

加東市健康増進計画の進捗状況

加東市健康増進計画(第3期)

かとう健康・笑顔・まちプラン(令和2年度～令和6年度)

本計画は、よりよい生活習慣の実践と健康づくりに取り組みやすい社会環境の整備を通じて、市民一人ひとりの生涯を通した主体的な健康づくりを推進し、全ての市民がいきいきと笑顔が広がるまちづくりを目指すための計画です。

この計画に基づき、関係機関との協働連携により、市民の主体的な健康づくりを支援します。

■計画の目的

子どもから高齢の方まで、ともに支え合いながら、希望や生きがいを持ち、健やかでこころ豊かに暮らせるまちの実現を目指します。

■施策方針

- 一人ひとりが主役、笑顔ですすめる健康づくり
- 愛情たっぷり、こころつながる健康づくり
- 健康でしあわせに暮らせる地域づくり

■キャッチフレーズ

健康づくりで笑顔を広めよう！ こころもからだも元気なまち かとう

■健康づくりの施策体系図



第1章	生活習慣病予防等の健康づくり
1 生活習慣病予防の推進	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	様々な機会を活用して、健診の普及啓発や生活改善に向けた指導、市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう啓発できた。評価指標では策定当初値より改善している項目があるものの、全ての項目で目標値には達していない。	B

◆取組内容と評価

生活習慣病に起因する疾病の予防、早期発見、早期治療のため健診の普及啓発や受診勧奨を行うとともに、健診受診率の向上を目指し、健診の追加実施等を行った。
 評価指標をみると、成人肥満者の割合は男女ともに増加し、特定保健指導実施率は低下している。
 男性では、ほぼ毎日体重測定をしている人の割合が増加しているが、成人肥満者の割合は増加しており、女性では、ほぼ毎日体重測定をする人の割合が減少し、成人肥満者の割合が増加している。

◆課題と今後の方向性

今後は、より効果的な受診勧奨の実施や、受診しやすい体制を整備することで受診率の向上に向けた取組を一層強化していく必要がある。
 また、市の健康課題に応じた生活習慣改善の必要性についての周知、個々の状況に応じた細やかな保健指導の継続等、今後も生活習慣病の早期発見、早期治療につながる取組が必要である。

◆評価指標

取組み内容		策定当初値		直近値		目標値	評価
		数値	年度	数値	年度		
ほぼ毎日体重測定をしている人の割合（％）	男性	15.5	H30	16.7	R5	19.0	○
	女性	32.6		25.1		36.0	×
成人肥満者（BMI25以上）の割合の減少（％）	男性	29.7	H30	34.8	R5	27.0	×
	女性	17.1		18.4		15.0	×
メタボリックシンドロームを認知している人の割合（％）	男性	81.5	H30	82.4	R5	90.0	△
	女性	81.7		80.1		90.0	△
特定健診受診率（％）		39.4	H30	39.0	R4	45.0	△
特定保健指導実施率（％）		54.5	H30	48.2	R4	65.0	×

※令和5年度特定健診法定報告は未公開

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
健診の普及啓発	広報誌やケーブルテレビ、市ホームページ、母子手帳アプリ、保健事業で幅広い世代に普及啓発を行った。
健診の受診率向上に向けた取組	受診率向上に向け、まちぐるみ総合健診を11月に1日追加実施した。追加実施にあたり、未受診者に郵送で受診勧奨を行った。また、広報誌やケーブルテレビ等で健診に関する周知を行い、まちぐるみ総合健診受診者数は前年度より増加した。 総受診者数 3,998人（R4：3,863人）

<p>生活改善に向けた指導の充実</p>	<p>健診当日の保健指導や健診後に健診結果個別相談会を実施し、ハイリスク者等の指導に努め、健診当日の保健指導者数および健診結果個別相談会参加人数は前年度より増加した。 健診当日指導数 285人 (R4:217人) 健診結果個別相談会参加人数 59人 (R4:49人)</p>
<p>精密検査の確実な受診</p>	<p>ケーブルテレビで、精密検査の受診啓発を行った。また、早期に受診が必要な方に訪問等で受診勧奨を行った。しかし、精密検査受診率は前年と比較して、低下した。 特定健診精密検査受診率 22.6% (R4:25.3%)</p>
<p>市民の主体的な健康づくりに向けた啓発</p>	<p>広報誌やケーブルテレビを活用して、市民に健康づくりに関する情報提供を行った。また、健(検)診時に健康手帳を活用した健康管理の推奨を行った。 健康手帳交付数 203人</p>

第1章	生活習慣病予防等の健康づくり
2 がんの早期発見と予防対策の推進	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	あらゆる機会を通してがんに関する知識の普及・啓発を行った。また、幅広い世代が受診しやすい体制の整備に努めた。評価指標である受診率は目標値を達成していない項目が多いが、いずれの受診率も県より高い状況である。	B

◆取組内容と評価

がんに関する知識の普及啓発を行うとともに、一部の検診項目で受診料金を無料化し、休日に検診を実施する等受診しやすい体制を整え、加えてがんに罹患しても安心して暮らせる環境の整備を図った。
 評価指標をみると、子宮頸がん検診と乳がん検診の受診率は増加した一方で、胃がん検診は男女ともに受診率が低下している。男性では、肺がん・大腸がん検診も受診率が低下している。

◆課題と今後の方向性

今後も継続してがんに関する正しい知識の普及啓発をするとともに、新規層や継続受診できていない層への働きかけ等、より効果的な受診勧奨を行い、受診率向上に向けた取組が必要である。あわせて、がんに罹患しても安心して暮らせる環境の整備を継続することが重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価	
	数値	年度	数値	年度			
がん検診受診率（胃がん）（%）	男性	15.7	H30	14.1	R4	17.5	×
	女性	7.7		6.8		9.0	×
がん検診受診率（肺がん）（%）	男性	31.0	H30	28.4	R4	34.0	×
	女性	25.6		25.0		28.0	△
がん検診受診率（大腸がん）（%）	男性	27.8	H30	26.1	R4	31.0	×
	女性	22.6		22.4		25.0	△
がん検診受診率（子宮頸がん）（%）		14.5	H30	19.7	R4	17.5	◎
がん検診受診率（乳がん）（%）		21.0	H30	23.2	R4	25.5	○

※令和5年度兵庫県がん検診受診率は未公開

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
知識の普及	ケーブルテレビ等でがんの発症リスクを高める要因（生活習慣等）についての知識の普及啓発を行った。
発症予防	ケーブルテレビ等でがんの発症リスクを高める要因（生活習慣等）についての知識の普及啓発を行った。
がん検診の受診促進	まちぐるみ健診の周知啓発を広報誌や保健事業等で行い、受診促進に努めた。また、一部の検診で節目年齢の方の受診料金を無料にする等、受診しやすい体制づくりを図った。各がん検診の受診率は前年度より低下している項目が多いが、いずれの受診率も県より高い状況である。
女性のがん検診の受診促進	広報誌やケーブルテレビ、乳幼児健診、母子手帳アプリ等で女性のがんに関する知識の普及啓発を行った。また、祝日（または休日）の実施や託児日を設けるなど、受診しやすい体制づくりを図った。

<p>男性のがん検診の受診促進</p>	<p>50～70歳の5歳刻みの節目年齢を対象に、受診料金を無料とし、受診しやすい体制を整えている。受診人数は前年度より増加した。 前立腺がん検診受診人数 897人（R4：866人）</p>
<p>精密検査の確実な受診</p>	<p>がん検診精密検査未受診者に対し、文書や電話で受診勧奨を行った。精密検査受診率は、胃がん、子宮頸がん、乳がんについては昨年度よりも増加した。 【精密検査受診率】 胃がん:88.9%（R4:69.7%） 肺がん:71.0%（R4:77.5%） 大腸がん:62.2%（R4:71.4%） 前立腺がん:64.4%（R4:70.6%） 子宮頸がん:94.1%（R4:93.8%） 乳がん:82.8%（R4:78.6%）</p>
<p>がんに罹患しても安心して暮らせる環境の整備</p>	<p>がん患者アピアランスサポート事業により、抗がん剤治療などによる外見の変化のため、医療用ウィッグや乳房補正具を購入した方に購入費用の一部を助成し、身体的・精神的負担の軽減を図った。（助成人数：7人） また、若年者在宅ターミナルケア支援事業については、令和5年度は利用者はなかったが、利用できる体制は整っている。</p>

第1章	生活習慣病予防等の健康づくり
3 生活習慣病の重症化予防	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	生活習慣病の発症や重症化予防に向けた取組みを実施した。評価指標では目標値に達成していない項目が多いが、策定当初値より改善している項目もみられた。	B

◆取組内容と評価

生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発を行うとともに、健診結果から個々の状況に応じて訪問や電話にて保健指導を行い、生活習慣病の重症化予防に向けた支援を行った。
 評価指標をみると、メタボリックシンドローム予備群の割合は減少しているが、該当者の割合は増加している。
 また、血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合は増加している。男性では、血圧高値者の割合や脂質異常症の割合が減少しているが、血糖の高値者の割合は増加している。一方で、女性では血圧高値者の割合と高血圧者の収縮期血圧の平均値、脂質異常症の割合は増加しているが、血糖の高値者の割合は減少している。

◆課題と今後の方向性

生活習慣病の発症や重症化予防に向け、引き続き正しい知識の普及啓発を行うとともに、ライフステージや要指導者の支援レベルに応じて保健指導を実施していくことが必要である。
 また、医師会や健康福祉事務所等の関係機関とのネットワークの推進を図り、連携して地域保健体制を推進する継続的な取組が重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価	
	数値	年度	数値	年度			
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少（％）	予備群	10.9	H30	10.5	R5	9.8	○
	該当者	16.7		18.0		15.0	×
血圧高値者の割合の減少（血圧140mmHg以上または90mmHg以上）（％）	男性	42.0	H30	41.8	R5	37.5	○
	女性	35.4		36.6		31.5	×
血圧高値者の改善（収縮期血圧の平均値の低下）	男性	136.3	H30	135.8	R5	130.0	△
	女性	131.6		132.6		125.0	×
脂質異常症の割合の減少（LDLコレステロール160mg/dl以上）（％）	男性	11.5	H30	7.8	R5	10.8	◎
	女性	11.3		12.3		10.6	×
血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少（％）		0.9	H30	1.0	R4	0.8	×
血糖の高値者の割合の減少（HbA1c6.5以上）	男性	13.0	H30	13.6	R5	11.5	×
	女性	5.2		4.7		4.5	○

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
発症予防	ケーブルテレビや広報誌等にて生活習慣についての正しい知識の普及啓発やまちぐるみ総合健診の受診勧奨を行った。
重症化の予防	健診結果から、要指導者の支援レベル（特定保健指導や早期受診勧奨等）に応じ、訪問や電話にて重症化予防に向けた支援を行った。
地域保健体制の推進	地域医療連絡会を開催し、健康福祉事務所や医師会等の関係機関とネットワークの推進を図った。

第2章	将来を担う次世代の健康と生涯現役社会づくり
1 妊産婦や乳幼児期からの健康づくりの推進（加東市母子保健計画）	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
A	様々な機会を通して妊婦への支援や、子どもの健やかな成長と保護者への育児支援を行った。 評価指標を達成していないものもあるが、高い水準で維持できている。	A

◆取組内容と評価

母子健康手帳交付時面接や赤ちゃん訪問、各種健診や相談事業等で支援を行った。パパママクラスでは、妊娠期から夫婦で協力して育児をしていけるような講話や育児実技などを行った。子どもの生活習慣については、早期からあらゆる機会を通して啓発を行った。

評価指標をみると、パパママクラスの参加者の割合、積極的に育児をしている父親の割合、事故防止を実施している家庭の割合が増加した。一方で、育児支援連絡票による支援件数やこどもさんさんチャレンジ参加割合は減少し、夜10時以降に寝る幼児の割合も増加した。子育て何でも相談を知っている人の割合は、目標値を達成しなかった。また、1歳6か月児と3歳児の保護者では、ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合が増加している。

◆課題と今後の方向性

妊娠期から子育て期まで、全ての家庭を対象に支援を行っているが、外国人、精神疾患を有する人、若年層、経済的困窮者、支援者不在などの細やかな支援が必要な妊産婦が増加している。今後も子育てしやすい環境整備に努めるとともに、適切な時期に支援が受けられるよう関係機関との連携強化をしていく必要がある。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価	
	数値	年度	数値	年度			
パパママクラス（両親学級）参加者の割合（%）	16.4	H30	18.4	R5	18.0	◎	
育児支援連絡票（養育支援ネット）による支援件数（件）	50	H30	34	R5	55	×	
育児について相談相手のいる保護者の割合（%）	97.7	H30	98.8	R5	100.0	△	
積極的に育児をしている父親の割合（%）	60.0	H30	70.4	R5	63.0	◎	
子育て何でも相談を知っている保護者の割合（%）	—	H30	77.7	R5	90.0	—	
こどもさんさんチャレンジ参加者割合（%）	84.8	H30	70.9	R5	89.0	×	
事故防止対策を実施している家庭の割合（%）	72.1	H30	81.7	R5	75.0	◎	
新生児または乳児の家庭訪問実施率（生後4か月未満）（%）	97.3	H30	96.9	R5	100.0	△	
乳幼児健診受診率（%）	生後4か月未満	98.3	H30	99.3	R5	100.0	△
	1歳6か月児	99.7	H30	98.7	R5	100.0	△
	3歳児	98.9	H30	96.2	R5	100.0	△
ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合（%）	生後4か月未満	87.0	H30	87.7	R5	90.0	△
	1歳6か月児	71.3	H30	76.7	R5	75.0	◎
	3歳児	68.7	H30	73.4	R5	70.0	◎
夜10時以降に寝る幼児の割合の減少（3歳児健診）（%）	20.9	H30	25.1	R5	12.4	×	

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
妊娠期から子育て期における切れ目ない支援	母子健康手帳交付時に面接を全数行った。必要な方には、面接や電話、訪問等を通して切れ目ない支援を行った。 母子健康手帳交付人数 320人
子どもの健やかな成長への支援	健診の受診率は、一部目標値に達していないが、全ての健診で96%以上の受診率である。健診や相談等の場を通して子どもの成長発達の確認を行うとともに適切な生活習慣の啓発を行い、未受診者においても、全数把握に努め、子どもの成長発達の確認を行った。
支援が必要な子どもや育てにくさを感じる親への寄り添う支援	養育支援ネットにより、支援が必要な児の情報提供があった場合、早期に訪問等を実施し、適切な時期に支援が受けられるよう療育や相談機関との情報提供を行った。 養育支援ネット件数 34件
思春期保健の充実	喫煙、飲酒、薬物乱用について、小学6年生及び中学3年生の保健の授業で内容を取扱い、正しい知識の普及に努めた。また、スクールカウンセラーを各中学校区に配置し、保護者も含めて相談支援を実施した。 健康課では一部の高校生に向けて妊娠や喫煙、飲酒などの知識の普及を行った。
地域全体による子育て支援	地域にある社会資源等の啓発を行い、関係機関とは子育て支援プラン検討会等を行って、連絡調整を強化した。
虐待予防対策	赤ちゃん訪問や健診など様々な機会を通して虐待のリスクの有無を確認し、子育て支援プラン検討会等を通して、必要な方には関係課と連携して支援を行った。 検討会 12回/年 検討件数 173件/年

第2章	将来を担う次世代の健康と生涯現役社会づくり
2 こころの健康づくり	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	今回の評価指標は悪化したものの、様々な機会を通して、こころの健康に関する正しい知識の普及や相談窓口の啓発を行った。また、自殺対策推進本部会議やこころの健康づくりネットワーク会議を実施することで関係機関との連携をより強化できた。	B

◆取組内容と評価

こころの健康やゲートキーパー、相談窓口についての周知を行うとともに、様々な研修で、市民や民生児童委員、市内企業勤務者、市職員等に、こころの健康に関する正しい知識やゲートキーパーについての周知啓発を行った。
 評価指標をみると、日常生活でのストレスや不安をいつも感じている人の割合と心配ごとや悩みの相談先がない人の割合が増加している。

◆課題と今後の方向性

誰も自殺に追い込まれることがないように、市民へのこころの健康づくりに関する正しい知識の提供や相談窓口の周知啓発、関係機関とのネットワークの強化等、うつ・自殺予防対策を進める必要がある。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
日常生活でのストレスや不安をいつも感じている人の割合（％）	25.7	H30	29.0	R5	23.0	×
心配ごとや悩みの相談先がない人の割合の減少（％）	13.9	H30	17.6	R5	12.5	×

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
こころの健康づくりの啓発	広報誌やホームページ、ケーブルテレビ、こころの健康づくりネットワーク研修等でこころの健康に関する正しい知識の啓発を行った。 こころの健康づくりネットワーク研修参加者数 62人
相談体制の充実	相談窓口一覧チラシを作成し、子育て世代、PTA会員、民生児童委員、各種保健事業等で配布した。また、庁内各窓口や医療機関等に設置した。 相談窓口一覧チラシ作成数 9,000枚
うつ・自殺予防対策	乳児家庭全戸訪問、まちぐるみ総合健診等の各保健事業でうつ予防の啓発やスクリーニングを実施した。 乳児家庭全戸訪問数 250人 まちぐるみ総合健診当日指導（睡眠）40人
地域のネットワークの構築	加東市自殺対策推進本部会議や加東市こころの健康づくりネットワーク会議で関係機関と連携しやすい体制を整えた。また、市職員全員を対象としたゲートキーパー研修を行った。 こころの健康づくりネットワーク会議 3回実施

第2章	将来を担う次世代の健康と生涯現役社会づくり
3 高齢者への介護予防の推進	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	評価指標におけるまちかど体操教室の参加割合は減少しているが、地域での活動が継続できるよう支援し、フレイル対策についての啓発等により、高齢者の介護予防の取組を推進できた。	B

◆取組内容と評価

地域でのまちかど体操教室や自主的な活動が継続できるよう支援を行い、高齢者のフレイル予防の知識に関する集団指導やフレイル対策についての啓発を行うとともに、シニアクラブでは、小規模グループへの支援を含め、高齢者の生きがいつくりに努めた。
 評価指標をみると、フレイルを知っている人の割合は目標値を達成した。一方で、かとうまちかど体操教室の参加者割合は減少した。

◆課題と今後の方向性

高齢者の外出自粛によるフレイル対策が必要であり、フレイル対策についての啓発や、地域でのまちかど体操教室等自主的な活動が継続実施できるよう支援し、高齢者の生きがいつくりの促進と介護予防の取組を充実する必要がある。
 また、重症化リスクのある人の把握が必要であり、医療・介護・健診データを一体的に把握・分析し、今後も高齢者への個別的支援と、集団指導を行っていくことが必要である。
 今後も引き続き高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施していくことが重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
フレイルを知っている人の割合（％）	—	H30	21.0	R5	20.0	◎
かとうまちかど体操教室の参加割合（65歳以上）（％）	12.7	H30	12.2	R5	15.8	×

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
高齢者の生きがいつくりの促進	多くの地域で敬老会を実施され、地域コミュニティの醸成を図りつつ、高齢者のひきこもり抑制や介護予防につながった。シニアクラブでは、小規模グループへの支援を含め、高齢者の生きがいつくりに努めたが、クラブ数・会員数共に減少傾向である。 シニアクラブ数：77クラブ
介護予防の充実	まちかど体操教室の普及とともに、高齢者の介護予防を促進し、自主的に取り組む地域やグループが継続できるよう支援した。 令和5年度まちかど体操教室は61か所で自主グループ数の増加には至らなかった。

第2章	将来を担う次世代の健康と生涯現役社会づくり
4 健康を支えるための社会環境の整備	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	評価指標では目標に達していない項目もあるが、健康づくりを目的とした活動団体との連携や各関係機関の様々な事業や取組の機会で地域のつながりとなる支援を行った。	B

◆取組内容と評価

加東市いずみ会、母子保健推進員等、健康づくりに関わる組織や団体との連携や、ヘルスアップ教室の自主グループや元気応援隊の育成など、健康づくりを目的とした主体的な活動への支援を行うとともに、サンサンチャレンジでは商工会やサンサンチャレンジ協賛店と協力して、市民を主体とした地域ぐるみでの健康づくりの充実を図った。評価指標をみると、健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっているの割合は減少している。また、サンサンサポーター登録数は増加しているが、加東サンサンチャレンジ協賛店登録数は減少している。

◆課題と今後の方向性

市民が自ら主体的に健康づくりに取り組みやすい仕組みづくりが必要であり、地域の支え合いやつながりを深めるため、地域のつながりとなる事業や健康づくりを目的とした主体的な活動への支援や連携を継続して実施していくことが重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている人の割合（％）	3.0	H30	1.0	R5	4.5	×
教室等の修了者や参加者の地域の自主グループ育成（か所）	5	H30	6	R5	10	△
サンサンサポーター登録数（人）	103	H30	124	R5	110	◎
加東サンサンチャレンジ協賛店登録数（店舗）	72	H30	70	R5	75	×

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
地域のつながりの強化	生活支援体制整備事業を推進し、住民を主体とした地域づくりを支援した。各地区ではいきいきサロンや世代間のふれあい、交流を目的とする行動が再開された。また、孤立しがちな方の社会参加のきっかけづくりとして、やしほショッピングパークB i oにおいて、月1回、社会福祉協議会がコミュニティカフェを開催している。
健康づくりを目的とした主体的な活動への支援	ヘルスアップ教室の参加者が教室終了後、自主活動グループに繋がるよう支援した。また、加東市いずみ会や母子保健推進員等健康づくりに関わる組織や団体の活動を支援した。加東サンサンチャレンジ事業では、前年と比較して新規協賛店が8店舗追加となったが、目標には達していない。

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
1 栄養・食生活（加東市食育推進計画）	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	評価指標では目標に達していないものが多いが、チラシ配布や広報誌、ケーブルテレビ等で正しい食生活の推進（和食の推進）ができた。また、新型コロナウイルスの影響も考慮し、講座を中心に食育教室を行った。	B

◆取組内容と評価

各種保健事業で栄養バランス等の普及啓発を実施し、児童館や学校では講話や実習を行った。また、家庭で実践できる献立を食育教室で配布し、子どもと保護者が楽しんで調理ができるよう促すとともに、関係機関と連携しながら和食やもち麦の普及啓発を行い、広く周知を行った。

評価指標をみると、野菜の1日平均摂取量 350g の人の割合が増加している。一方で、夕食後に間食をとることが週3回以上ある人の割合が増加し、食育に関心がある人の割合、毎日、2食以上、主食・主菜・副菜がそろった食事をする人の割合、毎日、家族や友人と楽しく食事をする人の割合、薄味を心がけている人の割合が減少しており、20歳代では、毎日朝食を食べる人の割合が減少している。

◆課題と今後の方向性

子育て世代の朝食を食べない習慣が子どもにも影響している可能性があるため、様々な機会です正しい食習慣や栄養バランスの取れた食事に関する情報提供や普及啓発が必要である。

また、学校や園等は食育推進の場としての役割を担っているため、関係機関と連携しながら食育推進や食育課題に取り組んでいく必要がある。

◆評価指標

取組み内容		策定当初値		直近値		目標値	評価
		数値	年度	数値	年度		
朝食を毎日食べる人の割合 (%)	幼児1～5歳	96.8	H30	94.6	R5	100.0	△
	児童、生徒6～11歳	96.9	H30	95.7	R5	100.0	△
	児童、生徒12～14歳	93.3	H30	94.0	R5	100.0	△
	20歳代	61.7	H30	55.0	R5	68.0	×
	30歳代	80.0	H30	79.6	R5	85.0	△
夕食後間食をとることが週3回以上ある人の割合の減少 (%)		34.5	H30	37.4	R5	31.0	×
食育に関心がある人の割合（非常に関心がある+どちらかといえば関心がある） (%)	男性	60.5	H30	56.7	R5	67.0	×
	女性	78.3	H30	75.2	R5	86.0	×
毎日、2食以上、主食、主菜、副菜がそろった食事をする人の割合 (%)		57.8	H30	43.6	R5	64.0	×
毎日、家族や友人と楽しく食事をする人の割合 (%)		71.0	H30	62.6	R5	75.0	×
野菜の一日平均摂取量350g の人の割合（5皿以上 1皿70g 目安） (%)		2.0	H30	4.7	R5	30.0	○
薄味を心がけている人の割合（心がけている+少しは心がけている） (%)		66.6	H30	62.4	R5	73.0	×

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
栄養バランスのとれた食事等に関する普及啓発	各種保健事業（健診、相談、広報誌やケーブルテレビ等）を通じ、栄養バランスや野菜摂取、減塩等について個別指導やチラシ配布等で啓発した。また、季節の食材やもち麦を使った料理番組を6回放映、ホームページにも掲載した。
正しい食習慣の定着への支援	児童館で紙芝居やエプロンシアターを2回実施し、親子で楽しみながら、食への理解を促した。また、早寝・早起き・朝ごはんの普及も合わせて行った。小学校では、栽培した大豆を使った豆腐作り教室を4回実施、中学校では和食をテーマにだしの取り方の実習を5回行い、食への関心を高めた。
加東市いずみ会（食生活改善推進員協議会）活動の充実	お菓子作りや運動等の会員研修を3回実施し、各支部活動では調理実習を主にした研修も行った。研修を通して地域での活動時に必要な知識等を学習し、会員同士の交流の機会も図った。
関係機関、関連事業との連携強化	学校食育推進委員会等で、食育の状況と課題について、学校、関係機関、地域と共通理解し、食育推進に関する情報交換等を行った。また、関係課と連携して特産品であるもち麦の普及啓発について、チラシの配布を行い、広く周知した。

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
2 身体活動・運動	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	ヘルスアップ教室の開催や自主グループの紹介を行い、住民が地域で気軽に継続して参加できる運動の機会の提供や、広報誌にて運動に関する情報提供を行った。評価指標では、男性の歩数、運動習慣は、ともに改善が見られ、目標値を達成したが、女性は一部悪化している。	B

◆取組内容と評価

「プラス・テン」の普及啓発や、身体活動や運動の重要性・効果等についての広く周知を行うとともに、地域のまちかど体操教室の継続支援や、ヘルスアップ教室等開催により、ライフステージに応じた筋力トレーニングやストレッチ、体操等の実践と情報提供を行った。
 評価指標をみると、男性では、日常生活における歩数が増加し、1日30分以上の運動を週2回以上・1年以上続けている人の割合と意識的に運動を心がけている人の割合も増加している。一方で、女性では、日常生活における歩数は減少し、意識的に運動を心がけている人の割合も減少している。

◆課題と今後の方向性

女性においては特に運動時間の確保がしにくく、運動習慣の実践につながりにくいことが課題である。
 また、市民が日常の生活活動の活性化を図れるよう、身体活動や運動の重要性について広く周知を図るとともに、生活の中で無理なく実践に移せる運動方法等の情報提供を行い、身体活動の増加・活性化を促す必要がある。

◆評価指標

取組み内容		策定当初値		直近値		目標値	評価
		数値	年度	数値	年度		
日常生活における歩数 （1日の歩数）（歩）	男性	6,142	H30	7,483	R5	7,200	◎
	女性	6,706		6,111		7,700	×
1日30分以上の運動を週2回以上、1年以上続けている人の割合（％）	男性	20.6	H30	30.6	R5	24.5	◎
	女性	20.4		20.8		24.5	△
意識的に運動を心がけている人の割合（％）	男性	57.5	H30	61.6	R5	63.0	○
	女性	64.3		58.5		70.0	×

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
身体活動や運動に関する情報提供	広報誌やケーブルテレビを活用し、身体活動や運動の重要性等について情報提供を行った。
日常生活における歩数の増加	広報誌にて「プラス・テン」（毎日10分身体を多く動かそう）の普及啓発を行った。
運動習慣者の割合の増加	ヘルスアップ教室等の保健事業を通して、手軽にできる筋力トレーニングやストレッチ、自主グループの紹介を行った。 広報誌では「プラス・テン」（毎日10分身体を多く動かそう）の普及啓発を行った。
運動しやすいまちづくり・環境整備	加東まちかど体操教室等身近な公民館や集会所での運動教室を開催し、高齢者の運動を促す関係づくりを支援した。また、ヘルスアップ教室を実施し、地域や自宅でも運動を実践できるよう支援した。 まちかど体操教室 61か所

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
3 休 養	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評 価	評価の根拠	
B	評価指標は、策定当初より悪化しているが、広報誌等を通じて睡眠に関する知識の普及啓発や健診時の睡眠に関する健康相談を実施できた。	B

◆取組内容と評価

睡眠と心身の健康の関係や飲酒による睡眠への影響について、正しい知識の普及啓発を行うとともに、まちぐるみ総合健診では、不眠やストレスに悩む受診者に個別で健康相談を実施した。
 評価指標をみると、睡眠による休養を十分にとれていない人の割合、睡眠を助けるためにアルコールを飲む人の割合がともに増加している。

◆課題と今後の方向性

様々な機会を通して、ライフステージに応じた睡眠と心身の関係や飲酒による睡眠への影響について、正しい知識の普及啓発を行っていく必要がある。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
睡眠による休養を十分にとれていない人の割合の減少（%）	29.0	H30	34.9	R5	26.0	×
睡眠を助けるためにアルコールを飲む人の減少（%）	29.0	H30	30.7	R5	14.5	×

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
睡眠の重要性の普及啓発	広報誌にて睡眠の重要性について啓発を行った。また、まちぐるみ総合健診において睡眠に関して相談を希望された方に、個別に相談に応じた。
心身の疲労回復に関する知識の普及啓発	広報誌にて心身の健康や休養の重要性について啓発した。また、まちぐるみ総合健診において睡眠に関して相談を希望された方に、個別に相談に応じた。

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
4 飲酒	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	評価指標では現状維持または悪化している項目もあるが、生活習慣病リスクを高める飲酒をしている人の割合は目標を達成している。様々な機会を通じて飲酒に関する知識の普及啓発を行うことができた。また、対象者の状況に応じて、専門相談機関の情報提供を行うことができた。	B

◆取組内容と評価

飲酒が心身に及ぼす影響や適切な飲酒についての普及啓発に取り組むとともに、母子健康手帳交付時には、飲酒の状況を確認し、妊娠中の飲酒による胎児への影響や危険性について指導を行った。
 評価指標をみると、1日3合以上飲酒する人の割合は男女とも増加している一方で、生活習慣病リスクを高める飲酒をしている人の割合は減少しており、目標を達成している。

◆課題と今後の方向性

健康に考慮した飲酒、飲酒が心身に及ぼす影響や依存症について継続した情報発信や、健診結果に応じた個別の相談支援が必要である。
 また、アルコール関連問題を抱える人への相談支援や専門機関との連携が重要であり、加東市内での断酒会が継続できるよう支援が必要である。

◆評価指標

取組み内容		策定当初値		直近値		目標値	評価
		数値	年度	数値	年度		
1日3合以上飲酒する人の割合の減少（%）	男性	6.7	H30	12.5	R5	6.0	×
	女性	1.5		2.4		1.1	×
1日あたりの飲酒の適量を知っている人の割合（%）	男性	47.1	H30	46.9	R5	56.5	△
	女性	32.9		32.7		39.5	△
生活習慣病リスクを高める飲酒をしている人の割合（男性2合以上、女性1合以上）の減少（%）	男性	18.5	H30	15.9	R5	16.5	◎
	女性	15.9		12.9		14.0	◎
妊娠中の飲酒率の減少（4か月児健診）（%）	妊婦	1.1	H30	1.1	R5	0.0	△

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
適正飲酒の啓発	広報誌やケーブルテレビを活用し、アルコールが心身に与える影響や生活習慣病のリスクを高める飲酒量について啓発を行った。
未成年者の飲酒による健康被害の啓発	飲酒が及ぼす影響について、小学6年生及び中学3年生の保健の授業で内容を取扱い、正しい知識の普及に努めた。
妊娠中の飲酒をなくす	母子健康手帳交付時には飲酒の状況を確認し、妊娠中の飲酒による胎児への影響や危険性について保健指導を行った。
アルコール関連問題に対する早期発見と早期介入	まちぐるみ総合健診において、アルコール問題に関する保健指導を行い、必要に応じて健康福祉事務所など相談先の情報提供を行った。また、関係機関と連携し、市内での断酒会の継続した開催に向けての協力を行った。

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
5 喫煙	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	たばこの害について、様々な機会に情報発信を行うことができた。 評価指標では現状維持または悪化している項目はあるものの、男性や父親の喫煙率で改善が見られた。	B

◆取組内容と評価

喫煙が身体に及ぼす影響について、情報提供を取り組んできた。
また、未成年者の喫煙による健康被害について、正しい知識の普及啓発に努めるとともに、妊娠中の喫煙や受動喫煙の影響については、母子健康手帳交付時や子どもの健診や相談等の機会を通して、個別に啓発を行った。
評価指標をみると、習慣的に喫煙している男性の割合、育児期間中の父親の喫煙率は、減少している。一方、習慣的に喫煙している女性の割合、育児期間中の母親の喫煙率は増加している。また、喫煙の影響について、喘息の認知度は増加しているが、妊娠に関連した異常とCOPDの認知度については減少している。

◆課題と今後の方向性

今後も喫煙や受動喫煙が及ぼす悪影響について、周知啓発を行い、多くの疾患のリスクを低減する必要がある。
また、妊婦や子育て世代の喫煙による子どもの健康被害についての啓発や、喫煙や分煙への支援が必要である。今後も禁煙を希望する人への知識の提供と禁煙に向けた継続的な支援が重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価	
	数値	年度	数値	年度			
習慣的に喫煙している人の割合の減少（％）	男性	27.7	H30	22.4	R5	14.0	○
	女性	1.8		4.7		0.9	×
喫煙の影響について知っている人の割合（％）	喘息	42.0	H30	45.3	R5	50.5	○
	妊娠に関連した異常	71.2		68.9		85.5	×
	子どもへの影響	62.6		62.2		81.5	△
	COPD	35.3		33.6		42.5	×
育児期間中の両親の喫煙率の減少（4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診の平均）（％）	父親	39.1	H30	32.3	R5	20.0	○
	母親	5.2		6.0		4.0	×
妊娠中の喫煙率の減少（4か月児健診）（％）		3.1	H30	1.9	R5	0.0	○

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
喫煙率の低下	喫煙が身体におよぼす影響の啓発を広報誌やホームページ、ケーブルテレビで情報提供を実施した。また、禁煙希望者には個別支援を行った。
未成年者の喫煙による健康被害の啓発	喫煙が健康に及ぼす影響について、小学6年生及び中学3年生の保健の授業で内容を取扱い、正しい知識の普及に努めた。 高校生に向けては、チラシを配布し、喫煙による健康被害の啓発に取り組んだ。
妊娠中の喫煙をなくす	母子健康手帳交付時に、妊娠中の喫煙、受動喫煙の影響について啓発した。

<p>子どもへの喫煙による影響をなくす</p>	<p>健診や相談等の機会を通して、両親の喫煙の有無を把握した。喫煙している家庭には受動喫煙による子どもへの健康被害に関する知識の普及啓発を行ったが、育児中の両親の喫煙率は目標に達していない。</p>
<p>受動喫煙のないまちづくり</p>	<p>広報誌、ケーブルテレビを活用し、受動喫煙防止に向けた啓発を行った。受動喫煙の防止等に関する条例（兵庫県）のチラシを設置し、啓発を行った。</p>

第3章	栄養・運動・休養・飲酒・喫煙及び口腔に関する生活習慣の改善
6 歯・口腔	

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	歯周病検診や妊婦歯科健診、乳幼児健診・教室等を通じて、歯科疾患の予防や口腔の健康についての正しい知識の普及・啓発を行い、定期的な歯科健診受診やかかりつけ歯科医を持つことの重要性を周知した。評価指標においては、改善が見られ、目標値を達成したものもあるが、悪化している項目もある。	B

◆取組内容と評価

歯科疾患の予防や口腔管理の方法、かかりつけ歯科医をもつことの重要性について正しい知識の普及啓発を行った。
 また、乳幼児期のむし歯予防、全世代への定期的な歯科健診の受診促進、高齢期のオーラルフレイル予防について地域のグループ活動に対する支援など、各ライフステージに応じた口腔の健康づくりの推進に取り組んだ。
 評価指標をみると、喪失歯のない者の割合、歯間部清掃用具を使用する人の割合、定期的な歯石除去や歯面清掃する人の割合、過去1年間に歯科検診を受けた人の割合が増加している。一方で、20本以上自分の歯を有する者の割合と24本以上自分の歯を有する者の割合は減少している。

◆課題と今後の方向性

早期からの歯科疾患予防や定期的な受診の必要性とかかりつけ歯科医をもつことの重要性の周知とともに、オーラルフレイル予防も含め、正しい知識の普及・啓発により、生涯を通じた歯・口腔の健康づくりをより一層推進していくことが必要である。
 また、乳幼児健診や教室時の歯科指導に合わせて、保護者に対しても、引き続き、歯・口腔の健康についての啓発と定期的な歯科受診の周知を行っていく必要がある。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
20歯以上自分の歯を有する者の割合（70～84歳）（％）	88.8	H30	81.9	R5	89.0	×
24歯以上自分の歯を有する者の割合（60歳代）（％）	87.4	H30	78.8	R5	88.0	×
喪失歯のない者の割合（40歳代）（％）	80.0	H30	85.3	R5	82.0	◎
歯間部清掃用具を使用する人の割合（毎日＋ときどき）（％）	59.8	H30	66.1	R5	68.0	○
定期的な歯石除去や歯面清掃する人の割合（％）	36.2	H30	41.2	R5	45.0	○
過去1年間に歯科健診を受けた人の割合（％）	52.0	H30	60.4	R5	60.0	◎
3歳児のう蝕（むし歯）のない児の割合（％）	92.2	H30	92.6	R5	93.0	△
仕上げ磨きをする親の割合（1歳6か月児健診）（％）	70.9	H30	71.9	R5	75.0	△

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
歯・口腔に関する正しい知識の普及啓発	広報誌・ケーブルテレビを活用し、「歯の健康づくり」や「歯と口の健康習慣」についての啓発を行った。
乳幼児・学齢期のむし歯予防	健診や相談等の場を通して、歯科医師、歯科衛生士による子どもの歯科指導を実施し、虫歯予防の啓発を行った。

<p>歯科健診の受診促進</p>	<p>まちぐるみ総合健診と併せて、20歳以上の市民を対象に無料で歯周病検診を実施した。また、パパママクラスに併せて、年2回妊婦を対象に妊婦歯科健診を実施し、受診者数は昨年度より増加した。 歯周病検診受診者数 376人（R4：403人） 妊婦歯科健診受診者数 32人（R4：28人）</p>
<p>歯科保健体制の整備</p>	<p>年1回歯科保健連絡会や歯科衛生士との連絡会を開催し、課題や今後の方向性について協議を行った。 小野加東歯科医師会による年末年始休日診療を実施した。（令和5年度：21件）</p>

第4章	健康危機における健康確保対策

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	市民の健康危機管理に対する意識向上のため、感染症や災害時等の対応に関する知識の普及啓発や、医療機関等と災害時や感染まん延時等の連携体制を確認できた。また、円滑な予防接種体制の確保はできたが、麻疹及び風しん予防接種割合の指標は目標に達していない。	B

◆取組内容と評価

市民の感染症予防に対する意識の向上を目的として、感染症や災害等に対する知識の普及啓発や、医療機関等との連携体制を構築するとともに、予防接種の方法や正しい知識を周知啓発した。
 評価指標をみると、災害時に備えて非常食を準備している世帯の割合は増加したが、麻疹及び風しん予防接種の接種割合は減少した。
 また、日頃から感染予防として、手洗い、マスクの常備、ワクチン接種を行う人の割合は増加したが、うがいを行う人の割合は減少した。

◆課題と今後の方向性

災害や感染症に関する知識及び災害時の備えについて、周知啓発を行い、感染症にかかる予防対策を強化する必要がある。
 また、医療機関等と協力連携を強化し、予防接種に関する情報提供及び接種率の向上に向けた取り組みを行っていくことが重要である。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価
	数値	年度	数値	年度		
災害時に備えて非常食を準備している世帯の割合（％）	23.7	H30	24.8	R5	60.0	○
日頃から感染予防に取り組む人の割合（％）	手洗い	H30	87.9	R5	95.0	○
	うがい		47.6		89.0	×
	マスクの常備		66.9		59.0	◎
	ワクチン接種		39.9		48.0	○
麻疹及び風しん予防接種の接種割合（第2期）（％）	96.7	H30	90.4	R5	97.0	×

◆行政の取組

取組名	取り組み内容と評価
感染症や災害に関する知識の普及啓発	市民の自主的な感染症対策の知識の普及を目的として、新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本である「手洗い」や「マスクの着用」についての啓発を、広報誌、チラシにより行った。
感染症や災害時等の連携体制の構築	感染症の発生や流行時に必要な情報収集を目的として、関係機関との連携体制を確認した。また、新たな感染症のまん延防止対策や災害時に備え、継続してマスクを購入し管理及び保管した。
予防接種率の向上	医師会や医療機関と連携・調整し、円滑な予防接種の体制を確保した。また、予防接種に関する情報を発信し、麻疹及び風しん予防接種については、未接種者へ再勧奨を実施することで、接種率の向上を図った。

第5章	地域医療の確保

一次評価（行政による内部評価）		二次評価 （委員による評価）
評価	評価の根拠	
B	北播磨医療圏域内の会議等への参画や関係機関との連携により、休日救急医療体制の確保や医療及び介護の連携強化を図ったが、指標である子ども医療電話相談（#8000）を知っている親の割合は低下している。	B

◆取組内容と評価

健康や医療について身近で相談できるかかりつけ医、かかりつけ歯科医をもつことや、適正受診についての周知啓発を行うとともに、子どもの健診等の機会を利用して、子どもの医療電話相談（#8000）の周知を行った。
評価指標をみると、かかりつけ医をもつ6歳未満児の割合が増加している。

◆課題と今後の方向性

北播磨圏域内の小児救急体制の確保が困難であることから、子どもの救急に関する子どもの医療電話相談（#8000）が活用できることが重要となるため、さらなる周知啓発に努めるとともに、医療機関等と連携し、北播磨圏域での救急医療体制の整備に努める必要がある。

◆評価指標

取組み内容	策定当初値		直近値		目標値	評価	
	数値	年度	数値	年度			
子ども医療電話相談（#8000）を知っている親の割合（4か月児健診）（%）	92.6	H30	90.0	R5	93.0	△	
かかりつけ医をもつ人の割合（%）	6歳未満児	94.5	H30	97.5	R5	100.0	○
	20歳以上65歳未満	58.9	H30	59.2	R5	70.0	△
かかりつけ歯科医をもつ人の割合（%）	20歳以上65歳未満	75.4	H30	75.5	R5	84.0	△

◆行政の取組

取組名	取組み内容と評価
地域医療体制の整備	北播磨保健医療福祉連絡協議会など医療機関や関係機関との会議に参加し、様々な課題を情報共有することで、地域医療体制の整備を行った。
保健・医療・福祉の連携の強化	在宅医療・介護推進連絡協議会等で保健、医療、福祉との情報共有や支援連携の強化を図ることで多職種とのネットワークを構築した。また、研修を通じて保健、医療、福祉等の人材の資質向上を行った。
救急医療体制の確保	かかりつけ医をもつことの必要性や適正受診について普及啓発を行った。また、小野市・加東市医師会の協力を得て、休日救急医療の体制を確保した。
小児医療体制の啓発	子ども医療電話相談（#8000）の利用について、母子健康手帳交付時や、新生児訪問時、4か月児健診時の個別周知により普及啓発を行った。

<p>周産期医療の充実</p>	<p>養育支援ネットを活用し、ハイリスク妊産婦について、病院や開業医との綿密な情報共有と連携の強化を図った。（34件）</p>
<p>がん対策</p>	<p>がん予防に関する普及啓発およびまちぐるみ総合健診にてがん検診を実施した。また、がん患者アピアランスサポート事業等でがん患者の療養生活を支援した。（アピアランスサポート助成人数：7人）</p>
<p>精神疾患（認知症を含む）</p>	<p>ゲートキーパー研修の開催やこころの相談窓口の普及啓発による自殺対策の推進や、認知症について正しい知識の普及啓発を図り、認知症初期集中支援事業等により早期発見、早期診断、早期治療、早期支援を推進した。</p>
<p>地域包括ケアシステムの構築</p>	<p>医療と介護の連携強化のため地域ケア会議、在宅・介護連携推進協議会及び地域ケア・かかりつけ医連絡会実施により、包括的な地域ケア体制を整えた。</p>