

## 第4 健康づくり事業

### 1 健康おかげ21計画進捗管理

計画期間を1年延長し、平成26年度から令和5年度までを計画期間とする健康おかげ21計画（第2次）を推進するために、健康おかげ21計画推進協議会及び健康おかげ21計画推進協議会作業部会を開催している。

#### (1) 健康おかげ21計画推進協議会

開催日程	内容
令和5年8月23日（水） 13時30分から15時00分まで	・健康おかげ21計画（第2次）の今年度のスケジュール等について ・令和5年度の取組について
令和6年3月19日（水） 13時30分から15時00分まで	・健康おかげ21計画（第2次）最終評価について ・健康おかげ21計画（第3次）骨子について

#### (2) 健康おかげ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げ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	88	119	32	239
20歳代	392	687	73	1,152
30歳代	524	771	57	1,352
40歳代	760	1,044	80	1,884
50歳代	915	1,321	90	2,326
60歳代	784	837	24	1,645
70歳以上	572	462	18	1,052
不明	93	215	1,721	2,029
計	4,128	5,456	2,095	11,679

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	4,059	4,037	4,069	4,068	4,089	4,148	4,280	4,280	4,017	4,254	4,525	4,446

## (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	・「家康めし」に関する啓発
5月	・新型コロナウイルス感染症に関する啓発 ・熱中症対策に関する啓発
6月	・歯と口の健康に関する啓発 ・がん検診受診勧奨
7月	・食中毒に関するクイズ
8月	・食中毒に関するクイズの解答及び啓発 ・がん予防に関する啓発
9月	・健康増進普及月間に関する啓発
10月	・「家康めし」に関する啓発 ・子宮頸がんの予防接種に関するクイズ
11月	・子宮頸がんの予防接種に関するクイズの解答及び啓発 ・歯と口の健康に関する啓発 ・「三河武士ごはん」に関する啓発
12月	・高血圧性疾患の予防に関する啓発
1月	・生活習慣に関するアンケート
2月	・プレコンセプションケアに関する啓発

## 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

実施方法	OKAZAKI♥まめぼを活用した取組
対象者	15歳以上(令和5年4月1日時点)の岡崎市内在住、在勤及び在学者の者
実施期間	令和5年4月1日～令和6年3月31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
景品抽選の応募条件	貯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
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

#### イ 子ども向け

実施方法	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5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5年9月1日から令和5年12月31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 ・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

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内幼稚園・保育園（年長児のみ）及び市内小学校にまめ吉通信特別号として配付</li> <li>・就学児健診及び入学説明会における健康教育</li> <li>・その他各種保健事業実施時に事業紹介</li> </ul>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## (2) MyCa交付数

ア 年次推移 (単位：枚)

	R 3年度	R 4年度	R 5年度
男	304	465	369
女	434	639	535
不明	4	9	8
計	742	1,113	912

イ 年齢階層別交付枚数 (単位：枚・%)

	男	女	不明	計	割合
20歳未満	197	254	0	451	49.5
20歳代	14	21	0	35	3.8
30歳代	23	39	1	63	6.9
40歳代	34	64	5	103	11.3
50歳代	40	79	2	121	13.3
60歳代	30	54	0	84	9.2
70歳以上	31	24	0	55	6.0
不明	0	0	0	0	—
計	369	535	8	912	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	460	4,788	1,091
第2回	355	8,986	1,737
特別抽選会	213	3,851	1,239

## (4) 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	195	251	446
延人数	562	713	1275

イ ダブルチャンス参加者数 (単位：人)

男	女	計
60	97	157

## (5) 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おかざき健康マイレージ実行委員会が設立されており、実行委員会の事務局を保健政策課に設置している。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5年4月18日（火） 15時30分から16時30分まで	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実行委員会役員の選出</li> <li>・おかざき健康マイレージ実行委員会規約の改正</li> <li>・令和4年度の収支決算報告</li> <li>・令和4年度おかざき健康マイレージ事業報告</li> <li>・令和5年度おかざき健康マイレージ実行委員会事業計画（案）</li> <li>・その他</li> </ul>
令和6年1月25日（木） 15時00分から16時00分まで	<ul style="list-style-type: none"> <li>・OKAZAKI♥まめぼ景品抽選について</li> <li>・おかざき健康子まめチャレンジについて</li> <li>・その他</li> </ul>

## ウ おかざき健康づくり応援隊（単位：件）

会員数		計
会員数		50
活動内容	MyCa協力店登録	14
	賞品・協賛金の支援	27
	広報・啓発活動	36
	健康マイレージの団体参加	16

## 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。

### (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）

		R3年度	R4年度	R5年度
登録施設数		360(4)	359	332(3)
内訳 (重複あり)	健康づくり情報提供	340(2)	339	312(3)
	健康気配りメニュー提供施設	54(4)	54	56(3)
登録解除（閉店等）		9	1	30

※（ ）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	7
	野菜たっぷりメニュー	39
	栄養成分表示	33
	バランス良好メニュー	5
	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 3年度	R 4年度	R 5年度
新規	2	1	—
変更	—	—	—
廃止	3	—	—

イ 喫煙可能室設置施設数 (年度末時点)

398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 3年度	R 4年度	R 5年度
受付件数	8	7	8

イ 違反内容別件数(延) (単位：件)

違反内容	R 3年度	R 4年度	R 5年度
喫煙禁止場所における喫煙	1	—	4
喫煙器具、設備等の設置	2	—	—
紛らわしい標識の掲示、標識の汚損等	—	1	1
20歳未満の者を喫煙室に立ち入らせる	1	—	1
その他	4	6	4
計	8	7	10

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 3年度		R 4年度		R 5年度	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数
成人・老人	12	—	—	—	—	—
栄養	11	358	10	486	12	1,011
健康増進	16	1,558	10	569	22	2,169
歯科(歯周疾患以外)	7	267	18	373	36	1,858
その他	—	—	—	—	—	—
計	46	2,183	38	1,428	70	5,038

(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	2	—	1	1	195	—	162	34
早寝・早起き・朝ごはん～子ども向け～	10	5	1	—	1,579	335	1,100	—
子どもたちに知ってほしい生活習慣病予防	1	1	—	—	30	30	—	—
子どもたちに知ってほしいがん予防	1	—	—	1	30	—	—	30
健康づくりと栄養・食生活	12	—	—	3	1,011	130	—	772
歯と口の健康	36	22	1	—	1,858	1,409	159	—
その他 健康増進	8	1	—	—	335	15	—	—

## (2) まめ吉健幸塾（必須提案教室）

岡崎げんき館PFI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の影響により令和2年度第2期から定員を減らしていたが、令和5年度第2期から従来の定員に戻した。

また、令和4年度10月から3月に実施したプールの改修工事の影響による「らくらくアクア」の休止に伴い、「託児付き産後ママリフレッシュ」を新規に設けたが、好評だったため、令和5年度も継続した。託児付き産後ママリフレッシュの追加に伴い、年間の教室回数の調整のためノルディックウォーキングの回数の調整を行っている。

### ア 実施状況

(単位:回・人)

	R3年度			R4年度			R5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	40	121	987	20	60	499	39	165	1,213
シェイプ&ボディメイク教室	48	103	1,056	48	104	1,087	48	116	1,201
シニアリフレッシュ講座	48	78	749	48	92	934	48	116	1,087
ノルディックウォーキング	48	47	437	48	63	577	18	60	279
ベビママハッピーYOGA	46	172	573	48	153	503	48	148	504
託児付き産後ママリフレッシュ	—	—	—	24	73	238	48	101	345

### 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	30	263
	2期 7月~9月	10	45	237
	3期 10月~12月	10	45	379
	4期 1月~3月	9	45	334
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	26	270
	2期 7月~9月	12	30	309
	3期 10月~12月	12	30	311
	4期 1月~3月	12	30	311
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	26	217
	2期 7月~9月	12	30	286
	3期 10月~12月	12	30	275
	4期 1月~3月	12	30	309
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	6	20	101
	2期 7月~9月	—	—	—
	3期 10月~12月	6	20	95
	4期 1月~3月	6	20	83
ベビママハッピーYOGA 土曜日 9:50~10:50	4月~3月 (月4回)	48	148	504
託児付き産後ママリフレッシュ 金曜日 10:30~11:30	10月~3月 (月4回)	48	101	345

## (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」が整備されている。「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	12	105
下山いやしの里山コース	8	75

## 6 普及啓発活動

(1) イベント（食育推進と併せて実施したものは「第2 食育推進事業」に記載）

名称	春のスポーツまつり 「春一番、健康一番！クイズで学ぼう！健康づくり」
開催日	令和6年3月31日（日）
会場	龍北総合運動場
内容	クイズラリー、まめ吉ふれあい等
来場者数等	クイズラリー参加者410名

(2) 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 2年度	R 3年度	R 4年度	R 5年度
健康おかざき21計画（第2次）	970	1,334	1,897	2,771
岡崎市健康・食育キャラクター まめ吉	1,935	1,759	1,728	1,367
ウォーキングマップ	9,087	7,611	7,171	6,637
OKAZAKI♥まめぼ	8,126	4,679	3,567	4,469
熱中症にご注意ください	4,628	732	1,680	2,151
クアオルト®健康ウォーキング	584	1,965	1,657	1,750
企業で働く皆様の健康づくりをお手伝いします	—	256	249	249

(3) 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

イベント等で着ぐるみを登場させ、まめもや啓発物品を配付することで、健康づくりに関する普及啓発を実施している。

(4) 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 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。

開催日程	内容
令和6年1月19日(金) 10時00分から11時30分まで	・アフターコロナにおける健康課題について ・座談会

### (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

開催日程	内容
令和6年2月 書面開催	・健康データから見る西三河南部東医療圏の現状について（報告） ・今年度の西三河南部東医療圏地域・職域連携推進事業の取り組み状況について（報告） ・令和6年度西三河南部東医療圏地域・職域連携推進事業計画（案）について（協議）

#### イ 作業部会

開催日程	内容
令和5年7月11日(火) 10時00分から11時30分まで	・「地域・職域連携推進事業」の目的・ねらいについて ・健康データから見る西三河南部東医療圏の現状について ・令和2年度以降の各機関での取組と課題について
令和5年12月19日(火) 10時00分から11時30分まで	・モデル事業実施に至った経緯とねらい ・令和6年度モデル事業実施企業の現状 ・モデル事業での取り組み内容について

### (3) 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。

### (4) 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：138社

### (5) 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。

・ 認定事業所数 (単位：施設)

	R3年度	R4年度	R5年度
受付件数	305	372	478

## 8 クアオルト回遊支援事業

岡崎公園周辺エリアにおいて整備されたクアオルト健康ウォーキングコース「クアの道」を、大河ドラマをきっかけとした新たな誘客コンテンツとして活用するため、本市の歴史観光と健康を合わせたツアープログラムの開発、実施及びウォーキングマップの作成を行った。

### (1) 実施内容

ア ツアープログラムの開発

イ ツアープログラムの実施

ウ 健康と観光を体感できる仕掛けづくりのための、岡崎公園及びQRUWAエリアを中心とした

健康ウォーキングマップ作成

(2) モニターツアー実績

プラン名	日程	参加者数
【家康公の健康長寿に学ぶ】小和田哲男先生講演付き！家康公家臣団屋敷址めぐりとクアオルト健康ウォーキング体験	令和6年2月24日（土）	39名