

地域における健康教育

1 事業概要

(1) 事業目的

区では、区民の健康的な生活を支援するため、ライフステージに応じた望ましい生活習慣や健康づくりの啓発を広く進めています。

保健センターでは、妊産婦・乳幼児から高齢者まで幅広い区民を対象に健康無関心層を含め、身近な場所で正しい健康に関する情報を伝える機会として、地域における健康教育を行っています。

(2) 事業内容

保健センターには保健師・栄養士・歯科衛生士の専門職が従事しています。三職種の専門性を活かし、地域団体や福祉部・子ども家庭部等の他部署からの要請に応じ、健康教育を実施しています。

また、全ての地域センターまつりを始め、土日に開催する区のイベントにおいても、保健センターのブースを設け、健康に関する普及啓発を行っています。

さらに、民生委員・児童委員等、地域で健康づくりを支援する方々への健康教育も行っています。

2 関連データ

(1) 健康教育の実績

① 過去8年間の実績の推移（表1）

		乳幼児期	学齢期 青年期	成人期	高齢期	区民全体	地域の 支援者等	計
28年度	回数	65	6	14	73	15	18	191
	人数	917	351	157	1,671	3,923	481	7,500
29年度	回数	72	6	12	68	16	15	189
	人数	1,121	375	129	1,505	4,106	353	7,589
30年度	回数	65	5	10	99	14	19	212
	人数	780	216	334	1,878	5,118	594	8,920
元年度	データブックを作成していないため未集計							
2年度	回数	-	-	1	8	-	8	17
	人数	-	-	5	254	-	240	499
3年度	回数	-	-	-	1	-	6	7
	人数	-	-	-	7	-	193	200
4年度	回数	10	-	4	27	8	9	58
	人数	63	-	176	502	1,725	269	2,735
5年度	回数	40	-	7	46	12	13	118
	人数	288	-	151	772	2,876	385	4,472

出展：「新宿区データブック（令和6年度）」を一部改変（新型コロナウイルス感染拡大の影響により、令和2年度～4年度までデータブックの作成を休止。令和2年度～4年度は令和5年度作成時に集計したもの）

② 令和5年度の詳細

※各表中担当職種の「保」は保健師、「歯」は歯科衛生士、「栄」は栄養士

(ア) 乳幼児期

担当保健センター	担当職種			教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
牛込保健センター	保			戸塚地域センター Babyハイハイレース参加者	夏の子育てと事故予防について	1	8
	保	歯		あいじつ子ども園 ことりクラブ	乳幼児の感染症のはなし、むし歯予防とお口の発達	2	10
		歯		榎町子ども家庭支援センター	むし歯予防と口の発達	1	5
		歯		榎町子ども家庭支援センター	乳幼児の歯みがきについて	3	12
			栄	薬王寺児童館	ミニ離乳食講座	1	14
			栄	薬王寺児童館	ミニ幼児食講座	1	6
			栄	榎町子ども家庭支援センター	ミニ離乳食講座	1	2
			栄	榎町子ども家庭支援センター	ミニ幼児食講座	1	8
			栄	早稲田南町児童館	ミニ離乳食講座	1	2
四谷保健センター	保			信濃町子ども家庭支援センター	冬にかかりやすい子どもの病気について	1	6
		歯		信濃町子ども家庭支援センター	むし歯予防とお口の発達	1	10
		歯		四谷こども園	むし歯予防とお口の発達	1	8
			栄	若松特別出張所	もしもの時もいつものご飯	1	43
東新宿保健センター			栄	北新宿第一児童館	食育ミニ講座	1	4
			栄	西戸山幼稚園つどいのへや	ミニ離乳食・幼児食講座	1	10
	保	歯	栄	北新宿子ども家庭支援センター	乳幼児の健康についての講話、乳幼児の歯と口のおはなし、乳幼児の食事と栄養	3	10
		歯		北新宿第一児童館	乳幼児の歯と口のおはなし	1	5
		歯		西新宿児童館	乳幼児の歯と口のおはなし	1	5
落合保健センター	保	歯	栄	中落合子ども家庭支援センター 親と子のひろば	手洗いについて、むし歯予防とお口の発達、幼児食講座	3	23
	保		栄	上落合児童館	冬にかかりやすい病気、ミニ離乳食講座	2	12
	保			双子の会	双子の育児について	7	39
			栄	中井児童館	ミニ離乳食講座	1	9
			栄	中井児童館	ミニ幼児食講座	1	8
		歯		高田馬場第一児童館	むし歯予防とお口の発達	2	17
			栄	高田馬場第一児童館	ミニ離乳食講座	1	12
計						40	288

(イ) 学齢期・青年期

担当保健センター	担当職種			教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
—				—	—	—	—
計						0	0

(ウ) 成人期（20歳～64歳）

担当保健センター	担当職種			教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
牛込保健センター		歯	栄	RHQ難民支援センター	歯の健康、栄養バランスと健康管理	2	57
東新宿保健センター	保		栄	ふれあいトーク宅配便「東京食品販売国民健康保険組合」	血圧が高い人のポイント	1	38
	保			ふれあいトーク宅配便「日本東京国際学院」	日本での生活を元気にすごそう～心と体の健康	1	24
		歯		淀橋荘	虫歯予防と口腔ケア	1	10
落合保健センター	保			おちごなかい子ども園	母親に向けた健康教育講座～乳がんについて	1	11
		歯		けやき荘	歯と口の健康	1	11
計						7	151

(エ) 高齢期 (65 歳以上)

担当保健センター	担当職種		教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
牛込保健センター	保	歯	ふれあいトーク宅配便 新宿区高齢者学級連合会	高齢者の健康、食べる幸せいつまでも	1	68
	保	栄	ふれあいトーク宅配便 高齢者クラブ (戸山みのり会)	高齢者の健康、健康を考えた食生活	1	72
	保	栄	ふれあいトーク宅配便 高齢者クラブ (西早稲田高齢者グループ)	生活習慣病の予防、動脈硬化予防	1	54
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (西 早稲田地域交流館タンポポの会)	身体とこころのフレイル予防	1	13
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (薬 王寺地域ささえあい館 たんぽぽ)	フレイル予防～高齢期の運動について～	1	6
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (赤 城生涯学習館 みんなで動かしよう会)	フレイル予防・熱中症予防	1	14
	保		薬王寺地域ささえあい館 ささ えーるダンディクラブ	生活習慣病予防、認知症予防	1	13
		栄	高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (東 五軒町地域交流館 スイートビー)	フレイル予防～シニア世代の食と栄養～	1	10
	保	歯 栄	湯ゆう健康教室 (第三玉の湯)	フレイル予防、健口生活ははじめよう、健康を考えた食生活	3	26
		歯	コズミックセンター	食べる幸せいつまでも	1	30
		歯	富久クロス集会室	食べる幸せいつまでも	1	26
		歯	牛込笹原区民ホール	食べる幸せいつまでも	1	15
		歯	戸塚地域センター	食べる幸せいつまでも	1	29
		歯	高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (戸 山1丁目集会所 さんぽみち)	口の機能を改善するための秘訣	1	14
		歯	高齢期の健康づくり・介護予防出前 講座 (ワセダグループホーム)	口の機能を改善するための秘訣	1	8
四谷保健センター	保		高齢期の健康づくり・介護予防 出前講座 (須賀町鶴寿会)	元気で長生きするための秘訣	1	7
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (四 谷地区自主グループ すずらんパートⅡ)	元気で長生きするための秘訣	1	14
	保	栄	ふれあいトーク宅配便 (さつき会)	シニアの健康づくり～フレイル予防について～	1	72
	保	歯 栄	湯ゆう健康教室 (大星湯)	簡単な体操でいきいき生活、いきいき健 口生活、健康を考えた食生活	3	22
		栄	高齢期の健康づくり・介護予防 出前講座 (もみじ会)	シニア世代の食と栄養	1	5
		栄	高齢期の健康づくり・介護予防 出前講座 (河田クラブ)	シニア世代の食と栄養	1	14
	保	栄	四谷地区談話サロン 游庵	高齢者の運動について、フレイル予防で元気アップ	1	16
	保		四谷地区談話サロン 游庵	夏に気をつけること～熱中症予防、夏の健康管理	1	10
東新宿保健センター	保		大久保地域高齢者交流会 (芋煮会)	口腔ケア	1	32
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前 講座 (西新宿100トレ・ごっくん体操)	フレイル予防と脳トレ	1	12
	保		高齢期の健康づくり・介護予防 出前講座 (かがやけゴールド)	フレイル予防と脳トレ	1	9
	保	歯 栄	湯ゆう健康教室 (東宝湯)	いきいき長生きフレイル予防、健口体操 でいつまでも元気に！、筋肉を保つため	3	24
	保	歯 栄	湯ゆう健康教室 (万年湯)	フレイル予防、健口体操でいつまでも元 気に！、筋肉を保つための食事	3	20
		歯	西新宿シニア活動館 (やってみよう会)	オーラルフレイルを予防しよう！	1	7
		栄	ふれあいトーク宅配便 (柏木地 区青少年育成会)	骨粗しょう症につながる生活習慣	1	18
		栄	健康フェスタ (西新宿シニア活動館)	栄養相談コーナー	1	23
		歯	高齢期の健康づくり・介護予防 出前講座 (IKサポーターズ)	口の機能を改善するための秘訣	1	5
落合保健センター	保		中落合地域交流館 みどり会	熱中症予防について	1	12
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (さ さえーる中落合 竹の子の会)	元気で長生きするための秘訣	1	14
	保		高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 (下 落合地域交流館 楽らく会)	元気で長生きするための秘訣	1	14
	保	歯 栄	湯ゆう健康教室 (栄湯)	フレイル予防、いきいき健口生活、おい しく食べて元気に長生き	3	24
計					46	772

(オ) 区民全般

担当保健センター	担当職種		教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
牛込保健センター	保	栄	戸塚地域センターまつり	生活習慣病予防、女性の健康などについての普及啓発、動脈硬化予防	1	121
	保	栄	榎町地域センターまつり	生活習慣病予防、女性の健康などについての普及啓発、動脈硬化予防	1	164
	保	栄	簗笥地域センターまつり	生活習慣病予防、女性の健康などについての普及啓発、動脈硬化予防	1	163
四谷保健センター	保	歯 栄	若松地域センターまつり	生活習慣病予防、女性の健康などについての普及啓発、お口を使って遊ぼう、動脈硬化予防	1	367
	保	歯 栄	四谷地域センターまつり	生活習慣病予防、女性の健康などについての普及啓発、動物の歯のクイズ、動脈硬化予防	1	402
東新宿保健センター	保	歯	みどりとりサイクルフェア	生活習慣病予防についての普及啓発、噛むかむチェック	1	266
	保	栄	大久保地域センターまつり	生活習慣病予防についての普及啓発、動脈硬化予防	1	157
	保	栄	柏木地域センターまつり	生活習慣病予防についての普及啓発、動脈硬化予防	1	125
	保	栄	角筈地域センターまつり	生活習慣病予防についての普及啓発、動脈硬化予防	1	148
落合保健センター	保	歯 栄	落合第一地域センターまつり	生活習慣病予防についての普及啓発、歯と口への健康に関する普及啓発、糖尿病予防	1	877
	保		落合第二地域センター開館記念イベント	高血圧・熱中症予防についての普及啓発	1	70
		栄	ふれあいトーク宅配便（フレッシュスタート目白）	健康を考えた食生活	1	16
計					12	2,876

【地域における健康教育の様子】

柏木地域センター



角筈地域センター



大久保地域センター



みどりとりサイクルフェア



(カ) 地域の支援者等

担当保健センター	担当職種	教室名・グループ名	テーマ	回数	人数
牛込保健センター	保	新宿区町会連合会定例理事会	アルコールとタバコの関係	1	22
	保	ファミリーサポート提供会員講習会	乳幼児の暮らしとケア、乳幼児の食事と栄養	1	26
	保	民生委員・児童委員連絡会	保健センターの業務について	2	43
		栄 新宿区町会連合会定例理事会	健康づくりは毎日の食事から	1	55
四谷保健センター	保	民生委員・児童委員連絡会	保健センターの取り組み紹介（しんじゅく100トレミニ講座）と意見交換会	1	33
東新宿保健センター	保	新宿区町会連合会定例理事会	糖尿病予防のためのポイント	1	38
	保	栄 ファミリーサポート提供会員講習会	保健センターの子育て支援事業、乳幼児の食事と栄養	1	22
	保	大久保ネットワーク会議	フレイル予防のお話し	1	25
		歯 新宿区町会連合会定例理事会	オーラルフレイルを予防しよう！	1	39
落合保健センター	保	新宿区町会連合会定例理事会	生活の中で無理なく体を動かすコツ	1	30
	保	栄 ファミリーサポート提供会員講習会	保健センターの子育て支援事業、乳幼児の食事と栄養	1	16
	保	民生委員・児童委員連絡会	日々の活動の中で感じる担当地区の特徴について	1	36
計				13	385

【参考】 地域における健康教育の流れ

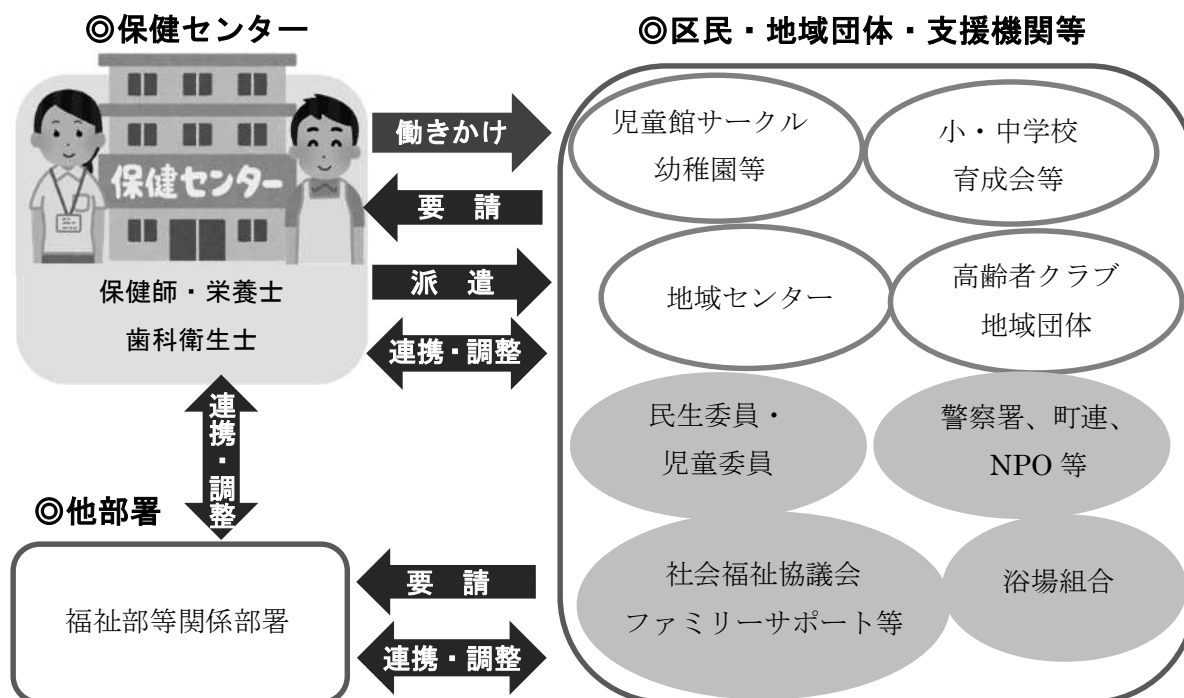


図1 ライフステージ別参加人数の推移

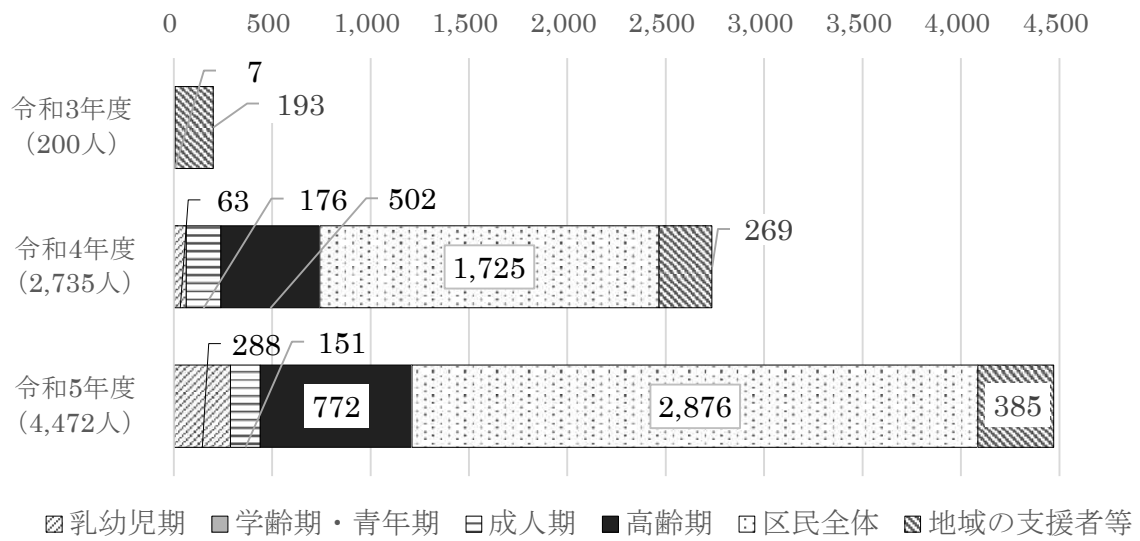


図2-① ライフステージ別実施回数 (令和5年度)

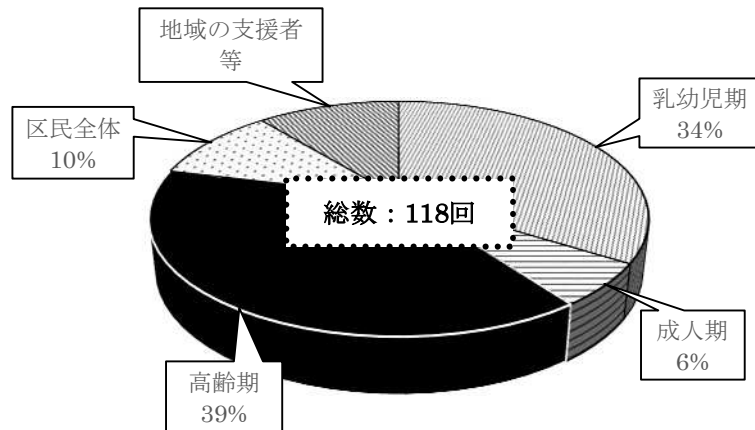


図2-② ライフステージ別参加人数 (令和5年度)

