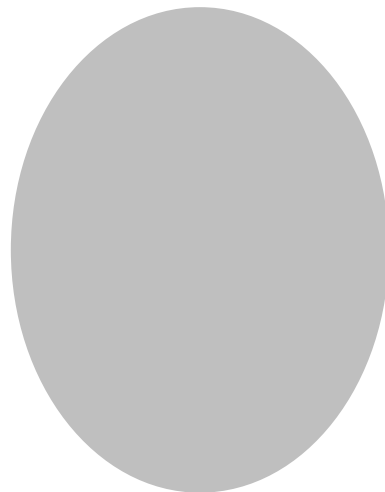


「第2次すその健康増進プラン」  
「第3次裾野市食育推進計画」  
「第2次裾野市歯科保健計画」  
中間評価（案）

令和8年3月

裾 野 市

# はじめに



令和8年3月

\*\*\*長      \*\*      \*\*

# 目 次

## 第1章

### 「第2次すその健康増進プラン」「第3次裾野市食育推進計画」「第2次裾野市歯科保健計画」の概要

1	計画策定の背景と目的.....	1
2	計画の位置づけ.....	2
3	計画の期間.....	2
4	各計画の体系.....	3

## 第2章

### 裾野市の現状

1	人口・世帯状況などの動向.....	6
2	裾野市民の健康状況 死因別静岡県・全国SMR（標準化死亡比）、年齢階層別病類統計、国保医療費統計等 からみた疾病状況.....	12
3	健康診査からみた健康状況.....	19
4	県民意識調査との比較からみた健康状況.....	28

## 第3章

### 中間評価の概要

1	中間評価の目的と内容.....	31
2	健康増進計画・食育推進計画・歯科保健計画の達成状況.....	32

## 第4章

### 健康づくりの推進

1	健康的な生活習慣の実践.....	37
2	主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防.....	56
3	社会生活を営むための必要な機能の維持・向上.....	61
4	健康を支え、守るための社会環境の整備.....	69

## 第5章

### 食育推進の具体的な取り組み

1	食に関心を持とう.....	73
2	食を楽しもう.....	76
3	食で元気になろう.....	79
4	食育の輪を広げよう.....	83

## 第6章

### 歯と口腔の健康づくりの具体的な取り組み

1	健康な歯と口腔の形成.....	85
2	8020の推進.....	88
3	口腔機能の維持・向上.....	92
4	通院・診療困難者への対応.....	95
5	災害と歯科保健.....	96
6	各種関係機関との連携・協力.....	97

# 第 1 章

## 「第2次すその健康増進プラン」「第3次裾野市食育推進計画」「第2次裾野市歯科保健計画」の概要

### 1 計画策定の背景と目的

本市では、生涯を健康で暮らせる健康文化都市を目指し、令和2年度（2020年度）に「第2次すその健康増進プラン」「第3次裾野市食育推進計画」「第2次裾野市歯科保健計画」の3計画を一体的に策定し、市民の健康増進に向けた施策を展開しています。

第2次すその健康増進プラン…『誰もが健康で、共に助けあうまち すその』を基本理念とし、自らの健康管理意識を高めながら、誰もが健康で明るい暮らしができる環境を確保し、生きがいをもって生活できるよう推進しています。

第3次裾野市食育推進計画…『すすめよう そだてよう のばそう 食育』を基本理念とし、市民一人ひとりが、食に関心をもち、食を楽しみ、健全な食生活を実践する基本的な力を身につけ、健やかな心とからだ、豊かな人間性をはぐくみ、生涯を通じていきいきと暮らせるために食育を推進しています。

第2次裾野市歯科保健計画…『すてきな笑顔 そろった歯 のこしていこう 8020』を基本理念とし、市民一人ひとりが歯と口腔の健康づくりに取り組むことを目指し、歯科口腔保健を推進しています。

国では、令和6年度（2024年度）から「健康日本21（第三次）」において、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンに掲げ、「誰一人取り残さない健康づくり」と「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置き、健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現を目指し、個人の行動と健康状態の改善、社会環境の質の向上、ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを基本的な方向として、取組を進めています。

新たな視点として、若年女性の「やせ」の増加や骨粗鬆症のリスク、妊娠期の喫煙や飲酒など、女性特有の健康課題が顕在化しているため女性の健康の施策を明記、ライフステージごとの支援の充実、個人の健康情報が見える化し、主体的な管理と活用の推進が示されています。さらに、ICTやAIなどのデジタル技術を活用して科学的根拠に基づく施策を推進し、社会全体で健康づくりを進め、自治体や民間事業者等との連携により切れ目のない支援を実現することが示されています。

本市においても、国の計画に沿った計画に見直しをすることで、整合性を持った施策を推進します。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、「健康増進法」第8条第2項に基づく市町村健康増進計画、「食育基本法」第18条第1項に基づく市町村食育推進計画、「裾野市民の歯や口腔の健康づくり条例」第3条に基づく歯科保健計画の3計画を一体的に策定しました。

また、本計画の上位計画である「裾野市総合計画」をはじめ、関連する市の各種計画との整合を図るとともに、国の「健康日本21」「食育推進基本計画」や、静岡県の「静岡県健康増進計画」「静岡県食育推進計画」「静岡県歯科保健計画」などとも整合を図り計画を推進しています。

## 3 計画の期間

計画の期間は、令和3年度（2021年度）から令和13年度（2031年度）までの11か年です。中間年度の令和7年度（2025年度）には中間評価を行い、計画の進捗状況等を踏まえた見直しを行います。令和13年度の最終年度には最終評価を行います。

また、社会状況の変化や法制度・計画などの改定に伴い、必要に応じて適宜見直しを行います。

## 4 各計画の体系

### (1) 第2次すその健康増進プランの体系

第2次すその健康増進プランは、4つの基本方針と5つの重点取り組みに基づき、基本理念「誰もが健康で、共に助けあうまち すその」の実現を目指し、それぞれ健康づくりの取り組みを展開しています。

[ 基本理念 ]

[ 基本方針 ]

誰もが健康で、  
共に助けあうまち  
すその

#### 1 健康的な生活習慣の実践

(1) 栄養・食生活

(2) 身体活動・運動

(3) 休養・こころの健康づくり

(4) たばこ・アルコール・薬物

(5) 歯と口腔の健康

#### 2 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) 健康管理

#### 3 社会生活を営むための必要な機能の維持・向上

(1) 次世代の健康

(2) 高齢者の健康

#### 4 健康を支え、守るための社会環境の整備

(1) 地区組織・民間事業所との連携・協働

(2) 地域医療

#### 重点取り組み

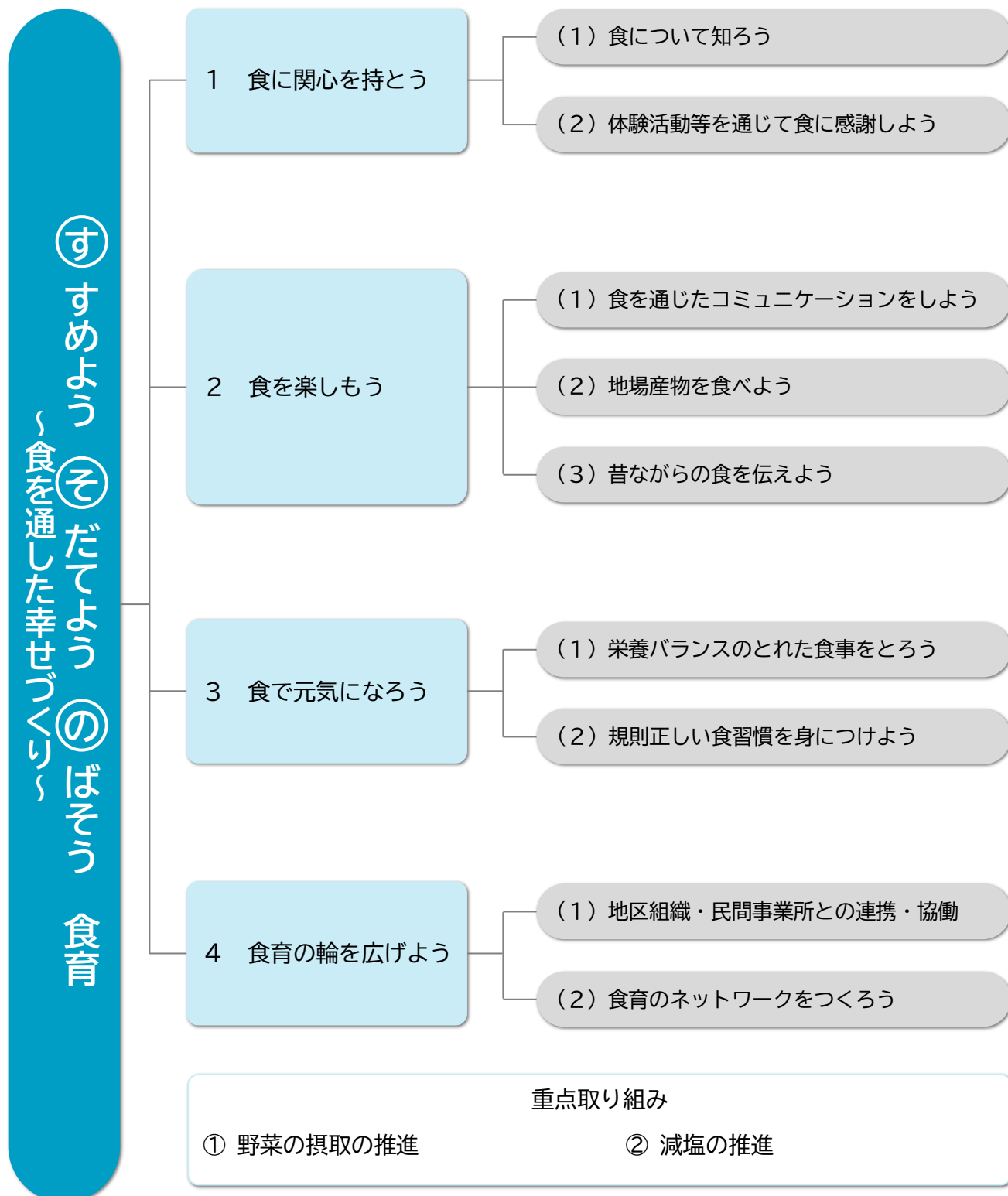
- |                      |               |
|----------------------|---------------|
| ① 生活習慣病の予防           | ② 生活習慣病の重症化予防 |
| ③ 自分自身での健康管理の推進      | ④ フレイル予防      |
| ⑤ 地区の特性に合わせた健康づくりの推進 |               |

## (2) 第3次裾野市食育推進計画の体系

第3次裾野市食育推進計画は、4つの基本方針と2つの重点取り組みに基づき、基本理念「すすめよう そだてよう のばそう食育～食を通した幸せづくり～」の実現を目指し、それぞれ食における取り組みを展開しています。

[ 基本理念 ]

[ 基本方針 ]



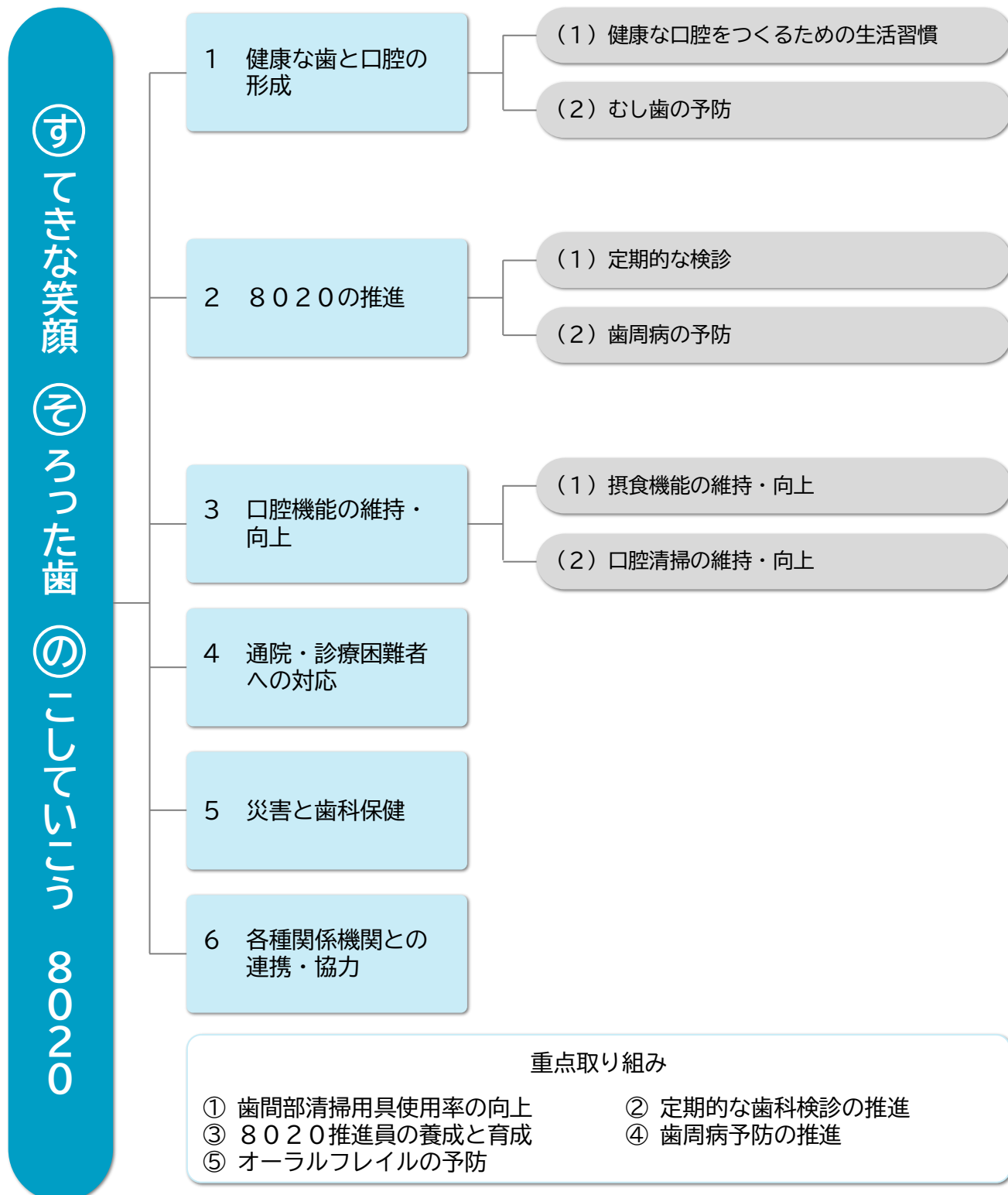


### (3) 第2次裾野市歯科保健計画の体系の体系

第2次裾野市歯科保健計画は、6つの基本方針と5つの重点取り組みに基づき、基本理念「すてきな笑顔 そろった歯 のこしていこう 8020」の実現を目指し、歯や口腔の健康づくりに関する施策を総合的に展開しています。

[ 基本理念 ]

[ 基本方針 ]



## 第 2 章

# 裾野市の現状

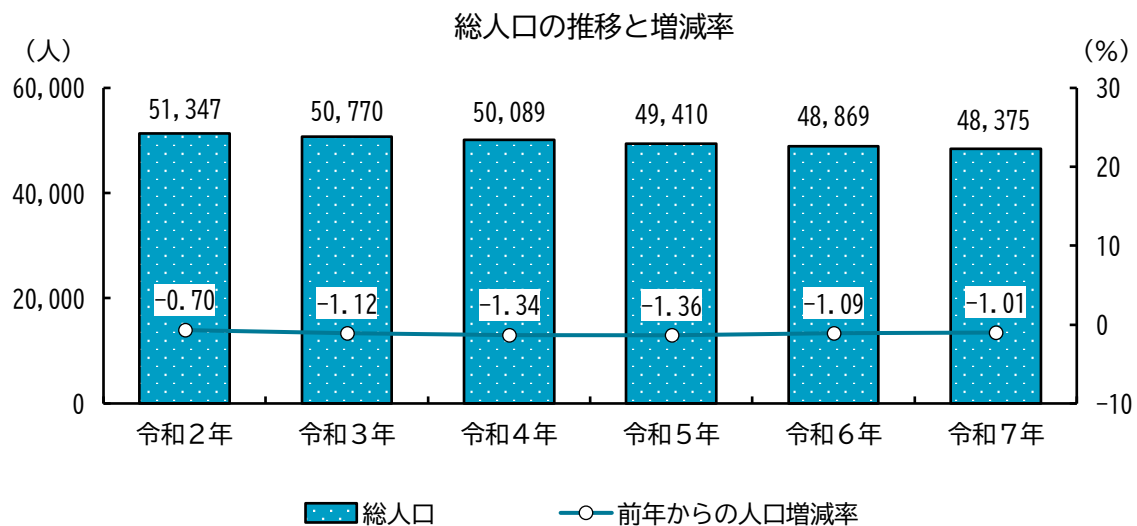
## 1 人口・世帯状況などの動向

### (1) 人口

#### ① 総人口の推移と増減率

総人口の推移をみると、令和2年以降減少しており、令和7年には48,375人と、令和2年より2,972人減少しています。

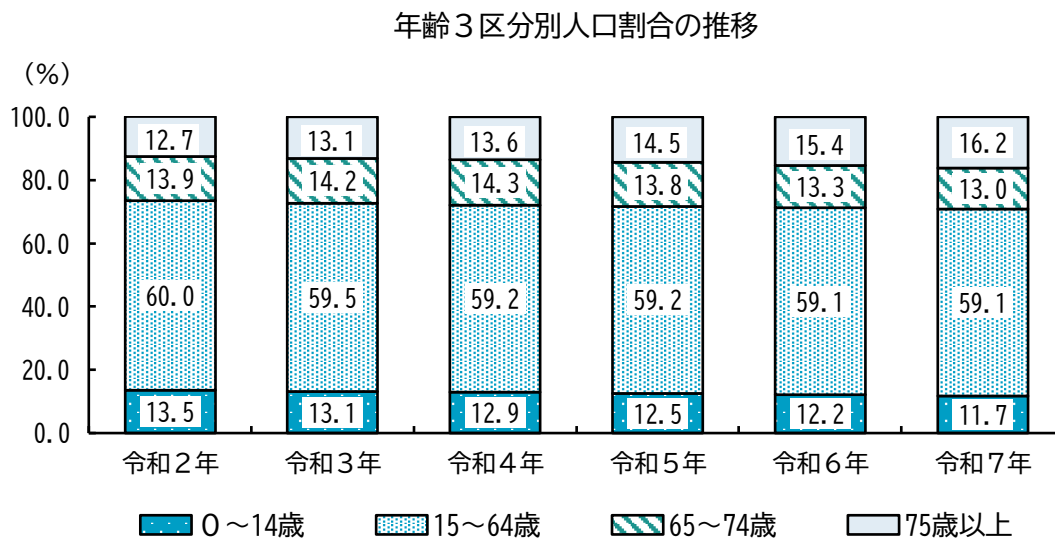
前年からの人口増減率は、令和7年には-1.01%と、令和2年より0.31ポイント減少しています。



資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

## ② 年齢区分別人口構成割合の推移

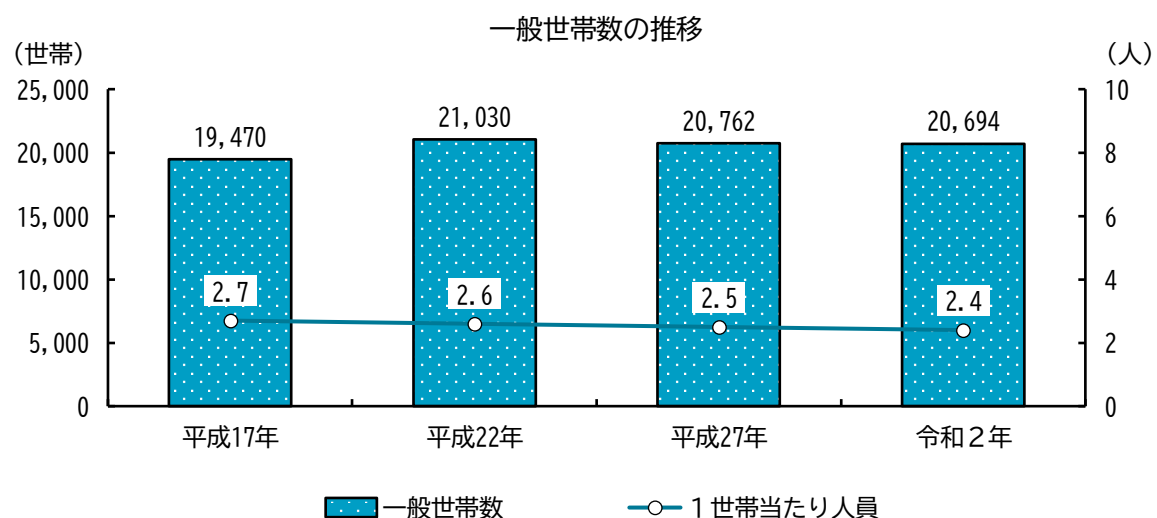
年齢区分別人口構成割合の推移をみると、0～14歳、15～64歳は減少しているのに対し、65歳以上は増加を続けており、令和7年には29.2%となっています。特に65～74歳は近年減少していますが、75歳以上では増加を続けています。



## ③ 一般世帯数の推移

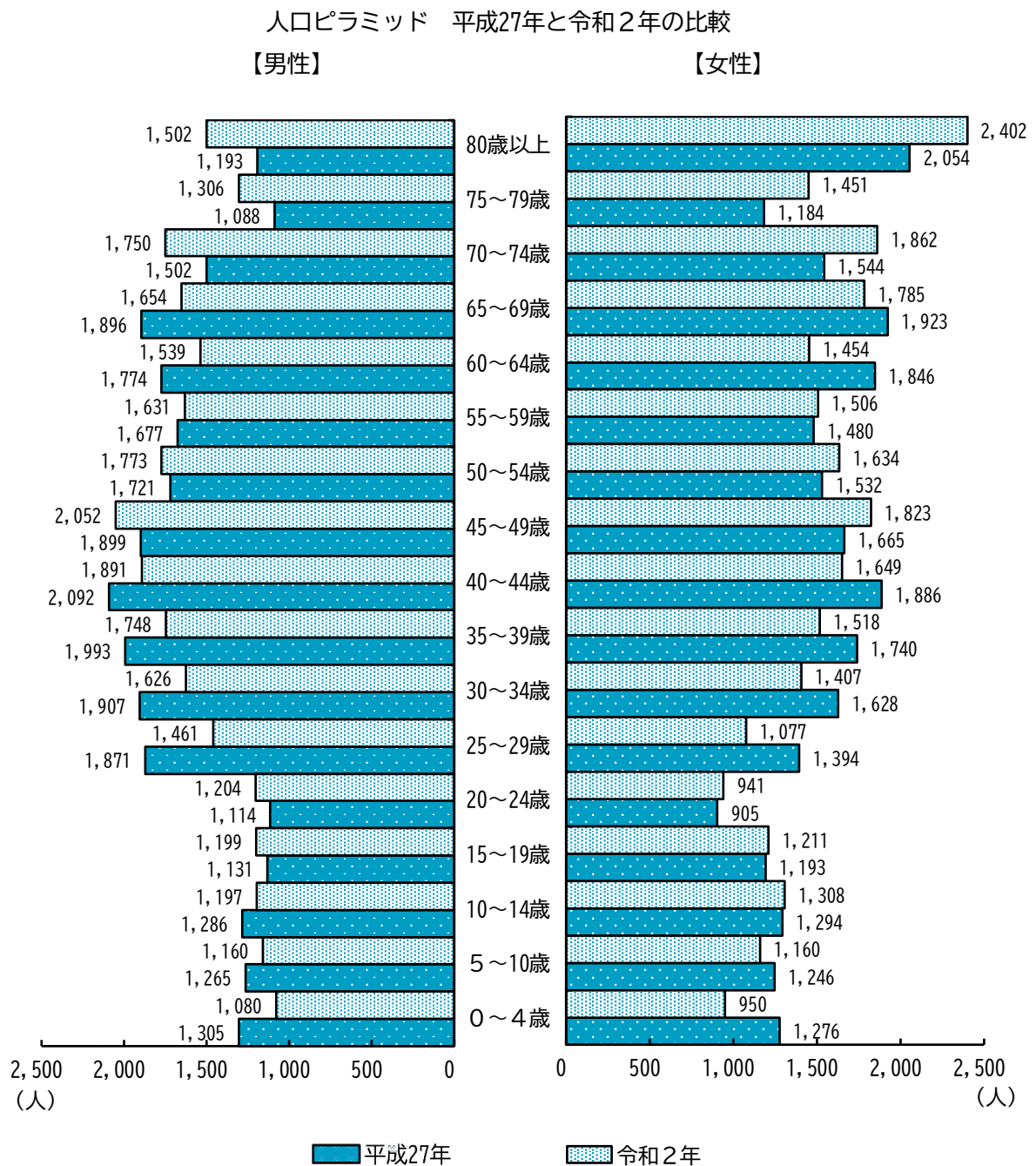
一般世帯数の推移をみると、平成22年以降減少しており、令和2年には20,694世帯となっています。

また、一世帯あたり人員の推移をみると、年々ゆるやかに減少しており、令和2年には2.4人となっています。



#### ④ 人口ピラミッド

平成27年と令和2年を比較すると男女とも0～10歳、25～44歳で減少し、45～54歳、70歳以上で増加しています。なかでも、25～29歳で急激に減少しており、本市でも少子高齢化が進んでいます。



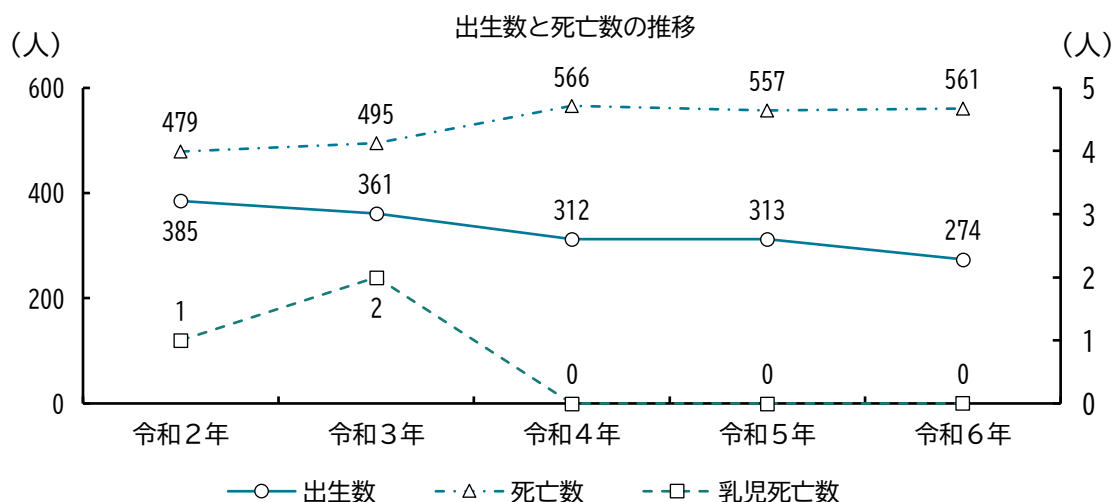
資料：国勢調査

## ⑤ 出生数と死亡数の推移

出生数の推移をみると、令和2年以降、減少傾向にあり、令和6年には274人と、令和2年より111人減少しています。

死亡数の推移をみると、令和2年以降、増加傾向にあり、令和6年には561人と、令和2年より82人増加しています。

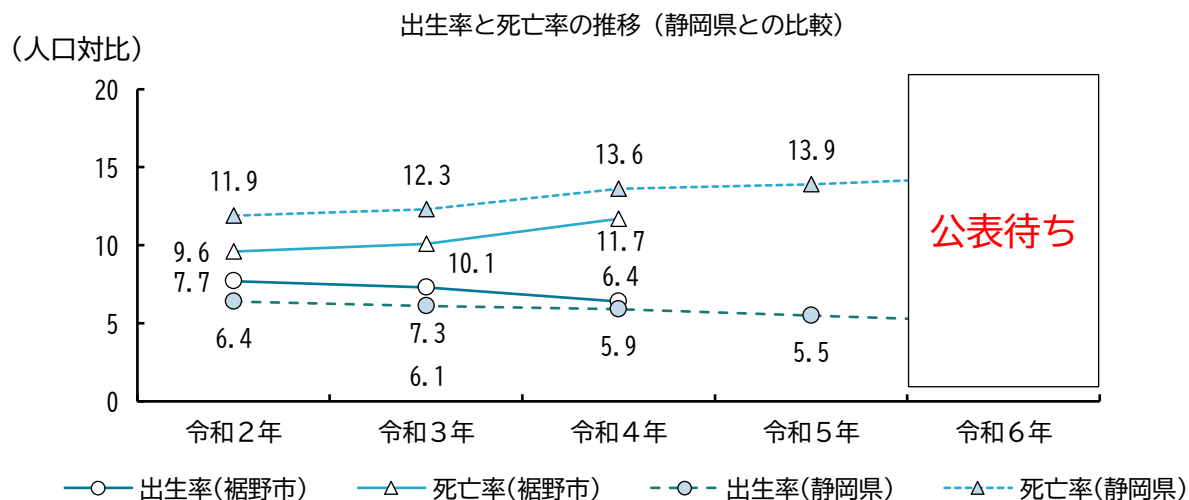
乳児死亡数は令和3年で2人でしたが、令和4年以降0人となっています。



## ⑥ 出生率と死亡率の推移（静岡県との比較）

出生率の推移をみると、令和6年は●%となり、令和2年以降減少傾向にありますが、静岡県を上回っています。

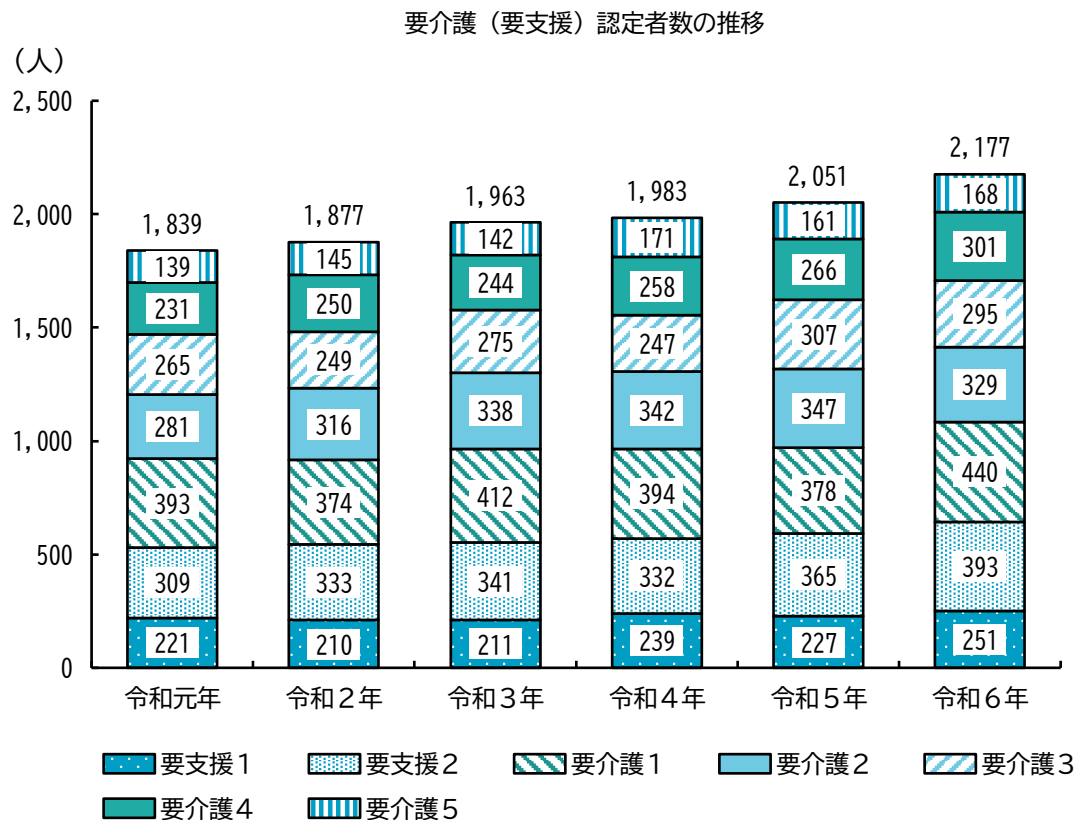
死亡率の推移をみると、令和6年には●%となり、令和2年以降増加傾向にありますが、静岡県を下回っています。



## ⑦ 要介護（要支援）認定者数の推移

要介護（要支援）認定者数の推移をみると、令和元年より増加傾向にあり、令和6年には2,177人と、令和元年より338人増加しています。

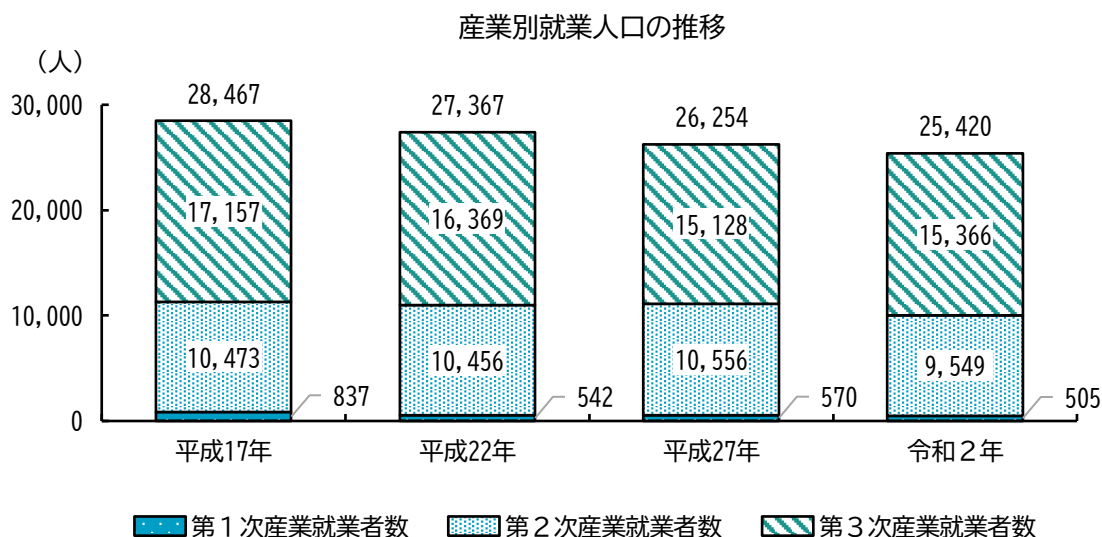
また、要介護度認定区分でみると、要支援2と要介護2、要介護4は増加傾向となっています。



資料：介護保険事業状況報告（9月末現在）

## (2) 産業別就業人口の推移

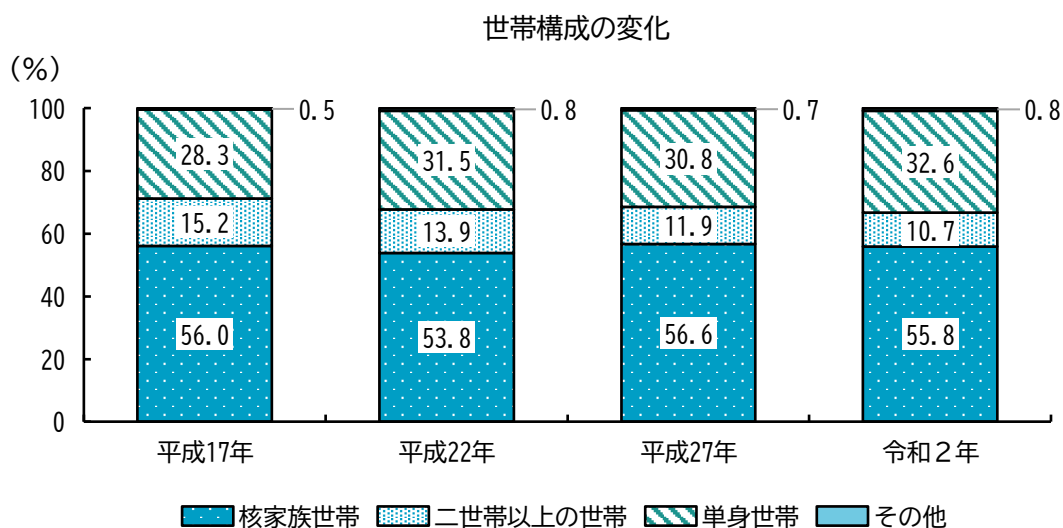
産業別就業人口の推移をみると、就業者数は年々減少しており、令和2年には、25,420人となっており、これは裾野市総人口の49.5%となります。



## (3) 世帯構成の変化

世帯構成の変化をみると、令和2年には核家族世帯が55.8%、次いで単身世帯が32.6%となっています。

二世帯以上の世帯は年々減少し、単身世帯は増加傾向にあります。



## 2 裾野市民の健康状況

死因別静岡県・全国SMR（標準化死亡比）、年齢階層別病類統計、国保医療費統計等からみた疾病状況

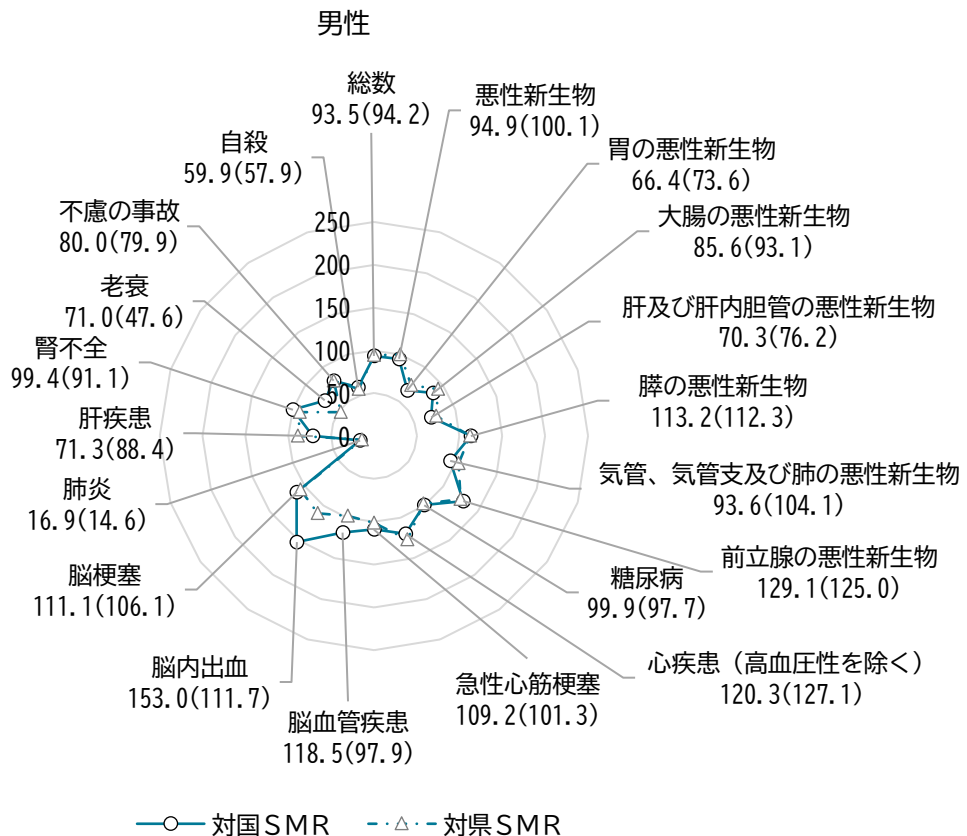
### （1）死因別からみた疾病状況

#### ① 死因別静岡県・全国SMR（標準化死亡比）

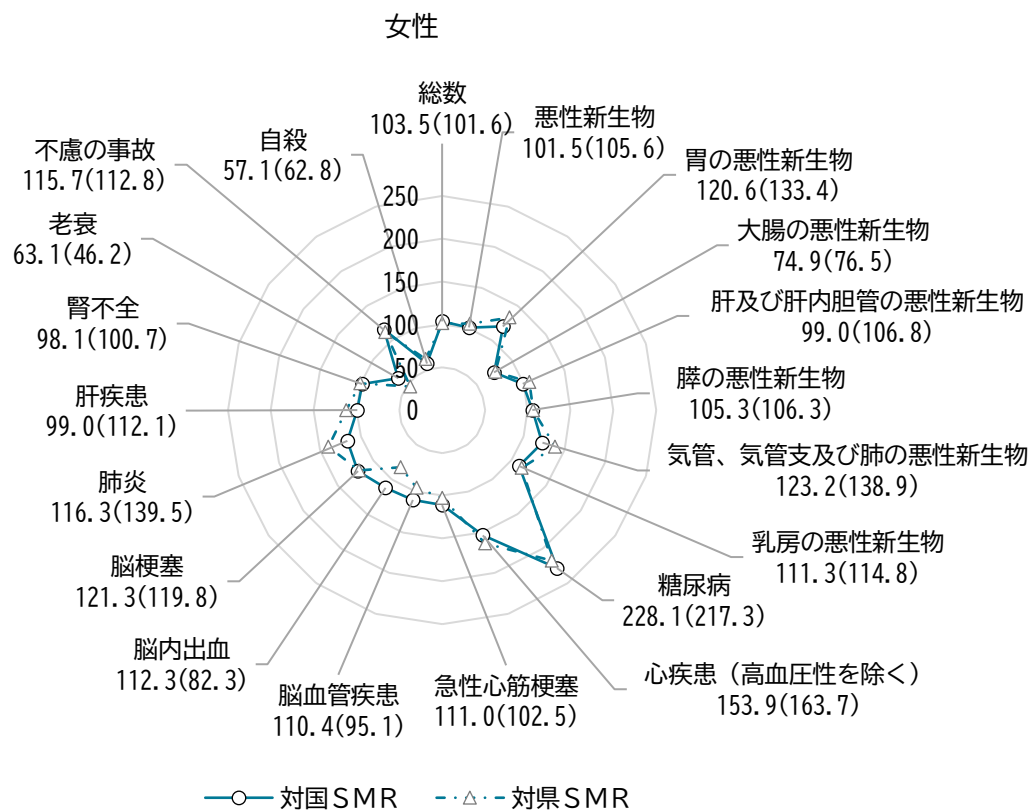
死因別静岡県SMR（標準化死亡比※）をみると、男女ともに悪性新生物、膵の悪性新生物、気管、気管支及び肺の悪性新生物、心疾患（高血圧性を除く）、急性心筋梗塞、脳梗塞が静岡県よりも高くなっています。また、男性では前立腺の悪性新生物、脳内出血、女性では胃の悪性新生物、肝及び肝内胆管の悪性新生物、乳房の悪性新生物、糖尿病、肺炎、肝疾患、腎不全、不慮の事故も高くなっています。

死因別全国SMR（標準化死亡比）をみると、男女ともに膵の悪性新生物、心疾患（高血圧性を除く）、急性心筋梗塞、脳血管疾患、脳内出血、脳梗塞での死亡比が全国よりも高くなっています。また、男性では前立腺の悪性新生物、女性では悪性新生物、胃の悪性新生物、気管、気管支及び肺の悪性新生物、乳房の悪性新生物、糖尿病、肺炎、不慮の事故での死亡比が高くなっています。

死因別SMR（標準化死亡比）（令和元年～令和5年）







資料：静岡県健康福祉部健康局健康政策課

- ※ 標準化死亡比…性、地域ごとに「期待死亡数」（その地域の死亡率が静岡県または全国値と同等であると仮定したときの死亡数）に対する「実際の死亡数」の比を100倍したものであり、年齢構成の違いの影響を除いたものとして、死亡状況の比較に用いられています。
- ※ （ ）外は対国SMRの値、（ ）内は対県SMRの値

## (2) 年齢階層別病類統計からの状況

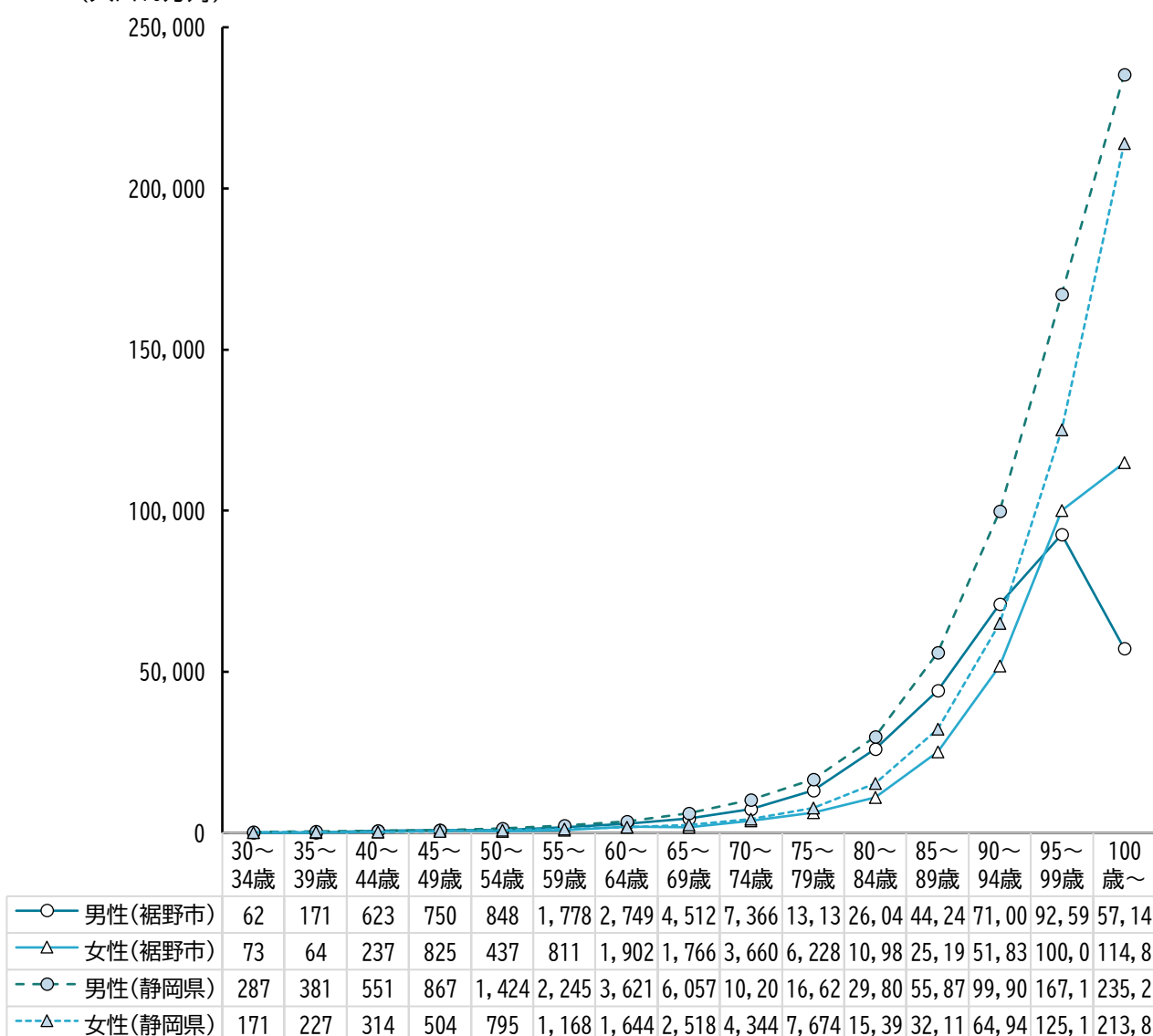
### ① 年齢階級別10万人あたり死亡数（総数）

平成30年から令和3年における、年齢階級別10万人あたり死亡総数をみると、30～34歳、45～49歳以外の年代で男性が女性を上回っています。

また、静岡県と比較すると、男性の40～44歳、女性の45～49歳と60～64歳では静岡県を上回っています。

年齢階級別10万人あたり死亡数（平成30年～令和3年）

（人口10万対）



資料：静岡県人口動態統計より計算

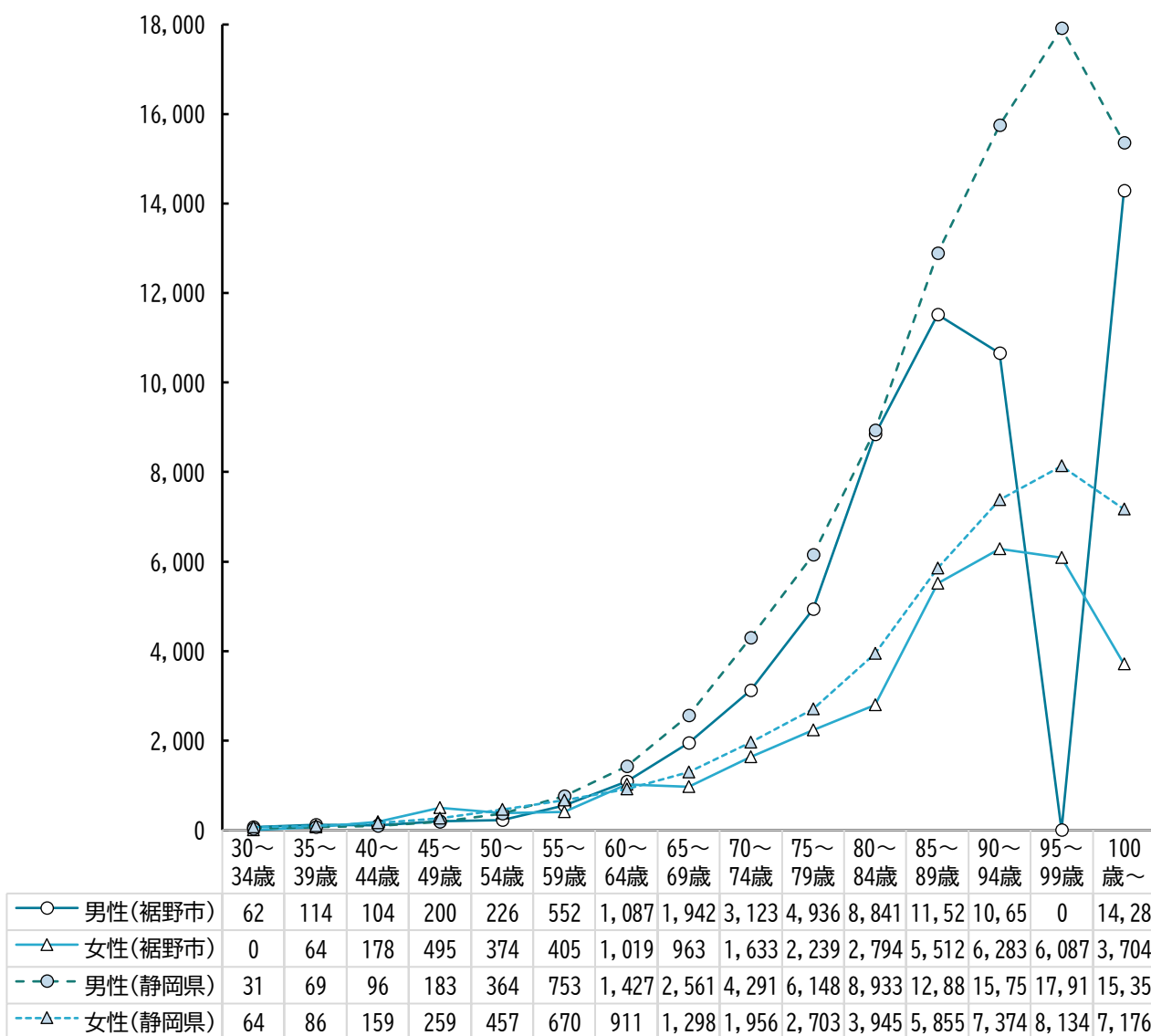
## ② 年齢階級別10万人あたり死亡数（悪性新生物）

悪性新生物の年齢階級別10万人あたり死亡数をみると、30～39歳、55～94歳、100歳以上で男性が女性を上回っています。

静岡県と比較すると、男性では30～49歳で静岡県を上回っています。女性では40～49歳、60～64歳で静岡県を上回っています。

年齢階級別10万人あたり死亡数（悪性新生物）

(人口10万対)



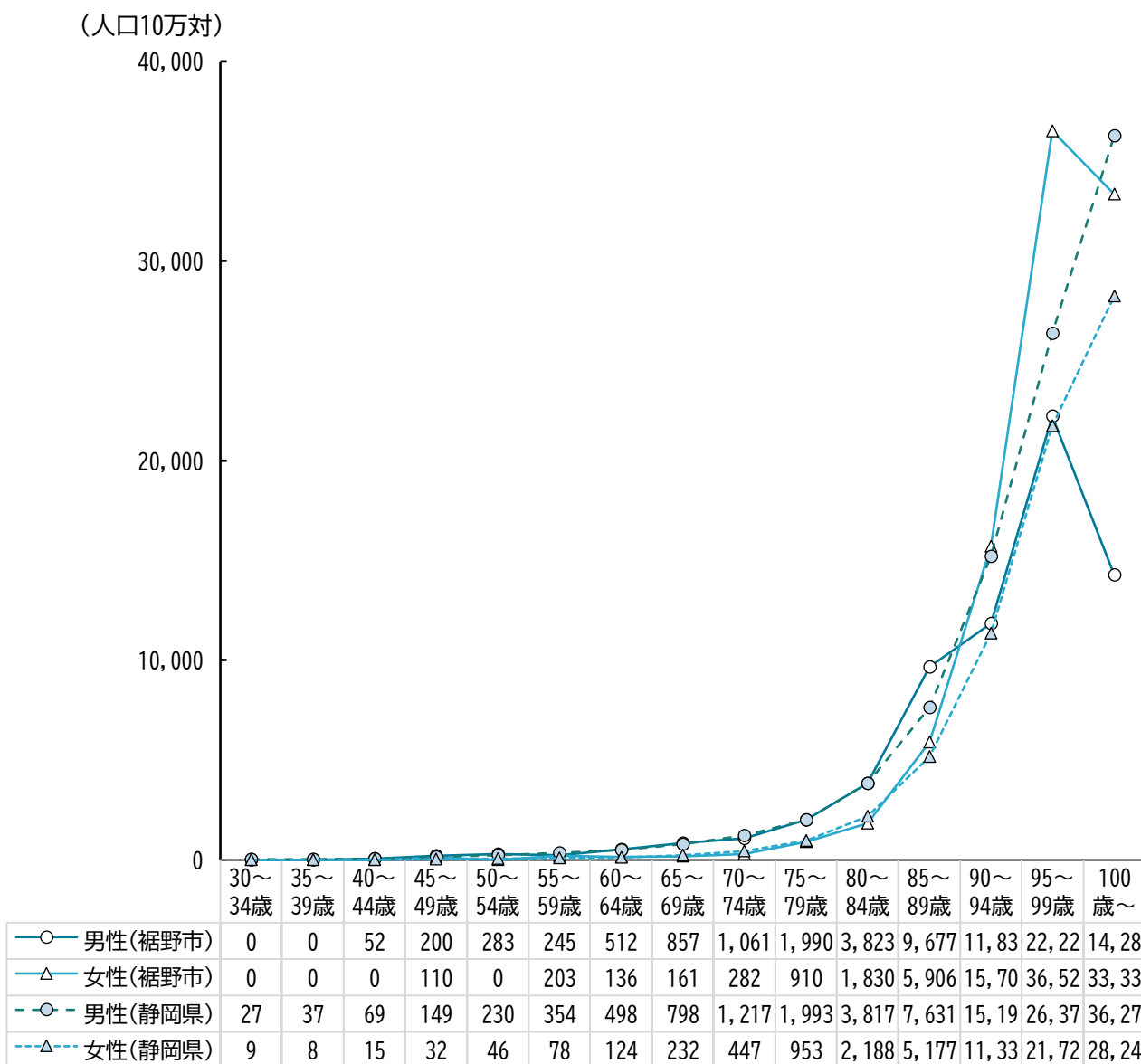
資料：静岡県人口動態統計より計算

### ③ 年齢階級別10万人あたり死亡数（心疾患）

心疾患の年齢階級別10万人あたり死亡数をみると、男性の40～44歳、80～84歳に急増しています。また、95～99歳で大幅に増加しています。

静岡県と比較すると、男性では45～54歳、60～69歳、80～89歳で静岡県を上回っています。女性では45～49歳、55～64歳、85歳以上で静岡県を上回っています。

年齢階級別10万人あたり死亡数（心疾患）



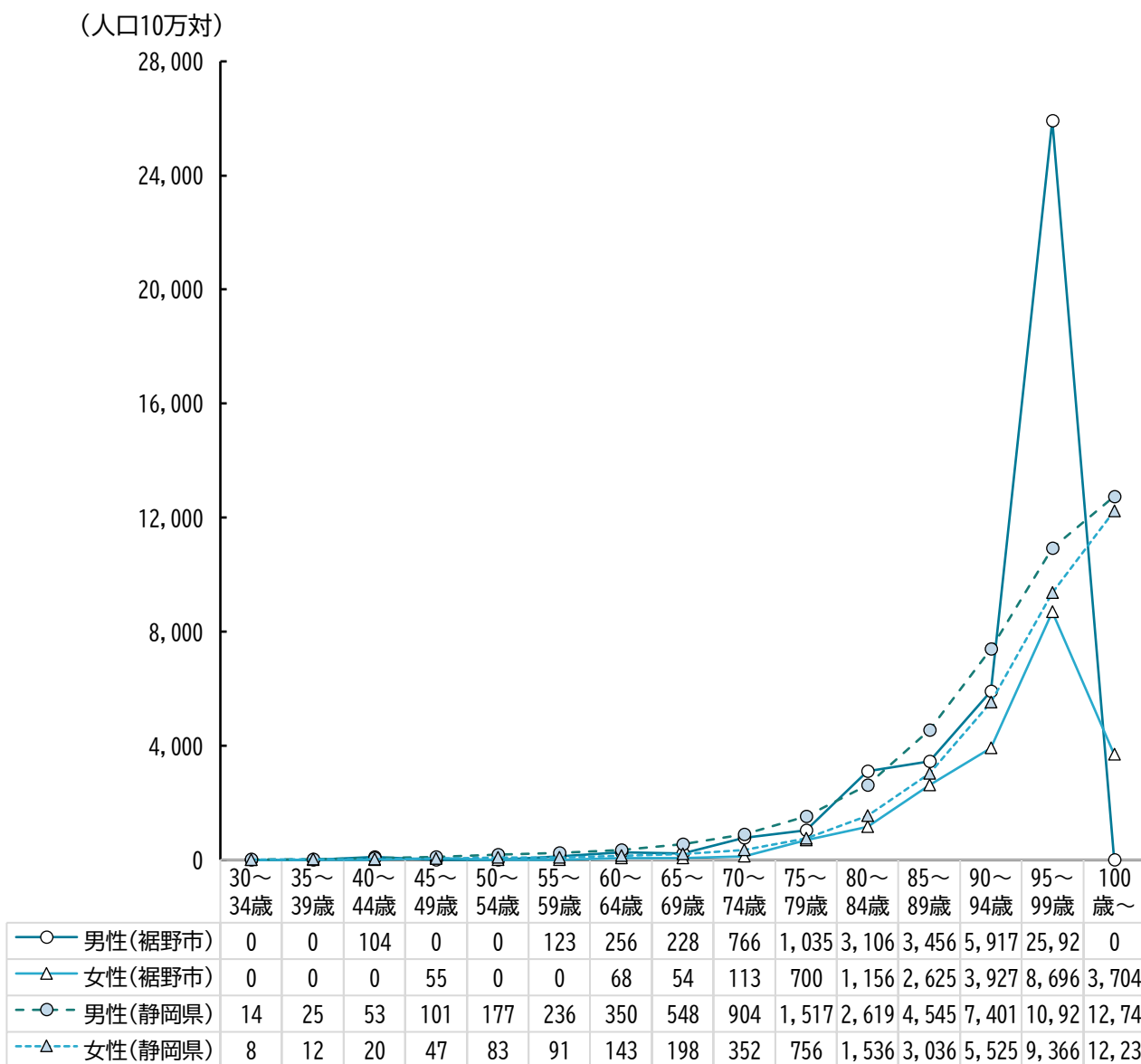
資料：静岡県人口動態統計より計算

#### ④ 年齢階級別10万人あたり死亡数（脳血管疾患）

脳血管疾患の年齢階級別10万人あたり死亡数をみると、男女ともに60歳以上で高くなっています。また、男女ともに95～99歳で大幅に増加しています。

静岡県と比較すると、男性では40～44歳、80～84歳、95～99歳で静岡県を上回っています。女性では45～49歳で静岡県を上回っています。

年齢階級別10万人あたり死亡数（脳血管疾患）



資料：静岡県人口動態統計より計算

### (3) 国保医療費の状況

令和6年7月分の国保医療費の状況をみると、内分泌、栄養及び代謝疾患の件数が多く、991件となっています。また、新生物は内分泌、栄養及び代謝疾患の件数に比べて少ないものの、費用額が最も高くなっています。

国保医療費の状況

疾病分類	件数（件）	費用額（円）	一人あたりの 費用額（円）
消化器系の疾患 （胃潰瘍及び十二指腸潰瘍、肝疾患など）	492	19,029,940	2,177
循環器系の疾患 （高血圧性疾患、心疾患（高血圧性を除く）など）	922	34,788,100	3,979
内分泌、栄養及び代謝疾患 （糖尿病など）	991	23,513,800	2,690
筋骨格系および結合組織の疾患	700	25,961,860	2,970
呼吸器系の疾患 （インフルエンザ、肺炎、慢性閉塞性肺疾患など）	459	18,709,570	2,140
眼及び附属器の疾患	622	11,759,030	1,345
精神および行動の障がい	391	21,631,160	2,474
皮膚及び皮下組織の疾患	277	2,903,400	332
新生物 （悪性新生物など）	241	42,207,870	4,828
腎尿路生殖器系の疾患 （腎不全など）	274	29,448,140	3,369
神経系の疾患	353	16,675,110	1,907
耳及び乳様突起の疾患	107	1,583,730	181

資料：国保疾病統計（令和6年7月分）

### 3 健康診査からみた健康状況

#### (1) 妊娠期

妊婦歯科疾患検診の推移をみると、受診数・受診率ともに増減を繰り返しており、令和6年度には受診数127人、受診率45.5%となっています。また、受診したほとんどが要指導、要精検・要治療となっており、令和6年度は両者をあわせると105人（82.7%）となっています。

妊婦歯科疾患検診の推移

	対象者数 (受診票発行数)	受診数 (人)	受診率 (%)	結果		
				異常なし (人)	要指導 (人)	要精検・ 要治療 (人)
令和2年度	389	160	41.1	22	15	123
令和3年度	376	163	43.4	25	15	123
令和4年度	336	141	42.0	19	18	104
令和5年度	315	158	50.1	36	21	101
令和6年度	279	127	45.5	22	18	87

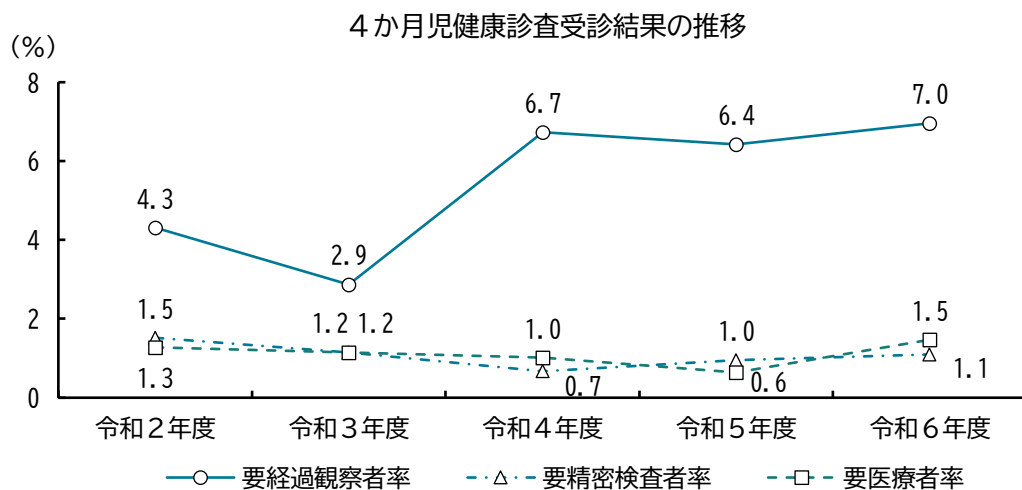
資料：健康推進課資料

## (2) 乳幼児期

### ① 4か月児健康診査受診結果

4か月児健康診査受診結果の推移をみると、要経過観察者率は、増減を繰り返しており、令和6年度には7.0%となっています。

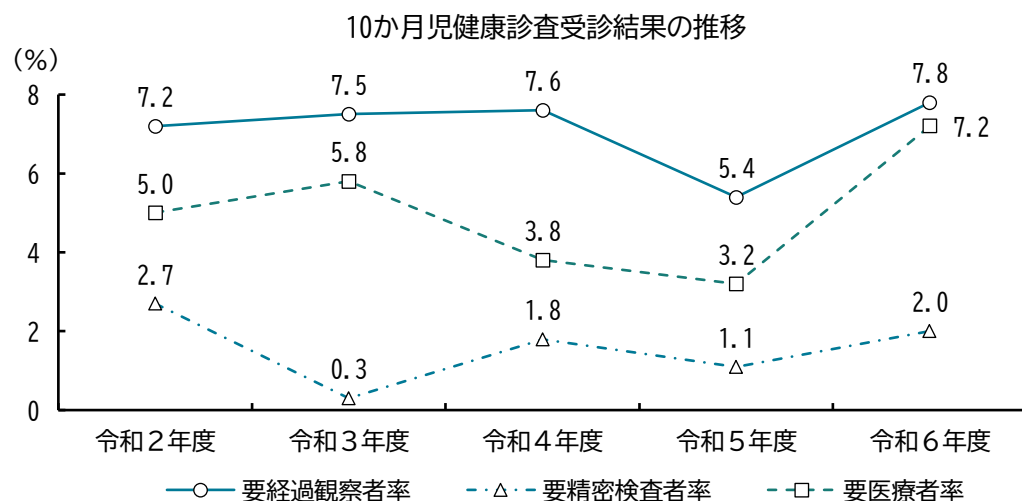
要精密検査者率、要医療者率は横ばいで推移しており、令和6年度には要精密検査者率は1.1%、要医療者率は1.5%となっています。



### ② 10か月児健康診査受診結果

10か月児健康診査受診結果の推移をみると、要経過観察者率は、令和5年度に減少しましたが、令和6年度は増加し7.8%となっています。

要精密検査者率は、増減を繰り返しており、令和6年度は2.0%となっています。また、要医療者率は、令和3年度から令和5年度にかけて減少していましたが、令和6年度で大幅に増加し7.2%となっています。

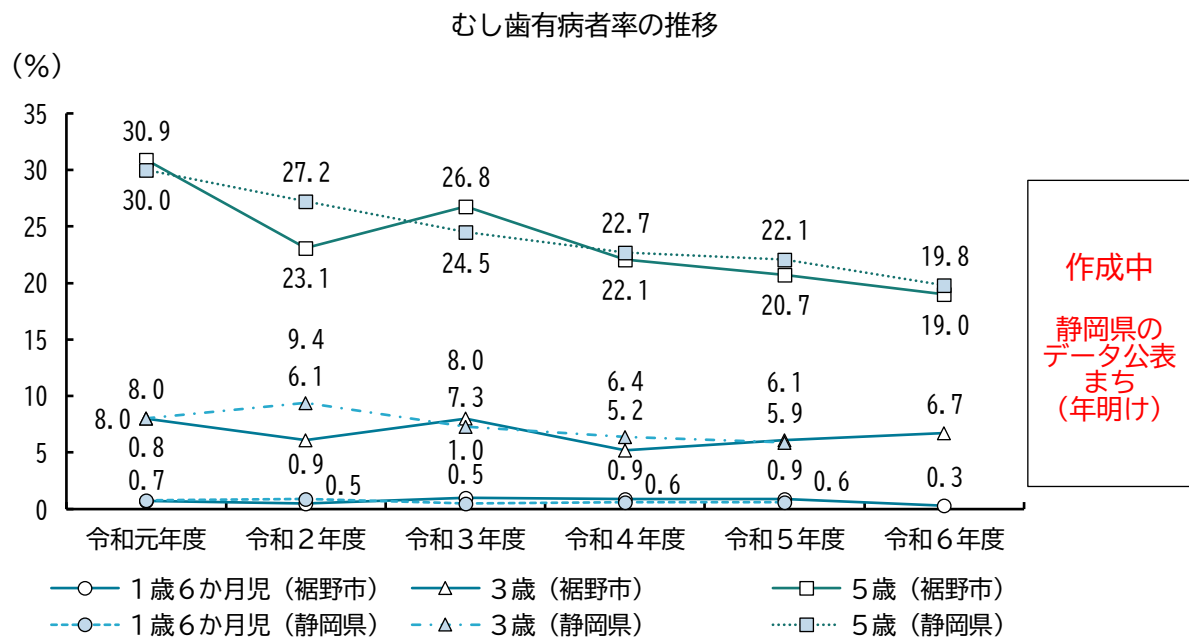




### ③ むし歯有病者率の推移

むし歯有病者率※の推移をみると、1歳6か月児は横ばいで推移しており、令和6年度には0.3%となっています。

また、3歳児はやや減少傾向にあり、令和6年度には6.7%となっています。5歳児は令和6年度には19.0%となっており、年齢が上がるにつれ、むし歯の有病者率は増加しています。



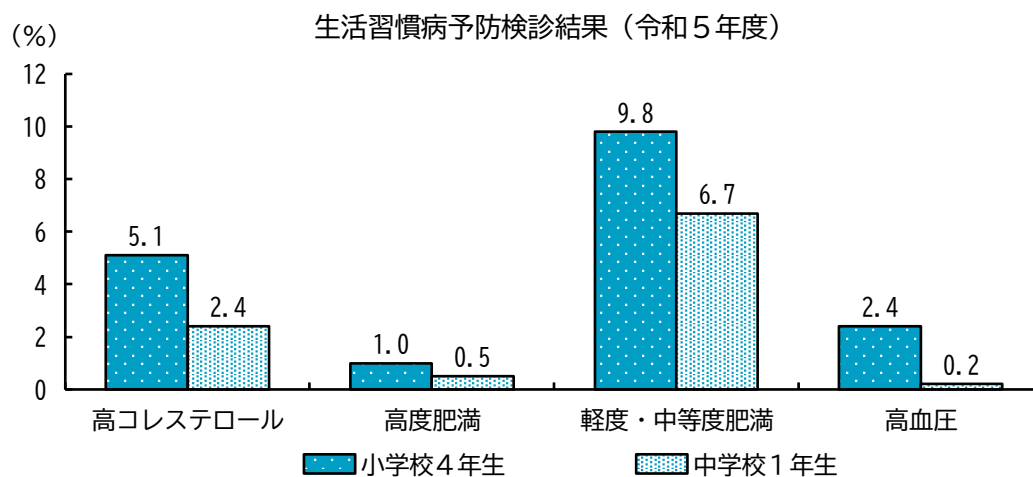
※ むし歯有病者率…受診者中、むし歯の経験がある者の割合

資料：健康推進課資料、静岡県5歳児歯科調査

### (3) 児童期・思春期

#### ① 生活習慣病予防検診結果

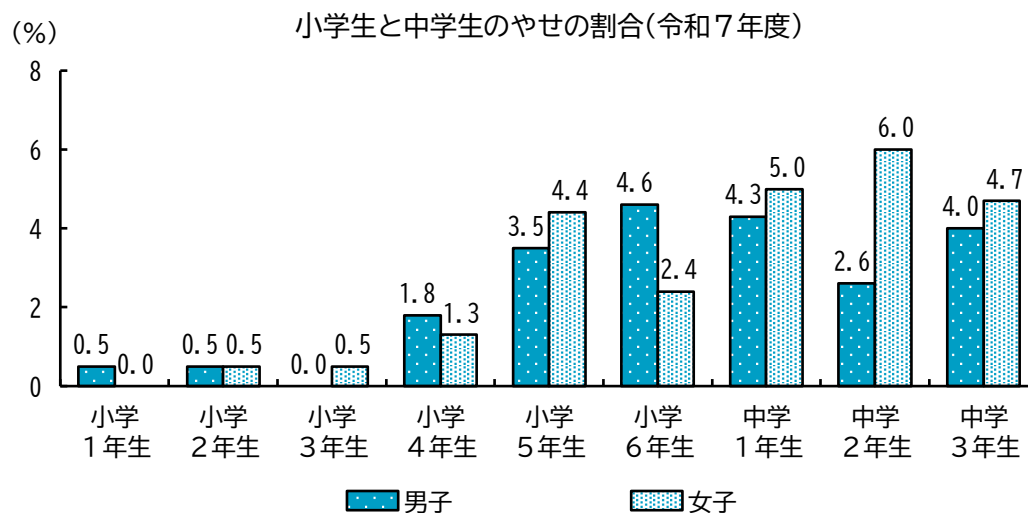
生活習慣病予防検診結果をみると、小学校4年生・中学校1年生ともに軽度・中等度肥満が最も多く、小学校4年生で9.8%、中学校1年生で6.7%となっています。また、項目該当者は全体的に中学校1年生より小学校4年生の方が多くなっています。



#### ② 小学生・中学生のやせの割合

小学生のやせの割合をみると、男子は学年が上がるにつれて増加傾向にあり、小学校6年生で4.6%と女子を上回っています。女子は小学5年生まで増加傾向となっていました、小学6年生で減少し2.4%となっています。

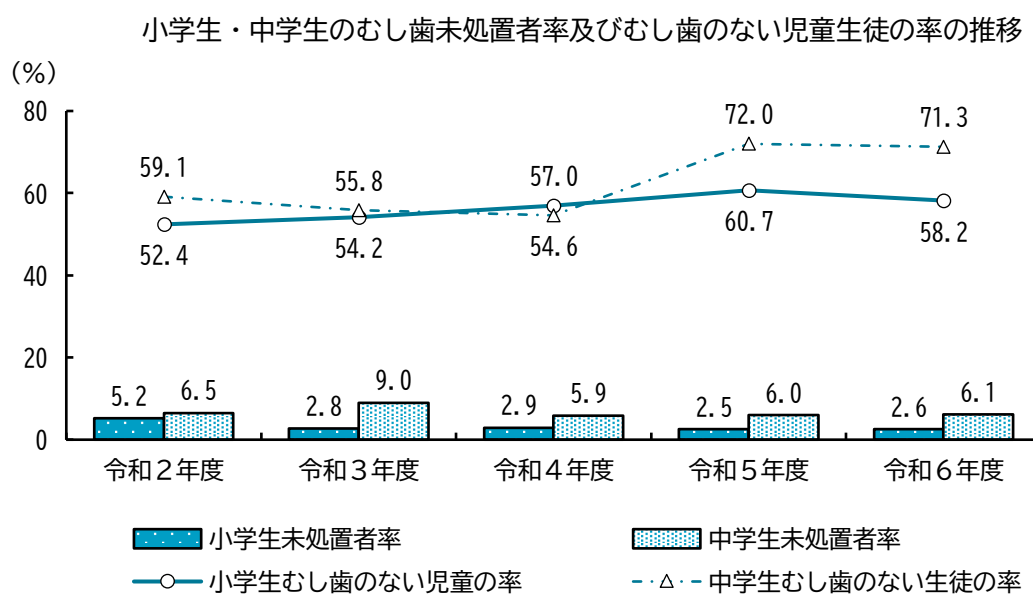
中学生のやせの割合をみると、男子は学年が上がるにつれて減少傾向にあり、中学3年生で4.0%となっています。女子は概ね横ばいで推移しており、中学3年生で4.7%となっています。



### ③ むし歯未処置者率及びむし歯のない児童生徒の率の推移

小学生・中学生のむし歯未処置者率<sup>※1</sup>及びむし歯のない児童生徒の率<sup>※2</sup>の推移をみると、未処置者率は小学生・中学生ともに増減を繰り返しており、令和6年度には小学生2.6%、中学生6.1%となっています。

小学生むし歯のない児童の率は、横ばいで推移しており、令和6年度には58.2%となっています。また、中学生むし歯のない生徒の率は、令和5年度に大幅に増加し、令和6年度には71.3%となっています。



※1 むし歯未処置者率…現在、むし歯がある者の割合

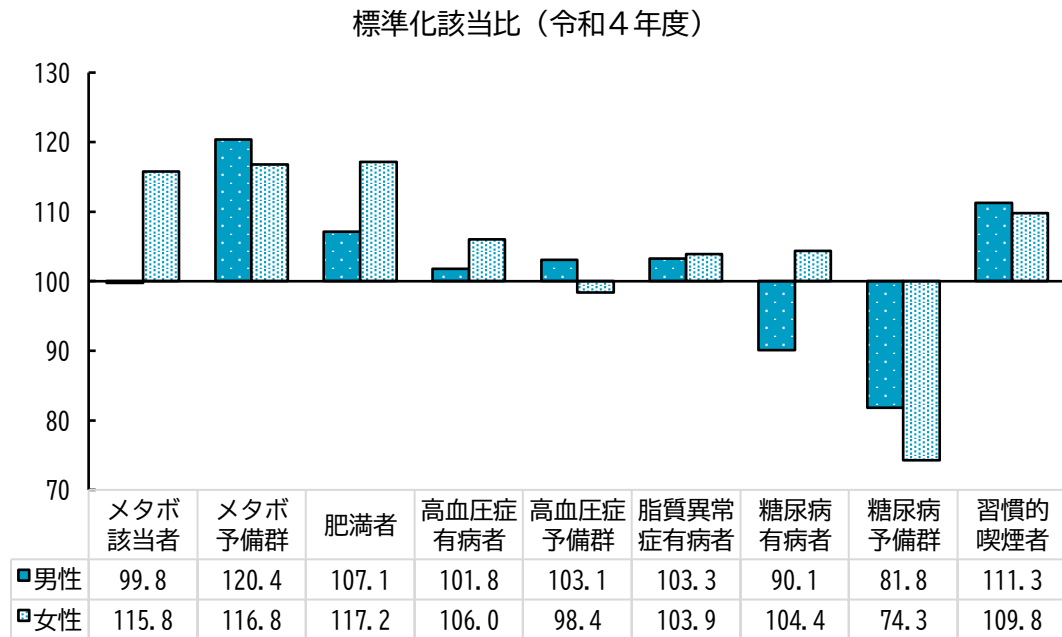
※2 むし歯のない児童生徒の率…永久歯、乳歯共に処置歯及び未処置歯がない者の割合

資料：すそのに育つ子

## (4) 青年期・壮年期

### ① 標準化該当比（令和4年度）

令和4年度に特定健康診査を受診した40～75歳未満の方の標準化該当比※をみると、静岡県に比べて男性はメタボ該当者、糖尿病有病者、糖尿病予備群が低く、女性は高血圧症予備群、糖尿病予備群が低くなっています。



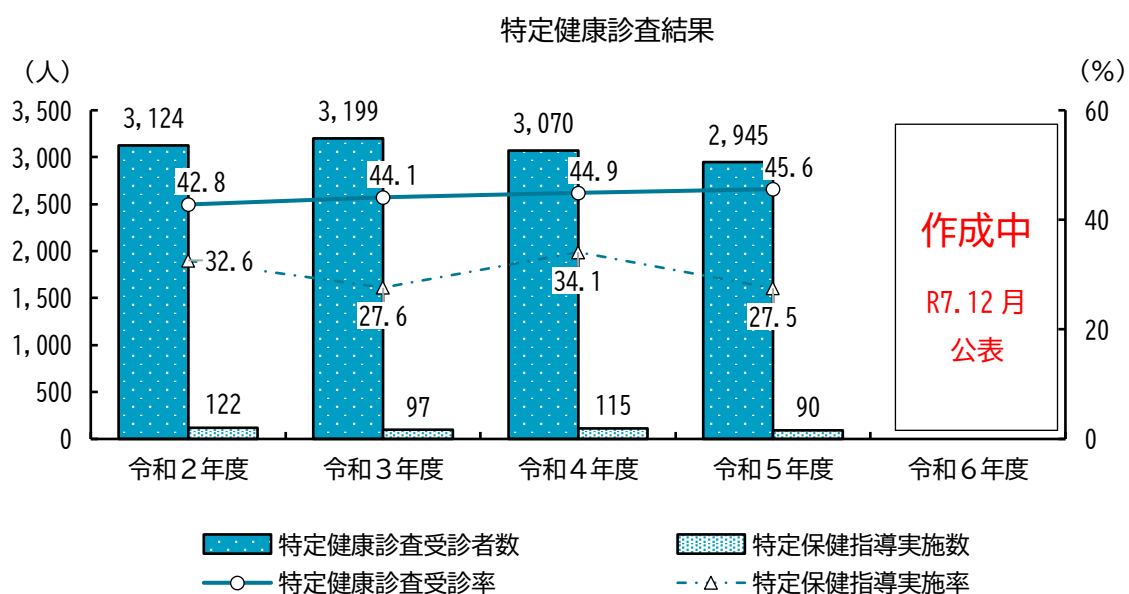
※ 標準化該当比…受診者の性別年齢構成が保険者により異なるのを補正する目的で、標準化死亡比（SMR）の計算方法に準じて、「標準化該当比」を算定。  
当該市町の性別年齢階級別の受診者（判定可能者）数に、静岡県全体の特定健診結果から算出した該当者の割合を乗じて集計した人数を、その市町の該当者数の期待者数としています。実際の特定健診結果で該当と判定された性別の人数（該当者数）を期待者数で除し、これに100を乗じた値を標準化該当比としています。

資料：静岡県

## ② 特定健康診査受診者数の推移

特定健康診査受診者数の推移をみると、令和2年度以降年々減少していますが、特定健康診査受診率はほぼ横ばいで推移しています。

また、特定保健指導実施数は、年度ごとにばらつきがあります。

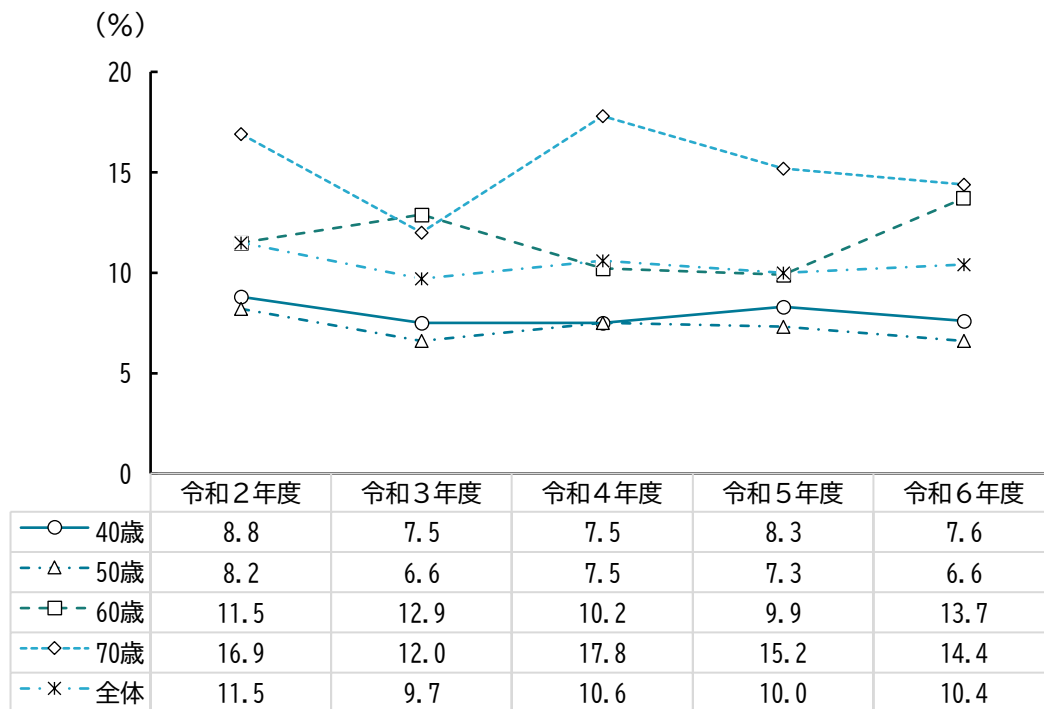


資料：健康推進課資料

### ③ 成人歯周疾患検診受診率の推移

成人歯周疾患検診受診率の推移をみると、70歳が他の年齢に比べて高くなっています。また、60歳は40歳、50歳よりも上回っており、令和6年度では13.7%となっています。

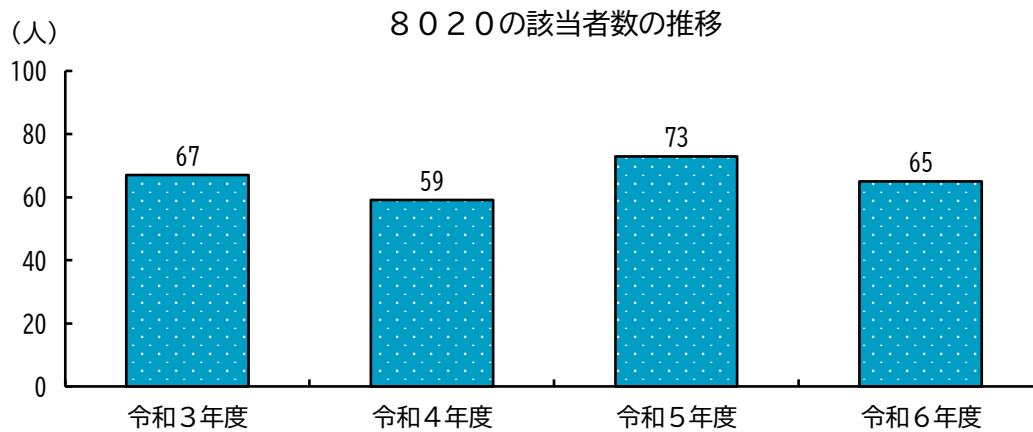
成人歯周疾患検診受診率の推移



資料：健康推進課資料

#### ④ 8020の該当者数の推移

80歳で自分の歯が20本以上残っている「8020（ハチマルニイマル）※」の該当者数（健康と歯のフェスティバルで表彰・認定された方）の推移をみると、増減を繰り返しながら推移しており、令和6年度では65人となっています。



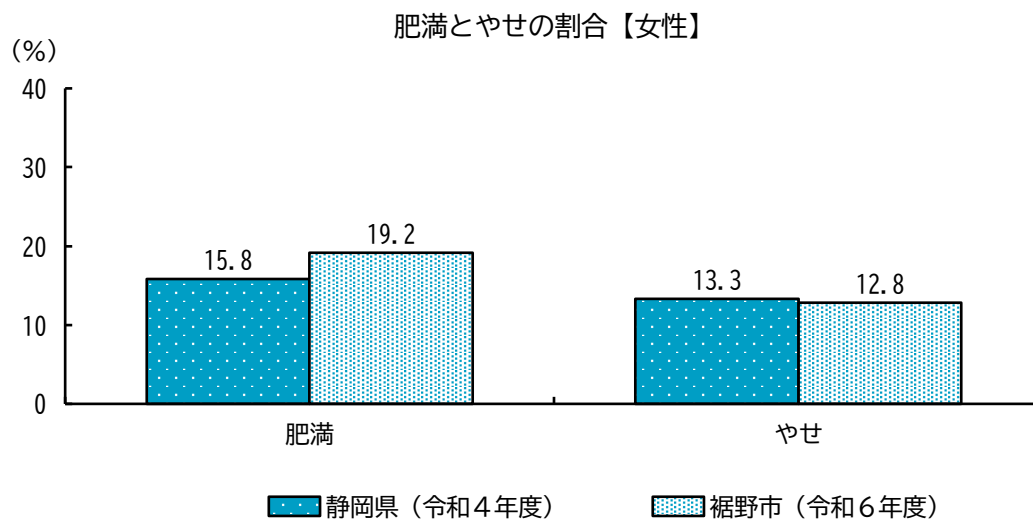
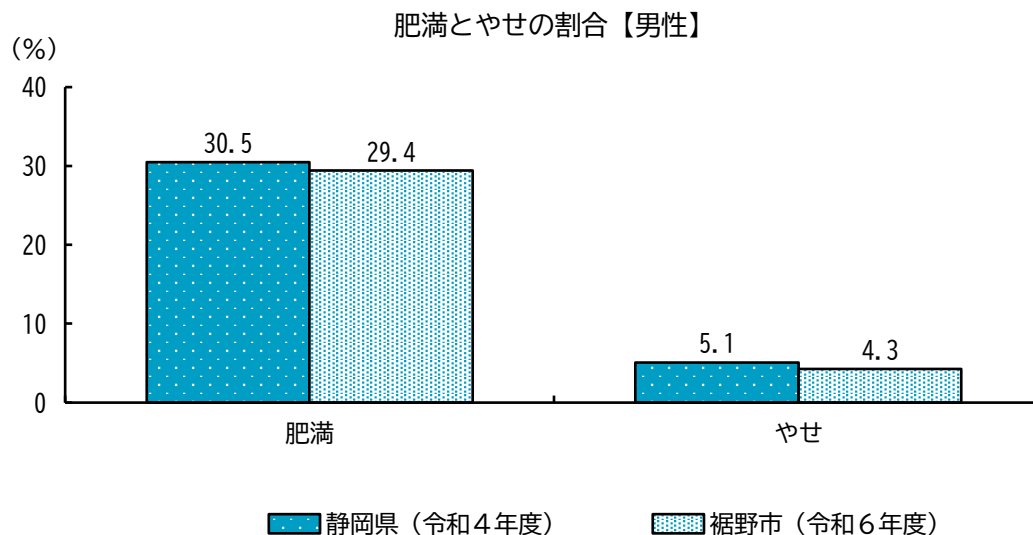
※ 8020…生涯にわたり自分の歯を20本以上保つことで、健全な咀嚼能力を維持し、健やかで楽しい生活をめざすことを趣旨とした推進運動のことです。

資料：健康推進課資料

## 4 県民意識調査との比較からみた健康状況

### (1) 肥満とやせの割合

肥満とやせの割合をみると、肥満の割合が男性で29.4%、女性で19.2%となっており、女性の割合は静岡県より高くなっています。一方、男女ともにやせの割合は静岡県より低く、男性で4.3%、女性で12.8%となっています。

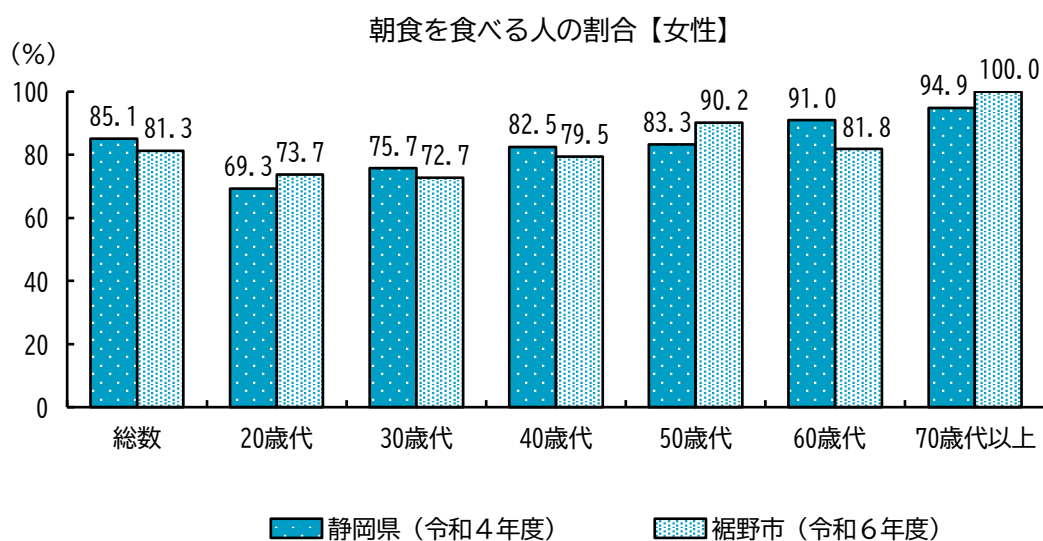
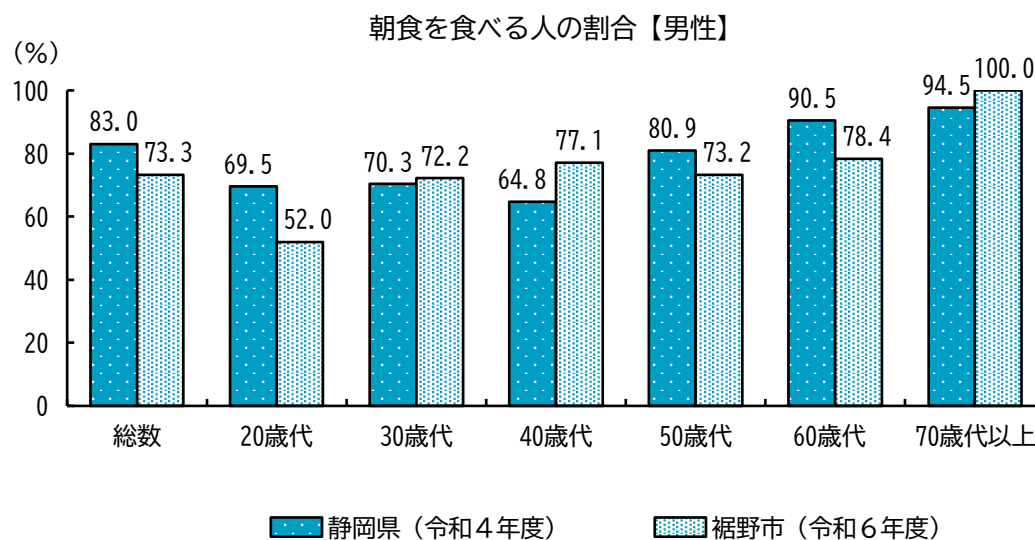


資料：令和4年度健康に関する県民意識調査報告（県）  
令和6年度生活習慣等に関するアンケート調査報告（市）



## (2) 朝食を食べる人の割合

朝食を食べる人の割合をみると、男性では20歳代、50歳代、60歳代で静岡県に比べ低く、20歳代で最も低い52.0%となっています。女性では30歳代、40歳代、60歳代で静岡県に比べ低くなっています。

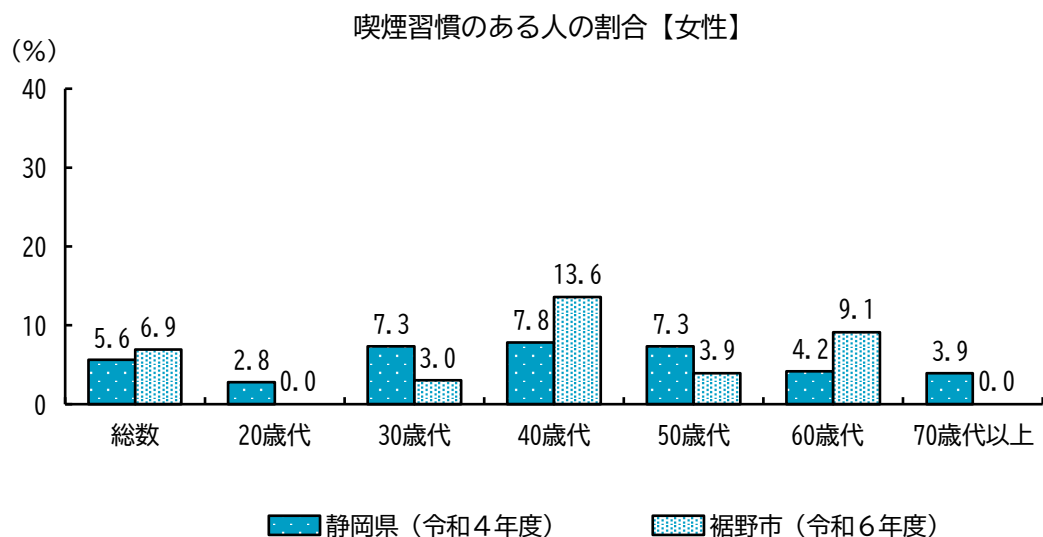
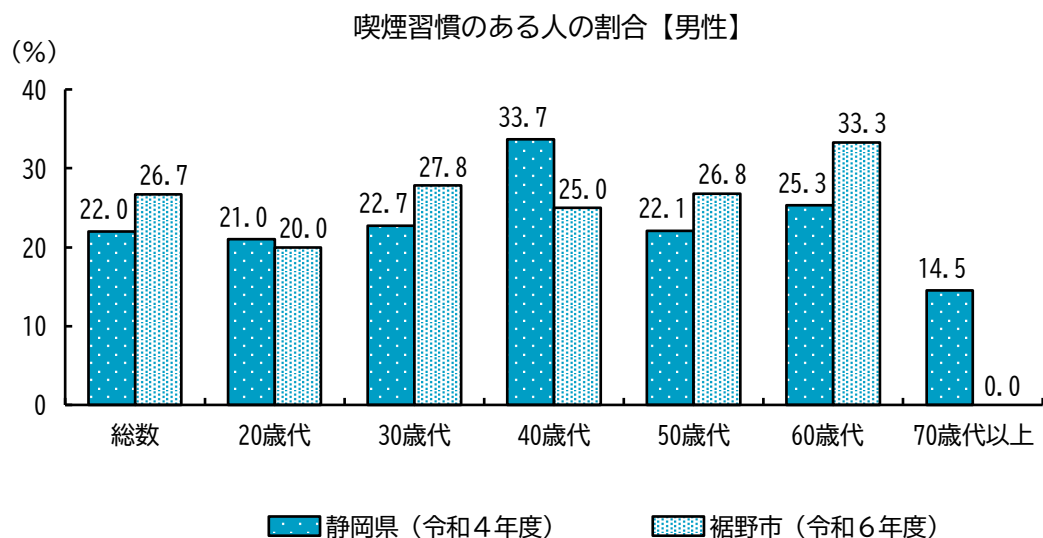


※ 静岡県では「毎日食べる(週5～7日)」の割合を、裾野市では「ほとんど毎日食べる」の割合を記載しています。

資料：令和4年度健康に関する県民意識調査報告（県）  
令和6年度生活習慣等に関するアンケート調査報告（市）

### (3) 喫煙習慣のある人の割合

喫煙習慣のある人の割合をみると、女性より男性の方が概ね3倍以上高くなっています。また、特に30歳代、60歳代が3割前後となっています。男性の20歳代、40歳代、70歳代以上で静岡県を下回っており、女性は20歳代、30歳代、50歳代、70歳代以上で県を下回っています。



資料：令和4年度健康に関する県民意識調査報告（県）  
令和2年度生活習慣等に関するアンケート調査報告（市）

## 第 3 章

# 中間評価の概要

## 1 中間評価の目的と内容

### (1) 目的

「第2次すその健康増進プラン」「第3次裾野市食育推進計画」「第2次裾野市歯科保健計画」が、計画策定から5年目の中間年度を迎えることから、健康づくりを取り巻く環境の変化等を踏まえるとともに、新たな課題や今後の取り組みの方向性を見直しをすることを目的に、中間評価を行います。

なお、本計画は令和13年度（2031年度）までの11か年の計画であることから、計画の基本理念など計画の基本的な考え方は、現行の内容を継承します。

### (2) 中間評価の内容

計画策定時に設定した数値目標等の評価を行うとともに、食の現状や課題、日常生活での健康観や生活習慣等を把握し、基礎資料とするため、アンケート調査を実施しました。

#### ① 調査対象及び調査方法

調査の種類	調査対象	調査方法
一般調査	市内在住の20歳以上の男女個人1,000人（無作為抽出）	郵送による配布・回収及びWEBによる回答
小学校・中学校調査	小学校5年生186人、 中学校2年生124人	各施設に直接調査票を手渡し配布、 手渡し回収
幼稚園・保育園 年長児調査	年長児童の保護者327人	

#### ② 調査期間

令和7年10月3日～令和7年10月25日

#### ③ 回収状況

調査の種類	配布数	有効回答数	有効回答率
一般調査	1000通	410通	41.0%
小学校・中学校調査	310通	300通	96.8%
幼稚園・保育園 年長児調査	327通	294通	89.9%

## 2 健康増進計画・食育推進計画・歯科保健計画の達成状況

健康増進計画・食育推進計画・歯科保健計画ともに、施策・事業の展開に対応した数値目標を設定して、計画を推進してきました。

達成状況の評価にあたっては、策定時の値及び策定時に定めた目標値の関係性により、4段階で判定し、一元的に評価しました。

### 【評価方法】

評価	基準
◎	目標値を達成している。
○	目標は達成していないが改善した
△	変化がない
×	悪化している

### 【健康増進計画】

指標		策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
(1) 栄養・食生活					
食育に関心がある人の増加		61.9%	58.5%	70%	×
朝食を毎日食べる人の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%		×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
	一般	87.0%	78.0%		×
栄養バランスに気をつけている人の増加		78.8%	80.7%	85%	○
野菜を食べている人の増加※1		11.6%	8.0%	20%	×
野菜料理を毎食1皿以上食べる人の増加		52.7%	46.6%	60%	×
(2) 身体活動・運動					
日常生活における歩数の増加※2		31.8%	44.4%	40%	◎
意識的に運動を心がけている人の増加	男性	70.2%	66.3%	80%	×
	女性	73.8%	65.0%	80%	×
	平均	72.5%	65.9%	80%	×

※1 1日に野菜350g(食事バランスガイドの5つ分)以上とっている人の割合

※2 5,001歩以上歩く人の割合

指標	策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
(3) 休養・こころの健康づくり				
ストレス解消法がある人の増加	69.7%	71.5%	80%	○
相談できる相手や場所がある人の増加	72.9%	74.4%	80%	○
(4) たばこ・アルコール・薬物				
喫煙している人の減少※3	14.4%	16.6%	10%以下	×
施設内禁煙率の増加	88.6%	100%	100%	◎
休肝日を設けていない人の減少	65.2%	73.8%	55%以下	×
(5) 歯と口腔の健康				
歯間部清掃用具の使用率の増加	53.1%	57.8%	60%	○
治療以外で1年に1回以上定期的な歯の検診を受けている人の増加	40.7%	35.6%	50%	×
(6) 健康管理				
自分の健康状態が健康であると感じる人の増加	54.9%	55.4%	60%	○
健診結果について医師や保健師からアドバイスを受けたことがある人の増加	57.9%	57.6%	65%	×
体重計や歩数計、血圧計等自らの健康管理に必要な機器をそろえ、定期的に測定している人の増加※4	35.4%	38.8%	45%	○
特定健康診査 受診率の増加	45.2%	45.6%	60%	×
特定保健指導 実施率の増加	30.5%	27.5%	60%	×
胃がん検診 受診率の増加	8.7%	8.7%	50%	△
大腸がん検診 受診率の増加	16.6%	16.6%	50%	△
肺がん検診 受診率の増加	19.6%	20.2%	50%	○
子宮がん検診 受診率の増加	16.2%	14.1%	50%	×
乳がん検診 受診率の増加	10.7%	7.7%	50%	×
前立腺がん検診 受診率の増加	23.9%	22.9%	50%	×
肝炎ウイルス検査 受診率の増加	2.7%	2.2%	10%	×

※3 喫煙している人とは、今までの合計が100本以上で、かつ月に1回以上吸っている方

※4 定期的に測定している人とは週に2～3日以上測定している人

指標		策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
(7) 次世代の健康					
朝食を毎日食べる幼児・児童・生徒の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%	100%	×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
食事の際に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしている児童・生徒の増加	小学生	94.9%	97.4%	100%	○
	中学生	93.5%	95.6%	100%	○
朝食をバランスよく食べている児童・生徒の増加	小学生	55.1%	41.2%	65%	×
	中学生	42.6%	38.1%	50%	×
妊婦喫煙率の減少		1.7%	1.8%	0%	×
仕上みがきをする保護者の増加	年長児保護者	82.2%	84.0%	90%	○
(8) 高齢者の健康					
栄養バランスに気をつけている人の増加	60歳代	80.4%	77.1%	85%	×
	70歳以上	73.1%	60.0%	85%	×
日常生活における歩数の増加※5	60歳代	29.0%	42.3%	40%	◎
	70歳以上	26.8%	20.0%	40%	×
意識的に運動を心がけている人の増加	60歳代	76.1%	69.5%	80%	×
	70歳以上	77.9%	100.0%	80%	◎
相談できる相手や場所がある人の増加	60歳代	76.9%	74.6%	80%	×
	70歳以上	65.1%	60.0%	80%	×
休肝日を設けていない人の減少	60歳代	75.0%	82.8%	65%以下	×
	70歳以上	67.9%	100.0%	65%以下	×
(9) 地区組織・民間事業所との連携・協働					
地域の人々はお互いに助け合っていると思う人の増加		57.5%	45.1%	65%	×
(10) 地域医療					
かかりつけ医をもっている人の増加		63.9%	63.7%	70%	×

※5 5,001歩以上歩く人の割合

【食育推進計画】

指標		策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
食育に関心がある人の増加	一般	61.9%	58.5%	70%	×
食事の際に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしている人の増加	小学生	94.9%	97.4%	100%	○
	中学生	93.5%	95.6%		○
	一般	77.5%	79.8%	85%	○
次世代に伝えたい料理や味がない、知らない人の減少		29.5%	34.6%	20%以下	×
地場産物を食事に取り入れている人の増加		53.7%	49.3%	60%	×
学校給食での地場産物を使用する割合の増加		44.9%	54.3%	45%	◎
朝食を一人で食べる子どもの割合の減少	小学生	28.5%	44.5%	20%以下	×
	中学生	41.0%	21.0%	30%以下	◎
朝食を毎日食べる人の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%		×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
	20歳代	53.6%	61.4%		○
	30歳代	85.0%	73.1%		×
	平均	81.3%	80.0%		×
栄養バランスに気をつけている人の増加	小学生	55.1%	41.2%	60%	×
	中学生	42.6%	38.1%	50%	×
	一般	78.8%	80.7%	85%	○
野菜を食べている人の増加 <sup>※1</sup>		11.6%	8.0%	20%	×
野菜料理を毎食1皿以上食べる人の増加		52.7%	46.6%	60%	×
料理のとき、薄味に調味している (してもらっている)人の増加	男性	50.0%	36.4%	60%	×
	女性	70.7%	57.6%	80%	×
	平均	60.4%	47.0%	70%	×

※6 1日に野菜350g(食事バランスガイドの5つ分)以上とっている人の割合

【歯科保健計画】

指標	対象者	策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
自分で歯みがきをした子どもの増加	年長児	87.7%	85.4%	95%	×
仕上げみがきをする保護者の増加	年長児の 保護者	82.2%	84.0%	90%	○
むし歯を経験した幼児の減少	年長児	30.9%	19.0%	20%以下	◎
妊婦歯科疾患検診受診率の増加	妊婦	40.4%	45.5%	50%	○
成人歯周疾患検診受診率の増加（36・38・40・ 42・44・46・48・50・55・60・65・70歳）		9.0%	10.4%	10%	◎
治療以外で1年に1回以上定期的な 歯の検診を受けている人の増加	20歳以上	40.7%	35.6%	50%	×
歯周病と生活習慣病の関連性の認知 度の増加	20歳以上	67.5%	72.7%	75%	○
喫煙が歯周病に影響することの認知 度の増加	20歳以上	25.9%	27.3%	35%	○
歯間部清掃用具の使用率の増加	20歳以上	53.1%	57.8%	60%	○
8020運動の認知度の増加		69.9%	71.2%	80%	○
8020推進員の人数の増加		37人	53人	40人	◎
8020の該当者の増加 (健康と歯のフェスティバル表彰者)		52人	65人	60人	◎



## 第 4 章

# 健康づくりの推進

## 1 健康的な生活習慣の実践

### (1) 栄養・食生活

【まずはここから】

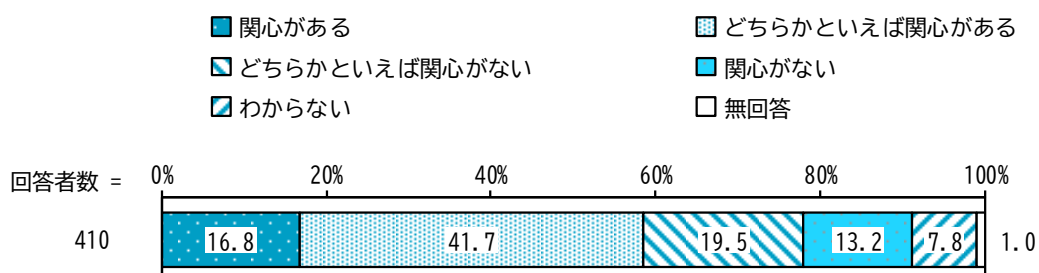
野菜料理を毎食1皿以上食べましょう

#### 【 評価指標 】

項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
食育に関心がある人の増加		61.9%	58.5%	70%	×
朝食を毎日食べる人の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%		×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
	一般	87.0%	78.0%		×
栄養バランスに気をつけている人の増加		78.8%	80.7%	85%	○
野菜を食べている人の増加		11.6%	8.0%	20%	×
野菜料理を毎食1皿以上食べる人の増加		52.7%	46.6%	60%	×

#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

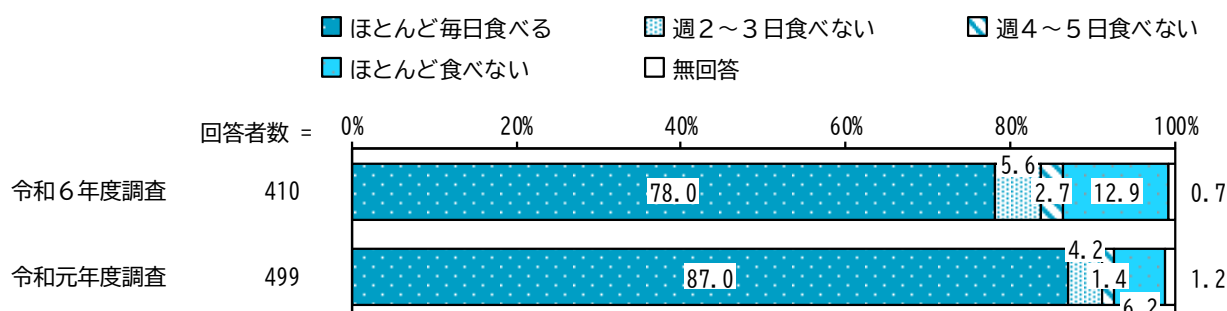
- 食育への関心について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっています。



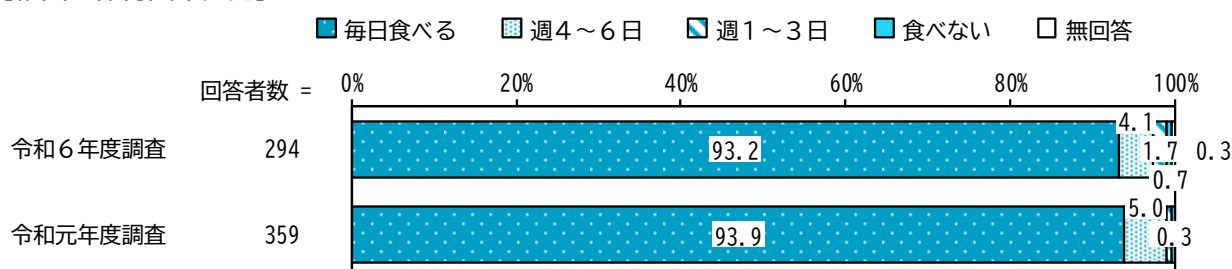
- 朝食の摂食状況について、「ほとんど毎日食べる」が78.0%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」が12.9%となっています。令和元年度調査と比較すると、「ほとんど食べない」の割合が増加しています。

「毎日食べる」が、幼稚園・保育園年長児で93.2%、小学生で84.9%、中学生で87.3%となっています。令和元年度と比較すると、小学生では、「毎日食べる」の割合が減少しています。

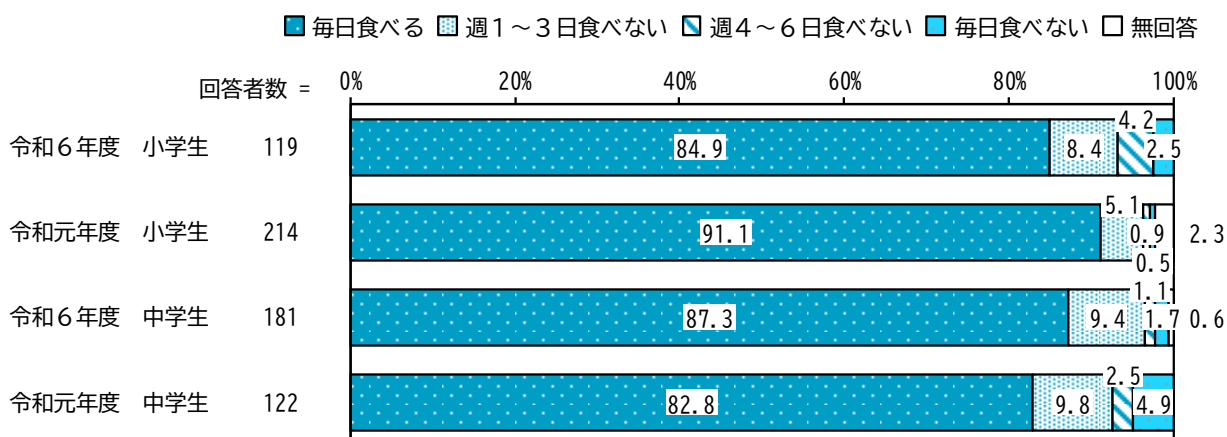
#### 【一般】



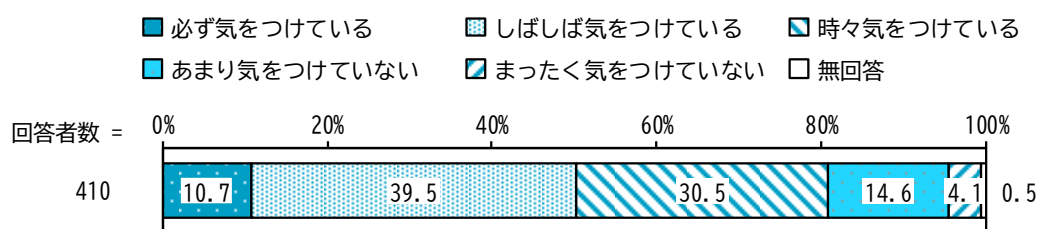
#### 【稚園・保育園年長児】



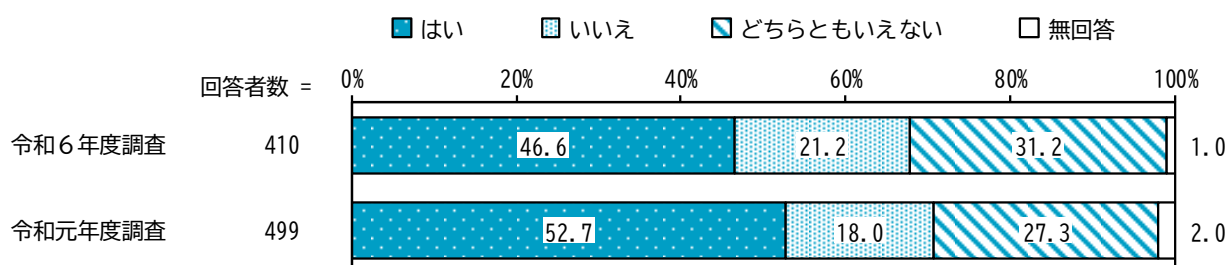
#### 【小学生・中学生】



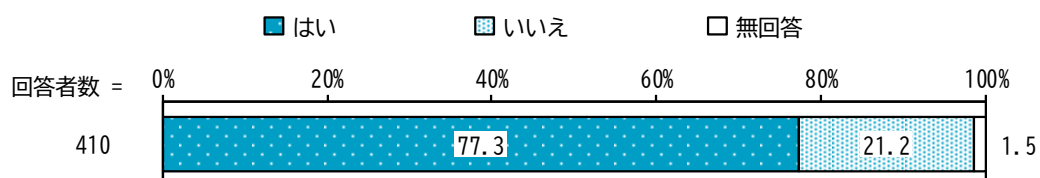
- 普段の食事で栄養バランスに気をつけているかについて、「必ず気をつけている」「しばしば気をつけている」「時々気をつけている」を合わせた”気をつけている”が80.7%となっています。



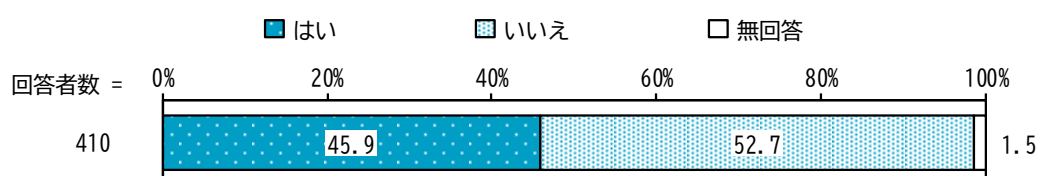
- 副菜を毎食1皿以上食べているかについて、「はい」が46.6%となっています。令和元年度調査と比較すると、「はい」の割合が減少しています。



- 自分の適正体重を知っているかについて、「はい」が77.3%となっています。



- 適正体重に近づくように体重コントロールを実践しているかについて、「はい」が45.9%となっています。



栄養・食生活は、生命の維持に加え、子ども達が健やかに成長し、また人々が健康で幸福な生活を送るために欠くことができない営みです。

アンケート調査結果では、朝食の摂取状況をみると、幼稚園・保育園年長児調査では9割超え、小学生・中学生調査では8割半ばが毎日朝食を食べています。

一般市民調査では、年齢が上がるにつれて朝食を毎日食べる割合が増えていますが、前回調査と比べ、朝食を欠食する割合が増加しています。

また、副菜を毎食1皿以上食べている人は、前回調査より減少しています。食事で栄養のバランスについて必ず気をつけている人は年齢が下がるにつれて割合も低くなっています。

さらに、食育について「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせた”関心がない”人は32.7%となっており、令和4年度健康に関する県民意識調査と比較すると割合が増加しています。

引き続き、1日に摂りたい野菜摂取量や多くとるための工夫を普及し、バランスのとれた食事の推進と生活習慣病の発症を防いでいく必要があります。

また、各年代に応じた適正な食事量を啓発し、早期から肥満ややせを予防していくとともに、高齢者福祉との連携により、低栄養傾向の高齢者に対する対応を継続して行っていく必要があります。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 幼稚園や小学校のPTAと協力した料理教室等については、コロナ禍により中断しました。令和6年度から再開を試みましたが、アレルギー対応などの課題により実施できませんでした。
- ・ 適正な食事量の啓発として、定期的に健康相談や食事相談を実施しました。食事バランスガイドや手ばかり法の写真を活用した啓発を行い、体組成測定や骨密度測定を通じて生活習慣改善の機会を提供しました。裾野市食生活健康推進会会員の養成・育成にも取り組んでいましたが、コロナ禍の影響で料理教室の開催が難しくなり、それに伴い育成の機会が減少しました。
- ・ 生活習慣病予防のために、塩分・脂質・糖分の過剰摂取を予防する取り組みとして、塩味スプーンの貸し出しやお塩のとり方チェックの資料の活用を行いました。
- ・ 野菜摂取促進のため、「寄り道試食会」を開催したり、1日に必要な野菜量を伝えるフードモデルや写真（手ばかり法）の活用による啓発活動を行いました。
- ・ 「ON(おん)野菜プロジェクト」を推進し、資料等を配布しました。
- ・ 市販の弁当や総菜の活用方法について、資料を用いた啓発を実施したほか、食育ボランティアと連携して市のイベント等で啓発活動を行いました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ 家族揃って食事をする「共食」を進め、食事を楽しく食べる環境づくりを推進し、朝食の欠食率を減らします。食育会議等を通じて関係部署と連携を図り、若い世代への食育の周知を継続して行います。
- ・ 各年代に応じた適正な食事量の啓発を行い、早期から肥満ややせを予防します。食事バランスガイドや手ばかり法を取り入れながら、食事バランスの啓発を進めていきます。また、食育ボランティアと連携し、料理教室を通じて食育に関する啓発を実施します。
- ・ 塩分・脂質・糖質の取り過ぎを防ぐ工夫を啓発し、生活習慣病の発症を防ぎます。減塩につながる教育や相談を引き続き実施します。
- ・ 1日に摂りたい野菜摂取量や野菜を多く摂るための工夫の普及を推進します。バランスのとれた食事を促進し、生活習慣病の発症を防ぎます。寄り道試食会を継続実施し、野菜摂取につなげます。フードモデルや写真（手ばかり法）を用いた啓発活動で理解の深化を図ります。
- ・ 野菜摂取促進のため「ON野菜プロジェクト」を推進します。本プロジェクトでは「温野菜にしてたくさん食べる」「毎食食卓に野菜料理をON」「温故知新。野菜を活かした郷土料理を食べよう」の3つを重点的に進めていきます。各種教室やイベントにおいて本プロジェクトの周知を徹底します。
- ・ インターネットやSNSを活用し、食育の情報を発信していきます。

## (2) 身体活動・運動

【まずはここから】

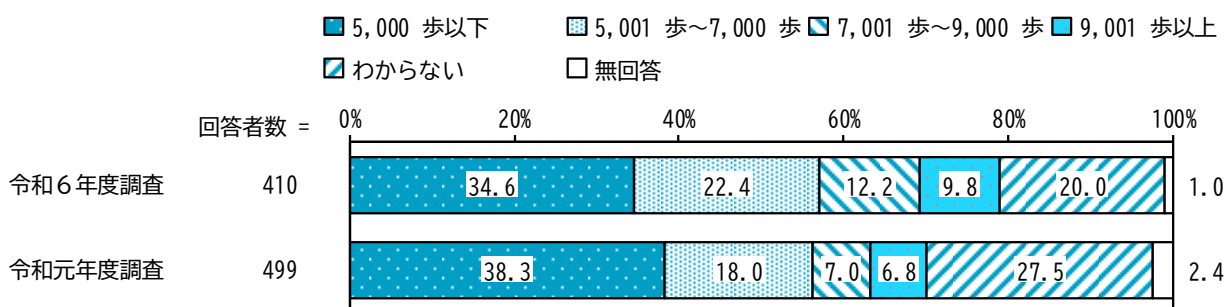
今よりも 10 分（1,000 歩）多く体を動かすようにしましょう

### 【 評価指標 】

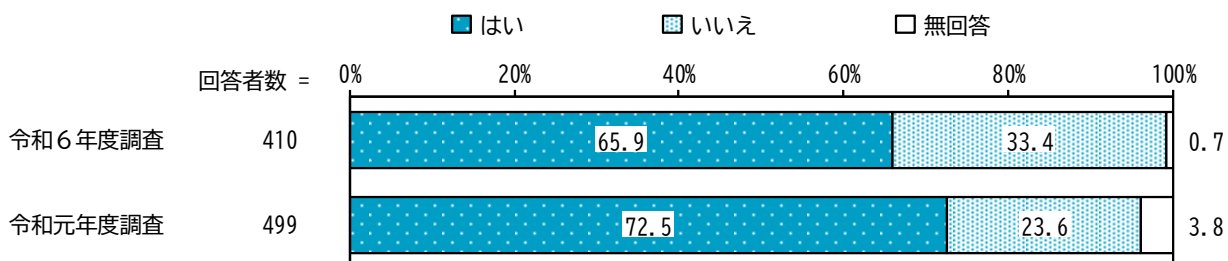
項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
日常生活における歩数の増加		44.4%	31.8%	40%	◎
意識的に運動を心がけている人の増加	男性	70.2%	66.3%	80%	×
	女性	73.8%	65.0%	80%	×
	平均	72.5%	65.9%	80%	×

### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

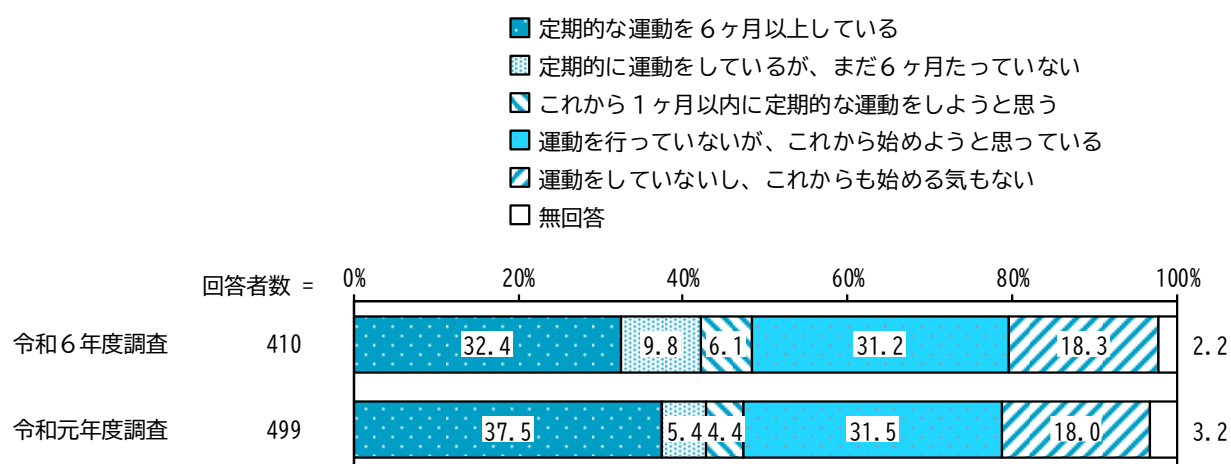
- 日常生活での平均の 1 日の歩数について、「5,000 歩以下」が 34.6% と最も高く、次いで「5,001 歩～7,000 歩」が 22.4%、「わからない」が 20.0% となっています。令和元年度調査と比較すると、「7,001 歩～9,000 歩」の割合が増加しています。



- 意識的に身体を動かすように心がけているかについて、「はい」が 65.9% となっています。令和元年度調査と比較すると、「はい」の割合が減少しています。



- 運動習慣について、「定期的な運動を6ヶ月以上している」が32.4%と最も高く、次いで「運動を行っていないが、これから始めようと思っている」が31.2%、「運動をしていないし、これからは始める気もない」が18.3%となっています。令和元年度調査と比較すると、「定期的な運動を6ヶ月以上している」の割合が減少しています。



身体活動・運動の量が多い者は、少ない者と比較して2型糖尿病、循環器病、がん、口コモティブシンドローム、うつ病、認知症等の発症・罹患リスクが低いことが報告されています。WHOは、高血圧、喫煙、高血糖に次いで、身体活動不足を全世界の死亡に対する危険因子の第4位と認識し、また、我が国では、身体活動・運動の不足は喫煙、高血圧に次いで非感染性疾患による死亡の3番目の危険因子であることが示唆されています。また、身体活動は、妊婦・産後の女性、慢性疾患や障害のある人を含め、様々な人々に対して健康効果が得られるとされています。

アンケート調査では、定期的な運動を6ヶ月以上している人の割合が32.4%と最も高くなっていますが、令和元年度調査と比較すると減少しています。運動習慣者について非該当が77.3%となっており、70歳代以上で非該当が高くなっています。

また、健康のために意識的に運動している人の割合は65.9%となっており、令和元年度調査より減少しています。

さらに、日常生活での平均の1日の歩数について5,000歩以下が34.6%と最も高くなっています。

運動習慣者の増加を図るためには、誰もが運動が気軽にできる環境づくりや交流、年代に応じた運動やスポーツを楽しむ多様な機会づくりとともに、それを支える団体への支援が必要です。

引き続き、1日の歩数を増やし、より多く体を動かすことで健康寿命の延伸をするための取り組みを進める必要があります。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・活動量計を活用し、身体活動状況の自覚を促す啓発機会を設け、すその健康マイレージ事業を推進しましたが、スマートフォンなどの機器で簡易に歩数計や活動状況を把握することが可能となり、活動量計への需要が減少し、令和5年度にすその健康マイレージ事業は終了しました。
- ・初心者のための体操教室（ナイトフィットネス）を通じて、家の中で簡単にできるストレッチや筋力トレーニング、有酸素運動について啓発を行いました。受講者が運動を継続するための意識づけやアドバイスを行い、生活の中に運動習慣を定着させる支援を行いました。
- ・出前講座を通じてフレイル予防のための講話や簡単な運動の啓発を行いました。
- ・寄り道ウォーキングやウォーキング大会を実施し、運動習慣の定着に取り組みました。
- ・運動ボランティアを養成・育成や健康運動指導士との協力による指導は実施できていません。

## 【今後の方向性】

- ・スマートフォン等の活用を促し、自分の身体活動状況を意識している人を増やします。
- ・日頃からこまめに身体を動かすことを啓発し、筋力の低下（ロコモティブシンドローム）や生活習慣病の発症を予防します。
- ・初心者向けの体操教室（ナイトフィットネス）を企画・実施し、運動習慣がない人や運動継続ができていない人に対して運動の楽しさを提供し、行いやすい運動を実施する機会を提供します。
- ・家族ぐるみで楽しく運動する機会を設け、若い世代からの運動習慣の定着をすすめます。
- ・寄り道ウォーキング等、身近なところで気軽にウォーキング等ができる機会を増やし、運動の継続を推進します。必要に応じて企業や地元イベントと協力してウォーキング大会を実施し、若い世代を含む様々な世代へ運動の機会を広く提供します。
- ・運動の推進に関わるボランティアの現状を再確認するとともに、ボランティアの養成・育成・活動の推進を行い、地域一体となって運動習慣の定着化をすすめます。



### (3) 休養・こころの健康づくり

【まずはここから】

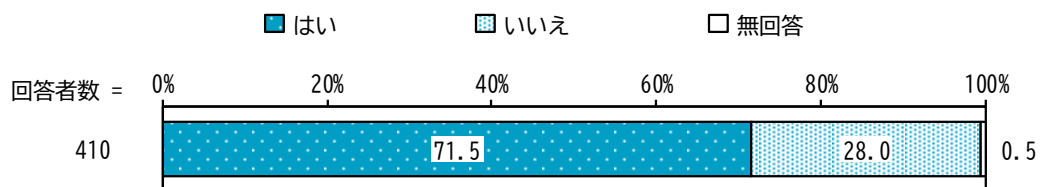
1日1回は外にでて深呼吸をしましょう

#### 【 評価指標 】

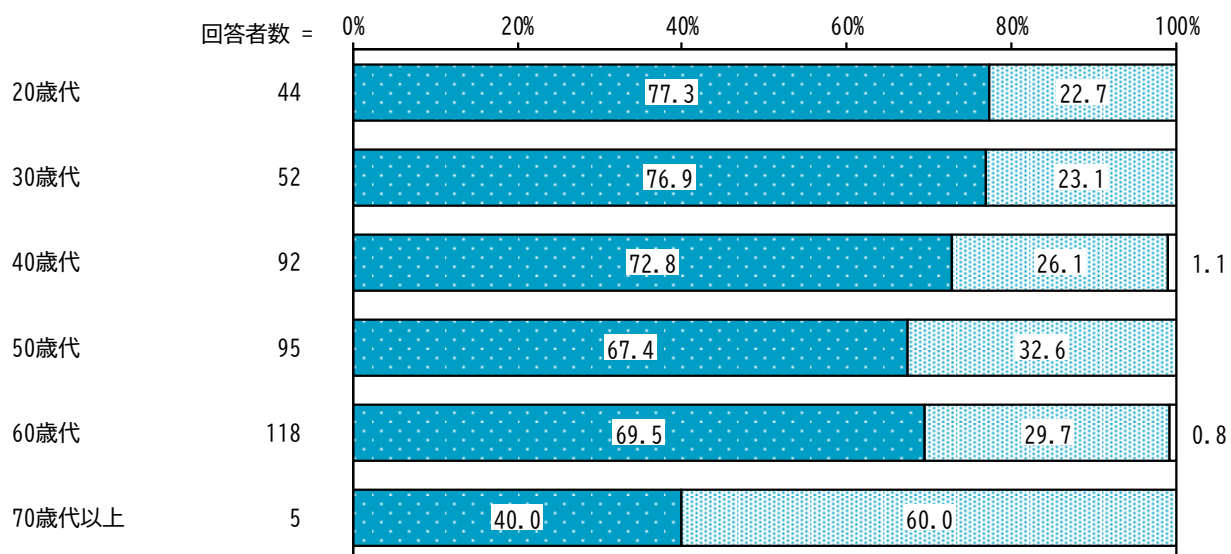
項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
ストレス解消法がある人の増加	69.7%	71.5%	80%	○
相談できる相手や場所がある人の増加	72.9%	74.4%	80%	○

#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

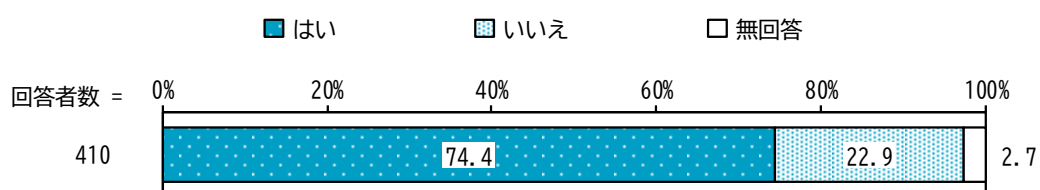
- 自分なりのストレス解消法があるか、「はい」が71.5%となっています。年齢別にみると、「はい」で、20歳代から60歳代にかけて低くなる傾向にあります。



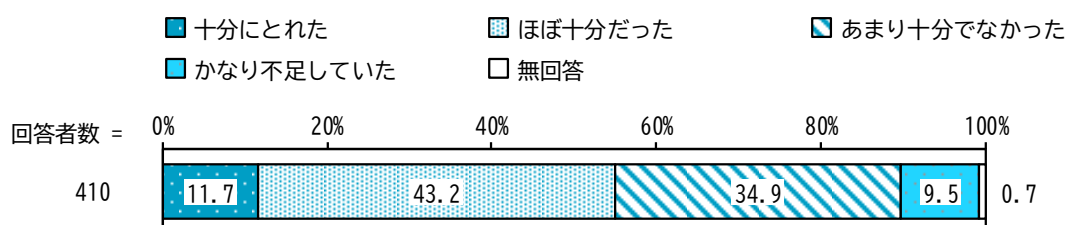
#### 【年齢別】



- 心配事や悩み事を相談できる相手や場所があるかについて、「はい」が74.4%となっています。



- この1ヶ月間、睡眠によって休養が十分とれたかについて、「十分にとれた」「ほぼ十分だった」を合わせた”十分にとれた”が54.9%となっています。



日々の生活においては、睡眠や余暇が重要であり、十分な睡眠や余暇活動は、心身の健康に欠かせません。

アンケート調査結果では、睡眠による休養が不足している人（睡眠の疲れが「あまり十分でなかった」又は「かなり不足していた」人）の割合が44.4%となっており、前回調査と比べ、大きな変化はみられません。そのため、心の健康を維持するためには、睡眠について正しく学び、一人ひとりにあった快適な睡眠や休養が確保できるよう、啓発活動や相談事業が必要です。

また、ストレスについては、自分なりのストレス解消法がある人は71.5%となっています。年齢別にみると、20歳代から60歳代にかけて低くなる傾向にあります。さらに、心配事や悩み事を相談できる相手や場所がある人は74.4%となっている一方、ない人は22.9%となっています。そのため、ストレスや不安を解消したり、相談出来ない人に対して、ストレス解消法についての情報提供やこころの悩み等の相談先の周知を図っていくことが必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 職域と連携したゲートキーパー養成講座の開催については、コロナ禍の影響でできていません。
- ・ 県主催の職域向けメンタルヘルス講座については、市内企業へ案内を行い、一部企業が参加しました。
- ・ 精神疾患を抱える方への社会復帰支援として、医療機関や相談機関等との必要に応じて連携し支援を行いました。
- ・ 精神保健に関する相談窓口については、こころの健康相談の実施を行い、広報誌やホームページ、SNSを活用した窓口周知を実施しました。しかし、ボランティアによる活動については、コロナ禍によりが縮小しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 事業所等の職域と連携してメンタルヘルスを推進し、働き盛り世代のうつ・自殺を予防します。
- ・ こころの変調や認知症のサインについて周知し、早期からの相談や受診につなげます。
- ・ 相談窓口の周知を図り、気軽に相談できる環境づくりを推進します。
- ・ 良好な睡眠の確保やストレス解消法について周知を図り、自分でストレスコントロールできる人を増やします。
- ・ こころの健康づくりの推進に関わるボランティアの養成・育成・活動の推進を行い、相談相手や相談場所の充実を図ります。

#### (4) たばこ・アルコール・薬物

【まずはここから】

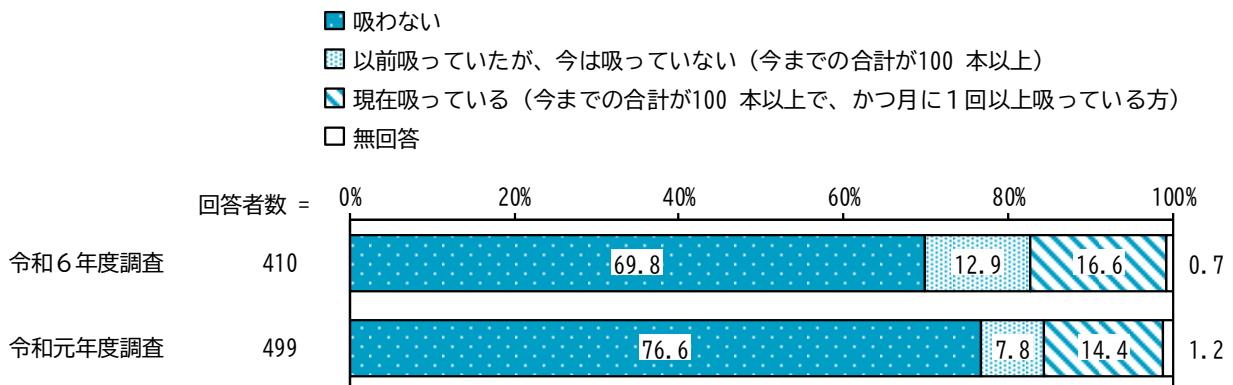
受動喫煙を防止しましょう  
週に2日は休肝日を設けましょう

#### 【 評価指標 】

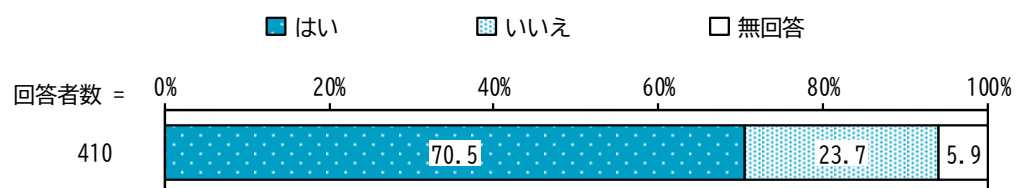
項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
喫煙している人の減少	14.4%	16.6%	10%以下	×
施設内禁煙率の増加	88.6%	100%	100%	◎
休肝日を設けていない人の減少	65.2%	73.8%	55%以下	×

#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- たばこを吸うかについて、「現在吸っている」が16.6%となっています。令和元年度調査と比較すると、「以前吸っていたが、今は吸っていない」の割合が増加しています。

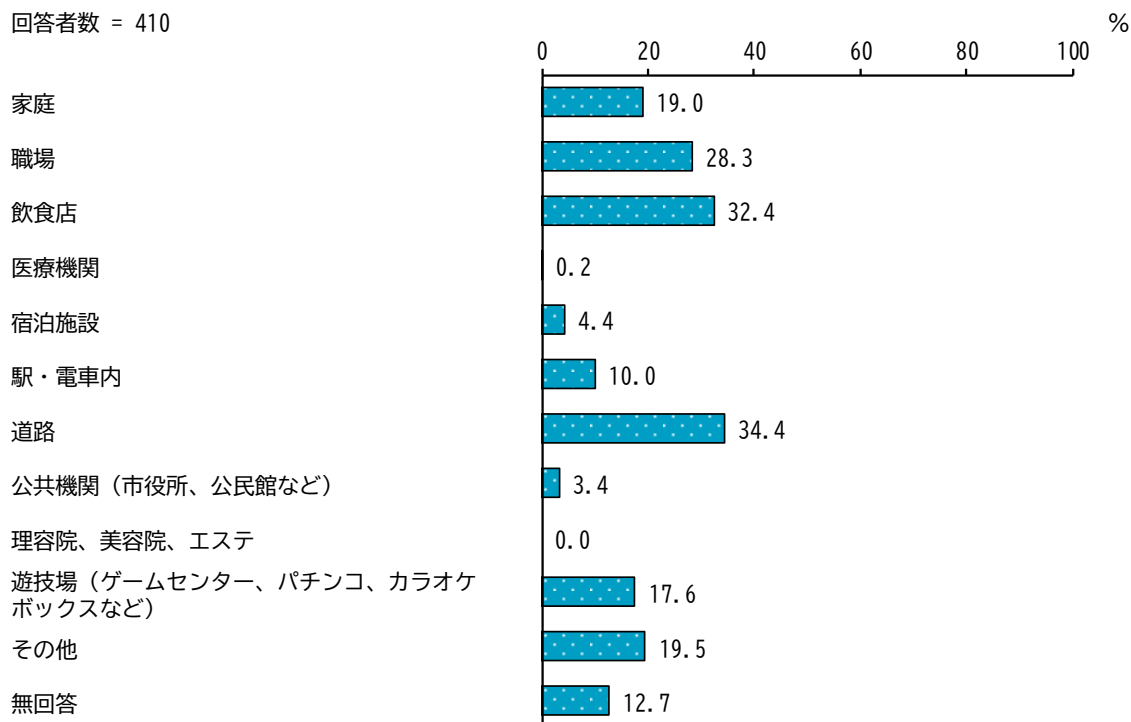


- 同居家族や職場などでたばこを吸う人が受動喫煙について配慮してくれるかについて、「はい」が70.5%となっています。

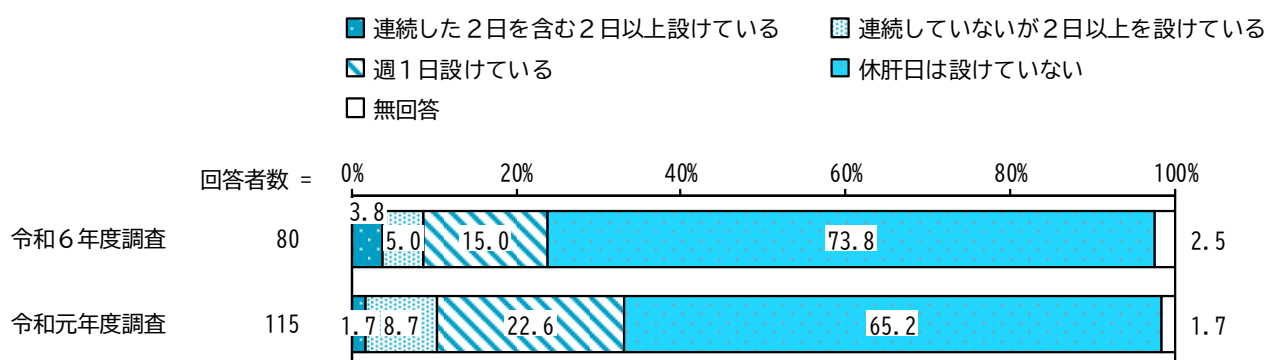


- この1か月間の受動喫煙があった場所について、「道路」が34.4%と最も高く、次いで「飲食店」が32.4%、「職場」が28.3%となっています。

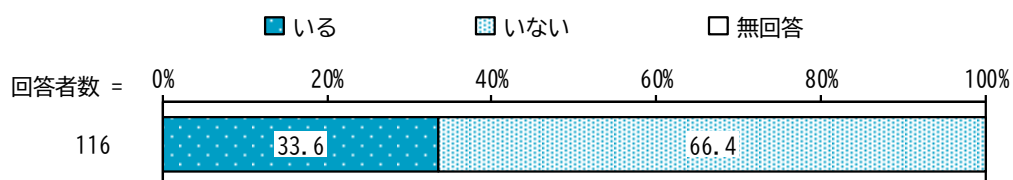
回答者数 = 410



- お酒を飲む人のうち、休肝日を設けているかについて、「休肝日は設けていない」が73.8%と最も高くなっています。令和元年度調査と比較すると、「休肝日は設けていない」の割合が増加しています。



- 幼稚園・保育園年長児において、家族でたばこを吸う人がいる人のうち、こどもの前でたばこを吸うご家族はいるかについて、「いる」が33.6%となっています。



喫煙は、世界保健機関（WHO）による非感染性疾患（NCDs）対策の対象疾患であるがん、循環器疾患（脳卒中、虚血性心疾患）、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、糖尿病に共通した主要なリスク要因です。

アンケート調査結果では、たばこを吸わない人が69.8%となっており、令和元年度調査と比較して吸わない人の割合が減少しています。

また、家庭の中でたばこを吸う人がいる割合は39.5%、子どもの近くでたばこを吸う人がいる割合は33.6%となっており、同居家族や職場などでたばこの煙を吸わないように配慮してくれていない人の割合は23.7%となり令和元年度調査と比較すると増加しています。

今後も、喫煙が体に及ぼす影響についての周知を図り、受動喫煙防止対策に取り組むことが必要です。

アルコールは、様々な健康障害との関連が指摘されており、アルコール性肝障害、膵炎等の臓器障害、高血圧、心血管障害、がん等に深く関連します。加えて、不安やうつ、自殺、事故といったリスクとも関連します。

アンケート調査結果では、お酒を飲む人のうち休肝日は設けていない人が73.8%と最も高く、令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。

過度な飲酒は肝障害や糖尿病、心疾患、がんなどにつながるため適度な飲酒を心がけることが重要です。

アルコールによる健康障害、リスクについて啓発と周知を図り、休肝日を設けるように働きかけていくことが必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 喫煙の害や加熱式タバコに関する正しい知識の啓発として、世界禁煙デーに合わせて啓発ポスター等を館内に掲示し、啓発用グッズを関係機関に配架しました。また、市ホームページで受動喫煙防止に関する情報を掲載しました。
- ・ 妊婦や若い世代には母子健康手帳交付時や幼児健診時に保護者の喫煙状況を確認し、喫煙の悪影響の周知や禁煙促進などの対応を行いました。
- ・ 個別相談時に適正な飲酒について助言を行いました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ 喫煙の害を周知し、タバコを吸い始める人を減らします。また、世界禁煙デー、禁煙週間などの行事にあわせ、市公式LINEやホームページ、無線などの媒体を活用し、市民に受動喫煙に関する啓発を行います。
- ・ 禁煙治療や相談を周知し、禁煙の推進と継続を促します。
- ・ 妊婦や若い世代の禁煙を推進し、受動喫煙の機会を減らします。
- ・ 適正な飲酒を周知し、健康被害や生活習慣病を予防します。
- ・ 薬物の乱用による影響を教育機関と共に周知し、健康被害を予防します。
- ・ 加熱式タバコに対する正しい知識を普及します。また、担当職員が加熱式タバコに関する知識を習得するために、研修などへの積極的な参加を検討します。

## (5) 歯と口腔の健康

### 【まずはここから】

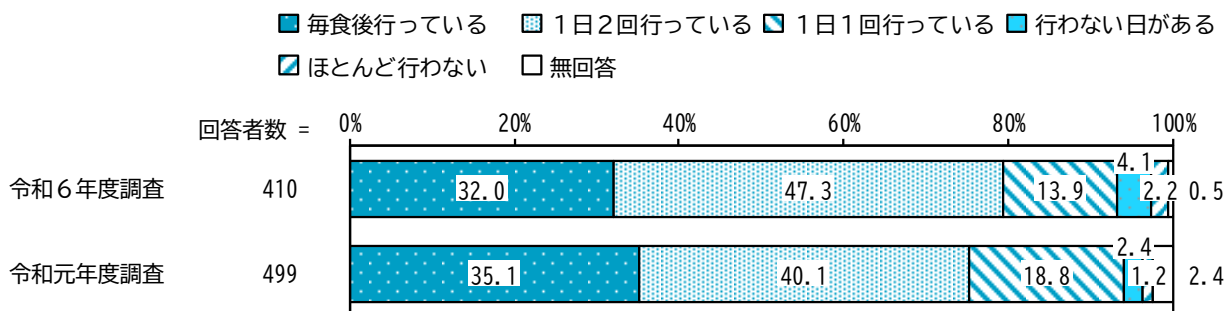
毎食後の歯みがきと年1回の検診を受けましょう

### 【評価指標】

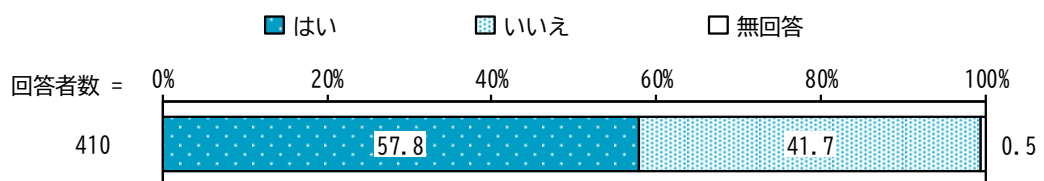
項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
歯間部清掃用具の使用率の増加	53.1%	57.8%	60%	○
治療以外で1年に1回以上定期的な歯の検診を受けている人の増加	40.7%	35.6%	50%	×

### 【アンケート調査結果からみられる現状と課題】

- 毎食後に歯磨きや義歯の清掃など、歯や口の手入れをしているかについて、「1日2回行っている」が47.3%と最も高く、次いで「毎食後行っている」が32.0%、「1日1回行っている」が13.9%となっています。令和元年度調査と比較すると、「1日2回行っている」の割合が増加しています。



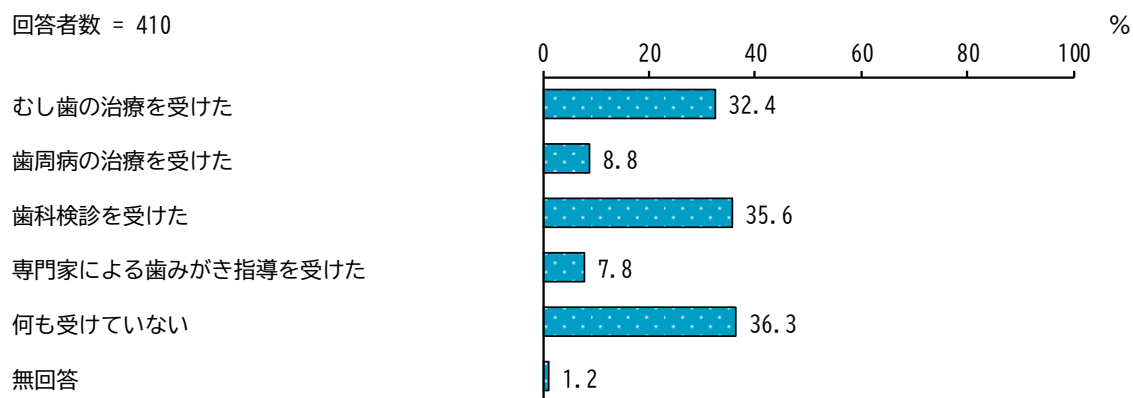
- 歯間部清掃用具を使用しているかについて、「はい」が57.8%となっています。





- 過去１年間に歯科の治療・検診・指導を受けたか、「何も受けていない」が36.3%と最も高く、次いで「歯科検診を受けた」が35.6%、「むし歯の治療を受けた」が32.4%となっています。年齢別にみると、「専門家による歯みがき指導を受けた」で、40歳代から70歳代以上にかけて低くなる傾向にあります。

回答者数 = 410

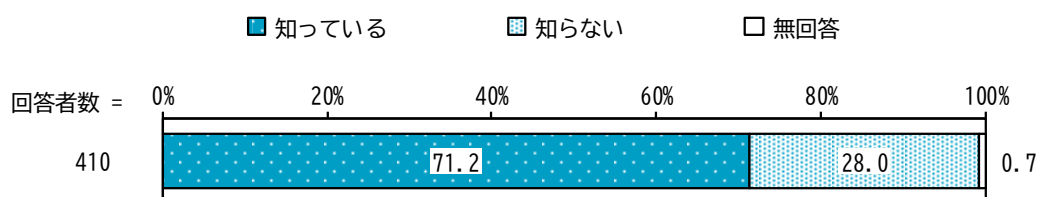


#### 【年齢別】

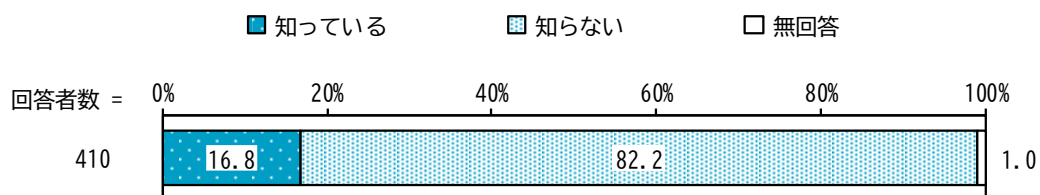
単位：%

区分	回答者数 (件)	むし 歯の 治療を受 けた	歯 周病の 治療を受 けた	歯 科検診を受 けた	専 門家による 歯みがき指 導を受けた	何 も受けてい ない	無 回 答
全 体	410	32.4	8.8	35.6	7.8	36.3	1.2
20歳代	44	36.4	2.3	36.4	2.3	40.9	—
30歳代	52	28.8	7.7	40.4	9.6	34.6	1.9
40歳代	92	31.5	8.7	45.7	10.9	30.4	—
50歳代	95	32.6	6.3	30.5	8.4	41.1	—
60歳代	118	32.2	14.4	30.5	6.8	36.4	3.4
70歳代以上	5	40.0	—	40.0	—	20.0	—

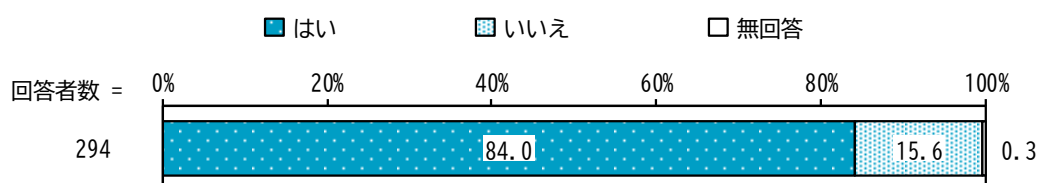
- 「８０２０（ハチマルニイマル）運動」の認知度について、「知っている」が71.2%となっています。



- 「８０２０推進員」の認知度について、「知っている」が16.8%となっています。



- 幼稚園・保育園年長児において、昨晚、歯を仕上げ磨きしたかについて、「はい」が84.0%となっています。



歯・口腔の健康は、市民が健康で質の高い生活を営む上で基礎的かつ重要な役割を果たしています。

アンケート調査結果では、毎食後に歯磨きや義歯の清掃など、歯や口の手入れについて、毎食後行っている人が32.0%となっており、歯間部清掃用具について使用していない人が41.7%となっています。

また、過去１年間に歯の検診を受けていない人は63.2%となっています。

年長児保護者に対するアンケート調査結果では、仕上げ磨きをしない親が15.6%となっており、前回査と比較すると、大きな変化はみられません。

喫煙が歯周病に影響することを知っていると答えた人は27.3%で、認知度が低いままとなっています。

「８０２０運動」については、運動を知らない人は28.0%となっており、前回調査と比較すると、大きな変化はみられません。「８０２０推進員」は知らない人が82.2%となり、前回調査より認知度の低下がみられます。

今後も、歯や口腔の健康づくりのため、毎食後に歯や口腔の手入れをする人を増やし、かかりつけ歯科医で定期的に歯科健診を受けるように働きかける必要があります。加えて年長児童の保護者には、仕上げ磨きの重要性を周知することが必要です。

また、歯周病は全身の健康リスクに影響を与えるため、喫煙との関係について認知度の向上が必要です。

さらに、「８０２０運動」の推進に向け、「８０２０推進員」を定期的に養成・育成し、イベントでの普及・啓発等積極的な活動を行う必要があります。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ イベント等における歯や口腔ケアに関する啓発や講演会については、コロナ禍により中止や見合わせとなり活動の場が減少しました。
- ・ 歯や口の健康相談については、新型コロナウイルスの感染原因として唾液が認知されたことで、唾液を扱う相談を希望する方がほとんどいない状況でした。
- ・ 8020推進員の養成講座については、コロナ禍により開催できませんでした。令和5年度から再開し、推進員が活動しています。

## 【今後の方向性】

- ・ 駿東歯科医師会と連携しながら、毎食後に歯や口腔の手入れをする人を増やし、むし歯や歯周病の予防を図ります。
- ・ かかりつけ歯科医での定期的な検診を受ける必要性を周知し、歯周病の予防・早期発見・早期治療を図ります。また、歯周病検診の若い世代への受診勧奨や受診率の向上に向けた取り組みを行います。
- ・ 8020を達成するために、若い世代からの歯周病予防を推進します。
- ・ 気軽に相談できる機会を充実し、個人の口腔状態に合わせた歯間部清掃用具の使用方法やブラッシング方法を普及します。
- ・ 8020推進員に関する周知を行うとともに、の養成・育成・活動の推進を行い、地域一体となって歯や口腔の健康づくりをすすめます。

## 2 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防

### (1) 健康管理

【まずはここから】

日頃から体重や血圧、歩数の測定を習慣にしましょう

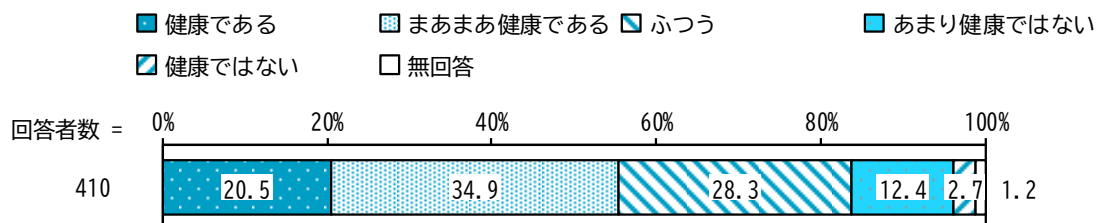
#### 【 評価指標 】

項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
自分の健康状態が健康であると 感じる人の増加	54.9%	55.4%	60%	○
健診結果について医師や保健師から アドバイスを受けたことがある人の 増加	57.9%	57.6%	65%	×
体重計や歩数計、血圧計等自らの 健康管理に必要な機器をそろえ、 定期的に測定している人の増加	35.4%	38.8%	45%	○
特定健康診査 受診率の増加	45.2%	45.6%	60%	×
特定保健指導 実施率の増加	30.5%	27.5%	60%	×
胃がん検診 受診率の増加	8.7%	8.7%	50%	△
大腸がん検診 受診率の増加	16.6%	16.6%	50%	△
肺がん検診 受診率の増加	19.6%	20.2%	50%	○
子宮がん検診 受診率の増加	16.2%	14.1%	50%	×
乳がん検診 受診率の増加	10.7%	7.7%	50%	×
前立腺がん検診 受診率の増加	23.9%	22.9%	50%	×
肝炎ウイルス検査 受診率の増加	2.7%	2.2%	10%	×

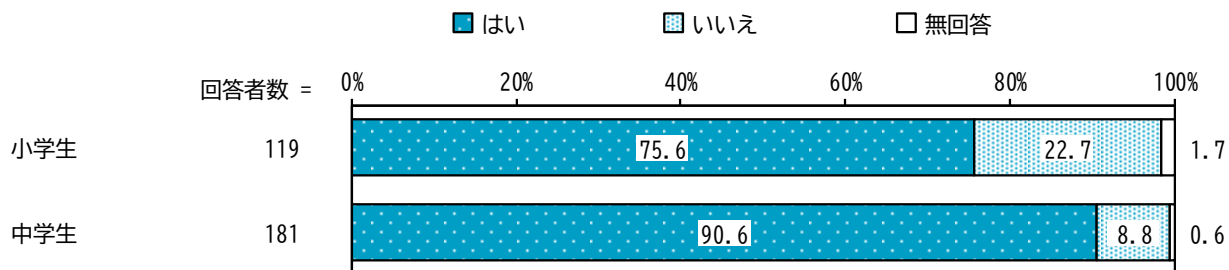
## 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 自分の健康状態について「健康である」「まあまあ健康である」を合わせた”健康である”が55.4%となっています。また、健康であると感じている小学生は75.6%、中学生は90.6%となっています。

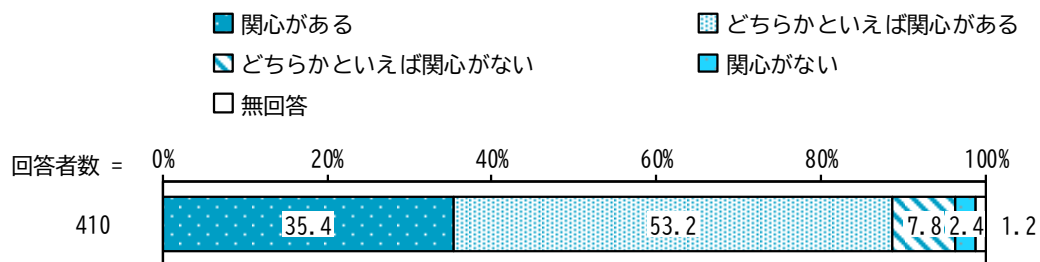
### 【一般】



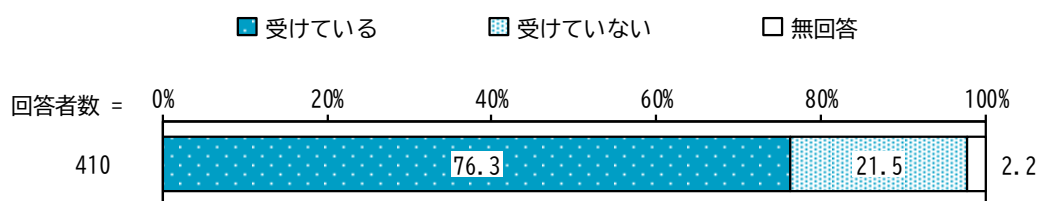
### 【小学生・中学生】



- 自分自身や家族の健康づくりについて、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた”関心がある”が88.6%となっています。年齢別にみると、“関心がある”について50歳代で高くなっています。

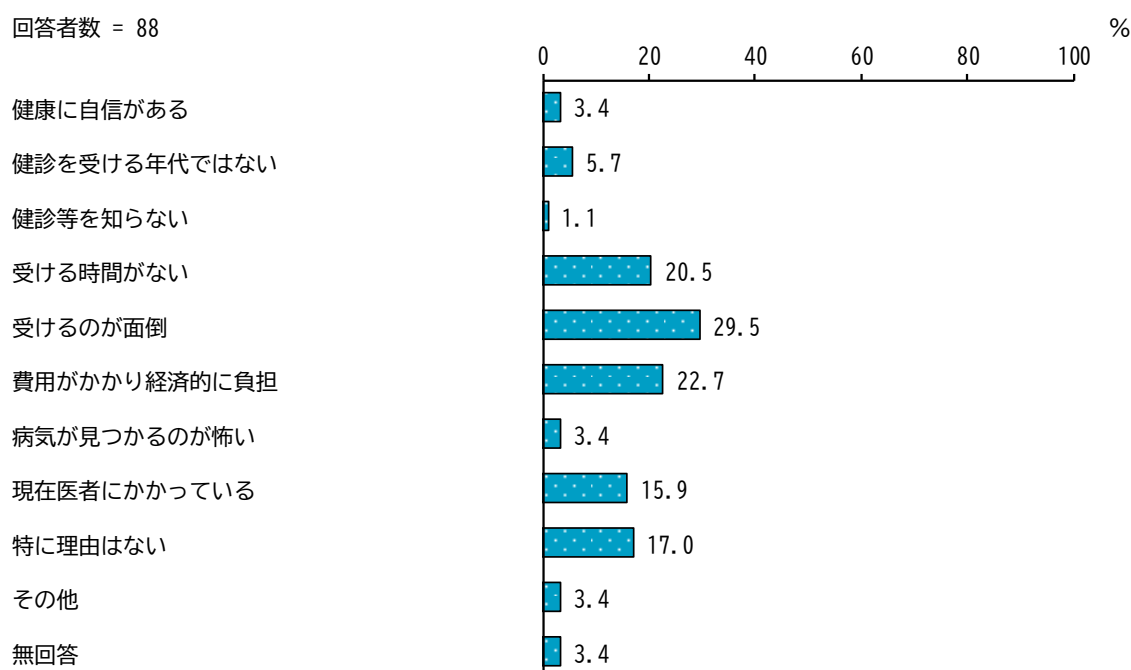


- 健康診査の受診状況は、「受けている」が76.3%となっています。  
健康診査を受けていない理由は、「受けるのが面倒」「費用がかかり経済的に負担」「受ける時間がない」が上位を占めています。

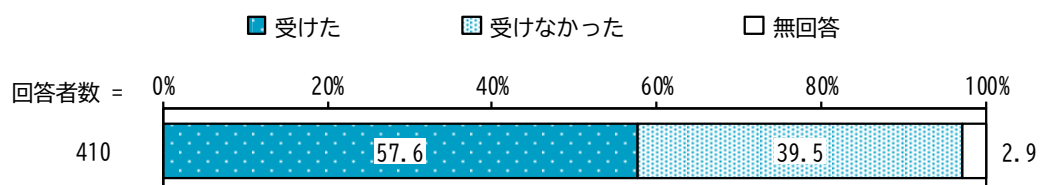


#### 【健康診査を受けていない理由】

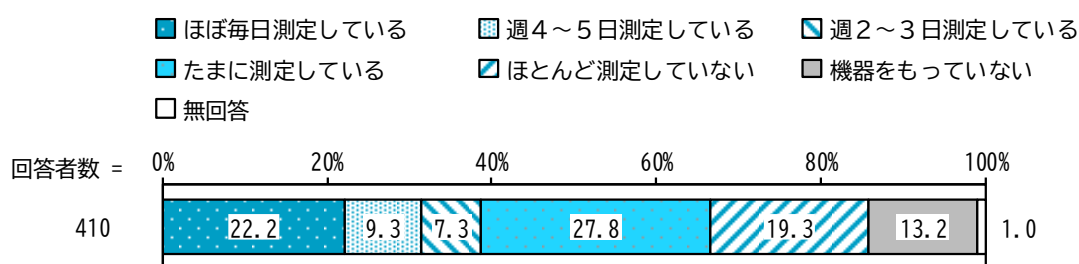
回答者数 = 88



- 健康診査の結果について、医師、保健師、管理栄養士などから説明を受けたり、アドバイスを「受けた」が57.6%となっています。



- 体重や歩数、血圧等の定期的な測定について、「ほぼ毎日測定している」が22.2%、「たまに測定している」が27.8%となっています。



日本人の主要死因であるがんや循環器疾患、また、増加傾向にあつて様々な合併症を併発する糖尿病は、普段からよりよい生活習慣を身につけるとともに、定期健（検）診による早期発見、早期治療が重要です。

アンケート調査では、自分の健康状態について「あまり健康ではない」「健康ではない」を合わせた”健康ではない”が15.1%となっており、年齢別にみると、「あまり健康ではない」で、30歳代から70歳代以上にかけて高くなる傾向にあります。自分自身や家族の健康づくりについて「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせた”関心がない”が10.2%となり、令和元年度調査と比較すると、「関心がある」の割合が減少しています。

また、健康診査を受けていない人の割合が21.5%となっており、健康診査を受けていない理由について、「受けるのが面倒」が29.5%と最も高く、次いで「費用がかかり経済的に負担」が22.7%、「受ける時間がない」が20.5%となっています。

さらに、体重や歩数、血圧等自らの健康管理のために、定期的に測定していますかについて、「たまに測定している」が27.8%と最も高く、「ほとんど測定していない」が19.3%となっています。

定期的に健康診査や各種検診等を受ける人は多いものの、必要性を感じなく受診していない人もおり、依然として健康の維持・向上に無関心な人もいることから、様々な媒体を活用した情報提供により市民の健康意識の向上に継続的に取り組むとともに、日頃から体重や血圧、歩数等を計測・記録することを周知し、自分自身で健康を管理できる人を増やす取り組みが必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 健診の受診率向上の取り組みとして、無線放送、広報紙、各種教室、出前講座に加え、新たに保健会館入口のモニターや市公式LINEを活用して特定健診やがん検診の必要性の周知及び受診勧奨を実施しました。
- ・ 定期的な健康相談や食事相談などを実施し、健診結果の見方やその方に合った生活習慣の助言を行いました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ 特定健康診査やがん検診の受診率の向上を図り、疾病の予防・早期発見を推進します。
- ・ 健康に関して気軽に相談できる機会を充実するとともに、健康診査結果の見方や個人に合った生活習慣の助言を行うなど、個人の健康状態に応じた生活習慣の実践を推進します。
- ・ 定期的に体重、血圧、歩数等を計測・記録することを周知し、自分自身で健康を管理できる人を増やします。
- ・ インターネットやSNSを活用して健康に関する情報を発信し、若い世代の健康づくりへの興味・関心を高めます。



### 3 社会生活を営むための必要な機能の維持・向上

#### (1) 次世代の健康

【まずはここから】

生活リズムを整え、  
みんなで健康づくりに取り組みましょう

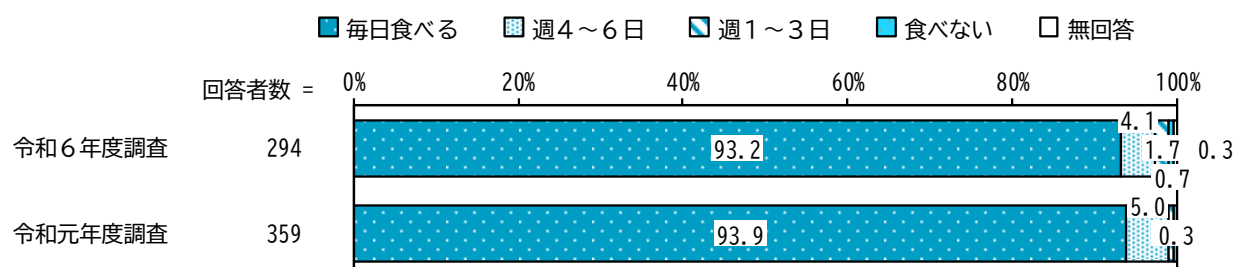
#### 【 評価指標 】

項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
朝食を毎日食べる幼児・児童・生徒の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%	100%	×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
食事の際に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしている児童・生徒の増加	小学生	94.9%	97.4%	100%	○
	中学生	93.5%	95.6%	100%	○
朝食をバランスよく食べている児童・生徒の増加	小学生	55.1%	41.2%	65%	×
	中学生	42.6%	38.1%	50%	×
妊婦喫煙率の減少		1.7%	1.8%	0%	×
仕上りみがきをする保護者の増加	年長児保護者	82.2%	84.0%	90%	○

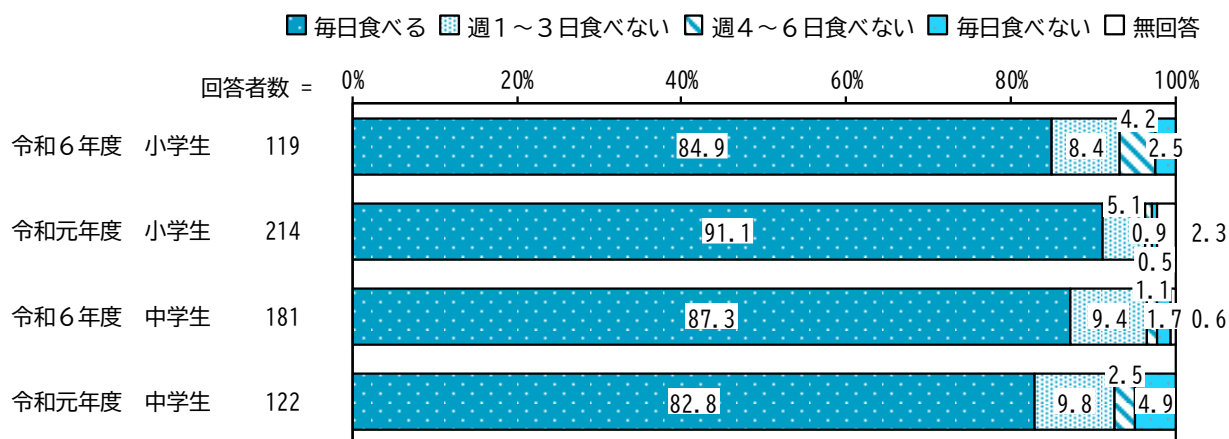
#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 朝食の摂食状況は、「毎日食べる」は、幼稚園児・保育園児で93.2%、小学生で84.9%、中学生で87.3%となっています。令和元年度と比較すると、小学生では、「毎日食べる」の割合が減少しています。

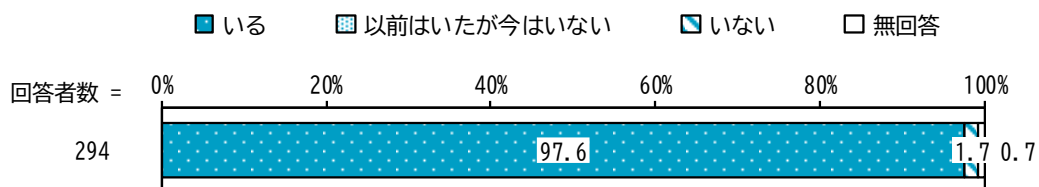
#### 【 稚園・保育園年長児 】



## 【小学生・中学生】



- 子育てで困ったり悩んだりした時の相談相手について、「いる」が97.6%となっています。



子ども期の生活習慣や健康状態は、成人になってからの健康状態にも大きく影響を与えるため、子どもの健康を支える取り組みを進める必要があります。

アンケート調査結果では、朝食を毎日食べる児童・生徒は、小学生が84.9%、中学生は87.3%となっています。前回調査と比べると、毎日食べる小学生の割合が減少しています。朝食を毎日食べる幼児は93.2%となっています。

朝食をバランスよく食べている児童・生徒については、「黄色の食品（エネルギーのもと）」「赤色の食品（体をつくるもと）」「緑色の食品（体の調子を整える）」の3色そろっていると回答した小学生は41.2%、中学生は38.1%となっています。前回調査と比べると、小学生・中学生ともに3色そろっていると回答した割合が減少しています。

引き続き、家族ぐるみで小さな頃から生活習慣を整えるとともに、学校給食等を活用し、子どもの頃からの食生活の指導と、望ましい食習慣の形成に取り組み、子どもの健やかな成長・発達を促す必要があります。

また、年長児保護者で、子育てについて相談する相手がいる人は97.6%となっており、相談する相手は「配偶者」が76.3%と最も高く、次いで「親や兄弟」が66.9%、「友人」が54.4%となっており、身近な人物に相談する人が多いことがわかります。

保護者に対しては、育児に対する不安や悩みを抱え込まずに子育てができるように、子育て支援パートナーの養成を行う、相談支援者の人材育成と安心して相談できる場や機会をさらに提供する等の取り組みが必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 母子保健事業を通じて正しい生活習慣の実践について周知・教育を行いました。また、妊娠期から健康的な生活習慣を身につけられるよう、パパママスクールや食事健康相談を実施しました。
- ・ 市公式ウェブサイトや医療機関にちらしを配布するなどして不妊治療費助成事業の周知を進め、子どもを望む夫婦を早期の治療に繋げました。
- ・ 赤ちゃん訪問を早期に行い、妊娠中や産後の心身が不安定になりやすい時期に対応し、母親のこころの健康を支えることで育児不安の解消に努めました。
- ・ 医師会や歯科医師会との会議で健診受診状況を共有し、妊婦健康診査や妊婦歯科疾患検診について周知を行い受診率の向上を図りました。
- ・ 幼稚園、保育園、小中学校の職員及び市役所関係課において、食生活や運動、歯の手入れなどの生活習慣を整える取り組みを共有・検討を行いました。
- ・ 母子健康手帳交付時や幼児健診時に保護者の喫煙状況を確認し、喫煙の悪影響について周知を行うとともに、受動喫煙防止や禁煙を進める対応を行いました。
- ・ 乳幼児健康相談を実施し、個別の状況に合わせて丁寧に対応しました。また、「親子にこにこ教室」として母と子のグループ教室を開催し、育児支援を継続的に行いました。さらに、先天性疾患等がある児の保護者を対象としてリフレッシュ会を開催し、育児不安を抱える保護者に対しては関係機関と連携して対応しました。
- ・ 関係課が連携して子育て支援パートナーの養成を実施し、相談支援者の人材育成を行い、安心して相談できる場や機会を提供しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 早期から健康づくりへの意識を高め、妊娠や子育てしやすい身体づくりを推進します。また、妊娠期から学童期まで、対象者の特性に応じた保健指導や健康づくり支援を行います。
- ・ 家族ぐるみで小さな頃から生活習慣を整え、子どもの健やかな成長・発達を促します。
- ・ 地域で子育てを支援するための人材育成や環境づくりを推進して楽しく育児に取り組む人を増やし、保護者の孤立化や虐待を予防します。また、少子化、核家族化、共働き世帯の増加等による育児負担の増加、子どもの貧困や虐待、IT格差等の課題に対応できる切れ目のない事業展開を充実します。

## (2) 高齢者の健康

【まずはここから】

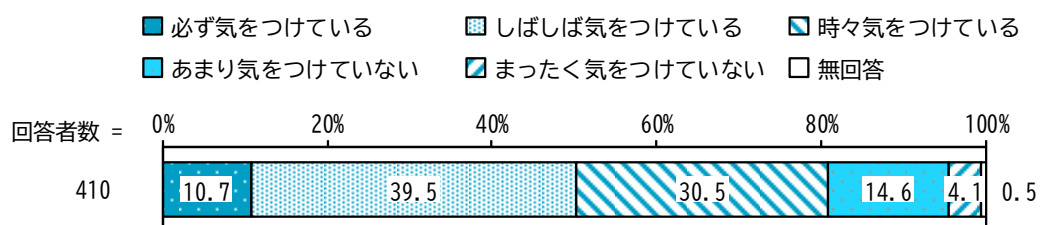
1日1回は誰かとおしゃべりしましょう

### 【 評価指標 】

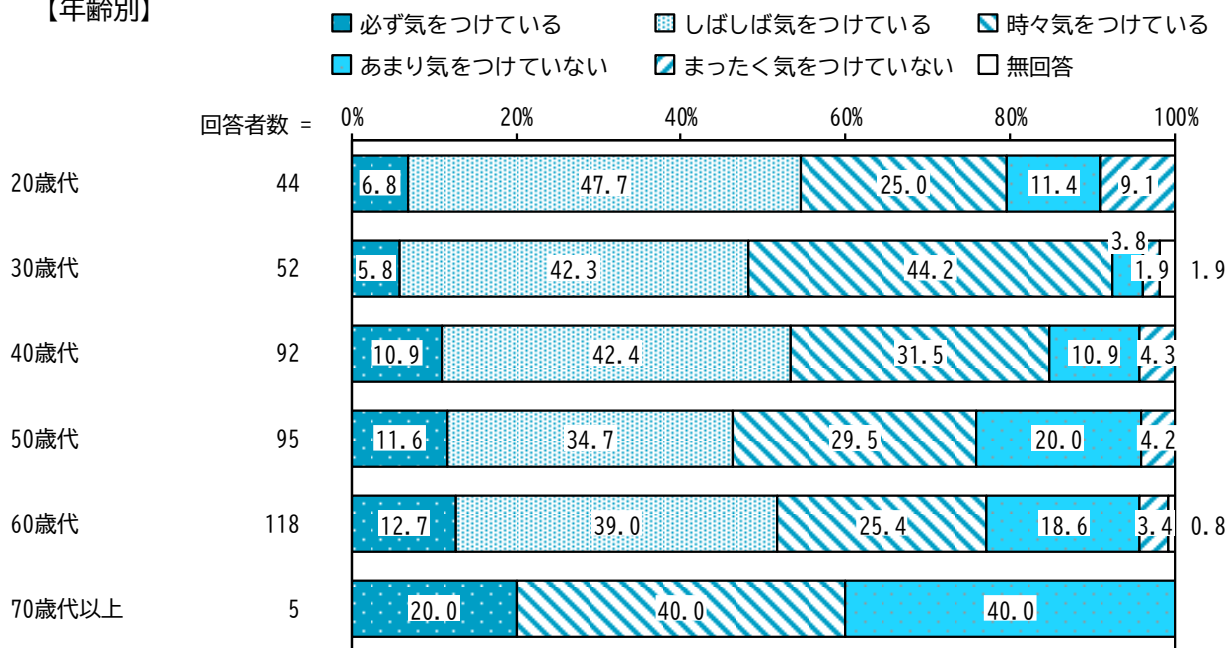
項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
栄養バランスに気をつけている人の増加	60歳代	80.4%	77.1%	85%	×
	70歳以上	73.1%	60.0%	85%	×
日常生活における歩数の増加	60歳代	29.0%	42.3%	40%	◎
	70歳以上	26.8%	20.0%	40%	×
意識的に運動を心がけている人の増加	60歳代	76.1%	69.5%	80%	×
	70歳以上	77.9%	100.0%	80%	◎
相談できる相手や場所がある人の増加	60歳代	76.9%	74.6%	80%	×
	70歳以上	65.1%	60.0%	80%	×
休肝日を設けていない人の減少	60歳代	75.0%	82.8%	65%以下	×
	70歳以上	67.9%	100.0%	65%以下	×

### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

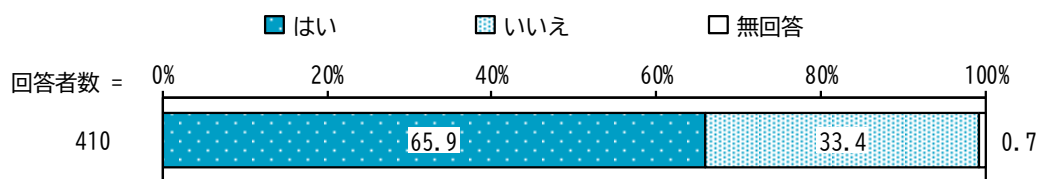
- 栄養のバランスに「必ず気をつけている」「しばしば気をつけている」「時々気をつけている」を合わせた”気をつけている”が80.7%となっており、年代が上がるにつれ高くなる傾向にあります。



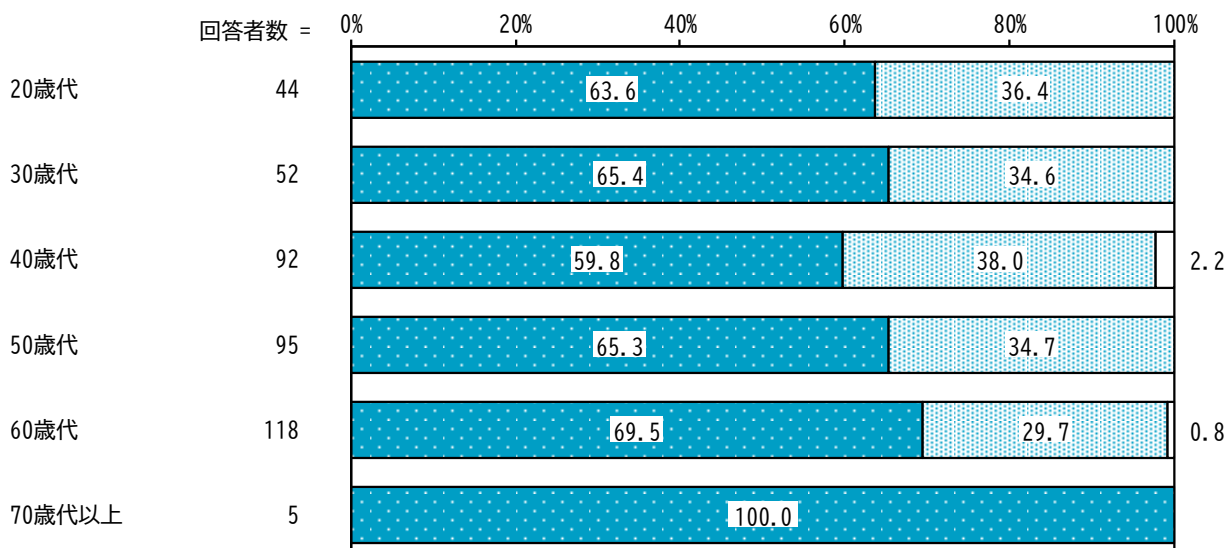
【年齢別】



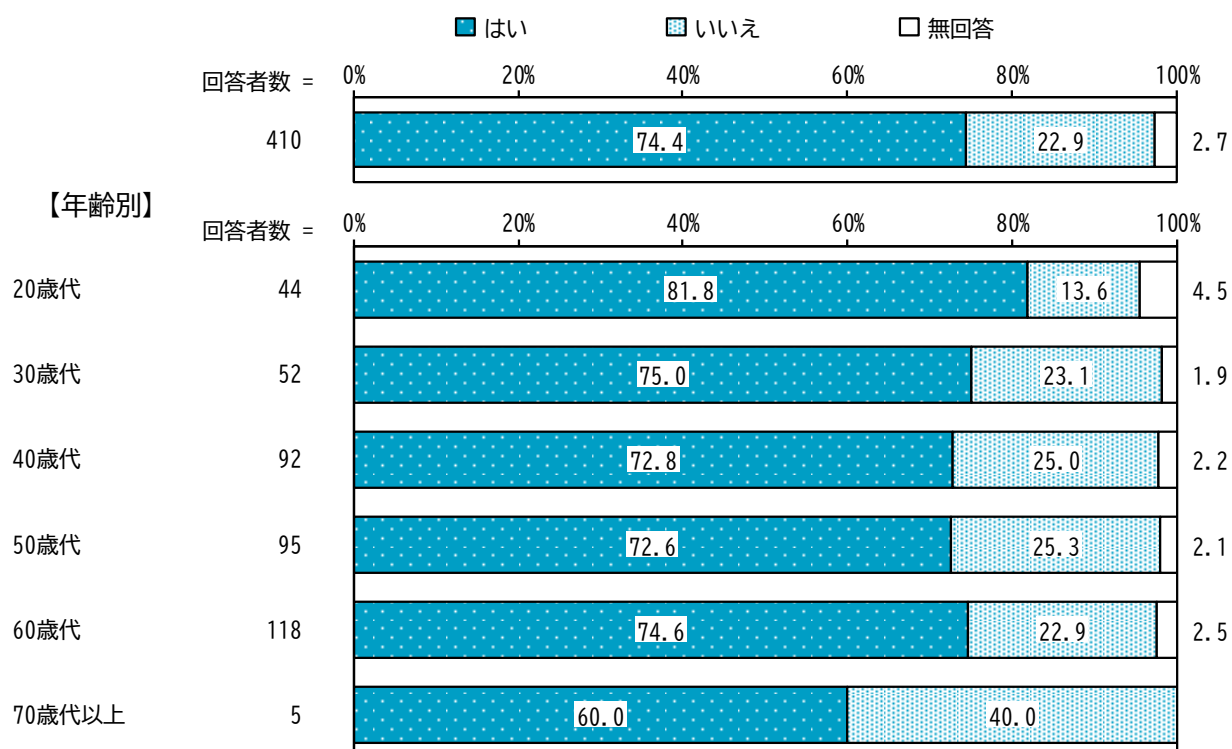
- 意識的に身体を動かすように心がけているかについて、「はい」が65.9%となっており70歳代以上で高くなっています。



【年齢別】

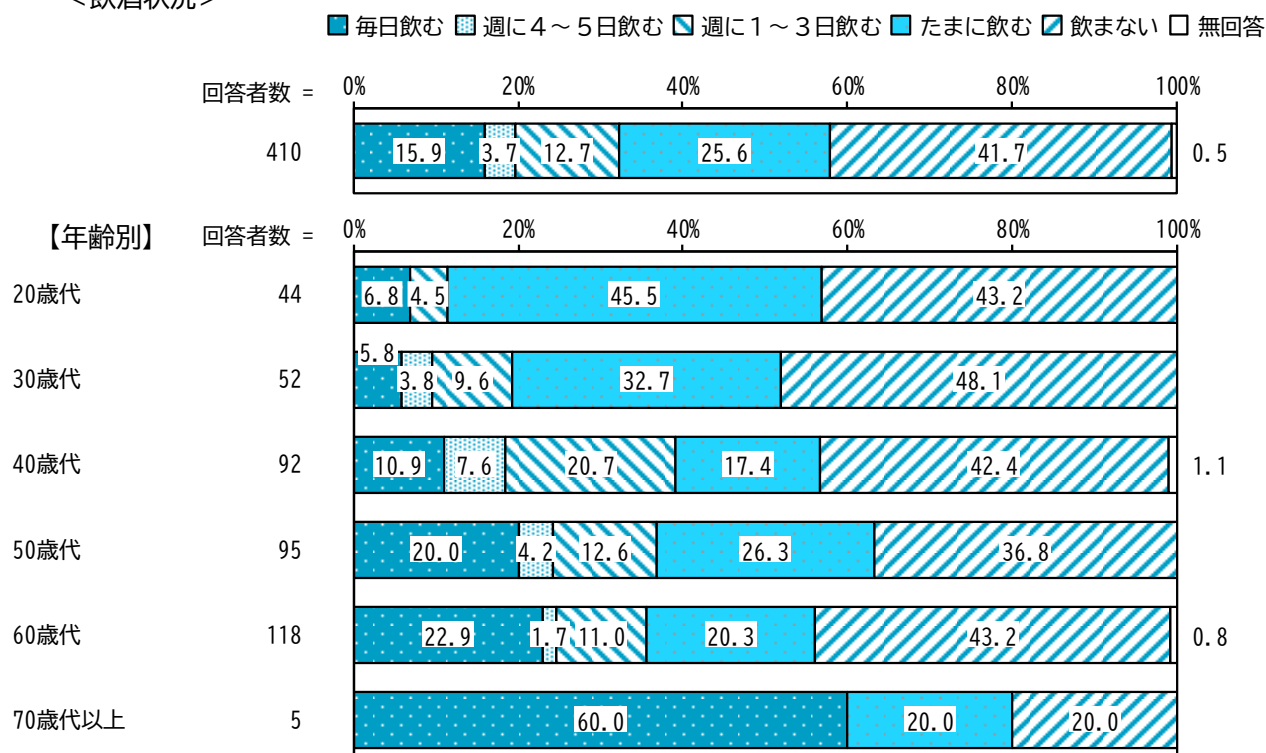


- 心配事や悩み事を相談できる相手や場所があるかについて、「はい」が74.4%となっており、70歳代以上で低くなっています。

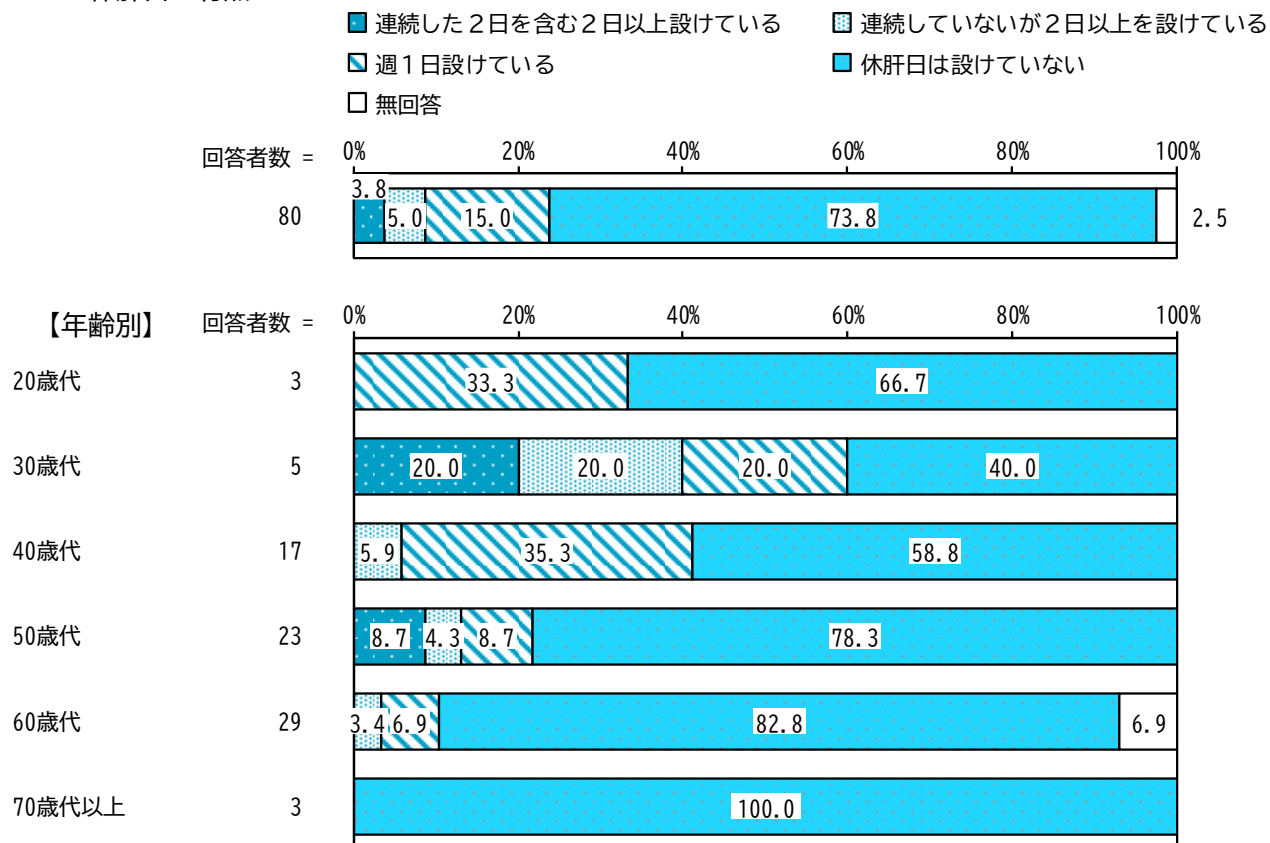


- 飲酒状況は「毎日飲む」が15.9%となっており、20歳代から60歳代にかけて高くなる傾向にあります。また、休肝日について「休肝日は設けていない」が73.8%となっており、30歳代から70歳代以上にかけて高くなる傾向にあります。

#### <飲酒状況>



## <休肝日の有無>



高齢期になっても、社会生活を営むために必要な機能を維持するためには、運動機能や認知機能をできる限り維持すること及び地域活動や就業など何らかの形で社会参加することにより、高齢者の活力が生かされる社会環境が必要です。

アンケート調査では、意識的に身体を動かすように心がけていますかについて「いいえ」が33.4%となっており、令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。

また、心配事や悩み事を相談できる相手や場所について、「はい」が74.4%となっていますが、年齢別にみると70歳代以上で低くなっています。

さらに、あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますかについて、「どちらかといえばそう思わない」「まったくそう思わない」を合わせた「そう思わない」が20.3%となっており、令和元年度調査と比較すると、「どちらかといえばそう思わない」の割合が増加しています。

高齢者のさらなる健康寿命の延伸に向けて、運動が気軽にできる環境づくりに取り組むとともに、心の健康を維持するため相談先の周知を図り、地域とのつながりをもつことが重要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 出前講座等でフレイル予防や歯科に関する講話、社会参加の効果、必要性の周知を行い、自己の健康管理に結びつくよう啓発を行いました。
- ・ 特定保健指導において、喫煙習慣や飲酒の適正量について指導や助言を行いました。
- ・ 地域ケア会議において、ケース対応や地域課題の検討を行うとともに、多くの高齢者が参加しているボランティア活動を支援しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 自分に合った健康づくりを実践・継続して生活習慣病や認知症を予防し、健康寿命を延ばします。
- ・ 出前講座等を通じ、高齢期に向けての健康づくりや高齢期における健康課題を伝え、自身の健康管理に努められるよう啓発を行います。
- ・ 地域とのつながりを積極的にもつことで仲間づくりや生きがいづくりにつなげ、閉じこもりや孤立化を防ぎます。また、社会参加の効果や必要性を周知する活動を行います。



## 4 健康を支え、守るための社会環境の整備

### (1) 地区組織・民間事業所との連携・協働

【まずはここから】

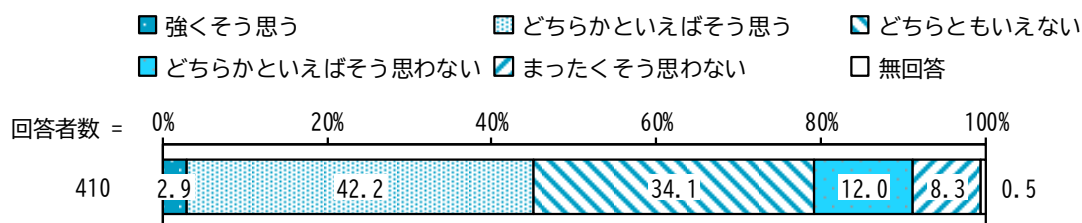
住んでいる地域に関心を持ち、地域活動をすすめましょう

#### 【 評価指標 】

項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
地域の人々はお互いに助け合っていると思う人の増加	57.5%	45.1%	65%	×

#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 地域の人々は、お互いに助け合っているかについて、「強くそう思う」「どちらかといえばそう思う」を合わせた”そう思う”が45.1%となっています。



地域社会の健康づくりを進めるうえで、行政単独での対応は限界があり、地区組織や民間事業所との連携・協働が欠かせません。アンケート調査では、お互いに助け合っていると回答した割合が45.1%に留まり、令和元年度よりも減少しており、地域内でのつながりが弱くなっていることがうかがえます。

しかし本市では、地域で活動する「8020推進員」や「食生活健康推進会」などの地域において様々な活動が行われており、地区組織と協力し、住民主体の健康づくりを進める必要があります。

また、健康経営の視点を取り入れ、市内企業や事業所との連携を強化し、働き盛り世代が健康的な生活習慣を実践できるよう支援することも重要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 新型コロナウイルスの影響により各種啓発イベントやボランティア団体の活動が一部停止しており、いまだ活動を再開できていない団体が存在しています。

## 【今後の方向性】

- ・ 市が主体となって推進するだけでなく、市民が主体的に推進する取り組みを支援します。
- ・ 自分が住んでいる地域の地区組織・ボランティア団体・民間事業所などの活動の普及を図り、積極的に地域社会活動をする人を増やします。
- ・ 各団体への新規加入者の獲得を目指すなど、各事業の見直しを行い、今後の活動について検討を進めます。

## (2) 地域医療

### 【まずはここから】

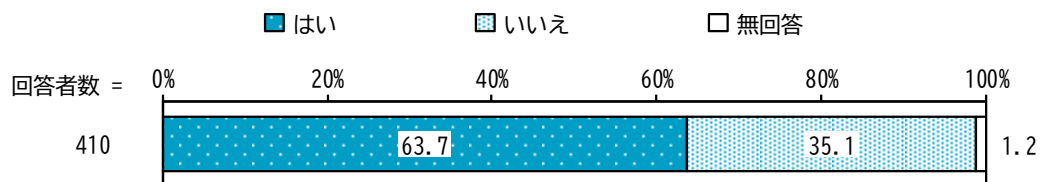
#### かかりつけ医、かかりつけ歯科医及び かかりつけ薬剤師・薬局をもちましょう

### 【 評価指標 】

項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
かかりつけ医をもっている人の増加	63.9%	63.7%	70%	×

### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 家族の病気の予防や健康管理について相談できる「かかりつけ医」を持っているかについて、「はい」が63.7%となっています。



地域医療の充実を図るうえで、自身や家族の健康を相談できる「かかりつけ医」を持つことは、住民の健康管理や疾病予防を効果的に進めるために非常に重要です。

アンケート調査では、かかりつけ医を持っていると回答した住民の割合は63.7%、持っていないと回答した割合も35.1%となっています。

かかりつけ医の不在は、疾病の早期発見・早期治療が遅れるリスクを高めるほか、緊急時の適切な医療を受ける体制に不安をもたらす原因にもなるため、かかりつけ医を持つ重要性や医療機関の情報を住民に広く周知する取り組みを推進することが重要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 毎月の広報紙における救急当番医の掲載や医師会や歯科医師会との連携会議の開催、医療のあり方検討会を実施し、関係機関と地域医療の問題点について共有・検討しました。
- ・ 沼津医師会救急医療委託事業、歯科休日救急医療委託事業、沼津夜間救急医療センター運営事業、裾野地区医師会等交付金、広域救急ドクターバンク運営費負担金を実施しました。
- ・ 受診方法やかかりつけ医の必要性について、成人訪問、重症化予防訪問、特定保健指導の中で必要性に応じて指導を行いました。
- ・ 医療従事者を対象に医療救護訓練をコロナ禍を除き、毎年実施しました。また、災害時に関する市民を対象とした啓発として、医療救護講演会を実施しました。令和3年度はコロナ禍で未実施、令和6年度は気象警報のため中止しました。
- ・ 乳幼児、児童、高齢者等を対象に予防接種法に基づいた予防接種事業を実施するとともに、疾患やワクチンに関する資料を同封し、正しい知識の普及を行いました。
- ・ 高齢者を対象に結核検診を実施し、発生予防とまん延防止に努めました。

## 【今後の方向性】

- ・ 地域の限りある医療施設や医療従事者等を有効的に使うことを周知し、適切な医療をすすめます。また、救急を含む医療の需要増加、医療職の不足等に対応するため、現事業を継続し安心して医療を利用できる体制構築に努めます。
- ・ 日頃から何でも相談できるかかりつけ医をもつことを周知して重複受診や多受診を防ぎ、自分に合った治療を受けられることを推進します。
- ・ 自然災害等に備え、日頃から避難生活において必要な備蓄と定期的な点検を行うことを推進します。
- ・ 平時から感染症の発生予防に取り組むとともに、患者発生時には静岡県等の関係機関と連携し、感染症の拡大及びまん延の防止のため保健医療体制の整備に取り組みます。
- ・ 予防接種や感染予防対策及び標準化について国の動向を注視し、変化があった場合には迅速に対応できるよう情報収集及び調整を継続して行います。

## 第 5 章

# 食育推進の具体的な取り組み

## 1 食に関心を持とう

【目指す姿】

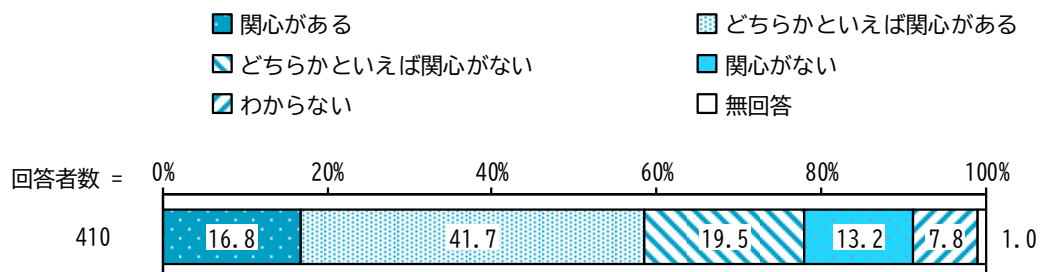
食に関心を持ち、食に感謝する心を持ちます

【評価指標】

項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
食育に関心がある人の増加		61.9%	58.5%	70%	×
食事の際に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしている人の増加	小学生	94.9%	97.4%	100%	○
	中学生	93.5%	95.6%		○
	一般	77.5%	79.8%	85%	○

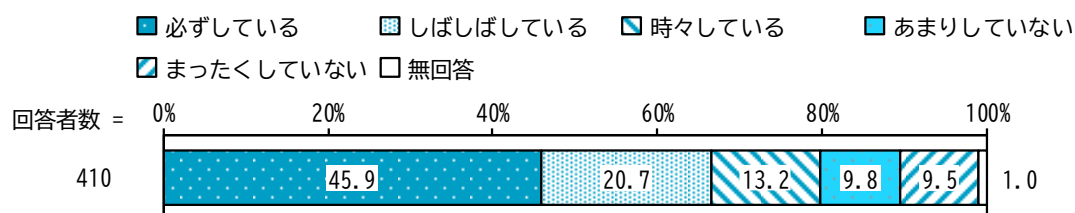
【アンケート調査結果からみられる現状と課題】

- 「食育」の関心について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%、「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせた「関心がない」が32.7%となっています。

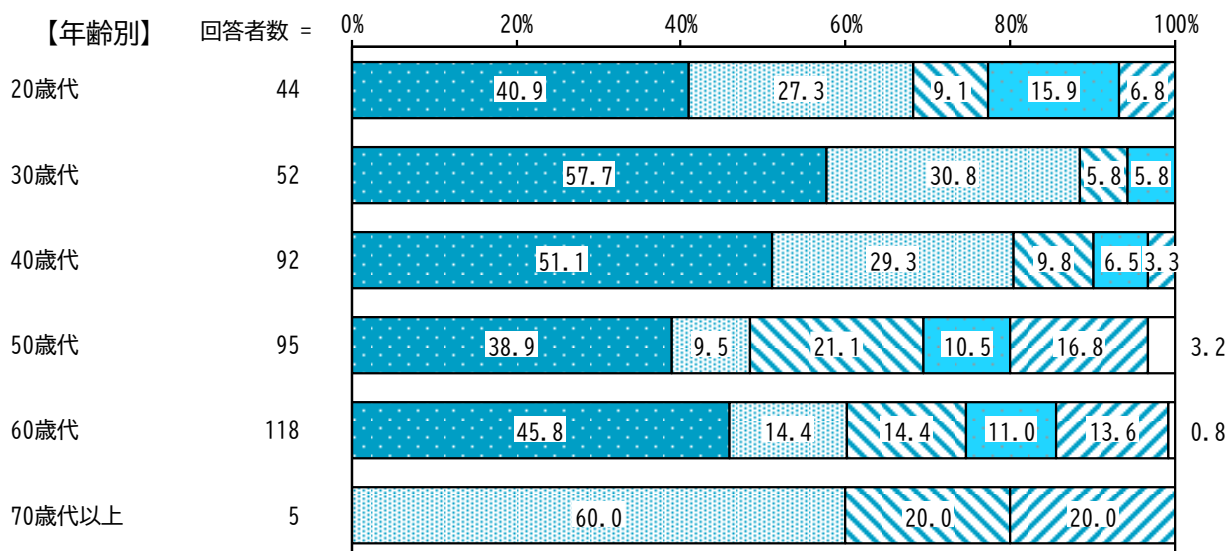


- 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているかについて、「必ずしている」が45.9%と最も高く、次いで「しばしばしている」が20.7%、「時々している」が13.2%となっており、「まったくしていない」で、年代が上がるにつれ高くなる傾向にあります。小学生では、「必ずしている」が69.7%、「ときどきしている」が27.7%。中学生では、「必ずしている」が78.5%、「ときどきしている」が17.1%となっています。

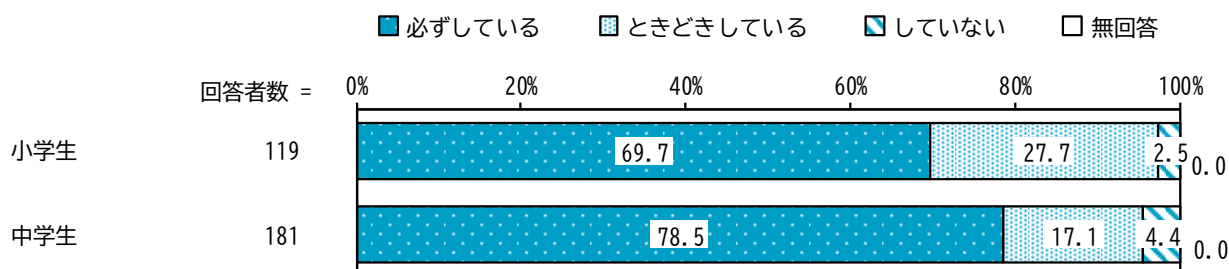
#### 【一般】



#### 【年齢別】



#### 【小学生・中学生】



食育の推進においては、個人が食事内容や食事の取り方に関する適切な知識を持ち、それを生活習慣の中で実践していけるかが重要になります。

アンケート調査結果では、食育について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっていますが、令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

また、食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつについて、「まったくしていない」人は年代が上がるにつれ高くなる傾向にあります。

食育の啓発だけではなく、知識を普及させる環境や場についても考慮し、食に対して関心を持ち、食に感謝するとともに、食育に対する理解を深められることができる環境づくりを進めていくことが必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 毎月の給食だよりや食育だよりの発行、各小学校のホームページを通じて、献立の紹介や食に関する情報提供を行いました。
- ・ 毎月19日食育の日において学校での啓発やのぼり旗を立てるなど、食育の日を周知しました。
- ・ 出前講座を通じて、適切な食生活や食に関する啓発を行うとともに、
- ・ 健康と歯のフェスティバル、フェスタすその、コミュニティまつり等のイベントにおいて、クイズや計測を取り入れながら食育の普及・啓発活動を実施しました。
- ・ 米の苗植え・収穫体験や農業まつり、軽トラ市の開催を通じて、米飯を推進しました。
- ・ 小中学校において、食に関するアンケート調査を実施し、実態を把握するとともに給食献立作成や栄養指導に活用しました。
- ・ 各園で野菜の栽培や収穫、調理体験を実施しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 食育に関わる関係者が連携・協力して、食に関する適切な情報提供を行います。
- ・ 対象者に合わせた内容でかつ体験等を多く取り入れた、効果的な啓発を実施します。
- ・ 「もったいない」の心を持って、食べ残しを減らすといった環境に配慮した取り組みを推進します。
- ・ 子どもや保護者が楽しみながら食に関心を持つことができるよう、学校や幼稚園・保育園等と連携した取り組みを推進します。
- ・ 農林漁業の現場を学び、体験し、探究心を育むことができるよう、関係者と連携し、さまざまな体験活動を通じて、食に関する感謝の気持ちや理解が自然に深まる取り組みを推進します。

## 2 食を楽しもう

### 【目指す姿】

食を通じたコミュニケーションをとり、食を楽しみます

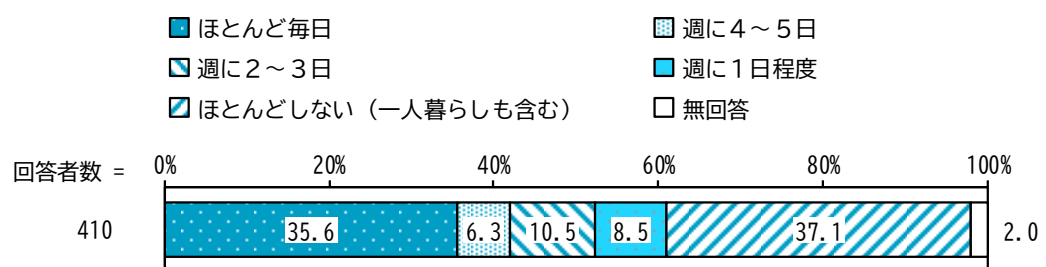
### 【評価指標】

項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
次世代に伝えたい料理や味がない、知らない人の減少		29.5%	34.6%	20%以下	×
地場産物を食事に取り入れている人の増加		53.7%	49.3%	60%	×
学校給食での地場産物を使用する割合の増加		44.9%	54.3%	45%	◎
朝食を一人で食べる子どもの割合の減少	小学生	28.5%	44.5%	20%以下	×
	中学生	41.0%	21.0%	30%以下	◎

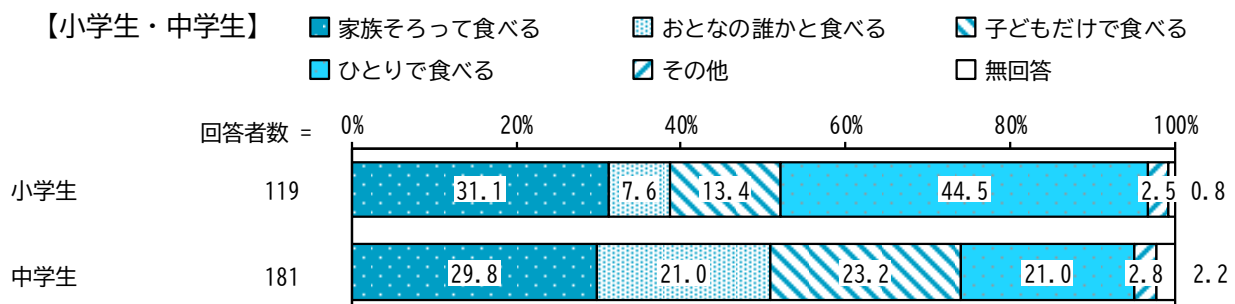
### 【アンケート調査結果からみられる現状と課題】

- 朝食を家族と一緒に食べることはあるかについて、朝食では、「ほとんどしない（一人暮らしも含む）」が37.1%と最も高くなっています。また、「ひとりで食べる」が小学生で44.5%、中学生で21.0%となっています。

#### 【一般】

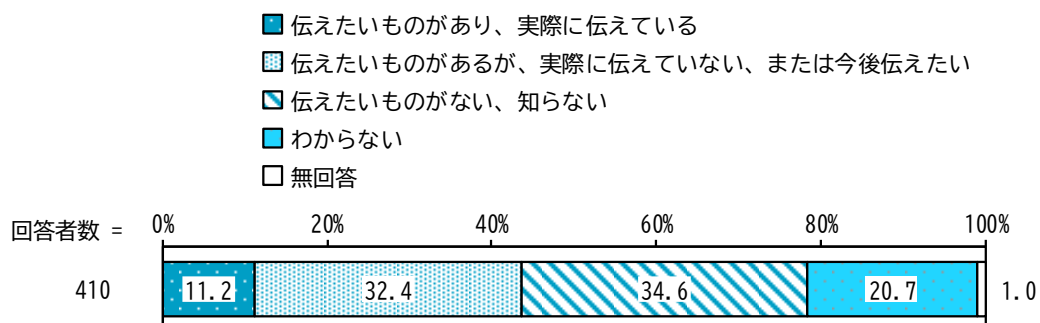


#### 【小学生・中学生】

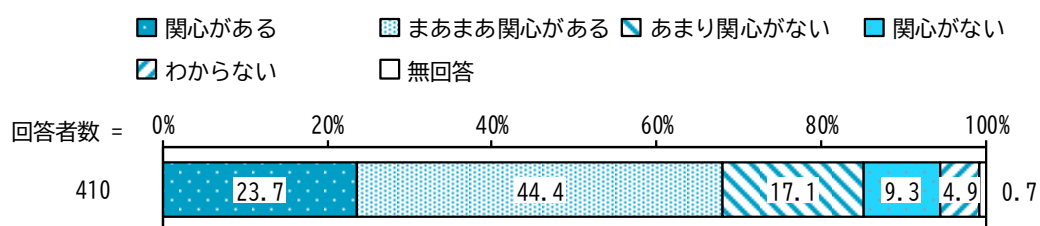




- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を次世代に伝えたいものがあるかについて、「伝えたいものがない、知らない」が34.6%と最も高く、次いで「伝えたいものがあるが、実際に伝えていない、または今後伝えたい」が32.4%となっています。



- 「地産地消」の関心は、「関心がある」「まあまあ関心がある」を合わせた「関心がある」が68.1%となっています。また、地場産物を食事に「取り入れている」が49.3%となっています。



毎日の生活の中で食は大きな楽しみであり、家族や友人等との食を通じたコミュニケーションにより、豊かな心を育むとともに心身の健康の基本となるものです。

アンケート調査結果では、朝食を家族と一緒に食べることはほとんどしない（一人暮らしも含む）人が37.1%と最も高く、令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。小学生では、「ひとりで食べる」の割合が44.5%と最も高く、中学生では、21.0%となっています。

食育の場として家庭は高い比重を占めると考えられます。子どもにとって家庭は食事に関する知識や作法を身につける大切な場です。したがって、朝食を家族で一緒に取ることは食育の推進にとって非常に大きな意味を持ちます。共食の頻度が上がるよう取り組むことで、家族とコミュニケーションを取りながら一緒に食事をし、食の楽しさを実感する機会を増やしていくことが重要です。

また、「地産地消」について、アンケート調査結果では、「あまり関心がない」「関心がない」を合わせた「関心がない」が26.4%となっており、さらに、地場産物を食事に「取り入れている」が49.8%となり令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。

地産地消は生産者の顔が見える地元で採れた新鮮で安全な農産物の供給とともに、流通にかかる環境負荷の少ない仕組みであることから、食の安全・安心を確保していく重要な取り組みとなります。

地産地消を推進するために、地域の特産品や伝統的な食材を活用した郷土料理や伝統料理等を地域や家庭で受け継いでいくことが重要であり、地元の食材に対する認識を高め、地域の食文化を支えることにつながります。これらの料理を積極的に提供し、地域住民や観光客にアピールすることで、地産地消の推進につなげるとともに、食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人（生産者・流通者・製造者・消費者）に支えられていることを交流や体験を通じて理解し、感謝の念を深めることができる環境づくりの推進が必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 各園や小学校において、野菜の栽培や米作りなどを通じた共同体験を行いました。また、地域と連携しながら食農体験を行い、交流を深めました。
- ・ 裾野市特産のモロヘイヤを使用した野菜クッキーの配布や、「するがの極」「すくすく米」を学校給食に提供し、地場産物の啓発を行いました。また、ふるさと給食週間（6月）、ふるさと給食の日（毎月19～23日）に地場産物を使った共通の給食を実施しました。
- ・ 幼稚園、保育園、小学校、中学校において行事食を実施したり、ふじっぴー給食、すその頂飯を実施しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 共食の意義や効果を発信するとともに、こども食堂等の共食の場の提供等への支援等を通じて、共食を希望する人が安心して参加できる環境づくりを進めます。
- ・ 市民の地産地消への関心は高いことから、地場産物や旬の食材に関する情報提供を充実し、地産地消や旬産旬消を推進します。
- ・ 給食や様々なイベント・教室等において地場産物を活用し、周知します。
- ・ 日本型食生活の良さを取り入れたり、季節の行事食を作る等、地域の食文化や料理を伝え合う取り組みを推進します。
- ・ 食品ロスの削減など環境への負荷低減の取り組みへの理解を促進します。

### 3 食で元気になろう

#### 【目指す姿】

栄養バランスがとれ、健全な食生活を実践します

#### 【評価指標】

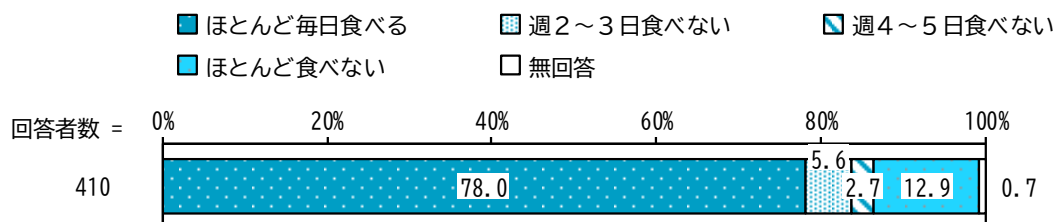
項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
朝食を毎日食べる人の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%		×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
	20歳代	53.6%	61.4%		○
	30歳代	85.0%	73.1%		×
	平均	81.3%	80.0%		×
栄養バランスに気をつけている人の増加	小学生	55.1%	41.2%	60%	×
	中学生	42.6%	38.1%	50%	×
	一般	78.8%	80.7%	85%	○
野菜を食べている人の増加※1		11.6%	8.0%	20%	×
野菜料理を毎食1皿以上食べる人の増加		52.7%	46.6%	60%	×
料理のとき、薄味に調味している（してもらっている）人の増加	男性	50.0%	36.4%	60%	×
	女性	70.7%	57.6%	80%	×
	平均	60.9%	47.1%	70%	×

※1 1日に野菜350g(食事バランスガイドの5つ分)以上とっている人の割合

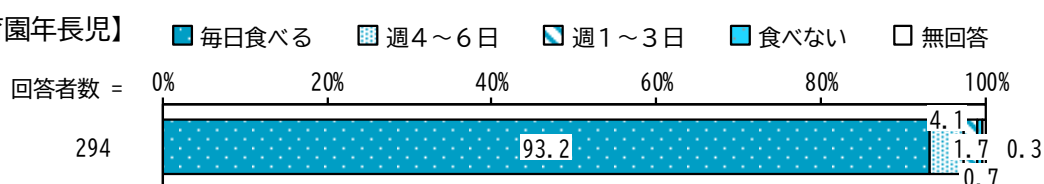
## 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 朝食の摂食状況は、「ほとんど毎日食べる」が78.0%となっています。また、「毎日食べる」は幼稚園・保育園児で93.2%、小学生で84.9%、中学生で87.3%となっています。

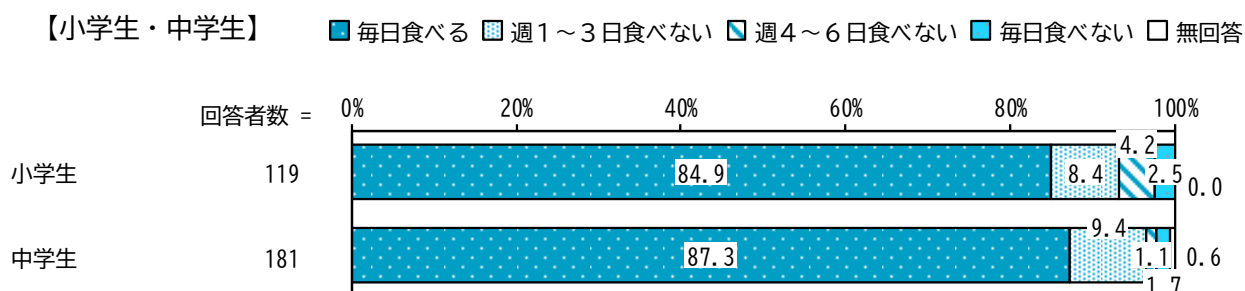
### 【一般】



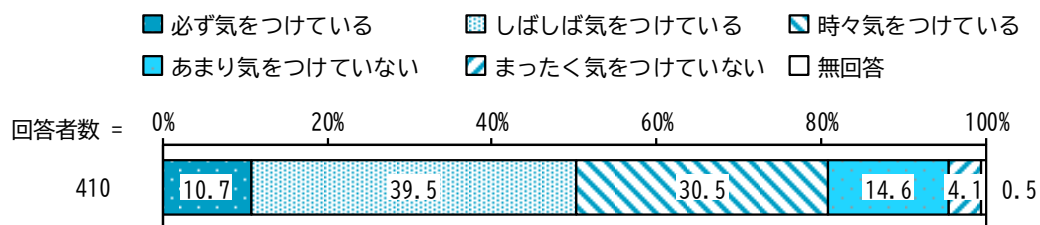
### 【幼稚園・保育園年長児】



### 【小学生・中学生】

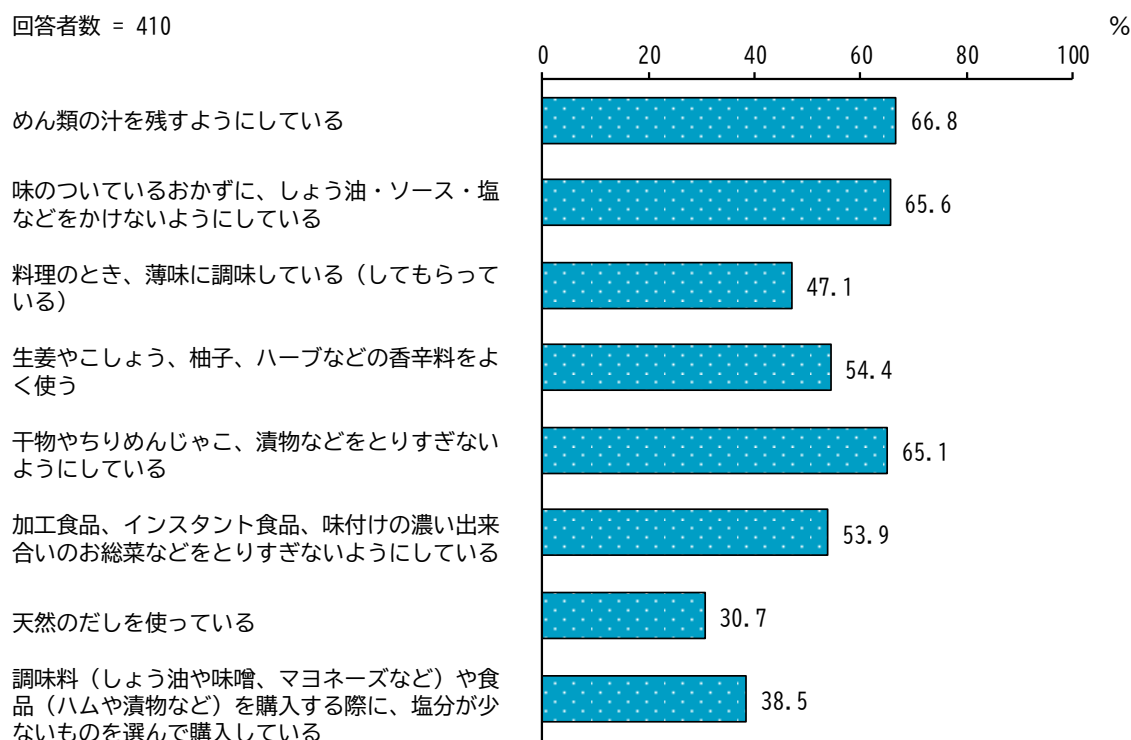


- 普段の食事で栄養のバランスに気をつけているかについて、「必ず気をつけている」「しばしば気をつけている」「時々気をつけている」を合わせた”気をつけている”が80.7%となっています。

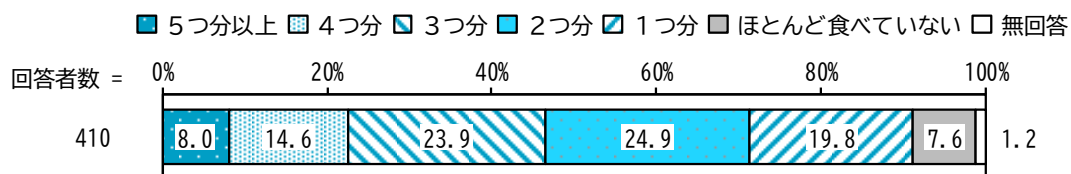


- 塩分をとりすぎないように気をつけていることとして、「めん類の汁を残すようにしている」が66.8%、「味のついていないおかずに、しょう油・ソース・塩などをかけないようにしている」が65.6%、「料理のとき、薄味に調味している（してもらっている）」が47.1%、「生姜やこしょう、柚子、ハーブなどの香辛料をよく使う」が54.4%、「干物やちりめんじゃこ、漬物などをとりすぎないようにしている」が65.1%、「加工食品、インスタント食品、味付けの濃い出来合いのお惣菜などをとりすぎないようにしている」が53.9%、「天然のだしを使っている」が30.7%、「調味料や食品を購入する際に、塩分が少量のものを購入している」が38.5%となっています。

回答者数 = 410



- 副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などをつかった料理のこと）を朝・昼・夕の食事の合計で1日にどのくらい食べていますかについて、「2つ分」が24.9%と最も高く、次いで「3つ分」が23.9%、「1つ分」が19.8%となっています。



毎日の生活の中で食は大きな楽しみであり、家族や友人等との食を通じたコミュニケーションにより、豊かな心を育むとともに心身の健康の基本となるものです。

アンケート調査結果では、朝食を家族と一緒に食べることはほとんどしない（一人暮らしも含む）人が37.1%と最も高く、令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。小学生では、「ひとりで食べる」の割合が44.5%と最も高く、中学生では、21.0%となっています。

食育の場として家庭は高い比重を占めると考えられます。子どもにとって家庭は食事に関する知識や作法を身につける大切な場です。したがって、朝食を家族で一緒に取ることは食育の推進にとって非常に大きな意味を持ちます。共食の頻度が上がるよう取り組むことで、家族とコミュニケーションを取りながら一緒に食事をし、食の楽しさを実感する機会を増やしていくことが重要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 給食におけるお茶を食ベ茶（ちゃ）おう献立、そら豆、とうもろこしの皮むき体験、ふるさと給食、ふじっぴー給食、すその頂飯等を通じて、食の知識の定着を図りました。
- ・ 寄り道試食会を通して野菜や減塩メニューの紹介等の食育に関する啓発を行いました。
- ・ 地域における出前講座や研修会、健診や各種教室等の機会を通じて、食に関する啓発や相談を行いました。
- ・ 生活習慣病予防健診の事後指導を通じて、食習慣に関する指導を行いました。また、小中学生においては、長期休暇前に、肥満傾向の児童へ個別指導を実施しました。

## 【今後の方向性】

- ・ 子どもの頃から、食生活が毎日の活動や健康づくりに重要であるということを学び、生涯を通じて実践できる取り組みを推進します。
- ・ 特に働き盛り世代に対して、忙しい毎日の中でも取り組める具体的な方法の提示や、適切な食習慣の実践を継続する支援など、健全な食生活の実践に向けた「大人の食育」を推進します。
- ・ 大規模な自然災害等の発生に備え、ローリングストックの手法など食品の家庭備蓄に関する重要性について普及啓発を行います。

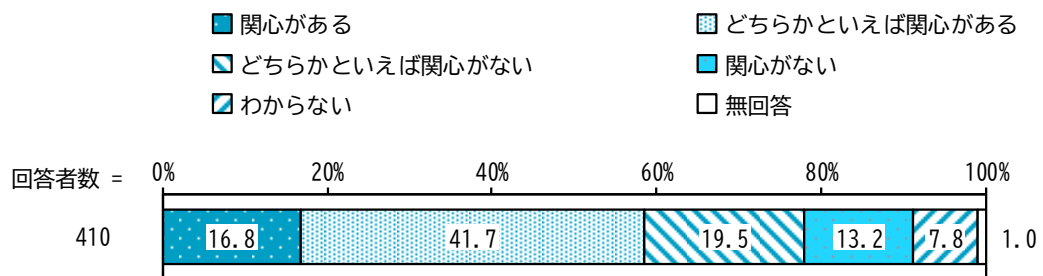
## 4 食育の輪を広げよう

### 【目指す姿】

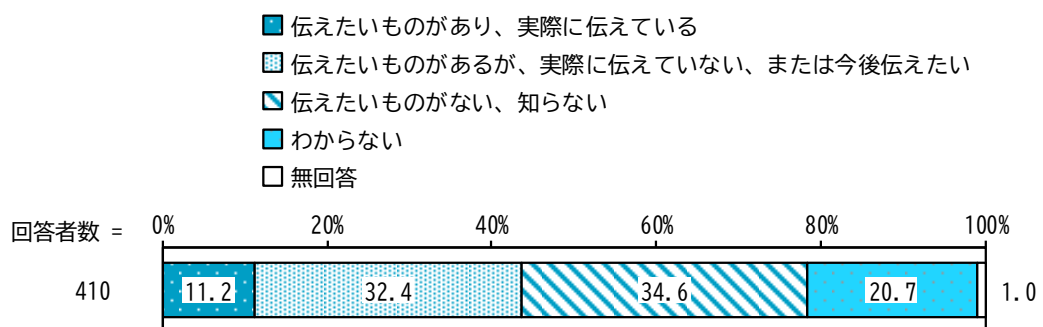
食を通じた繋がりを広げ、食文化を継承していきます

### 【アンケート調査結果からみられる現状と課題】

- 「食育」の関心について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%、「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせた「関心がない」が32.7%となっています。



- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を次世代に伝えたいものがあるかについて、「伝えたいものがない、知らない」が34.6%と最も高く、次いで「伝えたいものがあるが、実際に伝えていない、または今後伝えたい」が32.4%となっています。



食育への関心についてアンケート調査結果では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっています。

今後、市民自らが積極的に食育に取り組めるようにするためには、地域全体で食育に関心を持ち、食育活動を推進していくことが大切です。そのため、地域で食育に関する取り組みや活動を行っている団体等とネットワークを構築し、協働して活動ができる基盤づくり、食生活や食育事業の推進に関わる団体等の人材の確保が必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 調理従事者と職員を対象に衛生管理や調理技術の向上を目的として講習会を実施しました。
- ・ コロナ禍以降、食育ボランティアとともに行っていた幼稚園、保育園、小学校での料理教室が中止になっています。
- ・ 裾野市食生活健康推進会の募集を行うとともに、食育ボランティアに入会した会員に対して研修等を行いました。
- ・ すその健康増進プラン及び食育担当者会議、食育ネットワーク会議を開催し、ネットワークや連携強化を図り、食育を推進しています。

## 【今後の方向性】

- ・ 地域で食育を積極的に推進するために、食生活健康推進会会員を定期的に養成し、知識や技術向上のための研修も実施することで、会の育成・充実を目指します。
- ・ 本市で実施されている行政や教育機関、保健福祉機関等をはじめ、食の生産、流通、販売に関わる事業者、関係団体やNPO、ボランティアなどの組織による様々な取り組みを活かし、積極的に食育を推進できるよう、ネットワークが活性化する取り組みを推進します。



## 第 6 章

### 歯と口腔の健康づくりの具体的な取り組み

#### 1 健康な歯と口腔の形成

##### 【 目指す姿 】

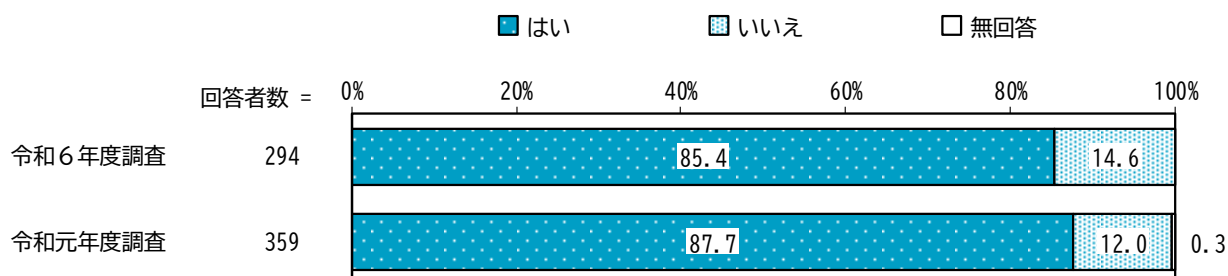
規則正しい生活習慣、バランスのとれた食事によって、  
健康な歯と口腔をつくれます

##### 【 評価指標 】

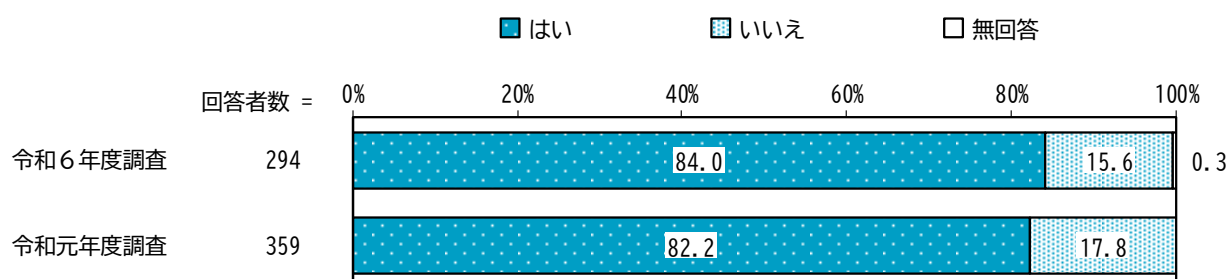
項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
自分で歯みがきをした 子どもの増加	年長児	87.7%	85.4%	95%	×
仕上げみがきをする 保護者の増加	年長児の 保護者	82.2%	84.0%	90%	○
むし歯を経験した幼児 の減少	年長児	30.9%	19%	20%以下	◎

##### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 昨晚、お子さんは寝る前に自分で歯磨きをしましたかについて、「はい」が85.4%、「いいえ」が14.6%となっています。令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



- 昨晚、お子さんの歯を仕上げ磨きしましたかについて、「はい」が84.0%、「いいえ」が15.6%となっています。令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



むし歯（う蝕）は有病率が世界で最も高い疾患であり、歯科疾患実態調査によれば国民の約3割が未処置のむし歯がある状況です。また、むし歯は歯の喪失の主要な原因の一つであり、生涯にわたる歯科口腔保健の推進に向けて、その予防が非常に重要です。

アンケート調査結果では、就寝前に自分で歯磨きをしない年長幼児が14.6%となっています。

また、年長幼児の仕上げみがきをしない保護者は15.6%となっています。

今後は、乳幼児健診や各種教室等の機会を通じて、市民に仕上げみがきの重要性を周知啓発するとともに、歯や口腔の手入れの方法についての具体的な手技を指導していく必要があります。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 妊産婦・乳幼児を対象とした健診、教室、相談および実技指導を引き続き実施してきました。
- ・ 妊婦歯科疾患検診や成人歯周疾患検診を継続し、受診率向上に向けた取り組みを行ってきました。
- ・ 歯科検診や歯・口の健康相談、講話および指導アドバイスを実施し、実技指導の充実に努めてきました。
- ・ 4歳児口腔衛生指導において、園への説明および実技指導の実施を図ってきました。
- ・ イベント、店頭での啓発活動やホームページ、広報紙等を活用した口腔の健康情報の提供の啓発に取り組んできました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ 健康な歯と口腔をつくるため、正しい食事や生活習慣の実践を推進し、早寝早起きや適度な身体活動を取り入れる生活リズムの整備を図っていきます。
- ・ むし歯予防のため、歯みがき習慣やフッ化物利用、歯間部清掃用具の活用を促進するとともに、妊娠期から学童期、成人期、高齢期まで各段階に応じた定期検診と指導の体制を強化していきます。
- ・ 指標の評価を踏まえ、子ども自身による正しい歯みがきの定着や、保護者による仕上げみがきの指導をさらに充実させる方向で取り組んでいきます。
- ・ 各種健診、講話、指導アドバイスにおいては、感染対策を十分に講じながら実技指導や啓発活動の内容、方法、時期についても見直し、より効果的な支援を進めていきます。

## 2 8020の推進

### 【 目指す姿 】

毎食後に歯や口腔の手入れを行うと共に、  
定期検診を受け、歯周病による歯の喪失を防ぎます

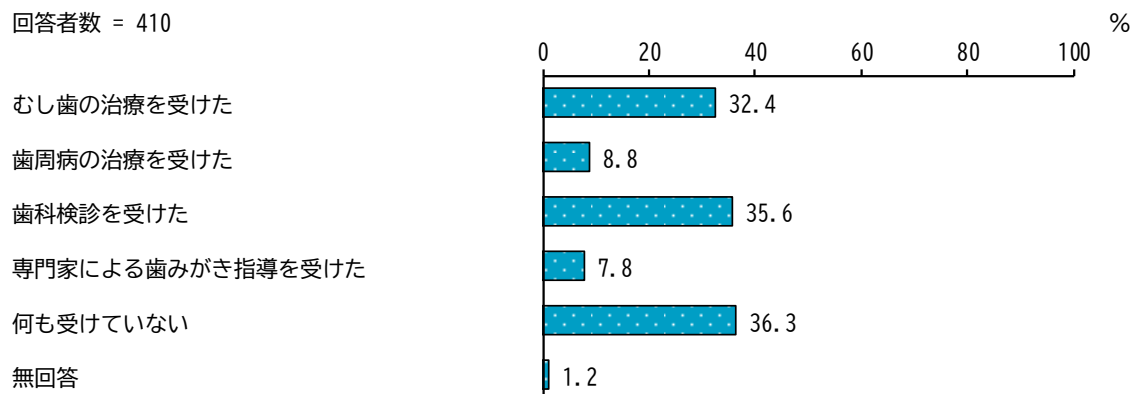
### 【 評価指標 】

項目		策定当初値	現状値	目標値	評価
妊婦歯科疾患検診受診率の増加	妊婦	40.4%	45.5%	50%	○
成人歯周疾患検診受診率の増加 (36・38・40・42・44・46・48・50・55・60・65・70歳)		9.0%	10.4%	10%	◎
治療以外で1年に1回以上定期的な歯の検診を受けている人の増加	20歳以上	40.7%	35.6%	50%	×
歯周病と生活習慣病の関連性の認知度の増加	20歳以上	67.5%	72.7%	75%	○
喫煙が歯周病に影響することの認知度の増加	20歳以上	25.9%	27.3%	35%	○
歯間部清掃用具の使用率の増加	20歳以上	53.1%	57.8%	60%	○

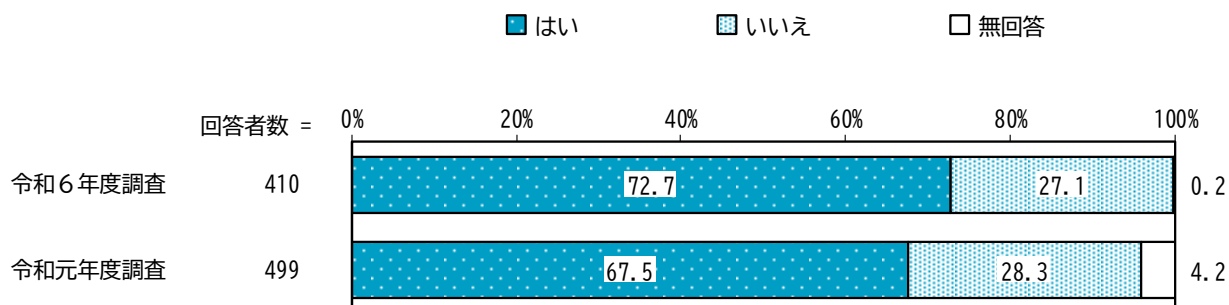
### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 過去1年間に歯科の治療・検診・指導を受けましたかについて、「何も受けていない」が36.3%と最も高く、次いで「歯科検診を受けた」が35.6%、「むし歯の治療を受けた」が32.4%。「歯周病の治療を受けた」は8.8%となっています。

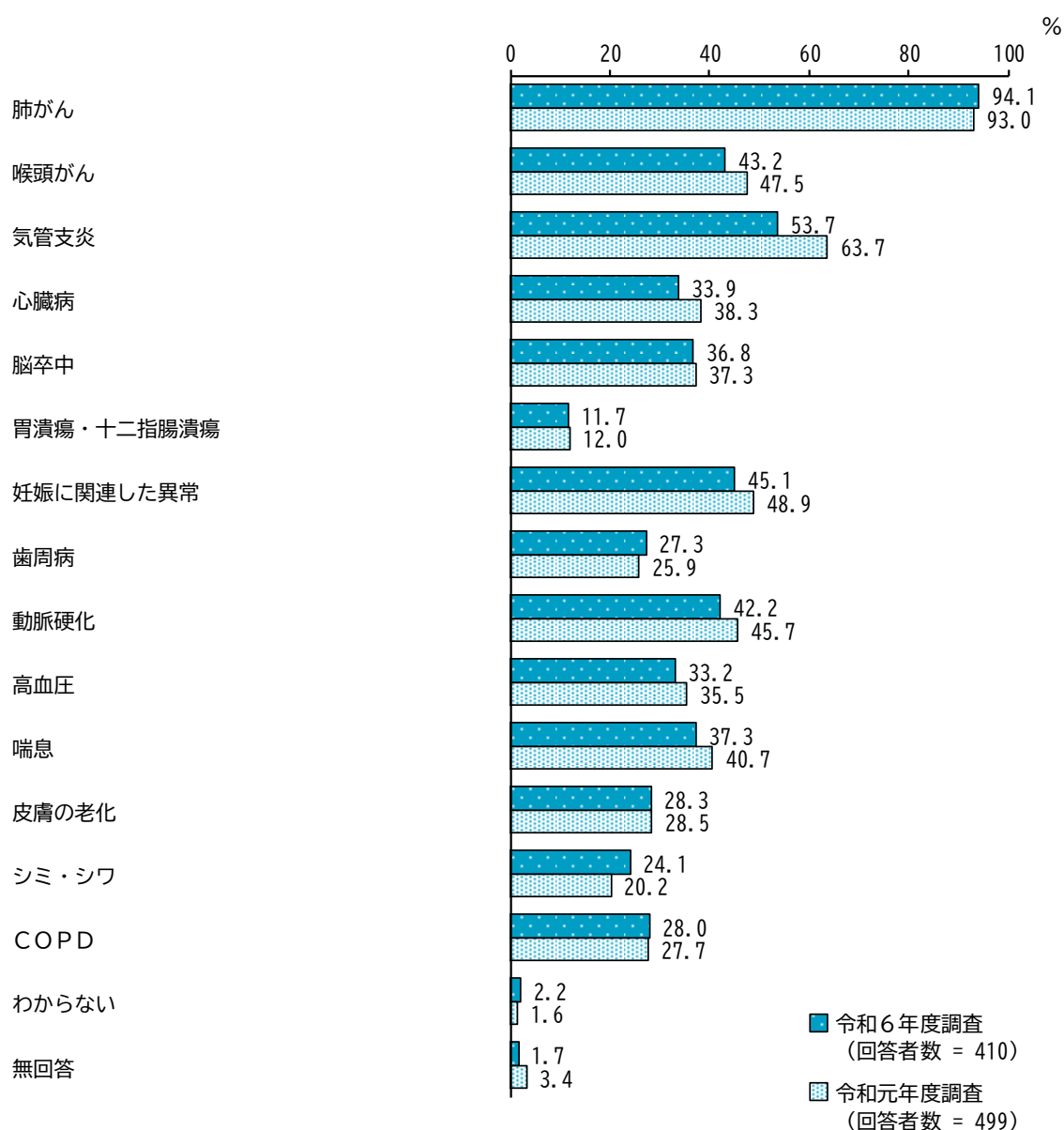
回答者数 = 410



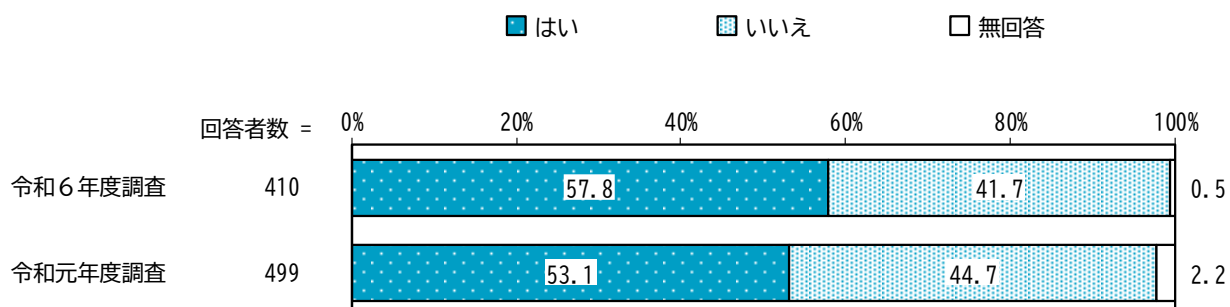
- 歯周病と生活習慣病（糖尿病、心臓病など）が互いに影響することを知っていますかについて、「はい」が72.7%、「いいえ」が27.1%となっています。  
令和元年度調査と比較すると、「はい」の割合が増加しています



- 喫煙の健康への影響について知っているものについて、「肺がん」が94.1%と最も高く、次いで「気管支炎」が53.7%、「妊娠に関連した異常」が45.1%。「歯周病」は27.3%。  
令和元年度調査と比較すると、「気管支炎」の割合が減少しています。



- デンタルフロスや糸ようじ、歯間ブラシなどの歯間部清掃用具を使用していますかについて、「はい」が57.8%、「いいえ」が41.7%となっています。  
令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



歯周病は、歯の喪失をもたらす主要な原因疾患の1つであるとともに、糖尿病や循環器疾患等の全身疾患との関連性も指摘されていることから、その予防は生涯を通じての重要な健康課題のひとつです。

アンケート調査結果では、過去1年間に歯科の治療・検診・指導を受けたかについて、何も受けていない人が36.3%と最も高くなっており、歯間部清掃用具を使用していない人は41.7%となっています。

また、歯周病と生活習慣病（糖尿病、心臓病等）が互いに影響することを知らない人は、27.1%となっており、喫煙が歯周病に影響を知っている人は27.3%となっています。

歯科医師会や歯科衛生士会等と連携しながら、セルフケアの推進やかかりつけ歯科医を定期的に受診することの必要性を普及啓発することが必要です。

また、歯周病と生活習慣病や喫煙の関連性等、歯周病の知識を市民に周知する必要もあります。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ 成人歯周疾患検診や妊婦歯科疾患検診の推進により、予防・早期発見への意識向上を図ってきました。
- ・ 母子健康手帳の交付、幼児健診および成人健康相談を引き続き実施してきました。
- ・ 妊産婦や乳幼児を対象とした健診、教室、相談などの取り組みを積極的に行ってきました。
- ・ 歯や口の健康相談を実施し、相談希望者の拡大に取り組んできました。
- ・ イベント、出前講座、スーパー等の店頭での啓発活動を状況に応じて実施してきました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ かかりつけ歯科医による検診を含めた成人歯周疾患検診や妊婦歯科疾患検診の受診促進をさらに強化していきます。
- ・ 定期的な歯の検診受診率の改善に向け、治療以外の予防検診の重要性を地域住民に啓発していきます。
- ・ 栄養バランスのとれた食事、質の良い睡眠、適度な運動、禁煙による免疫力向上を図る生活習慣の改善を促進していきます。
- ・ 歯周病と生活習慣病の関連性や喫煙の影響、歯間部清掃用具の使用の効果についての情報発信を強化し、健康意識のさらなる向上を目指していきます。
- ・ イベントや店頭での啓発活動などの取り組みを柔軟に見直し、引き続き推進します。

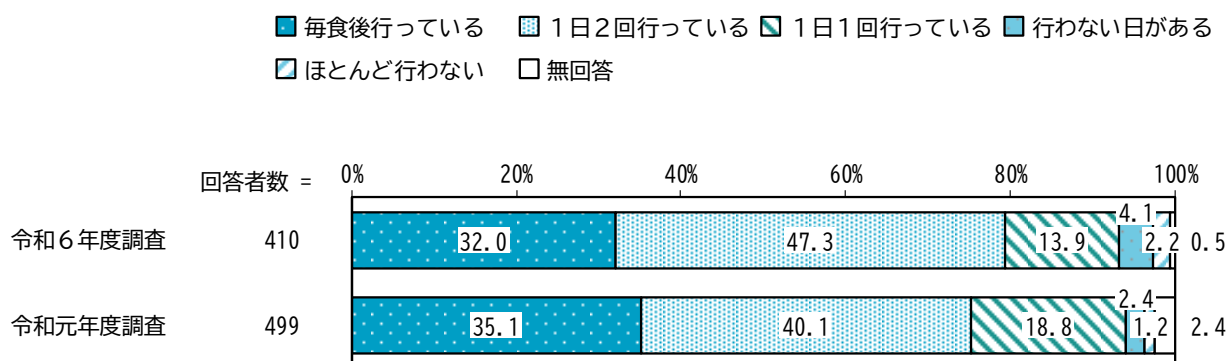
### 3 口腔機能の維持・向上

#### 【 目指す姿 】

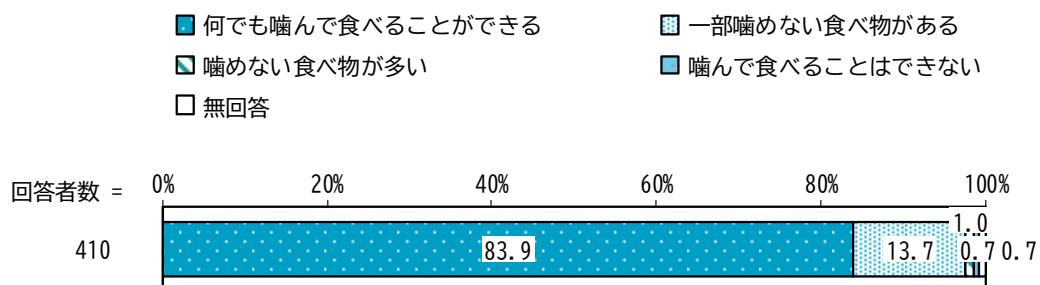
「オーラルフレイル」（口腔の衰え）を招かないよう、  
口腔機能の維持・向上を図ります

#### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 毎食後に歯磨きや義歯の清掃など、歯や口の手入れをしていますかについて、「1日2回行っている」が47.3%と最も高く、次いで「毎食後行っている」が32.0%、「1日1回行っている」が13.9%となっています。

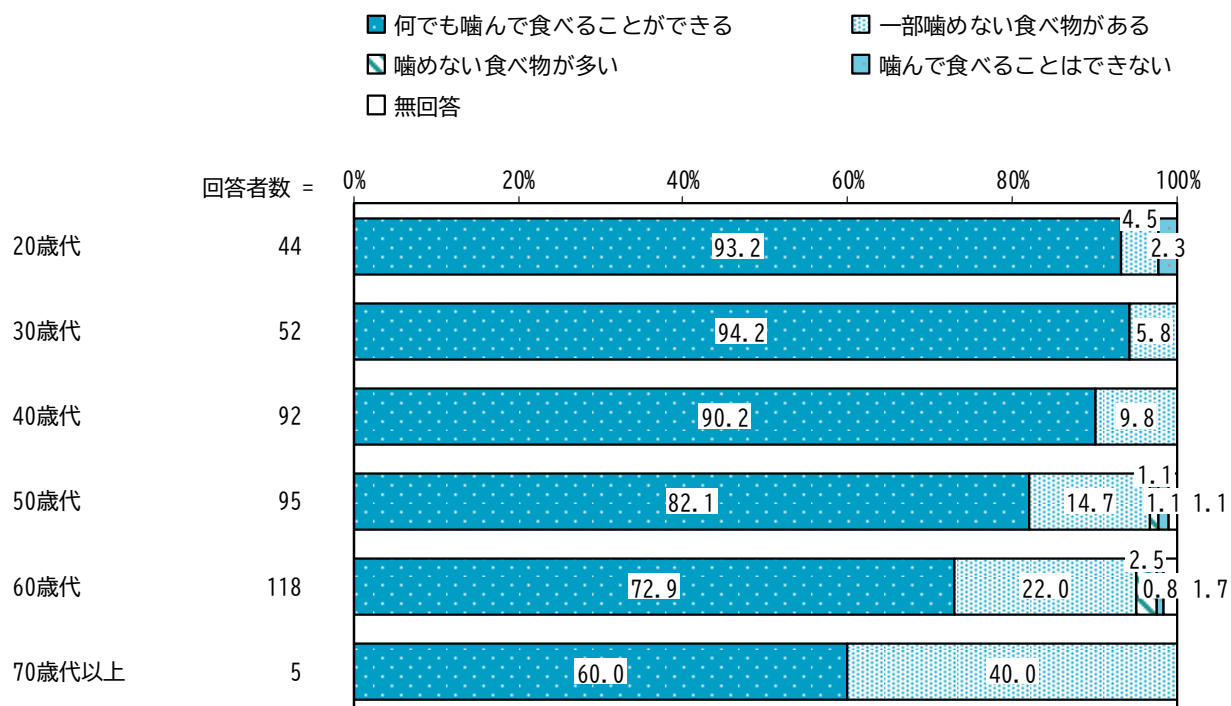


- 噛んで食えるときの歯の状態について、「何でも噛んで食べることができる」が83.9%と最も高く、次いで「一部噛めない食べ物がある」が13.7%となっています。  
年齢別にみると、「一部噛めない食べ物がある」で、20歳代から70歳代以上にかけて高くなる傾向にあります。





## 【年齢別】



食べる喜び、話す楽しみ等のQOL（生活の質）の向上を図るためには、乳幼児期や青少年期において適切な口腔機能を獲得し、壮年期以降では口腔機能の維持を図るとともに、口腔機能が低下した際は回復及び向上を図っていくことが重要です。

アンケート調査結果では、毎食後に歯や口の手入れをしている人が32.0%となっています。

また、歯の状態について、一部噛めない食べ物があると答えた人が13.7%となっており、20歳代から70歳代以上にかけて高くなる傾向があります。

引き続き毎食後の口腔ケアを推奨していくとともに、歯科医院での定期的な清掃も行うように促す必要があります。

なお、高齢期における口腔機能低下の予防・改善に向けて、市による口腔機能の維持・向上の支援活動を推進することも必要です。

## 【 これまでの主な取り組み 】

- ・ 唾液腺マッサージや舌体操の実践方法の普及と、摂食機能の維持・向上に向けた啓発活動を行ってきました。
- ・ 個人に合った義歯の作成や装着のサポートを行い、口腔内の機能の回復に努めてきました。
- ・ 残存歯や義歯の手入れについて、定期的な歯科医院での清掃を推進することで、口腔内の衛生維持に取り組んできました。
- ・ 出前講座を実施し、オーラルフレイルの予防に関する正しい知識の普及と、口腔健康相談の機会拡大に努めてきました。

## 【 今後の方向性 】

- ・ 引き続き、唾液腺マッサージや舌体操の普及を通じて、摂食機能の維持・向上を目指していきます。
- ・ かかりつけ歯科医の指導を中心に、個人に合った義歯作成・装着の取り組みをさらに充実させ、高齢者のADL（日常動作・日常生活を送るために必要最低限の基本的な動作）やQOL（生活の質）の向上に寄与していきます。
- ・ 毎日の口腔ケアおよび定期的な歯科医院での清掃の重要性を啓発し、口腔内の衛生管理を徹底していきます。
- ・ 出前講座や口腔健康相談の場を拡充し、市民の健康意識の向上と相談希望者のさらなる増加を図っていきます。

## 4 通院・診療困難者への対応

### 【 目指す姿 】

どのような健康状態・身体状況であっても、自分自身で、  
または介助者の支援を受けて歯と口腔の健康づくりに努めます

### 【 課題 】

定期的な歯科検診や歯科医療等の、歯科保健医療を受けることが困難な障害のある方や、要介護高齢者等に対しては、その方の状況に応じた歯科口腔保健の推進を図っていくことが重要です。重度の障害がある方は、歯科疾患が進行すると歯科治療がより困難になるため、疾病予防や健康増進による一次予防や重症化予防が重要であるという啓発が必要です。

今後も、本人や家族の相談対応や、通院が困難な要介護者等に必要に応じて歯科訪問診療に対応できる歯科医療機関の情報提供等を行っていく必要があります。

また、障害のある方への定期的な歯科検診や歯科保健指導を実施するとともに、かかりつけ歯科医をもつことの重要性について周知啓発を進めることも必要です。

### 【 これまでの主な取り組み 】

- ・ 介護サービス連携会議や地域調整会議を通じ、口腔ケア支援に関する情報共有と連携を進めてきました。

### 【 今後の方向性 】

- ・ 自身や介助者による口腔ケアの支援に向けた相談体制を、引き続き充実させていきます。
- ・ 歯科医師会、県、各施設等の関係機関との連携をさらに強化し、必要な歯科医療が受けられる体制を整備していきます。
- ・ 介護サービス連携会議や地域調整会議を活用して、今後の取り組みにおける情報共有と連携を推進していきます。
- ・ 成人訪問において、歯科医師会との連携により、希望者が訪問診療を受けられるようつなぐ体制を整備していきます。

## 5 災害と歯科保健

### 【 目指す姿 】

日頃から災害時を想定した備えを行い、  
平常時と同様に口腔のケアが行えるようにします  
また、誤嚥性肺炎等を防ぎます

### 【 課題 】

災害発生時には、避難生活等における口腔内の不衛生等により生じる誤嚥性肺炎の発症等の二次的な健康被害を予防することが重要です。本市では、平時から非常用持ち出し袋等に口腔ケア用品を入れておく等の備えをするように呼びかけを行いました。

今後、歯科医師会等と連携しながら、災害時における歯科口腔保健の重要性について市民に普及啓発することが必要です。

### 【 これまでの主な取り組み 】

- ・ 医療救護体制意見交換会や救護所開設運営訓練を実施し、災害時における医療連携の基盤を整えてきました。
- ・ 救護所開設運営訓練および災害医療講演会を開催し、関係機関との連携強化と災害医療体制の向上に努めてきました。
- ・ 出前講座を通じ、平常時と同様の口腔ケア実施の重要性および災害時の口腔ケア用品の準備に関する情報発信を行ってきました。

### 【 今後の方向性 】

- ・ 災害時に備えた口腔ケア用品の整備をさらに推進し、平常時と同等の口腔ケアが継続できる体制を充実していきます。
- ・ 医療救護体制意見交換会や救護所開設運営訓練を通じ、関係機関との連携と情報共有をより一層強化していきます。
- ・ 救護所開設運営訓練および災害医療講演会の継続的な実施と受援体制の構築により、災害時の円滑な医療対応体制の確立を目指していきます。
- ・ 歯科医師会や地区組織と連携して出前講座等を活用し、災害時も口腔ケアの重要性を市民に周知し、実践できる環境づくりを推進していきます。

## 6 各種関係機関との連携・協力

### 【 目指す姿 】

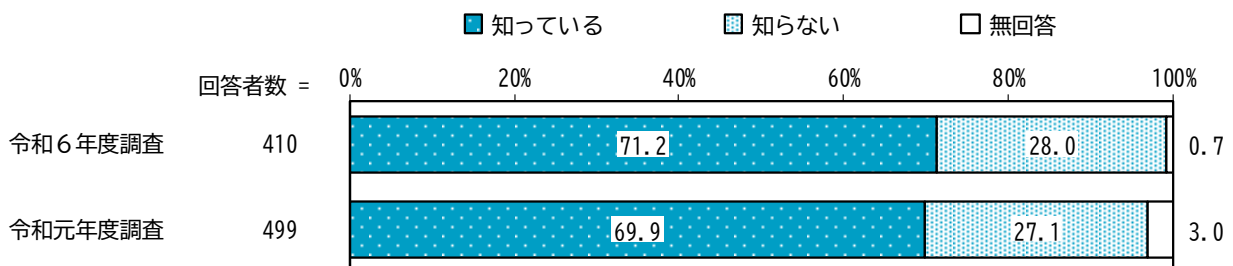
地域で行う歯と口腔の健康づくりについての  
イベント等へ積極的に参加し、意識を高めます

### 【 評価指標 】

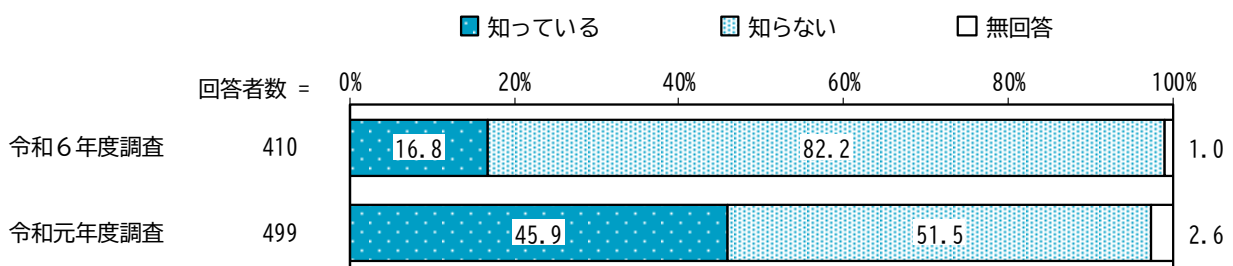
項目	策定当初値	現状値	目標値	評価
8020運動の認知度の増加	69.9%	71.2%	80%	○
8020推進員の人数の増加	37人	53人	40人	◎
8020の該当者の増加（健康と歯のフェスティバル表彰者）	52人	65人	60人	◎

### 【 アンケート調査結果からみられる現状と課題 】

- 「8020（ハチマルニイマル）運動」という言葉を知っていますかについて、「知っている」が71.2%、「知らない」が28.0%となっています。  
令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



- 「8020推進員」という人たちを知っていますかについて、「知っている」が16.8%、「知らない」が82.2%となっています。  
令和元年度調査と比較すると、「知らない」の割合が増加しています。一方、「知っている」の割合が減少しています。



市町などの歯科保健事業や各健康づくり活動に協力し、歯や口の健康を自らが主体となって普及啓発する８０２０推進員は、住民参加型歯科保健推進のシンボルです。

アンケート調査結果では、「８０２０運動」を知らない人は28.0%となっています。

「８０２０推進員」を知らない人は82.2%となっており、令和元年度調査と比較すると、知らない人の割合が増加しています。

今後も引き続き、８０２０運動を普及啓発する必要があります。特に８０２０推進員の認知度が低い中高年層へのアプローチが重要です。

また、市民一人ひとりが主体的に取り組みを推進していくために、８０２０推進員の育成を継続することも必要です。

## 【これまでの主な取り組み】

- ・ ８０２０推進員をはじめ、地区組織や関係機関との連携により、８０２０運動の認知度向上に努めてきました。
- ・ 「歯から始まる健康ライフ講座（８０２０推進員養成講座）」や「８０２０推進員の会」の活動を継続し、歯科保健推進の取り組みを進めてきました。
- ・ イベントや健康と歯のフェスティバル、出前講座などを開催し、地域住民への口腔保健意識の啓発活動を実施してきました。
- ・ 裾野市住民歯科保健推進会議や歯科保健会議を定期的に行い、関係機関との意見交換や連携体制の強化に取り組んできました。
- ・ ４歳児口腔衛生指導をはじめ、早期の口腔健康教育にも着手してきました。

## 【今後の方向性】

- ・ 引き続き、８０２０推進員をはじめとする地区組織や関係機関との連携を深化させ、８０２０運動の周知と認知度向上を目指していきます。
- ・ ８０２０推進員養成講座や８０２０推進員の会において、若い世代のボランティアの育成を強化し、次世代の歯科保健推進リーダーを育てていきます。
- ・ イベント、健康と歯のフェスティバル、出前講座などの啓発活動をさらに充実させ、地域住民の口腔健康意識の向上に努めていきます。
- ・ 裾野市住民歯科保健推進会議や歯科保健会議を活用し、関係機関との意見交換を継続するとともに、より円滑な歯科保健活動の実施体制を構築していきます。
- ・ ４歳児口腔衛生指導については、保護者や教育機関と連携を深め、子どもたちの早期からの口腔健康習慣の定着を推進していきます。