

§ 2 若年健診・保健指導事業

若い世代からの生活習慣病予防を目的として、18歳から39歳までの市民を対象に各区保健福祉センターで健診と保健指導を実施している。

1 健診

検査項目：問診、身長、体重、血圧、腹囲、脂質（HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪）、肝機能検査（GOT・GPT・γ-GTP）、空腹時血糖、末梢血液（赤血球数・血色素量・ヘマクリット値）、尿（糖・蛋白）

2 階層化、結果返し及び保健指導

健診結果から、必要性ごとに「情報提供」、「動機付け支援」又は「積極的支援」に階層化して、受診者へ結果を返す。保健指導の必要がある方にはアドバイスをを行い、健診結果によっては3ヶ月から6ヶ月まで手紙や電話、面接などによる支援を行う。

「情報提供」：健診結果の提供に併せて、個人の生活習慣やその改善に関する基本的な情報を提供して終了とする。

「動機付け支援」：生活習慣の改善のための自主的な取組みを継続的に行うことができるように動機付けに関する支援を行う。最大3ヶ月程度、手紙や電話、面談による継続した支援（個別支援）を行う。

「積極的支援」：対象者により主体的な取組みに資する適切な働きかけを相当な期間継続して行う。最大6ヶ月、手紙や電話、面談による継続した支援（個別支援）を行う。

表199 若年健診・保健指導実施状況

(1) 健診、保健指導（初回）

	受診人数	保健指導者数 (初回)	保健指導（初回）来所者内訳											
			指導レベル			受診 勧奨	その他 保健指導	その他保健指導内訳（重複分を含む。）						
			情報 提供	動機付 支援	積極的 支援			肥満	やせ	貧血	骨粗 鬆症	その他		
男性	18歳～19歳	2	2	-	-	1	1	-	-	-	-	-	-	-
	20歳～24歳	5	6	4	-	-	1	1	-	-	-	-	-	1
	25歳～29歳	32	33	11	1	-	3	18	3	1	-	3	19	
	30歳～34歳	105	106	29	8	7	16	46	15	2	2	17	39	
	35歳～39歳	72	75	20	2	6	16	31	7	1	1	6	25	
小計	216	222	64	11	14	37	96	25	4	3	26	84		
女性	18歳～19歳	3	3	1	-	-	-	2	-	2	-	-	2	
	20歳～24歳	15	15	2	1	-	3	9	-	4	3	2	4	
	25歳～29歳	137	138	60	1	-	9	68	7	20	12	7	45	
	30歳～34歳	419	418	179	3	2	21	213	20	44	32	33	136	
	35歳～39歳	425	435	191	5	2	30	207	23	39	41	37	123	
小計	999	1,009	433	10	4	63	499	50	109	88	79	310		
合計	18歳～19歳	5	5	1	-	1	1	2	-	2	-	-	2	
	20歳～24歳	20	21	6	1	-	4	10	-	4	3	2	5	
	25歳～29歳	169	171	71	2	-	12	86	10	21	12	10	64	
	30歳～34歳	524	524	208	11	9	37	259	35	46	34	50	175	
	35歳～39歳	497	510	211	7	8	46	238	30	40	42	43	148	
総数	1,215	1,231	497	21	18	100	595	75	113	91	105	394		
区別	川崎	184	184	59	5	5	6	109	22	11	14	13	100	
	幸	121	133	40	1	-	8	84	10	1	9	20	44	
	中原	174	172	37	4	5	21	105	11	30	10	32	98	
	高津	164	164	51	5	2	4	102	6	14	10	1	73	
	宮前	212	212	91	3	4	41	73	10	16	9	13	51	
	多摩	196	189	100	2	2	8	77	10	35	29	23	-	
麻生	164	177	119	1	-	12	45	6	6	10	3	28		

※保健指導者数（初回）は、健診月の翌月に初回の保健指導を実施する場合もあるため、受診人数と一致しない。

(2) 保健指導支援（動機付け支援、積極的支援による3ヶ月、6ヶ月経過後の変容）

動機付け支援	3ヶ月				6ヶ月			
	変化あり	変化なし	悪化した	計	変化あり	変化なし	悪化した	計
総数	8	2	-	10	5	3	-	8
川崎	3	1	-	4	1	3	-	4
幸	-	-	-	-	-	-	-	-
中原	2	1	-	3	1	-	-	1
高津	2	-	-	2	2	-	-	2
宮前	1	-	-	1	1	-	-	1
多摩	-	-	-	-	-	-	-	-
麻生	-	-	-	-	-	-	-	-

積極的支援	3ヶ月				6ヶ月			
	変化あり	変化なし	悪化した	計	変化あり	変化なし	悪化した	計
総数	8	3	2	13	6	1	2	9
川崎	3	1	2	6	2	1	2	5
幸	-	-	-	-	-	-	-	-
中原	2	-	-	2	-	-	-	-
高津	1	1	-	2	1	-	-	1
宮前	1	1	-	2	2	-	-	2
多摩	1	-	-	1	1	-	-	1
麻生	-	-	-	-	-	-	-	-

資料：健康増進課

§ 3 フォロー教室事業

生活習慣病の予防相談等で生活習慣の改善が必要な人や自ら健康づくりに関心のある市民に対して栄養、運動、生活習慣及びその他健康づくりなど、継続した健康づくりを習得するための実践の場の提供として各種教室を実施している。保健師、栄養士及び体育指導員らが参加者の生活習慣等を把握して課題の明確化を行い、参加者本人が継続して生活習慣の改善を主体的に行えることを目的としている。また、フォロー教室終了後、習得者のみの自己完結に終わると波及効果が望みにくいため、地域支援の活動に参加したい人に対して、運動普及推進員や食生活改善推進員の養成教室を紹介し、地域貢献できる機会の場の提供として連携も図っている。

表200 フォロー教室実施状況

	コース数	延べ日数	延時間数	延べ参加人数	実施コース例
総数	16	87	165	954	
川崎	3	12	21	155	うつくしくすっきり食生活教室、若年運動体験講座、食生活健康講座
幸	3	16	26	154	親子でリフレッシュ健康教室、子育て世代の健康教室、健康生活はじめの一步
中原	2	12	21	99	ヘルシーライフ講座（運動編）、ヘルシーライフ講座（栄養編）
高津	1	12	24	144	若年健診フォロー教室
宮前	1	9	13.5	55	運動講座
多摩	3	10	23.5	95	若年からの運動体験講座、歯周病予防教室、高血圧予防の食事
麻生	3	16	36	252	健康アップ講座（エクササイズ、クッキング、歯の健康）

資料：健康増進課