

# 平成30年度 燕市健康増進計画 重点施策の取組と成果・課題及び方向性について

平成31年2月  
健康づくり課

# 第3次燕市健康増進計画 健康づくり推進の基本方針と重点施策

**目的：市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を過ごす**

**基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける**

(1) 栄養・食生活

- ① 望ましい食習慣の定着
- ② ライフステージにあった食生活に対する食育の推進

(2) 身体活動・運動

無理なく、楽しく、日常的に身体を動かす習慣の定着を図る

(3) 生活習慣病

- ① 生活習慣病予防・重症化予防のための取組
- ② 望ましい生活習慣の定着
- ③ 働きざかり世代のがん予防の推進

(4) 歯・口腔の健康

生涯を通じた歯や口腔の主体的な健康づくりの推進

**基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る**

(5) こころの健康

- ① 子どもの頃からの良質な睡眠習慣の推進
- ② こころの健康づくりに関する普及啓発
- ③ こころの不調者の早期発見・早期対応

**基本目標3 生きがいや活躍の場を持ちながら、一人ひとりが輝いて生きる**

(6) コミュニケーション・社会参加

市民協働の健康づくりの推進

## ① 望ましい食習慣の定着

平成29年度  
状況と課題

1

## 幼児期から望ましい食習慣・生活リズムを身につけ、肥満を解消していく必要がある

- ・幼児肥満出現率が県平均と比較して高い(肥満度15%以上の割合 燕市5.11%、新潟県4.69%)。
- ・3歳児健診で、朝食を毎日食べる割合は増えているが(H29年度90.6%、H28年度90.2%、H27年度88.2%)、夜10時以降に就寝する割合が40%以上と高い(H29年度41.2%、H28年度41.5%、H27年度39.2%)。
- ・特定健診「標準的な質問票」より、「朝食を抜くことがある」と答えた割合(燕市5.1%、新潟県5.2%)と、「就寝2時間前に食事をとることがある」と答えた割合(燕市13.1%、新潟県12.1%)は、県平均と比較して高い。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

## 就寝前の食事に着目した食習慣の改善や食の体験で望ましい食習慣の実践力を高める

- ・幼児健診において、朝食欠食者や幼児肥満者へは全員に栄養指導を行い早期の解消が効果的であることを伝えと共に、健診時に配布している資料に望ましい食習慣や早寝早起きの生活リズムの重要性を追加する。
- ・つばめ元気ががやきポイント事業(以下ポイント事業)では、日本型食生活の推進に加え「就寝2時間前までに食べ終わる」食習慣の推進を強化して行った。
- ・子ども料理教室を開催し、食生活改善推進委員作成の食育すごろくを用いて朝食や野菜の大切さ等を学び、バランスのとれた食事を作る力、選ぶ力を身につける機会としている。
- ・農業まつり等、集客の多いイベントに参加し、清涼飲料水と同量の砂糖濃度の試飲等食育情報の提供や、減塩への意識啓発のためのアンケートを959件実施した結果、参加者の意識啓発に結びついている。

今後の取組  
及び方向性

3

## 各世代の肥満の解消と減塩を含む望ましい食習慣の定着化を推進する

- ・H31年度から配布の食事・生活リズムリーフレットを乳幼児健診で活用し、幼児期の望ましい食習慣・生活習慣の推進を強化する。
- ・幼児肥満出現率の減少に向けて、小児肥満調査の事後指導や実態把握について関係課と連携し取り組む。
- ・燕市の健康課題である肥満や減塩等の内容を盛り込んだ大人向けの食育かるたを食生活改善推進委員と共に作成し、地域での普及啓発に努める。
- ・減塩アンケートを集計し、市民の取組の傾向を調べ、減塩の普及啓発をより効果的に情報提供していく。

## ② ライフステージにあった食生活に対する食育の推進

平成29年度  
状況と課題

1

### 望ましい生活習慣が身につくための普及啓発と関係機関との連携を強化する

- ・「つばめ食育だより」を月1回発行し、園・児童館・スーパーマーケット等市内施設64か所への掲示を依頼する他、医療機関52施設に冊子にして設置、市ホームページ掲載等により子どもから高齢者まで幅広く啓発を行った。
- ・ポイント事業「こども手帳」の対象学年の拡大(1～4年生)及び関係課・小学校との連携を強化した。
- ・働きざかり世代には商工会と連携し、職域健診にて糖尿病・メタボリックシンドローム(以下メタボ)予防のため清涼飲料水の砂糖量展示や「つばめ食育だより」配布等啓発を行った(136人)。
- ・食生活改善推進委員活動で、手づくり媒体を用い、園児と保護者等へ減塩・野菜摂取の勧め等を啓発した。
- ・関係機関と連携強化するため、食育庁内プロジェクト会議に併せ燕市食育推進ワーキング会議を開催した。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

### 生活習慣病予防を意識し、各年代・個人の状況に合わせた正しい食の普及の啓発を図る

- ・「つばめ食育だより」の掲示を体育施設や道の駅等72か所に増やし、さらに幅広く市民へ情報提供を行った。
- ・ポイント事業「こども手帳」の対象を拡大し(1～6年生)、関係課・小学校との連携を強化した。
- ・減塩リーフレットを特定健診等の結果通知に同封し、青壮年から高齢期の受診者へ減塩の普及啓発を行った。
- ・働きざかり世代に対し職域健診にて糖尿病・メタボ予防の教材掲示等を行った(151人)。また、男性の料理教室を継続開催し、調理の基本に加え交流の楽しさや栄養・衛生面の知識普及に努めた(延べ78人の参加)。
- ・新たに県立高校へ食生活改善推進委員の活動に出向いた結果、育ちざかり世代への朝食摂取・生活習慣病予防の食育につながった。今後さらなる世代の拡充に向け、働きざかり世代向けの食育かるたの作成に取り組む予定である。

今後の取組  
及び方向性

3

### ライフステージごとに、望ましい生活習慣を身につける食育の取組を強化していく

- ・「つばめ食育だより」の掲示施設を増やして内容を充実させ、よりタイムリーな食育情報を市民へ提供する。
- ・野菜摂取の啓発リーフレットを特定健診等の結果通知に同封し、幅広い年代に普及啓発を図る。
- ・食生活改善推進委員の養成講座を隔年実施及び保健推進委員・食生活改善推進委員に対する糖尿病予防の研修会の開催により人材育成に努める等、食育推進のマンパワーを強化する。
- ・育ちざかり世代の食育活動に力を入れるため関係機関との連携を強化する。また、イベント等を有効活用し、食生活改善推進委員による食育体験等を通して、より働きざかり・活躍ざかり世代へ効果的にアプローチする。

## 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (2) 身体活動・運動

### 無理なく、楽しく、日常的に身体を動かす習慣の定着を図る

平成29年度  
状況と課題

1

#### 生活の中で気軽にできる運動の普及啓発を図る

- ・生活習慣病予防教室では、一人ひとりに合った運動の定着を目指し指導を実施。教室の事後フォローも兼ね、3月の元気まつり会場で講演会を開催した結果、教室修了者に加え、広く運動について周知する機会となった。
- ・保健推進委員活動で、地域の実情に合わせた運動講座等を実施し運動継続につなげるため、体育館や公民館等の事業や元気磨きたい活動等を紹介した結果、運動を生活に取り入れるきっかけになっている。
- ・特定健診等の「標準的な質問票」では、「1日30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」と答えた割合は総計31.8%で県平均32.8%より低いため、引き続き取組が必要である。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

#### 生活の中で運動を取り入れることの効果や具体的な方法を広める

- ・気軽にできる運動の方法や効果について、リーフレットの配布やホームページの掲載等で周知を行った。
- ・生活習慣病予防教室で、参加者にポイント事業の登録を促し、グループでの取組を勧め運動習慣の定着を図った。また、仲間づくりを意識した教室運営を行い、終了後元気磨きたい活動等につながるよう働きかけている。
- ・保健指導対象者には、運動を含めた生活習慣改善に向けて家庭訪問や面接、電話等で積極的に関わっている。
- ・保健推進委員、食生活改善推進委員、元気磨きたい(以下3団体)が作成した『つばめ健康3つのススメ』では、日常的に意識して身体を動かす「まめ・ちょこ生活」を提案し、各団体の活動や広報紙等で普及啓発を図り、一人ひとりに合った運動を取り入れるきっかけになっている。

今後の取組  
及び方向性

3

#### 関係部署や関係機関と連携を図り、身体を動かす習慣の定着に向けた取組を強化する

- ・保健指導対象者には、個別指導と集団指導を組み合わせ実施し、無理なく生活に運動を取り入れられるよう支援を強化する。
- ・各種検診や教室の機会にポイント事業の登録と継続的な取組を促し、気軽に身体を動かす習慣の定着を図る。
- ・関係部署や他組織と連携を図り、運動習慣の定着に向けた環境づくりを推進する。
- ・『つばめ健康3つのススメ』の普及啓発を図り、年齢を問わず楽しく日常生活に身体を動かす習慣を取り入れられるよう働きかける。

### 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (3)生活習慣病

#### ① 生活習慣病予防・重症化予防のための取り組み

平成29年度  
状況と課題

1

##### 脳血管疾患発症予防に向け「メタボリックシンドローム・高血糖」対策を推進する必要がある

- ・脳血管疾患の年齢調整死亡率は県内では高く、後期高齢者の外来・入院を合わせた医療費は脳血管疾患が最も多い。
- ・メタボ該当者の割合は、県内では上位である。健診の有所見者は、肥満、LDLコレステロール、HbA1cの割合が高い。
- ・特定健診におけるメタボ該当者・予備群や糖代謝異常者の割合が高い状態であることは、脳血管疾患発症に大きく影響していると推察される。
- ・国保加入者の人工透析患者のうち、約6割が糖尿病性腎症である(燕市「医療分析」H28年度)。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

##### 生活習慣改善に向けてのきっかけづくりを強化する

- ・生活習慣病予防事業「スッキリ教室」、「トリプルスリー(3か月で体重3kg減または腹囲3cm減、3か月維持)」を実施し、具体的な目標を立て、目標達成に向けた支援を行った(教室の中間評価より参加者の約6割が体重減)。
- ・特定保健指導実施率向上に向け個別支援を強化、さらに糖尿病予防教室(医師・運動、食事編)を実施した。
- ・慢性腎臓病、高血圧、高血糖、脂質代謝異常の受診勧奨対象の未受診者及び治療中の糖尿病性腎症患者に対し訪問指導等の重症化予防事業を実施し、受診行動や生活改善につながった。

##### 燕市医師会(医療機関)との連携を強化する

- ・診療依頼書兼結果通知書から「市の保健指導を要す」と依頼のあった人への保健指導を実施。また、主治医より受療中の人に糖尿病食事相談会を勧めてもらい、指導結果を報告し連携している。
- ・燕市医師会との糖尿病重症化予防検討会等の開催により、課題の共有と連携強化の基盤づくりができた。

今後の取組  
及び方向性

3

##### 望ましい生活習慣の定着を推進し、生活習慣病の重症化を予防する

- ・メタボ該当者への特定健診時の面接により、生活習慣改善を意識づける支援を強化する。
- ・ポイント事業の活用を推進する。
- ・生活習慣病予防事業や教室・相談会を開催し、望ましい生活習慣の定着に向けた支援を継続する。

##### 燕市医師会(医療機関)との連携を図り、重症化予防を強化する

- ・燕市医師会と連携し、糖尿病の発症や重症化予防・治療継続への個別支援を重点的に行っていく。

② 望ましい生活習慣の定着

平成29年度  
状況と課題

1

飲酒、喫煙、遅い夕食等、肥満や生活習慣病につながりやすい傾向にある人が多い

- ・特定健診の「標準的な質問票」にて、「たばこを習慣的に吸う人」(燕市13.9% 新潟県13.6%)や「20歳のときの体重から10kg以上増加した人」(燕市31.8% 新潟県26.2%)、「1日1合以上飲酒する人」(燕市28.9% 新潟県27.6%)の割合が県平均より高い。
- ・喫煙場所の減少や周囲への配慮から禁煙者が徐々に増え、男性の喫煙者は減少傾向(H25年度25.8%→H29年度25.2%)にあるが、女性は横ばい(H25年度4.5%→H29年度4.4%)である。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

望ましい生活習慣の定着への支援や普及啓発を図る

- ・特定健診時喫煙者に、COPD検診と共に禁煙に向けての保健指導を継続実施している。禁煙行動につながる人を増やすため、精密検査の受診勧奨と共に継続した支援で禁煙への意欲を促す必要がある。
- ・妊娠届出時、本人や家族が喫煙者の場合、たばこの影響を伝え禁煙に向けた指導を行っており、今後も継続して行う必要がある。
- ・燕市の健康課題から3団体と作成した『つばめ健康3つのススメ』を活用し、市民への普及啓発を開始した。市民全体への波及効果をねらい、機会をとらえ周知していく必要がある。
- ・健康づくりマイストーリー運動を推進し、楽しく健康習慣を定着するきっかけづくりを継続する。
- ・アルコールの適正量の周知は、個別支援のみにとどまらず、広く周知していく必要がある。

今後の取組  
及び方向性

3

生活改善にチャレンジするきっかけづくり、情報提供を推進する

- ・特定健診等の機会をとらえ、適正な飲酒量について周知する。
- ・喫煙者に妊娠届出時や特定健診等の機会をとらえ、ライフステージに合わせ禁煙への意欲向上に向けた情報提供を継続する。特にCOPD検診からの保健指導を強化する(健康増進法改正に合わせ禁煙指導の強化を図る)。
- ・『つばめ健康3つのススメ』を活用し、3団体と共に地域へ健康課題解決への取組を推進していく。
- ・生活改善のきっかけとして、楽しく健康習慣を定着させる健康づくりマイストーリー運動を引き続き推進する。

③ 働きざかり世代のがん予防の推進

平成29年度  
状況と課題

1

**平成28年度がん検診受診率は県より高いが、精密検査受診率は100%に至っていない**

- ・H28年度のがん検診受診率をみると、燕市は子宮・乳・肺がん検診は新潟県より高いが、胃がん検診は同等、大腸がん検診は新潟県より低い。子宮がん22.4%(新潟県15.4%)、乳がん20.9%(新潟県19.3%)、胃がん8.2%(新潟県8.2%)、大腸がん16.0%(新潟県16.6%)である。
- ・精密検査受診率をみると、胃がん95.7%、肺がん92.7%、大腸がん79.7%、子宮がん97.9%、乳がん98.6%となっており、いずれも100%には至らなかった(いずれも各種がん検診結果報告より)。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

**乳がん施設検診の導入と乳がん予防に関する普及啓発を強化する**

- ・新たに市内2か所の医療機関にマンモグラフィ検診を委託、64歳以下の受診者が7割を占めた。また、未受診者検診は時間予約制とし、待ち時間の短縮に努め好評であった。合わせて検診医療機関と連携し、乳がん予防講演会を実施、118人が参加した他、検診時や職域健診、各種イベントで自己触診法の普及啓発を強化した。

**受診しやすい検診体制を継続する**

- ・休日検診の実施の継続と、随時申し込み者に対し受診票を発行し、受診しやすい体制を整えている。
- ・重点年齢対象者への受診勧奨の実施(子宮がん21・26・31・36・41歳/乳がん46・56歳)と、未受診者検診への受診勧奨を実施した(大腸がん・子宮がん・乳がん)。その結果、重点年齢対象者への受診勧奨では26歳の子宮がん検診受診率がH29年度20.5%からH30年度24.9%に、56歳の乳がん検診受診率がH29年度34.2%からH30年度39.3%に増加、未受診者検診への受診勧奨では乳がん検診受診率がH29年度10.6%からH30年度16.6%に増加した。

今後の取組  
及び方向性

3

**働きざかり世代の受けやすい検診体制の整備とがん予防に関する情報の普及啓発を図る**

- ・休日の集団検診を継続する(乳がん検診については時間予約制で待ち時間を短縮する)。
- ・子宮がん・乳がん検診の施設検診継続で受けやすい検診体制を確保する。
- ・胃がんリスク検診の、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診との同時実施を継続する。
- ・広報や受診票送付時、各種イベントでのがん予防に関する情報の普及啓発を推進する。
- ・精密検査受診率100%を目指し受診勧奨を強化する。



## 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける (4) 歯・口腔の健康

### 生涯を通じた歯や口腔の主体的な健康づくりの推進

平成29年度  
状況と課題

1

#### 燕市歯科保健計画に基づき、生涯を通じた歯科口腔保健を推進する

- ・幼児期から高齢期まで、生涯を通じた定期的な歯科健診の実施及び「歯っぴーフェア」(主催:燕歯科医師会)等における啓発事業やフッ化物を利用した予防事業に取り組んでいる。
- ・妊婦歯科健診において、助産師による妊婦訪問の際にも受診勧奨を実施した結果、受診率(H28年度25.3%→H29年度36.7%)が向上した。
- ・3歳児健診受診児の保護者を対象とした歯科健診の受診率(H28年度28.5%→H29年度31.5%)も向上した。
- ・働きざかり世代から歯に対する関心の向上に向け、歯周疾患検診[40.50.60.70歳]を実施しているが、受診率(H28年度10.3%→H29年度9.8%)が伸び悩んでいる。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

#### 成人期からの口腔機能向上のための取組を強化する

- ・特定健診会場にて実施している唾液潜血反応検査時、咀嚼機能や口腔機能向上を目的に、むし歯予防・歯周疾患予防に加えて、主に高齢者へ「お口の体操」を歯科衛生士より指導している。
- ・在宅重度障がい児(者)が身近な地域で歯科的支援を受けられる体制整備のため、関係職種を対象に研修会が開催され「在宅障がい児(者)の歯科保健推進事業」が開始となった(実施主体:燕歯科医師会・三条地域振興局)。
- ・特定健診時実施している「歯の質問票」から、かかりつけ歯科医にて定期的に歯科健診を行っている人が約5割となっている。今後も定期的に受診する者を増やす取組として、歯周疾患検診の受診率の向上に向けた方策が必要である。
- ・歯科保健実務担当者会議において、歯科保健に関する関係者と共に、取組状況の共有及び今後の課題について協議している。

今後の取組  
及び方向性

3

#### 歯の健康づくりに関する知識及び理解を深める

- ・定期的な歯科健診の推進及び「歯っぴーフェア」等の事業を通して、歯科保健の大切さについて啓発する。
- ・歯科保健実務担当者会議を継続する。

## こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る (5)こころの健康

### ① 子どもの頃からの良質な睡眠習慣の推進

平成29年度  
状況と課題

1

#### 幼児期からの睡眠に関する実態把握及び分析を実施する

- ・3歳児健診の問診票から、朝8時以降に起床している児が約1割、就寝時間が夜10時以降の児が約4割である。
- ・幼児期からの望ましい生活習慣を確立していく必要がある。
- ・健康づくりマイストーリー運動の一環である、小学生を対象とした「こども手帳」を作成し、不規則な生活になりがちな夏休み期間中に取組を実施した。
- ・特定健診等の「標準的な質問票」では、働きざかり世代の3～4人に1人は、睡眠で休養が取れていないと感じている。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

#### 幼児期からの望ましい生活習慣の獲得に向け、取組内容を検討する

- ・幼児期から「早寝早起き朝ごはん」を推進するため、1歳6か月児健診や3歳児健診で配布している「食事のリーフレット」の見直しを実施した。
- ・健康づくりマイストーリー運動の一環である、小学生を対象とした「こども手帳」の検討会にて、取組内容の検討を行い、起床就寝時間を項目に取り入れた結果、早寝早起きへの意識向上につながっている。
- ・ストレス対処法や適切な睡眠・休養のとり方等のこころの健康づくりに関する情報を、特定健診や職域健診、精神保健福祉講座等あらゆる機会を利用し啓発普及を行った。

今後の取組  
及び方向性

3

#### 協働によるこころの健康づくりの普及啓発を図る

- ・幼児期から適切な生活習慣の獲得に向け、リーフレットの内容を見直し、1歳6か月児健診・3歳児健診で配布する。起床就寝時間の意識付けや、睡眠環境を整えることの重要性を保護者へ普及啓発していく。
- ・健康づくりマイストーリー運動における「こども手帳」を継続し、規則正しい生活習慣の定着を図る。
- ・こころの健康づくりの普及啓発として、地域・職場、行政が協働し「こころの健康スワロー運動～眠ろう・話そう・つながろう～(仮)」を推進していく。

## こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

### (5)こころの健康

#### ② こころの健康づくりに関する普及啓発

平成29年度  
状況と課題

1

#### 「睡眠で休養がとれていない」回答者が男女共に30～50歳代に多い

- ・H29年度の特定健診において「睡眠で休養がとれていない」と回答した人が男性30代22.42%、40代25.14%、50代25.31%、女性は30代31.81%、40代27.59%、50代30.84%で他の年代に比べて高い。

#### 「悩みなどを誰かに相談することにためらいを感じる」人が半数近くみられる

- ・H29年度に実施した職域におけるこころのアンケートで「悩みなどを誰かに相談することにためらいを感じる」と回答した人の割合は46.6%であった

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

#### こころの健康づくりに関する普及啓発を実施する

- ・こころの健康講座を、うつ病の理解やストレスコントロール法、コミュニケーション能力の向上等、4回コースで開催し、延べ229人が参加、うち1回を昨年度に引き続き燕商工会議所と共催し、新たに発達障がいテーマに産業カレンダーが休日の土曜日に開催した結果、全4回を通して50代以下の若年層や就業者の参加が3割あった。
- ・こころの健康づくりへの意識を高めるため、商工会の職域健診や各種イベント・検診等でこころの健康づくりに関するパンフレットの配布を継続実施している。

#### 自殺対策計画を策定する

- ・庁内検討会や策定委員会を開催し、H31年3月に策定予定である。
- ・策定を通して、関係部署の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進を図る協議を行うことができた。

今後の取組  
及び方向性

3

#### 「こころの健康スワロー運動～眠ろう・話そう・つながろう～(仮)」を推進する

- ・地域や職場・行政が協働でリーフレットの設置等を実施し、こころの健康づくりを普及啓発していく。

#### 自殺対策推進会議を開催し、地域におけるネットワークを強化する

- ・自殺対策計画策定委員会を自殺対策推進会議として再編し、関係機関・関係団体・行政がそれぞれの取組を共有し、ネットワークをさらに強化していく。

③ こころの不調者の早期発見・早期対応

平成29年度  
状況と課題

1

**自殺死亡率は減少傾向にあるが、若年層や高齢層は中年層に比べ減少率が低い**

- ・性別、年代別にみるとH24～28年の自殺死亡率は、男性は20代が燕市40.5で新潟県32.3より高い。女性は燕市の60代22.6と70代27.0が、新潟県の60代16.6と70代21.8より高くなっている。
- ・H18～28年の自殺者数をみると、男性は40～70代が多く、女性は60～80代が多い。

**不安や悩みを抱えている人の現状把握とニーズを明確化する必要がある**

- ・H29年度の産後の訪問指導で実施した産後うつスクリーニングでフォローの必要な高得点の産婦の割合は16.9%であった。また、母子健康手帳交付時のアンケートで約7割の人が、不安や心配があると回答している。
- ・H29年度実施の職域におけるアンケート結果では、こころの健康づくり対策に重要と思われることは「相談窓口の設置」「地域やコミュニティを通じた見守り・支えあい」が多く、どちらも3割の回答を占めていた。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

**こころの不調者の早期発見と相談窓口の周知により地域での見守り体制を強化する**

- ・健診時、うつやこころの状態を把握するスクリーニングを行い、こころの不調者の早期発見と早期対応に努めた。
- ・母子保健では、育みコーナーを中核として関係部署等との連携した支援を強化している。
- ・職域健診や各種イベント・保健事業で相談窓口リーフレットの配布による相談窓口の周知を継続実施している。
- ・対象別のゲートキーパー※養成研修(一般向け、教職員向け、専門職向け、市役所職員向け)を継続実施した。

**自殺対策計画を策定する**

※ゲートキーパー::自殺のサインに気づき、適切な対応を図ることができる人。

- ・計画策定を通して、自殺ハイリスク者への支援やライフステージ別の支援等を庁内や関係機関で協議実施し、さらなる連携・ネットワーク強化の必要性について共通認識を図った。

今後の取組  
及び方向性

3

**人材育成による地域での見守り体制と包括的な相談体制を強化する**

- ・ゲートキーパー養成研修により、こころの不調者の早期発見・早期対応ができる人材を増やしていく。
- ・相談窓口の普及により、こころの不調者やその周りの人が関係機関に相談しやすい体制を強化する。
- ・自殺対策推進会議や特定の問題に関する支援会議等により、地域における支援のネットワークを強化する。

## 生きがいや活躍の場を持ちながら、一人ひとりが輝いて生きる (6) コミュニケーション・社会参加

### 市民協働の健康づくりの推進

平成29年度  
状況と課題

1

#### 健康づくりに取り組む3団体が協働した活動を実施する

- ・保健推進委員、食生活改善推進委員、元気磨きたいの3団体を合わせた委員・メンバー数は延べ1,014人、活動参加者数は延べ36,479人であり、活動参加者アンケート結果では9割以上に健康意識の向上が見られた。
- ・3団体の合同研修会や代表者会議を開催し、健康課題やポイント事業の推進について検討した結果、健康づくりのツールとして『つばめ健康3つのススメ』を作成、今後はその普及啓発が必要である。

#### つばめ元気ががやきポイント事業の参加世代を拡大する

- ・登録者は11,682人で、事業を開始したH26年度から4年間で延べ3万人が参加した。
- ・「こども手帳」の対象学年を拡大し、小学校1～4年生全員と園児及び5・6年生の希望者の合計3,300人に配布、夏休み期間に生活習慣の確立に向けた取組を実施した。

平成30年度  
取組及び  
成果課題

2

#### 3団体が協働した取組をさらに強化する

- ・3団体の合同研修会や代表者会議を継続し、『つばめ健康3つのススメ』を推進するための媒体を作成、各団体が活動を通して普及啓発を行った。その他、他組織や他団体と協働で実施する活動も増加している。

#### 健康行動の習慣化を促進する仕組みを構築する

- ・ポイント事業にメタボ解消を視野に入れた取組を追加し、保健指導の際ハイリスク者の事業参加を促進した。
- ・幅広い世代のポイント事業参加や継続取組者の増加を目指し、関係機関と提携した事業運営について協議を重ねた。
- ・学校や教育委員会との共有・協議を図り、「こども手帳」の対象学年を拡大、小学校1～6年生全員に配布することを通して、規則正しい生活習慣の定着を図った。

今後の取組  
及び方向性

3

#### 関係団体や関係組織と連携を図り、健康づくり活動を促進する

- ・地域の関係機関等と連携を図り、積極的に地域での健康づくり活動を推進する。
- ・地域での健康づくり活動を通して、共に取り組む仲間を増やし活性化を図る。

#### ポイント事業参加者の拡大と健康行動の定着を目指し、関係機関との連携を強化する

- ・ポイント事業の継続取組者拡大を目指し、協賛店サービスやたんぽぽとの提携事業を導入する。