

令和 4 年 3 月 18 日

令和 3 年度 新宿区健康づくり行動計画の進捗状況等について（報告）

1 令和 3 年度中の方針変更事項

(1) 新宿区健康づくり行動計画（計画期間の延長）

国では、「健康日本 21（第二次）」の平成 25 年度から令和 4 年度までの計画期間を医療費適正化計画、医療計画及び介護保険事業支援計画の計画期間と一致させるため、1 年間延長する。これに合わせ、都道府県健康増進計画である「東京都健康推進プラン 21」についても、多くの指標を共有する関連計画と調和のとれた施策展開を行うため、計画期間を 1 年間延長した。

これらを踏まえ、区の健康づくり行動計画についても、計画期間を延長することとした。

《現行》 平成 30（2018）年度から 令和 4（2022）年度まで：5 年間

《変更》 平成 30（2018）年度から 令和 5（2023）年度まで：6 年間

なお、期間延長に伴う目標値及び目標年度等の変更は行わない。

(2) 新宿区健康づくりに関する調査

調査の実施に当たっては、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた、新しい生活様式などの視点を取り入れ、健康づくり施策に展開できる基礎資料の収集を行う。

《実施時期》 令和 4 年度（10 月～11 月を予定）

《調査対象》 18 歳以上区民（外国人含む。） 5,000 人

《標本抽出》 住民基本台帳からの無作為抽出

《調査方法》 郵送法（インターネット回答併用検討中）

(3) 新宿区健康づくり行動計画推進協議会委員の任期（委嘱期間の変更）

今般の新型コロナウイルス感染症への対応状況から、検討会議などが十分に開催できなかったことを踏まえ、現在委嘱する委員の方の同意を得られた場合は、任期を令和 6 年 3 月末まで再度延長できるものとする。

2 令和3年度における新宿区各部の取組状況（抜粋）

※資料2「令和3年度実施状況について（区の主な取組に記載している事業抜粋）」

令和2年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症の影響や対応等により、新宿区全般において、中止・延期・縮小する事業が多くなっています。

健康づくりに関連する事業も例外でなく、主な取組として資料に掲載する事業については、45事業中、計画通り21件、中止4件、縮小12件、その他（実施方法の変更など）8件となっています。こうした状況下、感染症の予防対策と合わせて、令和3年度事業の実施状況について、基本目標及び施策の項目別に報告します。

基本目標1 健康を支える社会環境を整備します。

1 誰もが意識せずとも健康づくりを実践できる環境を整えます。

しんじゅく健康ポイントは、委託事業者の変更により新宿区独自のウォーキングアプリの開発を含めた事業の再構築を行いました。新型コロナ流行下の健康づくりのツールとして多くの参加があり、目標通り進捗しています。

しんじゅく健康スタンプラリーは、新型コロナの影響でポイント対象事業の中止などもあり十分周知を行う事ができませんでしたが、口コミで徐々に参加者が増えてきています。

2 地域のつながりを醸成し、健康づくりを推進します。

地域での健康づくり活動を推進する区民の育成及び活動支援は、新型コロナ感染症の影響により行う事ができませんでしたが、今後、新型コロナの感染状況に応じてオンライン活用しながら実施していきます。

しんじゅく100トレの地域展開は、新型コロナの影響で新規グループの立ち上げに関する普及啓発ができませんでしたが、グループの活動継続支援を行いました。今後も区内全域の活動拠点が広がるよう、グループの立ち上げと活動の継続を支援していきます。

基本目標2 生活習慣を改善し、心身の機能を維持・向上させる取組を推進します。

1 身体活動量の増加と運動・スポーツ活動の習慣化を推進します。【別記2-1参照】

ウォーキングの推進については、新型コロナの影響でシティウォーク新宿やウォーキングマスター養成講座などを実施することができませんでしたが、ウォーキングマップの配布や初心者向けウォーキング教室は可能な限り開催し、新型コロナ流行下における区民の健康づくりに努めています。

新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン事業は延期、運動施設の管理運営などスポーツの習慣化に向けては縮小・中止していますが、工夫を凝らし体力づくりとともに区民の健康づくりの関心を高めていきます。

② 休養と心の健康づくりを支援します。

こころの健康に関する普及啓発パンフレット・リーフレットの配付については、計画どおり実施できました。講演会・講座事業に関しては、感染症予防のため縮小しました。今後も引き続き、こころの健康についての知識、ストレスの原因や対処法、休養の確保について普及啓発を行います。

③ 喫煙者の減少と飲酒量の適正化をめざします。

喫煙や受動喫煙の健康影響、新たな喫煙者を増加防止、望まない受動喫煙を防ぐため、学校等での健康教育や飲食店などでの普及啓発事業については一部縮小しました。今後も引き続き、受動喫煙防止等を推進していきます。

④ 歯と口の健康づくりを支援します。

乳幼児から始める歯と口の健康づくり事業については、乳幼児期のむし歯の予防のためにフッ化物塗布は拡充しましたが、保育園等での歯科健康教育は中止しました。感染症の動向を見据え、講座の実施方法やより効果的な周知啓発について検討します。

⑤ 高齢期の課題を踏まえた健康づくりを推進します。

(再掲) しんじゅく 100 トレの地域展開は、新型コロナの影響で新規グループの立ち上げに関する普及啓発ができませんでしたが、グループの活動継続支援を行いました。今後も区内全域の活動拠点が增えるよう、グループの立ち上げと活動の継続を支援していきます。

基本目標 3 生活習慣病対策を推進します。

① 糖尿病、循環器疾患などの主な生活習慣病の発症予防と重症化予防対策を推進します。

生活習慣病予防の普及啓発事業については、予防啓発イベントを中止しましたが、今後実施方法について検討していきます。

特定保健指導等事業及び、糖尿病性腎症等重症化予防事業は、計画どおり実施しました。

健康な食生活へのサポートについては、「しんじゅく野菜の日」の周知や広報しんじゅくに毎月簡単な野菜料理のレシピの掲載や野菜のレシピ集の配布等を行いました。また、簡単な野菜料理が学べる講座は、オンライン形式に変更し、毎月 1 本動画の配信を行いました。

② 健診受診の習慣化を推進します。

健診については、広報新宿、区ホームページ、健診案内冊子、ポスター等により健診の受診勧奨、普及啓発を行いました。

また、年1回の健診受診を習慣化するために、対象者には健診案内冊子と健診票を送付し、未受診者の国民健康保険加入者に、ハガキによる受診勧奨を実施したり、健康診査ご案内センターにおいては、電話による個別受診勧奨を行いました。

基本目標4 総合的にがん対策を推進します（新宿区がん対策推進計画）。**① がんのリスクの低下を図ります。**

がんにかかるリスクを減らせる健康的な生活習慣（禁煙・節酒・食生活の見直し・身体活動・適性体重の維持）等のリーフレットを作成し、区内医療機関等で配布しました。

がん予防教室事業の講演会は、新型コロナウイルスの影響により中止しましたが、今後、感染症の流行状況を見据え、実施方法を検討します。

② がんの早期発見・早期治療を推進します。

過去3年間にがん検診の受診歴がある方や健康診査票送付対象者などに、がん検診票を送付しました。また、子宮頸がん一次検診と乳がん一次検診の無料クーポン対象者に、検診票等を送付するなど、計画どおり実施しました。

また、新宿区がん一次検診を受診し要精密検査の判定を受けた区民に対して、医師を通じた精密検査受診勧奨及び受診状況把握を行うため、精密検査受診勧奨リーフレット及び精密検査受診状況票を医療機関へ配布しました。

③ がん患者の生活の質の向上をめざします。

がん患者・家族のための支援講座事業及び、がん患者の生活の質の向上に関する情報提供事業など、計画どおり実施できました。今後も引き続き、「在宅療養ハンドブック」「新宿区在宅医療・介護支援情報」を活用し、患者やその家族が相談できるよう周知に努めていきます。

基本目標5 女性の健康づくりを支援します。**① 女性の健康支援センターを拠点に女性の健康に関する正しい知識の普及を図ります。**

女性の健康に関する正しい知識の普及事業に関しては、オンラインによりセミナー開催として、計画どおり実施できました。今後、対面によるセミナー開催を検討していきます。

② 女性の健康づくりにおける区民による活動を支援します。

女性の健康づくりサポーターの集う機会は休止しましたが、女性の健康づくりサポーター養成講座をオンラインで開催しました。今後、対面による集う機会を検討していきます。

③ 女性特有のがん対策を推進します。

乳がん、子宮頸がん検診の受診率向上を図るため、乳がん月間(10月)を中心に、ピンクリボン活動を実施しました。また、ピンクリボンステッカーを作成し、区有施設や区内のスポーツクラブ等に掲出するなど知識の普及啓発を進めました。

基本目標6 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します。**① 生涯にわたって健康を増進する食生活を推進します。**

新型コロナウイルス感染症の影響によりメンズクッキングセミナーは中止しました。

食の安全に関する情報提供については、食品衛生フェア及び消費者講演会等のイベントは中止しましたが、給食提供者に対する講習会は書面で開催しました。今後も、普及啓発事業は開催場所の確保が困難な状況等も予想されるため感染状況に応じて、実施について判断します。

② 食文化の継承や食の楽しみを通して、食を大切にすることを育みます。

新型コロナウイルス感染症の影響により、メニューコンクールについては、参加部門を縮小し、2次審査も取りやめて実施しました。また、食育推進リーダーの育成については、書面開催による連絡会とオンライン開催による講演会を行いました。

保育園・子ども園・学校における行事食の提供については、計画通り行いました。

③ 地域や団体との連携・協働により、健康的な食環境づくりを推進します。

「食」を通じた健康づくりネットワークについては、新型コロナウイルス感染症の影響により講習会は中止しました。

食品ロスの削減については、今年度 MUJI 新宿に新たなフードドライブ常設窓口を設置しました。食品ロス削減シンポジウムは、YouTube を利用してオンライン開催しました。

3 令和2年度 新宿区健康づくり行動計画における指標の進捗状況(補足)

※資料3「新宿区健康づくり行動計画<<平成30年度~令和4年度>>指標の進捗状況」

令和2年度末までの区の実績について、大変遅くなりましたが参考送付します。

別記2-1 令和3年度における新宿区運動施設の利用状況（事業NO.32）

※資料2の別紙「運動施設の管理運営」参照

区内運動施設の利用状況は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、施設の休館や利用定員及び利用時間の制限により、目標値を達成することができない。

区民の健康な生活を支援するためには、スポーツやレクリエーション活動の場の提供が重要であることから、コロナ禍であっても、屋外スポーツ施設は開放を継続し、屋内施設は感染防止策を講じながら、施設の制限を解除してきた。これにより、利用者数は一時的に増加の傾向となったが、第6波の感染者数増加を受け、再度減少に転じるなど、年間を通じて困難な状況が続いた。

また、元気館では、新型コロナワクチン接種会場として通年利用があり、令和5年度には大規模修繕工事を予定しているため、健康増進施設の確保にむけ、集会室の転用など多様な利用を進める必要がある。

区では、東京2020オリンピック・パラリンピックのレガシーとして、障害者が自らスポーツに親しむ機会を増やすとともに、パラスポーツの振興につなげていくことを目的として、令和4年4月から区立スポーツ施設における障害者の利用料金を免除とした。これにより、障害者のスポーツを通じた健康づくりを支援していく。