

# 健康松戸 21IV 令和7年度アクションプラン

## 中間報告（11月末時点）

<目次>

「1 健康的な生活習慣の実践」

- 1-(1)健康的な食生活の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・P2
- 1-(2)自分に合った運動習慣の推進・・・・・・・・・・P3
- 1-(3)適切な睡眠による休養の推進・・・・・・・・・・P4
- 1-(4)アルコールによる健康障害の予防・・・・・・・・P5
- 1-(5)喫煙のリスクを避ける対策の推進・・・・・・・・P6
- 1-(6)歯・口腔の健康づくりの推進・・・・・・・・・・P7

「2 心身の生活機能の維持・向上」

- 2-(1)特定健康診査・特定保健指導等の推進 重点的な取組・・・・・・・・P8
- 2-(2)がん検診の推進 重点的な取組・・・・・・・・・・P9～10
- 2-(3)糖尿病の発症予防・重症化予防 重点的な取組・・・・・・・・P11～12
- 2-(4)フレイル予防の推進 重点的な取組・・・・・・・・P13
- 2-(5)こころの健康づくりの推進・・・・・・・・・・P14

「3 健康につながる環境づくり」

- 3-(1)健康づくりネットワークの強化・・・・・・・・P15
- 3-(2)健康づくりに取り組むきっかけづくり・・・・・・・・P16

- 【資料】※用語解説・・・・・・・・・・・・・・・・・・P17～18

## 令和7年度アクションプラン 取組の中間報告について

本資料は、令和7年度第1回健康づくり推進会議にてご説明させていただきました「令和7年度 アクションプラン」の取組の中間報告のために作成いたしました。各分野で記載している「中間実績」は、一部を除いて11月末現在の実績となっております。また、令和8年度の今後の方針（11月末現在）として、「継続」「拡充」「廃止」の3点を示しております。

なお、令和7年度アクションプランに基づいた取組の総括については、令和8年度第1回健康づくり推進会議にてご報告をさせていただきます。

### ○実施計画

R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18
計画策定						中間評価					最終評価	次期計画策定
Ⅲ	健康松戸 21Ⅳ											
松戸市健康づくり推進会議												
健康松戸 21Ⅳ事務局会議												

### ○令和7年度スケジュール

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
			第1回健康づくり推進会議 (R7取組計画)							第2回健康づくり推進会議 (R7中間報告)	

### ○今後のスケジュール

- ・令和8年度第1回健康づくり推進会議にて、令和7年度の取組報告、令和8年度の取組計画について審議。

**基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(1) 健康的な食生活の推進**

**【取組目標】 バランスのよい食事ができている人の増加**

バランスのよい食事：ほぼ毎日1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】		
<p>「健康づくり」に関する松戸市民アンケート調査（令和4年度）（以下、「令和4年度調査」という。）によると、主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合は国とほぼ同等の36.0%である一方、男性の30、40歳代で20%以下、女性の20、30歳代で15%以下と低い。令和4年国民健康・栄養調査結果における野菜摂取量平均値は10年前に比べて有意に減少し、本市でも同様と推測される。また、朝食をほとんど食べない人の割合は、男性の20、30歳代と女性の20歳代で20%を超え、生活習慣病の発症・重症化や生活機能低下が懸念される。</p> <p>以上のことから、青壮年期に向け、朝食を欠かさずとりバランスのよい食事をとる人を増やす取り組みが必要である。</p>	<p>①バランスのよい食事が実践できるよう普及啓発する</p> <p>②関係機関や団体と連携し、健康的な食生活を実践できる環境を整備する</p>		<p>現状値 (令和4年度)</p>	<p>目標値 (令和16年度)</p>
		<p>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合</p>	<p>36.0%</p>	<p>50.0%</p>
		<p>野菜摂取量の平均値</p>	<p>308g</p>	<p>350g</p>
		<p>朝食をとる日がほぼ毎日の人の割合</p>		
		<p>①20～40歳代男性</p>	<p>①61.5%</p>	<p>①80%</p>
		<p>②20～40歳代女性</p>	<p>②70.9%</p>	<p>②80%</p>

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分						
1	P.43	①	<p>青壮年期の市民が主食・主菜・副菜が揃ったバランスのよい食事について理解し、実践につなげられるよう18歳から64歳までの食生活講座※を12回開催する。自身の食事についてのワークを通し、不足しがちな野菜について、積極的な摂取を促進する。</p>	<p>(1)食生活講座実施（11月末）</p> <table border="1" data-bbox="965 831 1346 895"> <tr> <td>回数</td> <td>参加者数</td> </tr> <tr> <td>9回</td> <td>111人</td> </tr> </table> <p>食事バランスチェックのワークで、自身の野菜摂取状況を把握してもらい、積極的摂取のための促進、啓発。</p>	回数	参加者数	9回	111人	<p>・市民が自宅で簡単にできる食事バランスチェックのワークシート等が必要である。</p>	<p>・野菜と朝食の積極的な摂取に着目し、新たなワークシート等を活用した普及啓発を実施。 ・実践に繋がりがやすいツールに変更。</p>	継続		
回数	参加者数												
9回	111人												
2	P.43	①	<p>食生活改善サポーター※（以下サポーター）や食育ボランティア※（以下ボランティア）が健康的な食生活の推進活動を効果的に行うため、現状の手法を把握・分析し、実践へ繋ぐ。</p>	<p>(1)サポーターへのアンケート実施</p> <table border="1" data-bbox="965 1050 1346 1114"> <tr> <td>団体数</td> <td>対象</td> <td>回答状況</td> </tr> <tr> <td>4団体</td> <td>27人</td> <td>20人 74%</td> </tr> </table> <p>サポーターが伝えたい啓発内容は「バランスのよい食事量の目安」が100%、実施した方法は「活動紹介チラシの活用」が74%であり、活用できていない人が見受けられた。</p>	団体数	対象	回答状況	4団体	27人	20人 74%	<p>・サポーター等が普及しやすいチラシの見直し等、市民に伝える手法について検討する必要がある。</p>	<p>・サポーターやボランティアの活動の場や手法を拡大する。 ・サポーターやボランティアによる推進活動についての広報を強化。</p>	拡充
団体数	対象	回答状況											
4団体	27人	20人 74%											
3	P.43	②	<p>特に青壮年期の市民が自然に健康的な食生活を実践することができる食環境づくりとして、企業や庁内関係部署等との連携・情報交換を行う。</p>	<p>(1)セブン-イレブン松戸常盤平駅前店と連携し、店舗商品棚に掲げる食に関する啓発表示(POP)や、体験を通じたイベント開催について、次年度実施に向けた情報交換を実施。 (2)市役所の職員健診の結果に適正体重に関するチラシを封入。(3,300枚)</p>	<p>・POP啓発実施への具体化、セブン-イレブン松戸常盤平駅前店以外での展開について検討が必要である。</p>	<p>・スーパー、コンビニ等と連携し、効果的な啓発ツールの掲示やイベントを実施。</p>	拡充						

**基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(2) 自分に合った運動習慣の推進**

**【取組目標】 身体活動量の増加、運動習慣のある人の増加、ロコモティブシンドローム予防に取り組む人の増加**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】		
令和4年度調査における「意識して体を動かしている人の割合」は60.5%であり、平成25年度調査の61.2%から低下している。特に20～30歳代男性及び20～50歳代女性で特に低くなっている。また、「ロコモティブシンドローム※を認知している人の割合」が40.9%で、特に男女共20～40歳代が低くなっている。 以上のことから、20～50歳代に対してロコモティブシンドロームの認知度を上げる取組や運動の意識づけと運動が継続できる環境づくりに努め、運動習慣がある人を増やしていく必要がある。	①身体を動かす効果や運動を生活に取り入れる方法について普及啓発する  ②運動の習慣化に向けた環境づくりを行う  ③ロコモティブシンドロームに対する認知度のさらなる向上を図る		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)
		意識して体を動かす人の割合	60.5%	72.0%
		1日の歩数の平均値	データなし (次回調査に追加)	7,100歩
		運動習慣のある人の割合	データなし	46.0%
		ロコモティブシンドロームを認知している人の割合	40.9%	80.0%
		骨粗しょう症検診受診率	6.0% (令和6年度)	13.5%

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の 方針区分
1	P.46	①	広報まつど健康づくり特集号(フレイル※予防)への掲載により、若い世代を含めて普及啓発する。	(1)広報まつどフレイル予防編を7月25日に141,000部発行。運動にも関連性の高いたんぱく質を切り口に、若い世代を含め、幅広い世代の関心が高まるよう工夫した。	・広報まつど未読世帯など健康情報が届かない人たちがいる。	・若い世代など健康情報が届いていない人たちへの発信方法を検討。	継続
2	P.46	②	健康推進員※によるロコモティブシンドロームやフレイル予防に資する新たな啓発活動(ウォーキングイベント)の準備を進める。	(1)令和8年3～4月実施に向け、ウォーキングコースの見直しや周知方法を検討する。(健康推進員の協議会や定例会で検討する)	・準備段階であり、課題設定する段階ではない。	・令和8年度は継続。令和8年春の実施状況を踏まえて秋開催の内容修正を図る。	継続
3	P.46	③	ロコモティブシンドロームやフレイルの認知度向上に向け、スポーツ関連団体や庁内関係部署等との連携・情報交換を行う。	(1)スポーツ推進委員との連携に関して担当課との協議を実施。10月にスポーツ推進委員の役員12名に対して講座を実施し、スポーツ推進委員への研修会開催を提案。 (2)スポーツ関連の健康松戸21応援団と共同事業について協議。	・スポーツ推進委員全体のロコモティブシンドロームやフレイルの認知度向上を目指す必要がある。 ・更なる連携先の開拓が必要である。	・スポーツ推進委員を対象とした研修会の準備および実施。 ・新たな連携先を検討。	継続

**基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(3) 適切な睡眠による休養の推進**

**【取組目標】睡眠で休養がとれている人の増加、適切な睡眠時間が確保できている人の増加**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】										
<p>令和4年度調査の「睡眠による休息が十分に取れていない人の割合」は目標値15.0%に対し29.0%と、平成25年度「健康づくり」に関する松戸市民アンケート調査の28.0%とほぼ同様の結果になっている。</p> <p>また、睡眠による休養が取れている人の割合は、国の目標値である80%と比べても少なく、30～40歳代では国や県と同様に少ない傾向にある。そのため、個人差等を考慮しつつ、日常的に質・量ともに十分な睡眠を確保し、心身の健康を保持するための年代に合わせた啓発が必要である。</p>	<p>①質・量ともに適切な睡眠をとることの大切さについて周知啓発する</p> <p>②ワーク・ライフ・バランス※の実現に向けて関係団体や庁内関係部署との連携を図る</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>睡眠で休養がとれている人の割合</td> <td>67.9%</td> <td>80.0%</td> </tr> <tr> <td>睡眠時間が6～9時間(60歳以上については6～8時間)の人の割合</td> <td>データなし (次回調査に追加)</td> <td>60.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	睡眠で休養がとれている人の割合	67.9%	80.0%	睡眠時間が6～9時間(60歳以上については6～8時間)の人の割合	データなし (次回調査に追加)	60.0%	
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)										
睡眠で休養がとれている人の割合	67.9%	80.0%										
睡眠時間が6～9時間(60歳以上については6～8時間)の人の割合	データなし (次回調査に追加)	60.0%										

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組(強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分
1	P.49	①	未成年及びその保護者に対して、学校と連携し(保健室だよりの活用)、睡眠に関する普及啓発を行う。	(1)市立小中学校への啓発 ・保健室だよりへの活用に向け、飲酒・喫煙・睡眠・こころの健康に関する啓発データを提供。 (2)市立小中学校以外への啓発 ・市内高等学校や私立小中学校のうち希望のあった学校へ啓発データを提供。(12月) (3)市内4大学へ啓発データを提供。(年内予定)	・記事使用については各学校の養護教諭等の判断によるため、学校が求める内容に合わない場合は使用されない可能性がある。	・小中高校、大学へ健康情報を提供。 ・啓発データの内容の見直し。	継続
2	P.49	②	働き世代のワーク・ライフ・バランスの実現に向け、職域団体や庁内関係部署等との連携・情報交換を行う。	(1)商工会議所と中小企業のワーク・ライフ・バランスについて、情報交換を開始した。	・中小企業の従業員の健康づくりを後押ししていく必要がある。	・健康経営の推進も含めた企業や労働者にとってメリットがある形での連携の検討を進める。 ・庁内関係部署と連携した企業や労働者にむけた啓発の打診および実施。	継続

基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(4) アルコールによる健康障害の予防

【取組目標】 多量飲酒をする人の減少

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】												
令和4年度調査における「多量飲酒者の割合」は、特に40歳代と50歳代男性が20%を超え、女性では40歳代が15.7%と多くなっており、平成25年度調査と比べて増加傾向である。働き世代の多量飲酒者が健康に配慮した飲酒ができるよう支援する必要がある。また、飲酒の健康に与える影響が大きい20歳未満の人や妊産婦に対しては、飲酒が及ぼす健康影響に関する知識の普及啓発を行い、飲酒をしないよう働きかける取組が必要である。	①飲酒による健康への影響について普及啓発する ②多量飲酒をする人を減らすための仕組み作りを進める	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1日平均純アルコール摂取量 男性40g、女性20g以上の人の割合</td> <td>13.0%</td> <td>10.0%</td> </tr> <tr> <td>(男性)</td> <td>16.7%</td> <td>12.0%</td> </tr> <tr> <td>(女性)</td> <td>10.8%</td> <td>8.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	1日平均純アルコール摂取量 男性40g、女性20g以上の人の割合	13.0%	10.0%	(男性)	16.7%	12.0%	(女性)	10.8%	8.0%
			現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)										
		1日平均純アルコール摂取量 男性40g、女性20g以上の人の割合	13.0%	10.0%										
		(男性)	16.7%	12.0%										
(女性)	10.8%	8.0%												

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分
1 再掲	P.51	①	未成年及びその保護者に対して、学校と連携し(保健室だよりの活用)、飲酒の健康への影響について普及啓発を行う。	【再掲】 (1)市立小中学校への啓発 ・保健室だよりの活用に向け、飲酒・喫煙・睡眠・こころの健康に関する啓発データを提供。 (2)市立小中学校以外への啓発 ・市内高等学校や私立小中学校のうち希望のあった学校へ啓発データを提供。(12月) (3)市内4大学へ啓発データを提供。(年内予定)	・記事使用については各学校の養護教諭等の判断によるため、学校が求める内容に合わない場合は使用されない可能性がある。	・小中高校、大学へ健康情報を提供。 ・啓発データの内容の見直し。	継続
2	P.51	②	ハローワークと連携し、青壮年期に向けた多量飲酒による健康障害や予防について普及啓発する。	(1)11月にハローワークの利用者に対して、健康に配慮した飲酒・喫煙防止・睡眠等を啓発。(次回3月を予定)	・青壮年層への普及啓発を強化する必要がある。	・ハローワーク以外で青壮年期に普及啓発できる関係機関への打診および実施。	継続
3	P.51	①②	多量飲酒の予防・軽減に向け、職域団体等との連携・情報交換を行う。	(1)松戸クラフトビールフェスの担当課・イベント運営者と協議し、11月に松戸駅西口デッキにて開催した松戸クラフトビールフェスで啓発ちらしを掲示。	・当課とイベント運営側で健康に配慮した飲酒の啓発内容に関する考え方にギャップがある。	・引き続きイベント等での啓発を実施。 ・飲酒関連事業者と継続して意見交換を行う。	継続

基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(5) 喫煙のリスクを避ける対策の推進

【取組目標】 喫煙者の減少、受動喫煙の機会の減少

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】															
<p>喫煙率について、平成25年度調査と令和4年度調査の結果を比較すると、男性は27.6%から20.7%に、女性は9.8%から5.3%に減少した。男性の喫煙率は国や県より低いと同規模自治体と比較すると高い傾向。妊産婦及び同居家族の喫煙はなくなっておらず、減少に向けた取り組みが必要である。令和2年に健康増進法の一部が改正され受動喫煙防止対策が進んだ結果、受動喫煙の機会がある人の割合は減少したが、引き続き現状に合わせた喫煙対策が必要である。</p>	<p>①たばこをやめたい人の禁煙を支援する</p> <p>②たばこを吸わない選択をする人を増やす</p> <p>③受動喫煙を防ぐための取組を進める</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>喫煙率 (男性)</td> <td>12.0% (20.7%)</td> <td>8.0% (13.0%)</td> </tr> <tr> <td>(女性)</td> <td>(5.3%)</td> <td>(4.0%)</td> </tr> <tr> <td>妊婦の喫煙率</td> <td>0.8%</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>受動喫煙の機会を有する人の割合</td> <td>36.9%</td> <td>15.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	喫煙率 (男性)	12.0% (20.7%)	8.0% (13.0%)	(女性)	(5.3%)	(4.0%)	妊婦の喫煙率	0.8%	0%	受動喫煙の機会を有する人の割合	36.9%	15.0%
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)															
喫煙率 (男性)	12.0% (20.7%)	8.0% (13.0%)															
(女性)	(5.3%)	(4.0%)															
妊婦の喫煙率	0.8%	0%															
受動喫煙の機会を有する人の割合	36.9%	15.0%															

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分
1	P.54	①	身近な薬局で気軽に相談ができるよう、薬剤師会等と連携し、禁煙支援薬局の活用を進める。	(1)令和7年から歯科医師会の協力のもと、歯科医院受診の喫煙者に禁煙支援薬局の活用を推進する体制づくりについて、薬剤師会と協議。 (2)啓発媒体としての禁煙支援マップの見直しとポスターを作成。	・たばこをやめたい人が身近にある禁煙支援の場所を知る機会をさらに増やす必要がある。	・喫煙している人へ禁煙支援薬局、禁煙外来へ促す方策を検討。	継続
2 再掲	P.54	②	未成年及びその保護者に対して、学校と連携し(保健室だよりの活用)、たばこに関する普及啓発を行う。	【再掲】 (1)市立小中学校への啓発 ・保健室だよりの活用に向け、飲酒・喫煙・睡眠・こころの健康に関する啓発データを提供。 (2)市立小中学校以外への啓発 ・市内高等学校や私立小中学校のうち希望のあった学校へ啓発データを提供。(12月) (3)市内4大学へ啓発データを提供。(年内予定)	・記事使用については各学校の養護教諭等の判断によるため、学校が求める内容に合わない場合は使用されない可能性がある。	・小中高校、大学へ健康情報を提供。 ・啓発データの内容の見直し。	継続
3	P.54	③	受動喫煙の害や、改正健康増進法における受動喫煙への配慮義務についての普及啓発を他機関と連携し進める。	(1)市内4大学に受動喫煙防止への協力依頼として、啓発媒体の配布・掲示について打診。	・新たな連携先の確保。	・市内4大学へ啓発媒体の配布を実施。 ・新たな連携先への打診及び実施。	継続

基本方針1 健康的な生活習慣の実践 【取組分野】1-(6) 歯・口腔の健康づくりの推進

【取組目標】口腔機能を維持・向上する人の増加

<p><b>【取組課題】</b>                  子どものむし歯は年々減少し、平成25年度調査では12歳児の1人平均むし歯数は1.05歯、令和4年度には0.43歯である。令和4年度における「12歳児でむし歯がない人の割合」も78.1%である。                  定期的に歯科健診を受診する人の割合は、平成25年度調査結果の54.5%から令和4年度調査では50.8%と減少しており、受診勧奨を強化する必要がある。                  何でも噛んで食べることができる人は、60歳代において平成25年度調査では83.2%、令和4年度では89.5%と改善が見られている。更に咀嚼良好者を増やしていくためには、高齢期を迎える前の段階での取組が重要である。</p>	<p><b>【取組内容】</b>                  ①むし歯や歯周病*を予防する                  ②定期的な歯科健康診査の受診を促す                  ③何でも噛んで食べることができる人を増やす</p>	<p><b>【評価指標】</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>12歳児でむし歯がない人の割合</td> <td>78.1%</td> <td>93.0%</td> </tr> <tr> <td>40歳以上における歯周炎を有する人の割合 (令和6年度)</td> <td>60.0%</td> <td>40.0%</td> </tr> <tr> <td>過去1年間に歯科健診を受診した人の割合</td> <td>50.8%</td> <td>65.0%</td> </tr> <tr> <td>50歳以上における咀嚼良好者の割合</td> <td>88.6%</td> <td>90.0%</td> </tr> </tbody> </table> <p>咀嚼(そしゃく)良好者:何でも噛んで食べることができる人</p>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	12歳児でむし歯がない人の割合	78.1%	93.0%	40歳以上における歯周炎を有する人の割合 (令和6年度)	60.0%	40.0%	過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	50.8%	65.0%	50歳以上における咀嚼良好者の割合	88.6%	90.0%
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)															
12歳児でむし歯がない人の割合	78.1%	93.0%															
40歳以上における歯周炎を有する人の割合 (令和6年度)	60.0%	40.0%															
過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	50.8%	65.0%															
50歳以上における咀嚼良好者の割合	88.6%	90.0%															

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の 方針区分						
1	P.57	①②	歯周病予防の啓発や歯科健診受診促進のため、関係団体や庁内関係部署との連携について検討を進める。	(1)市内4大学に成人歯科健診のチラシを配布。(400枚) (2)市役所の職員健診の結果に歯周病予防のチラシを封入。(3,300枚) (3)医務室と協議し、令和8年度に消防士を対象とした唾液潜血検査、歯間清掃用具の実習及び歯科受診勧奨の実施準備。	・市役所職員への取り組みを先駆けに、更なる連携先の検討が必要である。	・就労世代を対象とした新たな連携先を拡充。	継続						
2	P.57	①②	妊婦歯科健康診査の受診率向上のため、歯科健診に前歯のクリーニングが追加されたことをチラシやポスター、SNS等で周知する。	(1)ポスターを作成し産科医療機関に掲示した他、チラシの配布、SNS配信を実施。(チラシ配布 2,425枚) (2)妊娠中の歯科健診受診の有無と松戸市妊婦歯科健診の未受診理由を調査するため、妊娠8か月頃の妊婦へオンラインアンケートを実施中。	・効果的な周知内容・方法を検討する必要がある。	・妊娠中の歯科健診受診の有無と松戸市妊婦歯科健診の未受診理由から、周知内容・方法を検討。	継続						
3	P.57	①	歯周病予防を目的として、デンタルフロスの使用率を増加させるため、生活習慣病予防教室(わんぱく歯科くらぶ*に参加した保護者対象)で、デンタルフロスの実習を行う。	(1)生活習慣病予防教室においてデンタルフロスの実習を実施。(973人) <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">デンタルフロスの使用率の変化</th> </tr> <tr> <th>実施前</th> <th>実施後</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>74.3%</td> <td>78.7%</td> </tr> </tbody> </table> (11月末時点)	デンタルフロスの使用率の変化		実施前	実施後	74.3%	78.7%	・使用率が増加していることから、実習を継続していく。	・引き続き実習を継続。	継続
デンタルフロスの使用率の変化													
実施前	実施後												
74.3%	78.7%												

**基本方針2 心身の生活機能の維持・向上 【取組分野】2-(1) 特定健康診査・特定保健指導等の推進【重点的な取組】**

**【取組目標】 特定健康診査の受診率向上、特定保健指導の実施率向上、後期高齢者健康診査の受診率向上**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】												
令和5年度の特定健康診査*受診率は、37.0%と令和4年度の34.8%より上昇したが、県平均(38.8%)や同規模自治体(船橋市41.4%、柏市44.2%)と比べて低い。また特定保健指導*実施率は、令和4年度の21.7%から令和5年度は15.3%に低下しており、県平均23.2%や同規模(船橋市29.0%、柏市21.8%)と比較して低い。そのうち若い世代(40~64歳)の人が対象である「積極的支援」の実施率は7.9%と、県内54市町村のなかで、ワースト6位であった。若い世代(40~64歳)の特定保健指導実施率向上を目指し、様々な対策を講じる必要がある。	①健康診査等を受診する必要性について周知啓発する ②健康診査を受けやすい環境を整備する	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和5年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>特定健康診査受診率(国保)</td> <td>37.0%</td> <td>56.0%</td> </tr> <tr> <td>特定保健指導実施率(国保)</td> <td>15.3%</td> <td>34.0%</td> </tr> <tr> <td>後期高齢者健康診査受診率</td> <td>31.0%</td> <td>40.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和16年度)	特定健康診査受診率(国保)	37.0%	56.0%	特定保健指導実施率(国保)	15.3%	34.0%	後期高齢者健康診査受診率	31.0%	40.0%
	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和16年度)												
特定健康診査受診率(国保)	37.0%	56.0%												
特定保健指導実施率(国保)	15.3%	34.0%												
後期高齢者健康診査受診率	31.0%	40.0%												

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組(強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分												
1	P.60	①	はがき及び携帯電話のショートメッセージ(SMS)による受診勧奨を継続して実施する。(ショートメッセージの送信は、対象者を70歳代に拡大し、はがきの送付を65,000件から45,000件に減らす。)	(1)11月末実績 はがき 約31,000件送付。 SMS 約10,000件送信。	・同規模他市や県と比較して特定健診の受診率が低いことから、引き続き未受診者への再勧奨について、対象者、方法、時期などを検討し、特定健康診査受診率向上を図る。	・はがき及びSMSの実績を分析し、結果を踏まえて実施内容を検討。	継続												
2	P.60	②	集団会場での初回面接(分割面接)を実施し、健診から速やかに保健指導につなげる体制とする。若い世代や働いている層が利用しやすいよう、駅近くの会場での実施や、zoomによる遠隔面接を増やすなどの利便性の向上を図る。	(1)集団健診会場での初回面接(分割面接)の実施件数100件(11月末現在) <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>R6</th> <th>R7</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>対象数</td> <td>168人</td> <td>153人</td> </tr> <tr> <td>実施数</td> <td>75人</td> <td>100人</td> </tr> <tr> <td>実施率</td> <td>44.6%</td> <td>65.4%</td> </tr> </tbody> </table> (2)特定保健指導実施会場について検討し、次年度よりテラスモール松戸での実施に向けて準備中。 (3)8月より特定保健指導の即時予約システムの運用を開始。		R6	R7	対象数	168人	153人	実施数	75人	100人	実施率	44.6%	65.4%	・特定保健指導の実施率が同規模他市・県と比較し低く、目標値に達していない。実施率向上に向けて、未利用者について様々な分析を行い、特に40~50代の実施率向上を図る。	・保健指導対象となったが利用しない人の未利用の理由を分析し、対策を検討。	継続
	R6	R7																	
対象数	168人	153人																	
実施数	75人	100人																	
実施率	44.6%	65.4%																	

**【参考】 特定健診受診率(同規模・県との比較) (%)**

	松戸市	市川市	船橋市	柏市	千葉県
R4年度	34.8	40.8	41.9	44.2	38.2
R5年度	37.0	40.7	41.4	44.2	38.8

**特定保健指導実施率(同規模・県との比較) (%)**

	松戸市	市川市	船橋市	柏市	千葉県
R4年度	21.7	16.0	30.2	18.3	24.3
R5年度	15.3	13.5	29.0	21.8	23.2

基本方針2 心身の生活機能の維持・向上 【取組分野】2-(2) がん検診の推進【重点的な取組】

【取組目標】がん検診の受診率向上

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】		
		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和16年度)	
<p>がん検診は、新型コロナウイルス感染症の影響により受診率が低下し、依然として低い状況である。調査において、がん検診を受けなかった理由は「健康だから」、「受ける必要性を感じないから」となっており、がん検診の受診意欲を高めるための啓発が必要である。</p> <p>また、その他の理由として、「忙しくて時間がとれなかったから」、「健康診断の受け方や申込方法がわからなかったから」も多く、市民ががん検診を受けやすい体制づくりにも必要である。</p>	<p>①がん検診の関心を高めるための周知啓発を行う</p> <p>②がん検診の対象者へ受診勧奨を行う</p> <p>③市民が受診しやすい体制整備を進める</p>	肺がん検診受診率 (40～69歳の男女)	6.9%	21.0%
		大腸がん検診受診率 (40～69歳の男女)	6.3%	19.0%
		胃がん検診受診率 (50～69歳の男女)	4.1%	11.0%
		子宮頸がん検診受診率 (20～69歳の女性)	13.5%	26.0%
		乳がん検診受診率 (40～69歳の女性)	14.0%	28.0%

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分						
1	P.62	①	がん検診を受ける必要性や、がんに関するテーマについて市民講座等の実施に向け、医師会と連携して検討を進める。 20歳から受診できる子宮頸がん検診の受診率向上を目的に、若い世代への啓発を行う。	(1)7月に市内4大学へ子宮頸がん検診の啓発チラシを配付。 (2)市民講座等の実施は未定。 (3)大腸がん検診動画を作成	・市民講座の実施に向けた検討がまだ進められていない。	・12月までに医師会と市民講座の実施について相談。	継続						
2	P.62	②	がん検診未受診者に対する再勧奨を、個別の郵送にて実施する。	(1)約10,600名に個別通知を発送。 ・発送時期をがん検診に関するテレビ放送に合わせ、関心を高める工夫を実施。 2,095名/10,529名、19.9%が発送日以降にがん検診を1種類以上受診。 (9月9日発送11月30日までの受診日分)	・未受診期間の設定やがんの種類等について、対象者の選定を再検討する必要がある。	・テレビ放送に合わせた個別通知の実績を分析し、結果を踏まえて実施方法を検討。	継続						
3	P.62	③	Web けんしん予約システム※について、夜間休日でも健診・検診に関わる各種手続きができることを周知する。 乳がん検診と胃がん検診(内視鏡検査)について、対象年齢で受診できなかった方が、翌年度に受診できるように特例受診券を発行する。	(1)検診啓発ポスターと同デザインの名刺大のカードを作成し、配付。 (2)特例受診券の発行を実施。 <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2">特例受診券利用内訳</th> </tr> <tr> <th>乳がん(40～69歳)</th> <th>胃がん(50～69歳)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>184名/5,798名 3.2%</td> <td>111名/974名 11.4%</td> </tr> </tbody> </table> (11月30日までの受診日分)	特例受診券利用内訳		乳がん(40～69歳)	胃がん(50～69歳)	184名/5,798名 3.2%	111名/974名 11.4%	・効果的な啓発のために、ポスター等の配布先の精査が必要である。	・特例受診券の発行による受診機会の提供を継続するとともに、ポスター等による啓発について、効果的な実施方法を検討。	継続
特例受診券利用内訳													
乳がん(40～69歳)	胃がん(50～69歳)												
184名/5,798名 3.2%	111名/974名 11.4%												

【参考】がん検診の受診者数・受診率（年間実績）

		肺がん	大腸がん	胃がん	子宮頸がん	乳がん
令和4年度	受診者数	13,997	12,429	3,570	14,554	6,847
	受診率	7.0%	6.2%	3.9%	13.0%	13.9%
令和5年度	受診者数	13,939	12,587	3,765	15,491	6,946
	受診率	6.9%	6.3%	4.1%	13.5%	14.0%

胃がん・乳がんの受診率は、

（「前年度の受診者数」+「当該年度の受診者数」-「前年度及び当該年度における2年連続受診者数」）÷「当該年度の対象者数」×100 で算出

【2-(2)-取組番号3-(1)】

Webけんしん予約システムの周知 名刺大のカード作成

【表】



【裏】



【主な配布先】

・保健福祉センター、市民健康相談室、地域包括支援センター、後期高齢者相談窓口、図書館、就学時健康診断 等

**基本方針2 心身の生活機能の維持・向上 【取組分野】2-(3) 糖尿病の発症予防・重症化予防【重点的な取組】**

**【取組目標】糖尿病未治療者・治療中断者の減少**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】									
<p>本市の国保特定健康診査結果では、HbA1c※有所見者割合が高く、県内平均 59.1%より高い 80.5%となっている。</p> <p>HbA1c、空腹時血糖が高い人のうち未治療者の割合は 63.2%となっており、また、新規糖尿病性腎症患者数は千人あたり 1.3 人で、国(0.9 人)や県(1.2 人)と比較しても多く、健診異常値放置者や治療中断者を適切な医療につなぐ必要がある。</p>	<p>①健康な人が糖尿病の発症を予防できるよう普及啓発する</p> <p>②糖尿病の人が適切な治療を受けられるよう支援する</p> <p>③関係団体や関係課との連携を図る</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和 6 年度)</th> <th>目標値 (令和 16 年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>糖尿病未治療者割合 (国保)</td> <td>59.4%</td> <td>50.0%</td> </tr> <tr> <td>糖尿病治療中断者数 (国保)</td> <td>96 人</td> <td>110 人</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和 6 年度)	目標値 (令和 16 年度)	糖尿病未治療者割合 (国保)	59.4%	50.0%	糖尿病治療中断者数 (国保)	96 人	110 人
	現状値 (令和 6 年度)	目標値 (令和 16 年度)									
糖尿病未治療者割合 (国保)	59.4%	50.0%									
糖尿病治療中断者数 (国保)	96 人	110 人									

**令和 7 年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の 方針区分										
1	P. 64	①	薬局における簡易血糖検査※において、薬局数を拡大する。	<p>(1)令和 7 年 5 月 12 日より 6 薬局拡大し、市内 15 薬局で実施。</p> <p>(2)10 月～11 月を強化月間として事業周知を実施。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>R6</th> <th>R7. 11 月末</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2">薬局数</td> </tr> <tr> <td>9 か所</td> <td>15 か所</td> </tr> <tr> <td colspan="2">利用者数</td> </tr> <tr> <td>324 人</td> <td>276 人</td> </tr> </tbody> </table>	R6	R7. 11 月末	薬局数		9 か所	15 か所	利用者数		324 人	276 人	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用者の少ない地域がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬剤師会と実施薬局について検討。</li> <li>・引き続き事業の周知を図る。</li> </ul>	継続
R6	R7. 11 月末																
薬局数																	
9 か所	15 か所																
利用者数																	
324 人	276 人																
2	P. 64	①	糖尿病予防につながる、負担感の少ない生活習慣改善の工夫等の周知、ナッジ理論※の活用等、意識変容や行動変容を促進する啓発を実施する。	<p>(1)健診案内ちらし及び健診受診票の裏面に、糖尿病に関する情報を掲載。</p> <p>(2)市内医療機関で開催される糖尿病教室の一覧を作成、医療機関、薬局、歯科医院に配布及び市 HP に掲載。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病が重症化してから治療を開始する人が多い。</li> <li>・40～50 代の特定健診、特定保健指導の受診率が低い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病発症予防対策を検討。</li> <li>・40～50 代の特定健診受診率及び特定保健指導実施率向上対策を検討。</li> </ul>	継続										

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の 方針区分
3	P.64	①③	糖尿病発症予防に向けた青壮年期への働きかけについて、職域団体や庁内関係部署等との連携に向けた情報交換を行う。	(1)就学时健康診断での保護者向け健康講座を実施。 (11月末現在5校/45校) (2)千葉土建一般労働組合松戸支部の広報掲載(第567号) (3)商工会議所との情報交換を実施。	・次年度実施校の増加が必要である。 ・他の組合等とのつながりがない。 ・企業を通じて青壮年期に働きかける仕組みが必要である。	・学校が利用しやすい講座設定(所要時間・内容)の見直し。R8.1月養護教諭連絡協議会にて取組紹介を行い、講座実施に関するアンケートを実施。 ・健康教育依頼受付時等に協力を依頼。 ・健康経営表彰等の仕組みを検討。	継続
4	P.64	②	健診結果やレセプトデータより抽出された重症化予防対象者に、管理栄養士や保健師が、医療機関への受診勧奨や保健指導を実施する。 65歳以下の若い世代をターゲットに、糖尿病や糖尿病性腎症、CKD※に対する基本的な知識の普及啓発を実施する。	(1)受診勧奨については糖尿病49名、糖尿病性腎症12名、CKD136名に受診勧奨通知を発送。(11月末現在) (2)通知発送後、レセプトで受診状況を確認(7月受診者分まで)。糖尿病受診率8.1%、糖尿病性腎症受診率0%。CKD受診率31.0%であった。 (3)市公式LINE、市公式X、広報まつどに糖尿病の記事を掲載。若年世代に向け、自分事として捉えられるよう、糖尿病の初期は自覚症状が無い事、非肥満者でも発症の可能性のある事を伝えた。	・受診勧奨後の医療機関への受診率が低い。 ・若い世代へより効果的な啓発方法や内容の変更が必要である。	・抽出基準、通知内容、通知方法を検討。 ・糖尿病治療中断者への対応を検討。	継続
5	P.64	③	「松戸市糖尿病・CKD対策推進ネットワーク会議※」のなかで、医師や薬剤師、歯科医師等と連携し、重症化予防の取組状況等について情報共有し、今後の取組について検討を行う。また、事業の周知や研修会の実施、普及啓発事業などへの協力体制を構築する。	(1)7月に第1回、11月に第2回ネットワーク会議を実施。新規委員として、松戸市立総合医療センターの管理栄養士を加え、糖尿病に関する様々な課題を検討。	・糖尿病重症化予防対象者へ受診勧奨を行っても、医療機関への受診率が低い。 ・医療機関との情報や課題の共有などの情報連携が不十分である。	・関係機関と課題を共有し、今後の対策を検討。	継続

【参考】松戸市糖尿病・CKD重症化予防プログラム対象者へのフォロー状況

糖尿病発症予防対象者への保健指導実績(11月末時点の保健指導実施者)

令和7年度 (11月末時点)	対象者数(人)	保健指導数(人)	保健指導割合(%)
	特定健康診査受診者のうち、HbA1c6.3%~6.4%の者		
	43	33 (電話23人、面接10人)	76.7

**基本方針2 心身の生活機能の維持・向上 【取組分野】2-(4) フレイル予防の推進【重点的な取組】**

**【取組目標】フレイル予防に取り組む人の増加**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】						
フレイルという言葉の意味まで知っている人の割合は、フレイル予防が必要な年代の女性の認知度は高いものの、男性やその他の年代では低い結果である。積極的にフレイル予防に取り組めるようフレイルに関する理解を促進することが必要である。また、一人ひとりの状況に応じたきめ細やかな健康支援が必要である。	①フレイルについて普及啓発する ②フレイル予防のための個別支援を行う	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>フレイルを認知している人の割合 (60歳以上)</td> <td>53.3%</td> <td>80.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	フレイルを認知している人の割合 (60歳以上)	53.3%	80.0%
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)						
フレイルを認知している人の割合 (60歳以上)	53.3%	80.0%						

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分						
1	P.66	①	広報まつど健康づくり特集号への掲載やまつど健康ハッピーフェスタ※における講話により、若い世代を含めて普及啓発する。	(1)広報まつどフレイル予防編を7月25日に141,000部発行。 (2)まつど健康ハッピーフェスタでフレイル講演会を実施。(250人参加) (3)まつど健康ハッピーフェスタでブースを展開。(141人参加) (4)健康への関心があまりない方へのアプローチとして、ショッピングモールで普及啓発「健康測定会」を実施。(2月3日予定)	・若い世代の認知度向上。 ・無関心層へのアプローチが必要。	・市内広域に向けた普及啓発を継続。	継続						
2	P.66	①	通いの場等へ健康教育等によるフレイル予防を普及啓発する。	(1)市民センターや通いの場等へ健康教育によりフレイル予防を啓発。 ・ポピュレーションアプローチ参加者数(フレイル予防チャレンジ参加者を含む) <table border="1"> <thead> <tr> <th>R5</th> <th>R6</th> <th>R7.11月</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4,003人</td> <td>3,286人</td> <td>2,449人</td> </tr> </tbody> </table>	R5	R6	R7.11月	4,003人	3,286人	2,449人	・ポピュレーションアプローチによる支援人数を維持。	・ポピュレーションアプローチ支援人数を持続できるよう、フレイル予防講座への参加を勧めってもらうなど、高齢者と接点の多い医師会等の地域団体との連携を強化。	継続
R5	R6	R7.11月											
4,003人	3,286人	2,449人											
3	P.66	②	医療・介護・健診データの活用により抽出した、低栄養や口腔機能低下の恐れがある高齢者等への個別支援を行う。	(1)低栄養、口腔、健康状態不明者、糖尿病性腎症重症化予防、身体的フレイルのハイリスクアプローチ対象者数694人(医師会委託分229人含む)へアンケートを発送。	・ハイリスクアプローチ対象者に対する介入率を上げる。支援効果を上げるために、社会参加につなげる支援。	・ケースカンファレンスを必要時行い介入方法等検討。 ・社会資源把握及び社会参加支援のため地域包括支援センターとの連携。	継続						

基本方針2 心身の生活機能の維持・向上 【取組分野】2-(5) こころの健康づくりの推進

【取組目標】 自分なりのストレス解消法がある人の増加、悩みやストレスの相談先がある人の増加

<p><b>【取組課題】</b>                  令和4年度の調査では、悩みやストレスがある人は64.5%にのぼった。特に男女とも働き盛りの30～40歳代にストレスがある人の割合が高い。悩みやストレスの原因としては、男性は仕事が多く、男女ともに将来へ不安や金銭面の不安も大きな原因となっている。                  一方で、自分なりのストレス解消法がある人は令和4年度は73.9%で平成25年度の85.3%に比べ減少している。特に高齢期の男性はストレス解消法がない人が多く、相談先がない人は男性に多い傾向にある。悩みやストレスの相談先を知らない人は、令和4年度は4.4%で平成25年から横ばいである。そのため、悩みやストレスの相談先や自分なりのストレス解消法を持つ人を増加させる必要がある。</p>	<p><b>【取組内容】</b>                  ①こころの健康を保つ方法について普及啓発する                  ②悩みやストレスを相談できる環境づくりを行う</p>	<p><b>【評価指標】</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>自分なりのストレス解消法がある人の割合</td> <td>73.9%</td> <td>81.0%</td> </tr> <tr> <td>悩みやストレス相談先がある人の割合</td> <td>73.7%</td> <td>81.0%</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	自分なりのストレス解消法がある人の割合	73.9%	81.0%	悩みやストレス相談先がある人の割合	73.7%	81.0%
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)									
自分なりのストレス解消法がある人の割合	73.9%	81.0%									
悩みやストレス相談先がある人の割合	73.7%	81.0%									

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の 方針区分
1 再掲	P.70	①②	未成年及びその保護者に対して、学校と連携し（保健室だよりの活用）、こころの健康に関する普及啓発を行う。	<p><b>【再掲】</b>                      (1)市立小中学校への啓発                      ・保健室だよりへの活用に向け、飲酒・喫煙・睡眠・こころの健康に関する啓発データを提供。                      (2)市立小中学校以外への啓発                      ・市内高等学校や私立小中学校のうち希望のあった学校へ啓発データを提供。(12月)                      (3)市内4大学へ啓発データを提供。(年内予定)</p>	<p>・記事使用については各学校の養護教諭等の判断によるため、学校が求める内容に合わない場合は使用されない可能性がある。</p>	<p>・小中高校、大学へ健康情報を提供。                      ・啓発データの内容の見直し。</p>	継続
2	P.70	②	新たに、学童期以降のこどもと関わる支援者を対象としたゲートキーパー※養成研修を企画する。	<p>・ゲートキーパー養成研修実施                      (1)ファミリーサポートセンター提供会員への実施(22人)                      (2)児童生徒課と連携し、R8.1月に予定する教職員へのゲートキーパー養成研修の打ち合わせを実施。</p>	<p>・学童期以降のこどもと関わる支援者を対象としたゲートキーパー養成研修資料の見直し。</p>	<p>・ゲートキーパー養成研修受講者を拡大。</p>	継続

**基本方針3 健康につながる環境づくり 【取組分野】 3-(1) 健康づくりネットワークの強化**

**【取組目標】 企業や各種団体による健康づくりの推進、健康づくりに係る市内連携の強化**

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】															
<p>「健康松戸 21 応援団※」は、発足当初から団体数は増加しているものの、近年はほとんど横ばいで、市民の認知度も依然として低い状況が続いている。新たな団体の参加や既存団体の活動を継続させるためには、地域における応援団の存在と役割を広く周知し、活動の活性化を図ることが重要である。</p> <p>また、健康推進員や食生活改善サポーターといった地域の担い手も、就業年齢の引き上げや高齢化により人材確保が課題となっており、特に若い世代の参加を促すためには、活動の活性化によるさらなる認知度の向上が求められる。今後は、ネットワーク全体の認知度を高め、持続的な体制を構築していくことが必要である。</p>	<p>①企業や地域で活動している団体との連携を強化する</p> <p>②市内の関係部署と連携し、健康づくりを推進する</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和4年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健康松戸 21 応援団の構成団体数</td> <td>228 団体 (令和6年度)</td> <td>300 団体</td> </tr> <tr> <td>健康松戸 21 応援団の認知度</td> <td>5.1%</td> <td>15.0%</td> </tr> <tr> <td>健康推進員・食生活改善サポーターの認知度</td> <td>12.3%</td> <td>25.0%</td> </tr> <tr> <td>市内の健康づくり関連事業数</td> <td>84 事業 (令和6年度)</td> <td>100 事業</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)	健康松戸 21 応援団の構成団体数	228 団体 (令和6年度)	300 団体	健康松戸 21 応援団の認知度	5.1%	15.0%	健康推進員・食生活改善サポーターの認知度	12.3%	25.0%	市内の健康づくり関連事業数	84 事業 (令和6年度)	100 事業
	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和16年度)															
健康松戸 21 応援団の構成団体数	228 団体 (令和6年度)	300 団体															
健康松戸 21 応援団の認知度	5.1%	15.0%															
健康推進員・食生活改善サポーターの認知度	12.3%	25.0%															
市内の健康づくり関連事業数	84 事業 (令和6年度)	100 事業															

**令和7年度**

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分
1	P.73	①	健康松戸 21 応援団の認知度を上げること、また応援団との連携を強化するために、広報まつどや SNS、ホームページ等を活用した周知を行う。	(1)応援団公式 SNS による情報発信を実施。(70 件)	・ SNS や広報を活用しているものの、応援団の認知度がまだ十分に浸透していない。	・ 松戸市公式 LINE を利用し、幅広く周知を行う。	継続
2	P.73	①	健康松戸 21 応援団の構成団体数を増やすために、新規加入可能な団体へのアプローチを行う。	(1)㈱セブン-イレブン・ジャパンへ入団打診を実施。	・ 新規加入を呼びかけているものの、参加意欲のある団体の掘り起こしや、応援団活動のメリット・魅力を十分に伝えきれていない。	・ ホームページ等で応援団の活動メリットを具体的に示し、参加価値をわかりやすく伝える。	継続
3	P.73	①②	まつど健康ハッピーフェスタを開催し、市民の健康づくりへの意識の向上を図るとともに、健康松戸 21 応援団や市内関係課との連携を強化する。 また、イベントにおいて健康松戸 21 応援団の活動の啓発を行い、応援団の認知度の向上を図る。	(1)11月16日に開催し、621名の市民が参加。昨年度から健康医療政策課、SDGs 推進担当室と連携。今年度は高齢者支援課、病院政策課、スポーツ振興課とも連携を強化した。	・ 関係課との連携は広がり、市内での横のつながりは強化された。一方で、健康松戸 21 応援団との連携機会は少なく、協働の効果が十分に発揮されにくい。	・ 健康松戸 21 応援団との連携機会を拡充するため、協働の場を設定。	継続

基本方針3 健康につながる環境づくり 【取組分野】3-(2) 健康づくりに取り組むきっかけづくり

【取組目標】健康情報へのアクセス向上 健康づくりのきっかけとなる事業やイベントの充実

【取組課題】	【取組内容】	【評価指標】												
<p>健康づくりのきっかけとなっている「まつど健康マイレージ」について、新型コロナウイルス感染症の影響から、参加者数及び認知度が減少している。また、20代から30代の若い層の利用が低い割合に留まっている。若い世代に魅力があり、使いやすい仕組みづくりが必要である。</p> <p>また、健康情報の提供について、広報まつど健康づくり特集号によって紙媒体での周知ができている一方、デジタル媒体の周知として、健康松戸21応援団の公式 SNS のフォロワー数は321件と留まっている。健康づくりに取り組む割合が低い若い世代に対し、フォロワー数の増加をはじめ、SNS等の周知を強化する必要がある。</p>	<p>① 健康づくりに役立つ情報を多様な媒体を用いて市民に発信する。</p> <p>② 市民が自らの健康情報を活用しやすい仕組みづくりを行う</p> <p>③ 健康づくりに取り組むきっかけとなる事業やイベントを実施する。</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>現状値 (令和6年度)</th> <th>目標値 (令和16年度)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健康松戸21応援団公式 SNS のフォロワー数</td> <td>321人</td> <td>2,500人</td> </tr> <tr> <td>まつど健康マイレージの参加人数</td> <td>3,638人</td> <td>10,000人</td> </tr> <tr> <td>健康づくりイベントの参加人数</td> <td>4,980人 (令和5年度)</td> <td>10,000人</td> </tr> </tbody> </table>		現状値 (令和6年度)	目標値 (令和16年度)	健康松戸21応援団公式 SNS のフォロワー数	321人	2,500人	まつど健康マイレージの参加人数	3,638人	10,000人	健康づくりイベントの参加人数	4,980人 (令和5年度)	10,000人
	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和16年度)												
健康松戸21応援団公式 SNS のフォロワー数	321人	2,500人												
まつど健康マイレージの参加人数	3,638人	10,000人												
健康づくりイベントの参加人数	4,980人 (令和5年度)	10,000人												

令和7年度

取組番号	計画書ページ	取組内容	おもな取組 (強化して取組むこと)	実施状況	課題	今後の方針	今後の方針区分
1	P.75	①③	きっかけの一つとなる情報について、既存媒体での情報発信やイベント実施を継続する他、松戸市公式 LINE によるプッシュ型通知※を積極的に取り入れる。	(1)LINE によるプッシュ通知。(21件) (2)セブン-イレブン常盤平駅前店のデジタルサイネージの利用を実施。	・LINE の情報発信については、健康関心層の市民となり限定的である。	・セブン-イレブン松戸常盤平駅前店のデジタルサイネージの効果的な利用を検討。	継続
2	P.75	②	まつど健康マイレージの電子化に向け、既存の健康アプリを開発している民間業者へヒアリングする他、現在マイレージに参加されている方々にアンケートを行い、参加者のニーズを把握する。	(1)5社とヒアリングを行った他、健康アプリを導入している自治体の成果報告会に参加。 (2)アンケートは現在進行形で集計中。	・健康アプリの導入には、費用に対して得られる成果が見出しにくい。	・継続して業者へのヒアリングを実施。 ・既存のマイレージ事業について、手続きの見直しを図る。	継続

【参考】まつど健康マイレージの実績

① 推移 総応募件数と実人数

期	総応募件数(件)	実人数(人)
R2(5期)	8,202	2,964
R3(6期)	10,239	3,304
R4(7期)	11,382	3,543
R5(8期)	10,211	3,359
R6(9期)	11,991	3,638

② 第9期の年齢比

	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80歳以上	その他
男性	852 23.4%	14 0.5%	59 1.7%	70 2.4%	102 2.3%	109 3.3%	248 7.7%	243 6.9%	7 0.1%
女性	2,786 76.6%	110 3.9%	278 10.0%	245 8.8%	301 10.8%	397 14.2%	838 30.1%	615 22.1%	2 0.1%

## 【 資料 】

※ 用語解説		
	用語	説明・解説
あ行	Web けんしん予約システム	令和5年度より導入したシステムで、がん検診の予約や変更がパソコンやアプリで簡単にできるようになった。
か行	簡易血糖検査	令和6年度より開始した事業で、薬局でHbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）測定が無料で受けられる。
	ゲートキーパー	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。
	健康推進員	町会・自治会からの推薦や公募により選ばれ、市長の委嘱を受けた市民ボランティア。健康に関する知識を学習し、地域へ広げる健康づくり活動を行っている。
	健康松戸21応援団	平成28年に健康松戸21Ⅲの計画を推進するために創設。市民の健康づくりを応援する企業、団体等が加入している。
さ行	CKD（慢性腎臓病）	Chronic Kidney Diseaseの略省。腎機能が慢性的に低下したり、尿蛋白が継続して出る状態。
	歯周病	歯肉炎と歯周炎の総称。 歯肉炎：歯肉（歯を支える歯茎）が腫れたり、腫れた歯肉から出血したりする病気。 歯周炎：歯肉と歯を支えている顎の骨の病気。歯肉炎が進行し、顎の骨まで病変が進行した状態。
	食育ボランティア	食生活改善サポーターの任期終了者を中心としたボランティアグループ。栄養士と共に地域の食育を推進することで、食を通じた健康づくり活動を行っている。
	食生活改善サポーター	市民の食生活の改善を図るため、市長の委嘱を受けた市民ボランティア。食と健康についての情報を伝える活動を行っている。
	食生活講座	18～64歳を対象に、生活習慣病予防のために、自分及び家族の食生活の現状を知り、食生活改善の手がかりとする講座。
た行	特定健康診査	40～74歳までの公的医療保険加入者を対象としたメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診断。メタボリックシンドロームの判定を行い、特定保健指導の対象者を抽出する。
	特定保健指導	特定健康診査の結果に基づき、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者や予備群に対し、医師、保健師及び管理栄養士などが生活習慣の見直しをサポートする。
な行	ナッジ理論	「ナッジ（nudge）」は英語で「そっと後押しする」の意味。行動科学の知見の活用により、人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする手法。

は行	プッシュ型通知	利用者（市民）が能動的な操作や行動をしなくても、提供する側（市）から特定の対象者に対して自動的に行う通知。
	フレイル	加齢とともに、心身の活力（たとえば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態。フレイルの兆候を見逃さずに適切な対策をとれば、生活機能の維持向上が可能とされている。
	HbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）	赤血球のヘモグロビンという色素が血中のブドウ糖と結合した割合を示すもの。糖尿病のリスクを判別するための重要な指標。5.6%以上は境界域で生活習慣の改善が必要。6.5%以上は糖尿病域で糖尿病の診断名がつく。
ま行	まつど健康ハッピーフェスタ	健康松戸 21 応援団と共に秋に開催する体験型の健康イベント。平成 28 年度より秋の健康フェスティバルとして開始し、令和 5 年度よりご長寿ハッピーコンテスト、グラウンド・ゴルフ大会の要素を取り入れて統合し、新たな名称で実施している。
	松戸市糖尿病・CKD 対策推進ネットワーク会議	本市における糖尿病の重症化・糖尿病性腎症発症予防の推進及び関係機関の連携体制の検討・構築により、糖尿病対策の充実を図ることを目的に平成 30 年度に三師会の協力を得て設置された。本会議において平成 31 年 3 月に「松戸市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を策定している。
ら行	□コモティブシンドローム（運動器症候群）	運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態のことを表し、運動器の障害をきっかけに日常生活の自立度が下がることから、介護の原因にもなるとされている。
わ行	ワーク・ライフ・バランス	仕事と生活の調和のこと。
	わんぱく歯科くらぶ	幼児のむし歯予防教室で 2 歳 2 か月から 3 歳 5 か月までの期間に実施している。2 回シリーズ（1 回目：むし歯菌の検査や歯みがき指導、2 回目：歯科健診・相談、フッ化物塗布）で実施しており、保護者自身の歯科保健指導も実施している。