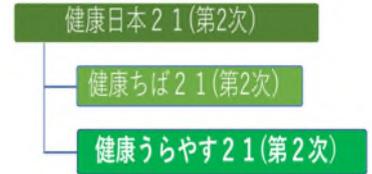
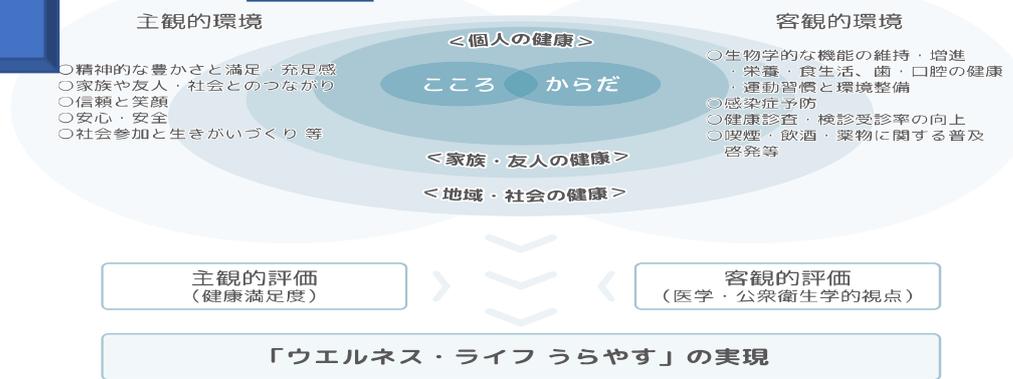


健康うらやす21（第2次）の概要

- 健康増進法に規定される「市町村健康増進計画」
- 「健康日本21(第2次)」「健康ちば21(第2次)」の考え方に基いた市民の健康づくりを推進するための計画
- 平成26年度～平成35年度の10か年計画
- 平成30年度に中間評価及び見直しを行い、「食育推進計画」「自殺対策計画」を包含した改訂版を策定



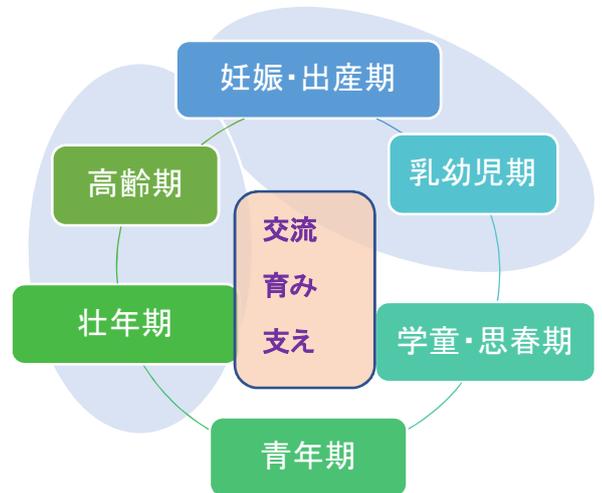
計画の基本理念



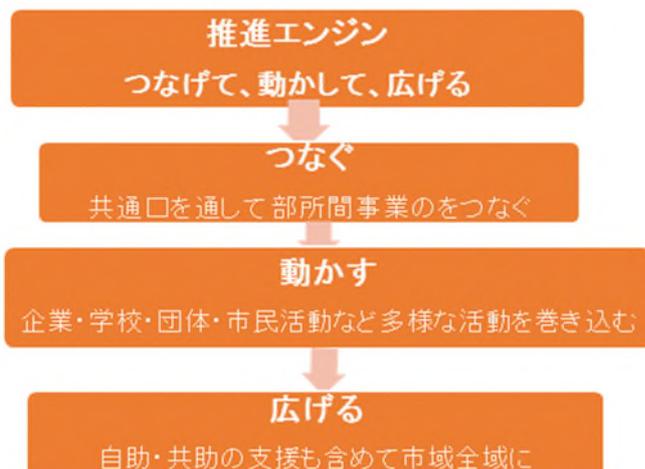
【施策の展開①分野ごとの取り組み】

1. 栄養・食事及び歯・口腔の健康～浦安市食育推進計画～『食べることは、生きること！』
2. 身体活動『体を動かすことは、社会とのつながりを持つこと！』
3. 健康管理・予防『健康であることは、人生の広がりを持つこと！』
4. こころの健康～浦安市いのちとこころの支援計画～『こころが健康であることは、人とのつながりをもつこと！』～信頼・つながり(絆)・お互い様(絆)のある地域づくり～

【施策の展開②ライフステージに応じた取り組み】



【目標に向けた推進】



健康うらやす21（第2次）中間見直しにおける現状と課題

全体目標

健康寿命の延伸

がん・生活習慣病の発症予防と重症化予防

社会生活を営むために必要な機能の維持

【死亡原因】

- 悪性新生物 32%
- 40～64歳の働く世代のがんによる死亡は約5割
- 心疾患・脳血管疾患も多い

【浦安市国民健康保険の医療費】

- 生活習慣病の医療費 21.4%
- 高血圧疾患・腎疾患・糖尿病の順に高い

○高齢者の健康

【要介護の要因】

- 転倒・骨折 18.5%
- 脳血管疾患・認知症も多い

○こころの健康

- 自殺死亡率 12.16
- 15～39歳では自殺が死因の1位
- 働く世代でも死亡の上位

【健(検)診受診率】

- 特定健康診査 43.1% 後期高齢者健康診査 48.1%
 - がん検診 胃がん 7.3% 肺がん 13.0% 大腸がん 12.8% 子宮がん 26.7% 乳がん 19.7%
- 健(検)診受診率が低い

健康に関する生活習慣の改善 ⇒ 病気の発症リスクを減らす

食生活・栄養	歯・口腔	身体活動	喫煙	飲酒
<ul style="list-style-type: none"> ・朝食をほぼ毎日食べている人の割合が減少 85.1%→80.4% ・バランスよく食事をとる人の割合が低い 38.2%(国:58.2%) ・減塩に気をつけている人の割合が低い 61.6%(国:70.7%) 	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的に歯科健診を受けている割合が低い 46.8% 	<ul style="list-style-type: none"> ・息のはずむ程度の運動をしている人の割合が低い ・運動習慣のない人の割合の増加 ・特に20～50歳代の女性に多い 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙率 男性18% 女性6% ・子育て世代では子どもの年齢が上がるほど親の喫煙率が上がる傾向にある 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病のリスクを高める量を飲んでいる人の割合が高い 男性:14.2% 女性:10.9% 国 (男性:14.6% 女性:8.6%)

今後の方向性

① 子どもから高齢者まですべての人の健やかな生活習慣の形成

② 自然に健康になれる環境づくり(健康無関心層に届く健康づくりの推進)



特に健康課題の多かった働く世代を意識して、関係団体とつながり、地域に向く様々な分野の人とのつながりが、無関心層へ届くアプローチとなる

令和元年度の取り組みの評価

主な取り組みについて評価

【視点】

- 各課の取り組みの事業が目標達成に向けて、計画に掲げている『取り組みの方向性』や『行政の取り組み』を網羅しているか
- 計画に推進に挙げている“つながる”という視点で、事業を効果的に行うために、つながってみたいところやどのようなつながり方ができるか

栄養・食事 歯・口腔	身体活 動	健康管 理・予防	こころ	妊娠・ 出産期	乳幼児 期	学童・ 思春期	青年期	壮年期	高齢期
7 事業	7 事業	15 事業	9 事業	14 事業	25 事業	10 事業	6 事業	12 事業	14 事業

【まとめ】

- 健康分野ごと、ライフステージごとどちらの事業も、計画書にある『取り組みの方向性』や『行政の取り組み』に基づいて実施しており、コロナの影響で事業を実施できなかったり、実績が減っているものが見られたが、取り組めていない項目は少なかった。
- 身体活動の分野で青年期・壮年期の取り組みについて、身体活動量を増やすことの普及啓発や、自然と身体活動が増える環境づくりが十分にできていなかった。
- 事業を効果的に行うためのつながり先については、母子保健や高齢者部門では、すでにつながっているところも多くみられた。
- 課題とされる無関心層を含め自然に健康になれる環境づくりを目指すためには、計画書にあげた取り組み事業を十分に行うことともに、企業や学校、活動団体など地域の様々な社会資源とつながっていく必要がある。

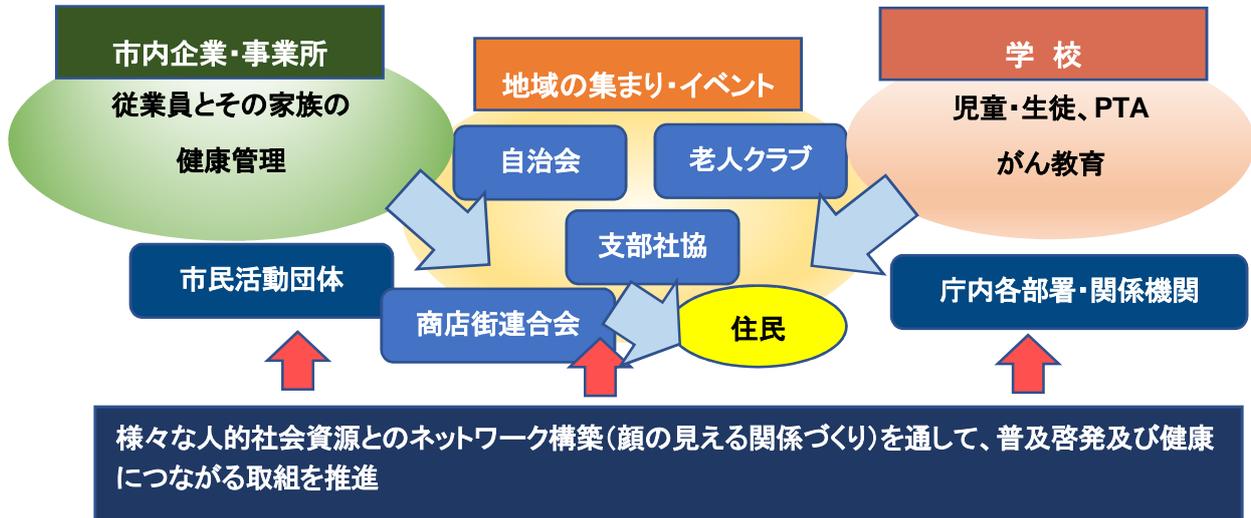
【事業の効果的な展開に向けて、つながってみたい部署・団体とつながり方】

事業名	担当課	取り組み内容	本事業の「より効果的な展開」に向けて	
			“つながってみたい” 「部署」「団体」	どのようなつながりが考えられますか
ほのぼのタイム	こども課	子育て支援員研修修了者が運営委員、協力員となり、妊婦の方、生後6か月までの親子が集い、交流を深める場所を各公民館で月1回開催した。	母子保健課	不安感や疲労が強いなど、サポートが必要な保護者を保健師等につなぎフォロー体制を構築したい。
プレパママ講座	こども家庭支援センター	これから父母になる夫婦が2人で協力して養育していく上で、子育ての意義や産後の役割などを学んでいく	助産師会、NPO 法人ファザーリングジャパン	担い手として関わってほしい(育児主義や父親が育児に関わることの効果を説明してほしい)
健康推進員育成事業	健康増進課	幼稚園、認定こども園、保育園、児童育成クラブで食育劇を実施した際に、おひさま体操の普及を行った。	自治会・老人クラブ 支部社協サロン	おひさま体操の普及
地域リハビリテーション活動支援事業	高齢者包括支援課	地域における介護予防の取組を機能強化するために、地域包括支援センターと連携しながら、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等へのリハビリテーション専門職の関与を促進する。	浦安リハビリテーション連絡会	多くの住民運営の通いの場や、地域でリハビリテーション専門職からの助言等が必要な場所に出向く機会を多く作る

今後の取り組み ～地域へのアプローチ～

<地域健康づくり事業>

- ◆ **背景:** 市全体の健康度を上げるためには、健康に無関心層へのアプローチが必要だが、参加希望型の事業展開では限界があるので、地域に出向き働きかけることが重要。
- ◆ **目標:** 生活習慣病予防のための生活習慣の改善や健診受診率の向上を目指し、地域の社会資源とつながり、地域住民が自然と健康になれる環境づくりを推進。個人・地域から地域全体としての健康づくりへ発展。



- **市内企業・事業所** : 労働者とその家族の健康管理のため、生活習慣病の予防の普及啓発、がん検診受診勧奨
- **地域の団体** : 生涯教育やスポーツ、福祉、防災等、すでに存在する様々な地域活動のネットワークに、健康の視点からアプローチし、生活習慣病の予防の普及啓発、がん検診受診勧奨
- **学校** : 児童・生徒やPTAを対象に、がん教育を含む、こどもの頃からの生活習慣の形成及び保護者のがん検診受診勧奨
- **商店街連合会**: 従業員の健康管理のために、生活習慣病の予防の普及啓発、がん検診受診勧奨、さらには、商店を利用する住民に向けた情報発信の場

【具体的な取り組み】

■ 新たな形での情報発信！

忙しく、健康に無関心層が多い若い世代や働く世代にも情報が届くように、情報発信のレパートリーを増やす

<方法>

- ・コロナ禍で自粛生活が続く中、感染症予防や健康に関する情報、熱中症に関する情報を、重要なお知らせメールと市のツイッターで情報発信した。
- ・熱中症予防に関しては、大塚製薬と協働で、市役所庁舎と公民館、総合体育館などの運動施設で、熱中症予防を呼びかける館内放送を行った。

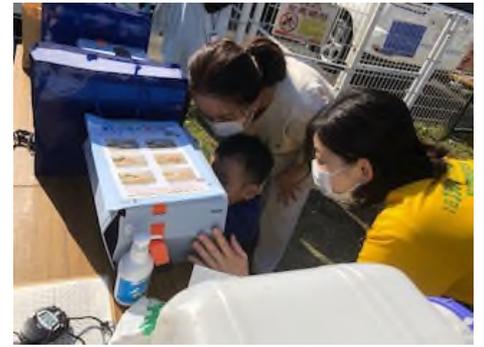


■ 健康無関心層への取り組み

子育て世代へのアプローチ

〈方法〉

子どもを対象にした公民館事業に参加した親子を対象に、手洗いチェッカーを活用し、感染症に関する意識の向上を図る



働く世代へのアプローチ

〈方法〉

《市民の生活と密接な商業施設と連携した取り組み》

◆ 商店街連合会との連携

商店を訪問し、従業員の健康管理のために、生活習慣病の予防の普及啓発、がん検診受診勧奨、さらには、商店を利用する住民に向けた情報発信の場を担ってもらうように働きかける

◆ 新浦安駅前のマルシェとの連携

マルシェにブースを出展し、健康情報の発信を行う

◆ スーパーとの連携

スーパーで検診車を活用した乳がん検診を実施し、がんの普及啓発を行う
公民館でも実施予定



《市民の身近な場所である図書館と連携した取り組み》

図書館を活用した「がん」に関する情報発信により、市民が「がん」について考える機会を増やすことを目的に、中央図書館にて、12月の図書館展示に「がん」をテーマに展示ブースを設営

・“ディベックス”※1や“がんノート”※2など当事者の声を取り入れ、がん患者のつながりやがん患者の理解も意識した取り組み

※1 病気や医療にまつわる様々な体験を患者や家族にインタビューし、それをデータベース化して、ウェブ上で公開しているNPO法人

※2 がん経験者による「インタビュー型ウェブ番組(がんノート)」をスタートし、がん患者のリアルな生の声をインターネットを通じて提供している



《身体活動に関するネットワークづくり》

関連する部署や団体と課題を共有し、身体活動量を増やすことの普及啓発や自然と身体活動が増える環境づくりをめざして、何をどのような形で伝えてくかなど、適切に効果的に取り組むための具体的な方法を検討

■ 食育推進計画

《他部署の栄養士と連携した取り組み》

令和元年度は「カミカミレシピ」「ちばの恵みご膳：浦安バージョン」を共同して作成し、市民に紹介。

令和2年度は「朝食について」の展示物・配布物の資料を共同で作成、11月9日～13日に庁舎1階市民ホールで「食育パネル展」を実施。



■ 母子保健計画

子育て世帯の9割以上が核家族のため、身近に相談者や支援者がいない母親が多く孤立化しやすい
育児不安や虐待の発生予防や早期発見・早期支援への対策が必要

妊娠期から切れ目のない支援を目指して、特に子育て期に子育て世代包括支援センターの機能の周知を図り、気軽に相談できるような取り組みを行うことで、育児不安や虐待予防の取り組みの強化を図る。

《具体的な取り組み》

利用者支援事業：子育て世代包括支援センターの機能の周知のために、令和元年7月より週1回、乳児の身体計測や相談ができる窓口を設置

コロナ禍でも継続して実施