資料１

第３次健康増進計画
～令和７年度進捗評価～

Ｒ８年　　９月作成

目次

政策分野：　生活習慣の改善・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２
１　栄養・食生活
２　歯と口腔の健康
３　身体活動・運動
４　休養・心の健康
５　飲酒
６　喫煙

政策分野：生活習慣病の発症予防・重症化予防・・・・・・・・・・・・３０
７　がん
８　生活習慣病（高血圧等）

政策分野：生活機能の維持・向上・・・・・・・・・・・・・・・・・・３８
９　フレイル対策
１０　骨粗しょう症予防

各政策分野の進捗

政策分野： 生活習慣の改善

1 栄養・食生活

【妊娠期、乳幼児期、幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
妊娠期 乳児期 幼児期	①適正体重の維持を目指そう ②主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい食事を食べよう ③食塩を摂りすぎないようにしよう	①妊娠中から産後の栄養についての保健指導や健康教育 ②乳幼児の食生活についての健康教育・健康相談 ③乳幼児の食に関する普及営発

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R5	R6	R7	目標との差	目標値 中間値（R10）	目標値 最終値（R15）
肥満者の割合（肥満度 15%以上）	３歳児	5.5	4.9	5.9	5.9	1.9	4.0	2.7
	５歳児	7.1	6	6.8	★6.2	-0.5	6.7	6.2
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上ほぼ毎日食べている者の割合	３歳児	77.9	77.9	86.9	★87.3	-7.3	80.0	80.0 以上
食塩を摂りすぎないように心がけている者の割合	３歳児	92.9	92.9	92.8	69.2	25.8	95.0	95.0 以上

（％）

事業	担当課	取り組みの結果
母子手帳発行（個別栄養指導）	健康課	母子健康手帳発行時の栄養相談：相談件数 475 件（内初産婦実施率 98%） ⇒適切な体重管理等の相談に応じ、妊婦の不安軽減と望ましい食習慣の啓発に取組むことができた。
伴走型相談支援事業（8か月時アンケート）	健康課	・アンケート 送付数1，057件、回収数653件（回収率 62.0%） （令和7年4月から令和8年1月までの件数） ・令和7年12月から電話へ変更 201件 （令和7年12月から令和8年3月までの件数） →アンケートから必要な方に電話や面談等を通じた支援を行うことができた。

母親父親教室（快適マタニティライフ編）	健康課	快適マタニティライフ編　87 人（88）（内、妊婦 48 人、パートナー40　人）⇒妊娠中の望ましい食生活に関する講義や、妊娠中の過ごし方、口腔衛生について啓発できた。
産後ケア事業デイサービス（直営）	健康課	実施回数　12 回、参加人数（母）131 人（児 132 人） ⇒管理栄養士が用意した昼食を提供し、産後の身体的回復と心理的な安定を促進できるよう支援できた。
思春期対策事業	健康課	栄養に関する講話の実施校数6校、参加延人数721人 ⇒中学生を対象に、健康な体つくりのための食生活について講義を行い、適正体重の大切さや成長期に摂って欲しい栄養について啓発できた。また、市内全中学 3 年生家庭数に「健康的な体のつくり方」を目的としたテキストを2，330枚配布した。
1歳6か月児健診、3歳児健診（リーフレット配付）	健康課	1 歳 6 か月児健診、3歳児健診：リーフレット配布数　2739 枚、栄養相談実績　643 件⇒幼児期の望ましい食事量や噛むことの大切さを掲載したリーフレットを配布し、啓発できた。
2歳児歯科健診（集団指導）	健康課	実施回数 24 回、受診人数 747 人 ⇒コロナで中止していた集団指導を再開し、歯磨きの大切さと朝ごはんの大切さを啓発することができた。
離乳食教室（5，6か月、7，8か月、9～1，6Y）	健康課	5.6 か月児：12 回開催、265 人参加　7.8 か月児：8 回開催、109 人参加 9か月～1 歳 6 か月児：6 回開催、86 人参加 それぞれの月齢の離乳食についての講話、実習、試食を行った。また、保護者に向けてバランスの整う食事のとり方や家族の健康についての講話も行った。
子どもの生活習慣病予防対策事業（巡回教室）	健康課	実施回数 34 件、参加人数 933 人 ⇒園児には食べ物の消化吸収の仕組みや食べ物の働き等を巡回教室にて、保護者には規則正しい生活習慣と食習慣の大切さ等をリーフレット及び動画配信にて啓発することができた。
親子食育事業（レシピ公開、動画配信）	健康課	就学前児を想定し朝ごはんクッキングの動画を配信（全4種類）。合計視聴数 409 回。 ⇒動画というツールを活用し、簡単に作れる朝ごはんクッキングを広く啓発できた。

【学童期、思春期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 思春期	適正体重の維持を目指そう	①小中学校における健康教育 ②小中学校における食育 ③公民館事業での食育の推進

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R5	R6	R7	目標との差	目標値	
							中間値（R10）	最終値（R15）
肥満傾向者の割合	小学５年生男子	12.7	15.4	14.2	12.2	2.4	9.8	7.0
	小学５年生女子	10.4	9.6	10.5	8.9	0.2	8.7	7.0

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる指導	教育指導課	各小中学校において、食育全体計画を作成し、食教育推進担当教員や栄養教諭及び学校栄養職員等が連携して、食に関する指導（食事の重要性、喜び、楽しさ等）を、各教科、総合的な学習の時間、特別活動などにおいて、それぞれの特質に応じて適切に行った。
食事の重要性、喜び、楽しさ等の食に関する指導	教育指導課	各小中学校において、食育全体計画を作成し、食教育推進担当教員や栄養教諭及び学校栄養職員等が連携して、食に関する指導（食事の重要性、喜び、楽しさ等）を、各教科、総合的な学習の時間、特別活動などにおいて、それぞれの特質に応じて適切に行った。
児童・生徒地域参加事業、家庭教育学級、自主事業等	中央公民館	合計 57 事業　延べ 1,993 人 （内訳） 家庭教育学級　27 事業　延べ 1,052 人 自主事業　15 事業　延べ 323 人 児童・生徒地域参加事業　10 事業　延べ 367 人 シニア学級　5 事業　延べ 251 人

【青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
青年期 壮年期 高齢期	①適正体重の維持を目指そう ②主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい食事を食べよう ③食塩を摂りすぎないようにしよう	①生活習慣病予防・健康づくりの食生活に関する健康教育・健康相談 ②適正体重維持のための食生活の普及啓発 ③地域の健康づくりのための活動支援

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R5	R6	R7	目標との差	目標値	
							中間値（R10）	最終値（R15）
やせの者の割合（BMI18.5 未満）	20～30 歳代女性	9.9	14.1	14.4	14.3	4.4	維持	維持
肥満者の割合（BMI２５以上）	40～50 歳代男性	39.7	40.7	39.6	39.3	2.6	36.7	33.7
	40～50 歳代女性	21.2	20.8	22.3	22.9	5.2	17.7	14.2
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上ほぼ毎日食べている者の割合	20 歳以上	69.4	—	—	—	—	72	75
食塩を摂りすぎないように心がけている者の割合		68.5	—	—	—	—	72	75
低栄養傾向者の割合（BMＩ２０未満）	６５歳以上	20.5	20.8	20.8	21.1	2.5	18.6	16.7

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
イベントでの食育体験・栄養相談	健康課	市内で開催されたイベントへ出展し、塩分チェックを行い減塩の普及啓発を行った。健康・食育フェスタ2025（53人）、神奈中周年祭（52人）、日産車体フェア（90人）
健康相談（ヘルスアップ相談、高血圧予防相談での栄養相談、女性の健康づくりプロジェクト）	健康課	健康相談において、栄養相談を年 20 回実施。保健センター等の会場で 4 回健康測定相談会を実施し、栄養相談を行った。
自分で作ろう！映えランチ	健康課	食事バランスや生活習慣病に関する講話を行った。2回開催、延33人参加。（内、30代2名、50代3名、60代9名、70代11名、80代5名。

高血圧予防の食生活に関する講話	健康課	4地区の公民館で42名が参加した。内、40代3名、60代8名、70代19名、80代9名。（20代2名、30代1名）
食生活改善推進員養成・育成	健康課	養成講座は 8 回実施、延 66 人参加。育成事業は役員会や定例会に延 437 人参加。
高齢者の食生活改善の健康相談	保険年金課	カムカム教室等で、参加者より健康相談を受けた際に職員が対応している。
健康チャレンジ食生活改善事業	保険年金課	ウエルシア薬局株式会社への委託事業「食べること応援ステーション」をウエルシア薬局平塚四之宮店と平塚中原店で 12 回実施。参加者は 165 名。
高齢者の低栄養ハイリスク者対策	保険年金課	・後期高齢者健康診査結果から低栄養のハイリスク者を抽出し、56 名に支援を実施した。
肥満予防・改善教室（らくらく代謝改善講座等での食事の提供）	健康課	管理栄養士による講話と１食分の食事を提供した。2クール実施し、計22人が参加した。
母親父親教室（快適マタニティライフ編）	健康課	快適マタニティライフ編　87 人（88）（内、妊婦 48 人、パートナー40 人）⇒妊娠中の望ましい食生活に関する講義や、妊娠中の過ごし方、口腔衛生について啓発できた。
地域健康づくり支援事業（依頼事業）	健康課	7回、延135人に実施。
健康チャレンジ普及啓発事業・健康チャレンジ地域活動支援事業	保険年金課	・福祉村・高齢者よろず相談センター等の依頼による健康教育を 4 回実施し、72 人が参加した。

取り組み結果から指標につながる成果
主食・主菜・副菜を揃えた食事の大切さを知り、実際に取り組むきっかけづくりができた。 子どもたちが健康に過ごすために必要な知識を習得できるよう指導を行った。 幅広い世代に対して、食に関する事業を展開することができた。 相談事業や各種集団指導により、望ましい食習慣を身につけるきっかけづくりができた。 イベントや協力企業、ボランティア団体との事業により幅広い世代に減塩を始めとする生活習慣病を予防する食生活の普及ができた。 「食べること応援ステーション」の実施や、後期高齢者健康診査結果から低栄養のハイリスク者を抽出し支援を実施することで、高齢者自身の低栄養予防及びオーラルフレイル予防に関する普及啓発活動ができた。

次年度の計画
【健康課】 各種事業での相談や集団指導等による普及啓発の継続 適正体重の維持や望ましい食習慣の啓発の継続。 イベントや協力企業、ボランティア団体と連携した周知活動の継続 【教育指導課】 適切な食生活の確立は、子どもにとって健やかな心身の発育・発達に大きく関係し、適正な体重を保つことは生活習慣病の予防にもつながる。適切な食生活を確立し、適正な体重を維持することが、生涯にわたって健康な生活を送るために必要な資質・能力であるため、今後も小中学校における食育を継続していく。 【中央公民館】 引き続き、地域に対して食育の機会を提供していく。 【保険年金課】 引き続き、食べること応援ステーションの実施や後期高齢者健康診査結果から低栄養のハイリスク者を抽出し、支援を実施する

政策分野： 生活習慣の改善　　2 歯と口腔の健康

【妊娠期、乳幼児期、幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
妊娠期 乳児期 幼児期	むし歯を予防しよう	①歯科健康診査 ②乳幼児のむし歯予防の知識の普及

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R5	R6	R7	目標との差	目標値	
							中間値（R10）	最終値（R15）
むし歯のない者の割合	3 歳	91.5	93.9	92.6	93.3	-0.6	増加	増加
むし歯が 4 本以上ある者の割合		2.4	1.2	1.9	1.6	0.4	1.2	0

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、3歳児健康診査	健康課	・1 歳 6 か月児健康診査 受診率は 98%、う蝕罹患率は 0.45% ・2 歳児歯科健康診査 受診率は 51.2%、う蝕罹患率は 2.0%、フッ素塗布実施率は 98.0% ・3 歳児健康診査 ・受診率は 95.1%、う蝕罹患率は 6.7%
妊婦歯科健康診査	健康課	・受診者数 350名
むし歯予防教室	健康課	むし歯予防教室 ・8 か月～1 歳 0 か月児対象：準備期編（6 回、121 人） ・1 歳 3 か月～1 歳 10 か月児対象：イヤイヤ克服編（5 回、73 人）
永久歯萌出期歯科保健事業（巡回教室）	健康課	市内保育園・幼稚園・認定こども園計 36 園、園児 782 名（年中もしくは年長）に対し巡回教室を実施。希望の園には歯垢の染め出し剤を用いた歯みがき実習を実施。
地域健康づくり支援事業	健康課	依頼のあった子育て支援センターや子育て広場等計 13 件、親子 124 組に対し、講話や個別相談を実施。

【学童期、思春期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 思春期	むし歯や歯周病を予防しよう	①歯の健康に関する普及啓発 ②小中学校における歯科検診・歯科健康教育

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
むし歯のない者の割合	12 歳	76.9	81.6	82.7	0.3	83.0	90.0
歯肉に炎症がない者の割合		73.0	80.6	★86.6	-7.6	79.0	85.0
フッ化物の応用の経験がある者の割合	15 歳未満	66.6	—	—	—	77.0	90.0

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
歯の衛生に関する図画・ポスター及び歯科保健啓発標語表彰	学務課	図画・ポスター応募（小学生） 17 人（うち中地区代表者１人） 図画・ポスター応募（中学生） 19 人（うち中地区代表者で県審査入選１人） 標語応募（小学生） 26 人（うち中地区代表者１人） 標語応募（中学生） 65 人
学校歯科巡回指導	学務課	講話と歯磨き実習（染め出し有り） 小学校３年生 1,747 人出席 小学校５年生 1,766 人出席 特別支援学級 347 人出席
歯科検診	学務課	検査人数（小学生） 11,033 人 検査人数（中学生） 5,330 人

【青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
青年期 壮年期 高齢期	①むし歯や歯周病を予防しよう ②よく噛んで食べよう ③オーラルフレイルを知ろう	①歯科健康診査 ②歯科健康教育・健康相談 ③歯科疾患予防についての普及啓発 ④オーラルフレイルの普及啓発

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
歯周病を有する者の割合	40 歳以上	61.7	62	62.8	5.8	57	50
過去 1 年間に歯科検診を受診した者の割合		53.7	-	-	-	61	70
歯間清掃用具を使用している者の割合		67.6	-	-	-	74	80
自分の歯を 24 本以上有する者の割合	６０歳	89.7	80.2	93.1	-	増加	増加
咀しゃく満足度の割合	50 歳以上（50～74 歳）	81.8	81.7	82.1	-	増加	増加
なんでも不自由なくよく噛んで食べることができる高齢者の割合	75 歳以上	71.9	76.6	74.7	-	増加	増加
「オーラルフレイル」を知っている者の割合		27.9	-	-	-	38.5	47

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
成人歯科健康診査	健康課	・受診者数693名、受診率は 5.2%
歯科健康教室	健康課	オーラルケア講座（1 回実施、計 10 名参加） 大人のためのむし歯予防講座（1 回実施、計 9 名参加） 歯周病予防講座（1 回実施、計 16 名参加） 口臭予防講座（1 回実施、計 18 名参加） 歯科医からきく 健康の秘訣！講座（1 回実施、計 18 名参加）
地域健康づくり支援事業	健康課	・平塚市視覚障碍者協会女性部からの依頼 1 件13名に対し講話を実施。

青年期・壮年期における歯や口腔に関する健康相談	健康課	・電話相談 5 件、来所相談1件、生活保護受給者の相談3件実施。
高齢者の歯や口腔に関する健康相談	保険年金課	カムカム教室等で、参加者より健康相談を受けた際に職員が対応している。
むし歯予防教室・永久歯萌出期歯科保健事業(保護者向け講話)	健康課	・むし歯予防教室について、計 6 回、計 121 名の保護者向け講話を実施。 ・永久歯萌出期歯科保健事業について、4園、計32名に対して保護者向け講話を実施。
母親父親教室	健康課	・計6回、48 組の妊婦、もしくは夫婦に対し実施。
フレイル対策推進事業	保険年金課	公民館や自治会館等でカムカム教室を19回実施。参加者数190人。
健康チャレンジ普及啓発事業・健康チャレンジ地域活動支援事業	保険年金課	・西部福祉会館と中央公民館でオーラルフレイル予防講座を実施し、参加者数 62 人。 ・高齢者よろず相談センターの依頼による健康教育を 3 回実施。参加者数 74 人。

取り組み結果から指標につながる成果

う蝕予防の意識向上につながった。
児童生徒の歯の健康に関する意識が高まっている。
むし歯予防に関する意識が高まっている。
歯周病予防に対する普及ができた。
オーラルフレイル予防のためのカムカム教室等の実施により、高齢者自身の状態像を見える化し、気づきと介護予防活動への行動変容を促すための普及啓発活動ができた。

次年度の計画

【健康課】
幼児健康診査や教室等で早期からのう蝕予防の情報提供を継続する。永久歯萌出期歯科保健事業(巡回教室)は、希望があった園は年中及び年長両者に対して巡回教室を実施する。
情報提供の継続。なお、永久歯萌出期歯科保健事業(巡回教室)は、希望があった園は年中及び年長両者に対して巡回教室を実施する。
健診や教室等において歯周病予防に関する普及啓発を継続して実施する。成人歯科健康診査の対象に 20 歳及び 30 歳が追加するため、受診を呼びかけるとともにかかりつけ歯科医をもつメリット等の情報提供を行う。
【学務課】
学校歯科巡回指導について、次年度からコロナ前と同様の対象学年(小学校１年生,小学校３年生,小学校５年生及び支援級)とする。
【保険年金課】
カムカム教室を継続して開催する。

政策分野： 生活習慣の改善　　3 身体活動・運動

【乳幼児期・幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
乳児期 幼児期	楽しく身体を動かそう	①幼児健康診査における普及啓発・保健指導 ②子どもの生活習慣病予防のための健康教育

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
休日に２時間以上外遊びをする者の割合	3 歳	43.8	42.4	40.2	4.1	44.3	45

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
1 歳 6 か月児健診・3 歳児健診(外遊びの重要性についての周知)	健康課	幼児児健診(1 歳 6 か月児健診・3 歳児健診) ・1 歳 6 か月児健診:実施回数　34回 ・3 歳児健診:実施回数　35回 幼児健診待合に、親子の触れ合い遊び等についての資料を掲出し、外遊び等の体を動かす遊びの大切さについて周知をしました。 また、健診結果により、個別相談において体を動かす遊びの大切さについて周知をしました。
子どもの生活習慣病予防対策事業	健康課	・テキスト配布数　1710 部 動画版視聴用二次元コードを含めたテキストを市内の幼稚園・保育園の協力を得て 5 歳児の保護者に配布し、外遊び等の体を動かすことの大切さについての情報提供と普及啓発を行いました。また、子どもの生活習慣病予防対策事業の市ウェブでも、外遊び等の体を動かすことの大切さなについての情報提供を行いました。
幼稚園・保育園サッカー巡回教室、親子サッカー教室、幼児交流サッカー大会	スポーツ課	幼稚園・保育園サッカー巡回教室 ・延べ 53 園、93 クラス、2,184 人参加 親子サッカー教室 ・3 回、76 組 152 人参加 幼児交流サッカー大会 ・6 園、118 人参加

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 思春期 青年期 壮年期 高齢期	①楽しく身体を動かそう ②定期的に運動しよう ③身近な地域活動に参加しよう	①子どもの生活習慣病予防のための普及啓発 ②小中学校における健康教育 ③児童・生徒の運動習慣をつけるための場所の提供 ④生涯スポーツの推進のための機会の提供 ⑤スポーツを楽しむ環境づくり ⑥スポーツ活動の普及啓発 ⑦スポーツ・レクリエーション活動の場の提供 ⑧地区住民の親睦や健康増進のための機会の提供 ⑨生活習慣病予防のための運動の健康教育・健康相談 ⑩生活習慣病予防のための運動の普及啓発 ⑪地域の健康づくりのための活動支援 ⑫高齢者の社会参加促進のための活動支援 ⑬身体機能の低下を防ぐための知識の習得と実践の場の提供

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値 中間値（R10）	目標値 最終値（R15）
週 420 分以上の総運動時間の者の割合	小学５年生男子	59.4	56.7	58.3	―	増加	増加
	小学５年生女子	33.8	26.4	29.9	―	増加	増加
	中学２年生男子	77.9	77.4	77.9	―	増加	増加
	中学２年生女子	58	59.9	60	―	増加	増加
１日３０分、週２日以上の運動を１年以上継続している者の割合	20～59 歳男性	39.4	―	―	―	43	44.5
	20～59 歳女性	25.8	―	―	―	30.6	34.6
介護予防に取り組んでいる高齢者の割合	６５歳以上	52.2	―	―	―	54.6	56.6

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	各小中学校において、心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる指導を適切に行った。また、健康の保持増進と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を養う指導を適切に行った。
手話ダンスにおける健康づくり事業	スポーツ課	手話ダンスにおける健康づくり事業 1 校、参加者数 420 人
小学校体育サッカー巡回授業	スポーツ課	小学校体育サッカー巡回授業 延べ 20 校、参加者数 1,397 人
健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる指導	教育指導課	健康の保持増進と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を養う指導を適切に行った。
学校体育施設開放事業	スポーツ課	学校体育施設開放事業 登録団体数 342 件 小学校 28 校、申込延件数 10,042 件、利用延人数 218,504 人 中学校 15 校、申込延件数 4,966 件、利用延人数 73,656 人
小学校プール開放事業	スポーツ課	小学校プール開放事業 小学校 23 校、利用者数 6,997 人
少年少女スポーツ大会	スポーツ課	少年少女スポーツ大会 少年少女野球、水泳、剣道、マラソン大会、参加者数 841 人
平塚市民・大学交流スポーツフェスタの開催	スポーツ課	平塚市民・大学交流スポーツフェスタの開催 中学生陸上競技、バスケットボール、バレーボール教室、参加者数119人
小学生サッカー教室	スポーツ課	小学生サッカー教室 参加者数 84 人
スポーツ施設活用事業	スポーツ課	スポーツ施設活用事業 スポーツ施設利用者数 239,854 人
スポーツ用具の貸し出し	スポーツ課	スポーツ用具の貸し出し スポーツ用具貸し出し件数 174 件
ポータルサイト「平塚スポーツナビ」の運営によるスポーツ情報の提供（イベント・団体・施設情報等）	スポーツ課	ポータルサイト「ひらつかスポーツナビ」の運営によるスポーツ情報の提供 訪問者（アクセス）数 130,709 人、ページビュー数 376,840 ページ、 登録団体数 152 団体

スポーツ指導者講習会	スポーツ課	スポーツ指導者講習会 受講者数 93 人
各種スポーツ大会開催事業	スポーツ課	各種スポーツ大会開催事業 ボッチャ大会、市内駅伝競走大会、参加者数 338 人
ひらつかパラスポーツフェスタの開催	スポーツ課	ひらつかパラスポーツフェスタの開催 参加者 590 人
各種スポーツ施設管理運営事業	総合公園課	市民が安心・安全にスポーツやレクリエーションを楽しめる施設の整備・管理・運営を行いました
ひらつか市民スポーツフェスティバル開催事業	スポーツ課	ひらつか市民スポーツフェスティバル開催事業 参加者数 14,635 人
市民総合体育大会開催事業	スポーツ課	市民総合体育大会開催事業 参加者数 3,172 人
市民体育レクリエーション地区大会	中央公民館	・25 地区公民館（26 会場）で大会を実施。 ・参加者は延べ 14,910 人。 ・各地区毎に自治会や体育振興会を中心とした実行委員会を立ち上げ、各種地域団体と協力して競技内容の検討や準備、当日の運営を行った。
肥満予防改善教室（仕事で忙しい人のための科学的な体型改善講座ほか）	健康課	壮年期対象に１クール6回を2クール開催し、延104人参加。 習慣のなかった者が運動を実施するようになる変化もあった。
運動体験教室（スキマ時間でちょいトレはじめませんか）	健康課	壮年期を対象に対面講座3回、オンライン講座3回を開催し、延45人参加。 運動機会の少ない参加者が多かったが、意識に変化がみられ、自宅での実践につながる機会を提供することができた。
イベントでの体験機会の提供（健康・食育フェスタ）	健康課	親子ヨガを開催し、17 組の参加があった。運動習慣が少ない子育て世代に運動機会を提供した。
健康相談（ヘルスアップ相談、高血圧予防相談、健康づくり測定相談）	健康課	健康相談は毎月 2 回の定期相談を基本とし、個別調整での開催を含め 27 回、延 43 人に実施。年齢や生活背景に応じた運動・食事の紹介や生活習慣改善の見直し等の助言を行った。健康づくり測定相談は 5 回（保健センター4 回、子育て支援センター1回）開催し、合計123人が参加した。測定結果に応じた説明・助言を行い、若い世代にも健康について考えてもらうきっかけを提供することができた。

健康推進員養成・育成講座	健康課	養成講座を8回実施し、延 47 人参加。育成講座を3回実施し、延51人が参加。健康づくりに関するボランティア活動を行うための知識の普及を行った。
健康づくり推進員事業（健康推進員主催の講座・健康ウオーキング）	健康課	平塚市健康推進員連絡協議会に市民の健康づくり（運動・休養）を委託し実施した。健康ウオーキング（体験ウオーキングを含む）11 回・延 356 人、くすの木体操 50 回・延 883 人、地区ブロック活動（健康教室）4 回・延 178 人、体力チェック等の実施 12 回・延 524 人
イベントでの情報発信（健康・食育フェスタ）	健康課	親子ヨガを開催 17 組参加。運動習慣が少ない子育て世代に運動機会を提供した。
企業と連携したアプリ等を活用した運動の普及啓発	健康課	連携協定企業の運動のアプリを活用し、「Vitality ひらつかウォーク」を開催。対象者：18歳以上の在住在勤者、定員：200名 期間：10月～11 月の 4 週間で実施。 参加申込者数 204 名。参加者のアンケートより目標達成のために歩く歩数が増えた等の意見あり。
企業や地域団体の依頼による運動に関する健康教育（企業向け出張健康セミナーを含む）	健康課	開催回数：21回 参加者数：1454人 高血圧予防（尿ナトカリ比測定、減塩・食事等）、睡眠・休養、健診結果の見方、熱中症予防、 オーラルフレイル予防など
地域リハビリテーション活動支援事業	保険年金課	・地域リハビリテーション活動支援事業の通所型サービスC参加前後の機能評価及び助言を 11 回実施。参加者数延べ 11 人。 ・福祉村・高齢者よろず相談センター等の依頼による健康教育を 2 回実施。参加者数 24 人 ・介護予防ケアプラン検証会議へ13回出席した。
健康チャレンジ地域活動支援事業・健康チャレンジ普及啓発	保険年金課	・健康課から借用した骨密度測定器1台を高齢者よろず相談センターに貸し出しを行っている。令和７年度は貸し出しを11回行い、参加者は307人だった。 ・福祉村等の依頼による健康教育を 2 回実施。参加者数 24 人
フレイル対策推進事業	保険年金課	・公民館や自治会館等でフレイルチェック測定会を 44 回実施し、参加者数、計 629 人。参加者の年間目標の 505 人以上を達成。

ひらつか元気応援ポイント事業	地域包括ケア推進課	説明会を月1回開催し、年間12回の開催となった。説明会については、広報、ホームページ等で周知した。 会員数：223 名 ポイント換金実績：304,300 円（90 件） 元気応援セット交換実績：40,983 円（7 セット） スターライトマネー交換実績：23,800 円（6 件）
フレイル対策推進事業	保険年金課	・公民館や自治会館等でフレイルチェック測定会を 44 回実施し、参加者数、計 629 人。参加者の年間目標の 505 人以上を達成。
地域リハビリテーション活動支援事業	保険年金課	・地域リハビリテーション活動支援事業の通所型サービスC参加前後の機能評価及び助言を 11 回実施。参加者数延べ 11 人。 ・福祉村・高齢者よろず相談センター等の依頼による健康教育を 2 回実施。参加者数 24 人 ・介護予防ケアプラン検証会議へ 13 回出席した。
通所型サービスC事業	地域包括ケア推進課	開催回数：48 回 参加者の参加者延べ人数：272 人 従来の事業の修了者向けに、さらに運動負荷の高いプログラムも実施した。 参加者の多くが運動口腔機能の向上が認められ、通いの場などのインフォーマルサービスに繋がった。また、参加者の約3割が事業対象者でなくなった。

取り組み結果から指標につながる成果
乳幼児期の楽しく体を動かす習慣のきっかけづくりを継続することができた。 サッカーを通した遊びの中で、園児自らが体を動かす楽しさや心地よさを実感してもらった。 親子の触れ合いの場を提供でき、スポーツへの参加意欲の向上が見られた。 仲間との思いやりや協調性、他園児との交流が図られた。 子どもたちが健康に過ごすために必要な知識を習得できるよう指導を行った。 地域住民に対してスポーツ、レクリエーションを通した地域交流の機会を提供することができた。 多くの市民にスポーツに触れ、楽しんでいただき、運動をする機会の提供や運動の継続、また健康の増進に寄与した。 各施設の老朽化した設備等について改修や修繕を実施し、安定した施設運営を行うことができました。 青年期～壮年期に対し、生活習慣病予防のための運動指導や運動機会の提供ができた。

次年度の計画
【健康課】 幼児健診や子どもの生活習慣病予防対策事業等における情報提供や相談等による普及啓発の継続。 連携協定企業と新たなプログラムと周知の検討、条件付き参加費用減額の実施 保育の実施 職域、医療機関に出向き周知の拡大 休日事業の実施 【スポーツ課】 サッカーによる普及啓発活動を行う。 軟式野球教室の開催に向けて、調整をする。 【教育指導課】 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるため、今後も小中学校における健康教育を継続していく。 【中央公民館】 地域団体との連携を図り、継続して実施していく。 【総合公園課】 継続して市民が安心・安全にスポーツやレクリエーションができるよう必要な施設の整備・改修を行い、管理運営を行っていく 【保険年金課】 地域リハビリテーション支援活動を継続して実施する。 【地域包括ケア推進課】 活動可能な受入機関を会員へ周知する。 対象者を掘り起こせるような事業の検討や、地域へのヒアリングを実施する。

政策分野： 生活習慣の改善　　4 休養・こころの健康

【乳児期、幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
乳児期 幼児期	早寝早起きをしよう	①幼児健康診査における普及啓発・保健指導 ②子どもの生活習慣病予防のための健康教育

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
22 時より前に就寝する者の割合	5歳児	87.1	―	★89.5	-1.7	87.8	88.6

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
1歳6か月児健診・3歳児健診（生活リズムを整える必要性の周知）	健康課	・1歳6か月児健診：実施回数　34回 ・3歳児健診：実施回数　35回 幼児健診待合に、早寝早起きなどの規則正しい生活リズムの大切さについての資料を掲出し周知しました。 また、状況により早寝早起きなどの規則正しい生活リズムの大切さについて個別相談で周知をしました。
子どもの生活習慣病予防対策事業（生活リズムを整える必要性の周知）	健康課	・テキスト配布数　1710部 動画版視聴用二次元コードを含めたテキストを市内の幼稚園・保育園の協力を得て 5 歳児の保護者に配布し、早寝早起きなどの規則正しい生活リズムの大切さについて情報提供と普及啓発を行いました。また、子どもの生活習慣病予防対策事業の市ウェブでも、早寝早起きなどの規則正しい生活リズムの大切さについて情報提供を行いました。

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 思春期 青年期 壮年期 高齢期	①早寝早起きをしよう ②睡眠で十分な休養をとろう ③ストレスに気づき適切に対処しよう	①小中学校における健康教育 ②悩みやストレスへの対処方法の教育 ③悩みを相談できる窓口の情報提供 ④休養に関する健康教育 ⑤睡眠やこころの健康に関する健康相談 ⑥地域の健康づくりのための活動支援 ⑦介護者のストレス軽減や介護技術の向上のための機会の提供 ⑧定年退職後の世代を対象とした学習機会の提供 ⑨こころの健康相談【平塚保健福祉事務所】

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値 中間値（R10）	目標値 最終値（R15）
睡眠時間が 6 時間未満の者の割合	小学５年生男子	5	3.5	3.8	―	減少	減少
	小学５年生女子	2.8	3.1	2.9	―	減少	減少
睡眠で休養がとれている者の割合		78.4	―	―	―	79.2	80
ストレスが多大にある者の割合		17.3	―	―	―	17.1	16.8

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	小学校では病気の予防として、病気は体の抵抗力や生活行動等がかかわり合って起こること、病気の予防には体の抵抗力を高めることが必要であることを指導した。中学校においては健康な生活と疾病の予防として、健康の保持増進には、年齢生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを指導した。
生き方・命の大切さを学ぶ機会の提供	福祉総務課	講　　師：公認心理師兼臨床心理士 開催実績： 大住中学校　11 月 11 日(火)全校生徒 265 人受講 中原中学校　11 月 13 日(木)全校生徒 354 人受講

		大野中学校　12 月　3 日(水)全校生徒 368 人受講 江陽中学校　12 月　4 日(木)全校生徒 475 人受講 神明中学校　　3 月　2 日(月)全校生徒 359 人受講
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	小学校では病気の予防として、病気は体の抵抗力や生活行動等がかかわり合って起こること、病気の予防には体の抵抗力を高めることが必要であることを指導した。中学校においては健康な生活と疾病の予防として、健康の保持増進には、年齢生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを指導した。
いのちとくらしの総合相談会の開催	福祉総務課	相談枠 24 枠 ・10 月 1 日(水)夜間開催　相談者 5 人／予約者 6 人／相談枠 6 枠 ・12 月 5 日(金)日中開催　相談者 5 人／当日先着順／相談枠 12 枠 ・ 3 月 8 日(日)日中開催　相談者 5 人／予約者 6 人／相談枠 6 枠(オンライン相談枠有り)
自殺対策に関する周知啓発の強化	福祉総務課	・相談窓口案内リーフレットの配布・配架 (リーフレット「気づいてくださいこころのサイン」を関係機関等に配付、★「中高生向けお守り型リーフレット」を新たに作成し、市内の全中学校 3 年生・全高等学校 3 年生及び関係機関等へ配付) ・9 月自殺予防週間、3 月自殺対策強化月間における周知啓発 （県合同庁舎・中央図書館にてパネル展を実施、ごみ収集車にマグネットで自殺予防週間・自殺対策強化月間について掲示、図書館での「こころと命のサポートのための本」展示コーナーを設置等）
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	小学校では病気の予防として、病気は体の抵抗力や生活行動等がかかわり合って起こること、病気の予防には体の抵抗力を高めることが必要であることを指導した。中学校においては健康な生活と疾病の予防として、健康の保持増進には、年齢生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを指導した。
健康相談(ヘルスアップ相談等の来所、所内指導)	健康課	定期来所相談にて、1 人睡眠や休養に関する指導を実施した。

企業や地域団体の依頼による健康教育	健康課	職域における出張健康講座を 5 回実施した。うち 2 回が、睡眠とこころの健康（メンタルヘルス）に特化した内容で実施した。参加者 107 人。
家族介護リフレッシュ事業	高齢福祉課	年間99回（4月～3月）開催予定中の全98回の実施が出来た（台風のため1回中止）。また年間の参加者総数は令和5年度が475名、6年度は576名と大幅に増加となったが、7年度は530名と若干の目減り。インターネット等での介護情報入手は容易となっているが、団塊世代の高齢化により今後暫くは参加・実践出来るこの様な機会はまだまだ必要なものとなる。
家族介護教室	高齢福祉課	年間6回（10月～3月）開催予定中の全6回の実施が出来たが、令和4年度の36名・6年度の39名とほぼ同等の36名となり、令和5年度の55名には全く届かなかった。1回あたりの平均参加者数も 6 人と依然として1桁のまま。しかしながら、全参加者からアンケートを取り、平均99.1点（100 点満点中）の高評価をいただけた。教室の内容については「参加者の意見を聞いて対応してもらえた。」「ゆっくりと平易な口調での説明が良かった。」「日々の体操を教えてもらい助かります。」「健康に役立つ情報を得られた。」「脳も体も活性化した。」「分かりやすくすぐにも使えそう。」などと概ね良好な感想をいただくことが出来た。
シニア学級	中央公民館	・全 25 地区公民館で実施。 ・対象者は主に 60 歳以上の住民。 ・117 講座、参加者は延べ 2,672 人。 ・内容は地区の老人会等と協議し、歴史講座や消費生活に関する講習、ニュースポーツの体験など、各地区毎のニーズに合わせて実施。

取り組み結果から指標につながる成果
乳幼児期の早寝早起きなど規則正しい生活リズムを身につけるためのきっかけづくりを継続することができた。 子どもたちが健康に過ごすために必要な知識を習得できるよう指導を行った。 講話や相談の実施により、睡眠と休養について普及啓発できた。 講演会や相談会の開催等により、SOS の出し方・受け止め方を伝えること、悩みを相談できる機会や相談窓口の情報提供をすることができた。 （講演会後のアンケートにて、89%の生徒から「前向きな気持ちになれた」と回答が得られた。相談会後のアンケートにて、94%の相談者から相談会に参加したことによる前向きな感想が得られた。） 家族介護教室の実施により利用者からの高評価はいただいているが、利用者数が伸び悩み。各回のプログラム内

容・利用者の興味範囲など分析の必要があると思われる。
家族介護リフレッシュ事業は、年々、利用者数増加が継続しており、団塊世代の焦り・不安・関心の表れであると思われる。
幅広いジャンルの講座を実施することにより、余暇の活用方法を提案することができた。

次年度の計画

【健康課】
幼児健診や子どもの生活習慣病予防対策事業における情報提供や相談等による普及啓発の継続。
休養について、地域・職域の依頼教育の内容に、休養も入れ普及啓発の場を確保する。
【教育指導課】
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培うため、今後も小中学校において健康教育を継続していく。
【福祉総務課】
第 2 期地域福祉リーディングプラン(第 2 期自殺対策計画)に沿って、取組をしていく。
【高齢福祉課】
家族介護教室:各回の内容検討に際して、多くの利用者が欲するプログラムを検討・設定し、広報・よろず相談センター、当課制作の「高齢者のためのガイドブック」掲載等を通じた周知継続。
　家族介護リフレッシュ事業:よろず相談センター・広報ひらつか等を利用した周知の継続。
【中央公民館】
　引き続き各地区内でニーズを把握し、実施内容を検討する。

政策分野： 生活習慣の改善　　5 飲酒

【妊娠期、乳児期、幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
妊娠期 乳児期 幼児期	妊娠中の飲酒はやめよう	①妊娠中の飲酒による影響に関する健康相談 ②妊娠中の飲酒による影響に関する健康教育

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標	現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
					中間値（R10）	最終値（R15）
妊娠中に飲酒している者の割合	0.9	0.3	★0.2	-0.3	0.5	0

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
母子保健事業（母子健康手帳の交付・電話相談など）	健康課	母子健康手帳交付（1317件）、乳児全戸訪問、電話相談時などに飲酒の状況を確認し、飲酒による影響などを伝えた。
母子保健事業（母親父親教室・父子手帳や新婚パンフレットの配布など）	健康課	母親父親教室（快適ﾏﾀﾆﾃｨﾗｲﾌ編）、父子手帳、新婚のパンフレット、市のホームページ、公式 LINE などを活用し、飲酒による健康への影響の普及啓発を実施。
市ホームページ、市公式 LINE 送信、イベントでの情報発信（東海大学グローカルフェスタ） など	健康課	東海大グローカルフェスタでパネル展示を実施し、飲酒による健康への影響を周知した。来場者 180 人。

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 ～ 高齢期	適切な飲酒量を守ろう	①地域における飲酒の教育指導 ②生活習慣病予防と飲酒に関する健康教育、健康相談 ③「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」についての普及啓発

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合	男性	11.2	―	―	―	10.7	10.3
	女性	6.6	―	―	―	6.2	5.8

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
愛護指導における20歳未満飲酒者への声かけ及び指導	青少年課	愛護指導における20歳未満飲酒者への声掛け及び指導を実施した。（飲酒に対する声掛け 11 件）
健康相談（ヘルスアップ相談、高血圧予防相談）	健康課	定期来所相談にて、延べ1人に飲酒に関して指導を実施した。 アサヒユウアスのスマドリアンバサダーによる適正飲酒セミナーを開催した。23 人の参加があり、適正飲酒についての正しい知識を周知できた。
イベントでの情報発信（東海大学グローカルフェスタ）	健康課	東海大グローカルフェスタでパネル展示を実施。180 人の来場者があり、適正飲酒やアルコールの健康への影響等について周知した。
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	小学校では病気の予防について、飲酒は健康を損なう原因となることを身に付けることができるよう指導した。中学校では健康な生活と疾病の予防について、飲酒は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを身に付けることができるよう指導した。
市ホームページでの情報発信	健康課	アルコールの健康への影響等について情報提供した。

取り組み結果から指標につながる成果
新婚期から妊娠・出産などのライフステージ事に情報提供ができている。 青少年補導員や関係団体が巡回し声掛けをすることにより、20歳未満の飲酒を防止する。 幅広いライフステージの市民へ普及啓発ができた。 子どもたちが心身の健康を保持・増進するための資質・能力を育成することを目指して指導した。

次年度の計画
【健康課】 各ライフステージにおける事業での普及啓発を継続。 【青少年課】 関係団体と連携した巡回を継続する。 【教育指導課】 飲酒は健康を損なう原因となることを身に付けることは、心身の健康を保持・増進するための資質・能力の育成に必要があるため、今後も小中学校において指導していく。

政策分野： 生活習慣の改善　　6 喫煙

【妊娠期、乳児期、幼児期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
妊娠期 乳児期 幼児期	①受動喫煙をしない・させない行動をとろう ②妊娠中の喫煙はやめよう	①妊娠中の喫煙の健康への影響に関する健康相談 ②妊娠中の喫煙による影響に関する健康教育

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標	現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
					中間値（R10）	最終値（R15）
受動喫煙をしない・させない者の割合	57.9	―	―	―	63.3	67.9
妊娠中に喫煙している者の割合	3.0	1.2	★1.4	0.1	1.5	0

（%）

母子保健事業（母子健康手帳の交付・電話相談など）	健康課	健康相談：母子健康手帳交付（1313 件）、乳児全戸訪問、電話相談等で喫煙状況を確認し、喫煙や受動喫煙による影響など伝えた。
母子保健事業（母親父親教室・父子手帳や新婚パンフレットの配布など）	健康課	母親父親教室（快適ﾏﾀﾆﾃｨ編）、父子手帳、新婚のパンフレット、を活用し、喫煙や受動喫煙による健康への影響の普及啓発を実施。
市ホームページ、市公式 LINE 送信、イベントでの情報発信（健康・食育フェスタ、東海大学グローカルフェスタ） など	健康課	市のホームページ、公式 LINE への掲載。健康・食育フェスタ、東海大グローカルフェスタでパネル展示を実施し、受動喫煙を含めた健康への影響等を周知した。

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 ～ 高齢期	①受動喫煙をしない・させない行動をとろう ②たばこを止めたい喫煙者は禁煙にチャレンジしよう ③COPD（慢性閉塞性肺疾患）について知ろう	①地域における喫煙の教育指導 ②喫煙による健康への影響（がん、COPD 等）に関する健康教育 ③生活習慣病予防と喫煙に関する健康相談 ④禁煙したい人が受けられる支援に関する普及啓発 ⑤禁煙サポート事業【平塚保健福祉事務所】

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標	現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
					中間値（R10）	最終値（R15）
受動喫煙をしない・させない者の割合	57.9	―	―	―	63.3	67.9
喫煙している者の割合	11.6	―	―	―	10.3	9.2
COPD（慢性閉塞性肺疾患）を知っている者の割合	44.1	―	―	―	49.5	54.0

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
愛護指導における20歳未満喫煙者への声かけ及び指導	青少年課	愛護指導における20歳未満喫煙者への声掛け及び指導を実施した。（喫煙に対する声掛け25件）
FM 湘南ナパサを活用した情報発信	健康課	FM 湘南ナパサを活用した情報発信 令和 7 年 11 月 18 日に FM ナパサにて COPD について、喫煙による影響について周知した。
市ホームページ、市公式 LINE を活用した情報発信	健康課	市ホームページや市公式 LINE を活用した情報発信 市公式 LINE で世界禁煙デーに合わせて発信し、喫煙による健康への影響・禁煙実施医療機関について周知した。
イベント（東海大学グローカルフェスタ）での情報発信	健康課	東海大グローカルフェスタでハイチェッカー体験やパネル展示等を実施し、受動喫煙を含めた喫煙の影響や、COPD について等

		を周知した。来場者 180 人に周知できた。
生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培う指導	教育指導課	小学校では病気の予防について、喫煙は健康を損なう原因となることを身に付けることができるよう指導した。中学校では健康な生活と疾病の予防について、喫煙は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを身に付けることができるよう指導した。
健康相談（ヘルスアップ相談、高血圧予防相談）	健康課	定期来所相談にて、必要に応じて喫煙に関して指導を実施した。
市ホームページ、市公式 LINE を活用した情報発信	健康課	市ホームページや市公式 LINE を活用した情報発信 市公式 LINE で世界禁煙デーに合わせて発信し、喫煙による健康への影響・禁煙実施医療機関について周知した。

取り組み結果から指標につながる成果
新婚期から妊娠・出産などのライフステージ事に情報提供ができている。 イベントや SNS 発信で、幅広い世代に普及啓発を行った。 青少年補導員や関係団体が巡回し声掛けをすることにより、20歳未満の禁煙を防止することができた。 子どもたちが心身の健康を保持・増進するための資質・能力を育成することを目指して指導した。

次年度の計画
【健康課】 各ライフステージにおける事業での普及啓発を継続 【青少年課】 関係団体と連携した巡回を継続する。 【教育指導課】 喫煙は健康を損なう原因となることを身に付けることは、心身の健康を保持・増進するための資質・能力の育成に必要があるため、今後も小中学校において指導していく。

政策分野：生活習慣病の発症予防・重症化予防

7．がん

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
青年期 ～ 高齢期	定期的にがん検診を受けよう	①がん検診 ②がんの予防対策の普及啓発 ③肝炎ウイルス検診・子宮頸がんワクチンの普及啓発（感染予防）

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値（R10）	最終値（R15）
がん検診の受診率	胃がん検診	2.1	2.0	1.5	1.2	2.7	3.2
	肺がん検診	14.1	14	14.6	2.5	17.1	19.6
	大腸がん検診	7.7	8.4	7.7	3.0	10.7	13.2
	子宮がん検診	7.9	8.4	7.5	1.0	8.5	9.0
	乳がん検診	4.0	3.8	3.4	1.2	4.6	5.1
	前立腺がん検診	1.4	1.2	0.4	1.1	1.5	1.6

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
がん検診普及啓発事業	健康課	受診率向上のため、Web 申し込みの充実と個別医療機関で健診受診できる環境を整えた。 ららぽーと湘南（商業施設）において女性のがんに特化した健診と教育を実施した。（2 回/年）・各医療機関での個別検診及び集団がん検診、ららぽーとでの乳がん検診を実施した。
がん検診精密検査受診勧奨	健康課	がん検診精密検査結果の把握へ向けて、施設検診対象者 593 件について結果を医療機関に照会をした。集団検診対象者 63 名に個別通知を実施した。

健康診査事業	健康課	受診率向上のため、Web 申し込みの充実と個別医療機関で健診受診できる環境を整えた。
イベント(健康・食育フェスタ)や FM ナパサ湘南での情報発信	健康課	ららぽーと湘南(商業施設)において女性のがんに特化した健診と教育を実施した。(2 回/年)
運動体験教室(女性限定のスキマ時間でちょいトレ始めませんか)	健康課	1 回開催し、13 人が参加。乳がんは女性に多い病気であり、ブレストウェルネスの重要性を伝え、参加者の理解を深めることができた。
肝炎ウイルス検診普及啓発事業	健康課	・5歳刻みの年齢の対象者に受診券を送付した。
子宮頸がんワクチンの普及啓発事業	健康課	・中学 1 年生と高校 1 年生に勧奨チラシを送った。

取り組み結果から指標につながる成果
がん検診精密検査の受診状況の把握に努め、がん検診の精度管理の向上につながった。 がん予防に関する知識の普及啓発を効果的に行えた。 集団検診の予約方法を変更したことにより、医療機関での個別検診受診者数で多少のフォローができた。

次年度の計画
【健康課】 個別検診の勧奨を推進する。 引き続き精度管理のため、がん検診精密検査の受診状況把握に努める。

政策分野:生活習慣病の発症予防・重症化予防　8　生活習慣病(高血圧等)

【青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の主な取組
青年期 壮年期 高齢期	①検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療を継続しよう ②1 年に 1 回健康診査を受けよう	①生活習慣病予防(高血圧等)のための健康教育 ②生活習慣病予防(高血圧等)のための健康相談 ③生活習慣病予防・重症化予防の普及啓発 ④特定健康診査 ⑤特定保健指導 ⑥後期高齢者健康診査 ⑦生活習慣病重症化予防のための保健指導

★は、R7 年度の実績が中間値に到達

指標		現状値(R4)	R6	R7	目標との差	目標値	
						中間値(R10)	最終値(R15)
脳血管疾患患者の割合	40～64 歳	3.5	3.4	3.6	0.2	3.4	減少
	65～74 歳	9.2	9.4	9.3	0.2	9.1	減少
	後期高齢者	18	17.8	17.9	-0.1	18	維持
虚血性心疾患患者の割合	40～64 歳	3.1	3.4	3.5	0.5	3.0	減少
	65～74 歳	9.5	9.5	9.4	0	9.4	減少
	後期高齢者	17.2	17.9	17.7	0.5	17.2	維持
腎不全患者の割合	40～64 歳	3.6	4.1	4.6	1.1	3.5	減少
	65～74 歳	6.9	9.2	9.9	3.1	6.8	維持
	後期高齢者	10.6	13.4	14.5	3.9	10.6	維持
新規人工透析導入者数	40～64 歳	7 人	8 人	9 人	―	減少	減少
	65～74 歳	19 人	9 人	8 人	―	減少	減少

指標			現状値（R4）	R6	R7	目標との差	目標値	
							中間値（R10）	最終値（R15）
特定健康診査受診者のうちメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合	男性	該当者	33.4	34.8	33.7	3.1	30.6	減少
		予備群	18.2	17.7	19.7	3.3	16.4	減少
	女性	該当者	9.8	10.3	11.4	2.8	8.6	減少
		予備群	5.7	6.7	6.5	1.1	5.4	減少
特定健康診査受診者のうち高血圧者の割合	Ⅰ度高血圧以上		28.9	26	25.5	-1.8	27.3	減少
	Ⅱ度高血圧以上		7	6.2	5.9	-0.1	6.0	減少
特定健康診査受診者のうち脂質異常者（LDL コレステロール 140 以上）の割合			23	25.9	26.1	4.6	21.5	減少
特定健康診査受診者のうち血糖異常者の割合	HbA1c6.5%以上		7.7	8.1	7.9	0.4	7.5	減少
	HbA1c8.0%以上		0.83	0.85	0.84	0.14	0.7	減少
特定健康診査未受診者かつ過去に糖尿病治療歴があり、現在治療中断している者の割合			1.28	1.26	1.36	0.32	1.04	減少
特定健康診査の受診率	40～74 歳		36.4	36.7	37.3 （5 月時点）	5.1	42.4	増加
	40～49 歳		16.2	16.7	★20.6 （5 月時点）	-2.8	17.8	増加
特定保健指導の実施率	40～74 歳		17.5	19.5	19.5 （5 月時点）	2.2	21.7	増加
後期高齢者健康診査の受診率			34.3	37	37.6	―	増加	増加
年に 1 回健康診断を受けている者の割合			74.9	―	―	―	77.5	80

（%）

事業	担当課	取り組みの結果
平塚市民病院主催の市民公開講座での高血圧予防の健康教育	健康課	市民病院医師による講話と共催で1回開催し、110名（アンケート回答者数より）の参加。医師から心臓病に関する内容で講話を実施し、保健師から高血圧の現状・家庭血圧測定の大切さについて伝えた。また、講話開始前後で、血圧測定、血圧記録手帳の配布を通し普及啓発した。
肥満予防改善教室（仕事で忙しい人のための科学的な体型改善講座ほか）	健康課	壮年期対象に1クール6回を2クール開催し、延104人参加。運動や食事に関する知識提供及び実践を通し、参加者の行動・意識変容と体重減少、血圧値改善（体重減少：評価対象者の69%、血圧改善：高値血圧対象者の66%）につながった。
運動体験教室（スキマ時間でちょいトレ始めませんか）	健康課	壮年期を対象に対面講座3回、オンライン講座3回を開催し、延45人参加。 身体活動を増やすポイントを伝え、運動習慣獲得のきっかけを提供した。対面講座では、正しい血圧測定方法の体験、健診受診の勧奨も実施した。
イベント（健康・食育フェスタ）での情報発信、運動体験機会の提供	健康課	健康・食育フェスタを 2 回開催し、延70人が参加。健康測定や運動講座への参加を通じて、健康意識に変化がみられた（アンケート回答者の92%）。 イベント等で、栄養、運動、喫煙、がん等の生活習慣の改善等について普及啓発した。
健康推進員主催事業での高血圧予防の健康教育	健康課	養成講座を8回実施し、延47人参加。育成講座を3回実施し、延51人が参加。健康づくりに関するボランティア活動を行うための知識の普及を行った。
健康推進員養成・育成講座	健康課	養成講座を8回実施し、延92人参加。育成講座を3回実施し、延51 人が参加。健康づくりに関するボランティア活動を行うための知識の普及を行った。
食生活改善推進員養成講座・育成事業	健康課	養成講座は8回実施、延66人参加。育成事業は役員会や定例会に延437人参加。
高血圧予防の食生活に関する講話	健康課	食生活改善推進団体に委託している「生活習慣病予防教室」で、高血圧に関する講話を実施した。4地区の公民館で42人が参加。 （20代2人、30代1人、40代3人、60代8人、70代19人、80代9人）

地域職域連携事業	健康課	事業主等からの依頼により6社に実施。合計198人に、生活習慣病についてや生活習慣の改善等について保健師や栄養士が講話を実施。 ・2 社のイベントに参加し、学童～高齢期の幅広い世代およそ 350 人以上に食事や血圧・運動等、生活習慣の改善について普及啓発した。その際に連携協定企業の健康測定機器の貸し出し等の協力を得た。
健診結果説明会	保険年金課	特定健診を受診した結果、保健指導レベル「なし」となった方及び後期高齢者健康診査を受診された方を対象に健診結果の見方と生活改善方法をお伝えする教室を開催した。（参加者 100 人） また、令和 6 年度に引き続き、健診結果の見方や数値改善のための生活習慣の改善方法について動画を公開。「血圧編」の他に「血糖値編」「脂質編」を追加し、1 本あたり7～8分程度、計 7 本の動画を公開中。
健康相談（ヘルスアップ相談、高血圧予防相談、女性の健康づくりプロジェクト、所内指導）	健康課	定期来所相談を29回、測定相談を5回、延152人に実施した。個別相談や各種測定等を通し、自身の健康について考える機会の提供及び予防に関する具体的な生活指導を実施した。
チラシ（血圧クイズ・家庭血圧測定）、市ホームページでの情報発信	健康課	連携協定企業、医師会と連携し作成した血圧クイズを医療機関、公民館に配架したり、健康推進員活動時や公式 LINE 等で周知した。また、市ホームページで、減塩・適塩、家庭血圧測定、適性体重の維持等について情報発信した。
FM 湘南ナパサ、市公式 LINE を活用した情報発信	健康課	FM 湘南ナパサで、高血圧及び適正体重や健康的な食生活に関する情報提供を実施した。各種健康教育や健康相談について、市民が把握できるよう情報発信を適宜行った。
健康づくり推進事業（健康推進員主催講座等）を活用した高血圧の普及啓発	健康課	各事業で参加者宛に血圧クイズを配布した。公民館まつり（1公民館）の測定内容に血圧測定を追加し、希望者に血圧手帳を配布した。
企業と連携した普及啓発	健康課	・2 社のイベントに参加し、学童～高齢期の幅広い世代およそ 350 人以上に食事や血圧・運動等、生活習慣の改善について普及啓発した。その際に連携協定企業の健康測定機器の貸し出し等の協力を得た。
特定健康診査	保険年金課	特定健診の受診勧奨のため神奈中バス、郵便局のギャラリー、商店街等、市民の目につく場所へポスターの掲示を行った。また、若い世代の受診率向上にむけ、集団健診を実施。令和7年度の受診率は 37.3%（R8.5 月末速報値）であり、前年度の同時期（36.7%）と比較し増加している。

35 歳健康診査	保険年金課	35 歳健診は、未受診者に対し、9 月に受診勧奨はがきを送付。受診率は 3 月末現在 19.8%であり、前年度同時期と比べ増加している。
生活保護受給者等健康診査（40～74 歳）	健康課	40～74 歳の受診者数は 184 人で受診率は 13%（前年度から+1.5 ポイント）であった。
特定保健指導	保険年金課	令和 7 年度の委託実施では、日々の健康管理へ活用できる電子媒体や、保健指導修了者へ QUO カードを進呈。令和 7 年度の利用率は 0.9%（令和 8 月 3 月末速報値）、前年度同時期（0.5%）と比較し、増加傾向にある。
後期高齢者健康診査	保険年金課	令和 7 年度の受診率は 4 月現在、37.6%であり、前年度と比べ 0.6 ポイント増加。
生活保護受給者等健康診査（75 歳以上）	健康課	75 歳以上の受診者数は 174 人で受診率は 18.3%（前年度から+1 ポイント）であった。
糖尿病重症化予防のための病診連携事業	保険年金課	通知後、架電や家庭訪問を行い、協力専門医療機関への栄養相談を勧めた。協力専門医療機関に受診が難しい方に対しては、市で腎機能を維持するための栄養指導の実施を行った。特定健康診査受診者の24名。後期高齢者健康診査受診者の 17 名に支援を実施した。（令和 8 年 4 月現在の暫定値）
糖尿病重症化予防のための健康相談	保険年金課	健康相談については通知後、架電や家庭訪問を行い、148名に対して生活習慣病予防のための生活習慣の見直しを行った。その内、健康相談来所を通じて57名に対して栄養指導・保健指導を行った。
健診異常値放置者・治療中断者対策	保険年金課	【特定健康診査受診者】 ・前年度健診及びレセプト情報による異常値放置者及び治療中断者対策について令和 8 年 4 月末時点で計 525 名（健診異常値放置者 175 名、治療中断者 350 名）に対して医療機関への受診または保健指導を実施することができた ・当該年度健診における高血圧対策は令和6年度対象者の抽出条件を「収縮期血圧 160 ㎜ Hg 以上または拡張期血圧 100mmHg 以上かつ問診項目にて高血圧未治療の者」としていたが、令和 7 年度対象者の抽出条件を以下のとおり変更し、拡大した。 過去のレセプト情報から高血圧の診断がない・過去のこくほ特定健診情報から高血圧受診勧奨値がない者のうち、①Ⅱ度高血圧以上かつ未治療者または②Ⅰ度高血圧かつ未治療者かつ LDL-c140 ㎎/dℓ以上かつ脂質異常症未治療者で、令和 8 年 4 月末時点、80 名に対して保健指導を実施する

		ことができた。 【後期高齢者健康診査受診者】 高血圧重症化予防として 102 名、糖尿病性腎症重症化予防として 51 名に保健指導を行った。 ★糖尿病性腎症重症化予防として治療中断者 17 名に対しても保健指導を行った。

取り組み結果から指標につながる成果

平塚市の健康課題が高血圧であることを伝え、高血圧予防と正しい血圧測定方法について普及啓発できた。
土日に集団健診を実施したことで未経験者、不定期受診者の受診につなげることができた。また、同日に特定保健指導を実施し、生活習慣を見直すきっかけとなる機会を提供することができた。
重症化予防事業では通知した対象者に対し、家庭訪問や電話での保健指導を実施することで食事をはじめとした生活習慣の改善の保健指導を実施することができた。

次年度の計画

【健康課】
血圧プロジェクトの周知を推進する。また、血圧計の貸出や尿ナトカリ比測定の実施により、家庭血圧測定や高血圧予防・改善のための普及啓発を行う。
【保険年金課】
こくほ特定健診の集団健診は 2 回から 4 回へ拡充して実施。
重症化予防事業における事業効果の周知。事業対象者へ健診結果及び起こり得るリスクについて説明、分かりやすい指導媒体の活用。

政策分野：生活機能の維持・向上

９．フレイル予防

【壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
壮年期 高齢期		①フレイル予防の普及啓発（栄養（食・口腔機能）） ②フレイル予防の普及啓発（運動） ③フレイル予防の普及啓発（社会参加）

事業	担当課	取り組み結果
フレイル対策推進事業	保険年金課	①フレイル予防の普及啓発（栄養（食・口腔機能）） 公民館や自治会館等でカムカム教室を 19 回実施。参加者数 190 人。 西部福祉会館と中央公民館でオーラルフレイル予防講座を実施し、参加者数 62 人。 ②フレイル予防の普及啓発（運動） ・フレイルチェック測定会 公民館や自治会館等でフレイルチェック測定会を 44 回実施し、参加者数、計 629 人。参加者の年間目標の 505 人以上を達成。 ・フレイルハイリスク者対策 フレイルチェック測定の結果、ハイリスクと認められた31名に支援を実施した。 ③フレイル予防の普及啓発（社会参加） ・フレイルサポーター養成講座 フレイルトレーナーにより、フレイルサポーター養成講座を開催し、フレイルサポーター19 人養成。 ・フレイル予防セミナー フレイル予防セミナーを１回開催。参加者数 115 人
フレイル対策推進事業	保険年金課	
フレイル対策推進事業	保険年金課	

次年度の計画
【保険年金課】 フレイルチェック測定会を継続して開催する。

政策分野：生活機能の維持・向上　　10. 骨粗しょう症予防

【学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期】

ライフステージ	健康行動	市の取組
学童期 ～高齢期		骨粗しょう症予防のための生活・栄養指導

事業	担当課	取り組み
（指標 1-(5)~(6)「栄養・食生活」の事業と同様	教育指導課、中央公民館、	
（指標 1-(7)~(12)「栄養・食生活」の事業と同様）	健康課、保険年金課	
（指標 3-(2)~(5)「身体活動・運動」の事業と同様）	総合公園課	
（指標 3-(6)~(8)「身体活動・運動」の事業と同様）	地域包括ケア推進課、総合公園課	
骨密度測定における生活・栄養指導	健康課、保険年金課	超音波踵骨測定装置で骨密度を測定し、YAM（若年比較）で評価。測定後、保健師と管理栄養士で結果の説明、生活習慣改善のためのアドバイスを実施した。 20歳以上を対象とし、3回/年（各回80人定員）実施。合計231人が参加した。 健康づくり測定相談にて、骨密度測定を 5 回/年実施し、20～64 歳（男女）123 人に測定を実施した。 健康課から借用した骨密度測定器1台を高齢者よろず相談センターに貸し出しを行っている。令和 7 年度は貸し出しを 11 回行い、参加者数は 307 人。参加者に骨密度に関する生活・栄養指導のチラシを配布している。

次年度の計画
【健康課】 健康づくり測定相談会の充実、開催回数を増やす。