

第2期精華町健康増進計画

中間評価・見直し

平成30年度～平成34年度



平成30年3月
京 都 府 精 華 町

は じ め に

平成25年3月に策定した第2期精華町健康増進計画では、健康を「病気予防」と「元気増進」の2つの視点で捉え「病気や障害の有無に関わらず、病気予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態」と定義し、住民の皆様が「自分らしい健康な状態」になるための事業展開と、住民の方との協働による健康づくり活動を推進してきました。

10年を見据えた本計画も、策定から5年が経過する中で住民の方の健康を取り巻く社会状況や多様化・複雑化する健康問題などの状況変化に対応し、地域における健康づくりの課題を解決することを念頭に「元気生活チェック」によるアンケート調査の実施と住民協働で健康づくりに取り組んでいる「せいか健康づくりプロジェクト」団体とのワークショップを実施し、中間評価及び見直しを行いました。

その結果、保健事業の更なる事業展開に加え、4つの基本目標について、目標達成のために「しくみづくり」「人づくり」「プロジェクトづくり」を共通した新たな取り組みとして推進していくこととしました。

今後も「笑顔・ささえあい・健やか 元気なまち せいか」を基本理念として、健やかで生きがいのある元気なまち精華町を目指し、町民一人ひとりが笑顔でつながりあい、地域の中でささえあいながら健康づくりに主体的に参画すること、そのために住民の皆様と行政が目的意識を共有し事業展開を図っていくことで、健康づくりの推進に取り組んでいきたいと考えております。

最後に、本計画の見直しにあたり、精華町町民健康づくり推進協議会の委員の皆様、ワークショップにご参加いただきました団体の皆様をはじめ、多くの貴重なご意見やご提案をいただきました住民の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成30年3月

精華町長 木村 要

目 次

第1章 第2期計画中間見直しにあたって

1 計画策定の趣旨.....	1
(1) 健康づくりをめぐる国の動向.....	1
(2) 新たな健康観.....	3
2 計画の位置づけ.....	4
3 計画の期間.....	5
4 計画策定の経過.....	5
(1) 計画の策定体制.....	5
(2) アンケート調査の実施.....	6

第2章 第2期計画（前期）の総括

1 基本目標別の実施状況.....	7
基本目標1：正しくおいしく食べましょう！.....	7
(1) 栄養・食生活.....	7
(2) 歯と口の健康.....	9
基本目標2：楽しく身体を動かそう！.....	11
(1) 運動・身体活動.....	11
基本目標3：みんなでニコニコ健康生活！.....	13
(1) 生活習慣病・循環器疾患・がん.....	13
(2) たばこ・アルコール.....	16
基本目標4：笑顔でいきいき過ごしましょう！.....	18
(1) 休養・こころの健康づくり.....	18
(2) 生きがい・ふれあい・社会参加.....	20
2 基本目標別達成状況一覧.....	22
3 重点的取組の実施状況.....	24
重点課題1：生活習慣病予防の取組.....	24
重点課題2：つながりを意識した子育て力の強化.....	25
重点課題3：住民参加・参画型健康づくりの推進.....	26

第3章 総 論

1 基本理念.....	27
2 基本方針.....	28
3 基本目標.....	29
4 施策の体系.....	30

第4章 行動計画

1 基本目標の取組.....	31
基本目標1：正しくおいしく食べましょう！.....	31
(1) 栄養・食生活.....	31
(2) 歯と口の健康.....	33
基本目標2：楽しく身体を動かそう！.....	34
(1) 運動・身体活動.....	34
基本目標3：みんなでニコニコ健康生活！.....	36
(1) 生活習慣病・循環器疾患・がん.....	36
(2) たばこ・アルコール.....	38
基本目標4：笑顔でいきいき過ごしましょう！.....	40
(1) 休養・こころの健康づくり.....	40
(2) 生きがい・ふれあい・社会参加.....	42
2 各基本目標に共通する取組.....	43
3 重点的取組.....	45
重点課題1：生活習慣病予防の取組.....	45
重点課題2：つながりを意識した子育て力の強化.....	45
重点課題3：住民参加・参画型健康づくりの推進.....	46

第5章 計画の評価

1 計画の評価.....	47
(1) 評価指標一覧.....	47
(2) 評価体制.....	49

資料編

資料1 基本目標に関する資料.....	50
資料2 重点課題に関する資料.....	74
資料3 健康プロジェクトの振り返りと今後.....	79
資料4 人口の推移.....	83
資料5 衛生統計.....	85
資料6 精華町町民健康づくり推進協議会設置規則.....	89
資料7 精華町町民健康づくり推進協議会委員名簿.....	90
資料8 第2期精華町健康増進計画中間見直し策定経過.....	91
資料9 用語解説.....	92

1 計画策定の趣旨

(1) 健康づくりをめぐる国の動向

第3次国民健康づくり運動（以下「健康日本21」という。）の最終評価を踏まえ、平成24年7月に「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」が全面改正されました。

そして、平成25年度を初年度とする第4次国民健康づくり運動（以下「健康日本21(第二次)」という。）では、健康日本21の成果と課題を踏まえた上で、目指す社会の姿として「**すべての国民が共に支え合い、健康で幸せに暮らせる社会**」を掲げ、具体的な社会のイメージを7項目にわたって解説しています。

この中では、「希望」「生きがい」「相互扶助」「社会参加」「健康格差の縮小」などがキーワードとして登場しており、また、「**疾患や介護を有する方も、それぞれに満足できる人生を送ることができる社会**」という表現で「**一病息災**」を実現する社会の重要性が表現されています。

この「一病息災」という健康の捉え方は、別項においても「新たな理念と発想の転換」として、「**これまでの9分野の分類設定や理念にとどまらず、病気や障害があっても相当に生きられるアプローチが必要**」と表現されており、健康日本21(第二次)を推進するにあたっての重要な考え方として位置づけられていることが伺えます。

そして具体的には、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」「健康を支え、守るための社会環境の整備」「栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善」という5つの基本的方向性が示されました。

平成25年3月に策定した第2期精華町健康増進計画（以下「第2期計画」という。）では、このような国の動向を視野に入れた計画策定を行いました。今回第2期計画の中間見直しにあたり、引き続き国の健康日本21(第二次)の目指す姿や基本的方向性との整合性を図りながら見直しを行うこととします。

【目指す姿】

すべての国民が共に支えあい、健康で幸せに暮らせる社会

- 子どもも大人も**希望**のもてる社会
- 高齢者が**生きがい**をもてる社会
- 希望や生きがいをもてる基盤となる健康を大切にする社会
- 疾患や介護を有する方も、**それぞれに満足できる人生を送ることのできる社会**
- 地域の相互扶助や世代間の相互扶助が機能する社会
- 誰もが**社会参加**でき、健康づくりの資源にアクセスできる社会
- 今後健康格差が広まる中で、社会環境の改善を図り、健康格差の縮小を実現する社会



【基本的方向性】

- 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防
- 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- 健康を支え、守るための社会環境の整備
- 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

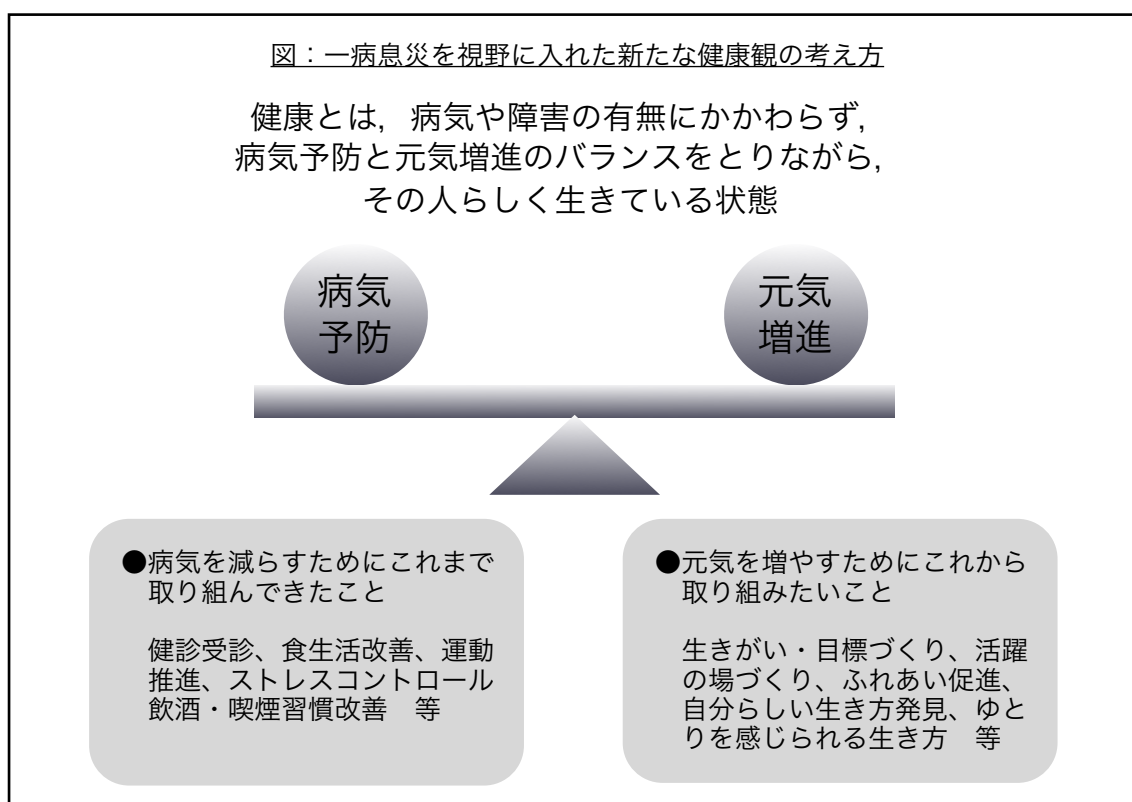
(2) 新たな健康観

これまで「健康」は、「病気」と対立する概念として語られてきました。「健康とは病気がないこと」という健康観に基づき、病気の早期発見・早期治療及び病気の発症につながる生活習慣等の改善を中心とした健康づくりが一般的に展開されてきました。

しかしながら、日常の住民生活に目を向けてみると、病気や障害を抱えながら元気に生活している人を多く見かけます。とりわけ、高齢社会を迎えた現在において高齢期を無病で乗り切ることはたいへんな困難を抱えているといえます。

健康日本21(第二次)が「一病息災」を唱えているように、現代社会においては病気の有無が必ずしも健康を否定するものではなく、病気を持ちながらも元気に生活する力を養うことが求められており、本町においても、このような「一病息災」の健康観を健康づくりの基本に据えることは、たいへん重要であると考えます。

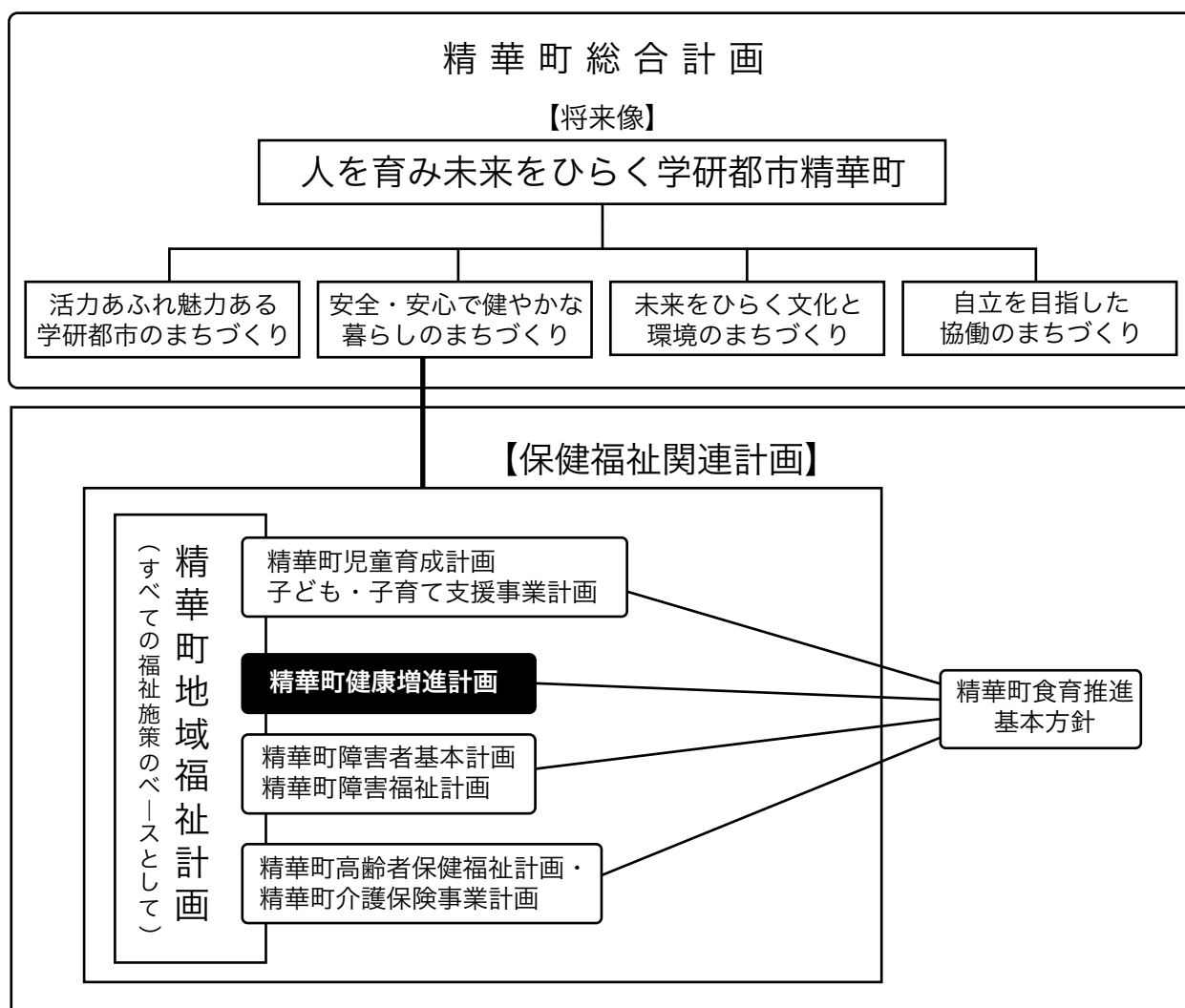
そこで、今回の計画策定にあたり、「健康」の概念を「病気や障害の有無に関わらず、病気予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態」と定義し、「一病息災」の健康を実現するための計画を目指したいと考えます。



2 計画の位置づけ

- 本計画は、健康増進法第8条に基づく市町村健康増進計画として策定するものです。
- 本計画は、第2期計画（平成25年度～平成34年度）が中間年を迎えるにあたり、5年間の取組状況を総括し、平成34年度の最終年度に向けてより効果的な健康づくりを推進するための中間見直しとして策定します。
- 本計画は、「精華町総合計画」を上位計画とし、保健福祉分野の他の関連計画との整合性を保ちながら、これからの本町の健康づくりの方向性を総合的に示す計画として位置づけられます。

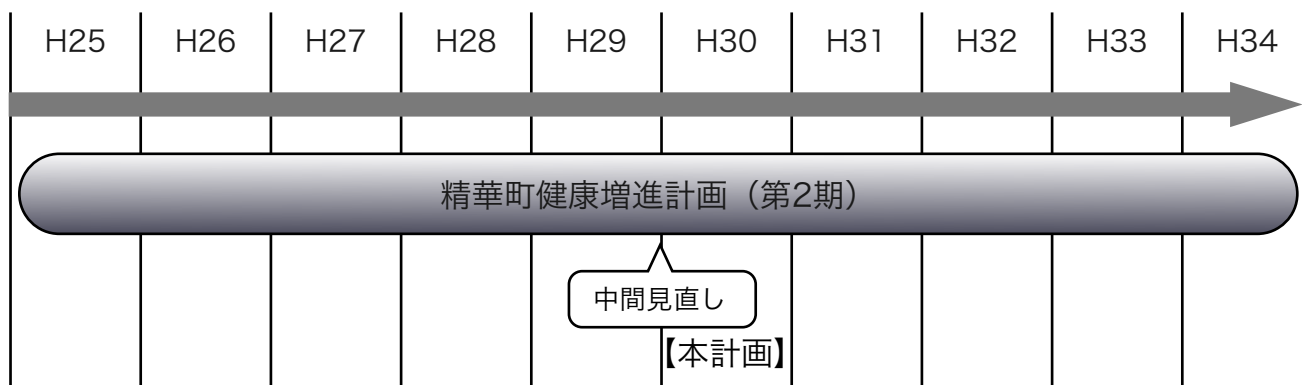
図表 本計画の位置づけ



3 計画の期間

本計画の期間は、平成25年度を初年度とし平成34年度を目標年度とする第2期計画のうち、平成30年度から平成34年度までの5年間とします。

図表 本計画の期間



4 計画策定の経過

（1）計画の策定体制

本計画は、以下のような体制で策定しました。

○ 精華町町民健康づくり推進協議会

学識経験者や関係団体、公募住民などで構成する精華町町民健康づくり推進協議会において計画の内容について意見をいただき、計画に反映させました。

○ 住民ワークショップ

第2期計画中、住民参加・協働による健康づくりの推進について、健康づくりプロジェクトメンバーによるワークショップを実施し、今後の課題について整理しました。

○ 庁内体制

庁内体制としては、主管課が庁内の関係課と連携をとりながら、計画策定のスケジュール管理や精華町町民健康づくり推進協議会への資料提出及び意見内容をふまえた計画への反映等を行いました。

(2) アンケート調査の実施

住民の健康づくりに関する意識等を把握し計画に反映する目的で、20歳以上の住民に対して「元気生活チェック調査」を実施しました。

調査対象者	精華町に居住する20歳以上の住民2,000人を無作為に抽出
配 付 数	2,000件
調 査 方 法	郵送による配付・回収
調 査 期 間	平成29年6月～7月
調査票回収数（回収率）	867件（43.4%）

第2期計画（前期）の総括

1 基本目標別の実施状況

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！

(1) 栄養・食生活

◇5年間の取組◇

【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

- ・食育パネルやポスター、啓発旗などを公共施設に設置したり、街頭啓発を行ったほか、「あすなろ会」のレシピやせいか健康づくりプロジェクトの活動などを、ホームページ、広報誌で積極的に情報発信し、啓発活動の強化充実を図った。
- ・せいか365プロジェクト「体感！野菜のそちから」を立ち上げ普及活動を行う団体を増やした。
- ・男性の料理教室、健康ランチイベントなどを開催し、食に関する体験の機会を増やした。
- ・「あすなろ会」の養成講座を開催し、活動メンバーを確保するとともに、行政的支援や調整を行い食生活改善活動がしやすい体制をつくった。
- ・「あすなろ会」や「せいか食育劇団もぐもぐ」など、食に関する普及活動を実施する団体に対し情報提供を行うとともに勉強会などを実施し人材育成を図った。
- ・健診や健康教室の場を活用して栄養相談を実施するとともに、電話、窓口においても随時栄養相談を実施するなど相談体制を強化した。

【課題2】全世代において「食育」への関心を高める

- ・子ども祭りや中学生の料理教室など、参加型の食育イベントなどを積極的に開催した。
- ・子ども祭りやせいか祭りの場で、食事バランスガイドを活用した啓発を行った。
- ・食育月間や食育の日を活用して、広報誌、「家族の健康カレンダー」による食育の広報活動を実施したほか、役場交流スペースでのパネル展示などで食育のPRを行った。
- ・食育推進庁内連絡調整会議及びせいか365において、食育の関心を高めるイベントを実施した。

◇現状の評価◇

評価項目	現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
偏食のある者の割合(3歳6か月児)	39.4%(H22)	34.0%	39.1%(H28)	0.3%↓	○	※1
朝食を毎日食べる者の割合	89.6%	95.0%	87.9%	1.7%↓	▽	※2
栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合	70.0%	77.0%	69.3%	0.7%↓	▽	※2
食育に関心がある者の割合	71.1%	90%以上	68.4%	2.7%↓	▽	※2
食事を決まった時間に3食とれている者の割合	56.1%	65.0%	55.3%	0.8%↓	▽	※2
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 0項目 ○：目標値は達成しなかったが改善した 1項目 ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 4項目 －：評価できなかった 0項目						

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

【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	
達成できたこと	・「偏食のある者の割合(3歳6か月児)」は、目標値には達していないが、わずかながら改善している。 ・「朝食を毎日食べる者の割合」は、全体としては低下したが、70歳代では男女とも目標値を達成している。 ・「食事を決まった時間に3食とれている者の割合」は、若干の低下がみられるが、60～70歳代の男女は目標値を達成している。 ・「栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合」は、全体としては低下しているが、40～70歳代の女性で目標値を達成している。
積み残したこと	・「朝食を毎日食べる者の割合」、「栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合」、「食事を決まった時間に3食とれている者の割合」は、いずれも前回調査と比較すると低下している。 ・「朝食を毎日食べる者の割合」は、20～40歳代の男性が低い。特に20歳代の男性は48.4%とかなり低い。 ・「栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合」についても、20～30歳代の男性と20歳代の女性において割合が低く、中でも30歳代の男性と20歳代の女性は40%以下と低くなっている。
【課題2】全世代において「食育」への関心を高める	
達成できたこと	・「食育という言葉を知っている者の割合」が上昇した。 ・女性、食育の認知度が30～60歳代で96%と高く、関心度も80%を超える年代が多かった。
積み残したこと	・「食育に関心がある者の割合」は、全国平均を下回っている。 ・「食育という言葉を知っている者の割合」は、30～60歳代の男性が低く、特に40歳代と60歳代の認知度が低い。 ・「食育に関心がある者の割合」は、男性はどの年代も低く、特に20歳代では25.8%とかなり低い。

◇今後の取組の方向性◇

【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	
・20～30歳代の食生活改善が必要な人たちにターゲットを絞り、若い世代が情報を得やすいように、啓発場所の開拓やホームページの整備などを図り、情報を発信していくとともに、直接関わりが持ちやすい10歳代(中学生)への取組を強化していきます。 ・啓発場所の開拓のために、商工会や食育関連団体、銀行・医療機関・商業施設などとの連携を強化します。 ・正しい食習慣を身につけてもらうために必要な体験型イベントを増やすため、イベント実施団体のメンバーの確保、体制づくりを行い、活動しやすいしくみをつくります。	
【課題2】全世代において「食育」への関心を高める	
・食育への関心が低い男性や若い世代が情報を得やすいよう、商業施設を利用するなど、新たな場所や方法で周知を図っていきます。	

(2) 歯と口の健康

◇5年間の取組◇

【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

- ・ 妊娠期の教室で歯科集団指導の実施や妊娠届出時にリーフレットを配布し、妊娠期における歯の啓発に取り組んだ。
- ・ 9～10か月児健診で歯科集団指導を新たに実施した。
- ・ 幼稚園、保育所で「せいか食育劇団もぐもぐ」による食育劇を実施し、子ども自身が楽しんで歯の手入れができるよう啓発を行った。
- ・ 歯科講演会の開催や健診結果相談会での歯科相談の内容の充実を図った。
- ・ 乳幼児健診では、歯科診察に新たに歯科衛生士を配置し、指導を行えるよう改善を図った。

◇現状の評価◇

評価項目		現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)		80.9%(H22)	現状より増	79.9%	1.0% ↓	▽	※1
3歳6か月児のむし歯有病率		13.3%(H23)	現状より減	19.3%(H27)	6.0% ↑	▽	※3
12歳児のむし歯数		1.06本(H23)	0.8本以下	0.85本(H27)	0.21本 ↓	○	※3
歯肉に所見を有する者の割合	壮年前期	37.6%	25%	38.8%	1.2% ↑	▽	※2
歯肉に所見を有する者の割合	壮年後期	48.7%	25%	37.9%	10.8% ↓	○	※2
歯肉に所見を有する者の割合	高齢期	47.0%	45%	47.4%	0.4% ↑	▽	※2
定期的に歯科健診を受ける者の割合		42.4%	65%	47.7%	5.3% ↑	○	※2
20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)		46.0%	70%	50.5%	4.5% ↑	○	※2
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 0項目							
○：目標値は達成しなかったが改善した 4項目							
▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 4項目							
ー：評価できなかった 0項目							

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

※3：「平成27年度京都府の歯科保健」より

【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

達成できたこと	・ 「12歳児のむし歯数」は平成24年度より減少し、改善がみられた。 ・ 「3歳6か月児のむし歯有病率」は平成24年度より上昇しているが、「一人平均むし歯数」は京都府平均を0.26本下回った。 ・ 「歯肉に所見を有する者の割合」が壮年後期で低下し、「定期的に歯科健診を受ける者の割合」と「20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)」は上昇し、改善がみられた。
積み残した事	・ 「間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)」はわずかに低下したが、平成22年度～28年度で見ると年度により増減が見られ、経年で見ると変化は見られなかった。 ・ 乳幼児健診の受診率は9割を超えているため、ほとんどの保護者に対して歯科の啓発を実施できているが、「3歳6か月児のむし歯有病率」は上昇し、改善が見られなかった。 ・ 成老人期については、データの改善がみられたものの目標はいずれも未達成であり、対策を強化する必要がある。

◇今後の取組の方向性◇

【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

- ・ 成人期以降の住民に対する啓発の機会が不足しているため、周知・啓発に努めます。
- ・ 乳幼児期に対しては、母子保健事業を通じて、子どもの歯のケアについて啓発するとともに、保護者自身の歯のケアについても啓発を強化します。
- ・ 医療機関や歯科衛生士との連携を強化し、妊娠期、成人期の者が定期的に歯科健診を受け、歯を自主的に管理する者が増えるように、現状と課題を共有しながら対策の充実を図ります。

基本目標2：楽しく身体を動かそう！

(1) 運動・身体活動

◇5年間の取組◇

【課題1】子どもが身体を使う楽しさを身につける	
・ 幼児・小学生を対象に多様な組織・団体が、教室やイベントを通して昔遊び体験など、遊びの体験の場を提供した。 ・ 「わくわく健康里山の会」で毎年実施する子ども向けイベントを協働で実施した。 ・ せいか365の活動の一環として、運動をメインとした団体と協働で、子ども達が楽しめるイベントの開催や企画の検討を行った。 ・ イベントや保育所・幼稚園などで「いちご☆体操」の普及を図った。	
【課題2】みんなが自分にあった運動を実践する	
・ イベントを活用してロコモティブシンドロームのチェック及び運動についての相談会を開催した。 ・ 健康教室や講演会を通じた普及啓発活動を展開した。 ・ 関係機関と連携し、地域での健康づくり、介護予防の取組を広げるための人材を養成し、運動の必要性について情報発信や、高齢者の運動の機会を提供した。 ・ 運動の普及や相談の場として、町内フィットネスクラブと連携した健康教室を開催した。	
【課題3】運動に取り組みやすい環境づくりをする	
・ せいか健康づくりプロジェクトで、定期的なウォーキングや運動のイベントを実施するとともに、新たなプロジェクトの立ち上げにより運動イベントの増加を図った。 ・ 親子で参加できるウォークラリーイベントを開催した。 ・ 住民協働でのウォーキングコースを作成し、誘導板を設置した。また、コースを「まっふるぶらりまち歩き京都精華町」として冊子化し配布することで利用促進を図った。 ・ 楽しく歩くことを普及させるため、町独自の歩数計アプリを開発し利用促進に努めた。 ・ せいか365で駅階段や公共施設にエネルギー消費量を掲示し、階段利用の意識啓発を行った。	

◇現状の評価◇

評価項目		現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
子どもの外遊びの時間(1時間以上)	3歳6か月児	69.9%	80%	69.5%	0.4% ↓	▽	※1
テレビ(ゲーム含む)視聴時間が2時間以上の者の割合	3歳6か月児	34.6%(H22)	30%	39.9%	5.3% ↑	▽	※1
運動習慣が週3回以上の者の割合 (体育以外の運動やスポーツ)	小学生	32.2%(H23)	現状より増	36.4%	4.2% ↑	◎	※4
	中学生	69.0%(H23)	現状より増	68.1%	0.9% ↓	▽	※4
運動習慣のある者の割合	男性	50.0%	60%	47.5%	2.5% ↓	▽	※2
	女性	41.5%	50%	43.3%	1.8% ↑	○	※2
日常生活で身体を動かすことを意識している者の割合		32.6%	50%	34.0%	1.4% ↑	○	※2
日常生活における歩数	20-64歳男性	今後調査	9,000歩	7,848歩	—	—	※2
	20-64歳女性	今後調査	8,500歩	6,352歩	—	—	※2
	65歳以上男性	今後調査	7,000歩	7,352歩	—	◎	※2
	65歳以上女性	今後調査	6,000歩	5,216歩	—	—	※2
ロコモティブシンドロームを認知している者の割合		今後調査	80%	32.6%	—	—	※2
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 2項目 ○：目標値は達成しなかったが改善した 2項目 ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 4項目 —：評価できなかった 4項目							

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

※4：平成27年度文部科学省アンケート「NEW体力テスト」より

【課題１】子どもが身体を使う楽しさを身につける	
達成できたこと	- 小学生の「運動習慣が週３回以上の者の割合」は、目標値を達成した。 - 多様な組織・団体が、幼児や小学生を対象にした遊びの機会を提供することができた。
積み残したこと	「子ども(3歳6か月児)の外遊びの時間1時間以上の者の割合」が低下している。 「テレビ視聴時間が2時間以上の者の割合(3歳6か月児)」が上昇している。 - 中学生では「運動習慣のある者の割合」が低下傾向にある。
【課題２】みんなが自分にあった運動を実践する	
達成できたこと	「運動習慣のある者の割合」は、女性では改善傾向にある。 「運動習慣のある者の割合」は、60歳以降は上昇傾向にある。 「日常生活で身体を動かすことを意識している者(いつも心がけている者)の割合」は、改善傾向にある。 「日常生活における歩数」では、65歳以上男性が目標値を達成した。
積み残したこと	「運動習慣のある者(ほぼ毎日している者・週２回程度している者)の割合」は、20～50歳代で4割以下と低く、働き盛り世代の対策が十分でない。 「日常生活における歩数」は、20～30歳代で特に少ない。 - ロコモティブシンドロームについては、目標値との差が大きく、周知が不足している。
【課題３】運動に取り組みやすい環境づくりをする	
達成できたこと	- 地域団体との協働による運動を普及するしくみづくりに向けて協議を行った。 - 関係課や関係機関と、地域での体操グループの立ち上げやグループ活動の支援を行った。 - 運動を普及させるための歩数計アプリやウォーキングマップなどのツールを整備できた。 - 住民協働での取組や民間企業との連携が進んだ。
積み残したこと	- 運動を普及させるためのウォーキングマップや歩数計アプリなどのツール開発はできたが、活用状況が把握できていない。 - 運動に取り組む自主グループ、団体数が伸び悩んでいて広がりが少ない。

◇今後の取組の方向性◇

【課題１】子どもが身体を使う楽しさを身につける	
- 遊び場や環境の整備だけでなく、身体を使う楽しさに焦点をあてた取組を検討していきます。 「運動習慣が週３回以上ある者の割合(小学生)」は目標を達成しましたが、現状よりさらに上昇することを目標にして取り組んでいきます。	
【課題２】みんなが自分にあった運動を実践する	
- 働き盛り世代での運動習慣の定着に向けた啓発を強化します。 - 関係機関と連携を強化し、相談体制や取組について充実を図っていきます。 - ロコモティブシンドロームについて、周知場所や周知内容を拡大していきます。 「日常生活における歩数」(65歳以上男性)は目標に達しましたが、引き続き現状を維持することを目指します。	
【課題３】運動に取り組みやすい環境づくりをする	
ウォーキングマップや歩数アプリの活用をPRするイベントを住民団体と協働で開催します。	

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

◇5年間の取組◇

【課題1】望ましい生活習慣を身につける

- ・銀行や駅、商業施設などに啓発場所を拡大したほか、地域での健康教育を実施した。
- ・がん予防・早期発見のための啓発では、投票形式のポスターを活用し、啓発強化に取り組み、これまでに延べ4,100人の参加があった。
- ・生活習慣病予防では、町内医療機関の医師や近隣大学教授による講演会を実施し、広く啓発を行った。
- ・教室後の自主グループの立ち上げ支援に取り組み、せいか健康づくりプロジェクトの団体数の増加につながった。
- ・乳幼児期から規則正しい生活習慣が身につくよう乳幼児健診で個別指導およびリーフレットを配布し、啓発に取り組んだ。

【課題2】健診を活用した健康づくりを推進する

- ・健(検)診の啓発や受診方法の周知について、場所や回数を拡大し、キャッチフレーズの活用やのぼり旗、送付封筒への周知文印字など、方法を工夫して取り組んだ。
- ・がん検診無料クーポン券の発行や健(検)診未申込者への受診勧奨・再勧奨を行うことで、受診者層の拡大を図った。
- ・肺がん検診や乳がん検診の受診体制の改善や受診場所の拡大を図るなど、受診しやすい環境づくりに取り組んだ。
- ・健診結果相談会の実施場所を新たに3地区増やし、相談の機会の充実を図った。
- ・肥満対策の教室としては、対象年齢の拡大や集団指導と個別指導の差別化を図り、多くの対象者が参加しやすいよう体制を整備した。
- ・教室修了後も継続して自己管理ができるように、自主グループの支援を強化した。

◇現状の評価◇

評価項目		現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
がん検診受診率	胃がん	12.3%(H23)	40%	16.2%(H28)	3.9%↑	○	※5
	子宮がん	24.9%(H23)	50%	24.3%(H28)	0.6%↓	▽	※5
	乳がん	36.3%(H23)	50%	35.6%(H28)	0.7%↓	▽	※5
	肺がん	16.8%(H23)	40%	23.4%(H28)	6.6%↑	○	※5
	大腸がん	26.0%(H23)	40%	26.7%(H28)	0.7%↑	○	※5
特定健診受診率		31.6%(H22)	65%	40.0%(H27)	8.4%↑	○	※6
特定保健指導実施率		12.4%(H22)	45%	8.8%(H27)	3.6%↓	▽	※6
メタボリック症候群である者の割合	積極的支援	2.4%(H22)	現状から25%減	2.5%(H27)	0.1%↑	▽	※6
	動機づけ支援	9.2%(H22)	現状から25%減	7.7%(H27)	1.5%↓	○	※6
高血圧の割合(収縮期血圧の平均値の低下)	男性	128.6mmHg (H23)	現状より減	123.7mmHg (H27)	4.9mmHg↓	◎	※7
	女性	127.3mmHg (H23)	現状より減	125.6mmHg (H27)	1.7mmHg↓	◎	※7
脂質異常症：総コレステロール240mg/dl以上の割合	男性	15.9%(H23)	10%	—	—	—	—
	女性	27.5%(H23)	17%	—	—	—	—
脂質異常症：LDLコレステロール160mg/dl以上の割合	男性	10.6%(H23)	6.2%	12.3%(H27)	1.7%↑	▽	※7
	女性	16.1%(H23)	8.8%	16.1%(H27)	0.0%→	▽	※7
血糖コントロール不良の減少(HbA1cが8.0%以上の者の割合)		0.92%(H23)	現状より減	0.7%(H27)	0.22%↓	◎	※7
就寝時間が10時以降の割合(3歳6か月児)		28.7%(H22)	20%	24.3%(H28)	4.4%↓	○	※1

評価項目	現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
肥満(BMI25以上)の者の割合	16.0%	現状より減	15.9%	0.1%↓	◎	※2
やせ(BMI18.5未満)の者の割合	9.6%	現状より減	10.1%	0.5%↑	▽	※2
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 4項目 ○：目標値は達成しなかったが改善した 6項目 ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 7項目 －：評価できなかった 2項目						

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より
※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月
※5：平成28年度受診者数/がん検診対象者数（%）

※6：平成27年度特定健診・特定保健指導法定報告結果より
※7：平成27年度特定健診受診者結果アナミツールより集計

【課題1】望ましい生活習慣を身につける

達成できたこと	「メタボリック症候群である者の割合(動機づけ支援)」は低下し、改善傾向が見られる。 「肥満(BMI25以上)の者の割合」はわずかに低下した。 「就寝時間が10時以降の割合(3歳6か月児)」は低下し、改善傾向が見られる。 「高血圧の割合(収縮期血圧の平均値の低下)」、「血糖コントロール不良の減少(HbA1cが8.0%以上の者の割合)」については、目標値を達成した。
積み残したこと	「脂質異常症：LDLコレステロール160mg/dl以上の割合」については改善が見られなかった。 「やせ(BMI18.5未満)の者の割合」は、青年期女性で低下したものの依然として高く、壮年前・後期女性と青年期・壮年前期男性においては上昇した。 - 子どもの生活習慣の現状や課題について学校と情報共有ができておらず、連携が不十分である。 - 健康教室などへの若い世代の参加が少なく、アプローチが十分できていない。 - 健康教室修了者に対して、仲間づくりや自主グループ化、せいか健康づくりプロジェクトへの参加に十分つなげられていない。

【課題2】健診を活用した健康づくりを推進する

達成できたこと	胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診及び特定健診で受診率が上昇した。
積み残したこと	- 子宮がん検診と乳がん検診の受診率は低下しており、女性特有のがんに対する対策の強化が求められる。 - 大腸がん検診の受診率は上昇したが、伸び率が低い。 - 特定健診受診率は上昇したものの目標には達していない。 - 特定保健指導実施率は低下しており、啓発や対象者の生活に応じた指導が不十分である。 - 肥満対策教室は効果を上げているが、糖尿病などの肥満以外の病態別の教室が不足している。

◇今後の取組の方向性◇

【課題１】 望ましい生活習慣を身につける
・ 子どもの頃からの生活習慣の確立のため、啓発活動を強化します。
・ 「肥満(BMI25以上)の者の割合」、「血糖コントロール不良の減少(HbA1cが8.0%以上の者の割合)」は目標に達しましたが、現状よりもさらに低下することを目指します。
・ 若い世代を中心に啓発や教室を通じて生活習慣の改善を図ります。
・ 健康教室修了後の自主グループ化を支援していきます。
【課題２】 健診を活用した健康づくりを推進する
・ 特定健診やがん検診の受診率向上に向けて、個別通知や地域団体と連携した受診勧奨を強化していきます。
・ 健(検)診会場での託児、受診場所や実施期間の拡充など、受診しやすい環境を整備していきます。
・ 医療機関との連携を強化し、より受診しやすい体制づくりや健診後の保健指導につなげます。
・ 「高血圧症の割合(収縮期血圧160mmHg以上または拡張期血圧100mmHg以上)」を評価指標に追加し現状よりも低下することを目指します。
・ 糖尿病など病態別保健指導の実施メニューを増やし、対象者に応じた支援を拡充します。

(2) たばこ・アルコール

◇5年間の取組◇

【課題1】喫煙率を低下させる						
・庁舎内全面禁煙、保育所・小中学校敷地内完全禁煙を実施している。 ・妊婦の喫煙に対して、妊娠届出時質問票から喫煙状況の把握や指導、妊娠期の教室での啓発を行った。 ・子育て世代に対して、新生児訪問・乳幼児健診の問診票を用いて喫煙状況の把握・禁煙指導を行った。 ・成人期における対策としては、京都府と連携し、せいか祭り会場での啓発や禁煙相談を実施するとともに健診受診後に実施する相談会において喫煙者に対して個別指導を実施した。 ・COPDについては、イベントや健診会場などで周知度を図るアンケートで啓発を図るとともに、「家族の健康カレンダー」に情報を掲載し周知を図った。						
【課題2】適切なお酒とのつきあい方が理解できる						
・妊婦の飲酒に対して、妊娠届出時質問票を活用して、飲酒状況の把握・指導を行った。 ・健診受診後に実施する相談会において、適正な飲酒量の展示や飲酒者に対して、個別指導・相談機関の情報提供を行った。						

◇現状の評価◇

評価項目	現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
成人の喫煙率(壮年後期男性)	25.7%	20%	21.7%	4.0%↓	○	※2
COPDの認知度	今後調査	80%	22.4%	—	—	※2
妊娠中の喫煙率(母親)	3.1%	0%	0.7%	2.4%↓	○	※1
多量飲酒者の割合(男性)	3.9%	1%	3.4%	0.5%↓	○	※2
妊婦の飲酒率	3.1%	0%	0.7%	2.4%↓	○	※1
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 0項目 ○：目標値は達成しなかったが改善した 4項目 ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 0項目 —：評価できなかった 1項目						

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

【課題1】喫煙率を低下させる						
達成できたこと	・「成人の喫煙率(壮年後期男性)」は低下し、目標値に近づいている。 ・「妊娠中の喫煙率(母親)」は低下し、目標値に近づいている。					
積み残したこと	・「COPDの認知度」は、目標値と現状値に大きな差があり啓発が進んでいない。 ・未成年者の喫煙防止に向けて、京都府や学校との情報共有・連携が十分に図られていない。 ・妊婦の喫煙に対して、妊娠届出時以降の状況の確認や支援に取り組めていない。 ・子育て世代については、母親に限らず同居者に対する受動喫煙防止に向けての情報提供ができていない。 ・禁煙をしたい人への支援の機会が十分に設けられていない。					

【課題2】適切なお酒とのつきあい方が理解できる	
達成できたこと	・「多量飲酒者の割合(男性)」は低下傾向にあり、目標値に近づいている。 ・「妊婦の飲酒率」は低下傾向にあり、目標値に近づいている。 ・「毎日飲まない者(休肝日をつくる)の割合(男性)」が上昇しており、お酒との適切な付き合い方が広がっている。
積み残したこと	・飲酒防止に向けて、京都府や学校との情報共有・対策を講じるなどの連携が十分に図られていない。 ・妊婦の飲酒に対して、妊娠届出時以降の状況確認や支援に取り組めていない。 ・アルコール依存症について、気軽に相談できる場所の提供や専門的な相談機関の情報提供が不足している。

◇今後の取組の方向性◇

【課題1】喫煙率を低下させる	
	・未成年者の喫煙防止に向けて、関係機関と情報や具体的な取組の共有・連携を行い、対策の充実を図ります。
	・妊婦や子育て世代の喫煙者をなくすため、妊娠期からの継続した指導体制や受動喫煙の害などについての啓発活動を強化します。
	・成人の喫煙者に対し、禁煙外来などの情報提供をし、周知を図ります。
	・COPDの啓発を、禁煙対策と一体的に実施します。
【課題2】適切なお酒とのつきあい方が理解できる	
	・飲酒防止に向けて、関係機関と情報や具体的な取組の共有・連携を行い、対策の充実を図ります。
	・妊婦の飲酒者をなくすため、妊娠届出時からの継続した指導体制を整えます。
	・飲酒についての啓発の強化、多量飲酒者に対する個別指導の充実を図ります。

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

◇5年間の取組◇

【課題1】うつ病など、こころの病気を予防する
・ 睡眠・笑い・元気増進などをテーマにした講義や講演会を実施した。 ・ 簡易ストレス検査を利用し、ストレス予防の啓発に努めた。 ・ 病気に対しての個別相談や支援を実施した。 ・ 保健事業で元気増進を意識した取組をした。
【課題2】楽しく安心して子育てができる
・ 母子保健事業では育児状況を把握し、支援が必要な人に対して個別に対応した。 ・ 妊娠期から出産、子育て期へと切れ目のない支援の強化を図るため、平成28年度にモデル事業(せいかスマイル・マタニティ事業)を実施した。 ・ 子育て支援センターや社会福祉協議会と子育て支援事業の情報共有を行い、連携・活用の促進を図った。

◇現状の評価◇

評価項目		現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
睡眠で休養が十分でないと感じる者の割合		19.2%(H23)	15.0%	22.3%	3.1%↑	▽	※2
ストレス解消法がある者の割合		80.3%	現状より増	80.7%	0.4%↑	◎	※2
育児の相談相手が身近にいる者の割合	新生児訪問	90.6%(H22)	現状より増	96.9%	6.3%↑	◎	※1
	3歳6か月児	95.6%(H22)	現状より増	95.7%	0.1%↑	◎	※1
育児に肯定的に取り組んでいる者の割合 (気持ちのフェイスマークが1～3の者)	3～4か月児	97.8%	現状より増	95.9%	1.9%↓	▽	※1
	1歳6か月児	94.9%	現状より増	94.9%	0.0%→	▽	※1
	3歳6か月児	94.9%	現状より増	93.8%	1.1%↓	▽	※1
乳幼児との交流事業開催数		9回(H23)	20回	74回	65回↑	◎	—
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した		4項目					
○：目標値は達成しなかったが改善した		0項目					
▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		4項目					
—：評価できなかった		0項目					

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

【課題１】うつ病など、こころの病気を予防する	
達成できたこと	・「ストレス解消法がある者の割合」は微増し、改善傾向にある。
積み残したこと	・「睡眠で疲れが回復していないと感じる者の割合」は20～50歳代で20％を超えており、休養が十分でないと感じる者が多い。 ・「ストレス解消法がある者の割合」は全体をみれば上昇しているが、30代では減少している。 ・うつなどの心の病気予防について、特に働き盛り世代への対策が不足している。
【課題２】楽しく安心して子育てができる	
達成できたこと	・「育児の相談相手が身近にいる者の割合(新生児訪問)」は上昇し、目標を達成した。 ・乳幼児との交流事業は、関係団体の協力で大幅に開催回数が増加した。 ・母子保健事業では妊娠届・新生児訪問・乳幼児健診で母親の状況や育児状況を把握し、支援が必要な人に対して個別に対応している。 ・妊娠期から出産、子育て期へと切れ目のない支援の強化を図るため、平成28年度にモデル事業(せいかスマイル・マタニティ事業)を実施した。
積み残したこと	・「育児に肯定的に取り組んでいる者の割合」が低下傾向にある。 ・地域で子育て家庭を見守り、支援することができる地域づくりを進めるにあたって、関係機関と連携や協議するまでには至っていない。 ・全中学校での乳幼児交流事業の実施には至っていない。

◇今後の取組の方向性◇

【課題１】うつ病など、こころの病気を予防する	
・「ストレス解消法がある者の割合」は目標に達しましたが、現状よりさらに上昇することを目指します。 ・自殺・うつ病・こころの病気に関する啓発活動を、特に若い世代に対して強化していきます。 ・地域の相談員の育成を図り、地域の中での支援体制を充実させます。 ・こころの病気を支える居場所づくりのため、関係機関との検討の場を設けます。	
【課題２】楽しく安心して子育てができる	
・「育児の相談相手が身近にいる者の割合」は目標に達しましたが、現状よりさらに上昇することを目指します。 ・個別支援のさらなる充実のために、母子保健事業の充実を図るとともに、子育て世代包括支援センターを立ち上げ、妊娠期から切れ目のない支援体制を整備します。 ・子育て支援センターなどの関係機関と連携する場を持ち、子育て家庭を見守り支援する地域づくりを目指します。 ・乳幼児交流事業の開催回数は増加しましたが、全中学校での事業実施はできていないため、目標を変更し「中学校での乳幼児との交流事業の開催」を評価指標に追加し、全校実施を目指し関係機関と連携します。	

(2) 生きがい・ふれあい・社会参加

◇5年間の取組◇

【課題1】自分を認めた生き方ができる	
- 各事業で元気増進の視点を取り入れた事業運営を行った。 - 健康教室や地区組織などで元気増進について講義をしたり、積極的にグループワークを取り入れて、共有や確認ができるように取り組んだ。 - 発達支援教室などでは、参加者が育児の悩みを共有・承認し、人とつながりながら自分らしく安心して子育てができるよう支援を行った。 - 妊娠期からの切れ目のない支援のしくみとして、子育て世代包括支援センターの実現について検討を進めてきた。	
【課題2】社会の中で自分らしい力を発揮できる	
- 自分の力や役割を発揮できる世代間交流の事業やイベントなどを、多様な組織や団体が実施した。 - 地域でのリーダー養成を通して、他課と連携して元気増進の考え方を広めた。 - せいか健康づくりプロジェクトやせいか365プロジェクトの周知・支援・育成を図ったことで、新規プロジェクトが立ち上がり、健康づくりの参画者が増えた。	

◇現状の評価◇

評価項目	現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
何らかの社会活動をしている者の割合	44.7%	現状より増	39.1%	5.6%↓	▽	※2
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 0項目 ○：目標値は達成しなかったが改善した 0項目 ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 1項目 －：評価できなかった 0項目						

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月

【課題1】自分を認めた生き方ができる	
達成できたこと	保健事業で、病気予防に加え元気増進の概念を取り入れた事業を推進することで、住民同士の交流が生まれ、お互いに協力し合うことで、安心感や生きがいが生まれた。
積み残したこと	- 保健事業利用者に偏りがあり、元気増進の考え方や取組を伝えられる住民が限られている。 - 子育て期に比べ、妊娠期からの自己肯定感や自信につながるような支援体制は不十分である。

【課題2】 社会の中で自分らしい力を発揮できる	
達成できたこと	・ せいか健康づくりプロジェクト、せいか365プロジェクトを通じ、世代間交流の場や機会が増えた。 ・ 「何らかの社会活動に参加している者の割合」で、60歳以降の割合が高い。 ・ せいか健康づくりプロジェクト、せいか365プロジェクトを通じ、地域での活躍の場やリーダーが増え、身近な場所で自分らしい力が発揮できる場や機会が増えつつある。
積み残したこと	・ 「何らかの社会活動に参加している者の割合」は、低下傾向にある。 ・ せいか健康づくりプロジェクトの知名度は上がりつつあるものの、認知度は住民の半分に達しておらず、周知が十分でない。 ・ せいか健康づくりプロジェクトのグループが固定化し、多様な参加機会につながりにくい状況にある。 ・ 若い世代の参加や地域での活動の場が十分整備できていない。

◇今後の取組の方向性◇

【課題1】 自分を認めた生き方ができる	
・ 保健事業において「元気増進軸」を増やす取組の充実を図っていきます。 ・ 子育て世代包括支援センターを設置し、地域全体で子育てができるようなしくみづくりをしていきます。	
【課題2】 社会の中で自分らしい力を発揮できる	
・ せいか健康づくりプロジェクトやせいか365プロジェクトの周知を強化し、地域のリーダー発掘や地域での活躍の場の拡充を図っていきます。 ・ 社会活動に積極的な60歳前後が、多様な場でさらに活躍できる取組を行っていきます。	

2 基本目標別達成状況一覧

評価項目				現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状値の差	達成 状況	備考
基本目標１：正しくおいしく食べましょう！									
(1) 栄 養 食生活	偏食のある者の割合(3歳6か月児)			39.4%(H22)	34.0%	39.1%(H28)	0.3% ↓	○	※1
	朝食を毎日食べる者の割合			89.6%	95.0%	87.9%	1.7% ↓	▽	※2
	栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合			70.0%	77.0%	69.3%	0.7% ↓	▽	※2
	食育に関心がある者の割合			71.1%	90.0%以上	68.4%	2.7% ↓	▽	※2
	食事を決まった時間に3食とれている者の割合			56.1%	65.0%	55.3%	0.8% ↓	▽	※2
(2) 歯と口の 健康	間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)			80.9%(H22)	現状より増	79.9%	1.0% ↓	▽	※1
	3歳6か月児のむし歯有病率			13.3%(H23)	現状より減	19.3%(H27)	6.0% ↑	▽	※3
	12歳児のむし歯数			1.06本(H23)	0.8本以下	0.85本(H27)	0.21本 ↓	○	※3
	歯肉に所見を有する者の割合		壮年前期	37.6%	25.0%	38.8%	1.2% ↑	▽	※2
			壮年後期	48.7%	25.0%	37.9%	10.8% ↓	○	※2
			高齢期	47.0%	45.0%	47.4%	0.4% ↑	▽	※2
	定期的に歯科健診を受ける者の割合			42.4%	65.0%	47.7%	5.3% ↑	○	※2
	20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)			46.0%	70.0%	50.5%	4.5% ↑	○	※2
基本目標２：楽しく身体を動かそう！									
(1) 運 動 身体活動	子どもの外遊びの時間1時間以上(3歳6か月児)			69.9%	80.0%	69.5%	0.4% ↓	▽	※1
	テレビ(ゲーム含む)視聴時間が2時間以上の者の割合		3歳6か月児	34.6%(H22)	30.0%	39.9%	5.3% ↑	▽	※1
	運動習慣が週3回以上の割合 (体育以外の運動やスポーツ)		小学生	32.2%(H23)	現状より増	36.4%	4.2% ↑	◎	※4
			中学生	69.0%(H23)	現状より増	68.1%	0.9% ↓	▽	※4
	運動習慣のある者の割合		男性	50.0%	60.0%	47.5%	2.5% ↓	▽	※2
			女性	41.5%	50.0%	43.3%	1.8% ↑	○	※2
	日常生活で身体を動かすことを意識している者の割合			32.6%	50.0%	34.0%	1.4% ↑	○	※2
	日常生活における歩数		20-64歳男性	今後調査	9,000歩	7,848歩	—	—	※2
			20-64歳女性	今後調査	8,500歩	6,352歩	—	—	※2
			65歳以上男性	今後調査	7,000歩	7,352歩	—	◎	※2
			65歳以上女性	今後調査	6,000歩	5,216歩	—	—	※2
ロコモティブシンドロームを認知している者の割合			今後調査	80.0%	32.6%	—	—	※2	
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	がん検診受診率		胃がん	12.3% (H23)	40.0%	16.2% (H28)	3.9% ↑	○	※5
			子宮がん	24.9% (H23)	50.0%	24.3% (H28)	0.6% ↓	▽	※5
			乳がん	36.3% (H23)	50.0%	35.6% (H28)	0.7% ↓	▽	※5
			肺がん	16.8% (H23)	40.0%	23.4% (H28)	6.6% ↑	○	※5
			大腸がん	26.0% (H23)	40.0%	26.7% (H28)	0.7% ↑	○	※5
	特定健診受診率			31.6%	65.0%	40.0% (H27)	8.4% ↑	○	※6
	特定保健指導実施率			12.4%	45.0%	8.8% (H27)	3.6% ↓	▽	※6
	メタボリック症候群である者の割合		積極的支援	2.4%(H22)	現状から25%減	2.5% (H27)	0.1% ↑	▽	※6
			動機づけ支援	9.2%(H22)	現状から25%減	7.7% (H27)	1.5% ↓	○	※6
	高血圧の割合(収縮期血圧の平均値の低下)		男性	128.6mmHg (H23)	現状より減	123.7mmHg (H27)	4.9mmHg ↓	◎	※7
			女性	127.3mmHg (H23)	現状より減	125.6mmHg (H27)	1.7mmHg ↓	◎	※7
	脂質異常症：総コレステロール240mg/dl以上の割合		男性	15.9% (H23)	10.0%	—	—	—	—
			女性	27.5% (H23)	17.0%	—	—	—	—
	脂質異常症：LDLコレステロール160mg/dl以上の割合		男性	10.6% (H23)	6.2%	12.3%(H27)	1.7% ↑	▽	※7
			女性	16.1% (H23)	8.8%	16.1%(H27)	0.0%→	▽	※7

評価項目				現状値 (H24)	目標値 (H34)	実績値 (H29)	実績値と 現状地の差	達成 状況	備考
(1) 生活習慣病 循環器疾患 が ん	血糖コントロール不良の減少 (HbA1cが8.0%以上の者の割合)			0.92%(H23)	現状より減	0.7%(H27)	0.22% ↓	◎	※7
	就寝時間が10時以降の割合(3歳6か月児)			28.7%(H22)	20.0%	24.3%(H28)	4.4% ↓	○	※1
	肥満(BMI25以上)の者の割合			16.0%	現状より減	15.9%	0.1% ↓	◎	※2
	やせ(BMI18.5未満)の者の割合			9.6%	現状より減	10.1%	0.5% ↑	▽	※2
(2) たばこ アルコール	成人の喫煙率(壮年後期男性)			25.7%	20.0%	21.7%	4.0% ↓	○	※2
	COPDの認知度			今後調査	80.0%	22.4%	—	—	※2
	妊娠中の喫煙率(母親)			3.1%	0.0%	0.7%	2.4% ↓	○	※1
	多量飲酒者の割合(男性)			3.9%	1.0%	3.4%	0.5% ↓	○	※2
	妊婦の飲酒率			3.1%	0.0%	0.7%	2.4% ↓	○	※1
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	睡眠で休養が十分でないと感じる者の割合			19.2%(H23)	15.0%	22.3%	3.1% ↑	▽	※2
	ストレス解消法がある者の割合			80.3%	現状より増	80.7%	0.4% ↑	◎	※2
	育児の相談相手が身近にいる者の割合	新生児訪問	90.6%(H22)	現状より増	96.9%	6.3% ↑	◎	※1	
		3歳6か月児	95.6%(H22)	現状より増	95.7%	0.1% ↑	◎	※1	
	育児に肯定的に取り組んでいる者の割合 (気持ちのフェイスマークが1～3の者)	3～4か月児	97.8%	現状より増	95.9%	1.9% ↓	▽	※1	
		1歳6か月児	94.9%	現状より増	94.9%	0.0% →	▽	※1	
		3歳6か月児	94.9%	現状より増	93.8%	1.1% ↓	▽	※1	
	乳幼児との交流事業開催数			9回(H23)	20回	74回	65回 ↑	◎	—
(2) 生きがい ふれあい 社会参加	何らかの社会活動をしている者の割合			44.7%	現状より増	39.1%	5.6% ↓	▽	※2
その他の指標									
(1) 参加・参画	健康づくりプロジェクトの参画者数(1年当たり実人数)			96人(H23)	150人	102人	6人 ↑	○	※8
	健康づくりプロジェクトの参加者数(1年あたり延べ人数)			11,632人(H23)	15,000人	10,175人	1,457人 ↓	▽	※8
(2) 計画の啓発	健康増進計画のマスコットキャラクターを知っている者の割合			43.1%	60.0%	47.9%	4.8% ↑	○	※2
	健康づくりプロジェクトを知っている者の割合			26.6%	50.0%	34.3%	7.7% ↑	○	※2

- ※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より
 ※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月
 ※3：「平成27年度京都府の歯科保健」より
 ※4：平成27年度文部科学省アンケート「NEW体力テスト」より
 ※5：平成28年度受診者数/がん検診対象者数 (%)
 ※6：平成27年度特定健診・特定保健指導法定報告結果より
 ※7：平成27年度特定健診受診者結果アナミツールより集計
 ※8：平成28年度せいか健康づくりプロジェクトまとめより

3 重点的取組の実施状況

重点課題1：生活習慣病予防の取組

【重点事業1】受診率向上へのしくみづくり

◇5年間の取組◇

受診行動に影響を与える主要な要因を「意識の向上」「受診の障害を取り除く」「きっかけの提供」として、それぞれの要因への対策を強化することで健(検)診の受診率向上を目指すしくみづくりを推進した。	
(1) 意識の向上	・ 疾病や健(検)診の意義に対する理解を深めるサポートをしていくため、啓発ポスターにクイズ形式や投票などの工夫を取り入れ参加型にすることや掲示場所の拡大などを図った。 ・ 受診案内の際には、併せてがんについての知識普及を図る情報も加えて発信し、地域での健康教育の際には、健(検)診の必要性などの内容を盛り込むよう工夫した。
(2) 受診の障害を取り除く	・ 費用やアクセスなどの受診環境を整えていくため、受診率の低い世代の支援としてがん検診無料クーポン券の配布や子宮がん検診の自己負担額引き下げを実施したほか、乳がん検診の受診場所の拡大を図った。
(3) きっかけの提供	・ 健(検)診登録制度やがん検診、特定健診それぞれに年齢などターゲットを絞り、個別通知による受診勧奨・再勧奨を実施した。

◇現状の評価◇

達成できたこと	・ 健(検)診登録制度の登録者数が毎年約500人以上のペースで増加した。 ・ 胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診と特定健診で受診率が上昇した。
積み残したこと	・ 乳がん検診、子宮がん検診の受診率は低下しており、女性特有のがんに対する対策の強化が求められる。 ・ 大腸がん検診の受診率は上昇したが、伸び率が低い。 ・ 特定健診受診率は上昇したものの目標は達成していない。 ・ 全ての健(検)診受診率は目標に達しておらず、「意識の向上」「受診の障害を取り除く」「きっかけの提供」の推進が十分ではない。

重点課題2：つながりを意識した子育て力の強化

【重点事業2】妊娠期からのネットワークづくり

◇5年間の取組◇

妊娠期からの切れ目のない支援体制の充実を図るため、子育て世代包括支援センターの立ち上げに向け京都府とモデル事業(せいかスマイル・マタニティ事業)を実施した。

(1) 妊娠期からの切れ目のない支援体制づくり

- ・ 妊娠届出時の面接を通じて、安心して出産ができるよう妊婦のニーズに応じた情報提供や相談支援を実施した。
- ・ 出産前に妊娠後期アンケートを実施し、必要に応じて情報提供や相談支援を行った。
- ・ 関係機関と連携しながら、望まない妊娠、若年妊婦など多様化している妊婦への支援を行った。

(2) つながりづくり

- ・ 妊娠期から地域の人や関係機関とつながることで孤立化しないよう、母子保健事業や子育て支援センター事業などの参加・促進を図るため、周知媒体に写真などを使ってイメージしやすい工夫した。
- ・ 教室で参加者同士が交流しやすいよう、交流を意識したプログラムにした。
- ・ 関係機関や団体と互いに子育て支援事業の連携や協力を図りながら、事業の充実を図った。

◇現状の評価◇

達成できたこと	・ 妊娠届出時の面接や妊娠後期アンケートを通して、妊娠期からの関わりが増えたことにより、出産前からの支援につながった。
積み残したこと	・ 望まない妊娠、若年妊婦など妊婦の多様化に対応していくため、他機関や多職種との連携をさらに強化し包括的に支援していく必要がある。

重点課題3：住民参加・参画型健康づくりの推進

【重点事業3】協働によるせいか健康づくりプロジェクト活動の発展

◇5年間の取組◇

第1期計画の推進において住民参加・参画型の「せいか健康づくりプロジェクト」を立ち上げ、第2期計画における5年間でプロジェクトの拡充を図った。

(1) 広報・周知の強化

- ・せいか健康づくりプロジェクトへの参加・参画者を増やすため、これまで口コミや広報誌に頼っていた広報手段を、ホームページ、SNSなどにも拡大することで、最新の情報や活動を掲載するよう努めたほか、口コミや各事業での周知を強化した。

(2) 団体交流会の開催

- ・平成26年度には、せいか365イベントとして「みんなで健康交流会」を開催し、町内の健康づくり関連団体17団体による交流が実現した。
- ・平成28年度には、せいか健康づくりプロジェクトの全体会である「元気づくり大学」を開催して、活動の輪を広げた。

◇現状の評価◇

達成できたこと	・平成25年から平成28年の4年間で、せいか健康づくりプロジェクトに参加した住民は、延べ36,693人に達し、参画者は延べ403人と多くの住民の参加を得ることができた。 ・せいか健康づくりプロジェクトを知っている住民が、26.6%(平成24年度)から34.3%(平成29年度)と7.7ポイント上昇した。 ・平成28年度には、健康教室から発展した「軽やか同窓会」が新規プロジェクトとして立ち上がり、プロジェクト数が増加した。
積み残したこと	・牽引するリーダーの固定化や高齢化が進んでおり、新たなリーダーの育成が急がれる。 ・テーマが固定化しつつあり、多様なプロジェクトが立ち上がりにくい状況になっている。 ・協働による健康づくりの柱として位置づけていくためには、行政や関係機関・団体、住民のさらなる連携・協力が必要であるが、現時点では三者が集う機会は設定されておらず、協働推進のきっかけづくりが不足している。

1 基本理念

計画の基本理念

笑顔・ささえあい・健やか 元気なまち せいか

町民一人ひとりが笑顔でつながりあい、地域の中でささえあいながら健康づくりに主体的に参画することで、健やかで元気に満ちた地域社会づくりを目指します。

そのために、健康を「病気や障害の有無に関わらず、病気予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態」と考え、病気予防と元気増進の2つの方向から健康づくりを推進します。

図：二軸の健康観に基づく健康づくり

病気予防と元気増進の調和がとれた健康づくり			
病気予防軸		元気増進軸	
病気なし	0	とても元気	+3
軽度の病気	-1	まあまあ元気	+2
中等度の病気	-2	少し元気	+1
重度の病気	-3	元気なし	0

減らそう
病気！増やそう
元気！

基本目標

1

正しくおいしく
食べましょう！

2

楽しく身体を
動かそう！

3

みんなでニコニコ
健康生活！

4

笑顔でいきいき
過ごしましょう！

2 基本方針

基本方針 1

ヘルスプロモーションの考え方に基づいた健康づくりの推進

ヘルスプロモーションはQOL(生活の質)の確保に必要不可欠な考え方で、健康を実現するためには、「町民一人ひとりの力量の向上」、「健康をみんなで支え合うネットワークづくり」、そして「健康を支援する環境（まち）づくり」の3本柱が必要です。本町においても、健康づくりの推進にあたって、ヘルスプロモーションの考え方を基本に据えて取り組んでいきます。

基本方針 2

病気予防と元気増進の調和がとれた健康づくりの推進

これまで取り組んできた「病気予防対策」と、「元気増進対策」を引き続き実践し、子どもから高齢者まで各年代において病気の予防や悪化を防ぎながら、生きがいややりがい等を持ち、いきいきとした豊かな生活を送ることができるまちづくりをめざします。

基本方針 3

住民参加・参画による健康づくりの推進

本町では、第1期健康増進計画の実践過程において「健康づくりプロジェクト」という住民参画型の健康づくりのしくみができました。住民と行政が目的意識を共有し、対等な立場で協力しながら事業を推進するこのようなしくみは、他市町村には見られない本町独自のものです。このような本町らしい健康づくりの取り組みを大切にし、第2期精華町健康増進計画においても住民参加参画型の健康づくりを促進します。

3 基本目標

基本目標1 正しくおいしく食べましょう！

バランスのとれた食生活、規則正しい食生活の普及に努めるとともに、食と密接な関係にある歯と口の健康を守るための歯科保健の充実にも努めます。

基本目標2 楽しく身体を動かそう！

身近な運動の普及活動とあわせて、日常生活の中での身体活動を積極的に行うことで、運動習慣が定着するよう啓発活動を推進します。

基本目標3 みんなでニコニコ健康生活！

一次予防として、食生活や運動の普及活動を図るとともに、定期的に健診を受診し疾病の早期発見・早期治療に努める二次予防の充実も図っていきます。

また、生活習慣病の誘発要因であるたばこやアルコール対策の強化などにも取り組むこととします。

基本目標4 笑顔でいきいき過ごしましょう！

こころの健康づくりのためには、適切な睡眠や休養の確保、上手なストレス発散、生きがいや趣味・目標のある生活、人との豊かなふれあいなどが重要であり、こころの病気に対する理解を深め、医療機関や関係機関等と連携してうつ病・自殺等予防のための継続的な取り組みを促進します。

4 施策の体系

基本 理念

笑顔・ささえあい・健やか 元気なまち せいか

基本方針

- ヘルスプロモーションの考え方に基づいた健康づくりの推進
- 病気予防と元気増進の調和がとれた健康づくりの推進
- 住民参加・参画による健康づくりの推進

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！



(1) 栄養・食生活

- 【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
- 【課題2】全世代において「食育」への関心を高める

(2) 歯と口の健康

- 【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

基本目標2：楽しく身体を動かそう！



(1) 運動・身体活動

- 【課題1】子どもが身体を使う楽しさを身につける
- 【課題2】みんなが自分にあった運動を実践する
- 【課題3】運動に取り組みやすい環境づくりをする

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

- 【課題1】望ましい生活習慣を身につける
- 【課題2】健診を活用した健康づくりを推進する

(2) たばこ・アルコール

- 【課題1】喫煙率を低下させる
- 【課題2】適切なお酒とのつきあい方が理解できる

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

- 【課題1】うつ病など、こころの病気を予防する
- 【課題2】楽しく安心して子育てができる

(2) 生きがい・ふれあい・社会参加

- 【課題1】自分を認めた生き方ができる
- 【課題2】社会の中で自分らしい力を発揮できる

1 基本目標の取組

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！

(1) 栄養・食生活

◇課題の設定◇



【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



【課題2】全世代において「食育」への関心を高める

◇行動計画◇

【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			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
乳幼児期から1日3食、規則正しく食べるようにする	○		
毎日朝食を食べるようにする	○		
栄養バランスやカロリーに配慮した食事に心がける	○		
外食や市販の惣菜を上手に選択する力を身につける	○		
食に関する情報をまとめて発信できる場を設置する		○	○
料理教室など、食に関する体験の機会を増やす		○	○
地域での食生活改善活動がしやすいしくみをつくる		○	○
食に関する普及活動を実践する人材を育成する			○
専門職による相談体制を充実させる			○
食に関連する団体・組織のネットワークを強化する			○
【課題2】全世代において「食育」への関心を高める			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
地元の特産物を活用する	○		
食育イベントに積極的に参加する	○		
毎月「食育の日」は家族そろって夕食を食べるようにする	○		
地域で一緒に料理をしたり食べる機会を増やす	○	○	○
食育の意味を知っている人を増やす		○	○
体験型の食育イベントを増やす		○	○

◇行政の取組◇

【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	
取組① 食に関する情報をまとめて発信できる場を設置する	
	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しくみをつくる	
	各小学校区などで「あすなろ会」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	
	「あすなろ会」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「あすなろ会」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	
	「あすなろ会」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

(2) 歯と口の健康

◇課題の設定◇



【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

◇行動計画◇

【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			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
定期的に歯科健診を受ける	○		
むし歯や歯周病予防のための正しい知識を知り、実践する	○		
よく噛んで食べる、ダラダラ食べないなど、歯の健康により習慣を実践する	○		
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		○	○
歯科健診の受けやすい環境づくりをする		○	○

◇行政の取組◇

【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	
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	
歯周病と生活習慣病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もち、健診を受けやすい環境づくりを進める	

基本目標２：楽しく身体を動かそう！

（１）運動・身体活動

◇課題の設定◇



【課題１】子どもが身体を使う楽しさを身につける



【課題２】みんなが自分にあった運動を実践する



【課題３】運動に取り組みやすい環境づくりをする

◇行動計画◇

【課題１】子どもが身体を使う楽しさを身につける			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
子どもが友達と身体を使った外遊びをする	○		
1日のテレビゲームの時間を決めて生活する	○		
親が子どもの外遊びの大切さを意識して子育てする	○		
親が子どもと一緒に楽しみながら身体を動かす	○		
子ども会や、サークルなどで身体を使った遊びを企画する	○	○	
近所で誘い合って子どもが外で遊ぶのを見守る		○	
親子に昔の遊びや手作り遊びを提供する団体があり、学ぶ機会がある		○	○
地域で異年齢の子どもが交流しながら外遊びするイベントを実施する		○	
関係機関が協力し合い子どもの体力向上の取組をする			○
【課題２】みんなが自分にあった運動を実践する			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
身体を動かすことを意識する	○		
日常生活でなるべく歩く	○		
自分の体力や生活スタイルを知り、自分にあった身体を動かす習慣を身につける	○		
年齢に応じた運動について適切に情報発信され学ぶ機会がある	○	○	○
専門家による運動相談ができる場を充実させる		○	○
【課題３】運動に取り組みやすい環境づくりをする			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
運動イベントに積極的に参加する	○		
運動を一緒にできる仲間づくりをする	○		
運動に関する仲間づくりやコミュニティができるようしくみづくりをする		○	○
戸外で身体を動かすイベントを定期的 to開催する		○	○
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		○	○
地域でウォーキングロードなどをつくり、イベント企画をする		○	○
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		○	○

◇行政の取組◇

【課題１】子どもが身体を使う楽しさを身につける	
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 関係機関が協力し合い、子どもの体力向上の取組をする	
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しくみづくりをする	
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	
庁内各課が連携して、運動が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	

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

◇課題の設定◇



【課題１】望ましい生活習慣を身につける



【課題２】健診を活用した健康づくりを推進する

◇行動計画◇

【課題１】望ましい生活習慣を身につける			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
自分や家族の健康に関心を持つ	○		
生活習慣が健康に及ぼす影響を知る	○		
子どもの時から「早寝・早起き・朝ごはん」を意識して行う	○		
自分に必要な健康情報を選択できる力を身につける	○		
健康につながる生活習慣を継続できる仲間づくりをする	○	○	
健康づくりを実践している住民やグループを支援する			○
住民に必要な健康情報を発信する			○
生活習慣病予防のための健康教室や講演会を開催する			○
【課題２】健診を活用した健康づくりを推進する			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
定期的に健診を受ける	○		
健診結果を自らの健康づくりに活かす	○		
地域で情報交換し、受診勧奨しあうしくみづくりをする	○	○	○
健診の必要性についての普及啓発を強化する		○	○
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			○
みんなが受けやすい健診体制を整備する			○

◇行政の取組◇

【課題１】望ましい生活習慣を身につける	
取組① 健康づくりを実践している住民やグループを支援する	
教室修了後の生活習慣改善につながる自主グループの立ち上げを支援していく	
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

(2) たばこ・アルコール

◇課題の設定◇



【課題１】喫煙率を低下させる



【課題２】適切なお酒とのつきあい方が理解できる

◇行動計画◇

【課題１】喫煙率を低下させる			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
たばこが健康に及ぼす害について知る	○		
喫煙マナーを守る	○		
子ども(未成年者)や妊婦の前では喫煙しない	○	○	
禁煙・分煙を推進する		○	○
COPDの知識を普及啓発する		○	○
喫煙による健康への影響について情報提供する			○
【課題２】適切なお酒とのつきあい方が理解できる			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
アルコールが健康に及ぼす影響や適正な飲酒量について知る	○		
休肝日をつくる	○		
飲めない人に強要しないようマナーを身につける	○	○	
アルコールが健康に及ぼす影響や適正な飲酒量について情報提供する		○	○

◇行政の取組◇

【課題１】喫煙率を低下させる	
取組① 禁煙・分煙を推進する	
施設の禁煙対策が進むように働きかける	
取組② COPD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・同居者の喫煙状況を把握し、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】適切なお酒とのつきあい方が理解できる	
取組① アルコールが健康に及ぼす影響や適正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	
妊娠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、府と連携した個別支援を進める	
断酒会、アルコール依存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た啓発を強化する	

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

◇課題の設定◇



【課題１】うつ病など、こころの病気を予防する



【課題２】楽しく安心して子育てができる

◇行動計画◇

【課題１】うつ病など、こころの病気を予防する			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
適度に自分のペースで生活する	○		
睡眠など十分な休息をとる	○		
趣味や楽しみをもつ	○		
自分にあったストレス解消法を身につける	○		
悩みを相談できる人間関係を持つ	○		
自分に合った他者との交流場所を持つ	○	○	
こころの病気についての正しい知識と理解を促進する	○	○	○
こころの病気について、相談や支援ができる人材を育成する			○
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			○
こころの病気を支える専門機関のネットワークを強化する			○
【課題２】楽しく安心して子育てができる			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
人とつながりながら自分らしく子育てする	○		
困ったときに悩みを相談できる人間関係を持つ	○		
子育て支援事業に積極的に参加する	○		
地域で子育て家庭を見守り、支援する		○	○
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			○
母子保健・子育て支援事業を充実させる			○
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		○	○

◇行政の取組◇

【課題１】うつ病など、こころの病気を予防する	
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 こころの病気について、相談や支援が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
関係課と連携して、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る
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

(2) 生きがい・ふれあい・社会参加

◇課題の設定◇



【課題１】自分を認めた生き方ができる



【課題２】社会の中で自分らしい力を発揮できる

◇行動計画◇

【課題１】自分を認めた生き方ができる			
具体的取組	個人 家庭	地域 団体	行政
自分の時間をもち、心身のリラックスをする	○		
子育ての中で子どもの気持ちを大切にするような言葉かけをする	○		
仲間と活動する中で、お互いを認めあう	○	○	
家庭や地域の中で適度な役割を持つ	○	○	
自己肯定感を高める学習の場をつくる			○
【課題２】社会の中で自分らしい力を発揮できる			
地域の行事や祭りなどに積極的に参加する	○		
地域の行事などに興味を持つ	○		
隣近所の人と気軽に会話(コミュニケーション)を楽しむ	○	○	
地域の中で人と人がふれあい、つながる機会を増やす		○	
若い世代の人が参加できるしくみを考え、世代間交流の機会を持つ		○	○
自分らしい力を発揮できる場の周知をする			○
地域のリーダーを育成する			○

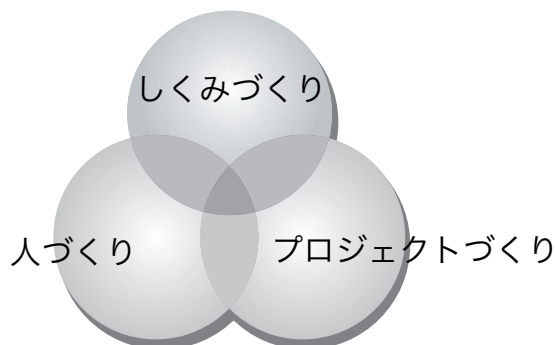
◇行政の取組◇

【課題１】自分を認めた生き方ができる	
取組① 自己肯定感を高める学習の場をつくる	
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しくみを考え、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	
若い世代のニーズの把握を進める	
取組② 地域のリーダーを育成する	
事業を通して、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、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	

2 各基本目標に共通する取組

第2期計画では、平成25年度から5年間、4つの基本目標ごとに課題を設定し取組を進めてきました。中間見直しにあたり、これまでの取組や成果を踏まえ、今後の取組について検討していく中で、全ての基本目標に共通する以下の3つの取組が必要なことが認識されたため、これらの取組について平成34年度までの5年間、特に力を入れて取り組むこととします。

基本目標達成のために必要な3つの取組



◇今後の取組の方向性◇

しくみづくり	(1) 庁舎内各課との連携・協働：健康なまちづくりの視点から、庁内各課との連携・協働を推進します。(せいか365プロジェクトの活用) (2) 関係機関・団体との連携・協働：町内の保健医療福祉関係機関・団体や地域型組織(町内会などの住民自治組織)やテーマ型組織(NPOなど)との連携・協働体制を強化します。 (3) 住民との連携・協働：健康づくりプロジェクトや食生活改善推進協議会などの地区組織、健康づくり自主グループなどとの連携・協働体制を強化します。 (4) 多様な専門家のネットワークづくり：保健師をはじめ、助産師、栄養士、歯科衛生士、保育士などが連携して、健康問題を共有し、地域の健康づくりを一体的に取り組めるしくみをつくりまします。
人づくり	せいか365プロジェクトや健康づくりプロジェクトを活用して、行政職員、関係機関・団体構成員、住民の研修会やリーダー養成会を開催します。
プロジェクトづくり	行政、関係機関・団体、住民のネットワークにより、多様な健康づくりプロジェクトを試行し、定例化していく取組については、せいか365プロジェクトやせいか健康づくりプロジェクトへと移行させ、継続実施のしくみをつくりまします。

◇行動計画◇

- ・各課職員、関係機関・団体スタッフ、住民の研修会開催(せいか365プロジェクトを活用)
- ・せいか健康づくりプロジェクトメンバーへのリーダー研修会開催
- ・行政、関係機関・団体、住民による健康づくりワークショップの開催と実践プロジェクトを試行し、定例化していく取組については、せいか健康づくりプロジェクトへ移行

◇評価指標◇

評価項目		現状値 (H29)	目標値 (H34)	備考
各基本目標に共通する取組				
しくみづくり 人づくり プロジェクトづくり	せいか365を知っている者の割合	29.2%	60.0%	※2
	健康づくりキャラクター・せいか365キャラクターを知っている者の割合	47.9%	60.0%	※2
	せいか365プロジェクト・せいか健康づくりプロジェクトの参画者数(1年あたり実人数)	125人	150人	※8
	せいか365プロジェクト・せいか健康づくりプロジェクトの参加者数(1年あたり延べ人数)	10,305人	15,000人	※8
	人材育成研修・リーダー研修の実施回数(5年間の延べ回数)	—	10回	—
	せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合	34.3%	50.0%	※2
	せいか健康づくりプロジェクト活動団体数	6団体	現状より増	※8

※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月より

※8：平成28年度せいか健康づくりプロジェクトまとめより

3 重点的取組

重点課題 1：生活習慣病予防の取組

【重点事業 1】受診率向上へのしくみづくり

生活習慣病・がんの早期発見、早期治療に結びつけるためには受診率の向上は欠かせません。目標数値までには更なる対策が必要であり、今後も重点的に取り組むべき内容です。

これまでの取組の中で特に効果が高いものが個別勧奨通知による「きっかけの提供」です。受け皿の問題もあり体制の整う健(検)診から優先的に勧奨をかけていくこととします。また、医療機関との連携を強化し、受診体制の整備を図っていきます。

「受診の障害を取り除く」対策としては、受診場所の拡大、実施期間の延長などを進めていきます。また、「意識の向上」についての対策として、啓発の拡充を図っていきます。

【重点事業 2】健(検)診受診後のフォロー体制の確立

メタボ改善教室は効果を上げているものの、それ以外の病態別の保健指導は、健診結果相談会のみとなっています。集団健診に比べ個別健診受診者は指導・相談の機会が限られていることから、特定保健指導にもつながりにくく、実施率が低い状況です。

生活習慣病の進行を抑制し重症化を予防するために、特定保健指導の実施率を引き上げること、また、メタボ以外の病態別の相談・指導の機会を増やすことが必要です。

特に糖尿病は、医療費等経済的な問題や、重症化すると本人のQOLが低下するなど、本町においても糖尿病重症化予防対策は優先して取り組む必要があります。

今後は、各病態別の相談・指導の機会を増やし、関係課や医療機関とも連携しながら体制を強化していきます。

併せて、健診やレセプト情報などのデータに基づく保健事業計画である「データヘルス計画」とあわせて、町の健康づくりの推進を図っていきます。

重点課題 2：つながりを意識した子育て力の強化

【重点事業 3】妊娠期からの切れ目のない支援の推進・充実を図る

妊娠出産時期の支援は主に医療機関が中心に行っていますが、出産後の育児支援までを医療機関が担うことは困難であり、特に、妊娠期から出産後2か月頃までのフォロー体制が十分でない現状にあります。

そこで、妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援として、平成30年度に子育て世代包括支援センターを立ち上げる予定です。また、産前からの関わりを意識した取組を継続・推進し、産後うつ予防や虐待の防止に努めます。

目指しているのは、一人ひとりが自立し、安心して楽しく子育てをできるまちづくりです。そのためには、人とのつながりを大切にし、社会資源を積極的に活用しながら生活できる地域づくりが必要です。

つながることのできる場所やしくみづくりも念頭に置きながら活動を推進していきます。

重点課題3：住民参加・参画型健康づくりの推進

【重点事業4】協働による健康づくり活動の発展

住民との参加・参画型の健康づくりとして「せいか健康づくりプロジェクト」に取り組んできましたが、健康づくりの全庁的な取組である「せいか365」においても住民協働の活動を推進してきており、今後は「せいか健康づくりプロジェクト」のみならず、様々な住民協働の健康づくり活動を展開していきます。

そのために、活動の周知強化、保健事業を通しての人材発掘、参画者を増やすための人材育成、「せいか365」活動の推進により参加・参画者の拡大を図ります。

また、活動を促進していくためには、出会う場づくり、交流できる場づくりが必要であり、活動の拠点となる場をつくることで、行政と住民の協働のしくみを充実させていきます。

1 計画の評価

計画の評価については、国の第4次国民健康づくり運動に示された評価指標と本町の平成29年度現状値をもとに設定しました。

(1) 評価指標一覧

評価項目				現状値 (H29)	目標値 (H34)	備考
基本目標１：正しくおいしく食べましょう！						
(1) 栄 養 食生活	偏食のある者の割合(3歳6か月児)			39.1%(H28)	34.0%	※1
	朝食を毎日食べる者の割合			87.9%	95.0%以上	※2
	栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合			69.3%	80.0%以上	※2
	食育に関心がある者の割合			68.4%	90.0%以上	※2
	食事を決まった時間に3食とれている者の割合			55.3%	65.0%	※2
(2) 歯と口の健康	間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)			79.9%	現状より増	※1
	3歳6か月児のむし歯有病率			19.3%(H27)	現状より減	※3
	12歳児のむし歯数			0.85本(H27)	0.8本以下	※3
	歯肉に所見を有する者の割合		壮年前期	38.8%	25.0%	※2
			壮年後期	37.9%	25.0%	※2
			高齢期	47.4%	45.0%	※2
	定期的に歯科健診を受ける者の割合			47.7%	65.0%	※2
	20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)			50.5%	70.0%	※2
基本目標２：楽しく身体を動かそう！						
(1) 運 動 身体活動	子どもの外遊びの時間1時間以上(3歳6か月児)			69.5%	80.0%	※1
	テレビ(ゲーム含む)視聴時間が2時間以上の者の割合(3歳6か月児)			39.9%	30.0%	※1
	運動習慣が週3回以上の割合 (「体育」以外の運動やスポーツ)		小学生	36.4%	現状より増	※4
			中学生	68.1%	現状より増	※4
	運動習慣のある者の割合		男性	47.5%	60.0%	※2
			女性	43.3%	50.0%	※2
	日常生活で身体を動かすことを意識している者の割合			34.0%	50.0%	※2
	日常生活における歩数		20-64歳男性	7,848歩	9,000歩	※2
			20-64歳女性	6,352歩	8,500歩	※2
			65歳以上男性	7,352歩	7,000歩以上を維持	※2
			65歳以上女性	5,216歩	6,000歩	※2
ロコモティブシンドロームを認知している者の割合			32.6%	80.0%	※2	
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	がん検診受診率		胃がん	16.2%(H28)	40.0%	※5
			子宮がん	24.3%(H28)	50.0%	※5
			乳がん	35.6%(H28)	50.0%	※5
			肺がん	23.4%(H28)	40.0%	※5
			大腸がん	26.7%(H28)	40.0%	※5

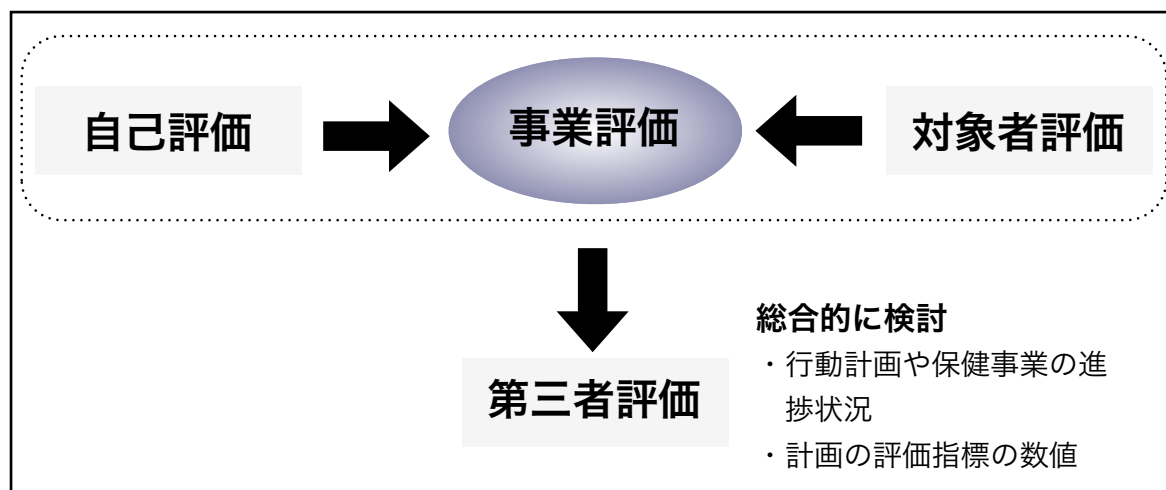
評価項目		現状値 (H29)	目標値 (H34)	備考
(1) 生活習慣病 循環器疾患 がん	特定健診受診率	40.0%(H27)	65.0%	※6
	特定保健指導実施率	8.8%(H27)	45.0%	※6
	メタボリック症候群である者の割合	積極的支援	2.5%(H27)	現状から25%減 ※6
		動機づけ支援	7.7%(H27)	現状から25%減 ※6
	高血圧の割合(収縮期血圧の平均値の低下)	男性	123.7mmHg(H27)	現状より減 ※7
		女性	125.6mmHg(H27)	現状より減 ※7
	高血圧症の割合(収縮期血圧160mmHg以上または拡張期血圧100mmHg以上)	4.4%(H27)	現状より減	※7
	脂質異常症：LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合	男性12.3%(H27)	6.2%	※7
		女性16.1%(H27)	8.8%	※7
	血糖コントロール不良の減少(HbA1cが8.0%以上の者の割合)	0.7%(H27)	現状より減	※7
	就寝時間が10時以降の割合(3歳6か月児)	24.3%(H28)	20.0%	※1
	肥満(BMI25以上)の者の割合	15.9%	現状より減	※2
	やせ(BMI18.5未満)の者の割合	10.1%	現状より減	※2
(2) たばこ アルコール	喫煙率(壮年期後期男性)	21.7%	20.0%	※2
	COPDの認知度	22.4%	80.0%	※2
	妊娠中の喫煙率(母親)	0.7%	0.0%	※1
	多量飲酒者の割合(男性)	3.4%	1.0%	※2
	妊婦の飲酒率	0.7%	0.0%	※1
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	睡眠で休養が十分でないと感じる者の割合	22.3%	15.0%	※2
	ストレス解消法がある者の割合	80.7%	現状より増	※2
	育児の相談相手が身近にいる者の割合	新生児訪問	96.9%	現状より増 ※1
		3歳6か月児	95.7%	現状より増 ※1
	育児に肯定的に取り組んでいる者の割合 (気持ちのフェイスマークが1～3の者)	3～4か月児	95.9%	現状より増 ※1
		1歳6か月児	94.9%	現状より増 ※1
		3歳6か月児	93.8%	現状より増 ※1
	中学校での乳幼児との交流事業の開催場所	2校	3校	※9
(2) 生きがい ふれあい 社会参加	何らかの社会活動をしている者の割合	39.1%	現状より増	※2
各基本目標に共通する取組				
しくみづくり 人づくり プロジェクトづくり	せいか365を知っている者の割合	29.2%	60.0%	※2
	健康づくりキャラクター・せいか365キャラクターを知っている者の割合	47.9%	60.0%	※2
	せいか365プロジェクト・せいか健康づくりプロジェクトの参画者数(1年あたり実人数)	125人	150人	※8
	せいか365プロジェクト・せいか健康づくりプロジェクトの参加者数(1年あたり延べ人数)	10,305人	15,000人	※8
	人材育成研修・リーダー研修の実施回数(5年間の延べ回数)	—	10回	
	せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合	34.3%	50.0%	※2
	せいか健康づくりプロジェクト活動団体数	6団体	現状より増	※8

※1：平成28年度新生児訪問・乳幼児健診問診票より
 ※2：「精華町元気生活チェック調査」平成29年7月
 ※3：「平成27年度京都府の歯科保健」より
 ※4：平成27年度文部科学省アンケート「NEW体力テスト」より
 ※5：平成28年度受診者数/がん検診対象者数（%）
 ※6：平成27年度特定健診・特定保健指導法定報告結果より
 ※7：平成27年度特定健診受診者結果アナミツールより集計
 ※8：平成28年度せいか健康づくりプロジェクトまとめより
 ※9：平成28年度中学生と母子とのふれあい交流事業より

(2) 評価体制

本計画の推進に際しては、行動計画や保健事業の進捗状況や達成状況を把握し、必要に応じて事業の改善・修正を行うため、次の3つの視点に基づいた事業評価を実施していきます。

事業評価の3つの視点



自己評価

事業の企画から評価に至る一連の流れを項目ごとに評価し、次の事業改善に活かしていくために、事業終了時に職員全員で行います。自己評価の際には、各事業に合わせた「自己評価シート」を作成し、活用します。

対象者評価

事業の事前・事後のアンケートや、事業実施中、事業実施後の参加者との意見交換などを参考に、参加者の視点での事業評価を行います。評価のためのアンケート項目については、各事業の目的や運営に合わせたものを必要に応じて作成します。

第三者評価

精華町町民健康づくり推進協議会で、計画の達成状況や事業の評価・分析を行います。評価に際しては、自己評価、対象者評価結果及び計画中に示されている各事業の数値目標を総合的に検討し、事業の達成度及び課題を明確にします。

資料 1 基本目標に関する資料

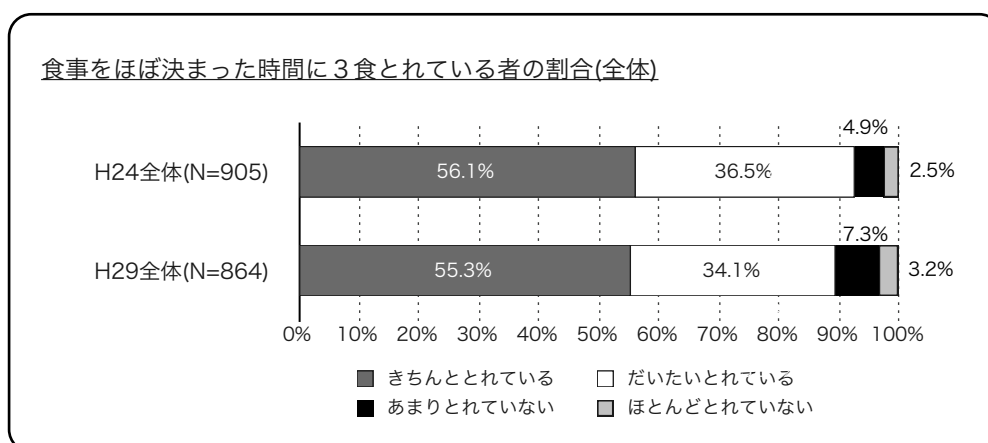
基本目標 1：正しくおいしく食べましょう！

(1) 栄養・食生活

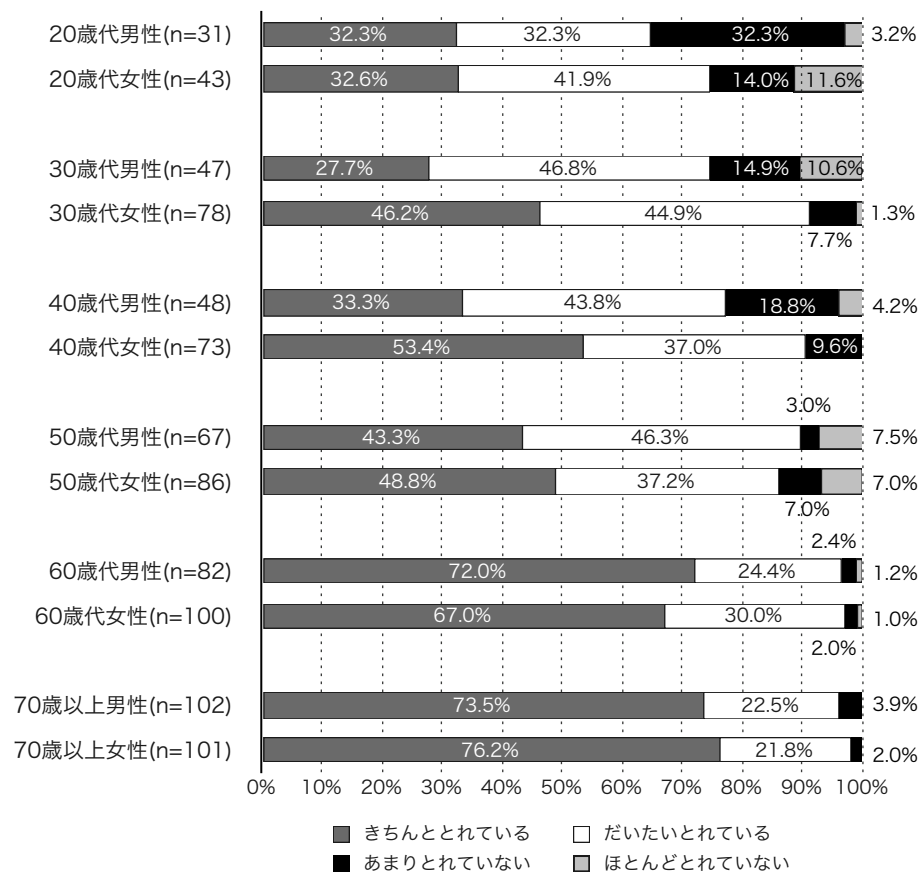
① 食事をほぼ決まった時間に3食とれている者の割合

「食事をほぼ決まった時間に3食とれている者の割合」は55.3%で、平成24年度56.1%と比較して0.8ポイント低下していました。

性別では、60歳代を除いて女性の方が男性よりも高く、年代別では、高齢になるほど高い傾向があり、特に60歳代以降で高くなっています。



食事をほぼ決まった時間に3食とれている者の割合(性別・年代別)



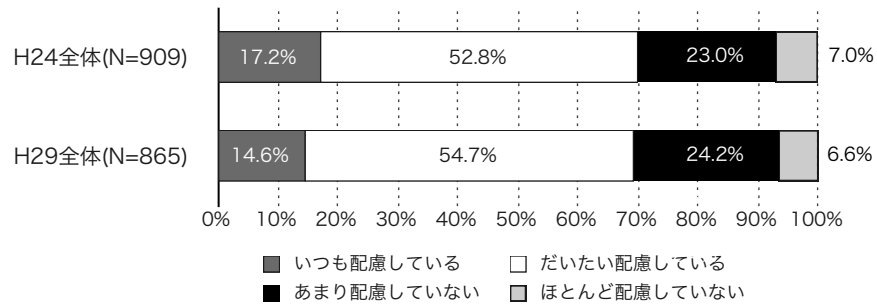
② 食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している者の割合

「食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している(「いつも配慮している」「だいたい配慮している」)者の割合」は、平成24年度70.0%に対し平成29年度は69.3%で0.7ポイント低下しました。

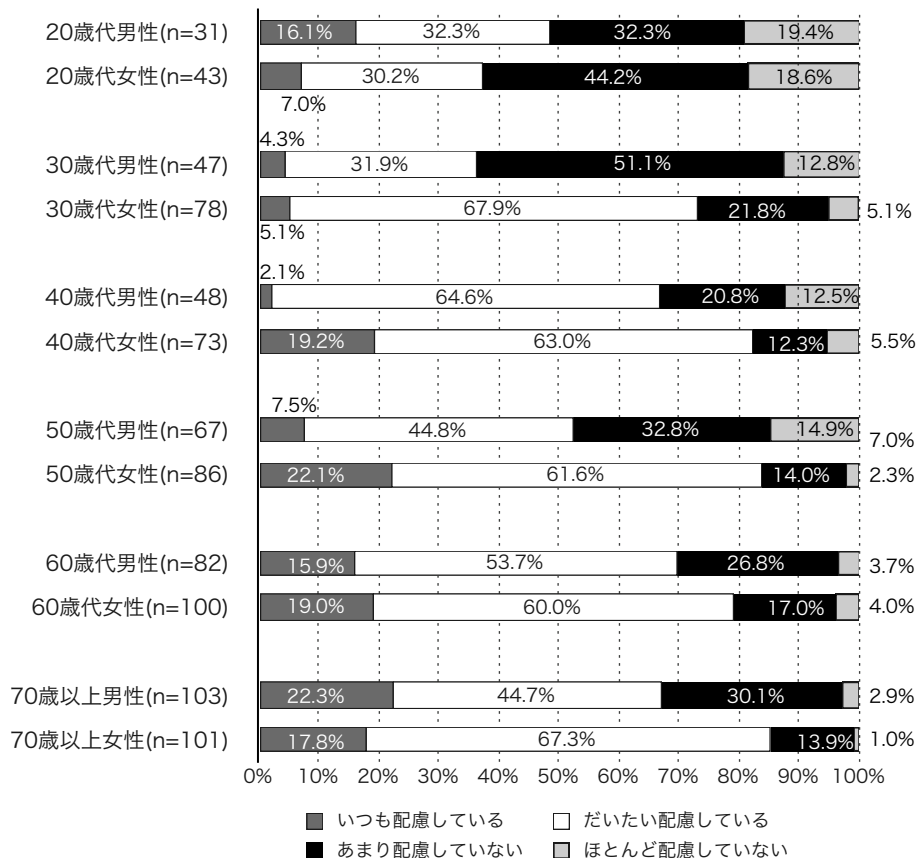
性別では、20歳代を除いて女性よりも男性が低い傾向にあります。

また、年代別で見ると、特に20歳代の男女と30歳代の男性が低くなっています。

食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している者の割合(全体)



食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している者の割合(性別・年代別)



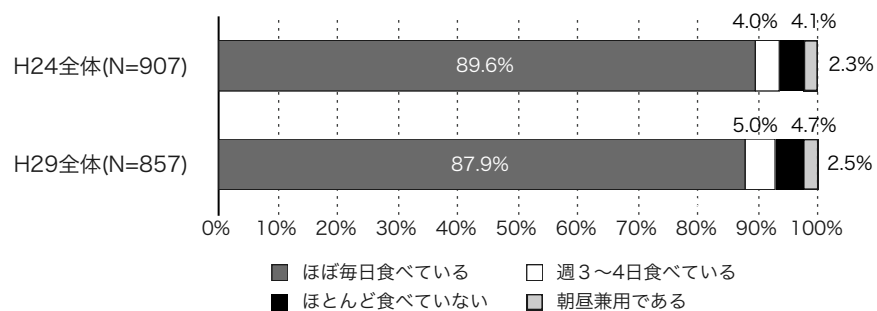
③ 朝食をほぼ毎日食べている者の割合

「朝食をほぼ毎日食べている者の割合」は、平成24年度89.6%に対し平成29年度は87.9%で1.7ポイント低下しました。

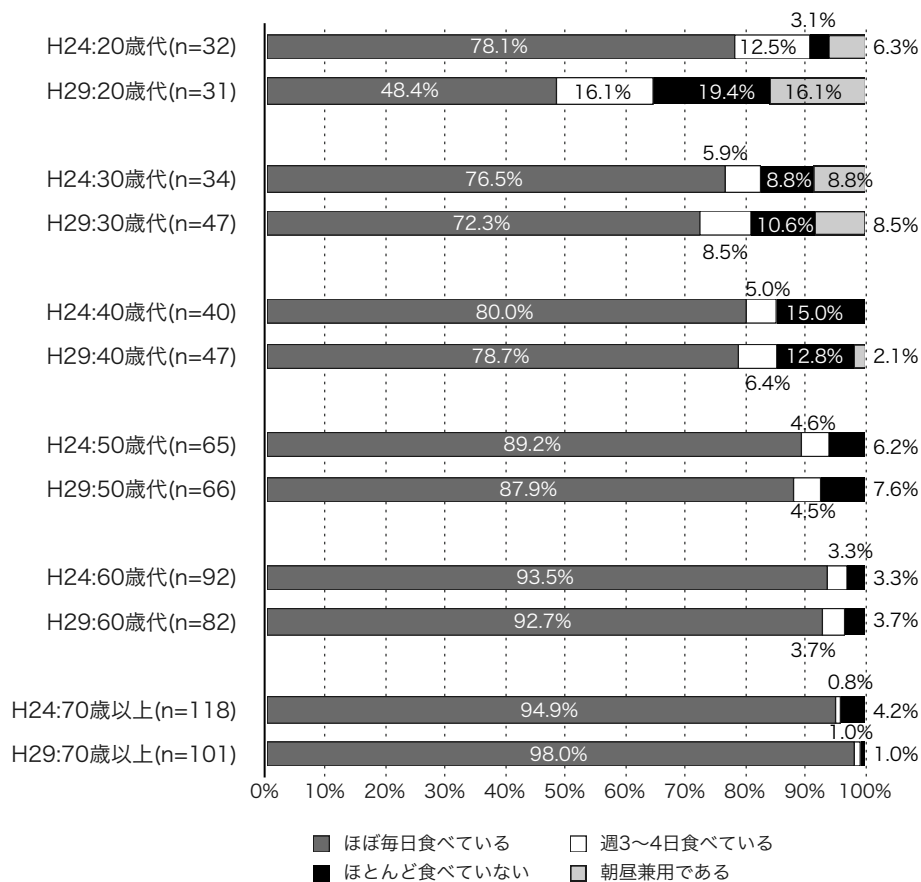
性別・年代別に見ると、男性は、70歳代を除いた年代において平成24年度を下回り、特に20歳代では平成24年度78.1%に対して、平成29年度48.4%と29.7ポイントも低下していました。

女性は、30歳代と50歳代で、平成24年度を下回りましたが、20歳代、40歳代、70歳以上では改善傾向が見られました。

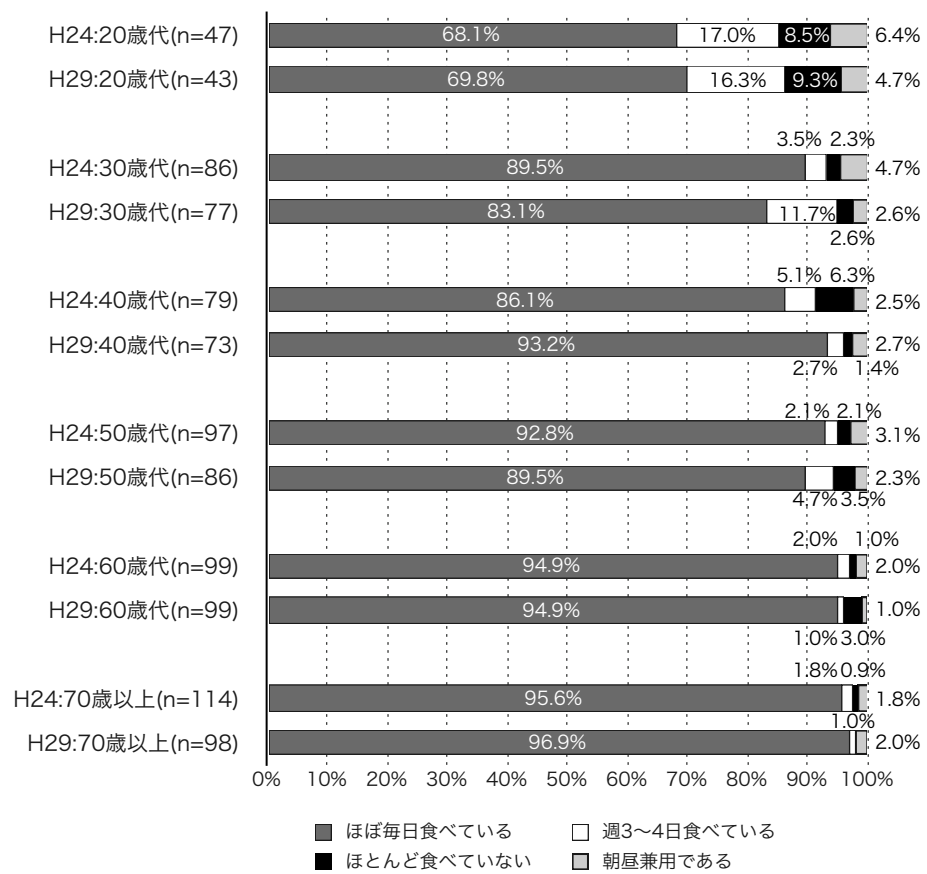
朝食をほぼ毎日食べている者の割合(全体)



朝食をほぼ毎日食べている者の割合(性別：男性・年代別)



朝食をほぼ毎日食べている者の割合(性別：女性・年代別)



④ 「食育」という言葉やその意味を知っている者の割合

「食育という言葉やその意味を知っている者の割合」は、平成24年度69.5%に対し、平成29年度は68.0%で1.5ポイント低下しました。

また、全国78.5%との比較では、10.5ポイント低くなっており、食育の認知度の低さが認められました。

性別では全体的に女性は男性より認知度が高く、男性は30歳代・50歳代・70歳以上については、平成24年度の認知度を上回っていました。

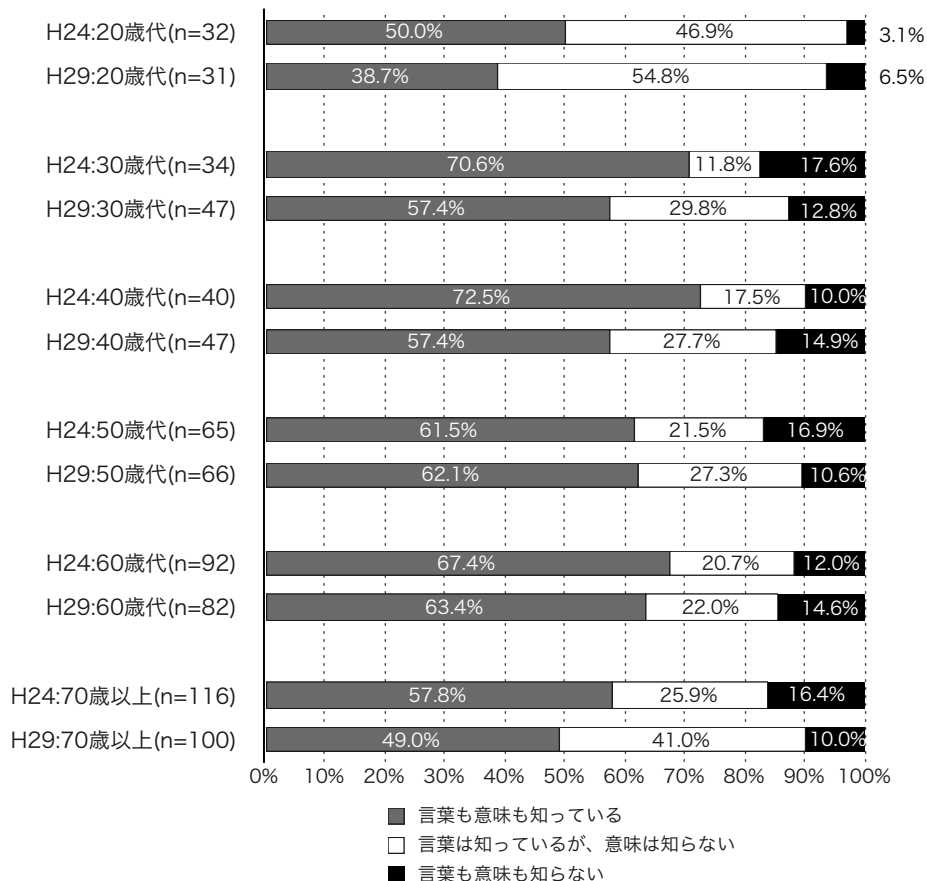
女性では、50歳以上において、平成24年度よりも認知度が上がっていました。

「食育」という言葉やその意味を知っている者の割合(全体)

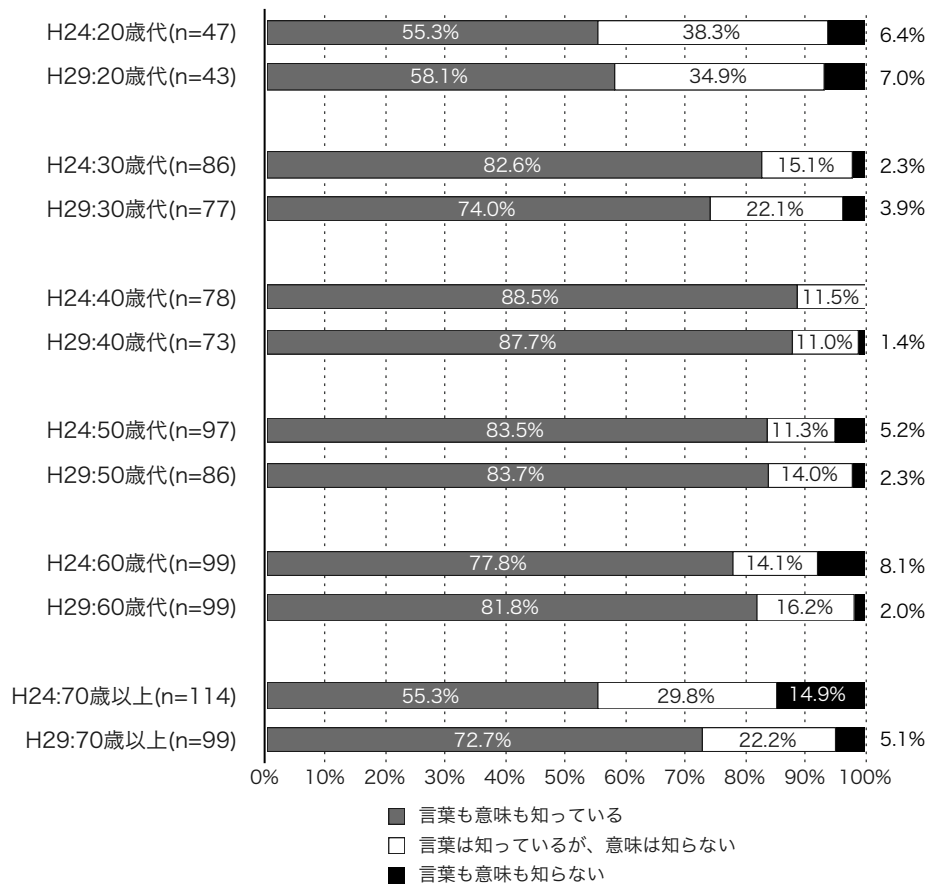


全国資料：「食育に関する意識調査報告」（平成28年3月内閣府食育推進室）

「食育」という言葉やその意味を知っている者の割合(性別：男性・年代別)



「食育」という言葉やその意味を知っている者の割合(性別：女性・年代別)



⑤ 「食育」に関心がある者の割合

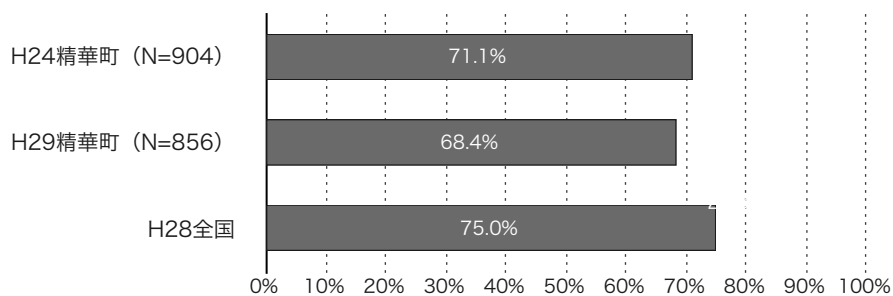
「食育に関心がある者の割合」は、平成24年度71.1%に対し、平成29年度は68.4%で2.7ポイント低下しました。

また、全国75.0%との比較では、6.6ポイント低くなっており、食育に対する関心の低さが認められました。

性別では、全体的に男性は女性よりも関心が低く、特に20歳代と40歳代では、関心がある者の割合は50%を切る低さでした。

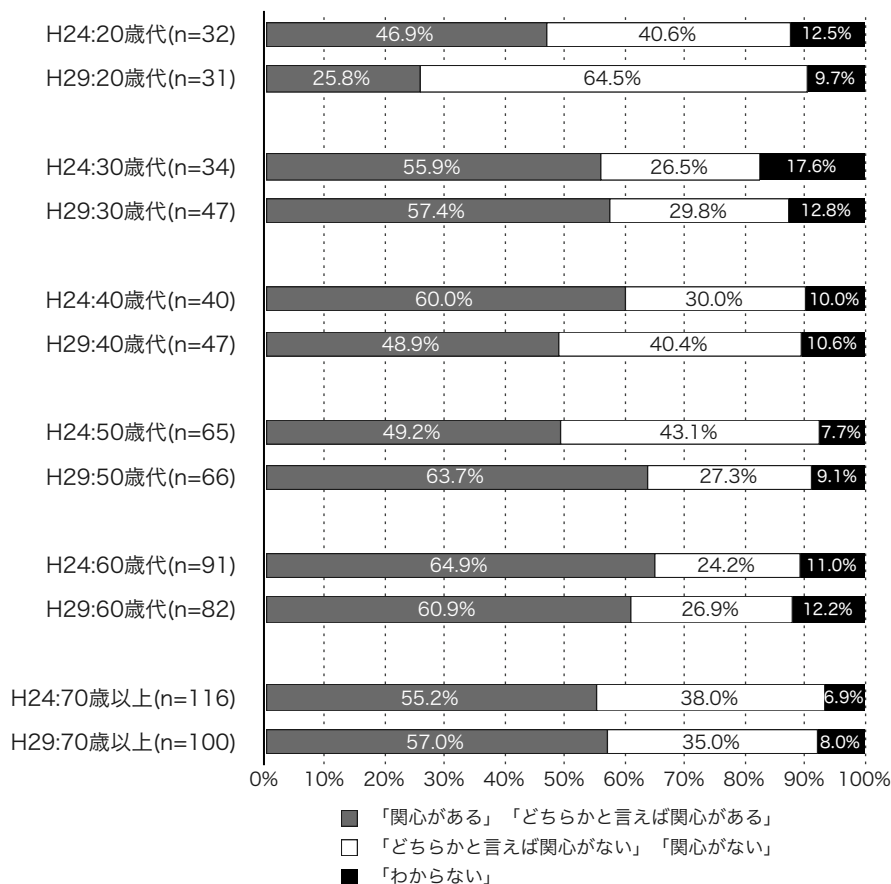
女性は、20歳代が他の年代と比較して20ポイント以上低いのが特徴的でした。

「食育」に関心がある者の割合(全体)

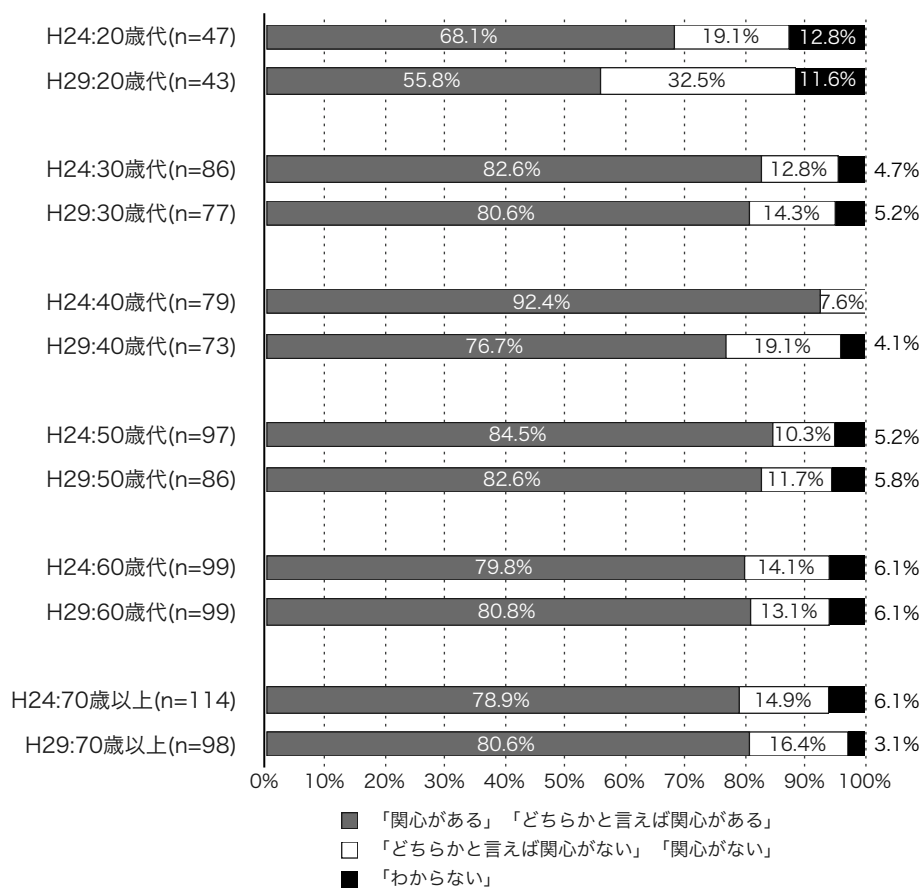


全国資料：「食育に関する意識調査報告」（平成28年3月内閣府食育推進室）

「食育」に関心がある者の割合(性別：男性・年代別)



「食育」に関心がある者の割合(性別：女性・年代別)

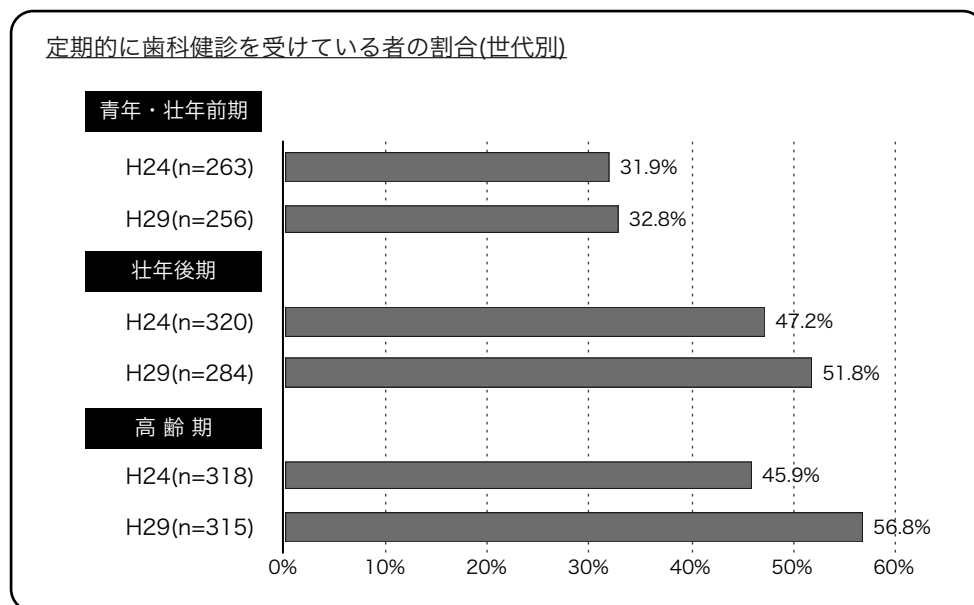


(2) 歯と口の健康

① 定期的に歯科健診を受けている者の割合

「定期的に歯科健診を受けている者の割合」は、全ての世代で平成24年度を上回り、改善傾向が見られました。

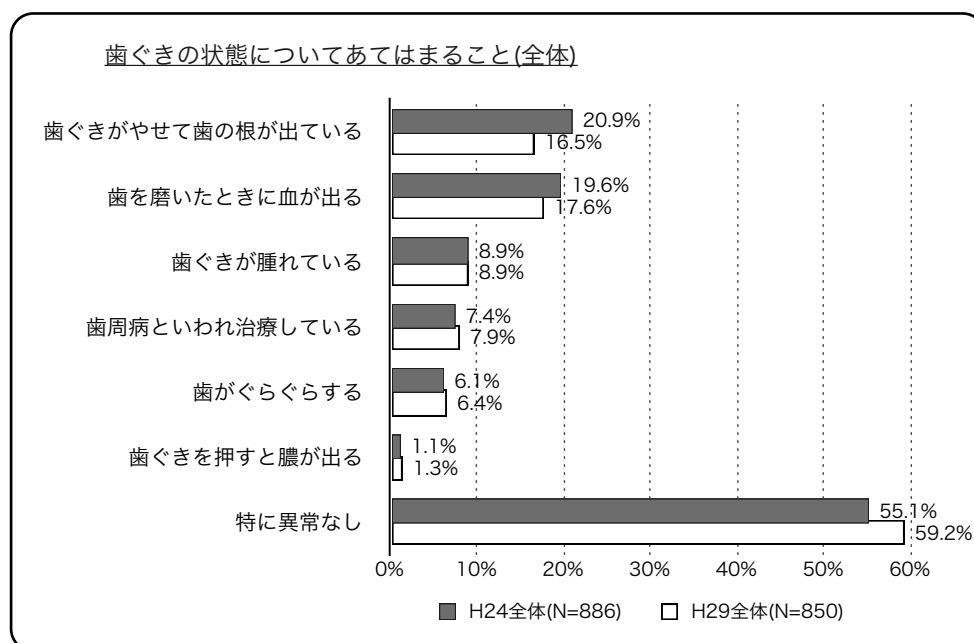
また、世代が上がるほど歯科健診を受けている者の割合が上昇していました。



② 歯ぐきの状態

歯ぐきの状態については、「特に異常なし」の者が59.2%で、平成24年度55.1%よりも4.1ポイント上昇していました。

歯ぐきの異常では、「歯を磨いたときに血が出る(17.6%)」、「歯ぐきがやせて歯の根が出ている(16.5%)」と回答した者が多くなっていました。



③ 3歳児 一人平均むし歯本数

3歳児の一人平均むし歯本数は、京都府の0.62本に対し、精華町は0.36本で、0.26本少なくなっています。

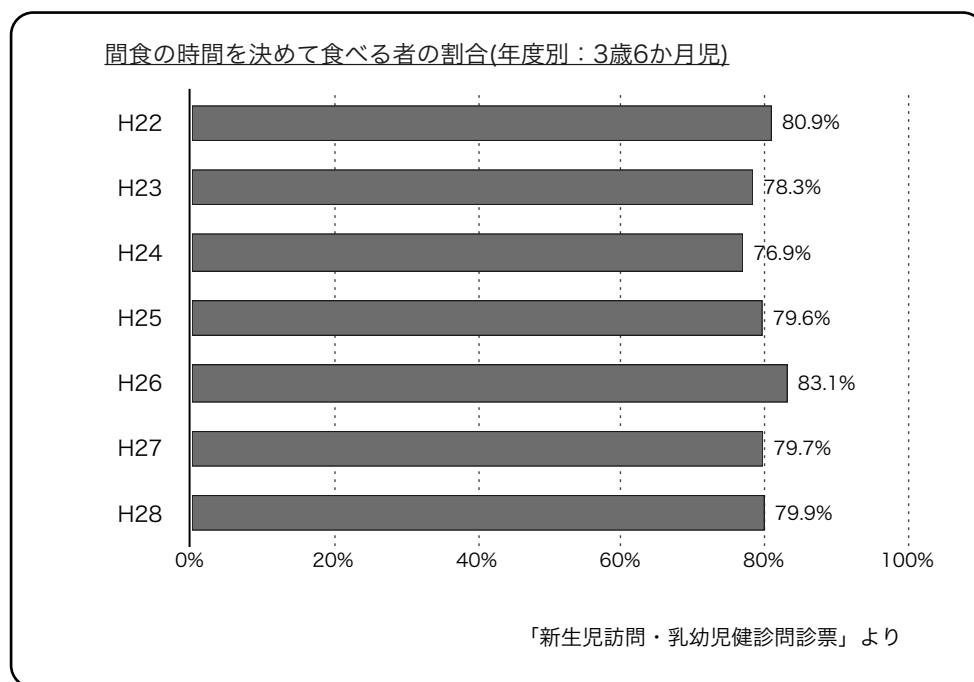
	3歳児 一人平均むし歯本数
精華町	0.36本
京都府	0.62本

「平成27年度京都府の歯科保健」より

④ 間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)

「間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)」は、平成28年度は79.9%でした。

平成22年度から平成28年度まで、ほぼ80%前後で推移しており、大きな変化は見られませんでした。



基本目標2：楽しく身体を動かそう！

(1) 運動・身体活動

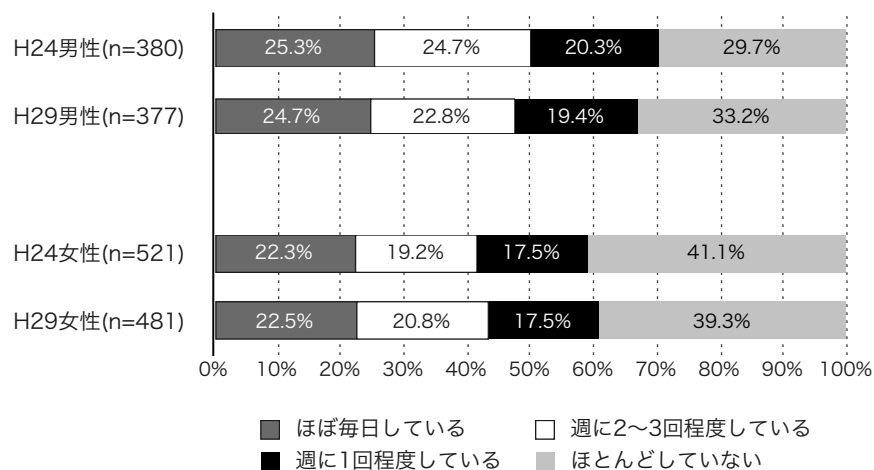
① 定期的な運動(歩く・スポーツなど)をしている者の割合

定期的な運動を「ほぼ毎日している者の割合」は、男性24.7%、女性22.5%でした。平成24年度との比較では、男性は0.6ポイント低下し、女性は0.2ポイント上昇していました。

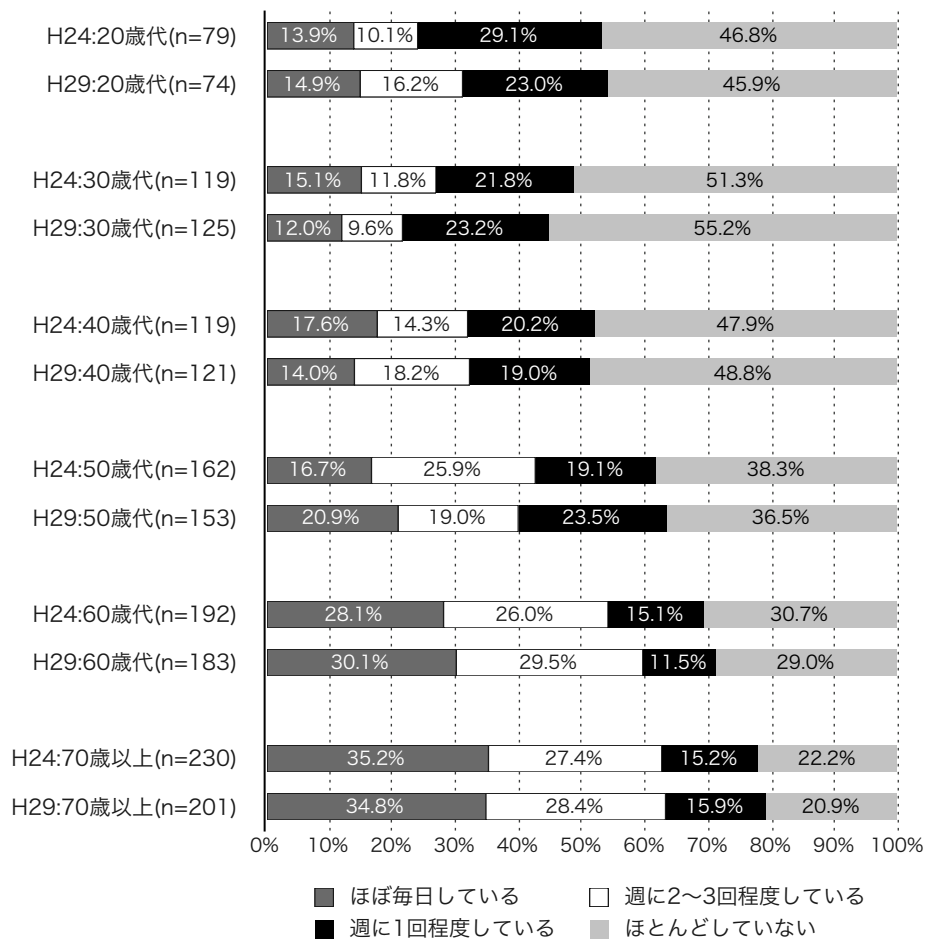
定期的な運動を「ほとんどしていない者の割合」は、男性33.2%、女性39.3%で、女性の方が運動習慣がないことがわかりました。

年代別で見ると、20歳代、30歳代、40歳代で、「ほぼ毎日している者の割合」が10%台となっており、若い人ほど運動習慣が定着していないことがわかりました。

定期的な運動(歩く・スポーツなど)をしている者の割合(性別)



定期的な運動(歩く・スポーツなど)をしている者の割合(年代別)

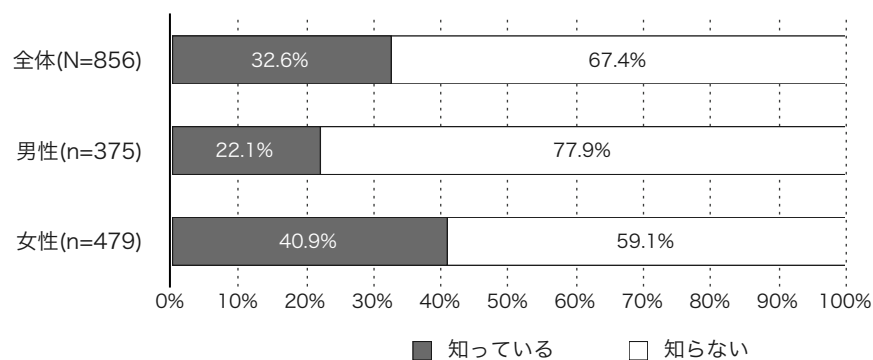


② ロコモティブシンドロームを知っている者の割合

「ロコモティブシンドロームを知っている者の割合」は32.6%で、20歳以上の住民の3人に1人とどまっていました。

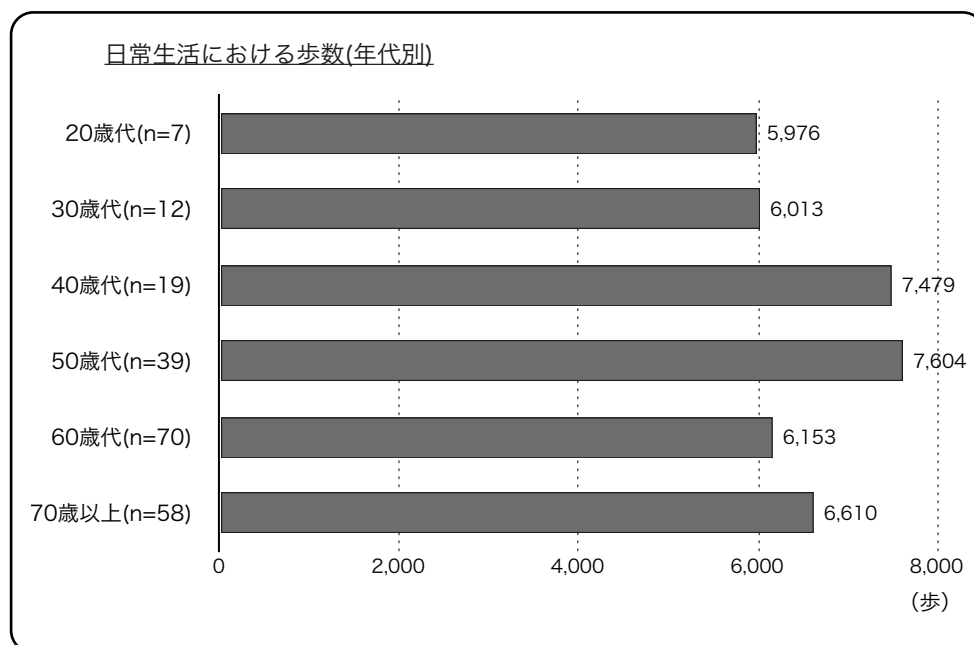
性別比較では、男性22.1%に対して女性40.9%となっており、男女間で認知度に大きな差がありました。

ロコモティブシンドロームを知っている者の割合(H29年度)



③ 日常生活における歩数

日常生活における歩数を年代別に見ると、50歳代7,604歩が最も多く、次いで40歳代7,479歩、70歳以上6,610歩、60歳代6,153歩、30歳代6,013歩、20歳代5,976歩の順になっていました。20歳代、30歳代の若い年代で歩数が少ないことが目立ちます。



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

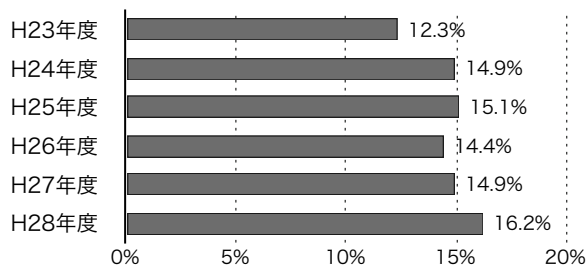
① がん検診・特定健診受診率

平成28年度がん検診の受診率は、胃がん検診16.2%、肺がん検診23.4%、大腸がん検診26.7%、乳がん検診35.6%、子宮がん検診24.3%でした。

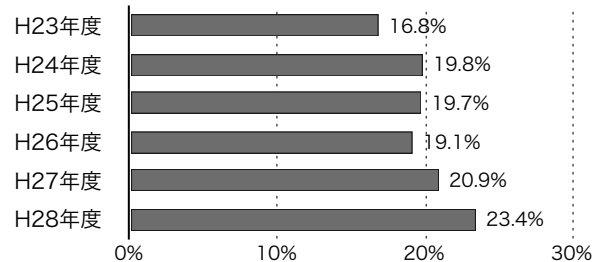
胃がん検診、肺がん検診は、受診率が上昇傾向にあります。その他のがん検診は横ばい状態です。

特定健診については、平成28年度の受診率は40.0%で、年々上昇傾向にあります。

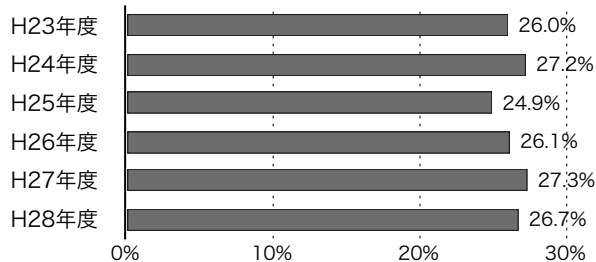
図：胃がん検診受診率の推移



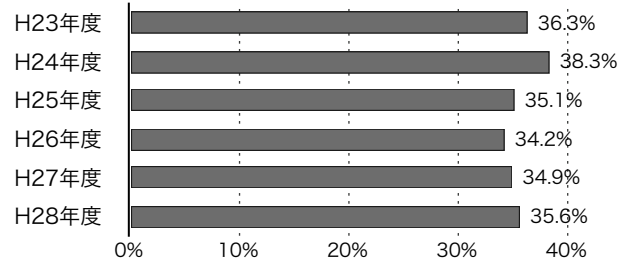
図：肺がん検診受診率の推移



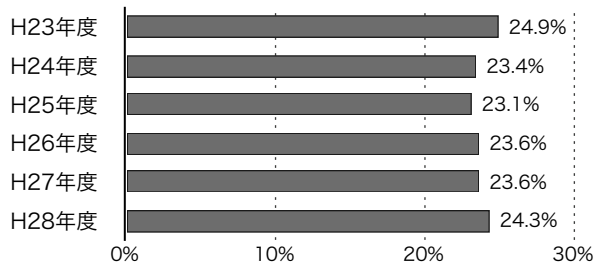
図：大腸がん検診受診率の推移



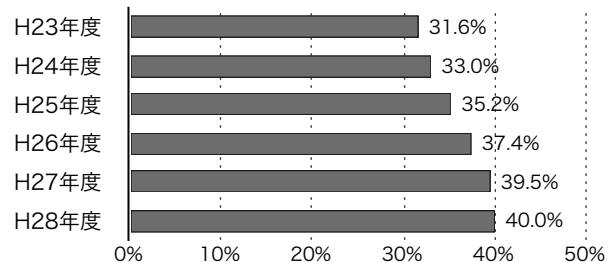
図：乳がん検診受診率の推移



図：子宮がん検診受診率の推移

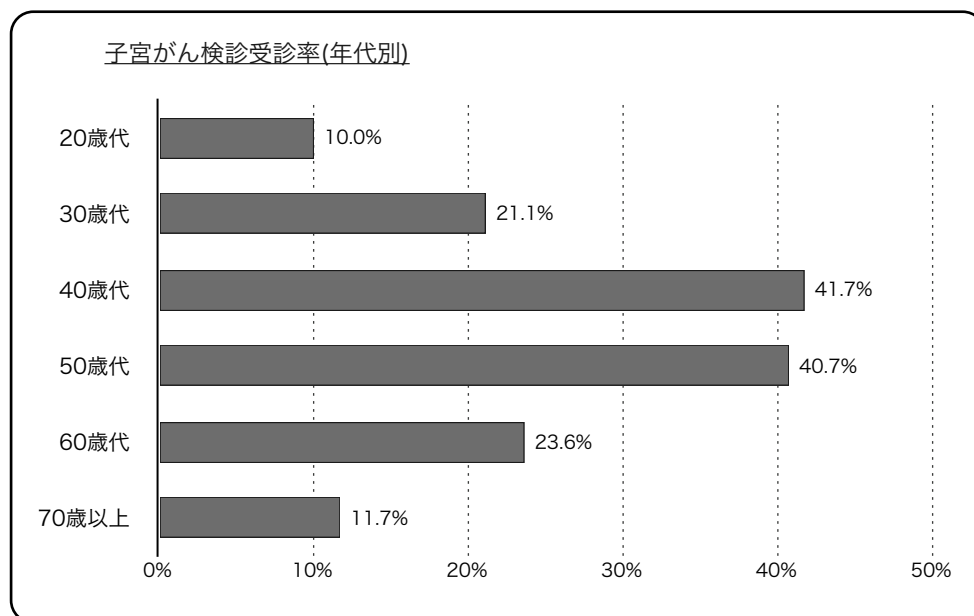


図：特定健診受診率の推移



② 子宮がん検診受診率(年代別)

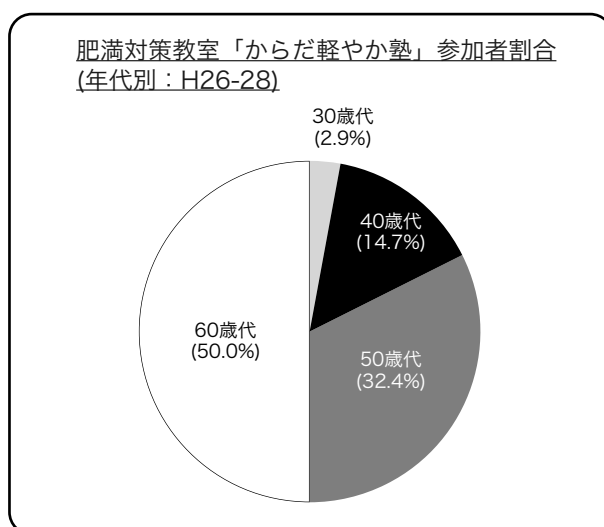
子宮がん検診の受診率を年代別で比較すると、40歳代が41.7%で最も高く、次いで50歳代40.7%、60歳代23.6%、30歳代21.1%、70歳以上11.7%、20歳代10.0%の順となっており、20歳代、30歳代の受診率が低いことがわかります。



③ 肥満対策教室「からだ軽やか塾」年代別参加者割合

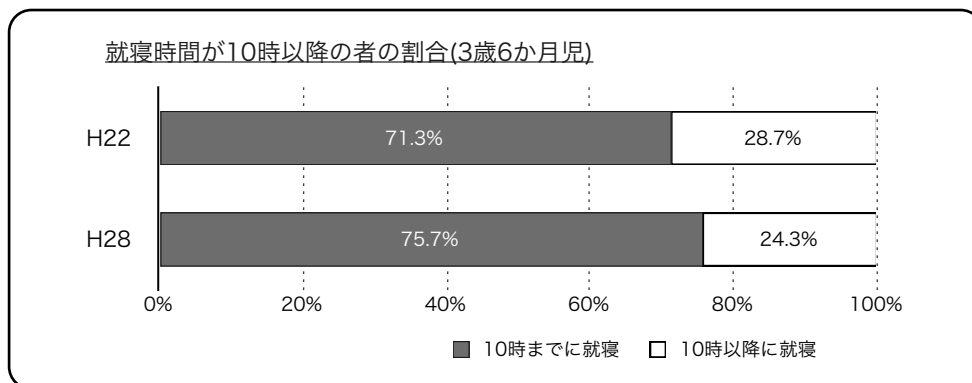
30～65歳対象の肥満対策教室「からだ軽やか塾」の参加者は、60歳代が50.0%を占め、次いで50歳代32.4%で、50歳代、60歳代が参加者の8割以上を占めていました。

30歳代、40歳代の参加者は、合わせて17.6%となっており、若い年代の参加率が低くなっています。



③ 就寝時間が10時以降の者の割合(平成28年：3歳6か月児)

「就寝時間が10時以降の者の割合(3歳6か月児)」は、平成28年度24.3%で、平成22年度28.7%と比較して4.4ポイント低下し、改善傾向が見られました。

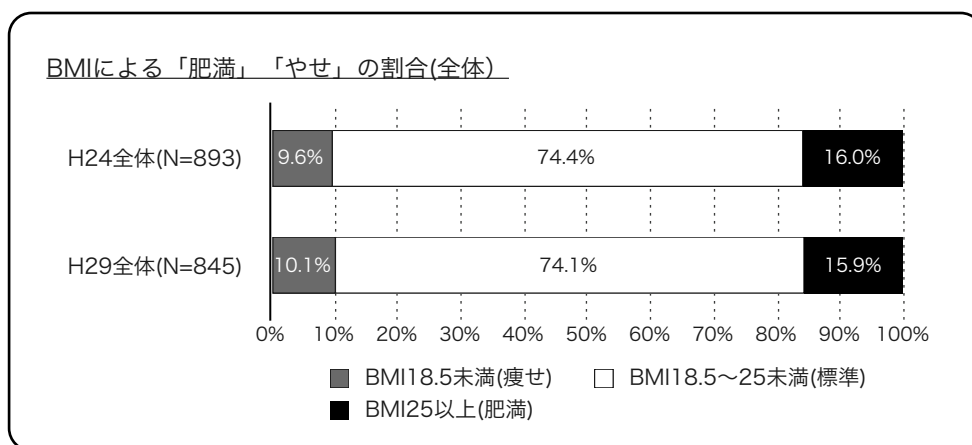


④ BMI

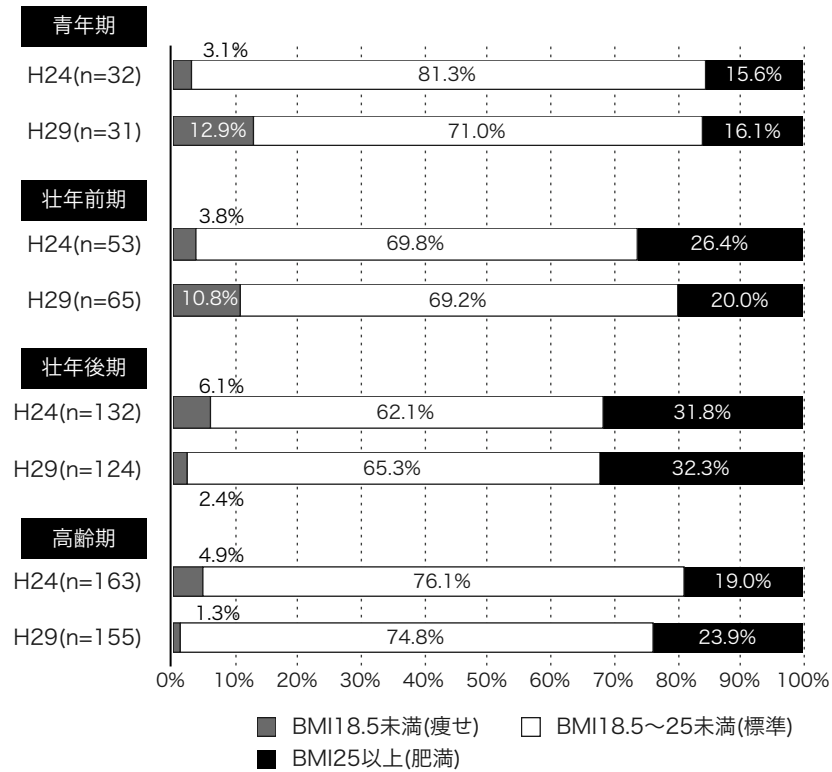
「肥満(BMI25以上)の者の割合」は、平成24年度16.0%に対して平成29年度15.9%となっており、横ばい状態でした。

世代別に見ると、壮年後期の男性32.3%でほぼ3人に1人がBMI25を超えていました。

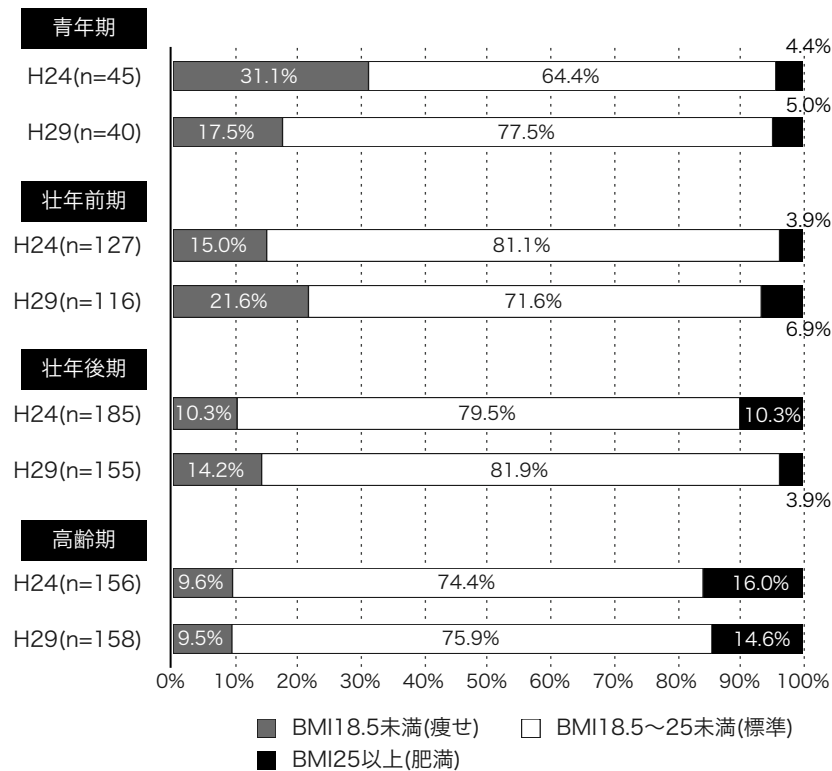
青年期と壮年前期では、「やせ(BMI18.5未満)の者の割合」が男女とも10%を超えていました。



BMIによる「肥満」「やせ」の割合(性別：男性・世代別)



BMIによる「肥満」「やせ」の割合(性別：女性・世代別)



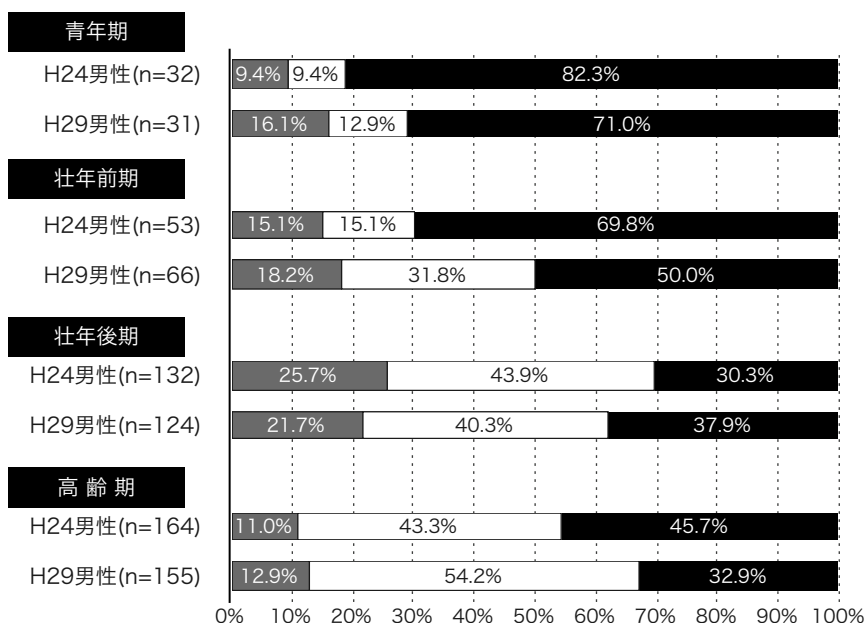
(2) たばこ・アルコール

① 喫煙習慣

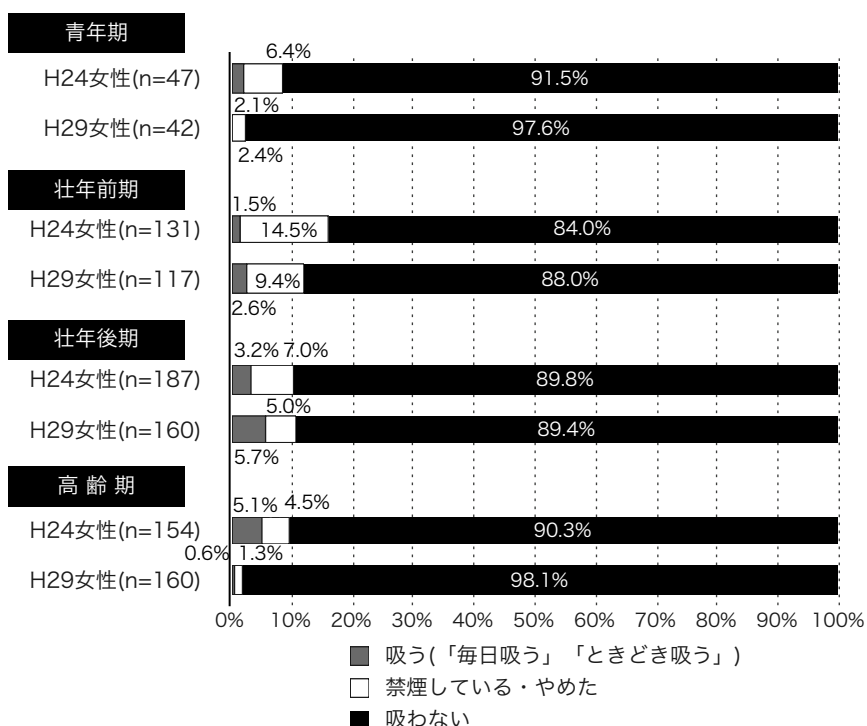
「たばこを吸う(「毎日吸う」「ときどき吸う」)者の割合」は、性別では全ての世代において男性が女性を上回っていました。

男性は、世代別に見ると、壮年後期21.7%で最も喫煙率が高く、次いで壮年前期18.2%、青年期16.1%、高齢期12.9%の順になっていました。また、平成24年度との比較では、壮年後期以外の世代で喫煙率が上昇していました。

喫煙する者の割合(性別：男性・世代別)



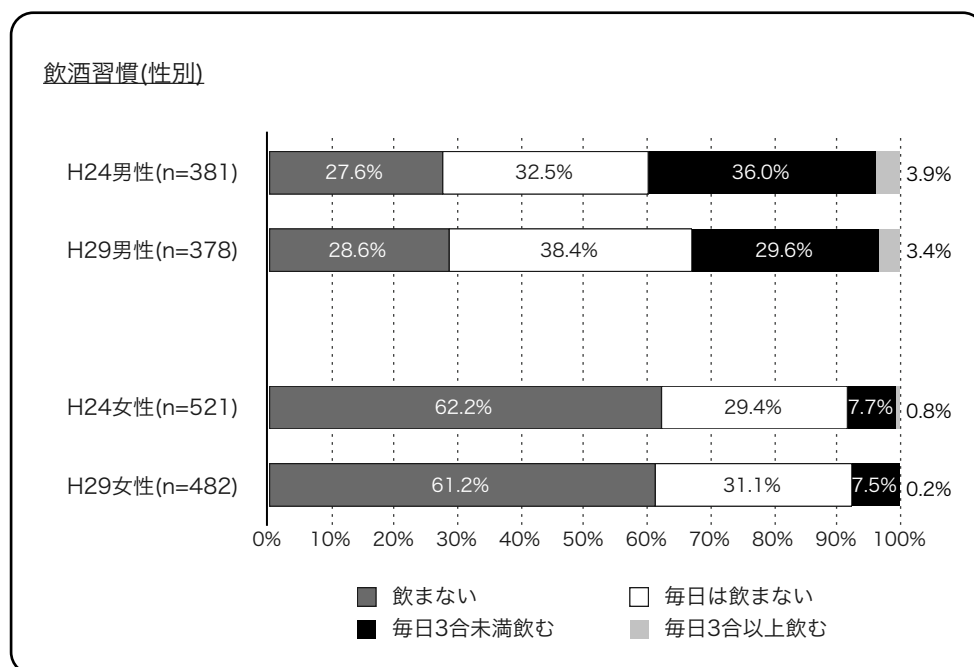
喫煙する者の割合(性別：女性・世代別)



② 飲酒習慣

男性28.6%、女性61.2%は飲酒習慣がないことがわかりました。

逆に「毎日飲酒する習慣がある(「毎日3合未満飲む」「毎日3合以上飲む」)者の割合」は、男性で33.0%、女性で7.7%でした。男女とも平成24年度よりも低下していました。

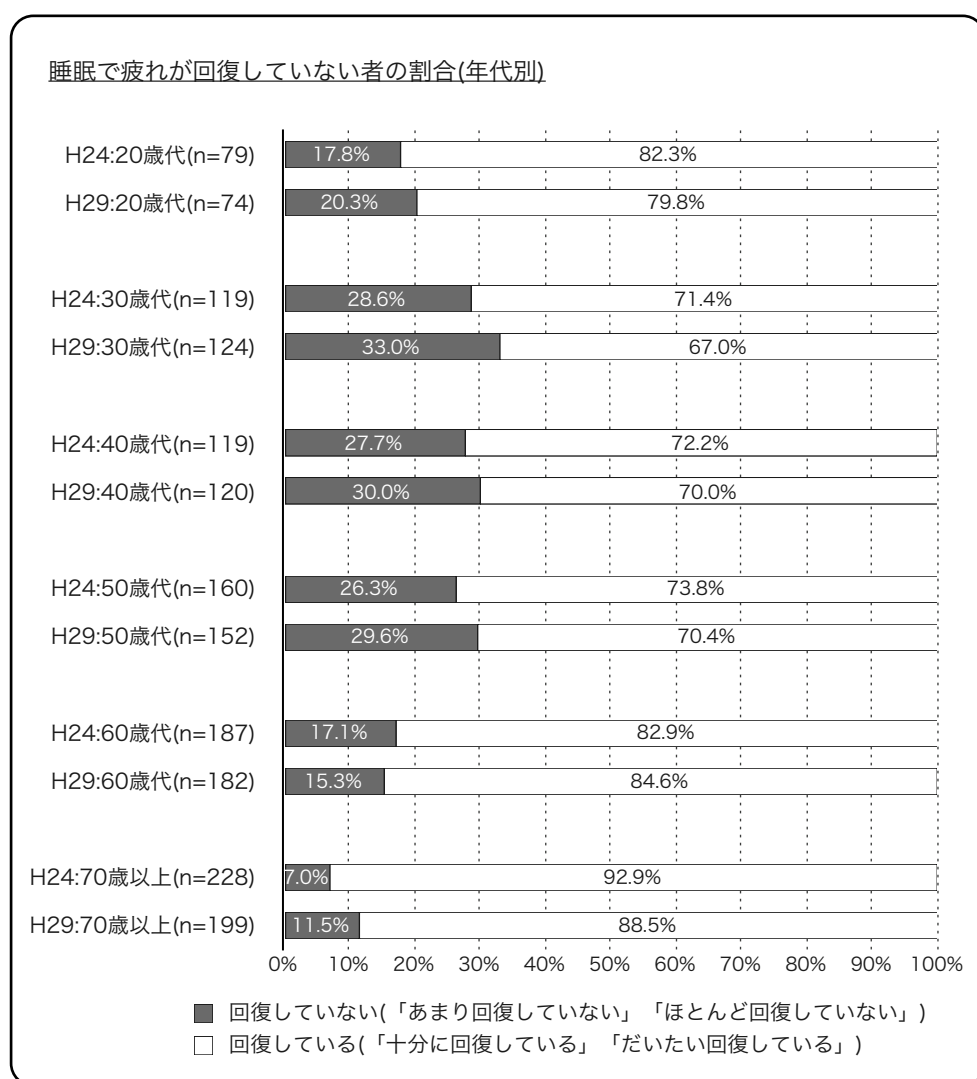


基本目標4：笑顔でいきいき過ごしましょう！

(1) 休養・こころの健康づくり

① 睡眠で疲れが回復していない者の割合

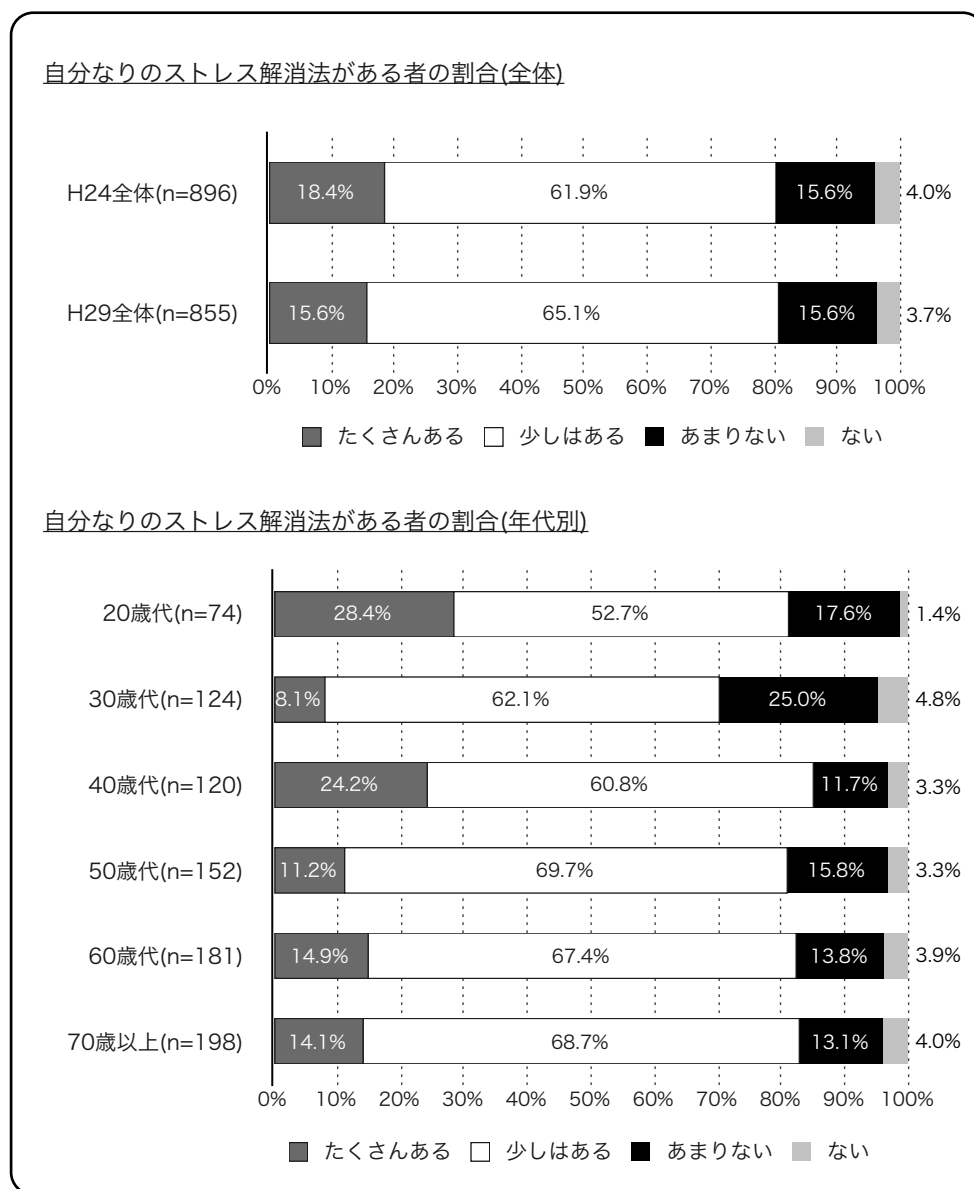
「睡眠で疲れが回復していない者の割合」は、30歳代が33.0%で最も高く、次いで40歳代30.0%、50歳代29.6%、20歳代20.3%、60歳代15.3%、70歳以上11.5%の順でした。平成24年度と比較すると、60歳代を除いた全ての年代で回復していない者の割合が上昇していました。



② 自分なりのストレス解消法がある者の割合

「自分なりのストレス解消法がある（「たくさんある」「少しはある」）者の割合」は80.7%で、平成24年度80.3%と比較して0.4ポイント上昇していました。

年代別では、30歳代70.2%が他の年代と比較して低い状況でした。



③ 乳幼児との交流事業内訳

乳幼児との交流事業は、年間74回実施しており、内訳は、健康推進課実施分が8回、健康推進課が他課と共催で実施した事業が2回、他課・他団体が実施したものが64回でした。

事業主体	年回数
健康推進課で実施している事業	8回
他課と共催で実施している事業	2回
他課・他団体が実施している事業	64回

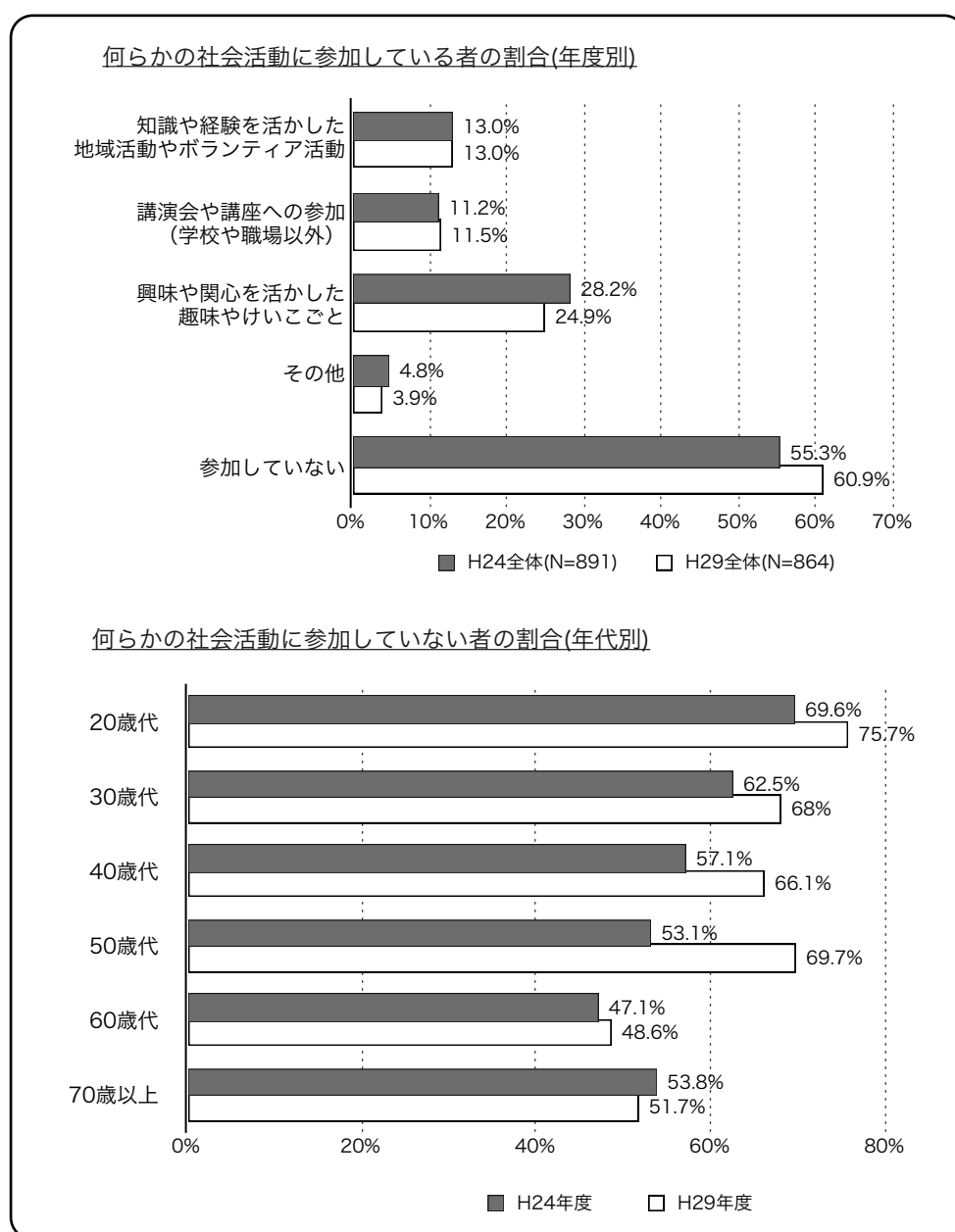
(2) 生きがい・社会参加

① 何らかの社会活動に参加している者の割合

「何らかの社会活動に参加している者」の内訳としては、「興味や関心を活かした趣味やけいごと」24.9%が最も高く、次いで「知識や経験を活かした地域活動やボランティア」13.0%、「講演会や講座への参加」11.5%の順でした。

「何らかの社会活動に参加していない者の割合」は60.9%で、平成24年度55.3%と比較して5.6ポイント上昇していました。

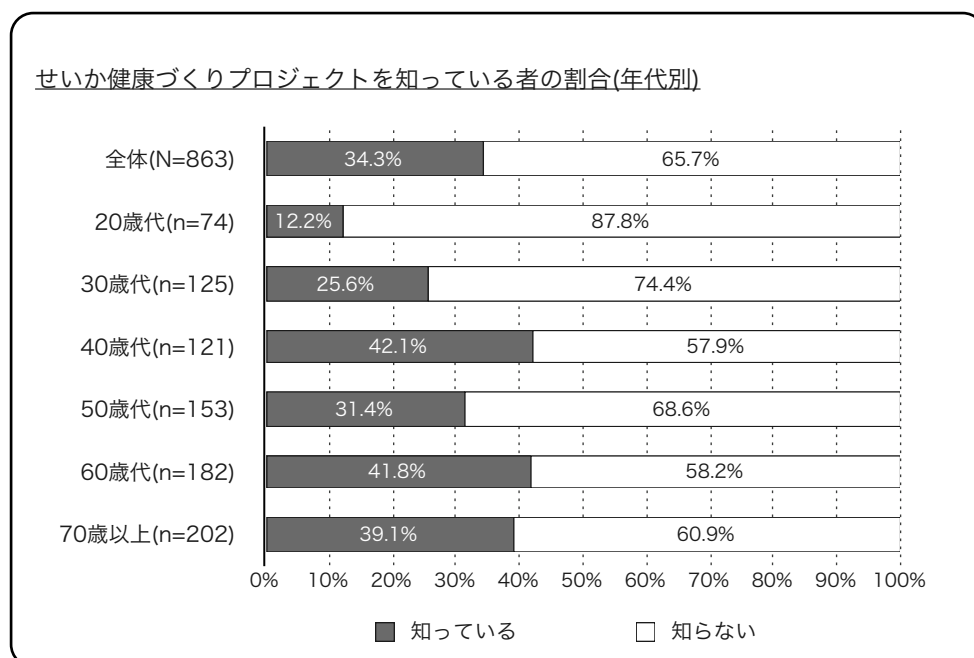
年代別では、70歳以上を除いた全ての年代で、平成24年度の数値より悪化しており、特に50歳代、40歳代で「社会活動に参加していない者の割合」が上昇していました。



② せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合

「せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合」は34.3%でした。

年代別では、40歳代42.1%で最も認知率が高く、次いで60歳代41.8%、70歳以上39.1%、50歳代31.4%、30歳代25.6%と続き、20歳代は12.2%で、他年代と比較して、特に低い認知率でした。

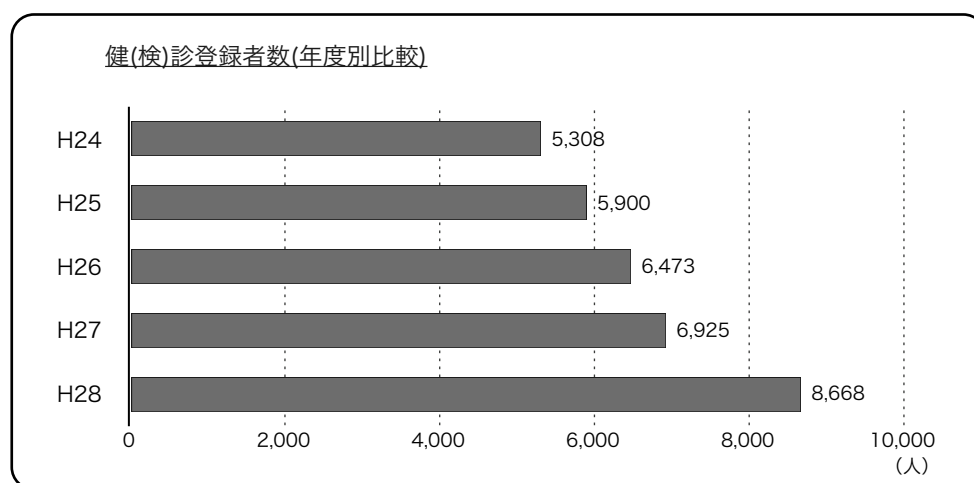


資料2 重点課題に関する資料

重点課題1：生活習慣病予防の取組

① 健(検)診登録者数

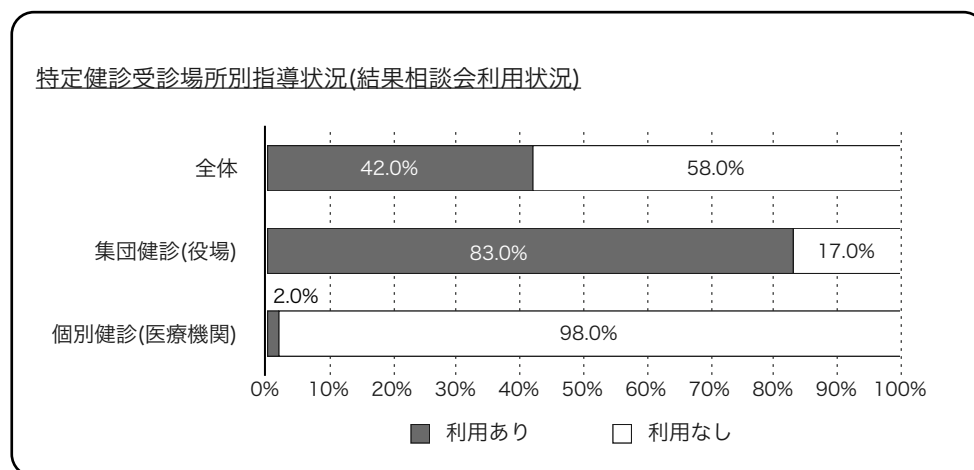
平成28年度の健(検)診登録者数は8,668人となっており、年度別登録者数の比較では、毎年増加傾向にあることがわかりました。



② 特定健診受診場所別指導状況(結果相談会利用状況)

特定健診の結果相談会利用状況は、全体では42.0%でした。

受診場所別利用状況では、集団健診(役場)の場合83.0%の利用状況でしたが、個別健診(医療機関)ではわずか2%の利用率にとどまっていました。



③ 疾病分類別医療費の割合(平成27年度累計)

疾病分類別医療費の割合は、糖尿病が5.5%で最も高く、次いで、高血圧症5.1%、慢性腎不全5.0%、脂質異常症4.2%、関節疾患3.6%などの順となっていました。

疾病分類	医療費割合
糖尿病	5.5%
高血圧症	5.1%
慢性腎不全(透析あり)	5.0%
脂質異常症	4.2%
関節疾患	3.6%
統合失調症	3.0%
狭心症	2.8%
不整脈	2.2%
骨 折	2.2%
乳がん	2.0%

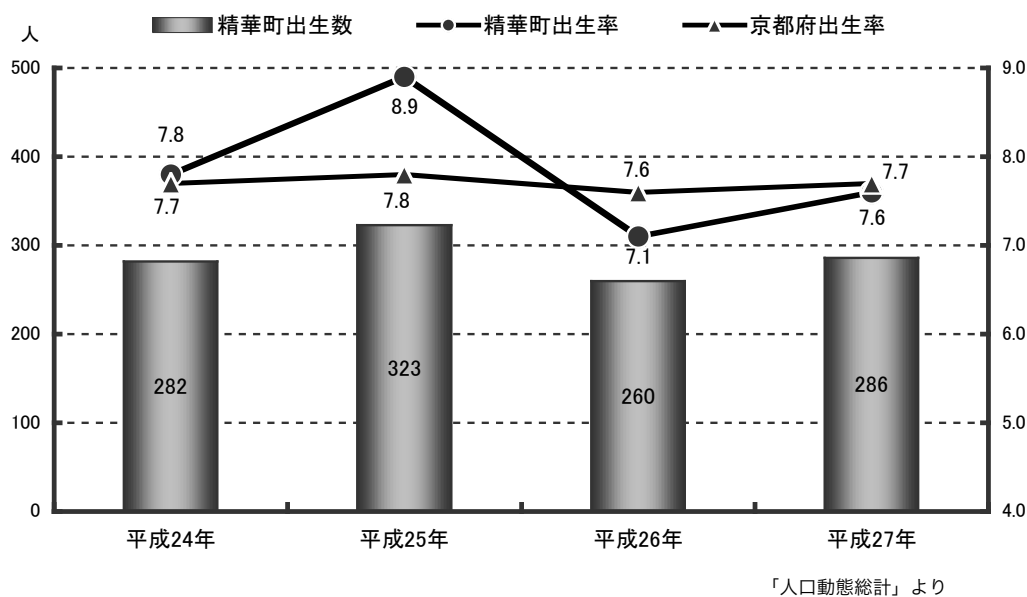
「国保データベースシステム」より

重点課題２：つながりを意識した子育て力の強化

① 精華町出生数の年次推移

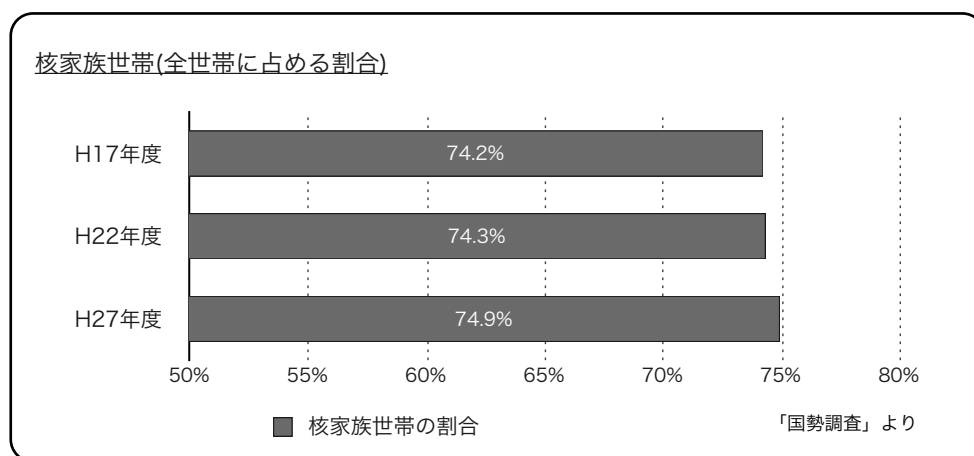
平成27年の出生数は286人で、過去4年間の出生数を比較すると、年によって増減が見られるものの、ほぼ横ばい状態にあります。

出生率は7.6%で、京都府7.7%よりも0.1ポイント低い状況でした。



② 核家族世帯(全世帯に占める割合)

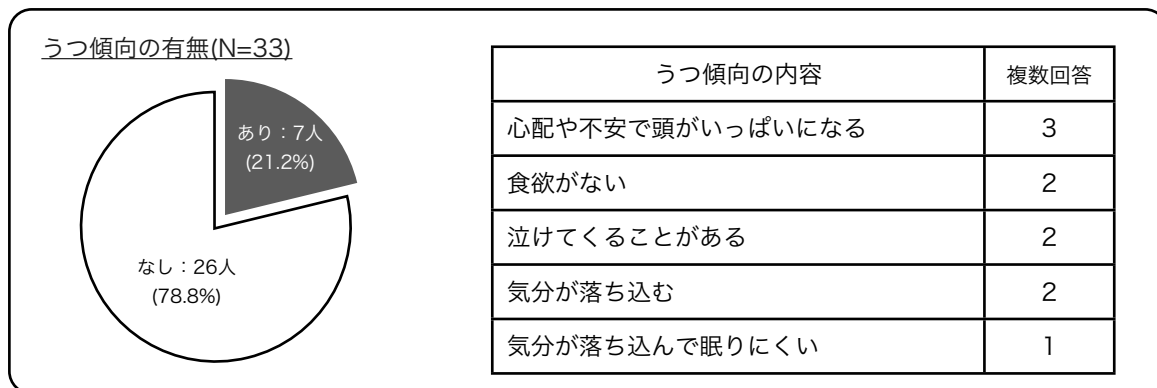
核家族世帯の割合は、平成27年度74.9%で、平成17年度74.2%、平成22年度74.3%の国勢調査と比較して微増傾向にありました。



③ 妊娠後期アンケート(せいかスマイル・マタニティ事業)

妊娠後期アンケート調査結果による「うつ傾向チェック」では、アンケート回収者33人の内7人(21.2%)にうつ傾向が見られました。

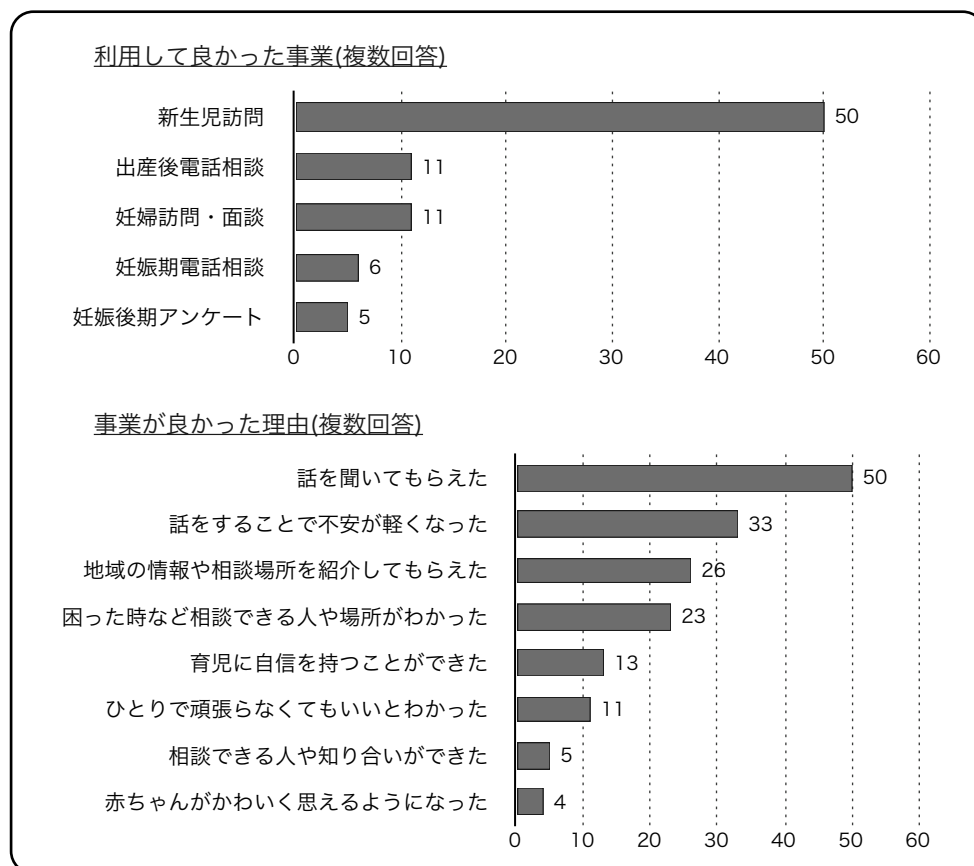
具体的内容では、「心配や不安で頭がいっぱいになる」が3件、「食欲がない」「泣けてくることがある」「気分が落ち込む」が各2件、「気分が落ち込んで眠りにくい」が1件でした。



④ 事業評価アンケート(せいかスマイル・マタニティ事業)

出産前後で「利用して良かった事業」としては、「新生児訪問」が50件で最も多く、次いで「妊婦訪問・面談」、「出産後電話相談」が各11件となっていました。

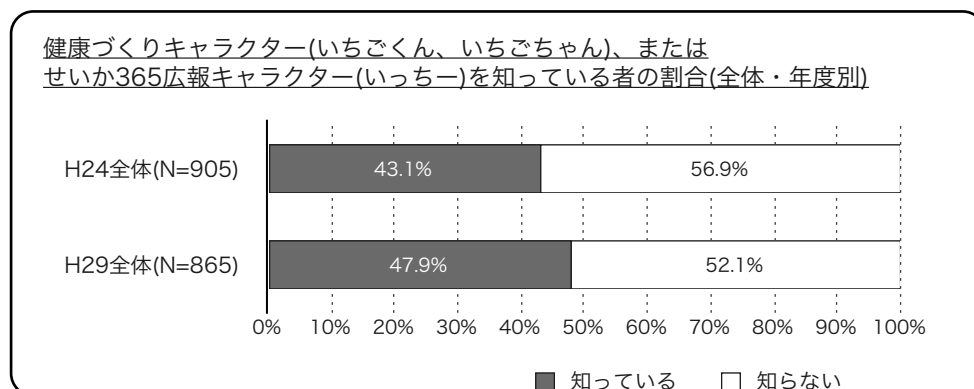
良かった理由としては、「話を聞いてもらえた」50件、「話をすることで不安が軽くなった」33件、「地域の情報や相談場所を紹介してもらえた」26件、「困った時に相談できる人や場所がわかった」23件などの回答が多く見られました。



重点課題3：住民参加・参画型健康づくりの推進

① 健康づくりキャラクター(いちごくん、いちごちゃん)、または せいか365広報キャラクター(いっちー)を知っている者の割合

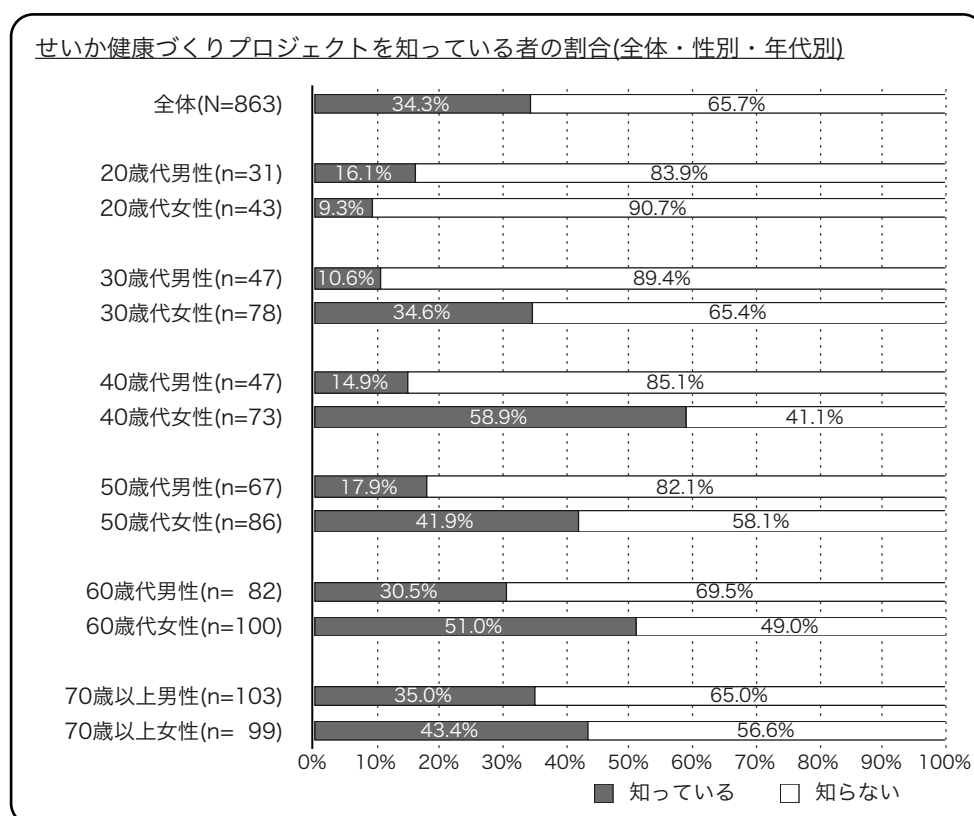
「健康づくりキャラクター(いちごくん、いちごちゃん)、またはせいか365広報キャラクター(いっちー)を知っている者の割合」は、平成24年度43.1%、平成29年度47.9%で、4.8ポイント上昇していました。



② せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合

「せいか健康づくりプロジェクトを知っている者の割合」は34.3%でした。

性別年代別では、20歳代を除く全ての年代で女性の認知率が男性を上回っていました。特に、40歳代女性58.9%、60歳代女性51.0%で、認知率が50%を超えていました。男性の30歳代以降の年代においては、年代が上がるにつれ認知率が上がる傾向がありました。



資料3 健康プロジェクトの振り返りと今後

健康づくりにおける住民参加参画を促進するため、第1期計画において「せいか健康づくりプロジェクト」(以下「プロジェクト」)を立ちあげ、住民主体の健康づくり活動を展開してきました。

第2期計画では、プロジェクトの充実・強化を図るため、プロジェクトの展開について6つの課題を設定し、活動に取り組みました。

中間見直しにあたり、プロジェクトメンバーによるワークショップを行い、6つの課題ごとに成果と問題点を整理し、今後の取組の方向性を話し合いました。



【課題1】多くの住民に活動を知ってほしい

項 目	内 容
5年間の取組	・ 広報誌・「家族の健康カレンダー」でプロジェクトの活動紹介をし、周知の強化を図った ・ 活動内容のチラシを商業施設に配架するとともに、庁舎内でも配架場所を増やした ・ 町のホームページや動画共有サービス、SNSなどインターネットを活用した周知をプロジェクトごとに進めた ・ 情報のアクセスをスムーズにするため、インターネットを活用した周知をしているプロジェクトは、QRコードをチラシなどに掲載した ・ 平成28年度からせいか祭りでブースを設け、プロジェクトの参画者がチラシ配布や活動内容の展示、紹介を行った ・ 「みんなで健康交流会」(H26年)で団体間で交流を図ったり、「元気づくり大学」(H28年)で体験会を実施した ・ プロジェクトの1つは、独自でホームページを作成した
5年間の成果	・ 広報誌でせいか365の掲載ページができたことで、活動の紹介記事を掲載でき、周知につながった ・ せいか祭りでの啓発活動や交流会・体験会などのイベント実施を、プロジェクトが合同で取り組み、活動の周知につながった ・ 活動内容を町のホームページに投稿し、投稿回数は、平成25年1月～平成29年7月までの間で124回、総閲覧数10万5000回であった ・ チラシなどの配架を商業施設に広げ、配架場所の増加を図り、周知の強化につながった ・ 「プロジェクトを知っている者の割合」は、平成24年26.6%から平成29年34.3%と7.7ポイント上昇した
積み残した問題	・ チラシは、興味がない人は手に取りにくいいため、配架だけでは周知につながりにくい ・ 広報誌や「家族の健康カレンダー」などの作成については、行政が中心となって作成しており、プロジェクトの参画メンバーが作成に参加できていない ・ 「家族の健康カレンダーを活用している者の割合」は、平成29年で27.4%であり、7割以上が活用していない現状がある ・ 周知活動の内容によっては、参画メンバーの負担になることがある
今後の取組	・ チラシの配架場所の拡大や「家族の健康カレンダー」での周知と併せ、インターネットの活用やプロジェクトが協力してイベントで周知活動を展開するなど周知の強化を図る ・ 周知活動について、参画メンバーで分担しあう、プロジェクト間で協力し合うなど負担が大きくなりすぎない工夫をしていく ・ 住民目線での啓発ができるよう、チラシ・広報誌や「家族の健康カレンダー」作成にあたり、参画メンバーも作成に携わる ・ プロジェクト間での交流を促進することで、活動の内容を知ってもらう機会を増やす



【課題2】多様な年齢の住民に参加してほしい

項 目	内 容
5年間の取組	- 参加者を増やすことなどを目的に、「元気づくり大学」を開催した - プロジェクト2団体と町内のウォーキング団体、行政との協働でせいか365まち歩きイベントを実施した。 - せいか祭りで、「いちご☆体操」を実施した
5年間の成果	「元気づくり大学」で、91名(プロジェクト参画者50名、一般参加者41名)の参加があり、その後のイベントにおいても参加者の増加につながった - せいか365の活動を通して、様々な団体との協働による親子イベントの実施により、親子308組が参加し、新たな対象者の参加につながった - せいか祭りで「いちご☆体操」を実施し、多くの来場者に体操をしてもらう機会となった
積み残した問題	- 平日のイベントが多く、子育て中や就労している者の多い若い世代は参加しにくい - 参加者の少ないイベントもあり、周知場所や内容などについて、周知が不足している - 交流の機会が少なく、他のプロジェクトの活動状況や運営状況について知らない点が多いため、参加者増加につなげる勧誘や口コミなどの周知をプロジェクト間で協力して実施することは十分にはできていない - イベントや活動内容によって、場所のアクセスが悪いなど、利用しづらいところにある - 年度により参加者数にばらつきはあるが、毎年参加者数(延べ)は増えていない - 健康づくりに無関心な人たちへの働きかけが十分ではない
今後の取組	- 互いに協力して活動を広めていくために、プロジェクト同士が交流できる場所の設置や機会を増やし、プロジェクト間で協力しあい参加者を増やす取組の充実を図る - 新たな参加者や参画者を増やすため、イベント実施場所を広げる - プロジェクト間での協力や他団体との協働イベントを実施するなどして、子育て中や就労している若い世代の参加者の拡大を図る



【課題3】プロジェクトのメニューを充実させたい

項 目	内 容
5年間の取組	- 子ども向けの活動メニューが充実し、継続している - 働き盛り世代を対象にした、新たな体操を作成した - 地域で健康づくり・介護予防の取組を広げるための団体が連携し、体操を広める活動を行なった - 事業の中でリーダー発掘や育成を意識して取組んだ
5年間の成果	「いちご体操☆プロジェクト」においては、活動の場が増えたことで各世代が参加できるメニューが増加した - プロジェクトが増えたことによりメニュー数が増加した - 他の団体と連携したことにより、新たなイベントを実施することが出来た - プロジェクト内で新たな企画に取り組み、メニューが増加した - プロジェクト「軽やか同窓会」が一つ増えた
積み残した問題	- プロジェクトによっては、高齢化や新規参画者が少ないことなどにより活動内容が固定化して、新しいメニューが開発できていない - 新規参画者が少なく、新しい活動展開に至らない

項 目	内 容
今後の取組	・ 各プロジェクトが新たな活動メニューを展開できるよう支援する ・ 新たな視点でメニューを増やすために、若い世代や男性の参画者を増やす ・ メニューの充実を図るために、新規プロジェクトを立ち上げることができる人材を発掘し、立ち上げを支援する ・ 活動を充実させていけるよう、参画者のリーダー研修を実施する ・ メニューの充実には新たな人材が必要であるため、より多くの人を対象にプロジェクトの周知を図る ・ 体験会や交流会などの機会を利用し、住民の意見を聞くなどして、メニューの充実に活かしていく



【課題4】活動資金を確保したい

項 目	内 容
5年間の取組	・ プロジェクトによっては、活動資金やイベント保険を年会費や参加費で賄うしくみをつくった ・ 補助金申請や表彰を受けた賞金が活動資金となっている
5年間の成果	・ 各プロジェクトの活動内容や運営方法により年会費や参加費による運営費の確保、補助金や表彰による賞金の活用など創意工夫により活動展開に必要な資金を確保できるようになってきており、活動内容も充実させてきた ・ 費用がかからないよう、物品の貸借りをするなど、他団体と協力しあったりする関係づくりができてきた
積み残した問題	・ 活動内容をさらに充実させるために、購入したい備品などがあっても、内容によっては、資金調達できないこともある
今後の取組	・ プロジェクト間で、補助金活用や経費調達などの資金確保のための情報を共有し合う ・ 活動に対しての寄付を募る ・ 広報誌などを活用し、備品などは譲ってもらうなどリユースを活用する ・ クラウドファンディングなど新たな手法を検討し、資金調達につなげる ・ ホームページやSNSなどインターネットを活用し、資金調達の情報を得る



【課題5】プロジェクトと行政の良い関係を築きたい

項 目	内 容
5年間の取組	・ 「元気づくり大学」の実施にあたり、行政とプロジェクトで協力し、実施した ・ 行政の担当者とプロジェクトメンバーが話し合う場を設定している ・ 行政で、広報誌やホームページに活動を掲載し紹介した ・ 毎年協働で活動報告として「健康づくりプロジェクトまとめ」を発行している
5年間の成果	・ 平成28年に、プロジェクト間の交流や活動の周知を図ることを目的に、「元気づくり大学」を行政とプロジェクトで実施できた ・ 平成26年に、行政と様々な団体が参加・協力して、「みんなで健康交流会」を実施した
積み残した問題	・ 年ごとのプロジェクトのまとめが冊子になっているが、関係者にしか配布されておらず、活動報告の周知が限定的である
今後の取組	・ 毎年の活動報告をホームページなどで公表することで、行政内部や住民への周知をしていく ・ 自治会への働きかけを協働で試みる ・ 健康づくりの視点をまちづくりに活かしていくために、行政と住民で検討する場を設ける



【課題6】一緒に企画する仲間を増やしたい

項 目	内 容
5年間の取組	・ 活動内容などがテレビ放送されたり、活動に対して表彰を受けた ・ 広報誌や「家族の健康カレンダー」、イベントなどを活用し広く周知を図った ・ 参画者の増加を図るため、イベント参加者を勧誘し、参画者につなげた ・ プロジェクト以外の団体にも、活動を周知し、協力・協働したイベントなどを実施した
5年間の成果	・ 平成24年から平成28年の5年間で、新規参画メンバー55名(女性36名、男性19名)が増加した ・ 新規参画者にも活躍してもらう事で、活動意欲につながり、継続して活動を続けることにつながっている ・ 男性が参加しやすい内容のイベントを実施したことで、これまで参画の少なかった男性参画者の増加につながった ・ 介護予防活動の団体や情報通信関係、NPOなどのプロジェクト以外の多様な分野の協力団体が増えた
積み残した問題	・ イベントへの参加はあっても参画者が増えない ・ 新規参画者は増えているが、年度ごとの参画者実人員は微増となっており、さらに参画者を増やす対策が必要である ・ メンバーが固定化していることで、新しいメンバーが入りにくい ・ これまでの参画者や新規参画者とも60代以上であり、今後の活動継続には若い世代の活躍も必要である ・ 新規参画者への活動の主旨の周知が不十分であり、十分に理解していないことがある ・ 参画者の居住地にかたよりがある
今後の取組	・ 広報誌、HP、サロン、健康教室などへの周知を継続して実施し、参画者の少ない地域への周知を強化していく ・ 若い参画メンバーへ少しずつ役割を移行しながら、世代交代を図る ・ 参画者に対して、プロジェクトの主旨を周知・確認する機会をつくる ・ リーダーとなれる人を発掘・育成していく

資料4 人口の推移

- 平成27年の人口は36,376人で、毎年増加傾向が続いています。
- 平成2年から平成27年の25年間で、年少人口比率は19.0%から16.0%と3.0ポイント低下、生産年齢人口比率も69.2%から62.4%と6.8ポイント低下しています。これに対し、高齢者人口比率は、11.8%から21.6%と9.8ポイント上昇しており、高齢化の進行が加速しています。

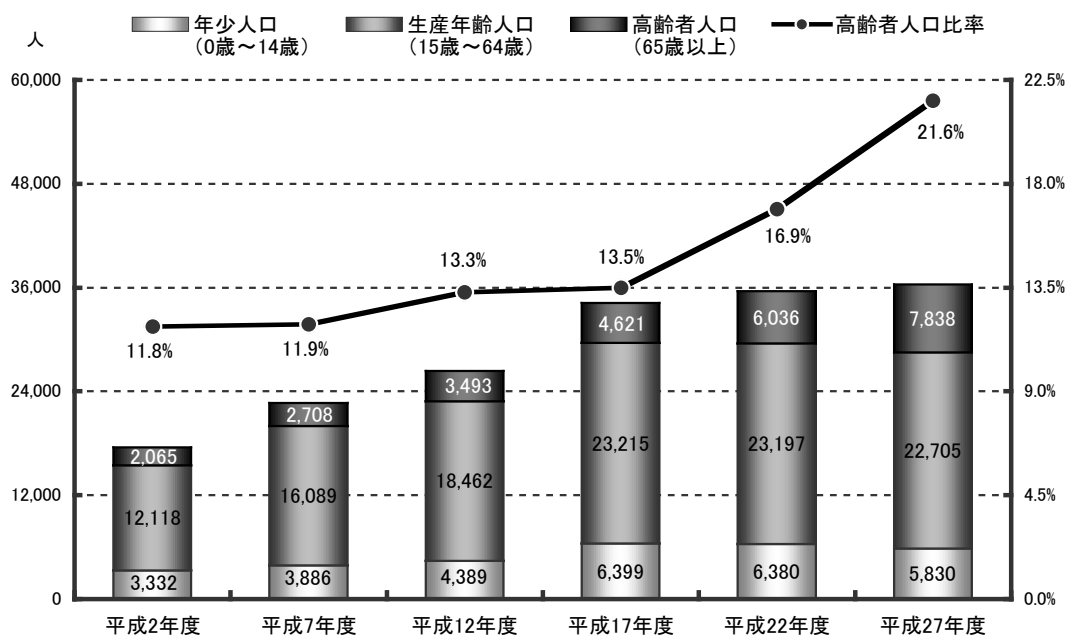
表：人口の推移

(単位：人)

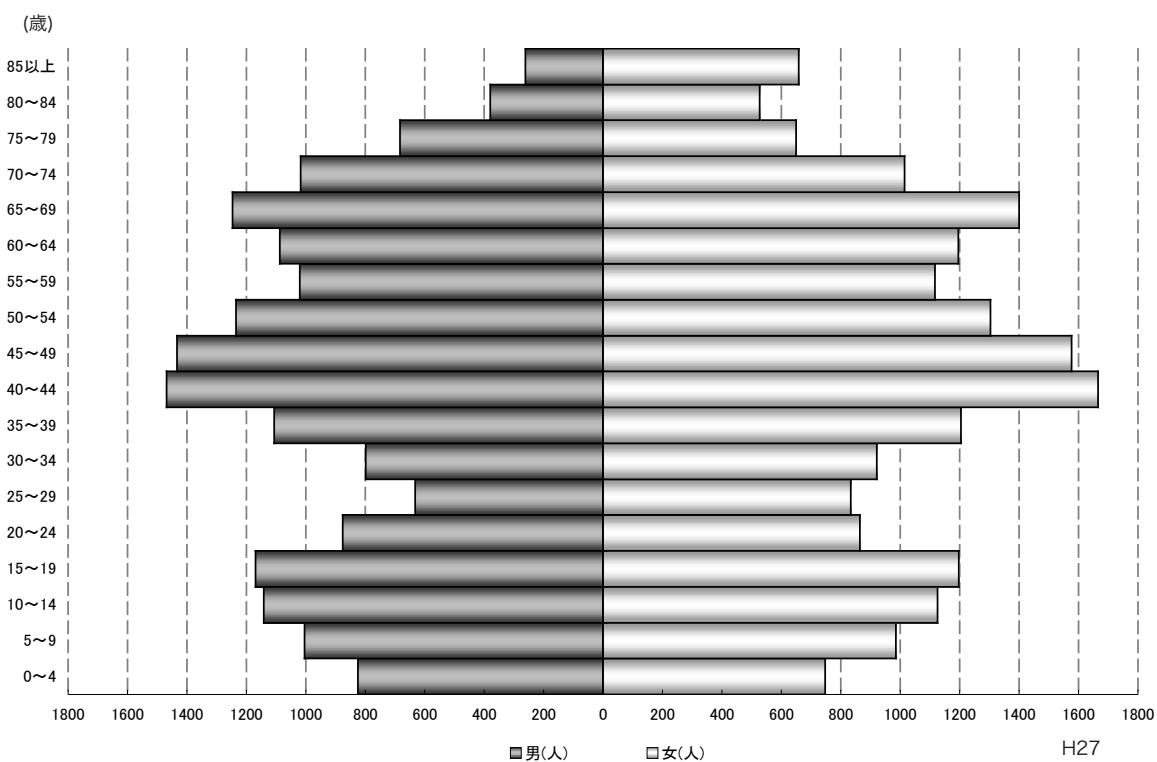
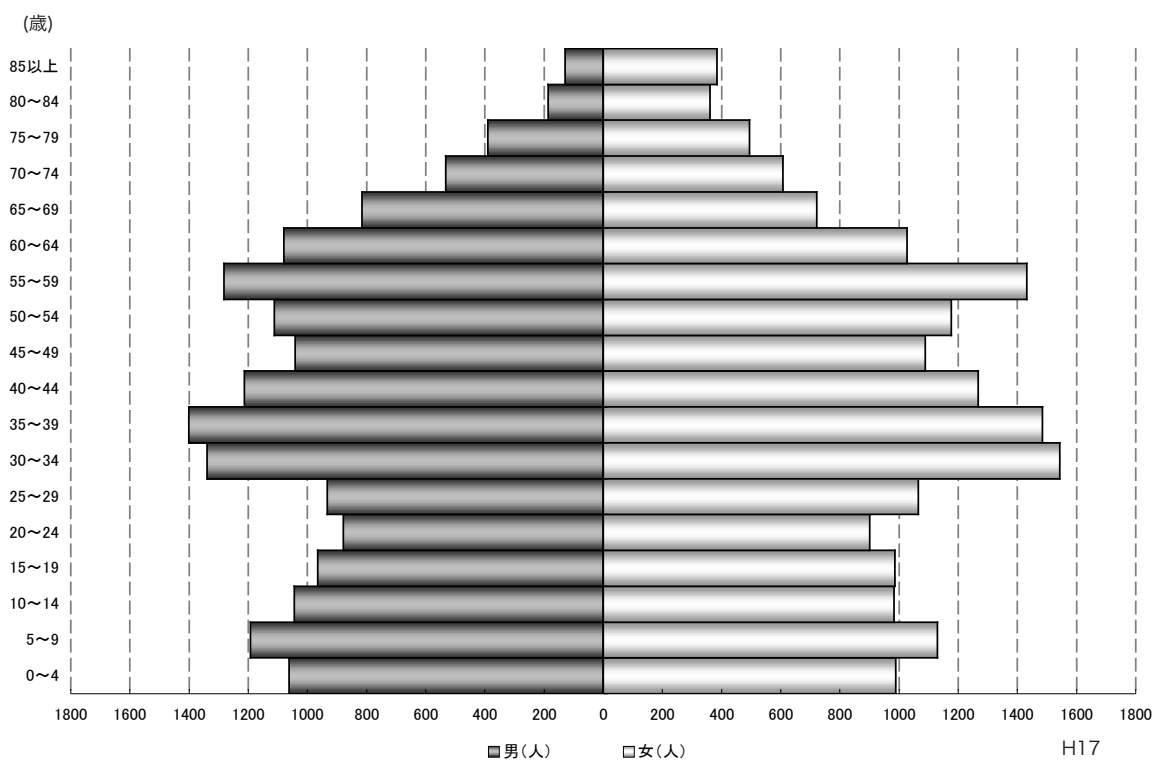
	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年
総人口	17,519	22,691	26,357	34,236	35,630	36,376
年少人口(0歳～14歳)	3,332 (19.0%)	3,886 (17.1%)	4,389 (16.7%)	6,399 (18.7%)	6,380 (17.9%)	5,830 (16.0%)
生産年齢人口(15歳～64歳)	12,118 (69.2%)	16,089 (70.9%)	18,462 (70.0%)	23,215 (67.8%)	23,197 (65.1%)	22,705 (62.4%)
高齢者人口(65歳以上)	2,065 (11.8%)	2,708 (11.9%)	3,493 (13.3%)	4,621 (13.5%)	6,036 (16.9%)	7,838 (21.6%)

[資料：平成2年～平成27年：国勢調査]

図：人口の推移



図：人口ピラミッド(平成17年と平成27年の比較)



資料5 衛生統計

(1) 平均寿命

- 平均寿命は、男性80.7歳、女性86.4歳でした。男性の平均寿命は、全国を1.1歳、京都府を0.5歳上回っていました。女性の平均寿命は、全国と同じでしたが、京都府を0.2歳下回っていました。

表：平均寿命の比較 (単位：歳)

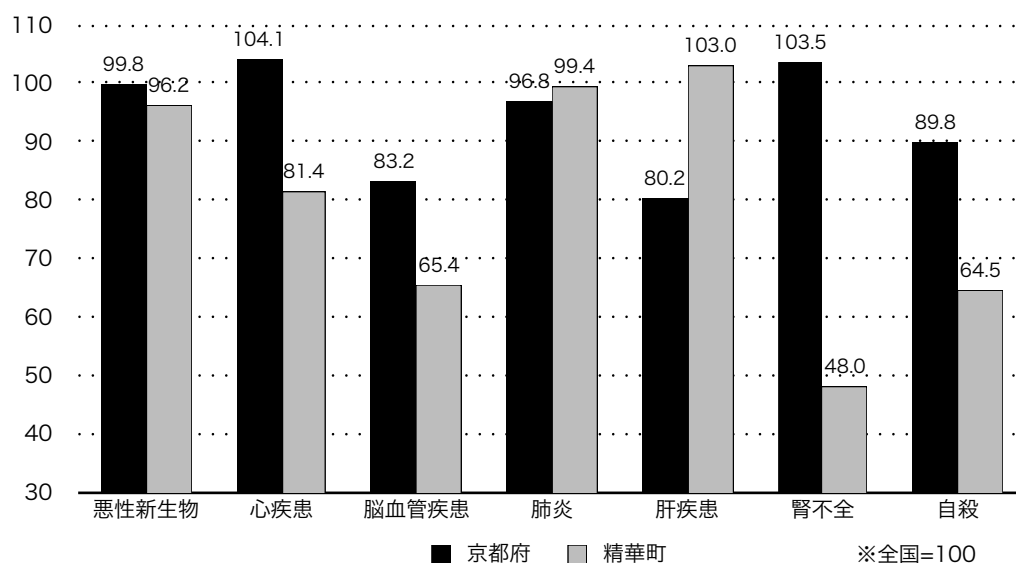
	男	女
精華町	80.7	86.4
京都府	80.2	86.6
全 国	79.6	86.4

[資料：平成22年市区町村別生命表の概況]

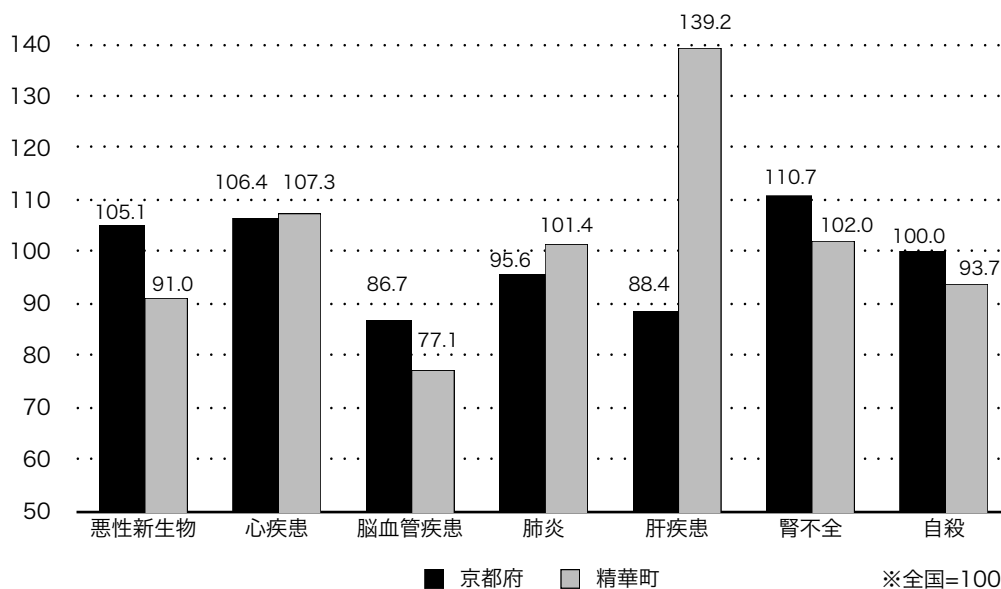
(2) 死亡の状況

- 標準化死亡比が100を超えている疾患は、男性は肝疾患、女性は心疾患、肺炎、肝疾患、腎不全でした。特に、女性の肝疾患、心疾患は標準化死亡比が高くなっています。
- 京都府の標準化死亡比を上回っていた疾患は、男性は肺炎、肝疾患、女性は心疾患、肺炎、肝疾患でした。

図：標準化死亡比(男性)



図：標準化死亡比(女性)



資料：人口動態統計特殊報告 平成20年～24年人口動態より

(3) 国保医療の状況

- 受診件数の上位は、第1位「循環器系の疾患(20.1%)」、第2位「内分泌、栄養及び代謝疾患(12.9%)」、第3位「呼吸器系の疾患(9.9%)」、第4位「眼及び附属器の疾患(8.8%)」、第5位「皮膚及び皮下組織の疾患(5.8%)」となっています。
- 費用額では、循環器系の疾患、新生物(悪性新生物)、筋骨格系及び結合組織の疾患の占める割合が、京都府と比較して高い傾向にあります。
- 一人当たりの国民健康保険医療費は、平成27年度で363,125円となっており、全国や京都府よりも高い状況にあります。

表：受診件数の上位5項目

(単位：件)

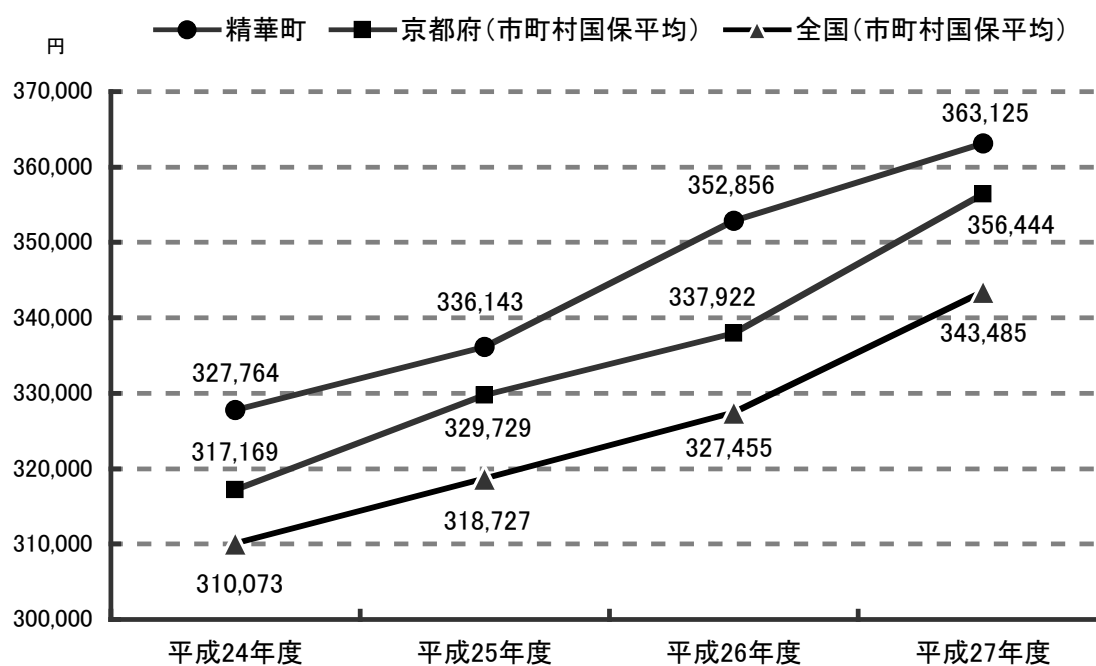
順位	精華町			京都府		
	疾患名	件数	割合	疾患名	件数	割合
1	循環器系の疾患	1,134	20.1%	循環器系の疾患	79,254	18.7%
2	内分泌、栄養及び代謝疾患	724	12.9%	内分泌、栄養及び代謝疾患	49,198	11.6%
3	呼吸器系の疾患	555	9.9%	筋骨格系及び結合組織の疾患	47,670	11.2%
4	眼及び附属器の疾患	494	8.8%	呼吸器系の疾患	41,688	9.8%
5	皮膚及び皮下組織の疾患	324	5.8%	眼及び附属器の疾患	37,973	9.0%

表：費用額の上位5項目

(単位：千円)

順位	精華町			京都府		
	疾患名	費用額	割合	疾患名	費用額	割合
1	循環器系の疾患	33,789	20.4%	循環器系の疾患	2,494,550	18.8%
2	新生物 (悪性新生物)	32,339	19.5%	新生物 (悪性新生物)	2,349,177	17.7%
3	筋骨格系及び結合組織の疾患	21,745	13.1%	筋骨格系及び結合組織の疾患	1,148,982	8.7%
4	内分泌、栄養及び代謝疾患	11,987	7.2%	腎尿路生殖器系の疾患	1,002,188	7.6%
5	腎尿路生殖器系の疾患	10,936	6.6%	精神及び行動の障害	997,342	7.5%

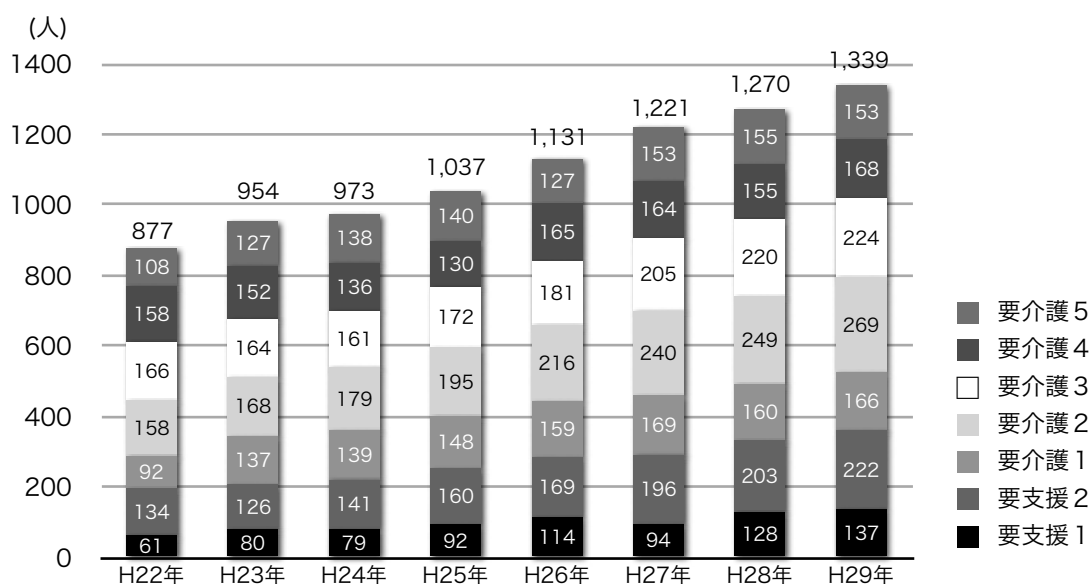
図：国民健康保険(一人当たり医療費の推移)



(4) 介護認定者の状況

- 要支援・要介護認定者数は年々増加傾向にあります。
- 要支援・要介護度別の認定者数を見てみると、要支援1～要介護3までの認定者の総数が増加傾向にあります。

図：要支援・要介護度別認定者数の実績と推計



資料：平成20年度から平成27年度：厚生労働省「介護保険事業状況報告(年報)」
平成28年度「介護保険事業状況報告書(3月月報)」

資料6 精華町町民健康づくり推進協議会設置規則

精華町町民健康づくり推進協議会設置規則

昭和55年1月5日
規則第2号

(目的)

第1条 この規則は、精華町町民健康づくり推進協議会(以下「協議会」という。)の設置に関し、必要な事項を定めることを目的とする。

(設置)

第2条 町民の健康づくり対策の推進を図るため、本町に町民健康づくり推進協議会を設置する。

(組織)

第3条 協議会は、委員20人以内で組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから町長が委嘱する。

- (1) 保健所等の関係行政機関の代表者
- (2) 医師会等の保健医療機関の代表者
- (3) 町内の健康づくりを目的とした組織、学校等の代表者
- (4) 学識経験を有する者
- (5) 町民から公募する者
- (6) その他町長が必要と認める者

(委員の任期)

第4条 委員の任期は2年とする。

2 町長は、委員から辞退の申出があつたとき、又は委員に特別の事由が生じたときは、任期中であっても当該委員の委嘱を解くことができる。

3 委員に欠員が生じた場合における補欠委員の任期は、前任者の任期の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に、会長及び副会長1人を置く。

2 会長及び副会長は、委員の互選によつて定める。

3 会長及び副会長の任期は、委員の任期による。

4 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。

5 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

(協議会の任務)

第7条 協議会は、次の各号に掲げる事項について審議企画する。

- (1) 地域における保健衛生思想の普及、向上に関すること。
- (2) 健康づくり運動の普及、及び実践に関すること。
- (3) 保健栄養指導に関すること。
- (4) 食生活改善等地域の健康づくりを目的とした組織の育成に関すること。
- (5) 健康増進計画の策定に関すること。
- (6) 前5号に掲げるもののほか、町民の健康づくりに関すること。

(庶務)

第8条 協議会の庶務は、健康推進課において処理する。

(その他)

第9条 この規則に定めるもののほか、協議会の運営について必要な事項は、会長が協議会にはかつて定める。

附 則

1 この規則は、公布の日から施行する。

2 この規則の規定に基づき最初に任命された委員の任期については、第4条の規定にかかわらず昭和57年3月31日とする。

附 則(平成18年規則第3号)

この規則は、平成18年3月1日から施行する。

附 則(平成23年規則第14号)

この規則は、平成23年4月1日から施行する。

附 則

この規則は、平成26年10月1日から施行する。

資料 7 精華町町民健康づくり推進協議会委員名簿

団体の種類	団体名等	役職名	氏 名
行政機関の代表者	京都府山城南保健所	所長	時田 和彦
保健医療機関の代表者	一般社団法人相楽医師会	会長	藤村 聡
	京都府山城歯科医師会精華班	班長	内田 裕也
関係団体の代表者	精華町社会福祉協議会	会長	長谷川 悟
	精華町民生児童委員協議会	幹事	岡田 敦子
	子育て地域パートナー連絡協議会	幹事	伊藤 亜希子
	精華町食生活改善推進員協議会	会長	円山 早智子
	相楽栄養士研究会	会員	北 安代
	社会教育委員会	会長	田中 智美
	けいはんな学研都市精華地区 まちづくり協議会	理事	廣瀬 亮二
	精華町自治会連合会	委員	吉川 茂
	精華町老人クラブ連合会	会長	森島 秀行
	精華町商工会	会長	吉田 一雄
学識経験を有する者	京都府立大学	教授	東 あかね
町長が適当と認める者	町 民	一般公募	五十嵐 勇
	町 民	一般公募	北崎 和博
	町 民	一般公募	田崎 小百合

資料８ 第２期精華町健康増進計画中間見直し策定経過

開催月日	取組内容	
６～７月	「元気生活チェック」アンケートの実施	
７月２４日・２５日	第１回策定会議	○計画見直しのスケジュール確認 ○計画各論の構成について ○ワークショップ実施内容について
７月２５日	せいか健康づくりプロジェクトワークショップ	○プロジェクトのこれまでの取組について ○プロジェクトの問題点抽出 ○今後の取組について
９月１４日	第２回策定会議	○計画各論の詳細構成の検討 ○基本項目のまとめについて
９月２２日	第１回精華町町民健康づくり推進協議会	○計画見直しのスケジュールについて ○アンケート内容の紹介
１０月２６日	第３回策定会議	○素案についての意見交換
１１月１０日	第２回精華町町民健康づくり推進協議会	○第２期健康増進計画中間見直し(素案)について
平成３０年 １月５日～２月５日	パブリックコメントの募集	
２月２６日	第３回精華町町民健康づくり推進協議会	○第２期健康増進計画中間見直し(最終案)について ○パブリックコメントの結果について

資料9 用語解説

用語解説

あすなる会：正式名称「精華町食生活改善推進員協議会」。地域などで食生活改善事業を実施するボランティア団体。

家族の健康カレンダー：町の健(検)診情報を集約したカレンダー。毎年3月発行。母子保健情報(乳幼児健診、育児相談など)や、成人健(検)診情報(がん検診・特定健診・人間ドックなど)、予防接種などの情報を掲載。健診申込書付き。

からだ軽やか塾：メタボ予防・改善を目指す30～65歳を対象とした6か月間のグループ支援教室。

禁煙週間：毎年5月31日から6月6日までの1週間。

クラウドファンディング：クラウドは「群衆」、ファンディングは「資金調達」を組み合わせた造語。新しい挑戦をするために、ある「志」を持った人や団体が、インターネットを通じて多数の支援者から財源の提供をしてもらい、資金を調達する方法。

元気づくり大学：平成28年4月に開催したせいか健康づくりプロジェクトの活動報告会。6プロジェクトのメンバー同士の交流とプロジェクトに加入していない一般参加者への活動のPRを目的に開催。

健診結果相談会：特定健診受診者を対象とし、健診の結果から健康な生活を送るための改善方法やきっかけを相談する場。

健(検)診登録制度：申し込んだ健(検)診が登録され、一度申込みすると毎年自動で対象者に健(検)診書類が送付される制度。

子育て世代包括支援センター：妊娠期から子育て期にわたるまでの様々なニーズに対して総合的相談支援を提供するワンストップ拠点。

COPD：慢性閉塞性肺疾患のこと。咳、痰、息切れなどの症状で始まり、異常を感じた時は重症化しており、肺の生活習慣病と言われている。

食育月間：毎年6月。

食育推進庁内連携調整会議：庁内の食育を推進している関係課で構成されている。

食育のバナー：ウェブページ(ホームページ)上での、食育の旗印。

食育の日：毎月19日。

食事バランスガイド：一日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安をコマの形と料理のイラストで示したもので、厚生労働省と農林水産省の協同により平成17年6月に策定された。

せいか健康づくりプロジェクト：みんなの病気を予防し、元気を増やすために、個人、地域、行政が協働で実施している企画。平成29年度時点の団体は、「いきいき健康ウォーク」「いちご☆体操プロジェクト」「軽やか同窓会」「さあ！これから塾」「せいか食育劇団もぐもぐ」「わくわく健康里山の会」。

せいか365：行政あがての健康づくりに主体的に参画し、地域で支えあい健やかで元気なまちづくりを進める取組。

せいか365プロジェクト：せいか365から発足したプロジェクトで「SEIKA☆いいところ見つけた隊」と「体感！野菜のそちから」がある。

せいかスマイル・マタニティ事業：妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を目指し、子育て世代包括支援センターの設置に向け、平成28年度に京都府と協働で実施したモデル事業。

世界禁煙デー：毎年5月31日。

データヘルス計画：特定健診やレセプト情報などのデータ分析に基づいて、保健事業をP D C Aサイクル(計画・実施・評価・改善)で効果的かつ効率的に実施するための事業計画。

特定保健指導：特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、保健師や管理栄養士などの専門スタッフが生活習慣を見直すサポートを実施すること。

標準化死亡比：年齢などの人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。国の平均を100とし、100以上の場合は死亡率が高く、100以下の場合は低いと判断される。

有病率：ある一時点において、調査対象となっている集団の中で病気を有している者の割合。

レセプト：診療報酬請求明細書のこと。患者が受けた診療について、医療機関が健康保険者に請求する医療費の明細書のこと、診療や処方した薬の費用が記載されている。

ロコモティブシンドローム（ロコモ）：運動器障害や加齢による衰えにより、要介護になるリスクが高まった状態のこと。

第2期精華町健康増進計画中間評価・見直し

発行年月 平成30(2018)年3月

発 行 精華町健康福祉環境部健康推進課

〒619-0285 京都府相楽郡精華町大字南稲八妻小字北尻70番地

TEL 0774-95-1905 (直通)

FAX 0774-95-3974



健康寿命を延ばそう！