

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。

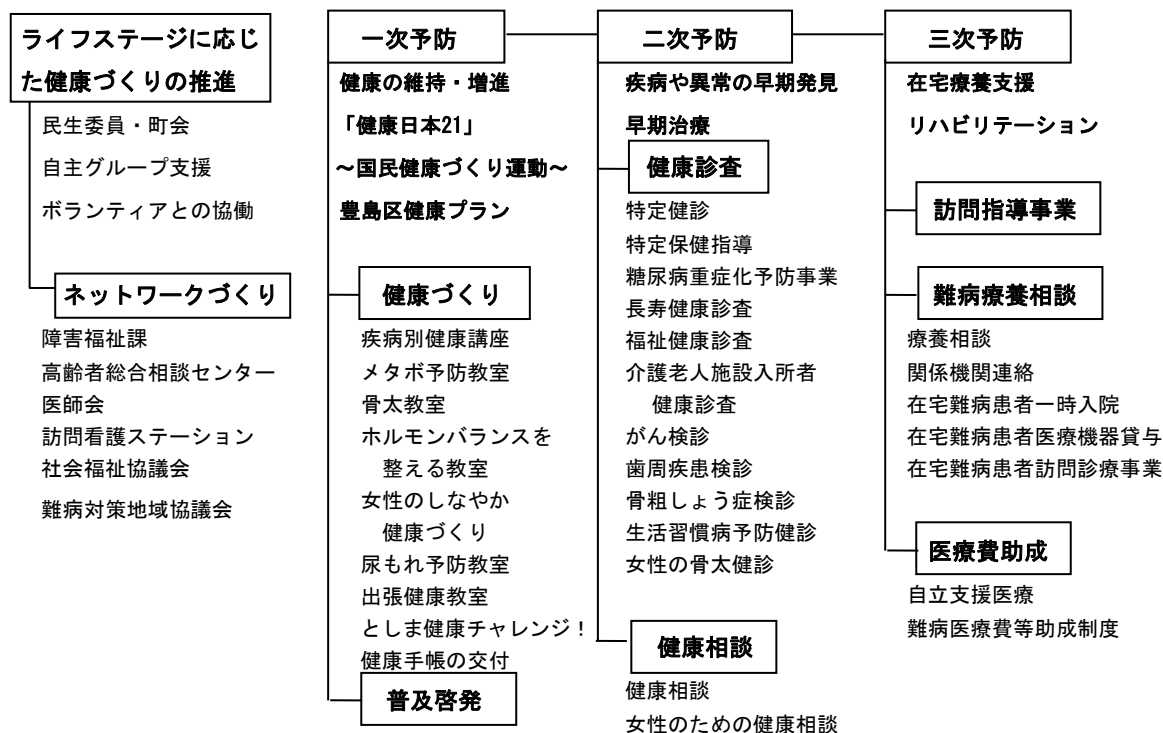
平成26年度からは、豊島区独自の健康手帳を作成して配布している。

□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
30		43	57	13	113
元		37	31	19	87
2		10	13	9	32
3		29	19	15	63
4		11	10	10	31

生活習慣病対策・健康づくり事業



[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)
30		12	174	1	37
元		4	62	1	43
2		4	33	1	21
3		4	32	0	0
4		4	35	1	30
	池袋	3	28	1	30
	長崎	1	7		

□令和4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
これってPMS（月経前症候群）？	池袋	1	15
私らしく過ごすために～PMSと上手に付き合う運動・マッサージ～	池袋	1	7
私らしく過ごすために～PMSと上手に付き合うための食事～	池袋	1	6
メタボリックシンドローム予防教室	長崎	1	7
コロナ禍でお口が衰えていませんか？「オーラルフレイル」とは	池袋	1	30

(注) 歯科教室は、池袋保健所のみで実施。

(2) 出張健康教室

区内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4年度の出張健康教室

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	91
生活習慣病予防について	1	12

(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)
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
4	21	1,044	1	33	0	0	4	7	7	141	1	28

[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)

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。

□健康相談状況

区分 年度	健康相談事業		相談件数内訳 (再掲・重複あり)						随時 健康 相談 延人数 (人)
			(医師相談)		(保健相談)		(栄養相談)		
	回数 (回)	相談者 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)	
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
4	24	54	12	42	24	46	24	51	243
池袋	12	43	12	42	12	39	12	40	118
長崎	12	11			12	7	12	11	24
地域保健									101

[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、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					
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
3	27,297	12,982	171	13,153	48.2	290	3,779	9,084	13,153
4	28,349	13,069	170	13,239	46.7	294	4,096	8,849	13,239

□ 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
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
3	5,522	7,665	5,075	1,813	4,443	1,956	3,850	2,509
4	5,391	7,576	5,098	1,796	4,152	1,954	3,803	2,587

(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				
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
3	939	895	95.3	11	481	403	895
4	941	868	92.2	15	507	346	868

□ 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
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
3	279	470	141	70	286	82	543	361
4	254	462	119	67	287	81	343	377

(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					
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
3	40,515 (35,251)	14,170	6	14,176 (12,874)	35.0 (36.5)	866	5,280	8,030	14,176
4	39,166	12,993	1	12,994	33.2	767	5,084	7,143	12,994
40～49歳	8,947	1,422	0	1,422	15.9	226	674	522	1,422
50～59歳	9,187	2,338	0	2,338	25.4	211	1,020	1,107	2,338
60～64歳	4,408	1,556	0	1,556	35.3	83	598	875	1,556
65～74歳	16,624	7,677	1	7,678	46.2	247	2,792	4,639	7,678

(注1) 年齢基準日は令和5年3月31日。ただし、昭和22年10月1日から昭和23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
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
3	7,771	5,458	3,708	2,945	3,053	1,939	1,881	1,066
4	6,979	4,985	3,401	2,558	2,556	1,779	1,740	1,055
40～49歳	674	419	100	268	103	182	53	111
50～59歳	1,374	744	355	518	290	343	111	147
60～64歳	872	561	375	354	284	249	211	105
65～74歳	4,059	3,261	2,571	1,418	1,879	1,005	1,365	692

(注1) 年齢基準日は令和5年3月31日。ただし、昭和22年10月1日から昭和23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

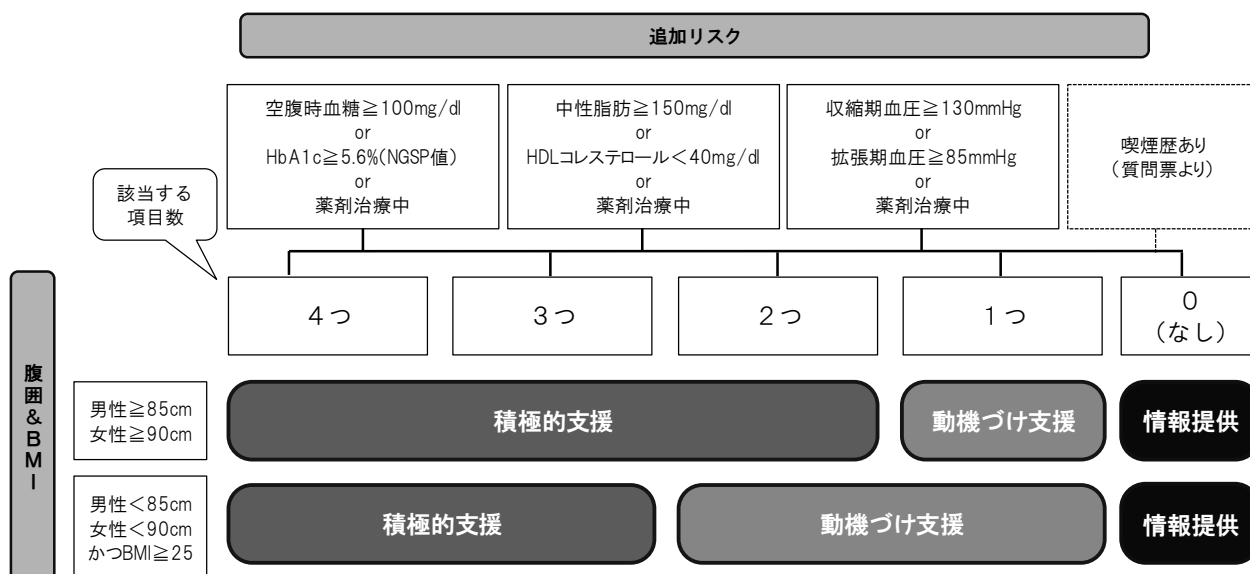
(単位：人)

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)							
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
3	2,673	1,611	9,881	69.7	11	14,176	513	1,241	12,411	11	14,176
4	2,412	1,454	9,118	70.2	10	12,994	423	1,033	11,530	8	12,994

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	
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)
3	1,700 (1,610)	1,102	1,197 (1,151)	503 (459)	447 (429)	116	337 (330)	110 (99)	399 (386)	316 (313)	83 (73)	23.5 (24.0)
4	1,410	921	987	423	376	82	299	77				

(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食事・運動セミナー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)	食事・運動セミナー(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)	
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%
3	14,176	2,099	1,636	19	144	155	152	307	304	14.6%
4	12,994	1,632	1,239	20	176	169	131	300		18.4%

(※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) 食事・運動セミナーは前年度までにセミナーを受講したことがない方に実施

(※3) 個別指導初回指導参加者：前年度までに食事・運動セミナーを受講したことがない方

(※4) 個別指導継続指導参加者：前年度までに食事・運動セミナーを受講済みの方

(※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)
30	17,124	622	448
元	15,784	946	699
2	13,809	509	445
3	14,176	598	557
4	12,994	438	399

(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
30	5	413	0	0	0
元	1	376	0	0	2
2	3	329	0	0	0
3	1	362	0	0	0
4	1	263	0	0	6

(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
3	14,176	302	167	70	77	20
4	12,994	294	149	50	82	17

(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）

区分 年度	対象者（※）	実施者	未実施者
3	76	48	28
4	82	38	44

（※）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）

区分 年度	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%)
4	13,239	136	115 (84.6%)	8 (5.9%)

(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)

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					
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
3	5,277	926	19	945	17.9	22	242	681	945
4	5,044	946	27	973	19.3	27	250	696	973
40～49歳	524	60	0	60	11.5	7	25	28	60
50～59歳	925	125	0	125	13.5	5	42	78	125
60～69歳	974	171	0	171	17.6	5	41	125	171
70～79歳	1,652	324	7	331	20.0	7	72	252	331
80歳以上	969	266	20	286	29.5	3	70	213	286

□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
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
3	462	467	339	208	349	178	230	183
4	459	479	323	213	303	154	226	201
40～49歳	32	24	8	12	9	9	0	4
50～59歳	86	34	36	42	33	23	11	17
60～69歳	87	74	57	51	56	20	36	31
70～79歳	132	185	123	59	119	53	98	78
80歳以上	122	162	99	49	86	49	81	71

(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)
30	17,830	9,350	8,480
元	17,985	9,254	8,731
2	17,475	9,087	8,388
3	16,993	8,720	8,273
4	17,882	9,273	8,609

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)

□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
30	12	738	309	426	738	83	407
元	11	699	276	419	654	57	
2	10	462	185	276	399		
3	19	508	197	311	508		
4	24	601	239	362	601		
男性	12	239	239		239		
女性	12	362		362	362		

(注1) メンテナンス体操は平成30年度で終了。

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	
							30
元	699	144	98	327	130		
2	462	95	73	191	103		
3	508	90	99	205	114		
4	601	100	99	274	128		
男性	20歳代	44	6	7	17	14	
	30歳代	195	28	41	77	49	
	個別 再掲 通知者	25歳	26	5	6	8	7
		30歳	42	6	6	21	9
		35歳	47	8	14	15	10
計	239	34	48	94	63		
女性	20歳代	75	15	9	34	17	
	30歳代	287	51	42	146	48	
	個別 再掲 通知者	25歳	51	10	7	21	13
		30歳	83	19	12	39	13
		35歳	92	13	15	48	16
計	362	66	51	180	65		

(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
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	197	52	5	60	3	
	女性	311	84	6	54	1	
4	男性	239	73	9	63	4	
	女性	362	98	8	65	0	

□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	
30		738	54	8	41	6	20	10	
元		699	41	3	34	3	9	9	
2		462	31	5	34	1	9	6	
3		508	43	5	37	3	9	6	
4		601	33	2	40	4	16	2	
男性	20歳代	44	5	0	6	0	1		
	30歳代	195	17	1	27	3	0		
	個別 再掲 通知者	25歳	26	2	0	3	0		1
		30歳	42	5	0	4	0		0
		35歳	47	2	1	5	0		0
	計	239	22	1	33	3	1		
女性	20歳代	75	3	0	2	0	5	0	
	30歳代	287	8	1	5	1	10	2	
	個別 再掲 通知者	25歳	51	2	0	1	0	4	0
		30歳	83	3	1	1	0	3	2
		35歳	92	2	0	1	0	4	0
	計	362	11	1	7	1	15	2	

(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)(※)
30		2	0	0	0
元		1	1	0	0
2		2	1	0	0
3		3	0	0	0
4		4	2	0	0

(※) 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	4,579	149	111	18	15	5
	55歳	3,652	219	133	52	30	4
4	45歳	4,432	136	103	14	15	4
	55歳	3,354	211	131	37	35	8

□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	12	21	0	0	13
	55歳	33	32	3	4	21
4	45歳	5	15	2	0	19
	55歳	27	35	1	2	24

（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本人および家族に対し、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して、保健師・理学療法士等が訪問指導を実施している。

〔対象〕 40～64歳までの方

□ 訪問指導件数

（単位：人）

年度	区分	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
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
4		7	15	28	97	15	34	50	146
職種	保健師	7	15	28	97	15	34	50	146
	理学療法士	0	0					0	0

[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

年度	区分	対象者数	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
30		12,756	2,860	1,585	939	336	1,252	651	351	92	158
元		12,632	2,778	1,582	918	278	1,233	659	370	82	122
2		12,501	2,476	1,498	734	244	1,112	644	291	69	108
3		11,908	2,500	1,494	755	251	1,284	755	331	90	108
4		12,544	2,808	1,668	868	272	1,375	750	396	126	103

（単位：人）

(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	区分	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)
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
3		36	1,292	36	1,576	36	1,346
4		36	1,341	36	1,550	36	1,276
	池袋	24	859	24	1,039	24	839
	長崎	12	482	12	511	12	437

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。

□事業実績

年度	区分	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)
30		4	50	4	42
元		2	21	4	32
2		2	13	2 (※1)	9
3		3	19	2 (※2)	13
4		3	24	2 (※2)	12

(※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、令和4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] 女性のための健康相談 ～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。

□女性のための健康相談実績

(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	
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		
3	8	26	85	26	17	26	16		
4	10	31	113	31	26	30	26		

(※) 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。

(※) 令和4年度から、「女性のための専門相談」から「女性のための健康相談」へと事業名を変更した。

□相談年齢内訳

(単位:人)

区分 年度	歳	20～24	25～29	30～34	35～39	40～49	50～
30		2	6	19	19	5	0
元		0	3	8	7	7	1
2		0	4	8	12	14	5
3		2	5	3	8	6	2
4		0	8	9	9	3	2

□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
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
3	9	9	0	1	6	0	7	2
4	25	8	0	2	5	1	5	4

□メンテナンス体操実績(女性のための健康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)
30	12	407

[8] 女性の健康づくり講演会

ホルモンのバランスが変化するなど、女性特有のライフステージごとの健康課題をテーマに講演会やミニ講座、令和元年度からは尿もれ予防教室を開催し、女性の健康づくりを推進している。

□講演会実績

区分 年度	参加人数 (人)	講演会テーマ・講師
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
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 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

（注）新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和2年度から4年度は休止。

□ミニ講座

区分 年度	受講者数 (人)	ミニ講座テーマ・講師
30	429	「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）
元	391	
2	246	
3	311	
4	362	

（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）

講師：日本コンチネンス協会 北廣 和江 氏

区分 年度	受講者 延数（人）	基礎編	復習・応用編	おさらい編
元	39	1月27日	2月10日	2年12月11日（11人）
2	15	1月21日	2月3日	3月3日
3	40	1月25日	2月8日	3月8日
4	28	10月11日	11月8日	12月6日
	30	1月24日	2月7日	3月7日

[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）

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、池袋保健所1階の「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・性感染症に関する資料、毎月のテーマに基づくトピックス展示、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、健康情報を提供している。

また、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 クラリ ー	マイコー ス (※1)	応援団企 画 講習会
	回数	回数 (再掲)	回数 (再掲)	回数	人数	回数	施設 数	回数	人数	種類	回数	
	人数	人数 (再掲)	人数 (再掲)	人数	件数	人数		人数				人数
30	17	5	8	184	220	7	25	13	574	5	196	
	6,336	1,755	119	3,922	808	1,395		370		2,000		
元	10	3	10	103	-	6	27	11	-	5	303	
	6,158	368(※2)	184	3,238	928	1,204		324		1,482		
2	5	2	10	125	-	2	25	7	-	5	138	
(※2)	201	45	104	1,764	799	354		128		1,444		
3	9	3	11	239	-	3	26	10	-	5	197	
	299	358	113	3,846	576	471		129		1,553		
4	9	1	13	129	-	4	26	13	-	5	458	
	361	117	124	2,415	1,548	599		225		5,191		

(※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		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)	登録団体数
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
4	1,857	9	361	4	599	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。