

# 健康とりで21

(平成31年度～平成35年度)

(素案)

平成31年3月

取手市

## 目次

第1章	計画の背景と全計画の評価	
第1節	計画の背景	3
第2節	前計画の評価	3
第2章	計画の基本的な考え方	
第1節	計画の位置づけ	6
第2節	計画の期間	6
第3章	取手市の現状及び課題・取り組み・目標	
第1節	取手市全体の現状	7
第2節	健康増進編・歯科保健編	13
	健康増進編	
1	計画の基本理念	13
2	計画の目指すもの（目標）	13
3	計画の体系	
①	身体活動・運動	15
②	休養・こころの健康	18
③	飲酒	21
④	喫煙	24
⑤	生活習慣病	27
	歯科口腔保健編	
1	計画の基本理念	30
2	計画の目指すもの（目標）	30
3	計画の体系	30
①	歯科疾患予防	30
②	口腔機能の維持・向上の促進	38
第3節	食育推進計画編	
1	計画の基本理念	41
2	計画の目指すもの（目標）	41
3	計画の体系	41
第4節	こころの健康編（自殺対策計画）	
1	計画策定の基本理念等	53
2	全国の自殺の特徴	56
3	取手市の自殺の特徴	58
4	いのちを大切にできるまちづくりの取り組み	62
第4章	計画の推進	
第1節	計画の推進体制	76
第2節	計画の評価	76

# 第1章 計画の背景と前計画の評価

## 第1節 計画の背景

国全体で少子高齢化の進展により、人口減少と人口構成の変化が同時に進行しています。

この様な状況から、平成24年7月、厚生労働省において、平成25年度から平成34年度までの10年間を期間とする「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」健康日本21（第2次）が告示されました。

本市では、平成27年3月に「健幸＝健康で幸せ」を基本理念として、取手市健康増進・食育推進計画を策定し、①栄養・食生活②身体活動・運動③休養・こころの健康④飲酒⑤喫煙⑥歯・口腔の健康⑦生活習慣病の7分野に目標値を設定し、健康づくりに取り組んできました。

平成28年4月の自殺対策基本法が改正されたことを受け、自殺対策計画は他の計画と整合性をとる必要性があることから、平成27年に策定した「取手市健康増進・食育推進計画」を一年前倒しで見直し、前計画を拡充した食育・歯科保健・自殺対策を加えた「健康とりで21」を策定しました。

本計画を推進し、市民一人ひとりの健康維持・増進への意識と行動変容を支援し、「健やかで安らぎと温もりのあるまちづくり」を目指します。

## 第2節 前計画の評価

前計画では、「健康で幸せ」の実現を目指し、「健康寿命の延伸」「生活習慣病の発症予防・重症化予防」「健康と食育の一体的な推進」として目標に掲げてきました。

これらを実現するために7つの分野について、目標値と具体的な取り組み掲げて実施し、評価を行いました。（表-1）

平成 27 年度本市の平均寿命は、男性 80.7 歳、女性 86.4 歳で全国平均をやや下回る結果です。健康寿命は男性 79.26 歳、女性 82.99 歳であり平均寿命との差は男性で 1.44 歳、女性で 3.41 歳と健康である期間が長い結果が出ています。

※ 健康寿命とは

「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」として定義  
(厚生労働省)

○現在、3つの算出方法が厚生労働省から示されており、国、及び都道府県においては、(1)「日常生活に制限のない期間の平均」を主指標としています。

(1)「日常生活に制限のない期間の平均」

国民生活基礎調査と都道府県の人口と死亡数を基礎情報として算出。

(「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」の質問に対し「ない」の回答を日常生活に制限ない者とする。)

(2)「自分が健康であると自覚している期間の平均」

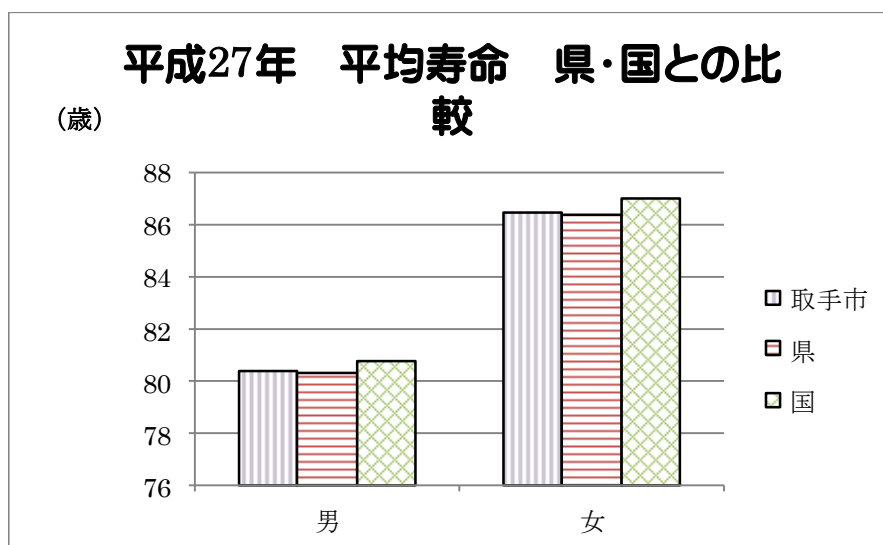
国民生活基礎調査と生命表を基礎情報とし算出。

(「あなたの現在の健康状態はいかがですか」の質問に対し「よい」、「まあよい」または「ふつう」の回答を自分で健康であると自覚している者とする。)

(3)「日常生活動作が自立している期間の平均」

市町村の介護保険の介護情報(要介護度2以上)、人口と死亡数を基礎情報として算出。

指 標	内 容
日常生活動作が自立している期間の平均	介護保険データを活用 自立から要介護1→健康 要介護2から要介護5→健康ではない



(図-1 「平成 27 年度厚生労働省市町村別平均寿命」より)

## 取り組みの達成状況

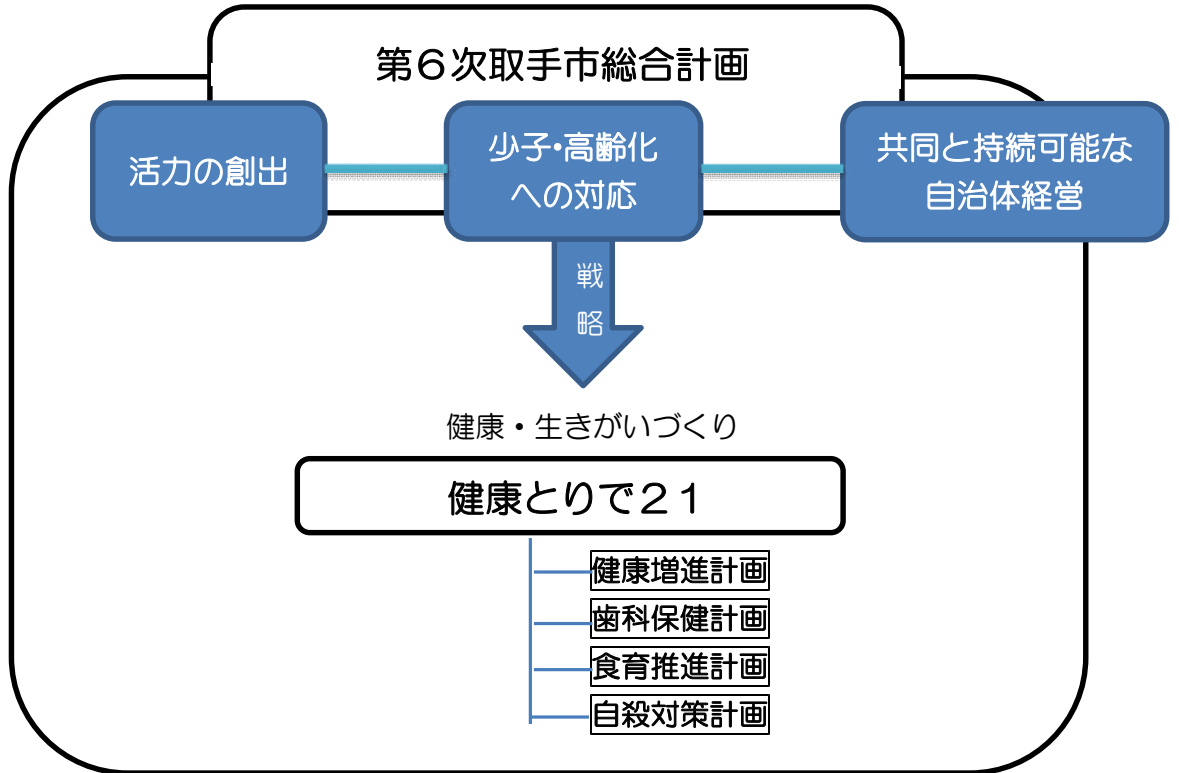
(%)

行動目標		基準値 H25 年度	最新値 H29 年度	目標値
朝食の欠食率	20 歳代～30 歳代	17	9.0	15
	40 歳代～50 歳代	9.4	11.5	8
	60 歳代以上	4.3	2.2	3
食事のバランスのよい人の割合（成人）		59.5	58.5	65
1 回 30 分以上の運動を週 2 日以上行う人の割合	20 歳代～30 歳代	33.1	21.2	40 以上
	40 歳代～50 歳代	29.8	23.3	40 以上
	60 歳代以上	40.4	51.0	40 以上
ウォーキングする人の割合	男性	40.4	42.7	50 以上
	女性	31.1	31.1	40 以上
睡眠が十分にとれてない人の割合		21.5	24.5	15
毎日飲酒する人の割合 （過去 3 年間の平均値）	男性	23.1	45.9	20
	女性	7.6	9.3	5
飲酒経験率	中学生	—	—	0
	高校生	—	—	0
たばこを吸う人の割合	男性	21.2	20.1	20
	女性	4.6	4.3	4
3 歳児健康診査の虫歯のない人の割合		91	86.8	95 以上
小学校の虫歯のない人の割合		43.5	52.9	60 以上
特定健康診査の受診率向上		38.8	40.2	47 以上
メタボリックシンドロームの該当者の割合		該当者 17.1 予備軍 8.1	該当者 16.9 予備軍 8.3	該当者 13.7 予備軍 6.5

（表－1）

## 第2章 計画の基本的な考え方

### 第1節 計画の位置づけ



### 第2節 計画の期間

本計画は、平成31年度を初年度とし、平成35年度までの5か年計画とします。なお、取組の進捗状況や社会情勢の変化、他の関連する計画との整合性を図りながら柔軟に見直しを行うものとします。

		2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	
		平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度	平成34年度	平成35年度	
取手市健康増進・食育推進計画		[進捗状況]									
健康とりで21	健康増進計画				評価・見直し	[進捗状況]					
	歯科保健計画				策定作業	[進捗状況]					
	食育推進計画				評価・見直し	[進捗状況]					
	自殺対策計画				策定作業	[進捗状況]					

### 第3章 取手市の現状及び課題・取り組み・目標

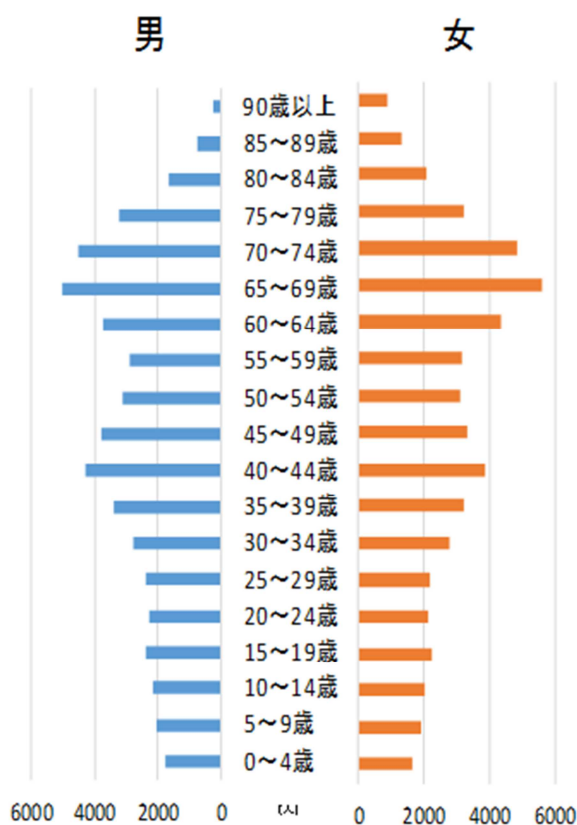
#### 第1節 取手市全体の現状

##### 1. 人口

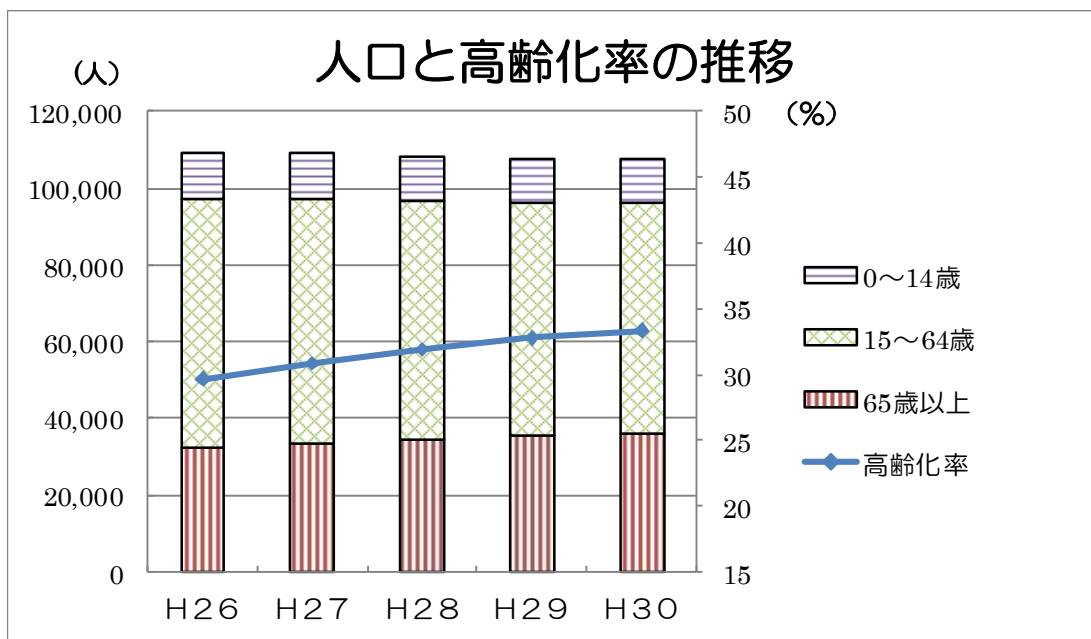
本市の人口は、平成17年の藤代町との合併時の113,239人をピークに一貫して減少傾向にあり、現在はピーク時より5,624人少ない107,615人（平成30年10月1日現在）となっています。今後も人口減少は続き、平成37年推計値は104,050人と予測されています。（取手市人口ビジョンより）平成27年の人口構成は、（図-1）のようになっています。

また、少子高齢化も急激に進展し、平成20年に「超高齢社会」と言われる高齢化率（65歳以上人口）が21%を超え、平成30年10月に33%を超えています。同時期の茨城県の高齢化率28.6%（常住人口調査より）と比較しても、本市の高齢化傾向が急速に進行している事が分かります。（図-2）

平成27年（2015） 取手市の人口ピラミット



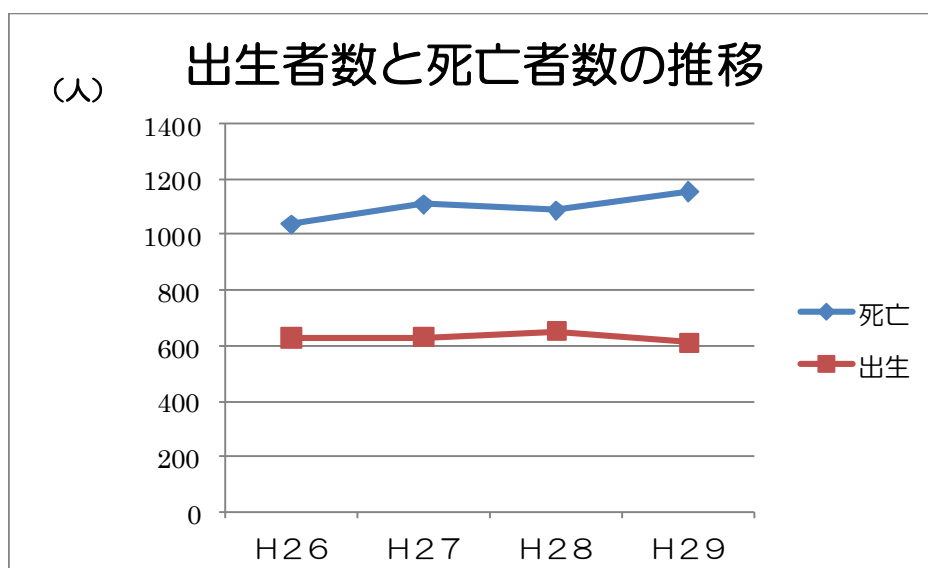
（図-1 「国勢調査」（統計局）より）



(図一2 人口統計年齢別人口より)

## 2. 出生数・死亡数

出生者数と死亡者数の推移をみると、死亡者数が出生者数を上回り、自然動態は減少傾向で推移しています。(図一3)



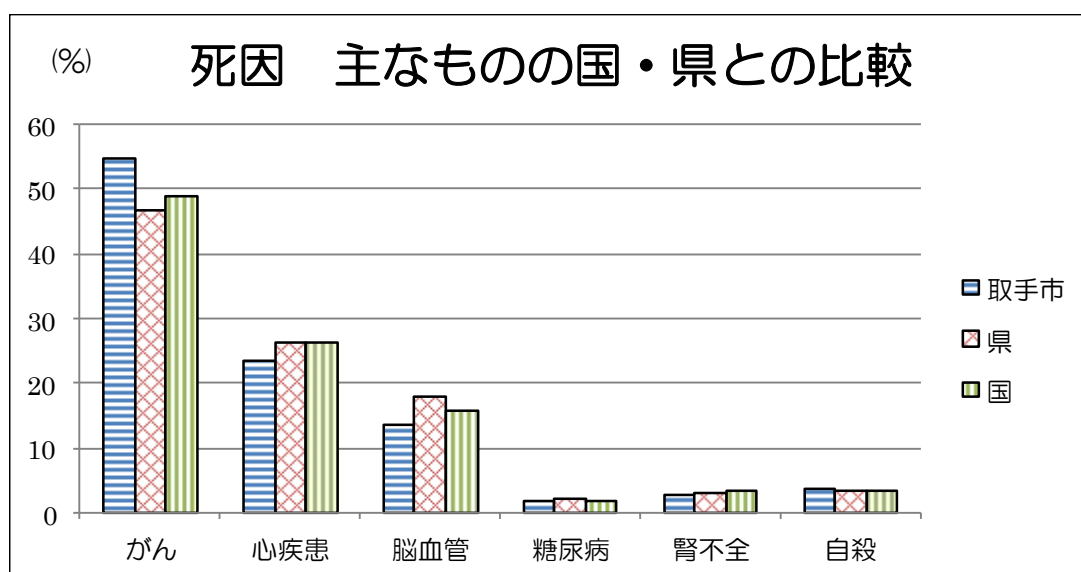
(図一3 統計とりでより)



平成27年度の死因別死亡割合で最も多い死因は「がん」、次いで「心疾患」「肺炎」「脳血管疾患」の順になっています。

国保データベースシステム（KDB）でみる国・県との比較では、「がん」の割合が高くなっています。（図-3）

茨城県立健康プラザによる「茨城県市町村別健康指標（2011～2015）」によれば本市についての分析では、女性の糖尿病の死亡率が高く肥満対策が重要であること、また乳がんの死亡が高く、がん検診の推進が必要であると分析されています。

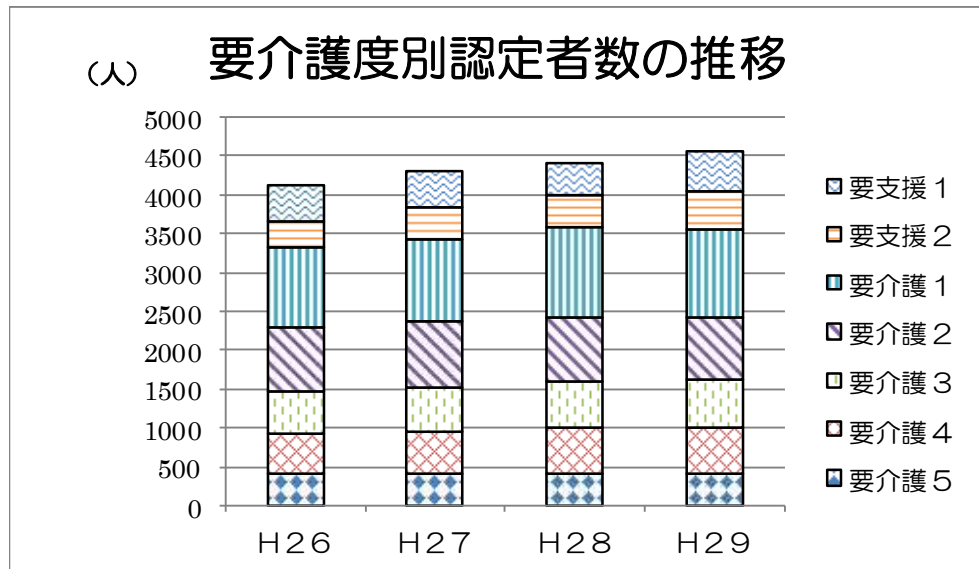


（図-4 H27年度KDBより）

### 3. 要介護認定者数

本市で介護保険が適用される要介護認定者数は、平成28年度は、4,400人となっており、平成24年度以降年々増加しています。（図-5）

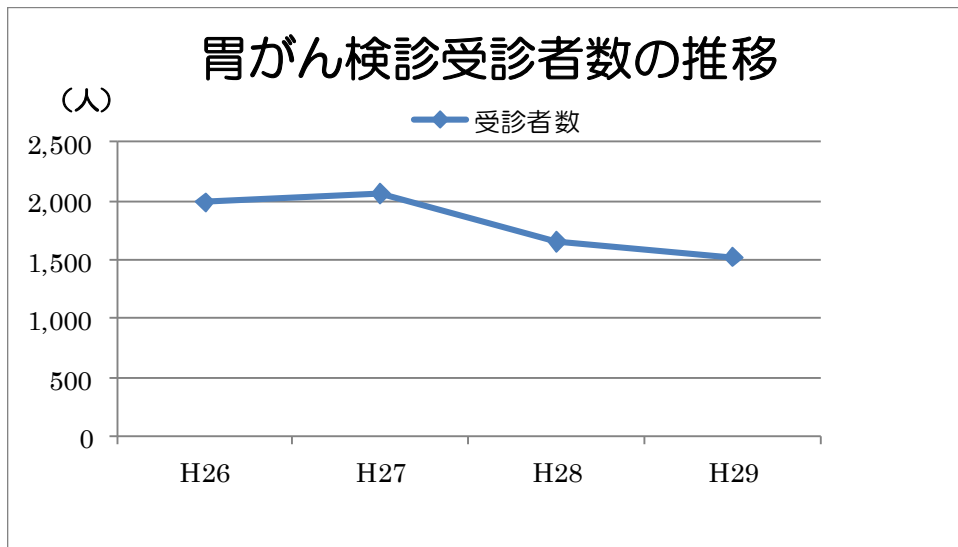
今後も増加することが見込まれ、「第8期高齢者福祉計画・第7期介護保険事業計画」によると、平成37年度には、5,646人に増加することが予測されています。



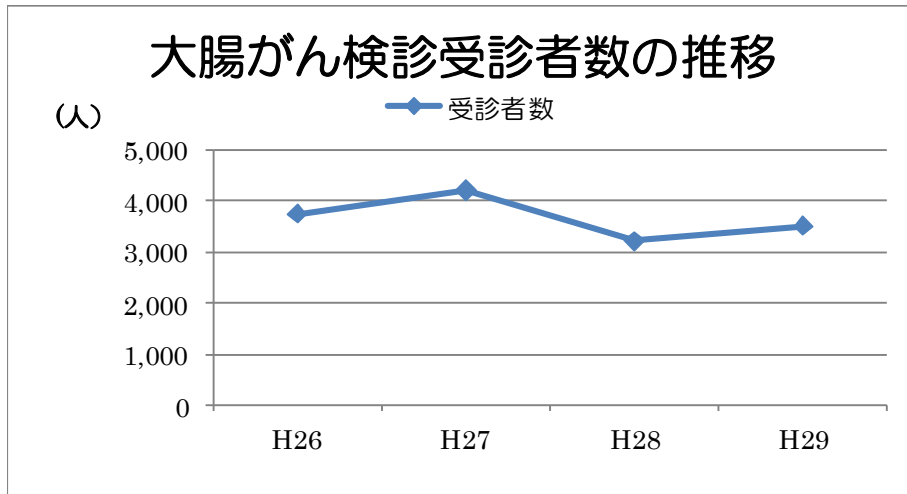
(図-5 統計とりでより)

#### 4. がん検診の受診率

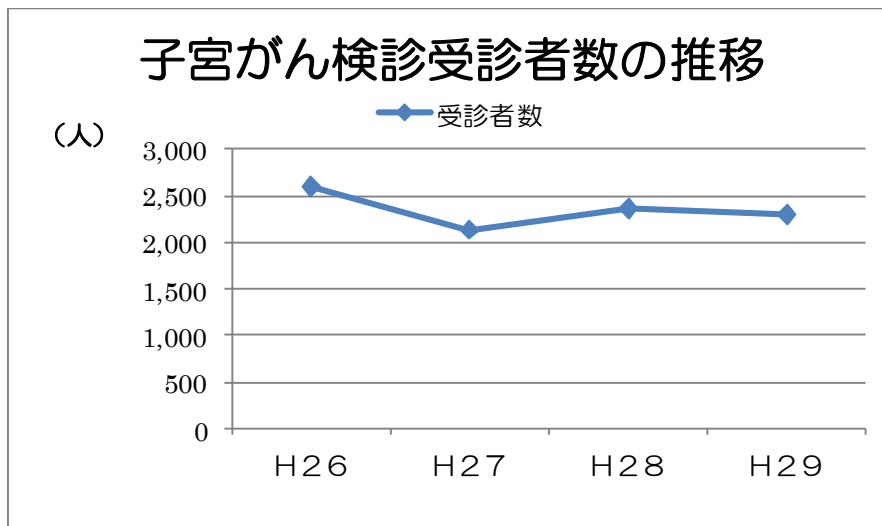
本市のがん検診受診率は平成26年度と比較すると、がん検診総合事業(無料クーポン対象者)の減少とともに、大腸がん、子宮がん、乳がん検診は減少傾向にあります。(図-6 から図-11)



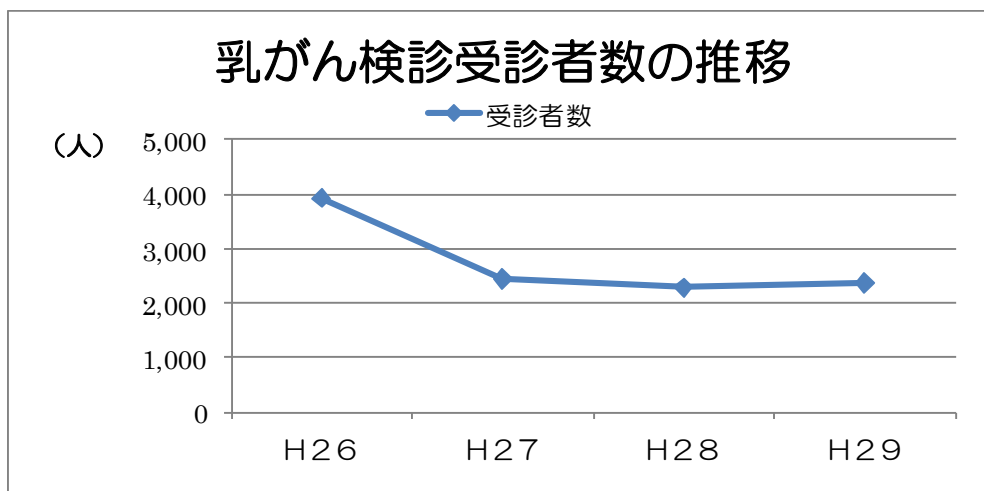
(図-6)



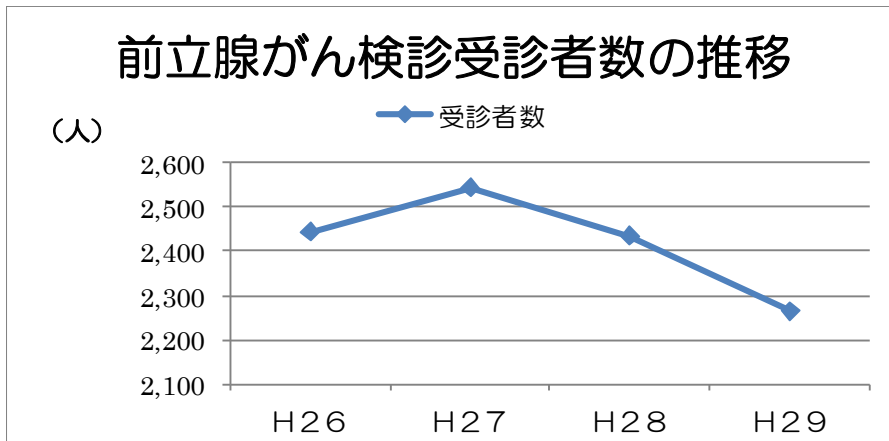
(図-7)



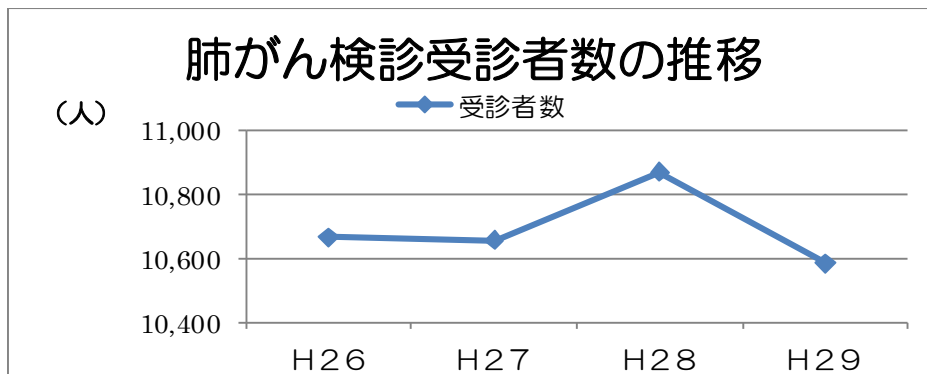
(図-8)



(図-9)

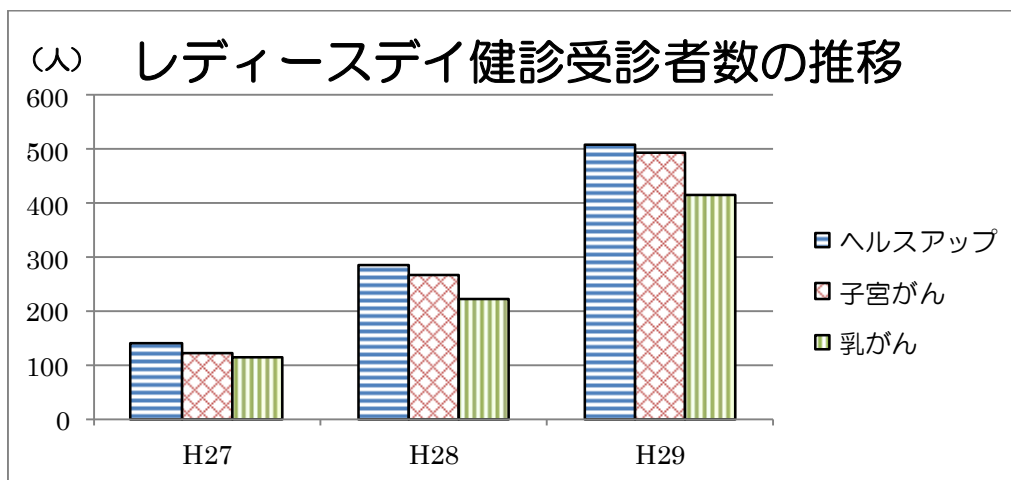


(図-10)



(図-11)

平成 27 年度から若い世代を対象にレディースデイ健診（20 代から 30 代のヘルスアップ健診＋子宮がん検診＋30 代のみ乳がん検診）を開始しました。健診受診の機会の拡充とがん検診受診の重要性に関する講座等で意識の向上に努めています。



(図-12)

## 第2節 健康増進編・歯科と口腔保健編

### 健康増進編

#### 1. 計画の基本理念

本計画では、地域で元気に暮らせる社会を実現するために、スマートウェルネス「**健康＝健康で幸せ**」（身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れること）であること目指します。

本計画は、第六次総合計画の基本方針「**健やかで、安らぎと温もりのあるまちづくり**」に示したまちづくりの考え方、市民が健康について正しい知識を持ち、主体的に健康づくりに取り組むことによって、高齢者を含む全ての人々が健康で生きがいを持って豊かな人生を送れるよう、社会全体で市民の健康づくりを支援していきます。

#### 2. 計画の目指すもの（目標）

##### 1. 健康寿命の延伸

今後も高齢化はますます進んでいきます。年齢を重ねても、元気で生き生きと暮らしていく事は、市民一人ひとりの幸せだけではなく、まちの活力につながります。

身体的に健康である事はもとより、生きがいを持ち心も健康で自立して暮らすことの出来る期間（健康寿命）を延ばします。

##### 2. 生活習慣病の発症予防・重症化予防

生活習慣病を予防するため、生活習慣を改善し病気を予防する一次予防に加え、病気を早期に発見し生活習慣の悪化を防ぐ二次予防の取り組みも、併せて推進します。

##### 3. 健康づくりの推進

市民一人ひとりが健康で幸せな生活を送るため、生活習慣病や寝たきり予防に向けた運動・栄養両面からの施策が求められています。市民との協働で様々な事業の充実を図り、健康づくりを推進していきます。

### 3) 計画の体系

基本理念達成のため、健康増進編では、「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「飲酒」「喫煙」「生活習慣病」の5つの分野で目標と取組みについて掲げます。

#### ①身体活動・運動

- ・「歩く」ことを中心とした健康づくり
- ・生活習慣病予防，介護予防のための運動の推進
- ・歩きたくなるような環境整備

#### ②休養・こころの健康

- ・こころの健康相談実施
- ・育児相談

#### ③飲酒

- ・適正飲酒量の普及・指導

#### ④喫煙

- ・禁煙の推進
- ・受動喫煙の防止
- ・公共施設等での禁煙・分煙の実施

#### ⑤生活習慣病

- ・生活習慣病の予防
- ・生活習慣病の早期発見
- ・生活習慣病重症化予防事業

## ①身体活動・運動

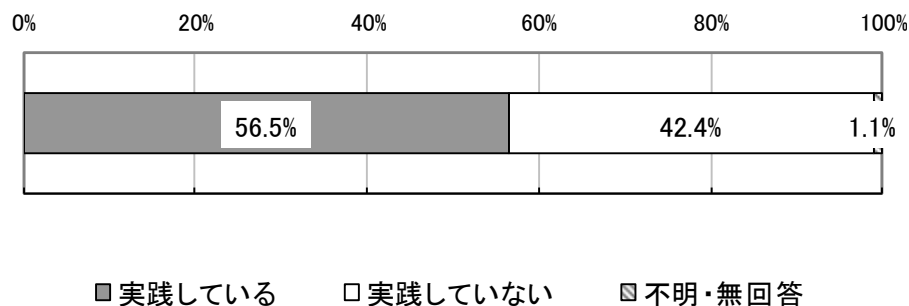
### 【現状と課題】

○1日に30分以上，週2回以上「身体を動かすこと」を実践している人が56.5%となっており，全国平均（31.3%），茨城県平均（31.4%）よりも上回っている状況です。（図－1）

○実践している内容は「ウォーキング」が最も多く65.5%となっており，積極的な運動ではないものの，「家事・庭の手入れ」も比較的多く，42.8%になっています。（図－2）

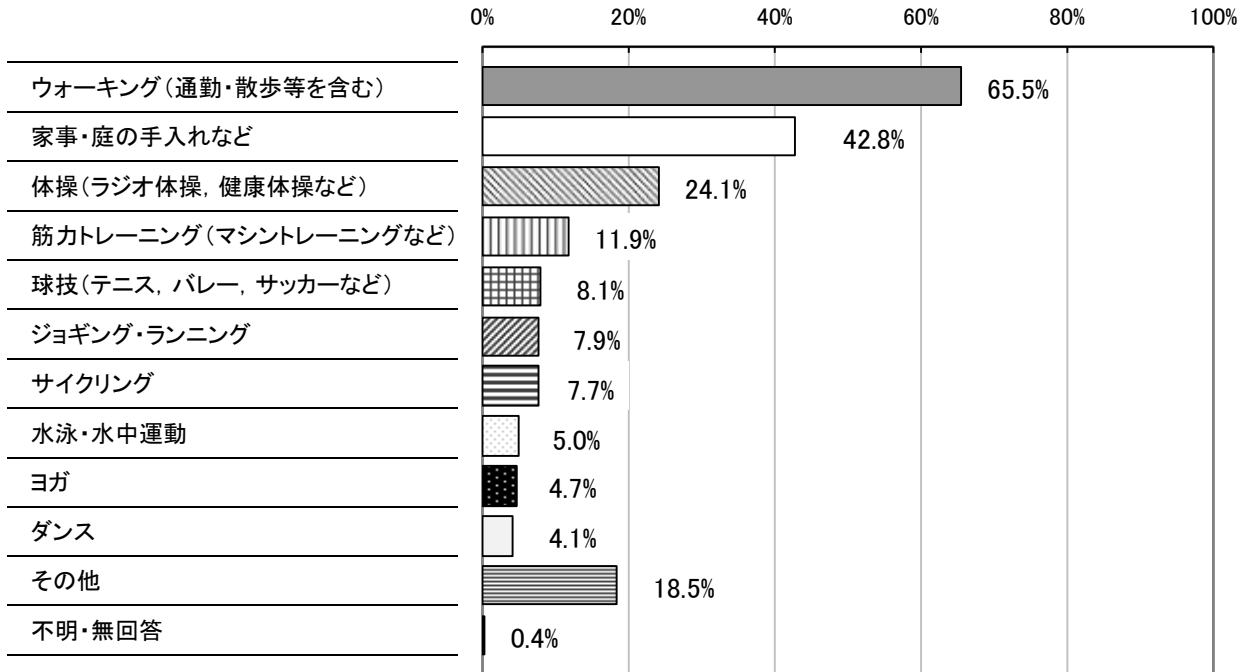
○適度な運動を習慣的に行うことは，生活習慣病の予防やこころの健康の改善に効果があり，日常生活の中で，気軽に体を動かす習慣をつけていくことが健康づくりにおいては重要です。

### 1日に30分以上，週2回以上身体を動かす割合



（図－1 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より）

## 身体を動かしている内容



(図-2 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

### 【施策の方向性】

- 身体活動・運動習慣の重要性を広め、実践者を増やします。
- 習慣的に運動に取り組みやすい環境を整えます。

### 【具体的取組(施策)】

#### 市の取組み

事業	取組み内容	担当
取手ふれあいウォーキング	ウォーキングによる市民の健康増進を図るとともに、人と人とのふれあいの場とする	スポーツ生涯学習課
障害のある人のスポーツ支援	障害者スポーツ大会など、障害のある人でも気軽にスポーツに親しむ機会を支援	障害福祉課



事業	取り組み内容	担当
介護予防事業の推進	介護保険の認定を受けていない高齢者を対象に、介護予防教室を実施。また、体操指導する市民ボランティアを養成し、地域での介護予防を推進	健康づくり推進課
いばらきヘルスロードの周知	いばらきヘルスロードの周知	健康づくり推進課
乳幼児健康診査等の実施	4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳5カ月児健診等において、親子のふれあい・遊びを取り入れた身体活動の推進	保健センター

## 市民の取り組み

- 自分の体力に合った運動や身体活動が無理なく続けられるよう習慣化しましょう。
- 日常生活の中で体を動かすことを意識し、近い所への外出はなるべく歩き、階段を利用しましょう。
- 今よりも1日1、500歩（約15分）多く歩きましょう。

## 【目標指標】

### 【運動習慣の定着】

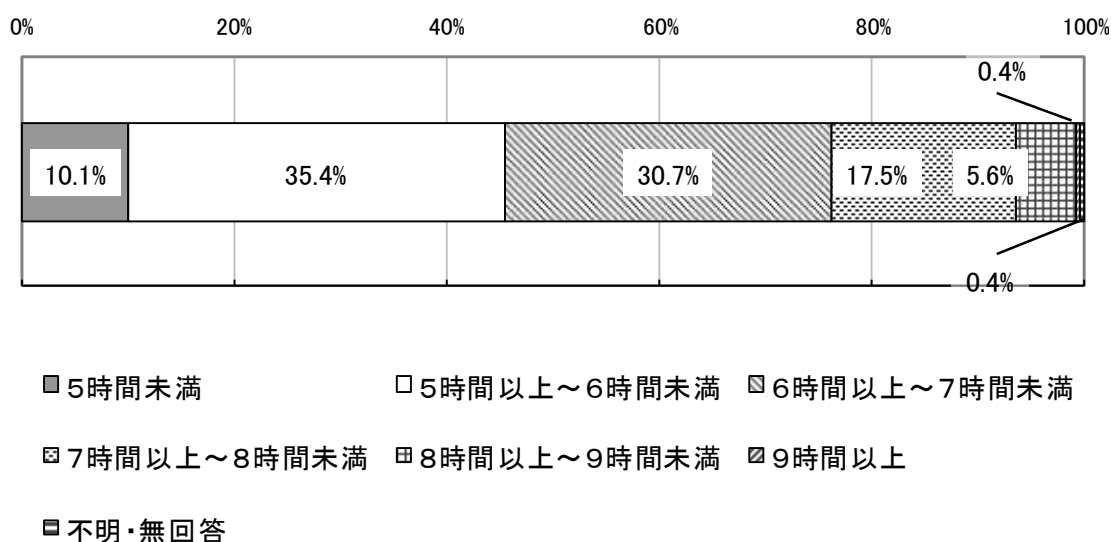
指 標		現状値 (H29)	目標値 (H34)
1回30分以上の運動を週2日以上行う人の割合	20歳～64歳	25.6%	35.0%
	65歳以上	53.0%	56.0%

## ②休養・こころの健康

### 【現状と課題】

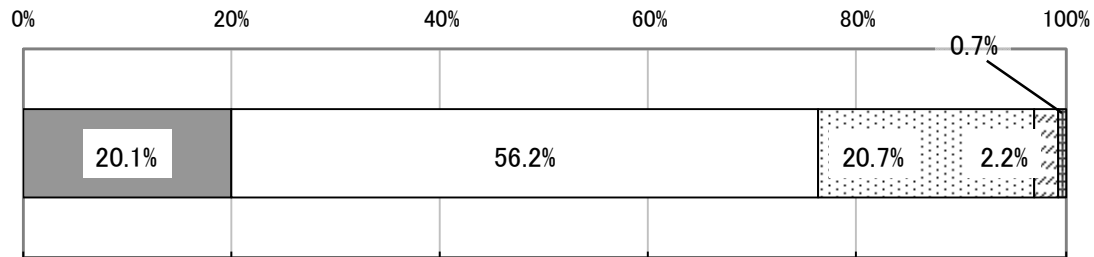
- 1日の睡眠時間は、「5時間以上～6時間未満」が35.4%、「6時間以上～7時間未満」が30.7%と多く、睡眠時間が5時間未満は10.1%です。(図-1)
- 睡眠で休養が十分にとれていますかの質問では、多くの方がとれていると回答しており、「十分とれている」「まあまあとれている」を合わせると76.3%となっています。また、2.2%と少ないものの「まったくとれていない」の対応が課題と考えられます。(図-2)
- 休養は、疲労回復やストレス解消のためには欠かすことのできないものです。個々がストレスや悩みを感じた時に解消できるよう、ストレスの対処方法やこころと身体の健康を維持できる方法を普及啓発します。なかでも、睡眠は、効果的な休養であるため、ストレスの多い社会において引き続き睡眠の重要性などについても普及・啓発が必要です。

1日の睡眠時間の割合



(図-1 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

## 睡眠で休養がとれている割合



- 十分とれている     
  まあまあとれている     
  あまりとれてない  
 まったくとれていない     
  不明・無回答

(図-2 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

### 【施策の方向性】

- 休養の重要性を普及・啓発する。
- 心身の疲労解消のために質のよい睡眠の大切さを普及・啓発する。
- 余暇等の時間が活用できる場所の提供をする。

### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
こころの健康相談の実施	こころの悩みや病気を抱える方やその家族等に対する相談の場の設置と適切な支援の実施	保健センター
子育て相談の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・育児の不安や悩み等を軽減するため、生後4カ月までの乳児がいるすべての家庭に対し保健師、保育士が訪問する</li> <li>・児童を養育している家庭に係る悩みの相談等に、家庭相談員が助言指導</li> </ul>	保健センター 子育て支援課 子育て支援センター

事業	取り組み内容	担当
児童生徒の相談の充実	教育総合支援センターにおける教育相談員（指導員）と指導主事による相談業務の実施 併設の適応指導教室において教科の指導，集団での活動等，個別の適応指導業務の実施	指導課
高齢者の生きがいづくり	高齢者福祉施設等の運営をとおり，高齢者の健康増進や趣味教室活動の場を提供する	高齢福祉課

## 市民の取り組み

- 早寝・早起きの生活リズムを幼少期から整え，十分な休養・質の良い睡眠をとりましょう。
- 自分に合ったストレス解消法を身に着けましょう。
- こころの病は誰にでも起こりうることを理解し，専門機関等に相談しましょう。

## 【目標指標】

### 【十分な睡眠】

指標	現状値 (H29)	目標値 (H35)
睡眠が充分にとれてない人の割合	24.5%	14%以下

### ③飲酒

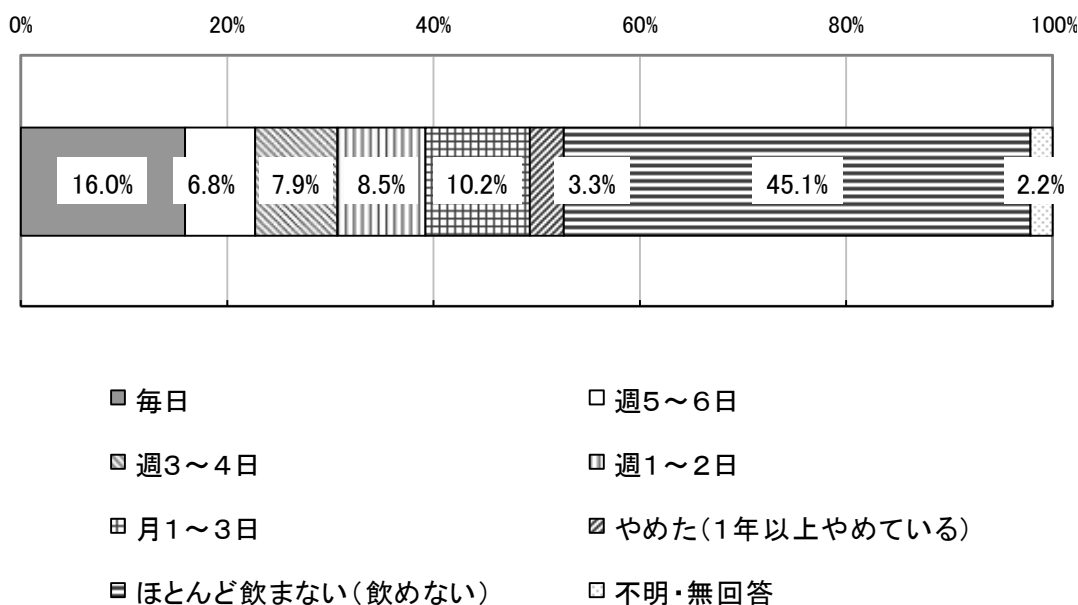
#### 【現状と課題】

○飲酒頻度は、「ほとんど飲まない（飲めない）」が45.1%と最も多く、「月1～3日」や「やめた」を含めると、半数を超える結果となりました。一方、「毎日」摂取しているのは16%です。（図－1）

○飲むと答えた方で、1日あたりの平均飲酒量はどれくらいですかの質問では、「適量」が最も多く40.6%です。「適量よりも多い」は25.4%と「適量より少ない」の29.3%を下回っているものの、国が掲げる目標（H34年，男性13%、女性6.4%）より高く、対策が必要です。（図－2）

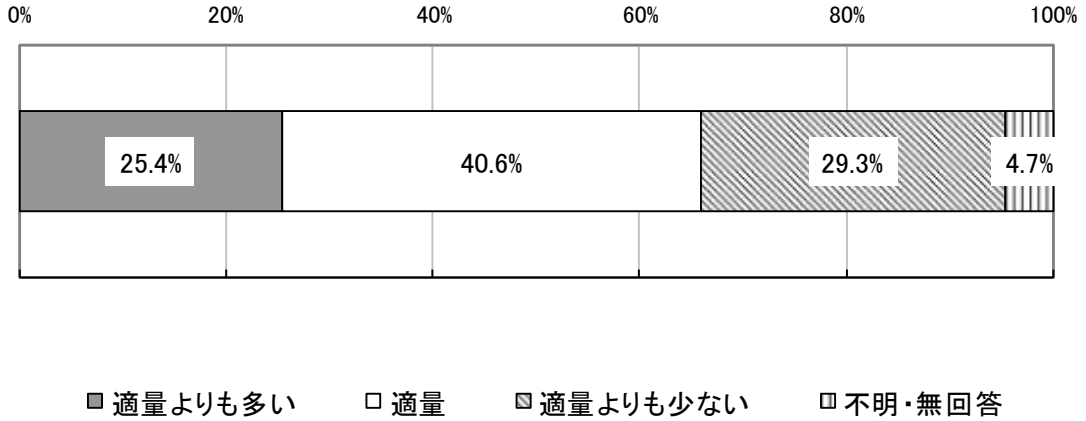
○アルコールは、適量であれば心身をリラックスさせる効果がありますが、過度の継続的飲酒は肝機能障害など健康への悪影響だけでなく、アルコール依存などにつながり、家庭や地域、職場などにおいて深刻な問題を引き起こします。  
また、未成年の飲酒は発育に、妊娠中の飲酒は妊婦自身や胎児への悪影響もあるため、学童・思春期からの正しい知識の啓発が必要です。

飲酒頻度の割合



（図－1 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より）

## 1日あたりの平均飲酒量の割合



(図-2 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

### 【施策の方向性】

- 適正飲酒，休肝日について普及啓発する。
- 未成年者や妊産婦の飲酒をなくしていく。

### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
適切な飲酒の啓発	禁酒・断酒を希望する人に，禁酒・断酒の情報提供や健康相談等の支援	保健センター
未成年者の飲酒防止の推進	未成年者の飲酒が及ぼす健康影響についての正しい知識の教育・啓発	指導課

## 市民の取り組み

- 飲酒が健康に与える影響について家族や保護者が学び，未成年者が飲酒をしないように働きかけましょう。
- 妊娠中や出産後の授乳期の飲酒は，子どもに障害等を引き起こすおそれがあることを理解し，飲酒を控えましょう。
- 節度ある適度な飲酒の知識を身に着け，週2回は休肝日を設けましょう。
- アルコール依存の早期発見と専門の相談機関を積極的に利用しましょう。

### 【目標指標】

#### 【飲酒習慣の防止】

指 標		現状値 (H29)	目標値 (H34)
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者（一日あたりの純アルコール摂取量が男性40g以上，女性20g以上）の割合	男性	21.9%	13.0%
	女性	3.7%	3.5%

※特定健診のアンケートの過去3年間の平均値

## ④喫煙

### 【現状と課題】

○喫煙は「吸っていない」人が67.1%で多く占めているものの、「吸っている」「吸っているがやめようと思っている」が13.7%です。(図-1)

○たばこを吸っていると答えた方で、禁煙したいと思いますかの質問では、「禁煙したい」「本数を減らしたい」を合わせると67.4%が状況の改善を目指しています。

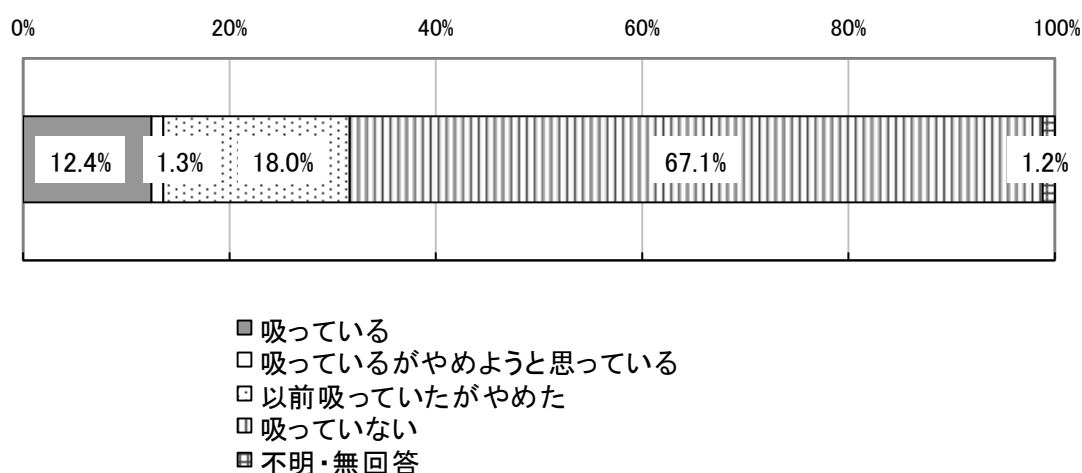
(図-2)

○喫煙は、がんや脳卒中、心筋梗塞だけでなく、COPD（慢性閉塞性肺疾患）など様々な病気の危険因子です。

また、受動喫煙も様々な疾病の原因となるため、喫煙による健康被害を回避することが大切です。

成人の喫煙率の減少、未成年者の喫煙をなくすこと及び妊娠中の喫煙の防止と併せて、受動喫煙防止対策のさらなる推進が必要です。

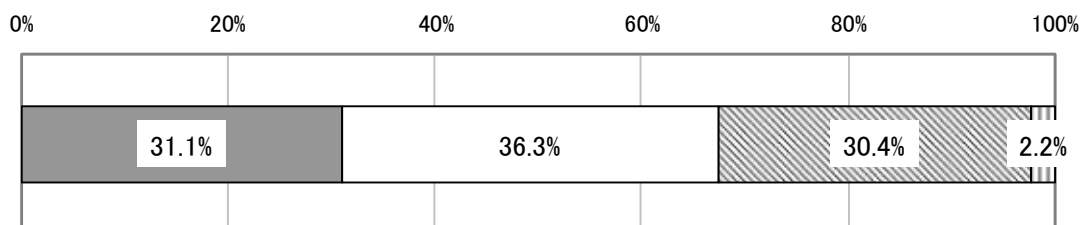
### 現在、たばこを吸っている割合



(図-1 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)



## 禁煙したい割合



■ 禁煙したい □ 本数を減らしたい ▨ 禁煙するつもりはない ▩ 不明・無回答

(図-2 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

### 【施策の方向性】

- 喫煙者を減らす。
- 未成年者や妊産婦の喫煙をなくす。
- 受動喫煙防止の取り組みを推進。

### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
禁煙支援の推進	禁煙を希望する人に、禁煙方法についての具体的な情報提供や健康教育・啓発、健康相談等の支援	保健センター
禁煙認証制度の周知	受動喫煙防止を推進するため、茨城県の禁煙認証制度の周知	保健センター

事業	取り組み内容	担当
未成年者の受動喫煙及び喫煙防止の推進	未成年者と保護者に対して，喫煙が健康に及ぼす影響について正確な情報周知	指導課 スポーツ生涯学習課
COPDの認知度の向上	疾患に関する知識の普及，禁煙で予防できる病気であることの理解を促進	保健センター

## 市民の取り組み

- 喫煙による健康被害について自ら学び，禁煙に積極的に取り組みましょう。
- 喫煙による健康被害について家族や保護者が学び，未成年者が喫煙をしないように働きかけましょう。
- 喫煙者は受動喫煙の害について理解し，喫煙場所を守り周囲の人に配慮するマナーを身につけましょう。

## 【目標指標】

### 【禁煙の支援】

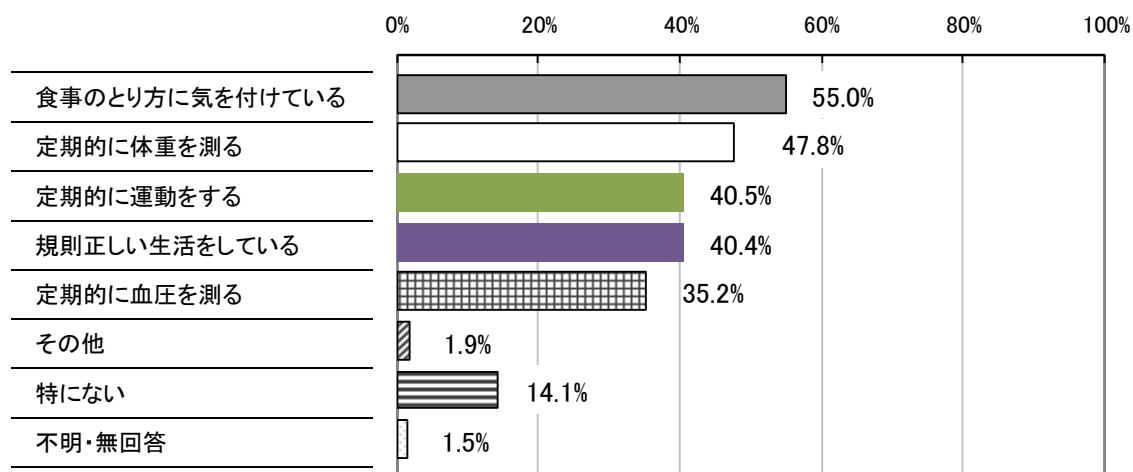
指標		現状値 (H29)	目標値 (H35)
たばこを吸う人の割合	男性	20.1%	20%以下
	女性	4.3%	4%以下

## ⑤生活習慣病

### 【現状と課題】

- 生活習慣病予防のためには食事に気を付けているが最も多く 55%となっています。体重管理や運動，規則正しい生活なども 4 割を超えており，「特にない」はわずかに 14.1%です。多くの市民が健康に気を付けていることが伺えます。（図－1）
- 高血圧や糖尿病などの生活習慣病は，長期に渡って放置すると脳や心臓，腎臓などの全身の血管を痛めてしまいます。本人には自覚症状がなく，症状が出たときには深刻な病気に陥っていることが多くあります。
- 市民一人ひとりが生活習慣病のリスクを正しく理解し，生活習慣を改善できるようになることが大切です。  
これら生活習慣病の発病や重症化を予防するために，食生活や運動，休養，喫煙，飲酒などの生活習慣を改善するとともに，特定健診，特定保健指導及びがん検診の受診率の向上を図ります。  
また，糖尿病の発病予防及び重症化予防に重点的に取り組む必要があります。

### 生活習慣病予防で気を付けていること



（図－1 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より）

## 【施策の方向性】

- 定期的な健康診断の受診勧奨と保健指導の実施
- 疾病発症の危険因子と関連のある生活習慣（栄養・運動・喫煙・飲酒など）の改善

## 【具体的取組（施策）】

### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
健康相談・健康教育の充実	<ul style="list-style-type: none"><li>・健康相談や健診について解りやすく周知し、普及・啓発</li><li>・特定健診の結果に基づく健康教育を実施</li></ul>	保健センター
特定保健指導の充実	特定健診結果により、積極的支援・動機づけ支援に該当した方への保健指導を実施	国保年金課
重症化予防事業	<ul style="list-style-type: none"><li>・生活習慣病重症化予防事業により、生活習慣病の受療の推進と生活習慣改善を図る</li><li>・糖尿病性腎臓病重症化予防事業により、新規人工透析移行者を増加させない</li></ul>	国保年金課 保健センター
市民公開講座の実施	取手市医師会との共催により、糖尿病等の生活習慣病予防に関する講座を一般市民向けに開催	保健センター

## 市民の取り組み

- 自分の健康に関心を持ち、年に1回は健康診査及びがん検診を受診しましょう。
- 健康診査により要医療や要精密という結果が出たら、すみやかに医療機関を受診しましょう。
- 定期的に血圧や体重を測り、正常域血圧、適正体重となるよう生活習慣を見直し、改善に取り組みましょう。
- 健康教室や健康相談を積極的に活用し、生活習慣病について正しく理解しましょう。

## 【目標指標】

### 【生活習慣病の予防】

指 標	現状値 (H28)	目標値 (H35)
特定健康診査の受診率の向上	38.8%	60%以上
メタボリックシンドロームの該当者の割合	該当者 16.2% 予備軍 7.3%	現状の10%減
生活習慣病重症化予防事業初回介入率	100%	100%
糖尿病性腎臓病による新規透析導入者	4人	現状維持

# 歯科と口腔保健編

## 計画の基本理念

歯と口腔の健康を保つことは、食事や会話を楽しみ、生活の質の向上をさせるほか、歯周病などの歯科疾患と糖尿病などの生活習慣病が深く関係することが指摘されるなど、全身の健康状態に大きく影響し、健康寿命の延伸にもつながり生涯にわたり生き生きと生活していくうえで欠かすことができないものとなっています。

歯の喪失原因の約9割がむし歯と歯周病で占められていることから、本計画においては、各ライフステージに応じたむし歯予防及び歯周病予防と口腔の健康を目指します。

## 計画の目指すもの（目標）

生涯にわたり歯や口腔の健康を保ち、健やかで、心豊かに暮らせる

## 計画の体系

### 第1節 歯科疾患の予防

#### 1) 乳幼児期

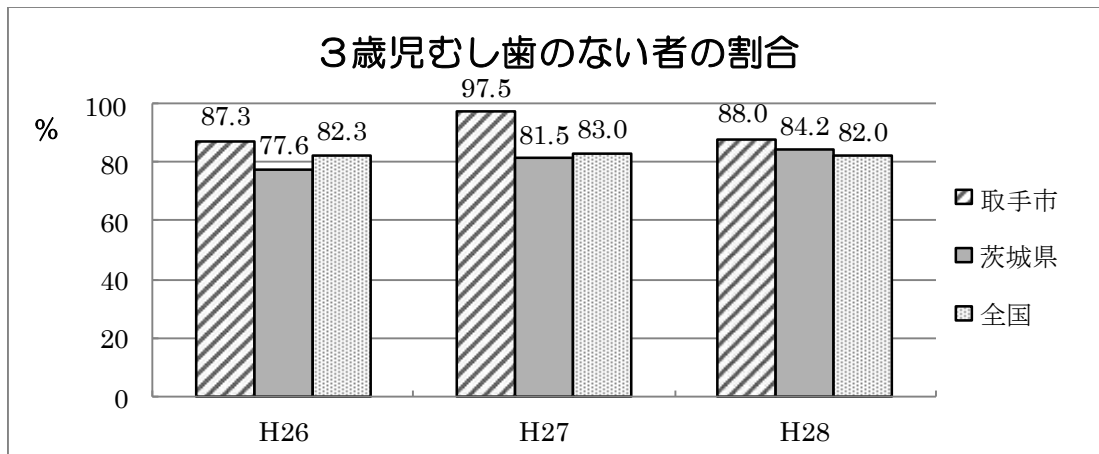
##### 【現状と課題】

○平成28年度3歳5カ月児のむし歯のない割合は88.0%、県が84.2%、国が82.0%とむし歯のない割合は高い状況です。（図－1）

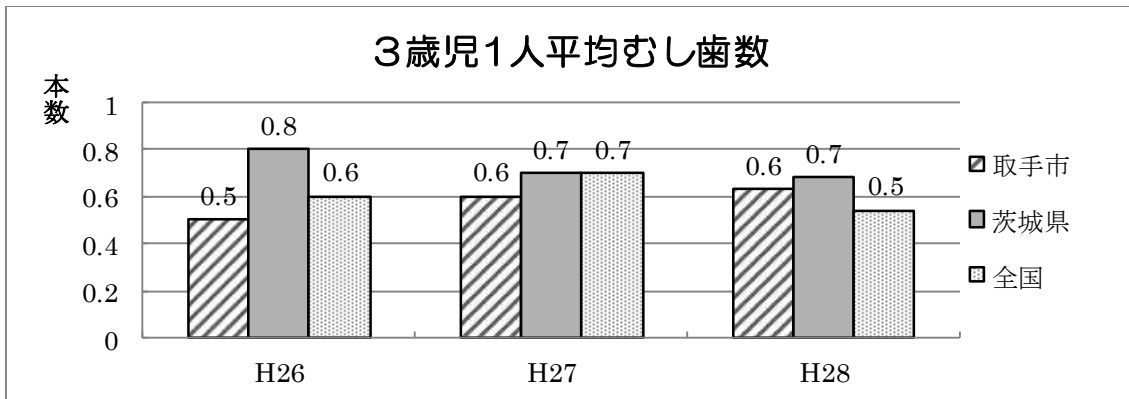
○3歳5カ月児の1人平均のむし歯数も茨城県や全国と比較すると少ない状況です。（図－2）

○フッ化物塗布の健康診査での実施率は、平成29年度では1歳6カ月児では88.8%、3歳5カ月児では85.4%の状況です。

○乳児のむし歯予防のためには、甘味飲料の摂取や幼児期のおやつのだらだら食べや、保護者による仕上げ磨きなど、口腔環境を悪化させる生活にならないよう、乳児期から保護者に対して食習慣とむし歯など、口腔に関する意識を高める必要があります。



（図－1 平成茨城県歯と口腔の健康づくりより）



(図-2 茨城県歯と口腔の健康づくりより)

### 【施策の方向性】

むし歯予防対策の推進

### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
歯科健康診査	1歳6カ月児、3歳5カ月児健康診査、健康まつりや保育所、認定こども園、幼稚園において歯科健康診査を実施し、歯と口腔の状況の確認をするとともに、必要に応じて受診勧奨する	保健センター 子育て支援課 学務給食課
フッ化物を活用したむし歯予防対策の推進	1歳6カ月児、3歳5カ月児健康診査時・健康まつりの際に希望者に実施する	保健センター
歯科衛生士による歯科保健指導	1歳6カ月児・3歳5カ月児健康診査・1歳歯っぴい教室・育児相談・出張育児相談において実施する	保健センター 子育て支援課
看護師・保健師による乳歯のむし歯予防に関する知識の普及・啓発	妊婦教室・離乳食教室・4カ月児健康診査・各保育所（年中児と保護者）・子育て支援センターにおいて実施する	保健センター 子育て支援課

#### 市民の取り組み

- 保護者は幼児期のおやつは食事の一部であることを理解し、おやつに適した食品を選びおやつ時間と量を決めて子どもに食べさせましょう。
- 食べたら歯をみがく習慣をつけ、保護者は仕上げ磨きをしましょう。
- かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科検診を受けましょう。

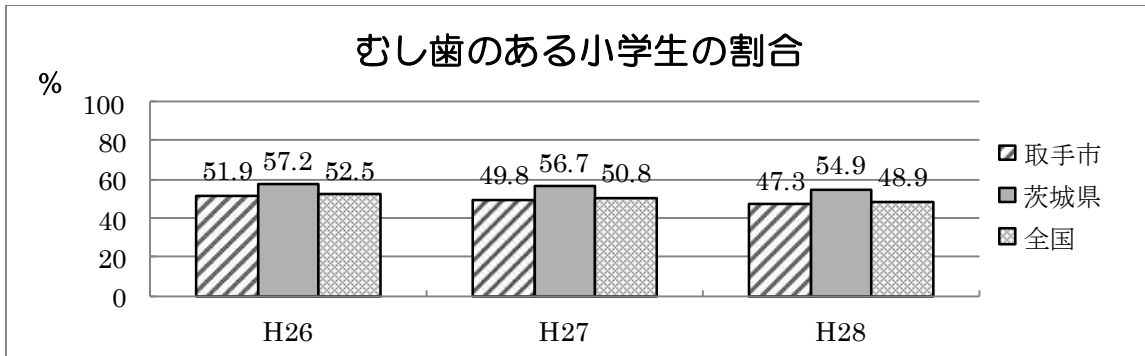
## 【目標指標】

指 標	現状値 (H28)	目標値 (H35)
むし歯のない3歳5カ月児の割合	88.0%	90%
3歳5カ月のフッ化物塗布の割合	—	90%

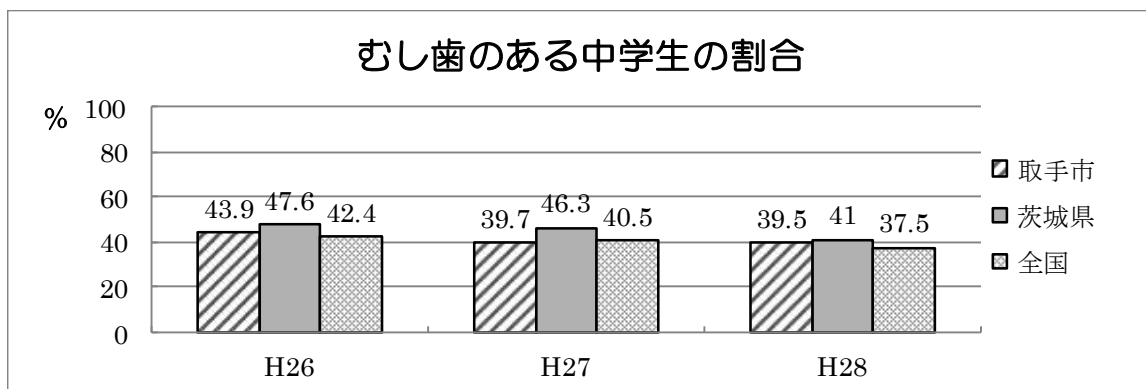
## 2) 学齢期・思春期

### 【現状と課題】

- 乳歯から永久歯に生え変わる時期であり、顎の健全な育成に重要な時期です。
- 小学生のむし歯のある割合が47.3%で茨城県、全国と比較しても低い状況ですが虫歯のある人の内、処置完了者が57.9%未処置者が42.1%です。(図-3)
- 中学生のむし歯のある割合が39.5%で全国と比較すると高い状況で、虫歯のある人の内、処置完了者が60.1%未処置者が39.9%です。(図-4)
- 思春期は保護者から自立し自らの生活習慣が確立していく時期のため、自己管理が行えるよう支援していく必要があります。
- 思春期はホルモンの影響で歯肉炎が発生しやすい時期です。歯肉炎予防は青年期以降の歯周病対策にもつながるため、予防するための知識や意識を高める必要があります。
- 未処置者の割合が高く、早期に歯科受診をし治療により喪失を防ぐ必要があります。



(図-3 茨城県の児童・生徒の体格と疾病 (学校保健統計調査報告書) より)



(図-4 茨城県の児童・生徒の体格と疾病 (学校保健統計調査報告書) より)



## 【施策の方向性】

- むし歯や歯肉炎予防対策の推進
- むし歯や歯肉炎予防のための正しい知識の普及

## 【具体的取組（施策）】

### 取手市の取組み

事業	取組み内容	担当
小中学校における 歯科保健の実施	歯科健診を行い歯科疾患の予防と早期発見早期治療につなげます。 歯と口腔の健康に関する興味関心を高める	学務給食課
茨城県よい歯の学 校表彰	学校歯科保健活動の推進を図るため、歯と口の健康づくりを積極的に展開している学校の調査する	学務給食課
茨城県歯と口の健 康習慣	歯と口の健康に関する正しい知識を普及啓発し歯科疾患の予防と早期発見早期治療につなげる	学務給食課

### 市民の取組み

- 規則正しい食生活を心がけ、食事はよくかんで食べましょう。
- 小学生は、食後に自らみがく習慣の定着を目指しましょう。また、定期的に保護者による点検や仕上げみがきを行いましょう。
- 中学生は歯肉の健康にも関心を持ち、ていねいな歯みがきを行いましょう。
- 学校から受診の勧奨を受けた時には、早めに歯科を受診しましよう。

## 【目標指標】

指 標	現状値 (H28)	目標値 (H35)
中学1年生のその他の歯疾患の割合	8.0%	5%
むし歯のない中学1年生の割合	61.6%	70%

### 3) 成人期

#### 【現状と課題】

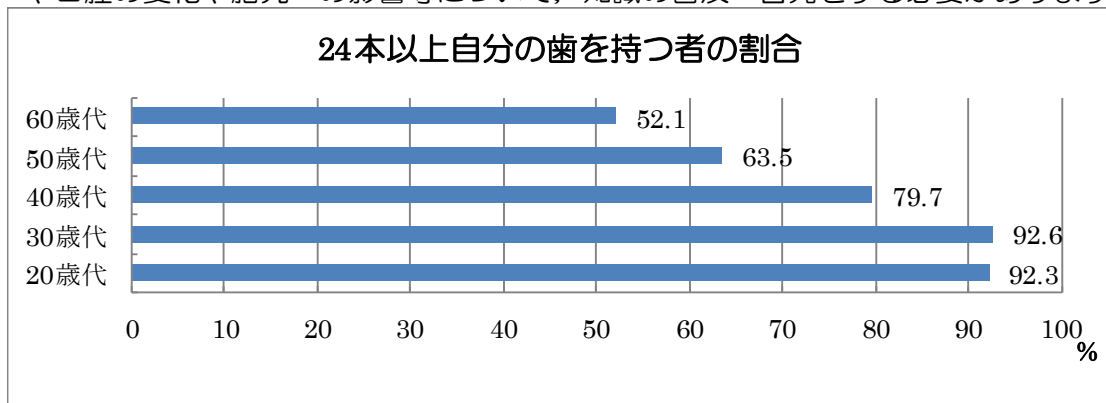
○24本以上の歯を持つ市民の割合は、40歳代から年代ごとに減少していきます。歯を失う多くの原因は、歯周病やむし歯であるため歯周病等の予防をする必要があります。(図-5)

○糖尿病などの生活習慣病と歯周病との関係性が明らかになっていることから、よくかんで食べることの効果や、歯周病を予防することで、糖尿病などの生活習慣病の予防や治療効果が高まることなどについて情報提供に努める必要があります。

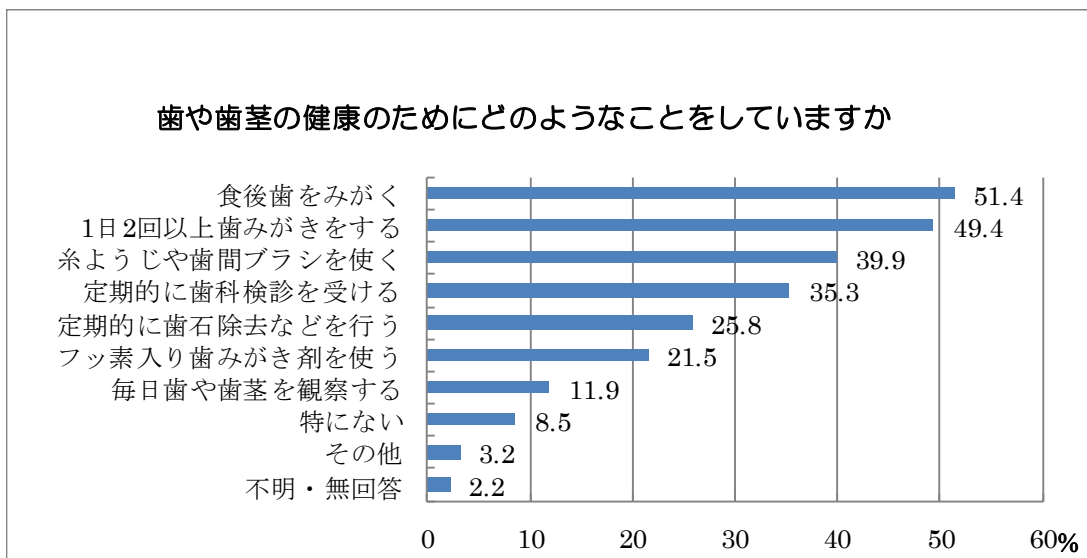
○20歳以上で食後は歯を磨く人の割合は約半数の51.4%と状況です。その中で1日2回以上歯磨きをする人の割合も49.4%と低い状況です。(図-6)

○喫煙が歯周病を悪化させ、口腔がんのリスクになります。そのため喫煙は歯周病のリスクを高めることなどについて情報提供をする必要があります。

○妊娠中のホルモンの影響によってむし歯や歯周病等が進行しやすくなり、妊娠中の歯や口腔の変化や胎児への影響等について、知識の普及・啓発をする必要があります。



(図-5 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)



(図-6 平成29年度取手市健康なまちづくり推進調査業務報告書より)

## 【施策の方向性】

むし歯や歯周病予防対策の推進

## 【具体的取組（施策）

### 市の取組み

事業	取組み内容	担当
歯周疾患検診及び事後指導の推進	40歳、50歳、60歳、70歳を対象に指定の医療機関において歯周疾患検診および保健指導を実施し、歯周病の予防や早期発見に努めるとともに、定期的に歯科検診を受ける動機づけを図る	保健センター
歯周病予防教室等の開催	出前講座等で、歯周病等の予防について情報提供を行う	スポーツ生涯学習課
歯周病等の予防に関する知識の普及・啓発	歯周病等の予防や早期発見、早期治療のため、定期的な歯科健診を受けることの重要性について、普及に努めます。 歯周病と全身疾患との関連や、喫煙が歯周病や口腔がんのリスクを高めることに等について、情報提供を行う	保健センター
妊婦に対するむし歯や歯周病予防に関する知識の普及	歯周病等の予防や早期発見、早期治療のため、定期的な歯科健診を受けることの重要性について、普及に努める	保健センター

### 市民の取組み

- 規則正しい食生活を心がけ、よくかんで食べることを心がけましょう。
- 歯ブラシに加え、デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシなども使用して、効果的な歯みがきを行いましょう。
- 定期的に歯科検診を受け、歯周病の予防や早期発見、早期治療に努めましょう。

## 【目標指標】

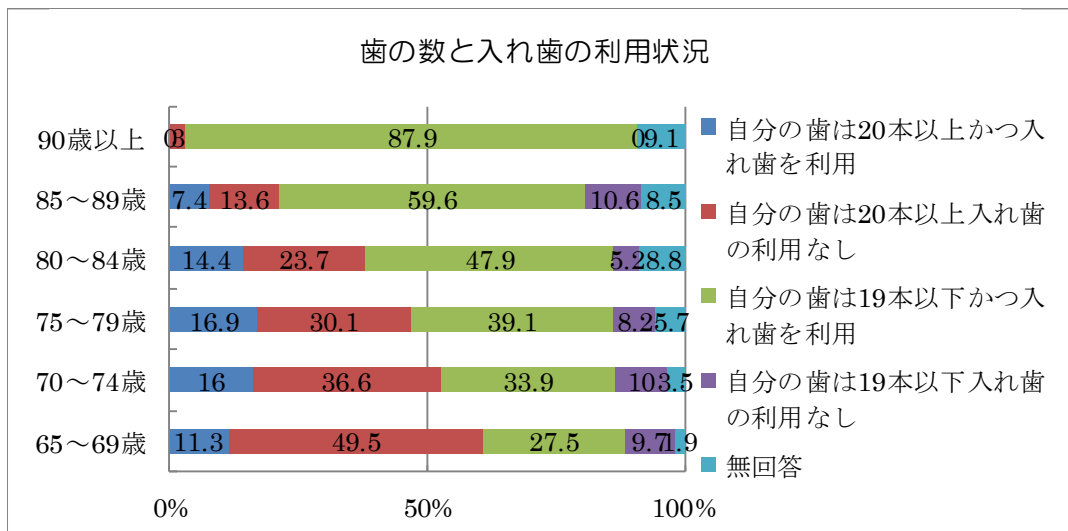
指標	現状値 (H29)	目標値 (H35)
60歳代で自分の歯が24本以上ある人の割合	52.1%	60%

## 4) 高齢期

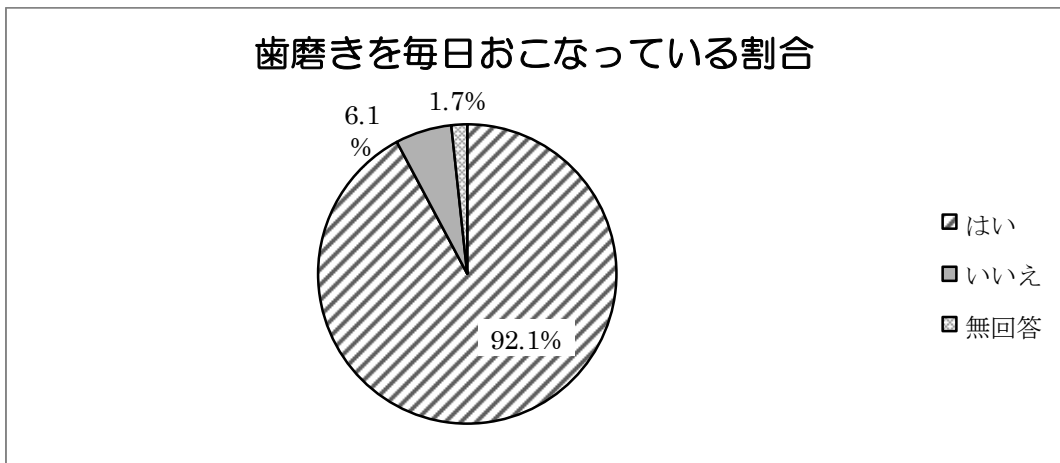
### 【現状と課題】

○高齢期は歯の喪失が進行する時期です。<sup>ろくよんにいよん はちまるにいまる</sup>6424・8020運動では64歳で24本、80歳で20本自分の歯を保つことを目標としますが、本市では70歳以上で自分の歯が20本以上の人の割合は55%です。歯を失う原因の歯周病やむし歯の予防が重要です。(図-7)

○歯磨きを毎日行っている割合が92.1%で正しい口腔ケアの実践方法の普及が必要です。(図-8)



(図-8 平成29年度取手市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査より)



(図-7 平成29年度取手市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査より)

## 【施策の方向性】

むし歯や歯周病予防対策の推進

## 【具体的取組（施策）】

### 市の取組み

事業	取組み内容	担当
歯周疾患検診及び事後指導の推進	40歳、50歳、60歳、70歳を対象に指定の医療機関において歯周疾患検診実施し、歯周病の予防や早期発見に努めるとともに、定期的に歯科検診を受ける動機づけを図る	保健センター
介護予防教室等の開催	要介護状態になることの予防を目的として、口腔ケアの重要性や歯の喪失予防に関する情報提供を行う	高齢福祉課 健康づくり推進課
かめる歯の維持に関する知識の普及・啓発	歯を失う主な原因である歯周病やむし歯予防の重要性についての普及や、歯周病の具体的な予防法について、情報提供を行う	保健センター 高齢福祉課 健康づくり推進課

### 市民の取組み

- かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科健診を受けましょう。
- 家庭でできる簡単な口腔ケアの方法を学び、実践しましょう。
- 歯や口腔の健康が維持できるよう、ていねいに歯をみがきましょう。
- ゆっくりよくかんで食べるように心がけましょう。

## 【目標指標】

指標	現状値 (H29)	目標値 (H35)
70歳以上で自分の歯が20本以上ある人の割合	55%	60%

## 第2節 口腔機能の維持・向上の促進

### 1) 乳幼児期・学齢期・思春期

#### 【現状と課題】

- 3歳5カ月児健康診査で不正咬合がある3歳5カ月児の割合が8.9%です。
- 小学生でむし歯以外の歯の疾患ある小学生の割合が11.1%・口腔の疾病・異常がある小学生の割合が5.4%です。
- 中学生でむし歯以外の歯の疾患ある中学生の割合が7.4%・口腔の疾病・異常がある中学生の割合が11.3%です。
- 定期的に歯科健診を受け、歯や口腔疾患の予防、早期治療により歯の喪失を防ぐ必要があります。
- よくかんで味わって食べることの重要性や、よくかむことが唾液の分泌を促し、生活習慣病の予防や顎の発育を促す効果があることを普及する必要があります。

#### 【施策の方向性】

口腔機能の成長・発達の促進

#### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取組み

事業	取組み内容	担当
離乳食教室等における歯科保健の推進	離乳食の進め方や育児相談等で望ましい食習慣についての情報に併せて、かむ機能など口腔機能の発達に関する情報提供する	保健センター
保育所及び幼稚園等での食育と連携した歯科保健の推進	食育や昼食時の指導等を通じて、よくかんで食べる習慣の定着を推進する	子育て支援課 学務給食課
口腔機能の成長、発達に関する知識の普及・啓発	発育段階に応じた口腔機能の成長・発達に関する情報提供を行います。またよく噛んで食べる習慣の定着を促進する	保健センター

#### 市民の取組み

- 規則正しい食生活を心がけ、食事をよくかんで食べましょう
- 小学生は、食後に自ら磨く習慣の定着を目指しましょう。  
また、定期的に保護者が点検し、仕上げみがきを行いましょう。
- 中学生は歯肉の健康にも関心を持ち、ていねいな歯みがきを行いましょう。
- 学校から受診の勧奨を受けた時には、早めに歯科を受診しましよう。

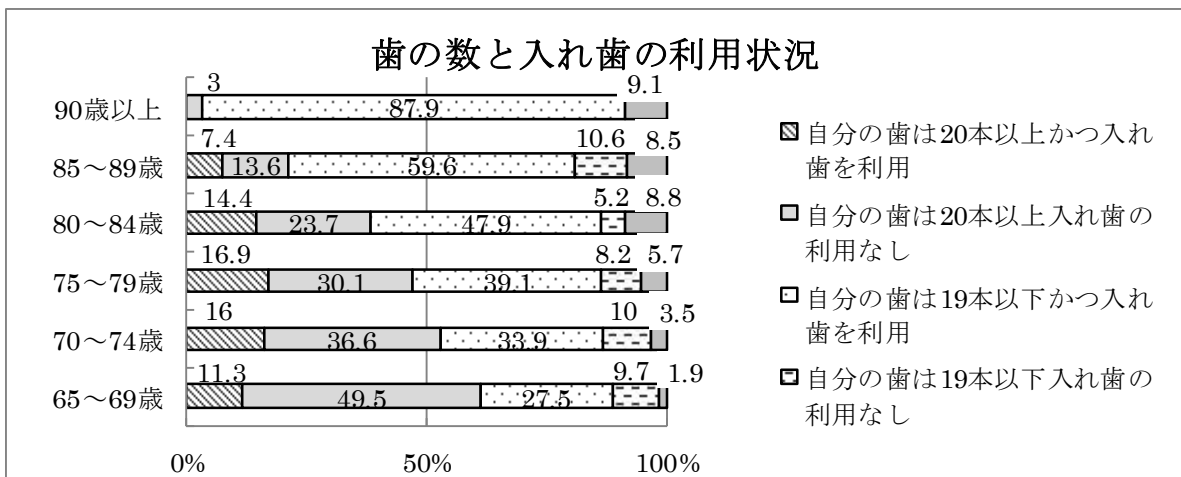
## 【目標指標】

指 標	現状値 (H29)	目標値 (H35)
むし歯以外の歯の疾患がある小学4年生の割合	15.6%	15%
口腔の疾病・異常がある小学4年生の割合	10.1%	10%
むし歯以外の歯の疾患がある中学1年生の割合	8.0%	5.0%
口腔の疾病・異常がある中学1年生の割合	7.6%	7.0%

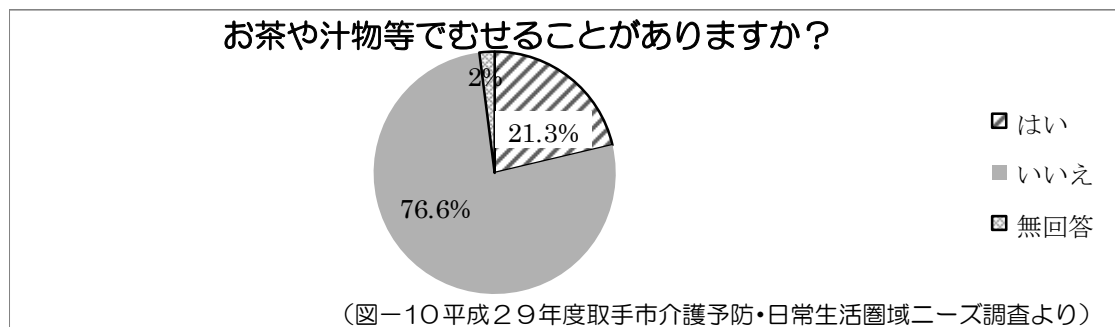
## 2) 成人期・高齢期

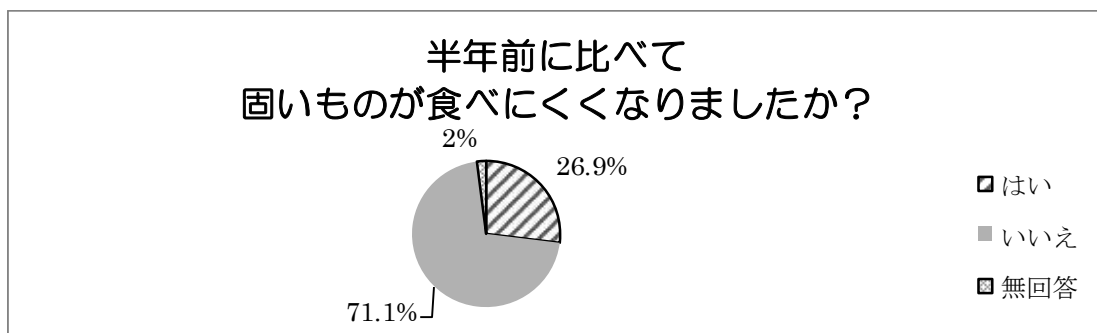
### 【現状と課題】

- 入れ歯を利用している人は51.8%約半数と少ない状況です。(図-9)
- 歯を失った場合にそのまま放置しておく、そしゃく力の低下などの原因となるので、よくかめるように歯を失った部分は義歯等で補う必要があります。
- (図-10 図-11)のように、年齢とともに嚥下機能や噛む力も落ちてくるので毎日の生活に欠かせない口の働きの口腔機能を維持・向上させる必要があります。
- よくかんで食べる習慣が、認知症の予防につながること、口腔の健康づくりに役立つことを広めていくことが必要です。



(図-9 平成29年度取手市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査より)





(図-11 平成29年度取手市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査より)

### 【施策の方向性】

口腔機能を維持・向上させる取り組み

### 【具体的取組（施策）】

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
歯周疾患検診及び事後指導の推進	40歳、50歳、60歳、70歳を対象に指定の医療機関において歯周疾患検診実施し、歯周病の予防や早期発見に努めるとともに、定期的に歯科検診を受ける動機づけを図る	保健センター
介護予防教室等の開催	要介護状態になることの予防を目的として、口腔ケアの重要性や歯の喪失予防に関する情報提供を行う	高齢福祉課 健康づくり推進課

#### 市民の取り組み

- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受診しましょう
- 節目年齢で歯周病検診を受けましょう
- ゆっくりよく噛んで食べるように心がけましょう。
- ていねいに歯みがきをしましょう。

### 【目標指標】

指標	現状値 (H29)	目標値 (H35)
60歳代で自分の歯が24本以上ある人の割合	52.1%	60.0%
70歳以上で自分の歯が20本以上ある人の割合	55.0%	60.0%



## 第3節 食育推進計画編

### 1. 計画の基本理念

○食育とは、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、健全な食生活を実施することができる人間を育てることです。あらゆる世代のライフステージに応じた切れ目のない食育を推進するとともに、市民一人ひとりが、それぞれの生活に実際に取り入れることをめざします。

### 2. 計画の目指すもの（目標）

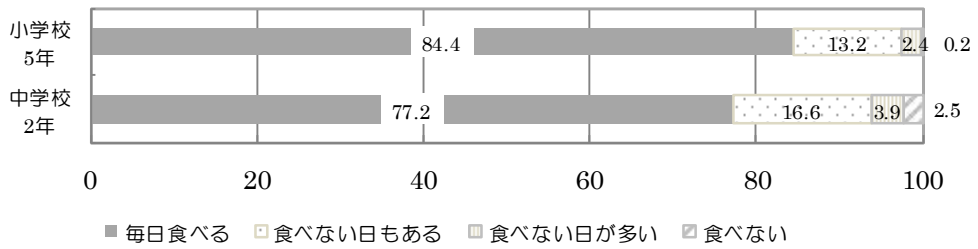
- 家庭や学校等における豊かな人間性を育むための食育を推進します
- バランスの取れた食事により、いつまでも元気な生活を送りましょう
- 土や自然とのふれあいを通じて、食への感謝の気持ちを育みましょう

### 3. 計画の体系

#### 【現状と課題】

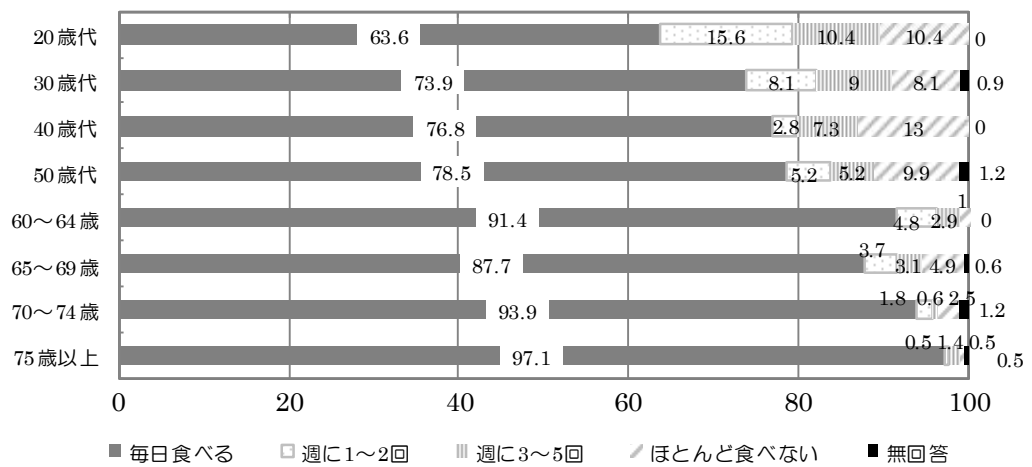
- 朝食の摂取は、20歳代において「毎日食べる」と回答したものは63.6%と最も低い状況です。（図-1）
- 食事バランスにおいては、1日2回以上バランスの取れた食事（主食・主菜・副菜の3つをそろえた食事）の摂取については、「ほとんど毎日」と回答したものは20歳代で31.2%と最も低い状況です。年齢があがるにつれて「ほとんど毎日」の回答割合が大きくなっています。（図-2）
- 健康なまちづくり推進調査によると、食生活の意識については、女性や年齢が高い人ほど食生活に対する意識が高い傾向があり、若い世代は食への関心が低い状況です。
- 茨城県立健康プラザが分析した「茨城県市町村別健康指標（2011～2015）」によると、本市は糖尿病の死亡率が高く、全国と比較し優位に高い状況です。
- 幼少期の正しい食生活の構築と同時に、子育て世代に対する正しい食の情報の提供や選択する能力を構築していく必要があります。
- 本市は超高齢社会に突入しており、高齢者であっても自分で健康を守り、生き生きとした生活を送るためには、糖尿病をはじめとした、生活習慣病が起因となる脳梗塞、心筋梗塞などの疾患の重症化予防し、一人ひとりが取り組める食育が必要です。

### 朝食の摂取率（10代）



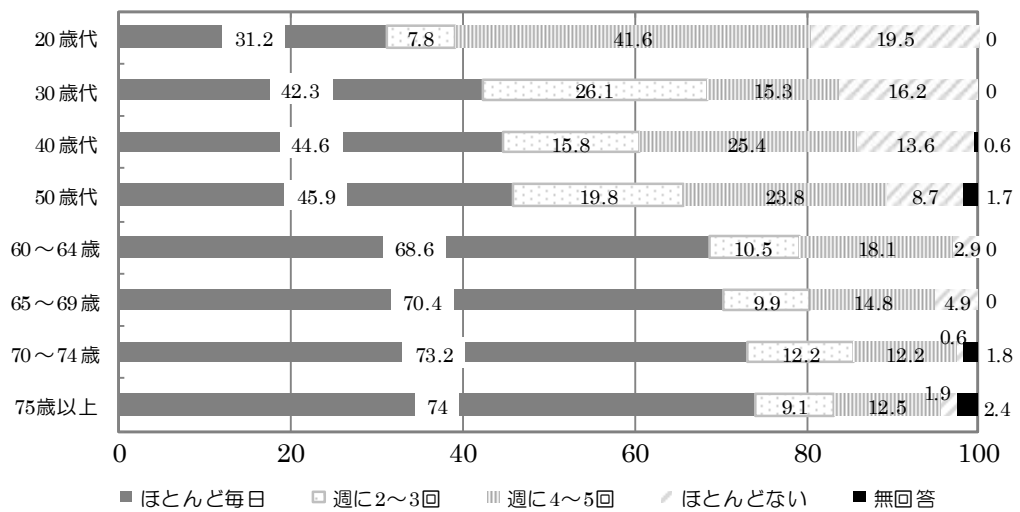
(図-1 平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より)

### 朝食の摂取率



(図-2 平成29年度市民アンケートより)

### 食事バランス



(図-3 平成29年度市民アンケートより)

## 【施策の方向性】

### ①若い世代を中心とした食育の推進

本市では、若い世代における食への意識の低さが顕著であり、朝食の欠食や食に対する意識の低さなど多くの課題が残っている状況です。幼少期から豊かな食生活を送ることができるような食生活を推進し、これからの世代を担う子どもたちを育てていく支援が必要とされています。そのため、プレママ教室や離乳食教室、幼少期における食の経験ができるような事業などを推進していきます。

### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
子どもの食の自己管理能力の育成	食育かるたの普及啓発、夏休みの親子料理教室の開催、歯磨き教室、歯科保健指導、食卓を囲む大切さの周知	健康づくり推進課 子育て支援課 保健センター 学務給食課 指導課
妊産婦や乳幼児に関する栄養指導	離乳食教室や育児相談や健診時の栄養に関する講話、プレママ教室	子育て支援課 保健センター
食を通じた保護者への支援	給食だよりの発行、親子の米作り体験、食育講座、家庭への働きかけ	子育て支援課 保健センター 学務給食課 指導課 スポーツ生涯学習課

### 市民の取り組み

- 早寝、早起き、朝ごはんの習慣を心がけましょう。
- 朝、昼、夜の3食を必ず食べ、規則正しい食習慣を身につけましょう。
- ゆっくりよく噛んで食べる習慣を身につけましょう。
- 家族と一緒に食卓を囲み、楽しい食事の時間を過ごしましょう。

## ②多様な暮らしに対応した食育の推進

近年、夫婦の共働きやひとり親の家庭、高齢者の独居など生活状況は多様化してきています。様々な状況においても、一人ひとりが取り組みやすい事業を推進していくことが大切です。そのために、家庭だけでなく、学校、関係団体などとの連携を密にし、多様な暮らしの中でも豊かで生き生きとした食生活となるような取り組みを推進します。

### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
乳幼児の発達段階やアレルギーに応じた栄養指導の充実	食物アレルギーの講話、離乳食の講話、食育の講座、健診時の個別栄養相談	子育て支援課 保健センター
学校における食に関する指導内容および学校給食の充実	やせや肥満傾向の児童・生徒に対する個別の相談および指導、教諭に向けた学校訪問指導での食育指導助言や食に関する情報提供、栄養教諭の配置促進や食育指導	指導課 学務給食課
多様な生活状況に応じた支援サービス	生活支援型配食サービス、家庭教育学級や料理教室の実施、インターネットショップとりで本舗	高齢福祉課 スポーツ生涯学習課 産業振興課 公民館

### 市民の取り組み

- 正しい食の情報を選択できるようにしましょう。
- 外食時には食事バランスガイド表示があるお店などを活用し、栄養表示を見るようにしましょう。
- 手作りおかずや加工食品などを上手に組み合わせましょう。

### ③健康寿命の延伸につながる食育の推進

急速な少子高齢化や医療の発達により平均寿命の延伸が予想されている近年において、医療費削減や生活習慣病予防などが課題となります。健康寿命の延伸のためには、生活習慣病の予防のみならず重症化予防などを含めた、市民自らの力で健康でありつづけることができるような食育が必要とされます。

タニタ監修メニューの推進やいばらき健康づくり支援店を推奨します。

市民への効率的な食育の普及を担う食生活改善推進員の養成講座を実施し、市民がいつまでも元気で暮らしていけるような取り組みを推進していきます。

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
ボランティアの取組の活性化	食生活改善推進員養成講座の実施、若い世代に向けた料理教室、男性料理教室、生活習慣病予防スキルアップ教室など各種料理教室の開催	保健センター
食生活改善の推進	糖尿病教室の開催、骨粗しょう症予防教室、低栄養予防などの出前講座、健診事後指導	健康づくり推進課 保健センター
食育のPR・啓発活動の推進	毎月19日の食育の日に夢とりでにて試食提供および資料配布を実施、健康まつりや消費生活展などでのパネル展示や試食提供、タニタ監修メニュー開発支援、いばらき健康づくり支援店の推奨	健康づくり推進課 保健センター

#### 市民の取り組み

- 主食・主菜・副菜を基本とした消費エネルギーに見合ったバランスの良い食事を摂り、適正体重を維持しましょう。
- 調味料の使い過ぎやかけすぎに注意して、減塩を心がけましょう。
- 野菜を毎日あと1皿多く食べ、ビタミンやミネラル、食物繊維を摂りましょう。

#### ④食の循環や環境を意識した食育の推進

私たちの食卓は、生産・加工・流通とたくさんの人が関わり合いにより、支えられています。また、多くの食品を輸入に頼っている現状がある中で、米の消費減少や食料自給率の低下が問題視されています。市民一人ひとりが日常の食生活は自然の恵みの上に成り立っていることに対し、農家と消費者との信頼関係を保ち、感謝の念や理解が深まるような配慮をしていくことが大切です。

#### 市の取り組み

事業	取り組み内容	担当
米の消費拡大	給食等による米粉の利用促進、学校給食における米飯利用促進	農政課 子育て支援課 学務給食課
食品ロスの削減及び農業理解度の向上	生ごみのたい肥事業、農業ふれあい公園や市民農園の管理運営、児童による野菜栽培	環境対策課 農政課 子育て支援課
地産地消	取手市産の米を給食に提供	子育て支援課 学務給食課
	取手市産の強力粉を給食に提供	産業振興課 子育て支援課

#### 市民の取り組み

- 調理や保存を工夫して、食べ残しのないようにしましょう。
- 消費期限や賞味期限を確認して、使い切れる量を買きましょう。
- 米（ごはん）を積極的に取り入れましょう。
- 農家への感謝の心を忘れず、農業への理解を深めましょう。
- マイバックを利用しごみの削減に努めましょう。

## ⑤食文化の継承に向けた食育の推進

近年、レトルト、冷凍などの加工食品の増加や世界中の食材が簡単に手に入るようになり食生活がバリエーション豊かになっています。しかしその反面、和食などの日本独自の食文化が薄れつつあります。日本の食生活や食文化は栄養バランスに優れており、これからを担う次世代への継承をしていくべき文化です。そのため、給食における行事食の導入や食育に関するボランティア団体と連携し食文化の継承を目的とした親子料理教室などを実施し、食への興味・関心を高めていく事業を推進していきます。

### 市の取り組み

事業	取り込み内容	担当
給食などにおける行事食の推進	「茨城県給食の日」の実施，行事食や郷土料理の導入	学務給食課 子育て支援課
食文化の継承および地産地消の推進	特別栽培・エコ農業実施生産者への補助金交付，農産物直売所等における地元農産物とレシピ紹介，とりで軽トラ市の開催，親子米作り体験講座，クリスマスケーキ作り	農政課 保健センター スポーツ生涯学習課 公民館

### 市民の取り組み

- 地域の産物や旬の素材を積極的に使用しましょう。
- 家庭でも行事食を取り入れ，四季の変化を楽しみながら食事をしましょう。
- 栄養バランスに優れた和食を積極的に食卓に取り入れましょう。

○ライフステージに応じた事業一覧

基本施策	事業	対象のライフステージ					担当
		乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期	
若い世代を中心とした食育の推進 【家庭】	食生活改善推進協議会による食育講座	○		○	○		保健センター
	食生活改善推進協議会による親子料理教室		○	○	○		保健センター
	離乳食教室（前期・後期）	○		○	○		保健センター
	子育て支援センターへの出張育児相談	○		○	○		保健センター
	育児相談（いちごベビー，ももキッズ）	○		○	○		保健センター
	1歳歯っぴい歯みがき教室，歯科保健指導	○		○	○		保健センター
	集団健診（4カ月児，1歳6カ月児，3歳5カ月児）	○		○	○		保健センター
	乳幼児健診時の個別栄養相談	○		○	○		保健センター
	プレママ教室（栄養講座，試食提供）			○	○		保健センター
	食育かるた普及啓発（食育かるた原画展）		○				健康づくり推進課
	夏休み親子料理教室		○	○	○		健康づくり推進課
	子育て支援センターでの離乳食や食育講話	○		○	○		子育て支援課
若い世代を中心とした食育の推進 【学校や保育所など】	お菓子作り体験教室		○				健康づくり推進課
	給食だよりや保健だよりによる朝食欠食の注意喚起，家族で食卓を囲む大切さの普及	○	○	○	○		子育て支援課 指導課
	野菜を育てる	○					子育て支援課



基本施策	事業	対象のライフステージ					担当
		乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期	
若い世代を中心とした食育の推進 【学校や保育所など】	皮むきを手伝う（とうもろこし・枝豆・そら豆等）	○					子育て支援課
	年長児によるカレー作り（買い物、調理、片付け）	○					子育て支援課
	リクエスト献立	○	○				子育て支援課 学務給食課
	ファミリーサポート 食物アレルギーの話	○		○	○		子育て支援課
	食に関する指導計画作成	○	○	○	○		子育て支援課 学務給食課
	給食委員会や学校栄養士等による学級訪問		○				学務給食課
	残食調査、完食を目指す取り組み		○				学務給食課
	栄養教諭や学校栄養職員等による食育指導		○				学務給食課
	就学時健康診断時における食の講話			○	○		学務給食課
	栄養教諭を活用した授業の充実		○				指導課
	家庭への働きかけ	○	○	○	○		子育て支援課 指導課
	個別相談指導（肥満・痩身傾向）		○	○	○		指導課
	虫歯にならないための食生活の周知，虫歯にならないための食生活の教育・歯磨き指導	○	○	○			子育て支援課
児童生徒による給食時間の活動		○				学務課	

基本施策	事業	対象のライフステージ					担当
		乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期	
若い世代を中心とした食育の推進 【学校や保育所など】	家庭教育学級講話		○	○	○		スポーツ生涯学習課
	クリスマスケーキづくり		○				公民館
多様な暮らしに対応した食育の推進	子育て支援センターへの出張育児相談	○		○	○		保健センター
	育児相談（いちごベビー、ももキッズ）	○		○	○		保健センター
	給食だよりで朝食欠食の注意喚起，家族で食卓を囲む大切さの普及	○		○	○		子育て支援課
	ファミリーサポート 食物アレルギーの話	○		○	○		子育て支援課
	個別相談指導（健診事後指導，乳幼児や児童等の肥満・やせ傾向）	○	○	○	○	○	保健センター指導課
	出前講座				○	○	保健センター
	タニタ監修メニュー開発支援			○	○		健康づくり推進課
	初心者そば打ち講座			○	○	○	公民館
	生活支援型配食サービス事業					○	高齢福祉課
健康寿命の延伸につながる食育の推進	食生活改善推進協議会による男性料理教室				○	○	保健センター
	女性学級				○	○	公民館
	高齢者学級				○	○	公民館
	公民館料理クラブ（32団体）運営支援			○	○	○	公民館
	骨粗しょう症検診や予防教室での試食・資料提供				○	○	保健センター

基本施策	事業	対象のライフステージ					担当
		乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期	
健康寿命の延伸 につながる 食育の推進	食生活改善推進協議会による生活習慣病予防のための減塩推進事業	○	○	○	○	○	保健センター
	健康まつり時の試食提供パネル展示	○	○	○	○	○	保健センター
	糖尿病予防教室				○	○	保健センター
	健診事後指導				○	○	保健センター
	介護予防事業における栄養講座					○	健康づくり推進課
食の循環や環境を意識した 食育の推進	地元産米粉の生産及び利用促進	○	○	○	○	○	農政課 子育て支援課
	生ごみのたい肥化事業	○	○	○	○	○	環境対策課
食文化の継承 に向けた 食育の推進	食生活改善推進協議会における農産物直売所などでの地元農産物とレシピ紹介	○	○	○	○	○	保健センター
	地元の食材を使った給食を提供	○	○				子育て支援課 学務給食課
	郷土料理の導入	○	○				子育て支援課 学務給食課
	行事食の導入	○	○				子育て支援課 学務給食課
	「茨城県の給食の日」の実施	○	○				子育て支援課 学務給食課
	農産物直売所の支援およびPR	○	○	○	○	○	農政課
	親子米作り体験講座		○	○	○		スポーツ生涯学習課
	地元農産物の直売「とりで軽トラ市」の開催	○	○	○	○	○	農政課
市民農園の管理運営	○	○	○	○	○	農政課	

基本施策	事業	対象のライフステージ					担当
		乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期	
食文化の継承 に向けた 食育の推進	取手市農業ふれあい公園 管理運営	○	○	○	○	○	農政課
	体験型農園及び芋掘り体 験支援	○	○	○	○	○	農政課
	農産物直売所マップの作 成及び配布	○	○	○	○	○	農政課
	インターネットショップ とりで本舗	○	○	○	○	○	産業振興課
	下高井朝市開催支援	○	○	○	○	○	産業振興課

\*事業の重複あり

### 【目標指標】

指 標		現状値 (H29)	目標値 (H35)
朝食の欠食率	10歳代(小学5年、中学2年)	1.4%(H30)	0%
	20~30歳代	9.3%	5%以下
	40~50歳代	11.5%	8%以下
	60歳代以上	2.2%	1%以下
食事のバランス(主食・主菜・副菜の組み合わせ)の 良い人の割合		58.5%	65%以上

## 第4節 こころの健康編（自殺対策計画）

### 1 計画策定の基本理念等

#### 1-1 基本理念

誰もが自殺に追い込まれることのない、  
いのちを大切にできるまちづくり

我が国の年間自殺者数は、平成 15 年の 3 万 4 千人をピークに徐々に減少しているとはいえ、いまだに年間 2 万人を超える方が自ら命を絶たれています。

このような状況の中、国では平成 29 年 7 月「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し自殺対策大綱が閣議決定され、国、県、市町村、企業、市民などあらゆる人々、関連機関が連携し「生きることの包括的な支援」の推進が掲げられました。

警察庁「自殺統計」では、平成 28 年の本市の自殺者数は 20 人、自殺死亡率（\*）は 18.4 であり、全国や茨城県より高くなっています。平成 22 年をピークとして 23 年には減少したもののそれ以降は僅かな増減を繰り返しています。

また、自殺未遂者が自殺者数を大きく上回っていることも見過ごしてはならないことです。

「生きずらさ」「生活困窮」に苦しみ、自ら「死」を選択せざるを得ない状況に陥らせる前に 健康・福祉・経済等 様々な分野で、家庭、職場、学校、地域、民間団体等が本人とともに「いのちをたいせつにできる」環境をつくっていかねばなりません。

こうしたことから、本市では自殺対策を総合的に推進するために「取手市こころの健康編（自殺対策計画）」を策定し、「誰もが自殺に追い込まれることのない、いのちを大切にできるまちづくり」を推進していきます。

（\*）自殺死亡率…人口 10 万人当たりの年間自殺者数。以下「自殺率」という。

#### 1-2 基本方針

##### 1. 生きることの包括的な支援として推進する。

個人においても地域においても、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より、失業や多重

債務、生活苦等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高まります。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加え、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、双方の取り組みを通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。「生きる支援」に関する地域のあらゆる取り組みを総動員して「生きることの包括的な支援」を推進することが重要です。

## 2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む。

自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにして自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要です。また、このような包括的な取り組みを実施するためには、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

自殺の要因となり得る生活困窮、児童虐待、ひきこもり、など様々な分野の生きる支援にあたる人々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。地域共生社会の実現に向けた取り組みや生活困窮者自立支援制度などとの連携を推進することや、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めて、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにすることが重要です。

## 3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる。

自殺対策は、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」「地域連携のレベル」「社会制度のレベル」、それぞれにおいて強力に、かつそれらを総合的に推進することが重要です。

これは、市民の暮らしの場を原点としつつ、「様々な分野の対人支援を強化すること」と、「対人支援の強化等に必要ない地域連携を促進すること」、更に「地域連携の促進等に必要ない社会制度を整備すること」を一体的なものとして連動して行っていくという考え方です。

また、時系列的な対応としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合における「事後対応」のそれぞれの段階において施策を講じる必要があります。

さらに、「施策の事前対応の更に前段階での取り組み」として、学校において、児童生徒等を対象とした、「SOSの出し方に関する教育」を推進することも重要です。

## 4. 実践と啓発を両輪として推進する。

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理

解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行うことが重要です。

いのちを大切にする地域社会をつくるためには、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活等に取り組んでいくことが必要です。

5. **市、関係団体、民間団体、企業及び市民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する。**

「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、本市だけでなく、国、県、他の市町村、関係団体、企業、市民の皆さん一人ひとりがその活動特性に応じて、積極的に自殺対策に参画、連携し、自殺対策を推進していくことが重要です。

### 1-3 計画の数値目標

平成38年度までに自殺率を平成27年と比べて30%以上減少させることを目標とします。

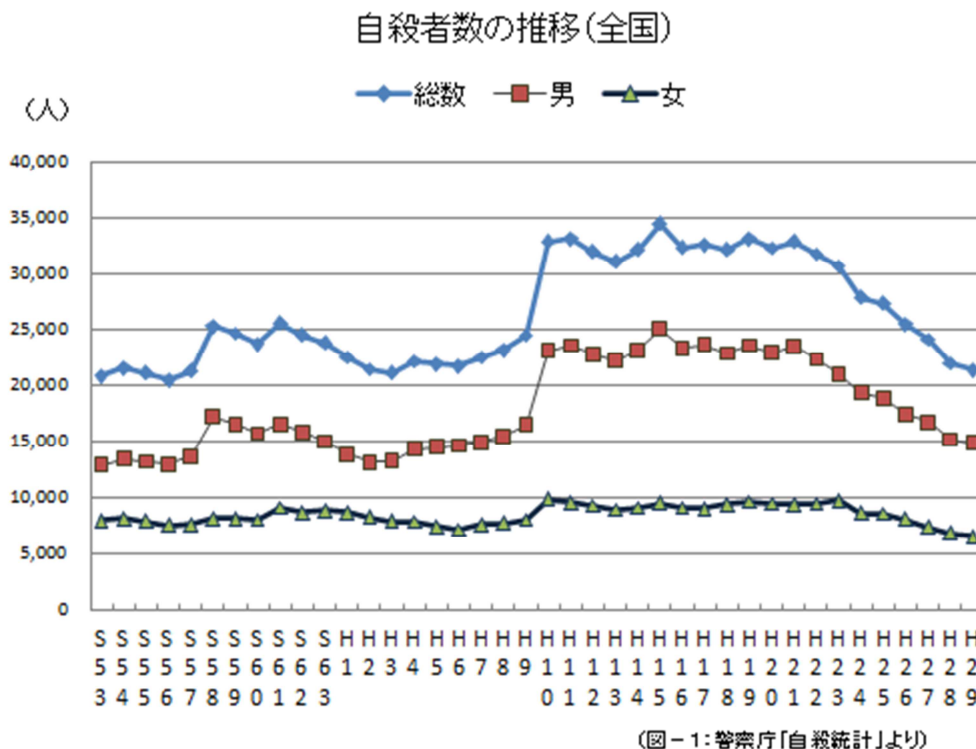
本市の平成27年度の自殺死亡者は22名でした。自殺率は、20.1でした。全国、茨城県よりもやや高くなっています。

自ら命を絶つことがない社会が最も望ましいことではありますが、第1次の自殺対策計画としては、平成38年度までに自殺死亡者数を平成27年と比べて7人以上減少させ、15名以下にすることを目標とします。

## 2 全国の自殺の特徴

### 2-1 全国の自殺者数の推移

我が国の自殺者数は、平成 10 年度以降、14 年連続して 3 万人を超える状態が続いていましたが、平成 24 年に 15 年ぶりに 3 万人を下回り、平成 29 年度には 2 万 1,321 人となりました。



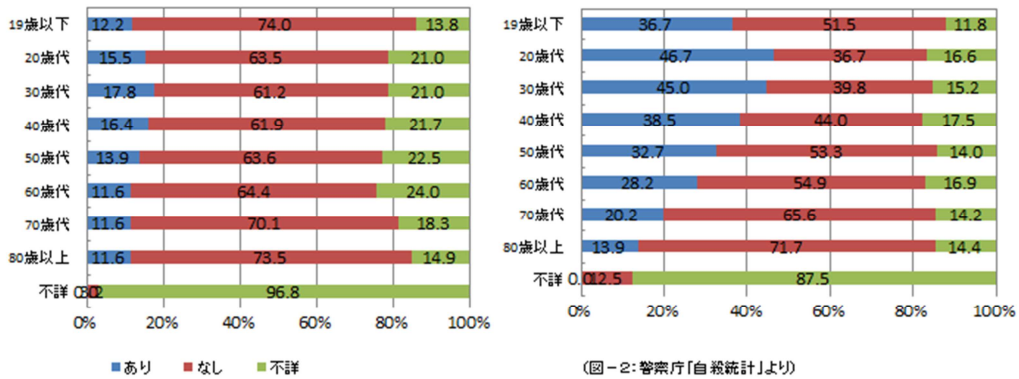
### 2-2 自殺未遂者の数 自損行為による救急出動件数

平成 20 年度厚生労働省の調査によると 4 人に 1 人が自殺を考えたことがあると答えています。

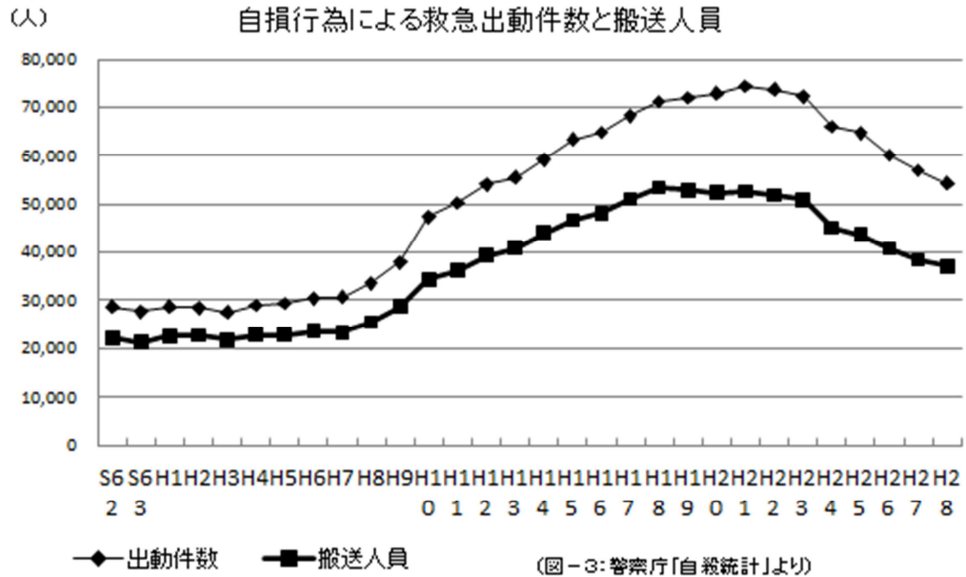
平成 30 年度版自殺対策白書によりますと、平成 27 年における自殺者の自殺未遂歴の有無は、すべての年齢階級で、自殺未遂歴が「あり」の者の割合は女性が多くなっています。また、男女とも 20 歳代、30 歳代が多く、年代が上がるにつれてその割合は小さくなる傾向にあります。



平成27年における自殺未遂歴の有無別自殺者数の割合



消防庁の救急・救助の状況によれば、自損行為による救急自動車の出動件数と搬送人員は（図-3）のようになります。平成23年までは出動件数、搬送人員とも増加傾向でしたが、近年では減少が続いています。



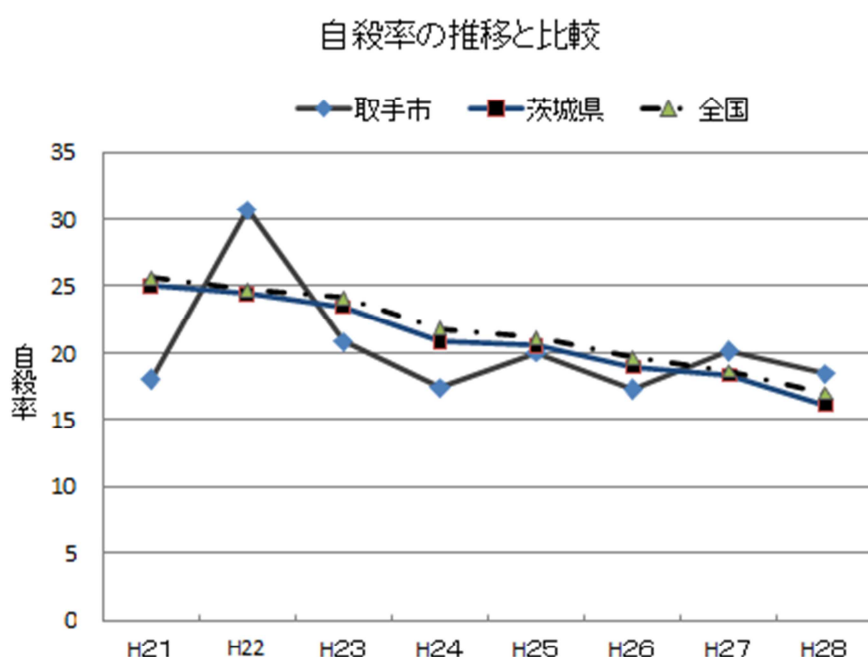
### 3 取手市の自殺の特徴

#### 3-1 取手市の状況

##### (1) 自殺率の推移と比較

平成 21 年から平成 28 年までの自殺率を、取手市と全国および茨城県を比較したものが図-4です。

全国、茨城県は緩やかな低下傾向ですが、本市は平成 23 年以降わずかな増減を繰り返しています。



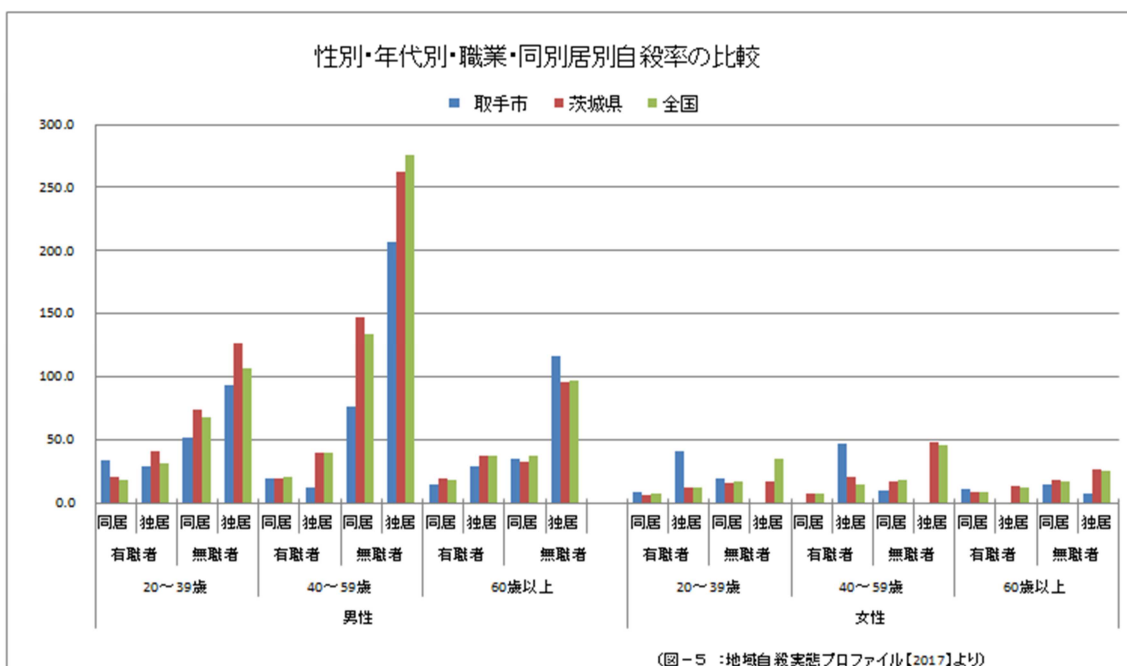
(図-4: 地域自殺実態プロファイル【2017】より)

##### (2) 自殺の特徴

平成 24 年から平成 28 年までの性別・年代別、職業・同別居別の状況を表したものが図-5です。

本市の平成 24 年から平成 28 年までの自殺者数は、合計 102 人（男性 75 人、女性 27 人）でした。20 歳未満、高齢者の自殺率が全国・茨城県と比較し高くなっています。

また、職業・同独居別の状況では、60 歳以上の無職、家族等同居の男性と、20～30 歳有職、家族等同居の男性、60 歳以上の無職、独居の男性の自殺率が高くなっています。

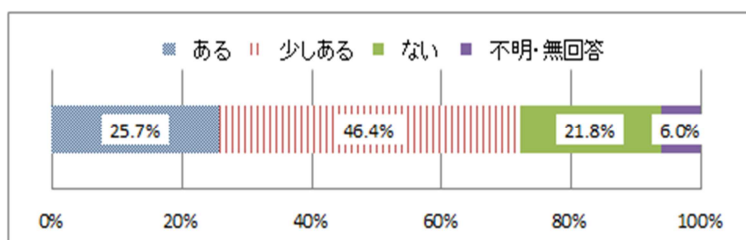


### 3-2 取手市民のこころの健康について～アンケート結果～

平成29年10月に「取手市健康なまちづくり推進に係る市民意識調査アンケート調査」を実施しました。こころの健康に関する調査結果は下記のようにになりました。

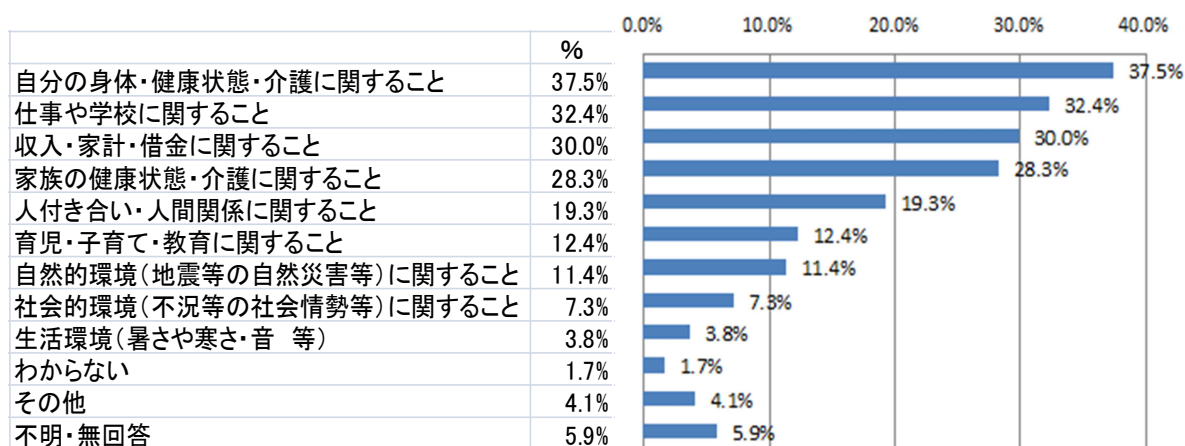
Q1:あなたは不安、悩み、苦勞などによるストレスがありますか。

		票数	%
1	ある	253	25.7%
2	少しある	457	46.4%
3	ない	215	21.8%
	不明・無回答	59	6.0%



男女別では、「女性」より「男性」で「ない」割合が高くなりました。年齢別では、「30歳代」「40歳代」でストレス傾向が強く、「70歳代」で比較的弱いとなりました。また、家族構成別では、「三世帯世帯」でストレス傾向が強く、「夫婦二人暮らし」で比較的弱い傾向となりました。

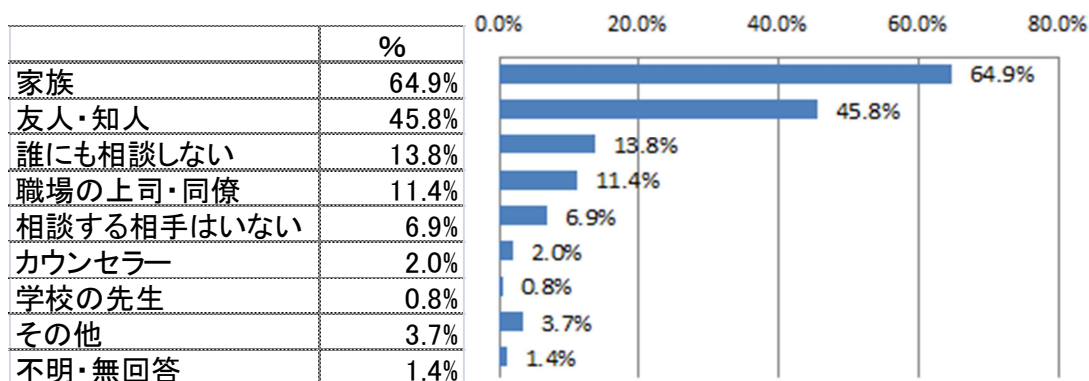
Q2:Q1で「1」か「2」と答えた方。ストレスの原因は何ですか。



「自分の身体・健康状態・介護に関すること」が約38%と、「仕事や学校に関すること」の約32%を上回っています。

男女別では、「男性」で「仕事や学校に関すること」、「女性」で「育児・子育て・教育に関すること」が比較的高くなりました。年齢別では、家族や自身の健康や介護に関することが、年齢に比例して高くなっている傾向があります。

Q3:Q2で「自分の身体・健康状態・介護に関すること」「仕事や学校に関すること」と答えた方。悩みやストレスを相談をする相手はどなたですか



悩みやストレスを相談する相手としては、「家族」が最も多く約65%でしたが、「友人・知人」も約46%と高く、ほとんどの市民が家族や友人・知人に相談しています。一方、「誰にも相談しない」「相談する相手はいない」が合わせて約21%あり、相談しやすい体制の整備などの支援が必要と考えられます。

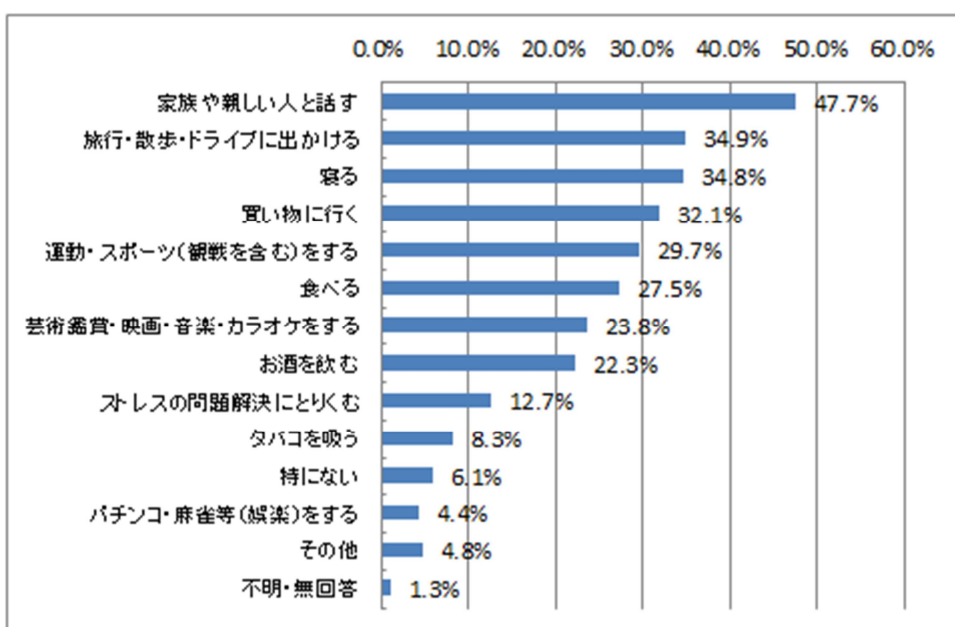
年齢別では「20歳代」で、家族構成別では「一人暮らし」で「友人・知人」が最も

多くなりました。

Q4:Q1で「ストレスがある」と答えた方。ストレスを解消するために、あなたが行うことは何ですか。

「家族や親しい人と話す」が約48%と最も多くなりました。「旅行・散歩・ドライブに出掛ける」「寝る」「買い物に行く」などが比較的多くなりました。

男女別では、「男性」は「運動・スポーツ（観戦を含む）をする」,「女性」は「家族や親しい人と話す」が最も多く、年代別では、20歳代~40歳代は「寝る」が最も多くなりました。また、家族構成別では、「三世帯世帯」で「買い物に行く」が多くなりました。



## 4 いのちを大切にできるまちづくりの取り組み

本市のいのちを大切にできるまちづくりの取り組みは、「基本施策」「重点施策」「生きる支援関連施策」の3施策から推進していきます。

「基本施策」は、国の「自殺総合対策大綱」に基づき全市町村が共通して取り組むべき施策としているものです。

「重点施策」は、本市の自殺の特徴を勘案し、本市が重点的に取り組むべき施策として掲げた施策です。

「生きる支援関連施策」は、本市で既に行われている様々な事業を国の「自殺総合対策大綱」に基づく項目ごとに分類しまとめたものです。

今計画では市内の関連事業を対象としました。また、本市が今後、実施もしくは検討を進めるべきことに関しても記載しました。

### 4-1 基本施策

#### ①地域におけるネットワークの強化

市民、企業、関係団体等が相互に連携・協働する仕組みを構築し、ネットワークの強化に努めていきます。

**本市**では、平成20年度市内に「いのちを守るネットワーク会議」を立ち上げました。市長部局8課（広報広聴課 人事課 社会福祉課 高齢福祉課 子育て支援課 障害福祉課 産業振興課 保健センター）と教育委員会、消防本部、社会福祉協議会の11課のメンバーで構成し、ボランティア団体、PTAなど市民団体向けの研修会開催、地域のお休み処を会場にしたミニ講座の実施、街頭キャンペーンなどさまざまな自殺予防の啓発活動を進めています。

「自殺予防は地域づくりから」を念頭に置き、今後も更なる地域市民団体とのネットワークの強化を進めていきます。

いのちを守るネットワーク会議 メンバー打ち合わせ会 年6回  
高齢者対策として、地域包括支援センターとの連携・協働  
若年者対策として、小中学校PTA関係者との連携・協働

#### ②自殺対策を支える人材の育成

さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人に対しての早期の「気づき」が重要です。「気づき」のための人材育成の拡充に努めます。

本市では平成 21 年度から毎年市民や職員向けにゲートキーパー養成講座を開催しています。平成 30 年度までに 11 回開催し、民生・児童委員、取手市 PTA 連合会女性ネットワーク、福祉・教育ボランティアの方々など延べ 900 人が受講しました。

今後も市民を取り巻く様々な市民団体にご協力をいただき、ゲートキーパー養成講座を開催していきます。

対象者	年間開催回数	平成 35 年までの開催回数
高齢者向け	1 回以上	5 回以上
若者・若年者向け	2 回以上	5 回以上

### ③住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、社会全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を進めます。

「いのちを守るネットワーク会議」では、平成 25 年度からメンバーを「子育てグループ」と「高齢者がグループ」に分け、市内の幼稚園やお休み処に出向き講話、傾聴体験、グループワークを行っています。

平成 25 年から平成 30 年度までに 15 回実施し、延べ 400 人に『一人で悩まない』『困ったときは相談しよう』を伝えることができました。

また、市内企業や青少年相談員の皆さんのご協力をいただき、会社内や地域で一人ひとりの気づき、声かけの大切さを広く伝える活動を進めていきます。

また、図書館洗面所に「こころの SOS カード」を配置し、一人で悩まず信頼できる人に相談することの大切さを周知します。

項目	年間実施回数	平成 35 年までの実施回数
若年者向け・高齢者向けミニ講座	各 2 回以上	20 回以上
街頭キャンペーン	9月 3月各 1 回	20 回以上

### ④生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やすことにも取り組んでいきます。自己肯定感を高めたり、信頼できる人

間関係を持つことが、生きることの促進のために大切なことです。

本市では、精神科医師による「こころの相談」を毎月1回行っています。専門の医師と話をすることで悩みや不安が解消され、こころの安定につながっています。今後も継続して実施していきます。

項 目	年間実施回数	平成 35 年までの実施回数
こころの相談	12 回	60 回以上

また、遺された人への支援として各種相談先の情報や相談会の開催等の関連情報を本市のホームページに掲載し、自死遺族への情報周知に努めます。

#### ⑤児童生徒の SOS の出し方に関する教育

本市では、児童生徒が命の大切さを実感できる教育だけでなく、「子どもが現在起きている危機的状況、又は今後起こりうる危機的状況に対応するために、身近にいる信頼できる大人に SOS を出すことができるようにすること」、「身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすること」を目的とした教育を行うことにより、直面する問題に対処する力やライフスキルを身に付けることができるよう取り組みます。

##### ・ SOS の出し方教育の実施

市内全小・中学校において、「取手市みんなでいじめをなくすための条例リーフレット」を使った授業を行い、いじめ等の様々な困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人や相談機関に早めに助けの声を上げられるよう、具体的かつ実践的な教育を行います。

市内全中学一年生を対象として、ネット上で起こった悪口などのいじめを事例とした「脱傍観者教育」の授業を行い、いじめを周囲で見ている傍観者がいじめを許す雰囲気を作ってしまうことについて考えさせ、いじめを許さない雰囲気を醸成するよう、具体的かつ実践的な教育を行います。

また、市内全中学生を対象として、いじめ通報アプリを導入し、いじめの被害者は勿論、いじめを周囲で見ている子どもたちが、匿名のまま教育委員会に通報できることを周知し、いじめを許さない態度を育成するよう、具体的かつ実践的な教育を行います。

##### ・ 教職員向けゲートキーパー研修の実施

児童生徒と日々接している教職員に対し、子どもが出した SOS のサインについていち早く気づき、どのように受け止め対処するかについて、理解を深めるための研修会を実施します。

##### ・ 保護者向け SOS の気づきを啓発

どのように受け止め対処するかについて、理解を深めるための啓発パンフレットを作成し配布します。



- ・学校への専門家の派遣

各学校へスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー、教育相談員の派遣を行い、学校生活やこころの健康に関する相談を受ける体制の充実を図ります。

## 4-2 重点施策

本市の自殺による死亡者の特徴として子ども・若者と高齢者の自殺率が高いことがあげられます。

### ①高齢者対策

#### 【現状】

本市の老年人口割合（65歳以上）は平成27年に30%に達し、年々増加しています。地区別の世帯構成をみても65歳以上の一般世帯の割合が高く、65歳以上の単身世帯が地区の30%を超えているところもあります。

年齢が高くなるにつれて自分の身体・健康状態や介護に関する悩みや不安が強くなり孤立や孤独に陥りやすくなることから、地区の自治会、地域包括支援センター、福祉ボランティアなど高齢者に関わる身近な人々との連携・協働し、「はなしができる」「ひとりじゃない」環境をつくるのが大切です。

#### 【対策】

- ・ミニ講座の開催

支えあえる地域の醸成を目指し、「お休み処」（市内2か所）や地域集会所等でミニ講座を開催します。

### ②子ども・若者

#### 【現状】

本市の平成24年から平成28年までの若年者の自殺死亡率は、20歳未満は「8.3」であり、全国の「2.4」を大きく上回っています。20歳代も本市は「23.4」、全国は「19.3」、30歳代でも本市は「22.0」、全国は「19.5」となっています。

子ども・若者は、抱えている悩みは多様であり、子どもから大人への移行期には大きな変化があります。ライフステージや立場ごとに置かれている状況も異なります。特に児童生徒、学生への働き掛けは家庭、地域、学校が主な生活の場となっているので、PTA、学校、地域の連携・協働が大変重要になります。

#### 【対策】

一人で悩まず、信頼できる大人に相談できること、相談できる機関があることを周知します。

- ・「こころのセルフカード」の作成・配布

悩んだり、こころが壊れてしまいそうになったとき、「ひとりじゃない」と感じてもらうために、「こころのセルフカード」（小・中学生向け）（高校生向け）を作成し、配布します。

平成 29 年 5,300 部作成 市内中学校・高校に配布  
市立図書館洗面所に配置

- ・子ども・児童・生徒を理解するための研修会（ゲートキーパー養成講座）

子どもや児童，生徒に関わる機会の多い大人を対象に，子どもや児童，生徒から相談を受けたときに主観や偏見にとらわれずに，模範的な大人として対応できるように研修を実施します。

## 4-3 生きる支援関連施策

### 1. 市民一人ひとりの気づきと見守り

- ・自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- ・児童生徒の自殺対策に資する教育の実施（SOSの出し方に関する教育の推進）
- ・自殺や自殺関連事象に関する正しい知識の普及
- ・うつ病等についての普及啓発の推進

担当課	項目	具体的な取り組み内容
高齢福祉課	お休み処事業	地域に住んでいる市民が主体となって運営している誰もが気軽に立ち寄れる喫茶スペース。交流する中で、「自然に高齢者の方の見守りができている」環境作りを目指す
健康づくり推進課	介護予防拠点施設（いきいきプラザ・げんきサロン）	自分で出かけられる地域の中で集い、仲間同士、元気で生き生きと年を重ねていけるよう、ボランティアの協力を得ながら運営する憩いの場

### 2. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上

- ・ゲートキーパーの養成
- ・教職員に対する普及啓発
- ・地域保健、産業保健スタッフの資質向上
- ・家族や知人等を含めた支援者への支援

担当課	項目	具体的な取り組み内容
高齢福祉課	認知症サポーター養成講座	誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する
障害福祉課	ペアレントメンター養成事業	障害児を抱える保護者に対し、児の特性の理解や関わり方を学ぶための支援を行うと共に、保護者同士の共感的サポートを目的とした養成研修を行う
子育て支援課	療育システム	発達に課題のある児童の相談支援
産業振興課	消費者教育・啓発事業	消費者トラブルや悪質商法に遭わないための出前講座の開催（自治会、高齢者、若者、見守り関係者向け） 多重債務者対策連絡会の開催（庁内関係職員） 消費者サポーターを育成するために勉強会を実施する
指導課	教育に関する調査研究・会議や連絡会の開催等	市内小中学校の養護教諭を対象としたゲートキーパー養成講座を開催する

### 3. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり

- ・職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ・地域における心の健康づくり推進体制の整備
- ・学校における心の健康づくり推進体制の整備

担当課	項目	具体的な取り組み内容
人事課	メンタルヘルス研修	職員向け：メンタル研修
人事課	ハラスメント研修	職員向け：ハラスメントに対する理解を深める
人事課	LGBT研修	職員向け：LGBTに対する理解を深める
人事課	ストレスチェック	職員のストレスの有無の気づきを促す
人事課	ハラスメント相談窓口	職員向け：人事課職員による相談業務
障害福祉課	ペアレントメンター養成事業	障害児を抱える保護者に対し、児の特性の理解や関わり方を学ぶための支援を行うと共に、保護者同士の共感的サポートを目的とした養成研修を行う
消防本部 総務課	惨事ストレス対策	災害出場等に起因する惨事ストレス対策を定め、職員の心の健康増進を図ります
消防本部 警防課	事例検討会	精神科医療に特化した事例検討会へ参加している 自傷他害の虞がある傷病者に対しては消防と医療では解決が困難なケースがあるため、警察、保健所、行政機関、福祉関係など関係機関と共に症例発表を踏まえ協力支援の向上を図ります

担当課	項目	具体的な取り組み内容
社会福祉協議会	いこいの場	偶数月月に月あたり12か所の地区公民館等で落語や映画鑑賞、コンサートを通し孤立を防ぐ。地域の絆つくりのための働きかけを行う 対象者は市民一般
社会福祉協議会	ふれあい・いきいきサロン	サロンのボランティアが地域の高齢者、障がい者を地域の公民館に集めて交流を図る
指導課	教職員研修関係事務	教職員の研修及び研究・生活リズムの向上、体力の向上に向けた取組を行う
学務給食課	学校職員ストレスチェック事業	労働安全衛生法に基づき、学校職員等のストレスチェックを実施し、メンタル不調の未然防止を図る また、業務の効率化を図るために校務支援システムを導入する

#### 4. 適切な精神保健医療福祉サービス

- ・精神科医療、保健、福祉の連動性の向上、専門員の配置
- ・精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成、配置

担当課	項目	具体的な取り組み内容
障害福祉課	障害者相談員による相談事務（身体・知的障害者相談員、精神障害者家族相談員）	市が委託した障害者相談員による相談業務
障害福祉課	障害者支援に関する事務	障害者福祉サービスに関する相談・支給決定のほか、その他障害者への相談支援を行う
障害福祉課	障害者手帳申請受理・交付事務、自立支援医療申請受理	身体障害者手帳審査・交付、療育手帳申請受理・進達、精神障害者保健福祉手帳申請受理・進達、自立支援医療申請受理・進達
障害福祉課	障害児支援に関する事務	障害児福祉サービスに関する相談・支給決定のほか、その他障害児を抱える保護者への相談支援を行う

#### 5. 社会全体の自殺リスクの低下

- ・インターネットやSNSの活用
- ・ひきこもり、ひとり親世帯、生活困窮者に対する支援
- ・妊産婦への支援
- ・相談の多様な手段の確保
- ・自殺対策に資する居場所づくり

担当課	項目	具体的な取り組み内容
市民課	配偶者からの暴力、スーカ行爲に対処するための住民基本台帳事務支援措置	住民票・戸籍・戸籍附表の発行制限 住民基本台帳閲覧名簿の削除
安全安心対策課	スーカ行爲防止に関する周知、啓発	スーカに関する相談を受けた場合、茨城県警の相談窓口案内を行っている
情報管理課	行政事務情報提供	各行政事務公開の中で命を守るパンフレット等を市民に提供している
広報広聴課	市民相談に関する事	弁護士や専門家による定期的な各種相談会を実施する また相談者の悩みや心配事を傾聴し、助言や関係機関への案内を行い、不安解消や問題解決への確な対応を行います
広報広聴課	人権擁護委員等に関する事	人権擁護委員と連携し、人権教室や街頭活動及び定期的な人権相談の実施により、人権意識の向上を図ります
市民協働課	男女共同参画社会の形成の促進に関する施策等についての苦情処理窓口を設置	市が実施する男女共同参画の推進に関する施策、もしくは男女共同参画の推進に影響を及ぼすと認められる施策に対しての苦情等について、相談・助言・関連機関への引継ぎなどを目的に男女共同参画苦情処理員を設置している
納税課	納税相談と徴収の猶予	納期限内に納付できない事情があるかたは、一定の要件に該当する場合に限り徴収猶予や延滞金の減免が受けられる場合があります

担当課	項目	具体的な取り組み内容
社会福祉課	避難行動要支援者台帳の管理に関すること	災害発生時に自ら避難行動を起こせない人の避難支援を迅速に行うための、避難行動要支援者名簿を、登録・作成・管理する そして自主防災組織や自治会、町内会等への情報提供を進め、地域にあった対応に努めていく
社会福祉課	中国残留邦人支援事業	中国残留邦人が、最低限の生活を保障されるよう支援費を給付し、生活の安定を図る。 生活・住宅・医療・介護等の扶助とともに、通訳派遣や、日常生活上の困難に関する相談・助言を行う ともすれば地域の中で孤立しがちな中国帰国者であるが、老後の生活の安定、地域でのいきいきとした暮らしを支援する
社会福祉課	生活保護事業	生活困窮者からの相談を受け、相談者の状況を把握し、生活保護の決定を行っている。 生活・住宅・教育・医療・介護・出産・産後・葬祭等の扶助があり、その困窮の程度に応じ必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに、その自立を助長する。
社会福祉課	生活保護受給者の自立に向けた就労支援事業	心身ともに健全で、稼働年齢層の方については、ハローワークと連携し、早期自立へ繋がるような就労支援を行う
社会福祉課	住宅確保給付事業	離職者であって就労能力及び就労意欲のある者のうち、住宅を喪失している者又は喪失するおそれのある者に対して、住宅確保給付金を支給することにより、これらの者の住宅及び就労機会の確保に向けた支援を行う
社会福祉課	地域福祉計画に関する事業	誰もが住み慣れた地域の中で自分らしく、安心して充実した生活を送れるよう、地域住民、民間福祉事業者、行政機関などが協働し、お互いに支えあいながら暮らしていくため、地域における福祉課題の解決に取り組んでいく 1. 地域における福祉サービスの適切な利用の促進 2. 地域における社会福祉を目的とする事業の健全な発達 3. 地域福祉に関する活動への住民の参加の促進 を3つの柱とする
社会福祉課	災害援助及び災害り災者保護に関すること	具体的には、 1. 災害救助法が適用された区域内において、東日本大震災の被害からの生活の立て直しのための貸付け、住宅の保守費用を金融機関等から借入れた場合の利子を補助することで生活再建の負担軽減を図る。 2. 東日本大震災により、住宅が全壊、流失又は原形事故による避難者に対して、市が民間住宅を借上げ、応急住宅として避難者に貸与する。
社会福祉課	災害見舞金事業	具体的には、火災や水害等によって罹災した世帯に対し、見舞金と布団や日用品等の生活用品を支給する り災者の自力更生と早期の生活再建を支援する
社会福祉課	福祉まつりの開催	市民団体や社会福祉協議会との協働による「福祉まつり」を開催するなど、市民の福祉への関心を喚起するとともに、あらゆる世代及び地域間の融和を図る
高齢福祉課	お休み処事業	地域に住んでいる市民が主体となって運営している誰もが気軽に立ち寄れる喫茶スペース 交流する中で、「自然に高齢者の方の見守りができている」環境作りを目指す
高齢福祉課	配食サービス事業	夕食のお弁当を配達するとともに、安否の確認をする
高齢福祉課	愛の定期便事業	高齢者宅に訪問し、乳酸飲料等を配布しながら安否の確認をする
高齢福祉課	あんしんコール	週1・2回、高齢者のご自宅にお電話し、日常生活に異常がないか等の状況を伺い、孤独感・孤立感・生活不安を解消する
高齢福祉課	養護老人ホームへの入所	65歳以上で経済的理由等により自宅での生活が困難な高齢者への入所手続き
高齢福祉課	介護相談	高齢者とそのご家族の悩み事、介護保険等に関する総合相談を受け付ける 介護保険を受けた方が在宅や施設で介護サービスを受ける際、利用料の軽減や助成をし、本人や家族の経済的負担軽減を図れる
高齢福祉課	高齢者虐待対応	高齢者虐待に関する通報・相談の窓口を設置 必要に応じて地域包括支援センターや警察と連携し対応する

担当課	項目	具体的な取り組み内容
高齢福祉課	地域包括ケアシステムの構築	誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしい暮らしを続けることができるよう、「住まい・医療・介護・介護予防・生活支援」を地域で一体的に提供する地域包括ケアシステムの拠点を構築する
高齢福祉課	緊急通報装置設置事業	ボタン操作ひとつで、緊急時の通報や心身の健康面などの相談ができる機器や自動通報火災報知機を設置する また、安否センサーによる自動通報駆けつけで心身の不安感や孤独感の解消を図る
高齢福祉課	移送サービス利用料助成事業	市内移送団体やタクシーの利用料金を助成し、外出困難者の外出促進と閉じこもり防止を図る
高齢福祉課	地域包括支援センター運営	高齢者の総合相談、ケア会議の開催、独居高齢者訪問等を行い、高齢者の方が住み慣れた場所で暮らしていくための手助けをする
障害福祉課	障害者福祉計画・障害福祉計画策定・管理	障害者福祉計画及び障害福祉計画の進行管理を行うとともに、次期計画の策定を行う
障害福祉課	障害者相談員による相談事務（身体・知的障害者相談員、精神障害者家族相談員）	市が委託した障害者相談員による相談業務
障害福祉課	地域生活支援事業利用支援	地域活動支援センター、夜間支援事業、意思疎通支援事業、移動支援事業、日中一時支援事業、訪問入浴事業、日常生活用具給付事業など、地域生活支援事業の利用に関する支援を行う
障害福祉課	NET119緊急通報システム申請受理	聴覚や言語に障害がある方に対し、消防本部が設置する緊急通報システムへの事前登録のための申請受理を行う
障害福祉課	特別児童扶養手当、在宅心身障害児福祉手当、特別障害者手当等支給事務	日常生活が困難な在宅の障害児及び障害者に対し、手当を支給する
障害福祉課	特定疾病療養者見舞金支給事務	茨城県より受給者証の交付を受けている難病患者に対し、手当を支給する
障害福祉課	障害児支援に関する事務	障害児福祉サービスに関する相談・支給決定のほか、その他障害児を抱える保護者への相談支援を行う
障害福祉課 高齢福祉課	成年後見制度利用支援事業	判断能力が不十分な認知症の高齢者・知的障害者・精神障害者に対し、自立した日常生活を営むことができるよう、成年後見に係る審判の申立て等に関する支援を行う
障害福祉課	障害者支援に関する事務	障害者福祉サービスに関する相談・支給決定のほか、その他障害者への相談支援を行う
障害福祉課	障害者虐待の対応	障害者虐待に関する通報・相談窓口の設置
子育て支援課	療育システム	発達に課題のある児童の相談支援
子育て支援課	子育て支援拠点事業	・乳幼児のいる子育て世帯の親子の交流・情報交換や子育てに係る相談の場の設置
子育て支援課	保育の実施（公立保育所・私立保育園など）	・公立保育所・私立保育園などによる保育・育児相談の実施 ・保護者による家庭保育が困難な乳幼児の保育に関する相談
子育て支援課	家庭児童相談室	・18才未満の児童とその家族に関する相談 ・ショートステイ事業
子育て支援課	配偶者暴力相談支援事業	配偶者等からの暴力の相談および被害者の保護



担当課	項目	具体的な取り組み内容
子育て支援課	保育コーディネーター配置事業	・保育コーディネーターを配置し、保育を必要としている世帯の相談に応じ、それぞれのニーズに合ったサービスの情報を提供することで、保護者の選択肢を増やすとともに、待機児童の減少を図る
子育て支援課	ファミリー・サポート・センターの事業	・育児の援助を行いたい人と育児の援助を受けたい人の会員組織化
子育て支援課	児童手当支給事務	児童手当の支給
子育て支援課	児童扶養手当支給事務	児童扶養手当の支給
子育て支援課	母子家庭等自立支援給付金事業	・高等職業訓練促進給付金等 ひとり親家庭の父母の就職の際に有利であり、かつ生活の安定に資する資格の取得を促進するため、看護師等の資格に係る養成訓練の受講期間の一定期間について「高等職業訓練促進給付金」を、養成訓練修了後に「高等職業訓練修了支援給付金」を支給する
子育て支援課	母子父子寡婦福祉資金貸付事業【特別会計】	・20歳未満の児童を扶養しているひとり親世帯及び寡婦の経済的自立の助成と生活意欲の助長を図るため、母子父子寡婦福祉資金の貸し付けを行う
子育て支援課	母子生活支援施設措置費	・配偶者のいない女子またはこれに準ずる事情にある女子とその看護すべき児童の母子生活支援施設への入所を実施し、入所施設の実施運営費を扶助することで、自立の促進のためにその生活を支援する
子育て支援課	要保護児童対策地域協議会	・要保護児童、要支援児童、特定妊婦に対する支援を図るための協議を行う ・児童虐待防止対策
子育て支援課	保育料等納入促進事業	(1) 保育所等による保育料納入勧奨指導 保育所長等により、催告状や口座振替不能の際は納入通知書を保護者へ手渡すとともに、保育料の納入を呼びかける (2) 納入しやすい環境整備 保育料の滞納縮減に努めるとともに、納入しやすい環境を整える (3) 滞納整理の強化 滞納者の実態調査や電話および夜間訪問を実施し、収納業務を強化する
健康づくり推進課	介護予防拠点施設（いきいきプラザ・げんきサロン）	自分で出かけられる地域の中で集い、仲間同士、元気で生き生きと年を重ねていけるよう、ボランティアの協力を得ながら運営する憩いの場
保健センター	母子健康手帳の交付	妊産婦と乳幼児の健康を支援するための手帳を交付します
保健センター	乳児家庭全戸訪問	すべての乳児のいる家庭を訪問し、子育ての孤立化を防ぐために必要な情報提供を行う。地域の中で子どもが健やかに育成できる養育環境を図ります
保健センター	出張育児相談	保健師が地域の子育て支援センターに出向き、育児に関する指導、相談を行います
保健センター	育児相談（イチゴベビー・ももキッズ）	お子さんとママのための相談日です。離乳食、予防接種、歯みがきの仕方など相談に応じます
保健センター	プレママ・プレパパ教室	妊娠5・6カ月の頃の妊婦、またはその配偶者を対象とした妊娠、出産、育児について学ぶ教室
保健センター	とりでスマイルメールの配信	妊娠期から出生後3歳の誕生日を迎えるまで、妊娠週数や月齢に応じた育児情報をメールマガジンで配信する
保健センター	歯みがき教室	1歳児を対象に実施する。育児相談、栄養相談、歯科相談を行い、生涯にわたる歯と口の健康づくりに取り組んでいます
保健センター	レットトライ高校生講座	市内の高校生を対象に、妊娠・出産の知識や男女のからだのしくみを知り、望ましい時期に望ましい妊娠ができる教育と自らのライフプランを考える

担当課	項目	具体的な取り組み内容
保健センター	離乳食教室	初期（5～6カ月）、後期（9～10カ月）の乳児を対象に離乳食の試食や進め方等の相談を通して育児を支援する
保健センター	BPプログラムの実施	初めて子育てをする生後2か月から5か月の子どもを持つ母親を対象に母親の仲間づくり、親子の絆づくりを行うプログラムを行っています
保健センター	産婦健診	産後うつ予防や新生児への虐待予防等を図るため、産後2週間、産後1か月に産婦に対する健康診査を行う
保健センター	産後ケア	出産退院直後の母子に対して心身のケアや育児のサポート等きめ細かい支援を実施しています
保健センター	妊婦健診	14回の公費負担で健康診査を実施し、妊婦の健康診査費用の負担軽減を図るとともに、その結果を把握し、必要に応じ相談、支援、指導を行い、母子の健やかな経過を支援する
保健センター	乳児健康診査	母性と乳児の健康保持と増進のために、生後11か月までの間に前期・後期の2回、医療機関における健診費用を助成する
保健センター	4か月児・1歳6か月児・3歳5か月児健康診査	乳幼児の健康保持と増進のために、4か月児・1歳6か月児・3歳5か月児に集団による健康診査を実施する
保健センター	親子教室	1歳6か月児健診や3歳5か月児健診の結果で発達の遅れや偏りが心配される児童や不安を抱える保護者に対しより良い対応や助言を継続的に行う
保健センター	親支援グループミーティング	家庭訪問や乳幼児健康診査で把握した育児不安や虐待が心配される母親に対してグループミーティングを行う。自己を見つめ直し、育児不安や虐待のリスク軽減を図る
保健センター	未熟児養育医療の給付	身体の発育が未熟なまま出生した乳児に対し、速やかに適切な処置を講ずる目的で、指定医療機関において必要な医療の給付を行う
保健センター	特定不妊治療費助成	特定不妊治療に要した費用のうち、茨城県から受けた助成額を控除した額について、市も助成を行う
産業振興課	中小企業融資 あっ旋事業	市内の中小企業者に対し、経営支援としての事業資金融資の斡旋を商工会と連携し行う
産業振興課	消費生活相談業務事業	商品、サービスの契約トラブル、多重債務等、消費生活相談業務の充実を図る 相談員数 3名 業務日及び受付時間 月～金曜日 9：00～16：00
管理課	市営住宅の入居	所得が少なく住宅にお困りの方に対して、低額な家賃で住宅を貸し出します
学務給食課	就学援助と特別支援学級就学奨励補助に関する事務	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助する。特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う
社会福祉協議会	心配ごと相談	日常生活の中の困りごと全般について、無料で相談を受付する
社会福祉協議会	成年後見サポートセンター	認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者等、特に支援が必要な方の権利を擁護するとともに、権利が損なわれないように相談に応じるなど、住み慣れた地域において、安心して暮らしていただけるように支援する
社会福祉協議会	取手市暮らしサポートセンター	「生活困窮者自立支援法」に基づき、生活困窮者を対象とした相談支援を実施
社会福祉協議会	ふれあい・いきいきサロン	サロンのボランティアが地域の高齢者、障がい者を地域の公民館に集って交流を図る
社会福祉協議会	いこいの場	偶数月に月あたり12か所の地区公民館等で落語や映画鑑賞、コンサートを通し孤立を防ぐ 地域の絆づくりのための働きかけを行う 対象者は市民一般



## 8. 民間団体との連携強化

- ・民間団体の人材育成に対する支援
- ・地域における連携体制の確立

担当課	項目	具体的な取り組み内容
総務課	同和・人権啓発事務	同和問題の理解を深めるための研修参加
社会福祉課	福祉まつりの開催	市民団体や社会福祉協議会との協働による「福祉まつり」を開催するなど、市民の福祉への関心を喚起するとともに、あらゆる世代及び地域間の融和を図る
社会福祉課	犯罪被害者支援に関する こと	被害者からの様々な悩み・相談等、犯罪被害者のニーズにこたえるための支援活動を推進する研修等に参加するだけでなく、市としての役割としては、 1. 総合的対応窓口の役割（既存の制度で、犯罪被害者を支援できるものを探し、案内・補助する） 2. 地域住民向けの広告啓発の役割（犯罪被害者への支援制度を広報等に寄せたり、街頭キャンペーンを行うことで、支援を知らせる） の大きく2つとされている
社会福祉課	社会福祉協議会助成事業	社会福祉協議会の事務事業に補助することにより、市民の方が生きがいを感じ、健康で豊かな暮らしが送れる地域社会の実現をめざし支援する
社会福祉課	民生委員事業	日常生活に援護を必要とする人に援助の手を差し伸べ、行政との間に立って地域福祉の向上に寄与する 具体的には、民生委員児童委員がその活動について研修や定例会で学んでいる地域では、困難を抱えている人に気づき、見守り、適切な相談機関につなげるなど重要な役割を担っている
社会福祉課	更生保護に要する 事業	犯罪、非行を行ってしまった人に対し、社会の中で適切に処遇することにより、自立更生を助長し、犯罪や非行のない安心・安全な地域社会づくりをめざす 具体的には、保護司会・更生保護女性会の事務局として、視察研修や役員会等を通して、更生保護の活動を支えている
高齢福祉課	認知症サポーター養成講座	誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する
高齢福祉課	お休み処事業	地域に住んでいる市民が主体となって運営している誰もが気軽に立ち寄れる喫茶スペース 交流する中で、「自然に高齢者の方の見守りができている」環境作りを目指す
高齢福祉課	認知症カフェ（オレンジ カフェ）	認知症の家族がいる方や、認知症に関心のある方、介護従事者など、地域で認知症に関心を持つ住民が気軽に集まれる場を開設することにより、気分転換や情報交換のできる機会を提供する
高齢福祉課	地域包括ケアシステムの 構築	誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしい暮らしを続けることができるよう、「住まい・医療・介護・介護予防・生活支援」を地域で一体的に提供する地域包括ケアシステムの拠点を構築する
高齢福祉課	地域包括支援センター運 営	高齢者の総合相談、ケア会議の開催、独居高齢者訪問等を行い、高齢者の方が住み慣れた場所で暮らしていくための手助けをする
障害福祉課	障害者自立支援協議会の 開催	医療・保健・福祉・教育及就労に関する関係機関とのネットワーク構築
子育て支援課	ファミリー・サポート・ センターの事業	育児の援助を行いたい人と育児の援助を受けたい人の会員組織化
健康づくり 推進課	介護予防拠点施設 （いきいきプラザ・げん きサロン）	自分で出かけられる地域の中で集い、仲間同士、元気で生き生きと年を重ねていけるよう、ボランティアの協力を得ながら運営する憩いの場
環境対策課	おもいやり収集事業	一人暮らしで身体の不自由な方等を対象にした個別訪問収集を実施する
環境対策課	環境騒音監視事業	静寂で快適な生活環境の保全、維持を図る
産業振興課	消費者教育・啓発事業	出前講座の開催 消費者月間キャンペーンの実施 消費者セミナーの開催 消費者サポーターを育成するために勉強会を実施する
産業振興課	買い物弱者支援事業	買い物が困難な地域で移動販売事業を実施し買い物環境の向上を図る

## 9. 子ども、若者の自殺対策

- ・いじめを苦しめた子どもの自殺予防
- ・学生。生徒への支援
- ・SOSの出し方に関する教育
- ・子ども、若者への支援
- ・若者の特性に応じた支援

担当課	項目	具体的な取り組み内容
社会福祉課	学習支援事業	貧困の連鎖を断ち切るため、生活困窮世帯の子どもを対象に、学び直しの機会と居場所づくり等の提供を目的とし、学習支援事業を実施する
障害福祉課	障害児支援に関する事務	障害児福祉サービスに関する相談・支給決定のほか、その他障害児を抱える保護者への相談支援を行う
子育て支援課	要保護児童対策地域協議会	要保護児童、要支援児童、特定妊婦に対する支援を図るための協議を行う 児童虐待防止対策
社会福祉協議会	心配ごと相談	日常生活の中の困りごと全般について、無料で相談を受付する
社会福祉協議会	指定特定相談支援事業所 指定障害児相談支援事業所	障がい者（児）福祉サービスの利用を希望する障がい者（児）の総合的な援助方針や解決すべき課題を踏まえて適切なサービスの組み合わせについて検討し、計画を作成していく
スポーツ生涯学習課	青少年センター相談員配置事業	青少年センターに相談員を2名配置し、青少年自身または保護者からの友人関係や思春期の子どもの発達段階等の悩み事に関する相談活動を実施する
スポーツ生涯学習課	家庭教育学級研修会の開催	各小中学校・保育所・幼稚園の保護者が、「子育て」や「しつけ」について学んだり、悩みを話し合ったりしながら、家庭教育のあり方を学ぶ家庭教育学級研修会を実施する
教育総務課	奨学金に関する事務	奨学金に関する事務
学務給食課	学校図書館活用事業	学校司書を配置し、学校図書館の利活用を図る
学務給食課	ホームページによる情報発信	学校で行われている特色ある教育活動、地域全体で共通に取り組んでいる教育活動に関して分かりやすく情報を提供するシステムを整備する
学務給食課	就学援助と特別支援学級 就学奨励補助に関する事務	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助する。 特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う
指導課	保幼小中連携事業	保育園、幼稚園、小学校、中学校間で連携し、スムーズな移行を図るとともに、希望や目標を持って各学校に入学し、それぞれの学校生活にスムーズに移行できる児童生徒を育てることを目的とする
指導課	就学に関する相談	特別に支援する児童・生徒に対し、関係機関と協力して一人一人の障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行う
指導課	学級満足度調査	児童・生徒の心理面や学級集団を客観的に把握し、学級経営や授業を改善する
指導課	教職員研修関係事務	教職員の研修及び研究・生活リズムの向上、体力の向上に向けた取組を行う
指導課	生活指導・健全育成（教職員向け研修等）	問題行動の未然防止を含めた児童・生徒の健全育成のために、各校生徒指導主事を集め、生徒指導講座を実施する
指導課	学力向上研修事業	児童生徒が主体的で対話的な深い学びができるよう、外部講師等による学力向上研修を実施する
指導課	いじめ対策推進事業（教職員研修）	いじめの未然防止、早期解決、いじめへの対処を目的とした教職員一斉研修会（年1回）及び教職員リーダー研修会（年6回）を実施する
指導課	いじめ対策推進事業（教育相談）	市教育総合支援センターにいじめ対策推進室を設置し、電話、メール相談及びいじめ通報アプリを通して、いじめに特化した教育相談を実施する
指導課	スクールカウンセラー活用事業	市教育総合支援センターに臨床心理士の資格を有するスクールカウンセラーを配置し、電話、メール、訪問相談を通して、子どもの教育上の悩み（いじめを含む）や心配事に関する相談活動を実施する
指導課	スクールソーシャルワーカー活用事業	市教育総合支援センターに社会福祉士の資格を有するスクールソーシャルワーカーを配置し、訪問相談を通して、子どもの教育上の悩み（いじめを含む）や心配事に関する相談活動を実施する

担当課	項目	具体的な取り組み内容
指導課	子どもと親の相談員配置事業	市内各小中学校に週1～2日配置され、子ども及び保護者の悩みや相談事に対して教育相談を実施する
指導課	不登校児童生徒支援事業	市教育総合支援センターに適応指導教室を設置し、市教育相談員が、不登校や登校渋りに関する教育相談及び不登校児童生徒の適応指導事業を実施する
指導課	教育に関する調査研究・会議や連絡会の開催等	不登校対策として、スクールカウンセラーの配置や教育総合支援センター相談員との連携を図る
指導課	市いじめ問題対策連絡協議会の開催	各学校の生徒指導主事及び関係諸機関の職員を招集し、いじめの防止に関する市の施策の点検、見直し及び新たな施策の提言を行う連絡協議会を開催する
指導課	いじめ対策推進事業（いじめ防止に関する講演会）	市内全中学校に講師を派遣し、自分の命や友達の命を大切にしていこうとする気持ちを育てることを目的とした「命の授業」講演会を実施する
指導課 ・保健センター	教育に関する調査研究・会議や連絡会の開催等	市内小中学校の養護教諭を対象としたゲートキーパー養成講座を開催する

## 10. 勤務問題による自殺対策

- ・職場におけるメンタルヘルス対策
- ・ハラスメント防止対策

担当課	項目	具体的な取り組み内容
総務課	同和・人権啓発事務	同和問題の理解を深めるための研修参加
人事課	メンタルヘルス研修	職員向け：メンタル研修
人事課	ハラスメント研修	職員向け：ハラスメントに対する理解を深める
人事課	LGBT研修	職員向け：LGBTに対する理解を深める
人事課	ストレスチェック	職員のストレスの有無の気づきを促す
人事課	ハラスメント相談窓口	職員向け：人事課職員による相談業務
人事課	健康相談 心の相談	職員向け、身体・心の心配ごとがあった場合に産業医・精神科医による相談、面談を受けられる
消防本部 総務課	惨事ストレス対策	災害出場等に起因する惨事ストレス対策を定め、職員の心の健康増進を図る
学務給食課	学校職員ストレスチェック事業	労働安全衛生法に基づき、学校職員等のストレスチェックを実施し、メンタル不調の未然防止を図る また、業務の効率化を図るために校務支援システムを導入する

## 第4章 計画の推進

### 第1節 計画の推進体制

- 本計画を推進し、目標を達成するためには、市民が自らが健康寿命の延伸に向け、自分の健康について関心を持ち、本計画に十分な理解してもらうことが必要です。そのためには、「広報とりで」及び「市のホームページ」などを通して、本計画の市民への周知を図り、市民が健康寿命の延伸に向けて、自分の健康に関心を持ち、健康づくりに対する意識を高めていきます。
- 市民一人ひとりの健康づくりを推進するためには、行政だけでなく、取手市地域医療審議会を通して、地域・保健・医療・福祉関係機関、教育機関、企業、などの関係機関・団体等が協力し、お互いに連携・協働しながら、健康づくりに取り組んでいきます。

### 第2節 計画の評価

- 本計画では、計画の最終年である平成35年度に、最終評価及び次期計画策定を行います。
- 取手市総合計画及び各種計画との整合性を図りながら、経年的に評価して、本計画に定めた指標目標に加え、「市民アンケート」の実施結果データも使用します。実施により状況の把握と評価を行い、社会状況等を踏まえて取り組み内容を見直していきます。
- 本計画をより実効性のあるものとして推進していくため、関係各課の施策・事業の進捗状況を定期的に把握しながら、必要に応じて見直し、改善していきます。