

第2期斑鳩町健康増進計画改訂版

平成31年3月

斑鳩町

目 次

第1章 計画の改訂について

1 改訂の趣旨	1
2 基本理念	
3 期 間	
4 方 針	2
5 計画の位置づけ	3
6 計画の方向性	4
7 基本目標	
8 目標の実現に向けた施策	5
9 施策体系	6

第2章 斑鳩町の現状

1 人口	7
2 健康寿命	
3 医療費	8
4 要介護状況	9
5 死因別死亡数	

第3章 中間評価

1 概要	10
2 目標達成状況	11

第4章 健康課題と目標

1 健康的な生活習慣をつくる	
(1) 栄養・食生活	14
(2) 身体活動・運動	20
(3) 休養・こころの健康	25
(4) 喫 煙	32
(5) 飲 酒	37
2 生活習慣病の発症と重症化予防	
(1) 健診・生活習慣病	39
(2) が ん	43
(3) 歯・口腔の健康	46

3	生活の質の維持・向上に向けた健康づくり	
	(1) 次世代の健康	49
	(2) 高齢者の健康	58
4	健康づくりがしやすいまちづくり	62

第5章 計画の推進体制と評価		
	計画の推進体制と評価	66

参考資料

○●本計画における元号の表記について●○

元号は平成30年現在の表記となっています。改元予定後の年度は西暦表記を並列しています。

第1章 計画の改訂について

1 改訂の趣旨

斑鳩町健康増進計画は、少子・高齢化や疾患構造の変化が進む中で、子どもから高齢者までの全ての住民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて心豊かに生活できる活力ある社会を実現できるよう、住民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な項目を示すものです。

住民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組めるよう、個人の健康目標や、住民の健康づくりを支援する行政や関係団体等の役割を明確にし、住民の健康寿命を伸ばすことや生活の質の向上を図ることを目的とし、平成25年に本計画を策定しました。計画策定から5年が経過し、健康づくりの推進の成果と現状を把握するため、アンケート調査を実施し、中間評価を行い、今後の課題や方向性を見直しました。平成34年度（2022年度）の最終目標にむけて、基本理念や基本的方向性については、踏襲することとします。

2 基本理念

今日の健康を明日につなげ 健康で活力ある町をめざして

健康は、住民が希望や生きがいを持ち、心豊かな人生を送るためには、欠かすことができない大切なものです。

今後も、増加する高齢者の健康づくりなど、10年後、20年後の変化も視野に入れ、健康を次世代へとつなげていく持続可能な健康な町の実現をめざしていきます。

斑鳩町に住み、働き、学ぶ一人ひとりが共に手を携えて、個人の努力だけでなく、家族ぐるみ、地域ぐるみで健康づくりに取り組むことにより、生涯を通じて心身ともに健康で生きがいのある生活を送ることができ、また次世代へとつなげていけるよう、本計画における基本理念を「今日の健康を明日につなげ 健康で活力ある町をめざして」とします。

3 期 間

本計画の期間は、平成25年度から、平成34年度（2022年度）までの10年間とします。

目標の達成状況や社会情勢の変化に対応するため、計画の中間年となる平成30年度を目途に中間評価をし、平成34年度（2022年度）に最終評価を行い、さらに次の健康づくり施策の推進に反映するものとします。

4 方 針

(1) 健康寿命を伸ばす

高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、生活習慣病の予防、自立した社会生活をおくることを目指し、生涯にわたり健康な生活習慣に取り組み、健康寿命を伸ばしていきます。

(2) 一次予防の重視と重症化予防

前計画は、病気の早期発見や早期治療（二次予防）にとどまらず、日常生活から、積極的に健康増進を図り病気を予防する一次予防の取り組みに重点を置いてきました。本計画においても引き続き、日常の生活習慣の改善など一次予防に重点を置いた対策を推進します。

併せて、合併症の発症や症状の進展など、重症化の予防についても対策を推進していきます。

(3) 健康目標の設定

前計画では、住民一人ひとりのめざすべき健康目標と、計画の評価に向けた具体的な数値目標を設定しています。本計画では、新たに健康目標を設定し、具体的な取り組みを示していきます。

(4) 住民が主役の健康づくり

健康づくりは、住民一人ひとりが、健康について関心を持ち、正しい知識や生活習慣を身につけて、それを実践・継続していくことが不可欠です。本計画では、「住民が主役の健康づくり」をめざし、住民一人ひとりが主体的に取り組めるよう、個人の健康目標を明確にするとともに、行政や関係団体の役割を明確にしていきます。

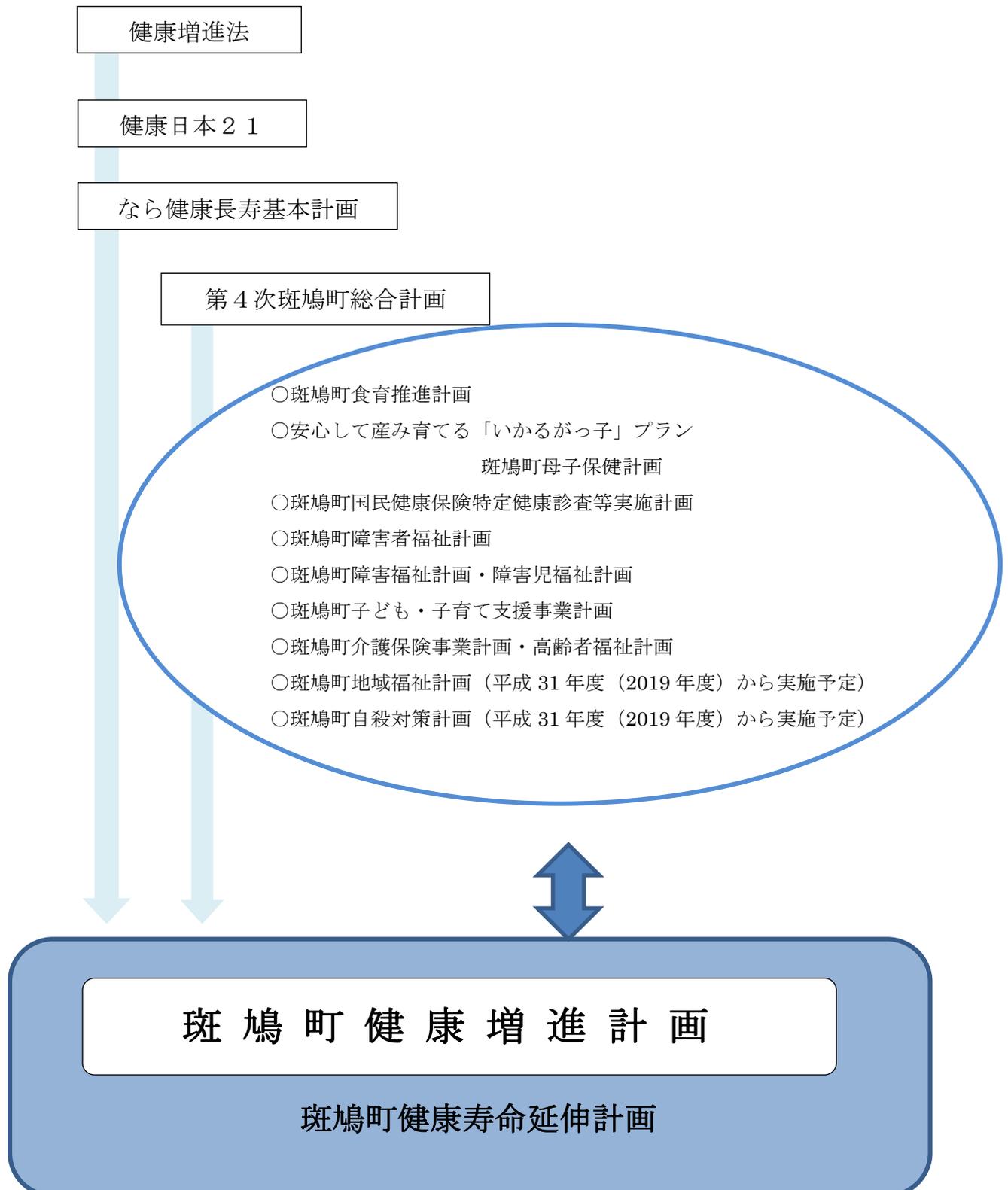
また、計画実施や評価・見直しにあたっては、住民や地域、学校、職場、保健医療等の関係機関・団体などが連携して健康づくりを推進していけるよう、情報を提供し、情報の共有化を図っていきます。

(5) 地域で支援する環境整備の重要性

計画の目的を達成するためには、生活習慣を改善し、健康づくりに取り組もうとする本人を地域全体で支援していくための環境の整備が重要です。行政機関をはじめ、医療機関、教育関係機関、ボランティア団体などの健康に関わる様々な関係者がそれぞれの特性を活かして連携することにより、健康に関わる環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援していきます。

5 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画で「なら健康長寿基本計画」と整合性を図り、また、「第4次斑鳩町総合計画」などの関連計画と連動して実施していきます。



6 計画の方向性

(1) 総合的な施策展開の必要性

国の健康日本21の最終評価においては、「栄養・食生活」「運動」「休養・こころの健康」などの分野別に、生活習慣病予防を推進してきましたが、今後は、糖尿病の分野と栄養・食生活の分野の関係性、また、がんと栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙、飲酒の分野との関係性など、総合的な視点で取り組むことが重要です。

(2) 個人の生活習慣と地域の健康づくり環境の改善の視点の重要性

これまでは、高血圧・脳卒中予防だけでなく、内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病・脂質異常症等の発症を予防するために、個人の食習慣、運動習慣、喫煙、ストレスなどの生活習慣の改善に着目していましたが、長年積み重ねた生活習慣を健康的に改善し、定着させていくことは容易ではありませんでした。

今後、住民の生活習慣の改善や具体的な行動変容へとつなげていくためには、個人の生活習慣の改善やそれを支える地域の健康づくり環境の両輪で取り組みを進めていくことが重要です。

(3) ライフステージ別の健康づくりの推進

近年、職場では職種の多様化や勤務形態による不規則な生活となり、家庭では、子育てなど毎日が多忙となる働き世代においては、自分の健康を振り返る機会が少なくなっていると考えます。

そこで、若い時期から、生活習慣を見直し、健康を意識することは次世代を担う子どもたちの生活習慣にも大きく反映されることから、親世代への働きかけが子どもへと波及させる取り組みなど、次世代の健康づくりに向けた取り組みも重要です。

7 基本目標

**「生涯を通じた主体的な健康づくり」と
「健康づくりを支える環境整備」の両輪による施策の推進**

社会環境の変化やそれに伴うライフスタイルの多様化などにより、生活習慣が乱れている現状があります。

これまでは、個人の生活習慣の改善に重点を置いた方向性が示されていましたが、本計画においては個人の生活習慣の改善と、その個人を支える社会環境の整備から、施策を推進していきます。

8 目標の実現に向けた施策

(1) 健康的な生活習慣をつくる

「生活習慣病の発症と重症化予防」及び「生活の質の維持・向上に向けた効果的な健康づくり」を実現するため、健康増進の基本要素となる「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「喫煙」「飲酒」に関する生活習慣の改善を共通目標として掲げ、その対策を推進していきます。

(2) 生活習慣病の発症と重症化予防

住民の健康を脅かす生活習慣病の予防は、健康的な生活習慣の実現と健（検）診受診が重要となり、「健診・生活習慣病」「がん」「歯・口腔の健康」に関する対策を推進していきます。

(3) 生活の質の維持・向上に向けた健康づくり

子どもから高齢者まで全ての住民が共に支えあいながら希望やいきがいをもち、生活の質（QOL）を維持・向上し、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会をめざして、それぞれのライフステージに応じて、生活習慣及び社会環境の変化に応じた健康づくりに着目した対策を推進していきます。

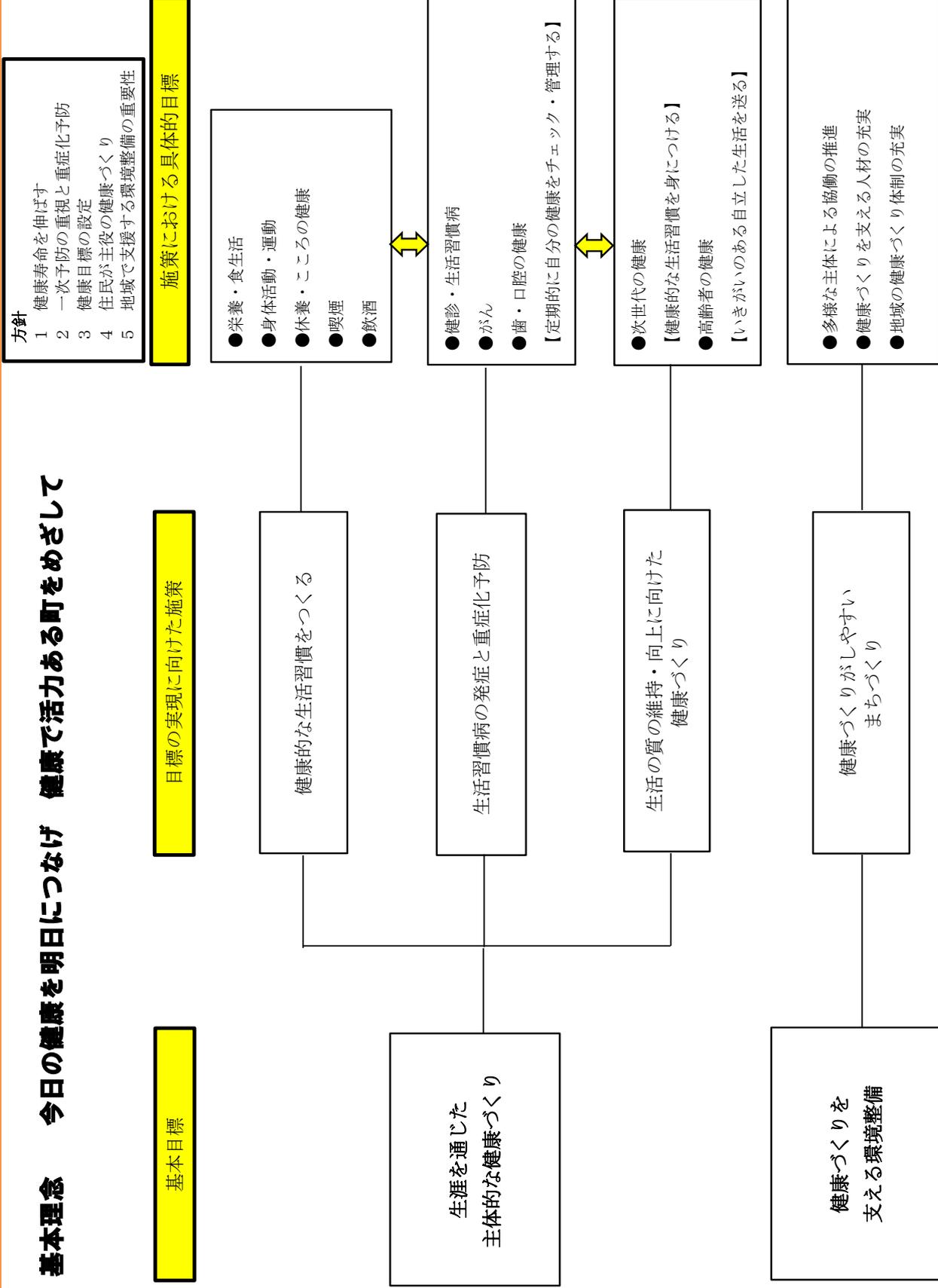
(4) 健康づくりがしやすいまちづくり

健康づくりを推進するためには、個人の取り組みだけではなく社会全体で支援していく環境の整備が重要です。

ボランティア団体や関係機関などの健康に関わる様々な関係者が特性を活かして連携することができるように働きかけを行い、健康づくりを支える人材の充実や体制の充実を図っていきます。

9 施策体系

基本理念 今日の健康を明日につなげ 健康で活力ある町をめざして

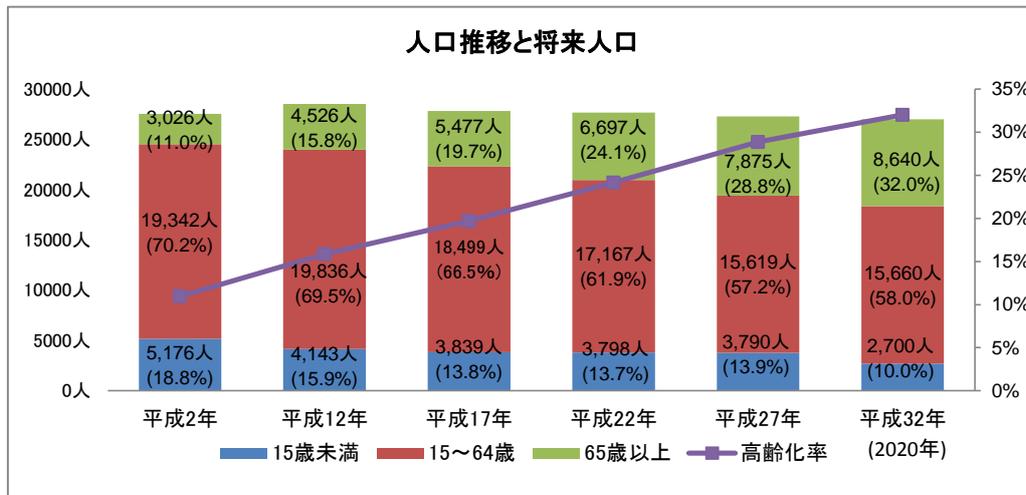


第2章 斑鳩町の現状

1 人口

本町の人口は、平成12年まで増加していましたが、その後減少しています。平成27年の本町の高齢化率（65歳以上人口の比率）は28.8%と高齢者が占める割合は年々増加しています。

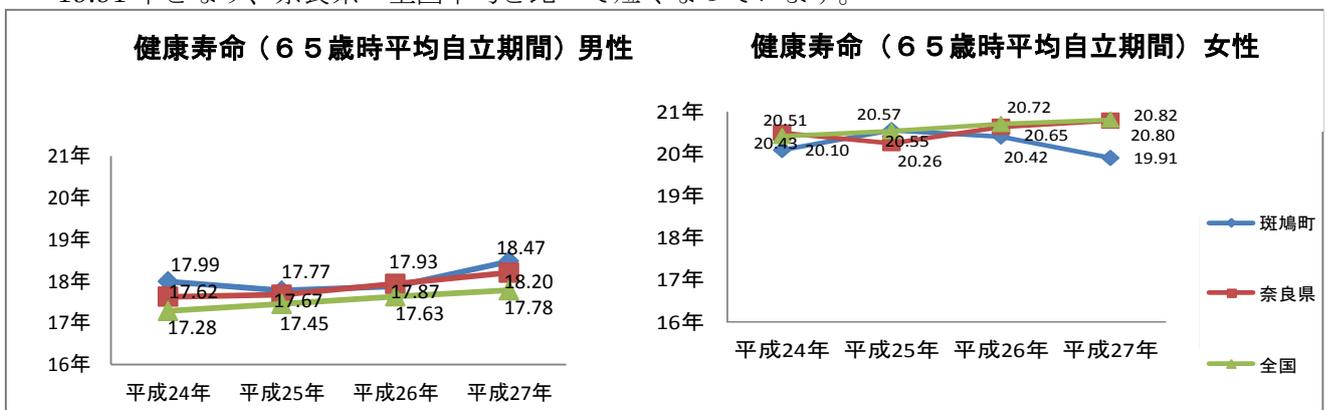
また平成32年（2020年）の人口構成は、平成2年と比較すると年少人口（0～14歳）が8.8ポイントの減少、生産人口（15～64歳）は12.2ポイントの減少、高齢者人口（65歳以上）は21.0ポイントの増加が想定され、今後少子・高齢化がさらに進んでいくと考えられます。



資料：住民生活部住民課/平成32年（2020年）は推計値

2 健康寿命

本町の健康寿命は、男性では平成24年は17.99年で、平成27年には18.47年となり、奈良県・全国平均より長くなっています。一方、女性では平成24年は20.10年で、平成27年には19.91年となり、奈良県・全国平均と比べて短くなっています。

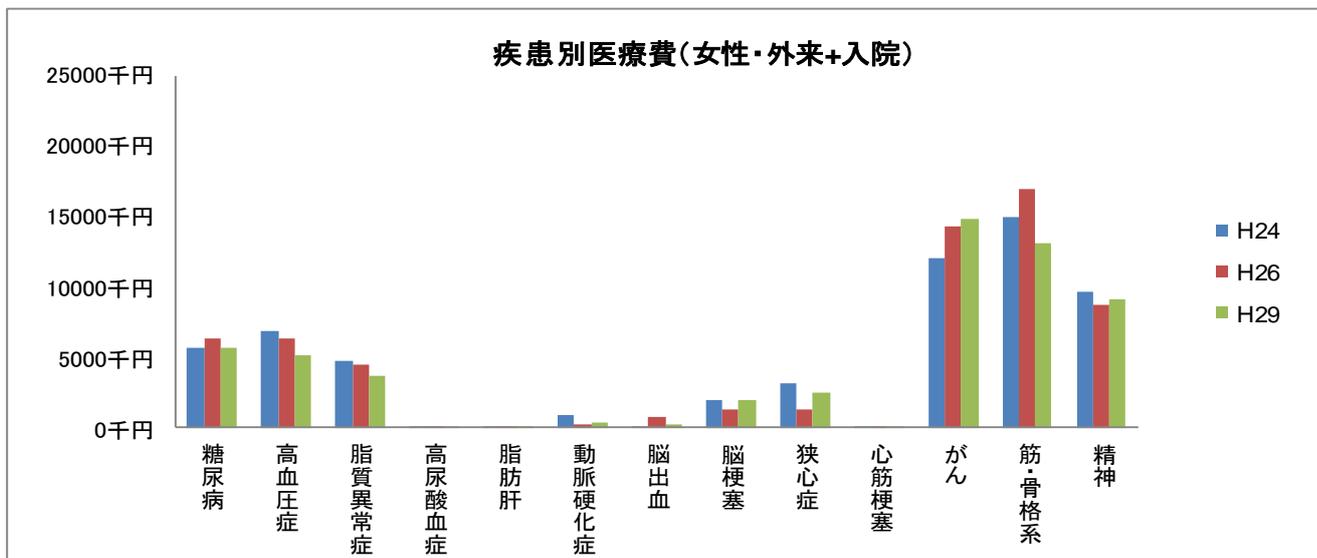
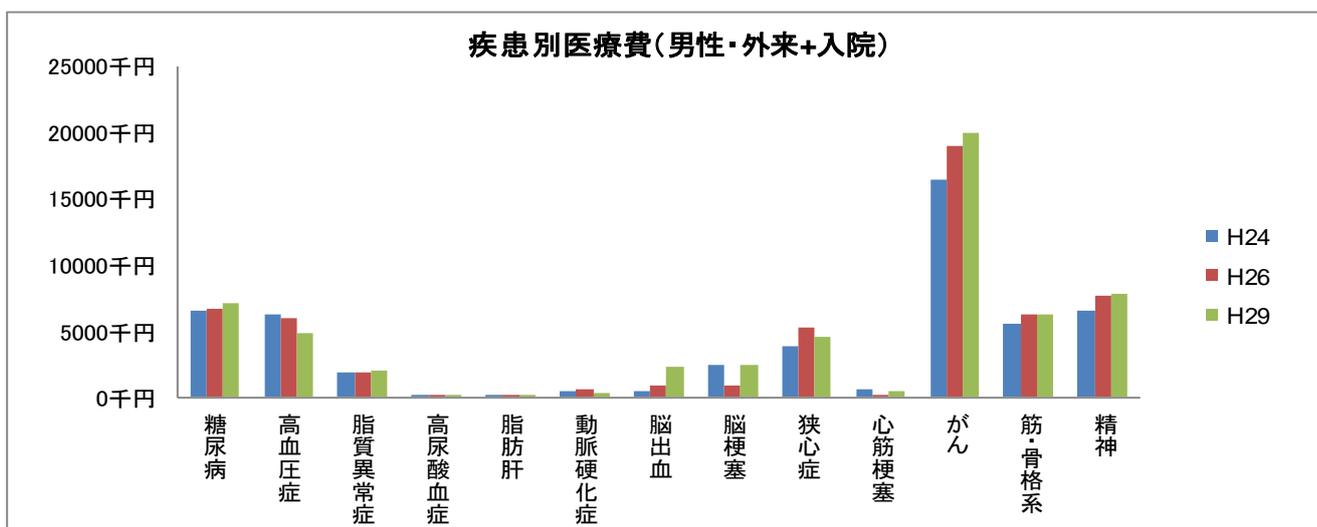
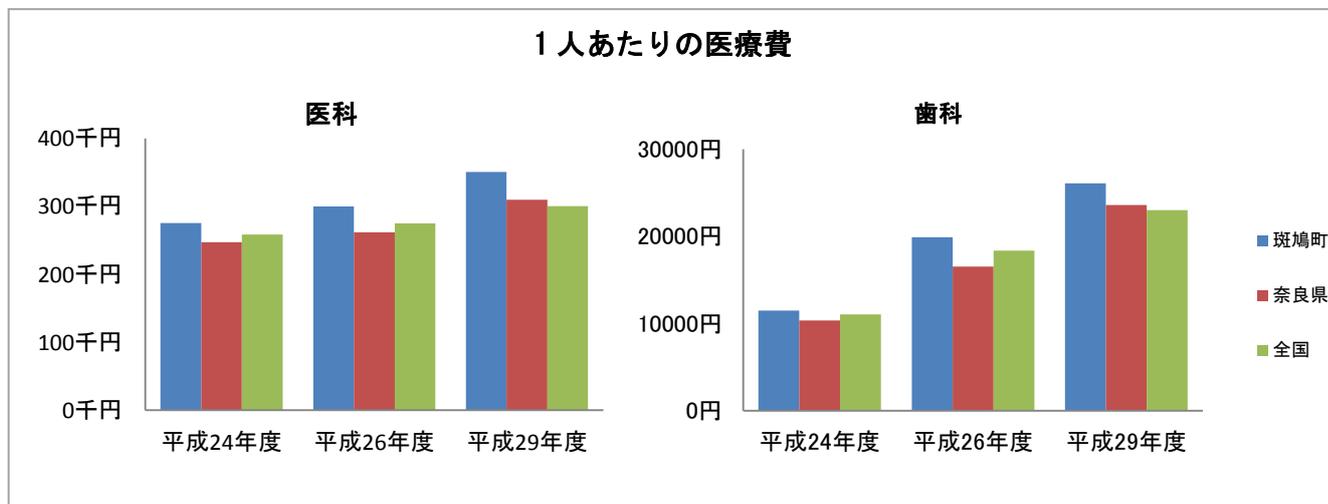


※「健康寿命」とは、日常的に介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間

資料：奈良県健康福祉医療部

3 医療費

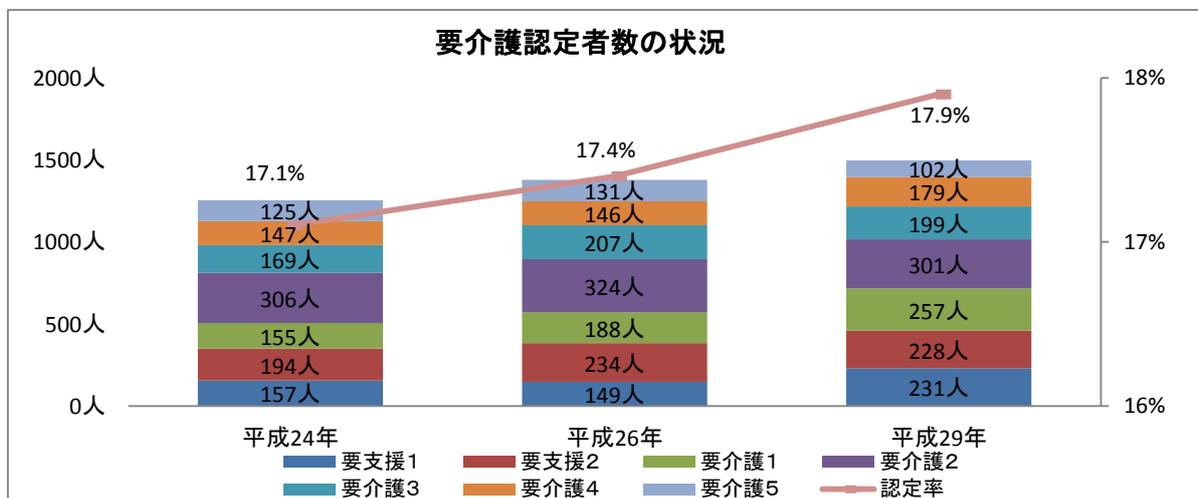
1人当たりの医療費は、医科・歯科ともに年々増加しており、奈良県・全国に比べても高い状態です。また、疾患別医療費は平成29年度では、男女ともに悪性新生物が最も高い状態です。



資料：国保連合会 KDB システム

4 要介護状況

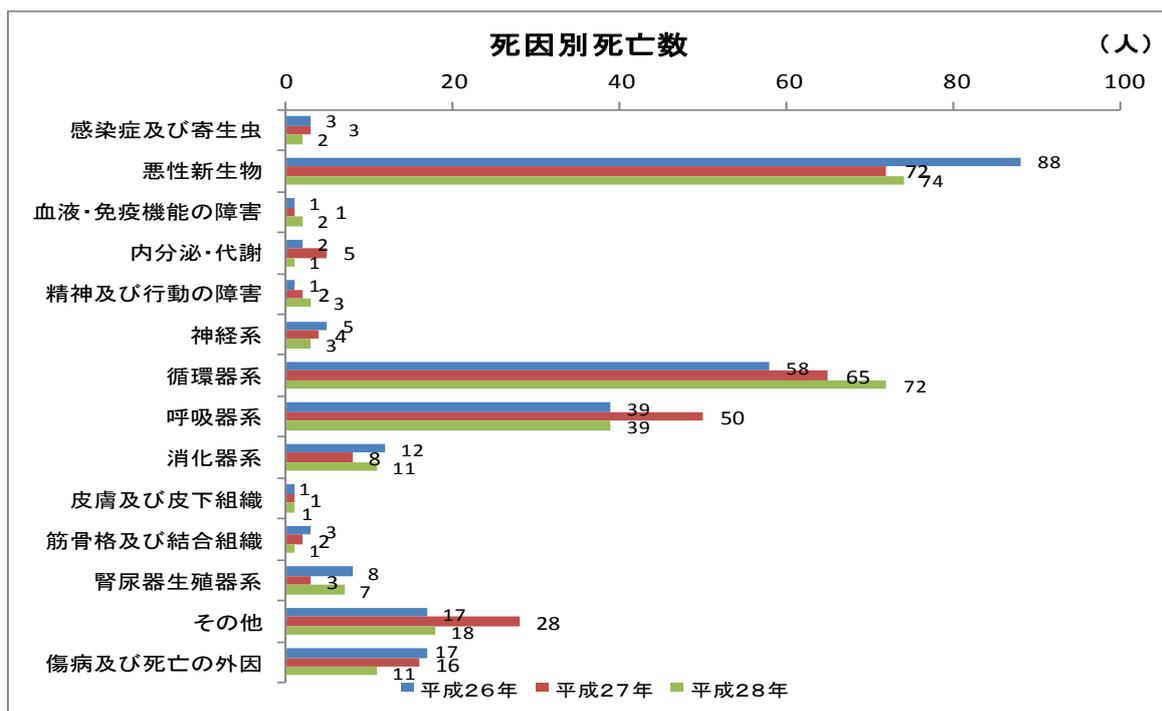
要介護認定者数は増加しており、平成29年は1,497人、認定率は17.9%となっています。平成24年の要介護度と比べると、要介護2以上の認定を受ける人は減少していますが、要支援1から要介護1の認定を受ける人は増加しています。



資料：斑鳩町第7期介護保険計画

5 死因別死亡数

死因別死亡数をみると、悪性新生物が最も高く、次いで循環器系疾患・呼吸器系疾患となっています。年々増加してきているのは循環器系疾患となっており、生活習慣病を起因とする疾患が主な死因となっています。



資料：奈良県人口動態統計

第3章 中間評価

1 概要

今回実施した健康づくりに関するアンケート調査などにより得られた結果をもとに、計画策定時の目標値について評価を実施しました。

その結果、目標達成済は 25.5%、目標達成ペースで改善は 3.9%、目標達成ペースに届かないペースで改善は 23.5%、悪化は 25.5%、評価困難は 21.6%となっており、計画策定時よりも数値に改善がみられたものは 67.5%でした。また4つの施策ごとにみると、数値が悪化している割合が高い施策は、「1、健康的な生活習慣をつくる」でした。

「1、健康的な生活習慣をつくる」においては、健康増進の基本となる生活習慣の改善が重要であるという考えに基づき目標を設定しており、悪化した項目は生活習慣病のリスクを高める恐れがあるため、引き続き改善に向けて取り組みを行っていきます。

数値目標達成状況の分析の結果、達成できた項目についてはさらに改善をめざし、改善がみられなかった項目については評価・検討に基づき、数値目標の達成に向けて、今後の取り組みの見直しと対策が必要と考えられます。

施策	指標	判定				
		◎	○	△	×	—
1健康的な生活習慣をつくる	21	6	0	3	10	2
2生活習慣病の発症と重症化予防	14	2	0	8	1	3
3生活の質の維持・向上に向けた健康づくり	15	4	2	1	2	6
4健康づくりがしやすいまちづくり	1	1	0	0	0	0
総合計	51	13	2	12	13	11
		25.5%	3.9%	23.5%	25.5%	21.6%

【評価判定基準】

◎: 目標達成済

○: 目標達成ペースで改善

△: 目標達成ペースに届かないペースで改善

×: 悪化

—: 評価困難

2 目標達成状況

(1) 健康的な生活習慣をつくる

目標	指標	第2期策定時 (H24)	中間評価 (H30)	目標値	進捗状況
栄養・食生活	「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている人をふやす	9.5%	33.9%	増加	◎
	うす味にする人をふやす	男性 21.8% 女性 31.6%	男性 23.8% 女性 25.4%	男性 50% 女性 50%	男性 △ 女性 ×
	肥満者(BMI25以上)の割合をへらす	男性 21.4% 女性 13.6%	男性 23.2% 女性 14.8%	減少	男性 × 女性 ×
身体活動	「健康のために意識的に体を動かす」ことを週1回以上している人をふやす	男性 53.9% 女性 54.6%	男性 55.3% 女性 48.0%	男性 60% 女性 60%	男性 △ 女性 ×
	1日に歩く時間をふやす	男性 46.7% 女性 53.2%	男性 50.4% 女性 47.7%	男性 60% 女性 60%	男性 △ 女性 ×
こころの健康	睡眠不足を感じる人をへらす	男性 13.3% 女性 12.9%	男性 16.8% 女性 21.7%	減少	男性 × 女性 ×
	ストレスを感じる人をへらす	男性 33.4% 女性 30.9%	男性 29.0% 女性 30.6%	減少	男性 ◎ 女性 ◎
	ストレス対処方法がある人をふやす	男性 81.8% 女性 86.7%	男性 78.8% 女性 87.1%	増加	男性 × 女性 ◎
喫煙	成人の喫煙者の割合をへらす	男性 26.3% 女性 6.1%	男性 22.3% 女性 4.0%	減少	男性 ◎ 女性 ◎
	COPD(慢性閉塞性肺疾患)と喫煙の関連性について知っている人をふやす	男性 34.1% 女性 43.6%	男性 33.6% 女性 39.0%	増加	男性 × 女性 ×
飲酒	毎日飲酒をしている人をへらす	-	男性 35.7% 女性 8.8%	減少	男性 - 女性 -

(2) 生活習慣病の発症と重症化予防

目標	指標	第2期策定時 (H23)	中間評価 (H29)	目標値	進捗状況	
健診・生活習慣病	特定健康診査を受ける人をふやす	28.7%	(H28) 34.9%	60%	△	
	特定保健指導利用率(終了率)をふやす	20.4%	(H28) 27.9%	60%	△	
	メタボリックシンドロームに該当する人をへらす	男性 39.9% 女性 11.4%	男性 27.3% 女性 7.8%	減少	男性 ◎ 女性 ◎	
がん	がん検診を受け る人	胃がん検診(40~69歳)	12.0%	12.3%	50%	△
		肺がん検診(40~69歳)	12.6%	14.2%	50%	△

目標	指標		第2期策定時 (H23)	中間評価 (H29)	目標値	進捗状況
がん	がん検診を受ける人をふやす	大腸がん検診 (40～69歳)	16.1%	18.9%	50%	△
		子宮がん検診 (20～69歳)	49.7%	52.3%	60%	△
		乳がん検診 (40～69歳)	47.0%	45.3%	60%	×
		前立腺がん検診 (55歳～69歳/男性)	29.1%	31.1%	50%	△
歯・ 口腔 の健康	何でも噛んで食べることができる人をふやす(60歳代)		-	男性 71.3% 女性 76.3%	増加	男性 - 女性 -
	歯周疾患検診を受ける人をふやす		4.0%	4.2%	10%	△
	妊婦	-	妊婦	21.9%		妊婦 -

(3) 生活の質の維持・向上に向けた健康づくり

目標	指標		第2期策定時 (H24)	中間評価 (H30)	目標値	進捗状況
次世代の健康	朝食を食べる人をふやす	小中学生	小中学生 86.5%	小中学生 87.4%	95%	小中学生 △
		成人	男性 86.7% 女性 90.9%	男性 86.4% 女性 90.8%		男性 × 女性 ×
	夕食を1人で食べる人をへらす		小学生 2.8% 中学生 10.8%	小学生 1.0% 中学生 7.6%	減少	小学生 ◎ 中学生 ◎
	妊婦の喫煙をなくす		(H23)3.8%	(H29)0.4%	0%	妊婦 ○
	妊婦の飲酒をなくす		-	(H29)0.4%	0%	-
	未成年の喫煙をなくす		中学男子 4.0% 中学女子 2.8%	中学男子 0.0% 中学女子 1.0%	0%	男子 ◎ 女子 ○
	未成年の飲酒をなくす		中学男子 - 中学女子 -	中学男子 13.7% 中学女子 12.7%	0%	男子 - 女子 -
	むし歯のない子どもをふやす (3歳児健診)		(H23)78.3%	(H29)84.9%	増加	◎
高齢者の健康	健康であると感じている高齢者をふやす		-	20.2%	増加	-
	ロコモティブシンドロームを知っている高齢者をふやす		-	45.7%	増加	-
	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者をへらす		-	19.8%	減少	-

(4) 健康づくりがしやすいまちづくり

指標		第2期策定 (H24)	中間評価 (H29)	目標値	進捗状況
健康づくりオ ティア団体数 活動人数を す	食生活改善推進員	45人	37人	増加	◎
	運動普及ボランティア	9人	17人		
	保健センターサポ	32人	31人		
	母子保健推進員	17人	16人		
	子育てサポートク 「ゆりかご」	64人	50人		
	栄養士会	33人	33人		
	※介護予防ボランテ	15人	34人		
	介護予防リーダー	—	27人		

※H30年度より介護予防サポーターと名称を変更

【評価判定基準】

◎: 目標達成済

○: 目標達成ペースで改善

△: 目標達成ペースに届かないペースで改善

×: 悪化

—: 評価困難

第4章 健康課題と目標

1 健康的な生活習慣をつくる

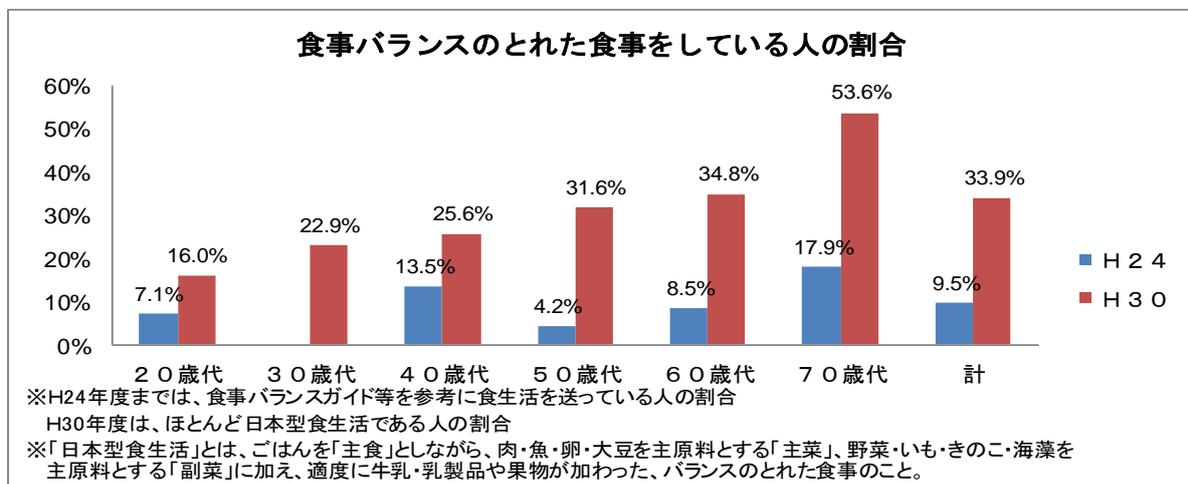
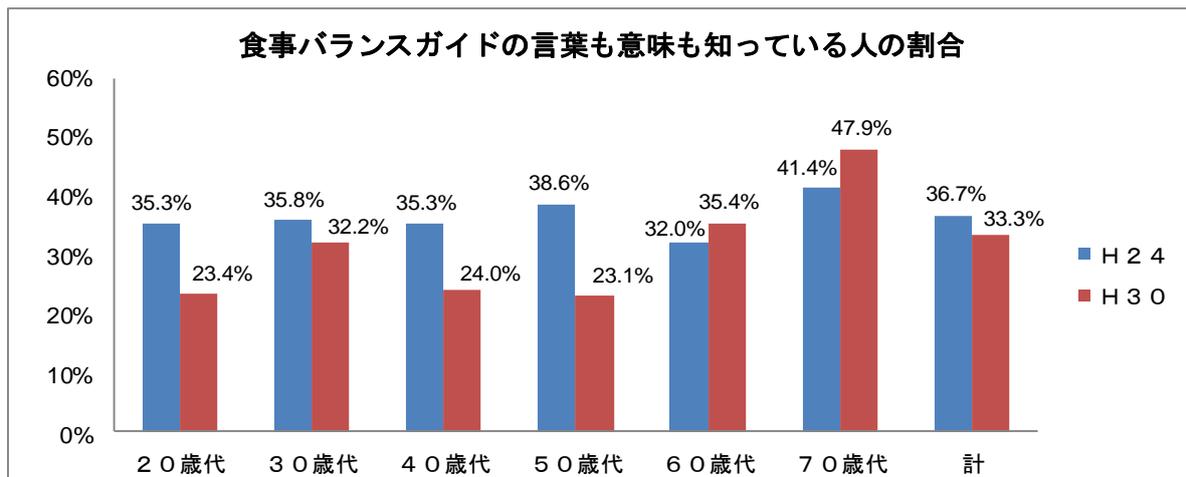
(1) 栄養・食生活

栄養は不足しても過剰になってもからだに影響を与え、疾患が生じる原因になります。生活習慣病を予防するために栄養のバランスを考え、適量の食事をする習慣を身につけることが大切です。また、家族や友人と楽しく食事をとることは、生活に潤いを与え、心のゆとりにもつながります。

① 指標の評価

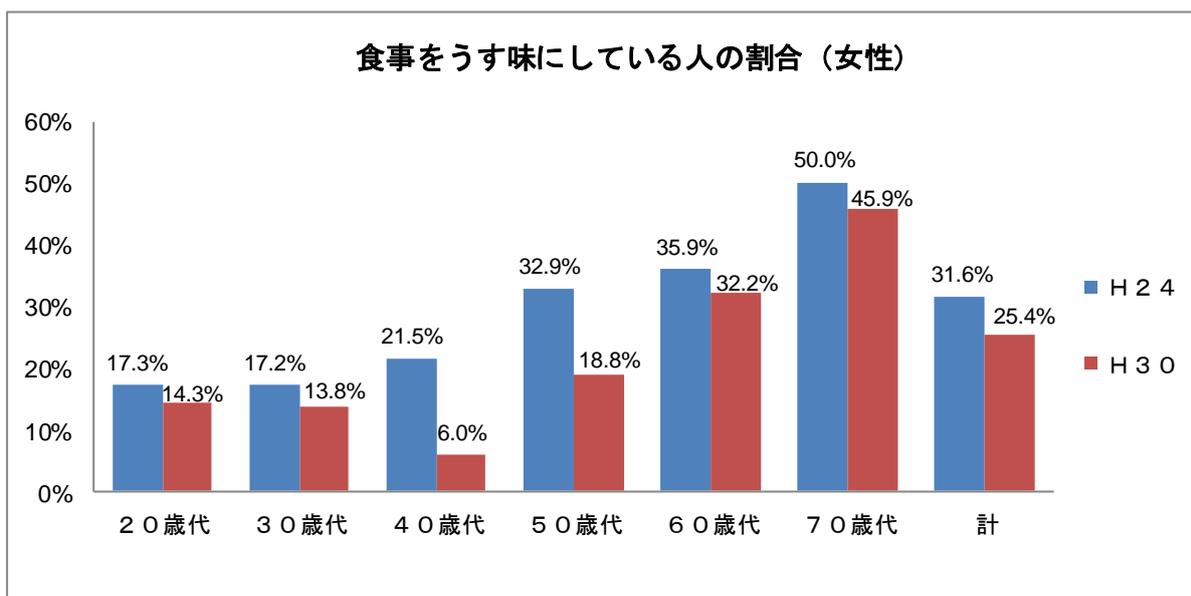
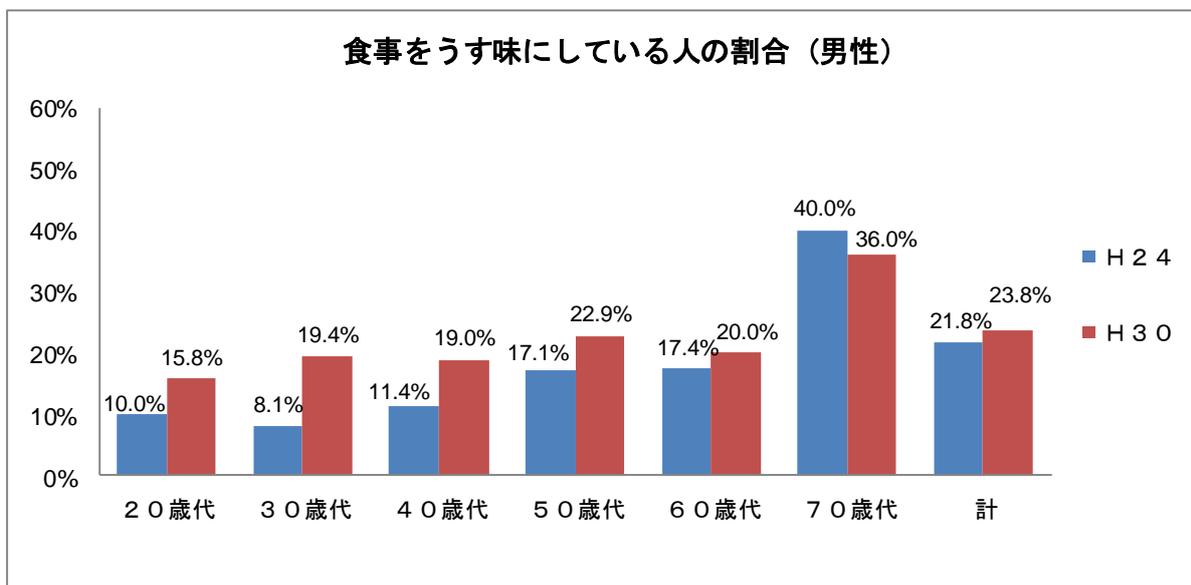
◎ 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている人をふやす

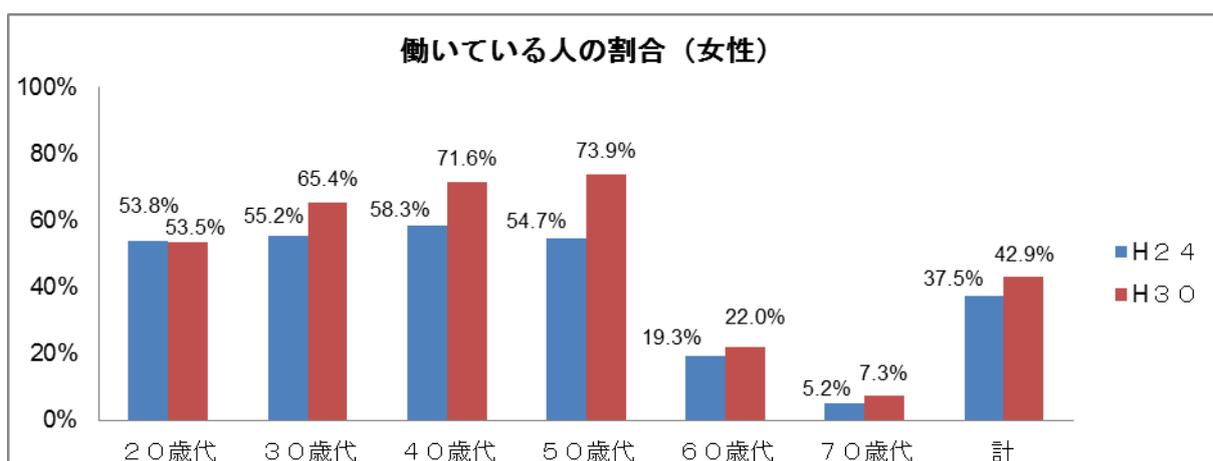
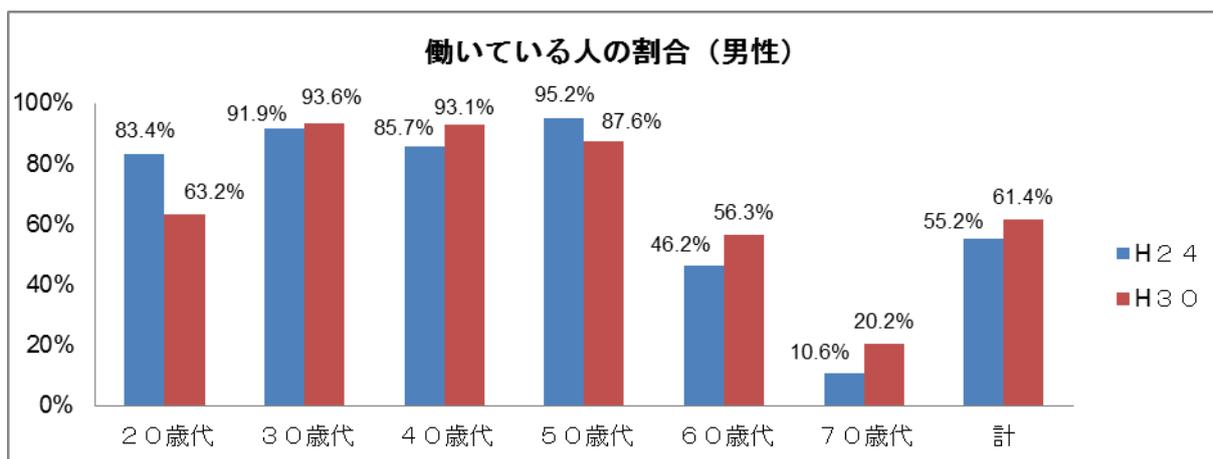
- ・食事バランスガイドの言葉も意味も知っている人の割合は33.3%で3.4ポイント減少しており、20歳代から50歳代の若い世代で減少している。
- ・バランスのとれた食事をしている人の割合は、33.9%で24.4ポイント増加しており、各世代において増加が見られる。



◎うす味にする人をふやす

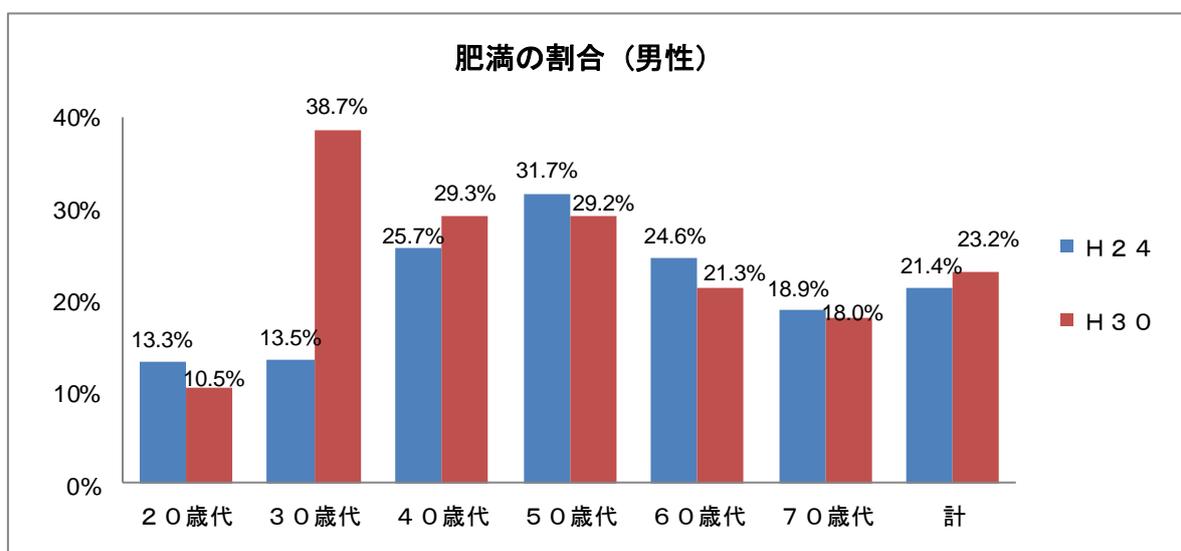
- ・食事をうす味にする人の割合は、男性は23.8%で2.0ポイント増加しているが、女性は25.4%で6.2ポイント減少しており、目標値には達していない。
- ・男性では、70歳代は減少しているが、そのほかの年代では増加がみられ、特に30歳代・40歳代の増加が著しい。一方で女性は、どの年代においても減少しており、特に40歳代・50歳代の減少が著しい。
- ・平成24年度では、男性に比べ女性のほうがうす味にしている人の割合が高かったが、今回の結果では男女間での差はあまりみられなくなった。また、平成24年度と比較し、最も減少率が大きいのは40歳代女性であり、その差は15.5ポイントであった。
- ・働いている人の割合をみると、男女ともに増加しており、特に女性の30歳代から50歳代の増加が著しく、今回、うす味にしている人の割合が減少している世代と一致している。

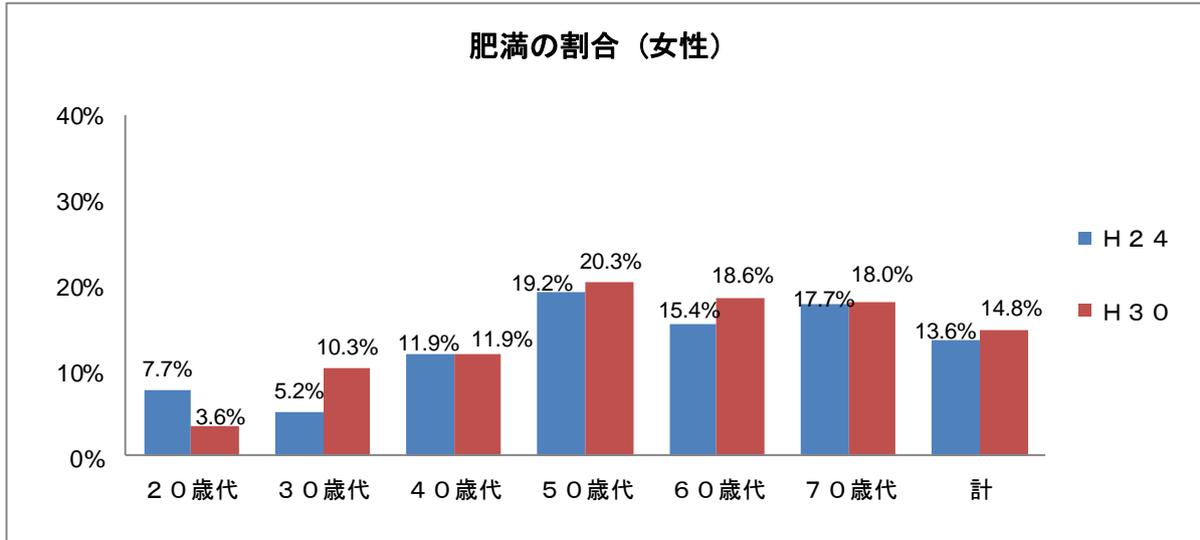




◎肥満（BMI 25以上）の割合をへらす

- ・肥満の割合は、男性では 23.2% で 1.8 ポイント、女性では 14.8% で 1.2 ポイント増加しており、目標は達成できていない。
- ・年代別にみると 30 歳代の増加が著しく、男性は 25.2 ポイント、女性は 5.1 ポイントの増加がみられた。男性は 30 歳代・40 歳代で増加しているが、その他の年代では減少している。女性では 20 歳代のみ減少し、40 歳代以降の年代では横ばい状況である。





② 課題

栄養・食生活については、日本型食生活を基本とするバランスのとれた食事をしている人は増加していますが、食事をうす味にしている人の割合は、30歳代から50歳代で著しく減少しているなど、食に関する意識は低くなってきていると考えられます。また30歳代では、肥満の割合の増加がみられ、今後若い世代への取り組みも課題となります。このような現状の背景には、30歳代から50歳代の女性の就業率の増加により、家事や仕事との両立の難しさなどから、生活習慣の乱れが生じていると考えられます。また、男性においても、30歳代・40歳代で肥満の割合が増加していることから、働き盛り世代に対してのアプローチが重要といえます。

③ 今後の取組について

目標

健康的な食事への正しい知識と食習慣を身につけ、適正体重を維持しましょう

住民の行動指針

- 定期的に体重をチェックしましょう。
- 主食（ごはん、パン、麺など）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品など）、副菜（野菜、いも、きのこ、海藻など）をそろえてバランスよく食べましょう。
- 新鮮な野菜や果物を充分にとり、減塩を心がけましょう。
- 規則正しい生活リズムを心がけましょう。

取組の方向性

〈肥満とやせを改善するための取組の充実〉

- 男女共に 30 歳代での肥満者の増加率が高くなっており、20 歳代から望ましい食習慣を定着させるために、食事量や食べる時間帯などの食べ方についての正しい知識の普及を図り、肥満予防に向けた取り組みを推進します。

〈バランスの良い食習慣・減塩に向けた実践支援〉

- 「主食」「主菜」「副菜」の揃うバランスの良い食生活の実践に向けて、食事バランスガイド等を活用し、バランスの良い食生活の普及啓発や健康教育・個別指導等の働きかけを行っていきます。
- 40 歳代・50 歳代女性のうす味にしている人の割合が減少していることから、減塩対策の充実を図っていきます。出汁や香辛料、香味野菜を利用するなどの具体的で取り組みやすい減塩対策の普及啓発を推進します。
- 子どものころからバランスの良い食習慣やうす味を定着させるために、親子を対象とした料理教室を開催するとともに、家庭での正しい食生活を送ることができるよう支援していきます。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
栄養教室・相談	<p>適正体重の維持に向けた支援を行うため、個々のライフスタイルに合わせた個別保健指導を行う。</p> <p>バランスの良い食生活の定着に向け、食事バランスガイド等を活用した健康教育を実施する。</p> <p>尿中塩分測定や「減塩紙芝居」などの県の減塩対策の媒体を活用し、減塩の知識の普及啓発を推進する。</p>	保健センター
食生活改善推進員協議会・栄養士会の活動支援	<p>食生活改善や減塩を地域全体で取り組むことができるよう食生活改善推進員協議会や栄養士会への働きかけを強化し、活動を支援する。</p>	保健センター
保育園・幼稚園・小・中学校における食育の推進	<p>子どものころからのバランスの良い食生活を定着させるため、親子で参加する料理教室や、子どもとその保護者に対し、健康教育を実施する。</p>	保健センター 福祉子ども課 教育委員会

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
【変更】 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人をふやす※	33.9%	60%	現状値 平成30年度健康づくりに関するアンケート調査結果
うす味にする人をふやす	男性 23.8% 女性 25.4%	男性 50% 女性 50%	
肥満者（BMI25以上）の割合をへらす	男性 23.2% 女性 14.8%	男性 21% 女性 13%	

※前回の指標は「食事バランスガイド等を参考に食生活を送っている人をふやす」としていたが、県の指標と整合性を図るため「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人をふやす」を指標とする。

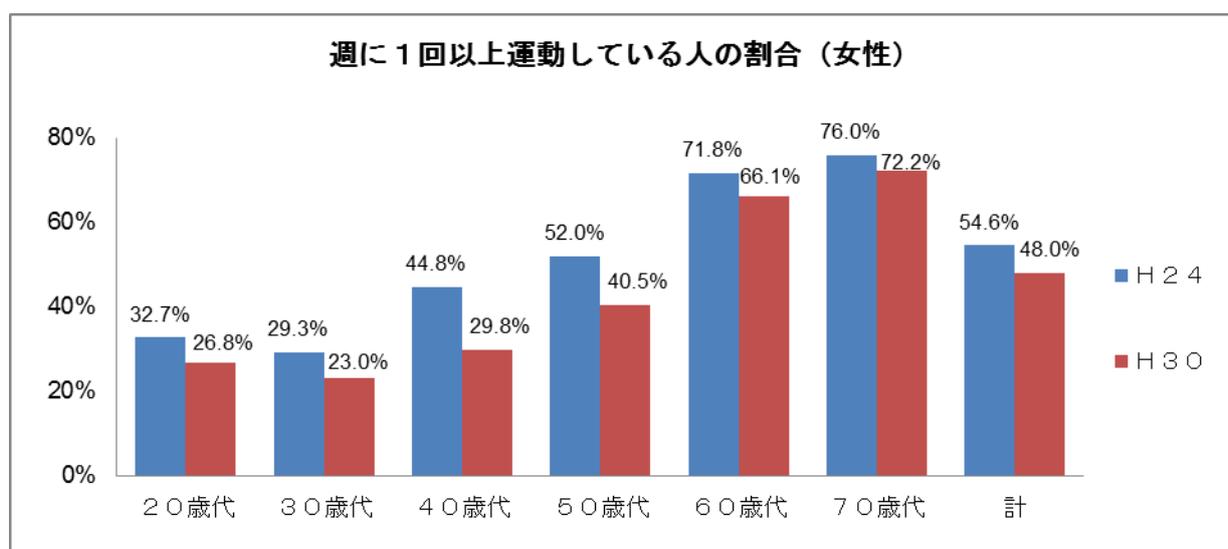
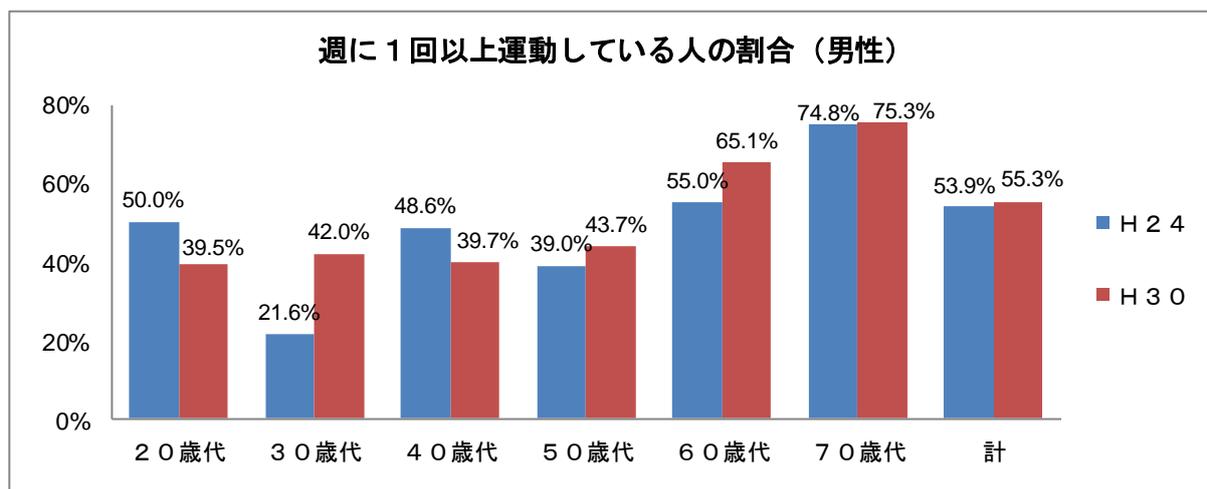
(2) 身体活動・運動

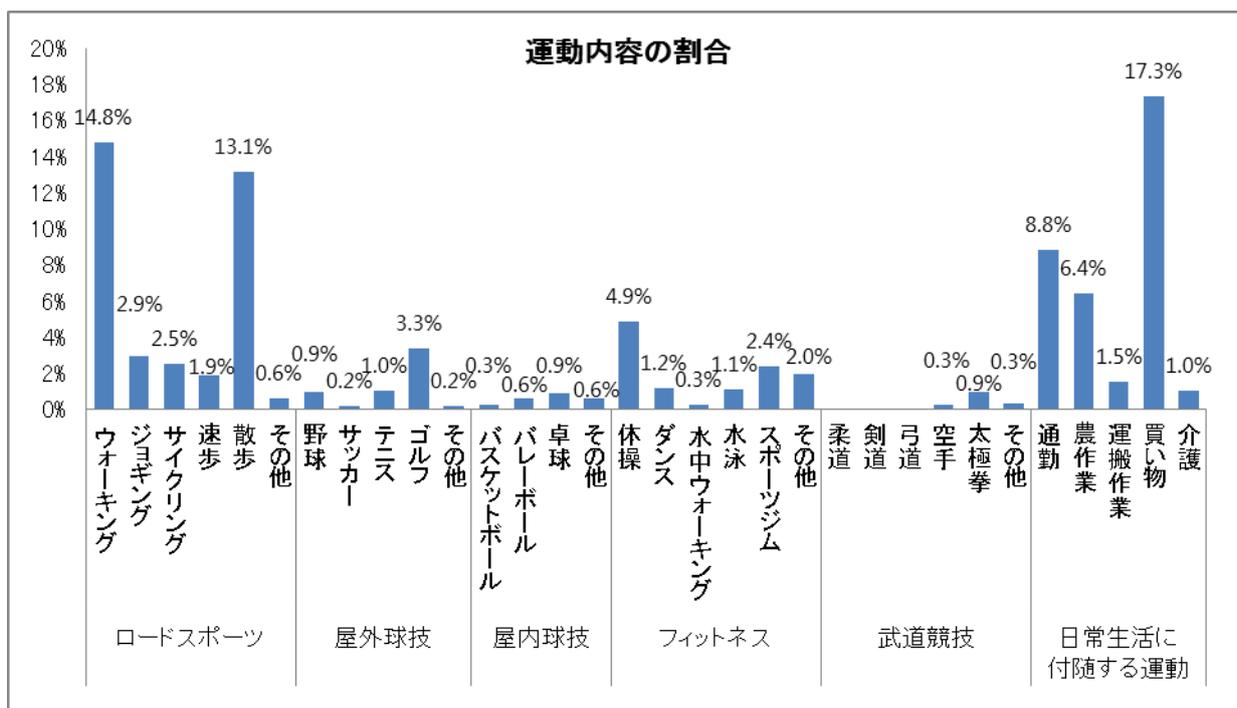
適度な運動を定期的に行うことは、肥満予防になるとともに心肺機能が高まり、血液循環を良好に保つことから、生活習慣病の予防につながります。また、気分をリフレッシュさせ、精神的ストレスを解消する効果もあります。

① 指標の評価

◎「健康のために意識的に体を動かす」ことを週1回以上している人をふやす

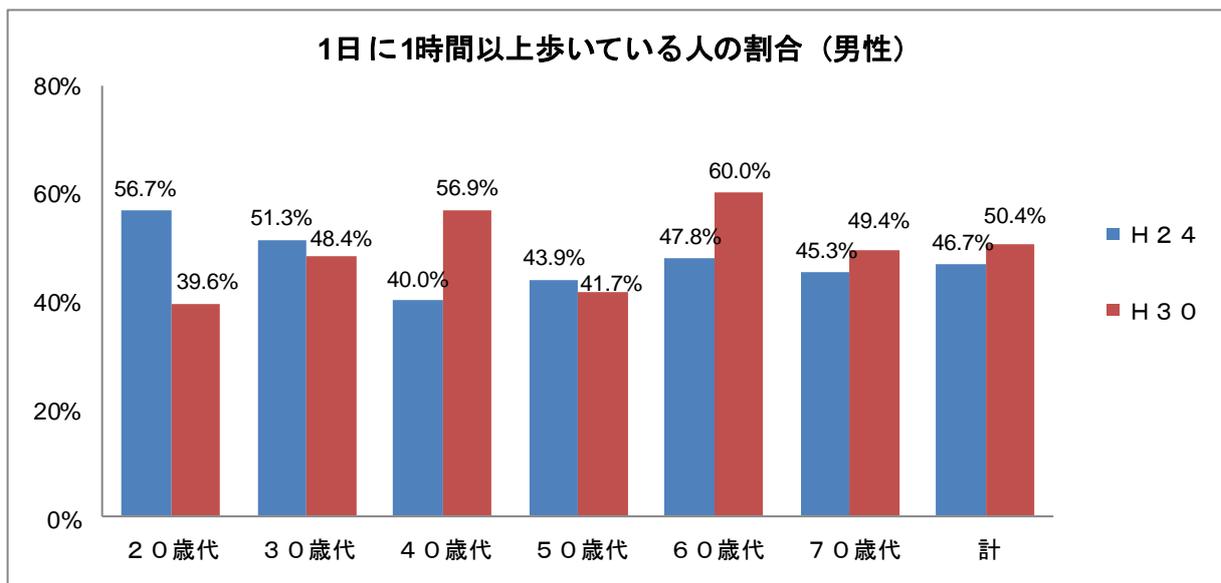
- ・週に1回以上運動している人の割合は、男性は55.3%で1.4ポイント増加、女性は48.0%で6.6ポイント減少しており、目標値には達していない。
- ・男性では30歳代の増加率が大きく、20.4ポイント増加している。女性では、40歳代・50歳代の減少率が大きく、40歳代では15.0ポイント、50歳代は11.5ポイント減少している。
- ・60歳代以上の人は、男女ともに週1回以上からだを動かす人の割合は高く、からだを動かすことを意識している人が多い。
- ・運動の内容としては買い物やウォーキング、散歩の順に多く、日常生活に付随する運動やロードスポーツなど手軽にできる運動が多い。

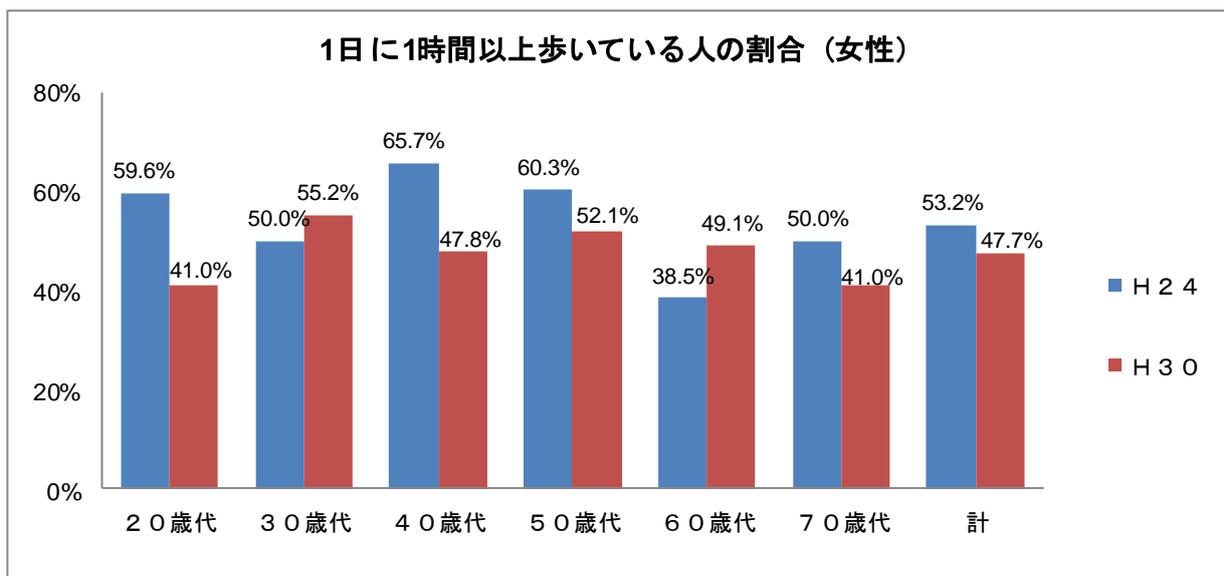




◎ 1日に歩く時間をふやす

- ・ 1日に1時間以上歩いている人の割合は、男性は50.4%で3.7ポイント増加、女性は47.7%で5.5ポイント減少しており、目標値には達していない。
- ・ 男性では40歳代・60歳代・70歳代、女性では、30歳代・60歳代で増加を認め、その他の年代では減少している。
- ・ 平成24年度では、男性に比べ女性の方が割合は高かったが、平成30年度では男性の方が高くなっている。





② 課題

日頃から運動を意識している人は60歳代以降で増加していますが、生活習慣病予防の取組を推進するには働き盛り世代の取組が重要となります。特に40歳代・50歳の女性は仕事や育児に忙しいことから、日常生活の中で無理なくできる運動を進めるなど、年代や性別に応じた働きかけを行う必要があります。

③ 今後の取組について

目標

日常生活の中で継続的に実践できる運動習慣を身につけましょう

住民の行動指針

- 忙しくて運動の時間をとることが難しい場合でも、日常生活の中で意識してこまめに身体を動かすことで運動の効果を得ましょう。
- 1日、10分程度多めに歩けば、約1,000歩の歩数増加につながります。毎日、10分多めに歩きましょう。

取組の方向性

〈運動習慣の普及〉

- 身近なウォーキングコースや手軽にできる運動方法の知識の普及に努め、日常生活の中で気軽に運動ができるよう支援していきます。
- スポーツ関連部署や関係機関と連携して参加しやすい環境づくりに努め、運動を始めるきっかけづくりを行います。

〈働き盛り世代における運動の推進〉

- 働き盛り世代における運動の習慣化はその後の健康を保持増進する観点から重要です。楽しみながら運動を行うきっかけづくりとその後の運動習慣継続に向けて、日常生活で手軽に行える運動の普及啓発や身近な場所で運動に参加できる体制を整えていきます。特に、40歳代・50歳代女性は週に1回以上運動している人の割合が低いことから、家事・仕事を両立しながら行える運動の普及啓発や託児を活用した運動教室の実施等、身近な場所で運動に参加できる機会の提供を行います。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
ウォーキングの推進	ウォーキングモデルコースやおでかけ健康法を活用して、誰もが手軽に取り組めるウォーキングを推進する。	保健センター 運動普及ボランティア
健康教育	関係課で連携を図りながら、それぞれのライフステージや目的に合わせた運動ができる環境を充実させ、ウォーキングや筋力トレーニングを目的とした運動教室等を実施する。 地域に出向いたり、健（検）診等人が集まる場所で運動習慣の定着に向けた教育を行う。また運動についてのパネル展示により、知識の普及啓発を行う。	保健センター 長寿福祉課 生涯学習課 運動普及ボランティア
運動普及ボランティアの活動支援	運動をテーマに、家族や地域全体で健康づくりに取り組むことができるように、ボランティア活動を支援する。	保健センター
スポーツの振興	町内の施設や団体等を活用し、運動を身近に行える場づくりやスポーツイベントの開催により、スポーツの振興を図る。	生涯学習課

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
「健康のために意識的に体を動かす」ことを週1回以上している人をふやす	男性 55.3 % 女性 48.0 %	男性 60 % 女性 60 %	現状値 平成30年度健康づくりに関するアンケート調査結果
1日に歩く時間をふやす	男性 50.4 % 女性 47.7 %	男性 60 % 女性 60 %	

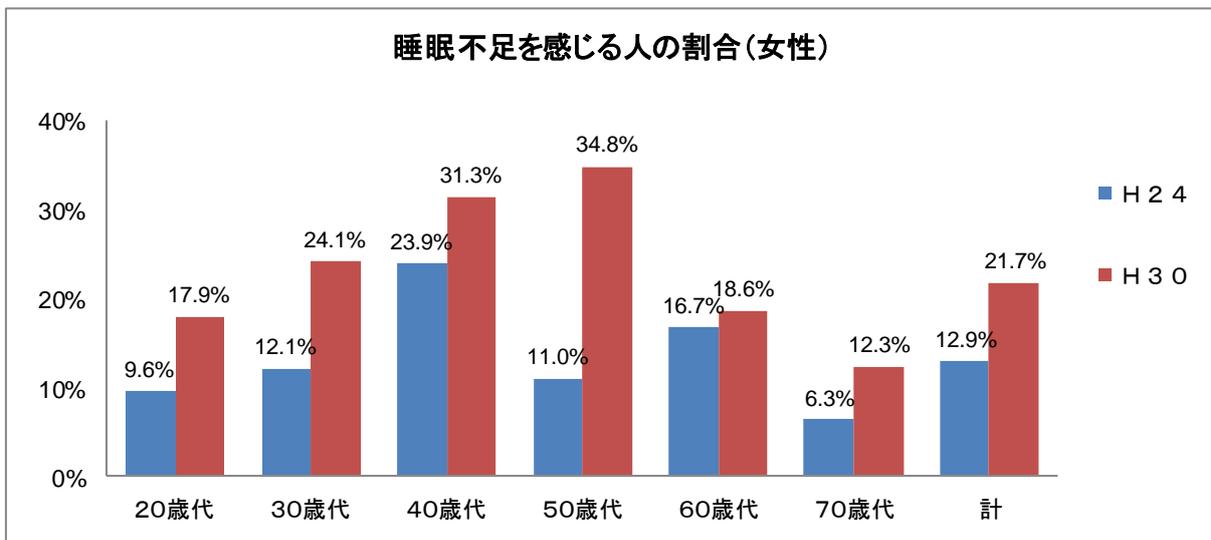
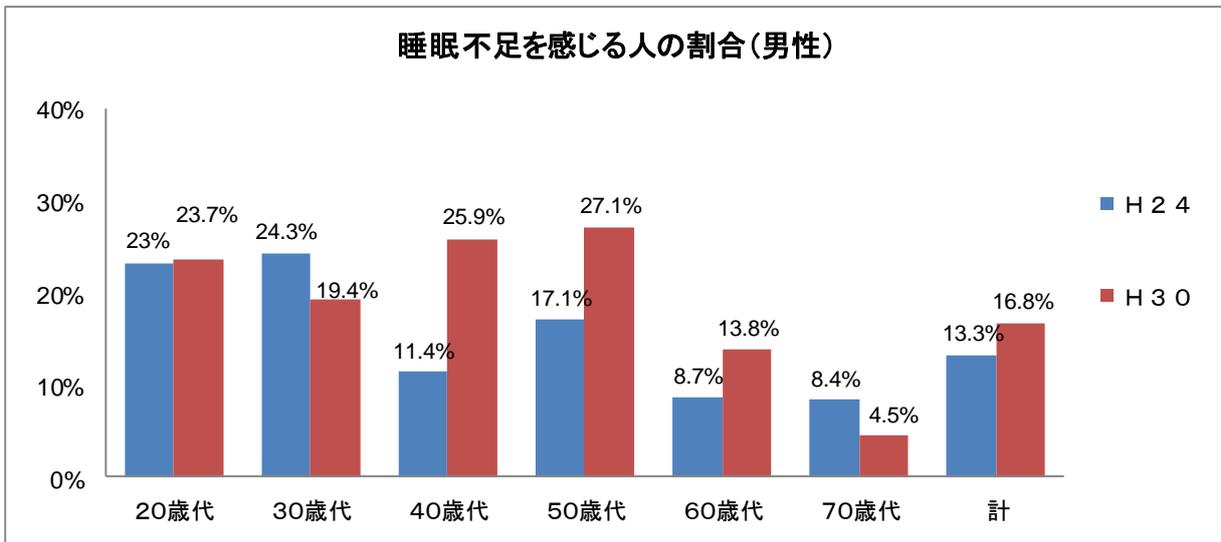
(3) 休養・こころの健康

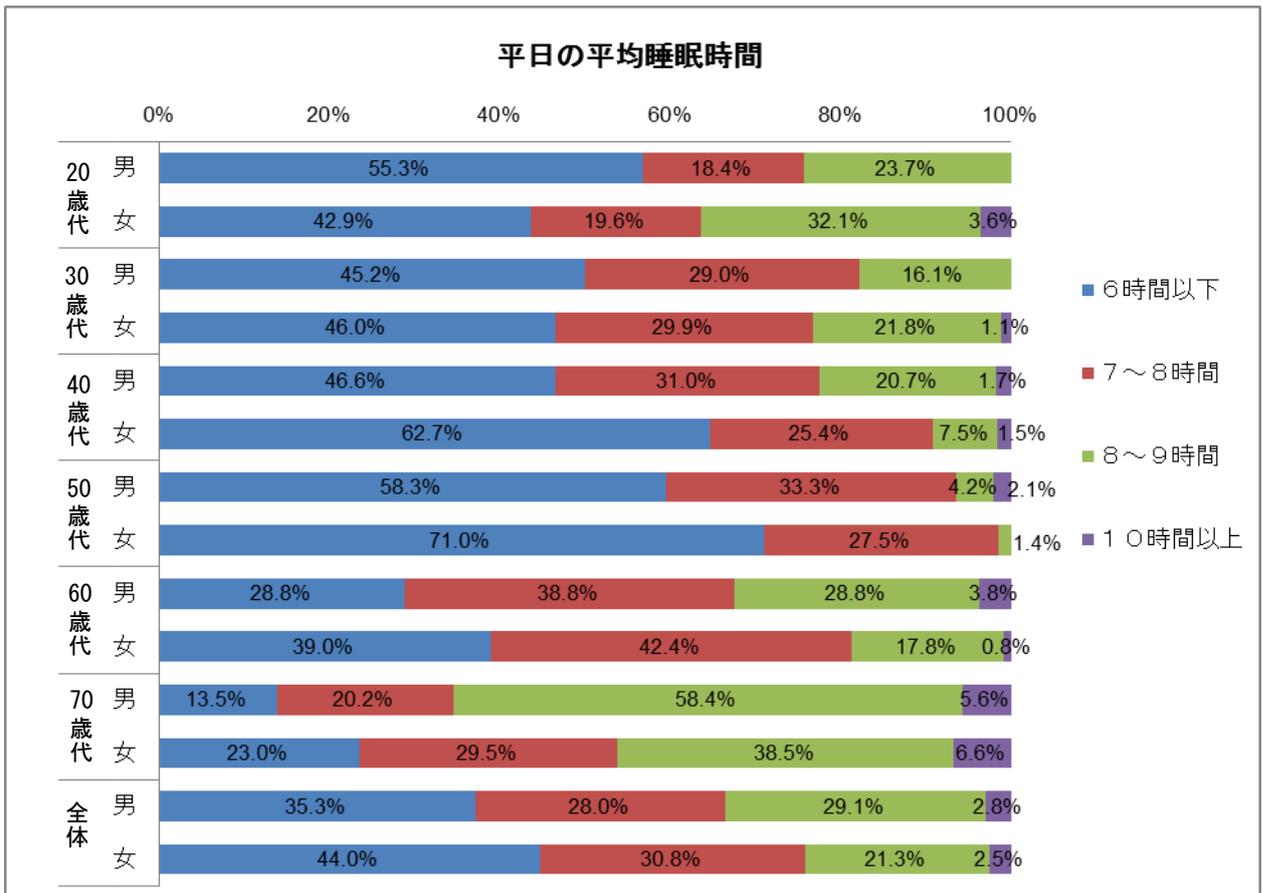
ストレス社会と言われる現代において、こころと体の健康を保つためにはストレス解消や十分な休養・睡眠をとることが必要となります。

① 指標の評価

◎睡眠不足を感じる人をへらす

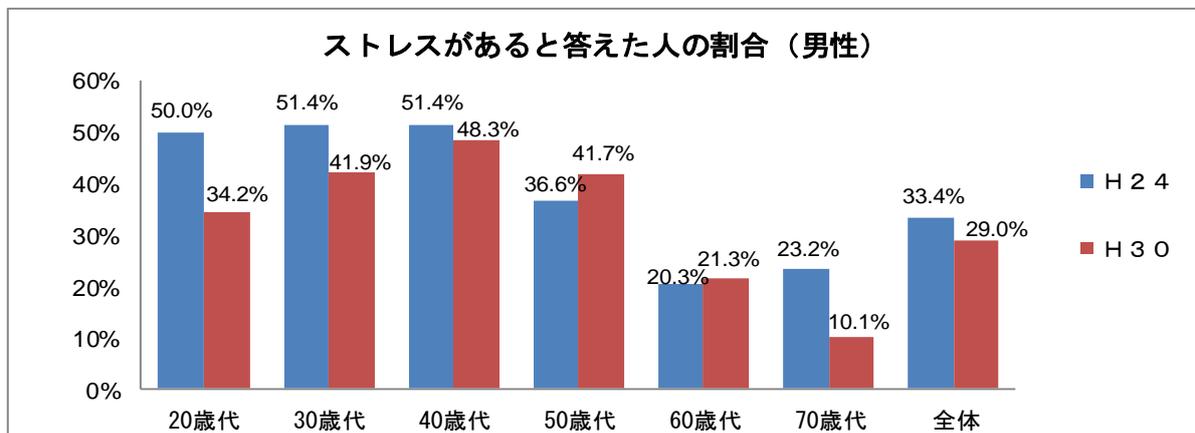
- ・睡眠不足と感じている人の割合は、男性では 16.8%で 3.5 ポイント、女性では 21.7%で 8.8 ポイント増加しており、目標は達成できていない。
- ・男性では、40 歳代の増加率が大きく、14.5 ポイントの増加がみられた。平成 24 年度では、20 歳代・30 歳代の割合が高かったが、平成 30 年度では 40 歳代・50 歳代も高くなり、睡眠不足を感じる人の年代が多くなっている。
- ・女性では、どの年代においても増加しており、特に、増加率が大きいのは、50 歳代で 23.8 ポイント、30 歳代で 12.0 ポイントであった。
- ・男女ともに、50 歳代、次いで 40 歳代の割合が高くなっており、また 60 歳代以降ではその割合が著しく低い。



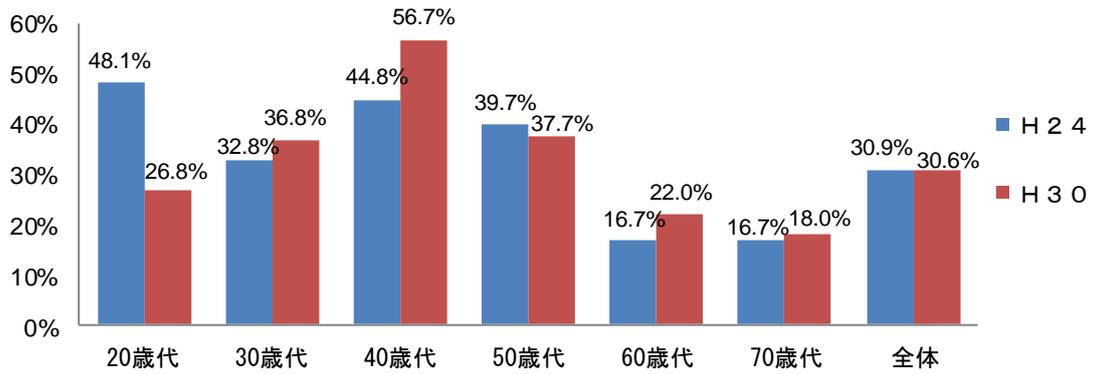


◎ストレスを感じる人をへらす

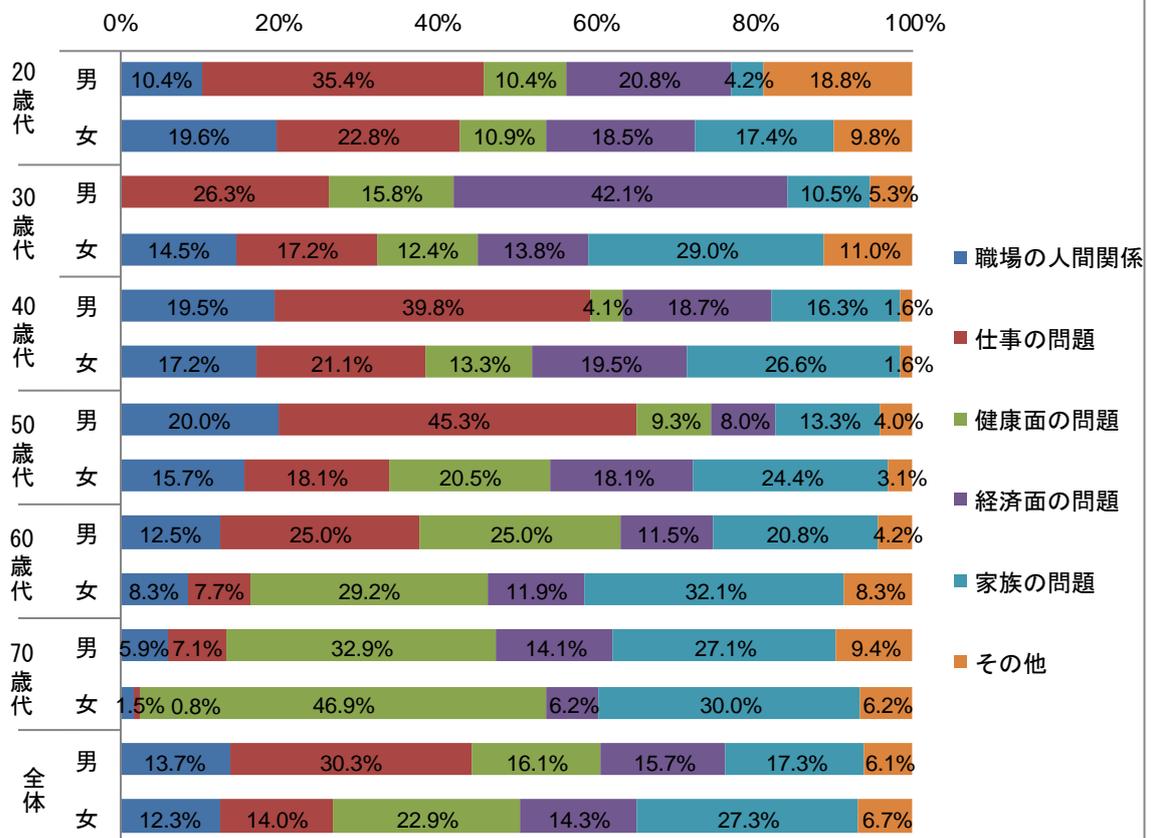
- ・ストレスを感じている人の割合は、男性では 29.0% で 4.4 ポイント、女性では 30.6% で 0.3 ポイント減少しており、目標を達成している。
- ・男性では、50 歳代が 5.1 ポイント、女性では 40 歳代が 11.9 ポイント増加しているが、20 歳代では男性 15.8 ポイント、女性 21.3 ポイント減少している。
- ・ストレスの内容をみると、男性では、20 歳代と 40 歳代から 60 歳代で仕事の問題の割合が高く、30 歳代では経済面の問題、70 歳代では健康面での問題が多い。また女性では、20 歳代で仕事の問題、30 歳代から 60 歳代では家族の問題、70 歳代では健康面での問題が多い。社会に出始める 20 歳代では、男女ともに仕事の問題でのストレスが大きいですが、その後は、ストレスを感じる内容が経済面での問題や家族の問題へと変化し、男女ともに 70 歳代では、健康面での問題についてストレスを感じる人が多くなる。



ストレスがあると答えた人の割合（女性）

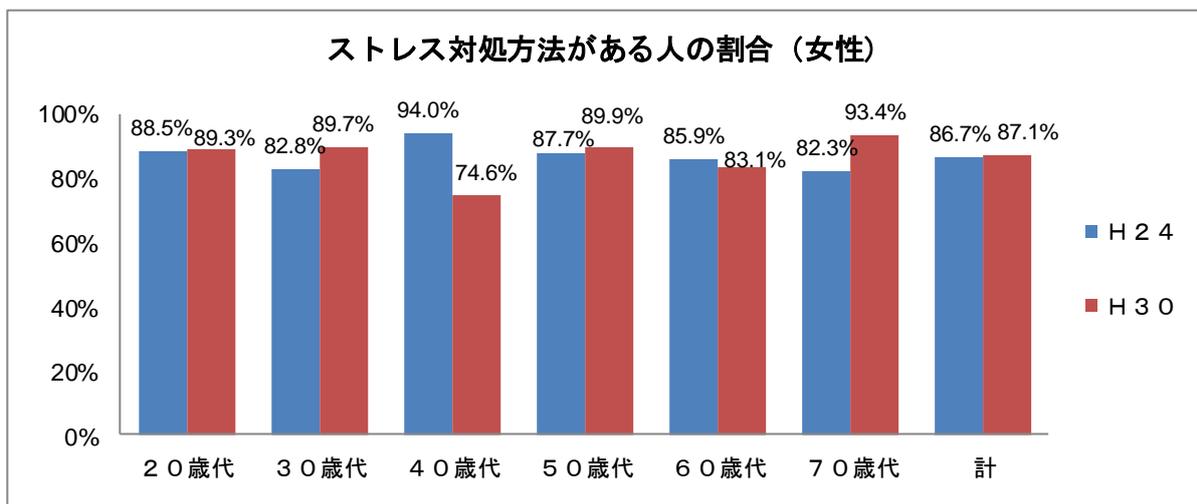
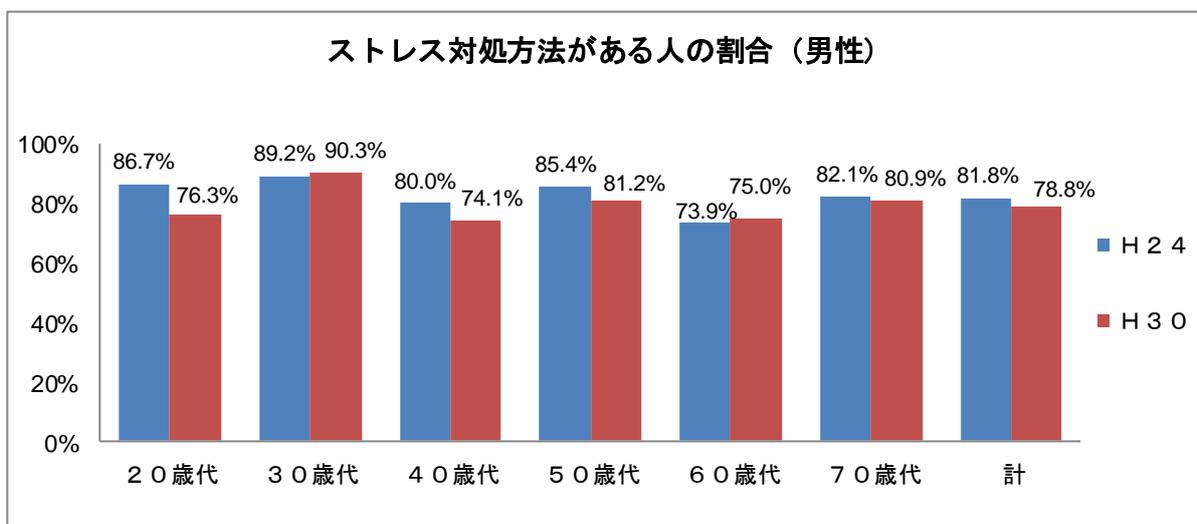


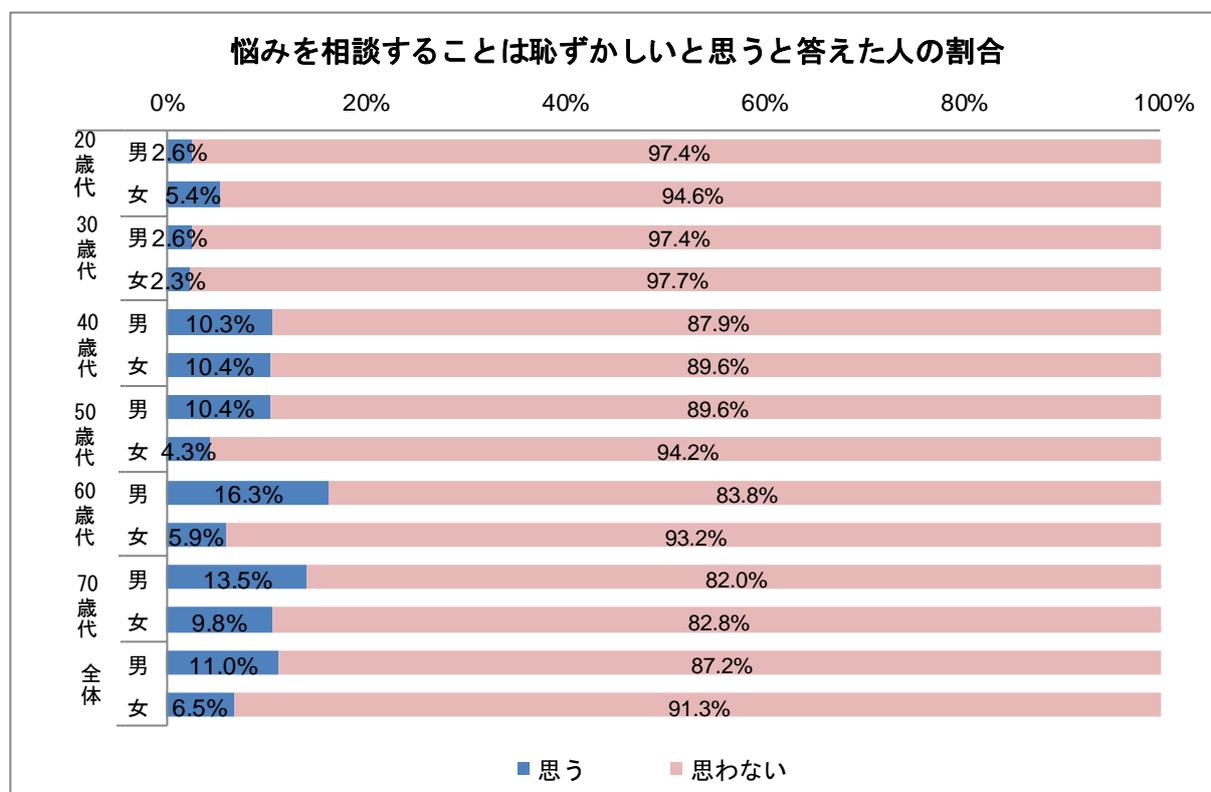
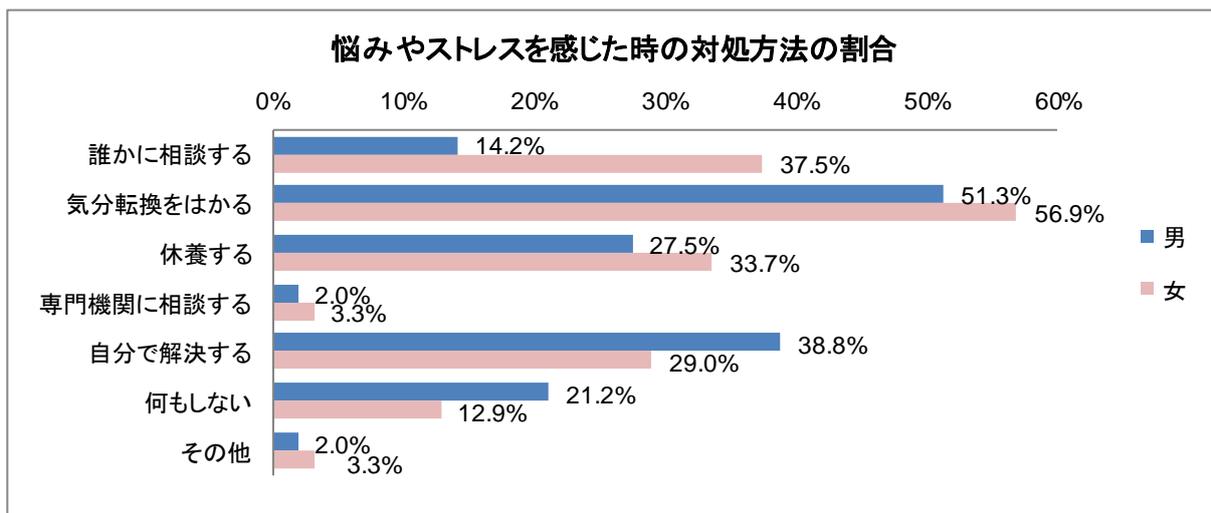
ストレスを感じる内容の割合



◎ストレス対処方法がある人をふやす

- ・ストレス対処方法がある人の割合は、男性 78.8%で 3.0 ポイント減少、女性 87.1%で 0.4 ポイント増加しており、女性は目標に達しているが男性は達していない。男性では 20 歳代で 10.7 ポイント、40 歳代で 5.9 ポイント減少しており、女性では 40 歳代で 19.4 ポイントも減少している。
- ・悩みやストレスを感じた時の対処法の割合では、男女ともに約半数の人が気分転換をはかるとなっており、約 4 割の人が男性では自分で解決する、女性では誰かに相談すると答えている。また、約 3 割の人が休養すると答えている。
- ・悩みを相談することを恥ずかしいと思うと答えた人の割合では、20 歳代では女性のほうが高く、30 歳代から 40 歳代では差はみられない。しかし 50 歳代以降では、男性のほうが悩みを相談することを恥ずかしいと思う割合が高くなっている。





② 課題

休養・こころの健康については、睡眠不足と感じているのは男女共に20歳代から50歳代までとなっており、特に40歳代・50歳代で、実際の睡眠時間も短い状況です。また、ストレスを感じている人は50歳代の男性、40歳代の女性で増加しています。過剰なストレスは、こころの健康に影響するだけでなく、ストレス状態が続くことによる自律神経系、内分泌系の乱れによる身体不調を引き起こします。また、うつ病などの精神疾患を引き起こすことがあるため、ストレスへの適切な対応をしていく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

**良い睡眠とストレス解消で、こころもからだも健康に保ちましょう
悩みをかかえた時は、一人で悩まず相談しましょう**

住民の行動指針

- 十分な睡眠を規則正しくとりましょう。
- 眠れなくなるのはこころのSOS、早めに気づきましょう。
- 健康的に、ストレスを解消する方法を持ちましょう。
- 毎日忙しくても、適度な運動、適度な休養を取りましょう。
- ストレスやこころの不調を感じたら、周りの人や専門家に相談してみましょう。
- 気軽に相談できる人を増やしましょう。
- 周囲の人の体調の変化も、気にかけてみましょう。

取組の方向性

〈休養や睡眠の重要性に関する普及啓発〉

- 睡眠不足は、疲労感をもたらし情緒を不安定にするだけでなく、適切な判断力を鈍らせるなど、生活の質に大きく影響します。また、睡眠障害はこころの病気の一症状としてあらわれることも多く、生活習慣病予防やこころの健康といった観点からも睡眠の重要性や睡眠の質の改善方法について普及啓発を行います。
- ストレスやこころの不調は誰にでも起こる可能性があるため、誰もがこころの不調や病気を引き起こす可能性があることを広く周知していきます。

〈働き盛り世代におけるストレス対処への支援〉

- 働き盛り世代にストレスを感じている人が多いことから、自分に合った日常生活の中でできる健康的なストレス対処法を身につけられるよう支援していきます。また、こころの不調に関する兆候や症状に対して、正しい行動がとれるように普及啓発していきます。

〈自殺対策の推進〉

- 相談など早期に対応することが本格的なこころの病気の発症を防ぎ、回復につながります。相談することを恥ずかしく思っている人も多いため、具体的な相談行動へ結びつくように、自殺予防についての啓発に努めます。また、ゲートキーパー（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ見守る人）の養成を行い、相談支援の充実を図ります。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
メンタルヘルスリテラシー（精神疾患に対する正しい知識）普及啓発事業	<p>児童・思春期から高齢者まで、ライフステージに合わせたメンタルヘルスに関する情報、睡眠の重要性を広報やインターネット等を活用して普及啓発を行う。</p> <p>メンタルヘルスに関する相談窓口を広報やリーフレットを活用して普及啓発を行う。</p>	<p>保健センター 福祉子ども課 長寿福祉課 教育委員会</p>
こころの健康づくり関連事業	<p>精神保健福祉士などの専門職によるこころの健康相談を行う。</p>	
自殺対策の推進	<p>自殺予防に関する正しい知識の普及啓発やゲートキーパーの養成を行うことにより、相談支援体制の強化に取り組む。</p>	<p>保健センター</p>

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
睡眠不足を感じる人をへらす	<p>男性 16.8%</p> <p>女性 21.7%</p>	<p>男性 13%</p> <p>女性 12%</p>	<p>現状値 平成 30 年度健康づくりに関するアンケート調査結果</p>
ストレスを感じる人をへらす	<p>男性 29.0%</p> <p>女性 30.6%</p>	<p>男性 26%</p> <p>女性 27%</p>	
ストレス対処方法がある人をふやす	<p>男性 78.8%</p> <p>女性 87.1%</p>	<p>男性 86%</p> <p>女性 95%</p>	

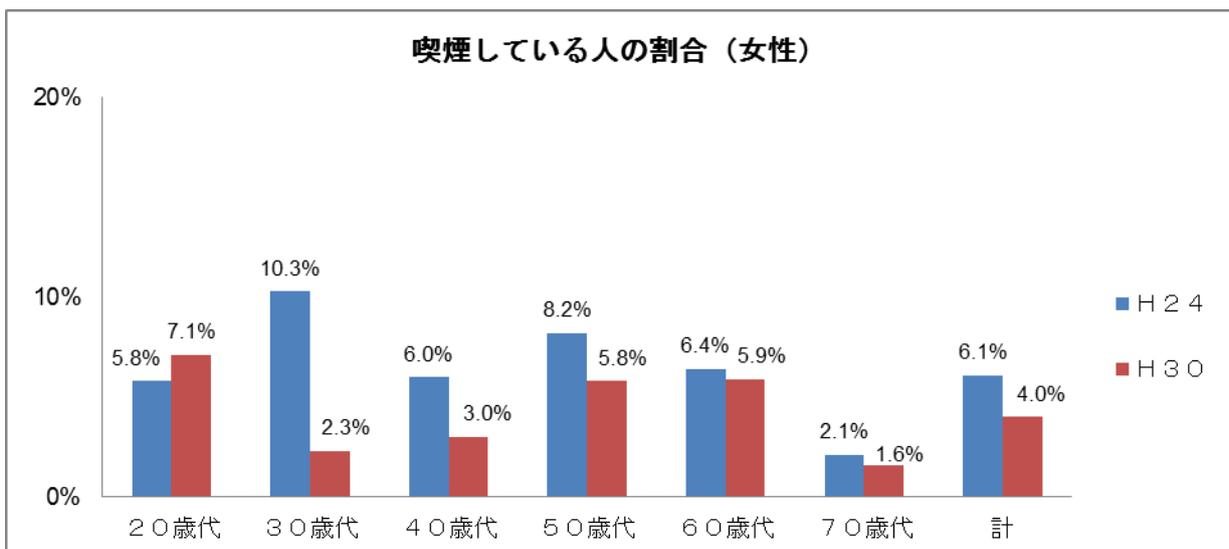
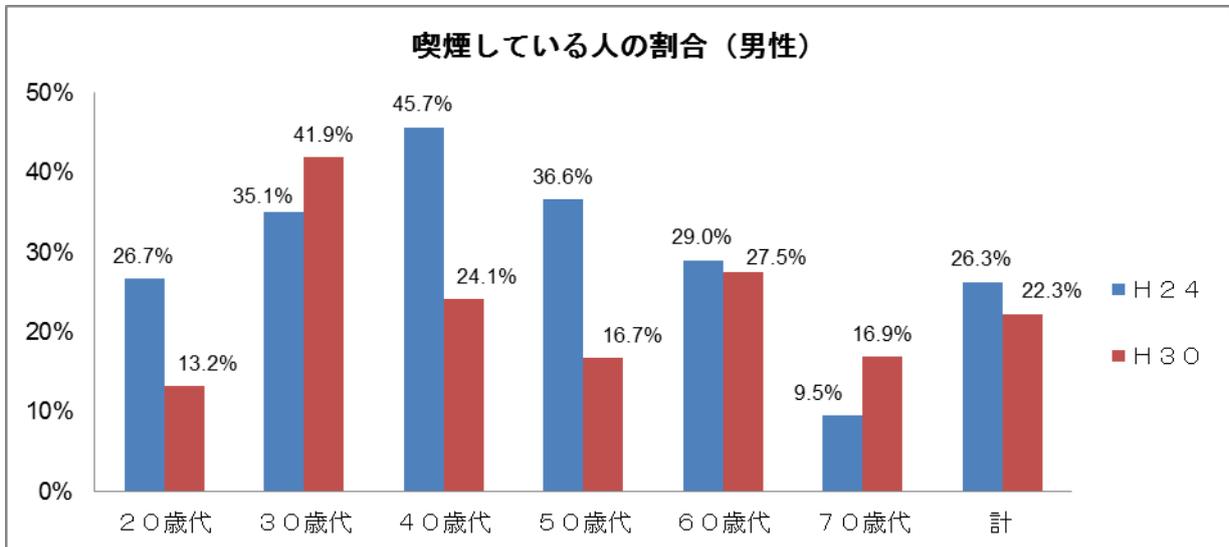
(4) 喫煙

たばこの煙には分かっているだけで約200種類以上の有害物質、さらに約70種類以上の発がん性物質が含まれていることが確認されています。女性は喫煙本数が多いほど、出産の際、生まれてくる赤ちゃんの体重が低くなる傾向にあります。また受動喫煙により、肺がんや心臓病、気管支炎、歯周病などのリスクが高まります。

① 指標の評価

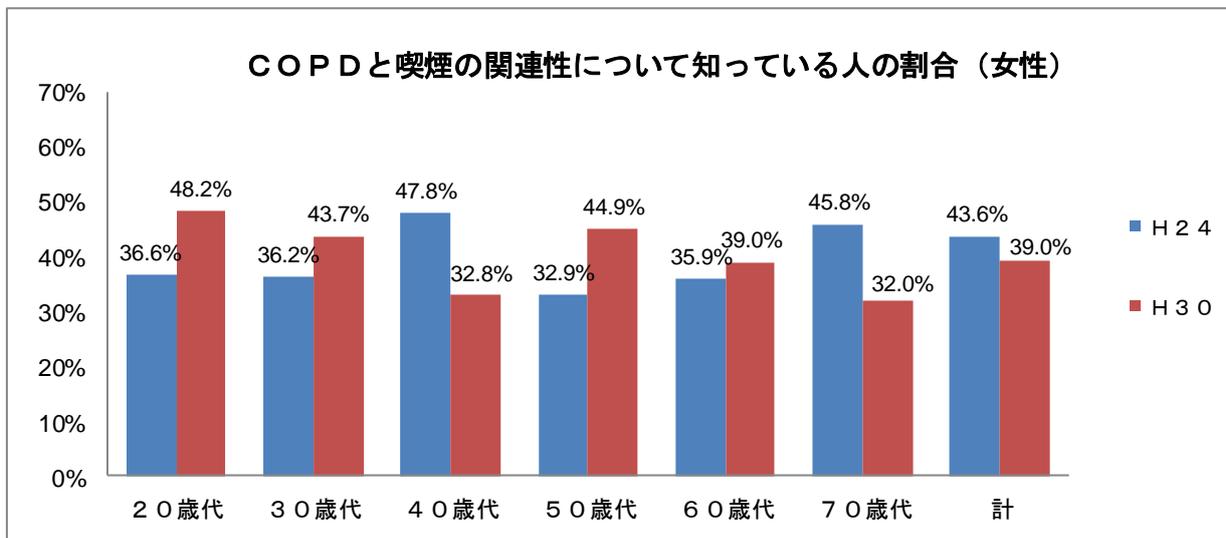
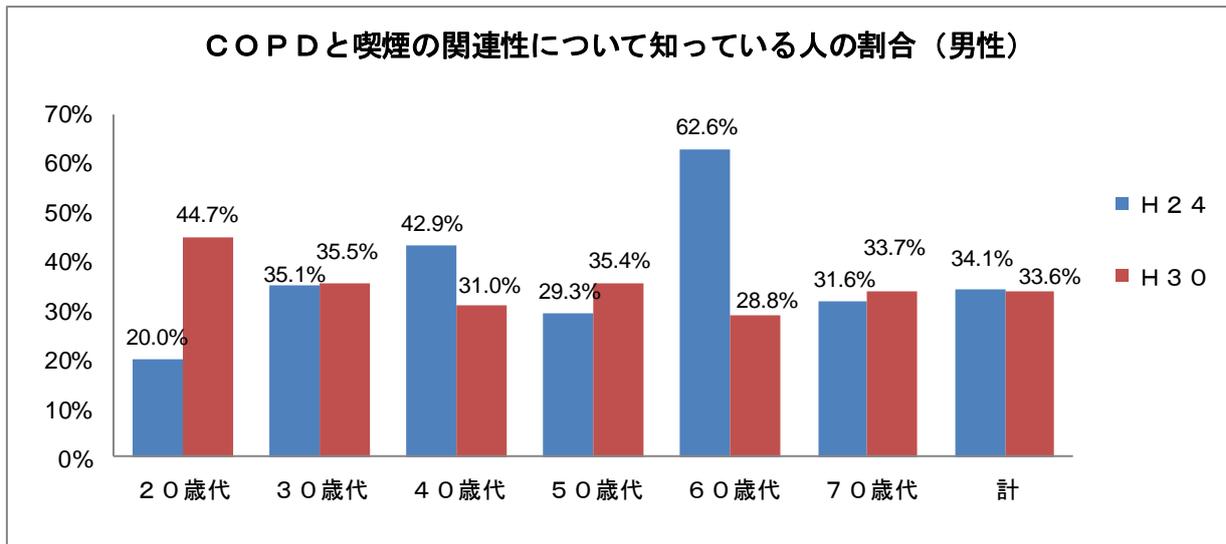
◎成人の喫煙者の割合をへらす

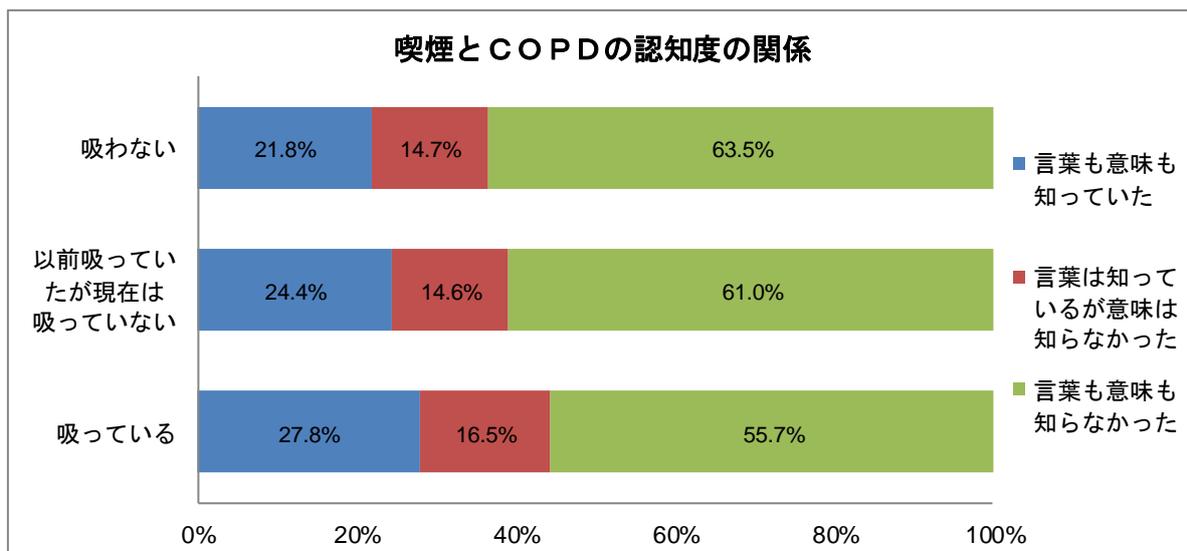
- ・成人の喫煙者の割合は、男性は22.3%で4.0ポイント、女性は4.0%で2.1ポイント減少しており、目標を達成している。
- ・男性で減少率が大きいのは40歳代で21.6ポイント、50歳代で19.9ポイント、20歳代で13.5ポイントであった。
- ・女性で減少率が大きいのは30歳代で8.0ポイントであった。



◎COPD（慢性閉塞性肺疾患）と喫煙の関連性について知っている人をふやす

- ・COPD（慢性閉塞性肺疾患）と喫煙の関連性について知っている人は、男性は33.6%で0.5ポイント、女性は39.0%で4.6ポイント減少しており、目標は達成できていない。
- ・男性で増減率が大きいのは60歳代で33.8ポイントの減少、20歳代で24.7ポイントの増加であり、20歳代の割合が最も高くなった。
- ・喫煙とCOPDの認知度の関係については、たばこを吸っている人ほど、言葉も意味も知っている割合が多くなっている。





② 課題

喫煙については、喫煙している人の割合は男女ともに減少してきていますが、COPDと喫煙の関係性について知っている人は減少しています。また、非喫煙者はCOPDの認知度が低いことから、喫煙の有無に関わらず、喫煙や受動喫煙による健康への影響について広く周知していく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

たばこを吸わないようにしましょう
望まない受動喫煙を避けましょう

住民の行動指針

- たばこは吸う人だけではなく、周囲の人の健康にも害を与えます。喫煙している人は、禁煙に挑戦してみましよう。
- 禁煙は周囲に応援を求める方が成功率は上がります。職場や家族、禁煙仲間など応援してくれる人を見つけましよう。医療機関で保険診療による治療を受けることもできます。
- 喫煙者だけでなく非喫煙者も、受動喫煙の悪影響について、正しい知識を身につけましよう。

取組の方向性

〈禁煙支援体制の整備〉

- 喫煙率は平成 24 年度と比べて、大幅に減少していますが、喫煙は、さまざまな健康障害の原因であることが明らかなことから、今後も喫煙率を下げる取り組みを継続していきます。

〈たばこの健康影響の啓発強化〉

- たばこの健康への影響について、悪影響があることは認知されていますが、COPD や歯周病、乳幼児突然死症候群のリスクとなることの認知は不十分であり、正しい知識の啓発を行います。
- 加熱式タバコに関する健康影響について、情報提供や使用の危険性について啓発強化を図っていきます。

〈受動喫煙防止対策の徹底〉

- 喫煙とCOPDとの関連性について知っている人の割合が非喫煙者で少ないことから、受動喫煙のリスクについての普及活動も強化していきます。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
禁煙・受動喫煙防止・ COPDに関する 普及啓発	町内でのポスター掲示による禁煙・受動喫煙防止の啓発を行う。 禁煙デーに禁煙・受動喫煙防止のパネル展示を行い、受動喫煙防止の重要性を働きかける。	保健センター 自治会、福祉会 医師会 歯科医師会 薬剤師会
健康教育	禁煙やCOPDの認知度の向上のために、肺機能の測定等健康教育を行う。	保健センター
禁煙の相談	禁煙補助剤の説明や医療機関での治療等についての相談を行う。	保健センター 医師会 歯科医師会 薬剤師会

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
成人の喫煙者の割合をへらす	男性 22.3% 女性 4.0%	男性 13.9% 女性 1.5%	現状値 平成 30 年度健康づくりに関するアンケート調査結果
COPD（慢性閉塞性肺疾患）と喫煙の関連性について知っている人をふやす	男性 33.6% 女性 39.0%	男性 36% 女性 42%	

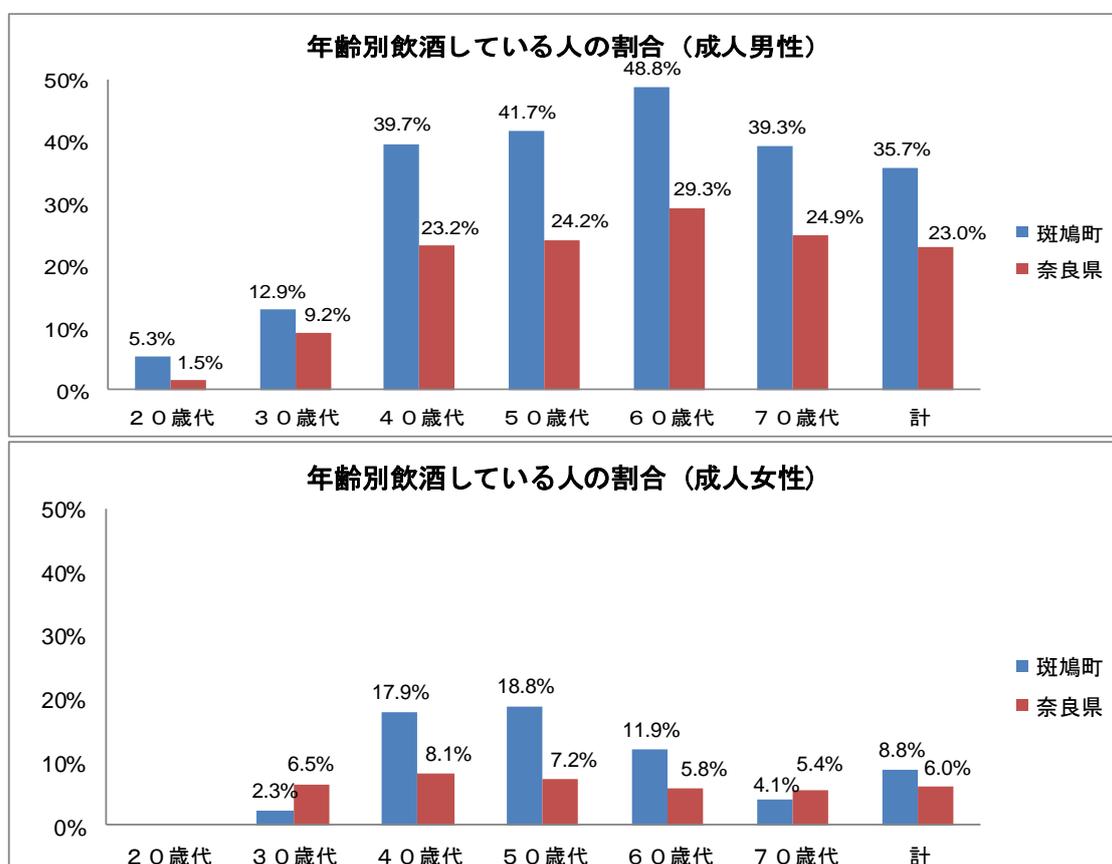
(5) 飲酒

適量の飲酒は、日常生活の中でゆとりや楽しみとなり、健康に良い影響を与えます。また、コミュニケーションを円滑にし、人間関係を良好に保つ効果があります。しかし、多量飲酒は肝機能障害をはじめ、アルコール関連疾患や生活習慣病を引き起こすことがあります。また、長期にわたる多量飲酒は、アルコール依存症を引き起こし、本人の心身の健康を害するばかりでなく、周囲の人々に対しても深刻な影響を及ぼすことになります。そのため、節度ある飲酒を心がけアルコールと上手く付き合うことが必要です。

① 指標の評価

◎毎日飲酒をしている人をへらす

- ・ほとんど毎日飲酒をしている人の割合は、男性は 35.7%、女性は 8.8%である。奈良県の週に 7 回飲酒をしている人の割合では、男性 23.0%、女性 6.0%であるため、県に比べて男女ともに高い。
- ・男女ともに 40 歳代から著しく増加している。



※斑鳩町はほとんど毎日のんでいる人であり、奈良県は週に 7 日飲んでいる人の割合

② 課題

飲酒率については、若い世代の飲酒率は低いです。男女ともに 40 歳代以降で著しく増加しており、県と比較しても男性では全世代において、女性では 40 歳代から 60 歳代において高くなっています。過度の飲酒は生活習慣のリスクを高めるため、適度な飲酒量の啓発を行う必要があります。

③ 今後の取組について

目標

飲酒がもたらす影響について正しい知識をもち、適度な飲酒を心がけましょう

住民の行動指針

- 適度な飲酒量を知り、上手くお酒と付き合しましょう。
- 他人にむりやりお酒を勧めないようにしましょう。

取組の方向性

〈適度な飲酒量の啓発〉

- 飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解し、飲酒による生活習慣病などの発症予防に向け、飲酒の適度な頻度や量、飲み方などの普及啓発を行います。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
アルコールに関する普及啓発	ポスター掲示や広報を活用し、適度な飲酒に関する普及啓発を行う。	保健センター 医師会 薬剤師会

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
毎日飲酒をしている人をへらす	男性 35.7% 女性 8.8%	男性 32% 女性 7%	現状値 平成 30 年度健康づくりに関するアンケート調査結果

2 生活習慣病の発症と重症化予防

(1) 健診・生活習慣病

生活習慣病を予防するためには、生活習慣の改善と合わせて、定期的に健診を受け、自分の健康状態を知ることが大切です。内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質異常が組み合わさり心臓病や脳卒中等動脈硬化疾患を招きやすい状態にあるメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査を受け、必要に応じて生活習慣を改善することで生活習慣病の予防に効果があります。

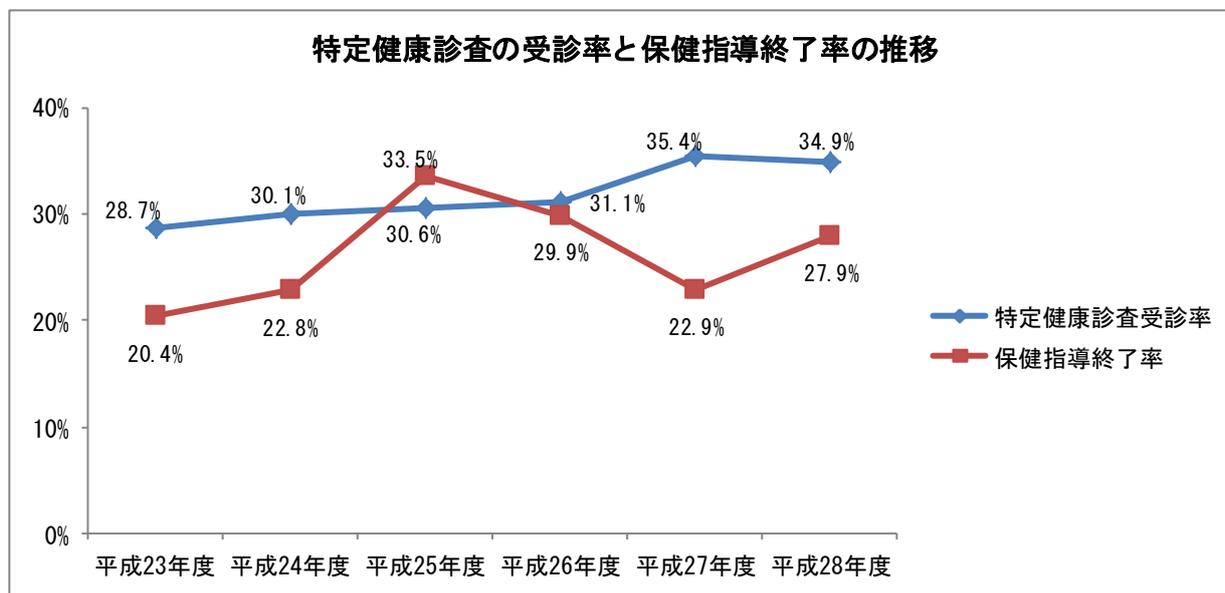
① 指標の評価

◎特定健康診査を受ける人をふやす

- ・特定健康診査の受診率は、平成28年度では34.9%で、平成23年度と比較すると6.2ポイント増加しているが、目標値には達していない。平成27年度より、未受診者に対して受診勧奨はがきの送付を行ったことにより受診率が向上した。

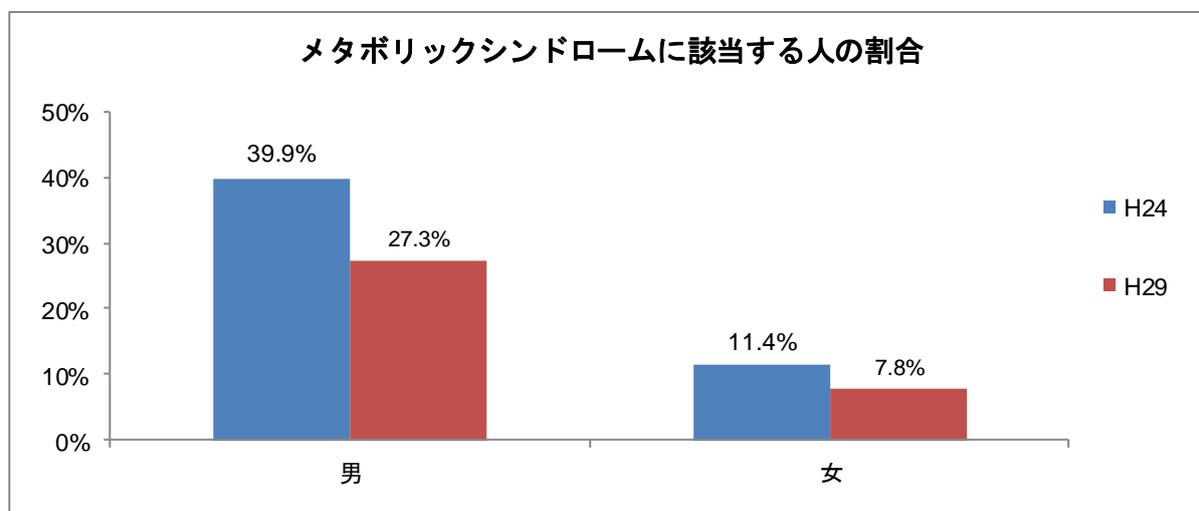
◎特定保健指導利用率（終了率）をふやす

- ・特定保健指導は、平成28年度では27.9%で、平成23年度と比較すると7.5ポイント増加しているが、目標値に達していない。平成25年度から、個別に行っていた保健指導を集団指導に変更して行ったことにより、一時的に増加がみられた。しかし、その後は減少し、平成28年度に内容の充実を図ったことにより、再度増加がみられた。



◎メタボリックシンドロームに該当する人をへらす

・メタボリックシンドロームと判定された人は男性 27.3%で 12.6 ポイント減少、女性では 7.8%で 3.6 ポイント減少しており、目標に達している。しかし、依然として男性の方が女性と比べてメタボリックシンドロームに該当する人が多い。



② 課題

特定健康診査・特定保健指導の受診率については、年々増加傾向にありますが、目標値には達していないため、今後も新たな受診者を増やすとともに、受診した人がその後も継続的に受診できるよう、受診しやすい体制を整えていく必要があります。

メタボリックシンドロームと判定された人は減少していますが、30歳代以降の肥満者の割合が増加していることから、生活習慣病予防のために若年層からの介入が必要であると考えられます。また生活習慣病の発症リスクの高い人には、治療を促し、重症化予防を進めていく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

生活習慣病について理解を深め、規則正しい生活を送りましょう
定期的に健診を受け、自らの健康状態を把握しましょう

住民の行動指針

- 生活習慣病の早期は無症状であり、重症化予防が大切です。定期的に特定健康診査を受診し、自らの健康状態を把握する習慣をつけましょう。
- 糖尿病、循環器疾患は、生活習慣との関連が深いと言われています。生活習慣病への理解を深め、栄養・食生活、身体活動・運動など生活習慣の改善を図ることで予防しましょう。
- 健診により、医療機関の受診が必要となった場合は、確実に治療を受けましょう。

取組の方向性

〈若年層の生活習慣改善の啓発強化〉

- 生活習慣病予防のために若い世代からの生活改善が重要であり、関係機関団体と連携し、情報発信や健康教育などをさらに取り組んでいきます。

〈特定健康診査の受診勧奨の強化〉

- 住民にとって「魅力ある健診」となることを目指し、特定健康診査の対象となる40歳からの受診勧奨と以後の継続受診勧奨の取り組みを実施します。また、生活習慣病の早期発見と重症化予防、健診受診の重要性を地域の健康ボランティア等とともに啓発に取り組みます。

〈特定保健指導の強化〉

- 特定保健指導対象者に向けて、重症化予防・生活習慣の改善を目的とし、個別の状況に応じて、特定保健指導を実施し、生活習慣病や生活習慣の改善方法等の正しい知識の普及啓発を行います。また未実施者に対しては利用勧奨を行うとともに、保健指導を利用しやすい方法の検討を行います。
- 特定健康診査の結果、生活習慣病リスクの高い人に対し、適切な治療を促し、重症化予防に取り組みます。

〈関係機関・団体との連携強化〉

- 生活習慣病予防の取り組みは、住民に対し広く働きかける必要があるため、関係機関・団体とも連携し、健診受診率や保健指導実施率向上に向けた取り組みを図っていきます。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
生活習慣病予防の普及啓発	身体活動・運動や栄養・食生活での取り組みとあわせた生活習慣病予防を、町内施設でのパネル展示やポスター掲示により普及啓発を行う。	保健センター
健康教育	保健師・栄養士・薬剤師など他職種での連携を図り、生活習慣病予防についての講演会の開催や地域に向き、健康教育を行う。	保健センター
特定健康診査	他の検診とのセット検診や休日検診など、受診しやすい健診を実施する。 受診率の向上をめざし、働き盛り世代や未受診者への個人通知を行い、特定健康診査の周知を行う。	保健センター 国保医療課
特定保健指導	特定健康診査の結果から特定保健指導対象者を抽出し、指導を行う。 健康機器等を利用して、利用者の生活習慣改善の動機付けを行い、効果的な指導を行う。 未利用者へは、個人通知を行う。	
生活習慣病重症化予防事業	生活習慣病の発症リスクのある人に対し、町内委託医療機関と連携し、重症化予防を行う。	

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
特定健康診査を受ける人をふやす	34.9% (H28)	60%	現状値 平成 28 年度特定健康診査結果
特定保健指導利用率（終了率）をふやす	27.9% (H28)	60%	
メタボリックシンドロームに該当する人をへらす	男性 27.3% 女性 7.8%	男性 16% 女性 7%	

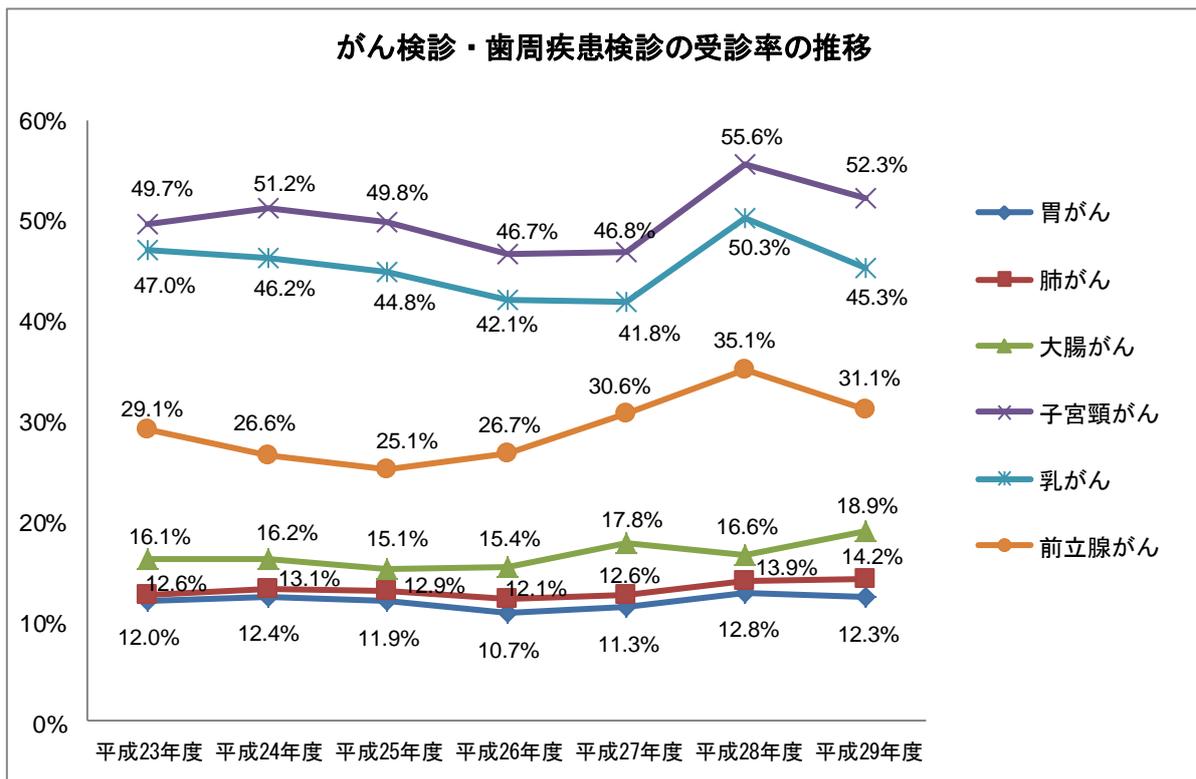
(2) がん

がんは死亡原因の第一位で総死亡数の約3割をしめており、2人に1人ががんを発症するとされています。そのため、自覚症状を感じる前に、定期的ながん検診を受けることが大切です。また、がん発症には生活習慣との関係性が重要視されており、必要に応じて生活習慣の改善や病院受診を行うことで、がん発症・重症化予防に効果があります。

① 指標の評価

◎各種がん検診等の受診率の推移

- ・がん検診の受診率については、平成23年度と平成29年度を比較すると子宮頸がん2.6ポイント増加、肺がん1.6ポイント減少、大腸がん2.8ポイント増加、前立腺がん2.0ポイント増加、胃がん0.3ポイント増加、乳がん1.7ポイント減少しており、目標値には達していない。
- ・乳がん検診と子宮がん検診は無料クーポン、検診手帳の配布等により、その他の検診よりも受診率は高くなっている。
- ・大腸がん検診においては、平成29年度にがん検診受診勧奨・再勧奨支援事業の実施（40～69歳への圧着ハガキの送付）により、受診率は増加している。
- ・胃がん検診において平成29年度9月より胃内視鏡検査を開始しており受診率は増加している。



② 課題

検診の啓発については、広報やホームページへの掲載、窓口や保健事業時の案内、ボランティアと協働した啓発を行ってききましたが、受診率は横ばい状態でした。がん検診の効果的な啓発方法について検討し、受診勧奨を行った結果、若い世代の受診率が増加しました。今後は新たに受診した人が継続的に受診できるよう、受診しやすい体制を整えていく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

規則正しい生活習慣を心がけ、がんを予防しましょう
定期的ながん検診を受けましょう

住民の行動指針

- 自覚症状を感じる前に、がん検診を受けましょう。
- がん・がん予防に関する正しい知識を身につけましょう。
- がん予防のために規則正しい生活習慣を送りましょう。

取組の方向性

< 予防対策の充実 >

- がん予防に向けて、がん予防に効果的とされている生活習慣を日常生活の中に取り入れることができるよう具体的な方法等の情報を広報や保健センターの健康教育等でさらに発信していきます。
- がんを早期発見するには、定期的ながん検診の受診が重要であるため、検診の定期的な受診を推進します。

< がん検診受診率向上に向けた取組 >

- 検診の目的・重要性などを、さらに住民に周知徹底していくため、広報誌やホームページ等で情報発信を行っていきます。未受診者に対しては、個人通知を行い、受診率の向上を図っていきます。
- 他の健（検）診とのセット検診や休日検診、託児付検診など、受診しやすい体制を整えます。
- 検診の必要性を、住民にとってより身近な地域の組織や健康ボランティアと協働して啓発していきます。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
がん予防やがん検診の啓発	広報やインターネットシステムを活用した情報発信や、教室などの保健事業の中で、保健センターサポーターと協働して普及啓発の強化を行う。	保健センター 保健センターサポーター
健康教育	各種団体や関係機関へ健康教育を行う。	
各種がん検診	胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん・前立腺がん検診の実施。 集団検診だけでなく、委託医療機関で受診できる個別検診、他の健（検）診とのセット検診や休日検診、託児付検診等を実施。	

指標と目標値

指標		現状値 (H30)	目標値	備考
がん検診を受ける人をふやす	胃がん検診（40~69歳）	12.3%	50%	現状値 平成30年度斑鳩町 がん検診受診率
	肺がん検診（40~69歳）	14.2%	50%	
	大腸がん検診（40~69歳）	18.9%	50%	
	子宮がん検診 （20~69歳 女性）	52.3%	60%	
	乳がん検診 （40~69歳 女性）	45.3%	60%	
	前立腺がん検診 （55~69歳 男性）	31.1%	50%	

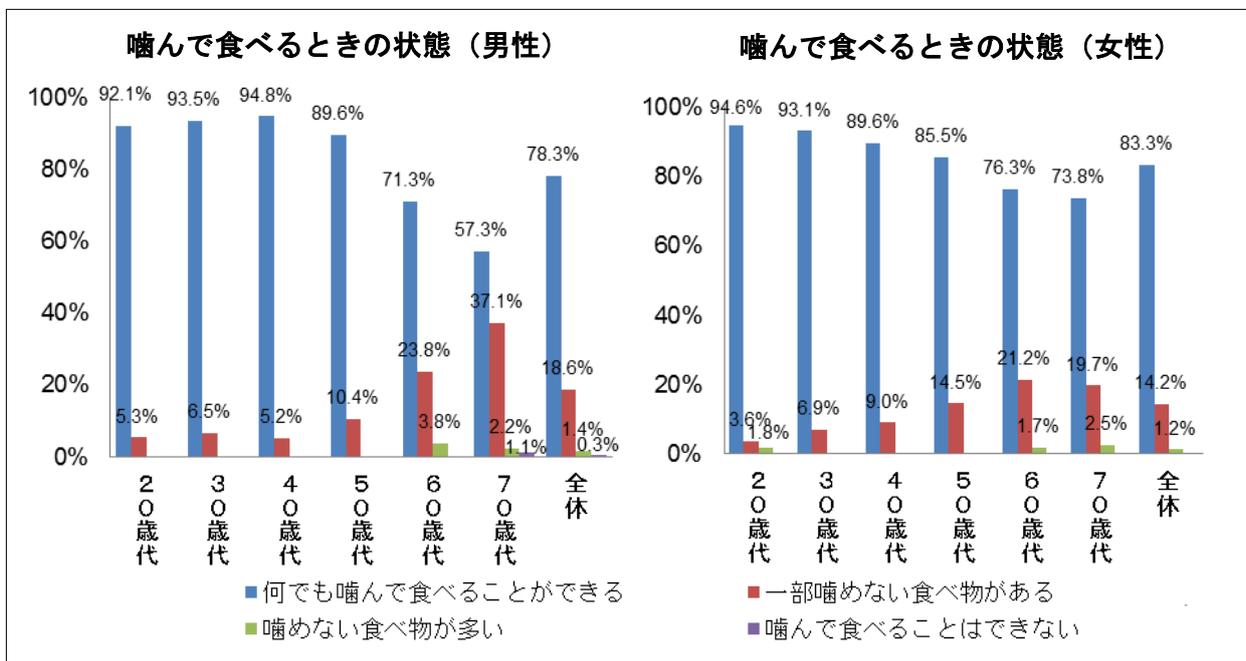
(3) 歯・口腔の健康

歯の健康を保つということは、美味しく食事をすることや会話を楽しむことだけでなく、体全体の健康とも関係しています。毎日、お口の手入れをすることや定期的に歯科検診を受けることで「むし歯」や「歯周病」の予防につながり、健康を維持することができます。

① 指標の評価

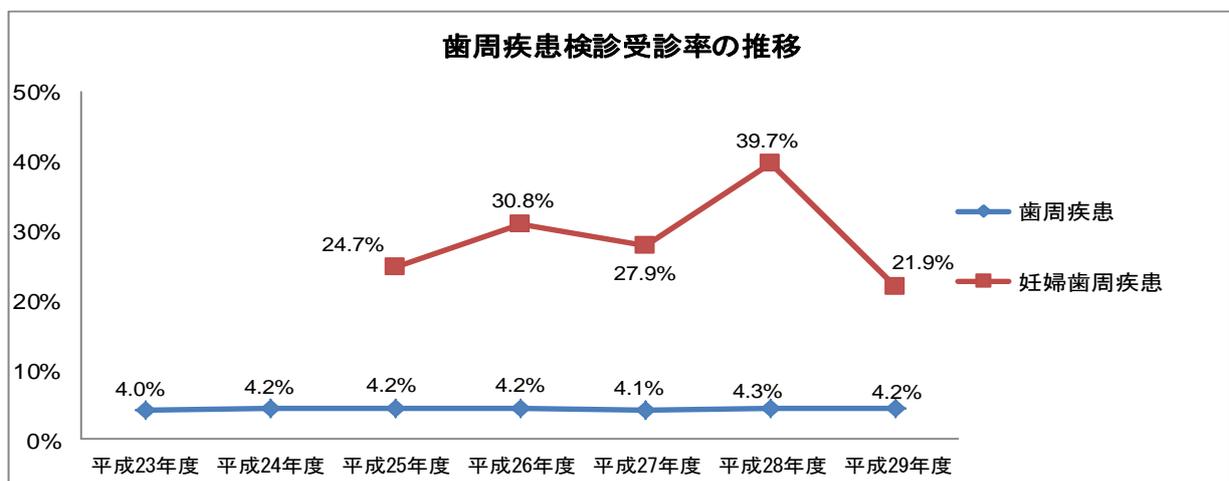
◎何でも噛んで食べることができる人をふやす

- ・「なんでも噛んで食べることができる人（60歳代）」の割合は、男性 71.3%、女性 76.3%、平均 74.2%であり、女性の方が高い。また奈良県の60歳代は68%であり、比較すると斑鳩町の方が6.7ポイント高い。
- ・年代別にみると、男女とも50歳代から「一部噛めない食べ物がある」と答えた人の割合は増加してきているが、増加率は男性の方が高い。



◎歯周疾患検診を受ける人をふやす

- ・歯周疾患検診の受診率は、平成23年度から平成29年度まで横ばいであり、目標値には達していない。また、妊婦歯周疾患検診の受診率は、21.9%であり、目標値に達している。



② 課題

口腔機能の低下は、摂取できる食品の種類にも大きな影響を与え、将来的な低栄養を招くリスク要因のひとつとなるため、成人期において基本となる歯周病の罹患及び重症化のリスク低減を視点とした取り組みに加え、自分の歯と口の状況を把握するための習慣づくりを図る取り組みが必要です。

また、歯周疾患検診の受診率は横ばいであり、新たな受診者を増やすために受診しやすい体制を整えていく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

定期的に歯科健診を受け、正しいセルフケアの方法を身につけましょう

住民の行動指針

○いつまでも不自由なく、なんでも噛んで食べることができるように歯科検診を定期的に受診し、口腔機能の向上に努めて歯の喪失を防ぎましょう。

取組の方向性

〈8020運動のさらなる推進〉

- 高齢化の進展を踏まえ、生涯にわたって自分の歯を20本残すことをスローガンとした「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進していきます。
- 「なんでも噛んで食べることができる人の増加」をめざすため、ライフステージに応じた「むし歯予防」「歯周病予防」を通じ生涯にわたる健全な歯科口腔保健を推進します。

〈歯科検診受診の促進〉

- 新たな受診者を増やすため、検診の必要性を住民にとってより身近な地域の組織や健康ボランティアと協働して啓発するとともに受診しやすい体制を整えます。

〈歯科口腔保健に関する普及啓発の強化〉

- 住民が歯科口腔保健に関する正しい知識を持ち、歯科疾患の予防に向けて取り組めるよう、各種イベントや健（検）診等を通じて普及啓発を行います。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
健康教育	歯科医師と連携した取り組みや、年齢に応じた歯の健康教育の実施を行う。	保健センター 歯科医師会
歯周疾患検診	妊婦・40歳以上を対象に実施する。	

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
何でも噛んで食べることができる人をふやす(60歳代)	男性 71.3% 女性 76.3%	80%	現状値 平成30年度健康づくりに関するアンケート調査結果
歯周疾患検診を受ける人をふやす	妊婦 21.9%	妊婦 40%	現状値 平成29年度斑鳩町歯周疾患検診受診率
	40歳以上 4.2%	40歳以上 10%	

3 生活の質の維持・向上に向けた健康づくり

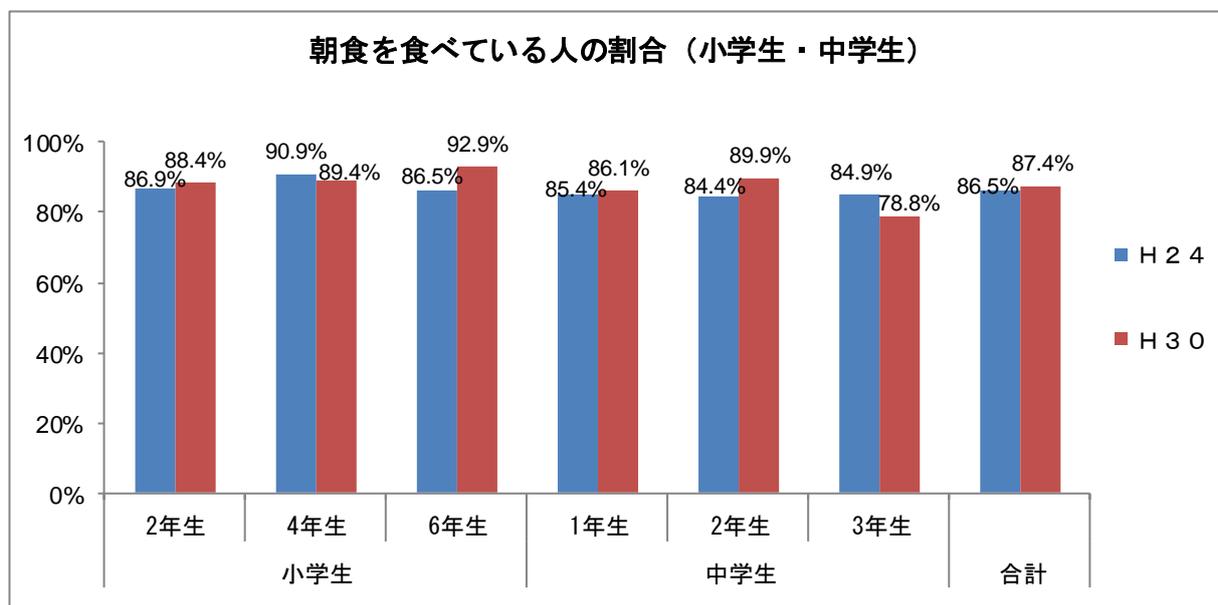
(1) 次世代の健康

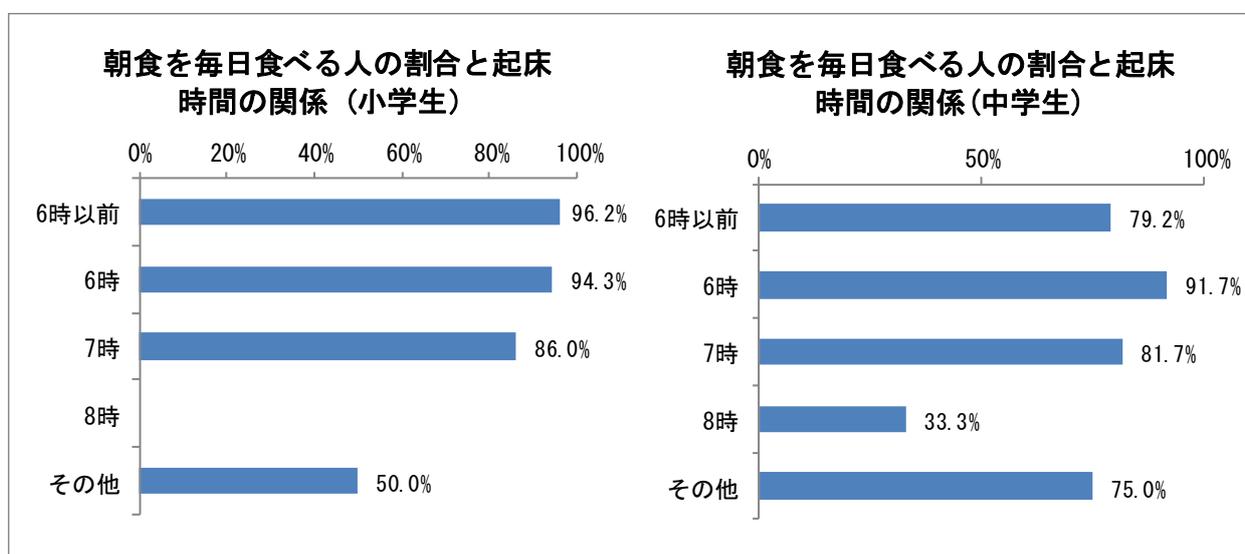
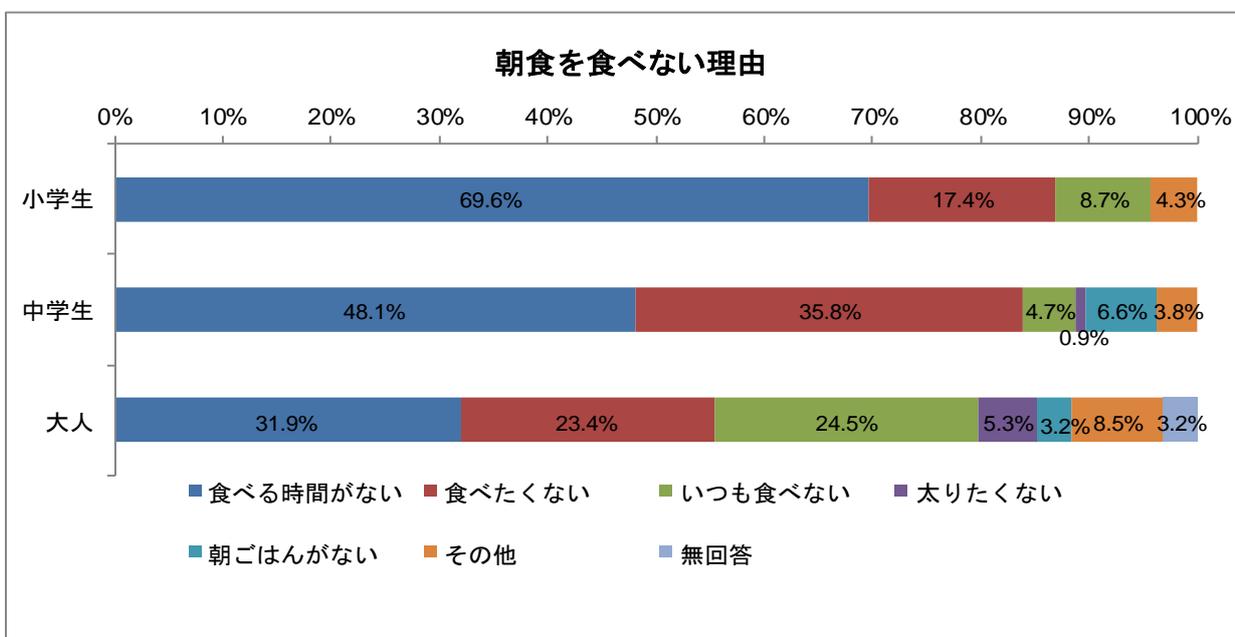
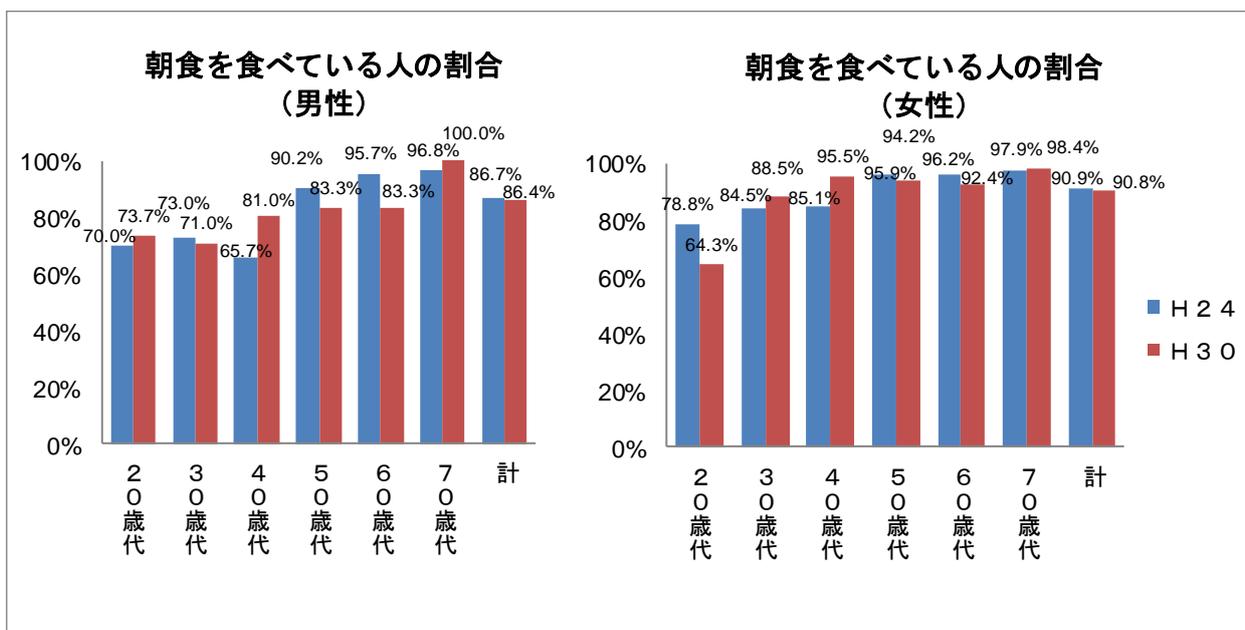
次世代の健康について、心身の成長・発達が急速に進み、その後の成長に大きく影響を及ぼす重要な時期です。また生活習慣の基礎づくりが行われる時期でもあります。健やかな発育・発達にふさわしい環境づくりを心がけ、正しい生活習慣の見本を親や家族が示すことが大切です。また家庭・学校をはじめ、地域ぐるみで健康的な生活習慣の確立をサポートすることが必要です。

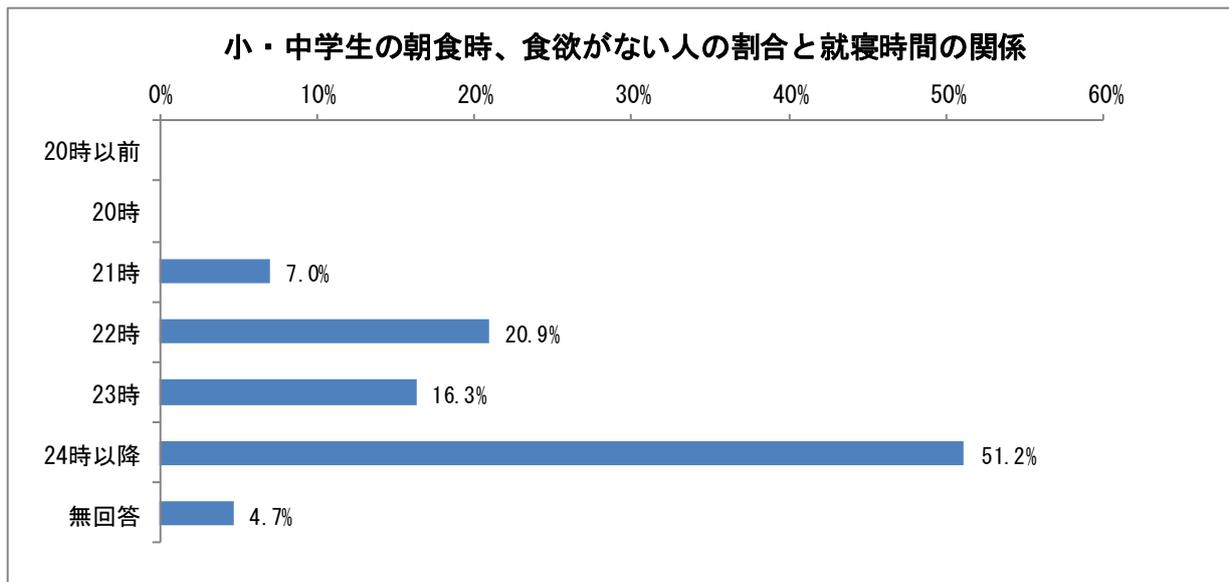
① 指標の評価

◎朝食を食べる人をふやす

- ・朝食を食べる人の割合は、小・中学生では、87.4%で 0.9 ポイント増加、成人の男性では、86.4%で 0.3 ポイントの減少、女性では 90.8%で 0.1 ポイントの減少となっており、目標値には達していない。
- ・どの年代においても朝食を食べない理由は「食べる時間がない」が最も多く、次に多いのは大人では「食べる習慣がない」であり、小・中学生では「食べたくない」であった。
- ・朝食を毎日食べる人の割合と起床時間の関係では、起床時間が遅い小・中学生ほど、毎日食べる習慣がなかった。また朝食を毎日食べる人の割合と起床時間の関係では、就寝時間が遅い小・中学生ほど朝食時に食欲がなかった。

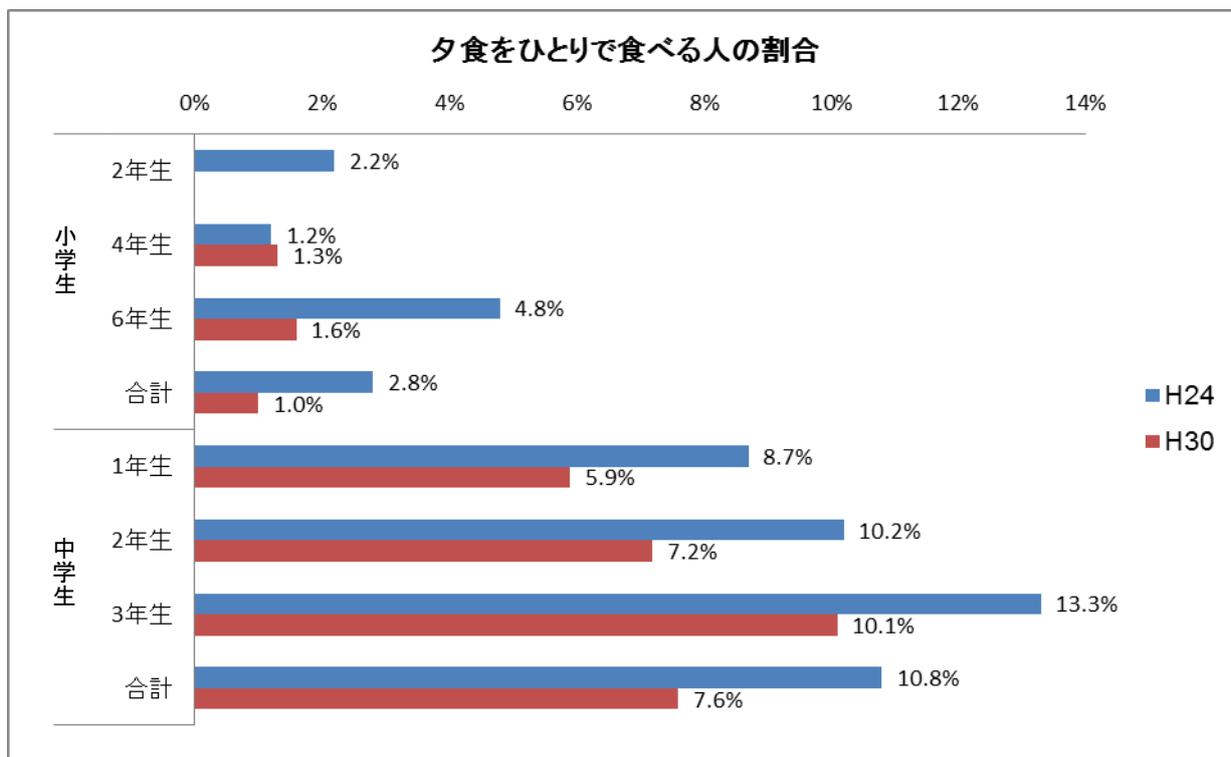






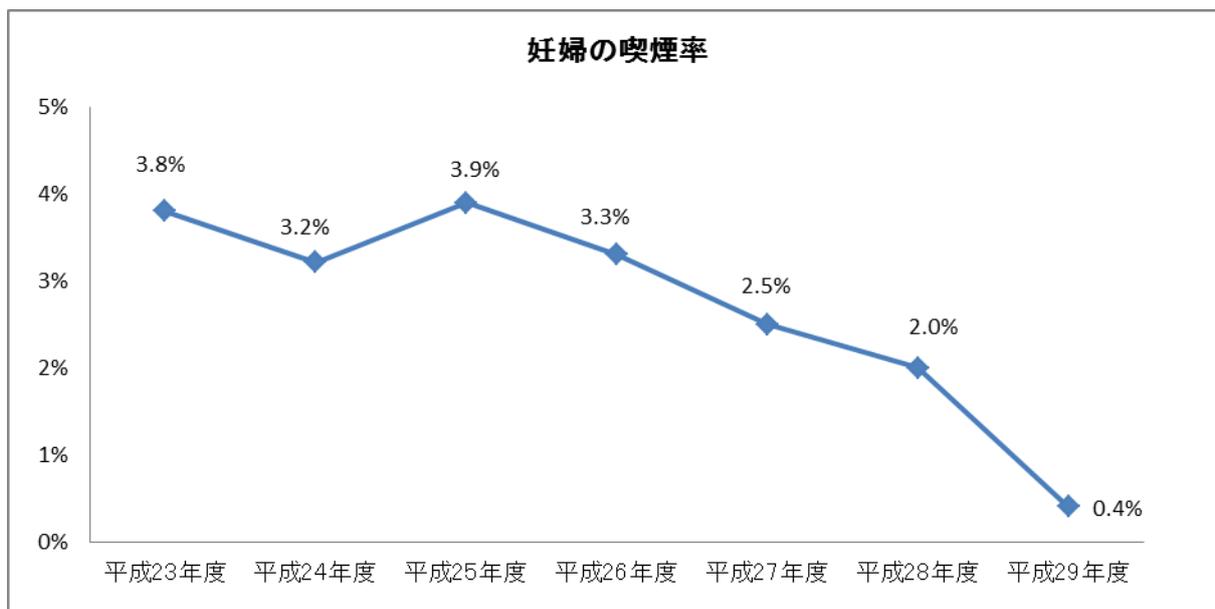
◎夕食を1人で食べる人を減らす

- ・夕食を1人で食べる人の割合は、小学生では1.0%であり1.8ポイント減少、中学生では7.6%であり3.2ポイント減少しており、小・中学生ともに目標に達している。
- ・学年が上がるにつれて、夕食をひとりで食べる人の割合は増加している。



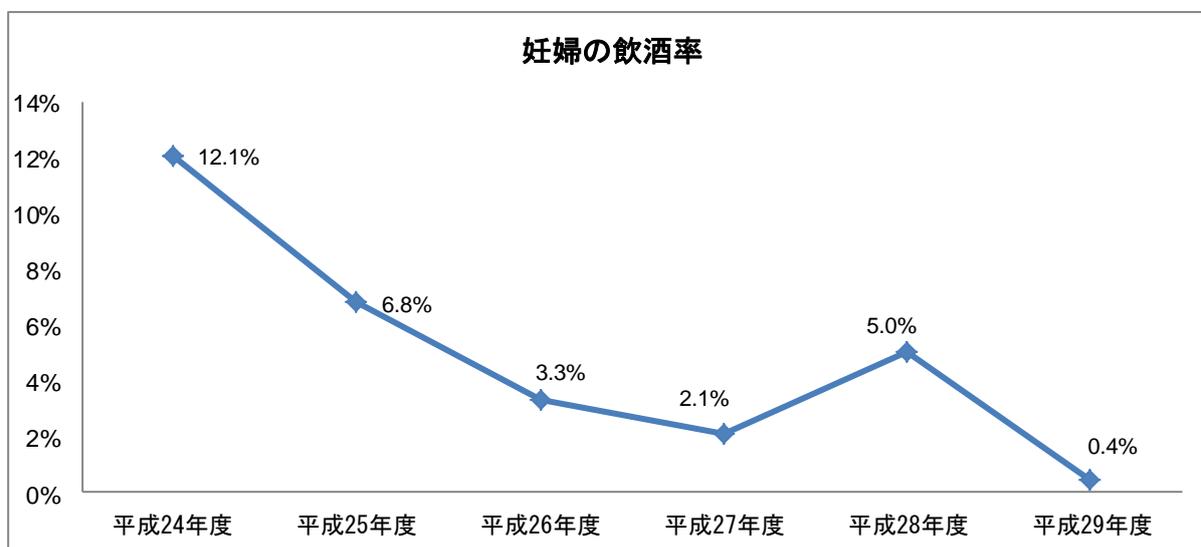
◎妊婦の喫煙をなくす

- ・妊婦の喫煙率は平成 29 年度では 0.4%であり、平成 25 年度以降、年々減少している。平成 23 年度と比較すると 3.4 ポイント減少しているが、目標値には達していない。



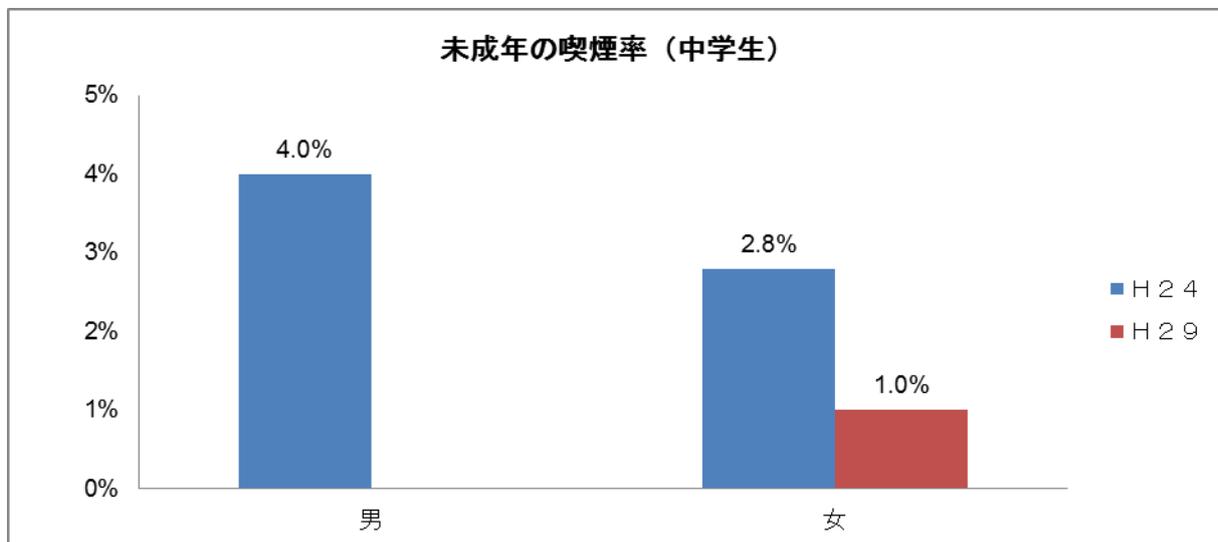
◎妊婦の飲酒をなくす

- ・妊婦の飲酒率は平成 29 年度では 0.4%であり、平成 24 年度と比較すると 11.7 ポイント減少しているが、目標値には達していない。



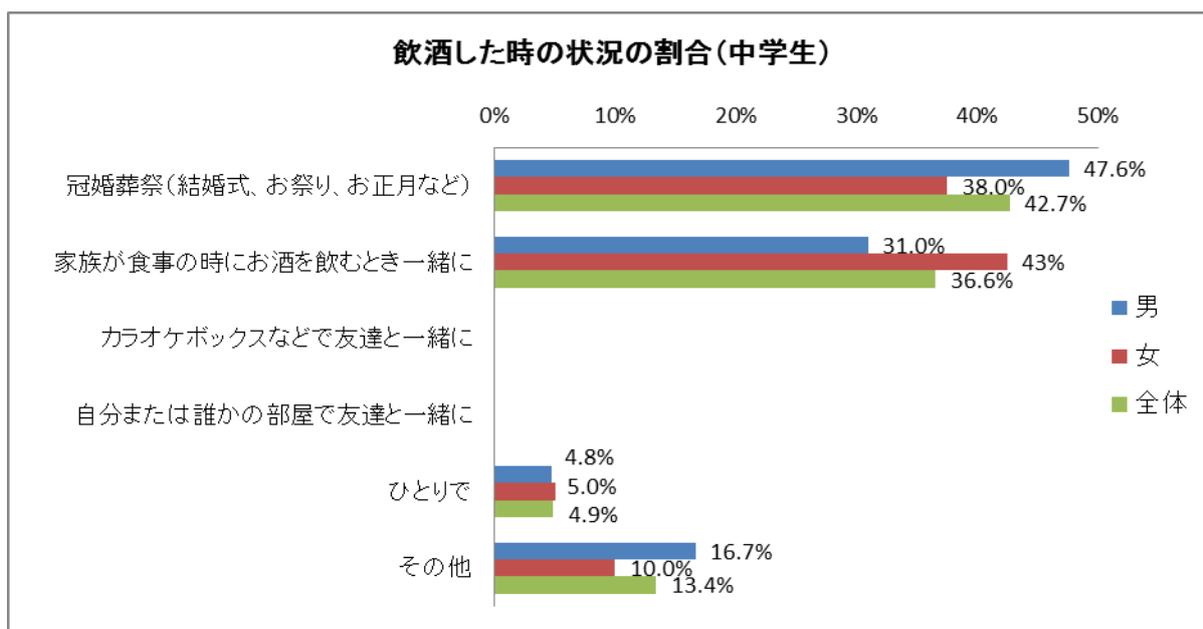
◎未成年の喫煙をなくす

- ・男子中学生では0.0%で、4.0ポイント減少、女子中学生では1.0%で、1.8ポイント減少しており、男子中学生は目標値に達している。
- ・「タバコを吸ったことがある」と答えた中学生のうち、全員が小学4年生までに初めてタバコを吸っていることから、低学年の間から喫煙防止に向けた取組みが必要である。



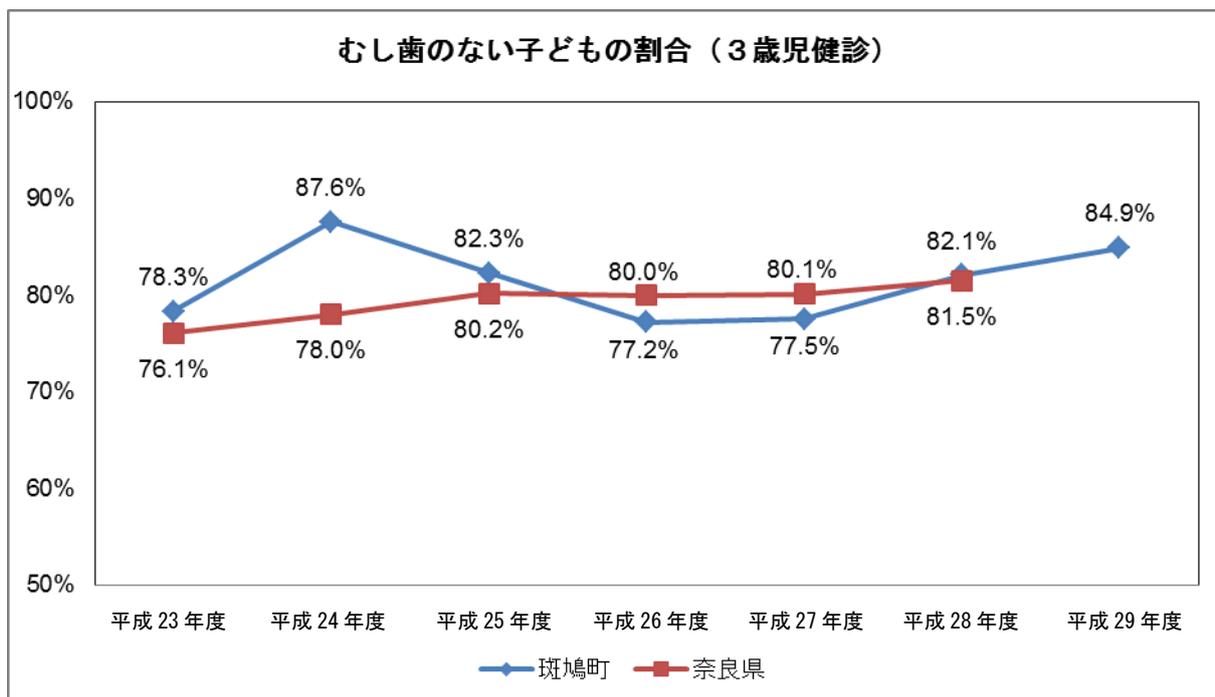
◎未成年の飲酒をなくす

- ・飲酒率は、男子中学生13.7%、女子中学生12.7%であり、女子中学生と比べて男子中学生の方が高い。
- ・飲酒した時の状況の割合（中学生）については冠婚葬祭が42.7%で最も高くなっており、行事があるときに飲む機会が多い結果となっている。



◎むし歯のない子をふやす

- ・3歳児でむし歯のない子どもの割合は、平成29年度では84.9%であり、平成23年度と比較して、6.6ポイント増加した。



② 課題

食習慣については、起床時間が遅い小・中学生ほど、朝食を毎日食べる人の割合が少なく、また就寝時間が遅い小・中学生ほど、朝食時に食欲がなかったことから、朝食を食べる習慣をつけるには生活リズムを整え、規則正しい生活習慣を身につけることを推進する必要があります。

嗜好品については、喫煙率は減少していますが、喫煙歴のある小・中学生のうちの全員が低学年の間から喫煙していることや、飲酒については、家族がお酒を飲む際に共に飲酒していることが多くなっていることから、保護者に未成年の飲酒・喫煙は子どもの健全な成長を妨げ、習慣化することにより成人期・妊娠期まで影響を及ぼす可能性があることを伝えていく必要があります。

健康的な生活習慣を身につけるためには、教育委員会、学校や幼稚園、保育園との連携を十分に図りながら課題を共有し、保護者や子ども自身への啓発について検討する必要があります。

③ 今後の取組について

目標

健康的な生活習慣を身につけましょう

喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について、正しい知識を身につけましょう

住民の行動指針

- 家族で食卓を囲み、団らんの機会を増やしましょう。
- 早寝早起きの生活リズムを身に着け、朝食をしっかり食べましょう。
- 遊びや運動を通して、体を動かす習慣をつけましょう。
- 妊産婦、未成年は喫煙飲酒の危険性を理解し、喫煙飲酒はしないようにしましょう。
- 児童・生徒が自らの心身に関心を持ち、正しい生活習慣を身につけましょう。

取組の方向性

〈健康的な生活習慣を身に着ける実践支援〉

- 保育園や小・中学校及び関係機関等と連携して、子ども（乳幼児、児童、生徒）の正しい生活習慣の推進を図ります。子どもとともに保護者や家庭が健やかな生活習慣を実現できるよう支援します。
- 食育として、具体的な調理方法やメニューなどの健康教育の充実を図っていきます。
- 幼少期からの運動習慣の継続は、生涯にわたる健康の保持増進につながるため、身体活動や運動の体験を通して、健康的な生活リズムの獲得、身体を動かすことの心地良さを実感するとともに、社会性を身に着けられるように働きかけます。

〈妊産婦に対するタバコとアルコールの害の啓発強化〉

- 妊娠中の喫煙は、妊娠合併症のリスクを高めるだけではなく、低出生体重児、出生後の乳幼児突然死症候群のリスクとなり、飲酒は胎児性アルコール症候群や発育障害を引き起こすリスクとなるため、引き続き母子保健事業を中心に支援を継続していきます。また、受動喫煙の危険性への知識の普及を図り、妊産婦だけでなく周囲の人たちにも働きかけていきます。

〈未成年に対する喫煙防止教育、アルコールの害の啓発〉

- 未成年者からの喫煙はニコチン依存になりやすくかつ健康影響が大きいいため、未成年に対する喫煙防止教育を引き続き学校や教育委員会などと連携する必要があるため、早い時期から児童生徒を対象にたばこの正しい知識と適確な判断力の育成強化を進めていきます。
- 未成年の飲酒は、身体の発達過程で影響を及ぼし健全な成長を妨げることや、急性アルコール依存症リスクがより高くなるなどの恐れがあります。保護者が同席している機会に飲酒していることが多いことから、保護者に対しても飲酒がもたらす健康への影響について引き続き普及啓発していく必要があります。

〈乳幼児・学童期のむし歯予防に向けた継続した取組〉

- 乳幼児期、学童期は、生涯にわたる歯科口腔保健の基盤が形成される時期でもあり、子どもおよびその家族へ、むし歯予防に関する健康教育を引き続き行っていきます。
- 乳幼児期・学童期におけるフッ化物応用の推進や歯磨きの習慣化に向け、引き続き教育機関や歯科衛生士、歯科医師と連携しながら取り組んでいきます。

主な取組

主な取組	概 要	実施及び関係団体
乳幼児期や学童期における健康的な生活習慣獲得の普及啓発	乳幼児健診、学童期における健診、各種教室、講演会などにおいて、適切な生活リズムや食習慣、食育の推進を行う。	保健センター 福祉子ども課 教育委員会
保育園における食育の推進	バランスのよい給食を通して、子どもたちが食生活の基礎を培い、また保護者の健康増進にもつなげていけるよう普及啓発を行う。	福祉子ども課
学校における食に関する指導の取組	学校給食や各教科等において食に関する指導を行うことにより、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけ、生涯にわたって健康な生活を送れるようにする。 家庭や地域においても食育が推進されるよう学校、家庭、地域との連携を図る。	教育委員会
喫煙、飲酒防止に関する健康教育	喫煙や飲酒による健康被害を知ってもらうため、両親学級などの母子保健事業や乳幼児健診など早期から喫煙飲酒の危険性を啓発する。 小・中学校の教育機関と連携し健康教育を行うとともに、保護者への啓発も行う。	保健センター 教育委員会
う歯予防に関する健康教育	1歳6か月児・2歳6か月児・3歳児健診、各種教室等や小学校で、歯科衛生士と連携して歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発を行う。	保健センター 歯科医師会 歯科衛生士会

指標と目標値

指 標	現状値 (H30)	目標値	備 考
朝食を食べる人をふやす	小中学生 87.4%	95%	現状値 平成 30 年度健康 づくりアンケート 調査結果
	成人 男性86.4% 女性90.8%		
夕食を1人で食べる人をへらす	小学生 1.0% 中学生 7.6%	減少	
妊婦の喫煙をなくす	0.4% (H29)	0%	現状値 平成 29 年度 斑鳩町妊娠届出よ り
妊婦の飲酒をなくす	0.4% (H29)	0%	
未成年の喫煙をなくす	中学男子 0.0% 中学女子 1.0%	0%	現状値 平成 30 年度健康づ くりアンケート調 査結果
未成年の飲酒をなくす	中学男子 13.7% 中学女子 12.7%	0%	
むし歯のない子どもをふやす	84.9% (H29)	90%	現状値 平成 29 年度斑鳩町 3 歳児歯科健診結 果

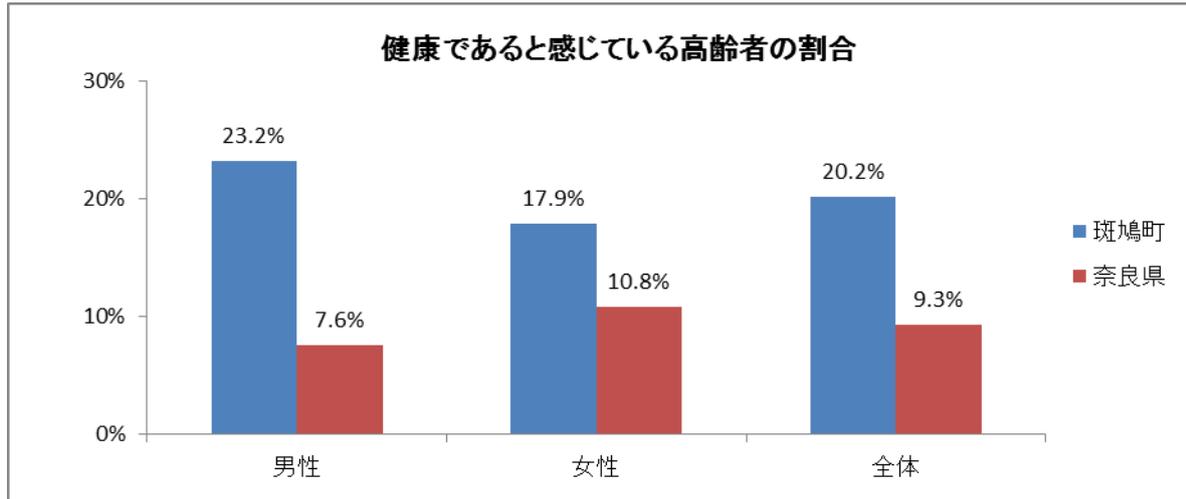
(2) 高齢者の健康

健康問題が気になり、心身の不調が増加していく時期であり、自分自身の健康問題を把握し、予防や改善に向けた生活習慣を送ることが大切です。

① 指標の評価

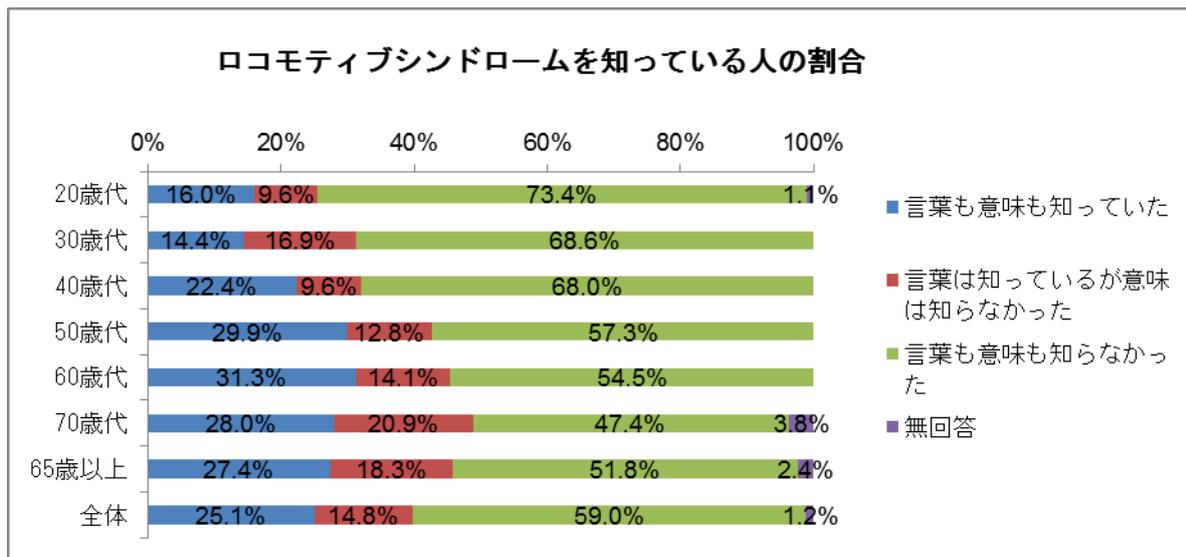
◎健康であると感じている高齢者をふやす

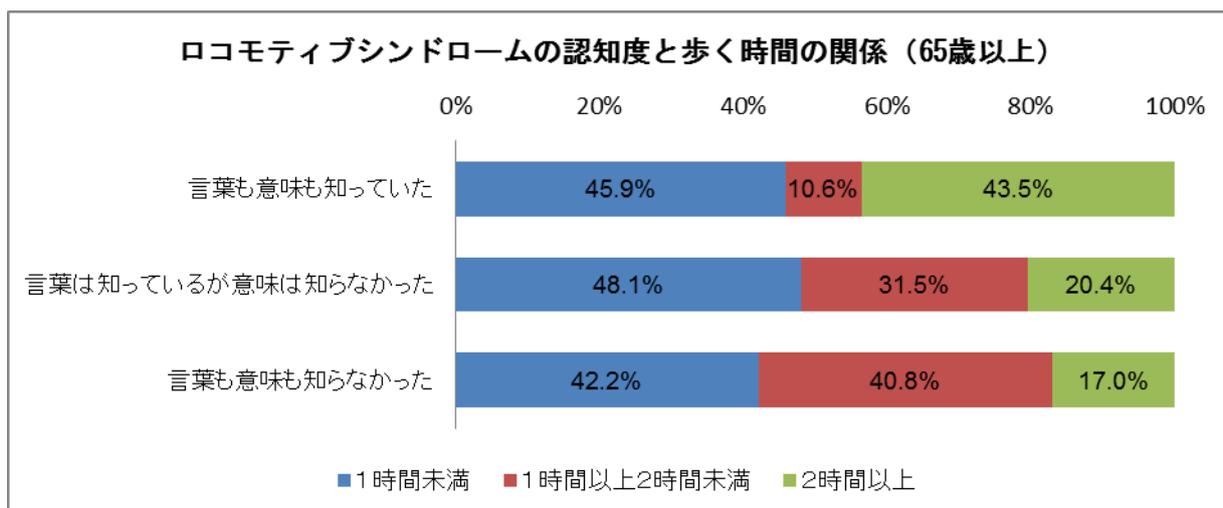
- ・健康であると感じている高齢者の割合は男性 23.2%、女性 17.9%であり男性の方が高い。
- ・奈良県と比較すると奈良県の男性は 7.6%、女性は 10.8%であり、男女ともに奈良県よりも高くなっている。



◎ロコモティブシンドロームを知っている高齢者をふやす

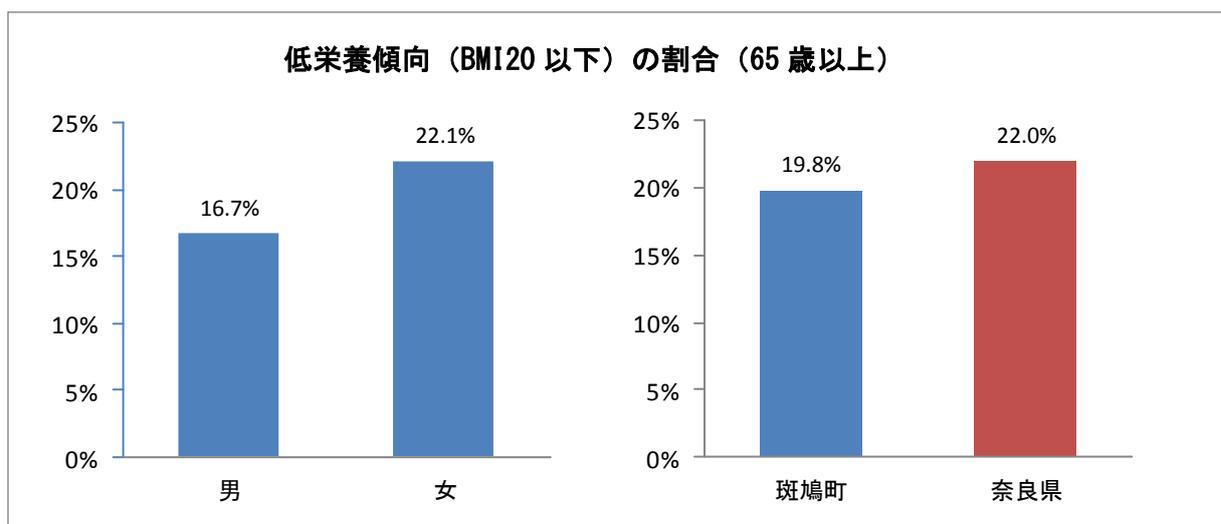
- ・ロコモティブシンドロームを知っている高齢者の割合（65歳以上）は 45.7%である。
- ・ロコモティブシンドロームの言葉も意味も知っている人の方が 1日に歩いている時間が長いことから、情報を知っている人の方が健康的な行動をとることができるといえる。





◎低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者をへらす

- ・低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合は男性 16.7%、女性 22.1%で女性の方が高い。BMI \leq 20 の人の割合（65 歳以上）は、斑鳩町では 19.8%であり、奈良県（80 歳代を含む）の 22.0%と比較すると 2.2 ポイント低い。



② 課題

健康であると感じている高齢者の割合は、県よりも高く、運動する習慣も 60 歳代以降の年代に定着してきています。ロコモティブシンドロームの言葉と意味を知っている人の方が、より運動時間が長くなっていることから、ロコモティブシンドロームの知識の普及啓発を行い、さらに多くの高齢者に向けて運動習慣の定着を図る必要があります。また、効果的な介護予防の取り組みや機能強化を行い、運動だけでなく口腔機能の低下を予防し、低栄養を防ぐ取り組みが必要です。

③ 今後の取組について

目標

いきがいのある自立した生活を送りましょう

住民の行動指針

- 食事は1日3食バランスよく食べることを心がけ、定期的に体重をチェックして低栄養を防ぎましょう。
- 日常生活のなかでこまめに体を動かす習慣を心がけ、自立した生活を送れるようにしましょう。
- 地域活動への参加や趣味を楽しむなど、自分自身の生きがいをもちましょう。

取組の方向性

〈高齢者の低栄養予防の充実〉

- 低栄養になると、筋力・活力・身体機能の低下につながり、将来要介護状態になるリスクが高まります。高齢者を対象とした健康教育等を通じて栄養バランスに着目し、高齢者の低栄養の予防について普及啓発と保健指導の充実を図ります。

〈ロコモティブシンドロームの知識の普及啓発〉

- ロコモティブシンドローム（運動器症候群）は、運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態として定義されています。ロコモティブシンドロームの予防のため、よく歩き、こまめに身体を動かすこと、関節や筋力の維持に向けた活動の必要性と具体的な取り組みを、様々な場面で伝え、継続して取り組むための支援を行っていきます。

〈社会参加の促進〉

- 高齢になっても、地域とのかかわり（町内会や自治会、老人クラブ、趣味のサークルなど）をもち、これまで培った知識や技術を地域の中で生かし、生きがいをもち生活していくことが大切です。日頃から周囲の人と互いに声を掛け合うことを心がけ、地域の中で、その人らしく生き生きと暮らすことができるよう、高齢者の自立と社会参加の促進を働きかけていきます。

主な取組

主な取組	概要	実施及び関係団体
一般介護予防事業	健康づくりや疾病予防、介護予防という心身の健康の保持・増進を図ります。また、高齢者がよりよく暮らすことができるよう、生活全般にわたる支援や高齢者の定期的な把握を行う。	長寿福祉課
地域包括支援センターの運営	地域に根差した保健・医療・福祉・介護の向上をはかる拠点として、高齢者に対する総合的な支援やケアマネジャーの支援、関係機関の連携体制の構築を行い関係者間での連携関係の強化や地域資源の連動につなげる。	
健康教育	地域に出向き、ロコモティブシンドロームや低栄養のリスクについての普及啓発に努め、日常生活の工夫で取り組める具体的な予防法の情報発信を行う。	保健センター 長寿福祉課

指標と目標値

指標	現状値 (H30)	目標値	備考
健康であると感じている高齢者をふやす	20.2%	25%	現状値 平成30年度健康づくり アンケート調査結果
ロコモティブシンドロームを知っている高齢者をふやす	45.7%	80%	
低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者をへらす	19.8%	19%	

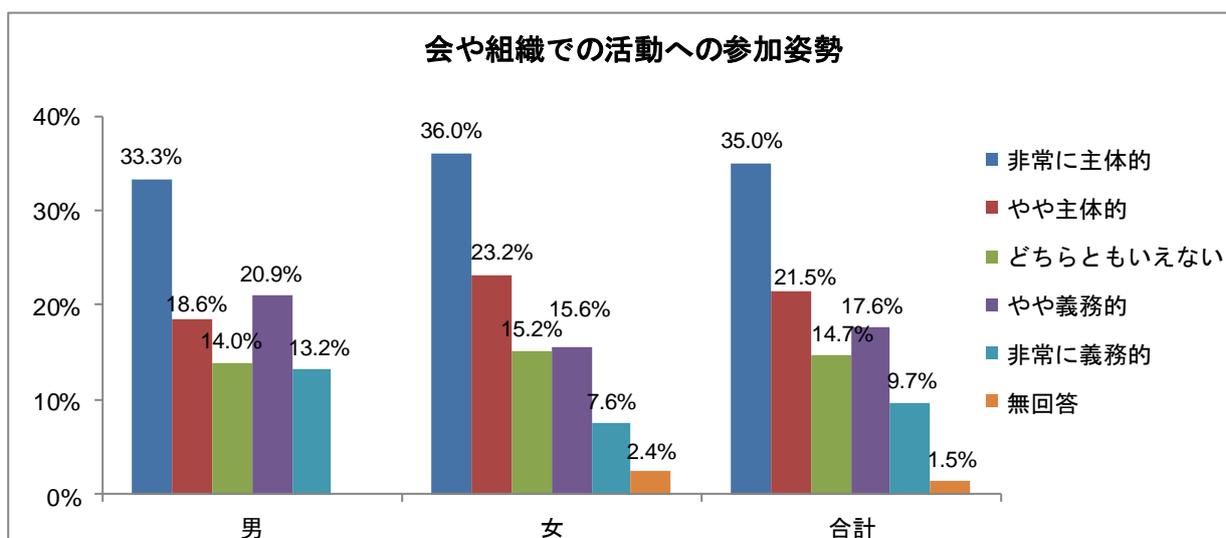
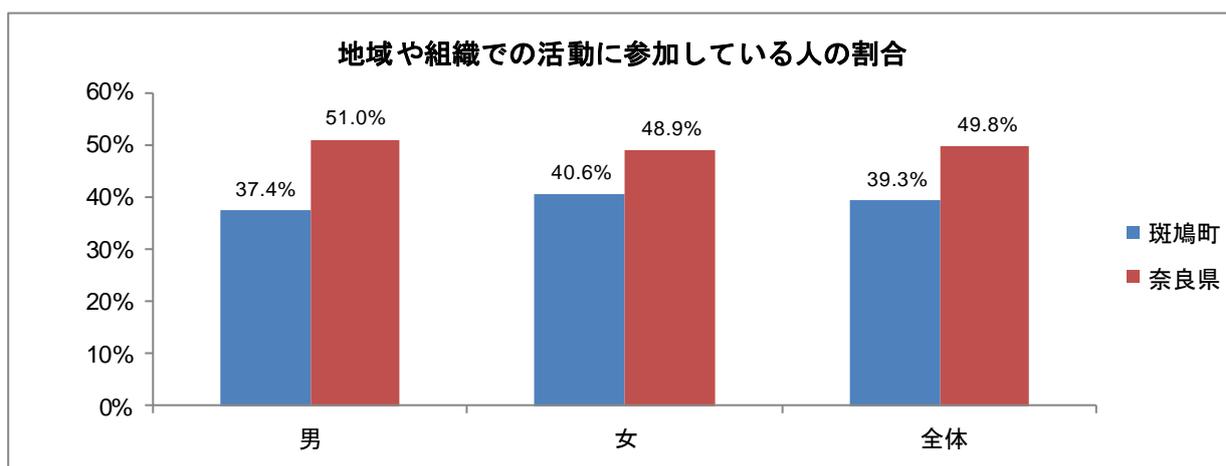
4 健康づくりがしやすいまちづくり

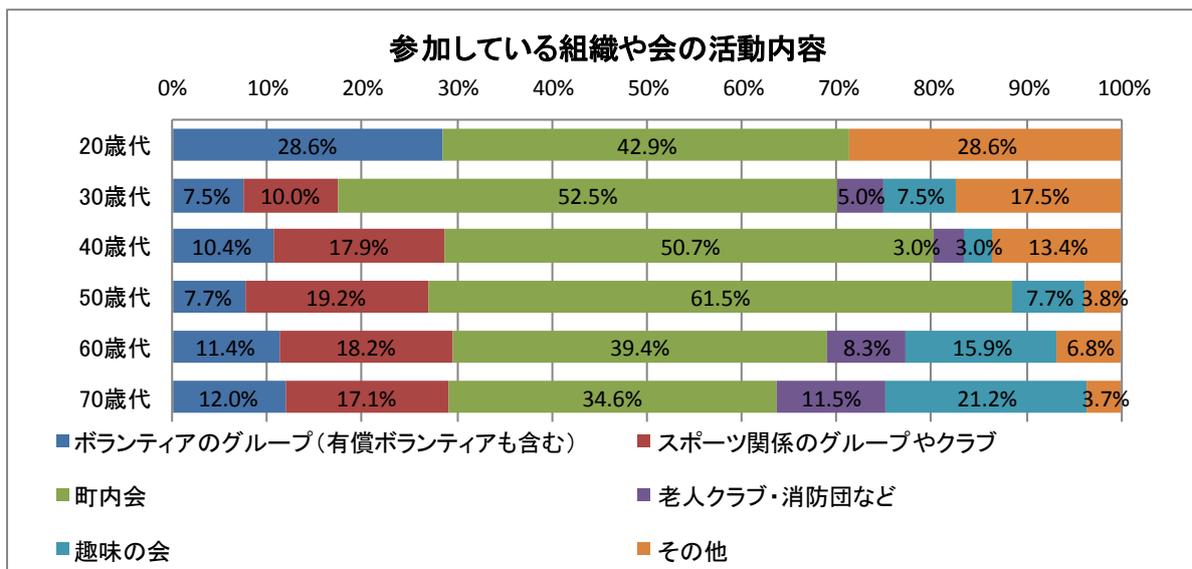
健康や暮らしに関する情報を、それぞれの価値観にあわせて具体的な行動につなげていくためには、身近なところで声をかけてくれる友人や知人、ボランティアの存在が大きいといわれています。人と人とのつながりが健康づくりの活動への関心へとつながります。

① 指標の評価

◎健康づくりボランティア団体数、及び活動人数を増やす

- ・健康づくりボランティア団体数は1団体増加し、活動人数は245人で、平成24年度と比較すると14人増加しており、目標を達成している。
- ・地域や組織での活動に参加している人の割合は、奈良県と比較すると低くなっている。
- ・会や組織での活動への参加姿勢では、男女ともに非常に主体的が最も多くなっている。
- ・参加している組織や会の活動内容では男女ともに町内会が最も多く、その次に多いのは、男性ではボランティアのグループ、女性ではスポーツ関係のグループやクラブとなっている。
- ・60歳代以降になると、趣味の会の活動が増加してくる。





② 課題

地域や組織での活動に参加している人の割合は、県に比べて低い結果となっていますが、参加している人の多くは自主的に活動しています。より健康的な生活を送るためには、地域とのつながりを持ち、一人ひとりが自身の役割を持ちながら協力できる環境で生活することが重要であるため、今後も活動の支援を継続していく必要があります。

健康づくりボランティアの活動人数は増加していますが、実際に活動されている人は、一人の人が複数のボランティア団体に属して活動をしている人も多く、自身の高齢化や家族の介護や孫の世話など家庭の事情により、活動時間が減少しています。また、若い世代のボランティアは再就職等により、活動する時間を確保することが難しくなるなどの課題があります。

今後もボランティア活動への関心を高められるような啓発方法を検討し、さらにボランティア活動を充実させていく必要があります。

③ 今後の取組について

目標

多様な主体による協働の推進を図ります
健康づくりを支える人材の充実を図ります

住民の行動指針

- 「あなたができることを少しだけ」ボランティア活動に参加しましょう。
- 健康づくりの活動に関心を持ち、地域とのつながりをつくりましょう。
- 個人の努力だけでなく、家族や仲間、地域とのつながりなど、支えあいながら一人ひとりの健康をつくり、守っていきましょう。

取組の方向性

〈住民、地域団体等の主体による協働の推進〉

- 住民や地域団体等の地域の多様な主体による協働の取り組みは、地域のきずなや信頼、ネットワークの形成（ソーシャルキャピタル※）などにつながります。身近な地域で気軽に健康維持、増進ができる環境づくりなど、地域で互いに支え合う関係から地域の健康課題の解決へとつなぐネットワークを推進していきます。

※ソーシャルキャピタルとは：人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる、「信頼」「規範」「ネットワーク」といった社会組織の特徴といわれており、社会全体の人間関係の豊かさを意味するものです。住民同士のコミュニケーションの密度や住民と行政のパートナーシップが活発であるほど、豊かな社会が形成されるというソフトな概念です。

〈健康づくりボランティアの養成・支援の充実〉

- 保健センターサポーター、食生活改善推進員協議会、栄養士会、運動普及ボランティアなどの健康づくりボランティアを養成し、活動の支援を今後も継続していきます。
- 健康づくりボランティアがそれぞれの活動の役割を果たすことや成果を実感できる等主体的に取り組み、生きがいとなるような活動ができる環境を整えます。

主な取組

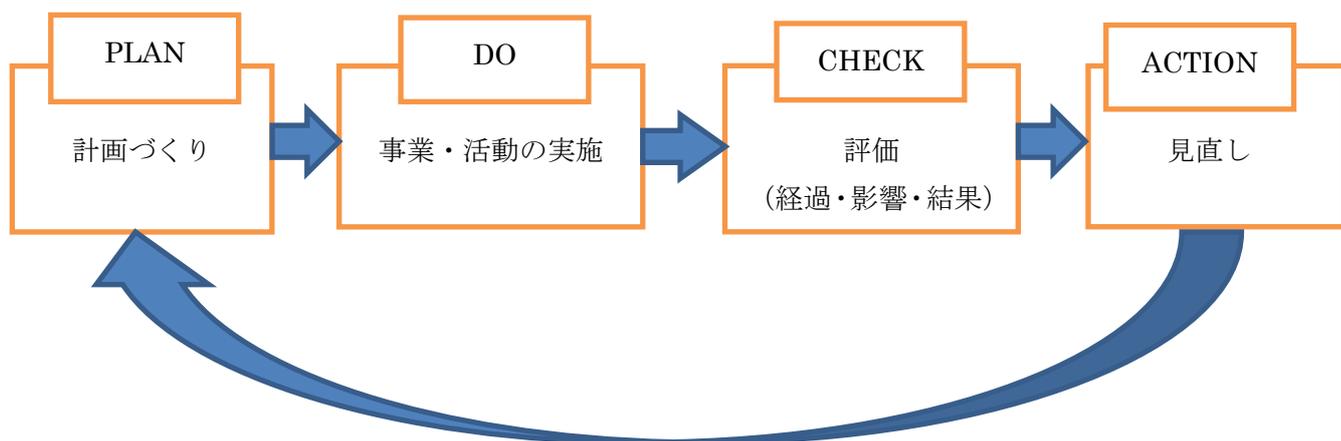
主な取組	概 要	実施及び関係団体
健康づくりボランティア養成講座・活動推進	地域で食生活や運動等の健康づくりを推進するボランティアを養成する。定例会の開催等を通じて、町の健康課題について健康づくりボランティアとも情報を共有し、協働で事業を展開していく。	保健センター 福祉子ども課 長寿福祉課

指標と目標値

指 標	現状値	目標値	備 考
【新規】 地域や組織 での活動に 参加する人 の割合をふ やす	(H30) 39.3%	43%	現状値 平成 30 年度健康 づくりアンケー ト調査結果
健康づくり ボランティ ア団体数及 び活動人数 をふやす	(H29) 食生活改善推進員 37 人 運動普及ボランティア 17 人 保健センターサポーター 31 人 母子保健推進員 16 人 子育てサポートクラブ 「ゆりかご」 50 人 栄養士会 33 人 介護予防サポーター 34 人 介護予防リーダー 27 人	増加	

第5章 計画の推進体制と評価

計画の推進にあたり、必要な予算の確保に努め関係機関、関係団体、関係各課等と密接な連携をとりながら、総合的かつ効果的な推進を図ることとします。また、進捗状況を健康づくり推進協議会に報告しながら、アンケート調査を行い平成34年度（2022年度）に最終評価を行います。



参考資料

斑鳩町健康づくり推進協議会設置要綱

(趣旨)

第1条 町民が主体的に健康づくりに取り組むことができるよう総合的な健康づくり対策の円滑な実施に向け、意見又は助言を求めることを目的として、斑鳩町健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 協議会の所掌事務は、次のとおりとする。

- (1) 健康づくり事業及び施策に関すること。
- (2) 健康づくりの推進に関すること。
- (3) その他健康づくりに必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 協議会は、委員12人以内をもって組織する。

(委員)

第4条 委員は、次に掲げる者又は団体に所属する者から町長が委嘱する。

- (1) 郡山保健所
- (2) 町医師会
- (3) 町歯科医師会
- (4) 町薬剤師
- (5) 町自治会連合会
- (6) 町社会福祉協議会
- (7) 町食生活改善推進員協議会
- (8) 母子保健推進員
- (9) 町栄養士会
- (10) 町婦人会
- (11) 町校園長会
- (12) その他町長が適当と認める者

2 委員の任期は2年とし、再任は妨げない。ただし、委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長等)

第5条 協議会に会長及び副会長を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、会務を総理し、協議会を代表する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会は会長が招集し、その議長となる。

- 2 会長は、必要があると認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、住民生活部健康対策課が所掌する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が協議会に諮って定める。

付 則

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

平成30年度 斑鳩町健康づくり推進協議会委員名簿

役 職	氏 名
郡山保健所長	水 野 文 子
町医師会代表	新 谷 雅 史
町歯科医師会代表	田 村 佳 則
町薬剤師代表	藤 田 正 治
町自治会連合会代表	齋 藤 文 夫
町社会福祉協議会代表	松 村 敦 子
町食生活改善推進員協議会代表	西 村 美 幸
母子保健推進員代表	中 野 真 理 子
町栄養士会代表	島 田 聖 子
町婦人会代表	秀 田 ま ち 子
町校園長会代表	清 水 敬 史