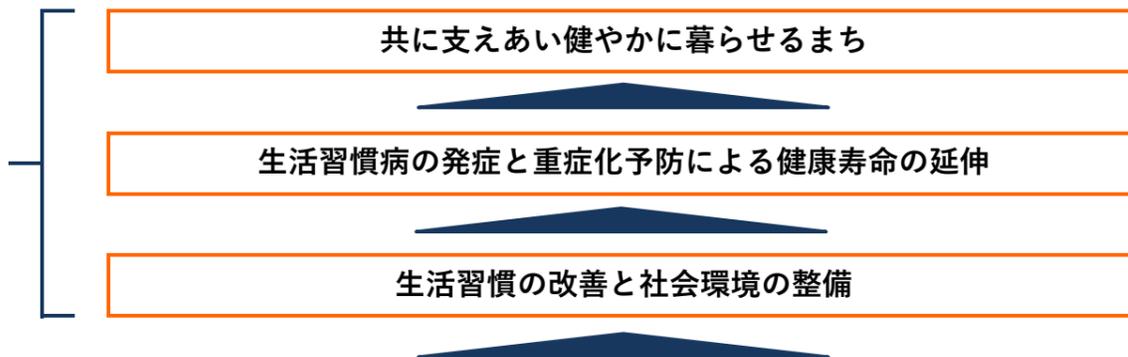


健康はこだて21（第2次）の目指す姿



『運動』『食』『検診』『情報発信』4つの柱の充実により目指す姿へ！！

職場からの健康づくり

健康経営推進事業

企業の生産性向上や人材の定着等のため、従業員のがん検診の受診率向上や生活習慣の改善などの『健康経営』に取り組む企業が増えるよう、経営者の意識醸成や企業支援を行う。

- 函館商工会議所や中小企業家同友会など関係団体との意見交換会を開催
- 健康経営セミナーの開催
- 健康経営ハンドブックおよびリーフレットの作成
- 企業や団体へ健康経営アドバイザーを派遣 など

気軽に楽しく健康づくり

はこだて市民健幸大学

コロナ禍でも気軽に楽しく取り組めるメニューを提供し、”今だからこそ、カラダづくり”を推進する。  
テーマは『運動』と『食』！！

- 100万歩チャレンジ
- いか踊り体操動画コンテスト
- 楽うまレシピチャレンジ
- みんなde健幸づくり（講演会や企業主催イベント）
- ホームページに健康づくり動画やクイズを公開
- \* 民間企業含む実行委員会で実施！数多くの協力企業あり



はこだて健幸アプリ

”Hakobit”の開発・普及

日々の健康活動でポイントが貯まるオリジナルアプリ”Hakobit”を開発。（R4年度リリース）  
民間企業との連携によりインセンティブを提供。  
官民連携による健康づくりを推進！！  
ホームページと連携し、情報発信と一体的に行う。



がん検診の受診率向上と病気の予防

がん検診事業

- 受診勧奨の強化  
外部機関へ業務委託し、コールセンターを設置。  
電話による個別勧奨を行う。
- 子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券の配布
- 45歳を対象に無料クーポンの配布
- 胃内視鏡検診の導入



若い世代のピロリ菌検査事業

- 中学2年生を対象としたピロリ菌検査

口から始める健康づくり

歯科健診・啓発推進事業

幅広い世代に対するオーラルフレイル予防、重症化予防の推進する。

- 企業・団体向け歯科医師による出前講座
- 小中学校向け「歯の学校」
- 介護施設等向け歯科医師の講座・相談
- 成人歯科検診、妊産婦歯科検診
- 40・50・60・70歳の歯科検診（歯周病検診）



食で健康づくり

はこだて健幸応援店  
”スマートバランスレストラン”

ベジプラ！楽うまレシピ

- 子どもから中高年まで幅広く食育を推進するため、ヘルシーメニューを提供できる、”スマートバランスレストラン”の登録制度。  
官民一体で食育を普及！
- 野菜をメインに使い、簡単な調理でできる料理「ベジプラ！楽うまレシピ」の普及



働く世代への情報発信

健康情報の発信

がん検診などの健康づくり情報に特化したホームページを開設し、市民が様々な事業の検索がしやすい体制を整えるとともに、お得な健康情報やコラムなど随時発信。  
同時に、TwitterやLINEなど、SNSによる発信や広告を活用し、健康無関心層も含んだ幅広い層へ情報を届ける。

- LINE特典スタンプラリー  
健康活動で貯めたスタンプカードでクーポン券をGet
- 健康づくりの情報に特化したホームページを開設



健康診査・保健指導

- 生活保護受給者の健康診査、保健指導

特定保健指導等（国保保健事業）

- 健診要医療判定者受診勧奨事業（ハイリスク者への受診勧奨）
- 特定保健指導を業務委託し、実施率向上を図る！

運動習慣の推進

- Hakobitの開発・普及
- Hakobitを活用したウォーキングイベント
- いか踊り体操、はこだて賛歌de若返り体操の普及 など

たばこ対策

- 未成年者喫煙防止講座（通称：たばこフリーキッズ教室）
- きれいな空気の施設の登録推進
- 改正健康増進法に関する受動喫煙の防止対策

健康増進事業

- 健康教育（出前講座）
- 健康相談
- 未成年者飲酒防止講座  
（通称：アルコールフリーキッズ教室）

市内の民間企業、函館市医師会や  
函館市商工会議所、協会けんぽなどの  
関係団体など官民一体で健康づくりを推進！！