

自治体名	横須賀市
------	------

女性の健康支援対策の概要

横須賀市では健康づくり推進の施策について各種取り組みを行っている。特に近年、性差による疾病の差異が明らかになってきていることを背景に、女性が自らの健康に目を向け、日常生活の中で主体的な健康づくりを実践できるような健康リテラシーの向上を図ることが重要と考え、医療・健康関連の団体や市民団体と連携して健康づくりに関する基礎知識や健康問題について啓発する事業を実施する。

- ①ウーマンズ・ヘルスケアキャラバン 目的:性感染症予防などの啓発
- ②性感染症予防教育教材 目的:思春期の子供達を対象に性感染症予防の知識を広める
- ③ウーマンズ・ヘルスケア博 目的:健康リテラシー向上のための情報発信
- ④ウーマンズ・ヘルスケアトークショー 目的:がん予防と健康づくりへの意識啓発
- ⑤ウーマンズ・ヘルスケアネット 目的:健康づくりの情報提供および調査
- ⑥ピーアール（広告）展開 交通広告（バス・公用車）、広報紙掲載、ポスター掲示、チラシ新聞折込

自治体の特徴

横須賀市のある三浦半島は、三方が海に囲まれ、緑と海が身近にある自然豊かな都市。歴史的には、ペリー提督が上陸した地として、また、戦後は米駐留軍が置かれたことから、基地の町「横須賀」が定着している。横浜、東京へ30分から1時間程で行かれることもありベッドタウンとなっている。

人口構成（H21.10.1現在）

	総数	男	女
人	427,049	213,883	213,166
割合(%)	100	50.1	49.9

15歳未満	53,968	27,794	26,174
15～64歳	268,777	140,107	128,670
65歳以上	58,466	28,137	30,329
75歳以上	34,232	14,529	19,703
85歳以上	11,606	3,316	8,290

女性に関する健康課題

横須賀市においては、中高年の女性の肥満の割合は、現状値は高くないが、中高生のやせの割合が高く今後も増加していく懸念がある。基礎体力が付き、生殖機能が完成し、子どもから大人へ移行するこの時期に、「栄養・食・運動」についての正しい知識の習得が必要となってくる。

また、この時期に性についての正しい知識を身につけ、保護者や教員に対しても適切な指導方法を周知していくことが、性感染症やがんの予防につながる。

中高年については、アンケートの結果、公的な機関に正しい健康知識を求める傾向があり、自分自身の体について正しい理解を深めるための手助けを行う等、健康づくりへの意識啓発を継続的にやっていく必要性がある。

事業費（千円） 17,039千円

(1) 思春期から30歳代における健康支援事業	4,355
(2) 中高年期における健康支援	6,461
(3) 女性のがん支援事業	6,223
計	17,039

(1) 思春期から30歳代における健康支援事業

事業名	「ウーマンズ・ヘルスケアキャラバン」と「性感染症予防教育教材」		
分野	■健康教育	□健康手帳の交付	□健康相談
事業費（千円）	4, 3 5 5		

事業目的

行政からのアプローチが比較的難しかった10代の若年層に対し、性感染症と子宮頸がん、やせすぎ（過度なダイエット）の悪影響について正しく認識できるよう学校に出向いて啓発する。また、若年層の健康を支援する教員および保護者が性感染症予防のための理解を深めることができるよう、情報リテラシー向上のための教材をパイロット版として作成する。

事業対象

横須賀市立公郷中学校 3年生4クラス 約150名、横須賀市立大矢部中学校 3年生4クラス 約130名

事業実施体制・展開

【健康教育の講義と測定体験】

A：テーマ『命と健康について』の講演と共に、測定体験を通して自分自身のからだについて認識を深めてもらう。

- ① 講師／三浦 純一 氏【公立岩瀬病院 外科部長】
生と死に向き合う仕事をされているドクターの視点で、“生きる”“命”についてのメッセージを伝える。
- ② 講師／神奈川県栄養士会：栄養・食事バランスの重要性について
- ③ 測定体験 項目／体組成（体重・体脂肪・基礎代謝・推定骨量・筋肉量・代謝等）、身長、骨密度、血圧、体温
協力団体／神奈川県看護協会
※協力／女性の健康連絡協議会（健康づくりのヒント集小冊子、参考資料パンフレット配布）

B：テーマ『思春期の生と性』の講演を通して、心身ともに大人への成長過程である中学3年生にとって重要な、性についての正しい知識やエイズ・性感染症予防の大切さについて等、事前アンケートで生徒の関心が高かった事柄を中心に理解を深めてもらう。

講師／村瀬 幸浩 氏【“人間と性”教育研究会代表幹事、日本思春期学会理事】

【性感染症予防教育教材】性感染症予防と情報リテラシーの講義を動画教材として作成。

対象：養護教諭・保健体育の教諭、および保護者

- ① 講義／『こどもを支援する大人のための「性感染症の予防とケア」講座』
講師／堀 成美 氏 聖路加看護大学（看護教育学）助教 国立感染症研究所感染症情報センター協力研究員
- ② 講義／『情報リテラシーの重要性～健康情報の読み解き方～』
講師／中山健夫氏 京都大学大学院医学研究科 社会健康医学系専攻 健康情報学分野 教授

事業目標・評価項目 及び その結果

- ① （中）学校の受け入れ態勢：学校が元々シリーズで取り組んでいたものが基盤にあったことに加え、養護教諭の意識の高さと理解を得られたことが学校長や教職員の理解・協力を繋いだ。
- ② 参加者の理解：測定体験により生徒が自分の測定数値を知ることで講師の話と関連づけられ、また自分の食事・運動・生活リズムを見直すきっかけに繋がった。
- ③ 参加生徒のアンケート結果：食の大切さ、一度の人生を大切にしたい（59人）、自分の体をあらためて認識した。（88人）今必要な栄養に気をつけようと思った（76人）、健康体を作るには運動が必要と知った（15人）朝食が大切、栄養バランス、早寝早起き、規則正しい生活等気をつけようと思った（37人）、性に関する知らないことを知り間違った知識を正すことができた（108人）お互いに気持ちを思いやることが大切だと思った（33人）
- ④ 教育現場で実施しづらい性教育や食生活等の生活習慣について啓発することができた。
- ⑤ 諸事情で今回は実施できないが次年度あればぜひ実施したかったという学校が数校あった。

事業の工夫点

従来の健康教育は関心の高い層に偏りがちな傾向があったが、関心の薄い層にもアプローチを試みた。健康への意識づけと行動変容を効果的に促すため、講義と測定を同時に実施した。測定結果は、成長途中の年齢にあるため、あくまで参考として認識いただくよう努めた。

また、教員、保護者向けの教材を作成することで、性感染症予防啓発支援の広がりを図った。

事業の効果についての評価・考察

実施にあたっては学校の特徴をよく理解したうえで、学校の要望に沿った内容を盛り込み、女子だけに偏らず男子にも意味のあるものを実施した。アンケートや感想では、ほとんどの生徒が内容をよく理解しており、意識啓発（気づき）の効果があったと評価できる。特に性教育や食生活等の生活習慣については教育現場で取り込みにくい現状の中、講義だけでなく、測定を同時に実施したことが効果的であったとの評価を頂いた。当初、健康相談も計画していたが、学校現場は時間の枠が決められており、生徒が自由に相談するという形は馴染まなかった。また、測定結果については成長過程であり、測定基準が明確となっていないため参考程度とし、体験することを重視した。

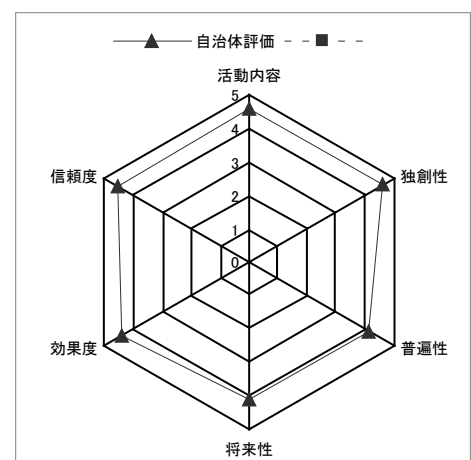
また、市販されている一般市民向けの性感染症教材がない現状から、IT を利用した教材の作成により、広い普及が図られることは、今までにない価値があることと評価している。

今後の課題

学校は年間行事が決められているうえ、新型インフルエンザによる授業数不足のため「来年度だったらお願いしたかった」という学校が多く、スケジュールリングの難しさが残った。中学生対象の教育は、学校の理解・協力無しには不可能であるため、養護教諭との綿密な調整や連携はもちろんのこと、校長先生や学年担当の先生方の協力も重要。生活習慣病対策としても健康を総合的に考え、学ぶ機会を取り入れていく必要性を感じた。

ホームページ	http://www.w-yokosuka.net/
照会先	横須賀市保健所 健康づくり課 046-822-4537

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
① 活動内容	4.6	参加者の感想から、健康に対する意識の必要性が伝達できたことが十分汲みとれる
② 独創性	4.6	今までにない教材作りの努力がみられたり、インターネットによる動画配信が評価できる
③ 普遍性	4.1	実際に参加した人の感想や、インターネット、パワーポイントという手法から全国的モデルになりうる
④ 将来性	4.1	対象となる可能性がある学校を選び、教師も生徒も巻き込んでいけば持続が可能
⑤ 効果度	4.4	参加者の90%以上が良かった、その他アンケート結果から参加者の今後の行動変容が期待できる
⑥ 信頼度	4.5	計画・実施・まとめまで十分な協力体制、参加者のアンケート結果など、信頼に足りうる



(1) 思春期から30歳における健康支援事業
ウーマンズ・ヘルスケアキャラバン

【健康教育の講義と測定体験】「健康と命 ―自分の体を知ろう―」

訪問先 / 横須賀市立公郷(くごう)中学校 5,6校時 計100分 総合学習

実施日 / 2月 2日(火)、5日(火)

内 容 / 講 義 「命と健康について」 講師 三浦 純一 氏 公立岩瀬病院 外科部長
「栄養・食事バランス」 神奈川栄養士会
計測体験 「自分の体を知ろう」 (体組成、身長、骨密度、血圧、体温)

栄養に関する講義



「健康と命」の講義の模様



測定、体験の模様



◆講義を聞いて思ったこと、感じたこと

【女子生徒】

- ・”命”というのがテーマで改めて命の大切さを知ることができました。人生は、命は一人1つしかなくて大切なものと教えてもらい、これからの人生をくいの残らないように大切にしていきたいと思いました。
- ・自分の体を知るということは、健康に生きていく上で、とても大切なことだと思った。健康に生きる=正しい食生活を送ることがわかった。とても大切な自分の命、自分の体だから大事にしたいと思う。
- ・改めて命の大切さや日常の食生活のバランスの大切さを知ることができました。その中でも19歳の少女の話が、一番印象に残っています。無理なダイエットは、よくないのだと改めて感じました。

【男子生徒】

- ・亡くなった時の医者の思いがどういふのか不思議だったけれど、そのことについて聞けてよかった。病院での実体験を通して、命について無駄な死を増やさない為に、生きる事の大切さを再認識しました。
- ・健康的に生きる事は、長生きするためであり、自分の目標を達成するのに必要な事だと思いました。バランスよく食事をするにはその食べ物にはどの様な栄養が含まれているかそして今の自分には何が足りないかをしっかり理解しなければならぬという事がわかりました。

◆測定体験で感じた事

【女子生徒】

- ・脂肪は、ありすぎもだめだけれどちゃんとした役割があって大切なものだと思います。
- ・今は、ちょうど骨を作っていく大切な時期だから、ダイエットなどで負担をかけてはいけないんだなと思った。
- ・今日、測定したものは初めてで、こんなものも測定できるんだと、思ったことがたくさんありました。普段、体温計をはかるやり方は、まちがっていると知り、とても意外でした。

【男子生徒】

- ・自分の体はけっこう知らないことが多く、筋肉量や骨密度がわかったりでいろいろびっくりした。
- ・思った以上に良くない結果で、食生活と生活習慣を見つめなおさないといけないと思いました。

◆今後どのようなことに気をつけたいと思っていますか。

【女子生徒】

- ・食生活に気をつけて、自分の体を大切にしたいと思う。
- ・朝食を食べ、バランスの良い食生活をしていきたいと思いました。

【男子生徒】

- ・食生活のバランスを良くするために魚や野菜の摂取量を増やし、余分な脂質を落としていきたい。
- ・適度な運動をして、規則正しい生活を送っていききたいと思っています。

【性感染症予防啓発講演】「思春期の生と性 ―あなたも他人も大切に―」

訪問先 / 横須賀市立 大矢部中学校 3,4校時 計100分

実施日 / 2月 23日(火)

講 演 / 講師 村瀬 幸浩 氏 日本思春期学会理事、
“人間と性”教育研究会代表幹事

講義の模様



校長による講師紹介



◆講演を聞いて思ったこと、感じたこと

【女子生徒】

- ・「自分の意見をはっきりと示すべき」という言葉がとても印象に残り、これから徐々に相手に自分の意志を伝えて公開しないようにしたいと思う。
- ・思春期の生と性について、たくさんのことを学びました。男の子の気持ちとか女の子の気持ちは、どこかしら違っていて、お互いにあまり知らなくて、でも、分からなきゃいけないんだなと思いました。
- ・女の子だっていろいろな悩みがあるけど、男の子にもたくさん悩みなどがあるんだなと男の子ことも大切に考えてあげなきゃいけないと思った。

【男子生徒】

- ・保健授業では、触れないような内容を教えていただき、役に立つ知識を学ぶことができ、ためになりました。
- ・自分の考えを相手に押し付けなくて、自分のことも相手のこともよく理解して、自分の考えを大事にすることが大切だと思った。
- ・無知・無理解がどれだけ命に大きな影響を与えるかがわかった。大事なことは、相手の気持ちを考え、自分の気持ちを責任をもってコントロールすることだと思いました。

(2) 中高年期における健康支援事業

事業名	「ウーマンズ・ヘルスケア 博」		
分野	■知識の提供	■健康相談	■情報提供
事業費（千円）	6, 4 6 1		

事業目的

地域住民の健康リテラシー向上と情報発信のため、医療・健康関連の団体と協力し、母娘や家族、友人同士などで気軽に参加できるイベントを市内のショッピングセンターにて実施。女性の健康に関わる特に大切な知識や基本的な生活習慣、加齢に関する基礎知識の啓発と共に、計測体験や健康相談を行う。

事業対象

横須賀市内在住、在勤、在学の女性

事業実施体制・展開

- ① アンケートを活用した自己啓発
女性の健康に関するアンケートをクイズ形式で行い、地域における女性の健康課題を調査すると同時に、健康づくりの啓発および意識付けを図る。
- ② 計測体験：骨密度や体組成の計測、ストレスチェックなどの計測体験を通じて、生活習慣など自身の体の現状を把握。健康づくりの意識づけ、行動変容への啓発を図る。
項目／骨密度計測・血圧計測・血管年齢・ストレス度チェック・だ液チェック・お口の環境チェック・肌年齢
声によるマインドチェック・体組成計測。エクササイズストレッチのレクチャーを通じた運動の啓発。
- ③ 健康相談：参加団体と連携し、個別健康相談を実施。
- ④ 医療・健康関連の団体を実行委員会として、相談員、計測員等運営で協力
- ⑤ 会場展示：参加団体や参加協力企業による展示
横須賀市医師会：子宮頸がん予防について／神奈川県看護協会：ストレスについて／横須賀市歯科医師会、神奈川県歯科衛生士会：歯周病について／神奈川歯科大学：咀嚼とだ液／横須賀市薬剤師会：サプリメントについて／神奈川県栄養士会：体組成について／神奈川県立保健福祉大学：食事バランスについて

事業目標・評価項目 及び その結果

- ①アンケート配布数：648 人 ／ 回答者数：482 人 健康情報はテレビや雑誌から得ることが多く、国や行政など公的機関の情報は信頼度が高いが、わかりにくいという結果が出た。
- ②2000 人超の人が参加し、疑問を解決したり、健康に関する意識を変えることができた。各ブース参加者数（延べ：2,059 名）〔・子宮頸がんワクチン啓発ビデオ放送（横須賀市医師会）115 名 ・骨密度測定と健康相談（神奈川県看護協会）345 名 ・口腔チェックと歯科相談（横須賀市歯科医師会）196 名 ・唾液チェックと歯科相談（神奈川歯科大学）127 名 ・肌年齢チェックと薬の飲み方相談（横須賀市薬剤師会）196 名 ・栄養相談（神奈川県栄養士会）66 名 ・食事バランス相談（神奈川県立保健大学）126 名 ・運動相談（横須賀市保健所）76 名 ・美容アドバイス（横須賀商工会議所）129 名 ・血圧、体温チェック（テルモ株）238 名 ・体組成チェック（株タニタ）180 名 ・血管年齢ストレス度チェック（株式会社）250 名 ・声によるマインドチェック 15 名〕
- ③普段はなかなか相談できない公的な団体のアドバイスを得られた。
- ④参加した医療・健康関連の団体の交流や各活動の活性化にもつながった。
- ⑤協力 10 団体を超える体制のなか上手く運営できたことで、今後、同様の事業実施の際のノウハウが得られた。

事業の工夫点

健康への関心が薄い人、関心はあってもたくさんの情報に困惑している人、また子育て中の母親にも情報に触れる機会として参加しやすいように配慮し、幅広い世代の人が集まるショッピングセンターを開催会場に選定。

事業の効果についての評価・考察

参加者が計測をとおして体の状態を知ることにより、自らの健康に意識を向ける機会になった。また、多くの人が各ブースで健康に関する疑問を解決し、意識を変えることができたと考えられる。今回の事業は、健康に意識の高い人だけでなく、低い人にもアプローチする手法として評価できる。相談者の声の中には、「医療機関で健康づくりに関して相談するのは敷居が高いが、普段の生活エリアで専門家に気軽に相談できることが良かった」とのコメントもあった。また、協力団体からは「他の団体との情報共有が図れた。各団体の健康・保健活動活性化のきっかけとなった」との声もあり、今後の地域住民の健康維持、推進に寄与するものと考えられる。

同日に著名人を招いてのトークショーを開催したことで効果的にピーアールできたものと考えられる。

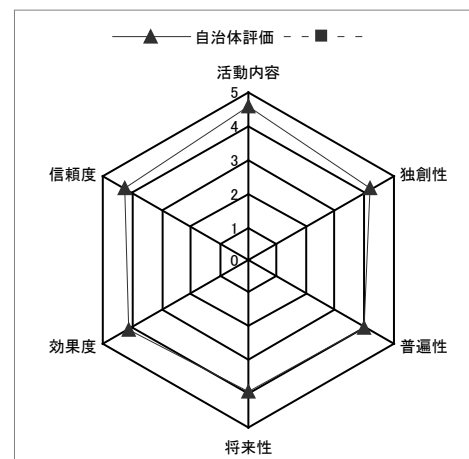
行政が中心となって、市内の医療・健康に係わる団体・教育機関が結集し、体組成等の計測・栄養・運動・がん予防・歯科・心の健康・美容にわたるさまざまなジャンルの健康情報の提供・体験を一括して提供できたことは、かつてない充実したイベントとなった。それぞれの団体の活動が紹介できたことも、市にとって有意義なものとなった。

今後の課題

女性の健康支援の実施ノウハウを得ることができたが、イベント開催にかかる費用の問題、複数の団体が参加する場合の調整などが考えられる。

ホームページ	http://www.w-yokosuka.net/
照会先	横須賀市保健所 健康づくり課 046-822-4537

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4.6	多くの地域団体の協力、参加者数（2000名超）も含め、内容は十分評価できる
②独創性	4.2	このようなイベントは他にもあるが、その規模や参加者が楽しみながら健康チェックできた点が独創的
③普遍性	4.0	予算や多くの団体、組織の協力体制が前提であるが健康維持の必要性を背景に全国的モデルになりうる
④将来性	3.9	今回の規模で実施を持続していくには困難な部分もあるが、規模を検討すれば十分に持続可能
⑤効果度	4.1	2000名超の人が参加し、疑問を解決されたり、健康に関する意識を変えることができた
⑥信頼度	4.3	計画・実施・まとめまで十分な協力体制、多くの公的団体の参加など、十分信頼に足りうる



(2) 中高年期における健康支援事業

ウーマンズ・ヘルスケア博

実施日時／2010年3月6日（土） 午前10時～午後5時

実施場所／ショッピングプラザ横須賀2Fシーウインドウモール

参加団体／横須賀市医師会、横須賀市歯科医師会、横須賀市薬剤師会、神奈川県栄養士会、神奈川県看護協会、神奈川県歯科衛生士会、神奈川県立保健福祉大学、神奈川県立保健福祉大学、神奈川県立保健福祉大学、横須賀商工会議所、横須賀市母親クラブ連絡会、女性の健康連絡協議会（花王株式会社・株式会社タニタ・テルモ株式会社・ヤマハ株式会社）

◇来場者内訳（アンケート解答者内訳）

ターゲット世代の40～60歳代が中心に来場。（10代24人、20代 23人、30代103人、40代109人、50代85人、60代105人、70代67人、80代6人、不明112人）

◇参加団体のテーマおよび展示と相談内容

横須賀市医師会

子宮頸がん啓発の展示



来場者数：115名



アンケートコーナー



ブースの様子

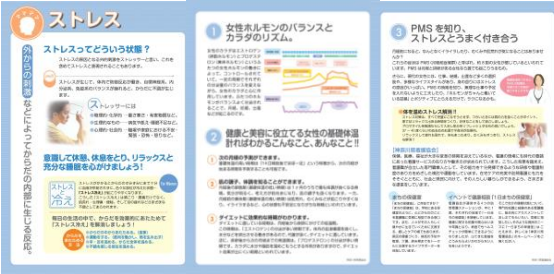


血管年齢
ストレス度チェック
（協力：花王株式会社）

神奈川県看護協会
骨密度計測



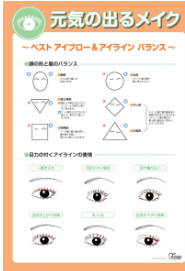
来場者数：127名



横須賀商工会議所
こころの健康
～元気のでるメイク～



来場者数：129名



来場者数：250名

血圧計測
（協力：テルモ株式会社）



来場者数：238名

横須賀市薬剤師会
お薬相談・肌年齢チェック



来場者数：196名



体組成計測
（協力：株式会社タニタ）



来場者数：180名

神奈川県栄養士会
栄養相談



来場者数：66名



横須賀市歯科医師会、神奈川県歯科衛生士会

来場者数：196名

お口の環境チェック



神奈川歯科大学

だ液のチェック

来場者数：345名



神奈川県立保健福祉大学

食事バランス相談

(1日に必要な野菜の量を体験)

来場者数：126名



声による
マインドチェック
(協力：日本SGI株式会社)



横須賀市保健所健康づくり課

運動相談

来場者数：76名



音楽と健康のアドバイス
(協力：ヤマハ株式会社)



来場者数：15名

◆参加した医療・健康関連団体(10)、地域団体(2)の意見感想

- ①来場者に好評だった(10)
- ②市民への情報提供の良い機会となった(7)
- ③他の団体と交流ができた(1)
- ③その他
 - ・是非続けたい事業と体感した。
 - ・気軽に相談できる場があると市民の方に喜んでもらえた。
 - ・地域の方たくさん話す機会となり、実践的に学べた。
 - ・パンフレットをお土産として最後に渡すと喜んでくれることが多かったと感じました。
 - ・参加者の多くが自身の生活習慣を見直すことが出来たイベントになったのではないかと思います。
 - ・地域の人々とも直接触れ合うことができた。
 - ・啓蒙活動としては大変有効な方法だと思う。
 - ・たくさんの方に体験していただけて良かったが、2台では対応しきれない状態だった。30分ほどお待ちいただいたり、体験できない方も夕方には多かった。
 - ・気づきという点から、より多くの方に体験、経験していただきたいので、何らかの形で来年度以降も計測、相談のセットで継続してもらいたい。そのことが予防につながっていくと思う。
 - ・講演を聞いたお客様の体温に関する関心が高まった印象を受けた。
 - ・体温測定に関して、これまで違った測り方をしていた人も多く、驚きを感じていた。私たちも家庭における体温の測り方の実態に接するいい機会を得た。
 - ・今回、横須賀市でのヘルス博については予想以上の来場者数で多くの方に「体組成計」を知ってもらえたと思っています。
 - ・国策と国民の健康意識の高揚から、このような企画は大切と考えます。
 - ・すぐには、結果は得られませんが継続することで直接的ではなく間接的に多くの良い結果がもたらされると確信します。(市民目線からも行政の活動が見えやすく、理解しやすい)

(3) 女性のがん支援事業

事業名	「ウーマンズ・ヘルスケアトークショー」と「ウーマンズ・ヘルスケアネット」		
分野	■啓発活動	■健康教育	□健康相談
事業費（千円）	6, 2 2 3		

事業目的

がん予防に対する意識が希薄な人に、身近な健康づくりの基礎知識や検診を含めたがん予防の重要性を認識してもらうため実施。学術的な解説を健康づくりの専門家がゲストと共にトークショー形式でわかりやすく解説。また、公式サイト「ウーマンズ・ヘルスケア横須賀」を立ち上げ、健康づくりのための有益な情報提供を行うと同時に、これらのイベントピーアールを行う。

事業対象

横須賀市内在住、在勤、在学の女性

事業実施体制・展開

◆ウーマンズ・ヘルスケアトークショー

- ① 内容企画：健康づくりに関する学術的な解説を女性のライフスタイルに合わせて分かりやすく展開するため、講師である国立健康・栄養研究所 運動ガイドラインプロジェクトリーダーの宮地元彦先生と内容の検討を綿密に行う。
- ② ゲストには、病気と向き合いながら活躍中の女優で歌手の増田恵子さんを起用し、健康・栄養研究所 運動ガイドラインプロジェクトリーダーの宮地元彦先生と、がん予防と健康づくりへの基礎知識についてトークショー形式で展開。
- ③ 取り上げるテーマは、「体組成・血圧・体温・骨密度・咀嚼・ダイエット・ストレス・子宮頸がん・サプリメント・運動」の10項目。
- ④ ウーマンズヘルスケア博と同日開催し、健康リテラシーのアップについて相乗効果を図る。
- ⑤ 2つのイベントへのピーアールのため、広報紙掲載、チラシの新聞折込、ポスター掲示、市内バスおよび公用車への告知掲出、専用サイトへの情報掲載を行う。

◆ウーマンズ・ヘルスケアネット

- ① がん予防啓発および健康づくりのための情報提供。
- ② 健康に関するアンケート実施。

事業目標・評価項目 及び その結果

- ① 健康づくりについての正しい知識の普及：女性の健康に関する課題を10項目に絞り、ライフスタイルに合わせて、健康づくりに関する学術的な解説を分かりやすく展開できた。
- ② ゲストの計測数値を例にあげて一つひとつ解説することで来場者の理解がより高まった。
- ③ ウーマンズヘルスケア博との同日開催により相乗効果があった。
- ④ 雨天にもかかわらずヘルスケア博とトークショー双方に多数の来場者があり、広報紙などのピーアールの効果があった。
- ⑤ 計測結果を単なる数字として捉えるのではなく、正しい知識を持って見ることができるきっかけが作れた。

事業の工夫点

自分に置き換えて考えやすいよう、増田さんの計測数値を例に用いたり、参加者の疑問・質問の代弁者という設定にしたシナリオを作った。

宮地先生がそれに答える形で、健康づくりの知識をEBMに基づき学術的にわかりやすく解説。

がんをテーマにすると関心の高い人しか来ない可能性があるため、関心のない又は低い人への「意識啓発→検診」という流れにつながることを目指した。

事業の効果についての評価・考察

女性の健康課題に基づいて健康づくりのテーマを10項目取り上げ、EBMに基づいた学術的な解説を国立健康・栄養研究所の専門家が、著名人のゲストのライフスタイルを題材にわかりやすいトーク形式で展開したことで、参加者自身の日常に置き換えて考えるきっかけとなった。

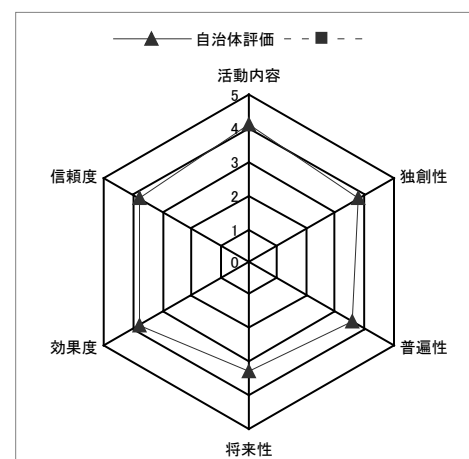
また、ウーマンズヘルスケア博に参加した人が、トークショーにも参加することにより、一層自分自身の問題としてとらえやすくなり、正しい知識の獲得につながる事ができた。

今後の課題

トークショーという形式は、講演と違い、全体の構成企画が重要となる。また、著名人による講演の場合はその費用も課題となる。

ホームページ	http://www.w-yokosuka.net/
照会先	横須賀市保健所 健康づくり課 046-822-4537

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4.1	ウーマンズヘルスケア博との連動で、測定結果をより理解することが可能であった
②独創性	3.8	単なるトークショーではなく、事前の測定結果を正しい知識と結びつける、という点が独創的
③普遍性	3.6	効果を考えた場合、トークショー単独では全国に広げるには難しい部分もある
④将来性	3.3	トークショー単独ではなく、他の活動と連動することによる相乗効果を考えれば持続の可能性あり
⑤効果度	3.8	測定結果を持つ人にとっては、数値をより具体的に自身の体を考えるきっかけとすることができた
⑥信頼度	3.8	計画・実施・まとめまでよく検討され、協力体制のもと実施、内容も信頼できる



(3) 女性のがん健康支援事業

ウーマンズ・ヘルスケアトークショー

実施日時 / 2010年3月6日（土） 午後1時30分～3時30分

実施場所 / ヨコスカ・ベイサイド・ポケット

対 象 / 市内在住、在勤、在学の女性およびその家族

テーマ / 体組成・血圧・骨密度・咀嚼・ダイエット・ストレス・子宮頸がん・サプリメント・運動について

参加者数 / 249名

●横須賀市副市長挨拶



●増田恵子さん、宮地元彦先生によるトークショー



◆講師プロフィール

増田 恵子 氏 歌手・女優



1976年 ビクターよりピンク・レディー「ペッパー警部」でデビュー。

1981年 解散。

2003年～2005年 **ピンク・レディー メモリアルコンサートツアー**

2005年 15年振りのシングルCD「奇蹟の花」ユニバーサルミュージックよりリリース。

2008年 キングレコードより『もいちど遊びましょ』アルバムリリース。

2010年5月16日 千葉県舞浜にあるイクスピアリにてイベントライブに出演。

宮地 元彦 氏 国立健康・栄養研究所 健康増進プログラム
運動ガイドラインプロジェクト プロジェクトリーダー



1990年 川崎医療短期大学 助手

1991年 川崎医療福祉大学 助手

1995年 同 講師

1999年 同 助教授

2001年 米国コロラド大学 客員研究員(2002年3月まで)

2003年 独立行政法人 国立健康・栄養研究所、身体活動調査研究室長

2006年 同 運動ガイドラインプロジェクトリーダー(現在に至る)

◆当日配布した健康づくりに関する基礎知識の冊子内容

* 配布資料協力 / 女性の健康連絡協議会（花王株式会社、株式会社タニタ、テルモ株式会社、ヤマハ株式会社）

[illegible]

