

## § 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（ALT（GPT）・AST（GOT）・γ-GP（γ-GTP））、空腹時血糖、末梢血液（赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値）、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し、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183 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	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	20歳～24歳	11	10	1	-	-	-	9	2	1	-	1	5
	25歳～29歳	37	36	8	1	1	9	17	5	2	1	2	15
	30歳～34歳	88	85	21	6	4	14	40	13	-	1	1	38
	35歳～39歳	63	67	7	1	3	23	33	12	-	2	7	33
	小計	199	198	37	8	8	46	99	32	3	4	11	91
女性	18歳～19歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	20歳～24歳	20	21	9	1	-	2	9	2	1	1	1	6
	25歳～29歳	112	110	45	-	-	9	56	6	12	4	11	40
	30歳～34歳	318	299	104	4	1	19	171	18	43	35	34	98
	35歳～39歳	378	366	127	7	3	38	191	26	40	44	43	128
	小計	828	796	285	12	4	68	427	52	96	84	89	272
合計	18歳～19歳	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	20歳～24歳	31	31	10	1	-	2	18	4	2	1	2	11
	25歳～29歳	149	146	53	1	1	18	73	11	14	5	13	55
	30歳～34歳	406	384	125	10	5	33	211	31	43	36	35	136
	35歳～39歳	441	433	134	8	6	61	224	38	40	46	50	161
	総数	1,027	994	322	20	12	114	526	84	99	88	100	363
区別	川崎	143	140	31	6	2	13	88	17	16	12	16	56
	幸	108	106	27	-	1	-	78	11	8	10	13	47
	中原	162	161	58	1	1	20	81	7	15	9	18	41
	高津	136	116	25	2	2	6	81	10	6	13	4	49
	宮前	181	179	48	4	1	44	82	20	28	14	26	94
	多摩	173	168	73	7	4	20	64	15	26	22	23	35
麻生	124	124	60	-	1	11	52	4	-	8	-	41	

保健指導者数（初回）は、健診月の翌月に初回保健指導を実施する場合もあるため、受診人数とは一致しない。

(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	7	-	3	10	2	2	-	4
川 崎	5	-	-	5	1	-	-	1
幸	-	-	-	-	-	-	-	-
中 原	-	-	2	2	-	-	-	-
高 津	-	-	-	-	-	-	-	-
宮 前	1	-	-	1	1	1	-	2
多 摩	1	-	1	2	-	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	2	2	1	5	2	1	1	4
川 崎	1	-	-	1	1	-	-	1
幸	-	1	-	1	-	1	-	1
中 原	-	-	-	-	-	-	1	1
高 津	-	1	-	1	-	-	-	-
宮 前	1	-	-	1	1	-	-	1
多 摩	-	-	1	1	-	-	-	-
麻 生	-	-	-	-	-	-	-	-

初回保健指導の中断者は除く

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、運動及び生活習慣の改善など、継続した健康づくりを習得するための実践の場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を明確化し、参加者本人が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184 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	14	73	121	707	
川 崎	3	15	23.5	182	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	4	16	24	106	ママ・パパのための親子体操・栄養教室、ママ・パパのための親子体操教室、子育て世代の体操・栄養教室、子育て世代の体操教室
中 原	2	12	19.5	105	ヘルシーライフ栄養編、ヘルシーライフ運動編
高 津	1	12	24	121	若年健診フォロー教室
宮 前	1	9	13.5	79	お家で気軽に！エクササイズ講座
多 摩	3	9	16.5	114	働き盛り&子育て世代の運動体験講座、糖尿病予防料理講座、血中高コレステロール・高中性脂肪予防料理講座
麻 生	-	-	-	-	

資料：健康増進課