

## 2023年度 健康推進課の事業実績について

### (1) 地域保健普及啓発事業

#### ① みんなの健康だよりの発行



7月号



10月号



3月号

#### ② 総合健康づくり月間

開催期間：2023年11月1日から11月30日

場所：市内各所

参加人数：会場参加 2,777人・動画閲覧数 606回

参加団体：関係団体 14団体・庁内関係部署 4部6課

イベント内容：

○会場参加型

ア. スポーツ教室

親子スポーツ教室、ヨガ、プールレッスン等

イ. 体験会・相談会

子ども薬剤師体験、お薬相談、栄養相談、ぼくとわたしのデンタルケア等

ウ. セミナー・講演会

フレイル予防講座、歯と口の健康講座、血糖値改善セミナー等

○オンライン参加型イベント

自宅のできるトレーニング、卒煙セミナー、子どものむし歯予防セミナー等



ぼくとわたしのデンタルケア  
【町田市歯科医師会】



親子フットサル  
【ベスカドーラ町田】

### ③ 熱中症予防対策

周知活動：ポスター掲示、チラシ配布、LINE・メール配信、市ホームページ・庁舎施設案内モニターへの掲載、民間協定企業と協働したポスター・チラシの作成 等



町田市ホームページのブランディングエリアへの掲載



民間協定企業と協働して作成したチラシ

## (2) 自殺防止総合事業

### ① ゲートキーパー啓発ポスター事業

町田デザイン&建築専門学校の学生にゲートキーパーのポスターのデザイン作成を依頼し、応募数 29 作品から、市長賞作品を決定した。(右図)

市長賞作品については、2024 年 3 月の自殺対策普及キャンペーンで活用 (2024 年 9 月の同キャンペーンでも活用予定)



市長賞

### ② SNS 自殺防止相談事業

2023 年度の相談状況 新規相談者数：96 人

#### ○広告効果

広告表示回数 ※広告が表示された回数	広告クリック数 ※広告がクリックされた回数	新規受付数 ※相談サイトからのメール受信数	新規相談者数 ※アンケートへの回答数
90,796 回	6,990 回	160 人	96 人

#### ○内訳

相談内容	相談者数
自殺念慮	88人
精神健康	94人
身体健康	30人
自傷行為	7人
生活・引きこもりなど	32人
経済・借金	15人
家族	43人
学校	20人
勤務	28人
友人関係	14人
恋愛関係	13人
その他	9人

年代	相談者数
10歳以下	0人
11歳～15歳	6人
16歳～19歳	13人
20代	34人
30代	18人
40代	16人
50代	5人
60代以上	4人

③ 自殺対策強化月間の取り組み

ア. 自殺対策普及啓発キャンペーン

期間 2023年9月1日～9月30日

2024年3月1日～3月31日



駅構内での普及啓発の様子

(3) 受動喫煙防止対策促進事業

① 禁煙外来医療機関情報の周知

**禁煙**を考えている方へ

2020年4月1日から、室内は原則禁煙となりました。長年たばこを吸っていても、禁煙するのには遅すぎません。受動喫煙防止のため、禁煙にチャレンジしてみませんか？

**たばこに関するQ&A**

Q1 たばこは一度吸うと止められないのはなぜ？  
A たばこに含まれるニコチンに依存と同じような依存性があります。

Q2 たばこを吸ったら、体はどんな影響を受けるの？  
A がんなどの病気のリスクが高まる。集中力・持久力の低下、肌の老化、口臭の悪化などの悪影響があります。

Q3 煙の出ないたばこなら、体に影響はないの？  
A 煙の出ない加熱式たばこなどにも、多くの有害な化学物質が含まれています。

Q4 たばこの煙は周囲の人にも影響があるの？  
A 他の人が吸っている煙を吸いこむこと（受動喫煙）も、体に悪影響があります。

**専門家に相談して禁煙にチャレンジしてみませんか？**

禁煙外来とは…禁煙したいけれどもなかなか止められない方へ、医療機関で禁煙をサポートします。町田市の禁煙外来実施医療機関については、下記の二次元コードで検索。または、このチラシの裏面「禁煙外来実施医療機関一覧」でお近くの医療機関を探してみてください。

（実名と生年月日がある場合、発症前に各医療機関へお問合せください。）  
禁煙外来の診療期間は12週間、合計5回の通院が基本となっています。（詳しくは各医療機関へお問い合わせください。）

発行：町田市保健所健康推進課 042-724-4236

**禁煙外来実施医療機関一覧** 2022年12月現在

区	医療機関名	住所	電話番号	
南	茅ヶ崎総合病院	つくし原3-17-9	042-795-2121	
	川口クリニック	池袋3-23-11	042-706-6575	
	湘南医療クリニック	藤沢1-25-29 湘南メディカルプラザ1号	042-710-1800	
	あふみクリニック	川崎2-25-14	042-706-8706	
	あかねクリニック	藤沢3-1-1	042-706-8706	
	自由・自立禁煙外来クリニック	横浜1-1-1 横浜駅前ビル2F	042-850-5027	
	湘南病院	藤沢4-4-1	042-709-6161	
	湘南医療センター	藤沢2-1-47	042-709-1006	
	湘南クリニック	藤沢1-1-17 湘南駅前ビル2F	042-710-2211	
	アムネスト禁煙外来クリニック	藤沢2-28-15 アムネストビル10F	042-710-4100	
東	二葉病院	藤沢1-19-31	042-728-1005	
	湘南総合クリニック（新館）	藤沢2-21-200 フォーラムビル3階	042-732-6077	
	中央	湘南総合クリニック	藤沢1-19-16 藤沢一都ビル3F	042-722-7373
	たまがけ病院	川崎4-16-40	042-720-3888	
	川崎クリニック	藤沢2043-1 サンライズビル2F	042-724-7727	
	湘山クリニック	藤沢2-9-18	042-736-7720	
	湘南総合クリニック	藤沢3-17-13	042-737-3800	
	湘南内科病院	藤沢108-1 フォレストビル	044-328-6143	
	湘南総合病院	藤沢1020-1	044-961-1311	
	湘南クリニック	藤沢107	042-736-2222	
西	湘南総合クリニック	藤沢2022-4 NSビル1F	042-706-1024	
	湘南病院	藤沢7-1 レオパレスビル202号	042-735-2367	
	あふみクリニック	藤沢108-1 フォレストビル4F	042-737-3609	
	茅ヶ崎クリニック	茅ヶ崎1-11-5	042-735-1400	
	湘南総合クリニック	藤沢1-25-12 湘南メディカルプラザ	042-737-7373	
	しながわ内科・循環器クリニック	山崎町333-1	042-701-1545	
	ひら・はら診療所	藤沢11762 新藤沢ビル4F	042-708-7270	
	湘南内科・循環器クリニック	藤沢3-20-2	042-709-4114	
	あふみクリニック	藤沢2000	042-709-1507	
	湘南クリニック	藤沢2-18-12	042-708-8100	
北	あふみクリニック	藤沢2025-2 グランフロントビル107	042-704-6327	
	湘南病院	川崎2470-4	042-707-7428	
	あふみクリニック	藤沢3000-1 ルーラルビル2F	042-709-7705	
	あふみクリニック	藤沢3000-1 ルーラルビル2F	042-709-0671	
あふみクリニック	川崎4405-1	042-703-8130		

※禁煙外来の状況など、詳細は各医療機関にご確認ください。

禁煙外来のチラシ

② たばこの煙による健康影響についての普及啓発活動

小中学生向け  
チラシ

**小・中学生向け防煙教育動画**  
たばこの“恐ろしさ”  
を知りましょう

**主な内容**

- ◆たばこってどんなもの？
- ◆たばこを吸うと、体はどんな影響を受けるの？
- ◆たばこの煙も体に悪いの？
- ◆なぜ、若い時からたばこを吸ってはいけないの？
- ◆誘われても、たばこを断る勇気を持つよう！

**視聴方法**

- ①左記の二次元コード読み取りまたは
- ②「東京都未成年喫煙防止教育動画」で検索

◆15分程度の動画です、おうちの人や友達と是非ご観覧ください！

◆東京都福祉保健局ホームページ内「とうきょう健康ステーション」で未成年者喫煙防止教育動画「健康な未来を決めるのは、あなた」を公開中

※2022年4月1日の民法改正により作成された動画であるため、動画内で「20歳未満の者」を「未成年者」と表示しています。

町田市保健所健康推進課 042-724-4236

高校生向け  
チラシ

**高校生向け防煙教育講座**  
たばこの“恐ろしさ”  
を知りましょう

**主な内容**

- たばこってどんなもの？  
(たばこの成分やからだへの影響)
- 一度吸うとやめられないたばこ、「なぜ？」  
(たばこに含まれるニコチンの依存性)
- なぜ若い時からたばこを吸ってはいけないの？  
(成長期に特にからだに悪影響がある根拠)
- 他人が吸ったたばこの煙でも害があるって本当？
- 誘われても、たばこは断ろう  
(喫煙の誘いの具体的な断り方)
- その他、たばこに関するQ&Aなど

東京都福祉保健局ホームページ内とうきょう健康ステーションにて【20歳未満の者向け】禁煙教育教材「健康な未来を決めるのは誰？～たばこの恐ろしさを知りましょう～」【高校生版】のリーフレットを公開中

問合せ先：町田市保健所健康推進課 042-724-4236

### 3. がん予防対策推進事業

#### ①個別受診勧奨・再勧奨の実施

**町田市大腸がん検診の受診の流れ**

**STEP①** 医療機関へ直接電話して予約してください。

**STEP②** 医療機関で検診を受診

**STEP③** 乳がん検診 医療機関から検診結果を郵送

**STEP④** 子宮頸がん検診 医師から結果説明

**費用 800円**

**検査方法** 自宅で検便を採取し、検便キットを郵送していただきます。

**大腸がん検診**

**乳がん・子宮頸がん検診**

#### ②がん予防普及啓発<民間協定企業との連携>

ア がん検診等の案内チラシ

イ 働く世代に向けたがん検診受診勧奨チラシ

検診名	実施機関	費用 (自費負担)	内容	対象者	実施期間
大腸がん検診	町田市健康推進課	800円	検便キット郵送検査	40歳以上	2023年10月1日～2024年2月29日
肺がん検診	町田市健康推進課	無料	胸部エックス線検査	40歳以上	2023年10月1日～2024年2月29日
乳がん検診	町田市健康推進課	2,000円	マンモグラフィ検査	40歳以上	2023年4月1日～2024年3月31日
子宮頸がん検診	町田市健康推進課	1,000円	検診・内診・細胞診	20歳以上	2023年3月1日～2024年2月29日
胃がんリスク検診 (ABC検査)	町田市健康推進課	800円	唾液検査	30歳以上	2023年3月1日～2024年2月29日
肝臓ウイルス検査 (H型抗体)	町田市健康推進課	無料	血液検査	40歳以上	2023年4月1日～2024年3月31日

**受診方法** 市に事前の申込みは必要ありません。

**1 予約** 実施医療機関へ直接申込み

**2 受診** 実施医療機関へ直接受診

**3 結果説明** 実施医療機関から結果説明

**配布枚数 7,190 枚**

**忙しいあなた、だからこそ**

**がん検診を受けましょう**

生涯でがんと診断される確率は **2人に1人**

男性 65.5% 女性 51.2%

早期のがんは重症化のリスクが低く、早期発見のために、定期的ながん検診の受診が大切です。

がんを早期発見・治療することは、早期復職や身体的・精神的・経済的負担を軽減することにつながります。

**生存率**

早期発見した場合の生存率: 94.7%

発見が遅れた場合の生存率: 23.0%

**配布枚数 4,100 枚**

- 配布部数
- 民間協定企業 400 部
- 市内保育園幼稚園 2,125 部
- 町田商工会議所 4,100 部

ウ 乳がん予防月間の普及啓発活動 (10月) <市庁舎ライトアップ>



<民間協定企業のデジタルサイネージ>

**10月は乳がん予防月間**

**乳がん検診を受けましょう**

プレスト・アウェアネス「乳房を意識する生活習慣」を心がけましょう

担当: 町田市健康推進課