

## 令和7年度の主な施策の進捗状況等

### 1 身体活動及び運動【動く】

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■ICTを活用した健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康測定コーナー（市内11か所）の維持</li> <li>ヘルスプラネット、うべポイントの活用やPR</li> </ul> <p>■健康イベントの実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>企業と協力し、ウォーキングイベントを実施。 コープやまぐちウォーキングイベント。178人参加（6/21） Vitality×宇部市ときわ湖畔ウォーク。100人参加（9/23）雨天により健康測定のみ</li> </ul> <p>■イベントで健康測定ブースを設置</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>恩田スポーツパークオープンリニューアルイベント。100人測定（4/6）</li> <li>スポーツコミッションフェスタ。170人測定（10/13）</li> </ul> <p>■職域への働きかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>アプリを活用したイベントを実施 R7.5～R8.1事業所対抗ウォーキングイベント。約20事業所参加 昨年度に引き続き住友生命「Vitality」無料体験を案内</li> <li>出前講座で健康測定会を実施。6事業所</li> </ul> <p>■各地区の取組み</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>地区の行事やサロン等で、体力・体組成測定を実施。全24地区</li> <li>保健師等が地域団体と協働して実施した、地域でのウォーキングや運動講座等。36件</li> <li>健康づくりサポーターバンクを活用した講習会等の実施。15件</li> <li>地域サロン等での理学療法士などの外部専門職による体力測定や健康づくり活動の実施。保険年金課との協働。47件</li> </ul>												
<p>現状と課題</p>	<p>■1回30分以上の運動習慣なしの割合</p> <table border="1" data-bbox="459 1384 850 1480"> <tr> <td>R4</td> <td>R5</td> <td>R6</td> </tr> <tr> <td>57.4%</td> <td>57.1%</td> <td>57.5%</td> </tr> </table> <p>■生活習慣改善（運動・食事等）の取組を実施している人の割合</p> <table border="1" data-bbox="459 1529 850 1626"> <tr> <td>R4</td> <td>R5</td> <td>R6</td> </tr> <tr> <td>49.3%</td> <td>49.5%</td> <td>51.4%</td> </tr> </table> <p>※特定健康診査質問票より。 運動習慣のある人の割合は、約43%で推移している。</p>	R4	R5	R6	57.4%	57.1%	57.5%	R4	R5	R6	49.3%	49.5%	51.4%
R4	R5	R6											
57.4%	57.1%	57.5%											
R4	R5	R6											
49.3%	49.5%	51.4%											
<p>今後の取組</p>	<p>■働く世代の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>職域での運動習慣の定着を図るため、事業所の順位が表示される「やまぐち健康アプリ」をPRし、その機能を活用したイベントなどを実施。</li> </ul> <p>■ICTを活用した健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ヘルスプラネット及びうべポイントなどの利用者増加を目指す。</li> </ul> <p>■企業等と連携したイベント等の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>より若い世代の参加を促す内容、方法の工夫</li> </ul>												

## 2 栄養及び食生活【食べる】

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■<b>食生活実態調査</b> 市内の公立小・中学校に通う児童・生徒の保護者を対象にアンケートを実施し、食生活の実態を把握。回答：1640件</p> <p>■<b>食生活改善推進員や企業等と連携した啓発活動</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フジグラン宇部地産地消フェア(6月、10月)</li> <li>・山口大学市民公開講座(9/23)</li> <li>・本庁舎展示ケース(6/13～7/15)</li> </ul> <p>■<b>各地区での取組</b> 講話や体験型の取組など18地区55件(12/19現在)の取組を実施。 女性の健康づくりを意識した内容で実施。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・試食・調理実習、塩分チェックシート、調味料クイズ、フードモデル展示</li> <li>・へら塩ベジうべ講座</li> <li>・血圧・血管年齢測定、パネル展示等</li> </ul>																								
<p>現状と課題</p>	<p>■<b>市民の健康度</b></p> <table border="1" data-bbox="392 920 1147 1068"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>高血圧の受診者の割合</td> <td>27.4%</td> <td>27.2%</td> <td>26.3%</td> </tr> <tr> <td>高血圧の治療域の割合</td> <td>29.3%</td> <td>29.0%</td> <td>29.8%</td> </tr> </tbody> </table> <p>※KDBより</p> <p>■<b>市民の意識</b></p> <table border="1" data-bbox="392 1164 1233 1406"> <thead> <tr> <th></th> <th>R5</th> <th>R6</th> <th>R7</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>塩分の多い料理を抑えることをいつも心がけている人の割合</td> <td>37.7%</td> <td>36.7%</td> <td>28.7%</td> </tr> <tr> <td>野菜を食べることをいつも心がけている人の割合</td> <td>62.2%</td> <td>61.2%</td> <td>63.9%</td> </tr> </tbody> </table> <p>へら塩ベジうべ作戦の認知度：39.3%</p> <p>※健康づくり習慣アンケートより</p> <p>■<b>食生活実態調査結果</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜を食べることを心がけている人の割合は増加しているが、目標量摂取している人は少ない。</li> <li>・栄養成分表示を参考にしている人は少ない。</li> <li>・主食・主菜・副菜をそろえている人は夕食では多いが、昼食では26%と少ない。</li> </ul>		R4	R5	R6	高血圧の受診者の割合	27.4%	27.2%	26.3%	高血圧の治療域の割合	29.3%	29.0%	29.8%		R5	R6	R7	塩分の多い料理を抑えることをいつも心がけている人の割合	37.7%	36.7%	28.7%	野菜を食べることをいつも心がけている人の割合	62.2%	61.2%	63.9%
	R4	R5	R6																						
高血圧の受診者の割合	27.4%	27.2%	26.3%																						
高血圧の治療域の割合	29.3%	29.0%	29.8%																						
	R5	R6	R7																						
塩分の多い料理を抑えることをいつも心がけている人の割合	37.7%	36.7%	28.7%																						
野菜を食べることをいつも心がけている人の割合	62.2%	61.2%	63.9%																						
<p>今後の取組</p>	<p>■<b>各ライフステージに応じた関係機関と協働（野菜適量摂取への取組）</b></p> <p>■<b>市民アンケート調査による行動変容状況の把握</b></p> <p>■<b>女性の健康づくりの取組</b></p>																								

### 3 心の健康づくり【楽しむ】

<p>R7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■<b>第二次宇部市自殺対策計画の推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワーキンググループ会議（関係機関 12 団体が参画）</li> <li>・庁内連携会議（重層的支援体制整備事業）</li> </ul> <p>■<b>人と人との交流・社会参加の促進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ご近所ふれあいサロンや高齢者の保健事業と介護予防の一体的な取組を実施。</li> <li>・高齢者男性の社会参加を促す講座の実施（宇部市立第二人生高校男子校）。</li> </ul> <p>■<b>相談体制の充実と周知</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ネットワーク研修会を開催（計 2 回実施予定）</li> <li>・ゲートキーパー講座を開催（計 5 回実施_延 265 人）</li> <li>・メンタルヘルス相談（医師による対面相談）、保健師による相談対応（随時）</li> <li>・メンタルヘルス相談等を折込チラシ等で周知。</li> <li>・重層的支援体制整備事業による組織横断的な相談体制を整備。</li> </ul> <p>■<b>宇部市こころの健康企画の実施</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・色の組み合わせで心が健康になる講座、からだところをほぐす棒びくす体験、簡単な脳トレ運動とパラスポーツ体験（計 10 回開催）</li> </ul> <p>■<b>世界自殺予防週間（9/10～16）における重点的な取組</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・広報うべ 8 月号にゲートキーパー、相談窓口情報を掲載。</li> <li>・広報用チラシに啓発。市政情報メールや LINE、ウェブで相談窓口を周知。</li> <li>・自殺予防週間広報用ポスター掲示による啓発。（高校・大学）</li> </ul> <p>■<b>自殺対策強化月間（3 月）に合わせた啓発</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本庁舎展示ケースを活用した啓発。</li> <li>・広報うべ 3 月号に相談窓口情報を掲載／SNS 等を活用した啓発。</li> </ul> <p>■<b>自死遺族の会 クローバーの活動周知（広報うべ 4 月号）</b></p> <p>■<b>普及啓発グッズの作成、配布</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・女性の健康、相談窓口に関する啓発カード付き付箋を作成。</li> </ul>																
<p>現状と課題</p>	<p>■<b>自殺死亡率（人/10 万人）の推移</b></p> <table border="1" data-bbox="392 1476 976 1675"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>全国</td> <td>17.25</td> <td>17.27</td> <td>16.11</td> </tr> <tr> <td>山口県</td> <td>15.22</td> <td>15.08</td> <td>17.71</td> </tr> <tr> <td>宇部市</td> <td>17.93</td> <td>13.1</td> <td>17.67</td> </tr> </tbody> </table> <p>■自殺者数は、R5 21 人⇒R6 28 人と増加。年齢別では、男性は 20 歳代～60 歳代、女性は 20 歳未満、20 歳代、60 歳代で増加傾向。自殺の原因動機では、健康問題が最多で、家庭問題、勤務問題、経済問題と続く。</p>		R4	R5	R6	全国	17.25	17.27	16.11	山口県	15.22	15.08	17.71	宇部市	17.93	13.1	17.67
	R4	R5	R6														
全国	17.25	17.27	16.11														
山口県	15.22	15.08	17.71														
宇部市	17.93	13.1	17.67														
<p>今後の取組</p>	<p>■<b>関係機関との情報共有と効果的な実施手法の検討</b></p> <p>地域におけるネットワーク強化、自殺対策に関する人材育成研修、住民への周知・啓発、メンタルヘルス相談を実施。</p> <p>■<b>若い世代及び女性への情報発信強化</b></p> <p>ゲートキーパー講座や相談窓口の啓発を強化。</p>																

## 4 歯及び口腔【磨く】

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■<b>無料歯周病検診（歯周組織の検査、口腔衛生指導）の実施</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・20、25、…、65、70歳の方（5歳きざみ）、妊婦（妊娠中1回）が対象。</li> <li>・ポスター・ちらしを作成・配布。</li> <li>・がん検診や特定健診と同時に受診できる総合集団健診で1回実施。</li> </ul> <p>■<b>歯科医師会との連携の強化</b></p> <p>（部会の開催）歯科保健に関する情報共有や課題解決に向けた協議を歯科医師会、庁内関係課で定期的に行う。</p> <p>（歯の健康フェア）ゆめタウンうべ、フジグランうべで無料検診や栄養相談などを実施。</p> <p>■<b>乳幼児への啓発</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1歳6か月・3歳児健診での歯科健診及び口腔保健指導</li> <li>・3歳児健診（集団健診）で、歯科保健パンフレット、歯みがき粉を配布。</li> <li>・あかちゃん訪問時、はじめての歯ぶらし啓発・配布。（乳児家庭全戸訪問事業）</li> </ul> <p>■<b>小学校でのフッ化物洗口の実施</b></p> <p>■<b>高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施</b></p> <p>通いの場のプログラムに、歯科医師や歯科衛生士、言語聴覚士による歯科保健についての講座を取り入れ、19か所で実施。（予定含む）</p> <p>■<b>各地区での取組</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児、小・中学生、高齢者などを対象に、様々な場で啓発を実施。</li> </ul>																								
<p>現状と課題</p>	<p>■<b>指標の推移</b></p> <table border="1" data-bbox="395 1200 1323 1426"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3歳児健康診査で、むし歯のない人（%）</td> <td>81.6</td> <td>85.7</td> <td>86.5</td> </tr> <tr> <td>小学生のむし歯（処置完了者と未処置歯のある者の計）のない人（%）</td> <td>55.3</td> <td>54.7</td> <td>57.3</td> </tr> <tr> <td>オーラルフレイルのリスクのない人（75歳以上）（%）</td> <td>85.2</td> <td>89.2</td> <td>74.6</td> </tr> </tbody> </table> <p>■<b>歯周病検診</b></p> <table border="1" data-bbox="395 1485 1211 1572"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>受診者数(受診率)</td> <td>366 (1.8%)</td> <td>358 (1.8%)</td> <td>402 (2.0%)</td> </tr> </tbody> </table> <p>■<b>オーラルフレイルのリスクのない人の割合は減少しており、歯周病検診の受診率も低迷している。</b></p>		R4	R5	R6	3歳児健康診査で、むし歯のない人（%）	81.6	85.7	86.5	小学生のむし歯（処置完了者と未処置歯のある者の計）のない人（%）	55.3	54.7	57.3	オーラルフレイルのリスクのない人（75歳以上）（%）	85.2	89.2	74.6		R4	R5	R6	受診者数(受診率)	366 (1.8%)	358 (1.8%)	402 (2.0%)
	R4	R5	R6																						
3歳児健康診査で、むし歯のない人（%）	81.6	85.7	86.5																						
小学生のむし歯（処置完了者と未処置歯のある者の計）のない人（%）	55.3	54.7	57.3																						
オーラルフレイルのリスクのない人（75歳以上）（%）	85.2	89.2	74.6																						
	R4	R5	R6																						
受診者数(受診率)	366 (1.8%)	358 (1.8%)	402 (2.0%)																						
<p>今後の取組</p>	<p>■<b>歯周病検診の受診率向上、定期健診の受診に向けた啓発</b></p> <p>がん検診や特定健診と同時に受診できる総合集団健診での歯周病検診を継続</p> <p>■<b>ライフステージに応じた口腔保健の啓発</b></p> <p>口腔機能に焦点をあてた啓発の強化</p> <p>■<b>各地区での取組</b></p> <p>地区での啓発や講座開催等を継続</p>																								

## 5 保健指導、健康診断、がん検診等の疾病対策【受ける】

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■骨密度強化事業（女性の健康づくり）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・骨粗しょう症に関するパネルやチラシを作成、地区活動やイベント時にチェックリストや骨密度測定、クイズなどを実施。骨粗しょう症検診受診を啓発した。</li> </ul> <p>■ナッジ理論を活用した受診勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・7月中旬に、20歳～60歳の節目年齢女性に個別受診勧奨ハガキを送付。</li> </ul> <p>■企業への働きかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職域での受診率向上を推進するため、健康サポーター（事業所部門）メルマガでチラシを用いて検診の周知を図った。</li> </ul> <p>■がん教育等による正しい知識の普及や受診のきっかけづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・小中学校でのがん教育を実施。（4校）（予定含む）</li> <li>・子育てサークルやサロンなどでの受診勧奨を実施。</li> </ul> <p>■プロスポーツや大型スーパー等と連携した啓発活動</p>																																				
<p>現状と課題</p>	<p>■特定健診・特定保健指導実施結果総括表、地域保健・健康増進事業報告より</p> <table border="1" data-bbox="395 842 1426 1319"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>特定健康診査（国民健康保険）受診率</td> <td>34.4%</td> <td>34.5%</td> <td>35.1%</td> </tr> <tr> <td>特定保健指導（国民健康保険）の実施率</td> <td>26.6%</td> <td>27.4%</td> <td>32.0%</td> </tr> <tr> <td>肺がん検診受診率（40～69歳）</td> <td>5.8%</td> <td>5.9%</td> <td>6.1%</td> </tr> <tr> <td>胃がん検診受診率（50～69歳）</td> <td>7.1%</td> <td>7.1%</td> <td>7.4%</td> </tr> <tr> <td>大腸がん検診受診率（40～69歳）</td> <td>5.2%</td> <td>5.7%</td> <td>5.8%</td> </tr> <tr> <td>乳がん検診受診率（40～69歳）</td> <td>15.8%</td> <td>15.6%</td> <td>16.8%</td> </tr> <tr> <td>子宮がん検診受診率（20～69歳）</td> <td>18.2%</td> <td>18.0%</td> <td>18.4%</td> </tr> <tr> <td>骨粗しょう症検診受診率（20～70歳、5歳 きざみ）</td> <td>4.9%</td> <td>4.9%</td> <td>5.7%</td> </tr> </tbody> </table> <p>■肺がん・胃がん・大腸がんの受診率は、コロナ前と同程度の水準まで回復している。</p>		R4	R5	R6	特定健康診査（国民健康保険）受診率	34.4%	34.5%	35.1%	特定保健指導（国民健康保険）の実施率	26.6%	27.4%	32.0%	肺がん検診受診率（40～69歳）	5.8%	5.9%	6.1%	胃がん検診受診率（50～69歳）	7.1%	7.1%	7.4%	大腸がん検診受診率（40～69歳）	5.2%	5.7%	5.8%	乳がん検診受診率（40～69歳）	15.8%	15.6%	16.8%	子宮がん検診受診率（20～69歳）	18.2%	18.0%	18.4%	骨粗しょう症検診受診率（20～70歳、5歳 きざみ）	4.9%	4.9%	5.7%
	R4	R5	R6																																		
特定健康診査（国民健康保険）受診率	34.4%	34.5%	35.1%																																		
特定保健指導（国民健康保険）の実施率	26.6%	27.4%	32.0%																																		
肺がん検診受診率（40～69歳）	5.8%	5.9%	6.1%																																		
胃がん検診受診率（50～69歳）	7.1%	7.1%	7.4%																																		
大腸がん検診受診率（40～69歳）	5.2%	5.7%	5.8%																																		
乳がん検診受診率（40～69歳）	15.8%	15.6%	16.8%																																		
子宮がん検診受診率（20～69歳）	18.2%	18.0%	18.4%																																		
骨粗しょう症検診受診率（20～70歳、5歳 きざみ）	4.9%	4.9%	5.7%																																		
<p>今後の取組</p>	<p>■ナッジ理論を活用した受診勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子宮がん検診（30歳女性）、乳がん検診（40歳女性）の無料クーポンを送付。</li> <li>・節目年齢（20,30,40,50,60歳）の女性にがん検診受診勧奨ハガキを送付。</li> </ul> <p>■がん体験談の発信</p> <p>■女性の健康づくりの取組</p> <p>■各地区での取組み</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スーパーや郵便局等で健康無関心層へのがん検診の受診勧奨を実施。</li> <li>・がん教育や子育てサークルでの啓発など、若い年齢期から理解を進める取組を実施。</li> </ul>																																				

## 6 たばこ、アルコール及び薬物【守る】

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■「(仮称)宇部市受動喫煙防止に関する条例(案)」の策定に向けての検討開始 受動喫煙防止に関する意識の啓発および路上をはじめとした公共空間における受動喫煙防止に必要な環境整備を推進し、受動喫煙による市民等の健康への悪影響を未然に防止することを目的に策定。</p> <p>■COPDに関すること</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・COPDをテーマに市民と考える医療フォーラムを開催。(2/1)</li> <li>・スクリーニング質問票を掲載したチラシを活用した啓発</li> <li>・情報発信(広報うべ11月号、サンデー宇部小野田、健康サポーター登録事業所メール)</li> <li>・山大や宇部市医師会の医師と庁内関係課との意見交換会(対策の検討)の実施。</li> </ul> <p>■小学校でのがん教育を通じた受動喫煙防止等たばこ対策の周知</p> <p>■企業への働きかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・出前講座「たばこの害の正しい知識、アルコールの害の正しい知識」を実施し、たばこやアルコールの害などを分かりやすく説明。</li> </ul> <p>■受動喫煙に関する相談</p> <table border="1" data-bbox="395 931 911 1025"> <tr> <td>R5</td> <td>R6</td> <td>R7(1月現在)</td> </tr> <tr> <td>3件</td> <td>4件</td> <td>6件</td> </tr> </table>	R5	R6	R7(1月現在)	3件	4件	6件
R5	R6	R7(1月現在)					
3件	4件	6件					
<p>現状と課題</p>	<p>■山口県たばこ対策推進実態調査(R6年実施)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「受動喫煙防止に取り組んでいる」と回答した施設 94.9%</li> </ul> <p>■妊娠届時アンケート調査結果(令和6年度)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊婦喫煙率 2.5%</li> <li>・妊娠中同居家族喫煙率 31%</li> </ul> <p>・屋内について、禁煙施設は増加し環境改善が進んでいる。しかし屋外における受動喫煙対策は配慮義務にとどまり、歩きたばこや路上喫煙などマナーや受動喫煙に関する相談は増えている。</p> <p>・従業員のたばこ対策(啓発、禁煙支援、受動喫煙対策等)を実践できていない企業は、約半数。実践している企業でも受動喫煙対策、禁煙支援、効果的な禁煙教育に苦慮している。</p>						
<p>今後の取組</p>	<p>■(仮称)宇部市受動喫煙防止に関する条例の策定を契機に、受動喫煙防止に向けた啓発の強化と環境整備を進める。</p> <p>■小中学校でのがん教育を通じて、防煙教育を推進し未成年の喫煙防止を図る。</p> <p>■やめたい人がやめることができる禁煙支援の強化。</p> <p>■企業への働きかけ 市政情報出前講座や健康経営の推進などを実施。</p>						

## 7 地域資源を活用した健康づくり

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■<b>地区の団体や健康づくり人材による地域の特色を生かした取組</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域全体の健康づくりを活性化するため、子どもから高齢者までの多世代を対象とした健康づくりの取組を実施。</li> <li>・地域の特性に応じた健康づくりの啓発を地域の関係団体・関係機関と協働して実施。</li> <li>・身近な場所で参加できるウォーキングイベントの開催。</li> <li>・健康遊具を活用した健康教室を開催。</li> <li>・地区の健康づくり人材（理学療法士・在宅栄養士・歯科衛生士等）を活用し、サロン等での講話を実施。</li> </ul> <p>■<b>地区での健康づくり人材活用【12/10 現在】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地区担当保健師等が健康課題を応じた取組み・啓発の実施。</li> <li>・サポーターバンクは6地区/24地区（25.0%）で活用。</li> <li>・健康サポーターは15地区/24地区（62.5%）で活用。 （健康サロンや教室での体力測定の補助など）</li> </ul>
<p>現状と課題</p>	<p>■多様な主体の連携により地域の人的・物的資源を共有・活用し、地域の強みやネットワークを生かして健康づくりに取り組むことが必要。</p> <p>■これまでイベント等に参加してこなかった健康無関心層に働きかけ、地域全体の健康づくり運動を活性化することが必要。</p>
<p>今後の取組</p>	<p>■<b>地区の団体や健康づくり人材による地域の特色を生かした取組</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域運営組織や健康づくり人材と協働した健康づくりを継続実施。</li> <li>・健康無関心層にも働きかけるため、地区のイベントやスーパー・郵便局・企業等と協働した取組を実施。</li> </ul>

## 8 健康に配慮したまちづくり

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■恩田スポーツパークが完成</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全エリア供用開始。健康遊具も整備。(4/6)</li> <li>・大きな健康イベントとして「スポーツコミッションフェスタ 2025」を開催(10/13)。</li> </ul> <p>■宇部市役所 市民交流棟、庁舎広場が完成</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市民交流棟…完成式典。(8/9)</li> <li>・庁舎広場…オープニングイベント「ときわいこっと。」(2/22)</li> </ul> <p>■市内事業所への健康経営の働きかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康サポーター(事業所部門)への登録働きかけによる健康経営の取組を応援。70を超える事業所が参加。毎月メルマガを配信。</li> <li>・健康経営推進のための意見交換や市の健康施策、支援制度のPRを一体的に行うため、産業政策課と連携し活動。</li> <li>・市内中小企業の健康経営を推進するため、健康経営優良法人(中小規模法人部門)の認定取得等に要する経費の一部を補助する制度を実施。R6実績9件。R5実績4件。(産業政策課)</li> <li>・市内中小企業の健康経営を推進するため、健康経営セミナーを実施。(6/17)参加企業15社20人が参加。(産業政策課)</li> </ul>
<p>現状と課題</p>	<p>■市民アンケート調査(R3)では、運動をほとんどしない理由の第1位として、「時間の余裕がない」(38%)ことが挙げられた。</p> <p>■自然と健康になれる環境づくりを形成することが必要。</p> <p>■特にその傾向が強いと考えられる働く世代の健康づくりを進めるために、企業等に働きかけ、従業員が健康づくりに取り組みやすい職場環境の整備を働きかける。</p>
<p>今後の取組</p>	<p>■市内事業所への健康経営の働きかけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康サポーター(事業所部門)登録制度内容の充実化や産業政策課と連携した事業所訪問やセミナー開催などを引き続き実施する。</li> </ul> <p>■健康遊具等の整備と活用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・常盤通り(国道190号)のウォークアブル化への取組として、令和5年度から年次的に様々な用途に活用できる滞在空間の整備を実施しており、令和8年度に滞在空間の一部に健康遊具を設置予定。(中心市街地活性化推進課)</li> <li>・これらの空間を活用したイベント等の実施</li> </ul>

## 9 人材の育成及び活用

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■食生活改善推進員の養成 10名が受講、修了</p> <p>■健康サポーターの養成</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健幸アンバサダーを継承し、健康サポーターとしてR6年度から養成開始。</li> <li>・高校生以上の市民または市内通学通勤者が対象。</li> <li>・10/17、10/18養成講座開催。 77名が受講（うち70名新規、学生45名）</li> <li>・専門学校や高校、大学と連携し、学生の受講を促進。</li> <li>・働く世代や学生も受講しやすいよう、土曜日に講座を開催。</li> </ul> <p>■健康づくりサポーターバンク 38名登録</p> <p>■高齢者男性の社会参加を促す講座の実施(宇部市立第二人生高校男子校)。(再掲)</p> <p>■健康サポーター学習交流会</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康サポーターが健康情報や情報の伝え方などが学べる機会として8回開催。 (予定含む) 参加者数(実58人/延178人)(12/19現在)</li> </ul> <p>■健康づくり学習交流会(9/10)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマ:「笑って楽しく、延ばそう健康寿命」 ～笑いと呼吸法を組み合わせた健康法、笑いヨガを体験～</li> <li>・場所:福祉ふれあいセンター</li> <li>・参加者:健康サポーターや地域の健康づくりを推進している方、一般市民 計130人</li> <li>・講師:ハッピークローバー代表 長谷英治</li> <li>・健康サポーター活動紹介・健康チェック(骨密度・AGEs測定)</li> <li>・地域団体の健康づくり活動・女性の健康づくりに関するパネルの展示</li> </ul> <p>■地区での健康づくり人材活用[再掲]【12/10現在】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地区担当保健師等が健康課題に対してマッチングを実施。</li> <li>・サポーターバンクは6地区/24地区(25.0%)で活用。</li> <li>・健康サポーターは15地区/24地区(62.5%)で活用。 (健康サロンや教室での体力測定の補助など)</li> </ul>																				
<p>現状と課題</p>	<p>■健康づくり人材登録者数</p> <table border="1" data-bbox="392 1541 1276 1787"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健康サポーター(人)</td> <td>720</td> <td>808</td> <td>854</td> </tr> <tr> <td>健康づくりサポーターバンク登録者(人)</td> <td>34</td> <td>35</td> <td>38</td> </tr> <tr> <td>食生活改善推進員(人)</td> <td>85</td> <td>73</td> <td>77</td> </tr> <tr> <td>母子保健推進員(人)</td> <td>146</td> <td>142</td> <td>150</td> </tr> </tbody> </table> <p>■健康サポーターの活動の場が広がってきているが、地区活動に協力するサポーターが固定化されており、より多くのサポーターによる活動への参画が必要。</p>		R4	R5	R6	健康サポーター(人)	720	808	854	健康づくりサポーターバンク登録者(人)	34	35	38	食生活改善推進員(人)	85	73	77	母子保健推進員(人)	146	142	150
	R4	R5	R6																		
健康サポーター(人)	720	808	854																		
健康づくりサポーターバンク登録者(人)	34	35	38																		
食生活改善推進員(人)	85	73	77																		
母子保健推進員(人)	146	142	150																		
<p>今後の取組</p>	<p>■養成講座や学習交流会による人材育成</p> <p>■年間を通じた地区活動の継続実施及び健康づくり人材の活用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康サポーターの活動場面の拡充。</li> </ul>																				

## 10 女性の健康づくり

<p>令和7年度の 主な施策や取組</p>	<p>■セルフチェックリスト 産婦人科医の監修のもと月経と更年期症状に関するセルフチェックリストを作成。健康サポーター事業所部門登録事業所女性従業員、女性のための健康相談会参加者等に配布。市ウェブサイトへ掲載。女性特有の健康課題を知り不調への気づきを促した。約2,000枚配布。</p> <p>■働く世代の女性の健康相談事業 チェックリストによる該当者および心配事がある者に対し協力医療機関（市内婦人科7施設）で無料相談を実施。利用5件（R7.12月末現在）</p> <p>■女性のための健康相談会 保健師による個別相談に加え、ミニ講話や健康測定を実施。働く世代が参加しやすいよう夜間や休日にも開催。全5回延べ106名が参加。</p> <p>■オンライン特別出前講座 市内婦人科医によるオンライン講座を実施。健康サポーター13事業所、約50人が参加。（10/23）</p> <p>■骨密度強化事業 地区活動やイベント時に骨密度測定、クイズやアンケートなどを実施。生活指導や骨粗しょう症検診受診を啓発した。</p> <p>■情報配信 広報うべ10月号、サンデー宇部小野田、健康サポーター登録事業所メールマガジンによる情報配信</p> <p>■健康教育 ・出前講座「ちゃんと知りたい女性の健康」</p>
<p>現状と課題</p>	<p>■不調があっても「仕方ない」と自己判断し、受診や相談に繋がらない。 アンケートにより、何らかの不調により、無料相談を利用したいと回答した者が58名いるが、利用は5件に留まっている。（12月末現在）</p> <p>■気になる症状がありながらも、時間の余裕が無い、婦人科受診に抵抗がある。 アンケートにより、23%が何らかの不調・症状があるにも関わらず、無料相談を利用しようと思わないと回答。理由としては「時間の余裕がない」が最多。</p> <p>■女性特有の健康課題（月経、PMS、更年期など）に対する社会や職場での理解が不足している。 オンライン出前講座を受講した男性から「今まで女性が月経中に困っているかもと考えたこともなかったので気づけて良かった。」との声が聞かれた。 引き続き、女性の健康課題に関して、無関心層を含めた全ての層への正しい知識の啓発、女性の健康に関する相談窓口の周知や利用促進、女性の健康づくりに関する環境整備の推進が必要である。</p>
<p>今後の取組</p>	<p>■女性の健康課題への気づきを促し、受診や相談に繋げる ・令和7年度の取組を評価したうえでチェックリストや無料相談等の取組を継続。</p>