

健 康 教 育

表1 平成19年度健康創造室企画課 健康教育 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」	7,000部 毎月15日発行
		機関誌「予防医学」	3,700部 年1回発行
		機関誌「事業年報」	3,700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「リズムック・ウェーブ」	3,000部 年3回発行 6,000部 年2回発行
協会報「広場」		デジタル配信 年4回	
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
		ピンクリボン運動(9月～11月)	主催・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
		生活習慣病予防習慣行事(2月)	協力
	都市型健康教育活動	朝日カルチャーセンター・横浜「健康講座」(企画協力)	8回
	地域保健活動 (住民対象)	予防医学実務研修会(市町村の衛生担当者・保健師等を対象)	1回
		健康教室(講師派遣)	1回
	地域保健分野での指導回数(上記含む)の実数小計		19
	産業保健活動 (従業員・自治体職員対象)	かながわ健康支援セミナー(産業衛生担当者・産業医・保健師等)	7回
		メンタルヘルス事例検討会	3回
		健康教育セミナー(委託事業)	4団体(21回)
		健康教室(講師派遣)	26回
	産業保健分野での指導回数(上記含む)の実数小計		61
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)	11回	
	金曜サロン(第2金曜日開催)	10回	
健康づくり 実践活動	生活習慣病予防・改善プログラム	生活習慣改善プログラム 【ヘルスアップコース・体力測定・各種教室(ウォーキング&ストレッチ、カラダ「ひきしめ」、栄養教室)】 セルフサポート支援プログラム	10回 4回
		健康づくりプログラム	人間ドックオプション…K Z P(健康づくりプログラム) 産業保健分野…T H P(トータル・ヘルス・プロモーションプラン)
	中央診療所内での指導回数(上記含む)の実施小計		43
	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)
禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議(理事会・総会・講演会)			随時
その他の健康教室等回数(上記含む)小計		30	
総計		153	

地域保健活動(自主・受託事業)

表2 第31回予防医学実務研修会(前・がん集団検診研修会) 会場:松村ガーデンホール・神奈川県予防医学協会2階
(共催:神奈川県都市衛生行政協議会=会長・厚木市、神奈川県町村保健衛生連絡協議会=会長・葉山町)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
8/30	【メインテーマ】 医療制度改革—特定健診・特定保健指導の諸問題と各市町村の動向 【講演】 「特定健診・特定保健指導の諸問題—今後、国保連はどのように進めていこうとしているのか—」 【討議・質疑応答】 「神奈川県内の各市町村の動向と今後の課題」	【講師】 前・神奈川県国民健康保険団体連合会常務理事 小野 康夫 【座長】 当協会常勤顧問 鈴木 忠義	98

表3 ピンクリボンかながわ2007

表3-1 ピンクリボンフェスタートーク&マーケット—9月22日・9月23日(会場:ハウスクエア横浜・横浜市都筑区)

(共催:ハウスクエア横浜、NPO法人乳房健康研究会 協賛:エイボン・プロダクツ株)

ピンクリボントークショー

月 日	テ ー マ	講 師
9/23	大切にしたい 日常のしあわせ —乳がん早期発見者 からのメッセージ—	女優 宮崎 ますみ

※併設:ピンクリボンコネクション・ツアーセレモニー、乳がん相談、マンモグラフィ搭載検診車見学、自己触診法の紹介、乳がん啓発展示等

表3-2 ピンクリボンかながわ2007 in 厚木(第17回しあわせライフ・フェスティバル
会場:あつぎパートナーセンター)

(共催:NPO法人乳房健康研究会 後援:厚木市、厚木市教育委員会、厚木保健福祉事務所、厚木医師会、tvk(テレビ神奈川)、神奈川新聞社ほか 協賛:エイボン・プロダクツ株)

月 日	テ ー マ	講 師
10/19	乳がん検診 —早期発見者からの メッセージ—	コスモス女性クリニック院長 野末 悦子

※厚木市立相川小学校1年生「お母さんの似顔絵」展示、自己触診法の紹介、乳がん啓発パネル展示等

表3-3 ピンクリボンかながわ2007 イベント

月 日	テ ー マ	会 場
9/22 9/23	横浜ライフデザインフェア2007	パシフィコ横浜 展示ホール
9/30	ハロー横浜元気フェスタ (横浜市中区健康まつり)	横浜市根岸森林公園
11/11	すこやかかながわ1万人健康ウォーク —健康生活展—	横浜市 赤レンガパーク



講演中の宮崎ますみさん



野末悦子医師



ハウスクエア会場風景



厚木市立相川小学校 1年生によるお母さんの似顔絵展示

産業保健活動(受託事業)

表4 K職員研修会

項目	回数	実施日	タイトル	講師
安全衛生主任者等研修会	1	6/15	わかりやすい健康管理 -安全衛生主任者等の役割-	当協会集団検診センター所長 井澤 方宏
一般健康教育講座	4	8/27	ピラテス&ストレッチ	ピラテストレーナー 当協会健康運動指導士 中井 美穂 小林 辰也
		9/10	メタボリックシンドローム対策 -栄養から見直そうあなたの生活-	甲子園大学副学長 田中 平三
		10/9	メタボリックシンドローム -内臓脂肪を落とす運動	当協会健康運動指導士 小林 辰也
		11/27	メタボリックシンドローム -内臓脂肪を落とす運動	当協会健康運動指導士 小林 辰也
メンタル研修会 (一般職員対象)	3	7/13	自分でできるメンタルヘルス対策	エクソンモービル有限会社 医務産業衛生部 産業医 荒武 優
		9/27	「疲れにくい心と身体をつくろう」 -元気な職場づくり-	富士通株 健康推進統括部長 富士通川崎病院院長 三宅 仁
		12/17	「働く人のメンタルヘルス」 -ストレスと上手につきあう-	株イーブ EAP推進室室長 臨床心理士 尾崎 健一
メンタル研修会 (管理監督者対象)	6	7/9	「メンタルヘルス基礎講座」 講演	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎
		8/20	「メンタルヘルス応用講座」 実習「事例検討」	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎
		9/3	「メンタルヘルス基礎講座」 講演	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎
		10/15	メンタルヘルス応用講座」 実習「事例検討」	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎
		1/10	「メンタルヘルス基礎講座」 講演	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎
		1/28	「メンタルヘルス応用講座」 実習「事例検討」	当協会メンタルヘルス外来担当医 産業保健部統括部長 小原甲一郎

表5 Y職員 健康づくりセミナー「腰痛・肩こりコース」
8月-11月

回	月 日	内 容
1	8/24	症状別 肩こり・腰痛解消法
2	10/4	肩こり・腰痛体操で シェイプUP!
3	10/26	肩こり・腰痛体操で シェイプUP!
4	11/2	セルフケアとスローエクササイズ

表6 J企業 「室内運動&栄養指導会」セミナー
メタボリックシンドローム予防と対策

※京都予防医学センターへの協力

プログラム内容 (10/1、10/15)

計測	体重、体組成、腹囲等
問診	
【セミナー】	お弁当(夕食)にひと工夫(実際の食事会)
栄養指導	料理カードでメニューづくり (エネルギー表示の確認とダイエットのポイント)
運動指導	効率的な脂肪燃焼体験 内臓脂肪をためない運動

施設内事業

表7 わくわく講座

月 日	タイトル
5/11	汐風感じながら楽しめるwalking 山下公園~赤レンガ~横浜ベイクォーター
6/25	いつまでもキレイでいたい 今年こそは、脱!おばさん・おじさん体型!
7/19	目指せウエスト!マイナス3cm~「ピラテス」初級者編~
8/24	身近な食材シリーズ 特保(特定保健用食品)でナニ?
9/12	脱・「だる~い」~ストレッチング・エクササイズ~
10/17	『裏』鎌倉をあるく
11/13	酒房 予の蔵
12/4	おいしい料理教室 ヘルシーなおせち料理
1/22	肌ケア カサカサ肌よおさらば
2/6	食事を見直す 「血圧が気になる方」
3/7	消化器のがん 健やかなシニアライフのために