

11 健康づくり

(1) 保健対策事業 (令和2年度予算額 360千円) ※健康課保健総務係

① 健康なまちづくり推進協議会運営事業

鶴岡市健康なまちづくり推進協議会は、平成9年度に市民一人ひとりが健康づくりへの取組みを推進し、地域・職場の中に健康づくりの輪を広げ、健康づくりの環境を整備することを目的に設置されました。平成20年度新たに要綱を制定し、市民の健康づくり推進に関する事項及び保健行動計画に関する事項について協議し、意見を伺う機関として発足しました。平成30年度は、「いきいき健康つるおか21保健行動計画」の策定委員会を兼ねて開催されました。

令和2年度は、「いきいき健康つるおか21保健行動計画」の進捗状況及び市の健康づくり事業について、協議、提言を行います。

(2) いきいき市民の健康づくり推進事業 (令和2年度予算額 2,811千円)

① いきいき健康プラン事業

誕生から高齢期まで健康な生活を送るために、年代ごとの健康課題を提起し、市民各自の「健康の自己管理」を促すことを目標とします。

1歳・30歳・40歳・50歳・61歳の5年代に事業や健診案内と同時に“健康メッセージ”のパンフレットを送付します。

② 保健衛生推進員活動支援・育成事業

目的：地域住民の健康づくりの推進を図ることを目的に活動します。

保健衛生推進員は、町内会や自治会から推薦され市長が依頼しています。

	名称	会員数(人)	活動内容
鶴岡 (コミュニティセンター設置地区単位で21地区に組織がある)	保健衛生推進員会 (要綱上では上記の名称とするが、各地域で異なる)	687	<ul style="list-style-type: none"> ・会の運営に関すること ・推進員の研修 ・各種健診の啓発活動 ・健康づくり事業の推進 ・研修会への参加と呼びかけ ・行政や地区事業への協力
藤島	保健推進員会	86	
羽黒	保健推進員会	69	
櫛引	保健福祉推進員会	29	
朝日	保健委員会	35	
温海	保健推進員会	40	
合計		946	

③ 保健衛生推進員会連合会支援事業

目的：鶴岡地域のコミュニティセンター設置地区単位の21地区及び庁舎地域単位の5地域で活動している26の保健衛生推進員会組織の連合会で、地区保健衛生推進員会相互の連携・調整を通じ推進員の研鑽と親睦交流を図り、関係機関との連携を密にし、市民の健康づくり運動の推進に寄与することを目的に活動しています。（平成10年2月に設立総会。平成28年度に庁舎地域組織が加入する。）

主な事業：・三役会、理事会、総会

・研修会

・専門部会での健康づくり啓発のための事業

*健康のつどい *ステップアップ講座 *会報発行

④ 食生活改善推進事業

(ア) 食生活改善推進協議会

「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、各地域・地区を基盤に活動しています。

健康づくりの3つの柱“食生活・運動・休養”を基本とし、適切な食生活の普及や食育・地産地消の推進などを通じて、地域の健康づくり活動を展開します。

・主な活動内容

地域への望ましい食生活の普及活動、食育活動、食文化の継承、伝達講習会、高齢者への会食・配食、健康づくり推進事業への参加、会員研修等

〈食生活改善推進活動〉（令和元年度実績）

推進員数	集会		対話・訪問		総数	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数
495	1,901	11,115	397	3,448	2,298	14,563

〈会員数〉

鶴岡	藤島	羽黒	櫛引	朝日	温海	全市
266	87	44	37	19	42	495

(イ) 食生活改善推進員養成

各地域で健康づくり活動を推進していく食生活改善推進員を養成するための講座を開催します。

〈食生活改善推進員養成講座受講者状況〉（令和元年度実績）

地域	鶴岡	藤島	羽黒	櫛引	朝日	温海	総数
受講者数(人)	19	4	2	0	0	3	28

⑤ 健康づくり啓発事業

(ア)「健康づくり強調月間」事業

(鶴岡地域)

鶴岡地域において、健康づくりの啓発を目的に 10 月を健康づくり強調月間と位置づけ各種事業を展開しています。

《令和元年度実績》

テーマ「すてきです！その汗、その顔 その健康」

◇「まちなか健康ウォーキング」

日にち：令和元年 10 月 1 日（火）

内 容：・公認ウォーキング指導員による初心者向けウォーキング講座
・ウォーキング（にこ♥ふる発着の約 4km コース）
・商店街見所紹介
・健康運動指導士によるフットケアと運動後の整理体操
・参加者へ参加賞贈呈

参加者：61 人

◇「市民健康のつどい」

令和元年 10 月 13 日（日）開催予定でしたが、台風 19 号の接近に伴い開催を中止しました。

◇「市民ロビー健康展」

日にち：令和元年 10 月 15 日（火）～31 日（木）

場 所：市役所市民ロビー

内 容：風しん、子育て世代包括支援センター、すこやかネット、がん予防、栄養・食生活、自殺対策計画、こころの健康づくり、保健行動計画

参加者：約 600 人来場

(イ)「健康と福祉のつどい」

(櫛引地域)

家庭や地域での健康づくりの推進を図ることを目的に、櫛引地域保健福祉推進委員会や食生活改善推進協議会、社会福祉協議会等との協力で開催しました。

《令和元年度実績》

日にち：令和元年 10 月 6 日（日）

場 所：櫛引福祉センター

内 容：・「健康チェックコーナー」「くしびき安心カードコーナー」
「食生活を考えるコーナー」「集中力を知るコーナー」
「環境コーナー」「子育て支援コーナー」「ごみの分別コーナー」
「知的障がい者疑似体験コーナー」

参加者：100 人来場

(ウ)「あつみ健康のつどい」

(温海地域)

温海地域の保健推進委員会や食生活改善推進協議会等の各団体による実行委員体制で、企画準備を進めましたが、コロナ感染症発生予防のため開催を中止しました。

(予定：令和 2 年 2 月 29 日（土）)

(3) こころの健康づくり推進事業

(令和2年度予算額 2,049千円)

こころの健康づくりに対する意識と理解を高めるとともに、関係機関や地域住民との連携を進め、うつ病・ひきこもり等の予防・早期発見・早期対応と自殺予防対策の推進を図ります。

① 自殺予防対策ネットワーク構築事業

《令和元年度実績》

○鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議・鶴岡市自殺対策計画策定委員会

1回目 日時：令和元年6月18日 出席者数：19人

2回目 日時：令和2年2月13日 出席者数：16人

○鶴岡市自殺対策関係課推進会議

日時：令和2年1月10日 出席者数：27人

○若者ひきこもり自立支援実務者会議 2回

(健康課・福祉課・学校教育課・商工課等の庁内実務者)

② 普及・啓発事業

《令和元年度実績》

○こころのサポーター研修・こころの健康づくり重点地区等での健康教育実施状況

(重点地区／第4学区、第5学区、黄金、京田、湯野浜、藤島、櫛引、朝日)

		回数	人数	講師内訳			
				医師	看護師	市保健師	その他
こころのサポーター研修	こころの健康づくり出前講座	7	224	2	2	3	0
	市職員こころのサポーター研修	1	16	0	1	1	0
	重点地区	6	150	1	0	5	0
	その他	6	204	1	0	6	6
	計	20	594	4	3	15	6
こころのサポーター研修以外	こころ元気アップセミナー	1	245	1	0	1	2
	重点地区	47	1,348	3	1	40	1
	その他	34	699	0	2	27	19
	計	82	2,292	4	3	68	22
合計		102	2,886	8	6	83	28
(再掲) うつ予防について含んだ内容		72	1,749	5	5	77	11

○こころ元気アップセミナー

日時：令和元年8月25日(日) 午後1時30分～4時

会場：鶴岡市第3学区コミュニティセンター 大ホール

内容：情報提供

「鶴岡市の自殺予防対策の取り組み」 鶴岡市健康課

「教育現場からみえる子どもたちの悩みや相談の現状」

遠田 健一 氏 庄内教育事務所 エリアスクールソーシャルワーカー

青木 美登利 氏 山形県立鶴岡北高等学校 養護教諭

特別講演「子ども・若者の SOS に気づくために～自分を傷つけずにはいられない～」

講師 国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター

精神保健研究所 薬物依存研究部 部長

薬物依存症センター センター長 精神科医師 松本 俊彦 氏

参加人数：245 人

○広報活動

- ・鶴岡市ホームページ、市広報等へ自殺対策計画・自殺の現状・こころの相談先等の掲載
- ・健康メッセージにこころの相談先チラシ同封（4月）：5,733 枚
- ・自殺予防週間（9～10月）：櫛引庁舎に懸垂幕の設置
- ・自殺対策強化月間（3月）：こころの相談先周知ポケットティッシュ 5,100 個配布、鶴岡市総合保健福祉センター情報体験コーナーにこころの健康づくりについて掲示
- ・櫛引・朝日ケーブルテレビ放映（9月）

③ 個別ケア事業

《令和元年度実績》

○相談（電話・来所）・訪問

	こころの健康相談	若者ひきこもり相談	市保健師による相談
実人数	28	32	
電話相談（延人数）	3	31	232
来所相談（延人数）	59	86	103
訪 問（延人数）	0	12	106

○若者ひきこもり自立支援相談対応資質向上研修

日 時：令和 2 年 2 月 28 日（金） 午後 1 時 30 分～3 時 30 分

会 場：鶴岡市総合保健福祉センターにこ♥ふる

内 容：

- ・事業報告「鶴岡市若者ひきこもり相談支援事業について」
- ・講演「ひきこもり相談支援の実際」

講師 自立支援センターふきのとう 代表 白幡 康則 氏

- ・活動紹介

庄内地域若者サポートステーション

アスピア ソーシャルアクション

就労支援準備支援事業「したくホーム」

対象者：若者ひきこもり支援に関わる関係機関の職員

参加人数：41人

○若者ひきこもり家族教室

日時：令和元年11月10日（日） 午後1時30分～3時40分

会場：鶴岡市総合保健福祉センターにこ♥ふる

内容：・講演「親の歩みと子どもの変化」

講師 NPO法人から・ころセンター代表理事

NPO法人全国ひきこもり家族会連合会共同代表

伊藤 正俊氏

・体験発表「親と子どもの世界観」 鹿間 健史 氏

・家族会の方のお話

対象者：おおむね40歳未満の若者ひきこもり者の家族

参加人数：29人

○若者ひきこもりケース支援方針会議

実施回数：4回 検討事例：5事例

会場：山形県立こころの医療センター会議室

スーパーバイザー：精神科医長 東海林 岳樹 氏

出席者：健康課、福祉課、学校教育課、自立支援センターふきのとう、障害者相談支援センター等若者ひきこもり支援に関わる関係機関の職員