

平成 22 年度第 1 回 健康横浜 2 1 推進会議 次第

日時 平成 22 年 7 月 14 日 (水)

午後 7 時 ~ 8 時 30 分

場所 横浜市開港記念会館

1 開会

2 新委員の紹介

3 議題

(1) 「健康横浜 2 1」計画延長・見直しについて・・・・・・・・・・資料 1

(2) 平成 2 2 年度健康横浜 2 1 推進事業の取組について

・ 「食習慣の改善」分野の取組について・・・・・・・・・・資料 2

・ 「身体活動・運動の定着」分野の取組について・・・・・・・・・・資料 3

・ 「禁煙・分煙の推進」分野の取組について・・・・・・・・・・資料 4

・ 「地域・職域連携推進」分野の取組について・・・・・・・・・・資料 5

4 その他

5 閉会

【会議資料】

- ・ 資料 1 「健康横浜 2 1」計画延長・見直しについて
- ・ 資料 2 平成 2 2 年度の取組について 「食習慣の改善」分野
- ・ 資料 3 平成 2 2 年度の取組について 「身体活動・運動の定着」分野
- ・ 資料 4 平成 2 2 年度の取組について 「禁煙・分煙の推進」分野
- ・ 資料 5 平成 2 2 年度の取組について 「地域・職域連携推進」分野

「健康横浜21推進会議」委員名簿

(五十音順・敬称略)

役職	氏名	職名	委嘱 時期
会長	白井 尚	横浜市医師会 常任理事	
副会長	古田 正一	横浜商工会議所 理事・総務部長	
副会長	齋藤 正二	横浜市食品衛生協会 副会長	
	阿部 誠	JA横浜 営農部長	新規
	荒木田 美香子	国際医療福祉大学保健医療学部 教授	新規
	安藤 直樹	横浜市体育協会 常務理事	
	石渡 弘一	神奈川産業保健推進センター 所長	
	伊奈 靖浩	横浜市歯科医師会 常務理事	
	片岡 孝之	(株)神奈川新聞社 総務部長	
	柄澤 真	神奈川県国民健康保険団体連合会 企画調査課長	
	河野 弘	チェーンストア協会(相鉄ローゼン総務人事部マネージャー)	
	高島 雄平	横浜市立芹が谷中学校校長	新規
	高堂 正	横浜市薬剤師会 副会長	
	高橋 和芳	全国健康保険協会神奈川支部 企画総務部長	
	土屋 健次	(株)テレビ神奈川 事業部長	
	中村 賢治	健康保険組合連合会神奈川連合会 事務局長	新規
	中山 脩郎	禁煙・分煙活動を推進する神奈川会議 会長	
	長谷川 利希子	神奈川県栄養士会地域活動栄養士協議会 会長	新規
	濱見 米子	横浜市食生活等改善推進員協議会 会長	
	平野 茂樹	横浜南労働基準監督署 署長	新規
	古橋 彰	都筑区福祉保健センター長	
	山崎 滋	横浜市保健活動推進員会 会長	

平成22年度第1回健康横浜21推進会議ワーキング開催状況

- | | |
|-------------|--------------------|
| 1 食習慣の改善 | 平成22年6月25日(金)・7名出席 |
| 2 禁煙・分煙の推進 | 平成22年6月22日(火)・8名出席 |
| 3 地域・職域連携推進 | 平成22年6月24日(木)・6名出席 |

健康横浜21推進会議各ワーキンググループメンバー名簿

「食習慣の改善」ワーキング

(順不同・敬称略)

	氏名	団体名(所属)
1	桐山友美	チェーンストア協会 (相鉄ローゼン(株)営業本部営業企画部アシスタントマネージャー)
2	齋藤 正二	横浜市食品衛生協会 (副会長)
3	馬場 正徳	学校関係者(学校保健会) (大口台小学校長)
4	佐藤 信二	横浜市歯科医師会 (公衆衛生委員会委員)
5	林 健二	横浜農業協同組合 (営農部農業振興課次長)
6	長谷川 利希子	神奈川県栄養士会 (地域活動栄養士協議会会長)
7	鈴木 ひろみ	横浜市食生活等改善推進員協議会 (神奈川区食生活等改善推進員協議会会長)
8	門脇 由美	鶴見区福祉保健センター
9	鈴木 礼子	栄区福祉保健センター

「身体活動・運動の定着」ワーキング

(順不同・敬称略)

	氏名	団体名(所属)
1	小倉 孝一	(財)横浜市体育協会
2	田中 伸一	横浜市保健活動推進員会 (栄区保健活動推進員会会長)
3	竹内 静	横浜市食生活等改善推進員協議会 (保土ヶ谷区食生活等改善推進員協議会会長)
4	五十嵐 範子	神奈川区福祉保健センター
5	平 佳子	南区福祉保健センター

「禁煙・分煙の推進」ワーキング

(順不同・敬称略)

	氏名	団体名(所属)
1	齋藤 正二	横浜市食品衛生協会 (副会長)
2	高堂 正	横浜市薬剤師会 (副会長)
3	高柳 順子	横浜市保健活動推進員会 (港南区保健活動推進員会会長)
4	藤原 芳人	禁煙・分煙活動を推進する神奈川会議 (理事)
5	葉 紹誠	横浜市歯科医師会
6	新倉 栄	学校関係者(学校保健会) (中川西中学校校長)
7	平林 桂	西区福祉保健センター
8	川上 洋子	青葉区福祉保健センター

「地域・職域連携推進」ワーキング

(順不同・敬称略)

	氏名	団体名(所属)
1	境 真理子	(株)テレビ神奈川 (総務局総務部参事補)
2	湯川 之	横浜商工会議所 (総務課長)
3	井上 温	横浜北地域産業保健センター (コーディネーター)
4	高橋 和芳	全国健康保険協会神奈川支部 (企画総務部長)
5	前田 比三典	神奈川労働局横浜南労働基準監督署 (安全衛生課長)
6	安藤 友子	神奈川県国民健康保険団体連合会 (企画調査課保健事業推進専門員)
7	中村 賢治	健康保険組合連合会神奈川連合会 (事務局長)
8	平野 千景	中区福祉保健センター
9	菊地原 佳子	緑区福祉保健センター

「健康横浜 21」計画延長・見直しについて

1 健康横浜 21 推進会議委員委嘱期間の延長について

(1) 趣旨

健康横浜 21 の計画期間を 2 年延長し、その終了年度を平成 24 年度とすることになりました。この計画延長にあわせて、健康横浜 21 推進会議の委員任期についても平成 25 年 3 月 31 日まで延長します。

(2) 手続きについて

「健康横浜 21 推進会議」設置要綱(平成 19 年制定)によれば、委員の任期は 23 年 3 月 31 日までとなっており、()書きで計画終了年と既定されています。そこで、本設置要綱における該当事項について改正します。

(3) 要綱改正案

ア 内容

第 3 条「平成 23 年 3 月 31 日まで」を「平成 25 年 3 月 31 日まで」に改正します。

< 新旧対照表 >

改正案	現行
(省略)	(省略)
(委員の任期) 第 3 条 委員の任期は、平成 25 年 3 月 31 日まで(「健康横浜 21」計画終了年)とする。	(委員の任期) 第 3 条 委員の任期は、平成 23 年 3 月 31 日まで(「健康横浜 21」計画終了年)とする。

イ 施行予定日

平成 22 年 10 月 1 日

(4) その他

現推進会議委員については、改正要綱施行後、委嘱期間を変更して再委嘱します。

2 計画延長等に伴う市民周知について

計画延長・見直しの市民周知のため、「増補版」と「増補・ダイジェスト版」を作成します。

「増補版」を計画本体冊子配布の際に合わせて配布するほか、「増補・ダイジェスト版」を区役所窓口、健康づくり事業の場などで配布・活用していきます。(10 月頃を予定)

平成22年度の取組について 「食習慣の改善」分野

資料2

【目標】	取組項目	22年度の取組の方向性 (21年度第2回推進会議確認事項)	22年度の取組内容・スケジュール
<p>【1日3食多種多様な食品を食べる市民を増やす】</p> <p>【野菜を多く食べる市民を増やす】</p> <p>【適正な体重を維持する市民を増やす】</p>	1 学校と地域との連携の推進	各市立中学校で行われる食育と地域の健康づくり事業との連携事例の共有	各市立中学校で行われる食育と地域の健康づくり事業との連携事例の共有 ・食育講座データベースによる情報提供 ・学校と各区福祉保健センターの協働事業(磯子区、青葉区等)
	2 多様な機会をとらえた普及啓発	<p>スーパー等小売店での普及啓発活動の拡充</p> <p>歯の衛生週間フェスティバル等新たな啓発活動の実施</p> <p>新たな層をターゲットとした啓発活動の実施 対象:20~30歳代 男女(一人暮らしの大学生、社会人等)や 40~50歳代の男性 場所:スーパー(夜間営業時間)、弁当店、コンビニ、ファーストフード店、大学・会社の食堂や食事スペース</p> <p>よこはま健康応援団参加促進</p>	<p>スーパー等小売店での普及啓発活動の拡充 ・実施店舗、地区の拡大(4~3月) イトーヨーカドー6店舗(鶴見、南、港南、金沢、都筑、栄区) 相鉄ローゼン2店舗(緑、泉区)・フジスーパー1店舗(栄区) コープかながわ3店舗(神奈川、緑、戸塚区) サティ1店舗(中区)・ライフ1店舗(神奈川区) サミット1店舗(保土ヶ谷区)・アピタ1店舗(緑区) ショッピングモール・商店街等8回(鶴見、西、保土ヶ谷、港北、戸塚、栄区) ・売場と関連した事業実施(4~3月) 事業実施に関連した店舗従業員へのアプローチ 売場と関連づけた普及啓発活動の実施 ・事例の共有 平成21年度作成のノウハウ集への追加(3月)</p> <p>歯の衛生週間フェスティバル等新たな啓発活動の実施 ・歯の衛生週間フェスティバル(6月)</p> <p>新たな層をターゲットとした啓発活動の実施 ・啓発媒体を作成し、コンビニ、スーパー等での配布(11月予定)</p> <p>よこはま健康応援団参加促進 ・ホームページの更新 ・食生活等改善推進員への協力依頼</p>
	3 ホームページを活用した情報発信	内容の充実	内容の充実 ・内容の更新

目標1 1日3食多種多様な食品を食べる市民を増やす(朝食を食べる市民の増 72.7% 85%以上)
 目標2 野菜を多く食べる市民を増やす(1日あたりの野菜摂取量の増 275.6g 350g以上)
 目標3 適正な体重を維持する市民を増やす(20~60歳代で肥満でない男性 75.6% 85%以上、40~60歳代で肥満でない女性 83.8% 85%以上)

横浜市歯の衛生週間フェスティバル 「いい歯、いい息、口からつくろう体の健康」報告

概要

日時：平成22年6月6日（日） 午前11時から午後4時まで

会場：みなとみらい21 クイーンズスクエア横浜1階
クイーンズサークル

内容：歯科相談、ブラッシング指導、パネル展示、健康コーナー
HAC はみがきクイズ、サンスター版オーラルケア劇「ミッフィーとうたおう」等

主催：横浜市歯の衛生週間実行委員会【横浜市/社団法人横浜市歯科医師会/
神奈川新聞社/tvk（テレビ神奈川）】



健康コーナー

- ・ 食事バランスチェック（参加者：37名）
- ・ 肺のきれい度チェックと禁煙アドバイス（参加者：70名）
- ・ 食事バランスガイド模型展示
- ・ 禁煙・受動喫煙防止パネル展示
- ・ パンフレット配布



- ・ 多数の親子連れの参加があった
- ・ 短時間でどこまで食習慣の改善のきっかけとなったか疑問。今後も工夫が必要。
- ・ 「食事バランスガイド」を知っている方は多くいたが内容についての認知度はそれほど高くなかった印象。

「食育推進計画」策定状況について

1 計画策定の背景

(1) 国の動き(食育の趣旨)

- 平成 17 年 6 月 食育基本法成立・公布(同年 7 月施行) 都道府県・市町村に、食育の推進に関する施策についての計画(食育推進計画)策定の努力義務
- 平成 18 年 3 月 食育推進基本計画(国計画)策定

食育基本法における「食育」の定義	食育推進基本計画(国計画)における食育の推進に関する施策についての基本的な方針
生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの 様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること	国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 食に関する感謝の念と理解 食育推進運動の展開 子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割 食に関する体験活動と食育推進活動の実践 伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 食品の安全性の確保等における食育の役割

(2) 神奈川県動き

- 平成 20 年 3 月 食育推進計画(「食みらい かながわプラン」)策定

2 横浜市の動き

(1) これまでに策定されている食育関連の計画

- 「健康横浜 21」(健康的な食生活)(平成 13 年 9 月、平成 18 年 10 月修正) 健康福祉局
- 「横浜市食品衛生監視指導計画」(毎年策定) 健康福祉局
- 「食教育推進計画」(市立学校を対象)(平成 20 年 3 月) 教育委員会
- 「食育計画策定マニュアル」(市内保育所を対象)(平成 17 年 3 月) こども青少年局
- 「横浜みどりアップ計画」(地産地消)(平成 18 年 12 月) 環境創造局

(2) 本市の「食育推進計画」の策定の考え方

- 食育に関連する多岐にわたる取組を「食育」の観点から体系化
- 市民が持続的に食育を実践するための計画(市民にわかりやすい計画)
- 様々な取組を総合的に展開できる仕組みや、横浜の市民力や歴史を活かしながら、市民、事業者、行政が一体となったプロモーションを展開する仕組みづくり

(3) 食育推進計画の策定プロセス

検討委員会の設置

食育推進計画検討委員会(附属機関に準ずる機関)

【委員】(16 人) 開催: 4 回(平成 21 年 7 月、11 月、22 年 1 月、6 月)

- 横浜国立大学教育人間科学部教授(金子佳代子委員長)
- 医師会、歯科医師会、栄養士会、食品衛生協会、食生活等改善推進員、消費者協会
- PTA 連絡協議会、小学校校長会、保育園園長会、子育てフォーラム
- 農業協同組合、農業者、はまふいどコンシェルジュ(地産地消推進者)
- 市場活性化協議会、横浜ガストロノミ協議会(霧笛楼 今平茂総料理長)

「食育に関する意識調査」(市民アンケート)の実施(平成 21 年 8 月~9 月)

- 市民 5,000 人を対象(住民基本台帳より無作為抽出)有効回収率 37.3%

市会常任委員会(健康福祉・病院経営委員会)へ報告(平成 22 年 3 月 16 日)

素案に対する市民意見募集の実施(平成 22 年 4 月 12 日~5 月 14 日)

- 意見件数 258 件(111 名・1 団体)

3 計画の概要

(1) 目的

- ・ 「食」を通して、市民の健康と豊かな人間性を育み、高めること

(2) 主な数値目標（現状値については「食育に関する意識調査」より）

		現状値	数値目標
朝食を欠食する市民の割合	20代男性	33.3%	15.0%以下
	30代男性	28.9%	15.0%以下
食品の安全性に関する基礎的な知識をもっている市民の割合		45.1%	60.0%
食育に関心を持っている市民の割合		73.7%	90.0%

(3) 計画期間

- ・ 5年間 第1期計画は、平成22年度～27年度までの6年間

(4) 計画の特徴

- ・ 市民の行動指針、「よこはま指針」を新たに作成し、積極的にプロモーションに取り組む。
- ・ 「よこはま指針」の普及・啓発のため、横浜の市民力や歴史を活かしながら、市民、事業者、行政が一体となった食育プロモーションの立ち上げ・展開
- ・ 障害者施設で生産する食品の販売促進、高齢者対象の食事サービス提供を、食育として位置付け
こうした取組を通して、市民の食育に対する関心を一層高め、その推進を図る。

(5) 推進体制

- ・ 市民、事業者、行政が一体となった食育プロモーションを目的とする「食育推進会議（仮称）」の立ち上げ・展開
- ・ 様々な取組の相乗効果を発揮させるため、庁内における情報共有・連携を目的とした「庁内推進会議（仮称）」の設置

(参考) 構成

はじめに（計画策定の基本的な考え方）

1 私たち（横浜市民）の「食」をめぐる環境

2 食育推進計画とは

3 「横浜らしさ」を感じられる食育推進計画

横浜市の食育の現在とこれから～横浜市民への行動提案～

（食育推進の現状・課題・目標・施策展開）

1 よく知ろう

2 これをやってみよう

3 はなしあおう

4 まいにちやってみよう

食育の推進に向けて（今後の推進体制）

数値目標一覧

よこはま指針（食育行動指針）

4 今後のスケジュール

食育推進計画の策定 平成22年9月（予定）

横浜市食育推進計画素案の概要

食育を構成する要素
【「食育白書」から】

食を通じたコミュニケーション (家族・友人との 団らん、地域での共食)
食に関する基本所作 (食事のマナー等)
自然の恩恵等への感謝、 環境との調和 (地産地消等)
食文化
食料事情ほか (食料自給率)
食品の安全性
食生活・栄養の バランス
食生活リズム

横浜市の
関連する計画等

**食教育
推進計画**
(市立小・中・
高等・特別支援
学校での
食育の推進)

**食育計画策定
マニュアル**
(保育所での
食育の推進)

健康横浜21
(健康的な
食生活の
推進)

**横浜
みどりアップ
計画**
(地産地消
の推進)

**横浜市
食品衛生
監視指導計画**
(食の安心と
安全の確保)

その他の計画
(地域福祉保健
計画、一般廃
棄物処理基本
計画など)

【主な取組】

【主な関係部署】

食事の栄養バランス	<ul style="list-style-type: none"> 食事の栄養バランスの普及・啓発、相談支援 乳幼児の親対象の食育の情報提供 乳幼児の親対象の、食育に関する相談支援 	<ul style="list-style-type: none"> こども青少年局 健康福祉局 教育委員会事務局
食にまつわる地域文化や伝統	<ul style="list-style-type: none"> 横浜の食文化を意識した小学校給食の実施 障害者施設で生産する食品の販売促進 	<ul style="list-style-type: none"> 健康福祉局 経済観光局 教育委員会事務局
安全・安心な食事	<ul style="list-style-type: none"> 食の安全の普及・啓発、相談支援 食に関連する事業者向けの取組 食材の流通の普及・啓発 	<ul style="list-style-type: none"> こども青少年局 健康福祉局 経済観光局 教育委員会事務局
食べ物が食卓に上るまでの、自然や人への関わり	<ul style="list-style-type: none"> 食材の生産現場の普及・啓発 料理教室等市民参加イベントの開催 	<ul style="list-style-type: none"> 環境創造局 経済観光局
食の生産活動・体験活動	<ul style="list-style-type: none"> 市・県内産農畜水産物の普及・啓発 地産地消を推進する人材の育成 「地産」生産物の直売イベントの開催 農業体験の場の提供 	<ul style="list-style-type: none"> 環境創造局 経済観光局
家庭や地域での食事を通じたコミュニケーション	<ul style="list-style-type: none"> 市立学校での食育 保育所での食育 高齢者対象の食事サービス提供 高齢者対象の食に関連する普及・啓発 	<ul style="list-style-type: none"> こども青少年局 健康福祉局 教育委員会事務局
食料自給率・食料品の輸入に関する、共通認識	<ul style="list-style-type: none"> 市内産野菜の小学校給食での活用 食料自給率問題についての普及・啓発 市・県内産農畜水産物の普及・啓発(再掲) 地産地消を推進する人材の育成(再掲) 	<ul style="list-style-type: none"> 環境創造局 経済観光局 教育委員会事務局
食生活の乱れ	<ul style="list-style-type: none"> 健康的な食生活(朝食摂取・野菜摂取等)の推進、相談支援 	<ul style="list-style-type: none"> 健康福祉局 教育委員会事務局
食品の無駄遣いの現実	<ul style="list-style-type: none"> 食品ロス削減に向けた普及・啓発など 	<ul style="list-style-type: none"> 資源循環局 教育委員会事務局

新規

よ・こ・は・ま 指針

よ く知ろう

- 食事の栄養バランスの普及・啓発の充実
- 調理への関心を高めるための取組
- 料理教室等の情報集約
- 相談支援の実施方法の工夫

新規

「よこはま食育
プロモーション
(仮称)」の展開

- 横浜の食文化の普及・啓発の充実
- 既存の取組のより一層の推進

- 小・中学校「保健体育」授業を通じた普及・啓発
- 食の安全、食材の流通の普及・啓発の充実
- 既存の事業者向けの取組の充実

こ れをやってみよう

- 既存の取組の実施方法の工夫

- 既存の取組のより一層の推進
- 地産地消のより効果的な広報

は なしあおう

- 地域での食を通じた交流のより一層の推進
- 家族で食事をするための機会作り

- 小学校給食の提供方法の工夫
- 食料自給率問題の普及・啓発の充実
- 地産地消のより効果的な広報(再掲)

ま いにちやってみよう

- 健康的な食生活の推進、相談支援の充実

- 無駄な食べ残しを減らす意識の普及・啓発
- 食品ロス削減に向けた普及・啓発の充実

横浜市食育推進計画

多様で幅広い食育関連の取組の総合的展開に向けた仕組みづくり

市民・民間事業者など「市民力」を活かした、食育のプロモーションの展開

「食育」のさらなる普及・充実
(目標値の達成)

…横浜市食育推進計画策定を機に、食育に位置付け

平成22年度各区事業計画 健康横浜21 「食習慣の改善」分野

区名	事業名	主な内容
鶴見	食品関連事業者等と連携した普及啓発	商店街、スーパー、コンビニ、関係団体との連携によるイベント 副菜を意識啓発するためのシール・ポスターを使用したPRやクイズ、スタンブラー、おすすめ野菜料理レシピの配布、栄養相談等 健康支援の仕組みづくりについて協力企業従事者への研修
鶴見	乳幼児健診等の各種事業を通じた普及・啓発	乳幼児健診等の機会に、食事バランスガイドの折り紙等を活用し、楽しみながら食事バランスの必要性和野菜摂取の意識啓発
神奈川	食品関連事業者等と連携した普及啓発	関係団体と連携し、スーパーや商店街で健康づくり普及・啓発キャンペーンの開催 ・骨密度、BCチェッカー、血圧、握力等の測定 ・食事バランスガイド、野菜摂取の必要性の普及 ・タバコの喫煙予防、禁煙対策 ・健康相談 ・がん予防の普及啓発等
西	みんなで朝ごはん	朝食を食べる区民の増を目的に藤棚商店街で「みんなで朝ごはん」コーナー設置 ・のぼり旗等の掲示 ・朝ごはんパネルの展示 ・朝ごはん応援BOOKの配布 ・食生活相談 食育普及として ・早ね早起き朝ごはんエプロンシアター ・簡単おいしい朝ごはんの料理展示、試食 ・みんなで食べるとおいしいよ紙芝居 ・食育ゲーム等
中	食品関連事業者等と連携した普及啓発	ヘルスマイト等の関係団体と連携し、スーパーで健康づくりや食育の普及・啓発キャンペーンの開催 ・食事バランスガイド、朝ごはんの大切さの普及啓発 ・骨密度、BCチェッカー等の測定 AED体験 ・食の安全安心 ・中学校の食育の取組パネルの展示 ・タバコの喫煙予防、禁煙対策 ・健康相談 ・がん予防の普及啓発等
南	みなみ健康！野菜で元気	スーパーのイベント時に合わせてイベント「健康ひろば」を開催 ・350gの野菜の展示 ・野菜料理(1皿70g)の展示 ・野菜料理の試食の配布 ・野菜料理集の配布 ・食事相談
港南	”野菜モリモリ こう・なん・くう”	ヘルスマイトと協働して食事バランスガイドに関する普及啓発イベント ・食事バランスチェック ・野菜の摂取量の展示 ・野菜料理の紹介と展示 ・レシピの配布
港南	小学生の食育教室 ～野菜モリモリ元気っ子～	中学生の望ましい食習慣に向けて、小学校高学年親子を対象にした食育教室 ・栄養士講話「野菜モリモリ元気っ子」 ・演習「やってみよう！今日の夕食を選んでみよう」 ・調理実習「野菜ってこんなにおいしいよ！」
保土ヶ谷	食品関連事業者等と連携した普及啓発	ヘルスマイトと連携して、スーパー・商店街等を会場として啓発イベント 野菜料理、レシピ集配布 食事バランスガイドクイズ 食生活相談 野菜350g摂取の推進のためのパネル展示
保土ヶ谷	地域における健康づくりのための食育推進関係者連絡会	学校栄養職員、ヘルスマイト、給食施設・農業・歯科などの関係者、食品関連事業者等からなる連絡会 ・保護者や地域向けのリーフレットの作成やホームページ(連絡会の取組紹介、朝食・野菜をとる工夫等) ・事業協力のための話しあい ・食育推進に役立つ講話及び研修
保土ヶ谷	食習慣改善のための講演会	一般区民のほか小中学校PTA、子育て支援関係者、児童委員などを対象に、食の大切さを意識し、自ら食習慣を改善する行動変容のための講演会
保土ヶ谷	若年層に対する運動習慣の啓発	幼稚園を会場として、幼稚園児の母親を対象に教室を開催 食事について講話 骨密度測定 運動実技

区名	事業名	主な内容
旭	食品関連事業者等と連携した普及啓発	ヘルスメイトと協力し、野菜(特に旭区の地場産野菜)を使った簡単料理のレシピ集を作成し、協力の得られた区内飲食店・商店街(旭区健康づくり協力店)の店頭で配布するとともに、飲食店でのメニュー考案に活用してもらう。
磯子	中学生のお弁当！お助け講座	中学生の養育者のための講座 ・栄養士講話とグループワーク「お弁当から考える栄養バランス」 ・調理実習・試食
金沢	IYコラボ 健康フェア 食育と食の安全	イトーヨーカ堂との協働で啓発イベント ・バランスガイド等パネル展示 ・野菜を使った試食500食 ・レシピの配布 ・BCチェッカー測定等
港北	大型ショッピングモール等と連携した野菜を食べようキャンペーン	区内の大型ショッピングモールで、イベントを開催 ・親子で参加する体験、クイズ、試食、パネル展示、食事相談等のイベント ・乳幼児健診等イベントで配布するレシピ集の作成 ・区内で生産されている野菜の紹介
港北	野菜料理レシピ集の配布	区役所健診フロア待合ロビーに案内ボードを常設し、乳幼児健診時や希望者にレシピ集を配布
緑	緑をたっぷり召し上がれ！ 野菜摂取向上キャンペーン	スーパー等で野菜摂取向上や一日3食多種多様な食品の食べ方の普及・啓発イベント ・食事診断 ・野菜料理の試食 ・食育(パネルシアターなど) ・350gの野菜の展示や食べ方の指導
青葉	青葉野菜で親子クッキング	中学生と保護者のための講座 講話と調理実習「青葉野菜と親子でクッキング・中学生の食育」 青葉野菜啓発講座 ・野菜の種・苗を配布 ・地域の農家の方を講師に迎えて野菜の育て方講座 ・野菜料理コンクール
青葉	青葉区食育関係者連絡会	青葉区食育関係者連絡会、研修会 区内中学生に食事調査
都筑	都筑ヘルスアップフェア	区内のスーパーと連携した健康づくりの普及啓発イベント ・野菜350gの計量体験、食育クイズの実施、パネル展示、野菜料理の展示、リーフレットの配布 ・若年層に対する運動習慣の普及啓発として、買い物中の歩数を歩数計によってチェック、パネル展示、健康機器を用いた健康チェック ・咀嚼力チェックや歯周病セルフチェック ・日頃の食生活や運動習慣についてのアンケート調査
都筑	つづきウォーク&フェスタ	地域振興課で毎年実施している"つづきウォーク&フェスタ"において、保健活動推進員、食生活等改善推進員が健康づくり啓発活動を行う。 ・スタート時での歩数計配布、運動講師によるウォーキング指導、ゴール時のカロリー計算を実施し、ウォーキングの普及啓発を行う。 ・野菜を使った食品の試食をし、野菜の摂取に関する意識を高める。
戸塚	食品関連事業者等と連携した普及啓発	デパート・スーパーで啓発イベント ・パネル展示 ・食事バランスガイドのリーフレットの配布 ・野菜料理の実物展示と試食 ・野菜料理レシピ及びリーフレット配布 ・野菜摂取量計量 ・食事バランスチェックと食事相談
戸塚	市内小学校学校を開く週間にあわせた啓発	区内小学校で実施予定の食育事業や、学校を開く週間行事を利用し、会場(校内)で啓発 ・パネル展示 ・食事バランスガイドのリーフレットの配布 ・野菜料理の実物展示と試食 ・野菜料理レシピ及びリーフレットの配布 ・野菜摂取量計量 ・食事バランスチェックと食事相談 ・体脂肪測定

区名	事業名	主な内容
栄	健康づくり推進事業 (健康づくり出張隊事業)	啓発イベント 「メタボリックシンドローム予防」をテーマに、正しい食生活(食事バランスガイドの活用、朝食の摂取、野菜摂取の増加等)、身体活動・運動習慣、禁煙・分煙の普及啓発を実施 血圧測定、体脂肪測定、スタンブラリー、食生活相談、足指力測定、スモーカーライザー イベントの前に小売店従業員に対する健康教育
泉	食品関連事業者等と連携した普及啓発について	区内のスーパーにおいて啓発イベントを開催 ・食事バランスガイド、あと一皿の野菜を！をテーマにした展示 ・野菜350gの計量ゲーム ・体脂率測定と食生活相談
泉	地域における健康づくりのための食育関係者連絡会	区内で食育に関係する関係団体等との連携を図り、一体的な取り組みを推進できるように連絡会を実施 講演会「地域の食育の問題点と連携の必要性について」 連絡会3回
瀬谷	食品関連事業者等と連携した普及啓発	区民が多く集まるスーパー等でイベント同時開催 ・野菜摂取量当てクイズ(350g相当野菜を選び、その分量を計量) ・食事バランスガイドの啓発 ・食生活改善の啓発 ・野菜摂取量推進啓発パンフレット配付 教室・健診・地域での健康づくり講座などで啓発 ・野菜摂取量推進啓発パンフレット配付

平成22年度の取組について「身体活動・運動の定着」分野

【目標】 取組項目	22年度の取組の方向性 (21年度第2回推進会議確認事項)	22年度の取組内容・スケジュール
<p>【運動習慣を持つ市民を増やす】</p> <p>1 運動のきっかけづくり</p> <p>2 運動の定着</p>	<p>1 運動のきっかけづくり</p> <p>(1) 様々な機会を捉えた啓発・ターゲット絞った事業の実施</p> <p>2 運動の定着</p> <p>(1) ひとりのできる運動の仕組みづくり</p> <p>(2) 身近なものや場所を活用した運動事業の実施</p> <p>(3) 地域の健康づくり活動団体への支援や人材育成</p> <p>(4) 職域での継続的な支援</p>	<p>1 運動のきっかけづくり</p> <p>(1) 様々な機会を捉えた啓発活動・ターゲット絞った事業の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・デパートの既存イベント(エコイベント)の場を活用して、脂肪模型等を使った体験型運動啓発イベントの実施(戸塚区) ・地域子育て支援拠点や幼稚園・小学校等、子育て世代の保護者が集まる場に出向いて行う、若年層を対象とした講座の実施(各区) ・ホームページ「Wellnes Life Style」での運動情報の提供の継続 <p>2 運動の定着</p> <p>(1) ひとりのできる運動の仕組みづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育協会ホームページ「はますぼエクササイズ」で、ひとりのできる具体的な運動方法を写真や動画で紹介。横浜市ホームページでの紹介や各区の運動事業等で活用していく。 <p>(2) 身近なものや場所を活用した運動事業の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園の健康遊具(市内約870基)やスポーツセンター等身近なものや場所を活用した事業の継続(各区) <p>(3) 地域の健康づくり活動団体への支援や人材育成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の健康づくり活動をしている団体同士の交流会の実施(18区) ・ヘルスアップメンバーズクラブ(地域で自主的に健康づくりを推進する住民組織)への研修会実施やメンバーの自主活動にむけての支援(保土ヶ谷区) <p>(4) 職域での継続的な支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導フェアでの運動施設紹介や運動に関するイベント情報の提供(10月)
<p>【日常的に歩く習慣を持つ市民を増やす】</p> <p>3 ウォーキングの実施</p>	<p>3 ウォーキングの実施</p> <p>(1) 各区での教室の実施</p> <p>(2) 手法をこらした事業の実施や人材育成</p>	<p>3 ウォーキングの実施</p> <p>(1) 各区での教室の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキング教室やイベントの実施(各区) <p>(2) 手法をこらした事業の実施や人材育成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキングを地域で広めるサポーターの自主化に向けた、てくてく健康ウォーキングリーダーサポート事業の実施(緑区)

目標1 運動習慣を持つ市民を増やす。成人男性 40.0% 40%以上 成人女性 31.5% 35%以上
 目標2 日常的に歩く習慣を持つ市民を増やす。成人男性 9,407歩 9,500歩以上 成人女性 8,448歩 8,500歩以上

平成22年度各区事業計画 健康横浜21 「身体活動・運動の定着」

区名	事業名	主な内容
鶴見	若年層に対する運動習慣の啓発	子育て支援関係者を対象に運動啓発 ・子育て支援関係者の研修等を利用して運動啓発 ・簡単に取り入れられるような親子遊び等の紹介 子育て世代の区民を対象に運動啓発 ・保健活動推進員と連携し、区内イベント等を利用して運動啓発 ・保健活動推進員による体脂肪測定
神奈川	ウォーキングの普及啓発事業	運動啓発のためのウォーキング講座と啓発 ・生活習慣病予防のため、運動効果・継続についての学習、健康チェックによる改善点の評価 ・ウォーキングの体験 ・地域で実施するための人材育成 ・地域内のウォーキングコースについての情報提供 ・区民祭り等でのウォーキングについての情報提供
西	西区ウォーキングの日	保健活動推進員と協働でウォーキング講習会・運動教室の開催 ・ウォーキングの基礎知識 ・体力測定 ・実際のウォーキング ・運動教室
中	まちnakaエクササイズ	区内運動施設&ウォーキングルート掲載マップの作成 保健活動推進員、食生活等改善推進員、町ぐるみ健康づくり支援事業実施団体、地域ケアプラザ、横浜シティガイド協会、横浜市体育協会との共同プロジェクトにより、区内で運動のできる施設(民間フィットネスクラブ等含む)の情報や、ウォーキングルート、よこはま健康応援団参加店舗の紹介をし広く普及する。 特定保健指導従事者との連絡会 区内特定保健指導実施機関等との連絡会を開催し、特定健診、特定保健指導の現状情報交換、区の事業の周知等を行うとともに、 の周知および活用の依頼を行っていく。今後のまた職域に向けた情報発信のためのパイプ作りを行う。
南	ウォーキングの普及啓発事業	ウォーキングに必要な基礎知識や様々なコースに合った歩き方を学ぶ講習会 毎回歩数計を装着し実施する(歩数・消費カロリー・運動量を確認する) 区内に3kmのウォーキングコースを設定し、実際に歩く ウォーキング前後の脈拍を測定し、各自体調チェックを行うとともに運動強度を確認
港南	ママのげんき教室	地域ケアプラザや地区センターで乳幼児を持つ母親を対象に運動教室
保土ケ谷	若年層に対する運動習慣の啓発	幼稚園を会場として、幼稚園児の母親を対象に教室を開催 食事について講話 骨密度測定 運動実技
保土ケ谷	・身近な場所を活用した運動の推進 ・ウォーキングの普及啓発事業 ・中年期の市民を対象にした運動教室の実施 ・人材の育成支援	研修会 ヘルスマイトと保健活動推進員からなるヘルスアップメンバークラブのメンバーを対象に、地域で運動啓発講座を実施していけるような指導を行う。測定の方法だけではなく測定によって自分の体力を知ることの意味と評価、ウォーキングの必要性なども周知 モデル事業の実施 地区のヘルスマイトや保健活動推進員と連携して地区HMCメンバーが主体的に事業展開できるようにバックアップ。広報などで事業の募集を行い、区内の施設で体力測定や、ウォーキングなを実施
保土ケ谷	運動啓発キャンペーン	保土ケ谷花フェスタ及びスーパーで体力測定を行い、運動の必要性を啓発
旭	若年層に対する運動習慣の啓発	20歳代の子育て中の世代から60歳の壮年期の世代までの運動する機会が比較的少ない人を対象に、教室「若いうちからはじめよう！筋トレ・ストレッチ」を実施。 ・講義 「自分のからだをいたわりながら若い時からさまざまな運動をしよう」 ・筋トレ・ストレッチ実技

区名	事業名	主な内容
磯子	はじめてのスポーツ教室	磯子スポーツセンターと協働して、継続的に運動できる仕組みを作るためにストレッチ、ヨガ、フラダンスなどの講座開催 講座の実施前後にアンケート
金沢	アラ40世代・女性の健康づくり	40歳前後の女性(中学生の保護者)を対象に、生活習慣病予防やプレ更年期を乗り切るための様々な症状との付き合い方や、体調を調整する運動習慣の定着を目指す講座 ・“プレ更年期”の症状と世代に沿った健康管理について女性医師の講演 ・運動の効果と実技
港北	健康ウォーキング (ミズキーと歩こう)	公園健康活用の運動普及におけるリーダー育成 ウォーキングや公園健康活用の運動普及を推進してもらうため、食生活等改善推進員を対象とした運動教室 公園健康活用を取り入れたウォーキングの開催 食生活等改善推進員がリーダーとなり、ウォーキングを開催(港北区役所屋上庭園～徒歩圏内の公園)
緑	てくてく健康ウォークリーダー 養成サポート事業	養成したウォーキングサポーターによる自主事業を支援 ・健康チェック 万歩計貸出 健診計測ソフトによる効果測定 ・既存の緑区お散歩マップ
青葉	ママの健康輪づくり講座	子育て中の女性を対象に、運動をととした健康づくりと仲間づくりを目的とした運動講座 地区センターやスポーツセンター、参加者による運営委員と協働で運営し、参加者がエアロビクスと保育を交互に行う。年1回運営委員セミナーを開催し、運営委員の育成支援も実施。
都筑	都筑ヘルスアップフェア	区内のスーパーと連携した健康づくりの普及啓発イベント ・野菜350gの計量体験、食育クイズの実施、パネル展示、野菜料理の展示、リーフレットの配布 ・若年層に対する運動習慣の普及啓発として、買い物中の歩数を歩数計によってチェック、パネル展示、健康機器を用いた健康チェック ・咀嚼力チェックや歯周病セルフチェック ・日頃の食生活や運動習慣についてのアンケート調査
都筑	つづきウォーク&フェスタ	地域振興課で毎年実施している“つづきウォーク&フェスタ”において、保健活動推進員、食生活等改善推進員が健康づくり啓発活動を行う。 ・スタート時での歩数計配布、運動講師によるウォーキング指導、ゴール時のカロリー計算を実施し、ウォーキングの普及啓発を行う。 ・野菜を使った食品の試食をし、野菜の摂取に関する意識を高める。
都筑	ママと赤ちゃんのための健康講座	子育て中の母親が日常生活の中で無理なく運動を習慣とし、自分と家族の健康づくりに役立てることを目的に、0歳児の母親が赤ちゃんといっしょに参加する講座 ・赤ちゃんと一緒に体操(講話と実技指導) ・交流、健康づくりに関する相談など(グループワーク)
戸塚	若年層に対する運動習慣の啓発	西武デパート等のイベントコーナーを借りて、健康に関するブースを出展する。 ・体脂肪率測定や腹囲測定の実施 ・食事バランスガイドの普及や、メタボ予防(運動啓発)について、パネルや模型の展示 ・スタンブラリー形式で各ブースのクイズに答えてもらい、終了者には景品を渡す。
戸塚	ウォーキングの普及啓発事業	ウォーキング講座 ・足圧測定、血圧測定、健康相談(ウォーキング実施に問題がないか確認) ・講師による、ウォーキングの効果、効果的な歩き方の指導、靴の選び方等の講話 ・食生活等改善推進員によるウォーキング活動報告 ウォーキング実施 戸塚区ウォーキングマップを利用したウォーキング 保健活動推進員や食生活等改善推進員がウォーキングを区民に普及していくためのきっかけづくりをする。 フォロー講座 ・ストレッチ講座 振り返り アンケート

区名	事業名	主な内容
栄	健康づくり推進事業(健康づくり出張隊事業)	啓発イベント 「メタボリックシンドローム予防」をテーマに、正しい食生活(食事バランスガイドの活用、朝食の摂取、野菜摂取の増加等)、身体活動・運動習慣、禁煙・分煙の普及啓発を実施 血圧測定、体脂肪測定、スタンブラリー、食生活相談、足指力測定、スモーカーライザー イベントの前に小売店従業員に対する健康教育
栄	公園で健康づくり事業	区づくり事業「公園で健康づくりサポーター養成事業」で育成したリーダーが地域の公園で活動するための具体的支援
泉	身近な場所を活用した運動の推進事業 ウォーキングの普及啓発事業 人材の育成支援	ウォーキングについての教室を実施(土木事務所と連携し実施する予定) ・安全で効果の出るウォーキング方法についての講話・体験 ・公園にある健康遊具の使い方や、公園を利用した健康づくりについての講話・体験 ・運動習慣が定着したかどうか等、アンケートをとって評価する
瀬谷	身近な場所を活用した運動の推進 ウォーキングの普及啓発事業	地区センターやスーパーなどのイベントの場を活用して、運動について啓発 ・運動能力測定(筋力、柔軟性、敏捷性、脚力・持久力)を実施し、体力年齢を算出 ・運動処方として、ミニ運動講座(ストレッチ・筋力トレーニング)を同時開催 ・地域スポーツ活動団体の紹介 ・瀬谷区で定例的に実施しているウォーキングイベントの紹介 ・骨密度測定や血管老化度測定を実施し、運動習慣への関心高める

平成22年度の取組について「禁煙・分煙の推進」分野

【目標】 取組項目	22年度の取組の方向性 (21年度第2回推進会議確認事項)	22年度の取組内容・スケジュール
<p>【タバコを吸わない市民の増】</p> <p>1 禁煙啓発</p> <p>2 喫煙防止啓発</p> <p>3 効果的な啓発の実施について</p>	<p>1 禁煙啓発 (全体への取組)</p> <p>(1) 世界禁煙デー、禁煙週間における取組について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市庁舎市民広間での禁煙啓発 ・市営地下鉄・自販機の電光掲示板を活用した啓発 ・市内全18区での禁煙啓発に取組む。 ・歯の衛生週間フェスティバルにおける禁煙相談の実施 <p>(2) 身近な場所での禁煙相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬局・薬店での禁煙相談について薬剤師会と検討。 <p>(若い女性への取組)</p> <p>(3) 若い女性向けの禁煙啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬剤師会と時期や方法等検討し女性向け啓発を実施。 <p>(若い世代への取組)</p> <p>(4) 養育者への禁煙・受動喫煙防止啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域赤ちゃん教室等を利用した養育者向け啓発 ・母子健康手帳交付時における禁煙啓発 <p>2 喫煙防止啓発 (大学生への取組)</p> <p>(1) 大学生への喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大学生の意見を取り入れながら、大学構内での喫煙防止啓発を実施。 <p>(高校生への取組)</p> <p>(2) 市立高校への喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市内の全市立高校(10校)での喫煙防止指導の充実。 <p>3 効果的な啓発の実施について (全体への取組)</p> <p>(1) 禁煙サポート事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民の禁煙支援を推進するため、禁煙外来実施医療機関の実態を把握し、併せて本市ホームページに掲載。 <p>(2) 九都県市共同受動喫煙防止対策推進キャンペーン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市内18区のイベントを通じて、九都県市共同キャンペーンを実施。 	<p>1 禁煙啓発</p> <p>(1) 世界禁煙デー、禁煙週間における取組について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市庁舎市民広間での禁煙啓発(5～6月) ・市営地下鉄・自販機の電光掲示板を活用した啓発(5～6月) ・市内全18区での禁煙啓発の実施(5～6月) ・歯の衛生週間での禁煙相談・禁煙啓発(6月) <p>(2) 身近な場所での禁煙相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施に向け薬剤師会との調整(6月) ・市内薬局にて薬剤師による禁煙支援を実施する(10月) <p>(3) 若い女性向けの禁煙啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙啓発グッズを作成し、薬局・薬店等での配布(予定) <p>(4) 養育者への禁煙・受動喫煙防止啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ターゲットに合わせたリーフレットの配布(通年) <p>2 喫煙防止啓発</p> <p>(1) 大学生への喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大学事務局担当者への喫煙防止啓発リーフレットに関するアンケートの実施(6月) ・喫煙防止啓発に向け大学との調整(9月) ・大学構内での啓発媒体の掲示(10月) <p>(2) 市立高校への喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市立高校の保健体育教諭が情報交換を行っている、保健学習研究部会にて喫煙防止指導等の提案(6月) ・保健体育教諭の研究会にて喫煙防止講習会の実施(8月) ・市立高校における喫煙防止指導の実施(9月～) <p>3 効果的な啓発の実施について</p> <p>(1) 禁煙サポート事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙外来実施医療機関の把握(9月) ・タバコ増税に併せて本市HP禁煙サポートの更新(10月) <p>(2) 九都県市共同受動喫煙防止対策推進キャンペーン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・九都県市共同記者発表(8月末) ・九都県市共同キャンペーンの実施(9月～11月)
<p>【受動喫煙を受けない環境の整備】</p> <p>1 飲食店等での受動喫煙防止対策</p>	<p>1 飲食店等での受動喫煙防止対策 (飲食店事業者への取組)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品衛生協会と連携し、小規模飲食店を重点的に「よこはま健康応援団」の終日禁煙店の増加に取り組む。 	<p>1 飲食店等での受動喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各区を通じて飲食店事業者向けリーフレットの配布(6月) ・食品衛生協会と連携し、「飲食店における受動喫煙防止対策アンケート調査」の実施(12月以降)

目標1 喫煙習慣を見直す市民を増やす(タバコを吸わない市民の増 81% 85%以上)
 目標2 受動喫煙を受けない環境の整備(多くの市民が利用する場の完全分煙・禁煙の実施率の増 43.5% 50%以上)

禁煙支援薬局事業について

1 趣旨

禁煙を希望する市民が、より身近な場で禁煙の相談ができるよう、横浜市薬剤師会が、薬剤師会に加盟する薬局での禁煙相談を開始します。

2 事業内容

目的	成人の喫煙率の低下	
実施場所	禁煙支援薬局として禁煙相談を実施する薬局 (18区平均5薬局以上・市全体で90薬局以上を目指す)	
実施時期	平成22年10月(予定)	
対象者	禁煙したい喫煙者で、薬局での禁煙相談を希望する市民	
禁煙支援薬局の定義	<ul style="list-style-type: none"> ・ 禁煙したいがやり方が分からない人に対し、その人に合った禁煙方法を提案できる ・ ニコチンパッチやガム等の禁煙補助剤の正しい使用方法の説明ができる ・ 必要時、医療機関の禁煙外来を紹介できる 	
役割	横浜市薬剤師会	行政の協力
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 薬剤師に対し、薬局における禁煙支援の重要性の啓発 ・ 禁煙相談を希望する薬局の募集及び選定(区単位で決定) ・ 禁煙支援薬局希望薬局に対し、必要な知識・相談技術の普及(研修会、情報提供等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 禁煙支援薬局の市民への周知(横浜市HP「禁煙サポート」でのPRや広報等での周知) ・ 禁煙支援薬局ステッカーを新たに作成 ・ 薬剤師向け研修会の協働実施 ・ 禁煙支援薬局に向けた定期的な禁煙情報の提供の検討 ・ 禁煙支援教材(DVD等)作成の検討

3 その他

実施状況については、薬局へのアンケートや、相談件数などの調査を行って評価していきます。

平成21年度 「禁煙サポート」 ホームページアクセス状況



「禁煙サポート」 ホームページで得られる情報

禁煙サポートでは、次のような情報を提供しています。



トピックス一覧

本市のたばこ対策について最新のトピックスを紹介しています。

ニコチン依存度判定

ご自身でニコチン依存度チェックができます。

たばこはやめられる

ニコチン代替療法や禁煙補助剤に関する情報を紹介しています。

禁煙のメリット

たばこをやめたときに体に起こる変化を知ることが出来ます。

たばこの影響

喫煙による健康への悪影響や受動喫煙について知ることができます。

医療機関検索

市内で禁煙治療を実施している医療機関を検索できます。

横浜市が推進する禁煙支援

横浜市が行っている禁煙相談などについての情報を紹介しています。

禁煙サポートリンク

タバコに関するホームページのリンク集です。

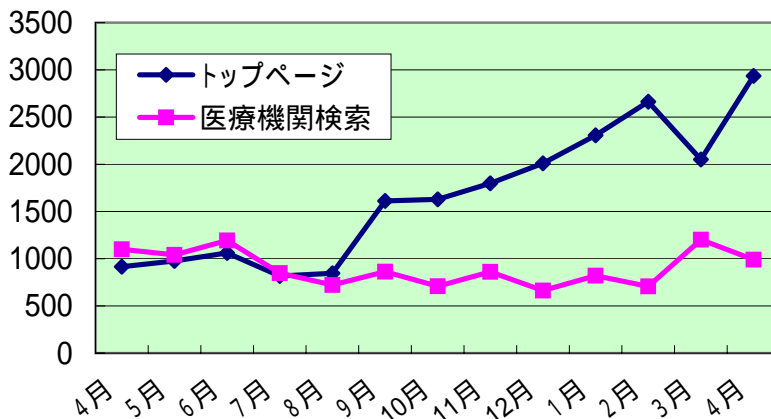


「禁煙サポート」各項目別アクセス数

(平成21年4月～平成22年4月)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月
トップページ	915	977	1061	817	846	1612	1629	1798	2011	2306	2662	2051	2935
医療機関検索	1100	1041	1193	848	722	862	709	861	663	820	707	1202	989
ニコチン依存度判定法	223	261	298	203	195	194	211	249	173	219	175	290	258
たばこの影響	506	571	796	685	622	504	618	708	519	578	490	489	506
禁煙サポートリンク	179	248	245	145	177	512	483	471	349	620	409	322	978
禁煙のメリット	227	234	266	235	194	185	203	225	186	244	161	202	205
横浜市が推進する禁煙支援	257	263	303	190	201	183	195	198	158	160	172	271	244
トピックス一覧	101	113	96	68	85	77	93	68	65	75	90	167	176
たばこはやめられる	303	370	427	292	341	352	468	438	330	355	282	351	341

アクセス数推移



平成22年度各区事業計画 健康横浜21 「禁煙・分煙の推進」

区名	事業名	主な内容
鶴見	子育て世代への受動喫煙防止啓発および禁煙啓発	子育て支援拠点、乳幼児の親子の居場所、両親教室等の参加者を対象に、受動喫煙防止・禁煙の啓発 区内の商店街・スーパーなどと連携して健康コーナーを設け、パネル展示、リーフレット配布、スモーカーライザー測定等を実施
神奈川	事業者へ向けた受動喫煙防止啓発	食品衛生協会の講習会等で、タバコを溶かした溶液を使った貝割れ大根の発芽実験やリーフレットを使って説明をする。
西	未成年者の喫煙防止	小学校において、授業時間を利用して高学年児童を対象に教室開催
中	母親向け禁煙啓発	母子手帳交付時に、全区共通「ママ向けリーフレット」を配布(1,400部予定)
中	中区おいしい空気宣言	リーフレット「禁煙へのみちしるべ」を、区内イベントや、医療機関・薬局・企業等で5,000部配布
南	未成年者の喫煙防止啓発	小・中学校にて喫煙防止教室と教材貸出 【小学校】・タバコについてのスライド、実験、DVDの教材を用いた授業 ・タバコに誘われたときの断り方(ロールプレイ) 【中学校】・タバコに誘われたときの断り方と身近にある危険の回避方法(ブレンストーミング、ロールプレイ)
港南	妊婦への禁煙・受動喫煙防止啓発事業	妊婦を対象として、 タバコの害についての講話「たばこの害と受動喫煙防止について」 禁煙相談
港南	イベントでの禁煙啓発事業	区役所及びスーパー等で啓発イベント ・パネル展示、クイズ ・ミズの実験 ・カイワレの生育実験 ・タールサンプルの展示 ・パンフレットの配布 ・やにけんの配布
保土ヶ谷	受動喫煙防止キャンペーン	保健活動推進員と協働で、区内ケアプラザのイベントで啓発活動 ・クイズ、スタンプラリー、ミズの実験
保土ヶ谷	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	区役所・保土ヶ谷区内養育ネット会場で受動喫煙防止・禁煙のチラシ配布
旭	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	母子健康手帳交付時に、妊婦に禁煙相談をお知らせするチラシを配布 必要に応じて禁煙相談(スモーカーライザーによる測定を含む)
磯子	喫煙防止教室 (未成年の喫煙防止啓発)	区内小学校で4～6年生を対象に喫煙防止教室 ・外部講師による実験 ・地域の方(保健活動推進員)とのロールプレイ ・タバコアンケートを実施(事前・事後)
金沢	未成年者の喫煙防止啓発	小学校で喫煙防止教室 ・医師の講話 ・タバコの煙の実験 ・禁煙サポーターズの禁煙体験談とメッセージ ・タバコを誘われたときの断り方(ロールプレイング) ・ヤニケンの実験と保護者への啓発
港北	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	両親教室3回目(父親の参加を促している回)でタバコの害・受動喫煙について10分程度の講和と(資料配布 母子手帳交付時にチラシ(できればリーフレット)を配布
港北	港北禁煙応援団	保健活動推進員の地区代表に禁煙応援団になってもらい啓発活動 ・区内の新規開設飲食店に禁煙調査、健康応援団登録を推奨 ・区民まつりで啓発 ・区内の学校で啓発活動
緑	未成年者の喫煙防止啓発	小学校(6年生)と中学校で喫煙防止教室 【小学校】視聴覚教材やロールプレイを用いた喫煙防止教育 【中学生】パワーポイント教材による喫煙防止及び禁煙教育

区名	事業名	主な内容
緑	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	妊婦及び子育て中の保護者に啓発 ・母子手帳交付時の面接において禁煙勸奨チラシを全員に配布 ・母親教室実施時に禁煙勸奨チラシを全員に配布 ・子育てイベントにおいて禁煙勸奨チラシ配布 ・子育てグループへの健康教育 ・若年者健診の問診時、個別に健康教育
緑	事業主に向けた受動喫煙防止啓発	食品衛生講習会において「健康みどり三ツ星ガイド」の配布により禁煙店への登録呼びかけ
青葉	未成年者の喫煙防止啓発	小学校を対象とした喫煙予防教室 平成15年度から継続実施中。未実施校で実施し、その学校が今後、自主展開できるよう支援する。 大学生への喫煙予防、禁煙啓発 大学の新生オリエンテーションの時間に講座を実施し、喫煙予防・禁煙啓発・禁煙環境推進の知識を普及
青葉	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	両親教室：保健師による、受動喫煙や喫煙の害の講話 母親教室：保健師による、受動喫煙や喫煙の害、再喫煙防止に関する講話 母子健康手帳交付時：受動喫煙防止チラシ配布、区禁煙相談の案内チラシ配布 乳幼児健診：喫煙中の親に受動喫煙や喫煙の害の説明と区禁煙相談の案内チラシの配布
都筑	たばこの害の啓発	・母子手帳交付時に「つづきのたばこのはなし」パンフレットの配布、乳幼児健診でのアンケート実施 ・区内の生活習慣病予防啓発を目的とした健康チェックのイベント等で、タバコの害に関するパンフレットの配布やマイクロCOモニターで呼気CO測定
戸塚	未成年者の喫煙防止啓発	区内の大学(明治学院大学、横浜薬科大学)を会場に、学生・区民に啓発 明学とつか祭りにおける世界禁煙デーのキャンペーン、パネル展示、呼気中CO濃度測定、肺活量測定、禁煙相談 明治学院大学で受動喫煙防止講演会 浜葉祭における世界禁煙デーのキャンペーン、パネル展示、呼気中CO濃度測定、肺活量測定、禁煙相談 横浜薬科大学で禁煙講演会 大学敷地内での禁煙環境整備について大学と検討 区内禁煙対策について、区内大学の学生や職員、地域住民等によるシンポジウム
戸塚	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	母親教室及び両親教室での啓発 タバコの害についての講話 リーフレットの配布 福祉保健センターにおける禁煙支援実施の紹介
栄	健康づくり推進事業(健康づくり出張隊事業)	啓発イベント 「メタボリックシンドローム予防」をテーマに、正しい食生活(食事バランスガイドの活用、朝食の摂取、野菜摂取の増加等)、身体活動・運動習慣、禁煙・分煙の普及啓発を実施 血圧測定、体脂肪測定、スタンブラリー、食生活相談、足指力測定、スモーカーライザー イベントの前に小売店従業員に対する健康教育
栄	子育て世代への受動喫煙防止啓発及び禁煙啓発	両親教室の参加者を対象にした教室 ・受動喫煙の害について講和、チラシ配布 ・希望者にCO濃度測定と個別相談
栄	禁煙について普及・啓発推進事業	スーパー(3店舗)で啓発イベント ・希望者に対してCO濃度測定 ・個別相談 栄公会堂で実施する福祉フェスタで啓発イベント ・タバコの害についてチラシ配布 ・希望者にCO濃度測定と個別相談

区名	事業名	主な内容
泉	未成年の喫煙防止啓発	区内の小学校教員及び養護教諭に対し、効果的な禁煙教育の実施方法について学んでいただくために、医師による研修会を開催 保健活動推進員、民生委員、青少年指導員、体育指導員など、青少年と関わる地域の方を対象に、喫煙や受動喫煙の害等について医師による講演会
瀬谷	未成年者の喫煙防止啓発	小学校で防煙教室 ・かいわれ大根の発芽展示 ・みみずの実験 ・「アニーのたばこの害授業セット」による防煙説明 受動喫煙防止推進 ・小学校で3年生を対象に「タバコの害」を説明したクリアファイルを配付し、家庭での受動喫煙防止を推進 ・各種イベントで受動喫煙防止推進グッズやチラシにより啓発 禁煙週間の取り組み(世界禁煙デーの取り組み) ・小・中学校長会へ学校からのお知らせに「禁煙」コラムの掲載を依頼 ・禁煙週間に区庁舎内に啓発ステッカーを掲示 ・受動喫煙防止ポスターを区内医療機関・薬局・町内会掲示板に掲示
全区	世界禁煙デーに合わせた取組	5月31日の世界禁煙デーに合わせて、イベントや広報などによる禁煙啓発
全区	禁煙相談	禁煙を希望する区民への個別禁煙相談

平成22年度の取組について「地域・職域連携推進」分野

【目標】 取組項目	22年度の取組の方向性 (21年度第2回推進会議確認事項)	22年度の取組内容・スケジュール
<p>【地域・職域連携による事業の推進】</p> <p>1 事業主に向けた健康づくり啓発</p> <p>2 職域で実施するイベントへ出前健康づくりフェアや出前健康相談の実施</p> <p>3 地域保健と職域保健との情報共有</p>	<p>1 事業主に向けた健康づくり啓発 ・様々な機会を捉えた啓発等</p> <p>2 職域で実施するイベントへ出前健康づくりフェアや出前健康相談の実施 (1) 職域への出前事業の実施 ・提供機会や場の拡大 ・対象に合わせた内容の充実</p> <p>(2) 職域への健康情報の提供 ・職域の場や身近な場等様々な機会を捉えた健康情報の提供</p> <p>3 地域保健と職域保健との情報共有 ・実務者レベルでの情報共有</p> <p>4 相談機会の拡充 ・介護事業者等への働きかけ</p>	<p>1 事業主に向けた健康づくり啓発 ・食品衛生協会・生活衛生協会等対象の健康教育講座実施(西区・秋～2月)</p> <p>2 職域で実施するイベントへ出前健康づくりフェアや出前健康相談の実施 (1) 職域への出前事業の実施 ・健康保険組合連合会「かながわ特定保健指導フェア」への参加(10月) ・全国健康保険協会「女性のための健康支援セミナー」への参加(秋以降) ・事業所給食施設での健康づくり普及啓発実施(鶴見区・時期未定) ・地域事業所(雪印乳業緑工場)での健康チェック実施(緑区・時期未定) ・JA横浜女性部対象の健康づくり講座を実施(瀬谷区・4月)</p> <p>(2) 職域への健康情報の提供 ・「労働衛生週間横浜南地区推進大会」での健康情報提供(9月) ・食品衛生協会等の会員店舗・商店街での健康情報提供(西区・時期未定)</p> <p>3 地域保健と職域保健との情報共有 ・全国健康保険協会所属の保健師と地域保健師の情報交換会(9月以降) ・労務安全衛生協会支部エリア別の情報交換会実施検討(時期未定) ・区内職域関連機関(地域産業保健センター、金沢産業振興センター等)との連絡会(金沢区・時期未定)</p> <p>4 相談機会の拡充 ・新規相談事業所への柔軟な対応</p>
<p>【職域分野への情報発信】</p> <p>1 ホームページを活用した情報発信</p> <p>2 地域や行政で実施している事業の情報提供</p>	<p>1 ホームページを活用した情報発信 ・対象に合わせた内容の充実やPR</p> <p>2 地域や行政で実施している事業の情報提供 ・各団体の場や広報媒体等新たな発信経路の開拓</p>	<p>1 ホームページを活用した情報発信 ・各分野のページの内容検討・情報更新(随時)</p> <p>2 地域や行政で実施している事業の情報提供 ・職域で実施するイベント等の機会をとらえ行政・地域の情報を提供(随時) ・各団体の場や広報媒体等新たな発信経路の開拓(随時)</p>

女性のための健康支援セミナー・県内6会場イベント（イメージ）

主催：全国健康保険協会神奈川支部

神奈川県内地区		横浜南部地区 (横須賀地区含む)	横浜北部地区	川崎地区	相模原地区	湘南地区	県央地区	
開催日		9月25日 土曜日 9月26日 日曜日	11月27日 土曜日 13時30分～16時	12月5日 日曜日 13時30分～16時	23年5月予定	10月3日 日曜日 9時30分～16時	11月7日 日曜日 10時00分～16時	
会場(候補地)		ピンクリボンかながわ マリンタワー 象の鼻周辺	ららぽーと横浜 横浜市、保険者協議会 ピンクリボンかながわ	新百合 トゥエンティワン 川崎市 ピンクリボンかながわ	相模女子大学 相模原市、 ピンクリボンかながわ	ふじさわ健康メッセ (藤沢市保健所・藤沢市民会館) 藤沢市 ピンクリボンかながわ	しあわせライフフェスティバル (厚木市保健福祉センター) 厚木市 ピンクリボンかながわ	
イベント内容	「聴く」、「見る」、「体験する」、「不安を無くす」が体感できます。						開催時間	
	講演	「乳がんの早期発見の大切さ」			コスモス女性クリニック院長 かまくら乳がん甲状腺センター長	野末 悦子先生 土井 卓子先生	13時30分～14時30分	
		「子宮頸がんは予防できる」			社会保険相模野病院婦人科腫瘍センター長	上坊 敏子先生		
	上映	「余命1か月の花嫁(ダイジェスト版)」 「しっかり健診！子宮頸がんは怖くない」			30分 15分	14時30分～15時		
	体験	乳房模型の触診	乳房自己触診	計測	血管年齢	肺活量	開催時間帯 終日	
					体脂肪	骨密度		
展示	マンモグラフィー車の 見学 <small>都合がつく場合のみ</small>	パネル展示	ピンクリボンブース	図書・パンフレット展示 (特定健診・特定保健指導・がん 検診等)			開催時間帯 終日	
相談	保健師による 生活習慣に関する健康相談 (食事改善指導・運動習慣)						開催時間帯 終日	
共催	横浜市・藤沢市・相模原市・川崎市・厚木市・ピンクリボンかながわ(財団法人神奈川県予防医学協会)							
後援	神奈川県保健福祉局保健医療課健康増進課							
協力	NPO法人乳房健康研究会・(株)横浜ベイスターズ・健康保険組合連合会神奈川連合会・保険者協議会(神奈川県国民健康保険連合会) ・協会けんぽ生活習慣病予防健診契約医療機関・神奈川県社会保険協会・厚木保健福祉事務所							

平成22年度各区事業計画 健康横浜21 「地域・職域連携推進」

区名	事業名	主な内容
鶴見	事業所給食施設での健康づくり普及啓発支援	特定給食施設で従業員を対象にパネル展示、リーフレットやグッズ配布
西	働きざかり世代への健康づくりアプローチ	業態者組合会員を対象に、生活習慣病やうつ病などについて職員による健康教育講座を3回実施 業態者組合会員の店舗および地域の商店街に がん検診受診勧奨や生活習慣病などの啓発のためのリーフレットを作成し、配布または店舗に設置を依頼
金沢	金沢区内の職域における関連機関との連絡会	横浜南産業保健センターとの連携を深め健康支援を推進していくため、関係機関との連絡会を開催 ・連絡会の開催(情報交換等) ・関係機関のパンフレット等を使用した周知 ・健康支援に関する企画等
緑	地域に向けた健康づくり啓発	民間企業工場で従業員を対象に啓発活動 ・保健活動推進員による血圧測定、体脂肪測定、末梢血管循環、呼気CO濃度測定など ・骨密度測定 ・がん健診の受診勧奨(乳がん触診体験等)
瀬谷	職域に向けた健康づくり啓発	JIAとの連携により自治会館で野菜生産者に啓発講座 ・メタボリックシンドローム説明 ・食事バランスガイドの説明 ・講話「口から始める健康づくり」 ・お口の健康チェック(唾液緩衝能検査、口臭チェック) ・健口ブラッシング ・たばこの話