

●● ● 第1部 ●●

八千代市第2次健康まちづくりプラン

改訂版

●● ● 第1章 ●●

計画の改訂にあたって



第1節 計画改訂の趣旨

八千代市では平成11年3月に、生きていることの幸せをみんなが実感できるまちづくりを誓う「健康都市宣言」を行い、その実現に向けて、市民の健康づくりに関する具体的な目標を掲げ、施策の方向性を明らかにした「八千代市健康まちづくりプラン」（以下、「第1次プラン」という。）を平成16年3月に策定しました。

その後、国が平成24年7月に制定した「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」の全部改定（いわゆる「健康日本21（第2次）」）や八千代市の健康実態などをふまえ、平成25年度からの新たな計画となる「八千代市第2次健康まちづくりプラン」（以下、「第2次プラン」という。）を策定しました。今後10年を見据えた市民の生涯を通じた健康づくりの推進をめざし、健康的な生活習慣のための乳幼児期から高齢期までライフステージごとの健康づくりの推進と、新たに各世代における「こころの健康づくり」に取り組みました。

第2次プランは、平成25～34年度の10年間の計画期間として策定し、計画の中間年度にあたる平成29年度を中間評価年度として定め、5年間の取り組みを経て、策定時に設定した数値目標の達成状況や関連する取り組み状況の評価を行いました。

このたび中間評価の結果とともに、健康づくりを取り巻く社会的変化、制度の変更などをふまえ、今後の方向性を記した第2次プラン改訂版（以下、「本プラン」という。）を策定しました。

今後も健康的な生活習慣のために世代ごとの健康づくりをすすめると共に、地域全体で相互に支え合いながら、健康を守る環境づくりに努めます。

健康都市宣言

私たち八千代市民は、新川のようにおだやかなまちの中で、だれもが生きがいをもち、安心して自分らしく、心豊かに暮らせることを望んでいます。

私たちは健康について考え、家族や地域の人たちと学び合い、ふれあいの輪を広げながら、地球市民であることを自覚し、健康的な環境づくりに努めます。

ここに市民一人ひとりが、愛と夢、勇気をもって、生きていることの幸せを実感できるまちづくりを誓い、「健康都市」を宣言します。

平成11年3月19日



第2節 計画の概要

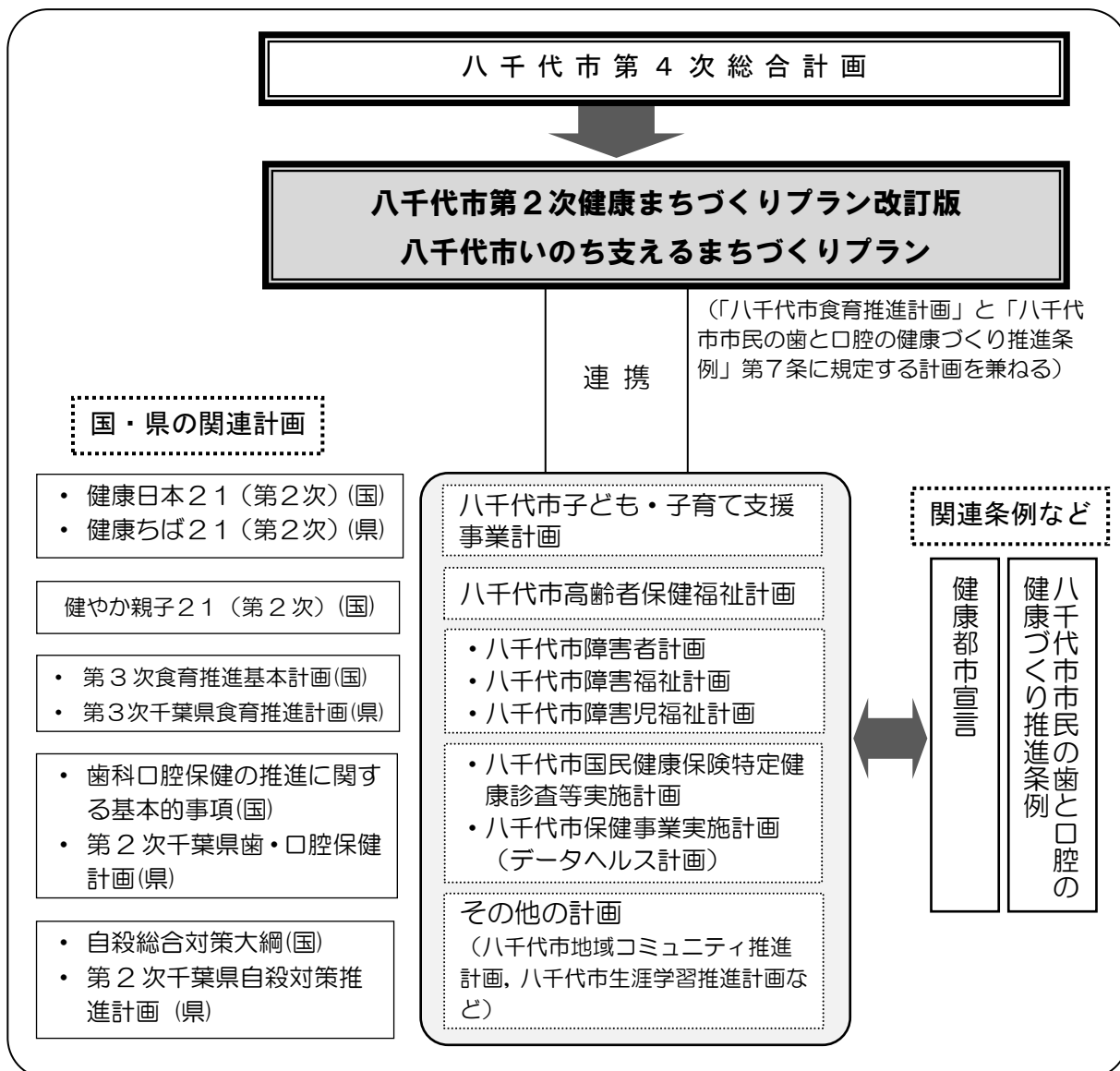
1 計画の位置づけ

本プランは、健康増進法に基づく市町村健康増進計画であり、八千代市第4次総合計画を上位計画とした市民の健康づくりのための基本計画です。

また、八千代市食育推進計画と八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例第7条に規定する計画を兼ねております。

さらに、自殺対策基本法に基づく市町村自殺対策計画である八千代市いのち支えるまちづくりプランと一体的に推進すると共に、関連部署の諸計画との連携や「健康日本21（第2次）」「健やか親子21（第2次）」などの国や県の関連計画との整合性も図っています。

■計画の位置づけ





2 計画期間

第2次プランの期間は、平成25（2013）年度から平成34（2022）年度までの10年間です。計画の中間にあたる平成29（2017）年度には、見直しを行い、平成30（2018）年度には本プランを策定しました。なお、八千代市総合計画との整合性及び社会情勢の変化などによって見直しが必要になった場合には、適宜見直すものとします。

平成25 (2013) 年度	平成26 (2014) 年度	平成27 (2015) 年度	平成28 (2016) 年度	平成29 (2017) 年度	平成30 (2018) 年度	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度
八千代市第2次健康まちづくりプラン					八千代市第2次健康まちづくりプラン改訂版				
					八千代市いのち支えるまちづくりプラン				
八千代市第4次総合計画								第5次	
八千代市次世代育成支援後期行動計画		八千代市子ども・子育て支援事業計画					第2期		
第6次老人保健福祉計画 第5期介護保険事業計画		八千代市高齢者保健福祉計画 第7次老人保健福祉計画 第6期介護保険事業計画			第8次老人保健福祉計画 第7期介護保険事業計画		第9次 第8期		
八千代市第3次障害者計画			八千代市第4次障害者計画					第5次	
八千代市第3期障害福祉計画		八千代市第4期障害福祉計画			八千代市第5期障害福祉計画		第6期		
					八千代市第1期障害児福祉計画		第2期		
八千代市第2期特定健康診査等実施計画					第3期 八千代市国民健康保険特定健康診査等実施計画				
					八千代市保健事業実施計画（データヘルス計画）				
					第1期		第2期		





3 計画改訂の経緯

(1) 中間評価のためのアンケート調査の実施

市民の健康に関する考えや生活習慣に関する現状を把握し、計画を見直す際の基礎資料を得るため、平成 28 年 10 月に「八千代市第 2 次健康まちづくりプラン中間評価のためのアンケート調査」（以下、「中間評価アンケート」という。）を行いました。（資料編 133 頁参照）

(2) 中間評価の実施

平成 29 年度は市民及び関係団体による八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会及び世代ごとの部会を開催し、中間評価アンケート等の結果をふまえ、平成 30（2018）年度以降の取り組みの方向性を確認し、中間評価報告書を作成しました。（資料編 137 頁参照）

(3) 改訂版の素案の検討

中間評価報告書を基に、健康づくりを取り巻く社会的変化、制度の変更などをふまえ、本プランの素案を作成し、平成 30 年度第 1 回八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会において検討しました。

(4) パブリックコメントの実施

本プランの素案については、平成 30 年 10 月 1 日～10 月 31 日に市ホームページ及び市役所本庁舎や保健センター等の公共機関において公開し、パブリックコメントにより広く市民の意見を募集しました。



第1部

●● ● 第2章 ●●

計画の基本的な考え方





第1節 基本理念と基本目標

(1) 基本理念

生きていることの幸せをみんなが実感できるまちをめざして

基本理念は第2次プランを継承し、あらゆる人が生きていることの幸せを実感できるまちをめざします。

この基本理念の実現にあたって、以下の3つの基本目標を掲げます。

(2) 基本目標

1

子どもから高齢者まで
みんないきいき暮らす
まち・やちよ

病気や障がいの有無にかかわらず、子どもから高齢者まで、誰もが自分らしく毎日をいきいきと暮らしていくことが重要です。

あらゆる人がQuality Of Life (QOL：生活の質)の維持・向上に努めながら、生きがいを持ち、自分の能力を十分に発揮しながら、その人らしい暮らしの実現をめざします。

2

みんなのいきいきを
応援しあうまち・やちよ

人生を充実したものとし、こころ豊かに楽しく過ごすためには、健康を支え合う仲間づくりや地域づくりが重要です。

家庭・地域・職場・学校などにおける、家族や友人たちとの関係も健康に影響するため、地域の人々や団体・企業などと協働して、健康なまちづくりをすすめます。

3

健康な暮らしの
環境づくりを
すすめるまち・やちよ

健康づくりをすすめるにあたって、その基盤となる環境をつくっていくことが重要です。

個人の努力以外のさまざまな仕組み、場づくり、人材育成などに行政や関係機関などが積極的に関わり、子どもから高齢者まで誰もが、健やかに暮らせる環境づくりをすすめます。



第2節 基本方針

(1) 市民参画による策定・推進・評価

第2次プランでは、第1次プランで立ち上がった八千代市思春期保健ネットワーク会議等の3つの個別プロジェクト*の取り組みを継承し、すすめてきました。

本プランにおいても、引き続き市民参画のもと、策定・推進・評価を行います。

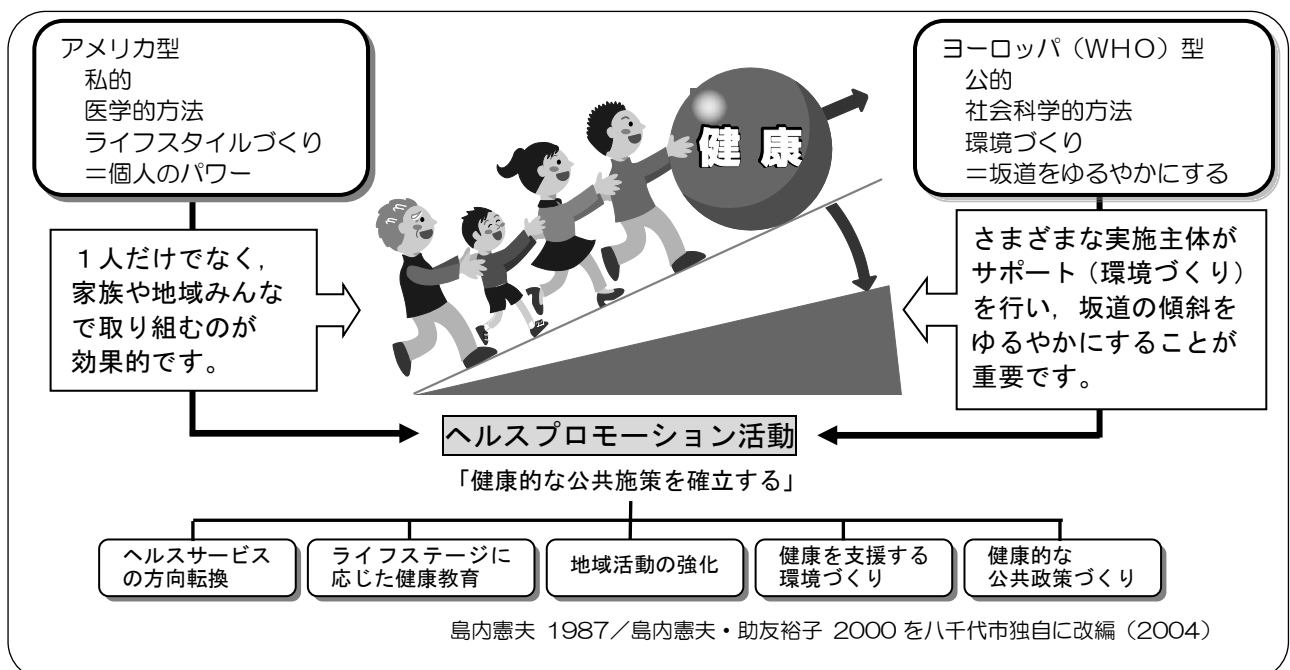
*個別プロジェクトについては15頁を参照。

(2) ヘルスプロモーションの理念に基づく策定・推進・評価

健康づくりにおいては、「自分の健康は自分でつくり、守る」という意識のもとに市民一人ひとりが取り組むことが大切ですが、専門家や行政が知識や技術を提供するだけではなく、地域社会全体で個人の健康づくりを支援し、取り組みやすくするという視点が欠かせません。

単に体やこころの健康に取り組むだけではなく、たとえ病気や障がいがあっても、その人らしい暮らしを地域で継続できる社会的な健康にも目を向けていく必要があります。お互いの存在を認め合い、助け合える関係を築き、「八千代市に住んでよかった」と思える地域をつくっていきたいと考えます。そのために、「専門家まかせ」「個人まかせ」ではなく、家族や地域の人々、そして行政の施策など、「地域全体の力」で健康づくりを支援するという、ヘルスプロモーションの理念に基づき、策定・推進・評価を行います。

■ヘルスプロモーションの理念





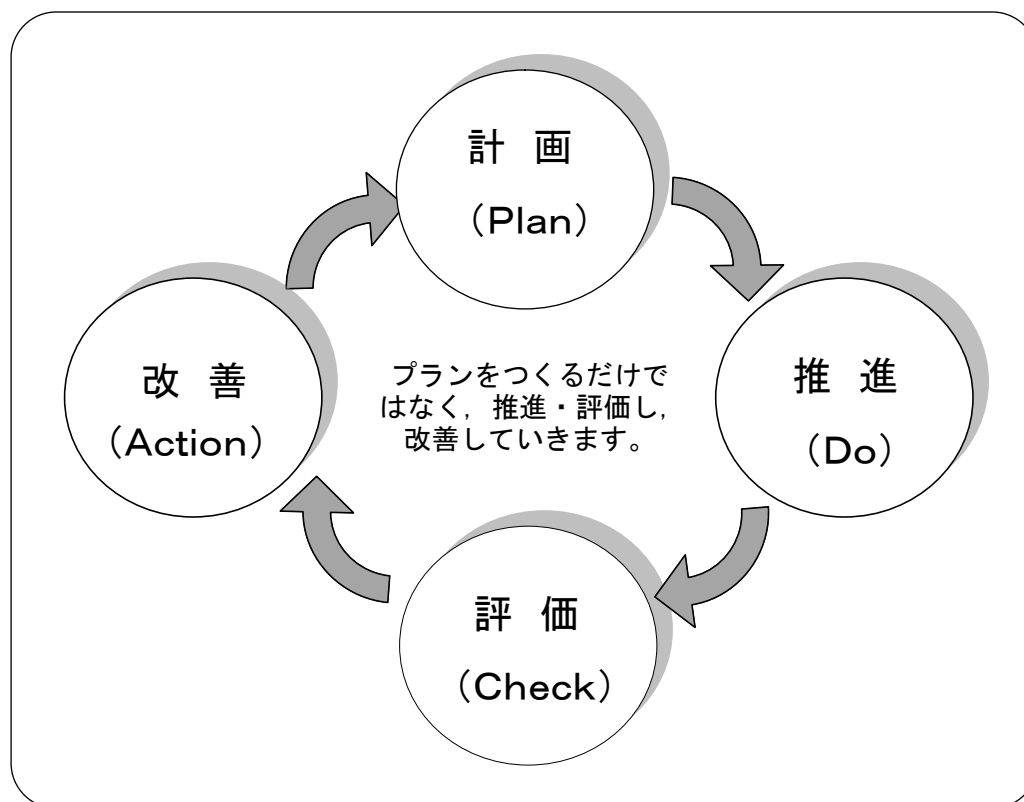
(3) 子どもから高齢者まで、全ライフステージに応じた一体的な計画

子どもから高齢者までの健康づくりの視点を一体的に盛り込み、誰もが八千代市で健やかにいきいき暮らせることをめざして取り組みを推進します。

(4) 可能な限り数値化した指標の設定と、実効性のある取り組み

目標に向けた取り組みを評価するため、可能な限り指標を数値化し、数値目標を設定します。また、行政・関係機関における取り組みにおいては、推進部署を明記し、Plan（計画）→Do（推進）→Check（評価）→Action（改善）の流れを大切にして、実効性のある取り組みを盛り込み、よりよいプランにしていきます。

■プランの策定から改善まで





第3節 計画の特徴

(1) 健康的な生活習慣のための各ライフステージの健康づくりを推進します

- ①将来的な生活習慣病発症予防のために妊娠期から子育て期の取り組みの推進
- ②生活習慣に起因する要介護状態を予防するための取り組みの推進
- ③各ライフステージにおけるこころの健康づくりの推進

(2) 個人の健康づくりを支える地域活動（地域コミュニティの構築）を推進します

- ①成年世代（18～64歳）からの地域活動への参加促進
- ②市民主体の健康づくりの推進
 - ・既存の住民組織活動（母子保健推進員、支会*等）との連携強化
 - ・NPO・市民活動団体との協働の健康づくり

あらゆる市民が自分の経験や得意分野を活かし、地域の中で、市民の健康づくりを支えています。こうしたNPO・市民活動団体と行政は、それぞれの活動の理解を図ったり、活動団体同士の交流やネットワークをつくっていくなど、協働の健康づくりを推進します。

(3) 健康を支援する環境づくりを庁内関係部署や職域保健関係機関と連携し推進します

- ①庁内関係部署の推進計画とタイアップし、健康の視点を持った環境づくりをめざします。
- ②職場の健康づくり（職域保健）について、地域・職域連携推進協議会等において検討します。

(4) 地域や集団の健康特性に合わせた健康づくりの取り組みを推進します

地域や集団の健康課題を把握し、その課題に応じた健康支援をすすめます。

また、本プランを市民・地域・行政や関係機関など地域社会全体の力で推進し、地域や集団に合わせた健康づくりを支援することで、市民の健康リスクの低減をめざします。

(5) 健康に関する情報提供体制を推進します

インターネット化等の推進と並行して、電子データを利用しない市民に対する情報提供の工夫に努めます。

*支会：地域住民による自主的な福祉活動を展開していく社会福祉協議会による住民組織

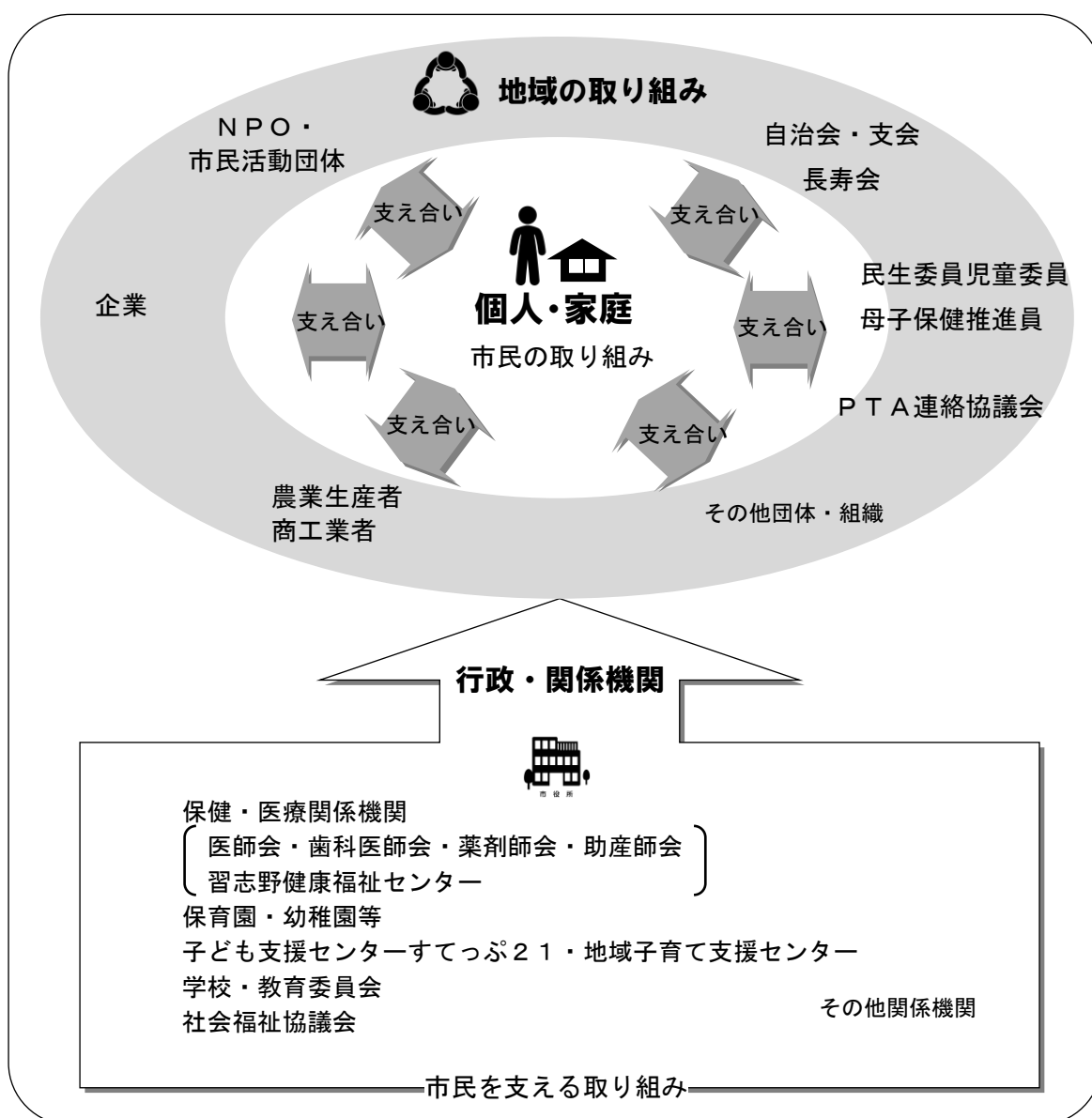


第4節 計画の推進体制

(1) 協働による計画の推進

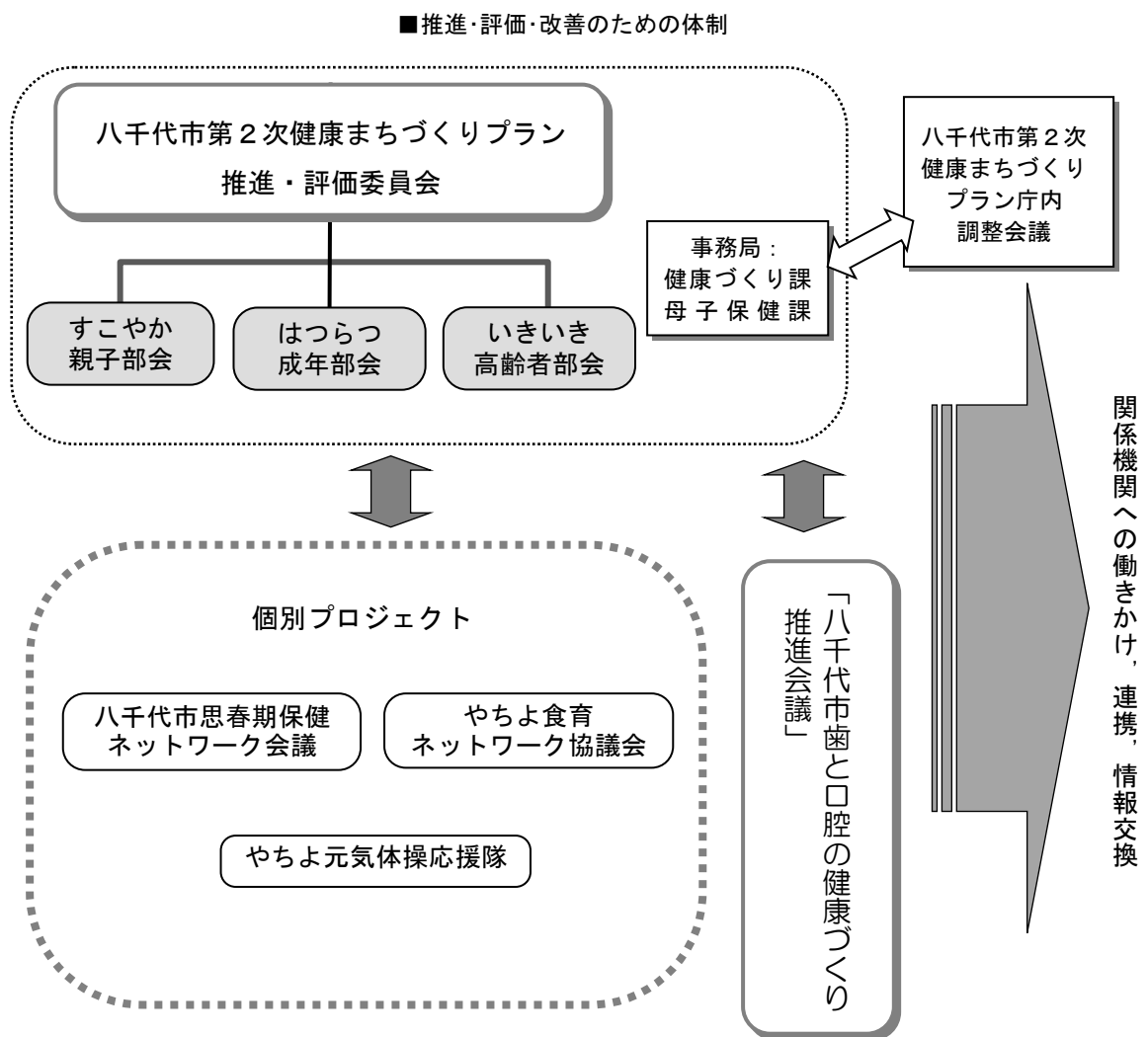
八千代市全体で健やかなまちづくりに取り組むためには、市民一人ひとりが個別に努力すればよいのではなく、また、行政だけの取り組みだけでは十分ではありません。個人や家庭とそれを取り巻く地域、そして行政や関係機関が、それぞれの活動領域で役割を發揮していくことが大切です。本プランで掲げる取り組みを実行し、基本理念を実現するために、協働による推進を図ります。

■市民の取り組みと、市民を支える取り組み



(2) 計画の推進・評価体制

計画の推進・評価・改善にあたり、市民及び策定に携わった関係団体・専門家による「八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会」を中心として、よりよいプランとなるように努めます。また、「八千代市第2次健康まちづくりプラン庁内調整会議」にて行政・関係機関の取り組みの推進・評価を行います。



推進・評価については、広報やちよや市ホームページで情報を公開します。



～個別プロジェクトの推進～

個別プロジェクトは、計画で掲げた目標や取り組みをより具体的に推進する母体として活動しています。その活動内容及び活動評価を「八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会」にて報告します。

現在、3つの個別プロジェクト「八千代市思春期保健ネットワーク会議」「やちよ食育ネットワーク協議会」「やちよ元気体操応援隊」が活動しています。

八千代市思春期保健ネットワーク会議

「思春期の生と性」の取り組みを推進することを目的に平成18年8月に発足した組織です。行政、教育委員会、学校関係者、医師会・助産師会などの関係団体、保護者などを委員として、子どもたちが自分の生と性を大切にできるような取り組みを推進しています。

やちよ食育ネットワーク協議会

「食育」の取り組みを推進することを目的に平成15年6月に発足した組織です。「やちよ食育ネット運営委員会」として、子どもの食を通じた健康づくりのため、NPO・市民活動団体や農業生産者などと共に、食育事業の企画・立案等の活動をしてきました。そして、平成23年6月1日には食育の更なる推進のため「やちよ食育ネットワーク協議会」へと組織を再編成し、行政、教育委員会、学校関係者、保護者などを委員として、農業生産者と連携した食育の充実を図っています。

やちよ元気体操応援隊

「心身機能の維持（転倒予防）」の取り組みを推進することを目的に平成18年度から、やちよ元気体操応援隊養成講座を開催しています。高齢者が楽しみながら運動を継続し転倒等を予防できるように、やちよ元気体操応援隊は、やちよ元気体操の普及と地域に根付いた住民主体の健康づくりを推進しています。





(3) 計画の評価の具体的方法

評価にあたっては、「目標がどの程度達成されたか」という結果だけではなく、「そのためにどのようなことに取り組んだのか」という、プロセス（過程）を重視します。

①平成 34 年度に最終評価

最終評価を行うために、平成 28 年度に行った中間評価アンケートと同様の調査を行い、実態を把握します。また、目標に向けた具体的な取り組みの進捗状況調査結果とともに、総合的な評価を行います。

②継続的なデータの蓄積と年度ごとの見直し

平成 30 年度以降は、行政・関係機関の取り組みの進捗状況や国・県などの統計データ及び市の事業実績を把握し、年度ごとに見直しを行います。

(4) 八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例との関連

「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」に掲げた理念の推進のため、平成 25 年度に設置した「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」の中で、歯と口腔の健康づくりに関する施策については、他計画との連携を図りながら推進します。

推進の経過や成果などは「八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会」にて報告します。

第1部

● ● ● 第3章 ● ● ●

計画の推進



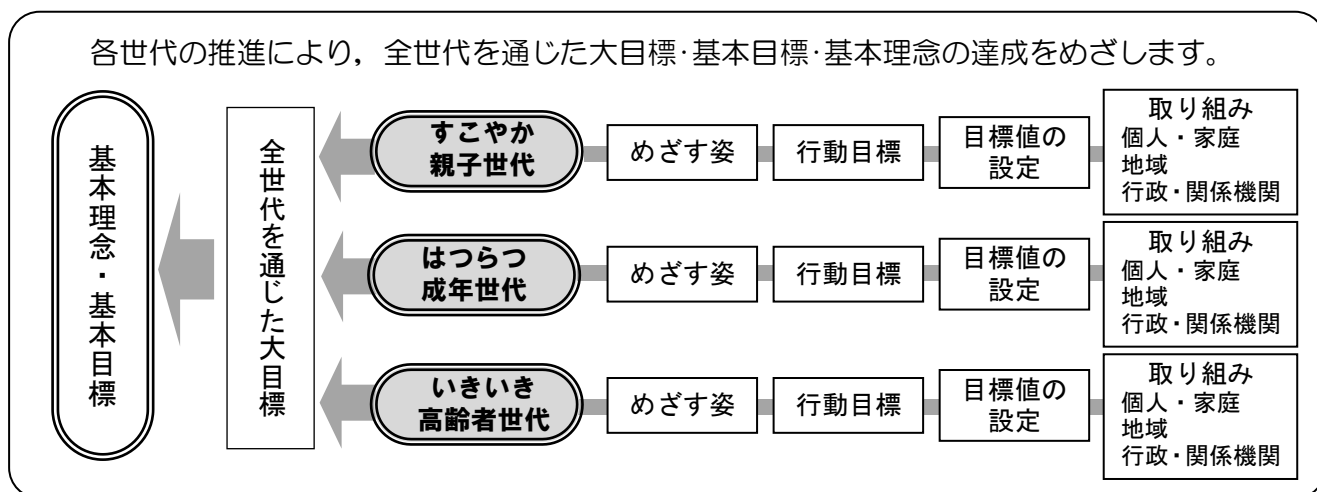


第1節 計画の推進に関する基本的な考え方

(1) ライフステージごとの「めざす姿」と行動目標を設定します

健康づくりは、子どもから高齢者までの生涯を通じて行うことが重要ですが、人生のライフステージごとにめざす健康な姿や健康の課題は異なっています。そのため、第2次プランでは、人生のライフステージを3つに分け、それぞれのライフステージの健康課題に応じた健康づくりの目標（めざす姿）と取り組みを設定しました。

本プランでも、第2次プランを継承し、3つのライフステージ「すこやか親子世代（妊娠期～乳幼児・思春期）」「はつらつ成年世代（18～64歳）」「いきいき高齢者世代（65歳以上）」の健康づくりの目標に向けた取り組みの推進により、大目標・基本目標・基本理念の達成をめざします。



計画の最終年度である平成34年度における目標値を設定しています。

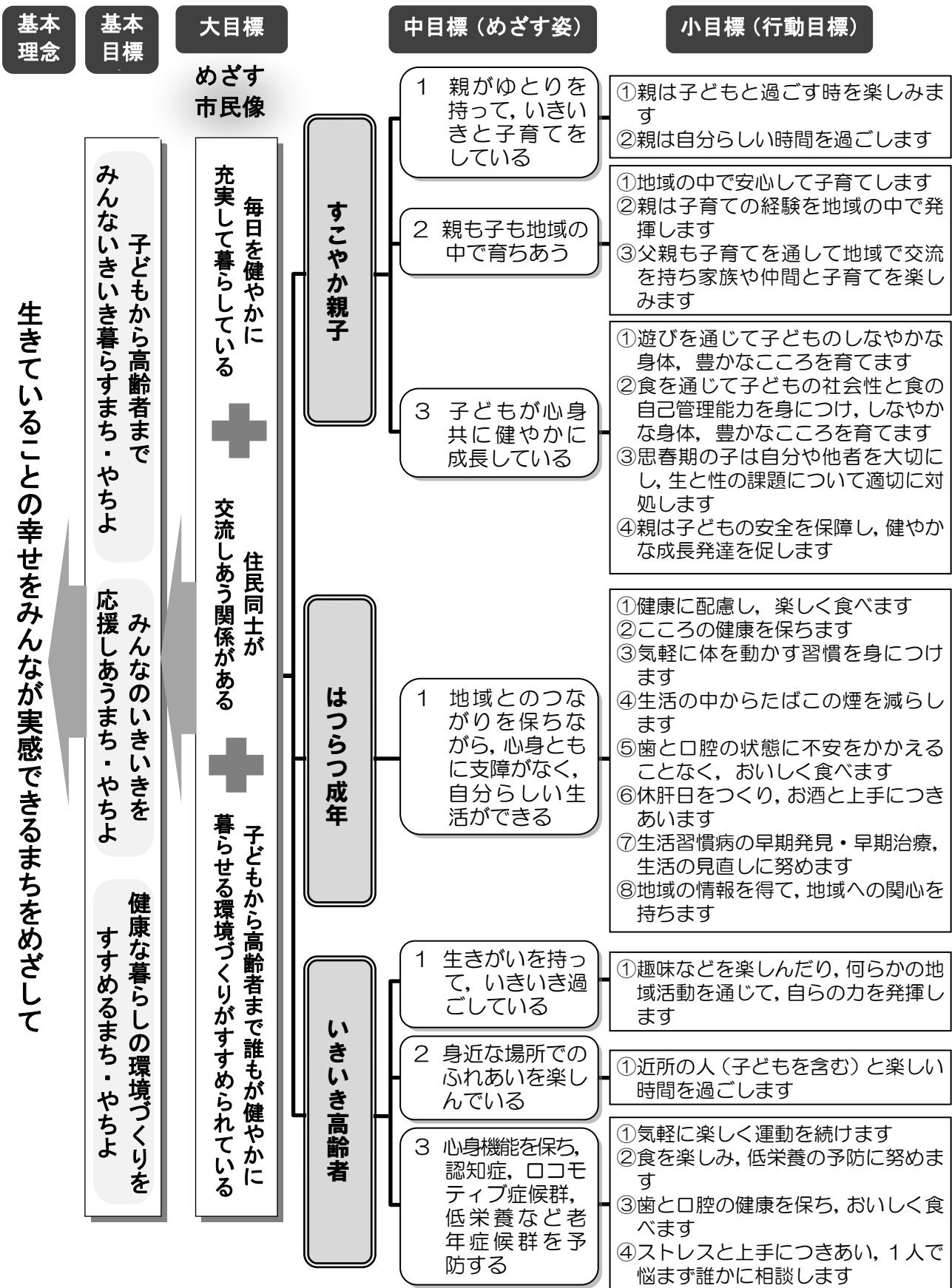
(2) 協働による取り組みを推進します

目標を実現するために、「個人・家庭」「地域」「行政・関係機関」の協働による取り組みを推進します。

「個人・家庭」とは……	市民一人ひとり及び家族の中での健康づくりの取り組み
「地域」とは……	NPO・市民活動団体、民生委員児童委員、母子保健推進員、自治会、支会、長寿会、PTA連絡協議会、農業生産者・商工業者・企業等の健康づくりの取り組み
「行政・関係機関」とは…	行政、学校、教育委員会、保育園・幼稚園等、保健・医療関係機関（医師会、歯科医師会、薬剤師会、助産師会、習志野健康福祉センター）、社会福祉協議会等の健康づくりの取り組み



第2節 施策の体系図





第3節 重点取り組み

重点取り組みは、各世代における複数の小目標を一体的に推進していきます。

本プランでは、中間評価をふまえ、第2次プランの重点取り組みを継承し推進することとしました。

(1) すこやか親子世代の重点取り組み

親子のこころの健康を地域で支える健康づくりに取り組みます

【取り組みの課題】

母子保健の場面で起こっているさまざまな問題、例えば子育て中の親のイライラ・強い育児不安や不適切な養育、また、思春期で起こるこころの問題の多くは、乳幼児期からの家族関係、すなわち子どもに関わる大人のこころの健康度が大きく影響します。

人間関係の希薄さから起こるさまざまな問題が社会全体の課題になっている中、親子・夫婦・周りの人との関係を築き、こころの健康を維持することが重要です。

子育て中の親が、家庭や地域で孤立することなく健やかに子育てするために、親子のこころの健康を地域で支える健康づくりを重点取り組みとします。

【取り組みの方向性】

乳幼児期からのより良い家族関係を築くために、親の子どもへの接し方の具体的な方法について伝える事業を実施します。また、地域で孤立することなく子育てするために、父親への支援を行うこと、地域住民・関係機関と一緒に地域の特性に合わせた「子育てしやすいまちづくり」を行うことを、地域ごとに実施している地域会議（地域情報交換会等）を中心に推進します。





(2) はつらつ成年世代の重点取り組み

健康づくりを地域みんなで取り組みます

【取り組みの課題】

さまざまな役割のある成年世代は、心身の不調に気づいても自身の役割を果たすことが優先され、健康への配慮がおろそかになりがちです。しかし、この時期の生活習慣が生活習慣病等の発症に大きく影響するため、正しい情報を得て、できるだけ栄養のバランスを考えて食べることで、体を動かすこと等、生活場面で実践につなげることが大切です。

成年世代は、日常生活で健康講座に参加するなどの健康のための取り組みを優先するのは難しい時期であると言えます。日常生活でよく利用する場や機関に協力を得ながら情報を発信し、正しい情報が届くように工夫することや健康を支援する環境の整備を推進していくことが重要となります。このため、地域みんなで健康づくりをすすめることを重点取り組みとします。

【取り組みの方向性】

食を通じた健康づくりの取り組みは、多くの方が外食・中食*を利用している現状をふまえ、野菜がたっぷり食べられるような健康に配慮したメニューの提供の推進、飲食店等での食を通じた健康情報の発信を行います。たばこ対策の取り組みは、職場や飲食店、公共施設などにおける禁煙・分煙に向けた環境づくりを推進します。

情報発信については、発信手段だけではなく、内容も工夫し関心を持ってもらえるように検討します。

この世代は、学校や職場に属する人も多いため、大学や職域*への働きかけも検討し、より多くの人に働きかけるように努めます。

*中食：家庭外で調理された食品を購入して、家庭の食卓で食べること。

*職域：職業や職務の範囲、職場。



(3) いきいき高齢者世代の重点取り組み

運動をきっかけとした住民主体の健康づくりに取り組みます

【取り組みの課題】

「健康日本21（第2次）」の高齢者の健康づくりにおいては、健康寿命の更なる延伸が大きな目標となっています。

八千代市においても健康寿命を延ばすために、高齢者が積極的に地域活動に参加し生きがいを持つことや、近所の人とのふれあいを推進していく必要があります。

また、介護予防の観点から心身の機能を維持することも重要な課題となっており、運動や食生活、歯と口腔、休養に関する取り組みを推進していく必要があります。特に「運動」は、認知症やロコモティブ症候群*等の予防に有効ですが、活動性が低下しやすい高齢者にとっては「運動の継続」は大きな課題となっています。

高齢者が運動を続け、活動量を維持していくためには、仲間と誘い合って運動に取り組むことが非常に効果的です。さらに、その活動は、個人の心身機能の維持だけではなく、地域住民の交流を深め、地域活動への参加を促すきっかけづくりとしても有意義であると考えます。運動をきっかけとした住民主体の健康づくりを重点取り組みとします。

【取り組みの方向性】

身近な地域で住民同士が楽しみながら運動を続けられるように、やちよ元気体操*の普及と地域に根付いた住民主体の健康づくりを推進する人材（やちよ元気体操応援隊）の養成とその自主活動を支援します。

また、運動をきっかけに健康づくりへの関心が高まるように、運動の効果や、やちよ元気体操等の気軽にできる運動の情報提供を行うとともに、低栄養や認知症予防等に関わる食生活や歯と口腔の健康づくりについても普及啓発に努めます。

運動をきっかけに、住民同士のつながりや地域活動への参加が促進されるように、本部会のめざす姿（中目標）「生きがいづくり」「身近な地域でのふれあい」「心身機能の維持」を三位一体で推進します。

*ロコモティブ症候群：骨や関節、筋肉などの運動器の障がいのために、介護が必要となる危険性の高い状態。

*やちよ元気体操：運動推進を目的に平成17年度に作成した八千代市オリジナルの体操。（平成20年度には上級編を作成。）



第4節 全世代を通じた大目標

「生きていることの幸せをみんなが実感できるまち」を実現するために掲げている3つの基本目標について、それぞれ、「めざす市民像」を描き、象徴的な指標を「大目標」として設定しています。

基本目標1 子どもから高齢者までみんないきいき暮らすまち・やちよ



めざす市民像

毎日を健やかに充実して暮らしている

指標	毎日を健やかに充実して暮らしていると思う市民の割合		
基準値（平成23年度）	「思う」市民の割合 85%	出典	第2次プラン調査（平成23年度）*
直近値（平成28年度）	「思う」市民の割合 84.3%	出典	第2次プラン調査（平成28年度）*
目標値（平成34年度）	「思う」市民の割合の増加		

基本目標2 みんなのいきいきを応援しあうまち・やちよ



めざす市民像

住民同士が交流しあう関係がある

指標	地域の中に健康を支え合う関係があると思う市民の割合		
基準値（平成23年度）	「思う」市民の割合 55.4%	出典	第2次プラン調査（平成23年度）*
直近値（平成28年度）	「思う」市民の割合 50.9%	出典	第2次プラン調査（平成28年度）*
目標値（平成34年度）	「思う」市民の割合 65%		

基本目標3 健康な暮らしの環境づくりをすすめるまち・やちよ



めざす市民像

子どもから高齢者まで誰もが健やかに暮らせる環境づくりがすすめられている

指標	健康に暮らせる環境づくりをすすめているまちと思う市民の割合		
基準値（平成23年度）	「思う」市民の割合 42.4%	出典	第2次プラン調査（平成23年度）*
直近値（平成28年度）	「思う」市民の割合 39.8%	出典	第2次プラン調査（平成28年度）*
目標値（平成34年度）	「思う」市民の割合 55%		

*第2次プラン調査（平成23年度）：八千代市第2次健康まちづくりプラン策定のためのアンケート調査（平成23年11月）

*第2次プラン調査（平成28年度）：八千代市第2次健康まちづくりプラン中間評価のためのアンケート調査（平成28年10月）



第5節 ライフステージごとの目標と取り組み

1 「すこやか親子世代」の目標と取り組み

「すこやか親子世代」のめざす姿

子育て中の親と子が毎日を健やかに暮らしていくためには、親がゆとりを持って子育てを楽しみながら、地域とのつながりの中で、親子共に育ちあうことが大切です。そのためには、地域の人の子育ての大変さや子育て中の親子と交流することの大切さを理解し、地域の見守りの中で安心して子育てができることが望まれます。

また、父親も子育てを通して地域で交流を持ち家族や仲間と子育てを楽しむことをめざします。

子どもにとっても、このような環境で成長することで、自分や他者を大切にできることを育むことができると考えます。



すこやか親子世代の健康づくり (妊娠期～乳幼児・思春期)

めざす姿

1 親がゆとりを持って、いきいきと子育てをしている

2 親も子ども地域の中で育ちあう

3 子どもが心身共に健やかに成長している

行動目標

- ①親は子どもと過ごす時を楽しみます
- ②親は自分らしい時間を過ごします

- ①地域の中で安心して子育てします
- ②親は子育ての経験を地域の中で発揮します
- ③父親も子育てを通して地域で交流を持ち家族や仲間と子育てを楽しみます

- ①遊びを通じて子どものしなやかな身体、豊かなところを育てます
- ②食を通じて子どもの社会性と食の自己管理能力を身につけ、しなやかな身体、豊かなところを育てます
- ③思春期の子は自分や他者を大切に、生と性の課題について適切に対処します
- ④親は子どもの安全を保障し、健やかな成長発達を促します

ひとり親家庭、働く親の子育て支援などは、八千代市子ども・子育て支援事業計画で定め、対策を講じています。

めざす姿

1

親がゆとりを持って、いきいきと子育てをしている

親が子どもと過ごす時を楽しみ、時には自分らしい時間を過ごすことで、ゆとりを持っていきいきとした子育てをすることをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
ゆとりを持って子育てをしていると感じている乳幼児の親の割合	62.9%	56.8%	75%	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度） 直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

<中間評価と今後の方向性>

行動目標①「親は子どもと過ごす時を楽しみます」の数値目標については、子どもと過ごす時間について毎日が楽しいとよく感じる親の割合は後退し、子育てをしている中で不安を感じている親の割合は横ばいでした。年齢別でみると2歳代で多く、内容別ではしつけや接し方に関することが6割以上でした。（調査結果の抜粋：134頁参照）

平成28年度より専門職が母子健康手帳の交付を全数面接で実施することとし、妊娠期から関わりを持つことにより、成長過程で生じる不安を解消できるよう、支援を行っています。また、1歳6か月児健康診査の満足度は目標達成できており、今後も医療機関と連携し、子どもの発達相談や、親の子育ての不安に対する相談など、養育支援について取り組んでいきます。

行動目標②「親は自分らしい時間を過ごします」の数値目標については、成人や高齢者は、母親が自分の時間を持つことが良いと思う人の割合が改善傾向となっており、地域で見守る世代の意識変化が確認できました。

その他、自分の時間を持つことができている人の割合や子育てをよくやってくれる父親の割合は横ばいでしたが、父親が育児をよくやってくれる人や地域に見守られながら子育てをしていると感じている人ほど、子育てにゆとりがあると感じる割合が高い傾向にありました。（調査結果の抜粋：134頁参照）ゆとりを持っていきいきと子育てをするためには、父親の育児参加や地域の見守りが重要と確認できました。

めざす姿1の数値目標である「ゆとりを持って子育てをしていると感じている乳幼児の親の割合」は横ばいでした。今後も親の育児不安を少しでも解消できるように、妊娠期からの専門職による切れ目のない支援を行い、父親の育児参加や地域の見守る体制づくりへの取り組みを引き続き実施していきます。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編160頁参照



【行動目標①】

親は子どもと過ごす時を楽しみます

親が子どもと一緒に過ごす時を大切にし、ゆったりと子育てに向き合うことができることをめざします。

＜数値目標＞

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 親は子どもと過ごす時を楽しみます				
子どもと過ごす毎日は楽しいとよく感じている乳幼児の親の割合	71.8%	63.6%	75%	①
子育てをしている中で不安を感じている乳幼児の親の割合	67.2%	70.9%	55%以下	①
子どもの年齢に合った接し方ができていると感じる親の割合	乳幼児親 85.3%	83.8%	増加	①
	小学生親 88.2%	87.0%		
子育てについて相談したり頼れる子育てを通じた友人が身近にいる乳幼児の親の割合	57.4%	49.3%	70%	①
子育てについて相談したり頼れる近所の人がいる乳幼児の親の割合	22.9%	18.8%	35%	①
子育てについて相談したり頼れる配偶者がいる乳幼児の親の割合	82.7%	83.5%	増加	①
1歳6か月児健康診査（内科）の満足度	89.2%	93.7%	増加	②
妊娠 11 週以下の妊娠届出割合	86.3%	90.3%	100%	③
地域子育て支援センター等*と母子保健課での母子健康手帳の交付割合	52.5%	100%	60%	③

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

② 基準値：平成 23 年度 1 歳 6 か月児歯科健康診査時調査

③ 基準値：平成 23 年度 事業統計

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）

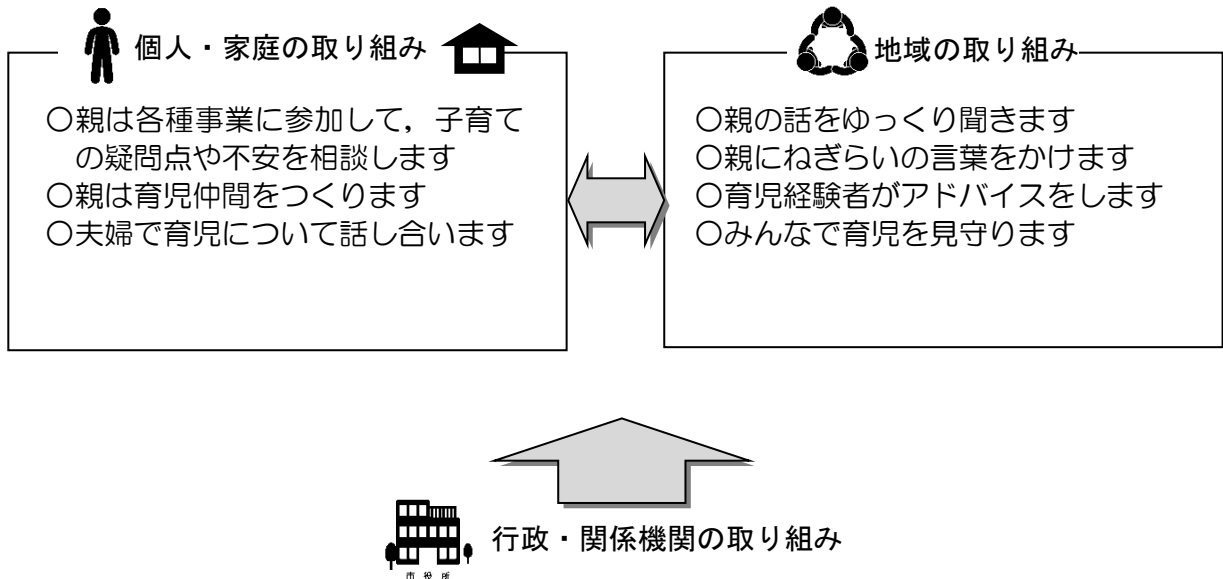
直近値：平成 28 年度 1 歳 6 か月児歯科健康診査時調査

直近値：平成 28 年度 事業統計

* 地域子育て支援センター等：子ども保育課が所管する子ども支援センターすてっぷ2 1・地域子育て支援センターのこと。以下、「地域子育て支援センター等」という場合には上記と同様の意味とする。



【目標に向けた取り組み】



<母親が知り合う機会の提供>

○母親同士が知り合える機会を提供します

事業名	事業内容	実施機関
事業を通じた仲間づくりの推進	妊娠期から始まる母子保健・子育て支援のすべての事業を通じての仲間づくりの機会を提供します。(地子ネ事業*)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

*地子ネ事業：地域子育て支援ネットワーク事業の略。地域子育て支援センター等を拠点として、母子保健と子育て支援が連携し、妊娠期から切れ目のない支援を提供する。また、地域の支援者のネットワーク化を図り、子育てしやすいまちづくりを推進するための事業。

地子ネ事業については、37頁を参照。

○親が地域の人とふれあう機会について地域ごとに話し合います

事業名	事業内容	実施機関
子育てしやすいまちづくりに向けた地域ごとの活動の推進	地域会議（地域情報交換会等）にて、子育て世代の現状を伝え、地域の世代間交流事業など地域ごとに必要な活動方法を検討し、子育てしやすいまちづくり活動を推進します。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

<子育てに関する不安の解消>

○父親の子育てを支援します

事業名	事業内容	実施機関
父親に向けた取り組みの推進	妊娠期の両親向け教室にて、夫婦で話し合うきっかけをつくります。また、地域子育て支援センター等にて、父親向けの事業を実施します。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

○安心して相談できる健康診査を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
乳幼児健康診査時の育児不安への配慮	医師会・歯科医師会と連携し、親の育児不安に配慮した乳幼児健康診査を実施します。	○母子保健課 (医師会) (歯科医師会)



○妊娠期からの切れ目のない支援を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
医療機関と地域保健の連携の強化	妊娠期からの切れ目のない支援ができるよう、医療機関等との連携を図ります。	○母子保健課 (産科医療機関) (助産所)
母子健康手帳の交付時からの子育て支援	妊娠早期に母子健康手帳の交付を受けるよう、勧めます。母子保健課・地域子育て支援センター等で、交付時に必要な子育て支援の情報やサービスを提供し、支援につなげます。	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等
特に支援を必要としている親への支援	10代親・ひとり親・外国人の親や、多胎・未熟児を養育している親など、養育支援が必要な親への支援を行います。(地子ネ事業)	○母子保健課 (子ども相談センター) ○地域子育て支援センター等

○発達段階に応じた子育てについて伝えます

事業名	事業内容	実施機関
発達段階に応じた子育てに関する知識の提供	乳幼児期の相談事業、親学習支援事業、遊びと交流の広場などを通じて、発達に応じた接し方などを伝えます。(地子ネ事業) 親子学級、家庭教育講演会、ホームページでも同様に伝えます。	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等 ○公民館 ○生涯学習振興課

○子どもに対する接し方の具体的方法について伝えます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
子どもへの接し方を伝える事業の提供	親に対して、子どもに対する接し方の具体的な方法について伝える事業を実施します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (母子保健課)



【行動目標②】

親は自分らしい時間を過ごします

母親が時には子どもを預けて、自分らしい時間を持つことで、新たな気持ちで子育てに向き合うことができます。そのことで、親がゆとりを持っていきいきと子育てすることをめざします。



<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標② 親は自分らしい時間を過ごします				
時には子どもを預け、趣味など自分の時間を持つことができていると思う乳幼児の親の割合	43.7%	41.8%	55%	①
子育て以外の時間を持つことを勧めてくれる乳幼児の父親の割合	64.2%	64.7%	75%	①
子育てをよくやっている乳幼児の父親の割合	41.7%	45.7%	50%	①
子育て中の母親であっても自分の時間を持つのがよいと思う人の割合	小学生親 81.3%	81.5%	85%	①
	成人 71.4%	74.0%	75%	
	高齢者 50.4%	53.8%	55%	
ファミリー・サポート・センター*の会員数	依頼会員 647 件	643 件	協力・両方会員の増加	②
	協力会員 123 件	106 件		
	両方会員 102 件	52 件		
リフレッシュ目的でのファミリー・サポート・センター利用割合	3.3%	4.2%	6%	②

出典 ① 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

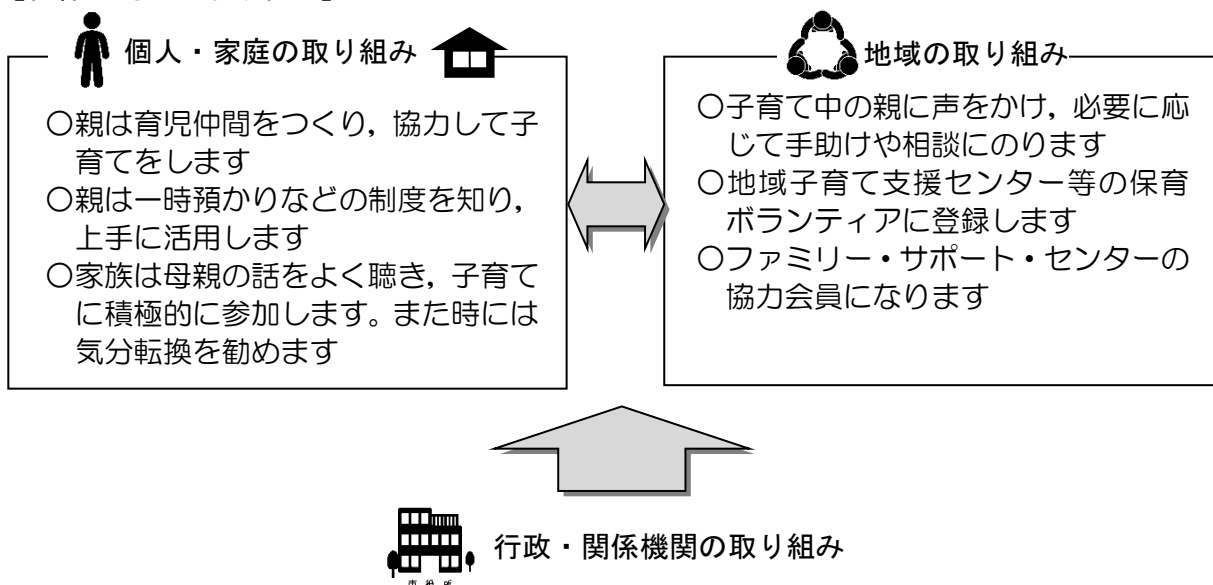
② 基準値：平成 23 年度 事業統計

直近値：平成 28 年度 事業統計

*ファミリー・サポート・センター：仕事や様々な事情で子育てを手伝って欲しい人と子育ての手伝いをしたい人がそれぞれ「依頼会員」「協力会員」になり、会員同士で子育てを支援する相互援助活動を行う事業。



【目標に向けた取り組み】



＜夫婦が協力して子育てすることの推進＞

○夫婦が協力して子育てすることをすすめます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
夫婦が協力して子育てすることの重要性を伝える機会の提供	妊娠期や乳幼児期の両親向け教室、父親向け事業、パンフレットなどを通じて、夫婦で子育てをすることの重要性を伝えます。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等 ○男女共同参画課
思春期世代が育児を体験する機会の提供	地域子育て支援センター等で、小中学生が乳幼児・その親と接する機会を設け、子育ての大変さや喜びに触れる機会を提供します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (小中学校)
夫婦で子育てすることについての情報提供	市の子育てに関するホームページ「にこここ☆元気」等にて夫婦で子育てすることについての情報提供を図ります。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (子育て支援課)

＜近隣からの協力を得ることの推進＞

○近隣の人の子育てへの理解を深め協力を得ます

事業名	事業内容	実施機関
子育てへの理解の推進	地域会議(地域情報交換会等)、地域子育て支援センター等が発行する子育て情報紙などで、近隣の人の子育てへの理解を深め協力を得ることの推進を図ります。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

＜安心して預けられる支援の推進＞

○安心して子どもを預けることができますようにします

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
子どもを預ける制度の充実	保育園等の一時預かりやファミリー・サポート・センターの周知を図り、より利用しやすくします。	○子ども保育課 (民間保育園等) ○ファミリー・サポート・センター



めざす姿

2

親も子ども地域の中で育ちあう

地域の人とのつながりの中で、見守られたり、自分の役割を持ったりすることにより、親も子ども安心して共に成長していくことをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
子育てをしていることで、自分は成長していると感じる乳幼児の親の割合	83.3%	83.3%	増加	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）

<中間評価と今後の方向性>

行動目標①「地域の中で安心して子育てします」の数値目標については、地域の人に見守られて安心して子育てができていると思う親の割合や、子育て中の人に声かけや相談にのったことがある人の割合は横ばいでしたが、子育てについて相談したり頼れる近所の人がいる乳幼児の親の割合は後退しています。背景としては、転出入や出産前まで就労していることなどが考えられ、地域の人との交流が図れる取り組みや情報発信は引き続き必要と考えます。

行動目標③「父親も子育てを通して地域で交流を持ち家族や仲間と子育てを楽しみます」の数値目標については、父親が子育てを楽しんでいると思う親の割合は横ばいでした。父親が母親と一緒に子育てを担い、夫婦で子育てしている意識を持つことが、地域の中で育ち合うきっかけとなると考え、実際に育児する父親の声をまとめ、父親に向けた情報発信に取り組んでいきます。

めざす姿2の数値目標である「子育てをしていることで、自分は成長していると感じる乳幼児の親の割合」は横ばいで推移しています。今後もこれまでの取り組みを継続しながら、地域の人とのつながりが得られるように、より身近な地域の情報を発信する取り組みを考えていきます。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編 161 頁参照



【行動目標①】

地域の中で安心して子育てします

地域の人に見守られることにより、母親の育児不安の軽減につながり、安心して子育てができるようにします。そのような地域で成長した子どもが大人になって、地域で子どもたちを見守っていくことをめざします。

<数値目標>

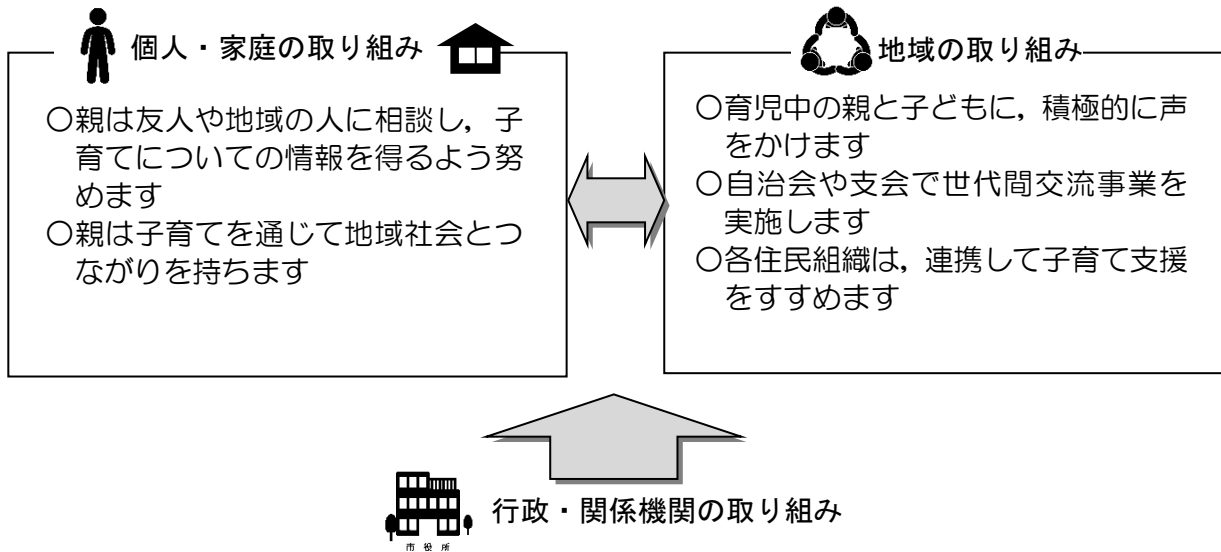
	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 地域の中で安心して子育てします				
地域の人に見守られ安心して子育てができていると思う親の割合	乳幼児親 55.6%	52.2%	65%	①
	小学生親 59.5%	60.0%	70%	
ここ1年の間に周囲の子育て中の人に声をかけたり手助けしたり相談にのったことがある人の割合	小学生親 55.4%	55.4%	65%	①
	成人 35.9%	38.5%	45%	
	高齢者 27.2%	26.1%	35%	
【再掲】子育てについて相談したり頼れる近所の人がいる乳幼児の親の割合	22.9%	18.8%	35%	①
子どもが健やかに育つためには学校や保護者任せにせず地域住民も協力していくのが望ましいと思う人の割合	小学生親 52.2%	49.8%	60%	①
	成人 57.7%	56.4%	70%	
	高齢者 55.5%	55.3%	65%	
周囲の人との人間関係で悩みや不安・心配を感じている乳幼児の親の割合	16.3%	16.4%	10%以下	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）



【目標に向けた取り組み】



＜祖父母世代に向けた理解の推進＞

○祖父母世代に子育ての理解を深める機会を提供します

事業名	事業内容	実施機関
子育てへの理解の推進	地域会議（地域情報交換会等）、地域子育て支援センター等が発行する子育て情報紙、ファミリー・サポート・センターの研修の場などで、子育ての現状を伝え、祖父母世代へ子育てへの理解を深め協力を得ることの推進を図ります。（地子ネ事業）	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等 ○ファミリー・サポート・センター

＜地域の子育て支援のネットワークづくり＞

○地域子育て支援のネットワークづくりをすすめます

事業名	事業内容	実施機関
子育てしやすいまちづくりに向けた地域ごとの活動の推進	地域会議（地域情報交換会等）にて、子育て世代の現状を伝え、地域の世代間交流事業など地域ごとに必要な活動方法を検討し、子育てしやすいまちづくり活動を推進します。（地子ネ事業）	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

＜親子と地域の交流の推進＞

○親子が地域の人とふれあう機会を提供します

事業名	事業内容	実施機関
親子と子育て支援事業協力者との交流の推進	事業に協力している保育ボランティアなどの住民と親子の交流をすすめます。（地子ネ事業）	○地域子育て支援センター等
世代間交流事業の推進	自治会や支会与協力しながら、世代間の交流が行われるように支援します。（地子ネ事業）	○地域子育て支援センター等



【行動目標②】

親は子育ての経験を地域の中で発揮します

子育て中の親が、妊婦や中学生に対して妊娠・出産・子育てなどの体験を話すなど、地域の中で誰かの役に立つ経験をすることで、自己肯定感を高めていきます。また、異世代とふれあうことによって交流が深まり、助け合いの地域につながることをめざします。

＜数値目標＞

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標② 親は子育ての経験を地域の中で発揮します				
子育ての経験を地域の中で活かすことができていると思う親の割合	乳幼児親 21.3%	20.3%	30%	①
	小学生親 34.3%	35.0%	45%	
地域子育て支援センター等での親の自主活動支援数	41 件	32 件	増加	②
市内のサークル数（子ども支援センターすてっぷ21で把握しているサークル）	23 サークル	13 サークル	増加	③
【再掲】子育てについて相談したり頼れる子育てを通じた友人が身近にいる乳幼児の親の割合	57.4%	49.3%	70%	①
【再掲】子育てについて相談したり頼れる近所の人がいる乳幼児の親の割合	22.9%	18.8%	35%	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

② 基準値：平成22年度 事業統計

③ 基準値：平成23年度実績

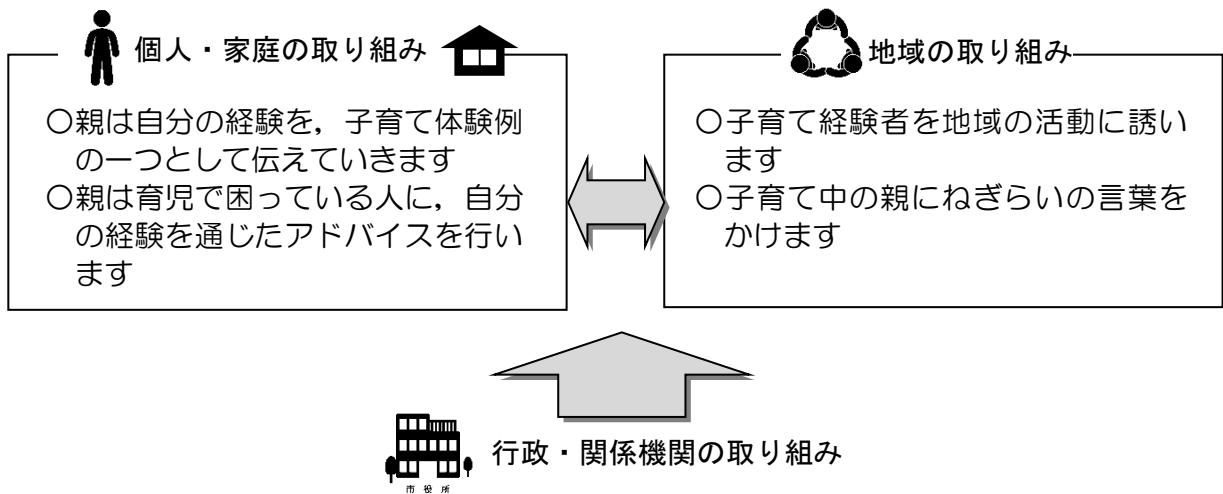
直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

直近値：平成28年度 事業統計

直近値：平成28年度実績



【目標に向けた取り組み】



＜子育て経験を地域の中で発揮できるための支援＞

○事業を通じて、子育ての経験を活かすきっかけをつくります

事業名	事業内容	実施機関
事業を通じた子育て経験を活かすきっかけづくりの提供	妊娠期から始まる母子保健・子育て支援の事業を通じて、仲間づくりや子育ての経験を活かす機会を提供します。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等

○親の自主活動の情報を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
自主活動の情報提供	市の子育てに関するホームページ「にこにこ☆元気」や、地域子育て支援センター等で、自主活動をしている人の情報や、自主活動をするための具体的方法について伝えます。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (子育て支援課)

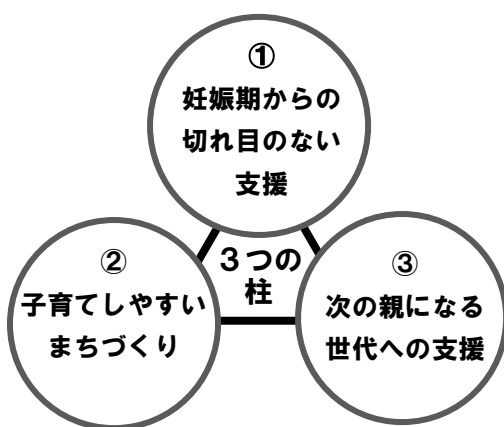
○親の主体性を引き出す場や事業を提供します

事業名	事業内容	実施機関
親が主体的に活動できる場や事業の提供	地域子育て支援センター等で、親が主体的に活動できる場や機会を提供します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等



～地域子育て支援ネットワーク事業とは～

地域子育て支援ネットワーク事業とは、市内に2か所の子ども支援センターすてっぷ21と5か所の地域子育て支援センターを拠点として、母子保健と子育て支援が連携し、妊娠期から切れ目のない支援を提供します。また、地域の支援者のネットワーク化を図り、子育てしやすいまちづくりを推進するための事業です。さらに近年では、次の親になる世代への事業や父親も一緒に参加する事業に積極的に取り組んでいます。



1つめの柱「妊娠期からの切れ目のない支援」

本事業のめざす1つめの柱は、母子保健課と子ども支援センターすてっぷ21・地域子育て支援センターが連携し、妊娠期から乳幼児期までの事業を一体的に提供し、子ども支援センターすてっぷ21・地域子育て支援センターの「遊びと交流の広場」の利用につなげ、親力を高める学習支援や養育支援が必要な家庭への見守りを行っています。

2つめの柱「子育てしやすいまちづくり」

本事業のめざす2つめの柱は、子育て支援者のネットワークを広げ、子育てしやすいまちづくりを推進していくことです。

地域ごとに関係者による地域情報交換会を毎年実施しています。また、この会から、地域ごとに自主的な活動が生まれています。

今後も市民と共に、子育てしやすいまちづくりをめざします。

3つめの柱「次の親になる世代への支援」

本事業のめざす3つめの柱は、思春期世代を対象にした次の親になる世代のための支援です。

子育てには、親になる前の思春期からの支援が大切であり、赤ちゃんや子育て中の母親とのふれあい・交流事業を子ども支援センターすてっぷ21・地域子育て支援センターを中心に積極的に推進します。



【行動目標③】

父親も子育てを通して地域で交流を持ち家族や仲間と子育てを楽しみます

父親が、子育てを通じて交流し、家族や仲間と子育てを楽しみ、地域とのつながりを広げていくことをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標③ 父親も子育てを通して地域で交流を持ち家族や仲間と子育てを楽しみます				
父親が子育てを楽しんでいると思う親の割合	乳幼児親 81.7%	85.3%	増加	①
	小学生親 66.7%	69.0%	75%	
地域子育て支援センター等・母子保健課での父親向け事業の数と父親参加数	地域子育て支援センター等 6回 138名	6回 100名	増加	②
	母子保健課 12回 268名	12回 216名		

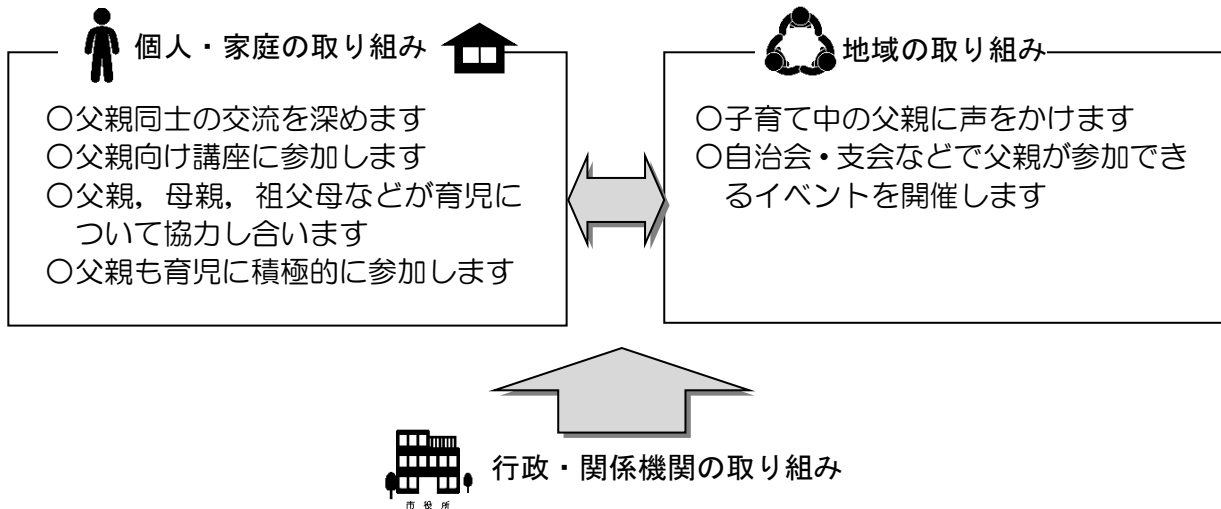
出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

② 基準値：平成23年度実績

直近値：平成28年度実績

【目標に向けた取り組み】



<父親の子育てを通じた学びと地域との交流の推進>

○父親の子育てを支援します

() は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
父親同士が子育てについて学び、知り合える機会の提供	妊娠期の両親向け教室の中で父親同士の交流を図ったり、地域子育て支援センター等（地子ネ事業）や男女共同参画課で父親向け事業を行います。	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等 ○男女共同参画課
父親への子育て情報の提供	子育てに関する情報冊子「子育てハンドブック」の父親向けの内容を充実します。（地子ネ事業）	○地域子育て支援センター等
父親向け情報提供の充実	父親向けの情報提供方法について検討し、市の子育てに関するホームページ「にこにこ☆元気」の充実を図ります。（地子ネ事業）	○地域子育て支援センター等 (母子保健課) (子育て支援課)



○父親が子育てや地域交流が行えるよう、周囲の理解をすすめます

事業名	事業内容	実施機関
母親への情報提供	妊娠期の両親向け教室や、乳児期の相談事業で、夫婦で子育てすることの大切さや地域で交流することの大切さを伝えます。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等
祖父母世代への情報提供	地域会議(地域情報交換会等)、地域子育て支援センター等が発行する子育て情報紙、ファミリー・サポート・センターの研修の場などで、父親が子育てや地域交流を行うこと大切さを伝え、祖父母世代の理解の促進を図ります。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等 ○ファミリー・サポート・センター



めざす姿

3

子どもが心身共に健やかに成長している

予防接種や健診などを通して子どもの安全を保障するとともに、遊びや食育、思春期の生と性についての取り組みを充実させることで、子どもの心身の健やかな成長をめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
毎日を元気に楽しく暮らしていると思う子の割合	小学生 91.8%	91.3%	増加	①
	中学生 90.3%	90.0%		
子どもが心身共に健やかに発育・発達していると感じる親の割合	乳幼児親 93.6%	92.9%	増加	①
	小学生親 90.6%	89.0%		

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

＜中間評価と今後の方向性＞

行動目標①「遊びを通じて子どものしなやかな身体、豊かなところを育てます」の数値目標については、週3日以上外遊びをしている小学生の割合は後退しており、学年が上がるにつれて減少する傾向がみられました。（調査結果の抜粋：135頁参照）習い事や学習塾の利用、ソーシャルネットワークの利用拡大で、体を動かす機会が少なくなっている社会背景の中、パソコンやゲームなどの利用時間に制限を設けている親の割合は増加しており、子どもの成長への影響が意識されるようになった結果と考えられます。

安心して子どもが遊べる環境だと思える親ほど、子どもの外遊びの頻度が高く、外遊びが多いほど子どもが健やかに成長していると感じる傾向にあり、地域で見守られながら活発に遊ぶことの必要性を確認しました。（調査結果の抜粋：135頁参照）

行動目標②「食を通じて子どもの社会性と食の自己管理能力を身につけ、しなやかな身体、豊かなところを育てます」の農業体験を実施している学校数については、全小学校への農業生産者の訪問体制の構築をやちよ食育ネットワーク協議会で取り組み、平成23年度は5校のところ、平成28年度では22校すべてに実施することができました。

行動目標③「思春期の子は自分や他者を大切に、生と性の課題について適切に対処します」の数値目標については、避妊法や性感染症の全問正解の割合、中学生のやせの割合は後退しましたが、喫煙や飲酒経験については改善傾向でした。自己肯定感が高い子どもの割合は小学生で後退、中学生で改善傾向が見られました。

今後も八千代市思春期保健ネットワーク会議による取り組みなど、医療・教育などの関係機関と連携を図り、子どもや保護者へ知識や情報の伝達を行っていきます。

行動目標④「親は子どもの安全を保障し、健やかな成長発達を促します」の数値目標については、ほとんどが目標達成または、改善傾向でした。麻しん風しん混合予防接種第1期接種率は目標達成し、定期歯科健康診査の受診や事故防止の取り組みは改善傾向でした。麻しん風しん混合予防接種第2期接種率については、接種率向上に向けての検討が必要と考えます。

めざす姿3の数値目標である「毎日を元気に楽しく暮らしていると思う子の割合」と「子どもが心身共に健やかに発育・発達していると感じる親の割合」は横ばいでした。今後も子どもたちの心と体の健やかな成長につながるように、これまでの取り組みを継続しながら、予防接種の推進や安全対策などにおいて普及啓発に努めます。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編161～163頁参照

【行動目標①】

遊びを通じて子どものしなやかな身体，豊かなところを育てます

幼児期の外遊びは，身体の健康を育むだけではなく，十分遊ぶことによる満足感などは情緒の安定にもつながります。また，親や地域の人に見守られながら子ども同士がやりとりをすることで，社会性も育てていくことをめざします。

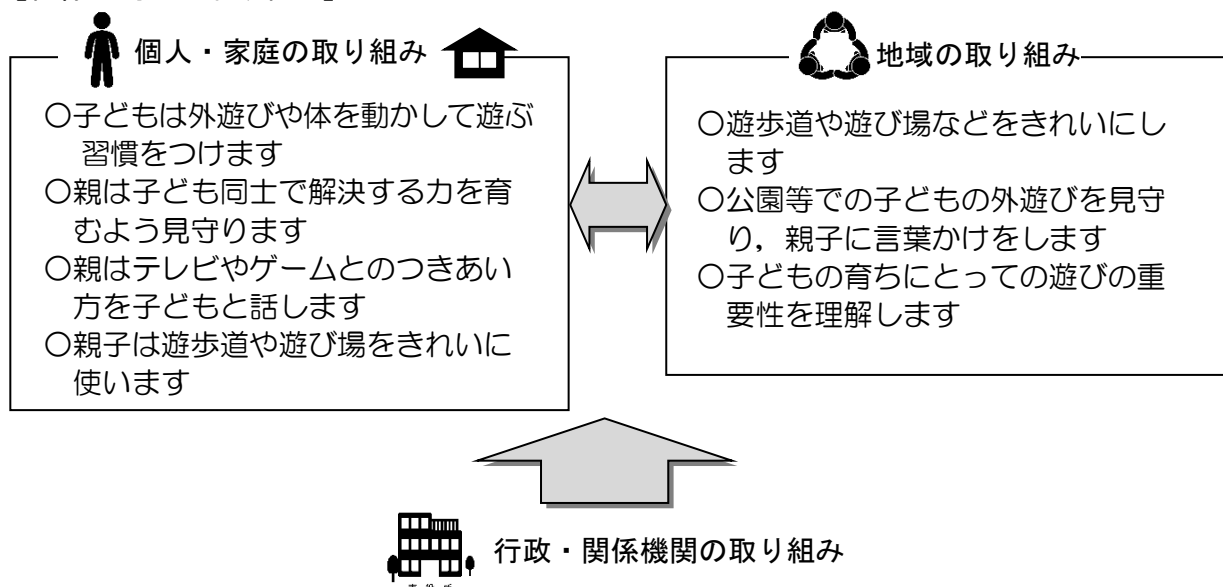
<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 遊びを通じて子どものしなやかな身体，豊かなところを育てます				
休日や放課後，友だちや兄弟姉妹と週3日以上外遊びをしている子の割合	乳幼児親 73.8%	72.2%	80%	①
	小学生親 55.7%	55.0%	65%	
	小学生 57.5%	47.4%	65%	
子どもの非活動時間（テレビ視聴，パソコン，ゲームなど）に対して時間などの制限を設けている親の割合	乳幼児親 37.8%	46.0%	70%	①
	小学生親 48.3%	54.0%		
「自分の住まいの周辺は，子どもが遊ぶのに安心な環境だ」と思う親の割合	乳幼児親 52.4%	52.1%	60%	①
	小学生親 51.0%	58.7%		
【再掲】子育てについて相談したり頼れる子育てを通じて友人が身近にいる乳幼児の親の割合	57.4%	49.3%	70%	①
【再掲】子育てについて相談したり頼れる近所の人がいる乳幼児の親の割合	22.9%	18.8%	35%	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

【目標に向けた取り組み】



<外遊びの推進>

○外遊びの重要性について伝えます

事業名	事業内容	実施機関
外遊びの重要性や遊び方の周知	外遊び体験の場を提供し，外遊びの重要性や遊び方のノウハウを伝えます。（地子ネ事業）	○地域子育て支援センター等



○テレビやゲームとのつきあい方について伝えます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
テレビやゲームとのつきあい方に関する情報提供	テレビやゲームとのつきあい方に関するチラシを作成し、乳児期前期より配布します。(地子ネ事業)	○母子保健課 (地域子育て支援センター等)

○安心・安全な遊び場の情報を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
遊び場情報の提供	市の子育てに関するホームページ「にこにこ☆元気」に地域の遊び場や公園などの情報を掲載します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (子育て支援課)

○近隣の人が安全でのびのびとした外遊びを見守ってくれるようにします

事業名	事業内容	実施機関
近隣の人が子どもの外遊びを見守る重要性などの周知	地域会議(地域情報交換会等)、地域子育て支援センター等が発行する子育て情報紙、母子保健推進員の研修会などで、外遊びや子ども同士のやりとりの見守りの重要性、また、親子への言葉かけの方法について伝えます。(地子ネ事業)	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等
世代間交流事業の推進	自治会や支会と協力しながら、世代間の交流が行われるように支援します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等
遊びを支援する地域のサポートの充実	青少年団体指導者養成講座「反・遊・カレッジ」等の事業を通し、遊びをはじめとする子どもの活動を支援するボランティアの育成を行います。また、青少年学校外活動支援事業など、地域での子どもを応援する組織の支援をします。	○青少年課

○子どもが安心して遊べる場を提供します

事業名	事業内容	実施機関
安心で安全な公園の整備	公園の清掃・樹木剪定などの美化作業、また、公園の遊具点検や補修は、子どもの安全・安心という視点で実施します。	○公園緑地課



【行動目標②】

食を通じて子どもの社会性と食の自己管理能力を身につけ、
しなやかな身体、豊かなこころを育てます

食に関するさまざまな経験を通して、自己肯定感の高い豊かなこころと健康な身体づくりをめざします。また、学校、関係機関や地域においても食育をすすめます。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標② 食を通じて子どもの社会性と食の自己管理能力を身につけ、しなやかな身体、 豊かなこころを育てます				
自己肯定感が高い子の割合（「私はやればできる・自分のことが好き」共に肯定）	小学生 55.2% 中学生 39.3%	51.8% 44.9%	70% 60%	①
小中学生の肥満の割合 ※1	小学生 肥満度(村田式)* — (ローレル指数 9.8%) 中学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 10.8%)	6.3% (10.8%) 6.7% (8.7%)	7%以下	②
小中学生のやせの割合 ※1	小学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 23.8%) 中学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 33.2%)	2.2% (23.3%) 2.8% (37.8%)	減少	②
朝食の欠食率	小学5年生 1.6% 中学2年生 4.7%	1.0% 3.1%	現状維持	③
朝食または夕食を家族と一緒に食べる頻度 (家族との共食*頻度)	小学生 10.5 回/週 中学生 10.3 回/週	10.3 回/週 10.5 回/週	現状維持	①
家族と食事をするのが楽しい小学生の割合	92.1%	87.9%	現状維持	①
からだによい食べ物や栄養バランスのよい 食事に興味がある子の割合	小学生 68.0% 中学生 58.7%	74.9% 65.1%	80% 70%	①
子どもと一緒に月2回以上食事づくりをする 小学生の親の割合	26.2%	22.6%	40%	①
料理をすることに興味がある子の割合	小学生 75.7% 中学生 70.6%	76.7% 70.0%	80% 75%	①
小学生がつくれるような料理を知っている 小学生の親の割合	89.1%	84.8%	現状維持	①
農業体験を実施している学校数	小学校 23 校中 14 校 中学校 11 校中 10 校	22 校中 11 校 11 校中 8 校	増加 現状維持	④
農業生産者と関わりのある食育を実施して いる小学校数	小学校 5 校	22 校	全校	④
農業を体験することに興味のある子の割合	小学生 64.3% 中学生 39.9%	60.0% 40.4%	70% 45%	①
学校給食における地場産物を使用する割合 (県内産)	32.4%	36.0%	現状維持	⑤

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

② 基準値：平成23年度健康診断統計

③ 基準値：平成23年度学校給食実施状況調査

④ 基準値：平成23年度実績

⑤ 基準値：平成23年度 学校給食食材料調査

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

直近値：肥満度(村田式)：平成28年度健康診断統計（ローレル指数：平成27年度健康診断統計）

直近値：平成28年度学校給食実施状況調査

直近値：平成28年度実績

直近値：平成28年度 学校給食食材料調査

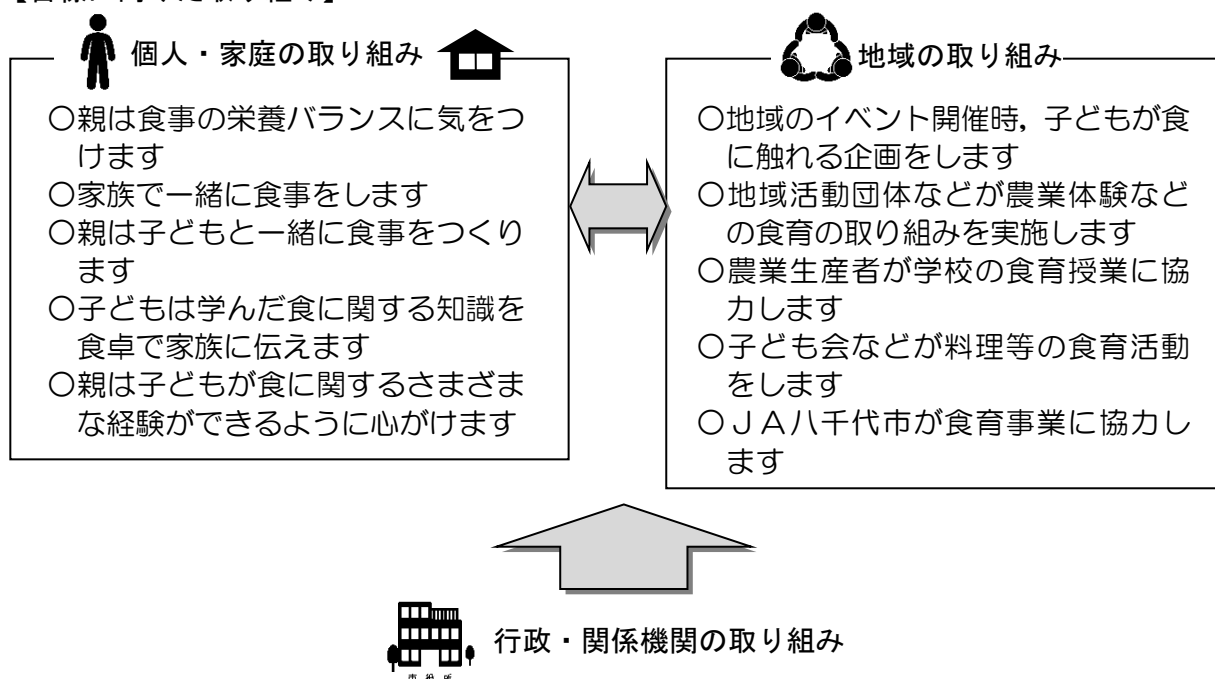
※1 平成28年度から肥満度(村田式)を採用。基準値及び目標値はローレル指数採用時の値。

* 肥満度(村田式)：(実測体重－身長別標準体重)÷身長別標準体重×100(%)で算出される数値のこと。

* 共食：家族や友人、地域や所属コミュニティー等で共に食事をとりながらコミュニケーションを図ること。



【目標に向けた取り組み】



＜家族と一緒に食事をすることの推進＞

○家族で一緒に楽しく食事をすることの大切さを伝えます ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
共食の重要性の周知	各種事業で共食について取り上げ、その重要性を伝えます。また、食育に関する広報紙やホームページなどでも共食の大切さについて伝えます。	○母子保健課 (公民館) ○やちよ食育ネットワーク協議会*
父親の家庭参画の推進	仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)を推進し、父親の家庭参画を図るための意識啓発を行います。	○男女共同参画課 (母子保健課) (地域子育て支援センター等)

*やちよ食育ネットワーク協議会の説明は15頁参照。

＜子どもへの知識の普及＞

○栄養バランスなどの食に関する知識や技術を子どもたちに伝えます ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
食に関する授業の実施	小学校・中学校で、栄養教諭や学校栄養職員が、食に関する授業を行います。	○小中学校 (保健体育課) (学校給食センター)
特に支援を必要とする家庭への生活力向上のための情報提供	低所得者世帯の中高生向けに栄養バランスなどの食に関する情報を提供します。	○母子保健課 (生活支援課)



<親子で料理をする機会の提供>

○親子で料理を一緒につくるきっかけを提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
親子で行う料理教室の実施	親子で行う料理教室や親子でつくるための工夫などを伝える事業を実施します。	○地域子育て支援センター等 ○母子保健課 (幼稚園) (公民館)
親子でつくれる料理レシピの配布	親子でつくれる料理レシピを作成し、地域子育て支援センター等で配布します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (母子保健課)
親子で料理をする機会の提供	親も協力できる子ども向けの料理教室や親子でつくるための工夫などを伝える事業を実施します。	○母子保健課

<作物や食べ物がつくられる過程の体験>

○作物がつくられ、食べ物が食卓に並ぶまでの過程を体験を通じて学習します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
農業体験の実施	小中学校において、農業体験を実施します。	○小中学校 (保健体育課)
農業生産者による食育に関する授業の実施	小学校にて農業生産者の協力を得て行う食育の授業を行います。	○やちよ食育ネットワーク協議会 (指導課)
学校給食センターを活用した食育の実施	学校給食センターで、給食ができるまでを見学できるようにします。	○学校給食センター
農業体験ができる場の提供	やちよ農業交流センターで、農業体験の機会を提供します。	○農政課

<食育の充実のための環境整備>

○子どもたちの食育が充実されるための環境整備を図ります

事業名	事業内容	実施機関
食育の充実のための環境整備	市内全小学校での農業生産者と連携した食育授業を実施するため、教育媒体の検討や、協力者の拡大などの環境整備を行います。 また、学童期における食育の更なる充実へ向けて検討します。	○やちよ食育ネットワーク協議会



【行動目標③】

思春期の子は自分や他者を大切にし、
生と性の課題について適切に対処します

生と性の課題に適切に対処するために、具体的な知識の伝達だけではなく、自己を肯定し他者を思いやることを育てます。本人や周りの大人と共に取り組みます。

＜数値目標＞

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標③ 思春期の子は自分や他者を大切にし、生と性の課題について適切に対処します				
中学生が性関係を持つことについて容認する中学生の割合	中学3年 32.6%	33.1%	15%以下	①
自身が高校生になってから、性関係を持つことを肯定する中学生の割合	中学3年 36.9%	38.4%	20%以下	①
【再掲】自己肯定感が高い子の割合（「私はやればできる・自分のことが好き」共に肯定）	小学生 55.2%	51.8%	70%	①
	中学生 39.3%	44.9%	60%	
中学生の喫煙経験率	男子 8.7%	3.2%	0%	②
	女子 5.3%	2.0%		
中学生の飲酒経験率	男子 35.5%	17.9%	0%	②
	女子 27.4%	14.3%		
中学生のやせの割合 ※1	男子 肥満度(村田式)ー (ローレル指数 40.9%)	5.5% (46.5%)	減少	③
	女子 肥満度(村田式)ー (ローレル指数 24.8%)	7.2% (29.1%)		
避妊法について知っている中学生の割合・避妊法についての3つの質問に全問正解の割合	中学3年 8.6%	6.8%	50%	①
性感染症について知っている中学生の割合・性感染症についての3つの質問に全問正解の割合	中学3年 5.3%	4.2%	50%	①
友だちに信頼されていると思う子の割合	小学生 72.8%	77.8%	80%	①
	中学生 72.4%	76.5%		
両親との対話のある子の割合	小学生父親 81.0%	78.1%	増加	①
	小学生母親 95.4%	95.2%	現状維持	
	中学生父親 75.1%	73.2%	増加	
	中学生母親 91.1%	88.4%	現状維持	
子どもと対話のある小学生の保護者の割合	父親 78.9%	80.0%	現状維持	①
	母親 97.2%	97.5%		
大切にしてくれる大人がいる子の割合	小学生 94.3%	93.0%	現状維持	①
	中学生 89.1%	89.7%		

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

② 基準値：平成21年度改訂版策定のためのアンケート

③ 基準値：平成23年度健康診断統計

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

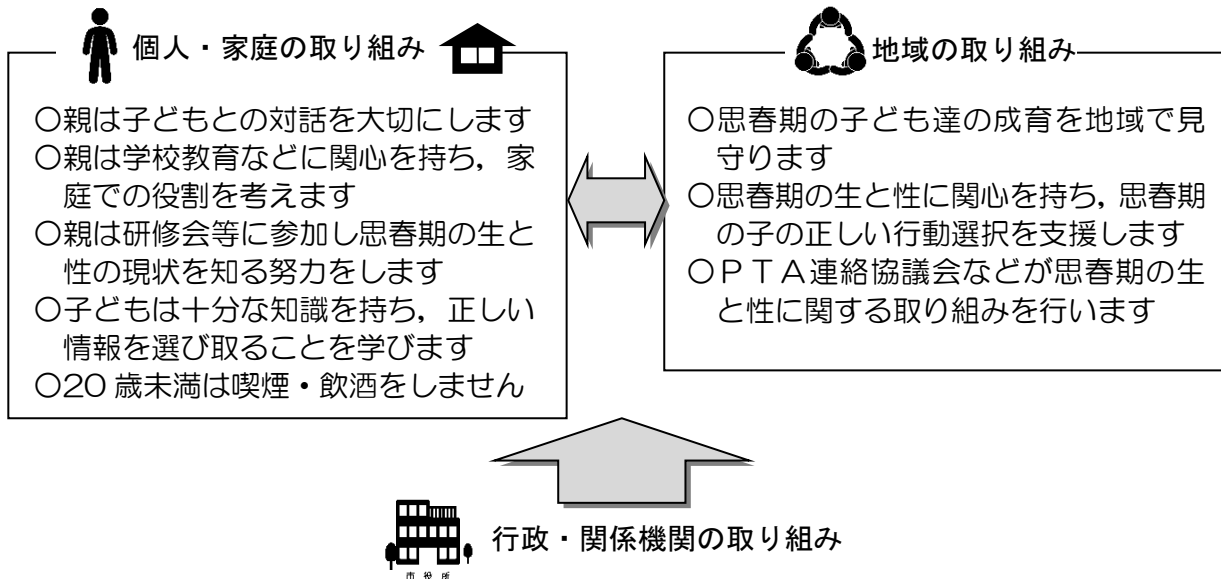
直近値：肥満度（村田式）：平成28年度健康診断統計

（ローレル指数：平成27年度健康診断統計）

※1 平成28年度から肥満度（村田式）を採用。基準値及び目標値はローレル指数採用時の値。



【目標に向けた取り組み】



＜知識の提供やこころの成熟の育成＞

○子どもが問題行動を回避するための具体的な知識の提供やこころの成熟を育みます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
生と性の教育の実施	市内すべての小中学校において、生と性の教育の充実を図ります。	○小中学校 (保健体育課) (医師会) (助産師会)
子どもへの情報提供	思春期保健ネットワーク会議が、子ども向けの広報紙を発行します。	○思春期保健ネットワーク会議*
思春期世代が育児を体験する機会の提供	地域子育て支援センター等で、小中学生が乳幼児・その親と接する機会を設け、子育ての大変さや喜びに触れる機会を提供します。(地子ネ事業)	○地域子育て支援センター等 (小中学校)
喫煙・飲酒防止教育の実施	小中学校において、喫煙や飲酒に関する健康教育を実施します。	○小中学校 (保健体育課)

*八千代市思春期保健ネットワーク会議については15頁参照。

＜親の理解の向上＞

○思春期の子ども達の現状や関わり方について、親の理解を深めます

事業名	事業内容	実施機関
大人向け講座などの開催	研修会、シンポジウム、講座などで、思春期の子ども達の現状や関わり方を伝え、親同士で意見交換ができる場を提供します。	○思春期保健ネットワーク会議 ○生涯学習振興課
大人への情報提供	親向けの広報紙や、ホームページで生と性の現状などについて伝えます。	○思春期保健ネットワーク会議

＜生と性の教育充実のための環境整備＞

○子どもたちの教育が充実するための環境整備を図ります

事業名	事業内容	実施機関
生と性の教育が充実するための環境整備	学校での授業に役立つよう教材や資料を配布したり、学校間の既存教材を貸し出せるようにします。	○思春期保健ネットワーク会議



【行動目標④】

親は子どもの安全を保障し、健やかな成長発達を促します

かかりつけの小児科医を持ったり、予防接種を受けたり、歯の健康づくりに取り組むことや家庭内での事故防止などで子どもの健やかな成長発達をめざします。

また、たばこやお酒の害から子どもを守ります。

＜数値目標＞

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標④ 親は子どもの安全を保障し、健やかな成長発達を促します				
生活リズム（早寝・早起き）に気をつけている親の割合	乳幼児親 94.4%	94.8%	現状維持	①
	小学生親 94.7%	95.0%		
3歳児におけるむし歯のない人の割合	76.1%	82.5%	80%	②
12歳児におけるむし歯のない人の割合	56.3%	68.8%	65%	③
12歳児における1人平均むし歯数	0.95 歯	0.5 歯	0.5 歯	③
フッ素配合歯みがき剤を使っている（小学生親は子どもに使わせている）人の割合	小学生親 52.9%	55.0%	80%	①
	中学生 42.0%	47.5%	80%	
	1歳6か月児 60.7%	75.7%	70%	④
定期的に歯科健診を受けている人（小学生親は子どもに受けさせている）の割合（学校歯科健診以外にも受けている割合）	小学生親 52.7%	58.5%	65%	①
	中学生 20.6%	24.7%	30%	
妊娠届出時に喫煙している母親の割合	2.9%	1.7%	0%	②
10か月児を持つ母親の喫煙割合	2.9%	2.4%	0%	②
1歳6か月児健康診査時において家族内に喫煙者がいる割合	39.6%	20.7%	35%以下	②
妊婦の飲酒率	—	1.4%	0%	⑤
BCG予防接種の接種率	95.8%	101.1%	95%維持	②
麻しん風しん混合予防接種（第1期・第2期）の接種率	第1期 91.9%	100%	95%	②
	第2期 95.5%	94.1%	95%維持	
かかりつけの小児科医を持つ乳幼児の親の割合	96.9%	95.9%	100%	①
休日・夜間救急医を知っている親の割合	93.9%	94.9%	100%	⑥
誤飲防止の取り組み割合（たばこ・マッチ・薬・化粧品・洗剤などを子どもの手の届かないところに置いている）	91.9%	94.9%	95%	⑥
転落防止の取り組み割合（階段や段差のあるところには、子どもが落ちないような対策をしている）	69.5%	73.7%	80%	⑥
溺水防止の取り組み割合（浴室のドアに子どもが一人で開けることのできない工夫をしている）	51.8%	33.0% (参考値※1)	100%	⑦
小児・乳児に対する心肺蘇生法を受講した人の数（平成24年度からコース開催）	—	21回 228名	受講者数の増加	⑧

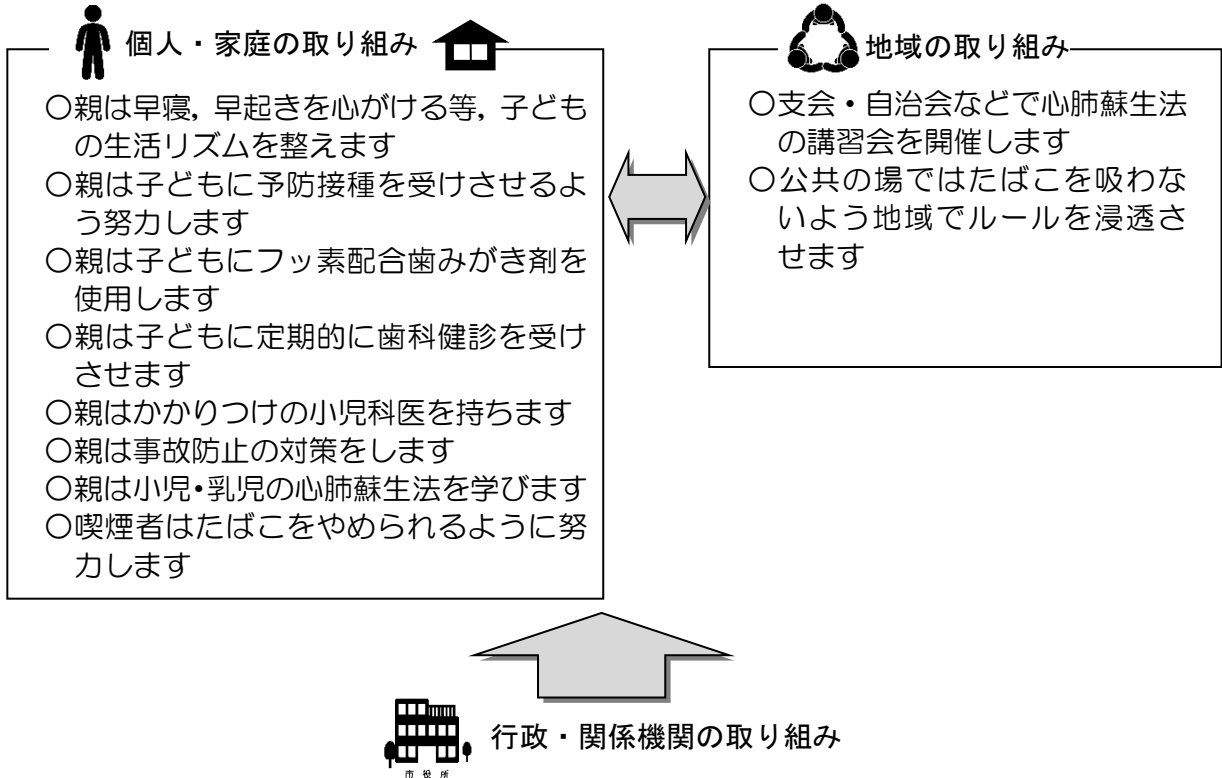




- | | |
|-----------------------------|--------------------------------|
| 出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度） | 直近値：第2次プラン調査（平成28年度） |
| ② 基準値：平成23年度事業統計 | 直近値：平成28年度事業統計 |
| ③ 基準値：平成23年度学校保健統計 | 直近値：平成28年度学校保健統計 |
| ④ 基準値：平成24年度事業統計（10～1月） | 直近値：平成28年度事業統計 |
| ⑤ 基準値：— | 直近値：平成28年度事業統計 |
| ⑥ 基準値：平成23年度1歳6か月児歯科健康診査時調査 | 直近値：平成28年度1歳6か月児歯科健康診査時調査 |
| ⑦ 基準値：平成23年度1歳6か月児歯科健康診査時調査 | 直近値：平成28年度1歳6か月児歯科健康診査子育てアンケート |
| ⑧ 基準値：— | 直近値：平成28年度実績 |

※1 基準値と直近値では設問の表現及び選択肢が異なるため参考値。

【目標に向けた取り組み】



＜子どもの健康・事故予防に関する支援＞

○子どもの健康・事故予防などに関する知識を提供し、子どもの健やかな成長を支えます

事業名	事業内容	実施機関
子どもの生活リズムの形成に向けた取り組みの推進	乳幼児期の相談事業、子育てワンポイントのチラシを使用して、乳幼児の生活リズムについて伝え、健やかな成長をめざします。（地子ネ事業）	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等
予防接種の勧奨	定期予防接種予診票を、対象年齢の直前に個別通知します。また、乳児期の相談事業、広報やちよ、ホームページなどで接種勧奨をします。	○母子保健課
かかりつけ医の推進及び休日・夜間救急医の周知	新生児訪問や乳児家庭全戸訪問事業で、かかりつけ医を持つように勧めたり、休日・夜間救急医などについて周知します。	○母子保健課
事故防止に向けた取り組みの推進	乳児期の相談及び幼児健康診査事業で事故防止について情報提供し、事故が起きないようにします。（地子ネ事業）	○母子保健課 ○地域子育て支援センター等
普通救命講習（小児・乳児）の開催	小児・乳児の心肺停止時の救命をめざし、消防本部では心肺蘇生法について教えます。	○消防本部警防課





○子どもの心身の発育・発達を支援する体制を整備します ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
幼児期事業の体制整備	幼児期の発育・発達への支援が充実するよう、関係機関と連携を図り、幼児健康診査の精度管理に努めます。	○母子保健課 (医師会)

<歯と口腔の健康づくりの推進>

○歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発を行います

事業名	事業内容	実施機関
歯と口腔の健康づくりに関する情報提供	むし歯予防・歯周疾患予防のため、健診などの乳幼児期からの母子保健事業において、フッ素配合歯みがき剤の使用や適切なブラッシング方法などについて情報提供します。	○母子保健課

○定期的に歯科健診を受けることを促します

事業名	事業内容	実施機関
定期的な予防管理の推進	妊婦歯科健康診査や幼児歯科健康診査などを実施し、受診を促すと共に、定期受診の大切さを伝えます。	○母子保健課

○歯と口腔の健康づくりのための仕組みづくりを行います

事業名	事業内容	実施機関
関係機関・団体などとの連携・協力体制の確立	歯と口腔の健康づくりを推進する会議体として「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」を設け、地域ごとのむし歯などの歯科疾患の状況について評価を行い、地域に合わせた活動を協議します。	○「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」

<受動喫煙防止・禁煙に向けた支援>

○喫煙防止教育や、禁煙に向けた支援を行います ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
5歳児(年長児)への喫煙防止教育の実施	たばこの健康への影響を伝える紙芝居の読み聞かせを、保育園・幼稚園等と協力し、5歳児(年長児)に実施します。	○健康づくり課 (保育園・幼稚園等)
禁煙及び再喫煙防止に関する情報提供	妊娠届け出時、妊娠期の教室、乳児期の相談事業などで、禁煙や再喫煙防止に関する情報提供を行います。	○母子保健課

◆ 成年世代におけるたばこ対策の取り組みは、65頁参照。

<妊娠中の飲酒リスクの啓発>

○妊娠中の飲酒リスクについて啓発します

事業名	事業内容	実施機関
妊娠中の飲酒リスクについての情報提供	妊娠届け出時に妊娠中の飲酒のリスクについて伝えます。	○母子保健課

◆ 成年世代における適量飲酒の取り組みは、68頁参照。



2 「はつらつ成年世代」の目標と取り組み

「はつらつ成年世代」のめざす姿

成年世代は、仕事や家事、育児などさまざまな場面で活躍する時期です。そのため心身の不調に気づいても、役割を果たすことが優先され健康管理がおろそかになりがちです。

しかし、この時期の生活習慣が後の生活習慣病の発症に影響するため、生活習慣に関する正しい情報を得て心身の健康を保っていくことや、地域で自分らしく暮らせることも大切であり、日頃から地域とのつながりを意識して生活することが大切です。

そのために、健康に配慮した食生活やストレスの対処法、運動習慣など生活習慣に関する正しい情報を得て、できるだけ実践し、近所の人とあいさつをしたり、地域の情報に関心を持ち生活していくことをめざします。

この世代は、学校や職場に属する人も多く、各取り組みにおいては、大学や職域*へも働きかけます。

*職域：職業や職務の範囲、職場。



はつらつ成年世代の健康づくり (18歳～64歳)



めざす姿

- 1 地域とのつながりを保ちながら、心身ともに支障がなく、自分らしい生活ができる

行動目標

- ①健康に配慮し、楽しく食べます
- ②こころの健康を保ちます
- ③気軽に体を動かす習慣を身につけます
- ④生活の中からたばこの煙を減らします
- ⑤歯と口腔の状態に不安をかかえることなく、おいしく食べます
- ⑥休肝日をつくり、お酒と上手につきあいます
- ⑦生活習慣病の早期発見・早期治療、生活の見直しに努めます
- ⑧地域の情報を得て、地域への関心を持ちます

めざす姿

1

地域とのつながりを保ちながら、心身ともに支障がなく、自分らしい生活ができる

健康に配慮した生活習慣を身につけ、心身の健康を保ち、地域とのつながりを大切にして自分らしく生活することをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
心身ともに支障なく、仕事、家事、育児等 ができている人の割合	84.7%	80.5%	増加	①

出典 ① 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

<中間評価と今後の方向性>

成年世代が地域とのつながりを保ちながら、心身ともに支障がなく、自分らしい生活ができることをめざして、食生活・こころ・運動・たばこ対策・歯と口腔・飲酒・健（検）診*・地域の情報を得る、という 8 つの行動目標に関する取り組みを推進してきました。

行動目標①「健康に配慮し、楽しく食べます」の取り組みについては、重点取り組みである外食時における野菜たっぷりメニューの拡大・周知をめざして、市主催の「野菜たっぷりメニューコンテスト」を開催した結果、認定メニューが 28 店舗 40 メニューと広がっただけでなく、飲食店主催のイベント「八千代カレー」への参画につながりました。数値目標については、適正体重を保っている人の割合について改善傾向が見られました。今後は、これまでの取り組みで構築した飲食店との関係を保ちながら、引き続き野菜をたっぷり食べることを実践できるよう推進します。

行動目標④「生活の中からたばこの煙を減らします」の取り組みについては、喫煙の害などの正しい健康情報が成年世代に届くよう、習志野地域・職域連携推進協議会において作成した禁煙支援医療機関のチラシの配布等に取り組みました。数値目標については、禁煙支援医療機関を知っている人の割合と、飲食店での禁煙・分煙がすすんでいると感じる人の割合は改善傾向、喫煙率は横ばい、禁煙を希望する人の割合は後退していました。今後も新たな喫煙者をつくらないための喫煙防止教育や、禁煙したい人に向けて禁煙支援医療機関などの情報提供を行うほか、禁煙・分煙に向けた環境づくりの推進については、国・県・近隣市の動向を注視し、八千代市の受動喫煙防止対策のあり方について検討していきます。

行動目標⑧「地域の情報を得て、地域への関心を持ちます」の取り組みについては、「やちよ健康情報メール」にてタイムリーな情報発信に努めてきました。数値目標では、生涯学習情報が得られやすいと感じている市民の割合は改善傾向でした。その一方で、地域の活動やイベントに参加していない人のうち、どのような活動が行われているか知らない、参加の方法がわからない人の割合は増加しました。今後も、「やちよ健康情報メール」の登録を促すことに加え、配信内容の充実にも努めるほか、日々進化している情報発信のツールを活用しながら地域への関心が高まるような情報の発信に努めます。

その他の行動目標に向けた取り組みを推進した結果、歯と口腔のセルフケアに関する数値目標や、特定健康診査などを定期的に受けている人の割合は目標を達成しました。

しかし、運動習慣のある人や定期的に歯科健診を受ける人、ストレスへの対処ができていない人、アルコールを毎日飲む人の割合など、横ばいだった分野や、睡眠がとれていないと思う人、健（検）診で要指導・要治療であった人で生活に気をつけている人の割合など、後退した分野もありました。

成年世代のめざす姿1の数値目標である「心身ともに支障なく、仕事、家事、育児等ができていない人の割合」は横ばいでした。

今後も引き続き、生活習慣に関する正しい情報を得て心身の健康を保ち、地域で自分らしく暮らせることをめざして、様々な分野で情報発信や環境づくりに取り組むほか、健康を意識しなくても健康づくりを享受できる環境づくりが醸成されるよう各々の取り組みをすすめます。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編 164～165 頁参照）

* 健（検）診：特定健康診査及びがん検診等。

【行動目標①】

健康に配慮し、楽しく食べます

仕事や育児などで忙しく、食生活が乱れやすいことから、生活習慣病の発症リスクが高まる時期です。健康や栄養バランスを考えて食べたり、家族や同僚、地域の仲間などと楽しく食事をする生活をめざします。

＜数値目標＞	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 健康に配慮し、楽しく食べます				
適正体重*を保っている人の割合 (BMI*標準)	67.9%	69.1%	75%以上	①
健康のために、栄養のバランス(主食・主菜・副菜*)を考えて食べることを重視している人の割合	52.8%	43.2% (参考値※1)	75%以上	①
朝食の欠食率	18～20歳代男性 36.1%	27.5%	男女とも 15%以下	①
	30歳代男性 24.4%	30.4%		
	18～20歳代女性 22.2%	19.6%		
	30歳代女性 16.2%	7.4%		
健康に配慮したメニューや栄養成分表示などがあるお店が増えていると思う人の割合	63.2%	67.5%	75%以上	①
健康ちば協力店など食の健康に取り組む店舗数	健康ちば協力店登録数 33 店舗	36 店舗	増加	②
	野菜たっぷりメニュー 登録店舗数 —	28 店舗	増加	③

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

② 基準値：習志野健康福祉センター 事業統計（平成23年度）

直近値：習志野健康福祉センター 事業統計（平成28年度）

③ 基準値：—

直近値：平成28年度実績

※1 基準値と直近値では設問項目が異なるため直近値は参考値。

直近値は、「主食・主菜・副菜をすべて組み合わせた食事を1日に2回以上、ほぼ毎日とる人」の割合。

*適正体重：身長・体重の値からBMIを算出し、標準（18.5～25.0未満）のこと。

*BMI（Body Mass Index）：体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出される数値のこと。

BMIの判定基準

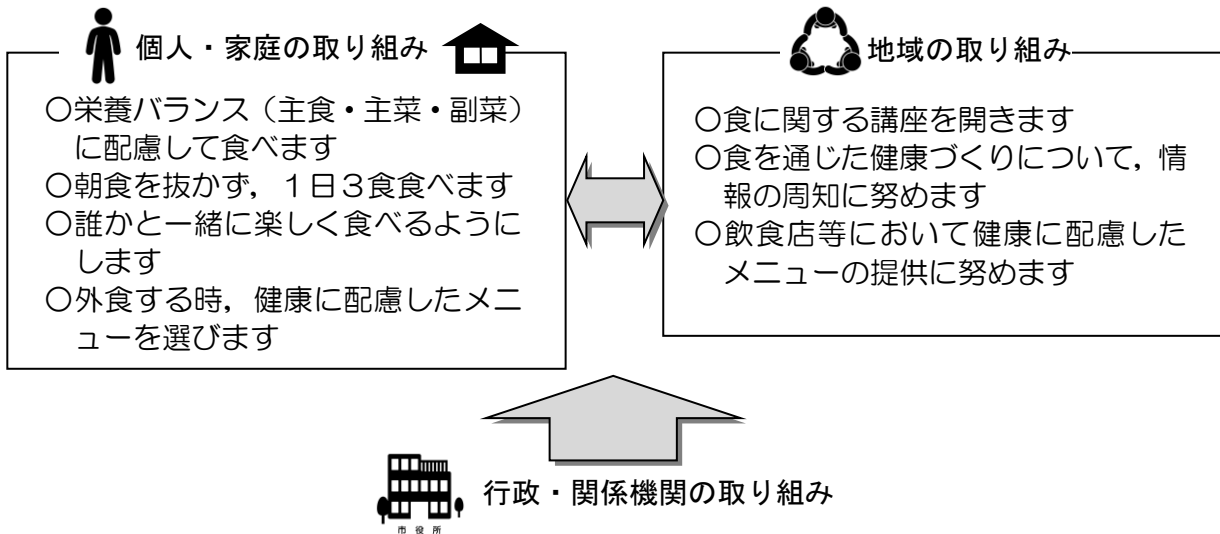
18.5 未満	： やせ
18.5～25.0 未満	： 標準
25.0 以上	： 肥満

*主食：ご飯・パン・麺。

主菜：肉・魚・卵・大豆料理。

副菜：野菜・きのこ・いも・海藻料理。

【目標に向けた取り組み】



＜健康的な食生活の推進＞

○健康的な食生活を送ることができるよう学ぶ機会をつくります ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
食に関する健康講座の開催	各種健康講座、まちづくりふれあい講座等において、栄養バランスや楽しく食べる共食*の大切さなど食を通じた健康づくりに関することを学ぶ機会を設けます。また、食に関する講座を取り入れることについて公民館に働きかけます。	○健康づくり課 (公民館)

*共食：家族や友人、地域や所属コミュニティ等で共に食事をとりながらコミュニケーションを図ること。

○食を通じた健康づくりについて、市民活動団体と共に推進していきます

事業名	事業内容	実施機関
市民主体の食を通じた健康づくりの推進	より多くの市民が食への関心を高め、健康によい食事ができるように、食を通じた健康づくりについて、市民活動団体と共に検討し、推進します。	○健康づくり課

○健康的な食生活を送ることができる環境をつくります ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
健康に配慮したメニューの普及	関係機関と連携し、飲食店等へ野菜がたっぷり食べられるような健康に配慮したメニューの普及に努めます。	○健康づくり課 (産業政策課) (農政課) (商工課)
地産地消の推進	地産地消の推進のため、農産物直売所マップの配布のほか、市内産農産物の利用拡大につながるよう情報提供に努めます。	○健康づくり課 (農政課)
健康ちば協力店*の登録・推進	飲食店への登録勧奨及び、市民への普及啓発を推進します。	○習志野健康福祉センター

*健康ちば協力店：「メニューの栄養成分表示」や「健康に配慮したメニューの提供」をすすめている飲食店。

○健康的な食生活を送ることができるように情報を発信します

事業名	事業内容	実施機関
食に関する情報提供の推進	<p>広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、食に関する情報を周知します。</p> <p>旬の簡単野菜レシピや健康情報を農産物直売所等で配布します。さらに、関係機関と連携しながら、飲食店等での食に関する情報提供の拡大を図ります。</p>	○健康づくり課
食生活相談の実施	<p>食に関する悩み等に対し、栄養士が食生活相談（個別面接・電話相談）に応じます。</p>	○健康づくり課
職場の健康づくり（職域保健）の推進	<p>職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。</p>	<p>○健康づくり課</p> <p>○習志野健康福祉センター</p>

【行動目標②】

こころの健康を保ちます

さまざまなストレスに直面する世代ですが、生きがいや楽しみを見つけて適切なストレス対処法を実践できるようにします。また、こころの不調の兆候に周囲の人が気づき、声をかけることで早期に対処できることをめざします。

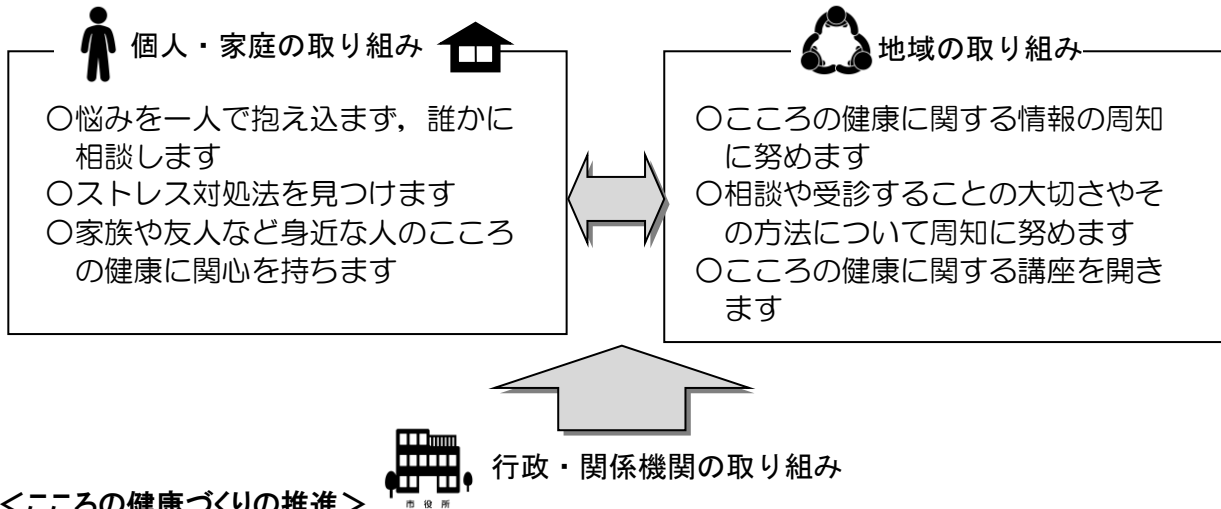
<数値目標>

	基準値 平成23年度	直近値 平成28年度	目標値 平成34年度	出典
行動目標② こころの健康を保ちます				
ストレスに対処できていると思う人の割合	71.7%	69.5%	80%以上	①
毎日の睡眠がとれていると思う人の割合	67.5%	60.3%	増加	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

【目標に向けた取り組み】



<こころの健康づくりの推進>

○こころの健康づくりに関する普及啓発を行います

事業名	事業内容	実施機関
こころの健康づくりに関する健康講座の開催	各種健康講座、まちづくりふれあい講座等において、適切なストレス対処法や睡眠の重要性など、こころの健康を保つ方法について周知します。	○健康づくり課
こころの健康づくりに関する情報提供	広報やちよ、ホームページ、チラシ、こころの健康だより等を活用しさまざまな機会を通じて、こころの健康を保つ方法について情報提供します。	○健康づくり課 ○障害者支援課
職場の健康づくり（職域保健）の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

〇こころの健康に関する相談を実施するとともに、周知を行います ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
精神保健福祉相談等の実施	こころの病気やこころの健康について、精神科医や精神保健福祉相談員が、本人や家族の相談に応じます。	〇習志野健康福祉センター
こころの健康相談の実施	こころの病気や福祉サービスの利用等について、保健師や精神保健福祉士などが相談に応じます。	〇障害者支援課
健康相談の実施	病気の症状と生活への影響を確認し、保健師等が関係機関と連携して相談に応じます。	〇健康づくり課
相談窓口の周知	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、こころの健康に関する相談窓口を周知します。	〇健康づくり課 〇障害者支援課(母子保健課) 〇習志野健康福祉センター

【行動目標③】

気軽に体を動かす習慣を身につけます

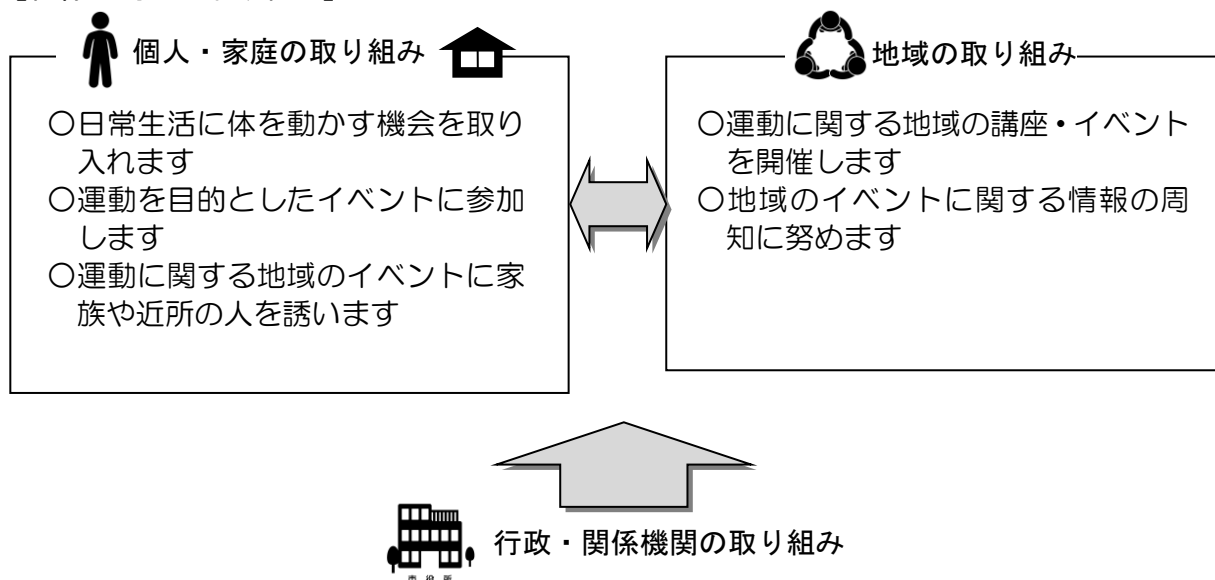
仕事や育児などで忙しく、運動する時間をとることが難しい人が多いことから、家事や通勤などの日常生活の中で「少し息がはずむくらい」に体を動かす習慣を身につけることや、休日にはスポーツやウォーキングなどの運動を楽しむことをめざします。

<数値目標>	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標③ 気軽に体を動かす習慣を身につけます				
1年以上前から1回30分以上の運動を週2回以上実施している人の割合	18~64歳 39.4% 18~39歳 28.8% 40~64歳 45.2%	18~64歳 38.3% 18~39歳 39.6% 40~64歳 37.7%	18~64歳 50%以上 18~39歳 40%以上 40~64歳 55%以上	①
日常生活の中で、週3日以上健康のために少し息がはずむくらい体を動かすことを心がけている人の割合	18~64歳 19.6% 18~39歳 22.0% 40~64歳 17.8%	18~64歳 19.3% 18~39歳 21.5% 40~64歳 18.5%	30%以上	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

【目標に向けた取り組み】



<運動の推進>

○気軽に体を動かすためのきっかけづくりをします

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
運動推進のための情報提供	広報やちよ、ホームページ、ポスター、やちよ元気体操のチラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、体を動かすことの大切さについて情報提供します。	○健康づくり課

事業名	事業内容	実施機関
運動推進のための講座やイベントの開催	ウォーキングを取り入れた運動推進のための講座など、楽しみながら生活の中に運動の機会を取り入れられるような講座を開催します。 また、若い世代を対象とした講座に、体操やストレッチなど気軽にできる運動を取り入れることについて公民館に働きかけます。	○健康づくり課 (公民館)
	ウォーキング講座、まちづくりふれあい講座、ニューリバーロードレース、ニュースポーツ*大会を開催します。	○文化・スポーツ課
総合型地域スポーツクラブの推進	身近な場所で多世代の交流を図りながら、運動を推進していく総合型地域スポーツクラブの設置に取り組みます。	○文化・スポーツ課
谷津・里山を活用した講座等の開催	八千代市谷津・里山保全計画に基づき、谷津・里山を活用した「里山歩き」や「自然観察会」等を開催し、市民の心身の健康増進を図ります。	○環境政策室
職場の健康づくり（職域保健）の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

*ニュースポーツ：グランドゴルフやインディアカなど誰でも参加できることを目的として新しく考案されたスポーツ。

○運動を実施しやすいよう支援を行います

事業名	事業内容	実施機関
小中学校の体育館の一般開放	小中学校体育館のより利用しやすい一般開放に取り組みます。	○文化・スポーツ課
ニュースポーツ用具の貸出	気軽にニュースポーツを楽しんでもらうため、用具の貸出などを行います。	○文化・スポーツ課

<運動しやすい環境の整備・維持と利用推進>

○運動するための施設等の整備・維持と市民の利用推進に努めます

事業名	事業内容	実施機関
施設の整備・維持と利用推進	多目的に利用できる市民スポーツの中核として、総合グラウンドを整備・維持し、市民の利用推進に努めます。	○文化・スポーツ課
施設の維持と利用推進	地域スポーツの活動拠点として活用するため、既存施設（八千代総合運動公園：市民体育館・野球場・庭球場・多目的広場、萱田地区公園：野球場・庭球場、村上第1公園庭球場、八千代台近隣公園小体育館、勝田台中央公園小体育館、睦スポーツ広場、上高野多目的グラウンド）を維持し、市民の利用推進に努めます。	○文化・スポーツ課 ○生涯学習振興課 ○健康福祉課
	また、総合生涯学習プラザ・ふれあいプラザの施設内にある運動設備を維持し、市民の利用推進に努めます。	
道路の整備・維持	ウォーキング等に活用される道路の整備や維持補修を行います。	○土木建設課 ○土木維持課



<運動に関する情報提供の充実>

○市内の運動施設について、分かりやすい情報の提供に努めます

事業名	事業内容	実施機関
運動ができる公共施設や運動サークルの周知	市民体育館等の利用促進に向けて、「森の詩」(文化・スポーツ振興財団発行紙)やホームページ等で施設紹介を行います。	○文化・スポーツ振興財団
	総合生涯学習プラザの利用促進に向けて、ホームページ等で施設紹介を行います。 また、まなびネットやちよにより、運動サークルに関する情報の提供を行います。	○総合生涯学習プラザ
	各種講座や自治会回覧等で、運動のできる公共施設(ふれあいプラザや総合グラウンド等)についての紹介を行います。	○健康づくり課
	ふれあいプラザの利用促進に向けて、施設紹介パンフレット等で周知を行います。	○健康福祉課



【行動目標④】

生活の中からたばこの煙*を減らします

新たな喫煙者をつくらないために、子どもの頃からたばこの健康への影響についての情報を伝えること、また、禁煙を希望する場合には、禁煙に関する情報が得られることが重要です。

子どもから高齢者まで受動喫煙による影響を受けずに生活できることをめざします。

*たばこの煙：たばことたばこの煙に関する文言の定義は、健康増進法の一部を改正する法律に準じるものとします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標④ 生活の中からたばこの煙を減らします				
喫煙率	男性 32.0%	31.0%	20%以下	①
	女性 11.4%	9.2%	5%以下	
たばこをやめたいと思う人の割合	36.5%	28.8%	45%以上	①
禁煙を支援する医療機関や歯科医療機関を知っている人の割合	71.6%	72.5%	80%以上	①
職場・飲食店において、禁煙・分煙が進んでいると感じる人の割合	職 場 60.6%	59.9%	70%以上	①
	飲食店 10.1%	14.7%	20%以上	
公共施設の施設内禁煙率	97.6%	98.3%	100%	②

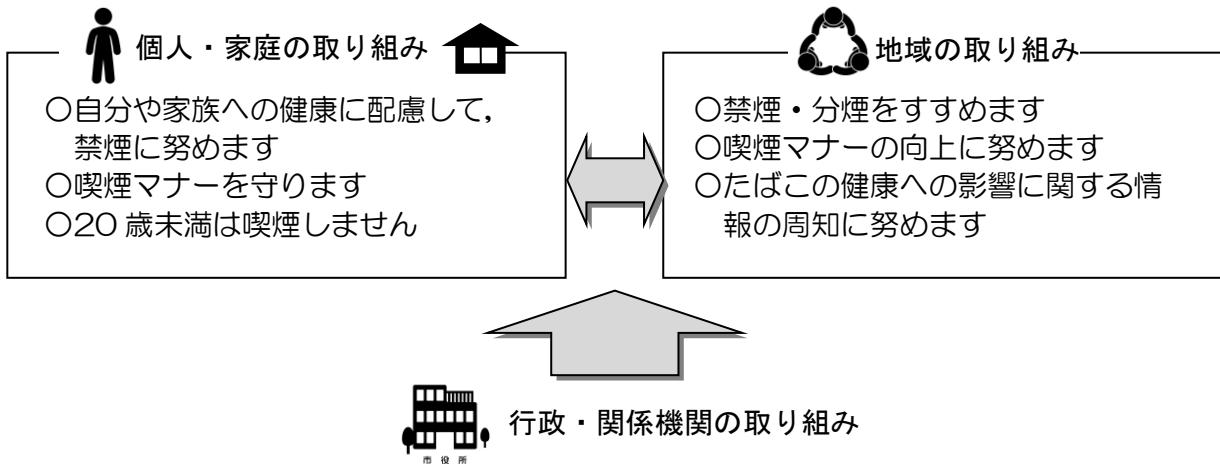
出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）

② 基準値：平成 23 年度 公共施設への調査

直近値：平成 28 年度 公共施設への調査

【目標に向けた取り組み】



＜たばこの健康への影響についての周知＞

○たばこの健康への影響について周知します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
たばこの健康への影響についての周知	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用し小中学校やさまざまな機会を通じて、たばこの健康への影響や禁煙の治療や相談に関する情報を周知します。	○健康づくり課
喫煙防止教育の推進	5歳児への喫煙防止教育の実施(51頁参照)に併せ、保護者や保育園・幼稚園等の職員にたばこの健康への影響について周知します。	○健康づくり課 (保育園・幼稚園等)
高校や大学での喫煙防止に関する周知	高校や大学での喫煙防止に関する取り組みについて、情報交換し、たばこの健康への影響について周知します。	○健康づくり課 (高校) (大学)
職場の健康づくり(職域保健)の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防(食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診)、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

◆ 小中学生の喫煙防止の取り組みは48頁、妊娠期の喫煙防止の取り組みは51頁参照。

＜禁煙支援＞

○禁煙の支援をします

事業名	事業内容	実施機関
禁煙支援	禁煙に関する相談や治療を行います。	○医師会 ○歯科医師会

＜受動喫煙防止＞

○受動喫煙防止を推進します

事業名	事業内容	実施機関
受動喫煙防止対策の推進	飲食店、食品関係者等に受動喫煙防止対策のチラシを配布します。	○習志野健康福祉センター
	行政・関係機関と連携しながら、公共施設や飲食店等における受動喫煙防止対策について取り組みます。	○健康づくり課
路上喫煙防止の推進	路上喫煙の防止に関する条例に基づき、推進します。	○生活安全課

【行動目標⑤】

歯と口腔の状態に不安をかかえることなく、おいしく食べます

歯周病は成年期に増加し、歯を失う大きな要因であり、糖尿病などの生活習慣病や全身の健康と関係しています。歯周病を予防して、歯の喪失を抑制することにより、生涯を通じて自分の歯でおいしく食べることをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標⑤ 歯と口腔の状態に不安をかかえることなく、おいしく食べます				
60 歳で 24 本以上自分の歯を有する人の割合	83.3%	68.8%	90%以上	①
自分の歯でおいしく食事ができると思う人の割合	94.4%	94.8%	増加	②
定期的に（1 年に 1 回以上）歯科医院で歯科健診を受けている人の割合	36.1%	39.4%	60%以上	②
ふだん、歯や口の健康のために、特に取り組んでいることがない人の割合	23.0%	17.2%	減少	②

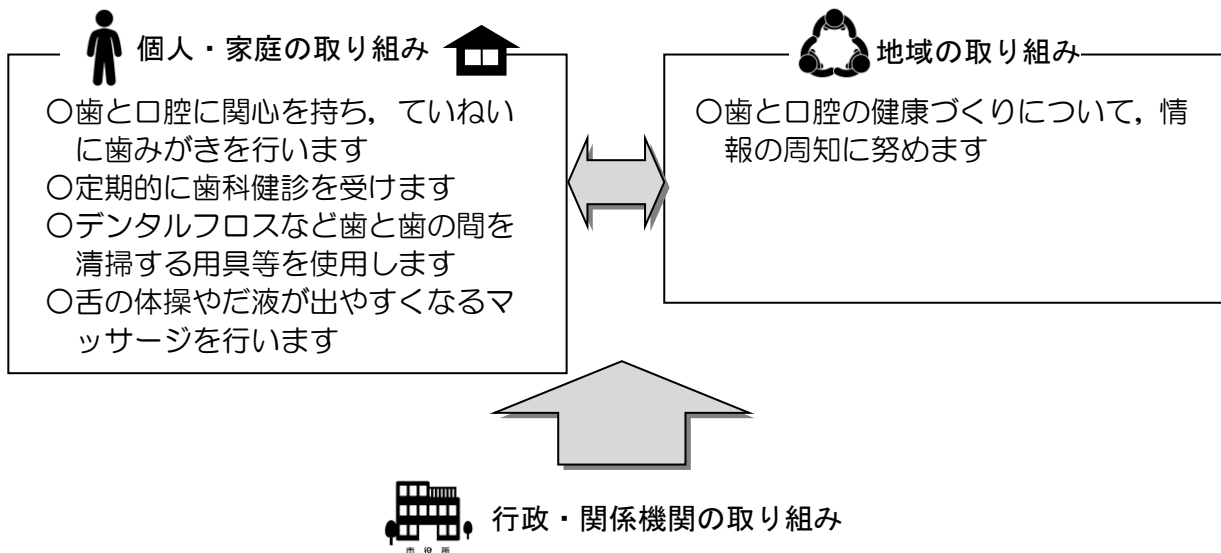
出典 ① 基準値：平成 23 年度 成人歯科健康診査統計

直近値：平成 28 年度 成人歯科健康診査統計

② 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

【目標に向けた取り組み】



<歯と口腔の健康づくりの推進>

○歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発を行います

() は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
歯と口腔の健康づくりに関する講座等の開催	各種健康講座で、歯周病の予防等に関する知識の普及啓発を行います。	○健康づくり課 (歯科医師会)
歯と口腔の健康づくりに関する情報提供	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、定期的に歯科健診を受ける大切さ、歯科疾患の予防など、歯と口腔の健康づくりに関する情報提供を行います。	○健康づくり課 (障害者支援課) (歯科医師会)



事業名	事業内容	実施機関
職場の健康づくり（職域保健）の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

○定期的に歯科健診を受けることを促します

（ ）は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
定期的な予防管理の推進	成人歯科健康診査などを実施します。定期的に歯科健診を受ける大切さを伝えるとともに、受診を促します。	○健康づくり課 (障害者支援課) (歯科医師会)

○歯と口腔の健康づくりの実践を支援します

事業名	事業内容	実施機関
歯科相談の実施	歯と口腔の状態に応じたお手入れ方法等のアドバイスや相談を行います。	○健康づくり課

○歯と口腔の健康づくりのための仕組みづくりを行います

事業名	事業内容	実施機関
関係機関・団体などとの連携・協力体制の確立	歯と口腔の健康づくりを推進する会議体として「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」を設け、歯周病などの歯科疾患の状況について評価を行い、活動内容を協議します。	○「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」



【行動目標⑥】

休肝日をつくり、お酒と上手につきあいます

適度な飲酒は、コミュニケーションを円滑にするなどの効果もありますが、飲みすぎると心身にさまざまな悪影響を及ぼすので飲みすぎないように調節することや、休肝日*をつくるなど、お酒と上手につきあうことをめざします。

*休肝日：週に2日以上飲酒しない日をつくること。

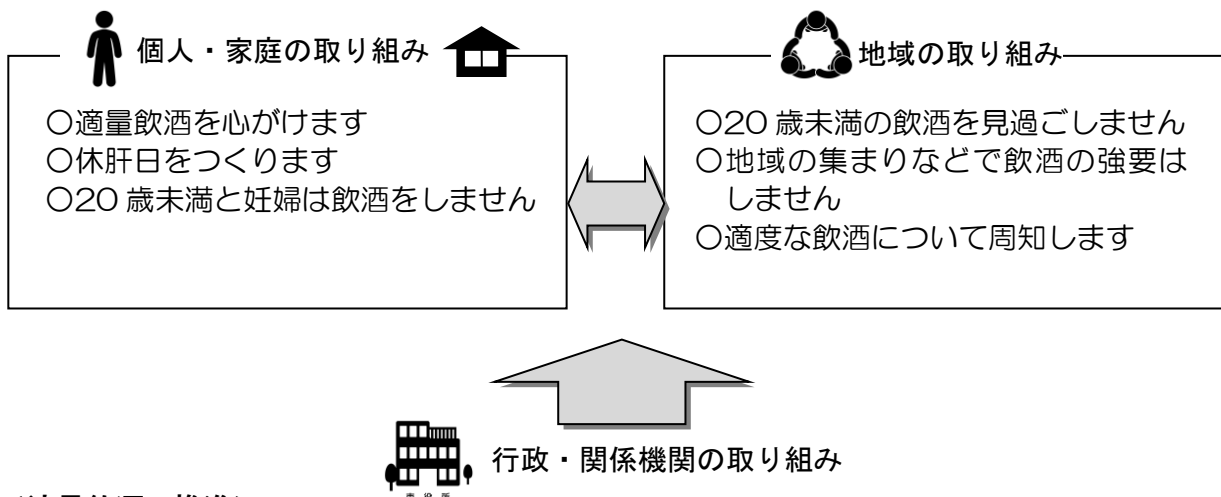
<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標⑥ 休肝日をつくり、お酒と上手につきあいます				
アルコールをほぼ毎日飲むとした人の割合	18.8%	20.8%	減少	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

【目標に向けた取り組み】



<適量飲酒の推進>

○お酒との上手なつきあい方に関する普及啓発を行います

事業名	事業内容	実施機関
お酒との上手なつきあい方に関する普及啓発	広報やちよ、ホームページ、チラシ、こころの健康だより等を活用しさまざまな機会を通じて、各種健康講座やイベント（成人式等の若い人が集まる場）を通じて、お酒との上手なつきあい方について周知します。	○健康づくり課 ○障害者支援課
健康相談の実施	健康相談で、適度な飲酒について伝えます。また、必要に応じて治療相談先や自助グループ（断酒会）に関する情報等を提供します。	○障害者支援課 ○健康づくり課
職場の健康づくり（職域保健）の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職場の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

◆ 妊娠中の飲酒リスクの啓発は51頁参照。



<20歳未満の飲酒防止の推進>

○20歳未満の飲酒防止をすすめます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
高校や大学での飲酒防止に関する周知	高校や大学での飲酒防止に関する取り組みについて情報交換し、20歳未満の飲酒防止等について周知します。	○健康づくり課 (高校) (大学)

◆ 小中学生の飲酒防止の取り組みは48頁参照。



【行動目標⑦】

生活習慣病の早期発見・早期治療，生活の見直しに努めます

定期的に健（検）診を受けることで，健康チェックや生活習慣の振り返りの機会をつくり，生活習慣病の早期発見・早期治療，生活の見直しに努めることをめざします。

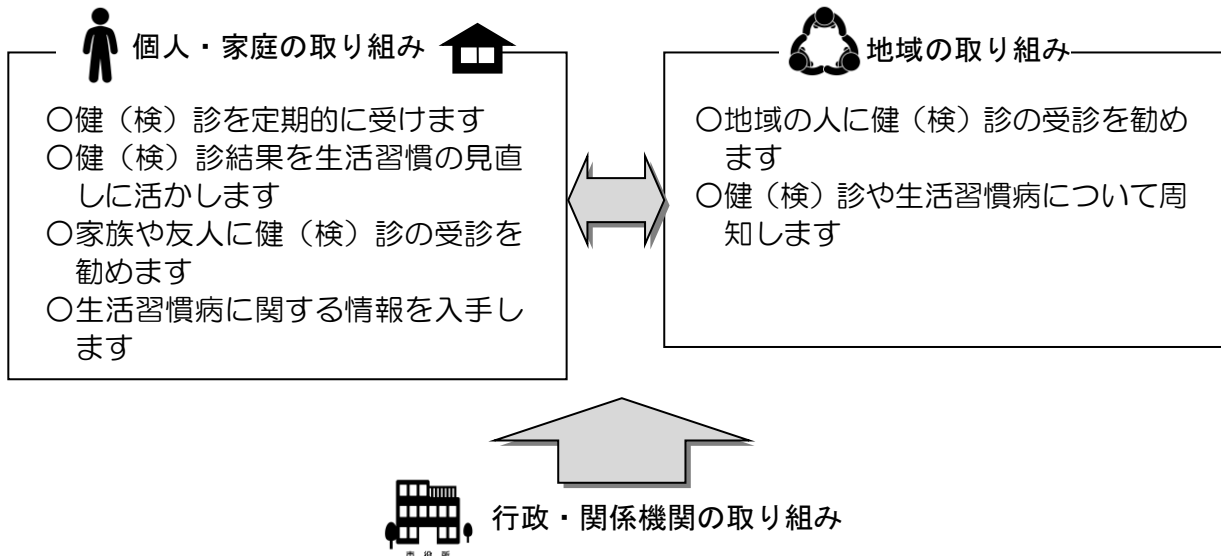
<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標⑦ 生活習慣病の早期発見・早期治療，生活の見直しに努めます				
がん検診もしくは特定健康診査などを定期的に受けている人の割合	71.6%	77.5%	80%以上	①
がん検診を定期的に受けている人の割合	44.0%	45.0%	55%以上	①
特定健康診査などを定期的に受けている人の割合	61.3%	72.1%	70%以上	①
健（検）診で要指導・要医療と指摘されたことがある人のうち，自分で生活に気をつけている人の割合	39.2%	33.6%	55%以上	①

出典 ① 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

【目標に向けた取り組み】



<健（検）診実施体制の充実>

○多くの人が健（検）診を受診できるように普及啓発を行います

（ ）は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
がん検診・特定健康診査等の実施	健（検）診対象者への受診券の個別通知を行い，受診率の向上と疾病の早期発見に努めます。	○健康づくり課 ○国保年金課
がん検診・特定健康診査等の受診勧奨	各種健康講座等でのチラシの配布，自治会回覧等を通じ，受診勧奨を行います。 受診勧奨の一環として，健（検）診に係る書類の外国語版問診票などを作成します。	○健康づくり課 (母子保健課)



事業名	事業内容	実施機関
職場の健康づくり（職域保健）の推進	職域からの依頼講座において、生活習慣病予防（食、運動、たばこ、飲酒、歯と口腔、健診）、こころの健康に関して情報提供します。また、職域保健関係機関と職域の健康づくりに関して共に検討し、職場の健康づくりの推進に努めます。	○健康づくり課 ○習志野健康福祉センター

○健（検）診の結果から、日常生活の見直しができるように支援します

事業名	事業内容	実施機関
日常生活の見直しができる特定保健指導、健康講座等の実施	日常生活の見直しができるように、特定保健指導や健康講座等を実施し、生活習慣に関連する食や運動、こころの健康づくりの大切さ等について周知します。 また、生活習慣病の重症化を予防するために、健診や特定保健指導等を受けた後の継続的な支援として活用できるように開催時期や内容を見直し、更なる充実に努めます。	○健康づくり課 ○国保年金課
チラシ等による情報発信	個別相談や特定保健指導、各種健康講座等が健康管理に活用できるように、情報発信の更なる充実に努めます。	○健康づくり課 ○国保年金課

○健（検）診実施体制を整備します

（ ）は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
八千代市健康増進事業検討委員会の開催	健（検）診体制の充実や精度管理について八千代市健康増進事業検討委員会にて検討します。	○健康づくり課 (医師会)



【行動目標⑧】

地域の情報を得て、地域への関心を持ちます

地域とのつながりは大切だと思っても、多忙などの理由により地域との接点が持ちにくい世代です。成年期から近所の人とあいさつをしたり、地域の情報を得ることで地域への関心が高まることをめざします。

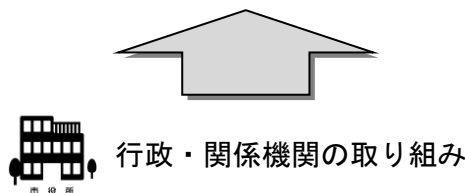
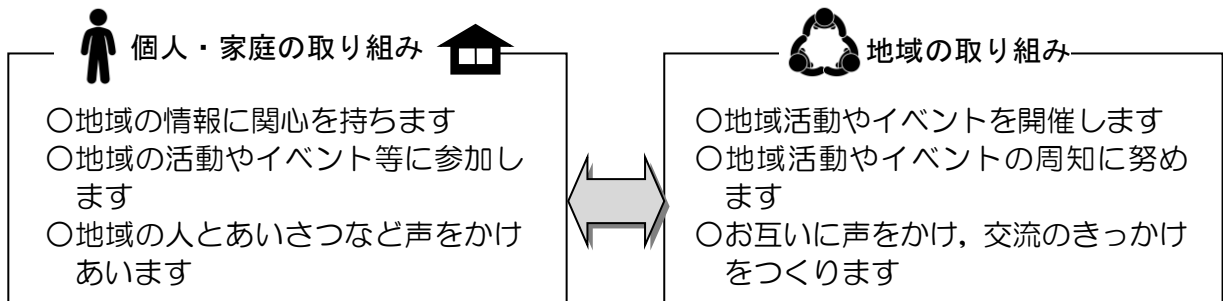
<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標⑧ 地域の情報を得て、地域への関心を持ちます				
地域の団体の活動やそれらが開くイベントに参加している人の割合	43.6%	41.2%	55%以上	①
地域の活動やイベントに参加していない人のうち、どのような活動が行われているか知らない、参加の方法がわからない人の割合	30.7%	32.4%	20%以下	①
【再掲】生涯学習情報が得られやすいと感じている市民の割合	18.0%	19.9%	50%	②

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）
② 基準値：市民満足度調査（平成 24 年 3 月）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）
直近値：市民意識調査（平成 28 年 3 月）

【目標に向けた取り組み】



<地域情報の発信>

○地域の情報が入手しやすいように発信の方法を検討します

事業名	事業内容	実施機関
まなびネットやちよを通じた情報提供	イベントや趣味のサークル、人材登録制度等の情報をホームページ等で紹介します。	○総合生涯学習プラザ
地域における情報化の推進	NPO、ボランティア団体等、多様な実施主体との連携によるネットワークの構築や市民とのつながりを深めるための情報の共有化を図るなど、地域における情報化を推進します。	○コミュニティ推進課



○地域への関心が持てるような情報の発信に努めます

事業名	事業内容	実施機関
地域の情報に関する情報提供	行政、関係機関が、地域の活動やイベントを広報やちよや地域の情報誌等を通じて周知します。また、成年期の市民が地域への関心を持てるように、内容や発信方法の工夫について、市民と共に検討し効果的な情報提供に努めます。	○産業政策課 ○社会福祉協議会 ○健康づくり課



3 「いきいき高齢者世代」の目標と取り組み

「いきいき高齢者世代」のめざす姿

高齢者の豊かな知識や経験は地域社会の大きな財産であり、地域を支える担い手としても期待されています。

そこで、高齢者がいきいきと暮らしていくには、心身機能を維持しながら、自分の健康状態に応じて趣味などを楽しみ、これまで培った知識や経験を地域の中で活かし、地域の人や家族とふれあうことをめざします。

そのためには、高齢者自身が地域や家庭で何らかの役割を担い、暮らしを積極的に楽しもうと思うこと、そして、家族や周囲の人が高齢者を理解し、若い世代と高齢者がお互いに支え合い、助け合う気持ちを大切にしていきます。

いきいき高齢者世代の健康づくり (65歳以上)



めざす姿

1 生きがいを持って、いきいき過ごしている

2 身近な場所でのふれあいを楽しんでいる

3 心身機能を保ち、認知症、ロコモティブ症候群*、低栄養など老年症候群を予防する

行動目標

①趣味などを楽しんだり、何らかの地域活動を通じて、自らの力を発揮します

①近所の人（子どもを含む）と楽しい時間を過ごします

①気軽に楽しく運動を続けます
②食を楽しみ、低栄養の予防に努めます
③歯と口腔の健康を保ち、おいしく食べます
④ストレスと上手につきあい、1人で悩まず誰かに相談します

*ロコモティブ症候群：骨や関節、筋肉などの運動器の障がいのために、介護が必要となる危険性の高い状態。

介護保険の要支援・要介護者に関する施策は、介護保険事業計画で定め対策を講じています。

めざす姿

1

生きがいを持って、いきいき過ごしている

いくつになっても、趣味や社会的な役割を持ち、積極的に地域活動*に参加し、生きがいのある毎日を送ることをめざします。

* 地域活動：家から離れて他者と協働して行う社会参加（就労、ボランティア、生涯学習、趣味など）の活動を示す。



<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
生きがい（喜びや楽しみ）を感じている 高齢者の割合	81.5%	79.2%	増加	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

<中間評価と今後の方向性>

行動目標①「趣味などを楽しんだり、何らかの地域活動を通じて、自らの力を発揮します」の取り組みについては、地域活動への参加を促す講座の開催や高齢者自身の経験や知識を活かせるようにシルバー人材センターやボランティアセンターなどを運営すると共に、やちよ元気体操応援隊などが行う地域活動への支援を行いました。また、地域活動の情報をまとめた「やちよ地域活動メニュー」の作成と配布を行い地域活動への参加を促しました。

数値目標については、生きがい（喜びや楽しみ）を感じている高齢者の割合が8割を維持しています。生涯学習情報が得られやすいと感じている高齢者の割合は改善傾向を示し、それ以外は横ばいまたは後退でした。また、地域活動に参加している人ほど生きがいを感じている人が多い傾向であったことから、生きがいづくりのために地域活動への参加を促していくことが大切です。（調査結果の抜粋：136頁参照）

今後もより多くの高齢者が地域活動に参加できるように内容の充実に努めます。また、地域情報をより多くの高齢者に届けられるように、インターネットも含めた様々な媒体を活用しながら発信方法を工夫します。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編 166 頁参照）

【行動目標①】

趣味などを楽しんだり、何らかの地域活動を通じて、自らの力を発揮します

日々の生活の中で、趣味など（自分が楽しめる、打ちこめること）を楽しむことや自らの豊かな知識や経験を活かし、地域を支える担い手として活躍すること、また、病気や障がいのあるなしにかかわらず、何らかの地域活動に参加することの大切さを本人や家族、周囲の人が理解し、毎日をいきいき過ごしている姿をめざします。

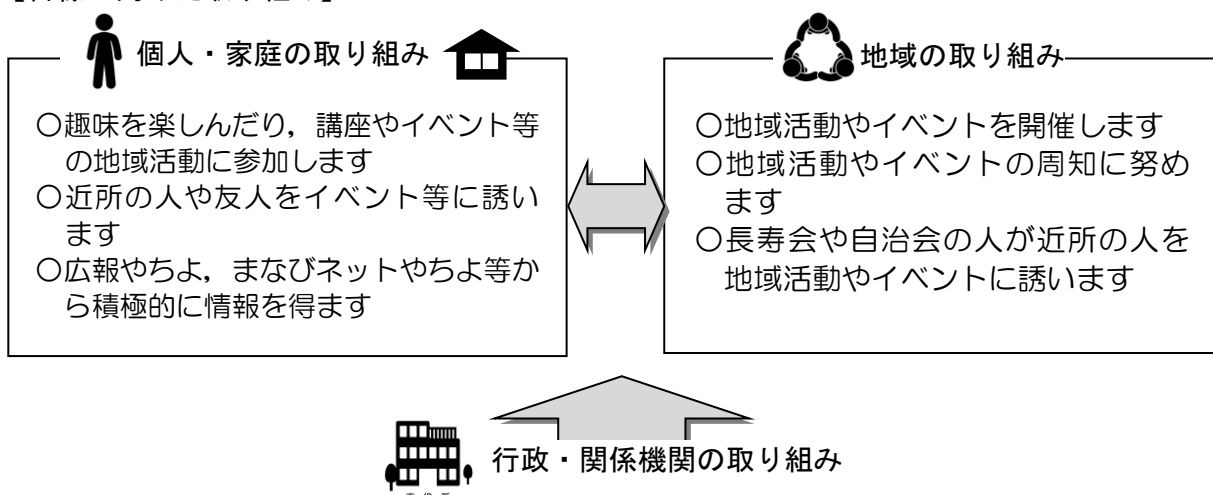
＜数値目標＞

	基準値 平成23年度	直近値 平成28年度	目標値 平成34年度	出典
行動目標① 趣味などを楽しんだり、何らかの地域活動を通じて、自らの力を発揮します				
団体活動やイベント等に参加している高齢者の割合	46.2%	53.1%	55%以上	①
団体活動やイベント等に参加していない高齢者のうち				
参加したいと思わない高齢者の割合	36.8%	39.3%	25%以下	①
気軽に参加できる活動が少ない高齢者の割合	8.0%	13.9%	5%以下	①
活動場所が近くにない高齢者の割合	6.6%	10.1%	3%以下	①
【再掲】生涯学習情報が得られやすいと感じている市民の割合	18.0%	19.9%	50%	②

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）
② 基準値：市民満足度調査（平成24年3月）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）
直近値：市民意識調査（平成28年3月）

【目標に向けた取り組み】



＜地域活動の参加促進＞

○地域活動を始めるきっかけづくりの講座や講演会を開催します

事業名	事業内容	実施機関
ふれあい大学校の開催	高齢者が教養を深め、地域で生きがいを持って暮らしていけるように学習の機会を提供します。	○長寿支援課
地域活動の参加の気運を高める講座や講演会の開催	地域社会との付き合い方、地域活動の紹介、定年後の男性を対象とした講座などを開催します。	○男女共同参画課

○趣味や特技、経験を活かした地域活動の充実を図ります

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
ファミリー・サポート・センターの運営	子どもを預かって欲しい人(依頼)とお子さんを預かり育児のお手伝いをしていただける人(協力)が会員登録し、地域で相互援助活動を行う制度の充実を図ります。	○ファミリー・サポート・センター(子ども保育課)
シルバー人材センターの運営	「地域に根ざした仕事がしたい」「社会参加のために就業したい」高齢者に就労の機会を提供します。	○シルバー人材センター
ボランティアセンターの運営	「地域福祉」の担い手となるボランティアの養成、活動支援、活動環境の整備をすすめます。	○社会福祉協議会

○病気や障がいのあるなしにかかわらず、気軽にイベント等に参加できる機会や場づくりを推進します

事業名	事業内容	実施機関
参加機会の拡充	市が企画・運営する各種イベント等において、車いす席の確保、手話通訳の配置等、障がいのある人が参加しやすい機会や場づくりの推進と企画行事等に対する支援を行います。	○障害者支援課

<地域活動を行う団体への支援>

○高齢者団体が行う取り組みや市民の自主的な活動を支援します

事業名	事業内容	実施機関
老人クラブへの支援と老人集会所の維持管理	地域の高齢者が交流を深め、自主的に活動している団体を支援し、高齢者が気軽に集まれる場所として老人集会所の維持管理に努めます。	○長寿支援課
市民活動への支援	さまざまな分野の市民活動を支援するため設置した市民活動サポートセンターにおいて市民活動を支援します。	○コミュニティ推進課
やちよ元気体操応援隊の自主活動支援	高齢者の運動習慣の促進と交流を目的としたやちよ元気体操応援隊による自主活動を支援します。	○健康づくり課
自治会の自主防犯活動への支援	自主防犯パトロール隊へのチョッキの貸与等を実施し、市民の自主的な防犯活動を支援します。	○生活安全課
地域福祉推進事業地区支会の推進	すべての人が安心して暮らすことのできる住み良い福祉のまちづくりに、自発的に取り組む活動を行っている支会に対して、補助や情報提供などを実施します。	○社会福祉協議会

<地域活動の情報提供の充実>

○地域活動について、分かりやすい情報提供に努めます

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
まなびネットやちよを通じた情報提供	イベントや趣味のサークル、人材登録制度等の情報をホームページ等で紹介します。	○総合生涯学習プラザ
地域活動に関する情報提供	地域活動の情報をまとめた「やちよ地域活動メニュー」を活用し情報提供に努めます。	○健康づくり課(長寿支援課)

めざす姿

2

身近な場所でのふれあいを楽しんでいる

いつまでも住み慣れたまちで、家族や友人・子どもたちとの交流を楽しむことをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
近所の人とお茶を飲む等、親しい付き合いをしている高齢者の割合	19.9%	23.4%	25%以上	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）

<中間評価と今後の方向性>

行動目標①「近所の人（子どもを含む）と楽しい時間を過ごします」の取り組みについては、やちよ元気体操応援隊による体操グループや介護予防サロンの活動の支援や気軽に集える場を掲載した「ふれあいマップ」を作成し、住民同士の交流機会が増えるように努めました。また、世代間交流の促進のため、「やちよ元気体操ふれあい編」の作成や福祉教育を通じたところのバリアフリー化にも取り組みました。

数値目標については、近所の人とお茶を飲むなど親しい付き合いをしている高齢者の割合など横ばいで推移している状況です。また、近所付き合いが浅い高齢者ほど、毎日を健やかに充実して暮らしていると思う割合が少なく、高齢者の健康づくりのために地域交流の促進は重要です。（調査結果の抜粋：136 頁参照）その他、介護に関する不安や疑問があった時の相談先が分からない高齢者の割合は後退しました。

今後も住民同士の交流機会を増やすため、やちよ元気体操応援隊の体操グループや介護予防サロンの増加に努め、身近な地域の情報をより分かりやすく提供できるように努めます。また、介護が必要な状況になっても近所の人との交流を楽しめるように、介護の不安や悩みに関する相談窓口の周知や介護教室などを開催します。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編 166 頁参照

【行動目標①】

近所の人（子どもを含む）と楽しい時間を過ごします

加齢による体力の低下や、活動範囲が狭くなっても、家族や近所の人たちの理解や協力を得ながら、近所の人たちとふれあい、日々を楽しむことをめざします。

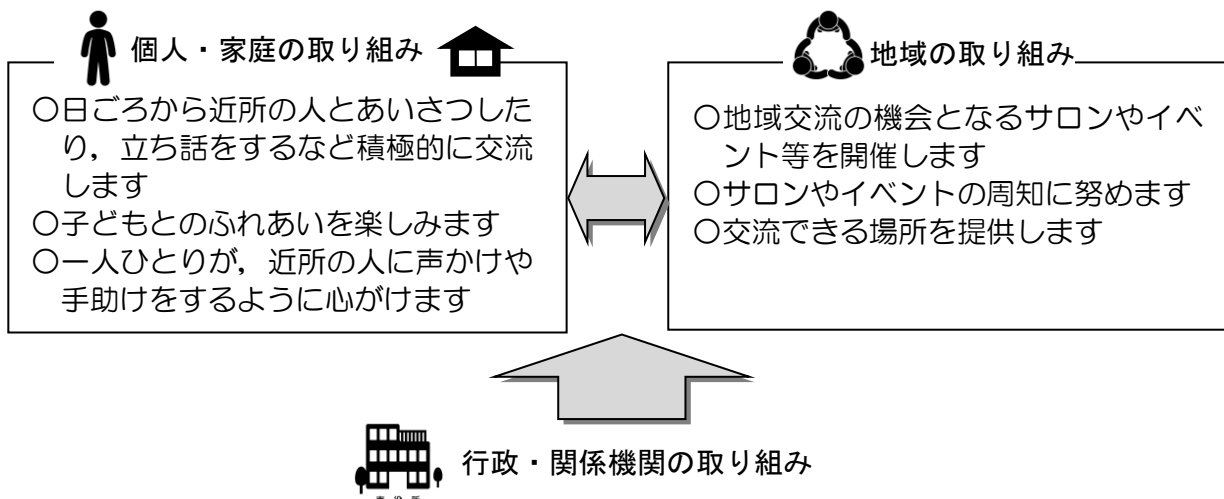
<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 近所の人（子どもを含む）と楽しい時間を過ごします				
近所の人と立ち話する程度の付き合いをしている高齢者の割合	40.3%	40.4%	45%以上	①
近所の子どもとあいさつしたり、会話をしている高齢者の割合	47.8%	48.0%	55%以上	①
自宅以外の身近な場所で仲間と気軽に集まって過ごせる場がある高齢者の割合	51.2%	54.3%	60%以上	①
ここ1年、身内以外の高齢者と話す機会があった（話し相手になった）人の割合	成人 26.2%	31.7%	30%以上	①
	中学生 29.0%	34.9%	35%以上	
ここ1年、同年代や自分より年上の人を地域の行事や会合に誘った高齢者の割合	11.6%	12.0%	20%以上	①
ここ1年、身内以外の高齢者に声かけや手助けなどをしたことがない人の割合	成人 22.5%	21.6%	15%以下	①
	中学生 11.2%	14.4%	5%以下	
介護に関する不安や疑問があった時の相談先がわからない高齢者の割合	9.8%	13.5%	減少	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第2次プラン調査（平成 28 年度）

【目標に向けた取り組み】



<住民同士の交流の促進>

○人とふれあうことの大切さを伝えます

事業名	事業内容	実施機関
ふれあいの大切さの啓発	まちづくりふれあい講座等を通じて、交流することの大切さや誘い合うことの大切さを伝え、交流機会への参加を促します。	○健康づくり課



○近所の人との交流の機会を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
地域交流の推進	地域の高齢者が気軽に参加できる機会を提供し、情報を周知します。	○地域包括支援センター
コミュニティ組織の整備	地域で暮らす市民誰もが、主体的に地域に関わることができるコミュニティ組織を整備します。	○コミュニティ推進課
やちよ元気体操応援隊の自主活動支援	高齢者の運動習慣と交流の促進を目的としたやちよ元気体操応援隊による自主活動を支援します。	○健康づくり課
高齢者と子どもとの交流の推進	社会福祉協議会、小中学校、保育園・幼稚園等が、地域の高齢者と子どもが交流する機会を提供します。	○社会福祉協議会 ○小中学校(指導課) ○保育園・幼稚園等

<安心して出かけられるバリアフリー化の推進>

○高齢者や障がい者への理解を深め、こころのバリアフリー化を推進します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
福祉教育(高齢者疑似体験、車いす体験など)の推進	子どもから大人まで多くの市民が、福祉教育を通じて高齢者や障がい者への理解を深め、声かけや手助けができるように、こころのバリアフリー化を推進します。	○小中学校(指導課) ○社会福祉協議会 ○職員課(健康づくり課) (障害者支援課)

○バリアフリー化を推進します

事業名	事業内容	実施機関
公共施設のバリアフリー化の推進	新設する公共施設(建築物)は、バリアフリー化を推進します。また既存の公共施設(建築物)は、改築にあわせバリアフリー化を推進するなど、施設の改善に努めます。 道路については、誰もが歩きやすいように段差の解消等に向け、バリアフリー重点地区内からバリアフリー化を推進します。	○各施設所管課 ○土木維持課 ○土木建設課
バリアフリーマップの周知	市内のバリアフリーマップを作成し、車いす用トイレやエレベーターなどの設置場所を周知します。 また、公共施設などのバリアフリー化に向けた普及啓発に努めます。	○障害者支援課

<高齢者を身近で支える家族へのサポート>

○介護などに関する不安を解消し、介護負担の軽減を図ります

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
介護などに関する相談窓口の周知	チラシ、まちづくりふれあい講座などで、介護に関する相談窓口として地域包括支援センターなどを周知します。また、家族交流会等を紹介し、個人や家族内で介護を抱え込まないように支援します。	○地域包括支援センター(長寿支援課) (健康づくり課)
介護講座などの開催	介護の負担を軽減させるため、介護講座や講演会、家族交流会を開催します。	○健康づくり課(地域包括支援センター)



めざす姿

3

心身機能を保ち、認知症、ロコモティブ症候群、 低栄養など老年症候群を予防する

高齢者の心身機能の低下を緩やかにするため、運動・食生活・歯と口腔・休養に関する生活習慣を見直し、認知症やロコモティブ症候群、低栄養などの予防に努めます。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
65 歳平均自立期間*（八千代市）	男性 17.45 年	17.69 年	延伸	①
	女性 20.06 年	20.42 年		

出典 ① 基準値：平成 24 年度健康ちば計画策定作業部会会議資料（平成 20 年の値）
直近値：千葉県健康情報ナビ（平成 25 年の値）

*65 歳平均自立期間：65 歳の日常生活動作が自立している期間の平均。（要介護 2～5 以外を自立の状態とする）

<中間評価と今後の方向性>

運動・食生活・歯と口腔・休養という4つの行動目標に対する共通の取り組みとしては、講座やイベントの開催、様々な機会での情報提供を行いました。また、個別相談にも対応し実践につながるように支援しました。

行動目標①「気軽に楽しく運動を続けます」の取り組みについては、高齢者世代の重点取り組みを兼ねており、運動をきっかけとした住民主体の健康づくりを中心に取組んだ結果、やちよ元気体操を知っている高齢者の割合や、やちよ元気体操応援隊による体操グループ数は大幅に増加しました。しかし、意識的にいつも体を動かしている高齢者の割合は後退し、身近な場所で気軽に体を動かせる場所がある高齢者の割合は横ばいであり、引き続き、やちよ元気体操等の気軽にできる運動の普及啓発と共に、運動をきっかけとした住民主体の健康づくりを推進するため、やちよ元気体操応援隊の養成やその活動支援に努めます。

行動目標②「食を楽しみ、低栄養の予防に努めます」の取り組みについては、食事の内容を見直すだけではなく、家族や友人と共に食事を楽しむ（共食）機会を持ち、地域活動への参加や地域交流を促進していく事が重要です。そのため、低栄養予防に関する普及啓発だけではなく、男性向けの料理講座をきっかけに市民主体の食を通じた健康づくりを更に推進していけるよう今後も人材の育成やその活動を支援していきます。

めざす姿3における全体の数値目標とした65歳平均自立期間は延伸しましたが、行動目標ごとに示した数値目標については後退している指標もあり、引き続き、分かりやすい情報提供や適切な相談対応に努めます。

注：数値目標の達成度（改善傾向、横ばい等）は資料編 167 頁参照



【行動目標①】

気軽に楽しく運動を続けます

高齢者がそれぞれの体力に合わせ、活動量が落ちないように、日頃から意識的に体を動かすことや、住み慣れた地域で近所の人と共に、楽しみながら継続的に体を動かすことをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標① 気軽に楽しく運動を続けます				
意識的にいつも体を動かしている高齢者の割合	44.9%	42.9%	55%以上	①
身近な場所で気軽に体を動かせる場所がある高齢者の割合	80.8%	80.7%	増加	①
やちよ元気体操応援隊による体操グループ数	13グループ	65グループ	増加※1	②

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

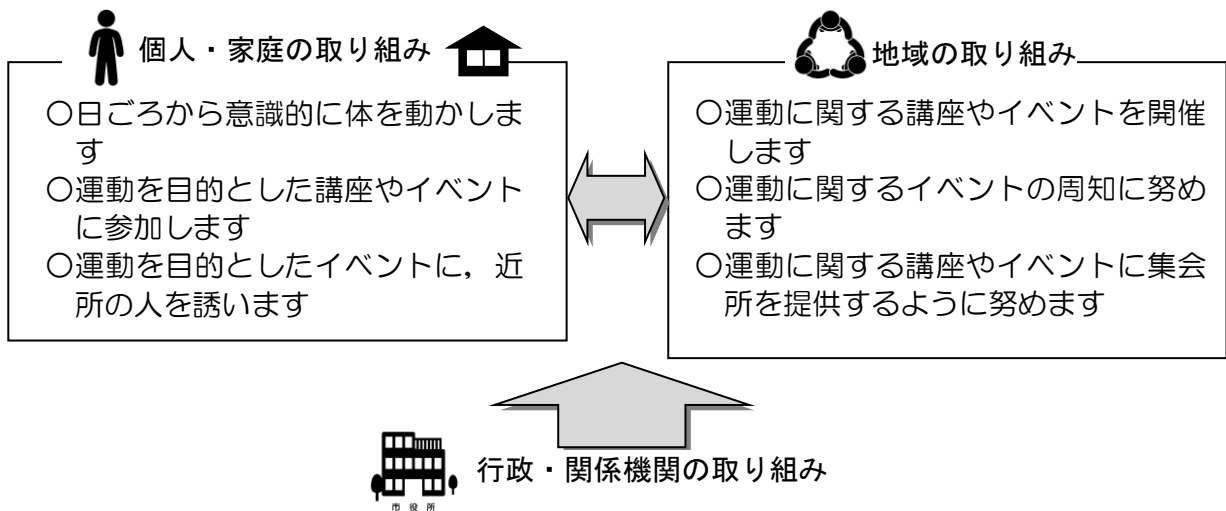
直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

② 基準値：平成23年度 事業統計

直近値：平成28年度 事業統計

※1 策定時の目標値は35グループだったが、直近値は目標値のおよそ2倍と大きな進展がみられ、今後も増加が期待できることから目標値を増加と変更した。

【目標に向けた取り組み】



<気軽にできる運動の推進>

○気軽にできる運動の機会を提供します

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
やちよ元気体操等の普及啓発	高齢者を対象とした運動講座やまちづくりふれあい講座等において、やちよ元気体操等の気軽に行える体操を紹介します。また、体操のチラシなどを各種健康講座やイベント等で配布します。	○健康づくり課



事業名	事業内容	実施機関
運動推進のための講座やイベントの開催	運動推進のための講座の開催や各種講座に体操やストレッチ等の気軽に行える運動を取り入れます。	○健康づくり課 (長寿支援課) (公民館) ○地域包括支援センター
	ウォーキング講座、まちづくりふれあい講座、ニューリバーロードレース、ニュースポーツ*大会を開催します。	○文化・スポーツ課
総合型地域スポーツクラブの推進	身近な場所で多世代の交流を図りながら、運動を推進していく総合型地域スポーツクラブの設置に取り組みます。	○文化・スポーツ課
谷津・里山を活用した講座等の開催	八千代市谷津・里山保全計画に基づき、谷津・里山を活用した「里山歩き」や「自然観察会」等を開催し、市民の心身の健康増進を図ります。	○環境政策室

*ニュースポーツ：グラウンドゴルフやインディアカ等、誰でも楽しみながら参加できることを目的として新しく考案されたスポーツ。

○楽しみながら運動の継続ができるように支援します

事業名	事業内容	実施機関
やちよ元気体操応援隊の養成とその活動支援	身近な場所で運動が続けられるように、やちよ元気体操応援隊を養成し、その自主活動を支援します。	○健康づくり課
ニュースポーツ用具の貸出	気軽にニュースポーツを楽しんでもらうため、用具の貸出などを行います。	○文化・スポーツ課

<運動しやすい環境の整備・維持と利用推進>

○運動するための施設等の整備・維持と市民の利用推進に努めます

事業名	事業内容	実施機関
施設の整備・維持と利用推進	多目的に利用できる市民スポーツの中核として、総合グラウンドを整備・維持し、市民の利用推進に努めます。	○文化・スポーツ課
施設の維持と利用推進	地域スポーツの活動拠点として活用するため、既存施設（八千代総合運動公園：市民体育館・野球場・庭球場・多目的広場、萱田地区公園：野球場・庭球場、村上第1公園庭球場、八千代台近隣公園小体育館、勝田台中央公園小体育館、睦スポーツ広場、上高野多目的グラウンド）を維持し、市民の利用推進に努めます。 また、総合生涯学習プラザ・ふれあいプラザの施設内にある運動設備を維持し、市民の利用推進に努めます。	○文化・スポーツ課 ○生涯学習振興課 ○健康福祉課
道路の整備・維持	ウォーキング等に活用される道路の整備や維持補修を行います。	○土木建設課 ○土木維持課



<運動に関する情報の提供の充実>

○運動に関する情報について、分かりやすい情報提供に努めます

事業名	事業内容	実施機関
運動ができる公共施設や運動サークルの周知	市民体育館等の利用促進に向けて、「森の詩」(文化・スポーツ振興財団発行紙)やホームページ等で施設紹介を行います。	○文化・スポーツ振興財団
	総合生涯学習プラザの利用促進に向けて、ホームページ等で施設紹介を行います。 また、まなびネットやちよにより、運動サークルに関する情報提供を行います。	○総合生涯学習プラザ
	各種講座や自治会回覧等で、運動のできる公共施設(ふれあいプラザや総合グラウンド等)についての紹介を行います。	○健康づくり課
	ふれあいプラザの利用促進に向けて、施設紹介パンフレット等で周知を行います。	○健康福祉課



【行動目標②】

食を楽しみ、低栄養*の予防に努めます

高齢者が無理なく簡単に、1日3食、栄養バランスのよい（主食・主菜・副菜*が揃った）食事をするなど、健康によい食事ができ、家族や友人と楽しく食事をしながら、低栄養を予防することをめざします。

*低栄養：健康に生きるために必要な量の栄養素（特に、たんぱく質やエネルギー）が十分に摂れていない状態のこと。

*主食：ご飯・パン・麺。

主菜：肉・魚・卵・大豆料理。

副菜：野菜・きのこ・いも・海藻料理。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標② 食を楽しみ、低栄養の予防に努めます				
低栄養傾向（BMI 20 以下）の高齢者の割合	19.3%	18.7%	減少	①
日頃の食生活で健康のための取り組みとして、栄養のバランス（主食・主菜・副菜）を考えて食べる高齢者の割合	72.6%	77.4% (参考値※1)	増加	②
外食・中食*をする時に、健康のために野菜が多いメニューや野菜料理を一品プラスして選ぶ高齢者の割合	32.0%	36.3%	40%以上	②
食生活について気になることがある時、相談先がわからない高齢者の割合	3.6%	3.6%	減少	②
食生活について気になることがある時、相談しない高齢者の割合	19.4%	19.0%	15%以下	②
家族や友人と一緒に食事をしている高齢者の割合	83.8%	68.1% (参考値※2)	増加	③

出典 ① 基準値：平成 23 年度 健康診査統計

② 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

③ 基準値：高齢者の保健福祉・介護保険二一ス調査結果報告書
（平成 23 年 3 月）

直近値：平成 28 年度 健康診査統計

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

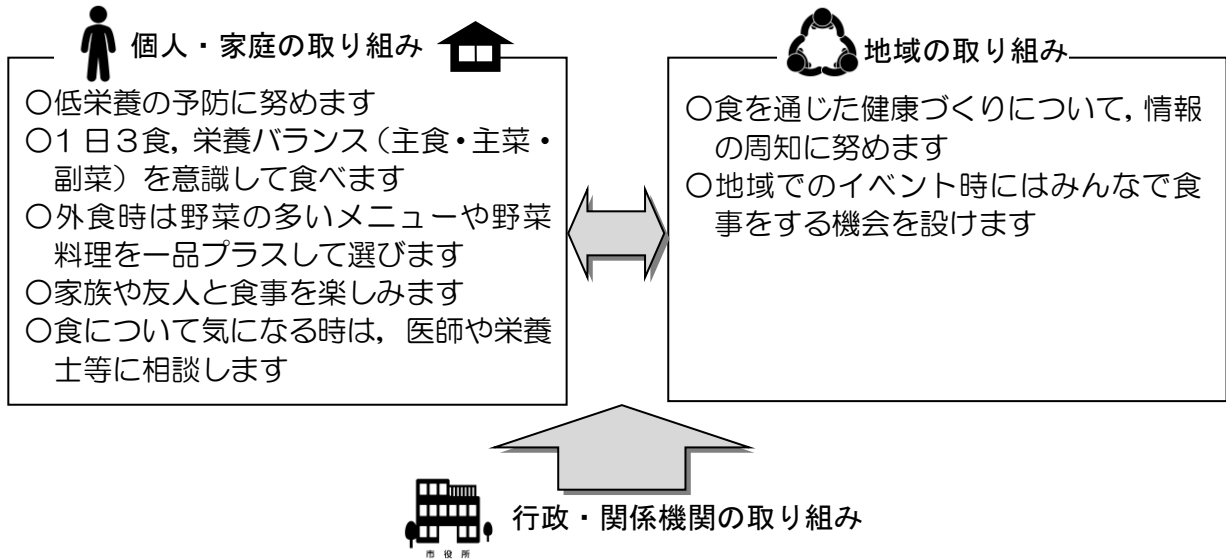
直近値：高齢者等の保健福祉・介護保険二一ス調査結果報告書
（平成 29 年 3 月）

※ 1 基準値と直近値では設問項目が異なるため直近値は参考値。直近値は「主食・主菜・副菜をすべて組み合わせた食事を 1 日に 2 回以上、ほぼ毎日とる高齢者」の割合。

※ 2 基準値と直近値では設問項目が異なるため直近値は参考値。直近値は、「誰かと食事をとる機会が毎日ある、週に何度かある高齢者」の割合。

*中食：家庭外で調理された食品を購入して、家庭の食卓で食べること。

【目標に向けた取り組み】



<食を通じた健康づくりの推進>

○食を通じた健康づくりに関する普及啓発を行います ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
食を通じた健康づくりに関する講座等の開催	まちづくりふれあい講座などにおいて、低栄養の予防や共食*の大切さなど、食を通じた健康づくりに関する普及啓発を行います。	○健康づくり課（長寿支援課）（公民館） ○地域包括支援センター
食を通じた健康づくりに関する情報提供	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、低栄養の予防や共食の大切さなど、食を通じた健康づくりに関する情報提供を行います。また、農産物直売所等にてチラシの配布を行います。	○健康づくり課

*共食：家族や友人、地域や所属コミュニティ等で共に食事をとりながらコミュニケーションを図ること。

○低栄養の予防や健康によい食事の取り組みを支援します

事業名	事業内容	実施機関
食生活相談の実施	食に関する悩み等に対し、栄養士が食生活相談（個別面接・電話相談）に応じます。	○健康づくり課

<食に関する市民活動の推進>

○食を通じた健康づくりについて、市民活動団体と共に推進していきます

事業名	事業内容	実施機関
市民主体の食を通じた健康づくりの推進	より多くの市民が食への関心を高め、健康によい食事ができるように、食を通じた健康づくりについて、市民活動団体と共に検討し、推進します。	○健康づくり課

【行動目標③】

歯と口腔の健康を保ち、おいしく食べます

歯と口腔の健康は、食事や会話を楽しむなど生活の質にも深く関わっており、自分らしく豊かな人生を送るためにも大切なものです。

高齢期は、歯の喪失防止や口腔の機能の低下を予防しながら、しっかり噛んでおいしく食べられることをめざします。

<数値目標>

	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	出典
行動目標③ 歯と口腔の健康を保ち、おいしく食べます				
食事に支障なく噛める高齢者の割合	57.1%	84.3% (参考値※1)	70%以上	①
80 歳で 20 本以上自分の歯を有する人の割合	75.1%	69.4%	増加	②
定期的に（1 年に 1 回以上）歯科医院で歯科健診を受けている高齢者の割合	50.4%	60.9%	65%以上	③
日に 2 回は時間をかけて、ていねいに歯みがきをする高齢者の割合	40.0%	42.1%	50%以上	③
舌の体操やだ液が出やすくなるマッサージを行っている高齢者の割合	5.1%	7.8%	20%以上	③

出典 ① 基準値：高齢者の保健福祉・介護保険ニーズ調査結果報告書
(平成 23 年 3 月)

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

② 基準値：平成 23 年度成人歯科健康診査統計

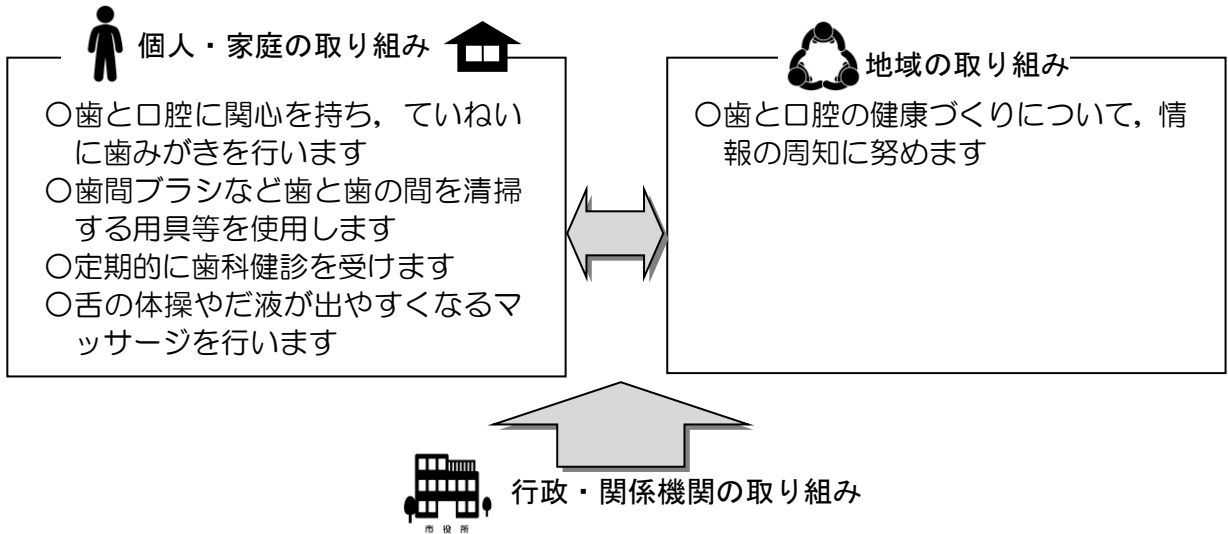
直近値：平成 28 年度成人歯科健康診査統計

③ 基準値：第 2 次プラン調査（平成 23 年度）

直近値：第 2 次プラン調査（平成 28 年度）

※1 基準値と直近値では設問の選択肢が異なるため直近値は参考値。基準値は、「何でも支障なく噛める・噛めないものもある・噛めない」の内「何でも支障なく噛める」と回答した割合、直近値は「はい・いいえ」の内「はい」と回答した割合。

【目標に向けた取り組み】



<歯と口腔の健康づくりの推進>

○歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発を行います ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
歯と口腔の健康づくりに関する講座等の開催	まちづくりふれあい講座、ふれあい大学等において、定期的に歯科健診を受ける大切さ、歯科疾患の予防や口腔の機能の低下を予防する方法など、歯と口腔の健康づくりに関する知識の普及啓発を行います。	○健康づくり課 (長寿支援課) (歯科医師会) ○地域包括支援センター
歯と口腔の健康づくりに関する情報提供	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、定期的に歯科健診を受ける大切さ、歯科疾患の予防など、歯と口腔の健康づくりに関する情報提供を行います。	○健康づくり課 (長寿支援課) (障害者支援課) (歯科医師会)
だ液でるでる体操*等の普及啓発	健康講座においてだ液が出やすくなるマッサージとして、だ液でるでる体操等を周知します。また、体操のチラシやCDなどの配布による普及啓発を行います。	○健康づくり課

*だ液でるでる体操：だ液が出やすくなる体操として作成された八千代市オリジナルの体操。

○定期的に歯科健診を受けることを促します ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
定期的な予防管理の推進	成人歯科健康診査などを実施します。定期的に歯科健診を受ける大切さを伝えるとともに、受診を促します。	○健康づくり課 (長寿支援課) (障害者支援課) (歯科医師会)

○歯と口腔の健康づくりの取り組みを支援します ()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
歯科相談の実施	歯と口腔の状態に応じたお手入れ方法等について、歯科相談を実施し、周知します。	○健康づくり課
介護関係者などへの研修会の開催	介護施設の口腔ケアの実態に応じて、ケアマネジャー(介護支援専門員)や介護職員を対象に、歯科疾患の予防や口腔機能を維持する方法(だ液でるでる体操等)に関する研修会を開催します。	○健康づくり課 (歯科医師会) (長寿支援課) (地域包括支援センター)



○歯と口腔の健康づくりのための仕組みづくりを行います

事業名	事業内容	実施機関
関係機関・団体などとの連携・協力体制の確立	歯と口腔の健康づくりを推進する会議体として「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」を設け、歯周病などの歯科疾患の状況について評価を行い、活動内容を協議します。	○「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」



【行動目標④】

ストレスと上手につきあい、1人で悩まず誰かに相談します

ストレスと上手につきあって睡眠を十分にとり、不安や悩みなどを抱えた時は、誰かに相談したり、症状に応じて受診する等の適切な対処ができることをめざします。

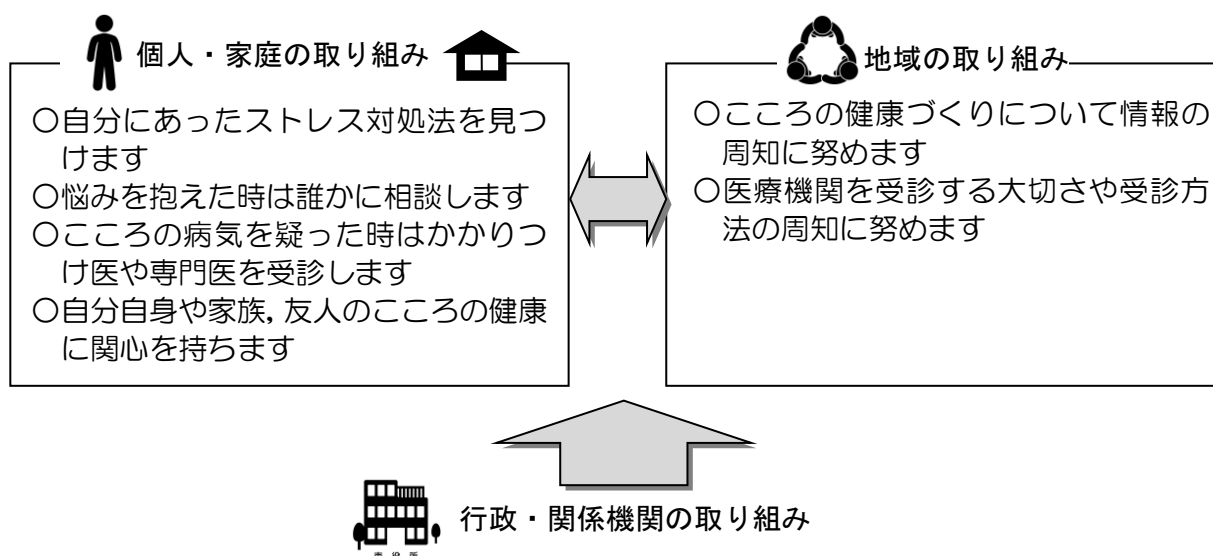
<数値目標>

	基準値 平成23年度	直近値 平成28年度	目標値 平成34年度	出典
行動目標④ ストレスと上手につきあい、1人で悩まず誰かに相談します				
ストレス（不安や悩みなど）に対処できている高齢者の割合	79.4%	81.7%	増加	①
睡眠による休養がとれている高齢者の割合	84.5%	80.7%	増加	①
不安や悩みを抱えた時の相談先を知っている高齢者の割合	87.1%	85.6%	増加	①

出典 ① 基準値：第2次プラン調査（平成23年度）

直近値：第2次プラン調査（平成28年度）

【目標に向けた取り組み】



<こころの健康づくりの推進>

○こころの健康づくりに関する普及啓発を行います

()は連携機関

事業名	事業内容	実施機関
こころの健康づくりに関する講座等の開催	まちづくりふれあい講座や講演会などにおいて、睡眠の重要性、高齢期のうつ病の予防、医療機関の受診方法など、こころの健康づくりに関する普及啓発を行います。 また、認知症サポーター*養成講座などにおいて、認知症に対する正しい理解の普及啓発を行います。	○健康づくり課（長寿支援課）（公民館） ○障害者支援課 ○地域包括支援センター

*認知症サポーター：認知症の人やその家族を応援するボランティアで、認知症サポーター養成講座を受講した人。



事業名	事業内容	実施機関
こころの健康づくりに関する情報提供	広報やちよ、ホームページ、チラシ、こころの健康だより等を活用しさまざまな機会を通じて、睡眠の重要性、高齢期のうつ病の予防、医療機関の受診方法など、こころの健康づくりに関する情報提供を行います。	○障害者支援課 ○健康づくり課 (地域包括支援センター) (長寿支援課)

○悩みや不安を抱えた時の相談窓口を紹介します

事業名	事業内容	実施機関
相談窓口の周知	広報やちよ、ホームページ、チラシ等を活用しさまざまな機会を通じて、こころの健康に関する相談窓口を周知します。	○健康づくり課 ○障害者支援課 ○習志野健康福祉センター

○こころの健康に関する相談事業の充実を図ります

事業名	事業内容	実施機関
高齢者の総合相談等の実施	認知症や高齢期のうつ病などに関することや介護について、保健師(看護師)・社会福祉士・主任介護支援専門員が相談に応じます。	○地域包括支援センター
こころの健康相談の実施	こころの病気や福祉サービスの利用等について、保健師や精神保健福祉士などが相談に応じます。	○障害者支援課
精神保健福祉相談等の実施	こころの病気やこころの健康について、精神科医や精神保健福祉相談員が、本人や家族の相談に応じます。	○習志野健康福祉センター
健康相談の実施	病気の症状と生活への影響を確認し、保健師が関係機関と連携して相談に応じます。	○健康づくり課





第6節 八千代市食育推進計画の目標と取り組み

八千代市では、国の第3次食育推進基本計画と県の第3次千葉県食育推進計画をふまえ、本プランに八千代市食育推進計画を位置づけ、市民一人ひとりが食生活について関心を持ち、健康的で楽しい食事を心がけることができるように、各ライフステージに合わせた間断のない食育の推進を図ります。

①生涯にわたるライフステージに応じた食に関する情報提供

ライフステージに応じた食に関する知識が得られるように、各種事業や学校を通し情報の提供を行うとともに、広報やちよ、ホームページなどを通じて広く市民に周知を図ります。また、望ましい食習慣を身につけ、食の楽しさを実感できるように、家族や友人などとの共食の大切さを伝えます。

②食に関するさまざまな経験をする機会の提供

食を通じて豊かなところと健康な身体づくりができるように、子どもの頃から農業体験や農業生産者と関わりのある食育の機会を提供します。また、イベントや講座を通じて家族で一緒に料理をつくることや健康に配慮した食事づくりをして、楽しく食べることなどについて知る機会を提供します。

学校・公民館などの関係機関や地域においても食育をすすめ、子どもから高齢者までライフステージに合わせたさまざまな食に関する経験の機会を提供します。

③関連機関との連携を通じた推進

学齢期における食育の取り組みに関しては、やちよ食育ネットワーク協議会において活動を協議し、関係機関と連携のもと実施します。

学齢期以外のライフステージにおいても男女共同参画センター等の関係機関と連携し、推進します。

④食環境の整備

飲食店や農産物直売所等と連携し、旬の野菜メニューや健康に関する情報提供を行います。また、健康に配慮したメニューなどの提供についても飲食店等と連携し、推進します。



⑤八千代市食育推進計画指標一覧

八千代市食育推進計画は、国の第3次食育推進基本計画・第3次千葉県食育推進計画を参考に、下記の指標を設定し、食育の推進を図ります。

本プラン掲載箇所	<指標>	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	注1
すこやか親子 44 頁	自己肯定感が高い子の割合(「私はやればできる・自分のことが好き」共に肯定)	小学生 55.2%	51.8%	70%	
		中学生 39.3%	44.9%	60%	
	小中学生の肥満の割合 ※1	小学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 9.8%)	6.3% (10.8%)	7%以下	
		中学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 10.8%)	6.7% (8.7%)		
	小中学生のやせの割合 ※1	小学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 23.8%)	2.2% (23.3%)	減少	
		中学生 肥満度(村田式) — (ローレル指数 33.2%)	2.8% (37.8%)		
	朝食または夕食を家族と一緒に食べる頻度(家族との共食頻度)	小学生 10.5 回/週	10.3 回/週	現状維持	◎
		中学生 10.3 回/週	10.5 回/週		
	家族と食事をするのが楽しい小学生の割合	92.1%	87.9%	現状維持	
	からだによい食べ物や栄養バランスのよい食事に興味がある子の割合	小学生 68.0%	74.9%	80%	
		中学生 58.7%	65.1%	70%	
	子どもと一緒に月2回以上食事づくりをする小学生の親の割合	26.2%	22.6%	40%	
	料理をすることに興味がある子の割合	小学生 75.7%	76.7%	80%	
		中学生 70.6%	70.0%	75%	
	小学生がつくれるような料理を知っている小学生の親の割合	89.1%	84.8%	現状維持	
	農業体験を実施している学校数	小学校 23 校中 14 校	22 校中 11 校	増加	◎
		中学校 11 校中 10 校	11 校中 8 校	現状維持	○
	農業生産者と関わりのある食育を実施している小学校数	小学校 5 校	22 校	全校	
農業を体験することに興味のある子の割合	小学生 64.3%	60.0%	70%	◎	
	中学生 39.9%	40.4%	45%	○	
学校給食における地場産物を使用する割合(県内産)	32.4%	36.0%	現状維持	★	

※1 平成 28 年度から肥満度(村田式)を採用。基準値及び目標値はローレル指数採用時の値。



本プラン 掲載箇所	<指 標>	基準値 平成 23 年度	直近値 平成 28 年度	目標値 平成 34 年度	注1
はすこやか親子 56 44 頁 頁	朝食の欠食率	小学5年生 1.6%	1.0%	現状維持	★ ○
		中学2年生 4.7%	3.1%		
		18~20歳代男性 36.1%	27.5%	男女とも 15%以下	
		30歳代男性 24.4%	30.4%		
		18~20歳代女性 22.2%	19.6%		
		30歳代女性 16.2%	7.4%		
はしらし成年 56 頁	適正体重を保っている人の割合（BMI標準）	67.9%	69.1%	75%以上	
	健康のために、栄養のバランス（主食・主菜・副菜）を考えて食べることを重視している人の割合	52.8%	43.2% (参考値)	75%以上	◎ ○
	健康に配慮したメニューや栄養成分表示などがあるお店が増えていると思う人の割合	63.2%	67.5%	75%以上	
	健康ちば協力店など食の健康に取り組む店舗数	健康ちば協力店登録数 33 店舗	36 店舗	増加	
		野菜たっぷりメニュー登録店舗数 —	28 店舗		
いきいき高齢者 86 頁	低栄養傾向（BMI 20 以下）の高齢者の割合	19.3%	18.7%	減少	
	日頃の食生活で健康のための取り組みとして、栄養のバランス（主食・主菜・副菜）を考えて食べる高齢者の割合	72.6%	77.4% (参考値)	増加	◎ ○
	外食・中食をする時に、健康のために野菜が多いメニューや野菜料理を一品プラスして選ぶ高齢者の割合	32.0%	36.3%	40%以上	
	食生活について気になることがある時、相談先がわからない高齢者の割合	3.6%	3.6%	減少	
	食生活について気になることがある時、相談しない高齢者の割合	19.4%	19.0%	15%以下	
	家族や友人と一緒に食事をしている高齢者の割合	83.8%	68.1% (参考値)	増加	◎

注1：★…国の第3次食育推進基本計画における『食育の推進の目標に関する事項』の指標と同様の指標
◎…国の第3次食育推進基本計画における『食育の推進の目標に関する事項』の関連指標
○…県の第3次千葉県食育推進計画関連指標





第7節 八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例に関わる目標と取り組み

八千代市では平成24年6月に「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」を制定しました。その第6条で基本的施策を規定しています。それに基づき、歯と口腔の健康づくりの知識や歯科疾患予防に関する普及啓発，定期的な予防管理の推進，関係機関・団体等との連携・協力体制の確立に取り組みます。

①歯と口腔の健康づくりに関する知識や予防に関する情報提供

市民が正しい知識を持って自ら行動できるように，市は歯と口腔の健康づくりに関する知識や歯科疾患の予防に関する情報を提供します。

講座や歯科健康診査の機会や，広報やちよ等を通し，広く市民に歯と口腔の健康づくりに関する知識や情報を提供します。

②定期的な予防管理の推進

身近な地域で，かかりつけ歯科医による定期的な予防管理が定着することを推進します。歯科健康診査を実施し，受診を促すとともに，定期受診の大切さを伝えます。

③関係機関・団体等との連携・協力体制の確立

全ライフステージを対象とした，生涯を通じて歯科保健を推進評価する会議体として「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」を開催し，ライフステージごとのむし歯や歯周病の有病状況などの歯科保健情報を収集し，分析していく体制を整備します。



④八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例第6条基本的施策関連指標

国（歯科口腔保健の推進に関する基本的事項）や千葉県（第2次千葉県歯・口腔保健計画）で掲げられている目標との整合性を図りながら、むし歯・歯周病予防等をめざして下記の指標を設定し、歯と口腔の健康づくりの推進を図ります。

本プラン掲載箇所	<指標>	基準値 平成23年度	直近値 平成28年度	目標値 平成34年度
すこやか親子 49頁	3歳児におけるむし歯のない人の割合	76.1%	82.5%	80%
	12歳児におけるむし歯のない人の割合	56.3%	68.8%	65%
	12歳児における1人平均むし歯数	0.95 歯	0.5 歯	0.5 歯
	フッ素配合歯みがき剤を使っている （小学生親は子どもに使わせている） 人の割合	小学生親 52.9%	55.0%	80%
		中学生 42.0%	47.5%	80%
		1歳6か月児 60.7%	75.7%	70%
	定期的に歯科健診を受けている人（小学生親は子どもに受けさせている）の割合（学校歯科健診以外にも受けている割合）	小学生親 52.7%	58.5%	65%
中学生 20.6%		24.7%	30%	
はじらつ成年 66頁	60歳で24本以上自分の歯を有する人の割合	83.3%	68.8%	90%以上
	自分の歯でおいしく食事ができると思う人の割合	94.4%	94.8%	増加
	定期的に（1年に1回以上）歯科医院で歯科健診を受けている人の割合	36.1%	39.4%	60%以上
	ふだん、歯や口の健康のために、特に取り組んでいることがない人の割合	23.0%	17.2%	減少
いきいき高齢者 88頁	食事に支障なく噛める高齢者の割合	57.1%	84.3% （参考値）	70%以上
	80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	75.1%	69.4%	増加
	定期的に（1年に1回以上）歯科医院で歯科健診を受けている高齢者の割合	50.4%	60.9%	65%以上
	日に2回は時間をかけて、ていねいに歯みがきをする高齢者の割合	40.0%	42.1%	50%以上
	舌の体操やだ液が出やすくなるマッサージを行っている高齢者の割合	5.1%	7.8%	20%以上

