

## 第5部 希望と安心にみちた健康・福祉のまちをつくる

### 第5部－第5 健康づくりの推進

#### I 基本的な考え方

##### ● これまでの取り組みと課題

少子長寿化が進む現代社会において、日頃から健康的な生活を営むためには、病気そのものを減らし、生きがいを持って生活できる「健康寿命」を延ばすことが重要です。市民が主体的に自らの健康づくりに取り組めるよう支援し、地域全体の健康維持・増進を図るため、市は、住民協議会と協働して地域健康づくり事業を実施しています。

また、自身の健康管理や生活習慣病の予防、疾病の早期発見・早期治療を図るため、がん検診や特定健康診査・特定保健指導等を実施するとともに、予防接種については、正しい知識の普及啓発に努め、感染症を予防し、健康保持と公衆衛生の向上を図ります。

母子保健においては、妊婦健康診査の超音波検査の年齢制限を撤廃し、全妊婦を公費助成の対象としました。また、未受診等で居所実態が把握できない子どもに対し、関係機関と協力し、実態の把握に努め、ネグレクト等の虐待の早期発見に努めています。さらに、平成29年度の子ども発達支援センター（仮称）の開設を受け、発達に課題のある子どもの早期発見から早期支援につなげる新たな仕組みを検討し、更なる連携を図っています。

これからも市民一人ひとりの心身が健やかで、肉体的、精神的、社会的に調和のとれた状態、真の健康になることをめざし、保健・医療・福祉の連携を図りながら、健康づくりを推進することが課題です。

##### ● 施策の方向

市民一人ひとりが、生涯を通じて「自らの健康は自ら守り・つくる」という意識を醸成するとともに、地域において市民、行政、関係団体等が協働して取り組んでいくことが大切です。

また、健康づくりにおいては病気にならないための予防に重点を置き、乳幼児期から高齢期までのライフステージ（注1）に応じたサービスを提供できるよう、保健・医療・福祉の連携を図りながら総合的に健康づくりを推進します。

母子保健においては、各家庭のニーズに応じた支援を妊娠期から子育て期にわたって切れ目なく行い、妊婦並びに乳幼児及びその保護者の出産・子育てに関する不安を軽減や心身の健康の保持増進を図ると共に虐待等のリスク要因のある家庭の継続的な支援に努めます。

今後は、新川防災公園・多機能複合施設（仮称）に総合保健センターが移転することから、健康づくりの拠点としてその機能を強化するとともに、スポーツ施設等を活用した施策の展開等、市民の「健康寿命」の延伸に向けた取り組みを進めます。

（注1）ライフステージ：人間の一生を乳幼児期・児童期・青年期・壮年期・高齢期等と分けた、それぞれの段階のことです。

#### II まちづくり指標

協働指標	計画策定時の状況 （平成22年度）	前期実績値 （平成26年度）	中期目標値 （平成30年度）	目標値 （平成34年度）
健康づくり事業への参加者数	9,998人	9,699人	10,400人	10,600人

健康づくり事業への参加状況を示す指標です。市民の健康の保持増進を推進します。

行政指標	計画策定時の状況 （平成22年度）	前期実績値 （平成26年度）	中期目標値 （平成30年度）	目標値 （平成34年度）
健康診査の受診者数	27,505人	31,570人	33,000人	増加

健康診査の受診状況を示す指標です。健康診査を受診して、生活習慣病の早期発見、早期治療及び健康の保持増進を図ります。

### Ⅲ 施策展開における協働と役割分担

#### ● 市民、事業者・関係団体等の役割

- ・市民は、自分の健康を自分で守ることができるよう、自分の健康の状態を理解する等意識の向上を図り、健康に関する望ましい行動ができるよう取り組みます。
- ・住民協議会は、住区の市民の健康づくりを推進できる体制づくりに努めます。
- ・医師会、歯科医師会、薬剤師会、助産師会、栄養士会、接骨師会、歯科衛生士団体、保健所、地域包括支援センター等の関係機関は、市民ニーズにあったサービスを提供できるように努めます。
- ・医師会は、所属する医療機関で実施する特定健診・特定保健指導等により、市民の健康づくりに努めます。

#### ● 市の役割

- ・市は、市民が主体的に自らの健康づくりに取り組むことができるよう、ライフステージにあわせた知識の普及を図ります。
- ・市は、各地域の住民協議会や関係機関と連携しながら、地域の環境づくりの整備に努めます。

### Ⅳ 施策・主な事業の体系

◎：主要事業 ※：推進事業

#### 1 計画の改定等と推進

(1)「健康福祉総合計画2022」の改定と推進	◎ ①「健康福祉総合計画2022」の改定と推進 (「第5部-第1 地域福祉の推進」参照)
(2)「特定健康診査等実施計画」の改定と推進	◎ ①「特定健康診査等実施計画」の改定と推進

#### 2 元気創造拠点の整備・活用

(1)拠点の整備	◎ ①新川防災公園・多機能複合施設(仮称)整備事業の推進 (「第2部-第6 再開発の推進」参照)
(2)新川防災公園・多機能複合施設(仮称)を活用した多様なサービスの提供	◎ ①新川防災公園・多機能複合施設(仮称)を核とした総合的な健康増進事業の展開

#### 3 健康づくりの推進

(1)地域で進める健康づくり	※ ①住民協議会との健康づくり事業の推進 ②市民の手による健康づくりの支援
(2)身体活動・運動の推進	※ ①身体活動・運動に関する知識の普及 ②運動習慣の推進 ③幼児期からの運動習慣づくり
(3)食育の推進	※ ①ライフステージに応じた食育の推進 ②食育についての普及啓発 ③食育を展開するための連携の強化
(4)口腔に関する健康づくり	※ ①口腔に関する正しい知識の普及 ②歯科保健意識の向上
(5)こころの健康づくり	◎ ①こころの健康づくりの推進 ◎ ②自殺予防のための取り組みの充実
(6)介護予防の推進	◎ ①介護予防事業の推進 ◎ ②生きがい活動の支援・充実 (「第5部-第2 高齢者福祉の充実」参照) ◎ ③介護予防に関する普及啓発
(7)女性の健康づくり	※ ①女性の健康づくりに関する普及啓発 ②女性の健康づくり事業の推進

#### 4 疾病予防の推進

(1)生活習慣病等予防事業の推進	◎ ①がん検診の拡充と各種検診事業の推進
	※ ②高齢者の予防接種の実施
	③特定健康診査等による糖尿病を筆頭とした生活習慣病予防の推進
	④日常における運動・食生活・生活習慣改善の推進
(2)たばこやアルコールによる健康影響の防止	①喫煙及び受動喫煙の健康影響に関する普及啓発
	②禁煙希望者の支援
	③アルコールの健康障害予防に対する関係機関との連携

#### 5 母子保健・医療等の推進

(1)母子保健に関する疾病予防・健康増進事業の推進	※ ①妊婦健康診査、乳幼児健康診査の実施
	※ ②子どもの予防接種の実施
	③健康診査受診後の継続的な支援
	④母子保健に関する相談事業の推進
(2)妊娠・出産・育児に関する家族支援の推進	◎ ①妊娠期からの切れ目のない支援の推進
	※ ②子どもの虐待予防・早期発見と心のケア (「第6部-第1 子どもの人権の尊重」参照)
	※ ③「育てにくさ」への支援
(3)小児夜間診療の実施	①小児初期救急平日準夜間診療の実施

#### 6 健康づくりの推進体制の整備

(1)健康な地域づくりのための環境整備	①保健・医療・福祉の連携 「第5部-第1 地域福祉の推進」参照
	②かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局の推進
	③健康づくりのための情報提供の充実
	④関係機関等の連携による施策の充実
(2)感染症等に対する危機管理体制の整備	◎ ①感染症等に対する危機管理体制の強化

### V 主要事業

#### 1-(2)-① 「特定健康診査等実施計画」の改定と推進

「第二期特定健康診査等実施計画」に基づき、内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための「早期介入・行動変容」を目的とした特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施及び実施率の向上をめざします。また、次の「第三期特定健康診査等実施計画(仮称)」の策定に向けて、実績と現状を踏まえた計画の見直しと検証を行い、同事業のさらなる推進を図ります。

	計画期間 (平成34年)の目標	前期達成状況 (26年度末)	中期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
「特定健康診査等実施計画」の改定と推進	特定健康調査・特定保健指導の推進	推進	推進	検証	改定	推進	→

#### 2-(2)-① 新川防災公園・多機能複合施設(仮称)を核とした総合的な健康増進事業の展開

現在の総合保健センターが新川防災公園・多機能複合施設(仮称)に移転することを踏まえ、健康づくりの拠点として、その機能を強化するとともに、スポーツ施設が同一施設内に整備されることから、スポーツ施設と連携した事業を実施するなど、総合的な健康増進事業の充実を図ります。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
新川防災公園・多機能複合施設(仮称)を核とした総合的な健康増進事業の展開	機能充実	検討	検討・準備	→	機能充実・開設	→	機能充実

### 3-(5)-① こころの健康づくりの推進

こころの健康について、正しい知識を普及するとともに、うつ病をはじめとした精神疾患を予防するため、医療機関、保健所、東京都専門機関、相談支援事業所、民生・児童委員等との連携を図りながら早期に相談できる体制の充実を図ります。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
こころの健康づくりの推進	推進	検討	検討・充実	→			推進

### 3-(5)-② 自殺予防のための取り組みの充実

自殺予防のための取り組みとして、市職員を対象に実施してきた「ゲートキーパー養成講座」を今後は対象者を市職員以外に拡大して実施します。

また、生活困窮者自立支援法に基づく「生活・就労支援窓口」をはじめとする相談対応において、関連部署の連携強化を図り、自殺防止に取り組めます。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
自殺予防のための取り組みの充実	推進	検討	検討・充実	→			推進

### 3-(6)-① 介護予防事業の推進

高齢者が住み慣れた地域でいきいきと自分らしく暮らしていけるよう、介護予防の必要性の普及・啓発に努めます。また、地域において醸成された地域住民組織活動や地域包括支援センター等の関係機関と連携を図りながら、介護予防に資する健康講座や介護予防事業を実施し、高齢者の健康づくりを推進します。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
介護予防事業の推進	推進	検討	検討	→	推進		拡充・推進

### 4-(1)-① がん検診の拡充と各種検診事業の推進

健康寿命の延伸や受診率向上、医療費削減などに向けて、がんの早期発見、早期治療を進め、がん予防に向けた取り組みを推進するとともに、新たな検診の導入や質の高い事業の実施、定員の拡充を図ります。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
がん検診の拡充と各種検診事業の推進	推進	検討・拡充	検討・拡充	→			検討・拡充・推進

### 5-(2)-① 妊娠期からの切れ目のない支援の推進

妊娠届出、妊娠中の講習会等を通して、広く母子保健に関する知識の普及を図るとともに、安心して子育てができる環境を整えるため、妊娠期からの母子育児支援を進めます。

特に、心身の不調や若年等、支援の必要な妊婦に対しては、早期よりその把握に努め、出産・子育てに関する不安を軽減するとともに、産後のケアも含め、各家庭のニーズに応じた支援を妊娠期から切れ目なく行います。総合保健センターや子ども発達支援センター（仮称）が新川防災公園・多機能複合施設（仮称）内に整備されることから、同一施設であるメリットを生かし、ワンストップサービスなど事業の充実を図ります。

また、乳児家庭全戸訪問事業や新生児訪問事業、乳幼児健診等の事業と連携し、虐待の防止や所在不明児の早期発見に努めるなど、総合的な相談体制の充実を図ります。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
妊娠期からの切れ目のない支援の推進	推進	検討	検討	検討・実施	充実	→	推進

### 6-(2)-① 感染症等に対する危機管理体制の強化

平成 26 年度に策定した「三鷹市新型インフルエンザ等対策行動計画」に基づき、住民接種マニュアルなどの整備に取り組みます。

また、エボラ出血熱や鳥インフルエンザ、デング熱等の感染症やセアカゴケグモなど特定外来生物による健康被害に備え、平時より関係法令等に基づき想定される市の役割を踏まえた準備を行います。感染症等が発生した場合には、東京都や医師会等関係機関と緊密な連携を図り、適切かつ迅速に情報収集し、市民に対して正確な情報発信を行うとともに、庁内関係部署とも情報共有を図りながら総合的な対策を講じます。

	計画期間 (平成 34 年)の目標	前期達成状況 (26 年度末)	中 期				後期(31~34)
			27	28	29	30	
感染症等に対する危機管理体制の強化	強化	検討・整備	検討・整備	充実	→		強化

## VI 推進事業

### 3-(1)-① 住民協議会との健康づくり事業の推進

いつまでも元気に地域に住み続けられるよう、地域活動の活性化に向け、住民協議会等と連携して、市民健康講座等の各種講座の実施や介護予防事業を行うなど、地域で行う健康づくり事業を推進します。

### 3-(2)-① 身体活動・運動に関する知識の普及

身体活動を増やしたり、運動をはじめのきっかけづくりや運動を習慣化するため、運動の必要性や心身への効果、幼児期から高齢期までのライフステージや体調に応じた取り組みやすい身体活動、目標設定の方法等についてわかりやすく市民に周知します。

### 3-(3)-① ライフステージに応じた食育の推進

食は命の源であり、食から命の大切さを学ぶことを通じ、体だけではなく心豊かな人間性を育みます。より多くの市民が、食に関する知識や食を選択する力を持ち、健全な食生活の実践が図られるよう、保育園、幼稚園、学校、住民協議会、栄養士会、保健所、商工会及び生産者等と更なる連携を図りながら、市民のライフステージに応じた様々な食育の推進に取り組みます。

### 3-(4)-① 口腔に関する正しい知識の普及

口と歯の健康づくりと全身の健康づくりの関連性等、歯科医師会、保育園、学校、保健所、歯科衛生士団体等との連携を図りながらライフステージに応じた歯科保健意識の向上を図ります。

### 3-(7)-① 女性の健康づくりに関する普及啓発

女性の生涯を通じた健康づくりを推進するため、健康教育の機会を増やし、普及啓発を図ります。また、女性特有の疾病等の予防のため、健康診査やがん検診の充実に努めます。

### 4-(1)-② 高齢者の予防接種の実施

高齢者インフルエンザワクチンに加え、高齢者肺炎球菌ワクチンについても定期接種化されたため、予防接種に関する正しい知識を普及啓発し、接種率の向上を図ります。

### 5-(1)-① 妊婦健康診査、乳幼児健康診査の実施

母子の健康を守るため、健康診査の受診率を高めます。また、健診結果に基づく支援を行うとともに、未受診者については訪問等積極的にその把握に努め、地域で孤立することのないよう医療機関、子ども家庭支援センター、保育園、児童館、助産師会、民生・児童委員等とも連携して対応します。

### 5-(1)-② 子どもの予防接種の実施

予防接種に関する正しい知識を普及啓発し、接種率の向上を図ります。また、新たに定期接種化された、子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン、水痘ワクチン接種事業を円滑・着実に実施するとともに、先天性風しん症候群対策予防接種事業について、都の補助事業を活用しながら接種費用の助成を行います。

### 5-(2)-② 「育てにくさ」への支援

発達障がいの有無にかかわらず、親が育てにくいと感じる子どもの発育発達過程や対応方法について子ども発達支援センター(仮称)や子ども育成課、児童館等関係機関と連携しながら、子どもの発達を支援するとともに保護者の心理的なフォローも充実させ、安心して子育てできるように支援します。

また、発達に課題のある子どもの早期発見から早期支援につなげる新たな仕組みを検討し、更なる連携を図ります。

## Ⅶ 関連個別計画

- ・健康福祉総合計画 2022
- ・第二期特定健康診査等実施計画