

練馬区健康づくりサポートプラン 令和2～6年度実施状況(まとめ)

区は、区民一人一人が自ら健康づくりに取り組めるまちの実現を目指すため、区の健康づくり施策の指針として「健康づくりサポートプラン」を令和2年3月に策定した。本計画には、6つの施策の柱（体系）が定められており、柱（体系）ごとの取組を掲載している。令和6年度末における本計画の取組状況について調査を実施したため、下記のとおり報告する。

1 プランの位置づけ

- (1) 法的位置づけ
本計画は、健康増進法に規定する市町村健康増進計画として位置付けている。また、食育推進計画（食育基本法）、母子保健計画（厚生労働省通知）およびがん対策推進計画（がん対策基本法）としても位置付け、包含している。
- (2) 計画期間
令和2年度（2020年度）から令和6年度（2024年度）までの5年間としている。
※国の健康日本21（第二次）および東京都の健康推進プラン21（第二次）の計画期間が延長されたことに伴い、計画期間を1年延長し、令和6年度までとした。
- (3) 区の計画との関連性
本計画は、グランドデザイン構想の実現に向けた、区の総合計画である「第2次みどりの風吹くまちビジョン」の健康分野における個別計画である。また、他の関連計画との整合性を図っている。

2 各年度における事業実施状況

施策の柱	評価																	
	A + (計画以上)						A (計画どおり)						B (遅れや修正)					
	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	最終 評価	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	最終 評価	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	最終 評価
1 きめ細かい子育て支援（6事業）	0	0	1	1	0	0	6	6	5	5	6	6	0	0	0	0	0	0
2 日頃の健康づくり（11事業）	0	0	0	0	0	0	8	6	9	10	10	10	3	5	2	1	1	1
3 生活習慣病対策の推進（8事業）	1	0	0	0	0	0	7	8	8	8	8	8	0	0	0	0	0	0
4 総合的ながん対策（12事業）	0	0	1	0	0	0	9	12	10	12	12	12	3	0	1	0	0	0
5 精神疾患対策と自殺予防（8事業）	0	0	1	1	1	0	6	8	7	7	7	8	2	0	0	0	0	0
6 地域と取り組むねりまの食育（7事業）	0	0	0	0	0	0	4	5	7	7	7	7	3	2	0	0	0	0
合計（52事業）	1	0	3	2	1	0	40	45	46	49	50	51	11	7	3	1	1	1

3 柱ごとの主な取組

柱	事業 番号	事業名	事業目標 （令和6年度末の目標）	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終 評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
1	1	母子健康電子システムの構築と電子母子健康手帳の導入（AP）	妊婦健康診査や乳幼児健康診査の健診情報等を電子化するシステムを構築し、あわせて電子母子健康手帳の導入についても検討する。	A R2-5:A	【母子健康電子システム】 法改正や制度改正等にあわせたシステム改修を行い、引き続き必要な対応について検討を進めた。 【電子母子健康手帳】 機能改善によって利便性の向上を図るとともに、子育てに関する情報発信などの取組を実施した。	A	【母子健康電子システム】 妊婦健康診査や乳幼児健康診査に関する健診情報等を電子化するシステムを構築し、令和4年1月から稼働を開始した。 【電子母子健康手帳】 令和4年3月より、電子母子健康手帳アプリの導入・運用を開始し、母子保健情報のデジタル化と利便性向上を図っている。	【母子健康電子システム】 妊婦健康診査および乳幼児健康診査に関する健診情報を電子化するシステムを構築し、令和4年1月より運用を開始した。以降、法令や制度の改正に対応しながら、継続的なシステム運用および機能改善を行ってきた。これにより、母子保健情報の管理効率化と利便性の向上を図るとともに、自治体・医療機関・保護者間の情報連携の強化に寄与している。 【電子母子健康手帳】 令和4年3月より、電子母子健康手帳アプリの導入・運用を開始した。以降、母子保健情報のデジタル化を推進するとともに、保護者の利便性向上を図ってきた。

柱	事業番号	事業名	事業目標 (令和6年度末の目標)	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
1	5	保健相談所における支援体制の充実（AP）	発達障害の早期発見を目的として、社会性や言語、認知などの発達段階を把握する問診票（M－CHAT）を1歳6か月児健康診査に導入する。その結果、継続して相談支援を行うために、保健相談所に新たに心理相談員を配置する。	A R2-5:A	事業目標は令和4年度末に達成したため、さらに事業を充実した。 ・支援体制の確認と課題の共有、連携を目的にこども発達支援センターとの情報交換会を実施（年1回） ・心理相談員連絡会（年4回）、専門研修（年2回）を開催し、職員の課題の共有と心理相談員のスキルアップを図った。	A	・1歳6か月児健康診査の問診で発達段階を把握する問診票（M-CHAT）による判定を実施。 ・心理相談員を豊玉・石神井保健相談所に各2名、北・光が丘・大泉・関保健相談所に各1名、計8名配置。 ・関係機関との情報交換会（年1回）、心理相談員連絡会（年4回）、心理相談員スキルアップ専門研修（年2回）を実施。	・令和2年度、1歳6か月児健康診査の問診に発達段階を把握する問診票（M-CHAT）を導入し、保健相談所に心理相談員4名を配置した。その後、段階的に心理相談員を増員し、令和4年度末までに大型保健相談所2所に心理相談員を各2名、中・小型所に各1名、計8名の心理相談員を配置し支援体制を充実した。 ・令和5年度から関係機関との情報交換会を年1回開催し、連携強化を図った。 ・心理相談員連絡会、専門研修を実施し、職員のスキルアップと事業実施体制の強化を図った。
1	6	こども発達支援センターにおける支援体制の充実（AP）	外出が困難な重度障害児の居宅を訪問し、療育を行う「居宅訪問型児童発達支援事業」や障害児が集団生活になじめるよう支援する「保育所等訪問支援事業」を開始する。また、相談員や心理士等を増員し、相談体制を強化する。	A R2,3:A R4,5:A+	・居宅訪問型児童発達支援事業 0回 1件新規で契約はしたが、訪問開始前に児童の体調が回復し、集団療育に通所できるようになったことにより利用せず終了となった。 ・保育所等訪問支援事業 345回 ・初回相談、医療相談の待期期間 初回相談 1.9か月 医療相談 4.9か月 初回相談や医療相談に従事する相談員や心理士等を増員したことで、初回相談までおよび医療相談までの待期期間を令和元年度と比較してそれぞれ1.4月と1.0月短縮した。	A	・令和2年度から「居宅訪問型児童発達支援事業」および「保育所等訪問支援事業」を開始した。 ・令和4年11月から障害児一時預かり事業を開始した。 ・令和5年10月から医療的ケア児相談窓口を開設した。 ・職員体制を充実し、待期期間を短縮した。	・居宅訪問型児童発達支援事業（令和2～6年度） 訪問件数 75件 ・保育所等訪問支援事業（令和2～6年度） 訪問件数 1,382件 ・障害児一時預かり事業（令和4年11月～7年3月）預かり延人数 2,045人 ・医療的ケア児相談窓口（令和5年10月～7年3月） コーディネーター相談件数 378件 ペアピア相談件数 9件
2	10	休養・睡眠の確保やストレスの対処に関する相談の充実	十分な休養と質の良い睡眠のとり方に関する講演会などを開催し、その重要性を啓発する。また、ストレスチェックや対処法についてもホームページ等で情報発信する。	A R2:A R3,4:B R5:A	講演会 1回開催 参加32人/申込45人 体験型の講演会が好評でもあり今年度も取り入れた。 ホームページ 睡眠と休養について情報発信を行った。	A	睡眠と休養の重要性について、専門医による講演会を開催し、科学的根拠に基づく正しい知識の啓発を行った。また、ストレスチェックや対処法について、ホームページ等での情報発信を行い、定期的に内容を更新した。	コロナ感染症対応によりR2年度～R6年度において7回の計画のうち4回は中止した。区民の睡眠への関心は高く、世代やテーマ（子供の睡眠・音の睡眠）を変えても毎回定員の90％近い申し込みがあった。
2	11	禁煙支援の充実	禁煙を希望する区民の背中を後押しするため、禁煙治療にかかる費用の一部を区が補助する「禁煙医療費補助事業」を実施する。また、「練馬区禁煙マラソン」の利用を勧め禁煙の継続をサポートする。	B R2:A R3-5:B	・禁煙週間におけるパネル展示 ・練馬区薬剤師会と協働した禁煙相談会の開催 ・禁煙支援薬局一覧の作成 ・練馬区禁煙マラソン登録者数15人	B 2	医療費補助事業終了後から令和6年度末に至るまで内服薬（チャンピックス）の流通再開は実現しておらず、禁煙外来の休止が依然続いている。「練馬区禁煙マラソン」の周知を継続し、禁煙相談会は熱中症対策と併せた開催とするなど、禁煙週間の取組をブラッシュアップし実施した。	・禁煙医療費補助事業交付者数 計184人（令和2年度、3年度） 禁煙外来の休止が継続することも背景にあり、禁煙医療費補助事業は計画通り令和3年度末で終了 ・禁煙マラソン登録者数 85人（令和2年～5年度） ・禁煙週間を活用したパネル展・禁煙相談会（毎年5月）

柱	事業番号	事業名	事業目標 (令和6年度末の目標)	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
2	15	骨粗しょう症検診と予防教室の充実	骨粗しょう症検診を実施し、骨粗しょう症の早期発見を進めるとともに、治療や栄養・運動指導につなげ、高齢者の骨折を減らす。	A R2-5:A	【検診】 健診案内封筒に、骨粗しょう症検診の案内が同封されている旨記載した。 ・受診者数 4,701人 ・受診率 13.6% 【予防教室】 練馬区医師会の協力のもと、骨粗しょう症検診受診者に医療機関で案内用リーフレットを配付した。 ・年12回（対面9回、オンライン3回）実施	A	【検診】 令和6年度受診者数（受診率） 4,701人（13.6%） 【予防教室】 令和4年度から令和6年度の3年間で、全32回予防教室を実施し、151名が参加した。	【検診】 令和4年5月から検診を開始した。令和4年度は、単独で案内を発送した。令和5、6年度は他の健診案内と一緒に送付した。 ・令和4年度受診者数（受診率） 6,284人（18.2%） ・令和5年度受診者数（受診率） 4,262人（12.8%） ・令和6年度受診者数（受診率） 4,701人（13.6%） 【予防教室】 効果的に実施できるよう民間スポーツクラブと連携して予防教室を実施した。 ・令和4年度 8回実施 50人参加 ・令和5年度 12回実施 69人参加 ・令和6年度 12回実施 32人参加
3	18 (1)	糖尿病重症化の予防	国保の特定健康診査において、血糖値が高めだった方に対し、生活習慣の改善のためのアドバイスとともに医療機関の受診を促す。一定期間経過後に、未治療の場合には、再度、受診勧奨を行う。治療を開始した方に対しては、治療が継続できるよう伴走型の支援を行い、中断の傾向が見られた際は、治療再開を呼びかけるなどフォローを行う。	A R2-5:A	2か年の特定健診にて、血糖値が医療機関受診勧奨値かつ医療機関未受診の方に受診勧奨通知を発送。 通知内容に合併症などを盛り込み、治療中断者にも治療再開を動機づける通知にした。	A	通知に糖尿病の合併症に関する情報（糖尿病と歯周病との関係等）を入れることで、対象者の受診率の向上が見られた。今後も通知内容の工夫により、受診率の向上を目指す。 これらの分析結果について練馬医学会にて地域の医師・歯科医師・薬剤師と共有し、連携の必要性を報告した。	・令和2年度から国保特定健診の結果で血糖値が医療機関受診勧奨値だが未受診の方に、受診を促す内容の通知を発送。KDBレセプトデータで医療機関受診状況を確認した。 【通知送付人数】 ：計352名 令和2年度：71名／令和3年度：77名／令和4年度：75名／令和5年度：83名／令和6年度：46名 【通知後の受診率】 ：平均37% 令和2年度：34.0%／令和3年度：37.7% 令和4年度：36.0%／令和5年度：42.2% 令和6年度：令和7年9月確認予定 ・事業推進のため「アドバイザー会議」を設置し、練馬区医師会専門医と現状の共有や対応策の助言を受けた。
3	21	成人歯科（歯周病）健康診査の充実	概ね10年間隔で実施している成人歯科（歯周病）健康診査を5年ごとに受診できるようにする。	A R2-5:A	受診率向上のため、案内封筒前面に、歯科健診についての情報を記載し周知した。	A	・成人歯科（歯周病）健康診査について、30歳～70歳までの5歳ごとに実施している。 ・令和7年度から成人歯科（歯周病）健康診査の対象に20歳・25歳を追加することとした。	令和2年度から成人歯科健診の受診間隔を10年から5年に短縮。 対象者 30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳 受診者数（受診率） 令和2年度 3,736人（4.2%） 令和3年度 4,083人（4.7%） 令和4年度 4,887人（5.5%） 令和5年度 3,675人（4.1%） 令和6年度 4,071人（4.5%）

柱	事業番号	事業名	事業目標 (令和6年度末の目標)	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
3	22	健診（検診）環境の充実（A P）	一日で複数の健診（検診）を受診できる体制作り、受診場所・時間の拡大、インターネットでの申込みなど、忙しい方でも気軽に受診できる環境の整備に向けた検討をする。 また、健診（検診）の案内や健康管理アプリなど、様々な媒体を通じて、がんや生活習慣病の予防の大切さを発信し、健診（検診）受診を働きかける。	A R2-5:A	・練馬区医師会、医療機関の協力により健康診査とがん検診（肺がん・大腸がん）が同時受診できる医療機関を拡大した。 ・健康診査と肺がん検診、大腸がん検診が同時受診できる医療機関等 68医療機関	A	・インターネット予約可能な医療機関について区ホームページで周知している。 ・健康診査と肺がん検診、大腸がん検診が同時受診できる医療機関等 68医療機関	・令和4年度から練馬区医師会ホームページにてインターネット予約を開始。健診案内にインターネット予約の手順を記載し、利用を促進した。 ・一日で受診できる健診（検診）の種類を拡大した。健康診査とがん検診（肺がん・大腸がん）が同時受診できる医療機関 68医療機関
3	23	健診受診時の保育サービスの拡充	子育て中の方が健康診査を受診しやすい環境を整えるために、現在保育サービスを提供している。今後、実施場所や日数の拡大を検討する。	A R2-5:A	医療健診センターでの受診の際にも保育サービスが利用できることを、健診の案内や区ホームページなどで周知した。	A	子育て中の方が健康診査を受診しやすい環境を整え、保育サービスが利用できることを、健診の案内や区ホームページなどで広く周知している。	保育サービス実施回数と利用者（保育人数） 令和2年度 32回 420人（450人） 令和3年度 32回 424人（452人） 令和4年度 37回 297人（313人） 令和5年度 44回 301人（318人） 令和6年度 48回 441人（472人） ・令和2～3年度は、練馬区役所健康診査室にて実施。令和4年度から練馬区役所に加えて練馬区医師会医療健診センターにおいても保育サービスを実施し、会場、保育日数の拡大を行った。
4	25 (1)	子どものころからの健康教育（A P）	がん相談支援センターなどがんに関する地域資源を紹介しながら、がんについて学べるDVDを作成する。作成したDVDをもとにがん教育の授業内容をマニュアル化し、保健師等が区立中学校などでがんの出張講座を実施する。また、家庭に持ち帰るパンフレットを作成し、子どもから親へ、健康づくりの大切さを伝えてもらう。	A R2:B R3-5:A	作成したがん教育DVDを活用し、区立中学校7校（825名）で出張講座を実施した。また、保護者向け啓発リーフレットを作成し、全区立中学校（2学年）に配布した。	A	がん教育DVDを活用し、希望する区立中学校の2年生に向けて、がん予防教室を実施。保護者向け啓発リーフレットを作成し、区立中学2学年の保護者全員に、子どもから親へ検診受診の大切さを伝えてもらう働きかけをした。参加した生徒からは「親にがん検診を勧めようと思った」「自分が検診できる年になったら必ず行きたい」といった感想が聞かれた。	・がん教育DVD第1弾・第2弾の作成 ・がん教育DVDを用いた区立中学校2学年への出張講座の実施 計 延27校 4,054名 ・保護者向け啓発リーフレットの配布によるがん検診受診勧奨
4	30	がん検診の個別案内	現在、区がお知らせしている「がん検診の案内」は、すべての種類の健診を網羅した総合案内となっている。その中から自分が対象となっている検診を見つけ出して申し込む仕組みになっている。受ける検診が一目でわかるように、一人一人に対象の受診券をチケットにして送る。	A R2,3:A R4:A+ R5:A	練馬区医師会と調整を行い、健康診査とがん検診等が対象の方には、2つの受診券（チケット）を同封して発送した。	A	受診可能な検診のみを受診券（チケット）化することで、受診できる検診をわかりやすく案内している。なお、健康診査とがん検診等が対象となる方には、2つの受診券（チケット）を同封して送付した。	・令和5年度のがん検診について、受診可能な検診のみを受診券（チケット）にして、令和5年3月に発送した。 ・令和6年度から健康診査とがん検診等が対象の方には、2つの受診券（チケット）を同封して発送した。

柱	事業番号	事業名	事業目標 (令和6年度末の目標)	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
4	32	がん患者支援連絡会の設置	がん患者や家族への支援策を話し合うため、患者団体、病院や在宅医療関係者、就労に携わる関係者等を構成員とするがん患者支援連絡会を設置する。支援策の検討に先立ち、がん患者のニーズ調査を実施する。	A R2:B R3-5:A	年2回開催し、主に「相談窓口等情報提供に関すること」「仕事との両立支援」の2つの課題について意見交換を行った。	A	令和4年度にがん患者等ニーズ調査を実施。その結果を踏まえ、同年度に「練馬区がん患者等支援連絡会」を設置。毎年2～3回会議を開催し、練馬区のがん患者等支援施策について意見交換と勉強会を実施。	がん患者等ニーズ調査の結果から区の施策を検討するにあたり、令和4年度に「練馬区がん患者等支援連絡会」を設置。ニーズ調査の結果を共有し、区のがん患者等支援施策について意見交換と勉強会を行った。 連絡会開催回数　計6回（令和4～6年度）
4	33	がん患者のQOL向上に向けた取組	がん患者のQOLの向上と、より良い療養生活を支援するため、外見の変化等に対応するための支援策を検討する。	A R2-5:A	5月からウィッグ等購入費用助成事業を開始し、令和6年度中に延べ538件の助成を行った。事業実施にあたっては、区内外の医療機関等へのチラシの配布や、ねりま区報等の広告媒体への記事掲載等を行い、制度の周知を図った。	A	令和6年5月より、ウィッグ等購入費用助成事業を開始した。	がん患者等ニーズ調査の結果から、外見ケアの必要性とそれに伴う経済負担の軽減策についてがん患者等支援連絡会で検討。令和6年度に「ウィッグ等購入費用助成事業」を開始した。 助成件数　延べ538件（令和6年度）
5	37	訪問体制の強化（AP）	精神疾患の未治療者や治療を中断した精神障害者を、適切な治療やサービスにつなげられるよう、地域精神保健相談員を増員して訪問支援（アウトリーチ）事業を充実する。	A R2-5:A	地域精神保健相談員8名と保健師、医師による支援体制で実施。 ・訪問支援数…892件 (在宅769件・不在123件)	A	訪問支援（アウトリーチ）事業にて、係わった相談者について、相談関係が築けた、訪問等により状況が把握できた、関係機関との連携ができた、通院につながった等の成果があった。訪問支援事業対象者325人のうちモニタリング対象者284人について評価を行い、276人は成果があった（97.2％）。	地域精神保健相談員を令和2年度より4人増員し、8人体制とした（体制の強化） 訪問支援件数　4,316件 （在宅3,558件・不在758件）
5	41	ゲートキーパー養成講座の開催（AP）	様々な分野の関係者および区民を対象に、自殺を考えている人のサインに気づき、話を聞き、適切な相談機関につなぐことのできる方（ゲートキーパー）の育成を推進する。	A+ R2:B R3:A R4,5:A+	回数：8回（698人） （内訳） 区民向け……………2回/79人 区職員向け…………1回/62人 教員向け……………1回/101人 高校生向け…………3回/428人 つながるカレッジねりま受講生および区民向け……1回/28人	A	様々な分野の関係者および区民等を対象に、自殺を考えている人のサインに気づき、話を聞き、適切な相談機関につなぐことのできる方（ゲートキーパー）の育成を推進できた。	ゲートキーパー養成講座の実施 計34回　2,323人

柱	事業番号	事業名	事業目標 (令和6年度末の目標)	6年度		令和2～6年度		
				評価	取組実績および内容	最終評価	令和6年度末の状態	5年間の主な取組
6	49	「ちゃんとごはんプロジェクト」の拡充	「食の自立」を目標に、主に小学生を対象に実施してきた、一汁一菜の食事作りを体験する「ちゃんとごはんプロジェクト」の対象者を、中・高生や子育て世代に拡げる。食育推進ボランティアとともに、天然だしの味と香りや季節の野菜を味わうなどして、世代間の交流を図りながら、食文化を伝承していく。	A R2,3:B R4,5:A	対面型「ちゃんとごはん」は13回実施、参加者延127名。対象は従来の小学生から乳幼児の保護者、中高生若年者と広がりさらに新たな取組として高齢者を対象に老人クラブでも実施した。オンラインでは1回実施、参加者8名。「高松みらいのはたけ」で親子参加の収穫・調理体験を実施した。参加者は7組14名。20代～30代の若い世代対象に、ねりま若者サポートステーションで6回実施、延27名参加、高齢者対象に老人クラブで1回実施、27名参加した。	A	地域の児童館や学童クラブなどを会場に実施している小学生向け「ちゃんとごはん」プロジェクト事業を中高生や子育て世代にも対象を広げ取り組んでいる。地域住民の集まりや高齢者向けの場での実施など、幅広い世代に向けて展開している。こうした取り組みを通じて、さまざまなライフステージにおける「食の自立」を支援するとともに、地域のつながり作りや共食の機会の提供、食文化の継承を進めている。また、「高松みらいのはたけ」を活用し、畑で収穫した野菜を使い、調理して食べる取組を開始した。	・食の自立を目標に小学生中心の事業対象者を中・高校生や子育て世代に広げ実施。 ・令和2・3年度 新型コロナウイルス感染症対策のためオンライン開催で実施 ・令和4年度 オンライン開催と動画配信による「ちゃんとごはん」の実施 ・令和5年度 対面およびオンラインで実施 ・令和6年度 対面開催で実施 収穫した野菜を使った調理体験とした「ちゃんとごはん」事業を「高松みらいのはたけ」で実施