

# 第4章 重点目標と保健医療の対応

## 1 子育て支援の推進

	重点課題	重点計画
すこやかな成長・発達への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 保護者の不安やメンタル面の不調               <ul style="list-style-type: none"> <li>・10代の妊婦の増加 10歳代11人(2.6%)</li> <li>・子育てを投げ出したくなる                   <ul style="list-style-type: none"> <li>乳児健診 8.8%</li> <li>1歳6か月児健診 11.6%</li> <li>3歳児健診 13.3%</li> </ul> </li> <li>・産後にイライラすることがあった                   <ul style="list-style-type: none"> <li>乳児健診 39.4%</li> </ul> </li> <li>・赤ちゃん訪問時 エジンバラ産後うつ質問票9点以上の要フォロー者 5.9%</li> <li>・ママのこころの相談利用者 49人</li> </ul> </li> <li>○ 発達の気になる子の増加               <ul style="list-style-type: none"> <li>・保育所(園)幼稚園等巡回訪問対象者 257人</li> <li>・すこやか健診受診者数 実30人、延86人</li> <li>・2,500g未満低出生体重児 12.1%</li> </ul> </li> <li>○ メディア等の影響により母子の愛着形成が心配される               <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳児健診で授乳中にテレビ・スマホを見る                   <ul style="list-style-type: none"> <li>いつも5.5% 時々70.8%</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>参考)小中学生の自己肯定感は全国より高い(H29)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分には良いところがあると思う</li> <li>小学校78.5%(全国77.9%) 中学校73.6%(全国68.7%)</li> </ul> </div>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 妊娠期から出産・育児まで切れ目なく相談しやすい体制整備</li> <li>2 保健・福祉・医療・教育が連携した子どもの発達支援</li> </ol>
生活習慣づくりへの支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 幼児期の朝食の欠食率の増加               <ul style="list-style-type: none"> <li>1歳6か月児 5.0%</li> <li>3歳児 6.6%</li> <li>5歳児 10.5%</li> </ul> </li> <li>○ 妊婦の糖尿病(疑い)の増加               <ul style="list-style-type: none"> <li>妊婦一般健診の糖尿病(疑) 4.4%</li> </ul> </li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 生活習慣の大切さの普及啓発</li> </ol>
地域の子育て支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 孤独な子育てをしている家庭の存在               <ul style="list-style-type: none"> <li>・一人で子育てをしているような気がする                   <ul style="list-style-type: none"> <li>乳児健診12.4%、1歳6か月児健診8.2%</li> <li>3歳児健診8.3%</li> </ul> </li> <li>・社会から取り残されたような気がする                   <ul style="list-style-type: none"> <li>乳児健診6.6% 1歳6か月児健診3.9%</li> <li>3歳児健診2.8%</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 地域の集いの場や身近な所で相談しやすい体制の整備</li> <li>2 地域全体の子育て力の向上と子どもや子育て家庭にやさしいまちづくりを推進</li> <li>3 関係機関・団体の連携の強化と活動の周知</li> </ol>

## 目標指標

- 妊娠・出産について満足できる地域と思う人の増加 【現状:平成29年(2017年)】 38.4% → 【目標:平成34年(2022年)】 増加
- 子育てをしやすい地域と思う人の増加 【現状:平成29年(2017年)】 52.5% → 【目標:平成34年(2022年)】 増加
- 孤独な子育てをしている家庭の減少
  - ・一人で子育てをしているような気がする  
【現状:平成28年度(2016年度)】乳児健診12.4%、1歳6か月児健診8.2%、3歳児健診8.3%→【目標:平成34年(2022年)】減少
  - ・社会から取り残されたような気がする  
【現状:平成28年度(2016年度)】乳児健診 6.6%、1歳6か月児健診3.9%、3歳児健診2.8%→【目標:平成34年(2022年)】減少

## 具体的な事業

### 1 妊娠期から出産・育児まで切れ目なく相談しやすい体制整備(子育て世代包括支援センター事業の充実)

- ・必要な家庭へ、妊娠中から育児期まで切れ目なく継続した相談や訪問等を実施
- ・母子保健事業(相談、訪問、教室、健診、産後ケア、予防接種勧奨等)の充実
- ・子育て支援センターにおける相談(育児相談、ママのこころの相談等)の充実
- ・地域の子育てひろば、サロン等の現状や課題についての情報把握の実施
- ・医療機関や相談支援事業所、保育所(園)、幼稚園、学校等の関係機関や主任児童委員、民生児童委員、NPO他の子育て関連団体と連携をした支援を実施
- ・必要な情報を必要な所へタイムリーに情報提供していく工夫を実施

### 2 保健・福祉・医療・教育が連携した子どもの発達支援

- ・乳幼児健診において発達の気になる子の早期発見と早期支援を実施
- ・専門医によるすこやか健診(発達クリニック)を実施
- ・子育て支援と福祉で連携をし、子どもの発達支援及び家庭の養育支援を実施
- ・教育委員会の相談支援チームと一緒に保育所(園)、幼稚園等に巡回訪問相談を実施
- ・子育て支援センター等において、子どもの発達、しつけ、病気、健康づくりをテーマに講座を開催
- ・教育委員会や保育所(園)等と連携し、愛着形成や自己肯定感を高め、豊かな人間性を育む講座を実施
- ・新生児聴覚スクリーニング検査の助成や検査で再検査となった子どもへの早期支援の実施
- ・相談支援ファイルの普及と活用

### 1 生活習慣の大切さの普及啓発(生活習慣づくり応援事業・食育推進活動の充実)

- ・保育所(園)幼稚園や学校等の関係機関、保護者会やPTA活動と連携をして取り組みを実施
- ・妊娠届出時、ママパパ学級において妊婦への栄養相談や指導を実施
- ・乳児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診や子育て支援センターにおける離乳食講座、育児講座等の中や、歯科衛生士、食生活改善推進員と連携して、歯磨き、生活リズム、食事のバランスなど生活習慣の大切さを普及
- ・健診時に保護者等へ歯科健診や骨密度測定等を実施し、生活習慣を見直す機会を設定
- ・放課後児童クラブや学校と連携した生活習慣づくり応援事業を実施
- ・幼児期のフッ化物塗布事業を実施(在宅児、保育所(園)、幼稚園)
- ・妊婦の歯科健診受診勧奨を実施
- ・各機会をとらえてメディアとの適切な接し方についての知識を普及
- ・保育所(園)幼稚園、小中学校での生活習慣・食生活アンケート調査の実施と指導

### 1 地域の集いの場や身近な所で相談しやすい体制の整備

- ・地域の子育て関連団体(主任児童委員、民生児童委員、子育て応援隊、NPO法人おやこ劇場、浜田のまちの縁側他)と共に、集いの場(子育てサロン、子育てひろば、放課後の居場所、育児グループの活動等)を充実
- ・本庁支所窓口、子育て支援センター、子育てサロン他身近な場所での相談を充実するとともに相談窓口の普及を実施

### 2 地域全体の子育て力の向上と子どもや子育て家庭にやさしいまちづくりを推進

- ・公民館やまちづくり推進団体、社会福祉協議会、主任児童委員、民生児童委員、子育て応援隊、NPO法人、高齢者クラブ、県立大学、商工会議所、商工会、こころ協賛店等と連携し育児グループ等の自主的な活動を応援すると共に地域全体で子育て力の向上と子どもや子育て家庭への理解を広める
- ・ヤングサポーター育成チーム\*とともに中高生へ健康や子育てへの関心を高める
- ・低体重出生児、多胎児、同じ疾患、障がいや悩みを抱える保護者の集まりの支援
- ・社会全体で子育てを応援する必要性や多様な子育て家庭の現状等の情報提供を実施

### 3 関係機関・団体の連携の強化と活動の周知

- ・県や関係機関、関連団体、育児グループ等との連携強化のために、子育ての現状についての情報交換する場や協働で活動する機会づくりのイベント等を実施
- ・広報やホームページ等により活動を周知する

\*ヤングサポーター育成チーム: 中高生のボランティア活動の推進と、子育てのネットワークづくりを目的として平成18年に結成しました。参加団体の代表者が定期的に集まり情報交換し、子どもの育ちを一緒に考え、ネットワークの強化にも努めています。

## 2 脳卒中・糖尿病の発症予防と重症化予防の推進

	重点課題	重点計画
働き盛り等のライフステージの取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○40～64歳の男性と女性の脳血管疾患の年齢調整死亡率が県と比較して高くなっています。</li> <li>○40～64歳の男性と女性の糖尿病の年齢調整死亡率が県と比較して高くなっています。</li> </ul>	1 ライフステージに応じた生活習慣病予防と計画的な保健活動の推進
発症予防対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>○特定健康診査受診率・特定保健指導利用率が目標に対して達成できていません。</li> <li>○塩分の多い食事や野菜不足、間食の過多などの食事のアンバランス、運動不足、飲酒、喫煙、早食いなど生活習慣の改善の必要な人がいます。</li> <li>○高血圧、高血糖等の治療が必要な人が治療につながっていません。</li> <li>○肥満が多く、若い頃からの適正な体重管理が必要な人が多くなっています。</li> </ul>	2 生活習慣病のスクリーニングと重症化予防対策
重症化予防対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>○脳血管疾患及び糖尿病の全年齢での年齢調整死亡率が県と比較して高くなっています。</li> <li>○糖尿病から腎透析の合併症を引き起こす人が新規透析者のうち35.6%となっています。(平成21年度(2009年度)～平成25年度(2013年度)の4年間の合計から)</li> </ul>	3 健康づくり支援組織との連携と地域活動への支援

## 目標指標

### ○脳卒中による死亡者の減少

・壮年期(40～64歳)の年齢調整死亡率(人口10万対)の減少

【現状:平成23～27年】男性33.7 女性22.7 →【目標:平成34年(2022年)】男性33.0 女性14.2

### ○特定健康診査の受診率60%・特定保健指導の利用率向上をめざす

## 具体的な事業

### 1 ライフステージに応じた生活習慣病予防と計画的な保健活動の推進

#### 1)生涯を通じた生活習慣病予防対策の推進

- ・庁内関係課との連携による課題共有と活動の推進
- ・データ蓄積と分析による活動のまとめの作成と情報発信
- ・家庭血圧測定の推進、薄味等の食生活の改善や運動の習慣化の普及啓発
- ・生活習慣を意識した保健指導、栄養指導、各種教室実施による行動変容への支援

#### 2)関係機関との連携

- ・保育所(園)、幼稚園、小中学校、医療機関等との連携
- ・生活習慣・食生活アンケート調査及び報告会の実施と課題の共有

#### 3)若いうちからの生活習慣病予防の充実

- ・乳幼児健診での保健指導や食育活動等による生活習慣病予防の推進
- ・食育推進計画の推進、乳幼児期を含めた小児期からの生活習慣づくりの推進
- ・若年層の健診未受診者対策の推進

#### 4)働き盛りへの健康意識の醸成のための取り組みの推進

- ・商工会議所や商工会、企業等の職域を通じて、健康情報の周知や健康づくりのタイアップ
- ・生活習慣病予防のための健康教室や相談のPRの充実
- ・市の広報、ホームページ、ケーブルテレビ、公民館、窓口等を通じた健康情報の発信

### 2 生活習慣病のスクリーニングと重症化予防対策

#### 1)魅力ある健診・保健指導の充実

- ・健康診断を受ける機会のない方への受診機会の確保
- ・データヘルス計画との整合性を保ちながら、連携の推進

#### 2)重症化予防のための保健指導、栄養指導

#### 3)生活習慣病を基礎疾患にもつ脳卒中発症者等への再発又は重症化予防のための訪問指導

#### 4)ハイリスク者※対策の充実

- ・医療機関との連携
- ・高血圧、高血糖、慢性腎臓病(CKD)で未治療者へのハイリスク者対策としての保健指導の実施
- ・糖尿病患者会、脳卒中発症当事者会等への支援

### 3 健康づくり支援組織との連携と地域活動への支援

#### 1)食生活改善推進協議会、すこやか員、保健委員等の健康づくり支援組織との連携

- ・地域の健康教室、講演会、健康福祉フェスティバル等での協働
- ・健康課題の共有による保健活動への積極的関与の促進

#### 2)健康づくり講座による健康づくりへの専門職派遣による健康意識の醸成

※ ハイリスク者:高血圧、高血糖等の状態であり、脳卒中、心疾患等の重篤な病気を引き起こす危険性のある人。

### 3 がん対策の推進

	重点課題	重点計画
早期発見・早期対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平均寿命を引き下げている疾患は男女とも悪性新生物がトップとなっています。</li> <li>○年齢調整死亡率の男女計の全年齢は改善し前回目標を達成しています。しかし、女性は40～64歳の働き盛りが悪化傾向。働き盛りの人への死亡率改善への取り組みとしてのがん検診受診勧奨の充実が必要です。</li> <li>○男女とも平均寿命を引き下げているがん種別は肺がん、胃がんです。肝がんは改善傾向にあります。</li> <li>○がん検診の種別により受診年齢に違いがあります。</li> <li>○無関心な市民層にがんに関する必要な情報が届いていません。</li> <li>○適切な受診間隔、がん検診の限界性、効果、不利益などの情報周知が不十分です。</li> <li>○アンケート調査結果から、がん検診の自己負担金が無料であることを知らない人の割合は49.5%です。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 がん検診の効果的な実施と体制整備（重点的ながん対策の推進）</li> <li>2 働き盛りの人をターゲットとした取り組みの推進</li> <li>3 検診で要精密検査となった人へのフォローの充実</li> <li>4 気になる症状(体重減少、貧血等)に気づき、早期に医療機関受診につなげる取り組み</li> </ol>
がん患者及びその家族への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんを治療しながら学業、就労、地域活動を行う市民が増えてきています。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 がん患者の生活の質を高めるための支援</li> </ol>
がん発生のリスクの低減とがん予防の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がん検診でも限界性、効果、不利益があるため、がんの発生リスクと言われている生活習慣の改善に努めることが重要です。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 がんの一次予防(発生リスク)の低減とがん予防の推進</li> </ol>

## 目標指標

### 〇がんによる死亡者の減少

・全がん75歳未満の年齢調整死亡率(人口10万対)の減少

【現状:平成23~27年】 男性97.3 女性60.7 → 【目標:平成34年(2022年)】 男性92.1 女性46.1

### 〇40~69歳のがん検診受診者数の増加

## 具体的な事業

#### 1 がん検診の効果的な実施と体制整備（重点的ながん対策の推進）

##### 1) 対策型がん検診の充実と任意がん検診の効果的な実施

- ・がん検診の無料化の普及啓発と胃がん、肺がん、乳がん検診の重点的な推進
- ・具体的内容としての若い年代の検診受診勧奨、たばこ対策
- ・各種がん検診の効果的な実施方法の検討
- ・受診者への周知の充実と精度管理等検診機関との連携

##### 2) 市民への効果的な啓発

- ・食生活改善推進員、すこやか員、保健委員等の健康づくりボランティア組織とのがん検診受診に向けたキャンペーンの実施
- ・小中学校でのがん教育の推進
- ・啓発チラシやメール、ホームページを活用し、多方面からの普及啓発

#### 2 働き盛りの人をターゲットとした取り組みの推進

- ・若年層や検診未受診者に対する個別勧奨の実施

#### 3 検診で要精密検査となった人へのフォローの充実

##### 1) 要精密検査者への受診勧奨及び不安の軽減

- ・電話や訪問による精密検査受診勧奨の実施

#### 4 気になる症状に気づき、早期に医療機関受診につなげる取り組み

- ##### 1) 体重減少や貧血、乳房のしこりなどの気になる症状等の普及啓発による早期受診につなげる動機づけの強化

#### 1 がん患者の生活の質を高めるための支援

##### 1) がんになっても安心して生活できる環境の整備

- ・安心してがん治療が受けられるよう、がん相談支援センター等の相談窓口の周知
- ・がん患者サロンの支援や講演会等によるがん情報の提供

##### 2) がん診療連携拠点病院との連携

##### 3) がんサロンやがんピアサポーター<sup>※1</sup>との連携

#### 1 がんの一次予防（発生リスク）の低減とがん予防の推進

##### 1) がん予防新12か条<sup>※2</sup>の普及と実践

- ・食生活改善推進員、すこやか員、保健委員等の健康づくりボランティア組織と連携した健康教室の開催

##### 2) たばこ対策の推進

- ・健康長寿しまね推進会議との連携による公共施設、店舗等での禁煙・分煙の拡大
- ・禁煙相談日の開設や禁煙サポート医療機関の情報提供
- ・禁煙予防の普及啓発（特に未成年者の喫煙防止）

##### 3) ウイルス感染に起因するがん検査や必要なワクチン接種の推進

※1 がんピアサポーター：がんによる闘病や介護を体験し、ピア(仲間)として「体験を共有し、ともに考える」ことで、がん患者やその家族などを支援する人やその家族など。

※2 がん予防新12か条：1. たばこは吸わない、2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける、3. お酒はほどほどに、4. バランスのとれた食生活を、5. 塩辛い食品は控えめに、6. 野菜や果物は不足にならないように、7. 適度に運動、8. 適切な体重維持、9. ウイルスや細菌の感染予防と治療、10. 定期的ながん検診を、11. 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を、12. 正しいがん情報でがんを知ることから

## 4 心の健康づくりの推進

	重点課題	重点計画
早期発見・早期対応	<p>○自死による年齢調整死亡率は全年齢において改善傾向ですが島根県と比較すると、県より高い状況です。特に男性の壮年期、老年期とも高い状況にあります。</p> <p>○早期介入による必要な支援体制の構築が必要です。</p> <p>○産後に育児不安をもつ養育者が増えており、母子とも安定した状態で子育てできる養育環境を整えられるよう支援することが重要です。</p> <p>○自死総合対策による関係機関が連携し、見守りや早期介入する体制づくりが必要です。</p> <p>○自立支援医療受給者が増加しています。</p>	<p>1 相談窓口の啓発とスクリーニングや相談支援体制の充実</p> <p>2 心の健康づくりに関する市民への普及啓発</p> <p>3 専門機関や関係機関との連携による自死総合対策の体制づくり</p> <p>4 関係者の見守り体制の充実と従事者のスキルアップ</p>
生活改善 重点的な	<p>○アンケート結果より、男性の38.9%に毎日飲酒習慣があります。また、1日飲酒量が1合未満は47.6%、3合以上は6.8%と前回に比べて改善傾向にあります。</p>	<p>1 睡眠・運動・ストレス解消・アルコール等についての正しい知識の普及</p>
見守り体制 地域の	<p>○アンケート結果から、「相談できる人がいない」が増加し、「地域の人たちとのつながりがあると感じている人」は減少しています。地域のつながりの希薄化が進行しています。</p>	<p>1 地域・職域・学校等での見守り支えあい支援者の拡大</p>

## 目標指標

### ○自死者の減少

- ・男性の壮年期(40～64歳)の年齢調整死亡率(人口10万対)の減少  
【現状:平成23～27年】 60.0 → 【目標:平成34年(2022年)】 45.4

## 具体的な事業

### 1 相談窓口の啓発とスクリーニングや相談支援体制の充実

- 1) 相談窓口の充実、周知
  - ・心の健康相談等相談機関の周知、イベント時の啓発活動
- 2) スクリーニングや相談支援体制やフォロー体制の充実
  - ・相談や訪問時に高齢者の基本チェックリストやエジンバラ産後うつ質問票等の活用
  - ・必要時継続支援等のフォローによる重症化予防
- 3) 断酒会・自死遺族への支援
  - ・相談窓口の紹介や講演会、イベント時の啓発支援

### 2 心の健康づくりに関する市民への普及啓発

- 1) うつ病予防、自死防止に関する普及啓発
  - ・パンフレットの活用、作成、広報への掲載や講演会や健康教育の実施
- 2) 子どもから高齢者までの生涯を通じた心の健康づくりの推進
  - ・閉じこもり予防、産後うつ、認知症予防、うつ予防の取り組みの実施
  - ・サロン活動の支援
  - ・育児不安や思春期保健、メンタルヘルス、高齢者のうつ等の普及啓発
  - ・親子のふれあいによる愛着形成の確立や自己肯定感の醸成の推進

### 3 専門機関や関係機関との連携による自死総合対策の体制づくり

- 1) 浜田圏域自死総合対策連絡会、浜田圏域健康長寿しまね推進会議(運動・心の健康づくり部会)、関係機関との連携
  - ・実態把握、分析、情報の共有、対策、方針について関係機関の意思統一
- 2) 保健所との連携による地域職域機関との連携
- 3) 専門機関・関係機関との連携
  - ・保健所、心と体の相談センター、専門医、断酒会、自死遺族の会、学校との情報共有、連携の推進

### 4 関係機関の見守り体制の充実と従事者のスキルアップ

- 1) 浜田市心の健康づくりネットワーク会議の開催
  - ・関係機関との情報共有と研修会の開催による見守り体制の充実
- 2) 事例検討会やケース検討会を通じ、関係機関の役割の明確化と連携
  - ・事例を通じ、学びや理解を深め、今後の対応に生かす

### 1 睡眠・運動・ストレス解消・アルコール等についての正しい知識の普及

- 1) 生活習慣の改善と正しい知識の普及
  - ・ホームページやパンフレット等による普及啓発の充実

### 1 地域・職域・学校等での見守り支えあい支援者の拡大

- ・研修等による地域、職域、学校等での見守り体制の充実
- ・サロンや趣味など社会参加の機会や地域、職域、学校等での声かけの推進



## 5 介護予防の推進

### 重点課題

○健康寿命が、男性では延びていますが、女性では、短くなっています。

島根県健康寿命延伸見える化カルテの結果等からは、健康寿命に影響している要因としては、以下のことがあげられます。

- ・男性 脳血管疾患、自死、糖尿病
- ・女性 全がん、脳血管疾患、糖尿病
- ・男女とも高血圧の有病率が高い

○要介護認定率は上昇傾向が続いていましたが、近年は横ばい傾向となっています。

・浜田市要介護認定者率(1号被保険者)(%)

平成26年度 (2014年度)	平成27年度 (2015年度)	平成28年度 (2016年度)
23.8	23.9	23.9

○要支援・要介護認定者中の認知症率(認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱa以上)は、近年は、59.6%～60.1%と高く推移しています。

○日常生活圏域ニーズ調査の結果から(平成29年2月実施)

〈からだを動かすこと、健康について〉

- ・運動器の機能低下に該当する人18.1%
- ・転倒リスクに該当する人36.0%
- ・閉じこもり傾向に該当する人25.5%
- ・うつ傾向に該当する人39.7%

\*各項目とも、男性よりも女性の割合が高くなっています。

〈地域活動への社会参加の状況〉

- ・趣味関係、スポーツ関係のグループに参加している人の割合が高く、スポーツ関係のグループでは、頻度も週1回以上の割合が高くなっています。

○高齢者の5割が独居・夫婦のみ世帯であり、見守りや生活支援が必要な高齢者が多くなっています。

### 重点計画

1 要介護認定の原因リスクの軽減と機能低下の予防

2 認知機能低下予防の推進と早期発見

3 高齢者が生きがいや幸せを実感できる地域づくり

## 目標指標

### ○65歳の平均自立期間を延ばす

【現状:平成23～27年】 男性16.77年 女性19.74年

→【目標:平成34年(2022年)】 男性17.46年以上 女性20.92年以上

## 具体的な事業

### 1 要介護認定の原因リスクの軽減と機能低下の予防

#### 1)生活習慣病予防の取り組みの推進

- ・「がん対策の推進」、「脳卒中・糖尿病の発症予防と重症化予防の推進」の項に掲載

#### 2)生活機能低下者の早期発見及び重度化の予防

- ・介護予防教室、地域サロン等の場で、基本チェックリストや体力測定等を行い、生活機能低下者の早期発見及び把握訪問による支援
- ・教室等の未参加者に対し、民生児童委員等からの情報をもとに、生活状況を把握する
- ・地域における通いの場の情報提供及び参加勧奨
- ・後期高齢者歯科健診の結果から、低栄養リスク者に対する支援の実施

#### 3)介護予防普及啓発事業の充実

- ・市が実施する介護予防推進講座の充実（運動、口腔、栄養、認知症等の予防プログラム）
- ・介護予防に資する体操などを行う住民主体の通いの場の増加を図るとともに、専門的技術の提供による支援

#### 4)高齢者の現状把握と健康課題の分析

- ・保健所及び大学等との協働による健康寿命に影響する要因の分析及び検討

### 2 認知機能低下予防の推進と早期発見

#### 1)相談しやすい体制づくり

- ・相談機関の情報提供（医療機関、心の相談、家族会など）
- ・基本チェックリスト・認知症気づきチェックリスト等を活用した早期発見及び支援

#### 2)認知症の正しい理解に向けた知識の普及啓発

- ・認知症サポーター養成講座の開催
- ・認知症をテーマとした出前講座や介護予防教室の開催

### 3 高齢者が生きがいや幸せを実感できる地域づくり

#### 1)地域介護予防活動支援事業の充実

- ・介護予防に資する住民主体のグループ活動（運動、栄養、認知症予防等）への支援
- ・生活支援コーディネーター<sup>※1</sup>との役割分担による地域サロン活動への支援
- ・介護予防サポーター<sup>※2</sup>（仮称）等の地域での担い手育成

#### 2)地域での高齢者の生活を支える体制づくり

- ・各地区ささえあい協議体<sup>※3</sup>からの介護予防に資する課題を、地域へ情報発信するとともに、社会福祉協議会、公民館、自治会、高齢者クラブ、地区まちづくり推進委員会等と連携し、新たなサービスの開発について取り組む

※1 生活支援コーディネーター:地域において、生活支援・介護予防サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能を果たす人。

※2 介護予防サポーター:介護予防の知識技術を習得し、さらには地域でのリーダー的役割を担い活動できる人。

※3 ささえあい協議体:地域の多様な主体が集まり、今やっていることや無理なく今できることなどをみんなで話し合う仕組み。

## 6 健康コミュニティづくりの推進

	重点課題	重点計画
地域を核とした健康なまちづくりの推進	<p>○地区まちづくり推進員会や公民館単位等で健康づくりの取組が進められていますが、地域特性に応じた健康づくりを市民と協働で実施していく体制をさらに強化していく必要があります。</p> <p>○アンケート結果より</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・近所・地域の人と積極的に関わっている人が42.6%と減少しています。健康づくりの側面からも地域の活動やつながりを今後もさらに強化していく必要があります。</li> <li>・市の健康に関する情報を得ていると答えた人が41.1%であり、情報発信の工夫が必要です。</li> <li>・「市民が家族や地域ぐるみで健康づくり活動を実践できるようなサポートを職員は行っている」は20.2%であり、地区担当制による地域にあった保健活動ができる体制が必要です。</li> </ul>	<p>1 地域ぐるみで健康づくりを推進する体制整備</p> <p>2 市民の主体的な健康づくり活動への支援・人材育成</p> <p>3 多様な関係機関・団体との連携と健康を維持できる環境づくりの推進</p>
健康づくりの応援者及び組織の支援	<p>○食生活改善推進員、すこやか員、保健委員等健康づくり活動のボランティアが活発に活動をしています。若い世代や男性も含めた育成などの視点を持ちながら、会の継続支援、活躍の場の提供等の強化が必要です。</p>	
他団体との連携した活動	<p>○健康づくりを推進していくためには、行政、関係機関・団体、学校、企業等との協働が有効であり、さらに連携体制の強化が必要です。</p>	

## 目標指標

### ○地域でサロンや集会等のグループ活動に参加している人を増やす

【現状:平成29年(2017年)】 23.1% → 【目標:平成34年(2022年)】 50%

### ○地域の人たちとつながりがあると感じている人を増やす

【現状:平成29年(2017年)】 53.0% → 【目標:平成34年(2022年)】 60%

## 具体的な事業

### 1 地域ぐるみで健康づくりを推進する体制整備

#### 1) 公民館・自治会・まちづくり部門との連携した健康づくりの推進

- ・ 地区まちづくり推進委員会、公民館、自治会等と健康課題を共有し目標と計画づくりを協働で行う体制づくり
- ・ 食生活改善推進員やすこやか員、保健委員など健康づくりを支えている団体やグループが他団体と連携した活動が行いやすい体制づくり
- ・ 健康づくり団体やグループ活動の紹介等、情報発信の充実

#### 2) 地域の健康課題や健康づくりに必要な情報提供の充実

- ・ 健康課題の共有化を図るために地域ごとの地区診断の実施
- ・ 健康への無関心層や若い世代等多くの市民に健康情報の発信の工夫
- ・ 健康づくり出前講座の充実

### 2 市民の主体的な健康づくり活動への支援・人材育成

#### 1) 地域での健康づくり団体やグループへの支援と健康づくりを支援する人材の育成

- ・ 地域の健康づくり団体、グループの実態把握
- ・ 主体的な健康づくりボランティアや団体へ健康に関する知識や技術の習得を目的とする研修会を開催するとともに、活動支援の実施
- ・ 主体的に実施されている教室活動の継続支援

### 3 多様な関係機関・団体との連携と健康を維持できる環境づくりの推進

#### 1) 関係機関、団体、学校、企業等の他部門との協働

- ・ 保育所(園)、学校、商工会議所、商工会、企業、医療機関などと連携した健康づくりの推進
- ・ 多様な関係機関と活動の共有化を行い、相互連携を図るための協議の場の強化

#### 2) 健康づくりの気運を高めるための健康環境づくり

- ・ 運動しやすい環境整備や外食や買物も含めた食環境整備等、身近な場所で健康づくりが維持できる環境整備の推進
- ・ 「健康づくり応援店」「たばこの煙のない施設」「しまねいきいき健康づくり実践事業所」など県の健康長寿しまね推進事業と連携し、健康づくりに取り組む事業所の応援
- ・ 個人の疾病予防や健康づくりに向けた取り組みを市民が実践できる動機づけの検討