

## 令和2年度まちの保健室（健康食育あつぎプラン推進事業）実施について

### 1 目的

超高齢社会が到来し、第2次健康食育あつぎプランを効率的に推進するため、健康増進の意識啓発及び食育の推進等を積極的に図る事業等を実施し、健康寿命の延伸・生涯現役健康都市の実現を目指す。

### 2 実施期間

令和2年4月から令和3年3月まで

### 3 対象者

20歳以上の厚木市民

- ・健康教育については40～64歳を基本とする。
- ・特定保健指導については、※基準に該当する方とする。

※特定健康診査又は人間ドック受診者のうち、健診結果から特定保健指導の基準（主にメタボ判定者）に該当した方

### 4 実施内容

健康増進事業等を市内公民館で講座等を実施する。

### 5 事業内容

#### (1) 健康教育

「健康教育A」： 睡眠講座とゲートキーパー養成講座（8回）

「健康教育B」： 糖尿病予防健康講座（7回）

#### (2) 地区栄養教室 厚味会による地区食育推進事業（15回）

#### (3) 特定保健指導 メタボリックシンドローム予防等の講座（3回）

### 6 実施主体

健康づくり課、国保年金課