

会 議 録

会議の名称		令和8年度 第1回つくば市健康づくり推進協議会					
開催日時		令和8年8月5日(水) 開会 14:00 閉会 16:00					
開催場所		つくば市役所コミュニティ棟会議室1					
事務局(担当課)		こども・保健部健康増進課					
出席者	委員	小倉正徳会長(議長)、高田将生副会長、富岡雅樹委員、山海知子委員、酒井利信委員、土居環樹委員、石黒澄子委員、本多めぐみ委員、加藤美奈子委員、後藤和江委員、中野潤子委員					
	事務局	こども・保健部:鈴木部長、木本次長 健康増進課:稲葉課長、東泉課長補佐、山田統括保健師、小池係長、大竹係長、田中主任、海老原管理栄養士、下條保健師 大穂保健センター:永井所長、坂本係長 桜保健センター:久保田所長、安積係長 谷田部保健センター:石田所長、箭内係長 いきいきプラザ:宇津野館長、眞鍋係長					
公開・非公開の別		☒ 公開 ☐ 非公開 ☐ 一部公開			傍聴者数	0名	
非公開の場合はその理由							
議題		報告事項(1)第5期健康つくば 21 プラン ・概要説明 協議事項(1)第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」 ・令和7年度活動報告について					
会議録署名人		規定なし		確定年月日	年 月 日		
会議次第	1 開会 2 委嘱状交付 3 部長挨拶 4 委員紹介 5 事務局紹介 6 会長挨拶 7 報告事項 (1)第5期健康つくば 21 プラン ・概要説明 8 協議事項 (1)第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」						

	・令和7年度活動報告について
9	その他
10	閉会

<審議内容>

1 開会

東泉課長補佐:ただいまから令和8年度第1回つくば市健康づくり推進協議会を開会いたします。本日はお忙しい中御出席くださいます誠ありがとうございます。本日の進行を務めさせていただきます健康増進課課長補佐の東泉と申します。協議会前に資料の確認をさせていただきます。事前に郵送させていただいた資料は、協議会の次第、資料1 第4期健康増進計画「令和7年度活動報告」、別紙1 事前質問検討、別紙2 健康づくり推進協議会協議会設置要項、別紙3 委員名簿となっております。本日机上に配布させていただいております資料といたしまして、追加資料の事前質問意見のまとめ、資料1の修正版令和7年度活動報告をお配りしております。

では、議事に入る前に事務局から協議会の公開に関する連絡事項があります。市では市政運営の透明性の向上を図ることを目的として、「つくば市附属機関の会議及び懇談会等の公開に関する条例」第3条に基づき、会議の公開を行っております。本日の協議会につきましては公開となりますので、協議会后、会議録を作成し、後日ホームページ等に掲載させていただきますので、御了承のほどお願いいたします。

2 委嘱状交付

東泉課長補佐:それでは会議次第に従いまして、進めさせていただきます。まず、委員2名の方が任期途中で、所属の協会及び協議会の会長職を退任されたことに伴い、萩原委員、栗山委員に代わり、新しく委員となっただいたお二方を紹介させていただきます。つくば市スポーツ協会会長酒井利信委員、つくば市食生活改善推進員協議会会長石黒澄子委員です。よろしく願いいたします。尚、委嘱状につきましては、机上配布とさせていただきましたので、御了承いただければと思います。本日は 11 名の委員に御出席いただいております。白鳥裕貴委員、坂入美妃委員の2名は欠席の御連絡をいただいております。

3 部長挨拶

東泉課長補佐：続きまして、本協議会開会にあたりまして、こども・保健部長の鈴木から御挨拶申し上げます。

鈴木部長：皆様こんにちは。こども・保健部長の鈴木です。本日はお忙しい中、つくば市健康づくり推進協議会に御出席いただきまして、誠にありがとうございます。また、日頃より本市の健康づくりの施策の推進に特別な御理解と御協力を賜り、心より感謝申し上げます。さて、本市では「第5期健康つくば 21 プラン」を令和8年3月に策定いたしました。策定にあたりまして、委員の皆様をはじめ関係者の皆様には、多大なる御尽力と貴重な御意見を賜りまして、この場をお借りしまして、改めてお礼を申し上げます。新たなプランでは、基本理念を「自分らしく生き生きと暮らせるまち つくば」といたしました。市民一人ひとりがそれぞれの生活の背景や価値観に応じて、無理なく健康づくりに取り組めるよう、今後も関係機関・団体の皆様と連携しながら、取組を着実に進めてまいりたいと思います。本日の協議会では、第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」の令和7年度の活動報告についての御協議をいただきますので、各事業の進捗・成果を、また見据えた課題等を共有し、今後の取組の改善や第5期のプランの推進につなげていく大切な機会と考えておりますので、委員の皆様に専門的な知見や現場での御経験を踏まえ、忌憚のない御意見を賜りますようお願い申し上げます。結びに本市の健康づくりの推進に、今後とも変わらぬ御指導、御協力を賜りますようお願い申し上げます。本日はどうぞよろしくお願いいたします。

4 委員紹介

東泉課長補佐：続きまして、委員を御紹介します。

(委員紹介)

5 事務局紹介

東泉課長補佐：続きまして、事務局職員を御紹介します。

(事務局紹介)

6 会長挨拶

東泉課長補佐:続きまして、小倉会長の御挨拶をお願いいたします。

小倉会長:皆様こんにちは。会長の小倉です。本日は暑い中、健康づくり推進協議会の委員の皆様にご参集いただきまして、誠にありがとうございます。つくば市健康づくり推進協議会は、市民一人ひとりが健やかで心を豊かに生活が送れるように、委員の方々のそれぞれの立場から幅広い多様な意見を出し合っていたいただき、健康づくりを推進していくものです。本日は、第4期つくば市健康増進計画につきまして、昨年度の活動報告について協議いただきます。市民の健康づくりにつながるよう、様々な立場からの貴重な御意見を賜りたいと思います。皆様には活発な意見交換をお願いしたいと思っております。本日はどうぞよろしくお願い申し上げます。

東泉課長補佐:ここで、部長の鈴木は公務のため退席させていただきます。

これからの議事進行につきましては、つくば市健康づくり推進協議会第6条第3項に基づき、会議の議長となる会長にお渡しさせていただきます。小倉会長よろしくお願い申し上げます。

7 報告事項

(1) 第5期健康つくば 21 プラン (概要説明)

小倉会長:それでは、配付されている次第に沿って議事を進めたいと思います。市民の健康づくりに繋がるよう、様々な立場からの活発な意見交換をお願いしたいと思います。本日はどうぞよろしくお願い申し上げます。

初めに、報告事項(1)第5期健康つくば 21 プランの策定についてです。

事務局(下條): 本協議会で審議いただき、令和8年3月に策定いたしました「第 5 期健康つくば 21 プラン」について、改めて概要を御説明させていただきます。お手元に「第5期健康つくば 21 プランの概要」を御用意ください。

本計画の基本理念は、「自分らしく いきいきと暮らせるまち つくば」です。

市民一人ひとりが、生涯を通じて心身ともに健康で、自分らしくいきいきと暮らせるまちの実現を目指し、健康づくりを総合的に推進していくことを基本理念としています。また、本計画は、健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画の 3 つの

計画を一体的に推進する計画として位置付けています。それぞれの計画が連携しながら、市民の健康づくりを総合的に推進していきます。本計画は、令和 8 年度(2026 年度)から令和 19 年度(2037 年度)までの 12 年間を対象期間としています。次に、基本目標です。本計画では、次の 3 つを基本目標として掲げています。1 つ目は、「健康寿命の延伸」です。市民が健康で自立した生活を送ることができる期間を延ばし、生活の質の向上を目指します。2 つ目は、「個人の行動と健康状態の改善」です。市民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組み、望ましい生活習慣の実践や健康状態の改善につなげていくことを目指します。3 つ目は、「社会環境の質の向上」です。個人の取組だけではなく、地域や関係機関などが連携し、健康づくりに取り組みやすい環境を整えることで、市民の健康を支えていくことを目指します。続いて、第 5 期計画からの新たな視点についてです。本計画では、ライフコースアプローチの考え方を取り入れています。ライフコースアプローチとは、胎児期から高齢期まで、生涯を通じて健康づくりを考える視点です。現在の健康状態だけではなく、それまでの生活習慣や生活環境などが将来の健康にも影響することを踏まえ、それぞれのライフステージに応じた切れ目のない健康づくりを推進していきます。続いて、健康増進計画について御説明いたします。健康増進計画では、基本目標の達成に向けて、3 つの基本方針に基づき施策を推進します。1 つ目は、「生活習慣の改善と主体的な健康づくり」です。身体活動と運動、休養と睡眠、歯と口腔の健康、喫煙と飲酒など、健康づくりの基本となる生活習慣の改善を推進するとともに、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組めるよう支援します。2 つ目は、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」です。生活習慣病について、健診受診の促進や受けやすい健診体制の整備、適切な保健指導などを通じて、発症予防と重症化予防に取り組みます。3 つ目は、「健康を支えて守るための社会環境の整備」です。市民一人ひとりの健康づくりを支えるため、地域や関係機関などと連携し、健康づくりに関する情報提供や活動の充実を図るとともに、誰もが健康づくりに取り組みやすい環境の整備を進めます。これら 3 つの基本方針に基づき、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことができるよう支援するとともに、健康を支える環境づくりを進めてまいります。

事務局(海老原):「第5期健康つくば 21 プラン」の中に位置づけられている「食育推進計画」の概要について御説明いたします。基本方針としては、「望ましい食習慣の基礎づくり」と「食をとりまく環境づくりの推進」の2つを掲げています。市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、妊娠婦や乳幼児から高齢者に至るまで、生涯を通じた食育を推進する必要がありますが、

食生活に起因する課題が依然として多く見られます。「人生 100 年時代」に向けて、全ての市民が健全で充実した食生活を実現することを目指し、食育を通じて望ましい食習慣の確立を進めます。また、健全な食生活を送るためには持続可能な環境づくりが不可欠です。食育を通じて、市民と食育関係者が一体となり環境に配慮した取組を推進します。具体的な基本施策は、食育を通じた健康づくり、食育の普及・啓発、地域活動等における食育の推進の3つです。1つ目の食育を通じた健康づくりとして、アンケート調査結果から、朝食摂取率や野菜の摂取量、よく噛んで食べる割合等が低い状況となっているため、ライフステージに応じた普及啓発活動をしていきます。また、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事や減塩の取り組みを推進していきます。2つ目の食育の普及・啓発では、「食育月間」や「食育の日」を通して食育について伝えていきます。共食をすると、健康な食生活に関係している研究結果が多数報告されていることやアンケート調査結果からもその傾向が見られることから、全ての年代で共食の重要性を伝えていきます。また、地元の農産物の活用や食文化の継承に努めます。地産地消の推進で農業政策課、食品ロス削減で環境衛生課の2課が新たに加わりました。3つ目の地域活動等における食育の推進として、市の地域における食育推進活動を担う食生活改善推進員の養成、研修でのスキル向上を通して、食育活動を支援していきます。これらの施策を健康増進課、健康教育課、幼児保育課、地域包括支援課、農業政策課、環境衛生課で連携を取りながら、取り組んでいきます。以上で説明を終わります。

事務局(田中):「第 5 期健康つくば 21 プラン」の中に位置付けられている「自殺対策計画」の概要について御説明いたします。本計画は、令和 8 年度(2026 年度)から令和 19 年度(2037 年度)までの 12 年間を対象期間としています。つくば市が目指す「自分らしく いきいきと暮らせるまち」を実現するため、自殺対策を単なる個人の問題ではなく、「社会環境の質の向上」という大きな枠組みの中で捉えているのが特徴です。そのため、根底にある考え方は、自殺は「個人の自由な選択」ではなく、その多くが「追い込まれた末の死」であるということです。自殺は「誰にでも起こりうる危機」であり、「誰もが当事者となり得る重大な問題」であるという共通認識のもと、対策を推進していきます。具体的には、大きく分けて 2 つの柱で構成されています。1 つ目の柱は、「生きることへの包括的な支援の体制づくり」です。国の自殺総合対策大綱に基づき、自己肯定感や信頼関係といった「生きることの促進要因」を高める一方で、失業や生活苦などの「阻害要因」を減らすことを目指します。主な取り組みとしては、「地域におけるネットワークの強化」、「自殺対策を支える人材となるゲートキーパーの育成」、「住民への啓

発と周知」、再企図のリスクが高い 自殺未遂者への伴走型支援の充実、高齢者の孤独を防ぐ居場所づくりや、生活困窮者への自立促進支援などが挙げられます。2 つ目の柱は、「こころの健康」です。市民一人ひとりがメンタルヘルスへの理解を深め、自らの不調や周りの異変に気づき、適切に対処できる環境を整えます。子どもに対しては、困難やストレスへの対処法を身に着けるための「SOS の出し方に関する教育」を実施します。また、普及啓発事業を強化することで、自殺の危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることが適当であることが共通認識となるよう、自殺対策やメンタルヘルスの理解促進のため取り組んでまいります。最後になりますが、本計画の最終的な目標は「自殺を無くすこと」です。行政だけでなく、関係機関や団体、そして市民の皆様と密接に連携し、誰もが「生きる支援」を包括的に受けられる体制づくりに努めてまいります。以上で説明を終わります。

小倉会長：ありがとうございます。ここで、高田委員から事前に御意見、御質問をいただいております。事務局から説明をお願いいたします。

事務局(下條)：高田委員から事前に御意見、御質問をいただいておりますので、担当者から回答させていただきます。第5期健康つくば 21 プラン、冊子 68 ページに「フッ化物応用による虫歯予防の取組を推進します」とありますが、具体的にどのような取組がありますか。

事務局(安積)：幼児期の対応としましては、1歳6か月児歯科検診及び3歳児歯科検診でつくば市歯科医師会の協力医療機関で、引き続きフッ素塗布を実施してまいります。学童期につきましては、すでに教育局の健康教育課でフッ化物応用の対応をしており、引き続き情報共有・相談してまいります。フッ化物応用については、年齢に応じた方法で引き続き推進できるよう各担当課とも相談して今後も進めてまいります。

小倉会長：高田委員、今の事務局からの回答でよろしいでしょうか。

高田委員：フッ化物応用による虫歯予防の取組というのは、非常にやることも手軽で、値段もそんなにかからないという非常にメリットが多い虫歯予防法の一つと考えられています。もし、歯科医師会の方で今後市の取組に対して、御協力できることがあれば、歯科医師会としても一緒に取り組んでいきたいと考えております。

小倉会長:ありがとうございます。歯科医師会で御協力いただけるということですので、今後もよろしく進めていただきたいと思います。

ここまでの説明について、他に御質問等があれば発言をお願いします。

特に質問がないようですので、次に移ります。

8 協議事項

(1) 第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」

・令和7年度活動報告について

小倉会長:続きまして、協議事項第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」令和7年度活動報告について、事務局から説明をお願いします。尚、質問については、全ての分野の説明が終わりましたら、発言していただきますので、よろしくお願いいたします。

事務局(下條):各分野担当者からの報告に先立ちまして事務局からお知らせがございします。本日、皆様に配布しております修正版資料1「令和7年度活動報告」は、令和6年度第2回健康づくり推進協議会で協議していただいた年度計画に基づき、各課が事業を計画どおり進められているかという進捗状況を御報告するものです。一方、第5期計画に掲載している第4期の最終評価は、健康指標や市民アンケート等を基に計画全体の成果や課題を整理したものです。そのため、評価が異なる場合があります。何卒御了承ください。では、分野1から説明いたします。

事務局(小池):第4期健康増進計画 令和7年度活動報告の説明をいたします。健康増進課の小池と申します。説明は、着座にて失礼いたします。分野1「生活習慣病の発症と重症化予防」について説明します。資料1「令和7年度活動報告」の1ページを御覧ください。(1)健康診査の充実と定期的な受診への支援については、春、秋の集団健診やレディース検診、個別医療機関健診を実施しました。各種検診の受診状況は、肺がん、胃内視鏡、大腸がん検診の自己負担金を引き下げたことにより、前年度と比べ各がん検診、受診率は上がりました。今年度も、引き続き、未受診者対策として、はがき等で個別に受診勧奨を行っていき、受診率向上に努めていきます。(2)生活習慣病の重症化予防の推進については、特定健診の結果をもとにヘルシー教室の案内や電話や訪問による保健指導を行っています。引き続き医療機関と連携し、重症化にならないよう、保健指導に取り組

んでいきます。(3)生活習慣病の早期対応と健康経営視点での健康支援では、健診の機会が少ない20歳～39歳へ基本健診の実施や商工会健診や消防団員の健診受診者へがん検診の受診勧奨や健康に関するチラシを配布し啓発活動を行いました。引き続き、若い世代から自身の健康状況の把握に努められるよう支援していきます。以上が分野1になります。

事務局(海老原):健康増進課の海老原と申します。分野2「栄養・食生活」について説明します。資料1「令和7年度活動報告」の2ページを御覧ください。説明の前に資料の訂正をお願いいたします。(2)子どもの頃からの基本的な食習慣の形成 健康教育課の実績に対する課題等において、「学校訪問引き続き」と記載がありますが、「学校訪問を引き続き」に訂正させていただきます。令和7年度は健康増進課、健康教育課、幼児保育課などが連携し、生活習慣病予防や食育に関するさまざまな取り組みを進めました。(1)生活習慣病予防につながる食生活の推進では、年11回の調理講習会や年3回の栄養サロンなどでの健康な食生活に関する講話の実施、給食だよりへの掲載や給食のサンプルの展示を行いました。(2)子どもの頃からの基本的な食習慣の形成では、母子栄養相談や学校での食育授業、野菜の栽培などを通し、望ましい食事のバランスや食べ方について普及啓発を行いました。(3)共食の推進では、調理講習会での講話、広報つくばへの記事の掲載、みんなで食べる学校給食の日の実施、給食だよりなどを通し、共食の大切さについて普及啓発を行いました。(4)食生活改善推進員活動の推進では、養成講座で17人が入会、中央研修会を24回実施し、食生活改善推進員の活動の活性化を推進しました。(5)地域全体の食育の推進では、地域のウエルシアでの栄養講話庁舎レストランでの献立の提供、食生活改善推進員の伝達活動を通し、地域で食育の普及啓発や活動を行いました。一方で、計画に遅れが生じている項目のつくば市産の食品ベースの地産地消率は13.1%にとどまり、目標が未達となりました。主な原因は天候不良等による地場産物の供給不足です。今後、食材の安定供給のため、さらなる新規地場産生産者の拡大や契約栽培の実施を検討していきます。以上が分野2になります。

事務局(眞鍋):いきいきプラザの眞鍋と申します。分野3「生活活動と運動」について説明します。資料1「令和7年度活動報告」の3ページを御覧ください。説明の前に資料の訂正をお願いいたします。(1)身体を動かす習慣づくりにおける実績において、運動教室(昨年比)延参加者数131人という記載がありますが、542人に訂正させていただきます。(1)身体を動かす習慣づくりは、子ども・成人期・高齢期に対し継続的な運動の場を提供しました。健康体操教室の延人数は減少

傾向でしたが、運動教室での延参加者数は大幅に増加しています。今後も教室等の周知啓発を行っていきます。(2)「ウォーキングの普及」におけるつくばウォークの日は、9月も気温が高い日が続くと予想されていたため、冷房設備のあるいきいきプラザのアリーナを会場に定員を設定して開催したため、参加人数の減少が見られました。今後も周知啓発を行い日常にウォーキングを取り入れる動機付けを推進します。(3)「運動普及推進員活動の推進」については、協力者延人数が昨年度よりも増加している一方で、高齢等の理由により活動が継続できない人も増えています。令和8年度は2年毎の養成が行われる年度のため、新規会員が増えるよう講座開講と参加者募集の周知に努めていきます。また、活動の活性化のために継続講座において会員同士が交流できるように実施していきます。(4)「習慣的に運動に取り組みやすい環境の整備」については、運動活動グループ全13団体に対し活動しやすい環境への支援や運動施設等の情報を提供しました。今後も活動しやすい環境の支援や情報提供を行っていきます。(5)「高齢者を対象とした介護予防運動の普及啓発」について、令和7年度シルバーリハビリ出前体操教室は、熱中症対策のため、茨城県内に熱中症警戒アラートが発表された日は活動を中止したことや、高齢化に伴い活動を終了する団体の増加により、活動回数が減少しました。指導士会と協力して、自宅でもできる体操の普及啓発を行うほか、新規団体や新規参加者が増えるよう周知啓発を行っていきます。以上が分野3になります。

事務局(坂本):大穂保健センターの坂本と申します。分野4「休養・こころの健康」について御説明いたします。資料1「令和7年度活動報告」の4ページを御覧下さい。説明の前に資料の訂正をお願いいたします。令和7年年度活動実績 分野4 (1)相談体制の充実 健康増進課の実績に対する課題等について、「ひきこもりや不登校に関する相談件数が増えている」と記載しておりましたが、相談延べ件数におけるひきこもり(不登校含む)相談延べ件数は、横ばいだったため訂正させていただきます。それでは、令和7年度活動実績を説明させていただきます。(1)相談体制の充実については、健康増進課、障害福祉課、地域包括支援課の相談件数は、前年度と比べて大きな増減はありませんでした。引き続き、相談窓口の周知啓発を行い、必要な相談支援につながるよう取り組んでまいります。(2)精神保健についての教育事業の推進について、ゲートキーパー養成講座の受講者数は、1,656名で前年度と比べると118名減少しましたが、昨年度同様、教育局と連携し、中学生(基本的には8年生)を対象に、昨年度よりも126名多い998名の生徒に講座を実施しました。引き続き中学生や教職員、企業向け、ボランティア団体、個人向け等の講座も実施してまいります。また、メンタルへ

ルスに関する普及啓発ツールである「こころの体温計」のアクセス数は、約48,000件を維持しました。今年度も、各イベントでの周知やSNSを活用した広報等に努めていきたいと考えております。(3)子育て支援事業の推進について、すこやか健康相談は2,492件で前年度よりも、306件増加しました。また、子育て支援拠点の利用者数は、80,929件で前年度よりも約12,000件増加しました。各拠点の利用者数の増加と昨年7月に、新たに1か所開設されたことにより増加したものです。今年度も、子育て支援の場を整備し、子育て等について相談できる場の確保や充実を図ってまいります。以上が分野4となります。

事務局(箭内):谷田部保健センターの箭内と申します。着座にて失礼いたします。分野5「喫煙・飲酒」について御説明いたします。資料1「令和6年度活動報告」の5ページを御覧ください。この分野の5年間の最重点目標は、「喫煙者の割合を減らす」としております。まず、1. たばこの煙による健康リスクの普及啓発については、喫煙の影響に関する正しい知識の普及を目的に、大人では、集団健診で延べ11,063人に資料配布を、児童生徒では、たばこの煙に関する授業の実施や各種たよりを利用した啓発を全校で行いました。続いて、2. 未成年、妊産婦に対する禁煙・飲酒防止の推進です。喫煙・飲酒のハイリスク者である未成年・妊産婦に対しては、母子保健事業にて資料配布や保健指導による普及啓発を21,038人に対して行いました。また、児童生徒に対しては、正しい知識の教育として、たばこによる健康リスクの授業と薬物乱用防止教室を全校に実施しました。続いて、3. 禁煙したい人の禁煙支援です。つくば市では、禁煙外来でかかった治療費の助成制度を令和2年度より実施しております。令和7年度に助成制度を利用した方は、9名でした。令和7年10月から内服の禁煙補助薬の流通停止が解禁され、流通するようになったため、治療可能な医療機関の情報提供をおこなってきました。流通停止の影響もあり、いまだ助成制度の利用者の伸び悩みがあります。禁煙を希望する方や喫煙者への保健指導を48人に対して行いました。次に、4. 受動喫煙防止の推進です。令和7年度は、妊娠届出時や1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査などの母子保健事業において受動喫煙に関する資料配布、母子アプリ(すくすくアプリ「母子モ」)による情報配信を行いました。喫煙率及び受動喫煙について、令和7年度の乳幼児の保護者の喫煙率で比較すると、父親の喫煙率が約19%、母親の喫煙率が3~4%で、この傾向は男性の喫煙率が1ポイント微減する程度で、令和6年度と同様です。保健指導の詳細については、母子健診発行時(2,228人)と1歳6か月児健康診査時(2,203人)に、来所者全員に禁煙・受動喫煙防止のチラシを配布しております。マタニティーサロン育児編の際に(446人)に禁煙に関するチラシを配布しており、すくす

くアプリ「母子モ」においても(ユーザ登録 16, 161 人)に啓発をしています。さらに、母子手帳発行時の喫煙者については、重点的に禁煙の指導をしており、その保健指導の件数は、母子手帳発行時(18人)、に実施しております。その後も、1歳 6 か月児健康診査、3 歳児健康診査と、保護者の気持ちに寄り添いながら、切れ目のない保健指導を実施しております。次に、5. 適正飲酒の普及啓発です。令和7年度は、妊娠届出時に、妊婦2, 228人に啓発を行い、生活習慣病ハイリスク者に対しては減酒や適正飲酒の指導を行いました。以上のことから、計画通り実行できています。重点目標の喫煙者の割合は、県と比較して低い傾向ではありますが、令和6年度と変化がないことから、今後もたばこの煙による健康リスクの普及啓発が必要です。以上が分野5となります。

事務局(安積):桜保健センターの安積と申します。分野6「歯と口腔の健康」について御説明します。資料1「令和7年度活動報告」の6ページを御覧ください。分野6の5年間の重点目標は、「年1回 歯の定期検診の受診者を増やす」です。主な取組みは3つになります。1つ目の「むし歯予防・歯周病予防の推進」としては、3歳児歯科検診において令和5年度から医療機関健診になり受診率は 58.5%でしたが、未受診者への再通知や受診券の再交付電子申請の導入などの対策により、令和7年度は、受診率が 78.4%まで向上しました。引き続き、受診率向上のため、受診勧奨を行ってまいります。2つ目の「定期歯科検診(かかりつけ歯科医)の推進」としては、成人歯科検診の受診率は8.2%であり、受診率はほぼ横ばいをたどっております。引き続き、広報掲載や SNS での啓発に力をいれていきます。3つ目の「介護予防のための口腔機能の維持・向上」としては、正しい知識の普及啓発のため、集団健診時のチラシ配布や、各種事業実施時に口腔ケアや定期検診の重要性についての周知啓発を実施しました。集団健診では健診受診者の増加に伴い、令和6年度よりも 600 人多く啓発活動を実施することができました。今後も定期検診の重要性や口腔ケア等に関する正しい知識の普及啓発、歯科検診受診率向上のための啓発活動等に取り組んでまいります。以上が分野6となります。

事務局(大竹):健康増進課の大竹と申します。分野7「健康づくり・健康管理の支援」について御説明します。資料1「令和7年度活動報告」の7ページを御覧ください。この分野の5年間の最重点目標は「かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持っている人を増やす」です。主な取り組み内容は 3 つになります。1つ目の「適正な受診の支援」としては、休日救急診療病院について、毎月、ホームページと広報紙に掲載し、市民への情報提供に努めました。また、令和6

年度の年末年始における医療機関のひっ迫状況を踏まえ、医師会の協力のもと令和7年度は、年末年始の休日診療を実施している総合病院3か所(元日のみ2か所)に加え、クリニックを1か所追加し、年末年始の医療体制を強化しました。また、母子保健事業において病院受診のポイントや休日・夜間の相談先などをまとめた「上手なお医者さんのかかり方」のチラシを配布し、診療時間内の受診を推奨するとともにかかりつけ医を持つことのメリット等について周知を実施しました。ジェネリック医薬品の数量シェア率は、令和6年度と比較し大きく上昇しました。令和6年10月から開始された後発医薬品のある先発医薬品処方を希望する場合の特別料金支払制度が被保険者全体へ浸透したものと考えられます。今後も引き続き周知による普及活動を行っていきます。2つ目の「安心して生活するための医療体制づくり」としては、つくば市バースセンターの利用者数が令和6年度の67名から大幅に増加し、令和7年度は125名となりました。今後も筑波大学附属病院と連携を図り、利用者増加に向けた周知を実施していきます。3つ目の「健康づくりの支援」としては、茨城ヘルスケアポイント事業について、各種事業やイベント会場でチラシを配布した結果、令和7年度末時点でのアプリダウンロード者数は7,042人です。引き続き事業の周知を実施し、アプリ登録者数の増加につなげていきます。また、食生活改善推進員などの地域組織活動員数は、令和6年度と比較し、増加しました。しかし、会員等の高齢化が進み、退会や参加団体が減少していることから、新たな活動員の養成及び活動の周知を実施していきます。以上が分野7となります。

小倉会長：ありがとうございます。ここで本多委員から事前に御意見御質問をいただいております。事務局から説明をお願いいたします。

事務局(下條)：本多委員から事前に8つの御意見御質問をいただいておりますので、担当者から回答させていただきます。追加資料でお配りした事前御質問御意見まとめの方を御覧ください。

資料1、1ページ(分野1)通しNo.1～3、最重点目標および年度別重点目標のいずれも「受診率の向上」を掲げていますが、どの程度改善したのかが分かるよう、前年度との比較による受診率の推移を記載いただけると分かりやすいと思います。また、目標値についても具体的な数値を記載いただくことで、達成状況がより明確になると考えられます。

事務局(小池)：第5期健康づくり21プランの活動報告では、前年度との比較による受診率の推移と、具体的な目標値を記載することで成果がより分かりやすくな

るよう改善してまいります。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。2ページ(分野2)通しNo.12、離乳食教室(あかちゃんランド)や妊婦向け教室(マタニティサロン)での栄養講話において、参加者のニーズに沿った講話や教育媒体の充実が今後の課題とされていますが、終了後アンケートから把握された参加者のニーズや要望があれば教えてください。

事務局(海老原):離乳食教室(あかちゃんランド)では、離乳食を進めるにあたり、更に具体的な内容として便利グッズや離乳食のステップアップの方法などについて知りたいとの意見がありました。マタニティサロンでは、妊娠中の食事のとり方、そして間食や塩分のことなどを知りたいとの意見がありました。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。2ページ(分野2)通しNo.13、実績に対する課題等、「学校訪問引き続き」→「学校訪問を引き続き」でしょうか。

事務局(海老原):「学校訪問を引き続き」に修正します。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。2ページ(分野2)通しNo.20、地域全体での食育推進の実績に対する課題として契約栽培の実施が検討されていますが、食育の観点からは、悪天候による生育への影響や地場産食材の供給状況、生産者の方々の苦労や努力について学ぶ機会を設けることも有意義ではないかと考えます。こうした学びを通して、食べ物への理解や感謝の気持ちを育むことにつながるのではないのでしょうか。

事務局(海老原):生産者の方々に学校や幼稚園へ訪問いただき、農作物の栽培方法に加え、天候等による生育への影響や農業の苦労・工夫、やりがいなどを、伝えていただく取組を実施しています。今後も、農業への理解と食材への感謝の気持ちを育む機会として、継続してまいります。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。3ページ(分野3)通しNo.23、フレイルサポート教室において、「よりニーズの高い対象者への事業啓発」を課題として挙げられていますが、対象として想定している方々の具体像を示していただけると、今後の取組の方向性がより分かりやすくなると考えます。

事務局(眞鍋):よりニーズの高い対象者として、「最近疲れやすくなった」「歩行速度が落ちてきた」「筋力が衰えてきた」など軽度の身体機能の低下を自覚している人、さらに一人暮らしや高齢者のみの世帯で社会的なつながりが希薄になっている人、社会参加の意欲はありますが、身体的な衰えから躊躇している方、新たな健康増進の機会を探している方、まだ要介護認定は受けていませんが、介護予防チェックリストで「フレイル予備軍」と判定され、支援・介入が望ましい方などを想定しており、今後このような方達への効果的な事業啓発を考えてまいります。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。4ページ(分野4)通しNo.34、実績に対する課題等の中で、「ひきこもりや不登校に関する相談が増えている」と記載されていますが、主な指標として示されている相談件数のうち、ひきこもりや不登校に関する相談は何件を占めているのでしょうか。内訳を示していただけると、課題の状況がより分かりやすくなると思います。

事務局(坂本):「ひきこもりや不登校に関する相談件数が増えている」と記載しておりましたが、ひきこもり相談延べ件数は、資料に書いてあるとおり横ばいだったため、増えているという記載については訂正をさせていただきます。今後も引き続きひきこもり対策会議で事例検討などを実施しまして、適切な相談支援が行えるようにしてまいりたいと思っております。相談件数につきましては、令和3年から令和7年までの実績を記載しておりますので、御覧ください。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。4ページ(分野4)通しNo.37、ゲートキーパー養成講座では、受講者数 1,656 人という実績から取組の成果がうかがえます。受講者の内訳について、基本編・ステップアップ編ごとの人数に加え、職員、ボランティア団体、企業、一般市民など対象者別の受講者数が分かるようであれば、併せて御教示いただけると、事業の実施状況や成果がより分かりやすくなると思います。

事務局(坂本):令和7年度のゲートキーパー養成講座の内訳を示しました。一般の方が129人、中学生が998人、教職員が129人、ボランティア団体が183人、市の職員が196人、企業が29人、この中でステップアップ編を受講したのは181人、主に民生委員さんや食生活改善推進員さんなどを対象に受講いたしました。

事務局(下條):続きまして、次の質問です。5ページ(分野5)通しNo.43・44、その他の実施状況と実績の中で、「母子手帳交付時や母子健診では、保護者の喫煙状況について確認し、禁煙指導を行った」と記載されていますが、保護者の喫煙状況についてどのような結果であったのか、御教示いただけますでしょうか。併せて、喫煙している保護者の人数や割合、指導の実施状況などが分かればお知らせください。

事務局(箭内):令和7年度に実施した喫煙・受動喫煙防止に関する普及啓発および保健指導の実施状況の内訳について説明いたします。

まずは、チラシ等による普及啓発です。妊娠届時には来所者全員 2,228 人に資料を配布し、禁煙外来助成チラシも同封しております。1歳6か月児健康診査では、対象者全員 1,203 人に「子どもと家庭に禁煙という贈り物を」というチラシを配布しております。マタニティサロン育児編では、参加者 446 人に禁煙に関するチラシを配布しております。つくっこ！すくすくアプリ「母子モ」では、ユーザー登録 16,161 人に啓発をしております。

次に、重点的な保健指導、個別対応について説明いたします。妊娠届出時の問診等で喫煙「吸う」に該当した方は 18 人で、妊娠届出時者の 0.8%に該当します。この 18 人に対しては、たばこの害、禁煙に関する情報提供、禁煙外来等の案内等の保健指導を実施いたしました。

続いて、健診で把握した保護者の喫煙状況について説明いたします。まず、1歳6か月児健康診査での母親の喫煙者は 66 人で、3.01%です。父親・パートナーの喫煙者は 420 人で、喫煙率は 19.27%。健診会場ではチラシの配布を行い、禁煙について相談があれば随時対応しております。

次に、3歳児健康診査での母親の喫煙者は 92 人で、喫煙率は 3.86%です。父親・パートナーの喫煙者は 460 人で喫煙率は 19.57%です。健診時に禁煙について相談があれば随時対応しております。

事務局(下條):事前質問に関しての回答は以上になります。

小倉会長:本多委員、ただいまの事務局からの回答でよろしいでしょうか。

本多委員:ありがとうございます。

小倉会長:それでは、この内容で確定させたいと思います。今の説明について御意見御質問等があれば発言をお願いいたします。

土居委員：7ページの健康づくりの支援の実績に対する課題等のところで、「高齢化が進み、退会や参加団体が減少しているため、養成及び活動の周知をしていく必要がある」とあり、評価として「計画通りに進んでいる」とありますが、どのような計画があるのか教えていただきたいです。

事務局(大竹)：先ほど申し上げました通り、食生活改善推進員、運動普及推進員につきましては、高齢化というところが1つ課題となっております。今後どのようにして活動人数を増やしていくかということですが、高齢者の中でも積極的にボランティア活動に携わっている方もいれば、活動はしたいが、なかなかきっかけがつかみにくいという方もいらっしゃるので、個人的な意見で提言という形になってしまっていますが、例えば各地区の区会の連合会などで周知啓発を行うことによって、活動員数を増やしていくということも1つの取組ではないかと考えております。

小倉会長：ありがとうございます。土居委員、いかがでしょうか。

土居委員：はい、分かりました。

小倉会長：では、事務局の方で検討していただき、今の御回答のように進めていただくということでよろしく願いいたします。

私の方からも意見を述べさせていただきます。ライフコースアプローチについてということですが、これまでの取組を継続しつつ、第5期計画がスタートしたことを踏まえ、ライフコースアプローチといった新たな視点が各事業にどのように反映されていくのか期待しています。もう1つは、デジタル活用という今までの計画においても、普及啓発活動に力をいれていただいていたかと思いますが、健康づくりに関する情報は広報誌やチラシの配布だけでなく、SNS など活用し若い世代にも届くように工夫していただきたいと思います。よろしく願いいたします。

他に御意見ある方はございますか。

富岡委員：分野7の方で確認をしたいのですが、医療費削減のためにジェネリック医薬品の使用推進等を通知等を使って行っているということも一部ありますが、スイッチ OTC 化というのを今国の方で進めておりまして、逆にジェネリックが世の中から無くなっていくというような状況があります。実は先発医薬品も採算が合わないのに、ジェネリックがまだ存在しているのでやめていくということがありますが、実はスイッチ OTC 化を進めることによって、ジェネリック医薬品自体も

無くなっていってしまうので、市民の方々はクリニックや病院に行っても対象の薬が買えなくなってしまう、ドラッグストアなどで少し高い医薬品を買うことになってしまうと思います。もちろん病院やクリニックにかかれば、受診料や薬の処方箋代などがかかりますが、3割負担なので、1,500 円あれば 30 日分のお薬が出ると思いますが、スイッチ OTC 化で、例えば女性でいう泌尿器疾患などのお薬が世の中から無くなってしまうと、ドラッグストアで 30 日分買うと 5、6 千円くらいになってしまうと思います。その辺りを危惧して薬を飲むのを辞めてしまうことも今後考えられると思いますので、あくまでも医療費を削減しつつということもあると思いますが、根本的にやることは市民の健康をしっかりと守っていくことが基本になると思いますので、その辺りを両立したものを考えていく方がいいと思います。

小倉会長：ありがとうございます。薬剤師さんのお立場からの御意見をいただけたと思います。スイッチ OTC 化というのは、医療機関で処方箋をもらっていたお薬が、直接薬局で買うものになってしまうということですね。それでは、次に石黒委員、何か御意見等いかがでしょうか。

石黒委員：食生活改善推進協議会で、先ほども高齢化が進んでいくというお話がありました。皆さん長い期間就労をされるようになり、ボランティア活動が難しくなっています。ただ、お休みをもらってでも、市民のためというよりも自分たちのためにも、健康を維持していくための養成講座に参加していただき、管理栄養士さんからの情報を得るといいということが上手く伝わると思います。私は、「食改」とは別なボランティア団体「つくば・あつまれちびっ子 in 豊里の会」の事業として、こども食堂をやっていますので、こども食堂の団体さんにも投げようかと思っています。こども達にただ与えればいいのかというわけではなく、栄養や食べる楽しみも健康管理には重要ではないかと思っていますので、皆さん一生懸命考えてボランティア活動されていますが、そこにプラスして、栄養面なども伝授してもらい、それを上手く活かすということも重要かと思っています。

加藤委員：計画の中に色々な場面で情報提供という言葉が多くあり、世の中全体の流れで、SNS など色々な機会でたくさんの情報を得ることができそうですが、その中で市がサポートしていく方法の1つとして、それを実践できたり、効果を上げたりするように伴走していくような働きかけがあると、正しい情報を取った上で、実践し、効果が出るという方向になっていくと、みんなが健康になれるのではないかと思います。

中野委員：私がやっている団体は乳がんの活動でして、今一番死亡率の高いがん対策として、がん検診や特定健診などに対して、つくば市は他の市町村に比べて全員に配布したり、電話やインターネットでも予約が取れて、とても多面的になってきていると思います。先ほども大腸がんの検診率が上がったということで、大変嬉しく思います。乳がんも人数は多いですが、最近の一番は大腸がんで、県内地区はとても医療機関が充実しておりますし、私たちにとっても喜ばしいことだと思います。やはり SNS の活用というのは、若い人たち、シニアもスマホが普通の時代になっておりますので、アプリなどでお知らせしていただけることはとても助かっております。今後もよろしくお願いします。

酒井委員：初めてでよく分かっておりませんが、私の立場で言いますと、暑熱環境下でいかに運動習慣を継続させるかということが大きな問題の1つだと思います。やはり暑いので中止したという報告も出ておりますので、この辺の対策をどうしていくのかが大きな課題かと思っております。

感想ですが、評価が非常に良く、遅れているというのは1つだけなので、やはり目標値を示していただいて、実際にどうだったのか、昨年と今年とどう違うのかということを踏まえた上で、なぜこの評価になっているのかが分かるようにしていただきたいと思います。本当にそうなのかという指摘が入ると、実は横ばいだったということになっておりますので、せっかくいい取組をされているので、少し厳しめの自己評価というのが必要ではないかと思います。

小倉会長：貴重な御意見ありがとうございます。暑熱対策をきちんとしていただいて、事業を進めていただくということと、色んなデータについてきちんと評価をやっていただくということで御検討ください。

山海委員：第4期の令和7年の活動報告と、その後の第5期のプランの冊子を見せていただいて、非常によく練られて頑張っていらっしゃることが伝わってきました。ただ、第5期健康つくば 21 プランの概要版のところで、懸念事項といたしましては、健康増進計画の中で、(5)生活習慣病の発症予防と重症化予防、そのための健診受診率を上げましょうということはよくわかりますが、目標値が 60% というのがかなり高く設定されているのが危惧されるところです。例えば②の胃がん検診の受診率が令和 5 年度の実績が 3.9% で、それを 60% まで伸ばすというのは、どのようなことをやって伸ばしていくかを考えないと難しいと思います。例えば分母となるような数字が減ってしまったとすれば、60% も達成できる

と思いますが、少し目標値が高いのではないかと懸念しております。第5期の計画の評価をする際に、全く達成できていないとなると非常に惜しいと思いますので、皆さんが活動するモチベーションになるためにも、この辺りの設定をもう少し見直していただけるといいと思います。今更ながら助言させていただきます。

小倉会長：ありがとうございます。現状を踏まえた目標値を設定していただくということで、今後御検討ください。

他には皆さんよろしいでしょうか。それでは、以上で協議事項について、皆様の御協力をいただき、滞りなく議事を終了いたしましたので、これで議長の任を降ろさせていただきます。

東泉課長補佐：小倉会長ありがとうございました。

9 その他

東泉課長補佐：その他として皆様から何かございますか。よろしいでしょうか。

それでは、本日を持ちまして、今期委員の皆様による協議会は最後となります。委員の皆様には御多忙の中、およそ2年間にわたり本協議会に御出席いただき、貴重な御意見御提案を賜りましたこと、事務局を代表してお礼を申し上げます。本当にありがとうございました。新たな任期をお願いする第2回の健康づくり推進協議会では、令和9年度の活動計画について協議させていただきたいと思っております。開催日は年明けの1月中旬頃を予定しておりまして、日程会場等が決定次第、引き続きお願いする委員の皆様には開催通知を送付させていただきますので、よろしくお願いいたします。

10 閉会

東泉課長補佐：本日は長時間に渡りまして、貴重な御意見を賜り誠にありがとうございました。これをもちまして、令和8年度第1回つくば市健康づくり推進協議会を終了いたします。本日はありがとうございました。

第4期つくば市健康増進計画

令和7年度活動報告

分野1	生活習慣病の発症と重症化予防	1
分野2	栄養・食生活	2
分野3	生活活動と運動	3
分野4	休養・こころの健康	4
分野5	喫煙・飲酒	5
分野6	歯と口腔の健康	6
分野7	健康づくり・健康管理の支援	7

	5年間の最重点目標	年度別（令和7年度）重点目標
分野1 生活習慣病の発症と重症化予防	健（検）診の受診率を向上させ重症化を予防する。	健（検）診受診率の向上、生活習慣の改善
分野2 栄養・食生活	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす。	適塩の食事の普及啓発・野菜豊富なバランスの良い食事の習慣づくり
分野3 生活活動と運動	意識して身体を動かしている人を増やす。	運動普及推進員を中心とした地区でのウォーキングの推進、ながら運動の啓発
分野4 休養・こころの健康	メンタルセルフケアの推進を図る。	関係機関との連携強化
分野5 喫煙・飲酒	喫煙者の割合を減らす。	年代・対象別に対する喫煙による影響についての正しい理解の促進
分野6 歯と口腔の健康	年1回歯の定期健診の受診者を増やす。	年代別歯科検診の受診率向上
分野7 健康づくり・健康管理の支援	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす。	適正受診、医療費適正化の推進

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野1	生活習慣病の発症と重症化予防	5年間の最重要目標	健(検)診の受診率を向上させ重症化を予防する
		スローガン	受けよう健(検)診 防ごう重症化

1. 取組み内容2. 事業の実績・課題・評価

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策	実 績			実績に対する課題等	評価																																									
				主な指標	実施状況と実績	その他実施状況と実績																																											
(1)健康診査の充実と定期的な 受診への支援	1	健康増進課	・健康診査および各種がん検診の充実と受診しやすい健診に 努めます。 ・未受診者対策を進め、受診率の向上に努めます。	各種がん検診受診率	集団健診実施に合わせ、未受診者へ個別通知を送付した。予約期間を会場ごとに区切り、インターネットや電話の混 雑を軽減した。また、成人検診ガイドを作成し、検診について周知、啓発を行った。	・春の集団健診25日、秋の集団健診23日、レディース検診15日 ・医療機関健診(個別) 4月1日～2月28日 ・がん検診受診者数 R6年度→R7年度 胃がん検診 4,284人→4,485人 大腸がん検診 11,789人→12,564人 肺がん検診 8,604人→9,449人 子宮がん(頭部)検診 13,201人→13,771人 乳がん検診 6,897人→7,038人	基本健診、特定健診、後期高齢者検診、各種がん検診の受診勧奨を 継続し、受診者数の増加を図る。また、検診未受診の理由等を把握し、 健診の運営体制を再構築する必要がある。	計画通りに進んでいる																																									
				胃がん検診 3.2% 大腸がん検診 9.0% 肺がん検診 6.7% 子宮がん検診(頭部) 13.3% 乳がん検診 17.4%																																													
	2	国民健康保険課		国保特定健診受診率	つくば市国民健康保険被保険者に対して、集団健診受診勧奨通知を発送(年2回) ・R7.7.15 秋の集団健診受診勧奨通知 22,944通 ・R8.1.30 春の集団健診受診勧奨通知 26,273通 国保被保険者のうち以下の者に対して受診勧奨を実施 ・40歳～59歳の未受診者への受診勧奨通知 5,244通 ・次年度40歳になる方に対しての受診勧奨通知 388通 電話による受診勧奨(65歳～74歳の方に対して) 836人へ架電し、通話できた人数227人	・基本健診(20～39歳) R6年度 1,394人 →R7年度 1,240人 ・特定健康診査(40～74歳) R6年度 9,698人 → R7年度 8,460人 ・後期高齢者健診(75歳～) R6年度 7,478人→ R7年度 8,115人	・受診率は微増傾向にあるものの、40代～50代の被保険者の受診率 については、勧奨通知を送付したにもかかわらず伸び悩んでいる。	計画通りに進んでいる																																									
				※R8.5.27時点の速報値。 確定はR8.11の国からの法定報告 による。																																													
	3	医療年金課		後期高齢者健診受診率	・集団健診を春、秋、冬に保健センター等にて実施。 ・個別健診を4月1日から2月28日まで、各協力医療機関にて実施。		・集団健診は、会場によっては階段を利用することもあり、転倒予防等 の注意が必要である。医療機関健診での受診をより周知し、受診率の 向上を図る。	計画通りに進んでいる																																									
				29.2%																																													
(2)生活習慣病の重症化予防 の推進	4	健康増進課	・特定保健指導の推進に努めます。 ・糖尿病を中心とした生活習慣病の重症化予防の推進を図り ます。	ヘルシー教室	(1)各保健センタ等で延べ16回、ヘルシー教室(生活習慣改善教室)を実施し、延べ245名が参加した。 (2)血圧・脂質・腎機能検査高値者305人に対して、受診勧奨通知後、電話や訪問により、161人(52.8%)が医療機関 の受診に至った。血糖の検査高値者(集団健診)は、85人で、受診勧奨後、電話や訪問を実施し、その後レセプトで確 認し、45人(52.9%)が医療機関が受診に至った。(R8.5.23 現在) (3)生活習慣改善レベル者 383人には、事業の案内や訪問等を実施し、238人(62.1%)が生活習慣の改善に至った。	<table><tr><td>特定保健指導率</td><td></td><td colspan="5">令和7年度の数値は令和8年5月27日現在値</td></tr><tr><td rowspan="2">動機づけ支援</td><td>年度</td><td>対象者</td><td>利用者</td><td>終了者</td><td>終了率</td></tr><tr><td>R6</td><td>729</td><td>354</td><td>343</td><td>47.1%</td></tr><tr><td></td><td>R7</td><td>752</td><td>399</td><td>301</td><td>40.0%</td></tr><tr><td rowspan="2">積極的支援</td><td>年度</td><td>対象者</td><td>利用者</td><td>終了者</td><td>終了率</td></tr><tr><td>R6</td><td>291</td><td>37</td><td>28</td><td>9.6%</td></tr><tr><td></td><td>R7</td><td>281</td><td>122</td><td>52</td><td>18.5%</td></tr></table>	特定保健指導率		令和7年度の数値は令和8年5月27日現在値					動機づけ支援	年度	対象者	利用者	終了者	終了率	R6	729	354	343	47.1%		R7	752	399	301	40.0%	積極的支援	年度	対象者	利用者	終了者	終了率	R6	291	37	28	9.6%		R7	281	122	52	18.5%	・ヘルシー教室(生活習慣改善教室)は参加者増が見られたが、引き続 き健診結果を分析し、栄養や運動に関する内容充実を図っていく必要 がある。 ・検査高値者については、健診後未受診に対して、つくば市医師会等 からアドバイスもらいながら、引き続き事後フォローの実施方法につ いて、検討する必要がある。 ・生活習慣改善レベル者のうち、ヘルシー教室(生活習慣改善教室)に 参加する人が少ないため、生活習慣改善に関する事業の情報提供を 行い、対象者が自分にあった事業を選択・参加しやすいようにする。	計画通りに進んでいる
				特定保健指導率				令和7年度の数値は令和8年5月27日現在値																																									
	動機づけ支援	年度		対象者	利用者	終了者	終了率																																										
		R6		729	354	343	47.1%																																										
		R7		752	399	301	40.0%																																										
	積極的支援	年度		対象者	利用者	終了者	終了率																																										
R6		291	37	28	9.6%																																												
	R7	281	122	52	18.5%																																												
245人																																																	
5			特定保健指導終了率	令和7年度動機づけ支援 終了率40.0% ※R8.5.27時点の速報値。																																													
6 (廃 止)		国民健康保険課	血糖コントロール不良者の割合	・検査高値者への医療機関受診勧奨 (集団健診)通知者85名 返信者数(返信率)43名(50.5%) ⇒レセプトで受診確認できた人数30名(35.3%)(R8.3.6時点) (医療機関健診)通知者数21名 返信者数(返信率)12名(57.1%) (R8.3.19時点) ⇒医療機関健診後に医療機関受診済の実人数は10人(47.6%) (R8.3.19時点) ⇒集団健診＋医療機関健診合わせた医療機関未受診者への受診勧奨後の医療機関受診率59.4% (前年度集団健診結果よりHbA1c8.0%以上で受診勧奨後も、未だに未受診の者への医療機関受診勧奨)訪問・電話対 象者6名⇒医療機関受診2名(内服開始)、集団健診受診3名 ・糖尿病治療中断者(過去に注射や内服薬の処方があったが現在通院していない者)への医療機関受診勧奨 通知・訪問対象者16名 →医療機関受診した者2名(12.5%)、健診受診した者1名(6.25%) ・糖尿病治療継続者へ保健指導の実施 保健指導終了者数:対面11名 ICT2名 →指導後に検査値や腹囲・体重等の数値が改善した者12名(92.3%)	令和7年度より、積極的支援を集団健診で分割実施を行ったことで、前年度 より、終了率が増加した。	・糖尿病については自覚症状がない者が多く、医療機関受診勧奨を 実施しても「自力で生活習慣を改善するため受診しない」といった返答をさ れることが多い。 ・治療中断者に対しては訪問を行うなど、検査高値者への勧奨と比較 して手厚い支援を行っているが、医療機関受診につながる者は少数に とどまっている。 ・保健指導については、依然として参加者は60歳代・70歳代のみで、50 歳代以下の働き世代への指導が実施できていない。 ・前年度に引き続き保健指導に参加した者もあり、継続した指導を実施 できた。 ・保健指導に参加する者は生活習慣改善への意欲が高い者が多いに もかわらず、糖尿病についての知識をあまり有していないものが多く 存在する。	計画通りに進んでいる																																										
			10.6% (R8.4.6時点)																																														
(3)生活習慣病の早期対応と健康 経営視点での健康支援	7	健康増進課	・20～40歳代の子育て世代の健康に関する支援を図ります。 ・国民健康保険加入者以外の保険組合、中でも中小企業等 と協力し、働く世代へ健康支援を推進します。	商工会健診でのチラシ配布数	215枚	(1)20～39歳までの新規国民健康保険加入者へ、基本健診の案内を送付し健康づくりの支援を行った。 (2)つくば市商工会の検診等でがん検診の勧奨や健康に関する啓発活動を行った。また、生命保険株式会社と連携 し、がん検診の受診勧奨を実施した。 (3)母子健診時にがん検診の勧奨や禁煙啓発チラシを配布した。	・30～39歳国民健康保険加入者に人間ドックの助成を行う。 R6年度 37人 → R7年度 33人	社会保険加入の扶養者へ、つくば市が実施するがん検診等に関する 広報活動を行う必要がある。また、20～40歳代の子育て世代の方が受 けやすい健診体制にし、自分の健康状況の把握に努めるよう支援する 必要がある。	計画通りに進んでいる																																								

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野2	栄養・食生活	5年間の最重点目標	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす
		スローガン	みんなで食べると たのしいよ

資料1
修正版

1. 取組み内容

2. 事業の実績・課題・評価

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1)生活習慣病予防につながる食生活の推進	8	健康増進課	・朝食の大切さを伝え、毎日朝食を食べることを推進します。 ・1日350gの野菜を摂取することを普及啓発し、レシピの提供等、「あと1品野菜を増やす」ための取組に努めます。 ・1日に必要な塩分量について普及啓発し、適塩の食事を推進します。 ・1日3食規則正しく、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事をとるための知識や技術を普及します。 ・嗜ミング30(カミングサンマル)を推進します。	手計チラシ配布数	・調理講習会を11回、ウエルカフェ12回、健康栄養サロンを3回開催した。 ・若さをつくるキッチンやウエルカフェ、健康栄養サロンで適塩について講話実施した。 ・提供食数や弁当型の提供を増やしたことで、より多くの市民に健康的な食事について伝えることができ、食への関心を高めることにつながった。	調理講習会や栄養サロンのリピーターの参加率が高く、新規参加者の獲得が難しい。また、食育バランスランチは引き続き提供食数の拡大を図り、食環境の支援につなげていく必要がある。	計画通りに進んでいる
	9	健康教育課		給食たよりに掲載	・給食たよりに7月「好き嫌いをしないで何でも食べよう」、2月「食べ物の働きを知ろう」を掲載 ・減塩の日メニューの提供 ・栄養士・栄養教諭等による食育指導 ・食生活に関する調査実施(5年生・8年生・その保護者対象)	栄養士・栄養教諭等による給食時訪問及び食育授業を引き続き実施する。	計画通りに進んでいる
	10	幼児保育課		給食サンプル展示保育所数	・全保育所で夏期を除いた給食サンプルの掲示や連絡帳アプリでの給食写真の配信を行った。 ・保護者向けに給食たよりと栄養士ニュースで噛むことの大切さ、減塩、朝ごはんについて知らせた。また、野菜の摂取目安量についてもおたよりに記載した。 ・クックパッドに保育所給食レシピを年間4回投稿した。そのQRコードを給食たよりや子育てフェスティバルで配布または配信した。 ・給食における1日の食塩使用量を年間平均1.59gで提供した。 ・家庭での食事摂取状況を調査するアンケートの実施に向けて始動した。	・給食における1日当たりの食塩使用量の目標値は1.5gで設定しているため、より減塩を意識した献立作成をしていく必要がある。 ・1日350gの野菜を摂取することの普及啓発やレシピの提供等の取り組みを積極的に行う必要がある。	計画通りに進んでいる
	11	地域包括支援課		教室参加者延数	介護予防フレイル教室(フレイルサポート教室)については、65歳以上の高齢者を対象に、全7圏域で参集型で実施した。訪問型短期集中予防サービス(栄養口腔)については、窓口となる各圏域の地域包括支援センターに周知勧奨を図った。	よりニーズの高い対象者への事業啓発を推進していく必要がある。	計画通りに進んでいる
(2)子どもの頃からの基本的食習慣の形成	12	こども未来センター	・望ましい食事のバランスや食べ方について普及啓発します。 ・食事や食材に触れることで興味関心を持つような活動を実施します。	母子栄養相談延人数	・年24回実施のあかちゃんランドや年12回実施のマタニティサロンにて、食事のポイントを周知した。	・終了後のアンケート等を参考に、参加者のニーズに沿った講話や教育媒体が考えできるとよい。	計画通りに進んでいる
	13	健康教育課		学校での食育授業の実施	生産者等の食の専門家による学校訪問:30回実施	栄養教諭等の給食時訪問及び食育授業や、生産者の学校訪問を引き続き実施する。	計画通りに進んでいる
	14	幼児保育課		野菜の栽培実施保育所数	・保育所で夏野菜やさつま芋を栽培し、収穫した。 ・収穫した野菜を使用してクッキング保育を行った。 ・栽培した野菜の使用およびクッキング保育ができるようなメニューを献立に取り入れた。	各保育所の態勢によってクッキング保育を行う回数に差が出る可能性がある。また、その実施状況について確認をする必要がある。	計画通りに進んでいる
(3)共食の推進	15	こども未来センター	・家庭において食育に関する理解が進むよう、食事を一緒に楽しく食べる「共食」の大切さを普及啓発します。	食育普及講座の参加者延数	・若さをつくるキッチンで共食をテーマとした調理講習会を実施した。 ・市広報誌11月号で、共食の推進に関する記事を掲載した。 ・あかちゃんランドや子育て出前講座で、乳幼児期からの共食の大切さについての内容を毎回伝えるようにした。	共食は健康的な食生活と関わりがあることから、引き続きその普及・啓発を進める必要がある。	計画を先行して進んでいる
	16	健康教育課		給食たよりに掲載	10月の給食たよりに「みんなで食べる学校給食の日」について掲載	みんなで食べる学校給食の日の献立内容の検討及び実施回数の増加を引き続き検討する	計画通りに進んでいる
	17	幼児保育課		料理の話についての食育実施保育所数	・共食についてのおたよりを作成し、保護者へ配信した。 ・クラスごとに友達や保育士と共に喫食した。お弁当の日は所庭等でレジャーシートを敷き、いつもとは違う雰囲気でお食事を楽しんだ。	・来年度も共食のおたよりを配布して普及啓発していく。	計画通りに進んでいる
(4)食生活改善推進員活動の推進	18	健康増進課	・食生活改善推進員の養成・育成を行い、活動の活性化を推進します。 ・市民が身近なところで健康づくりができるよう、食生活改善推進員の活動を支援します。	伝達活動の会員稼働率	・食生活改善推進員養成講座を開催した。17人が修了し、そのうち17人が入会した。 ・中央研修会を24回実施した。 ・レディース検診において骨粗しょう症予防をテーマとした伝達活動を実施した。	・家庭の事情により辞退者が出たため、食改養成講座の修了者および入会者は20人に達しなかった。	計画通りに進んでいる
(5)地域全体での食育の推進	19	健康増進課	・食育スローガン及び食育の日をはじめとした普及啓発に努めます。 ・地域・学校・保育所・家庭などのそれぞれの場所で、食に関わることができる体制を整えます。	出前の栄養相談件数	・調理講習会を11回、ウエルカフェ12回、健康栄養サロンを3回開催した。 ・提供食数や弁当型の提供を増やしたことで、より多くの市民に健康的な食事について伝えることができ、食への関心を高めることにつながった。 ・食改伝達活動を281回実施した。	今後も地域に根ざした食育活動を継続して推進していく必要がある。	計画通りに進んでいる
	20	健康教育課		つくば市産の地産地消率(品目数ベース)	・「つくば地産地消の日」「つくば市民の日」献立の提供 ・市役所食堂Zeffeeで給食メニューの提供 ・地場産物を活用したデザート等加工品の提供 ・つくばのオーガニック給食デー実施 ・地産地消コーディネーターを招いての地産地消推進会議の実施	天候不良等の理由により安定的に地場産が納入できなかったため、目標値を達成できなかった。今後、食材の安定供給のため、さらなる新規地場産生産者の拡大や契約栽培の実施を検討する。	計画に遅れが生じている
	21	幼児保育課		献立表配布数	・夏期(6月～9月)を除いて毎月食育の日をお弁当の日に設定し、保護者への意識づけを行った。 ・子育てフェスティバルでつくば市の食育スローガンのリーフレットを配布した。 ・各保育所で行った食育について6件を茨城県に食育の取組として報告した。	・保育所の子どもたちや保護者へは積極的に食育について情報を提供できたが、地域との繋がりはなかなかできていない。	計画通りに進んでいる

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野3	生活活動と運動	5年間の最重点目標		意識して身体を動かしている人を増やす	
		スローガン		ながら運動で 身体づくり	

資料1
修正版

1. 取組み内容

2. 事業の実績・課題・評価

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標			
(1) 身体を動かす習慣づくり	22	健康増進課	・働く世代には、健診や相談の機会に、「ながら運動」などで身体を動かすことの啓発に努めます。また成人期・高齢期には、健康体操教室・運動教室等で継続的な運動の場の提供をします。 ・運動が好きな子どもを育てるために、スポーツ少年団の育成・スポーツ教育等を通じ、学童期・思春期から様々なスポーツを体験し、継続的な運動習慣づくりを推進します。	健康体操教室実施回数(回)/健康体操教室延参加者数(人)	・健康体操教室(昨年度比):実施回数10回減、延参加者数88人減。新規申込団体3団体増加。 ・運動教室(昨年度比):延参加者数542人増。 ・介護予防フレイル教室(フレイルサポート教室)については、65歳以上の高齢者を対象に、全7圏域で参集型で実施した。 ・スポーツ大会・教室:概ね予定通り開催。 ・スポーツチャレンジ(昨年度比):参加校11校(昨年度同程度)	・参加者の高齢化に伴い、教室内での安全面でのフォローが必要となることが考えられ、適宜個別のフォローを実施していく。 ・継続参加者が多いことから、今後も新規団体や新規参加者の獲得のため、事業について広く周知していく必要がある。 ・元気はつつつ運動教室では、参加者の高齢化もあり、生活面や認知機能面等の問題を抱える参加者が増えていることから、他課や関係機関につなぐケースが増加している。	計画通りに進んでいる
	23	地域包括支援課		教室延参加者数		よりニーズの高い対象者への事業啓発を推進していく必要がある。	計画通りに進んでいる
	24	スポーツ振興課		393		特になし	計画通りに進んでいる
	25	学び推進課		スポーツ少年団数			
				94			
				業間休みの外遊び奨励校			
	50	・茨城県体力・運動能力調査(体力テスト)の5段階評価中上位2段階にある児童生徒の割合が、県平均と比較して、小学生では6%、中学生では9%下回っている。体力づくりを強化するため、運動機会や運動時間の確保がより必要と考える。		計画通りに進んでいる			
(2) ウォーキングの普及	26	健康増進課	・日常に、手軽にできるウォーキングを取り入れる動機付けを行います。 ・「ウォーキングマップ」をPRするとともに、つくばウォークの日等を通して楽しみながら実践できる身近なヘルスロードを市民に周知します。	「つくばウォークの日」参加人数(人)	・つくばウォークの日(昨年度比):実施回数16回(昨年度と同様)、延参加人数は624人(69人減)。 ・ウォークラリー大会については、事業見直しの結果R7から廃止となった。 ・国際ウォーキング大会(共催)参加者数:673人	・7月の地区 ウォークは、気温が高く、熱中症の危険性があると考えられたため実施しないこととした。9月のイベントウォークは酷暑対策をしながら実施した。イベントウォークは駐車場とトイレが必要不可欠なため、コースが市役所周辺になる傾向がある。	計画通りに進んでいる
	27	スポーツ振興課		624			
	ウォークラリー大会参加者数	計画通りに進んでいる					
	事業終了						
(3) 運動普及推進員活動の推進	28	健康増進課	・運動普及推進員の養成・育成を行います。 ・日常にウォーキングが定着するよう、運動普及推進員が主体となる「地区ウォーク」の場を増やします。	運動普及推進員の活動回数	・運動普及推進員事業協力者数(昨年度比):1,066人(73人増)。 ・継続講座参加者(昨年度比):142人(2人増)	・65歳以上の会員が半数を超え、活動を継続できない人が出てきている。 ・健康体操教室でスクエアステップエクササイズの指導をできる人材の高齢化が進んでいる	計画通りに進んでいる
				278			
(4) 習慣的に運動に取り組みやすい環境の整備	29	健康増進課	・中高年者が運動を継続する場として、市内で活動している運動活動グループに対し、活動しやすい環境への支援を行います。 ・利用できる運動施設や地域の運動グループなどの情報を提供します。	自主活動支援団体数(回)	・運動活動グループ(昨年度比):実施回数570回(29回減) ・施設利用者数(昨年度比):17,024人減。 ・つくば市シェアサイクル「つくチャリ」の実証実験から本格運用に移行。サイクルポート数を2か所増設。 ・Facebookページ「ツクバサイクル」:自転車利用促進イベント「PEDAL DAY GO Mt.TSUKUBA」に関する情報を発信。 ・自転車のまちつくば推進委員会:1回開催。	・運動活動グループが各地域において自主的に継続した活動を維持することができるよう、今後も団体を支援していく必要がある。	計画通りに進んでいる
	30	スポーツ振興課・スポーツ施設課		13			
	31	公園・施設課		施設利用者数		計画通りに進んでいる	
				642,831			
	32	サイクルコミュニティ推進室		施設修繕数		計画通りに進んでいる	
				308			
	シェアサイクル利用回数	計画通りに進んでいる					
60,492							
(5) 高齢者を対象とした介護予防運動の普及啓発	33	健康増進課	・市民自らが進んで健康づくりを行うことができるよう、シルバーバリアビリ体操・運動を普及します。 ・シルバーバリアビリ体操指導士の養成を行います。	活動回数	・活動回数(昨年度比):238回減。 ・団体数(昨年度比):124団体(1団体増)。 ・3級養成講習会:14名修了。	・熱中症対策で教室が中止になり、実施回数も減少傾向にある。 ・3級指導士14名を養成し、教室の指導の担い手を増員できたが、引き続き指導士を養成し、市民ボランティアを増やしていく必要がある。	計画通りに進んでいる
				2,040			

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野4

休養・こころの健康

5年間の最重点目標

メンタルセルフケアの推進を図る

スローガン

こころの悩みは早めの相談を

資料1
修正版

1. 取組み内容

2. 事業の実績・課題・評価

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価	
				主な指標	その他実施状況と実績			
(1)相談体制の充実	34	健康増進課	・身近で気軽に相談できる窓口のPRを図ります。 ・関係各課や保健所、医療機関と連携し、適切な相談が受けられるように努めます。	精神保健 相談件数	・こころといのちの相談窓口チラシ配布 40,000部 ・ひきこもり対策会議実施回数 年4回	・必要な市民へ相談窓口の周知ができるように、チラシの配布対象者を再度検討していく。 ・引き続き、ひきこもり対策会議で支援方法などを事例を用いて検討し的確な支援が行えるようにしていく。	計画通りに進んでいる	
				420				
				相談件数				
	35	障害福祉課 (障害者地域支援室)		3,535		保護者が高齢で支援が行き届かない世帯について、支援の取り組みに他機関との連携含めて課題がみられる。	計画通りに進んでいる	
				相談件数				
	36	地域包括支援課		978		・高齢者等が地域で本人が望む生活を継続できるよう、市及び委託センター職員の更なる対応力の向上、関係部署や他機関との連携強化が必要である。今後も、職員の意見を聞きながら、引き続き事例共有や意見交換の場を設けていく必要がある。	計画通りに進んでいる	
(2)精神保健についての教育事業の推進	37	健康増進課	・睡眠による休養、ストレスやこころのケアについての知識の普及啓発を推進します。 ・うつ病等に関する知識の啓発を行い自殺予防のためのゲートキーパーの養成に努めます。	ゲートキーパー養成講座受講者数	・中学生向け講座：6校998人受講 ・こころの体温計アクセス数 48,383件	・ゲートキーパー養成講座では、令和7年度から基本編の他、ペアワークによる演習を取り入れたステップアップ編を導入した。令和8年度も、職員、ボランティア団体、企業、一般市民向けに同様の内容で実施していく。また、中学生向けの講座及び教職員向けの動画配信も継続していく。	計画通りに進んでいる	
				1,656				
(3)児童及び生徒に対する相談・教育事業	38	学び推進課	・児童・生徒の悩みに対し、「スクールカウンセラー」、「教育相談員」等による相談・支援事業を推進します。 ・保健教育を通して、児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」に取り組みます。	SOSの出し方に関する教育の実施	・学校生活アンケートの実施数 年2回 ・「SOSの出し方に関する教育」実施率 100%	i-checkについて、年間1回の実施よりも2回実施の方がより効果があるかどうか、引き続き検討する。また、i-checkの効果的な活用を促進するため、i-check活用に向けた研修の案内を周知し、各学校において児童生徒へのきめ細やかな支援や状況把握が充実するよう努めていきたい。 SOSの出し方教育については、引き続きスクールカウンセラーと連携してより効果的な実践を行っていきたい。	計画通りに進んでいる	
				1(全校で1回ずつ)				
(4)子育て支援事業の推進	39	健康増進課	・妊産婦及び家族に対する相談・教育・訪問を充実します。 ・各事業を利用して、子育て等について気軽に相談できる場の充実を図ります。 ・子育て支援の場を整備し、育児期の相談を充実させます。	すこやか健康相談件数	・マタニティサロン(育児編)参加者 844人	対象者の情報を、妊娠期から産後、子育て期における各事業で共有しながら、切れ目のない支援を行っていくことが重要である。	計画通りに進んでいる	
				2,492				
	40	こども政策課		拠点利用者数		引き続き、TX沿線への拠点(出張広場含む)の進出について、具体的な設置を検討する。	計画通りに進んでいる	
				80,929				

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野5	喫煙・飲酒	5年間の最重点目標	喫煙者の割合を減らす
		スローガン	禁煙・適度な飲酒で 元気にいきいき

1. 取組み内容

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1)たばこの煙による健康リスクの普及啓発	41	健康増進課	・COPD等、喫煙の影響を広報やイベント等の様々な機会を利用して普及啓発します。 ・児童生徒に対しては、小中学校において正しい知識の教育を実施します。	集団健(検)診での普及啓発数	・たばこによる健康リスクについてのチラシを作成し、集団健診(春・秋)にて、チラシ配布による啓発を行った。 ・たばこの煙による健康リスクの正しい知識を学ぶ授業を実施した。 ・保健だより等で、児童生徒だけでなく、保護者への啓発も行った。	・イベントでの啓発機会が減少しているため、「世界禁煙デー」「禁煙週間」に合わせ、市役所庁舎のイエローグリーンライトアップの広報やSNS等での啓発を図る。	計画通りに進んでいる
				11,063			
	42	学び推進課		お便り、HP等で啓発した件数		・対面による授業や研修を基本として、継続して実施している。 ・発達段階によって、自分事としてとらえ、理解することが難しい。	計画通りに進んでいる
				全校(50校)			
(2)未成年、妊産婦に対する禁煙・飲酒防止の推進	43	こども未来センター	・妊娠届出時・マタニティサロン等で妊婦への喫煙・飲酒の影響について啓発します。 ・小中学校における喫煙・飲酒防止教育の充実を図ります。	母子保健事業での普及啓発数	・母子保健事業(1歳6か月健診、マタニティサロン育児編、母子手帳交付時、つくっこ！すくすくアプリ「母子モ」)において、チラシ配布や情報配信にて啓発を行った。 ・母子手帳交付時や母子健診では、保護者の喫煙状況について確認し、禁煙指導を行った。 ・市内の小中学校全校にて、たばこの煙による健康リスクの授業と薬物乱用防止教室を実施した。	・特になし。	計画通りに進んでいる
				21,038			
	44	学び推進課		薬物乱用防止教室の実施数		発達段階によっては自分事としてとらえ、理解することが難しい。オーバードーズ等近年社会問題になっている薬物問題については、保護者の理解と協力も必要になる。	計画通りに進んでいる
				全校(50校)			
(3)禁煙したい人の禁煙支援	45	健康増進課	・禁煙希望者に対し、「禁煙外来治療費助成事業制度」の案内をし、禁煙の方法や禁煙外来の紹介を行います。	治療費助成制度報告者数	・成人保健事業(集団健診、保健指導、健康相談等)において、禁煙を希望する方への禁煙指導を実施した。 相談件数 48件	・禁煙補助薬が2025年10月末から流通しているため、治療可能な医療機関の状況を把握し、必要な情報提供を行う必要がある。 ・生活習慣病予備軍やハイリスク者に対し、重点的に禁煙の保健指導を実施する。	計画通りに進んでいる
				9			
(4)受動喫煙防止の推進	46	こども未来センター	・妊娠届出時・赤ちゃん訪問時・乳幼児健診時等を利用して、子供への受動喫煙防止を普及啓発します。 ・茨城県禁煙認証制度による取組を普及します。	乳幼児健診時の保護者の喫煙者数	・母子保健事業(1歳6か月健診、マタニティサロン育児編、母子手帳交付時、つくっこ！すくすくアプリ「母子モ」)において、チラシ配布や情報配信にて啓発を行った。 ・市内の小中学校にて、たばこの煙による健康リスクの授業を実施した。	・引き続き、各種母子保健事業において普及啓発を行っていく。	計画通りに進んでいる
				1.6健診 父19.3% 母3.0% 3歳健診 父19.6% 母3.9%			
	47	学び推進課		養護教諭の活用件数		対面による授業や研修を基本として、継続して実施している。発達段階によって、自分事としてとらえ、理解することが難しい。	計画通りに進んでいる
				全校(50校)			
(5)適正飲酒の普及啓発	48	健康増進課	・飲酒の適量や多量飲酒の害について、集団健診時、イベント等を利用して普及啓発します。	普及啓発数	・妊婦や生活習慣の改善が必要な人に減酒や適正飲酒の指導を行った。	・健康リスクが高いにも関わらず、適正飲酒に取り組めない人に対して支援していく必要がある。	計画通りに進んでいる
				母子手帳交付時 2,228			

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野6	歯と口腔の健康	5年間の最重点目標	年1回歯の定期健診の受診者を増やす
		スローガン	歯が大事 食べる楽しみ いつまでも

1. 取組み内容

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策
(1)むし歯予防・歯周病予防の推進	49	こども未来センター	・ 幼児の歯科検診・歯科保健指導の充実を図ります。
	50	健康教育課	・むし歯予防のための正しい歯みがき方法や知識を普及します。 ・歯周病と生活習慣病との関連や歯周病予防についての知識を普及します。
	51	幼児保育課	
(2)定期歯科検診(かかりつけ歯科医)の推進	52	健康増進課	・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の健診を受けることの重要性を普及啓発し、歯科検診の受診者を増やします。
(3)介護予防のための口腔機能の維持・向上	53	健康増進課	
	54	地域包括支援課	・口腔機能向上のための口腔ケアを普及し、高齢者の口腔機能の向上を図ります。
	55	医療年金課	

2. 事業の実績・課題・評価

実 績		実績に対する課題等	評価
主な指標	その他実施状況と実績		
健(検)診受診者数	・1歳6か月歯科検診の受診者数 1,936名。受診率 84.9% ・3歳歯科検診の受診者数 1,987名。受診率 78.4% ・就学時健康診断と定期歯科検診を実施 ・各学校で、歯磨き指導を実施。 ・保育所で、歯と口の予防週間時期に合わせ、年2回歯科検診と予防習慣の周知啓発を年齢別に趣向を変え実施。	1歳6か月歯科検診、3歳歯科検診は、未受診者に対して、未受診通知の文書に、受診票の再交付のための電子申請を入れた結果、3歳歯科検診の受診率が令和6年度に比べると向上した。引き続き、受診勧奨を行っていく。また、令和7年度は、2歳発達通知を郵送からプッシュ通知に変更したため、啓発活動が減少となった。	計画通りに進んでいる
受検者数(園児)		一部の学校において、歯磨き指導が実施できなかった。	計画通りに進んでいる
歯科検診率		・歯科受診向上のために、継続して歯科検診の啓発や受診勧奨を行う。 ・虫歯予防のため、定期検診と虫歯予防習慣の必要性の周知・啓発を行っていく。	計画通りに進んでいる
成人歯科検診受診者数		受診率はほぼ横ばいをたどっており、SNS等を活用した受診勧奨や歯科検診に関する正しい知識の普及が必要である。	計画通りに進んでいる
啓発活動人数	・成人歯科検診事業受診者数1,576名 ・啓発活動回数63回 ・集団健診時に歯科啓発チラシを配布(13,652名) ・各種事業実施時に、歯科口腔ケアの重要性について周知・啓発を行った。	令和6年度と比較し、集団健診の受診者が増加したことで、600人啓発活動人数が増加した。今後も集団健診での啓発活動を実施するとともに、集団健診以外での啓発活動も検討していく必要がある。	計画通りに進んでいる
フレイルサポート教室参加者延数		よりニーズの高い対象者への事業啓発を推進していく必要がある。	計画通りに進んでいる
無料歯科検診受診者数		継続受診の必要性を含めてさらなる周知・啓発を行う等の工夫が必要である。	計画通りに進んでいる

令和7年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野7	健康づくり・健康管理の支援	5年間の最重点目標	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす
		スローガン	家族・地域・みんなでいきいき健康づくり

1. 取組み内容

2. 事業の実績・課題・評価

市の主な取組み	通し No.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1)適正な受診の支援	56	健康増進課及び こども未来センター	・休日や夜間救急、電話相談、救急車の利用方法など適切な情報を提供します。 ・保健や医療に関する情報提供と、市民が情報を入手しやすい環境づくりを行います。	休日緊急診療患者数	・休日救急対応病院について、毎月のホームページと広報誌に掲載し、市民への情報提供に努めた。また、協力医療機関においても、年度末に再度周知を行った。	・母子保健事業利用者以外の就学前子育て世帯に周知できる機会(媒体)が限られている。	計画通りに進んでいる
				6491人			
	57	国民健康保険課		後発医薬品シェア	・適正受診について、母子保健事業で「上手なお医者さんのかかり方」のチラシを 6665枚配布(あかちゃん訪問 2,079枚、1歳6か月健診2,206枚、3歳健診2,380枚)した。 ・ジェネリック医薬品の使用推進通知を対象者に送付(年4回):589通 ・医療機関受診者に医療費通知送付(年2回):46,889通	・ジェネリック医薬品の数量シェア率は、前年度に比べ大きく上昇した。令和6年10月から開始された後発医薬品のある先発医薬品処方を希望する場合の特別料金支払制度が被保険者全体へ浸透したと考えられる。 ・医療費通知は、1～10月診療分を確定申告期間前(1月末)にまとめて送付した。被保険者の確定申告(医療費控除)への活用に役立っている様子だが、本来の目的である、被保険者自身の受診行動や健康の振り返りの機会としての活用は限定的と考えられる。	計画通りに進んでいる
				89.13%			
(2)安心して生活するための医療体制づくり	58	こども未来センター	・かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持つことを推進します。 ・安心して出産できるよう出産場所に関して、つくば市パースセンター等についての情報提供を行います。	かかりつけ医師を持つ割合(3歳)	・つくっこすくすくアプリ登録者数:累計16,161件 新規 4,045件 ・パースセンターリーフレット:2,228枚配布 ・パースセンター利用者数:125人	・今後も、かかりつけ医や歯科医、薬局をもつことのメリットについて、継続して周知を図っていく必要がある。 ・パースセンターでの分娩数は、令和6年度と比較して増加したが、継続して市民への広報活動を実施し、事業の周知に努める必要がある。	計画通りに進んでいる
				86.9%			
(3)健康づくりの支援	59	健康増進課	・食生活改善推進員・運動普及推進員・シルバーリハビリ体操指導士の組織運営を支援し、市民が身近なところで手軽に健康づくりに取り組めるよう支援します。	地域組織活動員数	・茨城県ヘルスケアポイント事業について、ライフプランすこやか、市HPに掲載し、各種事業でチラシを配布した。 ・地域組織活動員433人(食生活改善推進員173人、運動普及推進員119人、シルバーリハビリ体操指導士141人)	・地域組織活動員は増加しているが、高齢化が進み、退会や参加団体が減少しているため、新たな活動員の養成及び活動の周知をしていく必要がある。	計画通りに進んでいる
				433人			