

第2次いきいき新座21プラン

第2次新座市健康づくり行動計画

新座市食育推進計画

新座市歯科口腔保健推進計画

中間評価

令和2年3月

新座市

目 次

第 1 部 第 2 次新座市健康づくり行動計画	1
第 1 章 計画の概要	2
1 計画の中間評価の背景と目的	2
2 計画の位置付け	3
3 計画の期間	4
4 計画の基本理念	5
5 計画の体系	6
第 2 章 第 2 次計画の中間評価及び取組	8
1 食生活	8
2 身体活動	13
3 休養・こころ	17
4 いきがい	21
5 歯科保健	24
6 アルコール	26
7 たばこ	28
第 3 章 計画推進のために	30
1 計画の推進に当たって	30
2 計画の評価に当たって	30
第 2 部 新座市食育推進計画	31
第 1 章 計画の概要	32
1 基本的な考え方と背景	32
2 計画の位置付け	33
3 計画の期間	33
第 2 章 計画の中間評価	34
1 計画の中間評価	34
第 3 章 基本目標と大切にすべき視点	37
1 基本目標	37
2 大切にすべき視点	37
第 4 章 計画の内容	41
1 ライフステージ別の取組の考え方、主な取組	41
2 全てのライフステージに共通する行動目標	52

第3部 新座市歯科口腔保健推進計画	53
-------------------	----

第1章 総論	54
1 計画策定の趣旨	54
2 計画の位置付け	54
3 計画の中間評価	55
4 計画の基本理念	55
第2章 計画の内容	56
1 ライフステージごとの取組	56
2 分野別施策の取組	65
第3章 計画の推進体制	69
1 計画の推進体制	69
第4章 関連資料	70
1 新座市歯科口腔保健の推進に関する条例	70

資料編	73
-----	----

1 健康づくりに関するアンケート調査	74
2 新座市健康づくり推進協議会条例	76
3 新座市健康づくり推進協議会委員名簿	77
4 新座市歯科保健事業運営委員会設置要綱	78
5 新座市歯科保健事業運営委員会委員名簿	79
6 中間評価までの経過	80
7 諮問・答申	81

第 1 部 第 2 次新座市健康づくり行動計画

第 1 章 計画の概要

1 計画の中間評価の背景と目的

国では、平成24年7月に改定された「第4次国民健康づくり対策」(健康日本21(第2次))において、“健康寿命の延伸”と“健康格差の縮小”を目指し、平成25年度から令和4年度までの10年間を計画期間として、各種施策を推進しています。

埼玉県では、国の「健康日本21(第2次)」を受け、県の目指す方向を示す基本方針として「健康埼玉21」を策定し、その実現のため、埼玉県健康増進計画として「埼玉県健康長寿計画」を策定し、関連計画として、埼玉県食育推進計画、埼玉県歯科口腔保健推進計画を策定しています。

本市では、平成27年に「第2次いきいき新座21プラン」を策定し、「笑顔でつながるいきいき新座」を基本理念に、「食生活」、「身体活動」、「休養・こころ」、「いきがい」、「歯科保健」、「アルコール」、「たばこ」の各分野ごとに目標を設定し、様々な施策を実施してまいりました。

計画策定から5年目を迎え、平成30年度には、「健康増進法」の改正が行われ、望まない受動喫煙の防止を図るため、多数の人が利用する施設において喫煙を禁止し、受動喫煙対策が強化されるなど、健康づくりを取り巻く環境は変化しています。

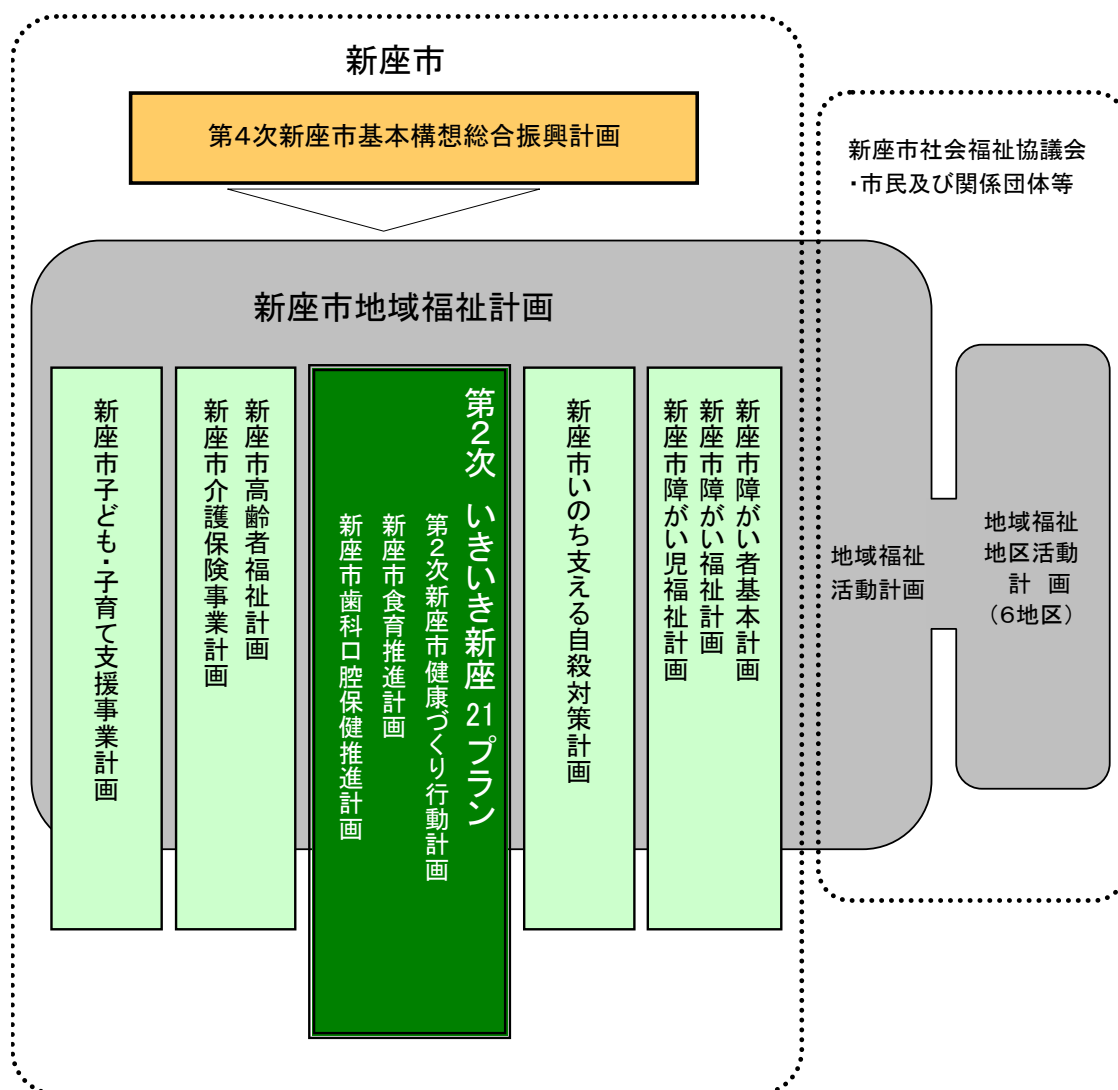
本計画は、市民の健康維持・生活の向上を図るため、市民を対象としたアンケート調査を実施・分析するとともに「第2次いきいき新座21プラン」の中間評価を行い、計画期間の後半における計画の推進に反映させることを目的としています。

2 計画の位置付け

本計画は、健康増進法第8条第2項に規定する「市町村健康増進計画」に位置付けられ、「健康日本21（第2次）」、埼玉県健康増進計画「健康埼玉21」ほか、関連計画である埼玉県健康長寿計画、埼玉県食育推進計画及び埼玉県歯科口腔保健推進計画を勘案して策定しました。

また、食育基本法第18条第1項に基づく新座市食育推進計画及び新座市歯科口腔保健の推進に関する条例第9条に基づく新座市歯科口腔保健推進計画を包含しています。

なお、本計画は、第4次新座市基本構想総合振興計画に基づくとともに、関連計画である新座市地域福祉計画・新座市社会福祉協議会地域福祉活動計画、新座市障がい者基本計画・新座市障がい福祉計画・新座市障がい児福祉計画、新座市いのち支える自殺対策計画、新座市子ども・子育て支援事業計画及び新座市高齢者福祉計画・新座市介護保険事業計画との整合性を図りました。



3 計画の期間

計画期間は、平成27年度から令和6年度までの10年間であり、5年目の令和元年度に中間評価を行います。

年度	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
計画の期間	第4次新座市基本構想振興計画 後期基本計画(H28～R2)										
	第2次いきいき新座21プラン(H27～R6) 第2次新座市健康づくり行動計画 新座市食育推進計画 新座市歯科口腔保健推進計画										
関連計画	第3次新座市地域福祉計画・ 新座市社会福祉協議会地域福祉活動計画 (H29～R3)										
	新座市いのち支える自殺対策計画 (R1～R5)										
	新座市高齢者福祉計画・ 新座市介護保険事業計画 第7期計画(H30～R2)										
	新座市子ども・子育て支援事業計画 (H27～R1)										
	第5次新座市障がい者基本計画 (H30～R5)										
国・県計画	健康日本21(第2次)(H25～R4)										
	第3次食育推進計画 (H28～R2)										
	健康埼玉21(H25～R4)										
	埼玉県健康長寿計画 (第2次) (H28～H30)					埼玉県健康長寿計画(第3次) (R1～R5)					
	埼玉県食育推進計画 (第3次) (H28～H30)					埼玉県食育推進計画(第4次) (R1～R5)					
	埼玉県歯科口腔保健推進計画 (第2次) (H28～H30)					埼玉県歯科口腔保健推進計画(第3次) (R1～R5)					

4 計画の基本理念

＜基本理念＞笑顔でつながるいきいき新座

個人の「健康観」や「健康感」は、人それぞれ異なりますが、互いの存在を認め合い、尊重しあってこそ、自分らしさが最も発揮され、心身ともに健康な状態が保てるのではないのでしょうか。自分らしさを持っている人ほど、いきいきと笑顔で心が満ち足りた生活を送っているとも言えます。

第1次計画では、基本理念『一人ひとりが、お互いの意思や活動を尊重し合いながら、自分らしく、健やかで、心豊かに生活できる地域 にいざ』を推進してきました。

第1次計画の理念を継承し、第2次計画では、さらに市民にとって親しみやすいイメージを持ってもらうために、第1次計画の考え方を引き継ぎ、本計画の基本理念を「笑顔でつながるいきいき新座」としています。

基本理念

『笑顔でつながるいきいき新座』
(えがおでにいざ)

◆基本方針◆

(1) 個人の健康づくりを地域社会全体で支えるまちづくり
《ヘルスプロモーション》

(2) 多様な地域活動との連携による健康づくりが行われるまちづくり
《ソーシャルキャピタル》

(3) 健康長寿のまちづくり

お互いの存在を認め合い、尊重しあってこそ、自分らしさが最も発揮され、心身ともに健康な状態が保てるのではないのでしょうか。自分らしさをもっている人ほど、いきいきとしていて、魅力的な人生を送っており、心が満ち足りた生活を送っているとも言えます。そこで、私たちのまち新座では、「疾病や障がいの有無とは関係なく、それぞれが前向きな気持ちを持って、笑顔で、元気に、いきいきと暮らせる状態」を理想とします。

◆分野ごとのテーマ◆

◆分野ごとの目標◆

え	食生活	『えがおが ごちそう 楽しい食卓』 おいしいものを食べる生活から健康を意識して おいしく食べる生活へ転換するために	(1) バランスのとれた食事をとる人の増加 (2) 野菜を食べる人の増加 (3) うす味に取り組む人の増加
が	身体活動	『がんばります 自分のペースで 一歩ずつ』 自分のペースに合わせて気楽に身体を動かす ことを続けていくために	(1) 一日の歩数の増加 (2) 身体を動かすことを心掛ける人の増加
お	休養・こころ	『おだやかに 時にはゆったり リラックス』 質の高い睡眠をとり、悩みやストレスをひとりで 抱え込まないために	(1) 睡眠による休養を十分に 取れていない人の減少 (2) 過去1年間、継続的に悩み を持ったり、ストレスを感じ たりしている人の減少
で	いきがい	『でてくる ちから 私のいきがい』 いきがいを持って地域で前向きに暮らすために	(1) 現在の生活にいきがいや やりがいを持つ人の増加
に	歯科保健	『にっこり 笑える すてきな歯』 誰もがおいしく食べ、いきいき話し、歯っぴーな 生活を送るために	(1) むし歯のない子どもの増加 (2) 6525達成者の増加
い	アルコール	『いっしょのみんなも 楽しめる お酒は やっぱり 適量で』 まわりの人も楽しい気分でいられるような適量 のお酒とつきあうために	(1) 生活習慣病リスクを高め る量を飲酒している人の 減少
を	たばこ	『ざいさん(財産)は きれいな空気と きれいな肺』 自分だけの一服が吸わない人にとっての迷惑に ならないようにするために	(1) 受動喫煙の機会を有する 人の減少

第2章 第2次計画の中間評価及び取組

「第2次いきいき新座21プラン」の中間評価における基礎資料とするため、令和元年5月に、市民2,000人を対象としたアンケート調査を実施しました。

本章では、調査結果から、分野ごとに設定した目標値の達成状況を評価しました。

1 食生活

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容	平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和 6 年度 目標値	評価
① バランスのとれた食事をする人の増加	主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある日がほぼ毎日の人の割合	40.8%	40.4%	60%	○
② 野菜を食べる人の増加	一日の野菜摂取量 210g (3皿)以上の人の割合	37.9%	36.6%	50%	△
③ うす味に取り組む人の増加	うす味や減塩に取り組む人の割合	67.7%	66.0%	80%	△

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

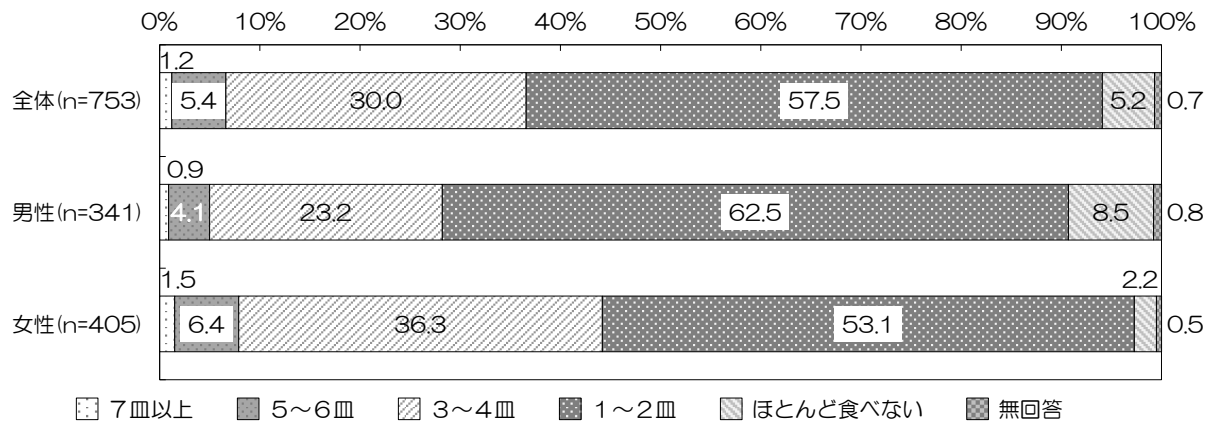
「主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある日がほぼ毎日の人の割合」については、40.4%と計画策定時とほぼ同じ水準となっているものの、「一日の野菜摂取量 210g (3皿)*以上の人の割合」及び「うす味や減塩に取り組む人の割合」については、計画策定時よりわずかですが減少しています。

また、男性は女性より野菜の摂取量が少なく、また、うす味や減塩に取り組んでいる人も少なくなっています。

引き続き、バランスのとれた食事の大切さなど、正しい知識の普及・啓発が必要です。

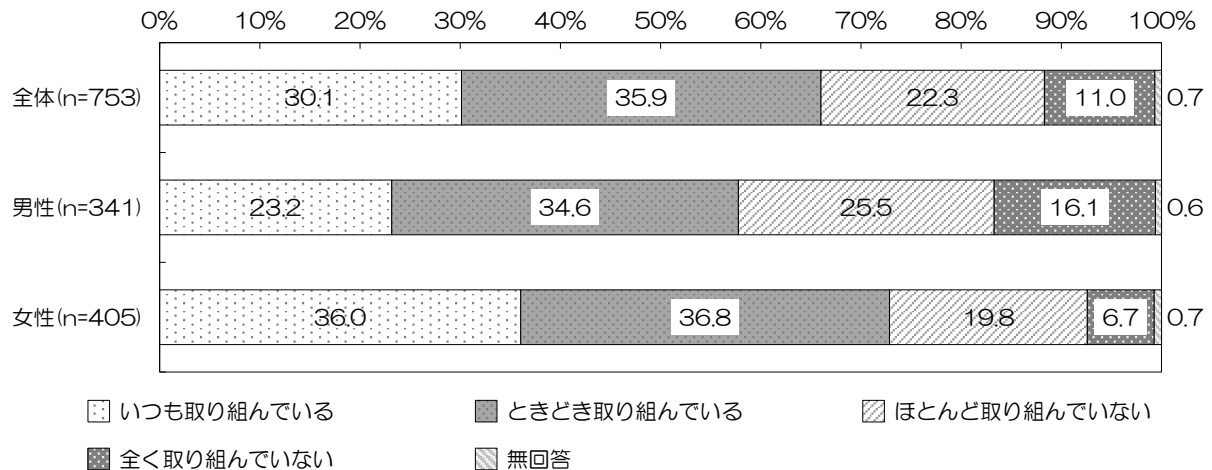
* 野菜摂取量は、一皿を 70g として考えています。厚生労働省では、一日の野菜摂取量の目標値を 350g 以上とされています。

■野菜の摂取量



注：性別について「回答しない」を選択された方と無回答の方は表示しておりません

■うす味や減塩の取り組み状況



注：性別について「回答しない」を選択された方と無回答の方は表示しておりません

(2) 取組

① バランスのとれた食事をする人の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
「バランスのとれた食事とは何か」の普及・啓発	・ 集団検診での啓発	保健センター
	・ 国保総合健診	国保年金課
健康まつり等でレシピの配布	・ 各コーナーで配布	保健センター
市の印刷物にバランスのとれた食生活についての啓発コメント掲載	・ 保健センター作成の印刷物での啓発を検討	保健センター

② 野菜を食べる人の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
野菜を使った料理講習会 や野菜を使ったおやつ・ 料理の普及を行う団体へ の活動支援	・食生活改善推進員協議会の活動支援	保健センター
	・にいが食育推進リーダーの活動支援	保健センター
野菜を使った簡単にできる おやつや料理の普及	・各種健康・食育教室、食生活改善推進員協 議会の料理講習会	保健センター
	・料理講座（子ども・親子・成人）	公民館
	・地域子育て支援センター等	こども支援課
	・給食だより（保育園）	保育課
	・給食だより等	学務課(小・中学校)
	・小学校の家庭科授業による実施	教育支援課(小・中学校)
	・新座市産野菜を使った料理のレシピのリー フレットの作成及びホームページでの周知	経済振興課
	・観光ガイドマップの作成 ・新座市産業観光協会ホームページと連携 したPRの実施	シティプロモーション課
地場野菜のPR・入手でき る場所の周知	・食生活改善推進員協議会主催の野菜料理講 習会でのPR	保健センター
	・にいが農産物直売所発見マップの作成及び 市内公共施設での配布 ・ファーマーズマーケット in 新座市役所の 開催	経済振興課
	・観光ガイドマップの作成 ・オープンカフェの実施 ・新座市産業観光協会ホームページと連携 したPRの実施 ・新座ブランド認定事業	シティプロモーション課
地場野菜を使ったイベン トへの活動支援	・収穫祭、植木・花・野菜まつりに出店する 農業団体の支援及び広報・ホームページで の周知	経済振興課
	・新座市産業観光協会ホームページと連携 したPRの実施	シティプロモーション課
地場野菜を使ったメニ ューを提供する飲食店の認 定と周知	・オープンカフェの実施 ・新座市産業観光協会ホームページと連携し たPRの実施 ・新座ブランド認定事業	シティプロモーション課
野菜を食べることが体に とってよいことを周知	・各種健康・食育教室、3歳児健診食育紙芝 居、食育講演会	保健センター
	・食の講演会	国保年金課
	・給食だより等	学務課(小・中学校)

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
野菜を食べることが体にとってよいことを周知 (続き)	・ 小学校の家庭科授業で実施	教育支援課(小・中学校)
	・ 介護予防事業等(介護予防ガイドブック等)	介護保険課
	・ 地域子育て支援センター等	こども支援課
	・ 給食だより(保育園)	保育課
イベント等での景品として地場野菜の活用の推進	・ 産業フェスティバル消費者展で実施	経済振興課
	・ イベント等での景品として地場野菜の活用の検討	シティプロモーション課
	・ 健康まつりのスタンプラリーの景品として地場野菜を提供	保健センター
	・ 特定健診受診者に野菜交換券を交付	国保年金課
	・ 健康長寿ポイント事業	介護保険課

③ うす味に取り組む人の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
うす味でもおいしく食べられる料理講習会を行う団体への活動支援	・ 食生活推進員協議会主催の料理講習会への活動支援	保健センター
うす味で簡単にできる料理の普及	・ 各種健康・食育教室、食生活改善推進員協議会主催の料理講習会	保健センター
	・ 食の講演会	国保年金課
	・ 介護予防事業等	介護保険課
一日の塩分摂取の目標量の周知	・ 各種健康・食育教室、食生活改善推進員協議会定例会、食生活改善推進員協議会主催の料理講習会	保健センター
	・ 食の講演会	国保年金課
	・ 介護予防事業等	介護保険課
食品に含まれる塩分量の周知	・ 各種健康・食育教室、食生活改善推進員協議会定例会、食生活改善推進員協議会主催の料理講習会	保健センター
	・ 食の講演会	国保年金課
	・ 介護予防事業等	介護保険課

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
塩分の取り過ぎが及ぼす血管への影響や生活習慣病との関係の周知	・各種健康・食育教室、食生活改善推進員協議会定例会、食生活改善推進員協議会主催の料理講習会	保健センター
	・食の講演会	国保年金課
	・介護予防事業等	介護保険課
定期的な健康診断の受診勧奨	・未受診者はがき送付	保健センター
	・未受診者はがき送付	国保年金課
	・長寿健康診査、人間ドック	長寿はつらつ課
健康づくりに取り組む飲食店の認定と周知	・オープンカフェの実施 ・新座ブランド認定事業	シティプロモーション課

2 身体活動

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容	平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和 6 年度 目標値	評価
①一日の歩数の増加	一日の歩数	6,357 歩	6,234 歩	7,000 歩	△
②身体を動かすことを心掛ける人の増加	身体を動かすことを心掛ける人の割合	74.0%	69.7%	84%	△

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

「一日の歩数^{※1}」及び「身体を動かすことを心掛ける人の割合」のどちらも、計画策定時より若干の減少が見られます。

ただし、1日に歩く時間を計画策定時と比較すると、1時間以上歩く人は、女性では減少し、男性では増加しています。1日30分以上歩く人は、男女ともに約8割となっており、いずれも計画策定時より増加しております。

また、運動の頻度を計画策定時と比較すると、定期的に週2回程度以上の運動を行っている人は、男女ともに3割半ばとなっており、いずれも計画策定時より増加しております。

定期的に運動している人の7割以上が、その運動を週2回程度、1日30分以上で1年以上^{※2}続けられており、運動が習慣づいていると言えます。

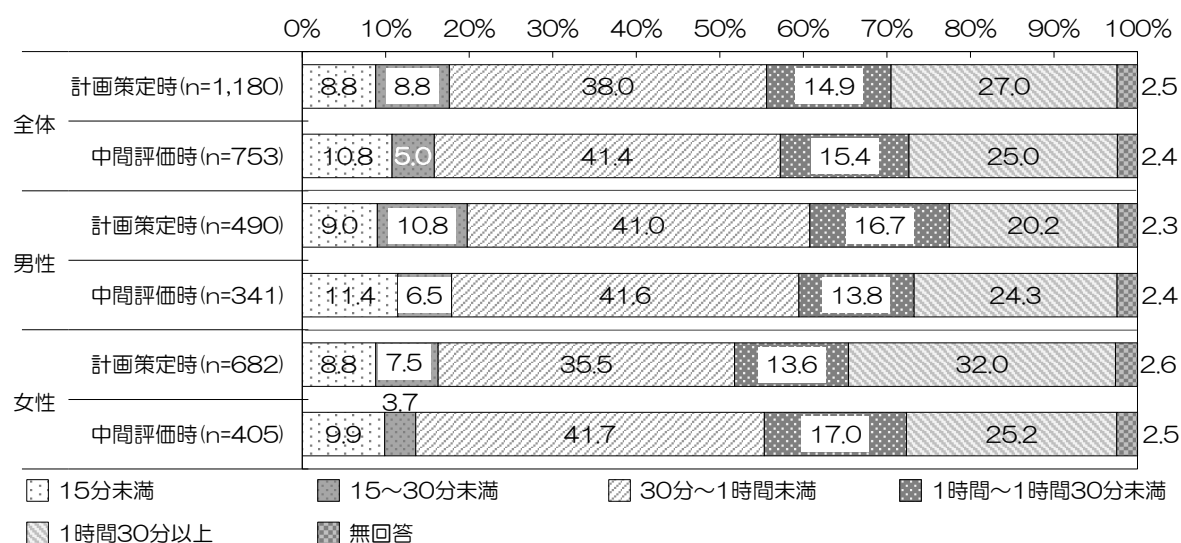
自分の健康状態を把握し、無理なく日常生活の中で身体を動かせるような機会や場の周知が必要です。

※1 一日の歩数を算出するにあたり、健康日本21「身体活動・運動」で「1,000歩は約10分の歩行で得られる歩数」を換算のための基準として用いています。

本計画では、1,500歩を約15分間の活動時間とした上で、アンケート調査における各選択肢の中央値を標準歩数とし、無回答を除く回答者数で平均値を算出しています。

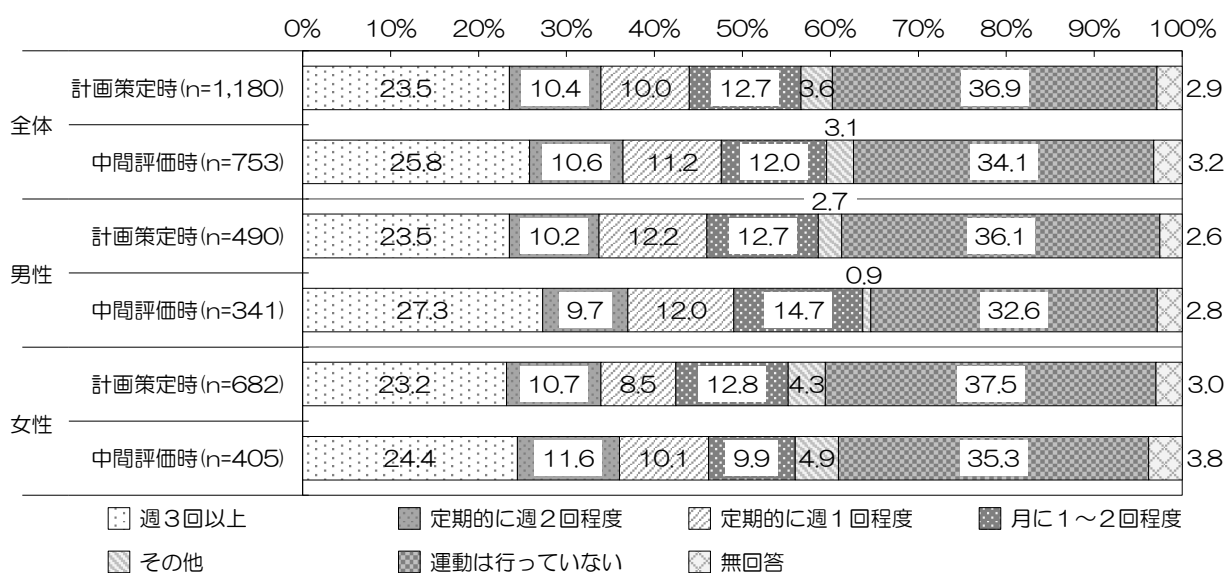
※2 「健康日本21」では、「運動習慣のある人」を「週2回以上、1回30分以上、1年以上運動をしている人」としています。

■ 1日に歩く時間（計画策定時との比較）



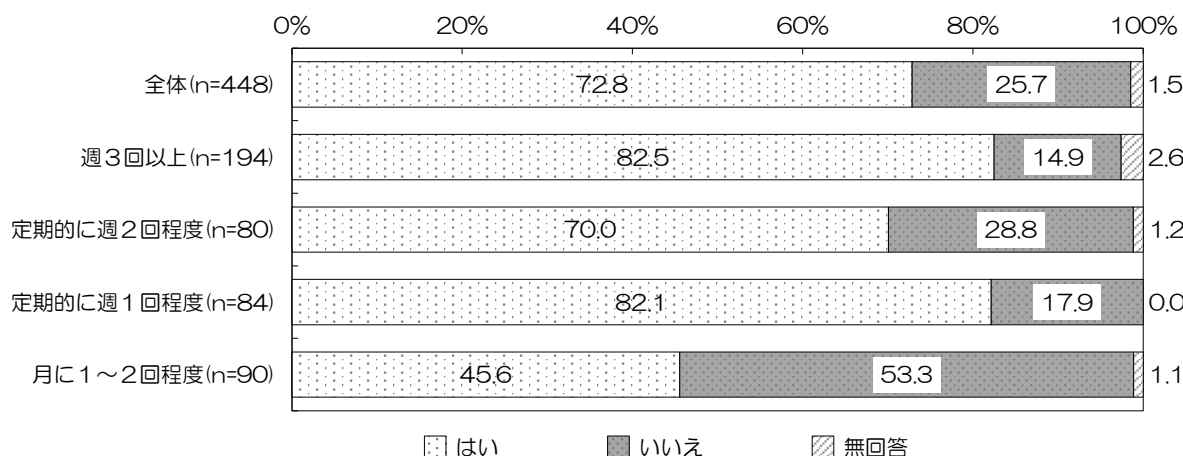
注：性別について「回答しない」を選択された方と無回答の方は表示しておりません

■運動の頻度（計画策定時との比較）



注：性別について「回答しない」を選択された方と無回答の方は表示しておりません

■運動の頻度と持続性（1日30分以上で1年以上持続している）



(2) 取組

① 一日の歩数の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
生活習慣病予防教室でウォーキング指導の実施	・各種健康教室	保健センター
特定保健指導の運動指導でウォーキング指導の実施	・ウォーキング教室	国保年金課
歩数計の配布	・特定保健指導動機付け支援初回面接利用者に配付	国保年金課
小・中学校を通じて保護者への健康に関する取組の啓発	・健康まつりや講演会等の周知啓発	保健センター
	・学校保健委員会等で周知啓発	教育支援課(小・中学校)
歩きやすい道路環境の整備(歩道の整備、川沿いの遊歩道、公園内のウォーキングコースの整備)	・新座市公園健康器具設置事業	みどりと公園課
	・歩道の整備	道路課
	・街路灯や道路反射鏡の整備	道路課
ウォーキングマップや案内表示などの看板の活用	・観光ガイドマップの作成	シティプロモーション課
	・文化財マップ、文化財散策ガイド、文化財説明板	生涯学習スポーツ課
ホームページでウォーキングコースの周知の強化	・既存のウォーキングコースをリンクさせたPR	保健センター
	・新座市産業観光協会ホームページと連携したPRの実施	シティプロモーション課
	・文化財、散策ガイドのホームページでの紹介	生涯学習スポーツ課
	・新座市商工会で実施する「アトムが案内！すぐそこ新座発見ウォーキング」事業への支援	経済振興課
既存のウォーキングコースを使ったイベントの実施	・「アトムが案内！すぐそこ新座発見ウォーキング」への連携協力	シティプロモーション課
	・いきいき新座21講演会として実施	保健センター
	・ウォーキング教室	国保年金課
正しい歩き方及び仲間づくりのウォーキング事業の実施	・にいざ元気アップウォーキング ・介護予防ウォーキング教室	介護保険課
健康マイレージ事業の若年世代への拡充	・県との連携による健康マイレージ事業の周知啓発	保健センター
	・特定健診を受けた方へのポイント付与	国保年金課

② 身体を動かすことを心掛ける人の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
地域の健康づくりの場の提供	・各種健康教室等	保健センター
	・にいざ元気アップ広場	介護保険課
	・運動教室	国保年金課
	・各スポーツ教室 ・スポーツ施設の整備	生涯学習スポーツ課
	・社会教育活動として軽体育室やレクリエーション室を使って健康体操、ヨガ、太極拳等の実施	公民館
運動教室の開催と市民健康体操の普及	・各種健康教室、健康まつり等	保健センター
	・介護予防事業等	介護保険課
	・介護保険課との連携事業である、にいざ元気アップ広場の中で市民健康体操を実施	生涯学習スポーツ課
運動施設の整備	・スポーツ施設の修繕・工事	生涯学習スポーツ課
体力測定のための提供	・体力テスト	生涯学習スポーツ課
健康診断の受診勧奨	・未受診者はがき送付	保健センター
	・未受診者はがき送付	国保年金課
	・介護予防事業等	介護保険課
介護・ロコモ※ ¹ 予防事業の実施	・介護予防事業等	介護保険課
	・各種健康教室	保健センター
運動習慣の定義の周知	・健康平和都市宣言	生涯学習スポーツ課
	・各種健康教室、健康まつり等	保健センター
	・運動教室	国保年金課
	・介護予防事業等	介護保険課
公園・遊歩道の運動器具の設置と使用方法の周知	・新座市公園健康器具設置事業	みどりと公園課
プラス・テン（＋１０）※ ² 運動の推奨	・各事業の中での呼びかけ等	生涯学習スポーツ課
	・各種健康教室、健康まつり等	保健センター
	・運動教室	国保年金課
	・介護予防事業等	介護保険課
地域の健康推進員の養成	・にいざの元気推進員	介護保険課

※¹ 「ロコモ」とは、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の略で、骨・関節・筋肉など体を支えたり動かしたりする運動器の障がいのために自立度が低下し、介護が必要となる危険性が高い状態のことです。

※² 「プラス・テン（＋１０）」運動とは、身体活動の時間を今よりも１０分増やすことを目指した国民運動のことです。

3 休養・こころ

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容	平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和6年度 目標値	評価
①睡眠による休養を十分に取れていない人の減少	睡眠による休養を十分に取れていない人の割合	29.9%	31.3%	20%	△
②過去1年間、継続的に悩みを持ったり、ストレスを感じたりしている人の減少	過去1年間、継続的に悩みを持ったり、ストレスを感じたりしている人の割合	60.6%	61.4%	50%	△

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

「睡眠による休養を十分に取れていない人※の割合」及び「過去1年間、継続的に悩みを持ったり、ストレスを感じたりしている人の割合」のどちらも、計画策定時より若干の増加が見られます。

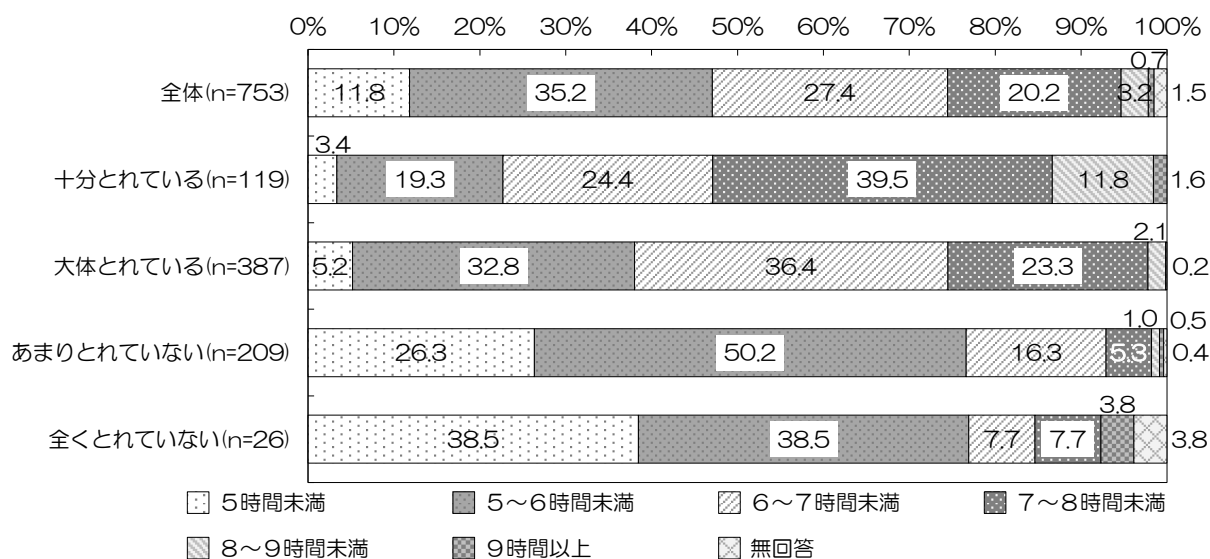
睡眠による休養を十分に取れていない人は、睡眠による休養を十分に取れている人と比較して、睡眠時間が6時間未満の人が多くなっています。したがって、適度な睡眠を取ることの重要性について、引き続き、正しい知識の普及・啓発が必要です。

また、継続的な悩みやストレスを解消するために何もしていない人が約1割半ばとなっています。

継続的な悩みやストレスを抱える人が、自分に合った解消方法を持つために、様々な機会を通じて相談できるよう、相談窓口の周知・啓発を図ることが必要です。

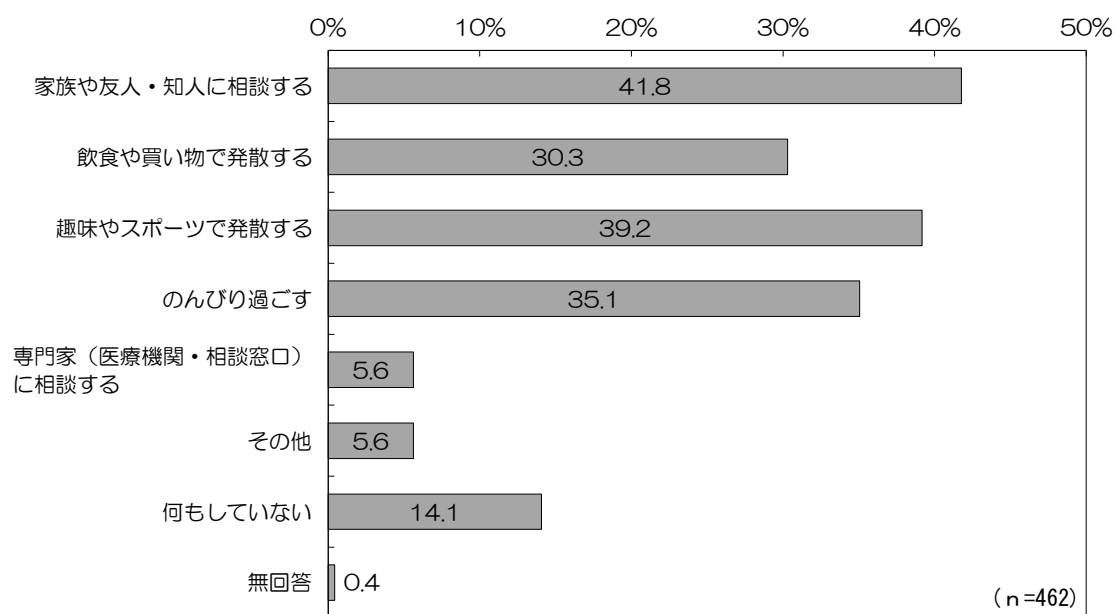
※ 「睡眠による休養を十分に取れていない人」とは、アンケート調査の設問39「普段の睡眠で休養がとれていますか。」について、「あまりとれていない」、「全くとれていない」を選択した人の割合です。

■ 普段の睡眠で休養がとれている程度と平均睡眠時間



注：「普段の睡眠で休養がとれているか」について無回答の方は表示しておりません

■ ストレスを感じた場合の解消方法



注：アンケート調査の設問 34「過去 1 年間、継続的に悩みを持ったり、ストレスを感じたりしていますか。」について「感じている」、「どちらかといえば感じている」を選択した人の回答を抽出しています。

(2) 取組

① 睡眠による休養を十分に取れていない人の減少

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
睡眠の質を高める方法等の周知	・睡眠の日※の普及に付随した周知	保健センター
睡眠に関する様々な知識の普及	・ホームページ等による周知啓発	保健センター
	・国保総合健診	国保年金課
睡眠不足が生活習慣病やこころの病気にかかりやすくなることの周知	・睡眠の日の普及に付随した周知	保健センター
色々な悩みごと・困りごと相談の実施	・各種健康相談	保健センター
	・産前産後サポート事業	保健センター
	・子育て世代包括支援事業 ・利用者支援事業（母子保健型）	保健センター
	・女性困りごと相談事業・市民相談事業	人権推進課
	・就業相談、消費生活相談の実施	経済振興課
	・マンション管理相談	建築開発課
	・暴力団等に関する相談 ・犯罪被害者相談	交通防犯課
	・休日・夜間の納税相談	納税課
	・児童相談・家庭児童相談・ひとり親家庭等相談	こども支援課
	・地域子育て支援センター等	こども支援課
	・教育相談員による教育相談の実施	教育相談センター
	・電話・窓口における個別相談（高齢者相談センター）	介護保険課
	・生活困窮者自立相談支援事業	生活支援課
	・高齢者に関する相談	長寿はつらつ課
	・高齢者に関する相談（介護保険制度、介護保険サービス、介護保険料）	介護保険課
	・障がい者（児）等からの相談の範囲内で実施	障がい者福祉課

※ 「睡眠の日」とは、春（3月18日）と秋（9月3日）の年2回あり、2011年に精神・神経科学振興財団と日本睡眠学会の協力によって制定されました。

②過去1年間、継続的に悩みを持ったり、ストレスを感じたりしている人の減少

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
悩みごとの相談窓口の設置及び周知	・各種健康相談	保健センター
	・産前産後サポート事業	保健センター
	・子育て世代包括支援事業 ・利用者支援事業（母子保健型）	保健センター
	・女性困りごと相談事業・市民相談事業	人権推進課
	・就業相談、消費生活相談の実施	経済振興課
	・マンション管理相談	建築開発課
	・暴力団等に関する相談 ・犯罪被害者相談	交通防犯課
	・休日・夜間の納税相談	納税課
	・児童相談・家庭児童相談・ひとり親家庭等相談	こども支援課
	・地域子育て支援センター等	こども支援課
	・教育相談員による教育相談の実施	教育相談センター
	・高齢者相談センターの設置	介護保険課
	・生活困窮者自立相談支援事業	生活支援課
	・高齢者に関する相談	長寿はつらつ課
	・高齢者に関する相談（介護保険制度、介護保険サービス、介護保険料）	介護保険課
	・障がい者（児）等からの相談の範囲内で実施	障がい者福祉課
自殺予防事業の実施	・ゲートキーパー※養成講座、図書館展示、広報・ホームページでの周知啓発	保健センター
ゲートキーパーの養成	・ゲートキーパー養成講座	保健センター
こころの健康づくりに関する講演会の開催	・ゲートキーパー養成講座	保健センター
ストレス解消法やリラクゼーション方法の紹介	・各種健康教室、健康まつり等	保健センター
	・運動教室	国保年金課
同じ悩みを持つ人たちの集まりへの支援	・認知症カフェの設置	介護保険課
	・地域子育て支援センター等	こども支援課
	・障がい者相談支援事業委託内のピアカウンセリング	障がい者福祉課
	・やすらぎの会、たんぽぽの会、多胎児親子交流会の活動支援	保健センター
うつ病等メンタルヘルス疾患の周知	・広報・ホームページでの周知啓発	保健センター

※「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

4 いきがい

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容	平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和6年度 目標値	評価
①現在の生活にいきがいややりがいを持つ人の増加	楽しみやいきがいを持つ人の割合	75.4%	72.7%	80%	△

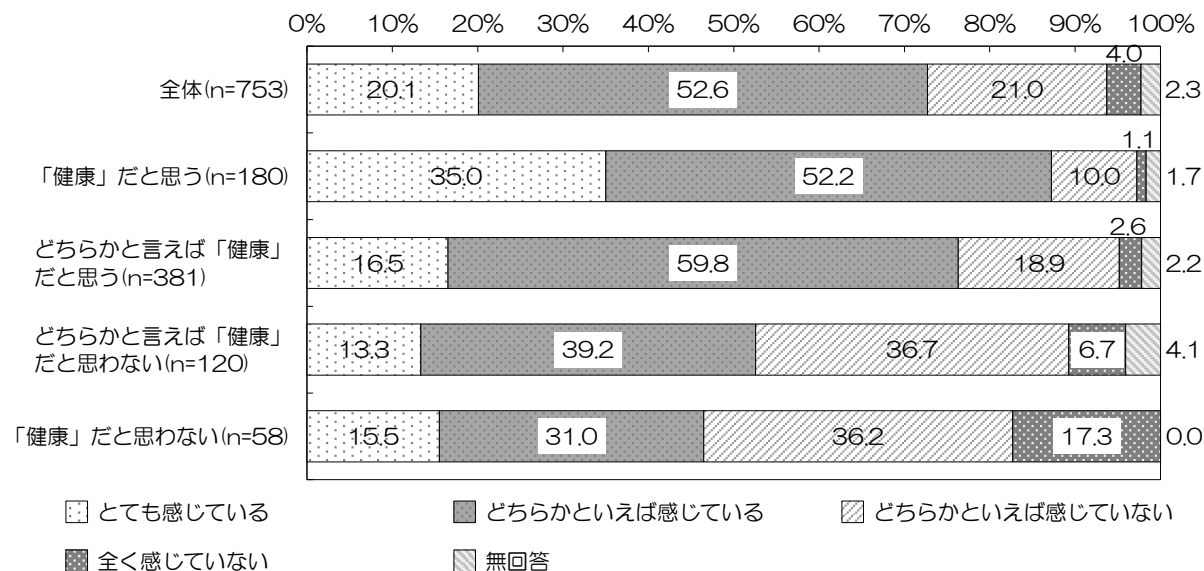
◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

「楽しみやいきがいを持つ人の割合※」は、計画策定時と比較して若干の減少が見られます。

現在の生活にいきがいややりがいを感じている人は、自分のことを健康だと思う人ほど多く、また、趣味などを一緒に楽しむ仲間がいる人や、地域の人とのつながりが強い人ほど多くなっています。

引き続き、市で実施している仲間づくりや活動の場を提供する取組、町内会やボランティアなど地域で行う活動を促進する取組が必要です。

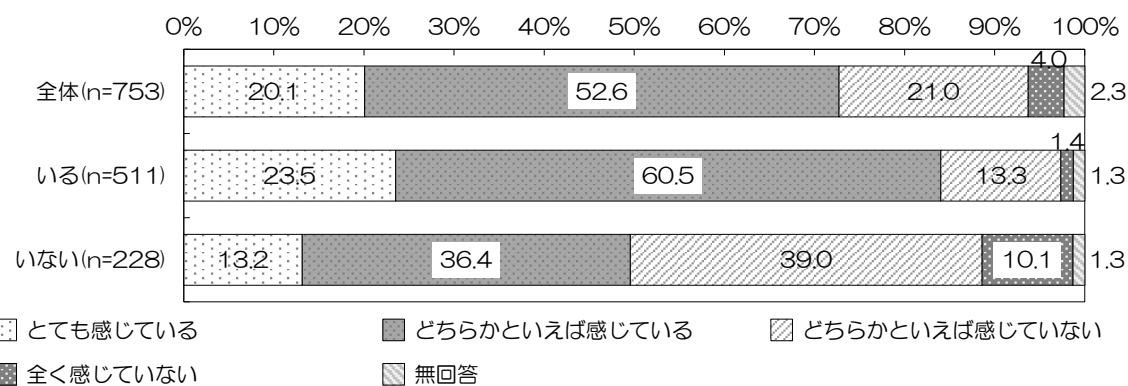
■自分のことを健康だと思う人が「いきがい」や「やりがい」を感じている割合



注:「自分のことを健康だと思う」について無回答の方は表示していません

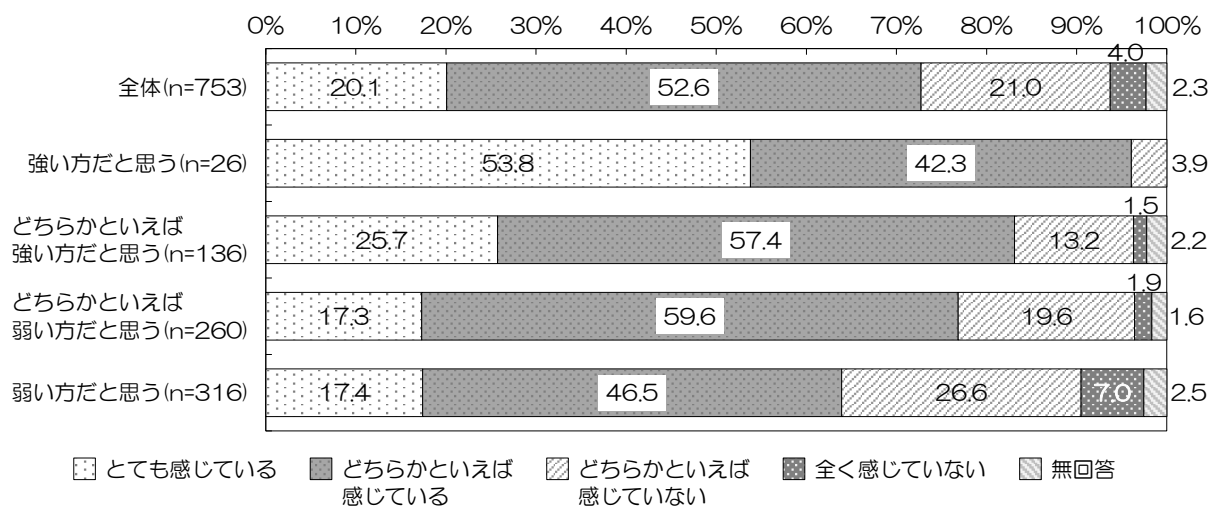
※ 「楽しみやいきがいを持つ人の割合」とは、アンケート調査の設問29「現在の生活に『いきがい』や『はりあい』を感じていますか。」について、「とても感じている」、「どちらかといえば感じている」を選択した人の割合です。

■趣味などを一緒に楽しむ仲間がいる人が「いきがい」や「やりがい」を感じている割合



注：「趣味などを一緒に楽しむ仲間がいるか」について無回答の方は表示しておりません

■地域の人とのつながりの強さの程度ごとの「いきがい」や「やりがい」を感じている割合



注：「地域の人とのつながりの強さ」について無回答の方は表示しておりません

(2) 取組

① 現在の生活にいきがいややりがいを持つ人の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
地域の仲間づくりの場や居場所の提供	・食生活改善推進員協議会や母子愛育会活動の支援	保健センター
	・コンサート・音楽会・寄席等	公民館
	・にいざ元気アップ広場、ほっと茶や等	介護保険課
	・各種スポーツ教室・スポーツ施設の整備	生涯学習スポーツ課
	・地域福祉推進協議会	福祉政策課
	・地域子育て支援センター等	こども支援課
	・市立集会所（43 か所）の管理運営、市立集会所の新設・建替え・改修	地域活動推進課
市民大学や公民館等の講座の開催	・新座市民総合大学の開講、大学公開講座等の開講	生涯学習スポーツ課
	・講座の開催	公民館
	・介護予防講演会	介護保険課
町内会への加入促進	・新座市町内会連合会と連携し町内会加入促進活動を実施	地域活動推進課
観光ガイド等のボランティアの養成と活用	・観光ボランティアガイドの養成 ・新座市観光ボランティアガイド協会の活動支援	シティプロモーション課
	・新座市民総合大学の開講	生涯学習スポーツ課
地域の情報や社会資源についての周知	・食生活改善推進員協議会や母子愛育会活動の支援	保健センター
	・特定保健指導	国保年金課
	・広報、ホームページ等による周知	長寿はつらつ課
	・広報、ホームページ等による周知	シティプロモーション課
	・観光ガイドマップの作成 ・新座市産業観光協会ホームページと連携したPRの実施	シティプロモーション課
	・各種イベント情報、消費生活情報等を広報・ホームページで周知	経済振興課
	・課内窓口、所管施設へのポスター・チラシ設置	生涯学習スポーツ課
地域福祉推進協議会の活動支援	・地域福祉推進協議会	福祉政策課
地域の健康推進員の養成	・にいざの元気推進員	介護保険課

5 歯科保健

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容		平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和 6 年度 目標値	評価
①むし歯のない子どもの増加	むし歯のない子どもの割合	3 歳	82.9%	87.3%	85%	◎
		12 歳	65.9%	73.3%	70%	◎
② 6 5 2 5 達成者の増加	65 歳で自分の歯を 25 本以上有する人の割合		70.4%	62.3%	80%	△

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

むし歯のない子どもの割合は、3 歳、12 歳とも計画策定時より増加し、どちらも目標値を達成しています。

幼児期からの定期的な歯科健診受診により、子どものむし歯予防に努めるとともに、むし歯予防についての正しい知識の普及・啓発を図るため、児童に対して実施しているブラッシング指導などの歯科保健教育を、引き続き推進します。

一方、65 歳で自分の歯を 25 本以上有する人の割合については、計画策定時より減少しています。

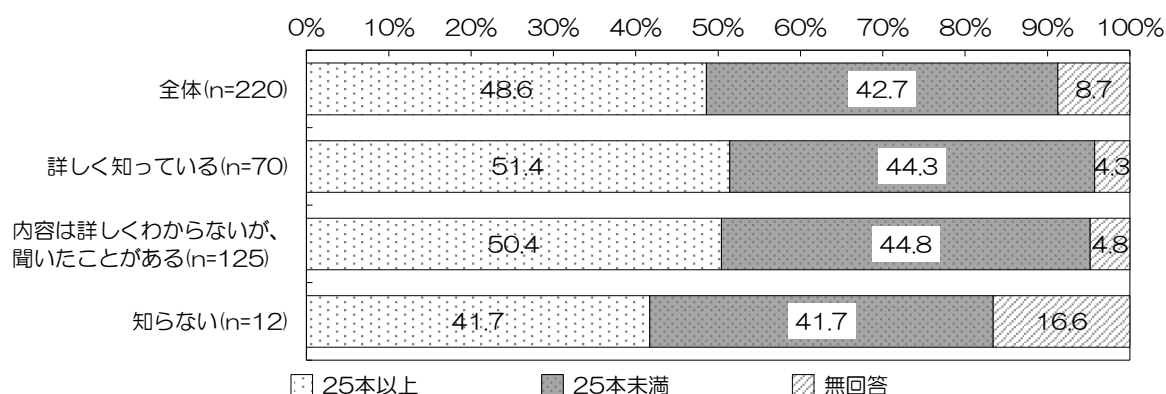
6525 達成者*の割合は、歯や歯ぐきの状態が全身の健康にも関係することを知っている人ほど高くなっています。

また、過去 1 年間に歯科健診を受診した人の割合は、38.6%と計画策定時より増加し、成人歯科検診の受診者数も 333 人と計画策定時より 27 人増加しています。さらに、8020 運動の周知度は、41.4%と計画策定時とほぼ同じ水準となっています。

歯周病等の歯科疾患を予防するために、歯科検診の定期的な受診を啓発する取組を促進するとともに、歯の健康に関する正しい知識の普及・啓発が必要です。

* 「6525 達成者」とは、65 歳で自分の歯を 25 本以上有する人のことです。国は、60 歳で自分の歯を 24 本以上有する「6024 達成者」を目指しており、本市では、より高い目標として「6525 達成者」を独自に掲げています。

■歯や歯ぐきの状態と全身の健康との関係性について、認知状況ごとの6525達成度



注：「歯や歯ぐきの状態と全身の健康との関係性の認知度」について無回答の方は表示しておりません

(2) 取組

① むし歯のない子どもの増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
歯科健診の実施	・2歳児歯科健診、親子歯科健診、1歳6か月児健診、3歳児健診	保健センター
	・毎年度全学年で歯科健診を実施	学務課（小・中学校）
2歳児歯科健診・親子歯科健診等の歯科健診受診の啓発	・1歳6か月児健診、3歳児健診での啓発	保健センター
フッ化物塗布の実施	・2歳児歯科健診、3歳児健診、親子歯科健診等	保健センター
歯の正しいブラッシング方法・歯口清掃の指導・周知	・1歳6か月児健診、乳幼児相談	保健センター
	・小・中学校の保健指導で実施	教育支援課（小・中学校）
	・地域子育て支援センター等	こども支援課（地域子育て支援センター）

② 6525達成者の増加

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
歯科検診の実施	・成人歯科検診、親子歯科健診（保護者）	保健センター
歯科検診受診の啓発	・健康カレンダー、広報、ホームページ等での周知	保健センター
	・介護予防ガイドブック	介護保険課
	・歯の講演会	国保年金課
歯の正しいブラッシング方法・口腔清掃の指導・周知	・成人歯科検診	保健センター
	・介護予防ガイドブック	介護保険課
	・歯の講演会	国保年金課
集団歯科検診の実施	・集団成人歯科検診	保健センター

6 アルコール

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容		平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和 6 年度 目標値	評価
①生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人の減少	一日当たりの平均アルコール摂取量が男性は 40g 以上、女性は 20g 以上の人の割合	男性	5.6%	5.5%	5%以下	○
		女性	21.5%	8.4%	10%以下	◎

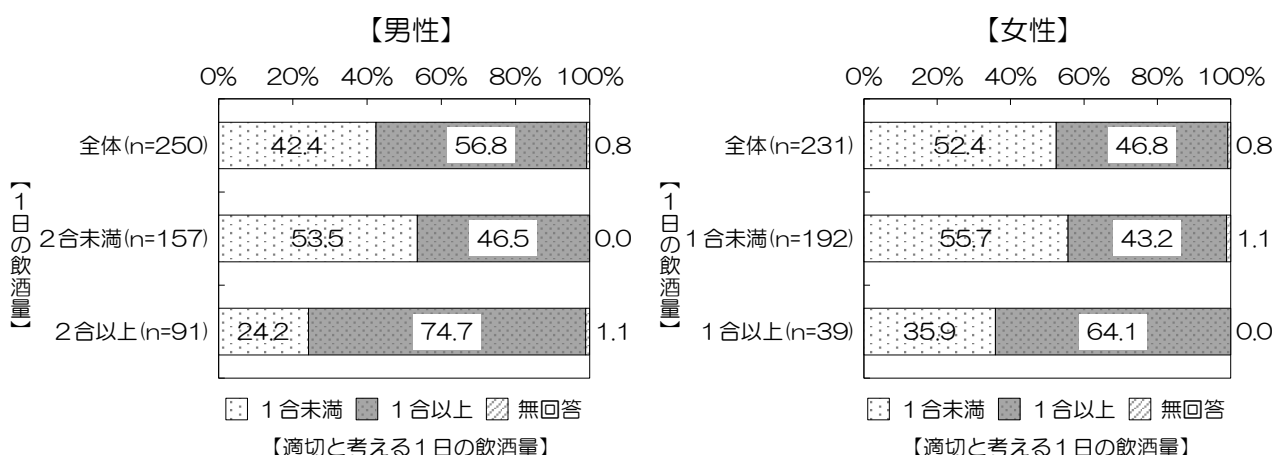
◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

「生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人の割合」は、男性では計画策定時と比較してほぼ同じ水準となっており、女性では計画策定時より大きく減少し、目標を達成しています。

しかし、男女とも約半数の人が、1 日の適切な飲酒量※を正しく把握できていない状況です。中でも、1 日の飲酒量が生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人では、男性で 7 割半ば、女性で 6 割半ばの人が適切な飲酒量を把握できていない状況です。

お酒を飲む人が、節度ある飲酒に努め、生活習慣病リスクを高める飲酒をしないように、引き続き、「節度ある適度な飲酒」に関する正しい知識の普及・啓発が必要です。

■ 1 日の飲酒量と、適切と考える 1 日の飲酒量（飲酒頻度を考慮しない比較）



※ 「適切な飲酒量」とは、血中アルコール濃度（肝臓で処理しきれず、血液中に残るアルコールの量を表す）が 0.1% までに抑えられる分量とされており、1 日平均純アルコールで約 20g 程度とされています。なお、アルコールの代謝能力には男女間で差があり、女性は男性の 1/2～2/3 程度が適当と考えられています。日本酒 1 合＝アルコール量 20g とすると、ビールなら中びん 1 本、焼酎なら 0.6 合、ワインなら 1/4 本、ウイスキーならダブル 1 杯と換算できます。また、健康日本 21（第 2 次）では、純アルコールに換算して、1 日に男性 40g、女性 20g 以上飲酒すると、生活習慣病リスクを高めるとされています。

(2) 取組

① 生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人の減少

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
妊娠中・授乳中の飲酒が胎児や乳幼児の発育に影響があることの周知	・パパママ学級	保健センター
多量飲酒が健康に影響を及ぼすことの周知	・ホームページでの周知	保健センター
	・食の講演会	国保年金課
健診の受診勧奨	・がん検診	保健センター
	・未受診者はがきの送付	国保年金課
	・長寿健康診査、人間ドック	長寿はつらつ課
健診結果の見方の周知 (肝機能等に関するもの)	・ホームページでの周知	保健センター
	・特定健診後配付の情報提供用リーフレット	国保年金課
アルコールに関連する相談の対応	・健康相談の中で実施	保健センター
	・保健所から要請時に対応	保健センター
アルコールに関する講演会の開催	・保健所と連携して開催	保健センター
わかりやすい適量飲酒の周知	・ホームページでの周知	保健センター
	・食の講演会	国保年金課
休肝日の啓発	・ホームページでの周知	保健センター
	・食の講演会	国保年金課

7 たばこ

(1) 設定した目標値の評価

目 標	評価内容	平成 26 年度 (計画策定時)	令和元年度 (中間評価時)	令和 6 年度 目標値	評価
①受動喫煙の機会を 有する人の減少	家庭での受動喫煙の機会 について、「いつも」、「た いてい」及び「ときどき」 を選択した人の割合	15.2%	10.9%	5%以下	◎

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

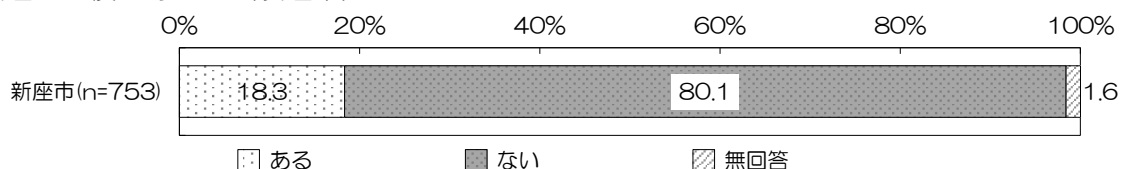
家庭での「受動喫煙の機会を有する人の割合」は、計画策定時より減少しています。

アンケート調査結果によると、本市の喫煙率は18.3%となっており、受動喫煙による健康被害については、肺がんや呼吸器の病気、妊娠・出産では半数以上の人を知っていますが、心臓病や脳卒中、乳幼児突然死症候群(SIDS)*では認知度が3割前後と低くなっています。

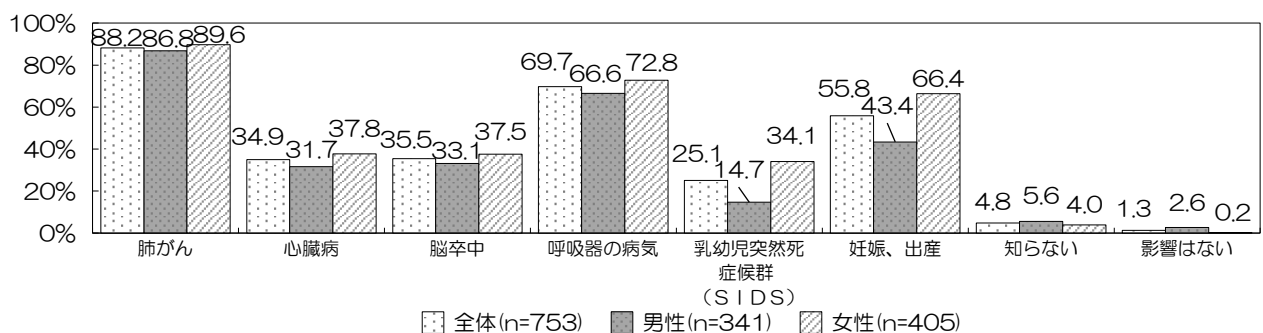
なお、乳幼児突然死症候群(SIDS)及び妊娠、出産については、男女間で認知度に差があり、いずれも女性の認知度が高くなっています。

家庭での受動喫煙の機会を減らすため、受動喫煙が健康にもたらす影響について、パパママ学級・育児学級、乳幼児健診などを通じて周知・啓発を図る取組を促進します。さらに、屋外での望まない受動喫煙を防止するために、地域での喫煙マナーの向上を図る取組を推進していくことが必要です。

■喫煙の習慣がある人(喫煙率)



■受動喫煙による健康被害の認知度



注：性別について「回答しない」を選択された方と無回答の方は表示しておりません

* 「乳幼児突然死症候群(SIDS)」とは、それまでの健康状態及び既往歴からその死亡が予測できず、しかも死亡状況調査及び解剖検査によってもその原因が同定されない、原則として1歳未満の児に突然の死をもたらす症候群をいいます。

(2) 取組

① 受動喫煙の機会を有する人の減少

行政の取組	事業名又は事業内容	担当課
妊娠中・授乳中の喫煙が胎児や乳幼児の発育に影響があることの周知	・パパママ学級・育児学級、乳幼児健診	保健センター
喫煙が健康に影響を及ぼすことの周知	・ホームページでの周知	保健センター
	・特定保健指導	国保年金課
肺がん検診の受診勧奨	・がん検診	保健センター
たばこに関連する相談の対応	・健康相談の中で実施	保健センター
	・特定保健指導	国保年金課
禁煙外来の受診勧奨	・健康相談の中で実施	保健センター
	・特定保健指導	国保年金課
肺がんや生活習慣病の原因となることの周知	・ホームページでの周知	保健センター
	・特定保健指導	国保年金課
路上喫煙禁止地区の指定と周知徹底	・新座駅、志木駅及びひばり通りの周辺を「路上喫煙禁止地区」として指定、啓発品の配布	環境対策課
市管理施設における喫煙の禁止を推進	・庁舎内を全面禁煙にし、屋外に喫煙所を設置	管財契約課
	・学校の敷地内は禁煙実施	学務課（小・中学校）
	・「市管理施設における受動喫煙防止対策の方針」を制定	保健センター
喫煙によるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）※のリスクの周知	・ホームページでの周知	保健センター

※ 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」とは、主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患をいい、咳・痰・息切れを伴いながら、徐々に呼吸障がいが増進していきます。

第3章 計画推進のために

1 計画の推進に当たって

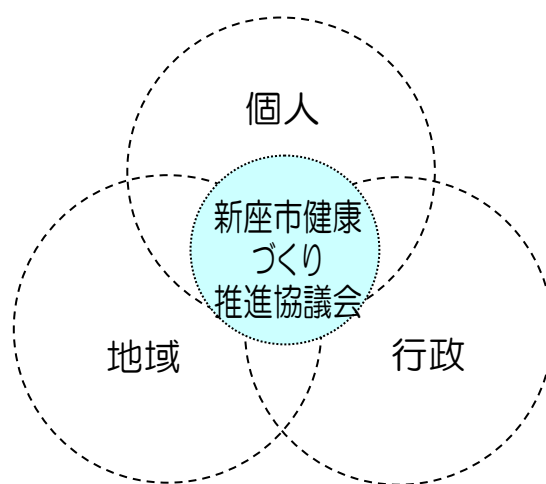
健康づくりは、個人・地域・行政が一体となって進めることが大切です。本計画の推進に当たり、個人・地域・行政それぞれが自分の役目を果たすことが期待されます。

(1) 計画の周知とPR

本計画に記載された健康づくりの取組を計画的に進めるために、市民に対し、計画の周知・PRに努めます。また、中心となって進める「新座市健康づくり推進協議会」の委員が所属する団体等を通じて周知を図ります。

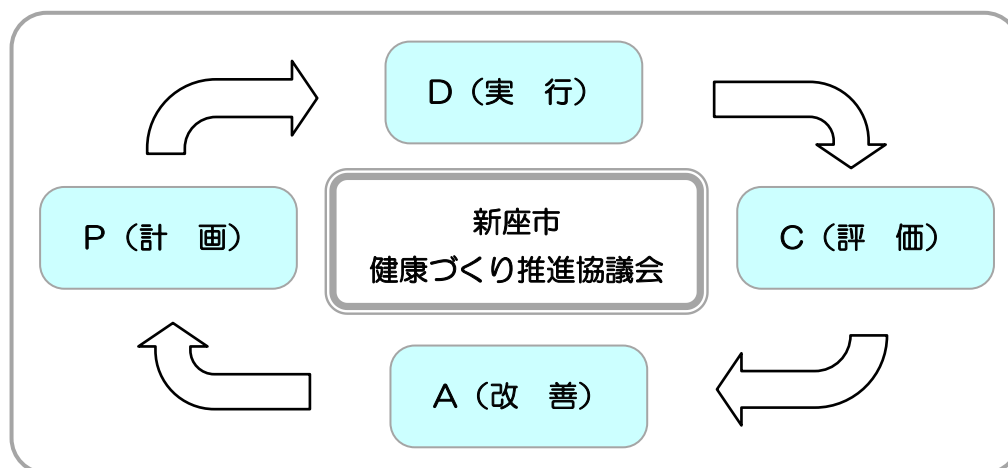
(2) 計画推進の体制

関係機関・関係団体等と行政が協働して具体的な取組を進めていきますが、「新座市健康づくり推進協議会」の場でそれらの情報を共有し、状況に応じた取組や新たな連携方法を検討し、計画の推進に努めます。



2 計画の評価に当たって

計画の評価は、「新座市健康づくり推進協議会」において、毎年度、関連施策・事業の実施状況を確認するとともに、令和元年度及び令和5年度にアンケート調査を実施し、市民の取組状況に関する評価を行い、下図に示すようなサイクルを用いて評価・管理を行います。



第 2 部 新座市食育推進計画

第1章 計画の概要

1 基本的な考え方と背景

食は人間が生きていくうえでの基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るために健全な食生活は不可欠です。このため、望ましい食習慣の形成は、国民的課題となっています。

国は、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな生活を送ることを目的として、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、これに基づき、平成23年3月に「第2次食育推進基本計画」を策定し、国民運動として食育を推進してきました。

計画期間の10年が経過した後、新たに策定した「第3次食育推進基本計画（平成28～令和2年度）」では、「実践の環（わ）を広げよう」をコンセプトに、これまでの取組による成果と、社会環境の変化の中で明らかになった、新たな状況や課題を踏まえ、次の5つの重点課題を掲げています。

- ① 若い世代を中心とした食育の推進
- ② 多様な暮らしに対応した食育の推進
- ③ 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- ④ 食の循環や環境を意識した食育の推進
- ⑤ 食文化の継承に向けた食育の推進

私たちが健全な食生活を実践し、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、個々人が健全な食生活を送るように意識し実践するだけでなく、「生産から食卓までの食べ物の循環」や「生涯にわたる食の営み」にも改めて目を向け、それぞれの食育の環（わ）をつなぎ、広げていくことが大切であるとしています。

埼玉県では、平成31年に「埼玉県食育推進計画（第4次）」を策定し、食育を推進しています。

平成17年6月に制定された食育基本法では、「食育」は生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものとしています。

一方で、社会経済情勢の変化に伴い、子どもの朝食欠食、一人で食事をする「孤食」、肥満や生活習慣病の増加、高齢者の低栄養等の問題点が指摘されるなど、食をめぐる様々な問題が生じています。

これらの問題を解決し、食育を推進するためには、市民一人一人がそれぞれのライフステージに応じた食育活動を実践することが重要になっています。

本市は、東京都心から約25km圏で首都近郊のベッドタウンとして駅を中心とした宅地が多い一方、市中央部に農地や自然が多く残っています。また、武蔵野台地として古くから畑作

の歴史があり、現在では、ほうれんそうやにんじん、さといもなどの県内でも有数の産地であり、市民生活の身近なところに農地が多数存在しています。また、手打ちうどんなどの郷土料理を育んできた歴史があります。

本市では、平成17年3月に策定された「元気の出るいきいき新座21プラン」のなかで、食生活における基本目標を「食事を楽しむ人の増加」、「薄味に留意し、地場産品を食べる機会の増加」、「朝食を食べる人の増加」とし、食育推進を取組内容に位置付けてきました。平成19年には「にいざ食育ネットワーク会議」を発足し、市内で食育活動を行う団体や関係機関が一同に集結して情報交換や活動状況報告を行う等、連携した様々な食育活動を展開しているところです。

このような状況を踏まえ、国の第3次食育推進基本計画やこれまでの取組を参考に、食育を総合的かつ計画的に推進するための方向性や具体的方策等を示すために「新座市食育推進計画」を策定しました。

引き続き、本計画に基づき、乳幼児から高齢者まですべてのライフステージにおいて、市民一人一人が食育活動を実践し、家庭や地域、関係団体が連携した取組を行っていきけるよう進めていきます。

2 計画の位置付け

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画です。

なお、本計画書第1部に示す「第2次新座市健康づくり行動計画」でも、関連分野として「食生活」が位置付けられており、健康日本21の考え方に基づき、生活習慣病予防やメタボリックシンドロームの予防及び疾病の重症化予防を中心としているのに対し、「食育推進計画」では、食に関する知識や食を選択する力の育成、食を取り巻く環境や食に携わる人々に対して感謝する心の醸成、地産地消や伝統料理の継承などの項目を取り扱います。

3 計画の期間

計画の期間は、平成27年度から令和6年度までの10年間であり、5年目の令和元年度に中間評価を行います。

第2章 計画の中間評価

「第2次いきいき新座21プラン」の中間評価における基礎資料とするため、令和元年5月に、市民2,000人を対象としたアンケート調査を実施しました。

本章では、調査結果から、全てのライフステージに共通する行動目標の達成状況を評価しました。

1 計画の中間評価

【全てのライフステージに共通する行動目標】

- (1) 朝食を毎日食べる人の増加
- (2) 地産池消に取り組む人の増加
- (3) 食育に関心がある人の増加

【行動目標の評価対象】

指標	評価区分	計画策定時	中間評価時	目標	評価	把握方法
(1) 朝食を毎日食べる人の割合	①3歳児	96.0%	95.8%	増加	○	3歳児健診
	②小学校	91.2%	93.0%	増加	◎	小学校調査(☆)
	③中学校	89.3%	86.5%	増加	△	中学校調査(☆)
	④20歳以上成人	79.9%	77.8%	増加	△	アンケート調査
(2) 地産池消に取り組む人の割合	20歳以上成人 (いつも・ときどき取り組んでいる人の割合)	57.4%	53.2%	増加	△	アンケート調査
(3) 食育に関心がある人の割合	20歳以上成人 (関心がある・どちらかといえば関心がある人の割合)	68.4%	68.9%	増加	○	アンケート調査

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

(☆)「食に関する実態調査(平成29年度)」(教育支援課):この調査は、平成29年度で終了しているため、今後は、「全国学力・学習状況調査」(教育支援課)を参考とします。

(評価は、上表の年齢区分となっていますが、取組は全てのライフステージで実施しています。)

（１）朝食を食べる頻度

① ３歳児健診受診者

３歳児健診受診者で朝食を食べる頻度は、「ほぼ毎日食べる」が９５．８％、「週４～５回食べる」が２．０％、「週２～３回食べる」が１．５％、「ほとんど食べない」が０．７％となっています。

② 小学生

小学生の朝食を食べる頻度は、「必ず毎日食べる」が９３．０％、「週４～５回食べる」が４．９％、「週２～３回食べる」が１．０％、「ほとんど食べない」が１．１％となっています。

③ 中学生

中学生の朝食を食べる頻度は、「必ず毎日食べる」が８６．５％、「週４～５回食べる」が７．２％、「週２～３回食べる」が３．９％、「ほとんど食べない」が２．４％となっています。

④ 成人（２０歳以上の男女）

成人（２０歳以上の男女）の朝食を食べる頻度については、「ほぼ毎日」が７７．８％と「週４～５回程度」が６．８％で、これらを合わせると８４．６％が“週４回以上”と回答しています。また、「週２～３回程度」は５．６％、「ほとんど食べない」は９．２％となっています。

これを性・年齢別で見ると、２０～３０歳代男性では「ほとんど食べない」が１４．５％で、他の回答者に比べて高くなっています。

体の基本となる食事、特に朝食摂取は重要であるため、朝食を欠食する人の割合を減らすことが必要です。

（２）地産地消の取組状況

「地産地消に取り組む人の割合」については、「いつも取り組んでいる」が１０．４％、「ときどき取り組んでいる」が４２．８％であり、これらを合わせると５３．２％と、計画策定時と比較して４．２ポイント減少しています。

市民が取り組みやすい野菜の簡単な食べ方・地場野菜の入手場所等の情報を提供するとともに、新座市の特産物である、ほうれんそうやにんじん、さといも等を活用した取組を今後も進める必要があります。

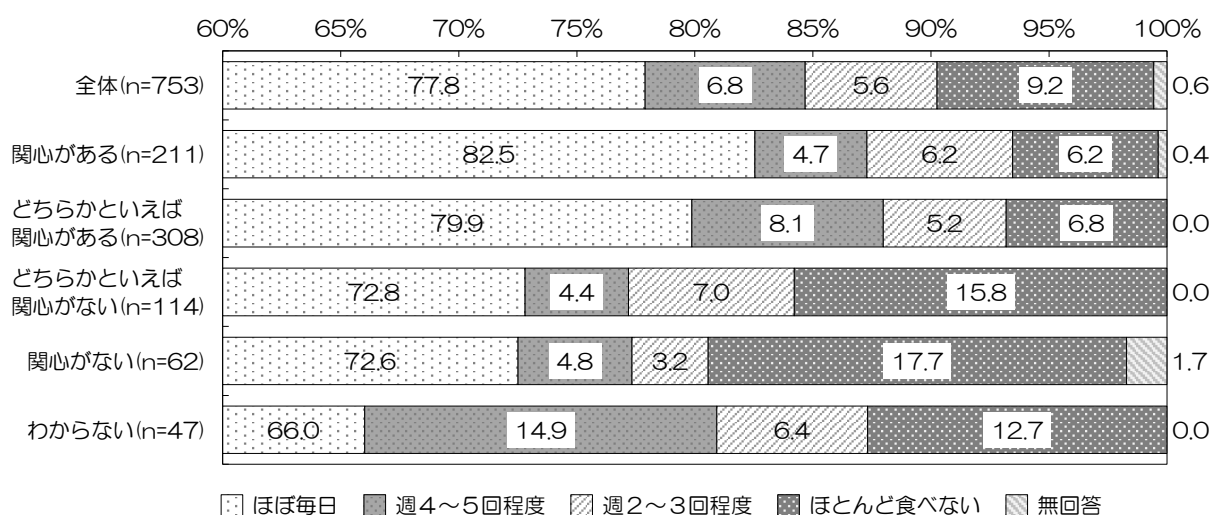
(3) 食育に関心がある市民の割合

「食育に関心がある人の割合」については、「関心がある」が28.0%、「どちらかといえば関心がある」が40.9%であり、これらを合わせると、68.9%と計画策定時とほぼ同じ水準となっています。

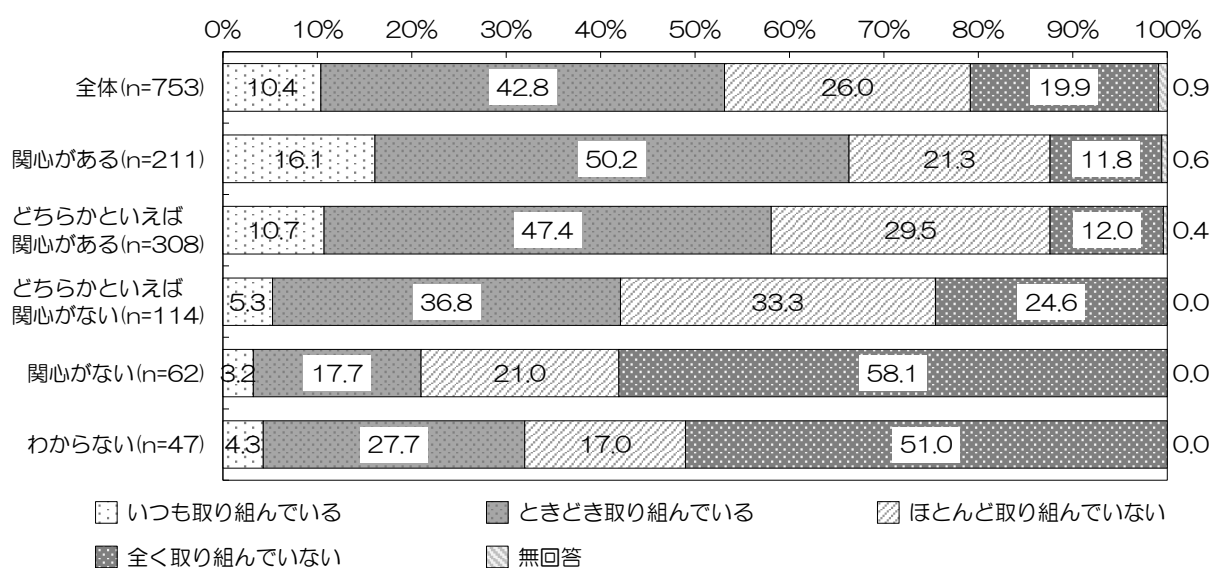
食育に関心を持つことで、家族や友人との共食をはじめとした、食を通じたコミュニケーションが生まれ、料理を作る人や食材料を育てる農家等の食に携わる人々に感謝する気持ちなどを培うことにもつながります。

また、食育に関心がある人ほど、朝食を食べる頻度が高く、地産地消に取り組んでいる人も多くなっていることから、食育への関心を高める必要があります。

■食育への関心と朝食を食べる頻度



■食育への関心と地産地消への取組



第3章 基本目標と大切にすべき視点

1 基本目標

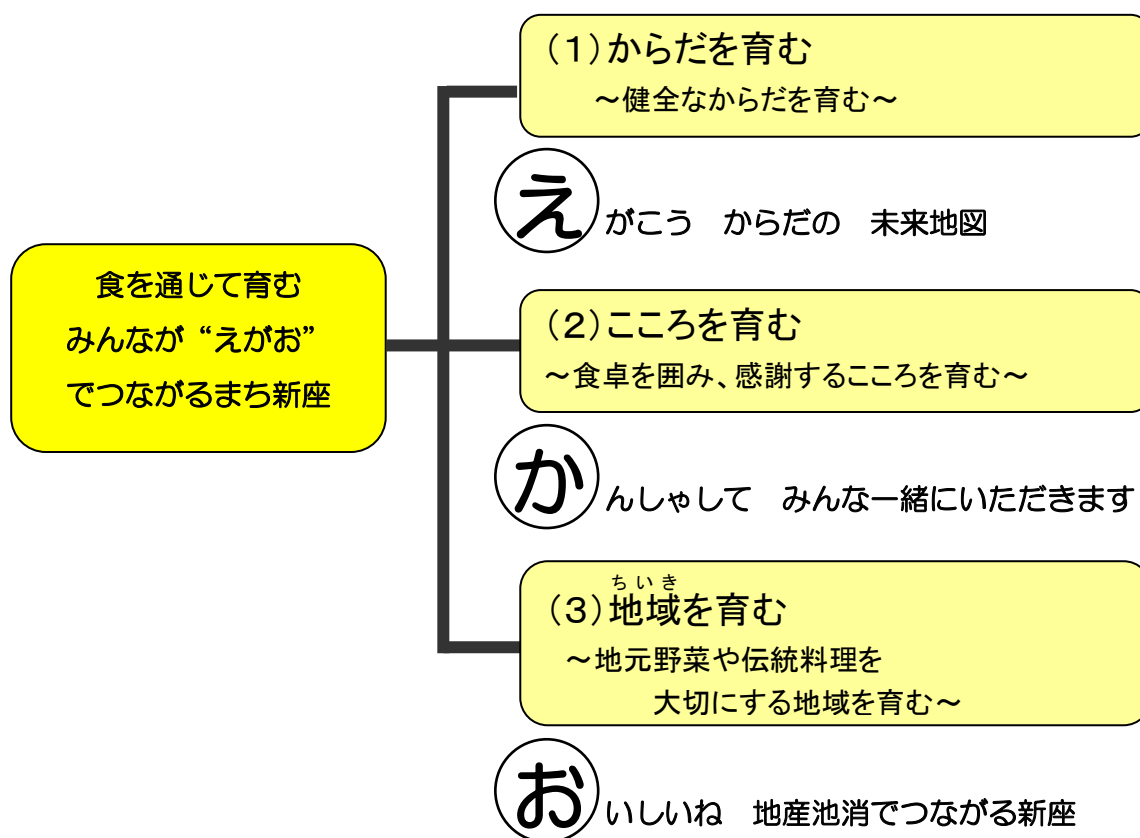
食育推進計画の基本目標を次のとおりとします。

食を通じて育む みんなが“えがお”でつながるまち新座

市民一人一人が楽しく取り組める食育を通じて、個人や家庭、地域及び関係団体、行政が連携し、笑顔でお互いにつながるまちづくりを推進します。

2 大切にすべき視点

大切にすべき視点を次の3つとしました。



(1)「からだ」を育む

～健全なからだを育む～

えがこう からだの 未来地図

市民一人一人が元気に笑顔で楽しく健康で豊かな毎日過ごすためには何を食べたらよいか、また、自分の健康状態にあわせてどんな食事内容を選択したらよいかを正しく判断できる力を身につけることが重要です。

そのために、本市では幼少期から食に親しみ、身近な食に興味を持つような取組を大切にしていきます。また、成人期以降は食に関する知識や食を選択する力を日常生活や学習活動を通じて身につけるとともに、食を選択する力を実際に活用し、生活習慣病をはじめとした疾病予防や高齢期における低栄養予防につなげることができる取組を推進します。

◆具体的な取組例◆

- ・朝ごはんを毎日食べる
- ・野菜を食べる
- ・よくかんで味わって食べる
- ・うす味や減塩を心掛ける
- ・主食・主菜・副菜をそろえる
- ・栄養バランスの整った食事をとるよう心掛ける
- ・食に関連する様々な知識を得る
- ・健康なからだは全ての生活に不可欠であることを理解する
- ・健康なからだをつくるためには食事が大切であることを理解する
- ・幼児期・高齢期のおやつは食事を補うものとして心掛ける

★キーワード：「朝食」、「栄養バランス」、「生活習慣病予防・改善」、「よく噛んで味わう」、「食品の安全」

(参考 第3次食育推進基本計画(平成28年3月、厚生労働省))

(2)「こころ」を育む

～食卓を囲み、感謝するこころを育む～

かんしゃして みんな一緒にいただきます

現在、私たちは食材や調理済み食品等が簡単に手に入る便利な生活を送ることができる一方で、世界では貧困や飢餓に苦しんでいる人も数多くいるのが現実です。

食は単に生きるための栄養補給を目的とするだけではなく、食材の生産者や調理をする人、食べる人等の様々な人々の営みやつながりがあって初めて成立するという側面を持ちます。また、食事づくりは自分以外の誰かのために作ることが楽しみに也成了り、いきがいに成ります。

そこで、家族や友人・仲間と食卓を囲んで一緒に食べる「共食」や、「いただきます」、「ごちそうさま」をきちんと声に出して言うこと、食に関心を持つことなどを通して、食に携わる全ての人や食材を大切に、感謝するこころを育むことができる取組を推進します。

◆具体的な取組例◆

- ・食事を作ってくれる人や生産者があっての食事と理解し、感謝する
- ・食べられることに感謝する
- ・「いただきます」、「ごちそうさま」を言う
- ・家族や友人・仲間と一緒に食べる（共食）
- ・食べ物を大切に、粗末にしない
- ・食に興味・関心を持つ
- ・心身ともに安定した生活環境をつくる

★キーワード：「共食」（家族と一緒に朝食又は夕食を食べること）

「食の関心」、「感謝と理解」、「食品ロス」

（参考 第3次食育推進基本計画（平成28年3月、厚生労働省））

(3)「^{ちいき}地域」を育む

～地元野菜や伝統料理を大切にする地域を育む～

①おいしいね 地産地消でつながる新座

本市は、ほうれんそう、にんじん、さといも等が主要な特産物です。これらを始めとした野菜類はビタミンや食物繊維等の栄養素が豊富で、健康づくりのために欠かせません。特に、ほうれんそう、にんじん等は私たちの日常の食事において調理する機会や食べる頻度が高い食材です。本市では、わがまちの宝物ともいえる特産物を積極的に取組に活用していきます。

市内で開催される様々なイベントや地域でのお祭りと「食」を同時に展開し、観光都市にいざのまちづくりを推進するとともに、新座の郷土料理である手打ちうどんや季節や行事にまつわる日本の伝統料理に親しめるような取組を展開していきます。

また、市民だれもがいつでも新座の「食」を体験することができるよう、バラエティにあふれた地域全体が楽しく豊かに暮らせるような取組を推進します。

◆具体的な取組例◆

- ・新座産の野菜は何があるかを知る
- ・新座市の野菜を購入する
- ・新座産の野菜を使った料理を作る
- ・新座産の野菜を使った料理を広める
- ・野菜の収穫体験をする
- ・市民農園や農業体験に参加する
- ・料理作りや体験活動に参加する
- ・郷土の食文化に親しむ
- ・郷土料理の手打ちうどんを体験し、広める
- ・地域の活動に参加する
- ・行事にまつわる食事を大切にする

★キーワード：「地産地消」、「農業体験」、「地域に根ざした食文化」

(参考 第3次食育推進基本計画(平成28年3月、厚生労働省))

第4章 計画の内容

本章では、行動目標を達成するために、地域・関係団体及び行政でライフステージ別・全年代共通で推進する取組の考え方、主な取組を示します。

1 ライフステージ別の取組の考え方、主な取組

◆ライフステージの分け方

- (1) 乳幼児期【 0歳～ 5歳】
- (2) 小学校期【 6歳～12歳】
- (3) 中学校期【13歳～15歳】
- (4) 高校期【16歳～18歳】
- (5) 青年期【19歳～39歳】
- (6) 壮年期【40歳～64歳】
- (7) 高齢期【65歳以上 】
- (8) 全年代共通

食育の推進に当たっては、ライフステージごとに様々な取組を進め、生涯にわたって健全な食生活を送ることが必要です。

このため、ライフステージを7つに分け、主な取組を分類しました。

また、各取組を食育推進計画における大切にすべき3つの視点（キーワード）である、「からだ」、「^{ちいき}こころ」、「地域」に区分しました。

(1) 乳幼児期【0歳～5歳】

乳幼児期は食の基礎を培い、食べる機能の発達や規則正しい生活リズムをつくる大切な時期であり、特に家庭の役割が重要です。乳幼児は親子の食を通じたやりとりや愛情を感じる中で、健やかに成長していきます。家庭を中心とした食体験を通じて、楽しく食べ、食に興味を持つことができるような環境づくりを行うことが大切です。

保育園、幼稚園、児童センター、地域子育て支援センター等の地域の子育て支援の場や保健センター等、子育てに関わる様々な団体が協力し、乳幼児及び保護者に対しての食育を展開していきます。

対象	主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
子ども	・楽しくおいしく食べる（様々な食材を食べる、食具の使い方、共食の楽しさの体験）	○	○	○	保育課
	・調理保育（月見団子、カレー、肉じゃが、さつまい、さつまいも料理、もちつき、うどん作り）	○	○	○	保育課
	・野菜の栽培・収穫・調理（じゃがいも、さつまいも、にんじん、トマト、ナス、枝豆、きゅうり、おくら、いんげん等）	○	○	○	保育課
	・食育ボードを通じた学習・啓発	○			保育課
	・エプロンシアター（公立保育園・幼稚園）	○	○		保育課 保健センター
	・3歳児健診での食育紙しばい	○	○	○	保健センター
	・参加型幼児向けごみ減量講座		○	○	リサイクル推進課
保護者	・献立表による情報提供	○	○	○	保育課
	・園だより、クラスだよりを通じた情報提供	○	○	○	保育課
	・給食試食会	○		○	保育課
	・昼食、おやつの展示	○			保育課
	・手作りおやつ講習会	○	○		こども支援課 (地域子育て支援センター)
	・育児学級 離乳食講習会	○			保健センター
	・食育教室	○		○	保健センター
	・乳幼児健診・相談における健全な食生活の啓発	○	○		保健センター
	・パパママ学級におけるバランスのよい食事、和風だしの普及	○			保健センター
	・赤ちゃん訪問、母子訪問事業	○	○		保健センター

地域・関係団体の取組

主な取組	からだ	こころ	地域	関連団体
・親子ふれあいイモ掘り大会	○	○	○	新座市農業振興協議会
・エプロンシアター、パネルシアター	○	○	○	朝霞保健所管内地域活動栄養士会えぶろん
・栄養相談	○	○		朝霞保健所管内地域活動栄養士会えぶろん
・3歳児健診での食育紙しばい	○	○	○	にいざ食育推進リーダー

（２）小学校期【６歳～１２歳】

成長期にある子どもにとって、健全な食生活は健康な心身を育むために欠かせないものであると同時に、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすもので、極めて重要です。

このため、成長期にある子どもへの食育は、健やかに生きるための基礎を培うことを目的としています。

また、食を通じて地域を理解することや失われつつある食文化の継承を図ること、自然の恵みや勤労の大切さなどを理解することが重要となってきました。

乳幼児期からの基礎的な食習慣を確立し、家庭の食事や学校給食等を通じて身体の成長と食事について学習するとともに、食に関する知識を広げる時期です。

家庭での家事の手伝いや料理作りの体験、家族や友人との共食、農作物の栽培・収穫などの体験、地域の伝統料理等の体験を重ねていく中で食への興味や関心を育みます。また、保護者は子どもの将来にわたる健康に関わる重要な時期であることを理解し、日常から望ましい食習慣を身につけさせるような食環境づくりや子どもに対して声かけを行うことが必要です。

家庭や学校、地域が連携し多様な食育の取組を実施していきます。

対象	主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
子ども	・朝食・生活習慣に関するアンケート	○			小学校（教育支援課）
	・授業を通じた食に関する指導（家庭科、社会科、保健・生活科、学級活動等）	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・委員会・クラブを通じた食に関する指導（給食委員会、調理クラブ）	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・校内掲示、校内放送を通じた食に関する指導	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・体験学習（野菜の皮むき、学校農園、バター作り、にんじん農家見学、米づくり等）	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・給食指導（マナー、食事バランス、手洗い等）	○	○		小学校（教育支援課）
	・給食残量調査	○			小学校（教育支援課）
	・調理実習（家庭科、調理クラブ）	○			小学校（教育支援課）
	・全校集会・児童委員会での給食への感謝		○		小学校（教育支援課）
	・幼保小連携事業による交歓給食	○	○		保育課 小学校（教育支援課）
	・子ども食育料理教室 [食生活改善推進員協議会主催]	○	○	○	保健センター
	・お魚食育探検講座	○	○	○	小学校（教育支援課） 保健センター

対象	主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
子ども	・新座の農産物の学校給食への活用	○		○	学務課
	・学校教育農園での野菜の栽培・収穫体験	○	○	○	教育支援課
	・食に関する指導の全体計画作成、年間指導計画作成、指導	○	○	○	教育支援課
	・体力向上とリンクさせた朝食摂取の向上	○	○		教育支援課
	・親子ふれあいイモ掘り大会	○	○	○	経済振興課
保護者	・給食だより、ホームページ等を通じた食に関する指導	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・PTA への啓発	○	○	○	小学校（教育支援課）
	・給食試食会の実施	○	○	○	小学校（教育支援課）

地域・関係団体の取組

主な取組	からだ	こころ	地域	関連団体
・親子ふれあいイモ掘り大会	○	○	○	新座市農業振興協議会
・学童農園における農業体験学習		○	○	あさか野農業協同組合
・夏休み子ども村での農村体験学習		○	○	あさか野農業協同組合
・補助教材としてバケツ苗づくりセット提供		○	○	あさか野農業協同組合
・地場野菜を使った親子料理教室	○	○	○	あさか野農業協同組合
・子ども食育料理教室	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・早寝早起き朝ごはん推進事業	○	○	○	新座市PTA 保護者会連合会
・三世代交流会	○	○		小学校 PTA
・夏休み親子クッキングレシピ発行	○	○		小学校 PTA
・ぱくぱく通信発行	○	○		東野小 PTA ぱくぱくっ子
・夏休み課題レシピの募集「からだがよろこぶレシピ」、「海の幸レシピ」等	○	○		東野小 PTA ぱくぱくっ子
・食育教室の開催	○	○		東野小 PTA ぱくぱくっ子
・学生制作食育ポスター展示	○	○		十文字学園女子大学
・親子お絵かきパンケーキ体験	○	○	○	にいざ食育推進リーダー

(3) 中学校期【13歳～15歳】

自分の食生活について学んで考え、食事の選択や判断をし始めるとともに、適切な自己管理をしながら食生活を実践していく変化の時期です。

小学校期に培った健康な生活習慣をさらに充実させるとともに、自分の健康に関心を持ち、食に関する自己管理能力を育てることが必要です。

家庭や学校、地域が連携し、正しい情報を得られる機会を設ける取組を実施していきます。

対象	主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
子ども	・食に関するアンケート	○	○		中学校（教育支援課）
	・授業を通じた食指導（家庭科、道徳）	○	○	○	中学校（教育支援課）
	・給食指導（マナー、食事バランス、手洗い等）	○	○	○	中学校（教育支援課）
	・給食残量調査	○			中学校（教育支援課）
	・給食だより、校内で掲示、校内放送等を通じた食に関する指導	○	○	○	中学校（教育支援課）
	・小中連携事業（中学校の食事について）	○			中学校（教育支援課）
	・家庭科部活動	○	○	○	中学校（教育支援課）
	・お魚食育探検講座	○	○	○	中学校（教育支援課） 保健センター
	・新座の農産物の学校給食への活用	○		○	学務課
	・学校教育農園での野菜の栽培・収穫体験	○	○	○	教育支援課
	・食に関する指導の全体計画作成、年間指導計画作成、指導	○	○	○	教育支援課
	・体力向上とリンクさせた朝食摂取の向上	○	○		教育支援課
	・職場体験学習		○	○	教育支援課
保護者	・給食だより、ホームページ等を通じた食に関する指導	○	○	○	中学校（教育支援課）
	・食育推進協議会	○			中学校（教育支援課）
	・給食試食会の実施	○	○	○	中学校（教育支援課）

(4) 高校期【16歳～18歳】

高校期は、今まで身につけた知識や食習慣をもとに、自分の食生活について考え、食事の選択や判断を行い、適切な自己管理をしながら食生活を実践していく時期です。

自分の健康に関心を持ち、家庭や学校、地域が連携して正しい情報を得られる機会を設け、食に関する自己管理能力を強化することが必要です。

現在のところ本市では高校期に対応した取組は実施していませんが、今後、市内の県立高校等との関係を構築し、実現可能な取組について検討していきます。

（５）青年期【１９歳～３９歳】

青年期は、朝食の欠食をはじめとする不健康な食生活や若い女性の過度なやせ志向等が、自分自身の将来の健康だけでなく、次世代の健康にもつながることを理解し、自己の判断で適切な食生活を実践していくことが大切です。

自ら健康を維持増進するため、日頃から食に関する情報の収集や知識を習得し、食に関する正しい選択や判断ができる力を身につけて日常生活に活用していけるよう地域と連携した取組を実施していきます。

主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
・人間ドック	○			国保年金課
・血管年齢＆骨密度測定会	○			国保年金課
・パパママ学級での妊娠・授乳期の食生活啓発	○	○	○	保健センター
・３０代のからだチェック	○			保健センター
・各種がん検診	○			保健センター
・歯科検診	○			保健センター
・メタボ予防料理教室〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○		保健センター
・男の料理講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○		保健センター
・野菜料理講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○	○	保健センター
・和食で家庭料理教室〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○	○	保健センター
・手打ちうどん講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○	○	保健センター

【地域・関係団体の取組】

主な取組	からだ	こころ	地域	関連団体
・野菜料理講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・和食で家庭料理教室	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・メタボ予防料理教室	○	○		食生活改善推進員協議会
・男の料理講習会	○	○		食生活改善推進員協議会
・手打ちうどん講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会

(6) 壮年期【40歳～64歳】

健康に暮らしていくため、生活習慣病を予防するための食生活を実践していくことが大切です。

自ら健康を維持増進するため、食に関する情報の収集や知識を習得し、食に関する正しい選択や判断ができる力を身につけて日常生活に活用していけるよう地域と連携した食育の取組を充実させていきます。

また、伝統的な食文化の継承や食の大切さを家族や地域に伝えて広める立場として食に関わりを持つ取組を実施していきます。

主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
・ 特定健診・人間ドック	○			国保年金課
・ 特定保健指導の個別面接やフォローアップ	○			国保年金課
・ 食の講演会	○	○		国保年金課
・ 健康相談	○	○		国保年金課
・ 国保健康サポーター事業	○		○	国保年金課
・ 血管年齢&骨密度測定会	○			国保年金課
・ 特定健診等受診率向上イベント（4市合同）	○			国保年金課
・ 特定健診連続受診者への直売所野菜交換券配布	○		○	国保年金課
・ 各種がん検診	○			保健センター
・ 骨粗しょう症検診	○			保健センター
・ 歯科検診	○			保健センター
・ 各種健康教室	○		○	保健センター
・ メタボ予防料理教室〔食生活改善推進員協議会主催〕	○			保健センター
・ 男の料理講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○			保健センター
・ 野菜料理講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○		○	保健センター
・ 和食で家庭料理教室〔食生活改善推進員協議会主催〕	○	○	○	保健センター
・ 手打ちうどん講習会〔食生活改善推進員協議会主催〕	○		○	保健センター

【地域・関係団体の取組】

主な取組	からだ	こころ	地域	関連団体
・野菜料理講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・和食で家庭料理教室	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・メタボ予防料理教室	○	○		食生活改善推進員協議会
・男の料理講習会	○	○		食生活改善推進員協議会
・手打ちうどん講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会

（７）高齢期【６５歳以上】

健康寿命を延伸し、いきがいを持って自立した生活が送れるよう、規則正しい食生活を維持することが必要です。低栄養等を予防するための知識を習得して食生活で実践できるよう、ふだんから食に関心を持つとともに、伝統的な食文化の継承や食の大切さを家族や地域に伝えて広めることも大切です。

また、必要に応じて家族、友人、近隣などの地域が高齢者を支えることも重要です。

健康を維持するための情報提供や高齢者が地域で交流ができるような取組を充実させていきます。

主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
・介護予防事業等（にいざ元気アップ広場等）	○	○	○	介護保険課
・健康長寿ポイント事業	○	○	○	介護保険課
・介護予防ガイドブック	○	○	○	介護保険課
・配食サービス事業	○			長寿はつらつ課
・老人福祉センター事業（うどん会・おしるこ会）	○	○	○	長寿はつらつ課 福祉の里
・ふれあい会食事業[社会福祉協議会]	○	○		福祉政策課 （社会福祉協議会）

【地域・関係団体の取組】

主な取組	からだ	こころ	地域	関連団体
・野菜料理講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・和食で家庭料理教室	○	○	○	食生活改善推進員協議会
・メタボ予防料理教室	○	○		食生活改善推進員協議会
・男の料理講習会	○	○		食生活改善推進員協議会
・手打ちうどん講習会	○	○	○	食生活改善推進員協議会

(8) 全ライフステージに共通する取組

主な取組	からだ	こころ	地域	関連部署等
・食育講演会	○	○	○	保健センター
・にいざ食育ネットワーク会議	○	○	○	保健センター
・食育活動の掲示	○	○	○	保健センター
・広報、健康カレンダー、ホームページでの食育、食育の日の普及啓発	○	○	○	保健センター
・健康づくり	○	○	○	保健センター
・ソーシャルクラブ（シナモン）における調理実習	○	○	○	保健センター
・栄養相談	○			保健センター
・歯科相談	○			保健センター
・健康まつりにおける食育の普及・スタンプラリーの景品に地場野菜を利用	○	○	○	保健センター
・レジャー農園		○	○	経済振興課
・農業体験農園		○	○	経済振興課
・地場野菜を使ったレシピの普及			○	経済振興課
・ファーマーズマーケット in 新座市役所			○	経済振興課
・にいざ地産地消デー			○	経済振興課
・にいざ農産物直売所発見マップ			○	経済振興課
・収穫祭、植木・花・野菜まつり			○	経済振興課
・オープンカフェ			○	シティプロモーション課
・産業観光協会のグルメめぐり			○	シティプロモーション課
・新座ブランド認定事業			○	シティプロモーション課
・うどん名人認定制度			○	シティプロモーション課
・観光ぶどう園紹介			○	経済振興課
・国際交流の料理講習会[新座市国際交流協会]			○	地域活動推進課
・食育関連図書の紹介	○	○	○	中央図書館
・手打ちうどん講習会等（子ども・親子・成人）	○	○	○	公民館

【地域・関係団体の取組】

主な取組	から だ	こ こ ろ	地 域	関連団体
・ファーマーズマーケット in 新座市役所			○	新座市農業振興協議会 あさか野農業協同組合 新座農産物直売センター出荷協議会
・新座農産物直売センターの運営	○		○	あさか野農業協同組合
・オープンカフェ			○	あさか野農業協同組合
・収穫体験		○	○	あさか野農業協同組合
・歳末一斉セールで市内産の野菜を直送する地場野菜賞を 福引当選商品として設定			○	商工会
・地域振興のウォーキングイベントで十文字学園女子大学 食物学科考案の市内産野菜を使ったスイーツを提供			○	商工会
・健康まつりにおける食育の普及	○			朝霞保健所管内地域活 動栄養士会えびろん
・農産物直売所等への野菜レシピの提供			○	にいざ食育推進リーダー

【その他、連携する関係行政機関】

埼玉県朝霞保健所、埼玉県さいたま農林振興センター

2 全てのライフステージに共通する行動目標

食育の取組の成果はすぐに現れるものではないため、中長期的な視点からの取組・評価を行うことが大切です。

食育推進計画では、食育をめぐる本市の課題や特長を踏まえ、引き続き、次の3点を、全てのライフステージに共通する行動目標として設定します。

【全てのライフステージに共通する行動目標】

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">(1) 朝食を毎日食べる人の増加(2) 地産地消に取り組む人の増加(3) 食育に関心がある人の増加 |
|---|

第 3 部 新座市歯科口腔保健推進計画

第 1 章 総論

1 計画策定の趣旨

歯と口腔の健康を保つことは、おいしい食事や会話を楽しむことを可能にし、豊かな生活を送るための基本となります。また、歯と口腔の健康づくりは、むし歯や歯周病^{ししゅうびょう}の予防のみならず、糖尿病を始めとする様々な生活習慣病の予防、高齢者の介護予防など、全身の健康づくりにも重要な役割を果たします。

そのため、国では平成23年8月に「歯科口腔保健の推進に関する法律」を制定し、埼玉県でも、県民の生涯にわたる健康で質の高い生活の確保に寄与することを目的とした「埼玉県歯科口腔保健の推進に関する条例」（平成23年10月施行）を制定しています。

新座市においては、平成17年3月に策定いたしました新座市健康づくり行動計画「元気の出るいきいき新座21プラン」に基づいて、子どものむし歯予防の推進及び成人の歯周病予防の推進に取り組んでまいりました。

その後、平成25年4月には、国及び埼玉県等の動向を受け、本市でも、より市民の実情に密着した施策を展開し、更なる健康の保持及び増進を図るために、歯科を始めとする口腔の健康に関する「新座市歯科口腔保健の推進に関する条例」を制定しました。

本計画は、「第2次いきいき新座21プラン」策定（平成27年3月）に伴い、「新座市歯科口腔保健の推進に関する条例」第9条に基づき、市民の歯科口腔保健の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために策定されたものです。

2 計画の位置付け

本計画は、「歯科口腔保健の推進に関する法律」第12条第1項に規定する国が定める基本的事項及び第13条第1項の都道府県が定める基本的事項を勘案し、同法第3条第2項に基づく地方公共団体の責務として、歯科口腔保健の推進に関する施策を総合的に実施するために、基本的事項を定めたものです。

なお、健康増進法第8条第2項に基づく市町村健康増進計画である「第2次いきいき新座21プラン」の歯科保健分野に該当する個別計画となります。

3 計画の中間評価

計画の期間は、平成27年度から、令和6年度までの10年間であり、5年目の令和元年度に、目標の達成に向けた計画の適正な進行管理のため、中間評価を実施します。

4 計画の基本理念

《テーマ》

にっこり 笑える すてきな歯

《計画目標》

誰もがおいしく食べ いきいき話し 歯っぴーな生活を送る

- (1) 市民は歯科疾患予防に向けた取組を行い、歯科疾患の早期発見・早期治療を行う。
- (2) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期において、適切かつ効果的に歯科口腔保健を推進する。
- (3) 保健、医療、福祉、労働衛生及び教育その他の関連分野との連携を図り、総合的かつ計画的に歯科口腔保健を推進する。

ライフステージごとの目標

ライフステージ	目 標
妊娠期	歯周病予防
乳幼児期 【0～5 歳】	乳歯のむし歯予防 そしゃく 咀嚼習慣の育成
学齢期 【6～18 歳】 (小学校期、中学・高校期)	永久歯のむし歯予防 歯肉炎予防 咀嚼習慣の育成
成人期 【19～64 歳】 (青年期、壮年期)	永久歯のむし歯予防 歯周病予防 健康維持
高齢期 【65 歳以上】	口腔機能の維持

第2章 計画の内容

1 ライフステージごとの取組

(1) 妊娠期

妊娠期は、口腔衛生状態が悪化し、むし歯や歯周病になりやすくなります。女性ホルモンの増加により、歯周病菌が増加しやすい上に、妊娠中の免疫力が低下し、歯肉炎になりやすくなります。また、つわりの影響で、食生活が不規則になりがちです。

妊娠中の歯科保健に対する意識が乳幼児の口腔状態に大きな影響を及ぼすこと、歯周病（菌）により早産のリスクが高まること、胎生7週から歯の形成が始まることなどから、この時期は、妊婦自身や胎児のために歯科保健への意識を高めることが重要です。

◇課題

- ・ 妊娠関連歯肉炎・むし歯の予防
- ・ 母体及び胎児の発育のため、必要な栄養の摂取（食育）

① 目標と評価

項 目	計画策定時 (平成 25 年度)	中間評価時 (平成 30 年度)	令和 6 年度 目標値	評価
パパママ学級（歯科指導講座）の参加者数	85 人	65 人	100 人	△
妊産婦の成人歯科検診受診者数	7 人	15 人	増やす	◎

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

② 取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民	・ 母子健康手帳を活用する。 ・ フッ化物入りの歯磨剤を使用する。 ・ 定期的な歯科健診と歯磨き指導を受ける。 ・ つわり時の洗口液やガムの活用 ・ 健康な口につながる飲食習慣の理解 ・ カルシウム不足を補い、バランスのよい食事を心掛ける。
地 域 等	・ 食後の歯磨きを推進 ・ 歯科受診しやすい環境をつくる。 ・ 母親のむし歯リスクの理解と改善
行 政	・ 歯科指導を受ける機会を設ける。 ・ 歯科健診を受ける機会を設ける。

◇行政が取り組む主な施策・事業

事業名	実施内容	担当課
パパママ学級	「妊娠中の歯の衛生」をテーマに歯科衛生士による講義及び指導	保健センター
成人歯科健診	妊産婦の歯科健診	

(2) 乳幼児期

- ・ 哺乳することで、あごや口の正常な発達が促進される。
- ・ あごや口の成長に合わせて食べる機能を獲得する。
- ・ 3歳頃に乳歯が生え揃う。
- ・ 第一大臼歯^{だいいちだいきゅうし}（6歳臼歯）が生え始める。

◇課題

- ・ 保護者による適切な歯科口腔衛生の管理
- ・ 育児に関わる人が、甘い食べ物や飲み物が歯に及ぼす影響等を理解し、発達にあわせた食育・生活習慣を実践

① 目標と評価

項 目		計画策定時 (平成 25 年度)	中間評価時 (平成 30 年度)	令和 6 年度 目標値	評価
1	1歳6か月児のむし歯保有者率	1.6%	1.2%	1.5%	◎
2	2歳児歯科健診の受診率	28.9%	24.5%	50%	△
3	3歳児のむし歯保有者率	17.1%	12.7%	15%	◎
4	フッ化物塗布実施率 ※2歳児・3歳児・5歳児合計 フッ化物塗布実施者数/参加者数	92.1%	90.2%	95%	△
5	親子歯科健診の受診率	23.5%	18.7%	50%	△

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

② 現状

- むし歯保有率は、1歳6か月児については横ばいで推移していましたが、平成27年以降は改善傾向にあります。3歳児については年々減少していましたが、平成28年以降は横ばいで推移しています。(図1)
- 3歳児のむし歯のない児の割合については、県平均を上回って推移してきましたが、平成29年からは横ばいの伸びとなっています。(図2)
- 親の仕上げみがきを実施していない割合が1歳6か月児では5.6%と計画策定時より増加していますが、不規則に甘い飲み物・食べ物を与えている場合は計画策定時より減少しており、引き続き、正しい食生活への理解を高める取組が必要です。(表1、表2)
- 本市における親子歯科健診の受診率は18.7%と計画策定時より低下しておりますが、現在、3～5歳児のほとんどが幼稚園もしくは保育園等に通園しており、園で定期的に歯科健診を受診していることから、親子歯科健診の受診率が低下していると考えられます。(表3)
- 2歳児歯科健診、親子歯科健診の受診率の減少について、かかりつけ医の有無や定期的受診の有無等の現状を把握し、事業の見直しの検討が必要と考えます。
(保健センター調べ)

図1 新座市乳幼児歯科健診むし歯保有者率(%)

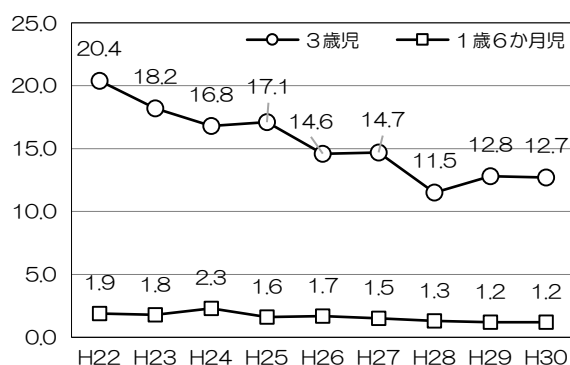
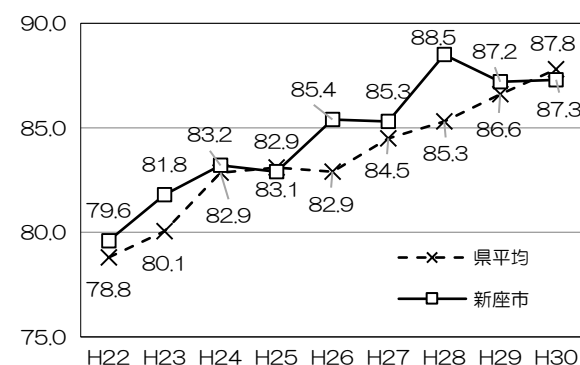


図2 3歳児むし歯のない児の割合(%)



出典: 埼玉県の子母子保健・3歳児健康診査

表1 親の仕上げみがきの実施

区 分			あり	なし	不明
1歳6か月児	計画策定時 (平成24・25年度合計)	(人)	2,655	111	13
		割合(%)	95.5	4.0	0.5
	中間評価時 (平成30年度)	(人)	1,150	69	5
		割合(%)	94.0	5.6	0.4
3歳児	計画策定時 (平成24・25年度合計)	(人)	2,825	47	2
		割合(%)	98.3	1.6	0.1
	中間評価時(☆) (平成30年度)	(人)	1,361	29	10
		割合(%)	97.2	2.1	0.7

(☆) 3歳児の平成30年度は、歯磨きがありかなしの割合

表2 甘い飲み物・食べ物の摂取

区 分		飲み物		食べ物		
		はい	いいえ 不規則	はい 規則的	はい 不規則	いいえ
1歳6か月児(%)	計画策定時(平成25年度)	40.5	59.5	10.5	11.9	77.6
	中間評価時(平成30年度)	35.1	64.9	6.9	8.6	84.5
3歳児(%)	計画策定時(平成25年度)	53.1	46.9	27.4	27.5	45.1
	中間評価時(平成30年度)	46.2	53.8	28.9	24.9	46.2

表3 フッ化物塗布実績

事業名		対象者 (人)	参加者 (人)	受診率 (%)	フッ化物塗布 実施者(人)	塗布率(%) 塗布実施者/参加者
1歳6か月児健康診査	計画策定時 (平成25年度)	1,411	1,362	96.5		
	中間評価時 (平成30年度)	1,272	1,223	96.1		
2歳児歯科健診(☆)	計画策定時 (平成25年度)	1,545	447	28.9	444	99.3
	中間評価時 (平成30年度)	1,438	352	24.5	347	98.6
3歳児健診	計画策定時 (平成25年度)	1,545	1,452	94.0	1,292	89.0
	中間評価時 (平成30年度)	1,456	1,396	95.9	1,216	87.1
親子歯科健診(5歳児)	計画策定時 (平成25年度)	1,518	356	23.5	341	95.8
	中間評価時 (平成30年度)	1,522	285	18.7	270	94.7

(☆) 2歳児歯科健診の対象者は、4月1日時点の人口を基に算出

③ 取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民 (保護者等)		○歯と口の健康を保つ ・ 子どもの歯と口の現状やむし歯のリスクについて情報収集 ・ 歯科保健指導を受け、歯科保健の知識を得て実践 ・ 発育の状態に合わせた食育の必要性を理解し、実践 ・ 毎日、大人が仕上げみがきをする。 ・ 年齢に合わせてデンタルフロスや歯間ブラシを使用する習慣をつける。 ・ 指しゃぶりなどの癖を理解する（幼児期）。 ○よい食生活の実践 ・ 砂糖の少ないおやつを選ぶ。 ・ 食事やおやつの間隔を空けて歯の再石灰化を促す。 ○歯科医療等業務従事者によるケアを受ける ・ フッ化物塗布を行う。 ・ かかりつけ医を持つ。
地 域 等	歯科医療等業務従事者	・ 定期的な受診を勧奨する。 ・ フッ化物塗布、シーラント※などの予防処置を促す。
	保健、医療、福祉 及び教育関係者	・ 定期的な受診を勧奨する。 ・ 歯科保健教育の場を設ける。 ・ 園での食後の歯磨きを実施する。 ・ 保護者に向けて情報提供をする。 ・ 発育に合わせた歯ごたえのある給食やおやつを提供する。
行 政		・ 歯科健診・歯科指導を継続して実施する。 ・ フッ化物塗布を継続して実施する。 ・ 歯科保健の面からの食育を勧める。 ・ 保育園での歯科健診・歯科指導の実施

◇行政が取り組む主な施策・事業

事業名	実施内容	担当課
乳幼児相談	毎月 1 回、体格測定・育児・栄養・歯科相談	保健センター
1 歳 6 か月児健診	健診・歯科健診・歯科指導	
2 歳児歯科健診	希望者に歯科健診・歯科指導・フッ化物塗布	
3 歳児健診	健診・歯科健診・歯科指導・フッ化物塗布	
親子歯科健診	対象：5 歳児 協力歯科医院にて、歯科健診・歯科指導・フッ化物塗布	
食育教室	対象：1 歳半～2 歳半ごろの幼児の保護者 歯科保健指導（口の機能と成長）	

※ 「シーラント」とは、奥歯の溝をフッ化物の入った充填材で埋めることで、むし歯を予防する方法です。

(3) 学齢期（小学校期、中学・高校期）

- ・ 乳歯から永久歯に生えかわり、15歳でほぼ永久歯が生え揃う。
- ・ 臼歯（奥歯）の生えかわりにより、一時的に咀嚼機能が低下する。
- ・ 身体の成長・発達により、年齢が上がるごとに歯の外傷が増える。

◇課題

《小学校期》

- ・ 歯肉炎の予防
- ・ あごの発育
- ・ 永久歯のむし歯予防
- ・ 食後の歯・口の清掃の習慣化

《中学校期・高校期》

- ・ 正しい歯磨き習慣の実践
- ・ 歯周病の原因と予防方法の理解・実践

《共通》

- ・ 歯・口の外傷予防の必要性や対処方法の理解

① 目標と評価

項 目		計画策定時 (平成25年度)	中間評価時 (平成30年度)	令和6年度 目標値	評価
1	6歳児（小学校1年生）のむし歯のない児の割合	52.5%	94.9%	60%	◎
2	12歳児（中学1年生）のむし歯のない児の割合	65.9%	73.3%	70%	◎

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

② 現状

- 6歳児（小学校1年生）のむし歯のない児の割合は、94.9%と計画策定時より大幅に改善されました。（表4）
- 12歳児（中学1年生）のむし歯のない児の割合は73.3%と計画策定時より改善されました。（表5）
- 12歳児について、国では、令和4年度までにDMF指数※1.0未満の都道府県を28都道府県から47都道府県に増やすことを目標としています。新座市では計画策定時に1.0未満となっていました、中間評価時では0.46とさらに改善されています。（表6）
（学校歯科保健状況調査）

表4 6歳児（小学校1年生）のむし歯のない児の割合

区 分	計画策定時 (平成25年度)	中間評価時 (平成30年度)
受検者数(人)	1,474	1,231
むし歯のない児(人)	774	1,168
割合(%)	52.5	94.9

※ 「DMF 歯数」とは、一人当たりのむし歯り患状況を示す指数です。（数値が小さいほど状態が良い。）

表5 12歳児(中学1年生)のむし歯のない児の割合(%)

区 分	計画策定時		中間評価時 (平成 30 年度)
	平成 24 年度	平成 25 年度	
全校	60.0	65.9	73.3

表6 12歳児(中学1年生)の一人平均 DMF 歯数(本)

区 分	計画策定時		中間評価時 (平成 30 年度)
	平成 24 年度	平成 25 年度	
全校	0.98	0.90	0.46

③ 取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民		《小学校期》 ○あごを鍛える - 成長に合わせて噛みごたえのある食事をとる。 - 口を閉じてよく噛んで食べる。 - 一口に30回以上噛むことを心掛ける。 《中学校期・高校期》 ○飲酒喫煙の歯科口腔衛生への影響を理解する - 良い生活習慣を身につける。 《共通》 ○歯と口の衛生状態を保つ - フッ化物配合歯磨剤・洗口液の使用 - 正しいブラッシングを身につける。 - 定期的な歯科健診の実践 ○子どものQOL（生活の質）を高める習慣育成 - 歯・口のけがを防ぐ。 - けがをした時に応急処置ができる（保護者を含む）。
地 域 等	歯科医療等業務従事者	- 定期的な受診を勧奨する。 - 適切な歯科指導を行う。
	保健、医療、福祉 及び教育関係者	- 歯科衛生教育 - 飲酒喫煙の影響 - 食育の推進
行 政		- 歯科健診・歯科指導を継続して実施する。 - 噛みごたえのある給食を提供する。 - 歯科口腔衛生への意識を高めるための啓発活動 - 口腔保健向上のための環境整備

◇行政が取り組む主な施策・事業

実施内容	担当課
学校保健安全法に基づく、歯科健診及び歯科指導の実施	学務課・教育支援課 ・市内小中学校
歯と口の健康週間に合わせ、各市内小中学校において、様々な事業を実施 (例：むし歯予防等の標語づくり、むし歯予防劇、よい歯の表彰、歯磨き カレンダー、かむかむ給食等)	教育支援課 市内小中学校

(4) 成人期（青年期、壮年期）・高齢期

《成人期》

成人期は定期的な歯科検診を実施する機会が少ないことや、学校や仕事、家庭や育児が忙しい等で生活習慣の乱れが生じることから、個人の歯科保健に対する取組がおろそかになりやすい時期です。特に、歯周病は、40歳では8割以上の方がかかっているといわれていることから、この時期の歯周疾患対策は重要です。

《高齢期》

65歳以上になると、口腔機能が低下し、誤嚥による事故が増加します。口腔機能は食べる以外にも、話す、表情、呼吸等の多くの機能を有しています。加齢による口腔機能の低下、薬の合併症等により、ドライマウス^{※1}や誤嚥性肺炎^{※2}の割合も増えてきます。

特に、後期高齢者は、口腔機能の低下から、食事が摂りにくくなり、低栄養になる等全身の健康に影響を及ぼします。

◇課題

- ・歯周病予防の実践
- ・定期的に歯科検診を受ける。
- ・規則正しい生活を送る。

① 目標と評価

項目	計画策定時 (平成25年度)	中間評価時 (平成30年度)	令和6年度 目標値	評価
1 6525 達成者の割合	70.4%	62.3%	80%	△
2 成人歯科健診の受診者数	306 人	333 人	400 人	◎
3 歯科医院の受診率（アンケート）	70.6%	70.2%	85%	○
4 8020 運動の周知度（アンケート）	41.2%	41.4%	70%	○
5 歯間部清掃用具の使用率（アンケート）	71.8%	77.6%	85%	◎

◎:計画策定時より改善 ○:計画策定時とほぼ同じ(±0.5%) △:計画策定時より悪化

② 現状

- 60歳代で25本以上自分の歯を有する方の割合は成人歯科検診の結果62.3%であり、計画策定時を下回っています。(図3)
- 健康づくりに関するアンケート調査の結果、20歳以上で歯科検診や治療を全く受けていない方は27.4%と計画策定時とほぼ同じ水準でした。しかし、健診や治療を受けている人の中で、定期的に受けている人の割合は21.9%から32.9%と伸びている。(図4)
- 歯科検診や治療を受けていない理由として、4割半ばの方が「自覚症状がなく必要性を感じていないから」と回答しました。(図5)

(新座市成人歯科検診結果及び健康づくりに関するアンケート調査)

※1 「ドライマウス（口腔乾燥症）」とは、唾液の分泌量の低下により、口腔内が乾燥する病気です。

※2 「誤嚥性肺炎」^{ごえんせい}とは、口腔内の汚れが誤って気管に入ること、引き起こされる肺炎です。

図3 6525達成割合(新座市成人歯科検診結果)

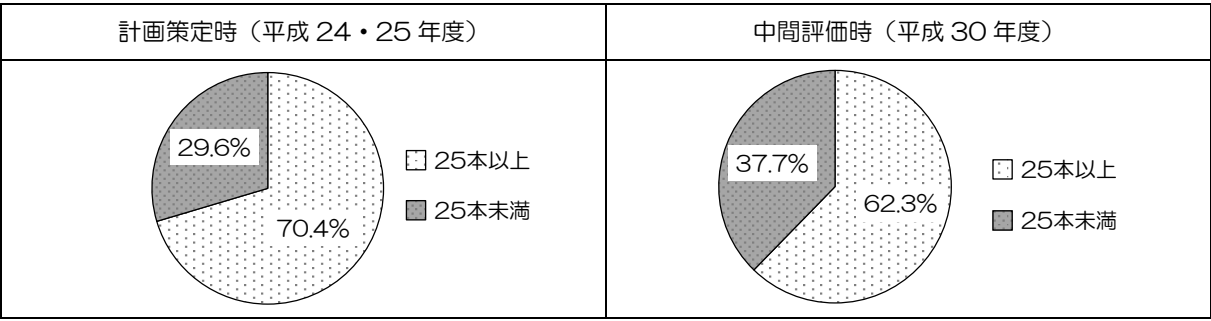


図4 定期健診の受診について(健康づくりに関するアンケート調査)

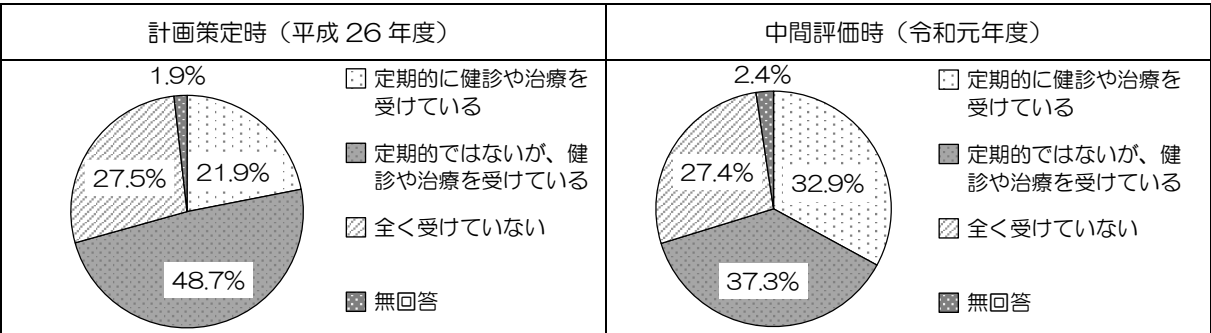


図5 歯科検診や治療を受けていない理由(健康づくりに関するアンケート調査)

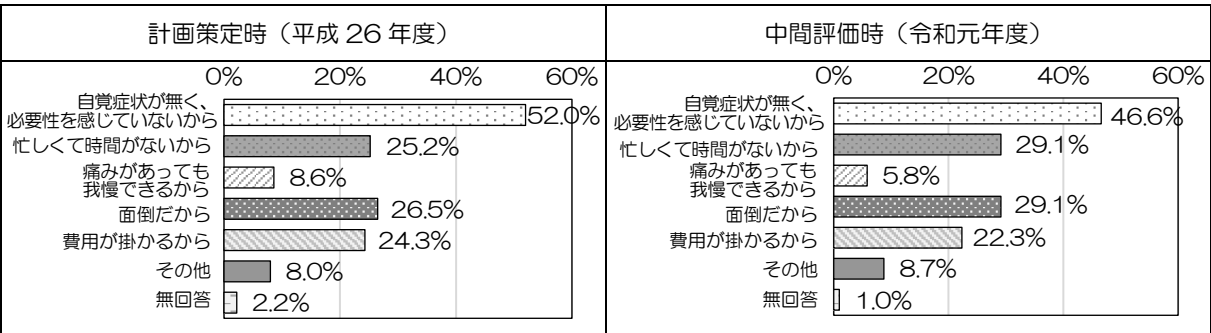


図6 8020 運動周知度(健康づくりに関するアンケート調査)

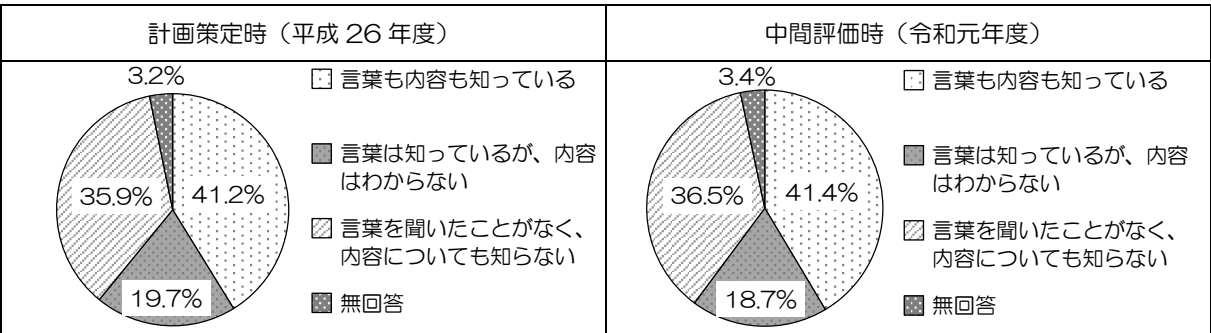
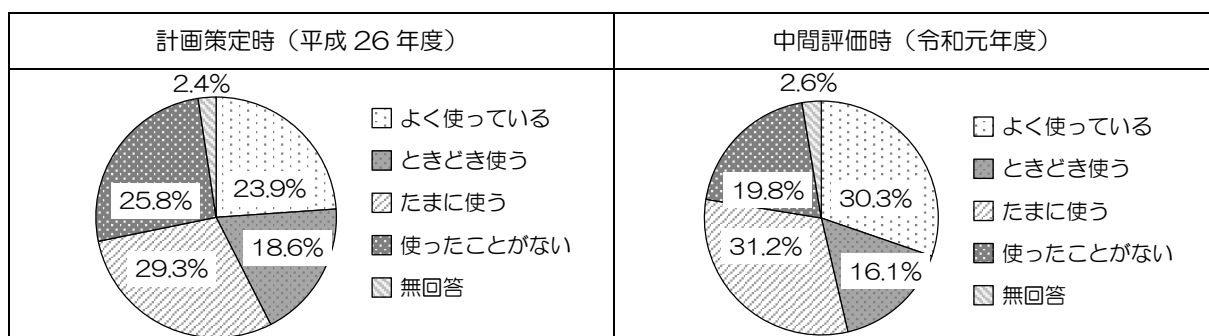


図7 歯間部清掃用具の使用状況(健康づくりに関するアンケート調査)



③ 取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民		《成人期》 ・ ストレスの少ない生活を心掛け、規則正しい生活を送る。 ・ 歯周疾患、生活習慣病との関連を理解し、禁煙する。 《高齢期》 ・ 十分な量の食事を摂取する（必要な栄養素の摂取）。 ・ 今ある歯を維持する。 ・ よく噛み、よく話し、口や舌の体操をして口腔の筋肉を維持する。 ・ 義歯の手入れを行い、清潔が保持できる。 《共通》 ○歯と口の衛生状態を保つ ・ フッ化物配合歯磨剤・洗口液の使用 ・ 正しいブラッシング方法等を身につける。 ・ 定期的な歯科健診の実践
地 域 等	歯科医療等業務従事者	・ 定期的な受診を勧奨する。 ・ 適切な歯科指導（歯間部・義歯の清掃）を行う。
	保健、医療、福祉及び教育関係者	・ 食後の歯磨きを推進する。 ・ 歯科受診しやすい環境をつくる。
行 政		《成人期》 ・ 成人歯科健診を継続する。 ・ 必要時、個別指導を行う。 《高齢期》 ・ 介護予防事業を推進する。 ・ 口腔機能の維持・向上について、普及・啓発を行う。

◇行政が取り組む主な施策・事業

事業名	実施内容	担当課
・ 成人歯科検診	歯科医師による検診、歯科衛生士によるブラッシング指導	保健センター
・ 健康まつり（歯科コーナー）	歯科医師による歯科相談コーナーを開設	
・ 6525 表彰	健康まつりの歯科コーナーで、65 歳以上で 25 本以上自身の歯がある方を表彰	
・ 特定保健指導	特定保健指導対象者への歯科講演、歯口清掃の指導	国保年金課
・ にいざ元気アップ広場	保健師等による口腔機能向上を目指し、口腔体操等を実施	介護保険課
・ 8020 よい歯コンクール	80 歳以上で 20 本以上自身の歯がある方を 朝霞地区歯科医師会にて審査、健康まつりにて表彰	朝霞地区歯科医師会（保健センター）

2 分野別施策の取組

(1)障がいのある人、介護を必要とする人等

障がいごとに特有の問題、成長発育、加齢に伴い新たな機能障がいを生じることがあります。

要介護者はADL（日常生活動作）や認知機能の低下により、セルフケアが不十分になります。また、市内障がい者施設において、朝霞地区歯科医師会による歯科健診が行われています。

なお、在宅で生活している身体の不自由な方は、新座地区在宅歯科医療支援窓口及び朝霞地区在宅歯科医療推進窓口地域拠点において、訪問診療の相談を受け付けています。

【訪問歯科診療問合せ先】

新座地区在宅歯科医療支援窓口

TEL:080-2252-8020

朝霞地区在宅歯科医療推進窓口地域拠点

TEL:080-2334-8020

① 取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民 (本人及び介護者)		- 家族やサービス担当者の支援を受けながら自身の口腔ケアを実践する。 - 家族又は介護者は、本人の状況に合わせ、毎日、口腔ケアを行う。 - かかりつけ医を決める。また、かかりつけ医が決まらない場合は、朝霞地区歯科医師会窓口や埼玉県障害者歯科相談医に相談する。
地 域 等	歯 科 医 療 等 業 務 従 事 者	訪問歯科診療など、歯科受診をしやすい体制づくりを推進する。
	福祉及び教育関係者	- 介護職員が正しい口腔ケアの方法や重要性を理解する。 - 定期的な受診を勧奨する。
	事業者	- 定期検診を勧奨する。 - 食後の歯磨きを推奨する。
行 政		- 児童発達支援施設の歯科健診、フッ化物塗布の継続 - 障がい者、要介護者の口腔ケアの実態、受診状況を把握し、課題を明確にする。 - 知識の普及・啓発を行う。

◇行政が取り組む主な施策・事業

事業名	実施内容	担当課
・歯科健診（児童発達支援施設）	歯科健診、フッ化物塗布	児童発達支援センター

（２）休日歯科応急診療所

休日における市民の歯の応急診療を確保するために、朝霞地区歯科医師会の協力により、救急医療の一環として昭和５５年３月から新座市救急歯科応急診療所を開設し、運営しています。

新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター内）

〔診療日〕 祝日（元旦を除く）及び 12 月 30 日・31 日・1 月 3 日

〔診療時間〕9:00～12:00（受付 11:30 まで）

住所：新座市道場 2-14-4 TEL:048-481-2211

①取組

◇市民・地域等・行政の取組

市 民		- 定期受診し、症状がある時は早めに受診をする。 - 休日歯科応急診療所の適正な利用を心掛ける。
地 域 等	歯科医療等業務従事者	市と連携・協力し、休日歯科診療所の運営を支援する。
行 政		朝霞地区歯科医師会と連携・協力し、休日歯科応急診療所を運営する。

（３）生活習慣から見た歯科保健

歯周病は、細菌により引き起こされる感染症ですが、日々の生活習慣が歯周病になる危険性を高めることから、生活習慣病でもあります。歯周病に罹患することで、様々な疾患を発症・悪化させる原因となります。また、歯周疾患を引き起こす因子の一つとされる喫煙は、口腔がんなどの原因とされています。喫煙は、成人のみならず受動喫煙により、全ての世代へ影響を及ぼします。

メタボリックシンドロームの要件である、肥満・高血糖・高血圧の全てに深く関連しているのが食生活であり、バランスの取れた適切な食事を摂るためには、歯の健康にかかせません。

◇課題

- 歯周病予防から、全身疾患を予防
- 受動喫煙の防止と禁煙
- 食育の推進

① 現状

- 喫煙習慣があると回答した方は18.3%であり、計画策定時を下回っています。(図8)
- 食生活で心掛けていることがあると回答した方は75.4%であり、計画策定時を下回っています。(図9)
- 口腔と全身の健康の関係について詳しく知っているとは26.4%であり、計画策定時を上回っています。(図10)

(健康づくりに関するアンケート調査)

図8 喫煙習慣の有無(健康づくりに関するアンケート調査)

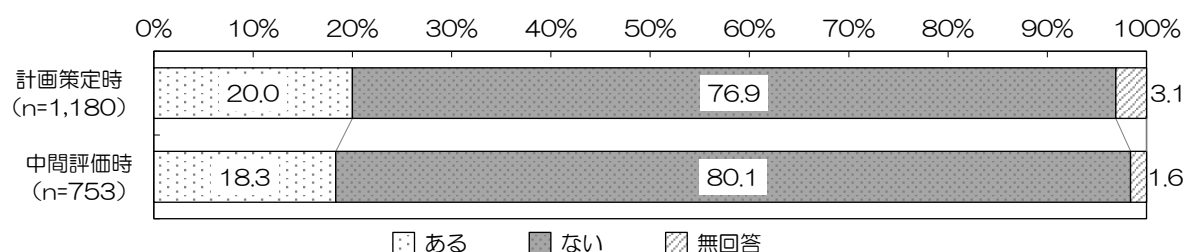


図9 普段の食生活で心がけていることの有無(健康づくりに関するアンケート調査)

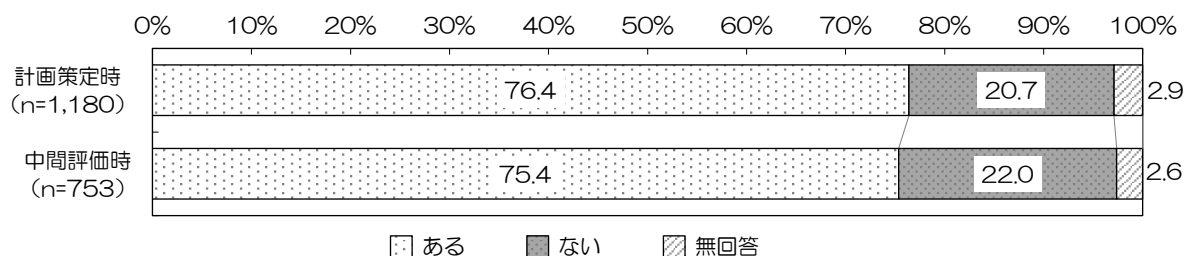
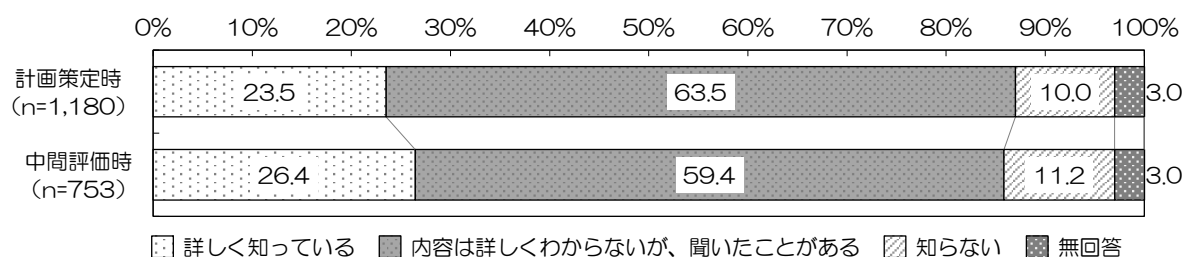


図10 口腔と全身の健康の関係についての認知度(健康づくりに関するアンケート調査)



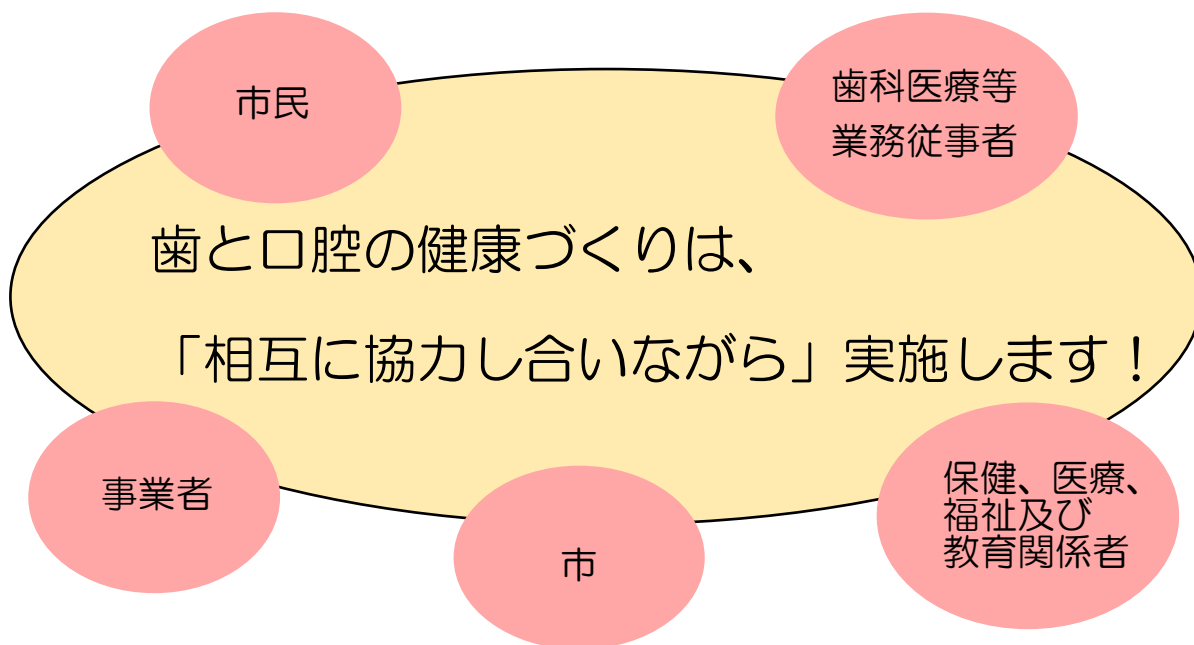
② 取組

◇市民・地域等・行政の取組

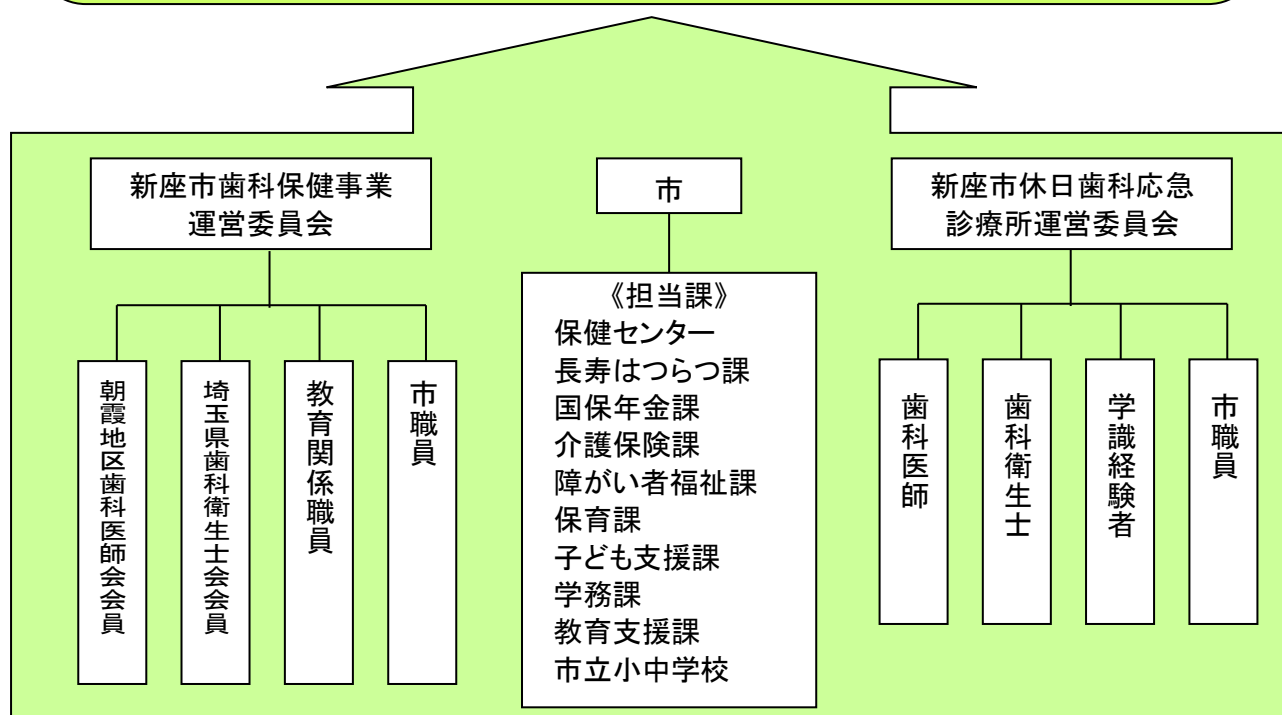
市 民		○生活習慣病予防 ・ 適正体重を維持する。 ・ 良い生活習慣（バランスの良い食事・運動・休養等）を身につける。 ・ 年１回、健康診査を受診する。 ○禁煙 ・ 禁煙外来、歯科の定期受診を行う。 ○歯と口の衛生状態を保つ ・ フッ化物配合歯磨剤・洗口液の使用 ・ 正しいブラッシング方法等を身につける。 ・ 定期的な歯科健診の実践
地 域 等	歯科医療業務従事者	○禁煙 ・ 歯科保健指導を通じて、禁煙の動機付けを支援する。
	事業者	・ 職場内で禁煙を推奨する。 ・ 生活習慣病の予防のため、休憩時間には体操等を行う。 ・ 医療機関と連携し、定期健診を行う。 ・ 健康診査の周知、受診勧奨を行う。
行 政		○生活習慣病 ・ 健康診査結果をいかし、継続的な健康管理ができるように支援し、特定保健指導対象者への歯科講演、歯口清掃を指導する。 ○禁煙 ・ 公共の場の受動喫煙の防止 ・ 健康相談・健康教育等のイベントにおいて情報提供を行う。

第3章 計画の推進体制

1 計画の推進体制



- ・ 乳幼児期から高齢期のそれぞれの時期に応じた歯と口腔の健康づくり
- ・ 6525運動及び8020運動の推進
- ・ 障がい者や介護を必要とする者への適切な歯と口腔の健康づくり
- ・ 歯科口腔保健の観点からの食育、生活習慣病予防等
- ・ 科学的根拠に基づく歯と口腔の健康づくり
- ・ 歯科口腔保健に関する情報収集及び普及・啓発



第4章 関連資料

1 新座市歯科口腔保健の推進に関する条例

（目的）

第1条 この条例は、歯科口腔保健の推進に関する法律（平成23年法律第95号）に基づき本市が行う歯科疾患の予防等による口腔の健康の保持（以下「歯科口腔保健」という。）の推進に関し、基本理念を定め、市、歯科医療等業務従事者（歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士その他の歯科医療又は歯科保健指導に係る業務に従事する者をいう。第4条において同じ。）並びに保健、医療、福祉及び教育の関係者、市民並びに事業者の責務を明らかにするとともに、歯科口腔保健の推進に関する施策の基本となる事項を定めることにより、当該施策を総合的かつ計画的に推進し、もって市民の生涯にわたる健康の保持及び増進に寄与することを目的とする。

（基本理念）

第2条 歯科口腔保健の推進に関する施策は、次に掲げる事項を基本として行われなければならない。

- (1) 市民が生涯にわたって日常生活において歯科疾患の予防に向けた取組を行うとともに、歯科疾患を早期に発見し、早期に治療を受けることを促進すること。
- (2) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期における口腔とその機能の状態及び歯科疾患の特性に応じて、適切かつ効果的に歯科口腔保健を推進すること。
- (3) 保健、医療、福祉、労働衛生、教育その他の関連分野における施策との連携を図りつつ、その関係者の協力を得て、総合的かつ計画的に歯科口腔保健を推進すること。

（市の責務）

第3条 市は、前条に定める基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、歯科口腔保健の推進に関する施策を策定し、及び実施する責務を有する。

（歯科医療等業務従事者の責務）

第4条 歯科医療等業務従事者は、基本理念にのっとり、相互に連携を図りながら、市が実施する歯科口腔保健の推進に関する施策に協力するよう努めなければならない。

（保健、医療、福祉及び教育関係者の責務）

第5条 保健、医療、福祉及び教育の関係者は、基本理念にのっとり、それぞれの業務において市民の歯科口腔保健を推進するとともに、相互に連携を図りながら、市が実施する歯科口腔保健の推進に関する施策に協力するよう努めなければならない。

（市民の責務）

第6条 市民は、基本理念にのっとり、歯科口腔保健に関する正しい知識を持ち、生涯にわたって日常生活において自ら歯科疾患の予防に向けた取組を行うとともに、定期的に歯科に係る検診（健康診査及び健康診断を含む。次条において同じ。）を受け、必要に応じて歯科保健指導を受けることにより、歯科口腔保健に努めなければならない。

（事業者の責務）

第7条 事業者は、基本理念にのっとり、雇用する従業員の歯科に係る検診及び保健指導の機会の確保その他の歯科口腔保健に関する取組の支援に努めなければならない。

（基本的施策）

第8条 市は、歯科口腔保健を推進するため、次に掲げる基本的な施策を計画的に実施するものとする。

- (1) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期における歯科口腔保健の推進に必要な施策
- (2) 6525運動（65歳で自らの歯を25本以上保つことを目的とした歯科口腔保健に関する取組をいう。）及び8020運動（80歳で自らの歯20本以上保つことを目的とした歯科口腔保健に関する取組をいう。）の推進に必要な施策
- (3) 障がい者、介護を必要とする者等に対する適切な歯科口腔保健の推進に必要な施策
- (4) 歯科口腔保健の観点からの食育並びに糖尿病、脳卒中、がんその他の生活習慣病対策及び喫煙による影響対策の推進に必要な施策
- (5) 科学的根拠に基づく総合的な歯科口腔保健の推進に必要な施策
- (6) 歯科口腔保健に関する情報の収集及び普及啓発に必要な施策
- (7) 前各号に掲げるもののほか、歯科口腔保健の推進に必要な施策

（基本計画）

第9条 市長は、市民の生涯にわたる歯科口腔保健の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、歯科口腔保健の推進に関する基本的な計画を策定するものとする。

（国及び他の地方公共団体との連携）

第10条 市は、歯科口腔保健の推進に当たっては、国及び他の地方公共団体と連携を図るものとする。

（委任）

第11条 この条例に定めるもののほか、歯科口腔保健の推進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25年4月1日から施行する。

資 料 編

1 健康づくりに関するアンケート調査

(1) 調査の目的

この調査は、市民の健康づくりに対する意識や取り組みの状況等を把握し、「第2次いきいき新座21プラン」の中間評価における基礎資料とすることを目的に実施しました。

(2) 調査対象

市内在住の20歳以上の者から無作為により抽出した人(2,000人)。

(3) 調査方法

郵送による配布回収

(4) 調査期間

平成31年4月25日(木)～令和元年5月13日(月)

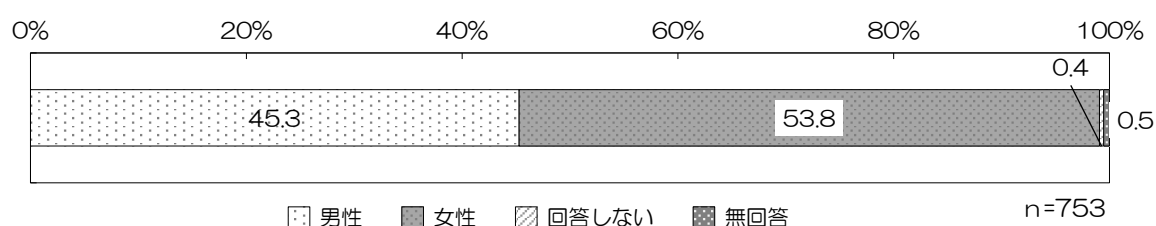
※対象者全員に対し、勧奨を兼ねた礼状を5月10日(金)に発送しました。

(5) 回収状況

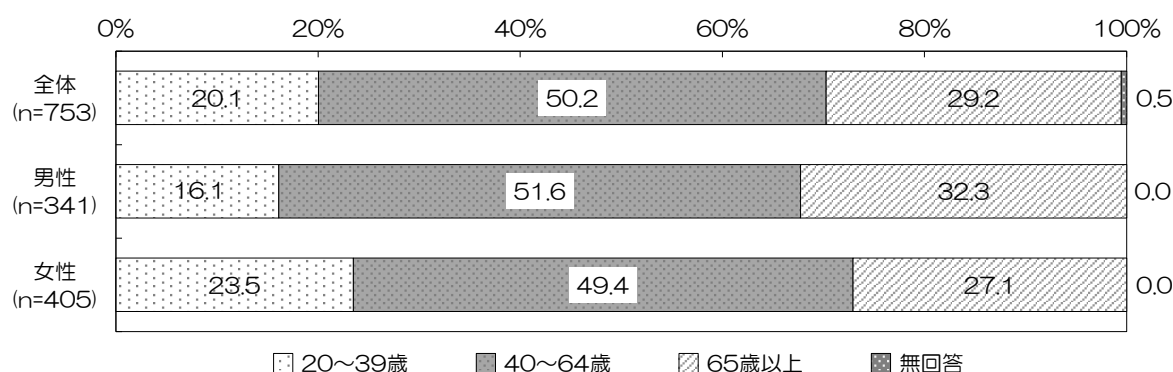
有効回収数 753票 有効回収率 37.7%

(6) 回答者の概要

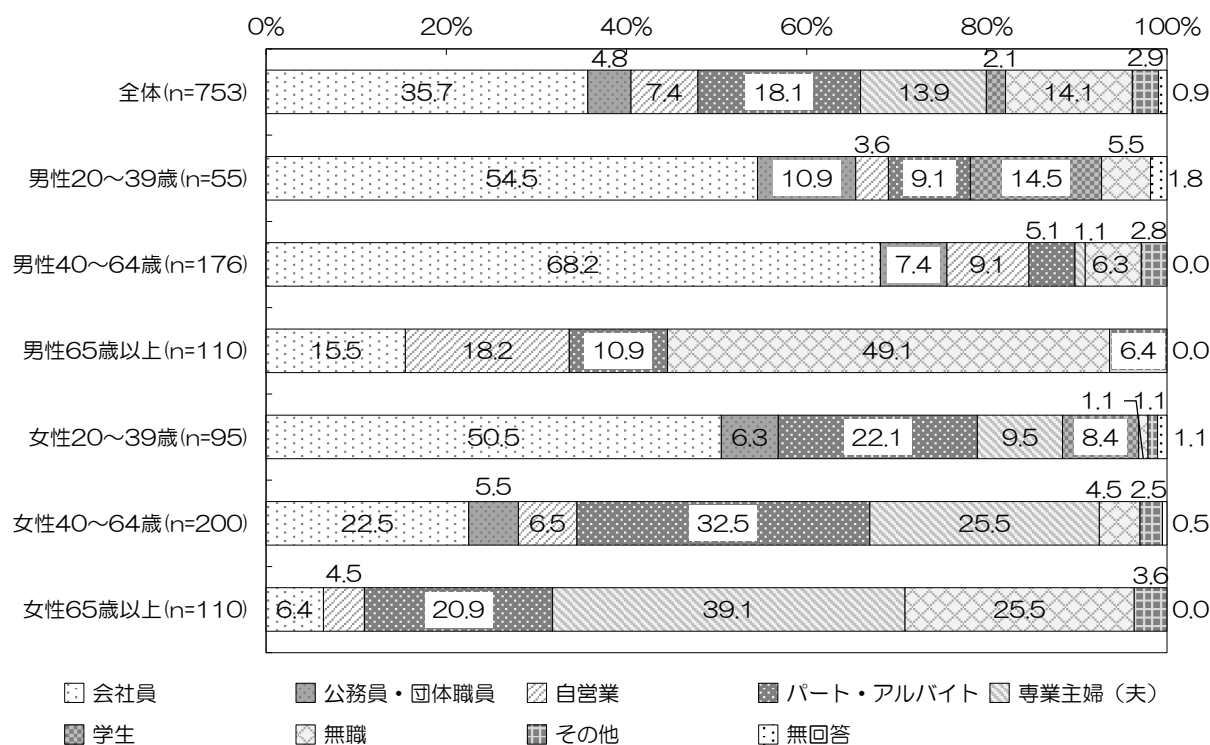
① 性別



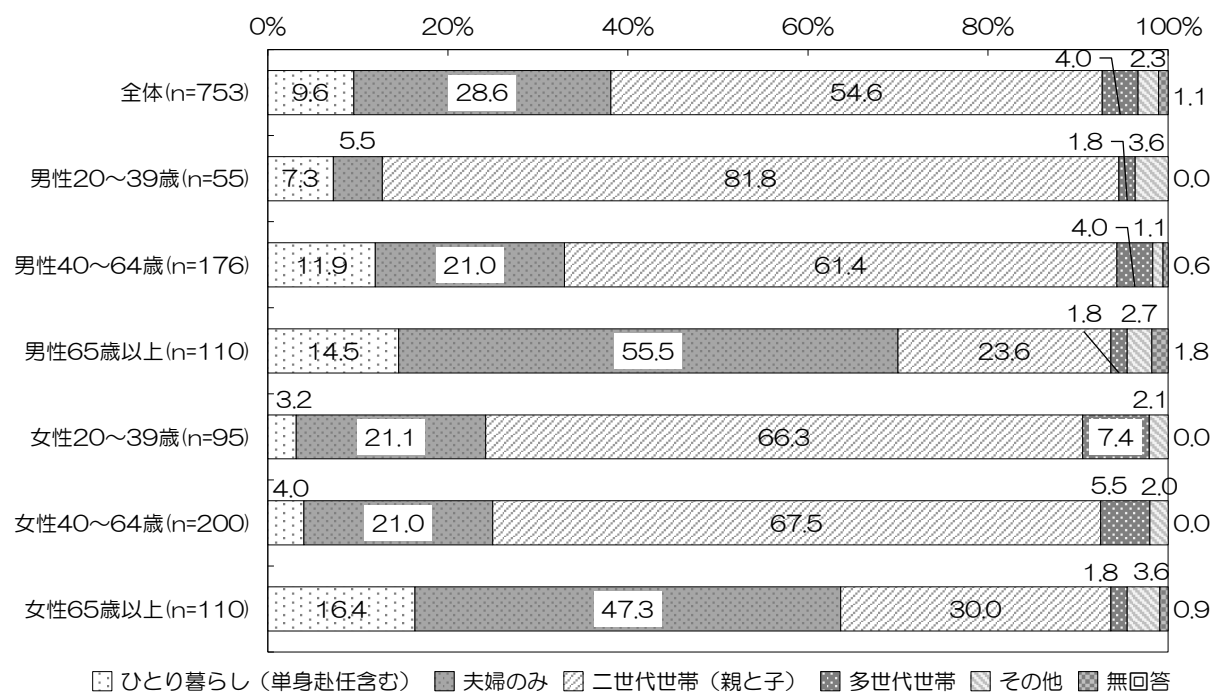
② 年齢 (平成31年4月1日現在)



③ 職業



④ 世帯構成



※回答率については、すべて百分率で表し、小数点以下第2位を四捨五入して算出しています。このため、比率の合計が100%とならない場合があります。

2 新座市健康づくり推進協議会条例

平成26年3月25日

条例第10号

(設置)

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項の規定による健康増進計画、食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項の規定による食育推進基本計画及び新座市歯科口腔保健の推進に関する条例（平成25年新座市条例第6号）第9条の規定による歯科口腔保健の推進に関する基本的な計画（以下「健康増進計画等」という。）を適正に推進するため、新座市健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 協議会は、次に掲げる事務を行う。

- (1) 市長の諮問に応じ、健康増進計画等の策定について調査審議すること。
- (2) 健康増進計画等の実施状況の把握及び評価に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、健康づくりに関すること。

(組織)

第3条 協議会は、委員19人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 保健医療団体の代表者
- (2) 保健衛生団体の代表者
- (3) 学識経験者
- (4) 関係行政機関の職員
- (5) 教育職員
- (6) 前各号に掲げるもののほか、健康づくりに関する活動を行う者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とし、再任を妨げない。ただし、委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長各1人を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 協議会は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、いきいき健康部において処理する。

(平29条例28・一部改正)

(委任)

第8条 この条例に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この条例は、平成26年4月1日から施行する。

附 則（平成29年条例第28号）抄

(施行期日)

1 この条例は、平成30年1月1日から施行する。

3 新座市健康づくり推進協議会委員名簿

令和元年度 敬称略（順不同）

構 成	氏 名	所 属 等	備 考
保健医療団体の代表者	林 淳慈	朝霞地区医師会新座支部	会 長
	牧田 和也	朝霞地区医師会新座支部	
	石川 雅彦	朝霞地区歯科医師会新座支部 （任期：～令和元年8月21日）	
	脇田 愛介	朝霞地区歯科医師会新座支部 （任期：令和元年8月22日～）	
	須田 友子	朝霞地区薬剤師会新座支部	
	恩田 恵	埼玉県歯科衛生士会	
保健衛生団体の代表者	笠原 政夫	新座市食品衛生協会	
	田中 桂子	新座市献血推進協議会	
関係行政機関の代表者	田中 由香	埼玉県朝霞保健所	
健康づくりに関する活動を行っている市民団体の代表者	立山 健治	新座市体育協会	
	山野辺 範一	新座市スポーツ推進委員連絡協議会	
	橋本 一	新座市町内会連合会	
	山崎 和子	新座市母子愛育会	
	須藤 六津子	新座市食生活改善推進員協議会	
教育関係者	根本 武彦	校長会代表（新開小学校）	
学識経験者	杉浦 克己	立教大学	副会長
	古明地 夕佳	十文字学園女子大学	
地域活動市民	安部 剛	公募市民	
	平山 和子	公募市民	
	戸田 賢	公募市民	

4 新座市歯科保健事業運営委員会設置要綱

(平成15年1月20日市長決裁)

(設置)

第1条 市民の歯科保健の向上と歯科保健事業の円滑な推進に資することを目的として、新座市歯科保健事業運営委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は、次に掲げる事業に関する企画、立案、評価等について必要な協議又は調査を行う。

- (1) 母子歯科保健事業
- (2) 成人歯科保健事業
- (3) 高齢者歯科保健事業
- (4) 障がい児（者）歯科保健事業

(組織)

第3条 委員会は、委員10人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 社団法人朝霞地区歯科医師会新座支部会員
- (2) 社団法人埼玉県歯科衛生士会朝霞支部会員
- (3) 市職員
- (4) 教職員

(任期)

第4条 委員の任期は、3年とする。ただし、再任を妨げない。

2 補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 委員会に会長及び副会長各1人を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、委員会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会は、会長が招集し、その議長となる。

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

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、いきいき健康部保健センターにおいて処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、いきいき健康部長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成15年4月1日から実施する。

附 則（平成16年6月17日市長決裁）

この要綱は、平成16年6月17日から実施する。

附 則（平成17年3月31日市長決裁）

この要綱は、平成17年4月1日から実施する。

附 則（平成18年3月22日市長決裁）

この要綱は、平成18年4月1日から実施する。

附 則（平成21年3月31日市長決裁）

この要綱は、平成21年4月1日から実施する。

附 則（平成29年12月28日市長決裁）

この要綱は、平成30年1月1日から実施する。

5 新座市歯科保健事業運営委員会委員名簿

令和元年度 敬称略（順不同）

役 職	氏 名	所 属 団 体
会長	脇田 愛介	一般社団法人 朝霞地区歯科医師会新座支部長
副会長	石川 雅彦	一般社団法人 朝霞地区歯科医師会新座支部副支部長
委員	金子 容明	一般社団法人 朝霞地区歯科医師会新座支部会員
委員	片岡 秀樹	一般社団法人 朝霞地区歯科医師会新座支部会員
委員	関 磯次	一般社団法人 朝霞地区歯科医師会新座支部会員
委員	湯澤 珠美	公益社団法人 埼玉県歯科衛生士会朝霞支部会員
委員	今江 寿美代	新座市立野火止小学校 養護教諭
委員	鈴木 由佳	新座市いきいき健康部介護保険課 副課長
委員	横倉 一昭	新座市総合福祉部障がい者福祉課 副課長

6 中間評価までの経過

年月日	会議及び内容
前年度～平成31年4月	アンケート調査内容の検討
平成31年4月25日 ～令和元年5月13日	健康づくりに関するアンケート調査
8月21日	第1回新座市健康づくり推進協議会 ・ 諮問 ・ 第2次いきいき新座21プラン中間評価について
8月26日	第1回新座市歯科保健事業運営委員会 ・ 新座市歯科口腔保健推進計画の中間評価について
11月27日	第2回新座市健康づくり推進協議会 ・ 第2次いきいき新座21プラン中間評価（素案）について
12月14日 ～令和2年1月13日	中間評価（素案）に対するパブリック・コメントに準じた意見募集実施
1月31日～2月7日	健康づくり推進協議会委員へ意見募集 ・ パブリック・コメントに準じた意見の取扱いについて
2月17日	第2回新座市歯科保健事業運営委員会 ・ 新座市歯科口腔保健推進計画について
2月19日	第3回新座市健康づくり推進協議会 ・ 第2次いきいき新座21プラン中間評価答申（案）について ・ 答申
3月	第2次いきいき新座21プラン中間評価の報告

7 諮問・答申

諮問

新保セ発第554号
令和元年8月21日

新座市健康づくり推進協議会
会長 林 淳 慈 様

新座市長 並 木 傑

第2次いきいき新座21プラン（中間評価）について（諮問）

本市では、平成27年3月に10年間を計画期間とした「第2次いきいき新座21プラン」を策定しました。

本計画は、『笑顔でつながる いきいき新座』を基本理念とし、個人の健康づくりを地域社会で支え、住民や関係団体、行政等が協働し、健康長寿のまちづくりを目指し計画を推進しているところです。

本計画の計画期間が中間年を迎えることから、目標値の達成状況や残りの計画期間の課題を整理するため中間評価を行うことになりました。

つきましては、「第2次いきいき新座21プラン（中間評価）」の策定に当たり、貴協議会の意見を求めます。

答申

令和2年2月19日

新座市長 並木 傑 様

新座市健康づくり推進協議会
会長 林 淳 慈

第2次いきいき新座21プラン（中間評価）について（答申）

令和元年8月21日付け新保セ発第554号にて諮問のあった標記の件について、委嘱を受けた19名の委員で協議を重ね、「第2次いきいき新座21プラン」の中間評価に当たり、当協議会の意見を取りまとめましたので、ここに答申いたします。

第2次いきいき新座21プラン

第2次新座市健康づくり行動計画

新座市食育推進計画

新座市歯科口腔保健推進計画

中間評価

令和2年3月

発行：新座市

編集：新座市保健センター

