

【健康教室・健診事後教室】

1 蒲郡いきいき市民健康づくり事業

平成23年度の国民健康保険の特定健診の結果で、メタボ該当率県内1位、特定保健指導終了率が最下位であったことをきっかけに、健康づくりを市の重点施策に位置づけ、平成25年度から「蒲郡いきいき市民健康づくり事業」を実施している。

1-1 蒲郡市健康大学糖尿病予防学部

＜各コースの過去5年間の参加状況の推移＞

(人)

	入学者数						卒業者数				
	R3	R4	R5	R6	R7		R3	R4	R5	R6	R7
通学コース	18	30	17	27	23	通学コース	18	30	17	26	20
専門コース	14	11	15	14	14	専門コース	11	11	13	13	13
親子コース	6組	7組	4組	5組	5組	親子コース	6組	7組	4組	5組	5組

(1) 通学コース

＜実施状況＞

ア 実施期間 令和7年7月～12月

イ 実施場所 保健医療センター

ウ 対象者 市内在住・在勤で、糖尿病の治療をしていない方

エ スタッフ 保健師、管理栄養士

オ 周知 広報、健康ガイド、ホームページ、ちらし、メール、LINE、個別案内：令和6年度特定健診を受診した40歳から70歳の方及びヤングエイジ健診を受診した方で、結果がHbA1c 6.0%以上6.5%未満で服薬なしの方 545人

カ 内容 (ア) 必須科目：大学授業（全4回）、健康診査受診（個々で受診）、体重測定100日チャレンジに参加
(イ) 選択科目：健康に関連する講座等への参加、自宅での取り組み

＜実施結果＞

ア 参加状況 入学者数23人 卒業者数20人

(人)

実施日	内 容	参加人数
7月24日(木)	入学式・オリエンテーション・測定 医師の講話「なぜ怖い？糖尿病！！」	23
8月7日(木)	運動の講話と体験「運動を楽しく続けるコツ」 運動についての取り組み目標の設定	20
9月4日(木)	食事の講話「あなたの食べ方正しいですか？」 食事についての取り組み目標の設定	20
12月11日(木)	卒業式・測定 保健師の講話「糖尿病のおさらい」	18

※各回欠席者は後日個別対応

イ 効果測定（20人）

入学時（7月24日）と卒業時（12月11日）の数値比較

(人)

項目	改善	変化なし	悪化
生活習慣チェック点数（食生活）	14	5	1
生活習慣チェック点数（運動）	8	8	4
生活習慣チェック点数（その他）	4	12	4

(2) 専門コース

＜実施状況＞

- ア 実施期間 令和7年7月～12月
- イ 実施場所 保健医療センター
- ウ 対象者 市内在住・在勤で、糖尿病予防の生活改善が必要と思われる方
特定健診受診者のうち、HbA1c 6.5%以上の方など
- エ スタッフ 保健師、管理栄養士
- オ 周知 広報、健康ガイド、ホームページ、ちらし、メール、LINE、
個別案内：令和6年度特定健診の結果、40歳から70歳で
HbA1c 6.5%以上の方、71歳から74歳でHbA1c 7.0%以上の方、
及びヤングエイジ健診の結果、HbA1c 6.5%以上の方 355人
- カ 内容 (ア) 必修授業：大学授業（全2回）
(イ) 選択授業：市民病院糖尿病教室や健康に関連する講座等への
参加、自宅での取り組み、個別支援

＜実施結果＞

- ア 参加状況 入学者数14人 卒業者数13人 (人)

実施日	内 容	参加人数
7月24日(木)	入学式・オリエンテーション・測定 医師の講話「なぜ怖い？糖尿病！！」	14
12月11日(木)	卒業式・測定 保健師の講話「糖尿病のおさらい」	9

※各回欠席者は後日個別対応

- イ 効果測定(12人)

入学時(7月24日)と卒業時(12月11日)の数値比較 (人)

項目	改善	変化なし	悪化
生活習慣チェック点数(食生活)	7	0	5
生活習慣チェック点数(運動)	6	4	2
生活習慣チェック点数(その他)	2	7	3

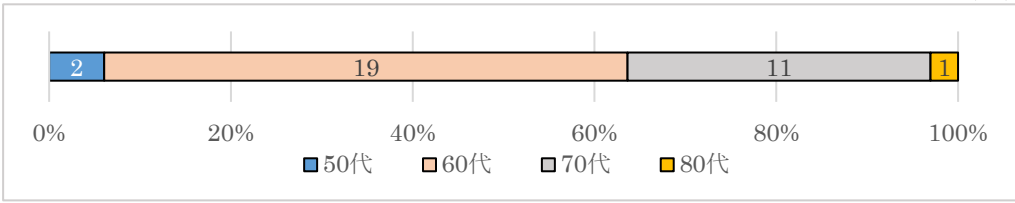
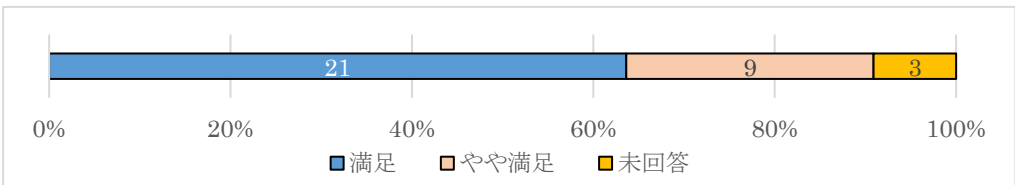
(3) 特別講座（高血圧予防）医師の話編

高血圧は、脳卒中や心臓病などの生活習慣病を予防するために適切な時期から医師の治療や生活習慣の改善を行うことが必要である。高血圧の専門医から話を聞くことで、市民が正しい知識を持ち、重症化予防に取り組むことによって医療費を抑制することを目的に、健康大学の特別講座として実施している。

<実施状況>

ア 実施日時	令和7年10月9日（木） 午後2時～3時30分
イ 実施場所	保健医療センター
ウ 対象者	令和6年度特定健診の結果で血圧が高めの方、市民
エ スタッフ	保健師、管理栄養士
オ 周知	広報、保健事業等でちらしを配布、市内医療機関にちらしを配布 個別案内：令和6年度特定健診の結果にて、 収縮期血圧130mmHg または拡張期血圧85mmHg 以上で 40～64歳の方（408人） 収縮期血圧140mmHg または拡張期血圧85mmHg 以上で 65～74歳の方（584人） 計992人にちらしを送付 ※食事・運動実践編と一緒に案内
カ 内容	情報提供：蒲郡の健康状況（保健師） 講話「なぜ怖い？高血圧！！」 講師：つねかわ内科・ハートクリニック 院長 恒川 岳大 氏

<実施結果>

ア 参加者数	35人（男性13人、女性22人） 内訳：国民健康保険23人、後期高齢者医療3人、その他の保険9人										
イ 参加者年代	(人)  <table border="1"><thead><tr><th>年代</th><th>人数</th></tr></thead><tbody><tr><td>50代</td><td>2</td></tr><tr><td>60代</td><td>19</td></tr><tr><td>70代</td><td>11</td></tr><tr><td>80代</td><td>1</td></tr></tbody></table>	年代	人数	50代	2	60代	19	70代	11	80代	1
年代	人数										
50代	2										
60代	19										
70代	11										
80代	1										
ウ 満足度	 <table border="1"><thead><tr><th>満足度</th><th>人数</th></tr></thead><tbody><tr><td>満足</td><td>21</td></tr><tr><td>やや満足</td><td>9</td></tr><tr><td>未回答</td><td>3</td></tr></tbody></table>	満足度	人数	満足	21	やや満足	9	未回答	3		
満足度	人数										
満足	21										
やや満足	9										
未回答	3										

(4) 親子コース（学童期の健康スクール）

学童期から健康に関心を持ち、親子で自主的に健康づくりのための生活改善に取り組むことで、肥満や将来の生活習慣病の発症予防や健康の保持増進を目的に実施している。

<実施状況>

ア 実施期間	令和7年8月～令和8年3月（年3回）
イ 実施場所	保健医療センター
ウ 対象者	小学3～6年生で肥満傾向又は健康づくりに興味のある親子
エ スタッフ	保健師2人、管理栄養士、健康運動指導士
オ 周知	小学3～6年生にちらし配布、広報、LINE 配信
カ 内容	集団2回、個別1回

<実施結果>

親子参加人数 参加数：5組10人（延28人）

実施日	内 容	参加人数
8月23日（土）	ガイダンス 健康チェック（身体測定・生活習慣チェック等） 栄養「食事リズム・バランスについて」講話 調理実習「ヘルシーランチを作って食べよう」 保護者「生活習慣病について」講話とグループワーク 運動「子どもロコモチェック」講話と体験 目標設定	5組 10人
12月下旬 （個別面談）	健康チェック（身体測定・生活習慣チェック・食育 SAT システム等） 目標設定	4組 8人
3月7日（土）	健康チェック（身体測定・生活習慣チェック等） 運動「ラジオ体操」講話と体験 調理実習「ヘルシーおやつを作ろう！」 保護者：グループワーク 修了証書の授与	5組 10人

1－2 がまごおり健康づくりのつどい

健康がまごおり 21 第2次計画を策定した市民ワーキンググループが実行委員となり、計画最終年度の令和6年度まで実施していた。令和7年度は第3次計画への切り替えに伴い、これまでのがまごおり健康づくりのつどいに引き続き、第3次計画の市民への周知啓発と市民の健康づくりを応援する健康イベントとして講演会を実施した。

<実施状況>

- | | |
|----------|--|
| (1) 実施日時 | 令和8年1月10日（土）
午後2時～3時40分（開場：午後1時） |
| (2) 実施場所 | 市民会館 東ホール |
| (3) 対象者 | 市内在住・在勤の方 |
| (4) スタッフ | 健康推進課職員、市民病院職員、在宅保健師、
日本生命職員、明治安田職員、ヤクルト職員、FRONTEO 職員 |
| (5) 周知 | 広報、ポスター、ちらし、ホームページ、LINE、健康ガイド等 |
| (6) 内容 | 体験・測定コーナー（骨密度測定、糖化度測定、ヘモグロビン測定、
ベジチェック、血管年齢測定、あたまの健康度測定、がまっと！出張
登録、ロコモチェック）
第21回蒲郡いきいき市民健康づくり講演会
「高齢者のロコモとフレイル及び子どもロコモって知っていますか？
～いきいきライフ いつまでも自分の脚で歩こう～」
講師：日本臨床整形外科学会 副理事長
NPO 法人全国ストップ・ザ・ロコモ協議会 理事 河村 英徳 氏 |

<実施結果>

参加人数 200人

1－3 脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室

多くの市民が健康づくりに参加し、生活習慣病予防、認知症予防に取り組むことにより、健康長寿な街づくりをめざすことを目的に、平成25年6月から「蒲郡いきいき市民健康づくり事業」の一環として、関係機関が連携して毎月1回開催している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 年9回 土曜日 午前9時30分～11時30分
(3月のみ午前9時～午後3時)
- (2) 実施場所 市民会館 東ホール
3月のみ市民体育センター 競技場
- (3) 対象者 どなたでも
- (4) スタッフ 蒲郡市民病院医師、蒲郡市民病院職員、健康推進課職員等
- (5) 周知 健康ガイド、広報、ホームページ、ちらし等
- (6) 内容 筋トレ体操、脳トレ実践教室、ミニ講話、測定会（7月・1月）
3月のみ筋トレ体操と測定及び体験コーナー

<実施結果>

内容及び参加状況

(人)

実施日	内容	参加人数
5月31日	○脳トレ実践教室	112
6月14日	○筋トレ体操	98
7月12日	○简单体力チェック（7月・1月）	77
9月12日		82
10月18日	○3月	76
12月6日	・筋トレ体操	97
1月17日	・測定（握力・骨密度・血糖・血管年齢・ベジチェック・	95
2月14日	バランス筋力テスト・頭の健康測定）	87
3月14日	・体験（ニュースポーツ・けん玉・フラフープ）	200
合計		924

1-4 がまごおり健康マイレージ

健康づくりの意識啓発ときっかけづくりを目的とし、愛知県と協働で実施している。

個人が健康づくりの取り組みを実践することでマイレージ（ポイント）を獲得でき、一定のポイントを獲得した方に、愛知県内の協力店でサービスなどが受けられる優待カード（まいかカード）の発行、記念品を提供している。

令和7年度からは、あいち健康プラス（あいち健康マイレージアプリ）を導入している。

<実施状況>

- (1) 実施時期 令和7年4月1日～令和8年3月31日
あいち健康プラス配信開始日：令和7年7月1日
- (2) 対象者 18歳以上の市内在住・在勤・在学の方
- (3) 周知 広報、ホームページ、保健事業等で周知
- (4) 内容 ア まいかカードの発行（窓口、保健事業参加者等）
イ 市内協力店の把握（店舗数、サービス内容等）

<実施結果>

- (1) まいかカード年代別交付者数 ※（ ）内は電子カード (人)

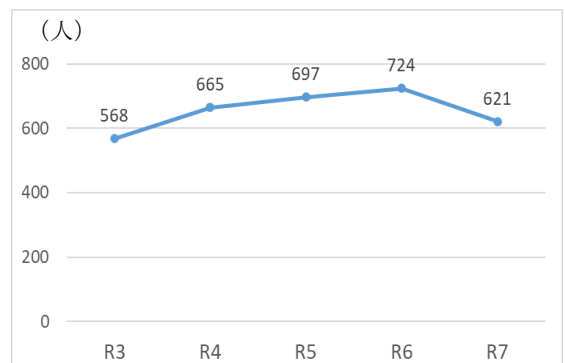
年齢	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	合計
交付者数	0 (0)	9 (0)	22 (2)	42 (3)	76 (6)	150 (7)	322 (6)	621 (24)

内訳：体重測定100日チャレンジ参加者 515人
窓口・運動サポートセンター等で交付 82人
あいち健康プラスで電子カードを発行 24人

- (2) まいかカード交付者数年次推移 (人)

年度	R3	R4	R5	R6	R7
交付者数	568	665	697	724	621

※令和7年度は電子カードを含む



- (3) 健康マイレージ協力店（蒲郡市内）
47店舗 ※令和8年3月末現在

1-5 体重測定100日チャレンジ！（体重管理で健康づくり事業）

個人が健康づくりに取り組むことを目的に、体重を毎日測定することにより、自己の健康について意識し、体重の変化から生活習慣の気づきや改善につなげられるよう平成26年度から実施している。令和7年度は3種類のスマホアプリで参加できるようにした。

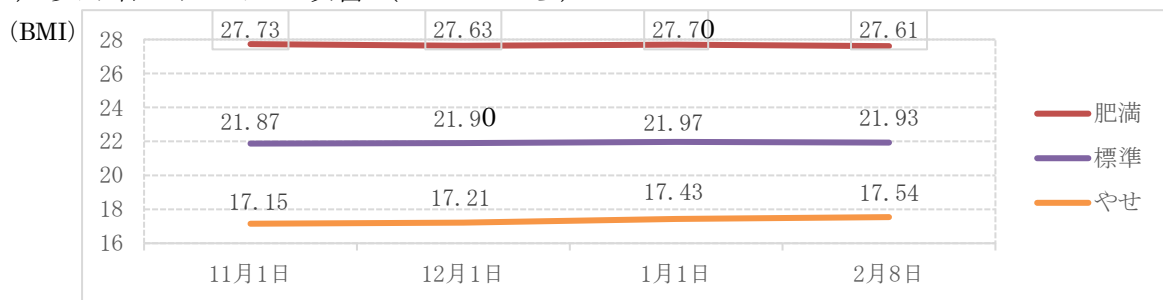
<実施状況>

- (1) 実施時期 令和7年11月1日～令和8年2月8日
- (2) 対象者 市内在住・在勤の方
- (3) 周知 市内企業・商工会議所等関係機関へちらし配布
幼稚園・保育園、小中学校の会議等で依頼
ホームページ、広報、ちらし、メール、LINE、アプリ内で周知
- (4) 実施内容 毎日体重を測定し、記録する
事前と事後のアンケートにより参加前後の効果測定を行う
12月に100日チャレンジ通信を発行
※小中学生には朝ごはん50日チャレンジ通信を1月に発行
- (5) 記録方法 ア アプリ（スマホ）での記録
イ 手書きの記録表での記録

※市内の小中学生には、教育委員会・学校と連携し、毎日朝ごはんを食べる取り組み「朝ごはん50日チャレンジ」を11月1日から12月20日まで実施した。

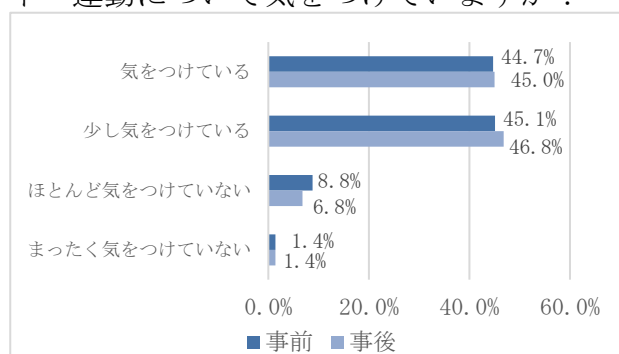
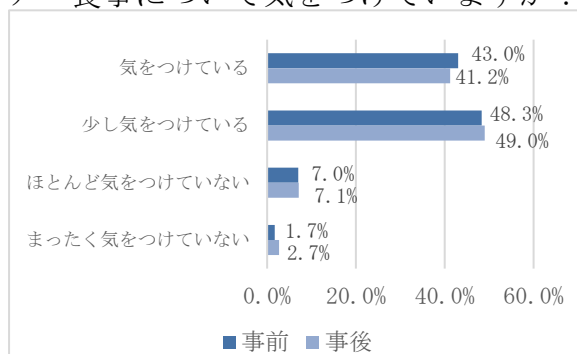
<実施結果>

- (1) 参加者数 973人（WEB：435人、記録表：538人）
- (2) 達成内容 100日達成者：616人（62.2%）
30～99日達成者：55人（5.6%）
該当なし、記録提出なし：319人（32.2%）
- (3) 参加者のデータの改善（BMIから）



- (4) 健康意識の改善（アンケート結果より抜粋）

ア 食事について気をつけていますか？ イ 運動について気をつけていますか？



(5) 使用アプリ（事後アンケート回答より、重複含む）

アスリブ：１９１人、ヘルスケアパスポート：４７人、あいち健康プラス３９人

(6) 体重測定１００日チャレンジゴールイベント

実施日時	実施場所	内容	参加人数
令和８年 ２月２８日 (土)	市民会館 東ホール	第２２回蒲郡いきいき市民健康づくり講演会 「運動はからだところの万能薬」 ～こころは、からだの声を聞いている～ 講師：蒲郡市民病院 院長補佐（兼）整形外科部長（兼） リハビリテーション科部長 蒲郡市スポーツ医療・健康アドバイザー 裴 漢成 先生 抽選会、賞品交換	３００人

(7) 朝ごはん５０日チャレンジ

参加者数 ５，２２９人 うち５０日達成者 ４，３９６人（８４．１％）

	配布数 (枚)	回収数 (枚)	回収率 (%)	学年	５０日達成者 数（人）	未達成者数 (人)	合計 (人)	５０日達成率 (%)
小学校	３，５８８	３，４６１	９６．５	１年	４９６	１００	５９６	８３．２
				２年	４８８	７９	５６７	８６．１
				３年	４５８	１０５	５６３	８１．３
				４年	５１９	１１０	６２９	８２．５
				５年	４８９	１１４	６０３	８１．１
				６年	４９２	１１４	６０６	８１．２
中学校	１，９６７	１，７６８	８９．９	１年	４８６	１２７	６１３	７９．３
				２年	４９９	１１３	６１２	８１．５
				３年	４６９	１４５	６１４	７６．４

1-6 ラジオ体操100日チャレンジ

手軽に取り組むことのできるラジオ体操の継続を促すことで、市民へ運動のきっかけづくりや習慣化を図ることを目的に、令和4年度から実施している。

<実施状況>

- (1) 実施期間 令和7年7月1日～10月8日
 (2) 対象者 どなたでも
 (3) 周知 市内企業・ラジオ体操協会等関係機関へ周知
 ホームページ、LINE、ちらし
 (4) 実施内容 毎日ラジオ体操を行い、記録する

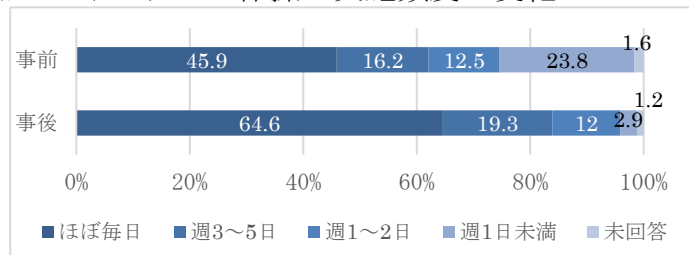
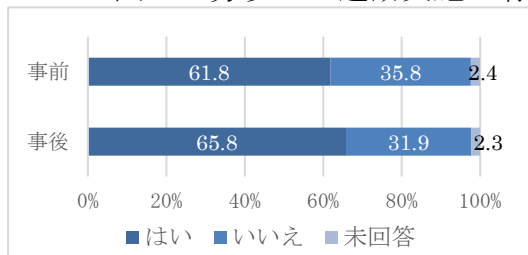
<実施結果>

- (1) 参加者数 495人（WEB参加者149人、記録表参加者346人）
 (2) 終了者数 349人（WEB参加者 85人、記録表参加者264人）（人）

100日達成者	50～99日達成者	0～49日達成者
113 (32.4%)	204 (58.5%)	32 (9.1%)

- (3) 健康意識の変化（事前アンケート495人、事後アンケート342人）

ア 1回30分以上の運動実施の有無 イ ラジオ体操の実施頻度の変化



- (4) ラジオ体操講習会 (人)

実施日時	実施場所	内容	参加人数
7月1日（火） 午後2時～3時	市民体育センター	ラジオ体操講習 講師：東海地方・愛知県ラジオ体操連盟 理事 野々部利夫氏 ピアノ伴奏：亀谷治美氏	37

- (5) ゴールイベント (人)

実施日時	実施場所	内容	参加人数
11月2日（日） 午前11時～正午	保健医療センター	ラジオ体操ポイント講習 講師：東海地方・愛知県ラジオ体操連盟 理事 野々部利夫氏 抽選会	57

1-7 生活習慣チェック

健康管理のために自分自身で簡単に確認できる「生活習慣チェック」のサイトを開設し、5つの項目でチェックが行えるようにしている。

<実施状況>

- (1) 実施時期 令和7年4月1日～令和8年3月31日
 (2) 内 容 メタボチェック、活動量（運動量）チェック、引き算ダイエット
 とっても怖い「糖尿病」！、とっても怖い「高血圧」！

<実施結果>

(1) 利用状況

ア 居住地別利用状況

(件)

居住地	アクセス数	月平均
蒲郡市在住の方	4,545	378.8 (+231.5)
市外在住の方、居住地未入力の方	2,248	187.3 (+87.0)
合 計	6,793	566.1 (+318.5)

イ 生活習慣チェック利用状況

(件)

内 容	アクセス数	月平均（昨年度比較増減）
メタボチェック	1,523	126.9 (+67.7)
活動量（運動量）チェック	895	74.6 (+48.3)
引き算ダイエット	795	66.3 (+48.7)
とっても怖い「糖尿病」！	694	57.8 (+33.8)
とっても怖い「高血圧」！	638	53.2 (+32.9)
合 計	4,545	378.8 (+231.5)

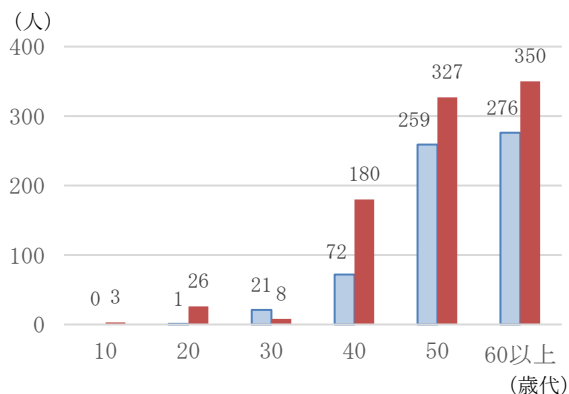
(2) アクセス数の年次推移

(件)

R3	R4	R5	R6	R7
4,073	4,480	4,051	2,971	6,793

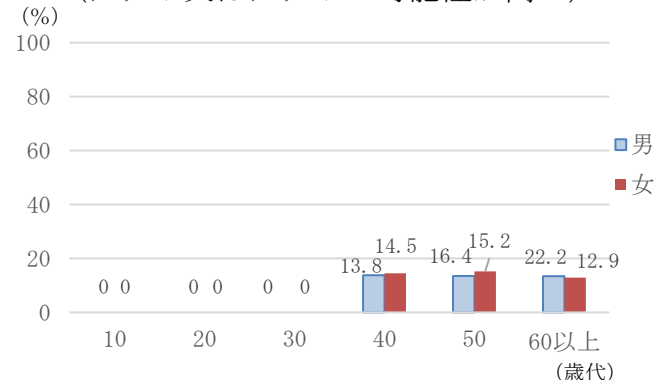
(3) メタボチェック利用者の状況

ア 性・年齢別アクセス内訳



イ レベル4・5該当者の割合

(メタボ又はメタボの可能性が高い)



2 蒲郡市がん検診受診率向上プロジェクト

蒲郡市と蒲郡信用金庫、アフラック（蒲郡市がん検診受診率向上プロジェクト推進企業グループ）は平成22年11月、「がん検診受診率向上プロジェクト」として協定し締結した。

市民のがん検診受診率向上に向けた取り組みを、相互の協力が可能な分野において協働で推進することにより、がんの早期発見、早期治療の推進に資することを目的としている。

<実施状況>

(1) 事業周知 LINE、蒲郡信用金庫の6店舗に保健センターコーナーを設置

(2) がんを知るセミナーの開催

ア 日 時 令和7年11月25日（火） 午後1時～2時30分

イ 場 所 蒲郡信用金庫本店 1階コミュニティーホール

ウ テーマ もっと知ってほしい「子宮頸がん」の予防のこと

エ 講 師 医療法人 メファ仁愛会

マイファミリークリニック蒲郡

理事長・院長 中山 久仁子 氏

オ 参加者 27人

3 健康がまごおり 21 実践隊

市民の健康づくり計画「健康がまごおり 21 計画」を広く市民に周知し、健康づくりへの意識を高めるとともに、健康づくりの実践者を増やすため実施している。

＜実施状況＞

- (1) 対 象 者 市内在住・在勤の方、各イベント参加者
- (2) 周 知 広報、公民館だより、地区回覧等
- (3) スタッフ 保健師、管理栄養士、ヘルスメイト、健康づくりいっしょにやろまい会
- (4) 内容および参加状況

ア 市内全域イベント (人)

イベント名	実施日	内容	参加人数
歯の健康フェスティバル	6 月 1 日(日)	味覚チェック、簡単レシピ紹介、 肺機能チェック、たばこの展示	82

イ 地区イベント (人)

イベント名	実施日	内容	参加人数
大塚公民館文化祭	3 月 8 日(日)	握力測定、簡単レシピ紹介、 健(検)診 PR	45
府相公民館まつり	11 月 9 日(日)	握力測定、こどもロコモチェック、 飲み物の糖分展示、簡単レシピ紹介、 健(検)診 PR	78
東部地区運動会	雨天中止	-	-
塩津公民館まつり	2 月 15 日(日)	握力測定、ベジチェック、健(検)診 PR 簡単レシピ紹介	118
形原っ子フェスティバル	8 月 24 日(日)	視力測定、握力測定、立ち上がりテスト、 指輪っかテスト、骨の食品展示	138
西浦町民体育祭	雨天中止	-	-
合計	4 回	延人数	379

4 運動サポートセンター

生活習慣病の予防、重症化予防のための運動の動機付けと実践、及び継続支援の場として実施している。

4-1 運動サポートセンター

健康診査や検査結果をもとに、おおむね3か月間の運動指導により、運動習慣をつけ、生活改善や健康づくりの実践につなげるよう専門職が指導をし、終了後は地域の運動や個人の取り組みにつなげ、健診結果や参加前後の数値変化などで評価している。

<実施状況>

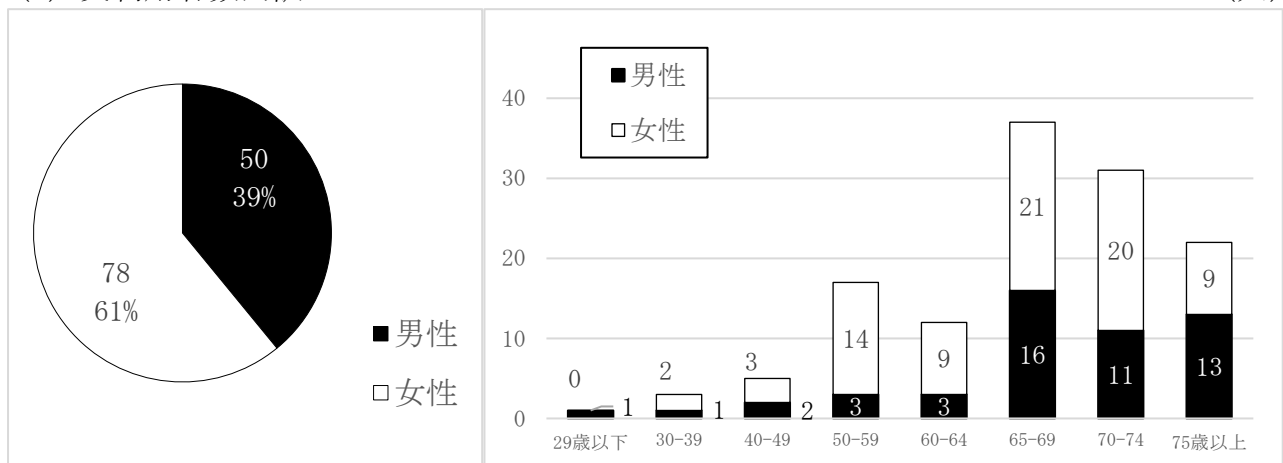
- (1) 実施期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日
(木・日曜日、祝日、年末年始は除く) 午前9時～正午、午後1時～5時
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 市内在住・在勤の方で健康診査等の結果から以下のいずれかに該当する方
BMI: 25以上
血圧: 収縮期130mmHg以上または拡張期85mmHg以上
脂質: 中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl以下、LDLコレステロール135mg/dl以上
血糖: HbA1c 5.6%以上または空腹時血糖100mg/dl以上
その他、主治医から運動サポートセンターへ利用紹介があった方
- (4) スタッフ 保健師、健康運動指導士、事務員
- (5) 周知 健康ガイド、ホームページ、ちらし、医療機関等にポスター掲示
- (6) 内容 初回からおおむね100日間の運動実践
初回と終了時にオリエンテーション実施
健康度測定(身体計測、体力チェック等)、検査値等前後比較
※本人の体調及び検査結果から運動処方をし、実践指導
- (7) 使用機器 トレッドミル、エアロバイク、リカンベントバイク、筋力トレーニング
機器3種類、ダンベル、ストレッチマット、ストレッチポール、体力
チェック測定器(ザリッツ)

<実施結果>

- (1) 利用者数 実人数128人 延人数2,420人

- (2) 実利用者数内訳

(人)



4-2 運動サポートセンター OB会

運動サポートセンター終了後も運動を継続できるように、運動の実施状況を再確認及び支援する場として実施している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 個別実施
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 運動サポートセンター終了後、3か月経過した者
- (4) スタッフ 保健師
- (5) 周知 個別通知
- (6) 内容 身体計測、健康相談

<実施結果>

参加状況

(人)

対象者数	相談実施者		未実施者
	個別	電話	
85	47	29	9

5 食のサポート

各種保健事業利用者などを対象に健診結果に基づいた管理栄養士による相談やセミナーを実施し、個々にあった専門的な食のサポートによって食生活の改善の意識づけを行い、生活習慣病予防を図るために実施している。

5-1 個別相談

<実施状況>

- (1) 実施期間 令和7年4月～令和8年3月
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者
ア 18歳以上の市内在住・在勤の方で健康診断の結果から食生活改善が必要な者
イ 各種保健事業や運動サポートセンター参加者で食生活改善が必要な者
ウ 主治医から保健センターに紹介された者
エ その他希望者
- (4) スタッフ 管理栄養士
- (5) 内 容 個別相談

<実施結果>

- (1) 個別指導 実人数 29人 延人数 51人

- (2) 性・年代別 (人)

	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	合計
男性	0	2	4	8	0	14
女性	2	0	6	7	0	15
合計	2	2	10	15	0	29

5-2 ランチセミナー

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和7年6月3日(火)・11月26日(水)・令和8年1月23日(金)
(年3回) 午前11時～午後1時
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 食のサポート事業 個別相談実施者
- (4) スタッフ 管理栄養士2人、保健師、ヘルスメイト2～3人、外部講師
- (5) 内 容 食事バランスチェック(SATシステム)、講話、バランス食の試食

<実施結果>

- (1) 参加者数 18人
- (2) アンケート結果(ランチセミナー後アンケートより)

参加者の満足度 (人)

満足した	まあまあ満足した	満足できなかった
16	1	1

6 禁煙サポート

蒲郡市における40歳以上の喫煙率は男女ともに減少傾向であるが、男性においては県平均よりも高い割合となっている。各乳幼児健診における両親の喫煙率も同様に減少傾向であるが、更なる減少を目指す必要がある。

禁煙に関心のある方が、個々の生活状況に合わせて禁煙できるようサポートしている。

<実施状況>

- | | |
|----------|--------------------|
| (1) 実施日時 | 令和7年4月～令和8年3月 |
| (2) 実施場所 | 保健医療センター |
| (3) 対象者 | 市内在住・在勤の喫煙者、喫煙者の家族 |
| (4) スタッフ | 保健師 |
| (5) 周知 | 健康ガイド、ちらし等 |
| (6) 内容 | 個別相談 |

<実施結果>

- | | |
|------------------|----|
| (1) 禁煙サポート利用者 | 0人 |
| (2) 禁煙外来治療費助成利用者 | 0人 |

7 国保おトク情報&健康度測定会

退職後はこれまでの生活が大きく変化する節目である。退職などで新規に国民健康保険へ加入となる年代を対象に、国民健康保険の制度を伝えるとともに、特定健診を毎年受診し、健診結果から健康づくりをすることや地域参加の大切さを伝え、国民健康保険加入者の健康維持・増進をはかるため実施している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和7年5月29日（木）午前10時～正午
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 55歳以上の新規国民健康保険加入者
- (4) スタッフ 保健師（健康運動指導士）、管理栄養士、保険年金課職員
- (5) 周知 対象者にちらしを郵送（保険年金課）
- (6) 内容 健診・検診制度紹介（保険年金課職員）
食生活・運動（管理栄養士、健康運動指導士）
地域の活動の紹介（社会福祉協議会職員）
体験コーナー：糖化度・貧血チェック（ヤクルトマーケティング東海）、
ベジチェック（明治安田生命保険相互会社）、SATシステム、
ソルセイブ、握力、立ち上がり、インボディ（体組成）

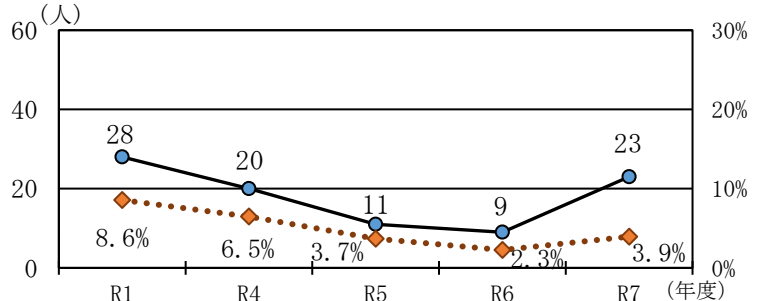
<実施結果>

- (1) 送付者数 583人
- (2) 参加者数 23人（参加率3.9%）

ア 性別年齢別内訳（人）

年齢	男性	女性	計
55～59歳	0	1	1
60～64歳	2	5	7
65～69歳	3	7	10
70～74歳	4	1	5
小計	9	14	23

イ 参加人数及び参加率の推移



※R2、R3年度は新型コロナウイルス感染症予防のため中止

ウ 参加者の令和7年度特定健診受診状況

23人中20人受診（87.0%）

※うち1人は国保資格喪失のため未受診

8 結果説明会

健診後の健康管理として、出張健診の結果返却時に合わせて結果説明会を実施している。

<実施状況>

(1) 実施日時及び場所

日時		場所
8月26日(火)	午前10時 ～11時	保健医療センター
9月26日(金)		大塚公民館
10月21日(火)		保健医療センター
12月25日(木)		保健医療センター
1月18日(日)		西浦公民館
1月30日(金)		保健医療センター
2月20日(金)		保健医療センター

- (2) 対象者 出張健診受診者、その他健診受診者
 (3) スタッフ 保健師、管理栄養士、保険年金課職員、
 蒲郡市医師会健診センター職員
 (4) 周知 出張健診受診時に直接案内、広報、ホームページ、ちらし
 (5) 内容 健診結果の見方と健康づくりの講話、体験、
 特定保健指導該当者及び希望者には個別指導

<実施結果>

(1) 参加者数 211人

ア 参加者内訳 (人)

	出張健診 受診者	その他健診 受診者	再掲	計
			節目人間 ドック 受診者	
8月26日(火)	34	12	7	46
9月26日(金)	25	1	0	26
10月21日(火)	28	9	5	37
12月25日(木)	17	9	0	26
1月18日(日)	12	3	0	15
1月30日(金)	26	5	2	31
2月20日(金)	26	4	3	30
計	168	43	17	211

イ 性別・年齢別内訳 (人)

	40～64歳	65歳以上	計
男性	35	65	100
女性	54	57	111
計	89	122	211

ウ 健診結果内訳 (人)

	人数
特定保健指導該当者	22
重症化予防該当者	23
CKD・DKD 該当者	7

※重複あり