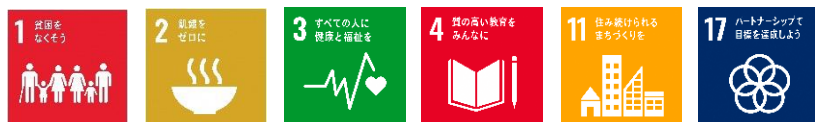


第4章 具体的な取組

基本方針1. 一人ひとりの健康づくりのための生活習慣の改善



スローガン: 良い生活習慣を身につけ、健康づくりに努めましょう

1. 栄養・食生活

「食」は生命の源であり、健康な体づくりの基本です。食生活を取り巻く環境は変化しており、食行動の多様化が進む中、規則正しい食習慣とバランスのとれた食事は、健康増進には欠かせません。

栄養素の過剰摂取は、肥満や高血圧・糖尿病などの生活習慣病の要因となり、栄養の摂取不足はやせ、骨量減少、低栄養の要因となるなど、栄養・食生活は、生活習慣病の予防・重症化予防のほか、やせや低栄養等の予防を通じた生活機能の維持・向上の観点からも重要です。

子どもの頃から適切な食習慣を身につけ、バランスのとれた食事やライフステージに応じた食生活を実践していくことが大切です。

(1) 目標と成果指標

- ① 朝食を食べない人が減る
- ② バランス良く食べる人が増える

指標		現況値	目標値	出典
週3日以上朝食を食べない人の減少	3歳児	1.6%	0.0%	3歳児健診問診票
	小学生	0.0%※	0.0%	学校給食等実態調査
	中学生	3.2%※	0.0%	学校給食等実態調査
	40～74歳	5.5%	4.0%以下	国保データベースシステム
【新】主食・主菜・副菜がそろった朝食を摂っている人の割合の増加	成人	25.1%	27.0%	市民アンケート
【新】野菜摂取量の増加 (1日当たり野菜を5皿以上食べている人)	成人	2.1%	5.0%	市民アンケート

※R5年度調査結果

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆1日3回食事をしましょう
- ◆よく噛んでゆっくり食べましょう
- ◆主食・主菜・副菜をそろえた食事をしましょう
- ◆野菜は1日350g以上摂りましょう
- ◆幼児はおやつの時間を決めましょう
- ◆塩分を控えましょう

地域や関係団体における取組

- ◆飲食店での栄養成分表示(カロリー等)のある店舗を増やしましょう
 - ◆自治会・いきいきクラブ海津・子ども会等で栄養に関して学ぶ機会をつくりましょう
 - ◆地域での会食等では食事・おやつ・飲み物の内容に気を配りましょう
- 食生活改善協議会
- ◆市民を対象に普及講習会を実施します

行政における取組

① 栄養・食生活を学ぶ機会の提供

- ◆栄養・食生活に関心を持ってもらうためのきっかけづくりを進めます
- ◆栄養・食生活の重要性、必要性を知り、学習するための機会や場を提供します
- ◆栄養・食生活の改善に取り組むための具体的な方法を知り、身につけるための機会や場を提供します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
パパママ学級	妊婦とその家族	市	こども未来課
離乳食学級	乳児保護者	市	こども未来課
親子食育教室	小学生とその保護者	市	健康課
栄養教室	成人	市	健康課
生活習慣病予防教室	成人	市	健康課
健康展での食コーナーの設置	市民全体	食生活改善協議会	健康課
「早寝・早起き・朝ごはん」による望ましい生活習慣の形成指導	園児とその保護者	各園	こども未来課
学校等における食育の推進(食について考える機会等の提供など)	小中学生	各学校	学校教育課
家庭教育学級	園児・小中学生とその保護者	園・学校	文化・スポーツ課
保護者に対する給食試食会	保護者	各園 各学校	こども未来課 学校教育課
高齢者学級	高齢者	市	文化・スポーツ課
介護予防教室(低栄養、栄養改善)	高齢者	市	高齢介護課
ヘルシークッキング(普及講習会)	成人	食生活改善協議会	健康課
子育て支援センターでの講座	乳幼児とその保護者	子育て支援センター	こども未来課
まちづくり出前講座(食育講座など)	市民全体	市	健康課
体組成測定・お食事相談の実施	成人	市	健康課

② 栄養・食生活に関する正しい知識・情報の提供

- ◆栄養・食生活の重要性、必要性を知り、学習するための機会・場・情報を提供します(再掲)
- ◆栄養・食生活の改善に取り組むための具体的な方法を知り、身につけるための機会・場・情報を提供します(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
市報による情報提供(健康食育ナビ)	市民全体	市	健康課
食育だより	園児保護者	市	こども未来課
給食だより等による情報提供	園児小中学生 その保護者	給食 センター	給食 センター
学校等における食育の推進(保護者への情報提供など)	園児小中学生 その保護者	市	こども未来課 学校教育課
ホームページによる食育情報の発信	市民全体	市	健康課
献血時の貧血予防の推進	献血協力者	食生活改善 協議会	健康課
家庭教育通信による情報提供(にこにこ子育て通信)	園児小中学生 保護者	市	文化・スポーツ課
食育月間及び食育の日の活動	市民全体	食生活改善 協議会	健康課

③ 食に関する人材の育成・自主活動の支援

- ◆栄養・食生活に関する事業・イベント、地域での取組などを支援します
- ◆地域における栄養・食生活に関する自主活動の支援、リーダーや担い手となる人材、仲間づくりに対する支援をします
- ◆関係機関で連携し、食に関して一体的な取組を実施します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
食生活改善推進員の養成と育成	市民全体	市	健康課
食生活改善協議会の活動支援	食生活改善 協議会	食生活改善 協議会	健康課
教職員の食育推進に関するフォーラム等への参加勧奨	教職員	各学校	学校教育課
クラブ・サークルの活動支援	各クラブ・ サークル	各クラブ・ サークル	文化・スポーツ課
食育担当者支援会議の実施	関係機関	関係機関	健康課

2. 身体活動・運動

適度な運動や身体活動は、がんや生活習慣病、うつ病、認知症などの発症・重症化予防だけではなく、運動機能の維持・向上、生きがいや仲間づくりなど生活の質の向上の観点からも重要な要素といえます。

また、高齢期における「フレイル」や「ロコモティブシンドローム※」予防・改善の観点からも、自分にあった運動習慣を身につけ、適度な身体活動で生活改善をすることは健康寿命の延伸にもつながります。

一方、運動の必要性について理解はしているが、実際に運動する人の割合は少ないことから、自分にあった方法で運動を習慣的に行うことができるよう、日常生活での運動の取入れ方等について情報提供や実践のための環境をつくることが重要です。

※ロコモティブシンドローム：骨や関節、筋肉などの運動器の機能が低下して、日常生活の移動能力が低下した状態

(1)目標と成果指標

- ① 日常生活の中で意識して身体を動かす人が増える
- ② 定期的に運動する人が増える

指標		現況値	目標値	出典
習慣的に運動する人の増加	20～64歳男性	24.5%	30.0%	市民アンケート
	20～64歳女性	15.8%	20.0%	市民アンケート
	65歳以上男性	31.6%	50.0%	市民アンケート
	65歳以上女性	22.8%	40.0%	市民アンケート
1週間の総運動時間が60分未満の子(小学5年生)の減少	男子	11.2%	減少	全国体力・運動能力・運動習慣等調査
	女子	11.6%	減少	全国体力・運動能力・運動習慣等調査
意識的に運動を心掛けている人の増加	20～64歳男性	65.4%	70.0%	市民アンケート
	20～64歳女性	64.0%	70.0%	市民アンケート
	65歳以上男性	76.2%	80.0%	市民アンケート
	65歳以上女性	82.1%	85.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆こまめに身体を動かすことを意識しましょう
- ◆歩く距離を増やす工夫をしましょう
- ◆自分の身体に適した運動を見つけ、実践しましょう
- ◆楽しく体を動かしましょう
- ◆いろいろな運動やスポーツを体験する機会や場を利用しましょう
- ◆家族で声をかけ合い、運動を継続しましょう
- ◆地域で運動する仲間をつくりましょう

地域や関係団体における取組

- ◆地域で声をかけ合い、身体を動かす機会をつくりましょう
- ◆職場で運動する時間をつくりましょう
- ◆スポーツ協会、総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団等の活動を活性化しましょう
- ◆軽スポーツ教室やスポーツイベント等を開催し、運動する機会を提供しましょう
- ◆いきいきクラブ海津の活動に、運動に関する行事を取り入れましょう

行政における取組

① 気軽に運動できる環境・きっかけづくり

- ◆身体活動や運動・スポーツに関心を持ってもらうためのきっかけづくりを進めます
- ◆身体活動や運動・スポーツに関する事業・イベント、地域で活動している団体などの情報提供・発信を進めます
- ◆身体活動や運動・スポーツに取り組む機会や場を提供します
- ◆誰もが気軽に身体を動かすための環境整備(公共の運動施設の設置、歩きやすい道路や自転車が通行しやすい道路環境の整備等)を促進します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
スポーツ少年団の育成	小学生	各スポーツ少年団	文化・スポーツ課
総合型地域スポーツクラブの育成	市民全体	各スポーツクラブ	文化・スポーツ課
生涯学習講座	市民全体	市	文化・スポーツ課
軽スポーツ教室の開催(ニュースポーツの普及)	市民全体	市	文化・スポーツ課
スポーツイベントの実施	市民全体	スポーツ協会等	文化・スポーツ課
スポーツ施設の整備・充実等	市民全体	市	文化・スポーツ課
きらめきウォーキングの開催	市民全体	市	健康課
いきいきクラブ海津の活動 (体育大会、軽スポーツ大会、クロリティー大会など)	高齢者	いきいきクラブ海津	高齢介護課
【新】自転車通行空間の整備及び維持管理	市民全体	市	建設都市計画課
【新】自転車通勤の広報啓発	成人	市	生活・環境課
【新】子育て世代及び高齢者向け自転車の購入補助	子育て世代 高齢者	市	企画課 生活・環境課
【新】自転車公園の整備	市民全体	市	建設都市計画課 企画課
【新】自転車イベント等の情報提供	市民全体	市	企画課 文化・スポーツ課 健康課
【新】サイクルスポーツイベントの開催	市民全体	市	企画課 文化・スポーツ課
【新】ヒルクライムレースの開催	市民全体	市	企画課 文化・スポーツ課
【新】サイクリングルートの整備	市民全体	市	企画課 観光・交流・まちづくり課 建設都市計画課 健康課
【新】サイクリストの活動拠点の整備	市民全体	市	企画課 観光・交流・まちづくり課 建設都市計画課
【新】サイクルラック・休憩用ベンチの設置促進	市民全体	市	企画課 観光・交流・まちづくり課
【新】ウォータースポットの設置推進	市民全体	市	企画課 観光・交流・まちづくり課

② 身体活動・運動に関する正しい知識・情報の提供

- ◆身体活動や運動・スポーツに関する正しい知識について情報を提供します
- ◆習慣的に身体を動かすことの重要性・必要性を知ってもらうための機会や場を提供します
- ◆運動習慣の確立に取り組むための具体的な方法を知り、身につけるための機会や場を提供します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
スポーツに関する広報活動の推進	市民全体	市	文化・スポーツ課
身体活動・運動に関する情報 (健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023)の提供	市民全体	市	健康課
身体活動・運動の重要性に関する意識づくり	市民全体	市	健康課
生活習慣病予防教室	成人	市	健康課
介護予防教室(ロコモティブシンドロームなど)	高齢者	市	高齢介護課
まちづくり出前講座 (軽スポーツ教室、体力測定会など)	市民全体	市	文化・スポーツ課
【新】自転車運動による効果の啓発	市民全体	市	企画課

③ 身体活動・運動に関する人材育成、自主活動の支援

- ◆地域における運動等に関する自主活動への支援を進めます
- ◆運動・スポーツ活動等の指導者・リーダーや担い手となる人材の育成・支援をします
- ◆運動による仲間づくりや活動団体づくりに対する支援を進めます
- ◆関係機関が連携し、運動に関して一体的な取組を実施します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
スポーツ指導者の確保・育成	各団体	スポーツ協会等	文化・スポーツ課
介護予防リーダーの養成	高齢者	市	高齢介護課
生活習慣病予防教室卒業者へのフォロー教室の開催	教室卒業者	市	健康課
クラブ・サークルの活動支援	各クラブ・サークル	各クラブ・サークル	文化・スポーツ課

3. 休養・こころの健康

健康的な生活を送るためには、身体健康に加え、こころの健康にも十分に注意する必要があります。こころの健康を保つためには、質・量ともに十分な睡眠をとり、ストレスの対処方法を持つことが重要です。睡眠による休養や余暇活動の確保により、疲労を軽減できる生活習慣を身につけることが必要です。

また、こころの健康づくりに関する正しい知識を普及するとともに、こころの病気への対応を多くの人々が理解し、こころの健康への理解を深めていくことも必要です。

相談窓口の周知を図るとともに、こころの健康づくりを支える人材の育成、地域におけるネットワークの強化等を行い、サポート体制の整備・充実を進めることが重要です。

(1) 目標と成果指標

- ① 睡眠でしっかりと休息をとれる人が増える
- ② こころの健康について知識を持つ人が増える

指標		現況値	目標値	出典
睡眠による休養が取れている人の増加	20～64歳	73.2%	75.0%	市民アンケート
	65歳以上	77.8%	80.0%	市民アンケート
睡眠時間6時間未満の子の減少	小学生 5年生	3.4%	減少	全国体力・運動能力・ 運動習慣等調査
	中学生 2年生	12.6%	減少	全国体力・運動能力・ 運動習慣等調査
ゲートキーパー養成者の増加	延べ人数	239人	310人 以上	ゲートキーパー 養成事業
自殺死亡率(人口10万対)の減少	割合	30.3%	13.0% 以下	地域における 自殺の基礎資料
【新】自分にあったストレス解消をしている人の増加	20～64歳	54.9%	60.0%	市民アンケート
	65歳以上	59.1%	65.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆規則正しい生活を心がけましょう
- ◆十分に睡眠をとりましょう
- ◆楽しいと思うこと(趣味等)を見つけましょう
- ◆子育て支援センター、同じ趣味の仲間やサークル、いきいきクラブ海津等交流の場に
参加し、つながりを持ちましょう
- ◆お互いに心身の疲れに気づき、声かけや話を聞いたり、必要な時には専門機関へ相
談したりすることを促しましょう
- ◆心配ごとを相談できる場や人を持ちましょう
- ◆こころの健康について正しい知識を持ちましょう

地域や関係団体における取組

- ◆地域や職場等でこころの健康について学ぶ機会をつくりましょう
- ◆自治会等で地域の行事や祭り、三世代交流等、交流できる場をつくりましょう
- ◆職場等で相談機関を紹介し、相談できるようきっかけをつくりましょう

行政における取組

① 休養・こころの健康に関する正しい知識・情報の提供

- ◆こころの健康に関する正しい知識について情報を提供します
- ◆自殺予防やこころの病気への理解を深めるために、ゲートキーパーとともに普及啓発し、自殺対策事業を推進します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
自殺予防啓発デー、自殺予防週間及び自殺対策強化月間での普及・啓発の強化	市民全体	市	社会福祉課
まちづくり出前講座	市民全体	市	健康課
健康づくりのための睡眠ガイド2023指針の紹介	市民全体	市	健康課

② 休養・こころの健康について学ぶ機会の提供

- ◆こころの健康に関する正しい知識について情報を提供します(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
ゲートキーパー養成講座	市民全体	市	社会福祉課
いのちの教育	中学生	各中学校 市	学校教育課

③ ライフステージに応じた相談体制の充実

- ◆ライフステージに応じた悩みや不安等、相談できる場の提供、相談機能の整備・充実を図ります
- ◆ライフステージや個々が抱える問題等に応じた相談窓口や交流の場などの周知に努めます
- ◆関係機関・団体や専門機関等との連携により、相談機能の充実を図ります
- ◆地域とつながりながら生きがいを持って暮らせる環境づくりを進めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
妊婦相談	妊婦	市	こども未来課
新生児・乳幼児訪問	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
育児相談	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
乳幼児健診・乳幼児教室	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
地域子育て支援拠点事業(子育て支援センター)	乳幼児とその保護者	子育て支援センター	こども未来課
母子保健推進員の活動支援	母子保健推進員	母子保健推進員	こども未来課
発達相談(発達支援センター)	市民全体	発達支援センター	こども未来課
にこにこ子育て支援事業	園児 小中学生 その保護者	市	文化・スポーツ課
家族介護者への支援	要介護者 家族	市	高齢介護課
教育相談事業(スクールカウンセラー等相談員の配置)	小中学生	市	学校教育課
【新】教育支援センターの設置	小中学生	市	学校教育課
【新】フレンドリールームの設置	小中学生	市	学校教育課
【新】フリースペース「どんぐり」の設置	市民全体	市	社会福祉課
悩みごと相談	市民全体	市	社会福祉課
相談支援の充実 (職員の資質の向上、各相談機関の連携・体制の強化)	各相談機関	各相談機関	各担当課
高齢者の相談支援事業	高齢者	市	高齢介護課

④ 生きがいづくりへの支援

◆趣味や生きがいづくりの機会や場を提供するため、各種サークル活動等を支援します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
地域活動リーダーの育成	市民全体	市	生活・環境課
福祉ボランティア活動の活性化	市民全体	社会福祉協議会	社会福祉課
シルバー人材センターの活動支援	高齢者	シルバー人材センター	高齢介護課
生活支援サポーターの養成	高齢者	社会福祉協議会	高齢介護課
いきいきクラブ海津の活動の充実	いきいきクラブ海津	いきいきクラブ海津	高齢介護課
生涯学習機会の拡大	市民全体	市	文化・スポーツ課
世代間交流の促進(三世代交流事業)	市民全体	地区社協	文化・スポーツ課

4. たばこ

喫煙は、がん、心疾患、脳血管疾患、COPD(慢性閉塞性肺疾患)といった呼吸器疾患などの生活習慣病や歯周病といった多くの疾患の危険因子となることや、妊婦では、早産や低体重児出産などのリスクがあり、20歳未満者では成長発達に悪影響を及ぼす危険性があります。

喫煙者だけではなく周囲の人への「受動喫煙」により、健康への影響も明らかにされています。

健康への影響を小さくするために、禁煙・分煙への関心を高め、喫煙者の減少と受動喫煙の機会の減少を図るとともに、喫煙が及ぼす健康への影響や受動喫煙等について幅広く正しい知識の啓発や、受動喫煙防止のための環境整備を促進することで健康状態の改善につなげることが必要です。

(1)目標と成果指標

- ① たばこについて正しい知識を持つ人が増える
- ② たばこを吸う人が減る

指標		現況値	目標値	出典
喫煙する人の減少(喫煙をやめたい人がやめる)	20歳以上男性	22.6%	20.0%以下	市民アンケート
	20歳以上女性	4.1%	3.0%以下	市民アンケート
育児期間中の両親の喫煙率の減少	父親	28.8%	25.0%以下	乳幼児健診問診票
	母親	3.8%	3.5%以下	乳幼児健診問診票
中学校での喫煙防止教室(防煙教室)の実施状況	市内中学校	3校	3校	学校教育課
20歳未満で喫煙経験がある人の減少	中学生	0.0%	0.0%	市民アンケート
COPDの認知度の上昇	成人	46.1%	95.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆たばこが身体に及ぼす影響を知りましょう
- ◆20歳未満者はたばこを買わない、吸わない、吸わせないようにしましょう
- ◆子どもを喫煙場面にさらさないようにしましょう
- ◆たばこを吸わない人の前で吸わないようにしましょう
- ◆禁煙にまずはチャレンジしましょう

地域や関係団体における取組

- ◆会社や地域でたばこの害について学ぶ機会をつくりましょう
- ◆みんなが使う場所は確実な分煙環境を整えましょう
- ◆禁煙にチャレンジしている人を応援しましょう

医師会・薬剤師会

- ◆中学生を対象に喫煙防止教室(防煙教室)を開催します

行政における取組

① 喫煙の影響等(受動喫煙を含む)の周知・啓発

- ◆喫煙や受動喫煙の影響等に関する情報提供を行います
- ◆妊産婦の喫煙が胎児や乳児に及ぼす影響等についての情報提供を積極的行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
たばこが健康に及ぼす影響等に関する情報提供	市民全体	市	健康課
妊産婦に対するたばこと健康に関する情報提供	妊産婦	市	こども未来課
保護者に対するたばこと健康に関する情報提供	保護者	市	こども未来課

② 受動喫煙の防止

- ◆公共施設における全面禁煙・分煙を推進します
- ◆分煙や喫煙マナーの周知・啓発を図ります
- ◆地域や各種団体における受動喫煙を防止する取組を支援します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
保護者に対する受動喫煙防止の取組	保護者	市	こども未来課
公共施設の全面禁煙・分煙の推進 (希望自治会等への受動喫煙防止ポスターの配布)	各施設	各施設 管理者等	健康課
受動喫煙防止の取組 (分煙、喫煙マナーの周知・啓発)	市民全体	市	健康課

③ 禁煙支援の推進

- ◆禁煙指導・教育、医療機関等との連携により、禁煙サポートを促進します
- ◆禁煙外来等に関する情報提供などを行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
ホームページでの禁煙情報の発信	市民全体	市	健康課
特定保健指導での禁煙指導	成人	市	健康課

④ 20歳未満者への対策

- ◆20歳未満者に対する喫煙防止教育を積極的に進めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
中学校における喫煙防止教室(防煙教室)	中学生	各学校	学校教育課

5. アルコール

適正な飲酒は、健康に良い影響を与え、生活にも潤いをもたらすほか、リラックスやストレス解消等の効果もあります。一方、習慣的な過度の飲酒は生活習慣病やアルコール依存症などのリスクを高めることにつながります。さらに、20歳未満者の飲酒は心身の発育に、妊娠・授乳中の飲酒は胎児や乳児の発育に悪影響を及ぼします。

このため、アルコールが身体に及ぼす影響について正しい知識を持ち、飲酒が健康に及ぼす影響や適正な飲酒量の普及啓発を促進し、生活習慣病や健康障害のリスクの軽減につなげるとともに、20歳未満者及び妊産婦の飲酒をなくす取組を推進することが重要です。

(1)目標と成果指標

- ① アルコールについて正しい知識を持つ人が増える
- ② 過度に飲酒する人が減る

指標		現況値	目標値	出典
【新】成人のほぼ毎日飲酒する人の減少	20歳以上男性	22.1%	20.0%以下	市民アンケート
	20歳以上女性	4.1%	3.0%以下	市民アンケート
【新】生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している人の割合の減少 ※1日の平均純アルコール量 男性40g以上、女性20g以上	20歳以上男性	25.0%	20.0%	市民アンケート
	20歳以上女性	35.7%	30.0%	市民アンケート
20歳未満で飲酒経験がある人の減少	中学生	6.3%	0.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆飲酒についての正しい知識を得ましょう
- ◆余分なアルコール類の買い置きをしないようにしましょう
- ◆禁酒・節酒にまずはチャレンジしましょう

地域や関係団体における取組

- ◆飲酒を強制しない雰囲気づくりをしましょう
- ◆飲酒運転防止のため、ハンドルキーパー※運動を推進しましょう
- ◆20歳未満者・妊婦・授乳中の人を飲酒に巻き込まないようにしましょう
- ◆飲みすぎにならないよう、お互いに声をかけ合いましょう

※ハンドルキーパー：自動車などで仲間と飲食店などに行く場合、仲間同士や飲食店の協力を得てお酒を飲まない人のこと

行政における取組

① 飲酒に関する知識・情報の提供

- ◆多量飲酒が健康に及ぼす悪影響や適正飲酒量等に関する情報提供を行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
飲酒に関する知識の普及と情報提供	市民全体	市	健康課
妊産婦に対する飲酒と健康に関する情報提供	妊産婦	市	こども未来課

② 飲酒に関する相談支援の推進

- ◆妊産婦の飲酒が胎児や乳児に及ぼす影響等についての情報提供を積極的に進めます
- ◆飲酒と健康に関する相談窓口の周知を図ります

施策・事業	対象	活動主体	担当課
飲酒に関する相談・支援	市民全体	市	健康課 社会福祉課 こども未来課
特定保健指導での適正飲酒指導	成人	市	健康課

③ 20歳未満者への対策

- ◆20歳未満者に対する飲酒防止教育を積極的に進めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
小中学校における飲酒防止教育	小中学生	各学校	学校教育課
20歳未満者の飲酒防止についての啓発	市民全体	市	健康課

6. 歯と口腔の健康

歯と口腔の健康は、豊かな食生活を送るだけでなく、健康の保持や生活の質の向上など、生活に欠かせない重要な役割があり、生活習慣病予防などの全身の健康にも影響します。

生涯を通じて充実した生活を送るため、子どもから高齢者まで誰もが自分の歯と口腔に関心を持ち、自分の歯でおいしく食事ができるよう、歯と口腔の健康を維持・改善していくことが、健康寿命の延伸にもつながります。

そのため、定期的な歯科健診の受診勧奨や子どもの頃から歯みがきの習慣化を進めていくことで、生涯を通じた口腔機能維持向上につなげることが重要です。

(1)目標と成果指標

- ① 定期的に歯科健診を受ける人が増える
- ② よく噛んで食べることができる人が増える

指標		現況値	目標値	出典
年1回以上歯の健診を受けている人の増加	成人	66.0%	70.0%以上	市民アンケート
3歳児でむし歯のない子の増加	3歳児	91.0%	95.0%以上	3歳児健診
12歳児でむし歯のない子の増加	12歳児	84.5%	90.0%以上	海津市学校保健会
咀嚼良好者の増加(何でも噛んで食べることができる人の増加)	60歳以上	64.6%	70.0%以上	市民アンケート
60歳(55～64歳)で24本以上自分の歯を持つ人の増加	55～64歳	64.4%	70.0%以上	市民アンケート
80歳で20本以上自分の歯を持つ人の増加(よい歯の高齢者表彰者)	80歳	9.6%	10.0%以上	西濃口腔保健協議会

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆歯に関する正しい知識を身につけましょう
- ◆定期的に歯科健診を受けましょう
- ◆歯科健診の結果を正しく理解し、今後の口腔ケアに役立てましょう
- ◆毎日歯みがきをしましょう
- ◆おやつの時間を決めて食べましょう
- ◆よく噛んで食べましょう
- ◆かかりつけ歯科医を持ちましょう

地域や関係団体における取組

- ◆地域での会食等では食事・おやつ・飲み物の内容に気を配りましょう
- ◆地域で^{はちまるにいます}8020運動(80歳で20本の歯)を推進しましょう
- 歯科医師会
- ◆小学6年生児童を対象により歯のコンクールを実施し、予防意識の向上を図ります
- ◆よい歯の高齢者表彰者事業を実施し、8020運動を推進します

行政における取組

① 歯と口腔に関する正しい知識・情報の提供

- ◆乳幼児の保護者に歯の健康の重要性等の周知・啓発を図ります
- ◆歯と口腔の健康に関する正しい知識の普及を図ります
- ◆むし歯予防のためのおやつ・飲み物の選び方の知識の普及をします

施策・事業	対象	活動主体	担当課
歯と口腔の健康に関する知識や情報の提供	市民全体	市	健康課
幼児教室(1歳児・2歳児)	幼児とその保護者	市	こども未来課
歯みがき相談	乳幼児	市	こども未来課
介護予防教室	高齢者	市	高齢介護課

施策・事業	対象	活動主体	担当課
学校保健での歯や口の健康に関する知識や情報の提供	小中学生	各学校	学校教育課
子育て支援センターでの講座	乳幼児とその保護者	子育て支援センター	こども未来課

② ライフステージに応じた歯科健診の推進

- ◆ライフステージに応じた歯科健診を推進します
- ◆歯科健診等について各種団体・組織や事業者等との連携を図りながら、効果的な受診勧奨を進めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
幼児歯科健診(1歳6か月児健診・3歳児健診)	幼児	市	こども未来課
保育所・幼稚園等における歯科健診	幼児	各園等	こども未来課
学校における歯科健診	小中学生	各学校	学校教育課
妊婦歯科健診	妊婦	歯科医師会	こども未来課
8020歯科口腔健診	20～74歳	歯科医師会	健康課
ぎふ・さわやか口腔健診	75歳以上	歯科医師会	保険医療課

③ むし歯・歯周病対策の推進

- ◆関連する事業・イベント等の積極的な情報提供・発信に努めます
- ◆幼児へのフッ素塗布事業や小中学校でのフッ化物洗口事業等むし歯予防に関する取組を行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
はじめてのフッ素塗布事業	1歳児	歯科医師会	こども未来課
小中学校でのフッ化物洗口事業	小中学生	各学校	学校教育課
小学6年生児童のよい歯のコンクールを実施	小学6年生	歯科医師会	学校教育課
8020よい歯の高齢者表彰者 (西濃口腔保健協議会主催)を市報で紹介	80歳以上	歯科医師会	健康課
健康展で歯に関する情報の提供	市民全体	歯科医師会	健康課

基本方針2. 生活習慣病と感染症の発症・重症化予防



スローガン: 自分の健康状態を知り、健康づくりに努めましょう

1. 生活習慣病(NCDs)

生活習慣病(NCDs)は、食習慣や運動習慣、休養、喫煙、飲酒、ストレス等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群であり、がん・心疾患・糖尿病・COPD等があります。健康的な生活習慣を身につけ、発症及び重症化を予防することが重要です。

また、定期的に健診やがん検診を受け、早期発見や早期治療につなげるとともに、自分の健康状態を確認することにより、生活習慣の改善に努めることが大切です。

(1)目標と成果指標

- ① 定期的に健(検)診を受ける人が増える
- ② 健診結果を正しく理解することができる

指標		現況値	目標値	出典
国保特定健康診査の受診率の増加	40～74歳	38.9%	60.0%	国保データベースシステム
胃がん検診受診率の増加	40歳以上	4.2%	9.0%以上	海津市保健事業報告
肺がん検診受診率の増加	40歳以上	24.5%	26.0%以上	海津市保健事業報告
大腸がん検診受診率の増加	40歳以上	14.9%	25.0%以上	海津市保健事業報告
乳がん検診受診率の増加	40歳以上女性	20.2%	23.0%以上	海津市保健事業報告
子宮頸がん検診受診率の増加	20歳以上女性	13.2%	17.0%以上	海津市保健事業報告
健診の結果説明を受ける人の増加	30～74歳	94.7%	98.0%以上	国保特定健診・生活習慣病健診
COPDの認知度の上昇(再掲)	成人	46.1%	95.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆定期的に健(検)診を受けましょう
- ◆家族で声をかけあい、受診しましょう

地域や関係団体における取組

- ◆生活習慣病やがん等の知識と情報を得る機会をつくりましょう
 - ◆地域で受診勧奨をする等、声かけをしましょう
- 医師会**
- ◆健(検)診の実施、特定健診後の結果説明を行います
 - ◆行政と連携を図り、健康に関する情報提供や意識啓発を行います

行政における取組

① 生活習慣病予防及び健診の推進

- ◆生活習慣病やがんに関する正しい知識・情報を提供します
- ◆健診・がん検診の必要性や健(検)診に関する正しい知識・情報を提供します
- ◆受診しやすい健(検)診を目指し、受診方法や条件等の内容の充実を図ります
- ◆健診やがん検診等について各種団体や事業者等との連携を図りながら、効果的な受診勧奨を行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
健診の重要性の周知、健診結果の活用方法などに関する周知・啓発	市民全体	市	保険医療課 健康課
特定健診・特定保健指導の実施	40～74 歳 国保加入者	医師会 市	保険医療課 健康課
生活習慣病健診の実施	30～39 歳	医師会	健康課
ぎふ・すこやか健診の実施	75 歳以上	医師会	保険医療課
まちづくり出前講座での生活習慣病予防に関する講話	市民全体	市	健康課
人間ドック費用の助成(国保・後期加入者)	40 歳以上	市	保険医療課

② がん予防、各種がん検診等の推進

- ◆生活習慣病やがんに関する正しい知識・情報を提供します(再掲)
- ◆健診・がん検診の必要性や健(検)診に関する正しい知識・情報を提供します(再掲)
- ◆受診しやすい健(検)診を目指し、受診方法や条件等の内容の充実を図ります(再掲)
- ◆健診やがん検診等について各種団体・組織や事業者等との連携を図りながら、効果的な受診勧奨を行います(再掲)
- ◆検診結果により、適正な治療を促し、自己管理を支援します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
がん・がん予防に関する知識・情報の提供	市民全体	市	健康課
がんに関する相談支援(要精密検査対象者への受診勧奨など)	成人	市	健康課
各種がん検診の実施	成人	医師会 市	健康課
肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診の実施	成人	医師会	健康課
各種がん検診の受診勧奨	成人	市	健康課

2. 感染症

感染予防対策の周知や情報収集・早期発見をはじめとする平時からの取組や、発生時において迅速に対応するための体制の充実を図るとともに、近年、感染症の発生動向に変化がみられる中、新興感染症の感染拡大時においても継続的に健康的な生活を送れるよう、感染症についての正しい知識と対応の普及啓発が必要です。

また、予防接種の必要性を啓発し接種勧奨に努め、接種しやすい予防接種体制を整えることで、集団予防及び個人予防につなげるとともに、日常生活での手洗い・うがいなどの衛生管理を行い、健康管理の一つとして、感染症予防に取り組むことが重要です。

(1)目標と成果指標

- ① 感染症について正しい知識を持つ人が増える
- ② 感染症予防を意識した行動をする人が増える

指標		現況値	目標値	出典
感染症情報の発信 (市報、HP、メール配信等)の増加	件数	26件	10件	健康課
結核検診受診率の増加	65歳以上	20.6%	25.0%	結核健康診断報告
高齢者インフルエンザ予防接種 接種率の増加	65歳以上	51.9%	50.0%	海津市保健事業報告
麻疹風しん第2期予防接種 接種率の増加	就学の 1年前の児	94.9%	98.0% 以上	海津市保健事業報告

※新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、目標値を現況値より低く設定している指標があります

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆感染症予防のために手洗い・うがいを心がけましょう
- ◆食中毒予防のために適正な食品管理をしましょう
- ◆予防接種の効果・副反応を理解したうえで、適切な時期に接種を受けましょう
- ◆肝炎ウイルス検診、結核検診、胃がんリスク検診(ピロリ菌)を受け、感染の有無を確認し、感染がある時は適正な治療を受けましょう

地域や関係団体における取組

- ◆感染症のまん延防止についての知識を得ましょう
 - ◆職場や地域等で感染が疑われる場合は、感染症に応じた対応を行いましょう
- 食品衛生協会
- ◆食中毒予防パレードを実施し、安全な食品の管理について啓発します

行政における取組

① 感染症に関する知識の普及・啓発

- ◆感染症の正しい知識の普及と予防策の啓発をします
- ◆食中毒に関する知識の普及と予防策の啓発をします

施策・事業	対象	活動主体	担当課
感染症に関する情報提供(市報、HP)	市民全体	市	健康課
小中学校での保健授業(性感染症等)	小中学生	各学校	学校教育課
まちづくり出前講座(食中毒予防、インフルエンザ、ノロウイルス等の感染予防)	市民全体	市	健康課

② 予防接種に関する取組

◆予防接種についての情報提供と接種の勧奨に努めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
乳幼児・学童への定期予防接種事業	小児	医師会	健康課
高齢者への定期予防接種事業	高齢者	医師会	健康課
任意予防接種助成事業	市民全体	医師会	健康課
予防接種についての接種勧奨 (乳幼児健診、教室、就学時健診等)	小児と その保護者	市	健康課

③ 感染性疾患に対する取組

◆結核の発見のため、結核検診を実施します
 ◆肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診を実施します
 ◆検診結果により、適正な治療を促し、自己管理を支援します
 ◆新型インフルエンザ対策行動計画等の感染症に関する対応マニュアル等の整備と更新を行い、発生時に速やかに対応できるよう備えます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診の実施	成人	医師会	健康課
肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診の受診勧奨 及び情報提供	成人	市	健康課
結核検診の実施	高齢者	市	健康課
地域結核対策委員会の開催	小中学生	市	学校教育課
結核検診の受診勧奨及び情報提供	高齢者	市	健康課
新型インフルエンザ対策行動計画等の対応マニュアル の整備	市民全体	市	健康課

④ 感染症発生時の対応について _____

- ◆感染症の正しい知識の普及と予防策の啓発をします(再掲)
- ◆食中毒に関する知識の普及と予防策の啓発をします(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
感染症の流行状況について情報提供 (市報、広報無線、HP、メール配信)	市民全体	市	健康課
新型インフルエンザ対策行動計画等の対応マニュアル に沿った行動	市民全体	市	健康課

3. 健康管理

健康寿命の延伸を実現するためには、一人ひとりが生活習慣に関する正しい知識を身につけ、必要に応じて、生活習慣の見直しを図るとともに、健康づくりをサポートしていくことにより、生活習慣病の発症及び重症化を予防していくことが必要です。

壮年期には肥満対策に重点を置いた生活習慣病の発病予防、高齢期からは、加齢による口腔機能の低下、低栄養、運動機能・認知機能の低下、フレイル進行予防など、ライフステージに応じた健康づくりを推進します。

また、個人の努力だけでは難しい健康づくりについて、情報提供や支援等を行うことで、ボランティア団体や関係機関などと連携し、各々の特性を活かした活動ができる環境の構築を図ります。

(1)目標と成果指標

- ① 健康づくりについて正しい知識を持つ人が増える
- ② 自分の健康増進のために取り組む人が増える

指標			現況値	目標値	出典
健康講座の受講者数の増加		人数	376人	900人以上	健康教育事業
介護予防教室の受講者数の増加		人数	1,583人	2,000人以上	介護予防事業
国保特定保健指導の実施率の増加		40～74歳	21.7%	60.0%以上	国保データベースシステム
適正体重	肥満者(BMI25以上)の減少	40～60歳代男性	33.5%	30.0%以下	市民アンケート
	【新】やせの人(BMI18.5未満)の減少	10～30歳代女性	17.4%	15.0%以下	市民アンケート
	低栄養傾向者(BMI20以下)の増加抑制	65歳以上	18.1%	15.0%以下	市民アンケート
【新】家庭血圧を測定している者の増加		成人	38.1%	現状値以上	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆規則正しい生活習慣を身につけましょう
- ◆自分の身体に関心を持ちましょう
- ◆かかりつけ医を決め、自分の健康状態や病気について気軽に相談できる環境をつくりましょう
- ◆適正体重を維持しましょう

地域や関係団体における取組

- ◆自治会等で健康を考え、実践する機会をつくりましょう
- ◆生活習慣病やがん等の知識と情報を得ましょう
- 医師会
- ◆健(検)診の実施、特定健診後の結果説明を行います(再掲)
- 薬剤師会
- ◆かかりつけ薬局の普及をします

行政における取組

① 健康づくりに関する情報提供

- ◆健康づくりの強化月間として健康月間を設け、健康づくりに関連する事業に積極的に取り組みます
- ◆健康づくりに関する情報提供、発信の充実を図ります

施策・事業	対象	活動主体	担当課
健康づくりに関する広報活動	市民全体	市	健康課
まちづくり出前講座での健康づくりに関する講話	市民全体	市	健康課
介護予防リーダーの養成	高齢者	市	高齢介護課
認知症サポーターの養成講座	市民全体	市	高齢介護課
いきいきクラブ海津活動への支援	いきいきクラブ 海津	いきいきクラブ 海津	高齢介護課
認知症に関する情報の提供 (認知症カフェ、認知症簡易チェックサイト、海津市 認知症あんしんガイドブック配布等)	成人	市	高齢介護課

② 健康の維持と健康づくり活動の推進

- ◆健康づくりの強化月間として健康月間を設け、健康づくりに関連する事業に積極的に取り組みます(再掲)
- ◆健診後の支援として特定保健指導の充実を図るとともに、相談窓口の周知等を行い、利用を勧奨します
- ◆健診結果を踏まえた健康づくり活動の支援等、「健診」と「健康づくり」を効果的につなぐ取組を進めます
- ◆かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を推奨します
- ◆ライフステージに応じた望ましい生活習慣の習得や改善に向けた健康づくりを促進します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
特定保健指導等の利用勧奨、健診結果の活用支援	市民全体	市	保険医療課 健康課
健康づくりに関する情報提供・発信の充実	市民全体	市	健康課
健康月間での健康づくり事業の取組	市民全体	市	健康課
かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局の推奨・啓発	市民全体	市	健康課
体組成測定・お食事相談の実施	成人	市	健康課
健康づくりサークルへの活動支援	成人	市	健康課
介護予防教室(フレイル、ロコモ、低栄養、口腔、認知症等)	高齢者	市	高齢介護課
健康展での啓発活動	市民全体	市	健康課

基本方針3. 生涯を通じた健康づくり



社会の多様化や、人生100年時代が到来することを考慮すると、集団・個人の特性をより重視しつつ健康づくりを行うことが重要です。

健康課題やそれらを取り巻く状況は、ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階)ごとに異なっています。こうした現状も考慮し、ライフステージに応じた健康づくりの取組を進める必要があります。

加えて、現在の生活習慣や社会環境等が将来の自らの健康状態や次世代の健康状態に影響を与える可能性があることを考慮し、胎生期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点も取り入れた健康づくりを進めることも重要です。

スローガン:生涯にわたり健やかに暮らせるよう健康づくりに努めましょう

1. 次世代の健康

次世代の健康を支えるには、妊婦や子どもの健康増進が重要であり、妊娠期や乳幼児期からの定期的な健診受診や予防接種による疾病予防、適切な生活習慣の形成は将来の健康な身体づくりの基盤となります。

また、思春期は、成人への移行期でもあり、この時期の生活習慣はその後の健康づくりに大きく影響する中、近年、思春期の子どもたちを取り巻く生活環境の変化に伴い、喫煙・飲酒、朝食の欠食や肥満・痩身傾向、生活習慣病の若年化等、将来において様々な健康への影響が懸念されています。

そのため、子ども自身が健康の重要性について知識を身につけられるよう、知識の普及と理解を促進し、自ら正しい判断ができるよう支援していくことが重要です。

さらに、子どもの養育者である保護者が家庭や地域で孤立しないように、地域全体で支援していくとともに、相談、支援を受ける機会や支援体制の充実を図ることが重要です。

(1)目標と成果指標

- ① 妊娠・出産・育児について正しい知識を持つ人が増える
- ② 楽しんで子育てできる人が増える
- ③ 将来に向けて健康的な生活を実践する子が増える

指標		現況値	目標値	出典
妊娠11週以前の妊娠届出者の増加	割合	94.6%	維持	妊娠届
パパママ学級(妊婦とその家族を対象とした教室)の受講率の増加	妊婦とその家族	36.4%	維持	海津市保健事業報告
乳幼児健診受診率	乳児	100.0%	維持	海津市保健事業報告
今後も地域で子育てをしたい人の増加	乳幼児の保護者	90.6%	95.0%以上	乳幼児健診問診票
20歳未満で喫煙経験がある人の減少【再掲】	中学生	0.0%	0.0%	市民アンケート
20歳未満で飲酒経験がある人の減少【再掲】	中学生	6.3%	0.0%	市民アンケート
妊娠中に喫煙した人の減少	妊婦	1.7%	0.0%	乳児健診問診票
妊娠中に飲酒した人の減少	妊婦	0.0%	0.0%	乳児健診問診票
肥満傾向にある子どもの減少 (小学5年生の中等度・高度肥満児の割合)	男子	10.7%	5.0%以下	海津市学校保健会
	女子	9.5%	5.0%以下	海津市学校保健会
携帯電話やインターネットは、時間を決めて使用している子の増加	小学生	74.0%	75.0%以上	家庭内情報機器通信アンケート
	中学生	70.0%	75.0%以上	家庭内情報機器通信アンケート
1週間の総運動時間が60分未満の子(小学5年生)の減少【再掲】	男子	11.2%	減少	全国体力・運動能力・運動習慣等調査
	女子	11.6%	減少	全国体力・運動能力・運動習慣等調査

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆妊娠・出産を迎える前に、自分のライフプランを考え、行動する力を養いましょう
- ◆妊娠・出産に向けて正しい知識と情報を得ましょう
- ◆妊娠中の心と体の変化を理解し、適切な健康管理を行いましょう
- ◆健診等で子どもの健康・発育・発達状態を確認しましょう
- ◆行政サービスを利用しながら、子育てを楽しみましょう
- ◆親子で早寝・早起き・朝ごはんに取り組み、一日の生活リズムを整えましょう
- ◆身体を使って元気に外遊びをする習慣を親子で作りましょう
- ◆情報機器と上手に付き合うための、知識や情報を得ましょう
- ◆喫煙や飲酒について正しい知識を身につけましょう
- ◆性感染症予防のために正しい知識や情報を得て、行動しましょう

地域や関係団体における取組

- ◆妊産婦の体調や気持ちを理解し、安心して妊娠・出産、子育てができる環境づくりをしましょう
- ◆誰もが子育てを楽しいと感じられるように、支え合う心を大切にしましょう
- ◆地域の中で子どもの成長を見守り、いのちの大切さを一緒に考えたり伝えたりしましょう
- ◆喫煙や飲酒について子どもたちへ影響を及ぼさないようにしましょう
- ◆地域で子育てについて話し合いましょう
- ◆子育て中の家族を見守り、応援していきましょう

行政における取組

① 安心して妊娠・出産ができるための支援体制の強化

- ◆妊婦への相談対応を通して健康管理を行います
- ◆妊婦同士の交流の場や学びの場を提供します
- ◆ハイリスク妊産婦については関係機関と連携して継続した支援を行います
- ◆各地域で親子が集える場の提供に努めます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
不育症・不妊症治療費助成事業	市民全体	市	こども未来課
母子健康手帳交付	妊婦	市	こども未来課
妊産婦健康診査費用助成	妊婦	市	こども未来課
パパママ学級(再掲)	妊婦とその家族	市	こども未来課
妊婦相談(再掲)	妊婦	市	こども未来課

② 乳幼児の発育・成長促進と家族への支援

- ◆子どもの健診や予防接種が受けやすい環境づくりに努めます
- ◆妊産婦や乳幼児・就学時健診・学校健診を通して異常の早期発見及び適切な支援活動を行います
- ◆健診や相談等、関係機関と連携し親子の成長や発達の支援を行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
新生児・乳幼児訪問(再掲)	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
育児相談(再掲)	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
乳幼児健診・乳幼児教室(再掲)	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
地域子育て支援拠点事業(子育て支援センター)(再掲)	乳幼児とその保護者	子育て支援センター	こども未来課
母子保健推進員の活動支援(再掲)	母子保健推進員	母子保健推進員	こども未来課
発達相談(発達支援センター)(再掲)	園児 小中学生 その保護者	発達支援センター	こども未来課
就学時健診	年長児	各学校	学校教育課

③ 学童期・思春期から成人期に向けた保健対策

- ◆情報モラル教育等、情報通信機器との上手な付き合い方について、啓発に取り組みます

施策・事業	対象	活動主体	担当課
小中学校での保健授業(性教育、薬物乱用等)	小中学生	各学校	学校教育課
いのちの教育(再掲)	中学生	各中学校 市	学校教育課
中学校における喫煙防止教室(防煙教室)(再掲)	中学生	各学校	学校教育課
小中学校における飲酒防止教育(再掲)	小中学生	各学校	学校教育課
情報モラル教育	小中学生	各学校 市	文化・スポーツ課
学校健診	小中学生	各学校	学校教育課

④ 子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり

◆子どもの成長・発達について、地域での見守りを推進します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
子育て支援に関する広報活動(ガイドブックの作成、子育てサイト HP の運営管理)	市民全体	市	こども未来課
母子保健推進員への研修等	母子保健推進員	市	こども未来課
20歳未満者の飲酒防止についての啓発(再掲)	市民全体	市	健康課
受動喫煙防止の取組(分煙、喫煙マナーの周知・啓発)(再掲)	市民全体	市	健康課
子育てに関する講座(にこにこ子育て応援講座)	子育て中の人	にこにこ子育て応援隊	文化・スポーツ課

2. 働き盛り世代の健康

働き盛り世代は社会の支え手であるとともに、子育てや介護等の役割も併せ持っています。また今後、急速に高齢化が進むことから現在の働き盛り世代の健康維持が重要です。

一方、働き盛り世代は食事や運動等の生活習慣に目を向ける時間的ゆとりを持ち難い状況にあります。この時期の不適切な生活の積み重ねが生活習慣病に与える影響が大きいことから、健康状態を把握し、健康意識を向上させるためにも、定期的な健康診査やがん検診の受診が重要です。また、メンタルヘルス対策の推進も必要です。

(1)目標と成果指標

- ① 生活習慣の改善に取り組む人が増える
- ② ストレスへの対処・解消できる人が増える

指標		現況値	目標値	出典
肥満者(BMI25以上)の減少【再掲】	40～60歳代 男性	33.5%	30.0% 以下	市民アンケート
習慣的に運動する人の増加【再掲】	20～64歳 男性	24.5%	30.0%	市民アンケート
	20～64歳 女性	15.8%	20.0%	市民アンケート
国保特定健康診査の受診率の増加【再掲】	40～74歳	38.9%	60.0%	国保データベース システム
喫煙する人の減少(喫煙をやめたい人がやめる) 【再掲】	20歳以上 男性	22.6%	20.0% 以下	市民アンケート
	20歳以上 女性	4.1%	3.0% 以下	市民アンケート
成人のほぼ毎日飲酒する人の減少【再掲】	40～74歳 男性	38.5%	32.0% 以下	国保データベース システム
	40～74歳 女性	7.6%	5.0% 以下	国保データベース システム
自分にあったストレス解消をしている人の増加 【再掲】	20～64歳	54.9%	60.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆こまめに身体を動かすことを意識しましょう(再掲)
- ◆自分の身体に適した運動をみつけ、実践しましょう(再掲)
- ◆いろいろな運動やスポーツを体験する機会や場を利用しましょう(再掲)
- ◆十分に睡眠をとりましょう(再掲)
- ◆お互いに心身の疲れに気づき、声かけや話を聞いたり、必要な時には専門機関へ相談したりすることを促しましょう(再掲)
- ◆心配ごとを相談できる場や人を持ちましょう(再掲)

地域や関係団体における取組

- ◆職場で運動する時間をつくりましょう(再掲)
- ◆軽スポーツ教室やスポーツイベント等を開催し、運動する機会を提供しましょう(再掲)
- ◆職場等で相談機関を紹介し、相談できるようきっかけをつくりましょう(再掲)

行政における取組

① 働き盛り世代の健康

- ◆習慣的に身体を動かすことの重要性・必要性を知ってもらうための機会や場を提供します(再掲)
- ◆運動習慣の確立に取り組むための具体的な方法を知り、身につけるための機会や場を提供します(再掲)
- ◆生活習慣病やがんに関する正しい知識・情報を提供します(再掲)
- ◆健診・がん検診の必要性や健(検)診に関する正しい知識・情報を提供します(再掲)
- ◆受診しやすい健(検)診を目指し、受診方法や条件等の内容の充実を図ります(再掲)
- ◆健診やがん検診等について各種団体・組織や事業者等との連携を図りながら、効果的な受診勧奨を行います(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
身体活動・運動の重要性に関する意識づくり(再掲)	市民全体	市	健康課
生活習慣病予防教室(再掲)	成人	市	健康課
健診の重要性の周知、健診結果の活用方法などに関する周知・啓発(再掲)	市民全体	市	保険医療課 健康課

施策・事業	対象	活動主体	担当課
特定健診・特定保健指導の実施(再掲)	40～74歳 国保加入者	医師会 市	保険医療課 健康課
生活習慣病健診の実施(再掲)	30～39歳	医師会	健康課
人間ドック費用の助成(国保・後期)(再掲)	40歳以上	市	保険医療課
各種がん検診の実施(再掲)	成人	医師会 市	健康課
【新】自転車通勤の広報啓発(再掲)	成人	市	生活・環境課
【新】子育て世代向け自転車の購入補助(再掲)	子育て世代	市	企画課 生活・環境課
【新】自転車運動による効果の啓発(再掲)	市民全体	市	企画課

② メンタルヘルス対策

- ◆ライフステージに応じた悩みや不安等、相談できる場の提供、相談機能の整備・充実を図ります(再掲)
- ◆関係機関・団体や専門機関等との連携により、相談機能の充実を図ります(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
悩みごと相談(再掲)	市民全体	市	社会福祉課
相談支援の充実 (職員の資質の向上、各相談機関の連携・体制の強化) (再掲)	各相談機関	各相談機関	各担当課
健康づくりのための睡眠ガイド2023指針の紹介 (再掲)	市民全体	市	健康課

3. 高齢者の健康

高齢期は加齢による心身の変化から、今までとは違った健康課題が生じてくる時期となっています。

今後さらに高齢化が進行する中、高齢者の健康づくりを進め、健康寿命の延伸につなげていくことが重要であり、生活習慣の改善や社会参加を促進することが求められます。

高齢になっても生活の質を維持し、生きがいを持って生活するためには、自立した社会生活を営むとともに、個人の状態に見合った食事や運動を身につけ、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)やフレイル、認知機能低下の予防に努めることが重要です。

また、通いの場等の居場所づくりや、外出の機会を増やすなど地域における人と人とのつながりを大切にし、自主的に健康づくり活動に取り組むことが求められます。

(1)目標と成果指標

① 健康寿命の延伸のため、生活習慣の改善や社会参加をする人が増える

指標		現況値	目標値	出典
意識的に運動を心掛けている人の増加【再掲】	65歳以上男性	76.2%	80.0%	市民アンケート
	65歳以上女性	82.1%	85.0%	市民アンケート
睡眠による休養が取れている人の増加【再掲】	65歳以上	77.8%	80.0%	市民アンケート
自分にあったストレス解消をしている人の増加【再掲】	65歳以上	59.1%	65.0%	市民アンケート
咀嚼良好者の増加(何でも噛んで食べることができる人の増加)【再掲】	60歳以上	64.6%	70.0%以上	市民アンケート
低栄養傾向者(BMI20以下)の増加抑制【再掲】	65歳以上	18.1%	15.0%以下	市民アンケート
健康づくりに関連した地域活動をする人の増加	65歳以上	44.6%	50.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆規則正しい生活習慣を身につけましょう(再掲)
- ◆自分の身体に関心を持ちましょう(再掲)
- ◆定期的に健康診査・各種がん検診を受診しましょう(再掲一部修正)
- ◆かかりつけ医を決め、自分の健康状態や病気について気軽に相談できる環境をつくりましょう(再掲)
- ◆適正体重を維持しましょう(再掲)
- ◆こまめに身体を動かすことを意識しましょう(再掲)
- ◆いろいろな運動やスポーツを体験する機会や場を利用しましょう(再掲)
- ◆十分に睡眠をとりましょう(再掲)
- ◆同じ趣味の仲間やサークル、いきいきクラブ海津等交流の場に参加し、つながりを持ちましょう(再掲一部修正)

地域や関係団体における取組

- ◆自治会等で健康を考え、実践する機会をつくりましょう(再掲)
- ◆生活習慣病やがん等の知識と情報を得ましょう(再掲)
- ◆自治会・いきいきクラブ海津等で栄養に関して学ぶ機会をつくりましょう(再掲一部修正)
- ◆軽スポーツ教室やスポーツイベント等を開催し、運動する機会を提供しましょう(再掲)
- ◆いきいきクラブ海津の活動に、運動に関する行事を取り入れましょう(再掲)

行政における取組

① 生活習慣病の重症化予防

- ◆受診しやすい健(検)診を目指し、受診方法や条件等の内容の充実を図ります(再掲)
- ◆習慣的に身体を動かすことの重要性・必要性を知ってもらうための機会や場を提供します(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
ぎふ・すこやか健診の実施(再掲)	75 歳以上	医師会	保険医療課
生活習慣病予防教室(再掲)	成人	市	健康課
健康づくりのための睡眠ガイド2023指針の紹介(再掲)	市民全体	市	健康課

② 介護予防のための生活習慣の改善

- ◆栄養・食生活の重要性、必要性を知り、学習するための機会や場を提供します(再掲)
- ◆身体活動や運動・スポーツに取り組む機会や場を提供します(再掲)
- ◆趣味や生きがいづくりの機会や場を提供するため、各種サークル活動等を支援します(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
高齢者学級(再掲)	高齢者	市	文化・スポーツ課
介護予防教室(再掲)	高齢者	市	高齢介護課
いきいきクラブ海津の活動 (軽スポーツ大会、クロリティー大会など)(再掲)	高齢者	いきいきクラブ 海津	高齢介護課
シルバー人材センターの活動支援(再掲)	高齢者	シルバー人材 センター	高齢介護課
生活支援サポーターの養成(再掲)	高齢者	社会福祉 協議会	高齢介護課
いきいきクラブ海津の活動の充実(再掲)	いきいきクラブ 海津	いきいきクラブ 海津	高齢介護課
【新】高齢者向け自転車の購入補助(再掲)	高齢者	市	企画課 生活・環境課
【新】自転車運動による効果の啓発(再掲)	市民全体	市	企画課

4. 女性の健康

女性は、出産などによる心身の変化や、ライフステージごとに女性ホルモンが変化する特性を考慮し、各段階における健康課題の解決を図ることが必要です。

特に妊娠期での生活習慣は、子どもの健康に影響を与えるため、飲酒・喫煙の防止などの取組を進めることが求められます。

また、一般的に女性は男性に比べてアルコールの分解速度が遅いため、体重当たりの飲酒量が同じでも肝臓障害などの臓器障害を起こしやすいことが知られています。

生活習慣の見直し・改善を進めるとともに、女性の特性に関連した疾病の予防や早期発見のため、乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診の受診率の増加の推進が求められます。

(1) 目標と成果指標

① ライフステージに応じた健康課題を解消できる人が増える

指標		現況値	目標値	出典
習慣的に運動する人の増加【再掲】	20～64歳女性	15.8%	20.0%	市民アンケート
	65歳以上女性	22.8%	40.0%	市民アンケート
喫煙する人の減少(喫煙をやめたい人がやめる)【再掲】	20歳以上女性	4.1%	3.0%以下	市民アンケート
【新】成人のほぼ毎日飲酒する人の減少【再掲】	20歳以上女性	4.1%	3.0%以下	市民アンケート
【新】やせの人(BMI18.5 未満)の減少【再掲】	10～30歳代女性	17.4%	15.0%以下	市民アンケート
乳がん検診受診率の増加【再掲】	40歳以上女性	20.2%	23.0%以上	海津市保健事業報告
子宮頸がん検診受診率の増加【再掲】	20歳以上女性	13.2%	17.0%以上	海津市保健事業報告
【新】骨粗鬆症健診受診率の増加	女性	4.2%	10.0%	海津市保健事業報告

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆規則正しい生活習慣を身につけましょう(再掲)
- ◆自分の身体に関心を持ちましょう(再掲)
- ◆かかりつけ医を決め、自分の健康状態や病気について気軽に相談できる環境をつくりましょう(再掲)
- ◆定期的に歯科健診を受けましょう(再掲)
- ◆歯科健診の結果を正しく理解し、今後の口腔ケアに役立てましょう(再掲)
- ◆適正体重を維持しましょう(再掲)
- ◆心配ごとを相談できる場や人を持ちましょう(再掲)
- ◆たばこが身体に及ぼす影響を知りましょう(再掲)
- ◆飲酒についての正しい知識を得ましょう(再掲)

地域や関係団体における取組

- ◆職場等で相談機関を紹介し、相談できるようきっかけをつくりましょう(再掲)
- ◆会社や地域でたばこの害について学ぶ機会をつくりましょう(再掲)
- ◆20歳未満者・妊婦・授乳中の人を飲酒に巻き込まないようにしましょう(再掲)
- ◆自治会等で健康を考え、実践する機会をつくりましょう(再掲)

医師会

- ◆健(検)診の実施、特定健診後の結果説明を行います(再掲)

行政における取組

① ライフステージに合わせた女性の健康づくりの推進

- ◆妊産婦の喫煙が胎児や乳児に及ぼす影響等についての情報提供を積極的行います(再掲)
- ◆ライフステージに応じた歯科健診を推進します(再掲)

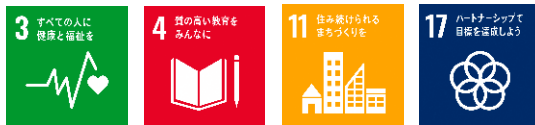
施策・事業	対象	活動主体	担当課
妊産婦に対するたばこ健康に関する情報提供(再掲)	妊産婦	市	こども未来課
妊産婦に対する飲酒と健康に関する情報提供(再掲)	妊産婦	市	こども未来課
妊婦歯科健診(再掲)	妊婦	歯科医師会	こども未来課
8020歯科口腔健診(再掲)	20～74 歳	歯科医師会	健康課
ぎふ・さわやか口腔健診(再掲)	75 歳以上	歯科医師会	保険医療課
特定健診・特定保健指導の実施(再掲)	40～74 歳 国保加入者	医師会 市	保険医療課 健康課
生活習慣病健診の実施(再掲)	30～39 歳	医師会	健康課
人間ドック費用の助成(国保・後期加入者)(再掲)	40 歳以上	市	保険医療課
各種がん検診の実施(再掲)	成人	医師会 市	健康課

② 女性の健康週間等の機会を通じて関係団体と連携した取組の推進

- ◆健康づくりの強化月間として健康月間を設け、健康づくりに関連する事業に積極的に取り組みます(再掲)
- ◆関係機関・団体や専門機関等との連携により、相談機能の充実を図ります(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
健康月間での健康づくり事業の取組(再掲)	市民全体	市	健康課
母子保健推進員の活動支援(再掲)	母子保健 推進員	母子保健 推進員	こども未来課

基本方針4. 健康を支える社会環境づくり



スローガン: 地域社会全体で健康づくりを盛り上げましょう

1. 健康を支える社会環境づくり

健康づくりの推進に向けては、個人の主体的な行動と健康状態の改善に加えて、健康づくりに関連する団体や自主グループと連携し、活動を支援することで健康を支える環境を整備するなど、社会全体で個人の健康を支える環境を整備することが必要です。

また、自ら健康づくりに取り組む人だけでなく、健康に関心の薄い人も含め、誰もが健康づくりに取り組めるよう、個人・家庭だけではなく、地域、学校、企業・職場等における社会基盤の整備が求められます。

(1) 目標と成果指標

- ① 健康づくりを担う人が増える
- ② 地域や社会につながりを持つ人が増える

指標		現況値	目標値	出典
健康づくりに関連した地域活動をする人の増加【再掲】	成人	40.4%	45.0%	市民アンケート
地域の人々とのつながりが強いと思う人の増加	成人	35.3%	40.0%以上	市民アンケート
地域等で共食している者の増加	成人	57.4%	63.0%	市民アンケート

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆健康づくりに関心を持ちましょう
- ◆健康づくりに関する情報を積極的に収集し、活用しましょう
- ◆地域の健康づくりの活動に関心を持ち、参加しましょう
- ◆地域活動等に参加し、交流を持ちましょう
- ◆地域で困っている人をみかけたら、声をかけましょう
- ◆ボランティアの養成講座に参加し、地域の健康づくりに参加しましょう

地域や関係団体における取組

- ◆健康づくりのための仲間づくりを推進しましょう
- ◆健康づくりの取組を積極的に行いましょう
- ◆地域の行事などを通じて、世代を超えたふれあいを大切にしましょう

行政における取組

① 関係団体・企業等との連携

- ◆健康づくりの推進のため、関係団体等と連携体制の構築に努め、協働して取り組むことで、健康づくりの推進を図ります
- ◆市民一人ひとりが健康づくりの取組を実践できるよう、健康づくりを行う団体と連携し、健康づくりの活動基盤を整えます
- ◆メンタルヘルス対策に関して、各種相談窓口や情報サイトを周知するなど、関係団体等が取り組みやすくなるよう支援をしていきます
- ◆食生活改善や、地域保健、母子保健の推進に関わる健康づくり組織の支援や、健康づくりのために集まった自主グループの支援を行います

施策・事業	対象	活動主体	担当課
クラブ・サークルの活動支援(再掲)	各クラブ・サークル	各クラブ・サークル	文化・スポーツ課
福祉ボランティア活動の活性化(再掲)	市民全体	社会福祉協議会	社会福祉課
シルバー人材センターの活動支援(再掲)	高齢者	シルバー人材センター	高齢介護課
健康づくりサークルへの活動支援(再掲)	成人	市	健康課
【新】飲食店へ受動喫煙防止のため協力要請の実施	市内飲食店	市	健康課
【新】ヘルシーメニューを提供する飲食店をPR	市民全体	食品衛生協会	健康課

② 健康づくりを担う人材の育成

- ◆健康づくりリーダーなど健康づくりのための運動指導者や、食生活改善推進員、禁煙普及員、介護予防リーダー等のボランティアの養成や育成に取り組めます(新規提案)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
スポーツ指導者の確保・育成(再掲)	各団体	スポーツ協会等	文化・スポーツ課
介護予防リーダーの養成(再掲)	高齢者	市	高齢介護課
認知症サポーターの養成講座(再掲)	市民全体	市	高齢介護課
地域活動リーダーの育成(再掲)	市民全体	市	生活・環境課
生活支援サポーターの養成(再掲)	高齢者	社会福祉協議会	高齢介護課
ゲートキーパー養成講座(再掲)	市民全体	市	社会福祉課
母子保健推進員への研修等(再掲)	母子保健推進員	市	こども未来課

施策・事業	対象	活動主体	担当課
食生活改善推進員の養成と育成(再掲)	市民全体	市	健康課

③ 社会とのつながりを持つことができる環境整備

- ◆市民が健康に関する住民活動に積極的に参加できるよう、各団体やグループ活動を周知します
- ◆健康づくりに気軽に取り組めるプログラムが実施できるよう、各団体やグループ活動への支援を行います
- ◆通いの場の創設や健康づくり事業の開催等を含め、外出の機会を創出し、社会活動に参加する人の増加を図ります
- ◆高齢者の居場所づくりや生きがいづくりを支援し、高齢者の社会参加の機会を提供します

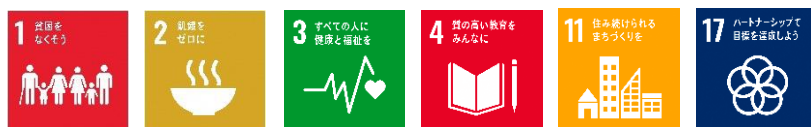
施策・事業	対象	活動主体	担当課
総合型地域スポーツクラブの育成(再掲)	市民全体	各スポーツクラブ	文化・スポーツ課
スポーツ施設の整備・充実等(再掲)	市民全体	市	文化・スポーツ課
認知症に関する相談の充実(認知症カフェの開設など)(再掲)	成人	市	高齢介護課
高齢者学級(再掲)	高齢者	市	文化・スポーツ課
高齢者の居場所づくり	高齢者	各団体	高齢介護課
【新】市民カレッジ	市民全体	市	文化・スポーツ課
【新】市民活動団体の情報提供・マッチング	市民全体	市	生活・環境課

④ 多様な当事者へのアプローチ

- ◆悩みや問題を抱えている人のサインに気づくことができるよう、周囲の見守りやネットワークの強化を図ります
- ◆ICT等を活用した健康づくりの環境の整備を中心に、個人が望ましい健康づくりを選択しやすくなる環境の構築を進めます
- ◆健康づくりに関する情報発信、ホームページでの周知等で健康に関する情報の発信を充実します
- ◆誰もが気軽に身体を動かすための環境整備（公共の運動施設の設置、歩きやすい道路や自転車が通行しやすい道路環境の整備等）を促進します（再掲）

施策・事業	対象	活動主体	担当課
きらめきウォーキング開催(再掲)	市民全体	市	健康課
世代間交流の促進(三世代交流事業)(再掲)	市民全体	地区社協	文化・スポーツ課
まちづくり出前講座での健康づくりに関する講話(再掲)	市民全体	市	健康課
健康展での啓発活動(再掲)	市民全体	市	健康課
健康展で医療に関する情報の提供	市民全体	医師会	健康課
健康展で歯に関する情報の提供(再掲)	市民全体	歯科医師会	健康課
健康展で薬に関する相談を実施	市民全体	薬剤師会	健康課
子育て支援に関する広報活動(ガイドブックの作成、子育てサイト HP の運営管理)(再掲)	市民全体	市	こども未来課
【新】自転車通行空間の整備及び維持管理(再掲)	市民全体	市	建設都市計画課
【新】サイクリングルート of の整備(再掲)	市民全体	市	企画課 観光・交流・環境課 建設都市計画課 健康課
【新】サイクリストの活動拠点 of の整備(再掲)	市民全体	市	企画課 観光・交流・環境課 建設都市計画課
【新】サイクルラック・休憩用ベンチ of の設置促進(再掲)	市民全体	市	企画課 観光・交流・環境課
【新】ウォータースポット of の設置推進(再掲)	市民全体	市	企画課 観光・交流・環境課

基本方針5. 食育の推進



スローガン:食を通じて、心豊かに生きる力を育みましょう

1. 食育の推進

食は生きるうえでの基本であり、全ての人が心豊かで健やかに生きるためには、一人ひとりが「食」について意識を高め、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得することが必要です。

子どもだけでなく、親も含め全ての年代に対して、食について向き合う機会を充実することにより、生涯を通じ心身の健康を支える食育の推進を図るとともに、郷土に伝わる食文化と伝統料理の啓発と継承を進め、持続可能な食を支える食育を推進します。

また、効果的な情報発信を行う等、様々な観点から食育を推進します。

(1)目標と成果指標

- ① 食育に関心がある人が増える
- ② 家族や友人と食を楽しむ人が増える
- ③ 地域の産物や伝統的な食文化を知っている人が増える

指標		現況値	目標値	出典
食育の認知度の上昇	成人	40.0%	43.0%	市民アンケート
平日(5日間)に朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	小学生	8.9回※	9回	学校給食等実態調査
	中学生	6.8回※	8回	学校給食等実態調査
成人で1日1回は家族・友人と一緒に食べている人の増加	成人	57.4%	63.0%	市民アンケート
【新】主食・主菜・副菜がそろった朝食を摂っている人の割合の増加【再掲】	成人	25.1%	27.0%	市民アンケート
【新】野菜摂取量の増加 (1日当たり野菜を5皿以上食べている人) 【再掲】	成人	2.1%	5.0%	市民アンケート

※R5年度調査結果

(2)目標達成に向けての取組

個人や家庭における取組

- ◆1日1回は家族や友人と一緒に食事をしましょう
- ◆地域の産物を取り入れましょう
- ◆旬の食材を取り入れましょう

地域や関係団体における取組

- ◆地域のサロンやいきいきクラブ海津、子ども会の集まりで食育に関する活動しましょう
- ◆地産地消(地域の生産物を地域で消費すること)を推進しましょう
- 食生活改善協議会
 - ◆地元の特産品を使ったメニューを作成し、紹介します
 - ◆郷土料理を伝承できるよう活動を行います
 - ◆食育の日に街頭活動をし、食育の普及啓発に努めます
- 食品衛生協会
 - ◆食中毒予防パレードを実施し、安全な食品の管理について啓発します(再掲)

行政における取組

① 食に関する知識の普及

- ◆食育に関心を持ってもらうためのきっかけづくりを進めます
- ◆食育に関する情報提供及び推進のための啓発を行います
- ◆関係機関で連携し、食に関して一体的な取組を実施します
- ◆家族と一緒に食事を取ることを大切さを啓発します

施策・事業	対象	活動主体	担当課
パパママ学級(再掲)	妊婦とその家族	市	こども未来課
離乳食学級(再掲)	乳児保護者	市	こども未来課
親子食育教室(再掲)	小学生とその保護者	市	健康課
栄養教室(再掲)	成人	市	健康課
生活習慣病予防教室(再掲)	成人	市	健康課

施策・事業	対象	活動主体	担当課
健康展での食コーナーの設置(再掲)	市民全体	食生活改善協議会	健康課
「早寝・早起き・朝ごはん」による望ましい生活習慣の形成指導(再掲)	園児とその保護者	各園	こども未来課
学校等における食育の推進(食について考える機会等の提供など)(再掲)	小中学生	各学校	学校教育課
家庭教育学級(再掲)	園児 小中学生とその保護者	園・学校	文化・スポーツ課
保護者に対する給食試食会(再掲)	園児 小学生 その保護者	各園 各学校	こども未来課 学校教育課
高齢者学級(再掲)	高齢者	市	文化・スポーツ課
介護予防教室(低栄養、栄養改善)(再掲)	高齢者	市	高齢介護課
子育て支援センターでの講座(再掲)	乳幼児とその保護者	市	こども未来課
まちづくり出前講座(食育講座など)(再掲)	市民全体	市	健康課
体組成測定・お食事相談の実施(再掲)	成人	市	健康課
市報による情報提供(健康食育ナビ)(再掲)	市民全体	市	健康課
食育だより(再掲)	園児保護者	市	こども未来課
給食だより等による情報提供(再掲)	園児 小中学生 その保護者	給食センター	給食センター
学校等における食育の推進(保護者への情報提供など)(再掲)	園児 その保護者	市	こども未来課
学校等における食育の推進(保護者への情報提供など)(再掲)	小中学生 その保護者	市	学校教育課
ホームページによる食育情報の発信(再掲)	市民全体	市	健康課
献血時の貧血予防の推進(再掲)	献血協力者	食生活改善協議会	健康課
家庭教育通信による情報提供(にこにこ子育て通信)(再掲)	園児 小中学生 の保護者	市	文化・スポーツ課
食育月間及び食育の日の活動(再掲)	市民全体	食生活改善協議会	健康課
食物アレルギー食材の情報提供	園児 小中学生 その保護者	給食センター	給食センター
園での2次調理に対する衛生指導	各園	各園	こども未来課
食中毒予防パレードの実施	市民全体	食品衛生協会	健康課
食生活改善協議会の活動支援(再掲)	食生活改善協議会	食生活改善協議会	健康課
食育担当者支援会議の実施(再掲)	関係機関	関係機関	健康課
【新】共食の周知・啓発	市民全体	市	健康課

② 食に関する体験と地産地消

◆食育に関心を持ってもらうためのきっかけづくりを進めます(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
ヘルシークッキング(普及講習会)	成人	食生活改善協議会	健康課
学校における農業体験の実施	小学生	海津農業 フォーラム21	学校教育課 農林振興課
園等での栽培活動の実施	園児	各園	こども未来課
学校給食での地域食材の使用とその紹介	園児 小中学生 その保護者	給食センター	給食センター
地域食材の生産者の確保	市民全体	市	農林振興課
地域食材を使ったレシピの紹介	市民全体	子育て支援 センター	健康課

③ 食文化の伝承と食を通じた交流

◆食育に関心を持ってもらうためのきっかけづくりを進めます(再掲)
◆食育に関する情報提供及び推進のための啓発を行います(再掲)

施策・事業	対象	活動主体	担当課
ホームページでの郷土料理レシピの紹介	市民全体	市	健康課
学校給食での郷土料理の提供とその紹介	園児 小中学生 その保護者	給食センター	給食センター
郷土料理の紹介	市民全体	食生活改善 協議会	健康課
クラブ・サークルの活動支援(再掲)	各クラブ・ サークル	各クラブ・ サークル	文化・スポーツ課