

# 第2次健康都市おやまプラン **21**

みんなの元気が おやまの元気



平成25年3月

小山市



## はじめに

小山市は、平成24年7月に世界のラムサール条約湿地に登録されました「渡良瀬遊水地」を有する「水と緑と大地」の豊かな自然環境と、江戸幕府成立に道筋をつけた「小山評定」に代表される誇れる歴史、そして平成22年11月に世界のユネスコ遺産に登録された「本場結城紬」をはじめとするすばらしい文化を有する北関東の拠点都市であり、これからも大きく発展する可能性を持ったまちであります。

その小山の未来に向けた総合的方針を定めた『夢 大地 きらめき 笑顔 みんなでつくるふるさと 小山』を将来都市像とした「第6次 小山市総合計画」を平成23年3月に策定いたしました。この計画において、子どもからお年寄りまで、住みなれた地域で誰もが安心していきいきと暮らせるよう、『健康都市おやま』の理念に基づいた、保健・福祉・医療の総合的な連携のとれた環境づくりと市民一人ひとりの健康づくりを推進しております。

21世紀を迎え、少子高齢化が大きな社会問題となり、小山市におきましても、平成25年3月現在で高齢化率は20.3%と全国・県を下回っているものの、上昇は避けられないものとなっており、これからは長い人生をいかに日常生活が制限されることなく、健やかに過ごせるかという健康寿命を伸ばしていくことが大きな課題となっております。

このような背景の中、『第2次健康都市おやまプラン21』は、平成15年3月策定の第1次プランの“健康づくりはとひとつづくりと環境づくり”という基本的な考え方を踏まえつつ、国の「健康日本21（第2次）」の最終的な目標である「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」について総合的に推進してまいります。そして、第1次プランからの住民参加によるヘルスプロモーションを継承し、今後さらに行政と個人・地域・関係機関が力を合わせて、新市民病院建設を核とする緑の健康づくりの森整備に代表される、安全・安心で健康的な、豊かで活力があり、暮らしやすい『健康都市おやま』の実現に取り組んでまいります。

結びに、アンケート調査の実施をはじめ本計画の策定にあたりまして、多くの市民の皆様や関係者の方々、そして第2次健康都市おやまプラン21策定懇話会委員ならびに検討部会の皆様にご多大なご尽力と貴重なご意見をいただきましたことに対し、厚く御礼申し上げますとともに、今後小山市が、『みんながいつまでも元気で、いきいきと暮らせるまち』となるため、より一層のご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

平成25年3月  
小山市長 大久保 寿夫



# 目 次

## 第 1 編 計画の背景とこれまでの取り組み 1

<b>第 1 章</b>	<b>計画策定について</b>	<b>2</b>
	1-1 計画の背景と趣旨 .....	2
	1-2 計画の位置づけと性格 .....	3
	1-3 計画の期間 .....	4
	1-4 計画の構成 .....	5
<b>第 2 章</b>	<b>小山市を取り巻く状況</b>	<b>6</b>
	2-1 市の現状 .....	6
	2-2 市の健康に関する概況 .....	10
<b>第 3 章</b>	<b>健康づくりに関するこれまでの取り組み</b>	<b>15</b>
	3-1 国や県の健康づくり対策 .....	15
	3-2 小山市の健康づくりの取り組み .....	16
<b>第 4 章</b>	<b>第 1 次プランの取り組みの評価と課題</b>	<b>23</b>
	4-1 評価の目的 .....	23
	4-2 評価の方法 .....	23
	4-3 評価の結果 .....	23
	4-4 第 2 次プランに向けた課題のまとめ .....	24

<b>第1章</b>	<b>第2次プランの基本的な方向</b>	<b>30</b>
	1-1 健康づくりの新しい考え方	30
	1-2 第2次プランの基本的な考え方	32
<b>第2章</b>	<b>第2次プランのめざす姿と目標</b>	<b>34</b>
	2-1 第2次プランにおける基本理念	34
	2-2 めざす小山市像	35
	2-3 基本方針	36
	2-4 目標の体系図	38
<b>第3章</b>	<b>各分野における目標設定と取り組み</b>	<b>40</b>
	3-1 重点的な取り組み	40
	3-2 事業推進計画	44
	3-3 健康推進員による地域での取り組み	79
<b>第4章</b>	<b>取り組みの進行管理と評価</b>	<b>92</b>
	4-1 計画の実現に向けて	92
	4-2 評価の仕組み	94
	4-3 計画の評価方法	94
	4-4 評価指標と目標値	95

1	第1次プラン評価結果概要	102
2	策定の体制と経過	118
3	市民の暮らしと健康に関する基礎調査結果概要	128
4	乳幼児健診対象者アンケート調査結果概要	133
5	栃木県内各市町健康寿命	136
6	用語解説	137



# 第 1 編 計画の背景とこれまでの取り組み

第 1 章 計画策定について

第 2 章 小山市を取り巻く状況

第 3 章 健康づくりに関するこれまでの取り組み

第 4 章 第 1 次プランの取り組みの評価と課題

## 1-1 計画の背景と趣旨

急速な少子高齢化の進展とともに、様々な社会環境の変化によるストレスの増加や、生活習慣に起因する、がんや脳卒中、心臓病、糖尿病等のいわゆる「生活習慣病\*」の増加など、医療や介護を必要とする人々の増加により、医療費などの社会保障等の増大が懸念されています。

このような中、疾病や要介護状態\*を予防するとともに、重症化を防ぐ施策展開が課題となっており、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)\*対策、こころの問題やうつ病対策、がん対策など、新たな健康課題への対応が求められています。

また、近年では、C型肝炎ウイルス、腸管出血性大腸菌(O157)や結核などの感染症の危険性に加えて、新型インフルエンザ\*の流行など、健康の危機管理体制の必要性も高まっています。

国では、平成12年度からスタートした「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21\*)」が平成24年度末で終了することから、平成25年度から始まる新たな計画の策定に併せて、平成24年7月に「健康日本21(第2次)」の基本方針を示しました。

この間、平成15年5月に「健康増進法\*」、平成17年7月に「食育基本法」が施行され、住民により身近な地域での健康づくりと豊かな人間性を育むための施策を推進してきました。

また、平成18年には「自殺対策基本法」が制定されたほか、平成20年には「老人保健法」から「高齢者の医療の確保に関する法律」への改正があり、メタボリックシンドロームの概念に基づく生活習慣病の予防に重点が置かれ、特定健診・特定保健指導\*が実施されています。

小山市では、「市民一人ひとりが健康で活力に満ち、すすんで健康づくりの輪をひろげる」ことを目指して、平成4年3月に「健康都市おやま」の宣言を行い、「健康の保持・増進」「疾病の予防強化」「高齢者対策」の3つの基本目標を掲げて、健康づくりの総合的な事業を推進してきました。

そして、“ひとまちも元気な小山市”の実現を図るために、平成15年3月に「健康都市おやまプラン21(以下、第1次プランという)」を策定しました。

第1次プランは、住民参加とヘルスプロモーション\*の理念に基づいて作成し、個人でできること・地域でできること・行政でできることを行動目標として掲げ、行政と個人・地域が力を合わせて、市民一人ひとりが主体的な健康づくりに取り組めるよう計画を推進してきました。

本計画は、第1次プランの計画期間が平成24年度をもって終了することから、これまでの取り組みの評価、「健康日本21(第2次)」など健康づくりに関する新しい考え方、国や県の動向等を踏まえ、市民一人ひとりが、いつまでも生きがいをもって元気に暮らせる「健康都市おやま」の実現をめざして、今後10年間の市民の健康づくりを総合的に推進するための基本方針として策定します。

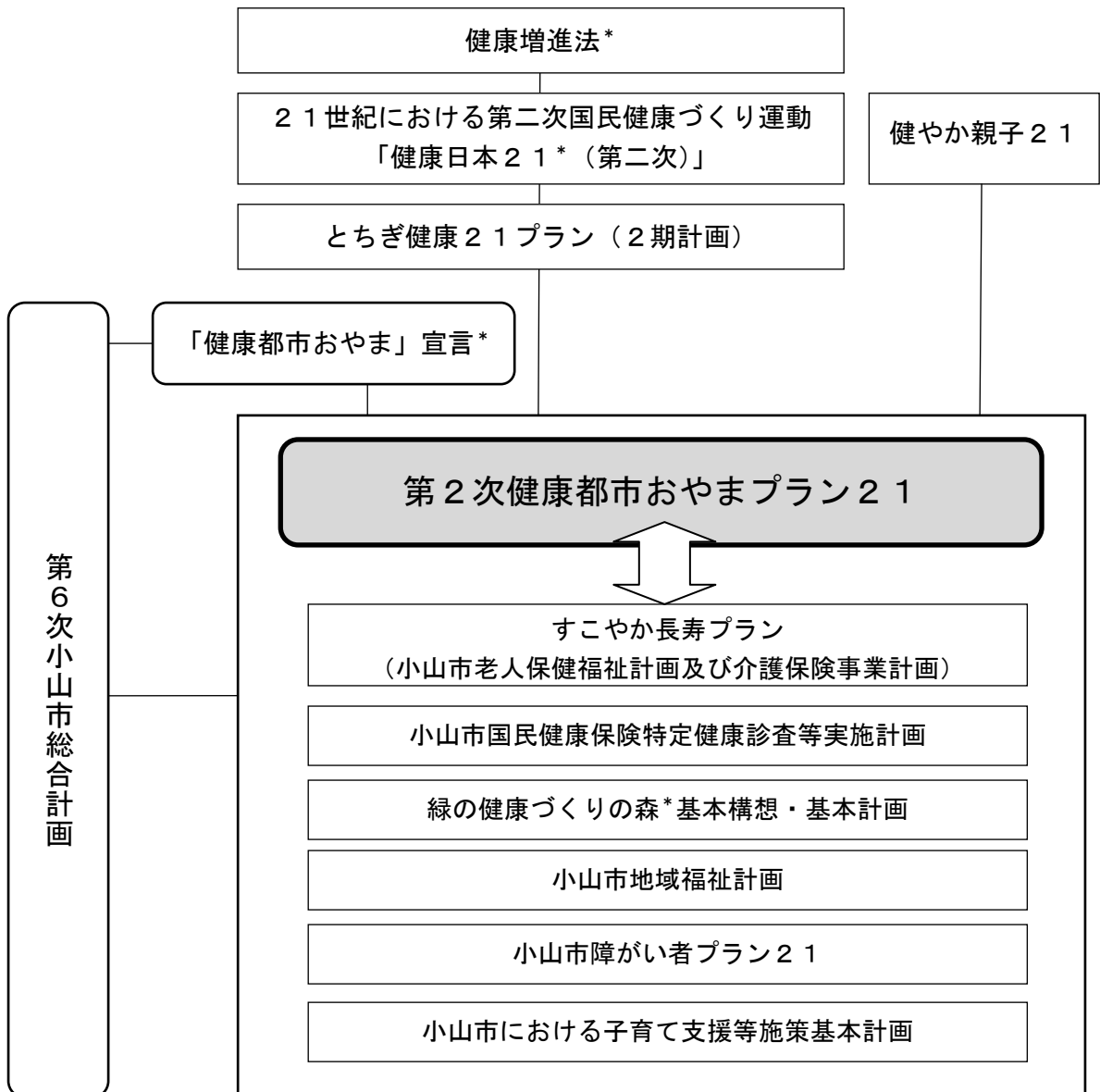
## 1-2 計画の位置づけと性格

本計画は、健康増進法\*第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」です。また、国の「健康日本21\*(第2次)」の地方計画として位置づけられ、県計画の「とちぎ健康21プラン(第2次)」を踏まえ策定するものです。加えて、国の母子保健計画「健やか親子21」を踏まえた、市の母子保健計画を盛り込んでいます。

さらに、本計画は、「第6次小山市総合計画」を上位計画とし、「健康都市おやま宣言\*」の理念のもと、「すこやか長寿プラン」など他の各種関連計画との整合性を図りながら、これからの健康づくりの基本的な考え方と総合的かつ具体的に推進するための方策を明らかにするものです。

また、本計画は、心身の健康を向上させるのみならず、市民一人ひとりが健康で豊かな人生を送れる「健康都市おやま」の実現を目標としています。

このため、すべての市民が自己実現できるよう、「健康」という視点から暮らしやすい・住みよいまちづくりを目指していきます。



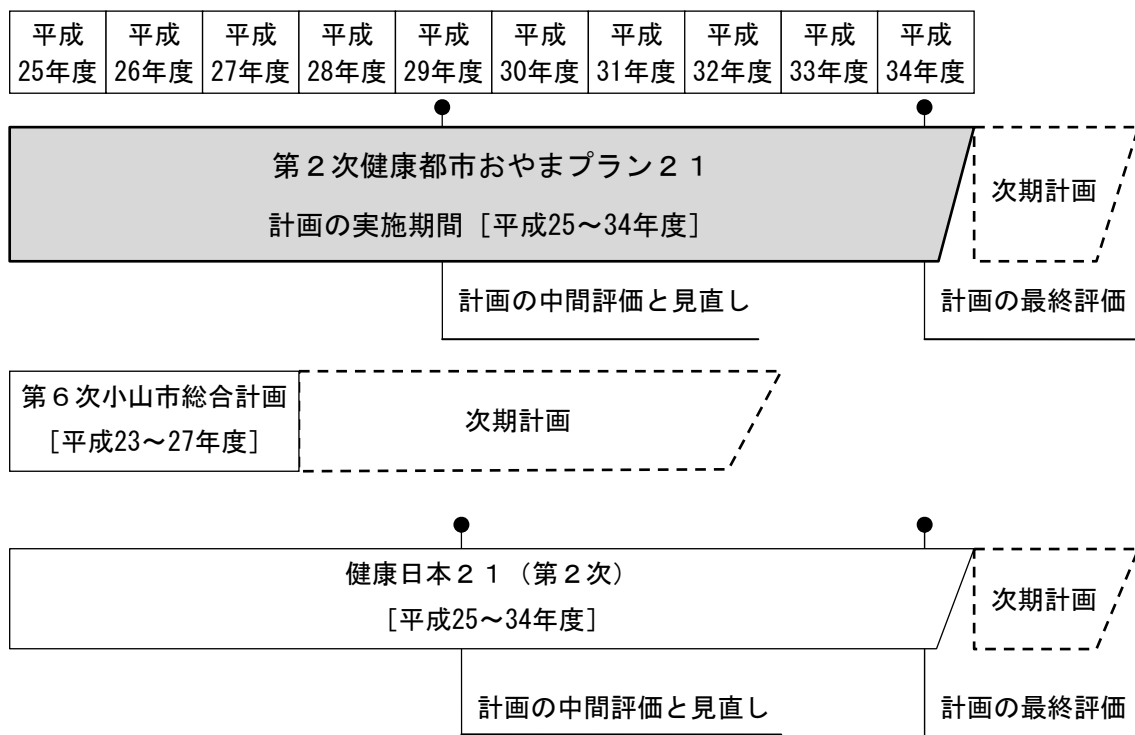


## 1-3 計画の期間

本計画は、平成25年度から平成34年度までの10年間を計画期間とします。

また、5年目の平成29年度に計画の中間評価を行うとともに、国や県の方向性や小山市を取り巻く社会環境に大きな変化が生じた場合には、必要に応じて見直しを行うものとします。

なお、本計画期間終了年度には、計画の最終評価を行い、次期計画に向けての指標としてフィードバックし、新たな計画づくりに取り組んでまいります。



## 1-4 計画の構成

本計画は、「第1編 計画の背景とこれまでの取り組み」として第1次プランの振り返りと、「第2編 第2次プランの推進と今後の施策展開について」の第2次プランにおける計画内容の2つの編から構成されています。

第1編では、計画策定の趣旨や位置づけのほか、本市の人口動態や保健統計データ等の現状、健康づくりに関するこれまでの取り組みを整理しています。「第4章 第1次プランの取り組みの評価と課題」では、第1次プランに基づく施策事業の取り組み状況やアンケート調査等から、成果と目標の達成状況の概要をまとめています。また、第1次プランの評価結果とともに、市民や関係団体等を委員とした「第2次健康都市おやまプラン21検討部会」の意見などを踏まえて、第2次プランに向けた課題を整理しています。

第2編の「第1章 第2次プランの基本的な方向」では、本計画の前提となる国の「健康日本21\*(第2次)」で示されている新しい考え方と本市の健康づくりの考え方と第1次プランからの課題等を踏まえた本市の健康づくりの考え方について整理しています。

「第2章 第2次プランのめざす姿と目標」では、第2次プランの骨格となる基本理念や基本方針、行動目標の体系を位置づけています。

「第3章 各分野における目標設定と取り組み」では、まず、めざす姿と目標を実現するために、重点的に取り組む事項についての施策事業を設定し、次に、すべての行動目標ごとに、「個人・家庭」「地域・団体」「行政」のそれぞれの立場で取り組む内容や目標とする指標、施策事業について整理しています。さらに、健康推進員\*による地域での取り組みについても示しています。

「第4章 取り組みの進行管理と評価」では、本計画を推進するため、市民・関係団体・企業・行政等が連携した体制づくりや全市的な健康づくり運動への展開とともに、計画の進行管理のための評価の仕組みを示しています。



## 2-1 市の現状

### 1) 市の位置

本市は栃木県南部に位置し、東京圏からは北に約60km、県都宇都宮市からは南に約30kmの距離にあります。

また、本市は、「水と緑と大地」の美しく豊かな自然と、数多くの歴史的・文化的資産を有し、農業・工業・商業の調和のとれた、人口16万人超の県内第2位の都市として発展しています。

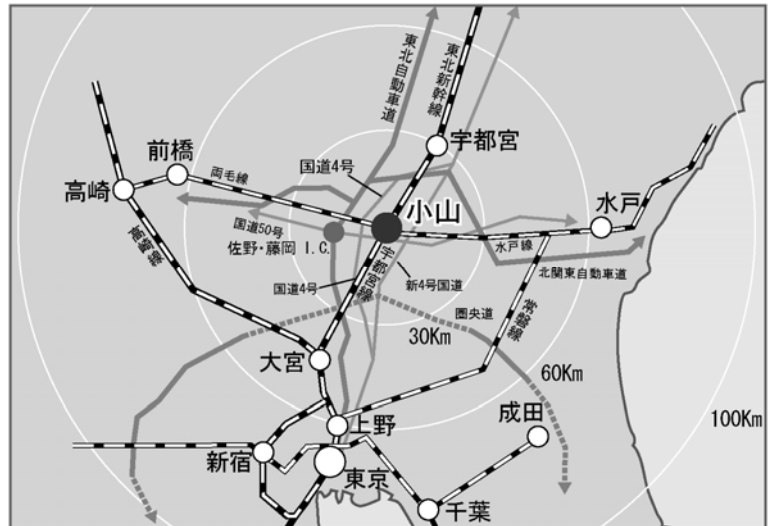
鉄道は、南北のJR宇都宮線と東北新幹線を軸に、東からJR水戸線、西からJR両毛線が小山駅で結節し、道路は、国道4号と新4号国道、国道50号の広域幹線道路が市内を貫通しており、交通の要衝地となっています。

#### ■ 小山市の位置

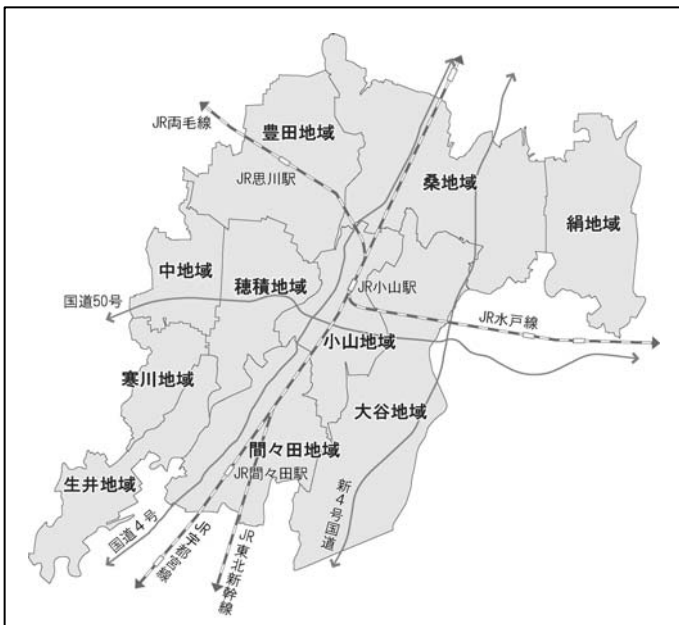
##### □位置と地形

面積	171.61km <sup>2</sup>	
広がり	東西	20.25km
	南北	21.40km
経緯度	北緯	36度18分
	東経	139度48分
海拔	35.1m	
市庁舎所在地	小山市中央町1-1-1	

##### □位置図



##### □市域図

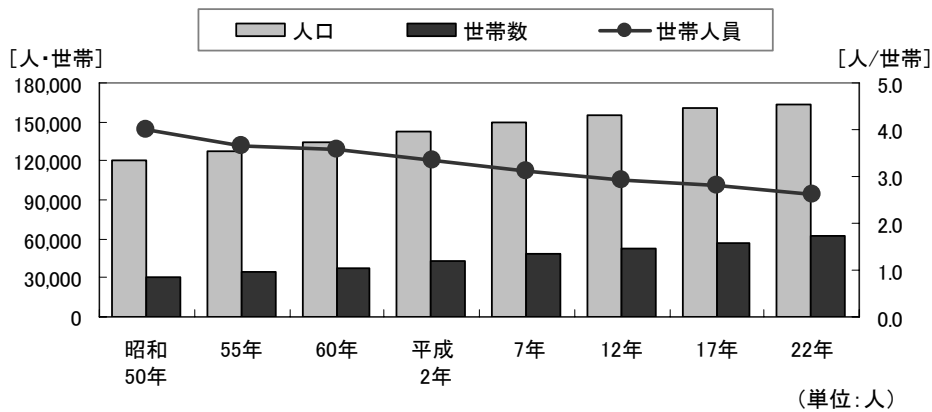


## 2) 人口・世帯

本市の人口は、164,435人（平成24年10月1日現在：栃木県小山市大字町丁名別世帯数および人口推計）、64,762世帯となっています。

また、本市においては、人口は増加傾向にあるものの、国・県と同様に少子高齢化が進行しています。（平成22年高齢化率：国23.1%・県21.7%）

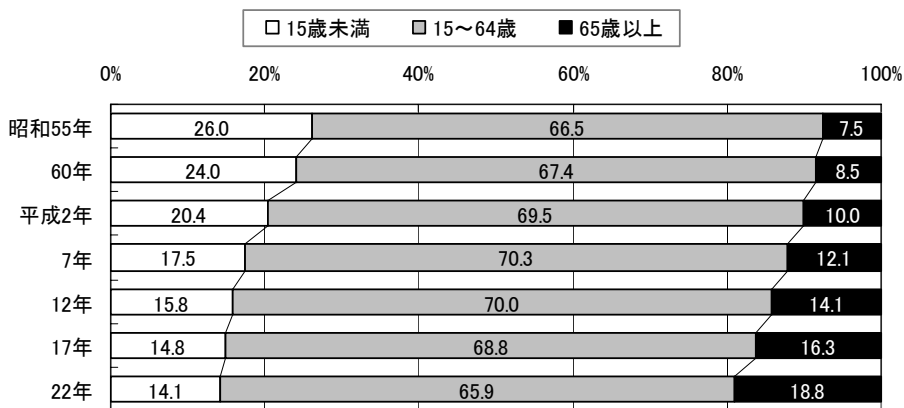
### ■ 小山市の人口・世帯数の推移



年別	世帯数	人口			世帯人員
		総数	男	女	
昭和50年	30,079	120,264	60,503	59,761	4.00
昭和55年	34,808	127,226	63,949	63,277	3.66
昭和60年	37,625	134,242	67,247	66,995	3.57
平成2年	42,409	142,262	71,588	70,674	3.35
平成7年	48,299	150,115	75,814	74,301	3.11
平成12年	52,760	155,198	78,196	77,002	2.94
平成17年	57,225	160,150	80,723	79,427	2.80
平成22年	62,844	164,454	82,825	81,629	2.62

[国勢調査 (各年10月1日現在)]

### ■ 小山市の年齢3区分別人口



[国勢調査]

全国的には人口は減少傾向ですが、本市の人口は増加傾向にあり、第6次小山市総合計画の将来人口フレームでは、人と企業を呼び込む施策の推進などにより、2015年（平成27年）の人口を16万8千人と設定しています。

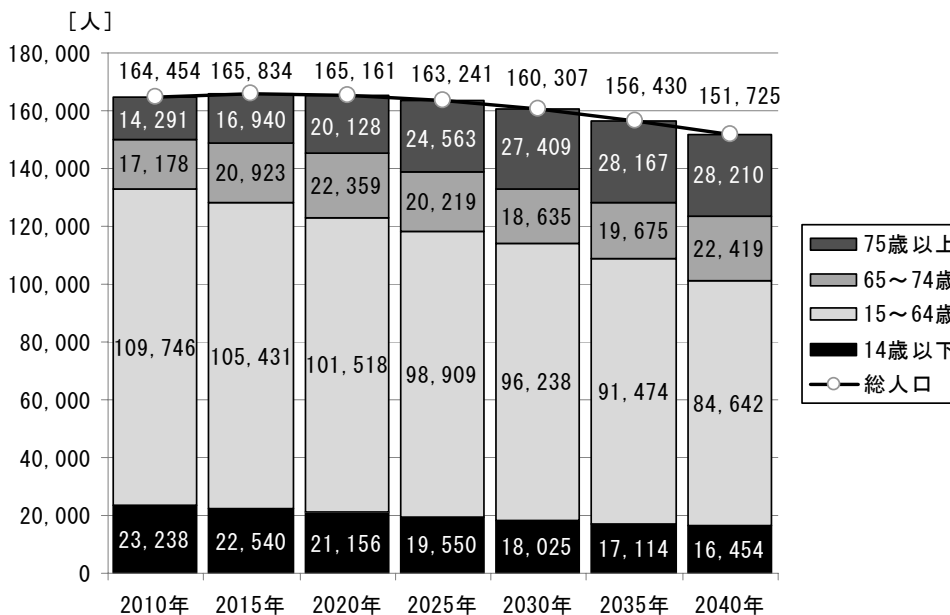
なお、国立社会保障・人口問題研究所の将来推計人口では、2015年（平成27年）以降から緩やかに減少し始め、約20年後の2035年（平成47年）には約15万4千人になると見込まれています。

■ 小山市の総人口の見通し

	実績値			目標値	参考値
	平成12年 (2000年)	平成17年 (2005年)	平成22年 (2010年)	平成27年 (2015年)	平成32年 (2020年)
人口フレーム	155,198人	160,150人	164,437人	168,000人	170,000人

[第6次 小山市総合計画]

■ 小山市の将来推計人口



[日本の市区町村別将来推計人口]

	2010年 平成22年	2015年 平成27年	2020年 平成32年	2025年 平成37年	2030年 平成42年	2035年 平成47年
総人口指数	100.0	100.8	100.4	99.3	97.5	95.1
14歳以下	14.1	13.6	12.8	12.0	11.2	10.9
15~64歳	66.7	63.6	61.5	60.6	60.0	58.5
65歳以上	19.1	22.8	25.7	27.4	28.7	30.6
75歳以上	8.7	10.2	12.2	15.0	17.1	18.0

出典：国立社会保障・人口問題研究所（平成25年3月推計）

2010年（平成22年）は国勢調査、2015年（平成27年）以降は推計値

2-1 市の現状

一人の女性が一生の間に生む子どもの数を示す合計特殊出生率\*は、平成17年以降国全体で上位に転じていますが、本市においては平成20年を除いて国と県の間で推移しています。また、1人暮らし高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加しています。

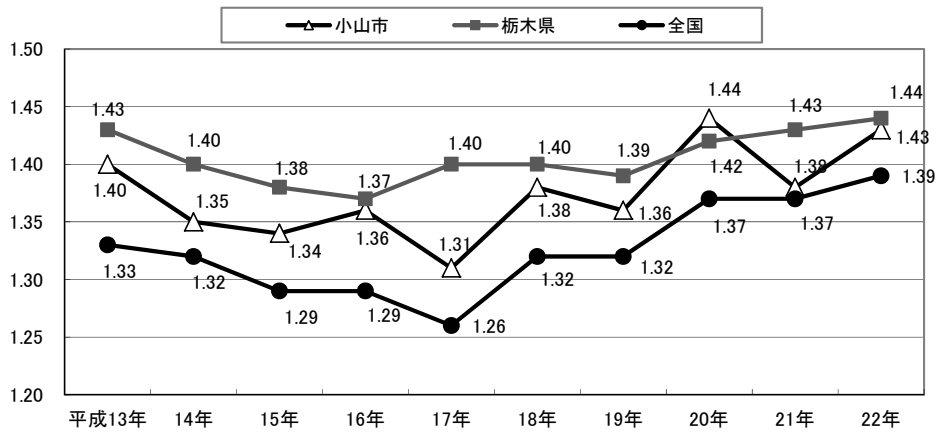
■ 小山市の人口動態

	出生		死亡		死産		周産期死亡		婚姻		離婚	
	数	率	数	率	数	率	数	率	数	率	数	率
平成13年	1,555	9.9	1,017	6.5	50	31.2	13	8.3	961	6.1	358	2.29
14年	1,484	9.4	1,098	7.0	55	35.7	5	3.4	957	6.1	365	2.32
15年	1,473	9.3	1,095	6.9	43	28.4	8	5.4	961	6.1	365	2.31
16年	1,482	9.3	1,147	7.2	47	30.7	9	6.0	964	6.1	355	2.24
17年	1,428	8.9	1,173	7.3	39	26.6	2	1.4	951	5.9	338	2.11
18年	1,497	9.3	1,244	7.7	47	30.4	5	3.3	972	6.0	316	1.97
19年	1,455	9.0	1,279	7.9	33	22.2	5	3.4	962	5.9	386	2.38
20年	1,520	9.3	1,269	7.8	30	19.4	3	2.0	973	6.0	339	2.08
21年	1,447	8.8	1,247	7.6	36	24.3	5	3.4	964	5.9	325	1.99
22年	1,475	9.0	1,391	8.5	31	20.6	1	0.7	931	5.7	326	1.98

[栃木県保健統計年報]

※出生・死亡・婚姻・離婚率は人口千対、周産期死亡率\*は出生千対、死産率は（出産＋死産）千対

■ 合計特殊出生率



[栃木県保健統計年報]

■ 独居高齢者・高齢者夫婦のみ世帯数

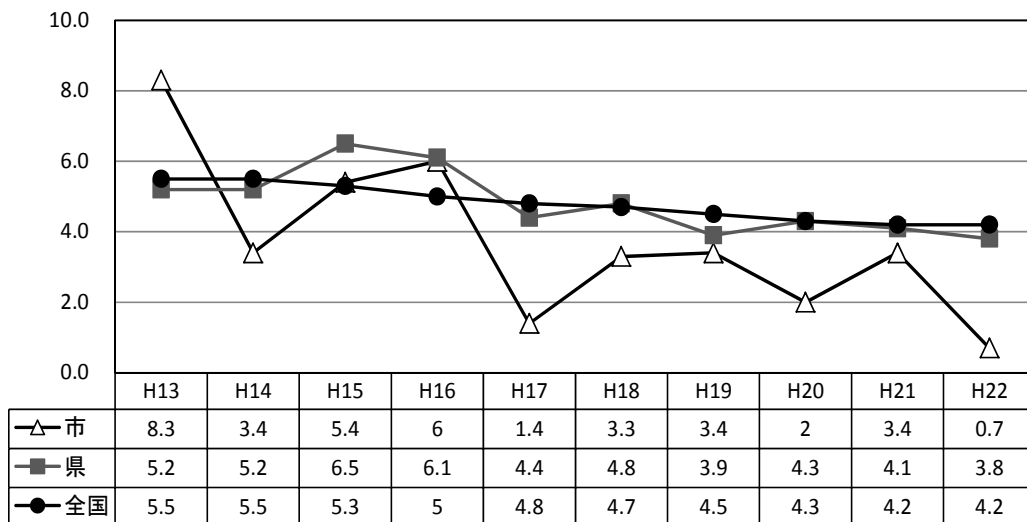
	平成21年度	平成22年度	平成23年度
1人暮らし高齢者	4,567	4,863	5,163
男	1,397	1,520	1,609
女	3,170	3,343	3,554
高齢者夫婦のみ世帯	3,914	4,117	4,215

[小山市住民基本台帳（各年10月1日現在）]

## 2-2 市の健康に関する概況

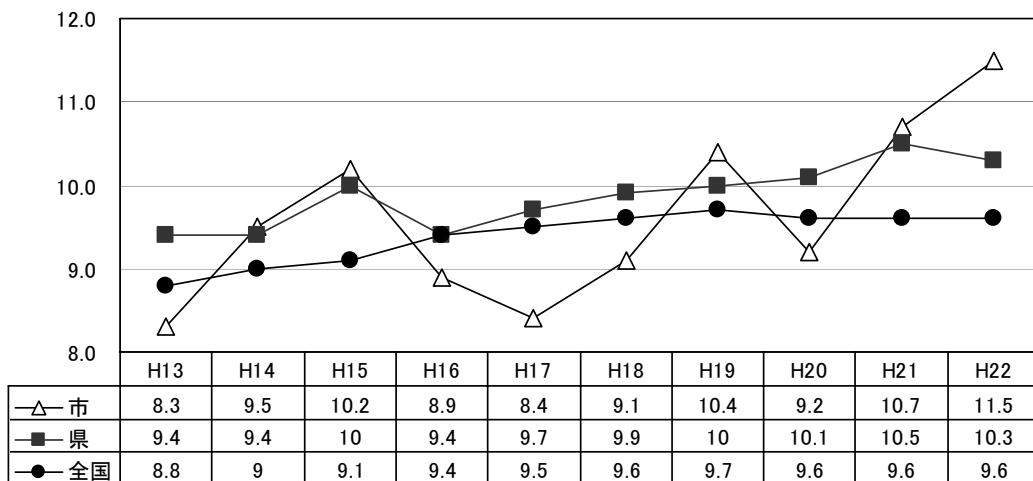
母子保健に関して、本市の周産期死亡率\*は各年の差が大きいです。全体的に国・県を大きく下回っています。また、本市の低出生体重児\*の出生割合は年毎の差はありますが、近年では全国・県に比べて高くなっています。

### ■ 周産期死亡率の推移



[栃木県保健統計年報]

### ■ 低出生体重児(出生体重2,500g未満)の出生割合



[栃木県保健統計年報]

本市の健康寿命については、県算で、国と算出方法は異なりますが、以下の通りです。

### ■ 小山市の健康寿命

男性 78.03 歳(県内 9 位)

女性 83.11 歳(県内 11 位)

※介護認定ベースで県が算出(資料編 P136 参照)

本市の脳血管疾患の死亡率は減少傾向にありますが、悪性新生物、心疾患は増加しています。また、糖尿病の死亡率は、県や国に比べて高くなっています。

■ 主要死因別死亡数割合

	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故	自殺	老衰	糖尿病	肝疾患	腎不全
平成17年	352 219.8	188 117.4	169 105.5	95 59.3	45 28.1	35 21.9	20 12.5	19 11.9	19 11.9	22 13.7
18年	378 235.1	218 135.6	185 115.1	95 59.1	39 24.3	25 15.5	27 16.8	18 11.2	29 18.0	24 14.9
19年	351 216.7	253 156.2	187 115.5	106 65.5	42 25.9	40 24.7	35 21.6	19 11.7	18 11.1	22 13.6
20年	384 235.4	228 139.8	166 101.8	103 63.1	41 25.1	36 22.1	45 27.6	19 11.6	19 11.6	21 12.9
21年	370 226.1	200 122.2	171 104.5	84 51.3	42 25.7	42 25.7	31 18.9	19 11.6	14 8.6	22 13.4
22年	399 242.6	280 170.3	161 97.9	116 70.5	45 27.4	31 18.9	53 32.2	22 13.4	18 10.9	22 13.4

[栃木県保健統計年報]

※上段：実数（人）、下段：率（人口10万対）

※死亡率算出人口は平成17年、22年は国勢調査、18年、19年、20年21年は毎月人口調査（各年10月1日現在）

■ 死因順位・死亡数・率（人口10万人当たり）

（平成22年）

死因順位	小山市	栃木県	全国	死因	小山市		栃木県		全国	
					死亡数	死亡率	死亡数	死亡率	死亡数	死亡率
1	1	1	1	悪性新生物	399	242.6	5,444	274.8	353,499	279.7
2	2	2	2	心疾患	280	170.3	3,332	168.2	189,360	149.8
3	3	3	3	脳血管疾患	161	97.9	2,392	120.8	123,461	97.7
4	4	4	4	肺炎	116	70.5	2,036	102.8	118,888	94.1
5	5	5	5	老衰	53	32.2	832	42.0	45,342	35.9
6	6	6	6	不慮の事故	45	27.4	660	33.3	40,732	32.2
7	7	7	7	自殺	31	18.9	495	25.0	29,554	23.4
8	8	8	8	腎不全	22	13.4	350	17.7	23,725	18.8
8	11	12	12	糖尿病	22	13.4	247	12.5	14,422	11.4
10	10	10	10	肝疾患	18	10.9	262	13.2	16,216	12.8

小山市・栃木県：[平成22年版栃木県保健統計年報]、全国：[厚生統計要覧]



本市の介護保険認定率は15.1%となっており、要支援・要介護\*が年々増加しています。  
 また、40～74歳を対象としたタボリックシンドロームに着目した特定健診の受診率は、平均で約30%となっています。

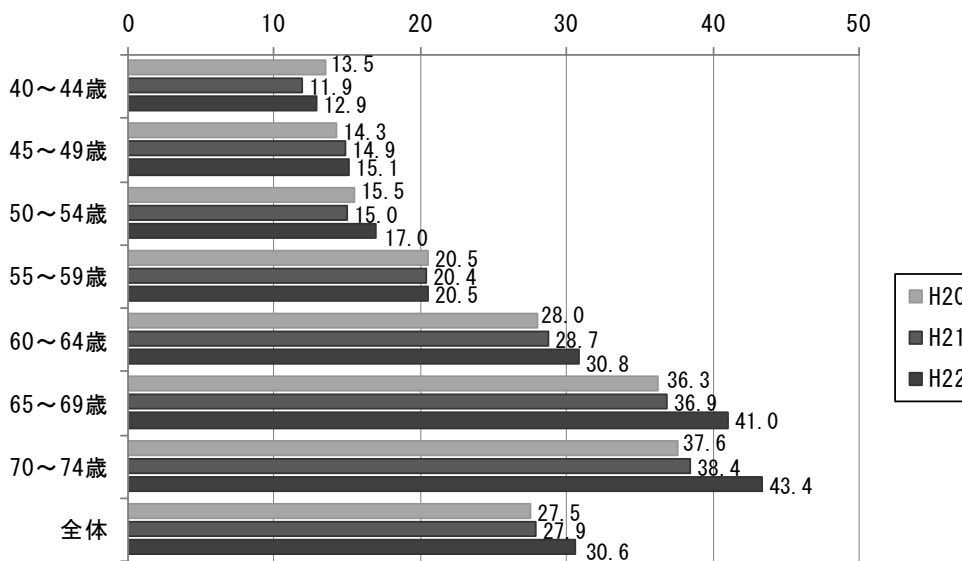
■ 要支援・要介護度別認定者数及び認定率

	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23
総数	2,974	3,302	3,442	3,738	3,860	4,066	4,204	4,470	4,757	5,037
要支援1	472	498	548	432	441	433	474	585	474	702
要支援2	-	-	-	549	637	688	706	723	706	724
要介護1	1,119	1,140	1,306	779	719	719	798	895	798	977
要介護2	509	476	503	626	700	720	737	792	737	788
要介護3	399	489	477	564	628	671	670	587	670	636
要介護4	461	498	566	586	588	592	650	640	650	629
要介護5	342	341	338	324	353	381	435	535	435	581
第1号被保険者	2,838	3,160	3,295	3,569	3,680	3,891	4,012	4,271	4,539	4,827
認定率	11.9	12.9	13.0	13.6	13.4	13.7	13.5	14.0	14.7	15.1
第2号被保険者	136	142	147	169	180	175	192	199	218	210

※認定率には第2号被保険者の数値を含んでいない。

[高齢生きがい課実績]

■ 特定健診受診率



	H20		H21		H22	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
40～44歳	301	13.5	277	11.9	312	12.9
45～49歳	288	14.3	318	14.9	326	15.1
50～54歳	383	15.5	355	15.0	380	17.0
55～59歳	858	20.5	797	20.4	724	20.5
60～64歳	1,592	28.0	1,694	28.7	1,956	30.8
65～69歳	2,466	36.3	2,537	36.9	2,710	41.0
70～74歳	2,008	37.6	2,127	38.4	2,488	43.4
全体	7,896	27.5	8,105	27.9	8,896	30.6

[国保連合法定報告データより]

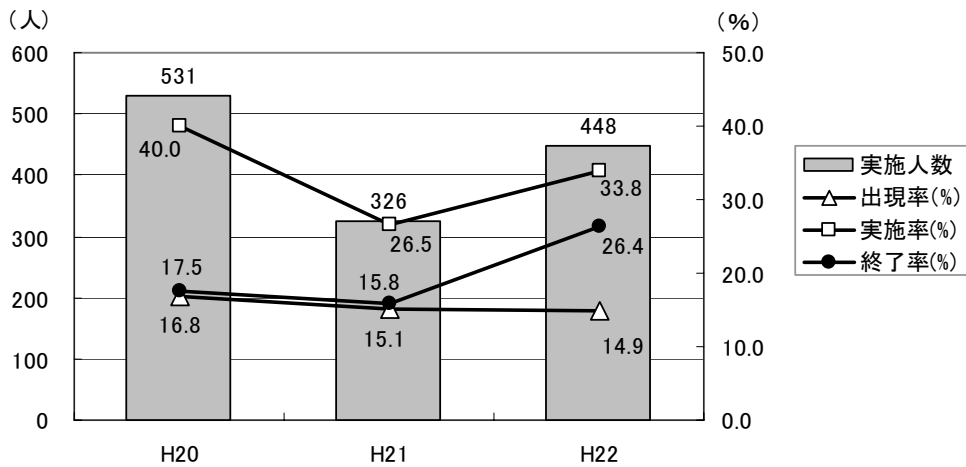
2-2 市の健康に関する概況

生活習慣の改善が必要とされた対象者に行う特定保健指導\*の実施率は30～40%、終了率は約20%となっています。

また、各種がん検診の受診率は12～30%となっており、女性特有の子宮がんや乳がん検診は近年受診率が高まっています。

■ 特定保健指導実施率

	対象者数(人) 積極+動機	出現率 (%)	実施人数	実施率 (%)	終了者数 (人)	終了率 (%)
H20	1,329	16.8	531	40.0	233	17.5
H21	1,231	15.1	326	26.5	195	15.8
H22	1,328	14.9	448	33.8	350	26.4



[国保連合会法定報告データより]

■ がん検診受診率の推移

(単位：%)

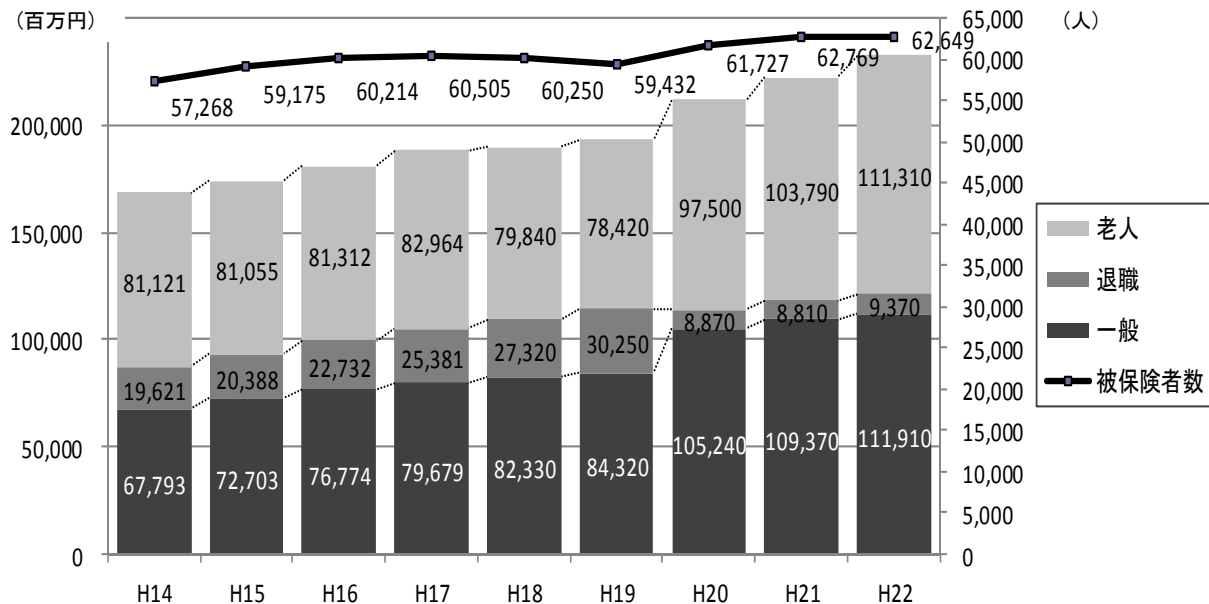
	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23
肺がん	16.6	16.9	15.8	16.5	16.2	16.5	13.4	15.2	16.7	15.2
胃がん	15.0	15.4	14.3	14.0	13.9	14.0	10.9	12.4	12.9	12.0
大腸がん	13.0	13.1	12.5	13.0	12.8	13.2	11.4	13.9	15.8	13.0
子宮がん	12.7	13.1	11.0	9.4	9.3	16.3	16.5	20.5	22.4	20.6
乳がん	11.4	11.8	9.9	11.2	11.2	15.0	15.6	21.6	22.3	20.4
前立腺がん					25.0	36.4	36.8	27.9	34.1	29.7

[国保連合会法定報告データより]

高齢化の進行などにより、医療費は年々増加傾向にあります。

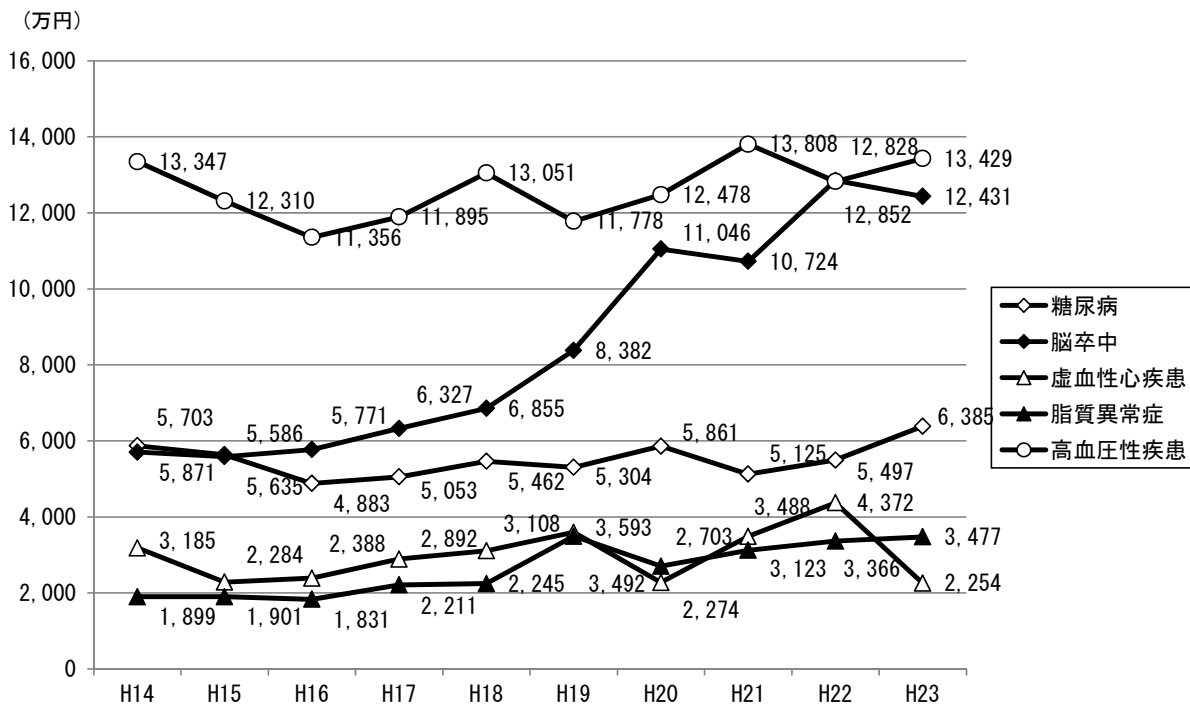
また、疾病別費用額では、高血圧性疾患、脳卒中、糖尿病が増加傾向にあります。

■ 小山市の医療費の推移（国民健康保険）



[平成23年度目で見える栃木県の医療費状況（栃木県国民健康保険団体連合会）]

■ 小山市の疾病別費用額の推移（国民健康保険）



[平成23年度目で見える栃木県の医療費状況（栃木県国民健康保険団体連合会）]

## 3-1 国や県の健康づくり対策

国の健康づくり対策は、「第1次国民健康づくり対策」（昭和53年～）に始まり、「第2次国民健康づくり対策（アクティブ80ヘルスプラン）」（昭和63年～）を経て、「第3次国民健康づくり対策（21世紀における国民健康づくり運動＜健康日本21\*＞）」（平成12年～）へと展開されてきました。

第3次国民健康づくり対策「健康日本21」では、壮年期死亡の減少、健康寿命\*の延伸及び生活の質(QOL)\*の向上を実現することを目的とし、生活習慣病\*とその原因となる生活習慣病等に関する9分野（80項目）について具体的な数値目標を定め、発病を予防する「一次予防\*」に重点を置いた取り組みを推進してきました。

国においては、目標の達成状況や関連する取り組みについての最終評価結果（9つの分野の全指標80項目のうち、再掲21項目を除く59項目の達成状況）は以下のとおりです。

Aの「目標値に達した」とBの「目標値に達していないが改善傾向にある」を合わせ、全体の約6割で一定の改善がみられました。

### ■ 健康日本21における全体の目標達成状況等の評価

評価区分（策定時の値と直近値を比較）	該当項目数＜割合＞
	主な項目
A 目標値に達した	10項目＜16.9%＞ ・メタボリックシンドローム*の認知度 ・高齢者の外出の積極的態をもつ人の増加 ・80歳で20本以上、60歳で24本以上の歯の保有者増加
B 目標値に達していないが改善傾向にある	25項目＜42.4%＞ ・食塩摂取量の減少 ・意識的に運動を心がける人の増加 ・喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及 ・糖尿病やがん検診の促進
C 変わらない	14項目＜23.7%＞ ・自殺者の減少、多量に飲酒する人の減少 ・メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の減少 ・高脂血症の減少
D 悪化している	9項目＜15.3%＞ ・日常生活における歩数の増加 ・糖尿病合併症の減少
E 評価困難	1項目＜1.7%＞ ・特定健康診査・特定保健指導*の受診者数の向上

[健康日本21最終評価より]

栃木県においては、平成13年3月に「とちぎ健康21プラン～みんなでつくろう生涯健康とちぎ」を策定し、その後、メタボリックシンドローム\*の考え方を取り入れた生活習慣病対策などを推進するため、平成20年3月に一部改定を行いました。

「とちぎ健康21プラン」は、国の「健康日本21」を受けた都道府県健康増進計画として、生活習慣に関する9分野にわたって具体的な数値目標を設定するとともに、幼年期から高年期までの6つのライフステージ\*に応じた健康づくり運動を展開し、県民自らの健康づくりを支援するための指針となっています。

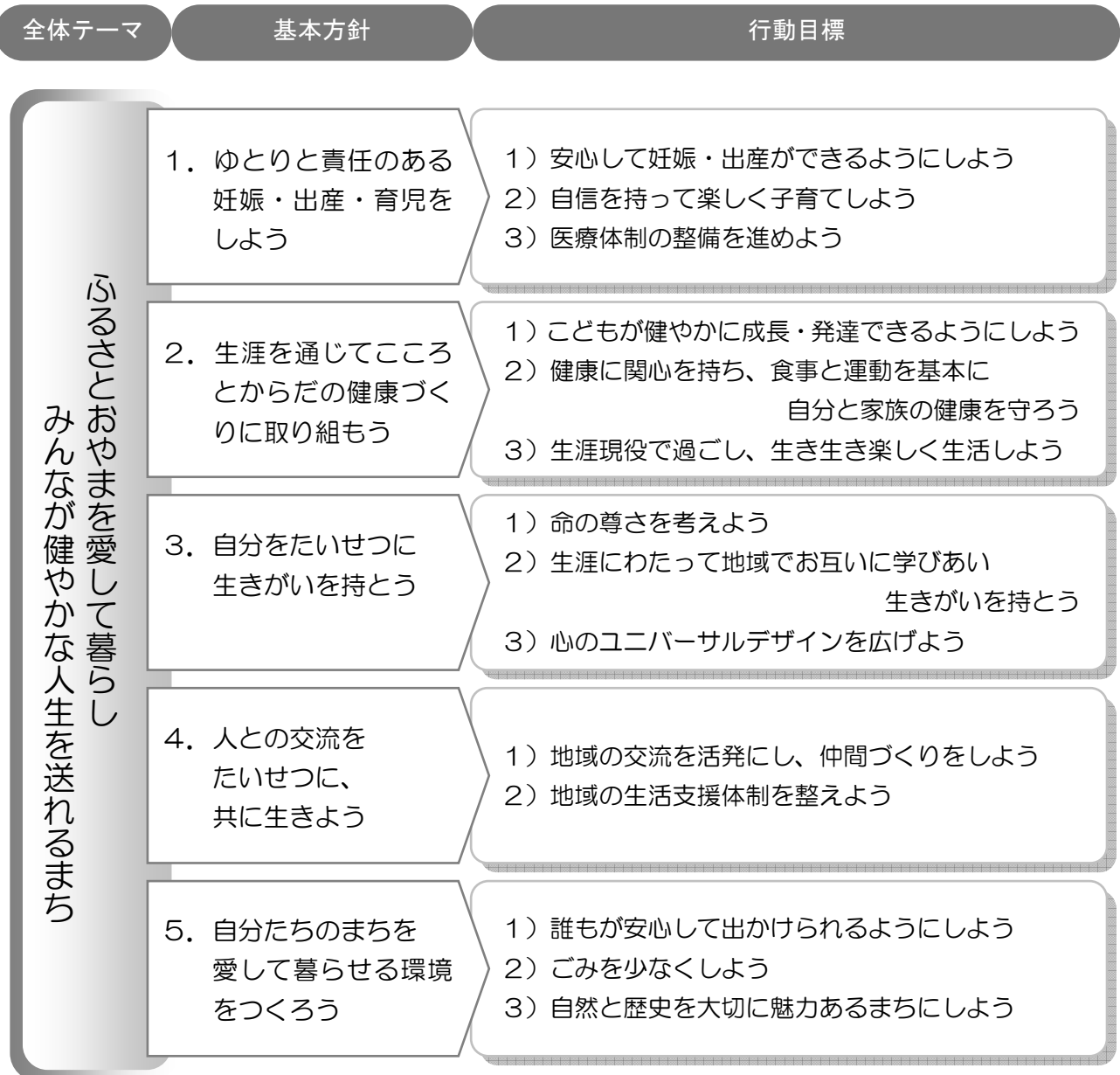
## 3-2 小山市の健康づくりの取り組み

小山市は、市と市民が一体となって総合的な健康づくりの推進を図り、市民一人ひとりが健康で快適な生活を送れるよう、平成4年3月に「健康都市おやま\*」を宣言しました。

この宣言以降、様々な健康づくり施策を推進する中で、平成15年3月、国や県の健康増進のための取り組みや健康づくりの新しい考え方を踏まえ、「健康都市おやまプラン21」を策定しました。この計画は、当初平成15年度～平成22年度までを目標年次としていましたが、国の「健康日本21\*」や関連する他の計画と整合性を図るため、計画の終期を平成24年度とし、平成20年度に中間評価を行いました。

現在、小山市では、健康づくりに関する様々な団体が、それぞれの立場で市民の健康づくりに取り組み、「健康都市おやま」の実現に向けて活動しています。

### ■ 健康都市おやまプラン21（第1次）の施策体系



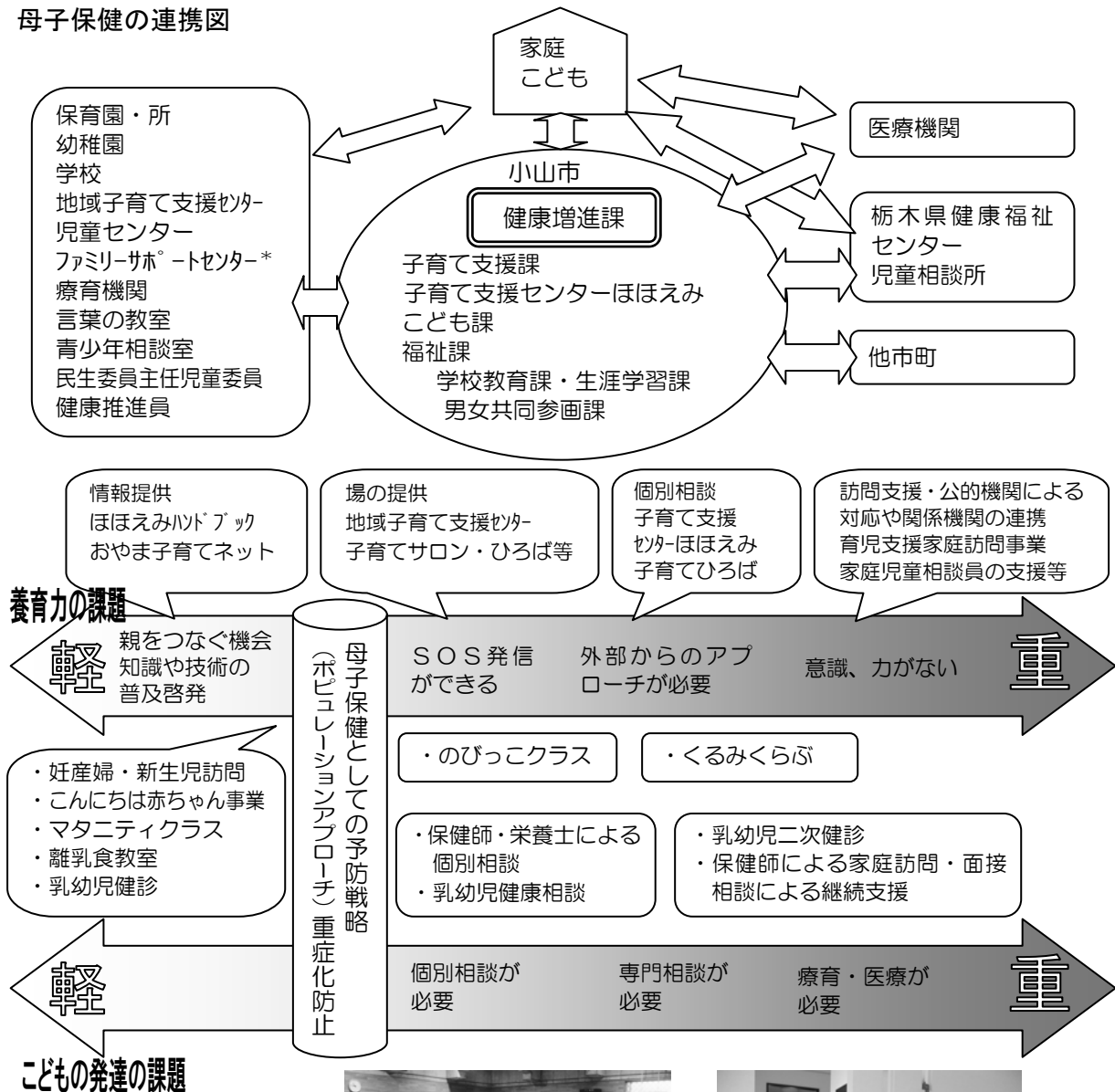
## 【主な取り組みの経過】

### ① 母子保健

#### 《他課との連携により母子保健体制が整いました》

疾病予防・障がいの早期発見を目的とした乳幼児健診後のフォローアップ重視の母子保健活動から、育児不安の解消・虐待予防の視点を取り入れ、子育て支援ネットワークなどが活用され、包括的な母子保健体制が整ってきています。

#### ■ 母子保健の連携図



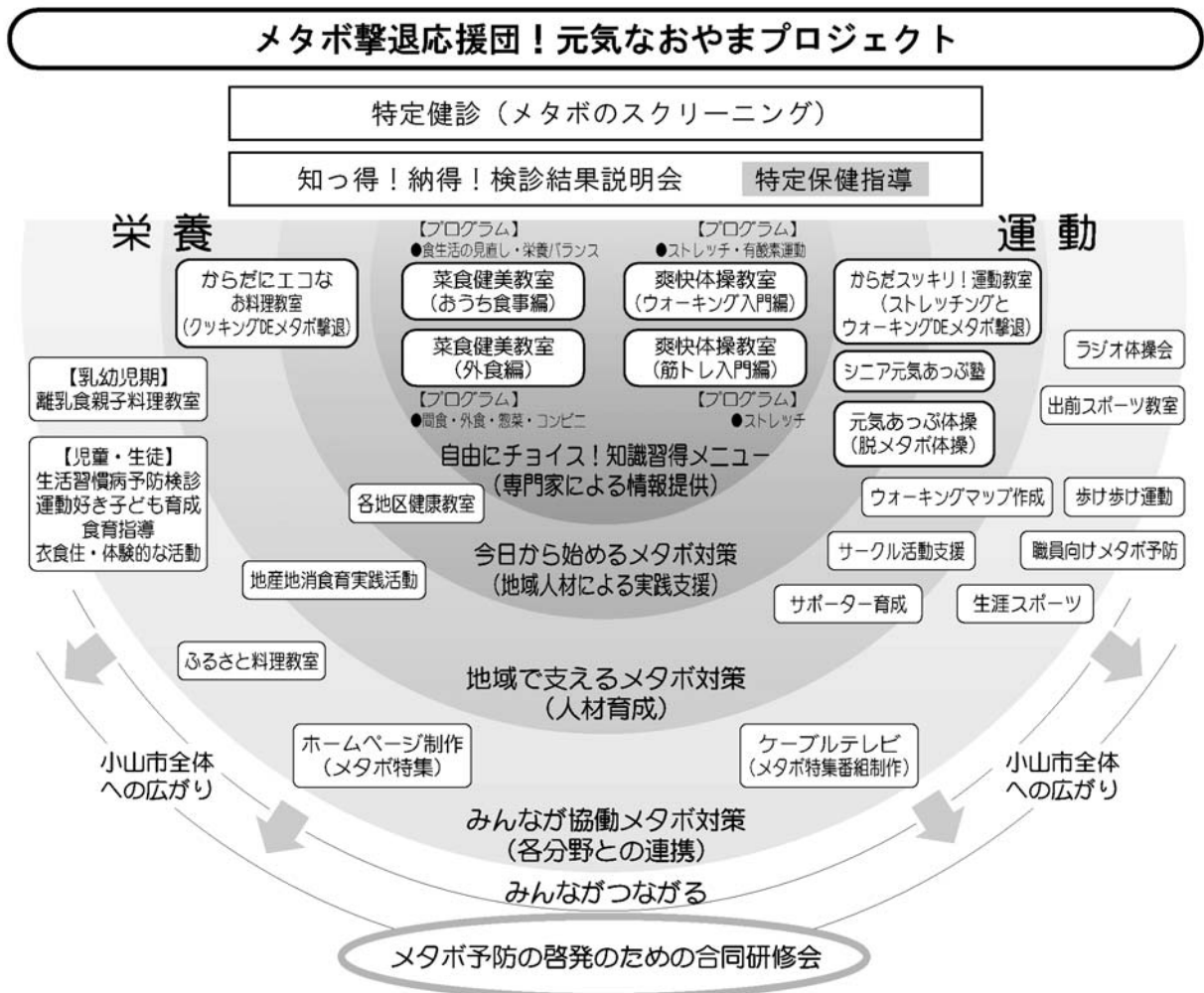
## ② メタボリックシンドローム対策

### 《メタボ予防を軸にした、新しい生活習慣病予防の健康づくり対策が始まりました》

平成20年度より、特定健診・特定保健指導\*が開始され、メタボリックシンドローム\*に着目した、市を挙げてのポピュレーションアプローチ\*として、「メタボ撃退！チャレンジ大会ビフォー&アフター」を開催しました。この大会を実施の際、メタボリックシンドローム対策事業ワーキングを立ち上げ、国保・農政・生涯学習・学校教育・水と緑・生涯スポーツと連携し全庁的な取り組みを実施しました。また、平成21年度からは「メタボ撃退！からだ改善チャレンジ大会実行委員会」を組織し、工業会・商工会を始めとする連携を強化しているところであります。以降、名称や内容を修正しながら、メタボ予防に取り組んでいます。

また、市民が親しみをもって楽しく健康づくりが行えるよう、平成20年6月に作成したメタボリックシンドローム予防に効果的な、市歌に合わせた小山市オリジナル体操「小山市民元気あっぷ体操\*」を普及啓発することで、予防対策を行っています。

また、メタボ予防教室（からだにエコなお料理教室、からだスッキリ！運動教室、メタボ撃退！マシン筋トレ等）を地区組織（食生活改善推進員\*、運動普及推進員）の協力で継続実施している他、医師会との共催にて、「糖尿病予防啓発講演会」等を見直しながらいっています。



3-2 小山市の健康づくりの取り組み

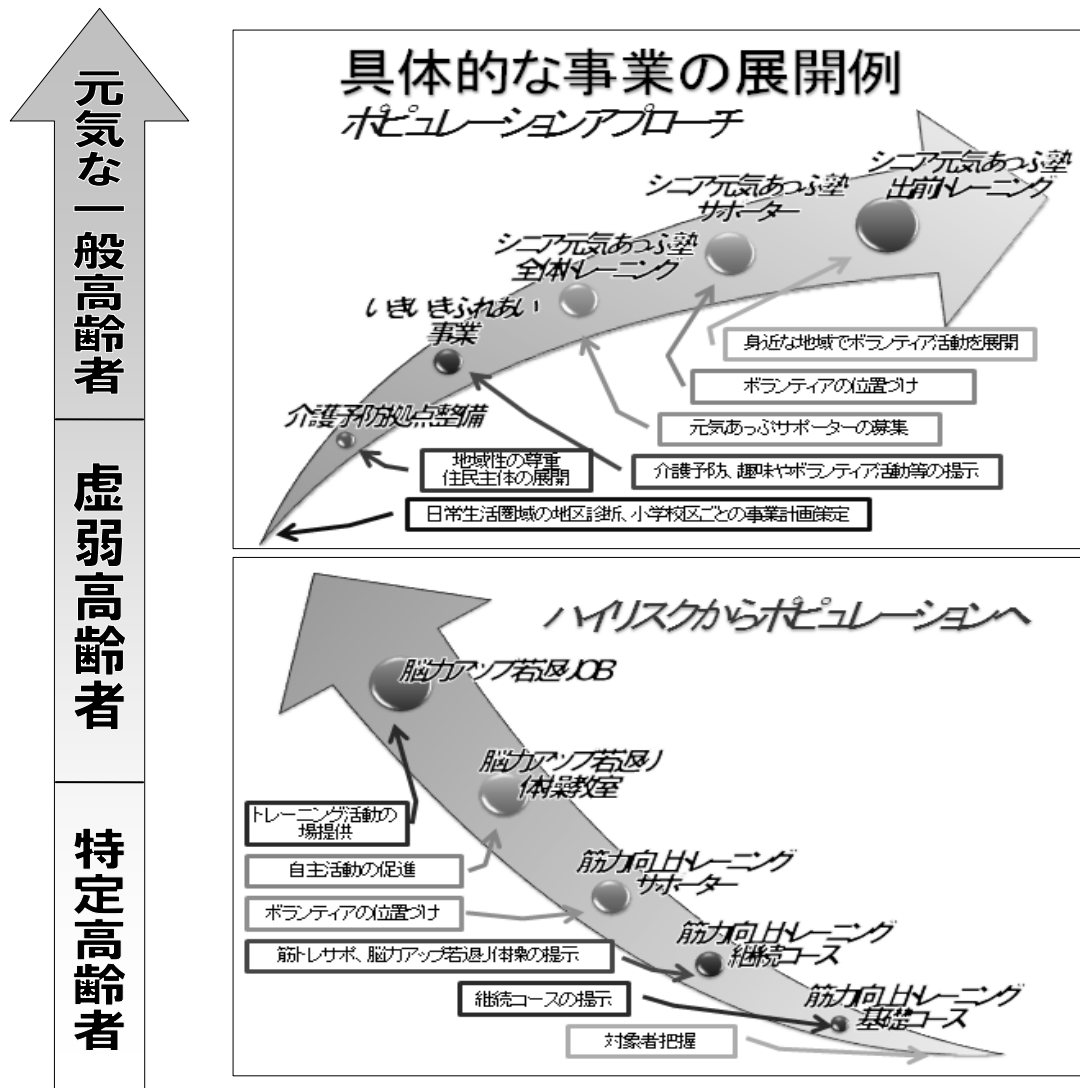
③ 介護予防

《介護予防の概念が地域に浸透し、地域単位での活動が活性化することで地域の力が向上してきました》

介護予防拠点が小学校単位市内全域に整備され（本館23箇所・分館7箇所）高齢者の介護予防を目的に、いきいきふれあい事業が実施されています。事業は、自治会や民生委員、健康推進員\*、老人クラブが中心となった、いきいきふれあい運営委員会により運営され、地域の高齢者を地域で支えるシステムとして市内全域に整備されました。それに携わる、ボランティア組織が各地で実践を重ね活躍してきたことにより、市内全域で、地域で支える介護予防の概念が浸透してきています。

■ 切れ目のない介護予防事業

なごみの会、元気あっぷ塾さらし会、脳若OB会など自主活動が充実し、市の介護予防事業と市民活動のバックアップが一体となった、特定高齢者\*から一般高齢者への切れ目のない介護予防体制が整ってきました。





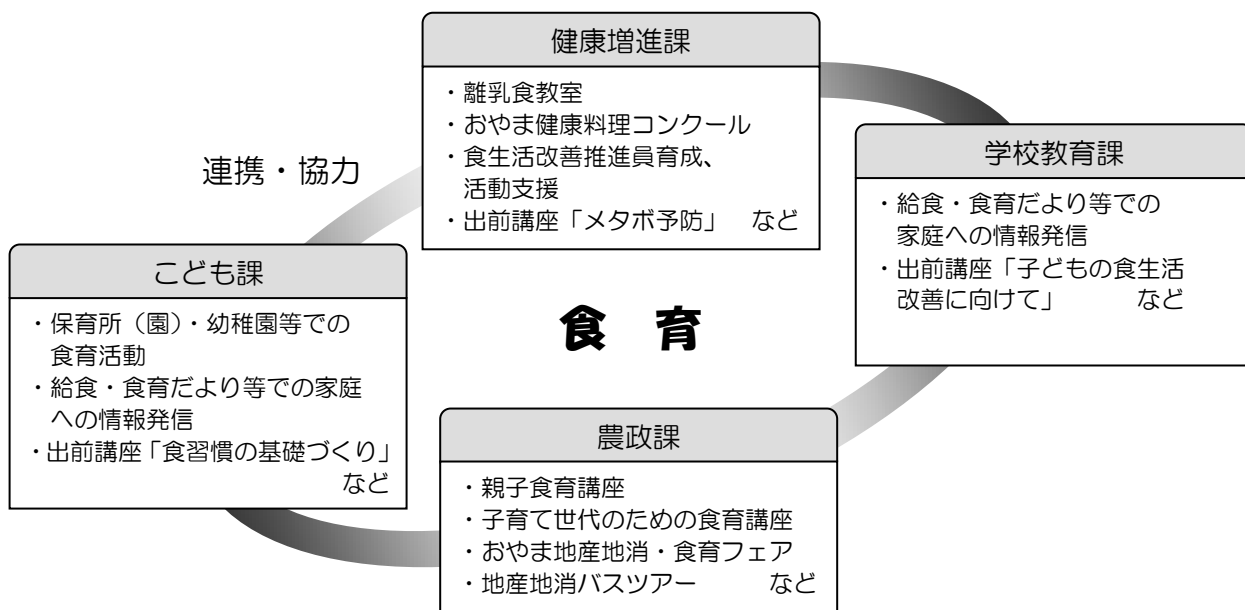
#### ④ 食生活の改善・食育の推進

《乳幼児期から高齢期まで幅広い年代を対象とした各種教室・食育活動を実施し、食生活の改善に取り組んできました。》

朝食の大切さの普及・啓発、肥満・糖尿病・高血圧を中心とする生活習慣病\*予防を目的とした健康教室等を開催してきました。平成17年に施行された食育基本法や平成21年に策定された第2期おやま地産地消食育推進計画が活動の後押しとなり、食への関心が高まり、食育\*の推進がすすみました。

市が育成を行う食生活改善推進委員会\*の支部数も3支部（大谷・間々田・桑支部）から5支部に増え（平成16年度～小山支部、平成19年度～美田支部）、より地域に根ざした活動が展開されています。

庁内には健康増進課・こども課・農政課・学校教育課に管理栄養士が配置されており、それぞれの分野の特性を活かした活動をしています。「おやま健康料理コンクール\*」や「おやま地産地消\*・食育フェア」の実施、学校給食でのおやま健康料理コンクール受賞作品取り入れなど、庁内の管理栄養士が連携をはかり積極的に活動しています。



▼おやま健康料理コンクール審査風景



▼管理栄養士による健康料理教室の様子



3-2 小山市の健康づくりの取り組み

⑤ 健康推進員活動

《「第1次プラン支部活動計画」に基づき、地域ぐるみでの健康づくり活動が展開されてきました》

健康推進員\*は、各自治会から選出され、より身近な地域で市民の生活に着目しながら健康づくりを主体的に進める推進役です。生活圏域ごとに6支部に分かれて、「健康都市おやまプラン21」の計画に従い、支部活動を展開しています。

この10年間に、各地域の健康課題である肥満や糖尿病・各世代を通じての健康づくり、介護予防を中心に活動を継続してきました。その結果、地域の祭りや運動会のような地域独自の活動と密着した健康づくり活動が実践され、各地区の小・中学校と連携し肥満予防や食育\*への取り組みが行われるようになりました。また、絹地区での「あるけあるけシルクロード」のように、地域の取り組みとして根付いた活動が各地で実施されるようになったり、大谷地区のように、健康推進員が主体となって「ミニ健康まつり」を開催し、多くの人を集めて運動実技体験や健康づくりのPR活動を行うなど、地域ぐるみの健康づくり活動が展開されるようになってきました。

また推進員会全体の活動としても、平成19年度に専門委員会として、「広報委員会・研修委員会」が設立され、健康推進員の組織が自主的に運営されるようになってきています。会員同士が話し合い検討しながら、研修会を開催したり、広報誌を自ら工夫して自分達の活動内容をわかりやすくPRするなどの活動を展開しています。

評価項目	基準値	平成19年度	平成22年度	目標値	評価
1) 健康推進員主催の健康教室の参加者が増える(事業実績)	—	5,016人	8,528人	7,000人	A
2) 健康推進員の活動が楽しいと感じる推進員の数が増える(任期最終時健康推進員アンケートより)	—	77.6%	90.1%	85.0%	A

※評価の基準についてはP23を参照

【10年間の活動の主な経緯】

年度	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24
主な取り組み		健康都市おやまプラン21が完成 【各支部のプランに基づいた活動が始まる】	各支部で座談会などのミニ集会在 活発化【地域の健康問題について 考え、自分達で計画化】	各支部の地域での活動が活発化	自主活動が定着する	推進員会に専門部会(研修委員会・ 広報委員会)が出来、企画運営の 自主活動が定着する	介護予防活動がいきいきふれあい センターを中心に本格化	女性がん検診受診勧奨が広がる 【ピンクリボンキャンペーン 定着】	学校での啓発活動や子育て支援 など地域の特色を考えた活動が 定着	10年間の各支部の活動の評価を 行う	第2次プランの計画立案

## ⑥ 健康都市おやまプラン2 1 健康推進サポーターの会

《ヘルスプロモーションの考え方を広めるため誕生した、「健康都市おやまプラン2 1 健康推進サポーターの会\*」の活動により、「つながる」を基にした健康づくり活動が進みました》

- (1) 「健康づくりマスコットキャラクター Pちゃん\*」をツールとして様々な場所・組織とつながって、プランの考え方をPRしています。



ぶんべつくとコラボ



シニア元気あっぴ塾 Pちゃん



食生活改善推進員 Pちゃん



赤ちゃんの駅Pちゃん



オレンジリボンPちゃん

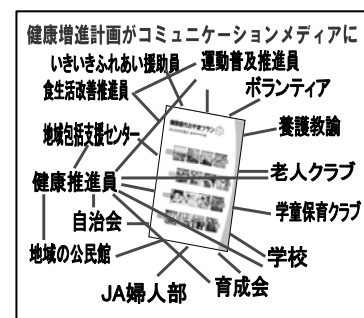


フッ素塗布\*Pちゃん

- (2) 各課行政協力員とともに運営していますが、文化振興課協力員のアイデアで、文化振興講演会において、「健康づくりと文化交流」をテーマに講演会を行い、文化活動も健康づくりの一環であるというヘルスプロモーション\*の考え方を啓発することができました。



- (3) 市民フォーラムをとおり、市民にヘルスプロモーションの啓発をするとともに、シンポジウムで健康づくり団体の連携の機会を作ったり、健康フェスティバルでサポーターの会が中心に、同時開催4会場イベントのスタンプラリーを実施するなど、人と人、団体と団体など新たなつながり・健康づくりに取り組んでいます。



## 4-1 評価の目的

平成15年3月に第1次プランを策定して以降、10年にわたって、本プランに基づき各種施策や事業を展開し、市民の健康づくりに取り組んできました。

各目標項目の指標の変化や、現状値等を基に、市民の生活習慣及び健康に関する現状を客観的に捉え、これまでの各種取り組みや事業内容を含めた本プランの最終評価を行います。これにより、市民の一層の健康保持・増進に向け、その結果を平成25年度以降を計画期間とする第2次プランに反映させていくことを目的としています。

## 4-2 評価の方法

本プランで設定した評価指標及び関連指標の達成状況を、次の5段階で評価を行います。

【 A：目標に達した B：改善傾向 C：現状維持 D：悪化傾向 E：評価困難 】

評価にあたっての基礎データは次のとおりです。

- ① 市民の暮らしと健康に関する基礎調査 [平成24年2月実施]
  - ・15～79歳までの市民へのアンケート（郵送方式）  
対象6,800人（回収率48.2%）。
- ② 乳幼児健診対象者アンケート調査 [平成23年12月～24年2月実施]
  - ・乳児、9か月、1歳6か月、3歳児健診対象 約1,000人  
に問診票とともに郵送し、健診時に回収（回収率70.3%）
- ③ 健康推進員\*から見た小山の健康づくりのまとめ [平成23年度中実施]
  - ・健康推進員（各自治会263名）の意見集約「～10年前と今～」
- ④ 事業実績（行政20課80事業の振り返り）

## 4-3 評価の結果

48項目のうち「A：目標に達した」と「B：改善傾向」を合わせ、全体の約7割で一定の改善が見られた。「A：目標に達した」の主なものとしては、母子保健、歯の健康、高齢者の健康づくり、ボランティアやコミュニティ活動\*等の生きがいづくりが挙げられます。

※第1次プラン評価結果については、資料編「1 第1次プラン評価結果概要」を参照。

評価区分	該当項目数（割合）
A：目標に達した	20項目（41.7%）
B：改善傾向	14項目（29.2%）
C：現状維持	7項目（14.6%）
D：悪化傾向	0項目（0.0%）
E：評価困難	7項目（14.6%）
合計	48項目（100.0%）

## 4-4 第2次プランに向けた課題のまとめ

本市の健康に関する現状やアンケート結果、第1次プランの取り組みの評価結果とともに、それらを基に検討を行った「第2次健康都市おやまプラン2.1検討部会」等の意見や国の「健康日本21\*（第2次）」の基本的な方向を踏まえながら、第2次プランに向けた課題について整理します。

### 1) ゆとりと責任のある、妊娠・出産・育児をしよう

#### ■ 安全・安心な妊娠・出産の確保

- 妊娠届が遅い妊婦や妊婦健診を受けていない人もいるため、妊娠前から妊娠届や妊婦健診等に関する情報や正しい知識の普及啓発が必要です。
- 妊婦自ら健康づくり（栄養、運動、休養）を実践していく必要があります。

#### ■ 子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減

- 核家族化等により、保護者自身が孤立していることや、他人と人間関係を築くことが苦手でサービス利用につながらないケースがあることから、育児不安を解消するため、子育て中の親子が交流や情報交換、仲間づくりができる場や個別支援の充実が必要です。
- 児童虐待に関する市民の意識は高まっていますが、引き続き未然防止などの取り組みが必要です。

#### ■ 子どもの頃からの健康な生活習慣づくりの推進

- より良い生活習慣・生活リズム（食生活・栄養、運動、早寝・早起き）を身につけ、小児期からの生活習慣病\*予防に関する啓発を進めていく必要があります。（朝食の欠食や孤食、睡眠不足、肥満の防止）
- 定期健診等により、子どもの障がいや早期発見・支援を行うとともに、心身や発達に障がいを持つ児と保護者への適切な支援を充実させていく必要があります。
- むし歯予防の啓発、口腔衛生意識の向上を図る必要があります。

## 2) 生涯を通じてこころとからだの健康づくりに取り組もう

### ■ 特定健康診査・特定保健指導・がん検診の実施率の向上

- 市民自ら健康に関する意識や関心を高め、かかりつけ医\*を持つことや、定期的に健康診断を受診するように普及啓発を図る必要があります。
- がんや糖尿病等の生活習慣病\*の早期発見・早期治療に結びつけるため、がん検診の受診率や特定健康診査・特定保健指導\*の実施率の向上を図る必要があります。

### ■ 生活習慣病の発症予防と重症化予防対策の実践

- 市民自らが生活習慣病（がん、糖尿病、脳卒中、心臓病、COPD\*）の発症予防と重症化予防の取り組みを実践していく必要があります。
- メタボリックシンドローム\*該当者及び予備軍の減少を図るため、生活習慣の改善につながる食生活や運動など、健康的な生活習慣の定着とともに、継続的な治療を勧めていく必要があります。
- 家庭・地域や職域と連携した生活習慣改善に取り組む必要があります。

### ■ 食生活や運動など生活習慣の改善対策の実践

- 市民自らがより良い生活習慣（栄養、運動、休養）を実践していく必要があります。
- 毎日の食生活や運動習慣の定着により、適正体重の維持（肥満、やせの防止）を図るとともに、野菜の摂取や減塩、食育\*、地産地消\*を推進していく必要があります。
- 妊婦や未成年者の喫煙・飲酒の防止、受動喫煙\*の防止を進めていく必要があります。

### ■ 歯の喪失防止と口腔機能\*の維持向上の推進

- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受け、むし歯・歯周病を予防していく必要があります。
- 子どもから高齢者、障がい者までを包括した歯科保健体制を整備する必要があります。
- 8020運動\*をさらに定着させて、生涯自分の歯を保てるようにむし歯予防の啓発、口腔衛生意識の向上を図る必要があります。

### 3) 自分を大切に生きがいを持つ

#### ■ 思春期保健対策の強化と健康教育の推進

- 子どもの頃から様々な体験を通して、命の大切さや思いやり、自尊心を育む子育てが必要です。
- 思春期の自殺の防止を含む、子どものメンタルヘルス\*対策が必要です。
- 親と子の信頼関係づくり、友人や地域とのコミュニケーションを広めていく必要があります。

#### ■ こころの健康づくりの推進

- どの世代にあっても生きがいを持って暮らせるよう、生涯学習やボランティア等の社会参加の機会の充実を図るとともに、友人や仲間づくり、特に地域における男性の社会参加、人とのつながりを強化する必要があります。
- 十分な睡眠や休養をとり、心身のリフレッシュが図れるよう、家庭や職域が連携する必要があります。
- うつ病や働く世代のストレスなどに対するメンタルヘルス対策が必要です。
- 健康や不安に関して気軽に専門的な支援や相談を受けられる体制づくりが必要です。

#### ■ 高齢者の社会参加の促進

- 要介護状態\*に陥らないように、市民一人ひとりが健康づくりや体力づくり、介護予防に取り組む必要があります。
- 高齢者の介護予防や閉じこもり予防のため、身近に集まれる場とボランティア等や、移動手段を確保する必要があります。
- 介護予防活動を継続的に発展させるためには、人材育成や関係機関のネットワークの強化を図る必要があります。
- 介護が必要となった場合も生活の質の維持・向上が図れるよう、適切な介護サービスを提供していく必要があります。

## 4-4 第2次プランに向けた課題のまとめ

## 4) 人との交流を大切に、共に生きよう

## ■ 地域のつながりの強化

- 隣近所とのつきあいや自治会・老人クラブ等への加入促進など、身近な地域で気軽に参加できる場、人と人のつながりを大切にした地域の絆、コミュニティ\*づくりが必要です。
- いきいきふれあい事業などの健康づくりの拠点整備とともに、そこを活用する人材などソフト面の整備が必要です。
- 子どもから高齢者まで異なる世代がふれあい・交流できる機会、居場所づくりが必要です。
- 地域活動に参加しやすい工夫やきっかけづくり、地域の活動を支える人材育成が必要です。

## ■ 地域活動やボランティア活動の推進

- ボランティアのニーズが多様化していることから、利用者と登録者を結びつけるボランティアコーディネーター\*の質を高める必要があります。
- 地域活動やボランティアの人材育成、リーダー育成を行い、次の世代につなげていく必要があります。
- 地区社会福祉協議会\*未設置地区においては、地域住民や関係団体との協議を進めながら、高齢者の見守りなど、地域における福祉の体制づくりが必要です。

## ■ 健康づくりや社会参加のためのアクセスの改善

- 高齢者や障がい者など、誰もが外出しやすい、社会参加がしやすい機会や環境づくりが必要です。
- バリアフリー\*やユニバーサルデザイン\*の考え方に基づいた、道路や公園、公共施設等の整備やまちづくりを進めていく必要があります。
- コミュニティバス\*やデマンドバス\*の利用方法の周知、乗り継ぎ拠点の整備など、利便性の向上と利用促進を図る必要があります。



## 5) 自分たちのまちを愛して暮らせる環境をつくろう

### ■ 健康づくりから医療・介護までの体制整備

- 安心して受診できる新市民病院の整備とともに、緑の健康づくりの森\*において、健康づくりから医療・介護に至るまでのトータルサポート体制づくりが必要です。
- 救急医療が適切に利用されるよう、市民への周知啓発を行っていく必要があります。
- 医療機関の役割分担を明確にし、安心して救急医療を提供できる体制を整備する必要があります。
- 安心して医療が受けられるようかかりつけ医\*（医科・歯科・薬局）をもつよう啓発が必要です。

### ■ 健康づくりや運動をしやすい環境づくりの推進

- 子どもから高齢者まで、健康づくりや生涯スポーツを推進するとともに、身近で気軽に利用できる公園や運動施設を整備する必要があります。

### ■ 魅力ある健康都市おやまに向けた健康づくり運動の推進

- 「第1次プラン」を市民に広く啓発し、ヘルスプロモーション\*の考えに基づく健康づくり運動の取り組みを推進していく必要があります。
- 市の健康づくり事業に参加してもらうための工夫や、市民と行政の協働\*のまちづくりを推進していく取り組みが必要です。



ちょっとぼっちゃりしている  
小山家の健ちゃん。  
Pちゃんの応援のもと、健康  
づくりに励んでいます。

## 第2編 第2次プランの推進と今後の施策展開について

第1章 第2次プランの基本的な方向

第2章 第2次プランのめざす姿と目標

第3章 各分野における目標設定と取り組み

第4章 取り組みの進行管理と評価

## 1-1 健康づくりの新しい考え方〔健康日本21（第2次）の概要〕

国が、平成24年7月に示した「健康日本21\*（第2次）」の基本方針では、10年後の目指すべき姿を「全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会」とし、「①健康寿命\*の延伸と健康格差\*の縮小」「②生活習慣病\*の発症予防と重症化予防の徹底」「③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」「④健康を支え、守るための社会環境の整備」「⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善」の5つの基本的な方向が掲げられています。

これらの基本的な方向は、個人の生活習慣の改善及び個人を取り巻く社会環境の改善を通じて、生活習慣病の発症予防・重症化予防を図るとともに、社会生活機能低下の低減による生活の質の向上を図り、また、健康のための資源へのアクセスの改善と社会参加の機会の増加による社会環境の質の向上を図り、結果として健康寿命の延伸・健康格差の縮小を実現するものです。

### ■ 健康日本21（第2次）の基本的な方向性

#### ① 健康寿命\*の延伸と健康格差\*の縮小

- ・生活習慣の改善や社会環境の整備によって達成すべき最終的な目標
- ・生活習慣病\*の総合的な推進を図り、医療や介護など様々な分野における支援等の取り組みを進める

#### ② 生活習慣病\*の発症予防と重症化予防の徹底（NCD（非感染性疾患）\*の予防）

- ・がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）\*に対処するため、一次予防\*・重症化予防に重点を置いた対策を推進
- ・適切な食事、適度な運動、禁煙など健康に有益な行動変容の促進や社会環境の整備のほか、医療連携体制の推進、特定健康診査・特定保健指導の実施等に取り組む

#### ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

- ・自立した日常生活を営むことを目指し、ライフステージに応じ、「こころの健康」「次世代の健康」「高齢者の健康」を推進
- ・メンタルヘルス対策の充実、妊婦や子どもの健やかな健康増進に向けた取り組み、介護予防・支援等を推進

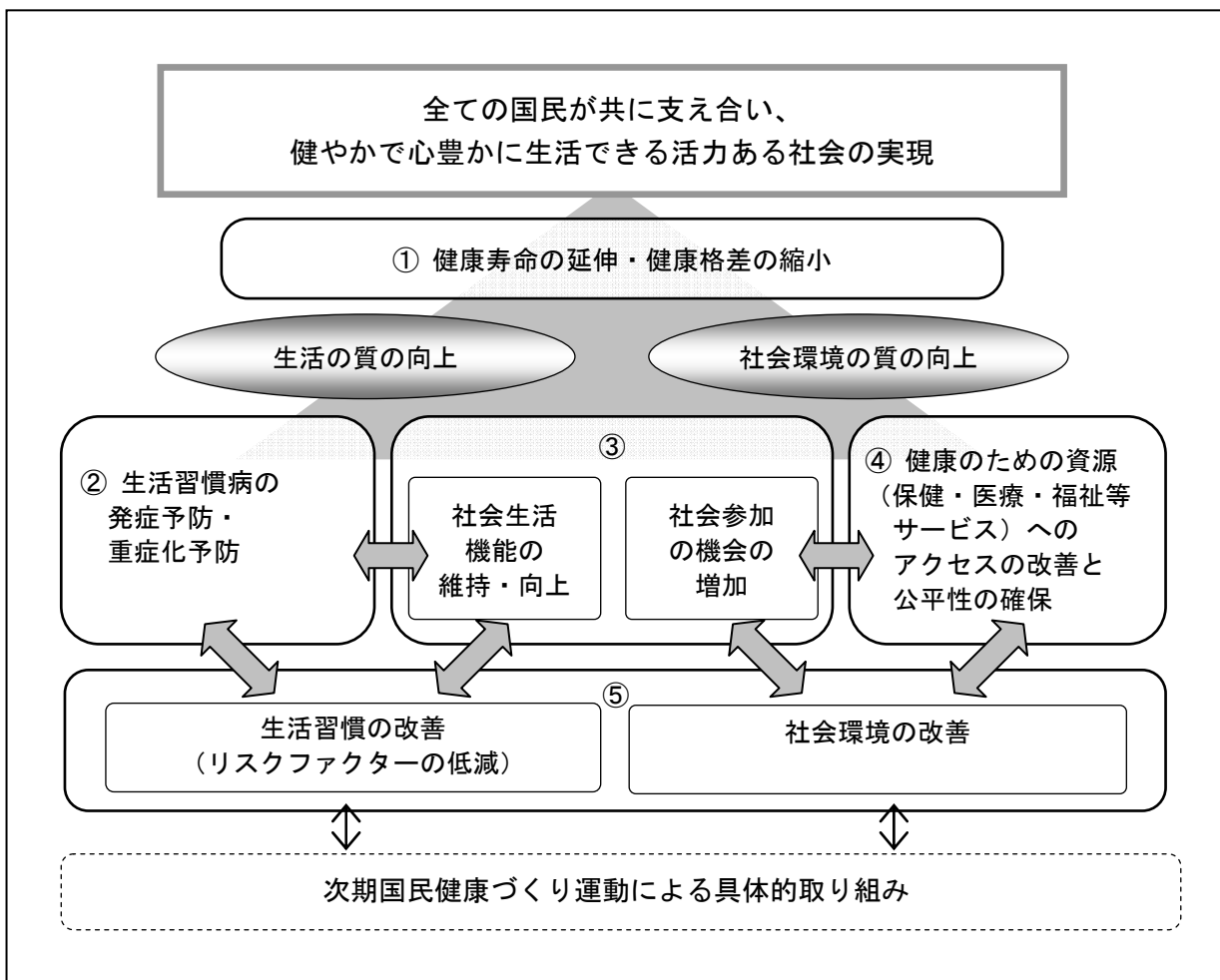
#### ④ 健康を支え、守るための社会環境の整備

- ・時間的・精神的にゆとりある生活の確保が困難な者も含め、社会全体が相互に支え合いながら健康を守る環境を整備
- ・健康づくりに自発的に取り組む企業等の活動に対する情報提供や、当該取り組みの評価等を推進

#### ⑤ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び社会環境の改善

- ・上記①～④を実現するため、各生活習慣を改善するとともに、対象者ごとの特性、健康課題等を十分に把握

## ■ 健康日本21（第2次）の概念図



## ■ 健康日本21（第2次）における具体的な目標（一部）

目標項目	目 標
○ 75歳未満のがんの年齢調整死亡率*の減少	・ 10万人当たり：73.9
○ がん検診受診率の向上	・ 50%（胃がん、肺がん、大腸がんは当面40%）
○ メタボリックシンドローム*の該当者及び予備群の減少	・ 平成20年度と比べて25%減少
○ COPD*（慢性閉塞性肺疾患）の認知度の向上	・ 80%
○ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）*の認知度	・ 80%
○ 地域のつながりの強化（居住地域でお互いに助け合っていると思う割合）	・ 65%
○ 日常生活における歩数の増加	・ 男性9,000歩、女性8,500歩
○ 80歳で20本以上の歯を有する者の割合	・ 50%

## 1-2 第2次プランの基本的な考え方

ここでは、第2次プランを推進するうえで基本となる、本市の健康づくりの考え方について述べていきます。

### めざすは「豊かな人生」

～第1次プランから継承された「ヘルスプロモーション\*」の概念～

#### 健康づくりの目的

健康づくりは単に病気を予防することではありません。健康づくりの目的は「病気にならないように」するだけでなく、自分の障がいや持病と上手に付き合いながら、自分がやりたいことを続けられるように、一人ひとりの生きがいのある「豊かな人生」をめざすことです。

どんな健康状態にある人でも

自分自身の健康についての考えを「見つけ」  
その実現に向けて自分の生き方を「設計」し  
あらゆる資源を「選択」して  
自ら「実現」していくこと

これが「健康都市おやま」のめざしている「豊かな人生」です。

#### 健康を支援する環境づくり

「豊かな人生」をめざした健康づくりでは、確かに個人が主役ですが、個人だけでは健康を実現することはできません。健康に大きく影響する生活様式や生活環境に目を向けながら、一人ひとりが主体的に自分の健康を推進できる環境を地域で作っていくことが重要です。

健康づくり部門だけでできることは限られているので、他の部門や関係機関と協力し、個人・家庭はもちろんのこと、地域、学校、企業・職場、各種関係団体、行政がともに連携・協力して、健康づくり運動を推進することが大切です。

#### 従来の健康づくり



#### ヘルスプロモーションのめざすもの



## より豊かな地域をつくる「お互いさま」と言い合えるまち

## ～ソーシャル・キャピタルの醸成～

## 現代社会の健康課題

今日の社会では個人主義が強くなり、さらに人間関係の希薄化を背景として、子どもの心の問題、児童虐待、思春期の性の問題、急増する低所得者に集積する健康問題、自殺者の増加、高齢者の孤独死・無縁死、高齢者虐待など様々な問題が浮き彫りになっています。

これらの多くの健康課題の根底にある脆弱な家族・地域の絆や関係性をもう一度強めていく取り組みを行うことが、根本的な健康課題の解決につながると考えられます。

## ソーシャル・キャピタル

- ・住んでいる人同士が、お互いに信頼し合っている（信頼）
- ・住んでいる人が、お互いに助け合える（互酬性規範）
- ・住んでいる人同士が、交流する場や機会が豊富にある（ネットワーク）

このように、信頼感や規範の有無、ネットワークの存在など、人と人の関係を支え、協調行動を可能にしているものを総合してソーシャル・キャピタルと呼んでいます。

健康日本21\*（第2次）においても、健康づくりを推進するうえで、新しい地域社会のあり方が問われ、このソーシャル・キャピタルの重要性が強調されています。

## ソーシャル・キャピタルが強い地域づくり

第2次プランの推進では、引き続き「市民による主体的・組織的な健康づくり」を大切にし、さらに「ソーシャル・キャピタルの醸成」という視点を取り入れて、地域で健康づくり活動を展開することが重要です。

小山市は、もともと市民活動が非常に活発であるという歴史と風土を持っています。その強みを大切にしつつ、さらなるソーシャル・キャピタルの醸成を意識した活動をしていくことこそ、皆が安心して住める、人々の絆が強い健康なまちを創ることにつながります。

## 参考)健康づくりの基本的な考え方

- ウィンスロウ (C. E. A. Winslow, 1949) による公衆衛生の定義：「公衆衛生は、共同社会の組織的な努力を通じ、疾病を予防し、寿命を延長し、身体的・精神的健康と能率の増進を図る科学・技術である」
- ヘルスプロモーションの定義 (1986年世界保健機関のオタワ憲章)：「ヘルスプロモーションとは人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである。」と定義され、「健康は毎日の生活のための資源であって、それ自体が人生の目的なのではない。」と明記されている。
- ソーシャル・キャピタル：社会関係資本とも和訳されている。地域の人脈や人的資源。アメリカの政治学者のPutnamは「人々の信頼、規範、ネットワークなどの社会組織の特徴で、互いの利益のために調整や協力を促進するもの」と表現している。

## 2-1 第2次プランにおける基本理念

第1次プランでは、“健康づくりはひとづくりと環境づくりである”を計画策定の基本的な考え方とし、ヘルスプロモーション\*の理念のもと、市民一人ひとりが健康的な生活を送れるよう支援するとともに、健康づくりのための環境を整えることにより、すべての市民の生活の質(QOL)\*の向上に取り組んできました。

第2次プランにおいても、第1次プランで掲げた基本理念や全体テーマは継承しつつ、「健康日本21\*（第2次）」の新しい考え方などを踏まえ、関連計画との整合を図りながら、すべての市民が豊かな人生を送れるよう、「健康都市おやま」の実現に取り組んでいきます。

### 【基本理念】

ひともまちも元気な「健康都市おやま」をめざして

### 「健康都市おやま」シンボルマーク



大きく胸を張り  
全身で元気・健康を表し、  
健康の輪が広がっていくことを  
表現しています。

## 2-2 めざす小山市像

第2次プランにおける「健康づくり」は、単に病気を予防することではなく、年齢や性別、病気や障がいの有無にかかわらず、どんな健康状態にある人でも、生きがいのある「豊かな人生」をめざすことであり、その達成に向け、個人・家庭や地域、学校、企業・職場、各種関係団体、行政がともに連携・協力し、さらには「ソーシャル・キャピタルの醸成」という視点を取り入れて、健康づくり活動を推進していきます。

また、第1次プランにおける“わがふるさとをいつまでも愛して、住み続けたいと思えるまちにしたい”との想いを引き継ぐとともに、「健康日本21\*（第2次）」の最終的な目標である「健康寿命\*の延伸と健康格差\*の縮小」についても総合的に推進していくことを念頭に、計画の全体テーマを設定します。

## 【全体テーマ】

ふるさとおやまを愛して暮らし

みんなが健やかな人生を送れるまち

～ いつまでも元気でいきいきと暮らすために（健康寿命を伸ばそう）～

小山市の健康づくりマスコットキャラクター <sup>びー</sup> Pちゃん



“Pちゃん” って？

小山市民みんながハッピーのP  
「健康都市おやまプラン21」のP  
そのプラン21を多くの人に  
ピーアールのP

この3つが名前の由来です。

Pちゃんは、「健康都市おやまプラン21」  
を推進するために設立された  
「健康推進サポーターの会\*」が作成しました。



## 2-3 基本方針

計画の理念と全体テーマのもと、「健康都市おやま」を実現するための5つの基本方針を定めます。

### 1 ゆとりと責任のある、妊娠・出産・育児をしよう

安心して妊娠・出産ができる、子育てがしやすい環境整備とともに、妊婦や乳幼児の健やかな成長を支えるための取り組みを推進します。

ゆとりと責任を持って子育てができるよう、家庭や地域の中で互いに支え合いながら、親と子どもと一緒に成長できるまちづくりを推進します。

子どもの頃から、規則正しい生活習慣を身につけ、子どもの健やかな成長を支え、次代を担う子どもたちの生きる力を育む取り組みを推進します。

### 2 生涯を通じた健康づくりに取り組もう

子どもから高齢者まで、それぞれのライフステージ\*において、健康に関する正しい知識やかかりつけ医\*の普及啓発、健康診査・がん検診等の受診率の向上に努め、生活習慣病\*などの疾患の発症予防や重症化予防の取り組みを推進します。

自分の健康状態を知るとともに、日常生活の中で、望ましい食生活や適度な運動など、生活習慣の改善に関する働きかけを推進し、生涯を通じて健康で豊かな人生を送ることができる、元気に生きるための健康づくりを推進します。

疾病予防の観点から、歯周病やむし歯の予防をはじめとし、生涯にわたり自分の歯を保てるように、口腔機能\*の維持向上の取り組みを推進します。

### 3 自分を大切に生きがいを持って、健やかに暮らそう

子どもの頃から生涯を通じて命の大切さを学び、体験しながら、互いに相手を尊重し合い、命の尊さや人と人とのつながり、絆を育み、自分を大切にできることと体づくりを目指します。

からだの健康を守るとともに、「こころの健康」を保てるよう、日常的に十分な睡眠をとり、余暇等で体や心の休養をとりいれられるよう、自殺防止やメンタルヘルス\*対策の取り組みを推進します。

生涯にわたり、いろいろな世代が学べ、みんながいきいきと元気に仲間とともに、生涯現役で過ごし、すべての人が生きがいを持って暮らせるまちづくりを推進します。

## 4 人との交流を大切に、共に生きよう

誰もが気軽に集まることができる身近な居場所づくりや異世代交流、近所づきあいなど、人と人とのつながりやふれあい、地域のつながりの強化に向けた取り組みを推進します。

社会全体で、健康を支え、守るための健康づくりや総合的な取り組みを進めるため、ボランティア活動など、地域で支え合い、助け合う、地域福祉のまちづくりを推進します。

医療や健康づくりの施設等の資源にアクセスしやすい環境を確保するとともに、誰もが気軽に出かけることができるよう、高齢者や障がい者のバリアフリー\*から、すべての人に優しいユニバーサルデザイン\*のまちづくりを推進します。

## 5 自分たちのまちで、健康に暮らせる環境をつくろう

さまざまな健康レベルの人々すべてが健やかに、安心して暮らせるよう、健康づくり・保健・医療・介護等の環境整備に向け、施設や人材、取り組み等のハード面及びソフト面の充実を総合的に推進します。

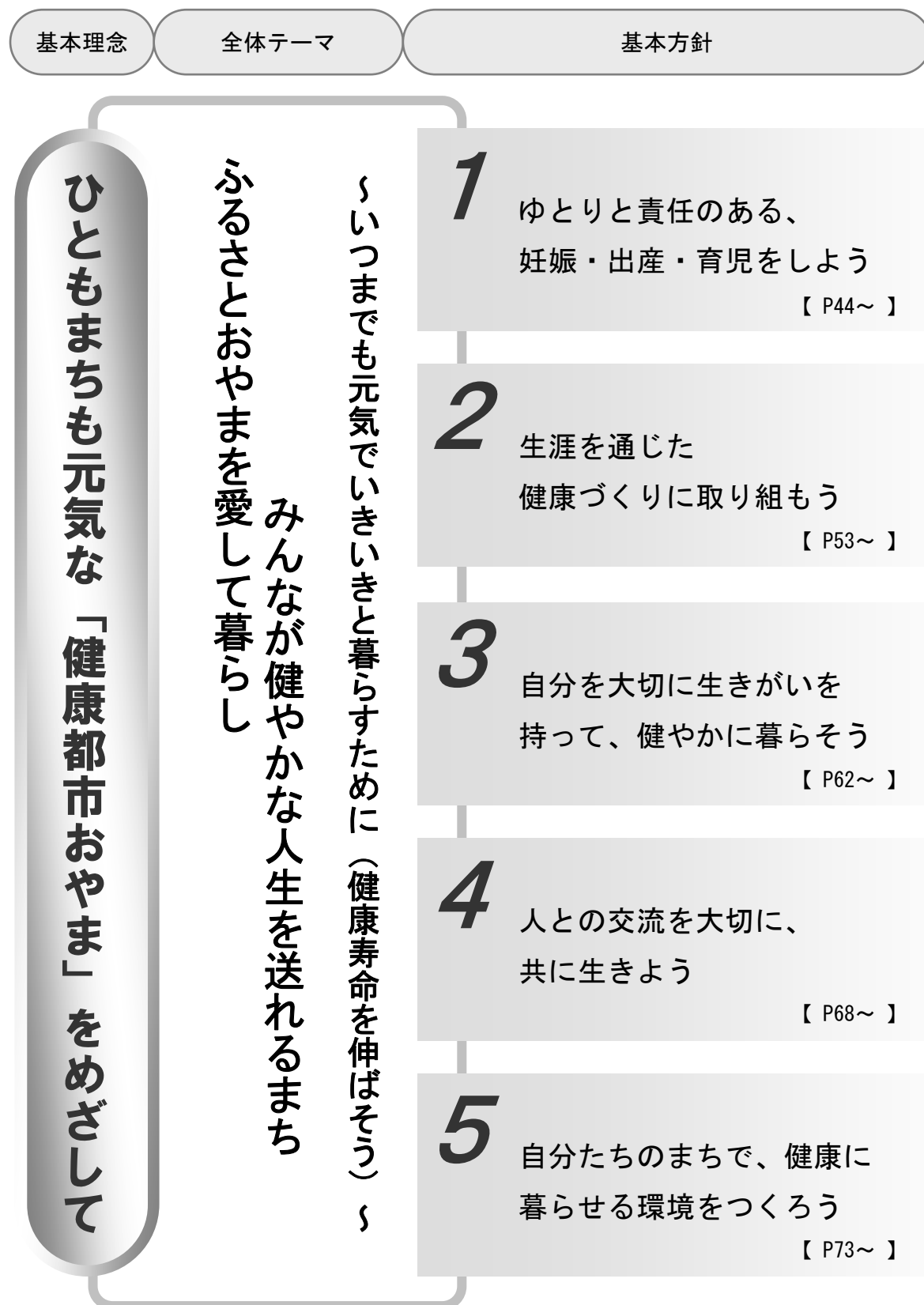
介護予防や健康づくりの運動を広く普及啓発を図るとともに、身近で運動やスポーツがしやすい環境づくり、運動習慣の定着に向け、楽しく実践しやすい環境整備を推進します。

市民が、ふるさと小山に愛着や誇りを持ち、いきいきと元気に、心豊かに生活できる環境の整備により、住みたい・住み続けたいと思われるまちづくりを推進します。



## 2-4 目標の体系図

第2次プランがめざす姿と、その実現に向けた施策体系について整理します。



## 行動目標

- 1-1 安心して妊娠・出産ができるようにしよう
- 1-2 支えあい（愛）ながら、心のゆとりを持って楽しく子育てをしよう
- 1-3 小さい頃から、規則正しい生活習慣を身につけ、健やかな成長を支えよう

- 2-1 定期的に健康診断・検診を受けよう
- 2-2 生活習慣病の発症予防・重症化予防に取り組もう
- 2-3 すべてのライフステージでより良い食習慣を身につけよう
- 2-4 生涯にわたり自分の歯を保てるようにしよう

- 3-1 生涯を通じて、命の大切さを学ぶ機会とところをつくろう
- 3-2 人と人とのつながりで、こころを元気にしよう
- 3-3 生涯現役を目指し、仲間と共によりいきいき元気に暮らそう

- 4-1 身近な活動に参加しながら、仲間づくりをしよう
- 4-2 地域の交流を広げながら、手をつなぎ、支え合おう
- 4-3 誰もが安心して出かけられるようにしよう

- 5-1 安心して保健・医療・介護を受けられる環境の整備を進めよう
- 5-2 健康づくりを広め、楽しく実践できる環境を整備しよう
- 5-3 ふるさとおやまを愛し、みんなでつながって健康づくりに取り組もう

## 3-1 重点的な取り組み

第2次プランでは、子どもから高齢者までの全ての市民が、いつまでも元気でいきいきと暮らすために、健康寿命\*の延伸と健康格差\*の縮小を目指して、2つの重点的取り組み事項を掲げ、ライフステージ\*ごとに設定した施策事業に取り組んでいきます。

### I 「子育ての不安の軽減と子どもの健やかな成長発達支援」を重点に

核家族化や少子化、晩婚化、都市化に伴う地域のつながりの希薄さや児童虐待の増加などにより、社会的に子育て支援の必要性が唱えられるようになり、小山市でも保護者の子育てを後押しする視点に立った様々な子育て支援サービスが充実しつつあります。

しかしその一方で、妊婦健診未受診や保護者が心理面・家庭面の不安定さを抱えながら妊娠・育児期を過ごしている家庭は増加傾向であり、保護者の心身の状況が子どもの心身の成長に大きく影響しています。また、子どもが集団生活をする中で発達障がい傾向のある子どもの数も増加傾向にあるといわれており、一見わかりにくい発達のな特徴に保護者がとまどうことも少なくありません。発育発達過程の中で、支援が必要な子どもについては、保護者の気持ちに寄り添いながら関わる事が求められています。

小山市ではこのような状況をふまえ、次代の「健康都市おやま」を築いていく子どもたちが、それぞれの個性を大切にしながら成長できるよう、保護者との関係性を重視し、「子育ての不安の軽減と子どもの健やかな成長発達支援」に重点をおいた取り組みを行っていきます。

#### ① 相談支援体制の充実

未熟児等新生児期に医療を要した子どもへの支援は、平成24年度まで県事業でしたが、25年度からは市民にとって身近な市で実施することになりました。乳児家庭全戸訪問事業と併せて実施することで、乳児期早期からの相談体制のさらなる強化を図ります。更に養育に支援が必要な家庭については、決め細やかな個別支援ができるよう、児童福祉等関係部署と連携した体制の充実に努めていきます。各種健診等では保護者が自信をもって楽しく育児ができるよう、育児支援に重点をおいた発育発達相談に努めていきます。

#### ② 健診受診率の向上

乳幼児健診等の受診率はいずれも95%を超えており、高い受診率となっています。妊婦健診については、健診費用の助成回数が14回となり、大幅な費用負担の軽減につながっています。しかし、乳幼児健診や妊婦健診未受診者の中には、様々な養育上の問題を抱えた家庭が潜在化している可能性があることから、受診の必要性等について伝えながら、適切な健診受診を勧める等、未受診対策を強化していきます。

#### ③ 子育て世代の仲間づくり

子育て支援サービスの充実により、子育て中の親子が集える場所はこの10年で増加し、母親だけでなく、父親同士の交流の場もできるようになりました。今後は参加者同士が関係を深め支えあえるよう、仲間づくりを意識した子育てひろば等の実施に取り組みます。また、未熟児や発達支援が必要な子どもをもつ保護者が孤立しないよう、親同士の仲間づくりにも取り組んでいきます。

## ライフステージごとの取り組み

### ① 相談支援体制の充実

ライフステージ	取り組みの内容
乳幼児期	新たに未熟児訪問を実施し、乳児期早期の相談体制を充実します。各種健診において保護者の悩みが解決できるよう、相談に応じていきます。子育て教室を通じて、育児不安感負担感の軽減に努めます。
学童～思春期	5歳児健康相談事業や就学児健診等を通じて、その子に適した就学を支援します。また、母子保健と学校保健が連携し、思春期の健康問題について協働*で取り組んでいきます。
妊娠～出産期 (青年期)	産婦人科と連携し、妊娠・出産に不安のある方への家庭訪問に力を入れます。

### ② 健診受診率の向上

ライフステージ	取り組みの内容
乳幼児期	家庭訪問や関係機関との連携により、未受診児の状況把握に努め、適切な受診勧奨を行います。また、外国人の方が受診しやすいよう、外国語版の通知・問診票を作成します。
学童～思春期	小児生活習慣病予防検診(中学校)等の事後指導に取り組むことにより、生涯にわたるよりよい生活習慣づくりの基礎形成や心身の理解と自己の健康増進に取り組めるよう支援します。
妊娠～出産期 (青年期)	妊娠初期の母子手帳の交付及び妊婦健診の必要性についての周知を強化します。産婦人科との連携及びデータ管理システムを利用し、妊婦健診未受診の方への健診受診勧奨を行います。

### ③ 子育て世代の仲間づくり

ライフステージ	取り組みの内容
乳幼児期	未熟児や発達支援が必要な子どもをもつ保護者の交流の機会をもち、仲間づくりに取り組みます。また、身近な地域で集える場(子育てひろば・地域子育て支援センター等)の充実を図っていきます。
学童～思春期	学校や地域・団体等の様々な機会を活用して、家庭教育支援体制の充実を図り、青少年の健全育成に取り組んでいきます。
妊娠～出産期 (青年期)	マタニティクラスでプレママ・プレパパ同士の仲間づくりに取り組みます。他の機会でも、プレママが子育て中の保護者と交流できる場づくりを検討していきます。

## Ⅱ 「生活習慣病対策」を重点に

生活習慣病\*の予防には、個人の行動変容による生活習慣の改善に加えて、個人を取り巻く社会・生活環境の改善が大きく影響します。また、子どもの頃からの望ましい生活習慣、特に食習慣の確立が後々の生活習慣の基礎となるため、すべてのライフステージ\*において取り組んでいくことが重要です。

「第2次プラン」では、子どもの頃からの個々人の生活習慣改善と同時に、社会・生活環境改善にも目を向けて、生活習慣病対策を押し進めていきます。

特に健康づくり資源にアクセスしやすい世代だけでなく、生活習慣病予備群や若い世代も視野に入れた取り組みを推進し、発症予防・重症化予防を目指し、ひいては健康寿命\*の延伸と健康格差\*の縮小を図っていきます。

この生活習慣病対策の推進にあたっては、以下の3つの項目に特に重点を置き、取り組んでいきます。

### ① 健診・検診受診率向上

当市におけるがん検診の受診率は、10%台と低い状況であることから、がんも含めた生活習慣病の予防のために、より多くの人に健診を受診してもらえるよう、受診の必要性や受診方法の啓発、そして誰もがより健診を受けやすい体制づくりに取り組んでいきます。

### ② メタボリックシンドローム\*対策及び糖尿病対策

糖尿病は心血管疾患のリスクを高め、神経障害・網膜症・腎症などの合併症によって、生活の質や社会経済的活力に多大な影響を及ぼします。また、糖尿病は新規透析導入率の最大の原因疾患であり、最近では、糖尿病と認知症の関係も注目されており、糖尿病及びその合併症を予防していくことは、市民の生活の質を守るためにも、医療費の抑制のためにも重要であることから、食と運動を基本に、職域等とも連携した糖尿病対策を推進します。

### ③ 喫煙対策

たばこは、がんや循環器疾患など多くの疾患、歯周病と関連があり、喫煙者本人だけでなく、受動喫煙により周囲のたばこを吸わない人にも影響を及ぼします。喫煙対策は、防煙・喫煙（分煙）・禁煙支援に分けられます。防煙については、学童・思春期など早い時期に、喫煙が及ぼす健康への影響について健康教育等を実施していきます。また、受動喫煙防止に関する啓発を強化するとともに、たばこをやめたいと思う人に対する禁煙支援の充実を図っていきます。

3-1 重点的な取り組み

ライフステージごとの取り組み

① 健診・検診受診率向上

ライフステージ	取り組みの内容
学童・思春期	学校と連携しながら、子宮頸がん予防ワクチン*の接種の必要性和併せてがん検診の受診の必要性を、保護者・子どもたちに伝えていきます。
青年期	30歳・35歳の市民を対象に特定健診と同項目のヤング健康診査を実施します。35歳以上の国保加入者に対して人間ドック・脳ドック*の助成を行うことで、早い段階から自分の健康状態を把握し、生活習慣病予防につなげます。若い世代でも罹患するがん、特に女性がん検診についても受診の必要性を理解してもらえよう、成人式の間や学校と連携し、がん検診の受診方法や必要性について周知していきます。
壮年期	がん検診については、協会けんぽ等の職域と連携し、働きざかりの世代も受診できるように取り組みます。
高齢期	年に1回は健診を受けてもらうように、近隣のかかりつけ医*からも受診を働きかけてもらうよう、更に連携を図っていきます。

② メタボリックシンドローム\*対策及び糖尿病対策

ライフステージ	取り組みの内容
妊娠期～出産期	産婦人科と連携して生活習慣の改善が必要な妊婦に対し、(妊娠中のやせの問題を含めた) アドバイスを行います。
乳幼児期	保育所・園、幼稚園、小中学校に小山市民元気あっぷ体操*を普及していきます。
学童 思春期	小中学校や地区組織と連携を図りながら、食生活改善・肥満予防対策に取り組みます。
青年期	血糖値の要指導者や予備群の重症化予防に取り組みます。
壮年期	特に40～50代の血糖値が高い者については、早期介入により重症化予防のための個別の保健指導を行います。
高齢期	
	職域と連携し、出前講座を充実させていきます。世代にあった啓発方法を検討していきます。
	市の健診を受診した者に対し、事後指導を充実させていくことで、若い時期からの生活習慣予防対策に取り組みます。 より多くの人々が特定保健指導*を利用できるように内容を充実させていきます。

③ 喫煙対策

ライフステージ	取り組みの内容
妊娠期～出産期	妊娠中の喫煙及び受動喫煙による健康被害について普及啓発を行います。
学童・思春期	小中学校と連携を図りながら、禁煙に関する出前講座を実施していきます。
青年期・壮年期 ・高齢期	喫煙及び受動喫煙による健康被害について普及啓発を行います。禁煙したい人に対し、保健指導を行うとともに、禁煙外来や禁煙補助薬等の情報提供を行います。



## 3-2 事業推進計画

健康づくりを具体的に進めるため、ここでは、行動目標ごとに健康づくりの取り組みについて、それぞれの立場から「個人・家庭でできること」「地域・団体でできること」、そして「行政ができること」という視点から整理するとともに、「事業推進計画」として取り組みの内容と評価指標、主な施策事業などを示しています。

### 1 ゆとりと責任のある、妊娠・出産・育児をしよう

行動目標	1-1 安心して、妊娠・出産ができるようにしよう
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 親になるための心の準備ができるようにしよう</li> <li>● 妊娠中に気をつけることを理解しよう</li> <li>● 妊娠・出産に伴う不安や経済的負担を減らそう</li> </ul>
取り組み	<p>母と子の健康の保持増進とともに、妊娠・出産・育児に関する正しい知識や情報の提供、妊婦や家族との交流、情報交換、仲間づくりの場を提供します。</p> <p>また、妊産婦に係る医療費や健康診査費用の助成、個別に支援が必要な妊産婦への訪問指導など、安心して子どもを産み育てられる環境づくりを進めます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
安心した気持ちで妊娠中が過ごせる人の割合の増加	73.8% (平成23年度アンケート②)	80%
妊娠・出産について満足している者の割合の増加	—	100%
妊婦健診平均受診回数の増加 (妊婦健診受診者データより)	11.1回 (平成22年保健予防)	増加傾向へ
妊娠早期（11週以内）の妊娠の届出率	93.8% (平成22年とちぎの母子保健)	100%
妊産婦死亡者数0の維持	0人 (平成22年県保健統計)	0人

※平成23年度アンケート②：乳幼児健診対象者アンケート調査

#### 【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○夫婦や家族で話し合い、一緒に妊娠・出産について考えていきましょう</li> <li>○妊娠届は早め（11週以内）に提出し、妊婦健診をきちんと受けましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分が知っている妊娠・出産・育児に関する情報を伝えていきましょう</li> </ul>
行政ができること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○妊娠中の健康づくりに関する情報を発信します</li> <li>○妊娠・出産に不安や心配がある方のご相談に応じてサポートします</li> </ul>

## 施策事業

妊娠・出産・育児に関する正しい知識・技術に関する情報の提供や仲間づくりの場を提供します。また、支援が必要な家庭に、専門職が訪問等による支援を行います。

### ■ 妊娠・出産に関する情報提供【健康増進課】

妊娠早期の届出による母子手帳の交付を基本に、妊産婦医療費・健康診査助成制度及び妊娠出産育児に関する母子保健サービス等についての情報提供・周知徹底を図ります。

### ■ マタニティマーク・母性健康管理指導事項連絡カードの普及・啓発【健康増進課】

母子手帳交付時に配布するとともに、より多くの方に知ってもらうよう啓発を行います。

### ■ マタニティクラス（母親学級・家族学級）【健康増進課】

妊娠・出産・育児に必要な知識の習得の場として、また、妊婦や夫・家族の交流・情報交換、仲間づくりの場を提供します。初産対象の教室「はじめての妊娠コース」に加え、経産婦対象の「はじめてのきょうだいクラス」を実施します。

### ■ 妊産婦訪問指導【健康増進課】

心身の状況や家庭環境の問題など個別に支援が必要な妊産婦に対して、早期からの保健師等による訪問や、医療機関など関係機関との連携により支援を行います。

妊娠・出産に伴う経済的負担を軽減します。

### ■ 妊婦健康診査助成制度【健康増進課】

妊婦が健康診査を受けやすいよう、健診に係る費用の一部（14回）を助成します。

### ■ 妊産婦医療費助成制度【こども課】

妊産婦が早期に安心して病院に受診でき、健康の増進が図れるよう、妊娠中の保険診療適用分の医療費を助成します。

### ■ 不妊治療費助成金制度【こども課】

不妊症に係る保険診療適用外の検査費及び診療費の一部を助成します。

### ■ 不育症治療費助成金制度【こども課】

不育症に係る保険診療適用外の検査費及び診療費の一部を助成します。

<b>行動目標</b>	<b>1-2 支えあい(愛)ながら、心のゆとりを持って楽しく子育てをしよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 子どもの個性を大切に、協力しあいながら楽しく育児をしよう</li> <li>● 子育て中の親子が交流を持ち、お互いに情報交換しよう</li> <li>● 子育てに関するサービスを上手に利用しよう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>子どもの成長に喜びを感じながら、自信を持って楽しく育児ができるように、乳児のいる家庭を訪問し、親子の心身の状況に応じた助言や子育て支援サービスに関する情報提供を行います。</p> <p>また、子育て支援相談室等において、子育てに関する総合相談等を行うとともに、子育て教室等において、親子のふれあい交流や情報交換の場を提供し、親同士が互いに支え合う子育てを支援します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
乳児全戸訪問事業の実施率の向上	92.3% (平成22年保健予防)	100%
育児について相談相手のいる母親の割合	87.58% (平成23年度アンケート②)	増加傾向へ
育児に参加する父親の割合の増加	52.1% (平成23年度アンケート②)	60%
子育てに自信がもてる人の割合の増加	70.8% (平成23年度アンケート②)	75%
虐待していると思う親の割合の減少	母 12.6% 父 4.3% (平成23年アンケート②)	母 10% 父 2%

※平成23年度アンケート②：乳幼児健診対象者アンケート調査

【それぞれの立場でできること】

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子育ての情報や行政サービスを活用しましょう</li> <li>○家族で話し合い、助け合いながら子育てをしましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子育て経験者などが子育ての相談等に協力していきましょう</li> <li>○子育て中の人に声をかけて、子育てを支えていきましょう</li> </ul>
<b>行政ができること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域で子育てを見守る人材の育成を行います</li> <li>○子育て相談の場の充実を図り、支援のネットワークづくりを進めます</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

## 施策事業

自信をもって楽しく子育てができるよう、専門職が相談等を通じて、個々のご家庭に応じた育児についてアドバイスを行います。

■ 新生児訪問指導【健康増進課】

希望するケースに対して、助産師・保健師が訪問し必要な助言を行います。

■ 未熟児訪問指導【健康増進課】

低出生体重児\*や未熟児のいる家庭を訪問し、子どもの健やかな成長・発達と安心して子育てができるよう、必要な助言を行います。

■ 乳児全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）【健康増進課】

生後4か月未満の乳児のいる全ての家庭に訪問し、親子の心身の状況に応じて、育児の不安等に対する助言や子育て支援サービスに関する情報提供を行います。

■ 地区担当保健師による家庭訪問【健康増進課】

産後うつや育児不安・負担感の強い保護者が安心して子育てができるよう、地区担当保健師が関係機関と連携して家庭訪問を行います。

親子のふれあい交流や情報交換の場を提供することで、子育て中の保護者が孤立せず、支えあって育児期を過ごせるようにします。

■ 子育て支援総合相談事業（子育て支援相談室ほほえみ）【こども課】

子どもに関する様々な相談に応じるとともに、子育て支援に関する情報提供や利用援助を行います。

■ 子育てひろば・子育てサロン・子育て支援センター【こども課】

家庭で子育てをしている保護者の孤立化予防や育児不安の解消を図るため、保護者の居場所や親子のふれあい交流・親同士の情報交換の場を提供します。

■ 子育てサークルの支援【こども課】

児童センター等を拠点として、子育て中の親同士の交流や仲間づくりにより、育児不安やストレスの解消を図り、前向きな子育てができるよう、子育てサークルの育成・支援を行います。

■ 子育て講座・学習会の開催【こども課・生涯学習課・各公民館・健康増進課】

関係機関・公民館講座や出前講座など様々な機会、子育てに関する学習会を開催します。

■ 子育て支援連絡調整会議【こども課】

子育て支援の関係機関と市が子育てに関する情報の共有化やサービス利用者への援助方法のあり方を検討し、ネットワークの強化を図るため、連絡調整会議や研修会を開催します。

■ 乳幼児健康相談【健康増進課】

子どもの健やかな発育・発達支援を行うため、保健師や栄養士等による相談を行います。

育児と仕事の両立や子育て中の育児負担感を軽減するために、多様な保育サービス等の充実を図ります。

■ ファミリー・サポート・センター\*【こども課】

■ 一時預かり事業（保育所・園、子育て広場）・預かり保育（幼稚園）【こども課】

■ 病児・病後児保育事業【こども課】

■ 放課後児童健全育成事業【こども課】

■ 子育て支援短期利用事業（ショートステイ）【こども課】

子育て中の経済的負担を軽減します。

■ 児童手当【こども課】

■ 児童扶養手当【こども課】

■ 保育所（園）・幼稚園等における経済的支援【こども課】

各世帯の状況に応じて、就園奨励費交付事業等や保育料多子軽減事業等で、負担軽減を図ります。

■ こども医療費助成制度【こども課】

子どもが早期に安心して病院に受診でき、病気の悪化を防ぐため、中学校3年生までを対象に保険診療適用分の医療費を助成します。

■ 養育医療給付制度【こども課】

養育のため病院又は診療所に入院することを必要とする未熟児に対し、その養育に必要な医療を指定養育医療機関に委託して給付します。

■ 育成医療【福祉課】

身体に障がいのある児童に対し、生活の能力を得るために必要な医療の給付を行います。

マタニティマーク



## 3-2 事業推進計画

こども虐待の未然防止や早期発見・支援のための啓発や関係機関との連携支援を強化します。

■ 要保護児童対策地域協議会【こども課】

要保護児童地域対策協議会等の児童虐待防止ネットワークの範囲拡大を進め、児童虐待に関する情報交換ならびに関係機関との連携を進めます。また、要保護児童対策に関する広報・啓発を推進します。

■ 家庭児童相談員【こども課】

18歳までの子どもに関するあらゆる事に関して相談に応じ、実態調査・在宅指導・助言等を行います。

■ 育児支援家庭訪問事業【こども課】

子育てについて支援が必要である家庭に対して、具体的な養育に関する援助や育児相談・指導を実施することにより、その家庭において安定した子育てができるよう家庭訪問を行います。

■ 子育て見守り隊の養成【こども課】

■ オレンジリボンキャンペーン\*・たすきリレー【こども課】



オレンジリボン（虐待防止）Pちゃん\*



<b>行動目標</b>	<p><b>1-3 小さい頃から、規則正しい生活習慣を身につけ、 健やかな成長を支えよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● こころとからだの健康な子どもを育てよう</li> <li>● 子どもの頃から健康な生活習慣を身につけさせ、生活習慣病を予防しよう</li> <li>● 発達が気になる子どもも個性を大切に育んでいこう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>子どものこころとからだが健やかに成長できるよう、発達の節目に健診や相談を通して、適切な情報提供や助言を行います。また、各種予防接種やむし歯予防の啓発を図るとともに、子どもの頃から健康な生活習慣を身につけられるよう支援し、生活習慣病の原因になりやすい肥満予防対策に取り組めます。</p> <p>また、心身に障がいを持つ児や発達が気になる児の早期発見と早期対応など支援を行うとともに、保護者の育児に関する悩みや不安の軽減に努めます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
全出生数中の低出生体重児*の割合の減少	11.5% (平成22年県保健統計)	減少傾向へ
朝食を毎日食べている子どもの割合の増加	幼児 93.2% 小学生 93.0% 中学生 90.4% (平成23年アンケート② 小中学生は学校調査)	100%
小中学生の肥満の子どもの割合の減少	小学生 7.7% 中学生 7.0% (平成22年学校保健統計)	減少傾向へ
3歳児でむし歯のない児の割合の増加	71.9% (平成22年保健予防)	80%
小中学校のむし歯罹患率の減少	小学校 60.22% 中学校 47.23% (平成22年学校保健統計)	減少傾向へ
教室に参加して不安や心配が解消された保護者の割合の増加 (のびっこクラス終了時アンケート)	81.25% (平成23年度アンケート 51人回収)	90%

※平成23年度アンケート②：乳幼児健診対象者アンケート調査

3-2 事業推進計画

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	○小さい頃から早寝・早起き・朝ごはんの習慣を身につけましょう ○歯磨きや仕上げ磨きを習慣づけ、定期受診・早期治療を受けましょう ○乳幼児健診を定期的に受診し、早い時期に治療や支援を受けましょう
地域・団体でできること	○地域で料理教室や健康教室を開催し、良い生活習慣を広めていきましょう ○発達障がいなどの子どもの障がいについて理解を深めると共に、地域でサポートしていきましょう
行政ができること	○子どもの頃から生活習慣病*を予防するため、よりよい食生活を身につけられるようサポートします ○幼稚園や保育所・園と連携し、発達に心配がある子どもたちの成長を支援していきます

施策事業

健診や教室・相談等を通し、こころとからだが健やかに成長できるよう、適切な情報提供や保健師・栄養士等による助言を行います。

- 乳児健診【健康増進課】
- 9か月児健康相談【健康増進課】
- 1歳6か月児健診【健康増進課】
- 3歳児健診【健康増進課】
- 5歳児健康相談【健康増進課】
- 未受診児への受診勧奨【健康増進課】
- 保健師・栄養士等による家庭訪問【健康増進課】
- 乳幼児健康相談【健康増進課】

子どもの頃から望ましい生活習慣を身につけられるよう、「早寝早起き朝ごはん」運動や子どもが意欲を持って3食規則正しくきちんと食べる食生活の推進など、食生活改善・肥満予防対策に取り組めます。

- 離乳食教室【健康増進課・こども課】  
子どもとその保護者を対象に、月齢に適した食材の選択や大きさ、固さ、離乳食の作り方、食べさせ方がわかり実践できるよう支援を行います。
- 乳幼児期・学童期からの規則正しい生活習慣確立の促進  
【健康増進課、こども課、学校教育課】
- 小・中学生の定期健診での肥満傾向にある  
児童・生徒の把握、生活習慣改善のための情報提供【学校教育課】



子どもの健やかな成長を支えるため、むし歯予防の啓発及び予防接種等の助成を行います。

■ 歯の衛生週間事業等フッ素塗布\*事業【健康増進課】

永久歯を守る目的で、年中児から小学校2年生を対象に「フッ素塗布」や「歯の健康相談」、「ブラッシング指導」などを実施し、むし歯予防を啓発します。

■ 乳幼児健診（1歳6ヶ月健診・3歳児健診）での

歯科健診・むし歯予防活動【健康増進課】

■ 小・中学校における歯科健診・むし歯予防活動【学校教育課】

小中学校において、学校歯科医師などの協力のもと、むし歯予防活動を行います。

■ 予防接種【健康増進課】

適切な時期に必要な予防接種が受けられるよう、啓発を行い接種率の向上に努めていきます。

発達が気になる子どもや障がいのある子どもの個性を大切にしながら、保護者が安心して子育てができるよう、相談・支援を行います。

■ のびっこ発達相談（二次健診）【健康増進課】

発達に心配のある子どもを持つ保護者が安心して適切にかかわれるよう、専門家によるアドバイスの機会を設け、不安の解消に努めます。

■ のびっこクラス【健康増進課】

1歳6か月健診で発達課題があった子どもとその保護者に対して、親子遊びやグループワーク、発達に関する助言を行うことで、保護者が子どもの発達や個性を理解し、育児に関する悩みや不安の軽減に努めます。

■ 児童デイサービス（自立支援給付）【福祉課】

発達に心配のある子どもを対象に、通所による日常生活訓練を通じて発達の促進を図ります。

■ 日中一時預かり事業（地域生活支援事業）【福祉課】

障がい児（者）を介護している家族の就労支援と一時的な休息のため、また、障がい児（者）が日中に活動する場として、施設での一時預かりを行います。

■ 統合保育・特別支援教育の推進【こども課】

発達に支援を要する児が、集団の中で共に育つ集団保育・教育を推進し、成長発達を促す支援を行います。

■ 保護者のつながり・交流会等の支援【健康増進課・こども課】

グループ活動などを通じて、子どもの障がいについて、保護者の理解を深めるとともに、保護者同士の交流を推進します。

## 2 生涯を通じた健康づくりに取り組もう

### 行動目標 2-1 定期的に健康診断・検診を受けよう

- 年に1回は健康診断、定期的ながん検診等を受けよう
- 自分の健康状態を知り、疾病予防・重症化予防に活かそう
- 家族や地域の人を誘い合って、健診を受けよう

### 取り組み

生活習慣病予防のために、定期的な健康診断やがん検診等の受診の必要性や受診方法を周知PRするとともに、対象者が受診しやすいように環境を整備することで受診率の向上を図ります。特に小山市では若い世代の未受診者が多いため、若い世代が健診・検診を受けられるような対策を検討していきます。

また、疾病の予防と早期発見・早期治療を促進するために、予防に関する情報提供や検診結果に基づく医療機関・精密検査の受診勧奨を行います。

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
特定健康診査*受診率の向上	30.7% (平成23年度小山市国保法定報告)	60%
がん検診受診率の向上 ※国の指標に合わせ、 子宮がん検診 20～69歳 他がん検診 40～69歳	胃がん 15.6% 肺がん 19.1% 大腸がん 21.8% 子宮がん 28.1% 乳がん 31.6% (平成23年度保健予防)	胃がん 30% 肺がん 30% 大腸がん 30% 子宮がん 40% 乳がん 40%
がん精密検査の受診率の向上	胃がん 77.4% 肺がん 77.8% 大腸がん 71.6% 子宮がん 71.8% 乳がん 82.8% (平成23年度精密検査状況表)	90%以上
がん死亡率（SMR※）の減少 ※標準化死亡比：年齢構成の異なる地域間で、死亡状況の比較ができるように考えられた指標	104.3 (平成22年度県保健統計)	100

### 【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	○定期的に、健康診断・人間ドック*を受診しましょう ○健診結果から健康状態をよく理解し、健康づくりに活かしましょう
地域・団体でできること	○健康推進員*等の各種健康づくり団体の活動の中で、健康診査やがん検診の受診を含めた健康づくり事業のPRを行い、健康の大切さを伝えていきましょう ○身近な地域、団体に誘い合って健診を受診しましょう
行政ができること	○未受診者が受診しやすい環境整備を行います ○健診の結果、医療や保健指導が必要な方の勧奨に努めます

## 施策事業

市民に広く健診・検診事業をPRしていきます。

- 健診・検診受診に関する情報について広く市民に周知するために、広報・行政チャンネル・ホームページ・健康のしおり等で情報を発信します。

【健康増進課・国保年金課】

自分の健康状態を理解し、疾病予防・重症化予防に取り組めるよう生活習慣病に係る健康診査を実施します。

- 一般健康診査【健康増進課】

30、35歳の市民に対するヤング健診の実施、及び医療保険に加入していない被生活保護世帯に属する40歳以上の市民への健康診断を実施します。

- 特定健康診査事業【国保年金課】

40歳以上の小山市国民健康保険加入者を対象にメタボリックシンドローム\*に着目した健康診査を実施します。

- 人間ドック・脳ドック\*助成事業【国保年金課】

小山市国民健康保険に加入している35歳以上の市民がドックを受けやすいよう、費用を一部助成します。

がんや疾病の早期発見・治療を図るために各種検診等を実施します。

- がん検診【健康増進課】

概ね40歳以上の市民に対し、胃がん・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん検診を実施します。

- その他の検診事業【健康増進課】

健康増進法\*に基づき、肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症\*検診等を実施します。

定期健診未受診者や要精密検査未受診者を受診につなげるよう働きかけます。

- 未受診者勧奨事業【健康増進課・国保年金課】

健診受診率向上を図るため、未受診者に受診勧奨を行います。

- 検診結果要精密検査勧奨事業【健康増進課】

疾病の早期発見・早期治療及び生活習慣改善を図るため、基づき要精密検査未受診者への勧奨を行います。

3-2 事業推進計画

行動目標	<p><b>2-2 生活習慣病の発症予防・重症化予防に取り組もう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 生活習慣病・メタボリックシンドローム対策に取り組もう</li> <li>● 糖尿病予防など生活習慣の改善に取り組み、重症化を防ごう</li> <li>● 喫煙による健康への影響を正しく理解し、喫煙による健康被害を減らそう</li> </ul>
取り組み	<p>生活習慣病の発症予防・疾病の重症化予防を図るために、健康づくりに関する市民ボランティアと協働しながら市民全体に対し、よりよい生活習慣を身につけられるような取り組みを行います。</p> <p>生活習慣病の中でも特に糖尿病予防対策として、ハイリスク者への重症化予防を図るための個別の保健指導を実施していきます。</p> <p>たばこ対策としては、受動喫煙防止対策、禁煙希望者に対する禁煙支援、未成年者の喫煙防止対策、たばこの健康影響や禁煙についての教育、普及啓発等に取り組んでいきます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
適正体重※を維持している者の割合の増加 ※特定健診結果でBMI*18.5~24.9の者	67.2% (平成23年度小山市 国保データ)	70%
運動習慣がある人の割合の増加	40.1% (平成23年度アンケート①)	50%
特定保健指導*実施率の増加	26% (平成23年度法定報告)	60%
メタボリックシンドローム*該当者及び 予備群者の減少率	1.2% (平成23年度法定報告)	25%
HbA1c*（NGSP値）が6.5%以上の者の 割合の減少 ※23年度までは日本基準（JDS値）6.1%以上を使用	9.7% (平成23年度小山市 国保データ：JDS値)	9.5% (国際基準値6.5%使用)
人工透析の新規導入者数の減少	499人 (平成23年度 福祉課データ)	減少傾向へ
COPD*の認知度の向上	— ※参考値：国25% (平成23年度)	60% (平成34年度 アンケート①)
喫煙率の減少	21.0% (平成23年度アンケート①)	15%
妊娠中の喫煙をなくす	— ※参考値：国5% (平成23年度)	0% (平成34年度妊婦 健康診査受診票)

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

<p>個人・家庭で できること</p>	<p>○健康診断の結果を活かし、自分の健康状態を維持・改善できるよう生活習慣の見直し・改善に取り組もう ○医療が必要な者は重症化予防のため、治療を継続しよう ○地域にどんな健康づくり団体がいるか知ろう ○自分の生活にあった健康づくり活動や事業等に積極的に参加しよう</p>
<p>地域・団体で できること</p>	<p>○健康づくりに関する情報を身近な人と共有しよう ○健康教室を開催し、地域住民に参加を呼びかけよう</p>
<p>行政が できること</p>	<p>○地域、企業、学校と連携し、生活習慣病*予防対策、禁煙対策を推進します ○メタボリックシンドローム*該当者・予備群に対し、医療機関と連携をとりながら特定保健指導*を実施していきます ○市民ボランティアと協働*しながら運動習慣が身につくように市民に働きかけていきます</p>

施策事業

市民ボランティアと協働しながら、運動習慣の確立に向けた取り組みを行います。

■ メタボ撃退！マシン筋トレ【健康増進課】

トレーニングマシンを使った筋力向上トレーニングを行います。

■ からだスッキリ！運動教室【健康増進課】

自宅で継続できる手軽な運動を紹介します。

■ 小山市民元気あっぷ体操\*普及啓発事業【健康増進課】

小山市歌にあわせたオリジナル体操を市内の様々な場所で普及啓発していきます。

たばこに関する教育、普及啓発及び禁煙支援に取り組んでいきます。

■ 禁煙支援事業【健康増進課】

学校との連携により、喫煙による疾病への影響等の普及啓発、特定保健指導\*の場等を活用しての禁煙支援の充実、未成年及び妊婦の喫煙防止対策を行います。受動喫煙の機会を減らすため、公共施設等における禁煙の徹底、飲食店・職場・家庭における分煙の取り組みを行います。

## 3-2 事業推進計画

生活習慣病予防に向けた取り組みを行います。

■ 健診結果説明会【健康増進課】

特定健康診査\*の受診者が、自分の健康状態を把握し、生活習慣の振り返りをもとに、よりよい生活習慣が身につくよう、健診結果の見方や生活習慣改善のための情報提供を行います。また、医療が必要な者を早期治療につなげることで、疾病の重症化予防に努めます。

■ 成人健康相談・病態栄養相談【健康増進課】

心身の健康や食生活等に悩みのある人、特定健診等の有所見者に対する健康相談を実施し、疾病の悪化防止・生活習慣の改善につなげます。

■ 地区別健康教室【健康増進課】

生活習慣病\*の予防に関する講話や実技を、自治会、老人クラブ、各種団体等身近な地域で実施します。

生活習慣病のリスクが高い者に対し、発症予防・重症化予防のための取り組みを行います。

■ 特定保健指導【健康増進課】

小山市国民健康保険加入者のうち、特定保健指導\*の対象者に、生活習慣病を予防することを目的に、自らの生活習慣改善に向けた行動目標の立案、実行に向けた継続的な支援を行います。

■ 糖尿病予防教室【健康増進課】

糖尿病予防のための「食」「運動」に関する教室を開催することで、健康的な生活が送れるように支援を行います。

■ 国保保健指導事業（早期介入・受診勧奨）【健康増進課】

特定健診の結果、血糖値が基準値より高い40～50代の者に対し、糖尿病予防のための生活習慣改善に向けた支援を行います。



<b>行動目標</b>	<b>2-3 すべてのライフステージでより良い食習慣を身につけよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 栄養のバランスのとれた食事を楽しくきちんと食べよう</li> <li>● 子どもの頃から望ましい食習慣を身につけよう</li> <li>● 小山の豊かな食材を使って食育を進めよう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>子どもから高齢者まで、より良い食習慣を身につけられるよう、健康と食に関する情報提供や望ましい食生活の普及啓発を図ります。また、家族や友人などと楽しく食卓を囲む「共食」を推進します。食生活改善推進員などと連携して、適正体重の普及・低栄養予防・減塩など食生活の改善に取り組めます。</p> <p>また、水と緑と大地の豊かな自然と高い技術のもとに生産される、小山の安全・安心で美味しい食材を活かした食育・地産地消を推進します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
主食・主菜・副菜をそろえて、バランス良く食事をするように気をつけている人の割合の増加	70.4% (平成23年度アンケート①参考値)	80%
朝食を毎日食べている人の割合の増加	78.3% (平成23年度アンケート①)	85%
適正塩分のみそ汁を「うすい」と感じる人の割合の減少	22.5% (平成24年度適塩みそ汁試飲時アンケート775人)	15%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○主食・主菜・副菜がそろったバランスの良い食事をとりましょう</li> <li>○地域活動や健康に関する事業等に積極的に参加しましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○仲間との交流を図りながら、一緒に健康づくりをしていきましょう</li> <li>○地域で健康教室、料理教室を開催していきましょう</li> </ul>
<b>行政ができること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生涯健康に過ごすための望ましい食生活の大切さ、食と健康との関係について伝えていきます</li> <li>○小山の食材を活かした食育*・地産地消*を広く推進していきます</li> <li>○食生活改善推進員*、健康推進員*等と連携して、地域に健康づくりや食育・地産地消を推進していきます</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

## 施策事業

生涯健康で過ごせるよう、様々な教室等を通じて、望ましい食生活を普及・啓発していきます。生活習慣病予防や生活習慣改善のため、教室・相談において適切な情報提供や助言を行います。

■ 健康と食に関する情報の提供【健康増進課・こども課・農政課・学校教育課】

主食・主菜・副菜がそろった食事を1日3食食べることをはじめ、生活習慣病\*予防のためのより良い食習慣を伝えていきます。

■ 栄養士による健康教室・相談【健康増進課】

適正体重の普及、低栄養予防、減塩、骨粗しょう症\*予防等の講話や調理実習を実施します。離乳食や生活習慣病に関する食や栄養に対して心配がある方の相談に応じます。

食生活改善推進員\*と連携し、望ましい食生活を市民に広げていきます。

■ 食生活改善推進員の活動【健康増進課】

適正体重、朝ごはん、減塩を中心とした教室等、地域に根ざした活動を行います。

■ 食生活改善推進員の育成・研修【健康増進課】

地域で望ましい食生活を広く啓発・浸透させていくために、食生活改善推進員を育成するとともに、資質向上に努めます。

食に対する関心を高めるため、幅広い年代を対象に各種教室・食育活動を実施していきます。また、地産地消\*の視点から小山産食材やそれらを利用した料理を普及していきます。

■ 食育・地産地消の推進【健康増進課・こども課・学校教育課・農政課】



食生活改善推進員Pちゃん\*





<b>行動目標</b>	<b>2-4 生涯にわたり自分の歯を保てるようにしよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 歯と口の健康に気をつけてむし歯や歯周病を防ごう</li> <li>● 歯や歯ぐきの状態に気をつけて、定期的に歯科検診を受けよう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>生涯にわたって自分の歯を保てるように、8020運動を推進するとともに、疾病予防の観点から、虫歯・歯周病予防の普及啓発を図ります。</p> <p>また、高齢者の生活機能の低下や歯の喪失を予防するため、健康と口腔衛生に関する関心を高め、口腔機能の維持・向上を図ります。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
20本以上自分の歯を持つ高齢者（75～79歳）の割合の増加	35.6% (平成23年度アンケート①)	40%
歯周疾患*検診を受診した人のうち、歯周病**の人の割合が減る ※「歯肉の状況と判定区分」の「b. 歯周治療(CPI 3もしくは4)」となっていた人	53% (平成23年保健予防)	45%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○若いうちから、定期的に歯科検診を受けましょう</li> <li>○歯や口腔内のケアを毎日続けて行いましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○歯・歯周病疾患を対象とした教室を開催し、参加者を増やしましょう</li> <li>○8020運動*をもっとPRしていきましょう</li> </ul>
行政ができること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもから高齢者・障がい者までの歯と口腔の健康づくりを推進します</li> <li>○幼児期からのむし歯予防を推進し、誰もが歯科検診を受けやすい環境を整えていきます</li> </ul>

フッ素塗布Pちゃん\*



**施策事業**

歯科保健条例・基本計画に基づき、歯科保健対策を総合的に推進します。

**■ 在宅歯科診療【健康増進課】**

在宅の寝たきりの高齢者に対し、歯科保健サービス、特に口腔衛生指導を提供することにより、口腔状態の改善を図り、全身疾患・誤嚥性肺炎等の予防及び要介護\*状態の重症化の予防を行います。

**■ 8020運動表彰事業【健康増進課・小山歯科医師会】**

8020運動\*の普及啓発や口腔の健康について関心を高めるため、80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を対象に検診を実施し、検診を担当した歯科医師からの抽出により、健康都市おやまフェスティバルにおいて表彰を行います。

**■ お口いきいき教室【高齢生きがい課】**

口腔機能\*に着目し、高齢者の生活機能低下予防を図るため、日常生活の中でよりよい口腔ケア\*が習慣化するよう、歯科衛生士による集団及び個別指導を行います。

**■ 地区別健康教室【健康増進課】**

自治会や老人クラブ、幼稚園、各種団体等の身近な地域において、むし歯や歯周病の予防、糖尿病や脳卒中等の生活習慣病や嚥下性肺炎\*の発症と歯・口腔の健康との関わりについてアドバイスをを行います。

**■ 歯周疾患\*検診【健康増進課】**

高齢期における健康を維持し食べる楽しみを享受できるよう、歯の喪失を予防することを目的に歯科医との連携のもとに実施します。

**■ 訪問指導事業（口腔衛生）【健康増進課】**

高齢者生活機能チェックにより、口腔機能の低下がある方に歯科衛生士の訪問による口腔衛生指導を行い、改善を図ります。

※子どものむし歯予防活動については、行動目標1-3（P51）に記載

### 3 自分を大切に生きがいを持って、健やかに暮らそう

行動目標	<b>3-1 生涯を通じて、命の大切さを学ぶ機会とところをつくろう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 思春期の子どもたちが自分を大切にできるようにしよう</li> <li>● 命の尊さや家族の絆を確認し合おう</li> <li>● 生涯を通じての命の大切さを学ぶ機会と心をつくろう</li> </ul>
取り組み	<p>子どもの頃から生涯を通じて、命の大切さや思いやりの心を育てる機会の提供や体験学習を実施します。</p> <p>また、社会福祉やボランティア活動に関する理解や関心を高め、互いに支え合い、助け合う精神を育む機会の充実を図るなど、福祉教育を推進し、ボランティア活動の体験学習を行います。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
思春期講座を実施する小中学校の数	3校 (平成22年保健予防)	全小中学校（38校）での実施へ

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族との会話を通して、自尊心を育む子育てをしていきましょう</li> <li>○いろいろな体験をしながら、世代間とのふれあいを通し、命の大切さを学んでいきましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家庭や学校・地域などが協力して、子どもから大人まで交流する機会や、命の大切さを伝える場所づくり、一人ひとりを大切にしたコミュニケーションを広めていきましょう</li> </ul>
行政ができること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学校などの関係機関と連携を図りながら、思春期保健対策を進めるネットワークを広げます</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

**施策事業**

子どもの頃から、命の大切さや他者への思いやりの心を育てる取り組みをします。

**■ 思春期講座【健康増進課】**

思春期の子ども達に妊婦疑似体験等を通し、命の大切さや他者への思いやりの心を育てる取り組みをします。

**■ 乳幼児との触れ合い体験【学校教育課】**

中学生や高校生が小さい子どもと触れ合う機会を持つことで、いたわりの気持ちが育ち、人に対して優しくなれるような情操教育の一環として、近隣の保育所や幼稚園に訪問し、子どもと触れ合う体験学習を実施します。

**■ 「命の尊さ」を学ぶ機会の充実【学校教育課】**

各校において、学級活動や道徳を通じ、児童・生徒の発達段階に応じた「命の尊さ」を学ぶための学習を実施します。

**■ 福祉教育の推進【学校教育課】**

特別支援学校在籍児童が居住地学校に定期的に訪問することで、児童生徒がハンディのある人と共に生きることの大切さや、社会福祉についての理解や関心を高め、助け合いの精神を育む機会の充実に図ります。

**■ サマーボランティア事業【社会福祉協議会】**

中学生・高校生がボランティア活動への関心を高め、実生活でもボランティア活動に取り組んでもらえるよう、ボランティア活動の体験学習を行います。



<b>行動目標</b>	<b>3-2 人と人とのつながりで、こころを元気にしよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 生涯にわたって学びあい、生きがいを持とう</li> <li>● 自分が学んだことを地域社会やボランティア活動に活かそう</li> <li>● 日常生活の中に休養を取り入れ、心身をリフレッシュしよう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>生涯にわたって学びあい、生きがいや楽しみを持ち、いきいきとした生活を送ることができるよう、生涯学習の機会の充実とともに、自分が学んだことを地域社会に活かす機会の提供を図ります。</p> <p>また、人と人とのつながりやこころの健康の大切さについて意識啓発を図り、メンタルヘルス対策、うつ病対策、自殺予防の取り組みを推進します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
自殺者数の減少	31人 (平成22年県保健統計)	減少傾向へ
睡眠による休養がとれている人の割合の増加	79.1% (平成23年度アンケート①)	85%
心が健康であると思う人の割合の増加	82.4% (平成23年度アンケート①)	85%
ストレスを感じている人の割合の減少	66.4% (平成23年度アンケート①)	60%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自治会活動や地域の集まりに積極的に参加しましょう</li> <li>○自分にあった趣味を見つけて楽しみながら続け、生きがいを持ちましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○挨拶や声かけ運動を進めていきましょう</li> <li>○メンタルヘルス*の必要性を理解し、健康づくりに取り組もう</li> </ul>
<b>行政が できること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○こころの相談が出来る場・人を増やし、多くの人にPRをします</li> <li>○こころの健康づくり（休養・睡眠等）の大切さを広めていきます。</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

**施策事業**

地域で生きがいや楽しみを通じて人と関わり、休養の大切さ等について普及啓発を行いながら、こころの健康づくりに取り組んでいきます。

**■ 生涯学習機会の充実【生涯学習課】**

生きがいや楽しみを創造し、生活を向上させるため、公民館講座・市民大学など生涯学習機会の充実を図ります。

**■ 休養の大切さ（ストレス解消、上手な睡眠等）の普及啓発【健康増進課】**

ストレスに関する知識や対処法、睡眠・休養の大切さ等を、様々な機会でも啓発していきます。

**■ 自殺予防対策の推進【福祉課】**

市民一人ひとりの気づきと見守りを促すための啓発活動や、様々な悩みを抱える人たちが早期に適切な支援を受けられるための専門相談の実施・ゲートキーパー養成など、自殺予防のための総合的な取り組みを支援していきます。



<b>行動目標</b>	<b>3-3 生涯現役を目指し、仲間と共いきいき元気に暮らそう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● いつまでも元気でいきいきとした生活を送ろう</li> <li>● 要介護状態に陥らないように健康づくりに取り組もう</li> <li>● ロコモティブシンドローム(運動器症候群)*防止に取り組もう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>生涯を通して、元気でいきいきとした生活を送ることができるように、また、要介護状態に陥らないように、高齢者の健康・体力づくりの機会の提供や地域で活動を行う人材育成を行い、介護予防の普及やロコモティブシンドローム防止・認知症予防を推進します。</p> <p>介護や支援を必要とする方が、健やかに暮らせるように、必要な介護保険サービスや生活支援サービスを提供します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
運動習慣のある高齢者の割合の増加	65～69歳 60% 70～74歳 49.2% 75～79歳 58.3% (平成23年度アンケート①)	65～69歳 70% 70～74歳 60% 75～79歳 70%
介護保険サービス利用者の増加の抑制	4,247人 (平成22年度実績)	6,620人
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)*の認知度	17.3% (参考値：第2次健康日本21)	60% (平成34年度アンケート①)

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域の行事や、趣味のサークルに多く参加しましょう</li> <li>○自らもボランティア活動をしたり、社会参加をするようにしましょう</li> <li>○いきいきふれあいセンター*を活用し、積極的に参加していきましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○世代間交流の機会を幼児施設や学校・地域で多く持つようにしましょう (高齢者の方の力を発揮できる場を増やしていきましょう)</li> <li>○ウォーキングや運動(グラウンドゴルフ・ゲートボール等)を広めましょう</li> </ul>
<b>行政ができること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者が運動できる機会を増やし、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)防止に努めます</li> <li>○認知症予防ならびに対処法についての理解を広める取り組みを行います</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

**施策事業**

高齢者が元気に満足した生活ができるよう、健康づくり（介護予防）に取り組んでいきます。

■ シニア元気あっぷ塾事業\*【健康増進課】

元気な高齢者がさらに元気で健康に過ごせるように、自宅でできる手軽な筋力トレーニングを地域で広めることにより、高齢者の運動器機能向上を図ります。また、事業を支える人材の育成（サポーター、準指導員、指導員）を行います。

■ 高齢者筋力向上トレーニング事業【健康増進課】

運動負荷量の軽微な高齢者向けトレーニングマシンでのトレーニングや筋力向上が図れる運動を実施することにより、高齢者の老化及び生活不活性化により衰えた筋力を向上させ、要介護状態\*の予防及び悪化防止を図ります。

■ 健康づくり（介護予防）教室事業【健康増進課】

介護予防に関する正しい知識や技術の普及を図ります。

■ 認知症高齢者への支援事業【高齢生きがい課】

予防教室やサポーター養成等にて広く普及啓発を行いながら、認知症に関する総合的相談体制や施策推進会議等にて、認知症の方や家族を支援していきます。

支援を要する高齢者が、その方にあったより良い生活が出来るよう、サービスの提供を行います。

■ 在宅福祉サービス【高齢生きがい課】

在宅高齢者等に対して、様々なサービスを提供することにより、要介護状態\*に陥らないよう、また住み慣れた地域で在宅生活を送れるよう支援します。

■ 介護保険サービス【高齢生きがい課】

介護が必要な方やその家族の不安や負担を少しでも軽減できるよう、その人に合った介護保険サービスや介護予防・生活支援サービスを提供します。



## 4 人との交流を大切に、共に生きよう

<b>行動目標</b>	<b>4-1 身近な活動に参加しながら、仲間づくりをしよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 隣近所と気軽に声をかけあい、顔見知りを増やそう</li> <li>● 年齢などに関係なく、様々な世代が集まり、交流する場をつくろう</li> <li>● 人の交流はまず参加から、仲間づくりを広げていこう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>誰もが地域で安心して暮らせるように、身近な地域での人と人のふれあいやつながりを大切にしたコミュニティづくりを進めるため、自治会への加入促進や老人クラブ、子育てサロン、いきいきふれあい事業の充実を図ります。</p> <p>また、子どもから高齢者まで、年齢などに関係なく、気軽に集まり、交流できる機会や居場所づくり、世代間交流を進め、地域のつながりを強化します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
身近な人へのあいさつをしている人の割合の増加	72.3% (平成23年度アンケート①)	85%
地域活動に参加している（積極的・どちらかといえばしている）人の割合の増加	39.2% (平成23年度アンケート①)	60%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

### 【それぞれの立場でできること】

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○声をかけあいながら、地域の行事に積極的に参加しましょう</li> <li>○自分自身が健康であることを心がけて、参加しましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○情報の伝え方を工夫し、多くの人に参加できる企画を考えましょう</li> <li>○お互い誘い合ったり、気軽に声をかけられるようにしましょう</li> </ul>
<b>行政が できること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○さまざまなイベントに併せて、健康に関することを積極的に発信します</li> <li>○子どもから高齢者まで気軽に集まれる居場所づくりを支援します</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

**施策事業**

子どもから高齢者まで多様な世代が、気軽に集える機会やふれあいながら活動できる場づくり・交流できる地域の居場所づくりを行っていきます。

**■ 子どもの社会参加の促進【こども課】**

幼児施設において、社会福祉施設の訪問や季節の行事を保育・教育に活かして、地域の高齢者や小・中学生との交流を行います。

**■ 学校現場での高齢者との交流【学校教育課】**

高齢者を運動会や学校祭などの行事に招いたり、総合的な学習や生活科の授業で講師になってもらうことで、児童生徒との交流を図ります。

**■ いきいきふれあい事業【健康増進課】**

高齢者がいつまでも元気な生活を継続するために、地域の支え合いの基盤づくりを行いながら、趣味やレクリエーション\*、学習を通して、仲間と交流することで閉じこもりを予防します。

**■ 思桜会\*育成事業【高齢生きがい課】**

老人クラブ活動への様々な支援を通して、高齢者の健康づくり・仲間づくり・生きがいづくりを図り、クラブの新規結成や会員確保を促進します。

※小山市老人クラブ連合会の愛称

**■ 地域子ども会育成会の活性化【生涯学習課】**

育成会への参加や活動の活性化を促進するとともに、地域の理解と交流のもと、子どもの健全育成と世代間交流を図ります。

**■ 自治会等への加入促進【市民生活課】**

地域で安心して暮らせるよう、身近な地域の単位であり、住民主体のさまざまな活動を支えている自治会等への加入を促進します。

<b>行動目標</b>	<b>4-2 地域の交流を広げながら、手をつなぎ、支え合おう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 既存の組織やコミュニティを活かしながら、新しい交流につなげよう</li> <li>● 地域活動を担うリーダーを育成しながら、みんなで協力しよう</li> <li>● みんなで支え合い、助け合うボランティア活動を広めてつながろう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>自治会や老人クラブ、サークルなど、既存の組織や活動を活かしながら、他との新しい交流や情報交換などネットワークを広げ、健康づくりに関する活動の展開や地域で主体的に活躍するリーダーの育成を図ります。</p> <p>また、地域で支え合い、助け合う、地域福祉のまちづくりやボランティア活動を広めるとともに、より多くの方が互いに交流や理解を深め、誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくりを進めます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
いざという時、助け合える環境が身近にないと思う人の割合の減少	8.1% (平成23年度アンケート①)	5%以下

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

**【それぞれの立場でできること】**

<b>個人・家庭でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○常日頃から、近所づきあいや交流を広げていきましょう</li> <li>○自分が参加できるものを発掘していきましょう</li> </ul>
<b>地域・団体でできること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○男性のサークルや集まれる場をもっと増やしていきましょう</li> <li>○いろいろな世代が交流できる企画をしていきましょう</li> </ul>
<b>行政が できること</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○行政も地域・企業・団体と連携して、様々な情報を発信していきます</li> <li>○世代間交流など地域のつながりを強化する取り組みを積極的に進めていきます</li> </ul>

## 3-2 事業推進計画

## 施策事業

地域で、住民が主体となった様々な活動が出来るよう支援します。

■ 地区社会福祉協議会\*【社会福祉協議会】

より身近な地域で高齢者の見守りを行うなど、地域住民が主体となって、地域の課題への取り組みや福祉活動を推進することにより、住みよいまちづくりを展開するため、市内全10地域への設置を図ります。

■ 小山市市民活動センターの活性化【市民生活課】

ボランティア活動等を始め、地域の課題解決のために、自主的・主体的に取り組む市民活動に対し、広く支援を行います。

■ 骨髄移植ドナー支援事業の整備【健康増進課】

命のバトンをつなぐボランティア活動である骨髄提供について、提供者となるドナーへの支援制度を整備するとともに、骨髄バンク登録者の増加が図れるよう啓発活動を推進します。

■ なごみの会【健康増進課】

いきいきふれあいセンター\*や介護予防教室等に、遊びリテーションのボランティア支援をしていきます。

■ こころの会【健康増進課】

一人暮らしや日中独居の方に傾聴や送迎のボランティア支援をします。



<b>行動目標</b>	<b>4-3 誰もが安心して出かけられるようにしよう</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 誰もが気軽に出かけられるまちにしよう</li> <li>● ユニバーサルデザインを広げて、みんなにやさしいまちにしよう</li> </ul>
<b>取り組み</b>	<p>子どもから高齢者や障がい者など、誰もが安心して日常生活を送ることができるように、また、医療や保健・健康づくりの機会や施設等にアクセスがしやすいように、コミュニティバス及びデマンドバスの運行を行うとともに、バリアフリーのまちづくりや、ユニバーサルデザインの考え方に基づいた施設や環境整備を進めます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
コミュニティバス*利用者の増加	380,891人 (平成22年実績)	増加傾向へ

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おーバス*や自転車をもっと利用しましょう</li> <li>○ハンディのある人に声をかけたり、手助けなどを進んで実践しましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○近所の人や身近な人をサポートしていきましょう</li> <li>○おーバスの利用方法など、互いに情報交換や情報提供をしましょう</li> </ul>
行政ができること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おーバスの利便性向上や公共施設等のバリアフリー*化を進めていきます</li> </ul>

## 施策事業

子どもから高齢者まで誰もが外出しやすい、社会参加がしやすい環境づくりを推進します。

- バリアフリー・ユニバーサルデザイン\*のまちづくり【都市計画課・土木課】**

高齢者や障がい者など、誰もが安心して円滑に移動や生活ができるよう、公共施設や道路、公園、交通拠点等における段差解消などのバリアフリー化を進めるとともに、ユニバーサルデザインの考え方に基づく施設・設備の整備など、ひとにやさしいまちづくりを推進します。
- コミュニティバスなど公共交通機関の利便性向上【生活安心課】**

市民が気軽に外出できるよう、また、高齢者や障がい者など交通弱者の移動手段を確保することにより、日常生活や社会参加の機会の向上を図るため、コミュニティバス及びデマンドバス\*の運行を行うとともに、利便性向上や乗り継ぎ拠点の整備を行い、一層の利用推進を図ります。

# 5 自分たちのまちで、健康に暮らせる環境をつくろう

## 行動目標 5-1 安心して保健・医療・介護を受けられる環境の整備を進めよう

- かかりつけ医（医科・歯科・薬局）を持つ
- 救急医療や身近な医療を支える地域医療の推進を進めよう
- 保健・医療・介護がトータルに機能する環境を整えよう

### 取り組み

すべての市民が安心して医療を受けることができるよう、まず「かかりつけ医」をもつことを推進していきます。また、市民・医療機関・行政の協働により、救急医療の問題を含め、小山の地域医療の充実・推進を図ります。

緑の健康づくりの森は、新市民病院を核とし、市民が健康づくりに関心を持ち、交流しながら活動できる機会や場の提供、また、健康づくりから介護に至るまで一体的に機能する環境として整備します。

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
かかりつけ医*を持っている者の増加	66.5% (平成23年度アンケート①)	80%
医療機関の対応の満足度の向上	86.8% (平成23年度アンケート①)	90%
救急医療機関の対応の満足度の向上	70.1% (平成23年度アンケート①)	80%
救急の重症患者のたらい回しの減少	22件 (平成23年度実績)	0件

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

### 【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保健・医療・介護の情報を集めて、必要時に活用できるようにしましょう</li> <li>○普段からかかりつけ医（医師・歯科・薬局）を持ち、いざという時に救急車を正しく利用できるような心がけましょう</li> <li>○小山の医療を考える会*に積極的に参加しましょう</li> <li>○お薬手帳を常に持ち、活用しましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保健・医療・介護に関する情報を多くの人に伝えていくようにしましょう</li> </ul>
行政ができること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域医療*の現状やかかりつけ医等、医療に関する情報をわかりやすく提供します</li> <li>○小山の医療を考える会*等の市民会議を開催し、市民や医療機関関係者とともに地域医療を推進します。</li> <li>○保健・医療・介護等施設のシステム化を図り、市民の方が利用しやすい体制づくりを進めていきます</li> <li>○新市民病院を核とした健康・医療・介護等の拠点施設を整備します</li> </ul>

## 施策事業

市民・医療機関・行政の協働\*により、地域医療\*の充実・推進を図ります。

### ■ 地域医療の推進【健康増進課】

市民の役割、医療機関の役割、行政の役割等を明確にし、市民とともに小山の医療を考える会やシンポジウムを開催する等、地域医療を推進します。

また、上手な医者のかかり方などのリーフレットを市民とともに作成し配布します。

### ■ 救急医療体制の充実・整備【健康増進課】

夜間休日急患センター・休日急患歯科診療所や在宅当番医制による一次救急、輪番制による二次救急体制、小児二次救急医療体制により、誰もがいつでも安心して適切な救急医療が受けられる体制を整備します。

### ■ 保健・医療・介護に関する情報提供【健康増進課】

かかりつけ医\*や医療機関、福祉・介護施設等に関する市民への情報提供、救急医療が適切に利用されるように市民への周知啓発を図ります。

市民の健康づくりから介護に至るまで一体的に機能する環境を整備します。

### ■ 小山市緑の健康づくりの森\*整備事業【健康増進課】

新市民病院を核として、健康づくりから介護に至るまで包括的に支援できる拠点施設「(仮称)健康医療介護総合支援センター・健康づくりの広場」等を整備し、併せて市民病院移転後の跡地に回復期リハビリテーション施設等を整備し、それぞれの施設を一体的に機能させることで、健康づくりから保健・医療・介護の切れ目のないサービス提供体制を構築します。

### ■ 新市民病院の整備【小山市市民病院】

近隣の大学病院、地域医療機関と連携しつつ、地域の中核病院としての機能を果たす病院として、建設、整備をします。

3-2 事業推進計画

行動目標	<p><b>5-2 健康づくりを広め、楽しく実践できる環境を整備しよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 公園を利用したり、散歩・ウォーキングに出かけて健康を増進しよう</li> <li>● スポーツやレクリエーションに親しみ楽しもう</li> <li>● 日常生活における身体活動量の増加や運動習慣の定着化に取り組もう</li> </ul>
取り組み	<p>日常生活における歩数の増加など、身体活動・運動の必要性の普及啓発を図り、ウォーキングやスポーツなど運動習慣の定着化を促進します。</p> <p>市民が日常生活のなかで、介護予防や健康づくりに取り組めるよう、公園や運動施設、広場、サイクリングロードなどの環境の充実を図ります。</p> <p>また、「市民ひとり1スポーツ」の定着に向けて、市民が運動や生涯スポーツ・レクリエーションを楽しみ、身近に取り組める環境づくりを進めます。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
身体が健康であると感じる人の割合の増加	84.8% (平成23年度アンケート①)	90%
日頃運動している人のうち、1年以上運動を続けている人の割合の増加	73.8% (平成23年度アンケート①)	85%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活の中で運動・ウォーキング、スポーツ等に取り組ましましょう</li> <li>○緑の健康づくりの森*で、健康づくりを実践しましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもから大人まで、気軽に集まれる居場所づくりを進めましょう</li> <li>○仲間づくりをしながら健康づくりや運動・スポーツに取り組ましましょう</li> </ul>
行政が できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○緑の健康づくりの森に市民が利用できる健康づくりの広場を整備します</li> <li>○身近な施設を活用できる健康づくり運動を広めていきます</li> </ul>



## 施策事業

子どもから高齢者まで、誰もが気軽に健康づくりや生涯スポーツに取り組める環境づくりを進めます。

### ■ 生涯スポーツ活動の推進【生涯スポーツ課】

「市民ひとり1スポーツ」の定着に向け、市民の誰もが、それぞれの体力や年齢・技術・興味・目的に応じて、いつでもどこでもいつまでもスポーツに親しむことができる環境整備を図るとともに、気軽に楽しめるニュースポーツの普及を推進します。

### ■ 公園・広場等の充実と有効活用【水と緑の推進課・土木課】

身近な地域で健康づくりや運動ができる公園や広場等の充実を検討するとともに、既存公園内のバリアフリー\*化や園路のウォーキング等への活用、健康遊具設置の促進を図り、健康づくりの場として有効活用を図ります。

また、小山市緑の自転車道事業推進基本計画等を基に、健康的な移動交通手段である自転車の利用促進と健康増進のための有効活用を図ります。

### ■ 緑の健康づくりの森\*活用事業の開催【健康増進課他】

緑の健康づくりの森の「小山思いの森」の園路等を活用して、健康ウォークや様々な健康づくり事業を開催することにより、市民の運動習慣の定着化を図ります。

### ■ 余熱利用施設の活用検討【企画政策課】

小山広域保健衛生組合が整備を進めているエネルギー回収推進施設から発生する余熱エネルギーを有効活用し、健康づくりの場として、子どもから高齢者まで多様な市民が利用できる施設を検討します。



3-2 事業推進計画

行動目標	<p>5-3 ふるさとおやまを愛し、 みんなでつながって健康づくりに取り組もう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 第2次プランをPRして共有しよう</li> <li>● 様々な機会を通じてつながりを深め、 健康づくりをPRしていきましょう</li> <li>● ふるさとおやまについて知り、愛着と誇りを持って元気に暮らそう</li> </ul>
取り組み	<p>市民が健康に関心を持ち、健康づくりに取り組み、「第2次プラン」を積極的に情報発信・PRして共有するとともに、ヘルスプロモーション*の普及を図り、家庭や地域・団体が主体となった健康づくり運動、職域や企業等と連携した健康の取り組みや環境づくりを促進します。</p> <p>また、小山市の水と緑と大地の豊かな自然や歴史文化などについて市民が知り、ふるさと小山に愛着と誇りを持って、みんながいきいきと元気に暮らせる、「健康都市おやま」づくりを推進します。</p>

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
健康都市おやまプラン21を知っている人の割合の増加	35.0% (平成23年度アンケート①)	60%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査

【それぞれの立場でできること】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ふるさとおやまを学んで関心を持ち、人に伝えていきましょう</li> <li>○行政の情報をキャッチし、活用しましょう</li> </ul>
地域・団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○市民目線で、情報の活用やPR方法を考えていきましょう</li> <li>○地域の歴史・伝統文化を子どもたちにも伝えていきましょう</li> </ul>
行政が できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>○イベントや様々な機会に多くの団体・市民とつながりを深めます</li> <li>○「健康都市おやまプラン21」の普及・PRに努めます</li> </ul>

## 施策事業

市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう情報発信するとともに、みんながつながり、誇りと愛着を持って元気に暮らせる「健康都市おやま」を目指します。

### ■ 「健康都市おやまプラン21」健康推進サポーターの会\*の活動【健康増進課】

健康都市おやまプラン21における理念であるヘルスプロモーション\*の考え方を広める活動を行うことにより、健康づくりの輪を広げています。

### ■ 各種イベントの協力【健康増進課・商業観光課・農政課・環境課・文化振興課他】

幅広い対象が参加するイベント等の機会を活用し、様々な手段で健康づくりをPRするとともに、様々な部署・団体とつながる活動をしていきます。

### ■ わかりやすい情報発信【健康増進課他】

自分たちが暮らす“おやま”をもっと知り、愛着や誇りを持って暮らせる、魅力ある「健康都市おやま」づくりを市民と行政の協働\*によって進めるため、様々な手法で情報発信をしていきます。



ぶんべつくんとコラボPちゃん\*



## 3-3 健康推進員による地域での取り組み

### ■ 健康推進員とは

第1編21頁でご紹介したように、小山市では、地域における健康づくりの担い手として「小山市健康推進委員会」があります。生活圏ごとに6支部に分かれて、各自治会から推薦された約275名の方々が、地域のバックアップを受けて地域住民の健康づくり推進のために活躍しています。

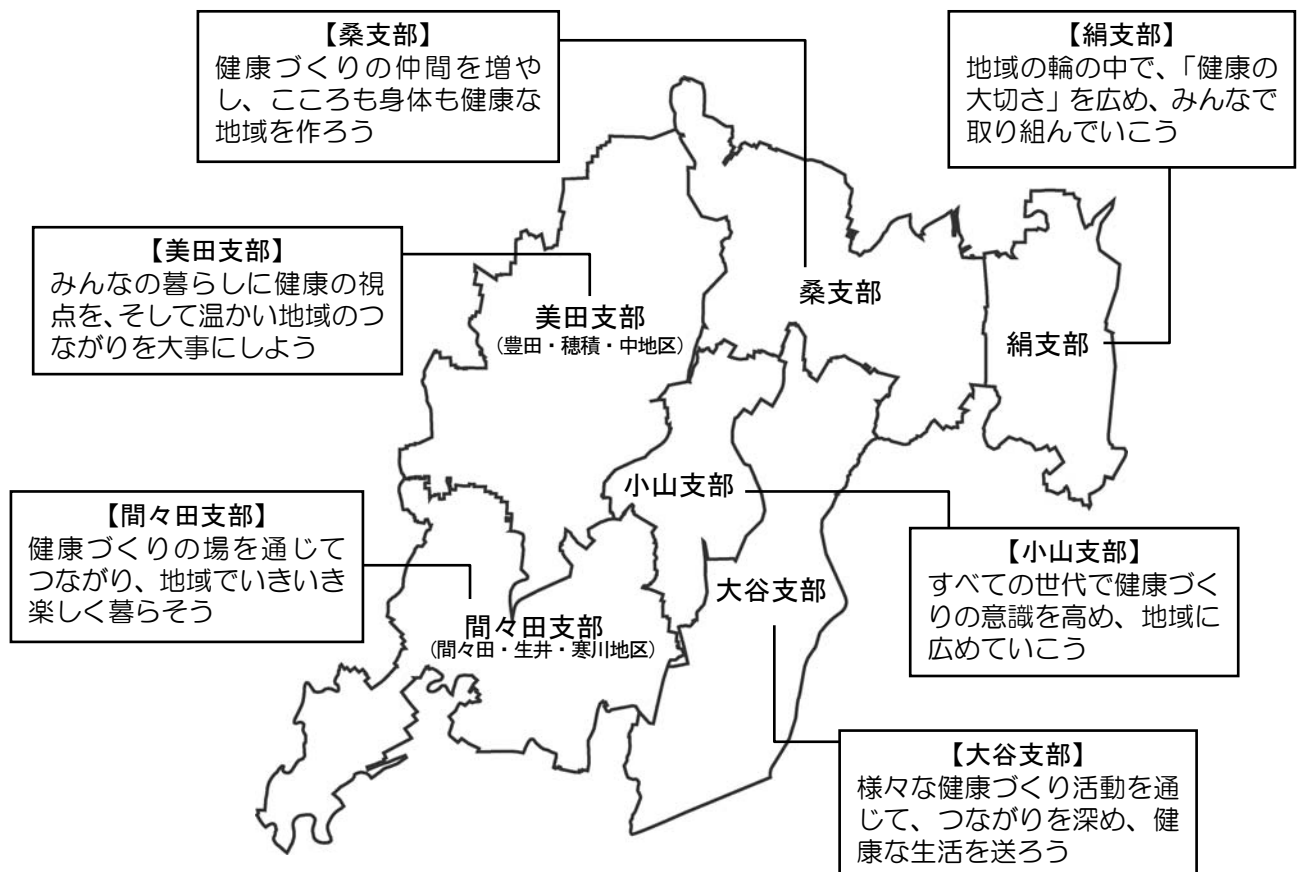
現在、健康推進員会では

- ① 地域における健康教室・健康相談の開催
- ② 各種健診(検診)や健康づくり事業、健康情報の紹介・PR
- ③ 介護予防事業や健康づくり活動への協力

の3本柱を中心に活動を行っています。

### ■ 第2次プランに向けて

支部ごとに、第1次プランに基づいて、各地域の実情に沿った取り組みを展開してきました。今回は、10年間の取り組みについて振り返り、新たな地域の健康課題について検討しながら、支部計画をつくりました。ここでは、各支部の振り返りから第2次プランの取り組みについてご報告します。健康推進員は現在2年任期のため、2年ごとに具体的な取り組みを展開し、活動内容を見直していきます。



# 小山支部

## ■ 地域の特徴と健康課題

小山地区はJR小山駅を中心に東西にわかれて発展してきました。市の人口の1/3にあたる約5万人が生活し、高齢化率も市内で2番目に低い、比較的若い世代が多い地域です。

西口エリアは、みつわ通り・御殿町通り・三夜通りという3つの商店街を中心に、商人の街として活気づいてきました。古くから住んでいる人が多く、現在では高齢化率が40%を超える自治会もあり、高齢者の健康づくりが課題になっています。この20年間に駅前に大型商業施設が建ち、小山駅から思川にかかる観晃橋の間に、思川の流れをイメージしたという「祇園城通り」（シンボルロード）が整備されました。中世小山氏の城郭であった祇園城址（城山公園）や思川沿いには、春になるとソメイヨシノや思川桜が可憐な花を咲かせ、訪れる人の心を癒してくれています。また、歴史的にも重要な史跡が多く、現在では歴史と文化の交流拠点としての街づくりが進められています。

駅の東側は「駅東大通り」として昭和30年代後半から都市計画が進められ、現在では白鷗大学東キャンパスをはじめ、大型商業施設やマンションが多数建ち並び、近代的なイメージのエリアとなっています。若い世代の生活圏として転出入も多くなっていますが、自治会等が中心となり、コミュニティ\*活動も活発に行われています。平成24年には、東西に分かれて発展してきた地域をつなぐ小山駅中央自由通路「さくらみち」が開通しました。これにより市民の利便性の向上だけでなく、歴史・文化、そして人と人をつなぐ道としての役割が期待されています。

また、近年城南地区では宅地開発が急速に進み、新興住宅地として人口も増え続け、公園や遊歩道を散歩する親子の姿が多く見られます。数年後には市民病院や警察署、消防署などの移転も予定されており、ますます市の要衝地区として発展が期待される地域です。その一方で育児不安や負担の強い若い保護者や、地域から孤立している保護者も多く、子育て支援が課題となっています。

## ■ 10年間の取り組みを振り返って

小山支部は、自治会や学校等のイベントとタイアップすることで、身近な地域での健康づくりを広めることをめざして活動してきました。

その結果、子どもから高齢者まで家族全体で健康づくりに対する意識が高まりました。



地区ごとの健康課題から、事業が生まれました！	高齢者中心から全ての世代の健康づくりへ！	各小学校とタイアップ！
ブロックごとに推進員自らが健康課題を話し合い、地区の健康課題に沿った健康教室を開催してきました。特に城南地区の子育て中の母親の孤立感や周囲との交流の少なさがニーズ調査で浮き彫りになりました。結果をもとに推進員が親子の集う機会を設けたことが、子育てひろば「うさぎっこ」につながりました。	小山支部独自で2年に1回開催している「健康づくり講演会」は10年間続いています。高齢者中心の健康づくりだけでなく、地域の子ども達や若い保護者の健康づくりにも目をむけ、啓発や健康教室を開催するようになりました。	地元小学校の理解のもと、小学校の学校祭などで、健康推進員が女性がんやこども虐待防止の啓発活動等を行う機会が増えました。

3-3 健康推進員による地域での取り組み

■ 第2次プランにおける取り組み

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
みつわ	これまでは「いきふれ」の活動が中心でしたが、地域に住む他の年代にむけた健康づくりの活動も必要だと感じました。自分の健康が子どもや家族の幸せにつながると強く感じたことから、特に子育て世代に検診の必要性を知ってもらい、検診受診率の向上を目指した取り組みや、様々な年代の人々の健康づくりを目指した取り組みに力をいれていきたいと思っています。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診（検診）受診率の向上</li> <li>・女性がん予防に対する啓発</li> <li>・健康教室（育成会、ボランティア会等）の開催</li> </ul>
あじさい・えきひがし	今までは自治会を越えたつながりがないと感じていましたが、「いきふれ」の活動を通して、たくさんの仲間と協力して話しや活動ができることの大切さを感じました。今まで以上に人と人のつながりの中で健康づくりができればいいと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「喫茶健康増進カフェ」（お茶をのみながら健康づくりのできる場所）の企画</li> </ul>
あゆみ	市の中心部には位置していますが、高齢化が急速に進み、子どもの数は減少しています。その中で「いきふれ」と学童が同じ建物にある特徴を活かし、改めて健康教室を開くのではなく、今ある場所で各世代と交流しながら健康づくりができるような活動を考えていきたいと思っています。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもと大人の健康づくり活動の継続（学童と高齢者の交流）</li> </ul>
えきなん	働き盛りの男性の健康意識が薄いことや、関心があっても改善する時間がないことが気になります。子育て世代も育児に追われがちであり、各世代のライフスタイルを考えて気軽に健康意識を高められるような活動を考えていきたいです。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・独自の「健康だより」の継続</li> <li>・地元イベントとタイアップした健康づくり活動</li> </ul>
あけぼの・しんめい	小学校での啓発活動を通じて、若い保護者世代が健康意識を高められる機会が少ないのではないかと感じました。子育て世代の健康づくりと、こども虐待防止など健全育成に向けた取り組みを考えていきたいです。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・若い世代への健康づくりのPR（小学校等での啓発活動）</li> </ul>
城南	子育てひろば「うさぎっこ」の活動を通じて、母親たちはもっとおしゃべりをしたいのではないかと感じました。母親同士がもっとつながりを持てる内容を考えていくと同時に各世代の心と体の健康を高めていきたいと思っています。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育てひろば「うさぎっこ」の活動</li> <li>・高齢者の健康の見守り</li> </ul>

■ 取り組みを通じてめざす姿

今ある身近な人とのつながりの中で、健康づくりのきっかけをつくり、住民どうし顔見知りの関係性を活かしながら、健康づくりを地域の中に広めていきます。そして子どもから高齢者まで、すべての世代の人々の健康づくり意識が高まることをめざしていきます。

すべての世代で健康づくりの意識を高め、地域に広めていこう

# 大谷支部

## ■ 地域の特徴と健康課題

大谷地区は、茨城県境に接する南北に長い地域で、北部・中部・南部の3つの地域からなっています。地区内で環境や生活形態が大きく異なっていることも大谷地区の特徴です。

北部・中部は市の工業・商業・産業の中心的地域で大規模な区画整理がなされ、市街化が形成されましたが、愛宕塚古墳や金山神社など長い歴史を刻む伝統と文化が残り、そして大谷中学校の桜並木などの自然にも恵まれ心をほっと和ませてくれます。

また、北部は公共施設等も充実しており、中央図書館や城東公園をはじめとしたたくさんの公園では子どもたちが遊び、各々が体力づくりをするなど地域の憩いの場となっております。体力づくりをしていく中で元気な高齢者も多く、高齢化率は市内で最も低いです。

南部は野菜作りを中心とした農村地域で、人々は穏やかで世代問わず街中で声を掛け合うなど地域の輪はとともつながり深いです。昨今、土地開発がすすみ新興住宅地が増え、地区で最も人口が増えている地域です。

地区として市内外からの転入者が多い中、市民体育祭が毎年開催され単位自治会での様々な行事やお祭りも盛んであり、世代を超えた「つながり」の場が多くあります。また、市指定文化財である血方神社稚児神楽は保存会を中心に地域で受け継がれており、静寂無垢な舞に人々は魅了されます。

## ■ 10年間の取り組みを振り返って

大谷支部は『大谷地区市民体育祭』『大谷ミニ健康まつり』『大谷公民館まつり』などを通して、いきいきストレッチングや元気あっぷ体操\*・ズンドコ節・健康音頭などをひろめ、地域に根ざした活動で運動普及を図ってきました。

イベント参加・開催の継続	自主活動が盛んに！	団体・関係機関とタイアップ
<p>地域のイベント参加の機会が増えたことに加え、健康推進員会主催のミニ健康まつり継続実施や学校を会場にした健康教室開催が定例のものとなっております。それにより身近な地域で健康意識を高める機会が広がりました。</p>	<p>「まずは自分たちが健康に」という思いから、自主研修を定期的に開催し、習得したことを自らの地域で普及・啓発することに努めました。それにより、運動することが習慣となる人が増えました。また、推進員同士の交流を深めることができ、任期中の充実した活動の一助となりました。</p>	<p>活動を通して地域の他の健康づくり団体や関係機関と協働*することを意識的に行い、協働の取り組みが定例のもの同士に認識され、地域ぐるみで健康づくりを進めていくことができました。それにより、健康に関する事業が増えました。</p>



## 3-3 健康推進員による地域での取り組み

## ■ 第2次プランにおける取り組み

第1次プランの取り組みを継続していくとともに、各地区でのより細かい活動に取り組んでいきます。

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
北部 A	城東公園を中心に多くの方がウォーキングやラジオ体操をしています。健康推進員が中心となり参加者の拡大、特に女性に比べ男性参加者が少ないので、誰もが参加しやすい健康づくり活動に取り組みたいと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期開催中の健康教室の継続</li> <li>・身近な場所での健康づくりの啓発</li> <li>・既存の催事等での啓発活動</li> </ul>
北部 B	健康推進員活動が浸透・定着し、自治会行事等に参加協力を依頼される機会が増えました。単位自治会のほかに各種団体が多いのも特徴です。そのような団体ともつながり、特に子ども向けの催事に参加することで幅広い年齢層に健康づくりを広めていけたらいいと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種団体とタイアップした健康づくり啓発運動（幅広い世代）</li> <li>・減塩をテーマにした食生活についての情報発信</li> </ul>
中部	代々の健康推進員が培った活動の実績と発展に努めていきます。特に高齢者対象のいきいきふれあい事業は任期が変わっても、次期の人に引継ぎができるようにしていけるといいと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元で行われている行事や事業での健康に関するPR活動</li> </ul>
南部	いきいきふれあい事業において地域の幼稚園児との交流が盛んです。また、学校を会場にした健康教室には幅広い年齢層が参加しています。これらは他の関係団体との協働*も定例となっております。また、食生活についての啓発活動にも取り組んでいけたらと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域で安心して子育てができる支援</li> <li>・関係団体との連携を継続させ、減塩を中心とした食生活改善に向けた啓発活動</li> </ul>

## ■ 取り組みを通じてめざす姿

健康推進員自身が支部独自で開催している研修会等で習得したことを、身近な場所での健康づくり活動に活かし地域住民に広めていきます。

また、様々な健康づくり活動を通じて健康推進員自身そして地域の人々のつながりを深め、一人ひとりが健康な生活を送れるよう、お互いが支えあう環境づくり、安心して暮らせる居場所づくりをすすめます。

様々な健康づくり活動を通じてつながりを深め、健康な生活を送ろう



## 間々田支部

### ■ 地域の特徴と健康課題

間々田地区は、間々田・生井・寒川という3つの地域からなっています。

間々田は、あじさい通りや桜堤防などきれいな風景があり、地域の方の散歩コースになっています。また、乙女かわらの里公園や美しが丘公園など自然豊かな公園がたくさんあります。また、この地域には田植えを前に好天候を願う「蛇まつり」という珍しいお祭りが間々田八幡宮で繰り広げられており、県の無形民俗文化財に指定されています。

生井は桜づつみからの眺めがよく、豊かな自然に囲まれた地域です。2012年（平成24年）にラムサール条約湿地登録された「渡良瀬遊水地」があり、人と自然が共生するふるさとづくりへの取り組みにより、数十年後にはコウノトリやトキの舞う地区になっていくことでしょう。

寒川では生涯現役で農作業をする元気な高齢者が多く、また、住民が一体となり実施する寒川ウォーキング大会は地域の一大イベントです。2011年（平成23年）には決壊口祈念公園が完成し、憩いの場がまた一つ増えました。

この地区に住む方たちは、健康づくりへの意識も高く、身近な場所での健康教室の開催なども積極的に行っており、団結力が高く、住民の自発的な活動が盛んです。ふるさと・さくらまつり、老人会など地域の行事は住民が主体となり活動を展開しています。

高齢者が多く、いきいきふれあいセンター\*の活動も活発に行われている一方で、次世代のボランティアの育成や、子どもの肥満や虫歯が多いという課題もあります。

### ■ 10年間の取り組みを振り返って

間々田支部は、身近な地域での健康教室や健康相談等の開催を通して、人と人とのつながりを深めながら地域住民の健康づくり活動を展開してきました。

他の健康づくり団体と連携した活動が展開できた	地域での行事でタイアップする機会が増えた	主体的に健康づくり活動に取り組めた
ミニ健康まつりや、ブロックごとの健康教室では、運動普及推進員や食生活改善推進員*等他の健康づくり団体と連携し、地域の健康課題にあわせた活動が展開できました。	地域での健康推進員の認知度が高まり、体育祭や公民館まつり等の様々なイベントやいきいきふれあいセンターでの活動など健康推進員が活躍する機会が増えました。	地域の現状を把握し、自らが健康に関する知識を得るために自主的に勉強会を行い、健康教室を開催することができるようになりました。地域の健康づくり活動に対する主体性が高まってきました。



## 3-3 健康推進員による地域での取り組み

## ■ 第2次プランにおける取り組み

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
間々田	一人暮らしで支援を要するにも関わらず、サービスの適応にならない方たちが安心して暮らせるよう、地域で見守り等の支援ができるとうよいと思います。また、いきいきふれあいセンター*まで行けない高齢者のために、より身近な場所で集まれる機会を提供したいと思います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>一人暮らしの方を地域で支えるサポート体制の検討</li> <li>身近な施設で高齢者が集まれるサロンの開設の検討</li> </ul>
間々田東	地域の様々な場で活躍しているボランティアの高齢化が進む中、次世代を担うボランティアの育成が必要ではないかと思ひます。また、子育て世代では、近所との交流が少なく、孤立しやすくなっているため、交流の機会を提供していくことが必要だと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域の方のニーズ把握（ボランティア活動、子育て世代の関心事やニーズ）</li> <li>ニーズに応じた健康教室の開催</li> </ul>
乙女	地域の身近な場で、身近な健康推進員が主体となり、子どもからお年寄りまで、幅広い世代が参加できるイベントを開催してきました。健康意識を高めてもらうだけでなく、地域の方々の交流の場が提供できるよう、今後も継続していけるとよいと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自治会とタイアップしたミニ健康まつり（特に若い世代へのPR）</li> </ul>
生井	公民館まつりで、適塩豚汁の配布を行ってきました。住民の方から「味が薄い」という意見があり、食事を作る方たちに減塩を働きかけることで、家族全員の食生活の改善をしていけるのではないかと思ひました。	<ul style="list-style-type: none"> <li>減塩をテーマとした料理教室等の開催（地域のイベント等とタイアップ）</li> </ul>
寒川	共働きの家庭が増え、コンビニ食を利用する人たちが増えてきています。しかし、コンビニ食は便利な一方で、塩分やカロリーの摂りすぎ、化学調味料の摂取等、健康面への懸念があります。そこで、家庭で健康的な食事が摂れるように、男性が料理を学べる機会を提供したいと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>男性向けの料理教室の開催（地元の講座とタイアップ）</li> </ul>

## ■ 取り組みを通じてめざす姿

まず、健康推進員自身がこれからを担う若い世代を含めた地域住民の現状、ニーズの把握に努めていきます。次に、地域の団体とのつながりが深いという長所を活かし、各団体と一緒に具体的な活動の展開方法について話し合っていきます。そうすることで、間々田地区の子どもたちから高齢者までが、健康づくりの場を通して、身近な地域の人々とつながる機会を増やし、地域でいきいき楽しく生活していけることをめざします。

**健康づくりの場を通してつながり、地域でいきいき楽しく暮らそう**

# 美田支部

## ■ 地域の特徴と健康課題

美田地区は、豊田地区・穂積地区・中地区の3つの地域からなっており、美しい田園風景が広がる所です。現在でも用水路に魚を捕りにくる親子の姿を見かけたり、ほたるを育てている小学校もあるなど、美しい自然が残っている静かなところで、初夏の水田に防犯灯が映る風景などはほっと心を和ませてくれます。また、間中・豊徳川の桜並木、歌人田波御白の生家、流鏝馬で有名な篠塚稲荷神社など、「おやま百景」に選定されている美しい景色や名所旧跡28か所を有しています。

きれいな水で育ったお米は大変おいしく、美田米はその昔、天皇家に献上されたということです。おいしいお米で作った地酒も美味で、小山ブランドとしても認定されています。穂積地区にある道の駅「思川」は2006年につくられ、小山ブランド創生・発信、都市と農村の交流拠点とされ、地産地消\*を推進し、地域の活性化に一役も二役もかっています。近辺には、道の駅に出荷している野菜を生業現役で作っている元気な高齢者も多くいます。

地域の輪はとてつなかりが深く、人々は温厚で協力的、子どもたちも道ですれ違くと元気にあいさつします。また、地域のお祭りやお囃子会など、古き良き日本の伝統が息づいています。

お米や野菜がおいしいこの地域では、朝食を食べない小学生はほとんどいません。3世代家族も多く「朝ごはんは食べていきなさい。」とおじいちゃん、おばあちゃんが声をかけてくれるおかげです。近年、田んぼの淵をウォーキングしている人を随分みかけるようになりましたが、成人の血糖値が高い人が多いという健康課題も持っています。また、高齢者が多い地域ということもあり、介護の問題は身近であり、特に認知症への関心も非常に高くなっています。

## ■ 10年間の取り組みを振り返って

美田支部は、様々な組織とつながって、世代間交流を図りながら、健康づくりを広めることをめざして活動してきました。

各小学校とタイアップ！	世代間の交流が盛んに！	健診受診率アップ！
健康推進員が小学校の学校祭でコーナーをいただけるようになり、児童や保護者に健康づくりを啓発する機会が広がりました。 学校保健委員会に健康推進員が呼ばれるようになった地区もあります。	高齢者を対象とした「いきいきふれあい事業」では、地区社協や地域の保育所・学校などとも一緒に活動できるようになりました。 このように高齢者と子どもたちなど世代間での交流機会が増えました。	特定健診の受診率が豊田・中・穂積すべての地区において年々高くなっています。特にH23年度の地区別受診率をみると、第1位穂積（33.8%）、第2位中（33.2%）、第3位豊田（31.0%）と小山市の上位3位をすべて美田地区が占めています。



## 3-3 健康推進員による地域での取り組み

## ■ 第2次プランにおける取り組み

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
豊田北部	健康推進員の活動を通して、地域の高齢者は元気な方が多いのに比べて、その下の世代が疲れているように感じました。仕事や子育てなど様々なストレスを抱える働き世代の健康づくりに取り組みたいと思います。	・若い世代を対象に、身近な場所での健康教室を開催 (年2～3回)
豊田南部	先輩の健康推進員から受け継がれてきた学校や公民館とのタイアップ事業は継続したいと思います。また、健康教室は多くの人に参加できるよう、身近な場所で開催し、特に減塩をテーマにしたものは継続できたらいいと思います。	・幅広い世代への健康づくりの啓発活動（公民館まつりや学校祭等とタイアップ） ・身近な場所での健康教室を開催
中	近くで健康体操などを行う機会が少ないので、そういった機会がもっと増えるといいのではないかと感じています。また、地元の小学校や団体と協力して健康づくりを広めていけたらいいのではないかと考えます。	・運動をテーマにした健康づくりの活動(公民館や団体とタイアップ)
穂積	公民館で健康教室を開催するだけでなく、自治会で行うイベントなどと一緒に開催すると、参加者の数も世代も広がります。今後も、このように自治会で行う行事に組み込んでいけるといいと思います。	・健康づくりの啓発機会を増やす(自治会行事や団体とタイアップ)

## ■ 取り組みを通じてめざす姿

まず、健康推進員自身が地元のいろいろな組織や団体を知ることから始めます。

次に、そういった団体等の協力をもらいながら、一緒に健康づくりを啓発する機会を作ります。そうすることで、美田地区の子どもたちから高齢者まで、すべての人がいろいろな機会を通して、健康づくりに触れる機会を増やしていき、地域全体の健康づくりに対する意識を高めていきます。

また、美田地区の特徴の一つである、地域の人々の温かいつながりを大事にしなが、このつながりがさらに深まり、お互いに信頼し合え、助け合える地域、さらに交流する場や機会が豊富にある地域づくりをめざします。

みんなの暮らしに「健康」の視点を、そして温かい地域のつながりを大事にしよう

## 桑支部

### ■ 地域の特徴と健康課題

桑地区は、田畑や果樹園等の農業地帯が多く広がる一方で、市の中心部に近い地域や国道4号線の周囲には住宅地、北東部には工業地帯が建ち並ぶバラエティー豊かな環境を持つところ。思川・姿川沿いには、田園風景が広がり、春から秋にかけては、関東でいち早く解禁する鮎釣りを楽しむ光景があちこちで見られます。畑や果樹園の広がる地域では、直売所も多く、新鮮な野菜や梨が食べられます。

現在、都市再生整備計画が進められている羽川地区は、宅地化が進み新興市街地として新たなスーパーが出来るなど利便性が高まっています。また、小山ゆうえんち跡地には、ショッピングセンターができ、映画館や遊園地の名残としてメリーゴーランドなどの娯楽施設もある複合商業施設となり、多くの方が訪れています。なかでも、思川温泉は、市外・県外からの利用者も多く、観光名所となっています。

琵琶塚古墳・摩利支天塚古墳は、県内最大で最古を誇る前方後円墳として、文化遺産に登録されています。大沼公園は、春には綺麗な花が咲き、四季折々の表情を見せ、水辺の散策路として親しまれています。

新興市街地では転入者の増加により若い世代が多くなってきていますが、地域全体としては高齢化率23.4%と、市全体の20.1%を上回っており、高齢者の健康や介護の問題が課題となっています。

### ■ 10年間の取り組みを振り返って

桑支部では、すべての世代の方々が健康について関心を持ってもらえ、地域ぐるみで健康づくりの意識が高まるよう、様々な組織・イベントとつながり、活動してきました。

小学校とタイアップ！	教室が立ち上がりました！	地域のお祭りに参加！
小学校の学校祭で、健康推進員コーナーを設けてもらえるようになり、児童だけでなく保護者へも健康づくりを啓発した結果、肥満児童の割合が大幅に減少しました。	健康推進員が企画した健康教室後、地域の方々から多くの反響があり、運動教室が立ち上がり、定期的に地域住民が集まり、独自の活動がはじまりました。	地元のお祭りや体育祭に、健康推進員のコーナーを設けての活動が定着しました。



## 3-3 健康推進員による地域での取り組み

## ■ 第2次プランにおける取り組み

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
喜沢	「今までの伝統を残しつつ、新しいことをはじめる！」を目標に活動していきます。 4自治会合同で健康教室を企画・開催後、地域で定期的に運動教室を開催するようになりました。各地区で健康づくりの活動や団体が増えるよう、今後も健康教室を継続して取り組んでいきたいと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4自治会合同での健康教室の継続</li> <li>・各自治会での健康度測定の実施</li> </ul>
羽川	羽川連合自治会運動会で実施している健康度測定は、恒例となっており、幅広い世代に健康づくりの啓発をするよい機会となっているため、今後も継続していききたいと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元行事とタイアップした健康づくりの継続</li> <li>・いきいき等での健康教室の開催</li> </ul>
羽西	小学校とのつながりは、今後も継続していききたいと思ひます。地域の中で高齢化率が高まっていると感じました。介護予防が大切であり、いきいきふれあいセンター*等を利用し、健康づくりを啓発していききたいと思ひます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学校祭とタイアップした良い生活習慣のPR活動（子どもから若い世代対象）</li> <li>・地域のイベントとタイアップした健康度測定の実施</li> </ul>
荒井・出井	継続してきた地域イベントの参加は、定着してきているので、内容を工夫しながらこれからも継続していききたいと思ひます。また、今後は、地区の特徴に合わせた健康づくりの勉強の機会も作っていききたいと考えています。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域のイベントとタイアップした健康PR活動の継続</li> <li>・身近な地域での健康教室の開催</li> </ul>
萱橋	生活環境の変化により、生活リズムが乱れている子が増えていると感じました。親子によりよい生活習慣の大切さを啓発するために、今後も小学校とのタイアップを継続していきます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学校祭とタイアップした親子への健康づくりの啓発活動</li> </ul>

## ■ 取り組みを通じてめざす姿

健康推進員自身が、健康づくりや地域について知ることからはじめます。次に、地域のイベントと一緒に参加し、子どもから高齢者まで幅広い世代の方と多く触れ合うことで、身近なところから様々な情報を収集します。そして、住民が健康づくりに触れる機会をつくり健康への関心を高めてもらい、地域のつながりを広め、笑顔の絶えない元気な地域をめざします。

健康づくりの仲間を増やし、こころも身体も健康な地域を作ろう!!

## 絹支部

### ■ 地域の特徴と健康課題

絹地区は関東平野を感じさせる、なだらかな田園地帯です。筑波山の2峰から朝日が輝き、夕には遠く太平山付近の空を赤く染め、季節の移ろいが感じられます。地域の名産として、米・いちご・そば・やまといもなどがあります。

平成22年11月16日、「本場結城紬」の高い技術が世界的に評価され、「ユネスコの無形文化遺産」に登録されました。絹地区は、昔からこの結城紬の生産が盛んに行われ、女性は家で糸を紡ぎ、はたを織り、一家の重要な働き手です。当時は朝から夜までどこの家からも温もりのあるはたおり機の音が聞こえてくる、そんな地域でした。しかし、着物の需要の減少とともに、絹地区の特産の紬の生産に携わる人も少なくなり、現在では数えるほどになっています。

現在は、他の農村地区と同様、高齢者が農業を営み若い者は外に働きに行くという生活スタイルに変わり、高齢者世帯人口が増え高齢化率28.0%、4人に1人は65歳以上、年間出生数は30人前後という状況です。(平成25年1月現在)

絹地区は昔から人情味が強く地域のつながりを大切にする風土があり、地域の人々は皆顔見知り、〇〇さんちの孫・△△さんちの嫁と言った方がわかりやすいようです。地域まつり・イベントも盛んで、古い歴史のある鯉を祭った名所「高橋神社」の厳かな祭りや、比較的新しい地域イベント「縄文まつり」は、地域の人たちも多く参加し楽しみにしている地域の事業です。

「人情味あふれ高齢者が元気なまち」が絹地区の自慢です。

### ■ 10年間の取り組みを振り返って

健康推進員の活動としては、何と言っても「ウォーク in 絹あるけあるけシルクロード」です。健康都市おやまプラン21第1期計画時から継続して行われている健康づくり事業で、健康推進員OBや地域住民に声かけし、年に2回継続的に実施している地区独自の事業です。この活動は、住民が生活の中に運動を取り入れるきっかけ、健康づくりのきっかけとなり地域に定着しています。

また、地域の行事に参加しながら、様々な場所で、健康推進員のPRや検診・健康に関することの啓発活動を行ってきました。

ウォーキングの定着	地域のイベントとタイアップ!
<p>年1回からスタートしたウォーキングが、平成17年度から年2回開催が定着し(H18は3回)、公民館事業にも組み込まれるようになりました。</p> <p>10年間(H14~23)で、計19回・延1,038名の参加者という結果です。</p>	<p>絹地区の体育祭(10月)や公民館まつり(2月)に参加し、健康推進員コーナーとして、健康度測定や検診PR(ピンクリボンキャンペーン)を定期的で開催しました。また、19年度から、縄文まつりに参加し、縄文鍋(減塩豚汁)で減塩等健康づくりのPRも併せて行っています。</p>

3-3 健康推進員による地域での取り組み

■ 第2次プランにおける取り組み

地区名	現状から次の取り組みへ	具体的な取り組み
絹地区全体 (梁・福良・延島学区)	他組織とつながったウォーキング事業を継続していくことで、運動の大切さを理解し、各家庭・仲間とともに実践していけるよう、色々な地域団体とつながって、広めていきます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・より多くの世代や団体とつながったウォーキング事業を展開</li> </ul>
	食や運動、様々な病気の予防等、地域の健康課題やニーズにあった健康教室やミニ講演会などを計画していきます。また、検診受診率が絹地区は18.8%と市内でも低い傾向(平成23年度、小山市全体28.2%)であるため、検診のPRに力を入れていきます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の方を対象とした、健康教室の開催</li> <li>・様々な機会を活用した、検診受診勧奨</li> </ul>
	健康づくりの担い手である健康推進員の活動について、より多くの人に認知していただけるよう、推進員の活動のPRを様々な機会に行っていきます。また、地域の多くの団体とのつながりを深めていきます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康推進員OBとつながった推進員活動の浸透</li> </ul>

■ 取り組みを通じてめざす姿

健康推進員となって、改めて健康の大切さ・推進員の活動の意義を実感した人も多いことから、健康推進員自身が、地域の人たちと一緒に、健康について学んで、広めていきます。また、地域全体でのネットワーク機能を高めていくために、絹地区の地域の絆の深さを生かして、健康推進員OBや地域の団体と手をつなぎ、つながりを持ちながら、健康推進員の活動のPRとともに、検診の大切さや健康づくりを伝えていきます。

農業を営みながら生活している元気な高齢者は多いですが、高齢化も進んでいることから、地域の方が豊かに楽しく生活していけるよう、気軽に健康について学べる場を設けていきます。

地域の輪の中で、「健康の大切さ」を広め、みんなで取り組んでいこう





## 4-1 計画の実現に向けて

計画の実現に向けては、市民一人ひとりが健康づくりに取り組むとともに、行政・家庭・学校・地域・関係団体・職域等が連携しながら、ソーシャル・キャピタル（人のつながりや地域の絆）により、全面的な健康づくり運動を調整していく必要があります。

また、プランを計画的かつ着実に実現するため、PDCAサイクルによる計画の進捗状況の把握と評価、見直しと改善の進行管理を行っていきます。

### 1) ヘルスプロモーションによる健康づくりの推進

健康づくりに取り組むにあたっては、市民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」という意識を持ち、生活習慣病の予防や生活の質（QOL\*）の向上を目指して、主体的に取り組むことが大切です。

また、ヘルスプロモーション\*による健康づくりを推進するためには、市民が相互に支え合うことや、社会全体で市民の健康づくりを支え、守る環境を整えていく必要があります。

そのため、行政・家庭・学校・地域・関係団体・職域等が連携しながら、それぞれの役割に応じた健康づくりの支援と実践できる環境づくりを目指します。

### 2) 健康づくりの推進体制の充実

プランに基づく健康づくりの推進にあたっては、行政・市民・企業・関係団体等が互いに連携・協力しながら取り組みを積極的に展開していくことが必要です。

そのため、「健康都市おやま」の実現に向けた健康づくり推進体制の充実を図るとともに、市民や企業等への情報提供と関係団体・機関等とのネットワーク形成を進めます。

#### ■ 庁内体制

- 庁内関係各課の横断的な連携・情報交換等を十分に図りながら、市民の健康を支え、守り、健康づくりを広めるための環境を整えるため、効果的・効率的な施策事業を展開します。

#### ■ 健康づくり推進協議会\*

- 「健康づくり推進協議会」において、地域の保健・医療・介護・学校など関係団体・機関等との連携強化を図るとともに、相互の情報交換等を行います。

#### ■ 健康づくりの情報提供

- 健康づくりや「健康都市おやまプラン21」に関する情報を市民等に分かりやすく、総合的かつ効果的に提供できる仕組みづくりを進め、市民の健康意識の向上と主体的な健康づくりの実践につながるよう、市民ニーズに応じた情報提供の体制整備を推進します。

### 3) 全市的な健康づくり運動の推進

健康づくりを社会全体で推進し、社会全体が市民一人ひとりの健康づくりを支え合うよう、保健・医療・介護関係者や企業、民間団体等の参画を得ながら、健康づくり運動を展開するための組織を構築し、様々な交流・ネットワークを活用して、全市的な健康づくり運動を推進します。

#### ■ 健康づくりを支える人材育成

- 健康推進員\*や食生活改善推進員\*、健康づくり運動普及推進員\*など、身近な地域で健康づくりに携わる人材を育成するとともに、ボランティアや自主グループ等の育成と資質の向上を図り、地域ぐるみでの健康づくりの実践活動や普及啓発など活躍の場を広げていきます。

#### ■ 企業等への働きかけ

- 健康診査等の実施やこころの健康の保持、食品中の減塩や適切な栄養の摂取、禁煙・受動喫煙対策など、企業と連携した健康づくりの取り組みや情報提供等による職域連携を強化していきます。



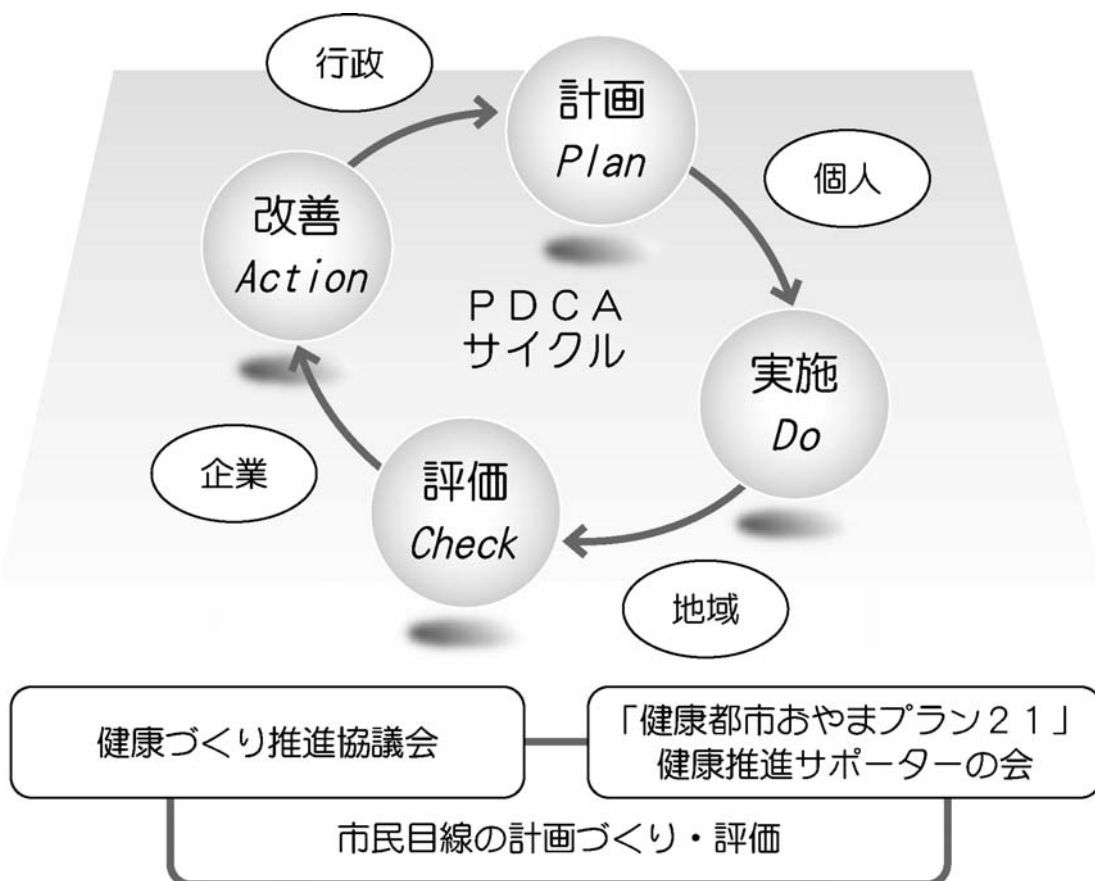
## 4-2 評価の仕組み

プランの計画的な推進を図るため、「健康づくり推進協議会」や「健康都市おやまプラン21」健康推進サポーターの会\*などと連携・活用しながら、各種統計指標の収集分析や必要な調査を実施するなどして、市民の目線を大切にしながら計画や施策事業の進捗の確認、検証・評価を行います。

また、中間評価を計画期間の中間年にあたる平成29年度に行い、最終年の平成34年度には最終評価を行います。

## 4-3 計画の評価方法

評価にあたっては、「PLAN（計画）→DO（実施）→CHECK（評価）→ACTION（改善）」の評価システムに基づいた計画の評価・見直しを必要に応じて行い、市の現状課題や社会経済情勢の変化等に対応した取り組みの進行管理を行います。



## 4-4 評価指標と目標値

ここでは、計画の評価と見直し、改善を図るため、「3-2 事業推進計画」に掲げた行動目標ごとの「評価指標」と「目標値」を一覧表として整理しました。

### 1 ゆとりと責任のある、妊娠・出産・育児をしよう

#### 行動目標 1-1 安心して、妊娠・出産ができるようにしよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
安心した気持ちで妊娠中が過ごせる人の割合の増加	73.8% (平成23年度アンケート②)	80%
妊娠・出産について満足している者の割合の増加	—	100%
妊婦健診平均受診回数の増加 (妊婦健診受診者データより)	11.1回 (平成22年保健予防)	増加傾向へ
妊娠早期（11週以内）の妊娠の届出率	93.8% (平成22年とちぎの母子保健)	100%
妊産婦死亡者数0の維持	0人 (平成22年県保健統計)	0人

#### 行動目標 1-2 支えあい(愛)ながら、心のゆとりを持って楽しく子育てをしよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
乳児全戸訪問事業の実施率の向上	92.3% (平成22年保健予防)	100%
育児について相談相手のいる母親の割合	87.58% (平成23年度アンケート②)	増加傾向へ
育児に参加する父親の割合の増加	52.1% (平成23年度アンケート②)	60%
子育てに自信がもてる人の割合の増加	70.8% (平成23年度アンケート②)	75%
虐待していると思う親の割合の減少	母 12.6% 父 4.3% (平成23年アンケート②)	母 10% 父 2%

#### 行動目標 1-3 小さい頃から、規則正しい生活習慣を身につけ、 健やかな成長を支えよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
全出生数中の低出生体重児*の割合の減少	11.5% (平成22年県保健統計)	減少傾向へ

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
朝食を毎日食べている子どもの割合の増加	幼児 93.2% 小学生 93.0% 中学生 90.4% (平成23年アンケート② 小中学生は学校調査)	100%
小中学生の肥満の子どもの割合の減少	小学生 7.7% 中学生 7.0% (平成22年学校保健統計)	減少傾向へ
3歳児でむし歯のない児の割合の増加	71.9% (平成22年保健予防)	80%
小中学校のむし歯罹患率の減少	小学校 60.22% 中学校 47.23% (平成22年学校保健統計)	減少傾向へ
教室に参加して不安や心配が解消された保護者の割合の増加 (のびっこクラス終了時アンケート)	81.25% (平成23年度アンケート 51人回収)	90%

## 2 生涯を通じた健康づくりに取り組もう

### 行動目標 2-1 定期的に健康診断・検診を受けよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
特定健康診査*受診率の向上	30.7% (平成23年度小山市国保 法定報告)	60%
がん検診受診率の向上 ※国の指標に合わせ、 子宮がん検診20～69歳 他がん検診40～69歳	胃がん 15.6% 肺がん 19.1% 大腸がん 21.8% 子宮がん 28.1% 乳がん 31.6% (平成23年度保健予防)	胃がん 30% 肺がん 30% 大腸がん 30% 子宮がん 40% 乳がん 40%
がん精密検査の受診率の向上	胃がん 77.4% 肺がん 77.8% 大腸がん 71.6% 子宮がん 71.8% 乳がん 82.8% (平成23年度精密検査 状況表)	90%以上
がん死亡率（SMR※）の減少 ※標準化死亡比：年齢構成の異なる地域間で、死 亡状況の比較ができるように考えられた指標	104.3 (平成22年度県保健統計)	100

## 4-4 評価指標と目標値

## 行動目標 2-2 生活習慣病の発症予防・重症化予防に取り組もう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
適正体重※を維持している者の割合の増加 ※特定健診結果でBMI*18.5~24.9の者	67.2% (平成23年度小山市 国保データ)	70%
運動習慣がある人の割合の増加	40.1% (平成23年度アンケート①)	50%
特定保健指導*実施率の増加	26% (平成23年度法定報告)	60%
メタボリックシンドローム*該当者及び 予備群者の減少率	1.2% (平成23年度法定報告)	25%
HbA1c*（NGSP値）が6.5%以上の者の 割合の減少 ※23年度までは日本基準（JDS値）6.1%以上を使用	9.7% (平成23年度小山市 国保データ：JDS値)	9.5% (国際基準値6.5%使用)
人工透析の新規導入者数の減少	499人 (平成23年度 福祉課データ)	減少傾向へ
COPD*の認知度の向上	— ※参考値：国25% (平成23年度)	60% (平成34年度 アンケート①)
喫煙率の減少	21.0% (平成23年度アンケート①)	15%
妊娠中の喫煙をなくす	— ※参考値：国5% (平成23年度)	0% (平成34年度妊婦 健康診査受診票)

## 行動目標 2-3 すべてのライフステージでより良い食習慣を身につけよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
主食・主菜・副菜をそろえて、バランス良 く食事をするように気をつけている人の 割合の増加	70.4% (平成23年度アンケート① 参考値)	80%
朝食を毎日食べている人の割合の増加	78.3% (平成23年度アンケート①)	85%
適正塩分のみそ汁を「うすい」と感じる人 の割合の減少	22.5% (平成24年度適塩みそ汁 試飲時アンケート775人)	15%

**行動目標 2-4 生涯にわたり自分の歯を保てるようにしよう**

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
20本以上自分の歯を持つ高齢者（75～79歳）の割合の増加	35.6% （平成23年度アンケート①）	40%
歯周疾患*検診を受診した人のうち、歯周病**の人の割合が減る ※「歯肉の状況と判定区分」の「b. 歯周治療（CPI 3もしくは4）」となっていた人	53% （平成23年保健予防）	45%

### 3 自分を大切に生きがいを持って、健やかに暮らそう

**行動目標 3-1 生涯を通じて、命の大切さを学ぶ機会とところをつくろう**

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
思春期講座を実施する小中学校の数	3校 （平成22年保健予防）	全小中学校（38校）での実施へ

**行動目標 3-2 人と人とのつながりで、こころを元気にしよう**

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
自殺者数の減少	31人 （平成22年県保健統計）	減少傾向へ
睡眠による休養がとれている人の割合の増加	79.1% （平成23年度アンケート①）	85%
心が健康であると思う人の割合の増加	82.4% （平成23年度アンケート①）	85%
ストレスを感じている人の割合の減少	66.4% （平成23年度アンケート①）	60%

**行動目標 3-3 生涯現役を目指し、仲間と共によりいきいき元気に暮らそう**

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
運動習慣のある高齢者の割合の増加	65～69歳 60% 70～74歳 49.2% 75～79歳 58.3% （平成23年度アンケート①）	65～69歳 70% 70～74歳 60% 75～79歳 70%

## 4-4 評価指標と目標値

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
介護保険サービス利用者の増加の抑制	4,247人 (平成22年度実績)	6,620人
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)* の認知度	17.3% (参考値：第2次 健康日本21)	60% (平成34年度 アンケート①)

## 4 人との交流を大切に、共に生きよう

### 行動目標 4-1 身近な活動に参加しながら、仲間づくりをしよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
身近な人へのあいさつをしている人の割合の増加	72.3% (平成23年度アンケート①)	85%
地域活動に参加している（積極的・どちらかといえばしている）人の割合の増加	39.2% (平成23年度アンケート①)	60%

### 行動目標 4-2 地域の交流を広げながら、手をつなぎ、支え合おう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
いざという時、助け合える環境が身近にな いと思う人の割合の減少	8.1% (平成23年度アンケート①)	5%以下

### 行動目標 4-3 誰もが安心して出かけられるようにしよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
コミュニティバス*利用者の増加	380,891人 (平成22年実績)	増加傾向へ



## 5 自分たちのまちで、健康に暮らせる環境をつくろう

### 行動目標 5-1 安心して保健・医療・介護を受けられる環境の整備を進めよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
かかりつけ医*を持っている者の増加	66.5% (平成23年度アンケート①)	80%
医療機関の対応の満足度の向上	86.8% (平成23年度アンケート①)	90%
救急医療機関の対応の満足度の向上	70.1% (平成23年度アンケート①)	80%
救急の重症患者のたらい回しの減少	22件 (平成23年度実績)	0件

### 行動目標 5-2 健康づくりを広め、楽しく実践できる環境を整備しよう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
身体が健康であると感じる人の割合の増加	84.8% (平成23年度アンケート①)	90%
日頃運動している人のうち、1年以上運動を続けている人の割合の増加	73.8% (平成23年度アンケート①)	85%

### 行動目標 5-3 ふるさとおやまを愛し、 みんなでつながって健康づくりに取り組もう

評価指標（目標項目）	基準値	目標値
健康都市おやまプラン21を知っている人の割合の増加	35.0% (平成23年度アンケート①)	60%

※平成23年度アンケート①：市民の暮らしと健康に関する基礎調査  
平成23年度アンケート②：乳幼児健診対象者アンケート調査

## 資料編

---

- 1 第1次プラン評価結果概要
- 2 策定の体制と経過
- 3 市民の暮らしと健康に関する基礎調査結果概要
- 4 乳幼児健診対象者アンケート調査結果概要
- 5 栃木県内各市町健康寿命
- 6 用語解説

# 1 第1次プラン評価結果概要

第1次プランの最終評価では、行動目標ごとに取り組みや目標の達成状況などを把握・整理し、その成果や課題を考察としてまとめました。

## 基本方針1 ゆとりと責任のある妊娠・出産・育児をしよう

### 行動目標 1) 安心して妊娠・出産ができるようにしよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親になるための心の準備ができるようにしよう</li> <li>・妊娠中に気をつけることを理解しよう</li> <li>・妊娠・出産に伴う経済的な負担を減らそう</li> </ul>
------	--

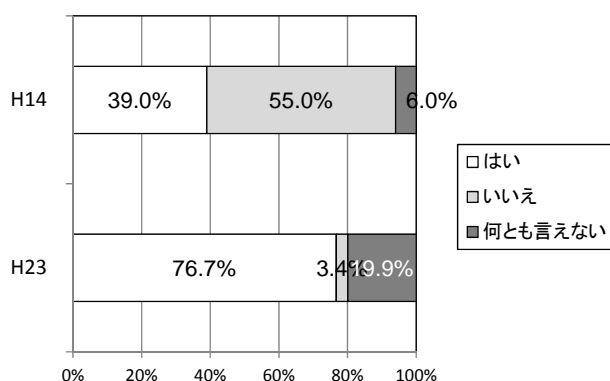
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
安心した気持ちで妊娠中を過ごせる人が増える [マタニティクラスアンケート結果]	73%	73.8%	90%	C
妊婦健診を受ける人が増える [④] (1回目の受診率)	91.8%	94.9%	95%	A
周産期死亡率*が減る [保健統計]	3.4	0.7	0	B
妊産婦死亡率*が維持できる [保健統計]	0	0	0	A
早期(妊娠11週未満)に妊娠届をする人が増える [④]	78.7%	93.8%	100%	B

※ 評価指数(基礎データは以下の①～④より) / \*その他は [ ] 内を参照

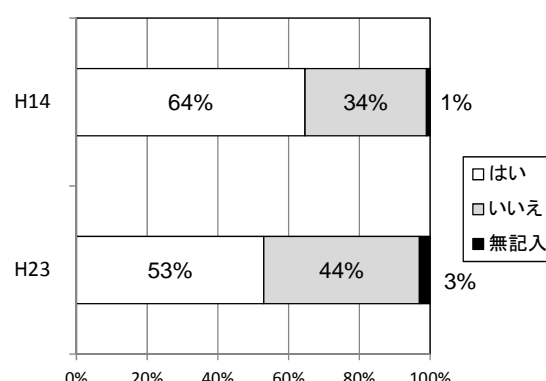
- ① 市民の暮らしと健康に関する基礎調査【平成24年2月実施】
  - ・15～79歳までの市民へのアンケート(郵送方式)  
対象6,800人(回収率48.2%)。
- ② 乳幼児健診対象者アンケート調査【平成23年12月～24年2月実施】
  - ・乳児、9か月、1歳6か月、3歳児健診対象 約1,000人に  
問診票とともに郵送し、健診時に回収(回収率70.3%)
- ③ 健康推進員\*から見た小山の健康づくりのまとめ【平成23年度中実施】
  - ・健康推進員(各自治会263名)の意見集約「～10年前と今～」
- ④ 事業実績 (行政20課80事業の振り返り)

## ■ アンケート調査結果

【妊娠・出産・育児について  
十分な情報があると思うか【②】】



【妊娠・出産・育児に関して  
経済的負担を感じているか【②】】



## ■ 考 察

これから親になる市民が、「安心した気持ちで妊娠中を過ごせる人が増える」よう、医療機関でのマタニティクラスに加え、市では、これまでのマタニティクラスを「はじめての妊娠コース」と第2子以降の「きょうだいクラス」に分け、初産・経産婦の悩みに配慮した内容で実施してきました。目標値には到達していませんが、個々の負担感・不安感の軽減に役立っており、引き続き妊婦の心の安定に必要な内容を盛り込んだ教室運営が必要です。

妊娠・出産・育児に経済的負担を感じていると答えた人は減少しました。妊産婦医療費助成制度の浸透に加え、妊婦健康診査助成事業での助成回数が2回から14回に、助成額も合計1万円から9万5千円に拡大しており、妊娠・出産に関する経済的負担は大幅に軽減された結果と考えられます。

制度が充実される一方で、毎年数件ですが妊婦健診未受診に近いケースや、出産後に母子手帳を申請するケースもあるため、妊娠早期の母子手帳交付と妊婦健診・妊産婦医療助成制度の利用についての周知徹底が課題となっています。また、個別支援が必要な妊婦や家庭に対しては、早期からの保健師による支援及び関係機関と連携した支援体制が確保しやすくなりましたが、養育上の問題を抱えるケースの増加や問題の複雑化に伴い、医療機関や行政だけでは支援が不十分なこともあり、今後は健康推進員\*や民生委員等地域の支援者とのネットワークを強化し、協力を得ながら継続支援を充実していく必要があります。

また市民病院の産科病棟閉鎖に伴い、今後、新市民病院の開設により、開業医・大学病院との役割分担の下での適切な周産期医療の提供が望まれています。

## 行動目標

## 2) 自信を持って楽しく子育てしよう

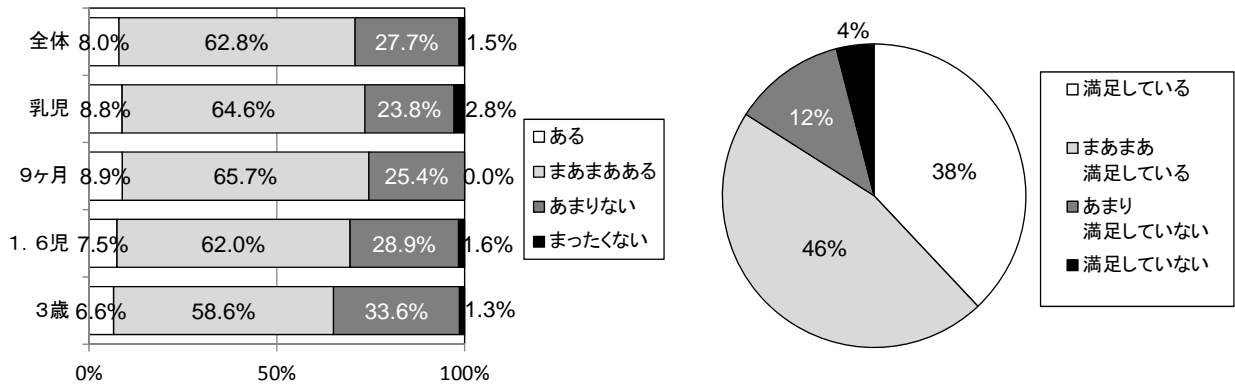
## 取り組み

- ・子どもの個性を大切にしながら楽しく育児をしよう
- ・子育て中の親子が交流を持ち、お互いに情報交換をしよう
- ・子育てに関するいろいろなサービスを上手に利用しよう

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
子育てに自信が持てる人が増える [②]	39%	70.8%	65.1%	A
子育てサークルに参加する人が増える [②]	10%	12.4%	30%	C
育児の大変さを周囲の人が理解してくれる と思う人が増える [②]	76%	81.3%	80%	A
父親の育児参加が増える [②]	48.1% (H18)	52.1%	50%	A
虐待していると思う人が減る [②]	母 15% 父 4%	母 12.6% 父 4.3%	12% 2%	B
乳児全戸訪問（こんにちは赤ちゃん事業）の 実施率が上がる [④]	86.6% (H20)	92.3%	95.0%	B
子育て支援センター・ひろば等実施個所及び 参加人数が増える [④]	10 か所 20,871 人	14 か所 23,764 人		E

## ■ アンケート調査結果

【自信を持って子育てができているか〔②〕】 【夫の育児への協力に満足しているか〔②〕】



## ■ 考 察

出産後間もない親子への母子保健サービスとして、これまでは希望者に新生児訪問を実施してきました。平成20年度より乳児全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん訪問）が開始され、訪問率も9割を超えたことにより、乳児のいる全ての家庭に、乳児健診より前に訪問し、育児不安・負担感の高いケースを早期に把握し、必要なサービス等に繋がられるようになりました。

乳幼児健診は、単なる疾病や障がいの早期発見の視点から、子育て支援を重視した視点とし、保護者の気持ちに寄り添う対応を心がけたり、子どもへの関わり方のポイントを盛り込んだ内容の充実に努めました。「子育てに自信が持てる人」は大幅に上昇しており、子育て支援センター・ひろば等の増加や子育て支援者の質の向上による保護者の孤立化の予防や育児不安の解消が図れたものと考えられます。

また、育児の中心となる母親への支援だけでなく、全国的に子育てを社会全体で取り組むべき課題として様々な啓発活動が展開されたことや、父親の育児参画への取り組みが拡大したこともあり、「育児の大変さを周囲の人が理解してくれると思う人」の割合は目標値を達成しました。

子どもの虐待については、オレンジリボンキャンペーン\*等の子ども虐待防止活動により、市民の意識が高まってきており、支援体制もスムーズな連携がとれるようになりました。しかし、養育上支援が必要でありながら、保護者が希望しないケースなどに対しては関係機関のネットワークを強化・活用し、更に適切な支援を行っていく必要があります。

行動目標

3) 医療体制の整備を進めよう

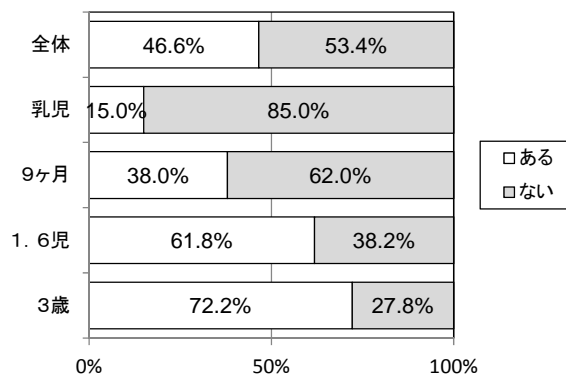
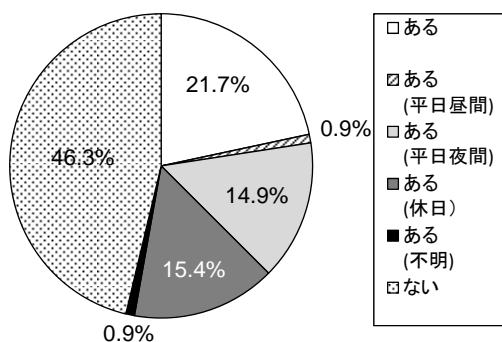
取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 救急の医療体制の整備を進めよう</li> <li>・ 小児救急医療体制の整備を進めよう</li> <li>・ 市内の医療機関の情報をもっと広めよう</li> </ul>
------	---

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
こどもが病気になった時、病院がわからず困った人が減る [②]	41%	21%	37%	A
かかりつけをもっている親の割合が増える [②]	74%	95.6%	78%	A
こどもが急病の時、診てくれるところがなく困った人の割合が減る [②]	27%	21.7%	24%	A

■ アンケート調査結果

【子どもが急病の時、すぐに診てくれる病院が分からなくて困ったことがあるか [②]】

【夜間や休日に救急で医療機関を受診したことがあるか [②]】



■ 考 察

平成20年度に夜間休日急患センター（一次）が新設され、平成21年度に小児二次救急医療支援事業が開始、平成23年度に二次救急医療機関が3病院増加し、救急医療が受けられる体制整備が図られました。

また、市民が医療機関を利用しやすくなるよう、市内の医師会・歯科医師会に加入している医療機関の情報を作成・配布しました。

引き続き、行政や消防、医療機関・医師会・歯科医師会等が連携・協力して、救急医療提供体制の強化を図る必要があります。また、救急医療が適切に利用されるよう、かかりつけ医\*の必要性など、市民への周知・啓発を行っていく必要があります。

## 基本方針2 生涯を通してこころとからだの健康づくりに取り組もう

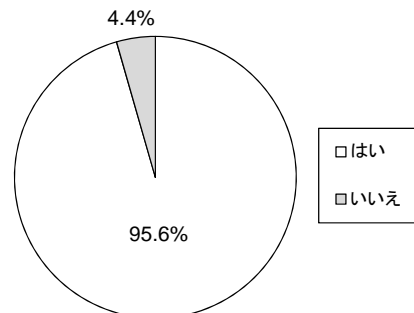
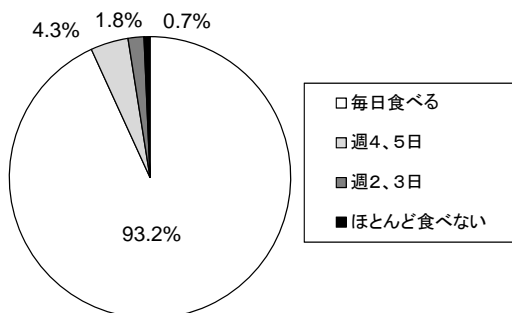
## 行動目標 1) 子どもが健やかに成長・発達できるようにしよう

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころとからだの健康な子どもを育てよう</li> <li>・発達が気になる子どもも個性を大切にはぐくんでいこう</li> </ul>			
ゆったりとした気分で乳幼児と過ごす時間がある母親が増える [②]	79%	81%	85%	B
3歳児健診でう歯*のある児の割合が減る [④]	39.6%	28.1%	30%	A
小学生のう歯*の子どもの割合が減る [学校保健統計]	83.4%	65.6%	75%	A
小中学生の肥満の子どもの割合が減る [学校保健統計 (※小山市はローレル指数*を使用)]	小学生:8.0% 中学生:7.8%	小学生:7.7% 中学生:7.0% (H20年度)	6% 5%	C
乳幼児健診の受診率が上がる [④]	乳児 97.0% 1歳6M 93.7% 3歳児 91.0%	97.7% 94.7% 94.0%	98% 95% 95%	B

## ■ アンケート調査結果

【お子さんは毎日朝食を食べていますか [②]】

【かかりつけ医\*を持っていますか [②]】



## ■ 考 察

乳幼児健診の受診率はどの健診もほぼ目標値を達成しており、各種健診をきっかけに、子育てに悩む保護者への相談や、発育発達上支援が必要な児への援助につながっています。平成23年度より新たに5歳児健康相談事業を開始したことにより、発達障がい児の早期発見・早期支援の機会が増加しました。今後更に、発達が気になる児や心身に障がいのある児を持つ保護者に対する心理的サポートや、適切な支援ができるよう努めていく必要があります。

むし歯がある子どもの割合については、3歳児健診時点・小学生とも減少しています。生涯の生活習慣の基礎がつくられる乳幼児期・学童期は、生活習慣病予防の面でも特に重要であることから、肥満予防を含めた良い生活習慣・リズムに関する効果的な啓発活動を、教育委員会等関係機関と連携しながら行っていく必要があります。



## 行動目標

## 2) 健康に関心を持ち、食事と運動を基本に自分と家族の健康を守ろう

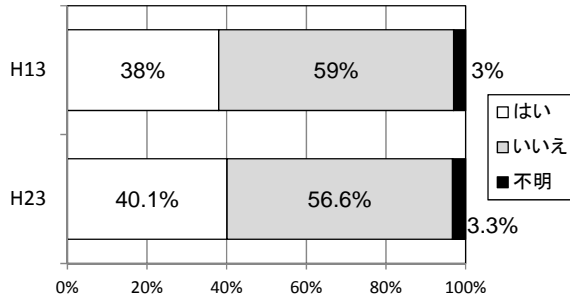
取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 毎日の食生活と運動不足に気をつけましょう</li> <li>・ 年に1回は健康診断を受けましょう</li> <li>・ 歯の健康に気をつけ虫歯や歯周病を防ぎましょう</li> <li>・ 健康に関する情報を上手に利用したり、心身の健康について不安があるときは積極的に相談しましょう</li> </ul>
------	--

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
特定健康診査*受診率が上がる [④]	24.8%(H20)	28.2%	65%※	B
特定保健指導*実施率が上がる [④]	17.5%(H20)	26.4%	45%※	B
がん検診の受診率が上がる [④] (基準値は H15 年度実績)	胃がん 15.4% 肺 16.9% 大腸 13.1% 子宮 13.1% 乳がん 11.8%	13.9% 16.2% 13.2% 16.3% 15.0%	30%	C
メタボ対策教室の参加者が増える [④]	500人(H20)	1,678人	1,000人	A

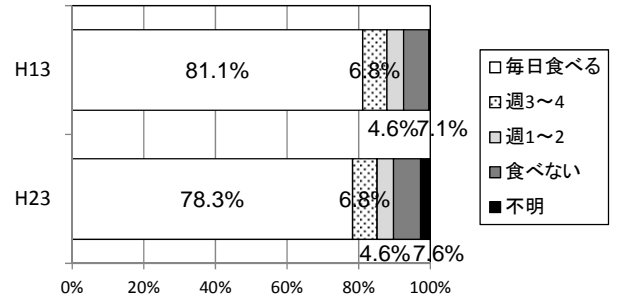
※国の参酌標準

■ アンケート調査結果

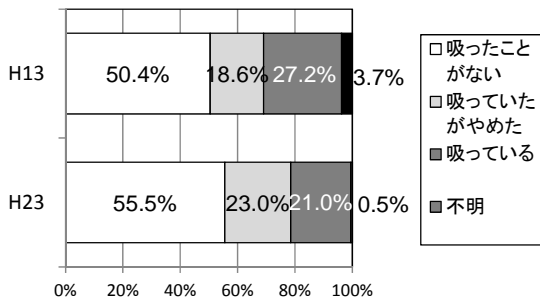
【日頃運動をしているか [①]】



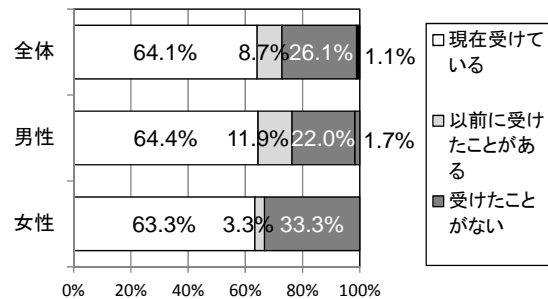
【朝食を食べていますか [①]】



【たばこを吸っているか [①]】



【医師から糖尿病と言われた者の中で  
糖尿病の治療を受けたことがあるか [①]】



■ 考 察

特定健診・特定保健指導\*が開始されたことで、メタボリックシンドローム\*対策事業に重点を置いた事業が体系的に実施されています。

がん検診については、子宮がん検診、乳がん検診、大腸がん検診などの無料クーポン事業により受診率が向上しています。特定健診については、未受診者の受診勧奨を行っています。

疾病の早期発見・早期治療のため、検診の重要性を広く市民に周知・啓発するとともに、医師会・医療機関等との連携により、受診率の向上につなげていく必要があります。

心の健康の維持については、自殺者の減少、精神保健対策、子どもからの心の問題の対応等メンタルヘルス\*対策に関して、関係課と連携して取り組んでいく必要があります。

歯科保健については、検診の機会が増えるなど、啓発につながっており、歯科口腔保健法の制定に伴い、子どもから高齢者、障がい者を包括した体制の整備が必要です。

「およま健康料理コンクール\*」や「ブランド創生協議会」活動により、地元の安全・安心・ヘルシーな食材を使ったメニューの発信、地産地消\*・食育\*に関する取り組みが充実しました。

行動目標

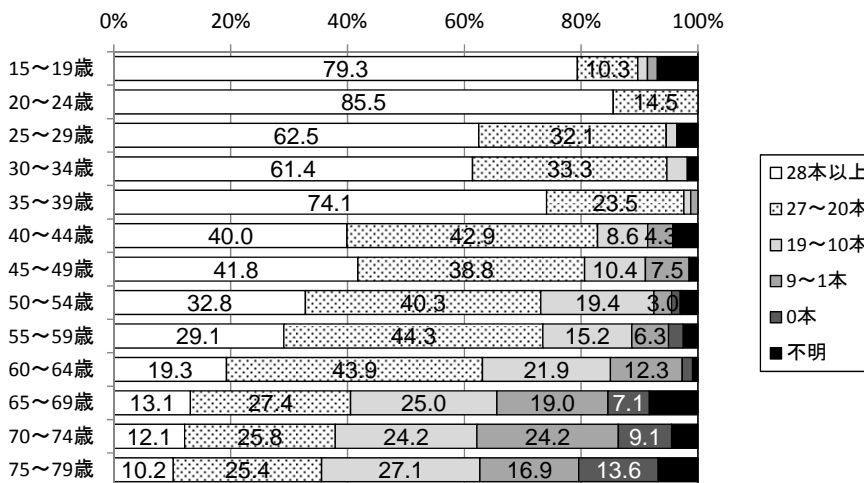
3) 生涯現役で過ごし、いきいき楽しく生活しよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 転倒による骨折を防ぎましょう</li> <li>・ 一生自分の歯で食べましょう</li> <li>・ 年をとっても閉じこもらずにいきいきと暮らしましょう</li> </ul>
------	--

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
20 本以上自分の歯を持つ高齢者が増える [①]	20%	35.8%	22%	A
高齢者筋力トレーニング事業参加特定高齢者の改善率が増える	62% (H20)	53.8%	75%	C
いきいきふれあいセンター設置個所が増える	3 か所	27 か所	11 か所	A
シニア元気あっぷ塾の実施個所・出前講座回数が増える	7 か所 72 回	8 か所 127 回	11 か所 120 回	B

■ アンケート調査結果

【自分の歯が何本あるか [①]】



■ 考 察

シニア元気あっぷ塾事業\*については、市民自ら指導者や事業を支えるボランティアとなり、行政と市民との協働\*事業として発展しています。

いきいきふれあい事業は、地域の身近な場所で高齢者が交流できる場として市内に広がり、介護予防対策や閉じこもり防止につながっているほか、地域の中で高齢者を支える意識が根付いてきました。また、この事業をきっかけに、介護予防ボランティア\*支援制度やデマンドバス\*事業が整い、他課事業との連携が図れるようになりました。

今後も高齢者の介護予防・健康づくりを継続的に発展させるためには、取り組みを支援する人材の育成、関係機関・団体等のネットワーク化をさらに推進する必要があります。

口腔機能\*に着目した予防事業、8020運動\*表彰事業を通して、高齢者の生活機能低下、寝たきりの予防につながっています。

## 基本方針3 自分を大切に、生きがいを持とう

## 行動目標 1) 命の尊さを考えよう

取り組み	・思春期の子どもたちが自分を大切にできるようにしよう			
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
ピアカウンセリング*の内容を友人に伝えた、または伝えたい人が増える [④]	86.4% (高校生)	84.5% (中学生)	98%	C
赤ちゃんとの触れ合い体験の実施中学校が増える [④]	8校	11校	11校	A

## ■ 考 察

思春期の子どもたちが命や性の問題を学ぶ機会として、高校生を対象にピアカウンセリングという手法を用いて講座を実施してきましたが、性に関する問題の低年齢化や自尊感情の低下などから、平成21年度より対象を中学生に変更しました。講座を受けることで、「生＝性」の自己決定の大切さや今後の人生設計を考える機会となっています。

赤ちゃんとの触れ合い体験は全中学校で実施されるようになりましたが、ピアカウンセリングについては、実施時期や回数に制限があり、全中学校での実施は困難な状況にあります。今後は子どもの心や性の問題を中心として、思春期保健対策をどのように展開したらよいか、養護教諭等と検討していくことが課題です。

行動目標

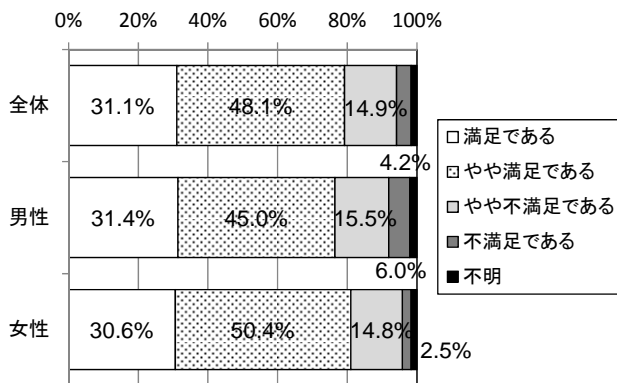
2) 生涯にわたって地域で互いに学びあい、生きがいを持とう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯学習を広めるための体制を充実させよう</li> <li>・生涯学習についての情報を得やすくしよう</li> <li>・身近なところで学べる場を増やそう</li> <li>・自分が学んだことを地域に広めよう</li> </ul>
------	---

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
生涯学習活動をしている人が増える [④]	—	14,426 人	15,000 人	E
主体的に学習を進める人が増える [④] (グループ・サークル数)	—	437 団体	450 団体	E
ボランティア支援センターを利用する人が増える [④]	6,282 人 (H20)	5,357 人	—	E

■ アンケート調査結果

【今の生活に満足しているか [①]】



【参考】 H12 調査  
「満足である」 全体 29%

■ 考 察

地域の身近な公民館が、生涯学習やコミュニケーション活動の拠点として利用され、市民の生涯学習や自己啓発、趣味・サークル活動などへの関心や、ボランティアなど社会貢献活動意識が高まっています。

今後、市民が目的にあった情報を得やすくなるよう、多様なメディアを活用した学習情報・指導者情報などの整備を図る必要があります。

また、ボランティアのニーズや形態が多様化してきており、ボランティア支援センターの利用者と登録者を結びつけるコーディネーターの充実や質の向上とともに、関係機関等とのスムーズな連絡調整ができる体制づくりが求められています。

**行動目標** 3) 心のユニバーサルデザインを広げよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ いろいろな障害について学ぼう</li> <li>・ ハンディのある人、困っている人には自分から声をかけよう</li> <li>・ ハンディのある人の声に耳を傾けよう</li> <li>・ 学校でのボランティア活動を拡大させよう</li> <li>・ 国際交流を深めよう</li> </ul>
------	--

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
ボランティア活動が続ける人が増える [④] (サマーボランティア体験参加者)	96 人	88 人	—	E
国際交流事業参加者が増える [④]	1,000 人	2,300 人	1,200 人	A

**■ 考 察**

障がい児の統合保育や特別支援学校との交流教育により、障がいに関する正しい理解と互いに支え合い・助け合う地域福祉の精神を育む機会を図る学校も見られるようになってい

ます。  
今後も、福祉教育や障がい児保育を推進するため、定期的に職員の研修会を設けて資質向上を図るとともに、関係機関との積極的な情報交換と連携・協力体制づくりが必要です。

サマーボランティア体験をとおして、中高生が高齢者や障がい者との交流の仕方を学べており、この事業をきっかけにボランティア活動が続けている生徒もいます。

今後さらに中高生のボランティア活動への関心や参加意欲を高めていくためには、事業内容の工夫が必要です。

インターナショナルフェスティバルなど国際交流事業への参加者が増え、国際交流に対する市民の関心も高まりつつあります。

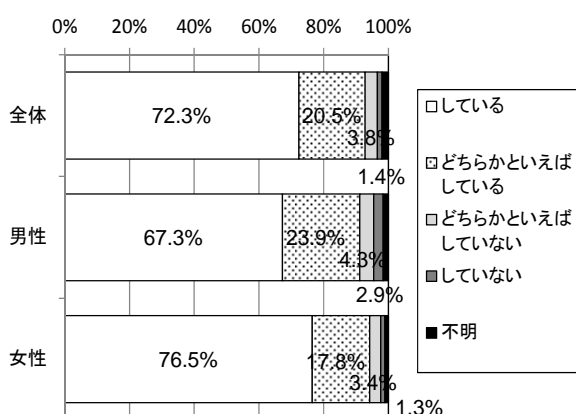
## 基本方針4 人との交流を大切に、共に生きよう

### 行動目標 1) 地域の交流を活発にし、仲間づくりをしよう

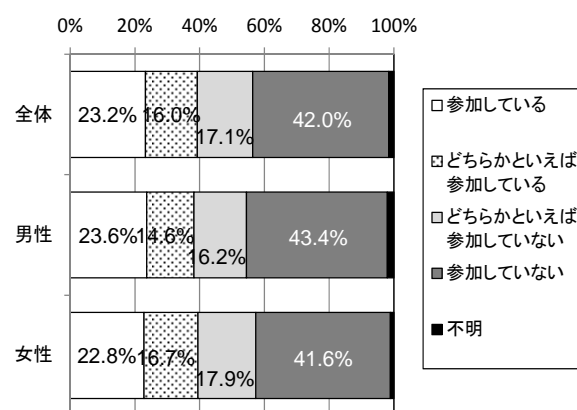
取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間の交流を深めよう</li> <li>・地域の中の交流を活発にしよう</li> </ul>			
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
老人クラブの数が維持できる [④]	134	114	134	C
コミュニティ*活動に参加する人が増える [④]	23,375人	38,561人	25,000人	A
地域子ども会育成会の指導者の養成講座参加者が増える [④]	685人(H19)	859人	800人	A

### ■ アンケート調査結果

#### 【身近な人へのあいさつをしているか [①]】



#### 【地域活動に参加しているか [①]】



### ■ 考 察

保育所や学校の行事等に、地域の高齢者や社会福祉施設と子どものふれあいの機会を設けることで、高齢者の生きがいがづくりと子どもの体験や学習、地域における世代間交流につながっています。

また、高齢者の仲間づくりや生きがいがづくりを促す老人クラブを育成するための支援事業を実施し、会員数を達成したクラブや新規結成クラブが誕生しましたが、活発な活動を維持するためには、より参加しやすくなるような工夫が必要です。

自治会やサークル等各種団体、ボランティア活動への参加を促進することで、地域住民のふれあいや世代間の交流が図られています。

今後さらに地域の人々の交流を促進するため、地域の活動を支える人材の育成、地域の活動に参加しやすい工夫やきっかけづくりなど、各地域の特色を生かした活動の充実を図る必要があります。

## 行動目標

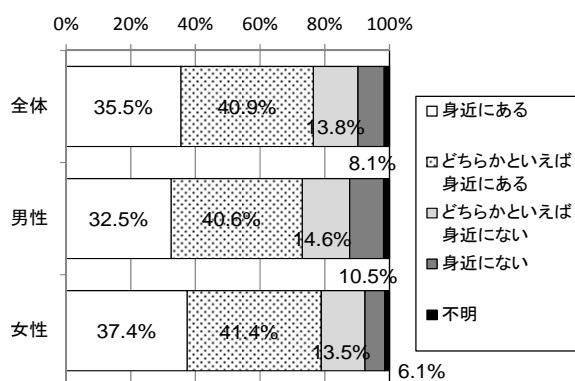
## 2) 地域の生活支援体制を整えよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・隣近所と気軽に声をかけあおう</li> <li>・ボランティアのシステムを活用しよう</li> <li>・生活支援サービスを上手に活用しよう</li> </ul>
------	---

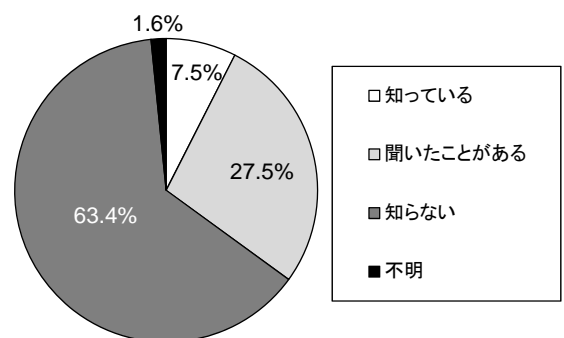
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
ファミリーサポートセンター*登録者（提供会員）数が増える [④]	20人	113人	100人	A
地区社会福祉協議会設置数が増える [④]	3か所	5か所	10か所	B
ボランティア支援センター登録者が増える [④]	3,000人	9,784人	3,500人	A

## ■ アンケート調査結果

【いざという時、助け合える環境が身近にあるか[①]】



【健康都市おやまプラン21を知っているか[①]】



## ■ 考 察

地区社会福祉協議会において、高齢者の見守り活動や各種相談、緊急キットの配布など、地区独自の活動も実施されてきていますが、未設置地区においては、地区の特性に合わせた活動の展開や、設立に向けた体制づくりが必要です。

健康づくりに関しては、健康推進委員会\*による各種検診等のPRや健康教室の開催、介護予防活動等への協力、そして、健康都市おやまプラン21推進サポーターの会\*による健康づくりに関する普及・啓発、プランについての周知活動などにより、市民への支援が推進されています。

今後も、市民一人ひとりの健康づくり（ヘルスプロモーション\*）を推進するため、それを支える地域活動や市民協働\*による取り組みを推進していく必要があります。

ボランティアに関しては、利用者と登録者のニーズが合わず、上手に活用しきれていない部分もあることから、団体同士の連携や情報交流、スキルアップのための人材育成を図る必要があります。



## 基本方針5 自分たちのまちを愛して暮らせる環境をつくろう

## 行動目標 1) 誰もが安心して出かけられるようにしよう

取り組み	・誰もが気軽に出かけられるようにしよう			
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
コミュニティバス*の利用者が増える [④]	181,579人 (H18)	380,891人	—	E

## ■ 考 察

道路の段差解消や歩道の整備等により、歩行者が安全で快適に歩くことができる環境整備が進んでいます。

また、コミュニティバスの市内全域運行の実施とともに、循環型から往復型への再編やデマンドバス\*の運行を開始したことにより、利便性の向上が図られました。

今後も、子どもからお年寄りまで、そして、様々な健康レベルの人々が安全で快適に外出し、移動が円滑にできるようなまちづくりを進めていく必要があります。

## 行動目標 2) ごみを少なくしよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごみ問題に対するみんなの意識を高めよう</li> <li>・ごみの減量化・資源化を進めよう</li> <li>・不法投棄をなくそう</li> <li>・ペットの散歩のとき、フンは必ず持ち帰ろう</li> </ul>			
評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
資源回収団体が増える [④]	133 団体	153 団体	160 団体	B
一日あたりのごみの量が減る [④]	154 t	150 t	148t	B

## ■ 考 察

自治会や地域、学校等における活動の推進により、ごみ減量化への意識が高まっています。

市民が安心して健やかに生活できる健康なまちづくりに向け、今後さらに、ごみ減量化を進めるには、まちの環境美化に関する市民の意識啓発とともに、自治会での清掃活動等を実施するなど、地域と連携・協力した活動の推進・体制づくりが必要です。

**行動目標** 3) 自然と歴史を大切に魅力あるまちにしよう

取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 思川をきれいにしよう</li> <li>・ 緑の多い自然を守り、後世に残していこう</li> <li>・ 小山市独自の自然・歴史・文化的な資源を活かし、郷土に対する理解を深めよう</li> </ul>
------	---

評価視点 [評価指数※]	基準値 H14	現状評価値 H22	目標値	評価
グラウンドワーク*活動認定件数が増える 〔④〕	5 件	21 件	20 件	A
公園等愛護里親会*加入数が増える〔④〕	62 か所	126 か所	232 か所	B
小山市桜の里親制度*登録者が増える〔④〕	60 人	1,152 人	—	E

**■ 考 察**

思川桜の里親制度\*やグラウンドワーク\*活動等により、貴重な自然環境の保全とともに、身近な緑や水辺環境の整備が進んでいます。

また、小山ブランドの創生・発信\*、イベントや祭りの開催等により、小山の豊かな自然や歴史文化への関心や理解が深まり、ふるさとおやまの誇りの醸成につながっています。

市民が誇れる魅力あるまちづくりに向け、今後さらに、小山の自然や歴史文化への関心・理解を深めるには、自治会や関係団体・企業、ボランティア等との連携・協力によるまちづくりの推進を図る必要があります。

## 2 策定の体制と経過

### 2-1 第2次健康都市おやまプラン21策定要領

#### 第1 目的

この要領は、健康都市おやまの実現を目指してきた健康都市おやまプラン21（以下「現プラン」という。）に続く、新たな指針としての第2次健康都市おやまプラン21（以下「第2次プラン」という。）の策定に関し必要な事項を定めることを目的とする。

#### 第2 プラン策定の基本

- 1 第2次プランは、現プランからの継続性を考慮するとともに、第6次小山市総合計画におけるまちづくりの基本理念に基づき、市民の誰もが健康で安心していきいきと暮らせる健康都市おやまの実現を目指す計画とする。
- 2 第2次プランは、社会経済の変化や市民の意識・価値観の変化・多様化に対応するとともに、現プランの最終評価結果を反映させた計画とする。
- 3 第2次プランは、国や県等の諸計画と整合するよう努める。
- 4 第2次プランの策定にあたっては、様々な分野においてまちづくりを担う、市民や団体・関係機関等と連携を図ることにより、市民や地域の意見を十分に反映させた計画とする。

#### 第3 プランの内容

##### 1 基本方針

第2次プランは、市民が生涯をとおして健やかに暮らせるよう、こころとからだの健康づくりのため、ヘルスプロモーション(注1)の理念に基づき、一人ひとりの生活の質の向上を図り、「健康都市おやま」の実現を図ることを基本方針とする。

##### 2 基本計画

基本計画は、基本方針に基づき、市民の総合的な健康づくり推進の基本的な枠組みを定めるとともに、個々の施策を体系的かつ具体的に明らかにするものであり、おおむね次の項目からなるものとする。

- (1) 現状と課題
- (2) 施策の方向性（施策の基本方針、施策の体系、施策・事業、主要事業等）
- (3) 施策の評価

##### 3 実施計画

- (1) 基本計画の実施期間は平成25年度からの10年間とする。
- (2) 5年目の平成29年度に中間評価を行い、必要がある場合には後期5年間の実施計画の見直しを行う。

#### 第4 プランの策定組織

第2次プラン策定にあたっては、市民や団体・関係機関等との連携を図るとともに、庁内関係部局を挙げて取り組む必要があるため、別に定めるところにより次の組織を設置するものとする。

##### 1 第2次プラン策定懇話会

懇話会は、第2次プランの策定方針、重要事項等について協議し、提言するものとする。

##### 2 第2次プラン策定委員会

委員会は、第2次プランの策定方針、重要事項等について調査検討し、結果等を市長に報告するものとする。

また、策定委員会の所掌事務を補助する下部組織として幹事会を置く。

##### 3 第2次プラン検討部会

部会は、第2次プランの策定に係る検討を行い、策定委員会の活動を補助するものとする。

#### 第5 その他

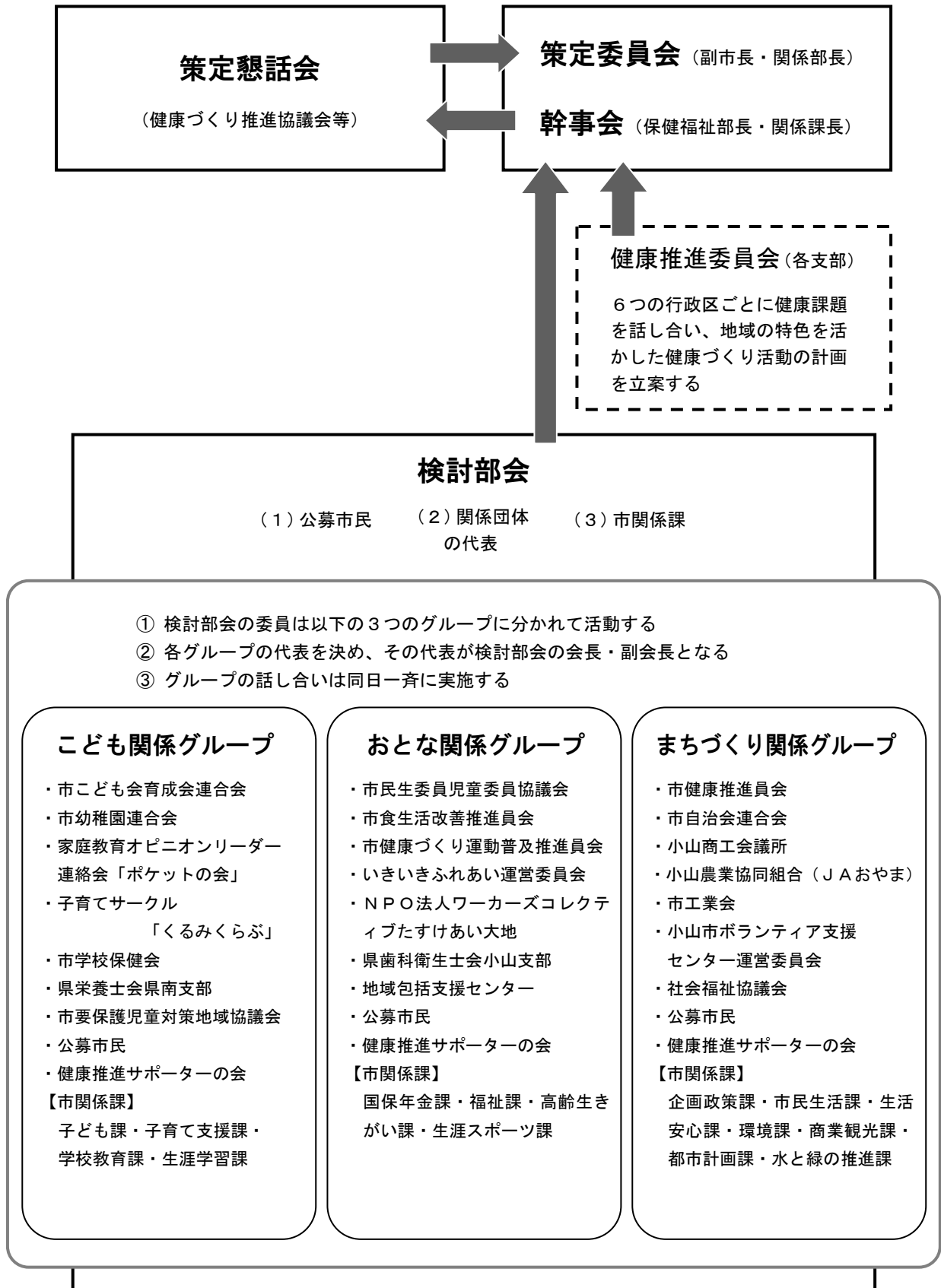
この要領で定めるもののほか、第2次プラン策定にあたって必要な事項は、別に定める。

#### 第6 施行時期及び有効期限

この要領は、平成24年4月1日から施行し、第2次プランが策定されたときにその効力を失う。

(注1) ヘルスプロモーションとは、どんな健康レベルにあっても誰もが豊かな人生を送れるよう、従来の個人の能力向上へのアプローチに加え、健康を支援するための環境づくりを様々な分野との連携で行うことです。

## 2-2 第2次健康都市おやまプラン2.1 策定体制図



## 2-3 第2次健康都市おやまプラン2.1策定懇話会設置要綱

(設置)

第1条 第2次健康都市おやまプラン2.1(以下「第2次プラン」という。)の策定に資するため、第2次健康都市おやまプラン2.1策定懇話会(以下「懇話会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 懇話会は、次に掲げる事項について協議し、提言するものとする。

- (1) 第2次プランの策定方針に関すること。
- (2) 第2次プランの重要事項に関すること。
- (3) その他第2次プランの策定に関し必要な事項

(組織)

第3条 懇話会は、15人以内の委員をもって組織する。

2 委員は、小山市健康づくり推進協議会の会長及び副会長の職にある者並びに次に掲げる者の中から市長が委嘱する。

- (1) 市議会議員
- (2) 保健・医療関係団体の代表者
- (3) 社会福祉関係団体の代表者
- (4) 教育関係団体の代表者
- (5) 労働関係団体の代表者
- (6) 学識経験を有する者
- (7) 保健所等関係行政機関の代表者
- (8) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、委嘱された日から第2次プランが策定されたときまでとする。

2 委員は、委嘱されたときの要件を欠いたときは、その職を失うものとする。

(会長及び副会長)

第5条 懇話会に会長及び副会長を置く。

2 会長には小山市健康づくり推進協議会の会長、副会長には同協議会の副会長の職にある者をもって充てる。

(会長の職務等)

第6条 会長は、懇話会を代表し、会務を総理する。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第7条 懇話会の会議は、会長が必要に応じて招集し、その議長となる。

2 懇話会は、特に必要があると認めるときは、懇話会の会議に関係者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(庶務)

第8条 懇話会の庶務は、保健福祉部健康増進課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、懇話会の運営に関し必要な事項は、会長が懇話会に諮って別に定める。

附 則

この要綱は、公布の日から施行する。

## 【第2次健康都市おやまプラン2-1 策定懇話会委員名簿】

(敬称略)

選出	No	氏名	推薦団体・機関等	備考
市議会	1	おおで はま 大出 ハマ	小山市議会	
小山市健康づくり推進協議会	2	まつおか じゅん いち 松岡 淳一	社団法人小山地区医師会 (会長)	会長
	3	たむら とし ひこ 田村 壽彦	社団法人小山歯科医師会 (会長)	副会長
	4	ふじ い れい こ 藤井 玲子	小山市健康推進員会 (会長)	
	5	おおかわら さき え 大河原 咲江	小山市食生活改善推進員会 (会長)	
	6	おか ざき き み こ 岡崎 支美子	食文化研究会 (会長)	
	7	えびぬま せん いち 海老沼 専一	小山市老人クラブ連合会 (市老連監事)	
	8	あらかわ ひさ お 荒川 久雄	小山市校長会 (小山城東小校長)	
	9	あくつ ひで こ 阿久津 秀子	小山農業協同組合〔JAおやま〕 (女性会大谷支部長)	
	10	かき ざき まさ よし 柿崎 全良	小山市自治会連合会 (副会長)	
	11	たけ しま かつ み 竹島 克己	白鷗大学 (教授)	
	12	おく やま けい こ 奥山 啓子	栃木県県南健康福祉センター (健康対策課長)	

## 2-4 第2次健康都市おやまプラン21策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 第2次健康都市おやまプラン21(以下「第2次プラン」という。)の策定に資するため、第2次健康都市おやまプラン21策定委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事項について調査検討する。

- (1) 第2次プランの策定方針に関すること。
- (2) 第2次プランの重要事項に関すること。
- (3) その他第2次プランの策定に関し必要な事項

(組織等)

第3条 委員会は、別表第1に掲げる委員をもって組織する。

- 2 委員長には副市長、副委員長には保健福祉部長の職にある者をもって充てる。
- 3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。
- 4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第4条 委員会の会議は、委員長が必要に応じて招集し、その議長となる。

- 2 委員会は、特に必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(幹事会)

第5条 委員会の所掌事務を補助するため、第2次健康都市おやまプラン21策定委員会幹事会(以下「幹事会」という。)を置く。

- 2 幹事会は、別表第2に掲げる幹事をもって組織する。
- 3 幹事会に会長及び副会長を置き、会長には保健福祉部長、副会長には保健福祉部健康増進課長の職にある者をもって充てる。
- 4 幹事会の会議は、会長が必要に応じて招集し、その議長となる。
- 5 幹事会は、特に必要があると認めるときは、幹事会の会議に関係者の出席を求め、その意見を聴くことができる。
- 6 幹事会は、その会議、活動等の経過、結果等を委員会に報告するものとする。

(報告)

第6条 委員会は、その会議、活動等の経過、結果等を市長に報告するものとする。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、保健福祉部健康増進課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

この要綱は、公布の日から施行する。

別表第1(第3条関係)

副市長	企画財政部長	市民生活部長	保健福祉部長	経済部長
都市整備部長	教育部長			

別表第2(第5条関係)

保健福祉部長	企画財政部企画政策課長	市民生活部市民生活課長・
生活安心課長・環境課長・国保年金課長	保健福祉部福祉課長・	
こども課長・子育て支援課長・高齢生きがい課長・健康増進課長		
経済部商業観光課長	都市整備部都市計画課長・水と緑の推進課長	
教育委員会事務局学校教育課長・生涯学習課長・生涯スポーツ課長		

## 2-5 第2次健康都市おやまプラン2.1 検討部会設置要綱

(設置)

第1条 第2次健康都市おやまプラン2.1 (以下「第2次プラン」という。)を策定するに当たり、第2次健康都市おやまプラン2.1 策定委員会の活動を補助するため、第2次健康都市おやまプラン2.1 検討部会 (以下「部会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 部会は次に掲げる事項について検討するものとする。

- (1) 第2次プランの策定に係る調査研究に関する事項
- (2) 第2次プランの策定方針に関すること。
- (3) 第2次プランの重要事項に関すること。
- (4) その他第2次プランの策定に関し必要な事項

(組織)

第3条 部会は、検討する内容により区分した3つのグループをもって構成するものとし、各グループは、25人以内の委員をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者の中から市長が委嘱又は任命する。

- (1) 公募に応じた市内に居住又は勤務する者
- (2) 市内に居住又は勤務する各界各層の有識者
- (3) 保健・医療関係団体の代表者
- (4) 社会福祉関係団体の代表者
- (5) 教育関係団体の代表者
- (6) 労働関係団体の代表者
- (7) 市の関係課の職員
- (8) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、委嘱された日から第2次プランが策定されたときまでとする。

(会長及び副会長)

第5条 部会に会長1人及び副会長若干人を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、部会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき又は欠けたときは、あらかじめ会長が指定した順に従い、その職務を代理する。

(会議)

第6条 部会の会議は、会長が必要に応じて招集し、その議長となる。

(庶務)

第7条 部会の庶務は、保健福祉部健康増進課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、部会の運営に関し必要な事項は別に定める。

附 則

この要綱は、公布の日から施行する。



## 【第2次健康都市おやまプラン2-1検討部会委員名簿】

部会	区分	団体名（推薦母体）	代表者	備考
こども部会	関係団体推薦	市こども会育成会連合会	入江 悠策	
		市幼稚園連合会	富川 将	
		家庭教育オピニオンリーダー連絡会「ポケットの会」	青木 愛	
		子育てサークル「くるみくらぶ」	澤田 敦子	
		小山市学校保健会	後藤 富佐子	副会長
		県栄養士会県南支部	服部 貴子	
		市要保護児童対策地域協議会	望月 晨子	
	市民	公募市民	左巻 かおり	
		健康推進サポーターの会	隅田 栄子	
		〃	高瀬 正代	
		〃	渡辺 智子	
		〃	中田 恵	
	行政	保健福祉部こども課	添野 智子	
		〃 子育て支援課	浅川 智美	
		教育委員会学校教育課	山中 百合子	
		〃 生涯学習課	中山 聡	

部会	区分	団体名（推薦母体）	代表者	備考
おとな部会	関係団体推薦	市民生委員児童委員協議会	津布久 正夫	副会長
		市食生活改善推進員会	安達 ひろみ	
		市健康づくり運動普及推進員会	清水 シゲ子	
		いきいきふれあい運営委員会「桑」	川端 勝雄	
		NPO法人ワーカーズコレクティブ たすけあい大地	古川 ヤス子	
		県歯科衛生士会小山支部	鈴木 美弥子	
		市地域包括支援センター小山	遠藤 利浩	
	市民	公募市民	佐藤 久江	
		健康推進サポーターの会	鈴木 久江	
		〃	森 賀世子	
		〃	早川 敬子	
		〃	茂木 俊雄	
	行政	市民生活部国保年金課	篠田 典子	
		保健福祉部福祉課	見目 文仁	
		〃 高齢生きがい課	江田 沙恵	
		教育委員会生涯スポーツ課	栗原 淳一	

部会	区分	団体名（推薦母体）	代表者	備考
まちづくり部会	関係団体推薦	市健康推進委員会	平井 さき子	
		市自治会連合会	大関 幸司	
		小山商工会議所	阿久津 治	会長
		小山農業協同組合	青鹿 秋子	
		市工業会	鈴木 廣明	
		小山市ボランティア支援センター 運営委員会	江上 聡	
		社会福祉協議会	松井 正弘	
	市民	公募市民	黒田 薫	
		〃	廣木 正枝	
		健康推進サポーターの会	永尾 チエ子	
		〃	鈴木 和正	
		〃	比留間 国良	
		〃	青木 好子	
	行政	企画財政部企画政策課	岡田 重幸	
		市民生活部市民生活課	川島 知子	
		〃 生活安心課	橋本 潤	
		〃 環境課	藤野 裕子	
		経済部商業観光課	小林 由美子	
		都市整備部都市計画課	小林 一行	
		〃 水と緑の推進課	古川 幸一	

## 2-6 第2次健康都市おやまプラン2.1策定経過

【平成24年度】

年月日	会議等
平成24年5月20日	第2次健康都市おやまプラン2.1策定に関する合同会研修会
6月21日	第1回検討部会
7月12日	第1回策定懇話会
7月18日	第1回策定委員会・策定幹事会合同会議
7月25日	第2回検討部会
8月22日	第3回検討部会
9月20日	第4回検討部会
10月24日	第5回検討部会
11月28日	第6回検討部会
12月17日	第2回策定幹事会
12月26日	第2回策定懇話会
平成25年1月7日	第2回策定委員会
1月29日	市議会議員説明会
2月26日	第7回検討部会
3月5日～ 3月25日	パブリックコメントの実施 (1名の方から1件の意見が提出)
3月25日	第3回策定懇話会
3月27日	第3回策定委員会・幹事会合同会議

## 【パブリックコメント：第2次健康都市おやまプラン21（案）に関する意見募集の結果】

## 1. 意見募集方法の概要

## (1) 閲覧方法

- 1) 小山市ホームページ
- 2) 文書閲覧
  - ・健康増進課（保健福祉センター3階）
  - ・各出張所（小山東・小山城南・大谷・間々田交流センター・生井・寒川・豊田・中・穂積・桑・絹）

## (2) 意見提出期間

- ・平成24年3月5日(火)から平成24年3月25日(月)まで

## (3) 意見提出方法

- ・郵送、ファックス、電子メール、又は直接書面提出

## (4) 意見提出先

- ・小山市保健福祉部健康増進課

## 2. 意見募集の結果

- (1) 意見提出数 : 1名・1件

## 3. 意見の概要と意見に対する対応・考え方について

No.	ご意見の概要	考え方と対応
1	<p><b>第2編第3章3-2 事業推進計画5-3</b> 健康づくりのマスコットキャラクター「Pちゃん*」と「健ちゃん」を目に見える形でもっとPRし、『健康都市おやま』を広めていくべきと考えます。</p>	<p>ご意見にありました健康づくりマスコットキャラクター「Pちゃん」につきましては、「健康推進サポーターの会」が主体となり、様々なグッズ（カンバッチ・ストラップ・クリアファイル等）を作成・販売したり、各種資料のマスコットとして活用する他、各種イベントでつながる媒体としてすでに活躍しておりますが、アンケート結果では周知度が28.1%という結果でありました。</p> <p>今後はさらなる活動・PR方法を、市民や関係団体と一体となって検討し、実践してまいります。</p> <p>「健ちゃん」につきましても、「Pちゃん」と一緒にPRし、活躍の場を広げていきます。</p> <p>貴重なご意見をありがとうございました。</p>

## 3 市民の暮らしと健康に関する基礎調査結果概要

### 1. 調査目的

小山市においては、平成15年3月に「健康都市おやまプラン21（以下「プラン21」という。）」を策定し、市民の健康づくりの推進を図ってきた。この「プラン21」の計画期間が平成25年3月をもって終了するため、平成24年度は「第2次健康都市おやまプラン21（以下「第2次プラン21」という。）」の策定を実施する。

については、「プラン21」の最終評価並びに「第2次プラン21」の策定に伴い、市民の健康状態、生活習慣の状況、医療機関の利用状況、健康に資する社会環境状況等を把握することを目的に本アンケートを実施した。

### 2. 調査方法

- (1) 対象 15歳から79歳の小山市民6,800人（住民基本台帳より生年齢階級別に無作為抽出）
- (2) 期間 平成24年2月7日（火）～3月30日（金）
- (3) 抽出方法 地区別の集計を容易にするために、小山市の各地区の人口規模により対象者の抽出率を変えた。すなわち、平成23年10月1日現在、男女それぞれの人口10,000人未満の【生井、寒川、豊田、穂積、中、絹】の6地区は抽出率を30%とし、男女それぞれの人口10,000人以上の【小山、大谷、間々田、桑】の4地区は抽出率を1%とした。  
各地区で抽出率に基づいて対象者を男女別、5歳階級別に無作為に抽出した。
- (4) 調査方法 配布方法：対象者に依頼状及び調査票、返信用封筒を同封し、郵送。  
回答及び回収方法：無記名方式。対象者は、回答後調査票を封筒に入れ郵送にて返信。

### 3. 調査項目

食習慣・運動習慣・喫煙状況・飲酒状況・心身の健康状態・医療機関の受診状況・地域活動状況等

### 4. 回収率

調査標本数：6,747件

回収数：3,252件（回収率 48.2%）

### 5. 分析方法

小山市全体、性別および年齢階級別の集計は、抽出率を考慮して行った。

すなわち、抽出率30%の地区の回答数を抽出率1%に当てはめて集計した。具体的には、設問ごとに抽出率30%の地区の回答数を30分の1にして抽出率1%の地区の回答数と合算して回答割合を計算した。

よって、全体、性別および年齢階級別の集計では設問の回答者数は実人数ではないことから示さず、回答割合のみ示した。

### 6. 調査結果

P129～P132のとおり。

#### <備考>

※前回調査との比較について

「市民の暮らしと健康に関する基礎調査（平成14年3月小山市）」を使用

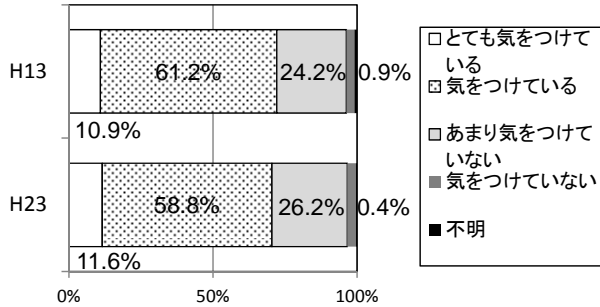
※栃木県との比較について

栃木県のデータは「平成21年度 県民健康・栄養調査報告書（生活習慣調査編）」を使用

## ■ 食事について

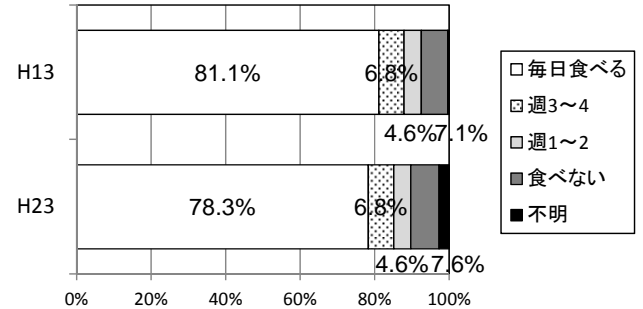
### バランスよく食事をするように気をつけているか

「とても気をつけている」「気をつけている」を併せると70.4%で、前回の72.1%を下回っている。

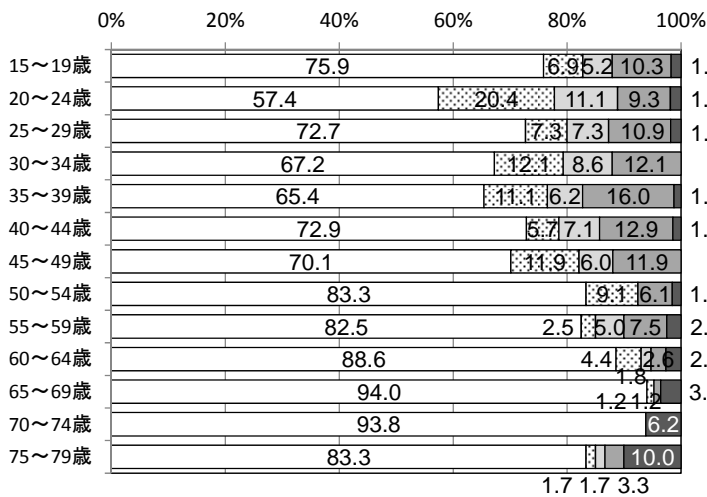


### 毎日、朝食を食べているか

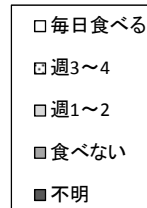
毎日、朝食を食べている人は、78.3%であり、前回の81.1%より2.8%減少している。



### 年齢階級別にみた朝食の摂取状況



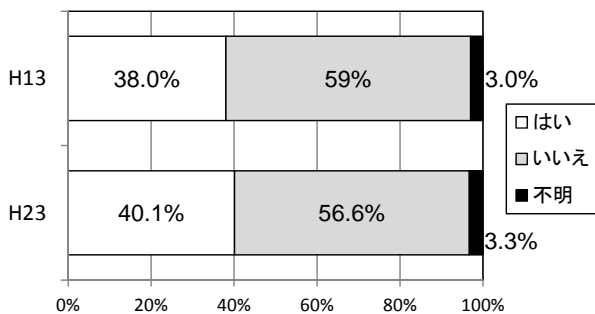
朝食を毎日食べる者の割合を年代別にみると、20~24歳が57.4%と最も低く、次いで35~39歳が65.4%と低くなっている。



## ■ 運動習慣について

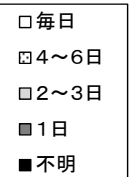
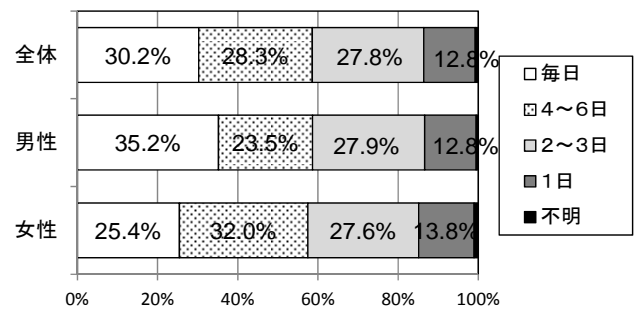
### 日頃、運動をしているか

日頃運動している人は、40.1%と前回の38.0%を上回っている。



### 1週間のうち、何日運動しているか

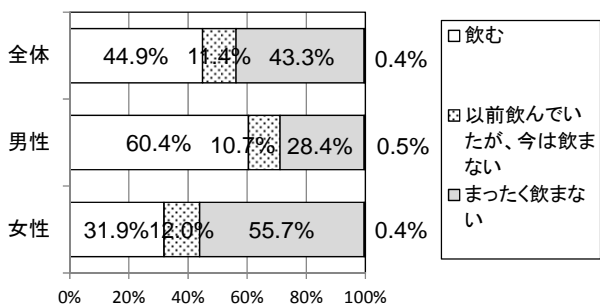
1週間のうち、毎日運動している者は約30%だった。



### ■ 飲酒や喫煙について

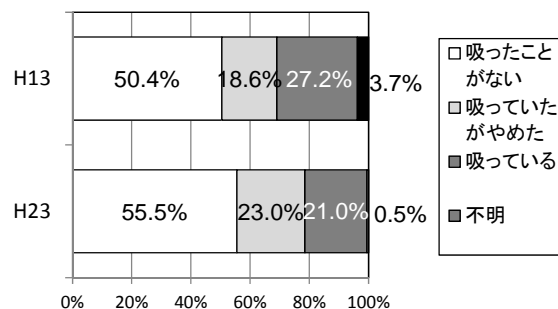
#### お酒を飲むか

お酒を飲むと答えた人は、44.9%と前回の 50.2%より減少している。



#### 現在たばこを吸っているか

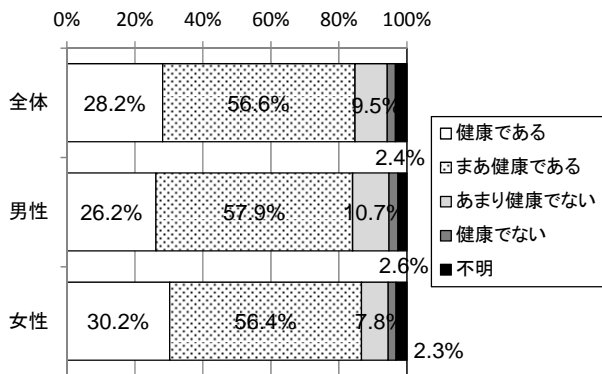
喫煙している人は21%と前回の27.2%より減少した。



### ■ 日頃の健康状態について

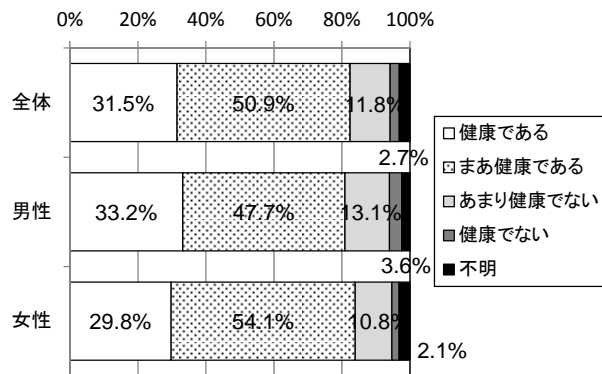
#### 身体の健康状態

「健康である」「まあ健康である」を合わせると 84.8%の者が健康と答えている。



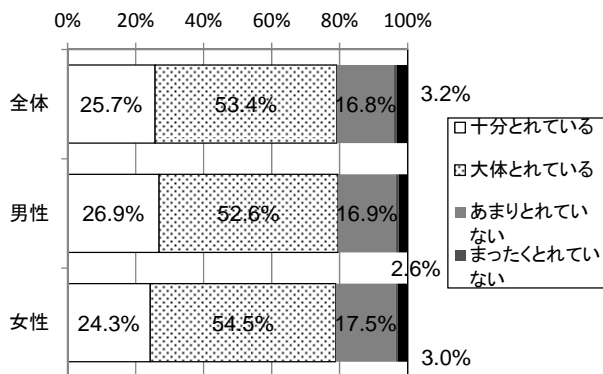
#### こころの健康状態

「健康である」「まあ健康である」を合わせると 82.4%の者が健康と答えている。



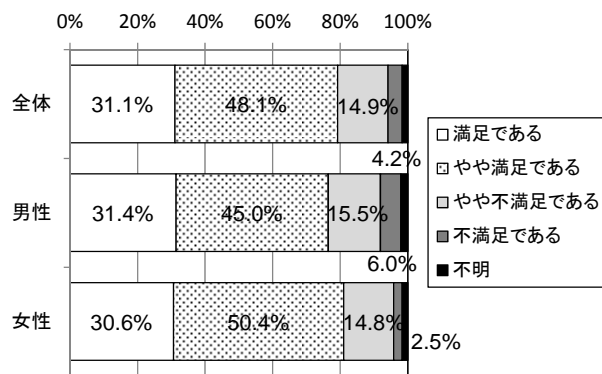
#### 睡眠による休養はとれているか

「十分とれている」「大体とれている」を合わせると 79.1%と、前回の82.1%よりも減っている。



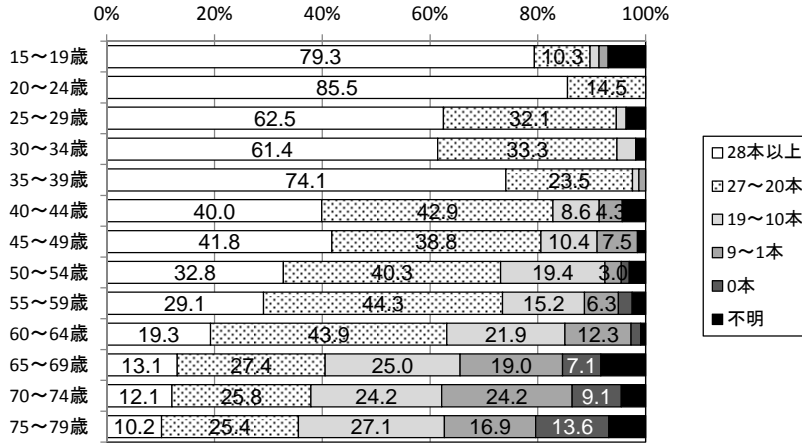
#### 今の生活に満足しているか

「満足」「やや満足」と答えた者を合わせると 79.2%と前回の76.2%よりも増えている。



■ 歯の健康状態について

自分の歯が何本あるか

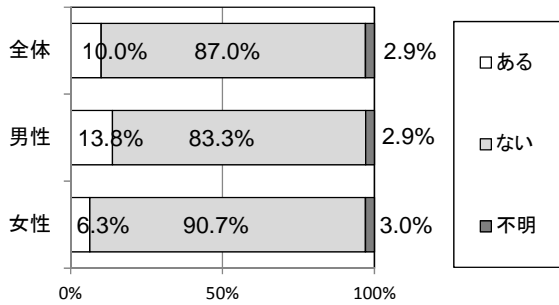


28本以上自分の歯を持っている人は、男性で38.1%（前回33.4%）、女性43.0%（35.1%）と男女ともに前回よりも増加している。

■ 糖尿病について

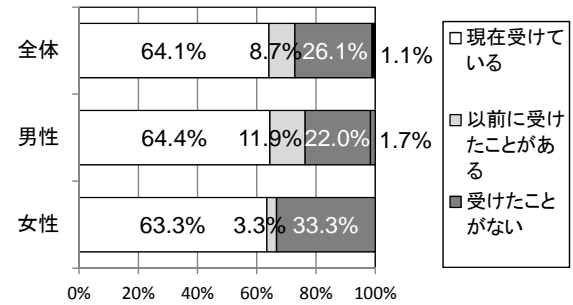
医師から糖尿病と言われたことがあるか

医師から「糖尿病」と言われたことがある者は、全体の10%だった。これは県の10.5%と同様の傾向である。



糖尿病の治療を受けたことがあるか

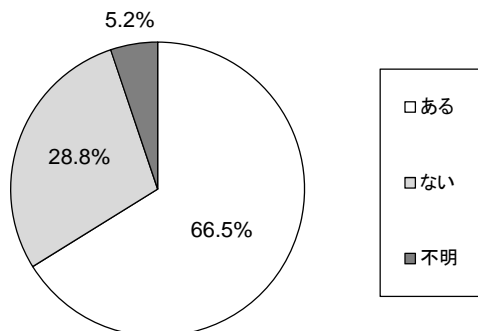
糖尿病と言われたことがあるにもかかわらず、「治療を受けたことがない」と答えた者が26.1%いた。



■ 医療について

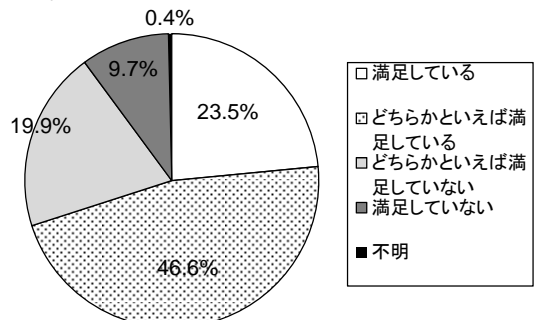
かかりつけ医はあるか

かかりつけ医を持っている者の割合は、66.5%だった。



救急医療機関の対応に満足か

「満足」「どちらかといえば満足」を合わせると70.1%だった。



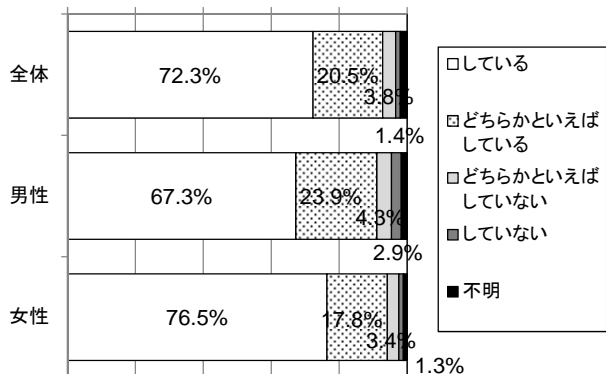


## ■ 人や地域とのつながりについて

### 身近な人へのあいさつしているか

「している」「どちらかといえばしている」を合わせると、92.8%の者があいさつをしている。

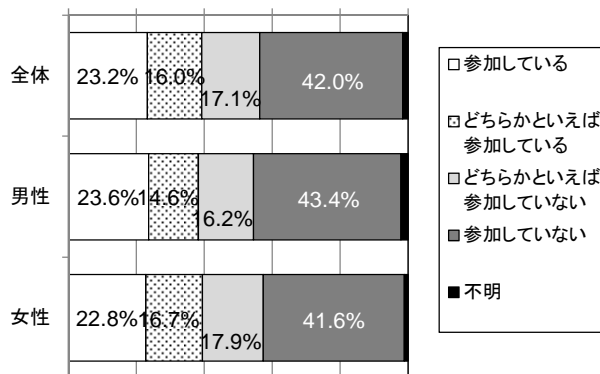
0% 20% 40% 60% 80% 100%



### 地域活動に参加しているか

「参加している」「どちらかといえば参加している」を合わせると39.2%の者が地域活動に参加している。

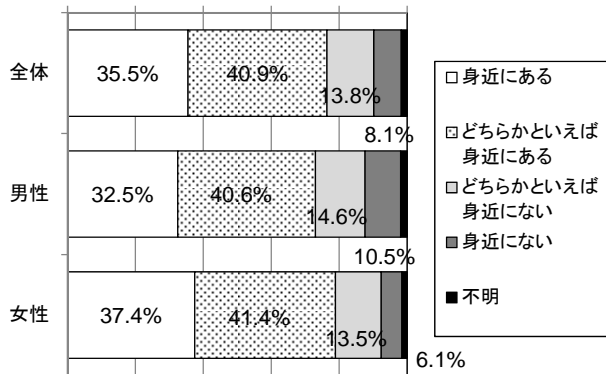
0% 20% 40% 60% 80% 100%



### いざという時、助け合える環境が身近にあるか

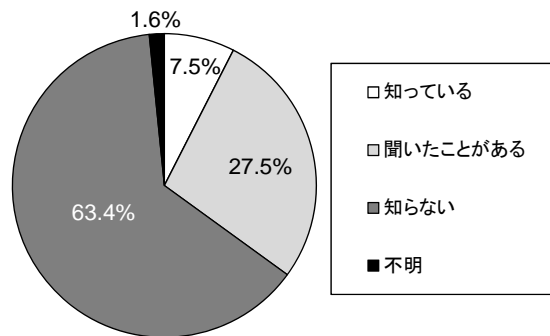
「ある」「どちらかといえばある」を合わせると76.4%の者があると答えていた。

0% 20% 40% 60% 80% 100%

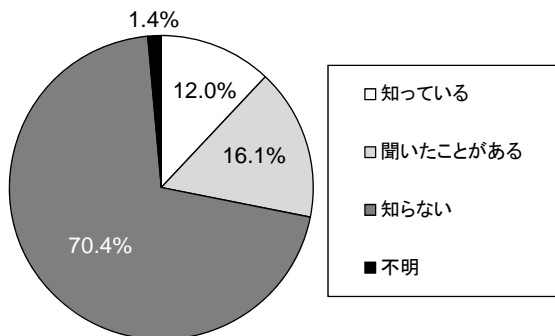


### 健康都市おやまプラン21を知っているか

「知っている」「聞いたことがある」を合わせると35.0%の者が認知していた。



### 健康づくりマスコットキャラクター「Pちゃん」を知っているか



「知っている」「見たことがある」を合わせると28.1%の者が認知していた。

## 4 乳幼児健診対象者アンケート調査結果概要

### 1. 調査目的

平成15年3月に策定した「健康都市おやまプラン21」については平成18年度に中間評価をしたところだが、今年度が最終評価年度にあたるため、現在までの母子保健体制の見直しを行い、平成25年度の新プランの策定に向け、より効果的な事業運営へつなげていくことを目的にアンケートを実施した。

### 2. 方法及び内容

- (1) 対 象 乳幼児を持つ保護者
- (2) 期 間 平成23年12月～平成24年2月
- (3) 配布方法 乳幼児健診の問診票に同封し健診会場にて回収  
回収予定数：約1,000件  
乳児健診・9ヶ月健康相談は約50人/回予定 各5回  
1歳6ヶ月健診・3歳児健診は約40人/回予定 各6回  
[実942人]

### 3. 回 収

- ・乳児健診 183人
- ・9ヶ月健康相談 114人
- ・1歳6ヶ月健診 187人
- ・3歳児健診 157人 (回収率68.1%)

### 4. 集計方法

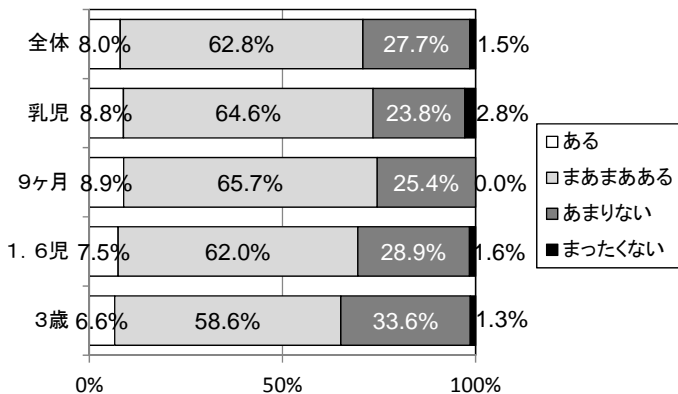
集計結果は、計画作成時、中間評価の調査と比較し、母子保健に関する市民の意識や行動の変化を読み取り、新プラン検討の一資料とする。

### 5. 調査結果

P134～P135のとおり。

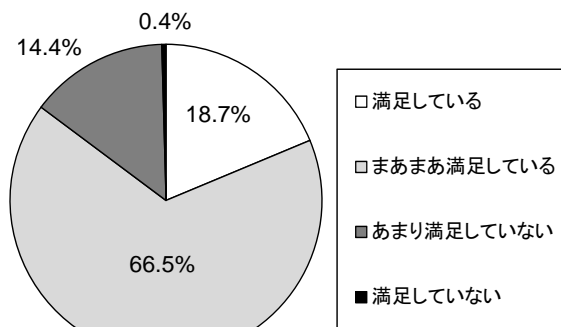
自信を持って育児ができていると思うか

全体では「ある」と70.8%が答えている一方、3歳児では1/3以上が「ない」と答えている。



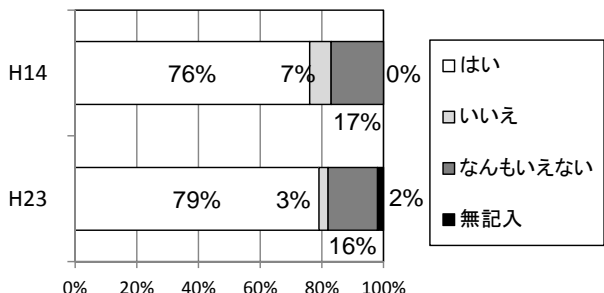
現在の子育てをどう思っているか

「満足している」と「まあまあ満足している」を合わせると85.2%となっている。



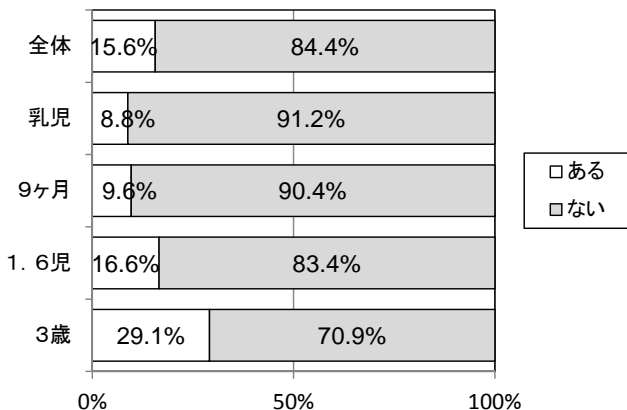
子育ての大変さを周囲の人が理解してくれている

理解してくれていると答えた割合が、前回の76%から79%に増加している。



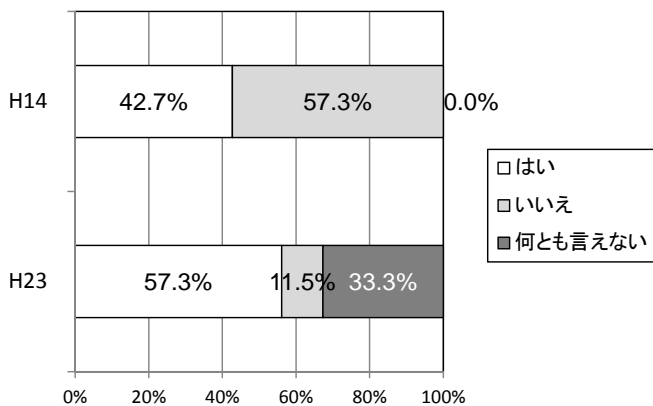
子どもを虐待していると思うことがあるか

全体では84.4%が「ない」と答えている一方で、3歳児では29.1%が「ある」と答えている。



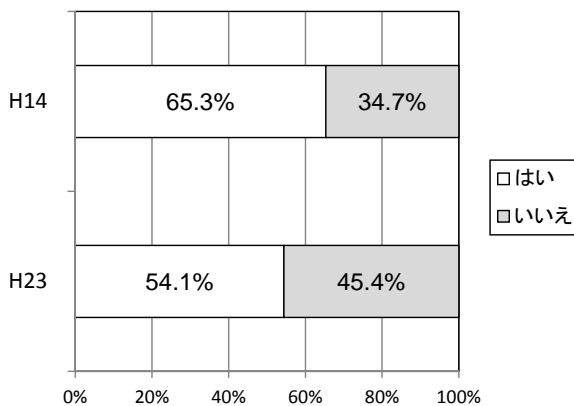
妊娠・出産・育児に関する十分な情報があるか

情報があると答えた割合が、前回の42.7%から57.3%に増加している。



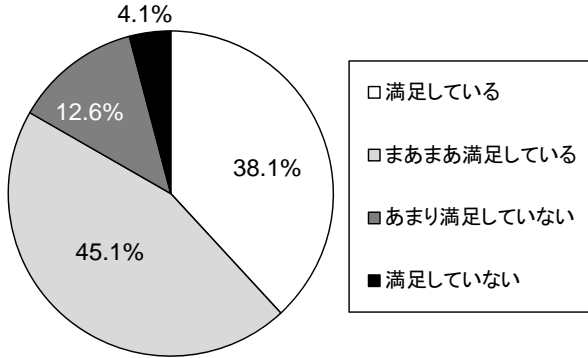
妊娠・出産・育児に関して経済的負担があるか

負担があると答えた割合が、前回の65.3%から54.1%に減少している。



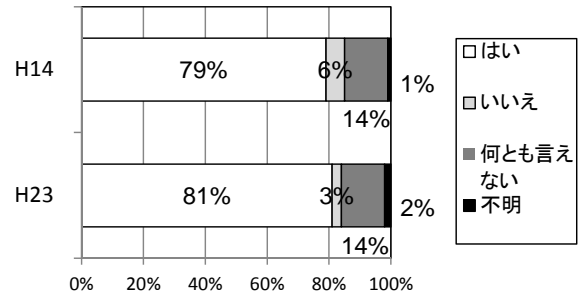
お父さんの育児への協力を満足しているか

「満足している」と「まあまあ満足している」を合わせると83.2%となっている。



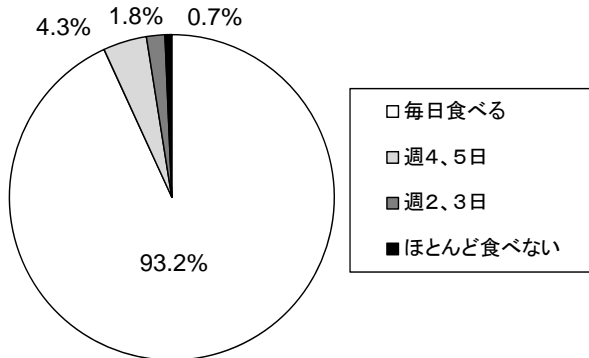
ゆったりとした気持ちで過ごしているか

「はい」と答えた割合が、前回の79%から81%に増加している。



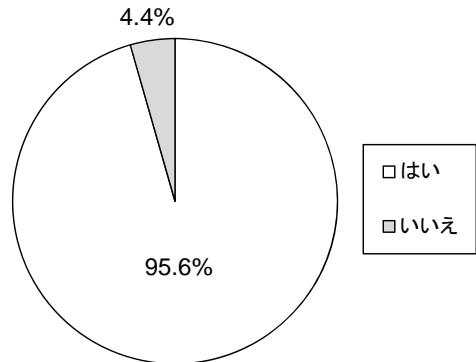
お子さんは毎日朝食を食べているか

「毎日食べる」が93.2%となっている一方、1割弱が朝食を食べない日があると答えている。



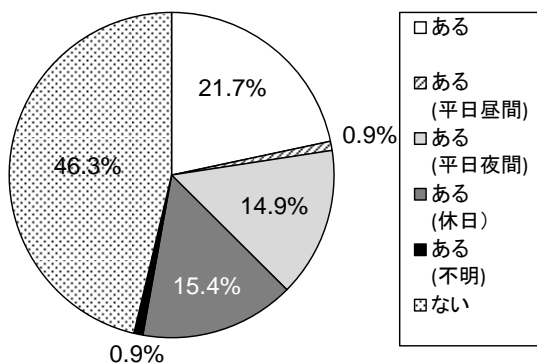
かかりつけ医をもっているか

95.6%がかかりつけ医をもっていると回答している。



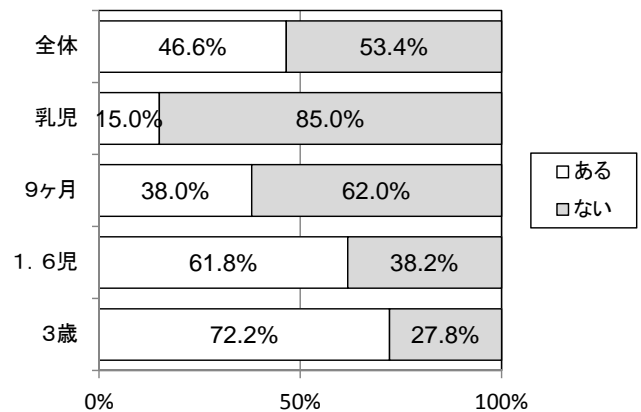
子どもが急病の場合、すぐに診てくれる病院が分からず困ったことがあるか

約半数が「ある」と回答している。



夜間や休日に救急で医療機関を受診したことがあるか

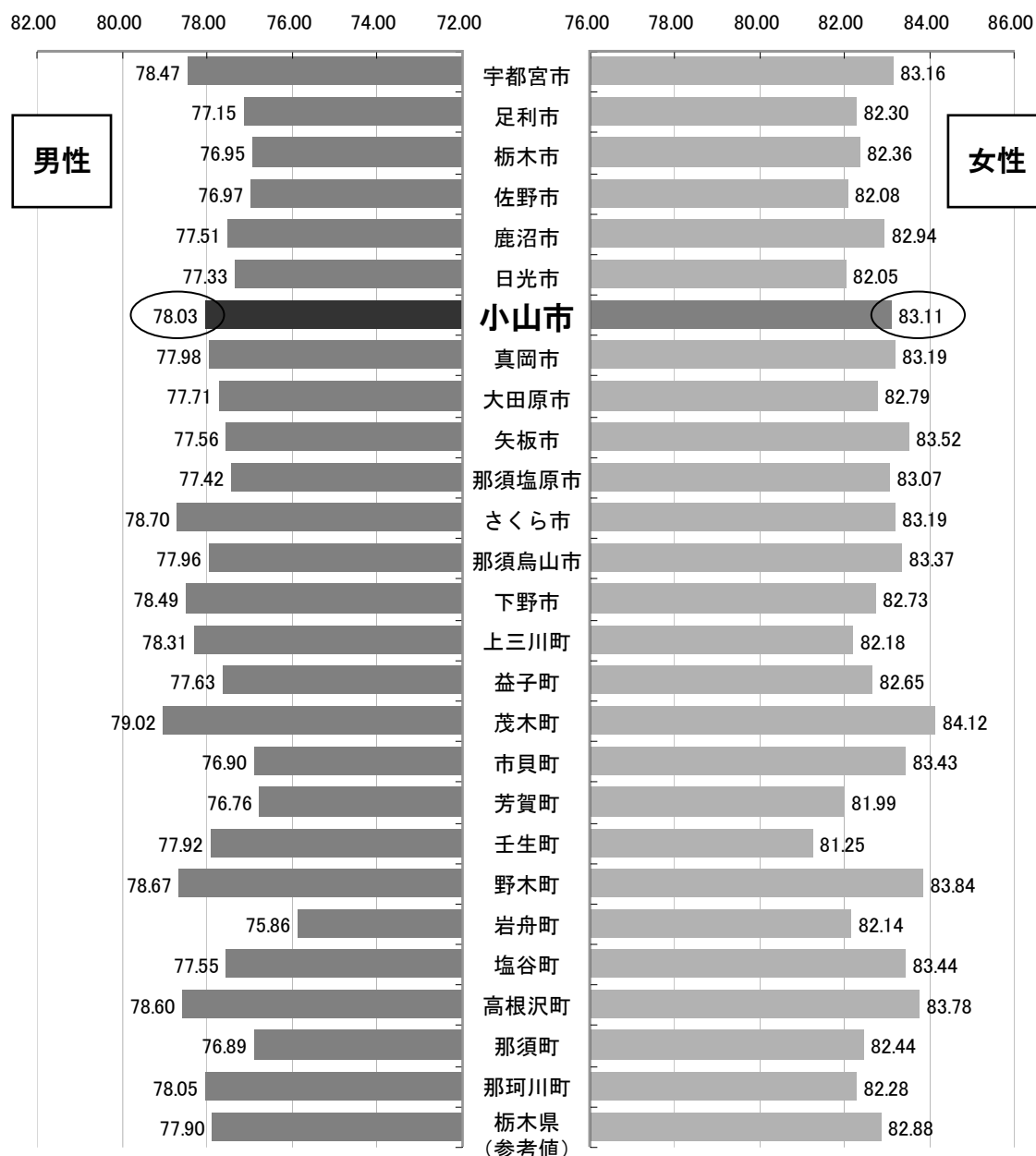
全体では46.6%、1.6歳児では61.8%、3歳児では72.2%が「ある」と回答している。



## 5 栃木県内各市町健康寿命

平成22年における小山市の健康寿命\*は男性で78.03年、女性で83.11年となっています。また、栃木県（参考値）は男性で77.90年、女性で82.88年となっており、男女ともにわずかながら小山市の方が長く、その差は男性で0.13年、女性で0.23年となっています。

■ 栃木県内各市町健康寿命（平成22年）



[とちぎ健康21プラン（第2次）]

※ 厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究班」が定めた『健康寿命の算定方法の指針』及び『健康寿命の算定プログラム』を用いて、県保健福祉部が算定した値（推定値）。

※ 人口規模が小さい市町がほとんどであるため、精度確保の観点から死亡数等について平成21年～平成23年の3カ年分を補足した。また、「不健康な期間」を算定するにあたって介護保険事業における要介護度2以上の認定者数を基礎数値として用い、市町健康寿命を算定した。

## 6 用語解説

### 【あ行】

- **いきいきふれあいセンター（いきいきふれあい事業）**  
高齢者の閉じこもりや要介護状態になることの予防を図るための、地域の身近な交流の場、介護予防事業の拠点施設。
- **一次予防**  
病気の発生そのものを予防すること。
- **う歯**  
う蝕された歯（虫歯）のこと。
- **HbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）**  
赤血球の中にある酸素を運ぶヘモグロビンに血液中の糖が結合したもので、過去1～2ヶ月の平均血糖値を表すもので、HbA1c（NGSP値）が6.5%以上の場合、糖尿病が疑われる。
- **NCD（エヌシーディー）**  
Non Communicable Disease（非感染性疾患）の略で、がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性呼吸器疾患）を中心としたNCD対策が国際的に重視されている。
- **嚥下性肺炎**  
口腔機能の低下に伴い、食べ物など飲みこんだものが肺に入ることが原因で生じる肺炎のこと。
- **おやま健康料理コンクール**  
小山の食材を活用した新しい健康料理を募集し、その料理を普及することで、健康づくりと小山の農畜産物の消費拡大を図る。
- **小山市健康づくり運動普及推進員（推進員会）**  
生活習慣病予防や介護予防の視点から、身近な地域単位での運動習慣普及活動に関する情報提供や健康教室等の開催など、地域の実態に応じた健康づくりを行う、養成講習を受けた市民。
- **小山市民元気あっぷ体操**  
小山市歌に合わせた、メタボリックシンドローム予防に効果的なオリジナル体操を作成し、健康教室やDVD等での普及、キッズ版元気あっぷ体操も作成されている。
- **小山市食生活改善推進員（推進員会）**  
生活習慣病予防のための望ましい食生活の普及、健康料理教室等の開催、地産地消・食育の推進を行う、養成講習を受けた市民。
- **小山市健康推進員（推進員会）**  
保健予防並びに健康増進を地域で推進するため、身近な地域での健康推進事業の普及啓発など、地域の実態に応じた健康づくり活動を行う、各自治会長から推薦され、市長が委嘱した市民。また、市内を6支部に分けて活動を展開している。

- **小山市健康づくり推進協議会**

市民の総合的な健康づくりを推進することを目的に設置され、医師会、歯科医師会、自治会連合会、健康推進会等の団体代表により構成される。

- **小山ブランドの創生・発信**

自慢できるふるさと小山を目指し、豊かな自然環境と人々の高い技術によって生み出される産品をブランド化しており、農畜産物・加工品、歴史、思川・思川桜、ハンドベル、男女共同参画、ボランティア、スポーツの7分野にわたる。

- **オレンジリボンキャンペーン**

子ども虐待防止のシンボルマークとしてオレンジリボンを広めることで、子ども虐待をなくすことを呼びかける市民運動のことで、小山市発祥のオレンジリボンが全国に広まっている。

### 【か行】

- **介護予防ボランティア**

いきいきふれあいセンターの運営補助など、地域の介護予防活動を支える市民ボランティアのこと。

- **かかりつけ医**

主に診療所等で様々な症状の初期診断・初期治療、日常的な健康管理や健康相談などにあたっている医師のこと。

- **グラウンドワーク**

イギリスで始まった「地域住民」「行政」「企業」のパートナーシップによる地域の環境保全、改善運動をいう。

- **QOL（キューオーエル）**

Quality of life（クオリティオブライフ）の略で、「生活の質」と訳される。人の生きがいや価値観、主観的な満足度からその人の人生の中身や質を捉えようとする立場、見方で「人が人としての尊厳を保ち、よりよく生きること」を指す。

- **協働**

市民や地域・団体、民間・企業、専門家、行政などそれぞれの立場が互いに連携しあいながら、課題解決に向けて協力する関係をいう。

- **健康格差**

地域や職業、経済力、世帯構成等の社会経済的要因による健康状態や生活習慣の差に伴う健康と医療の質の格差のこと。

- **健康寿命**

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間のこと。

## ■ 健康増進法

国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的とした法律で平成14年に制定された

## ■ 健康都市おやま宣言

市民一人ひとりが健康で快適な生活を享受し、市民参加で健康づくりを推進することを目的に、平成4年3月に宣言された。

## ■ 健康都市おやまプラン21

### 健康推進サポーターの会

「健康都市おやまプラン21」の推進に向けて積極的にPR活動等を行う団体で、市民及び関係課の行政協力員から構成される。

## ■ 健康日本21

健康増進法に基づき策定された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」で、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や国民の健康の増進の目標に関する事項等を定めたもの。平成24年7月に本方針が全部改正（「健康日本21（第2次）」）された。

## ■ 口腔機能

「食べる・話す」といった、社会の中で健康な生活を営むための基本となる機能の一つ。この働きが悪くなると、食べられなくなるために栄養の偏りやエネルギー不足が生じ、筋力や免疫力等が低下し、様々な病気を引き起こしやすくなる。

## ■ 口腔ケア

歯を磨く、義歯の手入れをするなど、口の中をきれいにすることをいう。口腔ケアは歯の病気予防のほか、食べる・話すといった口の働きを保つ効果がある。

## ■ 公園等愛護里親会

公園の近隣住民が、自ら身近な公園の清掃や除草をし、公園を美しく保つために協力する地域の組織をいう。

## ■ 合計特殊出生率

一人の女性が一生（15～49歳までの間）に産む子どもの平均数を示した人口統計上の指標のこと。

## ■ 骨粗しょう症

骨に小さな穴が多発する症状で、腰痛や骨折しやすい状態になること。

## ■ コミュニティ

一般に「共同体」または「共同社会」と訳され、一定の地域において主体性のある集団。その中でも「地域コミュニティ」は特に地域の結びつきが強く、地域性を持った集団のことを指す。

## ■ コミュニティバス（おーバス）

一定の地域内を必要目的に合わせて運行するバスのこと。本市では、市街地バスとデマンドバス（利用者の希望乗降地点及び時刻のニーズに応じる形態）を運行している。

## 【さ行】

## ■ 桜の里親制度

市民参加のまちづくりの取り組みとして、小山市原産の市花である「思川桜」を植樹する際に、里親が桜の苗木・植栽等に要する費用を市に寄贈し、桜を守り育てるとともに、桜堤や街路樹の整備を行うもの。

## ■ COPD

Chronic Obstructive Pulmonary Disease（慢性閉塞性肺疾患）の略で、主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、以前、肺気腫、慢性気管支炎と称された疾患が含まれる。

## ■ 子宮頸がんワクチン

子宮頸がんの原因となりやすいウイルスに対する抗体をつくり、予防するためのワクチン。

## ■ 歯周疾患

歯肉が腫れる「歯肉炎」と、歯と歯茎をつなぐ歯根膜や歯を支えている歯槽骨まで炎症が及ぶ「歯周炎」を合わせた歯茎の病気の総称。

## ■ シニア元気あっぷ塾事業

元気な高齢者がさらに健康で過ごせるように、自宅で作れる手軽な筋力トレーニングを地域に広める事業。全体トレーニングや出前トレーニング等のほか、サポーター、準指導員、指導員の人材育成を行っている。

## ■ 受動喫煙

自らの意思に関わらず他の喫煙者のたばこの煙にさらされ吸引すること。健康増進法には「受動喫煙の防止」が規定されている。

## ■ 周産期死亡率

1年間の1,000出産に対する周産期死亡（妊娠満22週以後の死産と早期新生児死亡の合計）の比率のこと。

## ■ 食育

生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるもの。様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

### ■ ソーシャル・キャピタル

社会関係資本のことで、社会や地域における人々の信頼関係や結びつきを表す概念。(33頁参照)

### ■ 新型インフルエンザ

インフルエンザウイルスのうち、新たに人から人に伝染する能力を有することとなったウイルスを病原体とするインフルエンザであって、一般に国民が当該感染症に対する免疫を獲得していないことから、当該感染症の全国的かつ急速なまん延により国民の生命及び健康に重大な影響を与えるおそれがあると認められるもの。

### ■ 生活習慣病

食生活、運動、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が発症や進行に関与する、がん、脳卒中、心臓病、高血圧症、糖尿病などの病気またはその概念。

## 【 た 行 】

### ■ 地域医療体制

それぞれの地域における医療の充実が図られ、その結果、地域住民が必要な時に必要な医療が受けられるような体制をいう。

### ■ 地区社会福祉協議会

地域住民が主体となって、地域の課題解決や地域福祉の向上を図るための住民組織で、地域住民や自治会、民生委員・児童委員、各種団体等で構成される。

### ■ 地産地消

地域で生産された農畜産物を地域で消費する、また、地域の消費者の必要とするものを、その地域で生産すること。

### ■ 低出生体重児

在胎期間に関係なく、出生時の体重が2,500g未満の新生児のこと。

### ■ デマンドバス

利用者が希望する乗降地点及び時刻に応じて運行するバスのこと。

### ■ 特定健康診査・特定保健指導

医療保険者が40～74歳の加入者を対象として実施する、内臓脂肪型肥満(メタボリックシンドローム)に着目した健康診査。この健康診査の結果により、生活習慣の改善が必要とされた対象者に対しては、特定保健指導を行うこととなっている。

### ■ 特定高齢者

65歳以上の高齢者で現在は自立して暮らしているが、要支援・要介護になる可能性のある人をいう。

## 【 な 行 】

### ■ 人間ドック・脳ドック

自覚症状の有無に関係なく定期的に病院に赴き、身体各部位の精密検査を受けて、普段気がつきにくい疾患や臓器の異常や健康度などをチェックする健康診断の一種。

### ■ 妊産婦死亡率

妊産婦死亡数を出産(出生+死産)数で割り、人口10万人対で表した数。

### ■ 年齢調整死亡率

人口の年齢構成の影響を調整して求められる死亡率のこと。人口構成の異なる地域間の死亡率を比較する場合に用いる数字。

## 【 は 行 】

### ■ 8020(ハチマルニイマル)運動

「80歳になっても20本以上の自分の歯を持つことで豊かな人生を」という考え方のもと、高齢になっても何でもよく噛めるように、80歳まで自分の歯を20本以上保つことを目標とした歯の健康づくり運動のこと。

### ■ バリアフリー

高齢者や障がい者が社会生活をしていく上で障壁(物理的・社会的等)となるものを除去する考え方。道路や床の段差をなくしたり、階段の代わりに緩やかなスロープを設けること。

### ■ BMI(ビーエムアイ:ボディマス指数)

Body Mass Index(肥満指数)の略で、肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数のこと。BMIは、[体重(kg)]÷[身長(m)の2乗]で求められる。(BMI 18.5未満:やせ、18.5以上~25未満:標準、25以上:肥満)

### ■ ピアカウンセリング

思春期特有の悩みについて、同世代の者が集まり、話しあうことで、悩みを分かち合い、助言し合うこと。

### ■ Pちゃん(ピーちゃん)

本市の「健康づくりマスコットキャラクター」小山市民がみんなハッピーのP・「健康都市おやまプラン21」のP・そのプラン21を多くの人にピーアールのPから名づけられた。

### ■ フッ素塗布

フッ素を歯の表面に塗ることで歯質を強くして虫歯を予防すること。

### ■ ファミリーサポートセンター

育児の相互援助活動を行う会員組織。援助を受けたい人と、援助を提供できる人が会員登録して、援助を提供する。



## 【ら行】

## ■ ヘルスプロモーション

WHO（世界保健機関）が1986年のオタワ憲章において提唱した新しい健康観に基づく21世紀の健康戦略で、「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセス」と定義されている。

どんな健康レベルにあっても誰もが豊かな人生を送れるよう、従来の個人の能力向上へのアプローチに加え、健康を支援するための環境づくりを様々な分野と連携して行うこと。

## ■ ポピュレーションアプローチ

健康障害を引き起こす危険因子を持つ集団のうち、危険度がより高い者に対して、その危険度を下げよう働きかけをして病気を予防する方法を「ハイリスクアプローチ」、集団全体に対して働きかける方法や環境整備を「ポピュレーションアプローチ」と呼ぶ。

## ■ ボランティアコーディネーター

ボランティアを必要としている人と、ボランティア活動を希望する人との双方のニーズを結びつけたり、ボランティア活動の環境を調整してまとめる役割の者。

## 【ま行】

## ■ 緑の健康づくりの森

本市では、「新市民病院」を核として、健康づくりから介護に至るまで包括的に支援できる拠点施設や健康づくりの広場等を整備し、併せて現市民病院跡地の活用によるリハビリ施設等を一体的に整備する「小山市緑の健康づくりの森事業」を進めている。

## ■ メタボリックシンドローム（内蔵脂肪症候群）

内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態で、様々な病気を引き起こしやすくなった状態のこと。

## ■ メンタルヘルス

こころの健康状態をいい、生活の中で様々なストレスに対して不適応となると心身症、無気力、うつ状態などが現れてくる。

## 【や行】

## ■ 要介護認定

高齢者等からの申請に基づき、その心身の状況を訪問調査するとともに、主治医の意見を聴き、介護の必要の程度を要支援1～2及び要介護1～5の7段階の区分で認定するもの。介護保険の給付を受けるためには、この要介護（要支援）認定を受けることが必要。

## ■ ユニバーサルデザイン

性別や年齢、身体機能に関わらず、全ての人が利用しやすいように都市や生活環境をデザインする考え方。

## ■ ライフステージ

人間の一生におけるそれぞれの段階のことで、県の「とちぎ健康21プラン（第2次）」では、「幼年期」、「少年期」、「青年期」、「壮年前期」、「壮年後期」、「高年期」の6つのライフステージを想定している。

## ■ レクリエーション

娯楽、余暇、レジャーなどを意味する。

## ■ ローレル指数

児童・生徒の肥満の程度を表す指数で、 $[\text{体重 (kg)} \div \text{身長 (cm)}]^3 \times 10000000$  で求められる。130程度で標準的な体型とされ、プラスマイナス15程度であれば標準とされる。肥満の判定基準は160以上。

## ■ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）

加齢に伴う筋力の低下や関節や脊椎の病気、骨粗しょう症などにより運動器の機能が衰えて、要介護や寝たきりになるなど、そのリスクの高い状態を表す言葉。

---

## 第2次健康都市おやまプラン<sup>21</sup>

－ みんなの元気が おやまの元気 －

平成25年3月

---

発行 小山市  
<http://www.city.oyama.tochigi.jp>  
企画・編集 小山市保健福祉部健康増進課  
〒323-8686  
栃木県小山市中央町1丁目1番1号  
TEL 0285-22-9526  
FAX 0285-22-9535  
E-mail [d-kenko@city.oyama.tochigi.jp](mailto:d-kenko@city.oyama.tochigi.jp)



## 第2次健康都市おやまプラン 21

小山市健康づくりマスコットキャラクター



Pちゃん



健ちゃん