

## 4) 健康づくりの取り組み

## 1. 健康教育等

## ●一般健康教育

市民の健康保持・増進を目的に、市民が属する各種団体からの要請に基づき、健康教育を実施。

## ①主なテーマ

母子分野：乳幼児の健康・歯の健康について等

成人・高齢者分野：生活習慣病予防・精神疾患について等

## ②実績

実施年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	主な対象者	主なテーマ
H28	13	318	・子育てサロン参加者 ・保育園児とその保護者	・子どもの歯の健康について ・トイレトレーニングについて
H29 (11月末現在)	21	570	・子育てサロン参加者 ・保育園児とその保護者 ・高齢者サロン参加者	・乳がんの自己触診について ・子どもの歯の健康について ・思春期の食について

## ●みんなでトーク

市の施策や事業について説明し、市民とともに話し合い、互いに理解を深めることを目的に、市民等で構成される団体からの要請に基づき、事業を実施。

## ①健康増進課のテーマ

『「健康くさつ21（第2次）」で健康づくりを考えましょう』

『健康づくりのための食育の推進を目指して』

『糖尿病なんともないと見過ごすな～草津市糖尿病対策～』

『こころの健康～ゲートキーパーを知っていますか？～』の4項目を設定。

## ②実績

実施年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	主な対象者	テーマ
H28	5	178	・高齢者サークル参加者 ・事業所OB会会員	食育推進、糖尿病対策
H29 (11月末現在)	2	56	・老人クラブ会員 ・学校保健委員会委員	健康くさつ21、食育推進

●かかりつけ医等普及促進事業

①「お出掛けドクターとお気軽トーク」

一般社団法人草津栗東医師会の医師が、医療や健康に関する疑問や質問について回答し、参加者の理解を深めることを目的に、草津市内で活動されているおおむね 10 人以上の団体やサークル、クラブ等からの申し込みに基づき、事業を実施。

実績

実施年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	主なテーマ
H28	12	564	糖尿病、認知症、 子どもの感染症と予防接種の役割
H29 (11月末現在)	6	199	適切な医療機関のかかり方、アレルギーについて

②「お出掛け薬剤師とお気軽トーク」

一般社団法人びわこ薬剤師会の薬剤師が、薬の適正な使用方法や、薬局の健康管理に関する機能やジェネリック医薬品などを紹介し、参加者の理解を深めることを目的に、草津市内で活動されているおおむね 10 人以上の団体やサークル、クラブ等からの申し込みに基づき、事業を実施。

実績

実施年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	主なテーマ
H28	9	260	薬局の役割、薬の正しい使い方と飲み方、 ジェネリック医薬品について
H29 (11月末現在)	6	173	薬局の役割、薬の正しい飲み方

●平成 29 年度草津栗東市民フォーラム

～長寿体操で元気に長生き！今話題のロコモってなに？～

日時：平成 29 年 9 月 16 日（土）13：00～17：00

会場：草津アミカホールおよびさわやか保健センター1階

内容：基調講演 講師：あそうクリニック 麻生伸一氏

体操教室 講師：中谷今日子氏

健康相談：歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、理学療法士会

展示パネル など

参加者：125 名

主催：草津栗東医師会、草津市、栗東市

●かむカムフェスタ 2017（同時開催：歯～トフル淡海 2017）

日時：平成 29 年 11 月 12 日（日）10：30～16：00

会場：エイスクエア SARA 南館中央イベント広場

内容：エプロンシアター、無料歯科診断、歯科衛生士によるワンポイントアドバイス等

参加者：約 2,500 人

主催：一般社団法人草津栗東守山野洲歯科医師会、一般社団法人滋賀県歯科医師会

●くさつヘルスアッププロジェクト

「健康くさつ 21（第 2 次）」および「第 2 次草津市食育推進計画」に基づき、重点施策として実施する事業であり、それぞれの計画の基本理念である「誰もが健康で長生きできるまち草津～健康寿命の延伸と健康格差の縮小～」、「ココロ豊かにカラダ元気に 食で育む笑顔があふれるまち草津」の実現をめざし、様々な関係機関と連携しながら推進していくことを目的とする。

①生活習慣に関する啓発「食と運動のヘルスチェックデー」

実施日	実施回数	参加者数（人）	場所
H28 年度	6 回	578 (平均 96.3 人)	ディオワールド 3 号館 イオンモール草津
H29 年度	4 回	522 (平均 130.5 人)	市役所（リサイクルフェア） イオンモール草津 エイスクエア SARA 東館 南草津駅西口（みなくさまつり）

②くさつ健幸ポイント

実施年度	参加者数（人）
H28 年度	703
H29 年度	469（H29.12.15 現在）

※平成 30 年 1 月 10 日から健康推進アプリ「BIWA-TEKU」からもくさつ健幸ポイントに参加することができるようになります。

③料理レシピサイトによる食育の啓発

1 2 月 1 日より、草津市クックパッド公式キッチン「草津・たび丸 kitchen」を開設し、草津市産農産物等を使ったレシピ紹介や、食育関係のイベント情報、関係機関の食育推進の取り組みなどを積極的に発信します。

1. URL：<http://cookpad.com/kitchen/17641891>

2. 開設日：平成 29 年 1 2 月 1 日

3. 配信頻度：月 1 回程度

4. 配信内容：草津市産農産物等を使ったレシピや学校給食の紹介のほか、食育に関する情報



#### ④食育SATシステムによる食育の啓発

食育 SAT（サット）システムは、野菜などの食材や料理など約120種類ある実物大の食品サンプルの中から一食分の食事を選ぶと、内蔵されたICタグから、瞬時に栄養価を計算し、食事バランスを5段階でわかりやすくモニター画面上に表示される仕組みです。

普段の食事から自分に合った量や食べ方が分かる画期的な体験型の食事教育システムを使用し、栄養士または保健師が保健指導を実施。

実施回数	参加者数 (人数)	場 所
10回	698人	保健センター（宿場まつり）、市役所（リサイクルフェア）、南草津図書館市民講座、立命館大学 生協、近鉄草津店、まちづくりセンター（パワフル交流・市民の日）など

