

①基本目標

資料3-2

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！

(1) 栄養・食生活

◇行政の取組み

達成状況 達成：○ 未達成×

課題1：ライフスタイルに合わせた正しい食習慣を身につける		H30年度
取組①食に関する情報をまとめて発信できる場所を設置する		
・食育のバナーを作るなど、住民が活用しやすいようにホームページの整備を図る		○
・若い世代が情報を得やすいように、多様な場所の開拓(駅・銀行・医療機関・商業施設など)や興味を持つ方法で食に関する情報を発信していく		○
取組②料理教室など、食に関する体験の機会を増やす		
・若い世代(20～30歳代・中学生など)に対して料理教室などを開催し、食に関する体験の機会を増やす		○
取組③地域での食生活改善行動がしやすい仕組みをつくる		
・各小学校区などで「あすなる会」が活動しやすいしくみをつくる		○
取組④食に関する普及活動を実施する人材を育成する		
・「あすなる会」の養成講座の定期開催を目指す		○
・「せいか食育劇団もぐもぐ」のメンバーの増員を図る		○
取組⑤専門職による相談体制を充実させる		
・幼児健診(1歳6か月児健診・2歳児歯科健診・3歳6か月児健診)で栄養士による相談を増設し相談体制を充実させる		○
取組⑥食に関する団体・組織のネットワークを強化する		
・若い母親世代に対し、食に興味を持ってもらうための取組を「あすなる会」や子育て支援センターと連携して実施する		○
・商工会を通して、地域の商店で食の情報発信がスムーズにできるように連携していく		○
課題2：全世代において「食育」への関心を高める		
取組①地域で一緒に料理をしたり食べる機会を増やす		
・「あすなる会」のが実施する料理教室を増やせるように活動体制を強化する		○
取組②食育の意味を知っている人を増やす		
・男性や若い世代に対して情報発信を強化する		○
取組③体験型の食育イベントを増やす		
・せいか365プロジェクト「体感！野菜のそちから」において、野菜に興味をもってもらいイベントなどを実施する		○
達成率		100%

【平成30年度取り組んだこと】

食育の意味の伝達及び関心を高める啓発

- 食育啓発パネル内容の整備(交流ホール前、保健センター)
- フェイスブック、広報誌、地域での料理講習会(携帯用食育媒体)での食育啓発
- 配布物の作成とリニューアル(①食育②食事摂取量③生活習慣チェックシート④食育すごろく⑤妊婦向けパンフ)
- 「体感！野菜のそちから」プロジェクトにおける親子クッキングの開催

【今後取り組むこと】

- 「あすなる会」が活動しやすい仕組みづくり(会議の開催)
- 「せいか食育劇団もぐもぐ」のメンバー増員(会議の開催)
- 情報発信の新たな場所として、駅、医療機関、金融機関の開拓
- せいか365「あすなるクッキング」(男性、妊婦、親子、中学生・・・)の開催
- せいか365プロジェクトでの「食」推進グループの立ち上げ

基本目標 1：正しくおいしく食べましょう！

(2) 歯と口の健康

◇行政の取組み

達成状況 達成：○ 未達成×

課題1：生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わうことができる		H30年度
取組①歯の健康に関する情報を発信し、住民の歯の健康づくりに対する意識を高める		
・歯周病と生活習慣との関連や定期健診の必要性について、広報誌・ホームページの活用や公共機関、商業施設などを利用して啓発する		×
・歯科講演会を実施し、啓発を図る		○
・歯科情報に触れる機会が増えるよう、保健事業などで歯科情報を掲示する		○
取組②歯科健診を受けやすい環境づくりを推進する		
・町内歯科医療機関の場所や診療科目情報をわかりやすいリーフレットにして配布する		○
・歯科医師会及び歯科衛生士と協議の場を持ち、健診を受けやすい環境づくりを進める		×
達成率		60%

【平成30年度取り組んだこと】	
●成人・高齢者を対象とした歯科医師による講演会（参加者73名）及び歯の相談実施	
●乳幼児健診にて、リーフレットの配布や歯科健診・歯みがき指導を継続。2歳児歯科健診では受診率向上を目指して、案内文の文言を変更。また、配布物の見直しを検討する場を持った。さらに、パパママ教室で幼児の歯磨き指導を実施。	
●せいか祭りで歯科医師・歯科衛生士と共に「歯のひろば」を実施し、歯科健診・フッ素塗布を施行（310人参加）。その場で、歯科保健のリーフレットを配布。	
【今後取り組むこと】	
○歯科保健の現状把握や課題整理を行い、歯科医師や歯科衛生士と検討する機会を持つ。	
○乳幼児健診で使用している媒体についての見直しを図る。	

基本目標 2：楽しく体を動かそう！

(1) 運動・身体活動

◇行政の取組み

達成状況

達成：○ 未達成×

課題1：子供が身体を使う楽しさを身に着ける	H30年度
取組①親子を対象にした昔遊びや手づくり遊びの場を増やす	
・親子で参加できるイベントと合わせ身体活動の必要性を学ぶ場所や機会をつくる	○
取組②関係機関が協力しあい、子どもの体力の向上の取組をする	
・関係課・体育協会・小中学校と、問題の共有や対策について協議の場を設け取組の充実を図る	×
課題2：みんなが自分にあった運動を実践する	
取組①年齢に応じた運動についての情報発信と学ぶ機会を充実させる	
・運動や外遊びの重要性について、乳幼児健診の場などを利用して啓発を行う	○
・運動の重要性についてデータや数値を活用し、年齢に応じた啓発を図る	×
・ロコモティブシンドロームについて、定期的な広報掲載や啓発場所の拡大を図る	○
取組②専門家による運動相談ができる場を充実させる	
・専門的な相談の場である特定健診の結果説明会や健康教室の周知を強化する	○
・体育協会など関係機関や団体と連携を図り、相談の場の充実を図る	○
課題3：運動に取り組みやしやすい環境づくりをする	
取組①運動に関する仲間づくりやコミュニティができるようなくみづくりをする	
・健康教室参加者の自主グループづくりの支援をする	○
・住民協働の活動支援・育成により、運動づくりに取り組む団体数やイベント数を増やす	○
取組②戸外で身体を動かすイベントを定期的に開催する	
・定期のウォーキングイベントだけでなく、身体を動かすイベントを多様な視点で開催する	○
・若い世代が運動するきっかけとして、親子で参加できるイベントを企画・実施する	○
取組③様々な年代の人が楽しく参加できる運動イベントを開催する	
・ウォークラリーなど誰でも参加できるイベントを実施する	○
取組④地域でウォーキングロードなどをつくり、イベントを企画する	
・「歩く」をテーマに住民協働でウォーキングコースの作成やイベントを実施する	○
・「いちご☆体操プロジェクト」でいちご体操の啓発やイベントの拡充を進めていく	○
取組⑤身近に運動を楽しめる施設や場所などの環境を整備する	
・町内各課が連携して、運動できる環境整備を推進する	○
・無関心層が運動するきっかけづくりとして、健康ポイント制度の導入を進める	○
達成率	87.50%

【平成30年度取り組んだこと】

- 健康教室において、既存のグループ活動への参加の機会を設け、参加者の自主グループづくりの支援。
- 健康づくりプロジェクト「いきいき健康ウォーク」の活動支援実施。
- 多様な組織・団体が親子参加できるイベントを企画・継続して実施。
- せいか祭りで、ウォークラリーをに引き続き実施。
- 住民協働の各プロジェクトで新たなウォーキングコースを歩き、マップルで作ったコースを使ってイベントを実施。
- いちご☆体操プロジェクトとキャラバン隊で、イベントでのいちご体操実施。
- 無関心層の運動のきっかけづくりに、健康ポイント制度の導入に向けて、11月から試行実施。

【今後取り組むこと】

- 健康づくりプロジェクトの各団体がつながり、「運動」の視点を含んだ企画になるよう、つながる機会（会議）の調整や環境整備を行う。
- 健康ポイント制度の周知・利用者の増加を図り、歩数計アプリとの連動による運動機械の拡充に取り組む無関心層の運動のきっかけづくりにつなげる。

基本目標3：みんなでニコニコ健康生活！

(1) 生活習慣病・循環器疾患・がん

◇行政の取組み

達成状況

達成：○ 未達成×

課題1：望ましい生活習慣を身につける	H30年度
取組①健康づくりを実践している住民グループを支援する	
・教室終了後の生活習慣改善につながる住民やグループを支援する	○
・健康づくり活動をするグループや人材を地域の中で発掘する	○
取組②住民に必要な健康情報を発信する	
・啓発の場を商業施設など人が集まる場所にも増やす	○
・子どもの生活習慣の課題や方策について、小中学校と協議の場をもつ	×
・子どもを対象にした生活習慣病確立のためのリーフレットを作成し、配布する	×
取組③生活習慣病予防のための健康教室や講演会を開催する	
・若い世代への健康教室や講演会の周知を強化する	○
課題2：健診を活用した健康づくりを推進する	
取組①地域で情報交換し、受診勧奨しあうしくみづくりをする	
・地域で活動しているグループと連携し、グループを通じて地域住民への受診勧奨を行う	×
取組②健診の必要性についての普及啓発を強化する	
・「家族の健康カレンダー」を活用し、健診の必要性についての啓発を拡充する	○
・関係課や医療機関と連携し、特定健診の対象者全員へ案内を送付する	○
・子宮がん検診で、受診率が低く無関心層の多い20-30歳代への受診勧奨を強化する	○
取組③健診受診後の保健指導を充実させ、自己管理ができるように支援する	
・新たな健康教室を開催し、保健指導メニューの充実を図る	○
・生活改善に向けた支援や指導について、訪問や電話など積極的なアプローチをする	○
取組④みんなが受けやすい健診体制を整備する	
・乳がん検診の受診場所の拡大や、子宮がん検診の受診期間の拡充を図る	○
・健(検)診時の託児を設ける	○
達成率	78.60%

【平成30年度取り組んだこと】

●受診勧奨

- (1) 特定健診の申込制を廃止し、対象者全員に受診書類を送付。
- (2) 女性がん検診の勧奨強化：20-69歳の女性がん検診の申込のない者に申込書を送付、申込者で未受診の者への再勧奨、20歳の子宮がん検診未受診者に集団検診受診書類送付、子育て世代の女性が参加する育児がテーマの健康講演会で女性がん検診の申込書を配布。

●健診受診環境の充実

- (1) 乳がん検診指定医療機関を1医院追加。
- (2) 女性がん集団検診で託児を実施（半日×2日、託児12名利用）

●保健指導の強化

- (1) 特定健診結果相談会の実施回数の増やし、個別医療機関受診者の結果相談会利用率が上昇（受診者H28：2.0%→H30：6.8%）
- (2) 特定保健指導対象者のうち、相談会未受診者に対して訪問にて保健指導を実施。

●糖尿病重症化予防対策実施

- (1) 特定健診受診者のうち糖尿病の基準値の該当者に受診勧奨（受診者/勧奨者：89.9%）
- (2) 治療中断者に対して通知にて受診勧奨（受診者/勧奨者：14.3%）
- (3) 集団指導教室「糖尿病まなび塾」の実施（修了者12名）。

【今後取り組むこと】

- 教室終了後も健康づくりに取り組めるよう、365活動育成セミナーを定期的実施する仕組みづくりをする。
- 子どもの生活習慣の改善について、関係機関と連携し、方策を検討していく。
- せいか健康づくりプロジェクトやあすなろ会、すてき65メイトなどの健康づくり活動団体と連携した啓発や、乳幼児健診や新生児訪問、子育てサークル代表者会等を利用し、子育て世代へ健(検)診の周知を行う。また、若年層等ターゲットを絞った受診勧奨を継続実施し、受診率向上を図る。
- 特定健診の個別医療機関受診者への結果相談会のアプローチ法（方法、回数、場所等）を整理し、保健指導の充実を図る。
- 健診受診環境の充実を図る。（託児や実施機関拡大など）

基本目標3：みんなでニコニコ健康生活！

(2) たばこ・アルコール

◇行政の取組み

達成状況

達成：○ 未達成×

課題1：喫煙率を低下させる		H30年度
取組①禁煙・分煙を推進する		
・施設の禁煙対策が進むよう働きかける		○
取組②COPDの知識を普及啓発する		
・COPDの啓発について、禁煙対策と一体的にすすめる		○
・喫煙者に対して、COPDのスクリーニング票を活用した啓発や予備軍への指導を行う		○
取組③喫煙による健康への影響について情報提供する		
・京都府・学校との連携で未成年者への教育内容の充実を図る		○
・妊婦の喫煙状況を把握し、喫煙者については個別的な禁煙支援をしていく		○
・各種母子保健事業を通じて養育者・同居者の禁煙状況を把握し、啓発媒体を活用した禁煙支援、啓発を行う		○
・禁煙希望者に、禁煙のための情報提供や禁煙外来などの支援を受けられる場所を掲載したチラシを作成し配布する		×
・広報誌やホームページ、キャラクターの活用など多様な媒体を活用して啓発を強化する		○
・世界禁煙デーや禁煙週間に積極的な啓発に取り組む		○
課題2：適切なお酒との付き合い方が理解できる		
取組①アルコールが健康に及ぼす影響や適切な飲酒量について情報提供する		
・京都府、学校と連携し教育内容の充実を図り、未成年者への教育を強化する		○
・妊婦教室で啓発を図る		○
・妊婦届出時に飲酒状況を把握し、飲酒者に対しては個別支援を実施する		○
・多量飲酒者(アルコール依存症)への支援は、京都府と連携した個別支援を進める		○
・断酒会、アルコール依存症者治療対応病院などの情報提供を行う		○
・広報誌やホームページ、キャラクターの活用など多様な媒体を活用して啓発を強化する		○
達成率		93.30%

【平成30年度取り組んだこと】
●成人健診後の結果相談会で多量飲酒者に対しアルコールに関する情報提供や保健指導を継続して実施。
●母子手帳発行時には、全数面談を実施し、飲酒している妊婦に対してアルコールの影響等情報提供と保健指導を実施。妊娠期の教室でも喫煙・受動喫煙に関する情報提供を実施。
●町内中学校では、1学期に全学年保健体育の授業でアルコールに対する授業を実施。ホームページにて、飲酒に関しての知識の普及、適切な飲酒量などの啓発を実施。
【今後取り組むこと】
○継続的に公的施設の敷地内禁煙が進むように、働きかける。また、喫煙・受動喫煙に対する知識の普及と啓発を事業等で実施し、京都府や他機関と連携し、未成年者への教育を実施していく。
○アルコールに対する知識の普及と啓発を実施し、京都府や他機関と連携し未成年者への教育を実施する

基本目標 4：笑顔でいきいき過ごしましょう！

(1) 休養・こころの健康づくり

◇行政の取組み

達成状況

達成：○ 未達成×

課題1：うつ病など、こころの病気を予防する		H30年度
取組①こころの病気についての正しい知識と理解を促進する		
・健康教室や講演会、健診で自殺、うつ病などこころの健康づくりに関する啓発を図る		○
・自殺予防週間や自殺対策強化月間に、積極的な啓発に取り組む		○
取組②心の病気について、相談や支援できる人材を育成する		
・京都府や関係課と連携し、こころの健康推進員の育成や事業の周知を図る		○
取組③こころの病気の専門的な相談窓口の存在について周知する		
・相談窓口になる機関について周知を進める		○
取組④こころの病気をもつ人を支える専門機関のネットワークを強化する		
・関係機関と連携し、こころの病気をもつ人を支える居場所づくりを目指す		○
・関係機関と連携して、自殺対策の強化を図る		×
課題2：楽しく安心して子育てができる		
取組①地域で子育て家庭を見守り、支援する		
・育児不安が強い養育者や問診票で支援が必要と判断された者へのサポートを充実させ		○
・母子保健事業の充実と関係機関との連携により、地域で子育て支援をするネットワークづくりを進める		×
取組②地域の中で子育てについて相談・支援できる人材を育成する		
・地域での子育ての相談・育児サポートができる人材を見つけ、活動ができる場を紹介する		○
取組③母子保健・子育て支援事業を充実させる		
・妊娠期からの切れ目のない支援が行えるしくみをつくる		○
・母子保健事業の機会を活用し、若い世代に対し、睡眠や休養についての啓発を行う		×
・育児で孤立する人や育児に肯定感を持っていない人を母子保健事業を通じて把握し、安心して子育てができるように支援する		○
取組④いろいろなニーズに対応した子育て支援情報を発信する		
・町内全中学校での乳幼児交流事業の実施を目指し、他課と連携する		×
達成率		61.50%

【平成30年度取り組んだこと】	
●母子保健事業の中で支援が必要とされた者に対して、適切な支援ができるようケース会議や報告を実施。	
●3～4ヵ月児健康健診では、母親同士が繋がることができるよう同じ地区同士で待ち時間を設定した。	
●妊娠期からの切れ目のない支援をおこなうため、妊娠時の全数面談を実施。妊婦に合った支援が早期から開始できるよう、支援計画を作成し支援を行った。母子チーム内で支援を必要とするケースについて情報共有を行い、チーム全体での支援を推進した。	
●妊娠後期アンケートを実施し、出産・育児に対する疑問や悩みをもっている妊婦に対し、面談や電話で支援を実施。また、孤立しやすい保護者に対して集える場所を提供した。（外国人の集い）	
●子育て支援センターとの情報共有と切れ目のない支援をめざし、毎月会議を実施。平成31年1月に母子包括支援センター会議を開催。	
【今後取り組むこと】	
○関係機関とのネットワークの強化、講演会などで啓発、365プロジェクト育成セミナーや住民団体と連携し居場所づくりを目指す。	
○適宜、個別相談を実施し、相談場所やこころの健康づくりに関する啓発を図る。	
○今後の策定される精華町第1次自殺対策計画と整合性を図り、関連機関と連携し取り組む。	
○個別支援の充実のため、関係機関との連携・支援を強化する。地域のサポーターの設置を検討する。	

基本目標 4：笑顔でいきいき過ごしましょう！

(2) 生きがい・ふれあい・社会参加

◇行政の取組み

達成状況

達成：○ 未達成×

課題1：自分を認めた生き方ができる		H30年度
取組①自己肯定感を高める学習の場を作る		
	・保健事業で、元気増進軸を増やすことを意識した運営をしていく	○
	・子育て世代包括支援センターを設立し、妊娠期から切れ目なく、自分らしく安心して子育てが続けられるような支援の充実を図る	○
課題2：社会の中で自分らしい力を発揮できる		
取組①若い世代の人が参加できる仕組みを考え、世代間交流の機会を持つ		
	・中学生と赤ちゃんの交流会を拡充できるよう連携する	○
	・若い世代のニーズ把握を進める	×
	・ロコモティブシンドロームについて、定期的な広報掲載や啓発場所の拡大を図る	○
取組②地域のリーダーを育成する		
	・事業を通じてリーダーを発掘し、地域型のせいか健康づくりプロジェクトの拡大を図る	×
	・せいか健康づくりプロジェクトの参画者、プロジェクト数を増やす	○
取組③自分らしい力を発揮する場の周知をする		
	・せいか健康づくりプロジェクトに参加・参画しやすいように、活動やルールなどの周知を行う	○
	・社会活動に積極的な60歳前後にターゲットを絞って周知を行う	×
	・パネルの設置など、健康づくり情報が得やすい工夫を図る	○
達成率		70%

【平成30年度取り組んだこと】

- 中学生と赤ちゃんの交流会やロコモティブシンドロームの啓発について継続実施した。
- プロジェクト数や参画者の増加を目的に、新プロジェクトを立ち上げるため『せいか365プロジェクト活動育成セミナー』を開催した。住民、職員等44名の参加があった。引き続き『せいか365プロジェクト活動育成セミナー』を実施し、新たなプロジェクトを増やしていく。
- 住民主体で健康づくりをしている活動の場を広報誌『せいか365』で周知した。

【今後取り組むこと】

- 各保健事業において継続して元気増進軸を意識した事業運営をする。また母子健康包括支援センターの支援体制の充実を図るため、産後ケア事業について体制充実を図る。
- 生きがいやふれあい等、自分らしい力を発揮できる場を増やすため、参画者を育成する『せいか365プロジェクト活動育成セミナー』を継続実施する。また新規プロジェクトが立ち上がるよう支援する。

②各基本目標に共通した取り組み

しくみづくり・人づくり・プロジェクトづくり

【平成30年度取り組んだこと】

●しくみづくり

(1) 庁舎内各課との連携・協働：平成30年度よりスタートの「せいか365プロジェクト活動セミナー」開催にあたり、職員部会職員も住民協働の取組に参加と研修を実施し、住民協働プロジェクトに携わった。（セミナー：44名参加）

(2) 住民との連携・協働：プロジェクトの課題に取り組んでいくため健康づくりプロジェクトの代表者による会議を定期的に開催。

●人づくり

平成30年度より「せいか365プロジェクト 活動セミナー」を活用し、職員部会の職員を対象に住民協働やまちづくりについての研修を実施。

●プロジェクトづくり

平成31年2月より「せいか365プロジェクト 活動セミナー」開催。新規のプロジェクトの育成を目指していく。

【今後取り組むこと】

○新規プロジェクト立ち上げ及び職員研修のため「せいか365プロジェクト 活動セミナー」を継続実施していく。

○既存のせいか365健康づくりプロジェクトの活動が継続し、つながるよう話し合いをしていく。