令和7年度　地域における健康づくり事業　基本方針【中京区役所　保健福祉センター】

令和７年１月現在

資料４

中京区・中京区民の現状分析

中京区の概要

・京都市の中心部。バス電車等、交通の便はよく、大学や専門学校が点在する。
・平たんな町並みで歴史的建造物が多い。公園面積は少ないが、区役所の屋上庭園など緑化の取組みが進められている。
・令和３年以降、人口・世帯数は微増しているが、少子化が著明。合計特殊出生率0．94（京都市1・08　全国1・20）
・働く世代の割合が他区に比べて高く、高齢化率は全市で2番目に低い。一方で、単身高齢者の世帯数が増加傾向
・マンション等の共同住宅の割合が、全市で2番目に高い。
・マンションが多くなる中でも元学区ごとの地区組織が守られている。地区組織役員の高齢化、担い手不足の傾向がある。

特定健診 がん検診

・中京区の特定健診の受診率は、全市平均よりも高い。
　一方で、胃がん・大腸がん・子宮がん・前立腺がん検診受診率が全市平均よりも低い。
・運動習慣のある者の割合が全市より低い（中京区の割合は、元年度から４年度にかけ減少し、５年度は上昇に転じている。）
・日常生活の中に1日1時間以上の身体活動（家事や通勤等に伴う活動）を取り入れている者の割合が全市平均より高い。
・女性のやせの割合が全市と比べ高い（75 歳以上ワースト3位）
・朝食の欠食割合が全市と比べ高い。
・貧血と言われたことのある者の割合が全市より高い。

死因別標準化死亡比 SMR

・悪性新生物（胃）（大腸）（気管・気管支及び肺）が全市と比べて高く、特に女性は高率
・男女とも脳内出血・心不全などの循環器疾患の割合も高い

はぐくみ室 地区診断

・転出入率が全市と比べ高い
・世帯人員数が全市と比べて低い
・出生数減少、母子手帳発行数減少

こころの健康 実績・窓口等

・中京区の精神保健福祉手帳の所持者数が令和６年３月末で1,564 件。平成 31 年.3 月末(1,107 件)と比較すると、41.3%増加している。前年と比較しても 100 件の増加
・全市の自殺者数も241人（R4　223 人）減少傾向から微増
・ひきこもり等相談実績16件
　高齢孤立6件（37%）　8050　6件（37%）　その他精神疾患等の病気疑い事例

感染症

・中京区の結核罹患率　R5：5．4（全市10．7）　R6：15．3（暫定値）
　高齢者が多くを占める一方、外国人在留者（特に若年）の患者増加
　コロナで落ち込んでいた胸部検診の受診者数
　　→回復傾向　R6精検対象からの結核患者発見２例（中京区）
・日本語教育機関数市内最多　調査・接触者健診対応　R5～6年で3校
・性感染症：全市的に梅毒患者が増加

健康課題とその対応策

区民の運動不足
⇒ロコモティブシンドローム（運動器の機能低下）
⇒サルコペニア（筋肉量減少）
⇒フレイル（虚弱化）
やせ⇒低栄養

糖尿病、メタボなど生活習慣病のリスク大
骨粗しょう症
各種がん

単身世帯（高齢者）の孤立・孤独
⇒認知症、精神疾患リスク
ひきこもり、8050 問題
⇒早期発見・医療、介護連携

子育て世代には身近に育児協力者が少なく、孤立化により悩みや不安が解消されにくい
⇒母子の健全な育成が損なわれる恐れ

精神疾患・障害に関わるスティグマの存在により、地域で孤立
ひきこもり、8050 問題
こころの健康に関心を持ち、見守りのできる地域づくりが必要

胸部検診受診率を上げる。
結核罹患率 8.0 以下を目指す＜第4次京都市指針（R9 まで）目標値＞
感染症予防の推進

今年度の重点取組項目

健康づくりサポーターや介護予防推進センター等と行うロコモ・フレイル予防啓発
企業（明治安田）との健活 PJ

ウォーキングイベント
ウォーキングマップの周知
ロコモ予防
みつばち体操
出前教室
健活 PJ

大学等と連携し、青年期から高齢期までを対象とした楽しみながら健康づくりに取り組める教室
がん検診・特定健診等の啓発

糖尿病予防教室（全3回）
骨粗しょう症予防への取組
（青年期・働く世代・高齢期）
健康長寿フォーラム
朝ごはんと健康づくり
大学生への歯科検診

重層的支援体制の推進
地域包括ケアシステムの推進
（認知症高齢者支援等）

地域包括支援センター、認知症連携の会、介護予防推進センター、在宅医療介護連携支援センター、ひきこもり相談窓口等との連携

保健師、保育士、管理栄養士、歯科衛生士、助産師等が各学区の「きっずぱぁく」及び児童館や図書館に出向き、子どもの発育や保護者の健康相談等を実施
事業周知により「きっずぱぁく」や児童館の利用の橋渡し、地域デビューへの応援

「きっずぱぁく」及び児童館・図書館への出張健康相談
情報発信　子育て支援ポータルサイト（はぐくーも KYOTO）「はぐくみだより」等ホームページ発信

精神障害等に関する正しい理解を深め、幅広い支援の環境づくり
自殺予防の普及啓発

・健康教室や区民ふれあいまつり等での正しい知識の普及啓発
・パネル展示や物品販売、ネットワーク通信を通じて、精神疾患・障害のある人を知る、交流の場の提供

胸部検診周知による結核早期発見・蔓延防止
ターゲット層に応じた関係機関との連携強化

胸部検診・結核啓発
・特定健診と関連付けた医療機関・歯科医院への受診勧奨依頼
・生保世帯への個別周知
・日本語学校との関係づくり
HIV・性感染症（区独自取組）
・無料検査最寄り駅・商業施設での啓発（独自うちわの制作）
・大学・専門学校・図書館等　新規連携

目標・年次計画・効果等　（___下線 新規）

●【重点】糖尿病発症予防に向けた取組
●【重点】骨粗しょう予防に向けた取組
・フレイルやロコモ予防に向けた取組
・運動習慣のある者・日常生活での身体活動実施者の割合を増やす
・朝食の喫食率を上げる
・特定健診の受診率を上げる
●がん予防対策
・胸部（結核・肺がん）検診・その他がん検診の受診率を上げる

５月　大学生を対象とした歯科からはじめる健康づくり
６月　サポーター養成講座
７月　働く世代対象　骨密度測定会
７月　みつばち冒険隊（はちみつクッキング）
９月～10 月　糖尿病予防教室＜全3回＞
10 月　区民ふれあいまつり
10 月　歩いて健康づくり～プラスせんぽに取り組もう～　測定会
11 月　歩いて健康づくり～プラスせんぽに取り組もう～　講話
11 月　秋のみつばちウォーク
12 月　健康長寿フォーラム
２月　女性のための骨密度測定会
３月　朝ごはんと健康づくり～京の食文化×朝ごはん～

第 2・4 金曜日　みつばち体操（健康づくりサポーター）
サポーターによる地域への出前教室
食育セミナー（野菜、減塩、糖尿、骨、65 歳からの栄養改善他）
年間を通した各種健診周知
４月以降の肺がん検診日（随時）　短時間禁煙指導（COPD 予防）

●子育て孤立化の解消・虐待予防
●「きっずぱぁく」及び児童館、つどいの広場利用促進
「きっずぱぁく」及び児童館や図書館、つどいの広場への保健師、保育士、管理栄養士、歯科衛生士、助産師等専門職の出張相談

●精神障害者への理解を深める
こころ・愛・ふれあいネットワーク活動
５月　全体会議（グループワーク）
10月　ネットワーク通信発行（事業所活動紹介）
10月　区民ふれあいまつり（メンタルヘルスに関する普及啓発）
12月　健康教室、パネル展示（人権週間啓発）、物品販売

●胸部検診受検者　65 歳以上 1,000 人/年を目指す
５月　医療機関・薬局等への啓発　勧奨ポスター制作
７～10 月　利便性の高い検診機会の提供
　　休日健診併設など臨時検診の実施
10 月　生活保護受給者への個別周知
●管内機関と連携した感染症予防啓発
６月 HIV 検査普及週間　12 月世界エイズデー
若者世代へのアプローチ、中小企業等新たな連携先開拓