

函館市糖尿病対策アクションプラン

令和7年8月策定

糖尿病は、ひとたび発症すると治癒することはなく、放置すると網膜症、腎症、神経障害など様々な合併症を引き起こし、脳卒中や虚血性心疾患などの心血管疾患の発症にもつながります。これらの合併症により生活の質（QOL）が著しく低下するほか、人工透析など経済的にも大きな負担を強いられることになります。このようなことから、本市では、令和6年3月に策定した第3次函館市健康増進計画に基づく生活習慣病対策として糖尿病対策を重点的に推進するため、今後の具体的な取組内容について定める「糖尿病対策アクションプラン」を策定し、関係機関等と連携しながら、働く世代を中心とした幅広い世代に向けた各種事業に取り組むこととします。

第3次函館市健康増進計画 すこやかロードマップ STEP1（R6～R9） 既存事業を工夫しながらSTEP2に向けて検証する。		令和6年度	令和7年度	令和8年度～（予定） ※予算議決前のため、変更の可能性あり。	
維持期 行動を変えて 6か月以上	より深い健康の知識に触れる機会づくり	無料歯周病検診 40、50、60、70歳を対象に指定医療機関で無料歯周病検診を実施し、糖尿病とも関連の深い歯周病の予防・早期発見・早期治療を図る。 受診者：898名	無料歯周病検診（対象者拡大） もともと、40、50、60、70歳を対象としていた無料歯周病検診の対象者に、20、30歳を加え、若い世代に増加している歯周病の予防・早期発見・早期治療を図る。 ※「働く世代・次世代へのアプローチの強化」にも関連	無料歯周病検診 20、30、40、50、60、70歳を対象に指定医療機関で無料歯周病検診を実施し、糖尿病とも関連の深い歯周病の予防・早期発見・早期治療を図る。 ※「働く世代・次世代へのアプローチの強化」にも関連	
		糖尿病予防のための講演会 糖尿病予防について、医師による講演会を開催。 会場は特定健診の集団会場の同施設とし、健診受診の促進を図った。 参加者：68名	後期高齢者歯科健康診査 後期高齢者を対象に、指定医療機関での無料歯科健診を実施する。周知にあたっては、健診でHbA1c（糖尿病の検査項目）が高い方など、糖尿病ハイリスク者への個別通知等を実施する。	後期高齢者歯科健康診査 後期高齢者を対象に、指定医療機関での無料歯科健診を実施する。周知にあたっては、健診でHbA1c（糖尿病の検査項目）が高い方など、糖尿病ハイリスク者への個別通知等を実施する。	
		慢性腎臓病予防講演会 慢性腎臓病予防について、医師による講演会を開催。 会場は特定健診の集団会場の同施設とし、健診受診の促進を図った。 参加者：88名			市民健康教室 昭和52年から実施している本事業について、令和8年度のテーマに糖尿病や慢性腎臓病を取り上げ、医師による講演会を開催する。
		糖尿病予防歯科講演会 糖尿病と歯周病の関係等について歯科医師による講演会を開催。 参加者：106名			
		糖尿病予防のためのおやつクッキング 糖尿病予防のための間食について、医療機関の管理栄養士と連携し、おすすめおやつの調理実習と適切な間食のとり方についての講話を実施。 参加者：14名			
栄養のプロに学ぶ食育体験（個別栄養相談） 大型イベント会場で栄養価計算のできる食品サンプルを用いた管理栄養士による個別の栄養相談を実施。 開催回数：全2回 参加者：計161名	ウェルネスセミナー 18～64歳を対象に、楽しく運動ができる機会を提供するとともに、食事、運動、口腔、生活習慣病に関する講話もあわせて実施する。 なお、令和6年度に実施した「ウェルネスナイトセミナー」について函館市医師会看護・リハビリテーション学院、函館工業高等専門学校と連携し効果検証を行い、ウェルネスセミナーへと反映させる。 開催回数：2コース（各コース7回） 定員：各コース30名	ウェルネスセミナー 18～64歳を対象に、楽しく運動ができる機会を提供するとともに、食事、運動、口腔、生活習慣病に関する講話もあわせて実施する。			
ウエルネスナイトセミナー 月1回の運動指導、栄養に関する講話、ICTの活用に関する講話を実施。 開催回数：全6回 参加者：実27名、延132名					
血糖値測定キャンペーン 大型イベント会場や商業施設で簡易血糖値測定と医師による結果説明を実施。 ※うち1回は骨健康度測定および栄養相談を同時実施。 開催回数：全3回 参加者：計186名					
ベジプラ！楽うまレシビ普及啓発（イベント会場等での試食配布） 大型イベント会場や商業施設で野菜料理の試食配布を実施。 開催回数：全3回 参加者：計347名					
歯磨き指導イベント 大型イベント会場で位相差顕微鏡による口内細菌の観察、虫歯治療職業体験、フッ化物塗布を実施。 参加者：356名					
楽しく健康づくりができる機会の創出					
準備期 1か月以内に行動を 起こす考えがある	利便性を高める				
健康への興味関心が少ない人	健康づくり事業参加へのインセンティブの強化				
	働く世代・次世代へのアプローチの強化	健診要医療判定者受診勧奨事業（国保） 国民健康保険の特定健康診査受診者のうち、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、慢性腎臓病のリスクが高く、薬物治療を受けていない者に対し、医療機関への受診行動を促進する保健指導を行う。	健診要医療判定者受診勧奨事業（国保） 国民健康保険の特定健康診査受診者のうち、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、慢性腎臓病のリスクが高く、薬物治療を受けていない者に対し、医療機関への受診行動を促進する保健指導を行う。		
	市民がいる場に出向く、 なにかのついでに健康に触れる機会づくり	慢性腎臓病（CKD）普及啓発強化 慢性腎臓病の普及啓発、早期受診勧奨のためのリーフレットを函館腎臓病懇談会と連携して作成する。	慢性腎臓病（CKD）普及啓発強化 令和7年度に作成したリーフレットを広く市民へと周知する。周知にあたっては商工会議所や協会けんぽ北海道支部の協力を得て、働く世代への周知に重点を置き、実施する。		
		ヘルスリテラシー講演会 市立函館高校の1学年全生徒を対象に、札幌医科大学教授等による食事、血圧、睡眠等のヘルスリテラシー向上のための講演会を開催する。	ヘルスリテラシー講演会 市立函館高校の1学年全生徒を対象に、札幌医科大学教授等による食事、血圧、糖尿病、睡眠等のヘルスリテラシー向上のための講演会を開催する。		
		まちかど健康度測定キャンペーン 商業施設等で血圧や血管年齢、骨健康度を測定できる機会を提供し、気軽に自身の健康について知る機会をつくる。 開催回数：全3回	まちかど健康度測定キャンペーン 商業施設等で血圧、血管年齢、骨健康度を測定できる機会を提供し、気軽に自身の健康について知る機会をつくる。		
【再掲】血糖値測定キャンペーン 大型イベント会場や商業施設で簡易血糖値測定と医師による結果説明を実施。 ※うち1回は骨健康度測定および栄養相談を同時実施。 開催回数：全3回 参加者：計186名	【再掲】ベジプラ！楽うまレシビ普及啓発（イベント会場等での試食配布） 大型イベント会場や商業施設で野菜料理の試食配布を実施。 開催回数：全3回 参加者：計347名	ベジプラ！楽うまレシビ普及啓発（スーパーでの試食配布） 野菜料理の試食配布をスーパーの野菜売り場等のより無関心期の市民も訪れる場で実施する。また、野菜売り場で実施することによって野菜の購買（家庭での野菜摂取量向上）にもつなげる。	ベジプラ！楽うまレシビ普及啓発（大学等での試食配布） 北海道栄養士会函館支部と連携し、貝だくさんのスープのレシビ開発を行い、そのレシビを活用した試食配布を大学等の若い世代が訪れる場で実施し、野菜摂取や朝食の重要性を普及啓発する。		
自然に健康になれる環境づくり	（はこだて健幸プロジェクト）事業パートナー制度の実施 市内企業・団体主催の健康づくりイベントの開催支援を強化し、官民連携で健康づくりに取り組み、市民が健康づくりに触れる機会を増加させる。 例：函館中央病院「糖尿病デー」（11月開催予定）	（はこだて健幸プロジェクト）事業パートナー制度の実施 市内企業・団体主催の健康づくりイベントの開催支援を強化し、官民連携で健康づくりに取り組み、市民が健康づくりに触れる機会を増加させる。			

自ら健康行動を起こせる人

健康への興味関心が少ない人