

健 康 教 育

表 1 15年度健康教育センター概要・指導実績

広 報 活 動 (情報の収集・発信)	報道・情報提供	ホームページの編集・運営	
		パブリシティ活動	
		プレスサービス（日刊各新聞の情報提供）	
	編集・出版	機関紙「健康かながわ」	6,500部 毎月15日発行
		機関誌「予 防 医 学」	4,500部 年 1 回発行
		機関誌「事 業 年 報」	4,500部 年 1 回発行
		会員機関紙 ・ACクラブ会報紙「マリンプルー」 ・人間ドック会報紙「リズミック・ウェーブ」	3,000部 年 4 回発行 6,000部 年 2 回発行
協会報「広 場」		デジタル配信	
	広報媒体作成 パンフレット，リーフレット，ポスター，パネル 等の企画・製作	随時作成	
健康教育の企画・ 実 施 支 援 活 動	キャンペーン活動の 支援	がん征圧月間行事（9月）	協力
		労働衛生週間行事（10月）	協力
		すこやかかながわ 1 万人健康ウォーク（11月）	健康生活展参加
		生活習慣病予防週間行事（2月）	協力
	都市型健康教育活動	横浜三越「女性のための健康セミナー」	1
		朝日カルチャーセンター・横浜「健康講座」 （企画協力）	28
	課題別健康教育セミナー	「地域づくり型保健活動」	2
	地域保健活動	がん集団検診研修会	1
		健康教育セミナー（委託事業）	5団体（52回）
		健康教室（講師派遣）	34
	地域保健分野での指導回数（上記含む）の実数小計		119
	産業保健活動	健康管理懇談会	7
		メンタルヘルス事例検討会	8
		健康教育セミナー（委託事業）	1団体（7回）
		健康教室（講師派遣）	8
	産業保健分野での指導回数（上記含む）の実数小計		50
	中央診療所内受診者健康 教育・支援活動	わくわく講座（毎月開催）	12
		金曜サロン（第2金曜日開催）	10
健 康 づ く り 実 践 活 動	生活習慣病予防・改善 プログラム	生活習慣病改善プログラム（測定含む）	27
		ウォーキング・クリニック（測定含む）	101
		健康体力相談（測定含む）	15
		セルフサポート支援プログラム	8
	健康づくりプログラム	人間ドックオプション…KZP （健康づくりプログラム）	24
		産業保健分野…THP （トータル・ヘルス・プロモーションプラン）	6団体（26回）
	中央診療所内での指導回数（上記含む）の実施小計		187
事務局支援活動	事務局	神奈川学校保健研究会 （月1回例会，夏期講習会3日間）	14
		禁煙，分煙活動を推進する神奈川会議	10
	その他の指導（専門学校指導など）回数小計		23
総 計			434

表2 第27回がん集団検診研修会（会場：茅ヶ崎市コミュニティホール）

（神奈川県都市衛生行政協議会＝会長・茅ヶ崎市，神奈川県町村保健衛生連絡協議会＝会長・城山町との共催）

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
8 / 28	第Ⅰ部 健康増進法施行と市町村の今後の取り組みについて —特に第25条 たばこ問題をめぐって— 第Ⅱ部 検診車によるマンモグラフィ検診 —見学と精度管理の検討—	神奈川県鎌倉保健福祉事務所 医師 原田 久 県予防医学協会放射線技術部部長 萩原 明	57

— 受 託 事 業 —

表3 伊勢原市 健康セミナー「しぼれ！体脂肪」

（※月日の上段は前期，下段は後期）

2回／年

回	月 日	内 容	参加者
1	4 / 17	自分の身体を測ろう！ 身体計測，体脂肪測定，血液検査等	前期 37 後期 32
	9 / 26		
2	4 / 24	第1回目の結果説明 オリエンテーション	
	10 / 10		
3	5 / 15	あなたの活動量はどのくらい？ 活動量を高めよう！ からだのお手入れ術—ストレッチング	
	10 / 24		
4	5 / 29	美味しいダイエット計画① —あなたの食事カロリーは！?—	
	11 / 7		
5	6 / 12	活動量の変化は？ 歩きの質を高めよう！ —いろいろな歩き方—	
	11 / 21		
6	6 / 26	美味しいダイエット計画② —メニューづくり編—	
	12 / 5		
7	7 / 17	変化を測ろう！ 身体計測，体脂肪測定，血液検査等	
	12 / 12		
8	7 / 31	医師，栄養士，健康運動指導士による 結果説明報告会	
	1 / 16		
「しぼれ！体脂肪 フォローアップ・コース」 (※上段は前年度，下段は15年度前期のフォローアップ)			
1	5 / 21	【運動編】からだのお手入れ術—関節障害から身を守り，効果的に運動しよう—	14年度フォローアップ 25 15年度前期 フォローアップ 25
	9 / 4		
2	6 / 18	【栄養編】美味しいダイエット計画③ —ダイエット食をつくろう—	
	10 / 7		
3	7 / 17	【運動編】ストレス解消法—リラクゼーション—	
	11 / 13		
4	7 / 31	【測定】半年後の自分の身体を測ろう！③ 身体計測，体脂肪測定，血液検査等	
	12 / 12		
5	9 / 4	結果説明会	
	1 / 16		

表4 箱根町 いきいき健康セミナー

回	月 日	内 容	参加者
1	10 / 22	超音波による内臓脂肪測定 —現状チェック—	30名
2	11 / 5	超音波測定の結果説明・骨密度測定	
3	12 / 3	運動指導（活動量の高め方） —ストレッチング—	
4	1 / 21	骨を丈夫に！！ —コツコツためようカルシウム 講義と調理実習	
5	2 / 4	活動量の変化は？ —運動指導「歩きの質の高め方」	
6	2 / 18	高脂血症の予防のために —講義と試食—	
7	3 / 10	超音波による内臓脂肪測定 —変化度チェック—	
8	3 / 24	さて，あなたの変化度は？ —超音波測定結果について—	

表5 寒川町 ウォーキングセミナー

回	月 日	テ ー マ	参加者
1	9 / 25	日頃の活動量をみる 活動量を高める工夫	20
2	10 / 9	要の体操（命の貯蓄体操） 楽しく食べて活力アップ（健康バランス食）	
3	10 / 16	活動量の変化をみる ウォーク指導	
4	11 / 6	歩きの質をみる 運動指導	

表6 神奈川県福利厚生振興会「いきいき健康セミナー—ピン・ピン・コロリで元気よく—」

回	月 日	テ ー マ	参加者
1	9 / 5	健康づくり運動の考え方	15
2	9 / 12	健康づくり運動の体力のS	
3	9 / 19	健康づくり運動の実践	
4	10 / 3	健康づくり運動の体験から日常生活へ	

表7 横浜市福祉局「健康セミナー」

回	月 日	テ ー マ	参加者
1	10 / 7	腰痛教室—東洋医学で改善しよう	13
2	10 / 14	頸肩腕教室—東洋医学で改善しよう	15
3	10 / 22	腰痛教室—軽体操で改善しよう	12
4	11 / 27	頸肩腕教室—軽体操で改善しよう	13
5	1 / 20	頸肩腕教室—東洋医学で改善しよう	10
6	1 / 27	腰痛教室—東洋医学で改善しよう	20
7	2 / 27	頸肩腕—軽体操で改善しよう	12

— 施 設 内 指 導 —

表8 ウォーキングクリニック

	計	延べ
ベーシック・コース	73	219
ステップアップ・コース	56	112
フォローアップ・コース	41	123
計	170	454

表9 生活習慣病改善教室（10回シリーズ）

	延べ
ベーシック	90
フォローアップ（3回）	15
計	105

表10 健康体力相談

	延べ
測定	9
相談	13
計	22

表11 セルフサポート支援プログラム

計	118
---	-----