

第2次健康しんおんせん21

新温泉町健康増進計画

新温泉町食育推進計画

新温泉町自殺対策計画

【中間評価】

令和5年(2023年)3月

◆中間評価にあたって

平成 29 年度に「第 2 次健康しんおんせん 2 1（新温泉町健康増進計画・新温泉町食育推進計画・新温泉町自殺対策計画）（以下、「本計画」とする。）を策定しました。

計画期間は、平成 30(2018)年度から令和 9(2027)年度(本計画内は、平成 39(2027)年度)までの 10 年間で、各指標の目標値は 5 年後の令和 4(2022)年度(本計画内は、平成 34(2022)年度)を目標として設定しています。令和 4(2022)年度には、計画の中間評価を行うとともに、この目標指標の見直しを行うよう策定しています。

今年度、本計画の中間評価及び目標指標の見直しを行うに当たり、令和 4 年 9 月に本計画に係るアンケート調査を実施し、集計を行いました。その結果により、本計画の中間評価を行い、5 年後の令和 9(2027)年度の目標指標の設定を行います。

本計画令和 4(2022)年度の目標値に対するの評価判定基準は、「◎」目標達成、「○」改善、「△」改善ならず、「－」評価不可 と評価し、評価内容は下記のとおりとなっております。

「◎」は、令和 4(2022)年度目標値を上回った場合

「○」は、令和 4(2022)年度目標値は上回っていないが、平成 30(2018)年度策定時の数値は上回っている場合

「△」は、平成 30(2018)年度策定時の数値を下回っている場合

「－」は、数値として表せない場合

本計画の「取り組みの内容」は、今後も引き続き取り組んでいきます。目標達成に向け推進し「健康長寿のまち 新温泉町」の実現に向けて取り組んでいきます。

【第2次健康しんおんせん21】計画の中間評価

1. 健康増進計画について

■評価判定基準

◎…目標達成 ○…改善 △…改善ならず –…評価不可

(1) 栄養・食生活

【評価】

- 朝食を毎日食べる人の割合では、65歳以上の男性と25～39歳の女性で特に割合の減少が見られた。
- 食品の成分表示を参考にする人の割合では、65歳以上の男女で参考にする割合の減少が大きかった。
- 菓子類を毎日食べる人の割合については、65歳以上の女性で特に増加している。

【現状と課題】

- 朝食の内容は食事として正しい内容なのか、例えば、菓子パン、飲み物だけという場合も考えられます。内容についても把握が必要です。
- コンビニ食、中食等が増加しています。それらでの栄養バランスのととのえ方、食品選択方法等の啓発（食品成分表示の参考）が必要です。

評価・指標設定

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 朝食を毎日食べる人の割合の増加	95.8%	100.0%	95.6%	△	100.0%
② 食品の成分表示を参考にする人の増加	58.0%	65.0%	51.5%	△	65.0%
③ 菓子類を毎日食べる人（成人）の減少	36.5%	30.0%	32.9%	○	30.0%
④ 小学生の肥満者の割合	10.9%	7.8%	12.0%	△	7.8%
⑤ 20歳代で朝食をとっていない人の割合	0.0%	0.0%	0.0%	◎	0.0%
⑥ 食の健康協力店の増加	47店	50店	20店*	△	50店

*兵庫県ホームページ公表分

【取り組み内容】

《行政》

- 正しい食生活や生活習慣病の知識の普及・啓発に努めるとともに、食育教室等通じ、食生活や栄養についての住民の方々の意識向上に努めます。
- 子どもの食習慣について、園、小・中学校と連携し、食と栄養についての食育教室や朝食の大切さ、共食の大切さについての周知・教育を目的とした食育媒体の

配布を行い、正しい知識の定着に努めます。また、園や子育て支援センターでは食育教室の取り組みを行います。

- 乳幼児健診、食育教室等で食についての相談・啓発活動を行います。
- SDGS の視点から食品ロスについての啓発にも努めます。
- 普段からの食事だけではなく、災害時の非常食糧の大切さの啓発にも努めます。

《住民全世代》

- 朝食の重要性を理解し、毎日食べるよう心がけます。
- 食に関心を持ち、自分自身の食生活を振りかえり、家族みんなでバランスのとれた食事、規則正しい食生活を心がけます。
- 間食は、食べる量を調節したり、食べる回数を減らすなどして食べ過ぎに注意します。特に、子どもがおやつを食べる場合は、時間をきちんと決め、お菓子ばかりではなく、果物やヨーグルト等の栄養バランスを考えたものにできるよう心がけます。

★「食の健康協力店」とは

健康メニューの提供等の「食の健康」に取り組んでいる店や事業者に対し、兵庫県が登録をして食環境の整備を図っています。登録店にはステッカー表示があります。

参考：兵庫県ホームページ

(2) 身体活動・運動

【評価】

- ・65歳以上男性以外では、定期的な運動を行っている割合が上昇していた。
- ・運動習慣者は全体的に増加しており、運動に対する関心は高くなっている。
- ・運動していない理由については、「面倒だから」という回答が特に増加していた。
- ・運動をするようになったきっかけとしては、「町の健康相談に参加して」や「健康のことを考え自発的に」が増加していた。

【現状と課題】

- ・運動に関して、広報誌やCATV、インターネット等での啓発活動や個人で取り組みやすい簡単な運動や体操の動画の配信を行っています。特にコロナ禍であり、自宅で取り組みやすい運動について動画配信での体操の普及を推進しました。
- ・区・自治会や、すこやかクラブと連携し、健康教室・健康講座等で定期的な運動をするように啓発に取り組んでいます。
- ・介護予防としての身体活動では、いきいき百歳体操を推進し、誰もが気軽に参加できるように、住民が中心となり、地域の公民館などで、週1回の体操に取り組んでいます。参加者は全高齢者の約一割となっていますが、男性参加者の割合が少ない事が課題です。
- ・健康増進事業としては、水中ウォーキング教室や糖尿病予防教室と合わせたノルディックウォーキングを実施し、生活習慣病の予防のための運動習慣の獲得ができるように努めています。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 日常生活の中で健康のため意識的に体を動かすなどの運動を心がけている人の割合	64.0%	70.0%	65.3%	○	70.0%
② 運動習慣者の増加	18.1%	30.0%	36.6%	◎	50.0%

【取り組み内容】

《行政》

- ・運動の効果や適切な運動量等の運動に関する情報の発信を広報誌やCATV等で行います。また、個人で取り組みやすい簡単なストレッチ等の運動や体操の普及、運動の場を提供し、運動を習慣にする人の増加に努めます。
- ・区・自治会やすこやかクラブ等の団体と連携し、定期的に体を動かすよう啓発に取り組めます。
- ・介護予防として、いきいき100歳体操等の運動の普及・啓発を推進します。
- ・温泉を活用したプールでの水中ウォーキング教室を実施するなど、生活習慣病の

予防に効果的な運動を習慣にする人の増加に努めます。

- 今後も広報やCATV、インターネット、健康教育・健康相談での運動の普及、区・自治会やすこやかクラブ等と連携して定期的な運動に取り組めるように啓発に取り組みます。
- インセンティブとして健康ポイント制度事業を開始し、運動に取り組みやすく継続できる環境づくりを推進します。
- 介護予防として、いきいき百歳体操などの地区活動が継続できるよう、引き続き後方支援に取り組みます。

《住民全世代》

- すきま時間でできるストレッチや筋力トレーニングといった簡単な体操・運動を意識して行い、健康増進に努めます。
- 町や団体が実施している健康教室や健康講座に家族・友人もさそって積極的に参加をしていきます。

(3) 休養・こころの健康づくり

【評価】

- ・相談相手がない人の割合は、成人では増加し、中学生では減少をしているが目標値には達しなかった。特に相談相手として、25～39歳では男女とも親への相談が増加し、65歳以上の女性では子への相談が増加していた。
- ・中学生では、学校の先生に相談する割合が増加していた。学校の相談しやすい環境づくりが定着してきていることが考えられる。
- ・眠りを助けるためにアルコールを使う人の割合も減少はしているものの目標値には達成していない。
- ・睡眠による休養が十分とれている人の割合は増加しており、こころの健康づくりのために、相談すること、睡眠が十分とれることが大切であるということの啓発を継続したい。特に、相談することが大切なのは若い頃から理解してほしいので、自殺対策計画とあわせ中学生に対する啓発も強化したい。

【現状と課題】

- ・相談相手がない人の割合が依然高いことから、メンタルヘルスのセルフケアが難しい現状があると考えられます。特に、成人において増加していることは、新型コロナウイルス感染症の流行に伴う生活の変化が影響している可能性もあります。相談窓口を周知し、誰でも相談しやすい環境づくりが必要です。

評価・目標指標

指 標		2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 相談相手がない人の割合	成人	17.3%	10.0%	19.3%	△	10.0%
	中学生	16.0%	10.0%	11.2%	○	10.0%
② 睡眠による休養が十分とれていない人の割合		28.8%	20.0%	29.8%	△	20.0%
③ 眠りを助けるためにアルコールを使う人の割合		8.2%	7.0%	7.6%	○	7.0%

【取り組み内容】

《行政》

- ・相談相手がない人や子どもに対する相談窓口等の周知に努め、支援を行います。
- ・教育委員会と連携し、子どもからの相談に対して、専門的な相談へつなぐよう支援を図ります。
- ・広報誌やCATV、町のホームページ、講座等を通じて、睡眠に対する正しい知識の普及を推進します。

- 母子への支援として、保健師による妊婦訪問、新生児訪問、電話相談等や専門医による発達相談を実施したり、毎月1回の乳幼児相談といった妊娠期や出産後、子育ての過程での相談支援を行います。
- 離乳食教室や健診等にて母子同士が交流を図ったり、情報交換ができるよう支援します。
- 相談窓口等の周知を強化します。
- ひきこもり支援として、居場所づくりや相談支援を充実させ、相談しやすい環境づくりに努めます。

《住民全世代》

- ストレスとの上手な付き合い方を考えます。
- 悩みや困りごとは周囲の人に相談したり、早めに相談機関を利用するようにします。
- 休養を十分にとり、こころの健康につなげます。

★必要な睡眠時間とは

個人差はあるものの、必要な睡眠時間は1日6時間以上8時間未満のあたりです。年齢が上昇すると睡眠時間が短くなることは自然であり、日中の眠気で困らない程度の自然な睡眠が一番です。厚労省の実施した「健康実態調査」では、0～10歳は8～9時間、15歳～24歳は約7～8時間、25歳～49歳は約6～7時間、50歳～65歳は約6時間という結果もあります。

参考：厚労省「健康づくりのための睡眠指針 2014」

(4) たばこ

【評価】

- 喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識の普及に関しては、肺がん、脳卒中、歯周病についての項目が増加したが、それ以外の項目については減少していた。
- 歯周病に関して、喫煙が影響している事が大きく周知されていた。
- 妊婦や家族の周囲に関する項目は減少しており、受動喫煙の影響についての啓発の強化が必要である。
- 受動喫煙に関しては、特に65歳以上の女性で知らない人の割合が多かった。

【現状と課題】

- たばこが健康に与える影響についてみると、特に歯周病に関しての知識の普及が図れています。
- 本人への影響に関する部分では知識はあっても、家族や周囲に対する影響に関する部分への知識がある割合は低い状況です。
- 妊婦本人の喫煙は0%ですが、妊婦の家族の喫煙率は目標を達しておらず、習慣的に喫煙をしている人も減少していません。
- 受動喫煙の健康への影響についての周知が課題です。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識の普及					
肺がん	92.6%	100.0%	95.3%	○	100.0%
ぜんそく・気管支炎	76.5%	100.0%	70.0%	△	100.0%
心臓病	42.8%	100.0%	38.1%	△	100.0%
脳卒中	43.6%	100.0%	47.5%	○	100.0%
胃潰瘍	19.3%	100.0%	18.3%	△	100.0%
妊婦	77.3%	100.0%	73.9%	△	100.0%
家族や周囲	81.9%	100.0%	74.9%	△	100.0%
歯周病	27.5%	100.0%	37.1%	○	100.0%
② 妊婦の喫煙をなくす	1.3%	0.0%	0.0%	◎	0.0%
③ 妊婦の家族の喫煙率	39.1%	0.0%	42.6%	△	0.0%
④ 習慣的に喫煙をしている人の割合	11.9%	0.0%	12.3%	△	0.0%

【取り組み内容】

《行政》

- たばこが与える健康被害や受動喫煙に対しての知識の周知をさらに徹底します。
- 妊婦及び妊婦の家族に対する喫煙・受動喫煙による影響の周知をさらに徹底します。
- 学生のうちから、たばこによる影響を知ってもらえるよう、小・中学校や各家庭と連携し、未成年は喫煙をしないよう啓発を行います。
- 受動喫煙を防ぐため、公共施設での全面禁煙を推進し、多数の人が出入りする空間では禁煙又は分煙対策を推進します。
- 兵庫県の受動喫煙の防止等に関する条例の周知を強化します。
- すこやかクラブや高齢者大学、地域等とも連携を図り、たばこが健康に与える影響についての正しい知識の普及に努めます。

《住民全世代》

- たばこの害についての正しい知識を持つようにします。
- たばこを吸う人は人前で吸うことを控えたり、喫煙マナーをきちんと守り、たばこを吸わない人に配慮するよう心がけます。
- 未成年・妊婦での喫煙をしないようにします。

★新型たばこについて

「新型たばこ」には「加熱式たばこ」と「電子たばこ」があります。

「加熱式たばこ」には、有害物質が含まれており健康を害する恐れがあります。煙は出ませんが、呼気には目に見えない有害物質が含まれおり、受動喫煙の危険性も高いです。「電子たばこ」も健康への影響がはっきり解明されていません。どちらも、健康に悪影響をもたらされる、受動吸引による健康被害が生じる可能性があると言われています。

参考：千葉県医師会「ミレニアム」

(5) 飲 酒

【評価】

- 多量に飲酒する人の割合では、全員が男性であり、特に30歳～39歳の割合が高かった。
- 若い頃からの多量の飲酒は健康を害するだけでなく将来の依存症へもつながる可能性もあるため、働き盛りの男性に対し、適正飲酒の啓発が特に必要である。
- 多量に飲酒はしていなくても、「節度ある飲酒」についての知識は低く、適量についての啓発も必要である。

【現状と課題】

- 新型コロナウイルス感染症の流行により、在宅時間の延長や経済不安の高まり、孤独感などから、新たな飲酒問題が懸念される中、アンケート結果から、本町でも「多量に飲酒する人」の割合の増加が見られます。
- 「節度ある適度な飲酒の知識を持つ」人の割合も目標には遠く、適量等の周知や、健康問題についての知識の普及がはかれています。
- 働き盛りの男性へ向けた啓発の方法を検討する必要があります。
- 町ぐるみ健診や母子保健事業等の健康相談では、保健師が個別で飲酒についての指導を実施していますが、飲酒に関する知識の普及が十分に実施できていません。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 多量に飲酒する人（3合以上）の割合	1.4%	0.0%	3.4%	△	0.0%
② 「節度ある適度な飲酒」の知識の普及	29.7%	100.0%	30.0%	○	100.0%

【取り組み内容】

《行政》

- 広報誌やCATV等を通じて、飲酒に関する知識の普及（飲酒の害、適量等）に努めます。
- 妊婦、授乳中の産婦は飲酒をしないよう母子健診等で啓発・指導を行います。
- 小・中学校や各家庭と連携し、飲酒が及ぼす影響についての正しい知識を普及し、未成年は飲酒をしないよう啓発を行います。
- アルコールに関する諸問題についての普及・啓発や保健福祉相談の周知に努めます。
- 個別の保健指導、さらに全体に対しても多量飲酒が健康を害すること、また肝炎や膵炎の悪化等を招き、免疫力の低下を起し、感染症への罹患リスクも高くな

ることも併せて周知を行います。

《住民全世代》

- 飲酒する際は飲みすぎないようにし、休肝日を設けるようにします。
- 飲酒についての正しい知識を持ち、無理に飲酒を勧めないようにします。
- アルコールによる影響や健康問題について知るようにします。
- 地域、家庭内で未成年・妊婦・授乳中の産婦の飲酒防止を推進します。

(6) 歯の健康

【評価】

- 歯科医師、学校、園、健康福祉課で構成する「子どもたちの健やかな歯を考える会」を毎年実施するなど、各部署が連携しながら強化を図っている。
- う歯のない3歳児、5歳児の割合の増加や、12歳児の一人当たりのう歯数の減少、個別的な歯口清掃指導を受ける子どもの割合は高いまま維持できている。
- 子どもの歯の健康は改善されつつあるが、成人の部分では、高齢で自分の歯を多数有する人や、かかりつけ歯科医のある人の割合、歯間清掃用具を使用する人の割合が減少している。
- 身体面の健康だけでなく、歯（お口）の健康にも気を付けることが大切ということの啓発を強化する必要がある。
- 町ぐるみ健診でも歯周疾患健診を同時実施しているので、受診の啓発をしていきたい。

【現状と課題】

- 妊娠期～幼児期：保護者の意識が低下しないように、継続的な啓発の必要があります。
- 妊娠期～学齢期：子どもたちのすこやかな歯を考える会の継続が、課題の把握、情報共有の場となっており、各関係機関の歯科保健活動に役立っています。
- 学齢期：兵庫県内においても、新温泉町は教育現場（幼児期以降学齢期等）において指導、研修を実施している割合が高いですが歯科専門職不足も課題となっています。
- 成人期：歯科健診受診率の向上が課題です。当日の健診会場でも歯科健診の受診勧奨をしますが、定期的に歯科受診している人は健診では未受診となり、評価が難しい部分です。
- 高齢期：地域包括支援センターを中心に、歯科医師会、介護保険事業所等と連携し、誤嚥性肺炎予防をはじめ、口腔機能の維持・向上に取り組んでいます。また、地域の通い場を活用し、オーラルフレイル予防の啓発に取り組んでいます。
- 全世代：歯科専門職不足により、様々な事業を展開する上で困難となる場合があります。
- 今後の課題として、新型コロナウイルス感染症が及ぼす「口の健康」への影響について、マスクによる口呼吸の増加から口腔乾燥、う歯の増加、免疫機能低下等も危惧される事と、教育現場での歯みがきの難しさがあり、特にコロナ感染が流行している時は、歯みがきやうがい自体がしにくい環境となり、職員も確認がしにくくなります。介護や医療スタッフも新型コロナウイルス感染症の流行時は特に注意が必要であり、確認がしにくいこともあります。以上より、今まで以上に口腔衛生を意識する必要があるため、取り組み内容の普及・啓発に関してきめ細かく実施していく必要があります。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 1歳6ヶ月児のう歯有病率を0にする	0.0%	0.0%	1.6%	△	0.0%
② う歯のない3歳児の割合	75.8%	80.0%	92.1%	◎	100.0%
③ う歯のない5歳児の割合	57.3%	65.0%	68.9%	◎	75.0%
④ 寝る前に仕上げ磨きをしている幼児の割合	78.5%	100.0%	81.0%	○	100.0%
⑤ 12歳児の一人あたりのう歯数	1.03本	1.0本以下	0.51本	◎	0.5本以下
⑥ 個別的な歯口清掃指導を受ける子どもの割合	100.0%	100.0%	100.0%	◎	100.0%
⑦ 妊婦歯科健康診査受診率	37.0%	50.0%	38.8%	○	50.0%
⑧ 80歳で20本以上の歯を有する人の割合	40.0%	45.0%	28.6%*	—	45.0%
⑨ 60歳で24本以上の歯を有する人の割合	43.7%	50.0%	36.4%	△	50.0%
⑩ 定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人の割合	44.9%	50.0%	52.4%	◎	60.0%
⑪ かかりつけ歯科医のある人の割合	75.4%	80.0%	73.4%	△	80.0%
⑫ 歯間部清掃器具を使用する人の割合	62.4%	100.0%	61.9%	△	100.0%
⑬ 誤嚥性肺炎の知識の普及	—	100.0%	60.3%	△	100.0%

*75歳以上で計上

【取り組み内容】

《行政》

- ・「こどもたちのすこやかな歯を考える会」の開催に継続して取り組み、歯の健康づくりの普及・啓発を推進していきます。
- ・妊婦歯科健康診査や歯周病検診等の周知に努め、受診を推奨します。
- ・フッ化物塗布を乳幼児歯科健診時に併設し、口腔衛生の啓発を継続します。
- ・8020（ハチマルニイマル）運動等を通じ、高齢期も歯の健康を意識できるように努めます。
- ・健診等を通じて誤嚥性肺炎の知識の普及に努めます。
- ・ライフステージ別の推進を実施します。
- ・各ライフステージに合ったお口の健康に関する正しい知識（コロナ禍における正しい知識も含む）を身につけられるよう啓発を推進します。
- ・小学生高学年までは大人が仕上げ磨きを行うよう推奨します。
- ・高齢期については、追加として「オーラルフレイル予防」を推進し、歯の健康を意識できるように努めます。
- ・介護保険事業所等と連携し、高齢期の誤嚥性肺炎予防をはじめ、口腔機能の維持・向上に努めます。
- ・全世代では、歯科専門職の人材確保に努め、限りある資源、人材での予防啓発、周

知等の実施に努めます。

- コロナ禍における正しい知識（コロナによる生活様式の変化に伴う影響、感染予防対策について等）の普及に努めます。

《住民全世代》

- 正しい歯磨きの習慣を身につけます。
- 子どものうちからかかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受診するようにします。
- 歯磨き、歯間部清掃用具の使用といった口腔ケアの習慣化によって得られる効果をきちんと理解し、実践します。
- う歯や歯周病予防のために、ものをよく噛んで食べます。
- 小学生までは大人が仕上げ磨きを行うようにします。

(7) 生活習慣病

【評価】

- 特定健診の受診率、特定保健指導実施率は少しずつ上昇している。
- 特定健診では個別に受診勧奨を行うほか、39歳以下の国保加入者へも受診勧奨を行っている。
- 保健指導はマンパワーの課題があり、なかなか目標数値には至らない。
- 各がん検診の受診率も増加はしているが目標に達したのは肺がん検診のみである。
- メタボリックシンドロームの意味を知っている人の割合も増加している。

【現状と課題】

- 生活習慣病の指標である、特定健診の受診率については平成29年度以降上昇しています。
- 新型コロナウイルス感染症の初年度においては、感染蔓延の影響で一時、受診率が減少しましたが、感染対策を講じ健診を実施し、令和4年度においては県下で2位でした。特に65歳以上の受診率が高く、習慣的に健診を受けることができていると考えられます。
- 39歳以下、40～64歳までの国保加入者では受診率が低い傾向があり、6月の健診未受診者に秋の健診の受診を呼びかけ、10%程度が受診につながりました。また、町内のスーパー、薬局、ドラッグストア、温泉施設等に健診の受診勧奨チラシを置き、啓発に力を入れています。
- がん検診では、肺がん検診の受診率は国の目標値を上回っていますが、特に胃がん検診、子宮がん検診での受診率は兵庫県と同様に低いまです。
- 令和4年度は、例年実施している節目対象の婦人健診と大腸がん検診の無料クーポン券発行の際、検診受診の必要性について掲載したチラシを同封しました。
- 大腸がん検診では、受診率の伸び悩みがあり、がんにおける死亡率が高く、早期発見できれば完治する疾患であることから、令和4年度には健診会場でパネル展示を行い、受診啓発を実施しました。併せて、保健師の保健指導で大腸がん検診未受診者には、リスクと検診のメリット、検査方法等を説明し受診勧奨を行いました。
- 町ぐるみ健診の胃がん検診では、胃内視鏡検査ではなく、胃透視検査のみです。住民からの胃内視鏡検査の要望もあることから、今後検討する必要があります。
- 特定健診の受診率は高いですが、その後の受診行動や生活習慣の改善の有無等の把握が十分ではなく、健診結果を活かしているかの把握ができていません。健診結果説明会も実施していますが、平日であることや周知不足もあり、参加者は年々減少しています。
- 特定保健指導実施率においては、県下でも最下位が続き、保健師のスキルアップ能力の向上、仕組みづくり、ICTを活用した若い方への介入等の工夫が必要と考えられます。
- 国保データヘルス計画における本町の現状を把握し、国保加入者の疾病統計、医療費等のデータを基に、健康課題を分析し対策を講じる仕組みを検討しています。

- ・現在取り組んでいる町の健康教室や運動教室は継続実施しており、コロナ禍でも参加者は10名程度ありますが、例年参加している方が多く、新たな保健指導対象者の参加にはつながっていません。
- ・糖尿病重症化予防におけるかかりつけ医との連携についても、今後実施していく必要性があります。

評価・目標指標

指 標		2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 特定健診・特定保健指導 受診率	特定健診	44.1%	60.0%	45.9%	○	60.0%
	特定保健指導	2.5%	45.0%	12.0%	○	45.0%
② 成人肥満者（BMI25.0以上）の割合		22.7%	20.0%	25.3%	△	20.0%
③ がん検診受診率	胃がん検診	7.1%	20.0%	12.9%	○	20.0%
	肺がん検診	26.6%	45.0%	50.8%	◎	55.0%
	大腸がん検診	12.4%	28.0%	23.4%	○	28.0%
	乳がん検診	14.6%	30.0%	25.7%	○	30.0%
	子宮頸がん検診	10.0%	25.0%	19.7%	○	25.0%
④ 定期的に健康診査を受けている人の割合		82.7%	85.0%	80.4%	△	85.0%
⑤ メタボリックシンドロームの意味を知っている人の割合		70.5%	80.0%	76.5%	○	80.0%
⑥ かかりつけ医がある人の割合		72.0%	80.0%	70.0%	△	80.0%
⑦ 健診での糖尿病異常率（HbA1c）		—	5.0%	5.2%	△	5.0%
⑧ 健診でのメタボリックシンドローム該当者の割合		18.3%	15.0%	18.2%	○	15.0%

【取り組み内容】

《行政》

- ・特定健診や各種がん検診の受診率向上にむけて、町ぐるみ健診を通じ、対象者への周知の徹底や受診環境の整備に努めます。
- ・特定健診時に実施している保健師による保健指導や疾病予防、生活習慣改善についての個別相談、診断結果の相談会を継続して実施します。
- ・糖尿病教室や温泉を活用したプールで行う水中ウォーキング教室の実施を継続し、疾病予防や重症化予防、住民の生活習慣改善や健康づくりに対する意識を高め、各自が自ら健康づくりに取り組めるようにします。
- ・妊婦や乳児に対する各種健診の受診率向上を図ります。
- ・時間がとれない人も各種健診が受けられるよう、開催日程等の検討に取り組みます。
- ・39歳以下の国保加入者の受診率向上に力をいれ、若い頃からの生活習慣病予防の対策をはかります。

- 健康ポイント事業を実施し、町民の健康づくりに向けたインセンティブ（個人の健康づくりに報償を与える）を付与し、町民自身の健康づくりの実施と継続を目指し、健康長寿のまちづくりを推進します。
- 健診結果説明会や健康講話等では、住民が参加しやすい仕組みを検討します。
- まちかど健康チェックを実施し、人が多く集まるスーパーや店舗、町内の事業所と連携し、血圧測定、健康相談会等を開催します。
- 商工会や町内の事業所と連携し、健康講話として生活習慣病と関連の深い禁煙対策、ストレスマネジメント、減塩教育等に力をを入れていきます。
- 健康ウォーキング等、健康づくりの普及・啓発のため、公民館活動と連携した健康づくりをすすめます。
- データヘルス計画に基づき、かかりつけ医と連携し、糖尿病の重症化予防に取り組みます。
- 各種がん検診の受診率向上については、受診勧奨を継続し、医療機関と連携可能な部分を探り、休日の検診日を設けて働き世代にも受けやすい体制の整備に努めます。
- 特定保健指導において、ICTを活用した保健指導を実施し、町内での運動教室等につなぎ、生活習慣病対策に努めます。

《住民全世代》

- 生活習慣病についての知識を深めます。
- 自身の生活習慣を振り返り、若いうちからの生活習慣病予防に努めます。
- 健診を積極的に受け、自分の体の状況を把握するようにします。

(8) 親子の健康づくり

【評価】

- 町では、令和2年2月から、子育て世代包括支援センター（以下「センター」）を立ち上げており、母子保健に関する支援を中心に実施している。
- 妊娠届は、センターにて保健師が全数面接を実施し、安心して出産を迎えていただけるようにしている。
- 育児についての相談相手のいる母親は100%であり、育児に協力する父親の割合や、乳幼児揺さぶられ症候群を知っている親の割合の増加もみられるが、妊娠11週以下での妊娠の届出率や救急医療のかかりつけ先を知っている親の割合の低下がみられた。
- 定期健診の際にも、乳幼児ゆさぶられ症候群や救急医療かかりつけ先の啓発を行っているが、出生後のなるべく早い段階での啓発も必要と考えられる。
- 乳幼児健診の受診率は100%には達していないが、未受診の方は把握済みであり、中には医療的ケア児であり健診自体を病院で受診し、町では受診をしていない場合もあった。

【現状と課題】

- 令和2年2月から、センターの立ち上げとともに妊娠届出先を統一し、保健師の全数面談を行うことで、届出が遅くなった理由を把握できました。
- 妊娠届出が12週以降になった理由について、流産の既往歴がある人や、時間の確保が困難であった、年齢的に月経が不規則になったと思っていた等がありました。
- 不妊治療後の妊娠では、病院にて慎重に経過を診るため届出が遅くなる傾向があります。
- 面談内容により、個々の事情に合わせた支援を行っています。
- センターの立ち上げと同時期に、産前・産後サポート事業としてハローベビー&パパママサロンを開始しました。
- 妊産婦同士の交流や個別相談を行うなど、妊娠期から子育て期まで継続した支援ができるように努めています。
- 新型コロナウイルス感染症の流行により、乳幼児健診の延期や母子保健推進員の訪問の中止など、様々な影響を受けてきました。
- 現在も町内の感染状況に合わせ、感染予防に努めながら乳幼児健診等、母子保健事業の実施をしている状況です。
- 令和4年度から、妊婦健康診査費の助成について回数・金額の制限を撤廃し、経済的支と共に安心して出産できるための助成制度の拡充に努めています。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 妊娠11週以下での妊娠の届出率	94.5%	増加	88.0%	△	増加
② 全出生数に対する低出生体重児の割合	8.5%	減少	8.3%	◎	減少
③ 育児に協力する父親の割合	90.9%	増加	94.6%	◎	増加
④ 育児についての相談相手のいる母親の割合	98.2%	100.0%	100.0%	◎	100.0%
⑤ 乳幼児ゆさぶられ症候群を知っている親の割合	95.1%	100.0%	98.2%	○	100.0%
⑥ 救急医療のかかり先を知っている親の割合	84.1%	100.0%	78.2%	△	100.0%
⑦ 全乳児の状況を生後4か月までに把握している割合	100.0%	100.0%	100.0%	◎	100.0%
⑧ 乳幼児健診の受診率	99.5%	100.0%	97.3%	△	100.0%

【取り組み内容】

《行政》

- ・母子手帳交付時、又は交付後に保健師による面接相談を実施し、早期支援が必要な家庭の把握に努めます。
- ・不妊治療費助成制度、妊婦健診費用助成制度を実施します。
- ・各地区へ母子保健推進員を配置し、毎月のため、各種予防接種・乳幼児健診等案内の配布を実施します。
- ・生後4ヶ月までの乳児に母子保健推進員が顔合わせの訪問を行ったり、民生委員・児童委員による乳児のいる家庭への訪問を実施します。
- ・乳幼児健診（4か月児、7か月児、12か月児、1歳6か月児、2歳児、3歳児）を実施し、子どもの健やかな成長を支援します。
- ・離乳食教室や乳幼児健診等にて、正しい知識の普及に努めるとともに、母子同士の交流を図ります。
- ・5歳児すくすく相談を実施するとともに、問診票配布時に入学準備ガイドブックを同封したり、こども教育課にて就学前の親子へ「就学支援パンフレット」を配布するなど、安心して入学が迎えられよう支援します。
- ・園や小・中学校、子育て支援センターと健康福祉課で連携し、適宜情報交換を行います。
- ・緊急医療のかかり先について、広報誌やCATV等で周知します。
- ・中学校と連携し、乳幼児とのふれあいや命の大切さを学ぶ思春期体験事業に協力します。
- ・妊娠届出時に加えて、妊娠8か月時面談、その他電話や訪問等で妊娠期の支援を強化し、出産後も継続した支援に努めます。
- ・町内の感染症の状況を確認しながら、母子保健推進員の訪問再開など検討していきます。

- 感染予防の対策を講じ妊産婦同士の交流の機会を図ります。
- 救急医療のかかり先や乳幼児ゆさぶられ症候群などの重要な情報については、ホームページや広報で周知し、出生後の訪問時にも併せて啓発するなど、早期に正しい知識の普及に努めます。
- 地域で安心して出産、子育てができるよう、保健師、助産師による相談の継続実施により身近に支え、不妊治療・不育症検査・新生児聴覚検査・産後健診各費用の助成制度を検討し、経済的な支援も併せて実施に努めます。

《住民全世代》

- 家族や地域で協力し、子育てに取り組みます。
- 子育ての悩みや不安は、身近な人や保健師に相談したり、乳幼児健診・相談を利用するなど、一人で抱え込まないようにします。
- 安心・安全な出産・子育てのため、定期的に妊婦・乳幼児健診を受診します。
- 乳幼児健診や相談の場を活用し、出産や子育てに関する正しい知識を身につけます。

2. 食育推進計画について

(1) 基本的な食習慣

【評価】

- ・栄養のバランスを考えて食事をとっている人の割合は、65歳未満の女性で増加していた。
- ・健康増進計画（1）の評価のように65歳以上の年齢層に対し栄養に関する啓発を強化する必要がある。
- ・朝食を毎日食べる子どもの割合については、年齢が上がるにつれて割合の減少が見られる。
- ・家庭内での朝食の必要性の意識の低下がみられる。また、虐待防止の観点からも環境的に食べられないのかの見極めも必要であり、学校、園と連携した働きかけが必要である。
- ・幼児、小学生については、割合は上がったが目標には達していないため保護者に対し栄養の大切さの啓発を継続する。
- ・メタボリックシンドロームの意味を知っている人の割合は上昇しているが、目標には達しておらず、この意味を知っていただくことで健診受診や生活習慣病改善への関心へとつながるので、今後も啓発に力を入れる。

【現状と課題】

- ・朝食の内容、朝食を食べない子の理由の把握ができれば、取り組み内容に反映できます。
- ・3食バランスよく食事をとることの重要性についての啓発が必要です。
- ・メタボリックシンドロームの予防や若い女性の痩せ等のためにも自身の適正体重を知る事も重要となります。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値	
① 栄養バランスを考えて食事をとっている人の割合	89.5%	93.0%	89.3%	△	93.0%	
② 朝食を毎日食べる子どもの割合	幼児	92.0%	100.0%	95.1%	○	100.0%
	小学生	89.8%	100.0%	92.0%	○	100.0%
	中学生	87.5%	100.0%	82.7%	△	100.0%
③ メタボリックシンドロームの意味を知っている人の割合	70.5%	80.0%	76.5%	○	80.0%	

【取り組み内容】

《行政》

- 食の重要性や意識を強めてもらうため、情報を広めたり、いずみ会による食育活動の充実・強化支援を行うよう努めます。
- 基本的な食事のマナー（食事の際にあいさつをする、肘をつかないなどの食事の作法、残さず食べるなど）を広報誌やCATV等、母子健診、離乳食教室等で再度周知・啓発し、各家庭での実践につなげます。
- 引き続き離乳食教室を開催し、食生活、生活習慣、歯科保健の大切さについて啓発を行うとともに、親同士の交流を図ります。
- 朝食の内容、朝食を食べない理由の把握に努めます。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べることで栄養バランスが整うなど具体的な啓発をします。
- 栄養バランスを考えて食事をとる事でフレイルやロコモティブシンドロームの予防にもつながるため、認知度の向上に努めます。また併せて減塩意識の向上も図ります。
- 地域で食生活の改善などを普及するリーダーの育成に努めます。

《住民全世代》

- バランスのよい食事をとるよう心がけます。
- 朝食を毎日食べるようにします。
- 家庭内で、子どもが小さいうちから正しい食生活やマナーを教えていくようにします。
- 子どもの親も自身の食生活やマナーを改めて見直すようにします。

(2) 食を通じたコミュニケーション

【評価】

- 1人で朝食を食べる子どもの割合は幼児、小学生ともに増加している。
- 生活様式の変化や核家族の増加の原因も考えられる。
- 孤食につながるおそれもあるため、保護者への意識付けもしていく必要がある。
- 食事のあいさつができる子どもの割合は増加しており、園や家庭での声掛けができていていると考えられる。

【現状と課題】

- 幼児、小学生ともに1人で朝食を食べる割合が増えています。
- 核家族化もあり、環境的に孤食となる事が課題です

評価・目標指標

指 標		2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 1人で朝食を食べる 子どもの割合	幼児	5.1%	2.5%	7.6%	△	2.5%
	小学生	12.6%	6.5%	15.9%	△	6.5%
② 食事のあいさつができる 子ども（幼児・小学生）の割合		54.8%	100.0%	91.5%	○	100.0%

【取り組み内容】

《行政》

- いずみ会等の団体や地域と連携し、食を通じたコミュニケーション推進のための研修や講座を行ったり、広報誌やCATV、町のホームページ等を通じて食育の啓発に努めます。
- 地域や園、小・中学校と連携し、講和等を通じて、食を通じたコミュニケーション等の普及に努めます。
- 1日に1回、家族そろって食卓を囲む事で、食事マナーが身につく、栄養バランスがとれる（偏食改善）事を周知するように努めます。

《住民全世代》

- 家族や友人と一緒に食事をするようにしたり、地域の人と行事等で食を通じたコミュニケーションをとるようにします。

- 家族で会話をしながら食事をしたり、家族みんなで食事づくりに積極的に取り組むようにします。

(3) 食を知り、学ぶ

【評価】

- ・園や、学校等で工夫して子どもたちの食育に取り組んでいる。
- ・いずみ会や婦人会活動では世代交流をしながら、旬のものに直に触れる体験や伝統的な食文化に触れる機会がある。

【現状と課題】

- ・食育月間などで、こども園、小・中学校での取組から農林水産業の体験をした子どもが増えています。
- ・コロナ禍という事もあり、食に関する事業の開催が難しい中ですが、方法を工夫し、旬のものに触れたり、伝統的な食文化に触れる機会を提供しています。
- ・コロナ禍で、調理実習等が実施しにくい中、食文化の継承事業の運営の工夫が課題です。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 農林水畜産業を体験したことの ある子どもの割合	—	増加	<ul style="list-style-type: none"> ・梨の収穫体験 26人 ・学校・園いもほり 255人 ・収穫野菜で料理 17人 ・魚の食育調理 38人 	◎	増加
② 伝統的な食文化の 継承事業の参加人数	<ul style="list-style-type: none"> ・水産教室 20人 ・美方大納言 ぼたもち作り90人 ・稲刈り体験100人 	増加	<ul style="list-style-type: none"> ・川の魚、生き物をいただく 12人 ・かまどごはん塾 42人 ・吊るし柿作り 26人 ・七夕寿司作り 26人 ・ぜんざい、おにぎり作り 61人 ・おにぎり作り 101人 ・じゃぶ煮作り 78人 ・するめ作り 75人 	◎	増加

【取り組み内容】

《行政》

- ・JA や漁業協同組合と連携し、農林水畜産業を体験し、知る機会をさらに増やせるよう努めます。
- ・いずみ会や地域、園や小・中学校と連携し、子どもの食に対する関心を高め、知識を深めるとともに、行事食やじゃぶ等の郷土料理といった伝統的な食文化を知ってもらうよう努めます。
- ・感染症の状況を見ながら、地域の特産、郷土料理など関心が深まるよう啓発に努め

ます。

- 家庭での伝統的な食文化、行事に合わせた料理を知ってもらうよう努めます。

《住民全世代》

- 家庭で行事食や郷土料理をつくったり、ふれる機会をもつようにします。
- 食に関わる体験や交流活動に積極的に参加するようにします。

3. 自殺対策計画について

【評価】

- コロナ禍で健康講話の機会が減っている。
- 令和3(2021)年度からは、町内の中学校で「若年層における自殺対策事業」として、「自分を大切にしよう」というテーマで、中学校と地域の保健師との共同事業として授業を実施し、生徒にアンケートを取り、誰かに相談することの大切さを理解できた生徒の割合は90%以上であった。
- 地域での助け合いが必要と感じている率が、コロナ禍の影響もあり、平成29(2018)年度より低下している。
- アンケートの中では、地域の中で安心して暮らしていくために必要だと思うことの回答では、「相談できる場所」の回答が計画策定時より5.9%上昇しており、相談できる場所としては、地域で様々な相談のニーズに対応できる窓口や居場所などが考えられる。
- 現在設置している窓口の周知と合わせ、孤独・孤立対策と安心できる居場所づくりも検討していく必要がある

【現状と課題】

- 新型コロナウイルス感染症の影響で、人と人とのつながりが希薄になっている中、社会参加（地域活動、職域、子育て、教育）において相談することの機会が減っています。
- 研修会、健康講話等で、いのちの大切さを伝える機会が減少し、十分な取組みが実施できていません。
- つながりの大切さの周知度に関しては変化が見られませんでした。
- 若年層対策としては、県の自殺対策計画の指標をもとに、町でも重点的事業として、町内の中学校2校と協働で「SOSの出し方」に関する授業を実施し、希求援助のスキルアップにつながりました。
- 啓発活動としては、広報、ポスター、ホームページ等での周知が不足していました。
- 相談窓口として「こころのケア相談」を広報に掲載し、周知を図りました。
- 令和4年度に「自殺総合対策大綱」が改訂となり、兵庫県でもそれに合わせた計画の見直しを行っています。
- 町も県に合わせ、重点措置として「民間団体との連携を強化する」「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」という事に力を入れて取組み、行政、民間機関、学校、その他地域における団体とが連携し、こころの健康についての周知や活動につなげる必要があります。

評価・目標指標

指 標	2018 策定時	2022 目標値	2022 調査	中間 評価	2027 目標値
① 健康講話としての出前講座の実施	4回	6回	2回	△	6回
② 保健師講話	18回	20回	21回	◎	25回
③ 福祉・防災・保健の連携した会議の実施	年に2回	年に2回	年に1回	△	年に1回
④ こころのケア相談の実施	11人	12人	10人	△	12人
⑤ うつは誰にでもおこりうる病気と知っている人の割合	94.6%	100.0%	92.7%	△	100.0%
⑥ うつの人への正しい対応ができる人の割合	52.4%	80.0%	77.5%	○	80.0%
⑦ 地域の中で安心して暮らしていくために近所付き合いや地域の中で助けてもらえる人が必要と感じる人の割合	49.0%	80.0%	41.8%	△	80.0%

《重点取り組み》

◆子ども・若年層の自殺対策

【取り組み内容】

《行政》

- ・中学生に対し、こころの病気、いのちを大切にすることに関するパンフレットを配布し、啓発を行うと同時に、相談機関の周知を図ります。（健康福祉課・教育委員会・3学期）
- ・若い時からストレスへの対処方法、SOS の出し方を学んでもらえるよう、啓発に取り組むとともに、広報誌やCATV、町のホームページ等での啓発活動を行います。（健康福祉課・教育委員会・企画課・通年）
- ・若年層に対し、職域におけるストレスへの対処やメンタルヘルスに関する正しい知識を普及・啓発します。（健康福祉課・通年）
- ・子どもからの相談に対して、専門的な相談へつなぐよう支援を図ります。また、場合によっては、健康福祉事務所の実施している思春期相談へつなぎます。（健康福祉課・教育委員会・通年）
- ・地域でのゲートキーパー養成講座の開催、子ども・若者の自殺対策の推進として、中学校における「SOS の出し方」に関する授業を継続していきます。
- ・コロナ禍における悩み等を相談できる窓口の周知と、啓発に努め、地域づくりを推進し、地域でのつながりを大切にしている意識づけを図ります。

《住民全世代》

- ・こころの病気やストレスについて正しい知識や理解を身につけます。
- ・不安や悩みを抱えた時に、家族や教員、周囲の大人に相談します。

《基本取り組み》

①自殺のリスク要因を抱える人への支援

【取り組み内容】

《行政》

- 本町で実施しているところのケア相談や保健福祉相談、保健師による電話相談等を広報紙やCATV、町のホームページ等で周知・啓発に努め、いきなり病院には行きにくい、相談しにくいという人でもまずは相談してもらえるような相談窓口をめざします。（健康福祉課・企画課・通年）
- 本町の各種相談窓口や県の相談窓口を広報紙に掲載し、周知に努めます。また、年度初めの広報誌には各相談事業の案内一覧を掲載し、各家庭で保存・活用してもらえるようにします。（健康福祉課・企画課・通年）
- 精神科に關係する書類の提出時に相談用紙を同封し、不安や困りごとに対し、担当係、保健師等が早期相談・対処を行う取り組みを継続して推進します。（健康福祉課・通年）
- 子どもたちに関する課題の共有を行い、取り組みを検討します。（健康福祉課・教育委員会・通年）
- 健康福祉事務所、社会福祉協議会、消費者相談窓口、就労支援事業所、生活困窮者支援事業所等の関係機関との連携の充実を図ります。（健康福祉課・地域振興課・通年）
- 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐため、美方広域消防と行政が連携をとり、自殺未遂者の把握に努めます。（健康福祉課・通年）
- 家族や周囲が本人の変化やサインに気づけるよう啓発に努めます。（健康福祉課・通年）
- 自殺予防週間、自殺対策強化月間にはポスター掲示を行い、自殺予防について啓発します（健康福祉課・9月・3月）
- 各課窓口において生活困窮や健康問題等、自殺リスクの高い人を把握した場合、その問題の相談ができるよう、専門相談へつなぎます。（各窓口・通年）

《住民全世代》

- ところの不調を感じたら、そのままにせず、相談窓口や医師等の専門家に相談します。
- 不安や悩みごとを抱え込まずに、家族や友人といった周囲の人に相談します。
- 周囲に自殺を考えている人、ところの不調を感じている人がいたら、相談窓口や医師等の専門家に相談するように勧めます。

②年代に応じた自殺対策の推進（中高齢・高齢者層）

【取り組み内容】

《行政》

○中高齢層

- 職域と連携して、ストレスへの対処やところの健康づくりについて啓発し、必要時には保健師が介入し相談支援へつなぎます。（健康福祉課・通年）
- ところの健康づくりやメンタルヘルス、ストレスへの対処法についての正しい知識

の普及・啓発に努め、こころの健康に不安のある人には、こころのケア相談を勧めます。（健康福祉課・通年）

- 過剰飲酒から健康問題、うつ等へ繋がる可能性もあるため、アルコールの正しい知識の普及に努めます。（健康福祉課・通年）
- 健康問題に起因する自殺リスクの軽減のため、町ぐるみ健診等での保健師の相談支援や健診結果により保健指導を実施します。（健康福祉課・通年）
- 運動等の健康づくりを通じ、ストレスの対処のきっかけになるよう働きかけます。（健康福祉課・生涯教育課・通年）

○高齢者層

- 地域での百歳体操や、いきいきサロン等の自主的な健康づくりや生きがいづくりの推進を図ります。（健康福祉課・通年）
- 健康問題に対処するため、かかりつけ医を持つことや、町ぐるみ健診等の受診を勧めます。（健康福祉課・通年）
- 健康教室や出前講座として、健康づくり、地域づくりの重要性について啓発します。（健康福祉課・企画課・通年）
- モデル地区で行われた「こころといのちを支える地域づくり事業」から地区内で継続して行われている取り組みを引き続き支援し、他地域でも地域づくりが推進できるように努めます。（健康福祉課・通年）

《住民全世代》

- 町ぐるみ健診を受診するなど、自分の健康を知る努力をします。
- 地域での健康づくり事業には積極的に参加します。

③住民主体の地域づくりへの支援

【取り組み内容】

《行政》

- 地域づくりについて、地区での健康教育やサロン等のさまざまな機会に啓発活動を行います。（健康福祉課・企画課・通年）
- 福祉・防災・保健が連携して地域づくりを推進します。（健康福祉課・町民課・年2回）
- 周囲が自殺のサインやこころの変調に気づけるよう、こころの健康についての啓発を行います。（健康福祉課・企画課・9月）
- 社会福祉協議会等の各団体・組織と連携・協働し、地域の情報や課題の共有を図ります。（健康福祉課・通年）

《住民全世代》

- 地域の人と声をかけあえる関係をつくり、孤立のリスクを軽減します。
- 家族や周囲の人で悩みを抱えている人に気がついたら、相談に乗り、適切な専門機関へつなぎます。
- 講習会に参加するなどして、自殺やこころの健康に関する正しい知識・理解を身に

つけます。

★ネット・ゲーム依存とは

ネットやゲームを繰り返し使うことで、脳の神経回路に変化が生じ快感刺激を欲するようになり行動変化がおこります。それにより、健康や生活に支障が出ることもあり、ネットやゲームは適切なバランスでの活用が重要です。WHO（世界保健機構）でも「ゲーム障がい」として病気として認められています。

参考：厚労省「ゲーム依存症対策関係者連絡会議」資料
国立病院機構久里浜医療センター ホームページ