

## § 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186 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	動機付け支援	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	7	10	1	1	3	2	3	3	1	-	-	5
	25歳～29歳	35	36	9	5	4	4	14	8	1	-	1	9
	30歳～34歳	80	82	21	3	12	10	36	11	1	1	4	32
	35歳～39歳	47	50	6	8	7	7	22	10	3	-	2	19
	小計	169	178	37	17	26	23	75	32	6	1	7	65
女性	18歳～19歳	5	4	1	-	-	-	3	-	3	-	-	1
	20歳～24歳	12	10	3	-	-	-	7	2	2	1	-	5
	25歳～29歳	106	103	51	-	-	3	49	3	13	6	9	26
	30歳～34歳	334	336	123	4	1	20	188	17	60	40	38	73
	35歳～39歳	358	368	137	8	2	28	193	31	32	50	27	107
	小計	815	821	315	12	3	51	440	53	110	97	74	212
合計	18歳～19歳	5	4	1	-	-	-	3	-	3	-	-	1
	20歳～24歳	19	20	4	1	3	2	10	5	3	1	-	10
	25歳～29歳	141	139	60	5	4	7	63	11	14	6	10	35
	30歳～34歳	414	418	144	7	13	30	224	28	61	41	42	105
	35歳～39歳	405	418	143	16	9	35	215	41	35	50	29	126
	総数	984	999	352	29	29	74	515	85	116	98	81	277
区別	川崎	141	140	44	4	11	5	76	26	22	16	-	65
	幸	91	87	26	2	1	1	57	10	12	6	18	12
	中原	146	144	43	2	2	11	86	8	17	15	15	34
	高津	109	107	27	2	3	5	70	9	4	5	3	53
	宮前	165	164	57	7	5	29	66	6	17	13	20	49
	多摩	189	187	88	5	4	3	87	11	34	30	21	12
麻生	143	170	67	7	3	20	73	15	10	13	4	52	

※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	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