

第4 健康づくり事業

1 健康おかざき21計画進捗管理

平成26年度から令和4年度までを計画期間とする健康おかざき21計画（第2次）を推進するために、健康おかざき21計画推進協議会及び健康おかざき21計画推進協議会作業部会を開催している。

(1) 健康おかざき21計画推進協議会

開催日程	内容
3月 書面開催	・令和4年度の取組（案）について ・健康おかざき21計画（第2次）計画期間の変更について

(2) 健康おかざき21計画推進協議会作業部会

実施なし

2 ウォーキングアプリ「OKAZAKI♥まめぼ」

健康無関心層が健康づくりに興味を持つためのツールとして、令和2年3月にウォーキングアプリ「OKAZAKI♥まめぼ」を開発した。歩数や検診・健診の受診等に応じてポイントがたまり、たまったポイントはおかざき健康マイレージ事業で実施する景品抽選等で、インセンティブの獲得等に使用できる。

(1) 利用者数

ア 年齢階層別ダウンロード者数 (単位：人)

	男	女	不明	計
20歳未満	75	103	21	199
20歳代	288	474	48	810
30歳代	380	490	32	902
40歳代	591	770	48	1,409
50歳代	660	884	61	1,605
60歳代	571	586	15	1,172
70歳以上	355	255	17	627
不明	70	149	951	1,170
計	2,990	3,711	1,193	7,894

イ アクティブユーザー数

アクティブユーザー数とは、前月末に歩数の履歴があるものの人数である。ダウンロード数には、アンインストールした人やインストールしたもののほとんどログインしていない人も含まれるため、実際のアプリの稼働数としてアクティブユーザー数を示している。

(単位：人)

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
人数	3,198	3,457	3,490	3,173	3,159	3,198	3,296	3,372	3,264	2,916	2,936	3,081

(2) 啓発内容

アプリのお知らせ機能及びアンケート機能を使用し、健康情報やアンケートの配信により、啓発を実施した。

月	内容
4月	・歩く効果に関する啓発 ・熱中症に関するアンケート
5月	・たばこに関する啓発 ・熱中症に関するアンケート集計結果及び啓発
6月	・歯と口の健康に関する啓発 ・新型コロナウイルスワクチン接種についてお知らせ ・コロナ禍での熱中症予防に関する啓発及びアンケート
7月	・熱中症警戒アラートに関する啓発
9月	・身体活動に関するアンケート
10月	・がん検診受診勧奨 ・身体活動に関するアンケート集計結果報告及び啓発
12月	・糖尿病に関する啓発 ・適正飲酒に関する啓発

3 おかざき健康マイレージ事業

愛知県の「あいち健康マイレージ事業」との協働事業として、健康づくり実施者にインセンティブを提供する、おかざき健康マイレージ事業を実施している。一般向けとして、ウォーキングアプリ「OKAZAKI♥まめぼ」を活用した取組又は「おかざき健康まめ日記」を、子ども向けとして「おかざき健康子まめチャレンジ」を実施した。

(1) 事業の概要

ア 一般

	OKAZAKI♥まめぼを活用した取組	おかざき健康まめ日記
対象者	15歳以上(令和3年4月1日時点)の岡崎市内在住、在勤及び在学者のうちおかざき健康まめ日記に参加しない者	15歳以上(令和3年4月1日時点)の岡崎市内在住、在勤及び在学者のうちOKAZAKI♥まめぼをインストールしていない者
実施期間	令和3年4月1日～令和4年3月31日	令和3年5月1日～令和4年2月28日
MyCaの交付条件	目標歩数達成ポイントを50ポイントため、アプリ上で利用登録すること	必要条件をクリアしたお試し版のシートを提出すること
景品抽選の応募条件	たまったポイントを使い、応募期間内に希望する景品に応募すること	必須条件をクリアした冊子版のシートを提出すること
周知方法	・がん検診案内にアプリの紹介を掲載 ・報道記者発表 ・公所にパンフレットを設置 ・イオンモール岡崎にパンフレットを設置 ・市ホームページで事業紹介 ・その他各種保健事業実施時に事業紹介	・市政だより4月1日号に掲載 ・報道記者発表 ・公所にパンフレットを設置 ・イオンモール岡崎にパンフレットを設置 ・市ホームページで事業紹介 ・その他各種保健事業実施時に事業紹介

イ 子ども向け

	おかざき健康子まめチャレンジ
対象者	満5歳以上15歳未満（令和3年4月1日時点）の市内在住、在学及び在園者
実施期間	令和3年9月1日～令和4年2月28日
MyCaの交付条件	50ポイント以上獲得したチャレンジシートを提出すること
参加賞進呈条件	50ポイント以上獲得したチャレンジシートを提出すること（月1回まで）
景品抽選応募条件	子まめチャレンジに参加した子どもの保護者がOKAZAKI♥まめぼをダウンロードしていること
周知方法	・報道記者発表 ・公所にパンフレットを設置 ・イオンモール岡崎にパンフレットを設置 ・市ホームページで事業紹介 ・市内幼稚園・保育園（年長児のみ）及び市内小中学校にまめ吉通信特別号として配付 ・就学児健診及び入学説明会における健康教育 ・その他各種保健事業実施時に事業紹介

(2) MyCa交付数

ア 年次推移

（単位：枚）

	R 1 年度	R 2 年度	R 3 年度
男	432	479	304
女	863	606	434
不明	—	3	4
計	1,295	1,088	742

イ 年齢階層別交付枚数

（単位：枚・％）

	男	女	不明	計	割合
子ども	116	144	—	260	35.1
20歳未満	—	4	—	4	0.5
20 歳 代	12	24	—	36	4.9
30 歳 代	22	37	2	61	8.2
40 歳 代	42	71	—	113	15.2
50 歳 代	45	83	2	130	17.5
60 歳 代	38	52	—	90	12.1
70歳以上	29	19	—	48	6.5
不明	—	—	—	—	—
計	304	434	4	742	100.0

(3) OKAZAKI♥まめぼ

景品抽選参加者数

	景品数 （単位：個）	応募口数 （単位：口）	参加者数 （単位：人）
第1回	245	3,382	891
第2回	300	5,192	1,119
特別抽選会	114	3,006	960

(4) おかざき健康まめ日記

ア お試し版参加者数

(単位：人・%)

	男	女	計	割合
20歳未満	—	—	—	—
20 歳 代	—	—	—	—
30 歳 代	2	3	5	13.2
40 歳 代	1	3	4	10.5
50 歳 代	1	6	7	18.4
60 歳 代	3	5	8	21.1
70歳以上	7	7	14	36.8
不明	—	—	—	—
計	14	24	38	100.0

イ 景品抽選参加者数（冊子版提出者数）

(単位：人・%)

	男	女	計	割合
20歳未満	—	—	—	—
20 歳 代	—	—	—	—
30 歳 代	—	2	2	8.3
40 歳 代	—	1	1	4.2
50 歳 代	—	5	5	20.8
60 歳 代	3	4	7	29.2
70歳以上	3	6	9	37.5
不明	—	—	—	—
計	6	18	24	100.0

(5) おかざき健康子まめチャレンジ

ア 参加者数

(単位：人)

	男	女	計
実人数	116	144	260
延人数	362	455	817

イ ダブルチャンス参加者数 (単位：人)

男	女	計
55	50	105

(6) おかざき健康マイレージ実行委員会

おかざき健康マイレージ事業を企業・団体等との連携により実施する目的で設立された、おかざき健康マイレージ実行委員会の事務局を健康増進課に設置している。また、実行委員会の活動に賛同する企業・団体等から構成されるおかざき健康づくり応援隊を組織している。

ア 委員構成

健康おかざき21計画推進協議会委員から選出された者、岡崎商工会議所、岡崎市六ツ美商工会、岡崎市ぬかた商工会、岡崎市の11名

イ 委員会開催状況

内容	
令和3年4月14日（水） 15時30分から16時30分まで	・実行委員会規約の改正について ・実行委員会役員の選出について ・令和2年度の収支決算について ・令和2年度おかざき健康マイレージ事業報告 ・令和3年度事業計画（案）について

ウ おかざき健康づくり応援隊

（単位：件）

		団体	企業	計
会員数		14	36	50
活動内容	MyCa協力店登録	—	17	17
	賞品・協賛金の支援	10	17	27
	広報・啓発活動	9	25	34
	健康マイレージの団体参加	4	4	8

3 健康づくりサポート施設登録推進事業

市が提供する健康づくり情報の提供、健康気配りメニューの提供を通して、市民の健康づくりを支援する施設の登録を推進している。また、登録施設を市民が有効活用できるよう、ホームページに制度の周知や登録施設掲載を行っている。

平成30年7月25日に公布された健康増進法の一部を改正する法律に基づき、令和2年3月31日に受動喫煙0（ゼロ）推進の登録を廃止した。

(1) 登録メニュー一覧

1	健康づくり情報提供	
2	健康気配りメニュー提供	ベジファースト
		野菜たっぷりメニュー
		栄養成分表示
		バランス良好メニュー
		塩分ひかえめメニュー

(2) 登録状況

（単位：件）

		R 1 年度	R 2 年度	R 3 年度
登録施設数		368	365(3)	360(4)
内訳 (重複あり)	健康づくり情報提供	349	346(3)	340(2)
	健康気配りメニュー提供施設	52	52(1)	54(4)
登録解除（閉店等）		181	6	9

※（ ）内は新規登録件数

詳細登録

（単位：件）

健康気配りメニュー提供施設 (重複あり)	ベジファースト	8
	野菜たっぷりメニュー	37
	栄養成分表示	31
	バランス良好メニュー	2
	塩分控えめメニュー	1

4 受動喫煙防止対策

(1) 喫煙可能室設置届出

健康増進法施行規則等の一部を改正する省令附則第2条第6項の規定により、既存特定飲食提供施設からの届出を受理している。

ア 届出数 (単位：件)

	R 1 年度	R 2 年度	R 3 年度
新規	298	113	2
変更	—	—	—
廃止	9	4	3

イ 喫煙可能室設置施設数 (年度末時点)

397施設

(2) 違反施設への対応

健康増進法の一部を改正する法律（平成30年法律第78号）の規定により、法令違反が疑われる施設に関する情報が寄せられた場合、管理権限者等に連絡を行い、必要に応じて指導・助言を行う。

ア 通報等受付件数 (単位：件)

	R 2 年度	R 3 年度
受付件数	21	8

イ 違反内容別件数 (延) (単位：件)

違反内容	R 2 年度	R 3 年度
喫煙禁止場所における喫煙	5	1
喫煙器具、設備等の設置	5	2
紛らわしい標識の掲示、標識の汚損等	7	—
20歳未満の者を喫煙室に立ち入らせる	7	1
その他	1	4
計	25	8

5 衛生教育

生活習慣病の発症予防や重症化予防、ライフステージに合わせた健康づくりを市民が主体的に行えるよう、正しい知識の普及を目的とした衛生教育を実施している。

(単位：回・人)

		R 1 年度		R 2 年度		R 3 年度	
		回数	人数	回数	人数	回数	人数
成人・老人		—	—	—	—	12	157
栄養		30	625	12	358	11	253
健康増進		156	9,676	29	1,558	16	1,389
歯科（歯周疾患以外）		26	2,163	12	267	7	145
その他		1	30	—	—	—	—
計		213	12,494	53	2,183	46	1,944
再掲	地区組織活動	5	305	9	85	1	68
	健康危機管理	3	111	—	—	—	—

(1) 出前講座

地域や学校等に出前講座を実施している。

(単位：回・人)

区分	回数	再掲			人数	再掲		
		小学校	中学校	高等学校 大学等		小学校	中学校	高等学校 大学等
たばこについて知ろう	1	—	1	—	182	—	182	—
早寝・早起き・朝ごはん～子ども向き～	5	4	1	—	806	268	538	—
子どもたちに知ってほしい生活習慣病予防	1	1	—	—	151	151	—	—
子どもたちに知ってほしいがん予防	—	—	—	—	—	—	—	—
健康づくりと栄養・食生活	4	—	—	—	102	—	—	—
歯と口の健康	7	—	—	—	145	—	—	—
その他 健康増進	1	—	—	—	78	—	—	—

(2) まめ吉健幸塾（必須提案教室）

岡崎げんき館 P F I 事業の一環として委託による健康づくり教室を実施している。

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和元年度の第4期、令和2年度の第1期及び第3期、令和3年度の第1期の一部が中止となった。

また、新型コロナウイルスの影響により令和2年度第2期から各教室の定員を減らした。

ア 実施状況

(単位：回・人)

	R 1 年度			R 2 年度			R 3 年度		
	回数	実人数	延べ人数	回数	実人数	延べ人数	回数	実人数	延べ人数
らくらくアクア	36	158	1,129	28	80	622	40	121	987
シェイプ&ボディメイク教室	44	120	1,034	33	64	607	48	103	1,056
シニアリフレッシュ講座	44	80	739	33	53	500	48	78	749
ノルディックウォーキング	44	48	346	33	21	189	48	47	437
ベビママハッピーYOGA	44	241	759	33	82	244	46	172	573

イ 期別内訳

シェイプ&ボディメイク教室の第3回と第12回は保健所保健師が生活習慣病に関するミニ講話を行っている。
(単位:回・人)

教室名・実施日・定員	実施期間	回数	実人数	延べ人数
らくらくアクア 月曜日 13:00～14:00	1期 4月～6月	10	31	263
	2期 7月～9月	10	30	246
	3期 10月～12月	10	30	265
	4期 1月～3月	10	30	213
シェイプ&ボディメイク教室 木曜日 13:00～14:00	1期 4月～6月	12	25	268
	2期 7月～9月	12	26	252
	3期 10月～12月	12	26	263
	4期 1月～3月	12	26	273
シニアリフレッシュ講座 金曜日 13:00～14:00	1期 4月～6月	12	18	188
	2期 7月～9月	12	20	184
	3期 10月～12月	12	20	198
	4期 1月～3月	12	20	179
ノルディックウォーキング 金曜日 13:00～14:30	1期 4月～6月	12	9	87
	2期 7月～9月	12	8	72
	3期 10月～12月	12	15	145
	4期 1月～3月	12	15	133
ベビママハッピーYOGA 土曜日 10:00～11:00	4月～3月 (月4回)	46	172	573

(3) クアオルト健康ウォーキング

ア 目的

太陽生命クアオルト®健康ウォーキングアワード2019で受賞し、その副賞として令和2年3月に市内2か所に専用コース(クアの道)「岡崎城跡周遊コース」、「下山いやしの里山コース」が整備され、専門ガイド(実践指導者)が4名養成された。「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目標に健康づくりの一環として令和3年度からウォーキング教室を実施している。

イ 対象

成人(野山を自力で歩くことができる人)

ウ 従事者

実践指導者、職員

エ 実施状況

(単位:回数・人)

コース名	実施回数	人数
岡崎城跡周遊コース	6	48
下山いやしの里山コース	5	31

6 普及啓発活動

(1) パネル展

新型コロナウイルス感染症の影響により実施せず。

(2) イベント

新型コロナウイルス感染症の影響により実施せず。

(3) キャンペーン

新型コロナウイルス感染症の影響により実施せず。

(4) イオンモール岡崎における啓発

平成29年度からイオンモール岡崎において、「健康の架け橋プロジェクト」と題し、健康づくりに関するパネル展示やクイズラリー・各種測定等、健康づくりを意識するきっかけの場を提供した。令和2年度・3年度は新型コロナウイルス感染症の影響により実施せず。

(5) ホームページによる情報提供

(単位：件)

ページタイトル	アクセス数		
	R 1 年度	R 2 年度	R 3 年度
健康おかざき21計画（第2次）	700	970	1,334
岡崎市健康・食育キャラクター まめ吉	2,607	1,935	1,759
健康づくりサポート施設	328	304	259
ウォーキングマップ	6,382	9,087	7,611
OKAZAKI♥まめぼ	5,510	8,126	4,679
愛知県への熱中症警戒アラート発表状況について	—	4,318	2,062
熱中症にご注意ください	501	4,628	732
クアオルト®健康ウォーキング	—	584	1,965
企業で働く皆様の健康づくりをお手伝いします	—	—	256

(6) マスコットキャラクター「まめ吉」の活用

ア 着ぐるみによる普及啓発

イベント等にまめ吉を登場させ、健康情報を掲載した「マメモ」を配布。

名称	令和3年度岡崎警察署広報大使委嘱式
開催日	令和3年4月7日
会場	大樹寺
参加者数等	200人

イ イラストの利用による啓発

健康づくりのキャラクターとしての認知度向上を図るために「岡崎市健康・食育キャラクター『まめ吉』の使用に関する要綱」を制定し、事業者等のイラスト使用を可能にしている。食品については、栄養成分表示、野菜使用量の表示又は地元の農産物や食材を使用していることを条件とし、栄養・食生活分野の推進や第3次岡崎市食育推進計画の推進に関連するものを対象としている。

(7) 啓発物品の貸出等

健康増進貸出物品リストを作成し、教育現場や健康づくり団体等へ物品の貸出を行っている。

7 健康づくり人材の育成・支援

(1) 健康推進員

市と協働で地域に健康づくりに関する知識や情報を提供し、健康づくり活動を展開する。学区総代会長の推薦のもと、各小学校区2人（計94人）に依頼し、育成と活動支援を行っている。

ア 任期

令和2年4月1日～令和4年3月31日

イ 研修会等の開催状況

(単位：人)

日程・会場	主な内容	人数
7月 書面開催	第1回研修会 研修会資料「岡崎市の現状と今年の取り組み」 研修実施後に報告書を提出	94
9月 書面開催	第2回研修会 研修会資料「災害時の活動について」 研修実施後に報告書を提出	94
3月7日（月） 福祉会館6階大ホール	第3回研修会 講義「今年度の取り組みを振り返って」 講師：健康増進課職員	68

ウ 活動支援

健康に関する情報の送付：1回（2枚）

エ 健康推進員の活動

健康情報を地区の回覧板や掲示板、学区の教室等で啓発（チラシの掲示・配布、SNS等での発信等）

(単位：学区)

啓発内容	学区数
喫煙の害、受動喫煙防止対策、禁煙推進	3
熱中症予防	20
運動推進	5
岡崎市公式ウォーキングアプリOKAZAKI♥まめぼ	14
災害に関する知識	2
新型コロナウイルス感染症予防・拡大防止	8
健康二次被害	17
がん検診・人間ドックの受診勧奨	31
その他	13

※重複あり

(2) 食生活改善推進員

市民が食生活に対する関心を高め、安全で安心な食事を楽しく食べることができるための環境整備の一つとして、自己の健康を高めながら自らの知識、技術などを地域社会のために提供できる食生活改善推進員を養成し、地区組織活動を円滑に行えるよう支援している。

ア 会員数

89人

イ 養成講座

食生活改善推進員としてボランティア活動を希望する者を一般公募し、食生活を中心とした健康上の問題点や地区組織活動を展開していく上で必要な食生活改善の方法や健康づくりのための知識や技術に講義、実習等の教育を行っている。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、養成講座の開催を中止した。

ウ 育成支援

地域で健康づくりの実践活動を推進している食生活改善推進員（愛称：ヘルスマイト）に対して、最新の栄養情報、健康づくり関係の情報提供や、自主活動を積極的に進めるための活動支援を行い、意識の向上とレベルアップを図った。

(ア) 役員会への情報提供 月 1 回

(イ) ヘルスマイト勉強会支援 開催回数31回、延べ人数269人

(ウ) ヘルスマイト研修会 (単位：人)

日程	内容	人数
7月7日、8日、9日、12日、13日、14日	フレイル予防	59
1月17日、20日	生活習慣病予防	28

(3) 健康づくりリーダー

地域における運動を中心とした健康づくり活動を展開する愛知県健康づくりリーダー西三河南部ブロック岡崎支部員に対し、健康づくり活動を効果的に実施するための知識や技術を学ぶ機会を提供している。新型コロナウイルス感染症の影響により、研修会は実施せず。

8 患者・家族支援

(1) リレー・フォー・ライフ・ジャパン

がん征圧・患者支援チャリティイベント「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2020岡崎」を実施している。（リレー・フォー・ライフ・ジャパン岡崎2020実行委員会主催・市共催事業）

新型コロナウイルス感染症の影響により中止。

(2) アピアランスケア用品購入費補助事業

ア 目的

がん患者が必要とする医療用ウィッグ等の購入費に対して補助金の交付を行うことにより、がん患者の精神的・身体的・経済的負担を緩和し、がんとの共生社会を推進する。

イ 対象

(ア) 申請日時点で、岡崎市に住民票があるかた

(イ) がんの治療に伴う脱毛等の症状により医療用ウィッグ等を必要とする方

ウ 内容

1人につき購入金額の2分の1の額で、上限2万円まで

エ 周知方法

市政だより、ホームページに掲載。
愛知県内のがん相談支援センターに情報提供。

オ 補助状況 (単位：件)

年度	件数
R 3 年度	110

カ 決算額 (単位：円)

年度	助成額
R 3 年度	2,065,000

9 関係機関との連携

(1) 岡崎市地域・職域保健連絡会議

会議を通して市と市内の事業所が健康づくりに関する情報を共有し、連携を強化していくことで、従業員及び市民の健康づくりを推進している。
新型コロナウイルス感染症の影響により会議は中止。

(2) 西三河南部東医療圏地域・職域連携推進協議会（西尾保健所主催）

ア 推進協議会

新型コロナウイルス感染症の影響により中止。

イ 作業部会

新型コロナウイルス感染症の影響により中止。

(3) 岡崎市がん検診受診率向上プロジェクト

がん検診案内通知送付用封筒の広告掲載：岡崎信用金庫

(4) 健康づくりに関する協定の締結

健康おかざき21計画（第2次）の目指す「健康寿命の延伸」に向けて、市民が健康づくりに取り組みやすい地域づくりの一環として、市内企業と健康づくりの推進に向けた事業連携に関する協定を結んでいる。

令和3年度協定締結企業

締結日	企業名
8月27日	アクサ生命株式会社岡崎支社

(5) 健康情報の提供

ア 毎月、商工会議所会員及び連携事業所に健康情報をメールで配信している。

イ 毎月、企業にメール配信又はチラシの郵送による健康情報の提供を行っている。

登録企業：53社

(6) 岡崎栄養士会への支援（会員：72人）

学校、事業所、病院、福祉施設、在宅、行政等の栄養士が所属している岡崎栄養士会が、栄養士の資質向上や市民への適切な栄養管理を実施できるよう、栄養士活動への協力、会の運営への協力、事業計画への参画等の支援を行っている。

(7) おかざき健康宣言事業所認定事業

市内の働く世代の健康づくりに取り組む事業所を応援するために、健康づくりメニューを提供している。また、全国健康保険協会愛知支部（協会けんぽ）と共同で、健康づくりに取り組む市内の事業所を「おかざき健康宣言事業所」として認定し、健康づくりを応援している。

ア 認定事業所数 （単位：件）

年度	件数
R 3 年度	305

イ 健康づくりメニューと取組事業所数 （単位：件）

項目	R 3 年度
岡崎市公式ウォーキングアプリ「OKAZAKI♥まめぼ」の企業登録機能	2
従業員向けの出張セミナー	—
働き世代の健康情報メール配信	78
社員食堂等の健康メニュー提供支援	—

10 域内連携実証事業

観光庁の「地域の観光資源の磨き上げを通じた域内連携促進に向けた実証事業」に採択され、徳川家康公が実践した健康の3要素「運動・栄養・休養」を現代風に蘇らせた体験型・滞在型プログラムを開発し、「健康×観光」という新たなキーワードによる健康づくりを実施した。

(1) 取組内容

- ア 地域資源調査
- イ 健康料理メニューの開発（栄養）
- ウ 岡崎オリジナル運動プログラムのためのガイド養成（運動）
- エ リラクゼーションプログラムの開発（休養）
- オ ヘルスツーリズムの開発
- カ モニターツアーの実施

(2) モニターツアー「徳川家康公“健康長寿”のエッセンスに触れる旅」実績

プラン名	日程	参加者数
1泊2日プラン「岡崎城址&下山里山満喫プラン」	11月20日（土）～21日（日）	19名
	11月23日（祝・火）～24日（水）	17名
日帰りプラン「岡崎城址コース」	11月18日（木）	17名
	12月11日（土）	19名
日帰りプラン「下山里山コース」	11月19日（金）	17名
	12月5日（日）	20名