

①基本目標

基本目標1:正しくおいしく食べましょう!

(1)栄養・食生活

◇行政の取り組み

達成状況

達成:○ 未達成×

課題1:ライフスタイルに合わせた正しい食習慣を身につける		令和6年度
①	多様な場所(バス、医療機関、コンビニエンスストア、商業施設等)・ICTの活用で、世代に応じた食に関する情報を発信する。	○
②	商工会や町にある企業と連携し、食に関する情報を発信する。	○
③	健診結果相談会において、ライフスタイルに合わせた食習慣に関する情報を発信する。	○
課題2:全世代において「食育」への関心を高める		
④	保健事業で、子育て世代の食育への関心を高める。	○
⑤	保育所や学校と連携し、子どもや保護者に食育に関する情報を伝える。	○
達成率		100%

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

[課題1]

- <①> ●母子手帳アプリ「母子モ」を活用し、子どもの食情報を発信(離乳食情報、子どもの食事への対応についての情報、食育すごろく等)
●食育の日(毎月19日)に、SNSで精華町広報キャラクター京町セイカによる食情報を発信
- <②> ●食の健康づくり応援店登録店舗の拡充 [R5:20店舗、R6:21店舗]
●商業施設でリーフレット配架やポスター掲示による「食」情報を発信
- <③> ★骨密度測定会において個別指導や啓発ブースを拡充
(保健師による保健指導の再開、65メイトによる体力測定、精華町食生活改善推進員協議会(あすなろ会)によるレシピ配付)

[課題2]

- <④> ●マタニティフェアや乳幼児健診でライフステージに合わせたレシピの配布・掲示
★京都府立大学と連携し、イベントで「食生活診断システム」を活用した食の啓発の実施
★子育て支援センターの「食育講座」への協力実施
- <⑤> ●中学校で、カルシウム摂取をテーマにした食育授業を実施 [2校]
●せいか365プロジェクト「せいか食育劇団もぐもぐ」による食育劇のYouTubeの配信の継続実施と、幼稚園・保育所での食育劇公演の実施支援
●精華町食生活改善推進員協議会(あすなろ会)による中学校での調理実習の実施 [1校]
★庁内食育関係各課と連携し、防災食育センターで「食」情報チラシの配架

【令和7年度の取組計画】

- ☆第9期精華町食生活改善推進員(あすなろ会員)養成講座の実施
☆1歳6か月児健康診査で栄養相談の実施 【R7年度新規】
○食の健康づくり応援店登録店舗を活用した食情報の発信
○精華町食生活改善推進員協議会(あすなろ会)の活動支援の継続
○骨密度測定会で個別指導の実施
○子育て支援センターの「食育講座」への協力実施

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

基本目標1：正しくおいしく食べましょう！

(2) 歯と口の健康

◇行政の取り組み

達成状況 達成：○ 未達成×

課題1：生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わうことができる		令和6年度
①	保健事業で歯科医師や歯科衛生士と連携して、歯科指導・情報提供・啓発を進める。	○
②	ホームページなどのICTを活用し、歯と口の健康に関する情報発信を行う。	○
③	働き盛り世代の節目年齢の歯周病健診について検討の場を持つ。	○
④	歯科医師会及び歯科衛生士と協議の場を持ち、健診を受けやすい環境づくりを行う。	○
⑤	イベントを活用して、働き盛り世代の歯と口の健康について啓発する。	○
⑥	オーラルフレイルに関する情報発信・啓発を進める。	○
⑦	学校と連携し、子どもの歯と口の健康課題について、共有を図る。	×
達成率		85.70%

【令和6年度に取り組んだこと】（12月末時点）

【課題1】

- <①> ●せいか祭りで「歯の広場」を実施
 - 親子(母子)健康手帳交付時に歯のケアの説明と歯科健診の受診を勧奨
 - 後期高齢者歯科健診の実施
 - 歯科医師による健康講演会を開催
- <②> ●ホームページでオーラルフレイルについて啓発
- <③> ★節目年齢(20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳)に対して、歯周病検診を実施
 - 後期高齢者歯科健診を節目年齢(年度末年齢76歳)とオーラルフレイルのハイリスク者を対象に実施
- <⑤> ●特定健診結果相談会で、歯科栄養士による歯科指導を実施
 - せいか祭りで「歯の広場」を実施し、歯周病やオーラルフレイル等について啓発
- <⑥> ●「健康・スポーツ交流フェスティバル」や「歯の広場」、広報誌等でオーラルフレイル予防について啓発
 - オーラルフレイル予防についての啓発を保健事業や商業施設等で実施
 - ★「ますます元気教室」を開催し、オーラルフレイルについて保健指導を実施

【令和7年度の取組計画】

- 節目年齢(20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳)に対する、歯周病検診を実施
- ☆「ますます元気教室」でのオーラルフレイル指導の拡充
- 後期高齢者歯科健診を、オーラルフレイルのハイリスク者の受診勧奨を強化
- オーラルフレイル予防についての啓発場所の拡充
- 特定健診結果相談会においてライフステージに合わせた歯科指導の実施
- ☆歯周病検診や後期高齢者歯科健診等、お口の健康の啓発を強化
- ☆養護教諭と情報共有・協議の場について調整を図る。
- 歯科医師会と連携し、歯科講演会や「歯の広場」の実施

【R6年度】●：継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○：継続実施 ☆：再開・新規

基本目標2:楽しく身体を動かそう!

(1)運動・身体活動

◇行政の取り組み

達成状況 達成:○ 未達成×

課題1:子どもが身体を使う楽しさを身につける		令和6年度
①	コロナ禍の影響も踏まえ、子どもの運動不足解消の取組を実施する。	○
②	ホームページや講演会等で子どもの運動・子どものテレビ・ゲーム・スマートフォン等の利用について取り上げる。	○
課題2:みんなが自分にあった運動を実践する		
③	いちご体操を啓発し、町民の認知度を高める。	○
④	保健事業で、身体を動かす楽しさ・意義を広める。	○
⑤	親子で参加できる運動イベントを実施する。	○
課題3:運動に取り組みやすい環境づくりをする		
⑥	セイカ歩数計アプリの内容を充実し、無関心層へアプローチをする。	○
⑦	他課や教育機関と連携を強化し、運動に取り組みやすい環境整備を行う。	○
達成率		100%

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

【課題1】

- <①> ●親子向けウォークラリーイベント「親子で楽しもう! せいかお宝発見わくわく体験」の実施 [3月実施予定]
- せいか祭りでせいか365スタンプラリーやせいか健康・スポーツ交流フェスティバルの実施
- ★精華町ふるさと案内人の会と共催で、親子で参加できるウォーキングイベントを実施
- <②> ●「家族の健康カレンダー」に子どもの運動に関するクイズを掲載し啓発

【課題2】

- <③> ●せいか365プロジェクト「いちご☆体操プロジェクト」による幼稚園・保育所での公演活動の実施
- <④> ●健康づくり介護予防サポーター「すてき65メイト」と連携し、がん検診や骨密度測定、せいか365イベント等で体力測定を実施
- 特定健診結果相談会や健康教室で身体活動・運動について啓発
- 「歩く」をテーマにした健康講演会の実施
- ★特定健診結果相談会・骨密度測定会で、運動の動画を放映して啓発
- ★母子保健事業で、体を動かす親子遊びを実施
- <⑤> ●親子で参加できる運動イベントの実施(課題1-①に同じ)
- せいか365プロジェクト「わくわく健康里山の会」や「Let's DIY」の木工体験などのイベントで身体活動を増やす企画を実施

【課題3】

- <⑥> ●保健事業にてセイカ歩数計アプリの普及啓発を実施 [登録者R5:1178人、R6:1660人]
- <⑦> ★同志社大学と連携し、歩道にシールを貼付しウォーキングコースを設定し、歩行増加につなげる取組を実施

【令和7年度の取組計画】

- ☆5歳児健康診査で、幼児の運動や望ましい生活習慣について啓発 [令和7年度新規]
- ☆母子保健事業でいちご体操の周知を図る
- 新規ウォーキングコースの周知を図る
- 「歩く」をテーマにした講演会の実施
- 子どもを対象として運動イベントの実施
- 保健事業やイベントにおいて住民団体と連携した運動啓発の実施
- セイカ歩数計アプリの登録勸奨の継続実施

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

基本目標3:みんなでニコニコ健康生活！

(1)生活習慣病・循環器疾患・がん

◇行政の取り組み

達成状況 達成:○ 未達成×

課題1:望ましい生活習慣を身につける		令和6年度
①	保健事業やイベントの中で、ライフステージに応じた望ましい生活習慣の啓発を強化していく。	○
②	SNSなどのICTを活用し、情報発信の方法を充実させる。	○
③	商業施設等に啓発の場を拡充する。	○
④	子どもを対象にした生活習慣確立のための啓発を強化していく。	○
⑤	子どもの生活習慣の課題や対策について、小中学校の養護教員と情報の共有・協議の場を持つ。	×
課題2:健診を活用した健康づくりを推進する		
⑥	40歳未満の節目年齢を対象とした健診の実施に向けて取り組む。	○
⑦	医療機関や多職種・せいか365プロジェクトなど、関係機関・団体との連携を強化しながら健康づくりに取り組む。	○
⑧	健(検)診や受診後の保健指導の場を充実させる。	○
⑨	申込や受診・利用方法等についての情報発信を工夫し、健(検)診等を受けやすい環境づくりを進める。	○
達成率		88.8%

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

【課題1】

- <①> ★胃がん検診で、胃内視鏡検診を開始 [令和6年7月開始]
★骨密度測定会で個別指導や啓発ブースを拡充(保健師による保健指導の再開、65メイトによる体力測定)
- <③> ●町内商業施設で健康づくり情報コーナーを設置し、チラシ掲示及び配架
- <④> ●町内ウォーキング団体と連携し「親子で楽しもう!せいかお宝発見・わくわく体験」を実施 [3月実施予定]
●母子手帳アプリ「母子モ」や町ホームページで、望ましい生活習慣について情報発信

【課題2】

- <⑥> ●20歳以上の節目年齢の女性を対象にした骨密度測定会の実施
- <⑦> ●糖尿病重症化予防の対象者に対して、主治医と連携した保健指導を実施
★せいか365プロジェクトや関係機関と連携し、健(検)診受診の勧奨を実施
★骨密度測定会で、健康づくり介護予防サポーター「すてき65メイト」や食生活改善推進員「あすなろ会」と連携し、生活習慣の情報の啓発を実施
- <⑧> ●特定健診の集団会場での実施や巡回がん検診、人権センターでの健(検)診を継続
●集団結果相談会の実施と、個別結果相談会の実施場所・回数の拡充
★特定健康診査の実施医療機関の拡充
★高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業で、高齢福祉課と連携し「ますます元気教室」を開催し、フレイル予防と健康の結果相談を実施 [開催1回、参加者12名]
★骨密度測定会での保健師による個別指導の再開
- <⑨> ●インターネットを活用した特定保健指導の実施
●健(検)診未受診者を対象に、集団健(検)診を追加実施 [1月実施]

【令和7年度の取組計画】

- ☆がん患者アピアランスケア支援事業の開始 [R7年度新規]
- ☆若年がん患者在宅療養支援事業の開始 [R7年度新規]
- 健康講演会の実施

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

基本目標3:みんなでニコニコ健康生活！

(2)たばこ・アルコール

◇行政の取り組み

達成状況 達成:○ 未達成×

課題1:喫煙率を低下させる		令和6年度
①	受動喫煙防止に向けて、庁舎内での協議を推進する。	○
②	未成年者の喫煙防止に向けて、小中学校の養護教員と情報の共有・協議の場を持つ。	×
③	妊婦や子育て世代、20歳未満の喫煙者をなくすため、対象者に合った啓発を強化する。	○
④	従来の方法に加え、ICTやイベントを活用し、禁煙や受動喫煙防止の啓発に努める。	○
課題2:適切なお酒とのつきあい方が理解できる		
⑤	飲酒の機会が増加する時期やアルコール関連問題啓発週間など時期に応じた飲酒に関する啓発の強化を進める。	○
⑥	従来の方法に加え、ICTやイベントを活用しながら、適正飲酒量の周知に努める。	○
⑦	妊婦や子育て世代、20歳未満の飲酒者をなくすため、対象者に合った啓発を行う。	○
達成率		85.71%

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

【課題1】

- <①> ★せいか365職員運動推進部会で禁煙啓発ポスターを作成し、職員休憩室等に掲示
- <③> ●妊娠届出時や新生児訪問等で、必要者に禁煙指導を実施
- <④> ●ホームページ禁煙情報を掲載
- 成人健(検)診や特定健診結果相談会において、禁煙に関するポスター掲示と必要者に禁煙について保健指導を実施

【課題2】

- <⑤> ●アルコール関連問題啓発習慣(11月10日～16日)に庁舎内や保健センターにポスター掲示
- せいか365職員運動推進部会で減酒啓発ポスターを作成し、庁舎内職員休憩室等に掲示
- <⑥> ●成人健(検)診で適量飲酒や休肝日に関するポスター掲示と特定健診結果相談会にて必要者に保健指導を実施
- <⑦> ●妊娠届出時や新生児訪問等で、必要者に適正飲酒の保健指導を実施

【令和7年度の実施計画】

- ☆ホームページや母子手帳アプリ「母子モ」を活用し、妊産婦や子育て世帯に対する禁煙や適正飲酒の啓発を実施
- マタニティフェアで禁煙や飲酒について情報発信
- ☆小中学校の養護教員と情報の共有
- 「健康だより」にて適量飲酒や休肝日に関する情報の発信

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

基本目標4:笑顔でいきいき過ごしましょう！

(1) 休養・こころの健康づくり

◇行政の取り組み

達成状況 達成:○ 未達成×

課題1:うつ病など、こころの病気を予防し、自分らしい生き方ができる		令和6年度
①	こころの病気・ひきこもり・不登校などについて、関係機関と連携していく。	○
②	「睡眠の日」などを活用し、こころの健康の啓発を進める。	○
③	働き盛り世代に向け、こころの健康に関する情報発信を行う。	○
④	保健事業で、元気増進軸を増やすことを強化し、運営する。	○
⑤	せいか365プロジェクトと連携し、保健事業に子育て世代の参加・参画を促していく。	○
課題2:楽しく安心して子育てができる		
⑥	子育て世代が集える居場所に関する情報提供を行う。	○
⑦	メール・SNS等を用いた相談など、相談方法を拡充させる。	○
⑧	町SNSなどの情報発信ツールを活用し、子育て世代に情報発信を行う。	○
⑨	産後ヘルパーの導入など、支援体制の整備を図る。	○
⑩	関係機関と連携し、地域で子どもや親を見守る環境をつくる。	○
⑪	母子健康包括支援センターの活用方法について、情報発信・周知を強化する。	○
達成率		

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

【課題1】

- <①> ●高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業において、高齢福祉課や地域包括支援センターと連携し健康状態不明者への訪問を実施
●個別ケースにおいて支援団体と連携して支援を実施
- <②> ●庁舎内ポスター掲示にてこころの健康に関する情報を啓発
- <③> ●がん検診や特定健診結果相談会にて「こころの相談室」など相談先について周知
- <④> ●各保健事業での仲間づくりの必要性について啓発し、つながりづくりの支援を実施
- <⑤> ●せいか365プロジェクト等の住民団体と連携し、「居場所」や「つながり」を意識した活動支援を実施

【課題2】

- <⑥> ●母子保健事業で子育て世代が集える居場所について情報提供
- <⑦> ●メールを用いた相談支援の実施
- <⑧> ●母子手帳アプリ「母子モ」の周知啓発の強化 [R5:640人→R6:783人]
- <⑨⑩> ★1か月児健康診査費用助成事業を通して、医療機関との連携を強化
★町内中学校で、「いのちの授業」の実施 [R5:2校→R6:3校]
- <⑪> ★母子健康包括支援センター運営検討委員会の外部委員の拡充し、関係機関との連携強化

【令和7年度の取組計画】

- 健康教室等で仲間づくりの支援の実施
- 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業で、健康状態不明者への把握と支援の実施
- ☆就学に向けた切れ目ない支援の充実のため5歳児健康診査の導入 [R7年度新規]
- 母子手帳アプリ「母子モ」を活用し、子育て世代への情報発信

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

基本目標4:笑顔でいきいき過ごしましょう！

(2)生きがい・ふれあい・社会参加

◇行政の取組み

達成状況 達成:○ 未達成×

課題1:社会の中で自分らしい力を発揮できる		令和6年度
①	せいか365プロジェクトの周知や市内連携を進め、せいか365プロジェクトの地域での活躍の場の拡充を図る。	○
②	せいか365プロジェクトやせいか365プロジェクトネットワーク会議の位置づけを明確にし、より活動に参加・参画しやすいように、活動・ルールなどのしくみづくりを行う。	○
③	保健事業で世代に合わせた地域活動の周知を行う。	○
達成率		100%

【令和6年度に取り組んだこと】(12月末時点)

【課題1】

- <①> ★せいか365プロジェクトの周知ポスターの更新し、保健事業等で掲示
 - ★せいか365プロジェクトについて、町ホームページの公共活動団体紹介に掲載
 - ★せいか365プロジェクトの活動報告を町ホームページに定期的に掲載
 - せいか365プロジェクトについて、「家族の健康カレンダー」や「文化・スポーツ情報誌」に掲載
 - 町内健康づくり団体と「親子で楽しもう！せいかお宝発見・わくわく体験」の協働実施 [3月実施予定]
- <②> ★せいか365プロジェクトネットワーク会議を拡充と開催支援 [R5:1回、R6:2回]
 - ★せいか365プロジェクトの活動のホームページ掲載や、施設利用についてのルールを整理
- <③> ●保健事業で、せいか365プロジェクトについて周知
 - 子育て支援センターと協働で「マタニティフェア」を実施し、子育て世代へ主任児童委員等、地域の相談者について周知
 - 保健センターや「マタニティフェア」で精華町食生活改善推進員協議会(あすなる会)のレシピを配架し、活動を周知
 - ★骨密度測定会で、健康づくり介護予防サポーター「すてき65メイト」や精華町食生活改善推進員協議会(あすなる会)と連携し事業を実施

【令和7年度の取組計画】

- せいか365プロジェクトの活動支援の継続
- 町ホームページや各保健事業等でせいか365プロジェクトや地域活動の周知を実施
- 地域団体や関係機関と連携し、事業を実施する

【R6年度】●:継続実施 ★再開・新規 【R7年度】○:継続実施 ☆:再開・新規

②各基本目標に共通した取り組み

【令和6年度に取り組んだこと】	
〈しくみづくり〉	(1)庁舎内各課との連携・協働 <せいか365職員運動推進部会の取組> ★禁煙や減酒啓発ポスターを作成し、職員向けに啓発 ★セイカ歩数計アプリを活用した職員向けウォークイベントの開催 ★企業と連携し、住民及び職員向けに健康チェックイベントを実施 (2)関係機関・地域団体・企業などとの連携・協働 ★せいか365健康応援団による健康チェックイベントを住民向けに拡充して実施(2月予定) ★せいか365健康ポイント事業協賛店の増加 [R5:49店舗→R6:56店舗] ★同志社大学と連携し、歩道にシールを貼付し歩行増加につなげる取組を実施 ★京都府立大学の食診断システム改修のための研究への協力 (3)住民との連携・協働 ★精華町ふるさと案内人の会とウォーキングイベントの協働実施 ●「親子で楽しもう！せいかお宝発見・わくわく体験」を健康づくり団体と協働実施(3月予定) (4)多様な専門家のネットワークづくり ★母子健康包括支援センター運営検討委員会の外部委員の拡充 (5)多様な活動団体の拠点について ★せいか365ネットワーク会議の開催数を拡充し、団体同士の情報交換・交流を自主的に行える場所を作った
〈人づくり〉	せいか365活動やせいか365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引き続き開催します。 ●せいか365職員運動推進部会の活動支援による人材の実施「住民団体とお宝発見わくわく体験イベントの協働実施(3月予定)」 せいか365健康応援団との事業協力(2月予定)」
〈プロジェクトづくり〉	せいか365プロジェクトネットワーク会議やせいか365プロジェクト全体での交流会を定期的に開催し、活動の活性化を図ります。せいか365プロジェクト活動育成セミナーを定期的に開催し、プロジェクトの拡充を図ります。 ★せいか365プロジェクトネットワーク会議の実施回数の拡充、開催支援 ●せいか365プロジェクトの交流の機会をもち、プロジェクト同士の交流・つながりづくりを実施
【令和7年度の取組計画】	
☆防災保健センターの活動支援室設置に向けたせいか365プロジェクトへのヒアリングの実施(予定) ☆第9期食生活改善推進員(あすなろ会員)養成講座の開催 ○せいか365健康応援団や健康づくり団体等と連携し、事業を実施する ○せいか365職員運動推進部会を通じた人材育成の実施	
【R6年度】●:継続実施 ★:再開・新規 【R6年度】○:継続実施 ☆:再開・新規	