

整理No.	体系No. 関連体系	頁	実施計画 事業番号	事業名	概要	元年度実績	目標				特記事項(効果と課題)	担当課
							目標1	目標2	目標3	目標4		
2 スポーツ 1. スポーツを身近に感じる機会の拡充 (1)スポーツの楽しさを知る機会の創出										2-1-(1)		
1	2-1-(1)			健康教育	区民の健康の保持・増進を図るため、生活習慣病予防等の講演会を開催する。	○精神保健講演会 2回 ○健康づくり講演会 2回 ○生活習慣病予防教室 7回 ○健康スキルアップ教室 8コース ○ウォーキング教室 44回	✓	-	✓	-	こころの健康づくり、生活習慣病予防、運動のきっかけ作りと運動習慣の継続等を目的として実施した。子育て世代を対象とした事業の企画実施により、青年期・壮年期層の参加向上につながった。	保健サービスセンター
2	2-1-(1)			オリンピック・パラリンピック教育推進事業 一日校長先生	小・中学校において、一日校長先生(こころのプロジェクト夢の教室事業)を実施する。平成27年度から平成29年度まで、1か年に小・中学校10校ずつ、3か年で全30校にて実施する。	小学校・中学校の12校において実施	-	✓	-	-	小・中学校において、一日校長先生を実施することで、子どもたちが将来の夢をもつことにつながっている。	教育指導課
2 スポーツ 1. スポーツを身近に感じる機会の拡充 (2)スポーツ観戦の場と機会の拡充										2-1-(2)		
2 スポーツ 1. スポーツを身近に感じる機会の拡充 (3)プロスポーツ等団体との連携・協力										2-1-(3)		
2 スポーツ 2. いつでも、どこでも、だれでも気軽に楽しめるスポーツ活動の促進 (1)スポーツを楽しむ人を増やす										2-2-(1)		
3	2-2-(1)			①介護予防講演会 ②介護予防展 ③介護予防出前講座	全高齢者を対象に介護予防普及啓発事業を実施する。	実施回数、参加者数 ①年3回(6月、11月、2月)、296人 ②0回、0人(新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止) ③年3回(依頼により実施)、93人	✓	-	-	-	・講演会では、睡眠・フレイル全般・オーラルフレイルをテーマとし、多くの区民に介護予防の必要性を啓発することができた。今後も高齢者が関心のあるテーマを取り上げ聴講者の行動変容につなげ、介護予防に取り組むきっかけとしていく。	高齢福祉課
4	2-2-(1) 2-3-(4)		教03-01	健康・体力増進事業	大学等と連携し、区立幼稚園・小学校における運動能力調査結果に基づき、指導員等を派遣する。また、体力アップトレーナーの小学校への配置や健康教室の開催、がん教育に関する授業を行う。	体力アップトレーナーを小学校全20校へ配置した。大学と連携し、幼稚園10園で体力テストを実施し活用した。小中18校へ医師や教授等を派遣し、がん教育を実施した。	-	✓	✓	-	健康トレーナーや体力向上アドバイザーの派遣により、各幼稚園・小中学校の健康課題が改善されている。保護者へも啓発していくことが課題である。	教育センター
2 スポーツ 2. いつでも、どこでも、だれでも気軽に楽しめるスポーツ活動の促進 (2)多様なニーズに対応するプログラムの提供										2-2-(2)		
5	2-2-(2) 2-2-(4)			スポーツ活動への参加機会の充実	区民の健康維持・増進のため、スポーツやレクリエーションに関する機会を提供する。	心身障害者・児通所施設合同運動会 令和元年10月5日(土)開催 区内10施設 参加者数 652人 参加大学:貞静学園短期大学	-	-	✓	-	平成27年度から若さみなぎる貞静学園学生の参加により、運動会を盛り上げている。学生にとっては、障害者と接する学びの機会となっている。	障害福祉課
6	2-2-(2)			①複合型プログラム事業 ②訪問型プログラム事業	平成30年4月1日現在介護認定を受けていない75歳以上84歳以下の方に「健康質問調査票(基本チェックリスト)」を送付し、調査票の回答結果から、生活機能の低下がみられる方を対象に短期集中予防サービスを実施する。	実施回数、参加者数、延べ参加者数 ①794回、249人、4,336人 ②0回、0人(希望者なし)	-	-	✓	-	・基本チェックリストにより生活機能の低下が見られる方に対し、運動をメインに、栄養と口腔を合わせた複合型プログラムを短期間に集中して行うことにより機能の維持向上を図り、要介護状態となることの予防につながった。 ・今後も対象者に対し事業の必要性を伝え、参加を促す必要がある。 ・教室終了後も運動を継続することで効果が維持できるため、文の京介護予防体操や通いの場など様々な介護予防活動への参加を促していく。	高齢福祉課
7	2-2-(2)			①文の京介護予防体操事業 ②転倒骨折予防教室 ③尿失禁予防教室 ④認知症予防教室 ⑤膝痛腰痛予防教室 ⑥複合型介護予防教室	全高齢者を対象に介護予防教室を実施する。	実施回数、参加者数、延参加者数 ①1,036回、1,033人、29,870人 ②267回、207人、2,903人 ③4回、38人、45人 ④272回、404人、3,403人 ⑤5回、95人、95人 ⑥86回、153人、1,299人	-	-	✓	-	・①は高齢者がいつでも気軽に運動を行えるよう区内の地域会場で、申込不要の自由参加型で通年実施している。令和元年度は15会場で実施し、参加人数が増えた会場は、入替で1日2回行う二部制に対応している。 ・②～⑥は区報で申込みとしており、毎回多くの申込みをいただいている。 ・いずれの事業も、多様なメニューを用意することで多くの区民が介護予防の取り組みを行う機会となっているが、主な会場が区有施設であるため、会場確保が課題である。	高齢福祉課

整理No.	体系No. 関連体系	頁	実施計画 事業番号	事業名	概要	元年度実績	目標1	目標2	目標3	目標4	特記事項(効果と課題)	担当課
8	2-2-(2)			健康・体力づくりのための事業の充実(公害保健福祉・予防事業)	区民の健康・体力づくりを支援するための事業を実施する。	・呼吸器健康講座→ 4回開催 75人参加 ・公害認定患者等に対する水泳奨励事業 → 区内体育施設のプールを延べ461回利用 ・ぜん息児水泳教室→ 16回開催 延べ232人参加	-	-	✓	-	・呼吸器健康講座は前年に比べて参加者が減少傾向にあり。今後も新規参加者の増加を促すためにテーマの設定等工夫をしていく。前年度のアンケートを踏まえ土曜開催を実施したが、参加人数が増えなかったため、今年度は時間を工夫し参加人数を伸ばしたい。 ・ぜん息児水泳教室は前期5~6月・後期9~10月に各期間8回ずつ行った。参加人数は前年度に比べて増加した。ツイッターにも開催情報を掲載したがアンケート結果にて区報やチラシを見ての申込が多数だった。今後は引き続き区報掲載や区設掲示板等の活用を試みる。	予防対策課
9	1-1-(2) 2-2-(2) No.46再掲			からだコンディショニング事業(福祉センター江戸川橋・湯島)	高齢者の心肺機能や運動機能の低下を防ぎ、要介護及び要支援状態になることを予防するための健康維持事業を行う。 ※「すこやか体操」(音羽)「心もからだもいきいき体操」(湯島分館)の後継事業(平成28年度より)	高齢者の食事(栄養・嚥下等)や健康維持に資する体操を実施した。 【江戸川橋・湯島共通】 1クール12回程度×年4クール実施 【年間延べ参加人数】 江戸川橋 579人・湯島 520人	✓	-	✓	-	理学療法士を講師に招いたり、各回テーマを変え実施した。この体操から、定期的にある自主事業の体操に参加につなげることができた。	高齢福祉課(福祉センター)
2 スポーツ 2. いつでも、どこでも、だれでも気軽に楽しめるスポーツ活動の促進 (3)スポーツをともに楽しむ意識の醸成											2-2-(3)	
10	1-1-(2) 2-2-(3) No.45再掲			健康まち歩き	「体力アップフェア」の後継事業として、シニアプラザ事業で複数行っていたイベントのうち「健康まち歩き」を一般事業化してH28年度から継続実施。 学生が年度当初から企画作成した区内探訪コースを、専門の講師による正しい歩き方教室を受講後、学生の案内で歩く。多世代交流を通じて高齢者の生きがい及び健康の向上を図る。	プレ実施 令和元年9月25日(水) 本大会 令和元年10月26日(土) 学生ボランティア18人・文高連8人・一般区民19人・大学関係者2人・区関係者10人(講師2人、看護師1人、高齢福祉課7人) 計:57人	✓	-	-	-	健康運動士によるウォーキング講座を受講後、学生が作ったコースをおしゃべりやカフェを楽しみながら一緒に散策した。文高連会員や学生による細やかな配慮のもと、参加者の満足度も高く、心身ともに元気に過ごせる地域づくりに寄与することができた。今後もより多くの方に参加していただけるよう、周知に努めていく。	高齢福祉課
2 スポーツ 2. いつでも、どこでも、だれでも気軽に楽しめるスポーツ活動の促進 (4)障害者スポーツの普及振興											2-2-(4)	
11	2-2-(2) 2-2-(4) No.228再掲			スポーツ活動への参加機会の充実	区民の健康維持・増進のため、スポーツやレクリエーションに関する機会を提供する。	心身障害者・児通所施設合同運動会 令和元年10月5日(土)開催 区内10施設 参加者数 652人 参加大学:貞静学園短期大学	-	-	✓	-	平成27年度から若さみなぎる貞静学園学生の参加により、運動会を盛り上げている。学生にとっては、障害者と接する学びの機会となっている。	障害福祉課
2 スポーツ 3. スポーツ活動を支える環境の整備 (1)気軽にスポーツを楽しめる環境の整備											2-3-(1)	
12	2-3-(1)			児童館合同卓球大会	スポーツを通じて各児童館の交流を図る。	開催を予定していたが、新型コロナウイルスの影響により中止となった。	-	-	✓	-	日頃の各児童館における卓球活動の成果を発表し、児童館利用児童の相互交歓及び親睦を深めることができた。	児童青少年課
2 スポーツ 3. スポーツ活動を支える環境の整備 (2)スポーツ指導者等の育成と確保、技術の強化											2-3-(2)	
13	2-3-(2)			①脳の健康教室サポーター養成 ②文の京介護予防体操推進リーダー養成 ③転倒骨折予防ボランティア指導員養成	介護予防体操等を普及するため、区民指導者等を養成し、地域における自主的な活動の推進役とする。	養成講習及び研修会等参加者数 ①0人 ②194人 ③6人	-	✓	✓	-	高齢者の介護予防の活動は広がってきており、多くの区民に介護予防ボランティア指導者として担い手の役割を担っていただく必要がある。担い手となることで高齢者の社会参加と生きがいづくりにつながるため、今後も引き続き養成に力を入れる必要がある。	高齢福祉課
2 スポーツ 3. スポーツ活動を支える環境の整備 (3)スポーツボランティア等の活動支援											2-3-(3)	
2 スポーツ 3. スポーツ活動を支える環境の整備 (4)スポーツに関する情報の発信と相談体制の整備											2-3-(4)	
14	2-3-(4)			ファミリースポーツデーにおける生活習慣病予防教育	ファミリースポーツデー(スポーツセンター)に來所した方を対象に、スモーカーライザーによる一酸化炭素測定とタバコの分解実験を行った。	呼気中一酸化炭素濃度測定とタバコの実験を行った。体成分分析測定、栄養・歯科・健康相談を併せて実施した。 来所者358人	✓	-	-	-	スポーツ施設を利用する人に、自身の健康維持に係る振り返りの機会を作り、健康チャレンジ宣言に参加を得た。	保健サービスセンター

整理No.	体系No. 関連体系	頁	実施計画 事業番号	事業名	概要	元年度実績	目標	目標	目標	特記事項(効果と課題)	担当課	
							1	2	3			4
15	1-1-(1) 2-3-(4) 3-1-(3) 4-2-(3) 5-1-(3) No.9再掲			CATVによる情報提供	CATVによる生涯学習、スポーツ振興、文化芸術、観光、国際交流関連情報を提供します。	文京区民チャンネル「旬感!ぶんきょうタイム」「くらしの情報室」「Bサーチャーズ」「ぶんきょう浪漫紀行」「プレミアムステージ」「文京インフォメーション」ほか	✓	✓	✓	-	CATVで放送することにより、イベントなどを広く区民に周知することができる。マルチビジョンやSNSを活用し、今後も広く視聴していただくよう努める。	広報課
16	1-1-(1) 2-3-(4) 3-1-(3) 4-2-(3) 5-1-(3) No.10再掲			区報の発行	区報による生涯学習関連情報の提供	4月10日～7月25日 125,500部 8回 8月10日～12月25日 126,000部 10回 1月25日～3月25日 126,500部 5回 計年23回 1月1日号 98,890部 年1回	✓	✓	✓	-	区報に掲載することにより、イベントなどを広く区民に周知することができる。	広報課
17	1-1-(1) 2-3-(4) 3-1-(3) 4-2-(3) 5-1-(3) No.11再掲	44 60 70		ホームページ・SNS等による情報発信	ホームページ・SNS等による生涯学習、スポーツ振興、文化芸術、観光、国際交流関連情報の発信	ホームページ「文京区のできごと」、フェイスブック・ツイッター、パブリシティ等で発信	✓	✓	✓	-	PC及びタブレット端末等の普及が進む中、インターネット上での情報発信は効果が高いことから、今後も広い発信に努める。	広報課
18	1-1-(1) 2-3-(4) 3-1-(3) 4-2-(3) No.12再掲			生活情報誌の発行	わたしの便利帳による生涯学習関連情報の提供	わたしの便利帳による生涯学習関連情報の提供 転入者等に配布(平成30年度発行) 次回発行:令和2年度7月予定	✓	✓	✓	-	区内全世帯に配付することにより、広く区民に周知をすることができる	広報課
19	1-1-(1) 2-3-(4) 3-1-(3) 4-2-(3) 5-2-(2) No.13再掲			外国語版生活便利帳の発行	外国語版生活便利帳の発行(4カ国語併記 日本語・英語・ハングル・中国語)	外国語版生活便利帳の発行(4カ国語併記 日本語・英語・ハングル・中国語) 転入者等に配布(令和元年度発行)	✓	✓	✓	-	外国語版生活便利帳の発行(4カ国語併記 日本語・英語・ハングル・中国語)	広報課
20	1-1-(1) 2-3-(4) No.29再掲		教03-01	健康・体力づくりのための事業の充実	区民の健康・体力づくりを支援するため、広く区民を対象にした講演会等を行う。	歯と口の健康づくり2019 参加者241名、学校保健会特別講演参加者113名、学校保健・給食大会 実施なし	✓	-	-	-	2月開催予定だった学校保健・給食大会事業は、新型コロナウイルスの影響により中止となった	学務課
21	2-2-(1) 2-3-(4) No.221再掲		教03-01	健康・体力増進事業	大学等と連携し、区立幼稚園・小学校における運動能力調査結果に基づき、指導員等を派遣する。また、体力アップトレーナーの小学校への配置や健康教室の開催、がん教育に関する授業を行う。	体力アップトレーナーを小学校全20校へ配置した。大学と連携し、幼稚園10園で体力テストを実施し活用した。小中18校へ医師や教授等を派遣し、がん教育を実施した。	-	✓	✓	-	健康トレーナーや体力向上アドバイザーの派遣により、各幼稚園・小中学校の健康課題が改善されている。保護者へも啓発していくことが課題である。	教育センター
2 スポーツ 4. スポーツを通じた仲間づくりと交流 (1)スポーツを通じた仲間づくり											2-4-(1)	
2 スポーツ 4. スポーツを通じた仲間づくりと交流 (2)スポーツを通じた交流											2-4-(2)	