

第4部 計画の展開

■第4部の見方■

<第4部の構成>

「第1章 健康増進計画」、「第2章 食育推進計画」、「第3章 歯科口腔保健推進計画」に分け、それぞれの章の中で、「施策の方向性」と「具体的な取り組み」を体系的に掲載しています。

各章の冒頭には、「めざす姿」と、特に力を入れて取り組む「重点的取り組み」を掲載しています。

(例) 健康増進計画のタイトル構成

第1章 健康増進計画

めざす姿

重点的取り組み

1. 生活習慣の改善

「施策の方向性」

- (1) 望ましい生活習慣獲得のための情報提供及び行動化を促す取り組みの強化

「具体的な取り組み」

2. 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

「施策の方向性」

- (1) こころの健康の普及啓発と支援の充実
- (2) 幼児期から健康的な生活習慣を身につけられるような情報提供と支援の充実
- ・
- ・
- ・

「具体的な取り組み」

「具体的な取り組み」

<具体的な取り組みについて>

「具体的な取り組み」には、次のような内容を掲載しています。

【健康課題からみえた市の取り組み】

白井市民の「健康」に関するアンケート調査や統計などからみえた課題に言及しながら、事業に取り組む方向性を記載しています。

【現状値及びめざそう値】

計画期間内に何ほどの程度推進されたか（達成度）を評価するために、計画実施前の「現状値」とあわせ、ここまで達成しようという具体的な数値目標として「めざそう値」を設定し、提示しています。

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
取り組みを評価するために、目標とする項目を記載。	目標項目の計画実施前の数値と測定年度、数値の出所を記載。			計画に取り組み、めざす数値とその測定年度を記載。	

目標項目は、施策の柱の中から代表的な項目を選定し、現状値及びめざそう値として数値を設定できる項目としました。また、国及び県の目標項目なども参考にしました。

【主な取り組み事業】

計画期間内に実施する事業について、事業名、事業の概要、担当課、関係機関を掲載しています。

関係機関とは、事業成果を高めるために、協力・連携（協働）し合う組織などが該当します。

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

市民（関係機関などを含む）の皆様へ、主体的な健康づくりの提案として健康づくりの実践を呼びかけています。

その際に掲載している「乳幼児期」「青年期」「成人期」「高齢期」の年齢等の目安は本計画では次のとおりです。

	年齢等の目安
乳幼児期	おおむね就学前までの乳幼児（0～5歳）
青年期	おおむね就学後から20歳前半まで（6～24歳）
成人期	おおむね20歳後半から64歳まで（25～64歳）
高齢期	65歳以上

第1章 健康増進計画

めざす姿

いきいき元気！ 未来につなげる健康づくり

自分が考える健康な姿をイメージし、いつまでもいきいきと元気に過ごせるように、みんなで予防や改善に取り組んでいきます。

重点的取り組み

健康増進計画では2つの重点的取り組みを行います

重点的取り組み1

高齢者が自立して生活するため、成人期と高齢期の介護予防と健康づくりの充実

〇コモティブシンドローム予防のため、さまざまな場や機会、運動や食事などの予防行動の実践を促します。

事業計画：骨量測定者のうち、運動・食事の予防行動を実践している者の割合（20～59歳）

現状値（平成31年度）	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	令和8年度
34%	40%	45%	50%	55%	60%

重点的取り組み2

生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みの充実

がんの早期発見・早期治療につなげるため、乳がん検診問診票の送付対象者の拡大や大腸がん検診の未受診者への再勧奨を実施します。

事業計画：乳がん検診・大腸がん検診の受診率（40～69歳）

種類	現状値 （平成31年度）	令和 4年度	令和 5年度	令和 6年度	令和 7年度	令和 8年度
乳がん	20.5%	22.6%	23.6%	24.6%	25.6%	26.6%
大腸がん	10.8%	11.2%	11.6%	12.0%	12.4%	12.6%

1. 生活習慣の改善

(1) 望ましい生活習慣獲得のための情報提供及び行動化を促す取り組みの強化

【健康課題からみえた市の取り組み】

健康で過ごすためには、身体活動・運動、喫煙、飲酒、休養、栄養・食生活※などの生活習慣の改善や歯・口腔の健康※を維持することが重要です。

望ましい生活習慣の獲得や行動化促進のため、自らが主体的に健康づくりに取り組める環境づくりが必要です。

また、今後は新型コロナウイルス感染症を想定した「新しい生活様式」を踏まえ、感染予防を意識した上で取り組みを実施していくことが必要です。

身体活動・運動 週2回以上運動をしている人の割合は45.7%とやや増えていますが、30歳から50歳代の人他年代よりも低くなっています。習慣的に運動に取り組むことが難しい年代でも、日常生活の中で身体を動かし、身体活動量を増やすため、運動できる場所や方法の情報を提供します。

喫煙 喫煙者のうち30.5%の人が禁煙したいと考えています。生活習慣病予防教室や電話相談において禁煙外来などの情報を提供し、禁煙できるように支援します。また、市内における受動喫煙防止の取り組みを継続します。

飲酒 適正飲酒量を知っている人は50.1%と増えていますが、1日の平均飲酒量が適正飲酒量である人は65.1%と減っています。また、17.4%の人が飲酒の頻度は毎日と回答しています。さまざまな機会でも適正飲酒量を伝え、飲酒習慣の改善を促します。

休養 28.1%の人が睡眠による休養がとれていないと回答しています。睡眠はこころの健康にも重要であることから健康教室や講演会、健康相談において休養や睡眠についての情報提供を行うなど、休養及び睡眠の大切さの啓発を行います。

※生活習慣のうち栄養・食生活、歯・口腔の健康については、「食育推進計画」と「歯科口腔保健推進計画」と連携して取り組みを進めます。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
運動を週2回以上している人の割合の増加（20歳以上）	45.7%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	50%以上	7年度
適正飲酒量を知っている人の割合の増加（20歳以上）	50.1%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	55%以上	7年度
たばこを吸っている人の割合の減少（20歳以上）	12.5%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	10%以下	7年度
睡眠がとれていない人（あまりとれていない、まったくとれていない）の割合の減少（20歳以上）	28.1%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	25%以下	7年度
BMI値が25以上（肥満）の人の割合の減少（20歳以上）	食育推進計画 1. 食と健康づくりの推進 （2）食育による生活習慣病の予防及び改善と関連 （81ページ）				
過去1年間に歯科健診を受診した人の割合の増加（20歳以上）	歯科口腔保健推進計画 5. 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備 （1）定期歯科健診受診率向上に向けた取り組みの充実と関連 （104ページ）				

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康教育	生活習慣病予防教室や健康づくり講演会、なるほど行政講座、COPD予防教室、乳幼児健診などの場や機会において、身体活動・運動、喫煙、飲酒、休養などについての健康教育を行います。	○健康課	○医療機関 ○地区組織 ○市内の各種団体
健康相談	定期健康相談などで、一人ひとりに合わせた生活習慣の改善を支援します。	○健康課	
普及啓発及び情報提供	広報やホームページなどの各種媒体、健康づくり講演会や健康診査などの場において、身体活動・運動、喫煙、飲酒、休養についての知識や情報を提供します。 健康情報広場で禁煙週間にパネル展示を行うなど、受動喫煙防止や喫煙の影響について周知し、禁煙を希望する人に禁煙外来などの情報を提供します。 身近な場所で行える運動や身体活動について情報を提供します。 事業所や商工会を通して、生活習慣の改善や保健事業についての情報を提供します。	○健康課 ○産業振興課	○市民活動団体 ○白井市商工会 ○事業所
健康づくり事業	健康増進ルームや総合型地域スポーツクラブの情報提供、各種スポーツ大会を周知し、運動の動機づけや継続(習慣化)を支援します。 健康ポイント制度など健康づくりの動機づけとなる取り組みを検討します。	○健康課 ○生涯学習課	○スポーツ推進委員協議会 ○総合型地域スポーツクラブ

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

乳幼児期 青年期	●喫煙や飲酒について正しい知識を身につけ、未成年の喫煙や受動喫煙、飲酒を避けよう。
成人期 高齢期	●身体的距離の確保、マスクの着用、手洗い、換気を心がけて、健康づくりに取り組もう。 ●日常生活の中で歩数を増やし、エレベーターより階段、車より自転車を使うなどして意識的に身体を動かす機会を増やそう。 ●喫煙や飲酒について正しい知識を身につけ、禁煙や受動喫煙の防止、節酒に取り組もう。 ●休養や睡眠について正しい知識を身につけ、質のよい睡眠がとれるようにしよう。

コラム あなたも「^{ぶらす}＋１０分」からだを動かして健康づくり

からだを動かすことで、死亡リスクだけでなく、脂質異常症・高血圧・糖尿病といった生活習慣病、がん、ロコモティブシンドロームや認知症の発症を減らすことができると言われています。

運動不足を自覚したら、**今より１０分多く**からだを動かすことから始めてみましょう。

１０分の活動は１０００歩の歩数（約 ７００～８００メートル）にあたり、１年続けると体重を２ｋｇ減らすカロリーに相当します。

１分×１０回でも、５分×２回でも構いません。通勤で、買物で、テレビを見ながらなど、身体を動かすチャンスを見つけて、できそうなことからチャレンジしてみませんか。

<＋１０分 実践例>

職場で＋１０分	・通勤の時に、ひと駅手前で降りる。 ・別の階のトイレを使う。 ・椅子に座ったまま、腹筋運動をする。 ・両ひざをくっつけて座る。 ・姿勢をよくする。	
自宅で＋１０分	・テレビを見ながら、筋力トレーニングやストレッチをする。 ・椅子に座ったら、足首の曲げ伸ばしをする。 ・体操を日課にする。 ・歯みがきしながらかかとあげをする。 ・お風呂でストレッチや自転車こぎ動作をする。	
普段の生活で＋１０分	・エレベーター、エスカレーターより階段を使う。 ・買物は自転車や徒歩で行く。 ・床掃除や風呂掃除は自分でする。 ・窓ふき、床の雑巾がけなど筋力を使って掃除をする。	
休日の＋１０分	・近所の散歩から始める。 ・車で出かけたときは、遠いところに駐車する。	

2. 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

(1) こころの健康の普及啓発と支援の充実

【健康課題からみえた市の取り組み】

家族以外に、自分の健康に関する悩みや不安を相談できる人がいる人は65.3%と増加しています。一方で、毎日の生活に充実感のない人が20.7%に増加しています。

市民が自身のこころの不調に気づき、医療機関を受診することなどで、適切な対処ができるように啓発を行う必要があります。

また、多くの市民が悩んでいる人に気づき、適切な対応ができるよう、ゲートキーパー^〇の役割や相談窓口の普及啓発を実施することが必要です。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
毎日の生活に充実感がない人の割合の減少（20歳以上）	20.7%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	10%以下	7年度
家族以外に、自分の健康に関する悩みや不安を相談できる人がいる人の割合の増加（20歳以上）	65.3%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	70%以上	7年度
ゲートキーパー（命の門番）の言葉と意味を知っている人の割合の増加（20歳以上）	9.5%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	33%以上	7年度
	自殺対策計画 3. 市民への啓発と周知 (2) 自殺や自殺対策関連事業などに関する正しい知識の普及啓発と関連（別冊 自殺対策計画18ページ）				

^〇 ゲートキーパー

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。語源は、gatekeeper＝門番からきています。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康教育	こころの健康教室やなるほど行政講座において、こころの健康についての正しい知識やゲートキーパーの役割を普及します。市民がこころの不調に気づいた時は、ストレスマネジメント [㊦] を実施するなど、適切に対処できるように支援します。併せて、周囲の人のこころの不調に気づいて対処できる市民を増やします。	○健康課	○印旛健康福祉センター
健康相談	健康相談やこころの相談、教育相談、心配ごと相談などの相談事業により、こころの不調に適切に対処でき、必要な時に医療機関を受診できるよう支援します。	○健康課 ○社会福祉課 ○障害福祉課 ○教育支援課	○印旛健康福祉センター ○白井市社会福祉協議会
普及啓発及び情報提供	各種媒体や健康診査などの場において、こころの健康づくりや相談窓口、医療機関に関する情報を提供します。 児童生徒のこころと体についての調査研究を行い、成果を周知します。 事業所や商工会に、こころの健康づくりや相談窓口の情報を提供します。 広報紙やホームページなどでゲートキーパーの役割について普及啓発を行います。	○健康課 ○教育支援課	○事業所 ○白井市商工会

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

青年期 成人期 高齢期	●ストレスやこころの健康について正しい知識を身につけ、ストレスをため込まず上手に付き合おう。 ●自身や周囲の人のこころの健康に目を向けよう。 ●こころの不調に気づいたら、身近な人や市の相談窓口、SNS相談などに相談したり、医療機関を受診するなどして、早期に支援を受けよう。
-------------------	--

[㊦] ストレスマネジメント

自分自身で心身の緊張といったストレス反応に気づき、それを解消していく管理法やストレスとの付き合い方をいいます。

(2) 幼児期から健康的な生活習慣を身につけられるような情報提供と支援の充実

【健康課題からみえた市の取り組み】

小学生の運動の頻度は少なく、授業以外の部活動や習いごとで週の半分以上運動している子どもの割合は19.0%でした。また、小学生の30.8%が午後10時以降に就寝しています。幼児期から心身ともに健康的な生活習慣の獲得を支援するため、運動や睡眠についての情報提供を行う必要があります。

高校生の調査結果では自分の体型への評価が低い生徒が多くみられることなどを踏まえ、子どものころから適切な体重管理等について正しく普及啓発する必要があります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
授業以外の部活動や習いごとで運動をしている子どもの割合の増加（週4日以上）	小学生 19.0%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	小学生 23%以上	7年度
授業以外で運動（部活動を含む）をしている子どもの割合の増加（週4日以上）	高校生 44.3%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	高校生 48%以上	7年度
午後10時以降に就寝する小学生の割合の減少	30.8%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	20%以下	7年度

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康診査	幼児健康診査や学校での定期健康診断（運動器検診を含む）の場において、運動や睡眠などの生活習慣について情報を提供し、子どもの成長や健診の結果に応じた支援を行います。	○健康課 ○教育支援課	○医療機関 ○市立小中学校 ○検査機関
健康教育	児童生徒が健康の保持増進に必要な正しい知識を得るため、保健プリントでの学習などで保健衛生教育を行います。	○教育支援課	
普及啓発及び情報提供	児童生徒のこころと体についての調査研究を行い、成果を周知します。 各種健康診査などの場で、幼児期からの望ましい生活習慣について情報提供します。 若年者に対する体重管理等の健康情報の提供方法について検討します。	○教育支援課 ○健康課	
予防接種事業	乳幼児期からの定期予防接種を実施します。	○健康課	○医療機関

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

乳幼児期	●早寝早起き朝ごはんを心がけよう。 ●3食バランスよく食べ、外で楽しく体を動かそう。
青年期	●自分に合った運動を見つけて、体力づくり・骨密度アップにつなげよう。 ●日頃から階段を使ったり、こまめに歩く習慣を身につけよう。 ●バランスのよい食事と運動で健康的な体重管理を心がけよう。 ●早起きと規則正しい生活で体内時計のリズムを保とう。
成人期	●保護者は、子どもが健康的な生活習慣を身につけられるよう配慮しよう。 ●保護者は、子どもの予防接種の必要性や受け方を理解し、適切な時期に予防接種を受けさせよう。

(3) 高齢者が自立して生活するため、成人期と高齢期の介護予防と健康づくりの充実

【健康課題からみえた市の取り組み】

「ロコモティブシンドローム^❶」の言葉と意味を知っている人は43.1%、地域でスポーツや趣味などの活動をしている65歳以上の人は32.7%となっています。要介護状態となる原因の上位には認知症、脳血管疾患や骨折・転倒があり、40歳代、50歳代からの循環器疾患や骨折・転倒、関節疾患を予防する取り組みが重要です。そのためには、自分の状態に気づくきっかけとなる教室などの開催や、運動が継続できる場所や機会の提供、地域で交流や活動に参加できる機会の情報提供が必要です。

また、国では後期高齢者が健康的な生活を送るために、フレイル^❷等の多様な状態に対応した保健事業の実施を推進しており、市でも検討が必要であると考えています。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
ロコモティブシンドロームの言葉と意味を知っている人の割合の増加（20歳以上）	43.1%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	65%以上	7年度
65歳以上で地域でスポーツ・趣味・娯楽活動をする人の割合の増加	32.7%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	40%以上	7年度

❶¹（再掲）ロコモティブシンドローム

骨・筋肉・関節などの運動器の障がいのために、立つ・歩くなどの移動機能の低下がみられた状態のことです。

❷² フレイル

加齢や複数の病気の影響から心身の運動機能や認知機能等が低下し、日常生活や社会生活の質が落ちている状態で、健康と要介護の間の段階のことです。早い時期に生活習慣を見直すことで、健康な状態に引き返すことが可能となります。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康診査	自身の健康状態を確認し、循環器疾患等の疾病を早期発見するために毎年健康診査を受診するよう勧めます。	○健康課 ○保険年金課 ○高齢者福祉課	○医療機関 ○検査機関
健康教育	生活習慣病予防教室やロコモ予防教室などで、生活習慣病や骨粗しょう症 [※] 、ロコモティブシンドローム、フレイル、認知症、感染症予防についての知識を普及し、行動変容に結びつけることで要介護状態になることを予防します。	○健康課 ○高齢者福祉課	
普及啓発及び情報提供	広報やホームページなどの媒体や健診等で、ロコモティブシンドロームやフレイル予防に関する情報を提供します。	○健康課 ○高齢者福祉課	
健康づくり事業	健康増進ルームや総合型地域スポーツクラブ、介護予防事業の情報を提供し、自身に合った運動に取り組めるよう支援します。	○健康課 ○高齢者福祉課 ○生涯学習課	○総合型地域スポーツクラブ
予防接種事業	感染症の重症化を予防するため、高齢者の定期予防接種を実施します。	○健康課	○医療機関

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

成人期 高齢期	●健康診査やがん検診を積極的に受けて健康管理をしよう。 ●市が行う健康教室や介護予防教室に参加しよう。 ●運動とバランスのよい食事でロコモティブシンドロームを予防しよう。 ●普段の生活で意識的に身体を動かそう。 ●地域での活動やサークル活動に参加しよう。 ●予防接種を受けるなど、感染症の予防に努めよう。
------------	---

[※] 骨粗しょう症

骨の中がスカスカになり骨折しやすくなる病気のことで、骨がスカスカになると、わずかな衝撃でも骨折しやすくなります。

3. 生活習慣病の発症予防と重症化の予防

(1) 生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みの充実

【健康課題からみえた市の取り組み】

大腸がん検診の未受診者に対する再勧奨の受診率は30.3%と改善していますが、大腸がん検診の受診率向上にはつながりませんでした。がん（悪性新生物）、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、早期発見・早期治療により重症化や合併症[㊦]の予防ができ、健康寿命の延伸につながります。そのためには、定期的に健（検）診を受診し、自分の健康状態を把握したうえで、健康に関する情報提供や健康教育、健康相談などを活用し、生活習慣病を予防する行動につなげる必要があります。

また、後期高齢者健康診査において心身の状況を把握し、それぞれの状況に合わせた健康支援につなげる必要があります。

がん対策においても、国から学校においてがんに対する正しい知識等の教育の在り方が示され、市でも教育の必要があると考えています。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
精密検査受診率が90%以上のがん検診（国推奨5大検診）	2検診	31年度	白井市住民検診実績	5検診	7年度
糖代謝検査項目が要医療の者のうち、次年度改善者（特定健康診査）	42.1%	31年度	白井市特定健康診査実績	48%以上	7年度
COPDの認知度の向上（20歳以上）	48.7%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	70%以上	7年度

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
がん検診（胃・大腸・肺・子宮頸・乳・前立腺がん）	広報などでの周知や、受診勧奨ハガキなどの送付、問診票の送付対象を拡大することで受診を促します。 精密検査未受診者には、電話や家庭訪問により受診を勧めます。	○健康課	○医療機関 ○検査機関

[㊦] 合併症

ある病気が原因となって起こる別の病気のことをいいます。例えば、糖尿病の場合、動脈硬化や脳梗塞（こうそく）、腎不全などの病気が起こることがあります。

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康診査	国民健康保険被保険者で、特定健康診査及び人間ドック未受診者に対する再勧奨を行います。	○健康課 ○保険年金課	○医療機関
健康教育	生活習慣病予防教室、健康づくり講演会、なるほど行政講座、がん検診の待合会場などにおいて、生活習慣病予防についての健康教育を実施します。 特定保健指導や重症化予防のための保健指導を個別及び集団で行います。 学校における生徒へのがん教育を実施します。	○健康課 ○企画政策課 ○教育支援課	○医療機関 ○市民団体
健康相談	特定健康診査、後期高齢者健康診査後の相談を実施します。	○健康課	
普及啓発及び情報提供	健康情報広場や医療機関の待合コーナーにおいて、予防可能な疾病、日常で出来る生活習慣病予防の方法、運動できる場などの情報を提供します。 各種健（検）診会場において、COPDについての普及啓発を行います。	○健康課	○医療機関
健康づくり事業	健康増進ルームや総合型地域スポーツクラブなどにつなげ、継続して運動に取り組めるよう支援します。	○健康課 ○生涯学習課	○総合型地域スポーツクラブ

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

青年期	●がんやがん予防のための生活習慣に関する正しい知識を持とう。
成人期 高齢期	●年に1回健康診査とがん検診を受診しよう。 ●健（検）診結果で異常が認められた場合は、速やかに医療機関を受診しよう。 ●健康診査の結果を日々の生活習慣の改善に活用しよう。 ●治療中の病気がある人は、治療を継続しよう。 ●COPDの言葉や意味、予防方法を理解し、禁煙に取り組もう。

4. 健康を支え、守るための社会環境の整備

(1) 地域における支え合いや、地域での活動を通じた健康づくりなど、子どもから高齢者までがいきいきと暮らせる地域づくりの推進

【健康課題からみえた市の取り組み】

「地域とのつながりが大切だと思う人」は71.7%と、平成26年度調査よりも低下しましたが、「地域の人たちとのつながりが強いと思う人」は26.4%と変化はありませんでした。地域での支え合いは、日常の健康保持のためだけでなく、近年増えている災害時に健康を保つためにも重要となります。

小学校区単位のまちづくりを進めていく中で、運動や介護予防など地域における健康づくりに取り組み、地域とのつながりが意識できるようにする必要があります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
地域の人たちとのつながりが強いと思う人の割合の増加(20歳以上)	26.4%	31年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	30%以上	7年度

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
健康教育	地域で行われる健康教室やなるほど行政講座で、生活習慣病予防などの健康づくりを継続的に行うため、一人ひとりの健康意識の向上とあわせて、地域みんなで支え合いながら取り組むことの重要性について周知します。	○健康課 ○生涯学習課 ○高齢者福祉課	○地区組織 ○社会福祉協議会
普及啓発及び情報提供	高齢者や子育て世代が、地域で交流できる場や機会についての情報を提供します。	○高齢者福祉課 ○子育て支援課	○地区組織・団体
地域の健康づくり支援事業	小学校区単位のまちづくりにおいて、地域のつながりを意識した健康づくりに取り組むとともに、自治会等の各種団体が地域でつながり、課題解決に取り組むことを支援します。	○健康課 ○市民活動支援課 ○高齢者福祉課	○社会福祉協議会 ○自治会 ○地区組織

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

青年期
成人期
高齢期

- 自分の住んでいる地域で行われている活動や交流の機会を知り、積極的に参加しよう。
- 自治会活動などに参加して、近隣の人との交流を深め、お互いに助け合える関係をつくろう。
- 健康教育で入手した情報を理解し、健康づくりに取り組もう。

（２）市民の健康づくりを支援する体制の充実

【健康課題からみえた市の取り組み】

市民が心身ともに健康に暮らすまちを創るために、これから市が力を入れるべき取り組みとして、「健康診査や各種健（検）診」が68.4%と最も高く、次いで「医療体制」が40.6%、「適切な運動の普及・啓発」が34.7%となっています。

市民の健康づくりを支援するため、休日・夜間の診療や救急医療を受けられる体制を維持するとともに、感染症対策については白井市新型インフルエンザ等対策行動計画、災害危機管理については地域防災計画に基づき、市民の健康を守る体制づくりが必要です。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
普及啓発及び情報提供	妊産婦等に対し、災害時の事前準備に関する啓発を行うことで、災害発生時においても健康維持が図れるよう努めます。	○健康課 ○危機管理課	○印旛健康福祉センター
地域医療体制の維持	印旛市郡小児初期急病診療所や印旛郡市第二次救急医療機関運営事業、印旛郡市小児救急医療支援事業に要する費用を負担します。引き続き、休日・夜間でも安心して医療が受けられるように努めます。 救急医療についての情報を、ホームページや健康カレンダー、保健福祉ガイドブックなどで周知します。	○健康課	○医療機関
感染症予防事業	新型インフルエンザなどの感染症の防疫に関する対策を行います。	○健康課	○医療機関 ○印旛健康福祉センター

【市民の皆様への提案～こんなことからやってみよう！】

乳幼児期 青年期	●妊産婦、乳幼児が家庭にいる場合は、特別に必要な災害時物品を準備しておこう。 ●手洗いなど感染症予防行動を実行しよう。
成人期 高齢期	●必要な時に医療機関の情報を入手する方法を知ろう。 ●感染症に関する情報を把握し、予防に努めよう。

◎健康増進計画事業一覧◎

※「○」は具体的取り組みに該当する事業で、そのうち「●」については重点的に取り組む事業です。

No	【主な取り組み事業】 事業名	該当する事業	具体的取り組み						
			1-(1) の強化	2-(1) 充実	2-(2) 援の充実	2-(3) 幼児期から健康的な生活習慣を身につけられるような情報提供と支援の充実	3-(1) 生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みの充実	4-(1) 子どもの活動を通じた健康づくりや、地域で暮らせる地域づくりの推進	4-(2) 市民の健康づくりを支援する体制の充実
1	健康診査	特定健康診査				○	○		
2		後期高齢者健康診査				○			
3		生活習慣病予防健康診査				○	○		
4		人間ドック等受検費用助成事業					○		
5		1歳6か月児・3歳児健康診査			○				
6		小児生活習慣病検査事業			○				
7		定期健康診断事業(学校)			○				
8	がん検診	肺がん検診					○		
9		胃がん検診					○		
10		大腸がん検診					●		
11		乳がん検診					●		
12		子宮頸がん検診					○		
13		前立腺がん検診					○		
14	健康教育	特定保健指導	○				○		
15		特定健診事後指導	○				○		
16		生活習慣病予防教室	○			○	○		
17		健康づくり講演会	○				○		
18		なるほど行政講座	○			○	○	○	
19		COPD予防教室	○				○		
20		こころの健康教室		○					
21		ロコモティブシンドローム予防事業	○			●			
22		学校における保健衛生教育			○				
23	健康相談	定例健康相談	○	○			○		
24		教育相談		○					
25		こころの相談		○					
26		福祉相談		○					
27		面接相談・電話相談・メール相談	○	○			○		
28	普及啓発及び情報提供	健康情報の発信(広報・HP・健康情報広場など)	○	○	○	○	○	○	
29		教育課題調査研究事業		○	○				
30		子育て支援の情報提供						○	
31		高齢者の居場所や交流の場づくり				○		○	
32		災害に関する普及啓発							○
33	健康づくり事業	健康増進ルーム	○			○	○		
34		総合型地域スポーツクラブ	○			○	○		
35	予防接種事業	子どもの定期予防接種			○				
36		高齢者の定期予防接種				○			
37	地域の健康づくり支援事業	地域の健康づくり(地区活動)						○	
38		小学校区まちづくり協議会設立・運営支援事業						○	
39	地域医療体制の維持	救急医療体制に関する情報提供							○
40	感染症予防事業	新型インフルエンザ等対策事業							○