

議題3

平成22年12月20日
京都市保健所

平成22年度 保健センターを拠点とした個性ある健康づくり事業

各行政区における地域保健の更なる推進を図るため、平成22年度から、京都市保健所から各保健センターに予算を配分し、保健センターにおいて各行政区の特性を踏まえた健康づくり事業を実施している。

保健センター	事業名	事業概要	進捗状況
北	健康づくりサポーターと巡る「北区の名所・旧跡」健康ウォーキング	健康づくりサポーターの協力のもと、区民と名所旧跡を歩く。	H22. 10. 20実施, 現在事後アンケート回収中 参加者30名, サポーター18名, 実習生6名, 講師5名 職員6名 (総計65名)
上京	幼稚園保護者対象 青年期健診	幼稚園の保護者対象に青年期健診を実施する。	・幼稚園保護者対象 青年期健診: 平成22年10月～11月実施 ・受診者: 青年期健診20名。骨粗鬆症健診4名(40歳以上のため青年期健診対象外) 合計24名 ・結果指導と健康づくり出前教室参加者: 96名
	「上京区民ふれあいまつり」胸部検診	上京区民ふれあいまつり会場で胸部検診と乳がんの自己検診法の啓発を行う。	・子どもまつりは会場都合で参加ならず、「上京区民ふれあいまつり2010」に変更し平成22年10月24日実施。健康づくりサポーターと協同で乳がんの自己検診法等の普及啓発を実施 ・胸部検診受検者70名, 乳がん自己検診体験コーナー約30名, 禁煙啓発・相談コーナー7名 ・結核検診の啓発入りティッシュ・青年期健診の勸奨ビラ300枚を会場で配布 ・11月23日「上京こどもまつり」会場で青年期健診勸奨ビラ300枚配布 ・11月 ハローワーク, 中央図書館, コンビニ, 予備校, 日本語学校に青年期健診勸奨ビラを50～200枚(当面)設置
左京	子どもと共に育む親支援について(5歳児の健康教室の意義を探る)	5歳児を中心として、講演や個別相談(栄養・歯科・心理・保育)の支援を行う。	平成22年11月25日 講演会実施(参加者23名) 平成23年1月20日,27日 子育て相談とアドバイス
中京	親子ではじめる健康家族	産後の女性に青年期健康診査を勧める。親子で楽しく学べるプログラム教室を実施する。	I 子育てママの健康管理とリフレッシュ編(9/13 21組, 10/8 20組) II 親子の健康づくり編(10/29 18組, 11/26 14組)
東山	歯ッピー噛ミング ひがしやま	集団フッ化物洗口を推進する。3歳児健診時における親子歯科検診を実施する。	親子歯科検診は10月から実施。延べ2回実施し34組参加。親の歯科検診数24人。 集団フッ化物洗口は3月に実施予定で、対象施設を検討中。
	ぴよちゃん広場(4か月健診までの育児支援教室)	産後うつへの対応として、助産師・保育士等による講話とグループワークを実施する。	10月から実施。延2回11組22人が参加。
山科	ベビーマッサージ教室	養育支援のため、生後2～4か月の乳児と母親を対象に、ベビーマッサージ教室を行う。	H22.4から開始。H22.11末現在, 48組の母子に参加勧奨し, 実数で35組延数で63組の参加。教室終了後も, 参加者相互・講師を囲んでの話が尽きない様子で, 育児負担感の軽減に役立っている。

保健センター	事業名	事業概要	進捗状況
下京	レッツエクササイズ みんなでいきいき メタボビクス	健康づくりサポーター養成講座を実施する。 下京・みなみ健康まつりでメタボビクスを普及する。	6/25, 7/9に健康づくりサポーター養成講座を実施し、12人が参加した。 7/16(金)から毎週金曜日にメタボビクスの練習を開始し、10/23「下京・みなみ健康まつり」、11/7「下京ふれ愛ひろば」で披露し、メタボビクスを普及・啓発した。また、保健センターの健康教室や介護予防の「口腔機能向上教室」でメタボビクスを実施した。 健康づくりサポーターは12月末まで、梅小路公園で毎週金曜日午前中にメタボビクスを行う。
南	地域健康づくりグループ育成事業	健康づくりサポーターが主となって地域住民に運動する機会を提供する(毎月1回)	平成22年9月より、毎月第2火曜日の午前10時から約1時間、南区唐橋の琵琶塚公園内で、音楽に合わせて体操を実施している。参加形式は自由参加で、9月～11月の各月参加人数は一般区民が約30名、南区健康づくりサポーター健康づくりチャレンジャー「みなみ～ず」が約20名である。 またこれに加えて、喫煙率が高いと言われている南区民に対して、タバコの健康被害の知識を普及する活動も、様々なイベント等の機会を捉えて行っている。
右京	サンサ健康広場	サンサ健康広場と御室仁和寺境内で、運動を定期的に開催をする。	☆サンサ健康広場(右京区役所ロビー)毎週金曜日 午後・21年9月より・参加人数50名位 ☆おむろDE健康広場(御室仁和寺境内)毎週火曜日 午前・22年10月より・参加人数80名位
西京	竹から始める健康づくり「西山竹取物語」	西京の特産品竹を使ったエクササイズの普及 西京の農産物を使った料理教室	○かぐや姫と竹取翁の「竹エクササイズ」 ・西京区独自の「竹エクササイズ」を考案 ・地域ボランティアの協力による「竹の伐採」と「踏竹づくり」(11月30日、ボランティア3人) ・「竹エクササイズ」実施日 (平成23年1月21日、25日、募集50人) ○かぐや姫と竹取翁の「栄養教室」(募集80人) ・西京特産の筍や京の冬野菜を使った栄養教室 ①竹取翁の「栄養教室」(対象:男性) ・実施日(平成23年2月3日、8日) ②かぐや姫の「栄養教室」(対象:女性) ・実施日(平成23年2月8日、9日) ○かぐや姫の「食育レシピ紹介」 ・市民しんぶん区版の連載記事(9月・11月・1月・3月)として、食育(特に地産地消の推進)の観点から、地元農産物を食材にした料理レシピを紹介

保健センター	事業名	事業概要	進ちよく状況
伏見	伏見区民へ広げる健康づくり事業	健康づくりサポーターや食育指導員の自主的活動を支援する。	<p><健康づくりサポーターの活動実績 ()内活動者数【】参加者数> 6月13日歯の広場(2人), 6月17日納所健康教室(2人), 中京保健センターウエストスリムクラブ(2人)10月24日深草ふれあいプラザ(7人)【473】深草ダイエット教室(7人)【34人】11月15日深草支所ロビーにて健康相談(6人)【92人】 ※平成22年度健康づくりサポーター養成講座実施中(メタボ 本所9月6日～醍醐10月13日～深草10月25日～, 禁煙6月17日～, 乳がん12月10日～) <食育指導員活動実績> 3歳児健診待合食育紙芝居6月～(3人)視覚障害者対象食育セミナー6月8日(2人)わんぱくクッキング7月28日(2人)離乳食講習会(2人)8月～</p>
	小児期, 思春期健康教室	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園・児童館等を対象とした学習会を企画する。 ・思春期健康教室を開催する。 	<p><中学校>10月26日市立中学校養護教諭対象研修【9人】11月16日向島中学校3年生対象性感染症健康教育【約150人】2月伏見中学校3年生対象実施予定 春日丘中学校実施に向けて協議中 <保育所>1月7日主任保育師対象研修会実施予定</p>