

令和7年度在宅保健事業みつば会市町支援事業内容一覧

支援内容の見直し

【実施期間】 令和7年6月1日～令和7年12月28日
 【支援対象者】・国保被保険者（成人）の集団
 ・国保被保険者が含まれる一体的実施事業の参加者の集団
 ※保険者が実施する事業における推進委員等を育成する目的の研修会講師は対象外とします。
 【支援方法】 離島への支援では、オンラインを活用した実施も検討します。

※実施時間は1支援あたりの目安時間のほかに、支援前の導入および支援後の質疑応答時間を10分ずつ（計20分）設けることがあります。支援時間は1時間半の想定をお願いします。
 ※1支援あたりの派遣者は2名です。
 ※A～Cの「支援メニュー項目（テーマ）」があり、「主な支援内容（講話内容）」①～③より選べます。
 紙芝居のある支援は、基本的には紙芝居と講話がセットとなっています。

<対象者年齢：全世代>

	支援内容 (テーマ)	主な支援内容(講話内容)	目安 時間(分)
A1	健診受診の必要性、 「健康診断を受けましょ う！」	※媒体：紙芝居使用「なして健診受けんばと？」	20
		① ・健診受診の重要性について(紙芝居の補足説明も含む) ・健康な体をつくる食事について	40 (20×2)
		② ・健診受診の重要性について(紙芝居の補足説明も含む) ・定期歯科健診(歯周疾患検診含む)の必要性について、むし歯や歯周病の進行、 影響について等	
A2	健康寿命について、 「目指そう!健康長寿」「の ばそう!健康寿命」	① ・健康寿命とは、長崎県の現状について 簡単にできる運動の紹介(健康体操、筋力アップ等) ・子供から高齢期まで元気に過ごせる食事内容について	60 (30×2)
		② ・健康寿命とは、長崎県の現状について 簡単にできる運動の紹介(健康体操、筋力アップ等) ・8020運動、噛むこと、口の健康と全身の関係等	
		③ ・子供から高齢期まで元気に過ごせる食事内容について ・8020運動、噛むこと、口の健康と全身の関係等	
A3	生活習慣病予防について、 「メタボって？」	① ・生活習慣病とは?メタボとは? ・生活習慣病予防の食事について(「油」と「脂」について)	60 (30×2)
		② ・生活習慣病とは?メタボとは? ・生活習慣病と口腔の関係について	
		③ ・生活習慣病予防の食事について(「油」と「脂」について) ・生活習慣病と口腔の関係について	
A4	高血圧対策について	※媒体：紙芝居「高血圧症について～おーい友蔵さん～」	20
		① ・血圧の自己管理(家庭血圧の重要性) ・高血圧を防ぐ食事	40 (20×2)
		② ・血圧の自己管理(家庭血圧の重要性) ・高血圧や生活習慣病と口腔の関係について	
A5	認知症予防について	③ ・高血圧を防ぐ食事 ・高血圧や生活習慣病と口腔の関係について	60 (30×2)
		① ・認知症予防について、脳トレ運動紹介 ・認知症予防の食事について	
		② ・認知症予防について、脳トレ運動紹介 ・口から始める認知症予防	
		③ ・認知症予防の食事について ・口から始める認知症予防	

<対象者年齢:全世代>

	支援内容 (テーマ)	主な支援内容(講話内容)	目安 時間(分)
A6	感染症予防対策について (インフルエンザ、コロナ 等)	① ・感染症予防対策について 正しいマスクの着用方法、手洗い、アルコール消毒方法等 ・免疫力を高める食事について/腸内環境について	60 (30×2)
		② ・感染症予防対策について 正しいマスクの着用方法、手洗い、アルコール消毒方法等 ・マスク下で気になる口の問題(口呼吸の問題、口臭等)、コロナ対策としての口腔 衛生管理の必要性、マスクをしたままできる口腔体操等	
		③ ・免疫力を高める食事について/腸内環境について ・マスク下で気になる口の問題(口呼吸の問題、口臭等)、コロナ対策としての口腔 衛生管理の必要性、マスクをしたままできる口腔体操等	
A7	夏場に注意したいこと(主 に熱中症対策)	① ・熱中症について ・水分や塩分を考えた食事の工夫、食中毒対策	60 (30×2)
		② ・熱中症について ・口臭対策、唾液の話、むし歯になりやすい飲み物等	
		③ ・水分や塩分を考えた食事の工夫、食中毒対策 ・口臭対策、唾液の話、むし歯になりやすい飲み物等	

<対象者年齢:高齢期>

※高齢者を対象とした支援Cは、質問票による健康チェックを追加することができます。

	支援メニュー項目 (テーマ)	主な支援内容(講話内容)	目安 時間(分)
B	質問票による健康チェック	※媒体:後期高齢者向け質問票	30
	*質問票の内容について 説明しながら自身の健康 評価を促す	質問項目の意味について説明	
C1	認知症対策について	※媒体:紙芝居「認知症について~ヤスさんのかんころもち~」	20
		① ・認知症の対応について、脳トレ運動紹介 ・おいしく食べる工夫	40 (20×2)
		② ・認知症の対応について、脳トレ運動紹介 ・認知症予防には口腔ケアが大切です!	
C2	フレイル予防のポイント	③ ・おいしく食べる工夫 ・認知症予防には口腔ケアが大切です!	60 (30×2)
		① ・フレイルとは、予防のポイントについて ・低栄養予防の食事について	
		② ・フレイルとは、予防のポイントについて ・口腔フレイルについて、予防対策について等	
C3	肺炎予防について	③ ・低栄養予防の食事について ・口腔フレイルについて、予防対策について等	60 (30×2)
		① ・高齢者の肺炎予防について(肺炎の危険性、注意点、予防策) ・免疫力を高める食事	
		② ・高齢者の肺炎予防について(肺炎の危険性、注意点、予防策) ・誤嚥性肺炎と予防対策について	
C4	いつまでもおいしく楽しく食 べる工夫	※媒体:紙芝居「高齢者のお口と調理の工夫」	15
		① ・いつまでも元気でおいしく食べるために ・口腔機能の低下に伴う誤嚥のリスク、口腔機能向上対策(体操等)等	45 (約20×2)
C5	骨折予防について	① ・骨折予防について(加齢による身体の変化と骨折、日常生活のポイント、体操) ・骨折予防の食事について	60 (30×2)
		② ・骨折予防について(加齢による身体の変化と骨折、日常生活のポイント、体操) ・お口の健康と骨折予防	
		③ ・骨折予防の食事について ・お口の健康と骨折予防	



令和7年度より 新メニュー追加しました