

2 ライフステージごとの取組

(1) 幼年期（0歳から5歳まで）

ライフステージの特徴

基本的な生活習慣は家庭から
生理機能が確立し、生活リズムが形成される時期です。

ねらい

家族みんなで基本的な生活習慣を身につける

- ・「早寝早起き朝ごはん」の習慣化
- ・身体を使った遊びの取り入れ
- ・保護者のストレス軽減・多量飲酒や喫煙しない環境づくり
- ・歯みがきや定期的歯科健診の習慣化

現状を示す数値

毎日朝食を食べている幼児の割合	1歳6か月児 97.8% 3歳児 97.5%	H20年度 川崎市乳幼児健診 問診票集計
朝食に野菜料理がある割合	1歳6か月児 65.7% 3歳児 56.8%	
朝8時過ぎに起きる幼児の割合	1歳6か月児 21.0% 3歳児 23.9%	かわさき健康ニューファミリ事業アンケート集計 (1歳6か月児健康診査 H19年6月～H20年2月) (3歳児健康診査 H20年12月～H21年7月)
夜10時過ぎに寝る幼児の割合	1歳6か月児 23.2% 3歳児 28.8%	
室内遊びが多い幼児の割合	1歳6か月児 50.6% 3歳児 40.7%	
意識して身体を動かしている母親の子どもとそうでない母親の子どもの外遊びが多い割合	55.2% > 43.5% (動かしている) (動かしていない)	
イライラすることがよくある母親の割合	1歳6か月児 15.4% 3歳児 20.7%	H21年度 川崎市3歳児歯科健診 H21年度川崎市3歳児健康診査アンケート
むし歯のない3歳児の割合	86.7%	
3歳までにフッ化物歯面塗布を受けた幼児の割合	68.1%	
間食を1日3回以上飲食する幼児の割合	15.5%	H21年度川崎市1歳6か月児健康診査アンケート

課題と今後の取組

ア 幼年期の子どもを育てる世代の生活習慣の見直しや意識の改革が、子どもの早寝早起き、バランスのとれた食生活、体を使って遊ぶなどの習慣を身につけるために非常に重要です。

妊娠期からの生活の見直しや、乳幼児健診、保育園、幼稚園、地域等において保護者に生活習慣の重要性を伝え続けることが必要です。

イ 心の健康面では、親子や家族とのよい相互関係を通して社会への信頼感を獲得する時期です。よりよい相互関係を築くため、子育て中の保護者が抱えるストレスを軽減するための情報発信や気軽に相談できる環境づくりなど、子育ての精神的な側面を支える支援の充実に取り組むことが重要です。

ウ 望ましい食習慣を支えるために、健全な歯や口を育てることが大切です。むし歯のない幼児の割合は年々増加していますが、1人で多数のむし歯を持つ者（ハイリスク者）への対策が必要です。早期の健診を充実させるとともに、乳幼児健診、保育園、幼稚園、地域等を通じて、歯みがきの習慣、間食のとり方やフッ化物についての情報を提供することが必要です。

(2) 少年期（6歳から14歳まで）

ライフステージの特徴

学校や地域と連携したよりよい生活習慣づくり
基礎体力が身につく、生活習慣が固まる時期です。

ねらい

- 望ましい生活習慣を身につける
- ・「早寝早起き朝ごはん」の習慣化
 - ・バランスのよい食生活の実践
 - ・運動に親しみ体力向上
 - ・アルコールやたばこについての知識の獲得
 - ・歯みがきや定期的歯科健診の習慣化

現状を示す数値

朝食を「必ず食べる、たいてい食べる」人の割合	小学5年生 95.3%	H21年度 川崎市立小学校 学習状況調査
睡眠時間が「6時間より少ない」と回答した児童のうち、朝食を「必ず食べる」と回答した児童の割合	小学5年生 54.7%	
朝食を「必ず食べる」と回答した児童のうち、勉強が「すきだ」、「どちらかといえばすきだ」と回答した児童の割合	小学5年生 63.5%	
朝食を「食べない」と回答した児童のうち、勉強が「すきだ」、「どちらかといえばすきだ」と回答した児童の割合	小学5年生 45.2%	
朝食を「必ず食べる、たいてい食べる」人の割合	中学2年生 89.5%	H20年度 川崎市立中学校 学習状況調査
睡眠時間が「6時間より少ない」と回答した生徒のうち、朝食を「必ず食べる」と回答した人の割合	中学2年生 54.7%	
睡眠時間が「6時間より少ない」と回答した生徒のうち、朝食を「食べないことが多い」と「食べない」回答した人の割合	中学2年生 25.3%	

抽出中学校（川崎市）と全国平均との対比「朝食を全く食べない」中学2年生	川崎市4.2% 全国2.6%（1.6倍）	H20年度 児童生徒新体力テスト 全国体力・運動能力、運動習慣等調査
抽出小学校（川崎市）と全国平均との対比 男子（小学1～6年生）	優勢5 劣勢36 有意差なし7	
抽出小学校（川崎市）と全国平均との対比 女子（小学1～6年生）	優勢2 劣勢40 有意差なし6	
抽出中学校（川崎市）と全国平均との対比 男子（中学1～3年生）	優勢2 劣勢24 有意差なし1	
抽出中学校（川崎市）と全国平均との対比 女子（中学1～3年生）	優勢1 劣勢25 有意差なし1	

※児童生徒新体力テスト調査結果について、本市平均値と全国平均値とを比較し、その差の有意差検定を行い、統計的有意性95%レベルでの優劣を、優勢、劣勢、有意差なしで表している。

未成年者の喫煙経験者の割合 男性（中学1～中学3年生）	12.3%	H20年度 未成年者の喫煙・飲酒状況に 関する全国実態調査
未成年者の喫煙経験者の割合 女性（中学1～中学3年生）	9.5%	
習慣的な喫煙をしている人のうち、 喫煙の開始時期が20歳未満の人の割合	49.8%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
習慣的な喫煙をしている人のうち、 喫煙の開始時期が18歳未満の人の割合	25.7%	
未成年者の飲酒している人の割合 男性（中学1年～中学3年生）	22.3%	H20年度 未成年者の喫煙・飲酒状況に 関する全国実態調査
未成年者の飲酒している人の割合 女性（中学1年～中学3年生）	22.7%	
多量に飲酒する人 （1日平均3合以上飲む人）のうち、 習慣的な喫煙をしている人の割合 20歳以上	43.8%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
1日平均3合未満の飲酒をする人のうち、 習慣的な喫煙をしている人の割合 20歳以上	23.0%	

課題と今後の取組

ア 少年期における毎日朝食を食べる習慣、体力向上、睡眠時間及び学習の取組みは相互に関連しています。食事、運動、睡眠並びに学習を柱にして家庭と学校における望ましい生活習慣を身につけることが大切です。

「全国体力・運動能力及び運動習慣等調査」結果で、本市の小学生期・中学生期とも多くの種目において全国の平均値を下回っています。各学校の活動を通して、児童（生徒）が日頃から運動に親しむ機会を増やし、生涯にわたって運動を豊かに実践していくための資質や能力の基礎を培うと共に、健康の保持増進と体力の向上を図ることが重要です。

イ 習慣的な喫煙をしている人は、20歳未満で喫煙を開始した人が約半数です。少年期は学校等の家庭以外のつながりができて活動の範囲が広がることから、家庭における喫煙や受動喫煙の機会の削減、学校における防煙教育、地域における未成年へのたばこ購入制限等、家庭、学校及び地域が連携した未成年の防煙対策が必要不可欠です。

また、習慣的な喫煙をしている人は、多量に飲酒する（1日平均3合以上飲む）割合が高い傾向がみられるため、将来的なアルコール対策も併せて早期に教育していく必要があります。

(3) 青年期 (15 歳から 24 歳まで)

ライフステージの特徴

正しい知識でよりよい生活習慣づくり

子どもから大人へ移行する時期です。壮年期以降の不健康な生活習慣の出発点でもあります。

ねらい

望ましい生活習慣の必要性を理解し、自己管理ができる

- ・規則正しい生活習慣の確立
- ・バランスのよい食生活の実践
- ・運動の習慣化
- ・上手なストレス解消方法の実践
- ・適正体重の理解と、体重の自己管理
- ・喫煙や受動喫煙、多量飲酒の害の理解と自己管理
- ・定期的な歯科健診受診

現状を示す数値

毎日朝食を食べる人の割合 (20~24 歳)	男性 44.1% 女性 56.2%	H21 年度 川崎市健康意識実態調査
20 歳代女性のやせの割合	19.3%	
自分の適切な食事量を理解している人の割合 (20~24 歳)	男性 44.1% 女性 60.3%	
ストレスを感じる人の割合 (20~24 歳)	74.2%	H20 年度 未成年者の喫煙・飲酒状況に 関する全国実態調査
未成年の喫煙経験者 (高校 3 年生)	男性 28.8% 女性 17.5%	
未成年の飲酒経験者 (高校 3 年生)	男性 44.1% 女性 41.9%	

課題と今後の取組

ア 自分の健康に不安を感じている人は少なく、健康についての意識が低い時期といえます。

朝食の欠食や女性のやせの割合が高く、また自分の適切な食事量を理解している人の割合も低いため、まずは正しい食習慣の知識を習得していく必要があります。

イ 青年期は進学や就職等により個々の生活スタイルや環境が大きく変化する時期でもあり、心の問題も大きくなってくると考えられます。生活全般における働きかけが必要です。

ウ 高校 3 年生男女生徒の約 2 割から 3 割に喫煙経験があります。さらに 4 割が飲酒していることから未成年者への禁煙と禁酒の必要性を指導していくことが大切です。喫煙や飲酒経験のある高校 3 年生における「はじめての喫煙・飲酒年齢」は共に 15 歳が最も多いため、この年齢になる前の少年期に対しての働きかけも重要です。

(4) 壮年期 (25 歳から 44 歳まで)

ライフステージの特徴

生活習慣病にならないために
健康づくりを考え、生活習慣病を予防する時期です。

ねらい

就職、結婚、妊娠、出産、子育てなどライフイベントを機会に自分や家族の健康づくりについて考え、生活習慣病を予防する

- ・ バランスのよい食生活の実践
- ・ メタボリックシンドロームについての理解
- ・ 運動の習慣化
- ・ 上手なストレス解消方法の実践
- ・ 適正体重の理解と、体重の自己管理
- ・ 喫煙や受動喫煙、多量飲酒の害の理解と自己管理
- ・ 定期的な歯科健診受診
- ・ 定期的な健診 (40 歳以上は特定健診) ・ がん検診の受診

現状を示す数値

肥満者の割合 (25~44 歳)	男性 23.9% 女性 8.2%	H21 年度 川崎市健康意識実態調査
ストレスを感じる人の割合 (25~44 歳)	男性 78.4% 女性 79.3%	
年代別自殺者数割合	(全年代に占める 20 歳代の割合) 12.8% (全年代に占める 30 歳代の割合) 18.4%	H21 年 神奈川県警察本部集計
喫煙率 (25~44 歳)	男性 38.4% 女性 14.7%	H21 年度 川崎市健康意識実態調査
1 日平均 3 合以上飲む人の割合 男性 (25~44 歳) 女性 (25~44 歳)	16.9% 6.5%	
メタボ概念を導入した特定健康診査受診率	男性 17.9% 女性 25.8%	H21 年度 川崎市国民健康保険特定 健康診査
メタボ概念を導入した特定保健指導受診率	男性 13.9% 女性 20.4%	
メタボリック予備群・該当者の割合 (40~44 歳)	男性 27.6% 女性 6.4%	H21 年度 川崎市健康意識実態調査
特定健康診査メタボリック予備群・該当者	男性 42.0% 女性 14.5%	H21 年度 川崎市国民健康保険特定 健康診査

課題と今後の取組

ア 壮年期は、就職、結婚、妊娠、出産、子育てなどライフイベントを機会に健康づくりについて考える時期です。女性は男性と比べ妊娠、出産、子育てを通じて健康づくりに取り組む機会があることから、男性への取組みが課題です。この時期の男性は、肥満者とメタボリックシンドローム予備軍該当者の割合が中年期の男性に次いで多く、この時期からの生活習慣病予防対策が重要です。

また、喫煙習慣や飲酒習慣のある者の割合が、他の時期に比べて最も高く、喫煙と生活習慣病の関連や適正なアルコール摂取等についての普及啓発を図る必要があります。

イ ストレスを感じる人の割合が目標値である 50%より高く、男性女性ともに働き世代のメンタルヘルス対策の重要性が高いと考えられます。30代の自殺者の割合が40代、50代について高く、地域保健分野と職域保健分野とが連携した取組みの強化が必要です。

(5) 中年期 (45歳から64歳まで)

ライフステージの特徴

健康な高齢期を迎えるために

自らの健康状態を知り、生活習慣の見直しやセルフケアができるようにする時期です。

ねらい

生活習慣の問題点に気づき、改善することで生活習慣病を予防する

- ・ バランスのよい食生活の実践
- ・ メタボリックシンドロームについての理解
- ・ 運動の習慣化
- ・ 上手なストレス解消方法の実践
- ・ 適正体重の理解と、体重の自己管理
- ・ 喫煙や受動喫煙、多量飲酒の害の理解と自己管理
- ・ 定期的な歯科健診受診
- ・ 定期的な健診 (40歳以上は特定健診) ・ がん検診の受診
- ・ 健診後の保健指導の受診

現状を示す数値

肥満者の割合 (45~64歳)	男性 29.4% 女性 12.8%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
日常生活において歩行又は同等の身体活動を 1日1時間以上実施している人の割合 (45~64歳)	男性 41.6% 女性 52.0%	
ストレスを感じる人の割合 (45~64歳)	男性 66.4% 女性 72.6%	
年代別自殺者数割合	(全年代に占める40歳代の割合) 20.1% (全年代に占める50歳代の割合) 15.6%	H21年 神奈川県警察本部集計
喫煙率 (45~64歳)	男性 36.3% 女性 15.8%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
1日平均3合以上飲む人の割合 (45~64歳)	男性 13.9% 女性 6.3%	
定期的に歯科健診を受けている人の割合	33.1%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
50歳で進行した歯周炎に罹患している人の割合	33.7%	H20年度 川崎市歯周疾患検診集計
軽症高血圧値以上の人の割合 (50歳)	男性 38.5% 女性 24.8%	H21年度 川崎市国民健康保険特定健康 診査
市がん検診制度を知っている人の割合 (45~64歳)	男性 57.6% 女性 81.6%	H21年度 川崎市健康意識実態調査

課題と今後の取組

ア 中年期は、生活習慣病等の慢性疾患罹患率が増加し、心疾患やがんに

よる死亡も増えている年代です。

特定健診・特定保健指導の受診率や市のがん検診制度を知っている人の割合は低く、健診を受診する習慣と保健指導が必要な人にきちんと特定保健指導を受けてもらう働きかけが大切です。特に男性で肥満やメタボリックシンドローム、軽症高血圧と指摘された人が多いのが現状で、喫煙習慣や多量飲酒習慣がある人も多く、運動習慣のある人は少ないため、実際に日々の生活の中で生活習慣病予防に取り組めるような働きかけが必要です。

この時期も壮年期同様、地域と職域が連携し、健康診査の勧奨や生活習慣病予防、職場のメンタルヘルスの向上の取組みを行なうことが重要です。

イ 自殺者の割合は40歳代、50歳代が他の年代より高く、ストレスを感じる人も6割以上と多くなっています。自殺予防も含めたメンタルヘルス対策を推進していくことが必要です。

ウ 50歳で進行した歯周炎に罹患している人は3割を超えています。歯間清掃用具の活用を定期的な歯科健診の受診とともに勧めていくことが重要です。

(6) 前期高齢期 (65歳から74歳まで)

ライフステージの特徴

稔り豊かな人生のために

健康が気になり始める時期です。豊かな経験・知識を生かし、健康づくりに取り組む時期です。

ねらい

その人にとって健康な生活を送れるようによりよい生活習慣を保つ

- ・ バランスのよい食生活の実践 (特に低栄養予防)
- ・ 適正体重の理解と、体重の自己管理
- ・ 喫煙や受動喫煙、多量飲酒の害の理解と自己管理
- ・ 定期的な健診 (40歳以上は特定健診)・がん検診・歯科健診の受診
- ・ いきがいや健康づくりを目的とした活動への参加
- ・ 外出機会を増やし、心と体の健康維持 (介護予防)

現状を示す数値

毎日朝食を食べる人の割合 (65~74歳)	男性 79.6% 女性 85.7%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
定期的に歯科健診を受けている人の割合 (65~74歳)	男性 27.8% 女性 38.8%	
介護保険の認定を受けていない 65歳以上の高齢者のうち、外出頻度が少ない (ほとんど外出しない・週1~2回外出)人の割合	24.1%	H19年度 川崎市高齢者実態調査
介護保険の認定を受けていない 65歳以上の高齢者のうち、家族以外との 交流がない人の割合	25.9%	

課題と今後の取組

ア 3割近くの方が家族以外の方との交流がない現状があります。また、外出の少ない方（ほとんど外出しない、また週に1～2回）の割合も約2割です。地域活動への参加が定着するよう、人と人がつながれるような取組が必要です。

イ 毎日朝食を食べる方は他の年代に比べて多くなっていますが、高齢期には低栄養による虚弱が問題になることから、必要な栄養摂取量について学ぶ機会を増やし、バランスの取れた食生活をおくるための支援が必要です。

ウ 高齢者が健康で自分らしい生活を送るためには、口腔機能の維持が大切ですが、定期的に歯科健診を受けている方は3～4割にとどまっています。おいしく、楽しく、安全な食生活を営めるよう、口腔機能の向上に関する普及啓発を推進することが必要です。

(7) 後期高齢期（75歳以上）

ライフステージの特徴

豊かな人生を過ごすために

何らかの疾患を持っている人も増え、病気とうまくつきあう時期です。
生活を楽しむために、日常生活の機能を維持する健康づくりが必要です。

ねらい

豊かな人生を送るために体力・気力を維持する

- ・日常生活の機能維持
- ・定期的な健診受診と必要な医療の提供
- ・趣味を生かした地域活動への参加など、生活を楽しむ
- ・外出機会を増やし、心と体の健康維持

現状を示す数値

毎日朝食を食べる人の割合（75歳以上）	男性 80.8% 女性 80.0%	H21年度 川崎市健康意識実態調査
介護保険の認定を受けていない 65歳以上の高齢者のうち、 生活のほりや楽しみを感じる人の割合	68.6%	H19年度 川崎市高齢者実態調査
介護保険の認定を受けていない 65歳以上の高齢者のうち、健康状態別で 「大変健康」の人が生活のほりや楽しみを感じる割合	86.8%	
介護保険の認定を受けていない 65歳以上の高齢者のうち、 家族以外の人との交流がある人の割合	72.1%	
後期高齢者健康診査を受診した人の割合（75歳以上）	21.6%	H20年度 川崎市後期高齢者健康診査 ※65～74歳で一定の障害が あり後期高齢者医療広域連 合が認めた者を含む
後期高齢者健康診査を 受診した人の服薬の割合（75歳以上）	血圧を下げる薬 56.3%	
	血糖を下げる薬 9.0%	
	コレステロールを下げる薬 26.3%	

課題と今後の取組

- ア 個人差はありますが、年齢と共にさまざまな疾患を持つ人が増えてくるため、疾患と上手に付き合うことが必要とされます。かかりつけ医を持って年に一度の定期健診を受診し、自分自身で健康管理ができるような支援が必要です。
- イ 高齢期には低栄養による虚弱が問題になることから、必要な栄養摂取量について学ぶ機会を増やし、バランスの取れた食生活をおくるための支援が必要です。
- ウ 「いきがい」がある生活を楽しむためには、日常生活の機能を維持する健康づくりが大切です。生活機能の低下防止や介護予防が必要な人に、適切な事業に参加できる働きかけが必要です。
また、約7割が友人・近隣といった家族以外の人との定期的な交流があると回答していますが、閉じこもり予防として人との交流を増やすさらなる仕組みづくりが必要です。



3 各区保健福祉センターの取組

(1) 各種事業

ア 市民の健康づくり支援

保健福祉センターでは、乳幼児から高齢者までの広い範囲の年代を対象に各種健康づくり事業を実施し、「かわさき健康づくり21」を推進しています。医師、歯科医師、保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士及び社会福祉職をはじめとする専門スタッフなどの職員が市民の健康づくりを支援しています。

イ 健康づくり事業の実施

「かわさき健康づくり21」の各分野の目標達成に向け、生活習慣病の予防及び疾病の早期発見や治療にとどまることなく、日常生活をより健康的に改善するため、疾病の一次予防を重視した各種事業を実施しています。健康づくりに関連する講習会・講演会、運動教室・調理実習等の体験学習、個別の健康相談、禁煙支援や受動喫煙の低減を目指した禁煙相談と喫煙防止教育などのたばこ対策等を行っています。(健康づくりの各種講座やイベント、衛生教育、健康教育、健康相談等)

ウ 健康づくりボランティアの育成

市民の主体的な健康づくりを推進するために健康づくりグループの活動支援を行っています。また、地域のリーダーとして健康づくりを進めるボランティアの育成も積極的に行っています。(食生活改善推進員及び運動普及推進員の養成等)

エ 食の環境整備

保健福祉センターを利用する市民以外にも、給食施設を対象とした指導により施設管理者や栄養士等と連携を図り、給食を利用する方が給食を健康づくりの一環として活用できるよう食の環境整備を進めています。

オ 健診制度の普及啓発

医療機関と連携を図り、健診を健康づくりのきっかけに活用できるよう健診制度の普及啓発を行っています。

カ 健康課題の把握と課題解決に向けた取組

保健福祉センターでの実施事業を効果的に展開するため、地域の健康課題を調査(国民健康・栄養調査等)して状況把握と分析を行っています。また、地域の特性を活かして「かわさき健康づくり21」を推進するため、地域団体等の代表で構成する「健康づくり推進会議」を設置して課題解決に向けた取組みを行っています。

(2) 関係機関・団体との連携

ア 学校との連携

(ア) 現状

- ・小中学生への喫煙防止教育を各区で実施しているほか、思春期の性教育や栄養教育等を重点的に実施している区もあります。
- ・小学校においては、学校長会や養護教諭連絡会と連携して取り組んでいる区もありますが、主に各学校との個別対応により事業を展開しています。
- ・保護者や学校関係職員に対する健康教育や禁煙教育なども実施し、地域教育会議^⑤等との連携を図りながら健康づくりに取り組んでいます。

^⑤ 「地域教育会議」(51 中学校区・7 行政区) は、主に「子ども会議」や「教育を語るつどい」などの事業の実施や広報誌を発行しています。

(イ) 課題

学校との連携は、各区が学校ごとに個別対応していることが多いため、各学校により取組みがさまざまです。「かわさき健康づくり21」の目標達成に向けては、児童(生徒)の時期から正しい生活習慣を身につけ、将来の生活習慣病予防に役立てていくことが重要です。学校関係職員とともに「かわさき健康づくり21」への理解を深め、児童(生徒)の健康課題を共有して区及び市全体で取り組むことが重要です。

(ウ) 今後の取組

- ・学校関係職員及び保護者に対する「かわさき健康づくり21」の周知を図るために幼稚園協会、小中学校長会、養護教諭連絡会等の関連会議との連携を深めていきます。
- ・学校(教職員及びPTA等)と行政が児童・思春期世代の健康課題を共有し、情報の収集と情報提供等を行い、協働による健康づくりを推進するための環境整備を図ります。

イ 企業との連携

(ア) 現状

- ・働く人への生活習慣病予防教室、骨粗鬆症予防事業、歯と口の健康教室等を行っていますが、企業と連携した事業は実施が難しい状況にあります。
- ・事業所、工場、寮等の従業員の健康管理については、給食施設指導を中心に行い、働く人への健康づくりを推進しています。

(イ) 課題

- ・企業(職域)で働く人もまた地域住民であるとの視点から、企業が取り組む健康づくり事業の情報を収集する必要があります。
- ・給食施設の栄養指導において、健康管理部門や給食部門への「かわさき健康づくり21」を更に周知していく必要があります。

(ウ) 今後の取組

- ・各企業への「かわさき健康づくり21」の周知を図るために、地域の健康づくりの観点から労働基準監督署、地域産業保健センター、食品衛生協会や商工会議所等との連携を図ることが必要です。
- ・地域保健と職域保健^⑥と連携を強化するために情報交換を行い、働く人の健康実態や課題を共有しながら、働く人の健康増進と職場における健康管理を支援していく仕組みづくりが必要です。そのために、地域・職域連携推進事業の活用を進めていきます。

^⑥ 「地域保健」は、地域住民を対象として生涯健康を目指した健康管理及び保健サービスの提供をいいます。また、「職域保健」は、事業者及び就業者に課されている就業者の安全と健康を確保する方策の実践をいいます。

ウ 保健医療の専門家・関係団体との連携

(ア) 現状

- ・社団法人川崎市医師会や社団法人川崎市看護協会の連携により禁煙教育等を通して禁煙協力医療機関の情報提供や禁煙支援の環境づくりを進めています。
- ・健康教育及び健康相談は、社団法人川崎市医師会や社団法人川崎市歯科医師会等との連携のもと各区保健福祉センターで実施しています。
- ・社団法人川崎市歯科医師会との連携により歯周疾患予防教育を実施し、かかりつけ医を持つことや、定期的な歯科健診の必要性について普及啓発を行っています。
- ・健康づくりの各種事業等を、社団法人神奈川県栄養士会との連携により実施し、健康づくり事業を展開しています。
- ・子育て支援センターや児童相談所等と市民との協働による子育て支援事業を企画し実施しています。

(イ) 課題

関係機関への「かわさき健康づくり21」の理解を深め、関係機関が実施している健康づくり事業の情報を相互に提供して共有化を図ることが必要です。

(ウ) 今後の取組

各関連団体が相互に連携し、また、他の機関への波及効果も視野に入れた健康づくりを支援するために、関係機関と行政の連携を推進します。

エ 地域団体との連携

(ア) 現状

- ・各区において地域団体と連携した健康づくりの取組みが最も多く、事業の企画から運営まで行政と地域団体が協働して実施しています。
- ・食生活改善推進員、運動普及推進員、介護予防いきいき大作戦いきいきリーダー等のボランティア養成やグループ活動の運営に対する支援を行っています。
- ・各区の健康づくり推進会議において、各地域団体とともに区の健康課

題を共有し、課題解決に向けた取組みを行い健康づくりネットワークの推進に取り組んでいます。

(イ) 課題

- ・関係団体への「かわさき健康づくり21」の理解を深め、地域団体間の情報の共有化と連携を図り、市民のニーズを把握するための体制づくりが必要です。
- ・健康に関するボランティア活動を活性化させるために、若い世代へのボランティア育成を推進する必要があります。

(ウ) 今後の取組み

- ・「かわさき健康づくり21」の周知を図るために、各地域団体の連携を強化します。
- ・自主性のあるボランティア育成と活動支援に努めます。
- ・地域情報の収集や情報提供により各団体の自立に向けた支援や住民参加による協働の取組みを推進するための環境整備を図ります。

オ 福祉関連施設・団体との連携

(ア) 現状

- ・公立保育園、私立幼稚園、地域子育て支援センター、社会福祉法人川崎市社会福祉協議会、市民館等との連携により、「子育て支援ネットワーク会議」を通じて市民へ情報を提供しています。
- ・在宅介護支援センター、民生委員、社会福祉法人川崎市社会福祉協議会、町会自治会等との連携より、デイサービスや会食会等の場面において介護予防事業や高齢者の生きがい支援事業などにも取り組んでいます。
- ・精神保健福祉センターと地域の精神障害者福祉施設等との連携によるこころの健康づくりなどを開催し、市民へ精神保健に関する情報提供を行っています。

(イ) 課題

- ・福祉関連施設及び団体への「かわさき健康づくり21」の周知を図り、乳幼児から高齢者までさまざまな世代を対象に、生き生きと暮らせる地域づくりを行うことが必要です。
- ・関連施設や団体間の連携を深め、市民への情報提供を推進する必要があります。

(ウ) 今後の取組

- ・福祉関連施設及び団体への情報提供や情報の収集を行い、乳幼児から高齢者までの健康づくりや障害のある方が健康づくりに取り組むための環境づくりを推進します。
- ・福祉関連施設及び団体と行政が健康課題を共有し、それぞれの役割を担いながら健康づくりに取り組みます。

4 中間評価以降強化した取組

(1) 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備

ア 推進会議と食育推進分科会

各区で健康づくり推進会議と食育推進分科会を設置して、子どもから高齢者までに関するさまざまな機関、団体、施設等と健康づくりについて協議し、各区の特性を生かした活動に取り組みました。

イ ネットワークづくり

健康、歯科、食育、精神保健福祉等の健康づくりに関する新たなネットワークづくりを関係する団体（川崎市医師会、川崎市歯科医師会、食生活改善推進員、運動普及推進員、小中学校、保育園、商工会議所、企業、子ども会、学識経験者、民生委員等）とともに取り組みました。

ウ 地域職域連携

働く人への健康づくりを推進するために、川崎市地域・職域連携推進協議会を設置し、地域保健と職域保健の連携により健康課題を共有し、共通の課題解決に向けて検討しています。また、地域と職域の相互の健康づくり資源を有効活用するために社会資源一覧表を作成しました。

エ 情報発信

健康づくりを積極的に推進する市民へ市政だより、各区の健康づくりに関する情報紙、ウォーキングマップ及びガイドブックを作成して、健康に関する情報を随時発信しました。

オ 環境整備

その他、健康増進のための環境整備として、ウォーキングや体操の推進員の養成と推進員を中心とした公園ウォーキングや公園体操を実施しました。また、健康づくりに関する出前講座を積極的にPRし、町内会等で実施しました。そのほかに男性シニアの食のグループ作りの支援、健康に配慮した健康づくり協力店・施設の推進など各区さまざまな取組みを行いました。

(2) 若年からの肥満予防対策

ア 若年健診と保健指導

近年増加している成人男性の肥満を予防するため、特定健診・特定保健指導の対象とならない若い世代に対して、従来の女性健診に男性を加えてメタボリックシンドロームに対応できる健診・保健指導として、各区において若年健診・保健指導を事業化し、身近な地域で保健指導が受けられる仕組みづくりを進めました。

イ 知識の普及啓発

肥満に加えて脂質異常症、高血圧、高血糖等の症状を複数合わせ持ち、

動脈硬化を発症しやすいメタボリックシンドロームの意味や内容の普及と、食事運動などの生活習慣改善を目指した講座等の実施、また、飲食店に「食事バランスガイド」を掲示するなど新しい知識の普及啓発を進めました。

ウ 学校と連携した情報発信

小中学校及び高校において、授業や文化祭、PTA 地区懇談会等により学校と連携し、講演会や調理実習を実施しました。また、少年期と青年期からの健全な食生活や正しい生活習慣の確立に向けて学校から家庭への情報発信を行なうため、養護教諭研修会の支援を行いました。

(3) 受動喫煙防止対策

ア 受動喫煙防止及び分煙化対策

企業や施設管理者、職場環境衛生の向上に取り組む者、飲食店事業者その他受動喫煙対策に関心がある者などに対し、学習会や講演会等の普及啓発を行いました。

イ 喫煙の低年齢化防止対策

小学校や中学校等において、たばこの健康被害や喫煙防止に対する普及啓発を行ないました。

ウ 禁煙の普及啓発

市民向けの普及啓発として、各区において禁煙に関する講演会の開催や世界禁煙デーの時期に合わせて川崎駅地下街や区役所等のスペースを利用して、禁煙に関するパネル展示を行いました。

また、ホームページによる普及啓発として、受動喫煙対策に関する内容を掲載して情報提供を行っています。

エ 禁煙支援

喫煙者に対する禁煙サポートについて、平成 18 年 6 月 1 日から一定の基準を満たす患者において禁煙治療に対する健康保険の適用が認められました。各区において、禁煙相談に対応するとともに、禁煙を希望する方に対し、検査や禁煙補助剤などを活用して、継続的な禁煙のための支援を行いました。

(4) こころの健康づくり対策

ア 自殺対策

神奈川県、横浜市及び相模原市と共同で、学識、司法、警察、消防、医療、教育、各種民間団体及び行政で委員構成する「かながわ自殺対策会議」を設置し、自殺総合対策に関する協議を行いました。

9 月の自殺予防週間に合わせてかわさき FM の放送で自殺をテーマとして取上げ、あわせて、川崎駅前での街頭キャンペーンを展開するなど最新

の知見について市民へ啓発を行いました。

イ 普及啓発

こころの健康づくりに関するさまざまなテーマで講演会を行いました。テーマは睡眠、ストレス、うつ予防、自殺予防、虐待、アルコールなどの依存症を取り上げました。

ウ 情報発信

メンタルヘルスの知識や医療機関や精神保健サービス等の社会資源の情報を掲載した精神保健に関する普及啓発冊子を発行し、情報発信と正しい知識の普及啓発を図りました。

(5) メタボリックシンドロームに着目した対策

ア メタボリックシンドロームの知識の普及

中小企業の従事者、理美容組合、食品衛生協会や広く市民に向けて、メタボリックシンドロームの予防に関するイベント（健康フェア、子育てフェア、健康フェスティバル、健康づくりのつどいなど）や講演会の開催、また、健康ウォークや食生活健康講座などの参加型のイベントを通してメタボリックシンドロームの意味や内容について普及啓発しました。

メタボリックシンドロームの予防を図るためのリーフレットや情報誌を作成して、さまざまな機会を活用した配布や健康づくり推進会議の団体等を通じて普及啓発しました。

イ 特定健診の受診率増加に向けた取組

聴覚障害者（聾啞者、中途失聴者、難聴者）を対象に講座を開催したほか、特定健診の受診に関するリーフレットを作成して啓発しました。

ウ メタボリックシンドロームの該当者と予備軍を減少させる取組

川崎市医師会と連携して、特定保健指導には該当しないが、要指導者を対象とした講座を開催しました。また、特定保健指導の修了者が良好な生活習慣を維持できるための講座も開催しました。





(6) 各区保健福祉センターの取組事例


事業実施担当課	川崎区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	すこやか子どもの歯 支援事業 ～むし歯のない子に育てよう！～	
事業背景と目的	生涯にわたる「口の健康」を獲得するためには、乳幼児期からのむし歯予防が重要となります。川崎区では、川崎市内7区の中で3歳児でむし歯のない幼児の割合が79.24%（平成17年度）と最も低かったため、平成18年度より協働推進事業として川崎市歯科医師会川崎区支部や地域子育て支援センターと協働し、望ましい生活習慣のあり方、フッ化物の応用方法等の歯科保健情報を普及啓発することで、地域における乳幼児歯科保健の向上を推進してきました。これまで以上にむし歯のない元気な幼児を増やすために、誰もが手軽に使うことができ、高いむし歯予防効果が認められている家庭内フッ化物応用の普及に重点を置き、子どもの口腔保健のさらなる向上を目指します。さらに、多数のむし歯をもつ子ども（むし歯ハイリスク児）への対策を図り、より一層の市民の口腔保健の向上に取り組んでいきます。	
取組概要と成果	<p>①平成18～19年度～川崎市歯科医師会川崎区支部ならびに区内域子育て支援センターと協働して、歯科保健に関する情報、家庭でできるフッ化物の応用方法について、講話、体験実習などの普及啓発を実施しました。</p> <p>②平成20年度～乳幼児歯科保健の理解を保育園の関係者・保護者へ図るため、市歯科医師会川崎区支部と協働し保育園の3～5歳児の保護者に調査を行い、分析結果を基に乳幼児の現状と調査結果を保育園と保護者に報告しました。また、分析結果をもとに、保育園や子育て支援センターの関係者を中心とする指導者講習会で課題が出されました。</p> <p>このような取組みの結果、平成20年度川崎区の3歳児健診結果にて「むし歯のない幼児の割合を82%以上」という目標を達成することができました。</p> <p>③平成21年度～市歯科医師会川崎区支部と協働で「すこやか子どもの歯支援事業」を継続</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20年度実施したアンケート調査から保育園関係者と課題を共有し、それぞれの関係機関が具体化するために、保育園指導者講習会で各班の行動目標を発表しました。 ・各支援センターで行う事業に子育て中の在宅歯科衛生士が参加し、グループ内の保護者の意見をまとめ発表するなどの、グループリーダーとしての役割を担ってもらいました。 ・これまでの調査・分析結果とフッ化物の応用について、リーフレット作成し、区内全保育園の保護者に配布して、情報提供していきます。 <div data-bbox="446 1142 829 1433" style="text-align: center;"> <p>～むし歯のない元気な子どもを育てるために 私たちは何ができるか～ 講習会</p> </div> <div data-bbox="909 1108 1356 1444" style="text-align: center;"> </div>	
今後課題と取組	<ul style="list-style-type: none"> ・課題をより具体化するため、川崎区の子ども達を「むし歯のない元気な子」に育てるための事業を検討するプロジェクトを保育園指導者講習会の中で作り、目標に向かって実施していきます。 ・事業の目標値を設定し、活動計画を立てます。（H20年度に当初の目標値を達成しましたが、他区と比較して低値であるため、自分たちで目標値を立てる予定です。） ・フェスタや地区衛生教育を通じて「すこやか子どもの歯支援事業」の活動を知ってもらい、調査結果の情報を広く共有していき、子育て中の親の意見を計画の中に取り入れます。 ・各子育て支援センターに子育て中の在宅歯科衛生士の参加を促し指導育成していきます。 	
連携団体	連携団体の分類	<input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input type="checkbox"/> 地域団体 <input checked="" type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体 川崎市歯科医師会川崎区支部、保育園、子育て支援センター、子ども支援室
これからの健康づくり対策関連	<input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策	
健康づくり21の目標との関連	<input type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input checked="" type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 9 がん <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現	

事業実施担当課	川崎区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	川崎区健康づくり推進会議	
テーマ	糖尿病にならないために	
テーマを 取上げた 理由及び背景	<p>糖尿病は指摘されても危機感を感じにくいですが、進行すると深刻な合併症により身体や生活に大きく影響する病気です。また初期の段階では自覚症状がなく、健康診断を受けなければ早期発見できないにも関わらず、健診受診率が低いのが実情です。</p> <p>そこで、川崎区健康づくり推進会議では、川崎市地域保健医療計画においても医療体制の構築により、目指している糖尿病対策を推進し、地域の健康向上を目指すこととしました。</p>	
取組概要と 成果	<p><経過> 平成20年度のテーマ「運動を通した健康づくり」から一歩進め、疾病予防として平成21年度は「糖尿病にならないために」に、テーマを替え取り組んでいます。 平成21年度は4回の会議実施により協議していきます。</p> <p><取組> 糖尿病予防のたねに、初年度は「健診受診」に焦点を当てた普及啓発に取り組みました。糖尿病予防のための健診勧奨リーフレットと推進会議の取組みをまとめたチラシを作成し、推進会議委員と職員が町会等に出向き、健康づくり推進会議の取組みを紹介すると共に、糖尿病予防と健診についての健康教育を行います。訪問先は、主旨に御賛同いただいた町会から順に実施していきましました。</p> <p><成果> 議論を進める中で各委員がテーマの重要性を認識し、地域の実情を共有できました。これにより、推進会議委員自身が所属する町会等に自発的に働きかけるなど、具体的な提案が活発に交わされるようになり、新たな方向性を示すことができました。推進会議委員と職員が町会等へ積極的に出向くことにより身近に感じてもらえ、今後の活動に繋げやすくなりました。</p>	
今後の 課題と取組	<p>町会等からの依頼日の重複した場合は、調整により対応します。また、依頼により土・日・夜間に出向くケースが想定されます。 推進会議としてより効果的な糖尿病予防の普及啓発の方法を検討をしていきます。</p>	
連携団体	<p>連携団体の類</p> <p><input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input checked="" type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体</p>	<p>自主ウォーキンググループ幹事・会長、ボランティア団体代表、ヘルスパートナー、ほほえみ元気体操製作メンバー(2人)、食生活改善推進員、市介護支援専門員連絡会区代表幹事、公募、健康づくりセンター職員、地域包括支援センター</p>
これからの健康 づくり対策関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備</p> <p><input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策</p> <p><input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策</p>	<p><input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策</p> <p><input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策</p>
健康づくり21の 目標との関連	<p><input type="checkbox"/> 1 栄養・食生活</p> <p><input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動</p> <p><input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり</p> <p><input type="checkbox"/> 4 たばこ</p> <p><input type="checkbox"/> 5 アルコール</p>	<p><input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 7 糖尿病</p> <p><input type="checkbox"/> 8 循環器疾患</p> <p><input type="checkbox"/> 9 がん</p> <p><input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現</p>

事業実施担当課	幸区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	幸区役所保健福祉センターだよりへの健康情報の掲載	
事業の背景と目的	<p>かわさき健康づくり21の中間評価を受けて、メタボリックシンドロームや特定健診・保健指導についての普及啓発のため、平成20年から全戸配布の保健福祉センターだよりに、制度情報や講座案内だけではなく健康情報を掲載しました。</p>	
取組概要と成果	<p>保健福祉センターだよりは、平成18年から幸区協働推進事業の1つとして、保健福祉センター全体の制度や講座の案内を掲載して、年に2回、区内の全戸に配布しているものです。健康情報の掲載内容は以下の通りです。</p> <p>【平成20年度前期】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メタボリックシンドロームの解説 <p>【平成20年度後期】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かわさき健康づくり21の10分野とメタボリックシンドローム予防の強化について ・乳がん・子宮がん検診の受診勧奨 <p>【平成21年度前期】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健診制度の紹介 (39歳までの健診・保健指導、特定健診・保健指導、後期高齢者健診) ・5つのがん検診の対象と内容 ・地域保健福祉課が強化している出前講座(出張健康づくり隊)の内容の紹介 <p>【平成21年度後期】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・こころの健康づくりの方法や相談先の紹介 ・健診制度の紹介 (39歳までの健診・保健指導、特定健診・保健指導、後期高齢者健診) ・出前講座の内容の紹介 <p>各種健康教室への申し込みをする人のうち、保健福祉センターだよりを見て申し込む人が多いことから、センターだよりの効果は大きいものと考えられます。それだけたくさんの区民の方に情報を伝えられていると考えられます。</p>	
今後の課題と取組	<p>新たな利用者の開拓のためにも、今後もセンターだよりに健康情報を盛り込み、情報発信をしていきます。</p>	
連携団体	連携団体の分類	<input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体
これからの健康づくり対策関連	<input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input checked="" type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input checked="" type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input checked="" type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策	
健康づくり21の目標との関連	<input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input checked="" type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input checked="" type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input checked="" type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input checked="" type="checkbox"/> 4 たばこ <input checked="" type="checkbox"/> 9 がん <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現	

事業実施担当課	幸区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	幸区健康づくり推進会議	
テーマ	働きざかり世代の健康づくり	
テーマを 取上げた 理由及び背景	<p>「かわさき健康づくり21」の中間評価では、働きざかりの男性の生活習慣の問題が悪化しています。平成20年度より特定健診保健指導が始まり、地域でもこの世代の健康づくりへの支援が求められています。</p> <p>幸区は高齢者の健康づくり活動は地区組織とともに活発に行われていますが、働きざかり世代の健康づくり地区活動は地区組織とともに行っているものは数少ないです。平成20年度は今まで幸区ではかかわりの薄かった30代40代の働きざかり世代への健康づくりの手がかりとするために今回の委員は、働きざかり世代の団体から推薦を受けて委嘱しました。この会議を足場として、幸区の働きざかり世代とともに行う健康づくりを展開できるようになることをねらいました。</p>	
取組概要と 成果	<p>会議において専門家・一般市民等で構成された委員による討議を行ないました。事務局から、「かわさき健康づくり21」の課題と働きざかり世代の健康問題を提示し、話しあった結果が以下のとおりです。</p> <p>平成20年度の検討内容</p> <p>第1回 30～40歳代の男性の健康問題・メタボ予防のための運動 小中学生の食事、朝食の欠食の問題 歯並び、噛むことの大切さ 大人も子どもも就寝時間が遅いことによる健康習慣の問題</p> <p>第2回 前回の課題の集約、未成年の喫煙の問題</p> <p>第3回 家族に食事を食べてもらうにはどうしたらいいか 子育て世代のお父さんたちの健康を保つにはどうしたらいいか 大人を含めた喫煙の問題</p> <p>第4回 第3回までの話し合いを元にテーマを「働きざかり世代」「地域」としたKJ法で意見を話し合いました。「心の健康」も大きく取り上げられました。</p> <p>平成21年度の検討内容</p> <p>第1回 委員をA・Bの2グループに分けて、前回KJ法で出された健康課題について、フリートーク形式でさらに意見交換を行いました。</p> <p>第2回 各委員の考えてきた健康課題解消のアイデアを出し合い、今後の会議の具体的な取組みを検討しました。その中で事務局案「働きざかり世代のための健康づくり情報紙(仮名)の発行」が採用されました。</p> <p>第3回 情報紙の具体的内容や編集方針について検討しました。</p> <p>第4回 委員による編集委員会にて作成した情報紙(案)の最終仕上げを行いました。</p>	
今後の 課題と取組	<p>初年度は委員同士が知り合い、「健康」について考える場としました。</p> <p>平成21年度はテーマ「働きざかり世代の健康づくり」に沿って健康課題の解消や委員同士のネットワークを構築し、「働きざかり世代の健康づくりのための健康づくり情報紙」を作成、委員による配布を行います。第Ⅱ期の平成22年度はこの配布した結果をもとに、様々な事業展開につながることを期待しています。</p>	
連携団体	<p>連携団体の分類</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体</p>	<p>川崎市医師会理事、川崎市歯科医師会幸区支部地域保健部委員 ヘルスパートナーさいわい、ヘルスマイト幸会長、幸区地域教育会議 川崎市幸区子ども会連合会副会長、川崎市幸区PTA協議会役員 幸区戸手本町2丁目町内会役員、子育て育児支援者グループ「わたぼうし」 川崎市立小学校長会、川崎市立中学校長会</p>
これからの健康 づくり対策関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策</p> <p><input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> こころの健康づくり対策</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策</p>
健康づくり21の 目標との関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 2 身体活動・運動</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり</p> <p><input type="checkbox"/> 4 たばこ</p> <p><input type="checkbox"/> 5 アルコール</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 6 歯と口の健康</p> <p><input type="checkbox"/> 7 糖尿病</p> <p><input type="checkbox"/> 8 循環器疾患</p> <p><input type="checkbox"/> 9 がん</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現</p>

事業実施担当課	中原区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	中学生に向けた食育推進の取組	
事業背景と目的	<p>中学生は、ある程度保護者の管理下にある小学生以下と比べ、行動範囲が広がって、より主体的に食事を取ることが増えてきます。</p> <p>また、塾やクラブ活動など生活リズムが乱れたり、肥満ややせ願望によるダイエットなど体型への関心が高まる時期でもあります。</p> <p>生きるうえでの基本となる「食」を学び習得するために、生活リズムの乱れ、食生活の乱れが習慣化・定着化してしまう前のこの世代へ向けて適切な生活・食習慣を伝えることが必要と考えられます。</p>	
取組概要と成果	<p>中学生への直接的なアプローチ</p> <p>①リーフレットの作成</p>  <p>食事について関心を持ってもらうためのリーフレットを作成しました。作成に当たっては養護教諭を通じて中学生が参加してくれました。このリーフレットは区内全中学生に配布予定です。</p> <p>②文化祭や学校保健委員会への参加 ステージ参加や展示による普及啓発(3校)。</p>  <p>中学生を取り巻く環境面からのアプローチ</p> <p>①ポスター掲示： 区内の飲食店や歯科医院に食事バランスガイドポスターの掲示をお願いしました。</p> <p>②地域への働きかけ： 地域の団体向けの講演会や会食会、広報紙にも若年者の食の現状や食育についての話題を盛り込み、地域全体で食を意識してもらうような働きかけを行いました。</p> <p>③情報紙作成： これらの取組内容について、健康づくり推進会議で情報紙を作成し、区民のみなさんに情報提供する予定です。</p>	
今後課題と取組	<p>中原区では平成20年度から、食育推進の対象を中学生に重点を置いて取り組んでいます。平成20年度は取組みについて企画し、平成21年度は企画にもとづき、中学生の食育推進の糸口となるような資料作成および活動を行いました。平成22年度以降は区内各地域への展開が課題になります。</p> <p>こういった中で、行動範囲を拡大し生きる力を獲得していく中学生世代が、食事と健康な生活のかかわりについて自分自身の問題としてとらえられるように、保護者・学校のみならず中学生を取り巻く地域や各関係機関の方々と連携して継続的な取組みを行っていくことが必要と考えられます。</p>	
連携団体	<p>連携団体の分類</p> <p>■ 学校 □ 企業 ■ 保健医療専門家・関係団体 ■ 地域団体 □ 福祉関連施設・団体</p> <p>中学校、神奈川県栄養士会川崎支部、中原区食生活改善推進員、社会福祉協議会、民生委員協議会、食品衛生協会、歯科医師会</p>	
これからの健康づくり対策関連	<p>□ 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 □ こころの健康づくり対策</p> <p>■ 若年からの肥満予防対策 □ メタボリックシンドロームに着目した対策</p> <p>□ 受動喫煙防止対策</p>	
健康づくり21の目標との関連	<p>■ 1 栄養・食生活 □ 6 歯と口の健康</p> <p>□ 2 身体活動・運動 □ 7 糖尿病</p> <p>□ 3 休養・こころの健康づくり □ 8 循環器疾患</p> <p>□ 4 たばこ □ 9 がん</p> <p>□ 5 アルコール ■ 10 健康都市かわさきの実現</p>	

事業実施担当課	中原区保健福祉センター 地域保健福祉課											
事業名	中原区健康づくり推進会議											
テーマ	生活習慣病予防の取組み～食生活を中心として～											
テーマを 取上げた 理由及び背景	生活習慣病を引き起こす要因のひとつとして、栄養の偏りや食習慣の乱れなどがあるとされています。かわさき健康づくり21のなかでも食事について具体的な指標が挙げられています。朝食を食べない人が20歳代男性で過半数を占めるなどたくさんの課題があるなかで、特に若年期は食習慣の確立する大切な時期であり、食に関する知識を身につけることが重要です。このような食の課題について地域団体の皆さんと理解を共有し、若い世代への食育の取組みを推進していくことが必要と考えられます。											
取組概要と 成果	<p>平成20年度 会議年4回</p> <p>①食育推進分科会及び川崎市の中学生の食の実態把握に基づいてテーマを絞り込み、「中高生と中高生を取り巻く環境への食育」としました。</p> <p>②テーマについて i 現在の取組み ii 今後地域でどのような取組みが必要か iii 地域での取組みを実践する際の連携 iv 他団体に期待することを取りまとめ、具体的事業を検討しました。</p> <p>③中高生への食育をテーマに講演会を実施。出席者へのアンケートにより、地域で何が必要か、取り組みそのようなことは何か等課題の抽出を行いました。</p> <p>平成21年度 会議年4回</p> <p>食育推進事業の実施 前年度の会議の結果を踏まえ、講演会、区内中学校文化祭への参加、区内中学校学校保健委員会への参加、中高生向け食育リーフレットの作成、区内250店舗への食事バランスガイドポスターの配布、推進会議広報紙の作成などを行うことができました。</p>	<div data-bbox="1038 577 1337 770" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>「食育」って何でしょう？</p>  </div> <div data-bbox="1038 792 1337 1010" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>食とは</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">①何を</td> <td rowspan="2" style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">}</td> <td rowspan="2">…身体</td> </tr> <tr> <td>②どのくらい</td> </tr> <tr> <td>③いつ</td> <td rowspan="4" style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">}</td> <td rowspan="4">…心</td> </tr> <tr> <td>④どこで</td> </tr> <tr> <td>⑤誰と</td> </tr> <tr> <td>⑥どのように</td> </tr> </table> </div>	①何を	}	…身体	②どのくらい	③いつ	}	…心	④どこで	⑤誰と	⑥どのように
①何を	}	…身体										
②どのくらい												
③いつ	}	…心										
④どこで												
⑤誰と												
⑥どのように												
今後の 課題と取組	<p>会議の中で、各委員がそれぞれの立場から中高生の食に関する課題を共有し、地域全体で取り組む必要性を確認することで、個人間・団体間の連携を深めることができました。</p> <p>また、各団体がひとつのテーマのもと協働してさまざまな事業を実施することにより、中高生への直接的な食育と環境への働きかけの両面から、幅広い普及啓発を行うきっかけとなる活動となりました。</p> <p>今後は区内地域における活動の展開が課題となっていきますが、今までの活動をもとにさらに積極的に取り組んでいく予定です。</p>											
連携団体	<p>連携団体の分類</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input checked="" type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体</p>	<p>医師会、歯科医師会、小学校校長会、中学校校長会、中原区町内会連絡協議会、中原区社会福祉協議会、中原区食生活改善推進員連絡協議会、中原区運動普及推進員連絡会、中原区PTA協議会、神奈川県栄養士会川崎支部、川崎市中原区食品衛生協会、中原区子育てネットワーク</p>										
これからの健康 づくり対策関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策</p> <p><input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策</p>	<p><input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策</p> <p><input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策</p>										
健康づくり21の 目標との関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活</p> <p><input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動</p> <p><input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり</p> <p><input type="checkbox"/> 4 たばこ</p> <p><input type="checkbox"/> 5 アルコール</p>	<p><input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康</p> <p><input type="checkbox"/> 7 糖尿病</p> <p><input type="checkbox"/> 8 循環器疾患</p> <p><input type="checkbox"/> 9 がん</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現</p>										

事業実施担当課	高津区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	高津区内小学校の喫煙防止教育	
事業の背景と目的	<p>喫煙防止</p> <p>喫煙対策の大きな柱のひとつに未成年者の喫煙防止対策があります。喫煙はゲートウェイドラッグ(入門薬物)のひとつとしても位置づけられており、子どもが低学年であるほど子どもの喫煙に対する学校・家庭・地域の役割は重要であり、早い時期からの防止教育が有効であると考えられます。喫煙経験のある人の割合は、中学3年生において男子14.8%、女子11.6%(平成20年度未成年者の喫煙・飲酒状況に関する全国実態調査結果)です。低年齢のうちからタバコの害について理解し、誘われても断る勇気を持てるようにし、自分を大切にすることや健康について考える機会としています。</p>	
取組概要と成果	<p>高津区内全ての小学校15校の4～6年生対象。小学校校長会や養護教諭、区PTA協議会と連携を図り、希望する小学校に実施しています。日本禁煙協会に講師を依頼し、生徒参加のロールプレイなどを含めた講義を実施しています。</p> <p>平成19年度11校(1,092人)、平成20年度14校(1,485人)、平成21年度10校(1,186人)に実施しました。平成20年度の終了時のアンケート結果では、「タバコの害について理解できた」と98.9%が回答し、誘われた時に断ることができるかは「できる」「少しはできる」をあわせて92.5%、喫煙については「大人になっても絶対吸わない」「多分吸わない」をあわせて92.6%が回答しており、小学生への喫煙防止普及になりました。</p> <p>また、学校主体で喫煙防止教育が実施できるように、日本禁煙協会に講師を依頼し、養護教諭に対して平成20年度は研修会を実施しました。平成21年度は、来年度以降の取組みや連携について、養護教諭と意見交換を養護教諭研究会時に実施しました。</p>	
今後の課題と取組	<p>今回は平成19年度～平成21年度の3年間の計画による実施ではありましたが、今後も学校が主体となり、喫煙防止教育を推進・強化していけるように、小学校との連携を深め、支援を継続していく必要があると考えています。また、喫煙防止教育だけではなく、子どもや子どもを取り巻く親も含めた生活習慣病予防などの取組みを小学校と連携し、実施していきたいと考えています。</p>	
連携団体	<p>連携団体の分類</p> <p> <input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体 </p>	<p>小学校校長会、養護教諭、区PTA協議会</p>
これからの健康づくり対策関連	<p> <input type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 </p> <p> <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 </p> <p> <input checked="" type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策 </p>	
健康づくり21の目標との関連	<p> <input type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 </p> <p> <input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 </p> <p> <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 </p> <p> <input checked="" type="checkbox"/> 4 たばこ <input checked="" type="checkbox"/> 9 がん </p> <p> <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現 </p>	

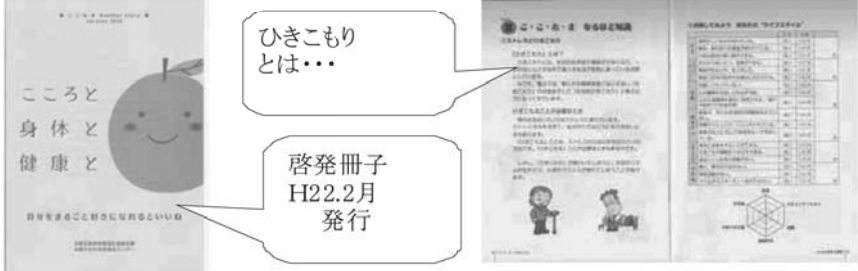
事業実施担当課	高津区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	高津区健康づくり推進会議	
テーマ	メタボリックシンドローム予防	
テーマを 取上げた 理由及び背景	平成18、19年度の推進会議では、各団体に共通するテーマであり、各団体が行なっている既存の活動を連携し深めることもできるということで、「生活習慣病予防・メタボリックシンドローム予防」をテーマに取り組み始めました。平成20年度以降も継続して取り組むことで、さらに活動を広げていくことができるということと、メタボリックシンドロームが社会的にも問題になっており、平成20年度より「特定健診・保健指導」が開始され、かわさき健康づくり21にも新たな目標として追加されるなど、取り組むには時期的にもよいということで「メタボリックシンドローム予防」をテーマに取り上げました。	
取組概要と 成果	<p>『メタボリックシンドローム予防』をテーマに『つくる 広める やってみよう』を合言葉に『内と外への発信』に取り組みました。</p> <ol style="list-style-type: none"> 健康づくり推進会議情報紙「いきいき高津～健康づくりニュース～」の配布と町会回覧（平成20年12月：2万部、平成21年5月、12月：各3万部） 「高津区健康づくりのつどい」での講演とパネル展示、測定コーナー、ウォールギャラリーへの展示の実施（平成20年度、21年度の2回実施） 講演については、主に推進会議の委員が講師となり、平成20年度は「メタボリックシンドローム予防について」（162人参加）、平成21年度は「メタボリックシンドローム予防のための食生活と食環境について」（165人参加）をテーマに実施しました。 パネル展示、測定コーナー（血圧、身長、体重、腹囲）、情報紙やペーパークラフト（平成20年度）、エコバッグ（平成21年度）の配布を実施しました。来場者平成20年度305人、平成21年度308人市民館のウォールギャラリーに、つどいの前後2週間パネルを展示しました。 ロゴマークの募集 健康づくりの普及啓発のために、ロゴマークを募集し推進会議で選定しました。 講演会「私たちと健診～なぜ、健診を受ける必要があるの？～」の実施 参加者90名。 平成21年6月を「たかつ健康づくり21普及強化月間」として、かわさき健康づくり21の普及のため、区役所の市民ホールでの展示、各所属団体での取組みを実施しました。 各所属団体同士のネットワークづくりのために、「健康づくり推進会議の所属団体同士の連絡の取り方」を作成しました。 <p>推進会議の委員の各所属団体と連携し、組織的に取り組むことで、区民へ広く普及啓発することができました。『つくる 広める やってみよう』を合言葉に『内と外への発信』に実際に取り組むことで、今後の取り組み方の方向性も見えてきました。</p>	
今後 課題と取組	<p>今後は結果に反映できるように1つ1つの取組みを充実していくことが課題です。また、高津区は他の区に比べて肥満の方の割合が多く、特に若い世代で生活習慣病予防のための望ましい行動を取っていない方が多い現状があるため（平成21年度川崎市健康意識実態調査）、引き続き同じテーマで若い世代への働きかけを中心に取組んでいく予定になっています。選定したロゴマークも活用し、かわさき健康づくり21の普及啓発を更に推進していく予定です。</p>	
連携団体	<p>連携団体の 分類</p> <p> <input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体 </p>	<p> <input type="checkbox"/> 医師会、歯科医師会、栄養士会、全町内会連合会、社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、元気な高津をつくる会、小学校長会、中学校長会、運動普及推進会、食生活改善推進員協議会 </p>
これからの健康 づくり対策関連	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策 </p>	<p> <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input checked="" type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 </p>
健康づくり21の 目標との関連	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input checked="" type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 5 アルコール </p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input checked="" type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input checked="" type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 9 がん <input checked="" type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現 </p>




事業実施担当課	宮前区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	神奈川県立川崎北高校における食育授業	
事業背景と目的	<p>高校生の時期は自分の健康について不安を感じている人は少なく、健康についての意識が低い反面、やせ願望によるダイエットなどへの関心が高まる時期でもあります。一方、保護者の管理下から外れ行動範囲が広がり、生活や食事が乱れがちになります。しかし、壮年期以降に問題となってくる生活習慣病を予防するためには、自立し始めるこの時期から適切な生活や食習慣を身につけていくことが大切です。そこで、生徒一人ひとりが食に関する知識と食を選択する能力を養い、健全な食生活を実践していけるよう保健福祉センターが学校、地域、関係機関と連携して食育授業に取り組みました。</p>	
取組概要と成果	<p>対象 神奈川県立川崎北高等学校 1学年9クラス 生徒数 約280名</p> <p>授業のすすめ方 総合学習の時間に各クラス毎に栄養士や食生活改善推進員が入って一斉に食育授業を行いました。 1 「食生活アンケート」の実施:対象の生徒全員に食生活や日常生活に関するアンケートを行い、自分の生活全般の振り返りを行いました。 2 グループワーク:アンケート結果を踏まえ、4~6人毎のグループで「君たちにとって理想の食とは」をテーマに討議を行いました。理想の食を実現させるための条件なども出し合い、討議内容を模造紙にまとめました。 3 グループワークの発表:討議内容をまとめた模造紙を用い、各グループ毎に「君たちにとって理想の食とは」をテーマに討議した内容を発表しました。 4 栄養士による講義:各グループの発表に対しての講評を含め、健全な食生活についての講義を行いました。 5 食生活改善推進員の料理紹介:高校生が自分で作れるメニューを紹介し、生徒たちがその料理を試食しました。</p>  <p>アンケート結果(平成20年度) 食育授業終了直後:食生活を改善したい 93.9% 1週間後:行動に変化があった 51.2% 意識に変化があった 33.7% 変化の内容:朝食を食べるようになった・自分で料理を作った 主食・副菜・主菜を意識して食べるようになった等</p> <p>食育授業の効果 ・85%の生徒に食生活について、よい変化が見られました。 ・先生方にも地域の団体が連携して行った授業が大変講評でした。 21年度も20年度に引き続き、川崎北高校で同様の食育授業を行いました。</p>	
今後の課題と取組	<p>今後も川崎北高校での食育授業が継続できるよう働きかけをしていくとともに、生徒たちにさらに広い視野で食を考えてもらうために食物生産や流通関係の団体とも連携して取り組んでいきたいと思っております。</p>	
連携団体	<p>連携団体の分類 <input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体</p> <p>神奈川県立川崎北高等学校、宮前区地域教育会議、地域活動栄養士、宮前区食生活改善推進員連絡協議会</p>	
これからの健康づくり対策関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策</p>	
健康づくり21の目標との関連	<p><input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 9 がん <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現</p>	

事業実施担当課	宮前区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	宮前区健康づくり推進会議	
テーマ	メタボリックシンドローム予防の普及	
テーマを 取上げた 理由及び背景	平成17年度の間評評価の課題「若年からの肥満予防対策」に着目し新たな重点目標項目を追加しました。 まず、メタボリックシンドロームについて正しく知っている人が増えることが事業の入り口になることから、メタボリックシンドロームの内容を知っている人を増やすための対策に取り組むこととしました。	
取組概要と 成果	<p>1 メタボリックシンドロームの内容を知っている人を増やすために、宮前区健康づくり推進会議委員で検討を重ね、区民に見やすいチラシを作成しました。さらにメタボリックシンドロームの該当者・予備軍を減らすために区内で推進する健康習慣目標標語を作成しました。委員から活発に意見が交換され標語を作成することが出来ました。</p> <p>2 メタボリックシンドローム予防の健康習慣目標標語をポスターにし、区内の掲示板に掲示したり、町会にチラシを回覧しました。また、区内に参加委員推薦団体の協力を得てチラシの配布をし普及しました。協力があつたことで、より広く普及できました。</p> <p>3 食品衛生協会や町内会で学習を実施しました。食品衛生協会は、飲食店の経営者が加入していることから、食事に関する効果が期待できます。</p> <p>4 区民祭では、健康づくり推進会議委員や関係団体と共に、食事バランスと野菜の摂取、腹囲測定の実験などを実施しました。また、健康習慣目標標語や健康づくり推進会議に属する団体の活動やバランスの良い朝食メニューのレシピを載せたリーフレットを1000人以上の方に配布しました。</p> <p>5 リーフレットを公共施設でも配布し、取組みを普及しました。</p>	
今後の 課題と取組	区内の各団体と連携をすることで、普及啓発する対象が広がり、より多くの方々に知ってもらえることが出来ました。健康づくり推進標語を推進会議委員で作成することで、より区民に親しみやすい標語になり、推進会議委員も学習会やイベントなどに積極的に取り組むことが出来ました。今後も、協力団体を増やし、ネットワークを広げていきたいと考えています。	
連携団体の 分	<input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体 川崎市医師会、川崎市歯科医師会宮前支部、川崎市宮前区食品衛生協会、 宮前区全町会自治会連合会、宮前区社会福祉協議会、宮前区民生委員・児童委員協議会、 宮前区地域教育会議、宮前区食生活改善推進員連絡協議会、 宮前区運動普及推進員連絡協議会、小・中学校長会	
これからの健康 づくり対策関連	<input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input checked="" type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策	
健康づくり21の 目標との関連	<input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input checked="" type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input checked="" type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 9 がん <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現	



事業実施担当課	多摩区保健福祉センター 保健福祉サービス課	
事業名	多摩区精神保健福祉連絡会議	
事業の背景と目的	<p>多摩区では、健康づくり推進会議として、平成14年から19年まで、精神保健(こころの健康づくり)をテーマに、年4回の会議及び講演会の開催、冊子の作成等の普及啓発活動を行ってきました。平成20年からは、これを引き継ぐ形で、多摩区精神保健福祉連絡会議を立ち上げ、保健・医療・福祉等の関係機関が連携を取りながら、多摩区における精神保健福祉の更なる普及啓発を目的に活動しています。</p>	
取組概要と成果	<p>保健・医療・福祉・教育等の各分野から構成された委員による会議を開催し、こころの健康にかかわる問題への対応について検討する中、精神保健福祉に関する地域のネットワークを築いていきました。また、こころの健康についての普及啓発を目的に講演会を開催しました。</p> <p>《平成20年度の取組》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●会議 年4回実施。通常の話し合いのほかに、ワークショップの形をとり、委員以外の精神保健福祉関係者の参加も得ながら、課題解決の方法を探っていきました。 ●講演会 市民が関心を抱く講師を招いて、「若者の事件と『こころ』をめぐって～家族の視点からとらえなおす」をテーマに、開催しました。 <p>《平成21年度の取組》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●会議 年4回実施。今年度のテーマについて、講演会・ワークショップについてなどの話し合い、啓発用冊子についての検討を行いました。 ●講演会 「ひきこもりからの出発～多摩区の取り組みから～」をテーマに実施。 ●啓発用冊子「こ・こ・た・まAnother story version 2010」を発行。 <div style="text-align: center;">  </div>	
今後の課題と取組	<p>精神保健福祉に関して、一層の普及啓発、ネットワークの構築を図るため、各分野の委員が様々な議論を活発に行っています。多くの課題が検討され、短時間の会議でどう方向づけて取りまとめしていくのが困難な場合もありますが、多種多様な意見交換がされるのは、非常に有益なことと思われます。なお、平成22年度についても、ひきこもりをテーマに取り組んでいくことになっています。</p>	
連携団体	<p>連携団体の分類</p>	<p>■ 学校 ■ 企業 ■ 保健医療専門家・関係団体 ■ 地域団体 ■ 福祉関連施設・団体</p> <p>武田病院、NPO法人たま・あさお精神保健福祉をすすめる会、専修大学、多摩区民生委員・児童委員連絡協議会、コスモスの家、ゆきわり草、NPO法人らぼおる、家族会・泰山木の会、紙ひこうき、きた作業所、小田急バス生田営業所、百合丘障害者センター、スクールカウンセラー</p>
これからの健康づくり対策関連	<p><input type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備</p> <p><input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策</p> <p><input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策</p> <p><input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策</p> <p><input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策</p>	
健康づくり21の目標との関連	<p><input type="checkbox"/> 1 栄養・食生活</p> <p><input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり</p> <p><input type="checkbox"/> 4 たばこ</p> <p><input type="checkbox"/> 5 アルコール</p> <p><input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康</p> <p><input type="checkbox"/> 7 糖尿病</p> <p><input type="checkbox"/> 8 循環器疾患</p> <p><input type="checkbox"/> 9 がん</p> <p><input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現</p>	

事業実施担当課	多摩区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	多摩区健康づくり推進会議	
テーマ	食を通じた健康づくり	
テーマを 取上げた 理由及び背景	日常生活をより健康的に改善し疾病を予防する「一次予防」として、近年関心度の高まっている『食』をテーマとして取り上げました。さまざまな年代の市民へ関わることにより、課題の抽出や対策を検討し、具体的な目標に向かって市民が主体的に取り組む健康づくりを推進しています。委員との連携としては、地域に根付いた活動を集約することも視野に入れ、明治大学農学部、セレサ川崎農業協同組合、川崎河川漁業協同組合、川崎商工会議所からも委員を選任していただきました。	
取組概要と 成果	<p>[平成20年度 会議年4回]</p> <p>1 講演会3回及び研修会の開催 2 アンケートの実施及び交流会〔委員・栄養士等〕①食に関して感じている問題や抱えている課題②食に関する活動として独自に実施または計画しているもの③保健福祉センターなど、他の団体と一緒に取り組んでみたいことアンケート結果に基づき事業を検討</p> <p>[平成21年度 会議年4回]</p> <p>1 講演会及び活動交流会、生産者、明大含む10団体による活動発表と交流 2 地産地消のイベント ①よみうりランド、JAセレサ川崎、生産者との協働による大豆の育成と豆腐づくりイベント(対象:小学生) ②ウオーキング推進委員会との協働による芋掘り&食育ウオーキングイベント③中学校での講演会④多摩区食生活改善推進員連絡協議会と共催による健康を考える食事の展示と試食配布</p>	 <p>豆腐づくりイベント前に参加者に大豆通信を送付し、大豆の栽培から加工について、事前に家族と共に学んでもらいました</p>  <p>大豆のキャラクター</p>
今後と取組 の課題	講演会、イベント等の回数を重ね、各団体との連携が深まっていると思われます。また、推進会議委員以外の企業とも連携がとれ、協働で区民に向けた健康づくりの推進イベントを開催しました。委員からの呼びかけに応じ、委員以外の企業にも推進会議の目的が伝わったものと考えられ、ネットワークの広がりが見られました。食を通じた健康づくりの視点から考えた取組みは親子、小学生、中学生等の対象別にも実施しており、今後は大学生向けにも計画しており年代別に働きかけている点も評価できます。	
連携団体	<p>連携団体の 分類</p> <p>■ 学校 ■ 企業 ■ 保健医療専門家・関係団体 ■ 地域団体 ■ 福祉関連施設・団体</p> <p>川崎河川漁業協同組合、小学校校長会、神奈川県栄養士会川崎支部、多摩区医師会、多摩区食生活改善推進員連絡協議会、川崎商工会議所、中学校校長会、多摩区民生委員児童委員協議会、明治大学農学部、セレサ川崎農業協同組合、川崎市歯科医師会、川崎市多摩区食品衛生協会、よみうりランド、多摩区ウオーキング推進委員会</p>	
健康づくり21の 目標との関連	<p>■ 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備</p> <p>□ 若年からの肥満予防対策</p> <p>□ 受動喫煙防止対策</p> <p>■ 1 栄養・食生活</p> <p>■ 2 身体活動・運動</p> <p>□ 3 休養・こころの健康づくり</p> <p>□ 4 たばこ</p> <p>□ 5 アルコール</p>	<p>□ こころの健康づくり対策</p> <p>□ メタボリックシンドロームに着目した対策</p> <p>□ 6 歯と口の健康</p> <p>□ 7 糖尿病</p> <p>□ 8 循環器疾患</p> <p>□ 9 がん</p> <p>■ 10 健康都市かわさきの実現</p>

事業実施担当課	麻生区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	ウォーキングマップ活用健康づくり事業	
事業の背景と目的	<p>麻生区の基本健康診査の結果から総コレステロール値と血糖値が市全体と比較して高く、市民アンケートにおいて「健康」が関心事の中で1位を占めている実態がありました。しかし、区民の約8割に運動習慣がないことが判明したため、誰でも手軽に生活習慣に取り入れやすく、有酸素運動として効果の高いウォーキングを普及させることで運動習慣を定着を図る必要が考えられました。</p> <p>また、歩行習慣のない区民を対象に、ウォーキングを普及することにより生活習慣病の予防と介護予防を図ることができると考えられました。</p>	
取組概要と成果	<ul style="list-style-type: none"> 平成17年度に麻生区内の健康づくりに関連する団体の代表者（運動普及推進員、食生活改善推進員、体育指導委員、青少年指導員、健康づくりグループの代表者等）に集まっていたいただき、ウォーキングマップを作成しました。 その後、同じメンバーで麻生区ウォーキング推進実行委員会を立ち上げ、区内でウォーキングを普及するための企画・立案・実施を行なっています。 ●ウォーキングマップの作成・見直し ●体験ウォークの実施 ウォーキングマップのコースを一緒に歩き、健康づくりのためのウォーキングを体験してもらうことによって、ウォーキングへの関心を高めることを目的とします。（年10回実施） ●公園で健康ウォークの実施と拠点公園拡大に向けての企画・立案 より身近な地域でウォーキングを実施することを目的とします。 現在3ヶ所の公園で毎週実施。（平成22年5月より4ヶ所）2～3kmのウォーキングと体操。 ●ウォーキング普及ボランティア養成、スキルアップに向けての支援 養成教室での講話、助言や、スキルアップ教室の企画・立案を行ないます。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
今後の課題と取組	<p>麻生区内では「公園de健康づくり事業」として、健康ウォークを現在3ヶ所、健康体操を2ヶ所の公園で実施しています。健康体操を主体的に実施している「あさお運動普及推進員」の会とも更に協働して、区民が身近な場所で仲間作りをすることにより閉じこもりを予防したり、健康的な運動ができるよう、拠点公園を増やすなど事業の推進を図ります。</p>	
連携団体	連携団体の分類	<input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体
これからの健康づくり対策関連	<input type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input checked="" type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策	
健康づくり21の目標との関連	<input type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input checked="" type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input checked="" type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 9 がん <input type="checkbox"/> 5 アルコール <input type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現	

事業実施担当課	麻生区保健福祉センター 地域保健福祉課	
事業名	麻生区健康づくり推進会議	
テーマ	食育の推進	
テーマを取上げた理由及び背景	「食育基本法」の目的をふまえ「食育推進計画」を推進するために麻生区健康づくり推進会議食育分科会が設置され、多くの食育関係者(教育、生産者、関連事業者及び行政等)と区民が、それぞれの役割に応じて連携を図り食育を推進するための具体的な方法を考えることをテーマに取り上げました。	
取組概要と成果	<p>食育推進の具体的施策の展開</p> <p>①家庭における食育野推進 ②学校、幼稚園、保育園における食育の推進 ③地域における食生活改善のための取組みの推進 ④食育推進運動の推進 ⑤生産者と消費者の交流の促進、環境と調和のとれた農業の活性化等 ⑥食文化の伝承のための活動への支援と国際交流推進 ⑦食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供</p> <p>以上の7つの項目について、関係団体が実際にどのような活動等が行われているかの実例として、所属団体のみで企画、実施及び評価が行われ、他団体との連携がほとんどなされていないこと。また、連携することで今以上の成果が期待できると認識しつつも他団体との連絡手段が分からないなどといった課題を抽出することができ、効果的な普及啓発として何が必要か話し合いを行いました。</p>	
今後の課題と取組	区民への普及啓発を図るためにイベント等を企画するにあたり、単発で目新しいことを実施した場合に参加者を集めることは容易であるが定着させることは困難なため、継続性や定着性を勘案する必要があります。	
連携団体	連携団体の分類 <input checked="" type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> 保健医療専門家・関係団体 <input checked="" type="checkbox"/> 地域団体 <input checked="" type="checkbox"/> 福祉関連施設・団体	麻生区公立保育園代表、麻生区公立小学校代表、麻生区栄養士研修会代表、生産者代表(JAセレサ)、麻生区食品衛生協会代表、麻生区中学校養護教諭代表、麻生区商店街連合会、(社)神奈川県栄養士会川崎支部代表、川崎市幼稚園協会代表、麻生区健康づくり推進会議代表(麻生区食生活改善推進員連絡協議会)
これからの健康づくり対策関連	<input checked="" type="checkbox"/> 健康づくりシステムの構築に向けた環境整備 <input type="checkbox"/> 若年からの肥満予防対策 <input type="checkbox"/> 受動喫煙防止対策	<input type="checkbox"/> こころの健康づくり対策 <input type="checkbox"/> メタボリックシンドロームに着目した対策
健康づくり21の目標との関連	<input checked="" type="checkbox"/> 1 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 2 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> 3 休養・こころの健康づくり <input type="checkbox"/> 4 たばこ <input type="checkbox"/> 5 アルコール	<input type="checkbox"/> 6 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 7 糖尿病 <input type="checkbox"/> 8 循環器疾患 <input type="checkbox"/> 9 がん <input checked="" type="checkbox"/> 10 健康都市かわさきの実現

第4章 「かわさき健康づくり21」の推進

1 計画の追補目標

「かわさき健康づくり 21」は、市民が主体の健康づくりへの支援として、メタボリックシンドロームの概念を取入れ、生活習慣病予防に着目した取組みを推進するために計画を改定してきた経過がありますが、生活習慣を改善する上で重要となる運動や栄養等の分野において目標達成できていないことから、生活習慣病予防に着目した取組みを継続し、目標達成に向けた取組みを推進していくことが必要です。

生活習慣を改善する上で重要となる「運動」、「栄養・食生活」及び「たばこ」に、複雑・多様化した現代社会において「メンタルヘルス問題」が生活習慣を大きく左右するため「こころの健康」が重要です。生活習慣病予防の取組みを推進し、計画の目標達成を図るために4つの目標を追補します。

(1) 栄養・食生活【追補】

主食・副菜・主菜^⑥がそろった食事をしている人を増やす

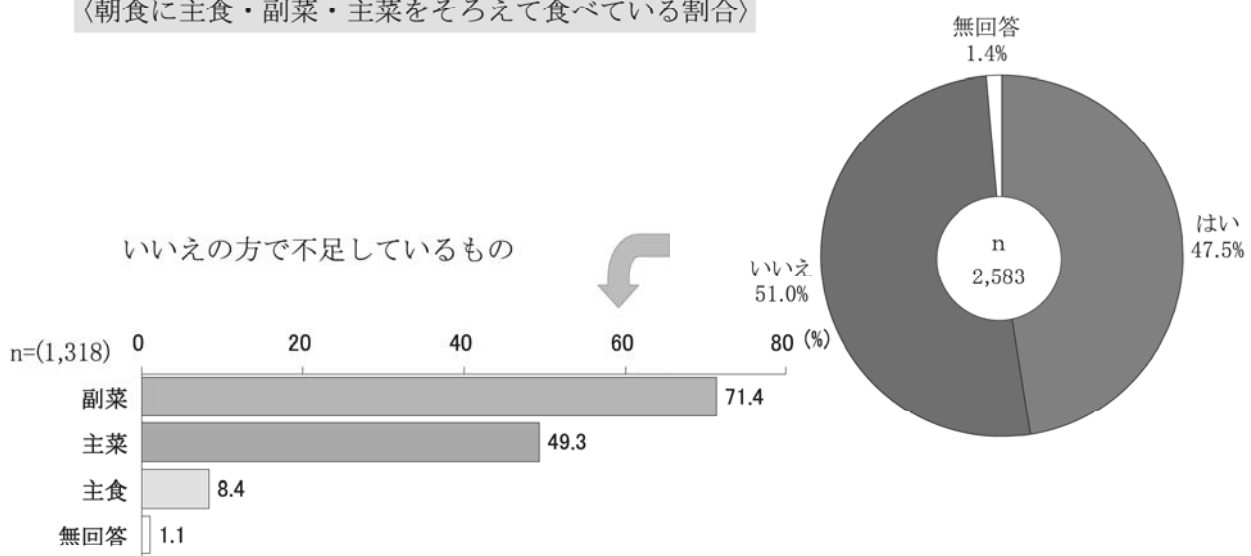
バランスよく食べて食生活を改善し、生活習慣病予防を図ります。

目標値	朝食 増加	、	昼食 増加	、	夕食 増加
-----	-------	---	-------	---	-------

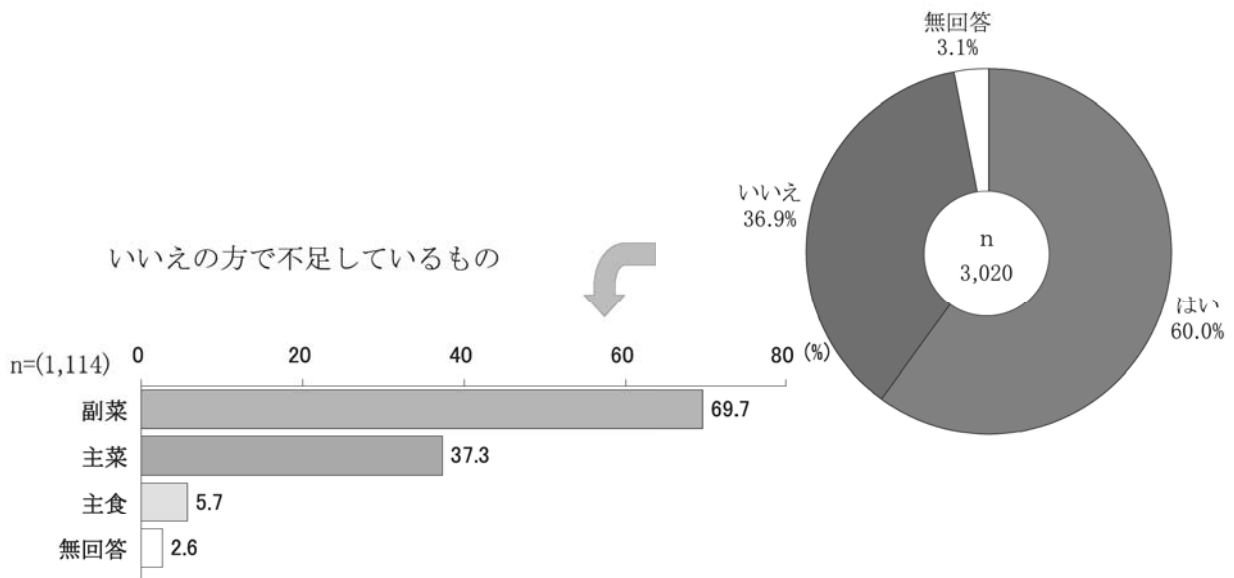
〈基準値〉朝食 47.5% 、 昼食 60.0% 、 夕食 82.9%
出典：平成 21 年度川崎市健康意識実態調査

⑥ 「主食」とは、ごはん・パン・麺等、「副菜」とは、野菜を主にした料理、「主菜」とは、魚・肉・卵・大豆製品の料理

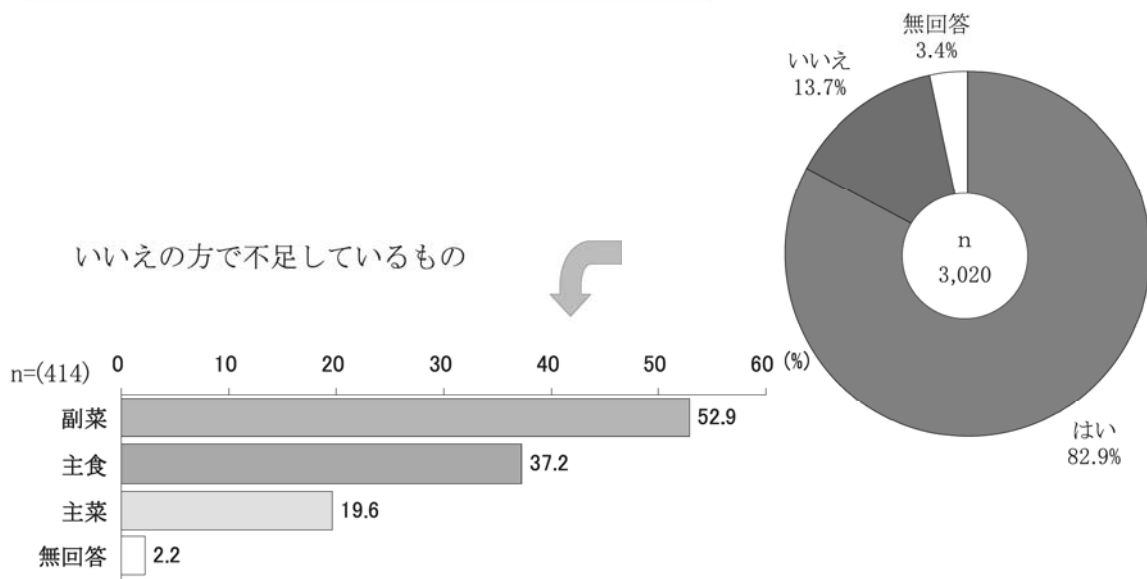
〈朝食に主食・副菜・主菜をそろえて食べている割合〉



〈昼食に主食・副菜・主菜をそろえて食べている割合〉



〈夕食に主食・副菜・主菜をそろえて食べている割合〉



(2) 身体活動・運動【追補】

運動習慣を持つ人を増やす

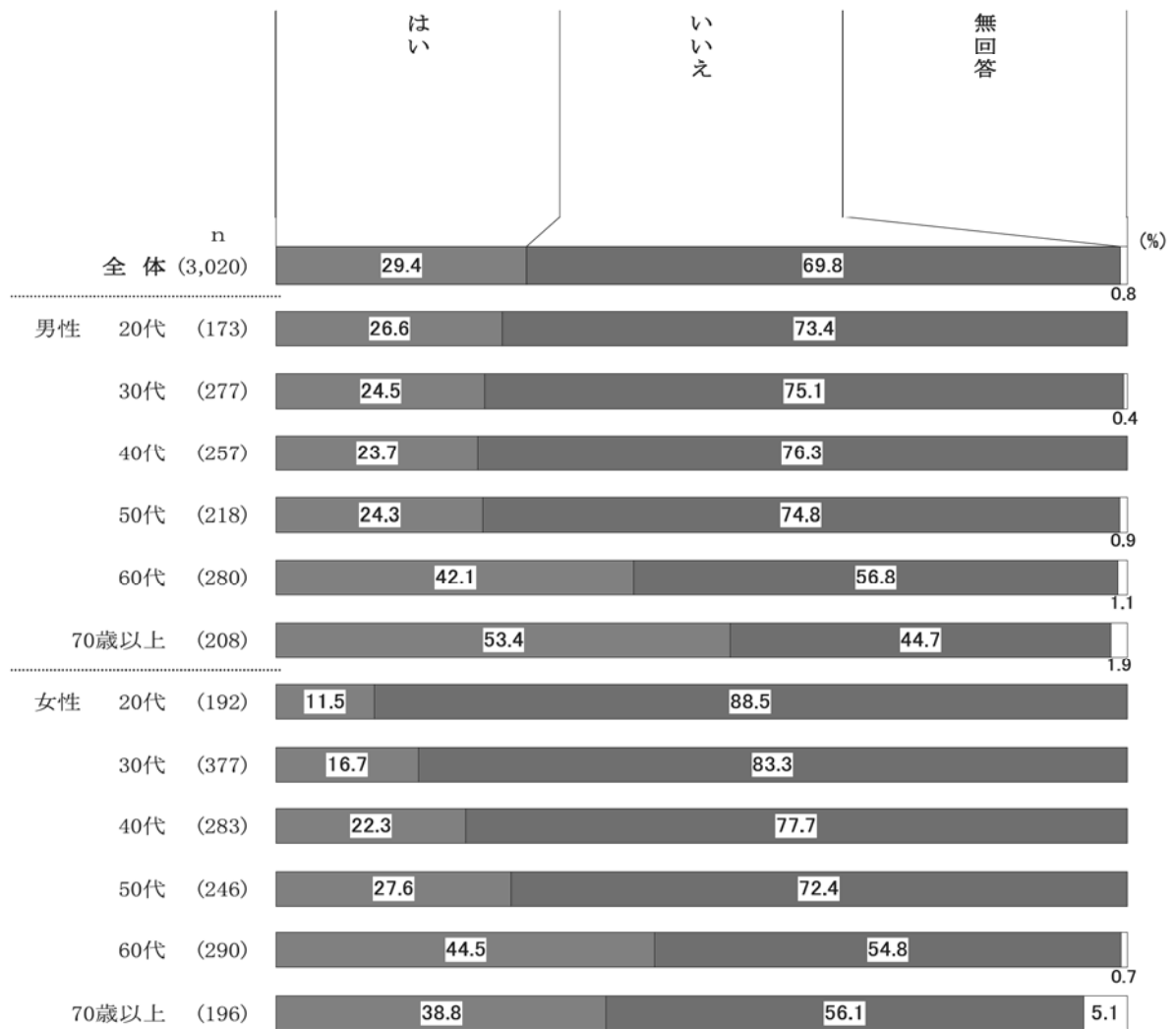
日常生活から運動習慣を身につけて、生活習慣病予防を図ります。

目標値 男性 増加、女性 増加

〈基準値〉男性 32.3%、女性 26.6%

出典：平成 21 年度川崎市健康意識実態調査

〈性・年代別：1回30分以上軽く汗をかく運動の週2日以上、1年以上実施している割合〉



(3) 休養・こころの健康づくり【追補】

こころの健康や悩みについて、相談できる機関があることを知っている人を増やす

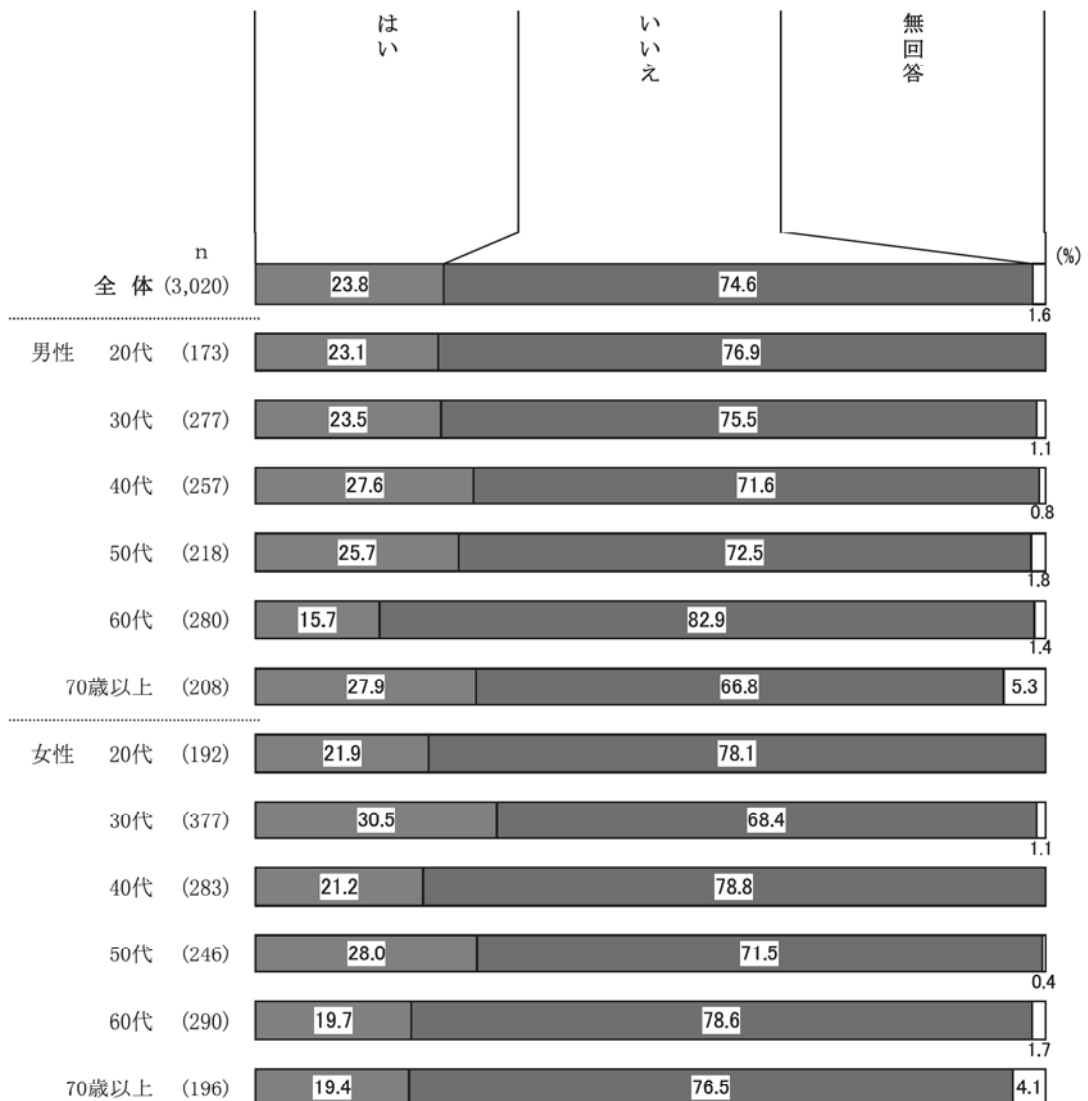
こころの健康を保ちながら、生活習慣の改善に取り組めます。

目標値	増加
-----	----

〈基準値〉 23.8%

出典：平成 21 年度川崎市健康意識実態調査

〈性・年代別：こころの健康や悩みについて相談できる機関の認知度〉



(4) たばこ【追補】

受動喫煙について、言葉も内容も知っている人を増やす

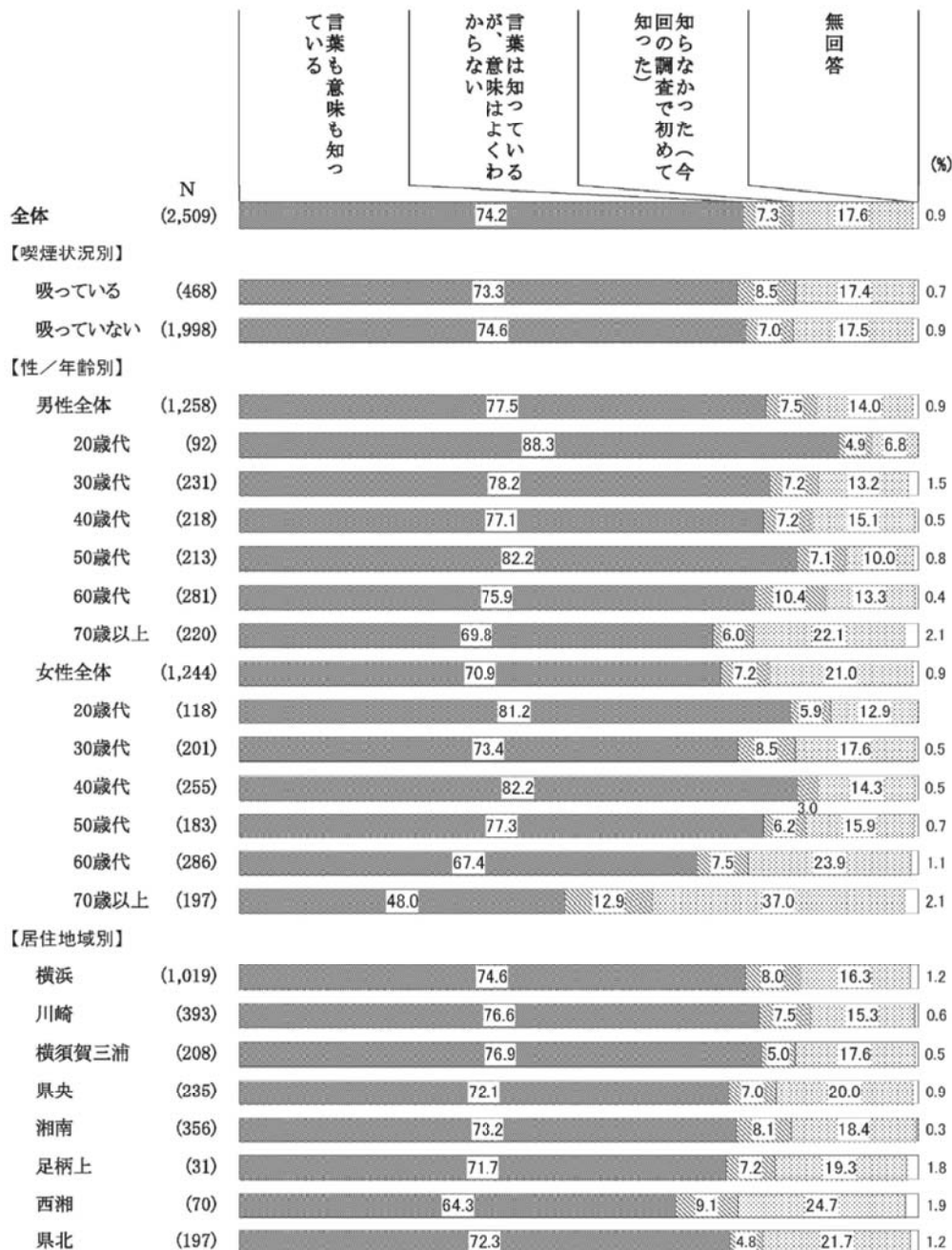
喫煙者と周囲の人たち両方の視点から禁煙に取り組み、生活習慣病予防を図ります。

目標値	増加
-----	----

〈参考値〉 74.2%

出典：平成 21 年度受動喫煙に関する県民意識調査

〈喫煙状況・性・年代・居住地域別：受動喫煙の認知度〉



2 「かわさき健康づくり21」を支えるそれぞれの役割

「かわさき健康づくり21」で示した目標を達成するためには、市民が主体的に取り組むことが重要ですが、市はもとより、学校、企業(職域)、保健医療の専門家・関係団体、地域団体などが、それぞれの役割を果たしながら連携し、市民一人ひとりの健康づくりを支援することが重要です。

(1) 市民の役割

この計画の主役は、川崎市に住み、働き、学ぶ市民一人ひとりです。人は生れてから高齢になるまで、それぞれの成長発達段階においてさまざまな役割や課題を達成しながら各々の人生を形成しています。価値観や生き方及び健康観に基づき、自分自身に合った健康づくりを主体的に実践することが健康な家庭、地域やまちづくりを築く基本となります。

(2) 川崎市の役割

ア 市は、川崎市新総合計画「川崎再生フロンティアプラン」(平成17年3月策定)が目指す「誰もがいきいきと心豊かに暮らせる持続可能な市民都市」を実現するために、市民自らが生涯にわたり積極的に健康づくりに取り組み、生活の質的豊かさを実感できるような環境を整備します。

イ 地域における健康課題や資源に関する情報の収集及び分析を行うと共に、主体的に健康づくりに取り組み、行動につながるように健康に関する情報を提供します。

ウ 各区保健福祉センターには医師、保健師及び栄養士をはじめとする保健分野の専門スタッフが配置されており、健康づくりの拠点として市民の多様なニーズに対応できるよう機能強化を図ります。また、地域の健康づくりを支える人材の育成に積極的に取り組み、連携・協力の体制をつくりま

(3) 学校の役割

ア 学校は、児童(生徒)にとって多くの時間を過ごす場であり、学校での学習や体験は、生涯にわたる健康な生活習慣の構築を左右します。

イ 学校は、児童(生徒)が健康の大切さを認識できるようにするとともに、自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を育てる教育を行います。

ウ また、学校施設は市民の身近な社会資源として地域に根付いていることから、健康づくりの場としてもその有効活用の可能性を持ったものとして位置付けています。

(4) 企業（職域）の役割

ア 企業（職域）は、従業員の健康管理という観点から、特に、青年期や壮年期の健康づくりに重要な役割を担っています。定期健康診断の実施や受診後の保健指導の充実を図るとともに、労働環境の整備や従業員の福利厚生の実等々に努めます。

イ 地域社会の一員として、健康づくり活動の場の提供や健康に関する技術や情報の提供、健康増進関連商品やサービスの提供等を通して、地域の健康づくりに協力するとともに、市民の健康づくり運動を支援します。

(5) 保健医療の専門家・関係団体の役割

ア 医師、歯科医師、薬剤師等をはじめとする各種保健医療の専門家は、市内の医療及び公衆衛生の分野で市民の命と健康を守るために、相互の連携を図りながら、健康相談や健康学習等さまざまな活動を行っています。

イ 生活習慣病を中心とした健康問題は、複雑・多様化、個別化してきますので、今後も、その解決には専門家として病気の治療にとどまらず、予防や健康づくりに関する相談や情報提供に努めます。

ウ また、すべての市民が「かかりつけ医」を持つように普及啓発を図ることが重要です。

(6) 地域団体の役割

ア 市内には保健医療の専門家で組織された団体のほかに、日常生活全般にわたり安全で豊かな地域社会を築くために組織された自主的な団体が多数あります。

イ 健康は、市民の最も大きな関心事になっていきます。それぞれの団体は活動に健康に関する事柄を取り入れ、学習の場や情報の提供を行います。年齢や性別などにとらわれない自由な発想で自主的な活動を通して地域住民の健康づくりを支援します。

(7) 財団法人川崎市保健衛生事業団の役割

川崎市保健衛生事業団は、川崎市における健康づくりを推進する機関として、地域・健康関係団体・行政等と連携し、運動と栄養に関する事業を通して市民の健康づくりを支援します。また、総合的な保健活動に関する情報を広く市民に提供します。

第5章 「かわさき健康づくり21」の評価

「かわさき健康づくり21」は、平成24年度（2012年度）までに到達すべき目標がどのように達成されたのか、達成されなかったのかを最終年度に評価します。

（1）役割分担における評価

ア それぞれの生活習慣改善の取組みが、一人ひとりの健康や生活にどのように変化を生じさせたのかという点について、意識や行動、身体状況の変化及び経済的変化の側面から統計的評価を行います。

イ 市民の健康や生活が目標数値と比較してどのように変化したのか、具体的な評価の指標は、国民健康・栄養調査、特定健診保健指導における健診・保健指導結果、市民の健康に関する実態調査等、人口動態統計、国民健康保険疾病統計などの各種統計を用いて行います。

ウ 行政、健康づくり関連団体、地域団体、学校等はそれぞれの役割の中での取組みを自ら評価するとともに、市民健康づくり運動推進会議等を通じて、それらの自己評価を総合的な健康づくり運動の推進に活用することとします。

（2）最終評価

平成24年度（2012年度）に行う最終評価では、これまでの取組みの評価と新たな健康課題等を導き出し、次期健康づくり総合計画を策定するための指標とします。

（3）評価の共通理解

ア これらの評価は、計画を推進する市民、関連団体及び行政といった社会全体が認識し、それら各主体間における健康づくりの連携をさらに強めていくことが重要です。

イ それら互いの共通理解を踏まえ、生涯を通じて健康な市民によるこころ豊かな社会が構築されるよう、市民とともに、更なる健康都市かわさきの実現を目指します。

