

(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	9	5	-	14	5	2	-	7
川 崎	2	-	-	2	2	1	-	3
幸	-	2	-	2	-	1	-	1
中 原	2	-	-	2	-	-	-	-
高 津	2	-	-	2	1	-	-	1
宮 前	1	2	-	3	1	-	-	1
多 摩	2	1	-	3	1	-	-	1
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	6	3	1	10	4	2	2	8
川 崎	2	-	1	3	1	1	2	4
幸	-	-	-	-	-	-	-	-
中 原	1	-	-	1	1	-	-	1
高 津	2	-	-	2	-	-	-	-
宮 前	-	1	-	1	1	-	-	1
多 摩	1	2	-	3	1	1	-	2
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を図っている。

表187 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	17	88	166	881	
川 崎	3	15	25	167	美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	27.5	134	ママ・パパのための親子体操・栄養教室、リフレッシュ体操・ヘルシークッキング、子育て世代の体操・栄養教室
中 原	2	12	21	81	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	11	22	109	若年健診フォロー教室
宮 前	1	9	13.5	116	エクササイズ講座
多 摩	3	9	19.5	130	子育て世代&働き盛りの運動体験講座、糖尿病予防の食事、メタボリックシンドロームの予防の食事
麻 生	4	16	37.5	144	健康アップ講座（エクササイズ、クッキング、歯の健康）、メタボ予防講座（エクササイズ）、女性の健康づくり講座（エクササイズ）

資料：健康増進課