

健康せたがやプラン（第二次）

平成24年度～33年度

平成24年3月

世田谷区

# 健康せたがやプラン

平成24年度～33年度 **第二次**

平成24年3月  
世田谷区







## はじめに

「健康」は、生活の基本であり、何にも代えがたいものです。

長寿社会と言われて久しくなりました。医療技術の進歩や食生活の改善などにより、区民の平均寿命は男女ともに80歳を越え、男性は全国16位の長命となっています。がんによる死亡の指標においても、23区の中で低い値をとるなど、健康に対する意識の高さとともに、区民の健康状態は概ね良好であることが明らかとなっています。

一方で、メタボリックシンドロームという言葉が定着したように、生活習慣病の増加、5大疾患に位置付けられたところの健康、死因の3分の1を占めるがんへの対策など、課題も浮き彫りになっています。また、超高齢社会の到来を目前にして、活力ある社会の構築に向けた高齢者の健康づくりも重要な課題です。

区では、平成18年に健康づくり推進条例を制定し、区民の健康づくりを計画的に支援していくこととしました。平成19年からは健康せたがやプラン（後期）に基づき、区民の皆さんと共に様々な健康施策に取り組んできました。

健康づくりは区民一人ひとりが意識を持ち、積極的に行動することが第一ですが、長続きさせるためには、地域全体で活動することも大切です。ここにお示した「健康せたがやプラン（第二次）」は、これまでの取り組みを継承しつつ、向こう10年間を見据えた区の健康施策の方向性を示したものです。区は、この計画に基づき健康施策の推進や、区民の皆さんの健康づくり活動を積極的に支援してまいります。

区民の生命と健康を守ることは、行政の重要な責任であり、活力ある地域社会を構築することそのものです。「区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことができる地域社会」を、区民の皆さんとともに、実現してまいります。

平成24年3月

世田谷区長 保坂 展人

## 健康せたがやプラン（第二次）に寄せて

このたび、「健康せたがやプラン（第二次）」が策定されました。

この計画には、いくつかの基盤となるものがあり、その一つは、平成18年に施行された世田谷区健康づくり推進条例です。条例では、「健康」とは疾病や障害の有無にかかわらず、健やかに生き生きと暮らすために最も基本となるものと謳っています。また、健やかでこころ豊かに暮らすことのできる地域社会の実現を基本理念に掲げ、区民一人ひとりが健康状態を自覚し生活の質の向上をめざして健康の保持・増進を図ること、区民が健康に関して安全で安心して生活することのできる地域社会全体の環境づくりを進めるために、地域社会全体の取組みとして健康づくりに関する施策の推進を図ることを求めています。

もう一つの基盤は、前計画の「健康せたがやプラン」です。「区民主体・区民参画」、「地域での協働・連帯」、「科学的根拠に基づく施策」の計画を推進する3つの視点が示され、これらは今回の計画でも活かされています。この健康の捉え方や区民の参画、協働などの概念は重要であり、世界保健機関（WHO）が提唱するヘルスプロモーションの考え方においても強調されています。

近年、住民と行政が何らかの目的を共有し、その達成のためにそれぞれの役割を果たすこと＝『パートナーシップ』の重要性が強調され、住民の主体性ととも行政の主体性が注目されています。「これまでやってきたことだから」などの行政の非主体的な動機ではなく、区民の安心や健やかさなど心地よい居場所としての世田谷区を実現することの意義について、区は区民や地域の関係機関、団体等と共に見直すことが大切です。言い換えれば、そのために必要な条件を見出し、その条件を充足するために必要な区と区民、地域の関係機関や団体等の役割などを、知恵を出し合って検討することこそが、まさに健康に関する計画づくりのプロセスそのものです。

今回の計画策定の過程では、様々な機会を利用して、区民の方の意見や要望が取り入れられました。この計画は、区民生活を舞台に、区民が健やかな日々を送ることができる世田谷区の創造をテーマとするシナリオとして位置づけられることが重要です。また、計画は固定化してしまうと、そこに示された行動を逆に縛り付ける危険性をはらんでいます。常に評価を加えながら、施策等のブラッシュアップを意識し、その上でこの計画を基にした実践活動が進められていくことが必要です。

この計画が、区民が健やかに暮らすことのできる世田谷区の創造に向けて、区、区民、専門家や地域の関係機関、団体などが知恵と力を出し合いながら、新たなステップを踏み出す基盤となることを大いに期待しております。

平成24年3月

世田谷区健康づくり推進委員会

会長 岩永 俊博



# 目 次

<b>第1章 健康せたがやプラン（第二次）のめざす姿</b>	1
1 健康せたがやプラン（第二次）の目的	3
2 基本理念（めざす姿）	4
(1) 基本理念の考え方	4
(2) 基本理念の内容	5
3 プランの目標	6
(1) 3つの目標	6
(2) 目標の考え方	7
4 プランの全体像に対する評価指標と目標	10
5 プラン推進のための基本的な考え方	11
(1) プランの推進にあたって	11
(2) 基本的な考え方の内容	12
6 プランの位置づけ	13
(1) プランの位置づけ	13
(2) プランの期間	14
<b>第2章 世田谷区健康づくりを取り巻く状況と区民の健康課題</b>	15
1 世田谷区健康づくりの取組み状況	17
(1) 健康づくりの取組み	17
2 世田谷区民の健康課題	22
(1) 世田谷区民の健康課題	22
(2) 世田谷区民の健康状況の概要	24
(3) 世田谷区民の健康づくりに関する調査結果	26
(4) 健康せたがやプラン後期の評価	29
<b>第3章 健康づくり施策</b>	33
1 施策の体系	35
(1) プランの目標を達成するための施策	35
(2) 施策の体系図	36
(3) 健康せたがやプラン（第二次）の全体構成イメージ図	37
2 施策の評価指標とめざす目標	38
(1) 施策の評価指標の設定	38
(2) 施策のめざす目標	39
■健康せたがやプラン（第二次）を推進する全体像■	40



3	主要な健康課題への対応【重点施策】	42
	生活習慣病対策の推進	42
	食育の推進	49
	こころの健康づくり	55
	がん対策の推進	61
4	一人ひとりの健康づくりの支援	66
	親と子の健康づくり	66
	思春期の健康づくり	71
	健康長寿の推進	74
	女性の健康づくり	78
	口と歯の健康づくり	82
	たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進	86
5	健康に関する安全と安心の確保	90
	健康的な生活環境の推進	90
	食の安全・安心の推進	94
	感染症予防対策の推進	98
	健康危機管理の向上	102
	■区民のライフステージ（世代別）に応じた健康づくりの主な施策■	106
<b>第4章</b>	<b>地域の健康づくり</b>	<b>109</b>
1	地域の健康づくり	111
	世田谷地域	113
	北沢地域	116
	玉川地域	120
	砧地域	125
	烏山地域	129
<b>第5章</b>	<b>プランの推進体制と評価</b>	<b>133</b>
1	健康づくり施策等を推進する体制	135
2	プランの推進にあたって	136
3	プランの進捗管理と評価	137
	(1) プランの進捗管理と評価の必要性	137
	(2) 成果指標と活動指標（評価指標）	137
4	施策の評価指標とめざす目標の一覧	138
	(1) 主要な健康課題への対応【重点施策】	138
	(2) 一人ひとりの健康づくりの支援	141
	(3) 健康に関する安全と安心の確保	144
<b>資料編</b>		<b>147</b>

# 1

## 第1章 健康せたがやプラン(第二次)の めざす姿



## 第1章

## 健康せたがやプラン（第二次）のめざす姿

## 1 健康せたがやプラン（第二次）の目的

「健康」とは、単に病気や虚弱ではないというのみならず、身体的、精神的、そして社会的に良好な状態（世界保健機関（WHO）の“健康の定義”より）をいい、誰もが健やかに生き生きと暮らすための最も基本となるものです。

「世田谷区健康づくり推進条例」（以下「条例」という。）の前文では、健康は、疾病や障害の有無にかかわらず、健やかに生き生きと暮らすための基本とするとともに、区民の共通の願いと謳っています。また、その願いを実現するためには、区が健康づくりの施策を構築し展開することに加え、区民一人ひとりが自らの健康状態を自覚し、生活の質の向上をめざして健康の保持・増進を図ること、区民が健康に関して安全で安心して生活できる地域社会全体の環境づくりを進めること、さらに、地域での様々な健康づくり活動を地域社会全体の取り組みとして、社会環境や生活環境の整備につなげていくことが重要であるとしています。

区は、条例の主旨である『健やかでこころ豊かに暮らすことができる地域社会の実現』に向け、平成14年に策定した「健康せたがやプラン」（以下「プラン」という。）や平成19年度からの「健康せたがやプラン後期」（以

下「プラン後期」という。）を通じ、疾病予防から介護予防までの一貫した予防施策や、平均寿命・健康寿命の延伸に向けた生活習慣の改善、また、こころの健康づくりなどに取り組んできました。

しかし、この間、区民の生活スタイルや価値観は一層多様化し、超高齢社会の到来を目前に、健康への意識も変化しています。区民の健康意識は高まっているものの、一人ひとりの生活習慣の改善がはかどらない実態、増加を続ける医療費の負担、自殺者が全国で毎年3万人を超す現状、新型インフルエンザの出現や食に関する事件・事故の発生、そして、福島第一原子力発電所の事故による放射性物質の飛散など、健康に係わる課題や不安が浮き彫りとなっています。

区は、「プラン後期」の評価や「世田谷区民の健康づくりに関する調査」等から、区民の健康課題等を把握しつつ、区民の健康の保持・増進や様々な健康課題等の解決を目的に、平成24年度から向こう10か年にわたる区の総合保健計画として、本プランを策定しました。

## 2 基本理念（めざす姿）

### (1) 基本理念の考え方

区では、平成 18 年 3 月に、世田谷区における健康づくりに関する基本的な事項を定めた「世田谷区健康づくり推進条例」を制定しました。

条例の第 1 条では、「区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことができる活力ある地域社会の実現」をその目的として謳っています。また、本プランは、条例第 11 条に示した「健康づくりの推進に関する

（総合的な）計画」として策定することから、条例の目的を本プランの基本理念として定めました。

なお、本プランの実現にあたっては、区の責務、区民や地域団体、事業者の役割を踏まえ、それぞれが責務と役割を果たしつつ、必要な連携と協働のもとで健康施策を推進することが不可欠です。

#### プランの基本理念

**区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに  
暮らすことができる地域社会の実現**

## (2) 基本理念の内容

---

### ■ “区民が” とは

性別や国籍の違い、病気や障害などのありなしに係わらず、全ての区民を指します。

### ■ “生涯にわたり” とは

区民一人ひとりの誕生から生涯を閉じるまでの期間を指します。

### ■ “健やかで” とは

単に病気や虚弱でないというのみならず、身体的、精神的、そして社会的に良好な状態を意味します。

### ■ “こころ豊かに暮らすことができる” とは

からだの健康だけでなく、悩みや不安を持ちつつも、生きがいや自分の役割などを認識し、家庭や学校、職場、地域の中など自分らしさを発揮しながら、心身ともに充実した日々を送っていることを意味します。

### ■ “地域社会の実現” とは

区、区民、地域団体及び事業者などがそれぞれの役割を果たしつつ、協働により健康づくりを推進し、全ての区民の健康の保持・増進と、安全で安心して生活できる地域社会の環境やしくみが整備されることを意味します。

### 3 プランの目標

#### (1) 3つの目標

本プランでは、区と区民、地域などが、共にめざす区民の健康の姿をプランの目標として決めました。

これまでも区の健康づくり施策は、「自助」（個人の自覚と主体的な取り組み）、「共助」（個人を人や地域が支える取り組み）、「公助」（個人の健康を支える環境づくり）の3つの視点を踏まえ推進してきましたが、本プランにおいてもこの視点を基本とします。また、

健康づくりの目標をより分かりやすいものとするため、新たに「区民」と「健康」をキーワードとして目標を整理し直しました。

今後10年にわたり、この目標達成に向け、区は様々な健康づくり施策や事業を展開するとともに、区民、地域団体及び事業者などと協働して、積極的に行動することが求められています。

#### プランの基本理念を実現する3つの目標

- 目標1 区民の誰もが自らの健康に関心を持ち、  
自分にあった健康像の実現に取り組んでいる
- 目標2 人と人との絆が育む地域社会の中で、  
区民が健康の保持・増進に取り組み生き生きと生活している
- 目標3 将来にわたり安全で安心な生活環境の中で、  
すべての区民が健やかでこころ豊かに暮らし続けている

## (2) 目標の考え方

### 目標1 区民の誰もが自らの健康に関心を持ち、 自分にあった健康像の実現に取り組んでいる

#### 【目標1の考え方】

社会構造の変化に伴い区民の生活スタイルや価値観は一層多様化し、少子・高齢社会の進展による超高齢社会の到来を目前に、地域社会のあり様も変化が求められています。

こうした中、区民の健康意識は高まりを見せていますが、一人ひとりの生活習慣の改善がはかどらない実態や、約6割の区民が何らかのストレスを抱くなどの健康課題

も生じています。

健康づくりの基本は、区民一人ひとりが自分の健康状態を自覚しつつ、生活の質の向上をめざし、主体的に健康の保持・増進に向け取り組むことです。健康を自ら維持する力、実感できる力などの「自助努力」を第1の目標としました。

#### 【目標1のキーフレーズ】

##### ■ “健康に関心を持ち” とは

区民自身が、健康診断の結果などから自らの健康を十分に把握し、心身の健康の保持・増進に向け、予防や改善の取り組みに積極的に関心を持っていることを意味します。（気づき・認識～意識・動機付け）

##### ■ “自分にあった健康像の実現” とは

区民一人ひとりが、病気や障害などがあっても自分が考える健康の姿を持ち、その実現に向け自分なりの健康づくりの取り組みを行っていることを意味します。（課題解決に向けた区民一人ひとりの計画と実行）



## 目標2 人と人との絆が育む地域社会の中で、 区民が健康の保持・増進に取り組み生き生きと生活している

### 【目標2の考え方】

家族構成の変化や目前に迫る超高齢社会に対応するには、これまで以上に地域の結びつきや助け合い・支え合いを必要としています。健康づくりにおいても、個人の力だけでは、実現や継続ができないことが数多くあります。

地域の中で一緒に行動できる仲間、お互いを知り気遣える心のゆとり、万一の際に助け合える関係など、「共助」の考えに基づく主体的で多様な地域活動が活発に展開さ

れることが必要です。

地域ではこれまでも様々な健康づくりに係わる自主活動グループなどが活動し、区の特徴ともなっています。

今後の区民の健康の保持・増進にあたって、それぞれの生活圏域の中で、良好な地域コミュニティを形成しながら、人と人の結びつきの中で自分らしさを発揮し、生き生きと生活できる関係を第2の目標としました。

### 【目標2のキーワード】

#### ■ “人と人との絆が育む地域社会” とは

笑い合える友達、悩みや困りごとを聞き助け合うことができる知り合いがいる、隣人を思いやり気遣える信頼関係が育まれ、人と人とのつながりや絆で結ばれている地域を意味します。

#### ■ “健康の保持・増進に取り組み” とは

目標1で示した、自分なりの健康づくりを組み立て実践できることを意味します。

#### ■ “生き生きと生活している” とは

区民一人ひとりが、地域の中で人と人とのつながりや絆で結ばれ、“自分らしさ”を発揮することを通じ、満足感や充実感の中で生き生きと生活していることを意味します。

## 目標3 将来にわたり安全で安心な生活環境の中で、 すべての区民が健やかでこころ豊かに暮らし続けている

### 【目標3の考え方】

新興感染症や想像を超える大規模災害の発生、食に関する事件・事故の続発、原子力発電所事故による放射性物質の飛散など、目に見えない脅威による健康被害や不安が区民生活に大きな影響を及ぼしています。緊急時のリスク管理の必要性や、健康危機管理体制の充実はもちろんのこと、そのめざすところは区民の健康と生命、暮らしの「安全」の確保にあります。

区民が、自らの住む地域や住まいなどの

生活環境の安全を享受し、毎日をこころ豊やかに暮らしていくためには、自らの世代だけでなく、将来にわたり安全で安心な生活環境が保障されていなければなりません。こうした生活環境の確保は、個人や地域社会だけで実現することは難しく、行政が主体となり区民や地域社会とも連携を図り取り組む必要があることから、「公助」の考え方を第3の目標としました。

### 【目標3のキーワード】

#### ■ “将来にわたり安全で安心な生活環境の中” とは

食生活や住環境などの生活環境の安全と安心や災害時などの健康危機管理の備えなどが十分確保され、区民の誰もが目に見えない健康への不安や生活への脅威が払拭されるなど、将来にわたり安心して暮らし続けられる地域の環境を意味します。

#### ■ “健やかでこころ豊かに暮らし続けている” とは

基本理念と同様に、身体の健康だけでなく、悩みや不安を持ちつつも、生きがいや自分の役割などを認識し、家庭や学校、職場、地域の中など自分らしさを発揮しながら、心身ともに充実した日々を送っていることを意味します。

## 4 プランの全体像に対する評価指標と目標

本プランの3つの目標（全体像）に対する評価指標として、区民の「主観的健康感」、「健康状態」や「生活満足度」を視点とする

指標とめざす目標（表1）を設定しました。

めざす目標の設定年度は、本プランの最終年である平成33年度末としました。

表1 全体像に対する評価指標と目標

指標分類	指 標	現状値 (該当年)	めざす目標 (平成33年度末)
主観的健康感	○自分の健康に関心がある人 ※「世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書（平成23年3月）」から	89.8% (平成22年)	増やす
	○自分のことを健康だと思う人 ※「世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書（平成23年3月）」から	79.2% (平成22年)	増やす
健康状態	○平均寿命 ※「平成17年市区町村別生命表」から	男性 80.6 歳 女性 86.8 歳 (平成17年)	伸ばす
	○65歳健康寿命（要支援） ※「東京都福祉保健局資料（平成21年）」から	男性 81.1 歳 女性 82.4 歳 (平成21年)	伸ばす
	○早世率（65歳未満で死亡する割合） ※「H22簡易生命表」より計算 65歳未満の主な生活習慣病の死亡割合 (がん・心疾患・脳血管疾患の死亡割合) ※「平成23年世田谷保健所人口動態資料」から	男性 13.1 % 女性 6.4 % (平成22年) 55.3% (平成22年)	減らす
生活満足度	○世田谷区に愛着を感じている人 ※「世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書（平成23年3月）」から	82.6% (平成22年)	増やす
	○毎日を健やかに充実して暮らしている人 ※「世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書（平成23年3月）」から	85.4% (平成22年)	増やす

※印は、現状値の出典を示しています。

## 5 プラン推進のための基本的な考え方

### (1) プランの推進にあたって

プラン後期では、「区民主体・区民参画」「地域での協働・連帯」「科学的根拠に基づく施策」の3点を重視して計画を進めることとしました。

本プランでは、この3つの視点を尊重しつつ、この間の社会状況の変化や将来にわたる健康施策の推進を念頭に、新たに「行動と継続」「安全・安心」「予防と新たな健康の創造」を視点として加え、以下に示す5つの考え

方を「プランを推進するための基本的な考え方」としました。施策の実施にあたっては、これらの考え方に基づき推進していきます。

なお、本プラン推進にあたっては、国において「新たな国民健康づくり運動プラン」の策定が進められていることから、そこでの視点などを踏まえ、施策の実践を図ることを予定しています。

#### プラン推進のための基本的な考え方

- |      |                |
|------|----------------|
| 考え方1 | 区民の主体的な行動と継続   |
| 考え方2 | 地域での協働・参画と連携   |
| 考え方3 | 科学的根拠に基づく施策の展開 |
| 考え方4 | 健康に係わる安全・安心の確保 |
| 考え方5 | 予防と新たな健康の創造    |

## (2) 基本的な考え方の内容

---

### 考え方1 区民の主体的な行動と継続

《説明》 区民自らが、正しい健康情報を得、学び、健康状態を理解し、健康の保持・増進に必要な実践的な行動に主体的に取り組むこと、また、その行動が生涯にわたり継続されることが大切です。

### 考え方2 地域での協働・参画と連携

《説明》 地域では、多様で活発な健康づくり活動が行われています。より効果的に健康づくりを推進するには、行政だけでなく区民、地域団体及び事業者などが参画し、施策や事業を立案するとともに、連携と協力のもとで展開することが不可欠です。

### 考え方3 科学的根拠に基づく施策の展開

《説明》 保健・衛生施策は、区民の健康状態や地域の実態を調査分析したうえで、適正に評価しながら実施する必要があります。各種健（検）診データなど科学的な根拠に基づき、施策を展開するものです。

### 考え方4 健康に係わる安全・安心の確保

《説明》 保健・衛生施策は「安全」を基本に推進してきましたが、食や生活環境への不安など、安全だけでは捉え切れない健康課題が生じています。今後の施策推進においては、「安心」も展開の視点とするものです。

### 考え方5 予防と新たな健康の創造

《説明》 保健・衛生施策や健康づくり施策には、「予防」が不可欠ですが、同時に一人ひとりの健康状況や環境に応じたハイリスクアプローチや健康状態の改善の視点も必要です。さらに、性別や国籍の違い、病気や障害などのありなしに係わらず、誰もが健やかに生き生きと暮らし続けていけることなど、新たな健康の創造の視点も不可欠です。

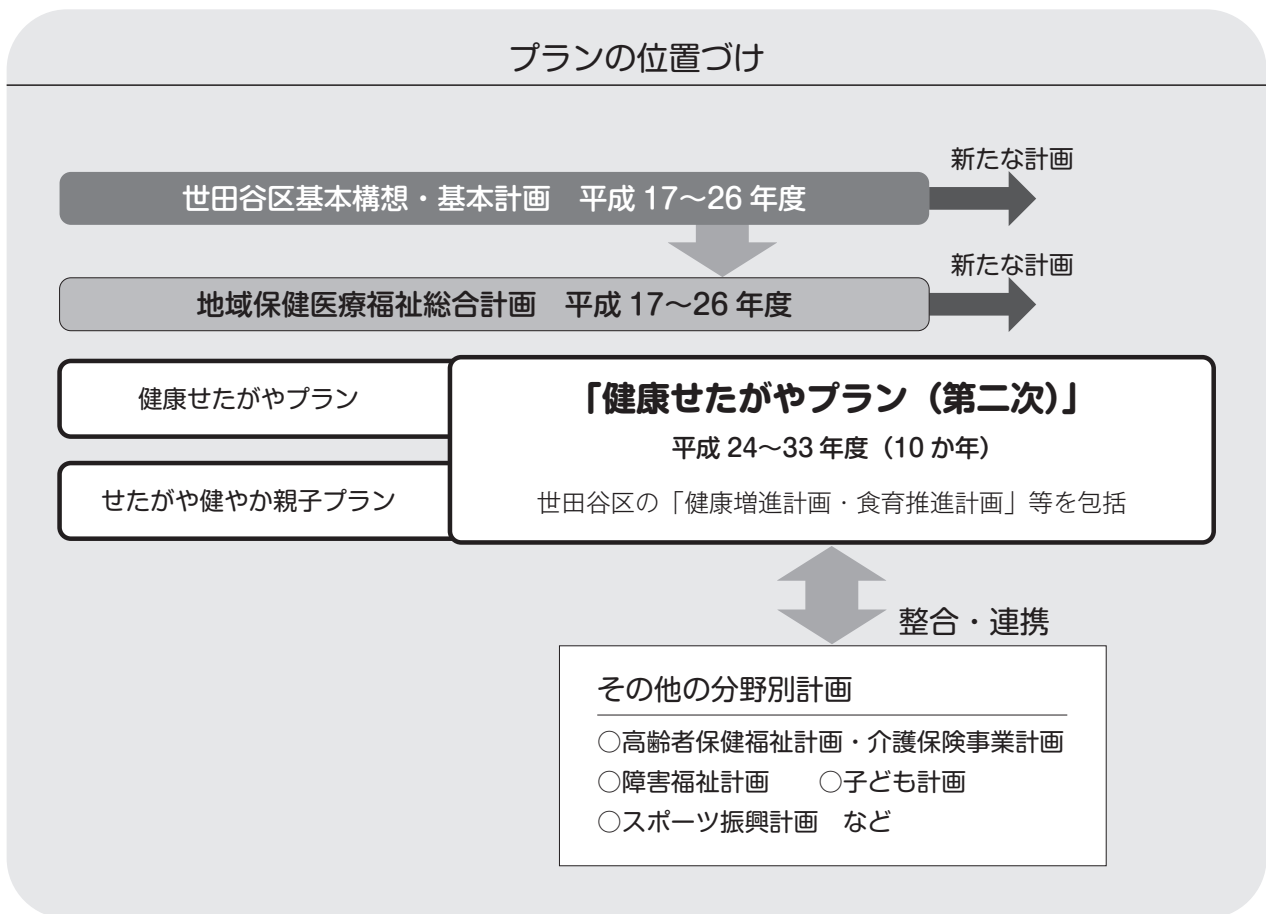
## 6 プランの位置づけ

### (1) プランの位置づけ

本プランは、条例に定める区の「健康づくり計画」であるとともに、健康増進法に定める区市町村の「健康増進計画」、食育基本法による区市町村の「食育推進計画」としての位置づけを併せ持つものです。また、「せたがや健やか親子プラン」は、母子保健計

画として、本プランに統合します。

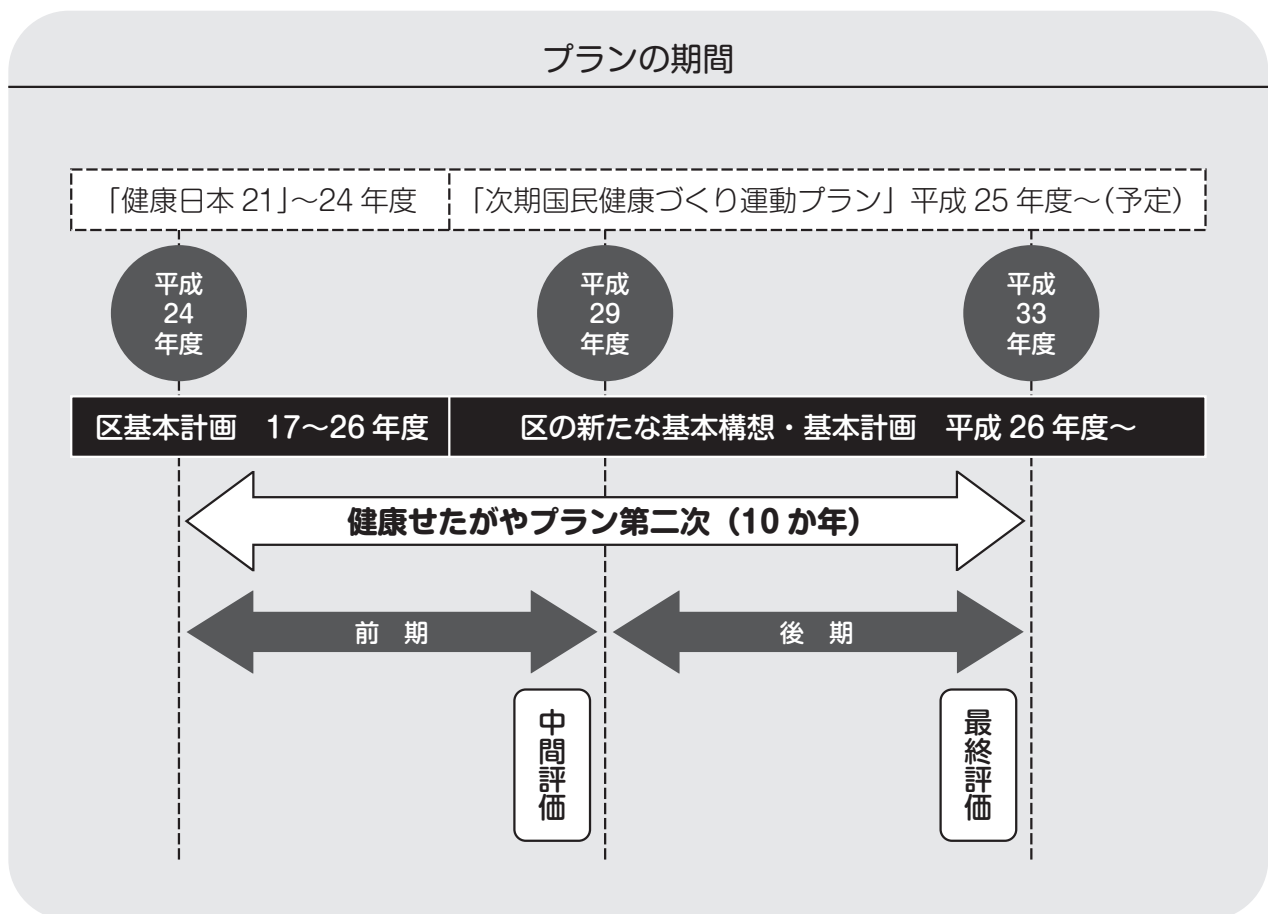
さらに、世田谷区基本構想・基本計画を上位計画とし、区の地域保健医療福祉総合計画のほか、区の各種分野別計画とも整合・連携を図ります。



## (2) プランの期間

本プランの計画期間は、平成 24～33 年度の 10 年間とし、中間段階で評価を実施し、平成 29 年度を目途に「健康せたがやプラン（第二次）後期」として改定を予定します。

なお、本プラン策定後の社会状況の激変や新たな基本構想・基本計画の策定に伴い、本プランの改定等の必要が生じた場合には、適宜改定を行うものとします。





第2章  
世田谷区健康づくりを取り巻く状況と  
区民の健康課題





## 1 世田谷区の健康づくりの取組み状況

## (1) 健康づくりの取組み

区は、平成6年に「生活者の視点に立った平和で心豊かな生活文化都市の実現」を指針とした基本構想・基本計画を策定しました。しかし、少子・高齢社会や情報化の進展、景気低迷の長期化、地方分権一括法の制定などの社会状況の変化を受け、平成17年には「魅力あふれる安全・安心のまち世田谷」をめざした新たな基本計画(10か年)を策定しました。この基本計画では、「健康でやすらぎのあるまち」を将来目標の一つに掲げ、その主要テーマを「健康づくり・疾病予防の推進」、「安心して子どもを育てられる環境づくり」としています。

この基本計画を受けて、平成20年度からの世田谷区実施計画では、「健康づくりから介護予防まで一体的な取組み」、「成長に応じた子どもの支援」を重要施策と位置づけ、「健康づくり支援の充実」、「食を通じた健康づくりの推進」及び「子どもの健康づくり」の施策を、これらを構成する事業としました。

保健分野では、基本計画・実施計画に基づき、こころ豊かに暮らせる地域社会の実現をめざして、平成14年に世田谷区初の健康づくり計画として「健康せたがやプラン」を策定しました。さらに、平成18年にはへ

ルスプロモーションの理念を基本として、区民、地域団体及び事業者等との協働による健康づくりをより一層推進するために、条例を施行しました。

これらを踏まえ、平成19年度には、「プラン後期」をスタートさせ、「乳幼児からの食育の推進」、「働く世代のこころの健康づくり」、「子どものころからの生活習慣病予防対策の推進」を重点施策としながら、その他の施策や地域の特性を活かした区民との協働による施策等にも積極的に取り組んでいます。

具体的には、「乳幼児からの食育の推進」では、出前型食育講座や大人の食育講座などの“食”を体験し学べる機会を、地域団体や区内の大学、企業などと連携し提供しているほか、区の食育環境づくりや、若い世代への“食”情報の発信などに取り組んでいます。

「働く世代のこころの健康づくり」では、ゲートキーパーの養成やストレスセルフチェックなどのしくみを通じたうつ病予防対策に加え、平成22年には、区内関係行政機関や区内の交通事業者等で構成する「世田谷区自殺対策協議会」を発足し、具体的な自殺対策の取組み等の検討を進めています。

また、こころとからだが不安定な思春期世代の精神保健対策として、思春期のこころの健康に関する啓発や、保健分野と教育分野との連携の仕組みづくりに取り組んでいます。

「子どものころからの生活習慣病予防対策の推進」では、平成 20 年に開始した特定健診・特定保健指導等の受診率の向上を図るため、国民健康保険加入者への啓発と勧奨を実施しています。また、乳幼児健診等の母子保健事業等を通じて、育児中の母親向けに生活習慣の改善や、乳幼児の生活リズムの大切さなどを啓発しています。さらに、乳がん、子宮がん検診等の個別勧奨など、各種がん検診の受診率向上へも取り組んでいます。

その他、両親学級の土曜日開催や平成 20 年の児童福祉法改正に伴う乳児期家庭訪問事業の拡充などの「親と子の健康づくり」、性感染症予防の啓発やこころの相談などを通じた「思春期の健康づくり」、産前・産後歯科健診や 8020 運動を展開する「口と歯の健康づくり」などの健康づくり施策に取り組んでいます。また、総合支所では地域の特性を活かし、区民との協働による多様な健康づくり事業を展開しています。

平成 21 年に発生した新型インフルエンザの健康危機管理対応等を契機として、新興感染症や再興感染症の発生及び災害時の医療体制確保など、区民の生命と健康を守る観点から、「世田谷区健康危機管理連絡会」や「世田谷区災害医療運営連絡会」を定期的開催し、医師会、歯科医師会、薬剤師会、獣医師会、警察、消防などとの連携による医療ネットワークの充実を図っています。また、食の安全・安心の確保をめざし、区民（消費者）、

事業者、行政によるリスクコミュニケーションの確立に向け取り組んでいます。

生活保健の分野では、平成 15 年に国の「地域保健対策の推進に関する基本的な指針」が改正されたことを受け、レジオネラ属菌等の水質を汚染する病原生物対策やシックハウス対策などについても推進しています。

平成 23 年 3 月に発生した東日本大震災では、被災者の受け入れとその健康管理への取り組みのほか、区の保健師等を被災地へ派遣するなど、東京都と連携を密に図りながら、被災地支援を積極的に進めました。また、震災に伴う福島第一原子力発電所の事故では、放射性物質に対する健康被害が懸念され、多くの区民が生活に不安を抱きました。区では、区民生活と健康の安全・安心を確保する観点から、空間放射線量、プールの水、保育園や学校給食の牛乳などの放射性物質の検査の実施と公表を行うなど、区民の不安解消に適切に対応しています。

## 世田谷区独自の特徴ある健康づくり

ここでは、世田谷区独自の先駆的で特徴のある健康づくりをご紹介します。



### 健や化プロジェクト（世田谷区健康づくり活動奨励事業）

「健や化プロジェクト」は、区民や地域団体の方の新たなアイデアやオリジナルな健康づくり活動をサポート（事業経費等の一部助成）するプロジェクトです。

事業を開始した平成19年からこれまでの5年間に、個性的で多彩なプランが多数寄せられました。マスコミにも取り上げられた熟年男性等限定のヒップホップダンス教室「OYAJI 改造計画」（19年度）、銭湯の脱衣所を笑いを通じた地域コミュニティー広場とした「笑サブリ」（21年度）など、これまでに、区民の健康づくりを応援する優れた10事業が選ばれています。

素敵なアイデアづくりにあなたもトライしてみませんか・・・



### 食のコミュニケーション会議 と「大人の食育講座」

“食を通じた健康づくり”を推進するために、世田谷区が区民、NPOや大学などの地域団体や企業などと構築したゆるやかな協働ネットワークが「せたがや食のコミュニケーション会議」です。子どもから大人、高齢者まで幅広い世代が「食に関心をもち自らの食を振り返る」ことをめざし、多彩なイベント等の企画運営等を主体的に展開しています。中でも、“食のプロ”からの学びの場、食に関する体験の場として開催する「大人の食育講座」では、旬の野菜の味わいや日本伝統の食文化などを楽しみながら学べる機会を提供しています。食に興味のある方の参加をお待ちしています。

### せたがや元気体操リーダー

地域で活動する健康づくりの自主グループを応援するのが「せたがや元気体操リーダー」です。現在、各地域で50余名のリーダーが、健康づくりの有償ボランティアとして活躍しています。リーダーは、自主グループでの運動指導を中心に、区民の健康づくり支援を行うほか、時にはまちづくりの担い手としても活動し、区の内外で注目されています。世田谷区は、区民、地域団体（NPO）と保健センターの協働により、リーダーの養成に取り組んできました。これからも、地域の健康づくりを応援するためにリーダーの養成に力を注いでいきます。

## 「世田谷区自殺対策協議会」の設置

平成 22 年度に世田谷区は、“区民の自殺予防施策の総合的な協議”を目的として「**世田谷区自殺対策協議会**」を設置（平成 23 年 12 月 1 日現在、当区を含め 23 区中 5 区が設置）しました。

学識経験者をはじめ、区内の警察署や消防署、ハローワークなどの行政機関関係者、区内精神科病院の医師や医師会、薬剤師会などの医療関係者に加え、区内の交通機関の事業者やこころの相談機関、地域活動団体などから 32 名の委員にご参加いただき、“世田谷のまち”として地域で取り組む自殺予防対策について活発な意見交換を行っています。今後は、協議会としての具体的な活動につなげていくための普及・啓発の取り組みや、自殺企図などのリスクの高い方への支援について検討を進めていきます。

## 口腔がん啓発・検診

口の中にもがんはできます。口の中は誰でも直接見ることができますが、初期の口腔がんの状態を受診する人は少ない傾向にあります。

世田谷区では、口腔がんの啓発と早期発見を目的として全国に先駆けて平成 21 年度から、51 歳、61 歳、71 歳の区民を対象に「**口腔がん啓発・検診**」を始めました。（これまでに、舌がんが見つかり早期治療につなげられた事例もあります。）

口腔がんがしやすいところは、舌、歯肉、頬粘膜などです。特に、次の症状があったら要注意です。

- ① 口の中に「しこり」や「はれ」などの肥大した部分がある。
- ② 舌、歯肉、頬粘膜などに赤い部分や白い部分がある。
- ③ 口内炎が 2 週間以上たっても治らない。
- ④ どこかわからないが出血する。

## 8020運動と世田谷区の「8020表彰」

自分の歯が20本あれば何でも食べられるとの観点から「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」というのが、厚生労働省が推進する8020運動です。全国各地で、80歳で20本以上自分の歯を持つ高齢者への表彰が行われ、世田谷区でも毎年10月に開催する“歯っぴいフェスタ<sup>※</sup>”の恒例事業として「8020表彰」を行っています。

表彰される方は年々増え「8020の表彰者は元気だ！あのように年をとりたい」との素敵な感想をお持ちの方も多く“歯は健康の要”という事がうかがえます。

より多くの方が、丈夫な自分の歯で末永く元気に過ごされることを、区はこれからも応援していきます。

※歯の健康づくりへの区民の関心や理解を深めることを目的として開催する、講演会や歯科相談等の健康づくりイベントの名称です。

## 公益財団法人保健センターの 「健康増進事業」

保健センターでは年間約50の健康教室等を開催し、多くの区民の方の健康づくりを応援しています。

### 【平成23年度の教室・講座（例示）】

- 実践あるのみ糖尿病予防・改善教室
- 30歳からの体デザインダイエット教室
- 40歳からのスロージョグ教室
- スクワットを極める男の筋トレ講座
- コレステロールを減らす食事の教室

区民の  
元気づくり  
応援中！



「糖尿病予防改善教室」の1コマ  
駒沢公園にて



## ダニアレルゲン検査

室内には、目に見えないアレルギーの原因物質がたくさんあります。中でも、最も問題になるのがハウスダストの主成分『ダニアレルゲン(ダニの糞や死がい)』です。区民の方の住まいのお部屋のほこりの中に、どの程度ダニアレルゲンが含まれているか検査を行い、具体的な対策方法等を助言します。

ダニアレルギーを予防したい方は、郵送の方法で、ダニアレルギーの方へは、直接訪問して検査を行っています。

### 【寝具の予防対策ポイント】

- 週1回以上、1㎡あたり20秒間かけゆっくり掃除機を掛ける。
- 日に干すなど乾燥に努める。
- 室内の湿度を50%程度に維持。
- 水洗いできるものは水洗する。

## 2 世田谷区民の健康課題

### (1) 世田谷区民の健康課題

「世田谷区民の健康状況の概要（24 ページ～25 ページ）」「世田谷区民の健康づくりに関する調査結果（26 ページ～28 ページ）」や「健康せたがやプラン後期の評価（29 ページ～32 ページ）」から、区民の健康課題を整理しました。

標準化死亡比や平均寿命などから、23 区

や東京都全体と比較すると世田谷区民の健康状況は、比較的良好なものと推測されます。また、「健康」に対する意識も高く、健康づくりに取り組む区民も多くいますが、そうした中であってもなお、以下のような健康課題が浮き彫りになっています。

#### 世田谷区民の健康課題

- 肥満や糖尿病、がんなどの生活習慣病が増加傾向にあります。多くの区民は、「自分は健康だ」と思い健康について関心を持っていますが、生活習慣を改善するまでには至らない世代もあり、改善に向けた行動につながるような支援が重要となっています。
- 新型インフルエンザや新興感染症、自然災害、医薬品、食中毒、飲料水等に関して、何らかの原因で、生命や健康を脅かす事態が発生しています。健康危機や災害時における要医療者の支援体制の整備、安全で安心な飲料水や食品の確保等が課題です。
- 若い世代では、自分の生活習慣について「あまり良くない」と思っている区民が多く、朝食の欠食率が高い傾向がありました。また、思春期においては、喫煙や飲酒、薬物乱用、性感染症について正しい知識を持ち、自分のからだを大切に思う気持ちを育むことの重要性が問われています。
- 女性は、閉経以降の女性ホルモンの分泌量の低下により「骨粗しょう症」や「更年期障害」等、心身に女性特有の変化が起こります。また、若い世代では、やせ志向など誤った健康感も見られ、健康的な生活習慣への理解と改善が重要な課題です。
- 核家族化の進展などにより、子育てに関する不安や負担感が高まる傾向にあります。子どもの健やかな発育・発達を推進するための支援の充実とともに、誰もが地域で安心して子どもを産み、こころにゆとりを持って子育てできる地域づくりが大切です。

- 壮年期世代では、肥満や生活習慣病が増加し、歯周病などの改善はあまり見られず、常に何らかのストレスを感じている区民が多いなど、多くの健康課題を抱えています。自分自身の生活を振り返り、改善に向けてできることから実践していくことの必要性が浮き彫りになりました。
- 健康に気をつける高年期世代は増えていますが、平均寿命と比べると健康寿命は横ばいもしくは停滞し、要介護認定者も増加しています。高齢者の健康を保持・増進し、生きがいをもって生活できるよう、健康づくりや介護予防の取り組みなどが連携して高齢者の支援を行うことが課題となっています。



## (2) 世田谷区民の健康状況の概要

世田谷区民の健康状況について、統計データなどから主な死因や疾病の状況、平均寿命や健康寿命など、健康づくりに影響を及ぼ

す主な内容について取りまとめました。(詳細は、資料編「世田谷区民の健康状況」(157ページ～182ページ)を参照)

### 主な死因について

平成22年の死因別死亡数は、第1位ががんで1,817人です。前年より死亡数で67人減少(人口10万対の死亡率は209.3で、死亡率は8.7ポイント減少)していますが、依然全体の3割を占めています。第2位は心疾患の910人(前年より81人増加し、死亡率は8.9ポイント増)、第3位は肺炎及び気管支炎の543人となり、前年3位の脳血管疾患を上回っています。また、がんや心疾患など生活習慣病を原因とする死亡者数が全体の5割以上となっています。

### 主要疾病による死亡の23区比較

「標準化死亡比」とは、異なった年齢構成を持つ地域間でも死亡率の比較が可能となるように計算された指標です。

世田谷区では、女性の大腸がん、乳がんが、東京都より死亡比が高くなっていますが、胃がん、肺がん、男性の大腸がん、子宮がん、心疾患、脳血管疾患など、その他のすべての項目は東京都より下回っています。

### がんについて

死因別死亡数の約3割を占めるがんの部位別死亡数の順位をみると、全体では気管・気管支及び肺、胃、大腸となっています。また、男性では、気管・気管支及び肺、胃、大腸、肝及び肝内胆管の順位となり、女性では、大腸、気管・気管支及び肺、乳房の順となっています。

### 特定健康診査について

平成21年度の国民健康保険の特定健康診査受診者(約53,783人)のうち、内臓脂肪型肥満があり、血圧、血糖、脂質のいずれかの項目が、保健指導基準を超えているものの割合は、どの項目についても女性より、男性の方が高くなっています。

特定健康診査の対象者のうち、最も若い年齢層である40～44歳において、血圧は男性17.7%、女性3.0%、脂質は男性22.5%、女性3.0%、血糖は男性10.7%、女性1.7%が基準を超えています。

## 自殺について

平成 22 年の人口 10 万人あたりの自殺死亡率は、全国 23.4、東京都 21.9、世田谷区 16.4 となっており、全国や東京都と比べ低い状況です。男女別自殺者数は、男性 98 件、女性 44 件と、男性が全体の約 7 割を占めています。また、年齢別では、60 歳代が 29 件と最も多くなっていますが、20 歳代から 50 歳代においても 20 件を超えています。

## 平均寿命について

平成 17 年の生命表が国や東京都と世田谷区を比較できる平均寿命の最新データです。それによると、世田谷区の平均寿命は、男性 80.6 歳、女性 86.8 歳で、全国の男性 78.5 歳、女性 85.5 歳や東京都の男性 79.0 歳、女性 85.5 歳を上回っています。

また、23 区の中では、男性が 4 位、女性が 2 位となっており、さらに男性は全国の市区町村の中でも 16 位に位置するなど、世田谷区は平均寿命が長い自治体となっています。

## 65 歳健康寿命について

「65 歳健康寿命」（東京保健所長会方式）とは、65 歳の人が必要介護認定を受けるまでの間を健康と考え、認定を受ける年齢を平均的に表したものです。

「要支援の認定を受けるまでの期間」を健康と考えた場合、男性 81.1 歳、女性 82.4 歳となっています。また、「要介護 2 の認定を受けるまでの期間」を健康と考えた場合、男性 82.3 歳、女性 85.1 歳となっています。

## 重度歯周病のある者の割合 (CPI 評価歯周組織の状況が 3 以上)

成人歯科健診からの重度歯周病のある者の割合は、40 歳代 30.3%、50 歳代 32.4%、60 歳代 37.1%、70 歳代 44.4%となっており、年代が上がるほど重度歯周病のある区民の割合が上昇しています。

### (3) 世田谷区民の健康づくりに関する調査結果

現行の「プラン後期」が、平成 23 年度末に計画終期を迎えることから、本プラン策定に向けた基礎資料とするため、平成 22 年度にプラン後期の評価（中間のまとめ）及び世田谷区民の健康づくりに関する意識調査を実施しました。（詳細は、別冊「世田谷区民

の健康づくりに関する調査報告書」を参照)

調査結果に基づき、「区民の健康意識」「区民の生活習慣」、「区民の健康状態」、及び「地域の健康づくりの特徴」の4つの視点で、以下のとおり整理しました。

#### 区民の健康意識

- 約8割の区民が「自分は概ね健康だ」と考え、毎日を健やかで充実した暮らしを送っていると認識していました。また、約9割の区民が「自分の健康に関心がある」と答え、生活習慣や健康管理に対する意識を持っていました。
- 過去2回の調査（平成12・17年度）結果との比較では、「毎日を健やかに充実して暮らしている」「区に愛着を感じている」と答えた区民の割合は下がっており、健康への意識の高まりとは異なる結果となりました。
- 健康診断について、約6割の区民が「定期的にうけている」と回答しましたが、一方で1割以上の区民が「受診していない」ことも明らかとなりました。

#### 区民の生活習慣

- 自分の生活習慣について、約7割の区民が「よい」と思っていました。男性の30歳代、女性の20歳代では、約半数が自分の生活習慣を「あまり良くない」と感じていることがわかりました。
- 区民の健康にとって必要な情報で上位を占めたのは、「生活習慣病に関する情報」「栄養バランスなどに関する情報」「病気の症状や治療に関する情報」でした。情報の入手先は、全ての年代で「テレビ、新聞等のマスメディアや書籍」が最も多く、20歳代では「インターネット」、30歳代～50歳代では「学校、職場」、60歳代以上では「病院や診療所」などが続いており、世代によって相違が見られました。
- 約8割の区民が毎日朝食を摂取していましたが、20歳代女性の26.1%、30歳代男性の26.6%に朝食の欠食者があり、若い世代で高い傾向となっています。

## 区民の健康状態

- 約6割以上の区民が、意識して何らかの運動に取り組んでいることがわかりました。しかし、30～40歳代では、運動を「まったくしていない」が約2割いることも明らかになりました。
- 睡眠時間については、「7～8時間未満」が31.4%と最も多い結果となりました。
- 肥満者（BMI25.0以上）の割合は、平成12年からみると増加傾向にあり、男性21.8%、女性10.4%が肥満者となっています。区民の約7割が標準の範囲にありますが、30歳代～50歳代の男性の約3割が「肥満」であることや、女性は20歳代で「やせ」（BMI18.5未満）が約2割いることがわかりました。
- メンタル面では、約6割の区民が何らかのストレスを感じているものの、約7割の区民はこころやからだの休養がとれていると回答していました。  
しかし、常にストレスを抱く区民が、30歳代から50歳代では2割～3割に上り、60歳代以上でも1割の区民が常にストレスを感じていると回答しています。
- 現在、喫煙している区民の割合は、16.1%（男性23.6%、女性9.8%）で、だばこを吸ったことのない区民も約5割いることがわかりました。しかし、男性の30歳代から60歳代では約3割、女性の20歳代から60歳代の約1割が喫煙していました。
- アルコールをほぼ毎日飲んでいる区民は、約2割でした。
- 歯の健康については、「8020運動」（80歳になっても自分の歯20本以上保つことを目標にした運動）を達成した80歳代の区民は約2割いました。
- 治療中の病気については、「特にない」との回答が約3割で最も多く、治療中の疾病の回答（複数回答可）では「高血圧症」が約2割、「腰痛・膝痛」が約1割でした。男性では、「高血圧症」や「糖尿病」などが高く、女性では「骨粗しょう症」など筋骨格系の疾患が高い傾向にありました。
- 地域の「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」に、「参加している」「今後参加したい」と答えた区民は3割を超えていました。その割合は、女性では年代が上がるほど高くなるとともに、全世代で男性より女性の方が参加意欲が高い傾向が見られました。

## 地域の健康づくりの特徴

地域別では、多くの項目で大きな地域差は見られませんでした。多少でも地域差が見られた回答は次のとおりです。

### ○世田谷地域

自分の健康にとって必要な情報は、「生活習慣病に関する情報」が最も多く、「栄養バランス」や「食の安全」などが続きます。また、「休日等の救急診療案内情報」が他の地域に比べて高い傾向にありました。

### ○北沢地域

「息が少しはずむ程度の30分以上の運動を行っている」、運動を「継続している期間」が「1年以上」と答えた区民の割合が高い傾向にありました。

### ○玉川地域

「毎日をすこやかに充実して暮らせている」、「自分のふだんの生活習慣」について「よい」と思うと回答した区民が、やや高い傾向にありました。

### ○砧地域

健康診断及びがん検診の受診率が他の地域と比べ高く、また「健康には、生活習慣を改めることも必要」と思う区民の割合が高い傾向にありました。

### ○烏山地域

「健康には、生活習慣を改めることも必要」や「病気や障害があっても、自分らしく過ごすことが大切だ」と思う区民の割合が高い傾向にありました。

#### (4) 健康せたがやプラン後期の評価

平成 22 年に策定した「健康せたがやプラン後期の評価（中間まとめ）」は、健康づくりに関する意識調査などを基に、平成 19 年度～ 23 年度を計画期間とする「プラン後期」の健康づくり施策や事業の実績、指標の達成状況などを整理しつつ、取り組みの評価と今後の課題を抽出したものです。また、平成 23 年度には、世田谷区民のめざす姿の健

康像（大目標）に対する 10 か年の評価等を行い「健康せたがやプラン後期の評価」をまとめました。

その中から、プラン後期の「健康づくり支援プラン（テーマ別の 11 施策）の評価」、「世代別のめざす姿の評価」、「区民のめざす姿の健康像（大目標）に対する評価」及び「評価のまとめ」の結果は次のとおりです。

#### 健康づくり支援プランの評価

##### ○乳幼児からの食育の推進

食を通じた健康づくりの取り組みや基盤整備を通じて、望ましい食生活を実践できる区民は一定程度増えました。

##### ○働く世代のこころの健康づくり

こころの健康づくりの普及・啓発やうつ病・自殺予防対策の基盤整備を通じ、区民の絆や地域づくりを一定程度進められました。

##### ○子どもたちからの 生活習慣病予防対策の推進

健康診断の充実や健康増進の普及・啓発等を通じ、健康に関する意識の向上はみられました。生活習慣の明確な改善までには至りませんでした。

##### ○親と子の健康づくり

母子保健事業や関係機関との連携を強化し、育児不安の強い母親への対応などを含む総合的な子育て支援が充実しました。

##### ○思春期の健康づくり

思春期のこころの健康相談、性感染症予防の普及・啓発の拡充を展開しましたが、性感染症予防の正しい知識を持つ大人を増やすまでには至りませんでした。

##### ○口と歯の健康づくり

むし歯のある子どもの減少、8020表彰者数の増加など、歯や口の健康意識は高まっていますが、壮年期の口と歯の健康を向上するまでには及びませんでした。

## ○基盤整備

区民、地域団体及び事業者等との協働の機会の拡充や、健康づくりを主体的に担う人材の発掘など、区民主体の健康づくりを支援できました。

## ○食の安全対策の推進

消費者が正しい情報に基づいて食品を選択できる基盤づくりを進め、自主的に衛生管理を行う事業者を支援しました。

## ○たばこ対策

受動喫煙防止協力店登録制度<sup>※</sup>による登録店舗数も急増するなど、区内で受動喫煙防止に取り組む事業者が増えました。

## ○健康的な住まいの環境づくり

住まいの換気の必要性と住宅の構造に合わせた効果的な換気方法について啓発を行い、一定程度の効果が得られました。

## ○健康危機管理体制の整備

平成 21 年の新型インフルエンザ発生時には、区内の関係医療機関等と連携した休日診療の拡充などの対応を実施したほか、災害時の医療体制等の備えも進められました。

※だばこの煙を心配せずに区民が安心して利用できる、全面禁煙、完全分煙営業を実施し、区に登録しているお店が、受動喫煙防止協力店です。区のホームページなどで広く区民にお知らせしています。

## 世代別のめざす姿の評価

### ○子ども世代

子どもの健康状態は概ね向上し、多くの親は健康で安心して子育てをしています。子育て不安や育児ストレス等の課題はあります。

### ○青少年世代

中学生は、地域活動などで自信を持って充実した生活を送っていますが、高校生や大学生世代では、サークル活動等への参加意欲が低下する傾向がうかがえます。

### ○壮年期世代

壮年期世代の健康への関心や意識は高く、健康管理の必要性を自覚していますが、行動に結びついておらず一層の支援が課題です。

### ○高年期世代

介護が必要にならないよう健康に気をつける高年期世代は増えていますが、要介護認定者も増加し高齢者の健康を維持し高める取り組みがさらに必要となっています。

## 区民のめざす姿の健康像（大目標）に対する評価

### ○健康像1「一人ひとりが自分らしく生きるまち世田谷」の評価

各種統計データより、区民の健康状況は比較的良好であり、約8割の区民が自分は概ね健康だと思い、毎日を健やかに充実していると答えていることなどから、多くの区民が自分らしく生き生きと暮らしているものと考えられます。

### ○健康像2「人との出会い・支えあいが広がるまち世田谷」の評価

区民の健康意識は高い一方で、長引く景気低迷や社会状況の変化等により、多くの区民が日々の暮らしや将来に向けて不安を

抱いているものと考えられます。一方、女性を中心にコミュニティーの形態が多様化しつつあることがうかがえるほか、東日本大震災以降、区民相互の支えあい活動がより積極的に展開されつつあります。

### ○健康像3「快適で安心できる環境の中で住みつけられるまち世田谷」の評価

前項同様に、多くの区民が日々の暮らしや将来に向けて不安を抱いています。一方で、「栄養サポート店事業」「食のコミュニケーション会議」など、区、区民、地域団体及び事業者との協働による取り組みの成果など、区民主体の健康づくりを推進するための環



境は一定程度整備されたものと考えられますが、今後もより一層、健康づくりを支援する環境づくりに取り組む必要があります。

### 評価のまとめ（今後の課題）

- 若い世代や壮年期世代に対し、主体的に実践できる健康づくりの機会の提供や地域での支援の充実
- 食を通じた生活習慣改善の普及・啓発の一層の充実と食育の若い世代へのアプローチ手法の検討
- 特定検診や介護予防事業と連携した食を通じた健康づくり
- 産業保健などと連携した働く世代のこころの健康づくりのしくみづくり
- がん対策として、予防と検診等の一層の強化、在宅療養患者等の支援に向けた検討
- 性に関する正しい知識だけでなく、いのちや自分のからだ、健康について考える機会の提供など、思春期世代への健康教育の再構築
- 区民へのたばこの害の啓発や禁煙に関する情報提供機会の拡充、禁煙を希望する区民に対する相談支援の強化



第3章  
健康づくり施策



## 1 施策の体系

## (1) プランの目標を達成するための施策

本プランでは、目標の達成をめざし、区民の健康課題等を解決するための施策を体系的に整理し取り組みます。

特に、社会全体にとって大きな影響を及ぼしている健康課題や区民の健康づくりの基本となる課題に対する施策を「主要な健康課題への対応」（4施策）とし、重点施策としました。この4つの施策については、今後5年間にわたりより戦略的かつ総合的に取り組むこととします。

それ以外の施策を「一人ひとりの健康づくりの支援」（6施策）、「健康に関する安全と安心の確保」（4施策）及び「地域の健康づくり」を施策の柱として体系的に整理します。

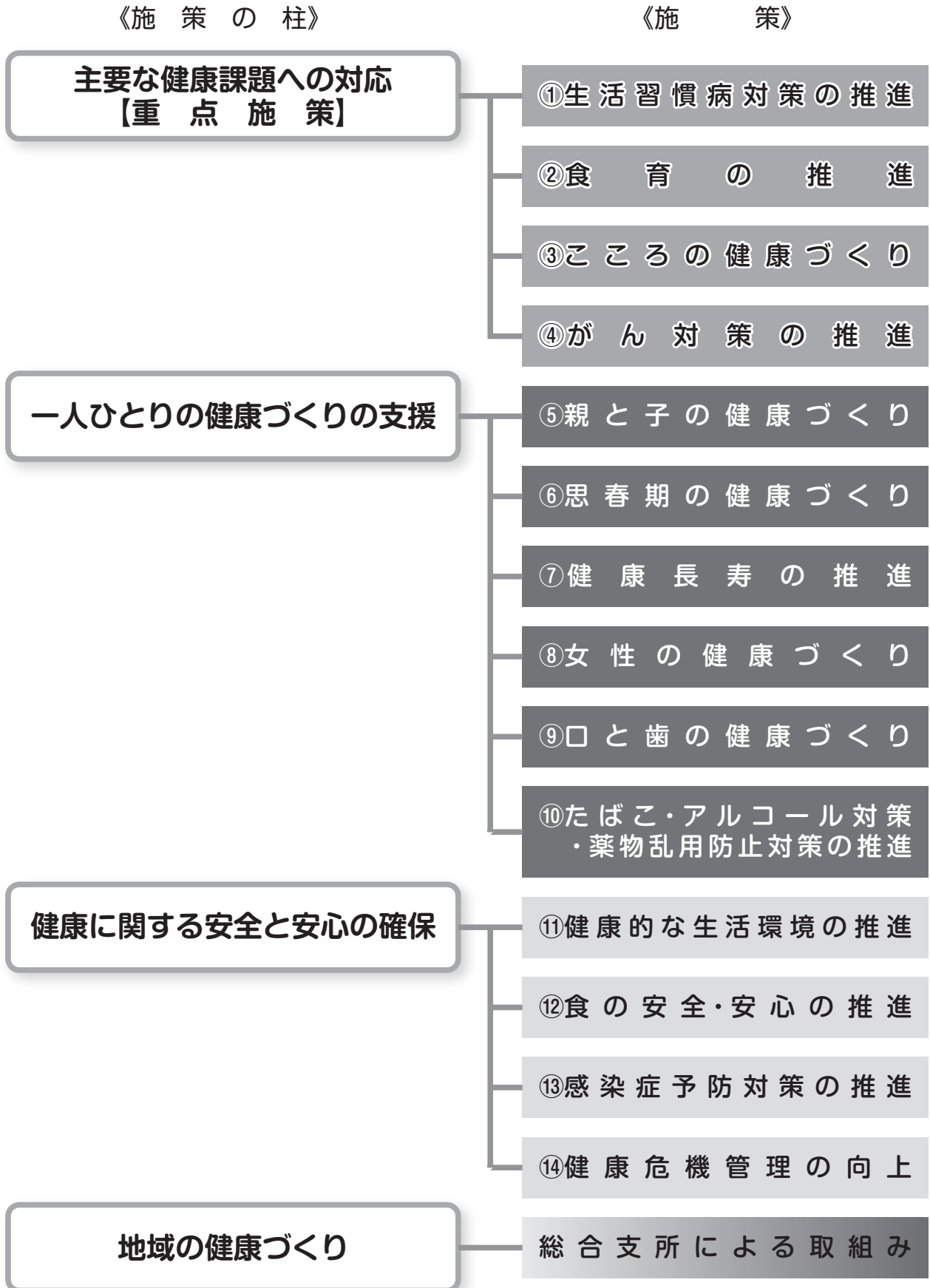
具体的な進め方については、これまで築き

上げた区民参画や地域での協働の土台を引き継ぎ、区民一人ひとりの健康の保持・増進に向けた様々な健康づくりへの支援や、地域の特性を活かした健康づくりを引き続き展開していきます。

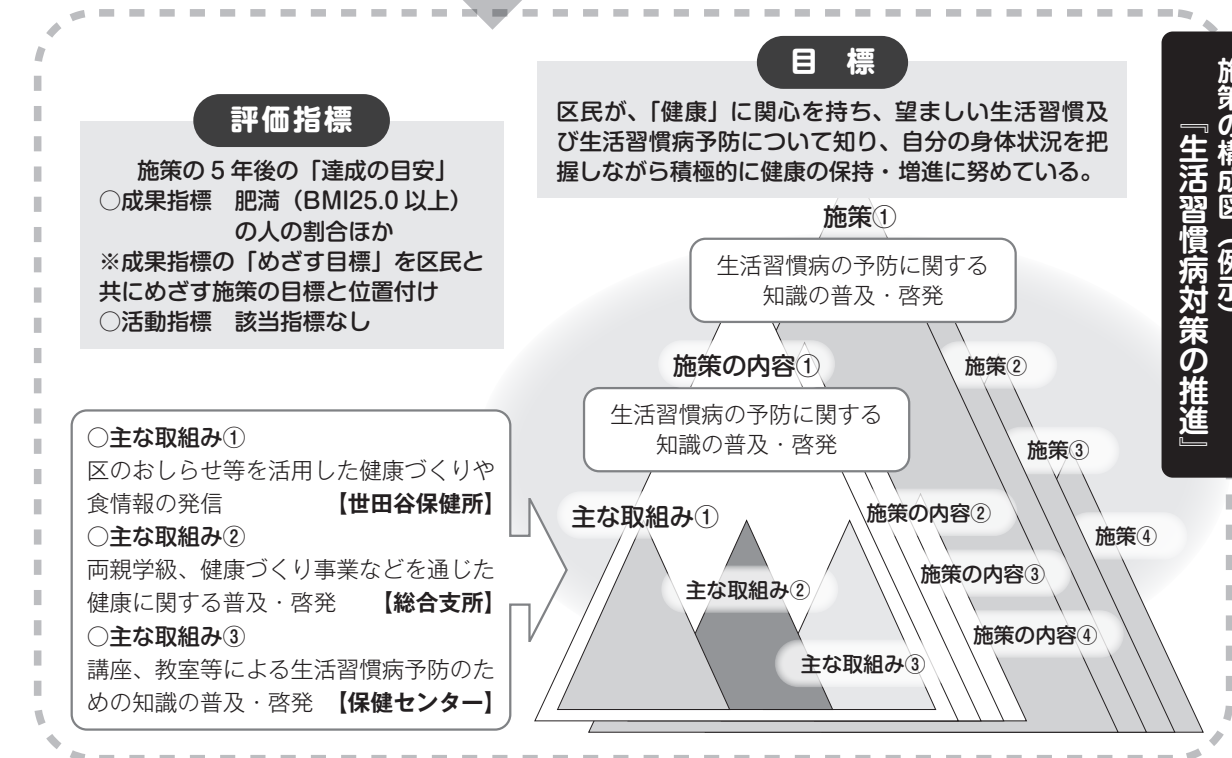
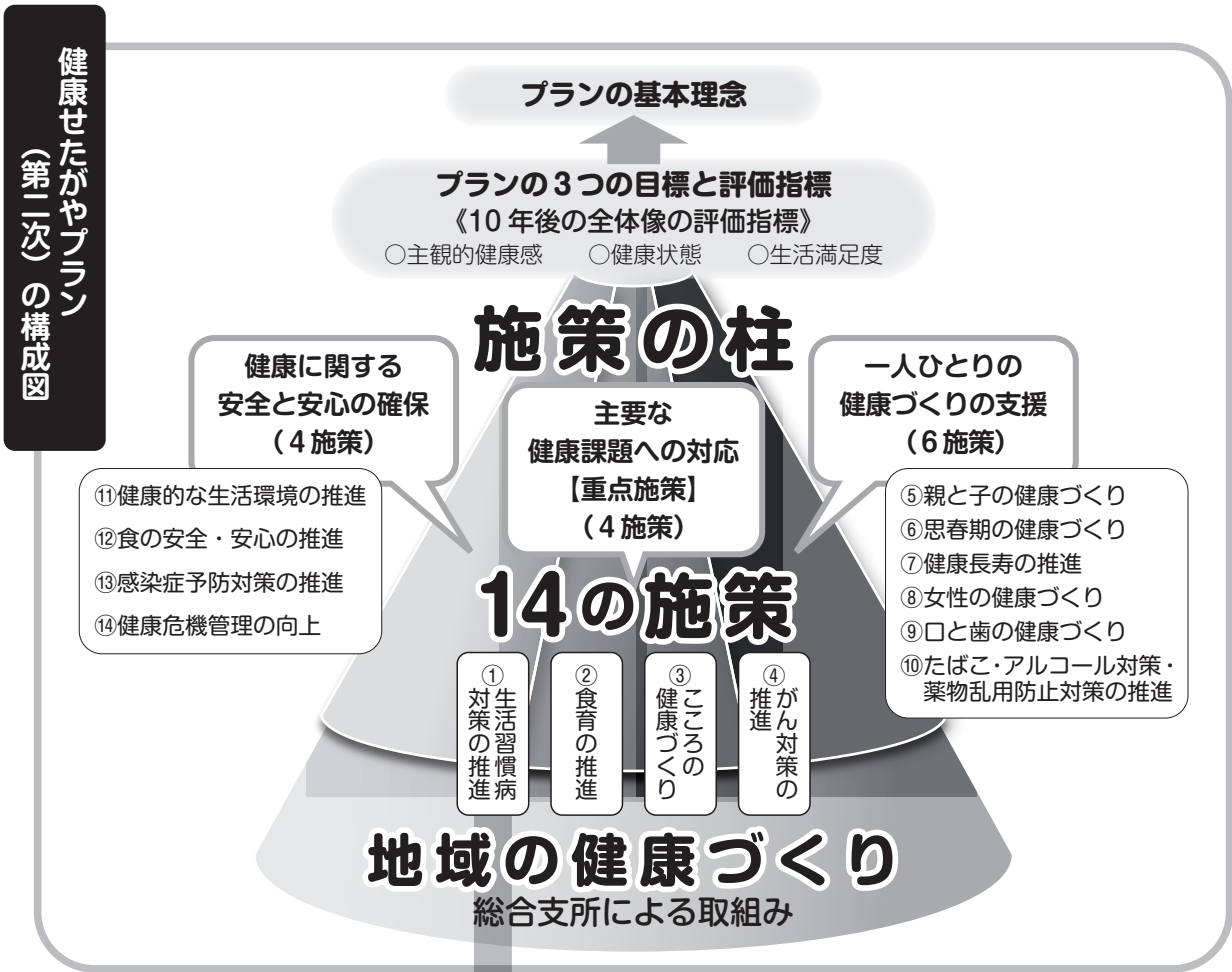
さらに、新たな時代を見据え、施策を推進する5つの考え方に基づき、区民の健康づくり施策に取り組んでいきます。

なお、「主要な健康課題への対応」、「一人ひとりの健康づくりの支援」、「健康に関する安全と安心の確保」については本章（42ページ～108ページ）で、「地域の健康づくり」については、第4章（111ページ～132ページ）で詳しく示します。

(2) 施策の体系図



(3) 健康せたがやプラン（第二次）の全体構成イメージ図



健康せたがやプラン  
(第二次)の構成図

施策の構成図(例示)  
『生活習慣病対策の推進』

**評価指標**

施策の5年後の「達成の目安」

- 成果指標 肥満 (BMI25.0以上) の人の割合ほか
- ※成果指標の「めざす目標」を区民と共にめざす施策の目標と位置付け
- 活動指標 該当指標なし

○主な取組み①  
区のおしらせ等を活用した健康づくりや食情報の発信 **【世田谷保健所】**

○主な取組み②  
両親学級、健康づくり事業などを通じた健康に関する普及・啓発 **【総合支所】**

○主な取組み③  
講座、教室等による生活習慣病予防のための知識の普及・啓発 **【保健センター】**

## 2 施策の評価指標とめざす目標

### (1) 施策の評価指標の設定

本プランでは、施策ごとに評価指標を設け、施策の達成状況を客観的に評価していきます。

具体的には、施策ごとに示す事業等の活動量、実績など、区のサービス成果を測る活動（アウトプット）指標と、行政活動による区民への効果や効用、目的達成などの成果（アウトカム）を測る2つの視点（表1）を基

に、各施策の評価指標を設定しました。また、各施策を効果的に推進するため、それぞれの評価指標に「めざす目標」を設定し、設定年度をプランの中間評価年（予定）である平成28年度としました。

これらの指標を活用して、本プランの評価を行っていきます。

表1 評価指標の設定の視点

<b>活動 (アウトプット) 指標</b>	事業の具体的な活動量や活動実績を測る指標。 行政活動により、どれだけサービスを提供できたか、また、その対象となった区民の数などの事業実施量・サービス成果を測る指標をいう。 * 健診受診率・保健指導実施率等
<b>成果 (アウトカム) 指標</b>	行政活動の成果を測る指標。 区民の観点から捉えた具体的な効果や効用を基準とする。行政活動により、どの程度、目的または目標を達成したのか、区民のニーズにあったのかなど、QOL、幸福度、満足度、住民意識、健康状態などを測る指標をいう。

## (2) 施策のめざす目標

---

評価指標に示した「活動指標」と「成果指標」のうち、「成果指標」は行政活動による区民への効果や効用、目的達成などの成果を客観的に測る指標です。

同時に、本プランでは成果指標の「めざす目標」を、5年後の区民の望ましい健康像や健康課題の改善目標と位置付けます。区は施策や事業を実施し、区民は積極的に健

康行動をとり、区と区民が共にその目標達成に向け努力することを期待するものです。

なお、活動指標を含めた本プラン全体の評価については、第5章（135ページ～146ページ）で詳しくお示しします。



## 世田谷区民の健康状況

### 良好な健康状況

- 全国や東京都より高い平均寿命
- 標準化死亡比が女性の大腸がんと乳がん以外は東京都を下回る

### 健康への意識の高さ

- 8割の区民が毎日を健やかで充実していると認識
- 9割の区民が自分の健康に関心がある
- 6割以上の区民が何らかの運動に取り組んでいる
- 健康づくりの自主グループ活動やサークル活動に「参加している」「今後参加したい」と答えた区民は3割以上

### 区民が抱える主な健康課題

- 肥満や糖尿病、悪性腫瘍などの生活習慣病の増加
- 壮年期世代は常にストレスを感じている
- 若い世代の生活習慣の乱れや、思春期世代の自分の身体を大切に思う気持ちの希薄さ

- 核家族化の進展などによる子育ての不安や負担感の高まり
- 若い女性のやせ志向などの誤った健康感
- 健康寿命の停滞と要介護認定者の増加

- 健康危機や災害時における要医療者の支援体制の整備
- 安全で安心な飲料水や食品の確保

## プランを推進する取組み

### 主要な健康課題への対応

今後5年間にわたりより戦略的かつ総合的に取り組む施策

- ①生活習慣病対策の推進
- ②食育の推進
- ③こころの健康づくり
- ④がん対策の推進

### 健康づくりの支援

区民の個々の状況やライフステージに応じたきめ細かな施策

- ⑤親と子の健康づくり
- ⑥思春期の健康づくり
- ⑦健康長寿の推進
- ⑧女性の健康づくり
- ⑨口と歯の健康づくり
- ⑩たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進

## 地域の健康づくり

### プランを推進する基本的な考え方

区民の主体的な行動と継続

地域での協働・参画と連携

### 基本理念

区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことができる地域社会の実現

### プランの3つの目標

#### 目標1 自助

区民の誰もが自らの健康に関心を持ち自分にあった健康像の実現に取り組んでいる

#### 目標2 共助

人と人との絆が育む地域社会の中で、区民が健康の保持・増進に取り組み生き生きと生活している

#### 目標3 公助

将来にわたり安全で安心な生活環境の中ですべての区民が健やかでこころ豊かに暮らし続けている

各施策の「成果指標」（肥満の人の割合・朝食の欠食率など）に掲げられめざす目標を区民の望ましい健康像や健康課題の改善目標とし、区民と共にその達成をめざす

区民に密着したよりきめ細かな事業の展開

- 生活習慣病に係わる知識の普及・啓発と望ましい生活習慣実践の支援
- 生活習慣の改善へのきっかけづくりと望ましい生活習慣を継続するための支援
- 生活習慣病を改善するための支援の充実

- ライフステージに応じた間断なき食育の推進
- 生活習慣病予防と改善につながる食育の推進
- 食育を通じた地域社会づくりの推進

- 精神疾患についての偏見や誤解のない地域づくり
- 地域生活を支える相談及び支援の強化
- 精神保健・医療の連携強化等による地域精神保健のしくみづくり
- 総合的な自殺予防対策の推進

- がんの予防の正しい知識の普及・啓発
- がんの予防に向けた取り組み
- 受診しやすい検診体制の整備と受診率の向上
- 在宅療養生活の支援

### 安全と安心に関する健康と安心の確保

将来にわたり安全で安心な生活環境を確保するための施策

- ⑪健康的な生活環境の推進
- ⑫食の安全・安心の推進
- ⑬感染症予防対策の推進
- ⑭健康危機管理の向上

#### 【総合支所による取組み】

区民や地域団体等の参画と協働による地域の特性を活かした健康づくり

科学的根拠に基づく施策の展開

健康に係わる安全・安心の確保

予防と新たな健康の創造

### 3 主要な健康課題への対応【重点施策】

## ！ 重点施策 生活習慣病対策の推進

### 目 標

「健康」に関心を持ち、望ましい生活習慣及び生活習慣病予防について知り、自分の身体状況を把握しながら積極的に健康の保持・増進に努めている。

### 1 現状と課題

生活習慣病予防のためには、普段からよりよい食生活や運動習慣、生活リズムなどを身につけることが必要です。

国は、平成 12 年度から、国民の健康寿命の延伸を目的に、生活習慣の改善に向けた国民運動「健康日本 21」を進めてきました。また、平成 20 年度には、医療制度改革として、生活習慣病予防に向け特定健診・特定保健指導を開始しました。

しかし、平成 23 年度に実施した「健康日本 21」の最終評価では、「個人の生活習慣全体を捉えた新たなアプローチ」の必要性や「子どもの頃からの望ましい生活習慣の定着の強化」、「糖尿病予備群の増加」などの指摘と共に、「将来的な生活習慣病発症予防のための取組推進の必要性」などが、今後の課題とされました。

区が実施した「世田谷区民の健康づくりに関する調査」（平成 22 年度）では、健康への関心や意識は高いが、男性では壮年期の肥満の割合が高く、女性ではやせの割合が比較的高くなっています。その背景には、

生活習慣改善の必要性は認識しているが、実際の行動に結びつかない実態や、女性のやせ志向など誤った健康感などがあるものと考えられます。

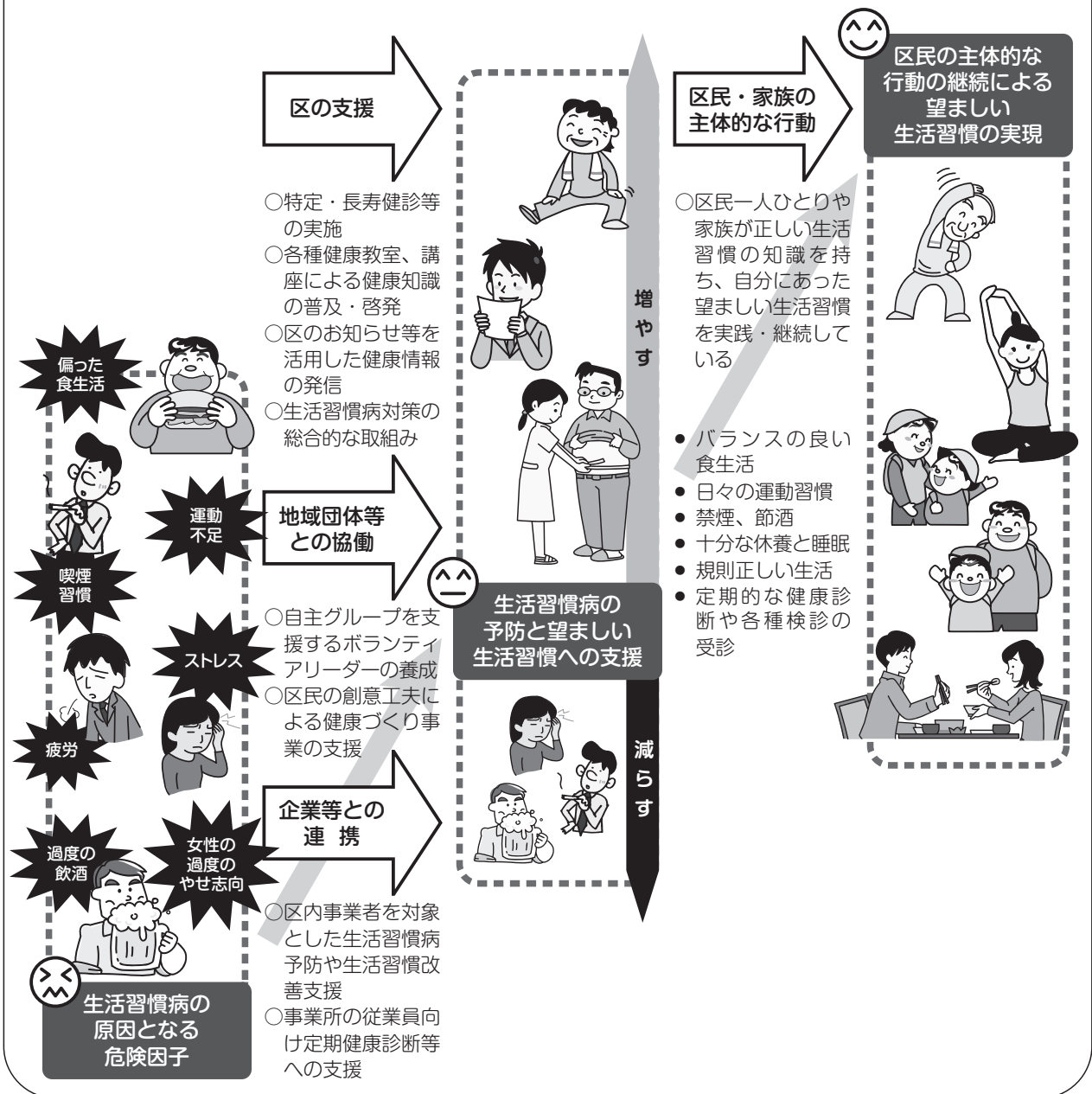
生涯を通じて望ましい生活習慣を実践することが必要ですが、老年期を健康に過ごすためには、壮年期における健康管理が特に大切です。多忙な壮年期世代は、一人ひとりが自分にあった食事や運動などの生活習慣を知り、行動につなげることが必要となっています。また、生活習慣病を早期に発見し、早期に対応することや生活習慣病と診断された区民に対する改善支援、障害者の健康づくり支援も不可欠な取り組みとなっています。

**主 要 課 題**

- 1 壮年期における、男性の肥満や糖尿病などの生活習慣病等が増加している。
- 2 自分の健康に合わせた望ましい生活習慣の改善への取り組みが必要である。
- 3 生活習慣病の重度化予防を図る体制等が十分ではない。

■ 生活習慣病対策の全体像

「生活習慣病対策の推進」の目標達成イメージ図



## 2 施策と主な取り組み

### 施策① 生活習慣病に係わる知識の普及・啓発と望ましい生活習慣実践の支援

生活習慣病を予防するためには、食事や運動などの正しい生活習慣に関する知識を持ち、実践することが大切です。一人ひとりが自分に合った望ましい生活習慣を実践できるよう、生活習慣病やその予防に関する知識等の普及・啓発と実践の支援を行います。

施策の内容	主な取り組み	担当所管
①生活習慣病の予防に関する知識の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○国民健康保険加入者を対象とした生活習慣病予防のための特定健康診査等の実施</li> <li>○疾病予防のための各種検診（がん検診等）の実施と受診勧奨</li> <li>○各種健（検）診や母親（両親）学級、健康づくり事業などを通じた健康に関する普及・啓発</li> <li>○講座、教室等による生活習慣病予防のための知識の普及・啓発</li> <li>○区のおしらせやホームページ、健康情報誌等を活用した健康づくりや食情報の発信</li> <li>○栄養サポート店である商店街や給食施設における食・健康情報の発信</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所 保健センター
②子どものころからの生活習慣病予防の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳幼児を対象に望ましい生活リズムの啓発（「早起き・早寝！そして朝ごはん」の推奨）</li> <li>○学校、保育園、幼稚園等と連携した食育の推進（再掲）</li> <li>○国民健康保険加入者を対象とした生活習慣病予防のための特定健康診査や長寿（後期高齢者）健康診査の実施（再掲）</li> <li>○疾病予防のための各種検診（がん検診等）の実施（再掲）</li> <li>○高齢期における生活習慣病予防講座等の実施</li> <li>○各種健康づくり教室における生活習慣病予防を目的とした食習慣の提案や予防改善の支援（再掲）</li> <li>○ラジオ体操やウォーキングなど、誰もが身近で気軽にできる健康づくり活動の促進と支援</li> <li>○区民の創意工夫による健康づくり事業の支援</li> <li>○健康づくり活動団体の情報や参加者募集案内など、区民の自主活動を支援する情報の提供・発信（拡充）</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所 教育委員会事務局

施策の内容	主な取組み	担当所管
③がん予防の正しい知識の普及・啓発（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健（検）診等の機会を通じたがん予防の正しい知識の普及・啓発（再掲）</li> <li>○中学生向けがん予防に関する小冊子の配布（再掲）</li> <li>○乳がん検診・子宮がん検診無料クーポン券送付に合わせたがん予防パンフレット（女性のためのがん検診手帳）の配布（再掲）</li> <li>○ホームページを活用したがんに関する各種情報の提供（再掲）</li> <li>○区民向けがん啓発講演会の開催（再掲）</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所
④乳幼児、子ども世代の歯に良い生活習慣の定着への取組み（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1歳6か月児歯科健診・3歳児健診・歯科相談を通じ、保護者向けに歯みがき方法等、歯に良い生活習慣の普及・啓発（再掲）</li> <li>○乳児を対象とした歯みがき準備教室の実施（再掲）</li> <li>○乳幼児歯科健診等を通じた、子どもの年代に応じた歯の健康づくりの実施（再掲）</li> <li>○児童館の幼児サークルや育児サークルの参加者を対象とした口と歯に関する健康教室の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 子ども部
⑤たばこの害に関する正しい知識の普及・啓発（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健康イベント等を通じたたばこの害に関する正しい知識の普及・啓発（再掲）</li> <li>○受動喫煙防止啓発用「妊婦マタニティーストラップ」の妊婦全員への配付（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
⑥飲酒の害に関する正しい知識の普及・啓発（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健康イベント等を通じた飲酒の害に関する正しい知識の普及・啓発（再掲）</li> <li>○専門職による学校等への出張健康教育により、飲酒の害に関する正しい知識と「断れる力」の大切さなどの普及・啓発（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
⑦庁内及び関係機関や地域が連携した生活習慣病予防の体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣病対策を総合的に推進するための<b>庁内連絡会の設置【新規】</b></li> <li>○生活習慣病予防対策の重要性について、関係機関の相互理解の促進</li> <li>○飲食店、給食施設のメニューについて食事バランスガイド表示事業の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター

## 施策② 生活習慣の改善へのきっかけづくりと望ましい生活習慣を継続するための支援

各種健（検）診の実施、健康講座・教室等のイベントや事業を通じ、生活習慣を改善するきっかけづくりや、望ましい生活習慣を継続するための支援に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①生活習慣病対策に関する相談の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳幼児健診等における育児相談や育児講座の実施</li> <li>○乳幼児の発育や栄養等に関する電話相談の実施</li> <li>○効果的な生活習慣の改善のための相談の実施</li> <li>○食生活相談及び栄養相談の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所
②自分の健康状態を知る機会の提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区内小中学校の児童生徒を対象とした生活習慣病予防健診の実施</li> <li>○生活習慣病予防のための特定健康診査等の実施（再掲）</li> <li>○疾病予防のための各種検診（がん検診等）の実施（再掲）</li> <li>○体成分測定等の実施や身体チェック（骨密度測定、体成分測定等）を取り入れた健康講座の開催</li> <li>○事業所が従業員に対して行うことが義務づけられている定期健康診断や人間ドック・脳ドックの受診料の補助（セラ・サービス加入者）</li> </ul>	総合支所 産業政策部 保健福祉部 世田谷保健所 教育委員会事務局 保健センター 産業振興公社
③壮年期を中心とした生活習慣改善へのきっかけづくりの取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健（検）診後の結果説明の実施</li> <li>○生活習慣病予防のための講演会等の実施</li> <li>○望ましい生活習慣を学ぶための健康講座等の実施</li> <li>○壮年期健康講座の実施</li> <li>○運動体験講座や相談の実施</li> <li>○母子保健事業での保護者向け食育講座の実施（再掲）</li> <li>○区民と協働した健康に関するイベント等の開催</li> <li>○区内事業所を対象とした生活習慣病予防や生活習慣改善の支援（拡充）</li> <li>○民間活力を活用した個々の生活習慣病予防を支援するプログラムづくり【新規】</li> </ul>	総合支所 産業政策部 保健福祉部 世田谷保健所 保健センター 産業振興公社

施策の内容	主な取組み	担当所管
④望ましい生活習慣を継続するための取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区民が参加しやすい健康講座や運動を継続できる実践型健康講座の開催</li> <li>○自主グループを支援するボランティアリーダーの養成</li> <li>○自主グループへの運動指導員等派遣</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
⑤障害者の健康づくりへの支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○知的障害者の自立訓練の実施</li> <li>○聴覚障害者の運動実技指導の実施</li> <li>○身体障害者の健康講座、食事指導の実施</li> <li>○障害者への運動指導員等による健康づくり事業の実施【新規】</li> <li>○障害者スポーツ、レクリエーション推進事業の実施</li> </ul>	スポーツ振興担当部 保健福祉部 保健センター

### 施策③ 生活習慣病を改善するための支援の充実

各種健（検）診時における相談をはじめ、一人ひとりの状況に合わせた健康相談の実施や啓発用パンフレット等の配布、健康教室の開催など、糖尿病等の生活習慣病を改善するための支援を行います。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①生活習慣病を改善するために必要な情報の発信・提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区のおしらせやホームページ、リーフレット等を活用した生活習慣病改善に向けた情報の提供</li> <li>○一人ひとりの状況に合わせた生活習慣病改善の相談の実施</li> <li>○医療機関の紹介等、受診に関する相談の実施</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所 保健センター
②生活習慣病を改善するための取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健（検）診の実施（再掲）</li> <li>○各種パンフレット等の配布</li> <li>○生活習慣病改善支援のための各種健康講座の開催</li> <li>○健康度測定における食生活カウンセリングの実施</li> <li>○生活習慣病予防（糖尿病など）のための医療機関等との連携による個別・集団指導の実施</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所 保健センター



### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区		
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	
成果指標	肥満 (BMI25.0 以上) の人の割合	成人	15.5%	減らす	
		成人男性	21.8%	減らす	
		30 歳代男性	27.7%	減らす	
		40 歳代男性	31.0%	減らす	
		50 歳代男性	28.3%	減らす	
	適正体重の女性 (BMI 18.5 以上 25.0 未満) の割合	成人女性	71.4%	増やす	
	(メタボリックシンドローム判定基準) 特定健康診査有所見者の割合	①高血糖 (HbA1c [ヘモグロビンエーワンシー] 5.5% 以上、JDS 値)	世田谷区国保特定健康診査受診者 (40~74歳)	23.4%	減らす
			世田谷区国保特定健康診査受診者 (40~74歳) 男性	26.8%	減らす
			世田谷区国保特定健康診査受診者 (40~74歳) 女性	21.4%	減らす
		②高血圧 (収縮期血圧 130mmHg 以上)	世田谷区国保特定健康診査受診者 (40~74歳)	45.3%	減らす
	③脂質異常 (中性脂肪 150mg/dl 以上)	世田谷区国保特定健康診査受診者 (40~74歳)	20.8%	減らす	
	健康診断を定期的に受けている人の割合	成人	62.1%	増やす	
	栄養のバランスを考えて食べている人の割合	20 歳代男性	58.9%	増やす	
		女性	65.2%	増やす	
		30 歳代男性	55.3%	増やす	
		女性	76.3%	増やす	
		40 歳代男性	81.9%	増やす	
女性		87.0%	増やす		
意識して体を動かしたり運動などを行っている人の割合	成人	65.6%	増やす		
こころと体の休養が取れている人の割合	成人	74.6%	増やす		
喫煙率	成人	16.1%	13%以下		
	成人男性	23.6%	19%以下		
	成人女性	9.8%	7%以下		

## ！ 重点施策 食育の推進

### 目 標

食に関する正しい知識を持ち、望ましい食習慣の習得と実践により、生涯にわたり食を通して健康で豊かな生活を送っている。

### 1 現状と課題

国は、平成 17 年に制定した食育基本法に基づき、食育の推進に取り組んできました。平成 23 年に策定された「第 2 次食育推進基本計画」では、「米」を中心とした主食と多様な副食による「日本型食生活」から、「個人の好みに合わせた食生活」へと、多様化が進んでいると捉えています。また、脂肪の過剰摂取、野菜の摂取不足などによる男性の肥満や生活習慣病の増加、若い女性の過度な痩身等の問題が生じていると指摘しています。さらに、今後の食育の推進に向けては、これまでの「周知」に重点をおいた取り組みから、一人ひとりの「実践」につながるよう生涯にわたり間断なく食育を推進する社会の構築が必要であるとしています。

平成 22 年度に実施した「世田谷区民の健康づくりに関する調査」では、20 歳代の約半数が「自分の食生活を良くない」と感じ、30 歳代の男性では朝食の欠食率が高く、3 割が肥満との結果が出ています。また、20 歳代の女性には、やせ志向も見られます。

食は健康の基本です。区民が心身ともに健やかに成長し、健康の保持・増進を図るためには、適切な栄養の摂取や望ましい食

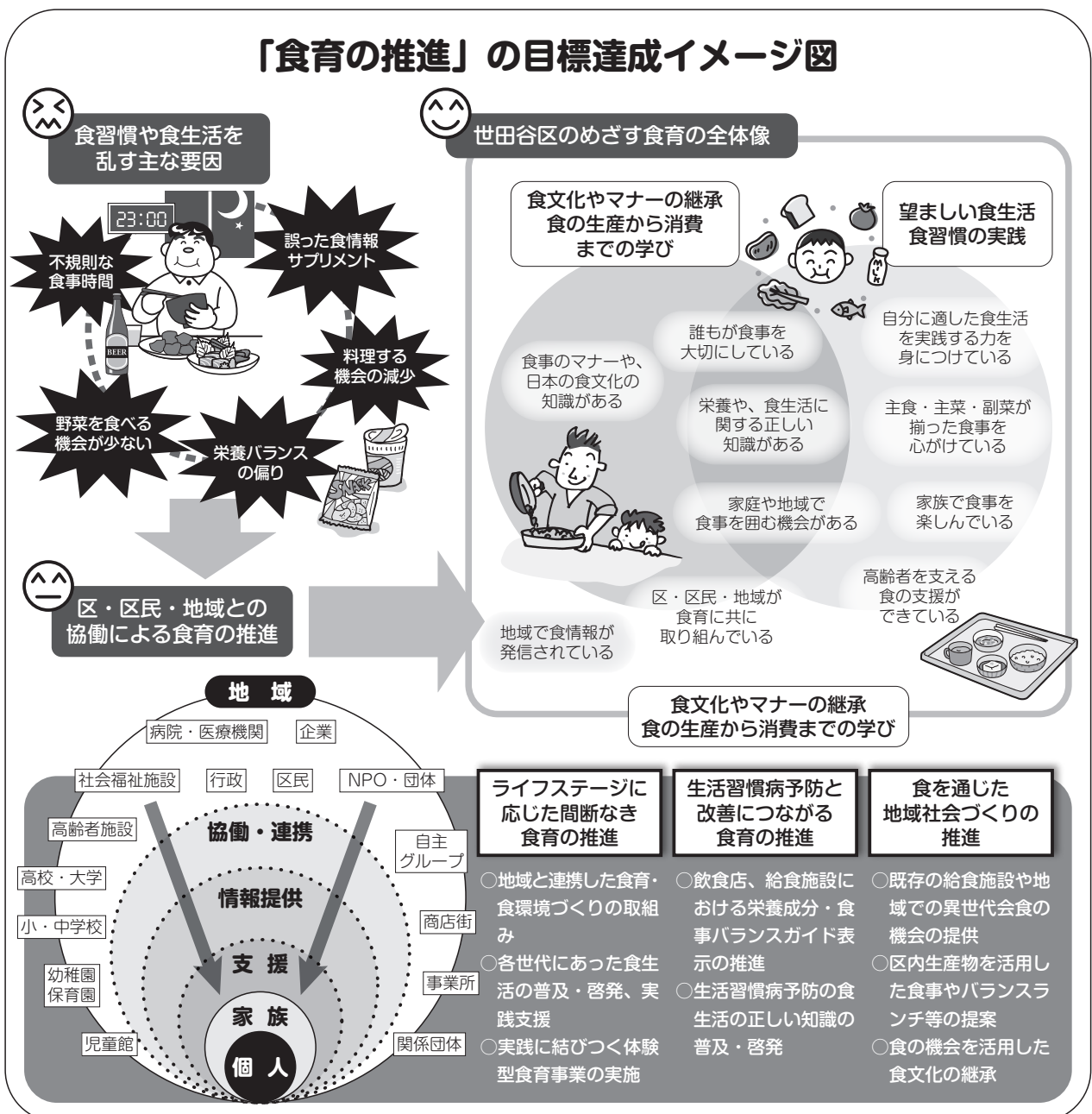
生活を送ることが大切です。そのためには、栄養や食生活に関して正しい知識を習得するとともに、自分に適した食生活が実践できる力を身につける必要があります。

今後、食に関する信頼できる情報を入手できる場の整備や、情報化社会に対応した食情報の発信、特定健診・歯科健診や介護予防事業とも連携しつつ、ライフステージに応じた食育を実践できる環境整備に努めなければなりません。

## 主要課題

- 1 食品や料理を組み合わせ、食事を組み立て、実際につくる力が低下している。
- 2 壮年期における、男性の肥満や糖尿病などの生活習慣病等が増加している。
- 3 皆で楽しく食卓を囲むコミュニケーションの機会が減少している。
- 4 食べる力や食文化に関する情報が十分に継承されていない。

### 食育推進の全体像



## 2 施策と主な取組み

### 施策① ライフステージに応じた間断なき食育の推進

母子保健事業や世代別の体験型食育事業などを通じ、ライフステージに応じた望ましい食習慣（食事の大切さ・必要性の理解、料理の組み合わせなどの食事をつくる力、食事を選択する力等）の普及・啓発と実践の支援による食育を推進します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①自分にあった食事を組み立て実践する力の育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学校、保育園、幼稚園、給食施設等と連携した食育の推進</li> <li>○母親学級や両親学級、乳幼児健診、育児支援事業、健康づくり教室等での食育講座の実施</li> <li>○家庭、学校、地域での「わくわくクッキング<sup>※1</sup>」、「親子でクッキング」等体験型食育講座の実施</li> <li>○栄養サポート<sup>※2</sup>店である商店街や給食施設における食・健康情報の発信</li> <li>○ライフステージに応じた「食事を組み立てる力」や「食べる力（かんだり、飲みこんだりする力）」を習得するための情報提供と実践支援の強化</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
②ライフステージに応じた適切な食生活の理解促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母親学級や両親学級、乳幼児健診、育児支援事業での子どもの発育・発達に合った食事の相談、啓発の実施</li> <li>○区民団体や企業との協働により、健康づくり教室や大人の食育講座など世代別の望ましい食習慣を身に付ける事業の実施</li> <li>○乳幼児を対象に望ましい生活リズムの啓発（「早起き・早寝！そして朝ごはん」の推奨）（再掲）</li> <li>○高校・大学と連携した体験型食育事業の実施</li> <li>○学校給食を通じた食育の実施</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局

※1 「わくわくクッキング」「親子でクッキング」は、子どもの健全育成を目的として、区立児童館等で実施する調理を通じた親子や子どもたちの参加体験型事業のことです。

※2 区内の商店街との連携により、区民への食育情報の提供や正しい食の知識等の啓発を目的として、メニューへの栄養成分表示や健康・栄養情報等のポスター掲示に協力いただいているお店が「栄養サポート店」です。

施策の内容	主な取組み	担当所管
③食べる機能の維持向上への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○離乳食講習会等での食べる機能に応じた子どもの食事づくり支援の実施</li> <li>○ライフステージに応じた「食事を組み立てる力」や「食べる力（かんだり、飲みこんだりする力）」を習得するための情報提供と実践支援の強化（再掲）</li> <li>○高齢者の食べる力（かんだり、飲みこんだりする力）をつけるための支援</li> <li>○運動・口腔・栄養・認知症予防を取入れた複合型介護予防講座の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 地域福祉部 世田谷保健所
④在宅療養高齢者等の食生活支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○在宅療養高齢者や障害者等の食生活を支援する体制づくりの検討【新規】</li> </ul>	保健福祉部 地域福祉部 世田谷保健所
⑤食育の推進における区、区民、地域団体及び事業者等との協働	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区、区民、地域団体及び事業者等との協働による、地域の食育及び食環境づくり推進のための体制整備（拡充）</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局

**施策② 生活習慣病予防と改善につながる食育の推進**

食事バランスガイドを活かし、望ましい食生活習得に向けた食育講座の実施や食生活・栄養相談などの機会を通じ、生活習慣病の予防や生活習慣の改善につなげていきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①世田谷版食事バランスガイドの普及	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母親学級や両親学級、乳幼児健診、育児支援事業、健康づくり教室等での食育講座の実施（再掲）</li> <li>○飲食店、給食施設における栄養成分表示や食事バランスガイド表示事業の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②生活習慣病予防の正しい知識の普及	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣病予防に向けた食事の知識等を学ぶ講座の実施</li> <li>○健康づくり教室における生活習慣病予防を目的とした食習慣の提案や予防改善の支援</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
③相談事業による生活習慣病の予防等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食生活相談及び栄養相談の実施</li> <li>○健康度測定における食生活カウンセリングの実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター

### 施策③ 食育を通じた地域社会づくりの推進

異世代交流による共食の機会を通じ、食事マナーや食文化の継承、食糧の生産・流通・消費を学ぶ機会など、望ましい食事の実践と家庭や地域等で食事を楽しむことの大切さを知る機会を設けます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①地域における“共食”機会の提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○既存の給食施設や地域での異世代交流会等での会食機会の提供</li> <li>○区内生産物を活用した食事づくりや異世代による会食機会の提供、<sup>※3</sup>バランスランチの提案などを行う食育事業の実施【新規】</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所
②家庭や地域における食事マナーや食文化の継承	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童館やサロン等での会食を通じた食文化継承等に向けた事業の実施</li> <li>○地域での異世代交流会等による共食の機会を通じ、食事マナーや季節感を生かした食文化の継承</li> <li>○区内生産物を活用した食事づくりや異世代による会食機会の提供、<sup>※3</sup>バランスランチの提案などを行う食育事業の実施【新規】（再掲）</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
③食に関する正しい情報を入手できる環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ホームページ等を活用した食情報の発信の充実</li> <li>○適切な食情報の普及・啓発の充実</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所

※3 「バランスランチ」は、主食・主菜・副菜の組み合わせが揃い、望ましい栄養バランスがとれた食事（ランチ）のことです。区は、旬の食材や世田谷区内生産物等を活用したメニューの開発をめざしていきます。

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	朝食を食べていない人の割合	20歳代男性	17.8%	減らす
		女性	26.1%	減らす
		30歳代男性	26.6%	減らす
		女性	19.1%	減らす
		40歳代男性	17.2%	減らす
		高校生	15.8%	13.0%
		大学生	20.0%	18.0%
	栄養のバランスを考慮している人の割合	成人	77.8%	増やす
	主食・主菜・副菜の言葉も意味も知っている人の割合	成人男性	58.0%	60%以上
		20歳代男性	49.3%	増やす
		30歳代男性	47.9%	増やす
	家族や友人と食事をする機会をもつようにしている人の割合	成人	75.0%	増やす
70～80歳以上		64.3%	増やす	

## ！ 重点施策 こころの健康づくり

### 目 標

自らのこころの不調や精神疾患について理解し、ストレス対処や早期に相談するなど適切な行動がとれる。また、身近な人のこころの不調に気がつき、声かけや適切な相談・支援へのつなぎを行うことができる。

### 1 現状と課題

国は、平成 23 年 7 月、4 大疾病と位置づけてきた「がん」「脳血管疾患」「心疾患」「糖尿病」に「精神疾患」を加え、5 大疾病とする方針を決めました。精神疾患の患者数は、他の 4 大疾病よりも多く年間 323 万人に上っています。また、何らかの精神疾患の生涯有病率は 17%、20 歳～34 歳では概ね 4 人に 1 人が精神疾患を患っているとの結果<sup>※</sup>もあり、大きな社会問題となっています。

うつ病をはじめとする精神疾患は、自殺との関連性が深いといわれています。平成 10 年以降、13 年連続して全国の自殺者数は年間 3 万人を超えています。国は、平成 18 年に自殺対策基本法を制定し、平成 22 年に「いのちを守る自殺対策緊急プラン」を策定するなど、相談と早期対応体制の充実・強化など、総合的な自殺対策に取り組んでいます。

区においては、自立支援医療（精神通院医療）や精神障害者保健福祉手帳の申請件数が増える一方で、毎年 150 名前後の方が自

殺で亡くなっています。区民一人ひとりがおかれた状況やライフステージに応じ、こころの健康づくりの支援をよりきめ細かに実施していく必要があります。特に、自殺予防の取り組みの強化、関心が希薄な若い世代へのアプローチや産業保健等との連携などの新たな取り組みが必要です。

さらに、国においては、新たな地域精神保健医療体制の構築に向け、訪問型支援や保護者制度の見直しなどの検討を行っています。障害福祉の分野でも、昨年改正された障害者自立支援法において、精神障害を含む三障害に対応できる相談支援体制の構築を謳っており、今後の国の動向などを注視しながら、こころの健康づくり施策をより一層充実することが求められています。

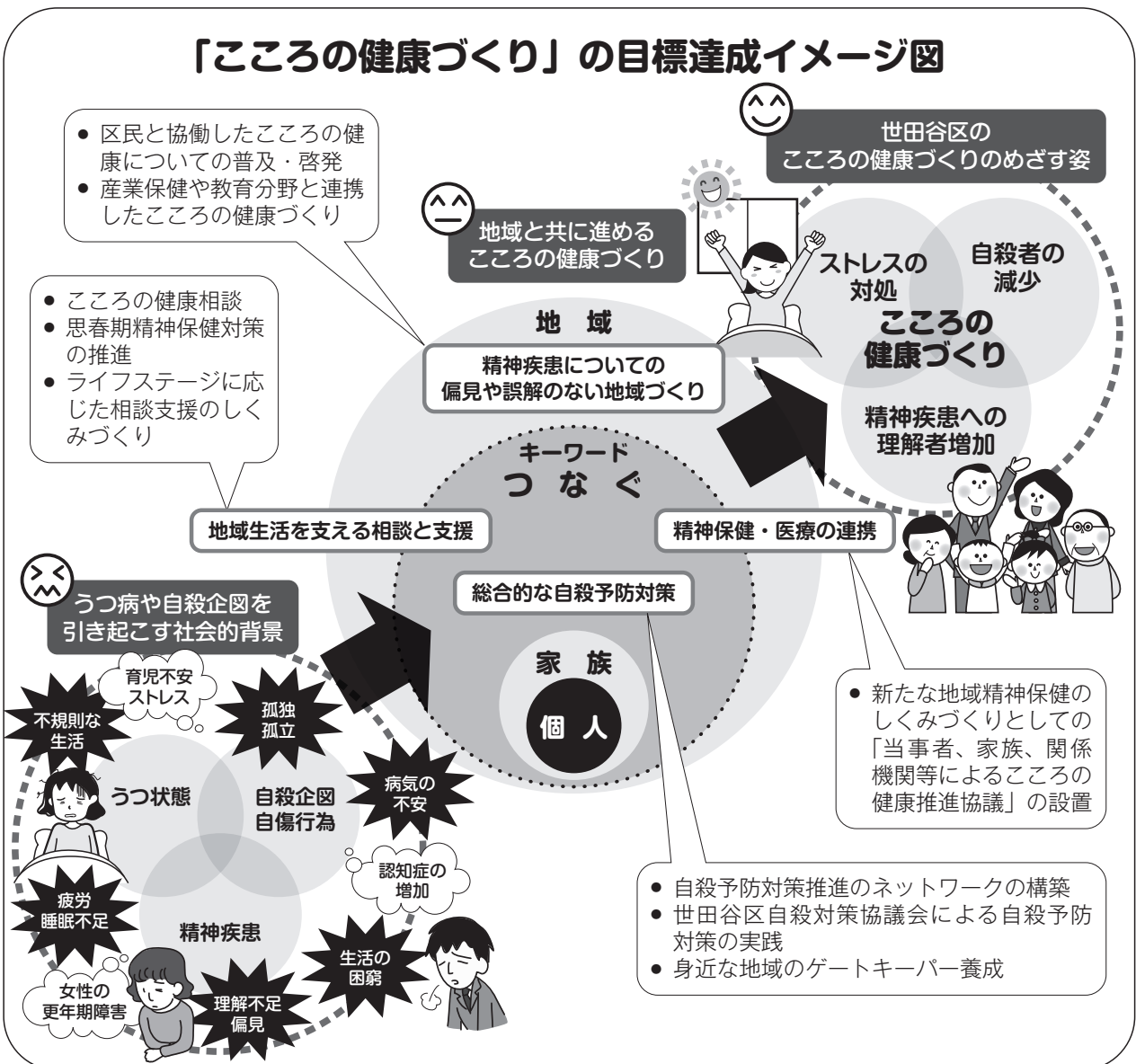
※厚生労働科学研究費補助金 こころの健康科学研究事業「こころの健康についての疫学調査に関する研究」（平成 18 年度）



## 主要課題

- 1 精神疾患に関する誤解や偏見が早期支援や早期治療の妨げとなっている。
- 2 当事者・家族を中心に据えた精神保健の相談支援の強化が求められている。
- 3 早期に適切な支援や医療につなぐには、保健と医療の連携強化が必要である。
- 4 保健・医療、福祉、教育や産業等の連携による総合的な支援が求められている。
- 5 関係機関との協働による、より効果的かつ総合的な自殺対策が必要である。

### ■ こころの健康づくりの全体像



## 2 施策と主な取組み

### 施策① 精神疾患についての偏見や誤解のない地域づくり

様々な機会を活用しながら、こころの不調や精神疾患についての普及・啓発、情報発信事業等により、精神疾患についての偏見や誤解のない地域社会づくりに取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①こころの不調や精神疾患についての理解促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○こころの健康や精神疾患に関する普及・啓発と情報提供</li> <li>○区民と協働による、「(仮称) こころの健康づくりを推進するための区民会議」の設置【新規】</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
②ライフステージに応じた普及・啓発の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○思春期のこころの健康についての講演会、講座などの実施</li> <li>○産後うつ予防と早期支援の実施</li> <li>○うつ病予防講演会や依存症セミナーの開催など働く世代のこころの健康についての普及・啓発の実施</li> <li>○高齢期のうつ病予防や認知症予防事業と連携</li> </ul>	総合支所 地域福祉部 世田谷保健所 教育委員会事務局 保健センター
③新たな手法によるこころの健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○モバイルを活用したメンタルヘルスチェック「こころの体温計」の実施など、インターネット等のメディアを活用した普及・啓発や情報発信事業の実施</li> </ul>	世田谷保健所
④産業保健や教育分野と連携したこころの健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○出前講座の実施など中小企業等へのこころの健康づくりやメンタルヘルス支援</li> <li>○学校と連携した予防教育の実施</li> <li>○中小企業健診や区民健診時のストレスチェックとアドバイスの実施</li> </ul>	総合支所 産業政策部 世田谷保健所 教育委員会事務局 保健センター

#### ●こころの体温計

携帯やパソコンから誰でも気軽にアクセスして、簡単な質問に答えていくと、今の自分のストレスの種類や強さ、落ち込み度などを判定してくれるシステムが「こころの体温計」です。判定結果を、金魚や猫などのキャラクターで分かりやすく示してくれます。世田谷保健所は民間事業者と連携してこのシステムを開発しています。

一口メモ



## 施策② 地域生活を支える相談及び支援の強化

こころの不調や精神疾患を抱える本人や家族の支援に向けて、こころの健康に係わる相談窓口の充実や地域のネットワークの構築、精神保健に携わる人材育成を図り、地域でのこころの病に対する早期支援と家族支援を推進することに加え、障害者の地域生活支援を推進します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①早期支援のための相談体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○こころの健康相談及び保健師による随時相談の実施</li> <li>○相談窓口の活用促進</li> <li>○こころの健康相談の充実</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②家族支援の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○精神疾患や精神障害者の家族に対する相談事業の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
③思春期精神保健施策の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○思春期世代のこころの悩みや不安に対する相談の実施（再掲）</li> <li>○保護者、子ども関係職員、また本人に対するこころの不調や疾患、対処法に関する普及・啓発と情報提供</li> <li>○保健・医療・福祉、教育、地域活動団体等との連携強化による「（仮称）思春期精神保健対策推進協議会」の設置（再掲）</li> <li>○思春期・青年期の子ども・若者を対象とした相談支援のあり方検討とモデル事業の実施【新規】（再掲）</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
④精神保健にかかる人材育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区職員や保健福祉関係の事業者に対する精神保健の基礎研修の実施</li> <li>○早期支援、家族支援についての人材育成</li> <li>○こころの健康についてのピアサポーターの養成</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所
⑤地域生活を支える支援の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自助グループ活動についての啓発や情報提供</li> <li>○障害者自立支援協議会等のネットワークを活用した地域生活を支える支援の実施</li> <li>○ピア活動の支援と促進</li> <li>○障害者のライフステージを通じて一貫した相談支援のしくみづくり（拡充）</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所

### 施策③ 精神保健・医療の連携強化等による地域精神保健のしくみづくり

地域における精神保健・医療の連携の強化により、精神疾患等の早期発見、早期支援につなげるとともに、国や都の動向を踏まえ、地域住民及び精神保健医療福祉関係機関に支えられた地域精神保健のしくみづくりに取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①アウトリーチによる支援の推進	○中部総合精神保健福祉センターの「アウトリーチ支援事業」との連携 ○国の精神障害者アウトリーチ推進事業の検討【新規】	総合支所 世田谷保健所
②国等の動向を踏まえた新たな地域精神保健のしくみづくり	○当事者、家族、関係機関等による「(仮称)こころの健康推進協議会」の設置【新規】	総合支所 世田谷保健所

### 施策④ 総合的な自殺予防対策の推進

ゲートキーパー養成講座の実施や地域の関係団体等で構成する自殺対策協議会の運営などを通じ、区、区民、地域団体及び事業者等が一体となって総合的な自殺対策に取り組めます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①自殺予防対策推進ネットワークの構築	○世田谷区自殺対策協議会の運営 ○世田谷区自殺対策協議会が取り組む事業の実施【新規】	総合支所 世田谷保健所
②自殺予防にかかる人材の養成	○身近なゲートキーパー養成講座（基礎編）の実施 ○相談担当者対象ゲートキーパー養成講座（実践編）の実施 ○世田谷区版ゲートキーパー手帳の作成と活用	総合支所 産業政策部 世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	悩みや不安、ストレス等を感じた人の割合	成人	62.1%	減らす
	悩みや不安、ストレス等を感じている人のうち、ストレスを解消する方法を持っている人の割合	成人	56.3%	増やす
	悩みや不安、ストレス等を感じている人のうち、相談できる人がいる人の割合	成人	82.0%	増やす
	睡眠の質（熟眠感がある人）の割合	成人	71.1%	増やす

## ！ 重点施策 がん対策の推進

### 目 標

がんに関する正しい知識をもち、日頃から予防に努めるとともに、定期的に検診を受けている。また、がんに罹患し在宅で療養していても、必要な支援を受けることができる。

### 1 現状と課題

がんは昭和 56 年以降、日本人の死因の第 1 位であり、生涯において 2 人に 1 人ががん

に罹患するといわれています。国は、がん対策を総合的かつ計画的に推進するため、平成 19 年 4 月にがん対策基本法を施行し、同年 6 月にがん対策推進基本計画を策定しました。基本計画では、国及び地方公共団体、がん患者を含めた国民、医療従事者等が一体となってがん対策に取り組むことにより、国民全体が「がんを知り、がんと向き合い、がんに負けることのない社会」の実現をめざすとしています。

世田谷区においても、死因の 3 割以上をがんが占め、高齢化の進展により、今後がんの罹患者及び死亡者が増えることが懸

念されます。

平成 22 年度の「世田谷区民の健康づくりに関する調査」では、女性の多くが、区のがん検診制度を知っている一方で、男性の 20～50 歳代、女性の 20 歳代の 3 割以上が知らないと答えています。

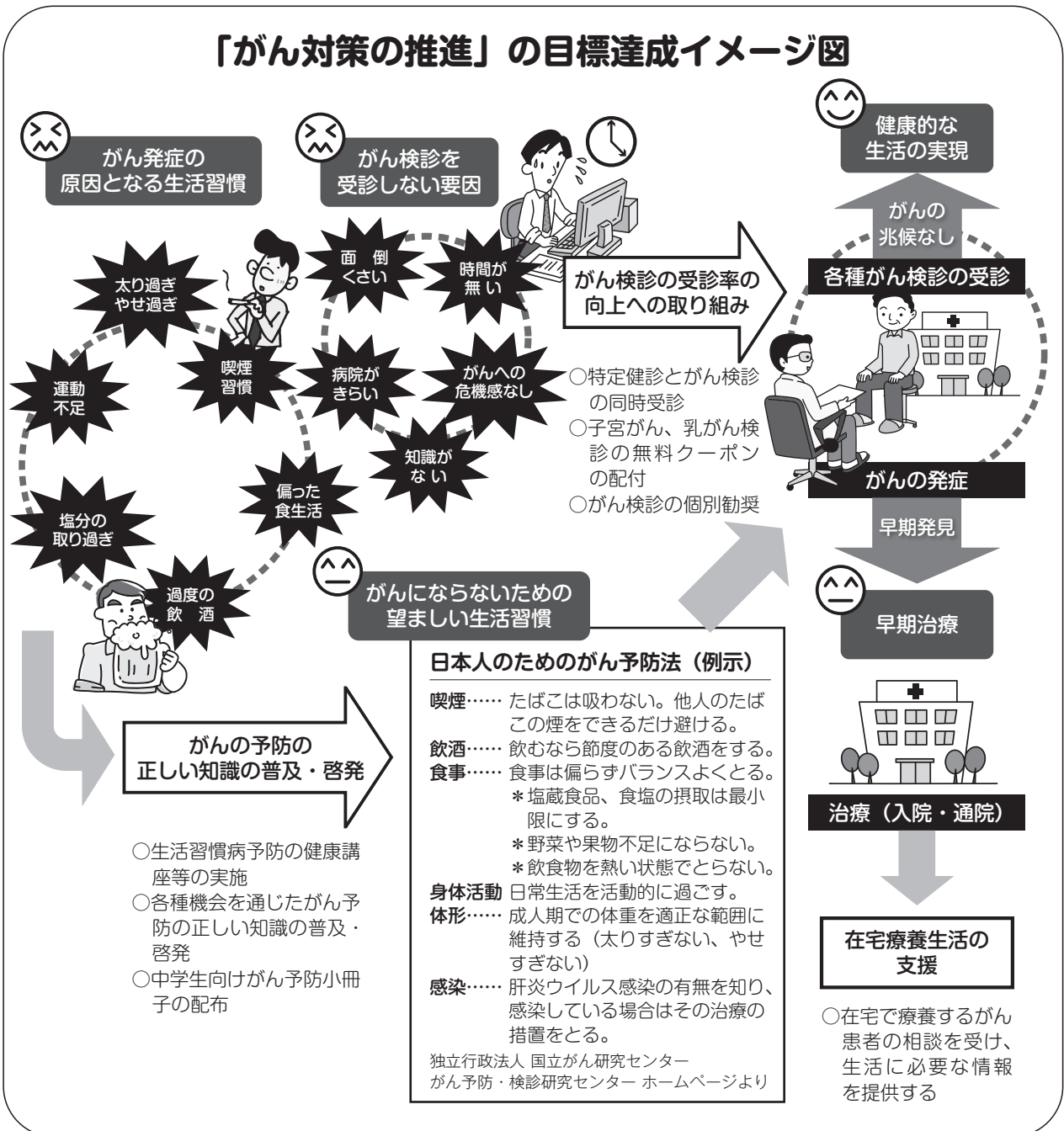
区民の健康を守るうえでは、若い世代や壮年期世代を含めたすべての世代へ向けた、がんに関する正しい知識の普及・啓発などの予防対策や、がん検診全体の受診率向上への働きかけなど、これまでのがん対策をより一層進める必要があります。

さらに、在宅で療養されているがん患者や家族へのこころのケアなどの支援も重要な課題となっています。

## 主要課題

- 1 すべての世代を対象にがんに対する正しい知識を普及・啓発する必要がある。
- 2 がんの予防や早期発見・早期治療に結びつける検診体制が求められている。
- 3 在宅療養がん患者及び家族の支援が求められている。

### ■ がん対策推進の全体像



## 2 施策と主な取組み

### 施策① がんの予防の正しい知識の普及・啓発

がん予防のパンフレットの区民への配布、健康教室や各種健（検）診などの様々な機会を通じた啓発など、広く区民にがんの予防に関する正しい知識を普及していきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①予防の正しい知識の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣病の予防に関する知識の各種普及・啓発事業（健康講座等）の実施</li> <li>○各種健（検）診等の機会を通じたがん予防の正しい知識の普及・啓発</li> <li>○がんの知識の普及とがん患者等への理解を深める講演会の実施</li> <li>○中学生向けがん予防に関する小冊子の配布</li> <li>○乳がん検診・子宮がん検診無料クーポン券送付にあわせたがん予防パンフレット（女性のためのがん検診手帳）の配布</li> <li>○がんに関する各種情報の提供</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
②がん予防のためのたばこ対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○禁煙を希望する区民の相談、禁煙外来等の情報提供</li> <li>○事業者への受動喫煙防止対策の普及・啓発</li> <li>○受動喫煙防止協力店登録制度の充実</li> <li>○区立中学校の保健体育授業カリキュラムを通じた喫煙の害に関する知識の普及（再掲）</li> <li>○学校等での喫煙の害に関する専門職の出張健康教育の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 教育委員会事務局

## 第3章

### 健康づくり施策

3

○ 主要な健康課題への対応【重点施策】  
 ○ がん対策の推進



## 施策② がんの予防に向けた取組み

がんの予防に向けて、区民向けの各種がん検診等を実施します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①がん検診等の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種がん（胃、大腸、子宮、乳）検診の実施</li> <li>○特定健康診査（国民健康保険被保険者）等と同時に受けられるがん（前立腺、肺ほか）検診の実施及びパンフレットの配布</li> <li>○口腔がん予防に向けた普及・啓発及び早期発見と早期治療のため口腔がん検診の実施（再掲）</li> <li>○中学校1年生の女子生徒を対象とした子宮頸がん予防ワクチン接種費用の一部助成</li> <li>○肝炎ウィルス検査の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター

## 施策③ 受診しやすい検診体制の整備と受診率の向上

各種がん検診の受診体制等の整備、個別勧奨等の強化、検診全体を把握できる精度管理の充実、がん検診全体の受診率の向上を図ります。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①受診しやすい検診体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○特定健康診査（国民健康保険被保険者）等とがん検診の同時受診の拡充（拡充）</li> </ul>	世田谷保健所
②検診の受診率向上に向けた個別勧奨等の強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子宮がん検診・乳がん検診の受診勧奨の実施及び検診無料クーポンの配布</li> <li>○がん罹患率が多い年齢層への個別勧奨（検診案内送付）の実施（拡充）</li> </ul>	世田谷保健所
③精度管理の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がん検診（一次検診）の受診から精密検査の結果まで、検診全体を把握できる精度管理の充実（これにより精密検査が必要な方には受診を促し、病気が発見された方には治療を勧める）</li> </ul>	世田谷保健所 保健センター

## 施策④ 在宅療養生活の支援

在宅療養している本人や家族からの相談を受け付け、その生活に必要な情報等を提供するためのしくみづくりに取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①在宅療養者及び家族の支援	○在宅で療養するがん患者の相談を受け、生活に必要な情報（在宅療養支援診療所・緩和ケア病棟の紹介等）を提供するしくみづくり【新規】	世田谷保健所

### 親と子の健康づくり

#### 目 標

安全で、安心して妊娠・出産し子育てをすることができ、子どもたちは心身ともに健やかに育まれている。

#### 1 現状と課題

平成7年以降の区の年間出生数は徐々に増加していますが、出生率は全国同様に依然低い状況（平成22年の人口千人に対する出生率 全国 8.5、世田谷区 8.4）です。出産年齢の高齢化や低出生体重児の増加などの問題も生じています。

子育ての悩みや不安は、誰もが感じることでありますが、核家族で育った親世代は子育ての知識の習得や望ましい生活習慣の継承が困難なことも多く、都市型の地域社会では、身近な相談相手も持てず、地域から孤立し不安や負担感を抱く場合もあります。

親と子の健康づくりでは、安全で安心な妊娠・出産や、親と子の健康保持・増進にと

どまらず、子どもの食育の推進や生活習慣の確立、配慮を要する子どもへの支援、子育てのストレスや不安軽減等を通じた児童虐待の予防など、課題は多岐にわたります。

今後は、社会状況の変化や親自身の生活様式の多様化などを踏まえ、母子の健康保持・増進に加え、子どもの健やかな成長や、親への子育て支援のより一層の充実が必要です。また、地域における出産や子育てしやすい環境づくりも求められています。

さらに、乳幼児の死亡は不慮の事故が原因であることも多く、家庭内も含めた事故防止対策を進めることも大きな課題です。

#### 主 要 課 題

- 1 子どもの心身の健やかな成長へのより一層の支援が求められている。
- 2 親の身近な場所での子育て支援の拡充が求められている。
- 3 安全で安心な出産ができる地域の環境の整備を進める必要がある。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 子どもの健やかな成長への支援

乳幼児健診の見直しや子どもの望ましい生活習慣の普及・啓発、疾病や予防の取り組みなど、子どもの健やかな成長を支援します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①乳幼児健診の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳幼児健診（歯科含む）の実施</li> <li>○健診未来所者（状況不明者）の把握</li> <li>○子育て支援・発達障害への1歳6か月児からの早期支援のしくみづくり（拡充）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②子どものころからの望ましい生活習慣の習得	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳幼児を対象に望ましい生活リズムの啓発（「早起き・早寝！そして朝ごはん」の推奨）</li> <li>○乳幼児歯科健診等を通じた、子どもの年代に応じた歯の健康づくりの実施</li> <li>○学校、保育園、幼稚園等と連携した食育の推進（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
③子どもの疾病予防に向けた取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳幼児健診等での子どもの疾病予防の知識等の普及・啓発</li> <li>○定期予防接種の個別勧奨の実施及び公費負担（再掲）</li> <li>○任意予防接種の個別勧奨の実施及び公費負担、費用助成（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
④子どもの事故予防に向けた取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母子健康手帳交付にあわせた乳幼児の事故予防の情報提供（冊子）の配布</li> <li>○乳幼児健診等を通じた、子どもの月齢に応じた事故予防の普及・啓発及び情報の提供</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所
⑤子どもの成長に必要な保健福祉と医療との連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>○障害のある子どもや支援を要する子どもの成長・発達への支援の実施と連携の強化</li> <li>○子どもの医療に関する制度（未熟児養育医療・自立支援医療〈育成医療〉・小児慢性疾患医療費助成等）による支援の実施</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 世田谷保健所
⑥子どもの体力づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもたちの体力の向上を目的とした事業の充実</li> <li>○小学校を会場としたスポーツ教室の実施</li> <li>○中学校における部活動への支援</li> </ul>	スポーツ振興担当部 教育委員会事務局

## 施策② 安全・安心な妊娠出産、子育てができる支援の充実と環境整備

安全で安心して出産ができる地域の環境整備に向けた取り組みを実施します。さらに、身近な子育て支援として、様々な機会を通じた育児相談などを一層充実していきます。

施策の内容	主な取り組み	担当所管
①知識の習得と学ぶ 機会の提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母親・両親学級の実施</li> <li>○子育て支援講座の開催</li> <li>○乳幼児健診での適切な育児に関する知識等の普及・啓発の実施</li> <li>○両親学級の休日開催の拡充（拡充）</li> <li>○青年期からの親になるための知識の普及・啓発の検討【新規】</li> <li>○地域の住民・団体等と連携した妊娠・子育て知識の普及・啓発及び相談支援の検討【新規】</li> </ul>	総合支所 生活文化部 子ども部 世田谷保健所
②安全安心な相談 体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○出産、育児に関する窓口、電話相談及び助言、指導等の実施</li> <li>○関係機関等との連携した育児支援の実施</li> <li>○育児や子育て相談窓口の拡充</li> <li>○子育て相談窓口間の連携の充実</li> <li>○子育ての健康や環境に関する正しい情報提供</li> <li>○地域の住民・団体等と連携した妊娠・子育て知識の普及・啓発及び相談支援の検討【新規】（再掲）</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所
③地域で子育てを見 守る場づくりの推 進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○育児グループ等の機会の提供</li> <li>○乳児健診前に親の交流会等、機会の提供</li> <li>○児童館、保育園等と連携した子育て支援の実施</li> <li>○育児不安・児童虐待防止対策を進める関係機関、地域等との連携の強化</li> <li>○子育てサロンの活動支援</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 社会福祉協議会

施策の内容	主な取組み	担当所管
④育児不安の軽減、虐待予防への取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳児期家庭訪問<sup>※1</sup>（全戸訪問）の訪問率の向上及びその後のきめ細かな支援の実施</li> <li>○乳児期家庭訪問（全戸訪問）等を通じた、産後うつ<sup>※2</sup>の予防と早期支援の実施</li> <li>○育児グループ等の機会の提供（再掲）</li> <li>○乳児健診前に親の交流会等、機会の提供（再掲）</li> <li>○育児不安等を抱く親の早期発見、早期対応に向けた医療機関等との連携強化</li> <li>○親のメンタルヘルスへの支援の充実</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所
⑤安全・安心な出産等ができる環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母子健康手帳交付時における妊婦の生活状況把握の取組み【新規】</li> <li>○出産、育児に関する窓口、電話相談及び助言、指導等の実施（再掲）</li> <li>○妊婦の受動喫煙防止啓発用ストラップの配布</li> <li>○妊婦健診の実施及び超音波検査の支援の拡充（拡充）</li> <li>○不妊治療の費用助成の実施</li> <li>○産後ケア事業<sup>※2</sup>の実施</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所

※1 「乳児期家庭訪問」は、生後4か月までの乳児のいる家庭を、区の保健師や助産師が訪問し、子育てに関することや、子どもの疾病の早期発見・早期治療等について助言する事業のことです。

※2 「産後ケア事業」は、生後4か月未満のお子さんとお母さんで、産後に育児不安や体調不良等があり、ご家族などの支援を受けられない方を対象に、宿泊や日帰りで、母体や乳児のケア、育児相談・指導などを行い、育児不安の進行防止、虐待の未然防止、子育ての自立支援を図る事業です。

### 施策③ 母子保健事業の効率的な事務運営の推進

親と子の健康づくりに関連した区民サービスの向上をめざし、母子保健事業の運用改善を図り事務事業の効率化を推進します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①母子保健事業における事務処理の効率化の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○予防接種記録の情報の一元化と効率的な管理方法の検討【新規】</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所

#### 一口メモ

##### ●初めてママの育児グループ

総合支所健康づくり課（世田谷、北沢、玉川、砧、烏山）では、生後2～4か月の赤ちゃん和妈妈達の出会いや交流の場として、「初めてママの育児グループ」を毎月開催しています。赤ちゃんとの初めての外出やご近所のママとの知り合う機会など、ママ同士の大切なコミュニケーションの場として活用されています。また、区の保健師や助産師が、育児や母乳のことなどの相談にも応じています。

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果 指標	8時までに朝食をとる 子どもの割合 (3歳児)	3歳児健診 受診者	64.5%	80.0%
	育児で悩んでも 解決できる人の割合	1歳6か月児歯科健 診受診者	51.8%	70.0%

# 思春期の健康づくり

## 目 標

一人ひとりが成長過程の中で、自分自身のからだやこころを大切に思え、自分の健康を主体的に管理できる。また、関係機関や地域等の支援を通して、思春期世代の健康問題が解決できる。

## 1 現状と課題

思春期は、子どもから大人に成長する過渡期であり、子どもと大人の両面を持ち、不安や葛藤を抱えて生活を送っている世代といえます。

同世代等の仲間同士の結びつきが強い一方で、地域・近隣との関係性が希薄となることも多く、相談・支援などの情報が届きにくい等の特性があります。

このような現状の中で、思春期世代の性感染症、過度なやせ志向、喫煙、薬物乱用等の問題や、心身症、不登校、引きこもり

等のこころの問題等は一層深刻化する傾向にあります。

これらの健康問題は、本人の現在の問題にとどまらず、生涯にわたる健康障害や、次世代への社会的な悪影響を及ぼしかねず、問題の早期発見や早期介入・相談支援等に取り組む必要があります。

そのためには、家庭や学校や地域等の連携による教育、普及・啓発、相談などの一体的な思春期の健康づくりへの取り組みが求められています。

## 主 要 課 題

- 1 思春期世代の健康教育が十分に行われていない。
- 2 思春期世代に、こころの健康づくりに関する情報や支援が届きにくい傾向にある。
- 3 地域の関係機関と区が連携し、思春期の健康づくりに取り組む必要がある。



## 2 施策と主な取り組み

### 施策① 主体的な健康管理のための基本的な知識とそれを実践する力の育み

思春期世代が、自分のからだや健康を大切に思う気持ちを育むことや、健康に関する正しい知識を習得する機会などを提供していきます。

施策の内容	主な取り組み	担当所管
①自分のからだや健康を大切に思う気持ちの育みへの取り組み	○専門家（助産師）による性感染予防の健康教育プログラムの実施	世田谷保健所
②性感染症相談・検査の充実	○性感染症（HIV感染症／エイズ／性器クラミジア感染症／梅毒）相談・検査事業の実施（定例は週一回）（再掲） ○夜間の性感染症相談・検査の実施（年二回）（再掲）	世田谷保健所
③思春期世代の健康づくりの向上に向けた地域支援の充実	○学校等でのタバコ・アルコール・薬物乱用防止のための正しい知識などについて、専門職による出張健康教育の実施 ○薬物乱用防止教室の講師派遣（薬剤師会に委託） ○区内全中学生を対象に薬物乱用防止ポスター・標語の募集 ○区内の小・中・高校において食育教育の実施 ○高校・大学と連携した体験型食育事業の実施（再掲） ○地域等を通じた食事バランスガイド表示の実施（再掲） ○地域の健康づくり推進会議等との協働による健康づくりの取り組み	総合支所 世田谷保健所 教育委員会事務局
④健康や性感染症に関する正しい知識の習得と情報発信	○小学校高学年から中学生に向けた健康づくりに関する普及・啓発の充実（パンフレットHAPPYHANDBOOKによる啓発）	世田谷保健所

## 施策② 思春期世代のこころの健康づくりの推進

不安や葛藤を抱える思春期世代のこころの健康づくりを関係機関との連携を図りつつ、様々な手法で進めていきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①こころの悩みや不安に対する相談の実施	○思春期世代のこころの悩みや不安に対する相談の実施 ○保健師の地区活動を通じた相談の実施 ○専門相談機関や医療機関等と連携した相談体制の充実	総合支所 世田谷保健所
②こころの不調や疾患、対処法に関する普及・啓発と情報提供	○思春期のこころの健康についての講演会などの実施 ○学校等と連携した健康教育の実施 ○支援者対象の研修の実施 ○保護者対象の普及・啓発と情報提供	世田谷保健所
③こころの健康づくりを支援するための保健・医療・福祉、教育、地域団体等各関係機関の連携強化	○保健・医療・福祉、教育、地域活動団体等との連携強化による「(仮称) 思春期精神保健対策推進協議会」の設置	総合支所 世田谷保健所 教育委員会事務局
④思春期・青年期世代のための相談・支援の充実	○思春期・青年期の子ども・若者を対象とした相談支援のあり方検討とモデル事業の実施【新規】	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局

## 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	自分の身体や健康を大切にしたいと思う人の割合	高校生	98.3%	100%
		大学生	95.8%	100%
	たばこを吸ったことがない人の割合	高校生	88.4%	100%
		大学生	72.4%	100%
シンナーや覚せい剤などの薬物について、絶対にはやってはいけないと思う人の割合	高校生	79.0%	100%	
	大学生	80.1%	100%	

# 健康長寿の推進

## 目 標

自らの身体状況に合わせ、生きがいを持ちながら健康づくりに取り組み、地域において生き生きと暮らしている。

## 1 現状と課題

平成 23 年 1 月 1 日現在の世田谷区の高齢者人口は 155,357 人、高齢化率は 18.6% となっています。高齢化の進展とともに、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯、介護を要する高齢者が増加し、孤立する高齢者の存在や医療費の増加による財政圧迫など、将来への不安が懸念されています。また、東京都及び世田谷区におけるここ数年の健康寿命は、平均寿命の伸びに比べ横ばいもしくは低下しており、要支援・要介護状態の期間が長期化していることがうかがえます。

区の高齢者福祉施策は、地域での支えあい活動や介護予防事業、生涯現役をめざした生きがいづくり事業など、全国の自治体をリードする取り組みを行ってきました。今後は、健康寿命の延伸に向け、保健や健康づくり事

業と生きがいづくり事業、介護予防事業などが相互に連携し、より身近なところで高齢者が参加しやすく継続できる取り組みにしていく必要があります。さらに、生活習慣病の予防や改善、在宅で療養生活を送る高齢者の心身の健康の保持・増進、認知症対策など、新たな健康課題への対応も求められています。

また、団塊の世代が高齢者となる超高齢社会の到来に備え、中高年世代からの生活習慣の改善、介護予防、特定健診や長寿健診の受診率向上など、高齢者の心身の状況や生活環境にも目を向けながら、高齢者の保健と健康づくり施策に取り組むことが必要となっています。

## 主 要 課 題

- 1 地域の協働による高齢者の心身にわたる健康づくりの推進が求められる。
- 2 生活習慣の改善による健康の保持・増進が必要である。
- 3 健康寿命の延伸に向け健康づくり事業と介護予防施策の連携が必要である。
- 4 関係機関の連携による支援が必要な高齢者の健康保持が課題である。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 健康長寿に向けた生きがいづくりの支援

健康寿命の延伸に向け、高齢者の多様な活動の支援や交流機会の提供、就労や生涯現役に関する情報発信など、高齢者が心身ともに健康で過ごせるよう生きがいづくりを支援します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①生きがいづくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○交流会の開催等によるグループ活動の促進</li> <li>○健康づくりグループの紹介や活動場所などに関する情報の提供</li> <li>○生涯大学などの生きがい推進事業の実施や高齢者クラブ活動など的高齢者の活動支援</li> <li>○<b>高齢者を中心とした多世代が交流を図ることができる区立健康増進・交流施設の整備・開設【新規】</b></li> <li>○「せたがや生涯現役ネットワーク」と協働した交流促進事業の支援</li> <li>○働くことを通じた高齢者の生きがいと健康づくりの実施</li> <li>○サロン・ミニデイ、ふれあいサービスなどの地域の支えあい活動の支援</li> <li>○高齢者の特技等を地域の支えあい活動に活かすための特技ボランティア<sup>※1</sup>制度の実施</li> </ul>	産業政策部 地域福祉部 世田谷保健所 保健センター 社会福祉協議会 シルバー人材センター
②生きがいづくりに関する情報発信と啓発活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○中高年齢者の地域活動促進に役立つ情報誌の発行</li> <li>○老人会館の「生涯現役情報ステーション」等の活用による地域活動促進情報の発信</li> </ul>	地域福祉部

※1 「特技ボランティア」は、仕事や趣味等で培われてきた事（特技）を、地域支え活動やイベントなどで披露したり、教えたりする方々が特技ボランティアです。区の社会福祉協議会では、個人やグループでこの制度に賛同し登録いただける方を募集しています。

## 施策② 健康長寿のための健康づくりと介護予防

各種の健康講座の実施や健康体操の普及、介護予防事業、健康相談など様々な機会を通じ、高齢者の健康づくりと介護予防、認知症予防に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①生活習慣病予防及び疾病の早期発見の取組み	○特定健診及び長寿（後期高齢者）健康診査の実施 ○高齢期における生活習慣病予防講座の実施	総合支所 保健福祉部
②高齢者の状況に応じた望ましい生活習慣改善へ向けた取組み	○こころと身体の健康諸問題の改善教室の開催 ○成果分析と追跡調査の実施 ○実践や継続のための効果的手法の情報発信 ○自分の歯が80歳以上で20本以上ある区民の8020表彰の実施（再掲）	世田谷保健所 保健センター
③健康体操の機会拡大	○地域で開催される健康体操の情報提供 ○サロン・ミニデイにおける健康体操の普及・啓発	スポーツ振興担当部 社会福祉協議会
④高齢者の栄養の確保と改善	○運動・口腔・栄養・認知症予防を取り入れた複合型介護予防講座の実施 ○配食サービスの実施	地域福祉部 社会福祉協議会
⑤健康に関する相談機会提供	○健康に関する電話・面接相談の実施	総合支所
⑥介護予防の推進	○あんしんすこやかセンター <sup>※2</sup> が実施する「はつらつ介護予防講座」や「いきいき講座」での介護予防の普及・啓発の推進 ○効果的な介護予防事業の実施 ○介護支援ボランティア・ポイント事業の推進	地域福祉部
⑦区民の自主活動の支援	○あんしんすこやかセンターによる自主グループ立ち上げの支援 ○サロン・ミニデイの活動支援	地域福祉部 社会福祉協議会
⑧認知症の予防	○高齢者の誰もが参加しやすい認知症予防プログラムの実施	地域福祉部

※2 「あんしんすこやかセンター」は、世田谷区の地域包括支援センターの名称です。地域包括支援センターでは、高齢者の様々な相談に応じる「総合相談・支援」、高齢者の介護予防への取り組みを支援する「介護予防ケアマネジメント」、ケアマネジャーや医療機関等と連携・支援の「包括的・継続的ケアマネジメント」、成年後見制度の利用支援等を行う「権利擁護」の4つの機能を持っています。

### 施策③ 高齢者福祉と保健医療の連携強化

生活習慣病等の予防及び糖尿病などの重度化防止と改善に向け、高齢者福祉と保健医療の連携をより一層強化していきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①生活圏域に密着した医療連携体制の構築	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地区包括ケア会議などを利用したあんしんすこやかセンターによる「医療連携」の推進</li> <li>○高齢者地域ケア連絡会での「医療連携」の取組みの充実</li> <li>○医療連携にあたる福祉・介護人材の確保・育成と基盤の整備</li> <li>○地域の医療機関に対する精密検査等の後方支援</li> </ul>	総合支所 保健福祉部 地域福祉部 保健センター
②医療機関と連携した高齢者に多い疾病の重度化防止	<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者に多い生活習慣病予防（糖尿病など）の情報発信の強化</li> <li>○生活習慣病予防（糖尿病など）のための医療機関等との連携による個別・集団指導の実施（再掲）</li> </ul>	世田谷保健所 保健センター
③在宅療養高齢者等の食生活の支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○在宅療養高齢者や障害者等の食生活を支援する体制づくりの検討【新規】（再掲）</li> </ul>	保健福祉部 地域福祉部 世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	平均寿命	男性	80.6歳	伸ばす
		女性	86.8歳	伸ばす
	65歳健康寿命（要支援）	男性	81.1歳	伸ばす
		女性	82.4歳	伸ばす
	65歳健康寿命（要介護2）	男性	82.3歳	伸ばす
		女性	85.0歳	伸ばす
	病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だと思う人の割合	男性	84.4%	増やす
		女性	89.6%	増やす
	毎日を健やかに充実して暮らしている人の割合	80歳以上男性	84.8%	増やす
		80歳以上女性	85.1%	増やす

# 女性の健康づくり

## 目 標

ライフステージに応じた女性特有の病気や体調の変化を理解し、病気の予防に努めるとともに、体調の変化と上手に付き合い、穏やかに過ごすことができる。

## 1 現状と課題

女性は、心身の成長・発達に伴い初潮を迎え、妊娠や出産、閉経等ライフステージにおいて、女性特有のからだの変化が現れます。同時に、こころが不安定になることも多く見受けられます。

昨今、若い女性の過度なダイエットややせ志向により、標準体重であっても肥満であると感じている女性が多いことが指摘されています。こうした健康に対する誤った認識は、全身の低栄養状態を招き、妊娠・出産等に影響を及ぼすばかりでなく、年齢が進むにつれ骨粗しょう症などの病気にもなりやすくなります。さらに、骨粗しょう症が進行すると、骨が弱くなることから転倒時に骨折しやすくなり、介護が必要になる可能性も大きくなります。また、若い世代

で増加している性感染症の罹患は、不妊などにもつながりやすくなります。

これらのことから、若い世代の女性に対する正しい健康知識の一層の普及・啓発が求められています。また、妊娠・出産・育児等の女性のライフイベントから生じやすい体調の変化に応じた支援や、不妊・流産などに対する支援の充実も必要となっています。

さらに、30歳代以降から乳がんや子宮がんによる死亡率の増加が見られるため、予防とともに定期的に検診を受け、がんを早く発見し、治療に結びつけていく取り組みが重要です。

今後、女性が生涯にわたり健康で生活できるように、性差を踏まえた健康づくりの取り組みの充実が、一層求められています。

## 主 要 課 題

- 1 女性の「やせ」の割合は、男性と比較すると多い。
- 2 妊娠・出産・育児等における、女性のこころとからだの健康不安への支援が必要である。
- 3 骨粗しょう症や更年期障害など女性特有の病気への支援が求められている。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 女性の健康づくり及び女性特有の疾病に対する支援の充実

更年期障害や骨粗しょう症、乳がん・子宮がんなど、女性が罹患しやすい疾病に対する知識の普及・啓発やその予防策について、相談や検診、健康講座などを通じ、性差を考慮した健康づくりの支援を行います。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①女性の健康づくりに関する普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域の健康講座での女性の健康づくりに関する情報提供</li> <li>○「女性の健康週間」でのイベントや講演会の実施</li> <li>○更年期に起こりやすい体調の変化に関する情報提供</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
②骨粗しょう症予防の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○骨粗しょう症検診等の情報提供</li> <li>○体成分測定等の実施や身体チェック（骨密度測定、体成分測定等）を取り入れた健康講座の開催（再掲）</li> <li>○食生活相談室の実施</li> <li>○両親学級や乳児期家庭訪問等の母子保健事業を活用した母親の健康づくりの支援</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所 保健センター
③乳がん・子宮がんに関する知識の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○中学校1年生の女子生徒を対象とした子宮頸がん予防ワクチン接種費用の一部助成(再掲)</li> <li>○子宮がん検診・乳がん検診の受診勧奨の実施及び検診無料クーポンの配布（再掲）</li> <li>○がん検診の対象者を特定した個別勧奨(再掲)</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所



## 施策② 若い女性の健康づくりの支援の充実

適正な体重の維持・管理や性感染症を予防することの大切さについての普及・啓発や相談などを行い、若い女性の健康づくりを支援していきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
① 適正な体重の維持・管理に関する普及・啓発の充実	○適正な体重の維持・管理の大切さに関する普及・啓発の実施 ○高校・大学と連携した体験型食育事業の実施（再掲）	総合支所 世田谷保健所
② 性感染症予防及び相談事業の充実	○性感染症（HIV感染症／エイズ／性器クラミジア感染症／梅毒）相談・検査事業の実施（定例は週一回）（再掲） ○夜間の性感染症相談・検査の実施（年二回）（再掲）	世田谷保健所

### 施策③ 妊娠・出産・育児等に伴う健康的な生活への支援

妊娠・出産・育児等に伴い、女性が生じやすい身体の悩みやこころの変化について相談等を行い、女性の健康的な生活を支援します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①妊娠・出産に伴うこころのケアの充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母親学級・両親学級の平日開催と休日開催の充実</li> <li>○不妊、流産、死産、不育症等、妊娠・出産に伴うこころのケアに関する相談の実施</li> <li>○産後うつ等、産前・産後のこころのケアに関する相談の実施</li> <li>○乳児期家庭訪問等を通じた産後うつの予防と早期支援の実施（再掲）</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②不妊治療の支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○不妊治療の費用助成（再掲）</li> </ul>	世田谷保健所
③育児不安の軽減、虐待予防への取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乳児期家庭訪問（全戸訪問）の訪問率の向上及びその後のきめ細かな支援の実施（再掲）</li> <li>○育児グループ交流会等の機会の提供（再掲）</li> <li>○乳児健診前に親の交流会等、機会の提供（再掲）</li> <li>○育児不安等を抱く親の早期発見、早期対応に向けた医療機関等との連携強化</li> <li>○親のメンタルヘルスへの支援の充実</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	やせ（BMI 18.5未満）の割合	成人女性	16.4%	減らす
		20歳代女性	20.0%	減らす

# 口と歯の健康づくり

## 目 標

口や歯の健康の大切さを知り、健全な口腔機能を保てるよう、生涯にわたり自ら口と歯の健康づくりに取り組んでいる。

## 1 現状と課題

口や歯は、食生活や会話を楽しむなど、心身の健康の基礎となるものです。

口や歯の疾病は、むし歯や歯周病に加え糖尿病の原因になるなど、全身の健康とも密接に結びついています。口や歯の状態は、ライフステージによって異なるため、口と歯の定期的な健診や早期の治療など、ライフステージに応じた口と歯の健康づくりが求められています。国は、23年8月に歯科口腔保健法を施行し、口腔の健康の保持のため、地域の状況に応じた施策を実施することとしました。

「むし歯のない子どもの割合」は、平成12年度では3歳で78.6%、5歳で51.4%でしたが、平成21年度には、3歳で87.4%、5歳で67.2%に増加しています<sup>\*</sup>。高齢者では、80歳で自分の歯が20本以上ある方も

年々増加しており、毎年多くの方が8020表彰を受けています。さらに、「世田谷区民の健康づくりに関する調査」(平成22年度)では、かかりつけ歯科医をもつ区民の割合が7割を超えており、口と歯の健康への関心の高さがうかがえます。

一方で、区が行っている成人歯科健診では、重度歯周病と判断された区民の割合が、平成21年度では40歳代で26.7%、50歳代で35.2%、60歳代では40.0%を超える高い数値となっています<sup>\*</sup>。高齢化に伴い舌がんなどの口腔がんへの関心も高まっています。

また、増加を続ける生活習慣病の予防や改善には、口腔機能と栄養摂取との関係も密接であることから、食育と連動した取り組みも重要となっています。

※「世田谷の地域保健 平成22年度版」より

## 主 要 課 題

- 1 ライフステージに応じた口と歯の健康の保持・増進が求められている。
- 2 生活習慣病予防に向けた口と歯の健康づくりが求められている。
- 3 成人の歯周病や口腔がんなどの疾病が増加している。

## 2 施策と主な取り組み

### 施策① ライフステージに応じた口と歯の健康づくり

子どものむし歯予防の普及・啓発、成人の歯周疾患予防の取り組み、生涯にわたり自分の歯で食べられることをめざす「8020運動」の実施などにより、ライフステージに応じた口と歯の健康づくりを推進します。

施策の内容	主な取り組み	担当所管
①乳幼児、子ども世代の歯に良い生活習慣の定着への取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1歳6か月児健診・3歳児健診・歯科相談を通じ、保護者向けに歯みがき方法など歯に良い生活習慣の普及・啓発</li> <li>○児童館の幼児サークルや育児サークルの参加者に、口と歯に関する健康教室を実施</li> <li>○乳児を対象に歯みがき準備教室の実施</li> </ul>	総合支所 子ども部
②子ども世代の歯科保健意識の向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>○幼稚園(私立)、保育園児を対象に、むし歯予防教室の実施</li> <li>○小学生を対象に歯の衛生に関する図画ポスターコンクールの実施</li> <li>○フッ素塗布などフッ化物を応用した予防等の実施</li> </ul>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
③成人期の口腔に良い生活習慣実践の指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○成人歯科健診時に実施する歯周疾患改善指導の実施</li> </ul>	世田谷保健所
④高齢者の「8020運動」の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の歯が80歳以上で20本以上ある区民の「8020表彰」の実施</li> </ul>	世田谷保健所

## 施策② 歯科疾患予防対策の充実

産前・産後歯科健診、成人歯科健診での改善指導や口腔がん検診など、様々な歯科疾患予防対策に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①妊産婦のむし歯、歯周病予防の推進	○妊産婦対象の産前・産後歯科健診の実施	世田谷保健所
②乳幼児期のむし歯予防と口腔機能発達支援の推進	○1歳6か月児歯科健診、2歳6か月児歯科健診、3歳児歯科健診、すくすく歯科相談、幼稚園・保育園歯科健診の実施	総合支所 子ども部 世田谷保健所
③成人期の歯周疾患予防の推進	○成人歯科健診の実施及び受診率向上の取組み	世田谷保健所
④高齢期の口腔機能保持支援の推進	○高齢社会の進展に対応した健診及び摂食嚥下機能支援のあり方検討【新規】 ○在宅療養高齢者や障害者等の食生活を支援する体制づくりの検討【新規】（再掲）	保健福祉部 世田谷保健所
⑤口腔がんの予防の推進と正しい知識の普及・啓発	○口腔がん予防に向けた普及・啓発及び早期発見と早期治療のための口腔がん検診の実施 ○口腔がん予防のためのセルフチェック手法の普及・啓発【新規】 ○口腔がん予防のための講演会の開催	世田谷保健所

## 施策③ 生活習慣病予防に向けた口と歯の健康づくり

様々な健康づくりの機会や食育と連携した口と歯の健康づくりの普及・啓発を通じ、生活習慣病の予防につなげていきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①口腔と全身疾患に係わる情報の発信	○歯周病と糖尿病の関係について、出張所やまちづくりセンター等での健康教室による普及・啓発の実施	総合支所 世田谷保健所
②食育と連携した口と歯の健康づくり	○よくかむことが生活習慣病（肥満）予防など健康に良い影響を及ぼすことから、ひとくち30回以上噛むことを目標とした「噛ミング30」の普及・啓発	総合支所 世田谷保健所

※「すくすく歯科相談」は、4歳未満の乳幼児を対象に、保護者のむし歯リスクの理解促進やセルフチェック力等をつけてもらうことを目的とした歯科健診、相談、歯科保健指導のことです。

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	1人平均むし歯の数	12歳児	1.13本	1本以下
	むし歯のない幼児の割合	3歳児	88.1%	90%以上
	進行した歯周病に罹っている者の割合	40歳	30.3%	20%以下
		50歳	32.4%	30%以下
		60歳	37.1%	30%以下
		70歳	44.4%	40%以下
	フロスや歯間ブラシを使用している者の割合 (歯間部清掃用器具の使用の増加)	40～70歳代	42.4%	増やす
	自分の歯を有する人の割合	80歳で20歯以上	—	増やす
		60歳で24歯以上	82.8%	増やす
	かかりつけ歯科医で定期健診又は予防処置を受けている人の割合	40～70歳代	39.3%	増やす
	かかりつけ歯科医を持つ人の割合	40～70歳代	76.8%	80.0%以上
8020運動を知っている人の割合	40～70歳代	46.8%	増やす	
口腔がん啓発・検診の受診率	51・61・71歳	1.3%	増やす	

### 第3章

#### 健康づくり施策

4

一人ひとりの健康づくりの支援  
〇口と歯の健康づくり

# たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進

## 目 標

喫煙や飲酒の害、薬物に関する正しい知識を持ち、禁煙や受動喫煙防止に取り組み、適量飲酒を実践するほか、不正な薬物使用を許さない社会の実現をめざす。

## 1 現状と課題

喫煙やアルコールの多量飲酒は、様々な臓器障害や脳血管疾患、がん等の発症要因となります。また、受動喫煙による健康被害も懸念されています。

健康増進法では、国民の健康を守る観点から、公共的空間を含めた施設の受動喫煙防止を、管理者の努力義務としています。区では、平成18年に定めた「世田谷区健康づくり推進条例」において、公共施設等の管理者へ、受動喫煙の防止を求めています。これまで事業者への受動喫煙防止に対する啓発や受動喫煙防止協力店登録制度を設け、働きかけを行ってきましたが、引き続き協力を求めていく必要があります。併せて、世田谷区民の30歳代～60歳代の男性の3割、20歳代～60歳代の女性の1割が喫煙者であること

から、たばこの健康への影響などをより一層啓発し、禁煙したい区民の支援や喫煙防止に向けた取り組みが必要となっています。

また、アルコール依存症は、心身の健康を損ない、その多くは家庭や社会生活にも影響を及ぼします。さらに、薬物乱用や不正な薬物の使用は、脳障害や意識障害を引き起すほか、アルコール同様に、その依存性が問題視されています。

飲酒による健康被害や依存症の予防、薬物乱用と不正な薬物の使用を防ぐためには、それぞれの害に関する正しい知識の普及・啓発が不可欠です。また、依存症を早期に発見し、相談できる環境づくりも求められています。

## 主 要 課 題

- 1 喫煙する人を減らすとともに事業者等における受動喫煙防止の取り組みを拡大する必要がある。
- 2 飲酒の害を知り、依存症を予防する体制が依然不十分である。
- 3 薬物の害を知り、薬物を安易に入手できない社会の環境づくり等が求められている。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① たばこ対策の充実

たばこの害に関する正しい知識の普及・啓発や禁煙相談支援、受動喫煙防止などのたばこ対策に取り組めます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①たばこの害に関する正しい知識の普及・啓発	○各種健康イベント等を通じたたばこの害に関する普及・啓発 ○受動喫煙防止啓発用「妊婦マタニティーストラップ」の配付	世田谷保健所 保健センター
②未成年者の喫煙防止に向けた啓発	○区立中学校の保健体育授業カリキュラムを通じた喫煙の害に関する知識の普及 ○学校等での喫煙の害に関する専門職の出張健康教育の実施	総合支所 教育委員会事務局
③区民の禁煙相談・支援体制の拡充	○禁煙を希望する区民への禁煙外来等の情報提供と相談の実施 ○地域関係団体との連携による禁煙相談機会の提供【新規】	総合支所 世田谷保健所
④公共施設等での受動喫煙防止の拡充	○事業者への受動喫煙防止対策の普及・啓発 ○受動喫煙防止協力店登録制度の拡充 ○公共施設での受動喫煙防止や屋外における受動喫煙防止・喫煙マナー向上の啓発 ○ポイ捨て防止条例に基づく路上禁煙地区の指定	環境総合対策室 世田谷保健所

## 第3章

### 健康づくり施策

4

○一人ひとりの健康づくりの支援  
○たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進



## 施策② アルコール対策（アルコール依存症対策含む）の充実

飲酒の害や依存症に関する正しい知識の普及・啓発やアルコール依存等の相談体制の充実などアルコール対策に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①飲酒の害に関する正しい知識の普及・啓発	○各種健康イベント等を通じた飲酒の害に関する正しい知識の普及・啓発 ○学校等での飲酒の害に関する正しい知識と断れる力の大切さなどについて、専門職による出張健康教育の実施	総合支所 世田谷保健所
②アルコール依存に関する普及・啓発	○アルコール依存に関する知識の普及・啓発 ○アルコール依存予防のための講演会や相談等につなげる依存症セミナーの開催	総合支所 世田谷保健所
①アルコール依存等の相談体制の充実	○依存症相談やこころの健康相談の実施 ○医療機関や自助グループ、支援団体等との連携の強化	総合支所 世田谷保健所

## 施策③ 薬物対策（薬物依存症対策含む）の充実

薬物の害や依存症に関する正しい知識の普及・啓発や薬物依存等の相談体制の充実などの薬物対策に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①薬物の害に関する正しい知識の普及・啓発	○「薬物乱用防止推進世田谷地区協議会」と連携した薬物の害に関する普及・啓発 ○中学生を対象とした薬物乱用防止ポスター・標語の募集及び展示会の実施 ○学校等での薬物の害に関する正しい知識と断れる力の大切さなどについて、専門職の出張健康教育の実施 ○区立中学校での薬物乱用防止教室の実施	総合支所 世田谷保健所 教育委員会事務局
②薬物依存等の相談体制の充実	○依存症相談やこころの健康相談の実施 ○医療機関や自助グループ、支援団体等との連携の強化	総合支所 世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	喫煙率（再掲）	成人	16.1%	13%以下
		男性	23.6%	19%以下
		女性	9.8%	7%以下
	妊婦・産婦の喫煙率	妊婦	0.7%	0%
		産婦	1.1%	0%
	アルコールを飲まない日がある人の割合	成人	76.7%	増やす
	適正飲酒の量を守れる人の割合 (1日(1回)日本酒にして2合くらいまでの人の割合)	成人	49.0%	増やす
	シンナーや覚せい剤などの薬物について、絶対にやってはいけないと思う人の割合（再掲）	高校生	79.0%	100%
大学生		80.1%	100%	

### 第3章

#### 健康づくり施策

4

一人ひとりの健康づくりの支援  
 ○たばこ・アルコール対策：薬物乱用防止対策の推進

## 健康的な生活環境の推進

### 目 標

健康的かつ快適な住まいでこころ豊かな生活を送っている。

### 1 現状と課題

建材や家具などから発散する化学物質などによるシックハウス症候群の発症、ダニやカビの発生によるアレルギー性疾患の発症など、住まいに起因する健康への影響が懸念されています。

区が実施した、「世田谷区民の健康づくりに関する調査」（平成22年度）では、結露やカビの発生を気にしている区民が多い反面、若い世代ほど換気をしないという結果が出ています。住宅の構造に合わせた換気の方法や適切な住まい方の啓発が必要となっています。

シックハウス対策については、建築基準

法の規制対象外の物質による健康被害が新たに発生しており、関連情報や予防対策などの普及・啓発が求められています。

また、水道水の安全性に対する関心も高まりを見せ、マンションなどで安心して水道水を飲用できるよう、所有者や管理者による適切な管理を促す必要があります。

健康的で快適な住まいを実現するためには、住まいの特徴を理解し、適切に換気を行うことや定期的な水質検査を実施するなど、区民が自らの住まいに対する健康面での意識を高め、積極的に行動することが求められています。

### 主 要 課 題

1

住宅の構造に合わせた住まい方やシックハウス症候群等の知識が十分浸透していない。

2

健康的で安全・安心な住まいの実現のための環境づくりが必要である。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 住まいが原因のアレルギー性疾患予防の推進

住まいが原因のダニアレルギーの予防をめざし、ダニアレルゲン検査結果に基づく助言や、様々な機会を通じた予防に関する知識の普及と情報発信を実施します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①ダニアレルギー予防の普及・啓発及び情報提供	○各種健康づくりイベントや離乳食講習会等を通じたダニアレルギー対策の普及・啓発 ○乳幼児を持つ親のための、児童館などでの出張によるアレルギー予防講習会の実施	総合支所 世田谷保健所
②乳幼児を持つ家庭等におけるダニアレルギー発症予防への取組み	○ダニアレルギーに関する窓口及び電話による相談の実施 ○ダニアレルゲン検査（簡易キットによる個別検査）結果に基づく助言 ○個別訪問による検査及び検査結果に基づく助言	世田谷保健所

## 第3章

### 健康づくり施策

5

○健康に関する安全と安心の確保  
○健康的な生活環境の推進

## 施策② 健康的で快適な住まいの実現

健康的で快適な住環境の実現に必要な総合的な知識の普及・啓発を進めるほか、シックハウス症候群や住まいのカビなどに関する相談体制を充実します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①健康的で快適な住まいの実現に向けた総合的な知識の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種健康づくりイベントや講習会を通じ、換気方法や結露予防などの知識の普及・啓発</li> <li>○<b>住環境（空気環境、飲み水、排水、害虫等）に関して、区民活動グループやNPO法人、マンション管理組合等への啓発【新規】</b></li> </ul>	世田谷保健所
②シックハウス症候群や住まいのカビなどに関する相談及び助言・指導の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○シックハウスや住まいのカビなどに関する電話相談の実施</li> <li>○住まいの化学物質訪問調査及び調査結果に基づく助言</li> <li>○住まいのカビなどの訪問調査及び調査結果に基づく助言</li> </ul>	世田谷保健所
③シックハウス症候群や化学物質過敏症対策に向けた基本情報の収集	<ul style="list-style-type: none"> <li>○シックハウス症候群や化学物質過敏症の新たな情報の収集と蓄積</li> <li>○指針値が定められていない化学物質による新たな健康被害等に関する情報の収集と蓄積</li> <li>○化学物質過敏症の患者支援や予防・対策に取り組んでいる団体、NPO法人等との連携によるシックハウス症候群や化学物質過敏症対策の最新情報の収集【新規】</li> </ul>	世田谷保健所

### 施策③ 安心して水道水が飲める環境の整備

安心して水道水を飲用するための環境整備の一環として、飲み水に関する相談体制の充実や、貯水タンク等の給水設備の衛生管理を促進します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
① 飲み水に関する相談体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○飲み水の水質相談の実施</li> <li>○施設の飲み水における汚染事故等への立ち入り調査及び助言</li> <li>○電話相談やホームページ等により震災等広域汚染時の飲み水に関する情報の提供</li> </ul>	世田谷保健所
② 貯水タンク等、給水設備の衛生的な管理の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○貯水タンクの調査に基づく施設所有者及び管理者への助言・指導の実施</li> <li>○貯水タンクなどの管理に関する普及・啓発のためのパネル展示</li> <li>○各種健康づくりイベントを通じた飲み水の衛生管理啓発用パンフレットの配布</li> </ul>	世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	子育て世代で換気に関心を持っている人の割合	20～40歳代	56.0%	70.0%

# 食の安全・安心の推進

## 目 標

食の安全に関する正しい知識や情報を持ち、安心できる食生活を送っている。また、食品取扱い事業者等が安全で信頼できる食品を提供している。

## 1 現状と課題

ライフスタイルの変化に伴い、食品を取り巻く状況は多様化の一途を辿っています。物流の発達や国際化の発展により、世界各国から多種多様な食品が輸入されています。また、食品の加工・保存技術の向上により、様々な食品が広域的に流通するようになり、食生活は豊かになりました。

食は、日々反復継続し営まれています。その安全性の信頼が失われれば、社会基盤そのものが脅かされる深刻な事態を招きます。しかしながら、昨今の食品の偽装、不適正表示や輸入食品への薬物等の混入など、食の安全性を大きく揺るがす事件が続発しています。平成23年には、全国でチェーン展

開する焼き肉店で、肉の生食が原因となる腸管出血性大腸菌O-111に感染した4名の方が亡くなりました。さらに、東日本大震災による福島第一原子力発電所の放射能漏れ事故により、農畜産物、水産物等への放射能汚染が深刻な社会問題ともなり、消費者の食への不安はこれまでに増して大きなものとなっています。

このような社会状況のなか、行政や食品事業者が、食品の安全性の確保に万全を期することはもとより、消費者自身が食に関する知識と理解を深め、安全な食を選択する力を養い、自らが安心した食生活を送ることがより一層求められています。

## 主 要 課 題

- 1 食品による事故の発生防止がより求められている。
- 2 区民一人ひとりの食品衛生に係わる正確な知識が必要である。
- 3 食品取扱い事業者による自主的衛生管理が必要である。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 食品衛生監視指導・調査による食品の事故防止の徹底

食品による事故の根絶をめざし、食品事業者等に対する監視指導に取り組むほか、違反・不良食品の排除、食中毒防止に向けた検査、指導を実施します。

施策の内容	主な取組み	担当所管
① 都区共同で実施する食品事業者に対する監視指導の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○夏期一斉監視事業の実施</li> <li>○歳末一斉監視事業の実施</li> </ul>	世田谷保健所
② 食中毒の防止のための食品の取扱い指導の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>○弁当・仕出し事業者への一斉監視事業の実施</li> <li>○学校・保育園等の給食施設監視事業の実施</li> <li>○飲食店等への生食肉対策事業の実施 (肉の生食、加熱不足によるカンピロバクター、腸管出血性大腸菌、サルモネラ食中毒の予防)</li> <li>○飲食店、給食事業者等へのノロウイルス対策事業の実施</li> </ul>	世田谷保健所
③ 違反・不良食品の排除のための検査の実施と改善指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区内製造業一斉監視事業の実施</li> <li>○アレルギー物質を含有する食品対策の実施(食品製造施設における特定原材料の意図せぬ混入の確認検査と改善指導)</li> <li>○農産物の残留農薬検査の実施</li> <li>○広域流通・輸入食品の食品添加物等の理化学検査の実施</li> <li>○食品表示検査の実施</li> <li>○畜水産食品抗生物質等検査の実施</li> <li>○食品容器包装の規格基準検査の実施</li> <li>○区内流通食品の放射性物質検査の実施【新規】</li> </ul>	世田谷保健所
④ 食中毒、違反食品等の調査と再発防止の徹底	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食中毒、苦情、違反食品(細菌・添加物の規格基準違反、基準値を超える放射能の検出等)の緊急調査の実施</li> <li>○違反事業者に対する再発防止を目的とした施設や食品取扱いの改善指導、衛生講習会等の実施</li> </ul>	世田谷保健所



## 施策② 食品の最新の知識の普及・啓発と関係者相互の理解促進

食品の安全・安心に関する正しい知識等を広く区民や食品事業者に伝えるために、様々な機会等を通じた普及・啓発と情報提供等に努めるとともに、区民、食品事業者、行政間の情報共有と相互理解の促進にも取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①食品衛生に関する知識の普及・啓発と情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○区のお知らせ、ホームページ、FMせたがや等による、生食肉やノロウイルス等による食中毒予防に関する情報提供と注意喚起、食品衛生に関する最新情報の発信</li> <li>○区民向け食品衛生出張講習会の実施</li> <li>○食品衛生月間事業（街頭相談「食とくらしの健康フェスタ」、食品衛生講演会等）の実施</li> <li>○食品取扱い事業者向け食品衛生講習会（業態別講習会、実務B講習会）の実施</li> <li>○保育園や学校の給食の放射性物質の独自検査の実施と情報提供【新規】</li> </ul>	子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
②区民、事業者、行政間の情報共有と相互理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食の安全・安心に向けた「せたがや食の安全・安心区民フォーラム<sup>※</sup>」等のリスクコミュニケーション会議の開催</li> </ul>	世田谷保健所
③区民の意見等を反映した食品衛生監視指導計画の策定	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品衛生法に基づく食品衛生監視指導計画の区のホームページや窓口での公表と意見募集</li> <li>○監視指導計画に基づく検査等の実施結果の区のホームページでの公表</li> </ul>	世田谷保健所

### ●食とくらしの健康フェスタ

毎年、食品衛生月間の7月に、三軒茶屋にある『三茶パティオ』で「食とくらしの健康フェスタ」を開催しています。区民の方に食中毒やくらしの衛生に関する正しい知識や情報を普及するために、PRコーナーの開設やパネル展示などを行っています。来場した区民の方から、毎年たくさんの質問が寄せられ、区民の方の食や暮らしに関する身近な疑問を解消する良い機会として喜ばれています。

※「せたがや食の安全・安心区民フォーラム」は、食品の安全性について、消費者を含む関係者との間で情報の共有や意見を双方向的に交換すること(リスクコミュニケーション)を目的として開催する区民参加型のフォーラムのことです。講演会やパネルディスカッション等を年4回実施しています。

### 施策③ 食品取扱い事業者に対する自主衛生管理の推進・支援

食品の安全を確保するために、食品取扱い事業者が取り組む自主衛生管理を奨励し、その推進に必要な支援を行います。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①自治指導員の資質向上のための支援	○自治指導員講習会の実施（食品組合の自主管理活動を行う自治指導員に対して、食品衛生に関する適切な管理方法等の情報提供）	世田谷保健所
②食品事業者の自主検査への支援	○食品事業者組合が実施する自主検査（器具等のふきとり細菌検査）などへの支援	世田谷保健所
③食品取扱い従事者の自主検便の推奨	○無症状保菌者の発見を目的とした保菌者検索事業の実施	総合支所 世田谷保健所

### 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	食中毒の防止策として「肉は生で食べない」と回答した人の割合	区民	46.1%	60%以上

# 感染症予防対策の推進

## 目 標

区民一人ひとりが、感染症に対する正しい知識を持って予防策を実践する。区は感染症を予防し、感染拡大を防ぐ対策を推進する。

## 1 現状と課題

近年、医療技術の進歩や衛生水準の向上により、多くの感染症が克服されてきました。しかし、新型インフルエンザなど新たな感染症の出現やノロウイルス、麻しんの集団発生など、感染症は今日でも区民の暮らしに大きな影響を及ぼしています。また、区内では結核に罹患する高齢者が増加傾向にあり、昨今の結核を取り巻く状況の変化を踏まえた対策が必要となっています。

国内のHIV感染者及びエイズ患者は増加傾向にあり、更なる相談・検査体制の充実が必要となっています。また、性器クラミジアなどの性感染症は、若者世代に流行

しており、思春期世代への感染症予防教育の強化が重要となっています。

日頃から区民に向けて、情報の提供や正しい知識の普及・啓発を進めるとともに、予防接種事業の充実と接種率の向上、行政の検査能力の向上、公衆衛生に従事する人材の育成などを充実させることが重要です。

感染症が発生した際には、関係機関と連携して、まん延防止のために迅速かつ的確に対応することが求められています。同時に、患者本人の人権に十分配慮した対応が不可欠となっています。

## 主 要 課 題

- 1 感染症予防の正しい知識の普及・啓発が必要である。
- 2 感染症予防及びまん延防止のより一層の対策が求められている。
- 3 予防接種事業の充実及び接種率の向上が求められている。
- 4 人材の育成及び資質の向上が課題である。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 感染症予防の普及・啓発及び教育支援活動の推進

小・中学校生への衛生教育、思春期世代への性感染症予防教育、区民向け講演会などを通じ、感染症予防に関する正しい知識の普及・啓発等を進めていきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①感染症予防の正しい知識の普及・啓発や情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ホームページ、区のおしらせ等の各種メディアや健康づくりイベント等の場を活用した普及・啓発の実施</li> <li>○小・中学校の授業における出張健康教育の実施</li> <li>○最新の感染症情報や流行情報などの情報提供や注意喚起</li> <li>○専門講師による性感染症に関する講演会の実施【新規】</li> </ul>	世田谷保健所
②関係機関との情報共有と相談・連絡体制の強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域で活動中の子育て支援や高齢者支援等の既存のネットワークを活用した情報提供や共有</li> <li>○医師会や高齢者施設等との迅速な情報共有と相談・連絡の連携</li> <li>○NPO等の市民グループ活動との連携</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
③思春期世代への健康や性感染症に関する正しい知識の習得への取組みと情報発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>○小学校高学年から中学生に向けた健康づくりに関する普及・啓発の充実（パンフレットHAPPY HAND BOOKによる啓発）（再掲）</li> </ul>	世田谷保健所
④思春期世代への性感染症予防教育への取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>○専門家（助産師）による性感染予防の健康教育プログラムの実施（再掲）</li> </ul>	世田谷保健所

## 第3章

### 健康づくり施策

5  
健康に関する安全と安心の確保  
○感染症予防対策の推進

## 施策② 感染症予防及びまん延の防止

感染症患者の早期発見、早期治療のための疫学調査や健診、相談事業、患者に対する療養支援を通じ、感染症予防及びまん延の防止を図ります。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①感染症患者の早期発見、早期治療のための疫学調査・健（検）診の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○発生時の検体確保や関係者への疫学調査の実施</li> <li>○検便検体の受付、検査の実施</li> <li>○結核患者の接触者健診の実施</li> <li>○肝炎ウィルス検診の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②患者に対する療養支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○直接服薬確認法 (DOTS) による結核患者への支援</li> <li>○窓口、電話などによる感染症に関する個別相談の実施</li> </ul>	世田谷保健所
③性感染症予防及び相談事業の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○性感染症（H I V感染症／エイズ／性器クラミジア感染症／梅毒）相談・検査事業の実施（定例は週一回）</li> <li>○夜間の性感染症相談・検査の実施（年2回）</li> </ul>	世田谷保健所

## 施策③ 予防接種事業の充実及び接種率の向上

感染症予防及びまん延防止の一環として、定期予防接種の個別勧奨や任意予防接種の公費負担、費用助成等を通じて、予防接種事業の充実と接種率の向上を図ります。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①定期予防接種の勧奨及び任意予防接種事業の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○定期予防接種の個別勧奨の実施及び公費負担</li> <li>○任意予防接種の個別勧奨の実施及び公費負担、費用助成</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②予防接種に関する相談体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○窓口や電話等による個別相談の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
③予防接種の状況把握と効率的な管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母子保健事業と連携した状況把握の取組み</li> <li>○<b>予防接種記録の情報の一元化と効率的な管理方法の検討【新規】（再掲）</b></li> </ul>	総合支所 世田谷保健所

## 施策④ 人材の育成及び資質の向上

感染症予防及びまん延防止や感染症患者への支援の充実をめざし、公衆衛生に従事する人材の育成やマニュアルの整備など、感染症予防対策の資質の向上に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①感染症に関する知識やスキルの確保	<ul style="list-style-type: none"> <li>○結核予防会主催の研修（医師・保健師・事務担当）への参加</li> <li>○東京都及びエイズ予防財団主催のエイズ検査相談研修会への参加</li> <li>○東京都主催の感染症対策セミナーへの参加</li> <li>○専門研修報告会の実施</li> <li>○集団感染症等の事例検討会の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所
②感染症に関するマニュアルの整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各種マニュアル（世田谷区感染症対策・腸内細菌検査・結核業務）の改定及び関係者への周知</li> <li>○感染症業務担当説明会の実施</li> </ul>	総合支所 世田谷保健所

## 3 評価指標とめざす目標

指標区分	指標	対象者	世田谷区	
			現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)
成果指標	感染症予防のために、帰宅時や食事前に手洗いを「いつもする」人の割合	区民	H 24 年度 ベースライン調査 (予定)	—
	感染症予防のために、咳エチケットを「いつも心がける」人の割合	区民		—

# 健康危機管理の向上

## 目 標

区民は、日ごろから健康危機に対する意識を持ち、健康危機発生時には正しい情報のもとに適切な行動をとることができる。また、区は常に健康危機に対する高い意識を持ち、関係機関と連携を図りながら、発生時の備えや情報収集にあたり、健康危機発生時には速やかに適切な対応を行う。

## 1 現状と課題

新興・再興感染症、食中毒や飲料水の事故、自然災害や原子力災害などにより、区民の生命や健康を脅かす事態（健康危機）が発生しています。

区では、平常時から区民の健康に影響を及ぼすと考えられる情報の収集・分析や、食品衛生などの監視業務等を通じ健康被害の未然防止に取り組んでいます。同時に、健康危機の発生に備え、関係機関との連携・協力体制の確保、物品の備蓄やマニュアルの整備などを行っています。また、区民自らが健康危機に対する意識を持ち、発生防止に向けた衛生管理の向上も重要な取り組みとなっています。

健康危機発生時には、発生原因の把握、規模や拡大の可能性などを迅速に把握し、速やかに体制をとり事態の収拾に努める必要があります。新型インフルエンザ発生時に

は、区長を本部長とする「新型インフルエンザ対策本部」を設置し、区民への情報提供や関係機関との連携のもとで対応にあたりました。また、熱中症対策にも積極的な取り組みを行っています。

震災対策も重要な課題です。地震などの災害発生に備え、二次避難所での医療救護体制の整備や医薬品の備蓄、避難生活への支援など広範に渡る対策を行っています。しかし、東日本大震災及びこれに伴う原子力発電所事故は、これまでの想定を超え、健康危機発生時の対応力向上や被災地支援など、災害時の保健医療対策の見直しと強化が求められています。

目に見えない脅威やこれまで経験したことのない健康危機に備え、引き続き関係機関と連携し、区民の生命と健康の確保に万全を期することが重要となります。

## 主 要 課 題

- 1 健康危機管理体制の構築が求められている。
- 2 新型インフルエンザ対策等の充実を図る必要性がある。
- 3 災害時の保健医療体制の見直し・整備が必要性である。

## 2 施策と主な取組み

### 施策① 平常時における健康危機への備えと対策の強化

関係機関との連携・協力のもと、区民への健康危機防止に向けた衛生管理や日ごろの備えの啓発、発生予防対策の強化、健康危機管理体制の整備と対応力の向上を図ります。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①関係機関との連携・協力体制の確保	○「世田谷区健康危機管理連絡会」（区内の医療機関・警察・消防等の参加）の定期的な開催による協力体制の確保	世田谷保健所
②職員の健康危機管理対応力の向上	○健康危機に係わる研修会等の開催 ○健康危機発生に備えた訓練の実施	世田谷保健所
③区民への健康危機予防に向けた情報提供と啓発	○日常生活における衛生管理意識や行動の啓発 ○在宅要医療者に対する停電時対応等、健康危機への備えの啓発と支援 ○熱中症対策など健康危機情報の発信 ○ <b>保育園や学校の給食及び区内流通食品の放射性物質の独自検査の実施【新規】（再掲）</b>	総合支所 子ども部 世田谷保健所 教育委員会事務局
④健康危機予防対策の強化	○関係団体とも連携した熱中症予防対策の実施	総合支所 世田谷保健所

## 第3章

### 健康づくり施策

5

○健康に関する安全と安心の確保  
健康危機管理の向上



## 施策② 健康危機発生時の対応力向上と拡大防止

健康危機発生時には、関係機関との連携・協力体制のもと、区民に対する健康危機に関する正確な情報提供や相談体制の整備を図ります。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①健康危機発生時の庁内体制の確保	○健康危機管理マニュアル等に基づく全庁体制の速やかな確保	世田谷保健所
②健康被害拡大防止のための協力体制確保	○警察、消防、三師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会）、国、都等関係機関との連携・協力体制の速やかな確保 ○「世田谷区健康危機管理連絡会」の随時開催	世田谷保健所
③区民への健康危機に関する情報提供と相談の実施	○ホームページなどにより健康危機に関するきめ細かな情報提供 ○専門職員等による相談の実施	総合支所 世田谷保健所
④事実の把握と事後対応	○経過記録による事実の把握と事案概要の総括・評価	世田谷保健所

## 施策③ 新興・再興感染症対策の充実

感染予防と拡大防止のための衛生管理等の啓発、予防接種の促進、感染拡大防止に向けた物品の備蓄、区の事務事業継続や医療体制のマニュアルの整備など、新興・再興感染症対策を進めていきます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①新型インフルエンザ等新興・再興感染症の発生防止	○感染症発生動向の把握と調査 ○予防接種等の促進	世田谷保健所
②新型インフルエンザ等新興・再興感染症への対応力向上	○新型インフルエンザ対応研修・訓練の実施 ○医療体制や相談体制の確保など、速やかな対応に向けたマニュアルの点検 ○新型インフルエンザ発生時の区の事業継続（BCP）マニュアル等の整備	世田谷保健所
③感染防止物品の備蓄	○感染症対応用のマスク・防護服等の備蓄	危機管理室 世田谷保健所

## 施策④ 震災等災害発生時への備えと保健医療体制の整備

在宅要医療者等への災害発生時の備えの啓発と支援体制の強化、医療救護活動の円滑な実施に向けた体制づくりと関係機関と連携した速やかな医療救護活動の実施、被災地支援の備え等に取り組みます。

施策の内容	主な取組み	担当所管
①災害発生時の医療救護活動の円滑な実施に向けた体制づくり	○「世田谷区災害医療運営連絡会」の開催及び関係機関との情報交換による連携・協力体制の確保	危機管理室 世田谷保健所
②在宅要医療者への災害時の備えに対する啓発	○災害時における在宅要医療者に対する健康危機への備えの啓発と支援体制の強化 ○災害時における医薬品の準備などの啓発	総合支所 世田谷保健所
③医療救護活動の実施	○三師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会）や消防、警察等と連携し医療救護活動の円滑な実施（再掲）	危機管理室 世田谷保健所
④被災地支援に向けた備え	○被災地支援に備えた所要物品の確保と専門職派遣の体制づくり	総合支所 世田谷保健所

# 区民のライフステージ（世代別）に応じた健康づくりの主な施策

施策の柱	乳 幼 児 期 (0歳～小学校入学前)	青 年 期 (小学生・中学生・高校生・大学生)
<b>主要な健康課題への対応</b> <b>【重点施策】</b>	<b>【生活習慣病対策の推進】</b> ○乳幼児を対象に望ましい生活リズムの啓発 ○乳幼児健診における育児相談・講座の実施  <b>【食育の推進】</b> ○乳幼児健診、育児支援等の機会を通じた子どもの食事の相談・啓発	<b>【生活習慣病対策の推進】</b> ○小中学校の児童・生徒対象の生活習慣病予防健診の実施  <b>【食育の推進】</b> ○幼稚園・保育園、小・中学校と連携した食育の推進 ○学校給食等を通じた食育の実施  <b>【食育の推進】</b> ○高校・大学と連携した体験型食育事業
	<b>【食育の推進】</b> ○商店街や給食施設における食・健康情報の発信 ○区民団体や企業との協働による健康づくり教室、食育講座等の実施	
<b>一人ひとりの健康づくりの支援</b>	<b>【親と子の健康づくり】</b> ○乳児期家庭訪問の訪問率向上 ○乳幼児健診等の実施と充実 ○定期予防接種の実施と個別勧奨 ○育児グループ、母親同士の交流機会等の提供 ○育児、子育て相談  <b>【口と歯の健康づくり】</b> ○乳幼児歯科健診の実施と保護者への歯に良い生活習慣の普及・啓発 ○幼稚園、保育園児対象のむし歯予防と歯科健診の実施	<b>【親と子の健康づくり】</b> ○小学校でのスポーツ教室 ○中学校の部活動の支援  <b>【思春期の健康づくり】</b> ○性感染予防の健康教育プログラムの実施 ○思春期等への相談支援モデル事業【新規】  <b>【女性の健康づくり】</b> ○適正体重の維持・管理の大切さの普及・啓発  <b>【口と歯の健康づくり】</b> ○小学生の歯の衛生に関する図画ポスターコンクール  <b>【たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進】</b> ○学校での喫煙・飲酒・薬物の害に関する正しい知識の普及・啓発 ○中学生を対象とした薬物乱用防止ポスター標語の募集
	<b>【健康的な生活環境の推進】</b> ○様々な機会を通じたダニアレルギー対策の普及・啓発、相談の実施 ○ダニアレルギー検査結果に基づく助言  <b>【食の安全・安心の推進】</b> ○食中毒防止、不良食品排除のための一斉監視事業等の実施 ○保育園、学校給食の放射能物質の独自検査等の実施【新規】  <b>【感染症予防対策推進】</b> ○小中学校の授業における出張健康教育の実施 ○専門講師による性感染症講演会の実施【新規】  <b>【健康危機管理の向上】</b> ○関係機関等との連携による「世田谷区健康危機管理連絡会」の定期開催 ○健康危機に関するさめ細かな情報提供	

壮年期 (20歳代～65歳未満)	高齢期 (65歳以上)
<p><b>【生活習慣病対策の推進】</b> ○区内事業者への生活習慣改善の支援</p>	<p><b>【生活習慣病対策の推進】</b> ○特定健康診査、長寿（後期高齢者）健康診査の実施</p>
<p><b>【生活習慣病対策の推進】</b> ○様々な機会を活用した生活習慣病予防の正しい知識の普及・啓発、情報発信 ○壮年期向け健康講座、高齢者向け生活習慣病予防講座、各種健康教室の実施</p>	
<p><b>【こころの健康づくり】</b> ○うつ病予防講演会 ○中小企業へのメンタルヘルス</p>	<p><b>【食育の推進】</b> ○在宅療養高齢者等の食生活支援等の検討【新規】</p>
<p>○区内生産物を活用した食事づくりや多世代による会食機会の提供等の食育事業の実施【新規】</p>	
<p><b>【こころの健康づくり】</b> ○協働による「(仮称) こころの健康づくりを推進する区民会議」「(仮称) こころの健康推進会議」の設置【新規】 ○自殺対策協議会による自殺対策の取組み【新規】 ○ピアサポーター、ゲートキーパー等の人材養成</p>	
<p><b>【がん対策の推進】</b> ○特定健診等とがん検診との同時受診 ○子宮がん、乳がん検診無料クーポンの配付 ○がん患者の在宅療養生活の支援【新規】</p>	
<p><b>【親と子の健康づくり】</b> ○母子手帳の交付時の妊婦の生活状況の把握の取組み【新規】 ○育児、子育て相談 ○両親学級の休日開催の拡充 ○妊婦の超音波検診支援の拡充</p>	<p><b>【健康長寿の推進】</b> ○高齢者のグループ活動促進 ○高齢者の各種活動支援 ○区立健康増進・交流施設の整備・開設【新規】 ○健康長寿のための健康体操、健康教室等の開催 ○各種介護予防事業、認知症予防プログラムの実施</p>
<p>○女性の健康づくりに関する情報提供 ○骨粗しょう症検診の実施 ○性感染症相談、検査の実施</p>	
<p><b>【口と歯の健康づくり】</b> ○産前・産後歯科健診の実施 ○口腔がん予防の普及・啓発と口腔がん検診の実施 ○口腔がん予防のためのセルフチェック手法の普及・啓発【新規】</p>	
<p><b>【口と歯の健康づくり】</b> ○「8020表彰」 ○高齢社会の摂食嚥下機能支援のあり方検討等【新規】</p>	
<p><b>【たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進】</b> ○受動喫煙防止協力店の拡充 ○地域団体等との連携による禁煙相談会の提供【新規】 ○依存症予防の相談会等の実施</p>	
<p>○関係団体、NPO等との連携によるシックハウス症候群や化学物質過敏症対策の最新情報の収集【新規】</p>	
<p>○区内流通食品の放射性物質検査の実施【新規】 ○せたがや食の安全・安心区民フォーラムの実施</p>	
<p>○感染症予防等の各種健診、検査の実施 ○定期・任意予防接種の実施と個別勧奨 ○感染症予防の人材育成</p>	
<p>○感染症の発生防止の各種取組み ○マスク・防護服等の備蓄 ○災害発生時等への体制整備等</p>	



# 4

## 第4章 地域の健康づくり



## 第4章

# 地域の健康づくり

## 1 地域の健康づくり

### ○これまでの取組み

区では、平成3年度に総合支所制度をスタートさせ、地域特性を踏まえながら、地域の多様な資源と協働して、個性豊かなまちづくりに取り組んできました。

地域保健や健康づくりについても、町会・自治会、NPO、地域の区民や活動団体と連携しながら、多彩な事業を実施してきました。平成18年に施行した健康づくり推進条例の第8条では区民、地域団体及び事業者と協働して健康づくりを推進するため、行動指針を策定することとしています。これを受

けて、平成19年度からの「プラン後期」では、「協働による健康づくりの基盤整備」を施策の一つとし、「地域プラン」を策定し、各地域がめざす健康像の実現に向け、地域ごとに健康づくり推進会議等を設けながら、区民との協働による健康づくりを推進してきました。こうした取り組みにより、健康づくりネットワークの拡大や健康づくり意識の醸成など、区民等との協働による健康づくりは一定の成果に結びついています。



## ○地域の健康づくりの課題

---

各地域では、区民との協働のもとで様々な健康づくり施策を実施してきましたが、平成22年度に実施した「健康せたがやプラン後期の評価（中間のまとめ）」では、参加や協働が限られた世代に止まっていること、健康づくりの成果が短期間では計りにくいこと、多様なライフスタイルや興味のある活動を踏まえたアプローチができていないことなど、数多くの課題があることが明らかとなりました。また、「世田谷区民の健康づくりに関する調査」（平成22年度）からは、

健康づくりに関する意識は高いものの、実践に結びついていない実態が浮かび上がっていますが、こうした傾向は各地域とも満遍なく現れています。

健康づくりに対する意識と実態の乖離、健康づくり活動の不断の取り組み、地域の特性や資源を踏まえた協働の拡大など、地域における健康づくりは今後も区の健康づくり施策の中で一層重要な役割を担うものと考えています。

## ○地域での健康づくりの基本的な考え方

---

本プランでは、世田谷区における今後の地域保健や健康づくりについて、14の施策により取り組んでいくことを示しました。これらの取り組みを推進するためには、全区的な施策と地域の取り組みが一体となって推進され、より高い効果を挙げることが不可欠です。

保健所等の本庁所管部は、全区で一体的に進める施策を推進します。一方、総合支所は区民の直接的な窓口として、これまで培ってきた区民参加と協働を礎に、新たな時代に相応しい参加と協働の形態を模索しながら

ら、14の施策を区民の健康づくりの基本と捉え、具体的な事業として総合的に展開する役割を担っていきます。

さらに、よりきめ細かで区民一人ひとりに密着した事業展開を行うため、出張所・まちづくりセンターごとに活動している身近なまちづくり推進協議会健康づくり部会などと連携し、地区を単位に区民の主体的な行動の支援に努めていきます。こうした取り組みについては、総合支所ごとに毎年度を基本に「行動計画」を作成し、具体的な行動内容を区民と共有しながら実施していきます。

# 世田谷地域

## 1 取組みの概要

地域の健康課題の解決に向け、健康づくり課の既存事業の中で、生活習慣病対策、こころの健康づくり、がん対策、女性の健康づくり、親と子の健康づくり等を継続的に実施していくとともに、健康サポーターや関係機関とも連携しながら、区民の健康意識を高め主体的な健康づくりが行われる地域づくり活動を展開します。

## 2 区民等との協働体制について

健康サポーターとの企画会等により、具体的な活動の行動計画を別途作成するとともに、IT等を活用した新たな区民の参加を検討し、幅広い区民との協働体制をめざします。

さらに、この行動計画に沿って、地域の関係機関及び健康サポーターとの協働による健康づくりを推進します。

## 3 課題と取組みの方向性

### ■ 課題

- 1 健康課題を抱える者の多い壮年期世代の健康づくりを充実する必要がある。
- 2 全ての世代に対して、正確な健康情報の普及・啓発のため、様々な手法を検討する必要がある。
- 3 主体的に健康情報の周知啓発を行う健康サポーターを育成することが必要である。

### ■ 取組みの方向性

- 1 健康づくり課の事業の中で、壮年期を重点に、健康について関心を高め主体的な健康づくりへ行動変容できるような楽しめる魅力的な講座、イベント等の開催及び健康情報を継続的に提供します。
- 2 健康サポーターや関係機関との協働により、健康づくり活動を通して地域に向けた健康情報を発信し、サポーター自身のスキルアップと地域力の向上を目指します。

## 4 主な取組み

### 20～50歳代の壮年期への健康づくり

- ・母子保健事業（両親学級・乳幼児健診・1歳6か月児歯科健診・3歳児健診、児童館支援等）にて、生活習慣病予防の正しい知識、運動習慣の大切さ、こころの健康づくり、健康診査・がん検診等の受診勧奨、食事診断や適切な栄養バランスの知識、口腔の疾病予防と歯の健康づくり等の健康情報をちらし・パンフレット・ポスター等を活用し健康意識の向上と行動変容を促進
- ・精神保健事業（講演会、こころの健康相談、うつ就労支援講座、デイケア等）にて、こころの病気や対処方法の健康情報を提供
- ・区民健診等で、生活習慣病予防パンフレットやちらしの配布説明・乳がん触診モデルによる触診体験、がん検診勧奨、こころの健康づくり（ストレスチェック）等による健康意識の向上と行動変容を促進

### 区民や健康サポーターとの協働

- ・区民や健康サポーターと健康づくりのチラシ・ポスター等の効果的なツールの作成とそれを活用したイベント等による地域全体の健康意識を向上
- ・健康課題の解決に向けた効果的な行動計画を健康サポーターや区民等と模索
- ・健康サポーターが主体的に、地域のまつりやイベント、身近なところから区民へ向けて健康マップの配布や健康情報を発信
- ・ITなど新たなツールを利用した健康情報の提供と連携による普及・啓発及びITを活用した新たな健康サポーターの育成

### 他機関との協働

- ・新たに協働する関係機関を発掘し健康づくり活動を拡充
- ・保健センターや他機関等と連携し、壮年期を対象にした健康づくり講座等を開催
- ・児童館と連携し、児童館まつり等を活用し、幼少期から生活習慣病予防、たばこ・アルコール対策を展開
- ・幼稚園や小学校と連携し、生活習慣病予防、こころの健康づくり、健康診査やがん検診の勧奨、女性の健康づくり、親と子の健康づくり等の講座等で予防活動を展開

## ヘルスビューティ講座を開催

壮年期の女性の健康づくりを目的に骨盤エクササイズを活用しての運動と栄養士による食事の講義、保健師から健康づくりと健診案内の健康講座を開催しました。

骨盤エクササイズの専門講師から具体的な運動や姿勢や骨盤の矯正方法を教わり参加された方に好評でした。



## 上町児童館のこどもまつりに参加「私のからだを知ろう」

児童館まつりのテーマ「ハッピークローバーひろげよう」  
～4つの輪（平和の和・会話の話・仲間の輪・私のわ）～

健康サポーター 2 名、自主グループ 4 名の方に協力していただき、131 名の方の健康測定を行いました。

体力測定とアルコールパッチテスト（アルコール代謝検査）を実施しました。

子どもから大人まで大勢の方が参加され、楽しく健康について情報を提供しました。



## 健康サポーターと健康づくり活動を展開

ウォーキングイベント開催、三茶 de 大道芸にて健康測定の実施、地域の児童館まつりの参加、健康フォーラム開催、世田谷地域の歴史・史跡・緑道・自然を掲載した健康マップの作成と配布等、広い世代に向けた健康情報の提供等の様々な健康づくり活動を健康サポーターと共に考え展開しています。

# 北沢地域

## 1 取組みの概要

北沢地域では、「誰もが健やかに生き生きと暮らすこと」すなわち「病気の有無や予防だけでなく、たとえ病気や障害があったとしても、生きがいを持ち、その人らしい生活ができること」の実現に向けて活動します。

## 2 区民等との協働体制について

平成 13 年度「健康きたざわプラン」策定時に発足した「きたざわ健康まねきの会<sup>※</sup>」と共に、計画づくりから事業実施までを協働し、北沢地域の健康づくりを推進しています。

平成 24 年度からは、平成 22 年に実施した「北沢プラン健康づくりアンケート調査の結果」を受け、健康に関する現状を把握し、課題解決に向けた取り組みの検討をしていきます。

※「きたざわ健康まねきの会」

北沢地域の町会、自主活動グループ、民生委員、学校、PTA、商店街、事業所、学識経験者、あんしんすこやかセンター、行政関係部署など、地域で活動している団体で組織し、地域の健康づくりについて検討している組織

## 3 課題と取組みの方向性

### ■ 課題

- 1 「がん検診受診率が低い」「女性は若い世代にやせ願望があり、男性は中年以降に肥満が多い」などの健康課題がある。ライフステージに応じた正しい知識と生活習慣病予防が必要である。
- 2 同居する人以外に悩み事を相談する人がいないなど、心配事を抱えこみ、うつ<sup>※</sup>の疑いがある人が女性の 20～40 代に多く見られる。地域の中で人と人とがつながり、仲間や知り合いが増えるなど顔が見える関係づくりが重要である。
- 3 区民等との協働体制において、これまではネットワーク及び環境づくりに重点を置いて取り組んできたが、今後は事業の実践・継続の面でより一層、具体的に協働していく必要がある。

## ■ 取組みの方向性

### 1 連動・連携した普及・啓発の推進～ネットワークを活かした効果的な普及・啓発

健康づくりをはじめの第一段階は、自分の健康状態を知ることや、自分自身がより健康になるための方法などを「知る」など、「知る」がキーワードです。そして、自分自身のことから、家族や友人、知り合いへと多くの方々に正しい情報を広めていくことが課題です。

国、都や区などから多くの健康情報が提供される中、区民にとってより身近な健康情報となるよう「きたざわ健康まねきの会」の多様な立場からの視点やネットワークを活かし、情報を収集し、自分の言葉で発信していきます。

### 2 ライフステージに応じた取組みの拡充

前述の課題のうち、1つめの課題については、早い年代から自分の意識や日常行動を修正することにより、生活習慣病発症のリスクを下げるすることができます。

日々の生活習慣を変えるためには「正しい情報を知る」ことから「行動できる」こと、さらに「行動を続けられる」よう長期的なアプローチが必要です。

様々な機会をとおり、対象世代へ疾病予防の適切な情報提供を続けていくとともに、子どもの頃から「からだところを大切にしていくこと」を確かに伝えていくことが、北沢地域のめざす「誰もが健やかに生き生きと暮らすこと」につながると考えています。

### 3 多縁づくりを目指した交流・つながり・支えあいへの取組み

「きたざわ健康まねきの会」は、情報を伝えることが目的ではなく、啓発活動を通じた交流を大切にし、顔と顔がみえる関係づくりへとつながることをめざしています。

この活動を継続することにより、個人や家族をこえて仲間や知り合いなど、地域の中で人と人のつながりから、多くの「縁」が生まれていきます。

今までの活動で築いてきたネットワークを活かし、異年齢の人達が交流できる場を知り、つなげることで世代を超えた多くの「縁」が広がっていくことをめざし、活動を推進していきます。

## 4 主な取組み

### 区民との協働事業～まねきの会活動

- ・テーマは「生活習慣病対策」と「がん対策」  
北沢地域の健康実態を『知り』、取り組みの優先順位の選定、および効果的な普及・啓発の手法・展開方法など『作戦づくり』をします。それをもとに、ネットワークを活かした普及・啓発で、一人ひとりがより健康的な生活行動を『実践できる』ように働きかけます。人と人とのつながりが深まり、個人が実践を継続することで、地域全体の健康づくりにつながるよう活動します。
- ・まねきの会ニュースでの情報発信
- ・ネットワークを活かした普及・啓発
- ・他機関での取り組みの現状把握及び状況に応じ連携の関係づくり。
- ・健康づくり課事業と連携した健康教室

### 関係行政機関との連携事業

- ・各出張所・まちづくりセンター主催の健康教室・料理講習会
- ・各児童館子育て広場出張講座
- ・小学校と連携した健康教室

### 健康づくり課事業

- ・各種健診（乳幼児健診、区民健診）
- ・各種相談事業
- ・20～40歳向けの健康教室
- ・地域からの依頼による健康教室
- ・母子保健事業（母親・両親学級、子育て広場、育児講座、歯みがき準備教室など）
- ・各世代料理講習会（マタニティクッキング、新米ママのクッキング、男性のための料理教室）
- ・精神保健事業、精神講演会
- ・ライフステージに応じた情報発信（ライフステージにあわせた講演会開催など）
- ・健康づくり行動が継続できる環境整備（交流・つながり・支えあい）

## 北沢地域の健康づくりに関する取組み



北沢地域では、区民・事業者・行政で組織する「きたざわ健康まねきの会」を平成13年に立ち上げ、協働による地域の健康づくりを推進してきました。

平成24年度からの「まねきの会」は…世田谷区「健康せたがやプラン」に沿って、「生活習慣病対策の推進」、「がん対策の推進」を重点的に取り組み、「誰もが健やかにいきいきと暮らすこと」をめざします。

～取り組みの3つの視点～

- ① 地域のネットワークを活かした普及・啓発
- ② 子どもの頃からスタートする健康づくり支援
- ③ さまざまな活動を通じた顔が見える関係づくり

### 「きたざわ健康まねきの会」の検討光景

- 6月～10月まで5回実施しました。
- グループワークで活発に意見交換し、模造紙に意見を貼って発表しました。
- 委員の皆さんから出た意見を取り組みやすさや効果の大小などに分類し、計画に落とし込みました。



今後とも「北沢地域に暮らす誰もが健やかにいきいきと暮らすこと」をめざし活動していきます！



# 玉川地域

## 1 取組みの概要

『玉川地域に暮らす人びとが、自分らしく健やかで心豊かに過ごすことができる地域の実現』をめざし、区民一人ひとりが健やかな暮らしの主役であること、地域内のすべての区民・事業者等が健康づくりの担い手であることを確認して『区民参画、地域での協働・連携』を重視して『地域の健康づくり活動』を推進します。

## 2 区民等との協働体制について

第1次「健康たまがわプランを推進する会（健たま会）」を基に、新たに高齢者団体、民生委員、障害者ネットワーク・家族会、地域活動団体等の代表者や公募の区民を加えて「玉川地域健康づくり行動計画」を策定していきます。

また、推進段階においては、策定委員を中心に『玉川地域健康づくり行動計画を推進する会（健たま会）』を設置し、教育機関・地域企業等との協働も視野に入れ、地域との交流やネットワークを活かしていきます。

## 3 課題と取組みの方向性

### ■ 課題

- 1 生活習慣に問題を感じていても、実際に生活を改善し、それを継続することが難しい。
- 2 実際に健康づくりの活動をしようと思っても、自分に合った仲間や場所を見つけ難い。また、地域の中で、顔の見える関係が築けていない。
- 3 健康づくりに関する情報があふれている一方、適切な情報を得ることのできない人が多い。また、自分にとって必要な情報を適切に選び活用することが困難な状況がある。

## ■ 取組みの方向性

### 1 ライフステージに応じた健康づくり活動を推進します。

自らの健康度を高めることの重要性に気づき、地域社会で元気に自分らしく、活動・生活することができるように取組みを進めていきます。

### 2 健康づくりのための環境整備を行います。

区民・事業者・区等が、相互に力を合わせて健康づくりに取り組む（交流づくり）とともに、安全で楽しく、継続して健康づくり活動が出来る環境をつくる（場づくり）ことにより、地域の健康づくり活動を支援していきます。

### 3 健康づくりに関する情報の収集・発信及び活用を促進します。

健康づくりに関する情報を広く提供し、相互に伝え合える仕組みづくりに取り組みます。また、交流を通してお互い顔が見える情報共有のための関係づくりを進めます。

## 4 主な取組み

### ライフステージに応じた健康づくり（つづける）

#### 1 世代に応じた健康づくり

##### （1）子ども世代『子どもの健康を守り、生きる力をつける』

生涯にわたって健康に暮らすためには、子どもの頃からの生活習慣が大切であり、家族ぐるみの健康づくりを進めます。

- ① 子どもを取り巻く生活環境と健やかな成長について学びます。
- ② みんなで出来る遊びを通じた健康づくりを進めます。
- ③ 個々のライフスタイルを考えた子育て支援の充実を図ります。
- ④ 食教育関係者と連携し、子どもの成長に合わせ間断のない食育を推進します。
- ⑤ 親子のいい歯習慣を推進します。

##### （2）青少年世代『人と人がつながる方法を学ぶ』

この世代は地域のいろいろな人とつながることで豊かな人間性を育み、自分の気持ちや意見を相手に伝え、受け取る能力を形成する重要な時期です。自分のところや身体に関心を持ち、適切な知識や生活習慣が身につくよう働きかけます。

- ① コミュニケーションの方法を学びます。～思いの伝え方、受け取り方～
- ② 喫煙や飲酒・薬物に関する健康教育の充実を図ります。
- ③ 学校等と協働し、食体験を通じた生活習慣病予防につながる食育を推進します。

### (3) 壮年期世代『自分や家族の健康に関心を持ち、健康づくりに取り組む』

この世代は自分の健康への不安が少なく、関心も希薄になりがちです。

しかし、子育て・介護の担い手であるこの世代の健康度を高めることは、全世代の健康度を高めることにつながることから、こころの健康や生活習慣病の予防に取り組めるように働きかけます。

- ① 自分の健康状態を正しく知っている人を増やします。  
(健康診断・がん検診・成人歯科健診等の受診勧奨)
- ② 出張による生活習慣病予防等の健康教室を実施します。
- ③ 生活の中で活動量を増やすための取り組みを進めます。
- ④ 食を通じたコミュニケーションを推進します。～食習慣・食文化の継承～
- ⑤ たばこ・アルコールの乱用予防の普及・啓発に取り組みます。
- ⑥ ストレスとの上手な付き合い方を普及し、こころの健康づくりに取り組みます。

### (4) 高年期世代『自分らしく生活を楽しむ』

この世代は、社会との接点が少なくなるため孤立しやすい状況にあります。また、健康へのニーズが多様なため、個々の健康状態やライフスタイルに応じた健康度を高める取り組みを実施します。

- ① 外に出かけたくなるような情報提供やイベントを実施します。
- ② 高齢者クラブやサロン等と連携し、共食を通じて食の偏りや口腔機能の低下の予防に取り組みます。
- ③ 健康づくり活動に携わる仲間を増やします。

## 2 すべての世代に共通した健康づくり

### (1) 10年、20年後も元気でいられるからだをつくる

- ① 生活習慣病につながる運動不足や食事・生活リズムの乱れ、ストレスの蓄積、喫煙、歯周疾患などの対策に取り組みます。
- ② 個人を対象にそれぞれの生活習慣、生活環境の改善に取り組みます。
- ③ 地域全体で健康ウォーキングや健康体操などに取り組みます。

### (2) 安心とふれあいを大事にしたこころの健康づくり

コミュニケーションを通してお互いを理解し、人と人とのかかわりや支え合いをもつことがこころの健康へとつながります。親子・夫婦等家族をはじめ、世代をこえた地域の中での交流をめざします。

- ① コミュニケーションの方法を学ぶ  
～思いを伝えよう、思いを受け取ろう～

## 健康づくりのための環境整備（つくる）

### 1 世代等をこえた交流のある地域づくり（交流づくり）

#### （1）人と人とのつながりを通じた健康づくり

個人の健康づくりのためには、知識や情報を得るだけでなく、人との対話や交流を通して自分の取り組みを実感し、周囲から認められることが重要です。そのために、交流のある地域づくりを進めます。

- ① コミュニケーションのスキルを学びます。
- ② 日常生活の中での人とのコミュニケーションを通して健康への取り組みを促します。

#### （2）人と人をつなぐしくみづくり

教育機関や高齢者クラブ等の地域団体、障害者施設等との連携を通して、世代や障害をこえた人と人をつなぐしくみづくりに取り組みます。

- ① 病気や障害の有無や世代を超えた交流のある地域づくりに取り組みます。
- ② 災害時にも健康に関する情報交換など、お互いに声のかけあえる関係づくりを進めます。
- ③ 区内地域団体や他区市の事例等に学びます。（視察等）

### 2 元気な人・元気な高齢者を育てる（場づくり）

#### （1）健康づくりのための地域の拠点づくり

健康づくりを継続するためには、気軽に運動できる場や情報交換できる場が必要です。身近な場所に子どもから高齢者まですべての人が気軽に行くことができ、運動体験や健康情報を共有できる場づくりを進めます。

- ① 地域の健康づくり活動拠点の情報を収集し、区民に必要な情報を提供します。
- ② 地域で健康づくりの活動をしている事例に学びます。
- ③ 大学や企業等と連携し、健康のための場づくりを進めます。

## 健康づくりのための情報発信（つたえる）

### 1 情報の発信の仕方と受け取り方の工夫

#### （1）情報通信技術（ICT）、掲示板、広報誌等を活用した情報発信

- ① 管内の大学等と連携し、活用できる発信媒体（掲示板からICTまで）について学び、より有効に送受信する方法について検討します。
- ② 既存のあらゆる情報発信ツールを活用して、定期的かつ継続して発信することにより、利用者の拡大と定着を図ります。
- ③ 豊富な情報から自分にあった情報を“どのように入手し”“活用するか”を学び、啓発します。

## (2) 顔のみえる情報発信

町会やPTAなどの組織や地域団体の活動の場を活用し、情報を発信します。

## 2 効果的な情報発信

### (1) 地域全体で取り組み、普及する

『一人ひとりが健やかな暮らしの主役であること』『地域内のすべての区民・事業者等が健康づくりの担い手であること』を確認して『地域の健康づくり運動』を推進します。

- ① “早起き月間”などの地域共通のテーマやスローガンをつくり普及します。
- ② 大学や商店街、企業、区等の情報発信ツールの相互活用を検討します

## コラム

『玉川地域 健康づくり行動計画』は、子どもから高齢者・障害者の団体などの代表者、事業者、日頃健康づくりに関心のある区民の方々、玉川総合支所の各課の協力も得てみんなで策定しています。

みんな自由に!! ざっくばらんに!!  
熱心に!! 活発な意見交換を行っています。

これから5年間、みんなでこの計画を推進する予定です!



わくわく



わいわい



# 砧地域

## 1 取組みの概要

砧地域では、これまで世代別及び世代共通の目標を掲げて健康づくりを進め、一定の成果をあげてきました。今後は、健康せたがやプラン（第二次）の基本理念や目標及び砧地域の特性等を踏まえて「親と子の健康づくり」、「生活習慣病対策の推進」、「こころの健康づくり」、「口と歯の健康づくり」、「たばこ・アルコール対策等の推進」等をテーマとした健康づくり活動を進めていきます。

## 2 区民等との協働体制について

区民、地域団体、事業所、総合支所等をメンバーとする会議体を設置し、砧地域での健康づくりの取り組みを推進します。また、区民と区が協働で取り組む事業の実施や関係機関との連携強化など、区民、事業所等との協働を深めながら地域全体で健康づくりを推進します。

## 3 課題と取組みの方向性

「はつらつ砧健康プラン（後期）」の評価等を踏まえ、砧地域では「子どもの健やかな成長と子育てへの支援」、「望ましい生活習慣の気づきと改善へ向けた支援」、「地域に広める健康づくり」の3つの柱を中心に、健康づくりに取り組みます。

### ■ 課題

- 1 子どものころから望ましい生活習慣を身につけることができるよう、親への働きかけを続ける必要がある。
- 2 生活習慣病の予防やその進行を防ぐために、具体的な生活習慣の改善に結びつくような働きかけを行う必要がある。
- 3 区民が個人として健康であるだけでなく、社会的にも健康で充実した生活を送ることができるよう健康に関する正しい情報を提供する必要がある。

## ■ 取組みの方向性

- 1 出産前の母親学級から出産後の乳幼児健診など、様々な機会を捉えて親に対する望ましい生活習慣の啓発を行うとともに、子育てサロンや児童館等の関係団体と連携して分かりやすい情報提供に努めます。
- 2 生活習慣を改めるためには、区民一人ひとりが自覚を持ち、主体的に行動することが大切です。測定等自分の健康状態を自覚できるような機会を提供するとともに、無理なく生活習慣を改善し継続することができるような取組みを広めていきます。
- 3 地域で活動している様々な健康づくり団体の連携と情報発信の促進を図るとともに、地域で共に活動できる仲間づくりを支援するための情報提供を進めます。

## 4 主な取組み

### 子どもの健やかな成長と子育てへの支援

砧地域は、5つの地域の中でも年少人口の割合が最も高い地域ですが、核家族化等の影響により子育ての知識等が継承されず、子どもの健やかな成長が妨げられる事例も見受けられます。このような課題に対応するため、子どもたちの健やかな成長と子育てへの支援を充実します。

- ・ 乳児期家庭訪問を通じて、産後うつ予防や早期発見等に努めるとともに、必要に応じて速やかな支援を実施します。
- ・ より身近なところで親同士が知り合える機会を提供するため、児童館等地域の関係機関と連携してマタニティ応援講座や出張型ママ＆ベビーズサロン（乳児健診前母子グループ）等を実施します。
- ・ 「砧地域子育てネットワーク（児童館・保育園等との連携）」を拡充し、親子の仲間づくりや孤立化予防をより一層促進するとともに関係機関の連携を強化します。
- ・ 子どもの成長に応じた離乳食を作ることができないといった傾向が増えているため、離乳食講習会等を通じて食べる機能に応じた食事づくりへの支援を実施します。
- ・ 4歳未満対象のすくすく歯科相談や乳幼児歯科健診を通じて、保護者向けに歯みがき練習や歯に良い生活習慣の普及・啓発等、口と歯の健康づくり支援を実施します。

## 望ましい生活習慣の気づきと改善へ向けた支援

生活習慣病の予防や、その進行を防ぐためには、区民一人ひとりが自覚を持って、生活習慣の改善を実践・継続することが大切です。そのためのかきかけづくりや、継続のための支援・情報提供を行います。

- ・緑が多いという砧地域の環境を活かし、ウォーキング等による健康づくりを進めます。実施に当たっては、地域の方々と作成する健康マップを活用します。
- ・区民健診において、がん検診の啓発や健診結果を踏まえた医師等による生活習慣改善についての個別指導等を実施します。
- ・健康教室等において、生活習慣病に関する普及・啓発を実施します。(食事診断等を活用した食生活の振り返り、たばこの害についての説明や禁煙外来の案内等)
- ・自分の健康状態を自覚し生活習慣を改善するきかけを提供するため、幼稚園や児童館等と協働して、子育て中の女性を対象に健康測定や食事診断を取り入れた健康教室を開催します。
- ・区民の生活習慣改善を促進するため、地域イベントでの体験型健康測定・親子料理教室等を行います。

## 地域に広める健康づくり

健康であるということは、単に身体的、精神的に病気や虚弱でないということだけではなく、社会的にも充実して良好な状態にあることです。健康づくりの活動を通して、区民が地域でのつながりを持ち、こころ豊かに暮らすことができる健康的な地域社会の実現に取り組めます。

- ・区民参加を促し主体的な健康づくりの意識を醸成するため、区民や団体等と協働して健康マップを作成します。作成した健康マップはウォーキング等に活用します。
- ・母親同士が知り合えるきかけを提供するため、母親学級やママ&ベビーズサロン等を開催します。さらに、地域の人材等と連携を進め、見守り支えあえる地域づくりを支援します。
- ・壮年期の区民に対して、望ましい生活習慣を身につけ継続できるよう、無理せず続けられる取り組みの情報を発信します。



## 砧地域の健康づくり活動について



素敵ママのヘルスアップ講座

子育て世代を対象に、自分や家族の身体に関心を持ち、壮年期の生活習慣病予防の普及・啓発を目的に講座を行っています。

講座では、若い世代の痩せ願望や骨密度の低下などを背景に、骨密度や体成分分析測定<sup>※</sup>、運動指導員による健康体操を行っています。

※体脂肪、筋力、水分、タンパク質、ミネラル量などを測定

区民・団体・事業所の方々（健康推進委員）と総合支所等をメンバーとする会議体を設置し、砧地域の健康づくり（健康の保持・増進）について話し合いを行っています。



地域の皆さんとの話し合い



口と歯の健康づくり

家族ぐるみの歯科疾患予防や8020運動の普及等、生涯を通して自分の歯で食べられるよう、乳幼児からの口と歯の健康づくりを行っています。

※地域の児童館での歯みがき教室の様子

# 烏山地域

## 1 取組みの概要

平成 22 年度に実施した烏山地域健康意識調査により、壮年期世代の生活習慣などの健康課題が明らかになり、また、ストレスを抱える人が多いとの結果が出ました。「健康せたがやプラン（第二次）」の重点施策に基づき、烏山地域では、「若い世代からの生活習慣病予防」と「親と子の健康づくり」、「こころの健康づくり」を3本柱とし健康づくりを推進していきます。

## 2 区民等との協働体制について

区民と地域の関係機関で構成する「烏山地域健康サポーター会議」を開催します。「健康サポーター」や健康づくり活動を応援する「活動協力者」の活動を地域に広め、烏山地域の健康づくり活動に関心を持つ区民等を増やしていきます。また、烏山地域のネットワーク等を活かした区民との協働をすすめていきます。

## 3 課題と取組みの方向性

### ■ 課題

- 1 壮年期世代の生活習慣（男性の朝食欠食・肥満、女性のやせ・健診未受診・運動習慣の少なさ等）の問題が懸念される。
- 2 壮年期・中年期世代の区民の多くがストレスを感じている。
- 3 地域の健康づくりを担う人材を育成していく必要がある。
- 4 今までの健康づくり活動に関与していない若い世代を中心とした幅広い区民が意見を出しやすく情報を受信しやすい体制づくりが必要である。

## ■ 取組みの方向性

- 1 健康サポーター自らが普及・啓発を行い、健康づくり活動や会議等を通じて次の担い手を育成し継続した活動へとつなげていきます。
- 2 若い世代を中心とした幅広い区民が情報の発信や健康づくりの行動をとりやすいしくみや環境づくりを進めていきます。

## 4 主な取組み

### 若い世代からの生活習慣病予防

- ・健康情報を取り入れた「ちとから健康マップ」を作成し、マップを活用したウォーキングを実施
- ・運動習慣の継続とその普及として「ちょこっと体操」教室の実施
- ・食育の推進。児童館などにおける若い母親への食育事業の推進
- ・乳幼児健診や育児講座、区民健診などの機会を利用した子育て世代への生活習慣病予防の普及（乳幼児歯科健診含む）
- ・生活リズム「早起き・早寝・そして朝ごはん」の推進等
- ・健康サポーターの意見を取り入れた健康教室の開催等
- ・がん予防の正しい知識の普及・啓発

### 親と子の健康づくり

- ・乳児期家庭訪問、乳幼児健診、子育て講演会等の母子保健事業を通しての子育て支援や女性の健康づくりの取り組み（メンタルヘルス、産後うつ支援等）
- ・乳児健診前の交流会（わかばママの会）、乳児健診後の広場（いちご広場）や離乳食講習会等での健康情報の提供
- ・講演会、講座、両親学級での子育てに関する知識の提供と普及・啓発
- ・子育て支援ネットワーク「すくすくネット」や児童館や保育園との連携を通じて地域の子育て環境整備等

### こころの健康づくり

- ・「思春期こころの講演会」を通じて、学校と連携した若い世代への生活習慣病予防、こころの健康づくりの普及・啓発
- ・「こころの健康相談」によるこころの病の発症予防、発症時の早期支援及び家族支援
- ・講演会、地域イベント等での「こころの健康相談」のPR等
- ・「こころの健康づくり」に関するネットワークを活かした地域づくり

## 「健康づくり活動」健康教室やウォーキング等

～健康サポーターの意見をもとに推進していきます～



### 「ちょこっと体操」

～生活習慣病予防にいつでもどこでも「ちょこっと体操」  
運動習慣の継続にむけて、地域の大学とも連携し引き続き推進していきます～



### 「ちとから健康マップ」

～区民の皆さんと一緒に実踏し、意見をもとに健康情報を取り入れた  
マップを作成していきます～







第5章  
プランの推進体制と評価



# 第5章

## プランの推進体制と評価

### 1 健康づくり施策等を推進する体制

区では、世田谷保健所、総合支所（健康づくり課）及び公益財団法人世田谷区保健センター（以下「保健センター」と言う。）等が、それぞれの機能を活かしつつ連携を図り、区民の健康の保持・増進をめざし、様々な健康づくり施策を実施してきました。

引き続き、予防接種事業や食品衛生など区が一体的に進める施策は世田谷保健所が中心となり、関係団体の協力を得ながら取り組みます。また、地域では区民や団体等の参画と協力を得ながら、地域の特性を活かした健康づくりを総合支所が主となり実施します。併せて、地域・地区での自主的な活動の支援により、区民が身近なところで健康づくり活動に取り組める環境を整えていきます。

一方、保健センターにおいては、区の健康

づくり施策等の運営方針に基づき、長年の実績や蓄積した専門的なスキルを活かし、世田谷保健所や総合支所とも連携を図りつつ、健康増進事業や健康教育、各種検査・健（検）診事業、医療機関の支援、地域活動の支援などに積極的に行動することが期待されます。

本プランの取り組みをより効果的に進めていくためには、今まで培った三者の連携をより一層強化し、一体となり健康施策を進めることが重要です。

さらに、社会福祉協議会、産業振興公社、スポーツ振興財団、医療関係機関などの関係団体や外郭団体もつノウハウや専門性を活かした連携と役割分担のもとで、新たな時代に合致した多様な健康づくり施策を積極的に行う必要があります。

### 第5章

#### プランの推進体制と評価

1

健康づくり施策等を推進する体制



## 2 プランの推進にあたって

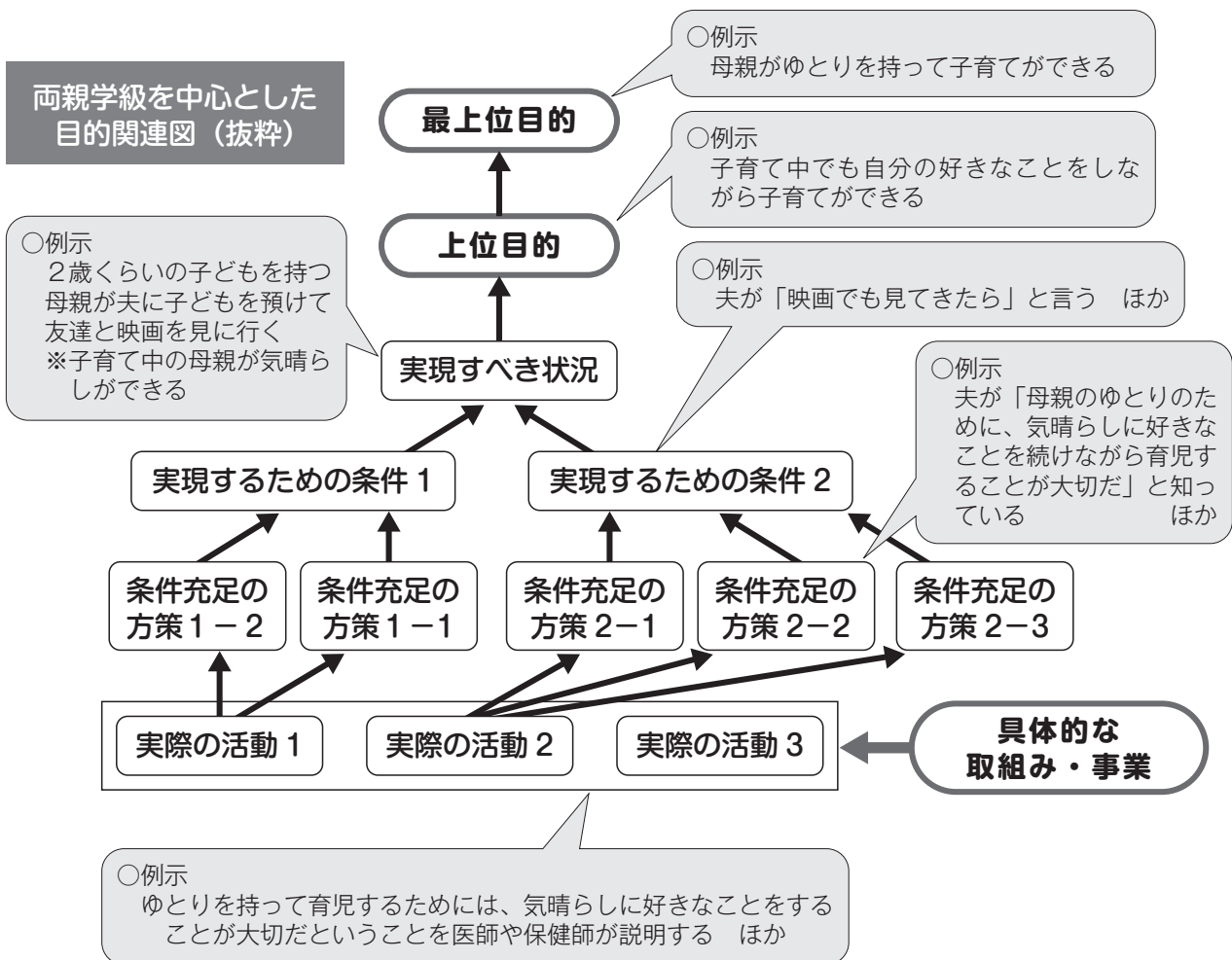
本プランに示した「主な取組み」や具体的な事業については、それらを一つひとつ丁寧に実施することが、プランの目標の達成、ひいては健康づくり推進条例の理念を実現することに結びつくものと考えています。

新規・拡充事業の実施にあたっては、区としての意思決定のもとで実践することはもとより、その検討過程においても職員参加や関係団体、区民参加により、事業の目的（行

きたい場所・目的地）とその方法や手段が合致しているか、そのための条件は何かなどを十分に議論する必要があります。

ここに、事業実施にあたっての目的関連図を参考に示します。具体的な取り組みや事業を実践するための活動、それを行うための詳細な条件、活動や取り組みの結果により達成される状況、さらには達成すべき目的を明確にすることが不可欠です。

### <参考> 事業実施にあたっての目的関連図



出典 「地域づくり型保健活動の考え方と進め方」  
岩永 俊博 著 医学書院

#### (1) プランの進捗管理と評価の必要性

本プランでは、区民の健康課題等を軽減、改善し解決していくとともに、区民自らが健康の保持・増進につながる行動を実践できるための支援を健康づくり施策として体系的に整理し取り組み、プランの目標の達成や基本理念（めざす姿）の実現をめざします。

そのため、本プランの実施状況や施策の進捗状況等を管理するとともに、区民のQOLや健康状態をはじめ、意識や行動がどのように向上したのかなどを把握しつつ、常に計画や事業の改善につなげていくための評

価が必要です。

区は、本プランの実施状況や施策の進捗状況については、毎年、世田谷区健康づくり推進委員会へ報告し、取り組みに対する意見をうかがいます。

また、プランの評価については、計画期間の中間年において、指標などをもとに実施し、世田谷区健康づくり推進委員会に報告するとともに、世田谷区健康づくり推進条例第11条4項に基づき、区民に対し速やかに公表していきます。

#### (2) 成果指標と活動指標（評価指標）

本プランの施策を推進するにあたり、第3章では成果指標の「めざす目標」を、5年後の区民の望ましい健康像や健康課題の改善目標と位置付け、区は区民と共にその目標達成に向け各施策事業を効果的に展開することをお示ししました。

また、本プランの全体評価にあたっては、

成果指標のみならず、区のサービス成果を測る活動指標とあわせて客観的に評価していくことも示しました。

各施策ごとの成果指標と活動指標及び個々のめざす目標については次のとおりです。

## 4 施策の評価指標とめざす目標の一覧

### (1) 主要な健康課題への対応【重点施策】

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由	
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典		
	活動指標	特定健康診査 の受診率	世田谷区国保 被保険者 40～74歳	38.1% <sup>*1</sup> 37.7% <sup>*2</sup>	— H24年度 65.0%	②	法律に基づき区 が設定する項目 ※1 実績：年度途中加 入者を含む ※2 国への実績報告 数：年度当初から 年度末までの国保 加入者のみ	
		特定保健指導 の実施率	世田谷区国保 被保険者 40～74歳	5.9% <sup>*1</sup> 6.4% <sup>*2</sup>	— H24年度 45.0%	②		
生活習慣病対策の推進		肥満（BMI 250以上） の人の割合	成人	15.5%	減らす	①	健康日本21評価指標  男性の肥満が多 いため年代ごと に設定した。	
			成人男性	21.8%	減らす			
			30歳代男性	27.7%	減らす			
			40歳代男性	31.0%	減らす			
			50歳代男性	28.3%	減らす			
		適正体重の女性 (BMI 185以上250未満) の割合	成人女性	71.4%	増やす	①	女性のやせ志向 が国の課題とし て取り上げられ ているため指標 とした。	
	成果指標	特定健康診査 有所見者の割合	①高血糖 (HbA1c[ヘモグロ ビンエーワンシー] 5.5%以上、JDS値)	世田谷区国保特定 健康診査受診者 (40～74歳)	23.4%	減らす	②	生活習慣病発症 の可能性がある 健康状況を表す ものとして健診 結果の有所見者 の割合を指標と した。有所見基 準は、メタボリ ックシンドローム 判定基準を用いた。
				世田谷区国保特定 健康診査受診者 (40～74歳) 男性	26.8%	減らす		
				世田谷区国保特定 健康診査受診者 (40～74歳) 女性	21.4%	減らす		
			②高血圧 (収縮期血圧 130mmHg以上)	世田谷区国保特定 健康診査受診者 (40～74歳)	45.3%	減らす		
	③脂質異常 (中性脂肪 150mg/dl以上)	世田谷区国保特定 健康診査受診者 (40～74歳)	20.8%	減らす	②			

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
生活習慣病対策の推進	成果指標	健康診断を定期的に受けている人の割合	成人	62.1%	増やす	①	健康診断は健康づくりの基本であること、栄養・運動・休養の視点から項目を選定した。 栄養バランスは、食の基本であるが、年代により生活習慣が異なるため、年代ごとに指標を設定した。
		栄養のバランスを考えて食べている人の割合	20歳代男性	58.9%	増やす	①	
			女性	65.2%	増やす		
			30歳代男性	55.3%	増やす		
			女性	76.3%	増やす		
			40歳代男性	81.9%	増やす		
	女性		87.0%	増やす			
	意識してからだを動かしたり運動などを行っている人の割合	成人	65.6%	増やす	①		
	こころと体の休養が取れている人の割合	成人	74.6%	増やす	①		
	喫煙率	成人	16.1%	13%以下	①	喫煙は多くの健康被害をもたらす。男女差が多いため性別ごとに指標とした。	
		成人男性	23.6%	19%以下			
		成人女性	9.8%	7%以下			
食育の推進	成果指標	朝食を食べていない人の割合	20歳代男性	17.8%	減らす	①	若い世代の朝食の摂取率の低さは、国でも課題としてあげられている。区では、朝食の未摂取の割合が15%以上の年代性別を指標として設定した。
			女性	26.1%	減らす		
			30歳代男性	26.6%	減らす		
			女性	19.1%	減らす		
			40歳代男性	17.2%	減らす		
			高校生	15.8%	13.0%		
	大学生	20.0%	18.0%	⑧			
	栄養のバランスを考慮している人の割合	成人	77.8%	増やす	①	バランスのとれた食事は、食の基本であるが、男性の割合が少なく、指標とした。また、楽しく他人と一緒に食べる大切さが言われているため指標として設定した。	
	主食・主菜・副菜の言葉も意味も知っている人の割合	成人男性	58.0%	60%以上	①		
		20歳代男性	49.3%	増やす			
30歳代男性		47.9%	増やす				
家族や友人と食事をする機会をもつようにしている人の割合	成人	75.0%	増やす	①			
	70～80歳以上	64.3%	増やす				

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
こころの健康づくり	活動指標	こころの体温計 (メンタルヘルス チェック) アクセス数	区民	年 67,889 件	年 80,000 件	③	睡眠は、こころの健康を維持するために大切である。また、こころの不調の気付き、うつ病や自殺予防に、家族支援も含め取り組むため、これらの項目を指標とした。
		ゲートキーパー養成数 (自殺予防)	区民・ 関係機関職員	49 名	100 名	③	
		こころの健康に関する相談件数	区民	366 件	400 件	④	
		こころに関する講演会の参加人数	区民	1,512 名	1,700 名	④	
	成果指標	悩みや不安、ストレス等を感じた人の割合	成人	62.1%	減らす	①	ストレスを抱える人の増加は、社会的に指摘されている。ストレスは、解消法を持つこと、人に相談することで軽減できるので、指標とした。
		悩みや不安、ストレス等を感じている人のうち、ストレスを解消する方法を持っている人の割合	成人	56.3%	増やす	①	
		悩みや不安、ストレス等を感じている人のうち、相談できる人がいる人の割合	成人	82.0%	増やす	①	
		睡眠の質 (熟眠感がある人) の割合	成人	71.1%	増やす	①	
がん対策の推進	活動指標	検診受診率胃がん	40 歳以上	5.1%	20,000 人 (6.7%)	③	健康日本 21 評価指標 区民の 3 割ががんで死亡している。 早期発見、早期治療には、検診が重要であるため、受診率を指標とした。
		子宮がん	20-39 歳の女性 40 歳以上の偶数年齢の女性	21.9%	現状以上		
		乳がん	40 歳以上の偶数年齢の女性	19.0%	現状以上		
		肺がん	40 歳以上	7.6%	17.8%		
		大腸がん	40 歳以上	6.7%	16.1%		

## (2) 一人ひとりの健康づくりの支援

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
親と子の健康づくり	活動指標	妊婦健康診査受診率	妊婦健康診査受診者	93.2%	100%	⑤	母子保健法に基づく健診等は、子どもの健やかな発達・発育のために欠くことができない大切なものなので、健診の受診率等を指標とした。
		乳幼児健康診査受診率	3～4か月児健診	95.8%	100%		
			1歳6か月(内科)健診	90.7%	100%		
			1歳6か月(歯科)健診	78.3%	100%		
			3歳児健診	86.9%	100%		
		乳児期家庭訪問率	4か月までの乳児	76.3%	100%		
母親・両親学級の参加者数	母親・両親学級参加者	4,882人	6,000人	⑤			
成果指標	8時までに朝食をとる子どもの割合(3歳児)	3歳児健診受診者	64.5%	80.0%	⑬		
	育児で悩んでも解決できる人の割合	1歳6か月(歯科)健診受診者	51.8%	70.0%	⑬		
思春期の健康づくり	成果指標	自分の身体や健康を大切にしたいと思う人の割合	高校生	98.3%	100%	⑧	思春期は、自分を大切に思い、たばこや薬物等を絶対にやらないという認識が大切であるため、指標とした。たばこは、健康日本21の評価指標
			大学生	95.8%	100%		
		たばこを吸ったことがない人の割合	高校生	88.4%	100%		
			大学生	72.4%	100%		
シンナーや覚せい剤などの薬物について、絶対にやっ てはいけないと思 う人の割合	高校生	79.0%	100%				
	大学生	80.1%	100%				
健康長寿の推進	成果指標	平均寿命	男性	80.6歳	伸ばす	⑥	健康水準等を表す基本的な項目なので指標とした。
			女性	86.8歳	伸ばす		
		65歳健康寿命(要支援)	男性	81.1歳	伸ばす	⑦	健康状態を表す基本的な項目であり、健康で過ごす期間が長いことが大切なので指標とした。
			女性	82.4歳	伸ばす		
		65歳健康寿命(要介護2)	男性	82.3歳	伸ばす	⑦	
			女性	85.0歳	伸ばす		

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
健康長寿の推進	成果指標	病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だと思う人の割合	男性	84.4%	増やす	①	年齢とともに、病気や障害は増加するが、その人なりに前向きに過ごすことが大切であるため指標とした。
			女性	89.6%	増やす		
		毎日を健やかに充実して暮らしている人の割合	80歳以上男性	84.8%	増やす	①	
			80歳以上女性	85.1%	増やす		
女性健康づくり	活動指標	健診受診率 子宮がん（再掲）	20 - 39歳の女性 40歳以上の偶数年齢の女性	21.9%	現状以上	③	女性特有の病気であるため指標とした。
		乳がん（再掲）	40歳以上の偶数年齢の女性	19.0%	現状以上		
	成果指標	やせ(BMI 18.5未満)の割合	成人女性	16.4%	減らす	①	女性のやせ志向が国の課題として取り上げられているため指標とした。
			20歳代女性	20.0%	減らす		
口と歯の健康づくり	活動指標	口腔がん検診の受診率	51・61・71歳	1.3%	増やす	③	いい歯東京 評価指標
	成果指標	1人平均むし歯の数	12歳児	1.13本	1本以下	⑨	健康日本21 評価指標
		むし歯のない幼児の割合	3歳児	88.1%	90%以上	⑤	
		進行した歯周病に罹っている者の割合	40歳	30.3%	20%以下	⑤	健康日本21 評価指標
			50歳	32.4%	30%以下		
			60歳	37.1%	30%以下		
70歳	44.4%	40%以下		8020運動に向けて、歯の喪失を防ぐため指標とした。			
	フロスや歯間ブラシを使用している者の割合 (歯間部清掃用具の使用の増加)	40～70歳代	42.4%	増やす	①	いい歯東京 評価指標	

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
口と歯の健康づくり	成果指標	自分の歯を有する人の割合	80歳で20歯以上	—	増やす	③	健康日本21 評価指標
			60歳で24歯以上	82.8%	増やす		
		かかりつけ歯科医で定期健診又は予防処置を受けている人の割合	40～70歳代	39.3%	増やす	①	健康日本21 評価指標
		かかりつけ歯科医を持つ人の割合	40～70歳代	76.8%	増やす	①	いい歯東京 評価指標
8020運動を知っている人の割合	40～70歳代	46.8%	増やす	①			
たばこ・アルコール・薬物乱用防止対策の推進	活動指標	受動喫煙防止協力店登録制度の充実	飲食店等	318店	500店	⑪	協力店の増加が、受動喫煙防止につながるため指標とした。
	成果指標	喫煙率（再掲）	成人	16.1%	13%以下	①	喫煙は多くの健康被害をもたらす。特に、妊産婦の喫煙は、胎児や子どもへの影響が大きいいため、設定した。
			成人男性	23.6%	19%以下		
			成人女性	9.8%	7%以下		
		妊婦・産婦の喫煙率	妊婦	0.7%	0%	③	
			産婦	1.1%	0%		
		アルコールを飲まない日がある人の割合	成人	76.7%	増やす	①	
適正飲酒の量を守れる人の割合（1日（1回）日本酒にして2合くらいまでの人の割合）	成人	49.0%	増やす	①			
シンナーや覚せい剤などの薬物について、絶対にやっ てはいけないと思 う人の割合 (再掲)	高校生	79.0%	100%	⑧	高校生・大学生が薬物等を絶対にやらないという認識が重要なため指標とした。		
	大学生	80.1%	100%				



### (3) 健康に関する安全と安心の確保

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
健康的な生活環境の推進	活動指標	健康づくりイベントや講習会、健診などで、ダニアレルギー対策についてお知らせした区民の人数	区民	2,700人	7,000人	⑫	増加するアレルギー疾患の対策として、室内の主要なアレルゲンであるダニアレルゲンの対策を広く啓発するため指標とした。
	成果指標	子育て世代で換気に関心を持っている人の割合	20～40歳代	56.0%	70.0%	①	健康的な住まいの実現のため、基本的な換気的重要性について、あまり換気を行わない若い世代を中心に啓発を行うため指標とした。
食の安全・安心の推進	活動指標	食品の収去検査数（買上げ検査を含む・食中毒に係わる検査を除く）	食品事業者	579検体	600検体	⑤	違反・不良食品排除のため、検査を充実させる必要があることから指標とした。
		食品衛生講習会参加者数（講演会を除く）	食品事業者及び区民	1,823名	1,900名	⑤	食品衛生に関する最新の情報の普及・啓発を充実させる必要があることから指標とした。
		食品取扱従事者保菌者検索事業における自主検便実施数	食品事業者	10,523検体	11,000検体	⑤	食品事業者の自主衛生管理を推進する必要があることから指標とした。
	成果指標	食中毒の防止策として「肉は生で食べない」と回答した人の割合	区民	46.1%	60%以上	⑩	平成23年10月に規制ができ、区民への正しい食品衛生の知識の普及状況を確認するため指標とした。

施策	指標区分	指標	対象者	世田谷区			指標項目 選定理由
				現状値 (H21/22)	めざす目標 (H28年度)	現状値 の出典	
感染症予防対策の推進	活動指標	HIV検査受検者数の増加	区民	687人	増やす	⑤	後天性免疫不全症候群に関する特定感染症予防指針の指標
		結核の罹患率	区民	17.4 (10万対)	減らす	⑤	結核は、未だに重大な感染症であるため指標とした。
	成果指標	感染症予防のために、帰宅時や食事前 に手洗いを「いつもする」 人の割合	区民	H24年度 ベースライン調査 (予定)	—	—	感染症予防には、区民が正しい知識を持ち、自ら予防に取り組むことが大切であるため、この指標を設定した。
		感染症予防のために、咳エチケット を「いつも心がける」人の割合	区民		—		

●現状値の出典一覧

- ①世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成23年3月
- ②国保・年金課資料
- ③世田谷保健所健康推進課資料
- ④精神保健福祉相談・訪問指導実績報告
- ⑤保健福祉総合事業概要(23年度版)
- ⑥平成17年市区町村別生命表
- ⑦東京都福祉保健局資料(平成21年)
- ⑧世田谷区における思春期世代に対するこころとからだのアンケート調査報告書 平成23年3月
- ⑨東京の歯科保健
- ⑩平成22年度区民意識調査
- ⑪世田谷保健所健康企画課資料
- ⑫世田谷保健所生活保健課資料
- ⑬総合支所健康づくり課資料



資料編

資料編	147
1 健康づくりを取巻く国や東京都の動向	149
(1) 国の動向	151
(2) 東京都の動向	152
2 世田谷区民の健康状況	155
(1) 人口推移と将来推計	157
(2) 出生と死亡	160
(3) 死因や疾病に関する統計	162
(4) がんに関する統計	169
(5) 平均寿命と65歳健康寿命	170
(6) 健康診断の結果	171
(7) 区民の生活習慣	173
(8) 自殺とことろに関する統計	176
(9) 口と歯に関する統計	177
(10) たばこに関する統計	179
(11) 結核に関する統計	180
(12) 思春期世代の健康観に関する統計	181
(13) 食中毒に関する統計	181
(14) 療養（医療）諸費に関する統計	182
3 世田谷区民の健康づくりに関する調査結果の経年比較	183
■ 健康づくりに関連する各種リボン運動などのシンボルマーク	188
■ 健康づくりに関連するその他のシンボルマーク等	188
4 世田谷区健康づくり推進条例	189
5 健康せたがやプラン（第二次）策定の体制	197
世田谷区健康づくり推進委員会等名簿	200
その他の関係検討組織名簿	202
庁内検討組織名簿	203
6 健康せたがやプラン（第二次）策定の経過	205
7 用語集	211

健康づくりを取巻く国や東京都の動向

1



## 1 健康づくりを取巻く国や東京都の動向

### (1) 国の動向

超高齢社会の到来を目前に、要介護状態等の高齢者の増加が見込まれ、国は、「壮年期死亡の減少」、「健康寿命の延伸」及び「生活の質の向上」を目的に、平成12年3月に国民の健康づくり運動である「健康日本21」を策定しました。併せて、同年4月には「介護保険制度」がスタートしました。

平成15年5月には「健康日本21」を中核とする国民の健康づくり、疾病予防をさらに推進するため、「健康増進法」を施行し、区市町村においても健康増進計画の策定に努めることが示されました。これが、区の「プラン」策定の背景ともなっています。

平成17年4月には「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）診断基準」の公表とともに「メタボリックシンドローム」の概念が広く提唱され、「メタボ」という言葉が浸透していきました。平成20年4月の「医療制度改革関連法」の施行により、メタボリックシンドロームの予防・改善を目的に、40歳～74歳までの医療保険加入者を対象とした「特定健診・特定保健指導」が開始されました。

平成17年7月には、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の食育を総合的、計画的に推進することを目的に「食育基本法」が施行されました。さらに、平成18年3月には「食育推進基本計画」が策定され、食育の推進に関する施策の基本的な方針や具体的な目標等が示されました。

その後、平成23年3月には、「周知」から「実践」へをコンセプトに「第2次食育推進基本計画」が策定されました。

平成18年10月には、自殺の防止とともに自殺者の親族等に対する支援の充実を目的に「自殺対策基本法」が施行されました。また、「自殺対策基本法」を基に、自殺対策の総合的な指針として、平成19年6月には「自殺総合対策大綱」が策定されました。

がん患者を含めた国民が、がんを知り、がんに向き合い、がんを負けることのない社会の実現をめざし、平成19年4月に「がん対策基本法」が施行され、同年6月には「がん対策推進基本計画」が策定されました。

一方、増加する児童の虐待を背景に、平成12年11月の「児童虐待防止法」の施行に引き続き、平成21年4月の児童福祉法の改正により、子育ての孤立化・虐待を防ぐために「乳児家庭全戸訪問事業」が区市町村の努力義務として位置づけられました。

平成21年の新型インフルエンザの出現や、食に関する事件・事故の続発、平成23年3月に発生した東日本大震災とこれに続く福島第一原子力発電所の放射能漏れ事故など、目に見えない健康被害の脅威や不安が、新たな課題として浮き彫りとなっています。

また、国は平成23年7月、がん、脳血管疾患、心疾患、糖尿病の4大疾病に加え、うつ病や統合失調症などの精神疾患患者の増加を踏まえ、精神疾患を我が国の5大疾病



の一つとして位置づけました。さらに、地域の状況に応じた口腔の健康の保持のため、

平成 23 年 8 月に「歯科口腔保健法」を施行しました。

## (2) 東京都の動向

---

東京都は、都民の健康な長寿の実現に向けて、健康づくり運動を総合的に推進する指針として、平成 13 年 10 月に「東京都健康推進プラン 21 ～生活習慣病と寝たきりの予防を目指して～」を策定しました。平成 17 年の中間評価を経て策定した「東京都健康推進プラン 21 後期 5 か年戦略」では、「糖尿病」、「がん」、「こころの健康づくり」の 3 課題が明示されました。平成 20 年 3 月には、医療構造改革関連法の施行に合わせ「東京都健康推進プラン 21 新後期 5 か年戦略」を策定し、「糖尿病・メタボリックシンドロームの予防」、「がんの予防」、「こころの健康づくり」を都民の健康上の重点課題と捉え、予防をより一層重視した取り組みの推進、健康づくりの関係団体や関係者の役割や連携等が

明確に示されました。

平成 18 年 9 月には、食育基本法に基づく「東京都食育推進計画」が策定され、東京都にふさわしい食を推進するための基本的な考え方と具体的な施策を展開しています。平成 20 年 3 月のがん対策基本法に基づく「東京都がん対策推進計画」では、平成 20 ～ 24 年度までの 5 年間を計画期間と定め、都民と一体となりがんに負けることのない社会の実現に向けた施策に取り組んでいます。

平成 21 年 3 月には、「自殺総合対策大綱」を踏まえた「東京における自殺総合対策の基本的な取組方針」が示されました。都及び関係機関・団体の連携・協力を強化し、個々の役割を踏まえた効果的かつ総合的な自殺対策を推進しています。

## 国と東京都の主な動向

年月		国の動向	都の動向
平成 12 年	3 月	健康日本 21 策定	
	4 月	介護保険制度開始	
	11 月	児童虐待防止法施行	
平成 13 年	10 月		東京都健康推進プラン 21 策定
平成 15 年	4 月	受動喫煙防止対策について (健康局長通知)	
	5 月	食品衛生法改正	
	7 月	次世代育成支援対策推進法施行 第 3 次がん 10 か年総合戦略策定	
	10 月	健康増進法施行	
平成 16 年	5 月	健康フロンティア戦略策定	
	6 月	少子化社会対策大綱策定	
	12 月	こども・子育て応援プラン策定	
平成 17 年	4 月	メタボリックシンドローム 診断基準公表	
	6 月	食事バランスガイド策定	
	7 月	食育基本法施行	
	12 月	医療制度改革大綱策定	
平成 18 年	2 月		福祉・健康都市東京ビジョン策定
	3 月	食育推進基本計画策定	
		東京都健康推進プラン 21 後期 5 か年戦略策定	
	4 月	介護保険法改正	
		ニコチン依存症管理料新設	
	5 月	禁煙支援マニュアル診療報酬改定	
		医療制度改革関連法診療報酬改定	
	7 月	健康づくりのための運動基準 2006 策定	
		健康づくりのための運動指針 2006 策定	
9 月		東京都食育推進計画策定	
10 月	自殺対策基本法施行		

年月		国の動向	都の動向
平成 19 年	4 月	がん対策基本法施行 新健康フロンティア戦略策定	
	6 月	自殺総合対策大綱策定 がん対策推進基本計画策定	
平成 20 年	3 月	前項医療費適正化計画策定	
			東京都健康推進プラン 21 新後期 5 か年戦略策定
			東京都医療費適正化計画策定
	4 月	高齢者の医療確保に関する法律 施行	東京都保健医療計画改訂 東京都がん対策推進計画策定
平成 21 年	3 月		東京における自殺総合対策の 基本的な取組方針策定
	4 月	児童福祉法改定	
平成 22 年	2 月	受動喫煙防止対策について (健康局長通知)	
平成 23 年	3 月	第 2 次 食育推進基本計画策定	
	8 月	歯科口腔保健法施行	

## 世田谷区民の健康状況 **2**



## 2 世田谷区民の健康状況

### (1) 人口推移と将来推計

#### 総人口の推移

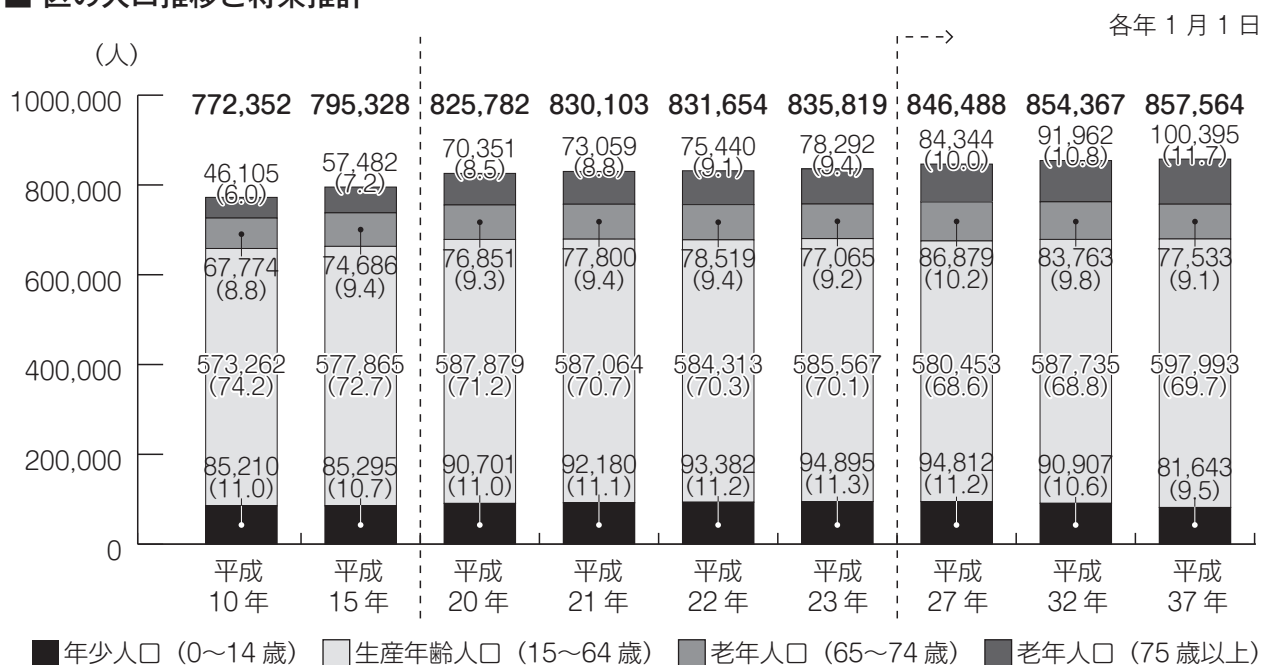
人口は増加傾向にあり、平成 23 年で 835,819 人と、前年に比べ 4,165 人増加しています。

人口構成をみると、年少人口は、僅かに上昇していますが、生産年齢人口は減少傾向となっています。老年人口の内、65～74 歳は横ばいで推移していますが、75 歳以上は上昇し続け、平成 23 年で 9.4%と、平成 20 年に比べ 0.9 ポイント上昇しています。

将来人口推計をみると、年少人口は減少し続け、37 (2025) 年頃には 81,643 人と現

在よりも 1 割強少なくなります。生産年齢人口は、平成 23 (2011) 年頃から平成 27 年 (2015) 年頃の間一旦減少するものの、平成 37 (2025) 年頃の 597,993 人まで緩やかに増加します。老年人口の 65～74 歳では、平成 27 (2015) 年頃までは 86,879 人と増加し、その後は微減傾向となります。75 歳以上は増加し続け、37 (2025) 年頃には 100,395 人と現在の約 1.3 倍の伸びと推計されます。

#### 区の人口推移と将来推計



※ 単位未満は四捨五入しているため、合計の数値と内訳の計が一致しない場合があります。

資料：平成 23 年度までは「保健福祉総合事業概要 統計編」（平成 23 年度版／世田谷区）  
平成 27 年以降は「世田谷区将来人口の推計」（平成 23 年／世田谷区）

## 地域別人口の推移

地域別に将来人口推計をみると、平成 23 年で世田谷地域が 228,982 人と最も多く、次いで玉川地域で 206,449 人とともに 20 万人を超えています。世田谷地域と玉川地域では、平成 32 年頃に人口がピークとなり、その後は微妙な減少傾向となります。砧地域と烏山地域では、平成 23 年以降も人口は増加し、特に砧地域では平成 37 年で 167,869 人と 17,737 人増加し、平成 23 年の人口の

約 1 割強増加することが予測されます。烏山地域については、砧地域に比べ伸び率は低いものの、平成 37 年頃に 116,354 人で 7,082 人増加することが予測されます。一方、北沢地域については、平成 23 年以降も人口は減少し続け、平成 37 年頃には 133,688 人と 7,296 人減少することが予測されています。

### ■ 地区別人口と将来人口の推移（平成 10 年～平成 37 年）

#### 世田谷地域

----> 推計値

年齢構成	平成 10 年	平成 15 年	平成 20 年	平成 23 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	215,625 100.0%	220,987 100.0%	227,208 100.0%	228,982 100.0%	230,543 100.0%	230,955 100.0%	230,231 100.0%
0～14 歳	22,149 10.3%	21,677 9.8%	22,394 9.9%	23,363 10.2%	23,443 10.2%	22,669 9.8%	20,322 8.8%
15～64 歳	161,555 74.9%	162,985 73.8%	165,190 72.7%	164,000 71.6%	161,608 70.1%	161,913 70.1%	163,511 71.0%
65 歳以上	31,921 14.8%	36,325 16.4%	39,624 17.4%	41,619 18.2%	45,492 19.7%	46,373 20.1%	46,398 20.2%
65～74 歳	18,780 8.7%	20,280 9.2%	20,530 9.0%	20,674 9.0%	23,226 10.1%	22,317 9.7%	20,329 8.8%
75 歳以上	13,141 6.1%	16,045 7.3%	19,094 8.4%	20,945 9.1%	22,267 9.7%	24,056 10.4%	26,070 11.3%

#### 北沢地域

年齢構成	平成 10 年	平成 15 年	平成 20 年	平成 23 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	140,204 100.0%	141,276 100.0%	142,881 100.0%	140,984 100.0%	139,246 100.0%	136,602 100.0%	133,688 100.0%
0～14 歳	12,909 9.2%	12,194 8.6%	12,241 8.6%	12,417 8.8%	12,114 8.7%	11,464 8.4%	10,200 7.6%
15～64 歳	105,109 75.0%	104,376 73.9%	104,116 72.9%	101,213 71.8%	97,916 70.3%	96,077 70.3%	94,905 71.0%
65 歳以上	22,185 15.8%	24,706 17.5%	26,524 18.6%	27,354 19.4%	29,216 21.0%	29,061 21.3%	28,583 21.4%
65～74 歳	13,013 9.3%	13,584 9.6%	13,333 9.3%	13,089 9.3%	14,291 10.3%	13,414 9.8%	12,172 9.1%
75 歳以上	9,172 6.5%	11,122 7.9%	13,191 9.2%	14,265 10.1%	14,924 10.7%	15,647 11.5%	16,411 12.3%

※平成 10 年の総数は、年齢不詳が 1 名含まれています。

## 玉川地域

---&gt;推計値

年齢構成	平成 10 年	平成 15 年	平成 20 年	平成 23 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	188,025	195,446	202,377	206,449	208,582	209,323	208,528
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
0～14 歳	22,733	23,098	24,116	25,393	25,128	23,736	21,015
	12.1%	11.8%	11.9%	12.3%	12.0%	11.3%	10.1%
15～64 歳	137,388	140,496	142,682	143,318	141,278	141,801	142,301
	73.1%	71.9%	70.5%	69.4%	67.7%	67.7%	68.2%
65 歳以上	27,904	31,852	35,579	37,738	42,176	43,786	45,212
	14.8%	16.3%	17.6%	18.3%	20.2%	20.9%	21.7%
65～74 歳	16,190	17,422	18,274	18,730	21,830	21,362	20,121
	8.6%	8.9%	9.0%	9.1%	10.5%	10.2%	9.6%
75 歳以上	11,714	14,430	17,305	19,008	20,346	22,424	25,091
	6.2%	7.4%	8.6%	9.2%	9.8%	10.7%	12.0%

## 砧地域

年齢構成	平成 10 年	平成 15 年	平成 20 年	平成 23 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	127,782	134,470	146,147	150,132	156,183	162,562	167,869
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
0～14 歳	16,067	17,128	20,043	21,207	21,559	20,716	18,959
	12.6%	12.7%	13.7%	14.1%	13.8%	12.7%	11.3%
15～64 歳	94,061	95,708	100,515	101,441	103,295	108,652	114,374
	73.6%	71.2%	68.8%	67.6%	66.1%	66.8%	68.1%
65 歳以上	17,654	21,634	25,589	27,484	31,329	33,194	34,536
	13.8%	16.1%	17.5%	18.3%	20.1%	20.4%	20.6%
65～74 歳	10,786	12,741	14,004	14,063	16,038	15,706	14,799
	8.4%	9.5%	9.6%	9.4%	10.3%	9.7%	8.8%
75 歳以上	6,868	8,893	11,585	13,421	15,291	17,488	19,736
	5.4%	6.6%	7.9%	8.9%	9.8%	10.8%	11.8%

## 烏山地域

年齢構成	平成 10 年	平成 15 年	平成 20 年	平成 23 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	100,716	103,149	107,169	109,272	111,888	114,481	116,354
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
0～14 歳	11,352	11,198	11,907	12,515	12,536	12,262	11,218
	11.3%	10.9%	11.1%	11.5%	11.2%	10.7%	9.6%
15～64 歳	75,149	74,300	75,376	75,595	76,078	78,372	81,151
	74.6%	72.0%	70.3%	69.2%	68.0%	68.5%	69.7%
65 歳以上	14,215	17,651	19,886	21,162	23,274	23,847	23,985
	14.1%	17.1%	18.6%	19.4%	20.8%	20.8%	20.6%
65～74 歳	9,005	10,659	10,710	10,509	11,569	11,061	10,198
	8.9%	10.3%	10.0%	9.6%	10.3%	9.7%	8.8%
75 歳以上	5,210	6,992	9,176	10,653	11,705	12,786	13,787
	5.2%	6.8%	8.6%	9.7%	10.5%	11.2%	11.8%

上段：人口、下段：人口構成割合

資料：「世田谷区将来人口の推計」（平成 23 年／世田谷区）



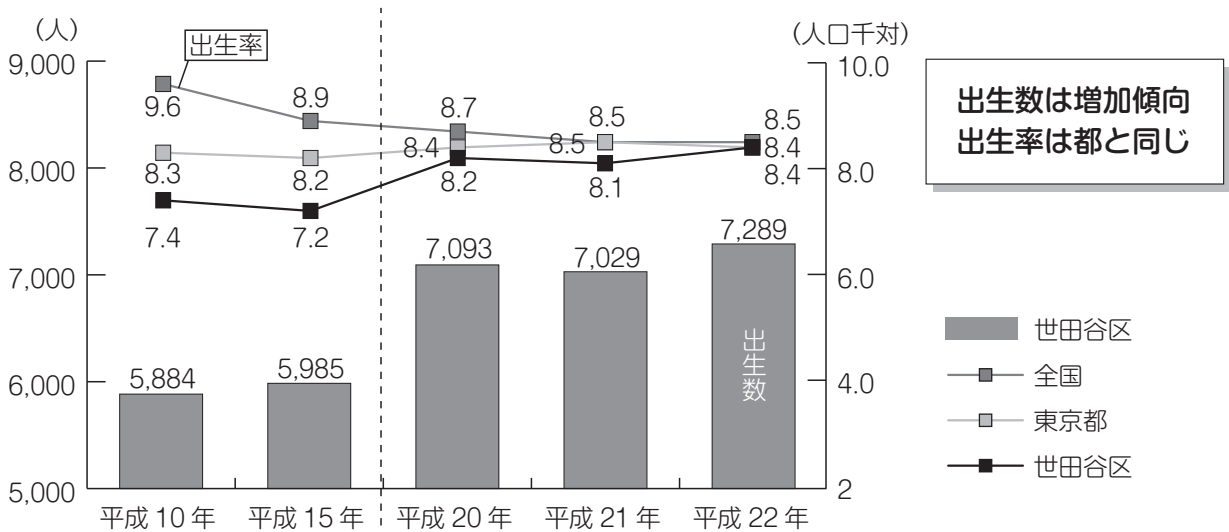
## (2) 出生と死亡

### 出生数と出生率の全国・東京都との比較

平成 22 年の出生数は 7,289 人で、前年の 7,029 人より 260 人増加し、出生率（人口千対）は、8.4 で前年の 8.1 を 0.3 ポイント上回りました。全国や東京都と比較すると、

出生率は平成 10 年、15 年では差があったものの、近年ではその差は小さくなり、平成 22 年では東京都と同様になっています。

#### 出生数と出生率の推移



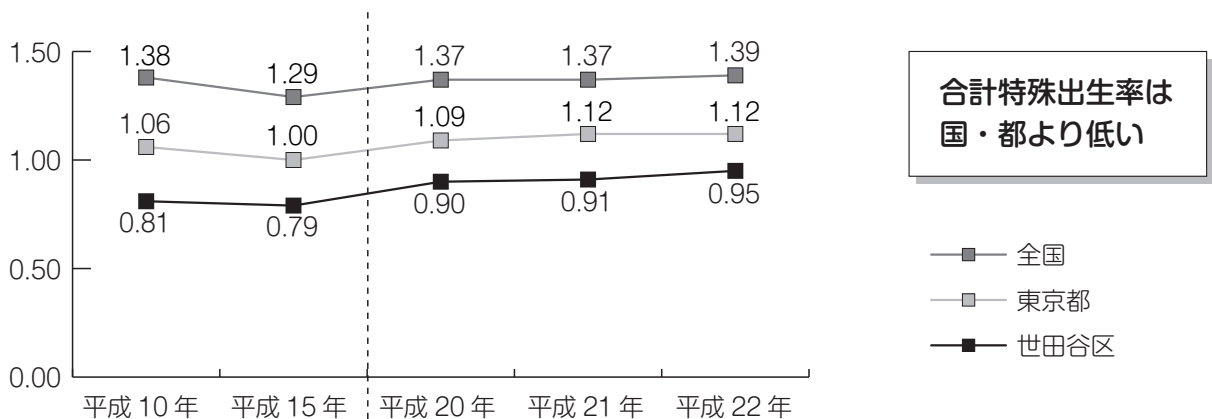
資料：平成 22 年人口動態月報年計（概数）の概況（厚生労働省大臣官房統計情報部）  
東京都衛生年報、平成 22 年世田谷保健所人口動態資料

### 合計特殊出生率の全国・東京都との比較

合計特殊出生率とは、15 歳から 49 歳までの女性の年齢別出生率を合計したもので、1 人の女性が一生に産む子どもの数の平均です。

平成 22 年の合計特殊出生率は、世田谷区は 0.95 で前年の 0.91 を 0.04 ポイント上回りましたが、全国 1.39、東京都 1.12 と比べると下回っている状況です。

#### 合計特殊出生率の推移



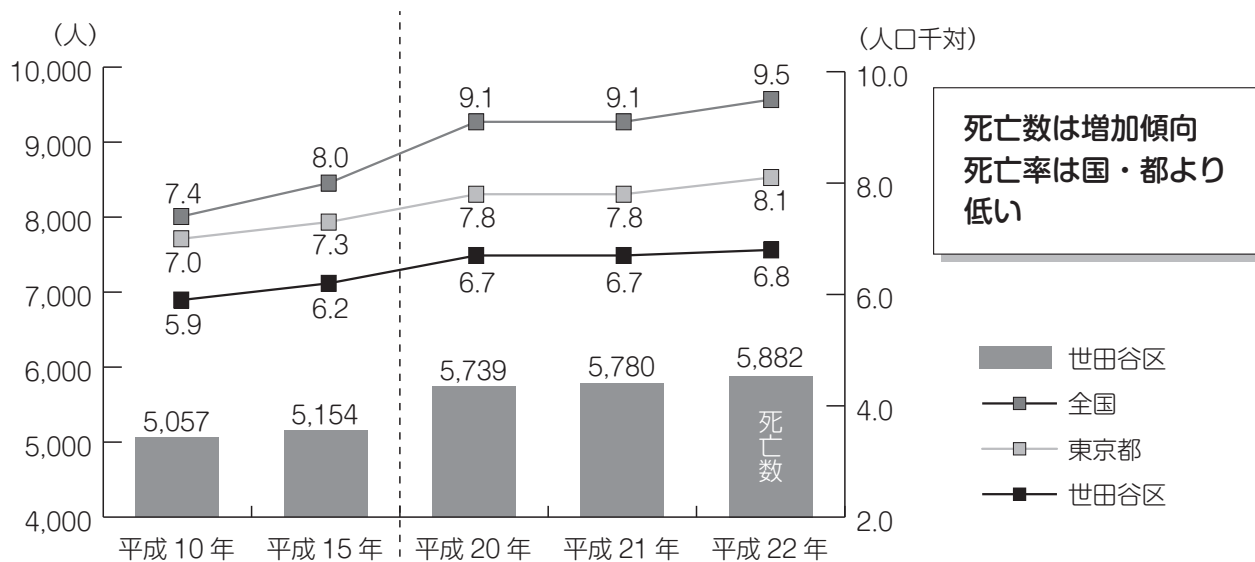
資料：平成 22 年人口動態月報年計（概数）の概況（厚生労働省大臣官房統計情報部）

## 死亡数の推移と死亡率の全国・東京都との比較

平成 22 年の死亡数は 5,882 人で、前年の 5,780 人より 102 人増加しています。平成 22 年の死亡率（人口千対）は 6.8 で、前年

の 6.7 を 0.1 ポイント上回りました。全国や東京都と比較すると、死亡率は常に下回っている状況です。

### ■ 死亡数と死亡率の推移



資料：保健福祉総合事業概要 統計編 平成 23 年度版（世田谷区）  
東京都衛生年報、平成 22 年世田谷保健所人口動態資料

### (3) 死因や疾病に関する統計

#### 主な死因別死亡数

平成 22 年の主な死因別死亡数は、がん 1,817 人 (30.9%)、心疾患 (高血圧性を除く) 910 人 (15.5%)、肺炎及び気管支炎 543

人 (9.2%)、脳血管疾患 519 人 (8.8%) と続き、生活習慣病の占める割合が 5 割以上となっています。

#### ■ 主な死因別死亡数、構成割合 (平成 22 年)

死因	死亡数 (人)	割合 (%)
がん	1,817	30.9
心疾患 (高血圧性を除く)	910	15.5
肺炎及び気管支炎	543	9.2
脳血管疾患	519	8.8
老衰	268	4.6
その他の呼吸器疾患	266	4.5
不慮の事故	177	3.0
自殺	142	2.4
大動脈瘤及び解離	101	1.7
腎不全	93	1.6
その他 (肝疾患、その他の消化器疾患など)	1,046	17.8
	5,882	100.0

死因の第 1 位はがん  
がん・心疾患・脳血管疾患などの生  
活習慣病の占める割合が 5 割以上

資料：平成 22 年世田谷保健所人口動態資料

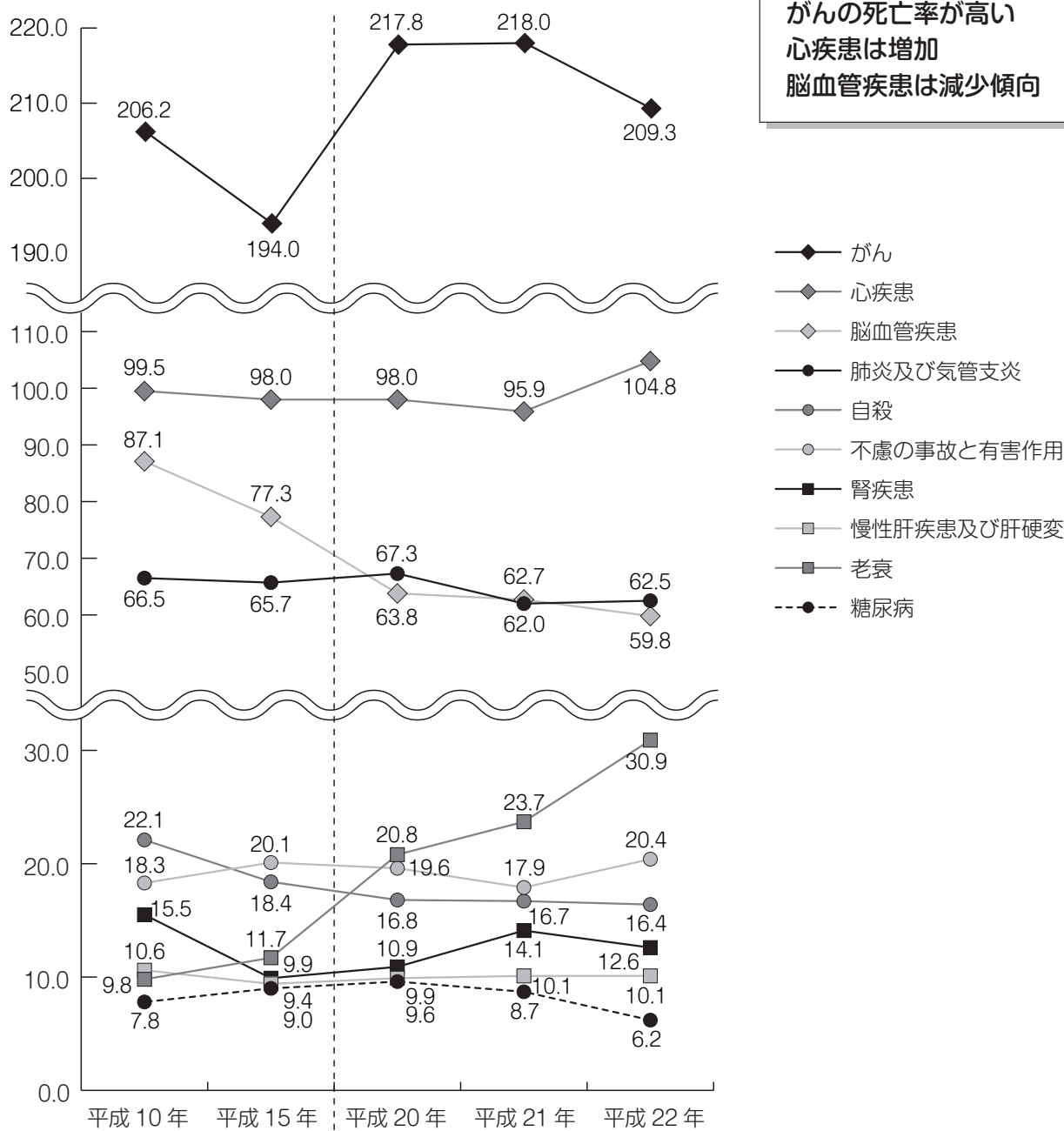
## 主な死因別死亡率の推移

平成 22 年の死因別死亡率の推移をみると、第 1 位はがんで死亡率（人口 10 万対）209.3 で前年より 8.7 ポイント減少しています。第 2 位は心疾患で 104.8 で前年より 8.9

ポイント増加しています。第 3 位は肺炎及び気管支炎で 62.5 で、前年 3 位の脳血管疾患と逆転しています。

### ■ 主な死因別死亡率の推移（平成 22 年）

（人口10万対）



がんの死亡率が高い  
心疾患は増加  
脳血管疾患は減少傾向

- ◆ がん
- ◆ 心疾患
- ◆ 脳血管疾患
- 肺炎及び気管支炎
- 自殺
- 不慮の事故と有害作用
- 腎疾患
- 慢性肝疾患及び肝硬変
- 老衰
- 糖尿病

資料：平成 22 年世田谷保健所人口動態資料

## 年齢階層別の主な死因

平成 22 年の年齢階層別の主な死因をみると、20～39 歳では自殺が最も多く、次いで不慮の事故などになっており、40～89

歳にかけては、がんが最も多く、次いで心疾患、脳血管疾患などとなっています。

20、30 歳代では自殺  
40～80 歳代ではがんが最も多い

### ■ 年齢階層別の主な死因順位（上位 5 位）

年齢	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位
0～4	がん、不慮の事故	—	—	—	—
5～9	肺炎及び気管支炎	—	—	—	—
10～14	がん、心疾患	—	—	—	—
15～19	がん、自殺	—	—	—	—
20～24	自殺	がん、不慮の事故	—	—	—
25～29	自殺	不慮の事故	がん、心疾患	脳血管疾患	—
30～34	自殺	不慮の事故	がん、心疾患、 脳血管疾患、喘息	—	—
35～39	自殺	がん	心疾患	不慮の事故	脳血管疾患
40～44	がん	心疾患、自殺	脳血管疾患、 不慮の事故	慢性肝疾患及び 肝硬変	肺炎及び気管支炎、 胃潰瘍及び十二指 腸潰瘍、腎疾患
45～49	がん	自殺	脳血管疾患	心疾患	慢性肝疾患及び 肝硬変
50～54	がん	自殺	脳血管疾患	慢性肝疾患及び 肝硬変	心疾患、 不慮の事故、 その他の新生物
55～59	がん	心疾患	脳血管疾患	自殺	慢性肝疾患及び 肝硬変
60～64	がん	心疾患	自殺	脳血管疾患	慢性肝疾患及び 肝硬変
65～69	がん	心疾患	脳血管疾患	肺炎及び気管支炎	自殺
70～74	がん	心疾患	脳血管疾患	肺炎及び気管支炎	不慮の事故
75～79	がん	心疾患	肺炎及び気管支炎	脳血管疾患	不慮の事故
80～84	がん	心疾患	脳血管疾患	肺炎及び気管支炎	不慮の事故
85～89	がん	心疾患	肺炎及び気管支炎	脳血管疾患	老衰
90～94	心疾患	がん	肺炎及び気管支炎	老衰	脳血管疾患
95～99	心疾患	老衰	肺炎及び気管支炎	がん	脳血管疾患
100 以上	老衰	心疾患	脳血管疾患	がん、 肺炎及び気管支炎	腎疾患

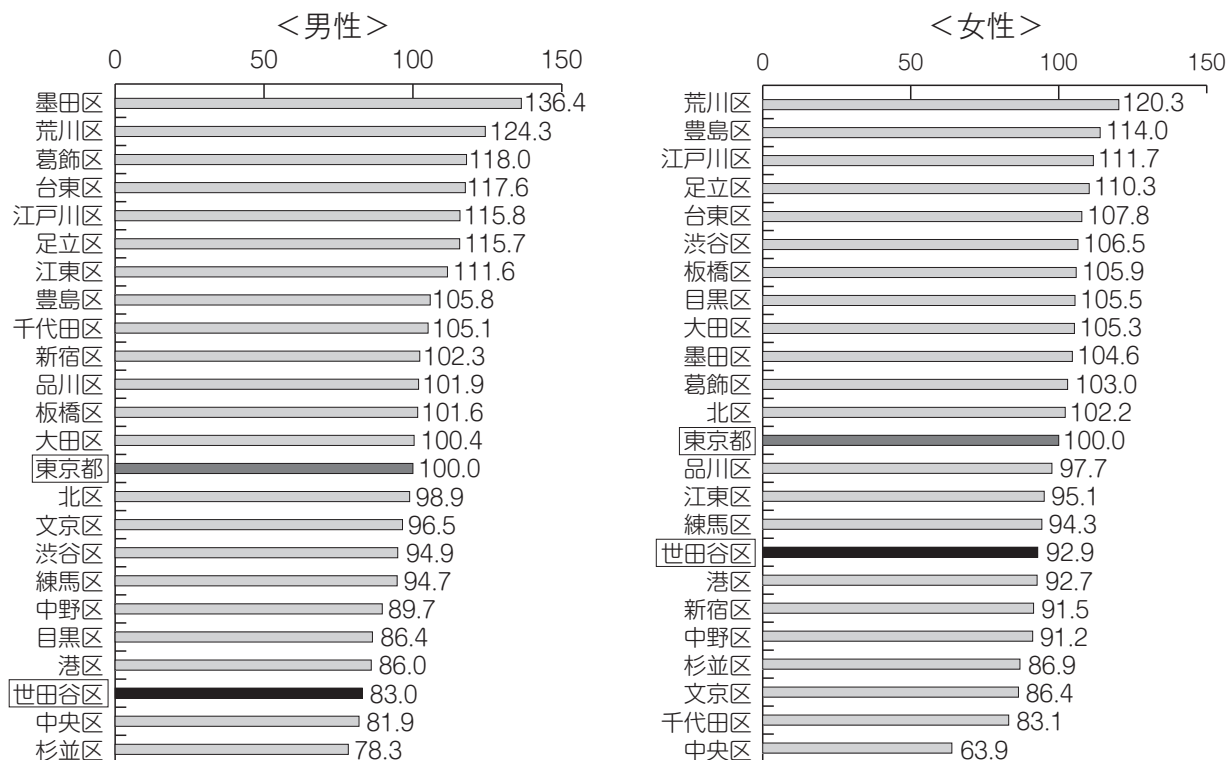
資料：平成 22 年地域保健集計表

## 主要疾病による死亡の 23 区比較

標準化死亡比とは、地域によって高齢者が多いなどの人口・年齢構成の違いを取り除いて死亡率を比較するための指標です。そ

れによると、世田谷区は女性の大腸がんとう乳がんを除いたすべての項目で、東京都より死亡比が低くなっています。

### ■ 標準化死亡比 胃がん



資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成

標準化死亡比 (SMR Standardized Mortality Ratio)

人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標です。ここでは、東京都の標準化死亡比を 100 (基準値) とした場合、100 より多ければ死亡率が高いことを表しています。

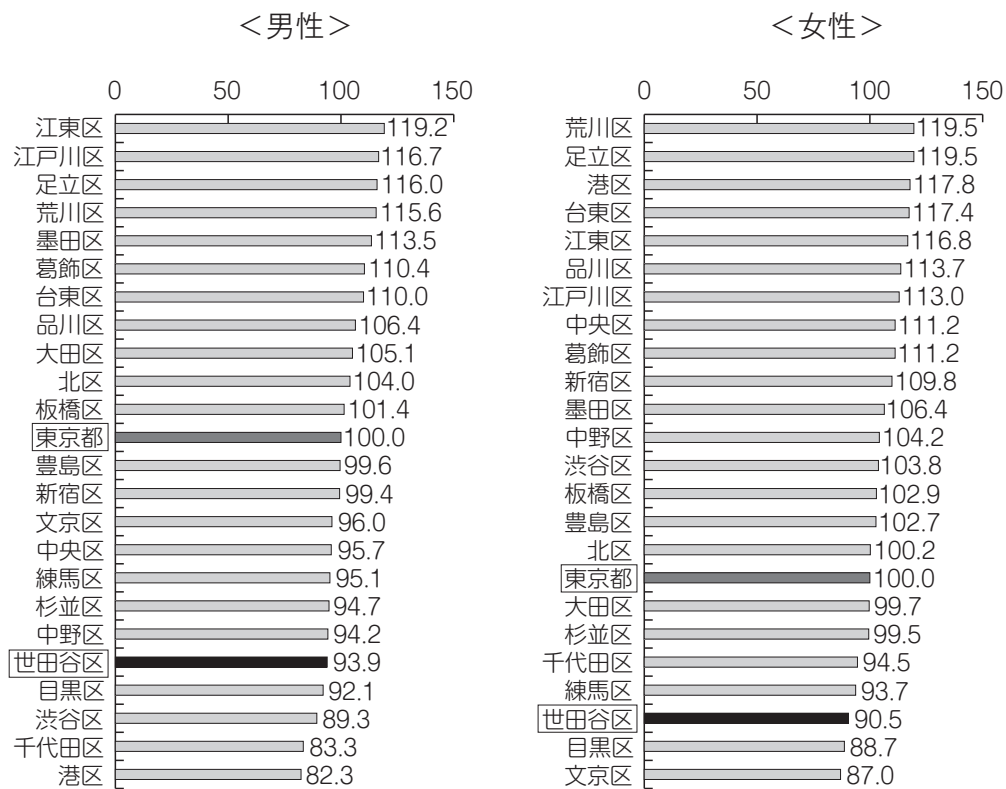
#### 【参考】

標準化死亡比 = 観察集団の現実の死亡数 ÷ { (基準となる人口集団の各年齢階級の死亡率) × (観察集団のその年齢階級の人口) } の総和 × 100

(例) 世田谷区 男性の胃がんの場合

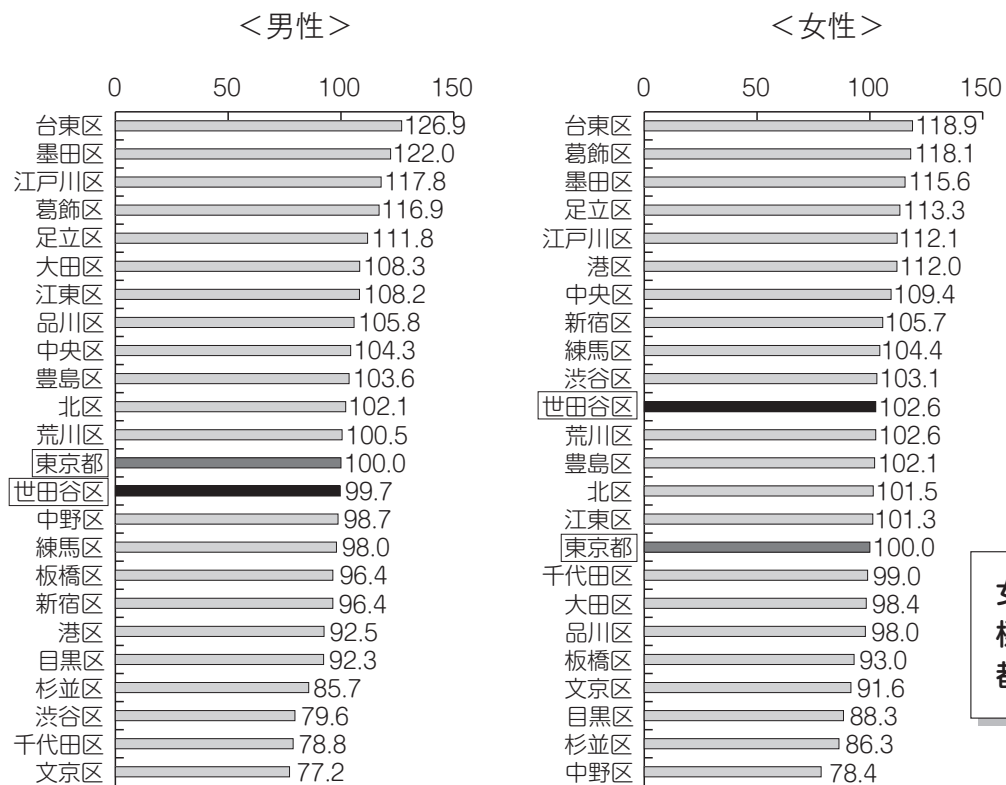
標準化死亡比 = 世田谷区の男性の胃がん死亡数 ÷ { (東京都の男性の各年齢階級別の胃がんの死亡率) × (世田谷区の各年齢階級の男性人口) } の総和 × 100

## ■ 標準化死亡比 肺がん



資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成

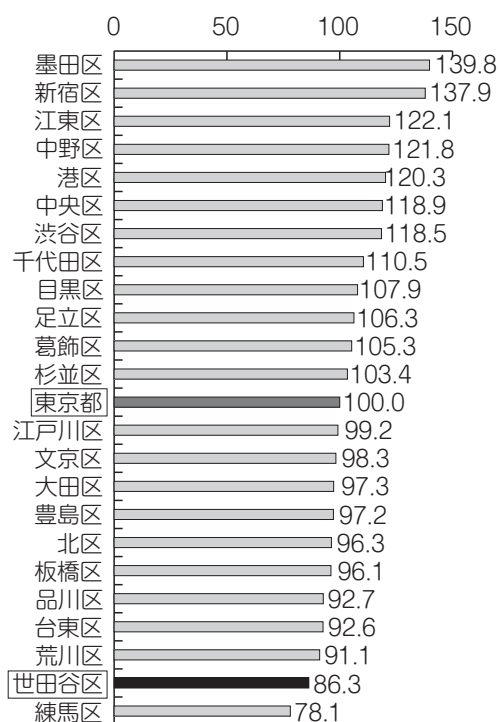
## ■ 標準化死亡比 大腸がん



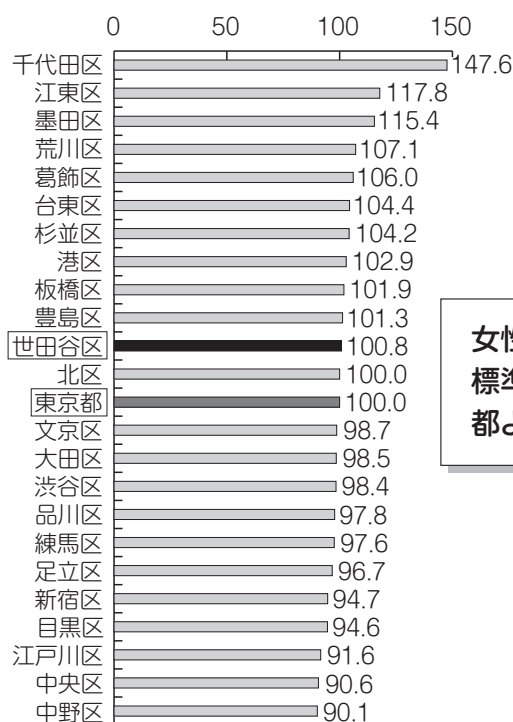
女性の大腸がんの  
標準化死亡比は  
都より高い

資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成

## ■ 標準化死亡比 子宮がん



## ■ 標準化死亡比 乳がん

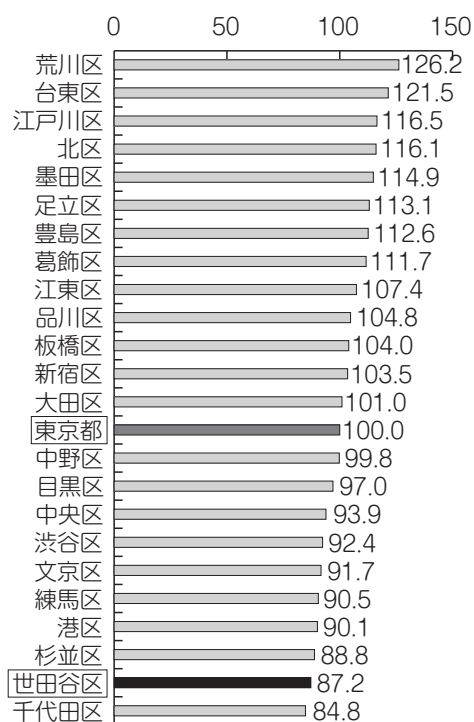


女性の乳がんの  
標準化死亡比は  
都より高い

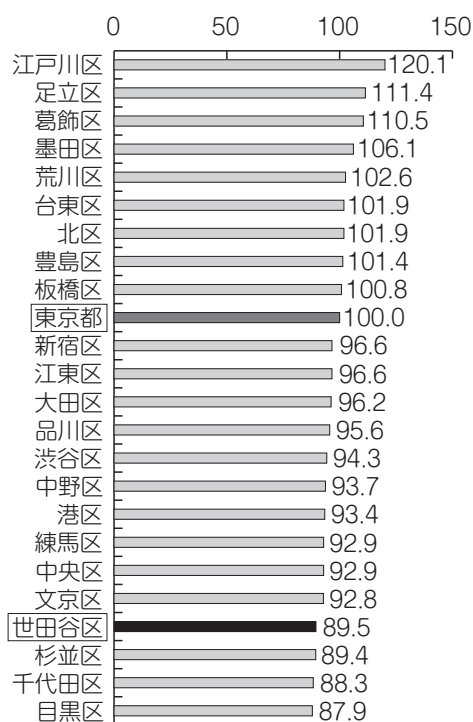
資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成

## ■ 標準化死亡比 心疾患

&lt; 男性 &gt;



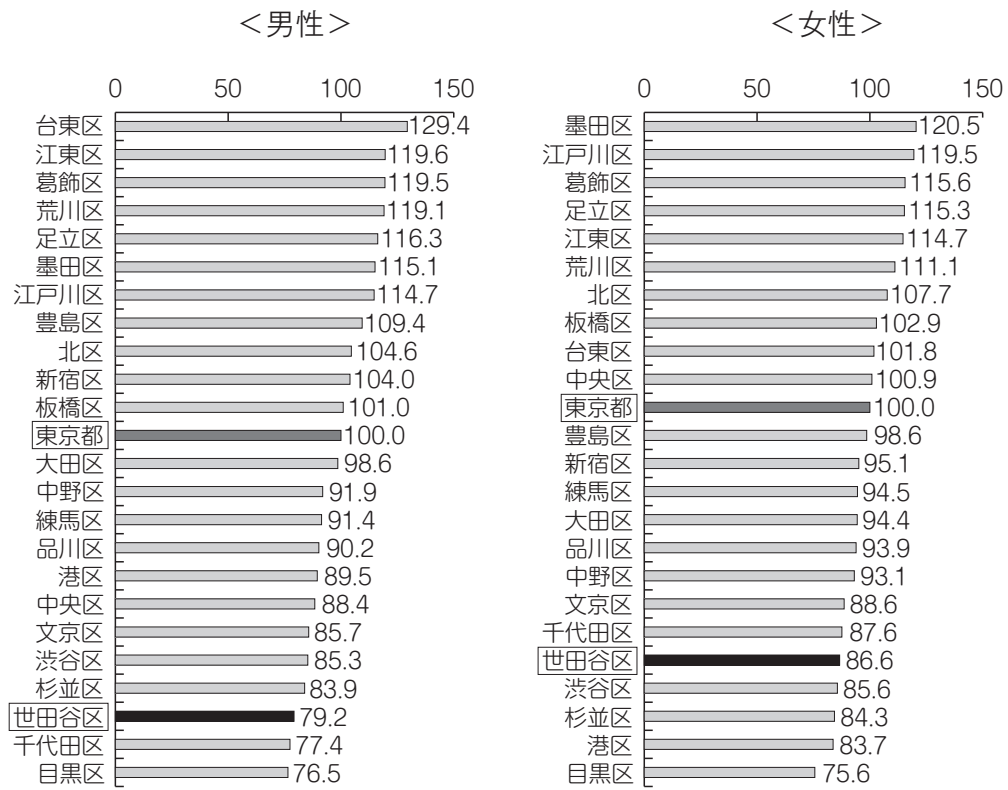
&lt; 女性 &gt;



資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成



■ 標準化死亡比 脳血管疾患



資料：平成 22 年東京都福祉保健局作成

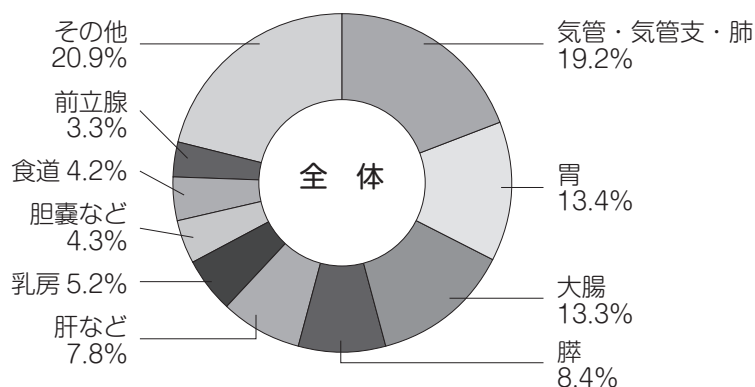
## (4) がんに関する統計

## がんの部位別死亡割合

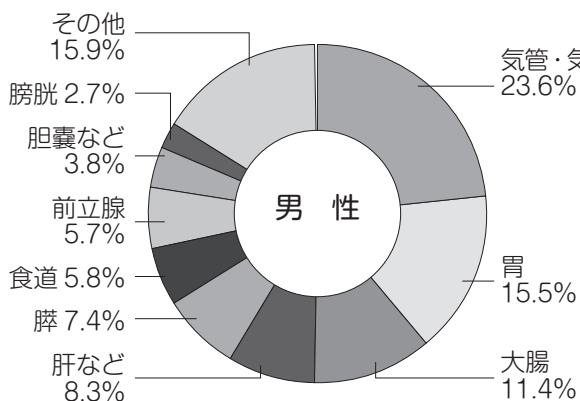
死因別死亡数の約3割を占めるがんの部位別死亡数をみると、気管・気管支及び肺、胃、大腸と続いています。

男性では、気管・気管支及び肺、胃、大腸となり、女性では、大腸、気管・気管支及び肺、乳房と続いています。

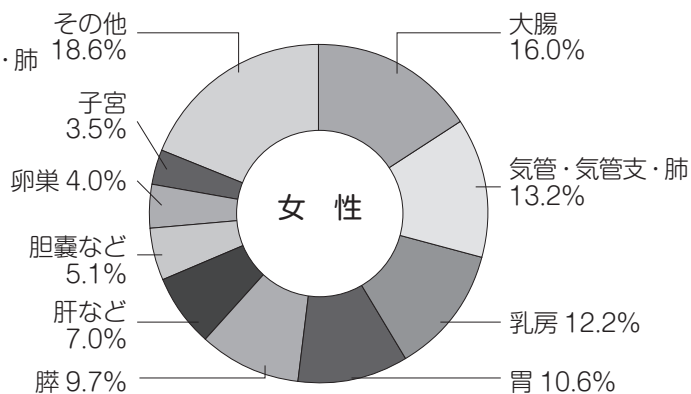
## ■ がんの部位別死亡割合（平成22年）



1位 気管・気管支及び肺  
2位 胃  
3位 大腸



1位 気管・気管支及び肺  
2位 胃  
3位 大腸



1位 大腸  
2位 気管・気管支及び肺  
3位 乳房

資料：平成22年世田谷保健所人口動態資料

## (5) 平均寿命と65歳健康寿命

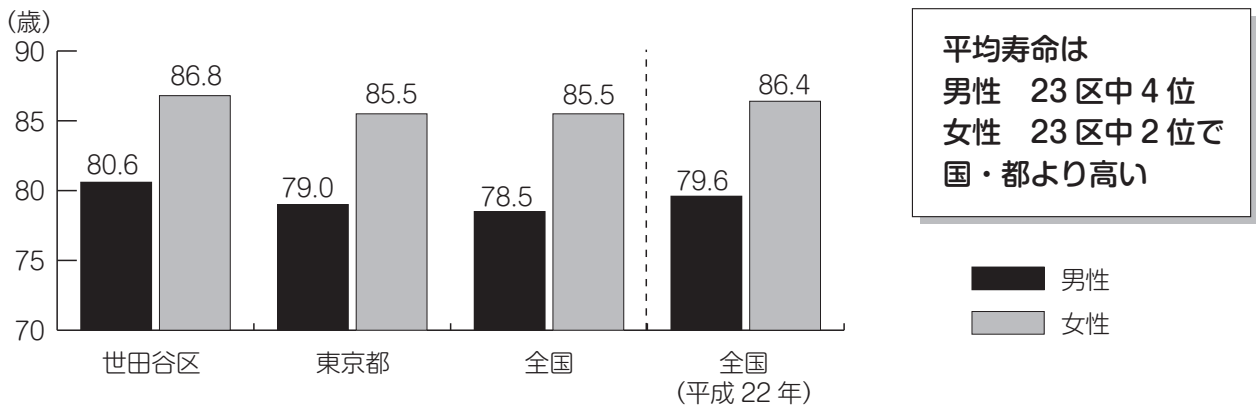
### 平均寿命と65歳健康寿命

平成17年の市区町村別生命表が世田谷区、東京都、全国を比較できる平均寿命の最新データです。それによると、世田谷区の平均寿命は、男性は80.6歳で、特別区の中で4位、女性は86.8歳で特別区の中で2位を占め、全国、都を上回っています。さらに男性は、全国の市区町村の中でも16位を占めています。

一方、65歳健康寿命(東京保健所長会方式)とは、65歳の人が、要介護認定を受けるまでの状態を健康と考え、認定を受ける年齢を平均的に表したものです。

要支援の認定を受けるまでの状態を健康と考えた場合、男性は81.1歳で、特別区の中で7位、女性は、82.4歳で特別区の中で17位です。

#### 平均寿命(平成17年)



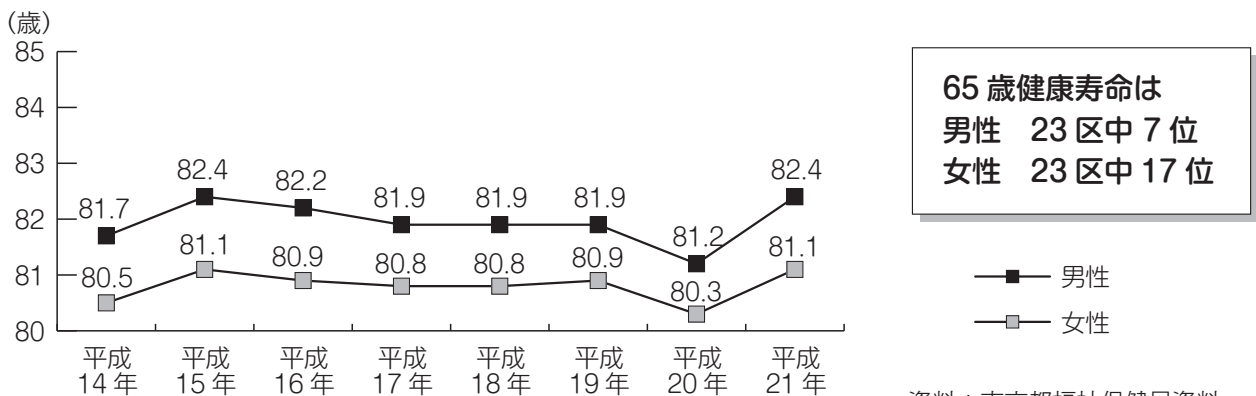
※平均寿命…0歳児における平均余命です。

資料：世田谷区、全国は平成17年市区町村別生命表

東京都は東京都生命表(平成17年)

全国(平成22年)は厚生労働省平成22年簡易生命表

#### 健康寿命の推移(世田谷区の要支援の認定を受けるまでの状態を健康と考えた場合)



資料：東京都福祉保健局資料

※従来の平均寿命に心身の自立度を加味し、認知症や寝たきり状態ではない期間により健康状態を客観的に示す包括的指標を「健康寿命」という。65歳健康寿命という場合には、65歳の人が何らかの障害のため、要支援以上の要介護認定を受ける年齢を平均的に表すものをいい、65歳時の平均自立期間に65を足して年齢を表します。

## (6) 健康診断の結果

### 特定健康診査受診者の健診結果（国民健康保険被保険者の40歳～74歳について）

特定健康診査は、平成20年度より、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、糖尿病や脳卒中・心臓病などの生活習慣病予防を目的として始まっています。

内臓脂肪型肥満の有無を判断する項目として、腹囲測定が追加になっています。

内臓脂肪型肥満があり、血圧、血糖、脂質に関する血液検査項目が保健指導基準を超えている場合に、生活習慣の改善が必要と判断され、特定保健指導の対象となります。

平成21年度の特定健康診査の受診者の健

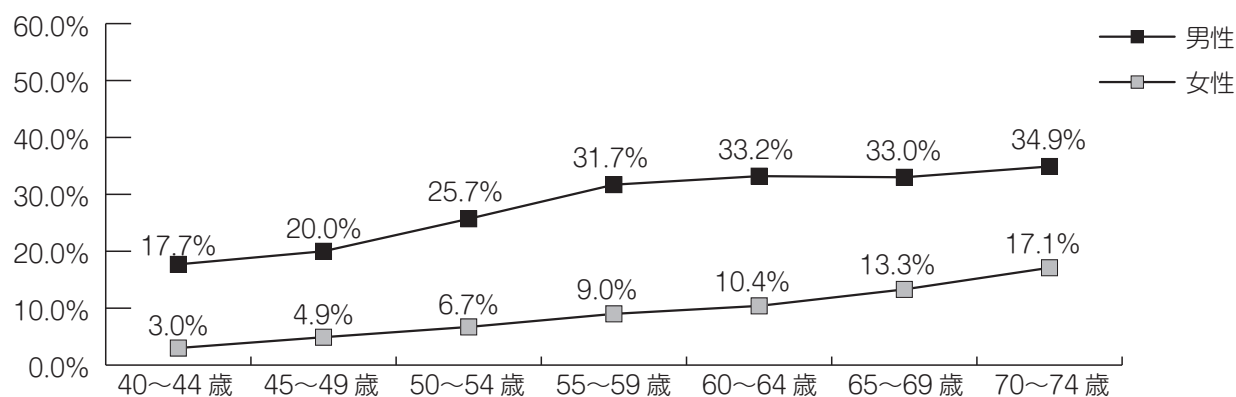
診結果（受診者数53,783人）では、内臓脂肪型肥満があり、血圧、血糖、脂質のいずれかの項目が保健指導基準を超えているものの割合（以下のグラフ参照）は、どの項目についても、女性より男性が高くなっています。

特定健康診査の対象者のうち、最も若い年齢層である40～44歳において、血圧は男性17.7%、女性3.0%、脂質は男性22.5%、女性3.0%、血糖は男性10.7%、女性1.7%が基準を超えています。

※ここでは「腹囲基準該当（男性85cm以上、女性90cm以上）」もしくは、「腹囲基準には該当しないが、BMI25以上の場合」を内臓脂肪型肥満ありとする。

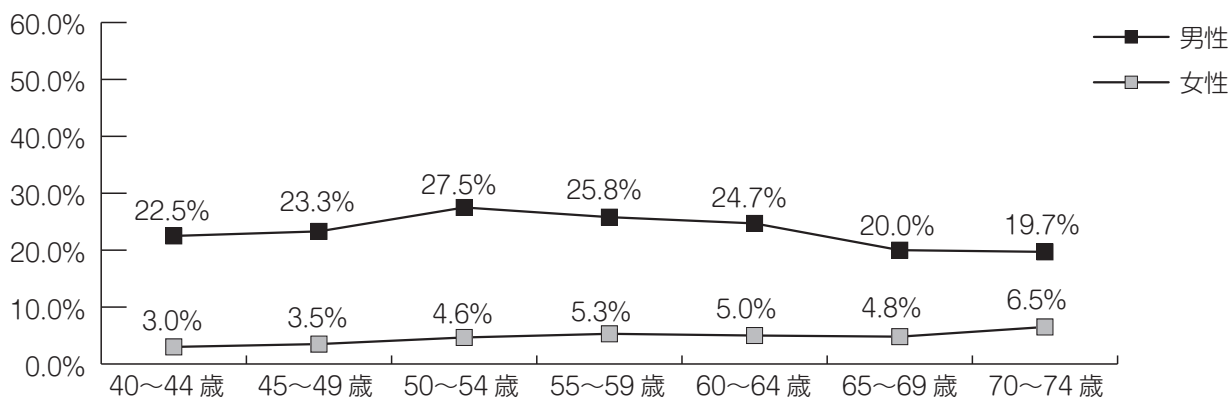
※以降に示した「血圧」「脂質」「血糖」のグラフは、健診受診者を母数とした割合による。また、服薬の有無は反映していない。

### ■ 血 圧（平成21年度）



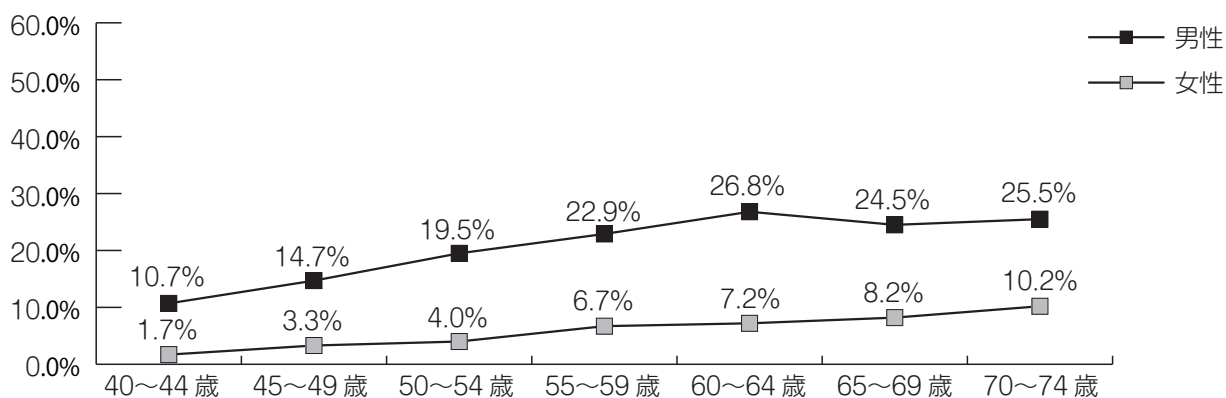
※血圧保健指導基準：収縮期血圧130mmHg以上又は拡張期血圧85mmHg以上

■ 脂 質 (平成 21 年度)



※脂質保健指導基準：中性脂肪 150mg/dl 以上又は HDL コレステロール 40mg/dl 未満

■ 血 糖 (平成 21 年度)



※血糖保健指導基準：空腹時血糖 100mg/dl 以上 (空腹時血糖が実施できない場合は HbA1c5.2% 以上)

## (7) 区民の生活習慣

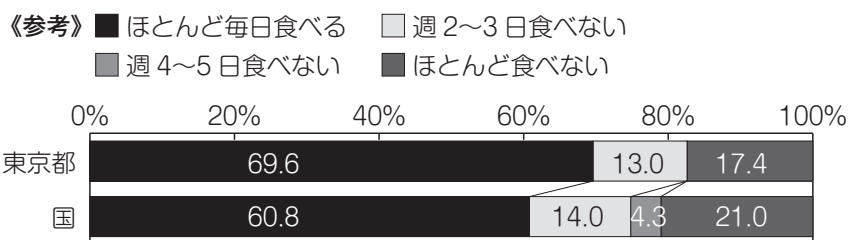
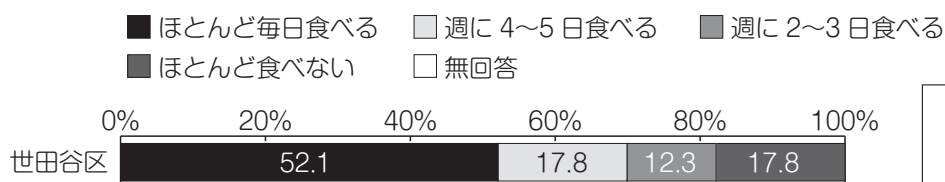
### 朝食を欠食する人の割合

朝食の欠食状況は、他の年代に比べ男性の20歳代、30歳代で高くなっています。国や東京都と比べ「ほとんど食べない」では、男性の20歳代で17.8%と国の21.0%に比べ

3.2ポイント低くなっています。一方、男性の30歳代では26.6%で、国の21.4%とは5.2ポイント、東京都の19.5%とは7.1ポイント高くなっています。

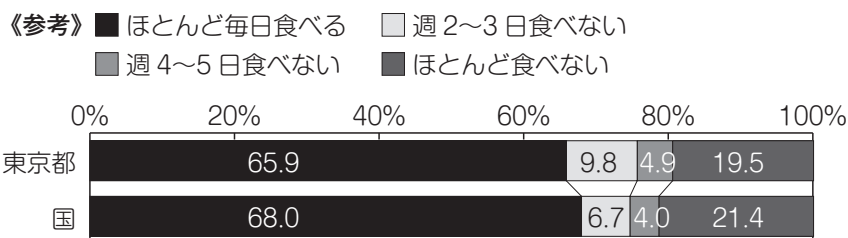
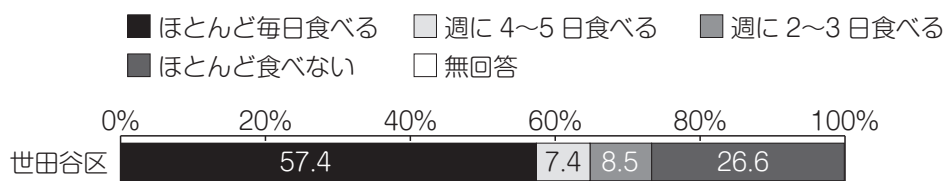
### ■ 朝食を欠食する人の割合

<男性 20歳代>



朝食を食べない割合は、男性の20歳代では、国より低いですが、30歳代ではやや高い

<男性 30歳代>



資料：世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成23年3月  
平成21年東京都民の健康・栄養状況 平成23年8月  
平成21年国民健康・栄養調査報告 平成23年10月

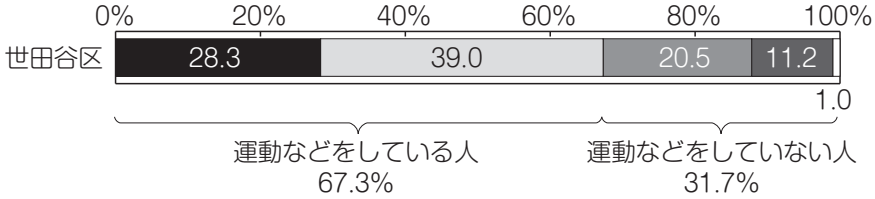
## 運動を心がけている人の割合

運動を心がけている人は、「いつもしている」と「ときどきしている」をあわせ、男性で67.3%、女性で64.5%となっています。

国の「意識的に運動を心がけている」人の割合に比べ高くなっています。

### ■ 運動を心がけている人の割合

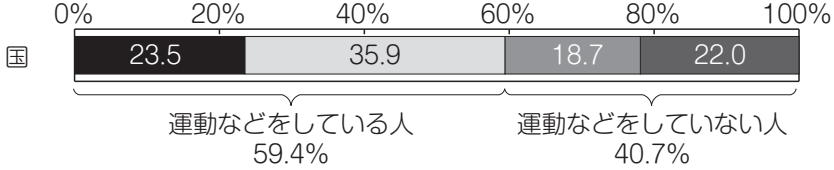
<男性> ■ いつもしている    □ ときどきしている    ■ あまりしていない  
 ■ まったくしていない    □ 無回答



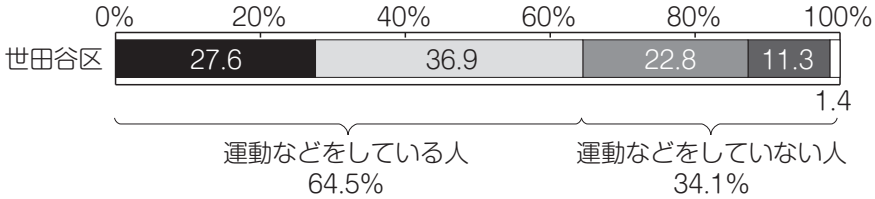
男女ともに、運動を心がけている人の割合は国よりも高い

《参考》

■ いつもしている    □ ときどきしている  
 ■ 以前はしていたが、現在はしていない    ■ まったくしたことがない

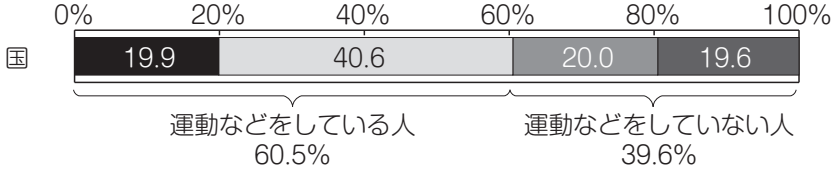


<女性> ■ いつもしている    □ ときどきしている    ■ あまりしていない  
 ■ まったくしていない    □ 無回答



《参考》

■ いつもしている    □ ときどきしている  
 ■ 以前はしていたが、現在はしていない    ■ まったくしたことがない



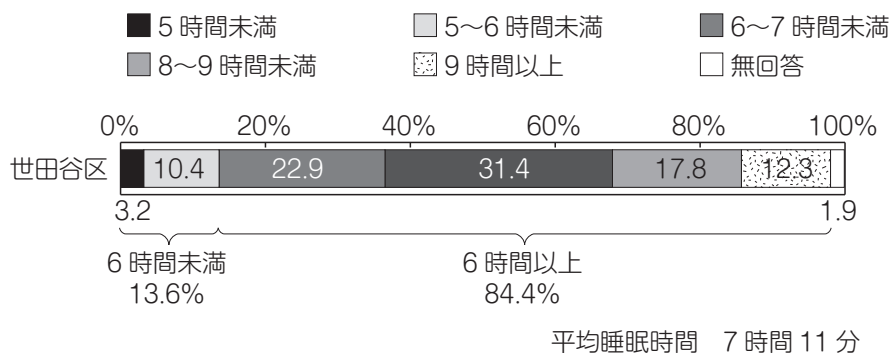
資料：世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成23年3月  
 平成21年国民健康・栄養調査報告 平成23年10月

## 1日の平均睡眠時間

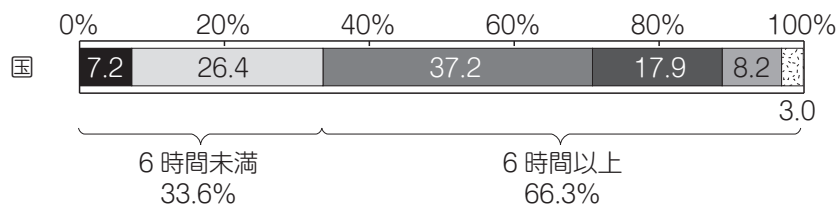
世田谷区民の1日の平均睡眠時間は、7時間11分となっています。6時間以上睡眠を

とっている人は84.4%と、国に比べ高くなっています。

### ■ 1日の平均睡眠時間



6時間以上睡眠をとっている区民の割合は、国よりも高い



資料：世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成23年3月  
平成21年国民健康・栄養調査報告 平成23年10月



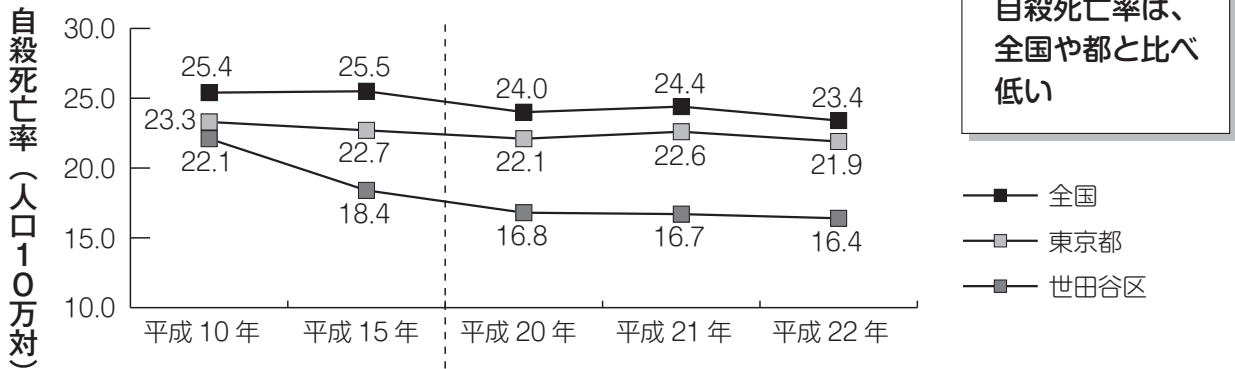
## (8) 自殺とことろに関する統計

### 自殺死亡率の推移

自殺死亡率は、全国や東京都と比べ低い推移となっており、平成22年では世田谷区

16.4、全国23.4、東京都21.9となっています。

### ■ 自殺死亡率の推移



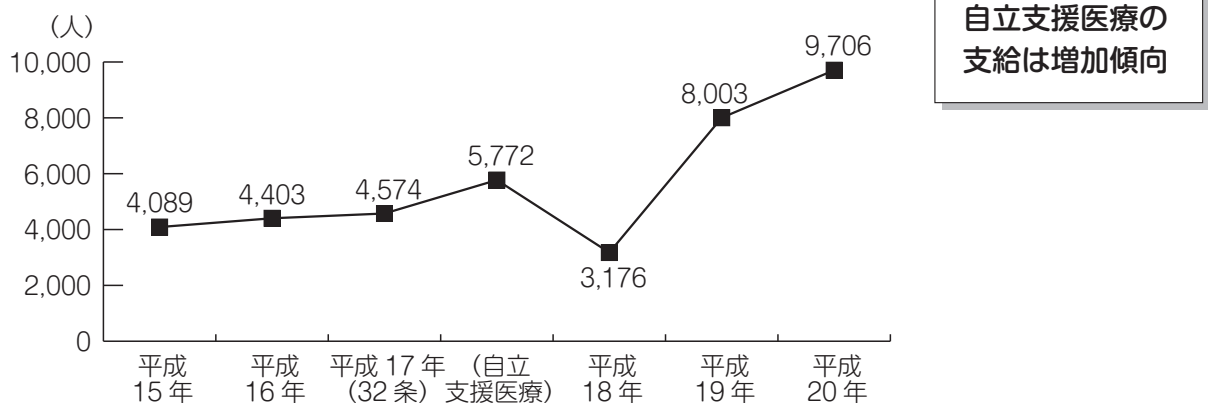
資料：平成21年までは、世田谷の地域保健 平成22年度版  
平成22年は、平成22年世田谷保健所人口動態資料

### 自立支援医療（精神通院医療）の支給

こころの病気で医療機関へ通院する場合に支給される自立支援医療（精神通院医療）

の受給者は、平成20年度では9,706人と前年に比べ1,703人増加しています。

### ■ 自立支援医療の推移



資料：保健福祉総合事業概要 統計編 平成23年度版〈世田谷区〉

※自立支援医療（精神通院医療）の支給状況については、平成17年度に制度改正があり、それまでは、2年に1回の更新でしたが、平成19年度からは、年1回の更新になったため、支給人数に変動が見られる。

### 自立支援医療（精神通院医療）

こころの病の治療のために、医療機関に通院する場合に医療費の自己負担の一部を公費で負担する制度です。

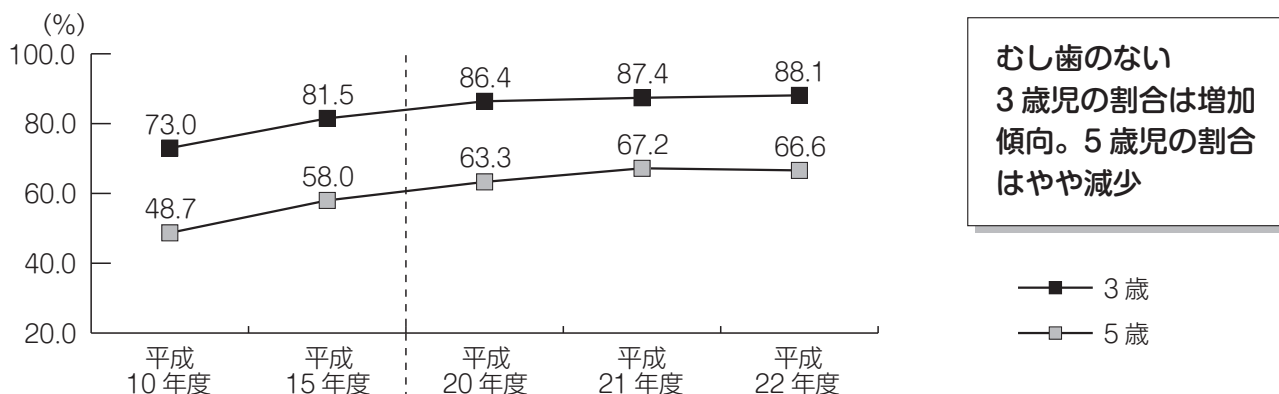
## (9) 口と歯に関する統計

### 3歳・5歳児むし歯のない者の割合

3歳児のむし歯のない者の割合は平成22年度で88.1%となっており、前年に比べ0.7ポイント上昇しています。5歳児のむし歯

のない者の割合は、平成21年度まで上昇していましたが、平成22年度では0.6ポイント減少し、66.6%となっています。

### 3歳・5歳児むし歯のない者の割合の推移



むし歯のない  
3歳児の割合は増加  
傾向。5歳児の割合  
はやや減少

資料：保健福祉総合事業概要 統計編 平成23年度版（世田谷区）

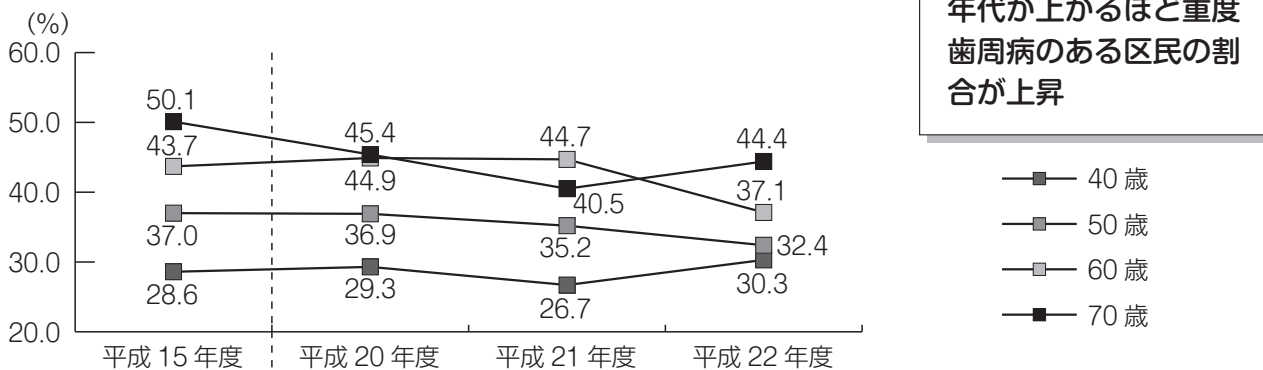
《参考》 むし歯のない者の割合（東京都 平成21年度） 3歳 83.1% 5歳 59.0%  
資料：東京の歯科保健 平成23年2月

### 重度歯周病（CPI評価 歯周組織の状況3以上）のある者の割合

成人歯科健診からの重度歯周病のある者の割合は、40歳30.3%、50歳32.4%、60歳37.1%、70歳44.4%となっており、年

代が上がるほど重度歯周病のある者の割合が上昇します。

### 重度歯周病のある者の割合の推移



年代が上がるほど重度  
歯周病のある区民の割  
合が上昇

資料：保健福祉総合事業概要 統計編 平成23年度版（世田谷区）

《参考》 重度歯周病のある者の割合（東京都 平成20年度）  
40歳代 39.1% 50歳代 44.6% 60歳代 47.8% 70歳代 51.5%  
資料：東京の歯科保健 平成23年2月

## 80歳以上で20歯以上ある者の割合

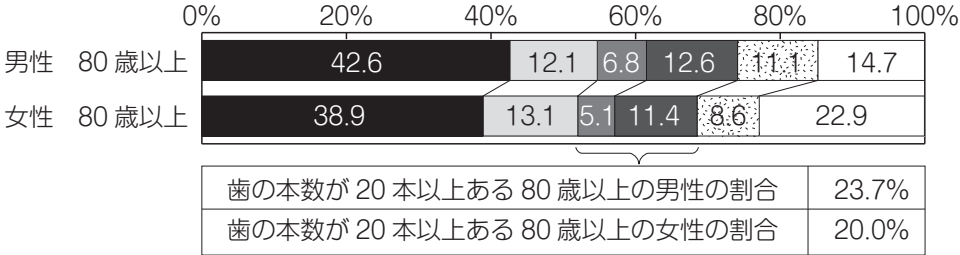
80歳以上で20歯以上ある者の割合は、男性23.7%、女性20.0%となっており、国

と比較すると低くなっています。

### 80歳以上の歯の本数の状況

<世田谷区>

■ 10本未満    □ 10～14本    ■ 15～19本    ■ 20～24本    ▨ 25本以上    □ 無回答



80歳で20歯以上ある者の割合は、国より低い

資料：世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成23年3月

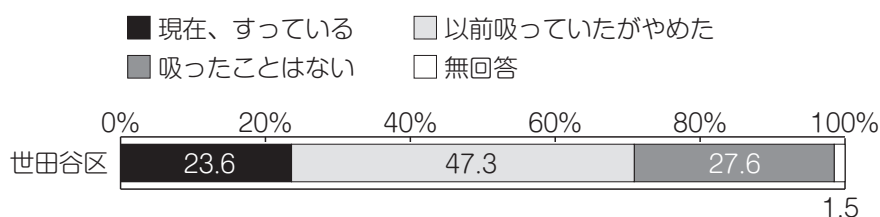
## (10) たばこに関する統計

### 喫煙者の割合

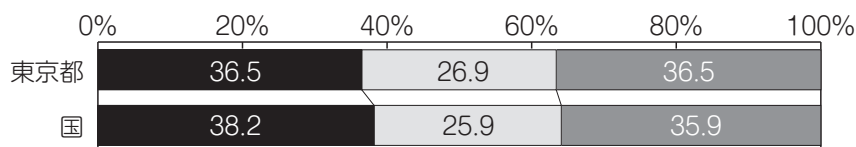
喫煙者の割合は男性で 23.6%、女性で 9.8%となっており、国や都に比べ少ない状

#### ■ 喫煙者の割合

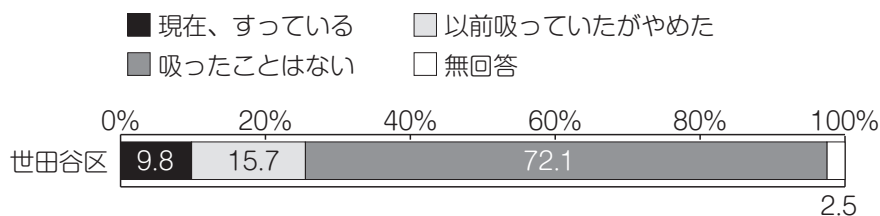
<男性>



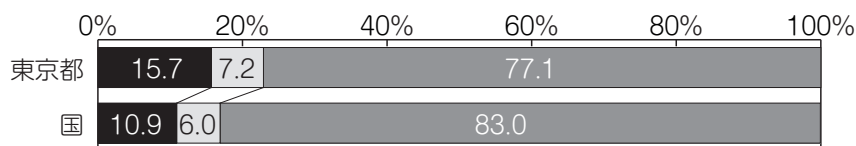
《参考》 ■ 現在習慣的に喫煙している者 □ 過去習慣的に喫煙していた者  
■ 喫煙しない者



<女性>



《参考》 ■ 現在習慣的に喫煙している者 □ 過去習慣的に喫煙していた者  
■ 喫煙しない者



喫煙者の割合は  
男女ともに、国・  
都より低い

資料：世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書 平成 23 年 3 月  
平成 21 年東京都民の健康・栄養状況 平成 23 年 8 月  
平成 21 年国民健康・栄養調査報告 平成 23 年 10 月

## (11) 結核に関する統計

### 結核患者の状況

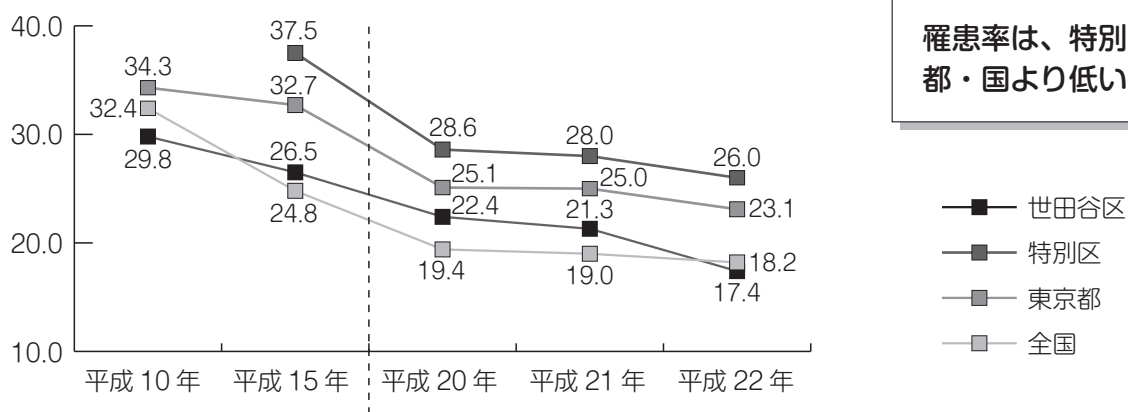
感染症法に基づき保健所に届出がある結核患者数（新規登録者数）は、年々減少しており、平成22年で153人、罹患率（人

□10万人あたり）は17.4となっています。罹患率は、特別区、東京都、全国に比べ低くなっています。

### ■ 結核患者新規登録者数の推移

年	世田谷区	特別区	東京都	全国
平成10年	231	—	4,077	41,033
平成15年	212	3,032	4,029	31,638
平成20年	193	2,497	3,228	24,760
平成21年	184	2,468	3,219	24,147
平成22年	153	2,330	3,045	23,261

### ■ 罹患率の推移



#### 罹患率

一年間に発病した患者数を人口10万人対率で表したものです。

資料：保健福祉総合事業概要 統計編 平成23年度版（世田谷区）

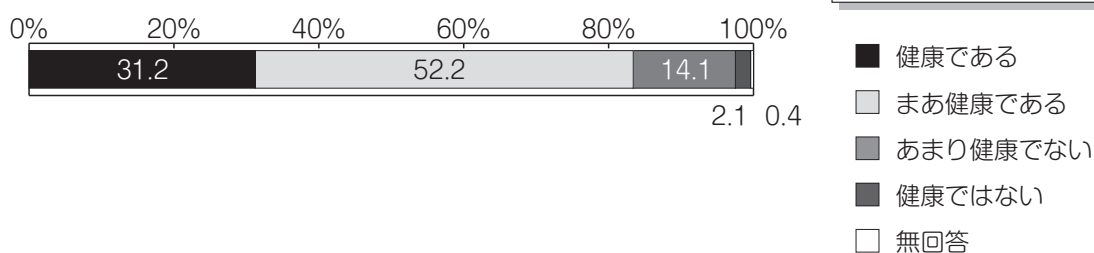
## (12) 思春期世代の健康観に関する統計

### 思春期世代の主観的健康観

思春期世代の主観的健康感は、「健康である」と「まあ健康である」をあわせた割合

は83.4%となっています。

### ■ 思春期世代の主観的健康観



思春期世代の約8割が健康と感じている

資料：世田谷区における思春期世代に対する  
こことからだのアンケート調査報告書 平成23年3月

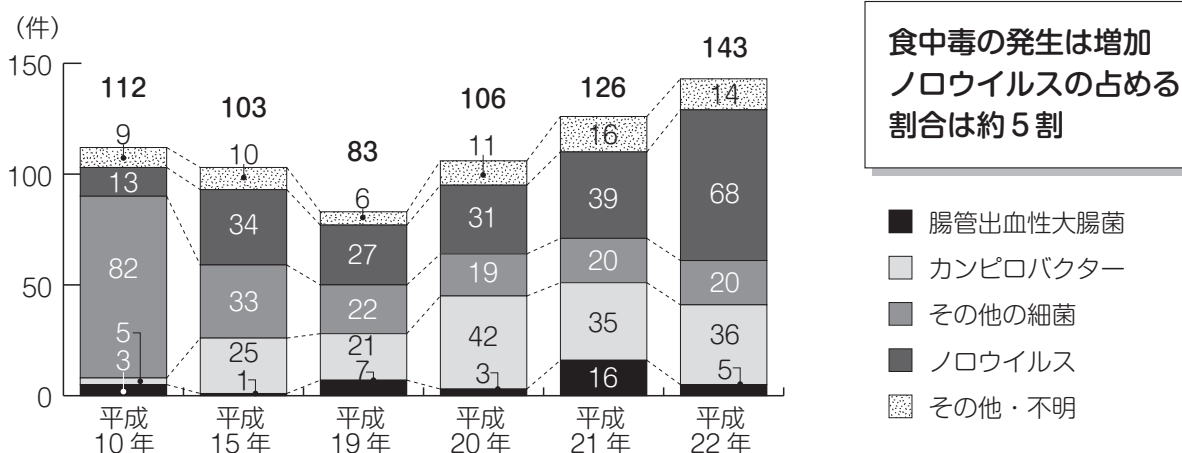
## (13) 食中毒に関する統計

### 食中毒発生状況

食中毒の発生は平成19年以降増加しており、平成22年で143件となっています。

特にノロウイルスの発生件数が増加しており、47.6%を占めています。

### ■ 食中毒発生数の推移



食中毒の発生は増加  
ノロウイルスの占める割合は約5割

資料：東京都福祉保健局健康安全部食品監視課による集計

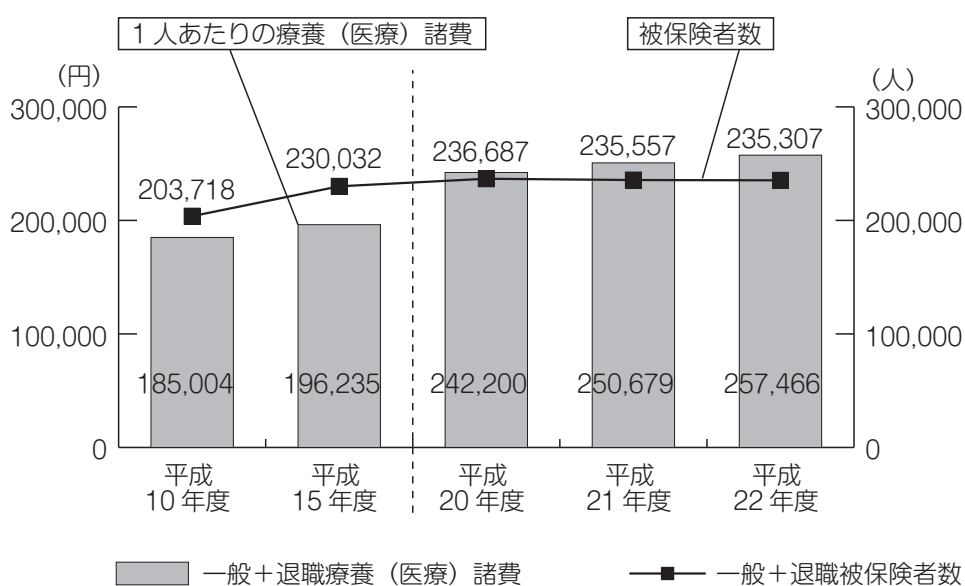
## (14) 療養（医療）諸費に関する統計

### 国民健康保険 1人あたりの療養（医療）諸費

平成 22 年度の国民健康保険の被保険者数（一般と退職を合わせた数）は 235,307 人となっています。

また、1人あたりの療養（医療）諸費は年々上昇し、平成 22 年度で 257,466 円となっています。

### ■ 被保険者数と国民健康保険 1人あたりの療養（医療）諸費の推移



※平成 20 年度、長寿（後期高齢者）医療制度がはじまり、75 歳以上の被保険者は同制度に移行した。

資料：平成 10 年度・15 年度は、せたがやの国保事業概要  
平成 20 年度以降は、世田谷区保健福祉部国保・年金課資料

世田谷区民の健康づくりに関する  
調査結果の経年比較







### 3 世田谷区民の健康づくりに関する調査結果の経年比較

#### 調査の目的

区では健康増進法及び世田谷区健康づくり推進条例に基づき、「健康せたがやプラン」を定め、区民の健康づくりに向けた様々な取組みを進めている。現行の健康せたがやプランが平成23年度末をもって終了することから、評価及び「健康せたがやプラン（第二次）」（平成24年度～33年度）策定に向けた基礎資料とするため、区民の健康に係る意識調査を実施した。

#### 調査対象

調査対象：区内在住の20歳以上の男女

4,046人を無作為に抽出

調査期間：平成22年9月16日～

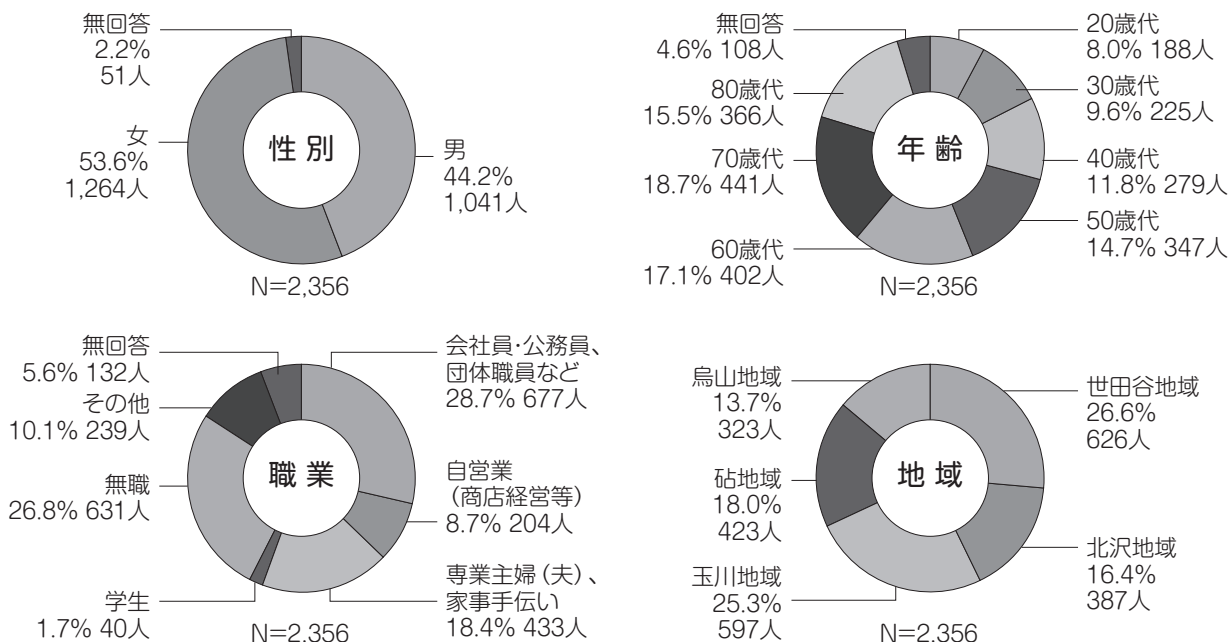
平成22年9月30日

抽出方法：郵送による配布・回収

#### 回収状況

配布数（人）	4,046
回収数（人）	2,371
回収率（%）	58.6
有効回収数（人）	2,356
有効回答率（%）	58.2

#### 回答者属性



#### 概要版の見方

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示した。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合がある。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合がある。

世田谷区民の健康づくりに関する調査は、これまで平成12年度（『「せたがやプラン」策定に係る基礎調査』）と17年度（『「健康せたがやプラン」評価・改定に係る基礎調査』）を実施している。

以下の表は、平成12年度、及び17年度調査と今回の調査において、主たる調査項目についての比較を行ったものである。

## ■ 調査概要

何れの調査も区内在住の20歳以上の男女を無作為に抽出

調査年度	調査時期	配布数	回収数	回収率
平成22年度	平成22年9月	4,046	2,371	58.6%
平成17年度	平成17年7月～8月	3,990	1,585	39.6%
平成12年度	平成13年2月～3月	4,000	2,357	58.9%

## ■ 経年比較

単位：%

質問項目	選択肢	調査年度		
		平成12年度	平成17年度	平成22年度
自分の健康への関心度	関心がある	84.3	87.7	89.8
	関心がない	1.1	0.4	1.4
	どちらともいえない	12.2	9.1	8.1
自分のことを健康だと思うか	健康である	18.5	16.6	21.1
	まあ健康である	58.4	60.9	58.1
	あまり健康でない	15.4	14.0	13.7
	健康ではない	4.6	5.4	6.5
健康に関する意識 健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたいか	そう思う	76.7	73.4	71.9
	まあそう思う	15.3	15.4	17.7
	あまりそう思わない	0.9	0.6	0.7
	そう思わない	0.9	0.9	1.4
	どちらともいえない	3.2	2.3	3.7
健康面から見たふだんの生活習慣をどう思うか	よいと思う	10.5	14.1	10.6
	まあよいと思う	50.7	54.0	59.3
	あまりよくないと思う	31.1	23.7	25.0
	よくないと思う	5.6	3.3	3.5
毎日を健やかに充実して暮らせているか	暮らせている	37.0	37.4	30.7
	まあ暮らせている	48.3	48.8	54.7
	あまり暮らせていない	10.0	8.8	7.6
	暮らせていない	2.2	2.5	2.0

※無回答は除く

単位：%

質問項目	選択肢	調査年度			
		平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	
食生活	栄養バランスや食事の量を考えて食べているか	いつもしている	42.8	54.6	44.9
		ときどきしている	31.5	23.8	32.9
		あまりしていない	19.5	15.3	15.4
		まったくしていない	3.3	1.2	2.8
	夕食後にお酒を飲んだり、夜食をとるのを控えているか	いつもしている	42.0	48.1	43.5
		ときどきしている	23.0	19.3	20.5
		あまりしていない	20.3	15.6	15.3
		まったくしていない	11.0	10.4	14.9
運動	意識をして体を動かしたり、運動したりしているか	いつもしている	30.2	34.3	28.1
		ときどきしている	33.6	35.3	37.5
		あまりしていない	26.9	19.5	21.6
		まったくしていない	6.5	5.9	11.4
	1日の歩行時間	15分未満	6.7	9.2	9.7
		15分以上 30分未満	15.4	15.2	27.0
		30分以上 1時間未満	42.4	44.2	34.4
		1時間以上 2時間未満	19.3	16.9	18.1
休養、こころの健康	こころや体の休養が十分にとれているか	十分とれている	11.6	16.2	18.5
		まあとれている	49.2	52.3	56.1
		あまりとれていない	29.3	23.3	20.5
		いつもとれていない	7.2	3.2	3.5
	悩みや不安、ストレス等を感じたことがあるか	まったくなかった	6.2	10.0	8.9
		あまりなかった	19.7	33.1	27.3
		ときどきあった	47.1	39.2	43.4
		常にあった	24.3	13.3	18.7
歯の健康	歯や口の状態の満足度	ほぼ満足している	32.2	36.2	28.0
		やや不満だが、日常生活には困らない	47.6	46.1	58.1
		不自由や苦痛を感じている	10.5	8.0	8.4
		わからない	2.6	2.2	2.9
喫煙	喫煙状況	現在、吸っている	26.6	15.8	16.1
		以前吸っていたがやめた	18.8	27.9	30.0
		吸ったことはない	48.6	51.3	51.7
健康管理	BMI	やせ	10.5	10.9	11.2
		標準	73.7	72.2	71.7
		肥満	14.3	14.9	15.5
地域活動	「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」へ参加しているか	現在、参加している	4.0	4.7	6.1
		参加はしていないが、今後参加したい	39.2	35.7	27.5
		参加するつもりはない	52.1	51.5	62.9





※無回答は除く

■ 健康づくりに関連する各種リボン運動などのシンボルマーク

 <p><b>レッドリボン</b> ○エイズに対する理解と支援の象徴です。 (エイズ予防月間) 11月16日～12月15日 12月1日の世界エイズデーを中心とする一か月間 アメリカでエイズが社会問題化した1980年代の終わり頃から、エイズで倒れた仲間への追悼の気持ちとエイズに対する理解と支援の意思を示すため、赤いリボンをシンボルとした運動が始まりました。</p>	 <p><b>ピンクリボン</b> ○乳がんの早期発見・早期診断早期治療の重要性を伝えるシンボルマークです。 (乳がん月間) 10月1日～31日 1980年代に、アメリカで、乳がんを亡くした女性が「同じ悲しみを繰り返さないように」との願いを込めて、孫にピンク色のリボンを手渡したのが、運動のきっかけとなったとされています。</p>
 <p><b>オレンジリボン</b> ○児童虐待防止を目指すシンボルマークです。 (児童虐待防止推進月間) 11月1日～30日 2004年9月に、栃木県小山市で幼い兄弟が虐待の末に亡くなった事件を契機として、児童虐待防止を目指す運動が始まりました。里親の元で暮らす子供たちが、明るい未来を願って選んだ色です。</p>	 <p><b>ブルーサークル</b> ○糖尿病の予防・治療・療養を喚起するシンボルマークです。 (世界糖尿病デー) 11月14日 世界糖尿病デーは、2006年12月20日の国連総会において指定されました。国連や空を表す青(ブルー)と団結を表す輪(サークル)を表現し、「糖尿病に対して団結しよう」という願いが込められています。</p>
 <p><b>マタニティマーク</b> 妊産婦が身につけ周囲が配慮を示しやすくするとともに、交通機関等が掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進します。</p>	 <p><b>食品衛生自主管理認証制度の認証マーク</b> 食品製造業者及び飲食業等の自主的な衛生管理を促進する東京都独自の認証を取得した施設を示すためのマークです。</p>

出典：東京の福祉保健の新展開（東京都福祉保健局）

■ 健康づくりに関連するその他のシンボルマーク等

 <p><b>健康日本21のシンボルマーク</b> 健康日本21とは、国民の健康寿命の延伸等の実現をめざし、健康に関連する全ての関係機関・団体等を始めとして、国民が一体となった健康づくり運動のことです。</p>	 <p><b>健やか親子21のシンボルマーク</b> 健やか親子21とは、21世紀の母子保健の主要な取り組みを提示し、みんなで推進する国民運動のことです。</p>
 <p><b>薬物乱用防止運動のシンボルマーク</b> 薬物乱用防止運動とは、財団法人麻薬・覚せい剤乱用防止センターが推進する、薬物乱用を許さない「ダメ。ゼッタイ。」の社会環境づくりをめざした国民運動です。</p>	 <p><b>受動喫煙防止協力店のステッカー</b> 世田谷区では、全面禁煙や完全分煙営業に取り組む区内の飲食店等を「受動喫煙防止協力店」として、区のホームページで紹介しています。協力店であることを示すステッカーが、店先などに貼られています。</p>

# 世田谷区健康づくり推進条例

4



## 4 世田谷区健康づくり推進条例

平成 18 年 3 月 14 日  
条例第 27 号

### 前文

健康は、疾病や障害の有無にかかわらず、健やかに生き生きと暮らすために最も基本となるものであり、心身の健康を確保し、生活の質を高めることは区民の共通の願いである。世田谷区は、この願いの実現を図るため、昭和 46 年に「健康都市」を宣言し、世田谷独自の健康に関する活動を展開し、区民の平均寿命の延伸、地域活動の活発化等を図ってきた。

しかしながら、急激な少子高齢化が進展する中で、健康に対する区民の意識は変化し、疾病予防から介護予防までの一貫した予防施策の充実が求められるとともに、平均寿命の延伸から健康寿命の延伸に向けて、世代に応じた生活習慣病の予防、こころの健康の保持等の新たな健康に関する施策の構築が急務となった。

新たな施策を構築し、健やかでこころ豊かに暮らすことのできる地域社会を実現するためには、区民一人ひとりが健康状態を自覚し、生活の質の向上を目指して健康の保持及び増進を図るとともに、区民が健康に関して安全で安心して生活することのできる地域社会全体の環境づくりを進め、地域での様々な活動が社会環境の改善及び生活環境の整備につながる地域社会全体の取組として健康づくりに関する施策の推進を図ることが重要である。

ここに、健康づくりについての基本理念を明らかにするとともに、区民、地域団体及び事業者と協働して行う地域社会全体の健康づくりの推進に関する施策に総合的に取り組み、活力ある地域社会の実現を目指すことを決意し、この条例を制定する。

### 第 1 章 総則

(目的)

**第 1 条** この条例は、健康づくりの推進に関する基本的な事項を定め、区、区民、地域団体及び事業者の協働による健康づくりを推進することにより、区民の健康を増進し、もって区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことができる活力ある地域社会の実現に寄与することを目的とする。

(定義)

**第 2 条** この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

(1) 健康づくり 区民が自らの健康に積極的に関心を持ち、心身の状態をより良くし、もって生活の質の向上を図ることをいい、その実現のために、個人及び地域社会全体が区民を取り巻く環境の向上に取り組まなければならないものをいう。



(2) 地域団体 区民等で構成される営利を目的としない団体で、区内において活動を行うものをいう。

(3) 事業者 区内において事業活動を行う者をいう。

(4) 健康危機 区民等の健康及び生活の安全が、感染症、食中毒、飲料水の汚染その他の原因によって現に脅かされ、又は脅かされるおそれのある事態をいう。

(基本理念)

**第3条** 健康づくりは、次に掲げる事項を基本理念として行うものとする。

(1) 区民は、自らの健康を管理する能力の向上を図るとともに、健康づくりの推進に関する活動を主体的に行うこと。

(2) 区、区民、地域団体及び事業者は、協働による健康づくりの推進に関し、それぞれの意思及び主体的な取組を尊重し、責任及び成果を分かち合うこと。

(区の責務)

**第4条** 区は、健康づくりの推進に関する施策を総合的に策定するとともに、これを実施しなければならない。

2 区は、前項に規定する施策を策定し、及び実施するに当たっては、区民、地域団体及び事業者の意見を反映させるために必要な措置を講じなければならない。

(区民の役割)

**第5条** 区民は、健康づくりに関する理解を深め、個人の状況に応じた健康づくりを積極的に行うとともに、家庭、地域及び職場における健康づくりの推進に関する活動に参加するよう努めるものとする。

(地域団体の役割)

**第6条** 地域団体は、地域の健康づくりを推進するため、健康づくりに関する活動に積極的に取り組むよう努めるとともに、他の地域団体等が行う健康づくりに関する活動及び区が実施する健康づくりの推進に関する施策に協力するよう努めるものとする。

(事業者の役割)

**第7条** 事業者は、区民及び地域団体に対し、健康づくりに関する情報、技術、活動の場等の提供その他の健康づくりの推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

2 事業者は、その使用する労働者の健康に配慮した職場環境の整備に努めるとともに、区が実施する健康づくりの推進に関する施策に協力するよう努めるものとする。

## **第2章 協働による健康づくりの仕組み**

(行動指針)

**第8条** 区長は、区民、地域団体及び事業者と協働して健康づくりを推進するため、それぞれの目標、役割等を定めた行動指針（以下「行動指針」という。）を策定しなければならない。

2 区長は、行動指針を策定するときは、区民、地域団体及び事業者の意見を反映させるため、次条に規定する世田谷区健康づくり推進委員会の意見を聴かなければならない。

(健康づくり推進委員会)

**第9条** 前条第1項の規定による行動指針の策定その他の健康づくりの推進に関し必要な事項を協議するため、世田谷区健康づくり推進委員会（以下「健康づくり推進委員会」という。）を設置する。

(区民、地域団体及び事業者との協働の機会)

**第10条** 区長は、区民、地域団体及び事業者と協働して健康づくりを推進するため、次に掲げる機会を設けるものとする。

- (1) 区民、地域団体及び事業者との健康づくりに関して意見を交換する機会
- (2) 区民、地域団体及び事業者との健康づくりに関して学習する機会
- (3) 区民、地域団体及び事業者との健康づくりに関する施策及び取組について評価する機会

### 第3章 健康づくりの推進に関する基本的施策

(健康づくり計画)

**第11条** 区長は、健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施するため、健康づくりの推進に関する計画（以下「健康づくり計画」という。）を策定しなければならない。

2 健康づくり計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

- (1) 健康づくりの推進に関する目標、健康指標及び施策の方向
- (2) 前号に掲げるもののほか、健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施するために必要な事項

3 区長は、健康づくり計画を策定するときは、健康づくり推進委員会の意見を聴くとともに、区民、地域団体及び事業者の意見を反映させるために必要な措置を講じなければならない。

4 区長は、健康づくり計画を策定したときは、速やかに、これを公表するとともに、適切な時期に評価し、その評価の内容を公表しなければならない。

5 前2項の規定は、健康づくり計画の変更について準用する。

(区民に対する支援)

**第12条** 区長は、区民の健康づくりを支援するため、次に掲げる事項について、必要な施策を実施するものとする。

(1) 世代に応じた食育の推進、生活習慣病等の予防対策及びこころの健康を保持するための方策に関すること。

(2) 子どもに関する健康づくりの普及啓発に努めるとともに、子どもの成長に応じた支援に関すること。

2 区長は、前項の施策を実施するに当たっては、労働者を雇用する事業者、医療機関、教育機

関等の健康づくりに係る関係者と連携を図るものとする。

(地域団体等に対する支援)

**第13条** 区長は、地域の健康づくりを推進させるため、必要があると認めるときは、地域団体及び事業者に対し、健康づくりに関して、活動の場の提供、技術的支援、財政的支援その他の必要な支援を行うことができる。

(情報の提供並びに調査及び研究)

**第14条** 区長は、健康づくりを推進するため、区民、地域団体及び事業者に対して、健康づくりに関する情報の提供を行うものとする。

2 区長は、区民、地域団体及び事業者が行う健康づくりの推進に関する活動を普及させるため、健康づくりに効果的な知識、手法及び技術に係る調査及び研究を地域団体及び事業者と協働して行うものとする。

(健康づくりの推進に関する活動の公表)

**第15条** 区長は、区民、地域団体及び事業者が行う健康づくりの推進に関する活動で、他の者が行う健康づくりの推進に関する活動に有益かつ先駆的な役割を果たすと認めるものについて、当該区民、地域団体及び事業者の同意を得て、これを公表することができる。

(人材育成及び活用)

**第16条** 区長は、区民、地域団体及び事業者と協働して、健康づくりに関する専門的な知識及び技術を有する者の育成及び活用を図るものとする。

(健康づくり推進週間)

**第17条** 区長は、健康づくりについて区民、地域団体及び事業者の関心及び理解を深めるため、健康づくり推進週間を設ける。

#### **第4章 健康に関する安全安心の確保**

(健康に関する安全安心の確保に関する指針の策定等)

**第18条** 区長は、区民の健康を保持するために必要とする安全で安心な環境の確保（以下「健康に関する安全安心の確保」という。）のため、次に掲げる事項を行うものとする。

- (1) 健康に関する安全安心の確保に関する指針を策定すること。
- (2) 健康危機の発生時に必要な方策等を区民、地域団体及び事業者と協議すること。
- (3) 区民、地域団体及び事業者の協力を得て、健康危機の発生の予防に努めるとともに、健康危機の発生時には、被害の拡大を防止する等の適切な措置をとること。
- (4) 前3号に掲げるもののほか、健康に関する安全安心の確保のために必要な事項

(健康の被害の防止)

**第19条** 区長は、区民等の健康の被害を防止するため、法令、条例等に定めるもののほか、次に掲げる事項を行うものとする。

- (1) 区が設置し、又は管理する公共施設における区民等の受動喫煙（健康増進法（平成14年法律第103号）第25条に規定する受動喫煙をいう。以下同じ。）等を防止するための必要な措置をとること。
- (2) 多数の者が利用する施設を設置し、又は管理する者に対して、当該施設における区民等の受動喫煙等の防止を求めること。
- (3) 区民等の受動喫煙等の防止に関する広報その他の啓発活動を行うこと。

（食の安全等に係る啓発活動等）

**第20条** 区長は、健康に関する安全安心の確保のため、法令、条例等に定めるもののほか、次に掲げる事項を行うものとする。

- (1) 水、大気等の自然環境の保全及び食の安全の確保、住居の衛生等の生活環境の整備に関する広報その他の啓発活動を行うこと。
- (2) 食の安全の確保及び環境衛生の向上に関する事業者の自主的な管理の促進並びに事業者等との意見の交換等の取組を行うこと。

## 第5章 雑則

（国等との連携）

**第21条** 区は、健康づくりを効果的に推進するため、国、他の自治体等と連携を図るよう努めるものとする。

（財政上の措置）

**第22条** 区長は、健康づくりの推進に関する施策を実施するため、必要な財政上の措置を講ずるものとする。

- 2 区長は、健康づくりの推進に関する施策に基づき行う事業を実施するに当たっては、そのサービス等を受ける者に対し、適正な負担を求めることができる。

（委任）

**第23条** この条例の施行に関し必要な事項は、区長が別に定める。

附 則

この条例は、平成18年4月1日から施行する。



健康せたがやプラン（第二次）  
策定の体制





## 5 健康せたがやプラン（第二次）策定の体制

## 区民、地域の関係団体等との協働による検討体制

## 世田谷区健康づくり推進委員会

\* 学識経験者、保健医療関係団体代表、  
区民団体代表、PTA、公募区民、  
行政関係

食育  
専門部会

こころの  
専門部会

その他の検討組織

世田谷区  
がん対策  
検討委員会

意見

提案

意見

情報  
提供

## 庁内の検討体制

## 地域保健会議

\* 世田谷保健所、総合支所健康づくり課及  
び関係所管の管理職による検討体制

## 事務局

(世田谷保健所健康企画課)

## 健康せたがやプラン策定幹事会

\* 各施策等の代表等による検討組織

## プラン策定ワーキンググループ等による検討テーマ

- |                          |               |
|--------------------------|---------------|
| ○生活習慣病対策の推進              | ○食育の推進        |
| ○こころの健康づくり               | ○がん対策の推進      |
| ○親と子の健康づくり               | ○思春期の健康づくり    |
| ○健康長寿の推進                 | ○女性の健康づくり     |
| ○口と歯の健康づくり               |               |
| ○たばこ・アルコール対策・薬物乱用防止対策の推進 |               |
| ○健康的な生活環境の推進             | ○食の安全・安心対策の推進 |
| ○感染症予防対策の推進              | ○健康危機管理の向上    |

母子担当者会

精神保健  
担当者会

歯科担当者会

栄養担当者会

庁内食育  
連絡会



## 世田谷区健康づくり推進委員会等名簿

<世田谷区健康づくり推進委員会>

(敬称略)

◎会 長

○副会長

区分	委員名	団 体 名・役 職	備考
学識経験者	◎岩 永 俊 博	社団法人 地域医療振興協会 ヘルスプロモーション研究センター 常勤顧問	
	○武 見 ゆかり	女子栄養大学 食生態学研究室 教授	
	齋 藤 啓 子	武蔵野美術大学 教授	
保健医療関係機関団体	鳥 居 明	社団法人 世田谷区医師会理事	平成 23 年 4 月から
	岩 崎 高 明	社団法人 世田谷区医師会理事	平成 23 年 3 月まで
	三 村 明 朗	社団法人 玉川医師会理事	平成 23 年 4 月から
	川 崎 浩 司	社団法人 玉川医師会理事	平成 23 年 3 月まで
	寺 島 多実子	公益社団法人 世田谷区歯科医師会理事	
	小 倉 好 美	社団法人 玉川歯科医師会 理事	
	小 林 哲 男	世田谷区薬剤師会 副会長	
	池 村 浩	東京都獣医師会 世田谷支部 元支部長	
	木 本 正 勝	世田谷区環境衛生協会 副会長	
	岩 東 清 忠	世田谷区食品衛生協会 会長	
	井 上 悟	東京都立中部 総合精神保健福祉センター 副所長	
地域保健関係区民団体	豊 田 キヨ子	世田谷区消費者団体連絡会・ 世田谷区消費者の会 代表	
	阿座上 勝 宏	世田谷区高齢者クラブ連合会 理事	
	後 藤 正 三	世田谷区町会総連合会 会長	
	片 平 三 郎	東京商工会議所 世田谷支部工業分科会 副分科会長	
	久保田 英 文	世田谷区商店街連合会 副会長	
	宮 田 春 美	世田谷区立小学校 P T A 連合協議会 会長	平成 23 年 7 月から
	溝 口 よしこ	世田谷区立小学校 P T A 連合協議会 会長	平成 23 年 6 月まで
	島 岡 弘 子	世田谷区立中学校 P T A 連合協議会 副会長	
公募委員	岩 田 泰 子	NPO 法人 フード・風土 副理事長	
	堀 伸 雄	区民	
	中 川 綾	区民	
行政機関	久 米 喜代美	区民	
	永 井 努	公益財団法人 世田谷区保健センター 常務理事	平成 23 年 4 月から
	小 池 正 海	公益財団法人 世田谷区保健センター 常務理事	平成 23 年 3 月まで
	西 田 みちよ	世田谷区 世田谷保健所長	

## &lt;食育専門部会&gt;

(敬称略)

◎部会長

○部会副会長

委員名	団体名・役職	備考
◎武 見 ゆかり	女子栄養大学 食生態学研究室 教授	健康づくり推進委員
○川 野 因	東京農業大学 応用生物科学部 教授	
寺 島 多実子	公益社団法人 世田谷区歯科医師会公衆衛生担当理事	健康づくり推進委員
大 島 基 嗣	社団法人 玉川歯科医師会	
岩 田 泰 子	食のコミュニケーション会議	健康づくり推進委員
宮 田 春 美	世田谷区立小学校PTA連合協議会	平成23年6月から健康づくり推進委員
溝 口 よし子	世田谷区立小学校PTA連合協議会	平成23年5月まで健康づくり推進委員
関 谷 スズ子	商店街連合組合 梅丘商店街振興組合 (栄養サポート店実施店舗)	
黒 羽 和 子	東京都立世田谷総合高等学校 養護教諭	
石 井 幸 江	地域の食環境づくり検討会 昭和女子大学 生活科学部 准教授	
内 藤 和 子	地域の食環境づくり検討会 テルウェル東日本(株)フードサービス事業部企画担当	
小 澤 弘 美	社会福祉法人 世田谷区社会福祉協議会地域福祉部長	
亀 谷 智恵子	世田谷区 地域福祉部 介護予防・地域支援課長	
木 村 泰 子	世田谷区教育委員会事務局 生涯学習・地域・学校連携課 社会教育主査	

## &lt;こころの専門部会&gt;

(敬称略)

◎部会長

○部会副会長

委員名	団体名・役職	備考
鳥 居 明	社団法人 世田谷区医師会 理事	平成23年4月から健康づくり推進委員
岩 崎 高 明	社団法人 世田谷区医師会 理事	平成23年3月まで健康づくり推進委員、前部会長
◎三 村 明 朗	社団法人 玉川医師会 理事	平成23年4月から健康づくり推進委員
川 崎 浩 司	社団法人 玉川医師会 理事	平成23年3月まで健康づくり推進委員
○井 上 悟	東京都立中部総合精神保健福祉センター 副所長	健康づくり推進委員
村 山 洋 史	東京都健康長寿医療センター研究所	
新 里 和 弘	東京都立松沢病院 精神科医	
金 川 洋 輔	精神保健福祉4団体代表者協議会サポートセンターきぬた	
楠 間 政 浩	特定非営利活動法人 東京断酒新生会	
山 梨 武 夫	ピア相談員 地域生活支援センターMOT A	平成23年7月から
黒 川 常 治	ピア相談員 地域生活支援センターMOT A	平成23年6月まで
堀 江 紀 一	特定非営利活動法人 世田谷さくら会理事	

## その他の関係検討組織名簿

<世田谷区がん対策検討委員会>

(敬称略)

◎委員長

○副委員長

区分	委員名	団体名・役職
学 経 験 者	◎恒 松 隆一郎	元国立がんセンター中央病院 婦人科医長
	○笹 月 静	独立行政法人国立がん研究センターがん予防・検診研究センター 予防研究部室長
医 療 機 関	鳥 居 明	社団法人 世田谷区医師会 公衆衛生部理事
	唐 澤 達 信	社団法人 玉川医師会 地域医療部理事
	伊 奈 幹 晃	公益社団法人 東京都世田谷区歯科医師会 理事
	大 倉 一 徳	社団法人 東京都玉川歯科医師会
	富 田 勝 司	世田谷薬剤師会 副会長
	井 上 由美子	関東中央病院副院長 (地域保健医療室担当副院長・看護部長)
機 関 検 査	佐 田 博	公益財団法人 世田谷区保健センター 所長
公 募 委 員	小 谷 友 宏	区民
	志 賀 洋 美	区民
区 職 員	藤 野 智 子	世田谷区 保健福祉部長
	西 田 みちよ	世田谷区 世田谷保健所長

## 庁内検討組織名簿

### <地域保健会議>

区分	委員名	団体名・役職
通常会議	西田 みちよ	世田谷保健所長
	霜越 収	世田谷保健所副所長
	菊池 弘明	世田谷総合副支所長（副支所長会代表）
	本多 俊一	北沢総合支所副支所長（健康づくり課長事務取扱）
	上田 仁志	世田谷総合支所健康づくり課長
	小和田 暁子	玉川総合支所健康づくり課長
	大和田 俊夫	砧総合支所健康づくり課長
	後藤 真理子	烏山総合支所健康づくり課長
	田中文子	保健福祉部計画調整課長
	松本 公平	世田谷保健所健康企画課長
	上村 隆	世田谷保健所健康推進課長
	松本 加代	世田谷保健所感染症対策課長
	浅見 一雄	世田谷保健所生活保健課長
拡大会議	鈴木 孝之	スポーツ振興担当部スポーツ振興課長
	木本 義彦	産業政策部工業・雇用促進課長
	知久 孝之	保健福祉部障害施策推進課長
	新保 信	保健福祉部国保・年金課長
	亀谷 智恵子	地域福祉部介護予防・地域支援課長
	岡本 達二	子ども部子ども家庭支援課長
	秋元 勝一	教育委員会事務局学校健康推進課長
	笹部 昭博	公益財団法人 世田谷区保健センター管理課長
事務局	安松 克昇	世田谷保健所健康企画課調整係長
	鵜飼 健行	世田谷保健所健康企画課計画担当係長
	戸塚 恵子	世田谷保健所健康企画課計画担当主査
	齋藤 行洋	世田谷保健所健康企画課計画担当



健康せたがやプラン(第二次)  
策定の経過





## 6 健康せたがやプラン（第二次）策定の経過

## &lt;世田谷区健康づくり推進委員会及び各専門部会等の検討経過&gt;

○平成22年度

開催日	会議名	内容
平成22年 7月26日	第1回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○世田谷区健康づくり推進委員会（第3期）の発足 ○区民委員の公募について ○「世田谷区民の健康づくりに関する意識調査」の実施について
平成22年 11月8日	第2回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「健康せたがやプラン（後期）」の評価について ○健康づくり推進委員会専門部会の設置について （「食育専門部会」及び「こころの専門部会」）
平成22年 12月14日	第1回 食育専門部会	○食育専門部会の発足 ○「健康せたがやプラン（後期）」の評価の実施状況について ○世田谷区民の健康づくりに関する意識調査の実施状況について
平成22年 12月17日	第3回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「世田谷区民の健康づくりに関する意識調査（速報版）」の報告 ○施策（テーマ）別評価シート（素案）について ○地域プラン評価（概要版・検討素材）について
平成23年 1月11日	第1回 こころの専門部会	○こころの専門部会の発足 ○こころの専門部会の進め方について ○「健康せたがやプラン（後期）の評価（中間まとめ）」について ○精神保健に係るニーズについて
平成23年 2月3日	第2回 食育専門部会	○世田谷区の食育の現状と課題抽出について※デルファイ法による課題の優先度投票シートを活用した課題の分類
平成23年 2月15日	第4回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「世田谷区民の健康づくりに関する意識調査」の報告 ○「世田谷区における思春期世代に対するこころとからだのアンケート調査」の報告 ○「健康せたがやプラン（後期）の評価（中間まとめ（案）」の報告 ○がん対策検討委員会の設置について



○平成 23 年度

開催日	会議名	内容
平成 23 年 4 月 26 日	第 3 回 食育専門部会	○健康・食・食育に関する優先課題、問題点の検討 ○食育の現状課題の抽出
平成 23 年 4 月 27 日	第 1 回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「健康せたがやプラン（第二次）」策定に向けた主 要課題と取り組みの骨子等について ○10年後の世田谷区民の健康像について
平成 23 年 5 月 20 日	第 1 回 がん対策検討委員会	○世田谷区がん対策検討委員会の発足 ○世田谷区のがん対策の現状と方向性について ○世田谷区がん対策検討委員会の進め方について
平成 23 年 6 月 2 日	第 4 回 食育専門部会	○食育に関する課題に基づくねらいと目標の検討 ○食育の優先課題の方向性について
平成 23 年 6 月 10 日	第 2 回 こころの専門部会	○「世田谷区における思春期世代に対するこころと からだのアンケート調査」からみえることについて ○精神保健施策の現状と課題について
平成 23 年 6 月 28 日	第 3 回 こころの専門部会	○地域精神保健施策のあり方について
平成 23 年 7 月 1 日	第 2 回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「健康せたがやプラン（第二次）（素案）」の基本的 考え方について ○専門部会等からの報告
平成 23 年 7 月 5 日	第 2 回 がん対策検討委員会	○がん検診の取り組みと問題点について ○がんの予防・在宅療養支援について ○「健康せたがやプラン（第二次）（素案）」について
平成 23 年 7 月 12 日	第 5 回 食育専門部会	○食育に関する課題に基づくねらいと目標の検討 ○食育の推進施策案の検討及び「健康せたがやプラン （第二次）（素案）」への提案について
平成 23 年 7 月 14 日	第 4 回 こころの専門部会	○区として取り組むべき精神保健施策の整理 ○「健康せたがやプラン（第二次）（素案）」への提案 について
平成 23 年 7 月 21 日	第 3 回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「健康せたがやプラン（第二次）（素案）」（検討素材） の検討及び意見のまとめについて
平成 23 年 9 月 2 日	第 3 回 がん対策検討委員会	○区のがん検診目標受診率の設定について ○大腸がん検診の見直しについて ○「健康せたがやプラン（第二次）（素案）」について

開催日	会議名	内容
平成 23 年 10 月 10 日 25 日	「区民フォーラム」 の開催	○第 1 回 テーマ「健康で生活するために ～日常生活でできること～」 ○第 2 回 テーマ「ストレスと私の健康 ～こころに栄養をあげよう！～」
平成 23 年 11 月 16 日	第 4 回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○パブリックコメント等の区民意見について ○「健康せたがやプラン（第二次）（案）」の検討
平成 23 年 12 月 9 日	第 4 回 がん対策検討委員会	○区のがん検診の目標受診率の設定について ○大腸がん検診の見直しについて
平成 24 年 2 月 29 日	第 5 回 世田谷区健康づくり 推進委員会	○「健康せたがやプラン（第二次）（案）」及び平成 24 年度の主な取り組みについて ○食育専門部会の経過報告 ○こころの専門部会の経過報告 ○「健康せたがやプラン後期の評価（案）」について



健康づくり推進委員会



用語集 **7**



## 7 用語集

**あ** 行 .....

## ○アウトリーチ

手を伸ばすことを意味する。公的機関、公共的文化施設などが行う地域への出張サービスなどの意味で多用される。ここでは、こころの不調や精神疾患を抱える本人や家族に対する訪問による支援のことをいう。

## ○一次予防・二次予防・三次予防

一次予防：健康を増進し、病気を予防すること。

二次予防：早期発見・早期治療を目的とし、病気や障害の重度化を予防すること。

リハビリテーションなどを行い、再発を予防すること。

三次予防：疾病が発症した後、必要な治療を受け、機能の維持・回復を図ること。

健康日本21では、国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするためには、従来の疾病予防の中心であった「二次予防」や「三次予防」に留まることなく、「一次予防」に重点を置いた対策を強力に推進することが必要とされている。

## ○HIV感染症

Human Immunodeficiency Virus（ヒト免疫不全ウイルス）による感染症で、感染によって免疫に大切な細胞が体の中から徐々に減っていき、普段は感染しない病原体にも感染しやすくなり、さまざまな病気を発症する。この病気の状態をエイズ（AIDS：Acquired Immuno-Deficiency Syndrome、後天性免疫不全症候群）という。

## ○栄養成分表示

食品や料理に含まれるエネルギーやたんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム、塩分等の熱量、栄養成分量を、パッケージやメニュー等に表示すること。

**か** 行 .....

## ○化学物質過敏症

様々な種類の微量化学物質に反応して苦しむ、化学物質過敏症（Chemical Sensitivity=CS）。重症になると、通常の生活さえ営めなくなる、極めて深刻な“環境病”。

## ○核家族

一組の夫婦と未婚の子どもからなる家族。

## ○感染症

寄生虫、細菌、真菌、ウイルス等の病原体の感染によっておこる病気の総称。

## ○共食

複数の人が一緒に食事をとること。孤食の対義語。

## ○ゲートキーパー

自分や家族、友人など身近な方の中からだやこころのストレスサインに早めに気づき、必要時、相談窓口を橋渡しを行い、「生きることを支援する」役割の人をいう。

## ○健康寿命

従来の平均寿命に心身の自立度を加味し、認知症や寝たきり状態ではない期間により健康状態を客観的に示す包括的指標を「健康寿命」という。65歳健康寿命という場合には、65歳の人は何らかの障害のため、要支援以上の要介護認定を受ける年齢を平均的に表すものをいい、65歳時の平均自立期間に65を足して年齢を表す。

## ○健康診査

区が、区民の健康状態や乳幼児の発育状況などを診て、疾病や障害の早期発見、保健相談などに役立てる事業。

## ○口腔

口からのどまでの空洞部分。

## ○合計特殊出生率

一人の女性（15歳～49歳まで）が一生に産む子どもの平均数を示す指標。

## さ

行.....

## ○産後うつ

産後うつ病とは、産婦の1～2割に現われ、一週間から数か月（産後1か月がピーク）に症状が現われます。主な症状には、気分がふさぐ、食欲がない、不眠もしくは寝てばかりいるなどがあります。また、自分を責めたり、赤ちゃんについてすごく心配する場合にも産後うつ病の場合があります。長引かせないためには、一人で考えこまないこと、周囲に相談すること、精神科を受診すること、休養をとることが必要です。

## ○産業保健

産業活動に関連する健康問題を取り扱う医学の分野において、働く人々の生き甲斐と労働の生産性の向上に寄与することを目的とした活動。

## ○CPI評価（歯周組織）

歯周病に関する指数の一つである、歯周組織を地域歯周疾患指数（Community Periodontal Index）によって評価する。

## ○事業継続（BCP）マニュアル

企業・団体が災害や事故等で被害を受けても、重要業務（中核業務）が中断しないこと、中断してもできるだけ短い期間で再開することを目指すためのガイドライン。

### ○歯周病

口腔内の歯周病原性細菌（歯周病を引き起こす細菌）によって引き起こされる感染症。

### ○自助グループ

何らかの生活課題や疾病による問題を抱えた本人や家族たちが相互に支えあい、その問題を乗り越えようとする集団。

### ○シックハウス症候群

近年、住宅の高気密化などにより、建材等から発生する化学物質などによる室内空気汚染等と、それによる健康影響が指摘され、「シックハウス症候群」と呼ばれている。その症状は、目がチカチカする、鼻水、のどの乾燥、吐き気、頭痛、湿疹など人による。

### ○受動喫煙

他人が吸っているたばこの煙を吸うこと。

### ○出生率

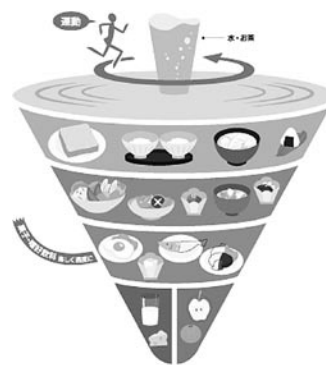
一定期間の出生数の人口に対する割合。人口 1000 人当たりの年間の出生児数の割合。

### ○食育

食育基本法において、「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、また、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ことと位置付けられている。

### ○食事バランスガイド

健康な体を維持するため、バランスのよい食事として 1 日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすくコマのイラストで示したもの。一日分の食事を表現し、食事のバランスが悪いとコマが倒れてしまうことを表現している。



### ○新興・再興感染症

今まで見られなかった感染症を新興感染症、いったん廃れたものが再び出現してきた感染症を再興感染症という。旅行者や輸出入の増加、森林伐採による環境破壊など、様々な要因によって新興・再興感染症が起こる。エイズ、ラッサ熱、エボラ出血熱、新型インフルエンザ、腎症候性出血熱、結核などの感染症がある。

### ○生活圏域

恒常的な生活行動の場所、その範囲。買物、レクリエーション、通勤・通学、医療など生活上の行動する領域、範囲。

### ○生活習慣病

食習慣、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾病のこと。主な生活習慣病は、がん、脳血管疾患、心疾患、糖尿病など。



### ○生活不活発病

外出が減り、座っている時間が長くなるなど、安静状態が長期に続くことによって起こる心身機能の低下をいう。

### ○生活の質（QOL）

Quality of Life（クオリティ・オブ・ライフ）とは、一般に、一人ひとりの人生の内容の質や社会的にみた生活の質のことを指し、つまりある人がどれだけ人間らしい生活や自分らしい生活を送り、人生に幸福を見出しているか、ということをもととしてとらえる概念である。心身の健康、良好な人間関係、やりがいのある仕事、快適な住環境、十分な教育、レクリエーション活動、レジャーなど様々な観点から計られる。

### ○精度管理（がん）

がん検診の死亡率減少効果を向上するため、がん検診の実施から精密検査から結果把握に至るまで科学的に明らかな方法によって行われる管理。

## た

行.....

### ○多量飲酒

1日平均純アルコール約60gを超えて摂取すること。1日平均純アルコール約20g程度が適量の飲酒とされている。

※酒類別の換算表

酒類	ビール	清酒	ウィスキー・ブランディー	焼酎	ワイン
適量 (20g)	中ビン1本 (500ml)	1合 (180ml)	ダブル 60ml	0.6合 (108ml)	200ml
多量 (60g)	中ビン3本 (1,500ml)	3合 (540ml)	ダブル 180ml	1.8合 (324ml)	600ml

### ○低出生体重児

出生時に体重が2,500g未満の新生児。

### ○特定健康診査

糖尿病等の生活習慣病の予防の目的で、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の状態を早期に見つけるため各医療保険者に義務付けられた健康診査。40歳以上74歳以下の被保険者及びその被扶養者を対象に行われる。

### ○特定保健指導

特定健康診査の結果により、生活習慣病のリスクが一定程度高いと判断された者に対して行われる保健指導。保健指導に関する専門的知識及び技術を有する医師、保健師、管理栄養士等により行われる。

## な 行

### ○二次予防事業対象者

要支援・要介護状態となる可能性のある65歳以上で、介護予防事業の対象者。

### ○認知症

後天的な脳の器質的障害により、いったん正常に発達した知能が低下した状態。

### ○脳血管疾患

脳梗塞と脳出血、クモ膜下出血に代表される脳の病気の総称。

## は 行

### ○ハイリスクアプローチ

ある疾病や要介護状態を発生するリスクの高い者に予防策を講じることによって、その発生防止を目指すもの。

### ○8020運動

80歳で自分の歯を20本以上持ち、高齢者の「生活の質」の向上を目指すことを目的とする歯科保健の推進運動。

### ○ピアサポーター、ピア活動

ピアとは一般的には、仲間のこと。同じ課題に直面する人や同じ立場の人をサポートすることで、その人自身が課題や悩みを乗り越えられるようにする人や活動のこと。

### ○BMI

ボディマス指数 (body mass index)。体重と身長の関係から算出される、肥満度を表す体格指数。BMI 22の場合を標準体重としており、25以上の場合を肥満、18.5未満である場合を低体重としている。

### ○分煙

受動喫煙の防止を目的とし、不特定多数の人が利用する公共の場所や施設等において、喫煙場所となる空間と、それ以外の非喫煙場所となる空間に分割する方法。

### ○平均寿命

0歳（出生時）の平均余命。

### ○ヘルスプロモーション

「健康を自分自身でコントロールできるように、市民一人ひとりの能力を高めること」、「そのために個人にだけゆだねるのではなく、健康を支援する種々の環境を整備（健康支援型環境づくり）していくこと」を二本柱として展開していく公衆衛生戦略。

## ○ポピュレーションアプローチ

疾患を発症しやすい高いリスクを持った個人を対象を絞り込んだ予防方法をハイリスクアプローチとすることに対し、対象を一部に限定しない、集団全体に対する予防方法。

## ま 行 .....

### ○メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

内臓の周りに脂肪がたまることにより、高血圧や血液中の糖・脂質の増加が生じ、生活習慣病になりやすくなる。この状態をメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という。これを予防することが生活習慣病予防に大きく役立つ。

### ○未熟児養育医療・自立支援医療（育成医療）・小児慢性疾患医療費助成

未熟児養育医療とは、出生時の体重が2,000g以下の場合や、医師が入院治療を必要と認めた場合、都道府県が指定した医療機関で医療給付が受けられる制度。

自立支援医療（育成医療）とは、身体に障害のある児童に対し、早い時期に治療を行い、生活能力を得るための医療。

小児慢性疾患医療費助成とは、国が行う小児慢性特定疾患治療研究事業に基づき、定められた対象疾患の治療方法等の情報を今後の治療研究に生かすとともに、その治療にかかった費用（保険適用分）の一部を公費によって助成するものです。

### ○無症状保菌者

健康保菌者、不顕性感染ともいう。検便により病原菌を保有していることが確認されているが、菌による症状を呈していない者。

## ら 行 .....

### ○ライフステージ

人間の一生を乳幼児期、学童期、青年期、壮年期、高齢期などに分けたもの。

### ○リスクコミュニケーション

化学物質の環境リスクなど、社会を取り巻くリスクに関する正確な情報を地域の行政や住民、専門家、企業などで共有し、安全対策に対する認識や協力関係等について、相互に意思疎通を図ること。

### ○レジオネラ属菌

土壌や河川など広く自然界に生息する細菌で、特に人工環境中の浴槽や噴水、冷却塔などで繁殖する。水の飛沫に含まれたこの菌を吸い込むことにより、レジオネラ症（レジオネラ肺炎とポンティアック熱）発症の原因となる。





# 健康せたがやプラン（第二次）

（平成 24 年度～ 33 年度）

平成 24 年 3 月

編集・発行 世田谷区総合支所・世田谷保健所

〒 154 - 8504 東京都世田谷区世田谷 4 - 22 - 35

電話 03 (5432) 2432 (世田谷保健所健康企画課)

FAX 03 (5432) 3022

(広報印刷登録番号 No. 9 1 4)







