

令和7（2025）年度～令和10（2028）年度



八千代市

第3次 健康まちづくりプラン改訂版

～誰もが健康でいきいきと暮らすまちづくり～

改訂部分のみ

令和7（2025）年3月

八千代市

改訂部分のみ
パブコメ時に現プラン表記に追記します

第1部 八千代市第3次健康まちづくりプラン

第1章 計画の概要

第1節 計画の趣旨（改訂の趣旨）..... 1

第2節 計画の概要..... 2

 1 計画の位置づけ 2

 2 計画期間 3

 3 計画策定経緯 4

第3節 八千代市の現状（周産期，乳幼児期，学童期・思春期，全成育期）..... 5

 1 仕事をしている人の割合..... 5

 2 労働力率..... 6

 3 転入・転出の割合..... 7

 4 合計特殊出生率の推移..... 8

第2章 計画の基本的な考え方

第3節 計画の推進・評価..... 9

 1 計画の推進・評価体制 9

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..... 10

 1 ライフステージに応じた生涯にわたる健康づくりの推進..... 10

第2節 計画の施策体系..... 11

再掲の引用，目標値の設定について..... 13

第3節 分野別の取り組みと目標..... 14

 4 成育医療等に関する取り組みの推進 14

 ①周産期 14

 ②乳幼児期 19

 ③学童期・思春期 22

 ④全成育期 29

資料編

資料7 関連法規及び計画等..... 33

第 1 部

八千代市第 3 次健康まちづくりプラン改訂版

第1章 計画の概要

第1節 計画の趣旨(改訂の趣旨)

本市の母子保健分野の取り組みは、21世紀の母子保健の基本的な取り組みである「健やか親子21」に基づき、「八千代市健康まちづくりプラン」において、関係機関・委員の皆様との連携のもと推進してまいりました。

「健やか親子21」の取り組みを進める過程で、子育てを孤立させず子どもが心身共に健やかに育つことが保障される社会づくりのため、法整備の必要性が議論され、平成30年に「成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦に対し必要な成育医療等を切れ目なく提供するための施策の総合的な推進に関する法律(以下「成育基本法」という。)」が制定されました。

この法律においては、妊娠期から新生児期、乳幼児期、学童期、思春期を経て次世代を育成する成人期までに至る「人のライフサイクル」をカバーすること。その課程で生じるさまざまな健康問題を包括的に捉え、適切に対応すること。国や地方自治体や保護者、医療関係者の責務と連携及び協力等が定められております。

また、令和5年3月31日には「成育医療等基本方針に基づく評価指標及び計画策定指針」が通知され、「健やか親子21」は、本通知に基づく国民運動に変わり、地方公共団体は計画の策定に取り組むこととなりました。

本市においても以上の流れを踏まえ、子どもから高齢者まで全市民の健康づくりを一体的に推進している「八千代市第3次健康まちづくりプラン」を改訂し、第3次プランで既に掲げた取り組みも含め、本方針に基づく目標値や取り組み内容を明記することといたしました。

これらの取り組みを通じ、安心して子育てができる環境が整ったまちを目指し、包括的な支援を切れ目なく提供してまいります。

改訂部分のみ

パブリックコメント時には現プランの表記に追記します

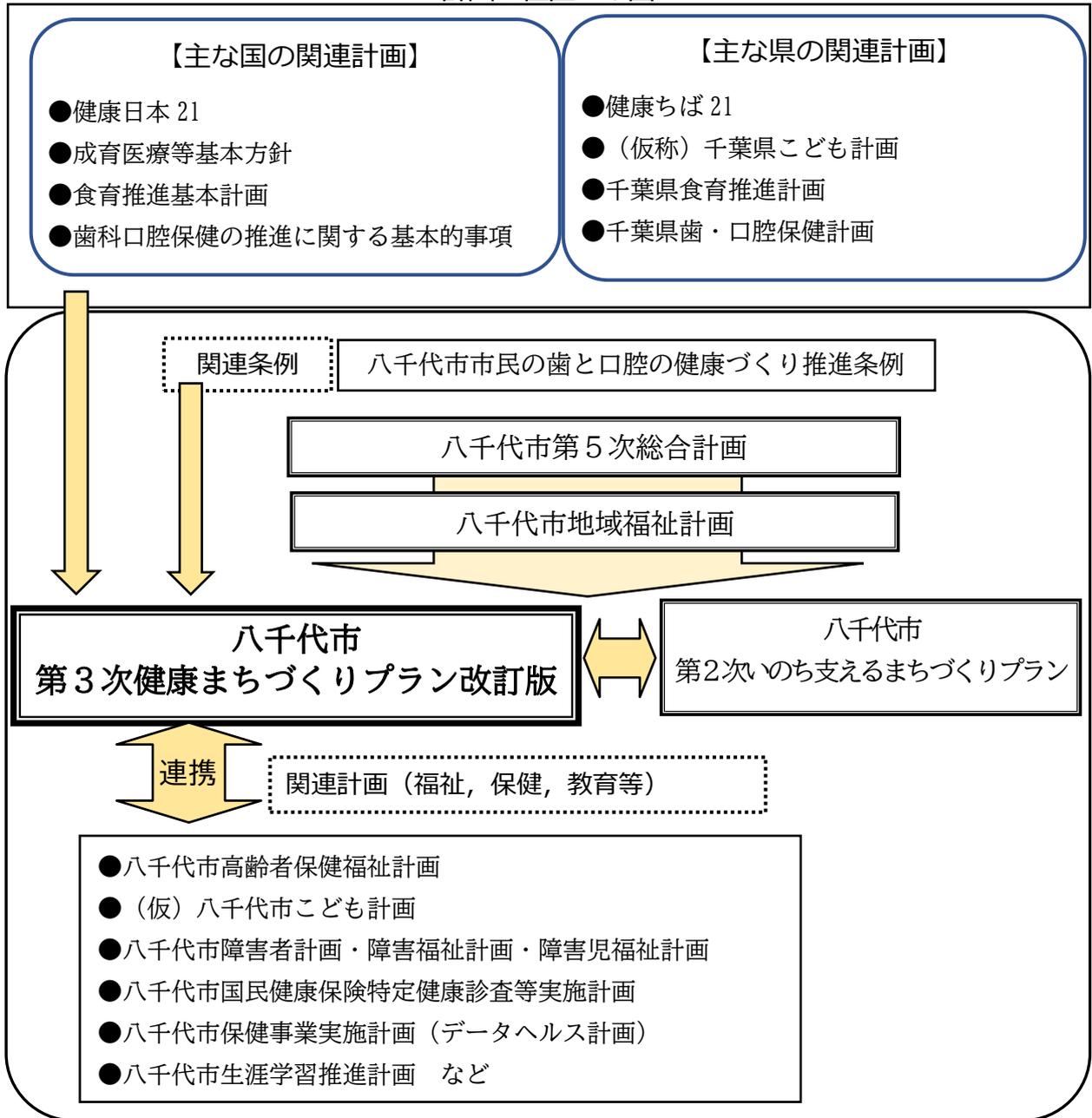
第2節 計画の概要

改訂部分のみ
パブコメ時に現プラン表記に追記します

1 計画の位置づけ

「健やか親子21」の運動が「成育医療等基本方針」に位置付けられ、「母子保健を含む成育医療等に関する計画の策定」に取り組むことが示されたことを踏まえ、本プランを改訂し、成育医療等に関する取り組みを推進していきます。

■計画の位置づけ図



2 計画期間

本プランは第3次健康まちづくりプランの他の基本施策・分野と事業の推進期間を合わせるため、令和7年度から10年度までの4年間とします。

なお、上位計画等との整合性及び国や県の動向、社会情勢の変化などにより、必要に応じ、適宜見直すものとします。

■計画期間

令和元 (2019) 年度	令和2 (2020) 年度	令和3 (2021) 年度	令和4 (2022) 年度	令和5 (2023) 年度	令和6 (2024) 年度	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	
		八千代市第5次総合計画								
		八千代市地域福祉計画				八千代市第2次地域福祉計画				
	八千代市第2次健康まちづくりプラン改訂版			八千代市第3次健康まちづくりプラン		八千代市第3次健康まちづくりプラン改訂版				
	【国】健康日本21（第2次） 平成25年度～令和5年度				健康日本21（第3次）					
	【国】健やか親子21（第2次） 平成27年度～令和4年度			成育医療等基本方針（第2次）						
	【県】健康ちば21（第2次） 平成25年度～令和5年度				健康ちば21（第3次）					

3 計画策定及び改訂の経緯

改訂部分のみ
パブコメ時に現プラン表記に追記します

(1) 推進・評価委員会における協議

市民及び関係団体によって構成される「八千代市健康まちづくりプラン推進・評価委員会」において、現状値等を踏まえ、本プランの内容を協議しました。

(2) パブリックコメントの実施

計画の素案については、八千代市パブリックコメント手続実施要綱に基づき、令和6年12月23日から令和7年1月22日までの期間、パブリックコメントを実施し、広く市民の意見を募集しました。

第 3 節 八千代市の現状(周産期, 乳幼児期, 学童期・思春期, 全成育期)

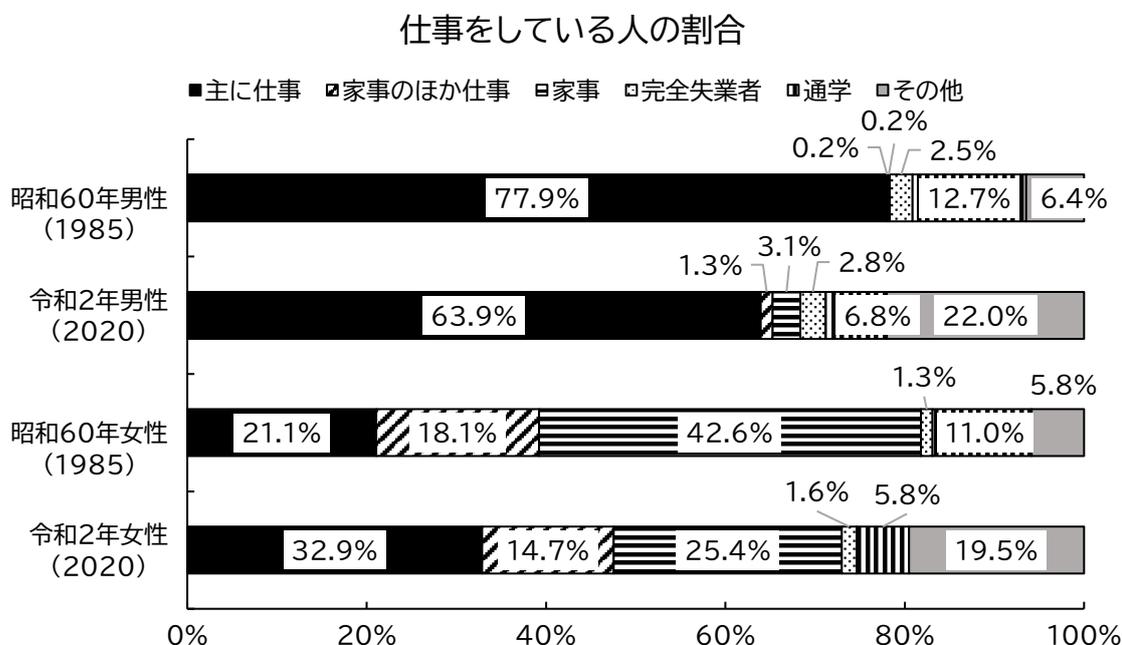
1 仕事をしている人の割合

子育てを取り巻く社会情勢は近年大きく変化しており, 昭和60年に男女雇用機会均等法が成立し, 翌年4月に施行されたことにより, 仕事をもつ女性が増加しました。

令和2年は, 男性は「主に仕事」の割合が63.9%と高いものの, 昭和60年に比べてその割合は低下しています。

女性は, 「主に仕事」の割合が約11.8ポイント増加して32.9%に, 「家事」は17.2ポイント減少して25.4%となっています。

高齢化の影響もあり, 男女共に「その他」の割合が増加しています。



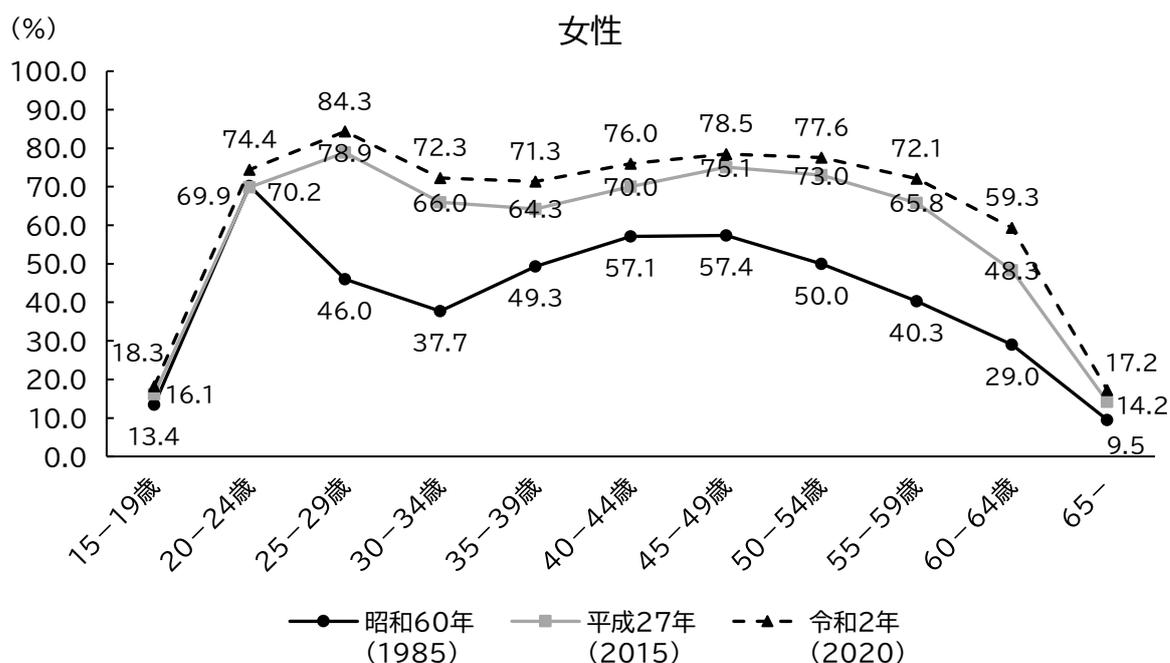
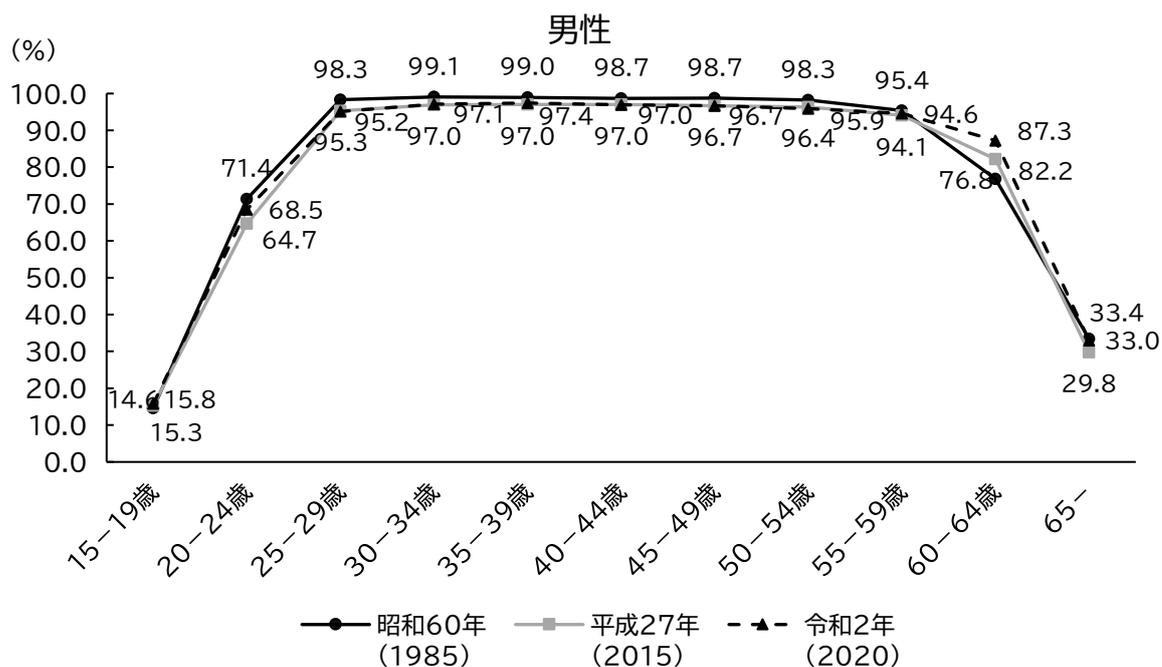
出典：国勢調査（確定値，各年10月現在）

2 労働力率

労働力率を年齢 5 歳階級別男女別で見ると、男性は25歳から59歳の労働力が9割を超えており、昭和60年と令和2年で変化は少なくなっています。

女性は、昭和60年では25歳以降は4割程度まで労働力が減少していたのに対し、令和2年では25～29歳で84.3%、30歳から59歳までの労働力は7割を超えています。

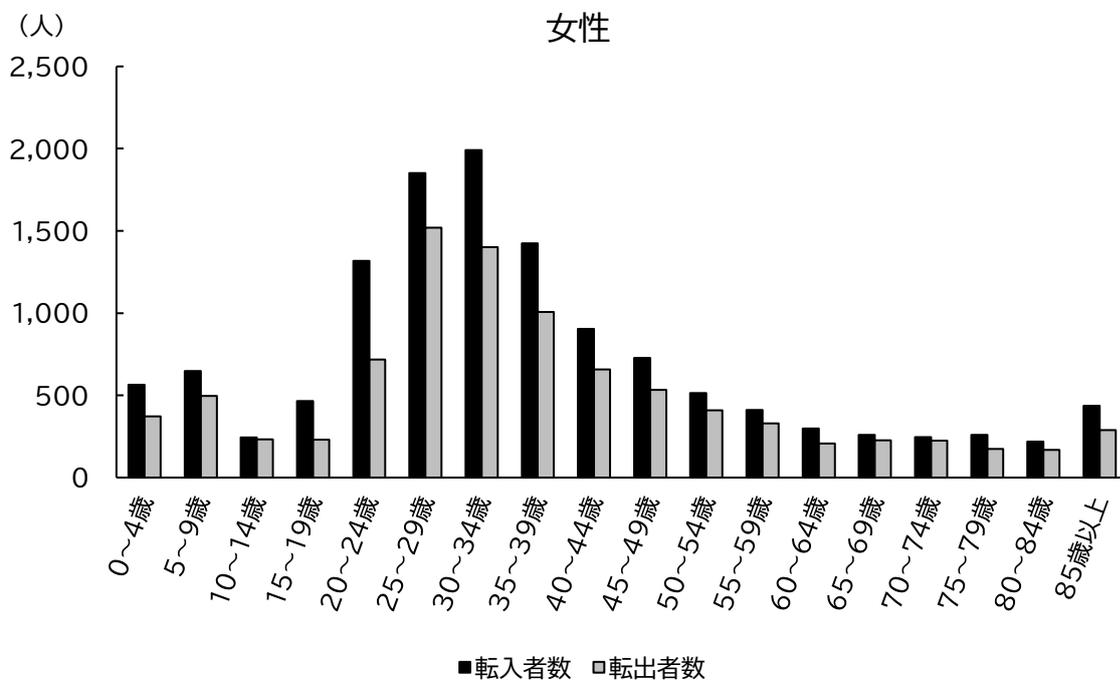
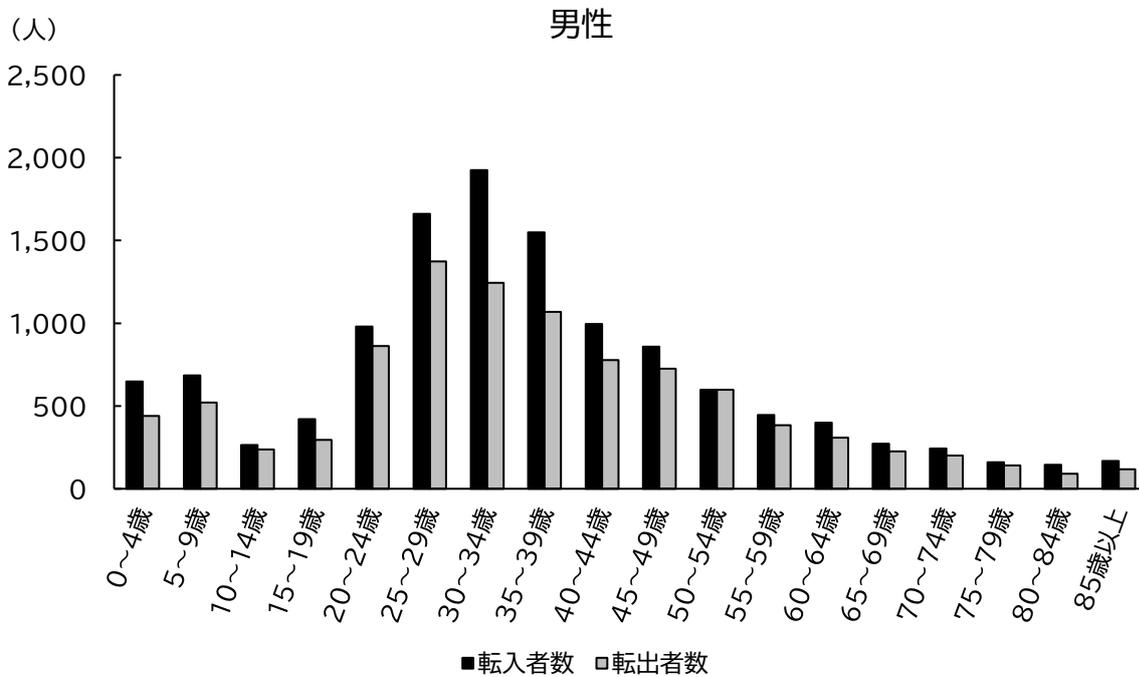
女性は、昭和60年当時、結婚や育児などにより20歳代後半から30歳代で離職する人が多い状況でしたが、近年は働き続ける人が多くなっています。



出典：国勢調査（確定値，各年 10 月現在）

3 転入・転出の割合

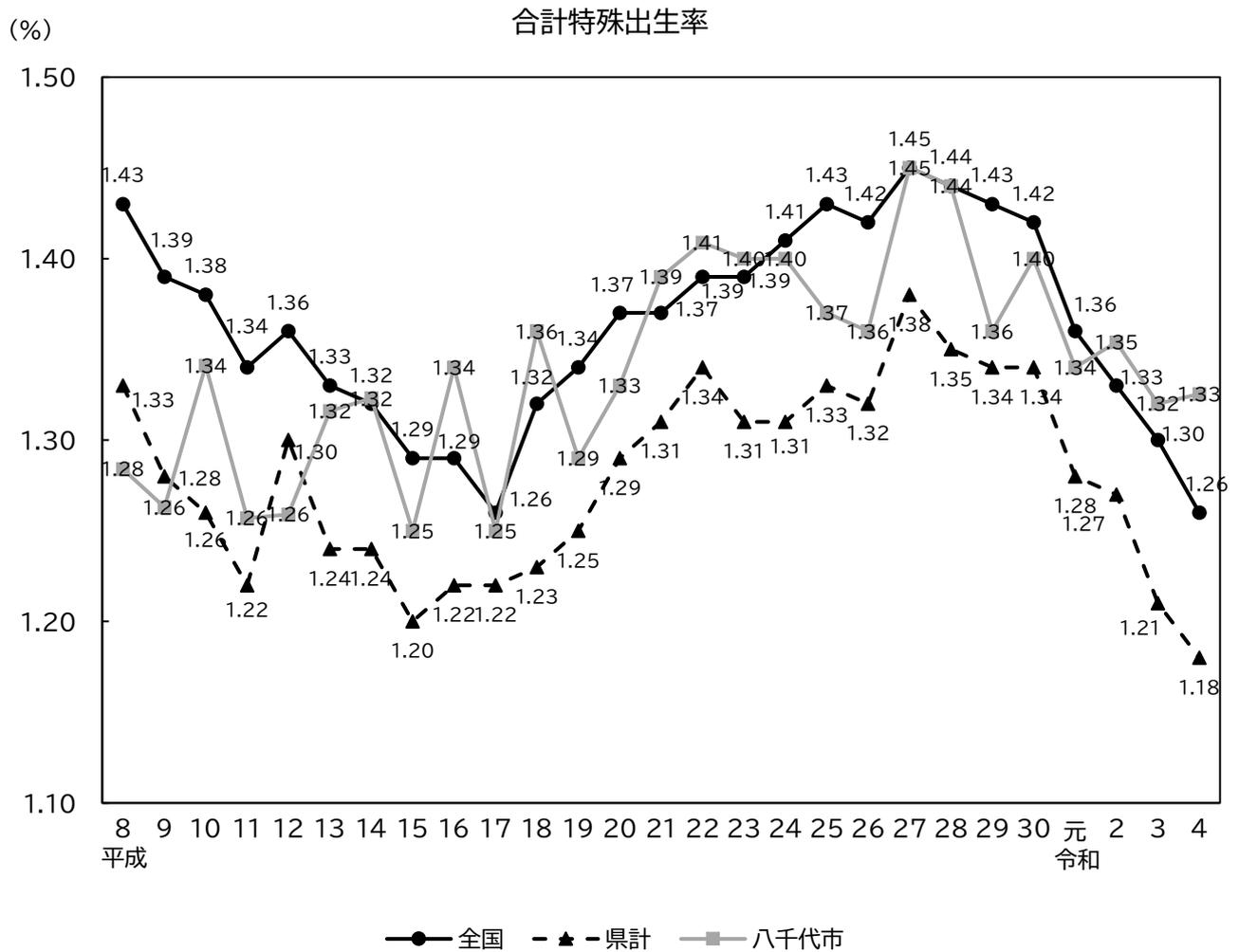
令和 2 年までの 5 年間に本市に転入してきた人と転出した人の人数です。緑が丘西地区の造成などにより、男女ともほぼすべての年代で転入者が上回っていますが、特に若い世代の増加が著しく、対応が必要な状況となっています。



出典：国勢調査 2020 年（確定値，10 月現在）

4 合計特殊出生率の推移

1人の女性が一生のうちに産む子どもの数の指標です。東葉高速鉄道が開通した平成8年度は、千葉県、全国の数値を下回っていましたが、沿線開発による人口増加により、その後は全国値と同程度になっています。



出典：千葉県健康福祉部健康福祉指導課

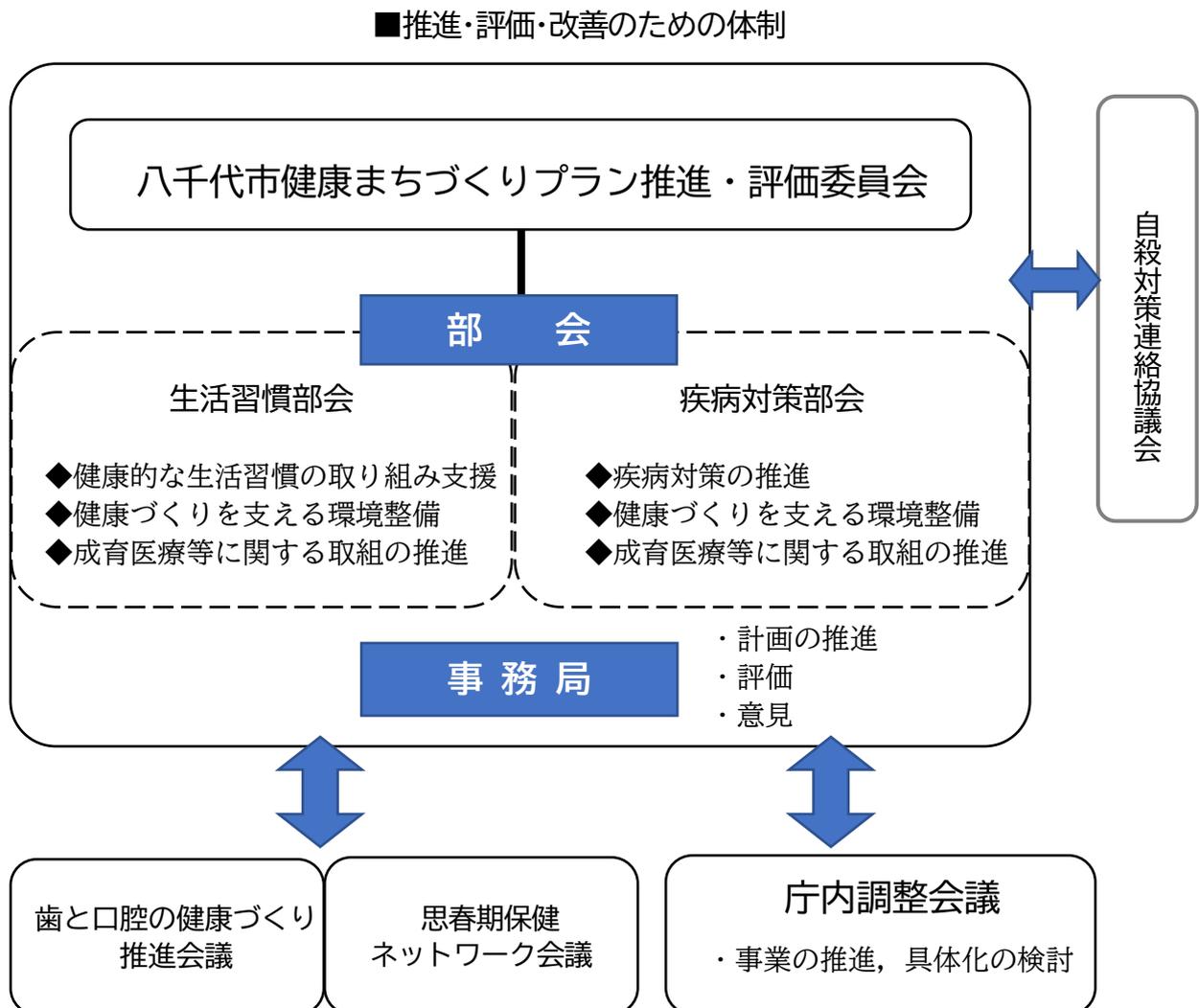
第2章 計画の基本的な考え方

第3節 計画の推進・評価

1 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、庁内調整会議を活用し、関係課が主体的かつ連携して計画的に取り組みます。



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

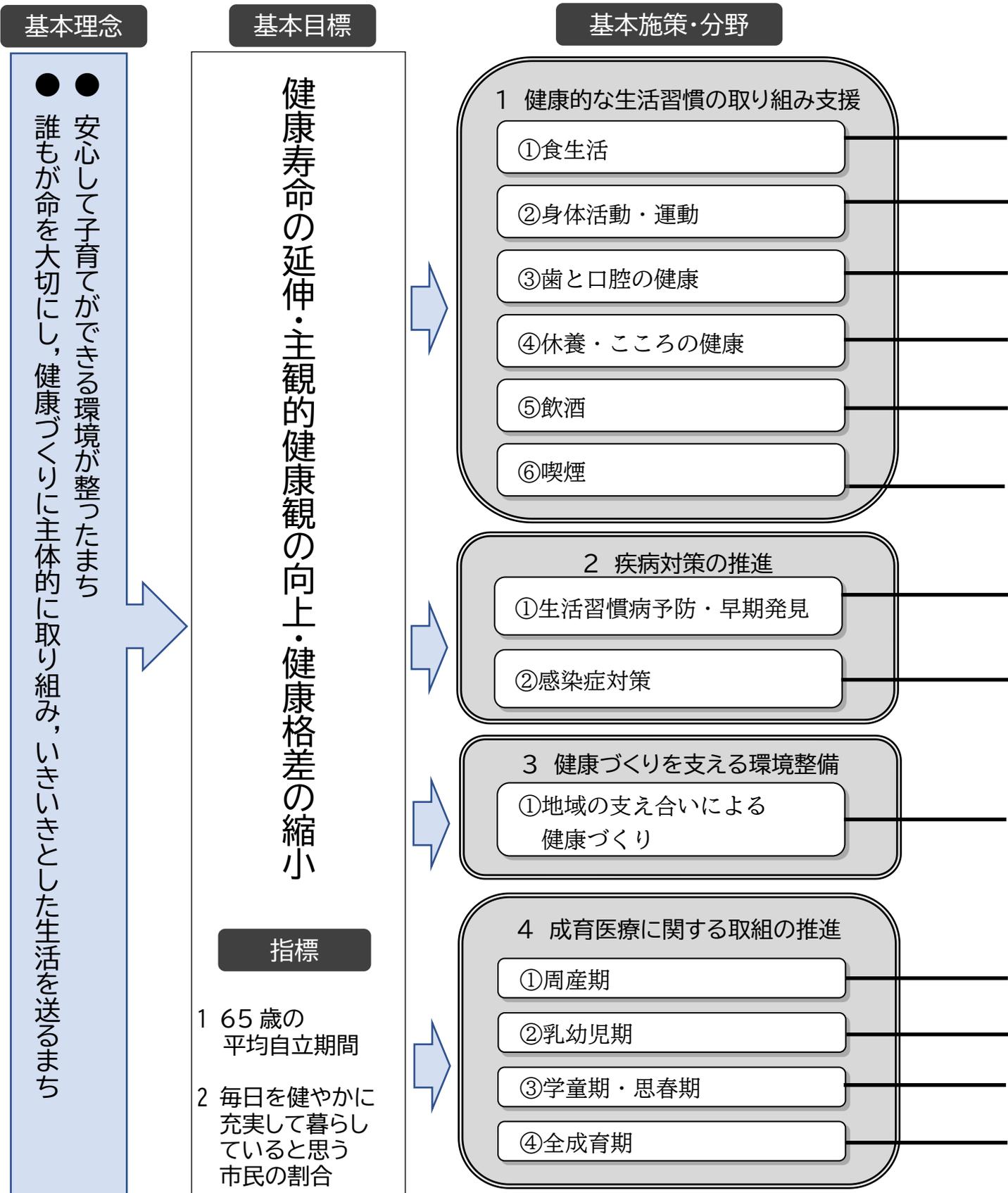
1 ライフステージに応じた生涯にわたる健康づくりの推進

本プランにおいては、食生活、身体活動・運動等の9つの分野別に、めざす姿や数値目標を設定することで、ライフステージに応じた生涯にわたる健康づくりの更なる推進を目指します。

また、次世代を育成する成育基本法の趣旨に基づき、周産期、乳幼児期、学童期・思春期、全成育期の4つのライフステージに応じた健康施策に取り組みます。

第2節 計画の施策体系

【計画体系図】



【施策の方向性】

健康に配慮した食事について普及啓発を行うと共に、一緒に作り一緒に食べる等の食の知識や感謝の心を深めるきっかけとなる取り組みを推進します。
また、関係機関等と連携し、自然に健康になることができる食環境づくりを推進します。

日常生活の中で体を動かす習慣（運動習慣）を持つことや、身体状況に合わせて家族や仲間と共に楽しみながら社会参加を行うことで、身体活動量を増やすことを目指します。

市民の歯と口腔の健康づくりを推進することで健康寿命の延伸を図るため、むし歯や歯周疾患の予防に加え、オーラルフレイル対策を目的とした口腔体操の普及啓発等、口腔機能維持向上の取り組みを推進します。

睡眠やストレス対処等のこころの健康を保つための支援を行うと共に、悩みを抱えた人が相談につながるような体制整備を推進します。
また、子ども時代から自分を大切にする気持ちを育むための働きかけを行います。

お酒との上手な付き合い方についての正しい知識を普及啓発すると共に、アルコールに関する健康問題について悩みを抱えた市民が必要な支援につながるよう、相談体制の整備に努めます。

喫煙が健康へ与える影響や禁煙を希望する人が禁煙の治療や支援が受けられるような情報発信を行うと共に、望まない受動喫煙をなくすための取り組みを推進します。

食生活や運動、睡眠などの健康づくりに関する情報を発信すると共に、市民が必要な検診・健診を受診し、更には生活習慣の見直しを行うことができるよう、医療機関をはじめとする関係機関等と連携しながら取り組みを推進します。

日頃より手洗い等の衛生習慣や健康的な生活習慣を身につけることができるよう働きかけを行うと共に、国・県の方針に基づき、感染症状況や健康情報の提供、相談体制整備や医療情報の提供、予防接種の計画的な実施等により、市民・地域と行政が相互に協力し、感染症対策を推進します。

地域のつながりの強化及び、地域の中で安心して子育てできるような体制整備を推進すると共に、健康づくりに関わる市民や団体が増えるよう努めます。

妊娠時から子育て期にわたり、妊娠・出産・子育てに関する相談に応じ、必要に応じて保健・医療・福祉・教育等の地域の関係機関と連携し、切れ目のない支援を行います。

子どもの健康づくりに関する情報を発信すると共に、必要な健診を受診し、健やかな生活習慣の獲得ができるよう、医療機関等の関係機関と連携しながら取り組みを推進します。

生活習慣の改善や健康づくり、性に関することなど、学童期・思春期からライフプランを見据えて健康管理が行えるよう、情報発信やプレコンセプションケアを推進します。

地域の中で安心して子育てできる体制整備を推進することで、親子が孤立することなく、健やかに育つことができるまちづくりに努めます。

再掲の引用について、目標値の設定について

改訂部分のみ
パブコメ時には「再掲」表示のみとします

- 再掲の引用について

本編で示した事業や取り組みについて「八千代市第3次健康まちづくりプラン」(令和5年3月策定)を引用するものについては、以下のように表記しています。

なお、文脈に合わせて一部語句を修正しています。

【表記】	【引用元】
「食」再掲	: 第3章第3節 1 ①食生活より引用
「運動」再掲	: 第3章第3節 1 ②身体活動・運動より引用
「歯」再掲	: 第3章第3節 1 ③歯と口腔の健康より引用
「こころ」再掲	: 第3章第3節 1 ④休養・こころの健康より引用
「飲酒」再掲	: 第3章第3節 1 ⑤飲酒より引用
「喫煙」再掲	: 第3章第3節 1 ⑥喫煙より引用
「生活習慣」再掲	: 第3章第3節 2 ①生活習慣病予防・早期発見より引用
「感染症」再掲	: 第3章第3節 2 ②感染症対策より引用
「地域」再掲	: 第3章第3節 3 ①地域の支え合いによる健康づくりより引用

- 目標値の設定について

目標値の設定にあたっては、国の指標を参照しました。

国が設定した指標を既に達成している項目や、国の指標の設定がないものについては、現状をふまえて市で設定しました。

第3節 分野別の取り組みと目標

4 成育医療等に関する取り組みの推進

①周産期

現状・課題

急速な少子化の進展と総人口の減少, 晩婚化に伴う出産年齢の上昇傾向に伴う合併症の増加, 低出生体重児の割合の高さや妊産婦のメンタルヘルス不調の問題など, 妊産婦やその家族をとりまく環境は変化しており, 安心して妊娠・出産・子育てができるための支援体制が求められています。

また, 妊産婦やその家族は, 妊娠や出産に関する心身及びその健康について正しい知識や情報を入手し行動できることが必要です。

妊産婦の口腔については, ホルモンバランスや, し好の変化等によってむし歯や歯周病が進行しやすいため, 口腔清掃がより重要となります。

施策の方向性

妊娠時から子育て期にわたり, 妊娠・出産・子育てに関する相談に応じ, 必要に応じて保健・医療・福祉・教育等の地域の関係機関と連携し, 切れ目のない支援を行います。

めざす姿

安心して妊娠期を過ごし, 赤ちゃんを迎えるための健康管理や子育ての準備ができる。

数値目標

項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
妊娠11週以内での妊娠届出率	94.4%	94.5%	増加	①
妊娠期教室の参加者数	30人	869人	増加	①
産後ケア事業 [*] の利用率	5.4%	9.2%	増加	①
産後1か月時点での産後うつハイリスク者の割合	注	注	減少	①

数値目標				
項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
20～30歳代女性の痩身の割合	18.5%	-	減少	②
妊婦の喫煙率	1.1%	0.5%	0%	①
低出生体重児の割合	1500g未満 1.2%	0.7% (令和4年度値)	減少	③
	2500g未満 8.3%	9.1% (令和4年度値)		
妊婦歯科健診受診率	33.3%	29.5%	増加	①

出典：①市の事業において取得したデータより（以下「事業統計」（令和3年度及び令和5年度）

②市民アンケート調査（令和3年度）

③千葉県衛生統計年報（人口動態調査）（令和3年度及び令和4年度）

注：今後事業を実施予定です

※ 産後ケア事業：出産後に安心して子育てできるよう、宿泊・通所・家庭訪問などにより母子へのケアや育児のサポート等を行い、産後の生活を支援すること。

目標に向けた取り組み



市民(個人/家庭)の取り組み

- ・自分や家族のこころの健康に関心をもつようにします。（「こころ」再掲）
- ・栄養バランスのよい食事を心がけるようにします。
- ・友人や地域の人に相談し、子育てについての情報を得るように努めます。（「地域」再掲）
- ・20歳未満の人・妊娠中の人には飲酒しない、勧められても断ります。（「飲酒」再掲）
- ・20歳未満の人と妊娠中の人には喫煙しません。その周囲の人にも喫煙しないよう努めます。
- ・家庭内でも受動喫煙をしない工夫をします。（「喫煙」再掲）
- ・栄養や心身の発達、衛生等について正しい知識を持つようにします。（「地域」再掲）
- ・出産までの過ごし方や必要となる手続き、サービスなどの情報を得るようにします。



地域・関係機関等の取り組み

- ・周囲の人のこころの健康に関心をもつようにします。（「こころ」再掲）
- ・身近な人で悩みを抱えている人や孤立している人に声をかけ、適切な支援機関につなぎます。（「こころ」再掲）

- ・20歳未満の人・妊娠中の人に対して、お酒を勧めません。（「飲酒」再掲）
- ・20歳未満の人の喫煙を見過ごさない、また妊娠中の人に、喫煙を勧めないことを徹底します。
- ・分煙対策を徹底します。（「喫煙」再掲）
- ・歯科医院が歯科健診受診勧奨ポスターを掲示します。（「歯」再掲）
- ・産婦人科等が妊婦歯科健診のポスターを掲示します。（「歯」再掲）



市の取り組み(事業)

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
妊娠届・母子健康手帳交付	安心して出産を迎えられるよう、母子健康手帳の活用方法や保健サービスの説明をして母子健康手帳を交付します。	母子保健課	
妊婦のための支援給付事業と妊婦等包括相談支援事業	子育て世帯が安心して出産・子育てができるよう妊娠時から出産・子育てに寄り添う相談支援と経済的支援を実施します。	母子保健課	
妊婦健康診査事業の実施	妊娠中の健康管理と胎児の健康状態を定期的に確認し、病気の早期発見・早期対応につなげるとともに、妊娠・出産に関する助言をします。	母子保健課	
里帰りの妊産婦への支援	里帰り中の妊産婦に対し、必要に応じて、里帰り先の自治体や医療機関と連携し、支援します。	母子保健課	
妊娠・出産・子育てに関する相談支援の実施	妊娠期から子育て期においては、子育て世代包括支援センター「やちっこ」を中心に子育てを応援する様々な関係機関と連携し、一人ひとりにあった情報、サービスを提供し、切れ目のないサポートを行います。	母子保健課 子ども支援センターすてっぷ21等	
妊娠・出産・子育てに関する講座の実施	妊娠・出産・子育てについて、学び交流を深める教室を行います。	母子保健課	
葉酸*摂取の啓発 ※コラム参照	妊娠前や妊娠初期の人へ葉酸摂取に関する保健指導や周知啓発を行います。	母子保健課	
妊娠・出産・子育てに関する情報提供	妊娠・出産・子育てについて様々な機会を通じて情報提供を行います。	母子保健課	子ども支援センターすてっぷ21等
妊産婦のメンタルヘルス不調への対応	地域の医療機関(精神科医療機関を含む)と連携し、支援します。	母子保健課	

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
産後ケア事業の実施	出産後に安心して子育てできるよう、育児支援を必要とする家庭に心身のケアや育児のサポート等を行い、産後の生活を支援します。	母子保健課	
産婦健康診査事業の実施	出産後間もない時期のお母さんの心身の回復や健康保持、産後うつ予防を図るために健診を実施し、産後も安心して子育てができるように、必要な支援につなぎます。	母子保健課	
若年女性の栄養問題に関する普及啓発	若年女性のやせを予防するため、情報提供を行います。	母子保健課	健康づくり課
妊娠中の人や子育て中の家庭への禁煙及び再喫煙防止に関する情報提供(「喫煙」再掲)	母子健康手帳交付時、乳児期の相談事業等で、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	
妊娠中や子育て中の家庭での受動喫煙の害についての情報提供と相談(「喫煙」再掲)	妊娠中や子育て中の家庭での受動喫煙の害について情報提供し、相談に応じます	母子保健課	
20歳未満の人や妊娠中の人の飲酒リスクについての普及啓発(「飲酒」再掲)	成人式でのチラシ配布等にて、20歳未満の人や妊娠中の人が飲酒するリスクについて周知します。併せて、周囲の人がお酒を勧めないように啓発します。	母子保健課	
定期的な歯科健診受診の周知及び歯科健診受診の勧奨(「歯」再掲)	定期受診の大切さを伝えると共に、妊婦歯科健診(個別)を実施し、受診を促します。	母子保健課	
流産や死産を経験した人への支援	妊婦等包括相談支援事業等をきっかけに流産等を経験した女性を把握した際に相談に応じるとともに、専門相談の案内や体験者のサポートグループを紹介するなどの支援をします。	母子保健課	



葉酸と神経管閉鎖障害の発症予防について

胎児の神経管閉鎖障害の発症予防のためには、妊娠に気づく前の段階から葉酸を十分に摂取していることが重要です。通常の食事に加え、サプリメントや葉酸を強化した食品中から1日あたり400 μg の葉酸摂取が望まれます。

妊娠前からの健康なからだづくりのために、バランスのよい食事をしっかりとることが大切です。

- ・「主食」を中心に、エネルギーをしっかりと
- ・不足しがちなビタミン、ミネラルを、「副菜」でたっぷりと
- ・「主菜」を組み合わせでたんぱく質を十分に
- ・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などでカルシウムを十分に

※ただし、葉酸サプリメントを摂取しただけで、必ず予防できるというわけではありません。

とりすぎには注意が必要です。

参考：厚生労働省 妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針～妊娠前から、健康なからだづくりを～

②乳幼児期

現状・課題

乳幼児期は成長や発達著しく、生涯にわたる健康づくりの基盤となる重要な時期であることから、全ての子育て世帯に対し切れ目の無い支援を行うとともに、乳幼児健康診査等の母子保健事業等により、疾病や障害の早期発見や悩みを抱える保護者等を相談支援につなげるよう取り組むことが必要です。

また、乳幼児の口腔については、むし歯や歯肉炎の予防、しっかりと噛んで食べることが出来るよう、歯並びやかみ合わせ、口腔機能の観点からの対策や、保護者が乳幼児の歯と口の健康を管理できるようになることが大切です。

施策の方向性

子どもの健康づくりに関する情報を発信すると共に、必要な健診を受診し、健やかな生活習慣の獲得ができるよう、医療機関等の関係機関等と連携しながら取り組みを推進します。

めざす姿

子どもの健康を守る行動がとれる。

数値目標

項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
かかりつけ医師をもっている割合	3.4 か月児 88.4%	85.6%	現状維持	①
	3 歳児 89.3%	90.4%	95.0%	
かかりつけ歯科医師をもっている割合	3 歳児 58.3%	55.0%	増加	①
保護者が子どもの仕上げみがきをしている割合	1 歳 6 か月児 96.0%	97.9%	増加	①
3 歳児でむし歯のない人の割合	89.0%	93.3%	95.0%	①

出典：①事業統計（令和3年度及び令和5年度）

目標に向けた取り組み



市民(個人/家庭)の取り組み

- ・保護者は子どもに該当となる健診を受けさせます。
- ・子どものかかりつけ医師・歯科医を持ちます。
- ・保護者が子どもの仕上げみがきをします。
- ・子どもに歯科医院で適切なブラッシング等の指導を受けさせます。(「歯」再掲)
- ・子どもに歯科医院でフッ素塗布等の予防処置を受けさせます。(「歯」再掲)



地域・関係機関等の取り組み

- ・該当となる健診の受診をすすめます。
- ・小児科等が3歳児健診受診者へ3歳児歯科健診の受診勧奨カードを渡します。(「歯」再掲)



市の取り組み(事業)

事業名	事業内容	実施部署
妊娠期から乳幼児期における健診の実施(「生活習慣」再掲)	乳幼児が心身ともに健やかに成長していくため、健康診査を実施します。 未受診者には受診勧奨を行うほか、八千代市母子保健事業検討委員会において健診体制の充実や精度管理について検討します。	母子保健課
乳幼児健康診査後の支援	乳幼児健康診査後に精密検査や育児相談を行い、養育の支援を行います。	母子保健課
かかりつけ医師の推進	かかりつけ医師を持つことの重要性を、各保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、チラシ等様々な機会を通じて情報発信を行います。	母子保健課
歯や口腔の疾患の予防方法の普及啓発(「歯」再掲)	むし歯等の予防のため、各歯科保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、チラシ等様々な方法での情報発信を行います。	母子保健課
フッ素入り歯みがき剤の正しい使用方法の普及啓発(「歯」再掲)	むし歯予防のため、フッ素入り歯みがき剤の正しい使用方法について、各歯科保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、健康情報メール、チラシ等様々な方法での情報発信を行います。	母子保健課
かかりつけ歯科医の推進(「歯」再掲)	かかりつけ歯科医を持つことの重要性を、各歯科保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、チラシ等様々な機会を通じて情報発信を行います。	母子保健課
定期的な歯科健診受診の周知及び歯科健診受診の勧奨(「歯」再掲)	定期受診の大切さを伝えると共に、幼児歯科健診を実施し、受診を促します。	母子保健課

事業名	事業内容	実施部署
保育園等での健康診断の実施	保育園・幼稚園・認定こども園・小規模保育施設において、園児の健康管理として、健康診断や健康観察を行います。	子ども保育課

③学童期・思春期

現状・課題

学童期・思春期は、健康に関する様々な情報に自ら触れ、行動を選択し始めるなど、生涯を通じた健康づくりのスタートとなる重要な時期であり、自身の心身の健康に関心を持ち、正しい知識を身に付けることが必要です。性に関すること、肥満や痩せなど自身の体に関すること、運動や食生活など生活習慣に関すること、メンタルヘルスに関することなど様々な知識を身に付けるための取り組みが必要です。

生活習慣の朝食の欠食については、就寝時間・起床時間など一日の生活リズムとも関係しており、食生活を始めとした健やかな生活習慣を身に付けることが必要です。

メンタルヘルスについては、10代後半の死因の第一位は自殺であり、多職種の連携を通じ継続した学童期からの対策や、親を含むこころの問題への支援が必要です。

施策の方向性

生活習慣の改善や健康づくり、性に関することなど、学童期・思春期からライフプランを見据えて健康管理が行えるよう、情報発信やプレコンセプションケア※を推進します。

※ プレコンセプションケア：妊娠前の健康管理

めざす姿

子どもが自分を大切にし、健康的な生活習慣を身につけ、将来の自分のライフプランに適した健康管理ができる。

数値目標

項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
朝食の欠食率	小学6年生 5.1%	5.6% (令和4年度)	減少 (令和7年度)	①
1週間の総運動時間が 60分未満の児童・生徒 の割合(体育授業を除く)	小学5年生 男子 9.1%	10.1%	減少	②
	小学5年生 女子 15.1%	17.8%	減少	
	中学2年生 男子 7.2%	11.4%	減少	
	中学2年生 女子 19.4%	25.9%	減少	

数値目標				
生徒の痩身傾向児の割合	小学5年生 男子 2.6%	3.1%	減少	③
	小学5年生 女子 5.4%	2.6%	減少	
	中学2年生 男子 4.8%	2.8%	減少	
	中学2年生 女子 2.5%	5.3%	減少	
児童の肥満傾向児の割合	小学5年生 男子 12.8%	12.7%	減少	③
	小学5年生 女子 9.0%	11.1%	減少	
スクールカウンセラー※を配置している学校の割合	小学校 100%	100%	現状維持	④
	中学校 100%	100%	現状維持	
	義務教育学校 100%	100%	現状維持	
むし歯のない10代の割合	12歳児 73.6%	78.9%	増加	③

出典：①全国学力・学習状況調査 ②全国体力・運動能力・運動習慣等調査
 ③ 学校保健統計調査（令和3年度及び令和5年度）
 ④児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査

※ スクールカウンセラー：臨床心理に関し専門的な知識・経験を有するカウンセラーが、学校などで児童・生徒や保護者などの相談に応じ、サポートを行う。

目標に向けた取り組み



市民(個人/家庭)の取り組み

- ・毎日朝食を食べるよう心がけます(「食」再掲)
- ・主食・主菜・副菜を適量そろえて食べるよう心がけます(「食」再掲)
- ・健康維持に必要な量の野菜を食べるよう心がけます(「食」再掲)
- ・塩分を控えめにします(「食」再掲)
- ・適正体重を保ちます(「食」再掲)
- ・子どもは外遊びの機会をもち、身体を動かして遊ぶ習慣をつけるようにします(「運動」再掲)
- ・家庭で「スポーツの日」やスポーツイベントなどをきっかけに、運動することの魅力やメリットなどを話し合うようにします。
- ・気軽に運動できるスポーツ教室等に参加します(「運動」再掲)
- ・20歳未満の人・妊娠中の人には飲酒をしない、勧められても断ります(「飲酒」再掲)
- ・子どもの頃からたばこの健康への影響について学ぶ機会をもつようにします(「喫煙」再掲)
- ・20歳未満の人と妊娠中の人には喫煙しません(「喫煙」再掲)
- ・歯や口腔に関する講演会等に参加します(「歯」再掲)

- ・時間をかけてていねいに歯みがきをします(「歯」再掲)
- ・フッ素入り歯みがき剤を正しく使用します(「歯」再掲)
- ・むし歯になりにくい食生活を実践します(「歯」再掲)
- ・栄養や心身の発達, 衛生等について正しい知識を持つようにします(「地域」再掲)
- ・正しい健康情報を家族や身近な地域の人へも伝えます(「地域」再掲)



地域・関係機関等の取り組み

- ・近隣の人が子どもの外遊びを見守ります(「運動」再掲)
- ・スポーツ等の催し物を開きます(「運動」再掲)
- ・20歳未満の人・妊娠中の人に対して, お酒を勧めません(「飲酒」再掲)



市の取り組み(事業)

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
健康に配慮した食事に関する情報提供	食習慣の大切さや健康に配慮した食事について等, 様々な機会を通じて情報提供を行います。	母子保健課	
若年女性の栄養問題に関する普及啓発(「周産期」再掲)	若年女性のやせを予防するため, 情報提供を行います。	母子保健課	
健康教育及び食育の授業の実施	市立小中義務教育学校において, 次代を担う子どもの望ましい食生活の形成につながるよう食に関する指導の更なる充実に努めます。	市立小中義務教育学校	保健体育課
運動に関する講座の実施	ニュースポーツなど, 運動に関する講座の実施に努めます。	公民館 文化・スポーツ課	
市民のスポーツ活動を推進するための事業の実施	体力と健康の増進及び生涯スポーツ活動の推進を図るため, スポーツ施設の整備や有効活用を進めるとともに, スポーツ活動の体制づくりや環境づくりを進めます。	文化・スポーツ課	
望ましい生活習慣の啓発	テレビやスマートフォンの使用時間や睡眠時間等の生活習慣アンケートの実施により, 望ましい生活習慣の獲得について啓発します。	保健体育課	
市立小中義務教育学校における喫煙防止教育の実施(「喫煙」再掲)	市立小中義務教育学校において, 喫煙防止に関する健康教育を実施します。	市立小中義務教育学校	保健体育課

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
市立小中義務教育学校における飲酒防止教育の実施(「飲酒」再掲)	市立小中義務教育学校において、飲酒防止に関する健康教育を実施します。	市立小中義務教育学校	保健体育課
市立小中義務教育学校における健康診断及び健康相談、保健指導の実施	市立小中義務教育学校において、健康診断及び健康相談、保健指導を実施します。	市立小中義務教育学校	保健体育課
スクールカウンセラー等配置事業	児童生徒のカウンセリングや保護者・教職員等への助言・援助にあたり、学校における教育相談体制の充実・強化を図るために公認心理士等、心理臨床の専門的な知識・経験を有するスクールカウンセラーを配置します。	指導課	千葉県教育委員会
多様な性への理解促進	自分の性が多様な性のあり方の一つという SOGI※1 の視点を周知し、多様な性の理解促進に努めます。	男女共同参画センター	
プレコンセプションケアに関する知識の普及啓発	現在・将来・次世代の健康のため、自分たちの生活や健康に向き合うために各種保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、健康情報メール、チラシ等様々な方法での情報発信を行います。 また、結婚を機にライフプランや生涯を通じた健康を考える機会となるよう、婚姻届出の際にプレコンノートの配布を行います。	母子保健課	戸籍住民課
プレコンセプションケアに関する相談支援の実施	男女ともに若いうちから正しい知識を身につけ、それぞれのライフステージに合わせた、自分自身・家族の健康に役立てられるよう個別面接・電話相談等を実施します。	母子保健課	
葉酸摂取の啓発	二分脊椎などの神経管閉鎖障害の発症予防のため、妊娠前からの葉酸摂取が大切であることを周知啓発します。	母子保健課	
リプロダクティブ・ヘルス/ライツ※2に関する意識啓発	全ての人が、身体・性について正しい認識を持てるよう周知し、リプロダクティブ・ヘルス/ライツ(性と生殖に関する健康と権利)の理解促進に努めます。	男女共同参画センター 母子保健課	
生涯を通じた女性特有の健康課題に配慮した支援	ライフステージに合わせた、心身の健康に関する情報を提供し、健康課題に上手に付き合っていくための支援を行います。	男女共同参画センター	

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
健康教育及び生と性の授業の実施	市立小中義務教育学校において、健康教育及び生と性の授業を行います。	市立小中義務教育学校	保健体育課
学校歯科健診の実施及び歯科教育の実施	市立小中義務教育学校において、歯科健診の実施及び歯科教育を行います。	市立小中義務教育学校	保健体育課
歯や口腔の疾患の予防方法の普及啓発(「歯」再掲)	むし歯や歯周疾患等の予防のため、各歯科保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、健康情報メール、チラシ等様々な方法での情報発信を行います。	母子保健課	
フッ素入り歯みがき剤の正しい使用方法の普及啓発(「歯」再掲)	むし歯予防のため、フッ素入り歯みがき剤の正しい使用方法について、各歯科保健事業での情報提供や、広報やちよ、ホームページ、健康情報メール、チラシ等様々な方法での情報発信を行います。	母子保健課	

※1 SOGI (ソジ・ソギ) : 性的指向 (Sexual Orientation・セクシュアルオリエンテーション) と性自認。Gender Identity・ジェンダーアイデンティティ) の頭文字を取った言葉。SOGI は性的マイノリティなどを表すのではなく、すべての人の性のあり方を表す。

※2 リプロダクティブ・ヘルス/ライツ : 性と生殖に関する健康と権利と訳され、平成6年に国際人口開発会議において提唱された概念。女性のライフサイクルを通して、性と生殖に関する健康・生命の安全を権利としてとらえるもの。

リプロダクティブ・ヘルス (性と生殖に関する健康) とは、性や子どもを産むことに関わる全てにおいて本人の意思が尊重され、自分らしく生きることを指す。

リプロダクティブ・ライツ (性と生殖に関する権利) とは、自分の身体に関することを自分自身で選択し、決められる権利のこと。

～関連計画で推進する取り組み～

《(仮)八千代市こども計画》

(担当部署:子ども部 子育て支援課)

保育所等における医療的ケア[※]児など、障害児の受け入れについては、当該計画で推進されています。

《八千代市障害児福祉計画》

(担当部署:健康福祉部 障害者支援課)

医療的ケア[※]児に対する関連分野の支援を調整するコーディネーターの配置など、障害児については、当該計画で推進されています。

《第3期八千代市生涯学習推進計画》

(担当部署:生涯学習振興課)

生涯学習関係施設の管理運営や利便性の向上に関することは、当該計画で推進されています。

《第2期八千代市スポーツ推進計画》

(担当部署:文化・スポーツ課)

ライフステージに応じたスポーツイベントやスポーツ教室の開催、総合型地域スポーツクラブの活動支援、スポーツ施設の充実等、スポーツ活動の推進に向けた取り組みについては、当該計画で推進されています。

《八千代市第2次のち支えるまちづくりプラン》

(担当部署:健康福祉部 健康づくり課・障害者支援課)

児童生徒の自殺対策については、「児童生徒のSOSの出し方に関する教育」として当該計画で推進されています。

※ 医療的ケア：日常生活において、医療的な支援を必要とする人に対して行われる支援
たんの吸引や経管栄養（チューブを使って鼻などから直接栄養をとる方法）、人工呼吸器管理
など。

プレコンセプションケア ～妊娠前から健康なからだづくりを～

プレコンセプションケアとは「女性やカップルを対象として将来の妊娠のために健康管理を促す取り組み」とされています。

プレコンセプションケアの3つの目的

- 1 若い世代の健康を増進し、より質の高い生活を実現してもらうこと
- 2 若い世代の男女が将来、より健康になること
- 3 健全な妊娠・出産のチャンスを増やし、次世代の子ども達をより健康にすること

若いうちから将来のライフプランを考えて、自ら健康管理できるようになることは、生涯にわたって「質の高い生活」を送ることにもつながります。

できることから始めてみましょう。

参考：成育医療等基本方針

④全成育期

現状・課題

子育て世代を取り巻く環境は複雑化しており、ひとり親世帯や外国籍の親など、特に養育環境に配慮や支援が必要な世帯も増加しています。地域社会全体で子どもの成長を見守るとともに、子育て世代の親を孤立させないよう温かく見守り支える地域づくりが必要です。

また、出産や育児への父親への積極的な関わりが期待される一方、父親を含め身近な養育者が孤立しないよう支援が必要です。

また、全国の児童相談所における児童虐待の相談対応件数は増加しており、体罰等によらない子育てを進めるために、体罰等に対する意識を一人一人が変え、社会全体で取り組む必要があります。関係機関と連携したサポート体制の更なる充実が求められています。

施策の方向性

地域の中で安心して子育てできる体制整備を推進することで、親子が孤立することなく、健やかに育つことができるまちづくりに努めます。

めざす姿

親子が孤立することなく、子どもが健やかに育つことができる

数値目標

項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
スクールソーシャルワーカー※1の配置	小学校 73.7%	84.2%	増加	②
	中学校 60%	70.0%	増加	
	義務教育学校 100%	100%	現状維持	
乳幼児期に体罰や暴言、ネグレクト※2等によらない子育てをしている親の割合	3.4か月児 94.0%	94.9%	増加	①
	1歳6か月児 83.5%	85.0%	増加	①
	3歳児 73.6%	71.9%	増加	①

数値目標				
項目	基準値 (令和3年度)	最新値 (令和5年度)	目標値 (令和9年度)	出典
育てにくさを感じた時に 対処できる親の割合	3.4 か月児 78.9%	80.9%	90.0%	①
	1歳6 か月児 86.1%	88.4%		①
	3歳児 92.6%	89.4%		①
	平均 85.9%	平均 86.2%		①
この地域で子育てをした いと思う親の割合	3.4 か月児 93.2%	91.0%	現状維持	①
	1歳6 か月児 94.0%	92.1%		①
	3歳児 94.7%	93.1%		①
	平均 94.0%	平均 92.0%		①
ゆったりとした気分で子 どもと過ごせる時間があ る保護者	3.4 か月児 85.5%	87.6%	92.0%	①
	1歳6 か月児 78.5%	79.7%	85.0%	①
	3歳児 78.8%	80.4%	現状維持	①

出典：①事業統計（令和3年度及び令和5年度）

②児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査

※¹ スクールソーシャルワーカー：小中学校・義務教育学校・特別支援学校などで、児童の福祉に関する支援を行う者。

※² ネグレクト：幼児・高齢者などの社会的弱者に対し、その保護・養育義務を果たさず放任する行為のこと。

目標に向けた取り組み



市民(個人/家庭)の取り組み

- ・普段から人とのつながりをもつようにします(「こころ」再掲)
- ・こころの不調のサインに気づき、悩んだ時には相談します(「こころ」再掲)
- ・身近な人のこころの健康に関心をもつようにします(「こころ」再掲)
- ・保護者は子どもとの対話を大切にします(「こころ」再掲)
- ・子どもはひとりで抱え込まず、保護者や友人、専門機関等に相談します(「こころ」再掲)
- ・友人や地域の人に相談し、子育てについての情報を得るように努めます(「地域」再掲)
- ・近所の人や地域で出会う人に対し、あいさつするなど、積極的に会話をします(「地域」再掲)
- ・子育てを通じて地域社会とつながりを持つようにします(「地域」再掲)



地域・関係機関等の取り組み

- ・企業や事業所は、ワーク・ライフ・バランスに取り組みます(「こころ」再掲)
- ・周囲の人のこころの健康に関心向けるようにします(「こころ」再掲)
- ・身近な人で悩みを抱えている人や孤立している人に声をかけ、適切な支援機関につながります(「こころ」再掲)
- ・子どもたちの成育を地域で見守るようにします(「こころ」再掲)
- ・育児中の保護者と子どもに、積極的に声をかけます(「地域」再掲)
- ・各住民組織は、連携して子育て支援をすすめます(「地域」再掲)
- ・子育て中の親子のことで気がかりなことがあったら相談機関に連絡し支援につながります(「地域」再掲)
- ・関係機関や事業所等は、健康づくりに関する取り組みや情報発信を積極的に行います(「地域」再掲)
- ・団体活動や地域のコミュニティーにおいて、健康づくりの取り組みを取り入れます(「地域」再掲)



市の取り組み(事業)

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
スクールソーシャルワーカーの配置	児童生徒のおかれた環境への働きかけ等を支援するために社会福祉士等, 教育や福祉の専門的な知識・経験を有するスクールソーシャルワーカーを配置します。	指導課	千葉県教育委員会
妊婦や乳幼児健康診査未受診者への支援	妊娠8か月アンケートや幼児健康診査未受診者アンケート等を活用し, 支援が必要な家庭を支援します。	母子保健課	
子育て講座の実施	保護者に子育て講座を実施します。	母子保健課 子ども相談センター	
虐待予防の広報啓発	子ども虐待について, 社会全体の問題として考えていけるよう様々な機会を通じて周知します。	子ども相談センター	
相談援助体制の充実	子ども相談センターは 18 歳未満のお子さんとその家庭(妊産婦含む)に関するあらゆる相談の総合窓口であることから, 専門の相談員による相談支援体制の充実を図ります。	子ども相談センター	

事業名	事業内容	実施部署	連携部署 (事業実施時の 協力部署)
子育てに関する相談支援の実施 (「こころ」再掲)	妊娠期から子育て期においては、子育て世代包括支援センター「やちっこ」を中心に子育てを応援する様々な関係機関と連携し、一人ひとりにあった情報、サービスを提供し、切れ目のないサポートを行います。	母子保健課 子ども支援センターすてっぷ21等	
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 (「こころ」「地域」再掲)	地域会議(地域情報交換会等)にて、子育て世代の現状や子どもを見守る重要性を伝え、世代間交流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を推進します。	母子保健課 子ども支援センターすてっぷ21等	
放課後子ども教室の推進	安全・安心な子どもの活動拠点(居場所)を設け、地域住民の参画を得ながら、勉強やスポーツ・文化活動、地域住民との交流活動等の機会を提供します。	子育て支援課	障害者支援課 生涯学習振興課 教育総務課
ファミリーサポート事業	仕事や様々な事情で子育てを手伝ってほしい人と、子育ての手伝いをしたい人が会員となり、会員同士で子育てを支援する相互援助活動を推進します。	ファミリー・サポート・センター	子ども支援センターすてっぷ21
1歳児親子学級	親子同士の交流や子育てについて考え、子の成長を感じながら様々な体験をし、親子のコミュニケーションと学習の場を提供します。	公民館	生涯学習振興課
男性の子育て参画促進	妊娠中から夫婦で子育てする意識を高めるほか、父親が子どもと一緒に過ごす機会や、父親同士の交流の場をつくります。	男女共同参画センター 母子保健課	子ども保育課 (子ども支援センターすてっぷ21)
夫婦で子育てに係る支援事業の実施	夫婦で協力して子育てするために、親の生活力や父親が家族や仲間と子育てを楽しむことなど、子育てを通じて地域とのつながりを広げていけるように推進します。	子ども支援センターすてっぷ21	
父親支援	父親の産後うつなどのメンタルヘルス不調の防止や仕事と家庭の両立に関する情報の周知啓発を進めます。	母子保健課	

～関連計画で推進する取り組み～

《(仮)八千代市こども計画》

(担当部署:子ども部 子育て支援課)

こどもの居場所づくりの推進については、当該計画で推進されています。

資料7 関連法規及び計画等

1 第3次健康まちづくりプラン関連法規等

(11) 母子保健を含む成育基本計画に関するもの

【法律】

- ・成育基本法
- ・母子保健法
- ・健康増進法

【国の計画等】

- ・成育医療等基本方針
- ・健やか親子 21

【千葉県の計画等】

- ・(仮称)千葉県こども計画
- ・千葉県子ども・子育て支援プラン(令和2年度～令和6年度)

八千代市第3次健康まちづくりプラン改訂版

発行日 令和7年3月

発行者 八千代市健康福祉部健康づくり課 ・ 子ども部母子保健課

住 所 〒276-0042 千葉県八千代市ゆりのき台 2-10(八千代市保健センター)

TEL 健康づくり課 047-483-4646 FAX 047-482-9513

TEL 母子保健課 047-486-7250 FAX 047-482-9513

