

令和 6 年度 新規取組および拡充した取組

糖尿病対策推進事業



糖尿病予防のための講演会

糖尿病や腎疾患について医師による市民向け講演会を行い、疾患の予防や健診の重要性等について普及啓発を行う

ウェルネスナイトセミナー
糖尿病予防のための実践的な運動や食事、Hakobit等のICT活用についてのセミナーを開催
結果は函館高専や医師会看護・リハビリテーション学院との共同研究としデータ分析を行う



歯磨き指導イベント

健幸大学のイベントに合わせて、位相差顕微鏡で糖尿病と関係が深い歯周病菌を観察し、歯磨き指導を実施するイベントを実施



歯と糖尿病の講演会

歯周病と糖尿病の関連等についての講演を行い、歯周病予防の重要性等について普及啓発を行う



食育イベント

健幸大学のイベントに合わせて、栄養価計算システムを用いた体験型栄養相談を実施

糖尿病予防のための
おすすめおやつの調理実習

市内病院管理栄養士、食育ボランティアと連携して調理実習を実施し、食生活の改善・普及啓発を図る

Hakobitの活用

Hakobit アンケート

Hakobitで健康意識・生活習慣のアンケートを実施し、回答者の生活の振り返りを図ると同時に、地域傾向の把握に活用する

Hakobit スタンプラリー
コース拡充

市内の公園等を中心に、新規コースを6件設置し、スタンプラリーの利用を促す

港まつり×Hakobit
スタンプラリー

港まつりの開催期間に合わせて「ワッショイはこだて」とコラボしたスタンプラリーを開催



みんなde健幸レク

スタンプラリーコースでウォーキングや栄養士の講話等を行い、Hakobitの普及啓発及び健康づくりの場の拡大を図る

その他

健康増進計画普及啓発

市民に対し、健康増進計画やその内容について普及啓発を行う

“ベジプラ！楽うまレシピ”
コンテスト

レシピの考案や受賞レシピの周知によって野菜摂取の拡大を図る



禁煙個別通知

協会けんぽ、国保連合会と連携し、特定健診を受診した喫煙者に対し禁煙啓発資材を送付



無料歯科検診対象拡大

昨年度まで対象を40歳以上としていたが、20歳以上に拡大



市民健康教室

毎年課題に応じてテーマを選定
R6年度は循環器疾患、歯と認知症、たばこ、胃がん内視鏡検診、腰痛としびれをテーマに開催