

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
児乳期幼	23	児童青少年課	親子体操	親子体操を講師の指導のもと楽しむ。	乳幼児と保護者	随時	○												今後も継続する。		
学齢期・成人期	27	障害福祉課	あおぞらサッカースクール	利用者の障害特性に応じた受入れ体制を整備した市内事業者に対し、事業の運営経費の一部を補助することにより、障害児（者）が継続的に運動できる場を提供し、運動不足の解消と健康維持を図るもの	障害児・者	年13回	○				○				○				今後もFC東京との連携を強め、事業拡充による利用希望者の受け入れ拡大を目指すことで支援を行う。	平成29年度まではスポーツ振興課所管で「ここにこサッカークリニック」を行っていた。当該事業は平成30年度から障害福祉課に移管され、「あおぞらサッカースクール」として事業を拡大して行うこととなった。事業移管後、学齢期のみならず、すべての年代・その他も受け入れている。	○
学齢期	29	児童青少年課	スポーツサークル	多様なスポーツを楽しみ、年間をとおしてチームワークを形成する。	小学生	随時	○												いろいろな競技を体験する。		○
成人期・高齢期	62	健康推進課	健康づくり始める会	平成18年6月に発足。運動や食生活のテーマ毎の専門部会を中心に、健康づくりの「きっかけづくり」をめざした活動を市民が主体となって企画・運営している。	市民	通年	○	○		○	○			○	○	○	○	○	これまで通り、活動支援を継続する。20周年に向けて検討・準備を進めていく。また、20周年を節目とした始める会のあり方等について、運営委員と協議していく。		
高齢期	73	北部公民館	いきいき講座「転ばないためのロコモ体操にチャレンジ(全3回)」	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）防止のための運動を実施することで、高齢者の健康増進に寄与する。	高齢者	年1回	○												毎年度事業計画に基づき実施しているが、同じ内容のものを引き続き実施する予定。	事業の内容は各年度で設定しているため、タイトル名について変更の場合あり。※令和5年度タイトル名未定予定。	
高齢期	93	東部公民館	シルバー教室「女性のための尿失禁予防トレーニング」	生活の潤い、生きがいや健康づくりを支援する教室を実施。	60歳以上	年1回募集(全○回)	○												高齢期における健康トラブルなどの対処、健康づくりを支援するシルバー教室を企画、実施していく。	シルバー教室は、毎年度事業計画に基づき実施している。シルバー教室の個別の事業名は毎年度変わるため、事業名称は、「シルバー教室」としていきいたい。	
高齢期	101	社会福祉協議会	高齢者会食ミニデイサービス	健康の維持増進、身体機能の低下の予防、交流を図る。	どなたでも	週1回	○								○				高齢者会食と同様。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
代すべそでの他年代	130	障害福祉課	ほりでーぶらん	障害の重さや社会的障壁を理由にスポーツ等余暇活動を行う機会が少ない障害者に対し、余暇活動の場を提供することにより運動不足の解消と地域生活の充実を図るもの	障害者	年6回	○												今後も作業所等連絡会との連携を強め、事業の安定的な継続を目指す。		
学齢期	177	スポーツ振興課	調布市小学生ドッチビー大会	小学生のスポーツ離れや体力低下を防止することを目的に、国体でデモンストレーション競技にもなり誰でも気軽にできる「ドッチビー」の交流大会として開催。各小学校ごとに編成したチーム対抗で試合を行う。大会開催に当たっては、調布市スポーツ推進委員会、市立小学校PTA、学校開放運営委員会を中心に実行委員会を構成し、企画・運営を行っている。	市立小学校に在籍する小学校	年1回	○												引き続き実施予定。	【令和4年度実績】 42チーム、約500人の児童が 出場 ※コロナ前は900人規模で実施していたが、3年ぶりの開催となったことで令和4年度は参加者が減少	
成人期	178	スポーツ振興課	ニュースポーツ交流会	誰でも気軽にできるニュースポーツの交流会として、大人(高校生以上)を対象に、小学校区単位でチームを編成し、ふらばーるバレーをチーム対抗の大会形式で実施。	市内在住の高校生以上の市民	年1回	○												引き続き実施予定。	【令和4年度実績】 21チーム、127名が 出場 ※コロナ前R1は約200名が 出場 小学校のPTA等を通じて募集しているため、仕事や子育てが忙しいとされる30代～50代世代が多く出場していることが特徴。	
すべそでの他年代	179	スポーツ協会	スポーツまつり	味の素スタジアム及び周辺施設で様々なスポーツアトラクションを展開し、幅広い年齢層の方がスポーツに触れる機会を提供するイベント。ステージイベントのほか、プロスポーツチーム等と連携し、十数種類のスポーツ体験教室を会場内で実施。	地域住民	年1回	○					○				○			引き続き実施予定。	【令和4年度実績】 来場者数：延べ4,000人 協賛企業であるアフラックによる展示「『生きる』を創る」健康増進コーナーを実施。	
乳幼児期	1	健康推進課	ゆりかご調布	妊娠中から出産・子育ての情報を提供し、安心して出産を迎え、子育てできるよう、妊娠届出時と同時、または妊娠中に保健師等の専門職と面接し、出産・子育てに関する相談・情報提供を行う。	妊婦	随時	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	事業の継続		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
乳幼児期	2	健康推進課	もうすぐママパパ教室（平日2回コース）	地域毎にグループを構成し、妊娠中から仲間づくりを支援するとともに、妊娠前後の健康や子育てに関する健康教育・体験学習を行う。また、出産に向けての心と体の準備や出産後の赤ちゃんとのふれあい方、子ども家庭支援センター見学、市の子育てサービス等についても学ぶ。	妊婦及びパートナー	月1回	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	令和5年度より3回コースを2回コースに変更 事業の継続	No 2, 3を1つにまとめて No176に統合	
乳幼児期	3	健康推進課	もうすぐママパパ教室（土曜日1回コース）	妊娠前後の健康や子育てに関する健康教育・体験学習を行う。また、出産に向けての心と体の準備や出産後の赤ちゃんとのふれあい方、市の子育てサービス等について学ぶ。	妊婦及びパートナー	月1回	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	事業の継続	No 2, 3を1つにまとめて No176に統合	
乳幼児期	6	健康推進課	こんにちは赤ちゃん訪問	助産師、保健師、看護師等が対象家庭を訪問し、各自の生活に沿った出産、育児を支援する事業。	生後4か月までの乳児のいるすべての家庭	随時	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	事業の継続		
乳幼児期	7	健康推進課	乳幼児健康診査（集団・個別・発達・経過観察）	各健診では成長発達の確認および疾患の早期発見。経過観察・発達健診では個別に成長発達について継続確認を実施。	3～4か月児健診：満3か月以上6か月未満の市民 6～7か月児健診：満6か月以上8か月未満の市民 9～10か月児健診：満9か月以上11か月未満の市民 1歳6か月児健診：満1歳6か月以上2歳未満の市民 3歳児健診：満3歳以上4歳未満の市民 発達健診・経過観察健診：一般健康診査、関係機関、保健師活動等で受診が必要と認められた乳幼児	集団・個別：通年経過観察健診・発達健診：月1回	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	保護者が健診をきっかけに子どもの成長を確認し、必要な相談ができるよう検討を続ける。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
乳幼児期	9	子ども家庭支援センターすこやか	ココロコパンダ	体操や手遊び、子育て情報の交換を行う。離乳食や応急措置、夏の過ごし方などテーマについてグループワークを行うこともある。	1歳未満の親子	月9回	○	◎		○	○						○	○	引き続き事業を実施し、子育て中の保護者の身近な相談窓口となるよう努める。		
乳幼児期	13	健康推進課	子ども相談室	育児上の悩みや発達上の心配などをもつ保護者の不安軽減のために個別相談、グループ遊び、集団教育を実施。	就学前の乳幼児とその保護者	通年	○	◎	○		○						○	○	継続実施 コロナ感染対策の緩和に伴い、定員緩和や活動内容は順次見直しを行っていく。		
乳幼児期	14	子ども家庭支援センターすこやか	にこにこパンダ すくすくパンダ	親子で遊べる場や仲間づくりの場の提供。	1歳以上未就園児の親子	月7回	○	○			◎								引き続き事業を実施し、子育て中の保護者の身近な相談窓口となるよう努める。		
乳幼児期	17	健康推進課	こども歯科相談室 (各歯科教室)	対象月齢ごとに教室を分け、むし歯予防等お口の健康づくりについての健康教育、歯科健診、歯みがき練習を実施	1歳から就学前の6歳とその保護者	年間78回	○	○		◎	○			○	○	○	○	○	コロナ以前に行っていた内容の実施方法を検討する。また、利用しやすいような運営に努める。		
乳幼児期	18	子ども家庭支援センターすこやか	エンゼル大学	子育てや子どもに関する知識を得るため、身近なテーマから、ママのリフレッシュ等さまざまな講座を行っている。	市民	随時	○	○			◎				○	○	○		引き続き事業を実施し、子育てに関する知識向上を図る。		
乳幼児期	19	子ども家庭支援センターすこやか	ひろばのお医者さん・ 歯医者さん・栄養士さん	すこやかロビーで医師や栄養士がテーマに沿った内容の講話を行い、来場者からの質問に応え、健康に関する知識向上をはかる。	市民	随時	○	○		○	◎					○	○		引き続き事業を実施し、子育て中の保護者の健康に関する知識向上を図る。		
乳幼児期	20	子ども家庭支援センターすこやか	おたのしみ タイム	職員によるミニイベントのほか、紙芝居や読み聞かせ、体操や演奏会などを行っている。	誰でも	随時	○	◎							○				引き続き事業を実施し、保護者同士や子ども同士の交流を促進する。		
乳幼児期	21	子ども家庭支援センターすこやか	パパひろば	父親の育児参加を促すため、すこやか内でのイベントや制作・外出企画を実施。	父親や祖父と子	随時	○	◎			○							○	引き続き事業を実施し、父親や祖父母の育児参加を推進する。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
乳幼児期	24	スポーツ振興課	子どもサッカー体験教室	F C東京との関連事業。運動するきっかけづくりのためのサッカー教室を年1回開催。	1.市内在住・在園の年長児の親子 2.市内在住・在学の小学1年生～4年生	年に1回	○												定員については新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえて協議をしたうえで、引き続き実施予定。		
乳幼児期	25	健康推進課	今から始める健康づくりシリーズ（幼児編・学童編）／ヘルスアップ教室	幼児編は、小学校へ向けての生活の準備と親の健康教育を実施。 学童編は、毎年テーマを変えて健康教育を実施。 ヘルスアップ教室は、生活習慣病を予防する知識を培うために実施。	幼児編：市内保育園・幼稚園の年長児とその保護者 学童編：市内学童クラブの利用者 ヘルスアップ教室：乳幼児健診や両親学級で保健センターに来所した方、または学童・保育園や幼稚園を利用されている保護者の方	幼児編：通年 学童編：夏休み期間 ヘルスアップ教室：通年	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◆幼児編 コロナ流行状況に応じて教室型と書面開催のハイブリッド型での実施を継続予定。 ◆学童編 直接学童クラブに出向いて「いのち」「たばこ」「おうちの健康」のテーマをローテーションで実施する。 ◆ヘルスアップ教室 生活習慣病に関する知識の普及・啓発動画を作成し、市Youtube上で公開し、市民へ啓発をする。		
学齢期	28	児童青少年課	一輪車サークル	一輪車の技術やおもしろさを学んでもらう。	小学生	随時	○												今後も継続する。		
学齢期	31	児童青少年課	サッカーサークル	サッカーの練習を通じ、楽しさやチームワークを学ぶ。	小学生	随時	○												引き続きサークル事業として継続する。		
学齢期	32	児童青少年課	トランポリン講習会	講師によるトランポリン指導を行う。	小学生	随時	○												今後も継続する。		
学齢期	33	児童青少年課	タグラグビーサークル	スポーツを通じて、ルールを守ることの大切さやチーム行動の重要性を学ぶ。	小学生	随時	○												今後も継続する。		
学齢期	34	児童青少年課	青少年健全育成地区親善ソフトボール大会	市内の小学生がソフトボールをとおして心身を鍛え、仲間との協調性を養うとともに、地区相互の交流、親善を図る。	小学生	年1回	○												健全育成推進地区委員会と調整を図りながら引き続き開催していく。		
学齢期	35	児童青少年課	フラサークル	ハワイの伝統舞踏であるフラに取り組み、練習の成果を発表する	小学生	随時	○												今後も継続する。		
学齢期	37	児童青少年課	よさこいサークル	よさこいを楽しみ、交流を深める。	小学生	通年	○												令和4年度より開始。引き続きサークルとして継続する。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
学齢期	38	児童青少年課	ジャグリングサークル	電通大サークルの指導により、ジャグリングの楽しさを学ぶ。	小学生	随時	○												この活動は、電気通信大学ジャグリングサークルの方を講師とした地域一体型の活動なので、今後も地域との連携を継続していきたい。		
学齢期	39	児童青少年課	大江戸ダンスサークル	大江戸ダンスの練習（基礎から応用まで）を行う。	小学生	通年	○												引き続きサークル事業として継続する。		
学齢期	40	児童青少年課	学童クラブ対抗ドッチビー大会	学童クラブ対抗のドッチビー大会を開催する。	小学生	年1回	○												今後も交流の場として開催を予定している。		
学齢期	41	児童青少年課	Jsカップ	調布市内児童館や学童クラブで活動している子どもたちが一堂に会し、チームプレーやルールを守ってプレーすることの大切さを学ぶ。	小学生	年1回	○												今後も交流の場として開催を予定している。		
学齢期	53	スポーツ協会	リフレッシュハイキング	四季折々の絶景ポイントを森林インストラクターとともに植生や樹木とじかにふれあいながら自然観察を行う。	一般	年2回	○												引き続き、年2回の開催をしていく。令和5年度より定員をコロナ禍前の30名に戻した。		
成人期	55	健康推進課	あなたの骨の健康度チェック	骨密度測定をきっかけに、生活習慣・食事・運動等を振り返る。	18～64歳の女性市民	年4回	○	○			○			○					希望者が多いので、回数など含めて実施方法について検討していく。		
成人期	56	健康推進課	健康増進健診	特定健診を受ける機会のない市民に実施する健診。	市民のうち35歳と40歳以上の無保険者	通年	○	○	○		○		○	○	○	○			これまで通り、実施を継続する。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位	
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり				
成人期	59	健康推進課	がん検診（胃・大腸・子宮頸・前立腺・肺・乳）	各種がん検診を提供する。	【個別通知】 胃がん(バリウム)：35・40・45・50・55・60歳以上の方 胃がん(内視鏡)：60・62・64・66・68 大腸がん：35・40・45・50・55・60歳以上 子宮頸がん：35・40・45・50・55・60・65歳の女性 【申込制】 胃がん(バリウム)：30～59歳 胃がん(内視鏡)：50・52・54・56・58歳 大腸がん：30～59歳 前立腺がん：50～70歳の男性 子宮頸がん：前年度未受診で20歳以上の女性 乳がん：前年度未受診で40歳以上の女性	通年	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	がん検診に関して、あり方検討会を設置し、実施方法について検討していく。		
成人期	61	健康推進課	今から始める健康づくりシリーズ（成人編）	健診結果の活用方法，食事内容，お口の健康，体操やストレッチなど，各回のテーマに沿って健康教育を実施。	第1回～第3回：35～64歳市民 第4回：35～74歳市民	年4回	○	○	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	継続実施。 テーマや啓発方法について検討していく。		
成人期	63	健康推進課	ゲートキーパー養成講習会	身近な人の自殺を示すサインに気づき，適切な相談へつなげられるよう，相談機関や方法を伝える事業。	市民，市内在勤者など	通年	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	民生委員・児童民生委員の会議や健康教育，出前講座の場で講話を実施。市民ゲートキーパー養成研修の動画配信を継続。		
成人期	71	西部公民館	健康講座	身体の声を聴いて自分に合った方法で動き，呼吸を観察し，全体のバランスを整えることでリフレッシュし，健康増進につなげる。	市民	年1回	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	コロナの状況をふまえて，市民の健康維持・増進につながる内容で，年1回実施予定。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
成人期	72	北部公民館	健康教室「初心者向けおやすみ前のすっきりリラックスヨガ（全4回）」	自律神経を整え、気持ちを楽にすること、コントロールすることをヨガを通して学び、心身の健康保持体力の向上を図る。	成年	年1回	○	○											未定	事業の内容は各年度で設定しているため、タイトル名について変更の場合あり。	
成人期	74	北部公民館	いきいき講座「椅子を使った体幹運動（全3回）」	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）防止のための運動を実施することで、高齢者の健康増進に寄与する。	高齢者	年1回	○												毎年度事業計画に基づき実施しているが、同じ内容のものを引き続き実施する予定。	事業の内容は各年度で設定しているため、タイトル名について変更の場合あり。 ※令和5年度タイトル名未定	
成人期	75	スポーツ協会	リフレッシュ体操スクール	日ごろ運動する機会が少ない方を対象に、運動するきっかけをつくるためのスクール。	一般	随時	○												引き続き、年3期の開催をしていく。申込多数により参加できない方が多くいるので、クラスを増やすなど検討していく。		
成人期	76	スポーツ協会	スポーツ協会セブンプログラム	調布市民の健康維持、体力の向上を目的としたプログラム。	一般	随時	○												利用者のニーズに合ったプログラムが実施できるように、年度ごとに見直しを図っていく。		
高齢期	83	高齢者支援室	介護予防普及啓発事業「高齢者健康エクササイズ」	保健師による介護予防の講義とFC東京のトレーナーによる運動。	65歳以上	年1回	○				○								現在は年に1度の開催であるが、実施回数を増やしていく予定。 また、ウォーキングフットボールなど体操以外の介護予防につながる運動も検討したい。		
高齢期	92	健康推進課	65・70歳の骨粗しょう症検診	骨密度を測定し、骨粗しょう症予防のための知識を習得し、生活習慣病改善の行動変容を促す。	65・70歳の女性市民	年4回	○	○	○		○			○					年間開催回数を4回で実施予定。 コロナ禍で個別化していた結果返却や栄養指導を集団に戻すことも検討。 超音波の検査にして、受講者数を増やしてはどうかとの意見あり（検討課題）。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
高齢期	95	東部公民館	シルバー講座	高齢期を健康で豊かに過ごすために、健康の実践につながる知識を学ぶ。	60歳以上	年1回募集（全〇回）	○				◎								高齢者の健康づくりや生きがいづくりをテーマに座学を主体にした「シルバー講座」を継続的に実施していく。	シルバー講座は、毎年度事業計画に基づき実施している。シルバー講座の個別の事業名は毎年度変わるため、事業名称は、「シルバー講座」としていきたい。	
高齢期	96	西部・北部公民館	シニア健康講座	椅子に座りながらできる全身運動、椅子を使っのストレッチ、寝た姿勢でできる筋力トレーニングを行いロコモ予防につなげる。	概ね60才以上の市民	年1回	◎				○								コロナの状況をふまえながら、高齢者の健康の維持・増進につながる内容で、年1回実施予定。		
高齢期	102	社会福祉協議会	通所型サービス「よつば」	利用者が要介護状態になることを予防するための運動機能向上プログラムや利用者間交流の機会を提供する。	市内在住の要支援認定・基本チェックリストによる事業対象者	週2回まで	◎	○											利用者のニーズや状況に応じた活動内容を検討しながら事業を継続していく。		
代すべその他年	110	健康推進課	地域健康教育（出前講座）	市民団体や関係機関等の要請にもとづいて地域に出向いて実施。	市民	随時受付	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	事業の継続		
すべその他年代・	111	健康推進課	地域健康相談	地域団体からの依頼により、保健師が出張して定期的に健康相談を実施。	市民	随時受付	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	要望がある団体に対応する。		
代すべその他年	112	健康推進課	保健師相談（訪問・電話・面接）	市民の健康のために、保健師が行う個別の相談事業。	市民	随時受付	○	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	事業の継続		
年すべその他・その	113	健康推進課	食事なんでも相談室（栄養相談）	食事に関係する個別相談事業。	市民	年18回	○	○	○	○	○			○		◎	○	○	年18回実施、定員は毎回6人の予定。		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主体的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり			
すべての年代・他年代	114	健康推進課	自殺予防講演会	自殺と密接に関連するこころの健康や精神疾患についての正しい知識を普及啓発として講演会を実施。	市民	年1回	○	◎	○	○									年1回実施しこころの健康について周知・啓発を続ける。		
すべての年代・他年代	117	社会福祉協議会	ひだまりサロン事業	地域の中でお互いに支え合い助け合っ て、健康で安心した生活が送れるよう、 憩いの場を提供する。	全世代	団体により 差はあるが 月1～月2回 程度	○	○							◎			○	幅広い世代に活動を知ってもらい、参加のきっかけとなるよう情報発信をする。 地域による偏りを減らすため、サロンが少ない地域への働きかけを重点的に行っていく。		
成人期	121	健康推進課	ようこそ調布っ子サポート事業	妊娠期から出産・子育て期にかけて、身近な相談に応じる伴走型相談支援と経済的支援を一体として実施。対象者へ、育児用品や子育て支援サービス等が専用サイトで利用できるギフトカードを支給。	全ての妊婦及び0歳から2歳の乳幼児を養育する子育て世帯	・妊婦面接・妊娠8か月アンケート ・赤ちゃん訪	○	○	○	○	◎			○	○	○	○	○	事業の継続		
成人期	123	健康推進課	ファーストバースデーサポート事業	1歳の子どもがいる家庭に対してアンケートを実施し、子育て支援にかかわる情報提供や子育てに関する相談を実施。アンケート回答者には育児バツケージを送付。	市内の1歳児のいる家庭	随時受付	○	○	○	○	◎			○		○	○	○	令和6年度よりギフト拡充予定。内容、実施方法は検討中。		
成人期	124	健康推進課	多胎児家庭支援事業	多胎児を養育する家庭に対して、移動経費補助や相談支援事業を通じて身体的・精神的負担の軽減を図り、安心して子育てができる環境を整える。	移動経費補助：市内に住所を有する3歳未満の多胎児を同一世帯で養育する世帯 市内に住所を有する生後2か月以上のふたご・みつごとその保護者、多胎妊娠中の妊婦	移動経費補助：随時 交流会：年5-6回	○	◎	○	○	○			○		○	○	○	事業継続		

調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画関連事業シート

調布市健康づくりプラン関連事業							基本施策												今後（令和6年度以降）の実施計画	備考	優先順位	
年代	事業No	担当課名	事業名	事業概要	対象者	開催頻度	1. 運動やスポーツを通じた健康づくり	2. 休養・こころの健康づくり	3. たばこ・アルコール対策の推進	4. 歯と口腔の健康づくりの推進	5. 主體的な健康管理の実践	6. 総合的ながん対策の推進	7. 望まない受動喫煙防止にむけた環境づくり	8. 生活習慣病予防と重症化予防対策の環境づくり	9. 市民・地域・企業関係機関などとの連携・協働による健康づくり	10. 食への意識や関心を高め、理解を深める	11. 健康的な食生活の実践	12. 食を通じた地域とのつながり				
成人期	125	スポーツ振興課	初心者向けフットサル教室	F C東京との関連事業。運動するきっかけづくりのためのフットサル教室を年2回開催。	市内在住・在勤・在学の18歳以上のフットサル未経験者・初心者	年に2回	◎												引き続き実施予定。			
成人期	126	スポーツ振興課	調布市障害者スポーツの振興における協議体	障害者の運動機会の創出を目的とした各種プログラムを、調布市福祉作業所等連絡会、調布市社会福祉協議会、東京都障害者スポーツ協会、武蔵野の森総合スポーツプラザ等様々な関係機関と連携して実施。	障害当事者や市内作業所職員	随時	◎								○				引き続き実施予定。	障害福祉課も参加		
学齢期	132	八雲台小学校	朝遊び	縄跳びを使っていろいろな動きを体験し、体を動かす心地よさを味わう。	全校生徒	週1回	◎												週に1回、8時25分～35分まで、校庭で学年ごとに行っている。今後も継続して行う予定。			
高齢期	152	保険年金課 高齢者支援室 健康推進課	高齢者保健事業・介護予防一体的実施事業	個別的な健康状態の把握や受療勧奨、通いの場へのフレイル予防普及啓発・健康相談等	個別的支援：75歳以上の東京都後期高齢者医療制度被保険者 通いの場：上記対象者を含むグループの参加者	通年	○	○		○	◎				○	○	○	○	広域連合からの受託継続 保険年金課、高齢者支援室、健康推進課、との連絡会において、高齢者の健康課題から適切な実施事業を検討する。	広域連合からの受託事業。		
成人期	176	健康推進課	もうすぐママパパ教室	妊娠前後の健康や子育てに関する健康教育・体験学習を行う。また、出産に向けての心と体の準備や出産後の赤ちゃんとのふれあい方、市の子育てサービス等についても学ぶ。	妊婦及びパートナー	2回コース・1回コース 各月1回	○	○	○	○	◎			○	○	○	○	○	○	○	○	○