

第1章 第2次健康つやま21策定の趣旨

国は、健康寿命の延伸、国民の健康増進・疾病予防及び生活の質の向上を図るため、必要な課題や目標を盛り込んだ「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」を平成12年3月に策定しました。また、岡山県においても平成13年3月に「健康おかやま21」が策定されたことを受け、津山市では地方計画として、市民一人ひとりが「生きがいのある生活を送っている」と思えるような健康づくりを推進するため「健康つやま21」を平成15年3月に策定しました。

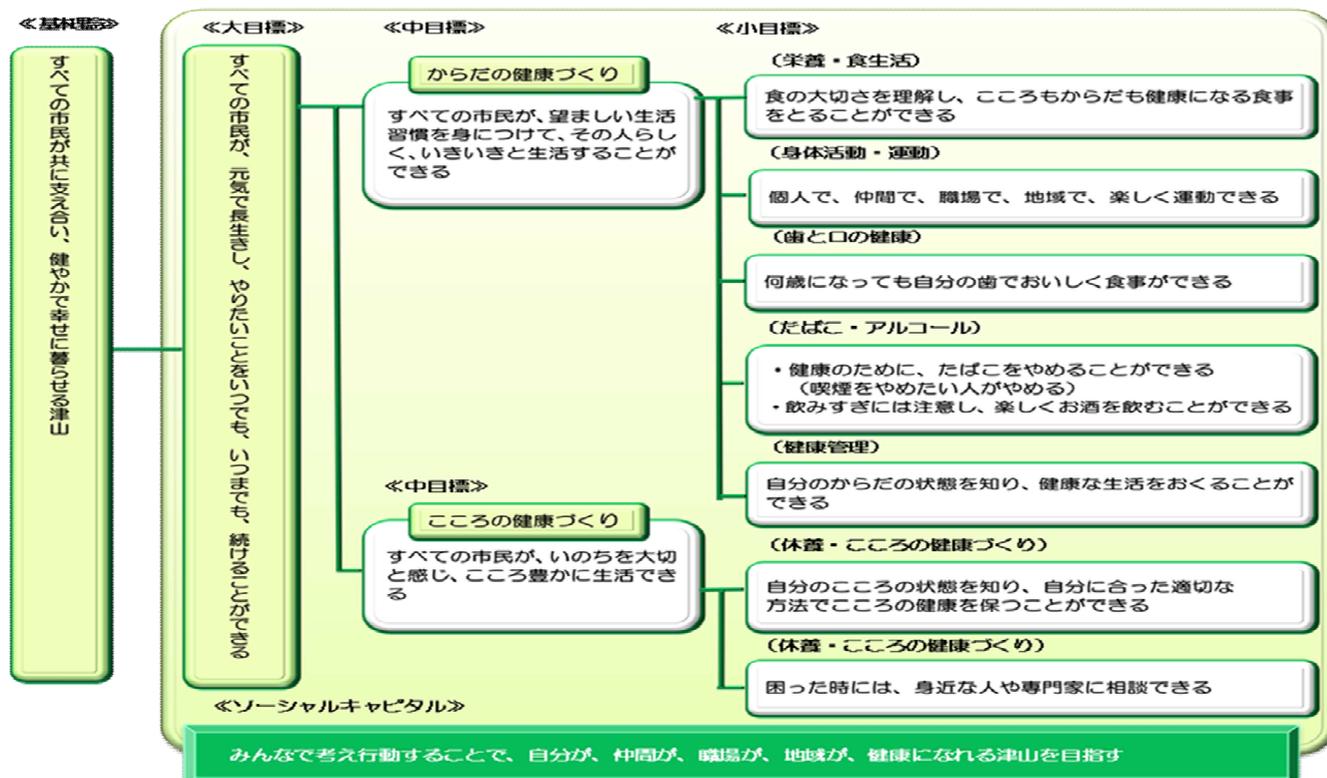
平成24年度に「健康つやま21」計画期間満了を迎え10年間の取り組みの総括を行いました。これを受け、今後予想される健康づくりを取り巻く社会情勢を勘案し、「すべての市民が共に支え合い、健やかで幸せに暮らせる津山」を目指して、平成25年3月に「第2次健康つやま21」を策定し、健康づくりを進めてきました。

今回行った中間評価・見直しをもとに、平成34年度の目標達成に向けてさらに健康づくりを推進し、地域全体での取り組みに向けて「つなぐ・つながる・支える・支えられる」ことのできる津山を引き続き目指します。

1 計画の基本的な方針

すべての市民が健康を実感できるとともに、積極的に多様な健康づくりへ参画できるような社会の実現を目指し、下図の基本的な方針に沿って、計画を推進します。

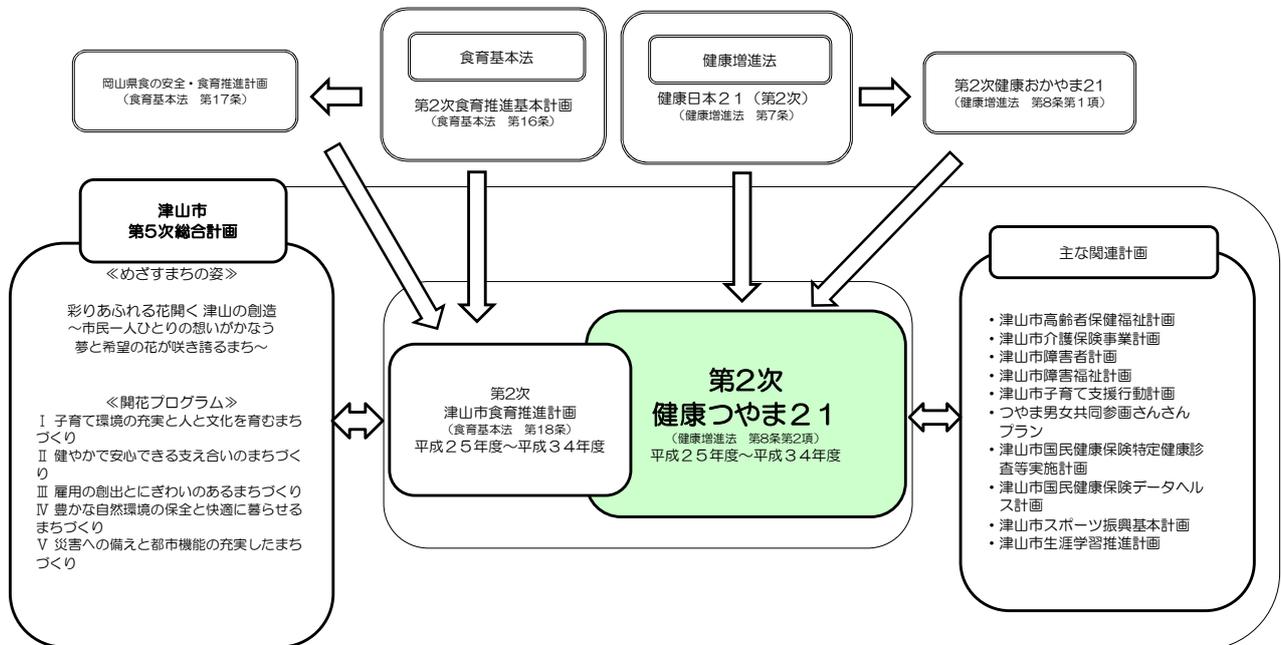
図1 第2次健康つやま21の基本方針



2 計画の位置づけ

本計画は、「健康日本 21（第 2 次）」の地方計画および健康増進法第 8 条第 2 項に基づく市町村健康増進計画として位置づけ、津山市第 5 次総合計画と整合性を図りながら推進します。

図 2 他計画との関連



3 計画の期間

計画期間は、平成 25 年度（2013 年度）から平成 34 年度（2022 年度）までの 10 年間です。平成 29 年度（2017 年度）に計画の中間評価と見直しを行いました。

図 3 計画期間



4 これまでの取り組み内容

1)関係機関・団体の取り組み

表1 平成25～29年度の主な関係機関・団体の活動（抜粋）

関係団体	活動内容
津山市連合町内会	<ul style="list-style-type: none"> ・市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議の活動 ・介護予防事業の協力（高齢者の見守り訪問等） ・小地域ケア会議の設立・推進
津山市愛育委員連合会 津山市栄養改善協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・母子保健推進活動の実施 （おめでとう訪問、育児相談のすすめ、親子クラブ等への支援） ・特定健康診査及びがん検診の受診勧奨 ・女性のがん検診の重点啓発活動 ・結核予防活動、複十字シール運動、献血推進活動、禁煙活動の実施 ・すこやか料理教室(母子保健事業、地域支援事業)の開催 ・食育の推進(親子食育教室の開催、食生活改善普及・啓発等) ・市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議の活動
津山市民生児童委員 連合協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議の活動 ・介護予防事業の協力（高齢者の見守り訪問等）
津山市老人クラブ 連合会	<ul style="list-style-type: none"> ・市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議の活動 ・健康に関する講演会 ・ゲートボール大会、グラウンドゴルフ大会の開催 ・体力測定会・老人クラブスポーツ祭の開催 ・ひとり暮らし老人招待会
津山市医師会	<ul style="list-style-type: none"> ・各医療機関にて特定健康診査及びがん検診の実施と事後指導 ・乳幼児健康診査、各種予防接種の実施 ・津山地区がん征圧大会等の講演会の開催 ・教室及び講演会への講師派遣 ・学校等での健康診断の実施
津山歯科医師会	<ul style="list-style-type: none"> ・1歳6か月児健診、3歳児健診、学校等での歯科検診の実施 ・おぎゃっと21 in 津山での歯科検診と相談 ・親子クラブ、幼稚園、保育園、小学校での歯科指導 ・教室及び講演会への講師派遣 ・介護予防事業での口腔ケア、口腔機能向上指導 ・8020運動、たんぽぽ運動の実施 ・出前講座 ・歯周病検診

関係団体	活動内容
岡山県歯科衛生士会	<ul style="list-style-type: none"> ・親子クラブ、幼稚園、保育園、小学校での歯科指導 ・栄養教室での講話、歯科指導 ・介護予防事業での口腔ケア、口腔機能向上指導 ・たんぽぽ運動 ・1201 運動（12 歳でむし歯 1 本以下を目指すための取り組み）の推進事業
津山薬剤師会	<ul style="list-style-type: none"> ・「薬と健康の週間」に関連した講演会の開催 ・教室及び講演会への講師派遣 ・おぎゃっと 21 in 津山でのこども調剤体験、お薬相談の実施
津山市スポーツ推進委員協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ大会運営協力（つやま市民スポーツ祭、津山加茂郷フルマラソン全国大会等） ・ニュースポーツ、グラウンドゴルフ教室、チャレンジクラブ（親子体操教室）等の運営 ・にこにこ体力トレーニング ・津山駅伝
岡山県栄養士会 津山支部	<ul style="list-style-type: none"> ・教室及び講演会への講師派遣 ・栄養成分表示店普及促進事業 ・食育活動支援事業（幼児、学童、保護者、高齢者を対象にした調理実習・会食、講話） ・「栄養の日・栄養週間キャンペーン in 津山」の開催
岡山県看護協会 津山支部	<ul style="list-style-type: none"> ・「つやまの看護展」の実施 （骨密度測定、血圧測定、健康相談及び育児相談等）
津山市保育協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・各保育園での食事、運動、生活習慣等の啓発活動 ・食育に関する講演会 ・こどもの成長・発達、心に関する講演会
津山市社会福祉協議会	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアの育成・支援（介護予防地域サポーター養成事業、メンタルサポーター養成事業、リフレッシュのつどい、友愛訪問、さわやかテレホンサービス等） ・高齢者の料理教室 ・ウエーブストレッチ教室 ・ヨガ療法講座 ・妊産婦ホームヘルパー派遣事業受託実施 ・親子広場すくすくの受託運営及び地域版親子広場の開催（3 箇所） ・親子クラブ支援
津山市地域包括支援センター	<ul style="list-style-type: none"> ・介護予防事業の実施 ・高齢者の訪問・相談 ・高齢者の健康づくり講話・講演会

関係団体	活動内容
美作保健所	<ul style="list-style-type: none"> ・「栄養成分表示店」登録事業 ・食品表示基準に基づく栄養成分表示の相談・普及啓発 ・給食施設管理者および従事者研修会 ・高校生への食育事業 ・糖尿病・がん・脳卒中地域医療連携 ・禁煙アドバイザー派遣、禁煙・完全分煙実施施設認定事業 ・生活習慣病、口腔ケア等の健康教育実施 ・広域的歯科相談 ・地域歯科保健推進会議 ・思春期保健相談 ・精神保健相談
津山労働基準監督署	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生管理講習会の開催（健康管理、メンタルヘルスに関する措置等について）

2)各課の取り組み

表2 平成25～29年度の各課の取り組み（抜粋）

領域	平成25年度～平成29年度
栄養・食生活	<p>【高齢介護課】 介護予防事業（おたっしや講座、歯つらつ栄養講座、こけないからだ講座）、介護予防・日常生活支援総合事業（骨粗鬆症・循環器疾患・認知症予防に関する健康講話）</p> <p>【保健給食課】 朝食づくり講座、夏休み料理教室、給食試食会、学校給食の安全に関する研修会、チャレンジクッキング、食生活アンケート、巡回給食指導</p> <p>【生涯学習課】 親子料理教室、朝食づくりの講座、男性料理教室、高齢者料理教室、食育についての講演会</p> <p>【学校教育課】 チャレンジハッピーデー</p> <p>【人権啓発課】 親子料理教室、男性の料理教室</p> <p>【こども課】 クッキング体験給食体験、食育の日等に栄養士による食育指導、保護者への啓発（献立表・給食だより、試食会）</p>

領域	平成 25 年度～平成 29 年度
身体活動・運動	<p>【スポーツ課】 ニュースポーツ、グラウンドゴルフ、テニス教室、津山市市民スポーツ祭、にこにこ体力トレーニング、チャレンジクラブ</p> <p>【高齢介護課】 介護予防事業（おたっしや講座、こけないからだ講座）、介護予防・日常生活支援総合事業（元気いきいき通所サービス、こけないからだ講座）</p> <p>【障害福祉課】 身体・知的・精神障害者（児）合同でのふれあいスポーツ大会、県スポーツ大会、聴覚障害者の卓球</p> <p>【生涯学習課】 ヨーガ、健康相談、ウォーキング、ノルディックウォーク、親子クラブでの親子体操</p> <p>【こども課】 発達や時期に応じた散歩や運動遊び、園の実態に応じた環境設定、外部講師による体操教室、サッカー教室</p>
歯と口の健康	<p>【高齢介護課】 介護予防事業（おたっしや講座、歯つらつ栄養講座、こけないからだ講座での口腔ケア講座実施）、介護予防・日常生活支援総合事業（こけないからだ講座）</p> <p>【生涯学習課】 親子クラブでの歯みがき教室、むし歯予防教室</p> <p>【こども課】 基本的な生活習慣の定着、食後の歯磨き指導（給食・弁当）、歯の衛生週間（「頑張りカード」の取り組み）、歯磨き指導（歯科衛生士・小学校養護教諭）、歯科検診</p>
たばこ・アルコール	<p>【生涯学習課】 育成センターで飲酒・喫煙防止の啓発</p> <p>【こども課】 「禁煙・完全分煙実施施設」認定</p>
健康管理	<p>【保険年金課】 特定健康診査（特定健康診査(簡易版)・ナイター健診等）・特定保健指導、糖尿病予防教室、糖尿病重症化予防事業</p> <p>【こども課】 「早寝、早起き、朝ごはん」の生活習慣チェック表の活用、身体計測（毎月）、内科健診、尿検査、「保健だより」の発行</p>
休養・こころの健康づくり	<p>【高齢介護課】 介護予防事業（こけないからだ講座での認知症予防やうつ予防の健康講話）</p> <p>【障害福祉課】 精神障害者等家族交流会及び研修会、高次脳機能障害の患者・家族会（つるの会）との研修会、アルコール問題への対応、発達障害者支援体制整備事業</p> <p>【生涯学習課】 鶴山塾での子育て相談、休日相談・訪問支援</p> <p>【人権啓発課】 女性の悩みごと相談、講座（コミュニケーション、高齢者の生き方等）</p> <p>【こども課】 地域の方・高齢者・各種ボランティア団体との交流、小学生・中学生との交流</p>

3)健康増進課の取り組み

表3 平成25～29年度の健康増進課の取り組み（抜粋）

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
健康寿命(全体)	<ul style="list-style-type: none"> ・新計画のPR ・健康寿命の算定 ・企業アンケートを実施 ・全領域の進捗管理を実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・企業向け健康教育を実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭との意見交換会を実施 ・小・中学生の保護者への健康教育を実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康基礎調査・アンケートを実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・中間評価を実施
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> ・イベント等での普及啓発 ・市栄養士連絡会議を実施 ・各支部愛育委員会・栄養委員会での周知 ・朝食、野菜等啓発物の掲示 ・歯つらつ栄養講座 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩分チェックを実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・高校生の食育教室を実施 ・幼稚園の食育教室を実施 		<ul style="list-style-type: none"> ・こけないからだ講座での健康教育を実施
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> ・手軽に運動できる情報を広報紙で周知 ・ノルディックウォークの広報と周知 ・他課との意見交換会を実施 ・こけないからだ講座の新規継続支援 		<ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導対象者にノルディックウォークの体験会を実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・ふらっとカフェ事業の立ち上げ支援 	
歯と口の健康	<ul style="list-style-type: none"> ・1歳6か月児健診、3歳児健診で虫歯の多かった児のその後の受診状況を把握 ・成人の集団検診時に、お口の健康調査を実施 			<ul style="list-style-type: none"> ・歯周病検診を実施 	
たばこ・アルコール	<ul style="list-style-type: none"> ・津山たばこ販売協同組合や津山小売酒販組合と、未成年へ喫煙・飲酒防止啓発 ・妊娠届出時や新生児訪問時、喫煙の影響を指導 	<ul style="list-style-type: none"> ・高校生へ飲酒予防健康教育を実施 			<ul style="list-style-type: none"> ・高校生へ喫煙・飲酒予防健康教育を実施
健康管理	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査、がん検診を実施 ・特定保健指導、糖尿病予防教室を実施 ・メディアや広報、イベント等での健診受診啓発 ・モデル地区で健診受診啓発活動を実施 ・公民館健診を実施 		<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査(簡易版)、ナイター健診を実施 		
休養・こころ	<ul style="list-style-type: none"> ・こけないからだ講座での健康教育を実施 ・自殺予防週間・月間中の市民ロビーにて心の健康づくり普及啓発 ・自殺予防セミナーを実施 ・ゲートキーパー養成講座を実施 ・愛育委員支部会での心の健康教育を実施 ・自殺予防週間・月間中の街頭PR ・職員研修実施 ・企業での健康教育 		<ul style="list-style-type: none"> ・高校生の傾聴に関する健康教育を実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・図書館にて心の健康づくり普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ・精神保健福祉研修会を実施