	198	199
30	506	465	343	218	332	163	231	195
元	508	519	326	206	412	174	201	188
2	565	522	364	223	367	170	252	171
<b>3</b>	<b>462</b>	<b>467</b>	<b>339</b>	<b>208</b>	<b>349</b>	<b>178</b>	<b>230</b>	<b>183</b>
40～49歳	32	17	9	17	15	11	3	1
50～59歳	79	41	26	47	39	29	8	11
60～69歳	91	62	51	48	57	32	29	29
70～79歳	135	156	129	58	124	48	92	58
80歳以上	125	191	124	38	114	58	98	84

(7) 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)

区分 年度	[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)
29	17,910	9,340	8,570
30	17,830	9,350	8,480
元	17,985	9,254	8,731
2	17,475	9,087	8,388
<b>3</b>	<b>16,993</b>	<b>8,720</b>	<b>8,273</b>

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。

[健康講座]

男性：「生活習慣病を予防しよう」(保健師・栄養士・歯科衛生士)

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)

区分 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
29	12	769	304	463	769	88	400
30	12	738	309	426	738	83	407
元	11	699	276	419	654	57	
2	10	462	185	276	399		
<b>3</b>	<b>19</b>	<b>508</b>	<b>197</b>	<b>311</b>	<b>508</b>		
男性	9	197	197		197		
女性	10	311		311	311		

(注1) メンテナンス体操は平成30年度で終了。

(注2) 新型コロナウイルス感染症による保健所業務逼迫のため、令和3年8月、9月、10月生活習慣病予防健診、令和3年9月、10月骨太健診中止。

(注3) 令和2年3月より新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、呼気一酸化炭素濃度測定中止。

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	
							29
30	738	133	120	310	175		
元	699	144	98	327	130		
2	462	95	73	191	103		
<b>3</b>	<b>508</b>	<b>90</b>	<b>99</b>	<b>205</b>	<b>114</b>		
男性	20歳代	46	5	8	18	15	
	30歳代	151	19	35	52	45	
	個別 再掲 通知者	25歳	25	3	4	10	8
		30歳	36	3	8	15	10
		35歳	51	9	10	20	12
計	197	24	43	70	60		
女性	20歳代	76	16	13	31	16	
	30歳代	235	50	43	104	38	
	個別 再掲 通知者	25歳	58	13	9	23	13
		30歳	68	15	14	33	6
		35歳	84	15	13	38	18
計	311	66	56	135	54		

(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 受診者	要指導	来所者	要医療	来所者	医療機関 受診者
29	男性	304	92	10	84	4	
	女性	465	155	32	71	0	
30	男性	309	106	11	84	4	
	女性	429	159	22	91	5	
元	男性	276	104	10	60	1	
	女性	423	181	11	70	0	
2	男性	185	58	4	53	0	
	女性	277	105	4	50	1	
3	男性	<b>197</b>	<b>52</b>	<b>5</b>	<b>60</b>	<b>3</b>	
	女性	<b>311</b>	<b>84</b>	<b>6</b>	<b>54</b>	<b>1</b>	

□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		
29		769	44	3	36	1	10	18	
30		738	54	8	41	6	20	10	
元		699	41	3	34	3	9	9	
2		462	31	5	34	1	9	6	
<b>3</b>		<b>508</b>	<b>43</b>	<b>5</b>	<b>37</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	
男 性	20歳代		46	3	0	7	0	0	
	30歳代		151	19	4	24	3	0	
	個別 再掲 通知 者	25歳	25	2	0	1	0	0	
		30歳	36	3	0	4	0	0	
		35歳	51	6	2	3	2	0	
	計		197	22	4	31	3	0	
女 性	20歳代		76	3	0	3	0	3	0
	30歳代		235	18	1	3	0	6	6
	個別 再掲 通知 者	25歳	58	1	0	3	0	3	0
		30歳	68	3	0	0	0	2	2
		35歳	84	9	1	2	0	2	2
	計		311	21	1	6	0	9	6

(注) 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)(※)
29		0	0	0	0
30		2	0	0	0
元		1	1	0	0
2		2	1	0	0
<b>3</b>		<b>3</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の継続者も含む。

(8) 眼科検診

平成30年度より緑内障、加齢黄斑変性、糖尿病網膜症等の早期発見、早期治療を目的として45歳、55歳の区民を対象に実施。特定健康診査と福祉健康診査の対象者は、各受診券に案内を同封。

□検診結果（総合判定）

（単位：人）

年度	区分	対象者	受診者	異常なし	経過観察	要精密検査	要治療
	55歳	3,347	269	169	43	46	11
元	45歳	4,845	196	152	16	25	3
	55歳	3,444	286	187	44	44	11
2	45歳	4,758	143	104	18	15	6
	55歳	3,776	214	151	33	27	3
3	45歳	<b>4,579</b>	<b>149</b>	<b>111</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>5</b>
	55歳	<b>3,652</b>	<b>219</b>	<b>133</b>	<b>52</b>	<b>30</b>	<b>4</b>

□所見

（単位：人）

年度	区分	白内障	緑内障	糖尿病網膜症	黄斑変性症	その他
	55歳	41	42	2	5	41
元	45歳	11	24	2	2	16
	55歳	43	47	2	7	36
2	45歳	4	18	2	0	20
	55歳	28	27	0	4	28
3	45歳	<b>12</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>13</b>
	55歳	<b>33</b>	<b>32</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>21</b>

（注）複数の所見を有する方がいるため、総合判定と所見は人数不一致。

## [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		高齢者福祉課		池袋		長崎		合計	
		実人数	延人数	実人数	延人数	実人数	延人数	実人数	延人数
29		22	83	60	162	47	154	129	399
30		14	25	71	181	39	147	124	353
元		12	26	65	266	24	88	101	380
2		8	15	73	108	18	67	99	190
3		4	12	31	103	21	123	56	238
職種	保健師	2	7	31	103	21	123	54	233
	理学療法士	2	5					2	5

## [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・診断）					
		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
29		2,866	1,583	940	343	1,151	578	338	94	141
30		2,860	1,585	939	336	1,252	651	351	92	158
元		2,778	1,582	918	278	1,233	659	370	82	122
2		2,476	1,498	734	244	1,112	644	291	69	108
3		2,500	1,494	755	251	1,284	755	331	90	108

(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(7)生活習慣病予防健診・女性の骨太健診を参照。

② 乳幼児を持つ母親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。

□事業実績

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)
29	36	1,493	36	1,659	36	1,191
30	36	1,408	36	1,779	36	1,175
元	31	1,204	36	1,738	36	1,248
2	24	897	38	1,710	36	1,409
<b>3</b>	<b>36</b>	<b>1,292</b>	<b>36</b>	<b>1,576</b>	<b>36</b>	<b>1,346</b>
池袋	24	825	24	1,045	24	878
長崎	12	467	12	531	12	468

③ 女性のしなやか健康づくり (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。

□事業実績

年度	女性の健康づくり教室 「ホルモンバランスを整える」		骨粗しょう症予防教室 (2日制×2回) (※1)	
	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)
29	3	45	4	58
30	4	50	4	42
元	2	21	4	32
2	2	13	2 (※1)	9
<b>3</b>	<b>3</b>	<b>19</b>	<b>2 (※2)</b>	<b>13</b>

(※1) 令和2年度より1日制×2回 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、定員の見直しをして開催した。

(※2) 令和3年度新型コロナウイルス感染拡大防止のため、定員を見直し開催をした。

**[7] 女性のための専門相談** ～女性のライフプラン形成のための健康相談事業～

女性の健康で自分らしい生き方や、安心な妊娠・出産・子育てをサポートする総合相談を年10回実施。産婦人科医師・助産師・栄養士・保健師が個別相談に応じている。

□女性のための専門相談実績

(単位:人)

区分 年度	回数 (回)	相談件数							メンテナンス 体操
		実人数	延人数	(内訳)					
				産婦人科 医師	助産師	保健師	栄養士	歯科 衛生士	
29	12	51	234	51	46	46	46	45	42
30	12	51	220	51	46	40	40	43	42
元	10	26	88	26	18	26	18		
2	9	43	151	43	33	43	32		
<b>3</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>85</b>	<b>26</b>	<b>17</b>	<b>26</b>	<b>16</b>		

(※) 歯科衛生士の個別相談は、平成30年度で終了。メンテナンス体操を平成30年度で終了し、令和元年度から尿もれ予防教室開始。

□相談年齢内訳

(単位:人)

区分 年度	20～24	25～29	30～34	35～39	40～49	50～
29	0	5	19	22	3	2
30	2	6	19	19	5	0
元	0	3	8	7	7	1
2	0	4	8	12	14	5
<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>2</b>

□相談内容 (内訳)

※複数回答

(単位:件)

区分 年度	月経	婦人科 疾患	性感染症	不妊・ 不育	妊娠・ 避妊	女性特有 の ガン	産後の 体調	その他
29	14	8	1	3	9	0	15	18
30	28	10	0	6	13	0	22	12
元	13	1	0	1	3	0	2	12
2	18	4	0	1	10	2	11	10
<b>3</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>2</b>

□メンテナンス体操実績 (女性のための専門相談及び骨太健診での実施分。令和元年度から尿もれ予防教室に移行)

区分 年度	回数 (回)	参加者 (人)
29	12	400
30	12	407

## [8] 女性のライフプランに関するセミナー

妊娠は女性が直面する大きな健康課題であり、「妊娠する力」は女性・男性のどちらにも関わることである。産科医師等専門家による講演会の実施や骨太健診の機会をとらえて助産師がミニ講座を実施している。また、令和元年度よりライフステージに合わせ女性の健康づくりを推進するために尿もれ予防教室を実施している。

### □啓発セミナー実績

年度	区分	参加人数 (人)	講演会テーマ・講師
29		30	「少子化対策を考えるワークショップ (大正大学 としま共創事業)」 大正大学 人間学部社会福祉学科 6月30日(金) 高橋一弘教授ゼミにて 12月15日(金)
30		12	「少子化対策を考えるワークショップ (大正大学 としま共創事業)」12月21日(金) 大正大学 人間学部社会福祉学科 高橋一弘教授ゼミにて
元		19	妊娠前からの健康づくり 1月25日(土) 「男性と女性のプレコンセプションケアを知ろう(豊島区後援)」 都立大塚病院産科医長 岩田 みさ子氏 同病院管理栄養士 森 泰子氏
		14	「わたしらしく温美活」 12月20日(金) ルミネ池袋店 ホームヨガインストラクター 齊藤 なみゑ氏
2			未実施 (新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮)
3			未実施 (新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮)

### □ミニ講座

年度	区分	受講者数 (人)	講演会テーマ・講師
29		465	「女性の健康のために～知ってほしいこと～」 ・知っていますか？あなたの心とからだ(助産師) ・骨の健康と食生活、カルシウムが手軽に摂れるレシピ紹介(栄養士) ・歯とお口からはじめるアンチエイジングの話(歯科衛生士) ・メンテナンスできていますか？(運動、休養、節酒、禁煙)(保健師)
30		429	
元		391	
2		246	
3		311	

(注) 女性の骨太健診時の実施分も含む。

□尿もれ予防教室（3回コース制）

年度	区分	受講者延数（人）	講師
元		39	令和2年1月27日（基礎編） 2月10日（復習・応用編） 日本コンチネンス協会 北廣 和江 氏
2		11	令和2年12月11日（おさらい編）（※） 日本コンチネンス協会 北廣 和江 氏
		15	令和3年1月21日（基礎編） 2月 3日（復習・応用編） 3月 3日（おさらい編） 日本コンチネンス協会 北廣 和江 氏
3		40	令和4年1月25日（基礎編） 2月 8日（復習・応用編） 3月 8日（おさらい編） 日本コンチネンス協会 北廣 和江 氏

（※）新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期となっていた令和元年度3回目おさらい編を実施。

**[9] 鬼子母神 plus ～池袋保健所・健康情報発信スペース～**

（豊島区池袋保健所鬼子母神plusの運営に関する要綱 平成28年4月27日制定）

(1) 鬼子母神plus

池袋保健所1階に若い方々の誰もが、一生を通してこころもからだも健康に、また、結婚や妊娠・出産・子育て等のライフプランニングを自らの力で行うことを目指して、「鬼子母神plus」を拠点とした情報発信・相談支援事業を展開している。

**【エイズ・性の健康エリア】**

エイズ、性感染症に関する資料やLGBT等についての情報を収集・展示。

**【月替え展示&トピックスエリア】**

「トピックスコーナー」では、特に取り上げたいテーマ、「ベネッセコーナー」では、子育て雑誌を展示している。また、「今月の本コーナー」では、月替わりで季節やテーマに合わせた書籍を紹介している。

**【若年者の健康エリア】**

乳幼児期～高齢期までの健康課題をまとめた健康課題早見表を中心に、生活習慣病、メンタルヘルス、がん検診、栄養、歯と口腔の健康などの多様な健康情報を提供している。その他、子育て支援課（子育て情報）、男女平等推進センター（ワークライフバランス等）、生活産業課（女性としごと）等の情報も展示している。

## [10] としま健康チャレンジ！事業

「いつでも、だれでも、どこでも」をモットーに、区民が健康事業に参加することにより、健康を意識したライフスタイルを確立し、健康増進と生活習慣病を予防することをねらいとする。(平成21年度から開始)

### ① 事業概要

講演会や運動講座等のプログラム等に参加することによって、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。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。

### 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！						
	講演会及び イベント	画及び食育 イベント	食育実践企 業	保健所事業	応援プロ グラム	マイ コース (検診)	測定会	体育協 力 施設	運動講 習会	健康ウ ォー クラー	マイ コース (※1)	応援団企 画 講習会
	回数 人数	回数 (再掲) 人数 (再掲)	回数 (再掲) 人数 (再掲)	回数 人数	人数 件数	回数 人数	施設数	回数 人数	人数	種類 人数	回数	
29	17 6,698	5 1,401	10 211	262 5,014	170 602	7 987	24	13 403	603	5 1,800	231	
30	17 6,336	5 1,755	8 119	184 3,922	220 808	7 1,395	25	13 370	574	5 2,000	196	
元	10 6,158	3 368(※2)	10 184	103 3,238	- 928	6 1,204	27	11 324	-	5 1,482	303	
2 (※2)	5 201	2 45	10 104	125 1,764	- 799	2 354	25	7 128	-	5 1,444	138	
3	9 299	3 358	11 113	239 3,846	- 576	3 471	26	10 129	-	5 1,553	197	

(※1) 令和元年度より、ポイントシールの配布件数で統一。

(※2) 新型コロナウイルスの感染拡大防止による事業の中止のため、昨年度比大幅減少。

### □事業実績

区分 年度	マイレージ カード	チャレンジ 講演会等(※)		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
29	1,374	17	6,698	7	987			250
30	1,485	17	6,336	7	1,395			249
元	1,701	10	6,158	6	1,204			235
2	955	5	201	2	354			247
3	1,292	9	299	3	471			247

(※) 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。