

平成28年度



上京区保健センター 運営協議会

平成28年9月27日
上京保健センター健康づくり推進課 担当課長
森川

1

健康づくり推進課の業務



2

1 母子保健事業

母性ならびに乳幼児の心身の健康保持増進を図り、親が自信を持って子育てを楽しめるように健康診査や訪問指導、子育て支援に関する事業、虐待未然防止のための事業を実施する。

また、医療に要する経済的負担を軽減するための助成や給付制事業を実施する。

<27年度の実施状況>

- | | |
|------------------|------|
| ● 母子健康手帳交付時の面接相談 | 547件 |
| ● 初妊婦等への家庭訪問 | 218件 |
| ● こんにちは赤ちゃん訪問 | 480件 |
| ● パパ・ママ教室 | 103件 |



3

【おもな業務】

- 母子健康手帳の交付
- 乳幼児健康診査
- 訪問指導・支援
(プレママ事業 こんにちは赤ちゃん事業
その他必要と認められる母子)
- 相談事業
(妊産婦健康相談、乳幼児歯科相談)
- 健康教育
- 助成・医療給付
(不妊治療費・妊婦健康診査・小児慢性特定疾患・未熟児養育
自立支援医療費等)

資料1

4

28年度新規事業 「京都版ブックスタート事業」の開始

保健センターで実施する8か月児において、絵本1冊と手提げ袋を贈呈する。

親子が絵本に親しみをもち、読み聞かせを始めるきっかけをつくとともに、親子のふれあいやつながりを深める。



5

「上京えんじえる ゑゅっとひろば」 (共汗型まちづくり支援事業)

《事業目的》

子育て中の親子の居場所づくり、親同志のふれあいができる場を提供するとともに、事業を実施する子育て支援各団体間のネットワークを強化することにより、上京区内の子育て支援環境の充実を図る。

現在の子育て環境にある、核家族化・コミュニティーの希薄化等により、子育てに関しての相談支援が受けにくくなったことによる不安を抱く親に対し、保健センター・子ども支援センター・保育所・児童館等が個々に持つノウハウを生かした事業を実施し、子育てに関わっている親と子、親同士とのふれあいができる交流の場を提供し子育ての不安を解消できる事業を実施する。また、各種子育て支援情報提供の場としてもしていく。

6

上京えんじえる “ぎゅっと” ひろば

つどいっこ

\子育て仲間 あつまれ～♪/
乳幼児さんを育てている方とのお子さんが自由に集える場
「つどいっこ」
絵本を読んだり、ふれあいあそびなどをしながら交流したり、
子育てに関する情報交換や相談もできますよ。

平成28年	7/15(金)	8/26(金)	9/5(月)
	10/3(月)	11/7(月)	12/5(月)
平成29年	1/23(月)	2/6(月)	3/6(月)

上京区総合庁舎3階 上京保健センター多目的室
9時30分～12時30分

※ 事前予約はいりません。無料です。
※ 駐車場はありません。
徒歩・自転車・バス・ベビーカーでお越しください。
つどいの広場「ほっこりはあと出町」のスタッフが出張します。

7



8

2健康づくり事業

高血圧、心臓病などの循環器系疾患や糖尿病、がんなどの生活習慣病を早期に発見するとともに、市民が健康管理に役立てるため、健康づくりのための相談や教室、健康診査、検診などの事業を実施する。

【おもな業務】

- 健康づくりファイル(健康手帳)
- 健康相談・訪問指導
- 健康教育(健康づくり・禁煙支援・歯科・食育等)
- 健康診査(青年期・骨粗しょう症等)
- がん検診(胃・大腸・肺・乳・子宮)
- 健康づくりサポーターの養成・育成



(1) 若い世代への生活習慣病予防の支援

若い頃から、健康づくりの習慣を身につけられるように、健診や地域イベント等での啓発活動を実施している。

《受診対象年齢 18歳～39歳》

- ホームページ、保健センターニュース、保健衛生事業等における情報発信
- ふれあいまつりなどのイベントにおける健康情報発信
- 中学、高校生への防煙セミナーの実施

青年期健康診査受診者数

年度	受診者数
23年度	186人
24年度	201人
25年度	184人
26年度	203人
27年度	177人

(2) 健康づくりサポーター、食育指導員と協働した健康づくり

地域ぐるみの健康づくりを支援

- 健康づくり活動を地域で行う区民ボランティア「健康づくりサポーター」の養成
 - 健康づくりサポーター登録者 27年度末 27名
 - ・「ジョイ健活上京」
 - 橘公園・新庁舎を利用した健康づくり
 - 平成25年度上京区民まちづくり活動支援事業を活用
 - 平成25年9月から開始 月2回体操・ウォーキング
 - 平成26年12月～ 月2回第2・4火 健康づくり体操(上京総合庁舎)
 - ・仲間と一緒に自主的な健康づくり活動を行う「自主グループ」の育成・支援 →「上京さくら会」ウォーキング メタボボックス
 - 食育活動を地域で行う「食育指導員」の育成支援
 - 食育指導員登録者 平成27年度末 13名
 - 学校等で食育活動を行う。

- ・28年度から新たに保健センターと健康づくりサポーターの共催事業を開始

平成28年5月10日(火)午前10時～12時 第1会議室

今年度の上京区における健康長寿の取組

「笑顔で過ごせる健康づくりのまち上京」について講話と健康づくり体操

平成28年9月27日(火)午前10時～12時 第1・2会議室

「インフルエンザの予防について」講話と健康づくり体操



食育指導員 食育活動



13

(3) 28年度共汗型まちづくり支援事業 「笑顔で過ごせる健康づくりのまち上京」

健康長寿のまちを目指し、「食」、「運動」、
「地域コミュニティとの共汗」を柱とした健康教室
等を実施し、区民一人一人の主体的な健康づ
くりを推進します。

14

14

- ① 研修会 28年8月3日
「笑顔で過ごせる健康づくりのまち上京 関係者研修会」
・内 容 京都市民健康づくりプランについて
上京区民の健康状況について
・生活習慣病(食生活・運動習慣)
アルコール健康障害対策基本法について
アルコール健康障害について、
・適正飲酒について

参加者 64名



15

② みんなで体操！ロコモ予防

平成28年9月25日(日)10時～11時30分
(受付9時30分～)

内容 「ロコモ体操で健康寿命を伸ばしましょう」
講師 山本 孝氏(健康運動指導士)

場所 京都市立新町小学校

対象 18歳以上の区民の方で
運動制限のない方

定員 100名



16

京の食文化と健康づくり～和食と日本酒～

～ 伝え・つなぐ京都の食文化 はぐくむ豊かな「こころ」と「くらし」～

ユネスコ無形文化遺産に登録された和食、伝統的な「京の食文化」、「京の酒文化」はどのように地味に、受け継がれてきたのでしょうか。

適切な食生活やお酒の楽しみ方などは人と人が食事の時間や楽しみを共有する中でコミュニケーションを通して伝わりていくものです。明るく楽しい食卓の風景を思い浮かべながら、健康で豊かな「こころ」と「くらし」について考えてみましょう。



シンポジウム 14:00～

京の食文化と健康づくり～和食と日本酒～

【講演1】京の食卓～伝え・つなぐ京の食文化～

【講演2】京の食卓～伝え・つなぐ京の酒造り文化～

【講演3】京の食文化から健康づくりを考える

パネルディスカッション 15:30～

パネリスト

司会 長 若主人 田村圭吾氏

佐々木酒造代表取締役 佐々木晃氏

上京区長 中野 徹

上京健康センター長 西村 由美

コーディネーター

京都府上京区健康増進センター長 渡辺 博

健康相談コーナー、健康情報コーナー

13:00～16:10

平成28年

11月12日(土)

14:00～16:30(開場13:00～)

対象:区内在住の方

定員:250名(先着順)

上京区総合庁舎4階

(京都府上京区中京町1-1-1 京都市役所2階)

※会場内通観望を希望の方は、お申し込みください。

主催:上京健康センター 京都市

後援:上京区健康増進センター 平成28年11月12日

申込み期間

10月21日(金)～11月9日(水)

※お申し込みは、お電話にて受付

定員になり次第、締め切らせていただきます。

申込み・お問合せ

TEL:661-3755 FAX:661-5855

(9:00～21:00) ※お電話受付は、お電話にて受付

定員になり次第、締め切らせていただきます。

ホームページ



講演会

「京の食文化と健康づくり～和食と日本酒～」

日時 平成28年11月12日(土) 14時～16時30分

場所 上京区役所 4階 大会議室

講演1 京の食卓 ～伝え・つなぐ京の食文化～

料亭 萬重 若主人 田村圭吾氏

講演2 京の食卓 ～伝え・つなぐ京の酒造り文化～

佐々木酒造 代表取締役 佐々木晃氏

講演3 京の食文化から健康づくりを考える

こころの健康増進センター長 波床 将材 精神科医師

3精神保健事業

市民のこころの健康づくり及び精神障害者の社会復帰の促進及び自立と社会活動への参加の促進のための事業を実施する。

【おもな業務】

- 精神保健福祉相談
- 訪問相談・支援
- 地域定着化安定事業
- 家族懇談会
- こころのふれあいネットワーク
- 精神保健福祉手帳の交付
- 自立支援医療費の支給
- 福祉乗車証の交付
- 障害福祉サービス 等々

4感染症予防対策

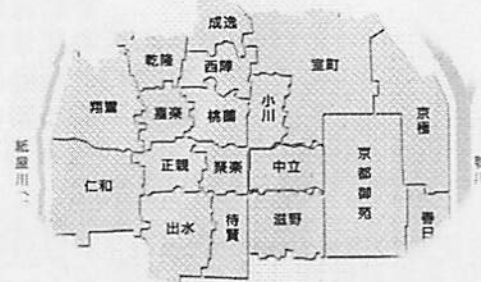
感染の恐れのある疾病の発生及びまん延を防止するために検査、相談、予防接種を実施する。

【おもな業務】

- 予防接種
- 結核対策(検診・医療給付)
- HIV/性感染症相談検査
- 訪問等指導
- 肝炎ウィルス対策(検診・医療給付)
- 感染症に対する管理・予防・指導



笑顔ですごせる健康づくりの町上京



21