

第4次長泉町健康増進計画
(歯科保健計画)

ながいずみ健康づくりプラン
—前期計画—
(案)

令和3年3月

長泉町

はじめに

目次

第1章 計画の基本的事項	1
1 計画の策定趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2
第2章 長泉町の健康づくりに関する現状	3
1 人口動態	3
2 健康診査・検査の実施状況	7
3 生活習慣病からみた健康状態	11
4 国民健康保険事業に関する状況	12
5 主な健康づくり事業の実績	14
6 アンケート調査結果からみた現状	20
第3章 本計画の基本構想	33
1 基本理念	33
2 健康づくりの将来像	33
3 基本方針	34
4 施策の体系	35
5 SDGsの視点の導入	36
第4章 健康領域ごとの取り組み	39
1 食生活	39
2 身体活動・運動	45
3 休養・こころ	50
4 たばこ・アルコール	54
5 歯	58
6 健康管理	63
7 社会参加	70
第5章 計画の実現に向けて	75
1 健康づくり推進の考え方	75
2 協働による取り組み	75
3 健康づくりに関する組織との連携と支援	77
4 健康づくり推進体制の強化	78
5 健康づくり情報の発信	79
6 計画の進行管理と評価	80

資料編	83
1 長泉町健康都市宣言	83
2 長泉町健康づくり推進協議会設置要綱	84
3 長泉町健康づくり推進協議会委員名簿	85
長泉町歯科保健計画	87
第1章 計画の基本的な考え方	87
1 計画の策定趣旨	87
2 計画の位置づけ	88
3 計画の期間	88
第2章 歯科保健の現状	89
1 健康診査結果からみた歯や口腔の状態	89
2 アンケート結果からみた健康状態	92
第3章 歯と口腔の健康づくりの方針	96
1 基本方針	96
2 SDGsの視点の導入	96
3 施策の取り組み	97
第4章 推進体制と進行管理	109
1 推進体制	109
2 評価指標	110
資料編	111
1 長泉町歯や口腔の健康づくり推進条例	111
2 長泉町歯科保健推進会議運営規則	112
3 主要歯科事業経緯一覧	113

第1章 計画の基本的事項

1 計画の策定趣旨

わが国は、医学の進歩や生活水準の向上等により、平均寿命が急速に延び、世界有数の長寿国となりました。しかし、平均寿命が延びることで、疾病構造等が変化し、悪性新生物（がん）・心疾患・脳血管疾患・糖尿病・歯周病等に代表される生活習慣病の割合が増加し、要介護状態となる人も増加していることから、生活習慣病の予防や重症化の予防、社会生活を営むために必要な機能の維持・向上などにより、健康寿命の延伸や生活の質（QOL）の向上を実現するための取り組みが急務となっています。

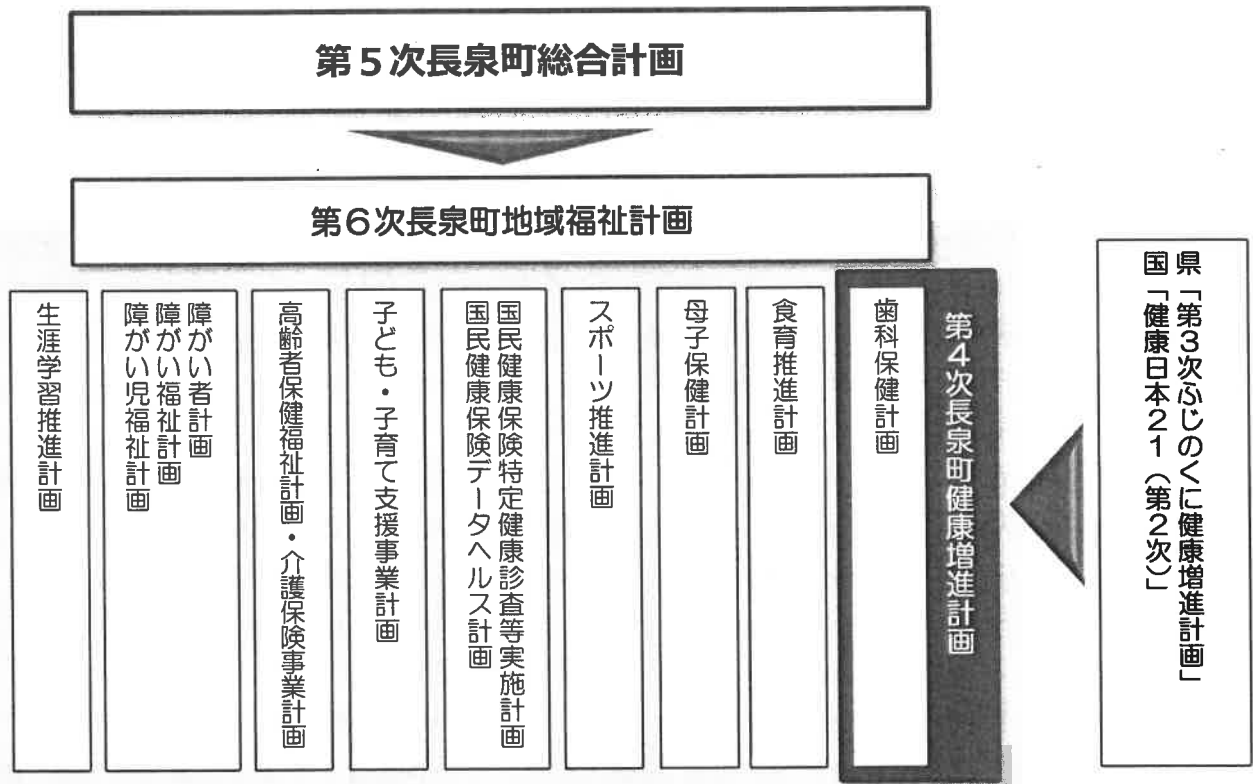
このような背景から、国は、平成12年に「健康日本21」を策定し、平成15年5月には国民の健康増進の総合的な推進に関して基本的な事項を定めるとともに、より積極的に国民の健康づくり・疾病予防の推進を図るため「健康増進法」を制定し、国民保健の向上を図るための根拠法として整備しました。その後、「食育基本法」（平成17年）、「自殺対策基本法」（平成18年）、「がん対策基本法」（平成19年）が施行され、さらに「健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会全体が相互に支え合いながら健康を守る環境の整備」「社会生活を営むために必要な機能の維持・向上」等を新たに盛り込んだ「健康日本21（第2次）」（平成25年度～令和4年度）が施行されました。この新たな計画では、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国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、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な事項が示されています。

静岡県においては、国の「健康日本21（第2次）」を受け、平成26年3月には「第3次ふじのくに健康増進計画」（平成26年度～令和4年度）を策定し、具体的な行動目標、対策についてアクションプランを作成し、「健康長寿の都」を目指した取り組みを進めています。

このような中、長泉町では平成23年3月に「第3次長泉町健康増進計画（ながいずみ健康プラン）」（平成23年度～令和2年度）を、平成28年3月にはこれを見直した後期計画（平成28年度～令和2年度）を策定し、町民一人ひとりの心と身体の健康づくりと、地域全体で健康を支援する環境づくりに向けて取り組みを推進してきました。このたび、「第3次長泉町健康増進計画（ながいずみ健康プラン）」の計画期間が満了したことから、これまでの施策の進捗状況や町民の健康状況等を分析・評価し、現状に即した効果的な施策展開に向けた見直しを行い、新たに「第4次長泉町健康増進計画（ながいずみ健康プラン）」（令和3年度～12年度）を策定しました。

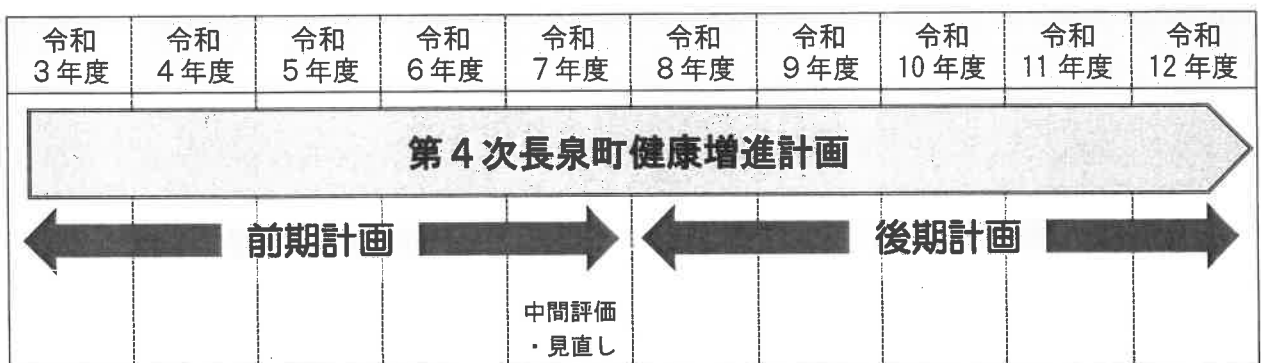
2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画として位置づけられる、長泉町の健康づくりの総合的な推進を図るための基本指針となる計画です。また、本計画は「第5次長泉町総合計画」及び「第6次長泉町地域福祉計画」を上位計画として位置づけるとともに、長泉町の他部門の関係計画、国の「健康日本21（第2次）」や静岡県の「第3次ふじのくに健康増進計画 後期アクションプラン」等との整合性を図ります。



3 計画の期間

本計画の期間は、令和3年度を初年度とし、令和12年度を最終年度とする10年間です。中間年にあたる令和7年度に、進捗状況の把握（中間評価）と計画の見直しを行うものとします。したがって、令和3年度から令和7年度までの5年を前期計画期間、令和8年度から令和12年度までの5年を後期計画期間とします。



第2章 長泉町の健康づくりに関する現状

1 人口動態

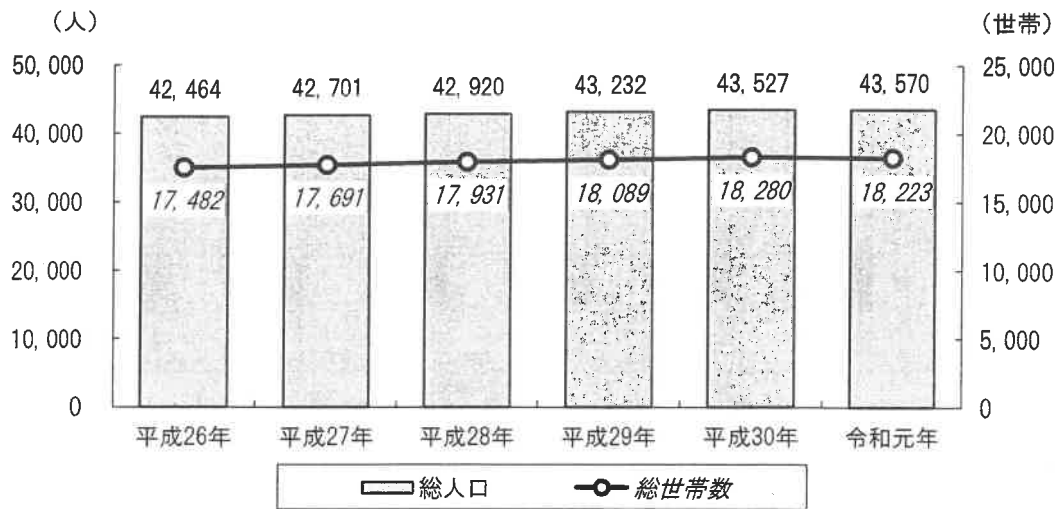
(1) 総人口・世帯数

総人口は微増傾向にあり、平成26年の42,464人から令和元年には1,106人増加し、43,570人となっています。

総世帯数も平成26年以降微増が続いていましたが、平成30年をピークに減少に転じ、令和元年には18,223世帯となっています。

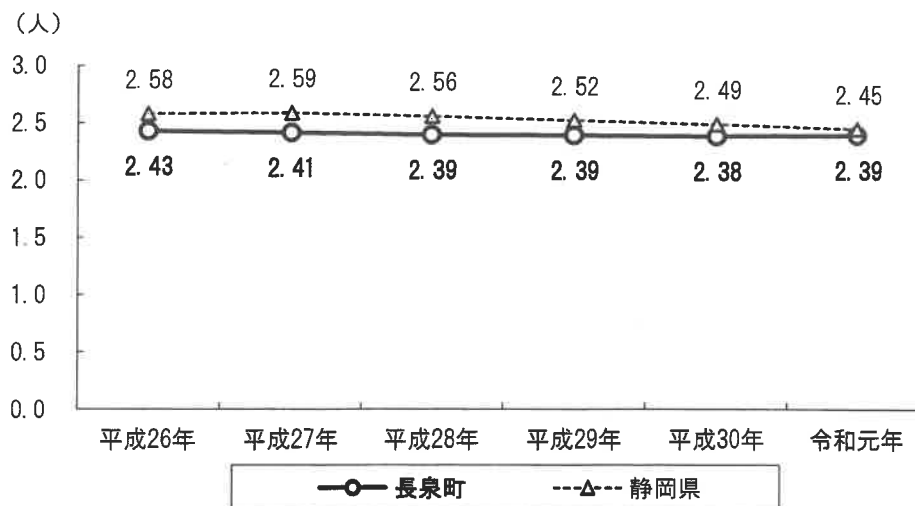
一世帯当たりの人員は、平成26年には2.43人でしたが、令和元年には2.39人となり、県平均よりもやや下回って推移しています。

【総人口・総世帯数の推移】



資料：住民基本台帳（各年10月1日現在）

【一世帯当たり人員の推移】



資料：【長泉町】住民基本台帳（各年10月1日現在）

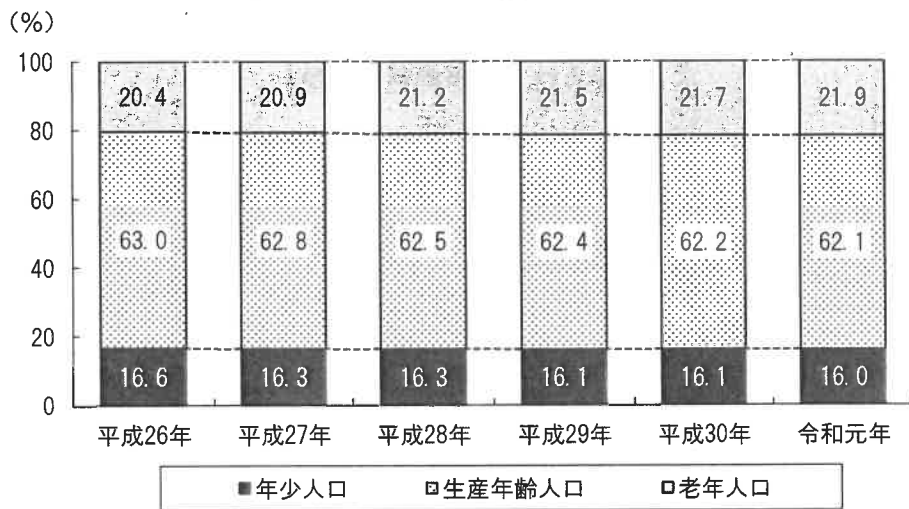
【静岡県】静岡県推計人口（各年10月1日現在）

(2) 年齢別人口

年齢3区分別人口の構成比をみると、65歳以上の「老年人口」の割合が年々増加しており、令和元年には21.9%となっています。0～14歳の「年少人口」および15～64歳の「生産年齢人口」は平成26年以降減少傾向にあり、令和元年の「年少人口」の割合は16.0%、「生産年齢人口」の割合は62.1%となっています。

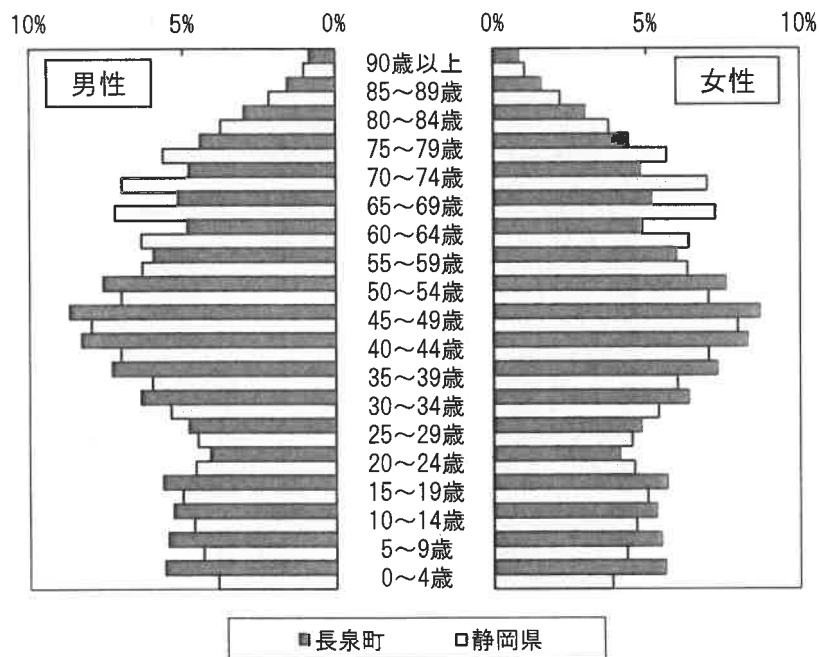
5歳階級別人口の割合をみると、50歳代前半以下の若い世代においては県平均より割合が高くなっていますが、20～24歳の階級のみ県平均を下回っています。

【年齢3区分別人口構成比の推移】



資料：住民基本台帳（各年10月1日現在）

【5歳階級別人口割合 令和元年】

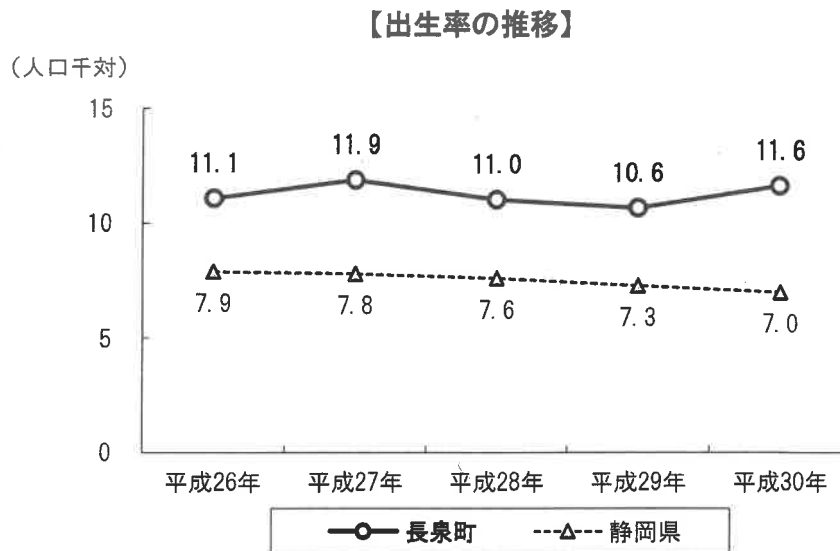


資料：静岡県推計人口（令和元年10月1日現在）

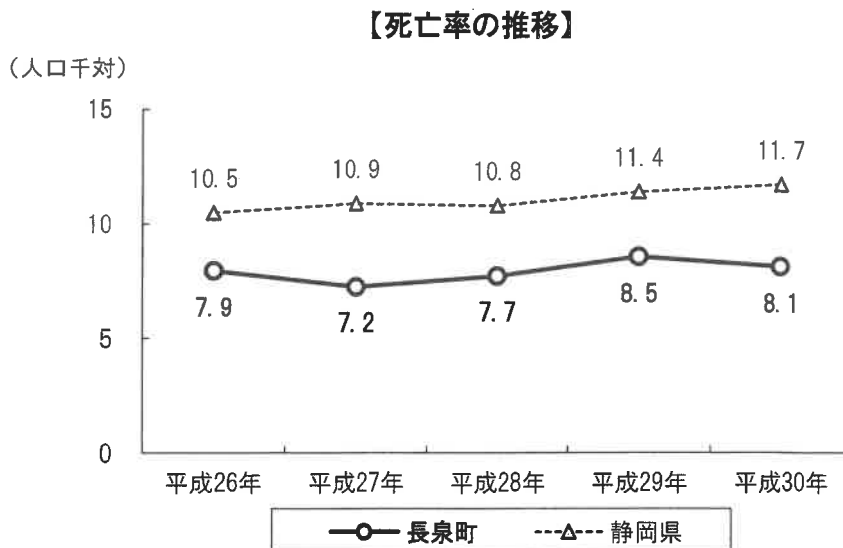
(3) 出生率・死亡率

出生率の推移をみると、平成27年を境に減少していましたが、平成30年には11.6となり増加に転じています。これまでのところ、県平均を上回っており、出生率の高い町であることがわかります。

死亡率は、平成27年を境に増加していましたが、平成30年には8.1となり減少に転じており、県平均よりも低い水準を維持しています。



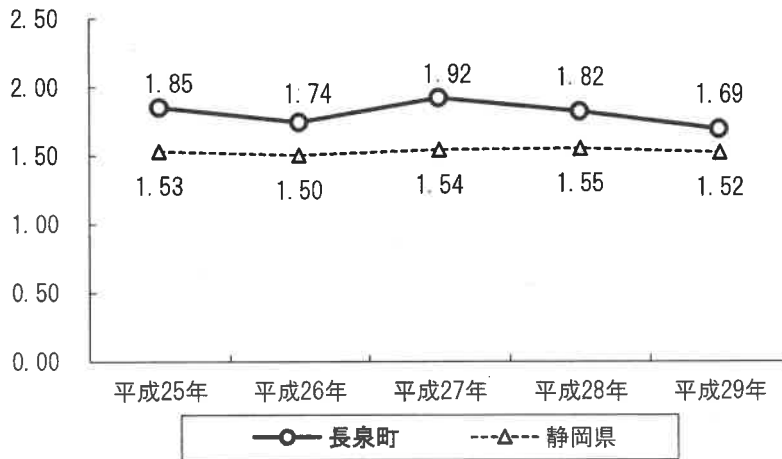
資料：静岡県人口動態統計



資料：静岡県人口動態統計

(4) 合計特殊出生率

合計特殊出生率^{※1}をみると、長泉町は増減を繰り返しながら推移しており、平成29年は1.69となっています。これまでのところ、県平均を上回っており、出生率の高い町であることがわかります。



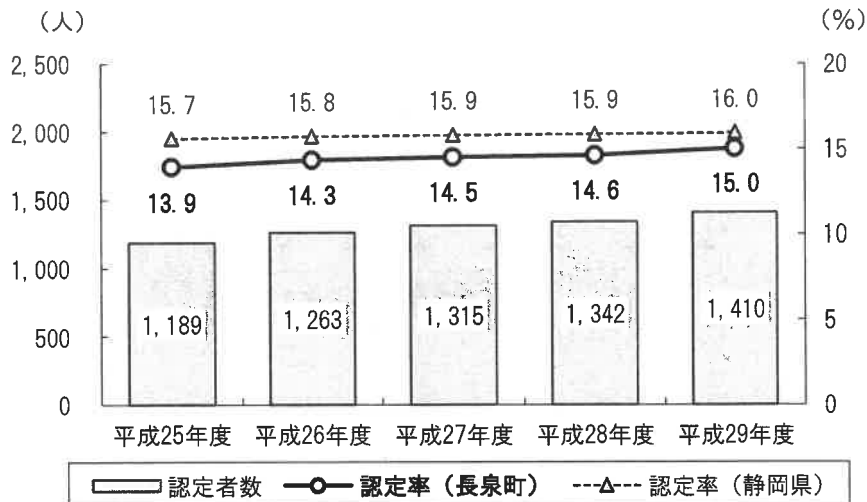
資料：合計特殊出生率調査（長泉町）、人口動態統計（県、国）

(5) 要支援・要介護認定者

要支援・要介護認定者数は平成25年度以降増加が続いており、平成29年度には1,400人を超え、平成25年度に比べ221人の増加となっています。

要支援・要介護認定率も年々微増しており、平成25年度の13.9%から、平成29年度には15.0%となっています。県平均を下回る水準を維持しているものの、その差は徐々に縮まりつつあります。

【要支援・要介護認定者 人数・割合の推移】



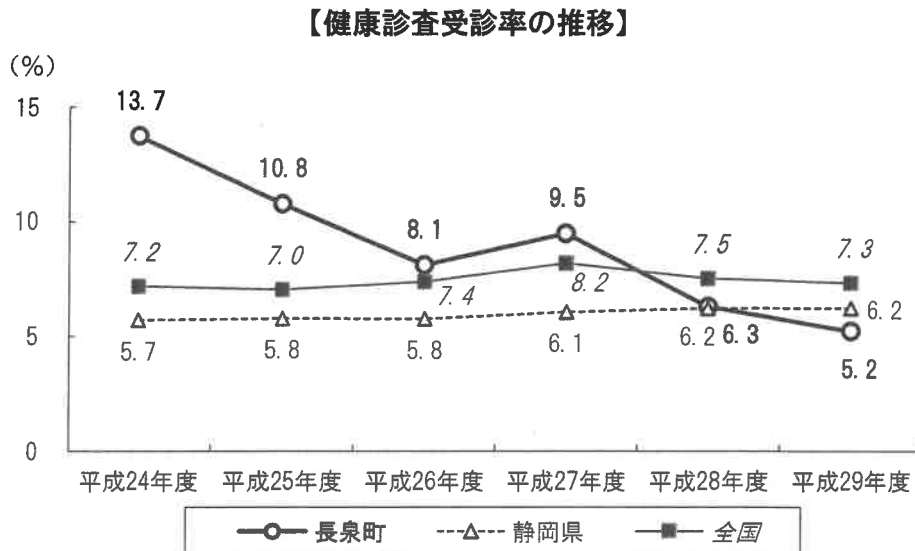
資料：介護保険事業状況報告年報

※1 合計特殊出生率：1人の女性が一人の女性が出産可能とされる15歳から49歳までに産む子どもの数の平均。

2 健康診査・検査の実施状況

(1) 健康診査

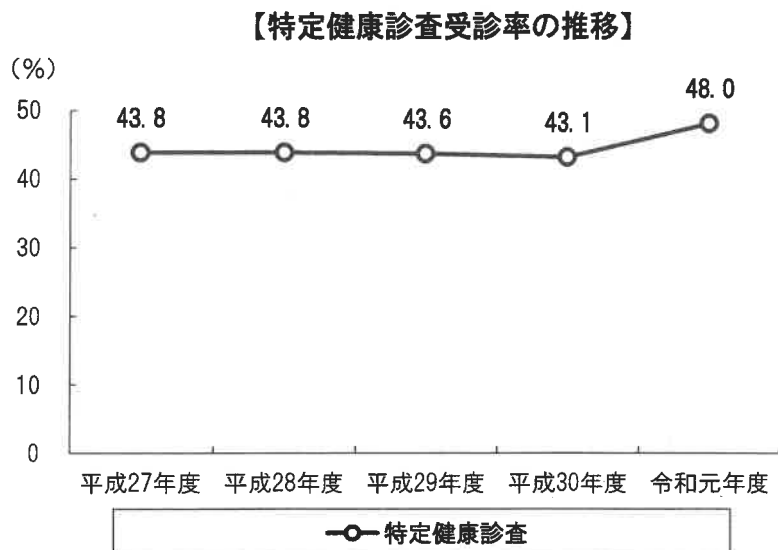
健康診査の受診率をみると、平成24年度の13.7%から減少傾向にあり、平成27年度に一旦増加しましたが、再び減少し、平成29年度には5.2%となっています。国や県の平均を上回っていた受診率は、平成24年度以降その差は縮まっていき、平成28年度には全国平均を下回り、さらに平成29年度には県平均を下回っています。



資料：地域保健・健康増進事業報告

(2) 特定健康診査

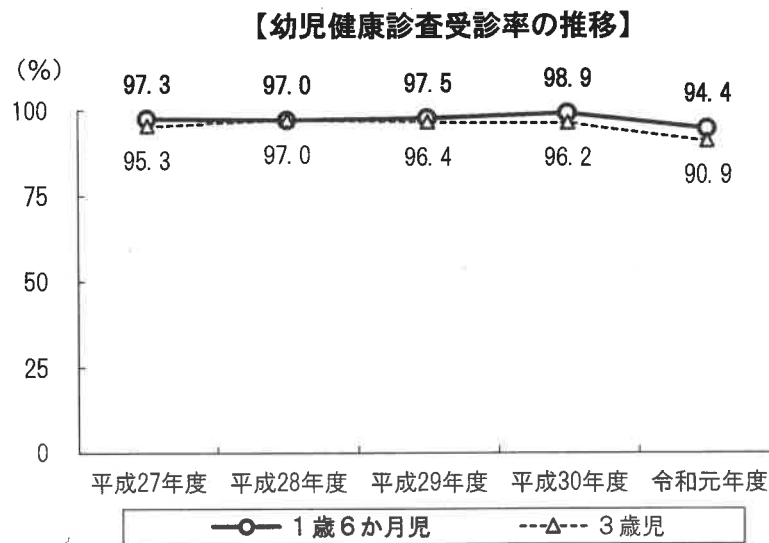
特定健康診査の受診率をみると、平成30年度まではほぼ横ばいで推移していましたが、令和元年度は48.0%まで上昇しています。



資料：国保データベース（KDB）システム「地域の全体像の把握」

(3) 幼児健康診査（1歳6か月児・3歳児）

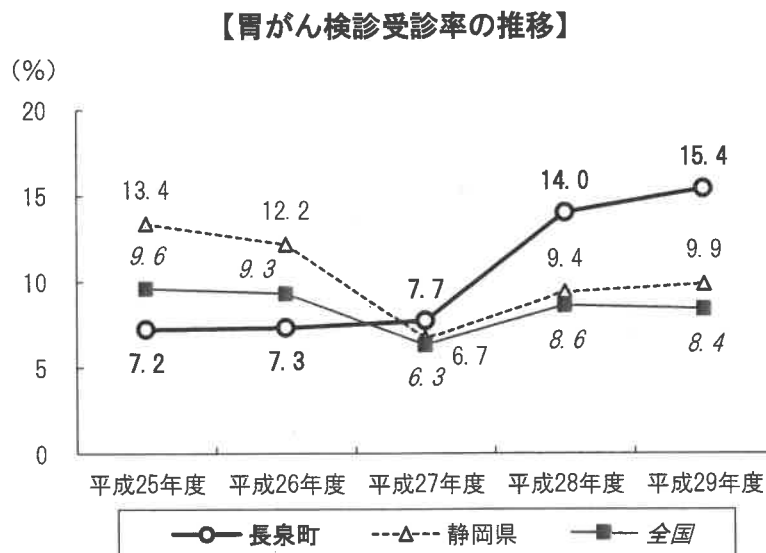
幼児健康診査の受診率をみると、1歳6か月児・3歳児ともに95%を上回る水準で推移していましたが、令和元年度は新型コロナウイルス感染症対策のため3月度健診を延期したことにより、それぞれ94.4%、90.9%と減少しています。



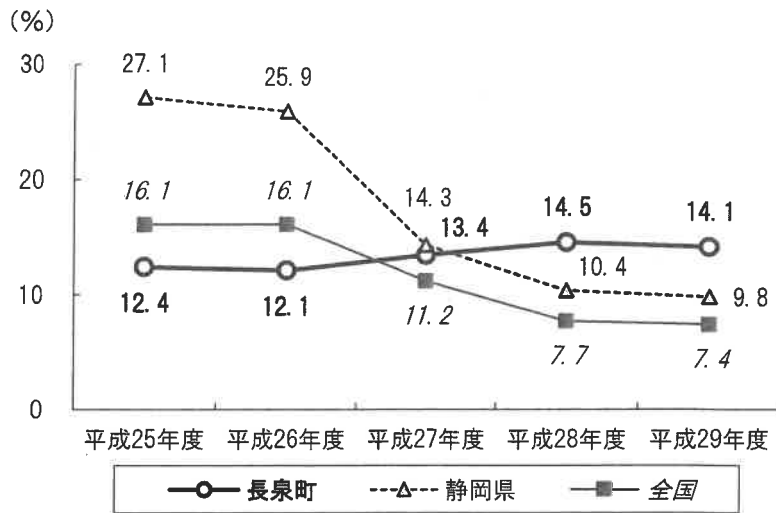
資料：1歳6か月児及び3歳児健康診査実施状況報告

(4) がん検診

各種がん検診の受診率をみると、平成25年度以降増加傾向にあります。平成25年度にはいずれも国や県の平均を下回っていましたが、平成28年度以降は上回っており、高い受診率を維持しています。

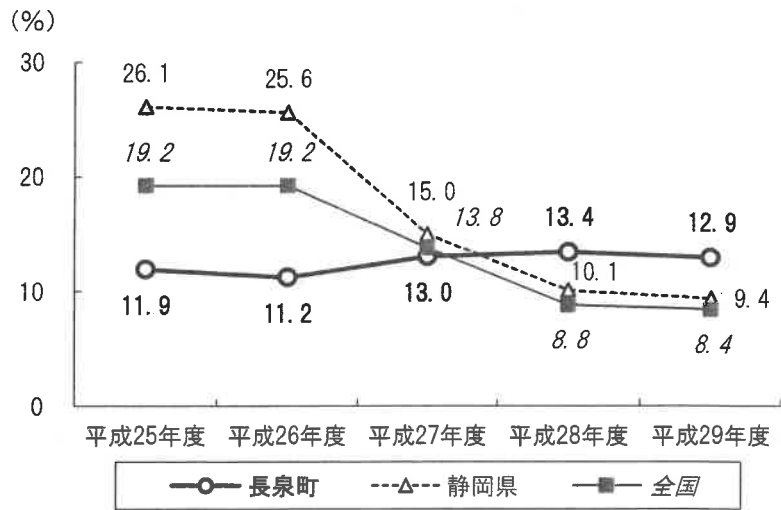


【肺がん検診受診率の推移】

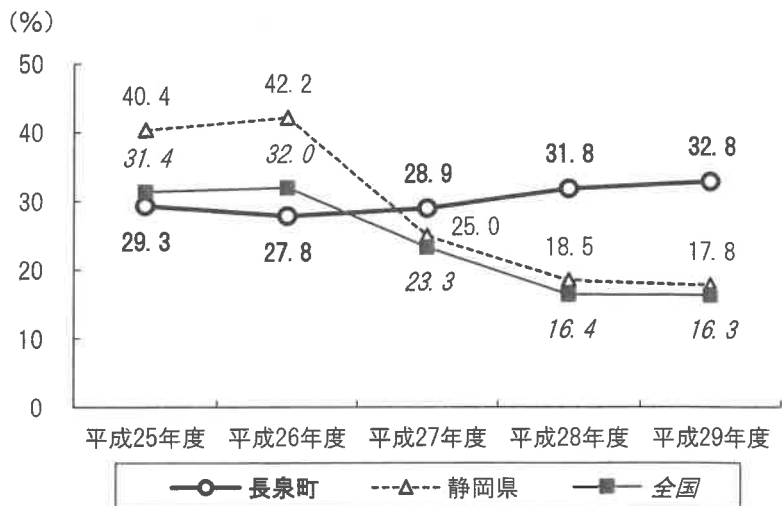


資料：地域保健・健康増進事業報告

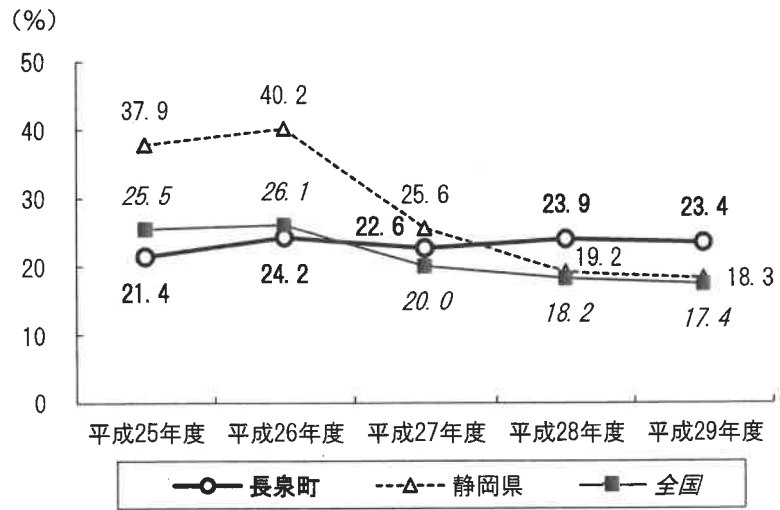
【大腸がん検診受診率の推移】



【子宮頸がん検診受診率の推移】



【乳がん検診受診率の推移】



資料：地域保健・健康増進事業報告

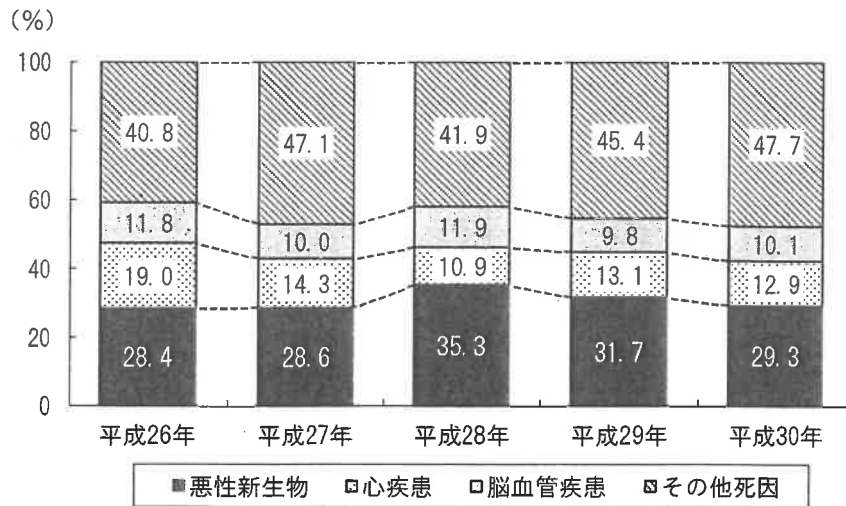
3 生活習慣病からみた健康状態

(1) 死因別の死亡割合と死亡率

死因別死亡割合をみると、「悪性新生物」の占める割合が平成29年まで3割前後で最も多く、次いで「心疾患」、「脳血管疾患」が上位を占め、3大死因が全体の半数以上を占めています。

【死因別の死亡割合の推移】

	死亡数			死亡割合		
	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
平成26年	87人	58人	36人	28.4%	19.0%	11.8%
平成27年	94人	47人	33人	28.6%	14.3%	10.0%
平成28年	116人	36人	39人	35.3%	10.9%	11.9%
平成29年	116人	48人	36人	31.7%	13.1%	9.8%
平成30年	102人	45人	35人	29.3%	12.9%	10.1%

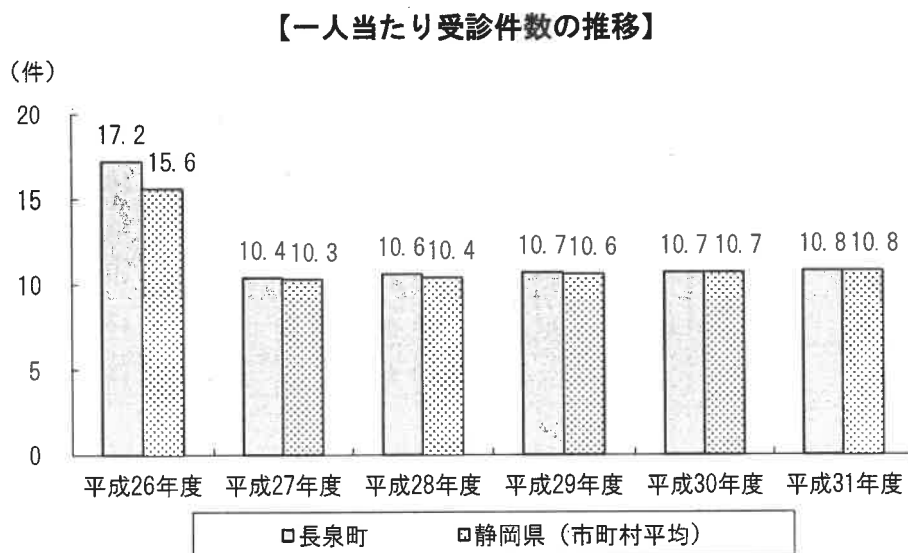


資料：静岡県人口動態統計

4 国民健康保険事業に関する状況

(1) 一人当たり受診件数

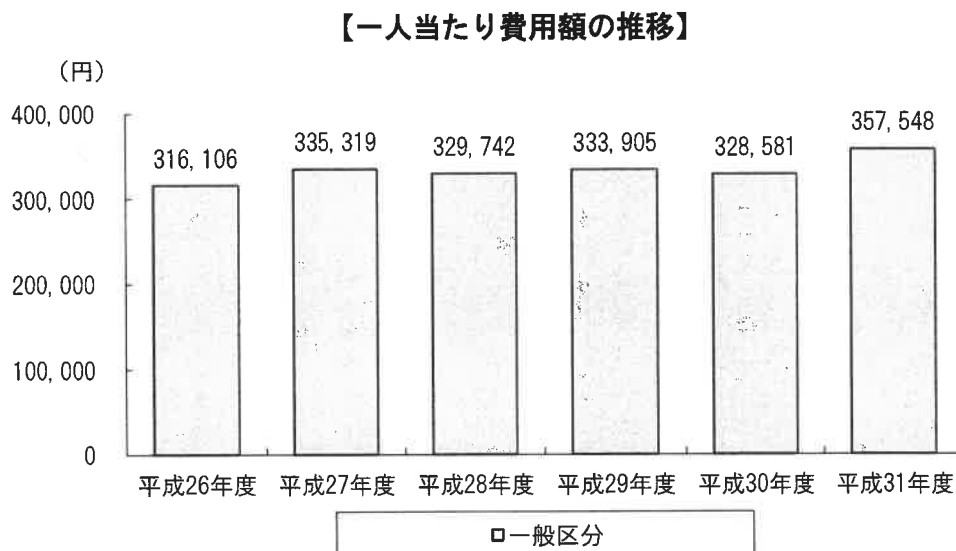
一人当たり受診件数の推移をみると、平成26年度の17.2件から翌年度に大幅に減少し、その後は10件程度の横ばいで推移しています。これまでのところ、県平均とほぼ同じ水準で推移しています。



資料：静岡県国民保険団体連合会

(2) 一人当たり費用額

一般区分の被保険者の一人当たり費用額の推移をみると、平成26年度から増減を繰り返していましたが、平成31年度は357,548円まで増加しています。



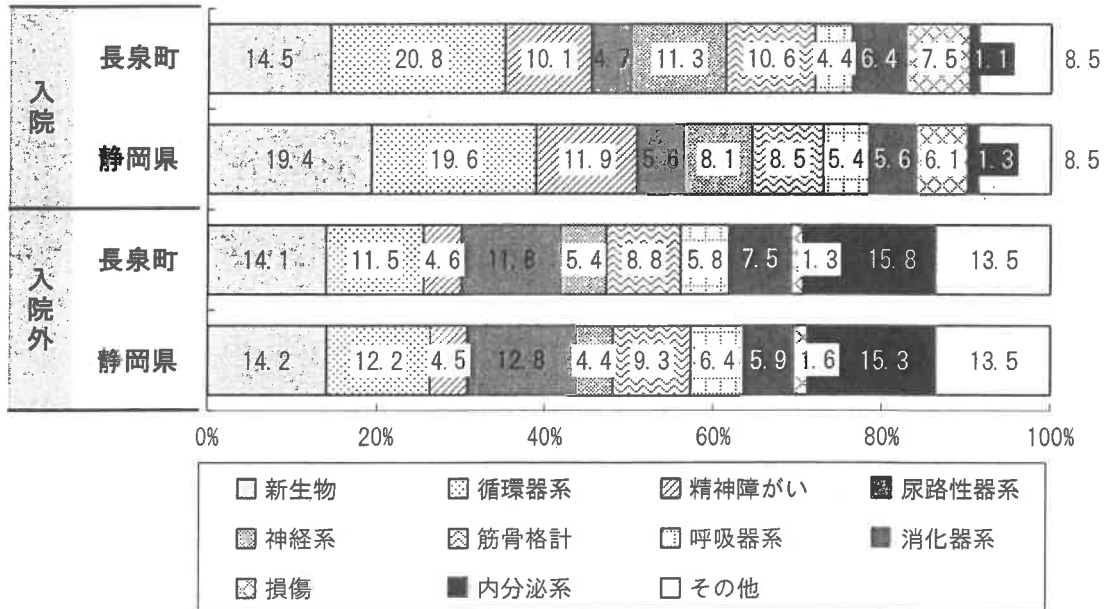
資料：静岡県国民保健団体連合会（茶っとシステム）

(3) 医療費からみた疾病分類別割合

医療費からみた疾病分類別割合をみると、入院では「循環器系」の占める割合が20.8%で最も多く、入院外では「内分泌系」が15.8%で最も多くなっています。

県平均と比べ、入院では「新生物」の占める割合が少なく、入院外ではほぼ県平均と同じ構成割合となっています。

【入院・入院外 令和元年実績】



資料：静岡県国民保健団体連合会（しずおか茶っとシステム）

5 主な健康づくり事業の実績

(1) 健康相談・訪問指導

健康相談・訪問指導の事業実績をみると、多くの事業において参加延べ人数が減少傾向にあります。

【健康相談・訪問指導延べ参加人数の推移】

(単位：人)

事業名		平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
健康相談	乳幼児	497	485	426	325	300
	成人	170	175	191	165	158
歯科相談	乳幼児	198	219	156	136	116
	成人	0	0	0	0	0
栄養相談	乳幼児	253	299	281	226	245
	成人	5	4	2	14	1
こころの相談		7	10	5	7	5
医師による健康相談 ^(※1)		13	0	-	-	-
依頼健康相談		207	206	208	251	133
ことばの相談(乳幼児)		175	162	161	173	143
心理相談(乳幼児)		100	161	165	136	120
母子健康手帳交付時健康相談		500	440	509	431	430
家庭訪問	乳幼児	555	514	504	505	426
	妊産婦	499	468	465	524	463
	成人	19	39	28	15	40

※1：平成 29 年度以降は実施していません。

資料：健康増進課（各年度末現在）

(2) 健康教育

健康教育の事業実績をみると、対象者の年齢等が決まっており、定例で実施する事業も多いため、開催回数に大きな変化がない事業がほとんどです。

各事業の利用人数については、多くの事業で減少傾向にありますが、「依頼等健康教育（出前講座等）」は平成30年度以降、やや増加しています。

【健康教育利用状況の推移】

(単位 回数：回、人数：人)

事業名	平成27年度		平成28年度		平成29年度		平成30年度		令和元年度	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数
こんにちは赤ちゃん教室	24	538	24	408	24	465	24	310	20	308
子育て離乳食教室	6	181	6	174	6	156	6	190	6	147
7か月育児教室	12	434	12	468	12	402	12	476	11	360
2歳児歯つびい教室	12	375	12	384	12	414	12	383	11	393
2歳児元気っこ教室	12	364	12	383	12	381	12	419	11	351
幼児食教室（おやつ教室）	6	111	6	101	6	89	6	68	5	67
歯の健康教室（母子）	18	610	19	658	20	668	20	630	22	652
のびのび親子教室	12	156	12	160	12	143	16	149	11	103
健康講座（健康大学）	4	178	4	96	5	101	5	194	4	119
地域歯科教室	4	61	4	61	5	77	6	85	3	37
地域栄養教室	6	78	9	158	7	95	4	64	4	63
依頼等健康教育（出前講座等）	11	233	15	299	12	208	12	212	15	235

資料：健康増進課（各年度末現在）

(3) 健康領域別の事業

1) 食育事業

食育事業としては、「食育推進事業（母子）」、「食育推進事業（成人）」、「食育月間PR」、「福祉健康まつり」、「食育推進ボランティア活動」を実施しており、各事業の令和元年度の実績は以下の通りです。

【食育事業 令和元年度実績】

事業名	内容	回数	人数
食育推進事業（母子）	マックスバリュお魚教室 （町内保育園・幼稚園・こども園）	11回	538人
	トクサンジャーぬり絵 （町内保育園・幼稚園・こども園）	1回	391人
	食育ワークショップ「お弁当のひみつ」	1回	10人
食育推進事業（成人）	出前食育講座・地域栄養教室 （下長窪・元長窪・本宿・シャリエ中土狩）	4回	63人
	男性のための料理教室	1回	20人
食育月間PR	マックスバリュ竹原店 「骨密度測定・ソルセイブ体験・栄養相談」	1回	31人
福祉健康まつり	食育コーナー・特産品試食	1回	600人
食育推進ボランティア活動	定例会・研修・イベントへの参加	21回	延べ67人

資料：健康増進課

2) 地域元気づくり事業

地域元気づくり事業の「地域元気わくわく教室」では、区の公民館などで健康測定や健康講話なども取り入れながら、体を動かすことを中心に、健康推進員等とも連携し事業を実施しています。地域元気づくり事業の令和元年度の実績は以下の通りです。

【地域元気づくり事業 令和元年度実績】

事業名	対象	回数	参加延べ人数
地域元気わくわく教室	鮎壺区	4回	72人
	薄原下区	4回	45人
	西区（フォローアップ）	4回	63人
	南一色区（フォローアップ）	2回	43人
	中土狩区（フォローアップ）	1回	23人
	本宿区（フォローアップ）	3回	62人

資料：健康増進課

(4) 予防接種事業

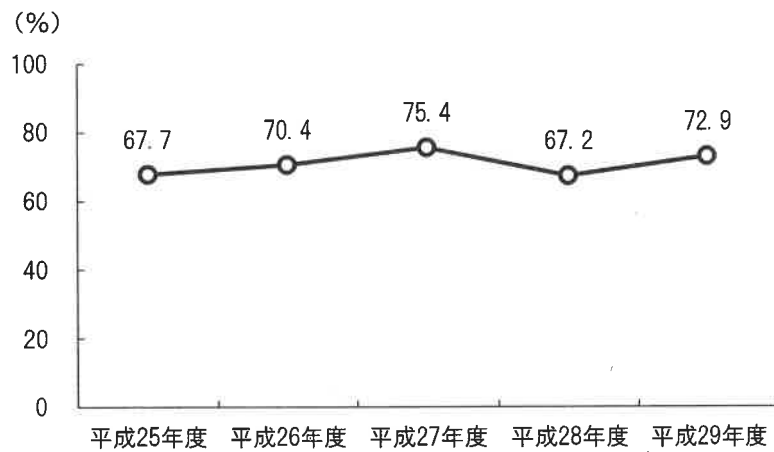
令和元年度の各種予防接種の実施状況は以下の通りです。

【予防接種事業 令和元年度実績】

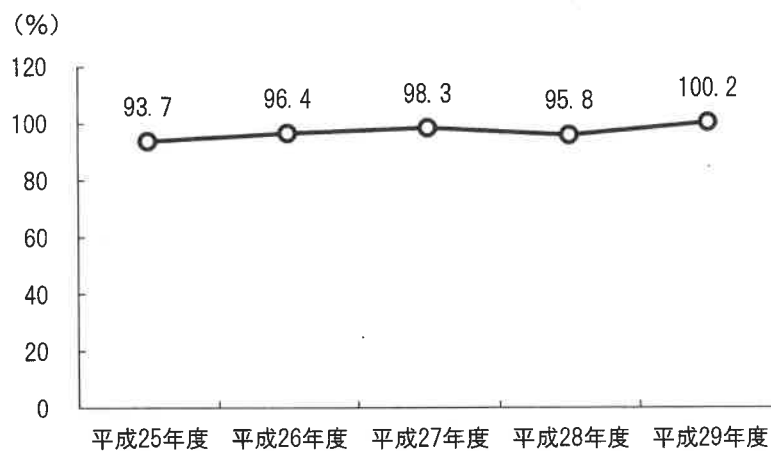
予防接種		対象者数	接種者数	接種率		
ヒブ	初回	第1回	430人	424人	98.6%	
		第2回	430人	420人	97.7%	
		第3回	430人	400人	93.0%	
	追加		445人	447人	100.4%	
小児用肺炎球菌	初回	第1回	430人	424人	98.6%	
		第2回	430人	421人	97.9%	
		第3回	430人	426人	99.1%	
	追加		442人	459人	103.8%	
四種混合(百日咳・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ)	第1回		423人	430人	101.7%	
	第2回		423人	429人	101.4%	
	第3回		423人	431人	101.9%	
	追加		514人	534人	103.9%	
二種混合(ジフテリア・破傷風)			512人	375人	73.2%	
日本脳炎	第1期	初回	第1回	424人	434人	102.4%
			第2回	424人	435人	102.6%
		追加		498人	467人	93.8%
	第2期		489人	400人	81.8%	
BCG			423人	441人	104.3%	
MR(麻しん・風しん)	第1期		442人	450人	101.8%	
	第2期		459人	419人	91.3%	
水痘	第1回		442人	456人	103.2%	
	第2回		442人	524人	118.6%	
子宮頸がん	第1回		—	3人	—	
	第2回		—	2人	—	
	第3回		—	1人	—	
B型肝炎	初回	第1回	430人	423人	98.4%	
		第2回	430人	420人	97.7%	
		第3回	430人	441人	102.6%	
(定期) 高齢者肺炎球菌			1,098人	329人	30.0%	
(任意) 高齢者肺炎球菌			—	26人	—	
高齢者インフルエンザ			9,711人	5,530人	56.9%	

資料：健康増進課

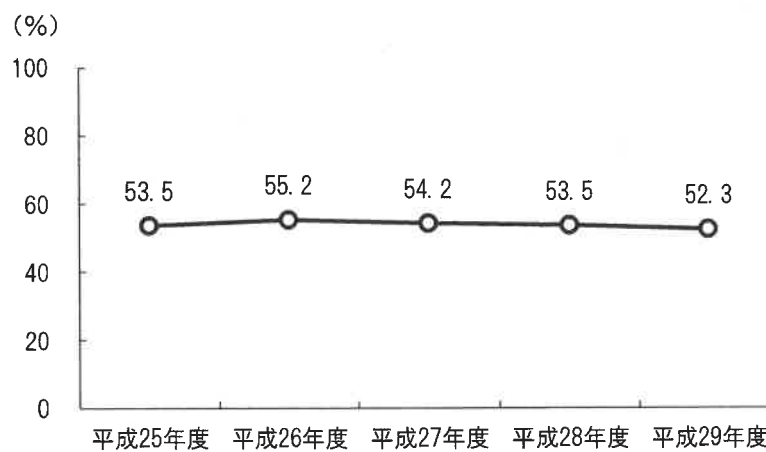
【二種混合接種率の推移】



【MR1期接種率の推移】



【高齢者インフルエンザ接種率の推移】



資料：地域保健・健康増進事業報告

(5) 健康推進員活動

健康推進員の概況と令和元年度の活動は以下の通りです。

○1号推進員	
活動内容	各地域での健康づくり活動の調査を企画し、1号推進員とともに調査を実施。各地区から選出され、地域に根差した活動を行う。
活動実績	定例会5回 校区代者会4回 全体研修会1回 福祉健康まつりへの参加（各コーナーへの協力） 自主研修会（食育講座の実施） 地区における健康教育、健康相談のPR及び協力
○2号推進員	
活動内容	歩数アプリを用いた健康づくり事業におけるアプリ内に掲載するウォーキングコース、登録スポットの抽出活動を実施した。
活動実績	定例会・活動等 全13回

6 アンケート調査結果からみた現状

(1) 調査の概要

長泉町健康増進計画の見直しに向けて、町民の健康づくりに関する意向を把握し、計画の評価と次期計画の策定のための基礎資料とするべく、アンケート調査を実施しました。

1) 調査方法

- 対象者及び標本数：【①乳幼児保護者調査】 長泉町在住の1～5歳児の保護者 943人
 【②小学生保護者調査】 長泉町在住の小学生の保護者 497人
 【③中学生調査】 長泉町在住の中学生 500人
 【④16歳以上調査】 長泉町在住の16歳以上の町民 2,000人
 ※①～④は無作為抽出
- 調査方法 : 郵送配布一郵送回収
- 調査期間 : 令和元年12月6日～12月23日

2) 調査内容

【①乳幼児保護者調査】および【②小学生保護者調査】

1. お子さんと保護者のことについて
2. 食生活について
3. 運動について
4. 歯について
5. その他

【③中学生調査】および【④16歳以上調査】

1. 対象者自身のことについて
2. 食生活について
3. 運動について
4. 休養・こころについて
5. 歯について
6. たばこ・アルコールについて
7. 健診・健康維持について

3) 回収結果

対象者	発送数	回収数	有効回収数	有効回収率
①乳幼児保護者	943人	545人	545人	57.8%
②小学生保護者	497人	274人	274人	55.1%
③中学生	500人	258人	258人	51.6%
④16歳以上	2,000人	798人	798人	39.9%

※有効回収数は、回収数のうち無効票を除いた数

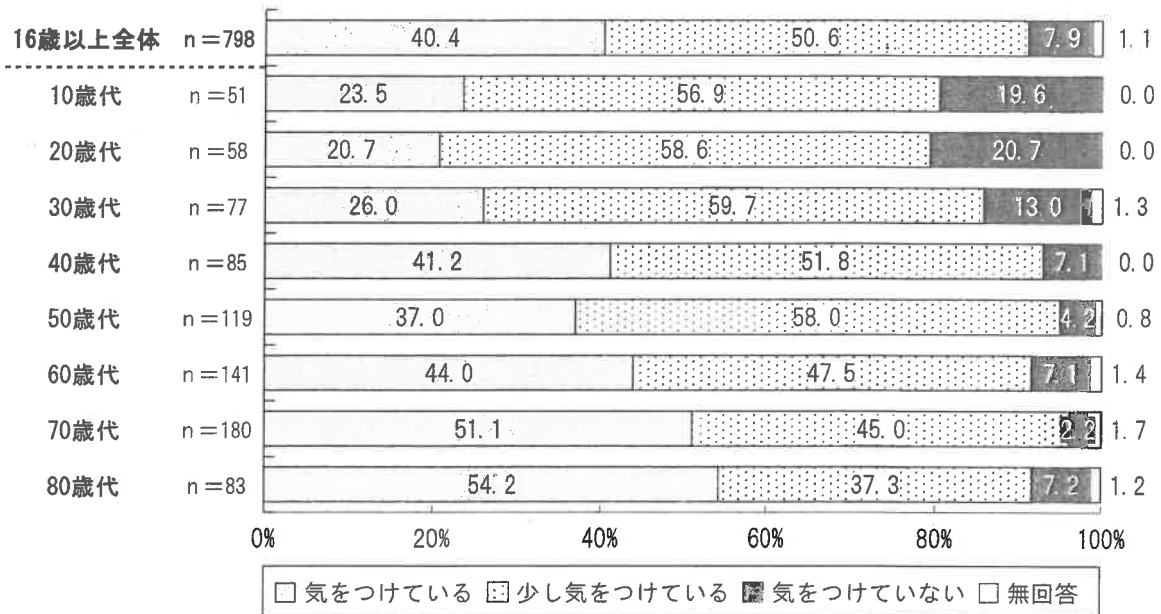
(2) 調査結果

食生活

1) 栄養バランスに気をつけている人の割合

栄養バランスに「気をつけている」という回答は40.4%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

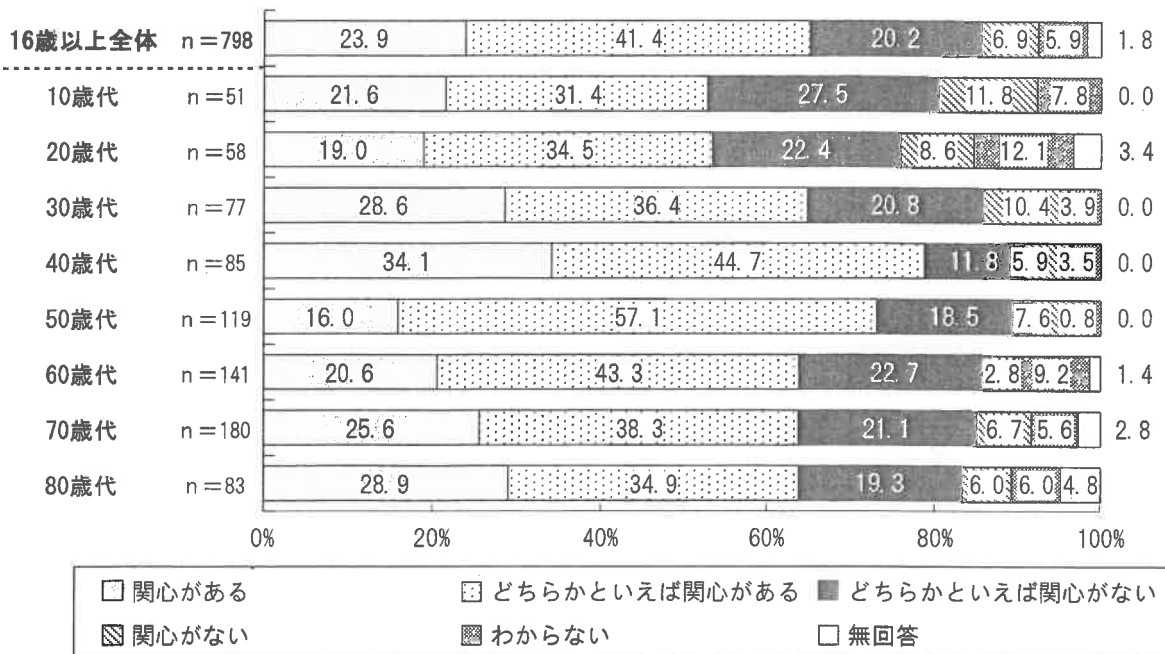
年代別で見ると、70歳代・80歳代で「気をつけている」が半数以上を占めています。



2) 食育に関心がある人の割合

食育に「関心がある」という回答は23.9%となっており、平成26年度調査から5.7ポイント減少しています。

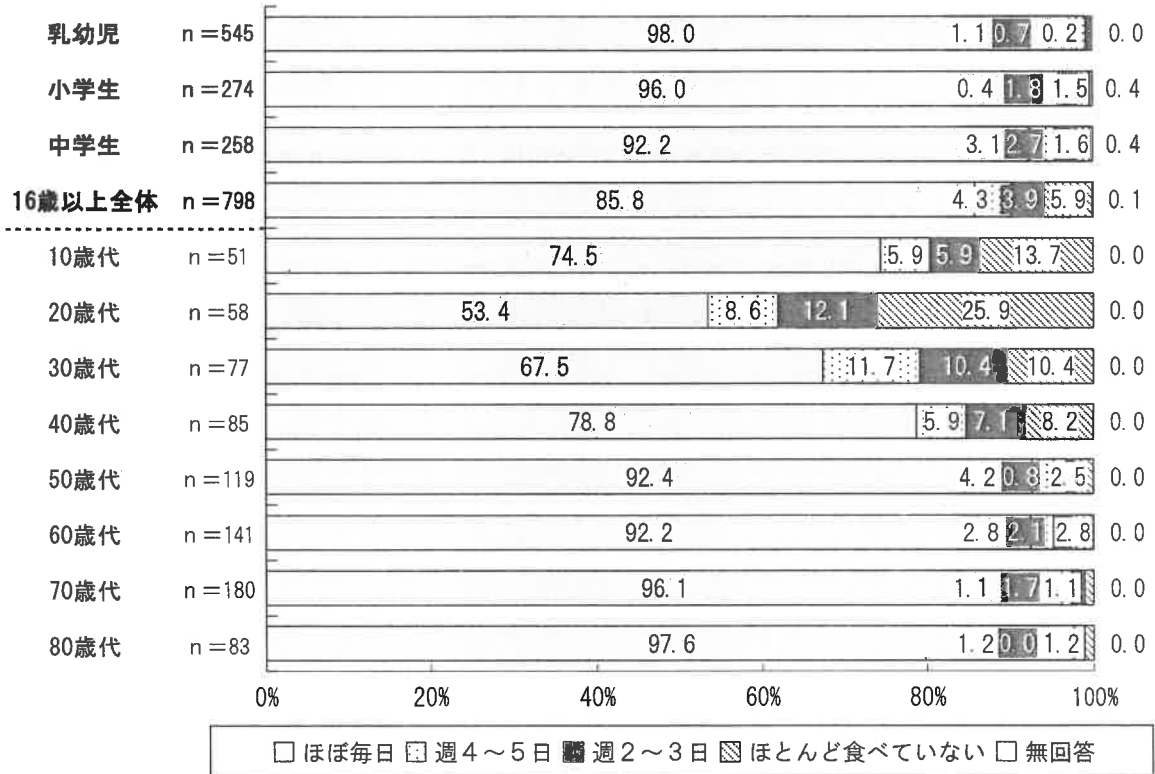
年代別で見ると、40歳代で「関心がある」が3割以上を占めています。



3) 朝食を食べている人の割合

朝食を「ほぼ毎日」食べているという回答はいずれも8割を超えており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

年代別でみると、20歳代で「ほぼ毎日」が約5割と最も低くなっています。

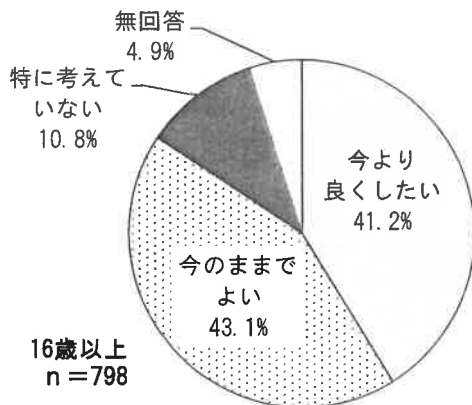


4) 食生活を改善したい人の割合

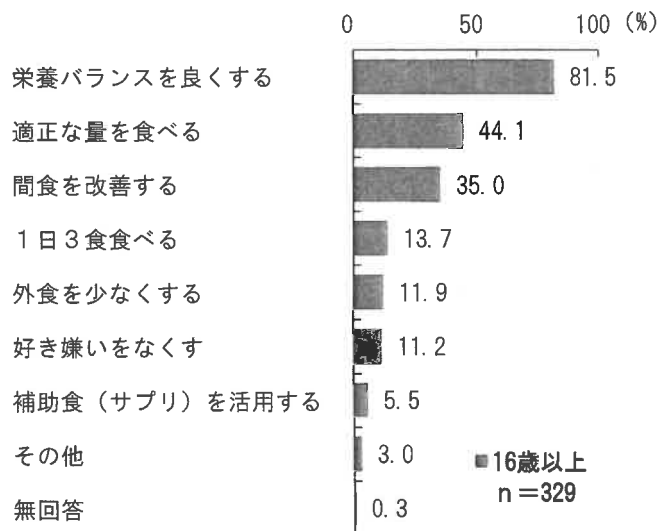
食生活を「今より良くしたい」という回答は41.2%となっており、平成26年度調査から、大きな変化はありません。

「今より良くしたい」と回答した人が改善したいことは、「栄養バランスを良くする」が約8割と最も多くなっています。

【食生活の改善意向】



【自分の食事について改善したいこと】

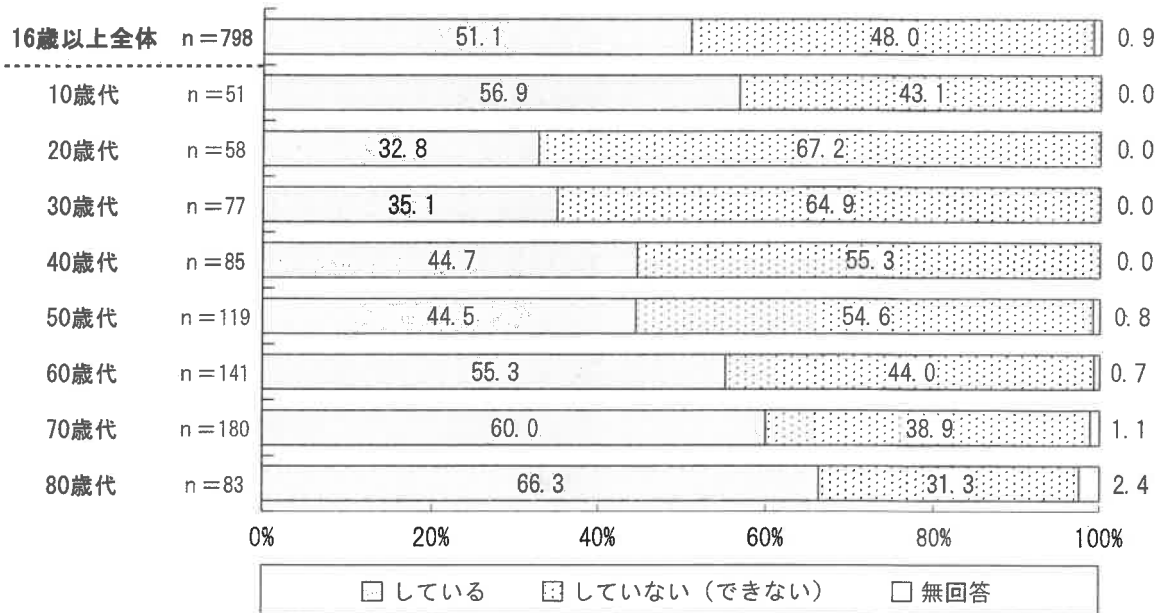


運動

5) ふだん運動やスポーツをしている人の割合

ふだん運動やスポーツ（※ラジオ体操、ストレッチ、ウォーキング・散歩など軽い運動も含む）を「している」という回答は51.1%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

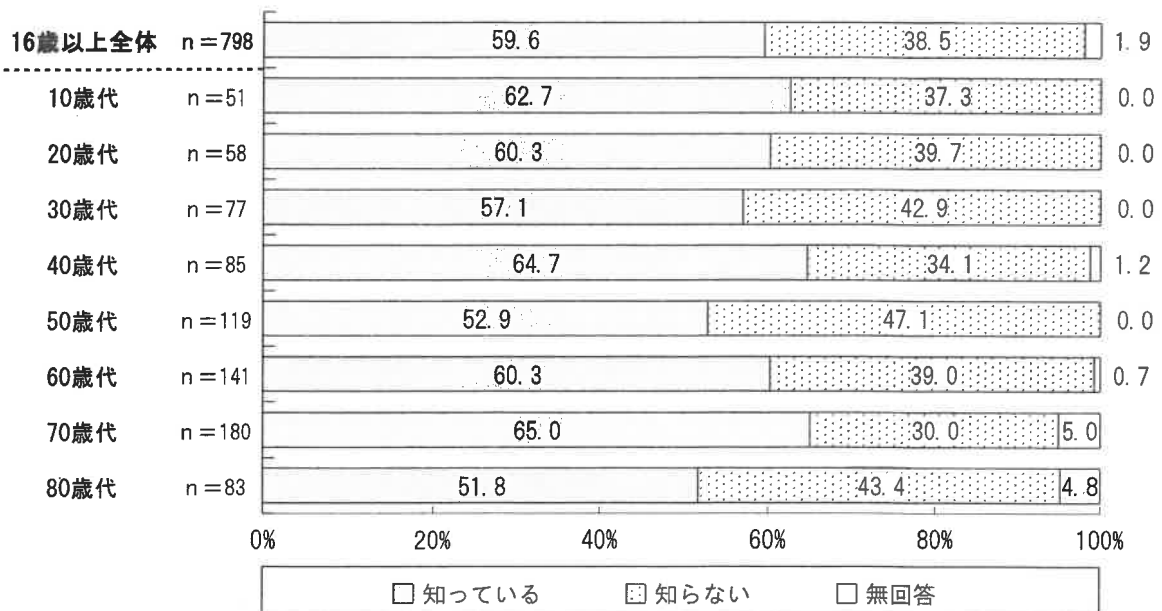
年代別で見ると、70歳代・80歳代で「している」が6割以上を占めています。



6) ウォーキングコースを知っている人の割合

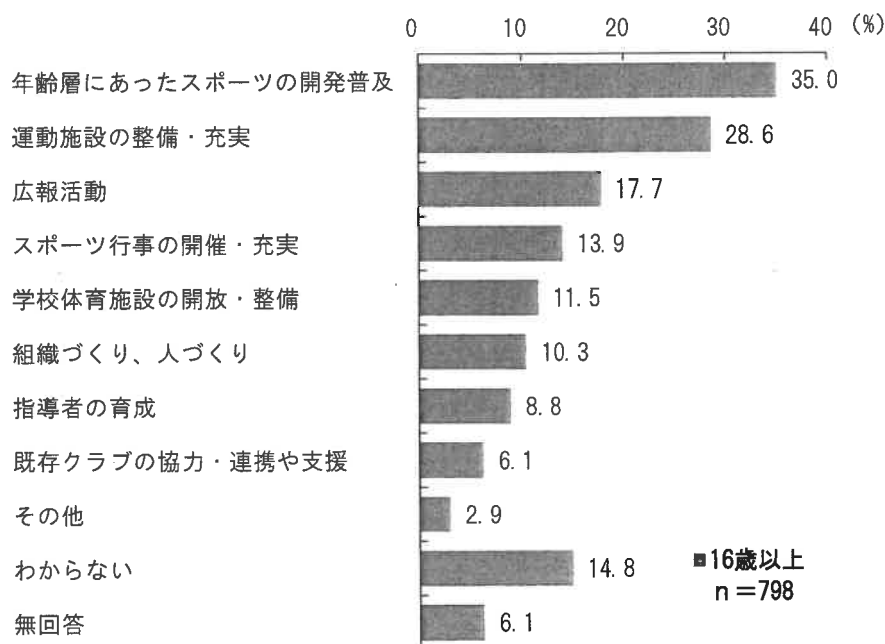
ウォーキングコースを「知っている」という回答は59.6%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

年代別で見ると、70歳代で「知っている」が65.0%と最も多くなっています。



7) 町民のスポーツや運動への取り組みを盛んにするために力を入れるべきこと

町民のスポーツや運動への取り組みを盛んにするために力を入れるべきことは、「年齢層にあったスポーツの開発普及」が 35.0%と最も多く、次いで「運動施設の整備・充実」が 28.6%、「広報活動」が 17.7%などとなっています。

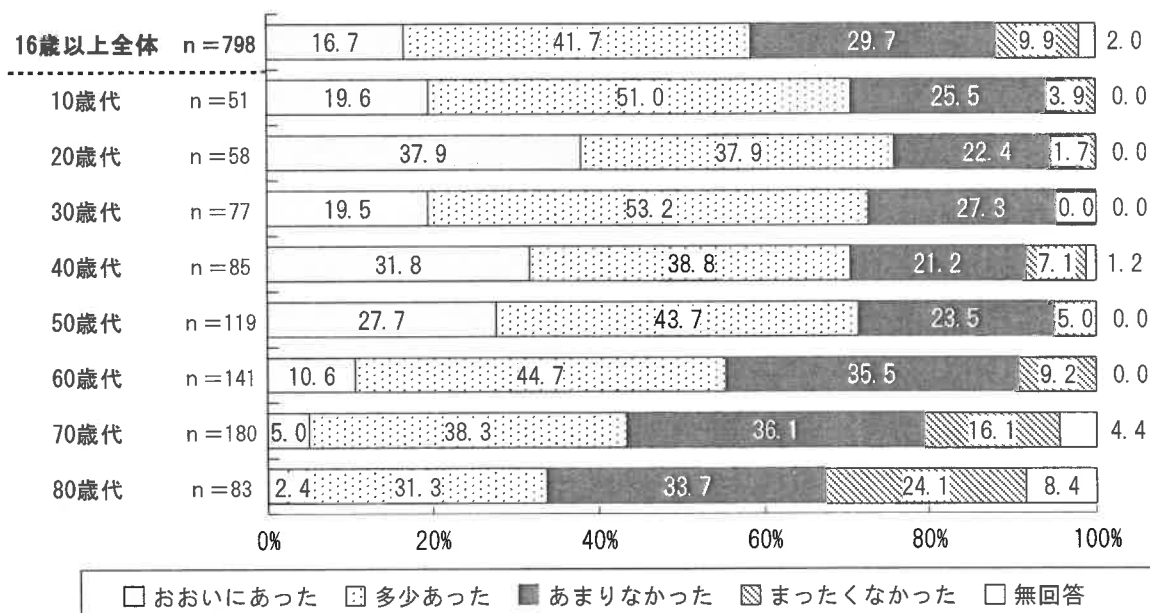


休養・こころ

8) ストレスを感じる人の割合

ストレスを感じるものが「おおいにあった」という回答は 16.7%となっており、平成 26 年度調査から大きな変化はありません。

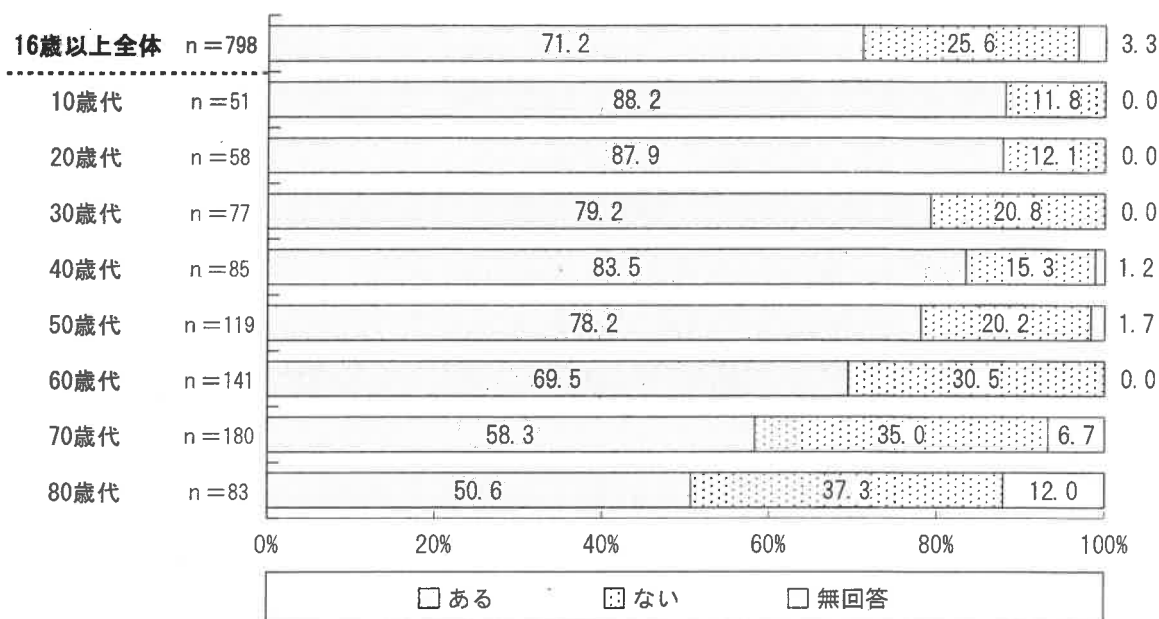
年代別でみると、20 歳代で「おおいにあった」が約 4 割を占めています。



9) ストレス解消法をもっている人の割合

ストレスの解消法が「ある」という回答は71.2%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

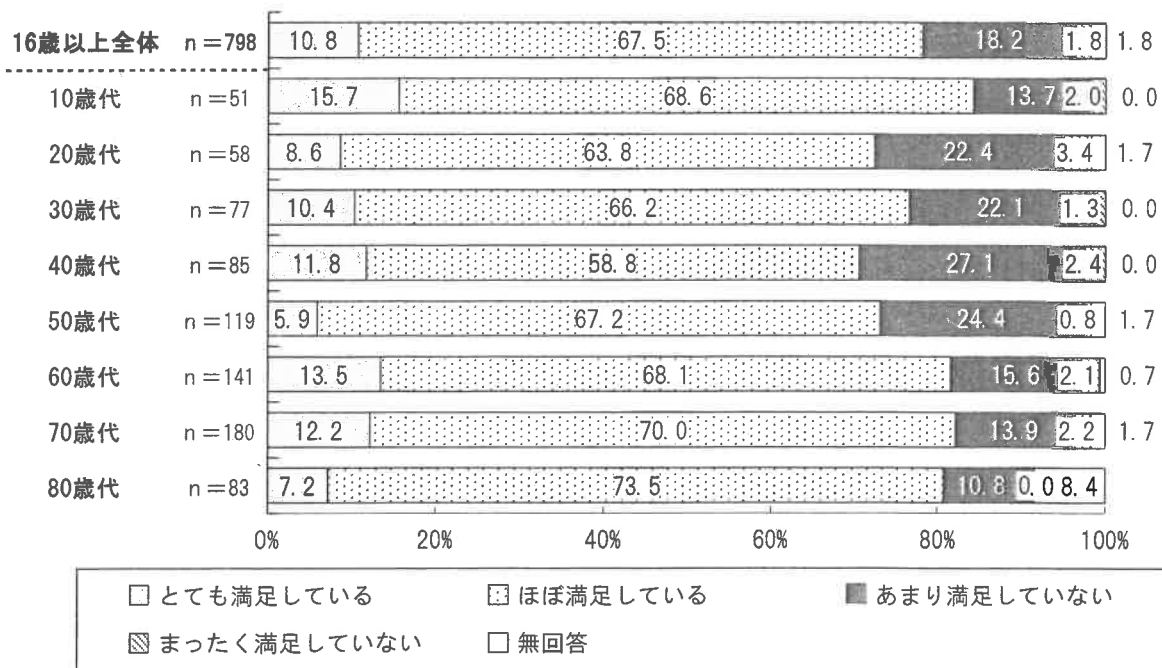
年代別で見ると、10歳代・20歳代で「ある」が約9割を占めています。



10) 現在の生活に満足している人の割合

現状の生活に『満足している』（「とても満足している」＋「ほぼ満足している」）という回答は78.3%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

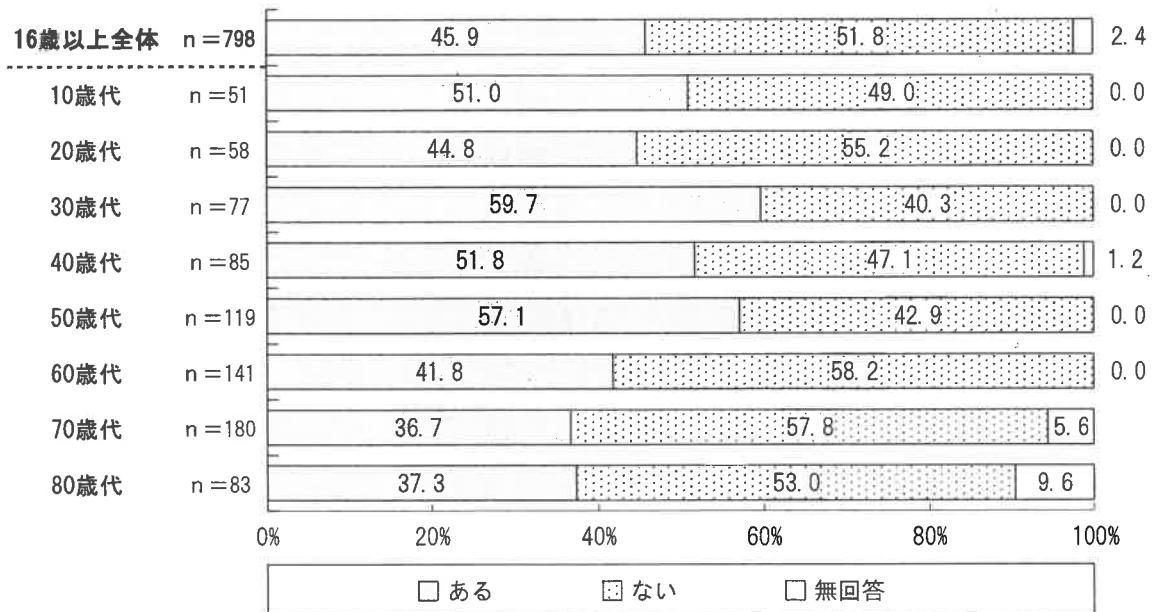
年代別で見ると、10歳代で『満足している』が84.3%と最も多くなっています。



11) こころの健康（精神面）に不安を感じたことがある人の割合

こころの健康に不安を感じたことが「ある」という回答は 45.9%となっており、平成 26 年度調査から大きな変化はありません。

年代別でみると、30 歳代・50 歳代で「ある」が約 6 割を占めています。

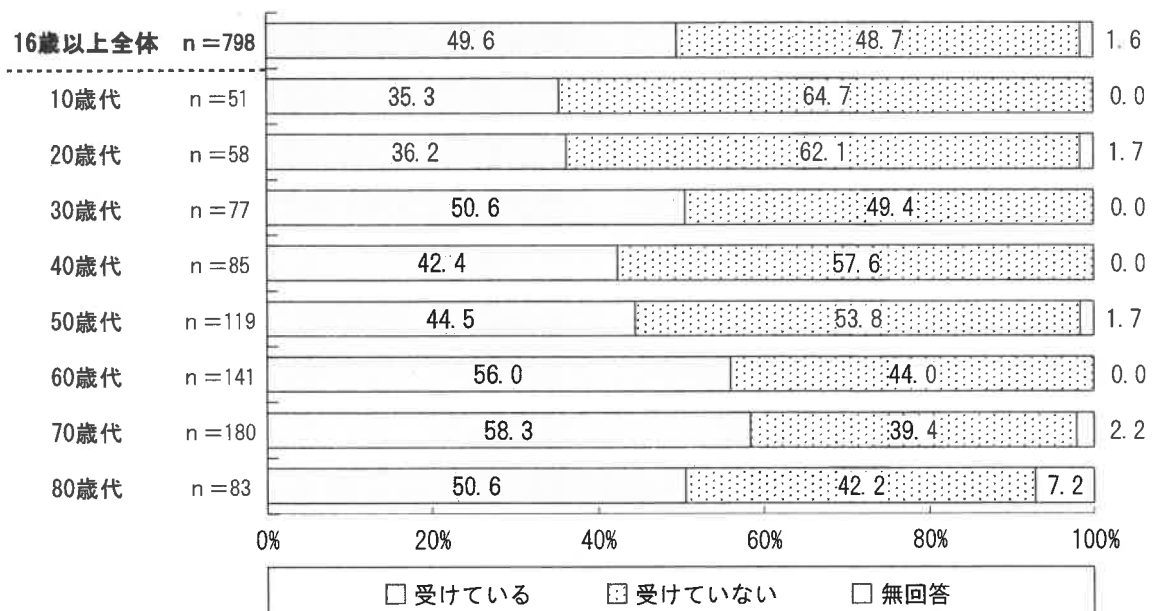


歯

12) 1年に1回以上、定期的な歯科健診を受けている人の割合

1年に1回以上、定期的な歯科健診を「受けている」という回答は 49.6%となっており、平成 26 年度調査から 10.5 ポイント増加しています。

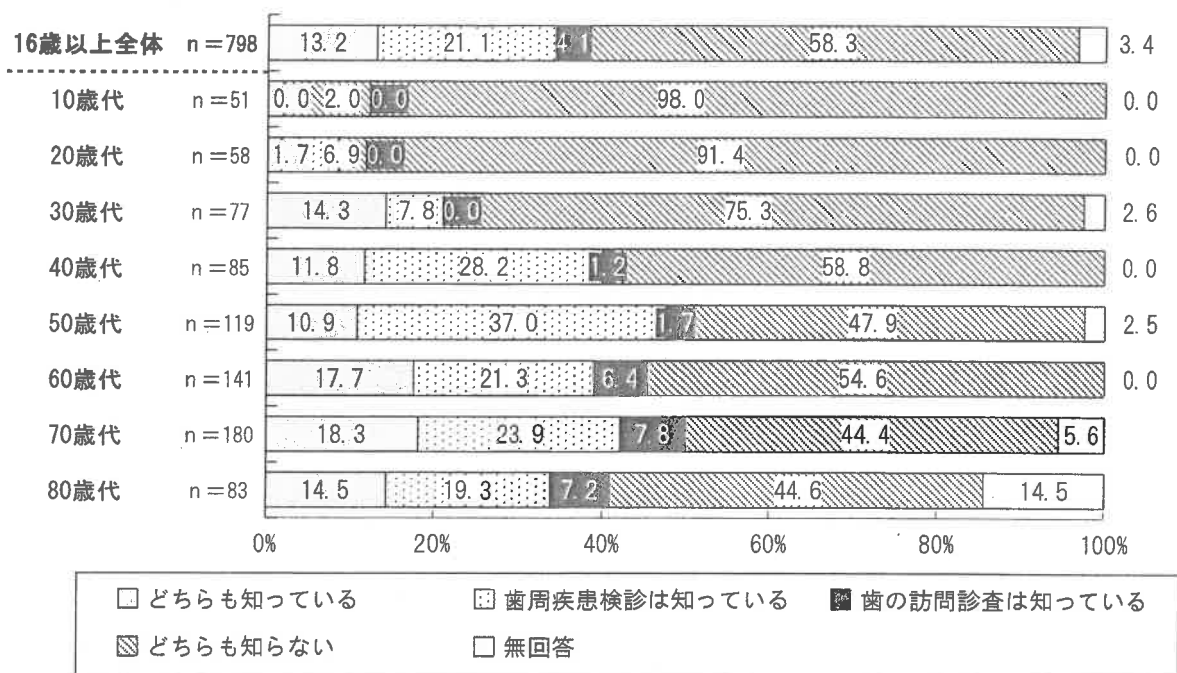
年代別でみると、30 歳代・60 歳以上で「受けている」が半数以上を占めています。



13) 町で歯周疾患検診や歯の訪問検査を実施していることを知っている人の割合

町で歯周疾患検診や歯の訪問検査を実施していることを「どちらも知らない」という回答は58.3%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

年代別で見ると、50歳代で「歯周疾患検診は知っている」が約4割を占めています。

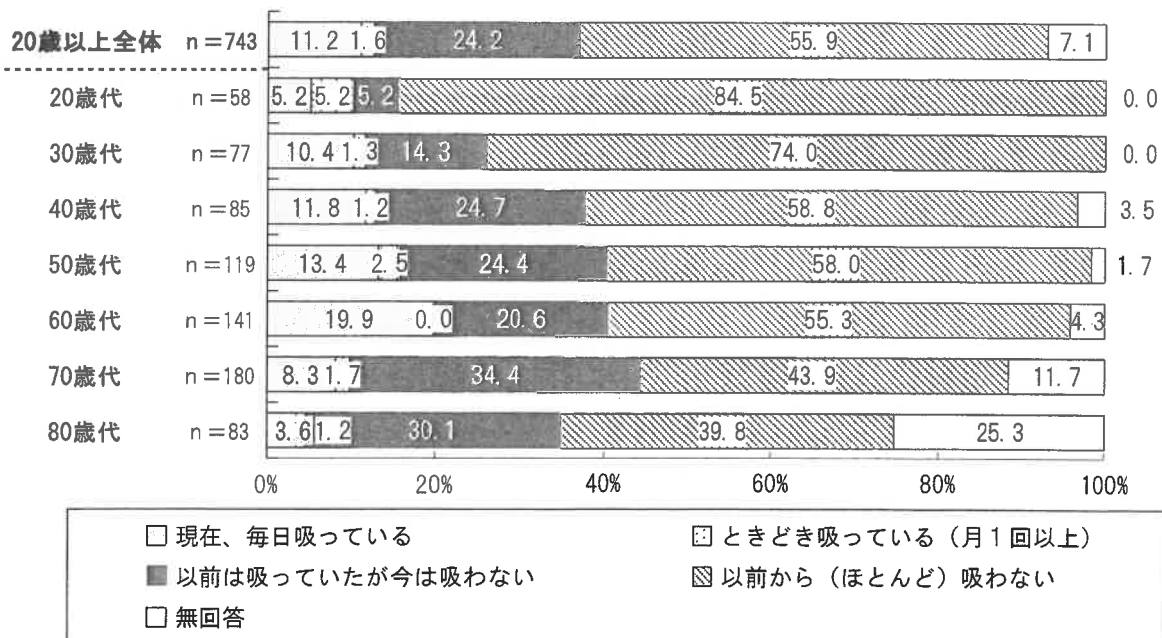


たばこ・アルコール

14) 喫煙する人の割合

喫煙状況について「以前から（ほとんど）吸わない」という回答は55.9%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

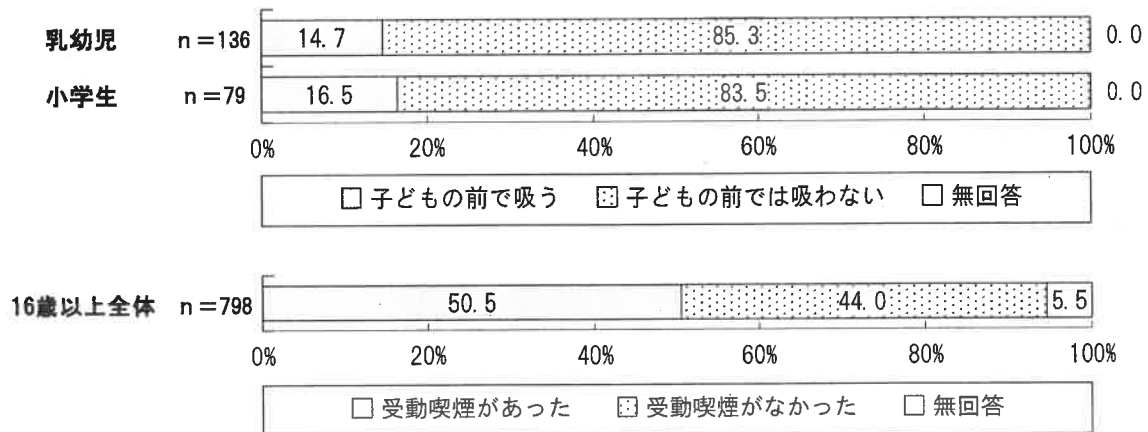
年代別で見ると、60歳代で「現在、毎日吸っている」が約2割を占めています。



15) 受動喫煙の機会があった人の割合

家族に喫煙者がいる場合に家庭内でたばこを「子どもの前で吸う」という回答はともに約15%となっており、平成26年度調査から乳幼児は5.7ポイント減少、小学生は6.3ポイント減少しています。

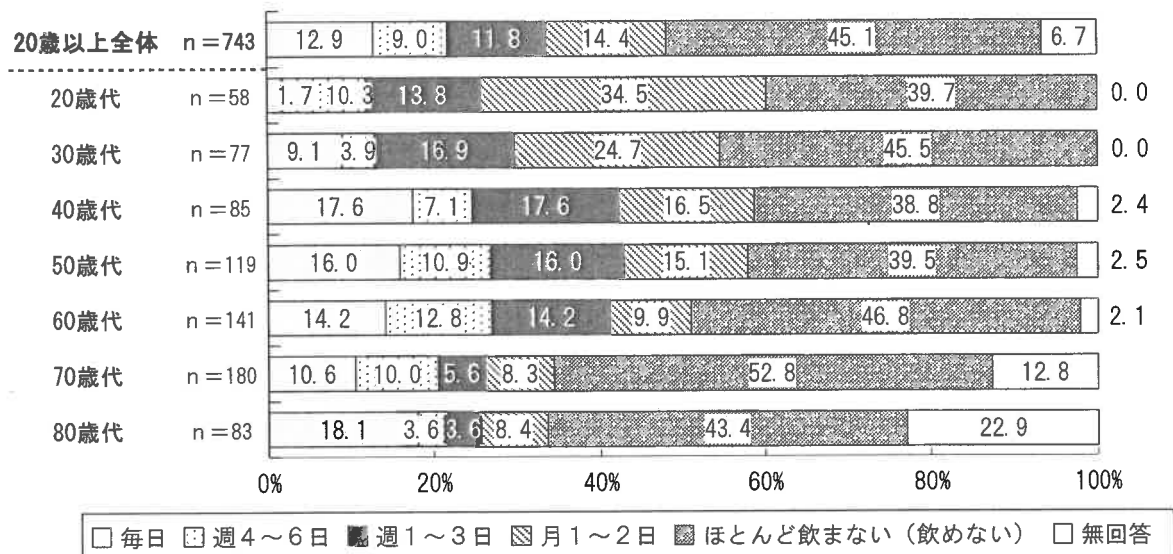
16歳以上で「受動喫煙があった」という回答は50.5%となっており、平成26年度調査から9.7ポイント減少しています。



16) 飲酒する人の割合

飲酒状況について『月に1回以上飲酒する』（「毎日」＋「週4～6日」＋「週1～3日」＋「月1～2日」）という回答は48.2%となっており、平成26年度調査から5.8ポイント減少しています。

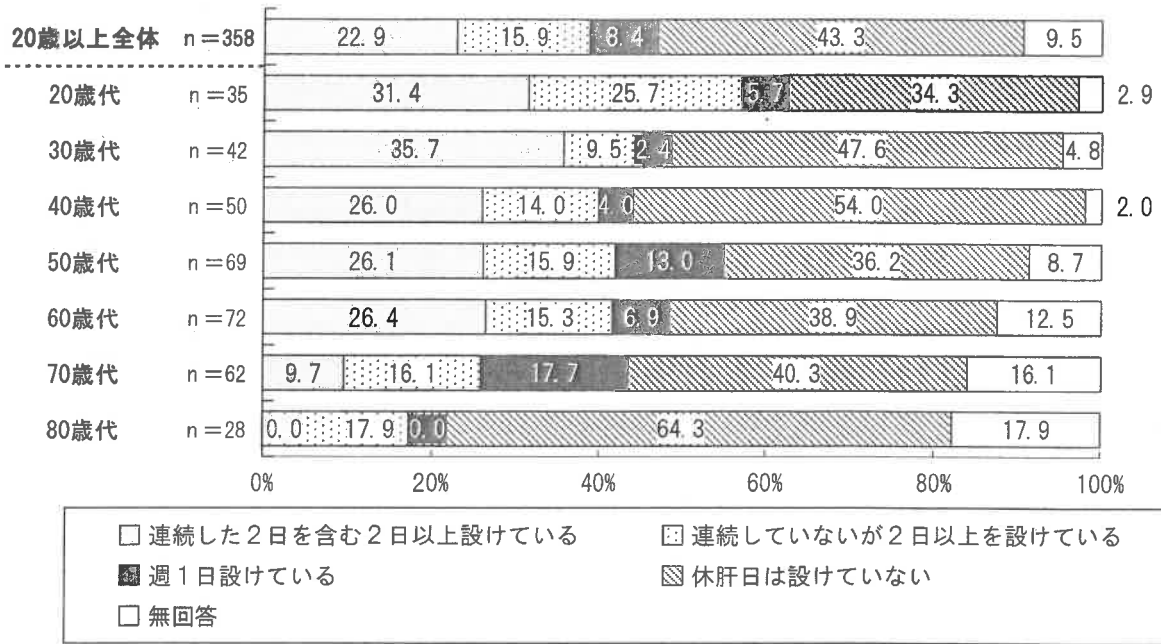
年代別で見ると、20歳代・40歳代・50歳代で『月に1回以上飲酒する』が約6割を占めていますが、「毎日」飲酒するという回答は80歳代が18.1%と最も多くなっています。



17) 休肝日を設けている人の割合

月に1回以上飲酒する人のうち「休肝日は設けていない」という回答は43.3%となっており、平成26年度調査から19.9ポイント減少しています。

年代別でみると、80歳代で「休肝日は設けていない」が6割以上を占めています。

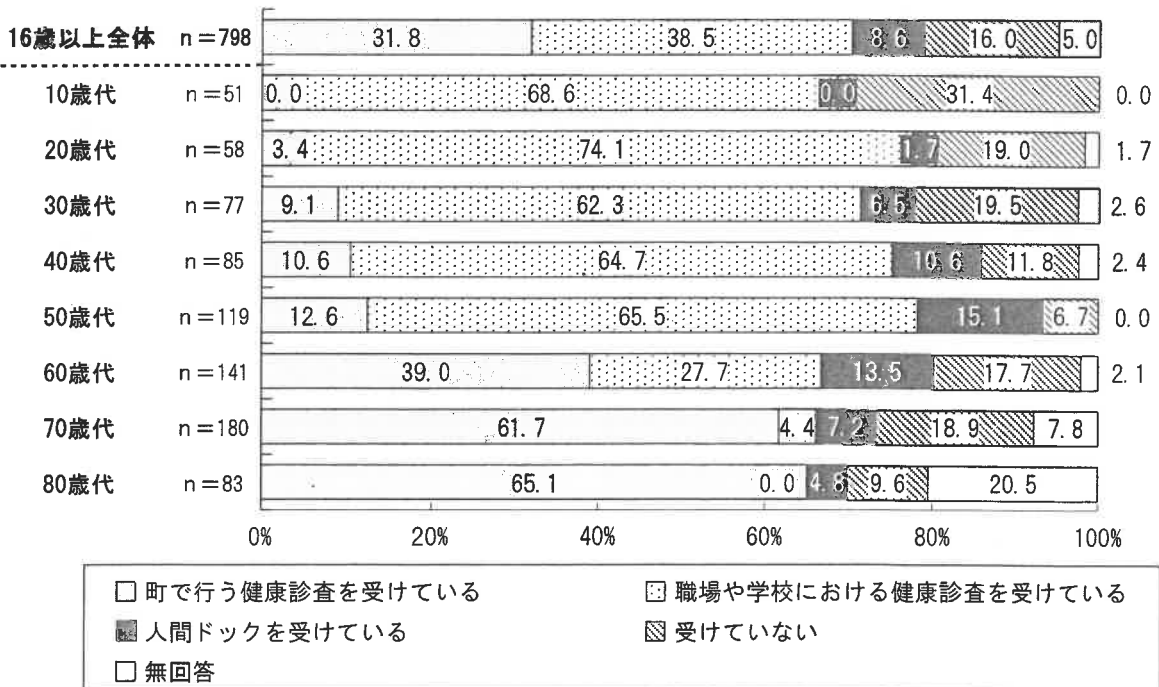


健康管理

18) 定期的な健康診査（診断）を受けている人の割合

定期的な健康診査（診断）を「受けていない」という回答は16.0%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

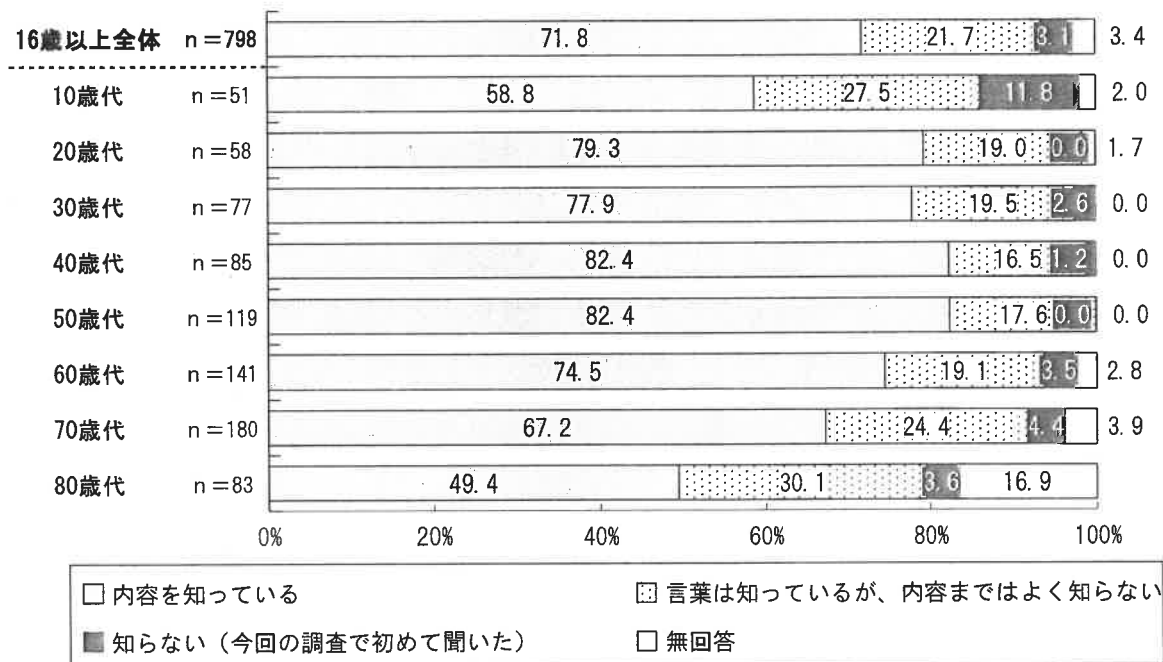
年代別でみると、70歳以上で「町で行う健康診査を受けている」が6割以上を占めています。



19) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を知っている人の割合

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の「内容を知っている」という回答は71.8%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

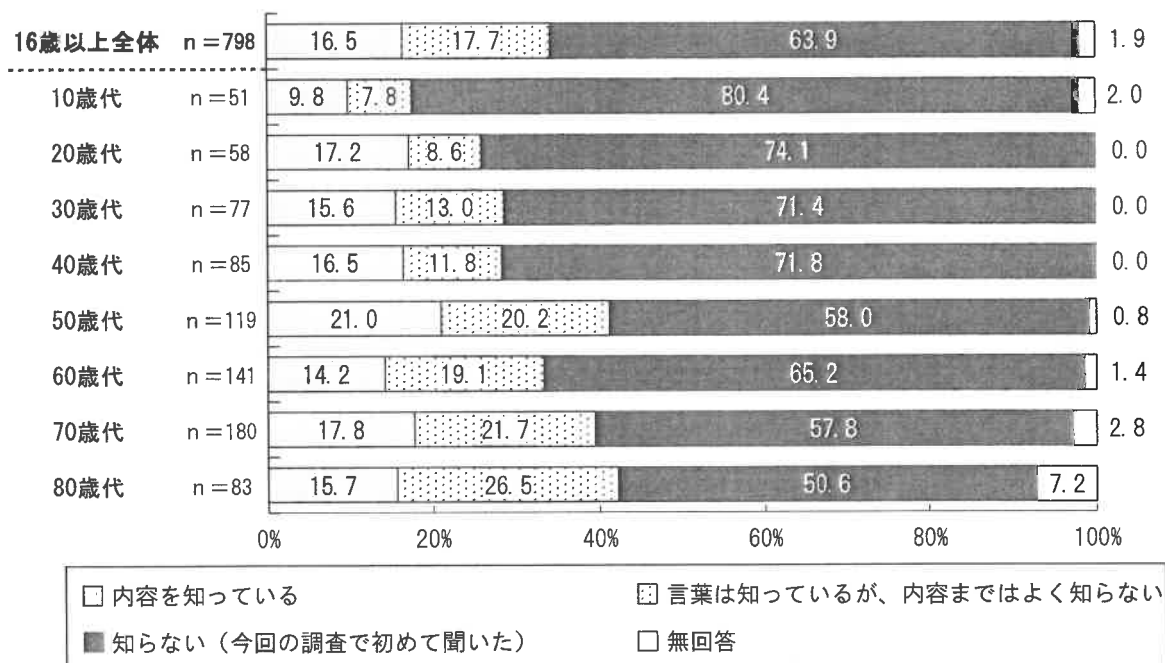
年代別で見ると、40歳代・50歳代で「内容を知っている」が8割以上を占めています。



20) ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っている人の割合

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の「内容を知っている」という回答は16.5%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

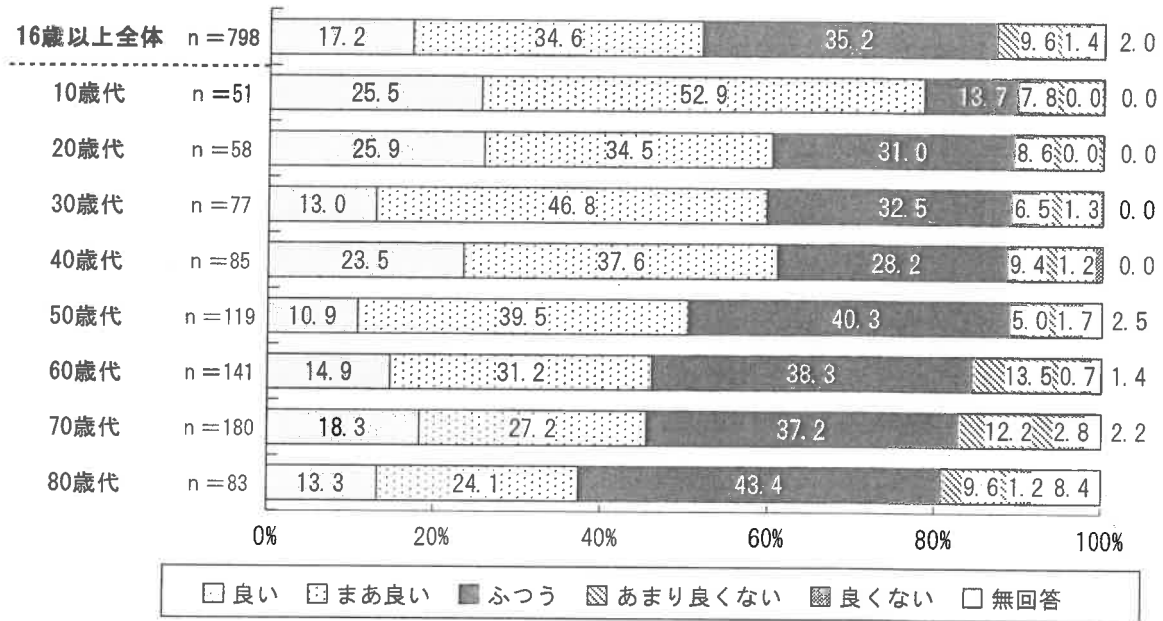
年代別で見ると、50歳代で「内容を知っている」が2割以上を占めています。



21) 健康状態が良いと思っている人の割合

健康状態が『良い』（「良い」＋「まあ良い」）という回答は51.8%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

年代別で見ると、80歳代で『良い』が4割を下回っています。

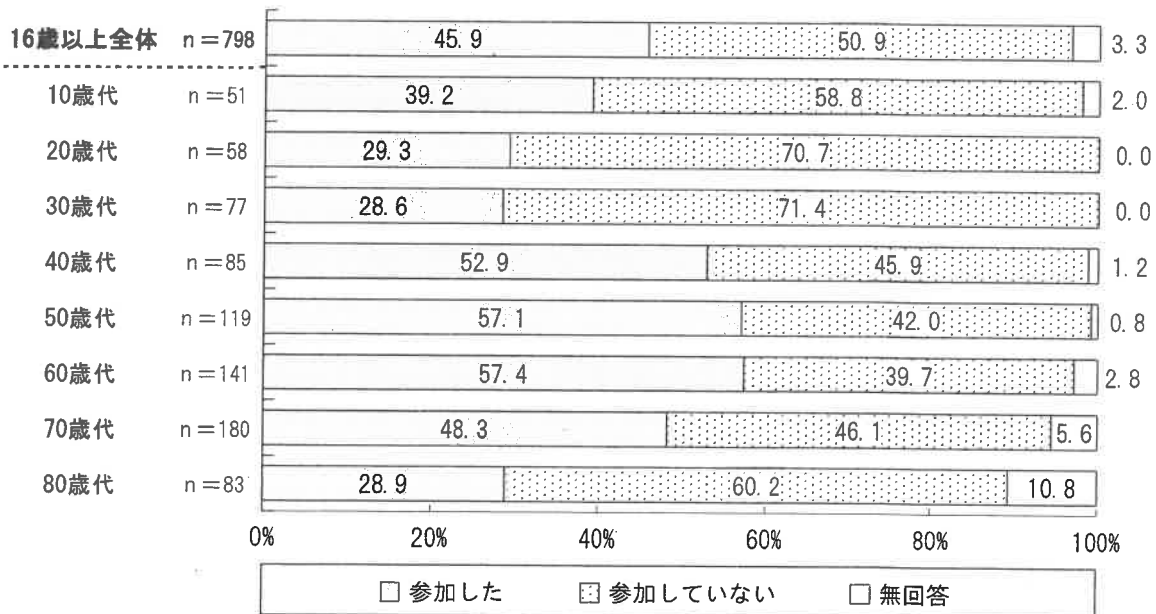


社会参加

22) この1年間に地域社会活動に参加した人の割合

この1年間に何らかの地域社会活動に「参加した」という回答は45.9%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。

年代別で見ると、40歳代～60歳代で「参加した」が半数以上を占めています。



第3章 本計画の基本構想

1 基本理念

長泉町では、平成15年に、一人ひとりが生涯を通じて健全な心を育て、元気に暮らせるまちづくりをめざして、「長泉町健康都市宣言」を行うとともに、この「長泉町健康都市宣言」を「第3次長泉町健康増進計画」の基本理念として、町民全体の健康づくりと「健康都市ながいずみ」の創造に取り組んできました。

このたび、令和3年3月に本計画の上位計画として位置づけられる「長泉町第5次総合計画」が策定されました。この計画では、すべての町民がいきいきと健康に、住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、町民の自主性や主体性を尊重するとともに、地域で支え合う体制を構築し、誰もが健康長寿で自分らしい人生を送ることができるまちづくりを目指して、“いきいきとした暮らしを支える 優しいながいずみ”を健康福祉分野の基本目標に掲げています。

本計画は、その他の健康福祉分野の計画及び関連分野の計画と整合を図りながら、連携して一体的に推進することが必要となります。また、この健康福祉分野の基本目標は、町民全体の健康増進に係る要素を含むものでもあります。以上のことから、本計画においては、この健康福祉分野の基本目標を計画の基本理念として継承することとします。

～ 基本理念 ～

**いきいきとした暮らしを支える
優しいながいずみ**

2 健康づくりの将来像

「いきいきとした暮らしを支える 優しいながいずみ」を本計画の基本理念として、本町は、町民一人ひとりが健康づくりに取り組むとともに、健康づくりの輪を地域に広げ、健康寿命をのばし、いつまでも明るく元気に暮らせるまちを目指します。したがって、本計画では、「第5次長泉町総合計画」における政策目標である『健康で幸福を実現できるまちの実現』を目指して、将来像を設定します。

健康づくりの将来像

『健康で幸福を実現できるまち』

3 基本方針

健康づくりの将来像の実現に向けて、本計画では以下の3つの基本方針を掲げて、健康づくりの推進を図っていきます。

(1) 健康寿命の延伸を目指す健康づくり

一人ひとりが、生活習慣の基礎となる食生活や運動、休養等の日常生活において実践できることに取り組めるよう働きかけていくことで、「生活習慣病の発症予防」とそれによる「健康寿命の延伸」を重視した健康づくりを推進します。

(2) ライフステージに応じた健康づくり

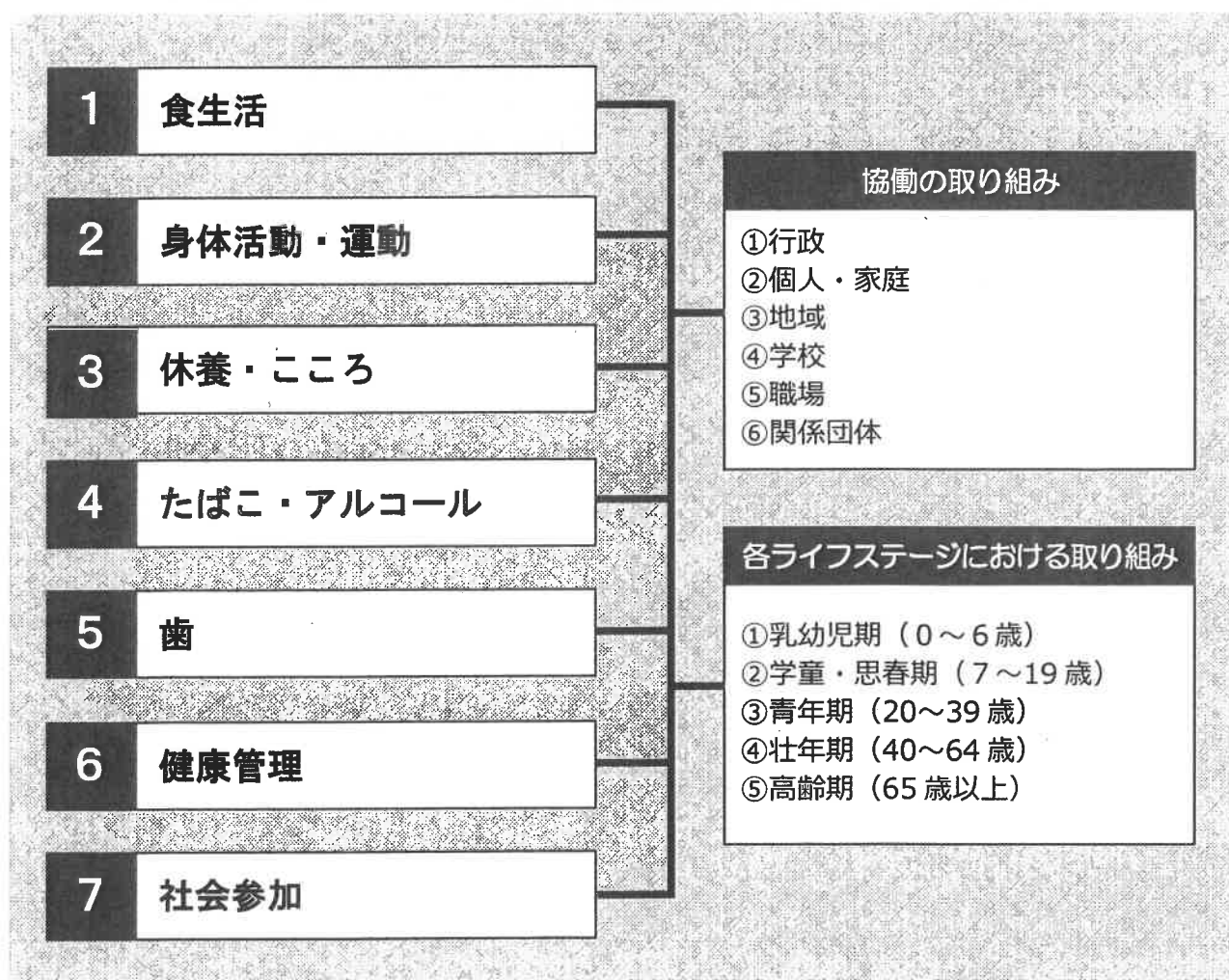
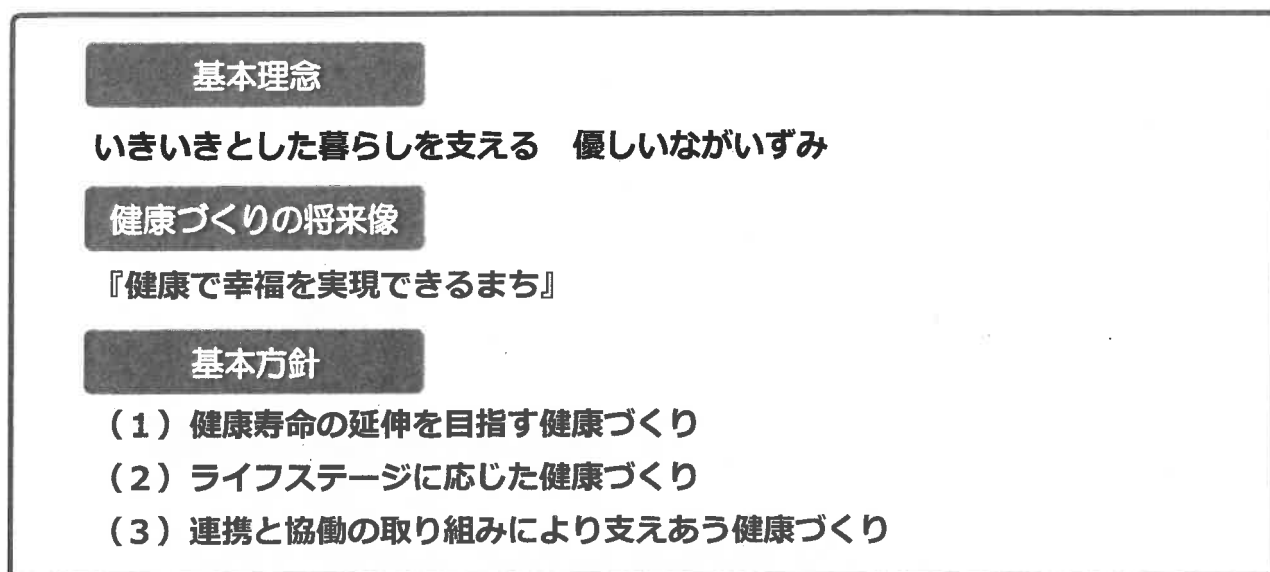
それぞれの年代に応じた健康づくり活動を展開していくため、人生を「幼少期」「思春期」「青年期」「壮年期」「高齢期」の5つのライフステージに分類し、それぞれのライフステージにおける課題や行動目標を設定し、生涯を通じた健康づくりを推進します。

(3) 連携と協働の取り組みにより支えあう健康づくり

家庭や地域、関係団体、学校、職場など、長泉町を構成する様々な主体の連携と協働によって、社会全体の健康づくりを推進していきます。

4 施策の体系

本計画は、以下の施策の体系に沿って推進していきます。



5 SDGsの視点の導入

(1) SDGsとは

持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）は、平成27年9月に開催された国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載されている、平成28年から令和12（2030）年までの国際目標です。SDGsは「誰一人取り残さない」持続可能な世界を実現するための17のゴールと169のターゲットで構成されており、社会・経済・環境にまたがる多くの課題への、総合的な取り組みを求めるものです。






SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



(2) 本計画において対象とするSDGsの目標

本計画の上位計画である「長泉町第5次総合計画」では、それぞれの施策分野とSDGsの関連性を整理し、盛り込むことで、持続可能な地域社会の構築を目指しています。長泉町第4次健康増進計画においては、健康領域ごとにSDGsの目標を設定し、その関連性を明示します。

【本計画と関連すると思われるSDGsの目標】

 <p>2 飢餓をゼロに</p>	<p>飢餓をゼロに</p> <p>○飢餓を終わらせ、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに、持続可能な農業を促進する</p>
 <p>3 すべての人に健康と福祉を</p>	<p>すべての人に健康と福祉を</p> <p>○あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する</p>
 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	<p>質の高い教育をみんなに</p> <p>○すべての人々への包括的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する</p>
 <p>11 住み続けられるまちづくりを</p>	<p>住み続けられるまちづくりをみんなに</p> <p>○都市と人間の居住地を包摂的、安全、強靱かつ持続的にする</p>
 <p>12 つくる責任 つかう責任</p>	<p>つくる責任 つかう責任</p> <p>○持続可能な生産と消費のパターンを確保する</p>

第4章 健康領域ごとの取り組み

1 食生活



(1) 現状と課題

「食」は健康づくりの基本であり、食生活は、子どもたちが健やかに成長し、また人々が生涯にわたって健康な生活を送るために欠くことのできない営みです。しかしながら、近年では、「食」を取り巻く環境の変化やライフスタイルの多様化に伴い、「食」を大切にする意識が希薄化しつつあることから、栄養の偏りや不規則な食事による肥満などによる生活習慣病の増加等が問題となっています。また、核家族化や共働き家庭の増加により、家族等がそろっての食事の機会が減ることで、おいしさ・楽しさを共有したり、家族間で食習慣について考えたりする時間を持つことが難しくなっています。望ましい食生活が生活習慣病の予防と健康寿命の延伸につながることから、様々な年代、ライフスタイルに合った「食」に関する正しい知識の普及を図っていく必要があります。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- 栄養バランスに気をつけている人の割合は、20歳以上で低い傾向にあり、その中でも20歳代女性の減少が目立っています。
- 朝食を毎日とる人の割合は、20歳代の男女ともに減少しています。
- 食育の関心度や、食事バランスガイドの内容の周知度は、やや減少傾向がみられます。
- 朝食・夕食をほとんど毎日家族と食べることは、特に中学生の朝食、また20歳以上の朝食において実践できていません。

指標	実績値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
栄養バランスに気をつけている人の割合(中学生)	31.6%	30%以上	30.2%	◎
栄養バランスに気をつけている人の割合(20歳以上)	39.0%	50%以上	41.7%	○
栄養バランスに気をつけている人の割合(うち20歳代男性)	17.9%	25%以上	37.5%	◎
栄養バランスに気をつけている人の割合(うち20歳代女性)	20.7%	25%以上	8.8%	▼
朝食を毎日とる人の割合(小学生)	94.8%	100%	96.0%	=
朝食を毎日とる人の割合(中学生)	94.0%	100%	92.2%	=
朝食を毎日とる人の割合(20歳代男性)	67.9%	75%以上	45.8%	▼
朝食を毎日とる人の割合(20歳代女性)	69.0%	90%以上	58.8%	▼
1日の野菜料理の品数(1皿70g換算)	2.5皿	5皿以上	2.5皿	=
塩分のとりすぎに気をつけている人の割合	63.2%	70%以上	62.7%	=
食育に関心のある人の割合	74.6%	90%以上	66.4%	▼
食事バランスガイドの内容を知っている人の割合	31.2%	50%以上	25.8%	▼
おいしく食事ができる人の割合(20歳以上)	90.4%	90%以上	90.4%	◎
おいしく食事ができる人の割合(75歳以上)	88.1%	90%以上	85.2%	▼
子ども一人で朝食を食べる(孤食)割合の減少(小学生)	7.6%	5%以下	6.2%	○
子ども一人で朝食を食べる(孤食)割合の減少(中学生)	21.8%	15%以下	26.4%	▼
朝食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(小学生)	67.7%	70%以上	72.3%	◎
朝食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(中学生)	53.3%	70%以上	26.4%	▼
朝食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(20歳以上)	55.0%	70%以上	49.3%	▼
夕食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(小学生)	87.3%	90%以上	90.5%	◎
夕食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(中学生)	71.7%	80%以上	70.2%	=
夕食を、ほとんど毎日家族と食べる人の割合(20歳以上)	62.5%	80%以上	62.0%	=

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■「食」に関する正しい知識の普及・啓発</p> <p>○家庭、地域、学校などに対して、「食」に関する情報や「食」を身近な問題としてとらえる機会を提供するとともに、「食」に関する正しい知識の普及・啓発に努めます。</p> <p>■食育指導者の人材育成・活動支援</p> <p>○町民が食育について理解し、日常生活の中で簡単なことから実践していくことができるよう、食育推進ボランティア養成講座などを通じて、専門的な知識や見識を備えた食育指導者を育成するとともに、その活動を支援していきます。</p> <p>■食育実践事業の充実</p> <p>○食育を理解するだけでなく、毎日の食生活の改善を通して実践していけるように、栄養教室や食育実践事業を充実していきます。</p>
地域	<p>■「食」に関する正しい知識の普及・啓発</p> <p>○健康推進員が中心となり、地域全体で「食」に対する意識を高めます。</p> <p>■「食」を楽しむ機会の提供</p> <p>○文化祭や地域の集まりを活用し、地域で食を楽しむ機会を取り入れます。</p>
学校	<p>■正しい食習慣の指導</p> <p>○栄養教諭や学校栄養職員が中心となり、学校生活の様々な場面で正しい食習慣に関する知識の普及に努めます。</p> <p>■給食を通じた食育の実施</p> <p>○献立予定表・給食だよりによる情報発信や栄養バランスのとれた給食の提供により、「食」に関心を持ち、正しい食事マナーを身につけるとともに、「食」への感謝の念や理解を深めていきます。</p> <p>○郷土料理・行事食や地場産品を給食に取り入れることで、地産地消事業の取り組みを推進します。</p>
職場	<p>■職場での食育の実践</p> <p>○食生活と生活習慣病の関連について理解し、職場全体でバランスのとれた食事や規則正しい食習慣を実践します。</p> <p>○社員食堂の栄養士や調理員、健康管理部門の担当者等に働きかけ、食育推進につながるよう支援します。</p> <p>○健康診断の結果に基づき、食生活に配慮した栄養指導等を行い、生活習慣病の予防及び改善に努めます。</p> <p>■「食」を楽しむ機会の提供</p> <p>○家族団らんの時間を作ることができるよう、ワークライフバランスを推進します。</p>

主体	取り組み
関係団体	<p>■スーパー等での食育活動の推進</p> <p>○スーパー等の食料品店や飲食店において、「食」に関する情報提供、メニューの栄養成分の表示やヘルシーメニューの提供等を行うことで、食育活動を推進します。</p> <p>■食を楽しむ機会の提供</p> <p>○料理教室や農業体験を開催し、「食」への関心を高め、楽しむ機会をつくります。</p> <p>■地産地消の推進</p> <p>○町内の農業関連団体や商店・飲食店が相互の連携を図り、地場産品を活かしたメニューの開発・紹介の実施や、地場産品の販売の促進等を通して、地産地消を推進します。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<p>○朝食を食べる習慣を身につけるとともに、毎日3食規則正しく食事をとりましょう。</p> <p>○家族や仲間と一緒に楽しく食事をしましょう。</p> <p>○正しい食事マナーを身につけましょう。</p> <p>○「食」に関心を持つとともに、正しい知識を身につけましょう。</p>
乳幼児期 (0～6歳)	<p>○食事やおやつの質・量・とる時間に配慮しましょう。</p> <p>○ゆっくりよく噛んで食べる習慣を身につけましょう。</p> <p>○家族の団らんを大切に、楽しみながら食事をしましょう。</p>
学童・思春期 (7～19歳)	<p>○必要なエネルギー・栄養を摂取し、規則正しい食生活と栄養バランスを心がけましょう。</p> <p>○家庭や学校生活の中で、食に関する基本的な知識を身につけ、自分自身で食生活の管理をしましょう。</p> <p>○家族や仲間と楽しみながら食事をしましょう。</p>
青年期 (20～39歳)	<p>○朝食を食べる習慣を身につけ、規則正しい食生活と栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。</p> <p>○自分の適正体重を理解し、維持できる食事量を心がけましょう。</p> <p>○生活習慣病を予防・改善できる食事内容を知り、正しい食事を作り、選ぶ習慣を身につけましょう。</p> <p>○妊娠中においてもバランスのよい食事を心がけ、望ましい体重増加を意識しましょう。</p>
壮年期 (40～64歳)	<p>○規則正しい食生活と塩分や脂質を抑えたバランスのよい食事を心がけましょう。</p> <p>○自分の適正体重を理解し、維持できる食事量を心がけましょう。</p> <p>○生活習慣病の予防・改善を意識し、食生活を見直しましょう。</p>

ライフステージ	行動目標
高齢期 (65歳以上)	<p>○低栄養状態や栄養過多とならないよう、必要な栄養量を摂取し、バランスのとれた薄味の食事を心がけましょう。</p> <p>○「食」に関する知識について、若い世代に伝えていきましょう。</p>

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	栄養相談	全	健康増進課
	小児生活習慣病予防検診事後相談	乳学	健康増進課 教育推進課
健康診査	1歳6か月健康診査	乳	健康増進課
	3歳児健康診査	乳	健康増進課
教育・指導	こんにちは赤ちゃん教室	学青壮	健康増進課
	子育て離乳食教室	乳	健康増進課
	7か月育児教室	乳	健康増進課
	2歳児歯っぴい教室	乳	健康増進課
	幼児食教室	乳	健康増進課
	男性のための料理教室	壮高	健康増進課
	生活習慣病予防教室	青壮高	健康増進課
	依頼健康教育（地域栄養教室・食育講座）	全	健康増進課
	出前講座	青壮高	健康増進課
	食育講演会	青壮高	健康増進課
人材育成	食育推進ボランティア養成講座	青壮高	健康増進課
	食育推進ボランティア活動支援	青壮高	健康増進課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	食育推進会議	全	健康増進課
地産地消	特産品の普及・地産地消の推進	全	産業振興課
	学校給食「長泉の日」	学	学校給食センター
食品ロス削減	食品ロス削減の啓発	学青壮高	くらし環境課

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、
 壮…壮年期、高…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
栄養バランスに気をつけている人の割合(中学生)	30.2%	40%以上	①
栄養バランスに気をつけている人の割合(16歳以上)	40.4%	60%以上	①
栄養バランスに気をつけている人の割合(うち20歳代男性)	37.5%	60%以上	①
栄養バランスに気をつけている人の割合(うち20歳代女性)	8.8%	30%以上	①
「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日とっている人の割合(20歳以上)	55.3%	80%以上	①
朝食を毎日食べる人の割合(小学生)	96.0%	100%	①
朝食を毎日食べる人の割合(中学生)	92.2%	100%	①
朝食を毎日食べる人の割合(20歳代男性)	45.8%	60%以上	①
朝食を毎日食べる人の割合(20歳代女性)	58.8%	75%以上	①
塩分のとりすぎに気をつけている人の割合(20歳以上)	62.7%	70%以上	①

※出典…①町民アンケート調査(令和元年度)

2 身体活動・運動



(1) 現状と課題

身体活動は、体力の増進を目的とし、余暇時間を実施する「運動」と、日常生活の家事や労働、通勤・通学等の全ての動きを含みます。身体活動・運動不足は、わが国では死亡につながる危険因子として、喫煙、高血圧に次いで第3位に挙げられています。身体活動や運動を増やすことは、糖尿病や肥満などの生活習慣病の発症予防や重症化予防のほか、ストレスの解消や生活のリズムを整えるなど、生活の質の向上にもつながります。

高齢者においても、運動機能の低下が要介護の原因となることから、日頃から身体活動の増加や運動習慣の定着を図ることで、フレイル^{※2}予防や認知症予防に取り組むことが大切です。いつまでも健康でいきいきとした生活を続けるためには、幼少期から運動に親しみ、適切な運動習慣を身につけ、成人後も生涯にわたって自らのライフスタイルに合わせた運動を継続することが必要です。個々の年齢や体力、目的に応じ、身体活動・運動に対する意識を高めるとともに、日常生活における身体活動量を増やす身近な手段として、歩行を中心とした身体活動の増加をめざし、いつでも、どこでも、気軽に運動を楽しむことができる環境づくりが重要となります。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- 1日の平均歩数の減少、意識的に運動をしている人の割合の減少がみられます。
- 運動習慣のある人の割合は、20～39歳・40～64歳は目標値に至りませんが、65歳以上においては大幅に伸びています。
- 町内ウォーキングコースの周知度や、継続的に利用する人の割合には、あまり変化はありません。

指標	実績値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
1日の平均歩数(運動・スポーツとしての歩行)	6,313歩	8,000歩以上	5,744歩	▼
意識的に運動している人の割合	76.9%	83%以上	73.4%	▼
運動習慣のある人の割合(20～39歳)	13.7%	20%以上	14.8%	○
運動習慣のある人の割合(40～64歳)	21.1%	25%以上	23.6%	○
運動習慣のある人の割合(65歳以上)	19.2%	30%以上	32.8%	◎
外遊びを60分以上している子どもの割合(1歳6か月児)	70.5%	80%以上	68.7%	=
外遊びを60分以上している子どもの割合(3歳児)	80.8%	85%以上	81.3%	=
外遊びを60分以上している子どもの割合(小学生)	19.6%	30%以上	23.7%	○
町内ウォーキングコースの周知度	60.7%	70%以上	59.5%	=
町内ウォーキングコースを利用する人の割合	21.3%	30%以上	24.6%	○

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

※2 フレイル：加齢とともに、心身の機能が低下し、健康と要介護状態の間にある状態。早期に生活習慣を見直すことで、健康な状態へ戻ることが可能な状態。

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■運動習慣の定着・継続支援</p> <p>○年齢に応じた運動が日常生活の一部となるよう、様々な運動・スポーツに関するイベントや教室等の開催、健康マイレージ事業等による運動の継続支援、フレイル予防のための運動指導等を行います。</p> <p>○健康診査や健康相談を通して健康リスクの把握に努めるとともに、運動実践の支援を図ります。</p> <p>○今より10分多く歩くよう心がける、意識して階段を使う、誰もが気軽にできる体操をするなど、身近な運動から運動習慣を身に付くよう、啓発します。</p> <p>■健康づくりの場の整備</p> <p>○町民が身近な場所で運動に取り組めるよう、ウォーキングコースやグラウンド、広場、健康公園等の健康づくりを実践する場の整備・充実に努めます。</p> <p>■地域において健康づくりを担う人材の活動支援</p> <p>○自分の体力や健康状態に合わせた運動を日常生活の中で実践していくことができるよう、地域において健康づくりを担う人材を支援するため、計画的な研修の実施を通して、運動を中心とした健康づくり活動を支援していきます。</p> <p>■地域・地域サークル等との連携による運動実践の支援</p> <p>○運動を実践できる環境づくりを図るため、地域団体や地域サークル、競技団体等と連携し、出前講座等を活用した地域単位での講習会等の開催や地域サークル等の情報提供、地域サークル間の交流機会の提供等を行います。</p>
地域	<p>■スポーツ・レクリエーション活動の充実</p> <p>○スポーツ少年団・地域サークルなどの活動や運動会等のイベントの充実を図り、地域における運動への取り組みの活発化を図ります。</p> <p>■健康づくり活動の推進</p> <p>○健康推進員等が中心となり、地域元気わくわく教室等を開催し、運動習慣の習得・体力づくり・健康づくりを推進します。</p>
学校	<p>■学校体育等の充実</p> <p>○保健体育の授業や自然体験・校外学習等の機会の充実を図り、児童生徒の体力の向上に努めます。</p>
職場	<p>■健康増進に向けた運動・スポーツへの支援</p> <p>○従業員の健康増進を図るため、職場での運動・スポーツ活動などの取り組みを推奨します。</p>
関係団体	<p>■NPO法人長泉町スポーツ協会活動の充実</p> <p>○各種スポーツイベントやスポーツ教室の開催、指導者の育成、スポーツ施設の管理・運営等の事業の充実を図り、スポーツ活動の充実を推進していきます。</p> <p>○町民が身近に運動に取り組める環境づくりの一環として、総合型地域スポーツクラブの組織・機能を充実します。</p> <p>■スポーツ推進委員会活動の充実</p> <p>○運動の楽しみ方をはじめとした幅広い指導や運動機会を提供する場として、スポーツ推進委員による各種イベントや教室などの機会の充実を図ります。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の体力や健康状態にあった運動を見つけ、日常的な運動習慣を身につけましょう。 ○なるべく歩いたり、階段の昇り降りをしたりするなどして、意識的に身体を動かすようにしましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○安全に配慮し、外での遊びやスポーツを積極的にする機会を増やしましょう。 ○気軽に運動できる場所について知りましょう。 ○テレビやゲーム、パソコン、スマートフォンなどに集中しすぎず、身体を動かす時間を増やしましょう。 ○運動習慣を定着させるため、楽しみながら身体を動かすようにしましょう。 ○学校の体育の授業以外で、身体を動かす機会を増やしましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○運動やスポーツを通して、基礎的体力の向上に努めましょう。 ○テレビやゲーム、パソコン、スマートフォンなどに集中しすぎず、身体を動かす時間を増やしましょう。 ○学校の体育の授業以外で、身体を動かす機会を増やしましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しみながら運動・スポーツを取り組める仲間をつくりましょう。 ○体力の維持のため、日常生活における活動量を増やすように心がけましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○自分のライフスタイルに応じて、継続的に取り組める運動を日常生活に取り入れましょう。 ○肥満・生活習慣病を予防するため、意識的に身体を動かしましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ○仲間とともに運動教室などに参加し、楽しみながら体力維持に取り組みましょう。 ○要介護状態を予防するため、日常生活の中で意識的に身体を動かすとともに、行動範囲が狭くならないように心がけましょう。

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	健康相談	全	健康増進課
	乳幼児健康相談	乳	健康増進課
	成人依頼健康相談	青 壮 高	健康増進課
	母子依頼健康相談	乳 学 青 壮	健康増進課
	のびのび親子教室	乳	健康増進課
	小児生活習慣病予防検診事後相談	乳 学	健康増進課 教育推進課
	長泉町国保電話健康相談	全	福祉保険課
教育・指導	地域健康づくり事業	全	健康増進課
	健康講座	青 壮 高	健康増進課
	2歳児元気っこ教室	乳	健康増進課
	スポーツ宅配便	学 青 壮 高	健康増進課
	ふれあいウォーキング	学 青 壮 高	健康増進課
	健康マイレージ事業	青 壮 高	健康増進課
	歩数アプリを用いた健康づくり推進事業	青 壮 高	健康増進課
	ながいずみ健康わくわくクラブによる健康教室	全	健康増進課
	依頼健康教育	全	健康増進課
	出前講座	学 青 壮 高	健康増進課
	中学校部活動支援事業	学	教育推進課
	介護予防事業	高	長寿介護課
	介護保険制度説明会	高	長寿介護課
	国保高齢受給者証交付会	高	福祉保険課
	後期高齢者医療被保険者証交付時健康教育	高	福祉保険課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
	ウォーキング関連情報の提供（ウォーキングマップの配布・歩数アプリの活用）	青 壮 高	健康増進課
	長泉町スポーツ推進委員だよりの発行	全	健康増進課
人材育成	地域元気づくり事業	青 壮 高	健康増進課
	スポーツリーダー講習	青 壮 高	健康増進課
イベント	スポーツフェスティバル	学 青 壮 高	健康増進課 他
	各種スポーツ大会	学 青 壮 高	健康増進課 他
	福祉健康まつり	全	健康増進課 他
	長泉町レクスポ大会	全	健康増進課 他
	子育てフェスティバル	乳 学 青 壮	こども未来課

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、壮…壮年期、高…高齢期を指す

事業区分	取り組み	対象者	担当課
協議会・ 地区組織等	健康推進員活動	全	健康増進課
	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	スポーツ推進審議会	全	健康増進課
	スポーツ少年団育成支援事業	乳学	健康増進課
	スポーツ施設の整備充実	全	健康増進課
	シニアクラブ事業	高	長寿介護課 他
	幼稚園の園庭開放	乳	こども未来課
	放課後子ども教室事業（のびのびスマイル）	学	生涯学習課

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、
 壮…壮年期、高…高齢期を指す

（5）評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
1日の平均歩数(運動・スポーツに限らず10分以上連続した歩行)	7,070 歩	8,000 歩以上	①
意識的に体を動かしている人の割合	73.4%	80%以上	②
運動習慣のある人の割合(20～39 歳)	14.8%	20%以上	②
運動習慣のある人の割合(40～64 歳)	23.6%	35%以上	②
運動習慣のある人の割合(65 歳以上)	32.8%	53%以上	②
外遊びを60分以上している子どもの割合(1歳6か月児)	68.7%	80%以上	③
外遊びを60分以上している子どもの割合(3歳児)	81.3%	85%以上	③
学校生活以外で、体を動かす運動・スポーツをしている割合(小学生)	23.7%	30%以上	②
町内ウォーキングコースの周知度	59.5%	70%以上	②
1週間のうち、連続して10分以上歩く日が「ない」人の割合(20歳以上)	23.4%	20%以下	①

※出典…①住民意識調査（令和元年度）
 ②町民アンケート調査（令和元年度）
 ③健康増進課にて実施する1歳6か月児健診、3歳児健診にて問診を実施（令和元年度）

3 休養・こころ



(1) 現状と課題

社会生活を営むためには、身体のみならず、こころの健康の維持・増進を図ることが必要です。景気の低迷による経済不況、また、現代は価値観の多様化などにより、家庭や学校、社会でも常に多くのストレスにさらされる時代であることから、こころの健康を保つことは、以前に増して重要視されています。休養を適切に取り入れた生活習慣や気分転換を通して、こころの健康の維持を図ることが大切です。とりわけ十分な睡眠は、精神的な疲労を回復してくれることから、こころの健康には欠かせない要素といえます。幼少期においては、規則正しい生活や就寝時間、睡眠時間が健やかな成長に影響を与えることから、早寝・早起きや1日3食きちんと食べることなど、基本的な生活リズムを定着させることが重要です。大人も同様に、良質な睡眠・休養がとれるよう、生活リズムの見直しや改善を図ることが重要です。また、ストレスとうまくつきあうには、困りごとを一人で抱え込まず誰かに相談したり、周囲の人が変化に気づき話を傾聴したりできることが大切です。気軽に集まれる場や不安や悩みを相談できる場、趣味などの活動を楽しめる場も必要です。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- ストレス解消法を持っている人の割合は、やや増加しています。
- 睡眠による休養がとれている人の割合は減少しており、目標値に至っていません。
- 子育てが楽しいと思う人の割合は減少しており、目標値に至っていません。
- 現在の生活に満足している人の割合には、あまり変化はありません。

指標	現状値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
ストレス解消法を持っている人の割合	69.2%	70%以上	70.1%	◎
睡眠による休養がとれている人の割合	80.5%	85%以上	76.2%	▼
不満や悩みなどを相談できる人がいる人の割合	89.3%	90%以上	87.8%	=
子育てが楽しいと思う人の割合	96.3%	98%以上	90.3%	▼
現在の生活に満足している人の割合	77.5%	80%以上	77.8%	=

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■休養・こころの健康に関する知識の普及・啓発</p> <p>○休養・こころの健康に関する知識の普及や研修を実施します。</p> <p>■こころの相談窓口の充実</p> <p>○身近な相談窓口の充実を図ります。</p>
地域	<p>■地域・社会活動の推進</p> <p>○生涯学習活動など地域での行事や活動を実施し、幅広い年代が交流できる機会や場をつくります。</p>
学校	<p>■相談体制の充実</p> <p>○悩みを抱える児童・生徒を支援するため、スクールソーシャルワーカーなどと連携した相談体制を整備します。</p> <p>■豊かなこころの育成</p> <p>○保健指導や道徳教育、SOSの出し方に関する教育などを通して、こころの健康に関する正しい知識の普及・啓発に努めることで、豊かなこころの育成を図ります。</p>
職場	<p>■こころの健康を支える環境整備</p> <p>○定期的な面接の実施やストレスチェック制度の活用を通して、メンタルヘルス対策を推進します。</p> <p>○従業員が適切な休養や休暇をとれる環境づくりに努めます。</p>
関係団体	<p>■専門的な相談・指導の実施</p> <p>○静岡県東部健康福祉センターや町内の医療機関などにおいて、専門的な相談・指導を実施し、こころの健康づくりを支援していきます。</p> <p>○かかりつけ医・産業医、専門医などの連携を通して、精神疾患に対応するための医療体制の整備・充実に取り組みます。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ○十分な睡眠をとり、心身の疲れを翌日に持ち越さないようにしましょう。 ○家族との団らん・会話などにより、悩みの解消やこころのリフレッシュをしましょう。 ○心配事や悩みを相談できる相手をつくり、一人で抱え込まないようにしましょう。 ○自分なりのストレス解消法を身につけ、日常生活で実践しましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○早寝・早起きなどの基本的な生活リズムを身につけましょう。 ○成長ホルモンの分泌を妨げないよう、十分な睡眠をとりましょう。 ○親子のスキンシップを通して、こころの安定を保ちましょう。 ○子ども同士の遊びを通して、社会性を身につけましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○生活習慣を可能な限り整え、慢性的な睡眠不足にならないようにしましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○生活リズムを整え、適切な休養と睡眠をとりましょう。 ○こころの健康について関心を持ち、必要に応じて専門機関等に相談するようにしましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○仕事や家庭以外にも活動できる場をつくりましょう。 ○家族のこころの変化に気づき、適切に関わりましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ○身近な地域活動などに積極的に参加し、友人や地域の人々との継続的な交流を図りましょう。 ○生涯学習を推進し、趣味や生きがいをもった生活を送りましょう。 ○要介護状態の予防・認知症の予防に努めましょう。

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	こころの健康相談	全	健康増進課
	母子健康手帳交付・交付時健康相談	学青壮	健康増進課
	乳幼児健康相談	乳	健康増進課
	成人健康相談	青壮高	健康増進課
	成人依頼健康相談	青壮高	健康増進課
	母子依頼健康相談	乳学青壮	健康増進課
	長泉町国保電話健康相談	全	福祉保険課
	福祉総合相談	青壮高	福祉保険課
	地域包括支援センターによる高齢者総合相談	高	長寿介護課
	ひまわり相談	学	生涯学習課
	総合相談	全	行政課

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
訪問指導	訪問保健指導	全	健康増進課
	赤ちゃん家庭訪問事業	乳	健康増進課
健診	産婦健康診査	学青壮	健康増進課
	4か月健康診査	乳	健康増進課
	10か月健康診査	乳	健康増進課
	1歳6か月健康診査	乳	健康増進課
	3歳児健康診査	乳	健康増進課
	後期高齢者健康診査	高※75歳以上	福祉保険課
教育・指導	健康講座	青壮高	健康増進課
	こんにちは赤ちゃん教室	学青壮	健康増進課
	7か月育児教室	乳	健康増進課
	2歳児歯っぴい教室	乳	健康増進課
	2歳児元気っこ教室	乳	健康増進課
	道徳教育・読書活動	乳学	教育推進課
	思春期教育	学	教育推進課
	依頼健康教育	全	健康増進課
	介護予防事業	高	長寿介護課
	介護保険制度説明会	高	長寿介護課
	長泉わくわく塾	全	生涯学習課
	くすのき学級	壮高	生涯学習課
	情報提供	広報などによる情報提供	全
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	健康推進員活動	全	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	全	健康増進課
その他	シニアクラブ事業	高	長寿介護課
	通所型デイサービスA	高	長寿介護課
	民生児童委員	全	福祉保険課

※対象者は、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、壮…壮年期、高…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
ストレス解消法を持っている人の割合	70.1%	概ね70%を維持	①
睡眠による休養がとれている人の割合	76.2%	85%以上	①
不満や悩みなどを相談できる人がいる人の割合	87.8%	90%以上	①
子育てが楽しいと思う人の割合	90.3%	95%以上	①

※出典…①町民アンケート調査（令和元年度）

4 たばこ・アルコール



(1) 現状と課題

喫煙は、COPD（慢性閉塞性肺疾患）やがん、循環器疾患をはじめとする多くの疾病と因果関係があります。また、未成年者の喫煙は身体の発育に悪影響を及ぼし、妊娠中の喫煙は、低出生体重児や流産、早産の要因でもあります。喫煙は、喫煙者の健康に影響を及ぼすだけでなく、受動喫煙によって、周囲の非喫煙者にも健康被害をもたらすことから、近年は禁煙・分煙に向けた取り組みが進められています。引き続き、喫煙者が積極的に禁煙に取り組むことができるような支援や、家庭や職場等での受動喫煙防止対策、妊婦や未成年者への啓発活動の取り組みが必要です。

お酒は、適量ならば健康に良い影響を与えますが、過度の飲酒は、肝疾患、脳血管疾患、がん等の原因となります。多量飲酒の習慣化からアルコール依存症に至った場合、社会への適応力の低下を引き起こすこともあることから、飲酒の健康への影響や、「節度ある適度な量の飲酒」について正確な知識を普及していくことが必要です。また、未成年者の飲酒は身体の発育に悪影響を及ぼし、妊娠中の飲酒は妊婦自身の妊娠合併症等のリスクを高めるだけでなく、胎児の成長発達を妨げるため、未成年及び妊娠中の飲酒をなくす対策も重要です。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- 喫煙者の割合は、20歳以上の男女ともにほぼ変化はありません。
- 自宅における受動喫煙の機会がある子どもをなくすという目標には至りませんが、未就学児・小学生ともに減少しています。
- 受動喫煙の機会がある人の割合は、中学生・20歳以上ともに目標値には至りませんが、改善がみられます。
- 多量飲酒する人の割合は、20歳以上の男女ともに減少し、特に男性における改善が目立っています。
- 飲酒する人の中で、休肝日を設けている人の割合は、目標値には至りませんが、増加傾向にあります。

指標	現状値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
喫煙者の割合(20歳以上男性)	20.4%	10%以下	20.6%	=
喫煙者の割合(20歳以上女性)	5.9%	5%以下	5.9%	=
自宅における受動喫煙の機会がある子どもの割合(未就学児)	20.4%	0%	14.7%	○
自宅における受動喫煙の機会がある子どもの割合(小学生)	22.8%	0%	16.5%	○
受動喫煙の機会がある人の割合(中学生)	33.3%	10%以下	25.6%	○
受動喫煙の機会がある人の割合(20歳以上)	59.3%	30%以下	50.1%	○
多量飲酒する人の割合(20歳以上男性)	12.3%	7%以下	4.8%	◎
多量飲酒する人の割合(20歳以上女性)	2.1%	2%以下	1.4%	◎
飲酒する人の中で、休肝日を設けている人の割合	36.8%	70%以上	47.2%	○

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■禁煙支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ○世界禁煙デー（5月31日）を中心に、禁煙キャンペーンや健康イベント、健康教育等の啓発活動を実施し、喫煙が健康に及ぼす悪影響について正しい知識の普及を図ります。 ○禁煙を考えている人に対し、治療方法について説明するとともに、禁煙治療ができる医療機関や禁煙支援ができる薬局等の情報提供を行います。 ○保健指導、健康相談において、禁煙者に対する禁煙指導を実施します。 <p>■受動喫煙の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康増進法に基づく受動喫煙防止対策に取り組みます。 ○公共の場での禁煙・分煙に努めるとともに、禁煙・分煙を推進するよう啓発を図ります。 ○保健指導、乳幼児健診において、保護者に対する受動喫煙防止についての指導を行います。 <p>■生活習慣病のリスクを高める量の飲酒の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ○生活習慣病のリスクを高める量の飲酒を防止し、適正飲酒を推進するための周知・啓発を行います。 <p>■薬物乱用防止対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○警察や薬剤師会、県と連携して、薬物乱用防止の啓発活動を推進し、薬物乱用を未然に防ぐ社会環境を作ります。
地域	<p>■禁煙や節度ある飲酒の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康推進員が中心となって、地域全体で喫煙や多量飲酒による健康への影響に関する知識の普及に努めます。また、禁煙や節度ある飲酒についての啓発に努めます。 <p>■受動喫煙の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ○受動喫煙による健康への影響を防止するため、地域住民の集まりの場などでの禁煙に努めます。 ○喫煙マナーの徹底を広く呼びかけ、子どもをはじめとした受動喫煙の防止に努めます。
学校	<p>■適切な保健指導の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○児童・生徒に対して、たばこ・アルコール・薬物の害について教育・指導し、正しい知識の普及に努めます。
職場	<p>■禁煙指導の取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ○喫煙習慣のある従業員に対して、保健指導を実施し、禁煙を推進します。 <p>■禁煙化・分煙化の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○職場における受動喫煙を防止するため、職場内の禁煙化・分煙化を進めます。

主体	取り組み
関係団体	<p>■医療機関による禁煙支援</p> <p>○医療機関では、喫煙者が喫煙習慣を止められるよう、禁煙外来等で禁煙への取り組みを支援します。また、薬局・薬店では、禁煙補助薬を活用した無理のない禁煙方法を推奨します。</p> <p>■未成年者へのたばこや酒の販売防止</p> <p>○町内の商店や飲食店等との連携を図り、未成年者へのたばこや酒の販売を防止します。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<p>○喫煙や多量飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解しましょう。</p> <p>○たばこを吸わない人に及ぼす受動喫煙による健康への影響について理解しましょう。</p> <p>○未成年者の飲酒や喫煙を防止しましょう。また、未成年者に飲酒や喫煙を勧めてはいけません。</p>
乳幼児期 (0～6歳)	<p>○飲酒や喫煙のもたらす害について理解しましょう。</p> <p>○飲酒や喫煙をしてはいけません。また、周囲に勧められても断りましょう。</p> <p>○保護者や周囲の大人は受動喫煙による健康への影響について理解し、未成年者の受動喫煙を防ぎましょう。</p>
学童・思春期 (7～19歳)	<p>○飲酒や喫煙のもたらす害について理解しましょう。</p> <p>○飲酒や喫煙をしてはいけません。また、周囲に勧められても断りましょう。</p> <p>○保護者や周囲の大人は受動喫煙による健康への影響について理解し、未成年者の受動喫煙を防ぎましょう。</p>
青年期 (20～39歳)	<p>○妊娠中や授乳中は、飲酒や喫煙をしないようにしましょう。</p> <p>○喫煙している人は、健康相談や禁煙外来を活用して禁煙に取り組みましょう。</p>
壮年期 (40～64歳)	<p>○お酒を飲む人は、節度ある飲酒を心がけましょう。</p> <p>○飲酒や喫煙以外に、自分にあったストレス解消法を身につけるようにしましょう。</p>
高齢期 (65歳以上)	<p>○喫煙と、がんや慢性閉塞性肺疾患（COPD）等の関係について理解しましょう。</p>

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	乳幼児健康相談	乳	健康増進課
	母子健康手帳交付・交付時健康相談	学青壮	健康増進課
	成人健康相談	青壮高	健康増進課
	依頼健康相談	全	健康増進課
訪問指導	訪問指導	全	健康増進課
	赤ちゃん家庭訪問事業	乳	健康増進課
教育・指導	健康講座	青壮高	健康増進課
	こんにちは赤ちゃん教室	学青壮	健康増進課
	7か月育児教室	乳	健康増進課
	薬学講座	学	教育推進課
	依頼健康教育	全	健康増進課
	特定保健指導	青壮高	健康増進課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	健康推進員活動	全	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	全	健康増進課
禁煙への 取り組みの支援	禁煙外来治療費助成	青壮高	健康増進課
	公共施設の禁煙区域拡大	全	企画財政課 健康増進課 他

※ライフステージは、(全)…全ライフステージ、(乳)…乳幼児期、(学)…学童・思春期、(青)…青年期、(壮)…壮年期、(高)…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
喫煙者の割合(20歳以上男性)	20.6%	12%以下	①
喫煙者の割合(20歳以上女性)	5.9%		①
自宅における受動喫煙の機会がある子どもの割合(未就学児)	14.7%	0%	①
自宅における受動喫煙の機会がある子どもの割合(小学生)	16.5%	0%	①
受動喫煙の機会がある人の割合(中学生)	25.6%	10%以下	①
受動喫煙の機会がある人の割合(20歳以上)	50.1%	30%以下	①
生活習慣病のリスクを高める量(純アルコール 40g以上)の飲酒をする人の割合(男性)	14.0%	10%以下	①
生活習慣病のリスクを高める量(純アルコール 20g以上)の飲酒をする人の割合(女性)	11.3%	6.4%以下	①
飲酒する人の中で、休肝日を設けている人の割合	47.2%	70%以上	①

※出典…①町民アンケート調査(令和元年度)

5 歯



(1) 現状と課題

歯と口腔の健康は、生涯を通じて自分の歯で食べることを可能にするだけでなく、生活習慣病の予防に資するなど、全身の健康を守ることに通じるものです。歯と口腔を健康に保つためには、歯の喪失の主な原因疾患である、むし歯と歯周病を予防することが大切です。特に、幼少期からよく噛んで食べる習慣や正しい歯磨きの習慣を身につけるとともに、定期的な歯科受診により、歯科疾患を予防することが求められます。最近では、歯周病が、糖尿病や循環器疾患等の生活習慣病と密接に関連することもわかっています。歯科疾患に関する正しい知識や、歯の喪失予防の対策、定期的な歯科受診の必要性の普及啓発など、ライフステージに合わせた取り組みが、ますます重要となっています。高齢者においては、いつまでも自分の歯で食事をとることのできるよう、80歳で20本以上自分の歯を保てる（「8020（ハチマルニイマル）」）よう、日頃の口腔ケアに取り組むことが大切です。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- 健康な歯を持っている（むし歯がない）子どもの割合は、3歳児において増加、中学3年生において減少しており、いずれも目標値に至っていません。
- フッ素配合の歯磨き剤を使う子どもの割合は、小学生・中学生ともに目標値に至りませんが、改善がみられます。
- 定期歯科健診受診率は、20歳以上全体・そのうち20～49歳ともに大幅に伸びています。
- 高齢でもおいしく食事ができる人の割合は減少しており、目標値に至っていません。

指標	現状値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成状況
健康な歯を持っている(むし歯がない)子どもの割合(3歳児)	90.4%	95%以上	94.5%	○
健康な歯を持っている(むし歯がない)子どもの割合(中学3年生)	66.4%	70%以上	62.9%	▼
甘いおやつや飲み物を1日3回以上飲食する習慣を持つ子どもの割合	3.0%	10%未満	5.8%	◎
フッ素塗布を経験している子どもの割合	91.7%	95%以上	90.0%	=
フッ素配合の歯磨き剤を使う子どもの割合(小学生)	74.2%	90%以上	81.0%	○
フッ素配合の歯磨き剤を使う子どもの割合(中学生)	66.4%	80%以上	74.8%	○
フッ素の効果について知っている人の割合(小学生保護者)	73.6%	90%以上	81.0%	○
フッ素の効果について知っている人の割合(中学生)	39.1%	40%以上	42.2%	◎
定期歯科健診受診率(20歳以上)	39.1%	50%以上	50.5%	◎
定期歯科健診受診率(うち20～49歳)	32.0%	40%以上	43.6%	◎
デンタルフロスや歯間ブラシを使う人の割合	55.2%	70%以上	54.4%	=
歯周病に関する知識を持つ人の割合	41.7%	80%以上	46.1%	○
介護予防のために、口腔の健康が大切であることを知っている人の割合	25.5%	40%以上	12.9%	▼
高齢でもおいしく食事ができる人の割合	90.1%	95%以上	84.3%	▼

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防、歯周病予防の推進</p> <p>○役場で幼児健診を行うとともに、幼稚園・保育所・学校等で歯科健診を実施します。</p> <p>○歯周疾患検診や歯周病の予防・治療に関する教育・相談を実施します。</p> <p>○むし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。</p> <p>○歯周病と生活習慣病に関連があることについて正しい知識の普及・啓発を図ります。</p> <p>■フッ素を活用したむし歯予防対策の推進</p> <p>○幼児健診・歯科健診でのフッ素塗布、保育所・幼稚園でのフッ素洗口・フッ素入り歯磨き剤の推奨などを通して、フッ素を活用したむし歯予防を推進します。</p> <p>■高齢者のための口腔衛生指導の普及</p> <p>○歯科医師会との連携による口腔衛生指導を実施し、口腔機能の向上に努めます。</p> <p>■生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <p>○8020 推進員の養成や、80 歳以上で 20 本以上の歯がある高齢者への表彰などの「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。</p>
地域	<p>■地域における生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <p>○健康推進員や 8020 推進員などの地区組織による、歯と口の健康づくりに向けた普及啓発活動に取り組みます。</p>
学校	<p>■歯科健診の実施</p> <p>○歯科健診を実施し、受診のすすめや経過観察等の指導を行います。</p> <p>■歯・口の健康についての指導</p> <p>○保健学習や保健指導を通して、正しい歯科保健普及啓発に努めます。</p>
職場	<p>■定期的な歯科健診の勧奨</p> <p>○歯科健診を定期的に受診するよう勧奨します。また、検診を受診した従業員に対し、経過観察等の指導を行います。</p> <p>■行政との連携</p> <p>○行政が実施している歯科保健活動について従業員に周知するなど、行政と連携しながら、歯科保健に関する知識の啓発に努めます。</p>
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <p>○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。</p> <p>○8020 推進員を中心に健康教育の場等を通じ「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。</p> <p>○糖尿病重症化予防連絡会を開催し、医科歯科連携を図ります。</p> <p>○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ○歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。 ○歯の手入れに関する正しい知識を身につけ、自分にあった歯磨きの習慣を定着させましょう。 ○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去、歯面清掃を受け、歯周病の発生・進行を防止しましょう。 ○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。 ○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。 ○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。 ○なんでもよく噛んで食べましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○よく噛んで食べる習慣と、規則正しい生活リズムを身につけましょう。 ○年齢や歯の状態にあった歯ブラシを選び、うがい・歯磨きや正しいブラッシングの習慣を身につけましょう。 ○フッ素塗布やフッ素洗口、フッ素化物配合の歯磨き剤等を活用して、永久歯のむし歯を予防しましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○飲み物や間食の選び方など、歯や口腔内の健康に関する知識を身につけましょう。 ○歯間清掃用器具の使用を実践しましょう。 ○フッ化物配合の歯磨き剤を活用して、永久歯のむし歯を予防しましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○歯間部清掃用器具の使用を実践しましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○歯周病と生活習慣病に関連があることを理解しましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ○歯の健康に対する意識を高め、8020を目指しましょう。 ○オーラルフレイルなどを防ぎ、口腔機能の維持を図るため、介護予防教室に積極的に参加しましょう。 ○口腔機能の維持が、むし歯や歯周病の予防だけでなく、全身の健康の維持につながることを理解しましょう。

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	歯科相談（乳幼児・成人）	全	健康増進課
	母子健康手帳交付・交付時健康相談	学青壮	健康増進課
	成人依頼健康相談	青壮高	健康増進課
	母子依頼健康相談	乳学青壮	健康増進課
	長泉町国保電話健康相談	全	福祉保険課
訪問指導	訪問保健指導	全	健康増進課
	赤ちゃん家庭訪問事業	乳	健康増進課
健康診査	訪問歯科健康診査	全	健康増進課
	歯周疾患検診	青壮高	健康増進課
	妊婦歯科健康診査	学青壮	健康増進課
	1歳6か月健康診査	乳	健康増進課
	3歳児健康診査	乳	健康増進課
	成人式歯科健診	青	健康増進課
	定期歯科健康診断	乳学	こども未来課 教育推進課
教育・指導	健康講座	青壮高	健康増進課
	こんにちは赤ちゃん教室	学青壮	健康増進課
	地域歯科教室	全	健康増進課
	7か月育児教室	乳	健康増進課
	2歳児歯っぴい教室	乳	健康増進課
	2歳児元気っこ教室	乳	健康増進課
	フッ素洗口事業	乳	健康増進課
	高齢受給者証交付時歯科保健指導	高	福祉保険課
	介護予防事業	高	長寿介護課
	介護保険制度説明会	高	長寿介護課
	給食後歯磨き指導	乳学	こども未来課
	歯の保健学習	乳学	こども未来課
学校歯科医等による指導	乳学	教育推進課	
人材育成	8020 推進員養成講座支援事業	壮高	健康増進課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	歯科保健推進会議	全	健康増進課
	健康推進員活動	全	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	全	健康増進課
	7020・8020・9020 歯科審査・表彰	高	健康増進課

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、
壮…壮年期、高…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
むし歯がない子どもの割合(3歳児)	94.5%	97%以上	①
むし歯がない子どもの割合(中学3年生)	62.9%	70%以上	②
定期歯科健診受診率(20歳以上)	50.5%	65%以上	③
歯周病に関する知識を持つ人の割合	46.1%	80%以上	③
介護予防のために、口腔の健康が大切であることを知っている人の割合(65歳以上)	12.9%	40%以上	④
高齢でもなんでもよく噛んで食べられる人の割合(75歳以上)	—	65%以上	⑤
自分の歯が20本以上ある人の割合(75歳以上)	—	52%以上	②

※出典…①健康増進課にて実施する3歳児健診にて問診を実施(令和元年度)

②定期健康診断結果(令和元年度)

③町民アンケート調査(令和元年度)

④基本チェックリスト事業(令和元年度)

⑤後期高齢者健診問診票(令和元年度)

6 健康管理



(1) 現状と課題

糖尿病や脂質異常症、高血圧などの生活習慣病の予防のためには、日頃から自身の健康状態に関心を持ち、健康管理を行わなければなりません。平成26年～30年における3大死因（悪性新生物・心疾患・脳血管疾患）について、静岡県を基準としたSMR（標準化死亡比）と比較してみると、長泉町は静岡県と同率となっていますが、男性は胃がん、女性は肝臓及び膵臓・結腸がんが多くなっています。また、平成29年度の特健診結果によると、県内において長泉町の男性はメタボリックシンドローム予備群、女性は高血圧症予備群とされる人の割合が多いことが特徴として挙げられます。さらに、「静岡県版健康寿命」とされるお達者度（平成29年）では、長泉町は男性が2位、女性が17位となっており、男女ともに県平均を上回っていますが、生活習慣病等による健康課題を抱えている人は少なくないのが現状です。

こうした現状を受けて、長泉町では、生活習慣病・悪性新生物（がん）への対策を通じた健康管理を、重点的に取り組むべき項目として位置づけ、今後も、継続して健康寿命の延伸に向けた取り組みを推進していきます。その取り組みの一環として、死因の第1位である悪性新生物（がん）対策を町全体で推進するための「長泉町がん対策推進条例」を令和2年に制定し、がん対策を推進するための基本理念を定め、町の責務やがん対策に係る関係者の役割を明らかにした上で、総合的ながん対策の推進を目指しています。また、生活習慣病対策においては、発症予防・早期発見だけでなくその重症化予防にも重点を置き、令和2年度から、糖尿病性重症化対策事業調整会議を開催し、関係機関と連携した継続的な予防支援体制の整備を図っています。長泉町では、今後も引き続きこうした取組を推進し、町民一人ひとりの健康管理に重点的に取り組むとともに、町民の主体的な健康づくりを支援していきます。

個々の「健康づくり」を支えるためには、健康づくりに関する団体等が連携・協働して取り組みを推進することが必要です。町民一人ひとりが健康状態を把握し、生活習慣病の予防対策を行っていくためには、定期的に特定健康診査、がん検診等を受診し、健（検）診結果に基づいた指導に従い、生活習慣を改善すること、さらには病気の早期発見・早期治療に結びつけ、重症化予防に努めることが重要です。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- 適性体重を知っている人の割合は減少しており、目標値に至っていません。
- 自分が健康であると思う人の割合は、20～39歳・40～64歳はあまり変化がなく、65歳以上において減少しています。
- 定期的な健康診査を受けている人、定期的ながん検診を受けている人の割合は、ともに変化はなく、目標値に至っていません。
- メタボリックシンドロームの周知度は、目標値に至りませんが、改善がみられます。
- ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度は減少しており、広く浸透していません。

指標	現状値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
適正体重を知っている人の割合	86.8%	90%以上	77.7%	▼
自分が健康であると思う人の割合(20～39歳)	61.6%	70%以上	60.0%	=
自分が健康であると思う人の割合(40～64歳)	56.3%	60%以上	56.2%	=
自分が健康であると思う人の割合(65歳以上)	49.3%	50%以上	41.1%	▼
健康診査受診率(1歳6か月児)	97.2%	100%	98.3%	=
健康診査受診率(3歳児)	98.5%	100%	99.5%	=
定期的な健康診査を受けている人の割合	79.9%	80%以上	79.8%	=
定期的ながん検診を受けている人の割合	58.9%	70%以上	60.3%	=
メタボリックシンドロームの周知度	67.8%	80%以上	72.8%	○
予防接種の接種率(MR1期)	102.6%	100%	101.8%	◎
予防接種の接種率(二混)	70.4%	85%	73.2%	○
予防接種の接種率(インフルエンザ)高齢者	55.2%	60%以上	56.9%	○
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の認知度	19.7%	80%以上	17.0%	▼

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■生活習慣病の発症予防・早期発見・早期治療・重症化予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康診査や各種検診の受診者の増加を図るため、健診（検診）体制の整備・改善や周知方法の見直し、未受診者への受診勧奨等を推進します。 ○効果的な特定保健指導を実施します。 ○地域における医師会等の関係機関との連携をとり、糖尿病等生活習慣病の重症化予防を推進します。 ○高齢者の介護予防・重症化予防を図るとともに、保健・医療等の一体的なサービス提供を図ります。 ○保健医療関係者、事業者及び教育関係者との協力体制を築き、がん対策に関する施策を推進します。 ○インセンティブ事業を活用した、健康づくりに向けた取り組みを推進します。 <p>■感染症予防対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○予防接種の効果について、正しい知識の普及・啓発を図るとともに、未接種者への接種勧奨に努めます。 ○手洗い・うがい・咳エチケット・マスク着用などの基本的な感染症予防対策の実施について広く周知・啓発します。 ○感染が拡大した際は、感染経路の把握に努めるとともに、庁内で実施する教室等における予約制の導入や、オンラインでの実施等による対応を行います。
地域	<p>■健康管理意識の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康推進員が中心となって、健康診査や各種検診の受診や健康に関する講習会などへの参加を促進します。
学校	<p>■健康診断の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○定期的な健康診断の実施を通して健康に関する意識の向上に努めるとともに、必要に応じて事後指導を行います。 <p>■がん教育</p> <ul style="list-style-type: none"> ○がんに関する正しい知識を持つための教育を推進します。
職場	<p>■健康診断の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○定期的に健康診断を実施し、従業員の健康管理や疾病の早期発見・早期治療に努めるとともに、必要に応じて事後指導を行います。 <p>■健康管理意識の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康づくりに関する情報提供や講演会の開催などを行い、従業員の健康に関する意識の向上に努めます。 <p>■就労環境の整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ○がんを患った従業員や、がんを患った人を家族にもつ従業員が、就労を継続できる環境を整備します。
関係団体	<p>■医療機関等との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ○医療機関や医療関係者との連携を図りながら、健康診査や各種検診の実施や生活習慣病等に関する正しい知識の普及・啓発に努めます。

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	行動目標
全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ○日頃から健康や病気について相談できるよう、身近にかかりつけ医を持ちましょう。 ○生活習慣病予防の知識を身につけ、望ましい生活習慣を実践し、健康の維持・増進を心がけましょう。 ○感染症予防の知識を身につけるとともに、手洗い・うがい・咳エチケットなどを実践しましょう。 ○定期的に健康診査・がん検診を受診し、健康の維持を図るとともに、生活習慣病の早期発見・早期治療を心がけましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○感染症や重い病気にかかるのを予防するため、予防接種を受けましょう。 ○子どもの成長発達についての確認や病気などの早期発見のため、健康診査を受けましょう。 ○早寝早起きをはじめとする、規則正しい生活習慣を身につけましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の身体の仕組みや変化、健康について関心を持ち、正しい知識を身につけましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○健診（検診）の結果、医療機関への要受診となった場合は、必ず医療機関を受診しましょう。 ○妊娠中は、母体・胎児の健康について関心を持ち、定期的な妊婦健診を受診しましょう。 ○特定保健指導を積極的に利用しましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○特定保健指導を積極的に利用しましょう。 ○生活習慣病の予防が認知症予防につながることを認識し、生活習慣の見直しをしましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ○感染症や重い病気にかかるのを予防するため、予防接種を受けましょう。 ○特定保健指導を積極的に利用しましょう。 ○介護予防に関心を持ち、健康教室等に積極的に参加しましょう。 ○生活習慣病の予防が認知症予防につながることを認識、生活習慣の見直しをしましょう。

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
相談	乳幼児健康相談	乳	健康増進課
	母子健康手帳交付・交付時健康相談	学青壮	健康増進課
	成人健康相談	青壮高	健康増進課
	依頼健康相談	全	健康増進課
	小児生活習慣病予防検診事後相談	学	健康増進課 教育推進課
	幼児健診事後相談（心理・言語）	乳	健康増進課
	サポートファイルの活用	乳学	健康増進課
	長泉町国保電話健康相談	全	福祉保険課
	特別支援教育専門員による相談	乳学	こども育成課
訪問指導	訪問指導（保健・栄養）	全	健康増進課
	赤ちゃん家庭訪問事業	乳	健康増進課
	重症化予防対策事業	壮	健康増進課
健康診査	健康診査	青壮高	健康増進課
	がん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺）	青壮高	健康増進課
	肝炎ウイルス検診	壮高	健康増進課
	結核検診	高	健康増進課
	ピロリ菌検査	青壮高	健康増進課
	妊婦健康診査	学青壮	健康増進課
	産婦健康診査	学青壮	健康増進課
	新生児聴覚スクリーニング検査	乳	健康増進課
	乳児健康診査（4か月・10か月）	乳	健康増進課
	幼児健康診査（1歳6か月・3歳）	乳	健康増進課
	特定健康診査（国保）	壮高	福祉保険課
	後期高齢者健康診査	高※75歳以上	福祉保険課
	短期人間ドック（国保）	壮高	福祉保険課
	就学時健康診断	学	教育推進課
	校内定期健康診断	学	教育推進課
小児生活習慣病予防検診	学	教育推進課	

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、
 壮…壮年期、高…高齢期を指す

事業区分	取り組み	対象者	担当課
教育・指導	健康講座	青 壮 高	健康増進課
	こんにちは赤ちゃん教室	学 青 壮	健康増進課
	離乳食教室	乳	健康増進課
	7か月育児教室	乳	健康増進課
	2歳児歯っぴい教室	乳	健康増進課
	2歳児元気っこ教室	乳	健康増進課
	幼児健診事後教室（のびのび・すくすく）	乳	健康増進課
	依頼健康教育	全	健康増進課
	特定保健指導	青 壮 高	健康増進課
	後期高齢者医療被保険者証交付時健康教育	高 ※75歳以上	福祉保険課
	介護予防事業	高	長寿介護課
	介護保険制度説明会	高	長寿介護課
	ことばの教室	乳	教育推進課
	がん教育	学	教育推進課
	ふれあい出前講座	青 壮 高	生涯学習課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
予防接種	予防接種	全	健康増進課
啓発	健康手帳交付	壮 高	健康増進課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	全	健康増進課
	健康推進員活動	全	健康増進課
	歯科保健推進会議	全	健康増進課
	食育推進会議	全	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	全	健康増進課
連絡会	健康づくり庁内連絡会	全	健康増進課
その他	インセンティブ事業（健康マイレージ）	青 壮 高	健康増進課
	若年がん患者支援事業助成金（妊孕性温存治療費・医療用補整具購入費・在宅療養生活支援費）	全	健康増進課
	がん患者就業支援（採用・雇用継続）奨励金事業	壮	産業振興課

※対象者は、(全)…全ライフステージ、(乳)…乳幼児期、(学)…学童・思春期、(青)…青年期、(壮)…壮年期、(高)…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
適正体重を知っている人の割合	77.7%	90%以上	①
健康診査受診率(1歳6か月児)	98.3%	100%	②
健康診査受診率(3歳児)	99.5%	100%	②
メタボリックシンドローム予備群の男性の割合(40～74歳)	17.4%	15%以下	③
メタボリックシンドローム予備群の女性の割合(40～74歳)	4.2%	4%以下	③
肥満の男性の割合(40～74歳)	50.0%	45%以下	③
肥満の女性の割合(40～74歳)	21.6%	20%以下	③
高血圧症予備群の男性の割合(40～74歳)	13.8%	12%以下	③
高血圧症予備群の女性の割合(40～74歳)	11.8%	10%以下	③
糖尿病性腎症による年間新規人工透析導入患者数	5人	4人以下	④
がん検診精密検査受診率	83.8%	95%以上	⑤
かかりつけ医を持っている人の割合(40歳以上)	57.6%	65%以上	⑥
定期的な健康診査を受けている人の割合(20歳以上)	79.8%	85%以上	①
定期的ながん検診を受けている人の割合(20歳以上)	60.3%	70%以上	①
予防接種の接種率(MR1期)	101.8%	100%	⑦
予防接種の接種率(二混)	73.2%	85%以上	⑦
予防接種の接種率(インフルエンザ)(高齢者)	56.9%	70%以上	⑦

※出典…①町民アンケート調査(令和元年度)

②健康増進課にて実施する1歳6か月児健診、3歳児健診(令和元年度)

③平成28年度特定健診データ報告書(静岡県)

④特定疾病台帳(平成27年度から令和元年度までの5年間)

⑤健康増進課にて実施するがん検診結果(令和元年度)

⑥住民意識調査(令和2年度)

⑦地域保健・健康増進事業報告(令和元年度)

7 社会参加



(1) 現状と課題

健康には生活習慣のみならず、地域の絆やつながりも影響を与えているといわれています。少子高齢化や核家族化、働き方の多様化等により近所づきあいも希薄となっている近年においては、以前に増して地域活動に気軽に参加できる環境づくりが必要となっています。長泉町では、健康づくりを目的としたスポーツの行事や、食育関連の各種教室、幅広い年代による交流活動を行っています。これらの取り組みを通して、町民一人ひとりが健康への関心を高く持つことができるよう、広く参加促進を図ることが必要となっています。また、高齢になっても地域と積極的に関わったり、役割を担ったりすることで、外出の機会を増やし、人との交流を深め、支え合っていきいきと暮らしていけるような地域づくりが必要です。

【第3次長泉町健康増進計画における評価指標の達成状況】

- この1年間に地域社会活動に参加した人の割合は46.3%と、増加傾向がみられます。

指標	現状値 (H26)	目標値 (R2)	結果 (R2)	達成 状況
この1年間に地域社会活動に参加した人の割合	43.1%	増加傾向	46.3%	◎

※達成状況の見方…「◎」…達成、「○」…改善、「＝」…現状維持、「▼」…悪化、「－」…評価不能

(2) 施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■<u>地域活動への支援</u></p> <p>○地域でスポーツや食育推進についての活動を行う団体の活動について周知します。</p> <p>○上記の活動団体の活動が円滑になるよう、情報提供を通じた支援を図ります。</p> <p>○健康推進員や 8020 推進員などの健康づくり関係団体に対して研修を行い、スキルアップを図ります。</p> <p>■<u>地域活動の担い手となる人材の育成</u></p> <p>○健康推進員や食育ボランティア、8020 推進員などの健康づくりを目的にした活動を担う人材を育成します。</p> <p>○その他、様々な地域活動を担う人材の育成支援を図ります。</p>
地域	<p>■<u>地域活動のための機会や場の設定</u></p> <p>○子どもから高齢者まで、幅広い年代が交流することのできる機会や場の提供を図ります。</p> <p>■<u>「新しい生活様式」への対応</u></p> <p>○展開されている様々な地域活動の実施・運営において、「新しい生活様式」への対応策についての検討を図ります。</p>
学校	<p>■<u>地域との交流機会の確保</u></p> <p>○食育推進活動や地域交流活動などの機会を通して、生徒と地域の様々な人との交流を推進します。</p>
職場	<p>■<u>従業員の地域活動への参加に対する理解を深める</u></p> <p>○地域の祭りや伝統行事、イベントなどに参加する従業員の意向をできるだけ尊重し、地域の諸活動に担い手として従業員が活動できるように支援します。</p> <p>■<u>企業としての地域社会への貢献</u></p> <p>○企業として、近隣で行われる地域活動に協力できることについて、積極的に協力します。</p>

(3) ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

ライフステージ	取り組み
全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の住む地域について関心を持ち、地域で行われている活動に積極的に参加しましょう。 ○子どものスポーツ活動への指導や郷土料理の伝承など、これまで得た経験や技術を地域の中で伝えましょう。 ○興味・関心のあることや、趣味活動などを通じた活動の場を持ち、友人・知人との交流を図りましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○自分が住んでいる地域で行われる伝統行事やイベントに、家族と積極的に参加しましょう。 ○近隣の人や地域の人と顔を合わせた時には、家族で挨拶を交わすなど、日頃から地域の人と交流を持ち、地域への愛着を深めましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○地域についての理解を深め、世代を通じた交流を持てる関係を築きましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○自身の興味のあることや趣味などを通じて、新たな人間関係や活動の場を広げましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ○子育てなどを通じて、学校や地域の行事に積極的に参加し、生活における地域との結びつきを高めましょう。 ○自身のライフサイクルを視野に入れ、就業の場以外の人間関係の構築や、趣味などを通じた社会参加を図りましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ○地域活動の中で役割を担うことで、社会参加を図りましょう。 ○年齢や体力に応じた活動を無理なく行い、若い世代とも交流を図りましょう。

(4) 主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	ライフステージ	担当課
教育・指導	各種健康づくり教室	全	健康増進課 他
	ウォーキング	全	健康増進課 他
	長泉わくわく塾	全	生涯学習課
	くすのき学級	壮高※60歳以上	生涯学習課
	家庭教育学級	青壮	生涯学習課
	中学校部活動支援事業	学	教育推進課
	子育て支援センター事業	乳	こども未来課
情報提供	広報などによる情報提供	全	行政課
	健康づくり情報発信	全	健康増進課
イベント	スポーツフェスティバル	全	健康増進課
	各種スポーツ大会	全	健康増進課 他
	福祉健康まつり	全	福祉保険課 健康増進課
	敬老会	高	長寿介護課
	成人式	青	生涯学習課
	長泉わくわく祭り	全	産業振興課
	産業祭	全	産業振興課
	子育てフェスティバル	乳	こども未来課、他
協議会・ 地区組織等	健康推進員活動	全	健康増進課
	8020推進員活動	青壮高	健康増進課
	食育推進ボランティア活動	青壮高	健康増進課
	スポーツ少年団育成支援事業	乳学	健康増進課
	シニアクラブ事業	高	長寿介護課
	通所サービスA事業	高	長寿介護課
	民生児童委員	全	福祉保険課
	各自治会活動	全	行政課
	子育て支援センター事業	乳	こども未来課
	読み聞かせボランティア	全	生涯学習課

※ライフステージは、全…全ライフステージ、乳…乳幼児期、学…学童・思春期、青…青年期、
 壮…壮年期、高…高齢期を指す

(5) 評価指標

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
この1年間に地域社会活動に参加した人の割合	46.3%	50%以上	①

※出典…①町民アンケート調査（令和元年度）

第5章 計画の実現に向けて

1 健康づくり推進の考え方

健康づくりは、町民一人ひとりが自分の健康管理を意識し、より良い健康状態に近づくために、主体的に継続して取り組んでいくことが大切です。そして個々の「健康づくり」を支えるために、社会全体で健康づくりの環境整備に取り組み、個人・家族、行政、健康づくりに関する団体等が協働して健康づくりの取組を進めていく必要があります。

個人を取り巻く家庭、地域、職場、健康づくりに関する団体等が、それぞれの役割に沿って取り組めるように、今後も関係機関との意見交換や連携を深めながら、「いきいきとした暮らしを支える優しいながいずみ」の実現を目指していきます。

2 協働による取り組み

長泉町健康増進計画の推進にあたっては、町民一人ひとりが日常生活の中で積極的に健康づくりに取り組んでいくことが大切です。このため、地域や学校、行政などがそれぞれの役割を理解し、相互に連携し、一人ひとりの健康づくりを支え、推進していきます。

(1) 個人・家族の役割

■「自分の健康は自分でつくる」

町民一人ひとりが、「自分の健康は自分でつくる」という考えのもとに、自らの健康状態や日常生活における課題を認識し、健康づくりや生活の質の向上に積極的に取り組んでいきます。

■家庭を通じた適切な生活習慣の取得

家庭は、生活する上での最も基礎的な単位であり、こころのやすらぎを得て、毎日の活動の源となる場です。そのため、家庭を通じて幼少期から高齢期にわたり、正しい生活習慣を身につけていきます。

また、家族で食卓を囲んで団らんしたり、いっしょに運動したりするなど、家族がふれあえる家庭環境をつくっていきます。

(2) 地域の役割

■健康づくり活動の輪の拡大

地域では、健康づくりを地域の課題として共有し、行政などとともに考え、行動していくことが大切です。このため、健康推進員や食育推進ボランティアなどを中心として、健康づくり活動の活性化に努め、活動や運動の輪を広げ、町民の心身の健康を地域で支えていきます。

(3) 学校（保育所・幼稚園・学校）の役割

■健康づくり活動の実践や健康教育の提供

保育所・幼稚園や学校は、幼少期・思春期において、家庭に次いで多くの時間を過ごす場であるとともに、将来にわたる自己の健康を管理し、改善していくための資質や能力が養われる場でもあります。このため、食育や健康管理をはじめとして、健康に関する様々な学習の提供に努めていきます。

また、保護者への働きかけとして、家庭教育学級などの事業を支援していきます。

■スクールカウンセラー事業

近年、不登校やひきこもりなどのこころの問題を抱える子どもたちが増えていることから、児童・生徒に対して、スクールカウンセラーによる相談などの支援を充実していきます。

(4) 職場の役割

■従業員の健康管理

職場は、働く人にとって家庭に次いで一日の大半を過ごす場であり、心身ともに健康を保持する上で重要な役割を果たす場です。近年、長時間労働や職場の人間関係などによるストレスから、こころの問題が浮上しているため、一人ひとりが気軽に話し合える開かれた人間関係づくりと労働者自身が活かされると実感できる職場の運営、ストレスチェック制度の活用、ストレスの要因となる職場環境の改善に努めていきます。

■従業員の健康を考えた就業環境の整備

職場内における禁煙化・分煙化を進め、従業員の健康を考えた就業環境の整備に努めていきます。

(5) 関係団体の役割

■医療機関による健康づくりの指導・啓発

医療機関は、保健医療の専門機関として大きな役割を担います。また、相談・指導、健康教育、講習会などを通して、健康づくりの実践を町民に啓発するなど、生活習慣病予防の視点からも重要な役割を担います。

■健康づくりの視点を取り入れた活動の展開

町内の様々な関係団体では、それぞれに行っている活動の中に健康づくりの視点を取り入れた幅広い活動を、継続的に実践していきます。

(6) 行政の役割

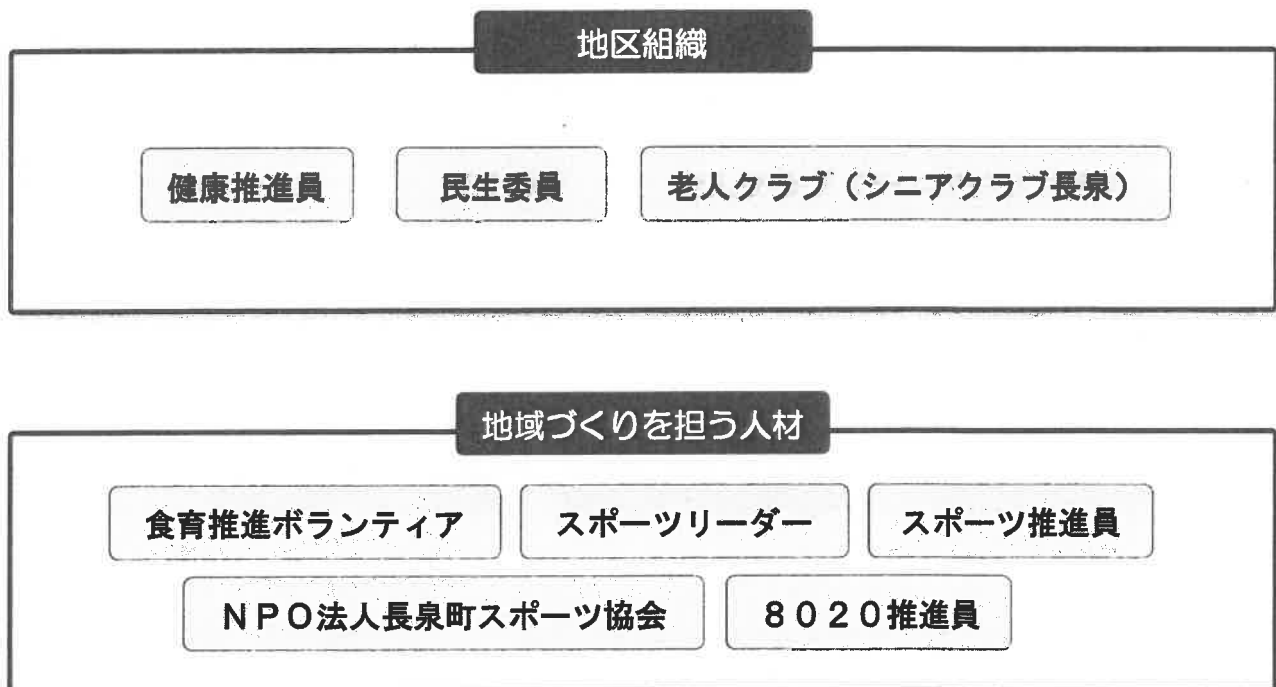
■協働による多面的な施策の展開

行政は、町民の健康づくりを効果的・計画的に推進していくために、町民や地域、学校、職場、関係団体等と連携・調整し、協働体制をつくりながら、健康づくりを推進していきます。

また、健康増進計画の周知や健康づくりの情報発信に努めるとともに、庁内の関係課の連携を図り、多面的な施策の展開を図ります。

3 健康づくりに関する組織との連携と支援

町民が主体となって健康づくりを進めることのできるよう、町内で健康づくりに関する活動を行っていく以下の組織・人材との連携を強化するとともに、その活動を支援していきます。



5 健康づくり情報の発信

(1) 健康づくり情報の集約

関係各課との連携を図り、各課が有する健康づくりに関する情報の集約を図ります。

- 健康づくりに関する総合的な情報を提供する窓口の整備
- ホームページにおける健康づくり情報の充実・一元化

(2) 効果的な健康づくり情報の発信

「広報ながいずみ」や「健康だより」、パンフレット、ホームページ等の様々な広報媒体を有効に活用し、提供する情報の内容や対象によって広報媒体を使い分けるなど、健康づくりに関する情報の効果的、継続的、定期的な発信・周知に努めます。また、町民の健康づくりの推進につなげるため、本計画についても広く周知していきます。

- 「広報ながいずみ」、「健康だより」等による定期的な健康づくり情報の発信
- ホームページの充実、活用の普及拡大
- 健康づくりに関する基礎的な知識の普及啓発の推進（健康づくりに関する基礎知識などのパンフレットやチラシ、ポスターの充実、イベント開催や健康手帳交付等と兼ねた配付等）
- 健康づくりを実践する団体・グループ等の紹介

(3) 庁内における健康づくり情報のネットワーク化

長泉町役場を発信拠点として、核となる公共施設や公民館などにおける健康づくり情報のネットワーク化を図ります。また、健康づくりを実践するグループ・団体間の情報交換の場やネットワークの整備を進めます。

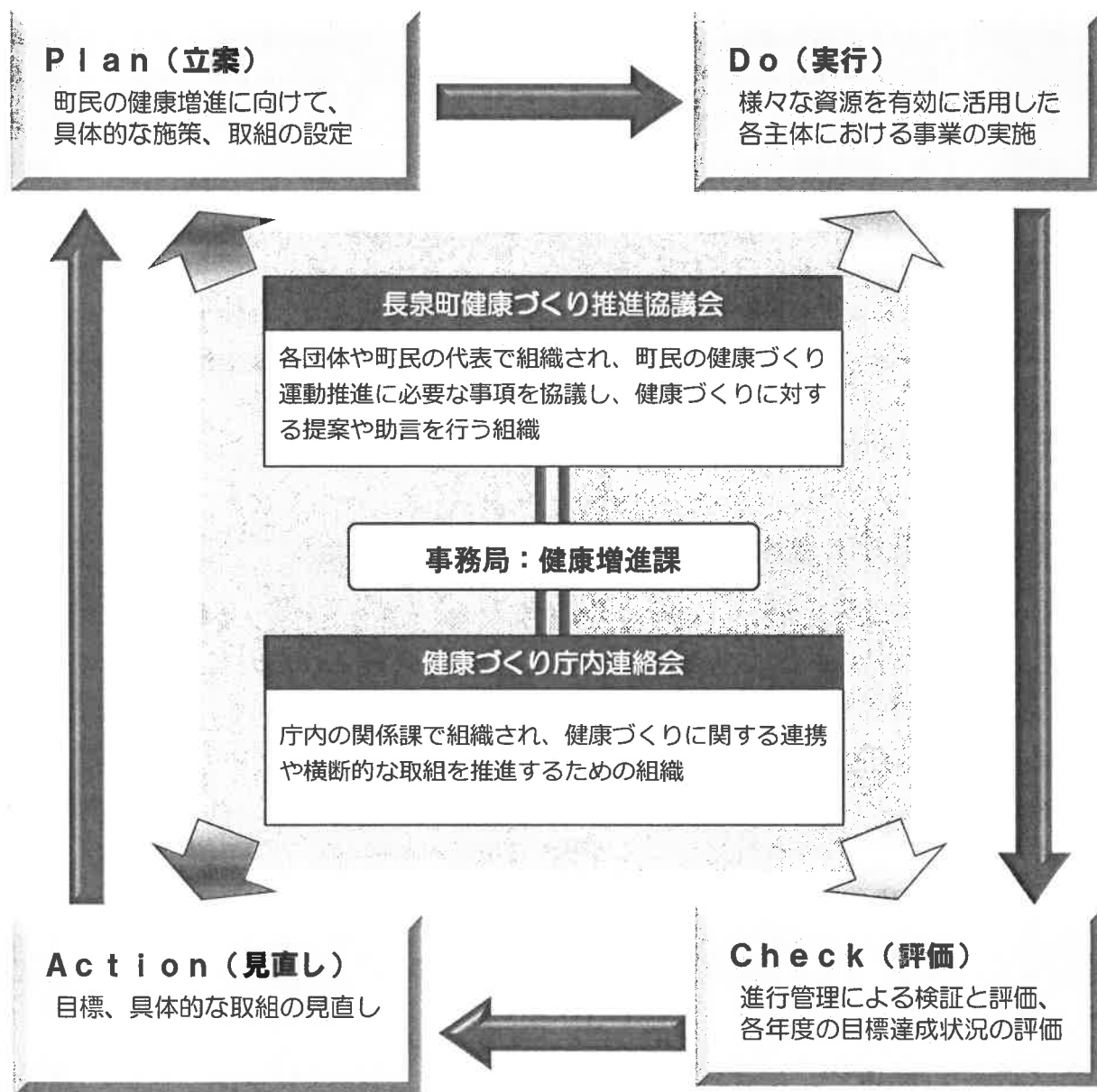
- 公共施設や公民館等における健康づくり情報コーナーの設置
- インターネット閲覧サービス等の充実
- 健康づくりを実践する団体・グループ等の情報交換の場やネットワークの整備

6 計画の進行管理と評価

(1) PDCAサイクルの確立

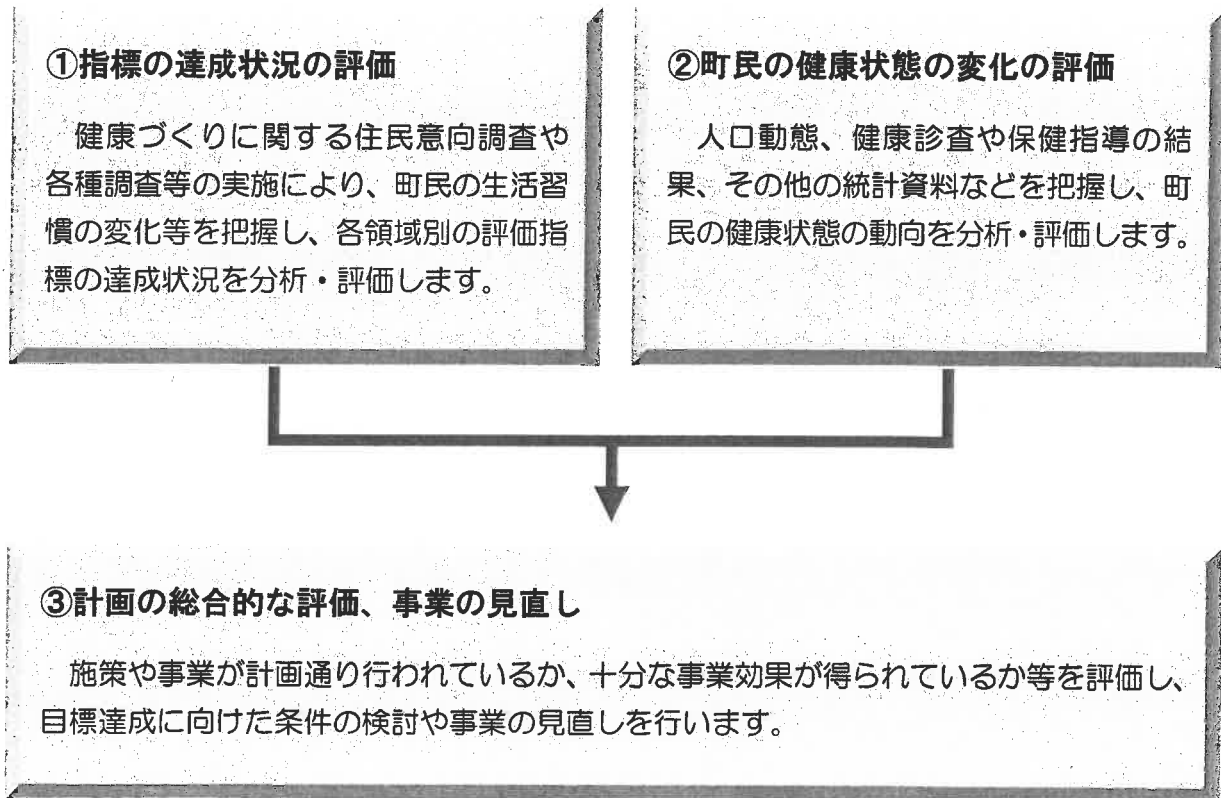
本計画の進行管理にあたっては、「健康づくり庁内連絡会」を評価の場として位置づけ、「長泉町健康づくり推進協議会」からの提言や助言を踏まえ、PDCA (Plan・Do・Check・Action) サイクルの確立を図ります。

計画期間中においても、適宜、取組の最新情報を幅広く公表し、町民・地域・企業などから幅広い意見を求め、計画の進行に反映させていきます。



(2) 適切な評価の実施

町民の健康課題や健康意識の変化を把握し、取り組むべき課題を明らかにするため、施策の進捗状況の把握や評価指標の達成状況の検証を定期的に行います。



長泉町歯科保健計画

第1章 計画の基本的な考え方

1 計画の策定趣旨

歯と口腔の健康は、単に食物を摂取するだけでなく、充実した食生活を送ることや会話を楽しむことなど、豊かでいきいきとした生活を送ることの基礎となります。こうした生活の質を確保することで、健康寿命の延伸を図る上で重要な「良好な栄養状態の維持」や「社会参加」が促進されます。また、歯と口腔の健康を保つことは糖尿病をはじめとする生活習慣病等の予防に資するなど、全身の健康の維持・増進を図ることに通じます。

このような背景から、国は平成元年以降、80歳になっても自分の歯を20本保つことが重要であるとして、「8020（ハチマルニイマル）運動」を展開し、平成12年に策定した「健康日本21」においては一項目として『歯の健康』を定めました。また、平成23年8月に「歯科口腔保健の推進に関する法律」を制定し、保健、医療、社会福祉、労働衛生、教育その他の関連施策の有機的な連携を図りつつ、その関係者の協力を得て、歯科口腔の健康の維持・増進に関する施策を総合的に推進していくこととしています。

また、静岡県では、平成21年12月に「静岡県民の歯と口の健康づくり条例」を策定しているほか、平成26年3月に「第2次静岡県歯科保健計画」を策定し、各市町、保健、医療、福祉、労働衛生、教育その他の関係者間の連携を強化するとともに、歯や口の健康づくりの推進を図っています。

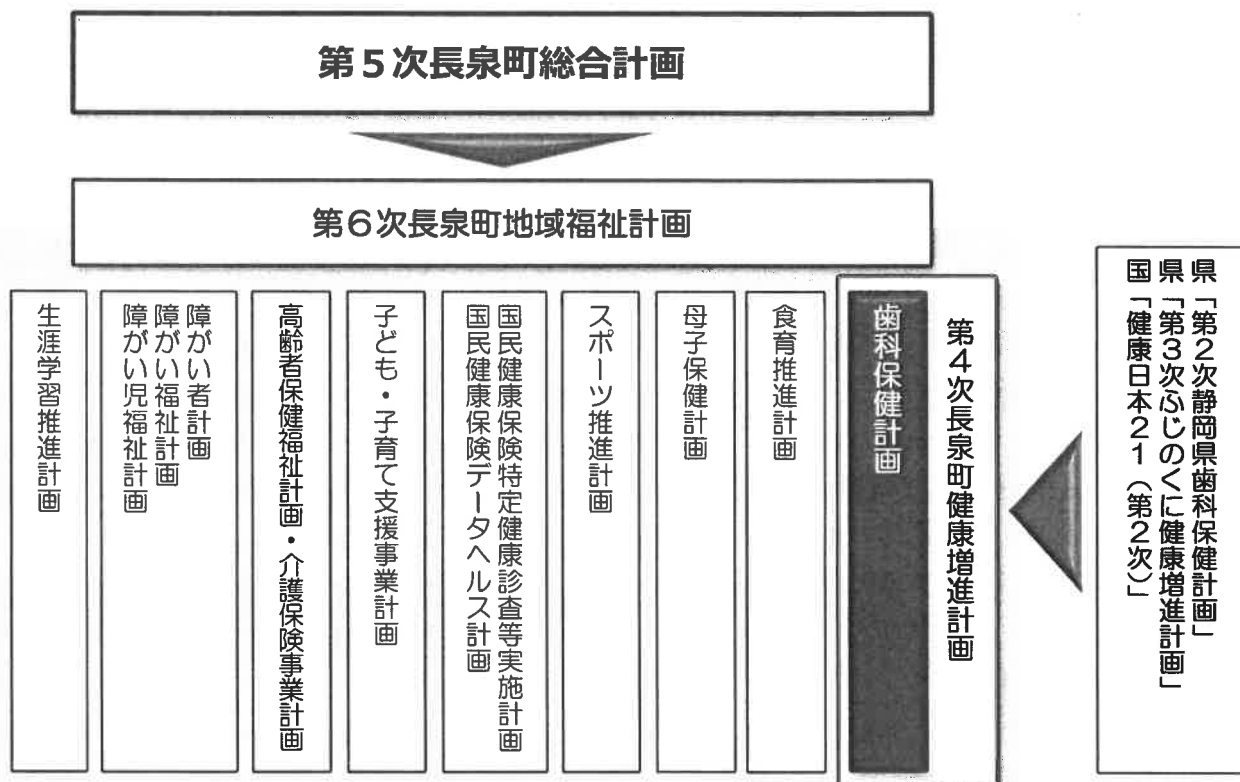
長泉町では、平成23年3月に「第3次長泉町健康増進計画（ながいずみ健康プラン）」（平成23年度～令和2年度）を、平成28年3月にはこれを見直した後期計画（平成28年度～令和2年度）を策定し、歯科保健の推進に取り組むとともに、同じく平成23年3月には「長泉町歯や口腔の健康づくり推進条例」を制定し、歯科保健施策の総合的かつ計画的な推進を図ってきました。

今後、高齢化のさらなる進行への対応や、疾病の発症予防・重度化防止の推進を図る上で、歯と口腔の健康の維持・増進を図ることはますます重要となることを見込まれます。したがって、町民の生涯にわたる健康の維持・増進に向けて長泉町の歯科保健施策を一層推進していくため、「長泉町健康増進計画（ながいずみ健康プラン）」の見直しに合わせて、個別計画である「長泉町歯科保健計画」を新たに策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画の個別計画として位置づけられる、歯科口腔保健の推進に関する法律及び長泉町歯や口腔の健康づくり推進条例第8条に基づく歯科保健推進計画であり、歯科口腔保健推進に関する法律第13条に基づく計画です。

本計画は、第4次健康増進計画と密接に関連した、歯と口腔の健康づくりの総合的な推進を図るための基本指針となる計画です。また、本計画は「第5次長泉町総合計画」及び「第6次長泉町地域福祉計画」を上位計画として位置づけるとともに、長泉町の他部門の関係計画、国の「健康日本21（第2次）」や静岡県「第3次ふじのくに健康増進計画 後期アクションプラン」「第2次静岡県歯科保健計画」等との整合性を図ります。



3 計画の期間

計画の期間は、令和3年度を初年度とし、令和12年度を最終年度とする10年間です。また、中間年にあたる令和7年度に、進捗状況の把握（中間評価）と計画の見直しを行うものとします。

令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度	令和12年度
長泉町歯科保健計画									
				中間評価 ・見直し					

第2章 歯科保健の現状

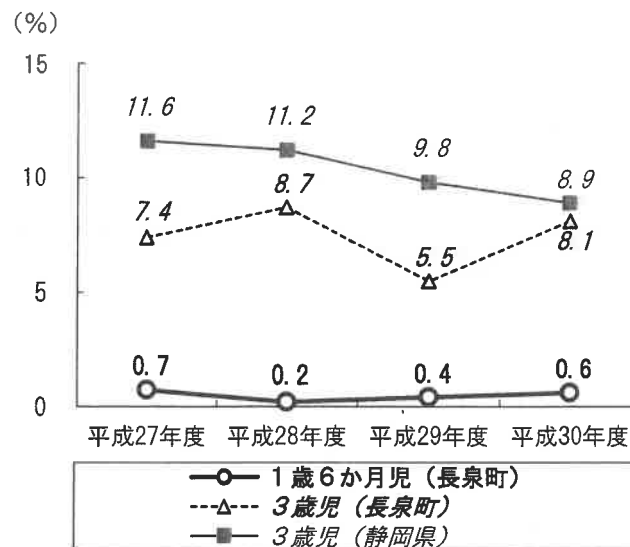
1 健康診査結果からみた歯や口腔の状態

(1) 乳幼児期の歯や口腔の健康状態

幼児健康診査（1歳6か月児・3歳児）のう歯罹患率をみると、1歳6か月児において1.0%以下で推移しています。3歳児においては、平成27年度以降増減を繰り返し、平成30年度は8.1%となっています。県の結果と比較すると、長泉町の有病者率は一貫して県の有病者率を下回っていますが、県が減少傾向にあることから、その差は縮まっています。

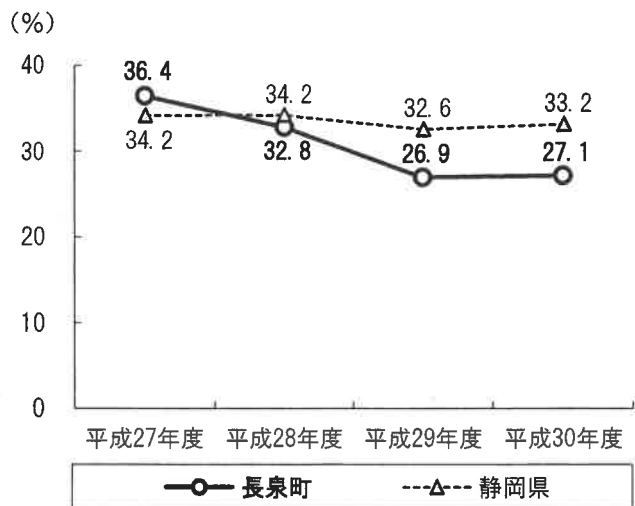
5歳児歯科健康診査の有病者率をみると、平成27年度以降減少傾向にあります。平成29年度を境に5.0ポイント程度減少し、平成30年度には27.1%となっています。県の結果と比較すると、長泉町の有病者率は平成27年度において県の有病者率を上回っていますが、減少傾向にともなって、平成28年度以降は県の有病者率を下回っています。

【幼児健康診査（1歳6か月児・3歳児）におけるう歯罹患率の推移】



資料：1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査結果（歯科）の概要

【5歳児歯科健康診査における有病者率の推移】

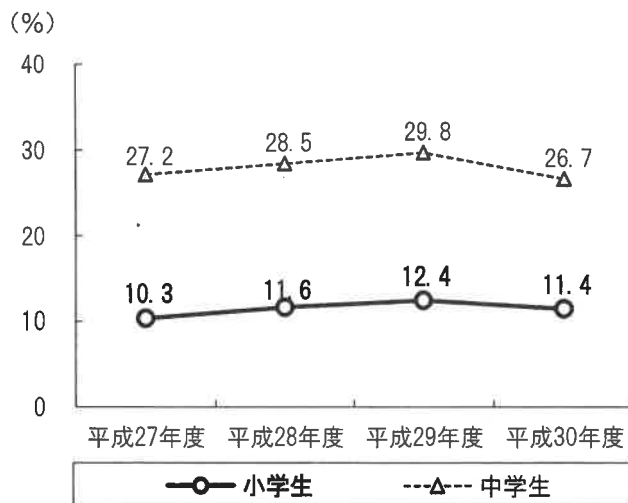


資料：静岡県5歳児歯科調査結果

(2) 学童・思春期の歯や口腔の健康状態

小学生・中学生のう歯罹患率をみると、小学生において概ね10.0%強で推移し、平成30年度においては11.4%となっています。中学生においては、概ね30.0%弱で推移し、平成30年度においては26.7%となっています。

【小学生・中学生（永久歯）のう歯罹患率の推移】

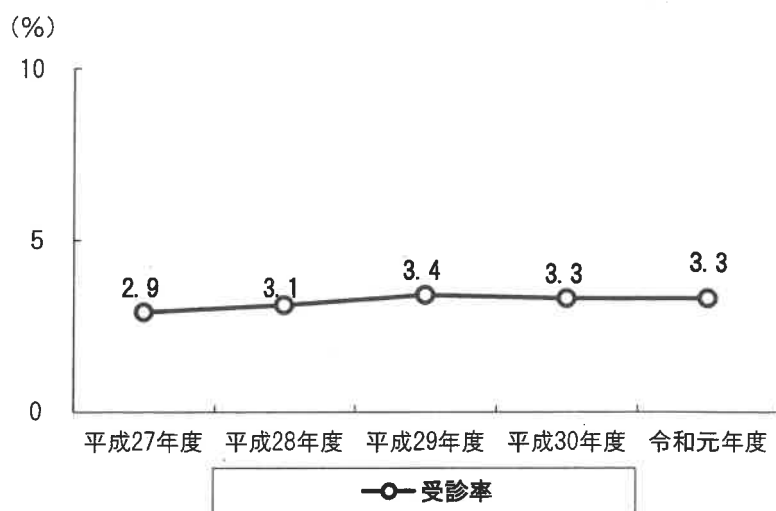


資料：駿東地区教育協会 定期健康診査結果

(3) 成人期・壮年期・高齢期の歯や口腔の健康状態

20・25・30・35歳の方及び40歳以上の方を対象とした歯周病健康診査の受診率をみると、3%前後で推移しており、令和元年度は3.3%となっています。

【歯周病健康診査（20・25・30・35歳及び40歳以上）受診率】



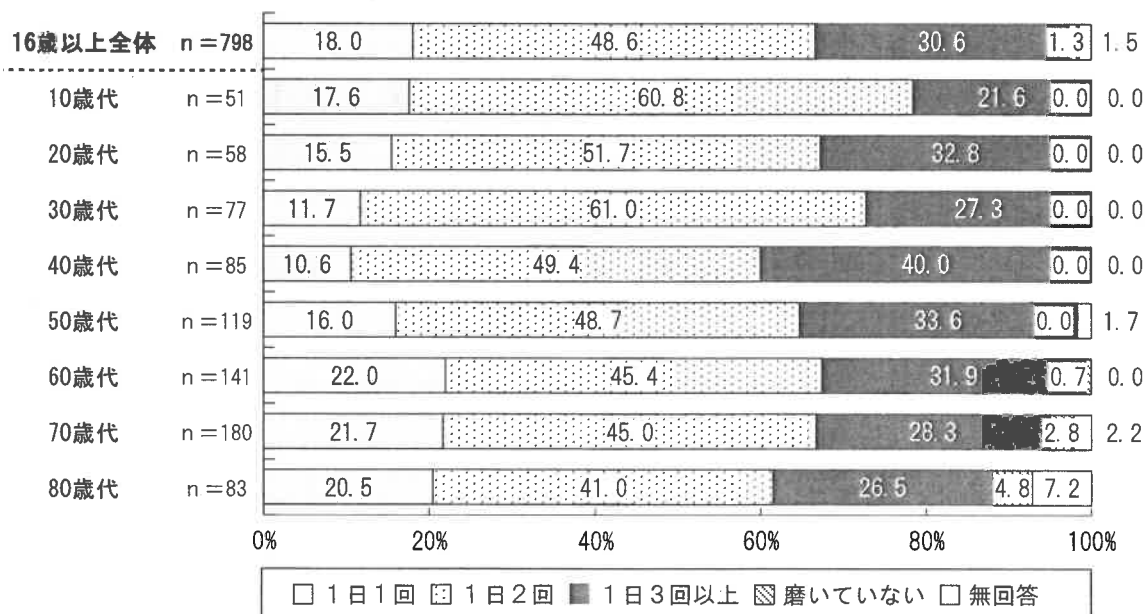
2 アンケート結果からみた健康状態

※アンケート調査の概要は 20 ページの「(1) 調査の概要」にある通り。

1) 1日に歯を磨く頻度

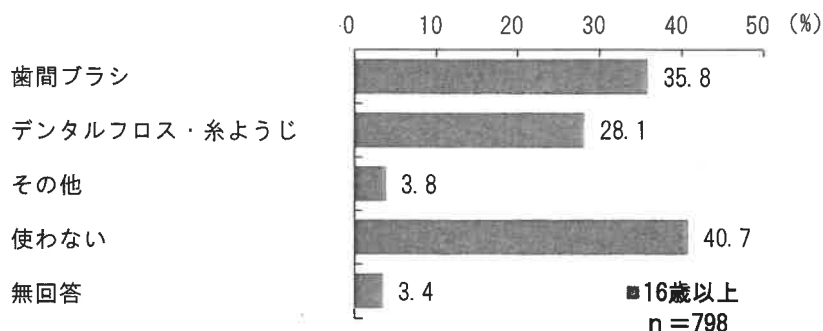
歯を磨く頻度が「1日3回以上」という回答は 30.6%となっており、平成 26 年度調査から大きな変化はありません。

年代別で見ると、40 歳代で「1日3回以上」が4割を占めています。



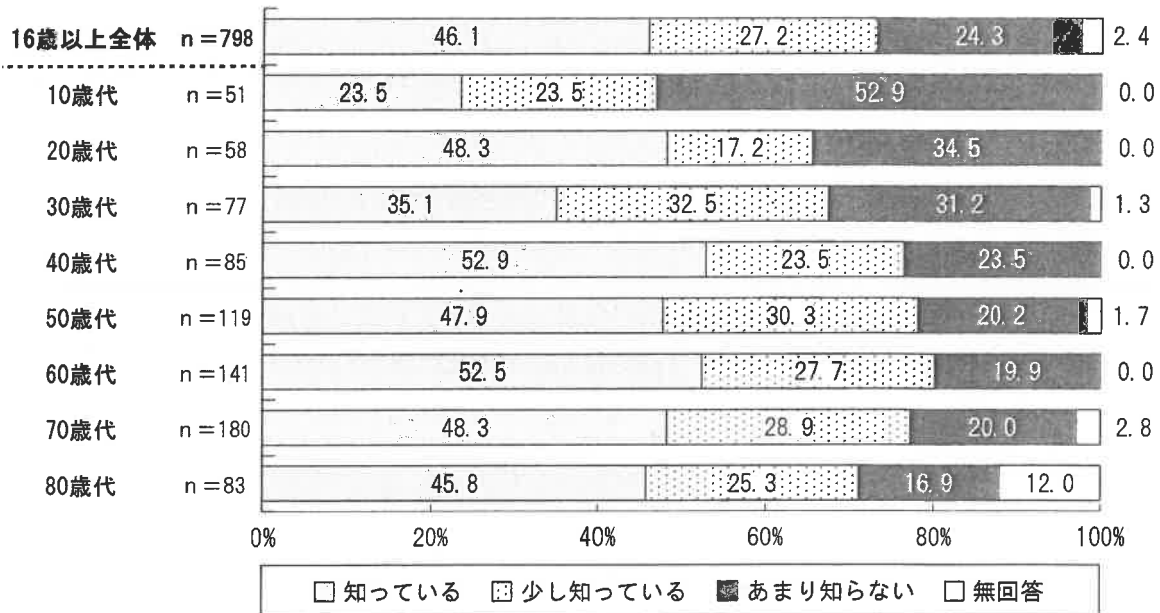
2) 歯磨きの時に使用している用具

歯磨きの時に使用している用具は、「歯間ブラシ」が 35.8%と最も多く、次いで「デンタルフロス・糸ようじ」が 28.1%などとなっています。一方、「使わない」は 40.7%となっています。



3) 歯周疾患と全身疾患との因果関係の認知度

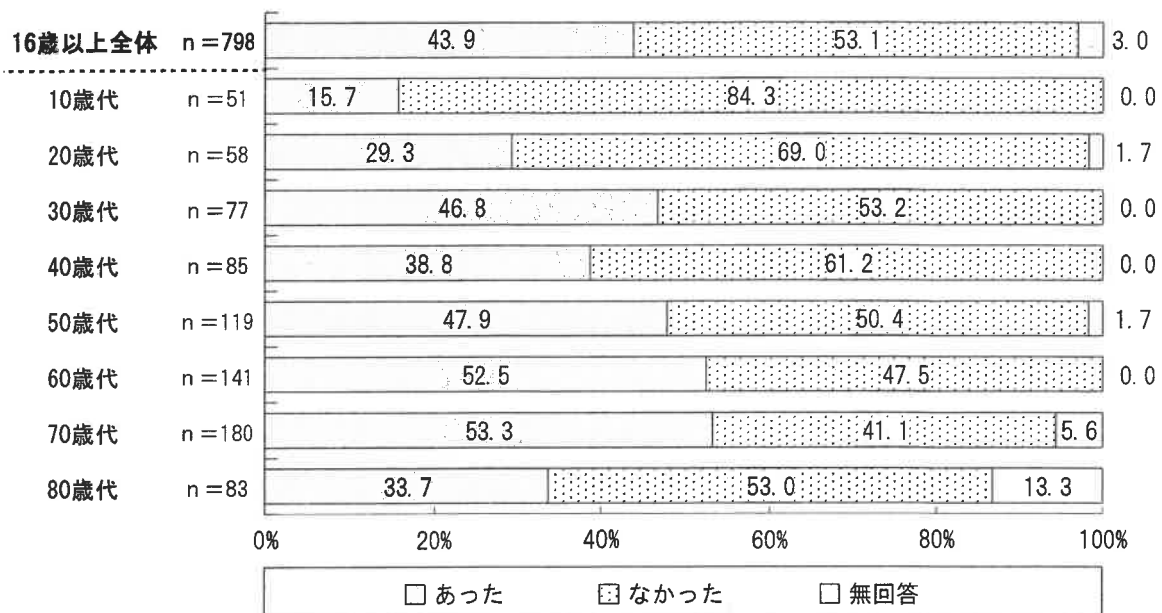
歯周疾患と全身疾患（糖尿病、心筋梗塞、肺炎、脳梗塞など）との因果関係を「知っている」という回答は46.1%となっており、平成26年度調査から5.7ポイント増加しています。年代別で見ると、40歳代・60歳代で「知っている」が半数以上を占めています。



4) ここ1～2年間の歯周病についての知識を得る機会の有無

ここ1～2年間で歯周病についての知識を得る機会が「あった」という回答は43.9%となっています。

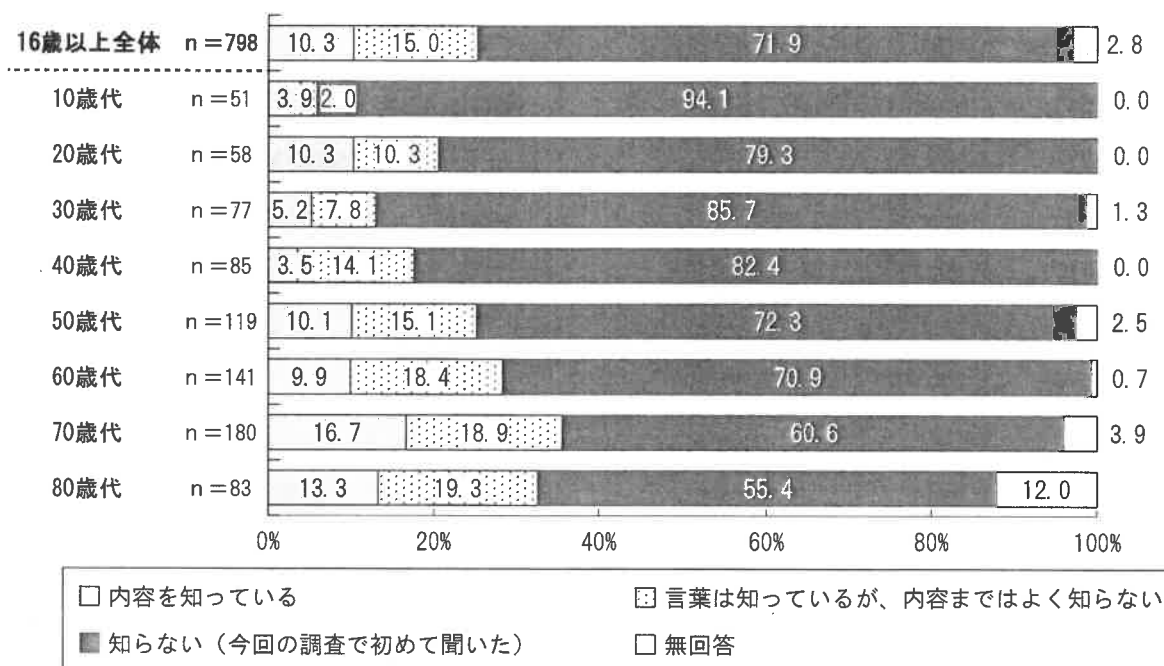
年代別で見ると、60歳代・70歳代で「あった」が半数以上を占めています。



5) オーラルフレイルの認知度

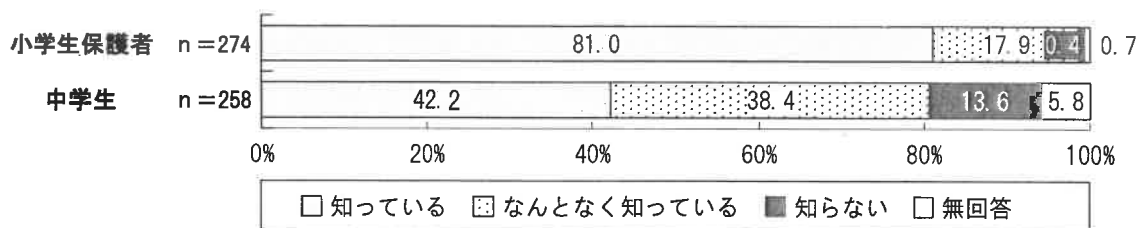
オーラルフレイルの「内容を知っている」という回答は10.3%となっています。

年代別で見ると、年齢が上がるにつれて「知らない（今回の調査で初めて聞いた）」が減少する傾向にあります。



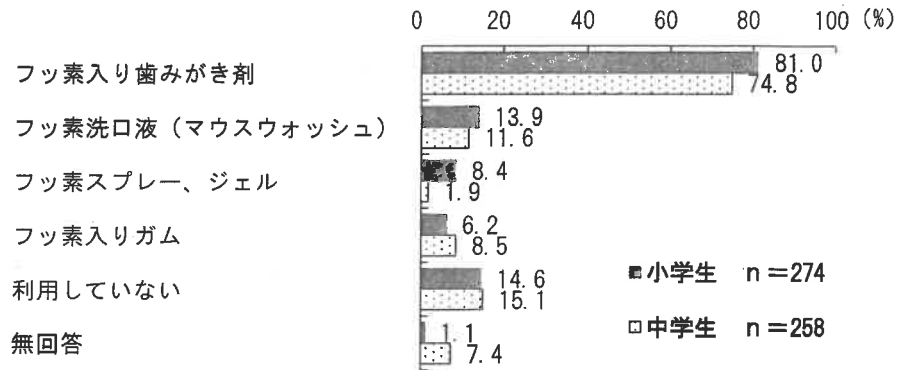
6) 虫歯予防となるフッ素の効果の認知度

虫歯予防となるフッ素の効果を「知っている」という回答は、小学生保護者は81.0%となっており、平成26年度調査から7.4ポイント増加しています。中学生は42.2%となっており、平成26年度調査から大きな変化はありません。



7) 虫歯予防のために使用しているフッ素入り製品

虫歯予防のために使用しているフッ素入り製品は、小学生・中学生ともに「フッ素入り歯みがき剤」が約7～8割と最も多くなっており、小学生は平成26年度調査から6.0ポイント増加、中学生は8.4ポイント増加しています。



第3章 歯と口腔の健康づくりの方針

1 基本方針

健やかでいきいきとした生活を送るためには、生涯を通じた歯と口腔の健康づくりを推進することが必要不可欠です。また、歯と口腔の機能は、全身の健康を維持・増進する上で重要な役割を果たしていることから、その機能を生涯にわたって維持するために、日常生活において歯科疾患の発症予防・早期発見・早期治療に努めることが重要となります。

このような背景から、本計画では以下の5つの方針のもと、それぞれのライフステージの特性に合わせて、歯と口腔の健康づくりに向けた取り組みを推進します。

- (1) 歯と口腔機能の獲得
- (2) 口腔機能の維持・向上
- (3) 8020運動の推進
- (4) 通院・診療困難者への対応
- (5) 大規模災害時における歯科保健提供体制の確保

2 SDGsの視点の導入

長泉町における持続可能な開発目標(SDGs)の実現を目指すため、本計画においては、以下のSDGsの目標を設定し、その関連性を明示します。

【本計画と関連すると思われるSDGsの目標】



すべての人に健康と福祉を

○あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する

3 施策の取り組み

(1) 生活の質の確保・向上に向けた口腔機能の維持・向上

1) 乳幼児期（0～6歳）

●主な特徴と課題

乳幼児期は摂食・嚥下機能が発達形成される時期であり、食べることを身につける重要な時期です。乳歯は生後6か月頃から生え始め、2歳半頃に歯並びが完成します。乳歯のむし歯は永久歯への正常な生え変わりに悪影響を及ぼしたり、歯列不正を引き起こしたりすることから、定期歯科健康診査の実施や保護者に対しての歯科保健に関する普及啓発等を通して、むし歯予防に努めることが重要です。

●施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防の推進</p> <p>○役場で幼児健康診査を行うとともに、幼稚園・保育所で歯科健診を実施します。</p> <p>○保護者や子ども自身がむし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、正しい知識の普及・啓発を図ります。</p> <p>■フッ素を活用したむし歯予防対策の推進</p> <p>○幼児健診・歯科健診でのフッ素塗布、保育所・幼稚園でのフッ素洗口・フッ素入り歯磨き剤の推奨などを通して、フッ素を活用したむし歯予防を推進します。</p>
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <p>○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。</p> <p>○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。</p>

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
<p>○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。</p> <p>○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。</p> <p>○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。</p> <p>○なんでもよく噛んで食べましょう。</p> <p>○よく噛んで食べる習慣と、規則正しい生活リズムを身につけましょう。</p> <p>○年齢や歯の状態にあった歯ブラシを選び、うがい・歯磨きや正しいブラッシングの習慣を身につけましょう。</p> <p>○フッ素塗布やフッ素洗口、フッ化物配合の歯磨き剤等を活用して、永久歯のむし歯を予防しましょう。</p>

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
相談	乳幼児歯科相談	健康増進課
	母子依頼健康相談	健康増進課
健康診査	1歳6か月健康診査	健康増進課
	3歳児健康診査	健康増進課
	定期歯科健康診断	こども未来課
	7か月育児教室	健康増進課
	フッ素洗口事業（幼児健診・2歳児歯っぴい教室・元気っこ教室）	健康増進課
	給食後歯磨き指導	こども未来課
	歯の保健学習	こども未来課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	健康増進課
	歯科保健推進会議	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	健康増進課

2) 学童・思春期（7～19歳）

●主な特徴と課題

学童・思春期は歯の成長とともに顎が発達し、乳歯から永久歯に生え変わり、噛み合わせや口腔機能が完成される時期です。一方で、ホルモンバランスや生活リズムの変化などによって、むし歯や歯肉炎などの歯科疾患に罹患する児童・生徒が増加する時期でもあります。永久歯のむし歯は学童・思春期に最も多く発生し、一度罹患すると自然治癒は難しいことから、重点的に発症予防に努めることが重要です。本町の小・中学生のう歯罹患率は減少傾向にあります。近年はう歯（むし歯）以外にも、食形態の軟食化などの食生活の環境の変化、顎の発育不全とそれに伴う歯列不正や顎関節症などの問題が顕在化しています。正しい食生活と歯磨き習慣の定着や学校等での歯科保健指導を通して、永久歯を守ることが重要です。

●施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防、歯周病予防の推進</p> <p>○むし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。</p>
学校	<p>■歯科健診の実施</p> <p>○歯科健診を実施し、受診のすすめや経過観察等の指導を行います。</p> <p>■歯・口の健康についての指導</p> <p>○保健学習や保健指導を通して、正しい歯科保健普及啓発に努めます。</p>
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <p>○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。</p> <p>○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。</p>

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
<p>○歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。</p> <p>○歯の手入れに関する正しい知識を身につけ、自分にあった歯磨きの習慣を定着させましょう。</p> <p>○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去、歯面清掃を受け、歯周病の発生・進行を防止しましょう。</p> <p>○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。</p> <p>○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。</p> <p>○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。</p> <p>○なんでもよく噛んで食べましょう。</p> <p>○飲み物や間食の選び方など、歯や口腔内の健康に関する知識を身につけましょう。</p> <p>○歯間清掃用器具の使用を実践しましょう。</p> <p>○フッ化物配合の歯磨き剤を活用して、永久歯のむし歯を予防しましょう。</p>

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
健康診査	定期歯科健康診断	こども未来課
教育・指導	給食後歯磨き指導	教育推進課
	学校歯科医等による指導	教育推進課
協議会・地区組織等	健康づくり推進協議会	健康増進課
	歯科保健推進会議	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	健康増進課

3) 青年期 (20～39 歳)

●主な特徴と課題

青年期は定期的な歯科健康診査を受ける機会が少なくなり、歯と口腔の健康管理が個人に任される時期となります。そのため、むし歯や歯周病などの歯科疾患が進行しやすくなるとともに、口腔機能の低下を起しやすいつ時期です。

歯周病は、むし歯とともに歯と口腔における2大疾病であり、歯の喪失を起こす最も多い原因です。また、歯周病は糖尿病などの生活習慣病や、全身疾患との因果関係についても指摘されていることから、予防が必要な健康課題の一つです。しかし、アンケート調査結果においても、20歳代は30歳代においては歯周病と全身疾患の因果関係について「あまり知らない」と回答した割合が多くなっており、歯と口腔の健康に関する関心が薄いことがうかがえる結果となっています。自身の歯と口腔の健康に関する意識を高めるとともに、歯の喪失を予防するための適切な行動を定着させることが重要です。

●施策の方向 (協働の取り組み)

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防、歯周病予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯周疾患検診や歯周病の予防・治療に関する教育・相談を実施します。 ○むし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。 ○歯周病と生活習慣病に関連があることについて正しい知識の普及・啓発を図ります。
地域	<p>■地域における生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康推進員などの地区組織による、歯と口の健康づくりに向けた普及啓発活動に取り組みます。
職場	<p>■定期的な歯科健診の勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科健診を定期的に受診するよう勧奨します。また、検診を受診した従業員に対し、経過観察等の指導を行います。 <p>■行政との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ○行政が実施している歯科保健活動について従業員に周知するなど、行政と連携しながら、歯科保健に関する知識の啓発に努めます。
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。 ○糖尿病重症化予防連絡会を開催し、医科歯科連携を図ります。 ○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
○歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。
○歯の手入れに関する正しい知識を身につけ、自分にあった歯磨きの習慣を定着させましょう。
○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去、歯面清掃を受け、歯周病の発生・進行を防止しましょう。
○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。
○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。
○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。
○なんでもよく噛んで食べましょう。
○歯間部清掃器具の使用を実践しましょう。
○歯周病と生活習慣病に関連があることを理解しましょう。

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
相談	成人歯科相談	健康増進課
	母子健康手帳交付・交付時健康相談	健康増進課
	母子依頼健康相談	健康増進課
健康診査	歯周疾患検診	健康増進課
	妊婦歯科健康診査	健康増進課
	成人式歯科健診	健康増進課
教育・指導	健康講座	健康増進課
	こんにちは赤ちゃん教室	健康増進課
協議会・地区組織等	健康づくり推進協議会	健康増進課
	歯科保健推進会議	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	健康増進課

4) 壮年期 (40～64 歳)

●主な特徴と課題

壮年期は歯周病が急増するとともに、歯の喪失が起こり始める時期です。歯の喪失は40歳代頃から起こり始め、60歳までに平均して約4本の喪失が起こるとされています。また、歯の喪失の原因となるむし歯や歯周病などの歯科疾患が進行しやすい時期でもあります。

青年期と同様に、むし歯や歯周病の予防に努めることが重要であるとともに、壮年期は咀嚼や嚥下などの機能の低下が始まる時期でもあることから、これらの機能の維持を図る取り組みを推進することも重要です。

●施策の方向 (協働の取り組み)

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防、歯周病予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯周疾患検診や歯周病の予防・治療に関する教育・相談を実施します。 ○むし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。 ○歯周病と生活習慣病に関連があることについて正しい知識の普及・啓発を図ります。 <p>■生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○8020推進員の養成や、80歳以上で20本以上の歯がある高齢者への表彰などの「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。
地域	<p>■地域における生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康推進員や8020推進員などの地区組織による、歯と口の健康づくりに向けた普及啓発活動に取り組みます。
職場	<p>■定期的な歯科健診の勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科健診を定期的に受診するよう勧奨します。また、検診を受診した従業員に対し、経過観察等の指導を行います。 <p>■行政との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ○行政が実施している歯科保健活動について従業員に周知するなど、行政と連携しながら、歯科保健に関する知識の啓発に努めます。
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。 ○8020推進員を中心に健康教育の場等を通じ「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。 ○糖尿病重症化予防連絡会を開催し、医科歯科連携を図ります。 ○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
○歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。
○歯の手入れに関する正しい知識を身につけ、自分にあった歯磨きの習慣を定着させましょう。
○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去、歯面清掃を受け、歯周病の発生・進行を防止しましょう。
○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。
○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。
○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。
○なんでもよく噛んで食べましょう。
○歯間部清掃用器具の使用を実践しましょう。
○歯周病と生活習慣病に関連があることを理解しましょう。

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
相談	成人歯科相談	健康増進課
	成人依頼健康相談	健康増進課
健康診査	歯周疾患検診	健康増進課
教育・指導	健康講座	健康増進課
	地域歯科教室	健康増進課
人材育成	8020 推進員養成講座支援事業	健康増進課
情報提供	広報などによる情報提供	行政課
協議会・ 地区組織等	健康づくり推進協議会	健康増進課
	歯科保健推進会議	健康増進課
	健康推進員活動	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	健康増進課

5) 高齢期（65 歳以上）

●主な特徴と課題

高齢期は加齢や疾患などにより、唾液の減少や咀嚼・嚥下機能の低下、むし歯や歯周病などの歯科疾患による歯の喪失など、歯と口腔機能の低下が起こる時期です。また、咀嚼・嚥下機能の低下に伴って、食物や飲み物の誤嚥も起こりやすく、誤嚥性肺炎を引き起こす恐れもあることから、歯と口腔の健康状態が全身の健康状態にも影響を及ぼします。歯の喪失や歯と口腔機能の低下は、食物の摂取が難しくなるだけでなく、免疫力の低下やコミュニケーションの減少、閉じこもりなどにもつながり得るため、歯科保健行動を推進していくとともに、歯と口腔の健康づくりに向けた啓発が重要となります。その一環として、80歳になっても20本以上自分の歯を保つよう健康づくりを推進する「8020（ハチマルニイマル）運動」を長泉町全体で推進することが大切です。

●施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■むし歯予防、歯周病予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯周疾患検診や歯周病の予防・治療に関する教育・相談を実施します。 ○むし歯を予防するための正しい歯磨きの方法や、歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。 ○歯周病と生活習慣病に関連があることについて正しい知識の普及・啓発を図ります。 <p>■高齢者のための口腔衛生指導の普及</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科医師会との連携による口腔衛生指導を実施し、口腔機能の向上に努めます。 <p>■生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○8020推進員の養成や、80歳以上で20本以上の歯がある高齢者への表彰などの「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。
地域	<p>■地域における生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健康推進員や8020推進員などの地区組織による、歯と口の健康づくりに向けた普及啓発活動に取り組みます。
関係団体	<p>■歯科専門団体による歯科保健事業の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科健診や健康教育の場で歯科医師会、歯科衛生士による歯や口の健康増進・維持のための情報提供等の支援の充実を図ります。 ○8020推進員を中心に健康教育の場等を通じ「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進します。 ○糖尿病重症化予防連絡会を開催し、医科歯科連携を図ります。 ○歯や口の健康の維持・増進に向けた普及啓発に取り組みます。

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
<p>○歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。</p> <p>○歯の手入れに関する正しい知識を身につけ、自分にあった歯磨きの習慣を定着させましょう。</p> <p>○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去、歯面清掃を受け、歯周病の発生・進行を防止しましょう。</p> <p>○フッ素を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。</p> <p>○甘い食べ物や飲み物は控えましょう。</p> <p>○だらだら食べない、正しい食生活を身につけましょう。</p> <p>○なんでもよく噛んで食べましょう。</p> <p>○歯の健康に対する意識を高め、8020を目指しましょう。</p> <p>○オーラルフレイルなどを防ぎ、口腔機能の維持を図るため、介護予防教室に積極的に参加しましょう。</p> <p>○口腔機能の維持が、むし歯や歯周病の予防だけでなく、全身の健康の維持につながることを理解しましょう。</p>

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
相談	成人歯科相談	健康増進課
	成人依頼健康相談	健康増進課
健康診査	歯周疾患検診	健康増進課
教育・指導	健康講座	健康増進課
	地域歯科教室	健康増進課
	高齢受給者証交付時歯科保健指導	福祉保険課
	介護予防事業	長寿介護課
	介護保険制度説明会	長寿介護課
人材育成	8020 推進員養成講座支援事業	健康増進課
情報提供	広報などによる情報提供	行政課
協議会・地区組織等	健康づくり推進協議会	健康増進課
	歯科保健推進会議	健康増進課
	健康推進員活動	健康増進課
イベント	福祉健康まつり	健康増進課
	7020・8020・9020 歯科審査・表彰	健康増進課

6) 通院・診療が困難な者

●主な特徴と課題

要介護や寝たきり等により、歯科医院を自ら受診することが困難な人に対して、その人の状況に応じた診療ができるよう、相談窓口について周知するとともに、関係機関と協力し訪問による健康診査や診療、口腔衛生指導等の充実が必要です。

●施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■<u>継続した口腔ケアの推進</u></p> <p>○居宅で療養する方やその家族、関係機関に向け健康状態や身体状況に合わせた口腔ケアの重要性を周知します。</p> <p>■<u>訪問歯科健康診査の実施</u></p> <p>○歯科医師会と協力し、居宅等で療養する方に対し、訪問で歯科健康診査を実施します。</p>
関係団体	<p>■<u>継続した口腔ケアの推進</u></p> <p>○居宅で療養する方やその家族、関係機関に向け健康状態や身体状況に合わせた口腔ケアの重要性を周知します。</p> <p>■<u>訪問歯科健康診査の実施</u></p> <p>○歯科医師会と協力し、居宅等で療養する方に対し、訪問で歯科健康診査を実施します。</p>

●ライフステージに応じた健康づくり（個人・家族の行動目標）

行動目標
<p>○健康状態や身体状況に合わせた口腔ケアを行いましょう。</p> <p>○口腔の問題に対し、かかりつけ歯科医や相談機関を利用して、自分に合った支援を受けましよう。</p>

●主な事業・取り組み・活動

事業区分	取り組み	担当課
訪問指導	訪問保健指導	健康増進課

(2) 大規模災害時における歯科保健の確保

災害発生時は、水や口腔衛生用品が不足するとともに、食事もバランスが偏りやすくなることから、むし歯等の歯科疾患が起こりやすくなります。また、災害による避難生活が長期化すると、口腔ケアが十分にできなくなり、口腔内が不衛生になることから誤嚥性肺炎等の疾病も起こりやすくなります。災害発生時においても平常時と同様に口腔ケアに取り組むことのできるよう、体制を整備することが大切となります。

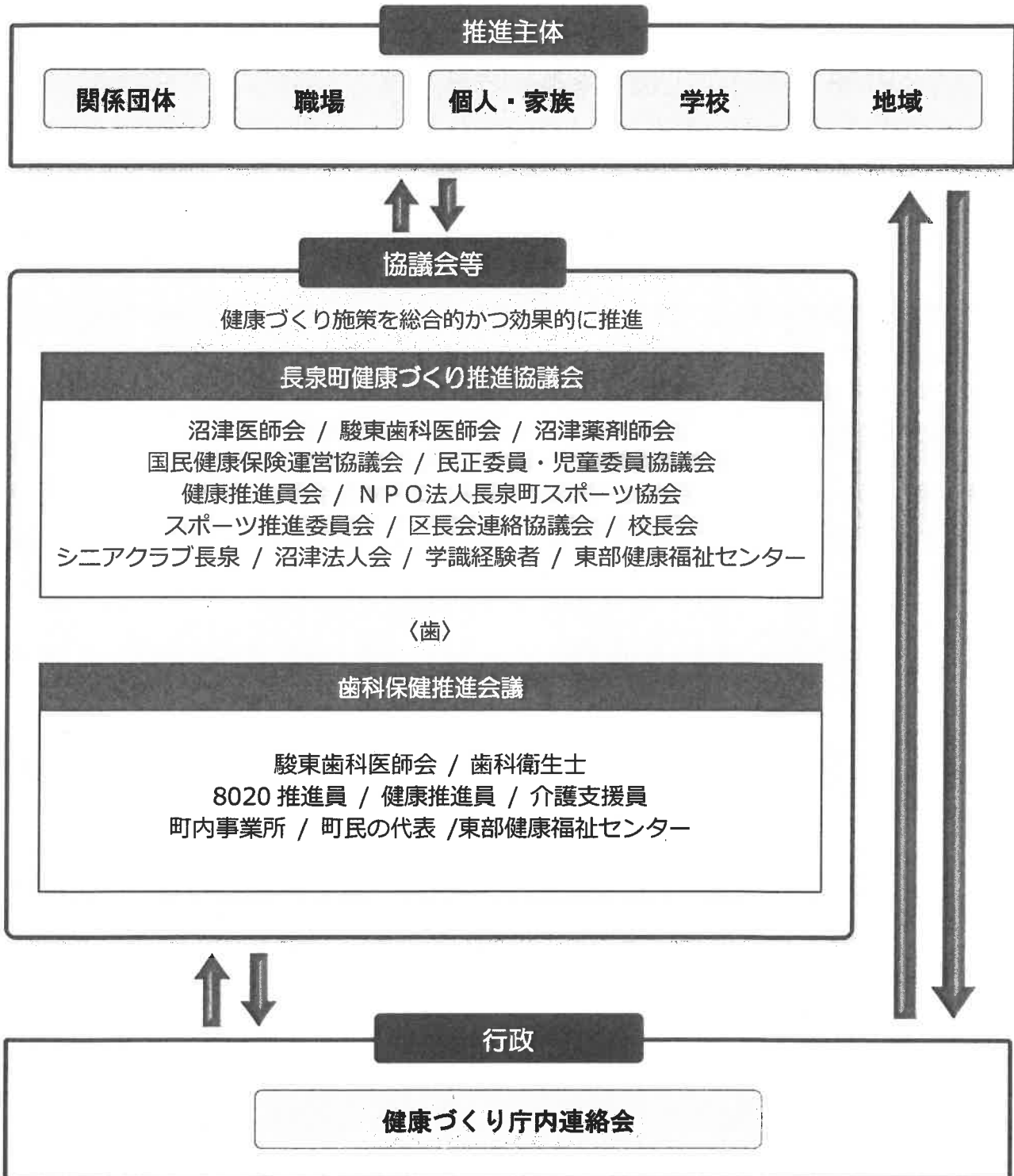
●施策の方向（協働の取り組み）

主体	取り組み
行政	<p>■災害時における救護所での救急歯科体制の充実</p> <p>○平時より、歯科医師会との連携による防災訓練等を通じ、災害時における救護所での救急歯科体制の充実を図ります。</p> <p>■災害時における避難所での歯科保健活動の推進</p> <p>○平時より、歯科医師会との連携による防災訓練等を通じ、災害時における避難所での健康支援の一環として歯科保健活動を推進します。</p>
関係団体	<p>■歯科専門団体による災害時の救護所での救急歯科体制の充実</p> <p>○歯科医師会による救護所での救急歯科体制の充実を図ります。</p> <p>■歯科専門団体による災害時の救護所での救急歯科体制の充実</p> <p>○歯科医師会、歯科衛生士による避難所での連携体制の整備を図ります。</p>

第4章 推進体制と進行管理

1 推進体制

町民や関係団体の代表者で組織された「歯科保健推進会議」や庁内の関係課で組織された「健康づくり庁内連絡会」を中心として、個人や家族、地域、学校、職場、関係団体の協働により、長泉町における歯科保健を推進していきます。



2 評価指標

長泉町の歯科保健を推進していく上で、施策の成果や達成度を客観的に評価できるよう、計画最終年度である令和12年度に達成を目指す目標として、以下の通りに評価指標を設定します。現状値は、アンケート調査結果及び統計データの直近の数値とします。

指標	実績値	目標値 (R12)	出典
むし歯がない子どもの割合(3歳児)	94.5%	97%以上	①
むし歯がない子どもの割合(中学3年生)	62.9%	70%以上	②
甘いおやつや飲み物を1日3回以上飲食する習慣のある子どもの割合	5.8%	5%以下	③
フッ素塗布を経験している子どもの割合	90.0%	95%以上	①
フッ素配合の歯磨き剤を使う子どもの割合(小学生)	81.0%	90%以上	③
フッ素配合の歯磨き剤を使う子どもの割合(中学生)	74.8%	80%以上	③
フッ素の効果について知っている人の割合(小学生保護者)	81.0%	90%以上	③
フッ素の効果について知っている人の割合(中学生)	42.2%	45%以上	③
定期歯科健診受診率(20歳以上)	50.5%	65%以上	③
定期歯科健診受診率(うち20～49歳)	43.6%	45%以上	③
デンタルフロスや歯間ブラシを使う人の割合	54.4%	70%以上	③
歯周病に関する知識を持つ人の割合	46.1%	80%以上	③
介護予防のために、口腔の健康が大切であることを知っている人の割合(65歳以上)	12.9%	40%以上	④
高齢でもなんでもよく噛んで食べられる人の割合(75歳以上)	—	65%以上	⑤
自分の歯が20本以上ある人の割合(75歳以上)	—	52%以上	②

※出典…①健康増進課にて実施する3歳児健診にて問診を実施(令和元年度)

②定期健康診断結果(令和元年度)

③町民アンケート調査(令和元年度)

④基本チェックリスト事業(令和元年度)

⑤後期高齢者健診問診票(令和元年度)

※アミカケ付きの指標は、健康増進計画においても共通で設定している指標

第4次長泉町健康増進計画
(歯科保健計画)
ながいずみ健康づくりプラン
—前期計画—

令和3年3月

発行 長泉町 健康増進課
〒411-0933 静岡県駿東郡長泉町納米里549
ウェルピアながいずみ(長泉町健康づくりセンター)

T E L 055-986-8769

F A X 055-986-8713

ホームページ <http://www.town.nagaizumi.lg.jp>

