

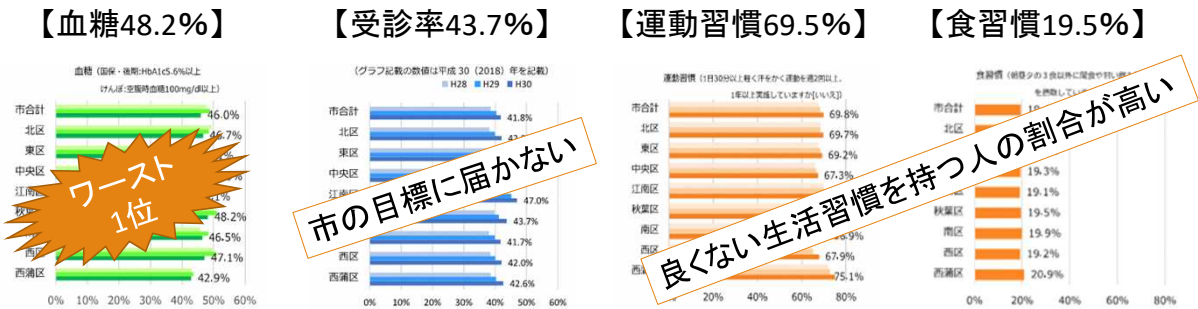
令和7年10月25日（土）全国保健師長会ブロック別研修会（北関東・甲信越ブロック）

# 持続可能なげんきな体！ ～12歳からのSDGs～ 3年間の事業報告

新潟市秋葉区役所  
健康福祉課 健康増進係 安達恵子

1

## 秋葉区の健康課題



子ども世代の生活習慣に影響する可能性

出典：新潟市健康寿命延伸計画【アクションプラン】改訂版 平成31年3月

2

## 秋葉区健康課題から、R4年度開始！

持続可能なげんきな体！  
～12歳からのSDGs～の立ち上げへ

子どもの  
生活習慣を  
見直す



家族全体の  
生活習慣改善



世帯での  
健康度アップ



地域全体の  
健康増進

3

## 目的

- 子どものうちから自分の健康に関心を持ち、  
生活習慣を見直すことで健康的な生活習慣を身につける
- 子どもの生活習慣の見直しをきっかけに、保護者や  
祖父母の生活習慣の改善を図り、世帯での健康度を  
上げることで地域全体の健康増進につなげる

4

# 体制

●連携機関

新潟市医師会  
新潟薬科大学  
秋葉区教育支援センター

●協力機関

秋葉区医師会班長  
秋葉区内小児科  
新潟薬科大学との連携による  
まちなか活性化実行委員会健康部会  
民生委員児童委員協議会  
校長会  
学校保健委員会

5

# 実施内容（令和4年度～6年度）

- （1）生活習慣に関する事前、事後アンケート調査
- （2）ジュニアドック（生活習慣病健診）
- （3）からだづくり講座
- （4）検討会
- （5）地域との連携

6

## （１）生活習慣に関する事前、事後アンケート

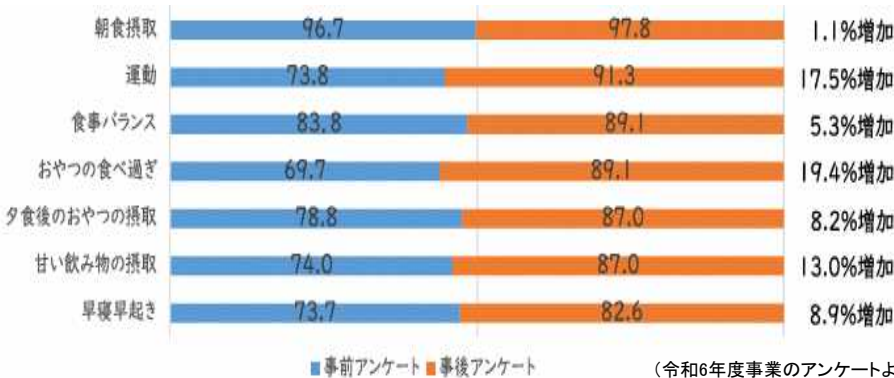
- 内容：生活習慣、食習慣、健康意識に関する質問20項目
- 回収数： 169人（令和6年度事業のアンケートより）

7

## （１）生活習慣に関する事前、事後アンケート

### <健康に関する意識の変化>

気をつけようと思うか（よくあてはまる／あてはまると回答した事前事後の比較）（％）



8

## (2)ジュニアドック(生活習慣病健診)

- 対 象 者:秋葉区在住の小学6年生 各年度定員100人
- 実施内容:生活習慣病健診(身体計測、血糖検査、脂質検査、肝機能検査)  
血液型検査
- 周知方法:学校を通じて案内チラシを配付・保護者メール配信、  
区だより、HP掲載
- 受 診 数:受診227人(11.5%)

9

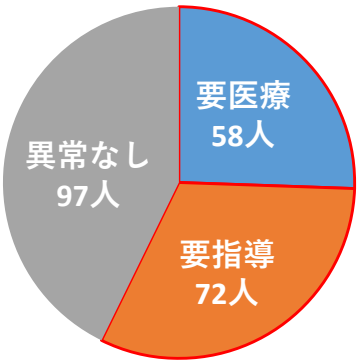
## ジュニアドック判定基準

A	B	C
異常なし	要指導	要医療
	軽度1項目以上	高度1項目以上 中度2項目以上

項目		判定基準	
身長	cm	肥満 高度 50.0%以上 中度 30.0~	
体重	kg	49.9% 軽度 20.0~	
肥満度	%	29.9% 以下 やせ 高度 -20.0%以下	
腹囲	cm	高度 75cm以上	
血 圧	最高(収縮期) mmHg	高度 160以上 中度 135~159 軽度 125~134	
	最低(拡張期) mmHg	高度 90以上 中度 80~89 軽度 70~79	
脂 質	HDL-コレステロール mg/dL		LDL-C HDL-C
	LDL-コレステロール mg/dL		高度 160以下 中度 130~159 軽度 110~129 39以下
肝 機 能	AST(GOT) U/L		高度 31以上
	ALT(GPT) U/L		高度 31以上
血 糖	HbA1c %		高度 5.9以上 中度 5.6~5.8
貧 血	ヘモグロビン g/dL		高度 11.9以下
	ヘマトクリット %		高度 35.9以下

10

# ジュニアドック結果



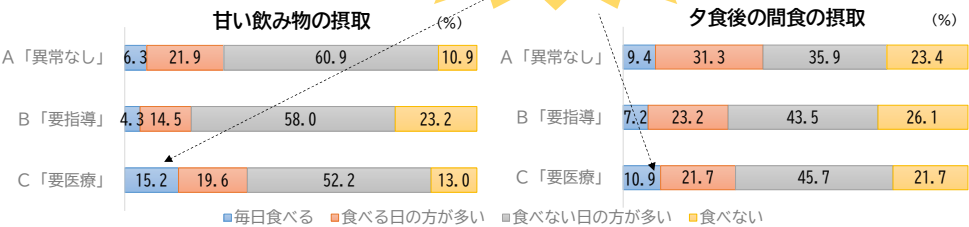
保健指導や医療機関の受診が必要な人の割合

57.3%

11

# ジュニアドック総合判定と生活習慣との関連

要医療と判定された人は、他の判定と比べると  
甘い飲み物や夕食後の間食を毎日摂取すると  
回答した割合が一番多い



12

## （3）からだづくり講座

- 対 象 者:秋葉区在住の小学4年生～小学6年生とその保護者、家族  
各年度定員25組
- 日 程:年1回 週休日の午前
- 会 場:新潟薬科大学／新津健康センター
- 実施内容:新潟薬科大学や新潟医療福祉大学の教授等による講義、試食
- 周知方法:学校を通じて保護者メール配信（2回）、案内チラシを配付  
区だより、市HPへの掲載
- 受 講 数:親子56組136人

13

## 参加者の声（保護者）

### ＜ジュニアドック＞

- ・気になっていたことがデータではっきりと分かったので良かった
- ・子どもの生活習慣や食事のバランスを見直す良い機会になった。
- ・家系的なものがあるのか心配で、健康相談を利用した。食生活を振り返ったら甘い物だけが血糖値を上げるのではないと分かった。

### ＜からだづくり講座＞

- ・バランス良く料理を作るとなると難しく考えていたが、やってみようという気持ちになった。
- ・パンやお菓子、ジュースに含まれる砂糖の量にびっくり。味からはわからないと思った。
- ・今後、家族全員で健康について話し合い、食生活の見直しをしていきたいと思った。

14

## （４）検討会（意見抜粋）

- ・意識の低い家庭は受診・受講しないが、参加した友人からの影響も得られる。親に余裕がない時に祖父母が関わることの大切さがある。また親に意識があっても保育する祖父母に意識の低い家庭もある。
- ・健康に関心が向くタイミングは様々。妊婦や離乳食のタイミングで関心が高まることもあるし、そうでない親もいる。
- ・小さい時から家族を巻き込んでやる取り組みが大事。
- ・秋葉区の取り組みやからだづくり講座を精密検査を受けた児に勧めたい。（医療機関）
- ・幅広い世代が参加する様々なイベントと連携し正しい情報を伝えていく。

15

## （５）地域との連携～結果の報告～

- 民生委員児童委員協議会
- 校長会
- 学校保健委員会
- 養護教諭情報交換会
- 事業参加者へメール配信
- 新潟市HPへ掲載



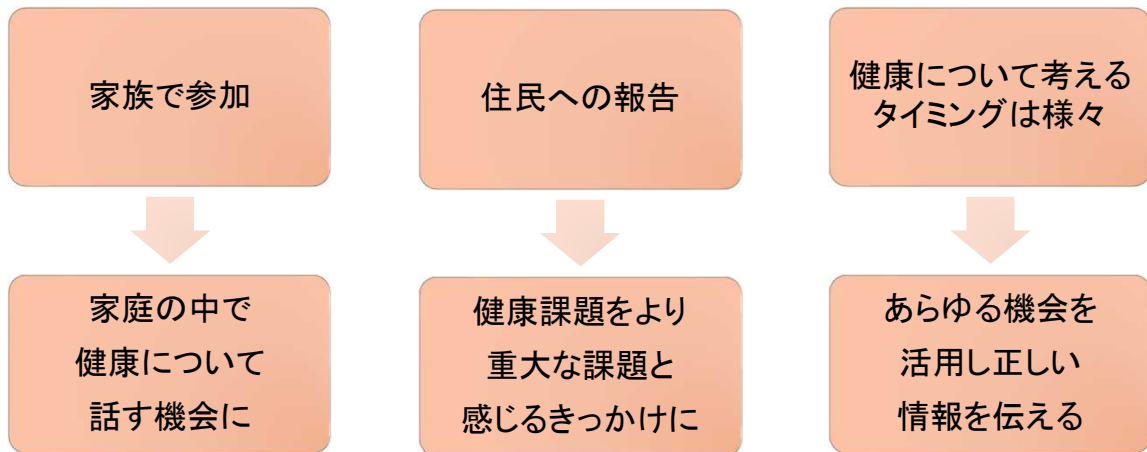
### 【住民の反応】

- ・子どもに生活習慣病なんて関係ないと思っていた
- ・異常なしが半分程度なんて驚いた
- ・大人と違って子どもは健康だと思っていた
- ・学校教材として資料を使用したい

16



## 3年間事業を実施して



17

## 人材育成として～係員感想～①

- ・毎年、地区診断、地区計画を立案するが、どこに結びつくのか実感がなかった。  
“それでは面白くないね”と言うこととなり、  
事業化出来るか出来ないか関係なく、創造と妄想を膨らませて意見交換した結果、  
様々な意見が出た中のひとつがこの事業だった。
- ・この経過で事業化のプロセスを経験したことと、地区診断の重要性を再認識した。  
またモチベーションアップにもつながった。

18

## 人材育成として～係員感想～ ②

- ・関係機関へ協力を仰ぎながら事業を始め、大変さを学んだ。様々な部署と連携して事業を進めていくことなど勉強になった。
- ・住民へ結果を伝える媒体の作成は大変だったが、反応も良く、自分事として受け止めてもらうことが大切だと思った。
- ・計画の段階で終わりを見据えておくことの大事さ？ 必要性？を感じた。  
発足の経緯から見直してまとめを行ったり、評価して、見直して（終了に持って行って）、次の展開を考えていくのは経験の乏しさもあり難しかったな、大変だったなという記憶しかない。PDCAが改めて大事だと感じた。
- ・評価するにも既存のデータや同じような事業と比較したかったが見つけれず諦め、事業終了後の次の展開を考えると時には地域の実状や資源がわからなくて進まなかったな（地区把握大事）など感じた。

19

ご清聴  
ありがとうございました



さつきちゃん



ゆうたくん

20