

仙台市の健康増進事業について

1 いきいき市民健康プラン推進

市民の健康的な生活習慣の確立と、社会的支援を推進するため、平成 14 年 3 月に「いきいき市民健康プラン」を策定。平成 30 年 3 月、平成 30 年 4 月 1 日から令和 4 年度を計画期間として「第 2 期いきいき市民健康プラン後期計画」を策定（令和 5 年度まで延長）。同プランでは、健康づくりを推進するために、重点分野（生活習慣病、心の健康づくり、食生活、歯と口の健康、たばこ対策、感染症予防）と、市民の生活を取り巻く職場・地域・関係団体等が連携し、健康づくりに取り組む環境を整えることとしている。

2 健康増進事業

(1) 健康教育

生活習慣病の予防、その他健康に関する正しい知識の普及により「自らの健康は自らで守る」という自覚と認識を高め、壮年期からの健康の保持増進を図ることを目的とし実施。

保健福祉センター等で医師、歯科医師、保健師、管理栄養士等による講演会、健康教室等を開催しているほか、個別・継続的な指導も行っている。

【令和 4 年度実績】 開催回数 75 回 参加者数（延 481 人）

(2) 健康相談

心身の健康に関する個別の相談に応じ、必要な指導、助言を医師、歯科医師、保健師、管理栄養士、歯科衛生士等により行っている。

【令和 4 年度実績】 開催回数 101 回 参加者数（延べ）126 人

(3) 健康診査

がん、心臓病、脳卒中等の疾病を早期に発見し、治療勧奨を図るとともに、生活習慣の改善により、生活習慣病の予防に資することを目的として実施している。

診査項目	R4年度
基礎健康診査（35～39 歳、75 歳以上、生保）	44,823 人
歯周病検診（30 歳・40 歳・50 歳・60 歳・70 歳）	6,559 人
骨粗鬆症検診（40 歳・50 歳）	2,875 人
胃がん検診（35 歳以上）	39,312 人
子宮頸がん検診（20 歳以上）	39,094 人
肺がん検診（40 歳以上）	69,027 人
乳がん検診 超音波検査（30～39 歳）	4,146 人
マンモグラフィ併用（40～69 歳）	20,724 人
マンモグラフィ（70 歳以上）	11,538 人
大腸がん検診（40 歳以上）	74,286 人
前立腺がん検診（50 歳・55 歳・60 歳・65 歳）	1,049 人

※胃がん検診は、令和元年度から 50 歳以上の市民を対象に胃内視鏡検査を実施しており、胃内視鏡検査の受診間隔は 2 年に 1 回となっている。

(4) 周知・啓発

① 歩こう動こう脱メタボプロジェクト「アルーワーク仙台」

1日の平均歩数が少なく、生活習慣病予防の課題の大きい、主に働く世代に対して、日常生活の中で継続的に歩くことに取り組むきっかけを作ることを目的に、ICTを活用し、健康情報ポータルサイトとして情報発信やウォーキングイベントを展開している。

② 健康増進センターによる生活習慣病予防事業

- ・スキマ時間で気軽に効果的に体を動かしてもらえるよう、せんだいTubeで活動量増加のための動画を配。
- ・高血圧予防を目的に、イベント等において尿ナトリウム比を測定し、塩分の取りすぎや野菜不足をチェックする。

(5) 環境整備

① 健康づくりサポート事業

市民の健康づくり実践のための環境整備として、禁煙の施設および栄養成分表示や健康的なメニューを提供する店の情報を市民に提供することにより、健康づくりの支援を行っている。

- ・受動喫煙防止宣言施設登録制度 【令和5年3月末現在】 1,288 施設
- ・食で健康サポート店推進事業 【令和5年3月末現在】 82 施設

② 仙台市まちなか歩数表示補助事業

平成29年度より開始。歩きやすい環境の整備を目的に、散策コースや商店街に歩数表示の設置および設置場所の周知を行う団体に対して助成を行う。

③ 庁舎階段に階段利用を促す表示を掲示（本庁舎・上杉分庁舎）

来庁者や市職員の運動に関する意識を高めるため、本庁舎・上杉分庁舎階段に階段利用促進のメッセージを表示。

④ 仙台市CKD(慢性腎臓病)病診連携モデル事業

人工透析新規導入患者の減少を目的に、リスクのある方に対しかかりつけ医と腎臓専門医が連携し診療する仕組みを整備。

3 歯科保健

(1) 歯科健康相談等

総合相談、生活習慣病予防相談等の健康増進法に基づく事業において、歯科健康相談・保健指導を実施している。

【令和4年度実績】 開催回数 24回 参加者数(延べ) 584人

(2) 普及啓発事業

(歯と口の健康週間、歯と口腔の健康づくり月間、地区健康まつり、健康増進普及月間行事)

歯や口の健康に関する正しい知識の普及啓発と、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、市民の健康の保持増進に寄与することを目的に実施している。

【令和4年度実績】 参加者数(延べ) 21,667人

4 栄養改善・食育

(1) 栄養指導

市民の生涯にわたる健康づくりの基盤となる望ましい生活習慣の確立と栄養知識の普及、生活習慣病予防のため、乳幼児から高齢者までライフステージに応じた栄養相談、食育の啓発・支援を実施している。

【令和4年度実績】 個別指導 3,899人 集団指導 218回 3,463人

① 健康お役立ちレシピコンテスト

市民が主体となる健康的な食習慣づくりを推進することを目的に、市民が考える健康的な料理のレシピを募集し、それらを広く発信している。

② 仙台伊達なキッチン-だてきち- (健康政策課 Facebook・Instagram)

食と健康に興味を持つ市民を増やすとともに、市民がより実践的で、自身の生活に取り入れやすい情報を得られる環境を作ることを目的に、健康政策課 Facebook・Instagramにより「仙台伊達なキッチン-だてきち-」を開設している。

食と健康の情報（健康レシピ・時短調理などの情報、生活習慣病予防、健康づくりイベント情報、国の健康施策概要）等を発信している。

【令和4年度実績】 Facebook 発信回数 50回 Instagram 発信回数 41回

