

健康こまきいきいきプランにおける指標(目標とする数値) 及び指標達成に向けた取組内容

部会	指標	ライフステージ	乳幼児期 (0～5歳)	学童期 (6～11歳)	思春期 (12～17歳)	青年期 (18～39歳)	壮年期 (40歳～64歳)	高齢期 (65歳以上)	
栄養・食生活部会	朝食を食べる人の割合の増加			●小5を対象に「望ましい体格を知るリーフレット」配布		●朝食啓発、肥満予防パンフレット「スタイルアップ大作戦」の配布(地域の健康展など)			
	自分の適性体重を知っている人の割合の増加			●小5を対象に「望ましい体格を知るリーフレット」配布		●「スタイルアップ大作戦」の配布			
	肥満度により体型を分類した「肥満」の割合の減少		●ヘルシーメニューのメニュー表にレシピや家庭での調理の工夫を加え、HPや広報に掲載						
	・週3回以上朝食を抜く人の割合の減少 ・週3回食後間食をする人の割合の減少 ・20歳時体重から10kg以上増加した人の割合の減少	ヤング健診受診者(35～39歳)					●「スタイルアップ大作戦」の配布		
		特定健診受診者(40～64歳)					●「スタイルアップ大作戦」の配布		
市内でヘルシーメニューを提供店と認定した一般飲食店舗数の増加			●認定基準を設定し、市内飲食店を対象にヘルシーメニューの募集を実施 認定基準(1食当たり)：①野菜使用量120g以上、②エネルギー700kcal以下、③塩分3.0g未満、④使用食材10品目以上、定食形式。 店内は禁煙又はメニュー提供の時間帯は禁煙。						
身体活動・運動部会	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合の増加					●保健センター及び市役所関係機関に「階段利用を促すポスター」を作成、掲示。運動の効果を周知し、日常生活の中で意識的に体を動かすことを推奨。 ●「ロコモ予防体操教室」を毎月15日号広報へ掲載。転倒予防・筋力低下予防に関する知識の普及をめざす。			
	市民の週1回以上のスポーツ(運動)実施率の増加		●地域の保健連絡員と作成した「ウォーキングマップ」の配布 ●乳幼児及び保護者が安全に遊べる場に関する情報を示した配布物の作成 ●乳幼児及び保護者が安全に遊べる場に関する情報を示した配布物の作成						
休養こころの健康部会	相談相手のいる保護者の割合の増加		●「産後うつ普及啓発ポスター」を作成し、母親のみだけでなく、パートナーや地域の方に周知啓発						
	ゆったりとした気分で子どもと接することができる保護者の割合の増加		●自分の心の状態を知る指標「こころの体温計」HP掲載						
	子どものテレビやDVDの1日の視聴時間が2時間未満の者の割合の増加		●乳幼児健診にてメディアについてのポスター掲示・普及啓発						
	午後10時以降に就寝する子どもの割合の減少								
	自分自身を好きといえる子どもの割合の増加		●自己肯定感の醸成として、出前講座「育てよう自己肯定感」の実施						
	自分自身を好きといえる市民の割合の増加		●「生と性のカリキュラム」の推進。小学2年生と中学3年生、高校1年生に対して健康教育を実施。 ●自己肯定感の醸成のためエコバッグ作成(H26)周知啓発のため、イベントにて配布(H27) ●自己肯定感の醸成として、出前講座「育てよう自己肯定感」の実施						
	睡眠不足の者の割合の減少		●「睡眠に関するしおり(カード)」を作成し、薬剤師会を通じ患者の方へ配布(27年度)						
うつ・自殺対策ゲートキーパー要請講座参加者数の増加		●「ゲートキーパー養成講座」の実施。市民、保健連絡員、行政職員対象に6回実施。 ●うつ・自殺対策に関する関係者のネットワーク作りとして、「相談窓口ネットワーク連絡会」を開催。(年1回、24関係機関が参加) ●「こころの相談窓口パンフレット」の作成・改正。悩みを抱える者、またその家族が手にしたときに相談先が分かるような内容に変更し各関係機関窓口にて適宜配布							
たばこ・アルコール部会	妊婦で喫煙する人の割合の減少		●「たばこの害について」、喫煙が及ぼす影響についてHPへ掲載。 ●喫煙が健康に及ぼす影響について、認知度が低かった項目に関する情報をまとめたチラシをがん検診及び親子健康手帳交付時にチラシとして配布。						
	喫煙する人の割合の減少		●学童期への受動喫煙対策について、出前講座などの実施の検討。 ●禁煙したい方へ「何度もチャレンジしよう禁煙No.1,2」チラシを作成し情報提供。 ●妊婦の喫煙防止のためのリーフレットの作成し、親子健康手帳交付時に喫煙する妊婦、また家族に喫煙者がいる方へ活用。 ●女性の喫煙は精神的依存度が高いことに着目し、周りのサポートが必要なことや、禁煙治療についてわかりやすく啓発できるリーフレットの作成を検討。						
	妊婦で飲酒する人の割合の減少		●「アルコールの害について」、過度の飲酒が及ぼす影響についてHPへ掲載。 ●過度の飲酒が健康に及ぼす影響について、認知度が低かった項目に関する情報をまとめたチラシをがん検診及び親子健康手帳交付時にチラシとして配布。						
	毎日アルコールを飲む人の割合の減少		●「アルコールの害について」、過度の飲酒が及ぼす影響についてHPへ掲載。 ●過度の飲酒が健康に及ぼす影響について、認知度が低かった項目に関する情報をまとめたチラシをがん検診及び親子健康手帳交付時にチラシとして配布。						
	歯の健康部会	保護者が仕上げみがきを実施している1歳6か月児の割合の増加		●園児対象歯科疾患対策モデル事業の推進 ●保育士対象研修会の開催(保育士を対象にフッ化物洗口をはじめとしたう蝕予防に関する研修会を実施) ●保育士による啓発活動					
3歳児の保護者で定期的に歯科健診を受診している者の割合の増加		●園児対象歯科疾患対策モデル事業の推進 ●保育士対象研修会の開催(保育士を対象にフッ化物洗口をはじめとしたう蝕予防に関する研修会を実施) ●保育士による啓発活動							
3歳児のうちう蝕のない者の割合の増加		●園児対象歯科疾患対策モデル事業の推進 ●保育士対象研修会の開催(保育士を対象にフッ化物洗口をはじめとしたう蝕予防に関する研修会を実施) ●保育士による啓発活動 ●保育園歯みがき教室の実施。							
小学3年生で第一大臼歯が健全な者の割合の増加		●園児及び高齢者対象啓発活動にて、保育園の施設訪問活動を活用し、歯みがきをツールとした交流活動を実施。 ●フッ化物洗口の実施。(市内公立保育園20園及び公立幼稚園1園) ●市内2校(小学校)でのフッ化物洗口実施。 ●学校関係者への普及啓発(学校保健主事会を活用し、保健主事を対象に研修会を開催。意識の向上を図る。) ●小学生対象歯みがき教室開催(市内モデル校小学3～6年生を対象に健康教育実施。小学4年生対象歯みがき教室を実施。)							
中学1年生(12歳児)のうちう蝕のない者の割合の増加		●フッ化物洗口の実施(市内公立保育園20園及び公立幼稚園1園) ●市内2校(小学校)でのフッ化物洗口実施。 ●小学4年生対象歯みがき教室実施 ●中学生を対象に歯科疾患予防に関する取組みとして、中学校で開催される保護者懇談会で歯科疾患予防に関するチラシを配布)							
中学3年生(14歳児)の歯肉の炎症所見のない者の割合の増加		●中学生を対象に歯科疾患予防に関する取組みとして、中学校で開催される保護者懇談会で歯科疾患予防に関するチラシを配布)							
40歳で歯周炎所見のない者の割合の増加		●職域対象歯周疾患対策普及啓発活動の実施。(商工会議所主催の健康診断を活用し、意識調査及び歯間部清掃具の普及啓発実施) ●動物病院連携啓発事業(ペットの飼い主の歯周疾患対策啓発事業を実施) ●糖尿病連携手帳を活用し、糖尿病及び歯周病の重症化予防に向け、各関係機関と連携。 ●特定健診及び人間ドッグ対象者への啓発。(国保対象者へ案内通知に添に関する内容を盛り込んで周知。協会けんぽ被扶養者については特定健診時に個別指導実施。 ●職員研修の開催							