

平成 22 年度

木更津市健康づくり推進協議会資料

日時 平成 22 年 7 月 8 日(木) 午前 10 時～
場所 木更津市役所 6 階会議室

資料目次

健康きさらづ 21 の進捗状況

職員課	1
保険年金課	1
健康推進課	2
障害福祉課	7
高齢者福祉課	7
児童家庭課	8
学校教育課	9
体育課	10
まなび支援センター	11
公民館	11

その他の保健事業

障害福祉課	13
高齢者福祉課	14
健康推進課	15

【1】健康きさらづ21の進捗状況

1 職員課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績
たばこ	分煙・禁煙対策の充実	○世界禁煙デー・禁煙週間の周知と分煙場所のポスターを掲示しました。また喫煙後には、短時間で職場に戻る意識啓発と、受動喫煙防止の徹底のため公用車で全面禁煙を実施しました。	○世界禁煙デー・禁煙週間の周知と庁舎内及び公用車内全面禁煙の確認と徹底を安全衛生委員会だよりで周知します。また禁煙治療に関しての最新情報の提供を行い、繰り返し意識啓発を行います。

2 保険年金課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績
生活習慣病	生活習慣病予防のための知識の普及	○特定健診受診券の送付の際に生活習慣病予防に関する啓発文書を同封し、28,297人に情報提供を行いました。	保険年金課・健康推進課・公民館との3者連携による生活習慣病予防教室を市内全域の各公民館(16館)で再開します。 特定健康診査及び後期高齢者健康診査との相乗効果により、市民の生活習慣病の予防、早期発見、早期治療及び介護予防を図ります。 また、生活習慣病を含め、多くの市民に健康について関心を持ってもらうため、「きさらづ健康まつり2010」を開催します。
	健康診査事後指導の充実	○特定保健指導を実施した。 対象者 1,338人、実施者 393人、実施率 29.4%。 積極的支援該当者 306人中 78人(延べ245人)、動機付け支援該当者 1,032人中 315人に保健指導を実施した。	○特定保健指導を実施します。 ・特定保健指導実施者(見込み)1,400人(積極的支援該当者 330人、動機付け支援該当者 1,070人) ・特定保健指導実施率 35%を目指します。
	適切な健診機会の提供	○特定健康診査 受診者 8,943人、受診率 31.6%。 ○後期高齢者健康診査 対象者数: 11,672人。基本的健診の受診者 3,281人、生活機能検査受診者 1,024人、計 4,305人。 受診率 36.88%	○特定健診、後期高齢者健康診査を実施します。 ・特定健診は受診率 55%(受診者数 15,400人)を目指します。 ・後期高齢者健康診査は、対象者 11,868人に健康診査を実施します。

3 健康推進課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の取組み結果	平成22年度の取組み計画
栄養・食生活	肥満予防対策事業	○若年期健康診査の事後指導教室として、メタボ撃退塾を開催した。 (利用者 延べ73人、1コース13回)	○減量を考えている市民を対象にいきいき館を活用したメタボ撃退塾を拡大実施します。(1コース7回×2コースを実施予定)
	食に関する正しい知識の普及・啓発	○2月19日の「食育の日」に市役所にてパンフレット、ティッシュを配布し普及啓発しました。 ○公民館での教室の中で、よい食習慣について啓発した。	○継続実施
	食教育の充実	○1歳6ヶ月児、3歳児健康診査の会場で子供達がよく食べるおやつやジュースを展示し、保護者への健康教育を実施した。	○継続実施
	生活習慣病予防のための栄養指導	○若年期健診事後相談 若年期健診受診者に対して、栄養相談を実施した。(相談数 16件) ○一般健康相談 特定健診受診者、その他栄養について相談のある市民に栄養相談を実施した。 (相談数 8件) ○特定保健指導の栄養相談の実施	○継続実施
	食生活改善推進員活動の充実	○食生活改善推進員研修会を開催した。 (参加者 213人) ○地区活動として、高校生を対象に太巻き寿司講習会を3回実施した。(参加者 161人) ○親子、子どもの料理教室を実施した。(参加者 188人) ○ヘルスサポーター事業を2回実施した。 (22人) ○ヘルスサポーターの会を2回実施した。 (51人)	○食生活改善推進員研修会を開催します。 ○地区活動として、高校生を対象に太巻き寿司講習会を実施します。 ○親子、子どもの料理教室を開催します。 ○ヘルスサポーター事業を開催します。
	栄養指導	○プレママ教室としてパパママ学級から独立したことで、妊婦への周知不足となり、教室受講者が減少した。(年5回19人)	○パパママ学級において、年6回、栄養編として実施します。

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績計画
身体活動・運動に関する事業	水中で行う運動教室	<ul style="list-style-type: none"> ○ やさしいアクア (6回×7コース) 参加者 73人 ○ 親子でプール(4回×5コース) 参加者 42人 ○ 水泳教室(10回×8コース) 参加者 47人 	<ul style="list-style-type: none"> ○親子でプール(4回×4コース) ○キッズ水泳(10回×4コース) ○水泳教室 (10回×2コース)
	運動評価事業	<ul style="list-style-type: none"> ○ からだセルフチェック・健康相談を開催した。 (12回開催し、利用者 185人) 	○継続実施
	ウォーキングマップの整備	○富来田地区のウォーキングマップ作成、生涯学習フェスティバルにて配布。	○いきいきウォーキングマップの地域拡大を図るため、ウォーキングマップ作成に向けて候補地を検証します。
	各種運動(スポーツ)教室	<ul style="list-style-type: none"> (各種健康運動教室) ○ヨガ教室 6回1コース×8コース 参加者延べ 73人 ○ピラティス 6回1コース×9コース 参加者延べ 67人 ○やさしいエアロ 6回コース×11コース 参加者延べ 57人 ○シェイプエアロ 6回コース×6コース 参加者延べ 39人 ○介護予防いきいきクラス 6回コース×5コース 参加者延べ 12人 	<ul style="list-style-type: none"> (各種健康運動教室) ○タイ式ヨガ (6回1コース×4コース) ○はじめてピラティス (6回1コース×2コース) ○やさしいエアロ (6回1コース×2コース) ○シェイプエアロ (6回1コース×2コース) ○介護予防いきいきクラス (6回1コース×2コース)
休養・こころの健康	相談機関情報の整理	○電話相談等の中で心の健康に関する相談を受け、身近な相談窓口の情報を提供した。 (56件)	○継続実施
	育児支援家庭訪問	<ul style="list-style-type: none"> ○新生児・妊産婦訪問 542件 ○乳児・幼児訪問 244件 ○継続支援の必要なケースには複数回の訪問を行い育児支援を実施した。 ○虐待ケースは関係機関と連携実施した。 ○育児支援としては、家庭訪問以外にこころ子育て相談等も実施した。 	○継続実施

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績
休養・こころ	心の健康に関する講座・講演会の開催	○「ストレスと上手につきあうための講座」、ストレスマネジメントに関する健康教育を実施した。 (1回、参加者14人)	○「ストレスと上手につきあうための講座」、ストレスマネジメントに関する健康教育を実施します。(年1回予定)
たばこ	禁煙支援対策の推進	○結核・肺がん検診の際に禁煙に関する情報を掲示するとともに、喫煙指数の高い受診者については、禁煙支援相談の案内を実施した。	○継続実施
	喫煙に関する実態調査		○平成23年度の実態調査実施に向けた検討を行います。
	喫煙防止教育の推進	○禁煙チャレンジ教室を実施した。 (1回、参加者7名) ○結核・肺がん検診の際に禁煙に関する情報を掲示するとともに、喫煙指数の高い受診者については、禁煙支援相談、禁煙教室の案内を周知した。	○禁煙チャレンジ教室を開催します。 (年1回)
	妊娠中の喫煙防止教育の推進	○パパママ学級における教室の1コマに禁煙教育を実施した。 受講者 230人(ママ121人 パパ109人)	○継続実施
	乳幼児への防煙教育	○乳児健診における喫煙の問診項目のうち、乳児の母親及び同居家族の喫煙実態により保健指導を実施した。 ○1歳6ヶ月児健診、3歳児健診において個別に分煙指導を実施した。	○継続実施
アルコール	アルコールに関する正しい知識の普及・啓発	○アルコールに関する広報活動は実施できませんでした。	○12月など飲酒機会の増える時期の広報を実施します。
	未成年者の飲酒防止		○平成23年度の実態調査実施に向けた検討を行います。
	健康診査後の保健指導	○若年期健診事後、特定保健指導において、飲酒が健康に影響を及ぼしていると判断される対象者に適正飲酒の保健指導を実施した。	○継続実施

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績計画
アルコール	妊娠中の飲酒防止教育	<ul style="list-style-type: none"> ○パパママ学級における教室の1コマに飲酒が胎児に及ぼす影響についての飲酒防止教育を実施した。 受講者 230人(ママ121人 パパ109人)に実施した。 ○妊産婦指導の際に、飲酒している母親に対し、個別指導を実施した。 	○継続実施
歯	フッ化物利用の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○1歳6ヶ月児健診時、フッ素ジェル塗布を実施した。(24回 923人) ○小学校フッ素洗口事業を実施した。(1校 39回延 3,636人) ○中学校フッ素洗口事業を実施した。(1校 40回延 674人) 	<ul style="list-style-type: none"> ○1歳6ヶ月児健康診査時にフッ素ジェル塗布を継続実施します。 ○小学校におけるフッ素洗口事業については実施校の拡大を図ります。中郷小で新規に実施します。
	幼児むし歯予防教室の開催	○1歳6ヶ月児健診及び3歳児健診時における相談の充実を図った。(1歳6か月児健診時相談 24回 833人・3歳児健診時相談 24回 295人)	○今後も健診を利用して、個別に歯科のアプローチを実施します。
	口の健康に関する正しい知識の普及	<ul style="list-style-type: none"> ○8020推進事業 標語作品数 3214点 ○高齢者のよい歯 参加者 1名 ○親と子のよい歯 参加者 2組 ○生涯学習フェスティバル 参加者 161人 	○継続実施
	成人・高齢者歯科保健事業の充実	<ul style="list-style-type: none"> ○成人歯科健診の実施 対象者: 満40・50・60・70歳 受診者数 297人 ○健康セミナーで歯科健康教育を実施 参加者数 7人 	○口腔がん検診を実施します。(君津木更津歯科医師会と共催)
	歯科健診・歯科講話・歯科相談	<ul style="list-style-type: none"> ○ 歯科健診時の健康相談 1歳6ヶ月児健康診査時歯科相談 24回 833人 3歳児健康診査時歯科相談 24回 295人 ○歯科講話 小中学校巡回指導 78回 2843人 保育園巡回指導 50回 1185人 乳児健診時健康教育 36回 914人 歯と食事の教室 12回 158人 その他要望による 16回 224人 ○歯科相談 にこにこ子育て相談 39回 419人 電話相談 51人 	○継続実施

分野	事業内容	進 捗 状 況	
		平成 21 年度の取組み結果	平成 22 年度の取組み計画
生活習慣病	生活習慣病予防のための知識の普及	<p>○地域からの依頼の健康教育で生活習慣病予防を実施した。(27回)</p> <p>○特定保健指導の健康教室として、スリムアップ教室を実施した。(延べ23人)</p>	<p>○生活習慣病予防の健康教育を定例化実施します。</p> <p>○公民館を活用した生活習慣病予防教室を実施します。</p>
	健康診査事後指導の充実	<p>○定例健康相談は、月1回実施し、その他に健診事後相談を実施した。</p> <p>○若年期健康診査の受診結果に応じ、健診結果を返却しながら結果説明・健康相談を実施した。(54回、136人)</p>	<p>○定例健康相談の継続実施</p> <p>○若年期健康診査結果において特定保健指導の該当基準になった人、また検査数値が受診勧奨値にある人については引き続き、検査結果を返却しながら、結果説明・健康相談を実施します。</p> <p>○特定健康診査の結果、特定保健指導該当外の受診勧奨にある人について、重症化予防を目的とした健康相談を実施します。</p>
	適切な健診機会の提供	<p>○若年期健康診査の検査項目に貧血検査を加えた。</p> <p>○若年期健康診査は358人、医療保険未加入者健康診査は4人が受診した。</p>	<p>○若年期健康診査の受診者数を増加させるために、乳幼児健診の場面などを活用してPRします。また、対象者の利便性を考慮し、健診受診可能期間を1ヶ月間延長し、6月から9月までとします。</p>
がん	がん検診体制の充実	<p>○がん集団検診85日のうち、休日検診を20日間実施した。</p> <p>○女性特有のがん検診事業の実施に伴い、乳がん検診の個別検診の実施体制を整備した。</p>	<p>○がん集団検診を88日間に増設し、うち休日の検診日を24日間実施します。</p> <p>○結核・肺がん検診の受診者に高齢者が多いことから、身近な公民館での開催日程を増設します。</p> <p>○平成21年度に引き続き女性特有のがん検診を実施します。</p> <p>○がん精密検査受診率向上のための対策を検討します。</p>
	健康教育事業	<p>○清和大学短期大学部の学生を対象とした健康教育(乳がん・子宮がん)を実施した。</p> <p>○すべてのがん集団検診の待ち時間を利用してがんの健康教育を実施した。</p>	<p>○女子高校生を対象としたがん健康教育(乳がん・子宮がん)の実施を検討します。</p> <p>○がん検診の待ち時間を利用してがんの健康教育を実施します。</p>
	各種がん検診事業	<p>○4月の広報には、1年間のがん検診を周知する保存版を、各種がん検診の始まる時期にその都度広報で周知し、受診率の向上に努めた。</p> <p>○千葉県がん検診受診促進イベントで乳がん検診の啓発を実施した。(於:木更津ジャスコ)</p>	<p>○広報紙等で引き続きがん検診の受診案内をしていきます。</p> <p>○地区民生委員会、地区から依頼される健康教育等で、積極的にがん検診のPR活動をしていきます。</p>

4 障害福祉課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績計画
休養・こころの健康	相談機関情報の整理	<p>○相談支援事業の充実を図るため、木更津市地域自立支援協議会及び調整会議、3つの専門部会からなる下部組織を設置した。</p> <p>協議会 年2回 調整会議 年4回 各専門部会 年4回</p> <p>指定相談支援事業所・ほっと 相談 1,916件 相談延べ人数 1,089人</p>	<p>○継続実施</p> <p>※平成22年6月に第1回協議会開催</p> <p>協議会 年2回 調整会議 年6回 各専門部会 年8回</p>
	育児支援家庭訪問	<p>○処遇困難事例に対応するために個別支援会議を随時開催するシステムを平成20年度につくりましたが、平成21年度には、障がいのある人の育児困難の事例検討はありませんでした。</p>	<p>○障がいを持ちながら育児をしていく家庭へ必要なサービス提供をしていくとともに、支援が必要になった場合には随時、個別支援会議を開催していきます。</p>

5 高齢者福祉課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績計画
歯の健康	成人・高齢者歯科保健事業の充実	<p>○平成20年度で決定された特定高齢者に対し、通所型介護事業を実施していく中で口腔機能の向上を図るための口腔体操等を実施した。</p> <p>通所型介護予防教室への参加者は延べ79名であった。</p>	<p>○平成21年度に特定高齢者と判定された方に対し包括支援センターを通し通所型介護事業者個人にあつた口腔機能の向上のプログラムをつくり参加ができるように検討していきます。</p>

6 児童家庭課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成 21 年度の取組み結果	平成 22 年度の取組み計画
栄養・食生活	食に関する正しい知識の普及・啓発	○園庭開放では、参加者に給食の試食を提供することで保育園給食に関心を持ってもらうことができた。子育て講座では、離乳食講座を開き、離乳食作りの実習及び試食をした。生涯学習フェスティバルでは、栄養士側に加え、保育士によるコーナーを設置し、保育園で実施した畑作りやクッキングの資料や壁新聞等の展示をした。健康推進課主催の教室では、給食資料の提供をし食育に興味関心を持ってもらった。	○昨年までの内容は継続実施。園庭開放や子育て講座、生涯学習フェスティバル、また公民館への出前講座などにも積極的に参加していき、食育に関する情報や資料の提供をします。また各園と地域の公民館との交流も深め、資料の提供などもしていきます。
	食教育の充実	○米作りでは、種まきから収穫までを見守り世話をし、その米を使いおにぎり作りなどを実施した。また野菜作りを通して、季節の野菜の収穫の喜びを味わい、更に年長児を中心に給食作りなどのクッキングをすることで自分たちで作って食べることの喜びを味わうことができた。	○昨年までの内容は継続実施。食育月間・食育の日への関心を高めるために、毎月木更津産を工夫して、園児や保護者や地域の方にも啓発していきます。また子どもたちにも野菜作りをとおして収穫の喜びや作ることの楽しさを味わせていきます。
休養・こころの健康	育児支援家庭訪問	○乳児のいる全ての家庭を訪問し、子育て支援に関する情報提供、相談、必要なサービスに結び付ける乳児家庭全戸訪問事業が、法的に市の事業として位置づけられたことから、県外で全戸訪問を実施している市町村から情報収集を行なった。	○母子保健の観点から実施している健康推進課の新生児訪問事業との関連等を含め、実施に向けた検討会を開催します。
たばこ	教育施設内全面禁煙	○保育園を敷地内全面禁煙とし、子どもたちをタバコの害から守りました。	○継続実施
	喫煙防止教育の推進	○年に一回喫煙をテーマにした内容の便りを発行した。	○継続実施

7 学校教育課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度の実績	平成22年度の実績
栄養・食生活	食に関する正しい知識の普及・啓発	○保護者向けの食習慣啓発活動を実施した。 小学校18校中7校で実施。 中学校13校中3校で実施。	○朝食の大切さ等について保護者向けの食習慣啓発活動を実施します。
	食教育の充実	○朝食の大切さ等について児童や生徒向けの食教育の実施した。 小学校18校中12校で実施。 中学校13校中6校で実施。	○食教育、特に朝ごはんの大切さと生活習慣病予防に関する授業を実施します。
休養・こころ	スクールカウンセラーによる相談	○スクールカウンセラー(千葉県教育委員会よりの派遣職員)・心の教室相談員の設置し、児童・生徒の相談に応じた。 小学校18校中8校 中学校13校すべてに設置 ～主な相談内容～ 小学校:不登校児童の相談、友人関係、母子関係 中学校:不登校、家族問題等	○スクールカウンセラー(千葉県教育委員会よりの派遣職員)・心の教室相談員の設置し、児童・生徒の相談に応じます。 小学校18校中8校 中学校13校すべてに設置
たばこ	教育施設内全面禁煙	○各学校の禁煙・分煙状況を調査し、分煙の徹底を行う。	○各学校の施設内全面禁煙を推進します。
	喫煙に関する実態調査		○喫煙に関する実態調査について検討します。
	喫煙防止教育の推進	○喫煙に関する健康教育を実施した。 小学校18校中13校 中学校13校中6校	○喫煙に関する健康教育を引き続き実施します。
アルコール	小中学校の飲酒防止教育	○飲酒に関する健康教育を実施した。 小学校18校中9校 中学校13校中6校	○飲酒に関する健康教育を引き続き実施します。
	未成年者の飲酒防止		○飲酒に関する実態調査について検討します。
生活習慣病	健康診査事後指導の充実	○小学校4年生、中学校2年生で行う生活習慣病予防健診の結果に基づき、要生活指導と判定された児童及び生徒に対して、学校ごとに学校医及び養護教諭が個人面談等の機会を利用し、保健指導を実施した。	○小学校4年生、中学校2年生で行う生活習慣病予防健診の結果に基づき、要生活指導と判定された児童及び生徒に対して、学校ごとに保健指導を実施します。

8 体育課

分野	事業内容	進捗状況	
		平成 21 年度の取組み結果	平成 22 年度の取組み計画
身体活動・運動	各種スポーツ・レクリエーション大会	<p>○各種スポーツ・レクリエーション大会を実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歩け歩け大会 春、秋の 2 回実施、計 264 人参加 ・君津地区スポーツレクリエーション祭 年 2 回 計 157 人参加 ・木更津市スポーツレクリエーション大会 年 2 回 計 452 人参加 ・元旦マラソン大会 532 人参加 ・ ニューススポーツ体験会 43 人参加 ・ ターゲットバードゴルフ講習会 3 回 計 82 人参加 	<p>○各種スポーツ・レクリエーション大会を実施します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歩け歩け大会 ・君津地区スポーツレクリエーション祭 年 2 回 計画 ・木更津市スポーツレクリエーション大会 年 2 回 計画 ・元旦マラソン大会 ・ニューススポーツ体験会 ・体力・運動能力調査
	各種運動(スポーツ)教室	<p>○市民スポーツ教室事業を実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・太極拳(春・秋)の実施 636 人 ・健康ウォーキングダンス(春)185 人 ・パドルテニス(春)113 人 ・ヨガ(秋)108 人 ・卓球(秋)228 人 ・ショートテニス(秋)121 人 ・気功(冬)239 人 <p>○健康体カづくり事業を実施した。</p> <p>山歩き講習会 春は雨天中止、秋実施 20 人</p>	<p>○市民スポーツ教室事業を実施します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パドルテニス(春) ・太極拳(春) ・ヨガ(春) ・卓球(秋) ・アクティブウオーク(秋) ・ショートテニス(秋) ・気功(冬) <p>○健康体カづくり事業を実施します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・山歩き講習会(春・秋)
	スポーツ団体活動の支援	<p>○ 学校開放事業</p> <p>市内小中学校 31 校で実施し、利用団体 177 団体、登録者 4,813 人の利用があった。</p> <p>○ 木更津市体育協会等への運営費補助を実施した。</p>	<p>○ 学校開放事業</p> <p>市内小中学校 31 校で実施し、利用団体 192 団体、登録者 5,185 人の利用を予定しています。</p> <p>○ 木更津市体育協会等への運営費補助をします。</p>

9 まなび支援センター

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度取組み結果	平成22年度取組み計画
たばこ	喫煙防止教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ ニュースレター(青少年健全育成だより)による呼びかけ。ニュースレターは各小中学校、補導員、公民館に配布した。 ○ 街頭補導による直接的呼びかけを実施した。(266回/年) 	継続実施
	たばこを取り巻く環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> ○ ニュースレター5回×500部発行 JR マナー指導・街頭指導キャンペーンを計6回実施した。(100人) ○ 未成年喫煙防止キャンペーンに参加した。 	継続実施
アルコール	アルコールを取り巻く環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> ○ ニュースレターによる呼びかけ。街頭補導による直接的呼びかけを実施した。 ○ 未成年飲酒防止キャンペーンに参加した。 	継続実施

10 公民館

分野	事業内容	進捗状況	
		平成21年度取組み結果	平成22年度取組み計画
栄養・食生活	食に関する正しい知識の普及・啓発	○子育て期にある親を対象とした学級・講座や料理教室等において食に関する学習を行い、正しい知識の普及・啓発に努めた。	○地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図ります。
	食生活改善推進員活動の充実	○各種の学級・講座において講師として食生活改善推進員を指導者に招き、栄養指導や食生活の改善等について知識の習得と啓発に努めた。	○食生活改善推進員の指導による健康に関する学習機会の提供を図ります。
身体活動・運動	ウォーキングマップの整備	○ウォーキング事業に伴う学習資料としてその都度コース等を掲載したしおりを作成し配布したとともに、市民の求めに応じて情報提供を図るなどし、ウォーキング人口の拡大に努めた。	○健康づくりの一環としてのウォーキング事業に伴う資料の作成・配布に努め、ウォーキング人口の拡大を図ります。
	各種運動(スポーツ)教室	<ul style="list-style-type: none"> ○ウォーキング事業(開設事業数15、開催回数51回、参加延人数1,168人) ○やさしいヨガ教室(開催回数4回、参加延人数50人) ○グランドゴルフ教室(開催回数4回、参加延人数83人) ○清見台地区なわとび大会(開催回数1回、個人160人・団体17チーム) ○ピラティス体操教室(開催回数1回、参加者数20人) 	○地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図ります。

分野	事業内容	進 捗 状 況	
		平成 21 年度取組み結果	平成 22 年度取組み計画
休養・こころの健康	心の健康に関する講座・講演会の開催	○リズムの効用を科学的に取り入れた「ヘルスリズムス」を10公民館(中央・富来田・岩根・鎌足・金田・中郷・東清・清見台・西清川・波岡)で各1回開催した。全体での参加者数は 240 人。 【高齢者福祉課との連携事業】	○地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図ります。
	各種講座及びサークル活動	○市民の自主的社會教育活動への参加・促進・支援を図るために全 16 公民館において 329 事業を開設実施したとともに団体・サークル活動の充実・促進を図るため施設の利用に供した。 主催事業を含む年間利用者数は 433,383 人。	○地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図るとともに、サークル活動の充実・発展に資するために公民館施設を活動の利用に供します。
歯	成人・高齢者歯科保健事業の充実	公民館を会場に実施した「健康相談」において歯科衛生士による健康相談を行った。 【健康推進課との連携事業】	地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図ります。
生活習慣病	生活習慣病予防のための知識の普及	○健康講座 (開催回数 6 回、参加延人数 139 人) ○健康を考える教室 (開催回数 5 回、参加延人数 52 人) ○健康づくり教室 (開催回数 5 回、参加延べ人数 56 人) ○免疫学び態(開催回数 4 回、参加者数 34 人) ○健康アロマ講座 (開催回数2回、参加者数 16 人) ○波岡ヘルシークッキング (開催回数4回、参加延人数 36 人) ○健康ダイエット講座(開催回数14回、参加者数 37 人)	○地域の実情に応じて、分野・事業・内容に沿った健康に関する学習機会の提供を図ります。 ○保険年金課、健康推進課の連携による三者共催保健事業を市内の公民館で開催します。

【2】その他の保健事業

1 障害福祉課

《平成 21 年度事業実績》

事業名	事業内容	事業実績
第 32 回 君津地域心身障害 児者スポーツ大会	於: 富津市総合社会体育館 主催: 君津地域身体障害者福 祉会連合会	平成 21 年 6 月 20 日(土)実施 参加者 木更津市 35 名 袖ヶ浦市 31 名 君津市 45 名 富津市 42 名 その他(ボランティア)22 名 競技 8 種目
第 36 回 君津地域心身障害 児者オリエンテーリ ング大会	於: 君津市社会福祉センター きみつ偕楽園 主催: 君津地域身体障害者福 祉会連合会	平成 21 年 10 月 3 日(土)実施 参加者 木更津市 17 名 袖ヶ浦市 19 名 君津市 30 名 富津市 18 名 その他(ボランティア)21 名
第 9 回 千葉県障害者スポ ーツ大会	障害者スポーツ競技の祭典	平成 21 年 5 月 17 日・24 日・31 日(日)に、陸上競技・サウン ドテーブルテニス・水泳に参加 木更津市 3 名(卓球、サウンドテーブルテニス・水泳) ※ 大会は平成 21 年 5 月 9 日から平成 21 年 9 月 6 日の間 に実施

《平成 22 年度 事業計画》

事業名	事業計画
第 33 回君津地域心身障害 児者スポーツ大会	於: 袖ヶ浦臨海スポーツセンター総合体育館 平成 22 年 6 月 26 日(土)実施予定 競技 8 種目
第 10 回全国障害者スポーツ 大会 リハーサル大会	障害者スポーツ競技の祭典 主催: 千葉県他 平成 22 年 5 月 29 日(土)、30 日(日)実施 木更津市: 5 名参加(陸上競技、卓球、サウンドテーブルテニス)

2 高齢者福祉課

《平成 21 年度事業実績》

事業名	事業内容	事業実績
介護予防教室	自立生活体操 (椅子に座りながら有酸素運動などを取り入れた体操) 65 歳以上を対象に無料で開催する	・期 間 5 月～3 月 ・場 所 市内 16 公民館 ・開催時間 約1時間30分 ・合計開催数 286 回 ・合計参加人数 3481 名
同 上	ヘルスリズムス (太鼓を使った体操) 65 歳以上を対象に無料で開催する	期 間 6 月～1 月 ・場 所 市内 10 公民館 ・開催時間 約1時間 ・合計開催数 10回 ・合計参加人数 240 名
第 32 回 木更津市老人クラブ連合会 スポーツ大会	高齢者がスポーツを通じて健康の 保持と家族及び地域社会との交流を深め ることにより生活の喜びを高めることを目 的とする	・開 催 6 月 30 日(火) ・会 場 木更津市民体育館 ・開催時間 9:20～14:30 ・参加人数 660 人
第 29 回 木更津市老人クラブ連合会 ゲートボール大会	連合会がゲートボール大会を主催すること により、老人自らの健康保持と家族及び地 域社会との交流を深め生活の喜びを高め る	・開 催 9 月 3 日(木) ・会 場 真舟中央公園 ・開催時間 9:30～12:00 ・参加人数 19 人
第 12 回 木更津市老人クラブ連合会 グランドゴルフ大会	連合会がグランドゴルフ大会を主催するこ とにより、老人自らの健康保持と家族及び 地域社会との交流を深め生活の喜びを高 める	・開 催 9 月 29 日(火) ・会 場 桜井運動場 ・開催時間 9:30～15:00 ・参加人数 225 人

《平成 22 年度実施計画》

事業名	事業計画
介護予防教室	自立生活体操 (椅子に座りながら有酸素運動などを取り入れた体操) 65 歳以上を対象に市内16公民館において無料で開催する 年間 386 回を予定している 5 月～3 月実施予定
第 13 回 木更津市老人クラブ連合会 グランドゴルフ大会	連合会がグランドゴルフ大会を主催することにより、老人自らの健康保持と家族 及び地域社会との交流を深め生活の喜びを高める 平成 22 年 5 月実施予定
第 33 回 木更津市老人クラブ連合会 スポーツ大会	高齢者がスポーツを通じて健康の保持と家族及び地域社会との交流を深める ことにより生活の喜びを高めることを目的とする 平成 22 年 6 月実施予定

3. 健康推進課

《平成21年度 予防接種事業実績》

種 別		対 象 者 (人)	実 施 者 数 (人)	実 施 率 (%)	集 団 協 力 医 師 数 (人)	
定 期 接 種 (一 類)	三種混合 1期 (ジフテリア・百日咳・破傷風混合)	4,268	4,401	103.12	個 別	
	二種混合 2期 (ジフテリア破傷風混合)	1,194	1,165	97.57	34	
	急性灰白髄炎	2,128	1,958	92.01	60	
	麻しん風しん混合	1 期	1,035	1,001	96.71	個 別
		2 期	1,215	1,180	97.12	
		3 期	1,206	1,132	93.86	
		4 期	1,290	958	74.26	
	麻しん単抗原			1		
	風しん単抗原			2		
	日本脳炎	1 期	2,314	398	17.20	
2 期						
BCG (定期外9人を含む)		1,072	1,073	100.09		
二 類	インフルエンザ	27,844	11,726	42.11	個 別	

※BCGの定期接種は、平成20年度から個別（医療機関）で実施しています。

《参考》平成21年度集団接種協力医師月別出勤状況

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
延人数	6	22	21	3	0	6	6	6	6	6	6	6	94

平成21年度 健康診査・がん検診事業実績

【健康診査】

種 別	申込者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	健 診 結 果																									
若 年 期 健 康 診 査	468	358	76.50	<table border="1"> <tr> <td rowspan="3">判 定 区 分</td> <td>積 極 的 支 援</td> <td>15人</td> <td>4.19%</td> </tr> <tr> <td>動 機 付 け 支 援</td> <td>22人</td> <td>6.15%</td> </tr> <tr> <td>情 報 提 供</td> <td>321人</td> <td>89.66%</td> </tr> </table> <p>・判定基準ごとの該当者数</p> <table border="1"> <tr> <td>腹 囲</td> <td>46人</td> <td>12.85%</td> </tr> <tr> <td>血 糖</td> <td>21人</td> <td>5.87%</td> </tr> <tr> <td>脂 質</td> <td>27人</td> <td>7.54%</td> </tr> <tr> <td>血 圧</td> <td>32人</td> <td>8.94%</td> </tr> <tr> <td>喫 煙 歴</td> <td>70人</td> <td>19.55%</td> </tr> </table>	判 定 区 分	積 極 的 支 援	15人	4.19%	動 機 付 け 支 援	22人	6.15%	情 報 提 供	321人	89.66%	腹 囲	46人	12.85%	血 糖	21人	5.87%	脂 質	27人	7.54%	血 圧	32人	8.94%	喫 煙 歴	70人	19.55%
判 定 区 分	積 極 的 支 援	15人	4.19%																										
	動 機 付 け 支 援	22人	6.15%																										
	情 報 提 供	321人	89.66%																										
腹 囲	46人	12.85%																											
血 糖	21人	5.87%																											
脂 質	27人	7.54%																											
血 圧	32人	8.94%																											
喫 煙 歴	70人	19.55%																											
健康増進法に基づく 健康診査 (医療保険未加入者の健 診)	5	4	80.00	<table border="1"> <tr> <td rowspan="3">判 定 区 分</td> <td>積 極 的 支 援</td> <td>0人</td> <td>0.00%</td> </tr> <tr> <td>動 機 付 け 支 援</td> <td>1人</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td>情 報 提 供</td> <td>3人</td> <td>75.00%</td> </tr> </table> <p>・判定基準ごとの該当者数</p> <table border="1"> <tr> <td>腹 囲</td> <td>2人</td> <td>50.00%</td> </tr> <tr> <td>血 糖</td> <td>1人</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td>脂 質</td> <td>0人</td> <td>0.00%</td> </tr> <tr> <td>血 圧</td> <td>2人</td> <td>50.00%</td> </tr> <tr> <td>喫 煙 歴</td> <td>1人</td> <td>25.00%</td> </tr> </table>	判 定 区 分	積 極 的 支 援	0人	0.00%	動 機 付 け 支 援	1人	25.00%	情 報 提 供	3人	75.00%	腹 囲	2人	50.00%	血 糖	1人	25.00%	脂 質	0人	0.00%	血 圧	2人	50.00%	喫 煙 歴	1人	25.00%
判 定 区 分	積 極 的 支 援	0人	0.00%																										
	動 機 付 け 支 援	1人	25.00%																										
	情 報 提 供	3人	75.00%																										
腹 囲	2人	50.00%																											
血 糖	1人	25.00%																											
脂 質	0人	0.00%																											
血 圧	2人	50.00%																											
喫 煙 歴	1人	25.00%																											
肝 炎 ウ イ ル ス 検 診	139	103	74.10	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>陽 性</td> <td>陰 性</td> </tr> <tr> <td>C型肝炎検査</td> <td>0人</td> <td>103人</td> </tr> <tr> <td>B型肝炎検査</td> <td>1人</td> <td>102人</td> </tr> </table>		陽 性	陰 性	C型肝炎検査	0人	103人	B型肝炎検査	1人	102人																
	陽 性	陰 性																											
C型肝炎検査	0人	103人																											
B型肝炎検査	1人	102人																											
成 人 歯 科 健 康 診 査	対象者数 7,268	297	4.09	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>異常なし</td> <td>要指導</td> <td>要精検</td> </tr> <tr> <td>40歳</td> <td>4人</td> <td>18人</td> <td>32人</td> </tr> <tr> <td>50歳</td> <td>3人</td> <td>10人</td> <td>41人</td> </tr> <tr> <td>60歳</td> <td>5人</td> <td>11人</td> <td>72人</td> </tr> <tr> <td>70歳</td> <td>5人</td> <td>8人</td> <td>88人</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>17人 (5.72%)</td> <td>47人 (15.82%)</td> <td>233人 (78.45%)</td> </tr> </table>		異常なし	要指導	要精検	40歳	4人	18人	32人	50歳	3人	10人	41人	60歳	5人	11人	72人	70歳	5人	8人	88人	計	17人 (5.72%)	47人 (15.82%)	233人 (78.45%)	
	異常なし	要指導	要精検																										
40歳	4人	18人	32人																										
50歳	3人	10人	41人																										
60歳	5人	11人	72人																										
70歳	5人	8人	88人																										
計	17人 (5.72%)	47人 (15.82%)	233人 (78.45%)																										

○健康診査の結果判定について

若年期健康診査・健康増進法に基づく健康診査（医療保険未加入者の健康診査）の結果判定には、特定健康診査・特定保健指導における保健指導判定区分を採用しております。下表の基準により次の3区分に階層化され、生活習慣の改善の必要度に応じた保健指導を実践します。

- ・積極的支援 生活習慣の改善の必要性が高い人
- ・動機付け支援 生活習慣の改善の必要性が中程度の人
- ・情報提供 生活習慣の改善の必要性が低い人

■保健指導区分の基準

腹 囲	心疾患等のリスク要因	④喫煙歴	指 導 区 分
	①血糖 ②脂質 ③血圧		
男性:85cm以上 女性:90cm以上	2つ以上該当	/	積極的支援
	1つ該当	あり なし	動機付け支援
上記以外で BMI ≥ 25.0	3つ該当	/	積極的支援
	2つ該当	あり なし	動機付け支援
	1つ該当	/	情報提供
上の2つの区分 に該当しない	/	/	情報提供

・心疾患等のリスク要因
 ①血 糖：空腹時血糖が100mg/dℓ以上またはヘモグロビンA1cが5.2%以上
 ②脂 質：中性脂肪が150mg/dℓ以上またはHDLコレステロールが40mg/dℓ未満
 ③血 圧：収縮期血圧が130mmHg以上または拡張期血圧が85mmHg以上

【がん検診】

種 別	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	要精検数	精 検 結 果						
					異常 認めず	が ん	がん疑い	がん以外	未受診	未把握者	
が ん 検 診	胃 が ん	34,370	2,058	6.0%	174	20	3	6	141	1	3
	子 宮 が ん	28,353	頸部 4,809 (3,513)	17.0%	27	5	1	1	13	1	6
			体部 1,945 (1,944)	6.9%	1					1	
	乳 が ん	25,905	3,924	15.1%	225	61	4	6	120	3	31
	肺 が ん	34,370	2,611	7.6%	71	25	1	2	37	1	5
	喀痰細胞診	398	192	48.2%	1						1
	大 腸 が ん	34,370	2,154	6.3%	165	29	6	1	113	2	14
結 核	結 核 検 診	34,370	2,611	7.6%	0						

※子宮がん検診体部検査は、頸部検査受診者のうち医師が必要と認めた者のみ実施。
 なお、子宮がんの()は個別検診の再掲

《平成 21 年度 保健指導事業実績一覧表》

【母子保健】

事業		対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内 容
パパママ学級	平日コース	516	25 組	6	ママ:実 121 人、パパ:実 109 人 保健師の講話・育児実習 (担当者:保健師、助産師)
	休日コース		84 組	6	
プレママクッキング教室			19	5	妊婦の栄養講座 担当者:栄養士
新生児・妊産婦訪問指導		714	実 536 延 542		妊 婦:実 21 人、延 23 人 産 婦:実 257 人、延 258 人 新生児:実 224 人、延 227 人 未熟児:実 7 人、延 7 人 乳 児:実 27 人、延 27 人
医療機関に委託して行う妊婦・乳児健康診査		妊娠届数 1,126	妊婦 13,099 乳児 1,581	妊婦 14 回 乳児 2 回	妊婦健診 1回目:1,097 件 8回目:1,016 件 2回目:1,075 件 9回目:1,022 件 3回目:1,053 件 10回目:1,022 件 4回目:1,078 件 11回目: 907 件 5回目:1,006 件 12回目: 935 件 6回目: 929 件 13回目: 691 件 7回目: 839 件 14回目: 429 件 乳児健診 3～6か月: 43 件 5～8か月: 753 件 9～11か月: 785 件
乳児健康診査		1,056	926	36	受診率 87.7% 健康管理上注意すべき者 実 126 人 延 159 人 紹介状発行 8 人、療育相談 2 人
離乳食講習			589	36	乳児健診に併せて栄養士が実施
子どもの歯と食事の教室		希望者	158	12	1歳未満児の保護者を対象に実施 担当者:歯科衛生士、栄養士
1歳児教室		180	144	12	1歳前後の子どもの特徴と関わり方、生活リズムについての講話、親子遊び
1歳6か月児健康診査		1,072	1,012	24	受診率 94.4% 健康管理上注意すべき者:実 245 人 (身体面:延 174 人 精神面:延 88 人) 精検発行 8 人・受診 7 人 う歯 15 人(45 本)、歯列咬合 25 人
3歳児健康診査		1,147	1,015	24	受診率 88.5% 健康管理上注意すべき者:実 432 人 (身体面:延 525 人 精神面:延 49 人) 精検発行 70 人・受診 63 人 う歯 304 人(1200 本)、歯列咬合 93 人

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内 容
健康教育		実 122	9	地域サークル等の要請による子育てに関する講演
こども相談		実 28 延 30	12	1歳6か月児・3歳児健診の事後相談 担当者:保健師、愛児園指導員、臨床心理士
にこにこ子育て相談		延 1808	76	妊産婦:実 1人、延 1人 乳児:実 375人、延 842人 幼児:実 321人、延 963人 学童:実 2人、延 2人

【成人保健】

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内 容
健康相談		総合 延 76 重点 延 60	29 25	保健師・栄養士による個別相談
健康教育		延 1899	52	保健師等による健康教育
地域住民グループ支援 健康相談 健康教育		延 289 延 143	19 6	保健師による健康相談・健康教育 5地区(富来田・太田・畑沢・八幡台・岩根)
地域支援グループ支援企画運営のための会議			6	地域住民グループ活動の運営会議等 3地区(富来田・八幡台・岩根)
乳がん検診に関する健康教育	3,197	3,197	26	乳がん検診(集団)受診者に対する集団健康教育

【いきいき館で行う健康相談等】

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内 容
健康相談		延 185	12	保健師・栄養士・歯科衛生士による個別相談
健康教育(メタボ撃退塾)		延 73	13	医師、保健師、栄養士による講義とインストラクターによる運動実践教室

【共通】

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内 容
訪問指導		延 311		精神保健福祉：実 4人、延 4人 生活習慣病：実 50人、延 50人 乳 児：実 48人、延 60人 幼 児：実 156人、延 184人 その他の疾病：実 10人、延 10人 そ の 他：実 3人、延 3人
訪問指導及び各種健康 相談以外の保健指導		延 2,409		面接相談 母子関係：365人 成人関係：19人 電話相談 母子関係：1486人、成人関係：539人

【歯科】

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内容
歯科健康教育		延 5,166	179	小・中学校巡回指導 78回 2,843人 保育園巡回指導 50回 1,185人 乳児健診時健康教育 35回 914人 その他母子関係健康教育 8回 195人 成人健康教育 8回 29人
歯科健康相談		延 1,759	139	にこにこ子育て相談 39回 419人 1歳6か月児健診時健康相談 24回 833人 3歳児健診時健康相談 24回 295人 生涯学習フェスティバル 1回 161人 電話相談 51回 51人
8020推進事業		7,529		・歯の健康づくりコンクール 標語応募総数 3,214点 高齢者のよい歯 1人 親と子のよい歯 親子2組 ・フッ化物洗口 小学校1校(年39回) 延3,636人 中学校1校(年40回) 延674人

【栄養】

事業	対象者数 (人)	実施者数 (人)	実施回数 (回)	内容
食生活改善事業		延 730	101	食生活改善推進員研修会 19回 213人 地区活動 43回 241人 ヘルスサポーター事業 2回 16人 保健相談センター事業 5回 10人 その他 32回 250人
栄養士健康相談		延 874	158	地区健康相談 14回 60人 健康診査事後相談 13回 13人 病態別栄養相談 3回 3人 一般相談 8回 8人 母子健康相談 24回 274人 1歳6か月児健診時健康相談 24回 265人 3歳児健診時健康相談 24回 198人 電話相談 36回 36人 訪問他 12回 17人
栄養士健康教育		延 150	15	母子健康教育 4回 45人 成人健康教室 11回 105人

平成22年度 母子保健事業実施計画

事業	時期	事業内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
パパママ学級		妊娠・出産・育児に関する知識及び技術の習得および、父親の育児参加を促す。	← 後3か月～90か月未満					12回(平日7回、休日5回)						
プレマクッキング教室		パパママ学級の妊婦に対し、正しい食生活の知識を供与し健全な母体づくりを支援する。		⇔		⇔		⇔ ⁶ 回		⇔		⇔		⇔
新生児・妊産婦訪問指導		新生児・妊産婦を対象に家庭訪問もしくは電話相談により保健指導・育児支援を行う。	← 目)終了後12か月～18か月後					随 時						
医療機関に委託して行なう妊婦・乳児一般健康診査		妊婦、乳児に一定数の受診票を交付することにより、健康診査の受診を勧奨し、健康管理の向上を図る。	← 適切な時期(妊婦14回/人、乳児2回/人)											
乳児健康診査		疾病の早期発見と育児支援を目的に健康診査を行い、健診結果及び問診内容により、適切な保健指導を行う。						3 6回						
離乳食講習		離乳食に対する知識の普及を図る。(乳健に併せて実施)						3 6回						
子どもの歯と食事の教室		乳児の歯と食事について保健指導を行う。						1 2回						
1歳児教室		1歳前後の児の特徴と関わり方・生活リズムについての指導を行う。						1 2回						
1歳6か月児健康診査		幼児の健康の保持及び増進を図るため健康診査を行なう。健診時に身体面で専門的な判断必要者に対し、精密健康診査を行なう。						2 4回						
3歳児健康診査		幼児の健康の保持及び増進を図るため健康診査を行う。健診結果により適切な保健指導を行うと共に、必要に応じ二次検査および精密健康診査を行う。						2 4回						
こども相談		精神発達面での問題を見極め療育につなげる。個別相談。						1 2回						
にこにこ子育て相談		保健相談センター・八幡台公民館・東清公民館・金田公民館・畑沢公民館・清見台公民館・富来田公民館・岩根保育園・請西南集会所を会場に健康相談及び歯科、栄養相談を行う。						7 2回						
地区健康教育		各地区の実情に応じて随時行う。						随 時						
訪問指導		乳幼児健診の事後や未受診者に対して必要に応じ随時訪問指導を行う。						随 時						
保育園巡回口腔衛生指導 幼稚園巡回口腔衛生指導 小・中学校巡回口腔衛生指導		保育園等(公立7園、私立5園、幼稚園1園)小学校18校および依頼のあった中学校において歯科指導を行う。延べ120回						延 1 2 0回						
小・中学校フッ化物洗口		フッ素水溶液でうがいを行い、永久歯のエナメル質の強化を促し、むし歯予防を図る。						小学校 3 9回、中学校 4 0回						

【健康相談・健康教育 2】（新規事業）

事業名	時期	事業内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
栄養講座		生活習慣病予防のための栄養講座を開催する。(月1回)				←————→								
運動講座		生活習慣病予防のための運動講座を開催する。(月1回)				←————→								
禁煙講座		禁煙のアドバイスを行う講座を開催する。(1月)										↔		
こころの健康講座		ストレスと上手につきあうための講座を開催する。(2月)											↔	

【いきいき館で行う健康増進事業】

事業名	事業内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
からだセルフチェック・健康相談	体組成測定を実施し、結果に基づく運動アドバイス及び健康相談を行う(偶数月1回)	←————→												
減量教室	運動と栄養の実践プログラムから、健康的に体重減少を目指す教室を開催する。(2コース 7回)									←————→				