

令和元年12月19日
練馬区健康部

働く世代健康応援プロジェクト「出張健康づくりセミナー」について

1 取組の概要

練馬区では、主に中小企業で働く従業員の健康づくりの後押しをするために、平成28年より「出張健康づくりセミナー」を実施している。保健師・栄養士・歯科衛生士および運動指導士が職場や希望する会場に出向き、参加者に健康セミナーを実施する。

2 取組の具体的内容

保健師・栄養士・歯科衛生士および運動指導士の専門性を活かし、生活習慣病予防およびメンタル疾患の予防と早期発見を中心に講座を実施している。依頼のあった団体と派遣職員が打ち合わせを行い、希望を聞きながら内容を組み立てている。

(1) 実施回数と参加者数

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度 (12月6日現在)
実施回数	6回	21回	14回	15回
参加者数計	109人	529人	278人	379人

(2) テーマ

- ① 健康づくり（健診結果の見かた・生活習慣病についてなど）
- ② 食事（健康で過ごすための毎日の食事など）
- ③ こころ（こころの健康づくりなど）
- ④ 運動（肩こり・腰痛予防・改善講座など）
- ⑤ お口（歯と口の健康など）

3 取組の成果・課題

- ・事業実施の中で、協会けんぽ東京支部との連携が始まり、本事業を始め区の事業の周知を依頼している。また不定期ではあるが、連絡会を行い国民健康保険課なども交え情報共有が始まった。
- ・区内の中小企業や理美容・飲食店を所管する組織と連携して周知を行っているが、希望する企業・団体が少なく、地域のNPO・障害者施設・介護事業者・母親グループやPTAなどに拡大した。