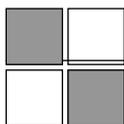


第 2 部

事業推進計画



健康づくり計画

1 乳幼児期(0～6歳)

課 題	規則正しい生活をする
具体的な施策	乳幼児健診 健康相談 健康教育 関係機関との連携 実態把握
事業名	事業説明
乳幼児健診	親が子の心身の成長ぶりを確かめ、子の成長発達にあった生活リズムや生活習慣を学ぶ場
乳幼児健康相談	親が生活リズムや生活習慣の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
乳幼児家庭教育学級	子どもには規則正しい生活が必要であることを親が理解し、対象時期にあった生活リズムや身につけたい生活習慣を学ぶ場
出前講座	乳幼児期における生活習慣の大切さ等を親子で学ぶ場
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもの生活習慣の問題について情報交換し、対策を検討する場

課 題	事故予防
具体的な施策	乳幼児健診 健康教育
事業名	事業説明
乳幼児健診	親が日常生活の中での危険性について見直し、子どもの事故予防対策の必要性について学ぶ場
乳幼児家庭教育学級	親が子どもの事故予防対策の必要性について学び、日常生活の中での事故予防対策について考える場

課 題	良い食習慣を持つ
具体的な施策	乳幼児健診 健康相談 健康教育 関係機関との連携 実態把握
事業名	事業説明
乳幼児健診	親が子の心身の成長ぶりを確かめ、子の成長発達に必要な栄養や食習慣について学ぶ場

離乳食教室	親が食生活の基礎となる乳児食・幼児食について学ぶ場
乳幼児健康相談	親が栄養や食習慣の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
乳幼児家庭教育学級	乳幼児期から良い食習慣が必要であることを親が理解し、対象時期に必要な栄養や食習慣について学ぶ場
妊婦相談	母子手帳発行時に保健師や栄養士が妊婦と面接を行い、妊娠中の日常生活や食生活等について必要な指導が受けられる場
出前講座	食の大切さや食育について親子で学ぶ場
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもの食生活の問題について情報交換し、対策を検討する場

課 題	健診を受ける
具体的な施策	乳幼児健診
事業名	事業説明
3・4か月児健診	3～4か月児を対象に、身体計測・診察・日常生活・遊びの指導を通して、親が子の成長を確かめ、生活習慣や遊びを振り返る場
9・10か月児健診	9～10か月児を対象とする
1歳6か月児健診	1歳6か月児を対象とする
3歳児健診	3歳児を対象とする

課 題	良い歯を持つ
具体的な施策	幼児歯科健診 健康教育 健康相談 関係機関との連携 実態把握
事業名	事業説明
乳幼児健診	親が子の心身の成長ぶりを確かめ、子の成長発達に必要な栄養や歯によい生活習慣について学ぶ場
1歳6か月児・3歳児 歯科健診	歯科健診で親が子の口腔状況を知り、栄養や歯みがき指導を通して歯によい生活習慣を学ぶ場
2歳児歯科健診	歯科健診で親が子の口腔状況を知り、歯によい生活習慣を学ぶ場。歯科医療機関で定期健診を受けるきっかけ

乳幼児家庭教育学級	子どもには歯によい生活習慣が必要であることを親が理解し、対象時期にあった生活リズムや身につけたい生活習慣を学ぶ場
乳幼児健康相談	親が栄養や歯によい生活習慣の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもたちの歯の問題について情報交換し、対策を検討する場

2 学童・思春期(7～18歳)

課 題	アルコール対処
具体的な施策	関係機関との連携 健康教育 実態把握
事業名	事業説明
学校地域保健連絡会	子どもの飲酒の問題について、学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が情報交換し対策を検討する場

課 題	良い食習慣を持つ
具体的な施策	関係機関との連携 実態把握 健康教育 啓発活動
事業名	事業説明
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもの食生活の問題について情報交換し、対策を検討する場
食生活教室	小中学校や PTA が主催する親子料理教室・野菜収穫祭等の機会に、親子で楽しみながら郷土料理や栄養バランス等について学ぶ場
母親座談会で講話	PTA との共催で母親が集まる場において、子どもの食生活の問題について情報交換し対策を検討する場
学校給食だよりへの記事掲載	学校給食が発行する給食だよりで、親が子どもの食事の現状等を知ることができる
学校給食試食会での講話	給食試食会で子どもに適した量・食材・栄養素等の話を聞くことで、親が子どもの食事を振り返ることができる

課 題	性教育 性行動
具体的な施策	健康教育 関係機関との連携 健康相談 実態把握 ボランティア育成
事業名	事業説明
性やいのちの授業	小中学校との共催の性やいのちの授業で、心身の成長について理解し、自分や友だちや家族の心身を大切にすることを学ぶ場
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもの性の問題について情報交換し、対策を検討する場
健康相談・ ケース検討会	親や関係機関が子どもの性の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
赤ちゃんふれあい 体験	赤ちゃんやお母さんとのふれあい体験の中で、いのちの大切さについて理解し、小さな子を愛しむ喜びを感じ、自分や友だちや家族を大切にすることを学ぶ場
母子成人保健推進員 の性教育	母子成人保健推進員が作成し実施する紙芝居で、いのちの大切さについて理解し、自分が生まれてきた喜びを感じ、自分を大切にすることを学ぶ場

課 題	防煙・禁煙・分煙
具体的な施策	関係機関との連携 実態把握 健康相談 健康教育 啓発活動
事業名	事業説明
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どものたばこの問題について情報交換し、対策を検討する場
健康相談・ ケース検討会	親や関係機関が子どもの喫煙の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
喫煙防止授業	小中学校と連携し、喫煙防止授業のなかでタバコの害について理解し、自分の体を大切にすることを学ぶ場
母親座談会で講話	PTA との共催で母親が集まる場において、子どものたばこの問題について情報交換し対策を検討する
保健だよりへの記事 掲載	小中学校が発行する保健だよりで、親が子どもの喫煙の現状やたばこの害を知り、子どもを取り巻くたばこ環境を振り返ることができる

課 題	規則正しい生活をする
具体的な施策	関係機関との連携 実態把握 健康相談 健康教育
事業名	事業説明
学校地域保健連絡会	学校・保育所等乳幼児から高校生を取り巻く関係機関が、子どもの生活習慣の問題について情報交換し、対策を検討する場
健康相談・ケース検討会	親や関係機関が子どもの排便・夜尿・睡眠等の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
家庭教育学級	規則正しい生活の重要性について理解し、自分の体を大切にすることを学ぶ場

3 青年期(19～39歳)

課 題	身体活動・運動
具体的な施策	健診 健康相談 啓発活動
事業名	事業説明
健診時健康相談	健診結果を通して、日頃の運動習慣を点検し専門的助言を受けることで、ウォーキングやダイエットなど自分に合った健康づくり方法を見つける場
ウォーキング大会	ウォーキング大会に家族や友だちと参加することで、継続した運動習慣のきっかけづくりができる
軽スポーツ大会	軽スポーツ大会に家族や友達と参加することで、継続した運動習慣のきっかけづくりができる
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の健康への道しるべコーナーで、運動の必要性について知り自分の運動習慣を振り返ることができる

課 題	子育て
具体的な施策	訪問指導 健康教育 健康相談 自主活動支援 療育体制整備 交流事業 関係機関との連携
事業名	事業説明
妊婦相談	母子手帳発行時に保健師や栄養士が妊婦と面接を行い、妊娠中の日常生活や食生活などについて必要な指導が受けられる場

妊婦訪問	妊娠期の問題を持つ妊婦が、産婦人科医と連携した保健師や栄養士の訪問により必要な指導を受ける機会
乳児家庭全戸訪問	母親が子の状態を確かめ、子の成長発達に必要な栄養や日々の世話について知り、親になった喜びを感じ、育児不安を解消できる機会
乳幼児訪問	子の成長発達に関する問題や育児不安を持つ親が、専門的指導や支援を受けられる機会
親子遊びの教室	乳幼児健診後に、子の成長発達に関する問題や育児不安を持つ親が、成長発達にあった遊びや子育てを学んだり気軽に相談することを通じて、親と子が成長したり不安が解消できる場
ことばの教室	言語発達・情緒・発音などに問題を持つ子や育児に不安や問題をもつ親が、専門的指導や支援を受け、その親子らしい生き方を見つけられる場
子育て自主サークル支援	遊びや子育てについて学んだり、気軽に相談することを通じて、親が子と自然に成長したり不安が解消できる場
乳幼児健康相談	親が子育てや成長発達の相談ができ、個々の悩みが解消できる場
母親学級	病院産婦人科と連携して実施する母親学級で、妊娠出産の経過や母乳育児、事故予防等について学び、親になる喜びを感じるとともに安全な出産の準備をする場
赤ちゃん&マタニティーサロン	妊婦同士や妊婦と乳児親子が交流し、仲間づくりや親となる準備をする場
まめっこくらぶ	子育てにのぞむ親が、遊びや子育てについて楽しく学んだり、仲間づくりをする場

課 題	ストレス対処
具体的な施策	啓発活動 健康相談 健診 関係機関との連携
事業名	事業説明
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべ」コーナーで、ストレスや心身の健康について知り、自分を振り返ることができる

こころの健康相談	ストレスのために心身の不調をきたしたとき、気軽に専門家に相談できる場
自殺予防対策事業	こころの健康づくりや自殺予防についての普及啓発 健診を利用して、うつ病のハイリスク者の早期発見 自死遺族の交流の場を提供 こころの健康づくりや自殺予防を目的に、関係機関のネットワークづくり

課 題	防煙 禁煙 分煙
具体的な施策	健康教育 健診 健康相談 啓発活動
事業名	事業説明
禁煙教育	たばこの害や妊娠期の喫煙の影響等の学習を通して、自分や家族の健康づくり方法を見つける場
健診時健康相談	健診結果を通して、禁煙に取り組むきっかけ また、禁煙を希望した時、禁煙への支援が受けられる場
健康相談	禁煙について気軽に専門家に相談できる場
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべ」コーナーで、たばこの害や防煙分煙等の対策について知り、自分や家族の喫煙習慣を振り返ることができる

課 題	ボランティア活動
具体的な施策	ボランティア育成
事業名	事業説明
母子成人保健推進員・地域保健推進員・食生活改善推進員育成	地域の健康課題や政策について理解し、地域のリーダー・行政とのパイプ役として活躍できる人の育成

4 壮年期(40～64歳)

課 題	休養
具体的な施策	啓発活動 健康相談 健診 関係機関との連携
事業名	事業説明
自殺予防対策事業	こころの健康づくりや自殺予防についての普及啓発 健診を利用して、うつ病のハイリスク者の早期発見 自死遺族の交流の場を提供 こころの健康づくりや自殺予防を目的に、関係機関のネット ワークづくり

課 題	良い食習慣を持つ
具体的な施策	健康教育 ボランティア活動 健康相談 健診・検診 啓発活動
事業名	事業説明
栄養教室	食生活を通して健康づくりを学び、自分や家族の健康づくり を実践する力を養う場
食生活改善教室	調理実習・交流会・男性の料理教室等を通して健康づくりを 学び、自分や家族の健康づくりを実践する力を養う場
食生活改善推進員活動	栄養教室で健康づくりを実践する力を養った人が、地域の健 康づくりのために活躍できる場
健診時健康相談	健診結果を通して、日頃の食習慣を点検し健康づくりに取り 組むきっかけ
特定保健指導	健診結果を通して、個別に日頃の生活習慣を点検し継続的に 専門的助言を受けることで、メタボリックシンドロームを改 善する
骨粗鬆症検診結果説明	骨量減少傾向の人が、日頃の食習慣を振り返り専門的助言を 受けることで、自分に合った健康づくり方法を見つける場
健康相談	食習慣や健康づくりについて気軽に専門家に相談できる場
広報紙に記事掲載・ レシピ配布	食生活改善推進員協議会が受け持っている広報紙の食生活コ ーナーや配布用レシピによって、食生活改善メニュー等を知 り自分や家族の食習慣を振り返ることができる

課 題	防煙 禁煙 分煙
具体的な施策	健康教育 健診 健康相談 啓発活動
事業名	事業説明
禁煙教育	たばこの害や妊娠期の喫煙の影響等の学習を通して、自分や家族の健康づくり方法を見つける場
健診時健康相談	健診結果を通して、禁煙に取り組むきっかけ
特定保健指導	健診結果を通して、個別に日頃の喫煙習慣を見直し、継続的に専門的助言を受けることで自分にあった禁煙の方法を見つける
健康相談	禁煙について気軽に専門家に相談できる場
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべ」コーナーで、たばこの害や防煙分煙等の対策について知り、自分や家族の喫煙習慣を振り返ることができる

課 題	アルコール対処
具体的な施策	健診 健康相談 啓発活動
事業名	事業説明
健診後健康相談	健診結果を通して、日頃の飲酒習慣を点検し健康づくりに取り組むきっかけ
こころの健康相談	飲酒の問題で心身の不調をきたしたときやその家族が、気軽に専門家に相談できる場
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべ」コーナーで、適量飲酒のすすめや過剰飲酒の害について知り自分や家族の飲酒習慣を振り返ることができる

課 題	ボランティア活動
具体的な施策	ボランティア育成
事業名	事業説明
母子成人保健推進員・地域保健推進員・食生活改善推進員育成	地域の健康課題や政策について理解し、地域のリーダー・行政とのパイプ役として活躍できる人の育成

5 実年期(65～74歳)

課 題	健診を受ける
具体的な施策	健診・検診 健診受診希望調査 健康手帳交付
事業名	事業説明
一般健診	心疾患・脳卒中の原因となる糖尿病・高血圧症・脂質異常症・内臓脂肪型肥満の早期発見と予防のための生活改善のきっかけ
がん検診	胃・大腸・子宮・乳房・肺がんの早期発見・治療のきっかけ
結核検診	結核の早期発見・治療のきっかけ
骨粗鬆症検診	骨量減少の早期発見と予防のための生活改善のきっかけ
歯周病検診	歯周病の早期発見と予防のための生活改善のきっかけ
健(検)診受診希望調査	健診・検診申し込みをすることで、自分や家族の健診・検診の必要性を認識する
健康手帳交付	健診・検診等の記録を残し心身の変化を認識することで、自分や家族の健康づくりの意識が高まる

課 題	良い食習慣を持つ
具体的な施策	健康教育 ボランティア活動 健康相談 啓発活動
事業名	事業説明
食生活改善教室	調理実習・交流会・出前健康講座等を通して健康づくりを学び、自分や家族の健康づくりを実践する力を養う場
食生活改善推進員活動	栄養教室で健康づくりを実践する力を養った人が、地域の健康づくりのために活躍できる場
健診時健康相談	健診結果を通して、日頃の食習慣を点検し健康づくりに取り組むきっかけ
骨粗鬆症検診結果説明	骨量減少傾向の人が、日頃の食習慣を点検し専門的助言を受けることで自分に合った健康づくり方法を見つける場
広報紙に記事掲載・レシピ配布	食生活改善推進員協議会が受け持っている広報紙の食生活コーナーや配布用レシピによって、食生活改善メニュー等を知り自分や家族の食習慣を振り返ることができる

課題「介護予防事業」については、高齢者福祉計画・介護保険事業計画（第4期）を参照ください。

課 題	身体活動・運動
具体的な施策	啓発活動 自主活動支援
事業名	事業説明
ウォーキング大会	ウォーキング大会に家族や友だちと参加することで、継続した運動習慣のきっかけづくりができる
軽スポーツ大会	軽スポーツ大会に家族や友達と参加することで、継続した運動習慣のきっかけづくりができる
運動自主サークル支援	仲間とともに主体的に運動に取り組むことで、継続して運動ができる
介護予防事業	
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべコーナー」で、運動の必要性について知り、自分の運動習慣を振り返ることができる

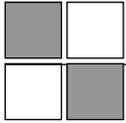
課 題	良い歯を持つ
具体的な施策	歯周病検診 啓発活動
事業名	事業説明
歯周病検診	医療機関で口腔内の健診を受けることで、歯周病の早期発見と予防のための生活改善のきっかけとし、口腔内の状態を良好に保ち咀嚼力を保ち続けることができる
介護予防事業	
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべ」コーナーで、口腔内の健康保持の必要性について知り、自分の生活習慣を振り返ることができる

6 高齢期(75歳以上)

課 題	健診を受ける
具体的な施策	健診・検診 健診受診希望調査 健康手帳交付
事業名	事業説明
一般健康診査	心疾患・脳卒中の原因となる糖尿病・高血圧症・脂質異常症・内臓脂肪型肥満の早期発見と予防のための生活改善のきっかけ
がん検診	胃・大腸・子宮・乳房・肺がんの早期発見・治療のきっかけ
結核検診	結核の早期発見・治療のきっかけ
健診受診希望調査	健診・検診申し込みをすることで、自分や家族の健診・検診の必要性を認識する
健康手帳交付	健診・検診等の記録を残し心身の変化を認識することで、自分や家族の健康づくりの意識が高まる

課題「介護予防事業」については、高齢者福祉計画・介護保険事業計画（第4期）を参照ください。

課 題	身体活動・運動
具体的な施策	健康教育 啓発活動
事業名	事業説明
介護予防事業	
広報紙に記事掲載	市が発行する広報紙の「健康への道しるべコーナー」で、運動の必要性について知り自分の運動習慣を振り返ることができる



高齢者福祉計画・介護保険事業計画（第4期）

高齢者福祉計画・介護保険事業計画は、平成21年3月に第4期（平成21年度から平成23年度）を策定しています。別紙計画を参照ください。