９．女性のしなやか健康づくり

女性特有の健康課題をテーマに健康教室や健康相談、健康診査を実施し、ホルモンのバランスが変化するなど生涯を通じた女性の健康づくりを推進している。

[1]女性のための健康教室

(1)女性のしなやか健康づくり教室

□事業実績

区分／年度	健康推進課実施分				長崎健康相談所実施分			
	女性の健康づくり教室（テーマは年度による）		尿もれ予防教室（1クール3回制）		女性の健康づくり教室「ﾎﾙﾓﾝﾊﾞﾗﾝｽを整える」		骨粗しょう症予防教室	
	回数	延人数	回数	延人数	回数	延人数	回数	延人数
3	3	27	3	40	3	19	2	13
4	3	28	3	28	3	24	2	12
			3	30				
5	3	30	3	35	3	16	2	13
			3	36				
6	3	31	3	41	3	20	2	16
			3	30				
7	**3**	**26**	**3**	**33**	**3**	**32**	**2**	**18**
			3	**19**				

□女性の健康づくり教室テーマ（健康推進課実施分）

年度	テーマ概要
3	腸活で健康な生活
4	月経前症候群（PMS）と上手につきあう
5	女性の身体と月経前症候群（PMS）
6	心も身体もキレイでいるためのプチ不調改善講座
7	心も身体もキレイでいるためのプチ不調改善講座

□女性の健康講座実績（骨太健診と同時に実施）

区分／年度	受講者数	講座テーマ・講師
3	311	「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）
4	362	
5	410	
6	411	
7	**439**	

(2) 測定会　（長崎健康相談所実施分：東武百貨店等との連携事業他）

健康づくりのきっかけとして保健師・栄養士による相談つき測定会を実施した。

□事業実績　（単位：人）

区分 / 年度	回数（回）	参加人数	内訳（再掲）				
			相談（保健師・栄養士）	骨密度測定（超音波）	血管年齢	野菜推定摂取量測定	体組成計
5	1	322	205	183	192	64	―
6	3	273	134	207	216	191	―
7（※）	**4**	**521**	**333**	**412**	**（※1）276**	**（※1）275**	**（※1）220**

（※1）回数は２回

（※）令和７年度は新保健所プレイベントとしても実施

(3) 女性のための出張健康教室

□出張健康教室（区内の企業や事業所からの要請により実施）

年度	テーマ	回数	参加者数
5	自分の身体を守るための講座	1	99
6	自分の身体を守るための講座	1	97
7	**自分の身体を守るための講座**	**1**	**104**

[2] 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～（豊島区女性のための健康相談事業実施要綱）

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				
		実人数	延人数	（内訳）		
				産婦人科医師	助産師・保健師	栄養士
3	8	26	85	26	43	16
4	10	31	113	31	56	26
5	10	32	89	32	38	19
6	10	29	73	29	21	23
7	**10**	**33**	**69**	**33**	**22**	**23**

（※）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）

歳 / 年度	20～24	25～29	30～34	35～39	40～49	50～
3	2	5	3	8	6	2
4	0	8	9	9	3	2
5	4	7	9	5	5	2
6	1	6	7	11	2	2
7	**2**	**10**	**7**	**7**	**5**	**2**

□相談内容（内訳）　　※相談内容重複　　（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
3	9	9	0	1	6	0	7	2
4	25	8	0	2	5	1	5	4
5	5	7	0	2	7	1	7	4
6	16	13	0	4	10	1	2	5
7	**21**	**9**	**1**	**1**	**11**	**1**	**7**	**0**

[3] 女性のための健康診査

(1)骨太健診(健康推進課)　(豊島区女性の骨太健診実施要綱)

健診対象者は20歳から39歳で、重点対象として25歳・30歳・35歳に個別に健診案内を通知するとともに、健康づくりに関するリーフレット等を発送している。

健診では、骨密度測定（超音波）も同時に実施し、助産師、保健師、栄養士、歯科衛生士による健康講座「知っていて欲しいこと～女性の健康のために～」を実施している。

□健診の状況　　（単位：人）

区分 / 年度	実施回数	個別通知数	受診者数	（再掲）個別通知受診者数	骨密度測定者数	健康講座受講者数
3	10	8,273	311	210	311	311
4	12	8,609	362	226	362	362
5	12	8,614	410	255	410	410
6	12	8,833	411	237	411	411
7	**12**	**6,735**	**439**	**252**	**438**	**439**

□総合判定別結果　　（単位：人）

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
3	311	66	56	135	54
4	362	66	51	180	65
5	410	87	59	182	82
6	411	86	58	186	81
7	**439**	**75**	**80**	**192**	**92**

□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	健康相談 来所者	要医療	健康相談 来所者
3	311	84	6	54	1
4	362	98	8	65	0
5	410	90	7	82	0
6	411	105	8	81	0
7	**439**	**169**	**10**	**92**	**2**

□主な検査結果　（単位:人）

区分 年度	受診者	検　査　結　果						（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	甲状腺	
3	311	21	1	6	0	9	0	6
4	362	11	1	7	1	15	0	2
5	410	25	2	8	3	13	0	2
6	411	20	4	3	3	32	0	9
7	**439**	**34**	**0**	**6**	**1**	**34**	**0**	**4**

（注）要医療の有所見者数を計上。

※　貧血について、令和5年度まではヘモグロビン値が要医療の有所見者数を計上。
令和6年度はヘモグロビン値、ヘマトクリット値、白血球数、赤血球数、血小板数が要医療の有所見者数を計上。

(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ことから、乳児健康診査時や3歳児健康診査時に母親の骨密度測定（超音波）を実施するとともに、食事の大切さ、骨づくりについて栄養士が働きかけて健康づくりのきっかけとしている。

□事業実績

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)
3		36	1,292	36	1,576	36	1,346
4		36	1,341	36	1,550	36	1,276
5		36	1,248	36	1,613	36	1,236
6		36	1,248	36	1,546	36	1,245
7		**36**	**1,246**	**36**	**1,510**	**36**	**1,195**
	健康推進課	24	779	24	1,040	24	822
	長崎健康相談所	12	467	12	470	12	373

[4]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

□受診状況　（単位：人）

区分／年度	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
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
5	12,496	2,689	1,592	836	261	1,302	748	326	109	119
6	12,677	2,699	1,657	848	194	1,323	758	374	107	84
7	12,305	2,576	1,597	451	528	1,428	878	323		227

（注）令和7年度より、豊島健康診査センターの測定結果区分を、「異常なし」「要指導」「要精検」から「異常を認めず」「骨量減少範囲」「骨粗鬆症範囲」へ変更。また、区内医療機関での判定結果区分を「異常なし」「相談・指導」「再検・精検」「要投薬治療」の4区分から「異常を認めず」「要指導」「要精密検査」の3区分へ変更。

[5] 鬼子母神 plus ～池袋保健所・健康情報発信スペース～（令和8年5月1日まで）

（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体も健康に、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」を拠点に情報発信・相談支援事業を展開した。エイズ・性感染に関する資料、毎月テーマを設定したトピックス展示、乳幼児期から高齢期までの健康課題をまとめた早見表を中心に、各種の書籍やパンフレットなどで健康情報を提供するとともに、子育て支援課による子育て情報、男女平等推進センターによるワークライフバランス等の情報、生活産業課（※）による女性としごとに関する情報も展示した。

（※令和7年4月より産業振興課に課名変更）