

笑顔・ささえあい・健やか 元気なまち せいかわ

第2期精華町健康増進計画

(平成25年度～平成34年度)



健康増進計画マスコットキャラクター

平成25年3月
京 都 府 精 華 町



はじめに

平成24年度で推進期間が終了いたします第1期精華町健康増進計画の「成果と課題」の整理などを踏まえまして、この度、平成25年度からの10か年ビジョンと具体的施策を示します第2期精華町健康増進計画を策定いたしました。

第1期精華町健康増進計画では、「健康づくりプロジェクト」が立ち上がり、多くの方が「自分が健康になるため」、そして、「周りの方が健康になるため」に試行錯誤しながら、様々な活動を実践してこられました。本町においても、健康増進計画を幅広く推進していくため、マスコットキャラクターを作成し、周知に努めてまいりました。

今回の計画策定に伴いましては、国の動向からも、第4次国民健康づくり運動が平成25年度からスタートしますが、その中で「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」を目指すことを社会の姿として掲げられ、「希望」「生きがい」「相互扶助」「社会参加」などの概念が新たに組み込まれました。この趣旨からも、本町としましては、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」と定義付けるとともに、「一病息災」の健康観を健康づくりの基本としまして、この実現に向けて計画を策定してきました。

本計画の基本理念では、「笑顔・ささえあい・健やか 元気なまち せいか」としまして、町民一人ひとりが笑顔でつながり、地域の中でささえあいながら、自己の健康管理の自覚や健康づくりに主体的に参画することで、健やかで、生きがいのある元気なまち、このまちが精華町であることを目指し進めてまいります。

今後、本計画に基づいて、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展開できるように推進、促進してまいりますので、ご理解、ご協力よろしくお願いたします。

最後に、本計画の策定にあたり、精華町町民健康づくり推進協議会の委員の皆様やワークショップにてご参加いただいた住民の皆様をはじめ、多くの貴重なご意見やご提案をお寄せいただいた皆様に心から厚くお礼申し上げます。

平成25年3月

精華町長 木村 要

目 次

第1章 計画の策定にあたって

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1期計画の総括

1 事業の実施状況.....	7
(1) 母子保健事業.....	7
(2) 成人保健事業.....	8
(3) 食育推進事業.....	9
2 領域別達成状況一覧表.....	10

第3章 総 論

1 基本理念.....	11
2 基本方針.....	12
3 基本目標.....	13
4 施策の体系.....	14

第4章 行動計画

● 領域別.....	15
基本目標1：正しくおいしく食べましょう！.....	15
(1) 栄養・食生活.....	15
(2) 歯と口の健康.....	17
基本目標2：楽しく身体を動かそう！.....	18
(1) 運動・身体活動.....	18
基本目標3：みんなでニコニコ健康生活！.....	20
(1) 生活習慣病・循環器疾患・がん.....	20
(2) たばこ・アルコール.....	22
基本目標4：笑顔でいきいき過ごしましょう！.....	23
(1) 休養・こころの健康づくり.....	23
(2) 生きがい・ふれあい・社会参加.....	25

● 保健事業.....	26
1 母子保健.....	26
2 成人保健.....	26
3 こころの健康づくり.....	27
4 歯と口の健康づくり.....	27
5 地区組織・人材育成.....	27
6 重点的取り組み.....	28
(1) 生活習慣病予防のしくみづくり.....	28
(2) つながりを意識した子育て力の強化.....	28
(3) 住民参加・参画型健康づくりの促進.....	29

第5章 計画の評価

1 計画の評価.....	30
(1) 評価指標一覧.....	30
(2) 評価体制.....	32

資料編

資料1 世代別達成状況と課題.....	35
資料2 領域別達成状況と課題.....	42
資料3 健康づくりプロジェクトの振り返りと今後.....	63
資料4 人口の推移.....	67
資料5 衛生統計.....	69
資料6 精華町町民健康づくり推進協議会.....	73
資料7 第2期精華町健康増進計画策定経過.....	75

1 計画策定の趣旨

(1) 健康づくりをめぐる国の動向

我が国の健康づくり運動の変遷を見てみると、昭和53年に第1次国民健康づくり運動がスタートし、以来今日に至るまでに3度の改定が行われ、平成24年には第3次国民健康づくり運動が終了したところです。

この第3次国民健康づくり運動（以下「健康日本21」という。）では、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的に、一次予防を重視した個人のライフスタイルの改善や健康増進を支援するための環境整備、多様な分野の連携による健康づくりの推進などに取り組みられました。

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「新健康日本21」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、新健康日本21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、喫煙及び歯・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。

また、平成23年に発生した東日本大震災では、未曾有の大災害の中でお互いが支えあい、助けあいながら復旧・復興していく日本人の「絆」の強さに、世界中から賞賛と激励の声が届きました。

日本社会がこれまで築きあげてきた、人と人との信頼関係による結びつき（ソーシャル・キャピタル）は、健康なまちづくり、福祉のまちづくりに欠くことのできない大切な要素です。新健康日本21では、このことを「相互扶助」というキーワードで表現しています。

本計画の策定にあたっては、このような国の動向を視野に入れ、第1期精華町健康増進計画（以下「第1期計画」という。）の成果と課題を整理した上で、時代にふさわしい計画となるよう努めます。

【目指す姿】

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

- 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
- 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、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善



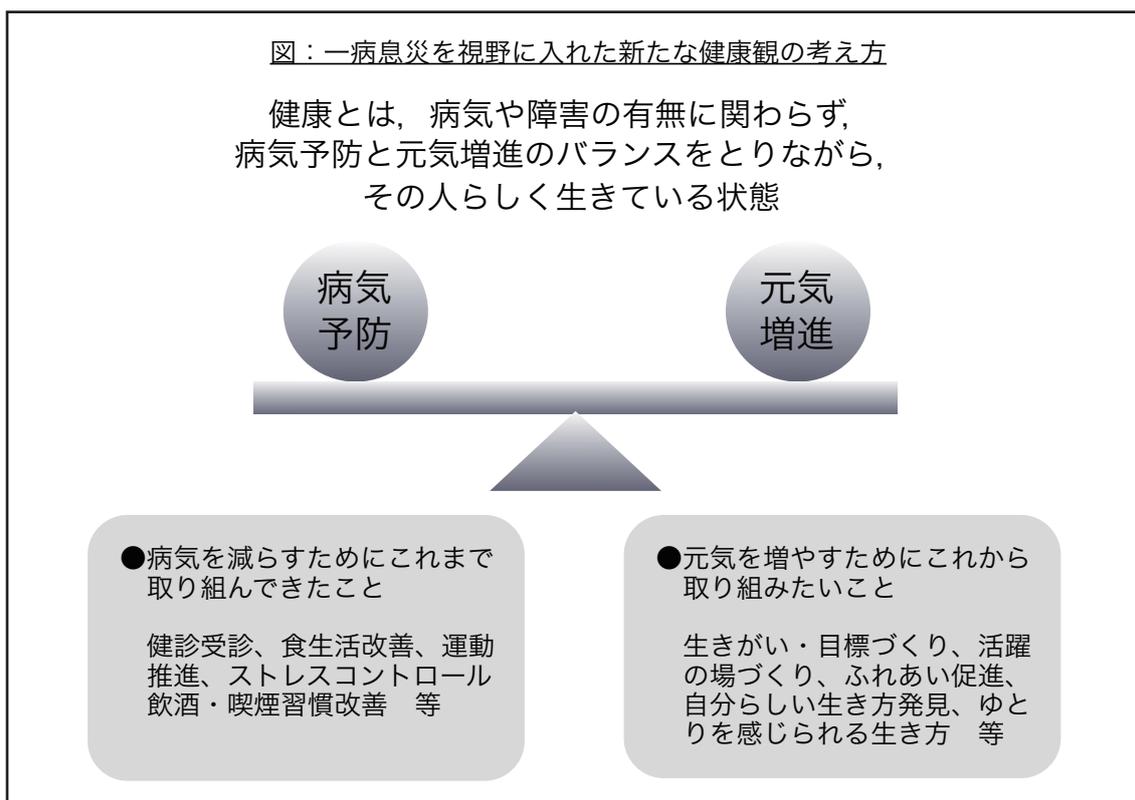
(2) 新たな健康観

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、日常の町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。

新健康日本21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。

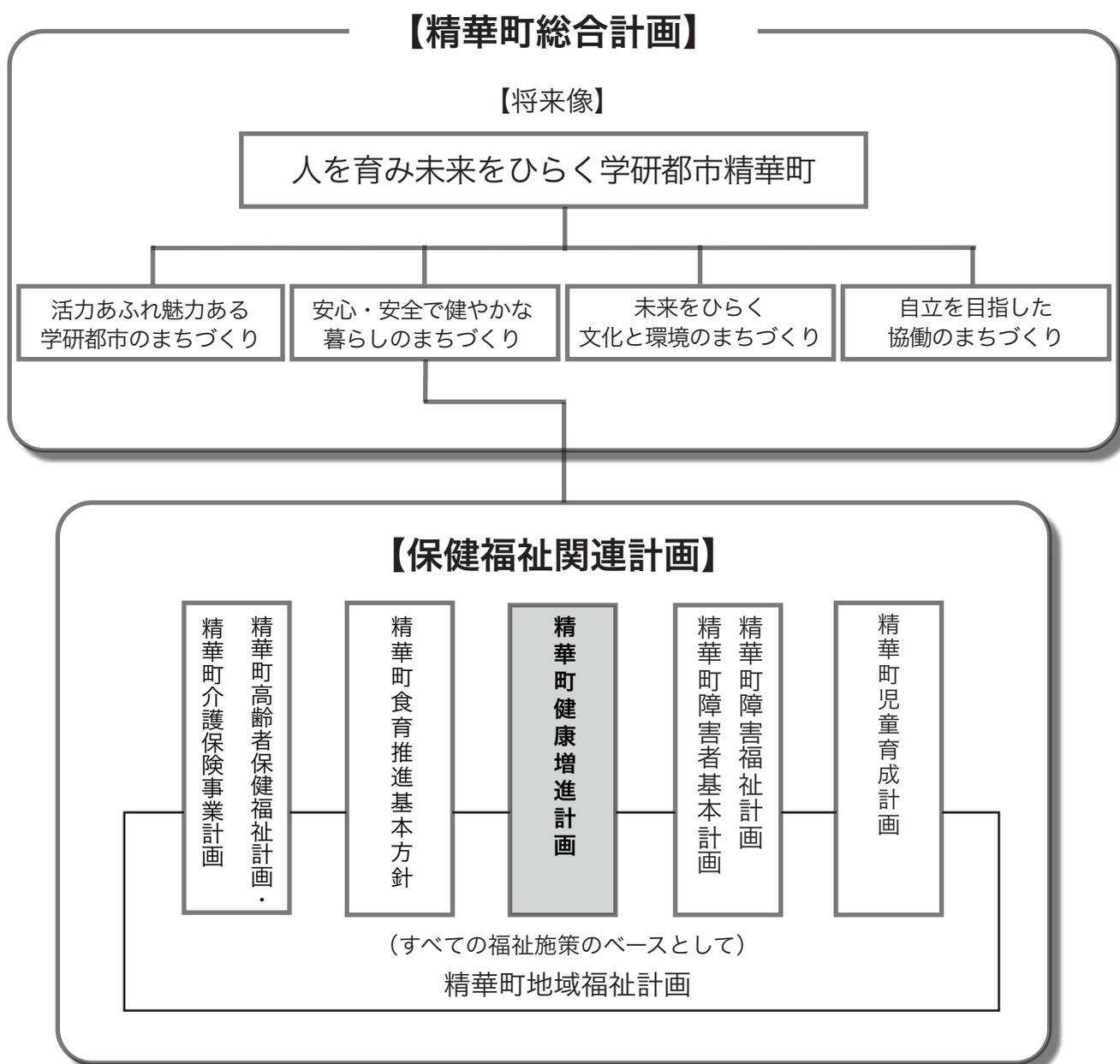
そこで、今回の計画策定にあたり、「健康」の概念を「病気や障害の有無に関わらず、病気予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態」と定義し、「一病息災」の健康を実現するための計画を目指したいと考えます。



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、現行の「せいか健康づくり宣言（精華町健康増進計画）」が平成24年度で終了することにもない、計画の成果と課題を整理し、平成25年度～平成34年度までの10か年のビジョンと具体的施策を示す第2期精華町健康増進計画として策定するものです。
- 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10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

町民の健康に対する意識、住民参画型の健康づくりへの取り組み状況や今後の展望などについて意見交換を行い、計画に反映させる目的で住民ワークショップを実施しました。

○ 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歳以上の町民に対して「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24年7月～8月
調査票回収数（回収率）	913件（45.7%）

1 事業の実施状況

(1) 母子保健事業

母子保健事業では、妊娠期事業、乳幼児健診事業、発達支援事業、食・運動の4つの柱で事業を展開してきました。

[母子保健事業の全体像]

妊娠期事業	乳幼児健診等事業	発達支援事業	食・運動
<ul style="list-style-type: none"> ○母子健康手帳交付 ○妊婦健康診査助成 ○不妊治療助成 ○パバママ教室 ○中学生・母子交流事業など 	<ul style="list-style-type: none"> ○新生児訪問 ○健康診査 <ul style="list-style-type: none"> ・3～4か月児 ・9～10か月児 ・1歳6か月児 ・2歳児歯科 ・3歳6か月児 ○予防接種 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○各種教室 ○年中児サポート事業 ○びゅあいちご（障害者の親の会） ○育児相談 ○電話・窓口 ○家庭訪問 ○各種相談 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康づくりプロジェクト活動支援（せいか食育劇団もぐもぐ・いちご★体操プロジェクト） ○各種料理教室 <ul style="list-style-type: none"> ・こども料理教室 ・親子料理教室 ・中学生食育料理教室 ・精華町子ども祭りでの食育推進 ・食育推進啓発パネルの展示 など

■5年間で特筆すべき成果

「子どもがそれぞれの発達に応じて心身ともに健康に育つ」「親の子育て力が向上し、自分の子育てに自信をもてる」「子と親がつながり、さらに地域とつながる」の3点を目標に母子保健事業に取り組んできました。

その結果、本町での母子関連サービスの充実や子育て支援の連携が充実し、発達状況に応じた対応ができるようになりました。

○乳幼児健診

各種健診では、児の発育・発達面だけでなく、母親が話しやすいような場づくりや地域毎に呼び出すなど工夫し、地域での仲間づくり、育児不安の軽減に力を入れてきました。

その結果、問診票での母親の育児に対する気持ちでは、目標値を大きく上回る結果となりました。また、子育て支援センターや図書館と連携し、遊び方や絵本の読み聞かせなどの事業展開を図りました。

○発達支援教室

健診後の発達支援として、ことばや社会性の発達を充実していくため、子どもとその親たちを対象に、教室や個別相談での支援体制の充実を図ってきました。

教室では、子どもや母親が安心して遊べる場づくり、母親同士がつながることで育児不安や育児負担の軽減ができることを目指し、実施してきました。家でもできる遊びの紹介や育児アドバイス、参加者同士のつながりを意識した教室の運営を実施した結果、参加した保護者のアンケート結果より、平成23年度10点満点中、平均9.3点と高い評価が得られました。

○食・運動

子どもたちが心身ともに健全に発育するよう、さまざまな食育活動の取組みを実践してきました。特に、健康づくりプロジェクトの一つとして平成20年から活動を開始した「せいか食育劇団もぐもぐ」、「いちご★体操プロジェクト」では、子どもや保護者に健康的な食生活を見直してもらったり、体を使う楽しさを知ってもらうことに大きな成果を上げ、社団法人母子保健推進会議から「せいか食育劇団もぐもぐ」が表彰を受けられました。

(2) 成人保健事業

成人保健事業では、健(検)診事業、生活習慣病予防、元気な高齢者づくり事業、地区組織・人材育成、こころの健康、歯と口の健康づくりの6つの柱で事業を展開してきました。

[成人保健事業の全体像]

健(検)診事業	生活習慣病予防	元気な高齢者づくり事業
<ul style="list-style-type: none"> ○健(検)診登録制度 ○各種がん検診 ○特定健診 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○集団・個別健診結果説明会 ○特定保健指導 <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導個別指導 ・歩歩塾(教室) ・からだ軽やか塾(教室) ○せいか祭りでの健康相談 ○食生活改善推進員活動 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○高齢者サロン・老人クラブ等への健康教室 ○介護予防講座 など
地区組織・人材育成	こころの健康づくり	歯と口の健康づくり
<ul style="list-style-type: none"> ○食生活改善推進員との連携 ○健康づくりプロジェクト活動支援(いきいき健康ウォーク、わくわく健康里山の会、さあ!これから塾) など 	<ul style="list-style-type: none"> ○こころの健康相談 ○個別支援 ○健康講演会 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○介護予防事業 ○せいか祭りでの歯の広場 ○成人歯科相談(結果説明会) など

■5年間で特筆すべき成果

○受診率向上を目指した「健(検)診登録制度」の実施

特定健診、がん検診を定期的に、受診していただくことを目的に、毎年健(検)診を受診するという希望のある方を登録者とし、自動的に健(検)診の申込みができる「健(検)診登録制度」を実施しました。

健(検)診受診率は横ばいですが、登録者数は、平成22年3,820人、平成23年4,430人、平成24年5,282人と年々増加しています。

○特定保健指導の充実

特定健診受診者に対しては結果説明会を実施しています。集団健診受診者には、平成23年73.1%、平成24年82.4%の方に面接での結果説明・健康相談を実施することができています。また、専門的相談を提供できるよう、医師、栄養士、歯科衛生士、保健師による健康相談を実施しています。

特定保健指導対象者には、歩数計を使つての運動習慣の定着化を目的に9月から3月(計8回)で「歩歩塾」、2月から10月(計12回)で町内立地の事業所(フィットネスクラブ)と連携して日曜日実施の「からだ軽やか塾」の2つの教室を開設しています。さらに平成23年度からは、個別による保健指導を追加し、3つの実施方法を提供することにより、プログラムの充実を図りました。

[特定保健指導参加人数]

	H22年	H23年	H24年
歩歩塾	24人	36人	15人(指導中)
軽やか塾	21人	12人	17人
個別相談	—	14人	28人(指導中)

平成23年度「歩歩塾」では、参加者の検査結果平均値において血液脂質値と内臓脂肪が減少し改善が見られました。平成24年度「からだ軽やか塾」においても、体重－3.17kg、腹囲－4cm、血圧、血液脂質値、血糖値のどれも改善が見られ生活習慣の行動があらわれました。

(3) 食育推進事業

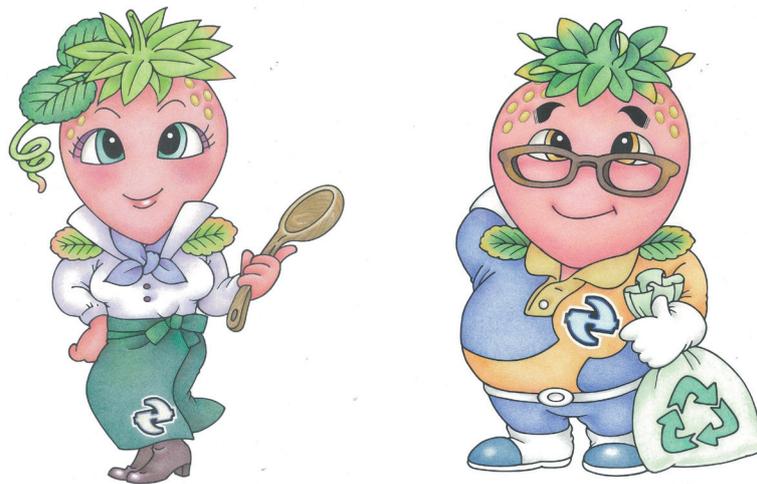
■5年間で特筆すべき成果

○食育推進基本方針の策定

本町では、さまざまな「食」に関する問題を解決するため、平成22年度から24年度までの3年間を対象とした食育推進基本方針を策定しました。

この方針では「家族ぐるみの農や食に関する体験機会の提供をはじめ、あらゆる機会を通じた食育や食に関する情報の提供」と「食育を通じて家庭の食生活のあり方を考える機会をつくる」ことを重点的な取組みとし、町民、関係団体、関係機関、行政が連携して、家庭や地域、保育所、幼稚園、学校での取組みを実施し、食育に関する普及啓発を行いました。

その結果、「食育」の認知度は90.4%で全国平均値の77.5%よりもかなり高く、「食事に野菜たっぷりの料理を取る」「規則正しい食事をする」など「食の大切さの認識」につながる項目についても改善が見られ、生活習慣病の予防につながったと考えられます。



2 領域別達成状況一覧表

テーマ	項目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考	
生活習慣病 糖尿病	がん検診受診率	胃がん	16.9%	50.0%	12.3%(H23)	4.6%↓	▽	
		子宮がん	11.0%	50.0%	24.9%(H23)	13.9%↑	○	
		乳がん	13.9%	50.0%	36.3%(H23)	3.7%↑	○	
		肺がん	21.2%	50.0%	16.8%(H23)	4.4%↓	▽	
		大腸がん	22.6%	50.0%	26.0%(H23)	3.4%↑	○	
	特定健診受診率	—	65.0%	31.6%	33.4%↓	▽	※3	
	メタボリック症候群である者の割合	全体	—	—	12.0%	—	—	※3
		男性	—	—	19.6%	—	—	※3
		女性	—	—	6.8%	—	—	※3
	肥満（BMI25以上）の者の割合	20.9%	18.0%	16.0%(H24)	4.9%↓	◎	※4	
やせ（BMI18.5未満）の者の割合	8.2%	現状以下	9.6%(H24)	1.4%↑	▽	※4		
歯	3歳6ヶ月児の虫歯有病率	26.5%	20.0%	13.3%	13.2%↓	◎	※6	
	12歳児の虫歯数	0.78本	現状以下	1.06本	0.28本↑	▽	※6	
	歯肉に所見を有する者の割合	39.2%	30.0%	44.9% (H24)	5.7%↑	▽	※4	
	正しい歯磨きの指導を受けた者の割合	13.3%	25.0%	—	—	—	—	
	定期的に歯科検診を受ける者の割合	25.6%	30.0%	42.4% (H24)	16.8%↑	◎	※4	
	20本以上の歯を有している者の割合（65歳以上）	28.6%	40.0%	46.0%	17.4%↑	◎	※4	
	間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)	74.7%	85.0%	80.9%(H22)	8.7%↑	○	※1	
お酒	多量飲酒の割合（1日3合以上）	男性	2.0%	1.0%	3.9% (H24)	1.9%↑	▽	※4
たばこ	成人の喫煙率	男性	31.4%	20.0%	16.5% (H24)	14.9%↓	◎	※4
		女性	8.1%	5.0%	3.3% (H24)	4.8%↓	◎	※4
	妊娠中の喫煙率	母親	—	7.3%	3.1%	4.2%↓	◎	※1
		父親	—	—	21.2%	—	—	※1
食事	朝食を食べる者の割合(20歳代)	男性	59.6%	75.0%	78.1% (H24)	18.5%↑	◎	※4
		女性	74.5%	80.0%	68.1% (H24)	6.4%↓	▽	※4
	食品の組み合わせを考える者の割合	男性	62.1%	70.0%	61.8%	0.3%↓	▽	※4
		女性	82.2%	90.0%	75.6%	6.6%↓	▽	※4
	野菜たっぷりの料理を1日2食以上食べる者の割合	男性	52.4%	60.0%	65.3% (H24)	12.9%↑	◎	※4
		女性	49.7%	60.0%	77.8% (H24)	28.1%↑	◎	※4
運動	運動習慣のある者の割合	男性	—	35.0%	50.0% (H24)	—	◎	※4
		女性	—		41.5% (H24)	—	◎	※4
睡眠・休養 ストレス こころの健康	睡眠で休養が十分でないと感じている者の割合	19.1%	10.0%	19.2%	0.1%↑	▽	※4	
参加参画	健康づくりプロジェクトの参画者数	60人(H19)		96人(H23)	36人↑	—	※5	
	健康づくりプロジェクトの参加者数	726人(H19)		11,632人(H23)	10,906人↑	—	※5	

※1：平成22年新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：平成23年度文部科学省アンケート「NEW体力テスト」

※3：「平成22年度特定健診・特定保健指導法定報告結果」京都府国民健康保険団体連合会

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

※5：平成23年健康づくりプロジェクトまとめ

※6：「平成23年度京都府の歯科保健」より

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

● 領域別

4つの基本目標に対する課題の設定と、それに対する行動計画については、住民ワークショップで出されたアイデアをもとに検討しました。ワークショップでは、4つの基本目標ごとに、関連するアンケート結果を参照しながら現状について話し合い、課題を設定し、それぞれの課題に対する方策を検討しました。

この行動計画は、あらゆる主体が取り組む計画となっています。各行動計画は、取り組む主体を「個人・家庭」、「地域・団体」、「行政」の3つに分けて整理しています。

評価指標については、国の新健康日本21に示された具体的な目標をもとに、本町独自の評価項目を加えて目標値を設定しました。

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！

「食」は、健康な身体と心を育むための基本です。近年、栄養バランスの偏りや不規則な食生活から、肥満や生活習慣病が増加するなど、多くの健康問題が生じています。

本町では、食育劇を通じて保育所などの子どもたちが食について学ぶ機会を提供するなど、住民活動と連携を図りながら、乳幼児期から高齢期に至るまで、全てのライフステージにおける食生活の改善活動に取り組んできました。

このような本町独自の取り組みを大事にしながら、今後も「栄養・食生活」「歯と口の健康」の面から次のような行動計画とします。

(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

◇現状の問題点◇

【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

- 朝食を毎日食べている人は89.6%で、現状では全国平均(86.0%)よりも多くなっていますが、町としては減少傾向が見られます。
- 朝食について、性別では男性、年代別では若い世代ほど朝食を食べている人が少ない傾向にあります。
- 食事の時、栄養バランスや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」)人は7割(70.0%)です。「いつも配慮している」と回答した人は、青年・壮年前期女性(10.1%)、高齢期男性(12.9%)で少なくなっています。

【課題2】全世代において「食育」への関心を高める

- 「食育」の言葉や意味を知っている人は69.5%で全国平均(42.7%)を上回っていますが、「食育」に関心がある人は71.1%で全国平均(72.4%)を下回っています。

◇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

具体的取り組み	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

具体的取り組み	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		○	○

◇評価指標◇

評価項目	現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
偏食のある者の割合 (3歳6か月児)	39.4%(H22)	34%
朝食を毎日食べる者の割合	89.6%	95%
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%
食育に関心がある者の割合	71.1%	90%以上
食事を決まった時間に3食とれている者の割合	56.1%	65%

(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

◇現状の問題点◇

【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

- 歯科健診の受診率は、青年・壮年前期の男女(男性25.9%、女性34.8%)で他世代と比べて低い傾向があります。(町平均42.4%)
- 「歯肉に所見を有する者の割合」は44.9%で増加傾向にあります。
- 12歳児のむし歯数は1.06本で増加傾向にあります。

◇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

具体的取り組み	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、歯の健康によい習慣を実践する	○		
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		○	○

◇評価指標◇

評価項目	現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
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)	現状より増加
3歳6か月児のむし歯有病率	13.3%(H23)	現状より減少
12歳児のむし歯数	1.06本(H23)	0.8本以下
歯肉に所見を有する者の割合	壮年前期37.6%	25%
	壮年後期48.7%	25%
	高齢期47.0%	45%
定期的に歯科健診を受ける者の割合	42.4%	65%
20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)	46.0%	70%

基本目標2：楽しく身体を動かそう！

適度な運動や身体活動は、肥満、生活習慣病の予防にとどまらず、こころの健康づくりや健康増進にもたいへん重要です。

本町ではこれまで、誰でも気軽に実践できる運動としてウォーキングの普及啓発に力を入れてきました。健康づくりプロジェクトでの活動は、「せいかいちご体操」を考案しイベントで紹介するなど、運動や体操の普及に力を入れてきました。また、運動を継続するには、ウォーキンググループなど身近で一緒に活動できる仲間の存在も欠かせないため、健康づくりプロジェクトの活動による支援などを積極的に行ってきたところです。

今後は、こうした「運動・身体活動」の面から次のような行動計画とします。

(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

◇現状の問題点◇

【課題1】子どもが身体を使う楽しさを身につける
○ 運動やスポーツを週3日以上している人は、小学生(32.2%)、中学生(69.0%)とも全国平均(小学生39.7%、中学生77.8%)より少ない状況です。
【課題2】みんなが自分にあった運動を実践する
○ 運動をほとんどしていない人は、青年・壮年前期の女性で過半数を超え(55.4%)、壮年後期の女性で4割を超えています(41.0%)。
○ 日常生活で身体を動かすことを意識している人は、3人に1人(32.6%)となっています。
○ 身体を動かすことを「いつも心がけている」者の割合は、青年・壮年前期の女性で他と比較して低くなっています。

◇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	個人 家庭	地域 団体	行政
具体的取り組み			
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り組みをする			○

【課題2】 みんなが自分にあった運動を実践する			
具体的取り組み	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			
具体的取り組み	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ーができるような仕組みづくりをする		○	○
戸外で身体を動かすイベントを定期的開催する		○	○
さまざま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等をつくり、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		○	○

◇評価指標◇

評価項目		現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
子どもの外遊びの時間(3歳6か月児)		1時間以上69.9%(H22)	80%
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%
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)	現状より増加
		中学生69.0%(H23)	現状より増加
運動習慣のある者の割合		男性50.0%	60%
		女性41.5%	50%
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%
日常生活における歩数の増加	20~64歳	男性 今後調査	9,000歩
		女性 今後調査	8,500歩
	65歳以上	男性 今後調査	7,000歩
		女性 今後調査	6,000歩
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%

※ロコモティブシンドローム：運動機能の障害により、要介護の状態や要介護リスクの高い状態を示している。

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

町民一人ひとりが笑顔で健康生活を送ることができる精華町をめざします。そのためには、がん、脳卒中、心臓病、糖尿病など、死因の多くを占める生活習慣病の予防対策を十分に行い、病気になるにくい生活習慣を身につけることが大切です。「生活習慣病・循環器疾患・がん」「たばこ・アルコール」の面から次のような行動計画とします。

◇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

◇現状の問題点◇

【課題1】望ましい生活習慣を身につける
○ 男性は女性と比べてメタボリックシンドローム該当者が多く、5人に1人となっています。(男性19.6%、女性6.8%)
○ 肥満(BMI25以上)の者は6人に1人の割合(16.0%)で、男性の青年・壮年前期(22.4%)及び壮年後期(31.9%)に多い傾向があります。
○ やせ(BMI18.5未満)の者は10人に1人の割合(9.6%)で、女性の青年・壮年前期(19.2%)に多い傾向があります。
【課題2】健診を活用した健康づくりを推進する
○ 平成23年度がん検診(人間ドックを含む)の受診率は、胃がん(12.3%)、子宮がん(24.9%)、乳がん(36.3%)、肺がん(16.8%)、大腸がん(26.0%)の全てのがん検診において、目標値の50%に達していない状況です。
○ 平成23年度特定健診の受診者は対象者の3割程度(31.6%)で、目標値65.0%に対して半分以下の受診率となっています。

◇行動計画◇

【課題1】望ましい生活習慣を身につける			
具体的取り組み	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作りをする	○	○	
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			
具体的取り組み	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			○

◇評価指標◇

評価項目		現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
がん検診受診率(H23)	胃がん	12.3%	40%
	子宮がん	24.9%	50%
	乳がん	36.3%	50%
	肺がん	16.8%	40%
	大腸がん	26.0%	40%
特定健診受診率		31.6%	65%
特定保健指導実施率		12.4%	45%
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
	動機づけ支援	9.2%(H22)	現状から25%減
高血圧の割合（収縮期血圧の平均値の低下）		男性128.6mmhg	現状より減少
		女性127.3mmhg	現状より減少
脂質異常症の割合	総コレステロール240mg/dl上の者の割合	男性15.9%	10%
		女性27.5%	17%
	LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合	男性10.6%	6.2%
		女性16.1%	8.8%
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)	現状より減少
就寝時間が10時以降の割合（3歳6か月児）		28.7%(H22)	20%
肥満(BMI25以上)の者の割合		16.0%	現状より減少
やせ(BMI18.5未満)の者の割合		9.6%	現状より減少

(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

◇現状の問題点◇

【課題1】喫煙率を低下させる
○ 喫煙する人は男女合わせて8.8%となっています。
○ 壮年後期の男性では4人に1人(25.7%)が喫煙しています。
【課題2】適切なお酒とのつきあい方が理解できる
○ 毎日飲酒する人は5人に1人(21.7%)で増加傾向にあり、特に壮年後期男性(45.5%)で毎日飲酒する人が多くなっています。
○ 毎日3合以上飲む多量飲酒者は3.9%で、増加傾向にあります。

◇行動計画◇

【課題1】喫煙率を低下させる			
具体的取り組み	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			
具体的取り組み	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		○	○

◇評価指標◇

評価項目	現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
喫煙率（壮年後期男性）	25.7%	20%
COPD(※)の認知度	今後調査	80%
妊娠中の喫煙率（母親）	3.1%(H22)	0%
多量飲酒者の割合	3.9%	1%
妊婦の飲酒率	3.1%(H22)	0%

※COPD：慢性閉塞性肺疾患。特に喫煙がきっかけになり肺におこる病気。

基本目標4：笑顔でいきいき過ごしましょう！

こころの健康は、いきいきと自分らしく生きるための重要な条件であり、生活の質（QOL）に大きく影響します。

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、上手なストレスの発散、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、「休養・こころの健康づくり」「生きがい・ふれあい・社会参加」の面から次のような行動計画とします。

(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

◇現状の問題点◇

【課題1】 うつ病など、こころの病気を予防する
○ 睡眠で疲れが回復していないと感じている人は5人に1人(19.2%)で、女性では青年・壮年前期(26.6%)、男性では壮年後期(26.6%)に多くなっています。
○ 休養の時間が確保できていないと感じている人は4人に1人(26.4%)です。「ほとんど確保できていない」と回答した人は、青年・壮年前期の女性(10.2%)で割合が高くなっています。
○ ストレスを感じる人がよくある人は増加傾向(15.5%)で、特に高齢期(男性32.5%、女性23.3%)で多くなっています。
○ 8割(80.3%)の人が「ストレス解消法がある」と回答していますが、減少傾向にあります。
【課題2】 楽しく安心して子育てができる
○ 核家族世帯割合が、京都府で1位(74.3%)となっています。
○ 育児の相談相手が身近にいない者の割合が1.5%(H20)から3.6%(H23)と増加傾向にあります。(新生児訪問)

◇行動計画◇

【課題1】 うつ病など、こころの病気を予防する			
具体的取り組み	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			
具体的取り組み	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		○	○

◇評価指標◇

評価項目		現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
睡眠で休養が十分でないと感じる者の割合		19.2%	15%
ストレス解消法がある者の割合		80.3%	現状より増加
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)	現状より増加
	3歳6か月児	95.6%(H22)	現状より増加
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%	現状より増加
	1歳6か月児	94.9%	現状より増加
	3歳6か月児	94.9%	現状より増加
乳幼児との交流事業開催数		9回(H23)	20回

(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

◇現状の問題点◇

【課題1】自分を認めた生き方ができる
○ 自分自身に満足している人は4人に3人(76.2%)です。
○ 自分のやりたいことがやれていると感じている人は4人に3人(73.9%)です。
【課題2】社会の中で自分らしい力を発揮できる
○ 自分の能力や経験を活かしていると感じている人は63.2%です。全世代において、男性よりも女性が低くなっています。
○ 何らかの社会活動に参加している人は44.7%で減少傾向にあります。青年・壮年前期の男女(男性30.6%、女性38.8%)、壮年後期の男性(31.1%)で社会活動に参加している人が少ない傾向があります。

◇行動計画◇

【課題1】自分を認めた生き方ができる			
具体的取り組み	個人 家庭	地域 団体	行政
自分の時間を持ち、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			○

◇評価指標◇

評価項目	現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)
何らかの社会活動をしている者の割合	44.7%	現状より増加

● 保健事業

本町が実施する保健事業について、現状と課題を整理し、今後の方向性を導き出すため、保健事業実務者による「保健事業の見直しと見直し検討会」（以下「検討会」という。）を行いました。

検討会では、母子保健、成人保健、精神保健、歯科保健、地区組織・人材育成の5領域9事業について、1事業3～4人の保健師等でワーキング会議を開催し、保健事業の見直しと今後の見直しを議論し、担い手側の行動計画として整理しました。

1 母子保健

事業項目	行動計画の概要
■妊娠～出産	<ul style="list-style-type: none"> ○ 妊娠届出の時に、教室への勧奨をする。 ○ 安心・安全な出産に向けて情報発信をする。 ○ 妊娠期において育児の見通しが持てるよう、妊婦同士がつながる場、集う場を、子育て支援センター等の関係機関と連携して設ける。
■乳幼児健診	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健やかな発育・発達を促すため、食・運動・生活習慣について、情報提供をする。 ○ 健診をきっかけに養育者同士のつながりや交流を促進できるような企画・運営をしていく。 ○ 安心して子育てができるよう、子育て情報を発信する。
■発達支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 個々の状況に応じて関係機関と連携し、支援の充実を図る。 ○ 発達支援体制のさらなる体系化の充実にむけて、関係機関と取り組んでいく。 ○ 安心して育児ができるよう、養育者同士のつながりを深める教室を企画・運営する。

2 成人保健

事業項目	行動計画の概要
■健(検)診事業	<ul style="list-style-type: none"> ○ 受診勧奨の際に、受診への意識を高めるような情報発信を行う。 ○ 健診長期受診者の表彰やコラム（声）を掲載するなど、健診受診についての普及啓発を行う。 ○ がん検診受診率向上に一層取り組む。
■生活習慣病予防	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生活習慣病予防の教室企画にあたり、参加者同士のつながりを意識して運営する。 ○ 参加者が生活習慣改善の教室プログラムの作成等に参画できるような場づくりを行う。 ○ 個々のニーズにあった生活改善支援プログラムの整備・充実を図る。 ○ 40歳以上だけでなく全世代を対象にした健康づくりの周知を図る。 ○ 食、運動、休養等のプロジェクトの育成を支援する。 ○ 専門家による相談の機会を充実させる。
■元気な高齢者づくり事業	<ul style="list-style-type: none"> ○ 関係課等と連携して現状や課題を整理し、介護予防に関する情報を周知することにより、介護予防事業の参加者を増やす。 ○ 関係課等との連携を深めながら、参加者の主体性が高まり、人材育成につながるような事業企画を増やしていく。 ○ 健(検)診・予防事業を充実させ、関係課等とともに将来の介護予防につながる情報を広める。また、それぞれが自分らしく主体的に活躍することで、元気な高齢者を増やしていく。

3 こころの健康づくり

事業項目	行動計画の概要
■こころの健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 関係機関と連携し、情報共有や課題の整理を行う等ネットワークを強化する。 ○ 周囲の意識や理解を高めるための情報発信・啓発を意識した事業運営をする。 ○ 地域や周囲の人に元気を発信できる人や場所をつくる。 ○ 各世代の事業の中で、つながりを意識して運営する。

4 歯と口の健康づくり

事業項目	行動計画の概要
■歯と口の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 妊娠期の歯科相談を行うことで、早期に歯についての情報を得たり興味を持つ機会を設ける。 ○ 健診を活用して、子どもの歯とおやつについての意識を高めるための企画を行う。 ○ 成人期へ歯の意識を高めるための企画や情報発信を行う。

5 地区組織・人材育成

事業項目	行動計画の概要
■健康づくりプロジェクト、食生活改善推進員	<ul style="list-style-type: none"> ○ さまざまな分野で活動する団体を把握し、地域との関わりを深め、健康づくりの意識を持ってもらう働きかけをする。 ○ 食生活改善推進員の人材育成等を行い、地域活動を促進する。 ○ 保健事業と連動した新しい健康づくりプロジェクトを必要に応じて立ち上げる。 ○ 町民と行政が協働した健康づくり、まちづくりを推進するために、人材の育成と発掘をしていく。 ○ 活動拠点となる施設の整備を行う。

6 重点的取り組み

本計画では、第1期計画の成果と課題を踏まえ、3つの重点事業を掲げ推進します。

(1) 生活習慣病予防のしくみづくり

【重点事業1】受診率向上へのしくみづくり

本町の死因は、第1位悪性新生物、第2位脳血管疾患、第3位心疾患の順で3大生活習慣病が死因の約半数を占めています。これら3大生活習慣病による死亡を予防するには、定期的に健診を受診し、病気の早期発見・早期治療に努めることが重要です。

しかし、平成22年度のがん死亡者のうち検診受診者は2.7%と低い状況にあります。また、平成23年度に実施した国保加入者に対するアンケート調査では、回答者の9割が病気の予防や早期発見の大切さを理解している一方で、実際に「健診を受ける」と回答した人は48%と低い状況でした。

その結果、がん検診、特定健診の受診率は横ばいの状況にあり、今後受診率の向上への取り組みを強化する必要があります。

「検診を受けましょう」という啓発のみでは、受診率の向上にはつながりにくい状況にあることから、長期受診者等のコラムの掲載等、健(検)診受診意識を高めるような情報発信を行い、普及啓発活動の強化に取り組んでいきます。また、受診率向上だけにとどまらず、結果説明会など健診受診後のフォロー体制の確立をめざします。

(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

本町は、京都府内で核家族世帯の割合が最も高く74.3%を占めています。結婚を機に本町へ転入し、子育てする人が多く、妊娠時には「地域に知っている人がほとんどいない」現状があります。また、乳幼児健診で出会う父母の様子から、子どもを産んで初めて赤ちゃんに接する人が多く、小さな子供に接したり世話をした経験のない母親が増加しています。

このような状況の中、育児経験の少ない母親の不安を軽減し、地域で母親が孤立するのを防ぐため、妊娠時から接点を持ち、妊娠期から出産、乳幼児期へと一貫した支援ができる体制づくりをめざします。

また、子育て支援センター等の関係機関と連携して支援体制を強化します。

妊娠期は、母子健康手帳交付時に保健師との関係づくりを行うとともに、パパママ教室などで仲間づくりを促進し、出産後には、育児相談の場を利用して先輩ママとの交流を図るなど、「誰かどこかでつながっている」をめざします。

(3) 住民参加・参画型健康づくりの促進

【重点事業3】協働による健康づくりプロジェクト活動の発展

本町では、第1期計画の推進過程において、住民参加・参画型の「健康づくりプロジェクト」を立ちあげ、健康づくりの輪を広めてきました。平成20年～24年の5年間で健康づくりプロジェクトに参加した住民は延べ35,073人に達し、ほぼ本町の人口に匹敵する住民の参加を得ることができました。このような住民と行政の協働による健康づくりのしくみは、他市町村には見られない本町独自の取り組みとして、今後も大切に育てていく必要があります。

しかし一方で、健康づくりプロジェクトの認知度は26.6%と、まだまだ一部の活動に留まっています。その背景には、プロジェクトの情報発信が足りていない、プロジェクトの活動内容や参加者が固定化しているなどの問題があります。

今後、健康づくりプロジェクトに関する情報発信の充実やプロジェクトへの参加・参画者の拡大を意識した企画を推進し、健康づくりにおける行政と住民の協働のしくみを充実させると同時に、活動の拠点となる施設の整備を図っていきます。



1 計画の評価

評価指標については、国の新健康日本21に示された具体的な目標をもとに、本町独自の評価項目を加えて目標値を設定しました。

(1) 評価指標一覧

評価項目		現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)	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%	※1	
	朝食を毎日食べる者の割合	89.6%	95%	※4	
	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%	※4	
	食育に関心がある者の割合	71.1%	90%以上	※4	
	食事を決まった時間に3食とれている者の割合	56.1%	65%	※4	
(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)	現状より増加	※1	
	3歳6か月児のむし歯有病率	13.3%(H23)	現状より減少	※6	
	12歳児のむし歯数	1.06本(H23)	0.8本以下	※6	
	歯肉に所見を有する者の割合	壮年前期	37.6%	25%	※4
		壮年後期	48.7%	25%	※4
		高齢期	47.0%	45%	※4
	定期的に歯科健診を受ける者の割合	42.4%	65%	※4	
20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)	46.0%	70%	※4		
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(3歳6か月児)	1時間以上69.9%	80%	※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%	※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)	現状より増加	※2
		中学生	69.0%(H23)	現状より増加	※2
	運動習慣のある者の割合	男性	50.0%	60%	※4
		女性	41.5%	50%	※4
	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%	※4	
	日常生活における歩数の増加	20～64歳	男性 今後調査	9,000歩	
			女性 今後調査	8,500歩	
		65歳以上	男性 今後調査	7,000歩	
女性 今後調査			6,000歩		
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%			

評価項目		現状値 (平成24年度)	目標値 (平成34年度)	備考	
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(H23)	胃がん	12.3%	40%	
		子宮がん	24.9%	50%	
		乳がん	36.3%	50%	
		肺がん	16.8%	40%	
		大腸がん	26.0%	40%	
	特定健診受診率		31.6%	65%	※3
	特定保健指導実施率		12.4%	45%	※3
	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	※3
		動機づけ支援	9.2%(H22)	現状から25%減	※3
	高血圧の割合（収縮期血圧の平均値の低下）		男性128.6mmhg	現状より減少	※7
			女性127.3mmhg	現状より減少	※7
	脂質異常症の割合	総コレステロール240mg/dl以上の者の割合	男性15.9%	10%	※7
			女性27.5%	17%	※7
		LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合	男性10.6%	6.2%	※7
			女性16.1%	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)		0.92%(H23)	現状より減少	※7	
就寝時間が10時以降の割合（3歳6か月児）		28.7%(H22)	20%	※1	
肥満(BMI25以上)の者の割合		16.0%	現状より減少	※4	
やせ(BMI18.5未満)の者の割合		9.6%	現状より減少	※4	
(2) たばこ アルコール	喫煙率（壮年後期男性）		25.7%	20%	※4
	COPDの認知度		今後調査	80%	
	妊娠中の喫煙率（母親）		3.1%	0%	※1
	多量飲酒者の割合		3.9%	1%	※4
	妊婦の飲酒率		3.1%	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		19.2%	15%	※4
	ストレス解消法がある者の割合		80.3%	現状より増加	※4
	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)	現状より増加	※1
		3歳6か月児	95.6%(H22)	現状より増加	※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%	現状より増加	※1
		1歳6か月児	94.9%	現状より増加	※1
		3歳6か月児	94.9%	現状より増加	※1
乳幼児との交流事業開催数		9回(H23)	20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%	現状より増加	※4
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年あたり実人数）		96人(H23)	150人	※5
	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	※5
(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%	※4
	健康づくりプロジェクトを知っている者の割合		26.6%	50%	※4

※1：平成22年新生児訪問・乳幼児健診問診票より

※2：平成23年度文部科学省アンケート「NEW体力テスト」

※3：「平成22年度特定健診・特定保健指導法定報告結果」京都府国民健康保険団体連合会

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

※5：平成23年度健康づくりプロジェクトまとめ

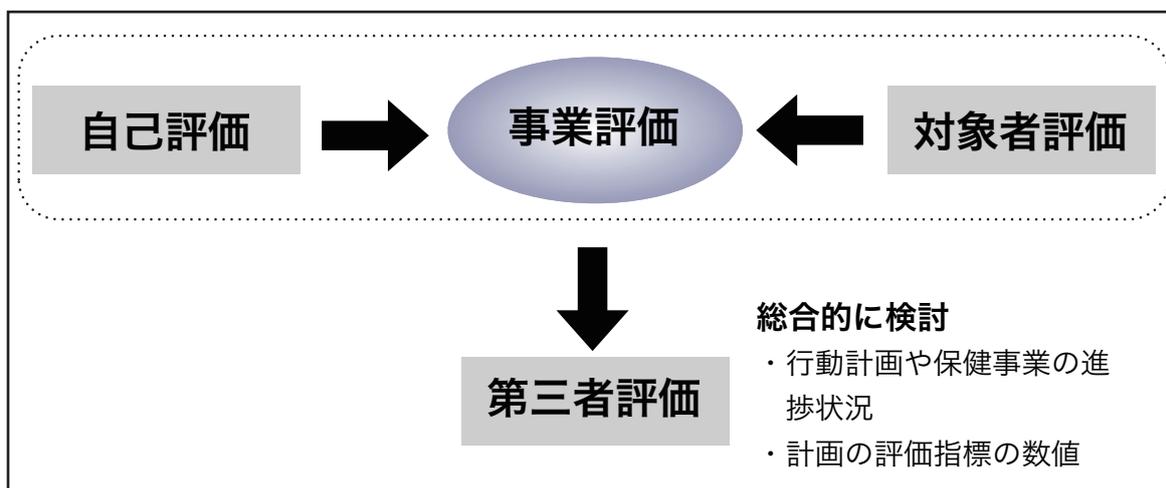
※6：「平成23年度京都府の歯科保健」より

※7：平成23年度特定健診受診者結果より

(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、事業終了時にスタッフ全員で行います。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。

事業自己評価シート例

1 事業企画的側面							合計値	平均値
1	事業の企画意図（目的や目標）は明確でしたか。							
2	事業は実現性のあるものでしたか。							
3	事業の参加者の想定は適切にできていましたか。							
集計結果								

2 プログラムデザイン的側面							合計値	平均値
1	プログラムは事業の目的や目標を達成するのにふさわしいものでしたか。							
2	プログラムは、参加者の当事者意識を高め、やる気を引き出すものでしたか。							
3	プログラムの時間配分は適切でしたか。							
集計結果								

3 運営的側面							合計値	平均値
1	事業の参加者選定、参加案内は適切にできましたか。							
2	事業の事前準備は十分にできていましたか。							
3	当日の運営はスムーズにできましたか。							
集計結果								

4 進行的側面							合計値	平均値
1	事業にふさわしい規範やコミュニケーション、雰囲気は作り出せましたか。							
2	事業の手法や活動内容等についての説明や指示は適切にできましたか。							
3	参加者の状況を的確に把握し、適切な支援ができていましたか。							
集計結果								

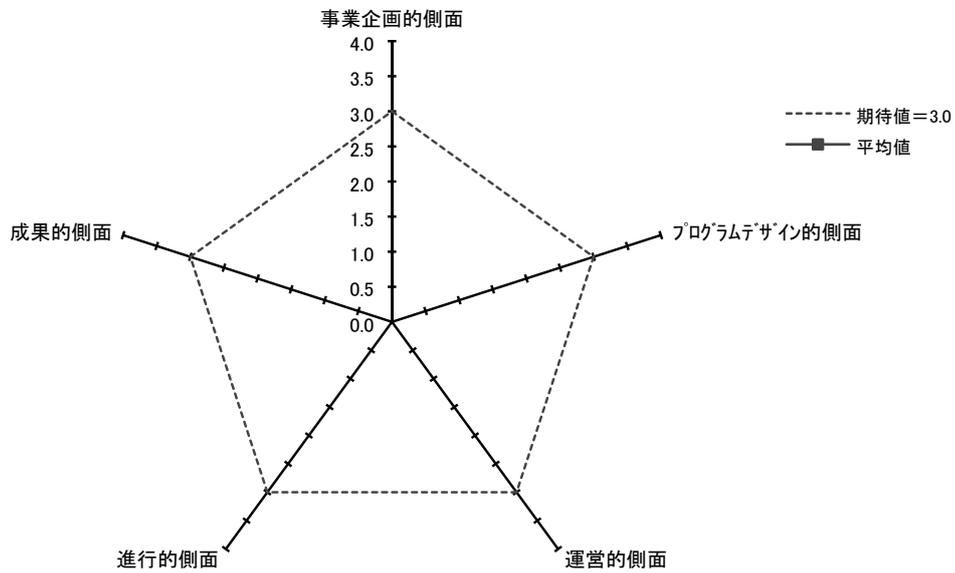
5 成果的側面							合計値	平均値
1	想定していた成果（物）を出すことができましたか。							
2	参加者に満足してもらえる事業でしたか。							
3	スタッフとしての満足感・達成感は得られましたか。							
集計結果								

【記入方法】

- 「1点」＝期待をかなり下回った
- 「2点」＝期待をやや下回った
- 「3点」＝期待値（当初の予定どおりできた）
- 「4点」＝期待値を上回った
- 「0点」＝不明（自分には判断できない）

事業自己評価シート例

1 自己評価集計結果



2 事業評価総括

事業企画の側面	
プログラムデザインの側面	
運営的側面	
進行的側面	
成果的側面	

資料編

資料1 世代別達成状況と課題

第1期健康増進計画期間（以下「第1期計画」という。）の達成状況や、今後に向けての新たな課題設定について、アンケート調査結果や衛生統計等から整理しました。

また、目標値から達成状況を評価するとともに、平成17年から22年までの変化をみています。

【達成状況の評価について】

第1期計画策定時に設定した目標値の達成状況を下記の評価基準で示しました。

【評価基準】

- ◎：目標値を達成した
- ：目標値は達成しなかったが、現状値より改善した（「現状値と変化がなかった」を含む）
- ▽：目標値を達成しておらず、現状値より悪化した

(1) 乳幼児期(0～5歳)

【キャッチフレーズ】

目かけ 声かけ 手をかけて
にこにこ すくすく 未来っ子

乳幼児期は、子育てする親の影響を大きく受けやすいことから、基本的な生活習慣を身につけたり、人間関係の基礎を作る大事な時期です。親が子育てに際して孤立することのないよう、地域ぐるみで支え、みんなで楽しく子育てができることを目標に取り組みました。

【乳幼児期目標の達成状況】

項 目	現状値(H17)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考	
偏食のある幼児の割合（3.6歳児）	35.1%	34.0%	39.4%	4.3ポイント↑	▽	※1	
テレビ（ゲーム含む）の視聴時間が2時間以上の幼児の割合（3.6歳児）	39.9%	30.0%	34.6%	5.3ポイント↓	○	※1	
就寝時間が10時以降の幼児の割合	34.4%	30.0%	28.7%	5.7ポイント↓	◎	※1	
乳幼児と異世代の交流事業開催数	9回	20回	9回	変化なし	○		
育児の相談相手が身近にいる者の割合	新生児訪問	95.0%	90.6%	—	—	※1	
	3.6歳児	95.0%	95.6%	—	◎	※1	
育児に肯定的に取り組んでいる者の割合（フェイスマークが1～2の者）	3～4か月児健診	30.4%	40.0%	44.8ポイント↑	◎	※1	
	2歳児歯科健診	19.2%	30.0%	69.4%	50.2ポイント↑	◎	※1
	3.6歳児健診	21.3%	30.0%	63.7%	42.4ポイント↑	◎	※1
【評価ランク】	◎：目標値を達成した			5項目(55.6%)			
	○：目標値は達成しなかったが改善した			2項目(22.2%)			
	▽：目標値を達成せず現状値より悪化した			1項目(11.1%)			
	—：評価できなかった			1項目(11.1%)			

※1：平成22年新生児訪問乳幼児健診問診票

評価項目9項目中「◎：目標値を達成した」項目が5項目(55.6%)、「○：目標値は達成しなかったが改善した」項目が2項目(22.2%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が1項目(11.1%)、現状値がないため「評価できなかった」項目が1項目(11.1%)でした。

乳幼児健診時のフェイスマークシートで「育児が肯定的に取り組んでいる者の割合」が現状値と比較して40～50ポイント上昇し、改善されていることが特筆されます。また、「育児の相談相手が身近にいる者の割合」(3.6歳児)についても目標値を達成していることから、計画策定時に掲げた「親が育児に際して孤立することのないよう支える」という目標は、3.6歳児では達成できたと言えます。

本町は、京都府内で核家族世帯の割合が最も高く、新生児訪問時の際に「育児の相談相手が身近にいない者の割合(わからないと答えた者含む)」が年々増加傾向にあることから、今後さらに親同士、親と地域、親と関係機関などのネットワークを強化し、安心して子育てできる環境づくりを推進することが求められます(参考資料参照)。

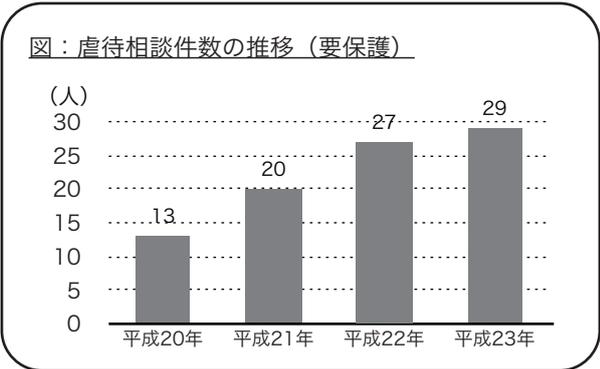
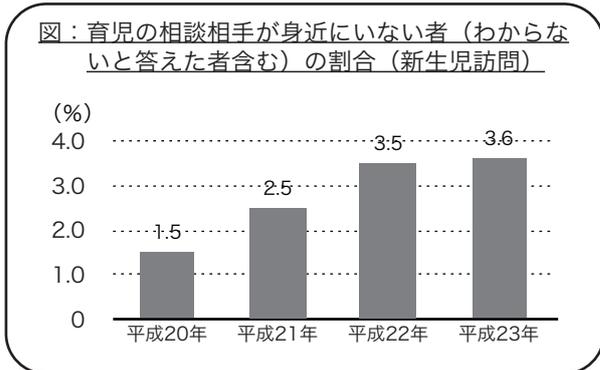
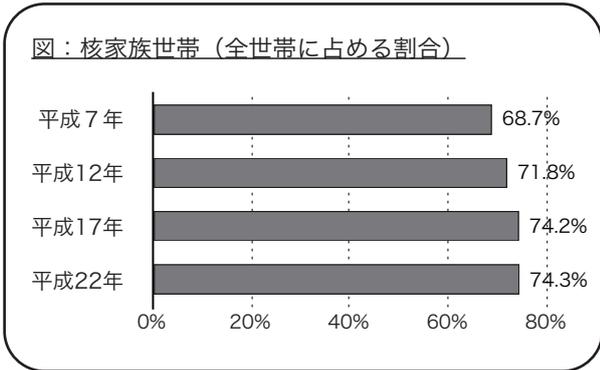
「偏食のある者の割合」では約4割の子どもに偏食があるという実績値となっており、現状値よりも悪化しています。「テレビ(ゲーム含む)の視聴時間が2時間以上の幼児の割合」についても、現状値は改善したものの目標値には達していないことから、子どもの基本的な生活習慣の確立については今後課題を残しました。このことから、次期計画においては、子どもの基本的な生活習慣の習得に向けて、育児相談や乳幼児健診の場などを活用して積極的に介入する必要があると考えられます。



【新たな課題】

- 親の孤立化防止に向けて、親同士、親と地域、親と関係機関など、多様なネットワークをつくる
- 子どもの基本的な生活習慣の習得に向けて、乳幼児健診、育児相談などの場を通して積極的に介入する

【参考資料】



(2) 児童・生徒期(6～18歳)

【キャッチフレーズ】

毎日 元気にいってきます！

児童・生徒期は、外国人・高齢者などさまざまな人との出会い・交流や、自然、文化、芸術などの体験を通して、その後の人生に必要な「生きる力」を育む時期です。一方で、勉強に追われ、生活が不規則になったり、朝食を食べなかったり、健康面で気になる生活が増えてくることから、自分自身の身体や心と健康について関心を持ち、正しい食習慣、運動習慣、生活リズムなどを身につけることを目標に取り組みました。

〔児童・生徒期目標の達成状況〕

項 目		現状値(H17)	目標値	実績値(H23)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
毎日朝食を食べる者の割合	小学生	90.9%	95.0%	92.4%	1.5ポイント↑	○	※2
	中学生	77.4%	90.0%	85.6%	8.2ポイント↑	○	※2
肥満である者の割合（小学生 肥満度120%以上）	男子	6.2% (H19)	5.4%	3.5%	2.7ポイント↓	◎	※2
	女子	4.0% (H19)	3.6%	2.9%	1.1ポイント↓	◎	※2
肥満である者の割合（中学生 BMI指数160以上）	男子	4.0% (H19)	3.6%	5.4%	1.4ポイント↑	▽	※2
	女子	4.3% (H19)	3.9%	2.5%	1.8ポイント↓	◎	※2
運動習慣が週3日以上の者の割合（「体育」以外の運動やスポーツ）	小学生	36.0%	45.0%	32.2%	3.8ポイント↓	▽	※2
	中学生	76.1%	80.0%	69.0%	7.1ポイント↓	▽	※2
【評価ランク】		◎：目標値を達成した		3項目(37.5%)			
		○：目標値は達成しなかったが改善した		2項目(25.0%)			
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		3項目(37.5%)			
		－：評価できなかった		0項目(0.0%)			

※2：平成23年文部科学省アンケート「NEW体力テスト」

評価項目8項目中「◎：目標値を達成した」項目が3項目(37.5%)、「○：目標値は達成しなかったが改善した」項目が2項目(25.0%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が3項目(37.5%)でした。

食生活において「毎日朝食を食べる者の割合」が小学生、中学生とも現状値から改善傾向にあるものの目標値には達しませんでした。全国との比較では、小学生は全国(92.1%)を上回っていましたが、中学生は全国(87.6%)を下回っています。また、栄養バランスにおいては、小学生と中学生を比較すると、中学生は小学生よりも栄養バランスに気をつけていない傾向がありました（参考資料参照）。このようなことから、食生活については、引き続き朝食を食べる習慣や栄養バランスについて学習する機会を設け啓発活動に努めるとともに、この世代は「体験から学ぶ」ことが大きいので、食べ物の生産や収穫、調理体験などの体験活動を企画していくことが有効であると考えられます。本町の食育推進基本方針と関連づけながら、このような体験活動の場を提供できる体制づくりが重要です。

「肥満である者の割合」は、小学生男女、中学生女子で目標値を達成していますが、中学生男子では現状値より肥満の割合が増加しています。

「運動習慣が週3日以上者の割合」については、小学生、中学生とも現状値より減少しており目標値を達成できませんでした。全国(小学生39.7%、中学生77.8%)との比較においても、小学生、中学生ともに全国を下回りました。目標の達成状況や全国との比較でみると、小学生、中学生

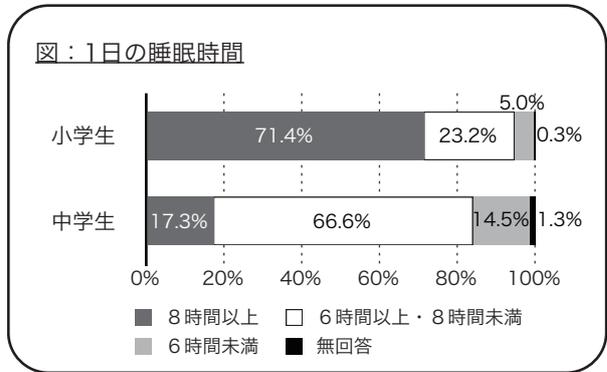
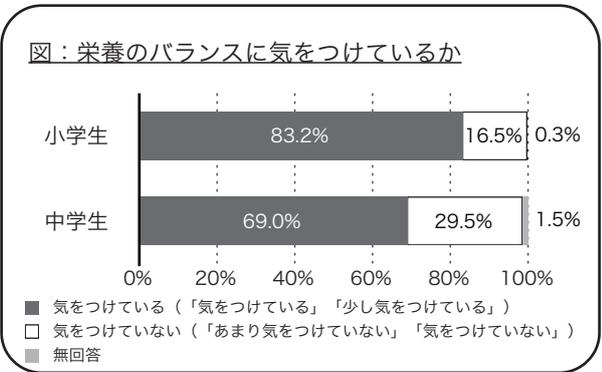
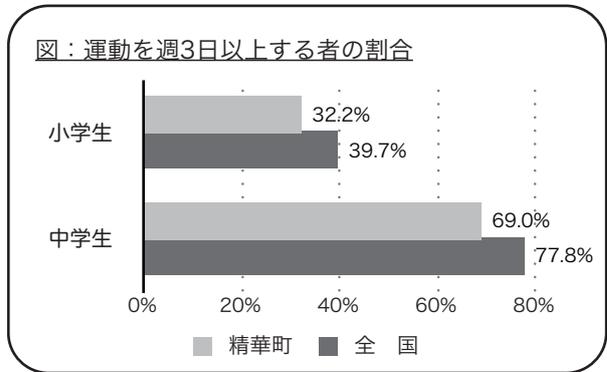
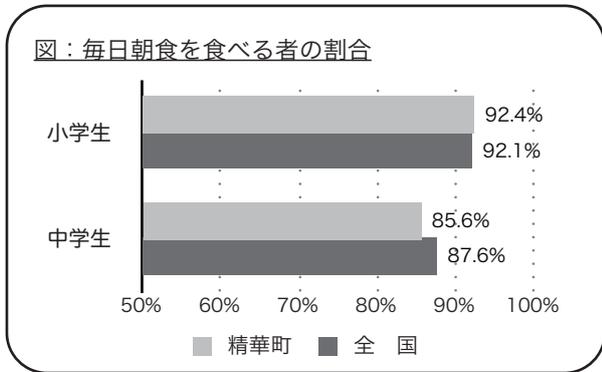
とも、運動習慣が他の項目よりも問題が大きいことがわかります。スポーツや運動だけでなく、日常生活の中での外遊びなどを通じて、活発な身体活動を行うよう働きかけることも対策として考えていきたいところです。



【新たな課題】

- 朝食を食べる習慣について、継続して働きかける
- 食育推進基本方針などと連動して、食べ物の生産、収穫、調理体験の機会を提供し、併せて自然の中での身体活動の機会を増やす

【参考資料】



(3) 青年・壮年前期(19～44歳)

【キャッチフレーズ】

超特急 心と体は各駅停車で！

青年・壮年前期は、就職や結婚など人生の大きな節目があり、活動的で身体的にも充実する世代です。一方で仕事・育児・介護・地域の役割など多忙な時期でもあり、生活習慣も乱れがちになる恐れがあることから、自分自身の健康管理のために、健康診断や運動習慣、食生活の見直しなどを通して、生活習慣病を予防するライフスタイルの構築をめざすとともに、他世代との交流を積極的に行い、先輩の経験や知恵を学び次代へ引き継ぐことを目標に取り組みました。

[青年・壮年前期目標の達成状況]

項目		現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
メタボリック症候群である者の割合	男性	—	—	19.6%	—	—	※3
	女性	—	—	6.8%	—	—	※3
成人の喫煙率	男性	31.4%	20.0%	16.5%(H24)	14.9ポイント↓	◎	※4
	女性	8.1%	5.0%	3.3%(H24)	4.8ポイント↓	◎	※4
運動習慣のある者の割合		—	35.0%	27.1%(H24)	—	—	※4
朝食を毎日食べる者の割合	20代男性	59.6%	75.0%	78.1%	18.5ポイント↑	◎	※4
	20代女性	74.5%	80.0%	68.1%	6.4ポイント↓	▽	※4
睡眠で休養が十分でないと感じている者の割合		—	—	25.6%	—	—	※4
何らかの社会参加をしている者の割合		34.8%	40.0%	44.7%(H24)	9.9ポイント↑	◎	※4
【評価ランク】		◎：目標値を達成した		4項目(44.4%)			
		○：目標値は達成しなかったが改善した		0項目(0.0%)			
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		1項目(11.1%)			
		—：評価できなかった		4項目(44.4%)			

※3：「平成22年度特定健診・特定保健指導法定報告結果」京都府国民健康保険団体連合会

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

(注)「運動習慣のある者の割合」については、目標値が成人全体のものであり比較ができないので、参考数値に留める。

評価項目9項目中「◎：目標値を達成した」項目が4項目(44.4%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が1項目(11.1%)、目標値がないため「評価できなかった」項目が4項目(44.4%)でした。

目標値を達成した項目は、「成人の喫煙率（男女）」「朝食を毎日食べる者の割合（男性）」「何らかの社会参加をしている者の割合」の4項目、目標値を達成せず現状より悪化した項目は「朝食を毎日食べる者の割合（女性）」の1項目でした。

※青年・壮年前期の現状と課題の詳細は「領域別達成状況と課題」(P42～62)の項で、成人の他の世代と合わせて比較検討します。

(4) 壮年後期(45～64歳)

【キャッチフレーズ】

いきいきと 豊かな経験 夢に乗せ！

壮年後期は長年勤務した仕事の退職を控え、自分を見つめ、これからの人生設計を作り、第二の人生の夢へ向けて準備をはじめめる時期です。

また、これまでの多忙な生活の無理がたたり、食事のアンバランス、運動不足などが原因で、健康への自信が揺らぎ始める時期でもあります。定年退職後、地域活動などへの参加・参画も多くの分野で期待されることから、自らの健康管理に気をつけ、生きがいやふれあいを大切にしながら、地域の元気づくりに貢献することを目標に取り組みました。

[壮年後期目標の達成状況]

項 目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考	
メタボリック症候群である者の割合	男性	—	—	19.6%	—	—	※3
	女性	—	—	6.8%	—	—	※3
運動習慣のある者の割合	—	35.0%	43.5%	—	—		
定期的に歯科健診を受けている者の割合	35.6%	40.0%	42.4%	6.8ポイント↑	◎	※4	
食事の時間が規則的な者の割合	56.9%	65.0%	56.1%	0.8ポイント↓	▽	※4	
睡眠で休養が十分でないと感じている者の割合	—	—	23.8%	—	—	※4	
何らかの社会参加をしている者の割合	54.1%	60.0%	49.1%(H24)	5.0ポイント↓	▽	※4	
【評価ランク】			◎：目標値を達成した	1項目(14.3%)			
			○：目標値は達成しなかったが改善した	0項目(0.0%)			
			▽：目標値を達成せず現状値より悪化した	2項目(28.6%)			
			—：評価できなかった	4項目(57.1%)			

※3：「平成22年度特定健診・特定保健指導法定報告結果」京都府国民健康保険団体連合会

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

(注)「運動習慣のある者の割合」「食事の時間が規則的な者の割合」については、目標値が成人全体のものであり比較ができないので、参考数値に留める。

評価項目7項目中「◎：目標値を達成した」項目が1項目(14.3%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が2項目(28.6%)、目標値がないため「評価できなかった」項目が4項目(57.1%)でした。

目標値を達成した項目は、「定期的に歯科健診を受けている者の割合」の1項目、目標値を達成せず現状より悪化した項目は「食事の時間が規則的な者の割合」「何らかの社会参加をしている者の割合」の2項目でした。

※壮年後期の現状と課題の詳細は「領域別達成状況と課題」(P42～62)の項で、成人の他の世代と合わせて比較検討します。

(5) 高齢期(65歳以上)

【キャッチフレーズ】

老人の 知恵とゆとりの 花ひらけ！

高齢期になると、身体機能の低下により健康への不安を持つ人が多くなります。また、友人や配偶者の死を経験し、つながりを失い閉じこもりがちになる人もいます。しかし、多くの高齢者は、人生80年時代の中でまだまだ元気に過ごしており、自分の体調や健康状態に合わせて、自分らしい人生を楽しみ、仲間と気軽に集まったり、社会に役立つことを考えながら充実した人生を送ることができる環境づくりを目標に取り組みました。

[高齢期目標の達成状況]

項 目	現状値(H17)	目標値	実績値(H23)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
介護保険利用者のうち要介護4・5の者の割合	30.1%(H19)	25.0%	29.4%	0.7%↓	○	※5
何らかの社会参加をしている者の割合	51.3%(H16)	60.0%	47.5%(H24)	3.8%↓	▽	※4
生きがいを持っている者の割合	—	—	81.6%	—	—	※4
社会、家庭において、自分の役割を持っている者の割合	—	—	86.9%	—	—	※4
【評価ランク】 ◎：目標値を達成した 0項目(0.0%) ○：目標値は達成しなかったが改善した 1項目(25.0%) ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 1項目(25.0%) —：評価できなかった 2項目(50.0%)						

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

※5：「精華町第6次高齢者保健福祉計画」平成24年3月

評価項目4項目中「○：目標値は達成しなかったが改善した」項目が1項目(25.0%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が1項目(25.0%)、現状値がないため「評価できなかった」項目が2項目(50.0%)でした。

目標値を達成せず現状より悪化した項目は「何らかの社会参加をしている者の割合」の1項目でした。

※高齢期の現状と課題の詳細は「領域別達成状況と課題」(P42～62)の項で、成人の他の世代と合わせて比較検討します。

資料2 領域別達成状況と課題

第1期計画における領域別達成状況について、平成24年の「元気生活チェック調査」（以下「アンケート」という。）及び衛生統計から分析整理し、課題等を整理します。

(1) 食 事

食事の目標値と達成状況

テーマ	項 目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
食 事	朝食を食べる者の割合	20代男性	59.6%	75.0%	78.1% (H24)	18.5%↑	◎ ※4
		20代女性	74.5%	80.0%	68.1% (H24)	6.4%↓	▽ ※4
	食品の組み合わせを考える者の割合	男性	62.1%	70.0%	61.8%	0.3%↓	▽ ※4
		女性	82.2%	90.0%	75.6%	6.6%↓	▽ ※4
	野菜たっぷりの料理を1日2食以上食べる者の割合	男性	52.4%	60.0%	65.3% (H24)	12.9%↑	◎ ※4
		女性	49.7%	60.0%	77.8% (H24)	28.1%↑	◎ ※4
【評価ランク】		◎：目標値を達成した	3項目(50.0%)				
		○：目標値は達成しなかったが改善した	0項目(0.0%)				
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した	3項目(50.0%)				
		－：評価できなかった	0項目(0.0%)				

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目6項目中「◎：目標値を達成した」項目が3項目(50.0%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が3項目(50.0%)でした。

○ 朝食を食べる者の割合（朝食を食べていますか）

朝食を食べる者の割合(20歳代)は、男性は目標値を達成しましたが、女性は目標値を達成できず、平成16年の現状値より低い結果となりました。

「朝食」についてはP43の参考資料1から、平成23年12月に内閣府が実施した「食育に関する意識調査」（以下「全国」の表現については本調査を指す）結果によると、朝食を「毎日食べている」人は全国では86.0%となっています。今回の調査では、本町で「朝食を毎日食べている」人は89.6%となっており、全国と比べて朝食を毎日食べる習慣のある人が多いことがわかりました。しかし、一方、平成21年に本町で実施した元気生活チェック調査（以下「平成21年調査」という。）では90.8%の人が「朝食を毎日食べている」と回答しており、1.2ポイント減少していました。

現状では、朝食を「毎日食べている」人は全国よりも多い状況ですが、本町としては減少傾向にあるということから、これまで以上に朝食の大切さについて普及啓発に力を入れる必要があると思われる。

朝食を「毎日食べている」人を性別、世代別でみると、性別では男性、世代別では若い世代ほど朝食を食べている人が少ない傾向がありました。普及啓発にあたっては、このような性別・世代別の特徴を踏まえた対策が必要と考えられます。

○ 食品の組み合わせを考える者の割合（食事の時栄養バランスやカロリーに配慮していますか）

食品の組み合わせを考える者の割合（栄養バランスやカロリーに配慮している割合）では、男女とも平成16年の現状値を下回り目標値を達成できませんでした。P44の参考資料2から、栄養バランスやカロリーに「配慮している」（「いつもしている」「だいたいしている」）人は70.0%で、平成21年調査(71.6%)と比較すると1.6ポイントの減少でした。

性別・世代別の特記事項としては、青年・壮年前期の女性で栄養バランスやカロリーに「いつも配慮している」人がわずかに10.1%に留まっている点があります。この世代の女性は妊娠・出産や育児に関わる世代であり、親としての食習慣が直接子どもに影響を及ぼす立場にある人も多く、健康教育や育児相談などを通じて食事バランスガイドの普及を図るなど、積極的な介入が求められます。

また、高齢期で栄養バランスやカロリーに「いつも配慮している」人の男女差が大ききことも気になる点です(男性12.9%、女性30.2%)。この世代の男性は、自分で食事を作る習慣があまりないことが一因ではないかと考えられますが、今後、男性の料理教室などを通じて高齢期の男性も自分で食事を作る力を身につけていくような働きかけが必要と思われれます。

○野菜たっぷりの食事を1日2食以上食べる者の割合（野菜料理をどれくらいとりますか）

野菜たっぷりの料理を1日2食以上食べる人の割合は、男女とも平成16年の現状値より大幅に改善し、目標値を達成しました。P44の参考資料3から、性別・年代別比較では、男女とも世代が上がるにつれて野菜を食べる率が高くなっています。

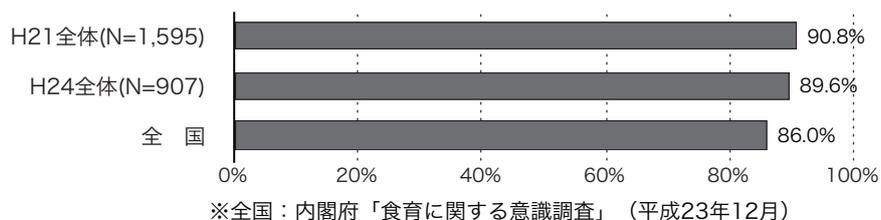


【新たな課題】

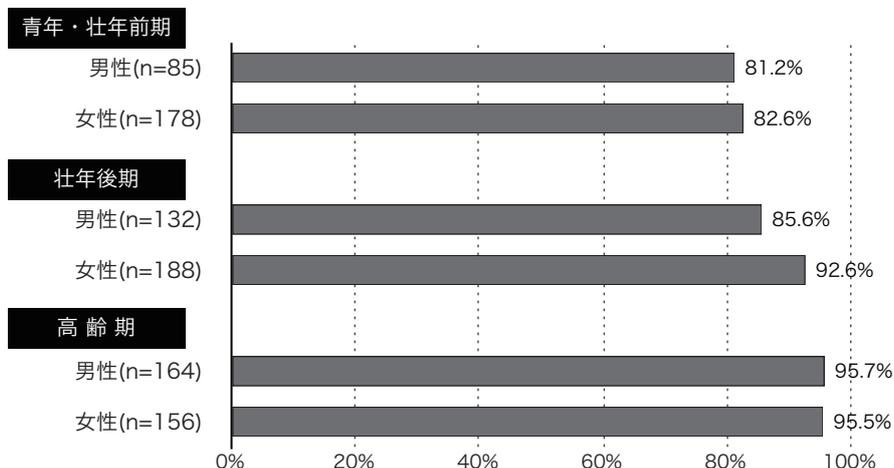
- 食事バランスガイドの普及などを通して、栄養バランスに配慮する人を増やす
- 青年・壮年前期女性の食習慣の改善を図る施策を検討する
- 高齢期男性を対象とした料理教室など、調理する力を向上させる

【参考資料1】

図：朝食を毎日食べている者の割合（全体）

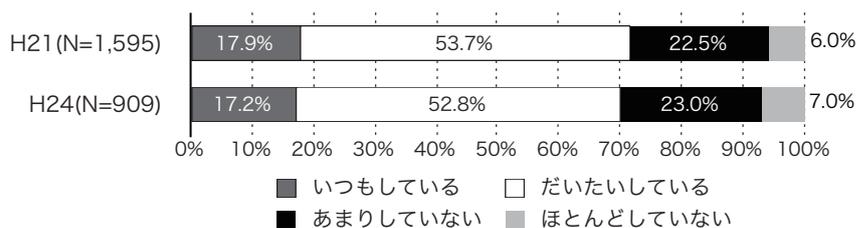


図：朝食を毎日食べている者の割合（性別・世代別）

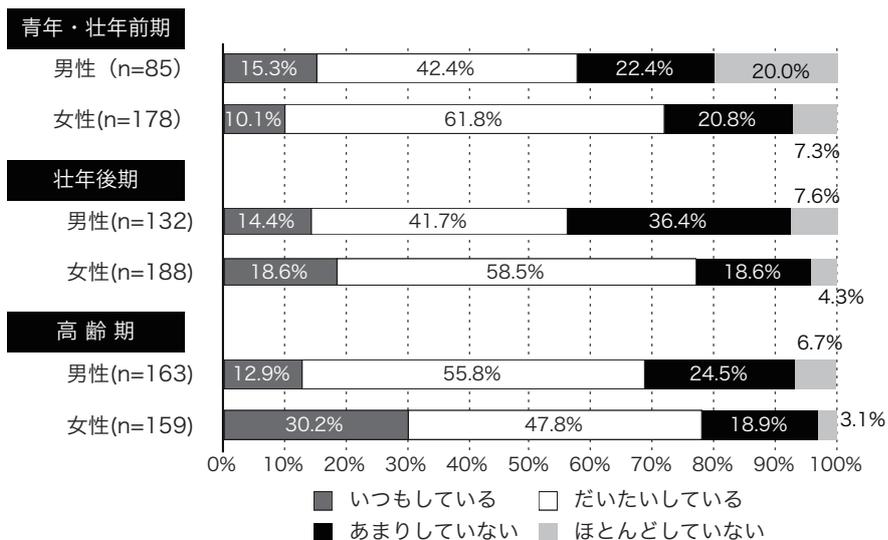


【参考資料2】

図：栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合（全体）

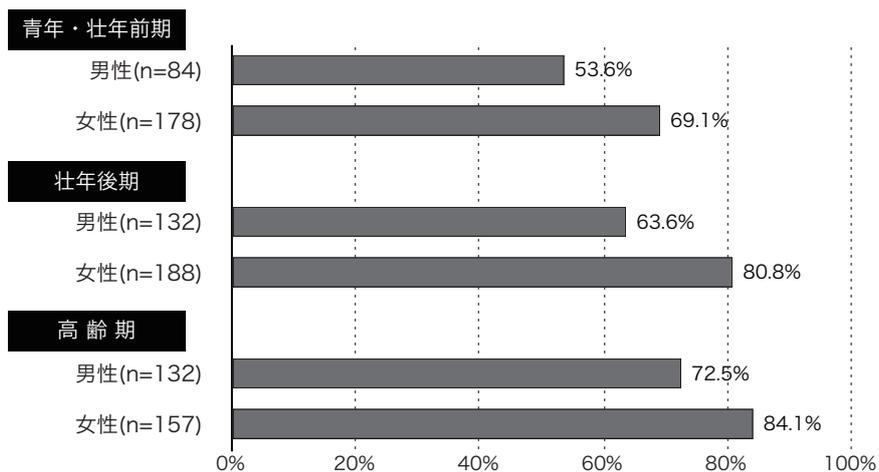


図：栄養バランスやカロリーに配慮している者の割合（性別・世代別）



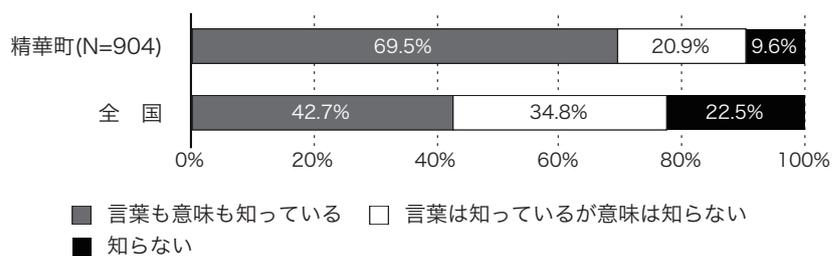
【参考資料3】

図：野菜たっぷりの食事を1日2食以上食べている人の割合（性別・年代別）

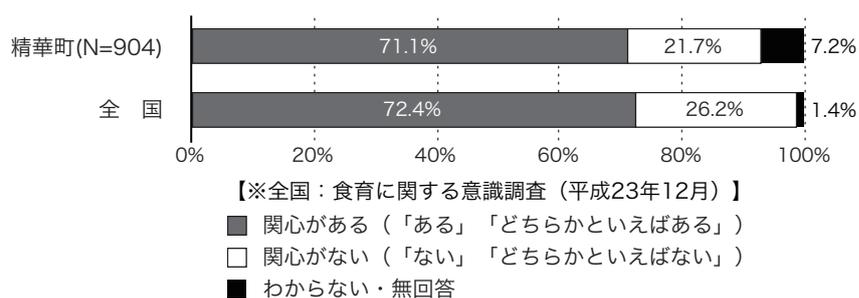


【参考資料4】

図：食育という言葉や意味を知っている者の割合（全体）



図：食育に関心がある者の割合（全体）



(2) 運 動

運動の目標値と達成状況

テーマ	項 目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
運動	運動習慣のある者の割合	男性	—	35.0%	50.0% (H24)	—	◎ ※4
		女性	—		41.5% (H24)	—	◎ ※4
【評価ランク】				◎：目標値を達成した	2項目(100%)		
				○：目標値は達成しなかったが改善した	0項目(0.0%)		
				▽：目標値を達成せず現状値より悪化した	0項目(0.0%)		
				—：評価できなかった	0項目(0.0%)		

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目2項目中「◎：目標値を達成した」項目が2項目(100%)でした。

○運動習慣のある者の割合（定期的な運動をしていますか）

P47の参考資料1から、定期的な運動（週2～3回以上）をしている人は、男女とも目標値の35.0%を上回り目標を達成しましたが、平成21年調査(46.7%)との比較では1.5ポイントの減少でした。

性別・世代別では、世代が上がるほど定期的な運動（週2～3回以上）をしている人は多くなる傾向があります。青年・壮年前期の女性で運動を「ほとんどしていない」人が55.4%と過半数を占め、また、壮年後期の女性においても41.0%の人がほとんど運動をしていないと回答していることから、この世代の女性に対する対策が必要です。

P47の参考資料2から、運動習慣を身につけるためには、まず、日常生活の中で身体を動かすことを意識する必要があります。アンケートでは、日常生活で身体を動かすことを「いつも心がけている」人は32.6%で、概ね3人に1人でした。

性別・世代別では、男女とも年齢が上がるほど身体を動かすことを「いつも心がけている」人が多くなっています。特に高齢期の女性では52.3%と半数以上を占めており、性別・年代別でみて最も高くなっています。一方で青年・壮年前期の女性では「いつも心がけている」人はわずか12.4%に留まっており身体を動かす意識が低いことが伺えます。男性で「いつも心がけている」人は、全世代で30%台でした。

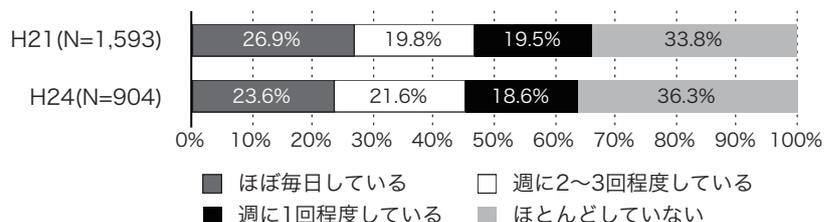


【新たな課題】

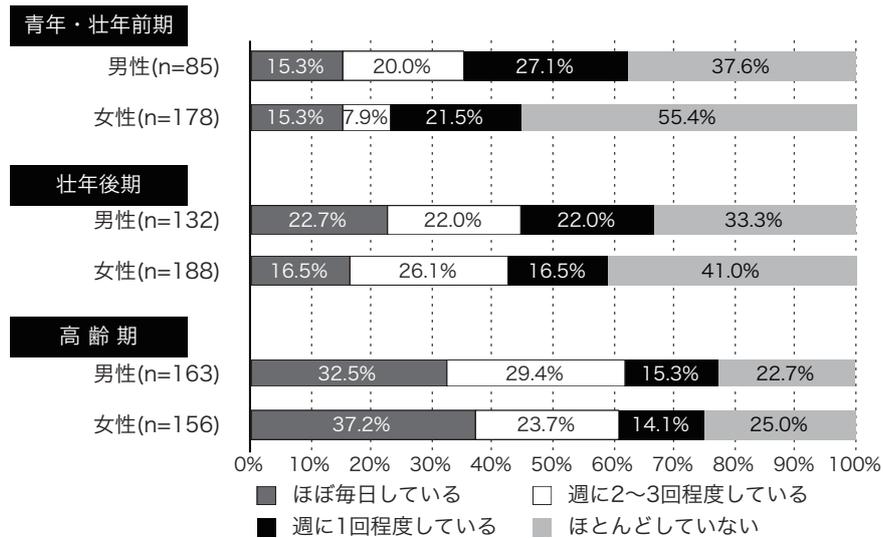
- 働き盛り（青年・壮年前期及び壮年後期）の女性に対する運動習慣の普及啓発を図る

【参考資料1】

図：定期的な運動をしている者の割合（全体）

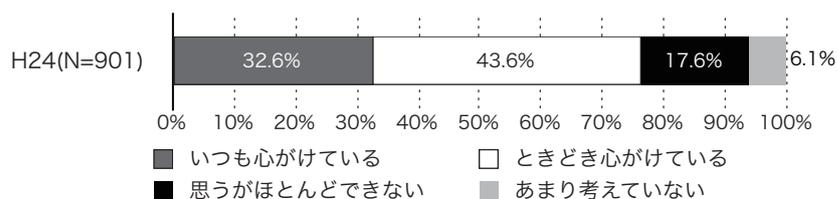


図：定期的な運動をしている者の割合（性別・世代別）

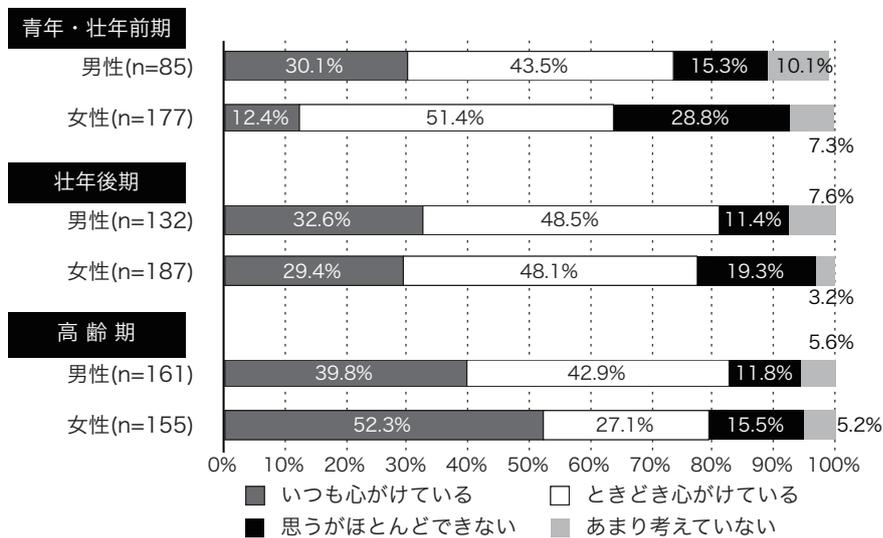


【参考資料2】

図：日常生活で身体を動かすことを意識している者の割合（全体）



図：日常生活で身体を動かすことを意識している者の割合（性別・世代別）



(3) 生活習慣病・糖尿病

生活習慣病・糖尿病の目標値と達成状況

テーマ	項目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考	
生活習慣病 糖尿病	がん検診受診率	胃がん	16.9%	50.0%	12.3%(H23)	4.6%↓	▽	
		子宮がん	11.0%	50.0%	24.9%(H23)	13.9%↑	○	
		乳がん	13.9%	50.0%	36.3%(H23)	3.7%↑	○	
		肺がん	21.2%	50.0%	16.8%(H23)	4.4%↓	▽	
		大腸がん	22.6%	50.0%	26.0%(H23)	3.4%↑	○	
	特定健診受診率	—	65.0%	31.6%	33.4%↓	▽		
	メタボリック症候群である者の割合	全体	—	府15.5%	12.0%	—	◎	※3
		男性	—	府24.9%	19.6%	—	◎	※3
		女性	—	府8.7%	6.8%	—	◎	※3
	肥満 (BMI25以上) の者の割合	20.9%	18.0%	16.0%(H24)	4.9%↓	◎	※4	
やせ (BMI18.5未満) の者の割合	8.2%	現状以下	9.6%(H24)	1.4%↑	▽	※4		
【評価ランク】		◎：目標値を達成した		4項目(36.4%)				
		○：目標値は達成しなかったが改善した		3項目(27.3%)				
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		4項目(36.4%)				
		—：評価できなかった		0項目(0.0%)				

※3：「平成22年度特定健診・特定保健指導法定報告結果」京都府国民健康保険団体連合会

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目11項目中「◎：目標値を達成した」項目が4項目(36.4%)、「○：目標値は達成しなかったが改善した」項目が3項目(27.3%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が4項目(36.4%)でした。

○がん検診受診率

5項目のがん検診のうち、目標値を達成した検診はありませんでした。目標値には達しませんでした。平成16年の現状値から改善した項目は、子宮がん、乳がん、大腸がんの3項目でした。この3種類のがんについては、がん検診推進事業により無料クーポン券の配布を行ったため、その効果が表れているものと考えられます。胃がん、肺がんについては、平成16年の現状値を下回り、受診率が低迷しています。5項目全てのがんについて、目標値の50%には遠く及ばない受診率となっており、今後大きな課題となります。

○特定健診受診率

目標値(65.0%)に対して実績値(31.6%)は半分以下の受診率となっており、今後の大きな課題です。特定健診は、ただ健診を受診するだけでなく、受診後、リスク者に対して特定保健指導等へつなげ、生活習慣病の早期予防体制を作ることが重要です。受診勧奨から事後フォローに至るまでの流れを再検討し、受診率の向上だけでなく、フォロー率の向上やリスク者のデータ改善率の向上へつなげていく健診のしくみについて、今後検討していくことが課題として挙げられます。

○メタボリック症候群である者の割合

対象者全体、男女とも京都府より少なく、目標値を達成しました。しかし、男性のメタボリック症候群該当者は19.6%となっており、約5人に1人がメタボリック症候群という現状です。目標値は達成したものの引き続き対策が必要と思われます。

○肥満 (BMI25以上) の者の割合、やせ (BMI18.5未満) の者の割合

P50の参考資料2から、「肥満の者の割合」は、実績値16.0%で目標値(18.0%)を達成しました。一方「やせの者の割合」は、実績値9.6%で目標値(8.2%以下)を達成できませんでした。性別・年代別でみると、肥満は男性の青年・壮年前期及び壮年後期世代に多く、やせは青年・壮年前期の女性に多いことがわかります。

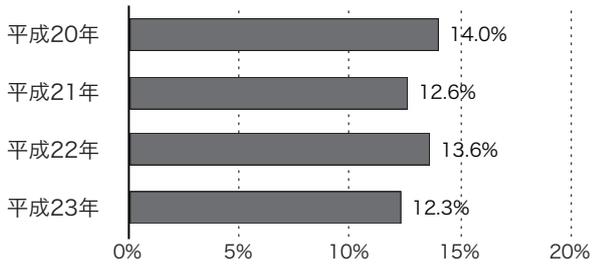


【新たな課題】

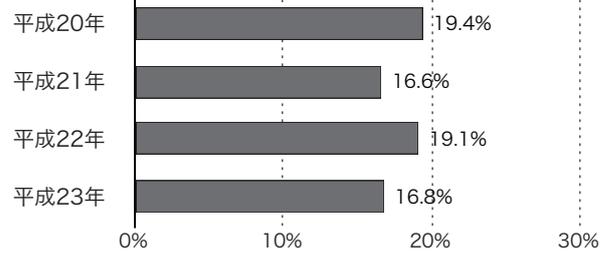
- 特定健診受診率向上のためのしくみづくり（事前～実施～事後）
- 働き盛り（青年・壮年前期及び壮年後期）男性の肥満対策
- 青年・壮年前期女性のやせに対する対策

【参考資料1】

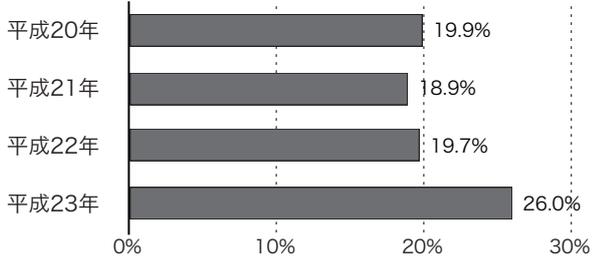
図：胃がん受診率の推移



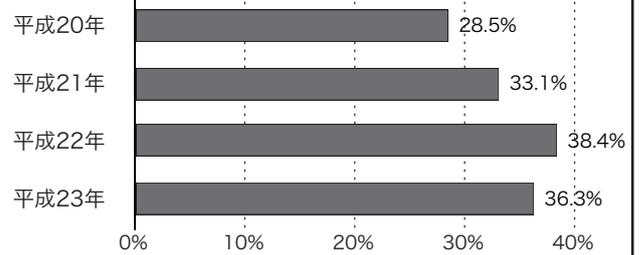
図：肺がん受診率の推移



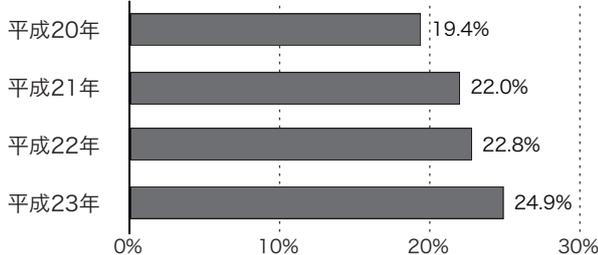
図：大腸がん受診率の推移



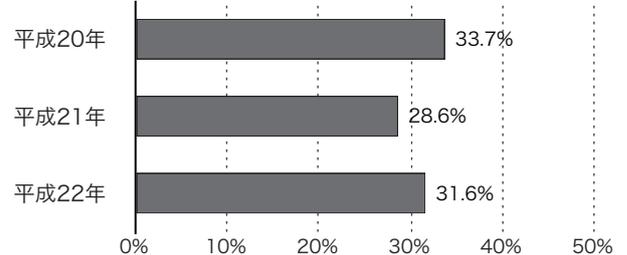
図：乳がん受診率の推移



図：子宮がん受診率の推移

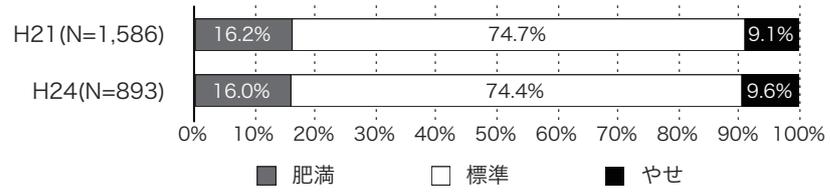


図：特定健診受診率の推移

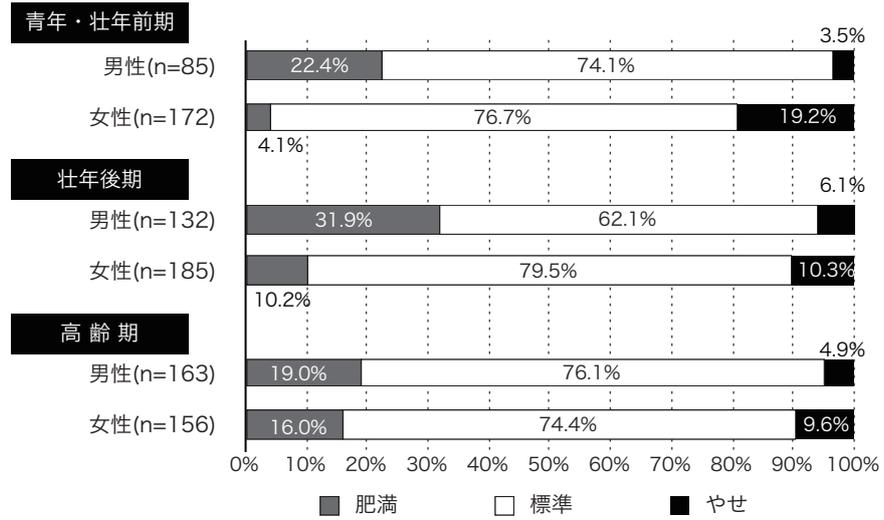


【参考資料2】

図：BMIによる「肥満」「やせ」の割合（全体）



図：BMIによる「肥満」「やせ」の割合（性別・世代別）



(4) 歯の健康

歯の健康の目標値と達成状況

テーマ	項目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
歯	3歳6ヶ月児の虫歯有病者率	26.5%	20.0%	13.3%	13.2%↓	◎	
	12歳児の虫歯数	0.78本	現状以下	1.06本	0.28本↑	▽	
	歯肉に所見を有する者の割合	39.2%	30.0%	44.9% (H24)	5.7%↑	▽	
	正しい歯磨きの指導を受けた者の割合	13.3%	25.0%	—	—	—	
	定期的に歯科健診を受ける者の割合	25.6%	30.0%	42.4% (H24)	16.8%↑	◎	※4
	20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)	28.6%	40.0%	46.0%	17.4%↑	◎	
	間食の時間を決めて食べる者の割合(3歳6か月児)	74.7%	85.0%	80.9%	6.2%↑	○	
【評価ランク】		◎：目標値を達成した 3項目(42.9%) ○：目標値は達成しなかったが改善した 1項目(14.3%) ▽：目標値を達成せず現状値より悪化した 2項目(28.6%) —：評価できなかった 1項目(14.3%)					

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目7項目中「◎：目標値を達成した」項目が3項目(42.9%)、「○：目標値は達成しなかったが改善した」項目が1項目(14.3%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が2項目(28.6%)でした。目標値がなかったため「評価できなかった」項目が1項目(14.3%)でした。

歯の健康については、目標値を達成した項目は「3歳6ヶ月児の虫歯の有病率」「定期的に歯科健診を受ける者の割合」「20本以上の歯を有している者の割合(65歳以上)」の3項目でした。目標値を達成しなかったが改善した項目は「間食の時間を決めて食べる者の割合」の1項目でした。また、目標値を達成せず、現状値より悪化した項目は「12歳児の虫歯数」「歯肉に所見を有する者の割合」の2項目でした。

P52の参考資料1から、歯科健診を受けている人は、性別・世代別では、青年・壮年前期は男女とも他の世代と比べて低くなっています。

P52の参考資料2から、「歯肉に所見を有する者の割合」は、現状値より悪化していましたが、異常の内訳としては、「歯茎がやせて歯の根が出る(20.9%)」と「歯を磨いたときに血が出る(19.6%)」が多くなっていました。8020運動に代表されるように、高齢になって自分の歯で食事することは、心身の健康に大きな影響を及ぼすため、今後もさらに定期的な歯科健診の受診を呼びかけていく必要があります。

また、小さい時からの正しいブラッシングやおやつのかぶり方など、育児教室等を通じて保護者に啓発していくことも重要です。



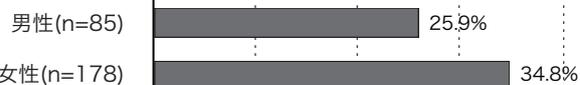
【新たな課題】

- 歯周病対策を強化
- 8020運動と連動した歯科健診受診率の向上対策

【参考資料1】

図：歯科健診を受けている者の割合（性別・世代別）

青年・壮年前期



壮年後期

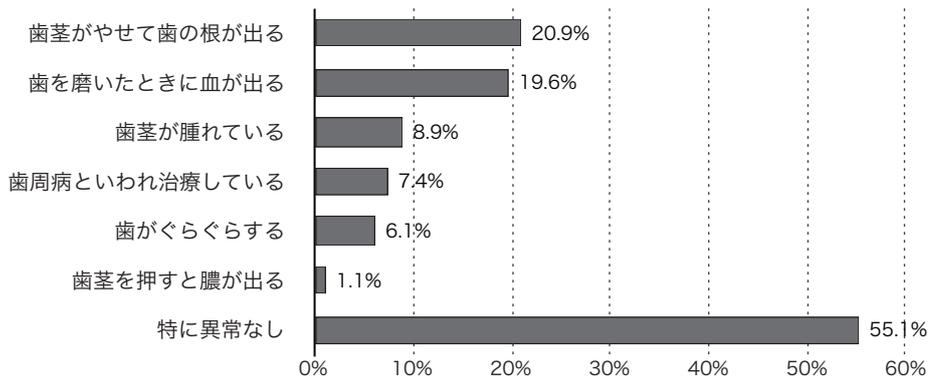


高齢期



【参考資料2】

図：歯茎の状態についてあてはまること（全体）



(5) たばこ・アルコール

たばこ・アルコールの健康の目標値と達成状況

テーマ	項目		現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
お酒	多量飲酒の割合(1日3合以上)	男性	2.0%	1.0%	3.9%(H24)	1.9%↑	▽	※4
		女性	—	—	—	—	—	—
たばこ	成人の喫煙率	男性	31.4%	20.0%	16.5%(H24)	14.9%↓	◎	※4
		女性	8.1%	5.0%	3.3%(H24)	4.8%↓	◎	※4
	妊娠中の喫煙率	母親	—	7.3%	3.1%	4.2%↓	◎	
		父親	—	—	21.2%	—	—	
【評価ランク】			◎：目標値を達成した	3項目(60.0%)				
			○：目標値は達成しなかったが改善した	0項目(0.0%)				
			▽：目標値を達成せず現状値より悪化した	1項目(20.0%)				
			—：評価できなかった	1項目(20.0%)				

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目5項目中「◎：目標値を達成した」項目が3項目(60.0%)、「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」項目が1項目(20.0%)、目標値がないため「評価できなかった」項目が1項目(20.0%)でした。

○多量飲酒の割合

「多量飲酒(1日3合以上)の割合(男性)」は、目標値(1.0%)に対して実績値3.9%で、目標値を達成せず平成16年の結果より悪化していました。P54参考資料1から、「毎日飲酒する(「毎日3合以上飲む」「毎日3合未満飲む)」と回答した人は21.7%で、平成21年調査(20.4%)と比較すると1.3ポイントの増加でした。性別・世代別では、壮年後期の男性で「毎日飲む」人が45.5%と高く、さらに「毎日3合以上飲む」人も7.6%いました。また、高齢期の男性でも「毎日飲む」人が44.5%と高くなっていることから、これらの世代の男性に対する飲酒対策が求められます。

○たばこ

P54参考資料2から、喫煙する人は8.8%で、平成21年調査(13.7%)から4.9ポイント減少していました。これは、分煙・禁煙等についての社会的な流れが大きく影響しているものと考えられます。

公共施設における分煙・禁煙の徹底をさらに進めるとともに、性別・世代別で喫煙率が25.7%と非常に高かった壮年後期の男性に向けての啓発活動が求められます。

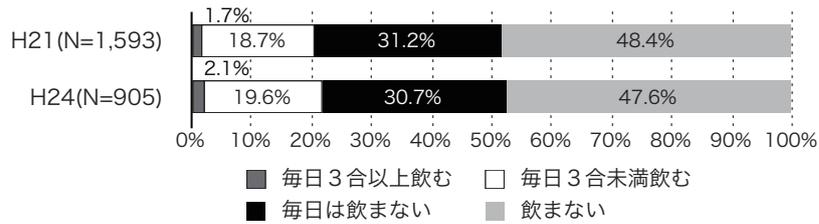


【新たな課題】

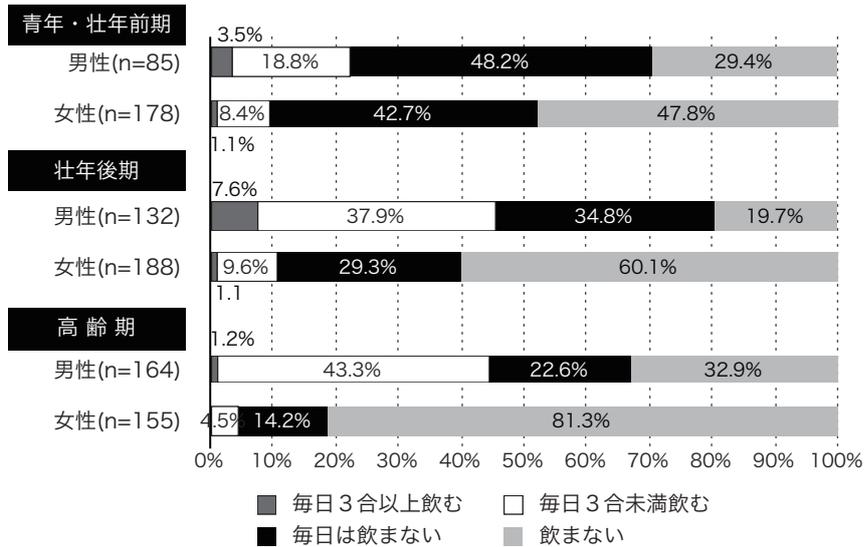
- 壮年後期男性を対象とした飲酒、喫煙対策の推進
- 公共施設における100%禁煙の推進

【参考資料1】

図：飲酒する者の割合（全体）

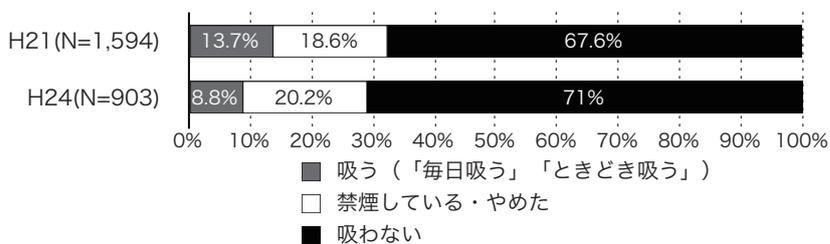


図：飲酒する者の割合（性別・世代別）

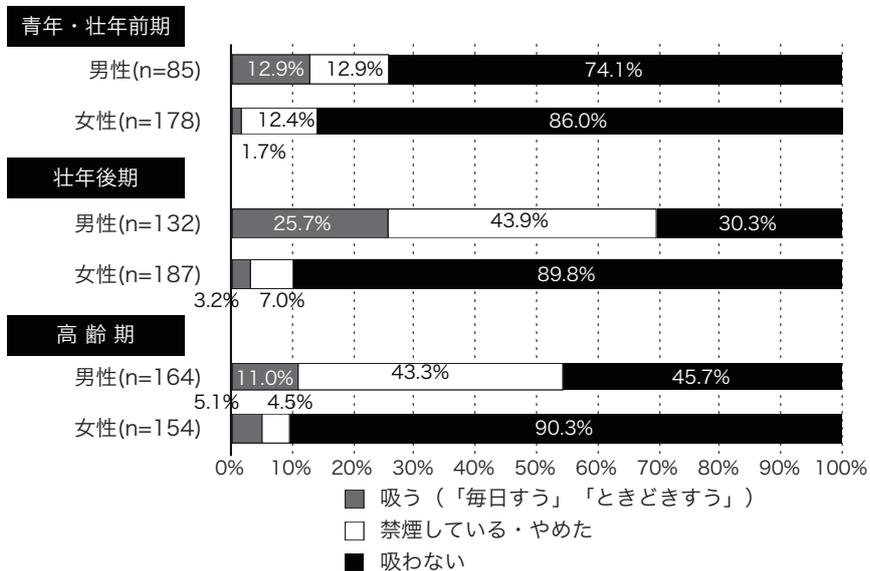


【参考資料2】

図：喫煙する者の割合（全体）



図：喫煙する者の割合（性別・世代別）



(6) 睡眠・休養・ストレス・こころの健康

睡眠・休養・ストレス・こころの健康の目標値と達成状況

テーマ	項目	現状値(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
睡眠・休養・ストレス・こころの健康	睡眠で休養が十分でないと感じている者の割合	19.1%	10.0%	19.2%	0.1%↑	▽	※4
【評価ランク】		◎：目標値を達成した		0項目(0.0%)			
		○：目標値は達成しなかったが改善した		0項目(0.0%)			
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		1項目(100%)			
		－：評価できなかった		0項目(0.0%)			

※4：「精華町元気生活チェック調査」平成24年7月

評価項目1項目は「▽：目標値を達成せず現状値より悪化した」でした。

○睡眠で疲れが十分とれていないと感じている者の割合（睡眠によって疲れは回復していますか）

P56参考資料1から、「睡眠で疲れがとれていないと感じている者の割合」は、目標値(10.0%)に対して実績値19.2%で、目標値を達成せず、平成16年の結果より悪化していました。

睡眠により「疲れが回復していない（「ほとんど回復していない」「あまり回復していない）」人は19.2%で、平成21年調査(18.4%)と比較すると0.8ポイントの増加でした。

疲れが「回復していない」人を性別・世代別でみると、女性では青年・壮年前期(26.6%)、男性では壮年後期(26.6%)が最も高くなっていました。高齢期は、他の世代と比較して男女とも疲れが「回復していない」人の割合が低くなっていました。

P57参考資料2から、休養の時間が「確保できている（「十分に確保できている」「だいたい確保できている）」人は73.6%で、平成21年調査(75.0%)と比較すると1.4ポイントの減少でした。性別・世代別では、青年・壮年前期女性の10.2%で休養の時間が「ほとんど確保できていない」と回答しており、若い女性で休養が十分でない人が多くみられました。

休養については直接的な介入がむずかしく、例えば「ノー残業デー」や毎月19日の食育の日に合わせた「家族共食デー」などキャンペーン活動を展開することで社会全体の気運を高めることが重要と考えられます。しかし、このようなキャンペーンは、一自治体での展開には限界があるため、京都府などと連携をとりながらより広範なキャンペーンの展開を働きかけていく必要があると思われます。

○ストレス

P57参考資料3から、ストレスを感じるものが「よくある」人は15.5%で、平成21年調査(14.9%)と比較すると0.6ポイントの増加となっており、特に高齢期で他の世代と比較して非常に高いことがわかりました。

このため、高齢期を対象とした精神保健・介護予防対策として、高齢期うつ対策や認知症対策などを視野に入れた取り組みを検討していくことが今後の課題です。

一方、青年・壮年前期や壮年後期の働く世代については、企業におけるメンタルヘルスの取り組みが重要になることから、保健所管内や京都府の取り組みと歩調を合わせた広域での取り組みがポイントとして挙げられます。

P58参考資料4から、「ストレス解消法がある（「たくさんある」「少しはある）」人は80.3%で、平成21年調査(82.4%)と比較すると2.1ポイントの減少でした。

ストレスについては、社会経済の状況など外的要因も大きいことから、ストレス自体をなくす取り組みはたいへんむずかしいと言えますが、ストレスを感じた時に上手に向き合ったり、発散する方法を身につけることが重要で、ストレスの発散方法などを学習する場を積極的に提供していくことが求められます。

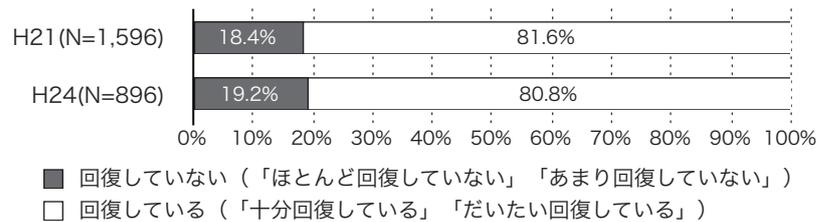


【新たな課題】

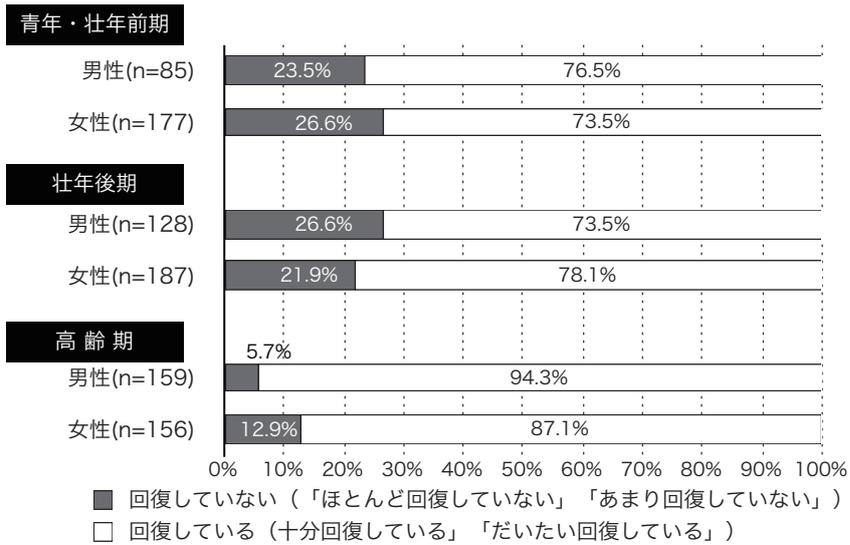
- 「ノー残業デー」や「家族共食デー」などのキャンペーン活動を展開する
- ストレスに対する正しい知識やストレス発散法、また心の健康づくりに関する理解などを促進する教室、講演会などを開催する

【参考資料1】

図：睡眠で疲れが回復していない者の割合（全体）

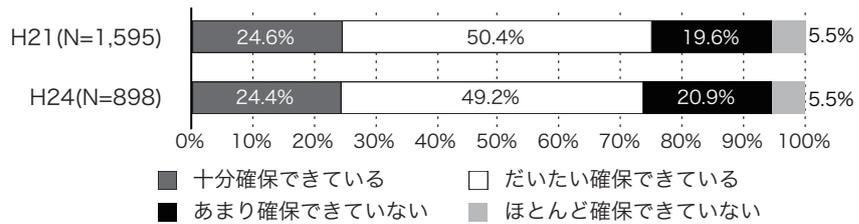


図：睡眠で疲れが回復していない者の割合（性別・世代別）

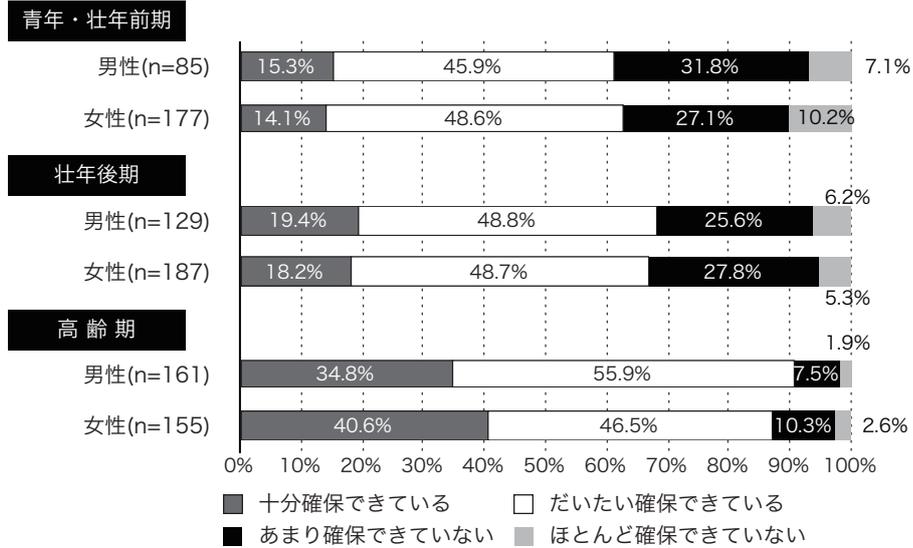


【参考資料2】

図：休養の時間が確保できている者の割合（全体）

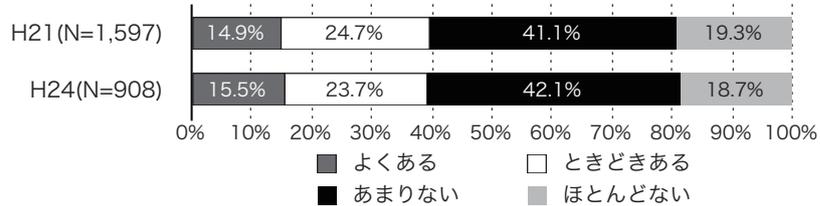


図：休養の時間が確保できている者の割合（性別・世代別）

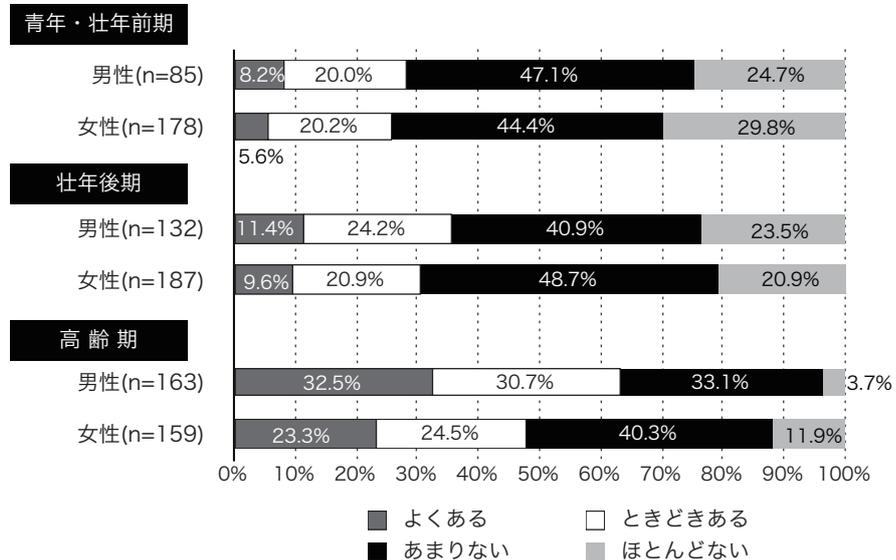


【参考資料3】

図：ストレスを感じることもある者の割合（全体）

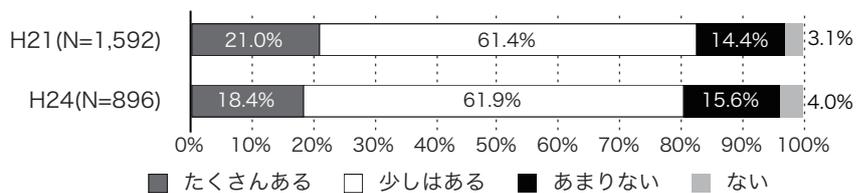


図：ストレスを感じることもある者の割合（性別・世代別）

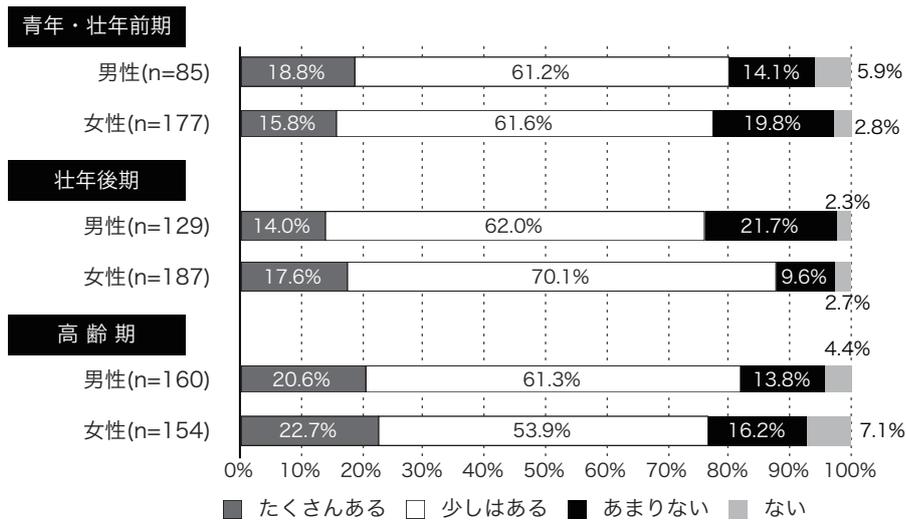


【参考資料4】

図：ストレス解消法がある者の割合（全体）

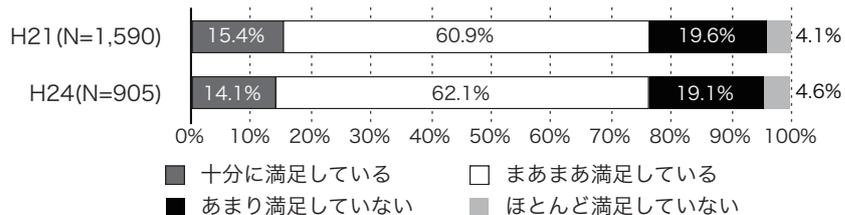


図：ストレス解消法がある者の割合（性別・世代別）



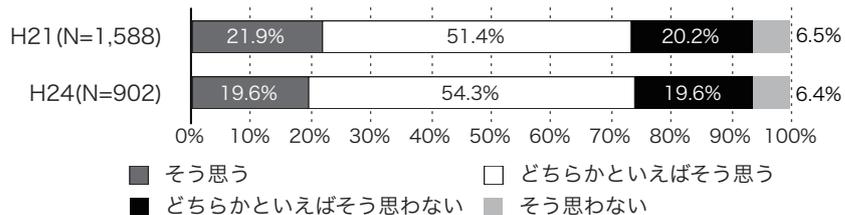
【参考資料5】

図：自分自身に満足している者の割合（全体）



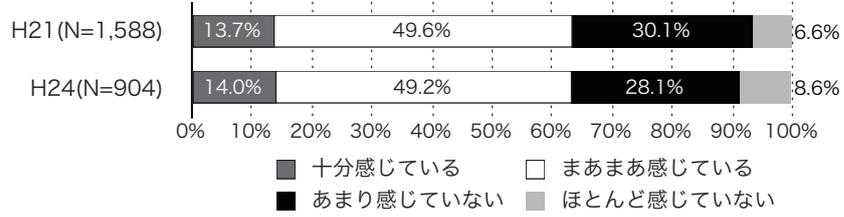
【参考資料6】

図：自分のやりたいことがやれていると感じている者の割合（全体）

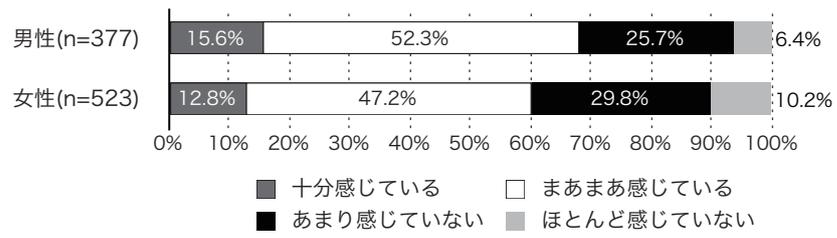


【参考資料7】

図：自分の能力や経験を活かせていると感じている者の割合（全体）



図：自分の能力や経験を活かせていると感じている者の割合（性別）



(7) 参加・参画

参加・参画の目標値と達成状況

テーマ	項目	現状(H16)	目標値	実績値(H22)	現状値と実績値の差	達成状況	備考
参加参画	健康づくりプロジェクトの参画者数	60人(H19)		96人(H23)	36人↑	—	※5
	健康づくりプロジェクトの参加者数	726人(H19)		11,632人(H23)	10,906人↑	—	※5
【評価ランク】		◎：目標値を達成した		0項目(0.0%)			
		○：目標値は達成しなかったが改善した		0項目(0.0%)			
		▽：目標値を達成せず現状値より悪化した		0項目(0.0%)			
		—：評価できなかった		0項目(0.0%)			

※5：平成23年健康づくりプロジェクトまとめ

○参加・参画

P61参考資料1から、何らかの社会活動に参加している人は44.7%で、平成21年調査(48.9%)と比較すると4.2ポイントの減少でした。性別・世代別では、壮年後期女性の社会活動への参加率が61.7%で他と比較してかなり高くなっています。逆に青年・壮年前期男性(30.6%)、壮年後期男性(31.1%)の社会活動への参加率が低くなっています。

平成25年度からスタートする国の第4次国民健康づくり運動（新健康日本21）では、平成23年に発生した東日本大震災の経験等を踏まえ、「地域の相互扶助や世代間の相互扶助が機能する社会」を目指すべき姿の1つとして掲げています。ここでいう「相互扶助」が機能する社会を実現するためには、町民一人ひとりが地域や地域に住む人と関わりあう中で築かれるものです。そのためには、多様な人が関われる場づくりが求められており、第1期計画で実施してきた健康づくりプロジェクトを多様な人が集まれる場に発展させていくことが課題と考えられます。

平成20年度にスタートしたせいか健康づくりプロジェクトには、4年間で96人の参画者と11,632人の参加者が関わりました。P61参考資料2から、このせいか健康づくりプロジェクトの認知度は26.6%で概ね4人に1人の認知率でした。性別・世代別では、女性の認知度(30.8%)が男性の認知度(20.6%)よりも10.2ポイント高くなっています。特に、青年・壮年前期の女性の認知度が31.5%と高いのが特徴です。逆に、認知度が低いのは、青年・壮年前期及び壮年後期の男性でした。認知度は、まだまだ高いとは言えず、今後、情報の発信方法や多様な参加者が出席できるような企画づくりが求められます。

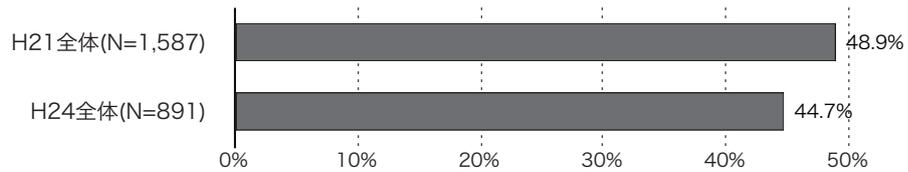


【新たな課題】

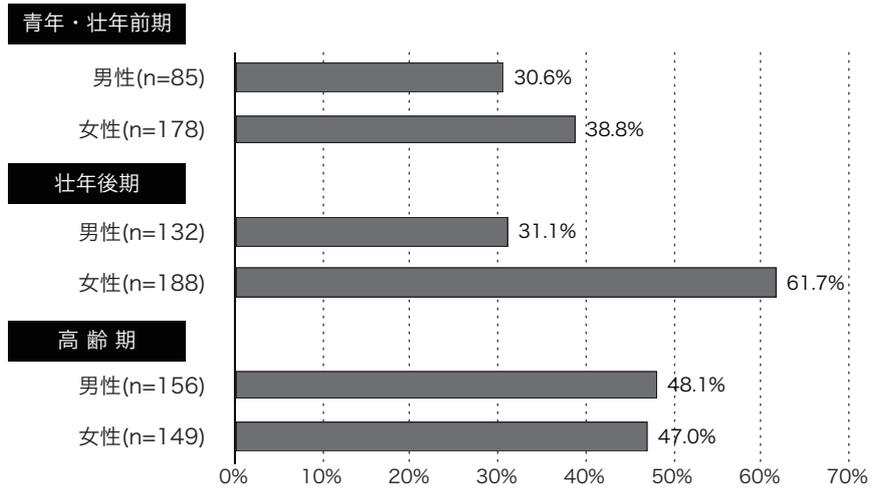
- 青年・壮年前期及び壮年後期の男性が関わりやすいプロジェクトの企画
- 情報提供や広報の方法を検討し、多くの住民に情報を届けるしくみを検討する
- プロジェクトを住民主体で動かしていけるような人材（リーダー）づくりに力を入れる

【参考資料1】

図：何らかの社会活動に参加している者の割合（全体）

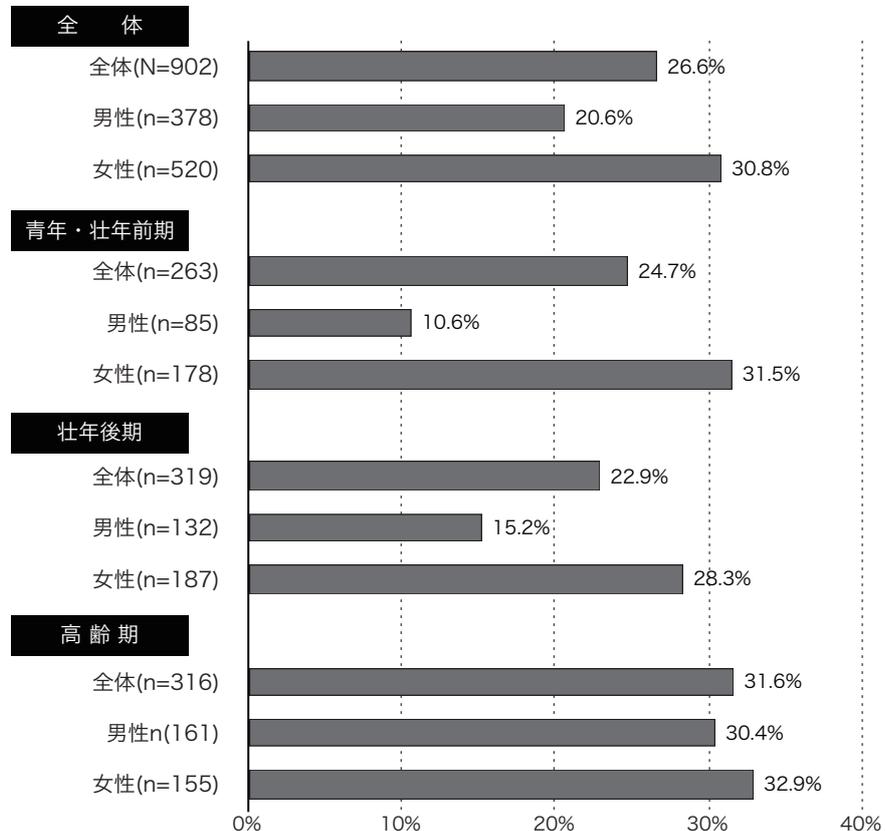


図：何らかの社会活動に参加している者の割合（性別・世代別）



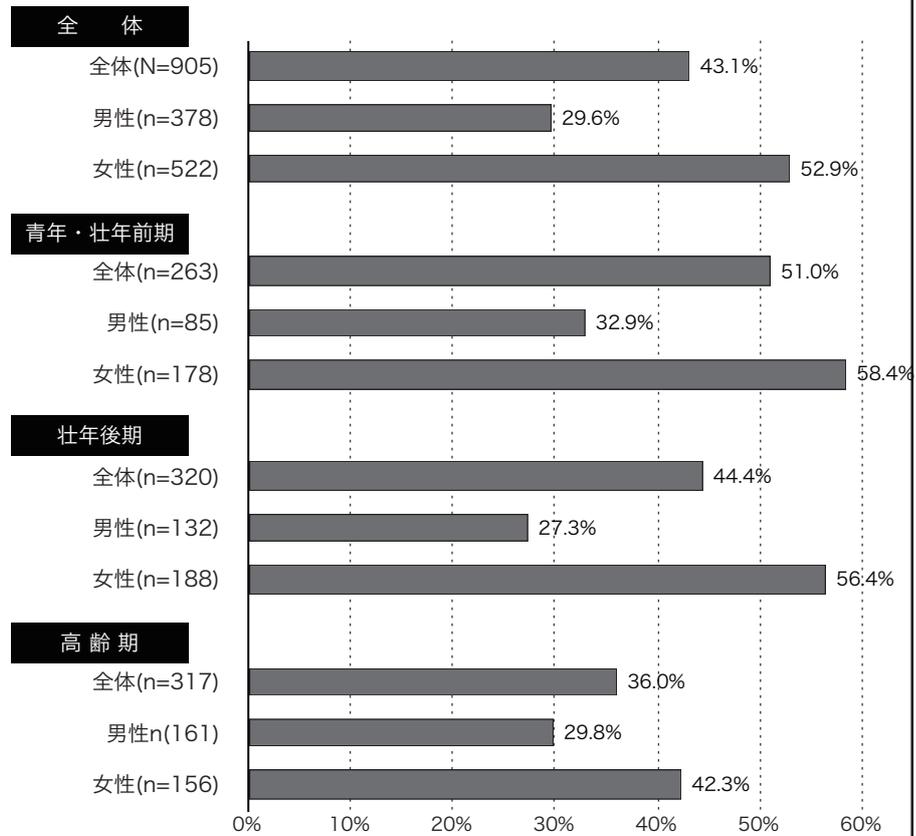
【参考資料2】

図：健康づくりプロジェクトを知っている者の割合（全体・性別・世代別）



【参考資料3】

図：マスコットキャラクターを知っている者の割合（全体・性別・世代別）



資料3 健康づくりプロジェクトの振り返りと今後

健康づくりは、まちづくりの基礎となる最重要課題であり、その推進にあたっては本計画に掲げる3つの基本方針に基づき、住民一人ひとりが主体的に健康づくり活動に参加参画できるよう、個人、家庭、地域、学校、職場、関係団体、行政機関等が一丸となって取り組みを進めていく体制づくりをめざします。

本町では、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「健康づくりプロジェクト」（以下「プロジェクト」という。）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期計画においても、引き続きプロジェクトの充実・強化を図り、住民と行政の協働による健康づくり活動の展開を図ることとします。

第2期計画の策定にあたり、プロジェクトに参加している住民を対象にワークショップを行い、第2期計画におけるプロジェクトの展開について5つの課題を抽出し、現状分析と対策について検討しました。

第2期計画の推進に際しては、住民ワークショップの意見を踏まえて、より効果的な協働のしくみを構築していきます。

～ワークショップ参加プロジェクト名～

- 「さあ！これから塾」
- 「いきいき健康ウォーク」
- 「せいか食育劇団もぐもぐ」
- 「いちご★体操プロジェクト」
- 「わくわく健康里山の会」

～プロジェクトの条件～

- 参加する人が元気になるものであること
- 参加する人同士がお互いに元気をわかちあい、共有するものであること
- 人と人とのつながりの中で元気の輪が広まるものであること
- 参加する人たちでできるものであること



住民の声

【第2期計画における実践プロジェクトのあり方に関するワークショップ】

-  **【課題1】** 多くの住民に活動を知ってほしい
-  **【課題2】** 多様な年齢の住民に参加してほしい
-  **【課題3】** プロジェクトのメニューを充実させたい
-  **【課題4】** 活動資金を確保したい
-  **【課題5】** プロジェクトと行政の良い関係を築きたい
-  **【課題6】** 一緒に企画する仲間を増やしたい



【課題1】多くの住民に活動を知ってほしい

■周知方法について	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 定期的にプロジェクトの活動情報を発信する必要がある ○ 健康推進課の窓口チラシを置いてても住民の目にとまりにくい ○ 広報誌やホームページなど「文字」だけで周知するのではなく、実際の活動が見えるような周知方法が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクトの活動日や健康情報を掲載する（広報、ホームページ、DVD、掲示板など） ○ 様々な場所や機会を利用してプロジェクトを身近に感じてもらうよう周知する



【課題2】多様な年齢の住民に参加してほしい

■男性メンバーの増加を図る	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 男性の参画者が少ない ○ 平日の昼間に活動できる団塊の世代の男性をプロジェクトに引き込む方法が必要 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 必要に応じて男性が参加しやすい新しいプロジェクトを立ち上げる（例：おやじバンド など） ○ プロジェクトの体験会を実施して、興味を持つきっかけづくりをする
■他のプロジェクトとの交流	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクト毎で結束が強すぎて、プロジェクト間の交流がしにくい ○ 他のプロジェクトの活動内容やスケジュールがわからず、交流しにくい 	<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクト同士が話しあう場や交流の機会をもつ ○ プロジェクトの活動日や健康情報を掲載する（広報、ホームページ、DVD、掲示板など）
■その他の意見	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ リーダーとなる人の発掘が必要（町内で独自に活動している人がたくさん存在する） 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 町内の健康づくり活動状況を把握し、人材を探す



【課題3】プロジェクトのメニューを充実させたい

■幅広い世代に合わせたメニューづくり	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 子ども向けのプロジェクトが少ない ○ 働き盛りを対象としたプロジェクトがない ○ シニア世代(団塊の世代)の参加を増やすことが大切 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 現在のプロジェクトに、子どもが参加できるイベントを企画する ○ 子ども向けのイベントの広報は、園児に呼びかけるなど行政と協力してPRする ○ プロジェクト同士でコラボして様々な年代を意識したイベントを行う
■プロジェクトのメニューを増やす	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 参画者メンバーが増えなければ、メニューを増やすことは難しい ○ 全く新しいテーマのプロジェクトは、なかなか立ち上がらない 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 現在のプロジェクトの活動を徐々に広げていきながら、新たな企画を独立させていく（例：ウォーキンググループから、カメラ好きの人がカメラを使った散策ウォーキングを企画するなど）

■活動を広める	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 様々な組織が健康づくりをしているが、知らない人が多い ○ 一人でも気軽に参加しやすいメニューが必要 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康づくりをしている団体の情報を発信し、健康づくりの輪を広げる ○ 口コミでの参加・参画者の輪を広げる



【課題4】活動資金を確保したい

■個人負担と公的補助について	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクトの準備にかかる費用は準備に携わる個人が負担していることがある ○ 参加者に保険代の実費のみ負担してもらっている ○ 歩数計（4～5千円）を補助金で購入し活動している ○ 年会費を徴収し活動している ○ 補助金を探すのに苦労している ○ 可能な限り活動場所は提供されている 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 他の自治体やプロジェクト間で情報交換をする ○ 企業等の補助金を利用する ○ 活動拠点を整備する
■お金を使わない工夫	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ お金を使わずにできる行事を企画している ○ 竹藪を持っている人から竹をもらうなど、無料で材料を調達した ○ 竹の切り出しや加工をボランティアでやってくれたメンバーがそれぞれにできることを分担している ○ 準備に時間や手間をかけてお金がかからない工夫をしている ○ 自分自身の好きなことや楽しみとしてやっていれば、お金のことはあまり気にならない 	<ul style="list-style-type: none"> ○ アイデア・情報・物品などを提供できる人に協力を得る



【課題5】プロジェクトと行政の良い関係を築きたい

■行政の姿勢	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクトを健康づくりだけでなく、町づくりにつなげるために、担当課と他課との横のつながりをもっと必要である ○ 行政内においてプロジェクトの重要性を周知する必要がある ○ 健康増進を机上論ではなく、しっかり実践しているのはいいことである ○ 住民に周知するための広報活動が不足している 	<ul style="list-style-type: none"> ○ メンバーと行政が十分話し合いができる場を設ける ○ 関連する課との連携を図る ○ 行政内でプロジェクトを正しく理解してもらえよう他の部署に対して情報発信する ○ プロジェクトの活動日や健康情報を掲載する（広報、ホームページ、DVD、掲示板など）
■プロジェクトの姿勢	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 住民に周知するための広報活動が不足している ○ 各プロジェクトがそれぞれに活動しているが、全体としてのまとまりが必要である 	<ul style="list-style-type: none"> ○ プロジェクトの目的や意味を正しく理解して活動する ○ プロジェクト同士が話しあう場や交流の機会をもつ



【課題6】一緒に企画する仲間を増やしたい

■新しいメンバーを増やす	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ 男性の参加者が少なく、メンバーが固定化している ○ 参加者の中にも企画力のある人がいる ○ 企画内容を広げるために新しいメンバーが必要 ○ 企画内容の広がりが少ない 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 広報誌等で活動のPRやメンバーの募集をする ○ 多くの人が参加しやすいよう、新しい視点での企画を行う ○ 活動を通して参加者を増やすよう意識する
■ネットワークを広げる	
現状と問題点	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ○ メンバー以外の人やグループに相談すると新しいヒントをもらえることがある ○ 他のプロジェクトがどのような活動をしているのかあまり知らない ○ コラボレーションを検討しているプロジェクトがある 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 様々な情報を持っている人や組織と積極的につながりをもつ ○ 他のプロジェクトに参加して、お互いに交流を持つ ○ 他のプロジェクト等と共同企画を検討する

資料4 人口の推移

- 平成2年に17,519人だった人口は、平成22年には35,630人となっており、20年間で人口は倍増しています。
- 平成2年から平成22年の20年間で、年少人口比率は19.0%から17.2%と1.8ポイント減少、生産年齢人口比率も69.2%から65.0%と4.2ポイント減少しています。これに対し、高齢者人口比率は、11.8%から17.8%と6.0ポイント増加しており、高齢化が徐々に進んでいます。

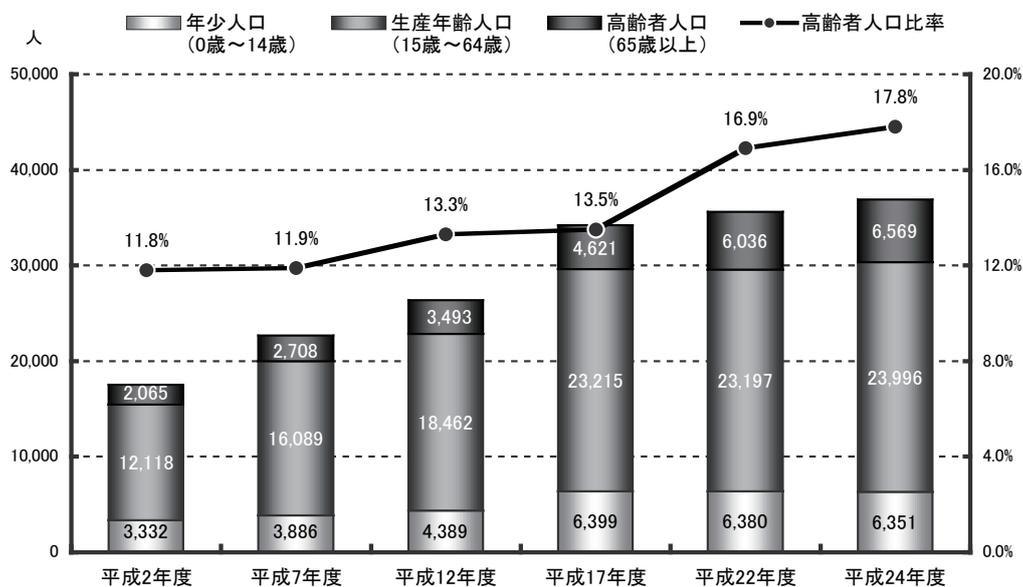
表：人口の推移

(単位：人)

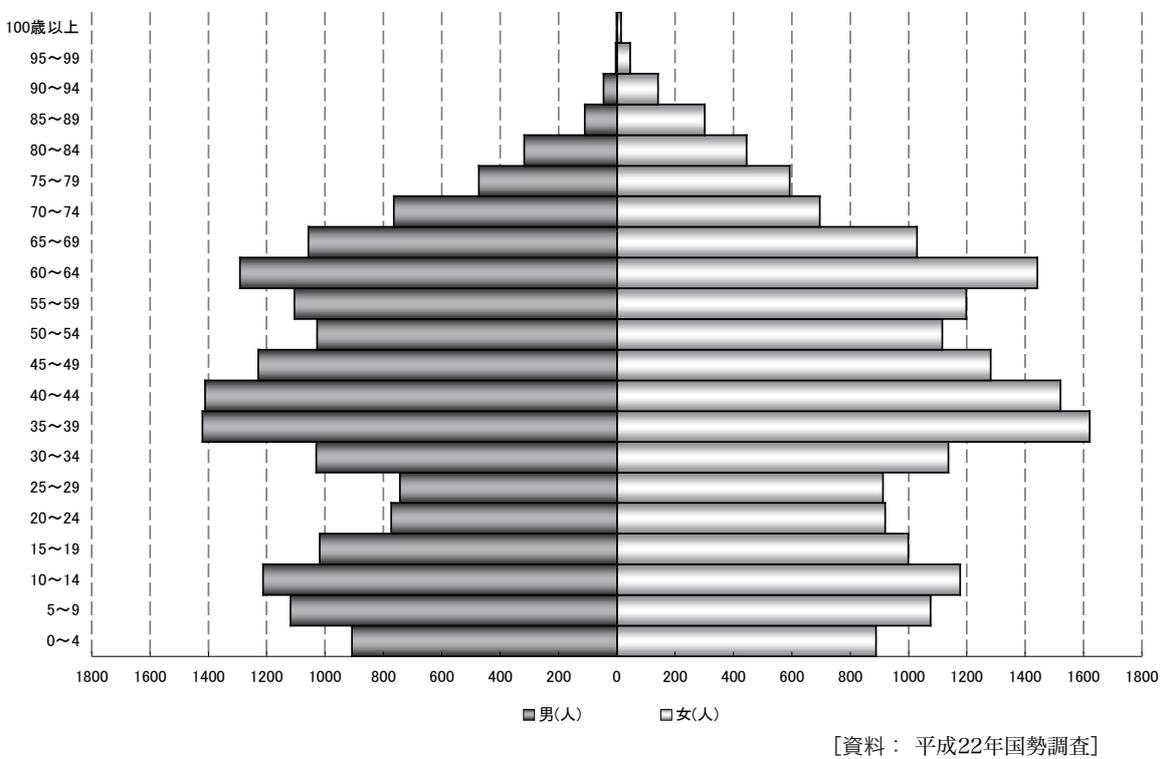
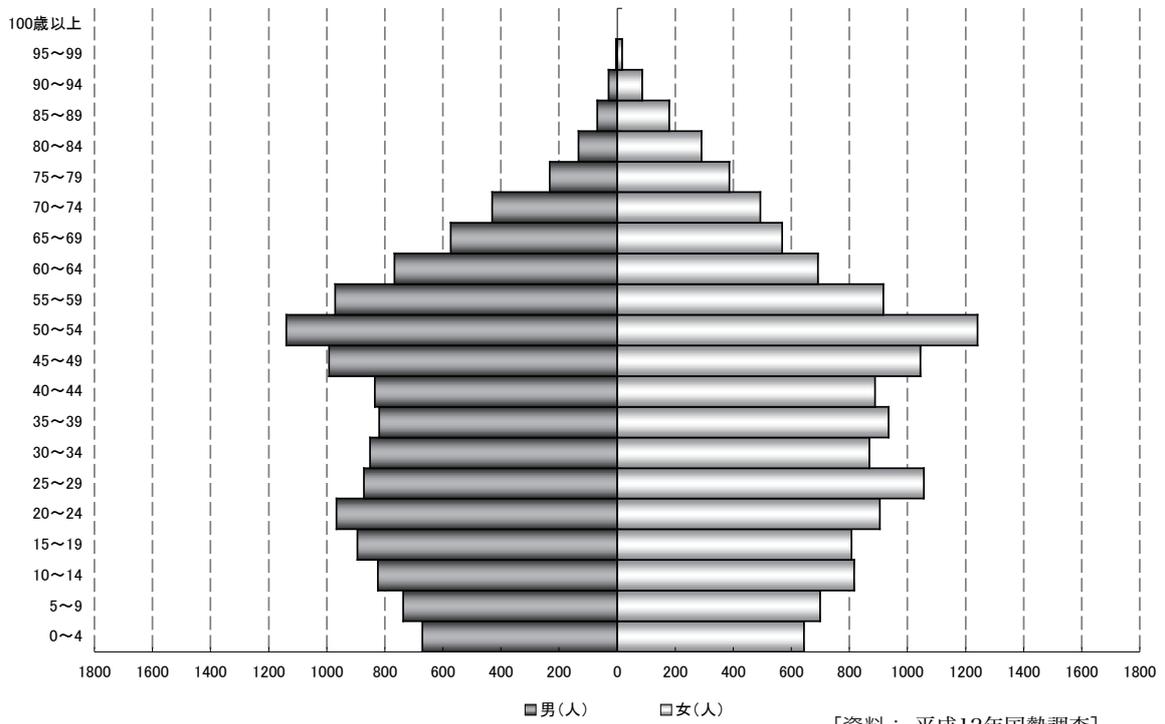
	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成24年
総人口	17,519	22,691	26,357	34,236	35,630	36,916
年少人口 (0歳～14歳)	3,332 (19.0%)	3,886 (17.1%)	4,389 (16.7%)	6,399 (18.7%)	6,380 (17.9%)	6,351 (17.2%)
生産年齢人口 (15歳～64歳)	12,118 (69.2%)	16,089 (70.9%)	18,462 (70.0%)	23,215 (67.8%)	23,197 (65.1%)	23,996 (65.0%)
高齢者人口 (65歳以上)	2,065 (11.8%)	2,708 (11.9%)	3,493 (13.3%)	4,621 (13.5%)	6,036 (16.9%)	6,569 (17.8%)

[資料：平成2年～平成22年：国勢調査、平成24年：平成24年8月1日住民基本台帳]

図：人口の推移



図：人口ピラミッド（平成12年と平成22年の比較）



資料5 衛生統計

(1) 平均寿命

- 平均寿命は、男性80.2歳、女性86.0歳で、全国平均と比較して男性は1.4歳、女性は0.2歳上回っています。京都府平均との比較では、男性は0.8歳、女性は0.1歳上回っています。

表：平均寿命の比較 (単位：歳)

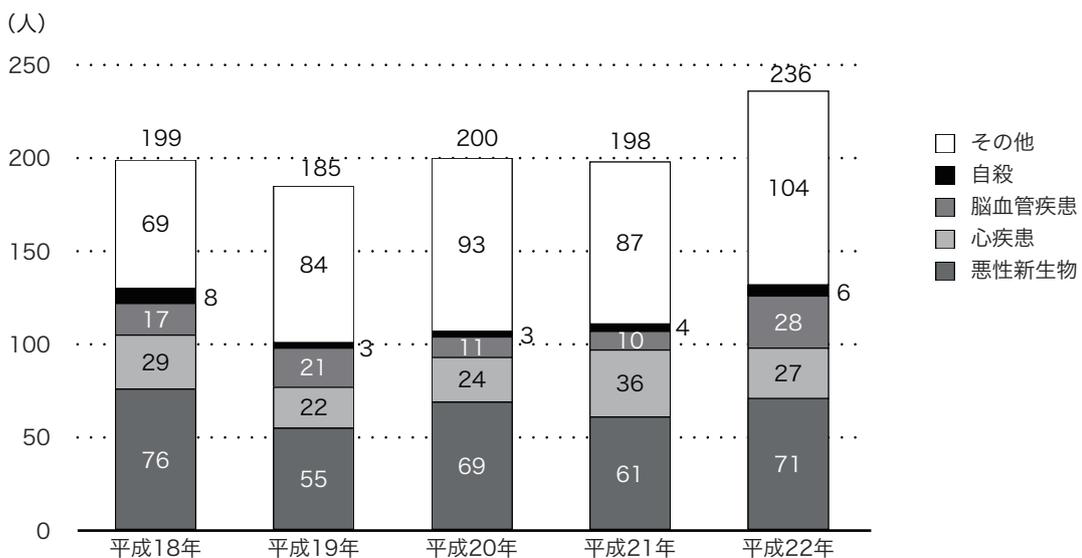
	男	女
精華町	80.2	86.0
京都府	79.4	85.9
全 国	78.8	85.8

[資料：平成17年市区町村別生命表の概況]

(2) 死亡の状況

- 死因別死亡者数は、平成21年までは、第1位悪性新生物、第2位心疾患、第3位脳血管疾患でしたが、平成22年は、第1位悪性新生物、第2位脳血管疾患、第3位心疾患の順となっており、3大生活習慣病が死因の53.4%を占めています。

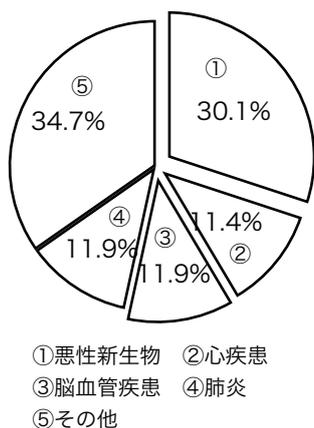
図：死亡状況の推移



【資料：人口動態統計年報】

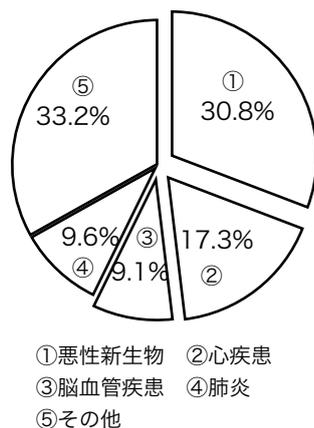
図：主要死因の構成割合（平成22年精華町）

[資料：人口動態統計年報]



図：主要死因の構成割合（平成22年京都府）

[資料：人口動態統計年報]



（3）国民健康保険の医療費の状況

- 受診件数の上位は、第1位「消化器系の疾患(25.1%)」、第2位「循環器系の疾患(17.1%)」、第3位「呼吸器系の疾患(10.5%)」、第4位「筋骨格系及び結合組織の疾患(10.2%)」、第5位「内分泌、栄養及び代謝疾患(8.0%)」となっており、京都府、全国と比較して消化器系の疾患の受診割合が高くなっています。
- 費用額では、循環器系疾患の占める割合が、京都府、全国と比較してかなり高い傾向にあり、消化器系疾患の占める割合も若干高くなっています。
- 一人当たりの国民健康保険の医療費は、平成23年度で310,686円となっており、全国平均より高く京都府平均より低い状況です。

表：受診件数の上位5項目

(単位：件)

順位	精華町			京都府		全国	
	疾患名	件数	割合	疾患名	割合	疾患名	割合
1	消化器系の疾患	1,557	25.1%	消化器系の疾患	19.3%	消化器系の疾患	21.8%
2	循環器系の疾患	1,059	17.1%	循環器系の疾患	15.9%	循環器系の疾患	17.7%
3	呼吸器系の疾患	652	10.5%	筋骨格系及び結合組織の疾患	9.3%	内分泌、栄養及び代謝疾患	9.2%
4	筋骨格系及び結合組織の疾患	632	10.2%	内分泌、栄養及び代謝疾患	9.1%	呼吸器系の疾患	9.0%
5	内分泌、栄養及び代謝疾患	499	8.0%	呼吸器系の疾患	7.6%	筋骨格系及び結合組織の疾患	8.6%

[資料：平成22年5月診療分のレセプト]

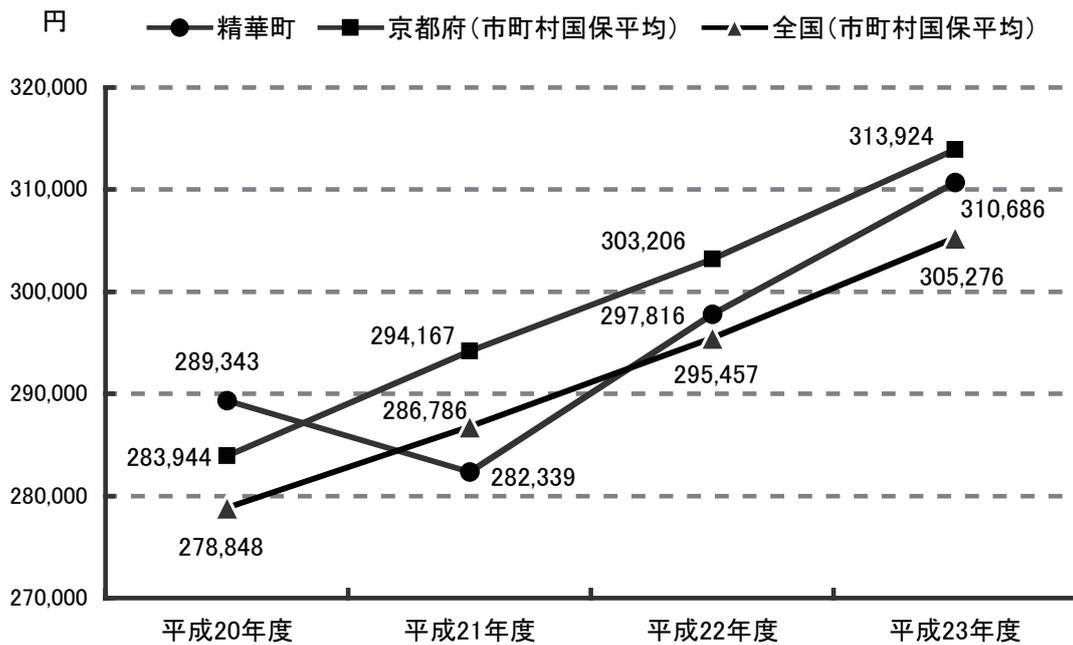
表：費用額の上位5項目

(単位：千円)

順位	精華町			京都府		全 国	
	疾患名	費用額	割合	疾患名	割合	疾患名	割合
1	循環器系の疾患	31,771	23.6%	循環器系の疾患	17.5%	循環器系の疾患	16.7%
2	消化器系の疾患	22,506	16.7%	消化器系の疾患	15.3%	新生物	14.6%
3	新生物	18,094	13.4%	新生物	14.2%	消化器系の疾患	14.3%
4	筋骨格系及び結合組織の疾患	10,617	7.9%	筋骨格系及び結合組織の疾患	8.0%	精神及び行動の障害	11.8%
5	内分泌、栄養及び代謝疾患	10,412	7.7%	精神及び行動の障害	7.7%	内分泌、栄養及び代謝疾患	7.6%

[資料：平成22年5月診療分のレセプト]

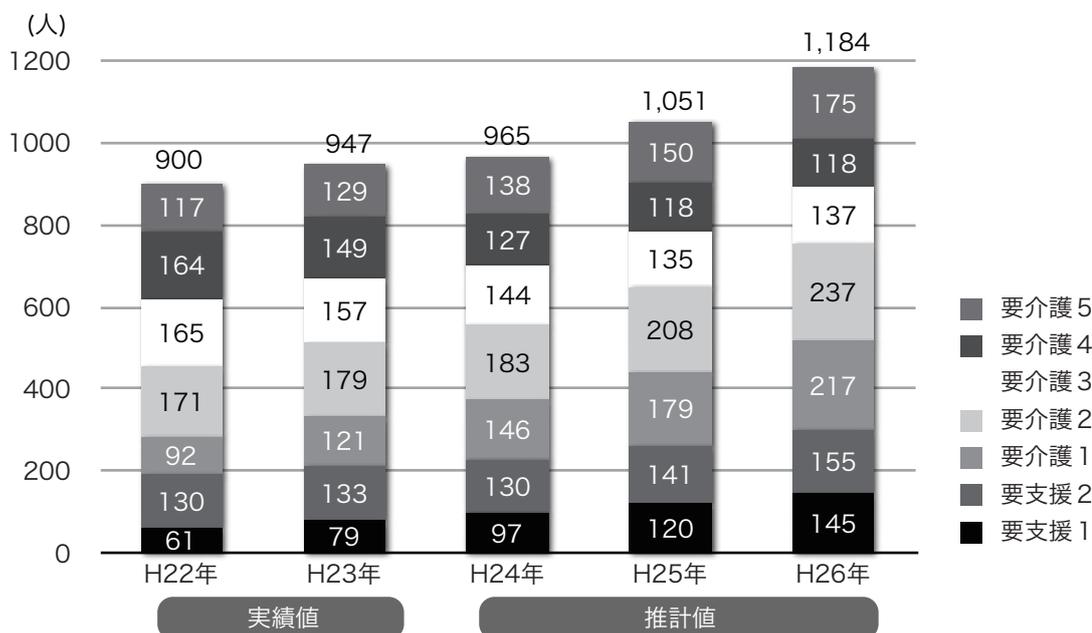
図：国民健康保険医療費（一人当たり診療費）の推移



(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2までの認定者の総数が増加傾向にあります。また、要介護5の認定者も増加すると推計されています。
- 65歳以上（要支援・要介護認定者を除く）の高齢者5,231人に対して高齢者基本調査を実施した結果、4,278人から回答があり、そのうち1,199人(22.9%)が二次予防事業対象者（要支援・要介護状態になるおそれの高い高齢者）として決定されており、調査対象者の5人に1人は二次予防事業の対象者であることがわかりました。

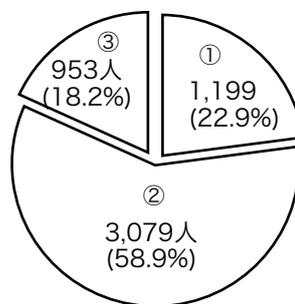
図：要支援・要介護度別認定者数の実績と推計



[資料：精華町第6次高齢者保健福祉計画（平成24年3月）]

図：高齢者基本調査結果（N=5,231）

[資料：平成23年精華町介護予防事業実施状況調査]



①二次予防事業対象者
②非該当者 ③未回答者

資料6 精華町町民健康づくり推進協議会

(1) 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) 前各号に掲げる者のほか適当と認められるもの

(委員の任期)

第4条 委員の任期は2年とする。

2 町長は、委員から退職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、任期中であつ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)

第5条 協議会に会長を置く。

2 会長は、委員の互選によつて定める。

3 会長の任期は、委員の任期による。

4 会長は、協議会の会務を総理する。

(協議会の任務)

第6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、向上に関する事。
- (2) 健康づくり運動の普及、及び実践に関する事。
- (3) 保健栄養指導に関する事。
- (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事。
- (5) 健康増進計画の策定に関する事。
- (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事。

(庶務)

第7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8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。

(2) 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	役職名	氏名
行政機関の代表者	京都府山城南保健所	所長	西田 秀樹
保健医療機関の代表者	社団法人相楽医師会	副会長	藤村 聡
	山城歯科医師会精華班	班長	藤田 和弘
関係団体の代表者	精華町社会福祉協議会	会長	岩里 周英
	精華町民生児童委員協議会	会長	上羽 弘
	子育て地域パートナー連絡協議会	副会長	近藤かほる
	精華町食生活改善推進員協議会	会長	清水 朝江
	相楽栄養士研究会	会長代理	太田 陽子
	社会教育委員会	委員長	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	会長	廣瀬 亮二
	精華町自治会連合会	会長	前西 隆次
	精華町老人クラブ連合会	会長	森島 秀行
	精華町商工会	会長代理	上野雄一郎
学識経験を有する者	京都府立大学	副学長	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	木村 裕次
	町 民	一般公募	古海りえ子

資料7 第2期精華町健康増進計画策定経過

開催月日	取り組み内容	
8月	アンケート調査の実施	
9月 3日	第1回策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ○計画各論の構成について ○重点課題について
10月15日	第2回策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ○第1回ワークショップについて ○重点課題について ○基本目標について
10月18日	健康づくりプロジェクトワークショップ	<ul style="list-style-type: none"> ○実践プロジェクトのこれまで ○実践プロジェクトの課題抽出 ○実践プロジェクトのこれから
11月 6日	第1回住民ワークショップ	<ul style="list-style-type: none"> ○第2期精華町健康増進計画について ○アンケートなどから見える精華町の健康の現状について
11月13日	第1回精華町町民健康づくり推進協議会	<ul style="list-style-type: none"> ○第2期精華町健康増進計画(素案)について
11月28日	第3回策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ○計画各論の記入様式について ○各領域別の課題設定 ○母子保健事業、成人保健事業のヒアリング
11月29日	第2回住民ワークショップ	<ul style="list-style-type: none"> ○食や運動などテーマ別にした、これからの健康づくりについて
12月 4日	第4回策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ○各領域の課題別行動計画の検討 ○母子保健事業、成人保健事業のまとめについて
平成25年 1月 8日	第2回精華町町民健康づくり推進協議会	<ul style="list-style-type: none"> ○第1回精華町町民健康づくり推進協議会会議要旨(案)について ○第2期精華町健康増進計画(案)について
1月16日 ～2月15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	<ul style="list-style-type: none"> ○第2期精華町健康増進計画(最終案)について ○パブリックコメントの結果について
2月26日	交流会	<ul style="list-style-type: none"> ○精華町町民健康づくり推進協議会委員との意見交換など

