

四万十市健康増進計画（第2期）

（平成27～31年度）

中間評価



平成30年3月  
四万十市

## 目 次

I	「四万十市健康増進計画（第2期）」の概要	
1	計画の趣旨・基本理念・計画策定の視点	2
2	健康課題	4
3	計画目標の設定と評価	4
4	計画の推進	4
II	中間評価の概要	
1	中間評価の趣旨	6
2	中間評価の方法	6
III	ライフステージごとのまとめ	8
IV	四万十市健康増進計画（第2期）中間評価シート	16
V	数値目標の評価	25
VI	四万十市健康増進計画策定委員会条例	27
VII	策定委員名簿	28

## I 「四万十市健康増進計画（第2期）」の概要

### 1 計画の趣旨・基本理念・計画策定の視点

近年の生活環境の著しい変化や高齢化、平均寿命の延伸等に伴い、がん、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病をかかえ、その結果、寝たきりや要介護状態、要医療状態等となる市民が多く、医療の進歩等により医療や介護サービスを受ける期間も長くなり医療費や介護給付費などの社会保障費負担の増加が大きな課題となっています。

このような状況の中、市民一人ひとりが心身ともに健康で充実した生活を送り、活力ある社会と心豊かな社会の確立が重要となり、従来にも増して生活習慣の改善・健康増進を図り、疾病発症を予防する「一次予防」を重点とした取組が求められ、保健事業を通じて住民の健康の保持増進に向けた取り組みを推進していくこととしています。

計画では「笑顔で伸ばそう健康寿命～みず・めし・うん・うん～」を基本理念として、その理念を実現するため、市民が主体的に健康づくりに取り組んでいけるよう、分野ごとのスローガン及び目標を設け、具体的な施策の展開を図っていくこととしています。

#### 【計画期間】

平成 27 年度～平成 31 年度

#### 【計画策定の基本的な考え方】

この計画では市民に分かりやすくするため5つのライフステージ、4つの分野、3つの視点で目標を設定しています。

##### (1) ライフステージの設定

この計画では「乳幼児期（0～5歳）」、「学齢期（6～17歳）」、「青年・壮年期（18～39歳）」、「中年期（40～64歳）」、「高齢期（65歳以上）」の5ステージを設定し重点目標を設定しています。

##### (2) 分野の設定

この計画は市民により分かりやすく周知するため「たべる」、「うごく」、「いやす」、「ふせぐ」の4分野で設定し、各分野で目標（数値目標）をかかげて改善等に取り組んでいくこととしています。

##### (3) 視点

計画的に事業を推進するため次の3つの視点から目標設定を行っています。

自助：自分や家庭で取り組む  
共助：仲間・地域で取り組む  
公助：行政による支援

## 【基本理念】

笑顔で伸ばそう健康寿命 ～みず・めし・うん・うん～

## 【スローガン】

### (1) <たべる> おいしく楽しく食べて、元気なからだをつくろう

規則正しい食生活、バランスのとれた食事は肥満や生活習慣病の予防にもつながります。また、食事を楽しむことが健全な食生活につながるよう取組を推進していきます。

### (2) <うごく> 運動習慣を身につけよう

生活習慣病リスクが高いメタボリックシンドロームの予防・改善やストレスの発散など体を動かすことは健康に様々な良い影響を与えます。

しかし、一人ひとりの生活環境や身体状況によって、運動のできる範囲は異なります。そのため、一人ひとりの状況に合わせた運動ができるよう取組を推進していきます。

### (3) <いやす> ストレスと上手に付き合い、笑顔をふやそう

現代社会ではこどもから大人まで広い年代で様々なストレス要因にさらされています。ストレスはこころの健康に悪影響を及ぼす一因であり、一人ひとりがストレスの軽減・解消や十分な休養を心がける必要があります。

また、ストレスは周囲の環境からくる場合も多く、個々が周りの人に思いやりや感謝の気持ちを持ち、穏やかに過ごすことが心の安定につながります。

一人ひとりが自分の状況にあったストレス解消法がみつけれられるよう取組を推進していきます。

### (4) <ふせぐ> 自分のからだを知り、生活習慣を見つめなおそう

自分の健康を守るためには、自分の健康状態を知り、正しい知識を身につけることが大切となってきます。

多量飲酒・喫煙が健康に与える被害やリスクについて、誰もが正しい知

識をもち、節度ある飲酒につながる取り組みを推進していきます。たばこは健康に与える被害やリスクも高く、生活習慣病リスクの悪化と関係の深い要因のひとつです。吸わない人や禁煙者が増えるような取組、受動喫煙の防止に向けた取り組みを推進していきます。

また、口腔機能を保つことは、「おいしく食べる」「楽しく話す」などの生活の質の向上につながります。いつまでも自分の歯でおいしく食事ができるよう、周知啓発に取り組めます。

自分自身や家族の健康のためにも予防・早期発見の大切さを一人ひとりが見つけなおし、健康づくりに取り組めるよう意識づくりと環境づくりを行います。

## 2 健康課題

各種健診（検診）や国民健康保険医療費のデータなどから見える四万十市の健康課題は次のとおりです。

若い世代の食生活の乱れ

幼児期・学齢期のむし歯が多い

40歳代はストレスを感じている人が多い

糖尿病になる人が多い

受動喫煙防止のための取組み不足

## 3 計画目標の設定と評価

健康づくりを推進していくため、個人をはじめとする家庭や地域、各種団体、健康づくりに関わる関係者が共通の認識を持ち、健康課題を明らかにし改善の目標を設けます。

その目標達成に向け実施した取組を適切に評価し、継続的に計画に反映し、より効果的かつ効率的に計画を推進していくこととしています。

## 4 計画の推進

### (1) 計画の進行管理

この計画は、基本理念である「笑顔で伸ばそう健康寿命～みず・めし・うん・うん～」の実現を目指して、市民や地域、団体、行政など社会全体が一体となって健康づくりを進めていくもので、中間（最終）評価において各種

指標を用いて、取組の状況確認や効果を検証し、次のステップにつなげていくこととしています。

また、この計画を実行性のあるものとして推進するため、定期的に実施状況や数値を把握することを基本に進行管理を行っています。

## (2) 連携体制

計画の趣旨や内容について、四万十市広報やホームページを通じて広く市民に周知し、健康づくりへの自主的な取組の推進と健康意識の向上につなげています。

また、社会福祉協議会、医師会、NPO法人等の関係機関や健康づくり婦人会、食生活改善推進協議会、地区健康福祉委員会等の住民組織との連携を強化し、健康づくりを推進していくこととしています。

## (3) 四万十市健康増進計画策定委員会

保健・福祉・医療団体、自治組織、行政機関等の代表などで組織する委員会において評価していきます。

『みず・めし・うん・うん』とは、毎日の体調を整えるための4つのポイントです。

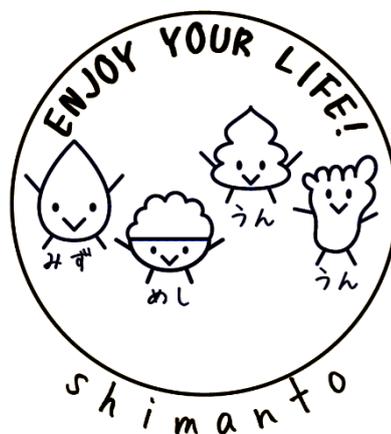
みず：血液のめぐりを良くする水分摂取

めし：身体をつくる栄養

うん：健康のバロメーターである排便

うん：筋肉をつくる運動

毎日の生活の中で、水分（みず）・食事（めし）・排便（うん）・運動（うん）の4つを意識し普段の体調を整えることが健康を保つ秘訣になります。



## Ⅱ 中間評価の概要

### 1 中間評価の趣旨

保健事業を通じて四万十市民の健康の保持増進に取り組むため、平成 22 年度に四万十市健康増進計画を策定しました。その後、平成 26 年度に同計画を見直すとともに、生活習慣病の一次予防と健康寿命の延伸のための指針として「四万十市健康増進計画（第 2 期）」を策定しました。

この計画をもとに、四万十市はもとより関連団体、住民組織と連携し、それぞれの立場から市民の健康づくりについて支援・取組を進めています。

第 2 期計画が策定されてから 3 年目が経過し、健康づくりを取り巻く環境も日々変化しております。そこで今年度計画前半を振り返り、目標（数値目標）達成に向けた取組等の検証を行うため中間評価を行いました。

この中間評価の結果を踏まえ、計画最終年度の目標達成に向けてさらに健康づくりを推進し、「笑顔で伸ばそう健康寿命～みず・めし・うん・うん～」の基本理念のもと市民の健康増進に取り組んでいきます。

### 2 中間評価の方法

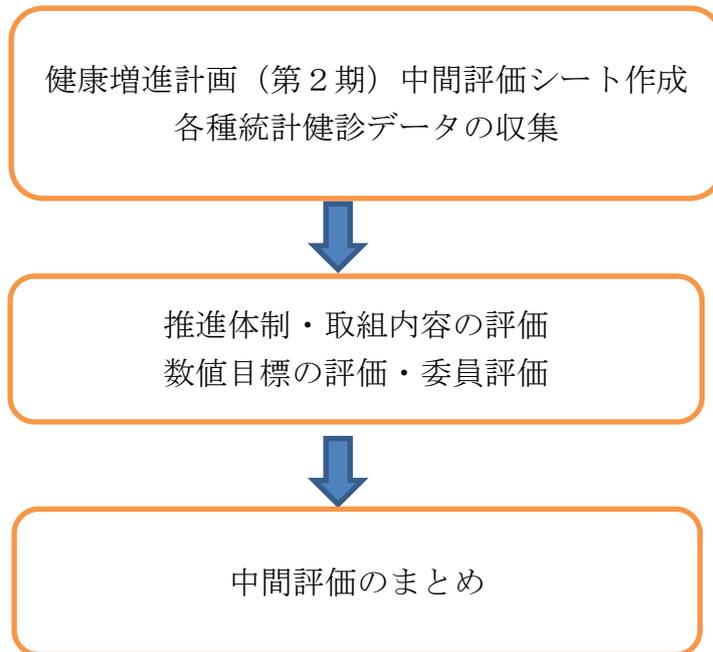
#### （1）既存データ、統計資料から分析

- ア 四万十市各種保健事業の統計、問診票（乳幼児健康診査、特定健康診査など）
- イ 四万十市関係課、関係機関、関係団体等の統計（学校保健、国保連合会など）
- ウ 国・県の調査

#### （2）四万十市健康増進計画（第 2 期）中間評価シートから分析

#### （3）四万十市健康増進計画策定委員による評価

(4) 中間評価のながれ



### Ⅲ ライフステージごとのまとめ

〈たべる〉 おいしく楽しく食べて、元気なからだをつくろう

#### 【1】 現状

##### 乳幼児期

〈乳幼児健診時食事アンケートより〉

	1歳9か月児健診		3歳児健診	
	H27年度	H28年度	H27年度	H28年度
朝食欠食率	1.1%	0.0%	3.5%	3.5%
おやつの時間を決めている	66.0%	71.0%	64.0%	63.0%

- ①妊婦教室・乳幼児相談・乳幼児健診などを活用し正しい食生活についての情報提供ができた。
- ②1歳9か月児健診における食事アンケート結果を平成27年度と平成28年度を比較すると、朝食欠食率は1.1%から0%になり、おやつの時間を決めている割合は66%から71%と高くなっている。
- ③3歳児健診におけるアンケート結果では朝食欠食率が平成27年度、平成28年度ともに3.5%で変化はなく、おやつの時間を決めている割合も64%から63%とほぼ横ばいであった。

##### 学齢期

〈学校栄養教諭部会「食生活調査結果」より〉

毎日朝食を食べている者の割合

単位：人（%）

	小5			中2		
	H26	H27	H28	H26	H27	H28
①かならず食べる	240(86)	245(91)	240(88)	206(86)	250(87)	207(87)
②一週間に2～3日食べないことがある	25(9)	18(7)	25(9)	20(8)	27(9)	21(9)
③一週間に4～5日食べないことがある	3(1)	1(0)	3(1)	3(1)	3(1)	2(1)
④ほとんど食べない	4(1)	5(2)	4(1)	11(5)	6(2)	8(3)
⑤無回答	0	0	0	0	1(0)	1(0)

## ③、④と答えた理由

(複数回答)

	小5			中2		
	H26	H27	H28	H26	H27	H28
①食欲がなかったから	2人	1人	2人	5人	10人	6人
②太りたくないから	0	0	0	0	1人	0
③時間がなかったから	2人	2人	4人	4人	8人	3人
④いつも食べないから	3人	2人	1人	3人	3人	2人
⑤朝食が用意されていなかったから	1人	2人	0	1人	3人	1人
⑥一緒に食べる人がいなかったから	0	0	0	0	0	0
⑦その他	0	1人	1人	2人	3人	0
⑧無回答	0	0	0	0	0	0

- ①小学校5年生で朝食欠食率（毎日は食べない）が平成26年度14%、平成27年度9%、平成28年度12%と多少の増減はあるがほぼ横ばいであった。また、中学2年生の朝食欠食率は、平成26年度14%、平成27年度13%、平成28年度13%と横ばいで、平成31年度目標値10%以下に達していなかった。
- ②食育講座終了時のアンケート結果では、児童生徒から「食に関心が持てた」と感想が聞かれた。

## 青年・壮年期

〈平成28年度特定健診問診票による朝食欠食率〉

	30歳代	40-74歳
男性	41.0%	12.2%
女性	24.6%	8.7%

- ①地区健康福祉委員会活動への参加者が少ない。
- ②平成28年度特定健診問診票での朝食欠食率は、30歳代女性24.6%、40～74歳男性12.2%、40～74歳女性8.7%なのに対し、30歳代男性は、41%と非常に高くなっている。全年齢を性別に見てみると男性12.8%、女性9.6%となっており目標値である男性20%以下、女性15%以下は達成しているものの女性よりも男性の朝食欠食率が高くなっている。

## 中年・高齢期

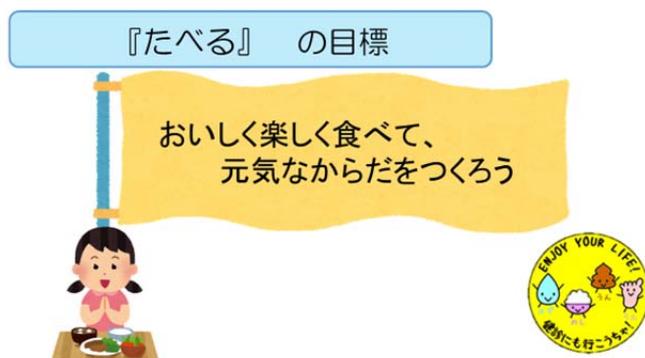
- ①食に関する講話や調理実習の実施地区数は年々増えているが、地区数全体から見れば実施地区は約20%にとどまっている。

## 【2】課題

- ①30歳代男性の朝食欠食率が、41%と非常に高い。
- ②特定健診受診者の朝食欠食率は、中年期（40～64歳）が高齢期（65～74歳以上）よりも高く、男性と女性を比べると男性が高くなっている。
- ③各地域において食に関する講話等の開催は年々増えているが、全体の約20%にとどまっている。今後、多くの地域で取り組めるよう働きかけていくことが必要である。
- ④四万十市では入院と外来合わせて高血圧性疾患、歯肉炎及び歯周疾患、糖尿病が多い。

## 【3】今後の方向・取り組み

- ①食生活の重要性を周知するために、乳幼児期においては乳幼児健診時に詳しく啓発説明する。また、幼稚園や保育所と連携し取り組みを実施する。学齢期においては、児童生徒が食への関心を高めていけるよう教育機関と連携を密にし取り組みを検討していく。
- ②健診受診者に対して、特定健診結果説明会において健診結果と食生活について、よりわかりやすくイメージできるように個別に保健指導を実施し、取り組みを促す。
- ③事業所と連携し食育を推進していく。
- ④四万十市では入院と外来を合わせ高血圧性疾患、歯肉炎及び歯周疾患、糖尿病が多いことから生活習慣病を予防することを目的として「バランス食」「減塩」などについて、広報等で周知するとともに住民組織と連携した取り組みを実施する。



## ＜うごく＞ 運動習慣を身につけよう

### 【1】現状

#### 乳幼児期・学齢期

- ①母子保健関係スタッフが協議し、乳幼児期の保護者に向けてわかりやすく作成した「規則正しい生活リズムの必要性」などのパンフレットを乳幼児健診時に配布し周知を図っている。
- ②教育機関とは十分な連携がとれず、学校養護部会との連携が不十分だったことから積極的な啓発活動ができていない。

#### 青年・壮年・中年・高齢期

〈特定健診（40～74歳）問診票より週2日以上運動習慣のある割合〉

	H26年度	H27年度	H28年度
男性	46.6%	45.5%	45.3%
女性	42.0%	40.2%	40.7%

- ①地域での運動に関する講話回数と参加人数は、平成26年度8回103人、平成27年度18回248人、平成28年度23回で290人と年々増加している。
- ②特定健診問診票では40～74歳で週2日以上運動習慣ある人の割合が、平成26年度男性46.6%・女性42%、平成27年度男性45.5%・女性40.2%、平成28年度男性45.3%・女性40.7%でほぼ横ばい状態である。
- ③地区健康福祉委員会における平成26年度から平成28年度までの3年間で、各種体操を合わせた指導実施回数は119回、1,526人に実施した。体操指導済の地区はいきいき百歳体操のDVDを配布し、自主的に体操が継続できるよう説明し継続実施に結びついている。また、体操を継続するモチベーション維持のためにも年1回程度の体力測定を行い、積極的に取り組みができています。

### 【2】課題

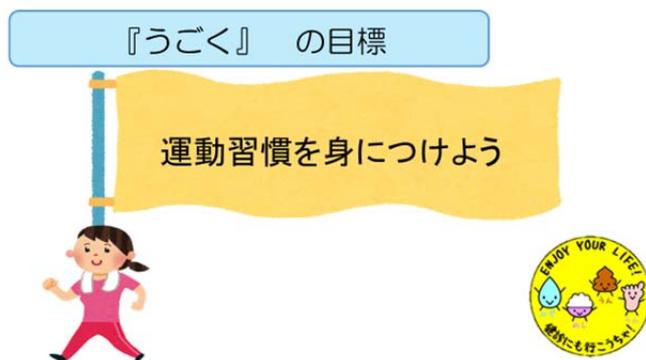
- ①各地区健康福祉委員会等の組織と十分連携がとれているが、保育所・教育機関との連携が不十分。
- ②平成28年度の週2日以上運動習慣のある割合を年代別に見ると40～64歳は34.5%、65～74歳は46.5%であり、性別に見ると男性43.6%、女性38.5%である。運動習慣のある割合は、30歳代23.1%と最も低くなっており若い年代層の運動習慣が少なく、運動への意識づけや運動をする機会の提供など青

壮年世代への対策が必要である。

- ③地区健康福祉委員会においても、いきいき百歳体操とゴム体操などの未実施地区がまだまだ多く、定着していない地域もある。

### 【3】今後の方向・取り組み

- ①保育所と連携し「規則正しい生活リズムの必要性」などのパンフレットの活用や、指導内容の充実について検討する。
- ②学校との連携については、養護部会などと連携方法を検討する。
- ③特定健診結果説明会や特定保健指導などで生活習慣病予防における運動習慣の必要性を周知していく。また、地区健康福祉委員会代表者会や地区健康福祉委員会時にも運動習慣の必要性をロコモティブシンドロームと関連させながら周知し実践する。
- ④まちなかサロン、ウォーキングなど各種イベントの情報提供を行う。
- ⑤体操の定着に向けて、老人クラブなど各種地区組織へ実施の働きかけを行っていく。



## ＜いやす＞ ストレスと上手に付き合い、笑顔をふやそう

### 【1】現状

#### 乳幼児期・学齢期

〈子育て支援センター参加状況〉

	H26年度	H27年度	H28年度
参加人数	6,294人	8,695人	8,351人
参加組数	3,017組	3,964組	3,909組

- ①乳幼児相談会やふれあいの場（子育て支援センター、自主サークル）の取り組みが周知、認知され利用者が増えてきている。また、支援が必要な方への定期的な協議の場を設けられるなど、子育て支援センターや保育所との連携がとれている。

#### 青年・壮年・中年・高齢期

- ①広報などによる情報提供が十分にできなかった  
②集いの場や支えあう地域となるよう、地区健康福祉委員会と十分な連携が取れず、ストレスについての健康講話や相談があまりできなかった。  
③地域包括支援センターと連携を図り、対象者の相談に応じている。

### 【2】課題

- ①地区健康福祉委員会や関係機関との連携が不十分。

### 【3】今後の方向性・取り組み

- ①乳幼児期の取り組みは、乳幼児健診やふれあいの場の内容を関係スタッフで検討しながら充実をはかる。  
②地区健康福祉委員会代表者会や地区意見交換会などで連携を密にし、支えあいの地域づくりの方法など検討する。  
③関係機関と連携して情報を共有し、セルフケアやストレス対策に有効な情報提供の手段を検討する。



## ＜ふせぐ＞ 自分のからだを知り、生活習慣を見つめなおそう

### 【1】現状

#### 乳幼児・学齢期

- ①むし歯予防のためのフッ素洗口の取り組みは、保育所や学校の協力を得て、平成 29 年度までに 17 保育所中 11 保育所、小学校は 14 校中 2 校と徐々に拡大している。

#### 青年・壮年・中年・高齢期

〈歯科健診受診推移（30 歳、40 歳、50 歳、60 歳、70 歳対象）〉

歯科口腔健診事業受診率

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度
対象者	2,264人	2,186人	2,020人	2,151人
受診者	138人	157人	168人	111人
受診率	6.09%	7.18%	8.31%	5.16%

- ①歯科健診を行い、歯科健診の受診機会を提供し、定期受診の普及啓発に努めた。
- ②妊娠期の歯科健診受診率は、平成 27 年度 10.4%、平成 28 年度 22.8%と倍増した。
- ③特定健診・各種がん健診の受診率は微増している。
- ④平成 28 年度から開始した 30 歳代を対象とした健康診査では、147 人の受診があり、受診者の 68.7%に訪問や電話により食生活や生活習慣に関する指導ができ、健康づくりの意識の向上につなげた。
- ⑤特定健診結果説明会の実施地区を徐々に広げ、健診結果の見方や生活習慣と生活習慣病の関連などについて説明を行い、必要に応じ個別指導などによる支援を行った。
- ⑥飲酒や喫煙の害について知識の普及を図った。

### 【2】課題

- ①妊娠期の歯科健診受診率が増加しているが、まだまだ啓発が不十分。
- ②小学校でのフッ素洗口実施校が、近隣市町村の実施率がほぼ 100%なのに対して四万十市は少ない。

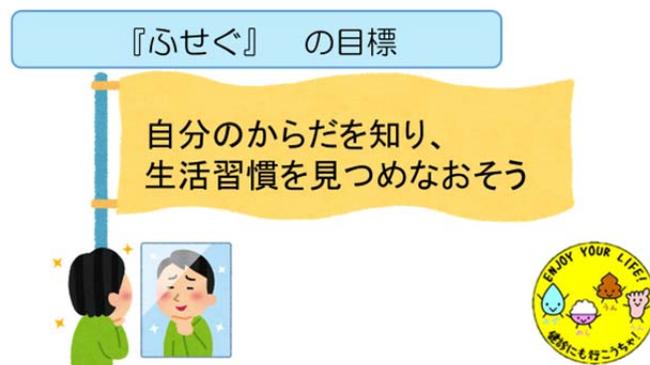
市町村別フッ素洗口実施率（平成 29 年 3 月）

	四万十市	宿毛市	土佐清水市	大月町	三原村	黒潮町	幡多管内
幼保	33.3%	100%	83.3%	100%	100%	100%	70.5%
小学校	7.1%	33.3%	85.7%	100%	100%	100%	50.0%
中学校	8.3%	20.0%	0	100%	100%	0	18.2%

- ③特定健診結果説明会への参加率は徐々に増えてきているが、実施できていない地区が多い。
- ④特定健診・各種がん健診の受診率は微増しているが、まだ十分とはいえない。

### 【3】今後の方向・取り組み

- ①妊娠期は口腔内が不衛生になりやすいなど、歯科健診受診の必要性を母子手帳交付時に周知していく。
- ②教育機関と連携し、フッ素洗口の必要性を児童、保護者に対し丁寧に説明し、実施小学校を増やす。
- ③特定健診結果説明会の実施地区を広げていく。また、広報や健診会場などで結果説明会開催を周知し参加率を上げる。
- ④働き盛りの年代が少しでも受診しやすいよう、土日健診を継続していく。
- ⑤各種地区組織で受動喫煙防止の協力を得る。
- ⑥特定健診、がん検診受診率アップのために啓発活動を行う。
- ⑦全世代に毎日の体調を整えるための4つのポイントであるみず・めし・うん・うんを啓発していく。



年代	公 助			評価理由																																		
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況																																			
乳幼児期 (0-5歳)	<p>●保育所等の催しを通じ、行事食や地域の食文化に触れる機会を提供する</p> <p>●食生活習慣の基礎を作るための正しい食生活について、妊婦教室乳幼児健診等で情報提供する</p>	①パネル展示	<p>①-1 保育所で行われる「わくわく保育まつり」においてパネル展示を実施</p> <p>(パネル内容) ・生活リズムと体内リズム ・むし歯予防の食事 ・ダラダラ食べ防止 ・野菜摂取のすすめ</p> <p>①-2 保護者や参加者からの意見収集は未実施</p>	<p>1.達成できた ②.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった</p> <p>・パネルの展示を行ったが、参加者の感想などの把握ができなかった。</p> <p>・妊婦教室での栄養士による情報提供はできており参加者数はH26年度～H28年度はほぼ同じである。事前アンケート結果を参考に、より内容を充実させていく。</p> <p>・乳幼児健診時の食事アンケートの結果をH27年度とH28年度を比較すると、1歳9か月児健診時では朝食欠食児がいなくなっており、「おやつ時間を決めている」と回答した人は増えている。また、3歳児健診では「朝食欠食児」「おやつ時間を決めている」ともほぼ同じである。相談や指導の周知が一定の成果と思われ、今後も相談や指導時に啓発を継続していく。</p>																																		
		②正しい食生活の講話実施	<p>② マム・チル、子育て支援センターのおしゃべり広場を活用し、講話を実施</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加状況</td> <td>1回8組16人</td> <td>1回5組12人</td> <td>未実施</td> </tr> <tr> <td>スタッフ</td> <td colspan="3">歯科衛生士・保健師</td> </tr> </tbody> </table>			H26年度	H27年度	H28年度	参加状況	1回8組16人	1回5組12人	未実施	スタッフ	歯科衛生士・保健師																								
	H26年度	H27年度	H28年度																																			
参加状況	1回8組16人	1回5組12人	未実施																																			
スタッフ	歯科衛生士・保健師																																					
		③離乳食教室の開催	<p>③-1 子育て支援センターを会場に2回実施(H26年度は1回実施)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加状況</td> <td>8組16人</td> <td>33組70人</td> <td>24組49人</td> </tr> <tr> <td>スタッフ</td> <td colspan="3">管理栄養士・保健師</td> </tr> </tbody> </table> <p>③-2 育児広場(ぴよっこクラブ)で、離乳食講習会と相談会を2回実施</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加状況</td> <td>15組30人</td> <td>9組18人</td> <td>9組18人</td> </tr> <tr> <td>スタッフ</td> <td colspan="3">管理栄養士・保健師</td> </tr> </tbody> </table>		H26年度	H27年度	H28年度	参加状況	8組16人	33組70人	24組49人	スタッフ	管理栄養士・保健師				H26年度	H27年度	H28年度	参加状況	15組30人	9組18人	9組18人	スタッフ	管理栄養士・保健師													
	H26年度	H27年度	H28年度																																			
参加状況	8組16人	33組70人	24組49人																																			
スタッフ	管理栄養士・保健師																																					
	H26年度	H27年度	H28年度																																			
参加状況	15組30人	9組18人	9組18人																																			
スタッフ	管理栄養士・保健師																																					
		④バランス食の周知について	<p>④ 妊婦教室を年間3回、日曜日に開催し、必要な栄養素やバランス食について管理栄養士が講話</p> <p>【参加人数】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1回目</td> <td>妊婦17人、夫や母13人</td> <td>妊婦17人、夫や母9人</td> <td>妊婦19人、夫や母17人</td> </tr> <tr> <td>2回目</td> <td>妊婦31人、夫や母13人</td> <td>妊婦19人、夫や母16人</td> <td>妊婦16人、夫や母12人</td> </tr> <tr> <td>3回目</td> <td>妊婦16人、夫や母14人</td> <td>妊婦19人、夫や母15人</td> <td>妊婦8人、夫や母7人</td> </tr> </tbody> </table>		H26年度	H27年度	H28年度	1回目	妊婦17人、夫や母13人	妊婦17人、夫や母9人	妊婦19人、夫や母17人	2回目	妊婦31人、夫や母13人	妊婦19人、夫や母16人	妊婦16人、夫や母12人	3回目	妊婦16人、夫や母14人	妊婦19人、夫や母15人	妊婦8人、夫や母7人																			
	H26年度	H27年度	H28年度																																			
1回目	妊婦17人、夫や母13人	妊婦17人、夫や母9人	妊婦19人、夫や母17人																																			
2回目	妊婦31人、夫や母13人	妊婦19人、夫や母16人	妊婦16人、夫や母12人																																			
3回目	妊婦16人、夫や母14人	妊婦19人、夫や母15人	妊婦8人、夫や母7人																																			
		⑤栄養相談・栄養指導の実施	<p>⑤-1 乳幼児相談や乳幼児健診、電話・来所相談を実施</p> <p>【内容】・離乳食のスムーズな移行 ・多くの食材を活用 ・アレルギー ・間食の内容 等</p> <p>【1歳9か月児、3歳7か月児健診時の食事アンケート結果】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">1.9歳児健診</th> <th colspan="2">3.7児健診</th> </tr> <tr> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>朝食欠食率</td> <td>2人(1.1%)</td> <td>0(0%)</td> <td>7人(3.5%)</td> <td>8人(3.5%)</td> </tr> <tr> <td>おやつ時間を決めている</td> <td>25人(66%)</td> <td>63人(71%)</td> <td>28人(64%)</td> <td>45人(63%)</td> </tr> </tbody> </table> <p>⑤-2 健診時に個別栄養相談を管理栄養士により実施</p> <p>【健診時個別栄養相談参加者】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>乳児健診</td> <td>40人</td> <td>42人</td> <td>46人</td> </tr> <tr> <td>1歳6ヶ月児健診</td> <td>9人</td> <td>8人</td> <td>10人</td> </tr> <tr> <td>3歳児健診</td> <td>16人</td> <td>12人</td> <td>11人</td> </tr> </tbody> </table>		1.9歳児健診		3.7児健診		H27年度	H28年度	H27年度	H28年度	朝食欠食率	2人(1.1%)	0(0%)	7人(3.5%)	8人(3.5%)	おやつ時間を決めている	25人(66%)	63人(71%)	28人(64%)	45人(63%)		H26年度	H27年度	H28年度	乳児健診	40人	42人	46人	1歳6ヶ月児健診	9人	8人	10人	3歳児健診	16人	12人	11人
	1.9歳児健診		3.7児健診																																			
	H27年度	H28年度	H27年度	H28年度																																		
朝食欠食率	2人(1.1%)	0(0%)	7人(3.5%)	8人(3.5%)																																		
おやつ時間を決めている	25人(66%)	63人(71%)	28人(64%)	45人(63%)																																		
	H26年度	H27年度	H28年度																																			
乳児健診	40人	42人	46人																																			
1歳6ヶ月児健診	9人	8人	10人																																			
3歳児健診	16人	12人	11人																																			

年代	公 助		評価理由																																																																																																																																				
	行政による支援	取り組み内容		取り組み状況																																																																																																																																			
学童期 (6-17歳)	●学校教育の中で行事食や地域の食文化に触れ、また食育の推進につながる取り組みを行う	①四万十市内の小学5年生・中学2年生食生活調査  ②学校での食育伝達事業 県の地域食育推進事業の「食育講座」を「朝ごはん」「野菜の摂取」のテーマで実施。受講後保護者に食習慣の状況や講座の感想を回答してもらった。	① 学校栄養教諭部会「食生活調査結果」より  <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="6">毎日朝食を食べている者の割合 単位:人(%)</th> </tr> <tr> <th colspan="3">小5</th> <th colspan="3">中2</th> </tr> <tr> <th></th> <th>H26</th> <th>H27</th> <th>H28</th> <th>H26</th> <th>H27</th> <th>H28</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①かならず食べる</td> <td>240(86)</td> <td>245(91)</td> <td>240(88)</td> <td>206(86)</td> <td>250(87)</td> <td>207(87)</td> </tr> <tr> <td>②一週間に2~3日食べないことがある</td> <td>25(9)</td> <td>18(7)</td> <td>25(9)</td> <td>20(8)</td> <td>27(9)</td> <td>21(9)</td> </tr> <tr> <td>③一週間に4~5日食べないことがある</td> <td>3(1)</td> <td>1(0)</td> <td>3(1)</td> <td>3(1)</td> <td>3(1)</td> <td>2(1)</td> </tr> <tr> <td>④ほとんど食べない</td> <td>4(1)</td> <td>5(2)</td> <td>4(1)</td> <td>11(5)</td> <td>6(2)</td> <td>8(3)</td> </tr> <tr> <td>⑤無回答</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>1(0)</td> <td>1(0)</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="6">3.4と答えた理由 (複数回答)</th> </tr> <tr> <th colspan="3">小5</th> <th colspan="3">中2</th> </tr> <tr> <th></th> <th>H26</th> <th>H27</th> <th>H28</th> <th>H26</th> <th>H27</th> <th>H28</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①食欲がなかったから</td> <td>2人</td> <td>1人</td> <td>2人</td> <td>5人</td> <td>10人</td> <td>6人</td> </tr> <tr> <td>②太りたくないから</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>1人</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>③時間がなかったから</td> <td>2人</td> <td>2人</td> <td>4人</td> <td>4人</td> <td>8人</td> <td>3人</td> </tr> <tr> <td>④いつも食べないから</td> <td>3人</td> <td>2人</td> <td>1人</td> <td>3人</td> <td>3人</td> <td>2人</td> </tr> <tr> <td>⑤朝食が用意されていなかったから</td> <td>1人</td> <td>2人</td> <td>0</td> <td>1人</td> <td>3人</td> <td>1人</td> </tr> <tr> <td>⑥一緒に食べる人がいなかったから</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>⑦その他</td> <td>0</td> <td>1人</td> <td>1人</td> <td>2人</td> <td>3人</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>⑧無回答</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> ②-1 食生活改善推進員により実施 【小学校】 9校、10回開催。主に5.6年生、158人参加 【中学校】 2校、3回開催。1-3年生、52人参加 学校からの要望を取り入れ「野菜たっぷり朝ごはんコース」と「おやつ作りコース」を設定し選択性で実施  ②-2 「食育講座アンケート」(回収率95%)より、「子どもに朝食を用意するのは週に何回ですか？」との質問に対して「3-4回」「2回以下」と回答した保護者が93人中9人であった。  ②-3 児童生徒の感想 「意外と料理が簡単にできることがわかった」 「食材の特徴や調理の仕方がわかった」 「知らないことをいろいろと教えてもらった」など意見が聞かれた		毎日朝食を食べている者の割合 単位:人(%)						小5			中2				H26	H27	H28	H26	H27	H28	①かならず食べる	240(86)	245(91)	240(88)	206(86)	250(87)	207(87)	②一週間に2~3日食べないことがある	25(9)	18(7)	25(9)	20(8)	27(9)	21(9)	③一週間に4~5日食べないことがある	3(1)	1(0)	3(1)	3(1)	3(1)	2(1)	④ほとんど食べない	4(1)	5(2)	4(1)	11(5)	6(2)	8(3)	⑤無回答	0	0	0	0	1(0)	1(0)		3.4と答えた理由 (複数回答)						小5			中2				H26	H27	H28	H26	H27	H28	①食欲がなかったから	2人	1人	2人	5人	10人	6人	②太りたくないから	0	0	0	0	1人	0	③時間がなかったから	2人	2人	4人	4人	8人	3人	④いつも食べないから	3人	2人	1人	3人	3人	2人	⑤朝食が用意されていなかったから	1人	2人	0	1人	3人	1人	⑥一緒に食べる人がいなかったから	0	0	0	0	0	0	⑦その他	0	1人	1人	2人	3人	0	⑧無回答	0	0	0	0	0	0	1.達成できた 2.だいたい達成できた ③.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・小学5年生の朝食欠食率は微増となっており、中学2年生は横ばいである。中学2年生目標値が10%以下には到達していないため、今後さらに栄養教諭と連携を取りながら取り組んでいく必要がある。  ・食育講座アンケート結果では「子どもの朝食を毎日作らない」と回答した保護者が9人おり、「食生活調査結果」とほぼ同じ結果であった。  ・学校での食育伝達事業では児童生徒から食に関心が持てたとの感想が聞かれ、取組として効果があったと思われる。今後も食生活改善推進員と連携し、学校での食育伝達事業を継続していく。
	毎日朝食を食べている者の割合 単位:人(%)																																																																																																																																						
	小5			中2																																																																																																																																			
	H26	H27	H28	H26	H27	H28																																																																																																																																	
①かならず食べる	240(86)	245(91)	240(88)	206(86)	250(87)	207(87)																																																																																																																																	
②一週間に2~3日食べないことがある	25(9)	18(7)	25(9)	20(8)	27(9)	21(9)																																																																																																																																	
③一週間に4~5日食べないことがある	3(1)	1(0)	3(1)	3(1)	3(1)	2(1)																																																																																																																																	
④ほとんど食べない	4(1)	5(2)	4(1)	11(5)	6(2)	8(3)																																																																																																																																	
⑤無回答	0	0	0	0	1(0)	1(0)																																																																																																																																	
	3.4と答えた理由 (複数回答)																																																																																																																																						
	小5			中2																																																																																																																																			
	H26	H27	H28	H26	H27	H28																																																																																																																																	
①食欲がなかったから	2人	1人	2人	5人	10人	6人																																																																																																																																	
②太りたくないから	0	0	0	0	1人	0																																																																																																																																	
③時間がなかったから	2人	2人	4人	4人	8人	3人																																																																																																																																	
④いつも食べないから	3人	2人	1人	3人	3人	2人																																																																																																																																	
⑤朝食が用意されていなかったから	1人	2人	0	1人	3人	1人																																																																																																																																	
⑥一緒に食べる人がいなかったから	0	0	0	0	0	0																																																																																																																																	
⑦その他	0	1人	1人	2人	3人	0																																																																																																																																	
⑧無回答	0	0	0	0	0	0																																																																																																																																	
青・壮年期 (18-39歳)	●栄養・食生活に関する情報を、広報健康相談・学習会等の場を活用して周知する	①国保被保険者で30歳代を対象とした若年者健診後の食生活指導の実施  ②広報での啓発	①-1 健診後、結果を訪問して直接説明し、食生活状況の把握と必要な改善方法の指導を実施(H28年度)  【対象者】745人 【受診者数】147人(受診率19.7%) 【事後指導実施者数】:訪問 87人、電話 14人 (実施率68%)  ①-2 H28年度特定健診において朝食を欠食している人の割合(特定健診の問診票より) <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>30歳代</th> <th>40-74歳</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>男性</td> <td>41.0%</td> <td>12.2%</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>24.6%</td> <td>8.7%</td> </tr> </tbody> </table> 40~74歳と比較し、30歳代男性の欠食率が高くなっている  ② 市広報(H29年5月号)により情報提供を行った		30歳代	40-74歳	男性	41.0%	12.2%	女性	24.6%	8.7%	1.達成できた 2.だいたい達成できた ③.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・健診事後指導の実施率は68%であったが、健診受診率が19.7%と低いため、まずは健診受診者を増やすよう積極的に広報等を活用し周知していく。																																																																																																																										
	30歳代	40-74歳																																																																																																																																					
男性	41.0%	12.2%																																																																																																																																					
女性	24.6%	8.7%																																																																																																																																					

年代	公 助			評価理由																																																						
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況																																																							
中年期 (40-64歳)  高齢期 (65歳以上)	●栄養・食生活に関する情報広報 健康相談・学習会等の場を活用して 周知する	①食生活改善推進員による地区伝達 講習  ②広報での啓発  ③地区健康福祉委員会での食に関する 講話の実施	①-1 食生活改善推進員による「減塩」「野菜摂取」をテーマに地区伝達講習を 実施(H28年度)  <b>【実施地区数】5地区</b> <b>【参加者数】77名</b>  ①-2 内容は「野菜たっぷりメニュー」「減塩メニュー」が主であったが地区によっては 「災害食」というテーマもあった  ② 市広報(H27.5号～H27.7号)により情報提供を行った  ③-1 地区健康福祉委員会活動の機会を活用して「バランス食」「低栄養予防」等の 講話を管理栄養士や保健師が実施  <table border="1"> <tr> <td>H27年度</td> <td>実施地区数:14地区 実施回数:20回 参加者数:281人 内容:減塩、糖尿病、低栄養、高齢者の食事 健康増進計画(四万十市健康の秘訣12か条) みず・めし・うん・うん、調理実習 等</td> </tr> <tr> <td>H28年度</td> <td>実施地区数:17地区 実施回数:20回 参加者数:274人 内容:H27年度と同じ</td> </tr> </table>  ③-2 テーマを決めて、地区健康福祉委員会において調理実習と講話を各地区 年2回実施  <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>回数</td> <td>50回</td> <td>50回</td> <td>50回</td> </tr> <tr> <td>参加者数</td> <td>523人</td> <td>603人</td> <td>540人</td> </tr> <tr> <td>テーマ</td> <td>①減塩 ②おもてなし料理</td> <td>①災害食 ②健康長寿の骨</td> <td>①災害食 ②調味料計量</td> </tr> </tbody> </table>  ③-3 H27年度、H28年度特定健診において朝食を欠食している方の割合 (特定健診の問診票より)  <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th></th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">年齢別</td> <td>40-64歳</td> <td>14.1%</td> <td>15.8%</td> </tr> <tr> <td>65歳以上</td> <td>6.0%</td> <td>6.2%</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">性別</td> <td>男性</td> <td>12.5%</td> <td>12.8%</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>8.1%</td> <td>9.6%</td> </tr> </tbody> </table>  朝食を欠食している方の割合は、中年期(40-64歳)が高齢期(65歳以上) よりも多く、女性よりも男性が多くなっている  四万十市疾病分類項目別件数順位(全年齢、男女計) (「高知県国保のすがた」より)  <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>平成26年</th> <th>平成27年</th> <th>平成28年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1位</td> <td>高血圧性疾患(13.75%)</td> <td>高血圧性疾患(13.31%)</td> <td>高血圧性疾患(17.20%)</td> </tr> <tr> <td>2位</td> <td>歯肉炎及び歯周疾患(9.93%)</td> <td>歯肉炎及び歯周疾患(9.92%)</td> <td>歯肉炎及び歯周疾患(7.44%)</td> </tr> <tr> <td>3位</td> <td>糖尿病(4.91%)</td> <td>糖尿病(4.83%)</td> <td>糖尿病(5.65%)</td> </tr> </tbody> </table>	H27年度	実施地区数:14地区 実施回数:20回 参加者数:281人 内容:減塩、糖尿病、低栄養、高齢者の食事 健康増進計画(四万十市健康の秘訣12か条) みず・めし・うん・うん、調理実習 等	H28年度	実施地区数:17地区 実施回数:20回 参加者数:274人 内容:H27年度と同じ		H26年度	H27年度	H28年度	回数	50回	50回	50回	参加者数	523人	603人	540人	テーマ	①減塩 ②おもてなし料理	①災害食 ②健康長寿の骨	①災害食 ②調味料計量			H27年度	H28年度	年齢別	40-64歳	14.1%	15.8%	65歳以上	6.0%	6.2%	性別	男性	12.5%	12.8%	女性	8.1%	9.6%		平成26年	平成27年	平成28年	1位	高血圧性疾患(13.75%)	高血圧性疾患(13.31%)	高血圧性疾患(17.20%)	2位	歯肉炎及び歯周疾患(9.93%)	歯肉炎及び歯周疾患(9.92%)	歯肉炎及び歯周疾患(7.44%)	3位	糖尿病(4.91%)	糖尿病(4.83%)	糖尿病(5.65%)	1.達成できた ②.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・食に関する講話の実施地区数は年々増えて いる。しかし、全体からみればまだ約20%であり、 今後実施地区数を増していく必要がある。また、 内容も住民がよりわかりやすく関心を持ってもら えるようスタッフ間で検討を重ねる。  ・「朝食を欠食している方の割合」の目標値である 男20%以下、女15%以下に到達していることから、 啓発による一定の成果があったのではないかと 思う。
H27年度	実施地区数:14地区 実施回数:20回 参加者数:281人 内容:減塩、糖尿病、低栄養、高齢者の食事 健康増進計画(四万十市健康の秘訣12か条) みず・めし・うん・うん、調理実習 等																																																									
H28年度	実施地区数:17地区 実施回数:20回 参加者数:274人 内容:H27年度と同じ																																																									
	H26年度	H27年度	H28年度																																																							
回数	50回	50回	50回																																																							
参加者数	523人	603人	540人																																																							
テーマ	①減塩 ②おもてなし料理	①災害食 ②健康長寿の骨	①災害食 ②調味料計量																																																							
		H27年度	H28年度																																																							
年齢別	40-64歳	14.1%	15.8%																																																							
	65歳以上	6.0%	6.2%																																																							
性別	男性	12.5%	12.8%																																																							
	女性	8.1%	9.6%																																																							
	平成26年	平成27年	平成28年																																																							
1位	高血圧性疾患(13.75%)	高血圧性疾患(13.31%)	高血圧性疾患(17.20%)																																																							
2位	歯肉炎及び歯周疾患(9.93%)	歯肉炎及び歯周疾患(9.92%)	歯肉炎及び歯周疾患(7.44%)																																																							
3位	糖尿病(4.91%)	糖尿病(4.83%)	糖尿病(5.65%)																																																							

年代	公 助																																																						
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況	評価理由																																																			
乳幼児期 (0-5歳)	●規則正しい生活リズムの必要性を、乳幼児健診等で周知する	①乳幼児健診等での周知	① 指導の方向性を統一して指導にあたるよう管理栄養士、歯科衛生士保健師で協議し、乳児(3.7.10か月)、幼児(1歳9か月、3歳)健診の機会に「早寝・早起き・朝ごはん」「よく食べ・よく遊び・よく寝る」「メディアとの関連」についてパンフレットを作成し、指導を実施。	1.達成できた ②.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  関係スタッフが協議し作成したパンフレットを乳幼児健診時に周知できた。(第1節:たべる 参照)																																																			
学童期 (6-17歳)	●規則正しい生活リズムの必要性を学校等で周知する	未実施		1.達成できた 2.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった ④.達成できなかった  学校と連携がとれておらず、協力・支援することができなかった。																																																			
青・壮年期 (18-39歳)  中年期 (40-64歳)	●運動に関する正しい情報を提供する	①特定健診後の保健指導で個別に指導周知           ②広報での啓発   ③運動をテーマにした健康イベントの実施	①-1 若年者健診や特定健診の事後指導において、運動方法や運動習慣の必要性を状況に合わせた指導や周知を実施  ①-2 保健師が地区で実施した運動に関する講話回数と参加者数 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td></td> <td>H26年度</td> <td>H27年度</td> <td>H28年度</td> </tr> <tr> <td>実施回数</td> <td>8回</td> <td>18回</td> <td>23回</td> </tr> <tr> <td>参加者数</td> <td>103人</td> <td>248人</td> <td>290人</td> </tr> </table> ①-3 運動習慣がある方の割合(特定健診の問診票より) <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td colspan="2"></td> <td>H27年度</td> <td>H28年度</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">年齢別</td> <td>30-39歳</td> <td></td> <td>23.1%</td> </tr> <tr> <td>40-64歳</td> <td>34.1%</td> <td>34.5%</td> </tr> <tr> <td>65-74歳</td> <td>46.7%</td> <td>46.5%</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">性別</td> <td>男性</td> <td>43.9%</td> <td>43.6%</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>37.7%</td> <td>38.5%</td> </tr> </table> 両年度ともに「運動習慣あり」の割合は、64歳以下よりも65歳以上が高くなっている  ①-4 身体活動の時間が1日1時間以上ある人の割合(特定健診の問診票より) <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td colspan="2"></td> <td>H27年度</td> <td>H28年度</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">年齢別</td> <td>40-64歳</td> <td>55.0%</td> <td>53.8%</td> </tr> <tr> <td>65-74歳</td> <td>59.6%</td> <td>58.5%</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">性別</td> <td>男性</td> <td>55.8%</td> <td>56.1%</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>58.9%</td> <td>56.3%</td> </tr> </table> 両年度ともに「身体活動あり」の割合は、40-64歳よりも65歳以上が男性よりも女性が、わずかであるが高くなっている  ② 市広報(H27年10月号)により情報提供を行った  ③ 教育委員会主催のスポーツイベントもあり、独自の健康イベントを実施することはできなかった		H26年度	H27年度	H28年度	実施回数	8回	18回	23回	参加者数	103人	248人	290人			H27年度	H28年度	年齢別	30-39歳		23.1%	40-64歳	34.1%	34.5%	65-74歳	46.7%	46.5%	性別	男性	43.9%	43.6%	女性	37.7%	38.5%			H27年度	H28年度	年齢別	40-64歳	55.0%	53.8%	65-74歳	59.6%	58.5%	性別	男性	55.8%	56.1%	女性	58.9%	56.3%	1.達成できた 2.だいたい達成できた ③.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・地区での健康講話回数や参加者数は年々増加しており、継続的な運動の推進に努めた。  ・「運動習慣のある人」の目標値は、男女とも50%以上であるが特定健診問診票では、40%前後にとどまっている。 また、身体活動時間が1日1時間以上の人の目標値は、男女とも70%以上であるが、こちらも55%前後にとどまっている。さらに、市広報等での周知を継続する。  ・独自の健康イベントは実施できなかった。
	H26年度	H27年度	H28年度																																																				
実施回数	8回	18回	23回																																																				
参加者数	103人	248人	290人																																																				
		H27年度	H28年度																																																				
年齢別	30-39歳		23.1%																																																				
	40-64歳	34.1%	34.5%																																																				
	65-74歳	46.7%	46.5%																																																				
性別	男性	43.9%	43.6%																																																				
	女性	37.7%	38.5%																																																				
		H27年度	H28年度																																																				
年齢別	40-64歳	55.0%	53.8%																																																				
	65-74歳	59.6%	58.5%																																																				
性別	男性	55.8%	56.1%																																																				
	女性	58.9%	56.3%																																																				

公 助

年代	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況	評価理由																																												
高齢期 (65歳以上)	●いきいき百歳体操やゴムバンド 体操を勧める	①地区健康福祉委員会活動での周知	<p>地区健康福祉委員会で、体操と合わせて体を動かすことの効果や方法等を周知し、運動の勧めを実施</p> <p>①-1 いきいき百歳体操の指導実施回数と人数</p> <table border="1" data-bbox="1231 220 1780 315"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>回数</td> <td>20回</td> <td>11回</td> <td>9回</td> </tr> <tr> <td>人数</td> <td>243人</td> <td>148人</td> <td>120人</td> </tr> </tbody> </table> <p>①-2 ゴム体操の実施回数と人数</p> <table border="1" data-bbox="1231 409 1780 504"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>回数</td> <td>27回</td> <td>14回</td> <td>38回</td> </tr> <tr> <td>人数</td> <td>359人</td> <td>196人</td> <td>460人</td> </tr> </tbody> </table> <p>①-3 体力測定を実施している</p> <table border="1" data-bbox="1222 588 1771 682"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>回数</td> <td>17回</td> <td>16回</td> <td>14回</td> </tr> <tr> <td>人数</td> <td>225人</td> <td>235人</td> <td>166人</td> </tr> </tbody> </table> <p>①-4 シルバー教室参加人数(H28年度)生涯学習課出典</p> <table border="1" data-bbox="1222 766 1469 829"> <tbody> <tr> <td>楽しい踊り</td> <td>29人</td> </tr> <tr> <td>ダンス</td> <td>27人</td> </tr> </tbody> </table> <p>①-5 いきいきクラブ参加者数 生涯学習課出典</p> <table border="1" data-bbox="1222 924 1478 987"> <thead> <tr> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>87人</td> <td>79人</td> </tr> </tbody> </table>		H26年度	H27年度	H28年度	回数	20回	11回	9回	人数	243人	148人	120人		H26年度	H27年度	H28年度	回数	27回	14回	38回	人数	359人	196人	460人		H26年度	H27年度	H28年度	回数	17回	16回	14回	人数	225人	235人	166人	楽しい踊り	29人	ダンス	27人	H27年度	H28年度	87人	79人	<p>1.達成できた ②.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった</p> <p>・体操指導済の地区は自主的に継続できるよう説明し未実施地区には働きかけている。また、継続するモチベーション維持のためにも年1回程度の体力測定も行っているが、今後さらに積極的に働きかけていく。</p> <p>・地区保健福祉委員会が、地区で自主的に実施していけるよう「いきいき百歳体操」のDVDをH27年度より配布し、継続的な運動の推進に努めた。その為、保健師が指導する「いきいき百歳体操」のH28年度の指導実施回数と人数は減少している。</p>
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
回数	20回	11回	9回																																													
人数	243人	148人	120人																																													
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
回数	27回	14回	38回																																													
人数	359人	196人	460人																																													
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
回数	17回	16回	14回																																													
人数	225人	235人	166人																																													
楽しい踊り	29人																																															
ダンス	27人																																															
H27年度	H28年度																																															
87人	79人																																															

年代	公 助																																			
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況	評価理由																																
乳幼児期 (0-5歳)  学童期 (6-17歳)	●同じ年代の子どもが集まれる場所や機会をふやす  ●関係機関と連携して相談体制の充実を検討	①同じ年代の子どもが集まれる場所の提供と支援・周知  ②子育て支援センター「ぽっぽ」や保育所と連携し、保護者の希望に応じ相談対応を実施  ③育児ふれあいの場で育児に関する相談対応や交流	①-1 乳幼児相談を月1回実施し、自主的な育児サークルの支援を継続的に実施 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加者実人数</td> <td>141人</td> <td>145人</td> <td>207人</td> </tr> <tr> <td>参加者延人数</td> <td>460人</td> <td>424人</td> <td>469人</td> </tr> </tbody> </table> ①-2 子育て支援センター「ぽっぽ」を紹介するなど連携し、子育て支援を実施 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加人数</td> <td>6,294人</td> <td>8,695人</td> <td>8,351人</td> </tr> <tr> <td>参加組</td> <td>3,017組</td> <td>3,964組</td> <td>3,909組</td> </tr> </tbody> </table> ①-3 保護者や乳幼児のふれあいの場を、育児に関する不安や悩み事を相談できるように実施  ② 子育て支援センター「ぽっぽ」と月1回の連絡会を設け、必要に応じて子育て支援センター職員と同行訪問を行った。また、支援が必要な家庭に保育所とも連携し、必要に応じて発達相談会などへ繋げることができた  ③ 保護者や乳幼児のふれあいの場を作り、育児に関する不安や悩み事などを相談しながら、つながりを深め仲間づくりへとひろげた <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>参加人数</td> <td>67人</td> <td>55人</td> <td>59人</td> </tr> </tbody> </table>		H26年度	H27年度	H28年度	参加者実人数	141人	145人	207人	参加者延人数	460人	424人	469人		H26年度	H27年度	H28年度	参加人数	6,294人	8,695人	8,351人	参加組	3,017組	3,964組	3,909組		H26年度	H27年度	H28年度	参加人数	67人	55人	59人	1.達成できた ②.だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・乳幼児相談・子育て支援センター「ぽっぽ」への参加者は年々増加しており、相談体制をさらに充実させる必要があると思われる。  ・何らかの支援が必要と思われる人には、子育て支援センターや保育所と連携をとり、対応できた。  ・ふれあいの場が、育児に関する不安や悩み事などを相談する場となるよう啓発し、実施できた。
	H26年度	H27年度	H28年度																																	
参加者実人数	141人	145人	207人																																	
参加者延人数	460人	424人	469人																																	
	H26年度	H27年度	H28年度																																	
参加人数	6,294人	8,695人	8,351人																																	
参加組	3,017組	3,964組	3,909組																																	
	H26年度	H27年度	H28年度																																	
参加人数	67人	55人	59人																																	
青・壮年期 (18-39歳)  中年期 (40-64歳)  高齢期 (65歳以上)	●休養、ストレス、睡眠等、こころとからだの仕組みに関する情報提供や相談窓口を広く周知する  ●関係機関と連携して相談体制の充実を検討する  ●(中年期以降)集いの場や支えあう地域づくりの支援	①広報にてストレス解消や休養の重要性についての記事を掲載する  ②福祉事務所や地域包括支援センターと連携し、必要に応じ相談対応を実施する  ③地区健康福祉委員会やあったかふれあいセンターの支援と連携を行う	①-1 市広報(H27年11月号)により、情報提供を行った ①-2 ストレスチェックに関する記事掲載はできなかった  ② 地域包括支援センターと連携を図り、情報共有しながら必要に応じ同行訪問を実施するなど、対象者の相談に応じることができた。  ③ 地区健康福祉委員会の要望に応じ、介護予防や健康づくりに関する講話を実施することができた	1.達成できた 2.だいたい達成できた ③.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・地区健康福祉委員会と連携が不十分であった。  ・地区健康福祉委員会などで、積極的にストレスの解消方法を見つけられるような内容の講話や相談窓口などの啓発がさらに必要。  ・広報による周知が不十分であった。																																

年代	公 助																																			
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況	評価理由																																
乳幼児期 (0-5歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●母子保健事業等で、妊婦への禁酒禁煙指導を実施する</li> <li>●妊婦に対してむし歯や歯周病について周知する</li> <li>●乳幼児健診で歯科検診・指導で歯と口腔に関する意識を高める</li> <li>●規則正しい生活リズムの必要性を、健診等で周知する</li> <li>●保育所において、「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを継続していく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①母子健康手帳交付時に飲酒や喫煙の害について説明し、必要に応じて禁煙外来を紹介する</li> <li>②母子健康手帳交付時に歯科検診の必要性を周知し妊婦歯科健診の受診券を渡し、受診を促す</li> <li>③妊婦教室・乳幼児健診にて歯や口腔に関する講話を実施する</li> <li>④乳幼児健診にて生活リズムに関するパンフレットを配布する</li> <li>⑤保育所における「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを支援する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①② 左記取り組み内容を実施することができ、母子手帳交付時や乳幼児健診等、様々な場で飲酒・喫煙の害、歯と口腔に関する知識の普及を図った</li> <li>②-1 市広報で周知(H27年7月号)により情報提供を行った</li> <li>②-2 妊娠時期の歯科健診受診率(%) <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr><td>四万十市</td><td>22.8</td></tr> <tr><td>宿毛市</td><td>18.0</td></tr> <tr><td>土佐清水市</td><td>29.0</td></tr> <tr><td>大月町</td><td>38.0</td></tr> <tr><td>三原村</td><td>0</td></tr> <tr><td>黒潮町</td><td>6.0</td></tr> <tr><td>幡多管内</td><td>21.2</td></tr> <tr><td>高知県</td><td>15.6</td></tr> </table> <p style="margin-left: 20px;">H27年度：10.4% H28年度：22.8%</p> </li> <li>③-1 1歳9ヶ月児健診でフッ素塗布を実施(妊婦教室分は第1節「たべる」参照)</li> <li>③-2 保育所でのフッ素洗口の実施 H27年度：3/17保育所 H28年度：5/17保育所</li> <li>④ 健診において内容説明をしながらパンフレットを配布した</li> <li>⑤ 保育所において継続した取り組みを実施</li> </ul>	四万十市	22.8	宿毛市	18.0	土佐清水市	29.0	大月町	38.0	三原村	0	黒潮町	6.0	幡多管内	21.2	高知県	15.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.達成できた</li> <li>②.だいたい達成できた</li> <li>3.あまり達成できなかった</li> <li>4.達成できなかった</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠時期の歯科健診受診率は倍増したが、さらに受診率が上がるようにPRを積極的に進めていく。</li> <li>・フッ素洗口の実施保育所数は増えており、H29年度は全保育所におけるフッ素洗口が実施できるよう計画をすすめている。</li> <li>・パンフレット配布は確実にを行い「規則正しい生活リズム」や「早寝・早起き・朝ごはん」の必要性を説明した。</li> </ul>																
四万十市	22.8																																			
宿毛市	18.0																																			
土佐清水市	29.0																																			
大月町	38.0																																			
三原村	0																																			
黒潮町	6.0																																			
幡多管内	21.2																																			
高知県	15.6																																			
学齢期 (6-17歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学校教育において、「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを継続していく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①学校教育において、「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組みを支援する</li> <li>②フッ素洗口実施について、現在実施中の保育所が入学する校区の小学校へ働きかけができた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 学校教育において、継続した取り組みを実施</li> <li>② フッ素洗口実施校 H27年度：0校 H28年度：1校/14校</li> </ul> <p>平成28年度市町村別フッ素洗口実施率</p> <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th></th> <th>四万十市</th> <th>宿毛市</th> <th>土佐清水市</th> <th>大月町</th> <th>三原村</th> <th>黒潮町</th> <th>幡多管内</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>幼保</td> <td>33.3%</td> <td>100%</td> <td>83.3%</td> <td>100%</td> <td>100%</td> <td>100%</td> <td>70.5%</td> </tr> <tr> <td>小学校</td> <td>7.1%</td> <td>33.3%</td> <td>85.7%</td> <td>100%</td> <td>100%</td> <td>100%</td> <td>50.0%</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>8.3%</td> <td>20.0%</td> <td>0</td> <td>100%</td> <td>100%</td> <td>0</td> <td>18.2%</td> </tr> </tbody> </table>		四万十市	宿毛市	土佐清水市	大月町	三原村	黒潮町	幡多管内	幼保	33.3%	100%	83.3%	100%	100%	100%	70.5%	小学校	7.1%	33.3%	85.7%	100%	100%	100%	50.0%	中学校	8.3%	20.0%	0	100%	100%	0	18.2%	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.達成できた</li> <li>2.だいたい達成できた</li> <li>③.あまり達成できなかった</li> <li>4.達成できなかった</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「早寝・早起き・朝ごはん」に関する学校教育の取り組みへの支援はできなかった。</li> <li>・小学校校長と養護教諭に対し、フッ素洗口の効果説明などを行うことにより、1校が開始できたことは成果といえる。また、H29年度は2校実施予定。今後、養護教諭と連携し、実施校を増やしていく。</li> </ul>
	四万十市	宿毛市	土佐清水市	大月町	三原村	黒潮町	幡多管内																													
幼保	33.3%	100%	83.3%	100%	100%	100%	70.5%																													
小学校	7.1%	33.3%	85.7%	100%	100%	100%	50.0%																													
中学校	8.3%	20.0%	0	100%	100%	0	18.2%																													
青・壮年期 (18-39歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●飲酒による疾病・適正飲酒についての知識を、広報・健康相談・学習会等の場を活用して周知する</li> <li>●喫煙者の禁煙への取り組みを支援する(20歳以上)</li> <li>●医療機関と連携し、禁煙指導を充実させる</li> <li>●健診(検診)を受診しやすい環境を整える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①市職員への健康講話の実施</li> <li>②市職員の健康状態の把握</li> <li>③市職員の健診受診を促す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 市職員(青年世代)を対象としたへの健康講話はH27年度1回の開催にとどまった</li> <li>②-1 市職員の間ドック・成人病健診データを集計し、以下の状況が見られた <ul style="list-style-type: none"> <li>・脂質では約5割、糖尿病に関する項目においては約4割の人が基準値を超えていた</li> <li>・2つ以上異常値の項目をあわせ持つ人は約4割であった</li> </ul> </li> <li>②-2 市職員対象に月1回健康相談を実施し、血圧測定・体脂肪測定や健診結果など相談に応じた</li> <li>③ 職員の健診データをもとに食生活の乱れからくる肥満または肥満を温床としておこる病気について啓発チラシを作成し、回覧や掲示板などで周知した</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.達成できた</li> <li>②.だいたい達成できた</li> <li>3.あまり達成できなかった</li> <li>4.達成できなかった</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健診では働きながらも受診しやすいよう土日健診を実施し、30歳代健診では147人の受診があった。また、禁煙・適正飲酒・食生活など個別に指導することができた。</li> </ul>																																

年代	公 助			評価理由																																												
	行政による支援	取り組み内容	取り組み状況																																													
青・壮年期 (18-39歳)		④30歳代健診受診後、必要に応じて食生活改善の指導を実施	④-1 広報(H28年1月号)を活用し、適正飲酒に関する情報提供を行った健診問診時や健診後のフォロー時においても、適正飲酒について個別指導を実施  ④-2 禁煙希望者に対しパンフレットを配付し、禁煙の必要性を周知した。また、禁煙治療可能な医療機関リストを希望者に配付  ④-3 働きながらも受診しやすいよう、土日に集団健診を実施 また、30歳代(国保加入者)から無料で健診受診できるようH28年度より若年者健診の取り組み開始。受診者147人																																													
中年期 (40-64歳)  高齢期 (65歳以上)	●むし歯・歯周病の予防や口腔機能を保持することが、介護予防にもつながることを周知する  ●口腔体操を広める  ●口腔ケアが誤嚥性肺炎予防になることを周知する  ●生活習慣改善につながるよう、健診結果や判定結果の見方を説明する	①広報に口腔ケアの必要性や口腔体操の重要性に関する記事を掲載する  ②地区健康福祉委員会にて口腔に関する講話を実施するとともに、口腔体操の周知を図る  ③特定健診結果説明会にて、健診結果の見方について個別説明を実施する  ④骨密度測定を実施し、骨粗しょう症予防や転倒予防を周知する	① 広報に「歯と口の健康づくり基本計画」の取り組み内容に沿って歯に関する課題や必要な取り組みを周知した。また、8020表彰受賞者を広報で紹介  ② 地区健康福祉委員会にて、口腔に関する講話や口腔体操を実施し必要性を周知した 【かみかみ百歳体操の実施実績】 <table border="1"><thead><tr><th></th><th>H26年度</th><th>H27年度</th><th>H28年度</th></tr></thead><tbody><tr><td>回数</td><td>6回</td><td>30回</td><td>23回</td></tr><tr><td>人数</td><td>86人</td><td>382人</td><td>298人</td></tr></tbody></table> 【口に関する講話の実施実績】 <table border="1"><thead><tr><th></th><th>H26年度</th><th>H27年度</th><th>H28年度</th></tr></thead><tbody><tr><td>回数</td><td>14回</td><td>20回</td><td>12回</td></tr><tr><td>人数</td><td>170人</td><td>261人</td><td>157人</td></tr></tbody></table> ③ 西土佐地区、下田地区、後川地区、富山地区において健診結果説明会を実施し、個別相談に応じた  【健診受診者における説明会参加率】 <table border="1"><thead><tr><th></th><th>H26年度</th><th>H27年度</th><th>H28年度</th></tr></thead><tbody><tr><td>定例健康相談</td><td>246人/18回</td><td>176人/19回</td><td>142人/17回</td></tr><tr><td>出張健康相談</td><td>119人/8回</td><td>190人/8回</td><td>117人/11回</td></tr></tbody></table> ④ 骨密度測定を実施し、結果に基づき生活習慣の指導を実施 <table border="1"><thead><tr><th></th><th>H26年度</th><th>H27年度</th><th>H28年度</th></tr></thead><tbody><tr><td>参加人数</td><td>52人</td><td>138人</td><td>75人</td></tr></tbody></table> 健康寿命の延伸を目的として、骨密度測定を実施し結果に基づき食事・運動の指導や転倒予防の注意を促している		H26年度	H27年度	H28年度	回数	6回	30回	23回	人数	86人	382人	298人		H26年度	H27年度	H28年度	回数	14回	20回	12回	人数	170人	261人	157人		H26年度	H27年度	H28年度	定例健康相談	246人/18回	176人/19回	142人/17回	出張健康相談	119人/8回	190人/8回	117人/11回		H26年度	H27年度	H28年度	参加人数	52人	138人	75人	1.達成できた 2.だいたい達成できた ③あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・H27年度に口腔体操の実施回数は増加したが、H28年度は「かみかみ体操」「口に関する講話」とともに減少している。  ・中村地域では、H27年度から特定健診結果説明会を開始し、徐々に地区数を広げている。健診結果の見方や継続受診の必要性を説明できている。 今後は、結果説明会の開催を続け、説明会の参加者を増やすことで継続した健診受診につなげる。
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
回数	6回	30回	23回																																													
人数	86人	382人	298人																																													
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
回数	14回	20回	12回																																													
人数	170人	261人	157人																																													
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
定例健康相談	246人/18回	176人/19回	142人/17回																																													
出張健康相談	119人/8回	190人/8回	117人/11回																																													
	H26年度	H27年度	H28年度																																													
参加人数	52人	138人	75人																																													
全年代	●受動喫煙の防止を図るため、不特定多数の人が利用する施設等における全面禁煙に取り組む  ●歯科医師会と連携し、歯みがきの習慣化・食生活の見直し・歯の定期健診の必要性について周知する  ●規則正しい生活リズムとして、「みず・めし・うん・うん」の普及を図る	①受動喫煙の害を周知する	①-1 広報(H28年3月号)により周知と健康福祉委員会など機会あるごとに受動喫煙の害を周知  ①-2 健康福祉委員会代表者会や食生活改善推進員運動研修会において集会所等の禁煙をお願いした。(「禁煙」パネルの掲示)  ①-3 歯科医師による市長や関係職員への禁煙および受動喫煙について健康講話の実施  ①-4 西土佐診療所・四万十市立病院の敷地内禁煙の実施  ①-5 市庁舎内喫煙室の廃止	1.達成できた ②だいたい達成できた 3.あまり達成できなかった 4.達成できなかった  ・健康福祉代表者会などへの受動喫煙防止策として集会所等禁煙への周知はできたが、区長会等でも周知していくことがより効果的と考える  ・歯科医師の健康講話などの効果として、市庁舎内の喫煙室廃止につながる事ができた。 (庁舎外、敷地内喫煙所設置)																																												

年代	行政による支援	公 助			評価理由																			
		取り組み内容	取り組み状況																					
全年代		<p>②口腔ケアの大切さを周知する</p> <p>③「みず・めし・うん・うん」の普及を図る</p> <p>④手軽な健康チェックである血圧測定の実施と血圧の意義を周知</p>	<p>②-1 歯科医師会の協力により、H25年度より歯科口腔検診を実施</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>受診率</td> <td>7.18%</td> <td>8.31%</td> <td>5.16%</td> </tr> </tbody> </table> <p>②-2 保育所・小学校でのフッ素洗口実施。実施に向けて保育所保護者説明会に歯科医師が講話を実施(2保育所)し、必要性を説明した</p> <p>③-1 市広報(H28年7月号)により、情報提供を行った</p> <p>③-2 健康福祉委員会等において、資料を作成し「みず・めし・うん・うん」それぞれの内容説明を実施</p> <p>④ 出張健康相談と定例健康相談の実施</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>H26年度</th> <th>H27年度</th> <th>H28年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>定例健康相談</td> <td>246人/18回</td> <td>176人/19回</td> <td>142人/17回</td> </tr> <tr> <td>出張健康相談</td> <td>119人/8回</td> <td>190人/8回</td> <td>117人/11回</td> </tr> </tbody> </table>		H26年度	H27年度	H28年度	受診率	7.18%	8.31%	5.16%		H26年度	H27年度	H28年度	定例健康相談	246人/18回	176人/19回	142人/17回	出張健康相談	119人/8回	190人/8回	117人/11回	<p>・保護者を対象にフッ素洗口の説明会を開催し歯科医師からの指導助言と歯科衛生士、保健師が講話を行った。H29年度からは、12保育所、小学校2校で実施予定。(前ページ参照)</p>
	H26年度	H27年度	H28年度																					
受診率	7.18%	8.31%	5.16%																					
	H26年度	H27年度	H28年度																					
定例健康相談	246人/18回	176人/19回	142人/17回																					
出張健康相談	119人/8回	190人/8回	117人/11回																					

## V 数値目標の評価

### たべる

評価項目		H26年度値	H27年度値	H28年度値	H31年度目標値	
朝食欠食率	中学校2年生	▲15.8%	★13.0%	★13.0%	10%以下	
	40歳～74歳	男性	☆11.1%	☆11.2%	☆10.9%	20%以下
		女性	☆6.3%	☆6.9%	☆8.0%	15%以下
野菜を1日に小鉢5皿程度食べていない人の割合	20歳以上	▲16.7%			10%以下	
食事を楽しいと思う児童・生徒の割合	小学校5年生	▲82.2%			90%以上	
	中学校2年生	▲61.0%			70%以上	

### うごく

評価項目		H26年度値	H27年度値	H28年度	H31年度目標値	
日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合	40歳～74歳	☆58.3%	☆58.0%	☆57.0%	70%以上	
週2日以上運動習慣のある人の割合	40歳～74歳	男性	☆46.6%	☆45.4%	☆45.3%	50%以上
		女性	☆42.0%	☆40.2%	☆40.7%	50%以上

### いやす

評価項目	H26年度値	H27年度値	H28年度値	H31年度目標値
睡眠による休養が不足している人の割合	▲ 22.7%	☆24.6%	☆26.2%	18%以下
ストレスを感じている人の割合	▲ 30.1%			26%以下

▲ H26年度健康増進計画アンケート調査より

☆ 特定健診問診票より

★ 栄養教諭部会 食生活調査より

ふせぐ

評価項目		H26年度値	H27年度	H28年度	H31年度目標値
多量飲酒者の割合 (1日3合以上)	国保 40-74歳 男性	☆10.3%	☆14.1%	☆10.4%	8%以下
	女性	☆1.0%	☆0.8%	☆0.9%	4%以下
喫煙する人の割合	国保 40-74歳 男性	☆26.2%	☆24.9%	☆25.1%	20%以下
	女性	☆5.5%	☆4.8%	☆5.5%	5%以下
喫煙する人のうち、受動喫煙防止を心がけている人の割合	20歳以上	45.3%			70%以上
60歳代で自分の歯を20本以上残す人の割合	—	57.3%			70%以上
3歳児健診での一人平均むし歯本数	—	※1.39本	1.53本	1.13本	1.0本以下
12歳児(中学1年生)の一人平均むし歯本数	—	※1.37本		1.14本	1.0本以下
特定健康診査実施率	40歳以上	※38.9%	40.3%	43.0%	60%以上
各種がん検診受診率	胃がん	8.2%	8.3%		10%以上
	大腸がん	15.2%	15.9%		20%以上
	肺がん	35.7%	36.8%		40%以上
	子宮頸がん	21.6%	19.1%		25%以上
	乳がん	22.0%	28.0%		28%以上

※平成25年度数値

## VI 四万十市健康増進計画策定委員会条例

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項及び食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項の規定に基づき、四万十市健康増進計画（以下「健康増進計画」という。）を策定するため、地方自治法（昭和22年法律第67号）第138条の4第3項の規定に基づき、四万十市健康増進計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は、次の各号に掲げる事項について協議する。

- (1) 健康増進計画の策定及び変更に関すること。
- (2) 健康増進計画の評価に関すること。
- (3) 健康増進計画の施策の実施及び推進に関すること。
- (4) 前3号に掲げるもののほか、市長が必要と認める事項

(組織)

第3条 委員会は、委員10人以内で組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 関係団体の代表者
- (2) 関係機関の職員
- (3) 関係行政機関の職員
- (4) 前3号に掲げるもののほか、市長が必要と認める者

(任期等)

第4条 委員の任期は、2年とする。

2 補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

3 委員は、再任されることができる。

4 市長は、特別の事情があると認めるときは、委員の任期中であっても、これを解職し、又は解任することができる。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に、委員長及び副委員長各1名を置き、委員の互選により選任する。

2 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、委員長が議長となる。ただし、第3条第2項に規定する委嘱後に最初に行われる会議については、市長が招集し、前条の委員長及び副委員長が互選されるまでは、委員の中から互選により仮議長を選出して議事を進行する。

2 委員会は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 委員会の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、委員長の決するところによる。

(意見の聴取等)

第7条 委員長は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を求め、意見若しくは説明を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、健康増進計画の事務を所掌する課において処理する。

(委任)

第9条 この条例に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、平成 26 年 4 月 1 日から施行する。

VII 策定委員名簿

		氏 名	区 分	所属団体等
1	委員長	谷本 哲志	関係団体 (健康づくり関係)	四万十市国民健康保険 運営協議会会長
2	副委員長	山本 貴子	行政機関 (高知県)	幡多福祉保健所 健康障害課長
3	委員	吉井 智美	関係団体 (食育関係)	幡多栄養士ネットワーク 会員
4	委員	湯地 康夫	関係団体 (高齢者関係)	四万十市老人クラブ連合会 会長
5	委員	新谷 俊二	関係団体 (医療関係)	四万十市歯科医師会 副会長
6	委員	山本 博昭	関係機関 (地域福祉関係)	四万十市社会福祉協議会 事務局長
7	委員	福永 志津	行政機関 (教育機関)	四万十市小中学校 養護部会
8	委員	土居 宜加	行政機関 (食育・教育機関)	四万十市栄養教諭会 会長
9	委員	宮村 めぐみ	行政機関 (母子保健関係)	四万十市保育所長会 会長

