

## 施策 1 - 1 超高齢社会に対応する健康づくりの推進

### ○健康教育・健康相談

生活習慣病予防や健康増進に関する知識普及のため、保健福祉センター・公民館・集会所などで、40歳以上65歳未満を対象とした健康教育や健康相談を実施

- ・健康教育：9,566人（R 3 年度）→ 19,266人（R 4 年度）
  - ・健康相談：91,799人（R 3 年度）→ 17,508人（R 4 年度）
- ※新型コロナウイルス感染症の影響による

### ○高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施

国保・後期高齢者医療保険、健診、介護保険データを活用し、データ分析による健康課題を抽出し、フレイルリスクが高い対象者への個別訪問（ハイリスクアプローチ）と通いの場などを活用した健康教育・健康相談など（ポピュレーションアプローチ）、高齢者の保健事業と介護予防事業を令和 3 年度より一体的に実施

など

## 施策 1 - 2 生活習慣病対策の推進

### オーラルケア28（にいはち）プロジェクト

28本（親知らずを除く）ある永久歯を生涯健康に保ち、健康寿命の延伸とWell-beingの向上につなげるため、治療よりも予防に重点をおき、世代ごとの特性に応じた取組みを産学官オール福岡で推進

#### 乳幼児期・学齢期向け

##### ◆ポケモンスマイルではみがき大作戦

小学 1 年生向けの歯みがき・定期健診の習慣づけ

##### ◆子どもが集まる場でのオーラルケア

こども食堂、放課後児童クラブへの歯科衛生士派遣

#### 高齢期向け

##### ◆高齢者施設での口腔ケア実践拡大

介護事業者向け研修会実施

##### ◆おいしいオーラルフレイルチェック

アラカンフェスタでの咀嚼力測定

#### 成人期向け

##### ◆各種歯科健診の実施

- ・デンタルチェック18-20 18～20歳を対象とした無料歯科健診
- ・ワンコイン歯科節目健診 自己負担500円の35・40・50・60歳向け歯科節目健診（70歳は無料）
- ・産婦歯科健診 産後 1 年以内の産婦向け無料歯科健診、赤ちゃんの歯の相談

##### ◆bitescan®とガムを活用した咀嚼力アッププロジェクト（令和 4 年度のみ実施）

企業・大学と連携しIoTを活用した咀嚼改善

### 生活習慣改善推進事業

生活習慣病の早期予防のため、生活習慣病のリスクが高いBMI25以上の人を対象に、スポーツクラブにおいて、対象者に合わせた運動・食生活改善の個別支援を実施

施設来館とオンラインの  
ハイブリッドで実施



プログラム作成



個別支援  
（運動・食事）



フィットネス施設  
フリー利用



効果測定

運動の習慣化と  
肥満の改善

生活習慣病の  
予防・改善

### 保険者・医療関係者連携による生活習慣病重症化予防事業

医療保険者や医療関係者と連携して、全ての市民を対象としたCKD（慢性腎臓病）重症化予防の仕組みを構築

#### ◆保険者・医療関係者の連携体制構築

健診や受診勧奨、保健指導を行う医療保険者と、治療等を担う医療関係者が連携して仕組みを構築するため、「連携推進会議」を設置



#### ◆CKD重症化予防の仕組みを段階的に構築

|             |                    |                |
|-------------|--------------------|----------------|
| 啓 発         | 対象にあった効果的メッセージで啓発  | い元<br>て気<br>ねで |
| 医療連携        | かかりつけ医と専門医の連携強化    |                |
| 通院継続<br>支 援 | 外来看護師等が患者の通院継続を支援  |                |
| 栄養指導        | かかりつけ医療機関等で栄養指導を実施 |                |

### ○食育推進

- ・第 4 次福岡市食育推進計画に基づきライフステージに応じた食育の取組みを実施
- ・SNSでの野菜摂取、減塩などをテーマとした料理動画の配信や食育パネル展などの啓発を実施

### ○喫煙対策・飲酒対策

- ・禁煙希望者を対象とした禁煙教室の実施や「たばこ対策情報サイト」による周知啓発 等
- ・アルコールに関する正しい知識の普及啓発を目的としたパネル展の実施 等

### ○特定健診、特定保健指導

- ・40～74歳の福岡市国民健康保険被保険者を対象とした生活習慣病予防のための健診、その結果に応じた適切な保健指導を実施
- ・受診率向上のため、個別勧奨ダイレクトメールの送付、健診専用サイトによるWEB予約を実施
- ・令和 3 年10月から、I C Tを活用した「特定保健指導の遠隔実施モデル事業」を開始
  - ・特定健診受診率 28.0%（R 4 年度）
  - ・特定保健指導実施率 26.9%（R 4 年度）

など

## 施策 1 - 3 女性の健康づくりの推進

国の新たな視点「**女性の健康**」に対応

### 女性特有の健康問題に着目した健康づくりの推進

女性は男性と比べて筋肉量・骨量が少ないことや閉経による女性ホルモン減少などの影響もあり、骨粗しょう症になりやすく、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）により要介護状態になる割合が高いことを踏まえ、運動習慣定着に向けた取組みを実施



◆日常生活の中で取り組める運動動画  
「ながらエクササイズ」の周知・啓発

◆ロコモ予防に向けたヨガなどの体験教室  
実施による運動のきっかけづくり

### 骨粗しょう症検査

40歳以上の市民を対象として、骨粗しょう症検査を実施。検査終了後に、結果説明及び骨粗しょう症やロコモティブシンドロームの予防について、リーフレット等を用いて啓発を実施

受診者数（女性）：4,554人（R 3 年度）→5,046人（R 4 年度）



施策 1 - 4 次世代の健康づくりの推進

- ・病気などの早期発見治療のため、4 か月児、10 か月児、1 歳 6 か月児、3 歳児を対象にした健康診査を実施し、必要に応じて保健指導や関係機関への紹介を実施
- ・保健師や母子訪問指導員などが妊娠期や出産後に家庭訪問し、育児に関する保健指導を実施
- ・福岡市立小中学校で、毎年 5 月～ 7 月に新体力テストを全学年実施し、各学校の体力・運動能力の実態を把握。各学校で毎年「体力向上推進プラン」を作成し、児童生徒の実態や課題に応じた取組みを実施

など

施策 1 - 5 こころの健康づくりの推進（精神保健対策の推進）

自殺対策

- ・各関係機関・団体が緊密な連携を図りながら、自殺対策を総合的かつ効果的に推進
- ・一般市民、保健福祉関係者や教職員などの幅広い対象に応じたゲートキーパー養成研修の実施
- ・救急病院と連携した自殺未遂者への個別支援の実施

〈令和 5 年度の主な取組み〉

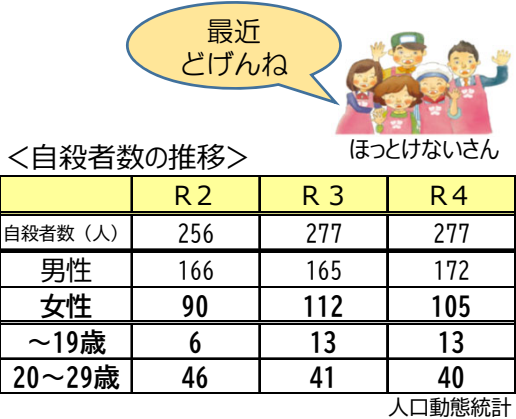
- ・自殺対策総合計画を令和 5 年 6 月に改訂
- ・令和 2 年以降、特に若者や女性の自殺者数が増加しているため、若者・女性に対する取組みを拡充

◆若者を対象としたゲートキーパー研修

市内大学等で研修を実施

◆女性を対象とした「うつ予防教室」の実施

うつ病予防やその対処法等について普及啓発を実施



など

施策 1 - 6 地域や職場などでの健康づくりの推進

- ・区や校区単位で生活習慣病予防に関する健康教育などを実施
- ・地域保健と職域保健の連携事業として、加入している健康保険に関わらず、一度に多くの健診を受けられる「よりみち健診」を実施
  - ・開催回数、受診者数：10回、延べ1,093人（R 3 年度）→ 12回、延べ 931人（R 4 年度）

など

施策 1 - 7 健康づくり支援の仕組みと環境づくり

- ・スマートフォンアプリ「ふくおか散歩」を活用し、市民の健康づくりなどの取組みへの参加の後押しを、令和 3 年 10 月から実施
  - ・アプリを活用している市民の数：約32,600人（R 3 年度）→約43,600人（R 4 年度）
- ・「健康づくり」や「社会参加」、「生涯学習」など、人生100年時代に向けた市民のチャレンジを支えるサービス提供や環境整備等に取り組む企業・大学等を、「福岡100PARTNERS」に登録し、産学官民一体となった福岡100の機運醸成を推進

など

健康づくりチャレンジ事業

国の新たな視点「自然に健康になれる環境づくり」に対応

- ・市民が健康づくりに関心を持ち、気軽に取り組むことができる仕組みづくりを推進
- ・10月の福岡市健康づくり月間を中心に、健康づくりの広報強化や、健康づくりに資するイベントを開催

〈令和 5 年度の主な取組み〉

◆「おもしろい運動会」の開催

市民が自分にあった健康づくりを見つけるきっかけとなるイベントとして、子どもも大人も一緒に楽しく体を動かせる運動会を開催（10/22、東平尾公園博多の森補助競技場）

参加者：174人（募集人数200人程度） ※応募者：939人

◆ポストコロナに向けた健康づくりナビ

コロナ下で生じた健康課題や健康づくりのポイントなどの情報を、SNSなど様々なツールを活用してわかりやすく発信

●健康無関心層にも届く

アウトリーチ型  
発信

エビデンスやナッジ  
の活用



Fitness Cityプロジェクト

国の新たな視点「自然に健康になれる環境づくり」に対応

自然と楽しく体を動かしたくなる仕組みや仕掛けがある「住むだけで健康になるまちづくり」

運動不足が顕著である30～50代の現役世代をターゲットに、オフィスワーカーが集まる博多駅周辺をパイロットエリアとし、道路や駅など身近な環境を活用した、自然と楽しく体を動かしたくなる仕掛けづくり

◆歩きたくなる歩道

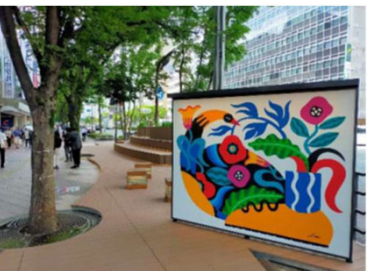
- ・「一駅分の歩きを促す、歩いて楽しい空間づくり」を目的として、博多駅と大博通りをつなぐ大博通りの西側歩道において、路面表示や休憩スポット（ウッドデッキ・ウォールアートボード）を整備（令和 5 年 7 月供用開始）



カラフルな足跡の路面標示で  
自然と歩きを促す



階段ベンチや一人掛けベンチを  
設置し憩える空間を創出



Fitness City プロジェクトを  
コンセプトとしたアート作品展示

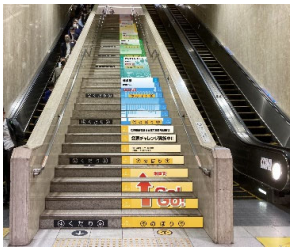
- ・整備した歩道スペースで、日常的な歩行や滞在につながるような新たな過ごし方を提案し、魅力を啓発するイベント「まちかどリビングin大博通り」を開催（10/24～10/26）

◆立ち寄りたくなる公園

キッチンカーの誘致や健康イベントの開催により、「公園まで歩く」「立ち寄りたくなる」きっかけづくり

◆上りたくなる階段

地下鉄博多駅階段に、上りたくなるデザインを試験導入し、通勤などの生活習慣に自然と運動を取り込む仕掛けづくり



階段へのデザイン試験導入