

◎横須賀市健康増進計画・食育推進計画専門部会の報告について

【保健所健康づくり課】

令和 2 年 7 月 31 日、書面会議により開催した標記部会での検討結果を報告します。

1 横須賀市健康増進計画・食育推進計画について

(1) 計画の概要

健康増進計画、食育推進計画は、健康増進法と食育基本法に、それぞれその策定が市町村の努力義務として規定されており、本市では、「健康・食育推進プランよこすか」として、両計画を一体的に策定しています。

- ①計画期間 平成25年度から令和 4 年度までの10年間
- ②全体目標 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ③計画の体系 別紙のとおり

(2) 計画の進行管理（令和元年度）

計画の進行管理は、健康増進計画・食育推進計画専門部会が行っています。令和元年度は、計画に位置付けた事業が概ね計画どおりに実施できていることを確認しました。

【専門部会での主な意見】

- ①循環器疾患・糖尿病分野—令和元年度に糖尿病性腎症重症化プログラムの実施が 7 人というのは少なすぎる。もう少し増えるような工夫や令和 2 年度に向け定量的に評価できるよう数値目標があればよい。
- ②健康づくりを目的としたネットワーク分野—大切な離乳食時期に安心して飲む・かむ・食べるなど望ましい食生活習慣を身につけることが大切なので、食育・離乳食時期の食事指導をお願いしたい。そうすることで食の楽しさや食べる意欲が育まれ、しっかりとした咀嚼機能を身につけられる。それが、低栄養を防ぎ口腔機能の促進に繋げることができるようにするとよい。
- ③食育分野—市内では子育て仲間が集まるサークルがネットや SNS を使って情報を発信している。市のホームページ等で離乳食や幼児食について公開されている内容がとても良いので、子育てサークルと連携して、情報の拡散をしてはどうか。

2 (仮称) 歯及び口腔の健康づくり推進計画（素案）について

(1) 計画策定の概要等 資料 5のとおり

(2) 計画（素案）について

計画（素案）について、次のとおり意見があり、素案を一部修正しました。

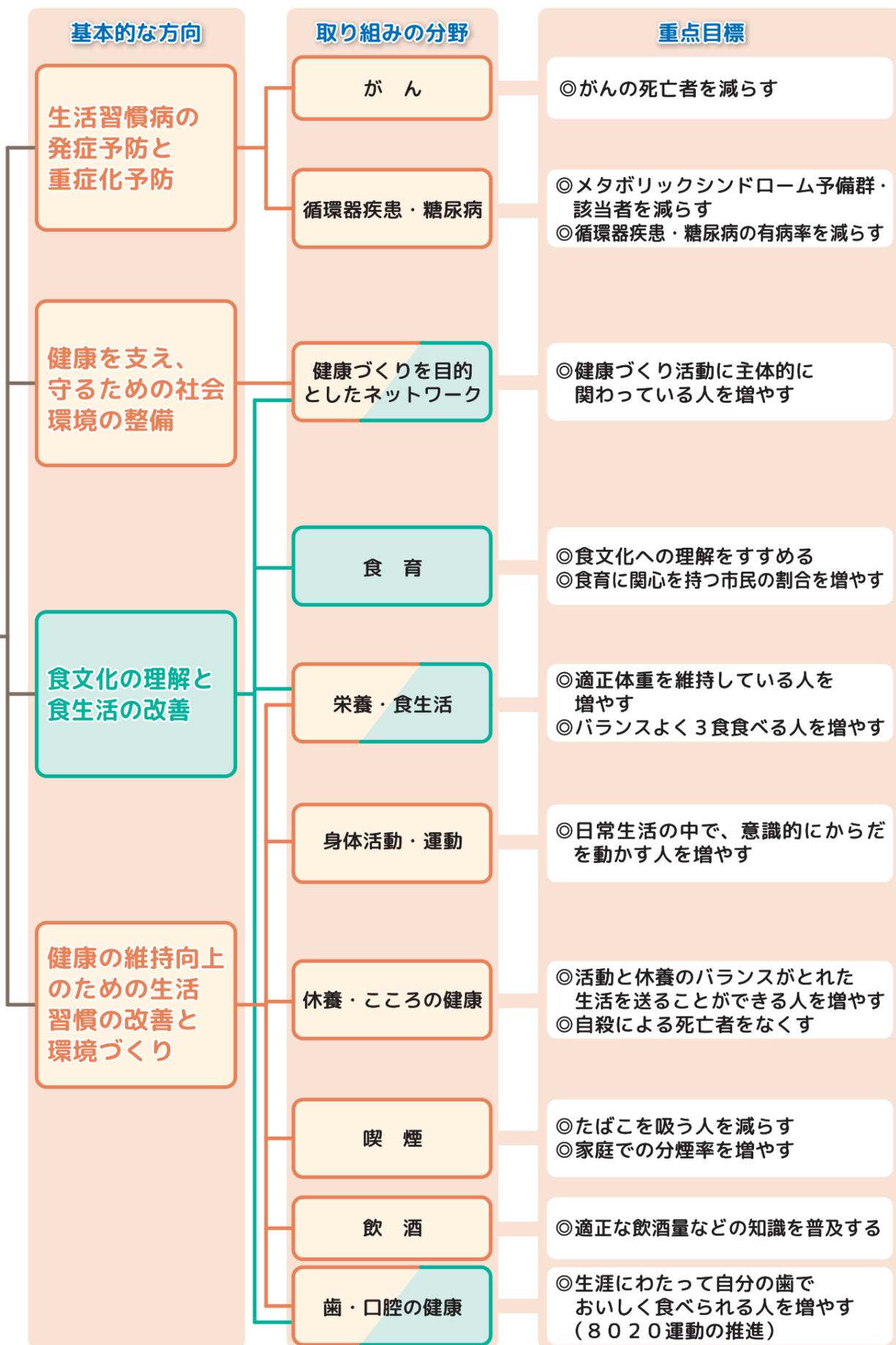
【専門部会での主な意見】

- ①学齢期において、学校で給食後の歯磨き時間を確保したほうがよい。
- ②口腔がん対策としてかかりつけ医での定期検診では不十分なため、口腔がん検診を市で行うべきである。

計画の体系

全体目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小



健康増進計画 (Orange box) 食育推進計画 (Green box) 健康増進計画および食育推進計画 (Light Green box)

具体的取り組み

●: 健康増進計画 ■: 食育推進計画

- がんと生活習慣病予防との関係性の周知
- がん予防啓発のための講座等の実施
- 胸部、大腸、子宮、乳がん、前立腺がん検診の受診者数を増やす取り組み
- がん検診における要精検受診率の向上
- がん検診の必要性の周知
- 健康診断を受けやすい環境の整備
- 健康診断の必要性の周知
- 必要に応じた健康診断後のフォローの実施
- 生活習慣病（脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧、脂質異常症、糖尿病）、メタボリックシンドローム予防に関する知識の普及
- 生活習慣病予防と改善のための食事や運動の講座等の実施
- 健康づくりの発信源としてのボランティアの育成**
 - ■ヘルスメイトよこすかの会員数を増やす取り組み
 - ■ラジオ体操サポーターを育成する取り組み
 - 介護予防サポーターの活用
- 地域健康づくりネットワークへの取り組み**
 - ■地域健康教育、講座の実施
 - ■ヘルスメイトの活動の周知
 - ■地域職域等との連携を図る（ラジオ体操の推進、食事バランスの啓発、禁煙対策、適量飲酒、こころの健康など）
 - ■（新）ラジオ体操登録団体の支援
 - ■健康づくりグループの育成
 - ■スポーツ推進委員の活用
- 健康づくり教室や食育教室の実施
- 栄養成分表示の活用方法の普及
- 学校給食での地産地消の推進
- よこすかE表示メニュー設置店、普及協力店を増やす取り組み
- よく噛んで味わって食べるなどの食べ方の啓発
- （新）食の循環や環境を意識した食育の推進
- 1人で食事をする子どもを減らす取り組み
- 食育に関する情報の提供
- 食の安全性の普及啓発
- 農業体験を経験する機会の提供
- （新）学校における食育の推進
- ライフステージにあわせた適正体重を維持するための取り組み**
 - ■栄養や運動に関する知識の普及啓発、各種講座の実施
 - ■バランスよく（主食・主菜・副菜を摂取することの必要性など）、3食食べることの知識の普及啓発
 - ■食事バランスガイドなどの活用方法の普及
 - ■各種講座の実施
- ライフステージにあわせた日常生活（生活活動）の中で、身体活動を増やす取り組み**
 - 生活活動（労働、家事、通勤、通学など）を活用した身体活動量の増加の取り組み
- ライフステージにあわせた体力の維持、向上を目的として計画的、意図的に実施する運動を増やす取り組み**
 - ラジオ体操、ウォーキングなどの普及
 - 健康増進センター、運動施設（体育会館・プール）等の活用
 - 運動の各種教室等の実施
- 活動と休養のバランスをとることの重要性の推進**
 - 睡眠と生活習慣病は関連があるという知識の普及啓発
 - 生活リズムを整えることの重要性についての啓発
- こころの健康づくり（自殺対策）の推進**
 - 相談窓口等の情報提供
 - サポート体制の充実（ゲートキーパーの育成等）
 - 各種講座・講演等の実施
- たばこをやめたい人及びその家族への支援
- 未成年者に対する喫煙防止の取り組み
- COPD（慢性閉塞性肺疾患）の知識の普及
- 喫煙、受動喫煙の害についての知識の普及
- 身体に負担をかけない飲み方の普及啓発
- 未成年者に対する飲酒防止の取り組み
- 妊娠、授乳期の飲酒をなくす取り組み
- 歯科健診受診者を増やす取り組み
- 各自の歯の状態にあった歯みがきと歯間の清掃の普及啓発
- ■咀嚼の大切さの啓発
- 歯科疾患が全身疾患に関連することの周知
- 3歳でう蝕のない児を増やす取り組み