

第2次心も身体も健康プラン 最終評価報告書

**令和6年3月
我孫子市**

はじめに

生涯をとおして健康で自立した生活をおくることは、すべての市民の願いです。

我孫子市では、市民の健康寿命の延伸を目指した「心も身体も健康プラン（健康増進法の規定による市町村健康増進計画）」をはじめ、健全な食生活の実践を目指した「食育推進行動計画」、歯と口腔の健康づくり推進条例に基づいた「歯と口腔の健康づくり基本計画」を総合的かつ計画的に推進するため、3つの計画を統合した『第2次心も身体も健康プラン』を平成27年に策定しました。



令和元年度には、中間評価を行うとともに、必要に応じて指標や目標値等の見直しを行いました。

次年度で10年目を迎えるにあたり、令和5年度には、最終評価を実施しました。最終評価は、市民の皆さまを対象に実施した「健康についてのアンケート」の結果等を分析し、各施策の目標の達成状況を確認するとともに、これまでの施策の取り組みをまとめ、今後に向けて市が推進すべき方策を明らかにしました。

この最終評価の結果を踏まえ、令和7年度から始まる次期プランを策定していきます。これからも、市民の主体的な取り組みを支援するとともに、市民・行政・関係機関が一体となり、一次予防を重視した健康づくり、食育や歯と口腔の健康づくりの推進に取り組んでいきます。

最後に、最終評価の実施に当たり、多大なるご協力をいただきました「我孫子市健康づくり推進協議会」の委員の皆さまを始め、貴重なご意見をいただきました市民の皆さま、関係者の方々に心から感謝申し上げます。

令和6年3月

我孫子市長 星野 順一郎

目次

第1章 第2次心も身体も健康プランの概要	1
1 計画の位置づけ	1
2 計画の基本理念	1
3 計画の期間	1
4 計画の体系	2
(1) 一次予防を重視した健康づくりの推進	2
(2) 食育の推進	2
(3) 歯と口腔の健康づくりの推進	2
第2章 最終評価の目的と方法	4
1 目的	4
2 方法	4
第3章 我孫子市の健康状態の特徴	6
1 人口の推移	6
2 平均寿命の推移	6
3 健康寿命の推移	7
4 死亡の状況	8
5 国民健康保険特定健康診査の状況	9
6 がん検診の状況	10
7 高齢者の状況	11
(1) 高齢化率の推移	11
(2) 介護保険認定者の状況	12
(3) 認知症者数の推移	12
8 社会保障費の状況	13
(1) 国民健康保険医療費及び後期高齢者医療費の推移	13
(2) 介護保険給付費の推移	14

第4章 最終評価の結果	15
1 目標の達成状況	15
2 今後推進すべき施策の方向性	16
重点施策1 一次予防を重視した健康づくりの推進	16
【基本方針1】健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進（人とまちの健康観）	16
【基本方針2】望ましい食生活の推進（栄養・食生活）	22
【基本方針3】運動習慣確立のための取り組みの推進（運動・身体活動）	27
【基本方針4】心の健康を保つための取り組みの推進（休養・心の健康）	32
【基本方針5】禁煙及び受動喫煙防止の推進（たばこ）	37
【基本方針6】適度な飲酒を身につけるための取り組みの推進（アルコール）	41
【基本方針7】自らの健康を管理する取り組みの推進（健康チェック）	45
重点施策2 食育の推進	53
【基本方針1】家庭・地域における食育の推進	53
【基本方針2】次世代育成のための食育の推進（家庭）（教育現場等）	58
【基本方針3】地産地消を通じた食育の推進	64
重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進	68
【基本方針】全てのライフステージにおけるむし歯予防対策及び歯周病対策等歯と口腔の健康づくりの推進	68
第5章 施策の体系	78
重点施策1 一次予防を重視した健康づくりの推進	78
【基本方針1】健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進（人とまちの健康観）	78
【基本方針2】望ましい食生活の推進（栄養・食生活）	80
【基本方針3】運動習慣確立のための取り組みの推進（運動・身体活動）	80
【基本方針4】心の健康を保つための取り組みの推進（休養・心の健康）	82
【基本方針5】禁煙及び受動喫煙防止の推進（たばこ）	83
【基本方針6】適度な飲酒を身につけるための取り組みの推進（アルコール）	83
【基本方針7】自らの健康を管理する取り組みの推進（健康チェック）	84
重点施策2 食育の推進	85
【基本方針1】家庭・地域における食育の推進	85
【基本方針2】次世代育成のための食育の推進（家庭）（教育現場等）	87
【基本方針3】地産地消を通じた食育の推進	88
重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進	89
【基本方針】全てのライフステージにおけるむし歯予防対策及び歯周病対策等歯と口腔の健康づくりの推進	89

資料編	93
1 健康づくり推進協議会委員名簿	93
2 心も身体も健康プラン推進委員会名簿	94
3 最終評価策定過程	95
(1) 健康づくり推進協議会	95
(2) 心も身体も健康プラン推進委員会	95
4 指標一覧	96
5 用語集	110

報告書の見方

文中の※印の用語は「資料編5 用語集」に掲載しています。

なお、その言葉が最初に表されている箇所に付記しています。

第1章 第2次心も身体も健康プランの概要

1 計画の位置づけ

第2次心も身体も健康プラン（以下、「本計画」という。）は、健康増進法第8条の規定による「市町村健康増進計画」、食育基本法第18条の規定による「市町村食育基本計画」、我孫子市歯と口腔の健康づくり推進条例第8条の規定による「歯と口腔の健康づくり基本計画」に位置づけられるものです。また、母子保健計画策定指針（平成26年6月17日雇児発0617第1号厚生労働省雇用均等・児童家庭局長通知）第2による「母子保健計画」を兼ねています。

市民の健康寿命の延伸や食育^{*}の推進、歯と口腔の健康づくりの推進への取り組みは市民一人ひとりの実践につながることで初めて実を結ぶものであり、長期的視点に立って、評価・見直しを行いつつ進めてきました。

また、本計画は、「我孫子市第四次総合計画」^{*}、「我孫子市第6次健康福祉総合計画」等関係する他の計画との整合性・連携を図りながら進めてきました。

2 計画の基本理念

市民が健康な生活をおくり続けるには、健康寿命を延伸するための取り組みが必要になります。健康寿命を延伸していくためには、まず「一人ひとりが自ら実践への努力を始めることを認識し、実践すること」、次に「一人が周りを巻き込んで健康づくりに取り組んでいくこと」が望まれます。

本計画においては、健康に関する情報を「知る」、自らの健康状態に「気づく」、健康に関する取り組みを「実践する」、得た情報や自らの体験を「広げる」、という流れをつくることにより、自主的な健康づくりに取り組む市民の増加、健康な生活を支える体制の整備を図ってきました。

基本理念

『自ら取り組む、みんなで続ける健康づくり』

3 計画の期間

計画の期間は平成27年度から令和6年度までの10年間で、5年目である令和元年度に中間評価を行いました。計画全体については、令和5年度に最終評価を行いました。

平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
第2次心も身体も健康プラン（平成27年度～令和6年度）									
				中間評価				最終評価	次期計画策定

4 計画の体系

健康寿命を延伸していくためには、一次予防^{*}を目的とした主体的な健康づくりが重要です。一次予防のためには、一人ひとりが正しい健康観を持ち、よいコミュニティを作ること、正しい知識を持ち、望ましい食生活をおくること、運動習慣を身につけること、十分な睡眠をとること、ストレスを解消すること、禁煙・分煙に努めること、適正飲酒量^{*}を守ること、定期的に健（検）診を受診すること等、様々な取り組みが望まれます。

健康寿命延伸のための取り組みを推進するにあたり、「食」は特に重要な要素です。健全な食生活を営むためには正しい知識や、子どもの頃から「食」に興味・関心を持つための環境づくりや取り組みが必要です。

また、歯と口腔の健康を維持することは、食育及び一次予防の実践にあたって重要な要素となります。

このように、「一次予防のための健康づくり」、「食育」、「歯と口腔の健康づくり」は相互に補完していることから、第2次心も身体も健康プランは、3つの計画を包含した一体的な計画として策定しました。

（1）一次予防を重視した健康づくりの推進

生活習慣病の予防対策として、日頃から健康増進に努め、望ましい生活習慣を実践することで、疾病そのものを予防する「一次予防」を重視した健康づくりを推進し、市民の健康寿命延伸を図ります。

（2）食育の推進

生活の基本である食は心身の健康や豊かさにつながるものであり、次世代の育成においても重要な要素です。多面的な施策の展開を図り、「食」に関する興味・関心を持ち、「食」に関する知識と選択する力を習得し、望ましい食生活を実践する市民の増加を図ります。

（3）歯と口腔の健康づくりの推進

生涯をとおして健康な歯と口腔を維持することは、一次予防においても重要であり、食事を楽しみ、健康な食生活をおくるためにも欠かせない要素です。歯周病・むし歯の早期発見と口腔ケアの啓発等をとおして、市民の歯と口腔の健康の維持を図ります。

また、各事業の推進にあたっては、持続可能な国際目標（SDGs）の視点をもって行うこととします。

「SDGs」って？

2015年9月の国連サミットにおいて全会一致で採択された「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現のため、2030年を年限とする17の国際目標のことで、8つの優先課題を設けています。

- ①あらゆる人々の活躍の推進
- ②健康・長寿の達成
- ③成長市場の創出・地域活性化・科学技術イノベーション
- ④持続可能で強靱な国土と質の高いインフラの整備
- ⑤省・再生可能エネルギー、気候変動対策、循環型社会
- ⑥生物多様性、森林、海洋等の環境の保全
- ⑦平和と安全・安心社会の実現
- ⑧SDGs実施推進の体制と手段

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



第2章 最終評価の目的と方法

1 目的

目標の達成状況や施策の取り組み状況を評価し、今後に向けて我孫子市（以下、「市」という。）が推進すべき方策を明らかにするため実施しました。

2 方法

評価方法は、令和6年度目標値と令和5年度現況値及び平成25年度現況値と令和5年度現況値を比較（一部項目を除き統計的有意差検定[※]を実施）するとともに、分析上の課題や関連する調査・研究データの動向も踏まえ評価を行いました。

令和5年度現況値については、令和5年実施「我孫子市健康についての市民アンケート」の数値を使用しています。市民アンケート以外の令和5年度現況値については、令和4年度の数値を使用しています。そのため、参加者人数や実施回数、実施学校数等の現況値については、新型コロナウイルス感染症の影響等により、数値が大幅に少なくなっている項目が多くあります。

令和元年度現況値については、令和元年実施「我孫子市健康についての市民アンケート」の数値を使用し、市民アンケート以外の令和元年度現況値については、平成30年度の数値を使用し、中間評価を実施しました。

統計的有意差検定は、市民の健康状況を把握するために、全数調査は難しいため、標本を用いて統計的に処理を行い、市の健康状況の傾向を把握しようとするものであり、2つの標本間の差が偶然に起こったものではないかを見ています。

なお、具体的な統計手法および計算ツールについては、「健康増進施策推進・評価のための健康・栄養調査データ活用マニュアル」[※]に記載されています。

A	【目標値に達した】 ・ 令和6年度目標値を上回っているもの 片側P値 [※] （vs 令和6年度目標値） <0.05
B	【目標値に達していないが、改善傾向にある】 ・ 平成25年度現況値から改善しているもので、検定結果で有意差 [※] があるもの 片側P値（vs 平成25年度現況値） <0.05
C	【変わらない】 ・ 平成25年度現況値から改善しているもので、検定結果で有意差がないもの ・ 平成25年度現況値から悪化しているもので、検定結果で有意差がないもの
D	【悪化している】 ・ 平成25年度現況値から悪化しているもののうち、検定結果で有意差があるもの 片側P値（vs 平成25年度現況値） <0.05
—	【評価できない】 ・ 比較できるデータがない。

※上記の方法で判定できない項目については次の方法で評価を行いました。

・ 健康寿命：「健康寿命のあり方に関する有識者研究会報告書（2019年3月）」内で、健康寿命の比較にあたっては、変動も考慮に入れ、統計学的手法を用いることで、算出間の差が、偶然による変更の範囲内に収ま

るか否かを検討する必要がある。と記載されています。

「健康寿命の推移の評価プログラム」により統計学的に見て、地域の健康寿命が延伸傾向にあるか、不健康期間が短縮傾向にあるか確認できるため、このプログラムを用いて、健康寿命の評価を行いました。

- ・参加者数、利用者数等で数値目標がない項目については、策定時より 10%以上増加していれば A、策定時より 5%以上増加していれば B、5%以上減少していれば D、 $\pm 5\%$ の範囲内は C とします。
- ・参加者数、利用者数等で数値目標がある項目については、目標値を達成していれば A、策定時より 5%以上増加していれば B、5%以上減少していれば D、 $\pm 5\%$ の範囲内は C とします。

評価内容を示す一覧表の見方については、まず令和 6 年度目標値と令和 5 年度現況値を統計学的に有意差があるかどうかを検定し評価します。有意な差があると判定されれば A【目標値に達した】となります。

次に A【目標値に達した】以外の項目に対し、平成 25 年度現況値と令和 5 年度現況値を統計学的に有意差があるかどうかを検定し評価します。平成 25 年度現況値から改善しているもので、有意な差があると判定されれば、B【目標値に達成していないが、改善傾向にある】となります。有意な差がないと判定されれば C【変わらない】となります。平成 25 年度現況値から悪化しているもので、有意な差があると判定されれば D【悪化している】となります。

このように単純に数値の差を評価するものではなく、調査結果のバラツキの度合い、評価年度における年齢層の違い等も考慮し、評価を行いました。

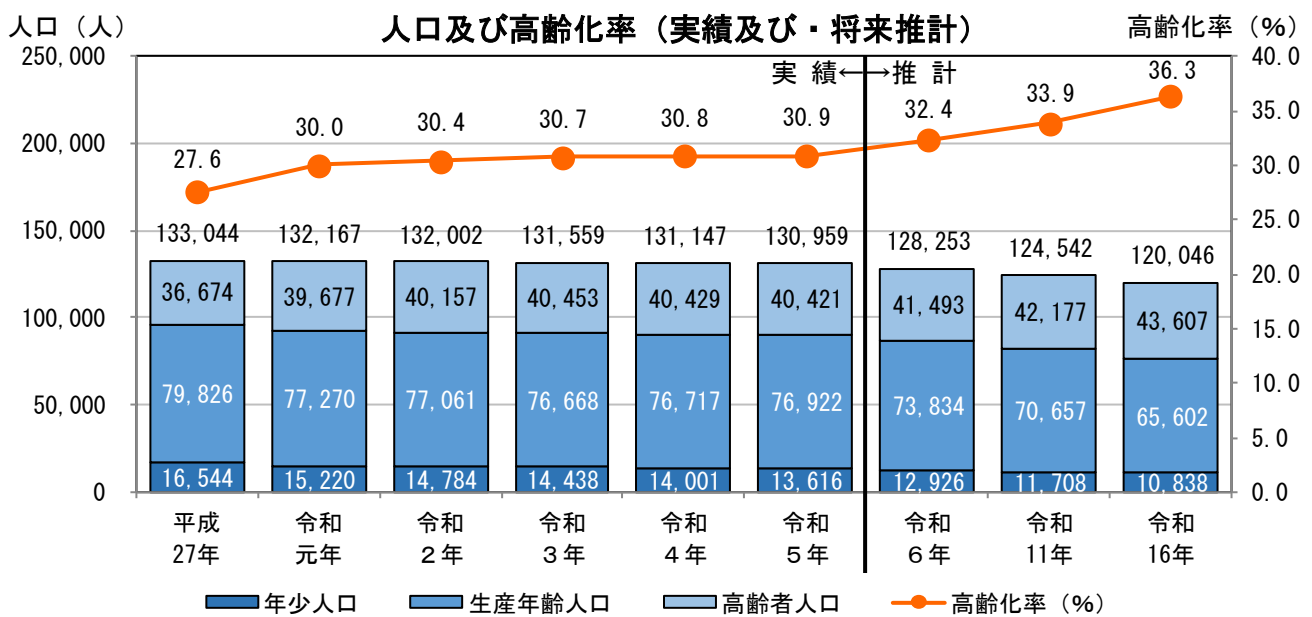
第3章 我孫子市の健康状態の特徴

1 人口の推移

市の人口は平成23年の136,217人をピークに減少局面に入り、令和5年4月1日時点での人口は130,959人となっています。

年齢3区分別人口の推移をみると、65歳以上の高齢者人口は増加の一途をたどる一方で、15歳未満の年少人口や15歳以上65歳未満の生産年齢人口は減少を続けています。

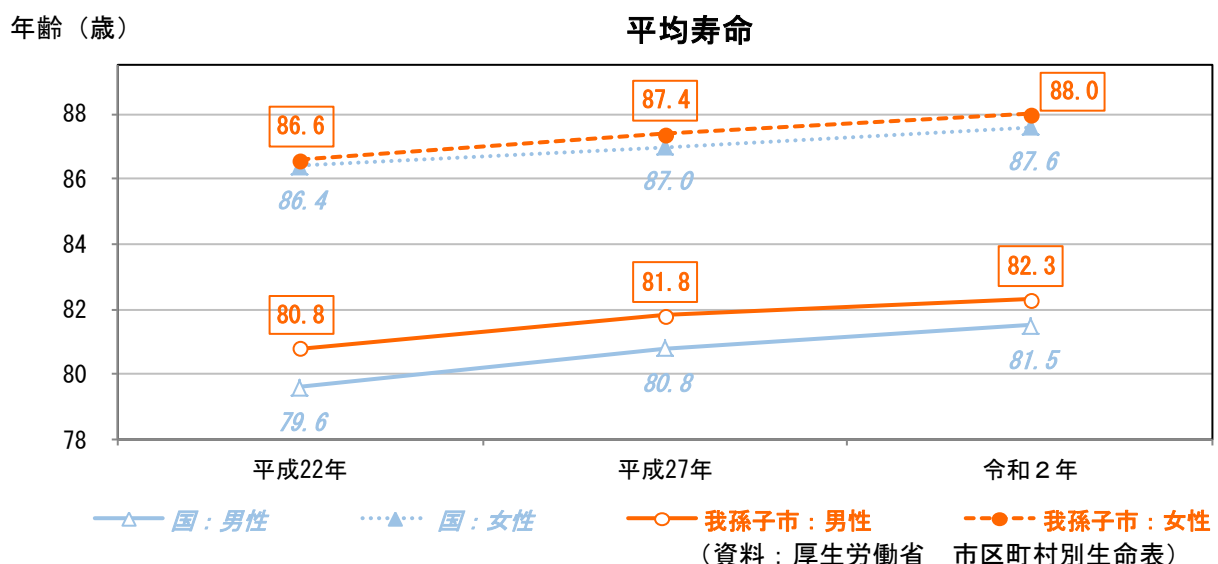
今後も年少人口と生産年齢人口は減少、高齢者人口は増加を続けていくことが予想されています。



(実績資料：我孫子市住民基本台帳人口 各年4月1日時点)
 (推計資料：我孫子市第四次総合計画人口の見通し 令和2年9月)

2 平均寿命の推移

国勢調査[※]等をもとに厚生労働省が発表した令和2年の市の平均寿命[※]は、男性82.3歳、女性88.0歳となっています。国と同様に、増加しています。



3 健康寿命の推移

厚生労働省では、「日常生活に制限のない期間の平均」を健康寿命として算出していますが、同様の市町村のデータは算出できず、健康寿命の算出方法は様々です。そのため、市では、国保データベース（KDB）システム※において、年齢階級別人口、年齢階級別死亡者数、人口、介護保険における要介護認定の「要介護2～5の認定者数」をもとに算出された「日常生活動作が自立している期間の平均」を健康寿命としています。

健康寿命は男性、女性ともに横ばいで推移しています。

(男性)

単位：年

年	平均余命※	平均要介護期間	健康寿命 (平均自立期間)
平成 27 年	81.9	1.4	80.5
平成 28 年	83.2	1.6	81.6
平成 29 年	82.0	1.2	80.8
平成 30 年	82.3	1.3	81.0
令和元年	83.5	1.5	82.0
令和 2 年	82.6	1.5	81.1

(女性)

単位：年

年	平均余命	平均要介護期間	健康寿命 (平均自立期間)
平成 27 年	87.5	3.4	84.1
平成 28 年	88.1	3.4	84.7
平成 29 年	87.6	3.2	84.4
平成 30 年	87.4	3.1	84.3
令和元年	89.1	3.5	85.6
令和 2 年	88.7	3.2	85.5

4 死亡の状況

令和3年の市の主要死因別死亡状況をみると、男性、女性ともに1位は悪性新生物※（がん）、2位は心疾患（高血圧性を除く）となっています。3位以下を見ると、その他の呼吸器系の疾患、肺炎、慢性閉塞性肺疾患などの呼吸器に関する疾患や、脳血管疾患、高血圧性疾患などの循環器に関する疾患が多い傾向にありました。

(男性) 単位：人

順位	死因分類	人数
1	悪性新生物	245
2	心疾患（高血圧性を除く）	92
3	その他の呼吸器系の疾患	56
4	老衰	40
	肺炎	40
6	脳血管疾患	37
7	不慮の事故	22
8	慢性閉塞性肺疾患	18
9	高血圧性疾患	17
10	アルツハイマー病	13
	その他の新生物<腫瘍>	13

(女性) 単位：人

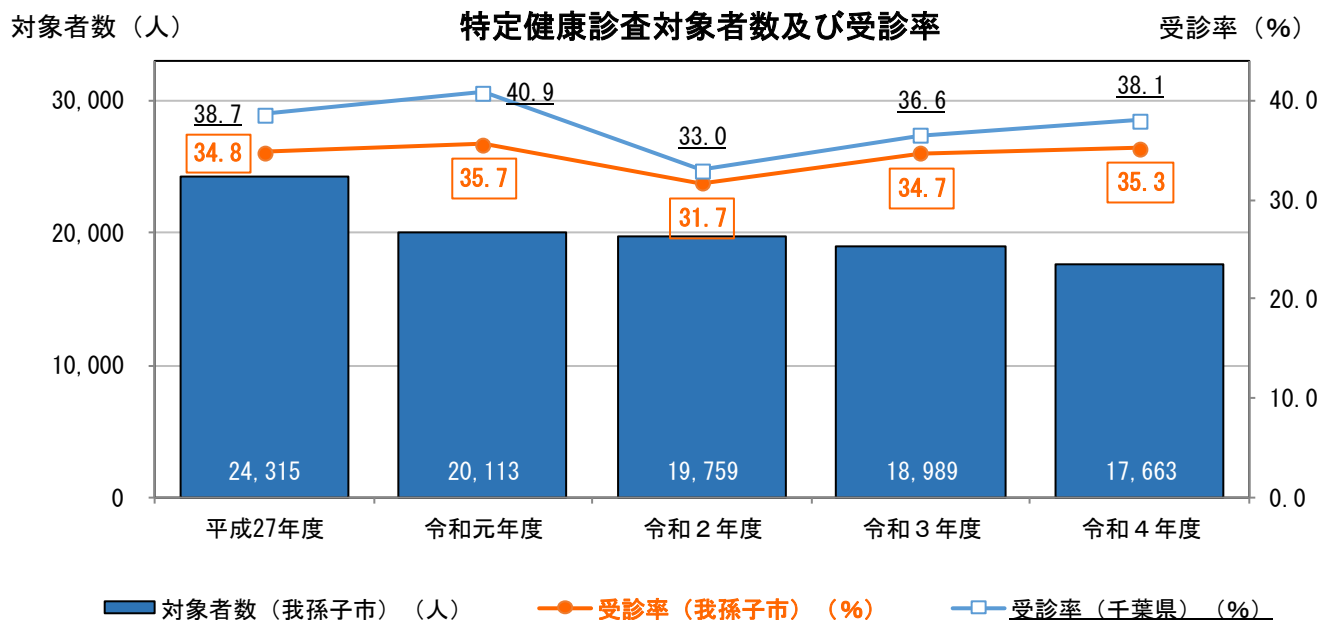
順位	死因分類	人数
1	悪性新生物	175
2	心疾患（高血圧性を除く）	84
3	老衰	75
4	脳血管疾患	49
5	その他の呼吸器系の疾患	40
6	肺炎	38
7	アルツハイマー病	21
8	血管性及び詳細不明の認知症	20
9	高血圧性疾患	15
	腎不全	15

(資料：令和3年千葉県衛生統計情報)

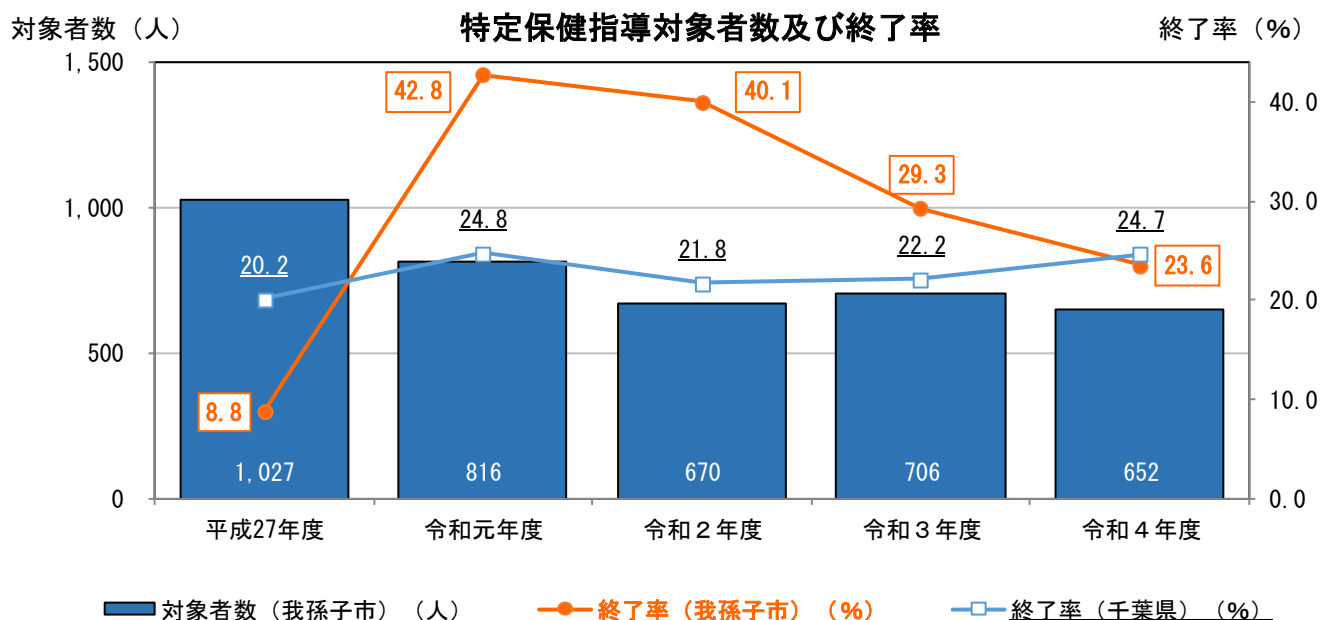
5 国民健康保険特定健康診査の状況

特定健康診査^{*}の受診率は、県より低く、35%前後で推移しています。

特定保健指導^{*}の終了率^{*}は増加傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症の影響等もあり、令和3年度以降は大幅に低下しました。



（資料：千葉県国民健康保険団体連合会 法定報告）

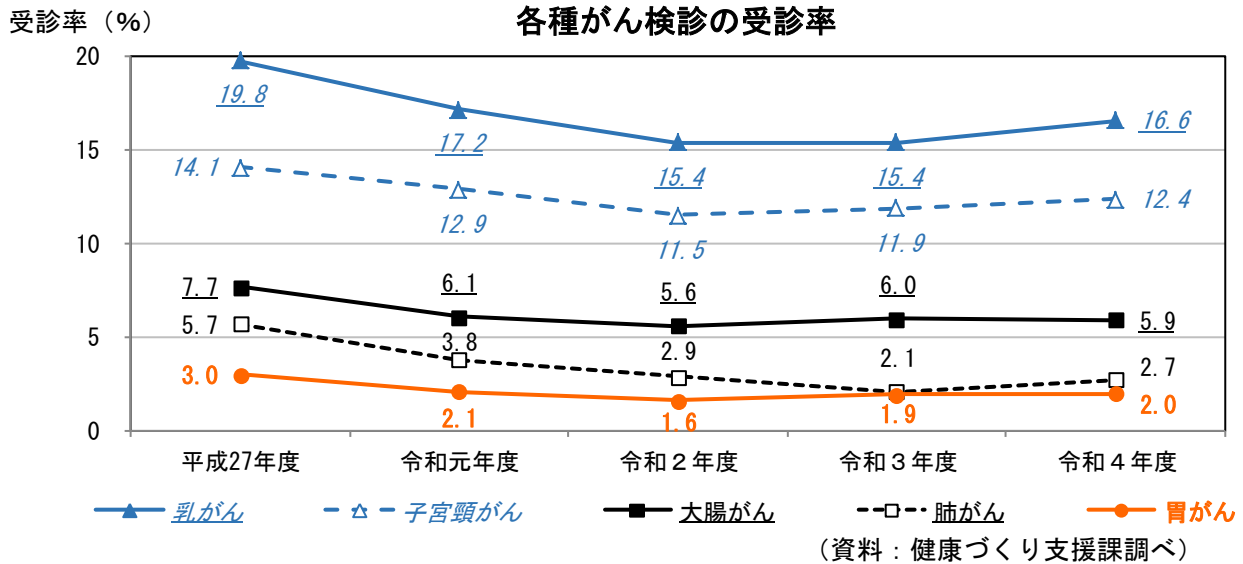


（資料：千葉県国民健康保険団体連合会 法定報告）

6 がん検診の状況

がん検診別の受診率は年々減少しています。

なお、受診率について、子宮頸がん検診は 20 歳から 69 歳の女性全人口、乳がん検診は 40 歳から 69 歳の女性全人口、胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診は 40 歳から 69 歳の全人口を対象者数として算出しています。

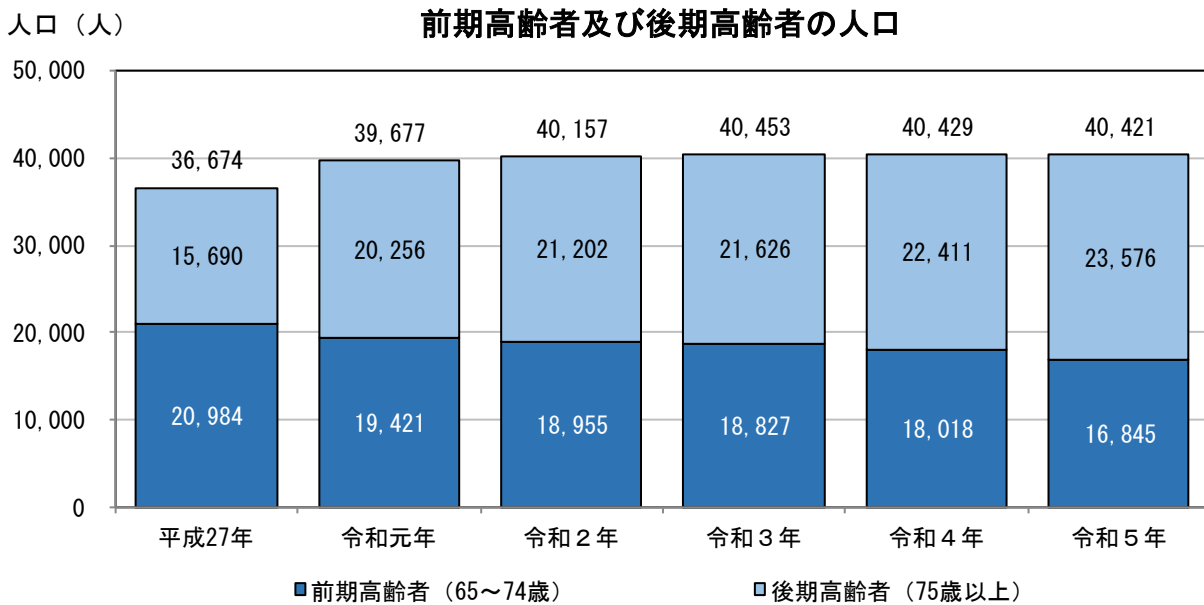


7 高齢者の状況

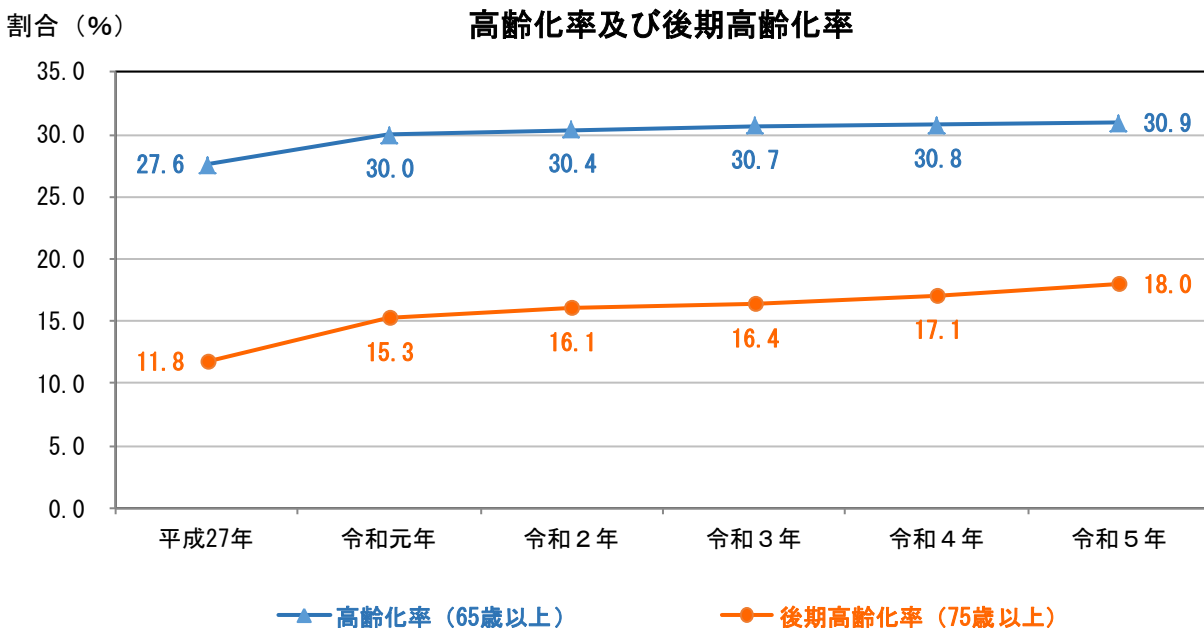
(1) 高齢化率の推移

令和5年4月1日時点での65歳以上の人口（高齢者人口）は40,421人、高齢化率（総人口に対する高齢者人口の割合）は30.9%となっています。

高齢者のうち、前期高齢者数（65～74歳）は年々減少していますが、後期高齢者数（75歳以上）は年々増加しており、後期高齢化率は令和5年4月1日時点で18.0%と、高齢化率の伸び以上に年々上昇しています。



（資料：高齢者支援課調べ 各年4月1日時点）

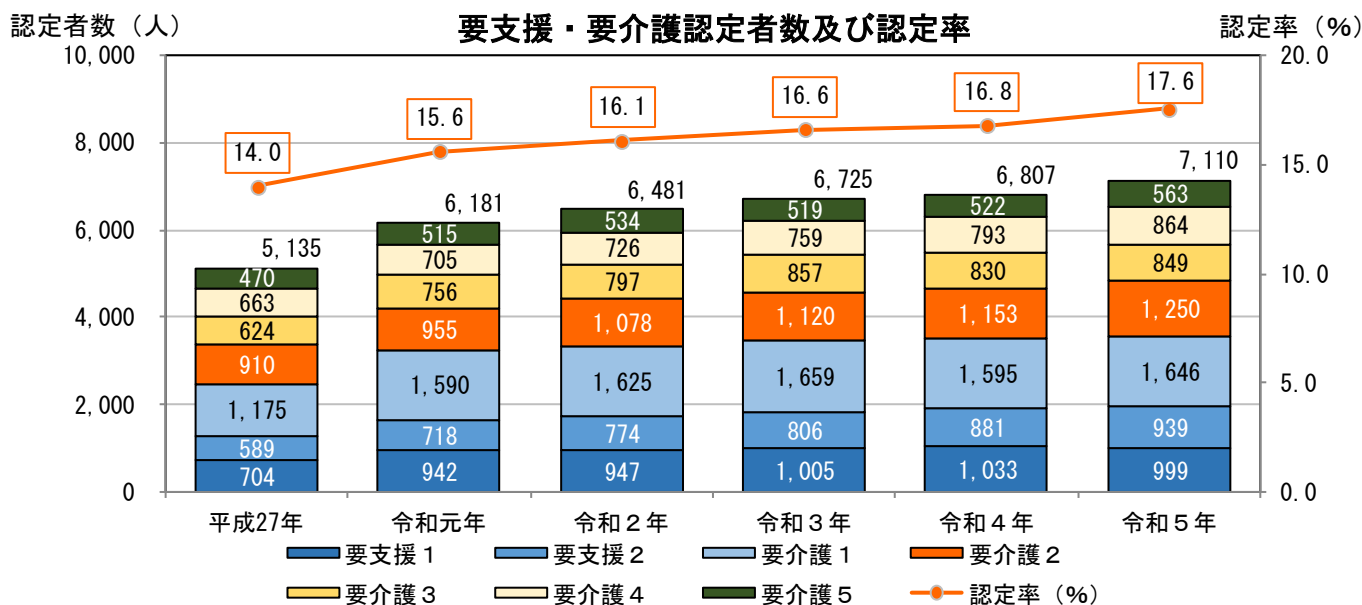


（資料：高齢者支援課調べ 各年4月1日時点）

(2) 介護保険認定者の状況

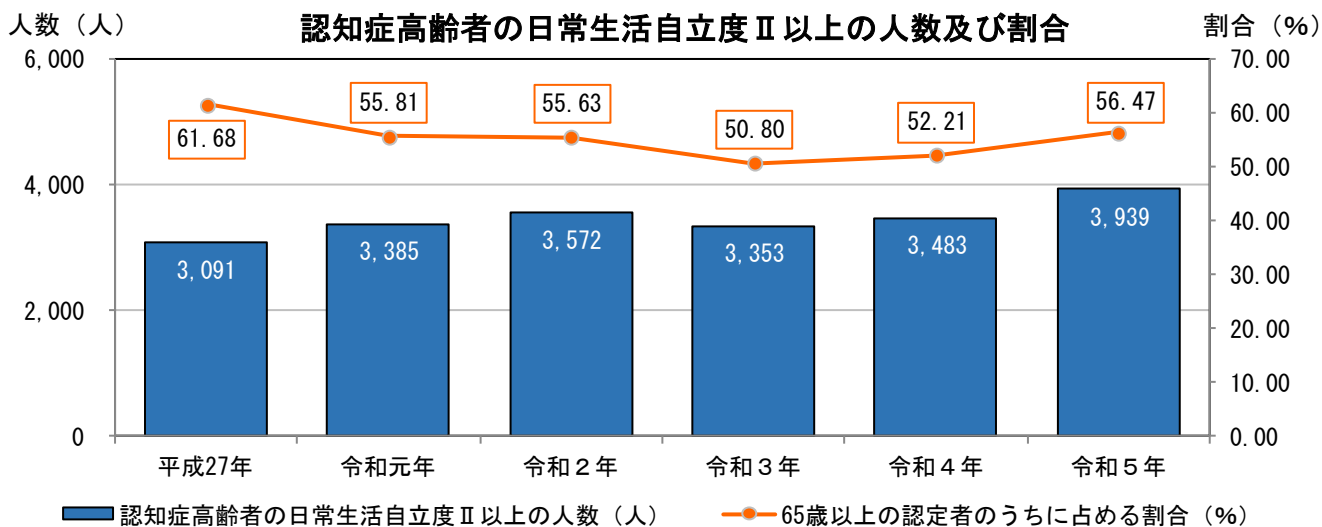
介護保険の要介護認定を受けた要介護及び要支援認定者数は年々増加しています。令和5年4月1日時点で7,110人となっており、平成27年から1,975人増加しています。要介護度別にみると、要介護1、要介護2の順に認定者数が多くなっています。

認定率も年々増加しており、令和5年4月1日時点で17.6%と、平成27年から3.6%増加しています。



(3) 認知症者数の推移

認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ※以上の数は、令和3年に一時減少したものの、平成27年度から増加傾向にあり、令和5年4月1日時点で3,939人となっています。65歳以上の要介護等認定者数全体に占める割合は、令和5年4月1日時点で56.47%と、認定者のうち半数以上を占めています。

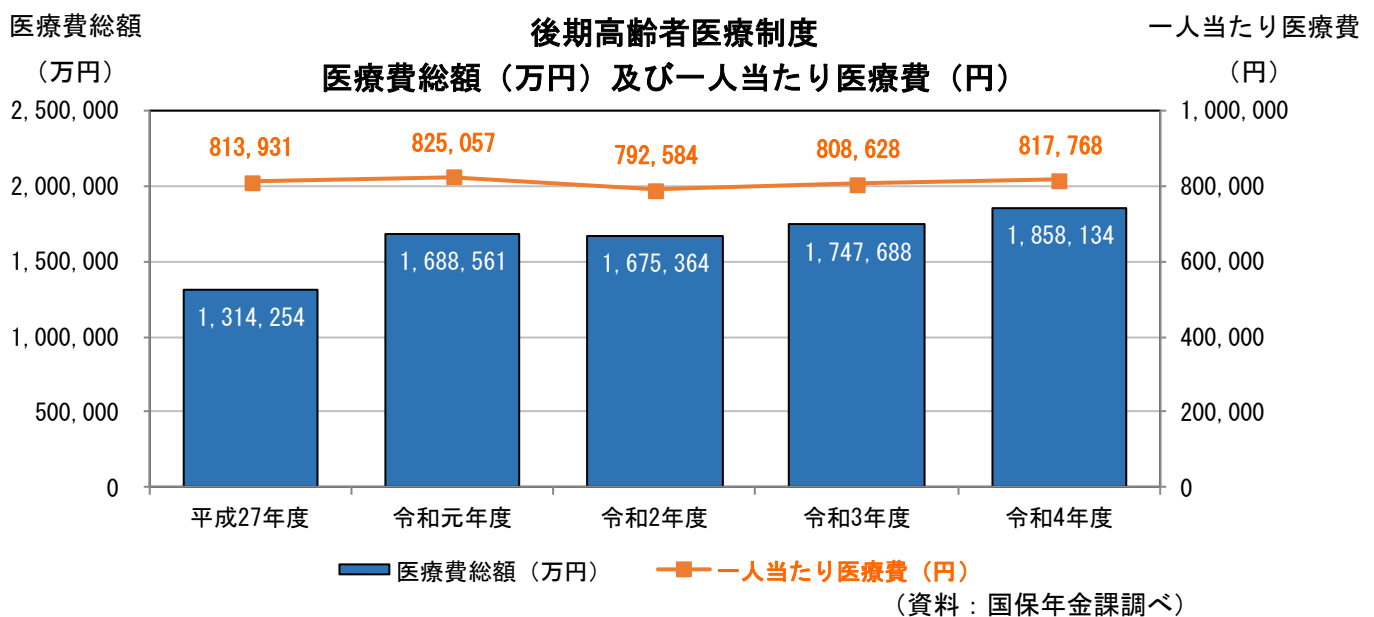
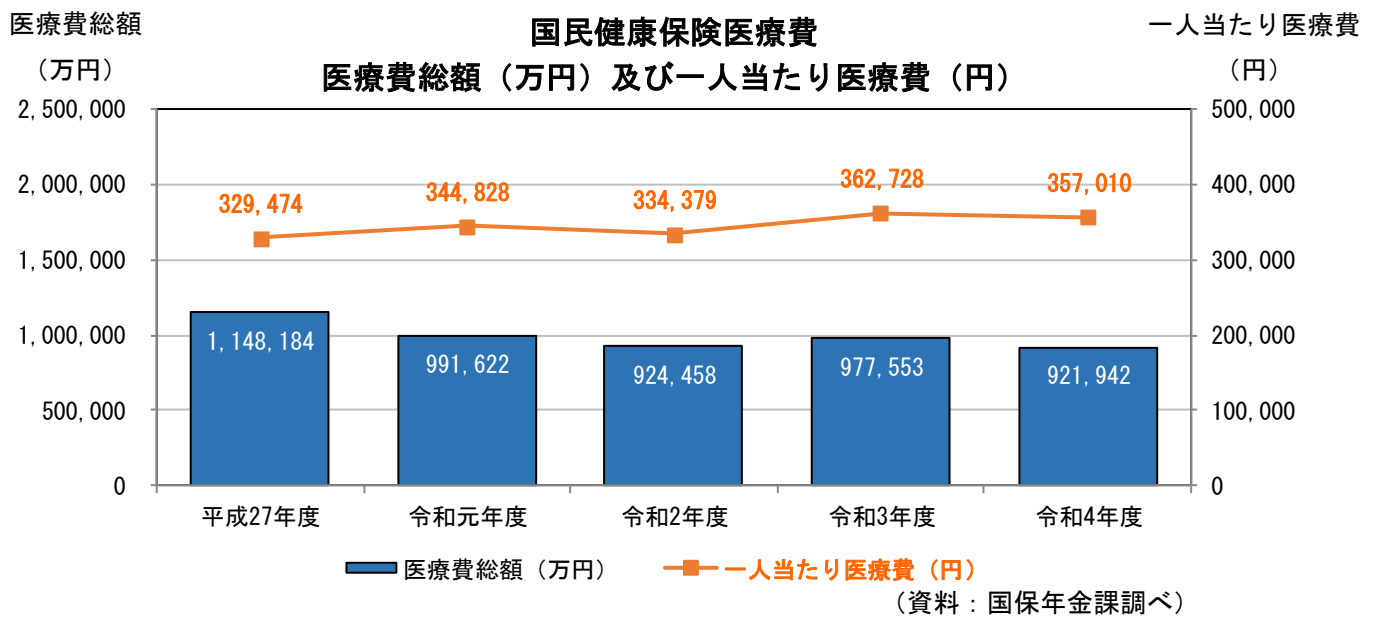


8 社会保障費の状況

(1) 国民健康保険医療費及び後期高齢者医療費の推移

市の国民健康保険の医療費総額は年々減少、後期高齢者医療制度の医療費総額は年々増加しており、双方を合わせると医療費総額は増加傾向です。一人当たり医療費は、市の国民健康保険では増加傾向にあり、後期高齢者医療制度では横ばいで推移しています。

令和4年度の国民健康保険医療費総額は約92億円で、一人当たりの医療費は約35万円です。後期高齢者医療制度の医療費総額は約185億円で、一人当たりの医療費は約82万円となっています。



国民健康保険の疾病別医療費を見ると、「その他の悪性新生物〈腫瘍〉」が1位、次いで、「腎不全」、「糖尿病」という状況が令和元年度から4年連続で続いています。疾病別医療費は、「その他の悪性新生物〈腫瘍〉」は横ばいで推移しており、「腎不全」、「糖尿病」は減少傾向にあります。

国民健康保険疾病別医療費（疾病別医療費）

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
1位 疾病分類	その他の悪性新生物 〈腫瘍〉	その他の悪性新生物 〈腫瘍〉	その他の悪性新生物 〈腫瘍〉	その他の悪性新生物 〈腫瘍〉
医療費	583,632,100円	626,394,120円	657,852,610円	581,955,270円
2位 疾病分類	腎不全	腎不全	腎不全	腎不全
医療費	578,467,490円	524,812,170円	503,447,820円	498,055,000円
3位 疾病分類	糖尿病	糖尿病	糖尿病	糖尿病
医療費	473,905,460円	465,293,610円	474,787,560円	440,113,380円

（国保データベース（KDB）システム「疾病別医療費分析（中分類）」）

レセプト件数別で見ると、令和元年度から4年連続で、1位は「高血圧性疾患」となっています。レセプト件数は、全体的に減少傾向にあります。

国民健康保険疾病別医療費（レセプト件数）

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
1位 疾病分類	高血圧性疾患	高血圧性疾患	高血圧性疾患	高血圧性疾患
件数	23,686件	21,627件	20,953件	19,513件
2位 疾病分類	脂質異常症	糖尿病	糖尿病	糖尿病
件数	15,298件	14,227件	14,668件	13,662件
3位 疾病分類	糖尿病	脂質異常症	脂質異常症	その他の目及び 付属器の疾患
件数	14,893件	13,802件	13,895件	12,700件

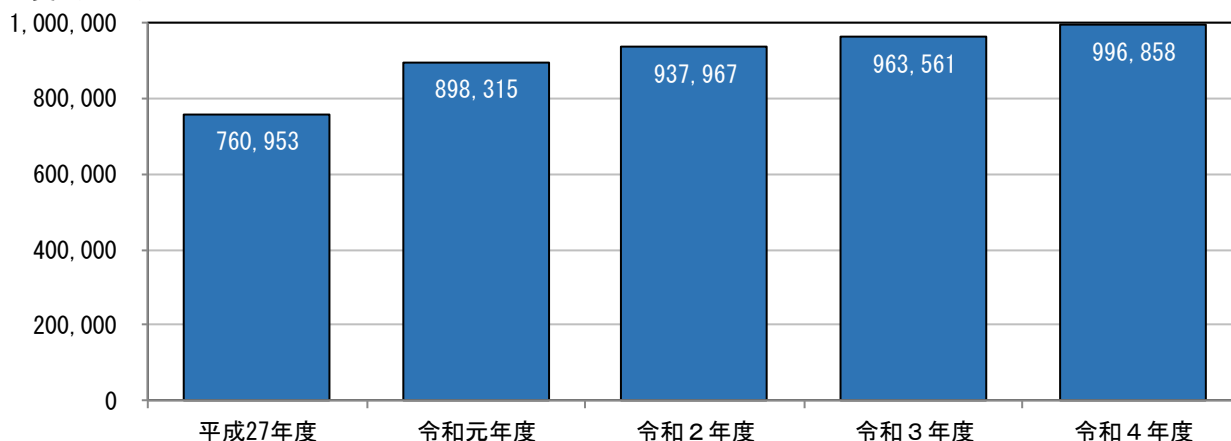
（国保データベース（KDB）システム「疾病別医療費分析（中分類）」）

（2）介護保険給付費の推移

介護保険給付費は年々増加しています。令和4年度の介護保険給付額は、約99億円となっています。

給付費（万円）

介護保険給付費



（資料：高齢者支援課調べ 各年4月1日時点）

第4章 最終評価の結果

1 目標の達成状況

件数	A 目標達成	B 改善傾向	C 変わらない	D 悪化	— 比較不可	合計
重点施策1	11 (7.6%)	41 (28.3%)	56 (38.6%)	36 (24.8%)	1 (0.7%)	145 (100.0)
重点施策2	15 (20.8%)	12 (16.7%)	24 (33.3%)	20 (27.8%)	1 (1.4%)	72 (100.0)
重点施策3	21 (25.0%)	25 (29.8%)	25 (29.8%)	11 (13.1%)	2 (2.4%)	84 (100.0)
合計	47 (15.6%)	78 (25.9%)	105 (34.9%)	67 (22.3%)	4 (1.3%)	301 (100.0)

※（ ）内は、重点施策別構成比（%）を示します。

※割合はそれぞれの項目で小数第2位を四捨五入しているため、合計値が100.0%にならない場合があります。

目標の達成状況を全体でみてみると、達成状況「A」及び「B」が41.5%、「C」が34.9%、「D」が22.3%、「—」が1.3%でした。

重点施策1 一次予防を重視した健康づくりの推進

達成状況「A」及び「B」が35.9%、「C」が38.6%、「D」が24.8%、「—」が0.7%でした。

重点施策2 食育の推進

達成状況「A」及び「B」が37.5%、「C」が33.3%、「D」が27.8%、「—」が1.4%でした。

重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進

達成状況「A」及び「B」が54.8%、「C」が29.8%、「D」が13.1%、「—」が2.4%でした。

2 今後推進すべき施策の方向性

重点施策 1 一次予防を重視した健康づくりの推進

【基本方針 1】健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進（人とまちの健康観）



施策

- (1) ライフステージに合わせた情報発信による一次予防の取り組み支援
- (2) 市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進
- (3) 地域と市民がつながる環境づくりの充実
- (4) 介護要因を知り、自ら一次予防対策に取り組む市民に対する支援の充実

目標値の現状と達成度

(1) ライフステージに合わせた情報発信による一次予防の取り組み支援

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
1 (新)	健康寿命の延伸（男性）	80.4 年	80.8 年 (平成 29 年の値)	81.1 歳 (令和 2 年の値)	延伸	C
2 (新)	健康寿命の延伸（女性）	83.8 年	84.4 年 (平成 29 年の値)	85.5 歳 (令和 2 年の値)	延伸	B
3	自らの健康に気をつけている割合の増加	78.1%	78.6%	82.7%	95%	B
4	子どもの健康に気をつけている保護者の割合の増加	92.1%	94.9%	94.4%	95%	B
5	健康状態に満足している/自らが健康だと思う 割合の増加（中高生）	89.5%	90.9%	85.1%	90%	D
6	健康状態に満足している/自らが健康だと思う 割合の増加（成人）	79.1%	78.6%	80.3%	90%	C
7	健康に関する情報や知識を得るようにしている 割合の増加	63.7%	70.7%	67.8%	80%	B
8	第 2 次心も身体も健康プランを知っている 割合の増加	16.0%	5.9%	6.1%	50%	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

(2) 市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
9	健康づくり事業への参加者・利用者の増加	16,942人	15,551人	8,872人	増加	D
10	参加後、健康について気をつけようと感じた割合の増加	74.4%	96.1%	93.3%	増加	A

(3) 地域と市民がつながる環境づくりの充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
11	高齢者クラブ会員数の増加	2,178人	2,013人	1,539人	2,800人	D
12	きらめきデイサービスの利用者数の増加	778人	1,560人	900人	1,000人	B
13	お休み処の1日平均利用者数の増加	50人	41人	— (閉館)	60人	—
14	地域とのつながりが強い方だと感じる割合の増加	26.4%	27.8%	23.4%	65%	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

(4) 介護要因を知り、自ら一次予防対策に取り組む市民に対する支援の充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
15	要介護認定率の増加の抑制	13.6%	15.3%	17.4%	20%以下	A

現状と課題

- 健康寿命の延伸における達成度は、男性は変化なし、女性は改善傾向であり、ともに数値は微増しています。今後も、健康寿命が延伸するよう各施策を推進する必要があります。

厚生労働省では、「日常生活に制限のない期間の平均」を健康寿命として算出していますが、同様の市町村のデータは算出できず、健康寿命の算出方法は様々です。そのため、市では、国保データベース(KDB)システムにおいて、年齢階級別人口、年齢階級別死亡者数、人口、介護保険における要介護認定の「要介護2～5の認定者数」をもとに算出された「日常生活動作が自立している期間の平均」を健康寿命とすることとし、令和元年度より指標を変更しました。

- 自らの健康に気をつけている割合や、健康に関する情報や知識を得るようにしている割合は、計画策定時から増加し改善傾向にありますが、目標値達成には至っていません。市民アンケートを見ると、年代が若いほど、数値が低い傾向にあり、様々な媒体を用いて正しい情報や知識を得る機会を増やしていくことが重要です。
- 子どもの健康に気をつけている保護者の割合は改善傾向です。引き続き、正しい情報や知識を得る機会をつくり啓発に努めることが大切です。
- 健康づくり事業への参加者・利用者は令和元年度と比べ減少しましたが、新型コロナウイルス感染症の蔓延の影響で市民が集まりにくい状況が続いたためと思われます。また、参加者が、参加後、健康について気をつけようと感じた割合は令和元年度と比べ減少していますが、依然として高い水準で推移しています。健康づくり事業への参加者を増やすことや、健康づくり推進員による地域に根差した健康づくりの推進が必要です。

- 高齢者クラブ会員数及びきらめきデイサービスの利用者数は令和元年度と比べて減少しました。健康づくり事業への参加者・利用者の減少と同様に新型コロナウイルス感染症の蔓延の影響が考えられます。活動内容の充実・多様化等により、活動への参加の促進が重要です。
- 地域とのつながりが強い方だと感じる割合は、達成度では変化はありませんが、目標値と比較し低い状況です。若い現役世代から、地域とのつながりを持っていくことが大切です。
- 要介護認定率は増加傾向にありますが目標値を維持しています。今後も高齢化率が高まることが予想されるため、介護予防の取り組みを推進し、健康寿命の延伸を目指していくことが必要です。また、介護が必要になった場合においても、住みなれた地域で安心して暮らし続けていけるよう在宅と介護の連携にとどまらない支援体制を構築していくことが必要です。

これまでの取り組み

○第2次心も身体も健康プランの推進

- ・第2次心も身体も健康プラン周知と健康づくりに役立てていくことを目的に平成27年度からライフステージ別に5冊啓発リーフレットを作成。令和2年度からは、年1回健康に関するテーマの特集号「保健センターからのご案内」を作成し、市広報に折込むほか、市内施設等で配布、ホームページへの掲載を実施。

○健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実

- ・健康フェアや各地区の健康まつりでの健康教育、栄養教室の開催、健康都市連合への参加等、健康づくりに関する啓発を実施。新型コロナウイルス感染症流行時は、健康増進のための料理レシピや自宅でできる運動等に関する資料を作成し、ホームページでも公開することで非対面でも啓発を実施。

○保健センターだよりの充実

- ・年14回、健康に関する情報や健（検）診案内、イベント情報等を掲載。市内施設等に配布、メール配信、ホームページへの掲載を実施。加えて、令和2年度からは感染症情報を追加し、特にメールでの情報発信を強化。

○事業者間の連携強化（事業者への情報発信）

- ・薬局や美容室等に依頼し、女性のがん検診の啓発物（カードやポケットティッシュ等）を配架・掲示。商工会が行う生活習慣病予防健診で市のがん検診の啓発を実施。ふれあいウォークでのインセンティブ*付与や、商工会と連携し、あびこ健康ポイント（元気ちば！健康チャレンジ）を推進。

○健康フェア

- ・健康フェア実行委員会（医師会、歯科医師会、薬剤師会、市民活動団体、市等で構成）にて毎年開催。新型コロナウイルス感染症流行時は展示やホームページへの動画掲載等で開催し、啓発を実施。子どもから成人、高齢者まで幅広い年齢を対象に、健康に関する相談・健診・測定等、様々な体験イベントを実施。

○市民団体・自主活動支援（一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む）

- ・市民団体等から依頼を受けて、健康教育や体操、調理実習、歯みがき実習等を実施。

○市民公益活動の担い手を増やすための取り組み

- ・市民活動の普及啓発、新しい出会いや活動を生み出すきっかけ作りを目的にしたイ

イベントを毎年実施。新型コロナウイルス感染症流行時はオンラインでの実施も併用しながらイベントを開催。

○**きらめきデイサービスの促進**

- ・生きがいづくりと社会参加のため、高齢者の身近な場所に、気軽に参加し、会話等ができる高齢者同士の交流の場を設け、運営を支援。

○**シルバー人材センターへの支援**

- ・定年退職後等において、何らかの就業を通じて自己の労働能力を活用したなかで、臨時的かつ短期的な仕事等を組織的に提供し、増加する高年齢者の就業機会の確保、生きがいの充実、社会参加の場が提供できるよう支援。

○**のびのび親子学級、家庭教育学級、長寿大学、熟年備学**

- ・年間学習を通し学級生同士の交流を図り、学級終了後も継続学級として自主的に地域活動を実施。

○**各種事業での介護予防啓発**

- ・市内3地区の公園に設置してあるうんどう遊具を利用した遊具うんどう教室を実施。フレイル^{*}予防をテーマとした健康いきいき講演会を開催。

○**高齢者への対応を探る事業の推進**

- ・市と「高齢社会への対応を探る会」が協働し、高齢社会の様々な課題等を探り、住みなれた地域で安心して日常生活を営むことができる体制を確立するために、市内の公共施設で高齢社会に関する講演会、シンポジウム、勉強会等を開催し、広く市民に情報発信を実施。

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期	壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	「健康」とは何かを考える機会を作り、自ら健康に関する情報や知識を得て、自分の健康に気をつけましょう。	■	■	■	■	■
	意識的に市の広報やホームページを見ましょう。	■		■	■	
	学校で得た健康に関する情報や知識を家庭で話しましょう。		■			
	健康に関するイベントに積極的に参加しましょう。	■		■	■	
	地域のイベントに積極的に参加しましょう。					■
市が主体となり取り組むこと	地域の健康づくり事業の紹介及び参加促進を図ります。	■	■	■	■	■
	保護者が参加する場や、使用するツールでの情報発信を行います。	■				
	保護者が興味を持つ仕組みやテーマを組み合わせた内容で事業を実施します。	■				
	正しい生活習慣を身につけるための知識を提供します。		■			
	保護者に対し、子どもの頃からの正しい生活習慣を身につけることの重要性を伝えます。		■			
	青年期の人が参加する場や、使用するツールでの情報発信を行います。			■		
	若い世代が興味を持つ仕組みやテーマを組み合わせた事業を展開します。			■		
	健（検）診結果などに基づいた情報提供を行います。				■	
	地域でのつながりづくりのための情報提供やイベント等への参加促進を図ります。					■
	介護要因となる疾患と一次予防対策の情報提供や取り組みの場の紹介を行います。					■
企業や市民団体等と協力して推進すること	地域の健康づくり事業の紹介及び参加促進を図ります。	■	■	■	■	■
	地域でのつながりづくりのための情報提供やイベント等への参加促進を図ります。	■				■

(1) ライフステージに合わせた情報発信による一次予防の取り組み支援

- 引き続き、第2次心も身体も健康プランにおける課題を中心に、広報あびこ折り込みの「保健センターからのご案内」、保健センターだより、ホームページ、メール配信、オンラインやアプリケーション等のデジタル技術の活用も含め、ライフステージに合わせた一次予防への取り組みのきっかけとなる情報の提供を行い、一人ひとりの健康づくりの充実を目指していきます。
- 特に20歳代から40歳代の若い世代を含め、より多くの市民に健康情報を発信し、一次予防を啓発するため、職域との連携を検討していきます。また、商工会と連携し、健（検）診や市の事業の啓発、インセンティブの付与を推進していきます。さらに、乳幼児を対象とした相談事業や健康診査等実施時に、保護者や家族の健（検）診や健康づくりについての情報提供を実施していきます。
- 子どもの健康については、運動や栄養等に関する資料を健康診査や教室等で配布し、

保護者や家族へ周知していきます。

(2) 市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進

- ・健康フェアでは、参加者数を増やすため、周知媒体を拡大していきます。参加者の健康づくりへの意識づけやその後の行動につながるよう、参加型のイベントや体験型のブースを多く取り入れる等、より魅力ある内容に展開していきます。また、健康づくり市民団体の参加数を増やし、市民と健康づくり市民団体とのマッチングを図ることで、その後の健康づくり、地域とのつながりづくりに活かせるようにしていきます。
- ・市のイベントの他、広く健康づくり団体が実施するイベントについても、市広報やホームページ等にて紹介していき、健康づくり事業への参加を促していきます。
- ・地域に根ざした健康づくりを推進するために、市と地域をつなぐ健康づくりの担い手として我孫子市健康づくり推進員及び食生活改善推進員を育成し、得た知識・技術を教室や地域のイベントで周知・啓発していきます。

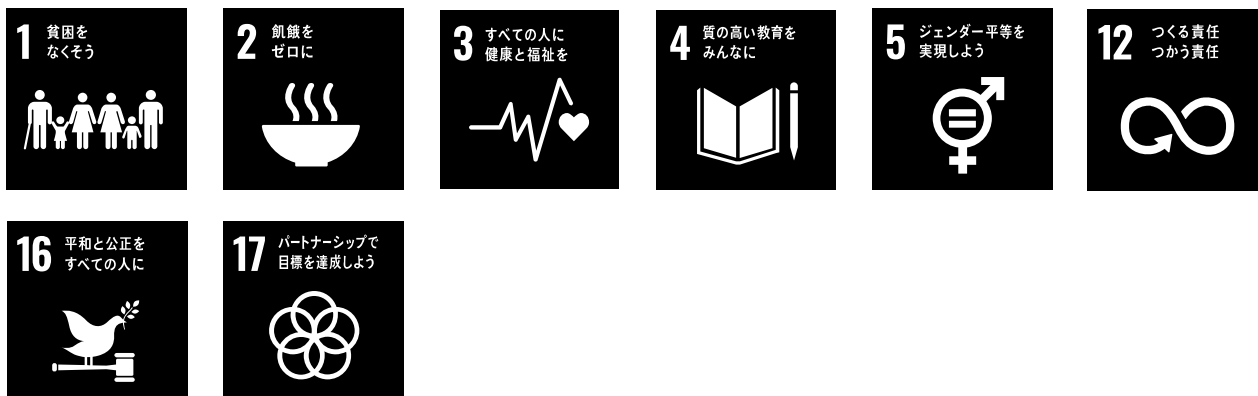
(3) 地域と市民がつながる環境づくりの充実

- ・市民活動の普及啓発、新しい出会いや活動を生み出すきっかけ作りを目的にしたイベントを実施し、市民と市民団体等とのマッチングの機会を提供していきます。
- ・公民館では、「自分の健康寿命は自分で伸ばす」というテーマで1年間の高齢者向けの学級である熟年備学を引き続き実施していきます。
- ・高齢者の地域交流や健康増進のため、シニアクラブの自主活動の支援、地域交流や閉じこもり予防を目的とした、きらめきデイサービス事業を支援していきます。
- ・高齢者の就労支援として、シルバー人材センターの運営を支援していきます。働くことをとおして高齢者の生きがいづくり、健康の維持等高齢者の豊かな生活づくりとなるような視点を含め、就労に向けた研修の実施や就労支援の充実を図ることで、生涯現役社会を目指していきます。

(4) 介護要因を知り、自ら一次予防対策に取り組む市民に対する支援の充実

- ・集団健康教育や講演会において、筋力アップや低栄養予防、フレイル予防等に関する知識の普及啓発に取り組んでいきます。
- ・認知症に対しては、認知症初期集中支援チームによる、包括的・集中的な相談支援を実施していきます。
- ・地域介護予防活動の支援として、きらめきデイサービスへの理学療法士による体操指導、介護保険ボランティアポイント制度等を実施していきます。

【基本方針2】望ましい食生活の推進（栄養・食生活）



施策

- (1) 市民が適正体重を維持するための支援の充実
- (2) 栄養バランスのよい食事をする取り組みへの支援（1日3食とる・野菜摂取・減塩）

目標値の現状と達成度

- (1) 市民が適正体重を維持するための支援の充実
- (2) 栄養バランスのよい食事をする取り組みへの支援（1日3食とる・野菜摂取・減塩）

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
16	標準体型の成人の割合 (特定健康診査)	53.1%	69.9%	67.5%	70%以上	B
17	標準体型の成人の割合 (市民アンケート)	74.3%	73.6%	68.0%	70%以上	D
18	成人の肥満割合の減少 (特定健康診査)	21.7%	22.6%	23.8%	15%以下	D
19	成人の肥満割合の減少 (市民アンケート)	17.2%	18.2%	20.4%	15%以下	D
20	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少 (特定健康診査)	37.5%	35.7%	33.7%	15%以下	C
21	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	28.1%	27.9%	36.9%	15%以下	C
22	20歳代女性のやせの割合の減少 (市民アンケート)	15.4%	14.5%	21.1%	15%以下	C
23	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少 (特定健康診査)	16.5%	17.1%	18.9%	15%以下	D
24	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	11.6%	14.6%	17.4%	15%以下	D
25	20歳代～60歳代男性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	24.4%	26.4%	31.4%	15%以下	D
26	70歳以上男性のやせ傾向の割合の減少	12.8%	12.8%	12.3%	増加しない	C
27	70歳以上女性のやせ傾向の割合の減少	25.1%	25.4%	27.6%	増加しない	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
29 (新)	肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 男子)	—	2.6%	7.8%	減少	D
30 (新)	肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 女子)	—	2.7%	3.0%	減少	C
31	毎日朝食をとる子どもの割合の増加 (小5)	88.8%	90.1%	96.7%	100%を 目指す	B
32	毎日朝食をとる子どもの割合の増加 (中2)	87.3%	83.6%	81.6%	100%を 目指す	D
33	毎日朝食をとる子どもの割合の増加 (高校)	76.3%	81.9%	69.3%	100%を 目指す	D
34	毎日朝食をとる成人の割合の増加 (成人全体)	80.4%	82.6%	81.5%	90%以上	C
35	毎日朝食をとる成人の割合の増加 (20歳代男性)	58.1%	58.6%	54.5%	80%以上	C
36	毎日朝食をとる成人の割合の増加 (20歳代女性)	51.9%	68.0%	61.9%	80%以上	C
37	毎日朝食をとる成人の割合の増加 (30歳代男性)	65.1%	64.8%	58.6%	80%以上	C
38	毎日朝食をとる成人の割合の増加 (30歳代女性)	77.5%	79.7%	78.5%	80%以上	C
39 (新)	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている者の割合の増加 (成人全体)	—	42.2%	47.8%	70%以上	B
40 (新)	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている者の割合の増加 (20歳代・30歳代)	—	25.8%	36.0%	55%以上	B
41	野菜料理を1日2回以上食べている者の 割合の増加・2回以上 (60歳未満)	43.5%	50.8%	50.7%	60%以上	B
42	野菜料理を1日2回以上食べている者の 割合の増加・3回以上 (60歳以上)	29.9%	33.2%	32.9%	80%以上	C
43	減塩 (薄味) を心がけている者の割合の増加	35.3%	40.8%	38.3%	80%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

現状と課題

- 成人の標準体型の割合は、市民アンケートでは減少傾向にありますが、特定健康診査では改善傾向にあります。成人の肥満割合は、特定健康診査・市民アンケートともに増加しており、特に市民アンケートによる20歳代～60歳代男性、40歳代～60歳代女性で増加しています。また、肥満傾向にある小学5年生男子の割合も増加しています。一方、70歳以上女性のやせの割合は増加しています。また、市民アンケートによる20歳代女性のやせの割合は、達成度では変化はありませんが、割合は増加しています。市民アンケートによると、20歳から80歳の方では、77.4%の方が自分の適性体重※を知っていると回答していますが、適正体重を維持している方の割合が市民・児童ともに減少しています。適正体重を維持する方を増やすことが必要です。

子どもの体型に関する指標は、市独自の「肥満及びやせ傾向の児童・生徒の割合」としていましたが、健康日本21(第2次)における目標指標に基づき、令和元年度より「肥満傾向にある子どもの割合の減少(小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合)」に変更しました。

- 毎日朝食をとる割合は、中学2年生、高校生では減少傾向ですが、小学5年生では改善傾向です。成人全体の割合に変化はなく、特に20歳代～30歳代では男女ともに目標よ

り低い状況が続いています。引き続き、朝食の重要性の啓発を含め、毎日朝食をとる方を増やすことが必要です。

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合、60歳未満の野菜料理を1日2回以上食べている者の割合は改善傾向にあります。生涯をとおして健康的な生活をおくるために、バランスのよい食事をとることが大切です。

主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度に関する指標は、市独自の「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べている者の割合」としていましたが、健康日本21（第2次）や第3次食育推進基本計画における目標指標に基づき、令和元年度より「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合」に変更しました。

- 減塩（薄味）を心がけている者の割合は変化ありませんが、目標値と比較して低い状況です。より一層、減塩（薄味）を心がけている方を増やすことが必要です。

これまでの取り組み

○食に関する情報の提供及び啓発の充実

- ・子育てイベント、成人を対象とした集団健（検）診等の際に、パネル展示や資料配布したことに加え、食育だよりにて、望ましい食生活やエネルギーの適正摂取に関する情報提供や啓発を実施。また、令和元年度より健康フェアにて市内大学と連携し、野菜摂取や朝食摂取等に関する資料を作成、啓発を実施。
- ・離乳食教室等で家族の健康も含めた食生活改善についての講話を実施。幼児健康診査では、フードモデルの展示等の情報提供を行うとともに、栄養相談をとおして、市民が望ましい食生活を実践するための情報提供や助言を実施。
- ・出前講座等で望ましい食生活やエネルギーの適正摂取に関する啓発を実施。

○高齢期の食事に関する出前講座、低栄養に関する知識の普及啓発

- ・出前講座「65歳からの食生活～正しい知識でフレイル予防～」として、高齢期の食生活の目標や低栄養・フレイル予防に関する知識の普及啓発を実施。また、運動に関する事業の中で低栄養に関する知識の普及啓発を実施。

○配食サービスの充実

- ・高齢者のみの世帯、介護者が就労等で12時間以上不在となり夕食の提供に支障をきたす世帯の方で、心身機能の低下に伴い調理や外出が困難であり、安否確認が必要な方に対し夕食を提供することで、低栄養予防、良質な食の確保を実施。

○肥満・やせの実態調査と対応

- ・小学校4年生で肥満度20%以上の児童を対象に小児生活習慣病予防検診を実施。
- ・保育園では、毎月の身長・体重の記録から肥満・やせの個別指導が必要な園児について、園医、看護職、栄養士、担任、保護者と連携し支援。
- ・子宮頸がん及び乳がん検診無料クーポン券や子宮頸がんの予防接種予診票を送付する際に、若い世代の女性のやせに関する資料を同封し、体型に関する正しい知識の普及啓発を実施。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	生活習慣病予防及び重症化予防のために、適正体重を維持しましょう。					
	望ましい食事のとり方を身につけ、生涯を通して実践しましょう。 ①主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事をする ②欠食をしない ③野菜料理を積極的にとる ④薄味を心がける					
	妊娠期においては望ましい体重増加量を理解した上で適正体重を維持しましょう。					
	望ましい食習慣が身につくよう保護者は意識を持ちましょう。					
	薄味を心がけ、味覚の発達を促しましょう。					
	食品の選択能力を高めましょう。					
	20歳代、30歳代においては朝食の摂取を心がけましょう。					
	低栄養状態に陥らないように、主食・主菜・副菜のそろった、栄養バランスのよい食事をしましょう。					
	少人数世帯では摂取する食品数が減少傾向にあるため、意識してバランスのよい食事を心がけましょう。					
市が主体となり取り組むこと	適正体重の算出方法について情報を提供します。					
	望ましい食事のとり方について啓発します。					
	食品選択の一助となる、食品表示に関する情報提供の充実を図ります。					
	食に関する情報を目にする機会を増やすための環境整備を図ります。					
	保護者への情報提供の充実を図ります。					
	学校給食等を通じ、望ましい食習慣の体得の支援に努めます。					
企業や市民団体等と協力して推進すること	適正体重の算出方法について情報を提供します。					
	望ましい食事のとり方について啓発します。					
	食品選択の一助となる、食品表示に関する情報提供の充実を図ります。					
	食に関する情報を目にする機会を増やすための環境整備を図ります。					
	妊娠期においては望ましい体重増加量を理解した上で適正体重を維持しましょう。					

(1) 市民が適正体重を維持するための支援の充実

(2) 栄養バランスのよい食事をする取り組みへの支援（1日3食とる・野菜摂取・減塩）

- ・健康フェアや成人を対象とした集団健（検）診、保健センターだより、食育だより等をとおして、朝食摂取や減塩等、栄養バランスの良い食事をする取り組みに役立つ情報を提供していきます。また、肥満のみならず、若年女性や高齢期のやせのリスクを啓発する等、適正体重に関する情報提供の充実を図り、市民の健康の維持・増進につながる啓発を実施していきます。
- ・心身ともに著しく成長する学齢期の健康づくりのため、小学校4年生で内科検診の結果、肥満度20%以上の児童を対象に、生活習慣病予防検診を行い、健康づくりや望ましい生活習慣を身につけるよう指導します。
- ・望ましい食生活の実践には、子どもの頃からの食育が重要です。一次予防と食育を一体的に取り組むことで、望ましい食生活の実践を目指します。

【基本方針3】運動習慣確立のための取り組みの推進（運動・身体活動）



施策

- (1) 市民が日頃から意識的に身体を動かすための取り組みの支援
- (2) 運動習慣を持つ市民の増加を図るための環境整備と充実
- (3) ロコモティブシンドロームの認知度向上及び予防に取り組む市民の増加を図るための情報の提供

目標値の現状と達成度

(1) 市民が日頃から意識的に身体を動かすための取り組みの支援

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
44	日頃から意識的にからだを動かしている者の割合の増加	74.9%	79.7%	82.4%	90%以上	B
45	日頃から身体活動・運動を心がける割合の増加（中高生）	83.3%	85.7%	86.6%	90%以上	C
46	社会参加（就業または何らかの地域活動）をしている高齢者の割合の増加	35.4%	41.2%	39.3%	80%	C
47	週に3日以上運動やスポーツをしている割合の増加（小学生）	—	66.3%	64.6%	増加	C
48	運動を実施している者の割合の増加（成人）	55.4%	63.1%	69.7%	70%以上	B
49	月～金のに1日3時間以上テレビやゲームやDVDを見たり聞いたりする割合の抑制（小学生）	12.8%	14.1%	22.4%	抑制	D
50	月～金のに1日2時間以上テレビやゲームやDVDを見たり聞いたりする割合の抑制（小学生）	31.8%	32.7%	47.0%	抑制	D
51	外遊びをする割合の増加（幼児・小学生）	89.5%	91.0%	92.6%	95%以上	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

(2) 運動習慣を持つ市民の増加を図るための環境整備と充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
52	運動習慣を持つ割合の増加（成人）	58.6%	30.7%	34.0%	80%以上	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

(3) ロコモティブシンドロームの認知度向上及び予防に取り組む市民の増加を図るための情報の提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
53	ロコチェックが1項目以上該当する60歳以上の割合の減少(男性)	53.2%	60.2%	63.8%	50%以下	D
54	ロコチェックが1項目以上該当する60歳以上の割合の減少(女性)	58.8%	62.8%	65.5%	55%以下	C
55	ロコモティブシンドロームを知っている割合の増加	19.1%	26.0%	26.7%	80%以上	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

現状と課題

- 成人では、運動習慣を持つ割合は低く減少傾向にありますが、日頃から意識的にかたを動かしている者の割合、運動を実施している者の割合は改善傾向にあります。引き続き、運動習慣を持つ市民を増やす取り組みが必要です。今後も楽しんで身体を動かす場や機会の紹介、健康づくりに関するアプリケーション等のデジタル技術も活用した健康教育の推進が必要です。

運動習慣を持つ割合に関する指標は、運動を「いつもしている」「時々している」者の割合としていましたが、健康日本21(第2次)における目標指標に基づき、令和元年度より「週2回以上1日30分以上」している者の割合に変更しました。

- 小学生では、月～金に1日2時間以上テレビやゲームやDVDを見たり聞いたりする割合が増加傾向にあります。ただし、週に3日以上運動やスポーツをしている小学生の割合に変化はなく、幼児・小学生において外遊びをする割合は改善傾向にあります。今後も外遊びの重要性について周知を続けるとともに、テレビやゲームだけでなく、スマートフォンの普及も広まっているため、使い方のルール指導等の周知が大切です。
- ロコモティブシンドローム^{*}を知っている割合は増加し改善傾向にありますが、目標値と比較して低い状況です。60歳以上のロコチェック該当割合は、男女とも増加しており、目標達成に至っていません。ロコモティブシンドローム認知向上に加え、予防対策が重要です。

これまでの取り組み

- ウォーキング推進事業**
 - ・歩くことが好きな市民が増えることにより、市民の心身の健康の増進に寄与することを目的として、手賀沼ふれあいウォークを実施。ウォーキングに関する情報提供を実施し啓発。
- 階段利用推進**
 - ・水の館、保健センターに階段利用推進のポスターを掲示。
 - ・令和元年度からは、我孫子駅南口階段等に啓発パネルを展示。
- 「駅からハイキング」事業**
 - ・成田線利用者の増加や沿線自治体の活性化等を目的にJR東日本千葉支社と連携し、駅からハイキングを年1回実施。令和3年度からは、年間で我孫子駅1回と成田線沿線2回実施。
- 学校体育施設開放事業**
 - ・学校施設(体育館・校庭・武道場)を開放し、市民が運動を行う場を提供。プール

の開放については、令和4年度までは学校のプールを開放、令和5年度からは民間施設（セントラルウェルネスクラブ我孫子・ミナトスポーツクラブ天王台）を開放。

○**園庭開放・マイ保育園**

- ・遊びに来た子育て中の親子と体操やリズム、サーキット等で園児と一緒に体を動かして楽しむ、園庭開放・マイ保育園を実施。

○**健康スポーツ普及事業**

- ・総合型地域スポーツクラブ※の活動の支援や、スポーツを楽しめる機会をつくるためチャレンジスポーツフェスタ等のイベントを開催。生涯スポーツを支える人材を確保するため、指導者養成講座を開催。

○**ロコモティブシンドローム対策**

- ・ロコモティブシンドロームを啓発するため、子宮頸がん・乳がん検診、骨粗しょう症検診にて動画やパネル・リーフレットを活用し、啓発を実施。出前講座等で健康教育、ロコモ度テスト（立ち上がりテストの実施）、運動指導等を実施。

○**動画による健康教育**

- ・3～5分程度の動画9本（運動5本、栄養2本、歯科口腔2本）のDVDを健康づくりに取り組む団体・サークル等や個人に配布。保健センターや図書館、近隣センター等での貸し出しを実施。ホームページ、動画共有サイト「YouTube」で公開。

○**地域介護予防活動の支援**

- ・認知症予防体操、筋力アップ等を取り入れた介護予防強化型きらめきデイサービス事業を実施。令和5年度からは「15分でできる！あびこ元気アップ体操」を取り入れ、理学療法士による体操指導を実施。

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期	壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	ロコモティブシンドローム予防に取り組みましょう。					
	自身のライフスタイルや体力に合わせて、意識的に身体を動かしたり、運動をするきっかけをつくり、習慣にしましょう。					
	普段の生活に取り入れられる運動を意識的に行いましょう。					
	「ながら運動」など気軽に普段の生活に取り入れられる運動をしましょう。					
	身体を動かす場や機会に参加しましょう。					
	外出するように心がけ、歩く機会を維持しましょう。					
市が主体となり取り組むこと	楽しんで身体を動かす場や機会を紹介します。					
	動画による健康教育を推進し、子育て世代や働き盛りの世代が運動をできるよう促します。					
	「プラス10」のできる運動の紹介をします。					
	認知症予防や生活習慣病予防のための運動を紹介します。					
	地域のコミュニティを活用し、一緒に運動し、励まし合える仲間づくりの機会を提供します。					
	地域の既存団体やコミュニティに働きかけ動画を活用する機会を増やします。					
	動画による健康教育を推進し、あびこ市民の健康体操等身体の状態に合わせた体操を実施するように促します。					
企業や市民団体等と協力して推進すること	動画による健康教育を推進し、子育て世代や働き盛りの世代が運動をできるよう促します。					
	地域のコミュニティを活用し、一緒に運動し、励まし合える仲間づくりの機会を提供します。					

(1) 市民が日頃から意識的に身体を動かすための取り組みの支援

- ・日頃から身体活動・運動を心がけることで、メタボリックシンドローム※を含めた循環器疾患・糖尿病・がんといった生活習慣病の発症リスクを下げる効果が期待できます。引き続き保健センターだよりや市内掲示場所等を利用した運動習慣に関する情報提供や、市民の集う機会を利用し、運動方法やロコモティブシンドローム予防方法の啓発活動等を行っていきます。健康づくりに関するアプリケーション等デジタル技術を活用した情報提供や、駅やスーパー等多くの市民の目に留まる場所を活用し、生活の中でできる運動の情報提供等を行い、運動の習慣化につなげる啓発を行っていきます。また、特定健康診査受診者へ、健康診査結果返却時に市内の運動施設等のご案内配布を継続し、運動のきっかけづくりを進めていきます。
- ・駅からハイキング事業、手賀沼周遊レンタサイクルのPR、小中学校の学校施設や民間運動施設の一般開放、あびっ子クラブ（チャレンジタイム）、園庭開放・マイ保育園等の事業をとおして、市民が体を動かす場や機会を提供していきます。

- ・外遊びの重要性についても引き続き周知し、幼児期から身体を動かす習慣をつけられるように支援します。また、幼児期から家庭内で電子機器利用に関するルールづくりができるよう、幼児健康診査等で情報提供を実施していきます。

(2) 運動習慣を持つ市民の増加を図るための環境整備と充実

- ・市民が運動習慣を確立できるよう、引き続き総合型地域スポーツクラブ活動への支援、近隣市との運動施設の相互利用、市内大学の施設開放、民間運動施設の一般開放の推進等を実施していきます。
- ・チャレンジスポーツフェスタでは、競技スポーツとは違って運動習慣を身につけてもらえるような気軽に行えるニュースポーツを含めたイベントを実施していきます。
- ・手賀沼エコマラソン、チームラン・キッズランうなきちカップ、新春マラソン大会では、市民が走ることをとおして身体を動かすことへの興味をもつ機会をつくっていきます。
- ・障害者スポーツについては、我孫子市スポーツ推進委員連絡協議会が千葉県障がい者スポーツ協会と連携して障害者と健常者が一緒に行えるスポーツイベントを開催します。

(3) ロコモティブシンドロームの認知度向上及び予防に取り組む市民の増加を図るための情報の提供

- ・市広報やホームページ、SNS 等を用いてロコモティブシンドローム予防方法の啓発活動を行っていきます。また、健（検）診や出前講座、健康イベント等、市民の集う機会を利用したロコモティブシンドローム予防方法の啓発活動を継続していきます。

【基本方針4】心の健康を保つための取り組みの推進（休養・心の健康）



施策

- (1) 睡眠による休養が十分に取れるようにするための情報提供
- (2) ストレスを解消するための情報提供
- (3) 相談体制の充実及び相談窓口の情報提供

目標値の現状と達成度

- (1) 睡眠による休養が十分に取れるようにするための情報提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
56	十分に睡眠が取れていない者の割合の減少	30.7%	33.9%	34.0%	20%以下	C
57 (新)	午前中に眠くなることのある小学生の割合の減少	—	15.0%	15.3%	減少	C
58	月～金のに8時間以上睡眠をとる割合の増加 (小学生)	80.4%	91.9%	94.0%	増加	A
59	睡眠による休養が取れている中高生の割合の増加	76.9%	79.0%	77.5%	80%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

- (2) ストレスを解消するための情報提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
60	ストレスを解消できる者の割合の増加（中高生）	74.6%	70.8%	71.7%	90%以上	C
61	ストレスを解消できる者の割合の増加（成人）	75.6%	75.1%	67.4%	90%以上	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

(3) 相談体制の充実及び相談窓口の情報提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
62	こころの悩みを相談できる人がいる割合の増加 (成人)	81.8%	83.0%	82.7%	90%以上	C
63	育児のことについて相談相手がいる母親の割合	97.6%	93.8%	94.2%	97%以上 を維持	C
64	保護者がゆったりとした気分で子どもと過ごす 時間がある割合	94.7%	85.1%	84.9%	95%以上 を維持	D
65	育児に不安や負担を感じている保護者の割合の減少	17.3%	21.0%	17.7%	0%	C
66	父親が育児(や家事)に参加している割合の増加	89.2%	89.5%	92.6%	95%以上	B
67	子どもの早寝早起きを心がけている保護者の 割合の増加(1歳半)	92.7%	94.7%	93.5%	95%以上	C
68	子どもの早寝早起きを心がけている保護者の 割合の増加(3歳半以上)	91.3%	79.1%	90.7%	90%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

現状と課題

- 小学生では、午前中に眠くなることがある割合は変化がありません。月～金のに8時間以上睡眠をとる割合は増加しています。

昼食後に眠くなる小学生を除いた統計とするため、令和元年度より「学校で眠くなることがある小学生の割合」を「午前中に眠くなることがある小学生の割合」と指標を変更しました。

- 中高生では、睡眠による休養が取れている者の割合や、ストレスを解消できる者の割合に変化はありません。
- 成人では、十分に睡眠が取れていない者の割合、こころの悩みを相談できる人がいる割合については変化がない状況ですが、ストレスを解消できる者の割合は減少傾向にあり、引き続き、相談体制の充実や、セルフケアを含めた周知・啓発を行うことが必要です。
- 子育て中の方について、保護者がゆったりとした気分で子どもと過ごす時間がある割合は令和元年度からは横ばいですが、計画策定当初からは減少傾向にあります。父親が育児(や家事)に参加している割合は改善傾向にあります。育児のことについて相談相手がいる母親の割合や、育児に不安や負担を感じている保護者の割合に変化はありません。市民アンケートでは、毎日の生活の中でイライラやストレスを感じる人がいる人に、どういふことにイライラやストレスを感じるか聞いたところ、30代の方は「育児」が57.7%と最も高くなっています。子育て中の世代がストレスを上手に発散し、安心して過ごせるよう、市民同士が交流できる機会の提供、相談体制の充実や育児不安を抱える人のサポートが大切です。また、子育てについて家族で学ぶ機会の提供や、必要に応じたサービスの情報提供を行う必要があります。
- 子どもの早寝早起きを心がけている保護者の割合は、1歳半、3歳半以上で変化はありません。引き続き、生活習慣を整えるための啓発が大切です。

○**妊娠期からの相談事業の充実**

- ・妊娠期から子育て期まで切れ目ない支援を提供するため、平成 27 年度より子育て包括支援センターを設置し、必要な方へ専門的な支援を実施。令和 5 年度より、全ての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるように、身近で相談に応じ、様々なニーズに即した必要な支援につなぐ伴走型相談支援（妊娠届出時、妊娠 8 か月時、出生後）を実施。

○**しあわせママパパ学級**

- ・妊娠週数がおおむね 20 週以降の妊婦とその夫や家族を対象に、妊娠・出産・育児に関する知識や情報を提供。夫婦の役割を確認し、家庭づくりを考えあう内容を実施。

○**新生児・妊産婦訪問等指導事業**

- ・妊産婦や新生児、乳児等へ保健師または助産師が訪問して、妊娠、出産又は育児に関して個別で相談に応じ、必要な助言を実施。
- ・エジンバラ産後うつ質問票（EPDS）※を活用し、産後うつ※の予防等を含めた支援が必要な母子を把握し、相談や情報提供、産後ケア事業に繋げる等支援を実施。

○**産後ケア事業**

- ・産後に家事や育児等の援助が受けられず、心身の不調や育児不安等がある母子を対象に、産後ショートステイ・産後デイケア（産後ケア実施施設への宿泊や通所による休養の機会、不安解消を支援）、ママヘルプサービス（ママヘルパーを派遣し家事や育児を支援）を実施。令和 4 年度からは産後ショートステイ・産後デイケアの対象期間を拡大し、ママヘルプサービスについては、多胎の場合の対象期間を拡大。支援の充実を図り、ニーズに合わせたサービスを提供できる体制を整備。

○**産婦健康診査**

- ・産後うつ予防や新生児への虐待予防を図る観点から、メンタルチェックを含む産婦健康診査 2 回分（概ね産後 2 週間、産後 1 か月）の費用を助成し、健診の結果から支援が必要な母子を産後ケア事業に繋げる等支援を実施。

○**幼児健康診査（1 歳 6 か月児健康診査、3 歳児健康診査）**

- ・幼児期において、身体発育及び精神発達的面から重要な時期に総合的健康診査を実施し必要なサービス等につなげる支援を実施。必要な方に、早寝早起きのメリットを周知。

○**心の教育の推進**

- ・教育課程の中で啓発を実施。

○**健康教育の実施**

- ・市ホームページや保健センターだより等を通じ、ストレスの解消方法の紹介や、心の健康に関する正しい知識の情報提供を実施。令和 4 年度からは、睡眠をテーマとした健康セミナーを開催。新型コロナウイルス感染症流行時以降は、オンラインでの実施も併用しながらセミナーを開催。

○**健康相談窓口の周知**

- ・必要な方に、医療機関、関係機関の相談窓口等の情報提供を行うとともに、適切な支援に繋ぐことで、心の健康を保つための支援を実施。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期	壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	家族や周囲の人と交流を深め、悩んだ時には相談できる相手を見つけましょう。	■				
	お互いに声をかけあい、悩んでいる人をサポートしましょう。	■				
	早寝早起きを心がけ、十分睡眠をとりましょう。	■	▶			
	生活習慣を見直し、自身のライフスタイルに合わせた睡眠のリズムを整えましょう。			■	▶	
	家族や周囲の人と交流を深め、悩んだ時には相談しましょう。			■	▶	
	心の健康状態を知り、不調を感じた時には相談や受診をしましょう。			■	▶	
	地域コミュニティに参加し、人との交流を図りましょう。					■
市が主体となり取り組むこと	相談体制の充実をはかり、育児不安を抱える人をサポートします。	■				
	睡眠の重要性について情報発信を行います。	■	▶			
	相談体制の充実及び相談窓口の情報提供を行います。			■	▶	
	ストレスの解消方法の紹介や、心の健康の正しい知識について啓発します。			■	▶	
	質の良い睡眠をとる方法について啓発します。			■	▶	
企業や市民団体等と協力して推進すること	相談体制の充実をはかり、育児不安を抱える人をサポートします。	■				

(1) 睡眠による休養が十分に取れるようにするための情報提供

- ・成人では、十分に睡眠が取れていない者の割合について改善できるように、引き続き、情報提供等を行っていきます。
- ・子育て中の方は、子どもの生活や睡眠の状況が、保護者の休息や睡眠へ大きな影響を与えます。また、幼児期の生活習慣が学童期以降の生活習慣にもつながるため、子どもの生活リズムや睡眠に関する情報提供等を実施していきます。

(2) ストレスを解消するための情報提供

- ・成人では、ストレスを解消できる者の割合、こころの悩みを相談できる人がいる割合について改善できるように、引き続き休養や相談窓口に関する情報提供及び相談体制の充実に努めていきます。
- ・小学校体育、中学校保健体育の保健分野の授業において、心身の機能の発達と心の健康について理解を深め、ストレスへの対処について学習を実施していきます。

(3) 相談体制の充実及び相談窓口の情報提供

- ・ 伴走型相談支援（妊娠届出時、妊娠 8 か月時、出生後）にて、妊娠期・出産期の早い段階から状況を把握し、産後ケア・一時預かり・相談窓口等の育児支援サービスの情報提供を行います。訪問・電話相談等の支援を実施し、必要なサービスにつなげていきます。また、市民が交流できる場の情報提供や子育てについて家族で学ぶ機会を提供していきます。
- ・ 各種相談・幼児健康診査等においては、子どもの成長発達や生活環境に応じた育児支援を行い、未受診者に対しては、訪問や電話、関係機関との連絡により状況確認を行い、支援していきます。
- ・ 引き続き、心の相談、生活相談、DV相談、子ども総合相談、ひとり親家庭相談等、様々なニーズに対応した相談体制を充実させるとともに、相談窓口の周知を図っていきます。

【基本方針5】禁煙及び受動喫煙防止の推進（たばこ）



施策

- (1) 受動喫煙についての理解促進にともなう、受動喫煙対策の充実
- (2) COPD（慢性閉塞性肺疾患）など喫煙関連疾患の情報提供
- (3) 未成年、妊婦の喫煙防止の徹底

目標値の現状と達成度

- (1) 受動喫煙についての理解促進にともなう、受動喫煙対策の充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
69	喫煙の有害性について知っている割合の増加 (肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病) 小4	95.6%	96.5%	93.3%	100%	C
70	喫煙の有害性について知っている割合の増加 (肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病) 中1	98.9%	97.2%	93.8%	100%	D
71	喫煙の有害性について知っている割合の増加 (肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病) 高2	99.7%	98.5%	96.8%	100%	D
72	受動喫煙の有害性を理解している割合の増加	72.2%	80.2%	77.3%	100%	B
73	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (肺がん)	90.9%	88.8%	90.1%	100%	C
74	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (ぜんそく)	77.4%	79.5%	79.2%	100%	C
75	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (気管支炎)	81.5%	82.8%	82.2%	100%	C
76	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (心臓病)	63.7%	62.7%	63.7%	100%	C
77	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (脳卒中)	64.5%	63.8%	65.2%	100%	C
78	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (胃潰瘍)	41.0%	42.6%	43.9%	100%	C
79	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (妊娠への影響)	84.3%	83.0%	82.7%	100%	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
80	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加 (歯周病)	50.4%	55.8%	58.4%	100%	B
81	喫煙者の減少(目標値は喫煙をやめたい人が やめた場合の喫煙率で設定)男性	25.0%	19.8%	16.0%	15.7%以下	B
82	喫煙者の減少(目標値は喫煙をやめたい人が やめた場合の喫煙率で設定)女性	6.8%	4.5%	3.7%	4.4%以下	B
83	行政機関・医療機関における分煙の徹底	100%	100%	100%	100%	A
84	妊婦や子どもの前で禁煙・分煙をしている者 の割合の増加(成人)	70.5%	96.5%	96.4%	100%	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

(2) COPD(慢性閉塞性肺疾患)など喫煙関連疾患の情報提供

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
85	COPDについて知っている割合の増加	22.6%	25.2%	21.7%	80%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

(3) 未成年、妊婦の喫煙防止の徹底

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
86	未成年の喫煙の割合の減少(高校生)	2.8%	1.2%	2.0%	0%	C
87	妊娠中に喫煙をしている妊婦の割合の減少	3.2%	1.3%	1.5%	0%	B

現状と課題

- 小学生の喫煙の有害性について知っている割合の達成度に変化はなく、中高校生の喫煙の有害性について知っている割合は減少傾向です。また、高校生の喫煙の割合は計画策定当初から変化がありません。未成年者は喫煙の有害性による影響が大きいため、引き続き、学校・家庭等との連携、正しい情報や知識の啓発が必要です。
- 成人では、受動喫煙の有害性について知っている割合は改善傾向にあります。喫煙が及ぼす健康影響への理解については、歯周病は改善していますが、その他の疾患については変化がありませんでした。「心臓病」や「脳卒中」等の直接死因につながるような症状についても6割程度となっており、引き続き正しい情報や知識を啓発していくことが重要です。
- 行政機関・医療機関における分煙は、100%を継続し、目標を達成しています。
- 成人の喫煙者は、男女ともに減少し改善しています。また、喫煙者が妊婦や子どもの前で禁煙・分煙をしている者の割合は計画策定当初から改善しています。引き続き、喫煙が及ぼす害は喫煙者のみならず、受動喫煙により非喫煙者にも影響を与えることについて啓発が大切です。
- 成人のCOPD※について知っている割合について変化はなく、依然として低い状況が続いています。引き続き啓発が必要です。
- 妊娠中に喫煙をしている妊婦の割合は改善傾向にあります。市民アンケートでは、たばこを吸うと妊娠への影響(低出生体重児等)があると思う割合は82.8%と、妊娠時のたばこの有害性についての認識は高い結果にあります。目標値0%となるためにも、引

き続き、喫煙による害の啓発や予防行動につなげていくことが必要です。

これまでの取り組み

○情報発信

- ・保健センターだよりやがん検診の際のチラシ配布等を通じ、喫煙・受動喫煙防止、COPDの情報提供を実施。

○しあわせママパパ学級

- ・妊婦とその家族を対象に、妊婦の喫煙防止や受動喫煙の有害性について啓発を実施。

○あびこ子どもまつりでの情報発信

- ・小学生に対し、ゲーム形式で喫煙・受動喫煙防止について啓発を実施。

○未成年への啓発活動の推進（薬物への啓発等含む）

- ・教育課程の中で啓発を実施。

○公共施設等の敷地内受動喫煙防止の徹底

- ・公共施設内の禁煙の徹底、来庁者喫煙所の適切な維持管理を行い、受動喫煙防止を実施。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	妊娠・授乳中の喫煙はやめましょう。	■			
	受動喫煙を避けるようにしましょう。	■	■	■	
	未成年や妊婦にたばこを吸わせないように声をかけましょう。			■	
	妊婦や乳幼児、未成年などの周りでは喫煙しないようにしましょう。			■	
	受動喫煙について理解し、分煙を心がけましょう。			■	
市が主体となり取り組むこと	受動喫煙や喫煙の害について啓発します。	■	■	■	
	禁煙についての資料や「ニコチン依存度チェック」を配布します。			■	
	母子健診の問診票で「喫煙あり」の場合、啓発を徹底します。			■	
	禁煙外来助成等、禁煙を希望する市民のサポートをします。			■	
	喫煙がおよぼす害について啓発（広報等）します。			■	
	COPDについての情報提供を行うとともに、早期発見のためのサポートを行います。			■	
	学校と連携し、禁煙教育を実施します。			■	
企業や市民団体等と協力して推進すること	喫煙がおよぼす害について啓発（広報等）します。			■	
	COPDについての情報提供を行うとともに、早期発見のためのサポートを行います。			■	

(1) 受動喫煙についての理解促進にともなう、受動喫煙対策の充実

- ・ 受動喫煙の有害性や、妊婦や子どもの前での禁煙・分煙について、引き続き、妊婦やその家族と接する機会や、保健センターだより、各種健（検）診配布物等で啓発を行っていきます。

(2) COPD（慢性閉塞性肺疾患）など喫煙関連疾患の情報提供

- ・ COPD の最大の発症要因である喫煙に対し、禁煙をすすめ、COPD の予防・早期発見につなげられるよう、正しい情報を啓発していきます。
- ・ 喫煙が及ぼすぜんそく・心臓病・脳卒中・胃潰瘍等の健康への影響について、がん検診受診券の案内物等をとおして周知、啓発していきます。

(3) 未成年、妊婦の喫煙防止の徹底

- ・ 妊娠中の喫煙は胎児への発育に影響を及ぼすため引き続き喫煙防止に関する啓発を行います。妊娠届出書提出時の面接、妊婦訪問、しあわせママパパ学級等の機会を活用し、啓発チラシの配布等で周知を行っていきます。
- ・ 子育て世代の保護者及び子ども等には、幼児健康診査の機会や健康フェア等のイベントを活用し、喫煙の有害性等を周知します。
- ・ 小中学校では、保健体育の授業や集会等をとおして喫煙の有害性を伝えていきます。また、児童生徒の発達段階に対応したリーフレット等を活用し、喫煙の有害性の啓発を行っていきます。
- ・ 未成年の喫煙防止に関して、高校生も含めて家庭の中で正しい知識を共有できるよう、保健センターだよりや各種健（検）診配布物等をとおして、成長に悪い影響をもたらすこと、吸い始めた年齢が若いほどがんや心臓病などの危険度も高まること等を周知、啓発していきます。

【基本方針6】適度な飲酒を身につけるための取り組みの推進（アルコール）



施策

- (1) 適正飲酒量に関する情報提供
(それに伴う多量飲酒者の減少・適正飲酒を実践する市民の増加)
- (2) 未成年、妊婦の飲酒防止の徹底

目標値の現状と達成度

- (1) 適正飲酒量に関する情報提供
(それに伴う多量飲酒者の減少・適正飲酒を実践する市民の増加)

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
88	多量飲酒者の減少 男性	11.5%	6.8%	3.7%	8.0%	A
89	多量飲酒者の減少 女性	7.0%	1.6%	0.6%	6.0%	A
90	適正飲酒量を知っている者の割合の増加	52.1%	52.9%	46.9%	80%	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

- (2) 未成年、妊婦の飲酒防止の徹底

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
91	妊娠中に飲酒している（た）妊婦の割合の減少	2.0%	0.5%	1.1%	0%	C
92	飲酒をしたことがある未成年の割合の減少 (高校生)	24.3%	14.1%	7.5%	0%	B
93	今も飲酒をする未成年の割合の減少 (高校生)	31.2%	26.1%	14.3%	0%	B
94	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (小4)	95.3%	86.9%	89.2%	100%	D
95	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) アルコール依存症	93.0%	92.6%	92.1%	100%	C
96	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 肝臓病	47.0%	60.3%	54.2%	100%	C
97	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 妊娠（胎児）への影響	56.2%	63.8%	72.9%	100%	B
98	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 糖尿病	30.3%	30.8%	35.6%	100%	C
99	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 乳幼児・青少年への発達への影響	39.5%	49.7%	52.5%	100%	B
100	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 動脈硬化	18.4%	27.9%	23.7%	100%	C

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
101	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) がん	49.2%	66.7%	68.4%	100%	B
102	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 脳卒中	44.3%	54.1%	57.6%	100%	B
103	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 心臓病	40.5%	55.6%	54.2%	100%	B
104	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (中1) 歯周病	13.5%	23.6%	26.6%	100%	B
105	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) アルコール依存症	92.7%	94.5%	94.8%	100%	C
106	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 肝臓病	68.5%	73.6%	69.3%	100%	C
107	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 妊娠(胎児)への影響	59.0%	62.9%	57.3%	100%	C
108	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 糖尿病	28.1%	32.5%	35.0%	100%	B
109	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 乳幼児・青少年への発達への影響	46.7%	42.9%	42.0%	100%	C
110	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 動脈硬化	33.1%	33.7%	35.2%	100%	C
111	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) がん	31.5%	31.6%	40.9%	100%	B
112	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 脳卒中	34.4%	36.2%	42.2%	100%	B
113	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 心臓病	25.9%	29.1%	32.9%	100%	B
114	飲酒の有害性について知っている割合の増加 (高2) 歯周病	16.7%	13.8%	19.0%	100%	C

現状と課題

- 成人では、男性・女性ともに多量飲酒者の割合は減少しており、目標値を達成してはいますが、新型コロナウイルス感染症の蔓延の影響による家庭外での飲酒機会の減少等も考慮し、今後、増加に転じないか注意が必要です。一方、適正飲酒量を知っている者の割合は減少しており、引き続き啓発が必要です。
- 妊娠中に飲酒している妊婦の割合は達成度では変化はありませんが、減少しています。目標値0%となるためにも、胎児への影響等を踏まえて、引き続き、正しい情報や知識を啓発していくことが必要です。
- 飲酒をしたことがある高校生の割合、今も飲酒をする高校生の割合は改善傾向です。引き続き、学校・家庭等との連携、正しい情報や知識の啓発が必要です。
- 飲酒の有害性について知っている割合は、小学生では減少しています。中高校生では、飲酒が及ぼす健康影響への理解について、全体的に改善傾向にあります。が、「アルコール依存症」以外の疾患等については目標値を下回っています。「乳幼児・青少年への発達への影響」の認知度は、中学生では改善傾向にあります。が、高校生では変化がありません。引き続き正しい情報や知識を啓発していくことが重要です。

これまでの取り組み

○アルコールに関する正しい知識の普及啓発

- ・保健センターだよりや、がん検診受診券送付時の情報掲載等により、1日の適正飲酒量、未成年・妊婦の飲酒防止に関する情報提供を実施。

○しあわせママパパ学級

- ・妊婦とその家族を対象に、飲酒が妊婦や胎児に及ぼす影響について啓発を実施。

○未成年への啓発活動の推進（薬物への啓発等含む）

- ・教育課程の中で啓発を実施。

○アルコール教室

- ・我孫子断酒新生会に業務委託し、毎月1回アルコール教室を開催。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期	壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	妊娠・授乳中の飲酒はやめましょう。	■				
	お酒をすすめられても飲まないようにしましょう。		■			
	適度な飲酒量を知り、正しく楽しくお酒と付き合いましょう。			■	■	■
	未成年や妊婦に飲酒をさせないように声をかけましょう。			■	■	■
	妊婦や乳幼児、未成年の飲酒の害について知りましょう。			■	■	■
	急性アルコール中毒にならないように、一気飲みはしない！周囲の人にもさせないように声をかけあいましょう。			■	■	■
週に2日、休肝日をつくりましょう。			■	■	■	
市が主体となり取り組むこと	飲酒がおよぼす害について啓発します。	■	■	■	■	■
	「適正飲酒」「女性の飲酒」「子どもの飲酒」について、知識の普及啓発をしていきます。			■	■	■
企業や市民団体等と協力して推進すること	「適正飲酒」「女性の飲酒」「子どもの飲酒」について、知識の普及啓発をしていきます。			■	■	■

(1) 適正飲酒量に関する情報提供

(それに伴う多量飲酒者の減少・適正飲酒を実践する市民の増加)

- ・保健センターだよりやがん検診受診券、メール配信やSNS等をとおして、国の指針に沿った生活習慣病のリスクを高める飲酒量や飲酒の有害性の普及啓発を推進していきます。

(2) 未成年、妊婦の飲酒防止の徹底

- ・妊娠中の飲酒は妊婦自身の妊娠合併症や胎児への発育に悪影響を及ぼすため、妊娠届出書提出時の面接、妊婦訪問やしあわせママパパ学級の機会等を活用しながら妊娠期間中の飲酒の有害性等を啓発していきます。
- ・小中学校では、保健体育の授業や長期休み前の集会等をとおして飲酒の有害性や誘われても断ることを伝えていきます。また、児童生徒の発達段階に対応したリーフレット等を活用し、飲酒・薬物等の危険性を含めた啓発を引き続き行っていきます。
- ・未成年の飲酒防止に関して、高校生も含めて家庭の中で正しい知識を共有できるよう、保健センターだよりや各種健（検）診配布物等をとおして、健康や成長に悪い影響を与えること、急性アルコール中毒などの危険も高いことを周知、啓発していきます。

【基本方針7】自らの健康を管理する取り組みの推進（健康チェック）



施策

- (1) 健診・予防接種の機会の充実
- (2) 特定健康診査・がん検診を受けやすい体制の整備
- (3) 特定保健指導を利用しやすい環境の整備と充実
- (4) がん検診精密検査受診率向上のための啓発及び受診体制の充実

目標値の現状と達成度

(1) 健診・予防接種の機会の充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
115	妊婦・乳児健診受診率（妊婦健診）	96.9%	97.4%	99.7%	100%	B
116	妊婦・乳児健診受診率（乳児健診）	87.8%	93.7%	89.0%	100%	C
117	幼児健診受診率（1歳6か月児健診）	90.4%	92.5%	78.5%	97%	D
118	幼児健診受診率（3歳児健診）	87.8%	91.7%	68.2%	95%	D
119	1歳までのBCG接種を終了している者の割合	96.9%	100%	98.4%	100%	B
120	1歳6か月までに三種混合・麻しん・風疹の予防接種を終了している者の割合の増加（DPT又はDPT-I PVの追加接種）	29.8%	39.5%	28.2%	50%	C
121	1歳6か月までに三種混合・麻しん・風疹の予防接種を終了している者の割合の増加（麻しん風疹）	88.9%	89.0%	90.7%	95%	C
122	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（4か月児相談）	100%	100%	100%	95%以上を維持	A
123	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（1歳6か月児健診）	100%	100%	100%	95%以上を維持	A
124	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（3歳児健診）	99.6%	100%	100%	95%以上を維持	A
125	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（5歳児健診）	100%	100%	100%	95%以上を維持	A
126	かかりつけの小児科を持つ子どもの割合	99.1%	77.5%	77.4%	100%	D

(2) 特定健康診査・がん検診を受けやすい体制の整備

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
127	特定健康診査受診率の増加	32.8%	34.3%	35.3%	60%	B

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
128	胃がん検診受診率の増加*	2.4%	2.1%	2.0%	10%	D
129	肺がん検診受診率の増加*	6.4%	4.7%	2.7%	40%	D
130	大腸がん検診受診率の増加*	7.2%	5.6%	5.9%	40%	D
131	子宮頸がん検診受診率の増加*	13.5%	13.2%	12.4%	50%	D
132	乳がん検診受診率の増加*	17.3%	17.7%	16.6%	50%	D
133	乳がん自己触診法を実施する者の割合の増加	31.2%	52.2%	50.8%	80%	B

※がん検診の受診率の算定に当たっては、40歳から69歳まで（子宮頸がんは20歳から69歳まで）を対象とする。

(3) 特定保健指導を利用しやすい環境の整備と充実

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
134	特定保健指導を実施する割合の増加（終了率）	9.2%	38.2%	23.6%	60%	B
135	収縮期血圧の平均値の低下（男性）	129.9 mmHg	130.0 mmHg	132.0mmHg	126mmHg	C
136	収縮期血圧の平均値の低下（女性）	127.8 mmHg	128.0 mmHg	130.0mmHg	124mmHg	C
137	血糖コントロール項目におけるコントロール不良者の割合（6.5%以上の割合）の減少（男性）	8.7%	11.4%	12.0%	7.5%	D
138	血糖コントロール項目におけるコントロール不良者の割合（6.5%以上の割合）の減少（女性）	4.4%	4.9%	5.4%	3.5%	D
139	LDLコレステロール 140 mg/dl 以上の者の割合の減少（男性）	26.7%	25.3%	24.2%	25%	B
140	LDLコレステロール 140 mg/dl 以上の者の割合の減少（女性）	38.6%	37.1%	33.0%	37%	A
141	メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合の減少（男性）	41.4%	43.8%	47.1%	33.2%	D
142	メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合の減少（女性）	12.2%	12.8%	14.1%	10%	D

(4) がん検診精密検査受診率向上のための啓発及び受診体制の充実

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
143	がん検診精密検査の受診率の増加（胃がん）※	89.5%	94.4%	97.4%	90%以上	B
144	がん検診精密検査の受診率の増加（大腸がん）※	70.3%	81.6%	82.8%	90%以上	B
145	がん検診精密検査の受診率の増加（肺がん）※	91.1%	95.3%	93.8%	90%以上	C
146	がん検診精密検査の受診率の増加（子宮頸がん）※	84.8%	90.0%	94.1%	90%以上	C
147	がん検診精密検査の受診率の増加（乳がん）※	87.3%	93.6%	88.3%	90%以上	C

※がん検診の受診率の算定に当たっては、40歳から69歳まで（子宮頸がんは20歳から69歳まで）を対象とする。

現状と課題

- 乳児健康診査の受診率に変化はありませんが、妊婦健康診査の受診率は改善傾向にあります。1歳6か月児健診、3歳児健診受診率は減少傾向ですが、令和3年9月より、医師診察のみ医療機関で行う個別での実施としたため、計画策定時と単純比較はできない状況です。集団健康診査来所率では、それぞれ94.6%、92.9%と、どちらも増加しています。引き続き、健康診査の必要性の啓発が重要です。また、集団健康診査受診者への、個別健康診査（医師診察）の受診勧奨が必要です。

令和3年9月より、医師診察のみ医療機関で行う個別健康診査へ変更しました。令和5年度現況値は、集団健康診査と個別健康診査（医師診察）の両方を受けた値となっています。

- 1歳までのBCG接種を終了している者の割合は改善傾向にあります。1歳6か月までに三種混合（DPT又はDPT-I PVの追加接種）・麻しん・風疹の予防接種を終了している者の割合に変化はありません。引き続き、予防接種の効果等を啓発していくことが重要です。
- 幼児健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合については、100%を継続しています。
- かかりつけの小児科を持つ子どもの割合は減少しています。引き続き、かかりつけの小児科を持つ必要性について周知を図ることが重要です。
- がん検診については、いずれの受診率も減少しています。市民アンケートを見ると、市が算出している受診率よりも高くなっていますが、職場や人間ドック等で受診した市の検診以外の受診者が含まれるためです。引き続き、対象者に対し検診の受診の必要性を啓発することが重要です。
- 我孫子市国民健康保険の特定健康診査受診率は改善傾向にあります。特定保健指導実施率は計画策定当初より増加していますが、目標達成に向けてさらなる受診率向上対策が必要です。市民アンケートを見ると、1年以内に健康診査（健康診断）や人間ドックを受けた割合は全体で68.5%、40歳代では80.3%、50歳代では83.0%と高くなっています。今後も、健康診査の受診の必要性を啓発することが重要です。
- 我孫子市国民健康保険の特定健康診査において、LDLコレステロール140 mg/dl以上の割合は男性・女性ともに減少し、目標値を達成しています。一方、血糖コントロール項目におけるコントロール不良者（6.5%以上の割合）の割合、メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合は、男性・女性ともに増加しています。特定健康診査受診率並びに特定保健指導実施率の向上とともに、日頃から生活習慣の改善に努め、定期的な健診により、健康状態を確認することが重要です。
- がん検診精密検査の受診率は全体的に増加しており、特に、胃・肺・子宮頸がんは目標値90%を超えています。

これまでの取り組み

○各種がん検診

- ・がん検診を受けやすい体制の整備として、個別検診では受診券を忘れても直接受診できる体制に変更。また、国の指針に準じ、胃内視鏡検査を平成31年度から導入、子宮頸がん検診の検診方法を令和5年度から液状検体法に変更。集団検診は電子申請による受付を実施。令和3年度からは新型コロナウイルス感染症の流行をきっか

けに 24 時間いつでも日時の予約・変更ができるよう、検診予約システムを導入。集団検診受診歴により、申し込み不要で受診券を送付。

- ・女性のがん検診受診率向上のための啓発では、子宮頸がん検診、乳がん検診について、市内ドラッグストアにカード型の媒体・ポケットティッシュ等を設置。集団検診時に健康づくり推進員及び食生活改善推進員、子育てサポーターを配置し、子どもの一時的預かりを行い、母親が子どもを連れて受診できる体制を整備。
- ・胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がんの精密検査対象で未受診の方に対し、ハガキによる精密検査受診勧奨と返送による受診結果の把握を行うとともに、電話による受診勧奨を実施。

○脳ドック事業

- ・市内契約医療機関でMRI（磁気共鳴映像法）及びMRA（磁気共鳴血管画像検査）を同時に実施した場合、検査に要した費用の一部（上限1万円）を市が負担。年度年齢が40歳以上で当該年度に5の倍数の年齢に達する方を対象として実施。

○特定健康診査

- ・我孫子市国民健康保険における個別健診では受診券を忘れても直接受診できる体制を整備。集団健診は平成29年度に開始し、市民の利便性向上及びがん検診受診率向上も視野に入れ、大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・肺がん検診を同時実施（肺がん検診は新型コロナウイルス感染症の影響により同時実施を休止）。また、全ての市民に対して継続的に特定健診を受診する必要性について、広報やホームページ、SNSを用いて啓発を実施。
- ・我孫子市国民健康保険の特定健康診査では、市の健診以外で受けた健康診査（みなし健診）の情報提供を受ける制度を整え周知を実施。

○特定保健指導

- ・我孫子市国民健康保険においては、実施率向上のため、特定保健指導利用勧奨の実施に加え、従来からの来所型だけではなく訪問やデジタル技術を活用した面接等、初回面接実施方法の選択肢を増やすほか、健診会場での保健指導実施等の実施体制を整備。全ての市民に対し、SNSを用いて特定保健指導の認知率向上のための情報提供・啓発を実施。

○肝炎ウイルス検診

- ・平成29年度から肝炎ウイルス検診受診券発送対象者の年齢制限を撤廃し、40歳～75歳までの節目年齢で未受診の方に個別通知を送付。76歳以上の長寿健康診査[※]対象者には受診券に肝炎ウイルス検診受診券を添付し送付。
- ・肝炎ウイルスフォローアップ事業[※]開始前（平成25年度以前）の「C型肝炎ウイルスに感染している可能性が極めて高い」と判定された者に対し、「C型肝炎ウイルスの治療に対する医療費助成のご案内」を送付し、千葉県の治療費助成制度や市内肝炎疾患指定医療機関の周知を実施。

○妊産婦・乳児健康診査

- ・産後うつ等の早期発見および予防のため、産婦健康診査の費用の一部を助成。令和3年度からは、聴覚障害の早期発見および治療のため、新生児聴覚検査の費用の一部を助成。

○幼児健康診査（1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査、5歳児健康診査）

- ・幼児期において、身体発育及び精神発達の間から重要な時期に総合的健康診査を実施。健診後、必要な方には事後指導を実施。未受診者に対しては、受診勧奨を実施。

かかりつけ医の必要性を説明し、ホームページやチラシ等に掲載し周知。令和3年度からは新型コロナウイルス感染症の流行をきっかけに、医師診察を医療機関で行う個別健康診査とし、かかりつけ医にて健康診査を受診できるよう体制を整備。

○**予防接種事業**

- ・ 幼児健康診査の案内通知に、予防接種勧奨チラシを同封し接種勧奨を実施。また、4か月児相談や幼児健康診査にて、定期予防接種の接種状況を確認し、接種勧奨を実施。
- ・ ヒトパピローマウイルス（HPV）の予防接種の積極的な勧奨を再開し、積極的勧奨を差し控えていた期間に対象だった女性に対しても、令和4年度からキャッチアップ接種を開始。
- ・ 風疹の発症と蔓延を防止し、先天性風疹症候群の発症予防を目的に、風疹の抗体保有率の低い世代の男性を対象に風しん抗体検査及び予防接種を実施し、県の抗体検査にて抗体価が低い妊娠を希望する女性とその同居者を対象に予防接種の費用助成を実施。
- ・ 令和3年2月から、新型コロナウイルス感染症の発症を予防し、死亡者や重症者の発生をできる限り減らし、新型コロナウイルス感染症の蔓延防止を図るため、特例臨時接種として、新型コロナウイルスに係る予防接種を実施。

○**任意予防接種の充実**

- ・ 経済的負担を軽減するとともに、発病予防、重症化防止を図るため、生後6か月から小学校6年生までの子をもつ保護者を対象に小児インフルエンザ予防接種費用の一部を助成。令和4年度からは、50歳以上を対象に帯状疱疹予防接種費用の一部を助成。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	適切な時期に健診を受けましょう。				
	適切な時期に予防接種を受けましょう。				
	生活習慣について学び、自分の身体を大切にしましょう。				
	健康な時から健（検）診をうけ、健（検）診結果の活用をできるようにしましょう。				
	精密検査受診について、医療機関から説明を聞き、早期に受診しましょう。				
	周囲の人を誘って健（検）診を受けましょう。				
	乳がんの自己触診を実施しましょう。				
	健（検）診での指摘項目を放置せずに、受診したり、自ら生活習慣の改善に取り組みましょう。				
市が主体となり取り組むこと	健診の受診勧奨を継続していきます。				
	予防接種の普及啓発、未接種者への勧奨を継続していきます。				
	子育て世代の女性へ受診勧奨を行うとともに、受診しやすい環境づくりをします。				
	若い世代への受診勧奨を実施します。				
	市民が考える「受診のしにくさ」を解消し、受診しやすい体制を整備します。				
	集団検診の休日実施や、複合健診など受診しやすい環境を検討していきます。				
	がん検診精密検査受診率向上のための啓発を行い、受診体制を充実させていきます。				
	特定保健指導を利用しやすい環境の整備をしていきます。				
	集団検診の日程の増加や、受診券送付の工夫、申し込み方法の利便性、複合健診を検討します。				
企業や市民団体等と協力して推進すること	子育て世代の女性へ受診勧奨を行うとともに、受診しやすい環境づくりをします。				
	若い世代への受診勧奨を実施します。				
	がん検診精密検査受診率向上のための啓発を行い、受診体制を充実させていきます。				
	集団検診の日程の増加や、受診券送付の工夫、申し込み方法の利便性、複合健診を検討します。				

(1) 健診・予防接種の機会の充実

- 各成長発達段階での健康診査や相談をとおして、疾病の早期発見と親子の健康維持、早期治療・療育につなげる取り組みを進めていきます。また、健診未受診の乳幼児や妊産婦については状況把握を行い、支援が必要な場合は適切な支援につなげます。
- 予防接種や健康診査を受けることの必要性を啓発していきます。新生児訪問、4か月児相談及び電話や来所による育児相談等の機会を活用し、接種勧奨を行います。また、集団健康診査来所時に、個別で実施している医師診察の受診勧奨を実施、集団健康診査の未受診者へも受診勧奨を行い、健康診査の受診率の向上を図ります。

- ・各種相談・幼児健康診査・健康教育等で、かかりつけ医の必要性について説明し、保護者や子どもの状況に合わせて医療機関の情報提供を行います。また、ホームページやチラシ等でかかりつけ医に関する情報を掲載し、周知を図ります。かかりつけ医にて医師診察を受診しやすいよう、引き続き、幼児健康診査の医師診察は医療機関で行う個別健康診査で実施します。

(2) 特定健康診査・がん検診を受けやすい体制の整備

- ・特定健康診査・がん検診受診率を向上させるため、市広報、保健センターだより、メール配信、ホームページ、駅掲示板等の活用による検診の周知と共に、個別通知での情報提供をより理解しやすい内容にするといった取り組みを行います。
- ・市の検診だけでなく、職場や人間ドックに含まれる検診でも市の検診と同等の検査を受けたことになることを知ってもらい、対象者が受診しやすい環境を選択できるように周知を図ります。
- ・我孫子市国民健康保険の特定健康診査では、個別健診と集団健診を実施し、土日の実施やかかりつけ医を持たない方等の受診の機会を確保していきます。大腸がん検診や前立腺がん検診を同時実施し複数の検診を同時受診できる体制等、健診の利便性を向上させるよう取り組んでいきます。
- ・我孫子市国民健康保険の特定健康診査未受診者には、過去の受診行動等を分析し、対象を絞りながら効率的に未受診勧奨を行っていきます。また、継続受診の動機付けとなるような情報提供を実施します。
- ・我孫子市国民健康保険の特定健康診査では、定期的に医療機関を受診しているものの、健診を受けていない方のデータ収集を推進していきます。
- ・全ての市民に対し毎年特定健康診査を受診することのメリットや必要性についての啓発を行い、市民全体の受診意識の向上に取り組めます。
- ・がん検診は、引き続き国の指針に沿って実施します。また、対象者が受診しやすいように、集団検診については大腸がん検診を子宮頸がん検診・乳がん検診または集団特定健康診査時に同日に受診できるよう体制をとり、個別検診については休日及び市内全域に検診実施機関を確保する体制を継続していきます。

(3) 特定保健指導を利用しやすい環境の整備と充実

- ・我孫子市国民健康保険の特定保健指導については、対象となる方の状況に合わせた案内文を作成し、利用勧奨を行っていきます。
- ・メタボリックシンドロームや血糖コントロール対策においては、我孫子市国民健康保険の特定健康診査受診者へ情報提供パンフレットを配布して、分かりやすく数値の見方や生活習慣病のリスク等を伝えていきます。また、我孫子市国民健康保険データヘルス計画と整合性を取りながら、保健指導體制の整備や医療の受診勧奨に取り組んでいきます。
- ・我孫子市国民健康保険の特定保健指導を実施する割合の増加に向け、個別並びに集団における特定健康診査実施医療機関と連携を図る等、引き続き、より多くの方に特定保健指導を受けてもらうよう努めていきます。
- ・全市民に対して、生活習慣の改善や特定保健指導の必要性について市広報やホームページ、SNS等を用いて情報提供を行っていきます。

(4) がん検診精密検査受診率向上のための啓発及び受診体制の充実

- ・精密検査受診率は、全ての種類で国の目標値を達成するように、個別通知や電話による受診勧奨を実施していきます。また、案内通知や精密検査未受診者への受診勧奨等の機会を活用し、精密検査の必要性や重要性について、引き続き啓発を行っていきます。

重点施策 2 食育の推進

【基本方針 1】 家庭・地域における食育の推進



施策

- (1) 市民が食に興味・関心を持つための情報の収集と提供
- (2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供
- (3) 市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できる環境の整備

目標値の現状と達成度

(1) 市民が食に興味・関心を持つための情報の収集と提供

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	—	79.3%	79.4%	90%以上	C
149	食事の量や内容に気をつけて食べている者の割合の増加	74.6%	77.2%	79.8%	80%以上	B
150	食事の時間を大切にしている者の割合の増加	—	27.4%	32.7%	80%以上	B
151	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（小学生）	85.8%	92.3%	94.5%	80%以上を維持	A
152	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（中学生）	87.7%	88.1%	85.6%	80%以上を維持	A
153	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（成人）	55.7%	54.0%	59.0%	70%以上	C
154	朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	—	8.9回	8.9回	週平均10回以上	C
155	食品ロス削減のために何らかの行動をしている者の割合（成人）	—	75.2%	86.6%	80%以上	A

※網掛けしている部分は年齢調整値

(2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
再掲 16	標準体型の成人の割合 (特定健康診査)	53.1%	69.9%	67.5%	70%以上	B
再掲 17	標準体型の成人の割合 (市民アンケート)	74.3%	73.6%	68.0%	70%以上	D
再掲 18	成人の肥満割合の減少 (特定健康診査)	21.7%	22.6%	23.8%	15%以下	D
再掲 19	成人の肥満割合の減少 (市民アンケート)	17.2%	18.2%	20.4%	15%以下	D
再掲 20	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少 (特定健康診査)	37.5%	35.7%	33.7%	15%以下	C
再掲 21	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	28.1%	27.9%	36.9%	15%以下	C
再掲 22	20歳代女性のやせの割合の減少 (市民アンケート)	15.4%	14.5%	21.1%	15%以下	C
再掲 23	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少 (特定健康診査)	16.5%	17.1%	18.9%	15%以下	D
再掲 24	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	11.6%	14.6%	17.4%	15%以下	D
再掲 25	20歳代～60歳代男性の肥満割合の減少 (市民アンケート)	24.4%	26.4%	31.4%	15%以下	D
再掲 26	70歳以上男性のやせ傾向の割合の減少	12.8%	12.8%	12.3%	増加しない	C
再掲 27	70歳以上女性のやせ傾向の割合の減少	25.1%	25.4%	27.6%	増加しない	D
再掲 29 (新)	肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 男子)	—	2.6%	7.8%	減少	D
再掲 30 (新)	肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 女子)	—	2.7%	3.0%	減少	C
再掲 31	毎日朝食をとる子どもの割合の増加(小5)	88.8%	90.1%	96.7%	100%を目指す	B
再掲 32	毎日朝食をとる子どもの割合の増加(中2)	87.3%	83.6%	81.6%	100%を目指す	D
再掲 33	毎日朝食をとる子どもの割合の増加(高校)	76.3%	81.9%	69.3%	100%を目指す	D
再掲 34	毎日朝食をとる成人の割合の増加(成人全体)	80.4%	82.6%	81.5%	90%以上	C
再掲 35	毎日朝食をとる成人の割合の増加(20歳代男性)	58.1%	58.6%	54.5%	80%以上	C
再掲 36	毎日朝食をとる成人の割合の増加(20歳代女性)	51.9%	68.0%	61.9%	80%以上	C
再掲 37	毎日朝食をとる成人の割合の増加(30歳代男性)	65.1%	64.8%	58.6%	80%以上	C
再掲 38	毎日朝食をとる成人の割合の増加(30歳代女性)	77.5%	79.7%	78.5%	80%以上	C
再掲 39 (新)	主食・主菜・副菜を組み合わせさせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている者の割合の増加(成人全体)	—	42.2%	47.8%	70%以上	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
再掲 40 (新)	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上 ほぼ毎日食べている者の割合の増加 (20 歳代・30 歳代)	—	25.8%	36.0%	55%以上	B
再掲 41	野菜料理を 1 日 2 回以上食べている者の 割合の増加・2 回以上 (60 歳未満)	43.5%	50.8%	50.7%	60%以上	B
再掲 42	野菜料理を 1 日 2 回以上食べている者の 割合の増加・3 回以上 (60 歳以上)	29.9%	33.2%	32.9%	80%以上	C
再掲 43	減塩 (薄味) を心がけている者の割合の増加	35.3%	40.8%	38.3%	80%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

(3) 市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できる環境の整備

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
156	購入時、安心して食品を購入するために食品表示を 活用している者の割合の増加	72.8%	72.6%	87.2%	70%以上	A
157	栄養成分表示を食生活に活用している者 の割合の増加	61.0%	57.8%	55.5%	70%以上	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

現状と課題

- 食 (食育) について興味・関心を持っている者の割合に変化はなく、目標達成に至っていません。おいしく・楽しく食事をしている者の割合について、成人では変化ありませんが、小中学生では目標達成を維持しています。今後も、食に興味・関心を高めるための取り組みが必要です。
- 食品ロス※削減のために何らかの行動をしている者の割合は、令和元年度から増加し、目標値を達成しています。
- 栄養成分表示※を食生活に活用している者の割合は減少していますが、安心して食品を購入するために食品表示を活用している者の割合は増加し、目標値を達成しています。健康のため、安心・安全な食生活をおくるため、購入時だけでなく、食品表示や栄養成分表示を活用していくことが必要です。
- 「(2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供」に関する項目については、「重点施策 1 一次予防を重視した健康づくりの推進 【基本方針 2】 望ましい食生活の推進 (栄養・食生活)」を参照。

これまでの取り組み

○食育だよりの充実

- ・関係課との会議を設け、関係機関と連携し、食への関心を持ち、正しい知識を得て、望ましい食生活を送れるよう、食に関する情報を掲載する食育だよりを年 4 回発行。保健センターだより配布先に加え、市内公立保育園・一部私立保育園・小中学校等で配布。ホームページに掲載。

○健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実

- ・健康フェアや各地区の健康まつり、栄養教室の開催により、市民が食に興味・関心を持つための情報提供を実施。

○食に関する情報の提供及び啓発の充実

- ・子育てイベントや成人を対象とした集団健（検）診等の際に、パネル展示や資料配布を行い、望ましい食生活やエネルギーの適正摂取に関する情報提供や啓発を実施。また、令和元年度より健康フェアにて市内大学と連携し、野菜摂取や朝食摂取等に関する資料を作成、啓発を実施。
- ・離乳食教室等で家族の健康も含めた食生活改善についての講話を実施。幼児健康診査では、フードモデルの展示等の情報提供を行うとともに、栄養相談をとおして、市民が望ましい食生活を実践するための情報提供や助言を実施。
- ・出前講座等で望ましい食生活やエネルギーの適正摂取に関する啓発を実施。

○高齢期の食事に関する出前講座

- ・出前講座「65歳からの食生活～正しい知識でフレイル予防～」として、高齢期の食生活の目標や低栄養・フレイル予防に関する知識の普及啓発を実施。

○肥満・やせの実態調査と対応

- ・小学校4年生で肥満度20%以上の児童を対象に小児生活習慣病予防検診を実施。
- ・保育園では、毎月の身長・体重の記録から肥満・やせの個別指導が必要な園児について、園医、看護職、栄養士、担任、保護者と連携し支援。
- ・子宮頸がん及び乳がん検診無料クーポン券や子宮頸がんの予防接種予診票を送付する際に、若い世代の女性のやせに関する資料を同封し、体型に関する正しい知識の普及啓発を実施。

○食品表示の活用方法の普及

- ・出前講座「知って得する食品表示」にて、表示の見方等について情報提供を実施。
- ・健康フェアや成人を対象とした集団健（検）診等の際に、パネル展示や資料配布したことに加え、食育だよりにて食品表示や栄養成分表示の見方に関する情報提供や啓発を実施。

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	食に興味・関心を持ち、家族と一緒に、おいしく楽しく食事をしましょう。					
	望ましい食事のとり方を身につけ、生涯を通して実践しましょう。 ①主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事をする ②欠食をしない ③野菜料理を積極的にとる ④薄味を心がける					
	食品表示や栄養成分表示を活用しましょう。					
	食品ロス削減のための行動をしましょう。					
市が主体となり取り組むこと	望ましい食事のとり方や食習慣についての情報提供の充実を図り、望ましい食事のとり方について啓発します。					
	食に関心のない人にも届く方法で、情報提供を行います。					
	食に関する情報を目にする機会を増やすための環境整備を行います。					
	食品ロス削減のための行動をとるために必要な情報提供を行います。					
企業や市民団体等と協力して推進すること	望ましい食事のとり方や食習慣についての情報提供の充実を図り、望ましい食事のとり方について啓発します。					

(1) 市民が食に興味・関心を持つための情報の収集と提供

- 健康フェアや食育だよりをはじめ、食への興味・関心を持ち、正しい知識を得て望ましい食生活をおくる方が増えるよう、ニーズも踏まえた、身近で実践につながる食に関する情報を関係機関と連携し、提供していきます。
- 健康フェアや各地区の健康まつり、栄養教室の開催により、食についての興味・関心を高めるための情報提供を、市と地域をつなぐ健康づくりの担い手である健康づくり推進員及び食生活改善推進員により実施していきます。

(2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供

- 食育を推進することにより、正しい知識を得ることは、望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進していくことにつながります。健康づくりの推進と一体的に取り組み、総合的に市民の健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供の充実を図ります。
- 「重点施策1 一次予防を重視した健康づくりの推進【基本方針2】望ましい食生活の推進（栄養・食生活）」を参照。

(3) 市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できる環境の整備

- 市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できるよう、出前講座やイベント、保健センターだよりや食育だより等をとおして表示の活用方法についての情報提供の充実を図ります。

【基本方針2】次世代育成のための食育の推進（家庭）（教育現場等）



施策

- (1) 家庭で共に食卓を囲み、食文化等を保護者から子どもに伝えるための情報提供
- (2) 望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出
- (3) 保育活動や教育活動を通じた食育の推進
- (4) 給食を通じた食育の推進
- (5) 体験活動を取り入れた効果的な食育の推進
- (6) 家庭における望ましい食習慣の実践にむけた食育の推進
- (7) 食育推進体制の整備

目標値の現状と達成度

- (1) 家庭で共に食卓を囲み、食文化等を保護者から子どもに伝えるための情報提供

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
158	家族で食卓を囲むことを通じ食の大切さや食文化を子どもに伝えるように心がける保護者の割合の増加	84.8%	77.3%	81.7%	100%	C
159	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（小5）	93.4%	82.4%	82.8%	増加	D
160	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（中2）	88.9%	78.7%	82.0%	増加	D
161	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（高2）	74.7%	69.6%	70.8%	増加	C
162	旬を意識した食生活を送っている保護者の割合の増加	84.8%	76.3%	80.7%	増加	C

- (2) 望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
再掲 148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	—	79.3%	79.4%	90%以上	C

※網掛けしている部分は年齢調整値

- (3) 保育活動や教育活動を通じた食育の推進

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
163	食に関する指導の全体計画を作成している学校の割合	100%	100%	100%	100%	A

(4) 給食を通じた食育の推進

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
164	給食における和食の割合	59.2%	64.9%	50.3%	月平均 50%以上	C
165	残菜率の減少（牛乳）	2.3%	1.1%	2.5%	5%以下	A
166	残菜率の減少（主食）	3.1%	2.2%	4.6%	5%以下	A
167	残菜率の減少（主菜）	2.8%	1.3%	6.8%	5%以下	D
168	残菜率の減少（副菜）	5.4%	2.7%	6.2%	5%以下	C
169	残菜率の減少（汁物）	4.8%	3.4%	6.3%	5%以下	D
170	残菜率の減少（デザート）	1.9%	0.9%	2.1%	5%以下	A
172	我孫子産野菜の使用割合	6.0%	5.8%	5.5%	重量ベース 8%	D
173	我孫子産米の使用認知度（小学校）	81.3%	85.6%	89.3%	100%	B
174	我孫子産米の使用認知度（中学校）	75.0%	95.3%	97.8%	100%	B
175	我孫子産野菜の使用認知度（小学校）	88.1%	86.0%	86.6%	100%	C
176	我孫子産野菜の使用認知度（中学校）	78.0%	95.2%	95.4%	100%	B

(5) 体験活動を取り入れた効果的な食育の推進

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
177	地場産物を活用した体験活動を実施した学校の割合	52.6%	78.9%	63.2%	80%	C
178	郷土料理や行事食等を活用した体験活動を実施した学校の割合	26.3%	36.8%	31.6%	60%	C
179	生活科及び家庭科以外で体験活動を実施した学校の割合	36.8%	52.6%	78.9%	60%	A

(6) 家庭における望ましい食習慣の実践にむけた食育の推進

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
再掲 148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	—	79.3%	79.4%	90%以上	C
180	保護者対象給食試食会を実施した学校の割合	100%	100%	5.3%	100%	D
181	保護者が参加する食育の取り組みを実施した学校の割合の増加	21.1%	21.1%	5.3%	60%	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

(7) 食育推進体制の整備

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
再掲 163	食に関する指導の全体計画を作成している学校の割合	100%	100%	100%	100%	A
182	栄養教諭・学校栄養職員が関わる授業を実施した学校の割合の増加	73.7%	100%	100%	100%	A
184	食物アレルギー対応基本方針の学校職員への周知割合	100%	100%	100%	100%	A

現状と課題

- 家族で食卓を囲むことを通じ食の大切さや食文化を子どもに伝えるように心がける保護者の割合や、旬を意識した食生活を送っている保護者の割合は計画策定当初から変化はありません。夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合は、高校生では変化がなく、小中学生では減少傾向にあります。家族で共に食卓を囲み、食の大切さや食文化を子どもに伝える機会を増やすことが必要です。
- 給食の残菜率は、新型コロナウイルス感染症等の蔓延等の影響により欠席する児童・生徒が多かったこともあり、いずれの項目も数値が増加しています。我孫子産野菜の使用割合は減少傾向にあります。小学生の我孫子産野菜の使用認知度は変化ありませんが、中学生の我孫子産野菜の使用認知度及び小中学生における我孫子産米の使用認知度は改善傾向にあります。給食をとおして食育を推進していくことが重要です。
- 食に関する体験活動については、生活科及び家庭科以外での体験活動を実施した学校の割合は増加し、目標値を達成しました。地場産物を活用した体験活動や、郷土料理や行事食等を活用した体験活動を実施した学校の割合は、達成度に変化はありませんが数値は計画策定当初より増加しています。今後も、子どもの頃から食に関する体験活動を実施していくことが重要です。
- 保護者を対象とした給食試食会等は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催できず、目標達成に至りませんでした。
- 食に関する指導の全体計画を作成している学校の割合や、食物アレルギー対応基本方針の学校職員への周知割合は100%を維持しています。栄養教諭や学校栄養職員が関わる授業を実施した学校の割合は計画策定時以降増加し100%を維持しています。引き続き、食育推進体制の維持が重要です。
- 「(2) 望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出」に関する項目については、「重点施策2 食育の推進【基本方針1】 家庭・地域における食育の推進」参照。

これまでの取り組み

- 共食や食文化に関する啓発**
 - ・離乳食教室等では、離乳食の作り方を伝えるとともに、家族の食事からの取り分け方法や家庭で食卓を囲む大切さについての啓発を実施。
 - ・健康教育や相談の場、イベント会場で資料配布やパネル展示をしたことに加え、食育だより等をとおして、家族で食卓を囲むことの大切さ、旬や食文化等を子どもに伝えるために必要な情報提供を実施。

○望ましい食生活を身につけるための情報提供

- ・子育てイベントや、子育て支援施設等での教室にて、保育園で人気のレシピや食事アドバイス等をまとめた小冊子を作成し、参加者へ配布。
- ・令和4年度は、1歳6か月児健康診査及び3歳児健康診査にて朝食に関する資料を配布。

○保育園・幼稚園等、小中学校における食育の推進

- ・各園、小中学校ごとに食育計画を作成し、計画に基づいた食育活動を実施。

○我孫子産米及び我孫子産野菜の給食導入

- ・市内小中学校全校で我孫子産米を週4回程度、学校給食に使用。また、令和2年度より公立保育園でも我孫子産米の使用を開始。
- ・あびこんや市内農家と契約し、月に2～3回我孫子産野菜を学校給食に使用。食農体験教材として我孫子産野菜を活用。

○体験活動を取り入れた食育の実施

- ・各園において園庭等を利用し、野菜や果物の栽培・収穫体験を実施。
- ・小学校において関連する教科・領域を通じ、食に関する体験活動を実施。

○給食だより、献立表等による啓発

- ・学校や保育園にて給食献立表や給食だより等を発行し、食に関する啓発を実施。

○栄養教諭・学校栄養職員を中心とした食育の推進

- ・栄養教諭・学校栄養職員が給食の充実を図るとともに、各学校の教育活動に応じて、教科等と連動した食育の取り組みを実施。

方策

次世代育成のための食育の推進（家庭）

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	家族で食卓を囲むことを通じて、食の大切さや食文化を子どもに伝えましょう。					
市が主体となり取り組むこと	行事食や、旬の食材、主食・主菜・副菜のそろった食事を通して日本の食文化にふれましょう。					
市が主体となり取り組むこと	正しい食習慣を身につける子どもを育成するための情報提供を行います。					

次世代育成のための食育の推進（教育現場等）

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	給食を通じて、食事のマナーや食文化を学びましょう。		■	▶		
	体験活動を通じて、食の大切さについて知りましょう。		■	▶		
	食に関する指導を通じて学んだことを生かし、自己管理能力を身につけましょう。			■		
	保護者は子ども達が教育現場等で学んだことを家庭でも継続して実践しましょう。					▶
市が主体となり取り組むこと	給食を通じて、食事のマナーや食文化を伝えます。		■	▶		
	保育活動や教育活動を通じて、食の大切さを伝えます。		■	▶		
	体験活動を通じて食の大切さを伝えます。		■	▶		
	保護者に対して、食育に関する情報を伝えます。				▶	
	自己管理能力を身につけるための教育を行います。			■		

（１）家庭で共に食卓を囲み、食文化等を保護者から子どもに伝えるための情報提供

- ・ 離乳食教室、幼児健康診査、食育だよりをとおして、毎日の食事から食事のとり方を身につけていくこと、食文化等を子どもに伝えるために必要な情報を提供します。また、共食^{*}は、家族や友人とのコミュニケーションを図り、食の楽しさを実感するだけでなく、食事のマナーを身につけ、協調性や社会性を養うこともできます。ライフスタイルの多様化・社会構造の変化に伴い、共食が難しい方に対しても、食をとおし、コミュニケーションを図る方法を関係機関と連携し、伝えていきます。
- ・ 日本の食文化は、旬の食材を使用しているものも多く、旬を意識した食生活を送ることで日本の食文化を守り、継承することにもつながります。関係機関と連携し、食育だより等で旬を意識した食生活を送る大切さについて情報提供していきます。

（２）望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出

- ・ 子どもの頃からの望ましい食習慣は、将来の健康的な生活リズムや生活習慣の確立の基礎となります。引き続き、離乳食教室や健康教育・相談の場において、子どもの頃から望ましい食習慣を身につけるために必要な情報提供を実施していきます。

（３）保育活動や教育活動を通じた食育の推進

- ・ 各保育園・各小中学校の幼児・児童・生徒の実態や保育及び教育計画に応じた食に関する指導の計画を作成し、計画に基づいた食育活動を実施します。

（４）給食を通じた食育の推進

- ・ 学校給食では、行事食や郷土料理、我孫子産米・野菜を用いた給食を提供し、栄養教諭・学校栄養職員が給食を生きた教材として用いた食に関する指導を行っています。引き続き、教科や体験活動との連携を図りながら、総合的に給食を活用し、食文化や食事のマナーを伝え、我孫子産農産物に愛着を持つ児童・生徒を育成していきます。また、公立保育園でも、我孫子産米や我孫子産野菜を用いた給食を提供し、体験活動

との連携を図りながら園児や保護者に対して啓発を実施していきます。

(5) 体験活動を取り入れた効果的な食育の推進

- ・米作り等の栽培活動、地域の生産者の田畑見学、野菜のさや剥き、調理実習等、子どもの発達段階に応じて様々な体験学習を行い、地域の農産物についての理解に繋げ、自然や生産者への感謝の心を育みます。また、給食への活用等をとおり、食に関する関心を高めていきます。

(6) 家庭における望ましい食習慣の実践にむけた食育の推進

- ・公立保育園・小中学校において給食だよりや給食試食会等をとおり、保護者に対して家庭における子どもへの食育に関する啓発を実施していきます。

(7) 食育推進体制の整備

- ・栄養教諭・学校栄養職員が給食の充実を図るとともに、各学校の教育活動に応じて教科等と連動した食育の取り組みを実施していきます。また、引き続き学校給食における食物アレルギー対応の基本方針について学校職員への周知を徹底し、食育推進体制を維持していきます。

【基本方針3】地産地消を通じた食育の推進



施策

- (1) 農業拠点施設の整備と活用
- (2) 我孫子産農産物をとる市民を増やすための情報提供の充実（あびこエコ農産物の普及・PR）
- (3) 農家開設型ふれあい体験農園の支援
- (4) 農業体験への参加を通じた、我孫子産農産物に愛着をもつ市民の育成（援農ボランティアの育成・増員）

目標値の現状と達成度

(1) 農業拠点施設の整備と活用

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
185	1日当たりの農産物直売所の客数	227人	446人	512人	増加	A

(2) 我孫子産農産物をとる市民を増やすための情報提供の充実

（あびこエコ農産物の普及・PR）

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
186	「ちばエコ農産物」栽培の認証を受けた農業者数	30人	47人	32人	60人	B
187	市独自の「あびこエコ農産物」の認証（20%以上削減）を受けた農業者数	—	—	27人	100人	—
188	「ちばエコ農産物」栽培の認証を受けた品目数	56件	46件	36件	50件	D
189	あびこ型「地産地消」推進協議会会員数	204人	152人	168人	220人	D
190	地域で採（獲）れた食材を食べている児童生徒の割合	46.5%	100%	100%	70%	A

(3) 農家開設型ふれあい体験農園の支援

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
191	農家開設型ふれあい体験農園の利用者数	529人	508人	515人	増加	C

(4) 農業体験への参加を通じた、我孫子産農産物に愛着をもつ市民の育成

(援農ボランティアの育成・増員)

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
192	市内の学校による農業体験の参加校数	3校	16校	15校	5校	A
再掲 189	あびこ型「地産地消」推進協議会会員数	204人	152人	168人	220人	D
193	援農ボランティアの登録者数	81人	62人	84人	増加	A
194	市民公募による無農薬米づくりの参加者数	103人	339人	185人	350人以上	B

現状と課題

- 農業拠点施設が整備され、1日当たりの農産物直売所の客数は増加しています。
- 「ちばエコ農産物」*栽培の認証を受けた品目数は減少しています。市が行う支援制度等の周知が必要です。「ちばエコ農産物」栽培の認証を受けた農業者数は改善傾向にあります。
- 地域で採(獲)れた食材を食べている児童生徒の割合は目標を達成し、100%を維持しています。
- 農家開設型ふれあい体験農園*の利用者数に変化はありません。
- 市内小・中学校の農業体験参加校数は増加し、目標を達成しています。今後も、維持・継続していくことが大切です。
- 援農ボランティアの登録者数は令和元年度に減少しましたが、その後増加しています。市民公募による無農薬米づくりの参加者数は改善傾向にあります。今後も、周知していくことが必要です。

これまでの取り組み

- 農業拠点施設維持管理事業**
 - ・指定管理者の運営のもと地産地消や食育を推進。新規事業として令和3年度より、農業者と共に作付け、収穫体験ができる農業体験イベントを実施。
 - ・我孫子市独自のエコ農産物制度である「あびこエコ農産物」を推進。また、地元農産物を使用した商品開発及び販売。
- 有機栽培等農業者支援事業**
 - ・改良普及員によるエコ農産物の栽培指導や認証取得の手続き支援を実施。
 - ・あびこエコ農産物認証制度を整備し令和2年度から運用開始。消費者向けに制度の認知度向上に向けたキャンペーンやPRイベントを実施。
 - ・農業拠点施設を中心に、ちばエコ農産物含むあびこエコ農産物を積極的に販売。
- あびこ型「地産地消」推進協議会の充実**
 - ・市内大学の学園祭や地域のお祭りでエコ農産物を販売。給食への我孫子産野菜の搬送ボランティア事業を実施。
- 市民農園維持管理事業**
 - ・市民農園利用者向けの収穫体験イベントを実施。利用者数の増加による区画増設等、利用環境の改善を実施。

○農業体験や生産者との交流を通じて我孫子産農産物への興味・関心を高めるための活動

- ・ 毎年、援農ボランティア養成講座を実施し、市民と受入農家とのマッチングを実施。
- ・ 農家と保育園や学校とのマッチングを実施し、保育園や学校に対して体験活動を実施。
- ・ 市民公募田んぼ・谷津学校等を開催し、自然環境に触れる機会をすることで、環境保全の意義を周知。

方策

主体	内容	妊娠期・乳幼児期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期
市民一人ひとりが取り組むこと	直売所等に行って、地元のお米、野菜や、旬の農産物にふれましょう。					
	農業に興味をもち、農業体験をしてみましょう。					
	我孫子産農産物を使う機会を増やすなど、地産地消に協力してみましょう。					
市が主体となり取り組むこと	農業拠点施設で定期的なイベントを開催し、市民が直売所を利用する機会を作ります。					
	あびこエコ農産物の周知を充実し、認証等の制度を整備します。					
	農家開設型ふれあい体験農園のPRをし、利用者数を増やし、食物を育てる楽しさを伝えます。					
	援農ボランティアをPRし、農業体験を行う市民を増やします。					
	我孫子産農産物を使う機会を増やすなど、地産地消に協力してみましょう。					
企業や市民団体等と協力して推進すること	農業拠点施設で定期的なイベントを開催し、市民が直売所を利用する機会を作ります。					
	あびこエコ農産物の周知を充実し、認証等の制度を整備します。					
	農家開設型ふれあい体験農園のPRをし、利用者数を増やし、食物を育てる楽しさを伝えます。					
	援農ボランティアをPRし、農業体験を行う市民を増やします。					
	我孫子産農産物を使う機会を増やすなど、地産地消に協力してみましょう。					

(1) 農業拠点施設の整備と活用

- ・ 指定管理者の運営のもと農業拠点施設を活用し、安心・安全な農産物を供給するとともに、食や農業及び農産物に関する情報提供を積極的に行います。
- ・ 地元農産物を使用した付加価値の高い商品開発に取り組みます。

(2) 我孫子産農産物をとる市民を増やすための情報提供の充実

(あびこエコ農産物の普及・PR)

- ・ 農業拠点施設指定管理者及びあびこ型「地産地消」推進協議会※を中心に、農業拠点施設や地域で行われるイベント等において我孫子産農産物を広く市民に周知するための活動の充実を図ります。
- ・ 市民に向け、あびこエコ農産物認証制度を周知し、エコ農産物への理解度を高め、購入したいと思う市民の増加を図ります。また、あびこエコ農産物の生産者及び認証件数の増加に向けた施策に取り組みます。

(3) 農家開設型ふれあい体験農園の支援

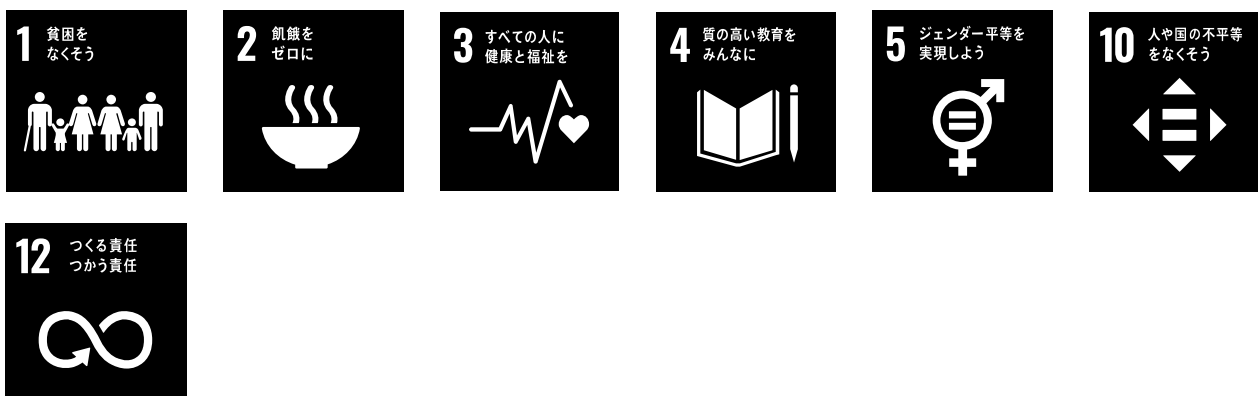
- ・生産者と身近な場で交流し、農業に親しみ、農業を楽しみ、農業を育むことができるよう、農家開設型ふれあい体験農園等の農業体験の場を提供していきます。

(4) 農業体験への参加を通じた、我孫子産農産物に愛着をもつ市民の育成 (援農ボランティアの育成・増員)

- ・我孫子産農産物への愛着を高めるため、生産者とも協力し、保育園・学校や一般の市民に対して体験活動や交流を行っていきます。
- ・援農ボランティア制度を周知し、ボランティア数の増加に向けた施策に取り組みます。

重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進

【基本方針】全てのライフステージにおけるむし歯予防対策及び歯周病対策等歯と口腔の健康づくりの推進



施策

- (1) 市と医療機関や関連機関等との連携体制の充実
- (2) 歯と口腔の疾患の予防及び早期発見のための歯科健康診査の充実
- (3) 市民が正しい口腔ケアによる歯周病等の予防対策・歯と口腔の健康づくりに取り組める環境の整備
- (4) フッ化物応用等のむし歯予防対策による歯と口腔の健康づくりの充実
- (5) 口腔機能の維持及び向上等生涯をとおした歯と口腔の健康づくりに取り組む市民の支援
- (6) 食育及び生活習慣病対策において必要な歯と口腔の健康づくりの充実
- (7) 障害のある者、介護を必要とする者等の適切な歯と口腔の健康づくりの充実

目標値の現状と達成度

- (1) 市と医療機関や関連機関等との連携体制の充実
- (2) 歯と口腔の疾患の予防及び早期発見のための歯科健康診査の充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
195	妊婦歯科健康診査の受診率の向上	25.2%	16.9%	16.7%	30%	D
196	1歳6か月児におけるむし歯がある割合の減少	1.2%	1.5%	0.1%	1.2%以下	A
197	2歳8か月児におけるむし歯がある割合の減少	7.9%	4.8%	2.1%	5%以下	A
198	3歳児でう蝕のある者の割合の減少	17.6%	15.0%	8.0%	15%以下	A
199	5歳児におけるむし歯がある割合の減少	29.3%	25.6%	16.3%	25%以下	A
200	3歳6か月児における一人平均むし歯本数の減少	0.64本	0.48本	0.24本	0.5本以下	C
201	12歳児における一人平均むし歯数（男子）	0.75歯	0.84歯	0.33歯	1.0歯未満	C
202	12歳児における一人平均むし歯数（女子）	0.89歯	0.91歯	0.62歯	1.0歯未満	C

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
203	12 歳児でむし歯のない者の割合の増加 (男子)	61.4%	62.9%	83.8%	65%以上	A
204	12 歳児でむし歯のない者の割合の増加 (女子)	63.6%	64.5%	77.5%	65%以上	A
205	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少 (小 6 男子)	19.4%	12.5%	9.5%	10%以下	B
206	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少 (小 6 女子)	10.2%	10.7%	6.2%	10%以下	A
207	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少 (中 3 男子)	16.3%	3.3%	1.4%	10%以下	A
208	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少 (中 3 女子)	12.0%	2.3%	4.9%	10%以下	A
209	3 歳児で不正咬合等が認められる者の割合の減少	16.3%	14.0%	20.5%	14%以下	D
210	児童生徒において過去 1 年間に個別的に歯と口腔の 清掃指導を受けたことのある者の割合の増加 (小 5)	51.4%	45.7%	34.7%	50%以上	D
211	6 0 2 4 歯科健康診査受診者数の増加	312 人	324 人	815 人	350 人以上	A
212	口腔がん検診受診者数の増加	252 人	170 人	— (コロナ禍 で中止)	300 人以上	—

(3) 市民が正しい口腔ケアによる歯周病等の予防対策・歯と口腔の健康づくりに取り組める 環境の整備

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
213	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の 割合の増加 (1 歳 6 か月児)	87.5%	87.5%	90.2%	95%以上	B
214	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の 割合の増加 (2 歳 8 か月児)	92.9%	93.0%	93.5%	95%以上	C
215	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の 割合の増加 (3 歳児)	91.2%	94.2%	94.9%	95%以上	B
216	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の 割合の増加 (5 歳児)	85.6%	76.9%	92.2%	95%以上	B
217	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (小学校低学年男子)	10.8%	10.5%	10.2%	5%以下	C
218	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (小学校低学年女子)	9.8%	9.6%	11.2%	5%以下	C
219	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (小学校高学年男子)	18.5%	14.8%	15.5%	7%以下	B
220	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (小学校高学年女子)	10.6%	9.4%	10.6%	7%以下	C
221	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (中学生男子)	18.8%	6.2%	5.2%	10%以下	A
222	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少 (中学生女子)	11.9%	3.4%	8.0%	10%以下	B
223	週 1 回以上、鏡を見ながら歯を磨いたり、鏡で自分の 歯や歯肉の状態を観察する習慣を持つ割合の増加 (小学生)	62.8%	57.5%	61.4%	60%以上	C
224	週 1 回以上、鏡を見ながら歯を磨いたり、鏡で自分の 歯や歯肉の状態を観察する習慣を持つ割合の増加 (中学生)	—	69.0%	72.9%	60%以上	A
225	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (中 1 : 毎日 / とときどき合計)	75.1%	63.3%	64.4%	60%以上	D

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
226	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (20歳代)	16.9%	25.8%	38.7%	50%以上	B
227	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (30歳代)	35.1%	42.4%	53.3%	50%以上	B
228	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (40歳代)	40.6%	51.9%	52.0%	55%以上	B
229	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (50歳代)	46.5%	51.2%	56.8%	55%以上	C
230	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加 (60歳代)	49.8%	50.2%	55.8%	65%以上	C
231	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃 を受けたことがあるものの割合の増加(30歳代)	20.4%	22.4%	35.3%	45%以上	C
232	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃 を受けたことがあるものの割合の増加(40歳代)	29.0%	16.4%	25.0%	45%以上	C
233	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃 を受けたことがあるものの割合の増加(50歳代)	28.6%	19.3%	27.4%	45%以上	C
234	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃 を受けたことがあるものの割合の増加(60歳代)	16.4%	29.2%	37.5%	45%以上	B
235	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(30歳代)	55.1%	55.1%	41.2%	40%以下	C
236	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(40歳代)	55.3%	44.8%	43.2%	40%以下	C
237	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(50歳代)	58.7%	50.9%	47.8%	40%以下	C
238	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(60歳代)	53.6%	27.8%	52.9%	50%以下	C

(4) フッ化物応用等のむし歯予防対策による歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
239	2歳8か月までにフッ化物歯面塗布を受けたこと のある者の割合の増加	95.3%	95.2%	90.7%	95%以上	D
240	3歳までにフッ化物歯面塗布を受けたこと のある者の割合の増加	88.1%	89.5%	80.1%	95%以上	D
241	5歳までにフッ化物歯面塗布を受けたこと のある者の割合の増加	86.7%	86.0%	82.1%	90%以上	D
242	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加 (1歳6か月児)	43.8%	52.3%	60.0%	60%以上	B
243	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加 (2歳8か月児)	54.9%	66.4%	70.1%	65%以上	B
244	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加 (3歳児)	57.0%	65.1%	77.3%	70%以上	A
245	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加 (5歳児)	58.5%	67.5%	75.6%	75%以上	B
246	歯みがき剤を使用している者の割合の増加	53.2%	59.2%	96.3%	全年齢で 90%以上	A
247	学童期・思春期に歯みがき剤を使用している 割合の増加(中学生)	43.8%	68.2%	62.1%	95%以上	B
248	学童期・思春期に歯みがき剤を使用している 割合の増加(高校生)	33.1%	63.2%	56.9%	95%以上	B
249	フッ素洗口実施園数の増加	7園	17園	16園	増加	A

(5) 口腔機能の維持及び向上等生涯をととした歯と口腔の健康づくりに取り組む市民の支援

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
250	60歳代における咀嚼良好者の割合の増加	60.9%	81.9%	72.1%	増加	A
251	歯周病と誤嚥性肺炎との関係を理解している割合の増加(64歳まで)	48.6%	53.7%	55.1%	50%以上	A
252	歯周病と誤嚥性肺炎との関係を理解している割合の増加(65歳以上)	48.6%	34.4%	43.8%	60%以上	C
253	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加(妊婦)	82.1%	89.2%	77.7%	90%	C
254	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加(成人)	36.9%	46.6%	50.0%	40%以上	A
255	歯周病と循環器(心内膜炎・動脈硬化等)との関係を理解している割合の増加	27.4%	42.7%	33.9%	45%以上	B
256	歯周病と脳(脳卒中など)との関係を理解している割合の増加	25.5%	40.9%	38.7%	45%以上	B
257	歯周病と代謝異常(糖尿病など)との関係を理解している割合の増加	30.8%	42.3%	35.8%	45%以上	C
258	固い物やかみごたえのあるものなど噛みにくいものが食べられない高齢者の割合の低減	21.7%	77.8%	33.3%	減少	C
259	食事の時に食べこぼしや水分でむせることがある高齢者の割合の減少	10.8%	36.1%	32.4%	減少	D
260	口臭や口の渇きが気になる高齢者割合の減少	-	66.7%	49.2%	減少	A
261	80歳で20本以上歯を有する者の割合の増加	25.0%	58.0%	65.6%	50%以上	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

(6) 食育及び生活習慣病対策において必要な歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	平成25年度 現況値	令和元年度 現況値	令和5年度 現況値	令和6年度 目標値	達成度 (ランク)
262	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少(1歳6か月児)	8.9%	5.7%	4.1%	7%以下	A
263	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少(2歳8か月児)	7.0%	7.7%	4.3%	5%以下	B
264	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少(3歳児)	6.3%	3.8%	3.1%	4%以下	B
265	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少(5歳児)	0.8%	0.6%	1.2%	3%以下	A
再掲 253	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加(妊婦)	82.1%	89.2%	77.7%	90%	C
再掲 254	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加(成人)	36.9%	46.6%	50.0%	40%以上	A
266	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加(小5)	86.6%	92.6%	90.3%	90%以上	C
267	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加(小1)	73.7%	87.3%	83.0%	90%以上	B
268	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加(小4)	80.2%	87.1%	85.1%	90%以上	C
269	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加(中1)	51.4%	66.9%	66.7%	60%以上	B
270	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加(高2)	38.8%	46.0%	58.2%	60%以上	B

※網掛けしている部分は年齢調整値

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
271	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加 (30 歳代)	11.4%	12.9%	18.6%	50%以上	B
272	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加 (40 歳代)	12.0%	13.1%	17.5%	50%以上	C
273	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加 (50 歳代)	20.1%	17.8%	16.5%	50%以上	C
274	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加 (60 歳代)	24.9%	19.7%	13.1%	50%以上	D

※網掛けしている部分は年齢調整値

(7) 障害のある者、介護を必要とする者等の適切な歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	平成 25 年度 現況値	令和元年度 現況値	令和 5 年度 現況値	令和 6 年度 目標値	達成度 (ランク)
275	障害者支援施設及び児童発達支援事業所における歯 磨き指導実施施設数の増加	2 施設	7 施設	10 施設	12 施設以上	B
276	障害者支援施設及び児童発達支援事業所におけるフ ッ化物応用実施者数の増加	47 人	19 人	15 人	60 人以上	D
277	障害者支援施設及び児童発達支援事業所での定期的 な歯科健診実施者数の増加	136 人	53 人	40 人	150 人以上	D
278	介護老人福祉施設及び介護老人保健施設での定期的 な歯科健診実施	未実施	未実施	未実施	実施	—

現状と課題

- 6024 歯科健康診査受診者数は受診券発送者の拡大もあり増加し、目標を達成しています。一方、妊婦歯科健康診査受診率は減少しており、市で行う歯科健康診査について引き続き周知していくことが重要です。
- 中学 1 年生での歯間清掃用具を使用している割合には変化が見られないため、今後も啓発が必要です。幼児・小学生のむし歯のある者の割合や、小中学生で歯肉の状態に異常がある者の割合は減少し、目標値を達成しています。
- 幼児では、毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の割合が増加傾向にあります。また、保護者がフッ化物^{*}の利用を意識している割合は増加し、目標値を達成しています。歯みがき剤を使用している者の割合も中高年生、成人全体で増加傾向にあります。今後も歯科医院でのフッ化物塗布や自宅での歯磨き剤利用等、適切なフッ素の利用ができるよう情報を周知することが重要です。
- 成人では、市民アンケートを見ると、歯周病の初期症状である「歯磨き時に歯ぐきから血がでる」や「歯と歯の間に食べ物がはさまる」の項目では計画策定時と比べて変化が見られません。歯間部清掃用具を使用している者の割合が増加傾向にありますが、むし歯・歯周病の予防のため、正しい磨き方や補助用具の使用等について、さらなる啓発が必要です。
- よく噛んで食べることを心がけている人の割合は、60 歳代では減少傾向にありますが、小学 1 年・中高生や 30 歳代で増加傾向にあります。よく噛んで食べることは全身の健康の維持にもつながるため、全世代において、今後もよく噛んで食べることの必要性について周知が必要です。
- 高齢者では、食事の時に食べこぼしや水分でむせることがある割合は増加傾向にありますが、口臭や口の渇きが気になる割合は減少傾向にあります。80 歳で 20 本以上歯を有する者の割合は増加しています。食べこぼしやむせを防ぐためには、口腔内の状況や機

能に影響するため、歯と口腔の健康が維持できるよう情報の周知やかかりつけ歯科医の重要性について周知が必要です。

- 歯周病と誤嚥性肺炎との関係を理解している割合は、64歳までの市民で増加し、目標値を達成しています。一方、誤嚥性肺炎を引き起こすリスクの高い65歳以上の市民では変化がありません。市民アンケートでも約40%の方が歯周病と全身疾患の関係について「関係があると思わない」もしくは「関係がわからない」と回答しているため、今後も情報の周知が必要です。
- 幼児期の、間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合はおおむね減少傾向にあり、目標値を達成しています。幼児期の正しい食生活の確立は、大人になった際の歯と口腔の健康にとって重要であるため、保護者等への情報周知が重要です。

これまでの取り組み

- 口腔がん検診**
 - ・我孫子市歯科医師会と共催で、日本大学松戸歯学部附属病院の歯科医師による口腔がん検診を年1回実施。
- 市民歯科健診・親子歯科相談**
 - ・健康フェアと同時開催で我孫子市歯科医師会の協力により、無料の歯科健康診査を実施。
- 千葉県後期高齢者歯科口腔健康診査**
 - ・千葉県後期高齢者広域連合により、年度内に76歳に達する市民を対象に歯科健康診査を実施。
- 妊婦歯科健康診査**
 - ・妊娠中の歯と口腔の健康の維持のため、歯科健康診査を受けられるよう体制を整備し、妊娠届出時に受診券と共に啓発リーフレットを配布。
- 6024歯科健康診査**
 - ・若い世代の歯と口腔の健康の維持向上のため、20歳以上の市民を対象に歯科健康診査を実施。令和3年度より、がん個別検診受診券に受診券を同封し、送付対象者を拡大。また、歯科健康診査を受けやすい体制の整備として、個別検診では受診券を忘れても直接受診できる体制に変更。
 - ・歯科健康診査受診結果が要医療で未受診の方に対し、通知による受診勧奨と受診結果の把握を実施。
- 親っこ歯科健康診査**
 - ・5歳児健康診査時、希望する保護者の口腔内を歯科医師が診察し、若い世代への歯と口腔の健康づくりへの啓発を実施。
- 幼児、小学生へのフッ化物洗口の導入**
 - ・希望する保育園・幼稚園等で年中児・年長児にフッ素洗口を実施。
 - ・小学校では対象者を順次拡大し、令和5年度からは湖北台東小学校全学年及び我孫子第二小学校1～4年生の希望者にフッ素洗口を実施。
- 6024運動普及啓発活動、図画・ポスターコンクール**
 - ・市内小中学校で、歯と口の健康に関する標語やポスターの募集を行い、千葉県への推薦を実施。

○**健歯コンクール**

- ・市内小中学校で口腔内の状態が優れた児童・生徒の表彰を実施。

○**歯みがき指導**

- ・保育園・幼稚園・こども園、小学校、あらかき園、こども発達センター、地域活動支援センター、千葉県立特別支援学校等から依頼を受け、歯磨き指導を実施。

○**健康教育**

- ・地域団体等から依頼を受け、むし歯や歯周病、口腔体操等、口腔機能を含めた健康教育を実施。

方策

主体	内容	妊娠期	幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期	障害のある者・介護を必要とする者
市民一人ひとりが取り組むこと	歯科疾患の早期発見のために、かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科健診を受けましょう。						
	自分の口腔内に適した歯磨きの方法を知りデンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシなどの補助用具を必要に応じて正しく使い、口の中を清潔に保ちましょう。						
	歯や歯肉などを1日1回は観察しましょう。						
	歯科医院でのフッ化物塗布などの専門的ケアのほか、歯みがき剤などの使用による日常的なケアで“フッ素”を上手に利用しましょう。						
	年齢によって体力が変化するように“噛む”“飲み込む”ための口腔の筋力も、使わないと低下します。毎日、楽しく、よく噛んで食べることを心がけましょう。						
	子どもの歯は妊娠中に作られることを理解しましょう。						
	むし歯や歯周病が母体や胎児に与える影響を理解し、歯科健診を受けるなどして予防につとめましょう。						
	保護者が毎日仕上げみがきをする習慣をつけましょう。						
	甘いおやつや飲み物のとり方に気をつけましょう。						
	むし歯や歯周病について知り、自身の口腔内をよく観察しましょう。						
	デンタルフロス（糸ようじ）の使用など、適切な口腔ケアを行う方法を身につけましょう。						
	むし歯や歯周病と全身疾患の関わりを理解し、歯科疾患の予防につとめ、自身の歯を多く残しましょう。						
	かかりつけ歯科医で歯の清掃や歯石除去を受けましょう。						
	いつまでも自分の歯でおいしく食べることができるよう、口腔機能の維持・向上につとめ、誤嚥性肺炎などを予防しましょう。						
個々に合わせた、歯科疾患の予防やQOLの向上のための情報収集をしましょう。							
市が主体となり取り組むこと	むし歯や歯周病が母体や胎児に与える影響についての情報の周知や適切な口腔ケアの仕方等について啓発します。						
	歯磨きの習慣や食生活、フッ化物の利用など、歯と口腔の健康づくりの情報の周知や環境を整備します。						
	歯磨きの習慣やフッ化物の利用など、歯と口腔の健康づくりの情報の周知や環境を整備します。						
	むし歯や歯周病と全身疾患の関わりについての情報の周知や歯科健診を受ける環境を整備します。						
	口腔機能の維持・向上や、誤嚥性肺炎の予防のための情報を周知します。						
	入れ歯のお手入れの方法など、適切な口腔ケアの方法について啓発します。						
	介護を必要とする者や障害のある者に対して、治療の推進や、定期的な歯科健診の受診、適切な口腔ケアについて啓発します。						

(1) 市と医療機関や関係機関等との連携体制の充実

- ・ 歯と口腔の健康を維持していくためには、市民と関係機関が協力して体制を整備していくことが必要です。市では、引き続き我孫子市歯科医師会や大学病院の歯科医師と連携し口腔がん検診等様々な事業を実施していくと共に、関係部署との連携をより充実させていきます。

(2) 歯と口腔の疾患の予防及び早期発見のための歯科健康診査の充実

- ・ 歯と口腔の健康を維持するためには、歯科疾患の予防やむし歯・歯周病に罹患した際に放置せず治療をすることが大切です。そのため、かかりつけ歯科医をもつことや、病気の早期発見・早期治療について情報の周知を行っていきます。
- ・ 多くの方が自身の口腔内の状況を知ることが出来るよう引き続き妊婦歯科健康診査、6024歯科健康診査、親っこ歯科健康診査、口腔がん検診を実施していきます。また、保健センターだより等での情報の周知や要医療者への未受診者勧奨等を継続していきます。
- ・ 妊娠届出時の面談や妊娠中の方が参加するしあわせママパパ学級等の機会を利用し、妊婦歯科健康診査受診の必要性の周知と受診勧奨を行っていきます。
- ・ 市広報や健康フェア等で口腔がんや検診の実施について周知していきます。また、口腔がん検診の電子申請導入等受診しやすい体制を検討していきます。

(3) 市民が正しい口腔ケアによる歯周病等の予防対策・歯と口腔の健康づくりに取り組める環境の整備

- ・ 歯と口腔の健康を維持するには、一人ひとりが、正しい知識を持ち、自身の口腔内の状況に合った適切な歯みがきの仕方や補助用具の利用方法を知り、毎日の歯みがきの中で実践していくことが重要です。市民が適切な歯と口腔の健康について情報を得ることが出来るよう、歯科健康診査案内に同封しているリーフレットや健康教育を行う場面で情報の周知を行っていきます。
- ・ 若い世代への歯周病予防の啓発が重要であるため、歯科健診受診券の発送等を行い、気づきの機会を提供していきます。

(4) フッ化物応用等のむし歯予防対策による歯と口腔の健康づくりの充実

- ・ 将来の歯と口腔の健康づくりには、保護者が正しい知識を持ち、子どもに適切な歯と口腔の健康に関する情報を伝えること、実際に実施し経験させることが大切です。幼児歯科健康診査やフッ素洗口事業^{*}を通じ、保護者や乳幼児に広く情報提供していきます。
- ・ フッ素洗口事業実施の際には、紙芝居やチャートを使用して、園児向けに口の健康・手入れについての啓発をしていきます。
- ・ 子育て世代等多くの市民へ、フッ化物応用方法についての正しい知識の啓発や情報提供をフッ素洗口事業や乳幼児を対象とした相談事業、幼児歯科健康診査等で行っていきます。

(5) 口腔機能の維持及び向上等生涯をとおした歯と口腔の健康づくりに取り組む市民の支援

- ・ 生涯をとおして、様々な食べ物を自身の口でよく噛んで食べることは全身の健康を

維持するうえで重要です。そのためには、むし歯や歯周病を予防し、口腔内の環境を整えることが必要です。歯科疾患の予防とともに、口腔機能の獲得に影響を及ぼすと思われる習癖や食育の指導、加齢による口腔機能の低下等の情報について、歯科健康診査事業や健康教育、保健センターだより等をとおして周知していきます。

- ・地域で活動している方に対して、歯周病と誤嚥性肺炎との関わりや歯周病と全身疾患との関連、かかりつけ歯科医の重要性等の情報を提供し、正しい情報が地域へ広く周知されるよう、関係部署と連携を取りながら啓発を続けていきます。

(6) 食育及び生活習慣病対策において必要な歯と口腔の健康づくりの充実

- ・自身の口腔内の状態をよく知ること、また、歯と口腔の健康を守っていく方法を知ること等、歯と口腔の健康について考える時間を持つことは非常に重要です。6024運動普及啓発、凶画・ポスターコンクール等の事業を継続して行っています。
- ・むし歯等の歯科疾患は様々な要因が絡み合っています。そのうちの一つである、間食の取り方や甘い食べ物の取り方等について、乳幼児を対象とした歯科健康診査やリーフレットの配布等で情報提供を継続していきます。

(7) 障害のある者、介護を必要とする者等の適切な歯と口腔の健康づくりの充実

- ・障害のある方や介護を必要とする方が、健康で暮らせるようにするためには、個々の状況にあった口腔ケアを知り実践することが重要です。障害者支援施設、児童発達支援事業所等で、正しい口腔ケアが実践されるよう、歯みがき指導時に本人及び介助者等の口腔内の状況や生活環境を鑑みながら、情報の共有および支援を行っていきます。また、現在、歯みがき指導を実施していない施設等へも引き続き声掛けを行っていきます。

第 5 章 施策の体系

重点施策 1 一次予防を重視した健康づくりの推進

【基本方針 1】健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進（人とまちの健康観）

（1）ライフステージに合わせた情報発信による一次予防の取り組み支援

関連事業等	担当課	方向性	備考
第 2 次心も身体も健康プランの推進	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	
保健センターだよりの充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	
メール配信サービスによる情報発信	健康づくり支援課	現状どおり推進	
子育て Q & A	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健康メモ	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4 か月児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
1 歳 6 か月児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
2 歳 8 か月児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3 歳児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5 歳児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和 6 年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
新生児・妊産婦等訪問指導事業	健康づくり支援課	現状どおり推進	
母子健康手帳の交付	健康づくり支援課	拡充	令和 6 年度に「我孫子市保健センター我孫子駅前妊娠・育児相談窓口」を整備
商業者間の連携強化（商業者への情報発信）	健康づくり支援課 商業観光課	現状どおり推進	
情報発信の充実（市民向けイベントの活性化）	健康づくり支援課 商業観光課	現状どおり推進	
あびこ子どもまつりでの情報発信	健康づくり支援課 子ども支援課	関連事業から削除	他事業の中で実施するため、関連事業から削除
公民館学級・講座での情報発信	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	
手賀の丘ふれあい宿泊通学での情報発信	健康づくり支援課 子ども支援課	廃止	
げんきフェスタでの情報発信	健康づくり支援課 子ども支援課	現状どおり推進	
子育て支援拠点事業 （旧 enjoy パパ応援プロジェクト）	健康づくり支援課 保育課	統合	令和 2 年度から、子育て支援拠点事業の中で実施
生きがいくり情報の発信 ★	高齢者支援課	廃止	平成 27 年度に情報冊子の作成・配布し終了、今後は出前講座等で生きがいくり情報を発信

(2) 市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進

関連事業等	担当課	方向性	備考
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健康フェア	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民団体・自主活動支援（一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
手賀沼ふれあいウォーク	健康づくり支援課	廃止	令和5年度事業廃止、ウォーキング等の情報提供や普及啓発は継続実施
企業が行う健康づくり講座の紹介・講座の協働開発	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民公益活動の担い手を増やすための取組 ★ （旧 市民と市民団体等とのマッチング機会の提供）	市民協働推進課	現状どおり推進	
出前講座の運営	生涯学習課	現状どおり推進	

(3) 地域と市民がつながる環境づくりの充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
高齢者クラブ活動の支援	高齢者支援課	現状どおり推進	
きらめきデイサービスの促進	高齢者支援課	現状どおり推進	
空き店舗を利用した「お休み処」の充実	高齢者支援課	廃止	令和3年度事業廃止
シルバー人材センターへの支援	高齢者支援課	現状どおり推進	
地域介護予防活動の支援（健康生活サポートリーダー・介護保険ボランティアポイント制度等）	高齢者支援課	現状どおり推進	
のびのび親子学級	生涯学習課	現状どおり推進	
家庭教育学級	生涯学習課	現状どおり推進	
熟年備学	生涯学習課	現状どおり推進	
長寿大学	生涯学習課	現状どおり推進	
市民カレッジ「我孫子を知るコース」	生涯学習課	廃止	平成29年度に我孫子を紹介する事業として一定の役割を終えたことで廃止
げんきフェスタでの情報発信（再掲）	健康づくり支援課 子ども支援課	現状どおり推進	
あびこ子どもまつりでの情報発信（再掲）	健康づくり支援課 子ども支援課	関連事業から削除	他事業の中で実施するため、関連事業から削除
子育て支援拠点事業	保育課	現状どおり推進	
世代間交流事業の促進	保育課	現状どおり推進	

(4) 介護要因を知り、自ら一次予防対策に取り組む市民に対する支援の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
各種事業での啓発	高齢者支援課	現状どおり推進	
高齢者への対応を探る事業の推進	高齢者支援課	現状どおり推進	
高齢者クラブ活動の支援（再掲）	高齢者支援課	現状どおり推進	
きらめきデイサービスの促進（再掲）	高齢者支援課	現状どおり推進	
空き店舗を利用した「お休み処」の充実（再掲）	高齢者支援課	廃止	令和3年度事業廃止
シルバー人材センターへの支援（再掲）	高齢者支援課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
認知症初期集中支援チームによる相談支援事業 (旧 認知症に関する医療相談)	高齢者支援課	現状どおり推進	
一次予防事業の推進	高齢者支援課	廃止	平成 27 年度事業廃止
地域介護予防活動の支援(健康生活サポートリーダー・介護保険ボランティアポイント制度等) (再掲)	高齢者支援課	現状どおり推進	
介護予防に関する出前講座	高齢者支援課	現状どおり推進	
バリアフリー情報提供事業	障害者福祉センター	現状どおり推進	

【基本方針 2】望ましい食生活の推進(栄養・食生活)

(1) 市民が適正体重を維持するための支援の充実

(2) 栄養バランスのよい食事をする取り組みへの支援(1日3食とる・野菜摂取・減塩)

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4 か月児相談(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
1 歳 6 か月児健康診査(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
2 歳 8 か月児歯科健康診査(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3 歳児健康診査(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5 歳児健康診査(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和 6 年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民団体・自主活動支援(一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む)(再掲)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	
低栄養に関する知識の普及啓発 (旧 低栄養予防教室)(再掲)	高齢者支援課	現状どおり推進	
配食サービスの充実	高齢者支援課	現状どおり推進	
高齢期の食事に関する出前講座	高齢者支援課	現状どおり推進	
肥満・やせの実態調査と対応	学校教育課 保育課	現状どおり推進	
学童保育室の運営	子ども支援課	関連事業から削除	食育に関するプログラムはないため、関連事業から削除

【基本方針 3】運動習慣確立のための取り組みの推進(運動・身体活動)

(1) 市民が日頃から意識的に身体を動かすための取り組みの支援

関連事業等	担当課	方向性	備考
手賀沼ふれあいウォーク(再掲)	健康づくり支援課	廃止	令和 5 年度事業廃止、ウォーキング等の情報提供や普及啓発は継続実施

関連事業等	担当課	方向性	備考
動画による健康教育	健康づくり支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討
ウォーキング推進事業（検討）	健康づくり支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討
階段利用推進（検討）	健康づくり支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討
バリアフリー情報提供事業（再掲）	障害者福祉センター	現状どおり推進	
「駅からハイキング」事業	企画政策課	現状どおり推進	
レンタサイクルのPR強化	商業観光課	現状どおり推進	
サイクリングロードの検討 （旧 サイクリング需要への対応）	企画政策課 交通政策課 治水課	現状どおり推進	
手賀沼遊歩道の魅力向上	公園緑地課 商業観光課	現状どおり推進	
学校体育施設開放事業	文化・スポーツ課	現状どおり推進	
あびっ子クラブ（チャレンジタイム）	子ども支援課	現状どおり推進	
園庭開放・マイ保育園 （旧 合同イベント）（旧 運動遊び）	保育課	現状どおり推進	

（２）運動習慣を持つ市民の増加を図るための環境整備と充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
地域サークル等の情報の集約（検討）	文化・スポーツ課	事業手法検討・見直し	我孫子市スポーツ協会と協議を行い、手法について検討
健康スポーツ普及事業	文化・スポーツ課	現状どおり推進	
健康スポーツ振興事業	文化・スポーツ課	現状どおり推進	
障害者スポーツ大会	障害者福祉センター	現状どおり推進	
体育施設管理運営事業	文化・スポーツ課	現状どおり推進	
近隣市町との体育施設の相互利用・民間体育施設の一般開放の推進	文化・スポーツ課	現状どおり推進	

（３）ロコモティブシンドロームの認知度向上及び予防に取り組む市民の増加を図るための情報の提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業での情報発信	健康づくり支援課	現状どおり推進	
手賀沼ふれあいウォーク（再掲）	健康づくり支援課	廃止	令和5年度事業廃止、普及啓発は他事業の中で継続実施
動画による健康教育（再掲）	健康づくり支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討
地域介護予防活動の支援（再掲）	高齢者支援課	現状どおり推進	

【基本方針4】心の健康を保つための取り組みの推進（休養・心の健康）

（1）睡眠による休養が十分に取れるようにするための情報提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
企業・会社等 職場での啓発（検討）	健康づくり支援課 企業立地推進課	現状どおり推進	

（2）ストレスを解消するための情報提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
基本方針1・(2)「市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進」事業での情報発信	健康づくり支援課	現状どおり推進	
笑って免疫力アップ事業 ★	健康づくり支援課	統合	基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）に統合
心の教育の推進	指導課	現状どおり推進	
企業・会社等 職場での啓発（検討）（再掲）	健康づくり支援課 企業立地推進課	現状どおり推進	
憩いの場づくり（水生植物園の再整備）	農政課	現状どおり推進	

（3）相談体制の充実及び相談窓口の情報提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
4か月児相談（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
子育て相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
新生児・妊産婦訪問等指導事業（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
母子健康手帳の交付	健康づくり支援課	拡充	令和6年度に「我孫子市保健センター我孫子駅前妊娠・育児相談窓口」を整備
育児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
訪問活動	健康づくり支援課	現状どおり推進	
産後ケア事業	健康づくり支援課	拡充	事業対象者拡大
心の相談体制の充実	障害者支援課	現状どおり推進	
障害者相談支援体制の強化	障害者支援課	現状どおり推進	
生活相談の実施	社会福祉課	現状どおり推進	
DV相談	社会福祉課	現状どおり推進	
自殺対策事業の推進	社会福祉課 障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
生活困窮者自立支援事業の実施	社会福祉課	現状どおり推進	
子育てサポーターの養成と地域活動の推進	保育課	現状どおり推進	
子ども総合相談の推進	子ども相談課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
ひとり親家庭相談	子ども支援課	現状どおり推進	

【基本方針5】禁煙及び受動喫煙防止の推進（たばこ）

（1）受動喫煙についての理解促進にともなう、受動喫煙対策の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
公共施設等の敷地内受動喫煙防止の徹底	健康づくり支援課 資産管理課 学校教育課 生涯学習課	現状どおり推進	
禁煙外来の助成（検討）★	健康づくり支援課	統合	基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）へ統合、禁煙外来の周知は継続実施
商業者間の連携強化 （商業者への店舗内分煙の呼びかけ）	健康づくり支援課 商業観光課	現状どおり推進	

（2）COPD（慢性閉塞性肺疾患）など喫煙関連疾患の情報提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

（3）未成年、妊婦の喫煙防止の徹底

関連事業等	担当課	方向性	備考
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
あびこ子どもまつりでの情報発信（再掲）	健康づくり支援課	関連事業から削除	他事業の中で実施するため、関連事業から削除
公民館学級・講座での情報発信（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	
成人式での啓発	生涯学習課	現状どおり推進	
未成年への啓発活動の推進（薬物への啓発等含む）	指導課	現状どおり推進	

【基本方針6】適度な飲酒を身につけるための取り組みの推進（アルコール）

（1）適正飲酒量に関する情報提供

（それに伴う多量飲酒者の減少・適正飲酒を実践する市民の増加）

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
アルコールに関する正しい知識の普及啓発活動	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
アルコール教室	障害者支援課	現状どおり推進	

(2) 未成年、妊婦の飲酒防止の徹底

関連事業等	担当課	方向性	備考
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
公民館学級・講座での情報発信（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	
未成年への啓発活動の推進（薬物への啓発等含む）（再掲）	指導課	現状どおり推進	
事業者間の連携強化（未成年の飲酒防止啓発資料の掲示）	健康づくり支援課 商業観光課	現状どおり推進	

【基本方針7】 自らの健康を管理する取り組みの推進（健康チェック）

(1) 健診・予防接種の機会の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
妊産婦・乳児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
妊婦歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
1歳6か月児健康診査（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
2歳8か月児歯科健康診査（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3歳児健康診査（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5歳児健康診査（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
6024 歯科健康診査（旧 8020 歯科健康診査）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
予防接種事業	健康づくり支援課	現状どおり推進	
高齢者インフルエンザ等予防接種	健康づくり支援課	現状どおり推進	
任意予防接種の充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	

(2) 特定健康診査・がん検診を受けやすい体制の整備

関連事業等	担当課	方向性	備考
基本方針1・(1)「ライフステージに合わせた情報発信による市民の意識向上」事業における情報発信（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
思春期からの子宮頸がん検診啓発	健康づくり支援課 学校教育課 生涯学習課	現状どおり推進	
園や学校等を通じた保護者へのがん検診啓発活動	健康づくり支援課 学校教育課 保育課	事業手法検討・見直し	今後関係課で対応を協議
乳がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
前立腺がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
口腔がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
大腸がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
特定健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
結核・肺がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
肝炎ウイルス検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
肺がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
胃がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
骨粗しょう症検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
我孫子市脳ドック事業 ★	健康づくり支援課	現状どおり推進	
子宮頸がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	

(3) 特定保健指導を利用しやすい環境の整備と充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
特定保健指導	健康づくり支援課	現状どおり推進	
糖尿病性腎症重症化予防事業	国保年金課	事業手法検討・見直し	参加しやすい方法を検討

(4) がん検診精密検査受診率向上のための啓発及び受診体制の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
特定健康診査・特定保健指導等事業 ★ (頸動脈エコー含む)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
各種がん検診の精密検査	健康づくり支援課	現状どおり推進	

重点施策2 食育の推進

【基本方針1】 家庭・地域における食育の推進

(1) 市民が食に興味・関心を持つための情報の収集と提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4か月児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民団体・自主活動支援(一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食育だよりの充実(検討)	健康づくり支援課	現状どおり推進	
ポスターやチラシ等による情報発信(検討)	健康づくり支援課	統合	食育だよりの充実(検討)に統合
低栄養に関する知識の普及啓発 (旧 低栄養予防教室)	高齢者支援課	現状どおり推進	
高齢期の食事に関する出前講座	高齢者支援課	現状どおり推進	
学童保育室の運営	子ども支援課	関連事業から削除	食育に関するプログラムはないため、関連事業から削除

(2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供
(1.健康づくり「栄養・食生活」再掲)

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4か月児相談（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
1歳6か月児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
2歳8か月児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3歳児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5歳児健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民団体・自主活動支援（一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む）（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
低栄養に関する知識の普及啓発（旧 低栄養予防教室）	高齢者支援課	現状どおり推進	
配食サービスの充実	高齢者支援課	現状どおり推進	
高齢期の食事に関する出前講座（再掲）	高齢者支援課	現状どおり推進	
肥満・やせの実態調査と対応	学校教育課 保育課	現状どおり推進	
学童保育室の運営（再掲）	子ども支援課	関連事業から削除	食育に関するプログラムはないため、関連事業から削除

(3) 市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できる環境の整備

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民団体・自主活動支援（一般健康教育・出前講座・地域活動支援含む）（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
地域商店と連携した食品表示の推進（検討）	健康づくり支援課	統合	食育だよりの充実（検討）に統合
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
保健センターだより	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食品表示の活用方法の普及	健康づくり支援課	現状どおり推進	

【基本方針2】次世代育成のための食育の推進（家庭）（教育現場等）

（1）家庭で共に食卓を囲み、食文化等を保護者から子どもに伝えるための情報提供

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4か月児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健康づくり推進員及び食生活改善推進員活動の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

（2）望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出

関連事業等	担当課	方向性	備考
離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
食に関する情報の提供及び啓発の充実（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
学童保育室の運営	子ども支援課	関連事業から削除	食育に関するプログラムはないため、関連事業から削除
まちづくり探検隊	子ども支援課	廃止	H28年度事業廃止
事業者による食育プログラムの活用	保育課	現状どおり推進	
イベント等における食に関する情報提供	保育課	現状どおり推進	

（3）保育活動や教育活動を通じた食育の推進

関連事業等	担当課	方向性	備考
保育園・幼稚園等における食育の推進	保育課	現状どおり推進	
小中学校における食に関する指導の推進	指導課 学校教育課	現状どおり推進	

（4）給食を通じた食育の推進

関連事業等	担当課	方向性	備考
給食を通じた望ましい食習慣の体得や社会性および感謝の心を育む機会の充実	学校教育課	現状どおり推進	
我孫子産野菜の導入	学校教育課 農政課	現状どおり推進	
我孫子産米の学校給食導入	学校教育課	現状どおり推進	
教科等の学習活動への学校給食の教材化	学校教育課	現状どおり推進	

（5）体験活動を取り入れた効果的な食育の推進

関連事業等	担当課	方向性	備考
栽培・収穫体験	保育課	現状どおり推進	
栽培活動・食農体験	学校教育課	現状どおり推進	

（6）家庭における望ましい食習慣の実践にむけた食育の推進

関連事業等	担当課	方向性	備考
給食だより、献立表等による啓発	学校教育課 保育課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
ホームページにおける給食レシピ等の情報提供	学校教育課 保育課	現状どおり推進	
保護者対象給食試食会等の開催（旧 保護者対象給食試食会・料理教室等の開催）	学校教育課 保育課	現状どおり推進	

（7）食育推進体制の整備

関連事業等	担当課	方向性	備考
栄養教諭・学校栄養職員を中心とした食育の推進	学校教育課	現状どおり推進	
栄養教諭・学校栄養職員による授業研究会の開催	学校教育課	廃止	令和2年度事業廃止
食物アレルギーの実態調査・対応	学校教育課 保育課	現状どおり推進	
保育園栄養士を中心とした食育の推進	保育課	現状どおり推進	
公私保育園等栄養士給食懇談会の開催	保育課	現状どおり推進	

【基本方針3】地産地消を通じた食育の推進

（1）農業拠点施設の整備と活用

関連事業等	担当課	方向性	備考
農業拠点施設維持管理事業 （旧 農業拠点施設整備事業）	農政課	現状どおり推進	

（2）我孫子産農産物をとる市民を増やすための情報提供の充実

（あびこエコ農産物の普及・PR）

関連事業等	担当課	方向性	備考
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
地域商店と連携した食品表示の推進（検討） （再掲）	健康づくり支援課	統合	食育だよりの充実（検討）に統合
あびこ型「地産地消」推進協議会の充実	農政課	現状どおり推進	
有機栽培等農業者支援事業	農政課	現状どおり推進	
農業拠点施設維持管理事業 （旧 農業拠点施設整備事業）（再掲）	農政課	現状どおり推進	
消費者・市民の購入促進、商工業者の活用支援	農政課 商業観光課	現状どおり推進	

（3）農家開設型ふれあい体験農園の支援

関連事業等	担当課	方向性	備考
農家開設型ふれあい体験農園事業	農政課	現状どおり推進	
市民農園維持管理事業	農政課	現状どおり推進	
農業者と市民との交流の促進	農政課	現状どおり推進	

（4）農業体験への参加を通じた、我孫子産農産物に愛着をもつ市民の育成

（援農ボランティアの育成・増員）

関連事業等	担当課	方向性	備考
あびこ型「地産地消」推進協議会の充実（再掲）	農政課	現状どおり推進	
援農ボランティアの拡充と活用促進	農政課	現状どおり推進	
自然環境の保全再生に向けた維持管理作業	手賀沼課	現状どおり推進	

重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進

【基本方針】全てのライフステージにおけるむし歯予防対策及び歯周病対策等歯と口腔の健康づくりの推進

(1) 市と医療機関や関連機関等との連携体制の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
歯と口腔の健康づくりに関する情報収集	健康づくり支援課	現状どおり推進	
連携体制の構築	健康づくり支援課 高齢者支援課 保育課 学校教育課 国保年金課 障害者支援課 こども発達センター 生涯学習課	現状どおり推進	

(2) 歯と口腔の疾患の予防及び早期発見のための歯科健康診査の充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
妊婦歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
1歳6か月児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
2歳8か月児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3歳児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5歳児歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
保育園・幼稚園歯科健康診査	保育課	現状どおり推進	
学校歯科健康診査	学校教育課	現状どおり推進	
就学時健康診断（歯科健康診査）	学校教育課	現状どおり推進	
市民歯科健診・親子歯科相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
口腔がん検診	健康づくり支援課	現状どおり推進	
親っこ歯科健康診査	健康づくり支援課	現状どおり推進	
歯科口腔健康診査（当該年度に76歳に到達する者） （旧 お口のクリーニング事業の導入検討 （75歳以上の方））	国保年金課	現状どおり推進	
6024歯科健康診査 （旧 8020歯科健康診査）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

(3) 市民が正しい口腔ケアによる歯周病等の予防対策・歯と口腔の健康づくりに取り組める環境の整備

関連事業等	担当課	方向性	備考
各種健（検）診時等歯科健康教育	健康づくり支援課	現状どおり推進	
歯みがき・食育指導	学校教育課	現状どおり推進	
障害者福祉センター・あらかき園・こども発達センター歯磨き指導	障害者支援課 こども発達センター 健康づくり支援課	現状どおり推進	
地域活動支援センター歯磨き指導	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
千葉県立特別支援学校歯磨き指導（講師派遣）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
電話・来所相談（歯科相談）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
インターネットを活用した健康相談（歯科）	健康づくり支援課	統合	電話・来所相談（歯科相談）に統合
しあわせママパパ学級	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
歯周疾患予防教室	健康づくり支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討
出前講座の運営（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	
介護職員等への歯科指導	健康づくり支援課 高齢者支援課	事業手法検討・見直し	手法について検討

(4) フッ化物応用等のむし歯予防対策による歯と口腔の健康づくりの充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
妊婦・新生児訪問	健康づくり支援課	現状どおり推進	
4か月児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室	健康づくり支援課	現状どおり推進	
各種健（検）診時等歯科健康教育（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
育児相談	健康づくり支援課	現状どおり推進	
保育園・幼稚園歯磨き指導	健康づくり支援課 保育課	現状どおり推進	
歯みがき・食育指導	学校教育課	現状どおり推進	
障害者福祉センター歯磨き指導	障害者支援課 健康づくり支援課	統合	障害者福祉センター・あらかき園等への歯磨き指導に統合
地域活動支援センター歯磨き指導（再掲）	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
障害者福祉センター・あらかき園・こども発達センター歯磨き指導（再掲）	障害者支援課 こども発達センター 健康づくり支援課	現状どおり推進	
千葉県立特別支援学校歯磨き指導（講師派遣）（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
経過観察が必要な市民への歯科指導	健康づくり支援課	現状どおり推進	
電話・来所相談（歯科相談）（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
インターネットを活用した健康相談（歯科）（再掲）	健康づくり支援課	統合	電話・来所相談（歯科相談）に統合
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更

関連事業等	担当課	方向性	備考
2歳8か月児歯科健康診査（再掲） （フッ化物塗布）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
3歳児歯科健康診査（再掲）（フッ化物塗布）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
5歳児歯科健康診査（再掲）（フッ化物塗布）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
市民歯科健診・親子歯科相談（再掲） （フッ化物応用の導入検討）	健康づくり支援課	事業手法検討・ 見直し	フッ化物応用の導入検討
幼児へのフッ化物洗口の導入	健康づくり支援課 保育課	現状どおり推進	
小・中学生へのフッ化物洗口の導入	学校教育課 健康づくり支援課	拡充	湖北台東小学校、我孫子第二小学校は全学年を対象に実施予定、また実施校を増やす予定（時期及び校数は未定）
子育て支援拠点事業	保育課	現状どおり推進	
こども発達センターにおけるフッ化物応用の実施	こども発達センター 健康づくり支援課	現状どおり推進	
障害のある方へのフッ化物応用の普及啓発	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
出前講座の運営（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	

（５）口腔機能の維持及び向上等生涯をとおした歯と口腔の健康づくりに取り組む市民の支援

関連事業等	担当課	方向性	備考
電話・来所相談（歯科相談）（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
インターネットを活用した健康相談（歯科）（再掲）	健康づくり支援課	統合	電話・来所相談（歯科相談）に統合
健康宣言教室	健康づくり支援課	廃止	事業廃止、普及啓発は他事業の中で継続実施
出前講座の運営（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	
健口体操普及啓発	高齢者支援課	現状どおり推進	
各種健（検）診時等歯科健康教育（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

（６）食育及び生活習慣病対策において必要な歯と口腔の健康づくりの充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
4か月児相談（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
後期離乳食教室（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
6024 運動普及啓発活動（標語小学生の部、中学生の部）（旧 8020 運動普及啓発活動）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
6024 運動普及啓発活動（標語一般の部）（旧 8020 運動普及啓発活動）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
各種健（検）診時等歯科健康教育（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
健歯コンクール	学校教育課	現状どおり推進	
図画・ポスターコンクール	学校教育課	現状どおり推進	
歯みがき・食育指導（再掲）	学校教育課	現状どおり推進	
体育・保健教育の推進	学校教育課	統合	歯磨き・食育指導に統合
育児相談（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	

関連事業等	担当課	方向性	備考
保育園・幼稚園歯磨き指導（再掲）	健康づくり支援課 保育課	現状どおり推進	
しあわせママパパ学級（再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	令和6年度から「ウェルカムベビー学級」に名称変更
出前講座の運営（再掲）	健康づくり支援課 生涯学習課	現状どおり推進	

（7）障害のある者、介護を必要とする者等の適切な歯と口腔の健康づくりの充実

関連事業等	担当課	方向性	備考
障害者福祉センター歯磨き指導（再掲）	障害者支援課 健康づくり支援課	統合	障害者福祉センター・あらかき園等への歯磨き指導に統合
地域活動支援センター歯磨き指導（再掲）	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
千葉県立特別支援学校歯磨き指導（講師派遣） （再掲）	健康づくり支援課	現状どおり推進	
障害のある方へのフッ化物応用の普及啓発 （再掲）	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
障害者福祉センター・あらかき園等への歯磨き指導	障害者支援課 健康づくり支援課	現状どおり推進	
介護職員等への歯科指導（再掲）	健康づくり支援課 高齢者支援課	事業手法検討・ 見直し	手法について検討

資料編

1 健康づくり推進協議会委員名簿

令和5年12月1日現在

委員名	委員の構成名称	所属
加藤木 好美	保健所等の関係行政機関を代表する者	松戸健康福祉センター（松戸保健所）地域保健課長
菅森 毅士	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子医師会会長
佐藤 昭宏	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子医師会理事
大城 充	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子医師会理事
小川 英郎	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子市歯科医師会会長
水田 勝	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子市歯科医師会副会長
和久井 綾子	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子市薬剤師会会長
松下 世津子	医師会等の保健医療関係団体を代表する者	我孫子市薬剤師会副会長
土山 勇人	地区の衛生組織、学校、事業所等を代表する者	我孫子市立湖北台西小学校長 地区学校代表者
西田 歩	地区の衛生組織、学校、事業所等を代表する者	我孫子市社会福祉協議会
木田 典子	地区の衛生組織、学校、事業所等を代表する者	我孫子市健康づくり推進員及び食生活改善推進員
荒井 隆夫	地区の衛生組織、学校、事業所等を代表する者	我孫子市スポーツ推進委員
池松 孝司	地区の衛生組織、学校、事業所等を代表する者	我孫子市商工会
永嶋 久美子	学識経験者	川村学園女子大学教授
内田 裕美	学識経験者	あびこ助産師専門学校教員

2 心も身体も健康プラン推進委員会名簿

令和5年12月1日現在

課名	推進委員氏名
社会福祉課長	小池 齊
障害者支援課長	竹井 智人
高齢者支援課長	長島 公子
国保年金課長	海老原 正
子ども支援課長	阿部 政人
保育課長	石山 達也
子ども相談課長	鈴木 将人
商業観光課長	秋田 芳博
農政課長	大井 一郎
学校教育課長	中野 直美
指導課長	森谷 朋子
生涯学習課長	小林 裕
文化・スポーツ課長	辻 史郎
健康づくり支援課長	根本 久美子
事務局	西牧 一夫 一場 亮子 本間 康平 赤根 和人 猪狩 惣一郎

3 最終評価策定過程

(1) 健康づくり推進協議会

	開催日	主な内容
1	令和4年9月26日(月)	我孫子市健康についての市民アンケート(案)
2	令和5年12月4日(月)	我孫子市健康についての市民アンケート調査結果報告書(案) 第2次心も身体も健康プランの進捗状況、最終評価(案)

(2) 心も身体も健康プラン推進委員会

	開催日	主な内容
1	令和6年1月15日(月)	我孫子市健康についての市民アンケート調査結果報告書(案) 第2次心も身体も健康プラン最終評価報告書(案)

4 指標一覧

重点施策1 一次予防を重視した健康づくりの推進

【基本方針1】健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進（人とまちの健康観）

（1）ライフステージに合わせた情報発信による一次予防の取り組み支援

No	項目	データソース
1（新）	健康寿命の延伸（男性）	国保データベースシステム（KDB）
2（新）	健康寿命の延伸（女性）	国保データベースシステム（KDB）
3	自らの健康に気をつけている割合の増加	市民アンケート（一般）
4	子どもの健康に気をつけている保護者の割合の増加	健康づくり支援課
5	健康状態に満足している/自らが健康だと思う割合の増加（中高生）	市民アンケート（中高生）
6	健康状態に満足している/自らが健康だと思う割合の増加（成人）	市民アンケート（一般）
7	健康に関する情報や知識を得るようにしている割合の増加	市民アンケート（一般）
8	第2次心も身体も健康プランを知っている割合の増加	健康づくり支援課→ 市民アンケート（一般）

（2）市民、市民団体、企業の健康づくり事業への参加促進

No	項目	データソース
9	健康づくり事業への参加者・利用者の増加	健康づくり支援課、文化スポーツ課
10	参加後、健康について気をつけようと感じた割合の増加	健康づくり支援課

（3）地域と市民がつながる環境づくりの充実

No	項目	データソース
11	高齢者クラブ会員数の増加	高齢者支援課
12	きらめきデイサービスの利用者数の増加	高齢者支援課
13	お休み処の1日平均利用者数の増加	高齢者支援課
14	地域とのつながりが強い方だと感じる割合の増加	市民アンケート（一般）

（4）介護要因を知り、自ら一次予防対策に取り組む市民に対する支援の充実

No	項目	データソース
15	要介護認定率の増加の抑制	高齢者支援課

【基本方針2】望ましい食生活の推進（栄養・食生活）

（1）市民が適正体重を維持するための支援の充実

（2）栄養バランスのよい食事をする取り組みへの支援（1日3食とる・野菜摂取・減塩）

No	項目	データソース
16	標準体型の成人の割合（特定健康診査）	特定健康診査
17	標準体型の成人の割合（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
18	成人の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査
19	成人の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
20	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査
21	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）

No	項目	データソース
22	20歳代女性のやせの割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
23	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査
24	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
25	20歳代～60歳代男性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
26	70歳以上男性のやせ傾向の割合の減少	特定健康診査・長寿健康診査
27	70歳以上女性のやせ傾向の割合の減少	特定健康診査・長寿健康診査
29	肥満傾向にある子どもの割合の減少（小学5年生の中等度・高度肥満傾向（新） 児の割合 男子）	学校教育課
30	肥満傾向にある子どもの割合の減少（小学5年生の中等度・高度肥満傾向（新） 児の割合 女子）	学校教育課
31	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（小5）	学校教育課
32	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（中2）	学校教育課
33	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（高校）	市民アンケート（高校生）
34	毎日朝食をとる成人の割合の増加（成人全体）	市民アンケート（一般）
35	毎日朝食をとる成人の割合の増加（20歳代男性）	市民アンケート（一般）
36	毎日朝食をとる成人の割合の増加（20歳代女性）	市民アンケート（一般）
37	毎日朝食をとる成人の割合の増加（30歳代男性）	市民アンケート（一般）
38	毎日朝食をとる成人の割合の増加（30歳代女性）	市民アンケート（一般）
39	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合の増加（成人全体）（新）	市民アンケート（一般）
40	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合の増加（20歳代・30歳代）（新）	市民アンケート（一般）
41	野菜料理を1日2回以上食べている者の割合の増加・2回以上（60歳未満）	市民アンケート（一般）
42	野菜料理を1日2回以上食べている者の割合の増加・3回以上（60歳以上）	市民アンケート（一般）
43	減塩（薄味）を心がけている者の割合の増加	市民アンケート（一般）

【基本方針3】運動習慣確立のための取り組みの推進（運動・身体活動）

（1）市民が日頃から意識的に身体を動かすための取り組みの支援

No	項目	データソース
44	日頃から意識的にからだを動かしている者の割合の増加	市民アンケート（一般）
45	日頃から身体活動・運動を心がける割合の増加（中高生）	市民アンケート（中高生）
46	社会参加（就業または何らかの地域活動）をしている高齢者の割合の増加	市民アンケート（一般）
47	週に3日以上運動やスポーツをしている割合の増加（小学生）	市民アンケート（小1・小4）
48	運動を実施している者の割合の増加（成人）	市民アンケート（一般）
49	月～金の間に1日3時間以上テレビやゲームやDVDを見たり聞いたりする割合の抑制（小学生）	市民アンケート（小1・小4）
50	月～金の間に1日2時間以上テレビやゲームやDVDを見たり聞いたりする割合の抑制（小学生）	市民アンケート（小1・小4）
51	外遊びをする割合の増加（幼児・小学生）	市民アンケート（小1・小4） →健康づくり支援課

（2）運動習慣を持つ市民の増加を図るための環境整備と充実

No	項目	データソース
52	運動習慣を持つ割合の増加（成人）	市民アンケート（一般）

(3) ロコモティブシンドロームの認知度向上及び予防に取り組む市民の増加を図るための情報の提供

No	項目	データソース
53	ロコチェックが1項目以上該当する60歳以上の割合の減少(男性)	市民アンケート(一般)
54	ロコチェックが1項目以上該当する60歳以上の割合の減少(女性)	市民アンケート(一般)
55	ロコモティブシンドロームを知っている割合の増加	市民アンケート(一般)

【基本方針4】心の健康を保つための取り組みの推進(休養・心の健康)

(1) 睡眠による休養が十分に取れるようにするための情報提供

No	項目	データソース
56	十分に睡眠が取れていない者の割合の減少	市民アンケート(一般)
57 (新)	午前中に眠くなることのある小学生の割合の減少	市民アンケート(小1・小4)
58	月～金の間に8時間以上睡眠をとる割合の増加(小学生)	市民アンケート(小1・小4)
59	休養による睡眠が取れている中高生の割合の増加	市民アンケート(中高生)

(2) ストレスを解消するための情報提供

No	項目	データソース
60	ストレスを解消できる者の割合の増加(中高生)	市民アンケート(中高生)
61	ストレスを解消できる者の割合の増加(成人)	市民アンケート(一般)

(3) 相談体制の充実及び相談窓口の情報提供

No	項目	データソース
62	こころの悩みを相談できる人がいる割合の増加(成人)	市民アンケート(一般)
63	育児のことについて相談相手がいる母親の割合	健康づくり支援課
64	保護者がゆったりとした気分で子どもと過ごす時間がある割合	健康づくり支援課
65	育児に不安や負担を感じている保護者の割合の減少	健康づくり支援課
66	父親が育児(や家事)に参加している割合の増加	健康づくり支援課
67	子どもの早寝早起きを心がけている保護者の割合の増加(1歳半)	健康づくり支援課 1歳6か月児健診
68	子どもの早寝早起きを心がけている保護者の割合の増加(3歳半以上)	健康づくり支援課 3歳児健診 5歳児健診

【基本方針5】禁煙及び受動喫煙防止の推進(たばこ)

(1) 受動喫煙についての理解促進にともなう、受動喫煙対策の充実

No	項目	データソース
69	喫煙の有害性について知っている割合の増加(肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病)小4	市民アンケート(小4)
70	喫煙の有害性について知っている割合の増加(肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病)中1	市民アンケート(中学生)
71	喫煙の有害性について知っている割合の増加(肺がん・ぜんそく・気管支炎・心臓病・脳卒中・胃潰瘍・妊娠への影響・歯周病)高2	市民アンケート(高校生)
72	受動喫煙の有害性を理解している割合の増加	市民アンケート(一般)
73	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加(肺がん)	市民アンケート(一般)
74	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加(ぜんそく)	市民アンケート(一般)
75	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加(気管支炎)	市民アンケート(一般)
76	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加(心臓病)	市民アンケート(一般)
77	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加(脳卒中)	市民アンケート(一般)

No	項目	データソース
78	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加（胃潰瘍）	市民アンケート（一般）
79	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加（妊娠への影響）	市民アンケート（一般）
80	喫煙が及ぼす健康影響について理解した割合の増加（歯周病）	市民アンケート（一般）
81	喫煙者の減少（目標値は喫煙をやめたい人がやめた場合の喫煙率で設定） 男性	市民アンケート（一般）
82	喫煙者の減少（目標値は喫煙をやめたい人がやめた場合の喫煙率で設定） 女性	市民アンケート（一般）
83	行政機関・医療機関における分煙の徹底	健康づくり支援課
84	妊婦や子どもの前で禁煙・分煙をしている者の割合の増加（成人）	健康づくり支援課

（２）COPD（慢性閉塞性肺疾患）など喫煙関連疾患の情報提供

No	項目	データソース
85	COPDについて知っている割合の増加	市民アンケート（一般）

（３）未成年、妊婦の喫煙防止の徹底

No	項目	データソース
86	未成年の喫煙の割合の減少（高校生）	市民アンケート（高校生）
87	妊娠中に喫煙をしている妊婦の割合の減少	健康づくり支援課

【基本方針６】適度な飲酒を身につけるための取り組みの推進（アルコール）

（１）適正飲酒量に関する情報提供（それに伴う多量飲酒者の減少・適正飲酒を実践する市民の増加）

No	項目	データソース
88	多量飲酒者の減少（男性）	市民アンケート（一般）
89	多量飲酒者の減少（女性）	市民アンケート（一般）
90	適正飲酒量を知っている者の割合の増加	市民アンケート（一般）

（２）未成年、妊婦の飲酒防止の徹底

No	項目	データソース
91	妊娠中に飲酒している（た）妊婦の割合の減少	健康づくり支援課
92	飲酒をしたことがある未成年の割合の減少（高校生）	市民アンケート（高校生）
93	今も飲酒をする未成年の割合の減少（高校生）	市民アンケート（高校生）
94	飲酒の有害性について知っている割合の増加（小４）	市民アンケート（小４）
95	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）アルコール依存症	市民アンケート（中学生）
96	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）肝臓病	市民アンケート（中学生）
97	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）妊娠（胎児）への影響	市民アンケート（中学生）
98	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）糖尿病	市民アンケート（中学生）
99	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）乳幼児・青少年への発達への影響	市民アンケート（中学生）
100	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）動脈硬化	市民アンケート（中学生）
101	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）がん	市民アンケート（中学生）
102	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）脳卒中	市民アンケート（中学生）
103	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）心臓病	市民アンケート（中学生）
104	飲酒の有害性について知っている割合の増加（中１）歯周病	市民アンケート（中学生）
105	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高２）アルコール依存症	市民アンケート（高校生）
106	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高２）肝臓病	市民アンケート（高校生）

No	項目	データソース
107	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）妊娠（胎児）への影響	市民アンケート（高校生）
108	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）糖尿病	市民アンケート（高校生）
109	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）乳幼児・青少年への発達への影響	市民アンケート（高校生）
110	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）動脈硬化	市民アンケート（高校生）
111	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）がん	市民アンケート（高校生）
112	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）脳卒中	市民アンケート（高校生）
113	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）心臓病	市民アンケート（高校生）
114	飲酒の有害性について知っている割合の増加（高2）歯周病	市民アンケート（高校生）

【基本方針7】自らの健康を管理する取り組みの推進（健康チェック）

（1）健診・予防接種の機会の充実

No	項目	データソース
115	妊婦・乳児健診受診率（妊婦健診）	健康づくり支援課 妊婦健診
116	妊婦・乳児健診受診率（乳児健診）	健康づくり支援課 乳児健診
117	幼児健診受診率（1歳6か月児健診）	健康づくり支援課 1歳6か月児健診
118	幼児健診受診率（3歳児健診）	健康づくり支援課 3歳児健診
119	1歳までのBCG接種を終了している者の割合	健康づくり支援課 予防接種
120	1歳6か月までに三種混合・麻しん・風疹の予防接種を終了している者の割合の増加（DPT又はDPT-I PVの追加接種）	健康づくり支援課 予防接種
121	1歳6か月までに三種混合・麻しん・風疹の予防接種を終了している者の割合の増加（麻しん風疹）	健康づくり支援課 予防接種
122	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（4か月児相談）	健康づくり支援課 4か月児相談
123	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（1歳6か月児健診）	健康づくり支援課 1歳6か月児健診
124	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（3歳児健診）	健康づくり支援課 3歳児健診
125	健診後に事後指導を受ける必要のある者のうち、実際に受けた者の割合（5歳児健診）	健康づくり支援課 5歳児健診
126	かかりつけの小児科を持つ子どもの割合	健康づくり支援課 1歳6か月児健診

（2）特定健康診査・がん検診を受けやすい体制の整備

No	項目	データソース
127	特定健診受診率の増加	特定健康診査
128*	胃がん検診受診率の増加	健康づくり支援課 胃がん検診
129*	肺がん検診受診率の増加	健康づくり支援課 肺がん検診
130*	大腸がん検診受診率の増加	健康づくり支援課 大腸がん検診
131*	子宮頸がん検診受診率の増加	健康づくり支援課 子宮頸がん検診
132*	乳がん検診受診率の増加	健康づくり支援課 乳がん検診
133	乳がん自己触診法を実施する者の割合の増加	健康づくり支援課 乳がん検診

※がん検診の受診率の算定に当たっては、40歳から69歳まで（子宮頸がんは20歳から69歳まで）を対象とする。

(3) 特定保健指導を利用しやすい環境の整備と充実

No	項目	データソース
134	特定保健指導を実施する割合の増加（終了率）	特定健康診査
135	収縮期血圧の平均値の低下（男性）	特定健康診査
136	収縮期血圧の平均値の低下（女性）	特定健康診査
137	血糖コントロール項目におけるコントロール不良者の割合（6.5%以上の割合）の減少（男性）	特定健康診査
138	血糖コントロール項目におけるコントロール不良者の割合（6.5%以上の割合）の減少（女性）	特定健康診査
139	LDLコレステロール 140 mg/dl 以上の者の割合の減少（男性）	特定健康診査
140	LDLコレステロール 140 mg/dl 以上の者の割合の減少（女性）	特定健康診査
141	メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合の減少（男性）	特定健康診査
142	メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合の減少（女性）	特定健康診査

(4) がん検診精密検査受診率向上のための啓発及び受診体制の充実

No	項目	データソース
143*	がん検診精密検査の受診率の増加（胃がん）	健康づくり支援課 胃がん検診
144*	がん検診精密検査の受診率の増加（大腸がん）	健康づくり支援課 大腸がん検診
145*	がん検診精密検査の受診率の増加（肺がん）	健康づくり支援課 肺がん検診
146*	がん検診精密検査の受診率の増加（子宮頸がん）	健康づくり支援課 子宮頸がん検診
147*	がん検診精密検査の受診率の増加（乳がん）	健康づくり支援課 乳がん検診

*がん検診の受診率の算定に当たっては、40歳から69歳まで（子宮頸がんは20歳から69歳まで）を対象とする。

重点施策2 食育の推進

【基本方針1】家庭・地域における食育の推進

(1) 市民が食に興味・関心を持つための情報の収集と提供

No	項目	データソース
148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	市民アンケート（一般）
149	食事の量や内容に気をつけて食べている者の割合の増加	市民アンケート（一般）
150	食事の時間を大切に食べている者の割合の増加	市民アンケート（一般）
151	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（小学生）	学校教育課
152	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（中学生）	学校教育課
153	おいしく・楽しく食事をしている者の割合（成人）	市民アンケート（一般）
154	朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	市民アンケート（一般）
155	食品ロス削減のために何らかの行動をしている者の割合（成人）	市民アンケート（一般）

(2) 市民が望ましい食生活を実践し、健康を維持・増進するための機会の創出と情報提供

No	項目	データソース
再掲 16	標準体型の成人の割合（特定健康診査）	特定健康診査
再掲 17	標準体型の成人の割合（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 18	成人の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査
再掲 19	成人の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 20	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査
再掲 21	40歳代50歳代男性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 22	20歳代女性のやせの割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 23	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少（特定健康診査）	特定健康診査

No	項目	データソース
再掲 24	40歳代～60歳代女性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 25	20歳代～60歳代男性の肥満割合の減少（市民アンケート）	市民アンケート（一般）
再掲 26	70歳以上男性のやせ傾向の割合の減少	特定健康診査・長寿健康診査
再掲 27	70歳以上女性のやせ傾向の割合の減少	特定健康診査・長寿健康診査
再掲 29 （新）	肥満傾向にある子どもの割合の減少（小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 男子）	学校教育課
再掲 30 （新）	肥満傾向にある子どもの割合の減少（小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 女子）	学校教育課
再掲 31	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（小5）	学校教育課
再掲 32	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（中2）	学校教育課
再掲 33	毎日朝食をとる子どもの割合の増加（高校）	市民アンケート（高校生）
再掲 34	毎日朝食をとる成人の割合の増加（成人全体）	市民アンケート（一般）
再掲 35	毎日朝食をとる成人の割合の増加（20歳代男性）	市民アンケート（一般）
再掲 36	毎日朝食をとる成人の割合の増加（20歳代女性）	市民アンケート（一般）
再掲 37	毎日朝食をとる成人の割合の増加（30歳代男性）	市民アンケート（一般）
再掲 38	毎日朝食をとる成人の割合の増加（30歳代女性）	市民アンケート（一般）
再掲 39 （新）	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合の増加（成人全体）	市民アンケート（一般）
再掲 40 （新）	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合の増加（20歳代・30歳代）	市民アンケート（一般）
再掲 41	野菜料理を1日2回以上食べている者の割合の増加・2回以上（60歳未満）	市民アンケート（一般）
再掲 42	野菜料理を1日2回以上食べている者の割合の増加・3回以上（60歳以上）	市民アンケート（一般）
再掲 43	減塩（薄味）を心がけている者の割合の増加	市民アンケート（一般）

（3）市民が食品表示や栄養成分表示等を活用できる環境の整備

No	項目	データソース
156	購入時、安心して食品を購入するために食品表示を活用している者の割合の増加	健康づくり支援課
157	栄養成分表示を食生活に活用している者の割合の増加	市民アンケート（一般）

【基本方針2】次世代育成のための食育の推進（家庭）（教育現場等）

（1）家庭で共に食卓を囲み、食文化等を保護者から子どもに伝えるための情報提供

No	項目	データソース
158	家族で食卓を囲むことを通じ食の大切さや食文化を子どもに伝えるように心がける保護者の割合の増加	健康づくり支援課→市民アンケート（小1）
159	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（小5）	「子育て」「子育て」環境等に関する総合調査（小5）→市民アンケート（小4）
160	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（中2）	「子育て」「子育て」環境等に関する総合調査（中2）→市民アンケート（中1）
161	夕食をたいてい誰かと食べる子どもの割合の増加（一人で食事をする子どもの減少）（高2）	「子育て」「子育て」環境等に関する総合調査→市民アンケート（高2）
162	旬を意識した食生活を送っている保護者の割合の増加	健康づくり支援課→市民アンケート（小1）

(2) 望ましい食習慣を子どもの頃から身につける機会の創出

No	項目	データソース
再掲 148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	市民アンケート（一般）

(3) 保育活動や教育活動を通じた食育の推進

No	項目	データソース
163	食に関する指導の全体計画を作成している学校の割合	学校教育課

(4) 給食を通じた食育の推進

No	項目	データソース
164	給食における和食の割合	学校教育課
165	残菜率の減少（牛乳）	学校教育課
166	残菜率の減少（主食）	学校教育課
167	残菜率の減少（主菜）	学校教育課
168	残菜率の減少（副菜）	学校教育課
169	残菜率の減少（汁物）	学校教育課
170	残菜率の減少（デザート）	学校教育課
172	我孫子産野菜の使用割合	学校教育課
173	我孫子産米の使用認知度（小学校）	学校教育課
174	我孫子産米の使用認知度（中学校）	学校教育課
175	我孫子産野菜の使用認知度（小学校）	学校教育課
176	我孫子産野菜の使用認知度（中学校）	学校教育課

(5) 体験活動を取り入れた効果的な食育の推進

No	項目	データソース
177	地場産物を活用した体験活動を実施した学校の割合	学校教育課
178	郷土料理や行事食等を活用した体験活動を実施した学校の割合	学校教育課
179	生活科及び家庭科以外で体験活動を実施した学校の割合	学校教育課

(6) 家庭における望ましい食習慣の実践にむけた食育の推進

No	項目	データソース
再掲 148	食（食育）について興味・関心を持っている者の割合の増加	市民アンケート（一般）
180	保護者対象給食試食会を実施した学校の割合	学校教育課
181	保護者が参加する食育の取り組みを実施した学校の割合の増加	学校教育課

(7) 食育推進体制の整備

No	項目	データソース
再掲 163	食に関する指導の全体計画を作成している学校の割合	学校教育課
182	栄養教諭・学校栄養職員が関わる授業を実施した学校の割合の増加	学校教育課
184	食物アレルギー対応基本方針の学校職員への周知割合	学校教育課

【基本方針3】地産地消を通じた食育の推進

(1) 農業拠点施設の整備と活用

No	項目	データソース
185	1日あたりの農産物直売所の客数	農政課

(2) 我孫子産農産物をとる市民を増やすための情報提供の充実（あびこエコ農産物の普及・PR）

No	項目	データソース
186	「ちばエコ農産物」栽培の認証を受けた農業者数	農政課
187	市独自の「あびこエコ農産物」の認証（20%以上削減）を受けた農業者数	農政課
188	「ちばエコ農産物」栽培の認証を受けた品目数	農政課
189	あびこ型「地産地消」推進協議会会員数	農政課
190	地域で採（獲）れた食材を食べている児童生徒の割合	学校教育課

(3) 農家開設型ふれあい体験農園の支援

No	項目	データソース
191	農家開設型ふれあい体験農園の利用者数	農政課

(4) 農業体験への参加を通じた、我孫子産農産物に愛着をもつ市民の育成（援農ボランティアの育成・増員）

No	項目	データソース
192	市内の学校による農業体験の参加校数	学校教育課
再掲 189	あびこ型「地産地消」推進協議会会員数	農政課
193	援農ボランティアの登録者数	農政課
194	市民公募による無農薬米づくり参加者数	手賀沼課

重点施策3 歯と口腔の健康づくりの推進

【基本方針】全てのライフステージにおけるむし歯予防対策及び歯周病対策等歯と口腔の健康づくりの推進

(1) 市と医療機関や関連機関等との連携体制の充実

(2) 歯と口腔の疾患の予防及び早期発見のための歯科健康診査の充実

No	項目	データソース
195	妊婦歯科健康診査の受診率の向上	健康づくり支援課 妊婦歯科健診
196	1歳6か月児におけるむし歯がある割合の減少	健康づくり支援課 1歳6か月児健診
197	2歳8か月児におけるむし歯がある割合の減少	健康づくり支援課 2歳8か月児歯科健診
198	3歳児でう蝕のある者の割合の減少	健康づくり支援課 3歳児健診
199	5歳児におけるむし歯がある割合の減少	健康づくり支援課 5歳児健診
200	3歳6か月児における一人平均むし歯本数の減少	健康づくり支援課 3歳児健診
201	12歳児における一人平均むし歯数（男子）	学校教育課
202	12歳児における一人平均むし歯数（女子）	学校教育課
203	12歳児でむし歯のない者の割合の増加（男子）	学校教育課
204	12歳児でむし歯のない者の割合の増加（女子）	学校教育課
205	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少（小6男子）	学校教育課
206	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少（小6女子）	学校教育課
207	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少（中3男子）	学校教育課
208	小中学生の歯肉の状態に異常がある者の割合の減少（中3女子）	学校教育課

No	項目	データソース
209	3歳児で不正咬合等が認められる者の割合の減少	健康づくり支援課 3歳児健診
210	児童生徒において過去1年間に個別的に歯と口腔の清掃指導を受けたことのある者の割合の増加(小5)	学校教育課
211	6024 歯科健康診査受診者数の増加	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
212	口腔がん検診受診者数の増加	健康づくり支援課 口腔がん検診

(3) 市民が正しい口腔ケアによる歯周病等の予防対策・歯と口腔の健康づくりに取り組める環境の整備

No	項目	データソース
213	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の割合の増加(1歳6か月児)	健康づくり支援課 1歳6か月児健診
214	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の割合の増加(2歳8か月児)	健康づくり支援課 2歳8か月児歯科健診
215	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の割合の増加(3歳児)	健康づくり支援課 3歳児健診
216	毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣のある者の割合の増加(5歳児)	健康づくり支援課 5歳児健診
217	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(小学校低学年男子)	学校教育課
218	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(小学校低学年女子)	学校教育課
219	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(小学校高学年男子)	学校教育課
220	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(小学校高学年女子)	学校教育課
221	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(中学生男子)	学校教育課
222	小中学生の歯垢の付着がある者の割合の減少(中学生女子)	学校教育課
223	週1回以上、鏡を見ながら歯を磨いたり、鏡で自分の歯や歯肉の状態を観察する習慣を持つ割合の増加(小学生)	学校教育課
224	週1回以上、鏡を見ながら歯を磨いたり、鏡で自分の歯や歯肉の状態を観察する習慣を持つ割合の増加(中学生)	学校教育課→市民アンケート(中学生)
225	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(中1:毎日/ときどき合計)	市民アンケート(中学生)
226	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(20歳代)	市民アンケート(一般)
227	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(30歳代)	市民アンケート(一般)
228	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(40歳代)	市民アンケート(一般)
229	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(50歳代)	市民アンケート(一般)
230	歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加(60歳代)	市民アンケート(一般)
231	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃を受けたことがあるものの割合の増加(30歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
232	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃を受けたことがあるものの割合の増加(40歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
233	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃を受けたことがあるものの割合の増加(50歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
234	過去1年以内に定期健診に行き、歯石除去や歯面清掃を受けたことがあるものの割合の増加(60歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
235	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(30歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
236	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(40歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
237	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(50歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
238	進行した歯周炎を有する者の割合の減少(60歳代)	健康づくり支援課 6024 歯科健康診査

(4) フッ化物応用等のむし歯予防対策による歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	データソース
239	2歳8か月までにフッ化物歯面塗布を受けたことのある者の割合の増加	健康づくり支援課 2歳8か月児 歯科健診
240	3歳までにフッ化物歯面塗布を受けたことのある者の割合の増加	健康づくり支援課 3歳児健診
241	5歳までにフッ化物歯面塗布を受けたことのある者の割合の増加	健康づくり支援課 5歳児健診
242	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加（1歳6か月児）	健康づくり支援課 1歳6か月児 健診
243	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加（2歳8か月児）	健康づくり支援課 2歳8か月児 歯科健診
244	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加（3歳児）	健康づくり支援課 3歳児健診
245	保護者がフッ化物の利用を意識している割合の増加（5歳児）	健康づくり支援課 5歳児健診
246	歯磨き剤を使用している者の割合の増加	健康づくり支援課 各種健（検） 診等
247	学童期・思春期に歯磨き剤を使用している割合の増加（中学生）	市民アンケート（中学生）
248	学童期・思春期に歯磨き剤を使用している割合の増加（高校生）	市民アンケート（高校生）
249	フッ素洗口実施園数の増加	健康づくり支援課

(5) 口腔機能の維持及び向上等生涯をとおした歯と口腔の健康づくりに取り組む市民の支援

No	項目	データソース
250	60歳代における咀嚼良好者の割合の増加	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
251	歯周病と誤嚥性肺炎との関係を理解している割合の増加（64歳まで）	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
252	歯周病と誤嚥性肺炎との関係を理解している割合の増加（65歳以上）	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
253	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加（妊婦）	健康づくり支援課 妊婦歯科健診
254	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加（成人）	市民アンケート（一般）
255	歯周病と循環器（心内膜炎・動脈硬化等）との関係を理解している割合の増加	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
256	歯周病と脳（脳卒中など）との関係を理解している割合の増加	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
257	歯周病と代謝異常（糖尿病など）との関係を理解している割合の増加	健康づくり支援課 6024 歯科健康 診査、口腔がん検診
258	固い物やかみごたえのあるものなど噛みにくいものが食べられない高齢者の割合の低減	高齢者支援課→健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
259	食事の時に食べこぼしや水分でむせることがある高齢者の割合の減少	高齢者支援課→健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
260	口臭や口の渇きが気になる高齢者割合の減少	高齢者支援課→健康づくり支援課 6024 歯科健康診査
261	80歳で20本以上歯を有する者の割合の増加	市民アンケート（一般）

(6) 食育及び生活習慣病対策において必要な歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	データソース
262	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少（1歳6か月児）	健康づくり支援課 1歳6か月児 健診

No	項目	データソース
263	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少（2歳8か月児）	健康づくり支援課 2歳8か月児 歯科健診
264	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少（3歳児）	健康づくり支援課 3歳児健診
265	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の割合の減少（5歳児）	健康づくり支援課 5歳児健診
再掲 253	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加（妊婦）	健康づくり支援課 妊婦歯科健診
再掲 254	歯周病と低体重児出産との関係を理解している割合の増加（成人）	市民アンケート（一般）
266	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（小5）	学校教育課
267	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（小1）	市民アンケート（小1）
268	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（小4）	市民アンケート（小4）
269	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（中1）	市民アンケート（中学生）
270	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（高2）	市民アンケート（高校生）
271	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（30歳代）	市民アンケート（一般）
272	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（40歳代）	市民アンケート（一般）
273	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（50歳代）	市民アンケート（一般）
274	よく噛んで食べることを心がけている割合の増加（60歳代）	市民アンケート（一般）

（7）障害のある者、介護を必要とする者等の適切な歯と口腔の健康づくりの充実

No	項目	データソース
275	障害者支援施設及び児童発達支援事業所における歯磨き指導実施施設数の増加	健康づくり支援課
276	障害者支援施設及び児童発達支援事業所におけるフッ化物応用実施者数の増加	健康づくり支援課
277	障害者支援施設及び児童発達支援事業所での定期的な歯科健診実施者数の増加	健康づくり支援課
278	介護老人福祉施設及び介護老人保健施設での定期的な歯科健診実施	健康づくり支援課

5 用語集

あ行	
悪性新生物	悪性腫瘍のことをいい、がんや肉腫など。
我孫子市第四次総合計画	市のまちづくりの最も基本となる計画であり、将来のあるべき姿を示すもの。基本構想、基本計画、実施計画の3つの計画から構成されている。
あびこ型「地産地消」推進協議会	市における安全・安心、新鮮な農産物の「地産地消」を推進するため、農家、消費者・市民、市およびJAちば東葛が連携して、「豊かで住みよい“農あるまちづくり”」を追究した活動を行っている。
一次予防	健康増進・疾病予防・特殊予防。生活習慣の改善、生活環境の改善、健康教育による健康増進を図り、予防接種による疾病の発生予防、事故防止による傷害の発生を予防すること。
インセンティブ	人の意欲を引き出すために外部から与える刺激や要因。
栄養成分表示	食品に含まれる栄養成分の表示。
エジンバラ産後うつ質問票（EPDS）	産後うつ病のスクリーニング票として英国で開発されたもの。

か行	
片側P値	片側検定におけるP値のこと。統計的検定では、帰無仮説を棄却する際の棄却域が両側で考える場合（両側検定）と片側で考える場合（片側検定）がある。
肝炎ウイルスフォローアップ事業	肝炎ウイルスに感染された方に対し、検査の受診状況等を定期的に確認する事業のこと。
共食	家族や仲間等と一緒に食卓を囲むこと。食事をとりながらコミュニケーションを図ることにより、食事の楽しさ、マナー、挨拶、食にかかわる基礎を身につけられると考えられている。
健康増進施策推進・評価のための健康・栄養調査データ活用マニュアル	厚生労働科学研究費補助金循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業として国立保健医療科学院が作成したマニュアル。
国勢調査	日本に住んでいるすべての人と世帯を対象とする国の最も重要な統計調査。人口・産業・職業等の様々な調査の結果は、国や地方公共団体の行政施策のほか、民間企業等でも様々な場面で利用される。
国保データベース（KDB）システム	国保連合会が管理する「特定健診・特定保健指導」、「医療（後期高齢者医療含む）」、「介護保険」等に係る情報を利活用し、統計情報等を保険者向けに提供することで、保険者の効率的かつ効果的な保健事業の実施をサポートすることを目的として構築されたシステム。

さ行	
産後うつ	出産後に起こる生活環境の変化や責任の増大等により、女性やその夫が抑うつ状態になること。

さ行	
終了率（特定保健指導）	特定保健指導対象者のうち、既定の特定保健指導を途中脱落することなく終了できた者の割合。
食育	全ての人々が、生涯を通じた健全な食生活の実現や食文化の継承、健康の確保が図れるよう、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を身につけるための学習等の取り組みのこと。
食品ロス	本来食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。
総合型地域スポーツクラブ	全ての世代の人々が近隣の学校や公共施設を活用しながら生涯をとおして多種目のスポーツに親しめる環境づくりをしている非営利組織。

た行	
ちばエコ農産物	農薬や化学肥料の使用量を通常の半分以下に減らして栽培された農産物で、「ちばエコ農産物」の認証を受けたもの。
長寿健康診査	後期高齢者医療制度被保険者を対象に実施している健診。内容は特定健康診査に準ずる。
適正飲酒量	厚生労働省は「健康日本21」の中で「節度ある適度な飲酒」を「通常のアルコール代謝能を有する日本人においては、節度ある適度な飲酒として、1日平均純アルコールで20g程度」と定義している。
適正体重	身長（m）×身長（m）×22で算出する体重のこと。
統計的有意差検定	有意差あり／有意差なしという結論を得るための方法。 ※Z検定を採用
特定健康診査	我孫子市の国民健康保険被保険者に対し実施するメタボリックシンドロームに着目した健康診査。
特定保健指導	特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い者に対し、医師や保健師、管理栄養士等が対象者一人一人の身体状況に合わせた生活習慣を見直すための継続的な半年にわたるサポート（指導）を行う。リスクの程度に応じて、動機付け支援と積極的支援がある。（よりリスクが高い方が積極的支援）

な行	
認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ	認知症高齢者の日常生活自立度判定基準Ⅱであり、日常生活に支障をきたすような症状・行動や意志疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる状態のこと。
農家開設型ふれあい体験農園	農家自身が開設・運営し、市民が利用できる農園。

は行	
フッ化物	フッ素を含む化合物のこと。むし歯予防に利用されるのは、主にフッ化ナトリウムやリン酸酸性フッ化ナトリウム等である。

は行	
フッ素洗口事業	幼児のむし歯を予防し、健やかな成長を促すとともに歯科保健に対する意識の向上を目的として、市内保育園・幼稚園のうがいができる4～5歳児に対して、平成25年度より市が行っている事業のこと。フッ化物水溶液を用いてブクブクうがいを行い、歯のエナメル質表面にフッ化物を作用させて、虫歯を予防する方法である。学校や職場では、公衆衛生アプローチとして集団単位で実施されるため集団フッ化物洗口と呼ばれることもある。
フレイル	加齢とともに筋力や認知機能等が低下し、生活機能障害・要介護状態、死亡等の危険性が高くなった状態のこと。
平均寿命	0歳時の平均余命のことで、一般的に知られている平均寿命は、国勢調査、人口動態統計等を用いて算出された「0歳時点の平均余命」です。
平均余命	ある年齢の人が、その後何年生きられるかという期待値のことです。本計画で掲載している平均余命は、国保データベースシステム（KDB）により算出される0歳時点の平均余命です。

ま行	
メタボリックシンドローム	内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中等になりやすい病態のこと。

や行	
有意差	統計上、ある事柄の起こる確率が有意水準未満であること。

ら行	
ロコモティブシンドローム	主に加齢により骨・関節・筋肉といった運動器の機能が衰えることにより、日常生活での移動能力が低下し、介護が必要になったり、寝たきりになったりする可能性が高い状態のこと。

数字/英字	
COPD (慢性閉塞性肺疾患)	主として長期の喫煙によっておこる肺の炎症性の病気です。主症状はせき、たん、息切れで、徐々に呼吸障害が進行します。禁煙による予防と早期治療が重要です。

