

【R4年度の実績と R5年度の実施見込み R5.6月現在】

	令和4年度	令和5年度(見込)	
★プラスアップ 作戦	中間評価の内容を反映し、令和3年度に作成した「健康プラスアップ作戦リーフレット」を活用した啓発の継続実施。(出前講座やホームページ等)	継続実施	
★スマイルチャレンジ事業			
【まもる】 キーワード：知る・気づく・学ぶ			
セルフチェック 応援事業	光市オリジナル健康記録帳の普及啓発の継続実施。 配付実績：初回用 25 部	継続実施	
健康ポイント事 業	光健康マイレージ事業：県「やまぐち健康マイレージ事業」と協働で継続実施。 市内 21 店舗（新規登録なし） 県内全 231 店舗が協力店として登録 本市では 24 件の特典カードを発行	継続実施	
歯周病チェック 事業	ふしめ歯周病検診を受診した際、歯科医療機関においてセルフケア用品とリーフレット等の配布を継続実施。 検診受診者 167 名	継続実施	
はじめて検診応 援事業	検診受診の動機付けのため、検診開始年齢の人の自己負担無料化や、検診の必要性の普及啓発を図る。肺がん・大腸がん・骨粗鬆症・ふしめ歯周病（40歳）、胃がん・前立腺がん（50歳）の検診初年度を無料化。また、「新たなステージに入ったがん検診総合支援事業（前年度 40歳乳がん、前年度 20歳子宮がん検診）」は継続実施。 胃がん X線 12人、内視鏡 18人(3.8%) 肺がん 40人(7.9%) 大腸がん 43人 (8.5%) 前立腺がん 15人 (3.7%) 骨粗しょう症 10人 (4.1%) ふしめ歯周病 44人 (8.7%) 子宮がん 15人 (7.5%) 乳がん 34人 (14.6%)	継続実施	
胃がん検診早期 受診割引	新規 6～7月に医療機関で 51～69歳までの胃がん検診受診対象者が胃がん検診を受診すると検診料を半額とすることで受診率の向上を図る。 X線受診者 38名（受診者の 10%） 内視鏡受診者 188名（受診者の 29.8%）	継続実施	
妊婦歯科個別健 診	新規 妊婦を対象に妊娠期間中に 1回歯科健診を個別健診で実施 健診受診者 151人 (56.6%)	継続実施	
親子でハッピー 歯科健診	新規 1歳6か月児の保護者（最大2名）に自己負担額無料で歯科健診を受診する機会を提供し、家族の歯科保健意識の向上及び歯科疾患の早期発見・早期対応を図る。 健診受診者 67人 (14.2%)	継続実施	
【うごく・たべる・なごむ】 キーワード：継続・ともに			
う ご く	光のあるく ロードウォ ーキングラ リー	既存の光のあるくロードウォーキングラリーや、令和2年度に増刷した「ひかり健康環境・観光ウォーキングマップ」の推進啓発。 光のあるくロードウォーキングラリー 新規 6名登録、累計登録者数 835名 地図上での日本1周踏破者累計 138名	継続実施

う ご く	みんな to ウ ォーキング 事業	若い世代の運動習慣が低い状況を踏まえ、いつでも、どこでもできるウォーキングを身近な仲間とともに取り組む機会 設け、ウォーキングのきっかけづくり及び運動習慣づくりを 推進。 ウォーキング促進キャンペーンを7月31日～12月28日(8 月集中実施月間)に展開し、9～11月にチーム対抗編を実施 しました。 キックオフイベント(7月31日) 60組134人参加 ウォーキング大使任命(6月20日～12月23日) 元サッカー日本代表・元レノファ山口FC 坪井慶介氏 SNSによるウォーキング促進情報配信 全219回 チーム対抗ウォーキングラリー(9月) 72組 224人参加 上位8チーム表彰 チーム対抗インスタグラム投稿(10～11月) 127枚応募 3作品表彰	身近な仲間とウォーキング を楽しんでもらうため、2～5 人のチームで登録してもら い、やまぐち健幸アプリ及び 光市オリジナル健康記録帳 を活用し仲間と職場の部門 別で10～11月の2か月間の 平均歩数を競う「チーム対抗 ウォーキングラリー」の開 催。 SNSの活用による情報発信。 ウォーキングフォトの募集
た べ る	食生活チェ ック応援事 業 (塩分チェ ック応援事 業 H28～R 元 年度)	家族の健康づくりの支援を行うために塩分摂取状況及び野 菜摂取量等の食生活状況を確認し、理想の塩分や野菜摂取等 について理解を深め実践につながるように支援する。 塩分濃度測定61人 塩分チェックシートによる摂取状況確認36人 食生活改善推進員を対象に野菜摂取量チェック31人	継続実施
	光の恵み de 朝ごはん事 業	「光市朝ごはん部」(主にフェイスブックを利用した仮想の 部)の活動を継続実施。 ・朝ごはんや食育に関する情報の発信、部員やPR部員、サ ポーターからSNSへの投稿 ・光市朝ごはん部子ども部員(小中高校生)の登録推進 ・部員合同活動:朝ごはんに関する講座、調理実習 SNSで朝ごはんの投稿等を行い、延べ10,396件の閲覧 子ども部員から349件の応募、部員合同活動14人参加	継続実施
	いただきま す de マナー アップ事業	食生活改善推進員に「食の伝承」をテーマとする研修を開催 し、伝えていきたい食事マナーや作法についてまとめたの ち、食生活改善推進員を通して市内各地区の健康教室生等に 伝承活動を行う。 講座を3回実施。	子どもたちが、食文化や基本 的な食習慣を身に付け、健全 なこころと身体を育み食育 に関する意識の向上を図る ため、光市食生活推進員と協 働し、各地区おやこ料理教室 等子どもを対象に普及啓発 を行います。
	プラス葉酸 ☆人生最初 の1,000日 応援事業		新規 受胎から2歳までの栄養摂取 状況は成人期以降の健康維 持に影響を与えるため若い 世代の女性を栄養面から支 援するとともに、家庭の栄養 状況の向上、健康増進のた めに「葉酸」サプリメントの配 布及び健康食生活チェック を行い家庭の食育推進を図 る。
な ご む	こころの健 康チェック 事業	携帯電話やパソコンを使って、気軽にセルフメンタルチェ ックができ、その結果に基づき相談窓口情報を入手できるシ ステム「こころの体温計」を継続実施。 ※総アクセス数(4月～3月)は10,504件	継続実施

	<p>こころのホッと相談事業</p>	<p>変更 月1回の臨床心理士による「癒しのカウンセリング」から保健師による「こころのホッと相談」に変更。月2回実施。必要に応じて公認心理師の相談へつなぐ。 16回実施、延べ16人利用</p>	<p>継続実施</p>
	<p>心の健康づくり推進啓発</p>	<p>光市自殺対策計画の概要版及びこころの健康・困りごと相談窓口などをまとめたリーフレットの作成、設置。 「こころの体温計」「こころのホッと相談」について記載した心の相談カードを作成、設置。</p>	<p>継続実施</p>