

# 健康出前講座の実施について

資料1

## 1 「健康出前講座」開催スケジュール(報告)

学校	テーマ	日時	対象	内容	評価方法・備考	
桜本中学校 【場所】 9/16:被服室 11/4:未定	食育	平成23年 9月16日(金)	①10:40~11:25	1年生	・講話(朝食を食べよう) ・野菜量りゲーム 【講師】川崎区役所職員(管理栄養士、保健師)	・生徒に対するアンケート ※当日は授業参観日
			②11:35~12:20	2年生		
			③13:05~13:50	3年生		
川中島中学校 【場所】 武道館	アルコール・タバコ などの依存性物質	11月4日(金)	①10:50~11:40	1年生	・依存とは何か ・アルコール・タバコ等の具体事例と自分の身の守り方 【講師】川崎区役所職員(医師、保健師)	・生徒に対するアンケート
			②11:50~12:40	2年生		
			③13:25~14:15	3年生		
川崎中学校 【場所】 3階教室	アルコール・タバコ などの依存性物質	12月2日(金)	①10:35~11:25	1年生	・依存とは何か ・アルコール・タバコ等の具体事例と自分の身の守り方 【講師】川崎区役所職員(医師、保健師)	・生徒に対するアンケート
			②11:35~12:25			
			③13:10~14:00			
川崎中学校 【場所】 3階教室	歯科保健(体験型)	12月6日(火)	①13:20~14:10	1年生	・講話(歯や口の健康) ・口の状態を知るための体験実習 【講師】川崎区役所職員(歯科衛生士、保健師)	・生徒に対するアンケート
			②14:20~15:10			
		12月7日(水)	①13:20~14:10			
			②14:20~15:10			

## 2 健康出前講座の検証方法について

=MEMO=

お食事アンケート H23. 9. 16 (金) 川崎区役所保健福祉センター健康出前講座

問1 あなたは、朝ごはんを食べていますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 毎日食べる 2. 週に4~5回食べる 3. 週に2~3回食べる 4. 食べない

(問1で2~4のいずれかを答えた人のみ)

問1-1 いつごろから、朝ごはんを毎日食べなくなりましたか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 3才~5才のころから 2. 小学生のころから 3. 中学生になってから  
3. わからない

問2 あなたは、朝ごはんを食べないと、便秘になる、太りやすくなる、貧血になるなど、健康に良くないことがおきると思いますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. とても思う 2. まあまあ思う 3. あまりそう思わない 4. わからない

問3 あなたは、朝ごはんを毎日食べるには、早寝早起が大切だと思いますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. とても思う 2. まあまあ思う 3. あまりそう思わない 4. わからない

問4 あなたは、普段(月曜日から金曜日)、家の人(兄弟姉妹は含みません。)と朝食を一緒に食べていますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 毎日食べる 2. 週に4~5回食べる 3. 週に2~3回食べる 4. 食べない

問5 あなたは、普段（月曜日から金曜日）、家の人（兄弟姉妹は含みません。）と夕食を一緒に食べていますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 毎日食べる
2. 週に4～5回食べる
3. 週に2～3回食べる
4. 食べない

問6 普段、（月曜日から金曜日）、何時ごろに起きますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 午前6時より前
2. 午前6時以降、午前6時30分より前
3. 午前6時30分以降、午前7時より前
4. 午前7時以降、午前7時30分より前
5. 午前7時30分以降、午前8時より前
6. 午前8時以降

問7 普段、（月曜日から金曜日）、何時ごろに寝ますか。1つ選んで、丸をつけてください。

1. 午後9時より前
2. 午後9時以降、午後10時より前
3. 午後10時以降、午後11時より前
4. 午後11時以降、午前0時より前
5. 午前0時以降、午前1時より前
6. 午前1時以降

問8 あなたは、今日の話を聞いて、これからやっていきたいと思ったことはありますか。当てはまるものを全て選んで、丸をつけてください。

1. 朝ごはんを食べる
2. 朝ごはん野菜を食べる
3. 食事を抜かないようにする
4. 野菜を毎日食べる
5. 食事のバランスを考えて食べる
6. ジュースや甘い飲み物は控える
7. 早寝早起きする
8. 特にない

## 『薬物の害』終了後アンケート

問1 あなたの学年に丸をしてください。

- ①1年生 ②2年生 ③3年生

問2 朝ごはんは食べていますか。一つ選んで丸をつけてください。

- 1 毎日必ず食べる
- 2 週に4～5回食べる
- 3 週に2～3回食べる
- 4 食べない

問3 普段、(月曜日から金曜日)何時ごろ寝ますか。一つ選んで丸をつけてください。  
ただし、テスト期間などを除く。

- 1 午後9時より前
- 2 午後9時以降、午後10時より前
- 3 午後10時以降、午後11時より前
- 4 午後11時以降、午前0時より前
- 5 午前0時以降、午前1時より前
- 6 午前1時以降

問4 あなたの歯磨き状況について、一つ選んで、○をつけてください。

- 毎日みがく(1 1回 2 2回 3 3回以上) 4ときどきみがく 5 みがかない

問5 『タバコの害』についての内容は、理解できましたか？

- 1 良く分かった 2 普通 3 分からなかった

問6 『薬物の害』についての内容は、理解できましたか？

- 1 良く分かった 2 普通 3 分からなかった

問7 あなたと一緒に住んでいる家族でタバコを吸う人はいますか。

当てはまる人すべてに丸をつけてください。

- 1 父 2 母 3 兄 4 姉 5 弟 6 妹 7 祖父 8 祖母 9 あなた自身  
10 その他( )

問8 本日の講義で特に印象に残った内容は、何でしたか？

今日からできる事があれば、一つ記入して下さい。

アンケートにご協力ありがとうございました。

※今回ご協力頂いた情報は、個人が特定されることはありませんのでご安心下さい。

問1 あなたの歯磨き状況について、1つ選んで、○をつけてください。

- 毎日みがく (1 1回 2 2回 3 3回以上) 4ときどきみがく  
5 みがかない

問2 あなたは、朝ごはんを食べていますか。1つ選んで、○をつけてください。

1. 毎日食べる 2. 週に4~5回食べる 3. 週に2~3回食べる 4. 食べない

(問2で2~4のいずれかを答えた人のみ)

問2-1 いつごろから、朝ごはんを毎日食べなくなりましたか。1つ選んで、○をつけてください。

1. 3才~5才のころから 2. 小学生のころから 3. 中学生になってから  
4. わからない

問3 あなたは、普段、(月曜日から金曜日)、何時ごろに寝ますか。1つ選んで、○をつけてください。

1. 午後 9時より前 2. 午後 9時以降、午後 10時より前  
3. 午後 10時以降、午後 11時より前 4. 午後 11時以降、午前 0時より前  
5. 午前 0時以降、午前 1時より前 6. 午前 1時以降

問4 あなたが一緒に住んでいる家族でタバコを吸う人はいますか。当てはまるものを全て選んで、○をつけてください。

- 1 父 2. 母 3 兄 4. 姉 5. 弟 6. 妹 7 祖父 8 祖母  
9 あなた自身 10 その他 ( )

問5 あなたは、フッ化物はむし歯予防に効果があると思いますか。1つ選んで、○をつけてください。

1. 効果がある 2. まあまあ効果がある 3. 効果があるともないともいえない  
4. あまり効果がない

問6 あなたは、フッ化物の塗布を受けたことがありますか。1つ選んで、○をつけてください。

- 受けたことがある (1 市町村保健福祉センター等 2 その他の医療機関)  
3. 受けたことがない 4. わからない

問7 あなたは、むし歯は食生活（甘味飲料のとり方）と関係があると思いますか。

1つ選んで、○をつけてください。

1. 関係がある
2. まあまあ関係がある
3. 関係があるともないともいえない
4. あまり関係ない
5. 関係はない

問8 あなたは、スポーツ飲料やジュース等の甘い飲み物をどれくらい飲みますか。

1つ選んで、○をつけてください。

1. 飲まない
2. 週に1～2回飲む
3. 週に3～6回飲む
4. 毎日1～2回飲む
5. 毎日3回以上飲む

問9 あなたは、歯や全身の健康によい生活を送っていますか。1つ選んで、○をつけてください。

1. よい生活を送っている
2. だいたいよい生活を送っている
3. よい生活を送っているともいえないともいえない
4. よい生活を送っていない

問10 あなたは、現在、歯や口で困っていることはありますか。当てはまるものを全て選んで、○をつけてください。

1. 困っていない
- 困っている {
2. 歯が痛い・しみる
3. 歯ぐきから血がでる
4. 歯ぐきが腫れる
5. 食べ物がよくかめない
6. 歯並びが気になる
7. 口が大きく開かない・開けるとカクッと音がする・開けると顎が痛い
8. その他（ ） }

問11 「普段の生活の中で歯や口の病気で困らない・悩まない」「自分の歯や口に自信が持てる」ようになるためには、日頃から自分の歯や口に関心を持ち、自分で積極的にむし歯や歯周病を予防することが大切です！

今日の授業や実習を通して、むし歯や歯周病の予防のために今日からできることがあれば、

1つ記入してください。

★できること

今日の授業や実習を通して、特に印象に残った内容や感想があれば、1つ記入してください。

★

ご協力ありがとうございました。

# 「地域の人と子育て中の親が出会う場所づくり」について

対応する審議課題	地域での子育て、子どもの居場所づくり	
課題解決策	★地域の人と子育て中の親が出会う場所づくり	
解決策の概要	<p>・地域の人(特に高齢者)が集う場所に子育て中の母親が気兼ねなく訪れることのできるような仕組みをつくるきっかけとなるような取組を行う。</p> <p>・出会う場所では、母親が地域の人に子育ての悩みを伝えたり(単に話を聞いてくれるだけでも可)、地域の人が子どもと一緒に昔遊びをするなど、各自が自由に時間を過ごす。</p> <p>・町内会館、子育てサロン、地域の縁側、こども文化センター、老人いこいの家など、様々な場所を活用する。</p>	
主な役割	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 区民会議 ( 出会う場所開設の審議・調査、出会うきっかけとなるような企画 )</li> <li>■ 区民 ( 出会うきっかけとなるような企画への参加 )</li> <li>■ 市民団体 ( 出会うきっかけとなるような企画への参加 )</li> <li>■ 行政 ( 行政関連部署との調整、出会う場所開設に関する調整 )</li> </ul>	
解決に向けた取組スケジュール	・出会う場所に関する審議・調査	～23年度
	・介護予防事業、地域の縁側、町内会、地域子育て支援センター等に関する状況確認	～23年度上期
	・地域の人と子育て中の親が出会うきっかけとなるような仕組みづくりを検討	～23年度
実施場所	・川崎区内各所	
実施目的	<p>・地域全体で子どもを育てる環境をつくる。</p> <p>・母親にとっては育児の労力や悩み軽減、高齢者にとっては生きがいが持てる環境をつくる。</p>	
当解決策における最終的な目標	<p>・出会う場所を開設のきっかけとなるような取組を通じて、地域全体で子育てを支える仕組みづくりを検討する。</p>	

## 1 地域全体で子育てを支える仕組みづくりについて

～これまでの審議より～

① **地域資源・人材の掘り起こし、地域毎のニーズの把握・分析**

・各委員が、地域資源(場所・人材)の掘り起こしを行う

・地域の人達が集まる場所において子育て中の親を対象とした出会いのきっかけづくりの企画を実施し、実施に子育て中の親のニーズを把握・分析し報告し合う

② **区内各施設・団体における世代間交流プログラム実施の提案**

区内の各施設・団体(いこいの家、こども文化センター、地域子育て支援センター、町内会、地域の縁側等)で、年に1度世代間交流プログラムを実施してもらうよう提案する

## 2 事例報告

=MEMO=