

# 第2次 白鷹町健康増進計画

## 元気ニコニコしらたか21

平成25年3月  
山形県白鷹町

## 第2次 白鷹町健康増進計画「元気ニコニコしらたか21」 目次

<b>第1章 計画の策定にあたって</b>	2
1. 策定の趣旨	2
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	3
4. 計画の基本理念・体系	3
<b>第2章 人口の現状</b>	5
1. 人口の現状	5
<b>第3章 健康の現状と課題</b>	7
1. 子どもの健康	7
（1）からだの健康	7
（2）こころの健康	11
2. 働き盛りの健康	13
（1）からだの健康	13
（2）こころの健康	19
3. 高齢期の健康	21
（1）からだとこころの健康	21
<b>第4章 目標と施策</b>	25
1. 元気いっぱい子どもの健康づくり	25
（1）からだの健康づくり	25
（2）こころの健康づくり	28
2. 心もいきいき働き盛りの健康づくり	30
（1）からだの健康づくり	30
（2）こころの健康づくり	35
3. 素敵に年を重ねる高齢期の健康づくり	37
（1）からだとこころの健康づくり	38
<b>第5章 推進体制と進行管理</b>	39
1. 推進体制	39
2. 進行管理	40

# 第1章 計画の策定にあたって

## 1. 策定の趣旨

白鷹町ではこれまで、白鷹町健康増進計画「元気ニコニコしらたか 21」に基づき、「誰もが心身ともに健やかで、生きがいのある豊かな暮らし」を目指し、世代ごとに目標を定め、「元気いっぱい子どもの健康づくり」「心もいきいき働き盛りの健康づくり」「素敵に年を重ねる高齢期の健康づくり」を進めてきました。

その結果、3歳児のむし歯が減少してきたこと、公共施設の禁煙が進んだこと、高齢期で心身ともに元気な人が増えたことなど、一定の成果が見られました。

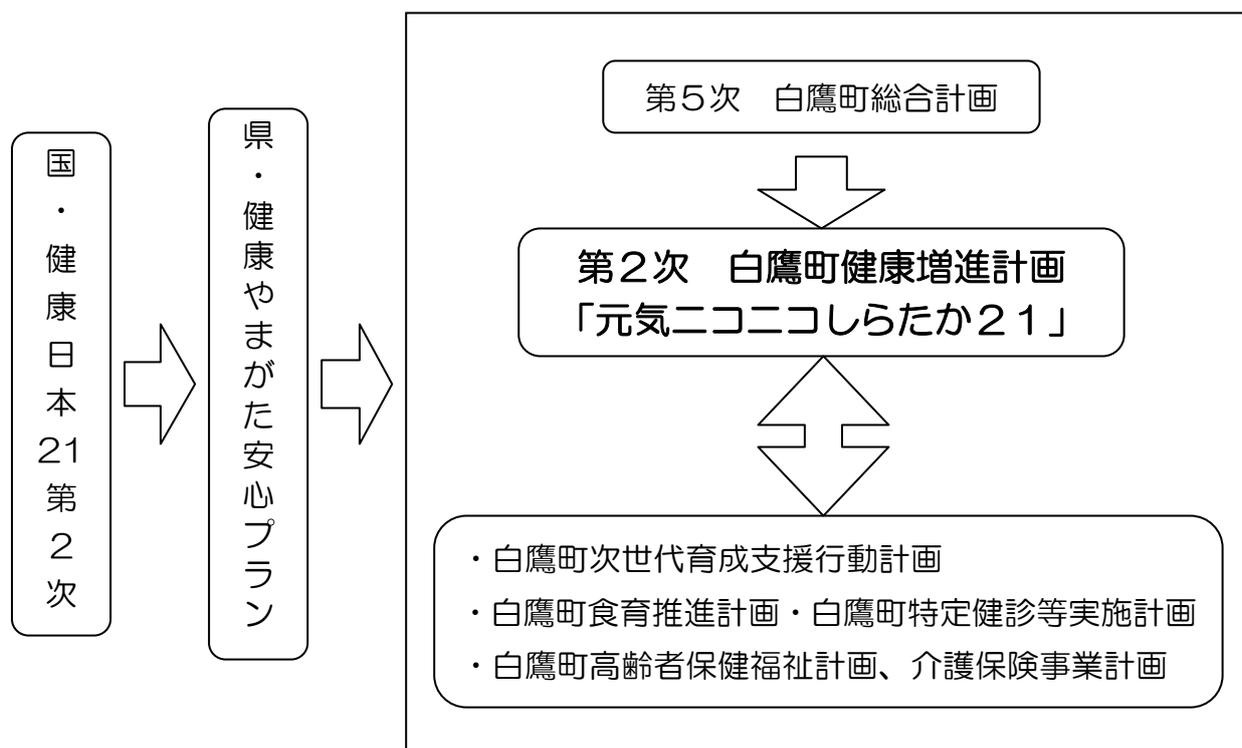
また、国ではこれまでの一次予防に加えて重症化予防を盛り込んだ計画「健康日本 21 (第2次)」を定め、県ではそれぞれに策定してきた「がん対策推進計画」と「歯科口腔保健計画」を加えた「健康やまがた安心プラン」を策定しました。

町では、国や県の計画を踏まえ、町の現状に合わせた「生活習慣病予防の健康づくり」と「こころの健康づくり」、「子ども(次世代)の健康づくり」に重きをおいた計画とします。

## 2. 計画の位置づけ

この計画は、健康増進法に基づき、町民の健康づくりを進めるための施策について定めたものです。

また、町の第5次白鷹町総合計画をはじめ、健康づくりに関する各種計画と調整を図りながら進めるものです。



### 3. 計画の期間

この計画の期間は、平成 25 年度から平成 34 年度までの 10 年間とし、5 年後には中間評価を行い、必要に応じて見直しを行います。

### 4. 計画の基本理念・体系

#### (1) 基本理念

笑顔かがやき 心かよう 美しいまち しらたか  
～ 今こそ健康づくりの輪を広げよう ～

#### (2) 基本方針

##### 1. 町民主体の健康づくり

町民一人ひとりが自分に合った健康づくりを自ら実践できるよう、重要な項目については目標値を定め、その達成に向けて手段を提案します。

##### 2. 地域ぐるみの健康づくり

健康づくりは家庭、地域、職場(学校)、町(行政)が一体となって進めることが効果的です。そのため、地域全体で個人の健康を支える仕組み作りに努めます。

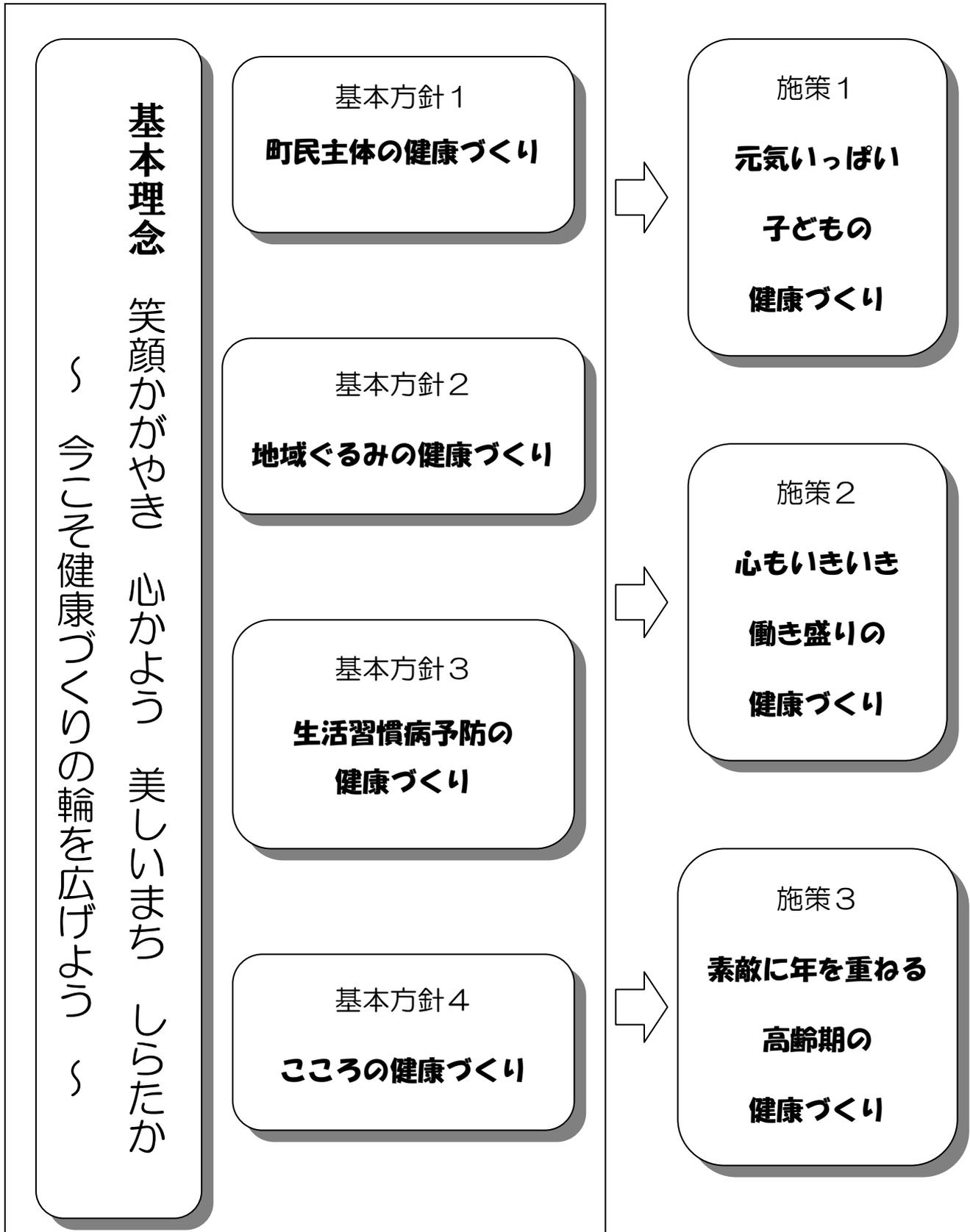
##### 3. 生活習慣病予防の健康づくり

生活習慣病予防のために、生活習慣を改善して病気を予防する一次予防とともに、病気の悪化を防ぐ早期発見・早期治療の二次予防の取組みも進めます。

##### 4. こころの健康づくり

体だけでなく、こころの健康づくりも生涯にわたって重要です。そのため、世代に合わせたこころの健康づくりの取組みを進めます。

(3) 計画の体系

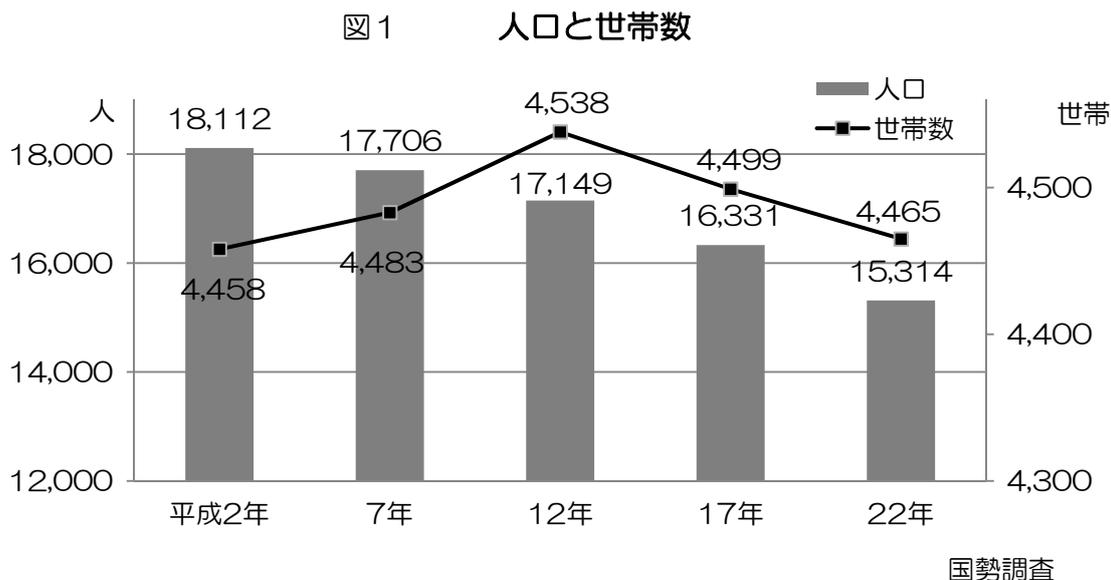


## 第2章 人口の現状

### 1. 人口の現状

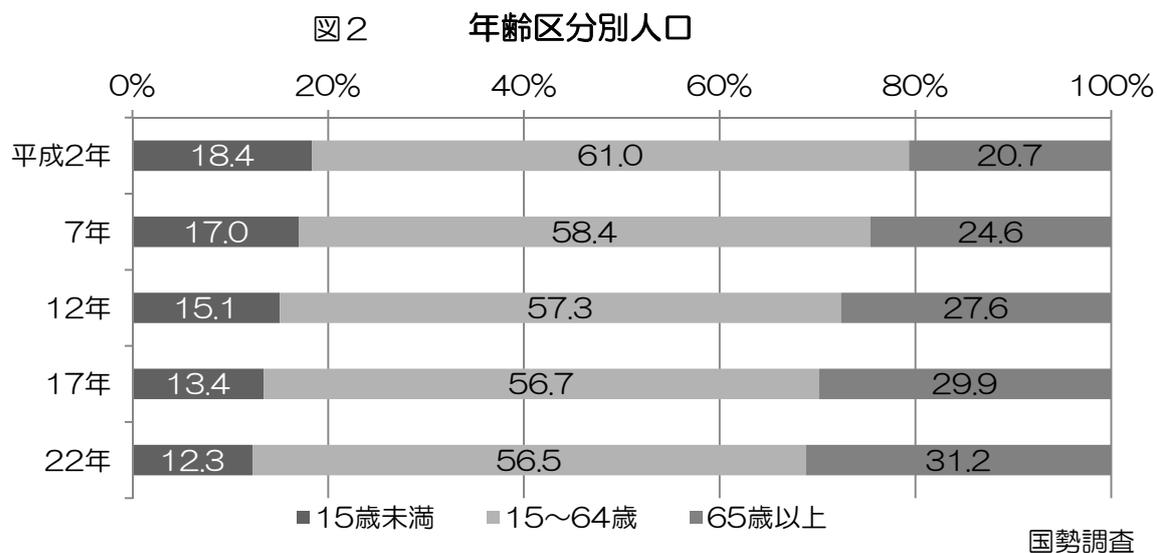
#### (1) 人口と世帯数

◇ 人口は年々減少していますが、核家族化が進み世帯数は20年前とほぼ同じです。



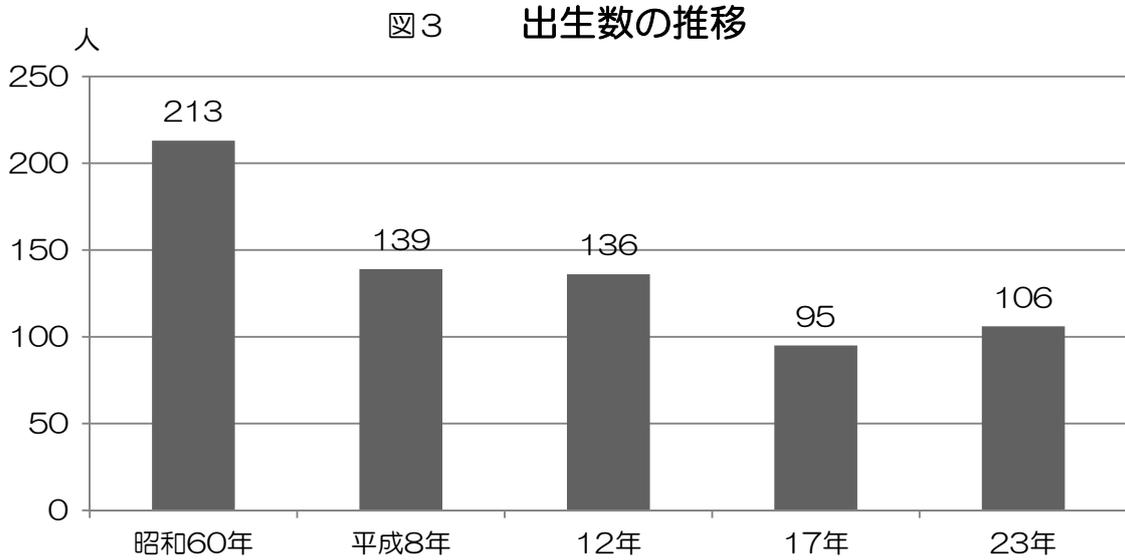
#### (2) 人口構成と高齢化

◇ 15歳未満の人口は減少し、65歳以上の人口が増加しています。  
高齢化率は年々上昇し、少子高齢化が進んでいます。



### (3) 出生

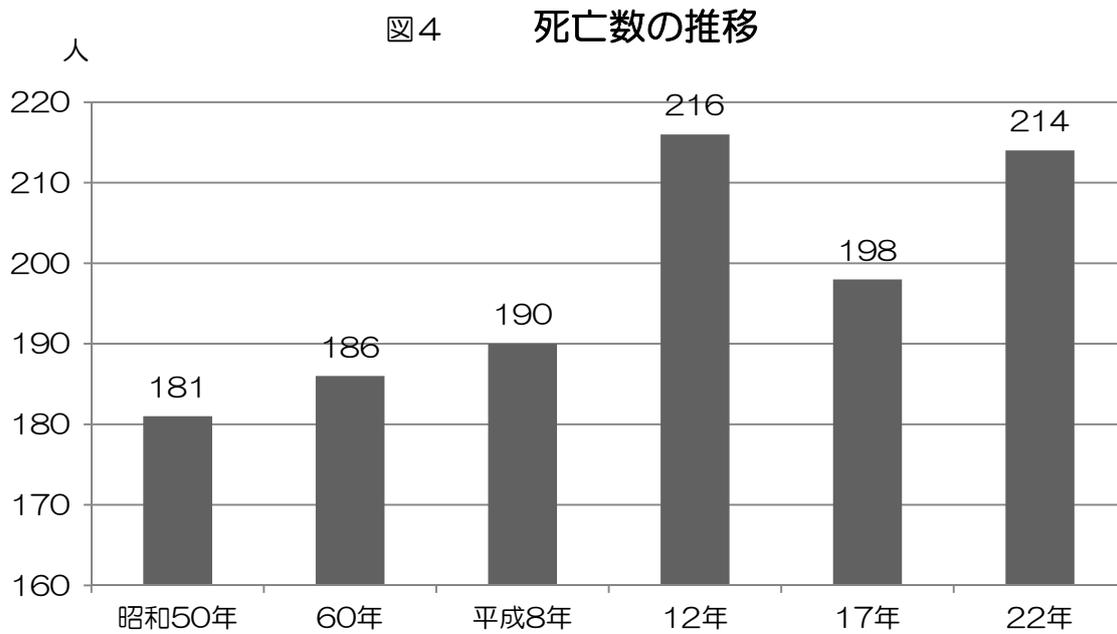
◇ 出生数は昭和 60 年と比較するとおおよそ半分になりました。



山形県保健福祉統計、平成23年値は健康福祉課

### (4) 死亡

◇ 死亡数は昭和 50 年と比較して増加しています。  
少子高齢化に伴い出生数を死亡数が上回る状態になっています。



山形県保健福祉統計

### 第3章 健康の現状と課題

#### 1. 子どもの健康

##### (1) からだの健康

###### ① 食生活、食育について

食べることは生きることの基本であり、子どもの健やかな身体と心を育むために大切なことです。

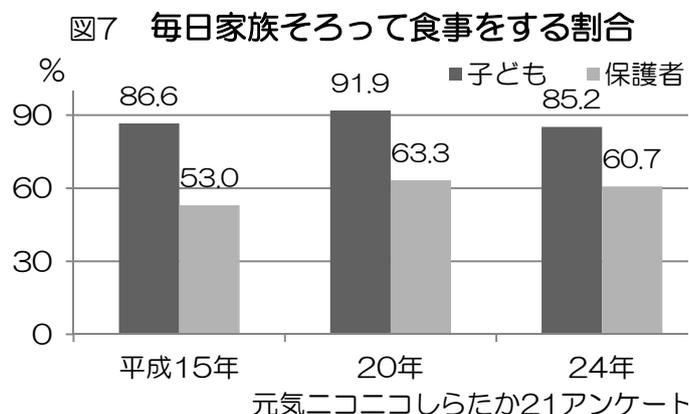
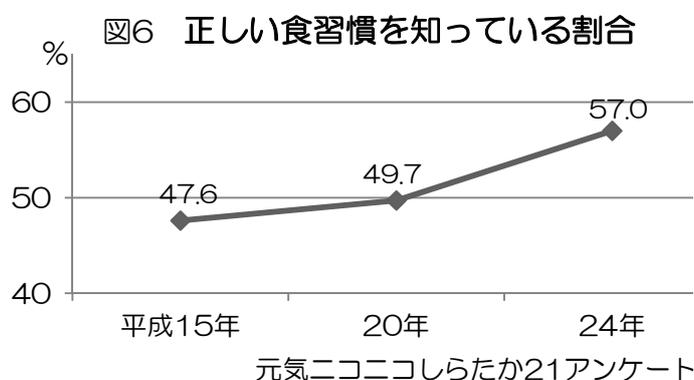
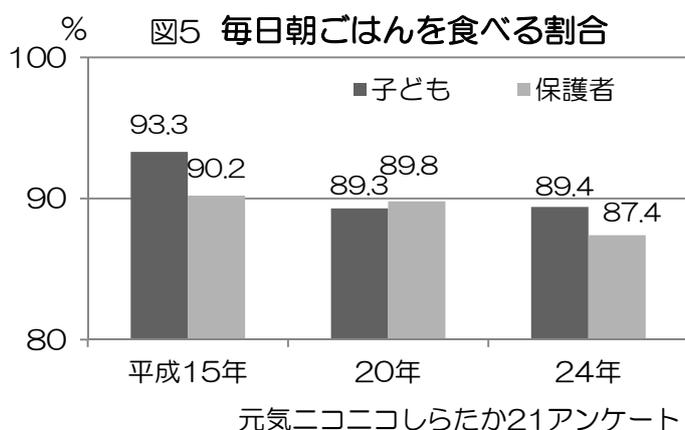


図5、6、7から白鷹町の小学5年生とその保護者へのアンケート調査では、朝ごはんを時々、または食べない子どもが1割程度おり10年前と比べてなかなか改善がみられないこと、保護者では正しい食習慣を知っている割合は増えているものの、朝ごはんを食べない者は増加傾向にある矛盾が見えてきました。

子どもの食習慣は、身近な大人からの影響が大きいため、保護者は子どもの見本となれるように心がけ、家族全体で健康的な食習慣を身につけていく必要があります。さらに、毎日家族そろって食事をしている子どもは平成20年でいったん増加したものの、その後減少し、保護者も5、6割程度と低い割合であることがわかりました。

食事は単に食べるということではなく、食べ物の命をいただくことへの感謝の気持ちを育み、食べ物を通して生命の尊さを学ぶ大切な機会であり、また、家族そろって食卓を囲みおいしい食事をいただく時間は子どもの豊かな心をつくり、健やかな人生を送るための礎となるものです。

1日3食、バランスよく楽しく食べることを基本に、家庭、地域、保育所、学校で連携した食育への取り組みが必要です。

## ②運動、体力について

子どもにとって適度な運動（身体活動）は運動能力や運動習慣の形成の上で大切です。またこころの健康づくりにおいても、よく身体を動かしてぐっすり眠ることが基本となります。

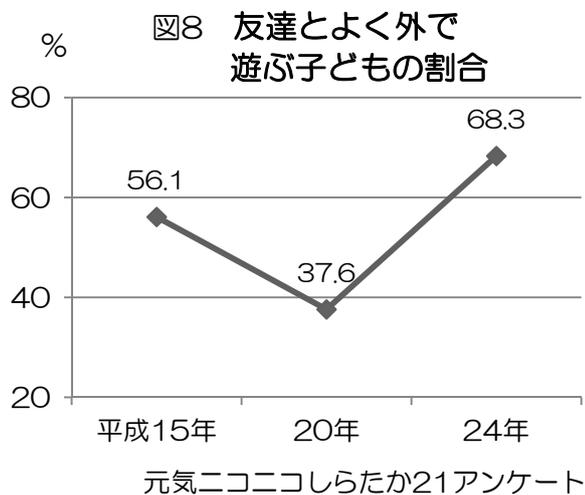


図8の結果では、外でよく遊ぶ子どもは平成20年に減少しましたが、その後68.3%と高い割合となっています。

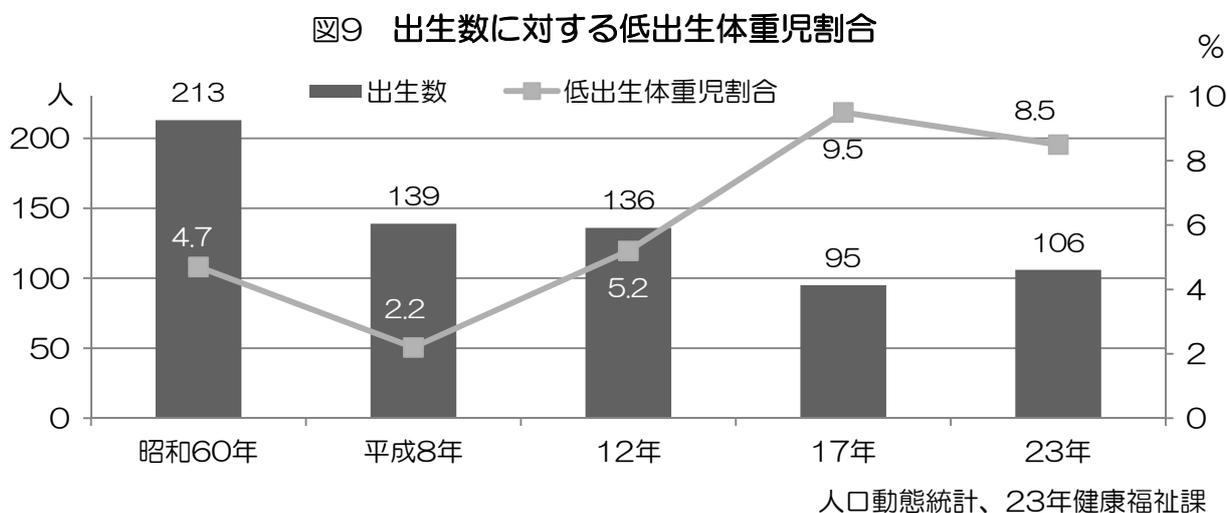
しかし、県の調査から子どもの体力は、30年前より下回っていること、運動を週3日以上している割合が、小学5年生で男女ともに全国より低いことがわかっています。

時代に合わせて遊びの内容も変化していますが、幼児期から外遊びなどでよく体を動かし、学童期以降はスポーツなどを通して運動習慣を身につけ、運動の楽しさを味わいながら体力を養うことが大切です。

## ③低出生体重児の増加

出生数に対する低出生体重児の割合は全国的に増加しており、図9のとおり白鷹町でも8～10%の低出生体重児が生まれています。胎児期の低栄養による発育不全は将来、生活習慣病になりやすく、低出生体重児増加には、妊娠前のやせ・妊娠中の体重増加不良、喫煙・飲酒習慣、妊娠期の異常（早産や妊娠高血圧症候群など）、若年・高齢出産も影響しているといわれています。特に白鷹町は、平成23年度母子健康手帳交付時の調査で妊娠前の母親の喫煙率は24.8%と高いことがわかりました。さらに、低出生体重児であると生命維持のための治療や長期にわたる成長・発達への子育て支援が必要なことが多く、またその母親は不安を抱きやすく子育てが困難だと強く感じるといわれています。

健やかに胎児を育てるためには妊娠前から健康的に過ごすこと、また妊娠期における正しい知識のもとに健康的な生活をするのが重要です。

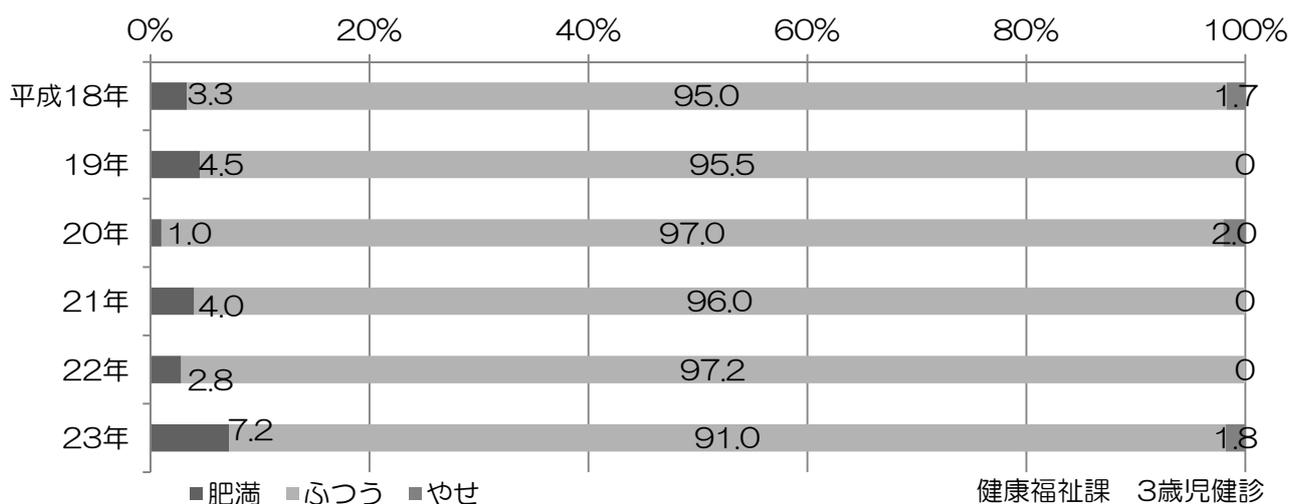


#### ④子どもの肥満

各年代の肥満傾向の子どもの割合は全国的に減少しています。しかし、山形県は女子のほとんどの年代で全国の平均値を上回り、若い年代と比べると小学校、中学校で肥満がはっきりと増加してきます。また、図 10 のとおり白鷹町の 3 歳児健診では 6 年前と比べて肥満が増加していることがわかります。

子どものうちの肥満は大人になっても肥満になる割合がとても高く、中にはすでに生活習慣病になっている子どもや生活習慣病予備群と考えられる子どもがいます。子どもの肥満は、病気以外はエネルギーの摂り過ぎや運動不足、睡眠不足、朝ごはんを食べないこと、長時間のテレビやゲームなど生活全体の乱れからつくられます。子どもの生活習慣は家族の食習慣や生活習慣によるところが大きいので、家族全体で生活リズムを整えることを基本とし、さらに保育所、学校、地域と協力して子どもの頃からの健康づくりに取り組んでいく必要があります。

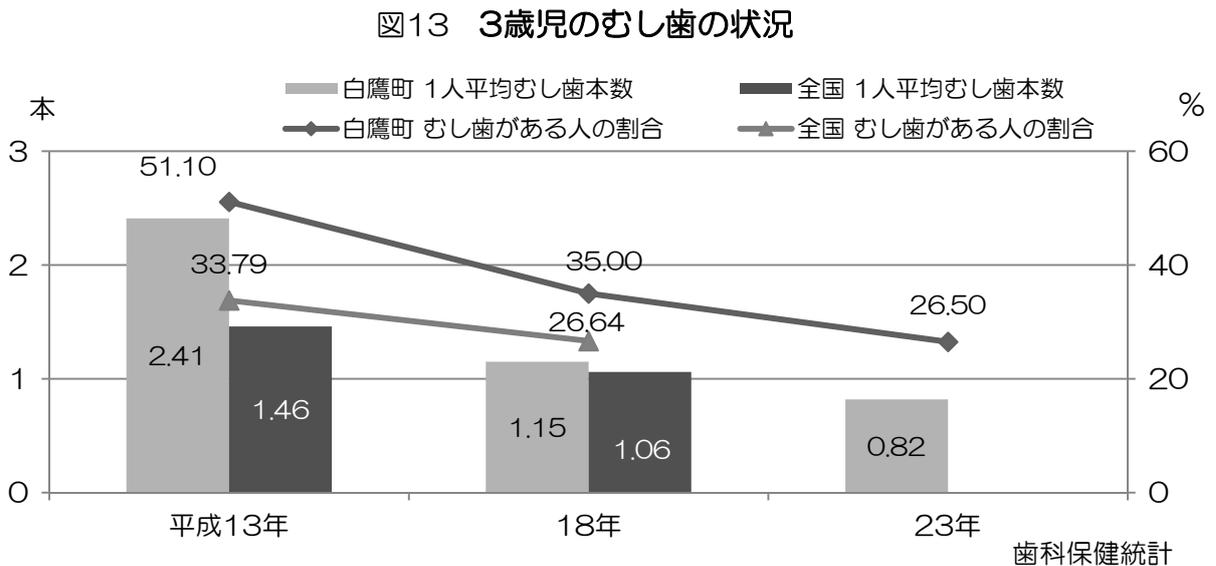
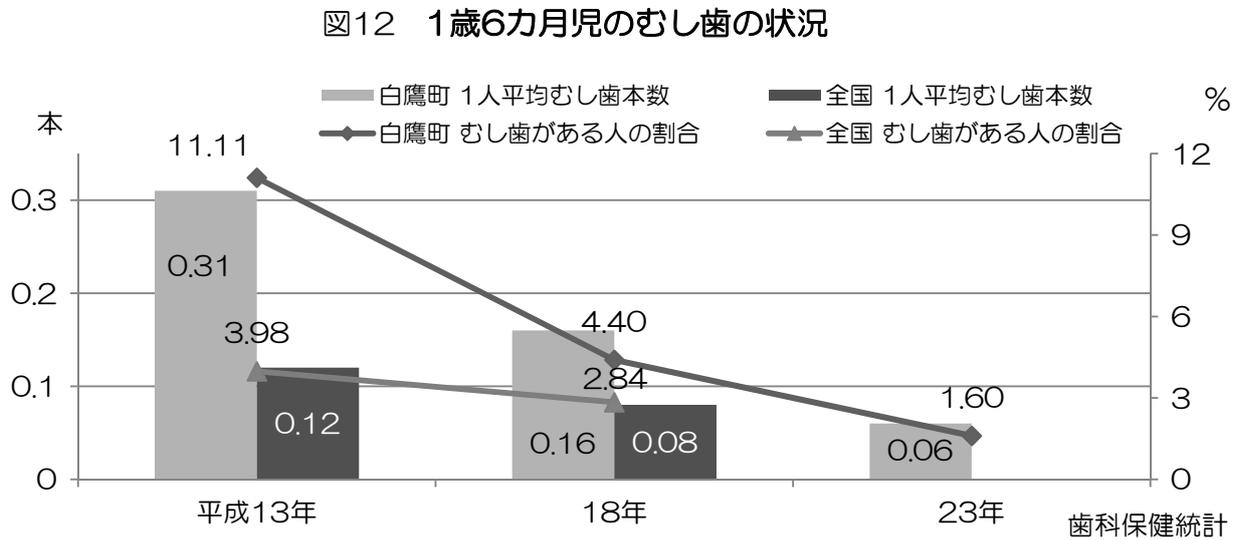
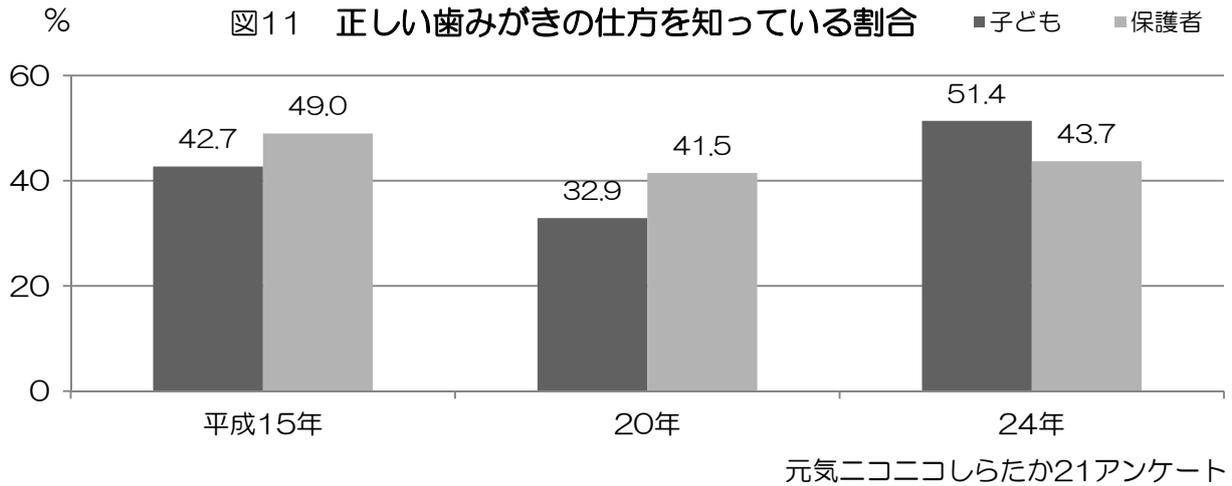
図10 3歳児健診での体格



#### ⑤子どものむし歯

幼児のむし歯については、確実に減少傾向にありますが、白鷹町は全国と比較してむし歯が多く、また個人差がとても大きいという課題があります。図 11 から正しい歯みがきの仕方を知っている子どもは 5 割で保護者が 4 割程度と低いことがわかりました。

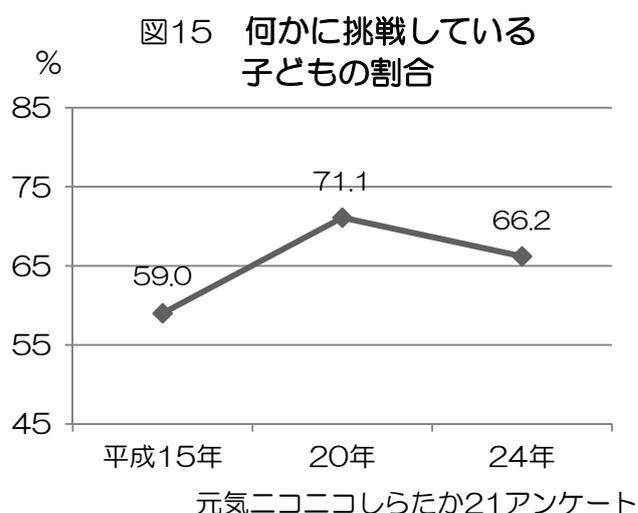
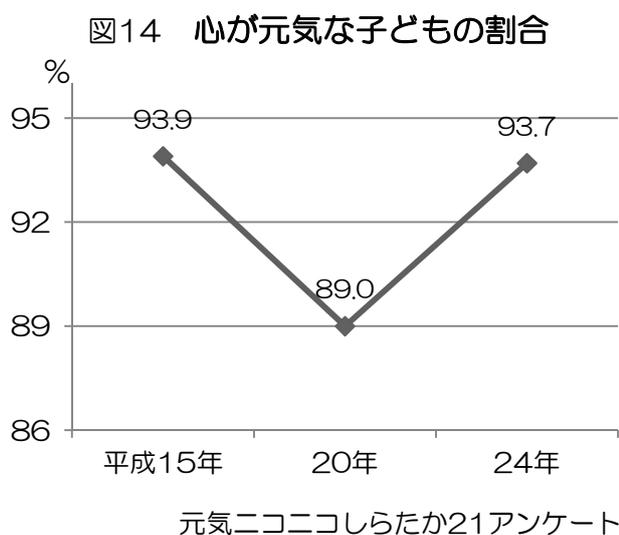
乳歯のむし歯が永久歯のむし歯に大きく関わるなど、子どもの頃の歯の健康は、生涯を通じた歯の健康づくりに影響します。特に乳幼児期は歯みがきやおやつのおいしさを身につける時期として大切で、また毎日保護者が仕上げみがきをする習慣や保護者自らの歯の健康づくりに努めることも必要です。



## (2) こころの健康

生涯を通じた心の健康のためには、乳幼児期に身近な大人（親）との間に安心感や信頼感を形成し、発達に合わせて自分でできることを増やし、達成感や満足感を味わいながら、「自分は大切にかけがえのない存在だ」という気持ちを獲得していくことが大切です。また、社会環境や生活習慣の変化とともに、子どものこころの問題も多様化、深刻化しており、関係機関と連携し問題を抱えた子どもとその家族への支援を充実させていきます。

図 14 からは心が元気な子どもの割合は平成 20 年に減ったものの増加し、図 15 からは何かに挑戦している子どもはいったん増加したものの減少していることがわかります。



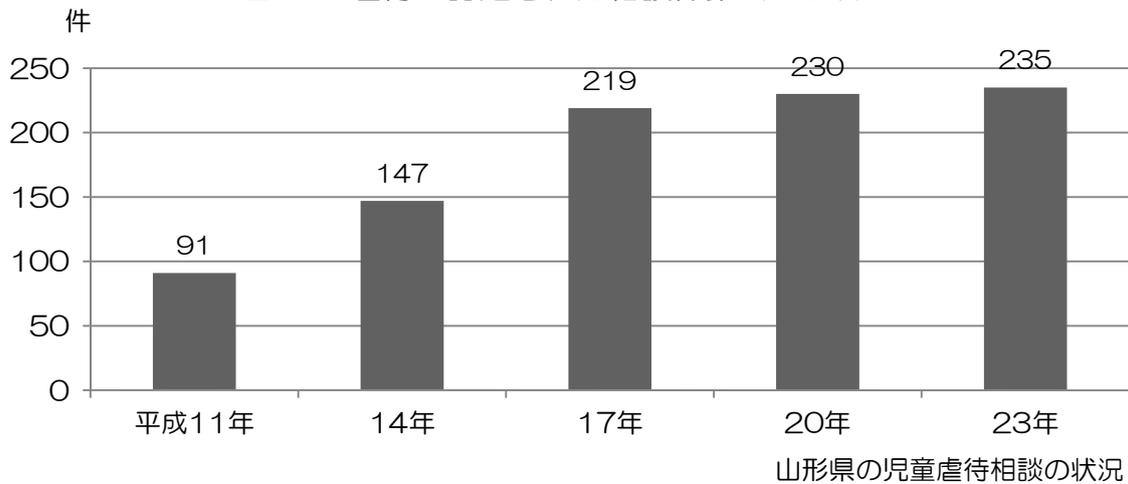
### ①虐待

山形県で虐待と認定された相談件数は年々増加しており、年間 200 件を超える状況が続いています。主な虐待者として、実母の件数が最も多く平成 23 年度は約 6 割となっており、ついで実父約 3 割となっています。虐待の種類としては、ネグレクト（育児放棄）が 4 割で最も多く、身体的虐待の割合は 3 割程度となっています。

虐待の背景・要因としては、保護者の子育て不安や精神的に不安定な状態、経済的不安、親自身の虐待された経験、不安定な夫婦関係、地域からの孤立などであることが明らかになっており、また様々な要因が複雑にからみあっているとされています。

虐待は、子どもの心と身体に深い傷を残し、健やかな成長や人格の形成に重大な影響を与えることとなります。また次の世代に引き継がれる場合もあり、将来、さらに深刻な社会問題へとつながる心配があります。それぞれの背景に応じて親や家庭を支援するために関係機関等と連携した積極的な取り組みをすすめます。また、白鷹町では三世同居世帯が多い一方で、核家族化が進んでおり、ひとり親（母子・父子）世帯の割合も少しずつ増加している状況にあります。子育ての孤立化を防ぎ、保護者の子育てに関する悩みや不安を軽減し、前向きに楽しく子育てをするための支援体制を整える必要があります。

図16 虐待と認定された相談件数（山形県）



## ②発達障がい

近年、全国的に増加してきているもののひとつに発達障がいがあります。主なものに自閉症や注意欠陥多動症、学習障がいなどがあり、定型的なものとは違う発達特性をもち、コミュニケーションや対人関係などの社会生活に支障をきたすことがあります。

発達障がいのある子どもは、適切な支援を受けることによって発達が促され、また社会の理解があることによりスムーズに社会生活を送ることができるようになります。そのためには、問題点が現れてくる時期にきちんと発見すること、周囲の保護者や保育者が専門的なアドバイスのもとに子どもの発達特性を認識し適切に対処することが重要です。

## ③その他

- ・白鷹町では、妊産婦や乳幼児の健康に関わる産婦人科および小児科がなく、これらの診療については近隣の医療機関を受診している状況にあります。近隣の医療機関とさらに連携を図るとともに、子どもを安心して、産み育てることができる環境づくりに取り組みます。
- ・学校教育の中では不登校や閉じこもり、集団への不適應などが問題となっています。それぞれの問題の背景を適切に理解し、関係機関と連携しながら個々に応じた支援が必要です。
- ・肥満傾向の子どもが増加する一方で、思春期にある女子でやせ願望をもつものの割合が全国的に増加しています。ダイエットなどによる低栄養状態は、心の健康をむしばむとともに骨量の減少や不妊、低出生体重児の出生といった将来的な健康に影響します。

## 2. 働き盛りの健康

### (1) からだの健康

#### ①特定健診・特定保健指導

表1 特定健診受診率推移 (単位:%)

年代	平成20年	21年	22年	23年
40～64歳	51.8	49.6	48.1	47.1
65～74歳	58.7	57.6	57.9	59.6
合計	54.9	53.2	52.3	52.6

特定健診受診率は減少傾向にあります。内訳では女性が高く男性が低くなっています。年代では40～64歳で低く、65～74歳で高くなっています。

図17からは、特に40～64歳の男性で4.0ポイント、同じく女性で5.7ポイント減っていることがわかります。

表1からは、全体的にみると65～74歳で0.9ポイント増と微増傾向にあることがわかります。

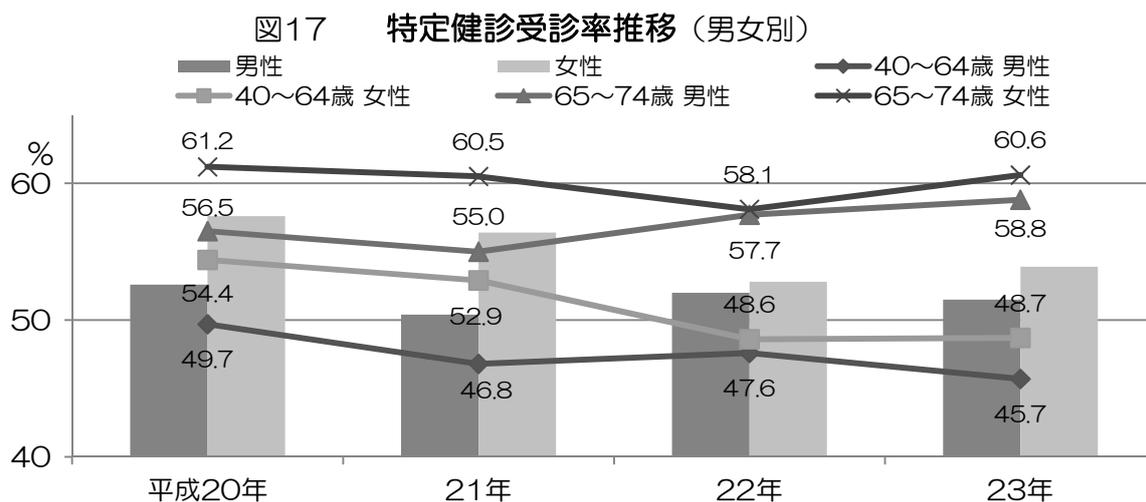


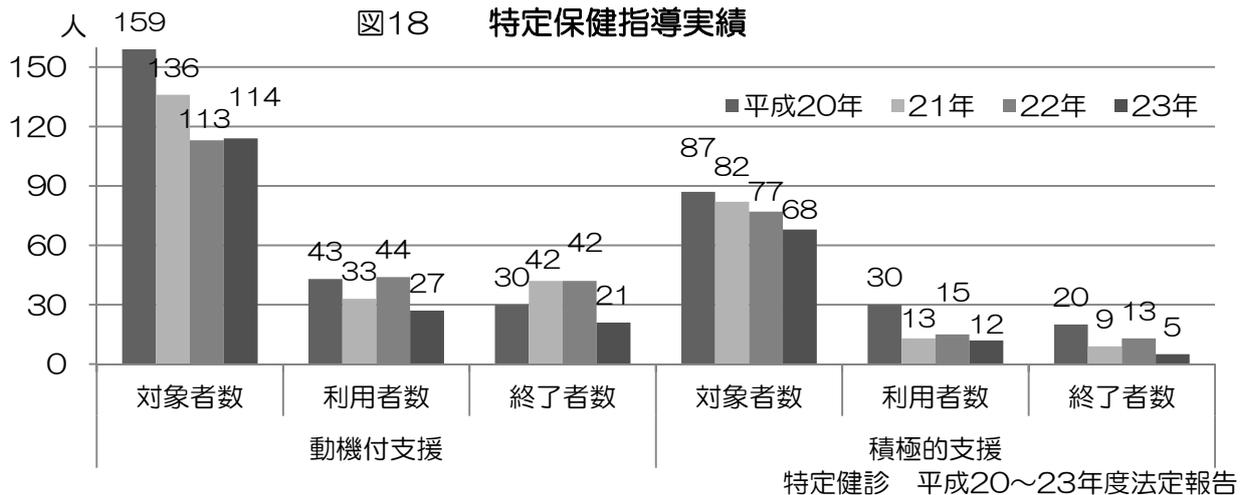
表5、図13 特定健診 平成20～23年度法定報告

特定保健指導対象者は、図18のとおり動機付支援、積極的支援ともにおおむね減少しています。平成20年度と23年度を比較すると、動機付支援では利用者割合が27.0%から23.7%と下がったのに対し終了者割合は69.8%から77.8%と上がっています。積極的支援では利用者割合が34.5%から17.6%と半分になり、終了者割合も66.7%から41.7%と下がっています。

このことから、動機付支援では利用者を増やすことで終了者も増え、積極的支援では利用しても終了しない中断への対策も必要なことがわかります。

\* 特定健診…特定健康診査の略、40歳から74歳までの健康診査

\* 動機付支援、積極的支援…特定健診の結果から振り分ける特定保健指導の区分

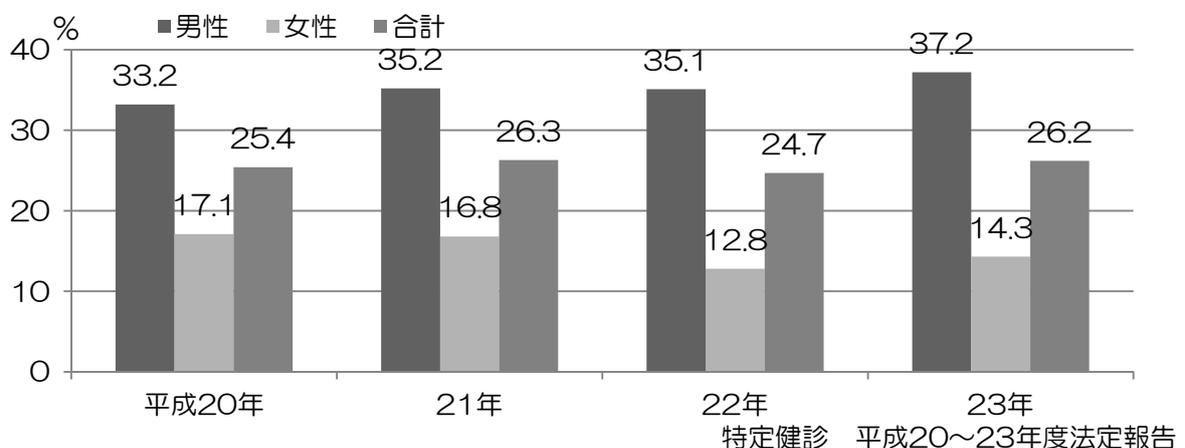


## ②メタボリックシンドローム該当者・予備群

メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合は微増しています。これは女性では年代に関わらず減少しているものの、男性の増加率が上回ったためです。年代性別では40～64歳までの男性で4.8ポイントと、増加率が最も高くなりました。

メタボ該当者・予備群と判定されても服薬することで特定保健指導の対象からは外れます。この結果と特定保健指導実績から、特定保健指導対象者が減少しているのにメタボ該当者・予備群が増えており、服薬治療中の者が増加していることもわかります。

図19 メタボ該当者・予備群割合の推移



\*メタボ…メタボリックシンドロームの略、内臓脂肪症候群のこと

\*メタボリックシンドローム該当者…腹囲が男性85cm、女性90cm以上、かつ①～③のうち2つ以上に該当するもの

\*メタボリックシンドローム予備群…腹囲が男性85cm、女性90cm以上、かつ①～③のうち1つに該当するもの

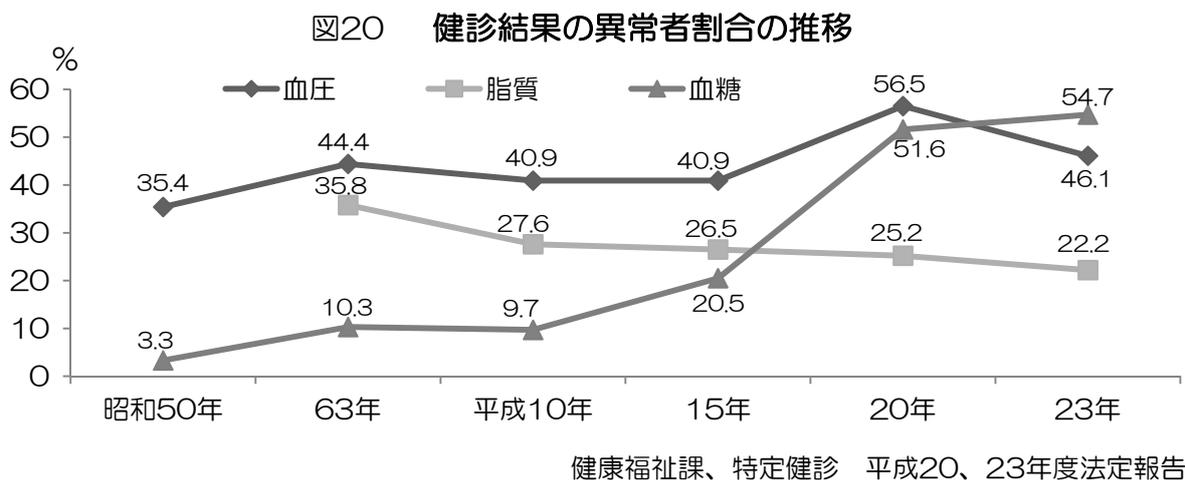
①血圧：収縮期血圧130mmHg以上、または、拡張期血圧85mmHg以上、または治療中

②脂質：HDLコレステロール40mg/dl未満、または、中性脂肪150mg/dl、または治療中

③血糖：空腹時血糖110mg/dl以上、または、治療中

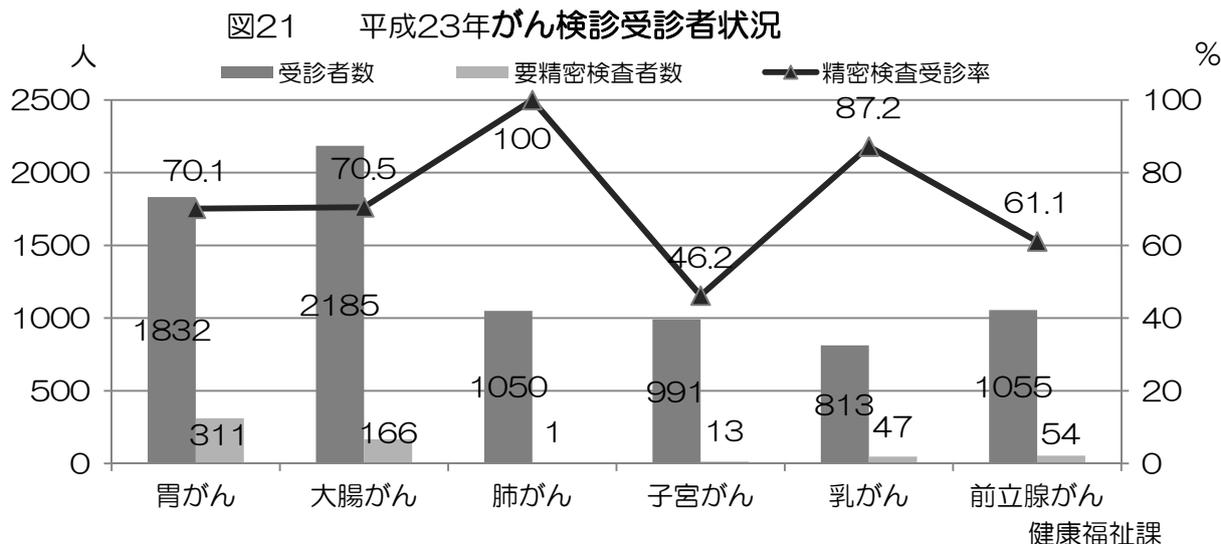
### ③健診の生活習慣病に関する項目

健診の生活習慣病に関する主な項目で異常が見られた人は図 20 のとおりです。高血圧は依然高い割合で推移し、脂質異常はわずかながら減少が、高血糖では制度改正と相まって急激な増加がみられました。この結果からは今後の課題がより具体的に見えています。



### ④がん検診

図 21 は町で行っている各種がん検診の受診者数と要精検査者数、精検受診率です。検診は大腸がんや胃がんで受診者が多く、要精検率は胃がんで高く、精検受診率は子宮がんと前立腺がんで低くなっています。



\* 図 7 の脂質の判定基準は昭和 63 年まで総コレステロール値、以降現在の特定保健指導基準

\* 要精検率…検診受診者のうち精密検査が必要な者の割合、精検受診率…精密検査受診率の略

## ⑤三大生活習慣病による死亡

図 22 の平成 22 年の死亡に占める三大生活習慣病の割合は 55.1%で、昭和 50 年の 60.8%からは下がってきています。内訳ではがんは増加し、脳血管疾患、心疾患は減少しています。ただ脳血管疾患は 5 年前より増加しており、心疾患は平成 17 年まで増加傾向にありました。三大生活習慣病が依然として町の死亡原因の上位 3 位までを占めています。

図 23 よりがんの粗死亡率は高齢化の影響を受けて 35 年前のおよそ 2 倍になりました。脳血管疾患の粗死亡率は表 2 の県 165.2、国 98.2 と比較すると、町の現状が 236.6 と非常に高いことを示しています。

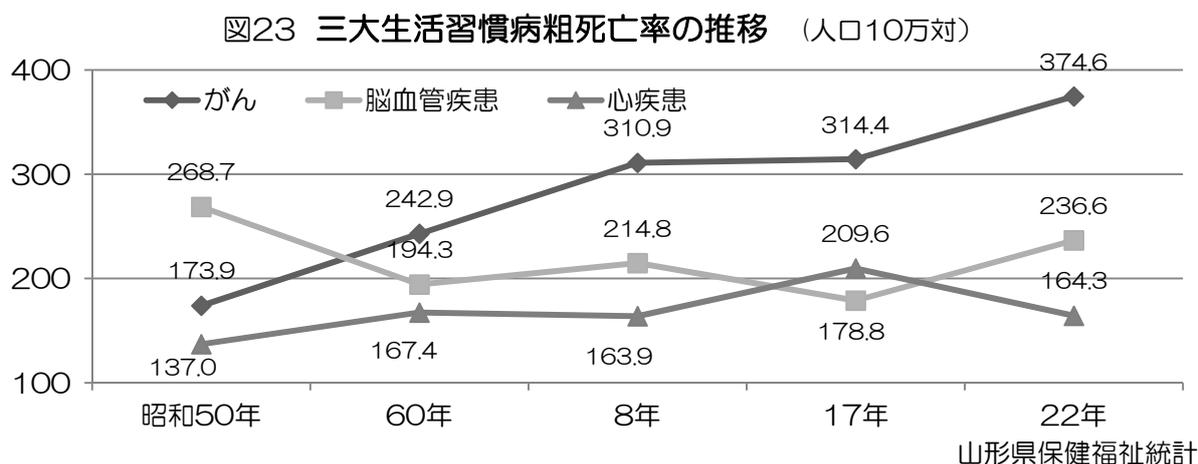
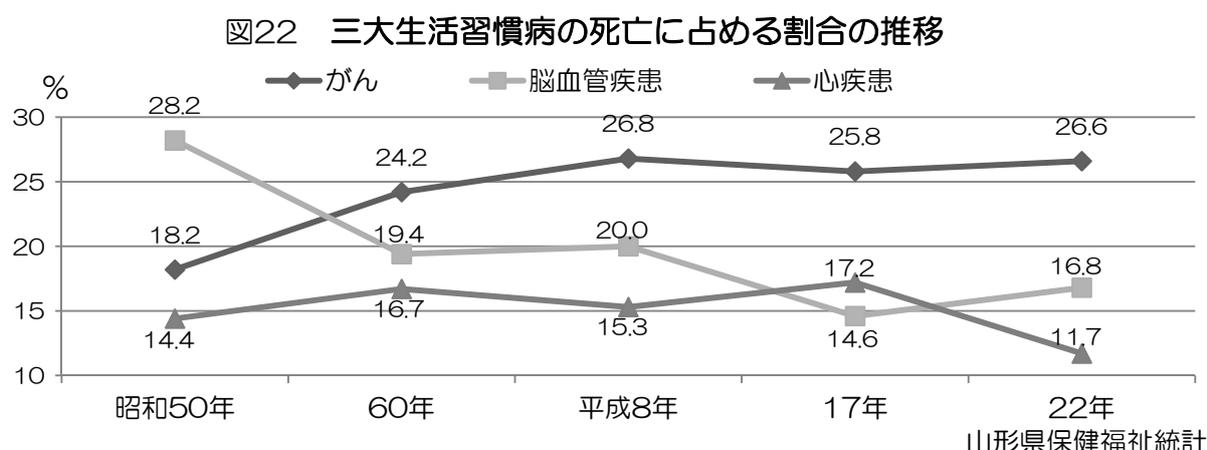


表 2 三大生活習慣病粗死亡率 (人口 10 万対)

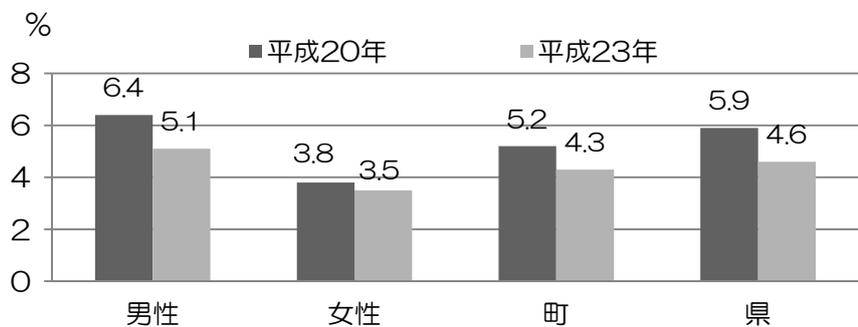
	がん	脳血管疾患	心疾患
山形県	347.2	165.2	197.9
全 国	283.2	98.2	154.5

平成 23 年人口動態統計

- \* 人口 10 万対…人口 10 万人当たり
- \* 粗死亡率…死亡数を人口で除した割合
- \* 三大生活習慣病…がん、脳血管疾患、心疾患

## ⑥生活習慣の状況

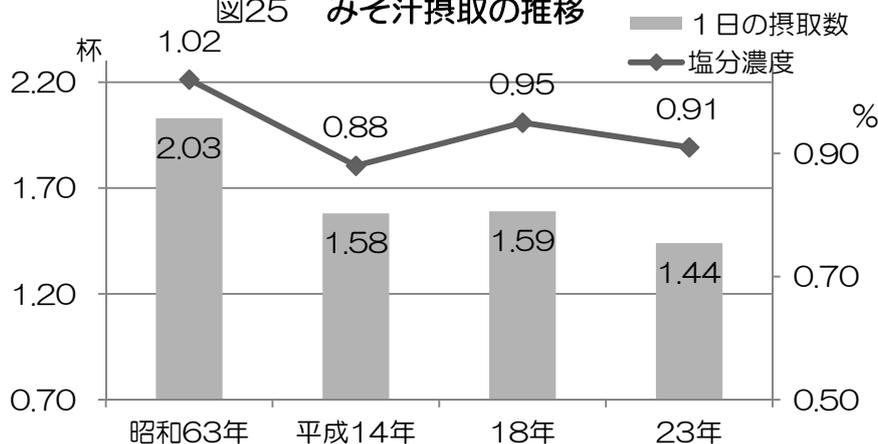
図24 朝食欠食者割合



特定健診 平成20、23年度法定報告

朝食をとらない人の割合は減少傾向にあります。また、県との比較でも低いことがわかります。

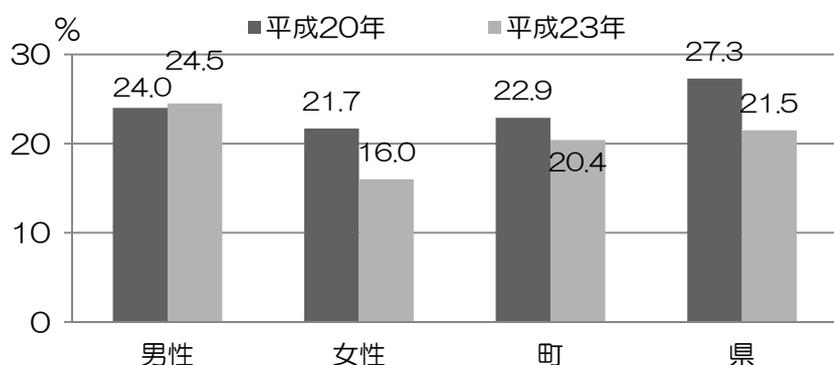
図25 みそ汁摂取の推移



白鷹町健康づくり推進員みそ汁塩分濃度・食生活調査

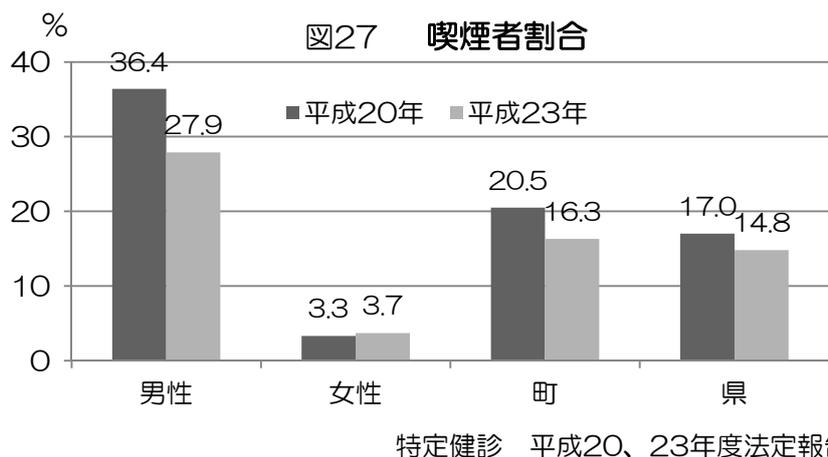
みそ汁塩分濃度、摂取数ともに減少してきました。これは食生活調査結果の減塩の認知度が高くなってきたことに比例しています。

図26 運動習慣者割合

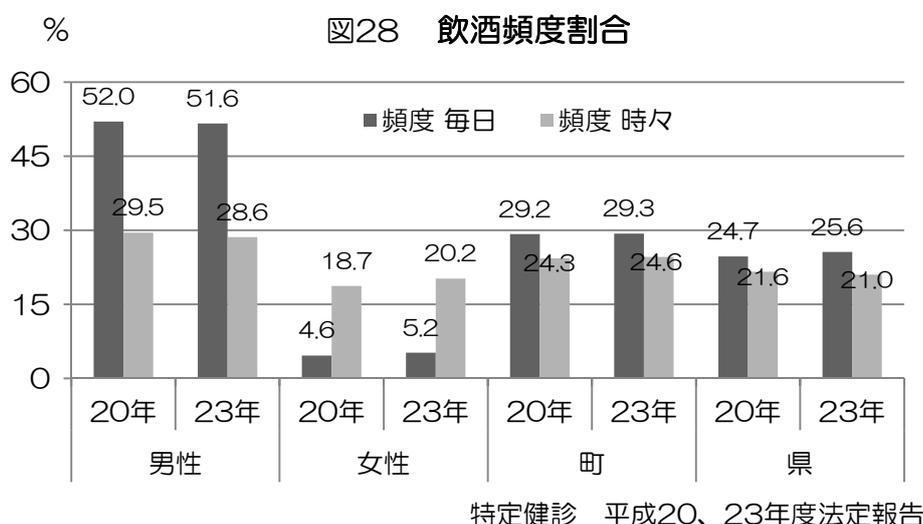


特定健診 平成20、23年度法定報告

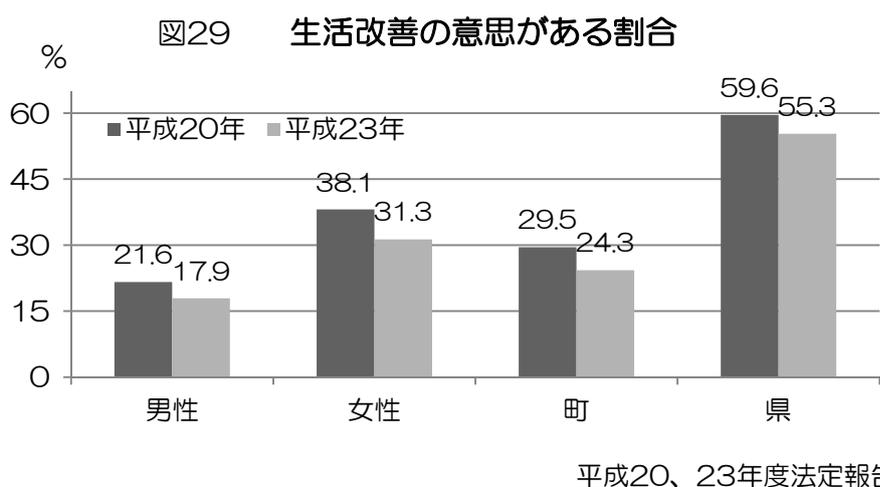
運動習慣者は減少しています。男性でわずかな増加が見られるものの、女性でそれ以上に減少したためです。また、県と比較しても低い値です。この結果から女性が運動しやすい環境づくりを進めます。  
\*運動習慣者…1回30分以上の運動を週2回以上実施、1年以上継続している者



喫煙者は減少しています。女性はほぼ横ばいながら、男性で大幅な改善が見られました。ただ、県との比較ではまだ高いこともわかります。そのため、禁煙を支える仕組み作りに努めます。



毎日飲酒する者の割合はほぼ横ばいです。これは県を上回り、特に男性では50%を超えて推移しています。そのため、飲酒の適量を広くお知らせしていきます。



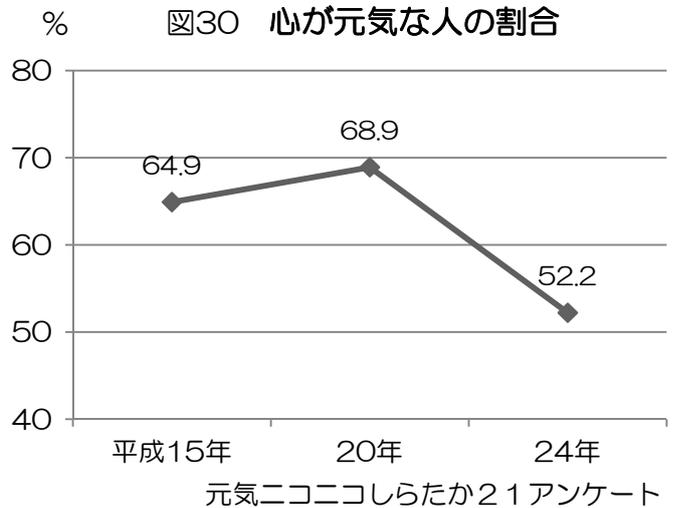
県との比較では生活改善の意識が極端に低いことがわかります。生活習慣改善のためにまずは意識を高めることから始めます。

## (2) こころの健康

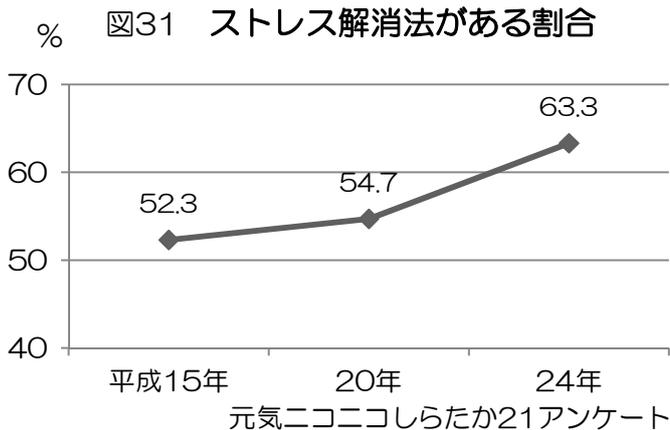
### ①心が元気

心が元気だと感じている人が5年前に比べ、16.7ポイント減少しています。15年から20年の調査では増えていました。

\*心が元気な人…設問「今、心は元気ですか？」に対し回答「①とても元気 ②ちょっと元気 ③元気 ④あまり元気でない ⑤元気でない ⑥すごく元気でない」のうち、①と②と③の合計数の割合



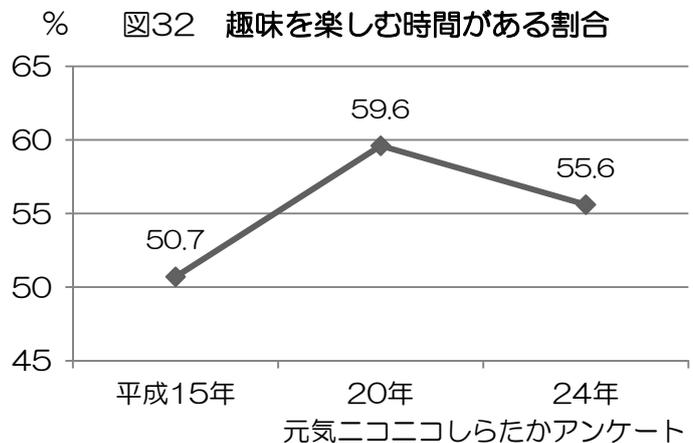
### ②ストレス解消法



ストレス解消法がある人の割合は年々増えていきます。10年前と比較すると10ポイント以上増えました。

### ③趣味を楽しむ時間

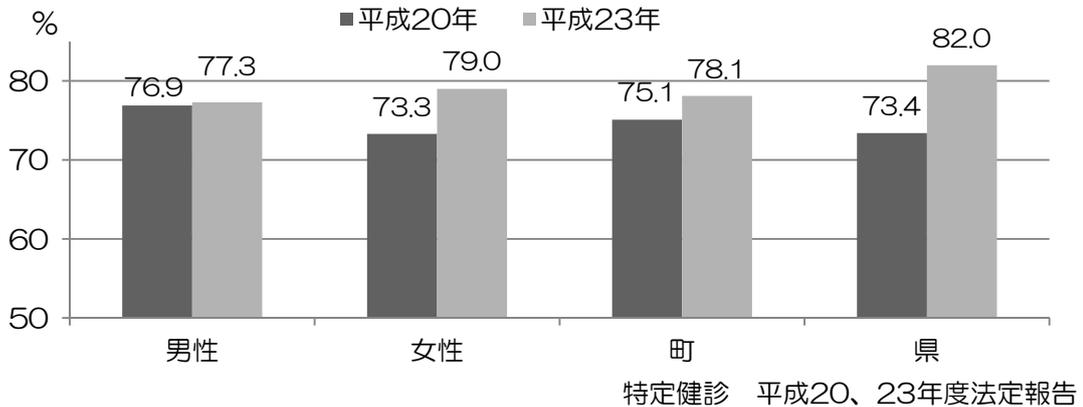
趣味を楽しむ時間がある人の割合が5年前より少なくなっています。これは心が元気な人が減った結果に比例しています。



#### ④睡眠

睡眠による十分な休養がとれている割合は男女ともに多くなっています。これは男性では微増でしたが、女性で大幅に改善したためです。しかし、県の数値を下回っています。

図33 睡眠による十分な休養がとれている割合



#### ⑤自殺

町の自殺の死亡率年次推移は、年によってもばらつきがありますが、直近値の平成22年の結果では県や国よりもだいぶ高いことがわかります。

図34 自殺死亡率年次推移(人口10万対)

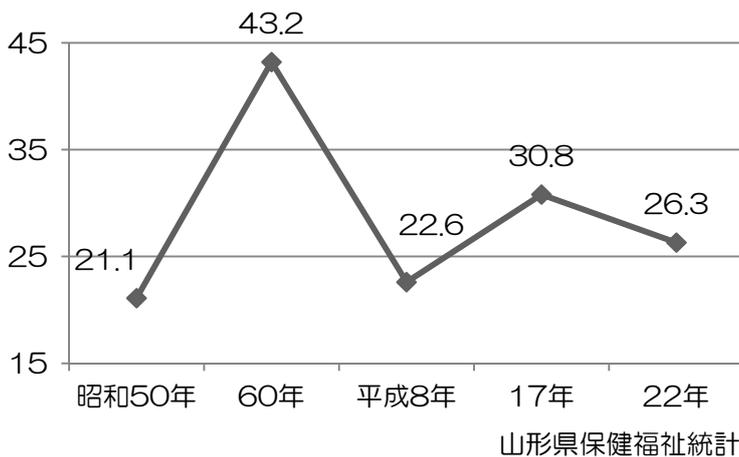


表3 自殺死亡率 (人口10万対)

山形県	22.8
全国	22.9

平成23年人口動態統計

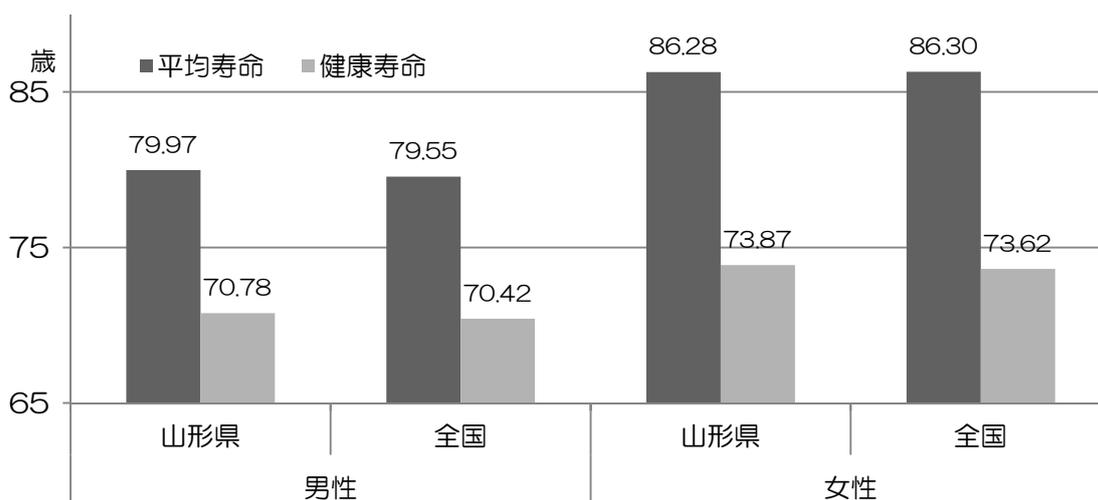
### 3. 高齢期の健康

#### (1) からだところろの健康

##### ①平均寿命と健康寿命

図 35 の結果のとおり、平均寿命と健康寿命の間には県の男性で 9 歳、女性で 12 歳以上の差があります。国もほぼ同じ結果です。白鷹町の平均寿命は平成 17 年の市区町村別生命表によると、男性が 78.8 歳、女性が 85.5 歳で同じ年の県（男性 78.54 歳・女性 85.72 歳、都道府県別生命表）と国（男性 78.56 歳・女性 85.52 歳、完全生命表）との比較からは男性が国や県よりも長く、女性が短いことがわかります。

図35 平成22年平均寿命と健康寿命



平均寿命は完全生命表、都道府県別生命表、健康寿命は厚生労働科学研究費補助金「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」

##### ②介護認定

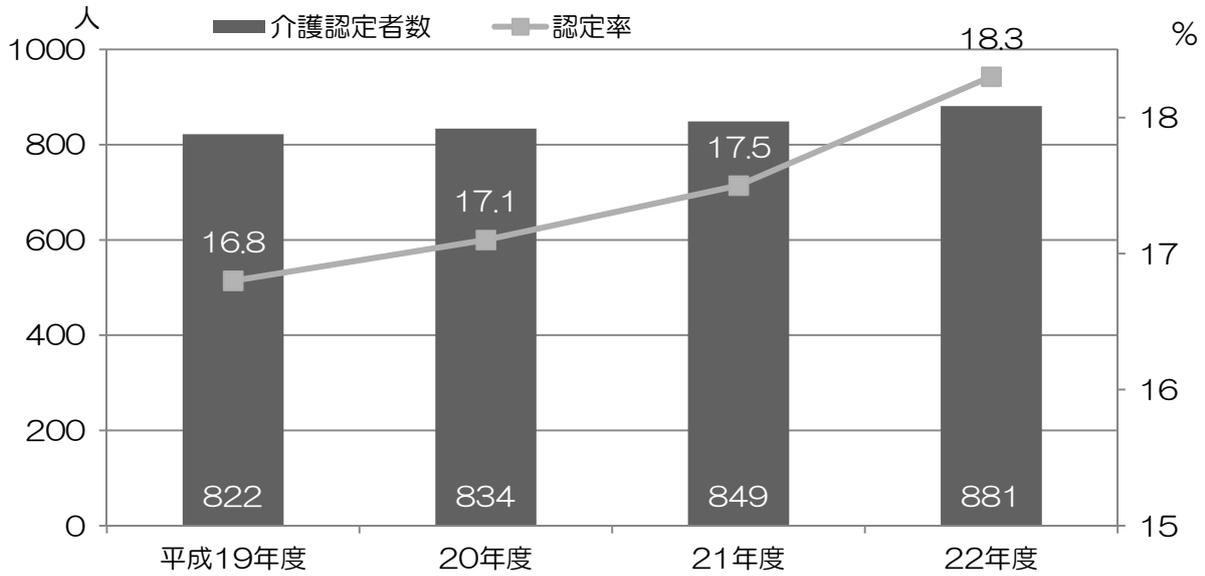
図 36、37 からは白鷹町における介護認定の現状がわかります。要介護認定者数・認定率は高齢化とともに年々増加しています。また、国との比較からは脳血管疾患とがんといった生活習慣病を基とする認定の割合が高いことが特徴として見えてきます。

\*健康寿命…日常生活に制限のない期間

\*完全生命表…厚生労働省が統計に基づき作成した平均寿命（平均余命）を表したもの

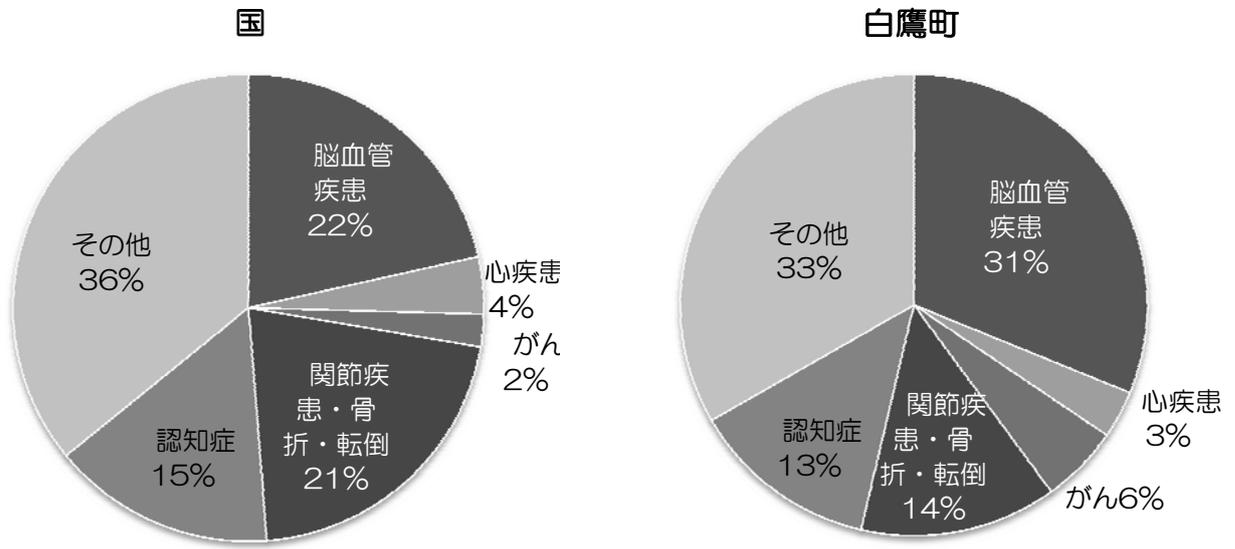
\*市区町村別生命表（都道府県別生命表）…厚生労働省が統計に基づき作成した市区町村別（都道府県別）の平均寿命を表したものの、最新版で平成 17 年のもの

図36 介護認定の推移



白鷹町第6次高齢者保健福祉計画及び第5期介護保険事業計画

図 37 介護が必要になった原因



国:平成 22 年国民生活基礎調査、町:平成 23 年度介護保険初回申請者 主治医意見書「特定疾病または生活機能低下の直接の原因となっている傷病名」

### ③その他

図38は自分が体も心も元気だと感じている人の割合が高くなっていることを示しています。また、図39の生活習慣調査はバランスを考えて食事をする人が増え、運動をしている人も横ばいながら高い割合で推移しています。

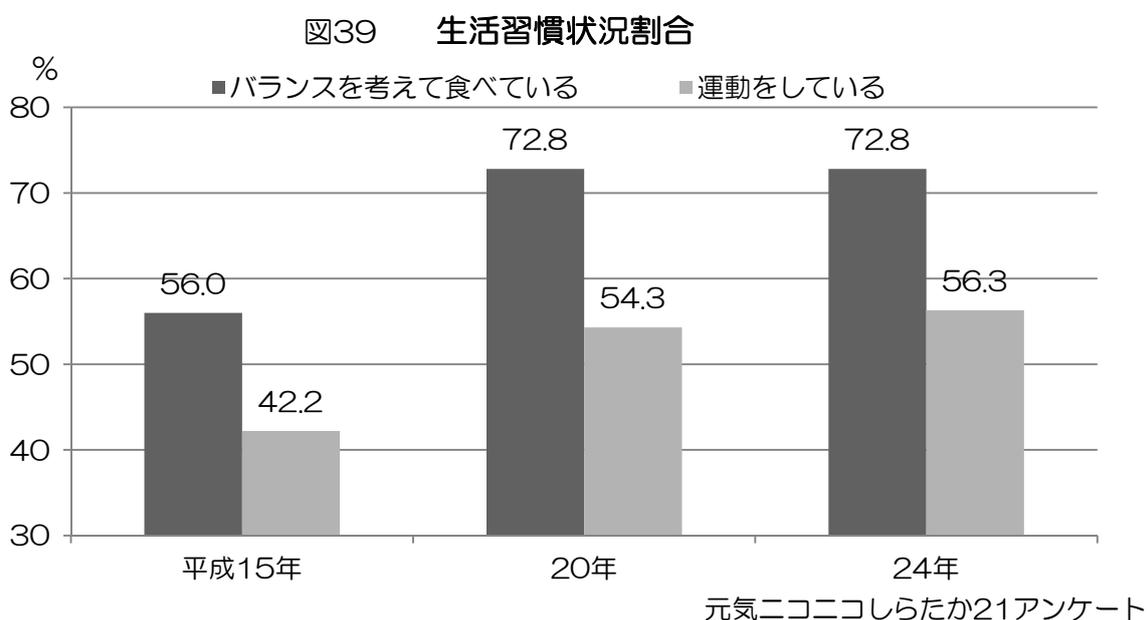
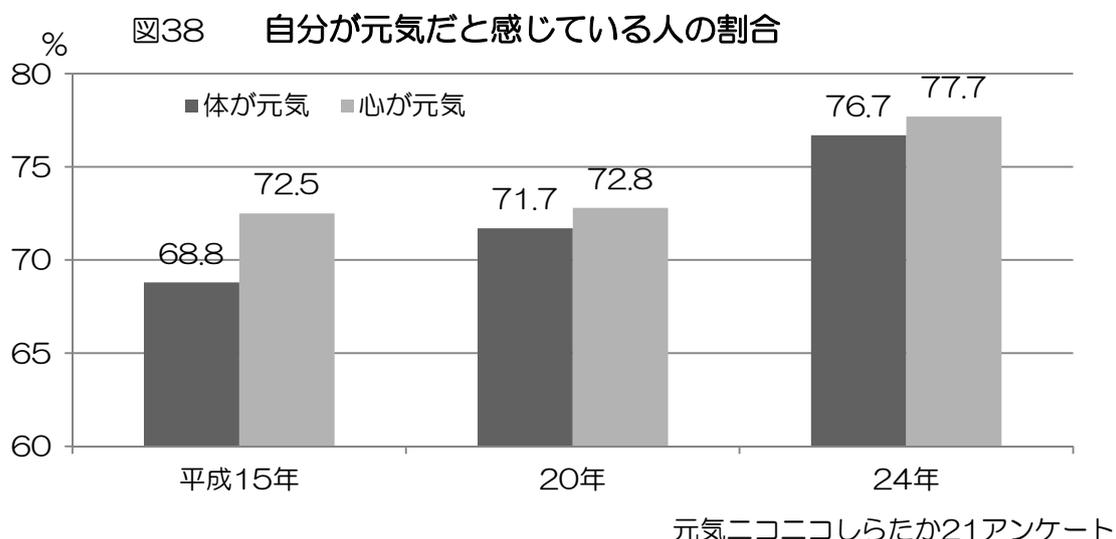
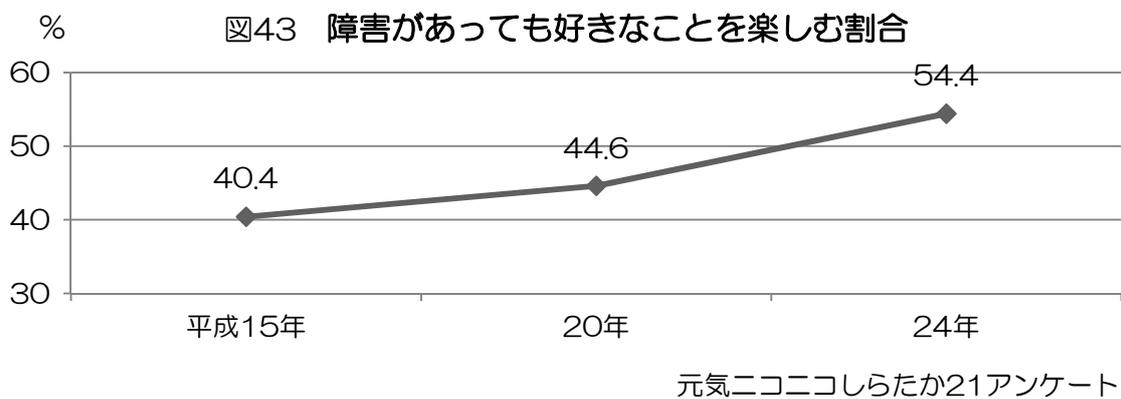
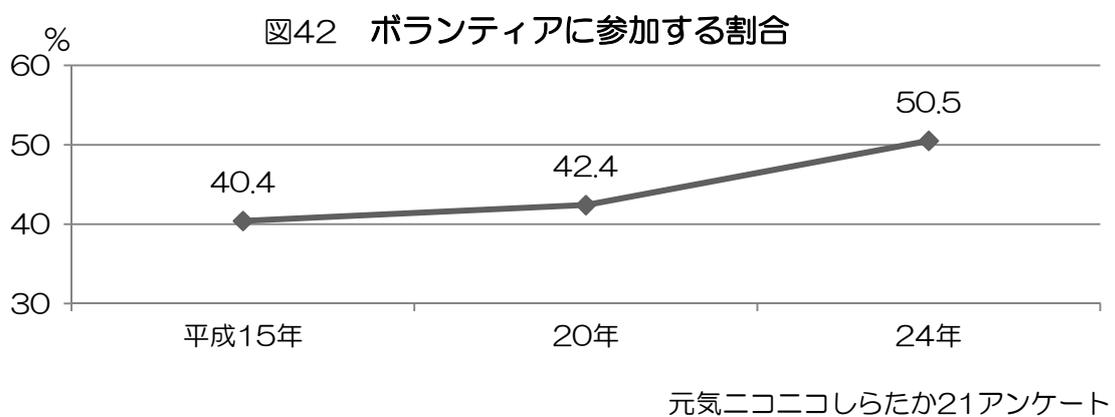
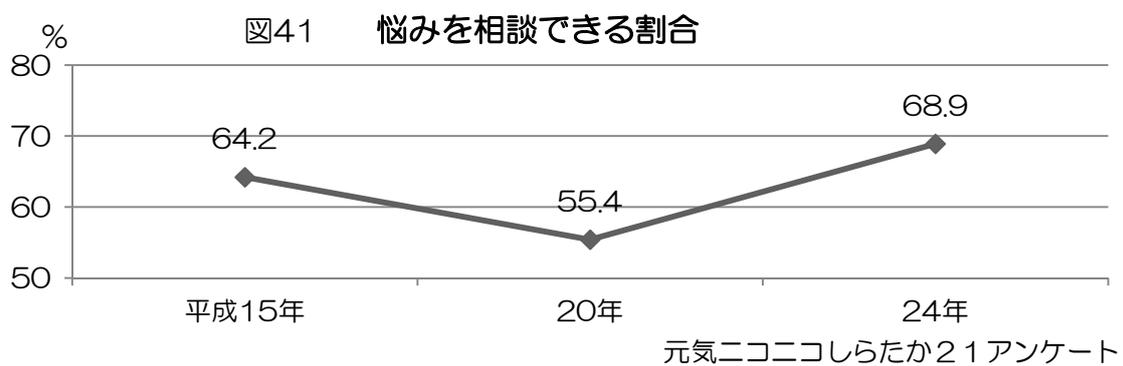
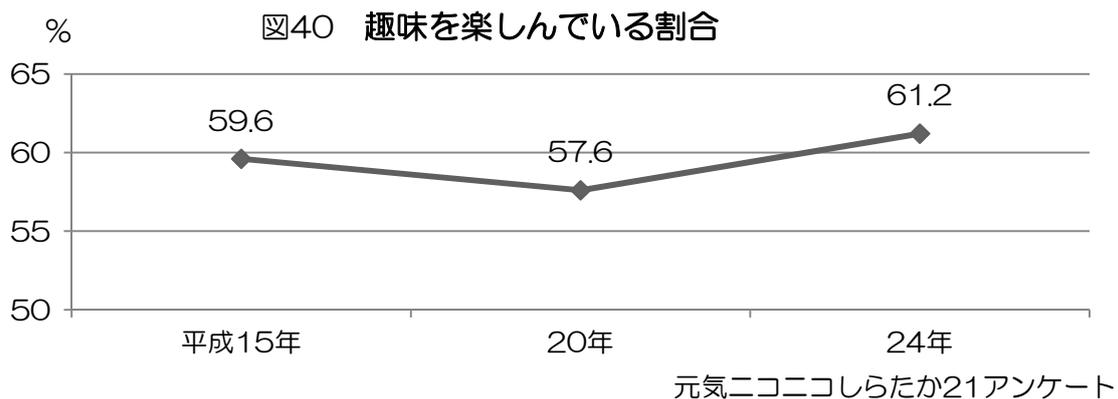


図40、41の趣味を楽しんでいる人の割合と悩みを相談できる割合が中間評価では減少していたものを盛り返し、改善が見られました。

図42、43からはボランティアに参加している人が増えたり、障害があっても好きなことをして楽しみたいと考える人が増えていることがわかります。



## 第4章 目標と施策

### 1. 元気いっぱい子どもの健康づくり

町では子どもの健康づくりを進めるため、家庭、地域、保育所、学校、健康づくり関係団体・機関と連携・協力しながら下記の施策に取り組みます。

#### (1) からだの健康づくり

##### ○ 生涯の健康づくりの土台となる子どもの健康

子どもの頃の生活習慣は、著しい成長・発達を支えるものであり、また成人期や高齢期の健康づくりにまで影響します。しかし不健康な食生活や運動習慣などにより、肥満の子どもが増加しています。生活リズムを整えることを基本に、よい生活習慣を身につけていくことが大切です。

また、子どもの生活習慣は周りの大人に左右されることから、保護者がその必要性を理解し、家族ぐるみでよい生活習慣をつくります。さらに食育の視点から、家庭だけでなく保育所や学校や地域とともに健康づくりをすすめます。

##### ○ 低出生体重児の減少と低出生体重児への支援

低出生体重児の割合が増加傾向にあり、また低出生体重児は将来、生活習慣病になりやすいことが明らかになっています。特に胎児や子どもに悪影響がある妊婦の喫煙習慣対策として、妊娠前から正しい情報をお伝えし、低出生体重児の母親を含めた子育て支援を充実させていきます。

##### ○ むし歯の予防

むし歯は年々減少していますが、子どもの歯の健康は、生涯の歯の健康づくりに影響が大きいことから、子どもが正しい歯みがきの仕方やおやつ習慣を身につけ、保護者が仕上げみがきをする習慣や自らの歯の健康づくりに取り組むよう働きかけます。

#### <目標>

##### ○ 生活習慣病リスクの減少

目標項目	現状値	目標値
①低出生体重児の割合	8.5%	減少
②妊娠中の女性の喫煙率	2.9%	0%
③妊娠中の女性の飲酒割合	4.8%	0%
④肥満割合	7.2%	減少

①～③平成 23 年度健康福祉課、④平成 23 年度 3 歳児健診

\*リスク…危険性

○ よい食生活をおくる人の増加

目標項目	現状値	目標値
①体が元気な人の割合	94.4%	100%
②朝ごはんを毎日食べる人の割合	89.4%	100%
③バランスよく食べている人の割合	32.9%	80%
④子どもの正しい食生活や生活習慣を知っている親の割合	57.0%	80%
⑤毎日家族そろって食事をしている人の割合	85.2%	90%
⑥食事作りの手伝いをしている人の割合	69.0%	80%

平成24年度元気ニコニコしらたか21アンケート(③は平成20年度値)

○ 適度な運動習慣がある人の増加

目標項目	現状値	目標値
①友達とよく外で遊ぶ人の割合	68.3%	80%

平成24年度元気ニコニコしらたか21アンケート

○ むし歯の減少

目標項目	現状値	目標値
①むし歯本数(3歳)	0.82本	減少
②正しい歯みがきの方法を知っている人の割合	51.4%	80%
③正しい歯みがきの方法を知っている親の割合	43.7%	70%

①平成23年度3歳児健診②③平成24年度元気ニコニコしらたか21アンケート

<実践指針>

- ・早寝早起き、家族みんなで生活リズムを整えましょう
- ・おいしく楽しく1日3食、バランスのよい食事をとりましょう
- ・外で体を使って十分遊びましょう
- ・歯みがきの習慣を身につけましょう

<施策の方向>

- ・健康的な生活習慣確立の推進
- ・食育の推進
- ・むし歯予防の推進

< 施策と取組み >

施策の方向	具体的な取組み	事業等
健康的な生活習慣確立の推進	<p><b>【生活習慣病予防のための栄養、運動、休養に関する正しい情報の提供】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠期の健やかな生活習慣に関する情報提供と個別支援や家族支援の充実（低出生体重児リスクとなる喫煙や受動喫煙、飲酒の害、妊娠高血圧症候群・妊娠糖尿病の予防を含む）</li> <li>・発達、発育の様子を確認する機会の充実</li> <li>・離乳食の役割と進め方についての情報の提供</li> <li>・生活リズム（早寝早起き、1日3食、外遊び）を整えるための個別相談</li> <li>・乳幼児期から学童期の親子ふれあい遊び体験</li> <li>・保育所や学校でのたばこやアルコールの害についての学習</li> <li>・思春期のいのちの教育（生と性の教育、思春期やせの予防を含む）</li> <li>・次世代育成支援行動計画の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子健康手帳交付</li> <li>・マタニティクラス前期、後期（両親学級）</li> <li>・祖父母学級</li> <li>・妊婦、乳幼児家庭訪問</li> <li>・乳幼児健診</li> <li>・乳幼児歯科健診</li> <li>・離乳食教室</li> <li>・親子ふれあい遊び、体操</li> <li>・学校保健委員会</li> <li>・保育所や学校での健康教室</li> <li>・子育て支援相談</li> <li>・栄養・食生活相談</li> <li>・広報、おたより発行（ほんわか通信等）</li> </ul>
食育の推進	<p><b>【時期に合わせた栄養・食生活に関する情報提供（妊娠期・乳児期・幼児期・学童期・思春期）】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝ごはんの役割についての情報提供</li> <li>・主食、主菜、副菜のバランスのとれた食事と家族そろって食べることのすすめ</li> <li>・家族の役割の確認</li> <li>・適切なおやつ（内容・量・時間）の情報提供</li> <li>・おやつの手作り体験</li> <li>・旬の地元食材を使った調理体験と家庭での親子料理のすすめ</li> <li>・栄養・食生活に関する個別支援</li> <li>・食育推進計画の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子健康手帳交付</li> <li>・両親学級</li> <li>・乳幼児健診</li> <li>・2歳児歯科健診</li> <li>・離乳食教室</li> <li>・親子料理教室</li> <li>・げんき弁当コンクール</li> <li>・各種食育講座</li> <li>・栄養・食生活相談</li> </ul>
むし歯予防の推進	<p><b>【むし歯予防のための正しい情報の提供】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯科健診、ブラッシング指導、フッ素塗布の機会の充実（歯科医師、歯科衛生士による歯科指導）</li> <li>・適切なおやつ（内容・適量・時間）の情報提供</li> <li>・食後の歯みがきと仕上げみがき習慣確立のすすめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2歳児歯科健診</li> <li>・フッ素塗布</li> <li>・両親学級</li> <li>・乳幼児健診</li> <li>・離乳食教室</li> <li>・ブラッシング実習</li> </ul>

## (2) こころの健康づくり

### ○ 子育て支援体制の充実

社会環境や家族機能の変化により、子育てに関する悩みや不安は多様化し、虐待件数は増加しています。保護者の子育てへの悩みや不安を軽減し、前向きに楽しく子育てができるよう支援体制を整えます。

### ○ いのちの教育の推進

次世代の大人になる子ども達が正しい性と生の知識をもち、自分の生き方を考え、自分と周りの人たちを大切にできる心を育むことができるように支援します。

## <目標>

### ○こころが健康な人の増加

目標項目	現状値	目標値
①こころが元気な人の割合	93.7%	100%
②何かに挑戦している人の割合	66.2%	75%
③家族と命の大切さや赤ちゃんの誕生について話したことがある人の割合	65.8%	80%

平成 24 年度元気ニコニコしらたか 21 アンケート (③平成 20 年度値)

### ○楽しく前向きに子育てができる人の増加

目標項目	現状値	目標値
①子育てが楽しいと感じる人の割合	93.0%	100%
②子育てに困ったときに相談できる人がいる人の割合	100%	維持

平成 23 年度 3 か月・9 か月児健診

## <実践指針>

- ・早寝早起きを心がけ、ゆっくり休みましょう
- ・一人で悩まず、周りの人に相談しましょう

## <施策の方向>

- ・子育て相談体制の充実
- ・子育てに関する情報提供の充実
- ・いのちの教育（生と性の教育）の推進
- ・安心して生み育てられる環境の整備

< 施策と取組み >

施策の方向	具体的な取組み	事業等
子育て相談体制の充実	<p>【臨床心理士等専門家による発達や発育に関する子育て支援相談（相談窓口の情報発信を含む）】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ころの健康や発達について相談できる専門機関や医療機関の情報提供</li> <li>・ 妊娠期のころの相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ からだところの子育て支援相談</li> <li>・ 母子健康手帳交付</li> <li>・ 妊婦、乳幼児家庭訪問</li> <li>・ 乳幼児健診</li> </ul>
子育てに関する情報提供の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 妊娠期の不安解消のための先輩ママとの交流や仲間づくり</li> <li>・ 子育ての悩み解消のための発達、発育の確認と相談</li> <li>・ 生活リズムを整えることや睡眠の大切さの意識の啓発</li> <li>・ 乳幼児期から学童期の親子ふれあい遊び体験</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 母子健康手帳交付</li> <li>・ マタニティクラス前期、後期（両親学級）</li> <li>・ 祖父母学級</li> <li>・ 乳幼児家庭訪問</li> <li>・ 乳幼児健診</li> <li>・ 親子ふれあい遊び、体操</li> <li>・ 広報、おたより発行（ほんわか通信等）</li> <li>・ ころの健康講座</li> </ul>
いのちの教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学童期・思春期の子育て（赤ちゃんとふれあい遊び）体験学習</li> <li>・ 思春期のいのちの学習（生と性の教育、思春期やせの予防を含む）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学校保健委員会</li> <li>・ 学校でのいのちの教育や子育て体験</li> <li>・ 思春期相談</li> </ul>
安心して生み育てられる環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 産婦人科や小児科など医療機関との連携・調整</li> <li>・ 妊婦健康診査の経済的負担の軽減</li> <li>・ 妊娠期の通院に関する経済的負担の軽減</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 妊婦健診費用助成</li> <li>・ ニコニコマタニティライフ応援事業</li> </ul>

## 2. 心もいきいき働き盛りの健康づくり

町では働き盛りの健康づくりを進めるため、家庭、地域、公民館、職場、商工会、健康づくり関係団体・機関等との連携、協力のもとに下記の施策に取り組みます。

### (1) からだの健康づくり

#### ○ メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少

白鷹町は特定健診・特定保健指導とともに第1期特定健康診査等実施計画の目標には達しませんでした。ただ、特定健診受診率の現状は山形県が全国で4位（直近値平成22年度）と高く、県内では白鷹町が6位と高くなっています。特定保健指導は健診受診者が増えない中で利用しても終了に結びつかないこともあり、対象者が固定化してきています。このことから、白鷹町では第2期特定健康診査等実施計画に基づき、特定健診・特定保健指導の実施率の向上から生活習慣改善を図り、メタボ該当者・予備群の減少に結びつけます。

また、健診結果や死亡の現状から見えてきた課題である脳血管疾患と糖代謝異常（高血糖）へも早いうちからの対策が有効です。そのため、40歳未満の健診受診をすすめて、その結果に対する健康教育の機会を充実させていきます。

#### ○ がん検診受診率・精検受診率の向上

生活習慣病予防と重症化予防のためにはがん検診受診率と精検受診率の向上が欠かせません。そのため、がん検診の必要性をお知らせする機会を増やし、精密検査は全員が受診するよう働きかけていきます。

### <目標>

#### ○ 体が元気だと感じている人の増加

目標項目	現状値	目標値
①体が元気だと感じている人の割合	74.4%	85%

平成24年度「元気ニコニコしらたか21」アンケート

#### ○ 適正体重を維持している人の増加

目標項目	現状値	目標値
①肥満者の割合	35.6%	30%

平成23年特定健診法定報告

○ 適切な食事をとる人の増加

目標項目	現状値	目標値
①朝食をとらない人の割合	4.3%	0%
②正しい食生活や食習慣を知っている人の割合	76.7%	85%
③バランスを考えて食事をする人の割合	60%	70%
④塩分をとり過ぎないように気をつけている人の割合	80.8%	90%
⑤みそ汁塩分濃度が0.8%以下の人の割合	42.6%	70%

①平成 23 年特定健診法定報告②③平成 24 年度「元気ニコニコしらたか 21」アンケート  
④⑤平成 23 年度白鷹町健康づくり推進員みそ汁塩分濃度・食生活調査

○ 運動習慣者の増加

目標項目	現状値	目標値
①運動習慣者の割合	20.4%	35%

平成 23 年特定健診法定報告

○ メタボリックシンドローム該当者・予備群者割合の減少

目標項目	現状値	目標値
①メタボリックシンドローム該当者・予備群者割合	26.2%	25%以下

平成 23 年度特定健診法定報告

○ 特定健診・特定保健指導の実施率の向上

目標項目	現状値	目標値
①特定健康診査受診率	52.6%	60%
②特定保健指導終了率	14.3%	60%

平成 23 年特定健診法定報告

○ 健診の生活習慣病に関わる項目の改善

目標項目	現状値	目標値
①高血圧者割合	46.1%	40%
②脂質異常者割合	22.2%	15%
③高血糖者割合	54.7%	40%

基準は特定保健指導判定値とする、平成 23 年特定健診法定報告

○ がん検診の受診率の向上

目標項目		現状値	目標値
①がん検診の受診率	胃がん	1,832 人	10%増
	大腸がん	2,185 人	
	肺がん	1,050 人	
	子宮がん	991 人	
	乳がん	813 人	
	前立腺がん	1,055 人	
②がん検診精密検査受診率		46.2~100%	100%

肺がん検診は受診率にすると 18.6%と他の検診と比較して極端に低くなっています。全国的にも死に関わる肺の病気が増えているため、その必要性をお知らせし、受診の機会を広げていきます。

①②平成 23 年度山形県がん成績表、前立腺がんは平成 23 年健康福祉課

○ 喫煙率の減少

目標項目	現状値	目標値
①喫煙者の割合	16.3%	10%
②禁煙にしている公共施設の増加	85.4%	100%

①平成 23 年特定健診法定報告②平成 24 年度「元気ニコニコしらたか 21」アンケート、この調査においては公民館分館も調査対象としたもの

○ 毎日の飲酒者の減少

目標項目	現状値	目標値
①毎日飲酒をする人の割合	29.3%	20%

平成 23 年特定健診法定報告

○ 歯の健康に気を使う人の増加

目標項目	現状値	目標値
①1 日の歯みがきの回数	2.3 回	3 回
②ブラッシング指導を受けたことがある人の割合	78.9%	85%
③8020 運動の意味を知っている人の割合	61.1%	80%
④歯周疾患検診受診者数	8 人	50 人

歯の健康については歯周病を放っておくことで生活習慣病が悪化することがわかっています。そのため、正しい情報を広くお伝えしていきます。

①~③平成 24 年度「元気ニコニコしらたか 21」アンケート、④平成 24 年度健康福祉課

\*8020 運動…80 歳で自分の歯を 20 本以上持つ者を増やす運動

○ 生活習慣改善の意思がある人の増加

目標項目	現状値	目標値
①生活習慣改善の意思がある人の割合	24.3%	60%

平成 23 年特定健診法定報告

## ＜実践指針＞

- ・適正体重を知り、体重管理に努めましょう
- ・主食、主菜、副菜をそろえた食事をとりましょう
- ・塩分、糖分、脂肪分を控えた食事を心がけましょう
- ・週2回以上運動しましょう
- ・禁煙に努めましょう
- ・飲酒の適量を知り、飲み過ぎに注意しましょう
- ・食後の歯みがきを習慣化しましょう
- ・毎年健診を受けましょう
- ・検診で異常があったら精密検査を必ず受けましょう

## ＜施策の方向＞

- ・望ましい生活習慣の定着
- ・食環境の整備
- ・運動しやすい環境の整備
- ・禁煙支援と受動喫煙防止の推進
- ・節度ある飲酒の推進
- ・むし歯と歯周病予防の推進
- ・特定健診・特定保健指導の推進
- ・がん検診の推進

< 施策と取組み >

施策の方向	具体的な取組み	事業等
望ましい生活習慣の定着	<p>【生活習慣病の一次予防と病気の悪化防止のための生活習慣改善】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1日3食バランスのとれた食事をしっかりとって今より余計に動く意識の啓発</li> <li>・ 塩分・糖分・脂肪分を控えた野菜多めの食事の普及</li> <li>・ 食と運動の講座の充実</li> <li>・ 健康づくり推進員の養成</li> <li>・ 健康づくり推進員事業の充実</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康まつり、広報</li> <li>・ 健康づくり推進員養成講座</li> <li>・ 健康づくり推進員事業</li> <li>・ メタボ予防講座</li> <li>・ 生活習慣病予防教室</li> </ul>
食環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食の自主グループの育成・支援</li> <li>・ 食事バランスガイドの普及</li> <li>・ 飲食店でのヘルシー料理提供への協力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ヘルシー調理実習（各地区公民館等事業含む）</li> </ul>
運動しやすい環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 運動の自主グループの育成・支援</li> <li>・ エクササイズガイドの普及</li> <li>・ 総合型地域スポーツクラブの活用</li> <li>・ ウォーキングマップの見直しと普及</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ らくらくスマイル教室（運動）</li> <li>・ メタボ予防講座</li> <li>・ 生活習慣病予防教室</li> </ul>
禁煙支援と受動喫煙防止の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 喫煙と受動喫煙の害についての情報提供</li> <li>・ 公共施設の禁煙及び受動喫煙防止の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 禁煙教室</li> <li>・ 生活習慣病予防教室</li> <li>・ 健康まつり、広報</li> </ul>
節度ある飲酒の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 飲酒の適量についての情報提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 生活習慣病予防教室</li> <li>・ 健康まつり、広報</li> </ul>
むし歯と歯周病予防の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯周疾患検診のすすめと情報発信</li> <li>・ 無料歯科健診とブラッシング指導の機会の提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯周疾患検診</li> <li>・ 健康まつり</li> </ul>
特定健診・特定保健指導の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 若年層への健診結果説明、健康相談、生活習慣病予防講座の開催</li> <li>・ 特定健診受診率向上に向けた受診勧奨、健診機会の拡大</li> <li>・ 特定保健指導実施率向上のための内容・体制の充実、未利用者・未終了者勧奨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康診査、生活習慣病予防講座</li> <li>・ 特定健診</li> <li>・ 健診事後フォロー</li> <li>・ 特定保健指導</li> </ul>
がん検診の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ がん予防のための情報提供とがん検診の実施</li> <li>・ がん検診の受診率向上のための体制整備</li> <li>・ がん検診推進事業の実施と充実</li> <li>・ 子宮頸がん予防接種の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ がん検診受診勧奨</li> <li>・ がん検診精検未受診勧奨</li> <li>・ がん検診無料クーポン発行</li> <li>・ 子宮頸がん予防接種</li> </ul>

## (2) こころの健康づくり

### ○ 心が元気な人の増加

白鷹町では心が元気だと自分で感じている人が減っています。この結果をストレス解消法を知っている人の増加、趣味などを楽しむ時間がある人の減少、また、睡眠による休養が十分にとれている割合の増加とあわせて考えると、ストレス解消ができる時間や十分な休養がとれる時間を作ることが大切だということがわかります。そのため、町では職場や地域に働きかけながら、こころの健康を支える仕組み作りに努めます。

### ○ 自殺者の減少

白鷹町の自殺者の割合の中では働き盛りの男性が最も多くなっています。そのため、職場のメンタルヘルス対策を充実させることや、悩んでいる人や家族が相談できる場所の提供など、家庭や地域、職場と連携しながら環境整備を図ります。

## <目標>

### ○ 心が元気な人の増加

目標項目	現状値	目標値
①心が元気な人の割合	52.2%	70%
②趣味を楽しむ時間がある人の割合	55.6%	70%
③睡眠による十分な休養がとれている人の割合	78.1%	85%

①②平成 24 年度元気ニコニコしらたか 21 アンケート、③平成 23 年特定健診法定報告

### ○ 自殺者の減少

目標項目	現状値	目標値
①自殺者の割合（人口 10 万対）	26.3	20

平成 22 年度山形県保健福祉統計

## <実践指針>

- ・休養や睡眠を十分とりましょう
- ・ストレスとうまく付き合いましょう
- ・一人で悩まず、まわりに相談しましょう

## <施策の方向>

- ・休養や睡眠に関する情報の提供
- ・ストレスコントロールのための情報提供
- ・こころの健康相談体制の充実

< 施策と取組み >

施策の方向	具体的な取組み	事業等
休養や睡眠に関する情報の提供	<p>【こころの健康づくりに関する情報提供と相談窓口の充実】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活と十分な睡眠、休養の情報発信</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・広報</li> <li>・こころの健康づくり講演会（企業、商工会、地区公民館等への協力・支援含む）</li> </ul>
ストレスコントロールのための情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスと上手につきあうための情報提供（からだの健康に害を及ぼさない方法でのストレス対処）</li> <li>・こころのサポーターの養成</li> <li>・職場のメンタルヘルス対策の推進</li> <li>・仕事を早く切り上げ、（ノー残業デー等）家族団らんのすすめ（ワークライフバランス）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・企業への働きかけ</li> <li>・こころのサポーター養成講座</li> </ul>
こころの健康相談体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠やこころの健康を相談できる専門機関や医療機関の情報提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの健康相談（精神保健相談）</li> </ul>

### 3. 素敵に年を重ねる高齢期の健康づくり

町では高齢期の健康づくりを進めるため、家庭、地域、公民館、健康づくり関係団体・機関等との連携、協力のもとに下記の施策に取り組みます。

#### (1) からだところの健康づくり

##### ○ 健康寿命の延伸のための生活習慣病予防、介護予防

白鷹町では高齢期の健康の現状から約 4 割が生活習慣病を基とする病気により介護認定を受けています。これは国と比較しても高いため、生活習慣病予防が重要なことがわかります。また、白鷹町は女性の平均寿命が県や国よりも短いため、その点からも死因の約 6 割を占める生活習慣病予防の取組みを強化し、介護予防につなげていきます。また、その詳細は第 6 次高齢者保健福祉計画及び第 5 期介護保険事業計画に基づき進めます。

高齢期については、多くの項目で改善が見られるため、さらに高い目標を設定して健康づくりを継続し、元気な高齢者を増やします。

##### ○ こころの健康づくり

高齢期の社会参加の機会は生きがいにつながるために大切です。現状からは以前よりボランティアをする人も増え、趣味を楽しむ人や悩みを相談できる人も増えているため、充実した暮らしをする人が増えたと考えられます。

ただ一方で町の自殺者は、働き盛りの男性に次いで高齢期の女性が多いため、こころの健康を支える地域の仕組みや環境を整えます。

#### <目標>

##### ○ 望ましい生活習慣がある人の増加

目標項目	現状値	目標値
①バランスのとれた食事をしている人の割合	72.8%	80%
②運動している人の割合	56.3%	65%

平成 24 年度元気ニコニコしらたか 21 アンケート

##### ○ 元気な高齢者の増加

目標項目	現状値	目標値
①体が元気な人の割合	76.7%	85%
②心が元気な人の割合	77.7%	85%
③趣味を楽しむ人の割合	61.2%	75%

平成 24 年度元気ニコニコしらたか 21 アンケート

## <実践指針>

- ・主食、主菜、副菜をそろえた食事をとりましょう
- ・自分に合った運動をしましょう
- ・一人で悩まず、相談しましょう

## <施策の方向>

- ・生活習慣病予防、介護予防の推進
- ・社会参加の機会の促進

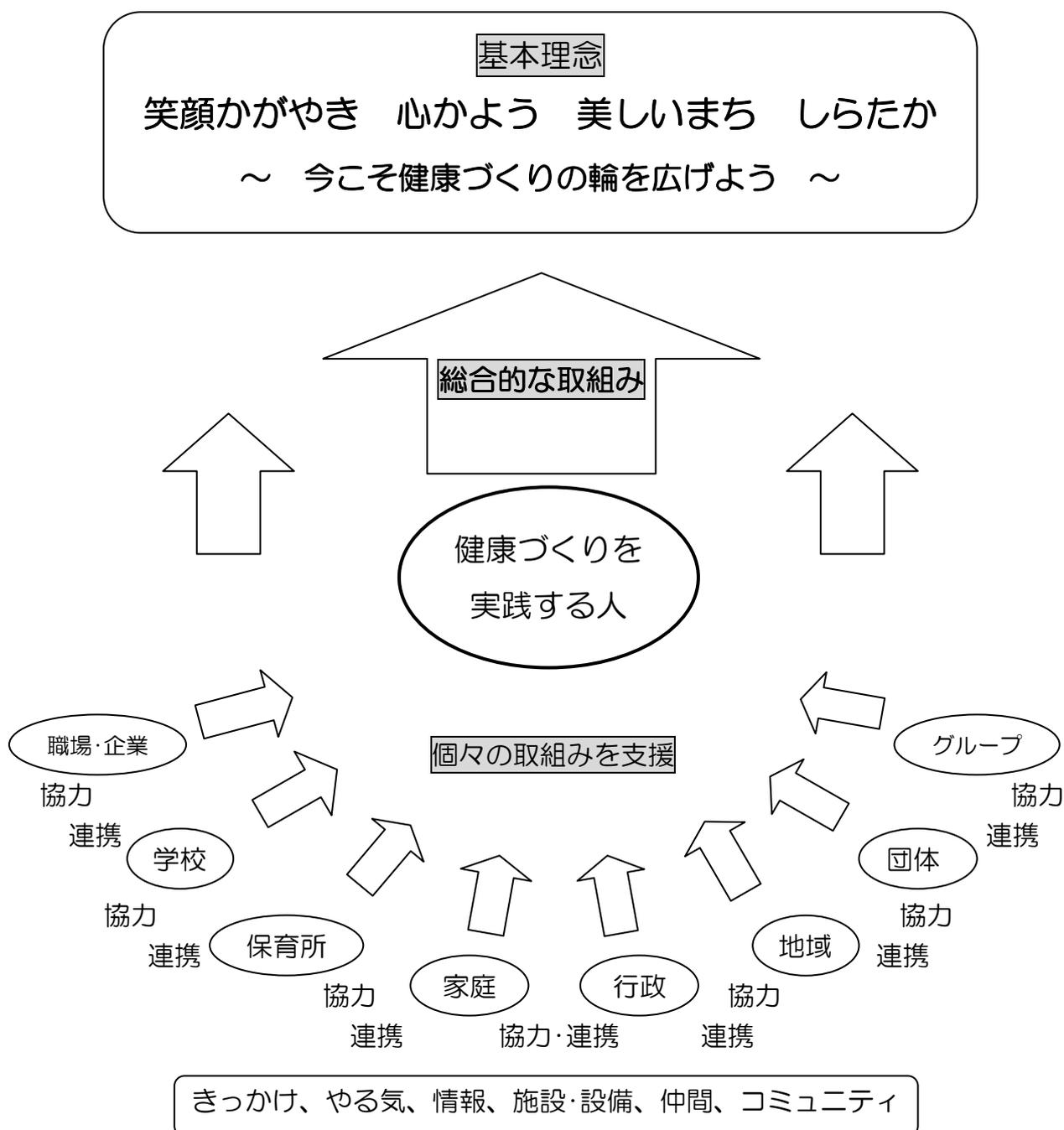
## < 施策と取組み >

施策の方向	具体的な取組み	事業等
生活習慣病 予防、介護 予防の推進	<p>【高齢者保健福祉計画、介護保険事業計画の推進】 【生活習慣病予防、介護予防、こころの健康づくりに関する情報提供と相談窓口の充実】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康状態の確認のための健診の実施</li> <li>・生活習慣病予防のための栄養、運動、休養の情報提供</li> <li>・感染症予防のための事業の充実</li> <li>・認知症予防のための情報提供</li> <li>・個人の状態に応じた健康相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・広報</li> <li>・後期高齢者健診</li> <li>・健診事後フォロー</li> <li>・からだところの健康相談</li> <li>・予防接種（インフル、肺炎球菌等）</li> <li>・認知症予防講座</li> <li>・一次・二次介護予防事業</li> </ul>
社会参加の 機会の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サロンや介護予防事業参加のすすめ</li> <li>・孤立化予防のため、地域のネットワークによる見守りの実施</li> <li>・ボランティア活動等の生きがいづくりのすすめ</li> <li>・こころの健康に関する家族や地域への情報提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・訪問型介護予防事業</li> <li>・単身高齢者実態把握</li> <li>・ふれあいサロン等の拡充と協力・支援</li> <li>・見守り配食事業</li> </ul>

## 第5章 計画の推進体制と進行管理

### 1. 計画の推進体制

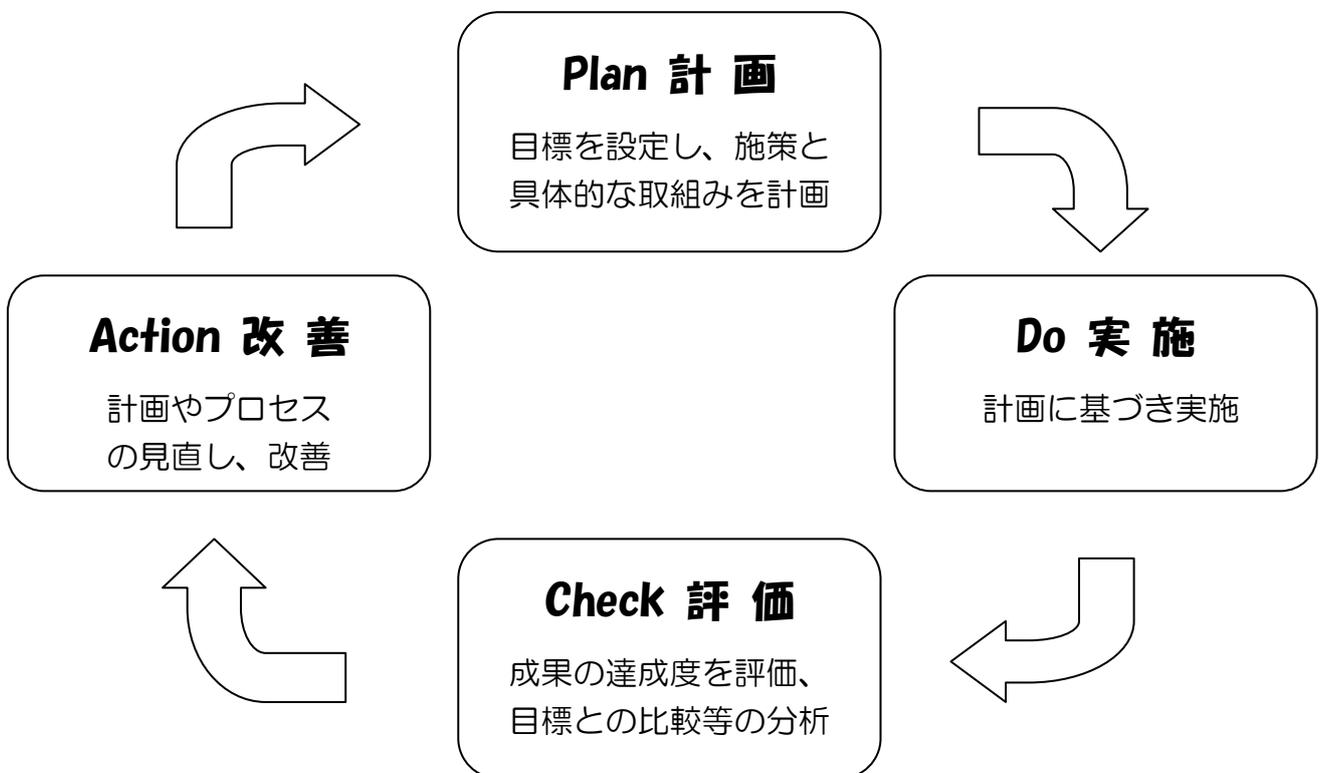
計画推進のためには、町民一人ひとりの意識と行動変容とそれを支える社会環境の整備が必要です。そのため、家庭、地域、保育所、学校、職場・企業、関係する様々な団体、行政（町）が連携を強化してそれぞれの役割と責任を果たすことにより健康づくりを実践する個人を支えます。さらにその中で、必要に応じて新たなネットワークの構築を図りながら情報交換や共催事業に取り組むことで計画を推進するものです。



## 2. 進行管理

計画を効率的に推進していくために、中間年度及び最終年度における評価だけでなく、PDCA サイクルを活用しながら、年度ごとに健康づくり事業の実績や目標の達成度から進行状況を確認し、必要に応じて取組み内容の見直しを行います。

計画の最終年度である平成 34 年度には最終評価を行い、設定した目標の達成状況を把握し、次の計画づくりに活かしていきます。



## 第2次白鷹町健康増進計画

「元気ニコニコしらたか21」

平成25年3月

〒992-0892 山形県西置賜郡白鷹町大字荒砥甲 833  
TEL 0238-86-0210 FAX 0238-86-0115  
E-Mail kenfuk@so.town.shirataka.yamagata.jp