

## 第2 健康増進課

事業名	対象者	内容	実施時期および回数／備考	
もりおか健康得とくポイント事業	概ね20歳以上の市民	市全域を対象にした健康教育の参加者等へ、MORIO-Jカードへのポイントの付与を行う。	健康教室開催時実施	教室案内チラシで周知
禁煙教育事業	禁煙を希望する市民（定員50人）	盛岡薬剤師会との協働事業（禁煙補助剤を用いた方法での禁煙支援） 初回指導は薬局の薬剤師が行い、その後当該で3か月間支援レター等による支援を行う。 【自己負担なし】	9月～1月	広報・チラシ等で周知
第2次もりおか健康21プラン推進事業	市民	①子どもから高齢者まで、すべての市民が共に支えあいながら、生涯にわたり健康な生活を送り、健康寿命の延伸を図るための具体的な目標を示した健康づくり計画の推進 ②中間評価および後期計画の周知	通年（計画期間：平成27年度から令和6年度までの10か年）	広報等で周知
受動喫煙防止対策事業	市民	受動喫煙が生じないように、受動喫煙に関する知識の普及、受動喫煙防止に関する意識の啓発、受動喫煙の防止に必要な環境の整備等の措置を、総合的かつ効果的に推進する。	通年	広報、チラシやホームページ等で周知
ゆるフィット運動クラス	64歳以下であり運動習慣がない市民（定員15人）	コンディショニング	1コース6回 年2コース	広報・回覧・チラシ・ホームページ等で周知
お手軽ウォーキング	運動制限のない市民（定員20人）	ウォーキングやノルディックウォーキングを市内7箇所で開催	年7回	広報・回覧・チラシ・ホームページ等で周知
実践！正しいラジオ体操	運動制限のない市民（定員15人）	正しいラジオ体操とストレッチ体操	年3回	広報・回覧・チラシ・ホームページ等で周知
カラダ改革♪ピラティスとバランス食でリフレッシュ	69歳以下で運動制限のない市民（定員15人）	生活習慣病予防や健康づくり等を目的とした、運動および栄養についての講話と実践。2日間コース。	2回コースを3クール（内1クールは夜コース）	広報・回覧・チラシ・ホームページ等で周知
地区健康教室	市民	生活習慣病予防や介護予防・健康づくり等に関する健康教室の開催。内容は地区の要望や状況に応じて検討する。	随時	地区保健推進員の協力を得て実施

健康教育

事業名		対象者	内容	実施時期および回数／備考	
	すてきなキッチン♪栄養教室（病態別栄養教室）	市民	生活習慣病の予防を中心として、病態及び食生活改善の講話。 （全市民対象）	年3回（盛岡市保健所で実施）	町内回覧、広報等で周知
健康相談	定期健康相談	市民	保健所や地区活動センター等拠点となる会場で生活習慣病予防や健康づくりに関する個別相談を血圧測定・体脂肪測定等の結果から指導及び助言を行う。	毎月1回（または隔月）市内9か所で実施予定（開催日時は実施場所により異なる）	広報・ホームページ・町内回覧等で周知 地区保健推進員の協力を得て実施
	地区健康相談	市民	町内の公民館等で、生活習慣病予防や健康づくりに関する個別相談を血圧測定・体脂肪測定等の結果から指導及び助言を行う。	随時	町内回覧で周知 地区保健推進員の協力を得て実施
地区組織	地区保健推進員活動	市民	保健推進員が、保健事業に参加することで、健康づくりサポーターとしての活動を推進する。成人検診（胃がん・骨粗しょう症予防検診）等の補助に従事。	随時	
			地区の健康づくり活動を自主的に企画運営し、地区の健康づくりをサポートする。	随時	
食育事業	MORIOKA☆ユース食堂	概ね20～30歳代の市民	食育・生活習慣病予防に関する講話や運動の実技など。調理実習では親子クッキングも1回実施する。	●1日コース（3回） ●出張コース（随時開催。20～40歳代が対象）	広報、チラシやホームページ等で周知
	食のボランティア（食生活改善推進員）養成教室	市民	食生活改善推進員を養成する。全7回のうち5回以上受講した方に修了証を授与し、食生活改善推進員団体連絡協議会に入会を勧める。	8月～2月 全7回	広報、ホームページ等で周知
	食生活改善推進員育成教室	食生活改善推進員	食生活改善推進員の活動に役立つ知識の普及等、養成教室後のフォローアップを図る	年4回	

事業名		対象者	内容	実施時期および回数／備考	
	食生活改善推進員研修会	食生活改善推進員	健康づくりや疾病予防の講話と調理実習・運動等を行い、食生活改善推進員のスキルアップを図る。	年8回	食生活改善推進員団体連絡協議会共催事業
	食生活改善推進員地区活動	市民	食のサポーターとして、食生活改善に関する事業を市等から委託を受けて栄養教室や食育活動を行う。	随時	
	第三次食育推進計画の推進	市民	市内ネットワークおよび食育推進協議会の開催。食育に関する情報発信・企画を行う。	随時	食育推進関係11課で推進
特定保健指導		国保に加入している40～74歳の特定健診受診者のうち、健診結果及び質問項目を基に選定・階層化された要保健指導対象者  ①動機付け支援 40～75歳未満  ②積極的支援 40～65歳未満	①動機付け支援 保健師及び管理栄養士によるグループ支援（教室）を1回実施、3か月後に評価	10月から市内8会場で全21回実施（人間ドック含） ※定期健康相談会場等での個別支援の実施（通年）	個人通知
			②積極的支援 保健師及び管理栄養士によるグループ支援（教室）と個別支援を組み合わせる3か月間支援、終了後に評価	11月から市内4会場全7コース（人間ドック含） ※定期健康相談会場等での個別支援の実施（通年）	
訪問指導		盛岡市国保特定健診及び成人検診受診後の要指導者、その他療養上の保健指導が必要な人	生活習慣病の予防に関する指導・助言	随時	
被災者健康支援事業（R2年度で事業終了）		市内在住の被災者	被災者健康支援事業は、令和2年度をもって事業終了。令和3年度からは、既存の健康相談事業等に組み込み、支援を継続していく。	通年	
がん患者等生活支援事業		市民でがんと診断され治療に伴う症状により医療用ウィッグを必要とする方	がんを治療する方が、治療を続けながら、仕事や家庭生活等の社会生活を自分らしく過ごすことができるよう、医療用ウィッグの購入費の一部を補助する。また、がんに関する相談窓口について周知を行う。	随時	広報、チラシやホームページ等で周知

事務事業名	事務事業内容
<p>精神保健福祉事業</p> <p>(R4～指導予防課から事務移管)</p>	<p>精神保健及び精神障害者福祉に関する法律に基づき、精神障がい者の早期治療の促進及び住民の精神保健向上に向けた事業を行う。あわせて、自殺対策事業を行う。</p> <p>① <b>精神保健福祉相談</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精神科医による相談〔月1回 面接相談(要予約)〕</li> <li>・保健師による相談〔随時 電話・面接(要予約)・訪問〕</li> </ul> <p>② <b>こころの健康づくり講演会→実施なし</b></p> <p>③ <b>学びの循環推進事業(まちづくりコース)への登録(講師派遣・随時)</b></p> <p>④ <b>自殺対策</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・盛岡市自殺対策推進計画(H30年度策定)に基づき、自殺対策事業の推進と進捗管理を行う。</li> <li>・盛岡市自殺対策推進連絡会議及び自殺対策実務者会議の開催</li> <li>・広報もりおか特集号に「こころの健康」を掲載</li> <li>・自殺対策研修会(ゲートキーパー研修会・若年層対象こころの健康づくり講座等)(随時)</li> <li>・地区こころの健康づくり講座(随時)</li> <li>・普及啓発(相談窓口の周知、リーフレット・ポスターの配布等)</li> </ul> <p>⑤ <b>経由事務</b></p> <p>精神保健及び精神障害者福祉に関する法律に基づく、通報(一般人及び警察官の通報)や精神科病院からの届出(医療保護入退院届・定期病状報告等)の経由事務を行う。</p>
<p>地域生活支援事業</p> <p>(R4～指導予防課から事務移管)</p>	<p>障害者総合支援法に基づき、精神障がい者が自立した日常生活及び社会生活を営むことができるよう、精神障がい者への理解を深め、精神障がい者を支える地域づくりの推進を図るための事業を行う。</p> <p>① 精神障がい者家族のための精神保健講座(1コース)</p> <p>② 精神保健ボランティア及び家族会等の活動支援(随時)</p> <p>③ 精神保健ボランティアフォローアップ研修(随時)</p> <p>④ 精神保健福祉サービスのご案内(こころのハーモニー)発行(年1回)</p>
<p>在宅難病患者支援事業</p> <p>(R4～指導予防課から事務移管)</p>	<p>難病患者等の居宅における療養生活を支援する。</p> <p>① 盛岡市在宅難病患者支援事業連絡会(年2回)</p> <p>② 医療講演会及び医療相談会(年3回)</p> <p>③ 保健師による療養相談(随時)</p> <p>④ 在宅酸素療法患者酸素濃縮器使用助成事業</p>