

第3章 項目別にみた取り組み・目標値一覧

1. 健康増進計画 項目別にみた取り組み

	乳幼児期	学童・思春期
めざす姿	子どもたちが家庭や地域の愛情に包まれて、健やかに育つ。	心や体を大切にでき、大人へと成長し、自立していく準備ができる。
重点目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 子どもの健やかな育ちに適した食育環境がある。 2. 親子で体を動かす。 3. 親が子どもの心や体と向き合う中で、自らの育児力に気づくことができる。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 食育を中心とした健康的な生活習慣を子どもたち自身が確立できる。 2. 子どもの体力づくりの推進。 3. 自分自身を大切に思う気持ちが育ち、命の大切さを知り、心身のセルフコントロールができる。
食	ひとりひとりが出来ること	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) 朝食やおやつなど、子どもの食事のリズムを大切にします。 2) 家庭で楽しく食事をします。 3) 何でも食べられるような工夫をします。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 家族と一緒に食事を作ります。 2) 家族一緒に楽しく食事をします。 3) 栄養のバランスがとれた食事を理解し、自分の食生活に生かします。 4) 食生活と健康との関わり、地域や社会、環境とのかかわりについて理解し、安全で衛生的な食生活を送ります。 5) 基本的な食事マナーを身につけます。 6) 伝統的な食生活や郷土料理などの食文化を学び大切にします。 7) 食事を作ってくれる人や食物に感謝の気持ちを持ちます。
	南アルプス市が出来ること	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) 離乳食やおやつについて学習する機会を提供します。 ⇒離乳食教室、乳幼児健診での栄養・歯科指導 2) 親子で食について学び、体験する機会を提供します。 ⇒親と子どもの食事セミナー、親子料理教室、親子で参加する生涯学習講座、食生活改善推進員会への活動支援 3) 昔の食や遊びについて伝える機会を提供します。 ⇒世代間交流事業 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 食育を推進し、保護者も共に学ぶ機会を提供します。 ⇒親子で参加する生涯学習講座、食生活改善推進員会への活動支援、親と子の食事セミナー 2) 学校教育における食育・健康教育の推進。
運 動	ひとりひとりが出来ること	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) 体を使った子どもとの遊び方について学びます。 2) 親子で遊べる場や機会を活用します。 3) 親子で一緒に遊ぶ機会を増やします。 4) 昔の遊びについて学びます。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 体力づくりを実践します。 2) 運動を楽しみます。 3) 自分が好きな運動をひとつ持ちます。
	南アルプス市が出来ること	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) 子どもとの遊びについて学ぶ機会を提供します。 ⇒社会体育事業 2) 親子で遊べる場を提供します。 ⇒児童館、地域子育て支援センター、公園整備事業、バリアフリー化歩道整備 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 子どもが体力づくりをできる場や機会を充実します。 ⇒社会体育事業 2) 運動や体力の大切さについて学ぶ機会を支援します。 3) 学校教育における体力づくりの推進。

青年期・壮年期	高齢期
<p>(青年期) 青年として、将来を担う世代であるという自覚が持てる。</p> <p>(壮年期) 自分の健康状態を知り、心も体も健やかに充実した生活が送れる。</p>	<p>生きがいを持って生活を楽しむことができる。</p>
<p>1. 生活習慣病を予防する食に関する知識を持ち、食を大切にす生活を送る。</p> <p>2. 健康増進のために積極的に運動をし、習慣的にできるようにする。</p> <p>3. 交流を通じた、心の健康増進ができる。</p>	<p>1. 適切な食生活をして、食を生活の楽しみにする。</p> <p>2. 介護予防・転倒予防・閉じこもり防止のための運動の推進。</p> <p>3. 家族、友人、地域と交流を持ち、家庭や地域でいきいきとした生活ができる。</p>
ひとりひとりが出来ること	
<p>1)食生活を改善します。</p> <p>2)地域や職場の生活習慣病予防に関する学習会に積極的に参加します。</p> <p>3)自分に必要なカロリーを知ります。</p> <p>4)食について行動したことを定期的にチェックするために健診を受けます。</p> <p>5)禁酒等に必要な知識を持ち、様々な支援を知り、必要な時は活用します。</p>	<p>1)食を軽んじず、3回の食事をきちんととります。</p> <p>2)栄養のバランスに気をつけて食事をとります。</p> <p>3)なるべく、誰かと一緒に食事をします。</p> <p>4)食を通じた交流に参加します。</p> <p>5)食事がおいしく食べられるために口腔ケアを実践します。</p>
南アルプス市が出来ること	
<p>1)健康診査を推進し、その結果を健康づくりに役立てる支援をします。</p> <p>⇒健診事業の受診勧奨、休日健診、総合健診 {基本健診・がん検診 (胃がん・腹部超音波・大腸がん・かく痰・前立腺がん・肺がん・子宮がん・乳がん)・骨粗しょう症・歯科健康相談}・結核検診)、健診結果説明会、健診後の個別対応、集団健康教室、健康手帳交付と活用の推進</p> <p>2)食生活の知識をもち健康状態に応じて、生活習慣病予防ができるように支援します。</p> <p>⇒組織活動への支援 (食生活改善推進委員会)、職域との連携、正しい生活習慣予防の情報提供</p>	<p>1)食に関心をもち、偏りや不足のない食事ができるように支援します。</p> <p>⇒配食サービス (食の自立支援)、軽度生活援助サービス</p> <p>2)できるだけ自分の歯でおいしく食べられるように支援します。</p> <p>⇒歯科相談、介護予防事業 (口腔機能向上)</p>
ひとりひとりが出来ること	
<p>1)自分に必要な運動量を知ります。</p> <p>2)日常生活の中でまめに体を動かす工夫をします。</p> <p>3)運動を習慣的に行います。</p>	<p>1)自分にあった運動をします。</p> <p>2)転倒を予防するために、室内の整理などに心がけます。</p> <p>3)生活に必要な能力が低下しないように努めます。</p>
南アルプス市が出来ること	
<p>1)健康に応じて、適切な運動についての実践ができるように支援します。</p> <p>⇒運動教室、社会体育事業</p>	<p>1)体力の増進を支援します。</p> <p>⇒介護予防事業 (運動機能向上)</p> <p>⇒生きがい活動支援通所事業</p> <p>⇒社会体育事業</p>

	乳幼児期	学童・思春期
<p>こころ</p>	ひとりひとりが出来ること	
	<p>1) 家族みんなで協力して、子育てに取り組みます。 2) 育児について相談できる仲間をつくります。 3) 子育てに悩んだ時にはひとりで悩まないで相談します。 4) 子どもの心を育てるために、愛情を注ぎます。 5) ほめ上手、しかり上手になります。</p>	<p>1) 悩みを相談できる人を持ちます。 2) 心の健康の大切さを学びます。 3) 地域の大人がみんなで子どもに挨拶をし、声をかけます。</p>
	南アルプス市が出来ること	
	<p>1) 仲間づくりの機会を提供します。 ⇒ 育児サークル等に関する情報の提供 2) 親子で一緒に学ぶ場を提供します。 ⇒ ブックスタート事業、親子で参加する生涯学習講座 3) 父親が育児について学べるような支援をします。 ⇒ 父子健康手帳の配布（母子健康手帳交付時）、パパママ学級、親子で参加する生涯学習講座 4) 相談、訪問、教室等を行い、保護者が安定した子育てができる支援をします。 ⇒ 育児相談、乳幼児健診での相談、家庭児童相談室での相談、新生児・妊産婦訪問、乳児訪問、スマイル子育てセミナー 5) 虐待等に関する相談窓口を設け、相談関係各機関とのネットワーク構築や連携、協力体制の整備を行います。 ⇒ 家庭児童相談室等での相談、養育支援訪問事業、要保護児童対策地域協議会 6) 地域の子育て支援グループを支援し、保育サービス等の整備を図ります。 ⇒ 母子愛育会への活動支援、保育事業（病後児保育事業・延長保育事業・一時保育事業・0歳児保育事業・地域子育て支援拠点事業・土曜保育事業・障害児保育事業等の保育サービス）、ファミリーサポートセンター事業、地域コーディネーターの育成活動支援、子育てサポーターリーダー育成 7) 子育てしながら働きやすい職場環境づくりを応援します。 ⇒ ハーモニープラン推進事業 8) わかりやすい情報提供をこころがけます。 ⇒ 子育てに関する情報提供 9) 保健、福祉、教育等での連携をはかります。 ⇒ ネットワークの推進</p>	<p>1) 命や性について学ぶ機会を提供します。 ⇒ 思春期ふれあい体験学習、児童ふれあい交流促進事業 2) 子どもが相談できる場や機会を充実します。 ⇒ 学校・児童館でのカウンセリング事業、電話相談の情報提供、子育てボランティアや子育てグループへの支援 3) 他の世代と交流する機会を提供します。 ⇒ 世代間交流事業、母子愛育会への活動支援、関係機関同士の情報の共有 4) 子どもと交流が持てる地域づくりを支援します。 ⇒ 母子愛育会・児童委員への支援、子どもクラブ・育成会への支援 5) 地域・学校・家庭の連携を推進します。 ⇒ こども110番の家設置、学校保健委員会の推進、保健、福祉、教育分野関係者のネットワーク</p>

青年期・壮年期	高齢期
ひとりひとりが出来ること	
<p>1) ストレスを自分に合った方法で解消します。</p> <p>2) 身近に相談できる仲間をつくります。</p> <p>3) 人と人とのつながりを持ちます。</p>	<p>1) 近所で声をかけあいます。</p> <p>2) 地域の行事に積極的に参加します。</p> <p>3) 行事食や昔の遊び等を子どもたちに伝えます。</p> <p>4) 好奇心・笑いを忘れずに、何事にも明るくとりくみます。</p> <p>5) 仲間同士で誘い合います。</p>
南アルプス市が出来ること	
<p>1) 地域の組織活動等を通じて心の健康づくりを実践できるように支援します。 ⇒地区組織への活動支援（母子愛育会、健康を考える会、食生活改善推進員会等）</p> <p>2) 気軽に心の相談ができる場を設けます。 ⇒心の相談、心の健康に関する情報提供</p> <p>3) 心の健康に関する知識の啓発に努めます。 ⇒情報の提供、職域との連携</p>	<p>1) 家族、友人、地域と交流を持ち、いきいきした生活ができるように支援します。 ⇒介護予防事業 ⇒交流の場の提供 ⇒生きがい活動支援通所事業 ⇒老人クラブ、ボランティア等の活動支援 ⇒世代間交流事業 ⇒就労支援</p>

2. 健康増進計画 重点項目以外の取り組み

	妊娠・出産・育児	がん対策
重点目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 親としての自覚を持ち、子育ての喜びを実感できる。 2. 妊娠、出産、育児に関して正しい知識と技術をもつ。 3. ひとりで悩まず相談する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. がんの予防、治療に関する啓発。 2. がんの早期発見・早期治療。
ひとりひとりが出来ること	<ol style="list-style-type: none"> 1) 親になる自覚をもって、妊娠・出産にのぞみます。 2) 妊娠・出産・育児に関する悩みを相談します。 3) 母性健康管理指導連絡カードを活用します。 4) 妊婦健康診査、乳幼児健康診査を受けます。 5) 母子健康手帳・父子健康手帳を活用します。 6) 提供されている学習会・行政制度を十分に活用します。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) がんの予防行動をとります。 2) がん検診を受診します。 3) がんについての知識をもちます。
南アルプス市が出来ること	<ol style="list-style-type: none"> 1) 出産を望む人への支援の充実。 ⇒不妊治療費助成金事業 2) 妊娠、出産、育児の知識や技術を身につけるための支援。 ⇒妊婦相談、マタニティスクール 3) 妊婦健診、乳幼児健診、事後フォローアップの充実。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) がん検診の充実。 2) がんに関する情報の提供。 3) 防煙、分煙、禁煙対策。 4) 受動喫煙の防止。
	感染症対策	思春期特有の健康問題
重点目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 予防接種率の向上。 2. 肝炎ウイルス対策。 3. 新型インフルエンザなどの健康危機管理体制の整備。 4. 感染症理解の啓発。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 子どもたちを薬物乱用から守る。 2. 性感染症の防止、望まない妊娠の防止。
ひとりひとりが出来ること	<ol style="list-style-type: none"> 1) 予防接種の必要性を理解し、積極的に接種します。 2) 感染症に対して正しい理解をして、適切な予防行動をとります。 3) 健康危機管理体制を理解し、感染拡大防止、社会活動の停滞防止のために適切な行動をとります。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 薬物乱用防止に関する正しい知識を獲得します。 2) 自分の体を大切に、他人の体を大切にします。
南アルプス市が出来ること	<ol style="list-style-type: none"> 1) 予防接種の啓発の推進と予防接種の環境整備。 2) あらゆる感染症についての啓発、相談窓口の充実、健診の推進。 3) 健康危機管理体制の整備と市民への周知。 4) 新型インフルエンザ等の感染症対策。 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 薬物乱用防止に関して、学校、地域、家庭での連携した取り組みの推進。市内の小中学校では南アルプス市薬剤師会と連携をはかり、学校薬剤師が薬剤乱用防止活動等の講義を行う等の取り組みがされている。 2) 性感染症の防止、望まない妊娠の防止のための学校、地域、家庭での連携した取り組みの推進。

重点項目以外の取り組み

たばこ	歯の健康
<p>1. 家庭、学校、職場、地域全体での喫煙対策を進める。</p>	<p>1. 子どもの虫歯の減少。 2. 歯周病の減少。 3. 80歳で20本の自分の歯（8020）。 4. 口腔ケアによる介護予防。</p>
<p>1) 子どもを受動喫煙の害から守ります。 2) 禁煙等の必要性の知識を持ち、様々な支援を知り、必要な時は活用します。</p>	<p>1) 幼児の歯磨き習慣をつけ、後磨きを実施します。 2) 甘味食品の摂取に気をつけて、虫歯を予防します。 3) 歯及び口腔の健康管理をします。 4) 定期的に歯科検診を受け、正しい歯磨き方法を身につけます。 5) 介護予防としての口腔ケアの実践をします。 6) よく噛んで食べます。</p>
<p>1) 公共施設での禁煙の推進。 2) あらゆる機会での喫煙対策の啓発。 3) 禁煙の相談と情報提供。 4) 関係機関との連携による喫煙対策。</p>	<p>1) 乳幼児健診におけるむし歯予防の啓発と検診。 2) 関係機関との連携によるむし歯、歯周病予防対策。 3) 介護予防における口腔ケアの実施。</p>

項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
子どもの食事のリズムを大切にしている親の割合の増加	1歳6か月	—	—	—	96.4%※①△	増加
	3歳	—	—	—	96.6%※②△	
むし歯のない3歳児の割合の増加	3歳	*1 68.7%(2007年)	63.9%	70%	72.8%※②	80%
甘味食品・飲料を一日3回以上摂る習慣を持つ幼児の割合の減少	1歳6か月	頻回飲食する習慣がある *1 22.6%(2007年)	32.0%	25%	19.1%	15%
	3歳	—	39.8%		28.8%	20%
項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
一日のうちで外遊びの時間が全くない子どもの減少	1歳6か月	—	—	—	6.1%※①△	減少
	3歳	—	—	—	3.6%※②△	
項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
子育てに自信が持てない母親の割合の減少	1歳6か月	*2 25.6%(2006年)	13.4%	減少	14.2%	減少
	3歳	*2 29.9%(2006年)	27.2%		23.4%	
現在身近に相談できる専門家がいる母親の割合の増加	1歳6か月	—	25.8%	40%	53.6%	60%
	3歳	—	31.1%	50%	47.1%	60%

※①南アルプス市1歳6か月児健診
 ※②南アルプス市3歳児健診
 ※△2007年データ

全国(直近値)：*1 2007年健康日本21中間評価報告書
 全国(直近値)：*2 2006年健やか親子21中間評価報告書

2) 学童・思春期

学童・思春期	重点目標 1	事業名	担当課
	<p>食育を中心とした健康的な生活習慣を子どもたち自身が確立できる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 家族と一緒に食事を作ります。 2) 家族と一緒に楽しく食事をします。 3) 栄養のバランスがとれた食事を理解し、自分の食生活に生かします。 4) 食生活と健康との関わり、地域や社会、環境とのかかわりについて理解し、安全で衛生的な食生活を送ります。 5) 基本的な食事マナーを身につけます。 6) 伝統的な食生活や郷土料理などの食文化を学び大切にします。 7) 食事を作ってくれる人や食物に感謝の気持ちを持ちます。 	<p>生涯学習講座 親子料理教室 親と子の食事セミナー 学校における食育・健康教育</p>	<p>生涯学習課 健康増進課 子育て支援課 市内各学校</p>
	重点目標 2	事業名	担当課
<p>子どもの体力づくりの推進。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 体力づくりを実践します。 2) 運動を楽しみます。 3) 自分が好きな運動をひとつ持ちます。 	<p>社会体育事業 学校教育における体力づくりの推進。</p>	<p>生涯学習課 市内各学校</p>	
重点目標 3	事業名	担当課	
<p>自分自身を大切に思う気持ちが育ち、命の大切さを知り、心身のセルフコントロールができる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 悩みを相談できる人を持ちます。 2) 心の健康の大切さを学びます。 3) 地域の大人がみんなで子どもに挨拶をし、声をかけます。 	<p>思春期ふれあい体験学習 児童ふれあい交流促進事業、 学校・児童館でのカウンセリング事業 子育てボランティアや子育てグループへの支援 世代間交流事業 愛育会活動への支援 児童委員への支援 子どもクラブ・育成会への支援 こども110番の家設置 学校保健委員会の推進 保健・福祉・教育分野関係者のネットワーク</p>	<p>市内各学校 子育て支援課 子育て支援課 子育て支援課 子育て支援課 子育て支援課・介護福祉課 健康増進課 福祉課 生涯学習課 生涯学習課 市内各学校 子育て支援課・教育委員会・健康増進課</p>	

項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
児童・生徒の肥満児の割合の減少	小学生		*1 10.2% (2007年)	6.2%	減少	8.8%※③	減少
	中学生			5.9%		11.6%※③	
	高校生			6.6%		8.0%※③	
家庭での食事が楽しいと思う児童・生徒の割合の増加	小学生		—	77.6%	80%	85.4%	90%
	中学生		—	63.5%	70%	72.5%	80%
	高校生		—	63.1%		68.5%	75%
項目	区分		全国(直近値)	2005年調査※④	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
ほとんど毎日運動をしている人の割合の増加	小学6年生	男子	—	55.1%	—	61.8%	70%
		女子	—	30.7%	—	34.0%	40%
	中学2年生	男子	—	83.2%	—	80.8%	90%
		女子	—	64.5%	—	60.2%	65%
運動時間が1時間以上の人の割合の増加	小学6年生	男子	—	67.0%	—	72.1%	80%
		女子	—	47.3%	—	52.6%	60%
	中学2年生	男子	—	58.3%	—	74.5%	80%
		女子	—	53.8%	—	56.8%	60%
	高校2年生	男子	—	—	—	63.0%	70%
		女子	—	—	—	33.1%	40%
項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
相談できる人がいる児童・生徒の割合の増加	小学生	男子	—	66.7%	90%	80.4%	増加
		女子	—	87.5%		91.7%	
	中学生	男子	—	65.0%		78.1%	
		女子	—	81.1%		89.8%	
	高校生	男子	—	69.3%		78.9%	
		女子	—	86.5%		90.2%	
自分の身体を大切にしている生徒の割合の増加	高校生	男子	—	—	—	77.9%	増加
		女子	—	—	—	80.8%	

※③2008年小学生・中学生・高校生健康実態調査
 ※④山梨県健康実態調査・健康指標

全国(直近値)：*1 2007年健康日本21中間評価報告書

3) 青年期・壮年期

青年期・壮年期	重点目標 1	事業名	担当課
	<p>生活習慣病を予防する食に関する知識を持ち、食を大切にすることを送る。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 食生活を改善します。 2) 地域や職場の生活習慣病予防に関する学習会に積極的に参加します。 3) 自分に必要なカロリーを知ります。 4) 食について行動したことを定期的にチェックするために健診を受けます。 5) 禁酒等に必要な知識を持ち、様々な支援を知り、必要な時は活用します。 	<p>健診事業の受診勧奨 総合健診 健診結果説明会 集団健康教室 健康手帳交付と活用の推進 食生活改善推進委員会への活動支援 職域との連携 生活習慣病予防の情報提供</p>	<p>健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課</p>
	重点目標 2	事業名	担当課
<p>健康増進のために積極的に運動をし、習慣的にできるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 自分に必要な運動量を知ります。 2) 日常生活の中でまめに体を動かす工夫をします。 3) 運動を習慣的に行います。 	<p>健康教室 社会体育事業</p>	<p>健康増進課 生涯学習課</p>	
重点目標 3	事業名	担当課	
<p>交流を通じた心の健康増進ができる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ストレスを自分に合った方法で解消します。 2) 身近に相談できる仲間をつくります。 3) 人と人とのつながりを持ちます。 	<p>地域組織活動への支援 心のボランティアの会の活動推進 心の健康に関する情報提供 職域との連携</p>	<p>健康増進課 福祉課 健康増進課 健康増進課</p>	

※⑤南アルプス市特定健診等実施計画目標値
※⑥2012年度目標(対2008年度比10%減少)

項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
朝食を毎日食べる人の割合の増加	20歳代	男性	*3 53.9%(2005年)	47.5%	—	51.6%	増加
		女性	*3 69.0%(2005年)	60.4%	—	62.3%	
	30歳代	男性	*3 62.7%(2005年)	59.1%	—	70.3%	
		女性	*3 79.7%(2005年)	70.6%	—	77.3%	
この1年以内に、健康や栄養に関する学習会に参加したことがある人の割合の増加	19歳~39歳	男性	—	5.4%	増加	5.8%	増加
		女性	—	12.4%		13.9%	
	40歳~64歳	男性	—	11.5%	増加	12.4%	増加
		女性	—	19.3%		19.5%	
適正体重を認識し留意できる人の割合の増加	19歳~39歳	男性	*1 15歳以上60.2%(2007年)	55.3%	60%	60.0%	65%
		女性	*1 15歳以上70.3%(2007年)	65.2%	70%	69.7%	75%
	40歳~64歳	男性	*1 15歳以上60.2%(2007年)	62.8%	70%	72.2%	75%
		女性	*1 15歳以上70.3%(2007年)	77.6%	80%	80.8%	85%
特定健診実施率の増加	40歳~64歳		—	—	—	42.3%	65%※⑤
特定保健指導実施率の増加	40歳~64歳		—	—	—	58.0%	45.8%※⑤
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(対2008年度比)	40歳~64歳		—	—	—	1,692人	1,522人※⑤⑥
1日に多量飲酒(純アルコール約60g以上)する人の割合の減少	男性		*1 20歳以上5.4%(2007年)	21.4%	5%	18.3%	5%
	女性		*1 20歳以上0.7%(2007年)	7.9%	1%	1.9%	1%
項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
この1年以内に、健康や栄養に関する学習会に参加したことがある人の割合の増加	19歳~39歳	男性	—	5.4%	増加	5.8%	増加
		女性	—	12.4%		13.9%	
	40歳~64歳	男性	—	11.5%	増加	12.4%	増加
		女性	—	19.3%		19.5%	
適正体重を認識し留意できる人の割合の増加	19歳~39歳	男性	*1 15歳以上60.2%(2007年)	55.3%	60%	60.0%	65%
		女性	*1 15歳以上70.3%(2007年)	65.2%	70%	69.7%	75%
	40歳~64歳	男性	*1 15歳以上60.2%(2007年)	62.8%	70%	72.2%	75%
		女性	*1 15歳以上70.3%(2007年)	77.6%	80%	80.8%	85%
項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
自分なりのストレス解消法を知っている人の割合の増加 ※⑦	19歳~39歳	男性	—	66.5%	増加	68.6%	増加
		女性	—	64.9%		65.7%	
	40歳~64歳	男性	—	72.4%	80%	73.1%	80%
		女性	—	67.8%	75%	69.0%	80%
睡眠によって休養が十分にとれていない人の割合の減少	19歳~39歳	男性	*1 20歳以上21.2%(2007年)	38.0%	23%	36.1%	23%
		女性		37.6%		35.6%	
	40歳~64歳	男性		27.8%	23%	27.2%	23%
		女性		34.9%		33.5%	
自殺死亡率の減少	19歳~64歳		—	—	—	16人※⑧	減少

※⑦ストレスを解消できていない人(2008年南アルプス市健康実態調査)
 ※⑧2007年自殺死者数(人口動態統計)

全国(直近値) : *1 2007年健康日本21中間評価報告書
 : *3 2005年厚生労働省 国民健康・栄養調査結果の概要

4) 高齢期

高 齢 期	重点目標 1	事業名	担当課
	<p>適切な食生活をして、食を生活の楽しみにする。</p> <p>1)食を軽んじず、3回の食事をきちんととります。 2)栄養のバランスに気をつけて食事をとります。 3)なるべく、誰かと一緒に食事をします。 4)食を通じた交流に参加します。 5)食事がおいしく食べられるために口腔ケアを実践します。</p>	<p>配食サービス 軽度生活援助サービス 歯科相談 介護予防事業（口腔機能向上）</p>	<p>介護福祉課 介護福祉課 健康増進課 介護福祉課</p>
	重点目標 2	事業名	担当課
	<p>介護予防・転倒予防・閉じこもり防止のための運動の推進。</p> <p>1)自分にあった運動をします。 2)転倒を予防するために、室内の整理などに心がけます。 3)生活に必要な能力が低下しないように努めます。</p>	<p>介護予防事業（運動機能向上） 生きがい活動支援通所事業 社会体育事業</p>	<p>介護福祉課 介護福祉課 生涯学習課</p>
	重点目標 3	事業名	担当課
	<p>家族、友人、地域と交流を持ち、家庭や地域でいきいきとした生活ができる。</p> <p>1)近所で声をかけあいます。 2)地域の行事に積極的に参加します。 3)行事食や昔の遊び等を子どもたちに伝えます。 4)好奇心・笑いを忘れずに、何事にも明るくとりくみます。 5)仲間同士で誘い合います。</p>	<p>介護予防事業 交流の場の提供 生きがい活動支援通所事業 老人クラブ、ボランティア等の活動支援 世代間交流事業 就労支援</p>	<p>介護福祉課 介護福祉課 介護福祉課 介護福祉課 介護福祉課 介護福祉課</p>

項 目	区 分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
24歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	60歳～64歳	男性	57.1%	増加	50.9%	増加
		女性	46.9%		42.3%	
	65歳～70歳	男性	37.3%		38.8%	
		女性	33.5%		34.5%	
*1 55～64歳60.2% (2007年)						
項 目	区 分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
自分で積極的に外出する人の割合の増加	男性	*1 60歳以上 51.8% (2007年)	55.7%	60%	56.7%	60%
	女性	*1 60歳以上 51.4% (2007年)	44.6%		51.1%	
地域の健康に関する行事に参加する人の割合の増加 ※㊟	男性	*1 60歳以上 66.0% (2007年)	77.5%	—	65.8%	80%
	女性	*1 60歳以上 61.0% (2007年)	79.6%	—	75.5%	
項 目	区 分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
自分で積極的に外出する人の割合の増加	男性	*1 60歳以上 51.8% (2007年)	55.7%	60%	56.7%	60%
	女性	*1 60歳以上 51.4% (2007年)	44.6%		51.1%	
地域の健康に関する行事に参加する人の割合の増加 ※㊟	男性	*1 60歳以上 66.0% (2007年)	77.5%	—	65.8%	80%
	女性	*1 60歳以上 61.0% (2007年)	79.6%	—	75.5%	

※㊟積極的に参加したい人、誘われれば参加したい人のいずれかに回答した人
また、全国値については、何らかの地域活動を実施している人

全国(直近値)：*1 2007年健康日本21中間評価報告書

重点項目以外の項目

	重点目標	事業名	担当課
妊娠・出産・育児	<p>1. 親としての自覚を持ち、子育ての喜びを実感できる。</p> <p>2. 妊娠、出産、育児に関して正しい知識と技術をもつ。</p> <p>3. ひとりで悩まず相談する。</p> <p>1) 親になる自覚をもって、妊娠・出産にのぞみます。</p> <p>2) 妊娠・出産・育児に関する悩みを相談します。</p> <p>3) 母性健康管理指導連絡カードを活用します。</p> <p>4) 妊婦健診、乳幼児健診を受けます。</p> <p>5) 母子健康手帳・父子健康手帳を活用します。</p> <p>6) 提供されている学習会・行政制度を十分に活用します。</p>	<p>不妊治療費助成金事業</p> <p>妊婦相談</p> <p>マタニティスクール</p> <p>乳幼児健診</p>	<p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p>
	重点目標	事業名	担当課
がん対策	<p>1. がんの予防、治療に関する啓発。</p> <p>2. がんの早期発見・早期治療。</p> <p>1) がんの予防行動をとります。</p> <p>2) がん検診を受診します。</p> <p>3) がんについての知識をもちます。</p>	<p>がん検診</p> <p>がんに関する情報の提供</p> <p>防煙、分煙、禁煙・受動喫煙防止対策</p>	<p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p>
	重点目標	事業名	担当課
たばこ	<p>1. 家庭、学校、職場、地域全体での喫煙対策を進める。</p> <p>1) 子どもを受動喫煙の害から守ります。</p> <p>2) 禁煙等の必要性の知識を持ち、様々な支援を知り、必要な時は活用します。</p>	<p>公共機関での禁煙の推進</p> <p>喫煙対策の啓発</p> <p>禁煙相談と情報提供</p> <p>関係機関との連携による喫煙対策</p>	<p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p>

項目	区分	全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
妊娠11週以内での妊娠の届け出率の増加		*2 66.2%(2006年)	—	—	68.5%	75%	
妊婦健診を12回以上受けた人の割合の増加		—	—	—	63.0%	増加	
妊婦同士で情報交換できる友人や仲間がいる母親の割合の増加		—	69.0%	増加	79.2%	増加	
妊娠中の喫煙率の減少		*2 3ヶ月児7.3% *2 1歳6ヶ月児7.9% *2 3歳児8.3% (2006年健診時)	13.2%	5%	6.9%	5%	
妊娠中の飲酒率の減少		*2 3ヶ月児14.9% *2 1歳6ヶ月児16.6% *2 3歳児16.7% (2006年健診時)	22.0%	10%	9.7%	5%	
乳幼児健診受診率の増加	1歳6か月	—	87.7%	100%	99.2%	100%	
	3歳	—	99.6%		96.2%		
項目	区分	全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
市の公共機関で禁煙・分煙対策を行っている割合(敷地内・屋内禁煙)の増加		—	52.6%(県認定)	100%	96.9%※⑩	100%	
がん検診受診率の増加 〔子宮がん検診は20歳以上の女性 乳がん検診は30歳以上の女性 その他は40歳以上〕	胃がん	*4 男性32.5% 女性25.3% (2007年)	—	—	22.4%※⑪	50% ※⑫	
	肝がん	—	—	—	33.9%※⑪		
	大腸がん	*4 男性27.5% 女性22.7% (2007年)	—	—	30.2%※⑪		
	肺がん(X線検診)	*4 男性25.7% 女性21.1% (2007年)	—	—	59.1%※⑪		
	子宮がん(子宮頸がん)	*4 20歳以上21.3% (2007年)	—	—	17.1%※⑪		
	乳がん	*4 40歳以上20.3% (2007年)	—	—	28.2%※⑪		
項目	区分	全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
市の公共機関で禁煙・分煙対策を行っている割合(敷地内・屋内禁煙)の増加		—	52.6%(県認定)	100%	96.9%※⑬	100%	
十代の喫煙率の減少(最近1ヶ月以内に1日以上喫煙した人の率)	中学1年生	男子	*1 3.2%(2007年)	2.6%	0%	0.0%	0%
		女子	*1 2.4%(2007年)	2.0%		0.0%	
	高校3年生	男子	*1 21.7%(2007年)	9.0%		2.8%	
		女子	*1 9.7%(2007年)	7.8%		4.5%	
家族に喫煙者がいる割合の減少	小学生	男子	—	69.6%	40%	59.1%	30%
		女子	—	68.0%		60.4%	
	中学生	男子	—	62.2%		58.3%	
		女子	—	66.9%		58.3%	
	高校生	男子	—	64.2%		57.7%	
		女子	—	65.7%		59.1%	
喫煙率の減少	19歳~39歳	男性	*5 20歳以上 男性39.4% 女性11.0% (2007年)	58.1%	40%	45.9%	40%
		女性		19.1%	15%	17.9%	15%
	40歳~64歳	男性		47.7%	40%	43.8%	40%
		女性		11.6%	10%	11.0%	10%
妊娠中の喫煙率の減少		*2 3ヶ月児7.3% *2 1歳6ヶ月児7.9% *2 3歳児8.3% (2006年健診時)	13.2%	5%	6.9%	5%	

※⑩2009年喫煙対策実施状況調査
 ※⑪2007年地域保健・老人保健事業報告
 ※⑫2014年の目標：がん全体の受診率
 ※⑬2009年喫煙対策実施状況調査

全国(直近値)：*1 2007年健康日本21中間評価報告書
 *2 2006年健やか親子21中間評価報告書
 *3 2007年厚生労働省 国民生活基礎調査結果の概要
 *4 2007年厚生労働省 国民健康・栄養調査結果の概要
 *5 2007年厚生労働省 国民健康・栄養調査結果の概要

	重点目標	事業名	担当課
歯の健康	<p>1. 子どもの虫歯の減少。 2. 歯周病の減少。 3. 80歳で20本の自分の歯（8020）。 4. 口腔ケアによる介護予防。</p> <p>1) 幼児の歯磨き習慣をつけ、後磨きを実施します。 2) 甘味食品の摂取に気をつけて、虫歯を予防します。 3) 歯及び口腔の健康管理をします。 4) 定期的に歯科検診を受け、正しい歯磨き方法を身につけます。 5) 介護予防としての口腔ケアの実践をします。 6) よく噛んで食べます。</p>	<p>乳幼児健診におけるむし歯予防の啓発と検診 むし歯、歯周病予防対策 介護予防における口腔ケア</p>	<p>健康増進課 健康増進課 介護福祉課</p>
感染症	<p>1. 予防接種率の向上。 2. 肝炎ウイルス対策。 3. 新型インフルエンザなどの健康危機管理体制の整備。 4. 感染症理解の啓発。</p> <p>1) 予防接種の必要性を理解し、積極的に接種します。 2) 感染症に対して正しい理解をして、適切な予防行動をとります。 3) 健康危機管理体制を理解し、感染拡大防止、社会活動の停滞防止のために適切な行動をとります。</p>	<p>予防接種の啓発・接種の環境整備 感染症についての啓発、相談窓口の充実、健診の推進 健康危機管理体制の整備と市民への周知 新型インフルエンザ等の感染症対策</p>	<p>健康増進課 健康増進課 危機管理室・健康増進課 健康増進課</p>
思春期特有の健康問題	<p>1. 子どもたちを薬物乱用から守る。 2. 性感染症の防止、望まない妊娠の防止。</p> <p>1) 薬物乱用防止に関する正しい知識を獲得します。 2) 自分の体を大切に、他人の体を大切にします。</p>	<p>家庭・学校・地域での連携</p>	<p>健康増進課・各学校</p>

項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
むし歯のない3歳児の割合の増加	3歳	*1 68.7%(2007年)	63.9%	70%	72.8% ※⑭	80%	
歯周病に罹患している人の割合の減少 ※⑮	40歳代	40歳 *1 26.6%(2007年)	26.0%	減少	30.0%	減少	
	50歳代	50歳 *1 42.2%(2007年)	39.3%		39.0%		
定期的に歯科検診を受ける人の割合の増加 ※⑯	50歳代	55～64歳 *1 35.7%(2007年)	52.1%	増加	55.2%	増加	
	60歳代		61.5%		60.1%		
24歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	60歳～64歳	55～64歳 *1 60.2%(2007年)	男性	増加	57.1%	50.9%	増加
			女性		46.9%	42.3%	
	65歳～70歳		男性		37.3%	38.8%	
			女性		33.5%	34.5%	
項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
1歳児のBCG接種終了者の割合の増加	1歳6か月	1歳まで *2 92.3%(2006年)	91.8%	95%	95%	増加	
MR2期接種終了者の増加	就学前	—	—	—	97.7%	増加	
項目	区分	全国（直近値）	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値	
自分の身体を大切にしている生徒の割合の増加	高校生	男子	—	—	—	77.9%	増加
		女子	—	—	—	80.8%	増加

※⑭2008年南アルプス市3歳児健診

※⑮歯周病があると歯科医師にいわれたことがあると回答した人
(2008年南アルプス市健康実態調査)

※⑯過去一年間に歯科検診を受けたことがあると回答した人
(2008年南アルプス市健康実態調査)

全国(直近値) : *1 2007年健康日本21中間評価報告書

: *2 2006年健やか親子21中間評価報告書

4. 食育推進計画 目標値一覧

食育推進	重点目標	事業名	担当課
	<p>1. 心身の健康増進をめざした食生活を実践する。</p> <p>2. 地域の食材を通じて自然の育みを実感し、活力あるまちづくりをする。</p> <p>3. 食を通じて、地域文化を知り、豊かな人間形成をする。</p> <p>4. 生産、加工、流通、消費までの一貫した総合的な食の安全確保の体制を整備する。</p> <p>①朝食を食べましょう。</p> <p>②食事は楽しく、おいしく食べましょう。</p> <p>③バランスのとれた食生活を心がけましょう。</p> <p>④南アルプス市の食べ物を味わいましょう。</p> <p>⑤食の情報を見分ける知識を身につけましょう。</p> <p>⑥食を通して環境を守りましょう。</p> <p>⑦食育への関心を高めましょう。</p>	<p>離乳食教室</p> <p>栄養相談</p> <p>親子料理教室</p> <p>親と子どもの食事セミナー</p> <p>生涯学習講座</p> <p>食生活改善推進委員会への活動支援</p> <p>世代間交流事業</p> <p>学校における食育・健康教育</p> <p>健診事業の受診勧奨</p> <p>総合健診</p> <p>健診結果説明会</p> <p>集団健康教室</p> <p>健康手帳交付と活用の推進</p> <p>職域との連携</p> <p>生活習慣病予防の情報提供</p> <p>配食サービス</p> <p>軽度生活援助サービス</p> <p>歯科相談</p> <p>介護予防事業（口腔機能向上）</p>	<p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>子育て支援課</p> <p>生涯学習課</p> <p>健康増進課</p> <p>生涯学習課・介護福祉課</p> <p>市内各学校</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>介護福祉課</p> <p>介護福祉課</p> <p>健康増進課</p> <p>介護福祉課</p>

項目	区分		全国(直近値)	2004年調査	2009年目標値	2008年調査	2019年目標値
「食育」という言葉や意味を知っている人の割合の増加	成人	男性	*5 33.8%(2009年)	—	—	35.4%	増加
		女性	*5 46.7%(2009年)	—	—	55.1%	
朝食を毎日食べる人の割合の増加	20歳代	男性	*3 53.9%(2005年)	47.5%	—	51.6%	増加
		女性	*3 69.0%(2005年)	60.4%	—	62.3%	
	30歳代	男性	*3 62.7%(2005年)	59.1%	—	70.3%	
		女性	*3 79.7%(2005年)	70.6%	—	77.3%	
家庭での食事が楽しいと思う児童・生徒の割合の増加	小学生		—	77.6%	80%	85.4%	90%
	中学生		—	63.5%	70%	72.5%	80%
	高校生		—	63.1%	70%	68.5%	75%
食事バランスガイドを知っている人の割合の増加	成人	男性	*6 20.2%*18 (2008年)	—	—	28.5%	増加
		女性	*6 31.1%*18 (2008年)	—	—	52.6%	
市内の学校給食における県内産食材の割合の増加			—	—	—	33.5%*17	増加
市内の学校給食における南アルプス市内産食材の割合の増加			—	—	—	8.4%*17	増加
「食の安全性」について不安を感じる人の割合の減少	成人男女		*5 69.8% (2009年)	—	—	86.7%	減少
地域に伝わる郷土食や行事食を子どもの世代に伝えたいと思う人の割合の増加	成人男女		—	—	—	81.8%	増加
食べ残しや食品の廃棄について「もったいない」と感じる人の割合の増加	成人男女		*5 96% (2009年)	—	—	95.3%	増加

*17 2008年南アルプス市教育委員会

*18 内容も含めて知っている、と回答した人

全国(直近値) : *3 2005年厚生労働省 国民健康・栄養調査結果の概要

: *5 2009年内閣府食育推進室 食育に関する意識調査報告書

: *6 2008年農林水産省 食事バランスガイド認知及び参考度に関する全国調査