

# 国分寺市

## 健康増進計画 実施計画

(前期 平成 27 年度～平成 31 年度)



(国分寺市地域福祉計画—健康づくり編)

平成 27 年 3 月  
国分寺市

# 目次

<b>第1章 実施計画の基本事項</b> .....	1
1. 実施計画の策定について.....	1
2. 実施計画の目的と位置づけ.....	1
3. 実施計画の期間.....	2
4. 施策の体系.....	3
5. 取組区分について.....	3
6. 重点課題「働き盛り世代等への取組」について.....	4
<b>第2章 具体的施策</b> .....	5
基本目標1 健康意識を高め、生活習慣病の発症と重症化を予防する.....	5
(1) 子どもから高齢者まで、ライフステージに応じて、生活習慣や健康に関する正しい知識を身につける.....	5
(2) 自らの健康に関心を持つ.....	6
(3) 自らの健康状態を把握するために行動を起こす.....	7
基本目標2 健康的な生活習慣を身につける.....	11
(1) 食育・栄養・食生活.....	11
(2) 身体活動・運動.....	19
(3) こころの健康・休養・睡眠.....	23
(4) 飲酒.....	25
(5) 喫煙.....	26
(6) 歯と口の健康.....	27
基本目標3 地域の中で健康づくりを活性化する.....	32
(1) 地域のつながり強化.....	32
(2) 地域での健康づくり活動の支援.....	35
基本目標4 適切な情報を得られる環境づくりをすすめる.....	38
(1) 対象者・年齢層に応じた情報の発信.....	38
(2) 社会状況やニーズに応じた適切な情報内容.....	38
<b>第3章 市民・地域の取組</b> .....	39

# 第1章 実施計画の基本事項

## 1. 実施計画の策定について

本市では、健康増進法第8条第2項に基づき市町村健康増進計画として、また、食育基本法第18条に基づき市町村食育推進計画として「国分寺市健康増進計画（平成27年3月策定。以下「健康増進計画」）」を策定いたします。この計画は、福祉保健分野の総合的・包括的な計画である「国分寺市地域福祉計画」の健康づくり計画としても位置付けられるとともに、国の「健康日本21（第二次）」や東京都の「東京都健康推進プラン21（第二次）」との整合性を図るものです。

この計画に基づき、国分寺市健康増進計画実施計画（以下「実施計画」）を策定し、市の健康づくりに関する施策を推進していきます。

## 2. 実施計画の目的と位置づけ

実施計画は、国分寺市健康増進計画に基づき、国分寺市の健康づくりに関する施策について具体的な取組を定めることにより、健康増進を推進することを目的とします。そのため、実施計画は計画に示す「今後の方向性・取組」の取組内容、役割分担、実施目標を示します。

また、健康増進計画では、「自助・共助・公助」それぞれの視点に立ち、どんな人でもまち全体で健康づくりに取り組めることが大切であるとしています。

自助・共助・公助の考え方でこの計画を整理した図は次頁のとおりです。それぞれの立場で健康づくりに取り組み、互いに地域全体で支えていくイメージ図です。

この実施計画では、行政が取り組む「公助」の部分を主に記載しています。「自助」「共助」については、方向性のみ記載し、評価の際には関係機関等に調査を行っていきます。

### ■目標の考え方

評価は数値だけではなく、計画の方向性に沿って、事業の内容・方法が適切に行われているかどうかや、達成状況等があるべき状態に近づいているかを含めてみていくものです。したがって、目標の考え方は、既存の計画で示されている数値や、すでにある事業の目標を中心に用いて記載することとしています。

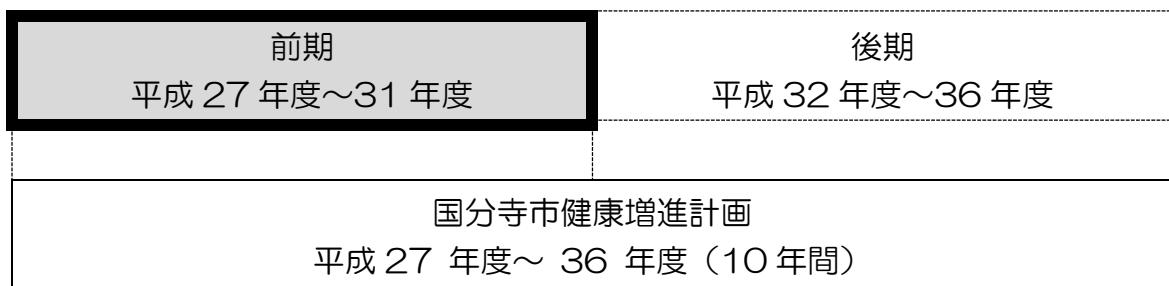


### 3. 実施計画の期間

国の「健康日本 21（第二次）」や東京都の「東京都健康推進プラン 21（第二次）」では、計画期間を 10 年間とし、5 年を目途に中間評価を実施しています。国分寺市の実施計画についても、これと合わせて実施計画は前期・後期の各 5 年間とし、前期計画は平成 27 年度から平成 31 年度までとします。

なお、実施計画は、社会情勢の変化や基本計画の改定などに合わせ、必要に応じて見直します。

図 2 実施計画の期間



## 4. 施策の体系

＜基本理念＞

一人ひとりの健康づくりを皆で支え合い、取り組めるまち

対象者は、すべての市民です。病気や障害にとらわれず、すべての人が健康づくりに取り組み、今の健康を維持増進することを目指します。

＜体系＞

基本目標	施策の方向		
1. 健康意識を高め、生活習慣病の発症と重症化を予防する	1-1	子どもから高齢者まで、ライフステージに応じて、生活習慣病や健康に関する正しい知識を身につける	
	1-2	自らの健康に関心を持つ（自らの健康状態を把握する）	
	1-3	自らの健康状態を把握するために行動を起こす	
2. 健康的な生活習慣を身につける	すべての人がより良い生活習慣を身につけるための支援	分野	
		2-1	食育・栄養・食生活 「国分寺市食育推進計画」
		2-2	身体活動・運動
		2-3	こころの健康・休養・睡眠
		2-4	飲酒
		2-5	喫煙
2-6	歯と口の健康		
3. 地域の中で健康づくりを活性化する	3-1	地域のつながり強化	
	3-2	地域での健康づくり活動の支援	
4. 適切な情報を得られる環境づくりをすすめる	4-1	対象者・年齢層に応じた情報の発信	
	4-2	社会状況やニーズに応じた適切な情報内容	

## 5. 取組区分について

事業が効果的に実施されているか確認するため、目的別に5つの取組区分を設定しました。

- ①知識習得・情報提供：講演会やリーフレット作成など、知識・情報提供の取組
- ②意欲の形成：健康づくりへのやる気を起こさせる、複数回の教室や意欲を高める取組

- ③スキルの習得：実際に健康づくり行動に役立つ技術や方法を身につける取組
- ④仲間づくり：参加者同士が仲間になることを目的として開催する教室やイベントなどの取組
- ⑤受け皿づくり：健康づくりの場を提供する取組

## 6. 重点課題「働き盛り世代等への取組」について

健康増進計画では、健康づくりに取り組みにくい状況下にある、壮年期を中心とする「働き盛り」世代（「働き盛り」世代は子育て世代も含み、以下、『「働き盛り」世代等』という。）に対するアプローチを重点課題としています。「働き盛り」世代等への取組については、★印をつけています。

## 第2章 具体的施策

### 基本目標1

健康意識を高め、生活習慣病の発症と重症化を予防する

(1) 子どもから高齢者まで、ライフステージに応じて、生活習慣や健康に関する正しい知識を身につける

目標：生活習慣病や健康に関する正しい知識を身につける

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 1	健康情報のポスター作成	市内薬局等に健康講座や、食育などの情報をポスターにて掲示し、市民に広く周知する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	未実施	市内全薬局に1年間、2種類のポスターを掲示
★ 2	健康講座	生活習慣病予防や生活習慣改善に関する講座を実施する。託児付講座や土日開催など、対象者の参加しやすい工夫・テーマを取り入れて行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	・健康講座 年8回 ・食育講座 年3回	・健康講座 年8回以上 ・食育講座 年3回以上
3	個別相談	電話・面接・訪問等による個別相談（保健・栄養・歯科）を実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	個別栄養相談会 年10回	個別栄養相談会 年10回以上

## (2) 自らの健康に関心を持つ

目標：健康寿命を延ばす

定期的に健康をチェックするためにかかりつけ医療機関を持つ

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 2 (再)	健康講座	生活習慣病予防や生活習慣改善に関する講座を実施する。託児付講座や土日開催など、対象者の参加しやすい工夫・テーマを取り入れて行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	・健康講座 年8回 ・食育講座 年3回	・健康講座 年8回以上 ・食育講座 年3回以上
3 (再)	個別相談	電話・面接・訪問等による個別相談（保健・栄養・歯科）を実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	個別栄養相談会 年10回	個別栄養相談会 年10回以上
4	子どもの歯を守る連絡会	市、関係機関等が連携し「子どもの歯と口の健康づくり」に関する効果的な事業の推進を図るための検討や協議を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年2回開催	年2回開催



(3) 自らの健康状態を把握するために行動を起こす

目標：定期的に健康診査を受診する

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
5	健康診査 (30歳代, 生保等)	疾病の早期発見を目的とし, 30歳から39歳までの市民を対象に健康診査を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診率 2.90% 対象者数 17,550人 受診見込 数 509人	受診率 2.90%以上(平成26年度受診率以上)
6	特定健康診査 (国民健康保険, 40歳以上)	40歳から74歳までの国民健康保険被保険者を対象として, 医療保険者が毎年度特定健康診査等実施計画に定めた内容の健診を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診率 41.0% 対象者数 20,288人 受診見込 数 8,318人	受診率 60.0%以上(第2期国分寺市特定健康診査等実施計画平成29年度目標値)
7	後期高齢者医療健康診査	後期高齢者医療制度加入者(主に75歳以上)を対象として, 病気の早期発見・早期治療を目的として, 特定健康診査と同等内容の健診を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診率 52.10% 対象者数 12,145人 受診見込 数 6,328人	受診率 55.0%以上(平成26年度健康診査推進計画, 東京都後期高齢者医療広域連合平成27年度目標値)

8	人間ドック検診 (30歳以上)	生活習慣病の予防及び早期発見・早期治療を目的とし、30歳以上の市民を対象として健診を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診者数 546人 (平成26年度見込)	受診者数 546人以上(平成26年度受診者数以上)
9	特定保健指導	特定健康診査の結果、内臓脂肪症候群の予防改善に努める必要のある者を対象として、生活習慣改善の保健指導を行う。健診結果により動機づけ支援と積極的支援に分かれる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	特定保健指導実施率 19.24% (平成25年度)	特定保健指導実施率 60.0%以上(第2期国分寺市特定健康診査等実施計画における平成29年度の目標値)
★ 10	がん検診	各種がんの早期発見・早期治療を目的とした検診。 胃・肺・大腸がんは40歳以上対象。 乳がんは40歳以上(2年に1回)対象。 子宮がんは20歳以上(2年に1回)対象。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診者数 胃がん 1,851人 肺がん 2,616人 大腸がん 14,538人 乳がん 2,272人 子宮がん 2,704人 (平成26年度見込)	平成26年度受診者数以上

11	骨粗しょう症検診	骨粗しょう症の早期発見を目的とした検診。20歳以上の女性を対象。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	受診者数 386人	受診者数 386人以上（平成26年度受診者数以上）
12	結核検診	結核の早期発見を目的とした検診。18歳以上を対象。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	受診者数 40人 （平成26年度見込）	受診者数 40人以上 （平成26年度受診者数以上）
13	肝炎ウイルス検診	40歳以上で、過去に一度も肝炎ウイルス検診を受診したことのない市民を対象に実施する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	受診者数 850人 （平成26年度見込）	受診者数 850人以上（平成26年度受診者数以上）
★ 14	歯科健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊婦歯科健診 妊婦を対象に口腔内診査・歯みがき相談を実施。</li> <li>・乳幼児歯科健診 2歳半頃の幼児及び3歳半頃の幼児を対象に口腔内診査、仕上げみがきや幼児自身の歯みがき、フッ素塗布（希望者）を実施。</li> <li>・成人歯科健診 歯科医師会医療機関にて、20歳以上の市民対象に口腔内診査、相談を実施。</li> <li>・口腔がん検診 視診による舌やその他口腔内粘膜の炎症や傷の検査を実施。</li> </ul>	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	受診者 ・妊婦 144人  ・乳幼児 （2歳半3歳半） 208人 ・成人 616人  ・口腔がん 69人 （各平成26年度見込）	受診者 ・妊婦 144人以上 ・乳幼児 （2歳半3歳半） 208人以上 ・成人 616人以上 ・口腔がん 69人以上 （各平成26年度受診者数以上）

★ 15	40歳検診 勸奨事業	節目である40歳になる方を対象に、がん検診、歯科健康診査に関する個別通知により受診勸奨を実施。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	発送数 1,923件 (平成26年度末年齢40歳の市民)	継続して実施
---------	---------------	---	--	-------	------------------------------------	--------

## 基本目標2

### 健康的な生活習慣を身につける

(1) 食育・栄養・食生活

#### 「国分寺市食育推進計画」実施計画

目標：毎日、朝食を食べる

食事を食べるときはよく噛んで食べる

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 1 (再)	健康情報のポスター作成	市内薬局等に健康講座や、食育などの情報をポスターにて掲示し、市民に広く周知する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	未実施	市内全薬局に1年間、2種類のポスターを掲示
★ 2 (再)	健康講座	生活習慣病予防や生活習慣改善に関する講座を実施する。託児付講座や土日開催など、対象者の参加しやすい工夫・テーマを取り入れて行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	・健康講座 年8回実施 ・食育講座 年3回実施	・健康講座 年8回以上 ・食育講座 年3回以上

16	「天平メニュー・国分寺ごはん」の活用	H26 に市制 50 周年記念事業として、市栄養士がメニューを開発した。引き続きメニューを周知し、講座等に活用する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	食育講座 7 回実施	食育講座 年 3 回以上
17	栄養講座・食育講座	17-a 食事を楽しみながら生活習慣病予防や生活習慣改善を目的に、各種教室を開催し市民の健康の保持・増進を図る。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	・栄養講座 年 3 回実施 ・食育講座 年 3 回実施	・栄養講座 年 3 回以上 ・食育講座 年 3 回以上
		17-b 栄養や食事、食育に関する講座の実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	公民館課	10 事業	10 事業 継続して実施
		17-c ①1～2 歳児の栄養・食生活講習会 ②親子食事作り講習会 ③妊娠期からの食生活講習会	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相談室（子ども家庭支援センター）	各年 1 回 実施	各年 1 回 継続して実施
18	個別栄養相談	健康の保持増進を図るため、個別相談を実施する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	個別栄養 相談 年 10 回実施	個別栄養 相談 年 10 回以上

19	離乳食講習会	離乳食に対する知識の普及を図り、母子の健康保持・増進に努める。離乳食の作り方だけでなく、仲間づくりの場とする。 4-6ヶ月児対象 1回食講習会 6-11ヶ月児対象 2・3回食講習会	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	各年 12 回実施	継続して実施
★ 20	両親学級・乳幼児健診など母子保健事業での情報提供	母子保健事業を活用し、子どもだけでなく保護者の健康づくりの必要性やの生活習慣病等について情報提供を実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・両親学級（栄養講話） 年 4 回実施</li> <li>・乳幼児健診（集団） 年 72 回実施</li> </ul>	継続して実施
21	若い世代への食の情報提供チラシ配布	市内大学・高校等と連携し、大学生に生活習慣病予防や食の情報提供チラシ配布。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	市内 1 大学に配布	市内の高校・専門学校・大学等配布場所の拡大

22	一般介護 予防事業	「介護予防把握事業」 「介護予防普及啓発 事業」「地域介護予防 活動支援事業」「一般 介護予防事業評価事 業」「地域リハビリテ ーション活動支援事 業」から構成される。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相 談室	地域包括 支援セン ターと健 康推進課 との共催 実施 「介護予 防教室」 「家族介 護者交流 会」におい て年4回 実施	継続して 実施
23	高齢者配 食サービ ス事業	ひとり暮らし・高齢者 のみ世帯・日中独居の 高齢者に平日昼食を 定期的に届けること により、高齢者の健康 保持、安全等の確認を 行う。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相 談室	年間配食 数 8,366食 (平成26 年度見込)	継続して 実施
24	摂食指導	専門指導として摂食 指導を取り入れ、摂食 指導の知識・大切さを 保護者へアプローチ すると共に、指導員等 の研修も兼ねて行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相 談室（こ どもの発 達センタ ーつくし んぼ）	摂食指導 は年4回 (5月・7 月・10 月・1月) 実施	継続して 実施
25	給食を通 じた乳幼 児期の食 育指導	日々の給食提供から 季節の食材や料理を 伝える。 伝統的な行事にまつ わる食事の提供によ り伝統食を伝える。 園内行事に合わせた 食の提供等により、楽 しい食経験を伝える。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課 (保育 園)	毎月実施	継続して 実施



26	保育園内における野菜等の栽培	さまざまな野菜（食材）を栽培し、食べることで野菜（食材）に興味を持たせる。 野菜（食べ物）の育ちを知らせる。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課（保育園）	春季作と秋季作の年2期作とその収穫	継続して実施
27	芋ほり等の農業体験	地域での農業体験を通して、食材を作っている人について伝える。 また自分の関わる地域の食材を伝える。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課（保育園）	年1回実施	継続して実施
28	給食地域交流会	地域の子育て世代に対して実際に給食を食べることを含めた情報提供を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課（保育園）	給食地域交流会 年1～2回実施	継続して実施
29	①市民農園 ②市民農業大学	①市民が野菜栽培を通じて土に親しむと共に生産の喜びを味わい、市民相互の交流を深めてより豊かな余暇生活を実現する。 ②市民に「農業・農業者・農場への関心と理解を深めてもらう」ことを理念として、地元農業者の協力と指導により、受講生の手で農作物の播種・定植から除草などの農場管理、収穫に至る一連の作業に取り組む体験学習を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	経済課	①市内5カ所で実施。今年度は内1園（西国分寺駅前）の使用者入替えを行い、新たに119名が使用 ②受講生24名中24名が修了	①②共に農業理解の促進に繋がっているため、継続して実施

30	援農ボランティア募集	<p>農業者の高齢化や後継者不在など、担い手不足の問題を抱えた農家が増加していることを受け、援農ボランティアの「養成」と「紹介」を「国分寺市民農業大学」の受講生を対象として実施。援農活動を希望する認定者を、受入農家に紹介する制度。</p>	<p>■知識習得・情報提供  <input type="checkbox"/>意欲の形成  <input checked="" type="checkbox"/>スキルの習得  <input checked="" type="checkbox"/>仲間づくり  <input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	経済課	<p>市民農業大学受講生24名中、23名が援農ボランティア養成講座を受講し、内20名が援農ボランティア認定</p>	<p>引き続き農業者の助けになっている援農ボランティアの育成・派遣を継続して実施</p>
31	直売所マップの配布	<p>農業振興補助金を活用し、JA東京むさし国分寺支店が制作した直売所マップを市役所の窓口等で配布する。</p>	<p>■知識習得・情報提供  <input type="checkbox"/>意欲の形成  <input type="checkbox"/>スキルの習得  <input type="checkbox"/>仲間づくり  <input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	経済課	<p>窓口以外にも様々な農業イベントで配布</p>	<p>直売所情報を精査し、最新情報を掲載した直売所マップを配布</p>
32	地場野菜の周知	<p>市民農業大学、農業体験農園、こくぶんじ朝市、農業祭、農ウォーク等の農業関連事業を通じて参加者に対し、市内産の野菜をPRする。</p>	<p>■知識習得・情報提供  <input type="checkbox"/>意欲の形成  <input type="checkbox"/>スキルの習得  <input checked="" type="checkbox"/>仲間づくり  <input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	経済課	<p>市民農業大学、農業体験農園（全6カ所）、こくぶんじ朝市（年2回）、農業祭、農ウォーク等を実施し、参加者に市内産の野菜をPR</p>	<p>地場産野菜の利用促進に繋がっているため、継続して実施</p>

33	農業体験	市民農業大学, 市民農園, 国分寺いきいき農園, 農業体験農園等の事業実施による市民の農業体験の場の提供。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	経済課	様々な農業体験事業を実施	市民の農業・農業者・農地に関する相互理解の促進のため、継続して実施
34	農業体験農園	農業経営の一環として農家自らが開設し, 市民に連続した農業体験をしてもらう市民体験型の農園で, 種も肥料も野菜づくりに必要なものをすべて農家が用意。年間約20品目程度の多品種栽培を体験しながら, 収穫物を受け取れる。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	経済課	市内6園（内1園が今年度開園）にて開設	農業経営の一環となるため, 更に農業体験の拡充を図る
35	農業祭	農畜産物の品質改善, 栽培及び肥育管理の合理化を図り, 都市農業の指針を確立し, 農業経営の安定と生産意欲の向上に努め農業振興に寄与するとともに, 自然環境保護と回復に深い関連のある農業を一般公開し, 市民との連携を深める。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	経済課	11月1日, 2日に国分寺市農業祭を実施	市民の農業・農業者・農地に関する相互理解の促進や地場産野菜の普及啓発のため, 継続して実施

36	J A協賛調理教室	J A東京むさし国分寺支店「セミナールーム」にてJ Aが企画した料理教室を市民向けに実施。食育や地産地消に直結する講座。	<p>■知識習得・情報提供</p> <p><input type="checkbox"/>意欲の形成</p> <p><input type="checkbox"/>スキルの習得</p> <p><input type="checkbox"/>仲間づくり</p> <p><input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	経済課	カレー、お菓子等料理教室を年5回実施	継続して市報に掲載し、広く市民にPRする
37	児童館の料理教室	子どもや乳幼児親子で参加できる料理の企画・実施。	<p>■知識習得・情報提供</p> <p><input type="checkbox"/>意欲の形成</p> <p><input type="checkbox"/>スキルの習得</p> <p><input type="checkbox"/>仲間づくり</p> <p><input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	子育て支援課（児童館）	年67回開催（6児童館合計）	年70回開催
38	食育指導	各小学校における栄養職員による食育指導（授業・給食時間での食育指導）。	<p>■知識習得・情報提供</p> <p><input type="checkbox"/>意欲の形成</p> <p><input type="checkbox"/>スキルの習得</p> <p><input type="checkbox"/>仲間づくり</p> <p><input type="checkbox"/>受け皿づくり</p>	学務課	各校年19回実施	各校年20回実施

(2) 身体活動・運動

目標：1日に歩く時間を増やす

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 39	運動講座	39-a ①3B体操 ②ストレッチ&ダンス ③リトミック ④自分でできるセルフケア ⑤パパと子どもの遊びの会	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相談室（子ども家庭支援センター）	各年1回 実施	各年1回 継続して 実施
		39-b 働き盛り世代でも参加しやすい日程に運動指導員を講師に運動講座を実施して、隙間時間に行える運動を紹介。 託児付講座や土日開催など、対象者の参加しやすい工夫・テーマを取り入れて行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年2回 実施	他の講座と調整しながら年1回以上の実施
40	グループサークル団体登録	グループサークル団体の受付・登録を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	グループサークル団体登録数 161 団体 (うち、身体活動・運動団体 117 団体)	継続して 実施

41	プレイステーション整備・運営（野外活動）	青少年が生き生きと安全に遊べる遊び場として、指定管理者制度により国分寺市プレイステーションの管理・運営を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	年間利用者数 15,466人 （平成25年度）	継続して実施
42	スポーツ大会開催	各種スポーツ大会を開催する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	7大会（市民体育大会、少年野球大会、少年少女サッカー大会、少年少女バレーボール大会、少年少女バドミントン大会、壮年ソフトボール大会、市民体操祭）	継続して実施
43	スポーツ推進委員によるイベント	スポーツ推進委員により各種イベントを行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	ウォーキング3回、スポレクまつり	継続して実施
22 (再)	一般介護予防事業	「介護予防把握事業」「介護予防普及啓発事業」「地域介護予防活動支援事業」「一般介護予防事業評価事業」「地域リハビリテーション活動支援事業」から構成される。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相談室	・介護予防講演会 年1回実施 ・転倒予防教室 年12回実施 ・介護予防教室 年12回実施	継続して実施

44	地域生きがい交流事業	高齢者がそれぞれの立場から参加し、自ら多様な経験・技術を生かし、さまざまな生きがい活動を実践するため、「生きがい創作・介護予防事業」等を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相談室	年間延べ参加者数 8,610人 (平成26年度見込)	年間延べ参加者数 10,000人
45	体育館等個人開放・団体貸出し	45-a いきいきセンター管理運営(指定管理)し、市民の健康増進活動の場を提供する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	いきいきセンター 団体登録数 35団体	継続して実施
		45-b 市内体育施設を維持管理し、市民に活動の場を提供する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	3施設(市民スポーツセンター、市民ひかりスポーツセンター、市民室内プール)	継続して実施
		45-c 公民館施設の貸出し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	公民館課	25,000件 (身体活動・運動での内訳利用数是不明)	25,000件

45	体育館等 個人開 放・団体貸 出し	45-d 福祉センターの貸出 し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提 供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	地域福祉 課	2,916件 (平成25 年度) (身体活 動・運動で の内訳利 用数は不 明)	3,000件
		45-e 地域センター6館及 び多喜窪公会堂の集 会室等の貸出し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提 供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミ ュニティ 課	全7館で 実施	継続して 実施



(3) こころの健康・休養・睡眠

目標：こころの健康のために余暇を楽しく過ごす  
5時間以上睡眠をとるよう心がける

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
46	①かるがも相談 ②フリートーク	①子育てを通じての不安や悩みを、心理職が受ける。 ②日々の子育ての中で聞きたいことや話したいことなど、みんなでおしゃべりしながら交流する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相談室（子ども家庭支援センター）	各月1・2回実施	継続して実施
47	メンタルヘルス講座	メンタルヘルスに関する講座を実施。精神面の気づきのポイントを理解してもらい、心の健康づくりや病気の早期発見・治療に結びつくようにする。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	冬うつ講座実施（隔年で実施）	2年に1回以上実施
★ 48	メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」	携帯電話やパソコンによりストレスや落ち込み度を簡単にチェックするもの。それを実施することで、どこに相談に行ったらよいか分かる仕組みになっている。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	アクセス件数 年間 138,597件 (平成25年度)	アクセス件数 平成25年度実績値 以上

49	心の健康 相談（精神 保健相談）	精神科医師による相談。心の問題についての相談や、セカンドオピニオンとしての利用や受診の必要性の確認などを行う。	<p>■知識習得・情報提供</p> <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	月1回 実施	継続して 実施
50	妊産婦新生児訪問	妊産婦訪問時にEPDS（エジンバラ産後うつ病質問票）を含む自己記入式質問票を実施し、産後うつ病のスクリーニングや育児不安等、メンタルヘルスについて支援を行う。	<p>■知識習得・情報提供</p> <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	産婦訪問 実施率 93.9% （平成25 年度）	産婦訪問 実施率 平成25年 度実績値 以上
51	ゲートキーパー養成講座	年1回市職員を対象に自殺対策の専門家を講師に自殺対策講座を実施している。対象を市民や関係機関に拡大し、ゲートキーパーを増やす。	<p>■知識習得・情報提供</p> <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	市職員対象に年1回実施	年1回以上実施 対象者を拡大

(4) 飲酒

目標：特に女性において、飲酒量を下げる

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度実績	平成31年度目標
52	まとう会 (アルコール関連問題保健看護勉強会)	アルコール依存症の当事者やその家族が依存症の病態や、共依存のメカニズムについて学び、日々の生活について意見交換を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年12回実施	継続して実施
53	アルコール個別相談	アルコール依存症の方やアルコールが止められない方の個別相談。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	相談件数 97件 (平成25年度)	継続して実施
★ 54	両親学級 (妊娠中の飲酒のリスクを情報提供)	妊娠中の飲酒による胎児の影響について、リーフレットを配布し、保健師より説明を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年10回実施	継続して実施
★ 55	アルコール依存症、治療に関する情報提供	市報・ホームページ等で、情報提供を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	未実施	平成27年度以降実施し、年1回以上ホームページに継続掲載

(5) 喫煙

目標：受動喫煙をしないような環境づくりをすすめる

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 56	喫煙のリスクや禁煙外来についての情報提供	世界禁煙デーにあわせて、市報・ホームページ等にて情報提供を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年1回実施	継続して実施
★ 57	両親学級（喫煙のリスクを情報提供）	妊娠中の喫煙や、副流煙による胎児への影響について妊婦やその家族に情報提供を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年10回実施	継続して実施

(6) 歯と口の健康

目標：定期的にかかりつけ歯科医に行き，口腔内の改善に努める

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
★ 14 (再)	歯科健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊婦歯科健診 妊婦を対象に口腔内診査・歯みがき相談を実施。</li> <li>・乳幼児歯科健診 2歳半頃の幼児及び3歳半頃の幼児を対象に口腔内診査，仕上げみがきや幼児自身の歯みがき，フッ素塗布(希望者)を実施。</li> <li>・成人歯科健診 歯科医師会医療機関にて，20歳以上の市民対象に口腔内診査，相談を実施。</li> <li>・口腔がん検診 視診による舌やその他口腔内粘膜の炎症や傷の検査を実施。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>■スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	受診者 ・妊婦 144人  ・乳幼児 (2歳半 3歳半) 208人  ・成人 616人  ・口腔がん 69人 (平成26 年度見込)	受診者 ・妊婦 144人以上  ・乳幼児 (2歳半 3歳半) 208人以上  ・成人 616人以上  ・口腔がん 69人以上 (平成26 年度受診 者数以上)
58	口腔機能 向上健診 (咬合力 測定)	40歳以上の市民を対象に健診，咬合力測定，歯科医師の個別相談と併せて歯科衛生士による健康教育等を実施。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>■意欲の形成</li> <li>■スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	延べ人数 204人 (健診・咬 合力測 定・個別相 談 平成 26年度見 込)	延べ人数 204人以上(平成 26年度受 診者数以 上)

★ 59	①乳幼児・2歳児 歯みがき クラス ②成人講 座	①歯みがきクラス：乳 幼児歯みがきクラス は1歳頃～1歳5か 月児とその保護者，2 歳児歯みがきクラス は2歳頃～2歳5か 月児とその保護者を 対象に，口腔機能や虫 歯予防に関する健康 教育と相談を実施。 ②成人：歯科医師等 による歯科保健健康 教育，歯科衛生士による 実習相談等を実施。	■知識習得・情報 提供 ■意欲の形成 ■スキルの習得 □仲間づくり □受け皿づくり	健康推進 課	・乳幼児歯 みがきク ラス 171組 ・2歳児歯 みがきク ラス 93組 (平成26 年度見込) ・成人講座 年4回実 施	・乳幼児歯 みがきク ラス 171組以 上 ・2歳児歯 みがきク ラス 93組以上 ・成人講座 継続して 実施
60	歯科医療 連携推進 事業	歯科衛生士が障害者 等歯科相談窓口でか かりつけ歯科医を探 すことが困難な障害 者・在宅要介護者等か らの相談を受け，歯科 医師会と連携して身 近な地域で適切な歯 科医療を受けられる よう歯科医療機関の 紹介を行う。	□知識習得・情報 提供 ■意欲の形成 □スキルの習得 □仲間づくり ■受け皿づくり	健康推進 課	・相談及び 連絡・調整 (障害者 等歯科相 談窓口含 む) 290件 ・歯科衛生 士訪問 30件 ・歯科医師 訪問10件 (平成26 年度見込)	継続して 実施
61	個別歯科 相談	歯科衛生士が電話・面 接・訪問により歯と口 に関する相談を実施。	■知識習得・情報 提供 ■意欲の形成 □スキルの習得 □仲間づくり □受け皿づくり	健康推進 課	延べ件数 48件 (電話・面 接・訪問) (平成26 年度見込)	継続して 実施

62	歯と口の健康週間事業	歯と口の健康週間(6/4~6/10)のうちの日曜日に歯と口の健康に関するイベントを実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	イベント参加延べ人数 528人	継続して実施
4 (再)	子どもの歯を守る連絡会	市、関係機関等が連携し「子どもの歯と口の健康づくり」に関する効果的な事業の推進を図るための検討や協議を行う。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年2回開催	年2回開催の継続
★ 15 (再)	40歳検診勧奨事業	節目である40歳になる方を対象に、がん検診、歯科健康診査に関する個別通知により受診勧奨を実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	発送数 1,923件 (平成26年度末年齢40歳の市民)	継続して実施

22 (再)	一般介護 予防事業	「介護予防把握事業」 「介護予防普及啓発 事業」「地域介護予防 活動支援事業」「一般 介護予防事業評価事 業」「地域リハビリテ ーション活動支援事 業」から構成される。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相 談室	地域包括 支援セン ターと健 康推進課 との共催 実施 「介護予 防教室」 「家族介 護者交流 会」におい て年4回 実施	継続して 実施
63	歯科健診	63-a 嘱託歯科医師による 歯科健診。健診当日欠 席した未受診児には 嘱託歯科医院を受診 してもらい、1 か月間 は無料で健診を受け てもらう。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課	年1回 実施	継続して 実施
		63-b 小中学校歯科健診の 実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	学務課	年1回 実施	年1回 実施
		63-c 嘱託医による歯科健 診を実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相 談室（こ どもの発 達センタ ーつくし んぼ）	10月に 年1回 実施	年1回 継続して 実施



64	ほけんだよりの活用	公立保育園等で作成する「ほけんだより」にカメちゃんぬりえを載せキャラクターの周知と同時に噛むことの重要性を周知。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課	むし歯予防デーと合わせて6月号に掲載	継続して実施
65	歯みがき指導	65-a 看護職が年長児に歯みがき指導を実施。幼児には虫歯予防などの保健指導を実施。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課 (保育園)	年1~3回程度実施	継続して実施
		65-b 小学校4年生を対象とした歯磨き指導の実施。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	学務課	年1回	年1回
		65-c 専門指導として摂食指導を取り入れ、摂食指導の知識・大切さを保護者へアプローチすると共に、指導員等の研修も行う。 昼食後に、歯磨きを取り入れ、歯磨きの習慣をつけるプログラムを取り入れている。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相談室(こどもの発達センターつくしんぼ)	摂食指導は年4回(5月・7月・10月・1月)実施  昼食後の歯磨きは毎日実施	継続して実施

### 基本目標3

#### 地域の中で健康づくりを活性化する

##### (1) 地域のつながり強化

目標：地域の中でお互いに声をかけあう  
ボランティアなど興味がある活動に取り組む

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
66	すくすく こくぶん じ	地域の親子に保育園 に来てもらい、予防的 観点から健康に関する 保健講話を実施。健 康相談も実施。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課	年1回10 月実施	年1回程 度
67	①職場体 験 ②センタ ーまつり ③クリス マス会 ④小学生 社会科見 学 ⑤はあと マーケッ ト	①国分寺市立中学校 職場体験受け入れ(各 学校2名程度) ②親子参加型のフリ ーマーケットや、地域 活動の一環としての イベント。ボランティ アおよび多世代の交 流 ③地域のボランティ アによるイベントお よび多世代との交流 (午前・午後2回実 施) ④第二小学校三年生 全クラス参加 ⑤リサイクル絵本の お店屋さんごっこ	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input checked="" type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相 談室(子 ども家庭 支援セン ター)	年間 ①各中学 校3日 ②③④1 回 ⑤2回 実施	継続して 実施

68	ファミリー・サポート・センター事業の広報活動	市内の親子ひろばで、事業広報と会員拡大のための登録手続きも合わせて実施する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input checked="" type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	子育て相談室（子ども家庭支援センター）	年9回実施（市内親子ひろばにて実施）	継続して実施
69	出前講座	69-a 地域の団体からの健康講座の依頼に対して、保健師・栄養士・歯科衛生士が出向いて講座を実施する	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	年5回実施	年5回以上実施
		69-b 健康推進課の親支援グループ時に保育、手遊び、ふれあい遊びを通して母の不安軽減と母子の愛着促進を促す。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	保育課	月1回実施	継続して実施
		69-c 市政についての学習会を開催する場合、市から関係職員を講師として派遣。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相談室	年9回実施	地域包括支援センターと連携して継続
70	地域・団体交流会	市民活動センターに登録している135団体に加えて、市民や自治会町内会、商店会などにも声をかけて、地域の課題を出し合いながら、相互交流を図る。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	年1回開催	継続して実施

71	自治会・町内会連絡会	現在協働コミュニティ課で把握している市内 130 弱の自治会・町内会の会長を対象として、連絡調整及び情報提供を行っている。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	市内2か所で年3回計6回開催	継続して実施
72	地域センターまつり（5館）	子どもから高齢者までを対象に地域センターまつりを実施し、ダンスや健康体操などの利用団体が日頃の活動の成果を発表するとともに、あまり地域センターを利用しない世代も含め、多世代交流の場とする。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	5館各年1回実施	継続して実施
73	内藤地域センターだよりの発行	内藤地域センター利用者協議会に協力して、広報紙を発行し、利用団体の日常の活動等を広く地域に紹介する。また、他の地域センターでも広報紙の発行を検討する。	<input checked="" type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	年1回	継続して実施

(2) 地域での健康づくり活動の支援

目標：スポーツ活動や市民活動を行っている団体（人）を増やす

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
74	自主グループとの連携, 社協との連携	介護予防・日常生活支援総合事業の中での取組, 連携。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	高齢者相談室	未実施	平成29年度までに検討, 開始し, 継続して実施
75	地域センター登録団体の管理	地域センター6館を利用する登録団体の情報を管理し, 要望に応じて当該団体の了解のもと公開する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	未実施	平成27年度以降開始し, 継続して実施
76	利用者協議会や交流会	地域センター6館においては, 様々な利用団体の交流等の場として利用者協議会や交流会を実施する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	6館にて実施, 利用者同士の連携を図った	継続して実施
★ 77	市民活動フェスティバル	市民活動センターに登録している団体が実行委員会形式でフェスティバルを開催する。年々参加団体や来場者が増えており, 地域住民に浸透しつつある。また, 子育て世代が参加し易い内容を企画運営している。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input checked="" type="checkbox"/> 仲間づくり <input type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミュニティ課	年1回開催	継続して実施

78	スポーツ登録団体の管理	スポーツ登録団体の登録・受付を指定管理者が行う。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	スポーツ登録団体数 418団体 (平成26.11.15現在)	継続して実施
45 (再)	体育館等個人開放・団体貸出し	45-a いきいきセンター管理運営(指定管理)し、市民の健康増進活動の場を提供する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	健康推進課	いきいきセンター団体登録数 35団体	継続して実施
		45-b 市内体育施設を維持管理し、市民に活動の場を提供する。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	社会教育・スポーツ振興課	3施設(市民スポーツセンター、市民ひかりスポーツセンター、市民室内プール)	継続して実施
		45-c 公民館施設の貸出し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	公民館課	25,000件 (身体活動・運動での内訳利用数は不明)	25,000件

45 (再)	体育館等 個人開 放・団体貸 出し	45-d 福祉センターの貸出 し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	地域福祉 課	2,916 件 (平成 25 年度) (身体活 動・運動で の内訳利 用数は不 明)	3,000 件
		45-e 地域センター6 館及び 多喜窪公会堂の集会 室等の貸出し。	<input type="checkbox"/> 知識習得・情報 提供 <input type="checkbox"/> 意欲の形成 <input type="checkbox"/> スキルの習得 <input type="checkbox"/> 仲間づくり <input checked="" type="checkbox"/> 受け皿づくり	協働コミ ュニティ 課	全 7 館で 実施	継続して 実施

## 基本目標4

### 適切な情報を得られる環境づくりをすすめる

- (1) 対象者・年齢層に応じた情報の発信
- (2) 社会状況やニーズに応じた適切な情報内容

目標：対象者に合わせた情報が行き渡る

通番	取組	概要	取組区分	担当課	平成26年度 実績	平成31年度 目標
79	情報発信	市報、ホームページ、ツイッターなどの情報媒体を使い、対象者に合わせて健康づくりに関する情報を発信していく。若い世代・働き盛り世代に対してインターネットの活用を充実させる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>□意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	各課	市報、ホームページ、ツイッターで情報発信を実施	継続して実施
80	情報集約	健康づくりに取り組む地域活動団体や食育に関する団体、自主グループなどの情報を集約し、市民・団体に発信していく。	<ul style="list-style-type: none"> <li>■知識習得・情報提供</li> <li>□意欲の形成</li> <li>□スキルの習得</li> <li>□仲間づくり</li> <li>□受け皿づくり</li> </ul>	健康推進課	未実施	健康づくりに関する活動・団体の情報を集約し、発信
				協働コミュニティ課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・団体交流会年1回</li> <li>・国分寺市民活動センター登録団体情報誌発行</li> <li>・ホームページで情報発信</li> </ul>	継続して実施



### 第3章 市民・地域の取組

健康増進計画では、健康づくりは「個人が健康づくりに主体的に取り組むこと（自助）」・「家族、地域の人々、団体等が個人の健康づくりの後押しをすること（共助）」・「市民の健康づくりのために行政が取り組むこと（公助）」の三者により取り組む必要があるとしています。

この章では、「自助」「共助」に関する取組の考え方を示します。市民及び地域の団体の方等への取り組んでいただきたい内容です。

評価にあたっては、市民及び団体等が取り組まれている活動状況を調査し集約します。

基本 目標	施策の方向	取 組	
		市民の取組	地域の取組
1 健康意識を高め、 生活習慣病の発症と重症化を予防する	①子どもから高齢者まで、ライフステージに応じて、生活習慣病や健康に関する正しい知識を身につける	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自ら情報を得る努力をする。</li> <li>・行政や団体、地域で実施する講座に参加する。</li> <li>・講座などの情報を家族や地域に還元する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・団体主催の講演会を実施する。</li> <li>・公開講座などにおいて情報提供・交換を行う。</li> </ul>
	②自らの健康に関心をもつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかりつけ医等に相談しながら、自らの健康を把握、管理していく。</li> <li>・「お薬手帳」の役割や活用方法を理解して、健康を管理する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかりつけ医等が健康状態を把握し、助言を行う。</li> </ul>
	③自らの健康状態を把握するために行動を起こす	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎年健康診断を受けるよう心がける。</li> <li>・健（検）診結果を健康づくりに活用する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関において、健診や結果説明時に早期発見、早期治療の必要性を説明する。</li> <li>・団体において、体力測定など健康管理事業を実施する。</li> </ul>

<p>2 健康的な生活習慣を身につける</p>	<p>すべての人がより良い生活習慣を身につけるための支援</p>	<p>①栄養・食生活 「食育推進計画」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・好き嫌いなくバランスよく3食きちんと食べるなど、食生活を見直す。</li> <li>・自分で作って食べることを心がける。</li> <li>・栄養について、適切な知識を身につける。</li> <li>・いろいろな食材を少しずつ、種類を多く食べるようにする（一汁三菜）。</li> <li>・元気の源、朝ご飯を食べる。</li> <li>・頭を使って、自分で食事作りを行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で作って食べる機会を提供する。</li> <li>・安全な食品や食べ方の情報提供を行う。</li> <li>・団体同士の連携を強化する。</li> </ul>
		<p>①食育 「食育推進計画」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい食事の場を設ける。</li> <li>・皆で作って、皆で食べるようにする。</li> <li>・地産地消にもっと興味を持つ。</li> <li>・地域の生産者及び団体が協力したイベントに参加する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・伝統料理教室など講座や地場野菜の情報発信を行う。</li> <li>・地場野菜の販売や直売所の運営をする。</li> <li>・子どもに対して、「食育」を教えながら、食事を楽しむ。</li> <li>・講師派遣など、歯科医師会と養護教諭等による学校を活用した食育推進活動を行う。</li> </ul>

2 健康的な生活習慣を身につける

すべての人がより良い生活習慣を身につけるための支援

<p>②身体活動・運動</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どものころから体を動かす喜びを知り、運動習慣を身につける。</li> <li>・通勤・通学・買い物途中など、定期的に運動が出来る工夫をする。</li> <li>・意識的に動き、なるべく歩く。</li> <li>・運動による健康への波及効果（よく眠れる・おいしくご飯を食べられる等）を知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友達や家族・仲間と一緒に体を動かせる機会を提供し、繋がりをつくる。</li> <li>・公園や市の施設を利用してラジオ体操をするなど、地域の人と一緒に体を動かす機会をつくる。</li> <li>・運動した目安が分かる環境づくりを行う。</li> <li>・団体同士で連携し各団体の特色を生かしたイベント等の市民の参加できる機会を提供する。</li> <li>・団体同士の関係づくり、連携を強化する。</li> <li>・団体において、体力測定など健康管理事業を実施する。</li> </ul>
<p>③こころの健康・休養・睡眠</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスを溜めないよう自分の時間を持つように心がける。</li> <li>・心が辛くなったら、気軽に身近な人や相談機関に相談する。</li> <li>・規則正しい生活を送る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親子ひろば等各団体で相談窓口やグループカウンセリングの場を提供する。</li> <li>・傾聴ボランティアの育成、利用促進を図る。</li> <li>・当事者（ピアカウンセリング等）や家族会の活動を行う。</li> </ul>
<p>睡眠</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠状況をセルフチェックする。</li> <li>・適切な睡眠を取れるように工夫する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関や薬局等相談機関からの情報の提供や相談対応を行う。</li> </ul>
<p>④飲酒</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康は自覚から。お酒は控えめにする。</li> <li>・アルコール依存気味の方は改善に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・飲食店において、アルコールのカロリー表示の実施を行う。</li> <li>・医療機関同士の連携を図り、適切な治療の受けられる環境づくりに努める。</li> </ul>

2 健康的な生活習慣を身につける	すべての人がより良い生活習慣を身につけるための支援	⑤喫煙	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康は自覚から、喫煙は控えめにする。</li> <li>受動喫煙の有害性を知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医療機関において禁煙外来情報の提供を行う。</li> <li>喫煙のリスクを周知する。</li> <li>薬局における禁煙指導、中学校において喫煙リスクに関する教室を実施する。</li> </ul>
		⑥歯と口の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯が悪くならなくとも、歯科健診を受ける。</li> <li>家庭の中で歯の健康に対する意識を高める。</li> <li>よく噛んで食べるよう心がける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯科健診・かかりつけ医についてのPRをする。</li> <li>在宅療養者への働きかけ。（口腔ケアの重要性）をする。</li> <li>医科と歯科の連携を図る。</li> </ul>
3 地域の中で健康づくりを活性化させる	①地域のつながり強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分から出ていく意欲を持つ。</li> <li>近所の方とあいさつや声をかけあう、顔の見える関係づくりが大切。</li> <li>高齢者等に外に出てもらうよう声かけをし、自分で何かすることを習慣化させるよう働きかける。</li> <li>主体は市民であるという意識を持って活動する。</li> <li>異世代交流を心がける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域とのつながり・支え合い・助け合いの意識を持つ。</li> <li>団体間の連携を促進する。</li> <li>団体間で情報を公開する。</li> </ul>	
	②地域での健康づくり活動の支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の役割を持って意欲的に取り組む。</li> <li>仲間と一緒に話したり運動をしたりすることで、健康寿命を延ばすよう働きかける。</li> <li>活動を既にしている人がまだ知らない人に積極的に知らせて仲間を増やす。</li> <li>お互いに声をかけ合いながら活動に参加する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>団体の専門性を生かして、市民の健康づくりへの助言や支援を行う。</li> <li>健康づくりグループのリーダー育成、自主グループ育成の支援をする。</li> <li>体操を通じて自分らしく生きる人を育成する。</li> <li>イベントや地域の集まりに初めて参加した人を大事にしていく。</li> </ul>	

4 適切な 情報を 得られ る環境 づくり をすす める	①対象者・年齢層に応じ た情報の発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自ら積極的に正確な情報を 得るよう心がける。</li> <li>・分からないことは専門家に 聞く習慣をつける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健医療団体等による講 座やポスター提示等による 情報発信を行う。</li> <li>・市との共催イベントを実 施する。</li> </ul>
	②社会状況やニーズに応 じた適切な情報内容		

国分寺市健康増進計画実施計画  
(平成27年度～平成31年度)

発行日 平成27年3月

編集・発行 国分寺市福祉保健部健康推進課

〒185-0024 国分寺市泉町2丁目3番8号

いずみプラザ1階

電話 042-321-1801

FAX 042-320-1181

E-mail [kenkousuishin@city.kokubunji.tokyo.jp](mailto:kenkousuishin@city.kokubunji.tokyo.jp)