

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
地域に向いた多彩なミニ健康講座の開催	北区では、毎日続けることのできる「運動」として、「Happy☆キタエちゃん体操」(以下「体操」という)を制作し、その普及に努めている。地域の皆さん全てに取り組んでいた ため、各身体状況に合わせ体操ができるよう「初級編・中級編・上級編」の3篇で構成している。 令和元年度からは、北区全体にこの体操を広げるとともに、併せて健康に関する多彩なミニ講話(市の重点取組項目である糖尿病等の生活習慣病予防、がん検診受診啓発、禁煙を含む)を実施する。 【内容】 ①体操啓発 ②健康ミニ講話(アウトリーチ型) ③キタエちゃん健康通信の発行	従来の「Happy☆キタエちゃん体操」の啓発をはじめ、各種イベントや健康コラムを掲載した「キタエちゃん健康通信」(年3回)を発行を継続し実施。 オーラルフレイル対策として、令和元年度、京都市北歯科医師会の協力のもと制作した「Happy☆キタエちゃん体操～口腔編～」を地域の各種集まり等で、北区健康づくりサポーターを中心に啓発している。	地域に向くミニ講座については、新型コロナウイルス感染状況を見極めながら実施を検討	北区役所
中学生を対象とした次世代ヘルスケア事業	区内の中学生を対象に、「食と健康」をテーマに健康的な生活リズムについて考えるワークショップを、京都産業大学との連携により実施する。	新型コロナ感染症拡大に伴う休校措置により、受入先中学校(加茂川中学校)の体制が整わないため中止	平成29年度からの4箇年事業のため事業終了	北区役所
＜ニコニコ北っ子事業＞ 小学生のための京の食文化セミナー	子どもたちの健康づくりと「京の食文化」の普及を目的として、京都府菓子工業組合等との連携により、小学生を対象に和菓子作りや茶道体験教室、旬野菜を使用した調理実習を開催する。	JA京都市大宮支部、食育指導員と連携し、京の食文化を支える地元の野菜に親子で親しむことを目的に、農産物の収穫体験と講話を行う「小学生のための京の食文化セミナー」開催(11月28日(土)、対象:区内在住の小学3～4年生、参加者:10組20名) ※ コロナウイルス感染防止対策のため、屋外での催しに変更	令和2年度 of 取組内容をさらに充実させて収穫体験を実施	北区役所
大学生への食育	食育指導員と連携し、北区内の大学の学園祭や大学主催の食生活相談会等でブースを出展し、食育の啓発を実施する。 ・骨密度測定と食品のカルシウム量のクイズ ・血管年齢測定と生活習慣の見直し など	新型コロナウイルス感染症拡大に伴う大学行事の中止等により、取組実績なし。	受入先大学の行事再開の動向を見極めながら実施を検討	北区役所
北区民ふれあい事業 「北区民ふれあいまつり」 「北区魅力再発見事業」	区民ぐるみで「健康長寿のまち・北区」を目指すため、北区民ふれあいまつりにおいて、舞台コーナーで北区オリジナル健康体操「Happy☆キタエちゃん体操」を実施するほか、乳がんや口腔保健など、健康づくりに資するブースを出展する。 また、北区ならではの魅力溢れるスポットを楽しみながら散策する、北区魅力再発見事業を実施する。	新型コロナウイルス感染症拡大に伴う行事の中止により、取組実績なし。	行事の再開に合わせて実施を検討	北区役所
ふらっと健康チェック	地域に身近な区役所で気軽に自分の健康状態を把握し、日々の生活習慣を見直すきっかけづくりを行う。 【内容】 年3回実施(実施日ごとに、「ロコモティブシンドローム」「オーラルフレイル予防」「禁煙」「生活習慣病予防(糖尿病等)」のテーマを設定し、テーマにそった健康情報提供や健康チェックを実施)(胸部検診と同日に開催し、検診受診率の向上を図る。) 【測定項目】 ①血圧、骨密度測定、ロコモ度チェック②血圧、体組成測定、禁煙指導③血圧、血管年齢測定、歯科健診 ※ ①～③のいずれも、北区健康体操「Happy☆キタエちゃん体操」を実施	不特定多数が参加するという実施形態であり、新型コロナウイルス感染防止の観点から中止。	現状の実施形態では感染防止対策の徹底が難しいことから事業廃止	北区役所
インターバル速歩を活用した取組	区民の健康寿命の延伸を図るため、ロコモティブシンドロームや生活習慣病の予防に向けた取組の一つとして、新たな運動処方である「インターバル速歩(※)」を平成30年度から4年間の計画で導入。京都産業大学と連携し、区民に広く普及する取組を進める。 【内容】 ①速歩マスターの養成(50名予定) ②船岡山公園に速歩の実施方法や距離等を記した看板を設置し、日常生活の中で速歩を気軽に行える拠点を整備する。 ②速歩マスターや「健康づくりサポーター」と連携しながら、普及啓発のためのイベントを実施(船岡山公園や鴨川河川等) ③日頃から速歩に取り組んでいただけるよう、マップ(船岡山公園や鴨川河川等)を作成する等、運動習慣のある者の割合を増加させる。 (※) ゆっくり歩き(通常歩行:3分)とさっさか歩き(速歩:3分)を交互に繰り返すウォーキング方法	①北区の自然の中で気持ちよく インターバル速歩コース案内教室 対象:区民 内容:講話、北区健康体操「Happy☆キタエちゃん体操」(中級編)、速歩体験、速歩コース案内 実施日: ＜賀茂川編＞11月12日(木) ＜船岡山編＞11月26日(木) ②インターバル速歩手帳 新しい生活様式下で一人で楽しみながら「インターバル速歩」を実践するためのツールとして作成。1,000部発行 ③「春が来た! いざ賀茂川のほとりでインターバル速歩!」 日時:令和3年3月4日(木) 対象:区民 内容:講話、北区健康体操「Happy☆キタエちゃん体操」(中級編)、速歩体験、速歩コース案内 ※ 速歩マスターの養成講座については、新型コロナウイルス感染防止対策の徹底が難しいことから今年度は中止	①インターバル速歩コース案内教室(年2～3回実施予定) 対象:区民 内容:講話、北区健康体操「Happy☆キタエちゃん体操」(中級編)、速歩体験、速歩コース案内 ②インターバル速歩手帳 新しい生活様式下で一人で楽しみながら「インターバル速歩」を実践するためのツールとして作成。1,000部発行 ※ 速歩マスターの養成講座については、新型コロナウイルス感染状況を見極めながら再開を検討	北区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
歯と口の健康づくり対策	しっかり噛めない、うまく飲み込めない等のオーラルフレイル(口腔機能の虚弱)は、食欲の低下や食品摂取の多様性の低下を招き、低栄養、サルコペニアのリスクが高まる。 また、オーラルフレイルを放置すると、介護が必要になりやすいことや、死亡率が上がることも明らかになっている。 オーラルフレイルの早期発見、お口の体操等口腔機能向上のための普及啓発を実施し、歯科口腔保健を推進する。 【内容】 ①口腔機能向上のためのお口の体操「キタエちゃん体操～お口バージョン～(仮称)」を作成し、全身の運動と同時にお口の体操を実施できるよう普及する。 ②すこやか学級等の高齢者が集う場所で、地域における健康づくり教室を実施し、オーラルフレイル予防の普及を促進する。 ③ふらっと健康チェックにて「成人・妊婦歯科相談(口腔機能相談)」を実施し、オーラルフレイルを早期発見するとともに、お口の体操等口腔機能向上のための情報提供を行う。	口腔機能向上のためのお口の体操「Happy☆キタエちゃん体操～口腔編～」を健康教室や、健康づくりイベント、キタエちゃん体操☆ひろば等で広く普及を図った。	令和2年度と同様に実施予定	北区役所
こころのふれあいネットワーク啓発事業	講演会を実施し、こころの健康に関する知識の普及啓発と誰一人取り残さない北区の実現を図る。	※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止	地域との連携に向けた講演会(学習会)を11月に開催	北区役所
ニコニコ北っ子つながるフェスタON THE WEB	妊婦や乳幼児、小学校の親子を対象に、ファミリーコンサートや遊びのコーナー、子育て支援機関による学区を単位とした交流会等を実施し、参加者同士や身近な地域の支援者をつながる機会の創出や心身のリフレッシュの機会とする。また、子どもの相談だけでなく、保護者の骨密度・血管年齢測定など健康相談も行う。	令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、「参加する」「質問する」「応募する」「見る」「知る」の5つのコンテンツを柱とし、「ニコニコ北っ子つながるフェスタON THE WEB」として、オンラインで開催(11月16日～プレ公開)。 ページ総閲覧数:10,345回(令和3年2月12日現在) https://2525-kitakko.com/	令和2年度に新規に作成した「つながるフェスタON THE WEB」のサイトを、令和3年度版にリニューアルし、以下の企画を実施予定。 ・子育てオンライン講座・サロン ・子育て関連情報の配信 児童館・保育園・幼稚園等の公開情報更新 子どもの発育・発達にかかる公開情報更新 親子遊びにかかる公開情報更新	北区役所
上京区民ふれあい事業	区に対する愛着意識の高揚を図り、区民相互の積極的な交流とふれあいを深めるため、福祉・健康コーナー等誰もが参加でき楽しめる内容で開催する「上京区民ふれあいまつり」や、あらゆる世代が健康でいきいきと暮らせるまちを目指し、区内の史蹟を巡りながら文化に触れるとともに、ウォーキングによる区民の健康づくり及びスポーツ事業への関心を高めることを目的とする「上京区民ふれあい史蹟ウォーキング」等の各種事業を実施する。	①【中止】「上京区民ふれあいまつり2020」 開催日:10月25日(日) 場所:上京中学校 来場者数:約8,000人 ※新型コロナウイルスの影響により中止 ②「上京区民ふれあい史蹟ウォーキング」 開催日:11月23日(月・祝) 場所:チェックポイント形式 ①翔鸞公園 ②橘公園 ③鶴山公園 ④仁和公園 ⑤二条公園 ⑥みどり公園(ちびっこ広場) ⑦荒神口ひろば(ちびっこ広場) ⑧上京区役所 参加人数:214人	令和2年度は、新型コロナウイルスの影響により「上京区民ふれあいまつり」が開催中止となったが、一昨年度に引き続き、区に対する愛着意識の高揚を図り、区民相互の積極的な交流とふれあいを深めるため、福祉・健康コーナー等誰もが参加でき楽しめる内容で開催する「上京区民ふれあいまつり」や、あらゆる世代が健康でいきいきと暮らせるまちを目指し、区内の史蹟を巡りながら文化に触れるとともに、ウォーキングによる区民の健康づくり及びスポーツ事業への関心を高めることを目的とする「上京区民ふれあい史蹟ウォーキング」等の各種事業を実施する。	上京区役所
京の食文化と健康づくり	上京区の、世代を超えて受け継がれてきた食の知恵と工夫の伝統にふれ、日常の食の大切さを見直し、健康づくりの大切さを伝える講演会を実施する。また、身近な食材を通じて、食の知恵と工夫の伝統に触れ、商店街と連携した食材活用や健康づくり事業の「おもてなし」の取組をPRする。 【取組内容】 ①140周年記念事業として上京区内の食文化に関する匠(老舗)によるシンポジウムを開催する。 ②商店街での普及啓発	① コミュニティラジオ局「RADIO MIX KYOTO」を活用し、食に関する健康づくりの話を放送 放送日:令和3年2月24日(水) ② 商店街での啓発については、不特定多数の区民を集めることから中止し、健康づくりに寄与する媒体の配架に協力いただいた。	—	上京区役所
地域と協働して取り組む健康づくり	運動を切り口とした、口腔・栄養等を含めた健康づくりを体育振興会や健康づくりサポーター等地域コミュニティとの共汗により取り組む。 ①中高年向けの運動を切り口とした健康教室を「スポーツの集い」と同時開催する。 ②健康寿命をのばすおもてなしシリーズ第2弾の生活習慣病予防対策の普及・啓発 ③史蹟ウォーキングのチェックポイントで健康づくりサポーターと協働し、体操の実施等健康づくりの取組を実施する。	運動を通した健康づくりを体育振興会や健康づくりサポーター等地域コミュニティとの共汗により取り組む。 【取組内容】 ①ロコモ予防教室を体育振興会等と協働して実施 ②健康づくりサポーターと協働して、地域で実施されている健康教室や居場所、体育振興会等の事業で体操や健康情報を伝える。 ③「健康寿命をのばすおもてなし」のキーワードを区民に広げていく。 ④毎年11月に開催される「上京区民スポーツの集い」をゴールデンイヤーズ記念事業」と位置づけ、スポーツ競技と併せて体力年齢測定等を開催する。	運動を切り口とした、口腔・栄養等を含めた健康づくりを体育振興会や健康づくりサポーター等地域コミュニティとの共汗により取り組む。 ①中高年向けの運動を切り口とした健康教室を「スポーツの集い」と同時開催する。 ②健康寿命をのばすおもてなしシリーズ第2弾の生活習慣病予防対策の普及・啓発 ③史蹟ウォーキングのチェックポイントで健康づくりサポーターと協働し、体操の実施等健康づくりの取組を実施する。	上京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
上京こころホット週間 ～こころの健康を考えよう～	9月の自殺予防週間に区役所区民交流スペースで自殺予防に関するパネル展示等による普及啓発と乳幼児期の親子のこころの健康に関する普及啓発を実施する。	厚生労働書が定める自殺予防週間に合わせ、庁舎来場者に「自殺予防」に関するパネル展示等での「こころの健康」に関する普及啓発 子育て支援事業に絡めた親子のこころの健康に関する講演会等の企画	厚生労働書が定める自殺予防週間に合わせ、また昨今のコロナ禍による孤立状態から増加する自殺予防に向けて、庁舎来場者に「自殺予防」に関するパネル展示等での「こころの健康」に関する普及啓発 子育て支援事業に絡めた親子のこころの健康に関する講演会等の企画	上京区役所
健康寿命をのばす「おもてなし」	特定健診結果及び後期高齢者健診の結果では、①運動習慣のある人が少ない②低栄養傾向の者が多い。 また、要介護認定率は市内で一番高い状況があるため、地域の関係機関団体と協働し、健康寿命をのばす「お・も・て・な・し」のキーワードを区民に広げ、生活習慣病及びフレイル対策を重点に取り組む。	【フレイル対策】 ①おもてなし出前教室の実施 「お口の健康」:乾隆学区・仁和学区(参加者数:26名) 「もりもり食べよう」:中立学区(参加者数:16名) ②出前健康教室(フレイル予防に関する講話)実施 18回(参加者数:85名) ②体力測定会の実施 小川学区2回(公園体操)参加者32名 【生活習慣病予防】 ①「血管力を高めよう」パンフレットを作成し、配布。 ②出前健康教室(血管力を高めよう(動脈硬化予防)に関する講話)実施 4回(67名) ③ふれあいまつりやスポーツの集いでの普及啓発を予定していたが、事業中止に伴い実施できず。 ④庁舎来場者への健康づくり啓発として区民交流ロビーでパネルを展示	上京区の健康課題に対応した以下の取組を実施する。 健康寿命をのばす「お・も・て・な・し」(フレイル予防・オーラルフレイル予防)・第2弾の「血管力を高めよう」(生活習慣病予防)のキーワードを区民に広げ、生活習慣病予防対策及びフレイル予防対策を重点的に取り組む。 【生活習慣病予防】 ①「血管力を高めよう」パンフレットの配布及び出前健康教室の実施 ②パネル展示 ③スポーツの集い同時開催健康教室(再掲) ④史跡ウォーキングでの啓発(再掲) ⑤食育セミナーの開催 ⑥健(検)診の受診勧奨 【フレイル・オーラルフレイル予防対策】 ①お(お口)も(栄養)て(運動)の健康教室の開催 ②介護予防推進センターや包括実施の体力測定を支援 ③地域の居場所や運動等ができる活動場所を紹介した健康活動情報誌「すこやかつむぎリスト」の更新 ④上京区版オーラルフレイル予防体操の制作 ⑤食育セミナーの開催	上京区役所
高校生飲酒防止セミナー	未成年期からの飲酒は心身に与える影響が深刻で、成人に比べてアルコール依存症になりやすいと言われている。 健康教室においてアルコールの正しい知識の普及・啓発を行い、未成年の飲酒を予防する。	9月16日(水)実施予定であったが、新型コロナウイルス感染症による休校期間が続いた影響で、授業回復のために健康教育を実施する時間を確保できなくなったため中止となった。	令和3年9月頃実施予定	上京区役所
感染症予防についての普及啓発	結核、HIV、集団感染胃腸炎や新興感染症に係る啓発を行う	O157については保育所や幼稚園、小学校等の施設に対して、情報提供を行い、集団感染の予防に取り組んだ。 HIV・エイズ、結核については庁内パネル展示、教育機関に啓発資料の提供を実施 結核についての健康教室実施回数:1回 新型コロナ感染症についての健康教室実施回数:3回 高齢者インフルエンザについての健康教室実施回数:2回 HIV啓発についての説明(資料配布):1回	新型コロナウイルス感染症に対する予防啓発を含めた感染症全般の予防啓発の普及に取り組む	上京区役所
左京・地域ゆかりの文化発信・継承プロジェクト	左京区の伝統行事、郷土料理等、地域ゆかりの文化の魅力を区内外へ発信するとともに、50年後、100年後まで継承されるよう取組を実施するプロジェクトにおいて、左京食文化推進事業「“ほんまもん”の食を楽しもう」を実施し、左京の食文化の価値を再発見・発信・継承する。	大原の事業者等と協働して、左京区民をはじめとした多くの皆様に、大原の特産品である野菜、京漬物(しば漬け)などを家庭で味わっていただく生活スタイルを提案するため、「ほんまもんの食を楽しもうin京都大原」を令和3年3月6日、7日に開催。	引き続き「左京食文化推進事業」の中で、食に係るイベント等を実施する(詳細は実行委員会で協議・決定する)。	左京区役所
左京区民ふれあい事業	区民が広く参加交流できる事業を年間通じて計画実施し、区民の区に対する愛着意識の高揚を図り、区民相互の積極的な交流とふれあいを深め、左京に住んでよかった、これからも住み続けたいと実感できるまちづくりに寄与することを目指す。 (事業内容:煎茶会、ふれあいまつり、ふれあいセミナー、正月いけばな教室、作品展等)	・第38回左京区民煎茶会 ・左京区民ふれあいまつり2020 ・左京区民親子ふれあいセミナー →上記事業は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ・左京区民ふれあいウォーキング →11月23日、場所:花脊の三本杉、参加者:33名 ・心のふれあいみんなの広場 →「他国の文化にふれてみよう!～クリスマスの過ごし方は日本と同じ?～」 11月28日～12月15日、場所:ゲーテ・インスティテュート・ヴィラ鴨川(11月28日～12月4日)、左京区役所(12月1日～12月15日)、アンスティチュ・フランセ関西ー京都(12月12日～12月13日) ・第24回左京区民正月いけばな教室 →12月18日、場所:左京区役所 参加者:37名 ・第30回左京区民作品展 →左京区のホームページにて作品を掲載、作品数:約100点 ・【新規】食べて応援!左京まちぶらプロジェクト～おいしく巡る地元ごはん～ コロナ禍で影響を受けた事業者の応援、左京区の魅力再発見等を目的として飲食店を紹介するマップを配布し、店舗紹介動画を掲載する。 マップ配布、動画公開開始:4月以降→【予定】	・第39回左京区民煎茶会 ・左京区民ふれあいまつり2021 ・左京区民親子ふれあいセミナー ・左京区民ふれあいウォーキング ・心のふれあいみんなの広場 ・第25回左京区民正月いけばな教室 ・第31回左京区民作品展	左京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
左京・高齢者にやさしいまちづくりプロジェクト	高齢者が住みなれた地域で安心して暮らすことができるよう、区内の商店・金融機関等に、認知症の症状やその対応などについて理解を深めてもらい、「高齢者にやさしい店」として登録することで、高齢者にやさしい環境づくりを推奨している。 登録店には、宣言文、ステッカー、缶バッジ等を交付し、またホームページ等で登録店を紹介している。	※事業名を「左京・高齢者にやさしいまちづくりプロジェクト」へ変更 「さきょう認知症にやさしい地域づくり部会」において、具体的な取組を検討し実施する。 ○高齢者にやさしい店フォローアップ研修 →新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ・登録店としてのモチベーションの維持を図るため、高齢者にやさしい店ニュース第12号を送付。 ・第24回さきょう認知症にやさしい地域づくり部会ワンコイン学習会・認知症の人の意思決定支援研修の案内送付。 ○高齢者にやさしい店ホームページ充実 ○高齢者にやさしい店交流オンラインミーティング ・日時 令和3年2月22日(月) 午後1時～2時 ・場所 オンラインでの開催(ZOOMアプリ使用) ・内容 みなさんと一緒に高齢者にやさしいまちづくりに向かって活動していきたい『私たちには何ができると思いますか』 ・参加者数 13名(やさ店登録店4名、部会9名) ○高齢者にかかわる専門職向けオンライン研修(ワンコイン学習会) ①・日時 11月13日(金) 午後5時～6時 ・場所 オンラインでの開催(ZOOMアプリ使用) ・内容 コロナ禍での認知症の人と家族の会の取組、日本と世界の状況 ・参加者数 37名 ②・日時 令和3年3月24日(水) 午後6時～7時30分 ・場所 オンラインでの開催(ZOOMアプリを使用) ・内容 「認知機能と運動」～体を動かすことの意味と動かし方～ 以下は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ○左京区民ふれあいまつり等での認知症に関する普及啓発・相談 ○左京区特別講座(高齢者にやさしいまちをめざして) ○認知症にやさしい駅カフェ	引き続き、「さきょう認知症にやさしい地域づくり部会」において、具体的な取組を検討し実施する。	左京区役所
左京・健康なまちづくりプロジェクト	区民が主体的・継続的な健康づくりに取り組み、安心して健康で暮らせる健康長寿のまち・左京の実現を図る。推進体制として、プロジェクトの方針を決定し、関係機関が一体となって取り組むための「左京・健康なまちづくり協議会」と、地域の特性や区民の声を活かした取組に生かすための「左京健康ミーティング」を設置している。	○左京・健康なまちづくり協議会 委員数22名 ・6月 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、第1回は書面開催 令和2年度の取組内容を共有 ・9月 新型コロナウイルス感染症拡大防止による事業の中止や計画変更内容についての通知により情報共有 ・令和3年3月 第2回 書面開催(予定) 令和2年度の取組報告及び令和3年度の事業計画を共有 ○左京健康ミーティング ・9月30日(水) 京都大学看護学生5名と実施 コロナ禍における大学生の健康意識と必要な健康づくりについて共有	引き続き、「左京・健康なまちづくり協議会」と「左京健康ミーティング」を実施し、プロジェクトの推進を図る。	左京区役所
左京さくらちゃん体操ひろば	健康づくりのボランティアである左京区の健康づくりサポーター(にっこり元気サポーターズ)が主体となり、区民にロコモ・メタ予防・お口の健康増進に向けた体操等の実践と普及啓発をする場。 毎週水曜日午後2時から2時30分まで左京区役所3階・健康教育室にて定例開催している。	○定例のさくらちゃん体操ひろば(毎週水曜日午後2時～2時30分) ※令和2年3月～新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ○出張型さくらちゃん体操ひろば ・12月2日 左京老人福祉センター「生いきサロン」(約20名参加) ○啓発 ・左京区役所ホームページ特設サイトで、さくらちゃん体操の動画やパンフレットの掲載。 ・さくらちゃん体操CD・DVDの無料配布。 ・さきょう健康ニュース9月号に「左京さくらちゃん体操お口バージョン」を掲載。 ・左京健康フェスタでさくらちゃん体操ブースを設置。 ○サポーター会議(計5回実施) ・サポーター活動内容について検討 ○スキルアップ講座(計2回)の実施 ・実施内容 ①「住民が主人公となる健康づくり」DVD上映 ②左京健康講座2020DVD上映「適塩生活はじめましょう」	○定例のさくらちゃん体操ひろば(毎週水曜日午後2時～2時30分、場所:左京区役所) ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため予約定員制とする。 ○出張型さくらちゃん体操ひろば	左京区役所
左京健康講座2020	左京医師会と健康長寿や健康づくりの取組推進に係るテーマを検討し、講演会を実施する。	○左京健康講座2020 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、会場での集客型による開催から、動画配信及びDVD貸出しによる方法へ変更。 ・テーマ 「コロナ時代の今こそチャンス!健康の基本「減塩」の新食生活様式を身に付ける」 ・講師 日下美穂氏(広島県呉市 日下医院院長) ・実施方法 講演内容を3編構成(①子ども・子育て編, ②大人編, ③コロナ時代の食生活)で収録し、区ホームページの動画配信及びDVD貸出しにより実施。 ・動画配信期間 10月15日(木)～令和3年3月31日(水) ※DVD貸出しは令和3年9月30日(木)まで ・実績 動画再生回数 延べ591回(令和3年1月31日時点) DVD貸出し数 14回(令和3年2月10日時点) その他医療機関やがん検診会場、区事業、関係機関等で活用	○左京健康講座2021 左京区は、特定健診の結果から糖尿病の有病者割合、予備軍の割合が全市に比べて高い。正しい知識の普及・啓発、受診勧奨を行い、生活習慣病の改善と、疾病の早期発見・早期治療につながる健(検)診受診率の向上を目指す。 ・テーマ 糖尿病予防 ・講師 検討中 ・実施方法 講演内容を収録し、動画配信やDVDの貸出しを検討中	左京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
左京健康フェスタ	【目的】 健康づくりを目的に外出することが困難な区民が、日常生活の中の身近な場所において健康づくりの取組に触れ、自らの健康状況を振り返り、健康づくりに取り組む行動に繋がるように働きかける。	○左京健康フェスタ 子育て・働き世代や健康づくりに関心の低い層に対し、買い物ついでに健康づくりのきっかけとなるような取組を行う。 ※令和2年度は左京さくらちゃん体操ひろばとのコラボとして実施せず。 ・日程 9月13日(日)午前11時～午後3時 ・場所 洛北阪急スクエア地下1階 センタースクエア ・内容 若い世代からの「健康づくり」と「がん予防」をテーマとし、「大腸がんクイズラリー」の実施や、京都市がん検診、青年期健康診査、特定健康診査及び左京さくらちゃん体操等の健康づくり についての普及啓発を実施 ・主催 左京区役所 ・協賛 つどいの広場びーちくばーちく、京都府がん総合相談支援センター ・参加者数 250名	・日程 休日開催を検討 ・場所 洛北阪急スクエア(案) ・内容 検討中 ・主催 左京区役所 他	左京区役所
左京・健康なまちづくりコンテスト	「健康」をテーマにした様々な作品を募り、左京区民の健康づくりの関心を高め、その内容を共有することによって健康なまちづくりの機運を高めるコンテストを実施する。 (参考:まちづくりコンテスト平成29年度「左京健康川柳」平成30年度「私の左京健康スポット」、令和元年度「左京健康かるた」、令和2年度「健康標語」)	○第4回左京・健康なまちづくりコンテスト「健康標語」 募集時期:4月15日(水)～5月29日(金)→感染予防の標語を更に募集するため、期限を8月31日(月)まで延期 ・応募数 応募作品総数224点、応募者数76名(実人数) 表彰:7月開催予定の左京区民ふれあいまつりにおいて表彰する。 →新型コロナウイルス感染症拡大防止のためふれあいまつりが中止。表彰状・賞品を郵送対応とした。 その他:入賞作品は市民しんぶん左京区版「左京ボイス」11月号から翌年10月号までの1年間、「今月の標語」として掲載。 ○第3回「左京健康かるた」の活用 ・北白川小学校1年生の授業で、体育館にて大判かるたを活用していただいた。	○第5回左京・健康なまちづくりコンテスト「健康川柳」 ・募集時期 4月27日(火)～6月30日(水) ・表彰等 検討中 ・その他 入賞作品は市民しんぶん左京区版「左京ボイス」、左京区役所ホームページの他、当区発行「健康づくりの冊子」にコラムとして掲載し活用予定。	左京区役所
左京からだの学校から地域への取組促進	セカンドライフをいきいきと生きる～左京・からだの学校～は平成29年度～令和元年度の3年間実施し、概ね60歳以上のシニア世代計232名が参加した。 平成29年度参加者(1期生・男性のみ)のうち、有志メンバーで自主的に「左京からだの学校OB会」を立ち上げ、仲間との健康づくりの取組を継続している。 左京からだの学校OB会メンバーが、地域包括支援センターや介護予防推進センター等と連携・協力しながら、身近な地域で区民主体の健康づくりの取組を実施できるよう推進する。	○3期生OB会発足に向けての支援 左京・からだの学校3期生(令和元年度事業参加者)は、事業終了後も仲間とのつながりや自主的な健康づくりを継続するために、OB会発足に向けての動きがあったが、コロナ禍により活動が止まっていた。そこで、OB会発足が実現されるように、以下のとおり有志への支援を行った。 ・支援時期:10月～ ・実績 打合せを計8回実施。 フォローアップ講座(下記参照)の際にOB会説明会を開催 →21名がOB会入会。令和3年春からウォーキングなどの活動を開始予定。 ○フォローアップ講座の開催 ・日時 令和3年2月1日(月)、2月2日(火)、2月4日(木) ・場所 左京区役所3階 健康教育室 ・内容 テーマ「住民が主人公となる地域の健康づくり」 講義内容を収録したDVDを上映する形式での講座を開催 ・講師 立命館大学 地域健康社会学研究センター 早川岳人先生 ・参加者数 15名 ※左京・からだの学校卒業生232名へ案内予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大防止(三密回避)のため3期生のみを対象とした。	令和2年度で終了	左京区役所
大学生を対象とした健康づくり	健康づくりに関心の低い層への働きかけとして、大学生を対象とした健康づくりの支援を行う。 (参考:令和元年度実績 区内6大学の食堂へ健康づくりに関する卓上ポップを掲示)	左京区内の大学の学園祭等でのブース展示や体験コーナー→中止 新型コロナウイルス感染症拡大防止による休校や学園祭中止に伴い見送った。 令和2年度は次年度に向けての準備期間とし、新型コロナウイルス感染症により、大学生が直面している健康問題についての実態を把握するため、9/30 保健師実習生5名(京都大学)とのミーティングを実施。	○コロナ禍の大学生が持つ健康課題(眼精疲労)についての普及啓発 ・対象 左京区内の大学 ・主催 左京区役所、京都大学医学部人間健康科学科看護学専攻	左京区役所
地域出張型「成人・妊婦歯科相談」	【目的】 歯と口の健康状態は、全身の健康、さらには健康寿命にも影響することが明らかになっている。 妊娠すると体調や環境が変化し、むし歯や歯肉炎等が起きやすくなる、また、出産後は親の自由な時間が少なくなり、歯科健診等が受診困難になり、疾患の発見が遅れることがある。 子育て中の保護者が利用しやすい場所で「成人・妊婦歯科相談」を開催し、疾患を早期発見するとともに、親と子の歯と口の健康づくりの情報提供をおこなう等、「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」及び「歯ッピー・スマイル京都」に基づき、歯科口腔保健を推進する。 【内容】 児童館等、子育て中の保護者が利用しやすい場所で「成人・妊婦歯科相談」を開催する。	・日時 10月23日(金)午前10時30分～12時 ・場所 高野児童館 ・内容 保護者の歯科健診・歯科保健指導、乳幼児の歯科相談 ・参加者数 5組	引き続き、実施予定	左京区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
さきょう ほっこり ベビーフェスタ☆2020	平成30年度から実施している「さきょう ほっこり ベビーフェスタ☆」は、妊娠中から1歳までのお子さんを持つ親を対象とした事業である。妊娠中から地域で子育てを支える人たちとのつながりを持つ機会を提供し、地域で孤立することによる育児不安の増強や産後うつ発症予防を目的としている。 子どもの身体計測や相談ブース(育児・栄養・歯科・助産師)を設置し、育児に対する不安の解消をはかる。	引き続き子育て・働き世代への健康づくりとして、妊婦とそのパートナー、0歳児とその保護者が集う場所で、子どもの身体計測や相談ブース(育児・栄養・歯科・助産師)を設置し、育児に対する不安の解消をはかる。 →例年、200名規模のイベントであるとともに、対象者が妊婦や0歳児などということもあり、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から中止とした。	例年、200名規模のイベントであるとともに、対象者が妊婦や0歳児などということもあり、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から中止	左京区役所
特定健診・胸部検診の場を活用した短時間禁煙指導	○禁煙・望まない受動喫煙対策 左京区における喫煙率は11%と全市内では2番目に低い状況であるが、望まない受動喫煙をなくすためには、喫煙率を0に近づける必要がある。 健康増進法の改正によって、喫煙者への禁煙相談や、受動喫煙や加熱式たばこによる健康被害についての普及啓発などを、身近な場所で提供する必要がある。今年度は特定健診会場において短時間禁煙指導を実施する。	引き続き、集団健診会場や胸部検診会場での支援を実施する。 →新型コロナウイルス感染症拡大防止のため集団健診が中止となったため、区役所での胸部検診会場でのみ実施。 ○胸部検診会場 ・日時 11月11日(水)午前10時～午前10時30分 ・場所 左京区役所 ・対象者:5名/20名(喫煙者/胸部検診受診者) うち禁煙指導を受けた者2名(3名は拒否) ○短時間禁煙指導から4か月経過後の事後アンケート ・アンケート送付の同意が得られた1名へ3月にアンケート送付予定	引き続き、継続予定	左京区役所
子育て・働き世代への健康づくり	子育て・働き世代に対して、健康づくりの意識が高まる働きかけを行い、若い時から健康管理に対する意識の向上と実践を目指す。	○既存事業の胸部検診、成人妊婦歯科相談日に骨密度測定を併設し、食生活等の生活習慣の個別相談を行う。 日時:5月13日、10月14日、令和3年2月10日(水)午前9時～午前10時30分(年に3回) 場所:左京区役所3階 プレイルーム ○さきょうほっこりベビーフェスタ☆ 妊婦とそのパートナー、0歳児とその保護者が集う場所で、がん検診や青年期健診の啓発を行う。 →上記の事業は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ○左京健康フェスタ ・日程 9月13日(日)午前11時～午後3時 ・場所 洛北阪急スクエア地下1階 センタースクエア ・内容 若い世代からの「健康づくり」と「がん予防」をテーマとした健康づくりの普及啓発 ・協賛 つどいの広場びーちくばーちく、京都府がん総合相談支援センター ・参加者数 250名 ○出前講座 児童館等へ専門職が出張し、子育て世代へ健康づくりの普及啓発を実施 ①歯科衛生士 ・実績 9月25日 高野児童館 12名、9月30日 錦林児童館 12名、10月7日 岩倉こひつじ保育園 35名、12月2日 養正保育所 4名、1月29日 上高野児童館 10名 ②管理栄養士 ・実績 11月11日1 下鴨子育てサロン 7組(母7名 子9名)、11月25日 錦林児童館 6組(母6名、子6名) ○土曜日開催「歯の無料相談」「無料胸部検診」 子育て・働き世代が参加しやすいように、土曜日開催とした。 ・日程 令和3年2月20日(土)午後2時～3時30分 ・場所 左京区役所 歯科相談室及び読影室 ・参加者 23名	○土曜日同時開催「歯の無料相談」「無料胸部検診」 ・日時 未定 ・場所 左京区役所3階 プレイルーム ○出前講座 児童館等へ歯科衛生士、管理栄養士、保健師が出張し、子育て世代へ出前講座を通して健康づくりの普及啓発を行う。 ○左京健康フェスタ	左京区役所
歯とお口の健康づくり	区民を対象とした、歯とお口の健康づくり事業を実施する。	○フレイル・オーラルフレイル予防教室 日時・場所:未定 主催:左京区役所、地域介護予防推進センター →新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 ○土曜日同時開催「歯の無料相談」「無料胸部検診」 ・日程 令和3年2月20日(土)午後2時～3時30分 ・場所 左京区役所 歯科相談室及び読影室 ・参加者 23名	○フレイル・オーラルフレイル予防教室 ・日時 未定 ・場所 未定 ・内容 フレイル・オーラルフレイル予防教室 ・主催 左京区役所・左京区地域介護予防推進センター ○土曜日同時開催「歯の無料相談」「無料胸部検診」 ・日時 未定 ・場所 左京区役所3階 プレイルーム	左京区役所
健康づくりの冊子～糖尿病予防～	働く世代の糖尿病予防を目的として、栄養バランスのとれた食事のレシピや、運動、口腔ケア、健康づくりを左京区役所ホームページを活用して周知する。左京区役所のホームページを周知するために、左京ボイスに掲載し、区役所事業を通してチラシを配布する。	—	○健康づくりの冊子(デジタルブック) ・内容 糖尿病を予防するための各分野別の情報 ・掲載時期 未定	左京区役所
新型コロナウイルス感染症に関連した啓発チラシ発行の取組	インターネットを利用されない高齢者を対象に必要な情報を届けるため、スーパーなど身近な場所で配架するとともに、保健協議会を通じて地域に回覧いただき、周知を図った。	○さきょう健康ニュース「さあ今日から健康」 新型コロナウイルス感染症拡大に伴う事業中止のため、インターネットを利用されない高齢者等を対象に、健康づくりに関する情報を周知するため年度途中に企画し実施した。 ・実施期間 6月から9月まで計4回発行 ・発行部数 計17,500部 ・配布先 左京区役所窓口、スーパーマーケット、薬局、図書館、交通機関、関係機関等 左京ホームページ左京特設サイトに掲載 ・8月号は、左京区保健協議会連合会に協力いただき、地域内での回覧または各戸配布を実施	令和3年度においては、市民しんぶん区版「左京ボイス」を活用し、区民へ広報予定。	左京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
「中京ベビーズサポートマーケットプロジェクト」	中京区役所、区内の子育て支援団体等が協力し、中京区で子育てをされる方を主な対象に、子育て世帯の感覚にあった情報発信や講習会の開催等を行い、子育てを楽しむまちづくりに取り組む。	【ベビサポ広場(毎週木曜日10時～11時)】 19回実施, 47組参加(令和3年2月末時点) ※4月～8月は新型コロナウイルス感染症の影響により中止。 9月からオンラインにて実施。 ベビサポフェスタの開催と中京区おでかけBOOKの作成は新型コロナウイルス感染症の影響等により中止。	事業内容を見直し、ベビサポ広場のみ実施予定。	中京区役所
中京区民ふれあい事業	中京区への愛着意識の高揚を図るとともに、区民相互の交流とふれあいを深めるために実施する区民ふれあい事業において、「中京区民ふれあい健康ウォーキング」の開催や「中京区民ふれあいまつり」における健康増進に関するコーナーの設置等を行う。	10月25日に予定していた「中京区民ふれあいまつり2020」は新型コロナ感染拡大防止のため中止。 「中京区民ふれあいウォーキング」は令和3年3月13日に感染対策を講じた上で実施予定。	引き続き、中京区への愛着意識の高揚を図るとともに、区民相互の交流とふれあいを深めるために実施する区民ふれあい事業において、「中京区民ふれあい健康ウォーキング」を開催する。 ふれあいまつりの内容は現段階では確定していない。	中京区役所
みつばち健康応援隊(中京健康づくりサポーター)のみつばち体操	健康づくりのボランティアである中京健康づくりサポーター(愛称:みつばち健康応援隊)が主体となり、区民にロコモ予防の啓発に向けた体操等の実践と普及啓発を行う。毎月第2, 4金曜日午後1時30分から2時00分まで中京区役所屋上(雨天時は室内)にて定例開催している。依頼があれば、地域の出前教室も実施。	日時:第2・4金曜日 午後1時30分～午後2時 内容:体操, 脳トレ 参加者:サポーター15名程度。一般参加者は年間で2名。 室内での体操は密になるので一般参加者の受け入れはなし。 その他:地域への出前教室(初音女性会)を計1回実施。	令和2年度と同様の内容で実施予定。	中京区役所
第5回はんなりウォーキング	昨年度に引き続き、同志社大学の学生と中京健康づくりサポーターの共催のロコモ予防啓発を目的としたウォーキングラリー式のイベント(ルートの途中にある公園でステップ体操や脳トレを行う)。ウォーキングマップを作ることを目標に数年分のルートを蓄積し、新たなウォーキングルートも検討。	日時:① 4月10日(金) 新型コロナウイルス感染症の影響により中止。 ②11月27日(金)午後1時30分～午後3時30分 内容:<中京西部編>として、二条駅から西大路御池駅間3.5kmのルートで実施。準備体操を健康づくりサポーターに実施いただく。 グループでのウォーキングとなるため、集団を大きくしすぎないよう、定員を当初より少なく募集した。 参加者:区民7名, 中京健康づくりサポーター14名	確認中	中京区役所
若い世代を対象とした健康教室	これまで健康教室の参加が無かった年代へアプローチすることを目的に企画。対象は25～45歳の男女30名。参加者同士の交流を図りながら、がん検診や健診の受診勧奨、若い世代の朝食の欠食率の改善につなげられるような内容とする(土日開催も検討)	事業の目的が参加者の積極的な交流であることから、新型コロナウイルス感染症の影響により中止。	左記目的の事業によることから、実施の目途を立てにくいため廃止	中京区役所
ベビサポ広場でのお母さんの健康教室	中京ベビーズサポートマーケットプロジェクトとして毎週木曜日の午前中に開催されている乳幼児と育児中の保護者対象の子育て広場の1回分をお母さんの健康を振り返る回として健康長寿で運営。 内容は「骨の健康について」妊娠、出産、授乳期で減少しやすい骨量について自身の骨密度の測定や歯周病検査をすることで生活習慣や食生活の改善のきっかけとする。	新規事業として若い世代向けの健康教室を別途企画予定であるため廃止。	—	中京区役所
ベビサポフェスタでのがん検診等啓発	中京ベビーズサポートマーケットプロジェクトでは、育児中の保護者を応援する企画として、年に一度のイベントを毎年実施。Happy Mother'Factory、地域力推進室、子どもはぐくみ室、健康長寿推進課、聚楽保育所等が連携し企画・実施している。 出展ブースとしては、おもちゃづくりや保育所体験コーナー、健康コーナーなどがあり、健康長寿推進担当はその中の健康コーナーを担当。 今年度は、乳がん検診モデル触診体験、資料による普及啓発(いきいきポイント手帳、青年期健康診査、がん検診)に加え、受動喫煙の知識の普及も図る。	新型コロナウイルス感染症の影響により、中京ベビーズサポートマーケット事業の見直しを行い、ベビサポフェスタについては中止。	ベビサポフェスタが中止のため中止	中京区役所
京MOMマルシェ① 乳がん自己検診啓発と骨密度測定	昨年から出前教室として京MOM～キレイのイベントに参加。妊娠中や育児中の若い年齢層の女性へ乳がんや自己検診についての知識をもってもらう機会とする。 また同時に骨密度測定を実施することで、日頃育児で自分の事が後回しになっているであろう母たちに自身の健康について振り返ってもらう機会とする。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止	イベントを主催する団体より依頼があれば検討	中京区役所
第3回 京からはんなり・健康長寿フォーラム	地域の健康づくり推進の担い手、行政と地域の橋渡しの役割に期待される保健委員等を対象に、中京区の健康問題や疾病予防、介護予防等の情報提供を行い、健康づくりへの意識を高める。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止	新型コロナウイルス感染拡大防止に留意したうえで、実施予定	中京区役所
女性の健康講座① 京からはんなり健康長寿♪ <糖尿病予防編> ①食後の血統上昇をゆるやかにするには...	今年で3回目となる女性限定の健康教室。今年度は地域における健康づくり事業の重点項目である糖尿病発症予防に焦点を当て3回シリーズの教室を実施する。1回目は血糖上昇を緩やかにする食事の実践について体験学習と、食事摂取前後の血糖測定により、血糖値の変化を体感していただく。	日時:①7月10日(金)午前10時30分～午後0時45分 ②7月17日(金)午前10時30分～午後0時45分 内容:調理実習、血糖測定 コロナ禍の中、初めて実施した健康教室となった。ソーシャルディスタンスを確保するため定員を縮小、会話を避ける、試食時に講話を行うなどの対応を実施。 申し込みは定員まで達しなかったため、区民の方が、感染症に対して外出を控えている様子を感じる。実施後のアンケートより参加者の満足度は高い様子だった。 参加者:①11名 ②7名	コロナ感染拡大防止に留意したうえで、令和2年度と同様に実施予定	中京区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
女性の健康講座② 京からはんなり健康長寿♪ ＜糖尿病予防編＞ ②医師による講話	今年で3回目となる女性限定の健康教室。今年度は地域における健康づくり事業の重点項目である糖尿病発症予防に焦点を当て3回シリーズの教室を実施する。 2回目は医師による糖尿病予防についての講話。	日時：8月26日(水)午後2時～午後3時30分 内容：医師の講話 ・講話では、なぜ日本人は糖尿病になりやすいのか、妊娠中の高血糖の弊害、フレイルについて等幅広く学ぶことが出来た。 ・コロナ対策として、ソーシャルディスタンスを保つために定員を縮小しての実施となった。 参加者：16名	コロナ感染拡大防止に留意したうえで、令和2年度と同様に実施予定	中京区役所
女性の健康講座③ 京からはんなり健康長寿♪ ＜糖尿病予防編＞ ③糖尿病と歯周病の関係	今年で3回目となる女性限定の健康教室。今年度は地域における健康づくり事業の重点項目である糖尿病発症予防に焦点を当て3回シリーズの教室を実施する。 3回目は歯科医師による糖尿病と歯周病についての講話と歯周病セルフチェックを実施。	日時：9月29日(火)午後2時～午後3時30分 内容：歯科医師の講話、歯周病セルフチェック ・講話では、糖尿病と歯周病の関係、歯周病予防とウイルス感染対策等、お口の健康について学ぶことができた。 ・コロナ対策として、ソーシャルディスタンスを保つために定員を縮小しての実施となった。 参加者：9名	糖尿病予防に欠かせない運動を運動指導士により実施し、歯周病予防のための健康教室を歯科衛生士により実施。	中京区役所
講演会 いつまでも自分の脚で歩き続けるために	毎年、同志社大学石井教授の協力を得てはんなりウォーキングと同時開催している測定会を今年度は測定会単独とし、その結果説明のための講演会。自己の運動器の状態や生活習慣を見直し、健康に感心を持ってもらうとともに運動習慣継続や新たに運動する意識づけを図り運動習慣のある者の割合の増加を目指す。	日時：10月8日(木)午後2時～午後3時30分 内容：講演会 ロコモの内容を中心に、コロナ禍の中での運動継続の安全面、必要性にも触れていただいた。参加者からの質問もあり、熱心に参加していただいたことが分かった。 参加者：18名	コロナ感染拡大防止に留意したうえで、令和2年度と同様に実施予定	中京区役所
ロコチェック測定会	今まで同志社大学の石井教授と学生の協力のもと実施していたはんなりウォーキングの測定会を測定会だけに絞り実施。自身の運動機能を振り返るきっかけとし、運動習慣の改善の機会とする。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止 (例年は同志社大学学生の協力を得られていたが、学外での活動が中止となっていたため)	コロナ感染拡大防止に留意したうえで、令和元年度と同様に実施予定	中京区役所
出前教室(すこやか学級)	実施主体は社協(健康すこやか学級)。 社協からの依頼で出前教室を実施。対象者は65歳以上の高齢者。	日時：①12月 ②令和3年2月13日 ①、②ともに新型コロナウイルス感染症の影響により中止	依頼があれば次年度もテーマを変えて実施	中京区役所
花園大学「食と健康フェア」	6月の食生活改善月間に実施される「そうだ、野菜を取ろう！キャンペーン」に合わせて開催する、学生を対象とした「食と健康フェア」 バイキングによる野菜摂取量のチェック、骨密度測定等による体験型の啓発を行う。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止	大学との連携については、別の事業を検討	中京区役所
健康講座 「京のコーヒー文化と朝食」	昨年に引き続き開催する「京の食文化と朝食」第2弾。 京都のコーヒー文化、モーニング文化について話を聴いて楽しみながら、朝食と健康について考えるきっかけづくりとする。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止	令和2年度に中止になった「漬物」「納豆」についての講話を聴きつつ、朝食と健康について考える講座を実施予定。 発酵食品がテーマであることから、腸の健康を考え、大腸がん検診受診啓発を併せて行う。	中京区役所
おかあさんのお悩み相談IN 「きつずばあく」	妊娠中のプレママ訪問、出産後の赤ちゃん訪問等で面識のある助産師、保健師、保育士等が地域の子育て支援機関である「きつずばあく」に出向き出張型の健康相談を実施する。顔なじみの職員がいることで、きつずばあくの利用の橋渡しとなり地域で孤立しがちな親子が地域の子育て支援機関につながり、集いの場となる、母同士が集うことで、育児の楽しさや難しさを共有し親子がともに成長しながら、お互いに顔がわかり挨拶のできる地域で健やかに育児ができることを目指す。 出張先：朱三学区、朱五学区、朱七学区：各3回/年 朱八学区、富有：各2回/年 朱六学区、城巽学区、初音学区、日影学区、生祥学区、立誠、明倫学区：各1回/年	出張先： 朱三学区2回(令和3年1月実施、3月実施予定) 明倫学区1回(9月実施) 立誠学区1回(3月実施予定) ・年間4回実施予定	出張相談のニーズの高い「きつずばあく」と児童館を中心に実施予定。(概ね年20回)	中京区役所
1年1回をスローガンにした胸部検診の普及啓発事業～『ステップ1』元気な高齢者で胸部検診を受けていない層への働きかけを強化～	【事業の根拠】 ・中京区の過去2年間の65歳以上の胸部検診受診率は、「29年度4.9%」、「30年度4.3%(平成31年1月末時点)」と低迷している。 ・京都市、中京区ともに同じ傾向にあるが、毎年新規結核発病者の約7割が65歳以上の高齢者層である。 ・65歳以上の高齢者は、感染症法により年1回の胸部検診を義務付けられている。 ・区役所で実施している胸部検診や接触者健診の間診業務で、胸部検診を1年以上受けていないという人が多いことを業務内で実感している。 中京区役所に用事や健康づくり事業で参加される区民へ、機会を捉えて胸部検診のちらし等を用いて、臨時胸部検診も組み合わせて、1年に1回は結核の早期発見のために胸部検診を受けることの重要性を認識してもらい、その行動がとれるように目指す。 その働きかけにより、31年度の65歳以上の胸部検診率を6%台に押し上げる。	新型コロナウイルス感染症の影響により中止	コロナ禍における集団健診、胸部検診のあり方を踏まえて、検討	中京区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
短時間禁煙支援	健康増進法の改正によって、喫煙者への禁煙相談や、受動喫煙や加熱式たばこによる健康被害についての普及啓発などを、身近な場所で提供する必要がある。今年度は特定健診会場において短時間禁煙指導を実施する。	新型コロナ感染拡大防止のため「ふれあいまつり」が中止となったため中止	コロナウィルス感染拡大防止に留意したうえで、実施予定	中京区役所
東山区民ふれあい事業	区民ふれあいひろばにおいて、健康長寿をPRするブースを設け、ふれあい事業全体を通して健康長寿のまちに関する取組を推進し、健康長寿のまち東山の実現を目指す。	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止。	健康長寿をPRするブースと舞台を予定。	東山区役所
皆でつくろう！健康長寿のまち・東山	区民の健康寿命の延伸に向けて、関係機関・団体、地域住民等との協働により、区民の自主的な健康づくりを推進する(健康長寿レシピの作成、健康ウォーキングの開催等)。あらゆる世代が、日々の暮らしのなかで主体的に健康づくりの習慣が持てるようにライフステージに応じた課題に対する健康教室を開催する。	(1)健康長寿レシピ3,000部を発行(令和3年1月) (2)健康ウォーキングは新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止 (3)生活習慣病と認知症について講演会を開催。併せて運動指導士による健康教室も開催し、簡単に取り組める体操を紹介。(36名参加) (4)高齢者が自宅でも気軽に健康づくりに取り組めるように東山ガイドブック筋トレ編を1,000部発行。ホームページへの掲載や区民生児童委員、保健委員への配布等、コロナ禍の中でも健康づくりへの意識を持ってもらえるよう周知。	(1)健康長寿レシピの発行 昨年度同様、食育指導員と内容を相談のうえ進める。 (2)健康ウォーキングの実施(10月) (3)建仁寺ウォーキングの開催 昨年度同様、健康づくりサポーターの協力を得て実施する。	東山区役所
地域における健康づくり事業～東山体操普及をはじめとした健康長寿に向けた取組～	(1)死因や要介護状態の原因となる生活習慣病の予防が必要である。とりわけ、糖尿病の発症予防について取り組む＝糖尿病に関する知識の普及啓発 (2)東山区は全市の中で女性の喫煙が高い。喫煙は様々な疾患の原因ともなっていることから禁煙支援について取り組む＝たばこによる健康被害の情報発信 知識の提供(継続)、短時間禁煙支援の取組 (3)がん検診の受診率の向上＝がんについての知識の普及啓発 (4)高齢化率が高いため、健康寿命の延伸に向けた取組や高齢者の低栄養予防、口腔機能の低下の予防に取り組む＝地域におけるフレイル、オーラルフレイル予防	(1)糖尿病(生活習慣病)発症予防 ほっとたいむ(乳児交流会)での講話1回、受講者4人、食育セミナー(糖尿病予防)1回、受講者8人 (2)禁煙指導 ①集団健診会場で実施予定であったものについては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、集団健診自体が中止。乳がん検診会場にて、短時間禁煙指導実施。指導者数3名。 ②市民しんぶん区民版に禁煙に関する啓発記事を掲載 (3)がん検診の受診率向上:乳がん検診受診者228名に自己触診啓発。 すこやか学級にて大腸がん検診受診啓発を行う予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止。 (4)健康寿命の延伸等 ①すこやか学級にてオーラルフレイル予防の講話(参加者55名) ②東山区役所ホームページのおうち時間@東山にて、フレイル・オーラルフレイル予防等、健康情報を発信するとともに、紙ベースでの資料も区内のスーパー等で配布、配架。 ③精神障害者デイケアにて歯の講話、すこやか学級、老人福祉センターで熱中症、感染症の講話 ④高齢者が自宅でも気軽に健康づくりに取り組めるように東山ガイドブック筋トレ編を1,000部発行。ホームページへの掲載や区民生児童委員、保健委員への配布等、コロナ禍の中でも健康づくりへの意識を持ってもらえるよう周知。(再掲)	(1)短時間禁煙指導 健康増進法の改正によって、喫煙者への禁煙指導や、受動喫煙や加熱式たばこによる健康被害についての普及啓発等を、身近な場所でする必要がある。令和3年度は、毎月定例で実施している胸部検診の会場において短時間禁煙指導を実施する。 (2)がんの予防、疾病の早期発見のための啓発、受診率向上のための取組 東山区では、悪性新生物が死亡原因の1位であること、特定健診の受診率が低い傾向にあることから、生活習慣病の予防や早期発見が課題となっている。あらゆる機会を通じて、各種検(健)診の必要性の周知や受診勧奨、健康に関する情報発信を行い、健康づくりに関する意識を高め、検(健)診受診率の向上を図るとともに、疾病の早期発見につなげる。 (取組例) ・東山区の健康課題を共通認識し、検(健)診の必要性を理解し、自分で受診プランを立てられるよう、わかりやすい独自チラシを作成する。あらゆる機会を通じ、チラシを用いて受診勧奨を行う。 ・市民しんぶん区版の活用等で、定期的な健康情報の発信を行い、健康に関する啓発を行う。 (3)フレイル予防・生活習慣病予防(糖尿病含む)のための取組 高齢化率の高い東山区においては、高齢者自身が更に元気で過ごすこと、また、若い世代も早い時期からメタボ予防、介護予防に取り組む、皆で主体的に健康寿命を延ばしていく必要がある。普段の生活から健康な生活習慣を習得していけることを目的に、健康に関する知識の習得や、自身の生活の振り返りのきっかけとなるような取組を進める。 (取組例) ・庁舎内での健康に関する展示や体験、情報提供等のブースを設ける等で健康意識を高める啓発を行う。 ・食育セミナーや離乳食講習会等既存事業の機会に、塩分チェックシートや塩分測定を実施し、食生活への気付きのきっかけをつくる。 (4)出前教室の開催 老人クラブやすこやか学級等の参加者が、積極的に健康づくりに取り組むことができるように、生活習慣病や感染症予防等、健康づくりの啓発を行う。	東山区役所
こころのふれあいネットワーク啓発事業・作品展・福祉施設合同展	<作品展 (こころのふれあいネットワーク事業と福祉施設合同展)> ①作品展示 ②販売及び事業所各団体の活動紹介 ③通所者のメッセージ ④自殺予防等のパネル展示などを実施するもの。	<作品展 (こころのふれあいネットワーク事業と福祉施設合同展)> Web作品展公開期間:9月7日～令和3年9月5日	<作品展 (こころのふれあいネットワーク事業と福祉施設合同展)> 展示期間:9月7日(火)～9月10日(金)	東山区役所
地域における子育て情報や健康情報の発信	・地域での事業等において、子育て情報や健康情報について、情報提供や保健指導を行う。 ・区内の中学生、高校生に対し妊娠・出産等に関する思春期健康教育を実施する。	・区内の中学校等で思春期健康教育を実施(1校)	・地域での事業等において、受動喫煙防止についての講話やアンケート、パネル掲示を実施(継続) ・思春期健康教育(継続)	東山区役所
山科区公式アプリ「やましなプラス+」(健康ウォーキングの推進)	区の総合的な情報を発信する山科区公式アプリ「やましなプラス+」において、スマートフォンの持つ歩数計機能を活用し、毎日の歩数・消費カロリーを管理できる「健康ウォーキング」メニューを搭載する。また、ウォーキングを日常生活に取り入れる動機づけとなるよう、歩いた歩数によって貰い物等に使えるポイント「やましなポイント」を付与する事業を併せて運用することで、区民の健康長寿の実現を目指す。	「やましなプラス+」の「健康ウォーキング」機能を活用し、インセンティブを付与することで、区民が楽しみながら健康長寿を実現するきっかけづくりに寄与した。 【アプリDL数:13,386名、健康ウォーキング登録者数:2,848名(令和3年2月末時点)】	「やましなプラス+」の「健康ウォーキング」機能を活用し、インセンティブを付与することで、区民が楽しみながら健康長寿を実現するきっかけづくりに寄与する。	山科区役所
山科区民ふれあい事業「ふれあい“やましな”2020区民まつり」	子どもからお年寄りまで相互に交流し、地域の振興と活性化の一助となる「ふれあい“やましな”区民まつり」を開催している。	新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止	開催日:11月23日(火・祝)開催予定 場所:山科中央公園(予定)	山科区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
山科の魅力再発見わくわくスタンプラリー	ウイズコロナの中、スマートフォン(山科区公式アプリ「やましなプラス」)を活用し、チェックポイントとして指定された山科区内の観光地や知人へ告知するスポットを巡って、ビンゴを完成するデジタルスタンプラリーの実施。	開催日:(第1回)11月21日(土)～12月20日(日) (第2回)令和3年2月1日(月)～2月28日(日) 場所:山科区全域	未定	山科区役所
山科区民ふれあい事業「ふれあい“やましな”2021区民ふれあい文化祭」	絵画や書道などの作品を展示する「区民ギャラリー」、コーラスや舞踊などのステージ発表を行う「芸能フェア」を「区民ふれあい文化祭」として同時開催し、区民の日頃の文化・芸術活動の成果を発表する場を提供することにより、区民の生きがいや健康長寿につなげる。	新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、「芸能フェア」を中止し、「区民ギャラリー」のみ令和3年2月14日(日)に京都市東部文化会館で開催予定だったが、緊急事態宣言発令のため、山科区役所ホームページでオンライン展示を行った。 「区民ギャラリー」出展作品:257点	開催日:令和4年2月13日(日)開催予定 場所:京都市東部文化会館	山科区役所
山科区「区民歩こう会」	山科区「区民歩こう会」は、2時間程度で歩くことができるコースを企画し、毎年12月の第一日曜日に子供から高齢者まで、約200名もの区民の皆様の参加を得ている事業である。 参加者には歩くことの楽しさを感じてもらえるよう、スタート前に「完歩認定証」が付いたスタンプカードを配布、ゴール地点では記念品として入浴剤をお渡しするなど、区民の皆様が心身ともに壮健でいることができるよう取り組みを進めている。	※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止。	開催日:12月5日(日)開催予定 コース:未定 参加者数:未定	山科区役所
健康づくりサポーター「キャット・ハンズ」と歩く健康ウォーキング	健康づくりサポーター「キャット・ハンズ」を主体とし、年間を通じて複数回のウォーキングを実施する。区民に山科の歴史と自然に触れながら歩く楽しさと正しいウォーキング方法を伝え、健康づくりの輪を広げることで住民同士の結びつきを強め、より健康でかつ魅力のあるまちづくりへとつなげていく。	3密(密閉・密集・密接)を避ける方法で、各自で楽しみながらウォーキングを行う「クイズdeたのしく健康ウォーキング」を実施した。健康づくりサポーターは、コースに関する監修を担った。 実施期間:11月30日～12月4日 参加者:93名(定員:1日30名(5日間で150名)) コース:「山科区役所～折上稲荷神社～大石神社～岩屋寺～山科神社～西金ヶ崎公園～山科区役所」約5Km	例年どおり、健康づくりサポーターが主体となり、区内の見所を取り入れたウォーキングコースを設定し、実施する。 実施回数:2回(予定) 日程やコース等の取組内容は、健康づくりサポーターと企画する。	山科区役所
心の健康寿命延伸体験事業「～京の匠から学ぶ～金箔押し体験」	いつまでも健康に暮らしていただくことを目指し、外出する機会の少ない中高年の方を対象に、地元の文化に親しむとともに、認知症予防に効果的とされる手作業に取り組み、集中力・想像力を高めることで脳の活性化を図る。 金箔を貼り付けオリジナル模様のタンプラーを作る箔押し体験を実施し、参加者同士の交流を図る。	新型コロナウイルス感染症感染拡大に伴い、令和3年1月13日から3月7日まで緊急事態宣言が発出されたことを受け、2月12日と3月1日実施予定の事業を中止した。	令和2年度で取組終了	山科区役所
オーラルフレイル・フレイル予防	【目的】 オーラルフレイル(口腔機能の虚弱)予防やフレイル(全身の虚弱)予防対策として、山科区オリジナルの健口体操「山科わっはっは体操」の普及啓発や、生活習慣改善のための知識の普及を行い、その予防行動に繋げる。 【内容】 ・オーラルフレイル予防:「山科わっはっは体操」の普及啓発 高齢福祉に携わる専門職に対して、歯科医師等の専門家から正しい知識を学ぶ機会をつくり、さらに地域包括支援センターの協力により介護保険サービス事業所等に対し「山科わっはっは体操」の実施と指導を行うとともに、音楽や説明を入れたCDの作成に取り組む。健康教室を実施する際に、口腔機能テスト等を組み合わせることで、健康意識を深める。 ・フレイル予防:ロコモ予防体操、骨粗しょう症予防の実施 地域の各種団体が開催する教室や公園体操において、健康づくりサポーターの協力などにより、体操の実施と指導を行う。また、地域のイベントにおいては、健康づくりの一環として骨密度測定の実施と保健指導を行い、健康意識を高める機会をつくる。	・「山科わっはっは体操」の普及啓発 音楽CDについて、新型コロナウイルス感染症の影響で積極的に地域に出向くことができず、また感染予防の観点から積極的に勧奨できなかった。 公園体操での普及啓発:1回(20名) 区民がいつでも主体的に取り組みやすいうに、「もてなすくん」を使用したアニメーションのDVDを作成した。 ・新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点から「やましな健康フェスタ」は中止した。 ・フレイル予防:ロコモ予防体操、骨粗しょう症予防の実施 新型コロナウイルス感染症の流行により、地域に出向いて実施する機会が減少し、また健康づくりサポーターの活動が自粛されたことでサポーターの協力を得ながら区民に啓発する機会が減少した。 地域における健康教室:2回 (80名) ・健康ウォーキングについては、例年どおりの方法から、3密を避け各自で楽しみながらウォーキングをする方法に変更した(「クイズdeたのしく健康ウォーキング」)。	・「山科わっはっは体操」の普及啓発 音楽CDの活用の普及とともに、DVDの活用について関係団体等に周知し、さらにYouTubeによる配信にて「山科わっはっは体操」の区民への更なる周知と口腔機能の維持・促進を図る(DVDについては、山科歯科医師会や区内の幼稚園・こども園、高齢者施設の協力を得て活用を促す)。 ・健康づくりサポーターによる住民参加のウォーキングの実施。また、ロコモ予防体操を定期的を実施する。 ・地域のイベント等で骨密度測定などの健康チェックを実施し、健康づくりにつながるような啓発を地域団体等と協力して行う(健康フェスタの実施など) ・フレイル予防に関する普及啓発について、「山科健康づくりだより」や市民しんぶんなどの媒体を活用したり、地域包括支援センターの訪問活動の協力を得るなど、積極的に行う。 ※新型コロナウイルス感染症の流行状況をみながら、感染予防対策を講じたうえで実施する。	山科区役所
がんの予防・疾病の早期発見のための啓発	【目的】 あらゆる機会を通じて、各種検診(健診)の必要性の周知や受診勧奨、健康づくりに関する情報の発信を行うことにより、健康づくりに関する意識を高め、検診(健診)受診率の向上を図るとともに、疾病の早期発見、治療に繋げる。 【内容】 ・「山科健康づくりだより」の発行部数を増やし、より多くの区民の目に触れるよう周知方法を見直す。 ・乳幼児健康診査の機会に、保護者に対し乳がん検診受診啓発等を行う。 ・各種イベントや集団検診等の際に、がん検診の周知を図るため、案内チラシを作成する。 ・喫煙に関連する生活習慣病(高血圧・心疾患・慢性閉塞性肺疾患など)の発症予防のために、イベント等においてタバコの害や禁煙に関する知識の普及に努める。また、胸部・肺がん検診時において、肺がんのハイリスク者、及び禁煙希望者に対して、禁煙相談の場を設ける。 ・区民の認識や意向等を把握し、適確な受診勧奨等につなげるためにアンケートを実施する。	・「山科健康づくりだより」の発行 前年と同様に健康づくりに関する情報発信として、年3回各5,500部ずつ発行し、地域の回覧とスーパーなど地域の協力機関等に配架した。ロコモ予防やウォーキング、フレイル予防などコロナ禍でも取り組めるような情報の他に、新型コロナウイルス感染症予防対策に関する情報を掲載した。 ・新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、乳幼児健診の方法が変更されたため、若い世代に対する受診啓発の機会が減少した。 ・禁煙相談 集団健診の中止に伴い、地域に出向いて実施する機会がなかった。 肺がん検診 月2回実施 相談人数:4名 ・「やましな健康フェスタ」の中止、その他健康イベントの自粛に伴い、生活習慣病予防に関する啓発や健診(検診)の受診勧奨等を地域に出向いて啓発する機会が昨年と比べ減少した。 地域におけるイベント(他課に協力)時の啓発活動:4回 延べ93名	・「山科健康づくりだより」の発行 前年と同様に健康づくりに関する情報発信として、病気やその予防に関する情報を掲載し、より多くの区民の目に触れるよう配架場所を開拓したり、工夫を行う。 ・乳幼児健康診査の機会に、保護者に対し乳がん検診の受診勧奨や自己検診法について情報提供する。 ・各種イベント等の際に、がん検診の周知を図るため、案内チラシを作成する。 ・喫煙に関連する生活習慣病の発症予防のために、イベント等において、タバコの害(加熱式タバコや電子タバコを含む)や禁煙に関する知識の普及に努める。 ・胸部(肺がん)検診における禁煙相談を継続する。	山科区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
糖尿病発症予防の啓発	【目的】 糖尿病発症予防のために、糖尿病についての知識を学ぶ機会をつくり、生活習慣改善等の行動変容につなげる。 【内容】 ・各種検診(健診)や地域のイベント、「山科健康づくりだより」の発行等を通じて、糖尿病予防に関する情報を発信する。 ・地域の各関係団体(老人クラブ・すこやかクラブ等)に対して、地元に出向いて健康教室を実施する。 ・地域の医療機関及び患者団体(山糖会)と連携して、区民に対し健康教室を実施する。 ・生活習慣改善に取り組むための手段として、健康ウォーキング(共汗事業や健康づくりサポーター)や食育セミナーへの参加を進める。	・区内の検査機関(京都微生物研究所)の協力のもと、糖尿病教室を2回シリーズで実施。但し、新型コロナウイルス感染症感染拡大に伴い、1回目を3/18に実施し、第2回目を次年度(6月)に延期し開催する。 ・「山科健康づくりだより」9～12月号において、糖尿病予防に関する情報を発信した(栄養教室の案内、糖尿病に関することなど)。 ・新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、「山糖会」による健康教室が中止された。	・糖尿病発症予防に対する意識付け、及び早期発見の重要性を伝えるために、引き続き区内の検査機関に検査を委託し、糖尿病教室を実施する(2回シリーズ)。 ・さらに、糖尿病教室の対象者に対し、継続した取組につながるよう知識を深めてもらう機会をつくる教室を実施する(歯周病と栄養の教室1回)。 ・令和2年度の糖尿病教室第2回目分を実施する(6月)。	山科区役所
思春期健康教育	【目的】 ・自己肯定感を高めるとともに、自分や周囲の人を大切にする気持ちをはぐくむ。 ・自分の健康に関心を持ち、健康を守るための知識を身につける。 ・子どもを産み育てることの見通しを持ち、望まない妊娠を防ぐ。 ・数年単位で全中学校での実施に取り組みをひろげ、地域全体で思春期の子どもたちの心身共に健康な成長を支援する。 【内容】 ・講話(妊娠・育児について、性感染症)の体験(赤ちゃん人形の抱っこ、妊婦体験等)を通じて、妊娠や育児、親になることへの正しい知識を伝えることにより、命の大切さやライフプランを見据えた行動について考える。	思春期健康教育の実施 4校(高校1校、中学校3校、うち新規中学1校) *青少年活動センターでの実施については、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、今年度の実施は見送る。	思春期健康教育を時代の情勢に合わせテーマをメニュー化し、中学校等の連携のもと効果的に実施するとともに、数年単位で全中学校での実施を目指す。また、青少年活動センターとの連携による実施方法を検討する。	山科区役所
子育て応援フェア	【目的】 山科区内在住の乳幼児・児童の親子がほっこりと心豊かな時間を過ごし、子育ての楽しさと喜びを深めるとともに、地域の子育て支援団体のつながりの場とする。	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、例年開催している「山科区保育園まつり&山科区子育て応援フェア」に代わり本事業の実行委員会のホームページにて、親子で楽しんでいただける動画、子育て情報、地域の子育て支援機関の活動紹介などを行う。 ホームページ公開期間:11月2日～令和3年3月31日	これまでから、地域の子育て支援団体が連携し、地域の「はぐくみ文化」の更なる醸成を図るとともに、子どもを共に育む京都市民憲章(京都はぐくみ憲章)に掲げる「親学び・親育ち」の場を提供するための事業を実施してきた。 令和3年度は、「WITHコロナ」に対応した社会の構築が図られる中、イベント等の開催に当たっての配慮事項や京都市の財政状況を踏まえ、山科区の地域に根差し、子育て関係機関の更なる連携が広がるよう本事業の点検・見直しを行う。	山科区役所
健康長寿のまち・下京の推進	赤ちゃんから高齢者まで、障害のある人もない人も、すべての区民一人ひとりが地域で自立して安心して生活できる「地域共生社会」の実現を目指します。 Withコロナ社会にあっても、「新しい生活スタイル」を踏まえた健康づくりをはじめ、「地域の絆を深める」まちづくりに主体的に取り組む機運を醸成します。 令和2年度は、「自宅でできる健康づくり」、「京の食文化と健康」等をテーマに、区民の健康課題を踏まえた情報発信について、地域の関係機関や専門家と協働で取り組みます。 (1)区社協等と協働で実施する 自宅でできる健康づくり啓発事業(柱2・3) (2)若い世代からの生活習慣病予防～食文化×健康づくり→健康寿命UP～(柱1) (3)がん検診啓発プロジェクト(柱2・3) (4)笑顔の健康づくり～スマイルUP下京～(柱2) (※「柱1～3」はプランの推進施策を指す。)	(1)区社協等と協働で実施する 自宅でできる健康づくり啓発事業 新型コロナウイルス感染拡大予防のための「新しい生活スタイル」を踏まえ、子育て世代から高齢者まであらゆる世代の「自宅でできる健康づくり」について、下京区社会福祉協議会をはじめとする関係機関と協働してリーフレットによる情報発信を行い、同時に区民の皆様からの悩みや相談に応じるきっかけともなる啓発事業を実施。 ①区社協(高齢者向け)…「おうちでできるシリーズ」 ②健康長寿推進課 ア 親子向け …7月20日発行「しもぎょう おうち時間」 イ 中高年向け …10月30日発行「こころとからだ輝く毎日のためのヒント集」 ウ 体操動画の配信… 下京区地域介護予防推進センターと協働し、下京の歌に合わせたリズム体操を制作、動画配信を実施。 エ 共同住宅に居住する高齢者の相談窓口周知ポスター… 地域包括支援センターと協働してポスターを制作、こころの健康も含め相談できる相談窓口としての周知を実施。 (2)若い世代からの生活習慣病予防～食文化×健康づくり→健康寿命UP～ 幼少期から食への関心や味覚を育て、栄養バランスの良い食事を家庭で実践していただくために、家族や地域で実践、継承していきたい「京の食文化」、「和食と健康づくり」をテーマに、講師に講演いただく。併せて、動画配信を実施する。 京の食文化と健康講演会「明日の元気をつくる 京のおうちごはん」 実施日:令和3年3月19日(金) 場所: デリバ京都 パルホール 定員:80名 講師: (公財)奈良屋記念杉本家保存会常務理事・料理研究家 杉本節子氏 京都市立大学生命環境学部食保健学科教授・医師 東あかね氏 (3)がん検診啓発プロジェクト 大腸がん・肺がんをはじめとするがん検診の受診率向上を目的に、大腸がん検診受診者プレゼント(2年目)、巡回乳がん検診・胃がん会場におけるがん検診の勧奨を実施。 (4)笑顔の健康づくり～スマイルUP下京～ 区民の笑顔の写真を募集し制作した動画・ポスター・チラシによる啓発を実施。	(1)がん検診啓発プロジェクトWith 中小企業家同友会下京支部 がんや生活習慣病の予防や早期発見のため、働き盛りの40歳代から毎年検(健)診を受ける習慣付けや予防のための積極的な取組が必要であることから、中小企業家同友会下京支部の会員に対し検(健)診受診率向上及び健康課題の改善に関する啓発を実施する。 ①検(健)診や生活習慣病予防に関する情報を健康教育又は紙媒体にて提供する。 ②従業員の健康管理に関する課題を把握するための経営者向けアンケート調査を実施し、そこで把握された課題を以後の企画に役立てる。 (2)若い世代からの生活習慣病予防～食文化×健康づくり→健康寿命UP～ 親子を含めた若い世代が関心を持ちやすい食のテーマに焦点を当て、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸につながる食事とお口のケアについて学べる事業を実施する。 ①野菜をおいしく食べる方法や野菜を増やすことによる健康面での利点について、生産や調理の専門家等の監修で情報発信を行う。 ②食に関連し、親子のお口のケアについて情報発信を行う。 ※「お口からはじめる生活習慣病予防教室」と併せて実施する。 ③ ①、②の情報発信について、動画配信又はリーフレットにて実施する。 ④参加者への特典として、区役所で制作した自宅でできる筋トレ・ストレッチの動画DVDをプレゼントする。 (3)笑顔の健康づくり～スマイルUP下京～ 区民の笑顔の写真を募集し制作した動画・ポスター・チラシによる啓発を実施。 (4)区民ふれあい事業における健康づくり啓発ブース 上記(1)～(3)と関連した内容で実施。	下京区役所
下京区民ふれあい事業	平成31年度は「あなたの「笑顔」から健康長寿」をテーマに、「お笑い文化」「京の食文化」を取りあげ、健康で豊かな生活を実現するとともに、次世代に継承していきます。	新型コロナウイルス感染症の影響により「下京区民ふれ愛ひろば」は中止のため、健康づくり啓発ブースも中止。	令和3年度は、事業名「健康長寿のまち・下京の推進」に集約する。	下京区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
下京のはぐみ文化発信事業	赤ちゃんから高齢者まで、障害のある人もない人も、すべての区民一人ひとりが地域で自立して安心して生活できる「地域共生社会」の実現を目指します。	本事業を「下京みらい数珠つなぎプロジェクト」に組み込み、引き続きライフステージに応じた幅広い分野の情報発信に努める。	—	下京区役所
下京みらい数珠つなぎプロジェクト	Withコロナ社会にあっても、「新しい生活スタイル」を踏まえた健康づくりをはじめ、「地域の絆を深める」まちづくりに主体的に取り組む機運を醸成します。	下京区においてより暮らしやすく、安全で、魅力的なまちにすることを目的に、地域力を生かして主体的に活動している区民まちづくりサポート事業対象事業等と連携し、子育て家庭と地域との交流を促す。	子どもの健全育成に積極的に取り組んでいる企業、団体等にプロジェクトへの参画を呼びかけ、各々の活動について広く情報発信し、子育て家庭との交流を促す。	下京区役所
プラン柱(2) 啓発・発信プロジェクト「スマイルUP下京」	令和2年度は、「自宅でできる健康づくり」、「京の食文化と健康」等をテーマに、区民の健康課題を踏まえた情報発信について、地域の関係機関や専門家と協働で取り組みます。	令和元年度に引き続き、区民の笑顔の写真を募集し制作した動画・ポスター・ちらしによる啓発を継続する。	事業名「健康長寿のまち・下京の推進」に実績を記載。	
プラン柱(1) ①「食育・身体の健康・お口の健康～プラン31重点項目:京の食文化に触れて糖尿病発症予防～」 ②「がん検診啓発プロジェクト～プラン31重点項目:健(検)診受診率向上～」	(1)区社協等と協働で実施する 自宅でできる健康づくり啓発事業(柱2・3)	事業名「健康長寿のまち・下京の推進」に実績を記載。	令和3年度は、事業名「健康長寿のまち・下京の推進」に集約する。	下京区役所
(プラン柱2・3)	健康増進法の一部を改正する法律の施行を受け、現在及び将来の喫煙者の減少を目指し、禁煙支援、健康意識の醸成を図る。併せて、受動喫煙による健康被害の防止対策に取り組む。	「じいじ・ばあばのための防煙教室」 妊婦や乳幼児の家族を対象に防煙教室を実施し、たばこについて最新の正しい知識を習得することにより、自身と家族の健康について考え、禁煙への動機付けを強化できる機会を提供する。 防煙教室・短時間禁煙支援を胸部(結核・肺がん)検診、成人歯科相談事業と同会場にて実施することで、健康づくりへの意識のさらなる向上をはかる。 実施日:7月6日(月) 申込なく中止 令和3年1月18日(月) 緊急事態宣言発出により中止 場 所:下京区役所	禁煙動機がある区民に対し、優先的に禁煙支援を行うほか、非喫煙者への喫煙しない動機付けに取り組む。 (1)胸部検診問診の結果、喀痰検査の対象となった区民に対し、既存のリーフレットを用いた短時間禁煙支援を行う。 (2)新しい生活スタイルを踏まえた健康づくりのヒント集(リーフレット)における防煙・禁煙の啓発 (3)健康づくりサポータースキルアップ教室にて、防煙・禁煙に関する知識を情報提供する。	下京区役所
その他健康づくり事業	様々な地域・対象への健康教室において、下京区の健康課題を改善するため、健康づくりについて区民に知識を持ってもらい、生活習慣の変化に向けた働きかけを行う。特に、生産年齢層へのアプローチに取り組む。	(1)地域における健康づくり事業 様々な地域・対象への健康教室へ出向き、下京区の健康課題を改善するため、健康づくりについて区民に知識を持ってもらい、生活習慣の変化に向けた働きかけを行う。 ①お口からはじめる生活習慣病予防教室 歯と口の健康づくりから健康長寿を目指すため、歯の喪失の原因となるむし歯や歯周病の予防について、また、お口の機能チェックやお口の体操を行い口腔機能の維持・向上を図る教室を実施。 実施日:11月13日(金) 参加人数:19名 場 所:下京老人福祉センター ②食育セミナー 下京区や京都市の健康課題の解消に向けて、栄養・食生活に関する講話や調理実習を行い、望ましい食習慣の獲得を図る教室を実施。 実績:回数5回、参加人数 延16名(回数・内容を変更のうえ実施。) ③その他の出前教室 ア 高齢者施設職員向け新型コロナ感染予防対策について 実施日:8月12日(水) 参加人数:19名 イ 子育て支援者向け新型コロナ感染予防対策について 実施日:9月29日(火) 参加人数:27名 ウ 更生施設職員向け新型コロナ感染予防対策について 実施日:11月20日(金) 参加人数:11名 (2)健康づくりサポーター「しもけんズ」及び食育指導員の活動支援 健康づくりサポーター「しもけんズ」(11名)及び食育指導員(10名:活動休止中を除く。)の活動を支援している。 「しもけんズスキルアップ教室」 実施日:10月5日 内容:新しい体操「しあわせ体操」についての助言 講師:機能訓練指導員 渡邊 聡氏 (3)子育て講演会	(1)地域における健康づくり事業 様々な地域・対象への健康教室へ出向き、下京区の健康課題を改善するため、健康づくりについて区民に知識を持ってもらい、生活習慣の変化に向けた働きかけを行う。 ①お口からはじめる生活習慣病予防教室 事業名「健康長寿のまち・下京の推進」における若い世代からの生活習慣病予防～食文化×健康づくり～健康寿命UPへの取組と併せて、お口のケアについて学べる健康教育を動画配信等を交え実施する。 ②食育セミナー 下京区や京都市の健康課題の解消に向けて、栄養・食生活に関する講話や調理実習を行い、望ましい食習慣の獲得を図る教室を実施。 ③新しい生活スタイルを踏まえた健康づくりヒント集(リーフレット)の発行(2年目・継続) 高齢者向けのフレイル予防等健康づくり情報を載せた紙媒体を作成し、地域の役員による見守り活動等に役立ててもらう。 ④区民による健康づくり活動の紹介として、食育指導員や健康づくりサポーターしもけんズ等の他、応募者によるパネル展を実施する。 ⑤その他の出前教室 (2)健康づくりサポーター「しもけんズ」及び食育指導員の活動支援 「しもけんズスキルアップ教室」 内容:「新型コロナウイルス感染症と肺の健康」	下京区役所
南区民ふれあい事業	地域における人と人との結びつきや活発な地域活動等といった南区ならではの地域力(みなみ力)を発揮し、地域間・世代間の交流の場として、「南区民ふれあいまつり」を開催。その中で、健康づくりに関するコーナーや会場となる世界文化遺産「東寺」の外周を歩く「健康ウォーキング」を実施して、区民の健康意識の向上と健康寿命の延伸を図る。	○「南区民ふれあいまつり」 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止 〔参考〕 11月8日(日)開催予定	引き続き、地域における人と人との結びつきや活発な地域活動等といった南区ならではの地域力(みなみ力)を発揮し、地域間・世代間の交流の場として、「南区民ふれあいまつり」を11月に開催予定。その中で、健康づくりに関するコーナーや会場となる世界文化遺産「東寺」の外周を歩く「健康ウォーキング」を実施して、区民の健康意識の向上と健康寿命の延伸を図る。	南区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
南保健協議会連合会(保健委員)の活動支援	(1)全保健委員対象の普及啓発事業の実施 地域の健康づくりボランティアである区内480名の全保健委員を対象に自身の健康づくりはもとより地域の健康づくりに関する普及啓発を図るため、健康に関する研修会を実施する。 (2)学区保健協議会の活動支援 学区保健協議会が健康教室等を開催できるよう健康運動指導士等を派遣するなど地域の主体的な健康づくり事業を支援する。	・イオンモール京都桂川、イオンモールKyoto、区役所ホールにおいて、全3回研修会を開催予定であったが、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて中止となる。 ・各学区において開催する健康教室についても、上記理由により中止となる。	研修会については、これまでの開催により健康意識の向上等一定の成果を上げたこと及び従来型の実施方法では継続が困難なため、今後は、各学区で開催する健康教室に重点を置くとともに、南保健協議会連合会独自の取組として新しい生活スタイルを踏まえた非接触型の普及啓発事業を実施する。	南区役所
みなみなみんなで体力測定	新型コロナウイルス感染症の影響により、南区体育振興会連合会事業も軒並み中止となったが、区民の体力向上、南区民相互の交流とふれあいを深める機会としていた ため、体力測定大会を開催。 自粛生活による運動不足の解消やスポーツを始めるきっかけにさせていただくとともに、南区体育振興会連合会、スポーツ推進指導員の活動に興味を持っていたき、今後の担い手増加につなげていくことを目的とする。	日時:11月8日(日)午前9時～正午 第1部:午前 9時 受付開始 / 午前 9時15分体力測定開始 第2部:午前10時30分受付開始 / 午前10時45分体力測定開始 場所:南区役所ホール、CD会議室(ヘルスピア21内) 測定項目:片足立ち測定、握力測定など全8項目 参加者(実績):50人	—	南区役所
健康長寿のまち・南区の実現に向けて	地域ぐるみでの健康づくりの機運を高めるために、南区健康づくりサポーター「みなみへず」の活動支援や、食育指導員おすすめ「地産野菜レシピ」の紹介カードを作成し、区役所等で配架するなど区民自身が活躍し、楽しみながら健康づくりを取り組む企画を進めていく。 また、健康寿命の延伸を推進する団体の活動が活性化するように地域とのコーディネートや健康づくりについての講師派遣など主体的な健康づくり事業を支援する。	・南区健康づくりサポーター「みなみへず」について、活動人数33人、公園体操を月9回実施(現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から休止中)。また、スキルアップ講座を1回開催する(1回は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止)ほか、市民しんぶん等で活動紹介を行うなどの支援を行った。 ・「地産野菜レシピ」の紹介カードを引き続き区役所や大型商業施設で配架した。また、「壬生菜」「水菜」を使った新レシピの作成を行い、レシピカードの増刷(5,800枚)も行った。さらに、区のホームページやSNS等を活用した食育指導員の活動やレシピカードの紹介をした。	・地域ぐるみでの健康づくりの機運を高めるために、南区健康づくりサポーター「みなみへず」のスキルアップ講座や市民しんぶんでの活動紹介等の活動支援や、食育指導員おすすめ「地産野菜レシピ」の紹介カードを作成し、区役所等で配架したりSNS等で紹介するなど、区民自身が活躍し、楽しみながら健康づくりを取り組む企画を引き続き進めていく。 ・新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、オンラインを活用した健康情報の配信を行う(区民や団体に参加を呼びかけ、撮影したラジオ体操の動画、フレイル予防などの健康情報等)。	南区役所
「健康長寿のまち南区」歴史文化発見ウォーキング	区民の健康と長寿の延伸に向け、南区の誇る文化遺産などを、ゆっくり歩いて回れるコースを設定し、すこやかクラブや健康づくりサポーターと協働でウォーキングを実施する。	11月20日に実施を予定していたが、雨天のため中止。	南区すこやかクラブ連合会や健康づくりサポーターと連携してウォーキングコースを設定し、11月頃に実施予定。	南区役所
大型商業施設と協働した健康づくり事業	区内にある大型商業施設イオングループ3店舗(イオン洛南ショッピングセンター、イオンモールKYOTO、イオンモール京都桂川)と協働し、高い集客力を誇るイオン3施設を拠点とした健康づくり事業を年間を通じ実施する。 区役所、及び地域包括支援センターや介護保険の事業所、企業との協働による健康チェック・健康相談やイオングループが地域の関係機関と連携して行う健康づくりの事業の支援・広報を行う。	・イオングループ3店舗(イオン洛南ショッピングセンター、イオンモールKYOTO、イオンモール京都桂川)と協働した健康づくり事業については、イオンモールKYOTO、イオンモール京都桂川においては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止した。また、イオン洛南ショッピングセンターにおいては、感染防止対策を講じた上で、人数を制限して3回実施した。 ・区役所及び地域包括支援センターや介護保険の事業所、企業との協働による健康チェック・健康相談は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止した。	・区内イオングループ3店舗(イオン洛南ショッピングセンター、イオンモールKYOTO、イオンモール京都桂川)と協働し、高い集客力を誇るイオン3施設を拠点とした健康づくり事業を継続して実施する。 ・区役所及び地域包括支援センターや介護保険の事業所、企業との協働による取り組みについては、方法や内容を検討して行う。 ・健康づくり事業の支援・広報を行う。	南区役所
若い世代の女性への健康づくり事業	若い世代を対象とした取組として、自身の健康に目を向けることの難しい子育て中の世代の方が「かんたん・手軽」に健康に関心を持っていただくことを目的にリーフレットを作成し、区役所や大型商業施設に配架するなど、広く広報を行う。 また、子育て中の世代が集まる場に出向き、マンマモデル、口腔ケアグッズ、パワーポイント等を用いて健康教室を開催する。 乳幼児健診等で区役所に来所した保護者に対し、乳がんの早期発見のための啓発をより充実させ、健(検)診の受診勧奨を行う。	・令和元年度に引き続き、子育て中の世代が集まる場(児童館等)に出向き、乳がん、口腔ケア、栄養等の健康教室を開催した(年間9回、計67人が参加。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、一部中止した)。 ・子育て世代の方が「かんたん・手軽」に健康に関心を持っていただくことを目的としたリーフレット「ままけん」を区役所やイオン3店舗で配架するとともに、3歳児健診に来られた保護者にも配布した。また、市民しんぶんや区のホームページ、SNS等でも広く紹介した。	・令和2年度に引き続き、子育て中の世代が集まる場(児童館等)に出向き、乳がん、口腔ケア、栄養等の健康教室を開催する。 ・引き続き、「ままけん」を区役所やイオン3店舗で配架するとともに3歳児健診に来られた保護者にも配布し、乳がんの自己触診の普及や青年期健診の受診勧奨等を行う。	南区役所
大型商業施設での子育て支援拠点事業～「出張児童館」等地域の企業と協働した子育て支援事業～	安心して子育てができる地域づくりをめざし、区内にあるイオングループ3店舗を子育て支援の新たな拠点に位置付け、関係機関や企業、地域のボランティアの力を結集し、子育て支援事業を推進する。 ○イオン各店舗での「出張児童館」などの実施 南区内13児童館が行う事業、親子で楽しめる遊び、工作など出張実施や育児、子育て相談事業を実施する。 ○イオン各店舗での子育て支援情報の発信 子育て支援拠点を充実させるため、「子育て支援情報コーナー」として、市内で育った繪の木製パンフレット台を常設し、子育て支援情報を発信する。 ○イオン各店舗での子育て中の母親向けの健康教室の実施 子どもや家族の健康意識の向上・生活習慣の変化へとつながることをめざし、管理栄養士、歯科衛生士、保健師等専門職種によるアプローチを実施する。	令和元年度に引き続き、安心して子育てができる地域づくりをめざし、イオン3店舗を子育て支援の拠点に位置付け、関係機関や企業、地域のボランティアの力を結集し、子育て支援事業を推進。 ・イオン各店舗での「出張児童館」の実施を児童館等の子育て情報を展示する「写真・パネル展」へ変更したが、「緊急事態宣言」の発令に伴い中止。 ・イオン各店舗での子育て支援情報の発信 新たに子育て支援ルーム「すくすくみなみ」や地域の「子育てサロン」等の案内パンフレットを区社協と作成し、「子育て支援情報コーナー」を活用する等、広く区民に広報する。 ・イオン各店舗での子育て中の保護者等向けの健康教室 子どもを守る!「うちでできる感染症予防対策」をイオンモールKYOTOで開催予定だったが「緊急事態宣言」の発令に伴い中止。	安心して子育てができる地域づくりをめざし、イオン3店舗を子育て支援の拠点に位置付け、関係機関や企業、地域のボランティアの力を結集し、子育て支援事業を継続して推進。 ・イオン各店舗や新たな企業の協力を得て子育て情報を展示する「写真・パネル展」を実施。 ・イオン各店舗での子育て支援情報の発信 子育て支援ルーム「すくすくみなみ」や地域の「子育てサロン」等の案内パンフレットを、「子育て支援情報コーナー」を活用する等、広く区民に広報する。 ・イオン各店舗での子育て中の保護者等向けの健康教室の実施。	
健康教育(こころのふれあいネットワーク) 出前講座	精神障害者に関わる事業所(団体)が地域に出向き、精神障害に関することや事業所(団体)の活動を周知することにより、事業所(団体)と地域住民が顔の見える関係を構築し、地域住民が気軽に相談できる環境を整えることにより、精神障害者への支援を円滑に行い、精神障害者が安心して生活できる地域づくりにつなげる。 実施主体:南区こころの健康を考える会 事務局(障害保健福祉課・区社協)にて事前調整を行い、南区こころの健康を考える会の構成団体を派遣する。	令和3年1月13日「病気や障害特性などの情報提供等」のテーマでzoom開催 8名の参加あり。	引き続き、出前講座を実施する。ちらしのほかに市民しんぶん区版や「みなみなみなみオンライン」(南区SNS)にて周知する予定。	南区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
右京子どもの未来応援事業	子育て世帯を地域全体で支え、子どもを地域や社会の宝として大切にはぐくむため、地域での子育て世帯への見守り支援等で活躍する人材の育成や乳幼児健診から広がる～親子のはぐくみ交流事業～を実施し、「はぐくみ文化」を継承・発展させる。 【取組内容】 ①右京子どもはぐくみサポーター養成講座 ②右京子どもはぐくみサポーター実践講座 ③右京子どもはぐくみサポーター活動の拡大 ④乳幼児健診から広がる～親子のはぐくみ交流事業～	①、②右京子どもはぐくみサポーター実践講座(継続) 令和元年度の登録サポーターを対象に含め、11月18日、12月8日実施 ③右京子どもはぐくみサポーター活動の拡大 親子のはぐくみ交流事業、サンサにここにご広場、親子健やか発達教室での活動を継続し、新たな活動の場を開拓する予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大のため中止 ④乳幼児健診から広がる～親子のはぐくみ交流事業～(継続) 新型コロナウイルス感染症のため中止 ⑤子育て情報発信事業(新規)	①、② 右京子どもはぐくみサポーター実践講座(継続) ③ 親子のはぐくみ交流事業(継続) ・わくわくひろば」月1回(第1木曜日・午前) ・親子すこやか発達教室(年12回 木曜午前)への参加 ・地域デビューのための子育て情報の提供、情報紹介コーナーの設置(乳幼児健診実施日) ④ 動画配信(きょうと動画情報館) ⑤ 子育て情報発信事業(既存資料活用)	右京区役所
健康長寿のまち右京推進プロジェクト	区民の健康寿命の延伸を目指し、区内25団体で構成する「健康長寿のまち右京」推進プロジェクトチームを設置し、区民主体の健康づくりを推進する。 【主な取組予定】 ①プロジェクト会議、社会資源の情報発信 ②区民ふれあいまつりブース出展・健康づくりフェスタ(包括連携協定に基づく協働事業)、商業施設等での健康測定等 ③健康御朱印帳(第4巻)、がん検診受診率向上の取組 ④「京の食文化と健康」をテーマにした講演会(シンポジウム)	○新型コロナ感染拡大防止のため、「三密」を避けた形の取組内容に変更 ・情報発信の充実 市民しんぶん区版、HP「右京ファンクラブねっと」などを活用して、健康づくりの情報発信を行った。(区民自ら健康の維持管理が出来るようフレイル予防、認知症予防、感染症予防などの周知啓発を行った。令和2年3月にフレイル対策に関する小冊子を作成し、市民しんぶん区版で周知。必要に応じて各種団体、体操等の集まりの場で配布等。) ・右京区民ふれあいフェスティバル2020 → 右京区民ふれあい文化フェスティバルオンラインへの参加 健康長寿のまち右京ブースで、健康づくりサポーターの活動及びサンサ健康広場の紹介、食育指導員の活動及び食品の保存方法の紹介、脳トレの紹介など、健康づくりについて情報発信を行った。 ・みんなに伝えて！「わたしの健康法」 健康維持のために実践されている取組内容を募集し、右京区の他の区民にもお勧めしたい取組などをアイデア賞として表彰。入賞者の取組内容は、市民しんぶん区版、ホームページなどで紹介し、右京区民全体で健康の保持増進を図った。 ◎取組内容の変更を行ったもの ・がん検診の受診率向上の取組 1回目の緊急事態宣言時にがん検診が中断。7月から再開。コロナ禍のため、積極的な啓発を見合わせ。ただし、例年通り、1月から3月の乳がん検診啓発は実施中。 ・サンサ健康広場 3月から中止。10月に再開するも、2回目の緊急事態宣言で即時中止。 ●中止したもの ・右京健康御朱印帳第4巻 → 中止 御朱印帳記載の取組は、いずれも密となるものばかりであったため。 ・第5回龍頭祭×健康長寿のまち右京「健康づくりフェスタ」 → 中止 龍頭祭(京都先端科学大学学園祭)が中止となったため ・歯のひろば → 中止 口腔内のチェックなどがあることや、密を避けるため	・右京区民ふれあいフェスティバル2021 サンサ健康広場の紹介、食育指導員の紹介などのブース出展予定 ・健康づくりに関する情報発信 ・健康長寿のまち右京「気付き・はじめる・健康づくりの取組」 健康講座などのWEB配信を行うなど、各家庭や地域で取り組みやすい環境を整える。 ・がん検診の受診率向上の取組 がん検診の実施内容見直しが行われるため、その内容の周知とともに、受診を促す取り組みを行っていく。肺がん検診受診を促す紙媒体の配布や、例年行っている1月から3月の乳がん検診受診啓発活動を行う。 ・サンサ健康広場 3月から再開。今後も新型コロナの影響により休止・再開を繰り返す可能性があるが、休止中でも自宅でも取り組めるよう動画を作成しDVD配布やWEB配信を行う予定。また、区制90周年記念イベントとして「サンサ健康広場DE体操の輪(仮称)」を行い、体操に取り組んでいただいている様子の動画を募集する予定。 ・第5回龍頭祭×健康長寿のまち右京「健康づくりフェスタ」 (内容については京都先端科学大学等と協議検討予定) ・歯のひろば (内容については、地区歯科医師会と協議検討予定)	右京区役所
気付き はじめる 健康づくり～右京からだの学校～	区民が、地域ぐるみで楽しみながら健康づくりに取り組むプログラムを、京都大学と連携して実施する。3か年計画が終了するため、各地域の取組と連携できるよう検討していく。 【実施内容】開催回数:9回 体力測定、運動・栄養・口腔などの講座、からだの連絡帳で生活習慣の振り返り、評価コメントフィードバック、交流会	「からだの学校」としての事業は終了。 自主グループとしての集まりなどについての支援を検討。 新型コロナの影響で、開催されず。	新型コロナ感染拡大予防のため、新たな取組内容に移行する予定 ※「気付き・はじめる・健康づくりの取組」	右京区役所
右京区民ふれあい事業	区民相互のふれあいと地域の活性化を図る「右京区民ふれあいフェスティバル」や、生きがいづくりにつながる「右京区民文化フェスティバル」、「右京区民美術展」などを開催することにより、「健康長寿のまち・右京」の取組をさらに推進する。	「右京区民ふれあい文化フェスティバル オンライン」 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、開催方法を変更。区内の団体の活動PRやパフォーマンス等の動画を募集し、特設のウェブサイトを開刊した。 公開日:11月27日	「右京区制90周年記念式典(仮)」 日程:10月30日(土) 場所:太秦安井公園及び右京ふれあい文化会館 (右京区太秦安井西裏町)	右京区役所
思春期健康教育	【目的】 思春期の心身の変化や妊娠・出産及び赤ちゃんのいる生活について学ぶことで、いのちの大切さ、自分も相手も大切にすることを育む機会とする。 【内容】 講義:実習(赤ちゃん人形の抱っこ・オムツ換え、沐浴実習、妊婦体験等)	管内中学校・高等学校等の依頼により継続実施を予定していたが、新型コロナウイルス感染症のため教室中止	管内中学校・高等学校等の依頼により継続実施。	右京区役所
親子で楽しむ健康教室	【目的】 児童館やつどいの広場に出向いて育児や健康づくりについて正しい知識を啓発することで、未就園児を在宅で育児中の保護者への子育てサポートの機会とする。 【内容】 講義、個別相談等	管内児童館、つどいの広場等の依頼により継続実施 →15回 194人 (令和3年2月末現在)	管内児童館、つどいの広場等の依頼により継続実施	右京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
健(検)診の受診率向上に係る取組	右京区では、悪性新生物が死亡原因の1位であることから、生活習慣の改善やがんの早期発見が課題となっており、特定健診やがん検診の受診率向上を目指して、受診の必要性や方法について啓発が必要である。 特に乳がん検診の受診率(※)は低迷しており、受診率向上に繋がるよう3歳児健診の機会を利用し、がん検診の普及啓発を図るため、4月、5月実施の乳がん検診前の1月から3月にかけて、パネル展示やがん検診の案内ビラを配布し普及啓発を行う。 (※)京都市がん検診受診率 乳がん検診 平成28年度 右京区 17.2% 京都市15.2% 平成29年度 右京区 10.6% 京都市10.9% 胃がんについても、特定健診の会場等でパネル展示を実施し、検診の案内を行うことで、受診率の向上を目指す。	○予定通り実施 ・3歳児健診の場を活用した啓発(令和3年1月～3月) ●中止 ・右京子育てサロン サンサにここにご広場での啓発 →新型コロナの影響で開催されず ・イオンモール京都五条でのTVモニターによる啓発 →右京区での乳がん検診が中止となったため ・他のがん検診についての啓発活動 →新型コロナの影響により検診自体の休止期間もあり、中止	・3歳児健診の場を活用した乳がん検診受診啓発(令和4年1月～3月) ・肺がん検診受診啓発紙媒体の配布 ・がん検診の見直しが行われるため、その内容の周知と併せ、受診啓発を行っていく	右京区役所
健康長寿のまち右京を推進するための取組 ～地域出張型健康教室(アウトリーチ事業)～	右京区では、高齢化率(※1)が年々増加し、要介護出現率(※2)も高い。介護要因の中で、運動機能の低下、生活習慣病、加齢による衰弱が半数以上を占めている。また、特定健診の結果より、20年度から29年度にかけて、高血圧、糖尿病で治療中のものの割合が増加(※3)しており、生活習慣病の予防、フレイル(全身の虚弱)対策に取り組んでいく必要がある。そのため介護要因となるロコモティブシンドロームや生活習慣病等区民の身近な場所で開催教室等を実施し、生活習慣を改善し、こころと体の健康づくりに取り組む。 (※1)高齢化率(各年10月1日)30年28.2%(全市27.8%) 29年27.9%(27.5%) (※2)要介護出現率(30年9月30日時点)21.3%(全市21.7%) (29年9月30日時点)21.8%(全市22.1%) (※3)高血圧:20年度28.9%(全市28.3%)⇒29年度30.6%(全市29.8%) 糖尿病:20年度4.7%(全市4.6%)⇒29年度6.0%(全市5.7%)	14件実施	例年と同様に実施する予定	右京区役所
商業施設等での健康測定(仮称)	区民が普段買物等で利用している商業施設等で健康測定を行うことにより、自分の健康に関心を持ち健康づくりのきっかけとすることで、健康寿命を延伸し、区民が住み慣れた地域でいつまでも健康にいきいきと自分らしく生活できるまち右京を目指す。 【内容】 ①測定内容(委託業者により検討、骨密度) ②運動メニューの提案	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和2年度は実施していない。	令和3年度実施予定なし	右京区役所
右京区健康づくりサポーター「チームめばえ」10周年記念イベント	右京区では、平成21年9月に市民の方とメタボボックスを行うサンサ健康広場の実施を開始し、同時に健康づくりサポーターの活動も開始された。当初区役所のみで実施していたサンサ健康広場は、平成30年現在、区内6か所に広がり、参加者は延べ80,000人を超えた。 1週間に6か所の会場での実施は、他区では例をみない。活動場所の広がり、参加者の増加は、健康づくりサポーターの熱心な活動のたまものである。 健康づくりサポーター事業は事業開始から10年目を迎え、健康づくりサポーターの活動の場であるサンサ健康広場の参加者等に健康づくりにより一層励んでいただけるよう、以下の取組を行い、健康づくりを広く啓発し、今後の活動の機会、場所を広げ、より一層の活動の活躍化に繋げたい。 【内容】 ①サンサ健康広場において参加記念品の配布 ②サンサ健康づくりガイド(仮称)の作成 サンサ健康ひろばの参加者にアンケート調査を実施。健康意識の深まりを確認し、今後の参加者の拡大に繋がると共に、意識調査のまとめ、体操の内容等を広く区民に啓発するためのサンサ健康づくりガイド(仮称)を作成し、関係機関、区民等に配布し、健康づくりの啓発を行う。	周年行事であったため、令和元年度で取組終了 ※サンサ健康広場自体は、新型コロナの流行状況を確認しつつ、継続していく。	周年行事であったため、令和元年度で取組終了 ※サンサ健康広場自体は、新型コロナの流行状況を確認しつつ、継続していく。	右京区役所
けいいまくヘルスカレッジ	京北出張所で行う健康教室(4回シリーズ) 【内容】 ①病態別健康教室(高脂血症 医師の話・栄養士の話) 血管年齢測定 ②病態別健康教室(糖尿病 医師の話・栄養士の話) 血管年齢測定 ③整形疾患(医師・理学療法士または健康運動指導士) ④肺疾患について(医師・作業療法士)	京北出張所で4回シリーズの予定だったところを、2回シリーズにして実施した。 <内容> ①9月23日『血圧コントロールでいきいき生活！』(高血圧) 医師と栄養士の講話 (20人) ②10月19日『コロナに負けずいきいき生活！』(新型コロナ感染症) 医師の講話・手洗いチェッカーの実施 (13人) 計2回 33人	京北出張所において2回シリーズで実施。 ①7月 糖尿病予防(医師及び栄養士の講話) ②8月 「健康は快便から」(医師の講話・体操) 回数を減らし、定員を設け、感染症予防対策を行って実施する。	京北出張所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
地域における健康づくり事業 サロン等出前健康教室	老人クラブやふれあいサロンなどの参加者が積極的に健康づくりに取り組むことが出来るように、生活習慣病の予防や健康づくりの基本的な知識を普及する。	サロン等出前教室は下記のとおり実施。依頼があったが中止となったものあり。 <弓削ラウンジ>いずれも血圧測定・ミニ講和 ①5月13日 中止 ②7月1日 血圧測定・ミニ講和(18名) ③9月2日 中止 ④11月4日 血圧測定・ミニ講和(16名) ⑤1月13日 中止 ⑥3月3日 血圧測定・ミニ講和(30名) <その他のサロン>血圧測定・ミニ講和 ①6月8日 下浮井サロン 血圧測定・栄養士講話(8名) ②6月19日 栗生谷サロン血圧測定・ミニ講話(10名) ③6月25日 上黒田コスモスサロン(中止) ④6月25日 宮ほっかほかサロン(中止) ⑤9月14日 周山ふれあいサロン(中止) ⑥10月8日 中地サロン 血圧測定・ミニ講和(11名) ※9月より変更 ⑦1月27日 宇津いそみ会(中止) 計13回中6回実施 参加者93名	弓削ラウンジ(奇数月に実施) ①5月12日 ②7月7日 ③9月1日 ④11月10日 ⑤3月2日 毎回保健師による血圧測定とミニ講和を実施 弓削以外の地区のサロンについては、依頼があった時の対応になる。おおむね令和元年度と同程度の実施を予定。 また、うち2回について講師を雇い上げて健康に対する講話などを行う。	京北出張所
ロコモ予防教室	運動習慣をつくり、ロコモティブシンドロームを予防し健康寿命を延伸させることで、要介護状態になることを防ぎ、個人の生活の質を向上させることを目的とする。また、生涯の健康づくりのため、健康に対する情報の提供、運動習慣への取り組みを習慣化するための教室として5回シリーズで実施し、自分に合った運動習慣を見つけ継続できるようサポートする。	令和2年度のロコモ予防教室参加者に対して、2回シリーズでロコモOB会を実施した。 <内容> ①5月29日ロコモOB会1回目(8名) ミニ講義・運動指導士による運動・グループワーク ②8月31日ロコモOB会2回目(9名) 運動指導士による運動・グループワーク	フレイル予防教室に変更	京北出張所
フレイル予防教室	京北地域は高齢者が多く、高齢者は、加齢に伴う機能低下から要介護状態になる手前のフレイル(虚弱)の状態になりやすいことから、介護状態になることを予防し、健康寿命の延伸と個人の生活の質を向上させることを目的とする。	3回シリーズで下記の通り実施した。 <内容> ①10月30日 フレイル予防教室1回目(14名) 血圧測定・フレイルチェック 管理栄養士兼運動指導士による栄養の講話と運動 ②11月10日 フレイル予防教室2回目(13名) 血圧測定・歯科衛生士による講話・お口の体操 運動指導士による運動 ③11月25日 フレイル予防教室3回目(12名) 血圧測定・運動指導士による運動 計3回 39名	3回シリーズで実施予定。 ①1回目 フレイルチェック 運動指導士兼管理栄養士による講話と運動 ②2回目 歯科衛生士による講話 運動指導士による運動 ③3回目 運動指導士による運動	京北出張所
地域における健康づくり事業 筋トレだるま会への出前健康教室	筋トレだるま会では普段から椅子に座って行える運動やヨガ、3B体操や頭の体操などを月に2回行っている。参加者が運動面以外でも積極的に健康づくりに取り組むことが出来るように、生活習慣病の予防や健康づくりの基本的な知識を普及する。	おおむね月2回自主的に実施しており、各回講師を依頼するなどして、ヨガや3B体操や頭の体操を主に実施している。京北出張所は地域包括支援センターと協力して支援に当たっており、毎回脳トレなどを実施している。また、令和2年度は24回実施の予定であったが、うち11回が中止となっており、開催は12回であった。 【京北出張所が主で支援した日】 6月10日(19名)、8月21日(12名)、9月1日(14名)、10月2日(11名) 計4回 56名	令和2年度も同様の形でおおむね月2回開催予定。そのうち、12回について保健師に依頼があり、引き続き保健師が脳トレなどで協力予定。	京北出張所
保健委員研修会	例年保健委員に対する研修の一環として、医師などによる講演会を行っている。セット検診等の各種の保健事業に協力していただく保健委員に対し健康に関する正しい知識を学んでもらい、日々の活動にいかしていただくものとする。詳細については、保健委員や事務局である京北自治振興会と協議しながら計画する。また、一般の地域住民にとっても健康に関する知識を普及啓発する機会となるため、一般住民へも周知を行う。	中止	2月頃に講話を実施予定(内容は未定)	京北出張所
思春期健康教育	【目的】 思春期の心身の変化や妊娠・出産及び赤ちゃんのいる生活について学ぶことで、いのちの大切さ、自分も相手も大切にする心を育む機会とする。 【内容】 講義:実習(赤ちゃん人形の抱っこ・オムツ換え、沐浴実習、妊婦体験等)	10月20日 京都府立北桑田高等学校3年生(17名) 11月6日 京都府立北桑田高等学校普通科2年生(26名) 11月9日 京都府立北桑田高等学校森林リサーチ科2年生(29名) 12月16日 京都市立京都京北小中学校9年生(33名)	管内中学校・高等学校等の依頼により継続実施。	京北出張所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
親子で楽しむ健康教室	【目的】 京北地域は少子高齢化に伴い出生率が低下し、子どもの数が減少している中、早くに就園する児も多いため、在宅児が少なく、同年代の親子と交流する機会が少ない状況にある。そのため、同年代の親子と交流の機会を持ち、地域での孤立を防ぐとともに、保護者が保育士や保健師等に相談できる機会とする。 【内容】 「みんなはなまる」と「親子で学べる健康づくりプログラム」を取り入れ、ミニ講話を含めた交流会とグループワークを実施する	1)教室 当初6回シリーズで実施予定であったが、4回シリーズで実施。内容はいずれも、ミニ講話・交流会・親子遊びであった。 ①7月8日中止、②8月12日中止、③9月9日(3組6名)、④10月21日(5組10名)⑤11月12日(4組8名)⑥12月9日(4組8名) 2)3月10日 子育て講演会 『1歳半から就学前までの子どもの発達と子育てのヒント』(講師 京都市発達障害者支援センターかがやきの臨床心理士)(16名)就学までの子どもを持つ保護者を対象に講演会を実施。	令和2年度と同様に実施の予定	京北出張所
京北こころのふれあいネットワーク講演会	【目的】 講演会を通して正しい知識の普及と啓発を行い、参加者が精神障害や精神障害をもつ人々へ理解と関心を深める機会とするとともに、ネットワーク参加機関の活動について周知する機会とし、京北地域が精神障害のある当事者と家族が住みやすい地域となる様にする。	9月3日講演会『子供の発達障害の基礎理解と支援』(講師:児童精神科医)(15名) 12月3日講演会『コロナ禍におけるうつ病予防』(講師:精神保健福祉士)(8名)	令和3年度と同様に実施の予定	京北出張所
子どもはぐくみセミナー・はぐくみシンポジウム	「子どもはぐくみセミナー」、「はぐくみシンポジウム」や地域で親子を支える健康教室等を開催し、育児について相談できる人や場を増やし、地域ぐるみで子育てに取り組む環境づくりとはぐくみ文化の醸成に取り組む。	コロナ禍において3密を避ける必要があることから「子どもはぐくみセミナー」を動画による情報発信に変更した。子どもの健康に関する情報を年2回発信し、相談できる場の周知や悩みの解消に努めた。	令和2年度に引き続き、実施方法を動画作成やリモート併用などで工夫し、育児について相談できる人や場を増やし、地域ぐるみで子育てに取り組む環境づくりとはぐくみ文化の醸成に取り組む。	西京区役所
【まもる健康・つくる健康・いかす健康】 西京健康ひろば	幅広い年齢層の区民を対象に、健康づくりの啓発と情報提供を目的として開催する。区内の保健・医療・介護分野における関係機関と協働し、企業の協力も得て、健康クイズ&スタンプラリー等を取り入れ、より楽しみながら健康への関心を高められるよう充実を図る。	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止	「まもる健康、つくる健康、いかす健康」をテーマに、新型コロナウイルス感染予防対策を講じたうえで、区民を対象に健康の大切さと健康づくりの啓発と情報提供目的に実施する。 【実施時期等】10月30日(土) 西文化会館ウエスティ	西京区役所 (健康ひろばは 洛西支所協力)
【まもる健康・つくる健康・いかす健康】人生100年時代の学び舎(病態別健康教育)	【目的】 人生100年時代を見据え、区民が健康を維持・増進していくため、かかりやすい病気や症候群等について学ぶ機会を持ち、知識を得ることで、その発症予防や重症化予防に取り組む。 平成31年度は、死亡原因の1位である「がん」やその他の生活習慣病をテーマとして取り上げる。 「人生100年時代の学び舎」として洛西支所とも連携し実施する。 【内容】 (1)(仮)「がんの最新情報を知ろう!」 医師による講話 がんに関する専門家による話 (2)(仮)「血圧が高め、血糖値が高めと言われたあなたへ」 医師による講話 PTや健康運動指導士による運動指導 (西京医師会、製薬会社等と共催予定)	西京歯科医師会から講師を招き、区民対象の健康教室を実施した。また京都市域京都府地域リハビリテーション支援センターと共催した健康教室も開催した。両教室とも、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、少人数を対象とした教室となった。 (1)テーマ「糖尿病と歯周病の意外な関係」 日時:9月29日(火)午後2時～午後3時20分 場所:西京区役所大会議室 講師:西京歯科医師会 澤田 卓男氏(澤田歯科医院)、 歯科衛生士 北村 壽子氏 参加者数:15名 (2)テーマ「足から知る 歩き方講座」 日時:10月28日(水)午後2時～午後3時30分 場所:西京区役所大会議室 講師:京都市域京都府地域リハビリテーション支援センター 清水 真弓氏 洛西ニュータウン病院 理学療法士 木村 裕氏 他4名 参加者数:15名	(仮)「今こそ始めるコロナ・フレイル予防」 新型コロナウイルス感染拡大に伴う外出控えや栄養の偏りによるフレイルの進行、また、うつ症状等精神面での不調を訴える方が増えている。そこで自身の心身の状況を把握したうえでフレイル予防やコロナうつへの理解を深め、早期に気づき対応をすることを目的とした区民向けの講座を開催する。従来同様、区内の医療機関等や西京医師会と連携開催を検討し、地域保健医療の連携を推進するとともに、市内の専門機関にも協力を依頼する。なお、密を避けるため、各回定員を15～20名と少人数とし、感染症対策を行ったうえで講義及び体験型の内容とする。 ※「お口・栄養編」における目的は、主食・主菜・副菜を組合せた食事を実践する市民を増やすことも含む。 【開催時期】6～7月 【評価】参加者アンケートを実施 【内容及び人件費】 (1)「総論編」公衆衛生をテーマとした講義及び椅子に座ってできる運動またはストレッチ (2)「お口と栄養・食事編」講話、骨密度測定及びパタカ測定<同内容で2回開催> (3)「からだづくり・運動編(歩き方講座)」講話、計測<同内容で2回開催> (4)「こころときもち編」講話	西京区役所
【まもる健康・つくる健康・いかす健康】 西京健康ウォーキング竹エクスサイズ	【目的】 西京区の豊かな自然や文化(史跡や名刹)にふれながら、ウォーキングの楽しさを実感し、日々の生活に取り入れ、身体活動量を増やす機会とする。	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、西京健康ウォーキングは中止した。 竹エクスサイズ教室についても、新型コロナウイルスの感染状況を鑑み、9、10、11月のみの実施した。また3密を避けるため定員を見直した。(予定は8月を除く月1回実施)	【令和3年度は形態の変更を検討するため、掲載なし】 竹エクスサイズ教室のほか、3密回避のために屋外でできる公園体操等も含め、気軽にできる健康づくりについて、健康づくりサポーター「西京竹サバ」ともに検討をしていく。	西京区役所
【まもる健康・つくる健康・いかす健康】 子どもはぐくみセミナー等における若年期～働く世代への健康教育	【目的】 生活習慣病のより根源的な予防対策として、その発症基盤となる望ましくない生活習慣の定着を防ぐことが重要であるが、健康教育が、高校卒業以降から特定健診・特定保健指導対象年齢までの20年余りに渡り分断されてしまっている現状がある。働く世代の生活習慣病予防を効果的に進めるために、小児期、青年期からの生活習慣病予防が重要であり、親と子どもの健康に関するテーマから入る。 【内容】 ・(仮)「生活習慣病チェック～親子で取り組もう!」(血管年齢等の測定、防煙啓発、指導も含む) ・乳がん検診、子宮頸がん検診、青年期健康診査についても勧奨する。	子どもはぐくみ室事業(たけによんはぐくみセミナー等)の実施が見合されたことに伴い、講話及び測定は未実施となった。 1歳6か月健診及び3歳児健診に同行する保護者に対し、乳がん検診の受診について勧奨した。	事業名を下記に変更	西京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
【にしきょう生活習慣病予防プロジェクト】 乳幼児期から取り組む生活習慣病予防	親と子どもの健康に関するテーマを糸口に、キャラクター「にしきょう・たけにょん」を使用したキャッチフレーズを検討、活用のうえ、子どもはぐくみ室事業(健診や親子向け事業)と協働し、幼少期からの、また家族ぐるみでの生活習慣病予防(歯周病予防を含む)に関心を高めるきっかけづくりを行う。		(1)8か月健診会場での啓発 【実施時期】5月(3回) 【評価】啓発実施人数を計数 【内容】生活習慣病のリーフレットを配布する際に簡単な説明をおこなう。 (2)親子向け事業における啓発 【実施時期】未定(新型コロナウイルスの感染収束状況による) 【評価】啓発実施人数を計数 【内容】血圧、血管年齢、骨密度測定等、測定等の実施、リーフレット配布等(乳がん検診、子宮頸がん検診、青年期健康診査についても勸奨する)	西京区役所
【まもる健康・つくる健康・いかす健康】 男性のためのヨガ×生活習慣病予防	【目的】 壮・中年期の男性を中心に、肥満者、メタボリックシンドロームの割合が増加傾向であり、男性を対象とした教室を実施し、生活習慣病予防へつなげる。 【内容】 ・ヨガを体験し、生活に取り入れ、心身のリフレッシュやメタボ予防に取り組む機会とする ・がん検診受診、適性飲酒、禁煙についても啓発の機会とする。 ・食育セミナー(仮)「男のための料理教室」へつなげる	「生活習慣病予防プロジェクト」として、男性も参加しやすい内容を検討し、前掲の「人生100年時代の学び舎」健康教室において、下記のとよりの男性の参加があった。 (1)「糖尿病と歯周病の意外な関係」は男性5名(参加者全数15名) (2)「足から知る 歩き方講座」は参加者数:3名(参加者全数15名。ただし申込者が84名であったため、厳正に抽選し参加者を選定した。)	—	西京区役所
【にしきょう生活習慣病予防プロジェクト】 地域と協働して取り組む健康づくり(出前教室)	【目的】 保健協議会、地域の関係機関・団体、企業、商業施設等と協働で、健康寿命の延伸を目的として、生活習慣病予防、禁煙、ロコモ予防、フレイル予防、各種健診(検診)受診勧奨、乳がんのセルフチェックの啓発等を行う。 【内容】 ①(仮)「生活習慣病チェック～あなたは大丈夫?～ 若い頃から取り組もう!」(禁煙啓発、指導も含む) 子ども関係機関、子どものイベント、商業施設等での啓発を実施する。 ②(仮)「ロコモ、フレイルを予防して健康長寿!」 すこやかクラブや地域の高齢者が集まる場に出向き、ロコモ、フレイル予防等についての健康教室を実施する。(ロコモ度チェック、骨密度測定等も実施) ③(仮)「乳がんについて」 乳幼児健診や児童館、子育てサークル利用の保護者を対象として、乳がん検診やセルフチェック等について啓発する。	新型コロナウイルス感染拡大状況により、例年に比べ依頼が減少した。以下の出前講座のみ実施。 (1)講話と体操「骨粗鬆症について」「京ロコモステップ+10」 講話「骨コソ貯めようカルシウム」 骨密度測定 日時:11月11日(火)午後2時～午後3時20分 場所:西京老人福祉センター 対象:シルバー人材センター会員 参加者数:11名 (2)講話と体操、測定「骨密度測定と食生活と適度な運動」 骨密度測定 日時:11月13日(水)午後0時30分～午後2時45分 場所:ふれあいルーム「絆」 対象:シニアクラブ「桜の花」 参加者数:13名	【目的】学校や高齢者の団体等、地域の関係機関・団体等と協働で健康寿命の延伸を目的として、生活習慣病予防に重点を置いて取り組む。対象者の課題に応じた内容も実施する。 【実施時期】通年(3回以上) 【評価】教室開催回数及び参加人数を計数、参加者アンケートの実施 【内容】講話(生活習慣病予防、禁煙、各種健診(健診)、乳がんセルフチェック、対象者の課題や希望に応じた健康づくりの内容)、血管年齢や骨密度等測定	西京区役所
【にしきょう生活習慣病予防プロジェクト】 西京区民ふれあいまつりにおける健康長寿をテーマとしたブース出展	【目的】 「西京区民ふれあいまつり」は、子どもから高齢者まで幅広い世代の区民が集い、互いに交流を深めていただく目的で開催されている。 この機会に、健康や健康寿命の延伸をテーマとし、生活習慣病予防、青年期健康診査、がん検診等について啓発を行う。(血圧、血管年齢等測定も実施)若い世代の区民にも関心を持ってもらえる場とする。	新型コロナウイルス感染拡大状況を鑑み中止	【目的】 健康や健康寿命の延伸をテーマとし、特に生活習慣病予防に重点を置き、血圧等の測定、健診(検診)の啓発といった生活習慣病予防の啓発や感染症予防啓発を行う。若い世代の区民にも関心を持ってもらえる場とする。(洛西支所と共働でフレイル予防、啓発にも取り組む) 【実施時期】11月頃 【評価】啓発及び計測実施人数を計数 【内容】リーフレット配布、計測(血圧、血管年齢等)	西京区役所 (洛西支所 共働)
精神障害者家族のための教室	【目的】 精神疾患・障害のある方の家族を対象とした、こころの健康のための教室を実施する。 【内容】 ①精神疾患・障害の理解を目的とした講話 ②心身のリラックスのための実技 ③家族支援等の紹介	継続実施 【目的】 精神疾患・障害のある方の家族を対象とした、こころの健康のための教室を実施する。 【日時】令和3年1月21日午後1時30分～午後3時30分 【内容】 ①精神疾患・障害の理解を目的とした講話 ②家族支援等の紹介 【参加者】14名	継続実施 【目的】 精神疾患・障害のある方の家族を対象とした、こころの健康のための教室を実施する。 【内容】 ①精神疾患・障害の理解を目的とした講話 ②家族支援等の紹介	西京区役所
西京健康ひろば こころの健康・適性飲酒について	【目的】 「西京健康ひろば」は、子どもから高齢者まで幅広い年齢の区民を対象として、健康について普及啓発を行うものである。その啓発ブースにおいて、こころの健康に関する普及啓発を実施する。 【内容】 ①適正飲酒に関する講話・アルコール体質判定 ②リーフレット等の配布	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止	継続実施 【目的】 「西京健康ひろば」は、子どもから高齢者まで幅広い年齢の区民を対象として、健康について普及啓発を行うものである。その啓発ブースにおいて、こころの健康に関する普及啓発を実施する。 【内容】 ①リーフレット等の配布 ※適正飲酒に関する講話・アルコール体質判定については、新型コロナウイルス感染状況により実施を検討する。	西京区役所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
思春期からのライフプラン(思春期健康教室)	【目的】 西京区は、市内で最も15歳未満人口割合が高い区で、年間出生数も多く、将来の子育て世代への働きかけが重要である。 西京管内の中学校や高校と連携して、命の尊さやつながりを学び、将来自分が子どもを育んでいくことの見通しを持ち、HIVや望まない妊娠を予防し、自身の健康についても考える機会とする。 ひいては児童虐待の予防につなげることを目的とする。 【内容】 ①自己のライフプランと妊娠・出産・育児について ②HIV・性感染症の正しい知識と予防の必要性 ③健康について考えよう！ (赤ちゃん人形等を用いて、実習も取り入れて実施する)	10月22日桂川中学校にて、学校と連携し思春期健康講座(防煙教室)を実施。199名の生徒が受講した。 リモートで区内中学校養護教諭と連絡会を実施し情報交換を実施した。	区内の高校や中学校と引き続き連携を取り、若い世代へ啓発を継続していく。	西京区役所
地域で子どもを支える健康教室	【目的】 子育て中の保護者に対し、育児に関する知識や情報提供とともに、育児に関わる周囲の大人の心身の健康にも目を向ける機会とする。	新型コロナウイルス感染拡大防止のため実施なし。	区内関係機関・団体(児童館、保育所、民生児童委員等)と連携し、子どもの健やかな発達・成長の支援とともに、子育て世代同士や世代間交流、地域とのつながりの促進によって、保護者の子育て力を向上させ、子育ての素晴らしさや地域ぐるみで子どもを育む大切さを伝える取組を推進する。	西京区役所
西京区民ふれあい事業 西京区民ふれあいまつり	西京区民相互の積極的な交流とふれあいを深めるために実施する区民ふれあい事業において、「西京区民ふれあいまつり」での健康長寿に関するブースの設置や文化・芸術活動のステージ発表等を行うなど、区民の健康づくりや生きがいづくりにつながる取組を引き続き実施する。	日 時:令和3年3月27日(土)10:00～ 場 所:洛西支所及びラクセース周辺 内 容:文化活動発表、模擬店など 参加者:	日 時:令和3年11月20日(土)10:00～ 場 所:京都市西文化会館ウエスティ 内 容:文化活動発表、模擬店など 参加者:	西京区役所 洛西支所
西京区民ふれあい事業 西京区歴史・文化・健康づくり ふれあいウォーキング	西京区の歴史や文化に親しむまち歩き事業。 地域の方との交流を通じたまち・人の「つながりを育てる」きっかけづくりや、地域へのより一層の親しみ、魅力を再発見するとともに、健康づくりの習慣化を図り、豊かな自然とコミュニティに囲まれた「西京ライフ」の楽しさを実感していただく。	日時:令和2年10月3日8:30～ 場所:(集合)境谷会館前,(解散)JA京都中央大原野支店 コース:集合場所⇒大原野神社⇒勝持寺⇒解散場所 定員:60名	—	西京区役所 洛西支所
らくさい健康長寿プロジェクト	誰もが年齢を重ねてもいきいきと活動し、地域の担い手として活躍できるまちづくりを目指し、「らくさい健康長寿プロジェクト」に取組む。今年度は、急速に進む高齢化に向けて、主にフレイル(健康と要介護の中間の状態)予防の普及啓発や生活習慣改善の実践につながる事業を実施し、これらの周知及び参加促進を図るため、スタンプラリーを実施する。地域の団体や企業、高齢サポート等の関係機関、地域住民と協力して取り組んでいく。 【主な取組予定】 ①スタンプラリー(洛西支所・西京区役所や関係機関が実施する健康づくりに関する事業やイベントに参加し、スタンプを集めて景品交換) ②講演会(テーマ:フレイル予防) ③健康づくりフェスタ(地域の商業施設にて開催予定) ④その他(竹エクスサイズ、ウォーキングラリー、健康ダンス教室、食育セミナー、お口の健口教室等の事業において、フレイルの普及啓発を行う)	令和2年度は、住民がいつまでも健康で生きがいを持ち、自立した生活を送ることができるよう、フレイル(健康と要介護の中間の状態)対策に主眼を置いたシニアスクール(仮称)の開校や、地域でフレイル予防を実践する支援者の養成などにより、健康づくりと社会参加を促進し、住民と共に継続的にフレイル予防に取り組む仕組みを作る。 【主な取組】 ①スタンプラリー(5月18日～令和3年3月26日)洛西支所・西京区役所や関係機関が実施する健康づくりに関する事業やイベントに参加し、スタンプを集めて景品交換 ⇒感染症予防の実践や外出自粛中でも取り組める目標を設定、実行することでスタンプを集めることできるルールに変更した。 ②セカンドライフ健康大学(仮称)の開校 ⇒中止(年度当初に開催を見直し) ③健康づくりフェスタinラクセース(11月21日) ⇒新型コロナウイルス感染拡大のため延期となり開催方法を見直し、洛西支所大会議室で「健康測定&アドバイス」を開催予定(令和3年3月9日:完全予約制) ④フレイル予防実践研修(仮称) ⇒中止(年度当初に開催を見直し) ⑤RCV京都、介護予防推進センター等の関係機関と連携し、コロナ禍でも実践できる「健康づくり・フレイル予防・感染症予防」についての普及啓発番組を制作し、放映をした(年間10本)。 ⑥フレイル予防実践講座「認知症とお口の意外な関係」(令和3年2月2日) ⇒新型コロナウイルス感染拡大のため中止 ⑦新型コロナウイルス感染症など感染症対策についての出前教室 ⇒健康長寿サロン、介護保険事業所、区社協等から依頼を受け実施 ⑧その他(ウォーキング講座、食育セミナー等を感染予防対策を講じながら実施)	令和3年度は、ウイズコロナ社会において、住民がいつまでも健康で人とのつながりを保ち、自立した生活を送ることができるよう、フレイル(健康と要介護の中間の状態)対策に主眼を置いた「セカンドライフ健康塾(仮称)」の開校や、地域でフレイル予防を実践する支援者の養成等により、健康づくりと社会参加を促進し、住民と共に継続的にフレイル予防に取り組む。 【主な取組予定】 ①らくさい健康長寿プロジェクト スタンプラリー(5月～) ②セカンドライフ健康塾(仮称)(5～6回シリーズ) ③フレイル予防・感染症予防研修会 (保健委員、学区社協会員、民生児童委員、老人福祉員、食育指導員、健康づくりサポーター、筋トレボランティアなど地域で高齢者に関わる支援者に対しフレイルチェックなどの研修会を実施) ⑤フレイル予防・感染症予防教室(出前) ⑥フレイル予防実践講座「認知症とお口の意外な関係」 ⑦その他フレイル予防の実践につながる事業(ウォーキング講座、食育セミナーなど)を開催	洛西支所

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
木のぬくもりが育てる「洛西子どもはぐくみプロジェクト」	支所1階の子育て支援スペース「らくさい きのひろば」にて、京都市交流促進・まちづくりプラザの「親子の遊び場ガタゴト(GATAGOTO)」との連携検討のほか、子育て中の保護者が交流できる座談会などを実施する。	支所1階の子育て支援スペース「らくさい きのひろば」において、地域と連携した子育てイベント及び子育て講座を定期的開催し、地域の子育て環境の充実を図った。 ○えほんとふれあおう！ 日程:毎月第2木曜日10時～11時30分、第4木曜日午後2時～午後3時30分 主催:洛西読み聞かせの会 協力:京都市洛西図書館 定員:親子5組 ○ぐんぐん☆ぶらす 日程:毎月第2月曜日(※月により日程変更あり。) 共催:基幹ステーション(洛西地域の児童館、京都市久世保育所) 定員:親子5組 ○ま〜ぶりんぐ in らくさい きのひろば 日程:毎月第3木曜日(※8月と3月は休み) 主催:つどいの広場ま〜ぶりんぐ 定員:親子4組 ○赤ちゃんからの絵本とコンサート 日時:10月24日(土)午前11時～正午 主催:京都市洛西図書館 内容:京都市立芸術大学の学生によるヴァイオリン・コントラバスの演奏、図書館司書による絵本の読み聞かせ等 定員:親子10組 ○木のぬくもり子育て講座 日程及び内容: ・10月26日(月)「目指せ！おむつ卒業♪トイレトレーニング講座」 ・11月30日(月)「いつもの歯みがきにプラスひと工夫！元気なお口はぐくみ講座」 ・12月15日(火)「なんでもモグモグ食べられてますか？「食」のお悩み解決☆講座」 ・1月26日(火)「子育ては「まあいいか！」が合言葉♪子どものほめ方・しかり方講座」 ・2月26日(金)「イヤイヤ期を乗り切るヒントを学ぼう！親子のコミュニケーション講座」 ・3月23日(火)「ヒヤッとしたことはありませんか？乳幼児のおうち事故予防講座」 主催:西京区役所洛西支所 定員:各回親子5組	支所1階の子育て支援スペース「らくさい きのひろば」にて、京都市交流促進・まちづくりプラザの「親子の遊び場ガタゴト(GATAGOTO)」との連携検討のほか、子育て中の保護者が交流できる座談会などを実施する。	洛西支所
たけっこぐんぐんプロジェクト	民生児童委員など子育て応援者と関係機関が協働し。親子が遊びに行ける場所や行事、医療機関、応急手当などを掲載した「らくさい子育て情報マップ」の普及、同マップを活用し児童館等での様々な行事(食育、発育のセミナーなど)をつなぐスタンプラリー、親子の交流の集いの開催など、地域ぐるみの子育て支援に取り組む。	10月1日から12月25日まで協力機関などで行われる子育て支援事業を巡る「らくさい親子はぐくみスタンプラリー2020」を開催した(達成者延べ73名)。また、11月16日に「ぐんぐん♡ぶち〜みんなおいでよin洛西〜」を開催した(参加8組)。	引き続きスタンプラリー等の企画を実施することにより、地域ぐるみの子育て支援を更にすすめていく。	洛西支所
はじめての健康ダンス教室〜ヒップホップダンスで認知症予防〜(8回シリーズ)&ダンスリーダー養成講座	【目的】 運動効果が高く、かつ楽しく、継続しやすいヒップホップの要素を取り入れた健康ダンスを通じて運動習慣を身に付ける契機として、30年度に引き続き「健康ダンス教室」を開催する。認知症予防やストレス軽減に効果が期待されるプログラムを実施し、効果の確認のため認知機能に関する測定検査を行う。これにより、健康づくりや介護予防のために運動を習慣づけることの大切さをより多くの人に知ってもらい、参加者の中からダンスの楽しさや運動することの楽しさを地域で広めてくれるダンスリーダーの育成につなげる。 【内容】 60歳以上を対象に、全8回の開催。(うち2回、認知機能に関する測定検査を実施。)認知機能測定が無い回には、健康づくりやフレイルに関する情報提供や、教室終了後に地域で自主的に健康づくりに取り組むグループが立ち上がるような仲間作りの機会の提供を予定している。 ※協力:日本ストリートダンススタジオ協会、奈良県立医科大学老年看護学講座(共同研究プログラム)	事業としては廃止。平成30年度、令和元年度の教室参加者のダンスリーダーを中心に取り組む、地域の自主グループ活動を支援していく。 ⇒新型コロナウイルス感染症の影響により、活動休止中(活動していた施設の部屋の貸出が休止されており、再開時期は未定)	—	洛西支所
健康づくりフェスタ in ラクセース	【目的】 自分自身の健康状態を知り、生活習慣を見直したり、継続して運動をすることで自立した生活を送ることができることを啓発するため、区民が集まるラクセースに会場を設けフェスタを開催する。 【内容】 健康チェックやウォーキング測定、竹エクササイズの体験、フレイルに関する講話、食育に関する展示(地産地消の観点から、大原野産の旬の野菜の魅力を伝える)、感染予防に関する展示など。	健康づくりフェスタinラクセース(11月21日区民ふれあいまつりと同日開催) 自分自身の健康状態を知り、生活習慣を見直し、健康づくりにつながる行動に取り組む機会とするため、区民が集まる商業施設等で、「健康づくりフェスタ」を開催する。若い世代にも参加していただくため、区民まつりと同日開催とし、より多くの方に参加してもらえる取組とする。 【内容】 フレイル予防の普及啓発、骨密度測定などの健康チェック、食育に関する展示(地産地消の観点から、大原野産の旬の野菜の魅力を伝える)、感染予防、がん予防、禁煙に関する情報展示など。 ⇒新型コロナウイルス感染拡大のため延期。開催方法を見直し、洛西支所大会議室で「健康測定&アドバイス」を開催予定(令和3年3月9日:完全予約制)	令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントの開催はできないが、洛西支所大会議室を使用し、完全予約制の「健康測定」を実施予定。	洛西支所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
フレイル予防についての講演会	【目的】 急速に高齢化が進行する洛西において、住民がいつまでも健康で自立した生活を送り続けるためには、地域全体で継続したフレイル(健康と要介護状態の中間の状態)対策に取り組んでいく必要がある。 その一環として、フレイルとは、早期に自分の心身状態に気付き、適切な行動をとると、再び健康に戻るができる「可逆性のある時期」であることや、フレイルの状態になることを予防するために日常生活の中で心掛けが必要な事項等を広く知ってもらい、理解を深める機会とする。 【内容】 フレイルに関する医師等による講話	令和2年度も、フレイル予防に関する啓発を継続するとともに、より実践的な講座や地域の高齢者に関わる支援者向け研修を実施する。 ⇒新型コロナウイルス感染症対策のため、年度当初に開催を見直した。研修会は開催できなかったが、スタンブラリーやRCV京都と連携した番組を制作など、フレイル予防の普及啓発に取り組んだ。	—	洛西支所
食育セミナー	区民一人一人が多様な「食」の情報の中から適切に判断・選択する力を身につけ、自ら望ましい食生活を実践できるようになることを目的として、保健福祉センター又は地域において、食育に関する講話や調理実習を行う。「フレイル予防」、「地元大原野野菜の積極的活用」を、洛西支所における独自テーマとして展開する。	・新型コロナウイルス感染症の影響を受け、全市統一企画テーマでの実施を中止した。 ・新型コロナウイルス感染症の影響を受け、調理実習を伴わない、講話のみの食育セミナーを実施した。 ・テーマは、西京区役所と共通(節塩、大原野野菜を知る)で開催。 ・参加者の興味を引くために、講話だけでなく、塩分測定や、前日に摂取した野菜の重量測定を組み合わせるなどの工夫をした。 ・「大原野野菜を知る」では、地元の農業会員を講師に招いた。 令和元年度に作成した「西山・大原野ごはん」(レシピ集)を紹介、配布するとともに、フレイル予防や地産地消についても、積極的に周知した。 ・骨密度測定を組み合わせた講話や、バッククッキング(調理実習)を取り入れたフレイル予防の食育セミナーも開催予定だったが、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、すべて、中止した。 ・「西山・大原野ごはん」(レシピ集)の改訂版を増刷した。	・食育推進事業をはじめとした、健康づくり事業やフレイル予防事業において、「西山・大原野ごはん」(レシピ集)の紹介や配布、活用を広く行う。 ・新型コロナウイルス感染症予防対策を講じた上で、小学生および地域団体対象の調理実習を伴う食育セミナーを実施する。 ・調理実習を行う際は、地産地消を意識し、地元大原野地域の野菜を積極的に購入する。 ・全市統一企画で、「野菜の摂取量増加」や「適塩」をテーマに実施する。 ・「セカンドライフ健康塾(仮称)」の一環として、男性を対象に、フレイル予防やバランスのとれた食生活について啓発をする。	洛西支所
健康標語ステッカー事業	区民に健康標語を考えてもらうことで、「健康づくり」がより身近な自分事としてとらえられることを目的として実施する。 また、区内各所において、健康づくりに関する標語(ステッカー)を掲示し、健康標語を目にする機会を提供することで、健康づくりに無関心な区民も身近な場所で健康づくりの話題に触れ、関心を持ったり、取り組み始めるきっかけ作りとなるように、伏見区全体の健康度アップに寄与することを目指す。	令和2度中に伏見区役所内各所に掲示する予定であったが、新型コロナウイルス感染症に関する掲示物が掲示されている中で、外出した際の手洗い等の内容のステッカーを貼付するのはコロナ時代と合わないという理由のもと掲示をしなかった。そのため、区役所来庁者に自宅で掲示し、自身や家族の健康づくりに役立ててもらえるよう、窓口で配架した。	—	伏見区役所
地域が協働して取り組む健康づくり	地域の関係機関や地域役員等が主催する取組等において、主に健康づくりの面から情報提供やイベント企画などで連携する。	新型コロナウイルス感染症の影響で、地域でのイベント開催自体が難しく、健康づくりの普及啓発の機会も限られていたが、地域からの依頼に応じ、出前教室を3つの団体に対し実施できた。	地域の関係機関や地域役員等が主催する取組等において、主に健康づくりの面から情報提供やイベント企画などで連携し、普及啓発を行う。	伏見区役所
はじめよう理想のからだづくりセミナー	○区民提案・共汗型まちづくり事業 若い世代が健康的な生活習慣について学び、自身の生活に役立てられる機会をつくる。 ・伏見区の健康課題(生活習慣改善、がん予防、自殺予防、禁煙・受動喫煙防止)に応じた健康に関するミニ講話 ・フィットネスインストラクターによる運動実技・講話 ・骨密度測定、血管年齢測定、からだ年齢測定、健康情報展示ブースによる普及啓発 等	新型コロナウイルス感染症の影響で、当初の5〜7月開催予定を1月に変更していたが、緊急事態宣言発令により実施できなかった。申込のあった37名に対し、自宅での実践に役立ててもらえる運動等の動画をYouTubeで配信(令和3年3月予定)。	若い世代が健康的な生活習慣について学び、自身の生活に役立て、自主的な継続につながる機会を提供できるよう、教室を開催する。Zoomを利用した教室開催等、コロナ禍において柔軟な教室開催を目指す。	伏見区役所
ふしみを歩こう会	区役所で開催する健康づくり事業の参加者等が、様々な知識を得るだけではなく、日常生活での実践につなげていくことを目的に、その1つのツールであるウォーキングの習慣化を促す目的で開催する。また、参加者の自主グループ化を促し、彼らが自主的に活動できるよう支援する。	年間2回開催予定であったが、新型コロナウイルス感染症の影響で1回のみの実施となった(7名参加)。健康づくりサポーターが当教室の運営にも積極的にに関わり、自身が運営するウォーキングの紹介等も行うことができた。	—	伏見区役所
地域の医療機関と連携した健康づくりプロジェクト	医療機関の理学療法士等の専門スタッフと連携し、健康教室の開催や、個別の体力測定・運動指導の機会を提供することで、身近な相談先として地域の医療機関と区民とをつなぎ、区民の自主的な健康づくりの取組の継続を支援する。	新型コロナウイルス感染症の影響もあり、地域住民に向けた健康づくり事業の発信自体が困難であった。地域の医療機関と区民とのつながりのつながりを保つ機会として、今年度は、当課の開催する健康教室に講師として参加してもらった。	—	伏見区役所
集団健康教育(健活スタートセミナー)	伏見区民を対象に、健康づくりに取り組むきっかけを作ること、生活習慣病をテーマとした様々な内容における健康情報を発信していくことをめざし、「健活スタートセミナー」実施する。	健康づくりに取り組むきっかけづくりとして、「骨粗しょう症予防」「糖尿病予防」をテーマとした教室を開催予定であったが、新型コロナウイルス感染症の影響で、「骨粗しょう症予防」の教室のみの開催となった(14名参加)。	京都市の重点取組項目である「糖尿病予防」の教室や、「フレイル予防」の教室を実施する予定。	伏見区役所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
出前教室(①保健福祉センター主導型, ②自主グループ主導型) ※主となる対象を, ①については20～40歳代の壮年期・中年期層, ②については60歳代以降の高年期層とする	①自らの健康づくりの重要性に目を向けにくい壮年期・中年期層(子育て世代や働き盛りの世代)に対しては, 関係機関の協力を得ながら積極的に地域へ出向くなど, 様々な機会をとらえた中で健康情報を発信することで, 健康づくりに取り組むきっかけづくりを提供していく。 ②地域で自主的に健康づくりに取り組む団体からの依頼に応じて, 教室後も自主的に健康づくりに取り組んでいくためのひとつの機会として出前教室を実施する。	①については, 令和元年度末に児童館に周知したことで, 新たな児童館からの依頼もあり, 新型コロナウイルス感染症の影響で中止となった教室もあったが, 6回(参加者延68名)実施できた。 ②については, 地域からの依頼で3回(参加者延21名)実施。その他, 大学生を対象とした教室依頼もあり1回(21名参加)実施。	①については, 既存の場(子育てサロンや児童館の集まり, 区役所開催の離乳食講習会等)を活用した教室を開催していく。Zoomを利用した教室開催等, コロナ禍において柔軟な教室開催を目指す。 ②については, 令和2年度と同様, 地域で自主的に健康づくりを継続してもらうための支援として, 依頼に応じて実施する。	伏見区役所
思春期教室	①区内公立中学校において, 「性感染症の話」「妊娠・出産・育児について」の講話と体験学習(妊婦体験・赤ちゃん抱っこ体験)の実践を行う。 ②思春期を対象に健康づくりの基本, 性感染症の予防, 妊娠・親になることの正しい知識を伝えることにより, 自分を大切にすること, 命の大切さを理解することをねらいとする。 ③区内中学校教員とも顔が見える関係を築くことで, 要保護児童等や気になる世帯についての連携についても連携がスムーズになると考えられる。	・中学校4校(うち1校はzoomで実施)・中学校育成学級1校で実施。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため, 定時制高校は中止となる。 ・学校の特色に応じて内容を検討し, 教室実施のねらいが達成できるよう工夫をした。 ・青少年活動センターや健康長寿推進課職員の参加により教室の内容を充実させることができた。	・引き続き, 管内の中学校・高等学校及び青少年活動センター等と連携し, 新型コロナ感染症の感染予防を踏まえた実施方法に見直し, 継続実施する。 ・更に, 地域の産婦人科の助産師等との連携や体験学習を促進させる教材の導入により実施内容を充実させ, 中学生に地域で子どもを産み育てる具体的なイメージを持たせる。	伏見区役所
ママと赤ちゃんのほっこりタイム	産後相談交流事業 ①赤ちゃん訪問でEPDS9点以上や育児負担がある母子, 育児状況により継続した支援が必要であると思われる母子等を対象に相談・交流を実施する。 ②4か月健診までの産後初期における母乳や育児手技, 育児不安に関する相談に助産師や保健師が応じるとともに母親同士で情報交換をする。 ③希望者は児の体重測定を行う。	・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため4月・5月は休止。 ・53人の母に参加勧奨し, 27人が参加。(12月末現在) ・元年度から, 西部地域の対象者の参加促進のため, 伏見区役所と神川出張所で隔月開催しているが, 伏見区役所では平均6.7組が参加しているが, 神川出張所は平均1.3組であり参加が少ない。	・参加対象の月齢を広げ, 伏見区役所と神川出張所で開催し, 産後のケアと参加者相互の交流促進を図る。 ・児童館等と連携し, 対象者が地域の子育て支援ネットワークにつながるができるよう取組を強化する。	伏見区役所
親子の健康づくり教室	地域児童館, 保育園, 子育てサロンからの親子の健康づくり講座(出張型)依頼も増え, 29年度 10回, 30年度は現在まで18回実施することができた。依頼も急増している。 区役所へ来所しにくい世帯の支援を検討することにより, 必要な方への支援に手が届くようになるのではないかと考えられる。既存の事業の中での工夫や, ネットワークを利用した計画を立てることで, 地域や関係機関とのつながりも深まると考えられる。 実施依頼のなかった地域での出前教室開催も視野にいれ, 活動を展開する。	・新型コロナ感染のためか依頼が減少し, 4回実施(令和3年1月末現在)	・各地域のネットワークと連携し, それぞれの地域の特色を把握して, 出張型の講座を必要とする地域への派遣に引き続き取り組む。	伏見区役所
伏見区民ふれあい事業	区民相互の交流とふれあいを深め, 地域に対する愛着の高揚を図るため, 各種イベントを開催する。その一部のコーナーで健康づくりの活動発表, 普及啓発等を行う。	【伏見ふれあいプラザ2020】 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため, 開催を中止 日時:9月6日(日)午前10時～午後3時 場所:京都パルスプラザ	【伏見ふれあいプラザ2021】 日時:9月5日(日)午前10時～午後3時(予定) 場所:京都パルスプラザ	伏見区役所 深草支所 醍醐支所
リーフレットを活用した「深草吉兆くん体操」の普及啓発	平成30年度に発行した深草支所の健康づくりサポーター(伏見健康サポートクラブ)が行うオリジナル体操「深草吉兆くん体操」のリーフレットを健康教室等で活用し, 住民の継続した運動習慣を後押しする。	令和元年度に引き続き, 毎月第1月曜日に伏見健康サポートクラブによる深草吉兆くん体操を実施し, 体操の普及啓発を図った。(新型コロナ対策のため, 5月, 6月, 令和3年1月, 2月, 3月は中止) また, 健康づくりサポーター養成講座(11月開催), 鴨川運河会議主催の高松橋ひろばにおけるイベント(10月)においても, 伏見健康サポートクラブの協力によりリーフレットを配布, 活用し, 体操を行い普及啓発を行った。 新型コロナ対策のためウォーキングイベント(3月)は中止となった。	深草支所コミュニティースペースにおいて, 毎月第1月曜日に伏見健康サポートクラブによる深草吉兆くん体操を実施し, 体操の普及啓発を図る。 また, ウォーキングイベント(10月)や健康づくりサポーター養成講座(11月, 2回開催), 鴨川運河会議主催の高松橋ひろばにおけるイベントにおいても, 伏見健康サポートクラブの協力によりリーフレットを配布, 活用し, 体操を行い普及啓発を行う。	深草支所
「ふかくさ春夏秋冬健康レシピ」の普及啓発	平成30年度に発行した深草で採れる旬の野菜を使った健康レシピに掲載しているメニューを食育セミナー等で取り入れて食を通じた健康づくりを進める。	健康づくりの基本である適切な食習慣について, 気軽に実践してもらうためのツールとして, 普及啓発を図ってきた。住民から好評であり, 令和2年度においては「ふかくさ春夏秋冬健康レシピ Part II」として改訂版を作成するとともに, 地域の事業者の協力を得て, 更なる健康づくり事業として展開した。	令和2年度に引き続き健康づくりの基本である適切な食習慣について, 気軽に実践してもらうためのツールとして, 普及啓発を図る。令和2年度に作成した改訂版をさらに増刷し, 地域の事業者の協力を得て, 更なる健康づくり事業として展開していく。	深草支所
平成31年度～令和3年度の重点取組事項(糖尿病発症予防・禁煙支援)の取組	平成31年度～令和3年度の重点取組事項として定められている, 糖尿病発症予防及び禁煙支援の取組を行う。 (1)糖尿病発症予防教室 医師の講話他4回実施 (2)禁煙支援(2回実施) 地域包括支援センターをはじめとした地域組織との共催による地域の健康づくり関連啓発の取組において, 参加する地域住民への短時間禁煙支援を実施する。	令和2年度においても重点取組事項として定められている, 糖尿病発症予防及び禁煙支援の取組を行った。 (1)糖尿病発症予防講座 ①11月5日 医師の講話(血管年齢測定は実施せず。) ②12月2日 歯科医師の講話 ③中止 管理栄養士の講話と健康運動指導士の運動 ④中止 管理栄養士の調理実習 (2)禁煙支援 特定健康診査(集団健診)が中止となったため実施せず。	令和3年度の重点取組事項として定められている, 糖尿病発症予防及び禁煙支援の取組を行う。 (1)糖尿病発症予防教室(4回実施) ①医師の講話, 血管年齢測定 ②歯科医師の講話 ③管理栄養士の講話と健康運動指導士の運動 ④管理栄養士の調理実習 (2)禁煙支援(2回実施) 地域包括支援センターをはじめとした地域組織との共催による地域の健康づくり関連啓発の取組において, 参加する地域住民への短時間禁煙支援を実施する。	深草支所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
3歳児健診に来所する保護者を対象にした乳がんの予防啓発	3歳児健診に来所の保護者対象に、乳がん視触診モデルを用いて若い世代への乳がんの早期発見の啓発に取り組む。	令和2年度においても重点取組項目として定められている健(検)診の受診率向上の取組について、引き続き3歳児健診に来所する保護者に向けて、乳がん予防啓発お風呂シートの配布により啓発に取り組んだ。 新型コロナウイルス対策のため乳がん視触診モデルの使用やミニ講話は中止とした。また、地域に出向く取組として)墨染まちとくらしセンターでの取組も中止とした。	3歳児健診に来所する保護者等への取組として、乳がん啓発月間の10月と、女性の健康週間を含む3月を普及啓発強化月間と位置づけ、授乳期を終えた3歳児健診に来所する保護者を対象に実施する。 また、啓発の対象を拡大し、深草支所管内の小学校において就学児童の保護者を対象にお風呂シートの配布などにより予防啓発に取り組む。	深草支所
深草まるごと健康フェスティバル	深草支所管内在住の方に、自分たちの住む地域の地域課題について知る機会を設け、その予防や改善に主体的に取り組んでいただくことを目的として、地域団体や関係機関と連携したイベントを開催するとともに、地域に出向いた健康づくり教室を実施し、深草支所管内全体で健康づくりに取り組む。	深草まるごと健康フェスティバル関連事業として、地域団体や関係機関と連携したイベントや地域に出向いた健康づくり教室を実施することとしていたが、新型コロナウイルス感染症対策のため中止となり、2月17日開催の予定であった深草まるごと健康フェスティバルも中止となった。	—	深草支所
地域における健康づくり事業に対する協力	深草支所管内では、保健協議会や学区社会福祉協議会をはじめ様々な団体が独自で健康づくり事業を実施しており、保健福祉センターに出前教室等の協力依頼があった際に協力を行っていく。 また、地域においてラジオ体操に取り組む団体が複数あり、参加者用スタンプ帳を作成し、希望する団体に配布し、健康づくりの機運を高める取組を行う。	公園体操などの活動を行っている地域の自主グループに対しては、コロナ禍での実施についての助言や相談を受けるなどの支援を行った。 深草学区社協主催のすこやか学級においては、フレイル予防についての啓発を9回(10月～11月)、新型コロナウイルス感染症予防についての啓発を3回(12月～1月)行い、京都ダルクにおいても感染症に関する啓発を行った。(10月) また深草中部地域包括支援センターが主催の、家族介護をしている人々の交流会である「ホッとしましよの会」において、骨密度測定機器と血管年齢測定機器を提供し、参加者に測定してもらうことで、自分自身の健康づくりについての意識付けを行った。	令和2年度に引き続き、学区社会福祉協議会や自主活動グループをはじめとする様々な団体が独自に実施する健康づくり事業において、保健福祉センターに出前教室等の協力依頼があった際に協力をを行い、健康づくりの機運を高める取組を行う。 令和3年度には、龍谷大学のSDGsに関する取組みの一つである食をテーマとした地域における取組みと連携し、レシピづくり等に協力する。 また、地域への食育関連の啓発の取組として、令和2年度に「ふかくさ春夏秋冬健康レシピPartⅡ」2,000部を新たに作成し、令和3年度にはさらに2,000部の増刷を行う。	深草支所
大学との連携による食育事業「キラッと輝く！10年後・20年後を迎えるために」	壮年期を見据えた男性の肥満予防、若い女性のやせの改善及び朝食喫食状況の改善に向け、若いころからの規則正しい生活習慣の重要性や適切な食生活について、体験学習をとおして啓発し、食生活を見直す「きっかけづくり」の場を提供する。 その、体験学習の一環として、骨密度測定や血管年齢測定を実施する。	令和2年度においても、引き続き深草管内の大学との連携による啓発を実施する予定であったが、新型コロナウイルス感染症対策のため、大学でのイベント等が中止となり、当事業も実施していない。	—	深草支所
深草地域ぐるみで健康づくり	深草管内在住の方に、自分たちの住む地域の健康課題について知り、健康づくりや疾病予防に関する情報を収集する機会を設け、健康長寿の実現に向けて主体的に取り組んでいただくことを目的として、地域包括支援センターとの共催で、幅広い年齢層を対象に地域に出向いて健康づくりについての意識付けを行う。	—	体験型、参加型の事業として実施することを基本方針とし、新型コロナウイルス感染症予防対策を徹底しながら、包括支援センターと協働して、墨染まちとくらしセンターや龍谷大学の大学祭など地域に出向いて住民主体で健康づくりに取り組む事業を展開する。	深草支所
深草こころのケア作戦2020	①伏見区こころの健康推進実行委員会で、精神疾患や障害への理解を深め地域ネットワークの充実につながる情報発信を実施する。 ②地域の会議(地域ケア会議・民生児童委員の会議)などに参加し、こころの健康に関する情報を発信、地域の課題を把握し地域のネットワークづくりにつなげる。 (地域で生活する精神障害者の暮らしを支える当課職員と訪問看護師が会議に参加し、病気や生活のしづらさを抱えながら関係者や地域の人とつながって生活されている精神障害者の方々をイメージしてもらい、地域のネットワークづくりを意識してもらう。) ③「ふかふか深草こころまっぷ」で精神保健に関する情報を発信する。 ④深草まるごと健康フェスティバルでこころの健康に関する啓発活動を行う。	①伏見区こころの健康推進実行委員会で、精神疾患や障害への理解を深め地域ネットワークの充実につながる情報発信を実施した。 ②民生児童委員等地域の会議で、こころの健康に関する情報を発信、地域課題を把握し地域ネットワークの充実を図った。 ③「ふかふか深草こころまっぷ」で精神保健に関する情報を発信した。 ④「深草まるごと健康フェスティバル」や地域のイベント等でこころの健康に関する啓発活動を行う。 →新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となった。	令和3年度においても引き続き以下の取組を実施する。 ①伏見区こころの健康推進実行委員会において、精神疾患や障害への理解を深め地域ネットワークの充実につながる情報発信を実施する。 ②民生児童委員等地域の会議で、こころの健康に関する情報を発信、地域課題を把握し地域ネットワークの充実を図る。 ③「ふかふか深草こころまっぷ」で精神保健に関する情報を発信する。 ④「深草まるごと健康フェスティバル」や地域のイベント等で作品展、関係機関の活動紹介等、こころの健康に関する啓発活動を行う。	深草支所
思春期健康教育	【目的】 管内公立中学校において思春期の心身の変化や妊娠・出産及び赤ちゃんのいる生活について学ぶことで、いのちの大切さ、自分も相手も大切にすることを育む機会とする。 【内容】 講義、実習(赤ちゃん人形の抱っこ、妊婦体験)、子育て中の親子との交流会	令和3年1月17日、28日 京都市立深草中学校 3月9日 京都市立藤森中学校	管内中学校の依頼により継続実施。	深草支所
食育指導員との連携による「災害時における非常食講座」	学区防災訓練において、非常時の食料備蓄に係る意識啓発と、手軽にできる防災食の作り方講座を実施する。	防災訓練の内容変更、時間短縮に伴い実施なし。	未実施学区を対象に実施。	醍醐支所
あなたのおそばで「健康教室」	醍醐管内のイベントや各種団体からの依頼に応じ、出張型健康教室等を実施する。	10月26日 食育セミナー 11月 4日 食育セミナー 11月16日 老人福祉センターでミニ講話 11月22日 防災訓練で講話 12月 3日 公園体操参加者にミニ講話 12月 7日 公園体操参加者にミニ講話 12月 9日 公園体操参加者にミニ講話 12月22日 サロンで健康講話	地域からの依頼だけでなく、主体的に出向くなど関係機関と連携しあらゆる機会を捉えて健康づくり情報を発信する。	醍醐支所
短時間で卒煙教室	胸部検診において喫煙者に対し、禁煙のメリットや薬の利用など具体的な方法を伝える。	集団健診が中止のため、集団健診(年2回)受診者から支所の胸部検診(月2回)受診者及びがん検診と併設した胸部検診の受診者に対象を変更して実施。 一般来庁者に向けたパネル展示を実施。	対象者は令和2年度と同様とし、胸部検診での受診勧奨を積極的に行う。胸部検診の実施回数を増回する。その機会を捉えて、禁煙指導・啓発を行う。	醍醐支所

各区等における令和2年度取組実績及び令和3年度取組予定について

資料 5-③

事業名	事業概要	令和2年度取組実績(予定含む)	令和3年度取組予定	所管区・支所
おいでやすいいきき応援ひろば	公営住宅が多く、高齢者(独居者含む)や障害を抱える方が多数居住している醍醐南部地域における住民の健康増進を図ることを目的として、多くの人々が買い物等で利用する地域の商業施設において健康情報や介護予防等の情報を広く発信するほか、各種測定、介護予防体操等を実施する。(地域包括支援センターと協同実施)	令和3年2月に小規模で非接触でも実施できるウォーキングラリー形式のパネル展を予定していたが、緊急事態宣言を受け中止。	健康づくりと介護予防への意識を高めるため、買い物ついでに立ち寄れる商業施設で健康情報を発信する。小規模で、非接触なウォーキングラリー形式のパネル展や屋外での体操教室などコロナ禍でも開催できる方法で年2回程度を開催予定。	醍醐支所
社会的孤立を防ぎ住民同士の健康と絆を深める大作戦(絆を深める健康づくり事業)	高齢者(独居者含む)や障害者といった保健福祉ニーズが高い住民が多い石田学区については、学区社協も存在せず、住民同士の横のつながりも希薄である。このことから同学区において高齢者等が定期的に交流する場を設け、住民同士支え合える環境を作ると同時に、参加者が自身の健康への意識を高めることで介護予防を目指す。事業実施に際しては、民生委員や各団地の会長、地域包括支援センター、京都橋大学健康科学部等と協働して、団地内の集会所にて月1回開催する。	4月～2月 休会 コロナ禍で令和2年3月から休会としていた。緊急事態宣言が発令し、高齢者の参加者や関係機関従事者の感染が危惧され同様にプログラム内容では再開することができなかった。休会中はこれまでの参加者に健康情報を発信した。再開に向けて、感染対策やプログラム内容等についての話し合いを行った。 令和3年3月 再開予定	ミニ講話と体操をパッケージ化する等、簡素化したプログラムで事業展開する。 石田学区以外の公営住宅でも既存の集まりを活用して健康情報の発信と孤立防止への取組を行う。	醍醐支所
歯っぴースマイル大作戦(関係機関との協働でう歯予防など歯科口腔保健知識の普及啓発)	醍醐地域は平成29年度実績で3歳児健診のう歯罹患率19.9%3歳児健診時フッ化物歯面塗布券利用率26.0%市内でもワースト1の状態である。7～8割が就園しており、京都市内で就園率は1番高い。このためイベントおよび保育園でのう歯予防に取り組み、親世代も含め全世代に対し歯科口腔保健に対する意識を高めていくことを目的に啓発活動を実施する。 具体的な取組としては「だいいっこ絵画展」開催中に来場者の親子と買い物客をターゲットに、歯科健康相談、RDテスト、歯磨き指導、フッ化物洗口などを行うほか、管内保育園にも対し、フッ化物洗口の必要性を説明する。また、保育園で適切な歯科保健指導が実施できるよう支援する。 併せて、「おいでやすいいきき応援ひろば」や地域の健康教室などあらゆる機会を利用して、オーラルフレイル予防に対する啓発を実施し予防意識の普及を目指す。	「だいいっこ絵画展」が小中学校の休校の影響で授業時間が不足したことから中止となり、開催期間中に同時開催していた本事業も中止となった。 フッ化物洗口未実施保育園への説明を行う予定であったが、緊急事態宣言中となり延期となった。	「だいいっこ絵画展」開催中に開催予定。感染対策を徹底し、非接触で密にならないよう内容を工夫して実施。 未実施保育園等へのフッ化物洗口実施に向けた説明を行う。	醍醐支所
生活習慣病予防教室	市民が糖尿病の発症予防行動がとれるように予防教室を開催し、生活習慣の改善に向けた動機付けや知識提供を行う。 また、教室終了後の健康づくりサポーター活動(ウォーキンググループ)への参加勧奨を行う。	9月4日 生活習慣病,栄養,歯科保健ついて講話 9月30日 運動について講話と実技,健康づくりサポーターの活動紹介,健康目標立案	地域支え合い活動創出事業とも協働しウォーキングマップを活用した健康づくり事業として共催し、健康づくりサポーター養成事業につなげる。 コロナ禍でも開催できる方法としてオンライン会議システムを併用した教室の開催も検討する。	醍醐支所
思春期健康教育	地域の中学校と子どもはぐくみ室との連携のもと、思春期保健担当講師、助産師、保健師等が学校に出向き、思春期教室を実施する。 醍醐地域は若年出産の割合が全市平均より高く、また婚姻リスク(母子手帳交付時に未入籍等)を有する妊婦も多い。10歳代にとっても、妊娠・出産や性感染症、DV等は身近な問題であり、望まない妊娠を予防するためにも、思春期保健に関する正しい知識の普及や相談先の周知、また生徒が自ら考える力を育むことができるよう支援していく。	令和3年2月4日、2月22日、3月4日、3月10日に管内4中学校全てで思春期教室を実施(予定含む)。新型コロナウイルス感染症の影響を受け、例年2時限分で実施していた講義を、今年度は1時限分に短縮して実施。緊急事態宣言下での開催となった学校については、学校内でオンライン会議システムを用いて講義を実施。 生徒たちが胎内の赤ちゃんの様子や大きさをよりイメージしやすいよう、胎児人形(妊娠3か月、6か月、9か月)を取り入れた。	管内4中学校での開催予定。 ただし、実施学年の引き上げを検討していることにより、3年度のみ休止の可能性のある学校がある。 新型コロナウイルス感染症の影響により、場合によってはオンライン会議システム等、開催・実施方法について学校とともに検討していく。	醍醐支所
妊産婦とその家族の喫煙防止	平成31年度京都市の地域における健康づくり事業重点項目に、「健康増進法改正に係る禁煙支援」が位置づけられたことに伴い、妊産婦とその家族への喫煙防止の取り組みを強化する。 醍醐地域は喫煙率が高く、平成29年度の乳幼児健康診査時における喫煙状況アンケートでは、4か月、1歳6か月、3歳3か月児健診のいずれの健診においても、父母とも、市内で喫煙率が最も高かった。 そこで、出生者の95%以上が受診する乳児健診の機会を活用し、集団指導において産婦やその家族を対象として、視覚的(パワーポイントを使用)に喫煙防止のための情報提供を行う。同様にプレママパパ教室でも情報提供を実施していく。併せて、母子手帳交付時面接や乳幼児健診などの個別指導場面においても、より分かりやすく効果的な動機付けとなるよう、媒体や説明の仕方を工夫し、情報提供を行う。	4か月、8か月児健診が、新型コロナウイルス感染症により集団健診が休止となり、8割以上の方が医療機関で健診を受けている。残りの支所で直営健診を受けられる方については禁煙指導を個別指導の中で実施。 新型コロナウイルス感染症により休止期間が長かった1歳6か月、3歳児健診の指導についても、健診再開後、個別指導で禁煙教育を実施。 醍醐支所で作成した啓発チラシを、母子手帳発行時の妊婦や各乳幼児健診で来所した保護者に配布予定。また、喫煙者がいることを把握できている世帯については、プレママ訪問や赤ちゃん訪問の機会を通じてチラシの手渡しを行う。	対象者に母子手帳発行時の妊婦を加えて実施する。 新型コロナウイルス感染症により乳幼児健診での来所者の滞在時間の短縮が求められることから、健診来所者に醍醐支所で作成したチラシを配布して引き続き卒煙勧奨を行う予定。 啓発チラシについては令和2年度同様の対象者にも渡していく予定。	醍醐支所
アルコールに対する自分の体質を知ろう	アルコール依存症や一気飲み等による中毒死などアルコールに関連した健康問題は大きな社会問題でもあり、若いうちから正しい知識を身に着け、アルコールとの付き合い方を知っておくことは大切なことである。 そのため「醍醐ふれあいプラザ」等の若者を含め多くの人が集まるイベント会場においてアルコール体質試験(パッチテスト)を実施し、体験者に自身の体質を知ってもらうとともに、アルコールに関する知識の普及啓発を進める。	ふれあいプラザ中止に伴い実施せず。	ふれあいプラザ開催時に実施する。その他の機会での実施は新型コロナウイルス感染症の状況に応じて検討する。	醍醐支所