

寄居町健康長寿計画

(案)

健康増進計画

食育推進計画

自殺対策計画

平成 30 年 3 月

寄 居 町

目 次

第1章 計画策定にあたって.....	1
1 計画の背景・趣旨.....	1
2 計画の位置付け.....	1
3 計画の期間.....	2
4 計画の策定体制.....	2
第2章 寄居町の現状	3
1 寄居町の概況.....	3
(1) 人口等の状況.....	3
(2) 健（検）診の受診状況.....	9
(3) 医療費の状況.....	10
(4) 介護保険の状況.....	11
2 町民の健康状態や意識の状況.....	12
(1) 調査の概要.....	12
(2) 主な調査結果.....	13
第3章 計画の基本理念と体系.....	17
1 計画の基本理念.....	17
2 計画の体系.....	18
第4章 健康増進計画	19
基本方針.....	19
基本方針1 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底.....	19
■現状と課題.....	19
■施策の展開.....	22
基本方針2 健康を支える生活習慣の改善.....	27
■現状と課題.....	27
■施策の展開.....	34
基本方針3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上.....	39
■現状と課題.....	39
■施策の展開.....	40
第5章 食育推進計画	44
基本方針.....	44
基本方針1 健全なからだを育む.....	44
■現状と課題.....	44
■施策の展開.....	47
基本方針2 豊かな心を培う.....	49
■現状と課題.....	49

■施策の展開	51
基本方針3 正しい知識を養う	53
■現状と課題	53
■施策の展開	54
第6章 自殺対策計画	56
基本方針	56
基本方針1 相談支援体制の整備	56
■現状と課題	56
■施策の展開	59
基本方針2 自殺ハイリスク者への支援	61
■現状と課題	61
■施策の展開	63
基本方針3 若年層向け自殺対策	68
■現状と課題	68
■施策の展開	68
第7章 計画の推進	70
1 計画の推進体制	70
2 計画の進行管理と評価	70
資料編	71
1 計画の策定経過	71
2 寄居町健康づくり推進協議会設置要綱	71
3 寄居町健康づくり推進協議会委員名簿	71
4 寄居町健康長寿計画策定庁内検討委員会設置要綱	71

第1章 計画策定にあたって

1 計画の背景・趣旨

近年の社会的・経済的な変化が、健康や食を取りまく環境に大きな影響を及ぼしています。生活習慣病患者やその予備軍が増加するとともに、家族が一緒になって健康的な食事をする時間が減り、朝食を欠食する若者が増えているといわれております。一方、巷には健康情報があふれ、それとともに人々の健康意識も高まっていますが、一人ひとりが健康で生きがいを持ちながら暮らすためには、生涯を通じた健康づくりを、正しい知識に基づいて進めていくことが重要となります。

このような状況を背景として、国においては、平成24年7月に「国民の健康の総合的な推進を図るための基本的方針」である「健康日本21（第二次）」を定め、平成28年度からの「第3次食育推進基本計画」を策定しております。また、平成29年7月には、自殺について非常事態が継続していることから改訂された「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。

埼玉県においては、国の基本方針を踏まえた「健康埼玉21」（平成25～34年度）を定めるとともに、平成28年度から3カ年計画としての「埼玉県健康長寿計画（第2次）」並びに「埼玉県食育推進計画（第3次）」を策定し、県民の健康づくりのための取り組みを進めております。また、平成26年2月に「埼玉県自殺対策推進ガイドライン」を定め、平成30年3月には「埼玉県自殺対策計画」を策定しております。

本町は、平成29年3月に策定した「第6次寄居町総合振興計画」の中で、「支えあいとふれあいのある健康長寿のまち」を基本目標のひとつに掲げ、健康長寿のまち県下ナンバーワンを目指しております。そのため、今回策定する「寄居町健康長寿計画」は、国や県の方針や計画を基本とした町民の健康の維持と増進のための施策に、新たに市町村に策定が義務付けされた自殺対策に関する施策も加え、町民の健康づくりを計画的に、かつ総合的に推進することを目的としております。

2 計画の位置付け

「健康増進計画」は健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画として、「食育推進計画」は食育基本法第18条第1項の規定に基づく市町村食育推進計画として、「自殺対策計画」は自殺対策基本法第13条第2項の規定に基づく市町村自殺対策計画として策定し、この3計画を一体的に取りまとめて「寄居町健康長寿計画」としました。

本計画を構成する「健康増進計画」、「食育推進計画」並びに「自殺対策計画」は、町政の基本指針となる「寄居町総合振興計画」の個別計画として位置付け、その他の町関連計画との整合性を図るものです。

3 計画の期間

本計画の期間は、平成30年度から平成34年度までの5年間とします。

なお、計画の期間中に、国や県の方向性、町を取りまく社会構造などに大きな変化が生じた場合には、必要に応じて見直しを行うものとします。

	H30	H31	H32	H33	H34
寄居町健康長寿計画 〔健康増進計画 食育推進計画 自殺対策計画〕					

4 計画の策定体制

計画策定体制は、次のとおりです。

- 寄居町健康づくり推進協議会

この協議会では、健康づくりに関係する行政機関、保健医療団体、関係団体等の代表者等が委員となり、計画案を協議しました。

- 寄居町健康長寿計画策定庁内検討委員会

計画を全庁的に推進するため、庁内関係各課の職員により、計画案の検討を行いました。

- 意見公募（パブリックコメント）

本計画を策定するにあたり、「寄居町健康長寿計画（案）」を町公式ホームページで公表し、広く町民から意見を聴き、それを考慮して策定しました。

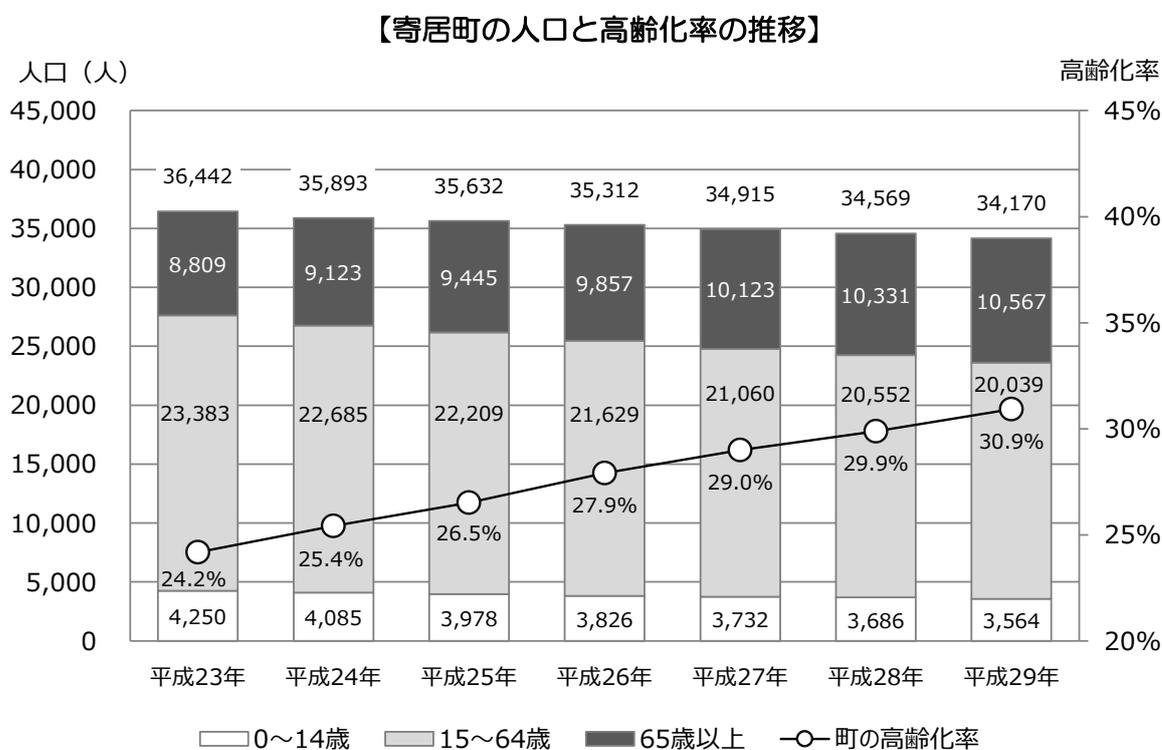
第2章 寄居町の現状

1 寄居町の概況

(1) 人口等の状況

① 人口の状況

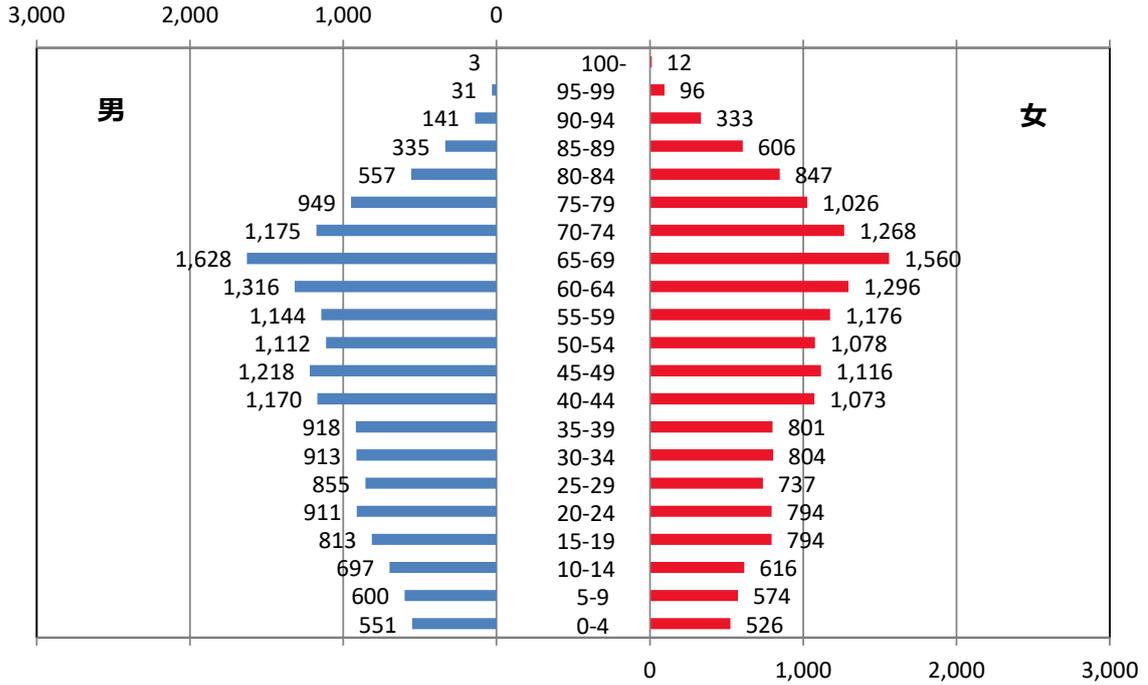
本町では、ゆるやかな人口減少が続いています。平成29年の人口は34,170人で、平成23年から2,272人減少しました。その内訳を人口3区分別にみると、0～14歳の年少人口が686人減少、15～64歳の生産年齢人口が3,344人減少する一方、65歳以上の高齢人口は1,758人の増加となっています。その結果、総人口に占める高齢者の割合（高齢化率）は、平成23年の24.2%から平成29年には30.9%まで上昇し、10人中3人が65歳以上の高齢者となっています。



資料：住民基本台帳（各年10月1日時点）

次ページに示す、平成29年10月1日時点での年齢階級別の人口構成グラフでは、男女とも団塊の世代と呼ばれる65～69歳の世代を中心に最も大きなピークがあり、次いでその子どもたち（団塊ジュニア）の世代にあたる45～49歳と、更にその子どもたちの世代にあたる20～24歳にやや小さなピークが見られます。19歳以下では、年代とともに世代人口は急激に減少しています。

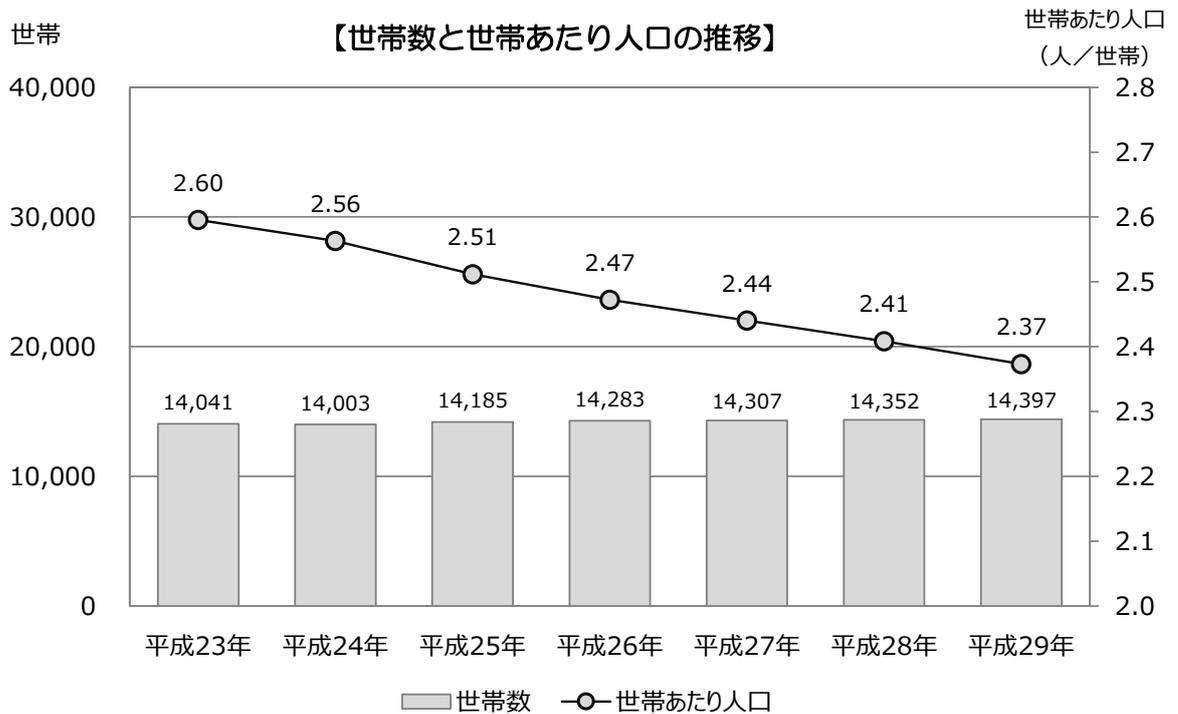
【年齢階級別人口】



資料：住民基本台帳（平成 29 年 10 月 1 日時点）

② 世帯の状況

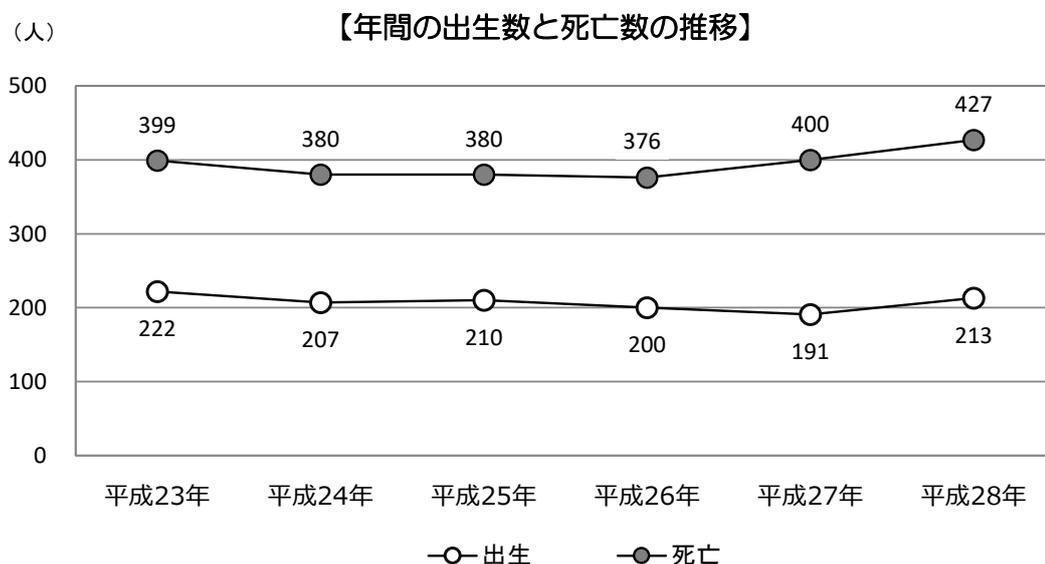
本町の世帯数はゆるやかに増加しています。平成 29 年の世帯数は 14,397 世帯で、平成 23 年から 356 世帯増加しました。この間、人口は減少しているため、平成 29 年の世帯あたりの人口は 2.37 人と、平成 23 年から 0.23 人減少しました。



資料：住民基本台帳（各年 10 月 1 日時点）

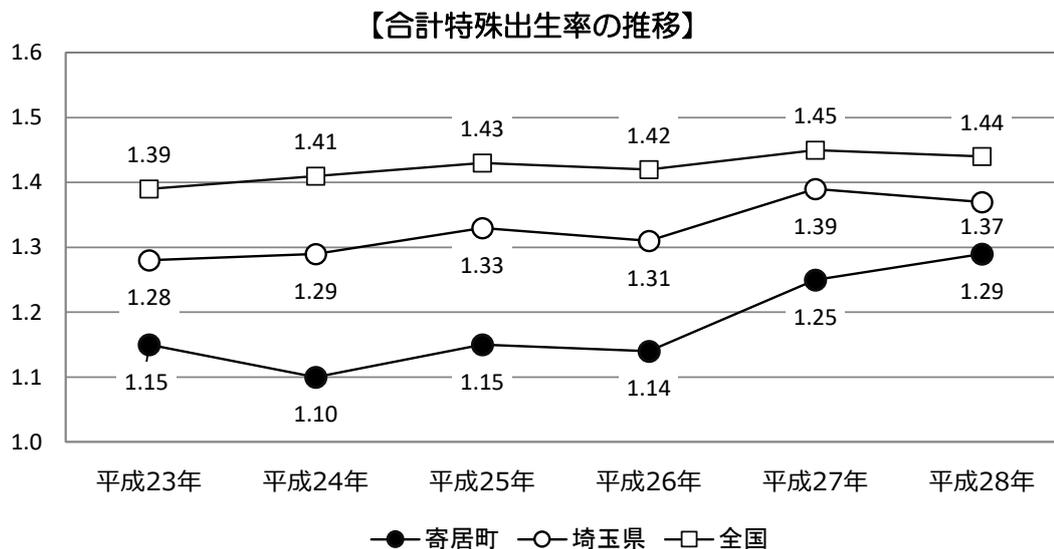
③ 出生と死亡の状況

平成 23 年から平成 28 年までの本町の年間の出生数は 200 人前後で推移しています。一方、死亡者数は 400 人前後で、人口の自然減が続いています。



資料：埼玉県人口動態統計

また、本町の合計特殊出生率¹は、平成 23 年から平成 28 年まで、県や国の数値よりも低い状態が続っていますが、全体としては上昇傾向にあり、その差は縮小してきています。



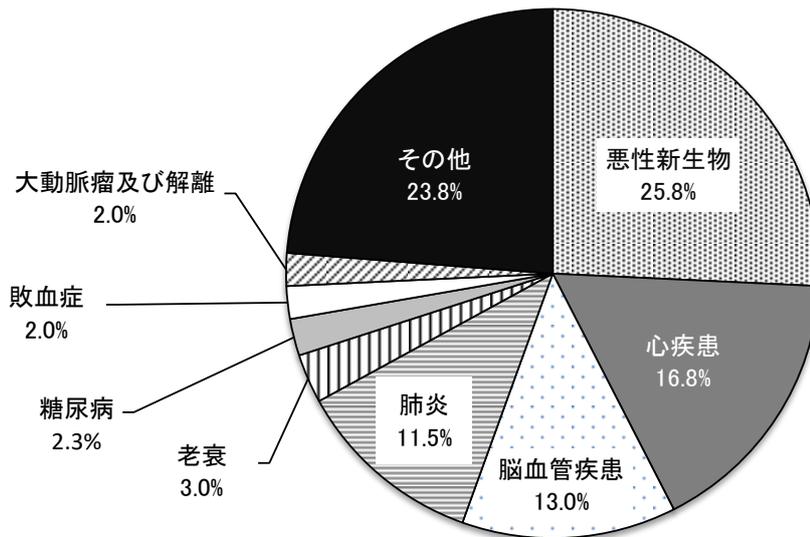
資料：埼玉県人口動態統計ほか

¹ 合計特殊出生率：ひとりの女性が一生に産む平均の子どもの数。その年における 15 歳から 49 歳の女性の出生率を合計したもの。

平成 27 年の本町の死亡者の死因を見ると、悪性新生物が 25.8%で最も多く、次いで心疾患（高血圧性を除く）が 16.8%、脳血管疾患が 13.0%、肺炎が 11.5%、などとなっています。

また、平成 23 年から平成 27 年までの寄居町の死亡者について、埼玉県を 100 とした標準化死亡比²を見ると、寄居町では悪性新生物及び肺炎による死亡は男女とも埼玉県全体よりも下回っていますが、脳血管疾患は男女とも県を大きく上回っています。

【死因別割合（平成 27 年）】



資料：埼玉県人口動態統計

【標準化死亡比（平成 23 年～27 年）】

		悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	自殺	不慮の事故
寄居町	男	93.1	104.9	138.2	89.1	128.4	105.3
	女	95.3	95.6	135.0	97.7	74.0	84.8
	総数	94.2	100.2	136.6	93.6	108.3	96.9
埼玉県		100	100	100	100	100	100

資料：埼玉県衛生研究所

² 標準化死亡比：年齢構成の違いによる影響を除いて死亡率を比較するための指標。埼玉県の平均を 100 として、100 を超えると県平均よりも高い死亡率と判定される。

平成 23 年から平成 27 年までの本町の死亡者のライフステージ別死因順位を見ると、「心疾患（高血圧性を除く）」が、青年期以降高い順位となっていることがわかります。

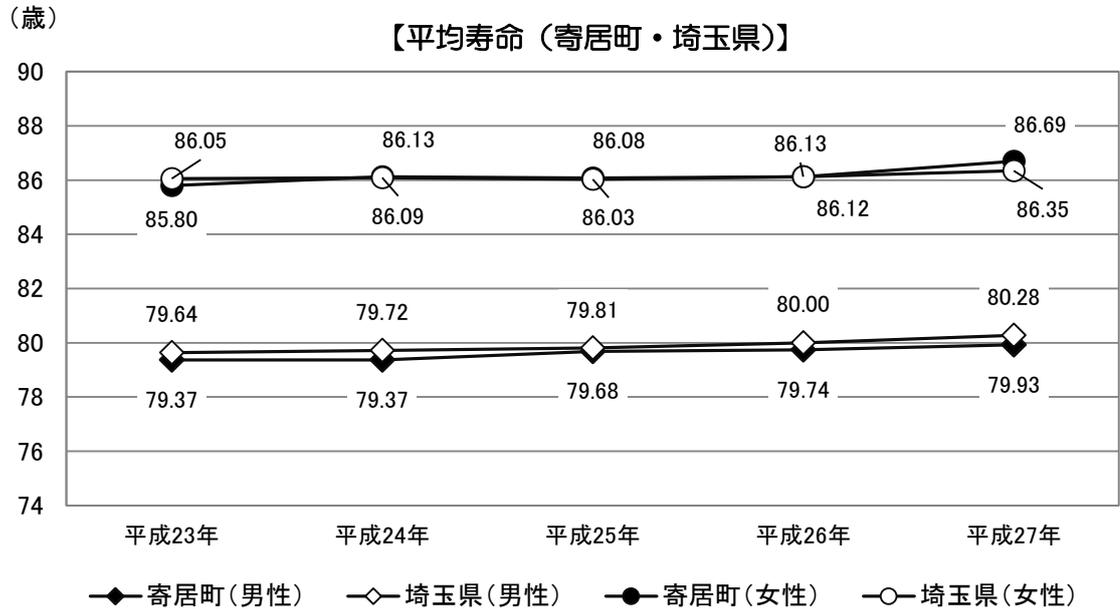
【ライフステージ別死因順位（平成 23 年～平成 27 年）】

順位	幼年期 0～4 歳	少年期 5～14 歳	青年期 15～24 歳	壮年期 25～44 歳	中年期 45～64 歳	高齢期 65 歳以上
1	肺炎	自殺	敗血症	自殺	悪性新生物	悪性新生物
2	周産期に発生した病態		心疾患 (高血圧性を除く)	心疾患 (高血圧性を除く)	心疾患 (高血圧性を除く)	心疾患 (高血圧性を除く)
3	先天奇形、 変形及び染色体異常		自殺	悪性新生物	脳血管疾患	脳血管疾患
4				脳血管疾患	自殺	肺炎
5				不慮の事故	肝疾患	老衰
6				糖尿病	不慮の事故	不慮の事故
7				その他の新生物	敗血症	糖尿病
8				肺炎	糖尿病	腎不全

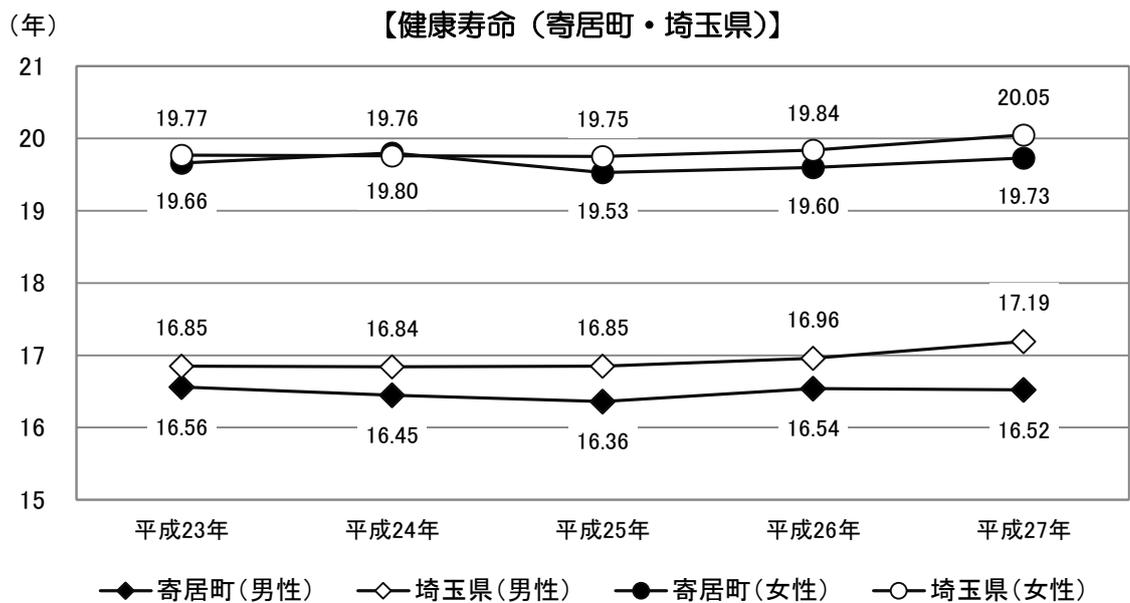
資料：埼玉県人口動態統計

④ 平均寿命と健康寿命の状況

本町の男性の平均寿命は、平成 23 年から平成 27 年にかけて、0.56 歳伸び、同じく女性も 0.89 歳伸びています。埼玉県と比較すると、女性の平均寿命は、ほぼ同じ値で推移していますが、男性については、0.3 歳ほど低く推移しています。



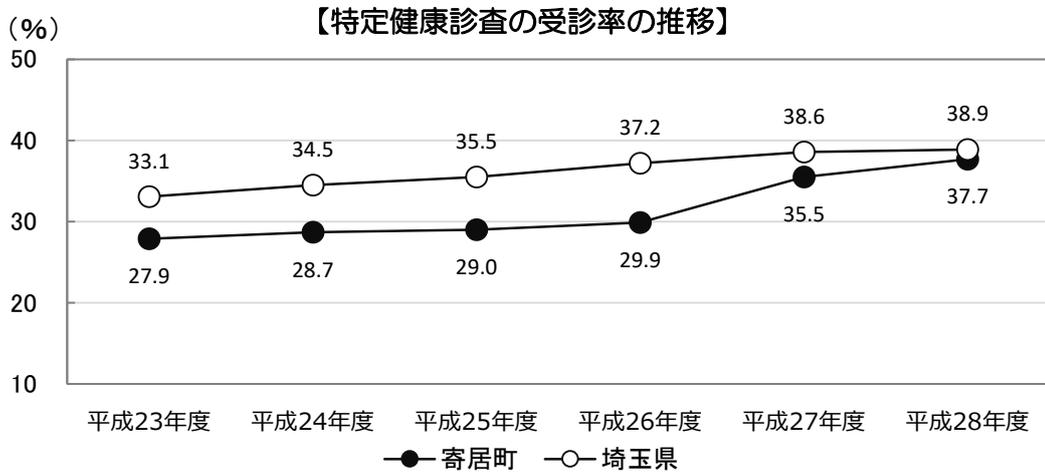
健康寿命³については、平成 23 年以降のほぼ全ての年で男女とも埼玉県よりも低く推移しており、徐々にその差が拡大する傾向にあります。



³ 健康寿命：埼玉県では、65 歳に達した人が健康で自立した生活を送ることができる期間（具体的には要介護 2 以上になるまでの期間）を健康寿命と定義しています。

(2) 健（検）診の受診状況

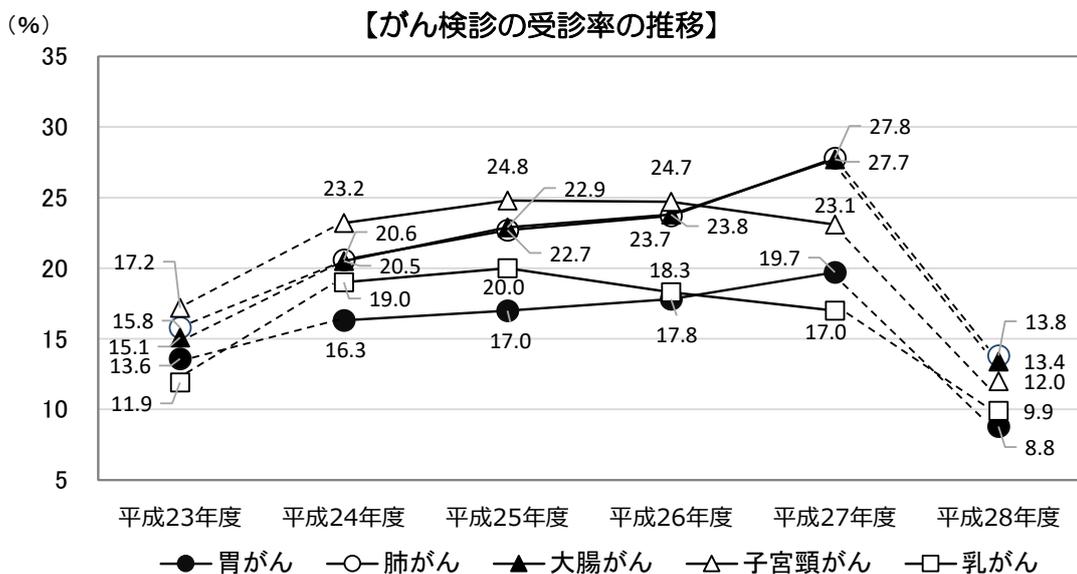
本町の特定健康診査の受診率は、平成 27 年度に前年から 5.6 ポイント上昇し 35.5% となりましたが、平成 23 年度以降、埼玉県のアverage値よりも低い状態が続いています。



資料：町民課（国民健康保険）

がん検診の受診率では、平成 24 年度以降、平成 27 年度まで、胃がん・肺がん・大腸がんについては上昇していますが、子宮頸がんと乳がんの受診率については、平成 25 年度をピークにやや減少しています。

町が実施するがん検診の受診率は、平成 24 年度から平成 27 年度までは、40 歳以上（子宮がんは 20 歳以上）の町人口から就業者数等（国勢調査報告）を除いた人数を対象者数として算出するとされてきました。しかし、平成 28 年度より、40 歳以上（子宮がんは 20 歳以上）の町人口を対象者数とすることとなりました。そのため、平成 28 年度は、平成 27 年度と比べると受診者数は横ばいであったにもかかわらず、受診率は大幅に減少しました。

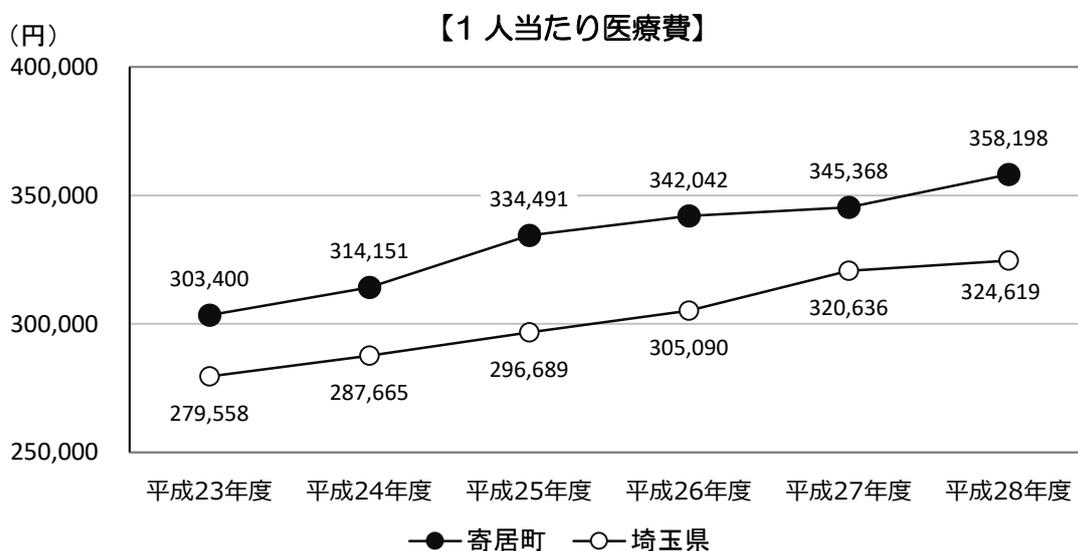


資料：健康福祉課

(3) 医療費の状況

① 国民健康保険における1人当たり医療費

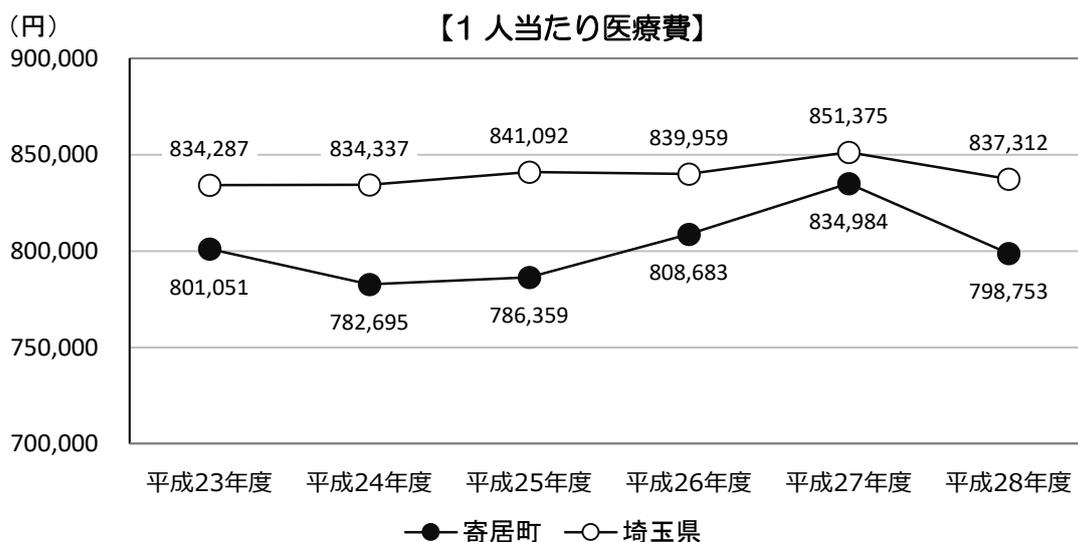
本町の国民健康保険における1人当たりの医療費は、平成23年度以降、上昇傾向が継続しています。また、埼玉県 averages よりも10%前後高い値となっています。



資料：町民課（国民健康保険）

② 後期高齢者医療保険における1人当たり医療費

本町の後期高齢者医療保険における1人あたりの医療費は埼玉県の平均値よりも低く、年度によりばらつきがあるものの、平成23年度から平成28年度まで、おおよそ80万円前後で推移しています。



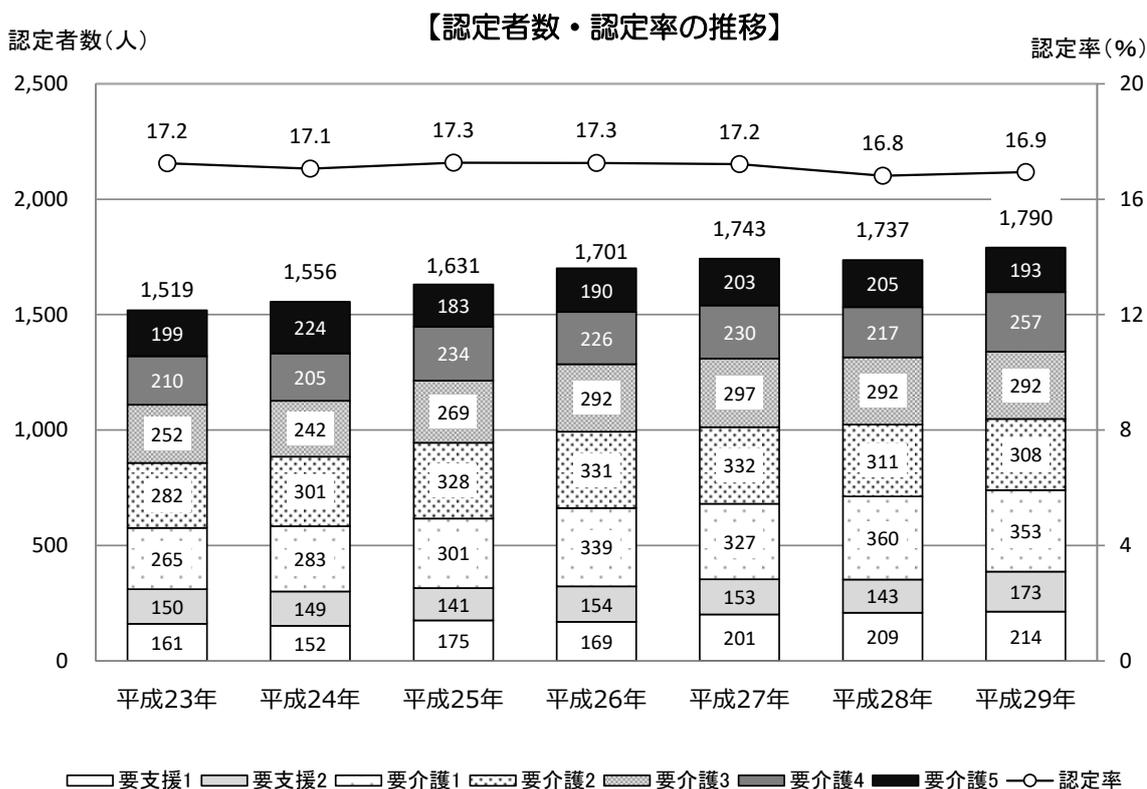
資料：町民課（後期高齢者医療）

(4) 介護保険の状況

① 要介護認定者数及び認定率の推移

本町における第1号被保険者⁴の介護認定者数は、平成23年以降増加傾向が続いており、平成29年には1,790人となっています。

しかし、65歳以上の高齢者人口が増加していることから、介護認定者割合（認定率）は、平成23年から平成29年まで、17%前後で推移しています。



資料：健康福祉課（各年10月1日時点）

⁴ 第1号被保険者：介護保険の被保険者のうち65歳以上の方。

2 町民の健康状態や意識の状況

本計画の策定にあたり、基礎資料として、町民の方々の健康や食に関する意識や関心、日頃の生活等を把握するために、アンケート調査を実施しました。

(1) 調査の概要

■調査の方法

対 象	内 容
乳幼児	1歳6ヵ月児健診及び3歳児健診での配布、回収
保育所等（年長児）	保育所等へ依頼し配布、回収
小・中学生	各学校へ依頼し配布、回収
一般町民	20歳以上無作為に抽出し郵送配布、郵送回収

■調査の実施時期

対 象	内 容
乳幼児	平成28年10月～平成29年3月
保育所等（年長児）	平成29年1月
小・中学生	平成29年1月
一般町民	平成29年2月～3月

■回収状況

対 象	配布数	回収数	回収率	有効回答数	有効回答率
乳幼児（1歳6ヵ月児）	97	97	100.0%	97	100.0%
乳幼児（3歳児）	91	91	100.0%	91	100.0%
保育所等（年長児）	234	186	79.5%	186	79.5%
小学3年生	228	221	96.9%	221	96.9%
小学6年生	263	257	97.7%	257	97.7%
中学2年生	285	266	93.3%	266	93.3%
一般町民	2,000	911	45.6%	911	45.6%

(2) 主な調査結果

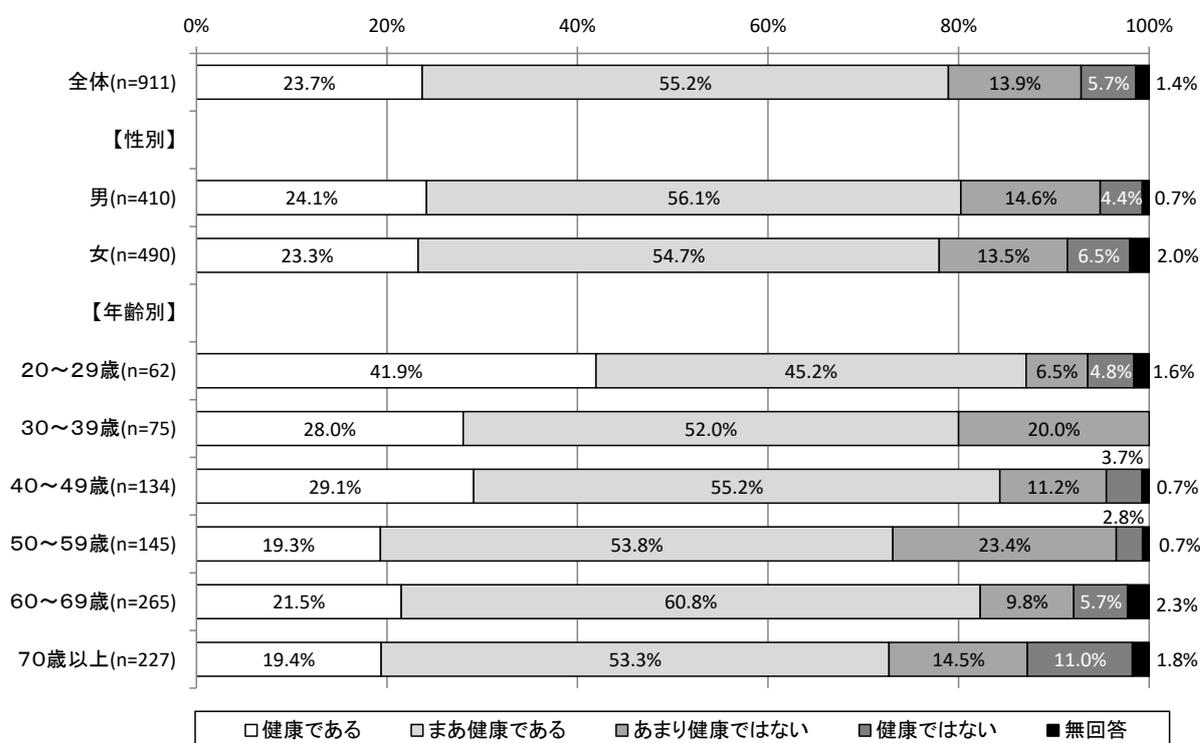
① 一般町民

自分の健康について、およそ8割(78.9%)の人は「健康である」「まあ健康である」と回答しています。「健康ではない」「あまり健康ではない」と回答した人は、およそ2割(19.6%)です。

性別でみると「健康」との回答は男性のほうが女性よりもやや多くなっています。

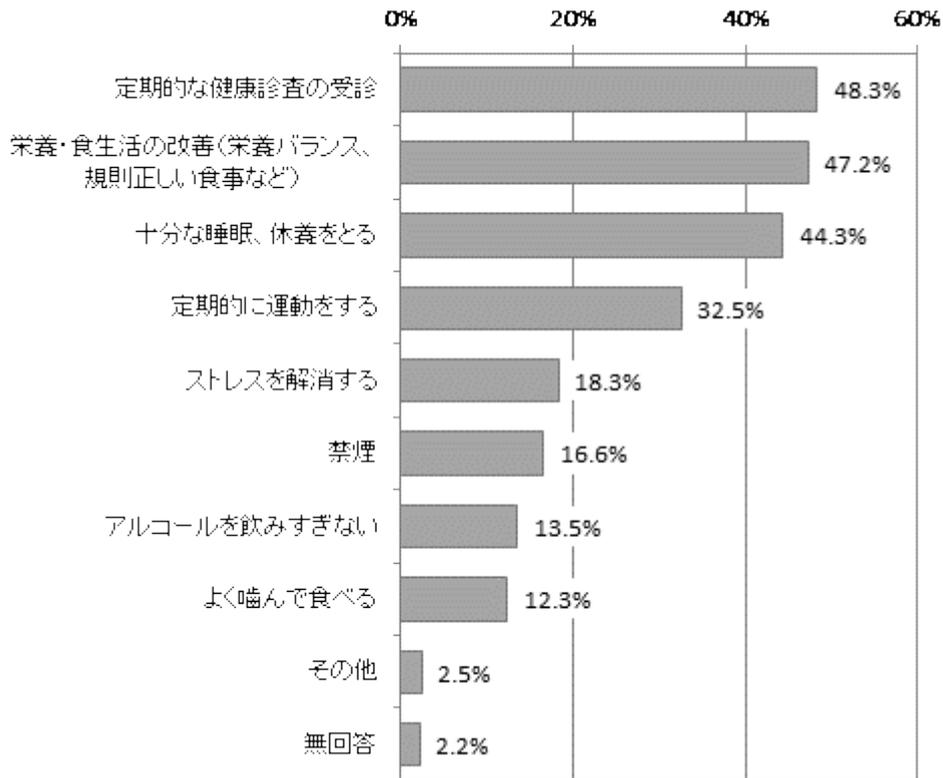
年代別にみると、「健康である」との回答は20歳代が41.9%で最も多く、30歳代と40歳代は30%弱、50歳代以降は20%前後となっています。一方、「あまり健康ではない」との回答は50歳代が23.4%で最も多く、30歳代が20.0%が続いています。

【自分自身の健康状態について(単数回答)】

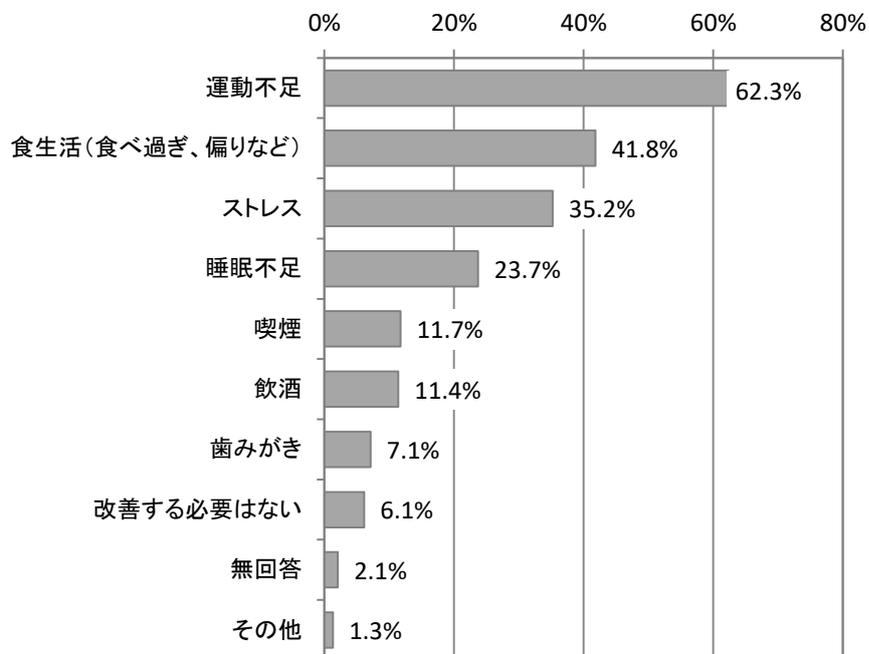


健康のために行っていることで最も多いのは「定期的な健康診査の受診」で、48.3%が回答しています。以下、「栄養・食生活の改善」(47.2%)、「十分な睡眠、休養をとる」(44.3%)、「定期的に運動する」(32.5%)と続きますが、健康のために改善する必要があると思うものでは、「運動不足」を挙げた人が62.3%で最も多く、以下、「食生活」(41.8%)、「ストレス」(35.2%)と続いており、特に「運動」については、健康のために気をつけている人以上に、不足していると感じている人が多くなっています。

【健康のために行っていること（3つまで回答）】（n=911）



【健康のために改善する必要があると思うもの（3つまで回答）】（n=911）



② 乳幼児、保育所等（年長児）

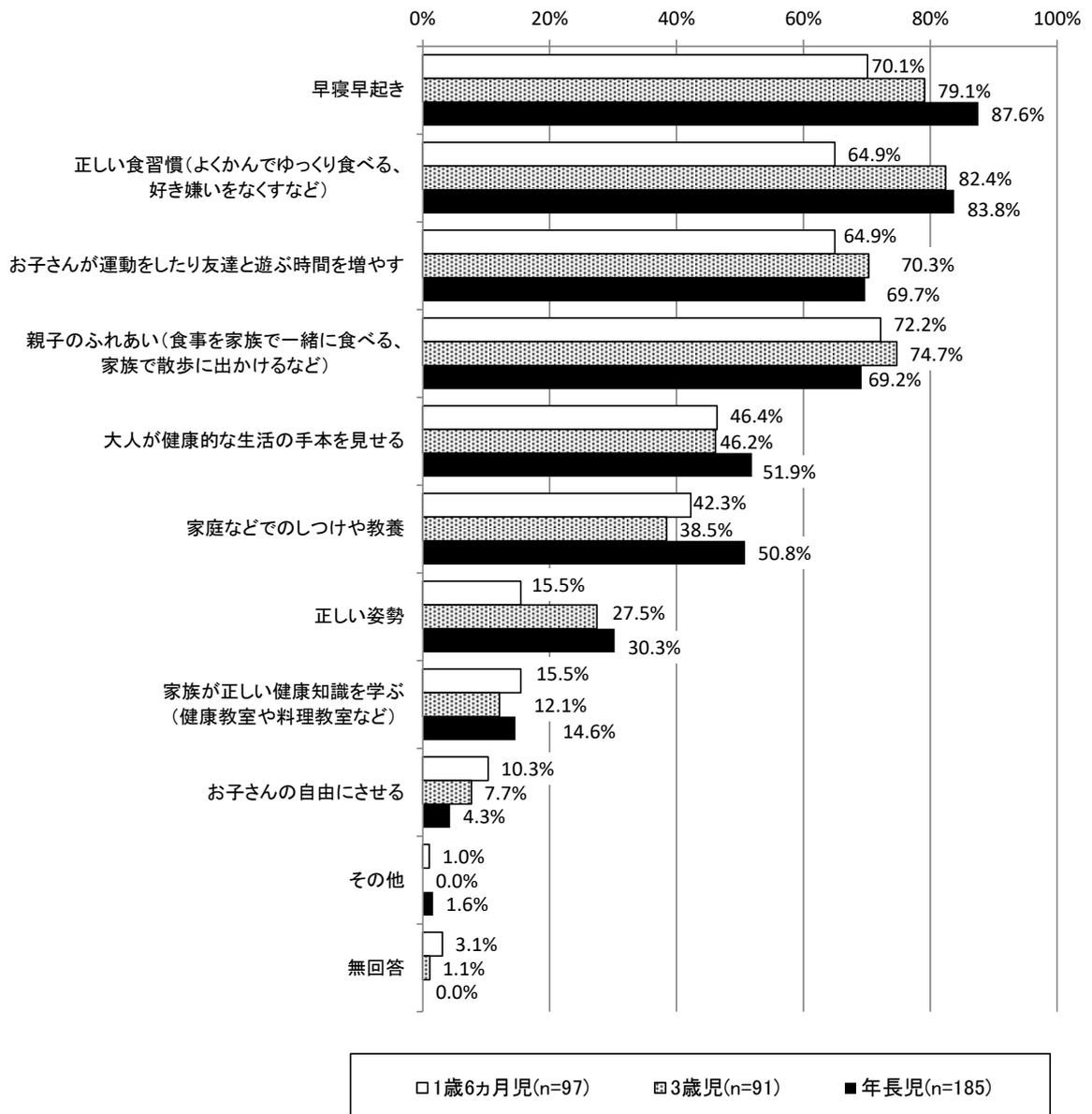
子どもが健康な体になるために大切と思うことでは、1歳6ヵ月児では「親子のふれあい（食事を家族と一緒に食べる、家族で散歩にでかけるなど）」が72.2%で最も多く、以下、「早寝早起き」（70.1%）、「お子さんが運動したり友達と遊ぶ時間を増やす」「正しい食習慣（よくかんでゆっくり食べる、好き嫌いをなくすなど）」（ともに64.9%）で続いています。

3歳児では、「正しい食習慣」が82.4%で最も多く、「早寝早起き」（79.1%）、「親子のふれあい」（74.7%）と続きます。

年長児では、「早寝早起き」が87.6%で最も多く、「正しい食習慣」（83.8%）、「お子さんが運動したり友達と遊ぶ時間を増やす」（69.7%）と続きます。

1歳6ヵ月児から3歳児、更に年長児となるにつれて、「早寝早起き」と「正しい食習慣」の回答が大きく増えていることが注目されます。

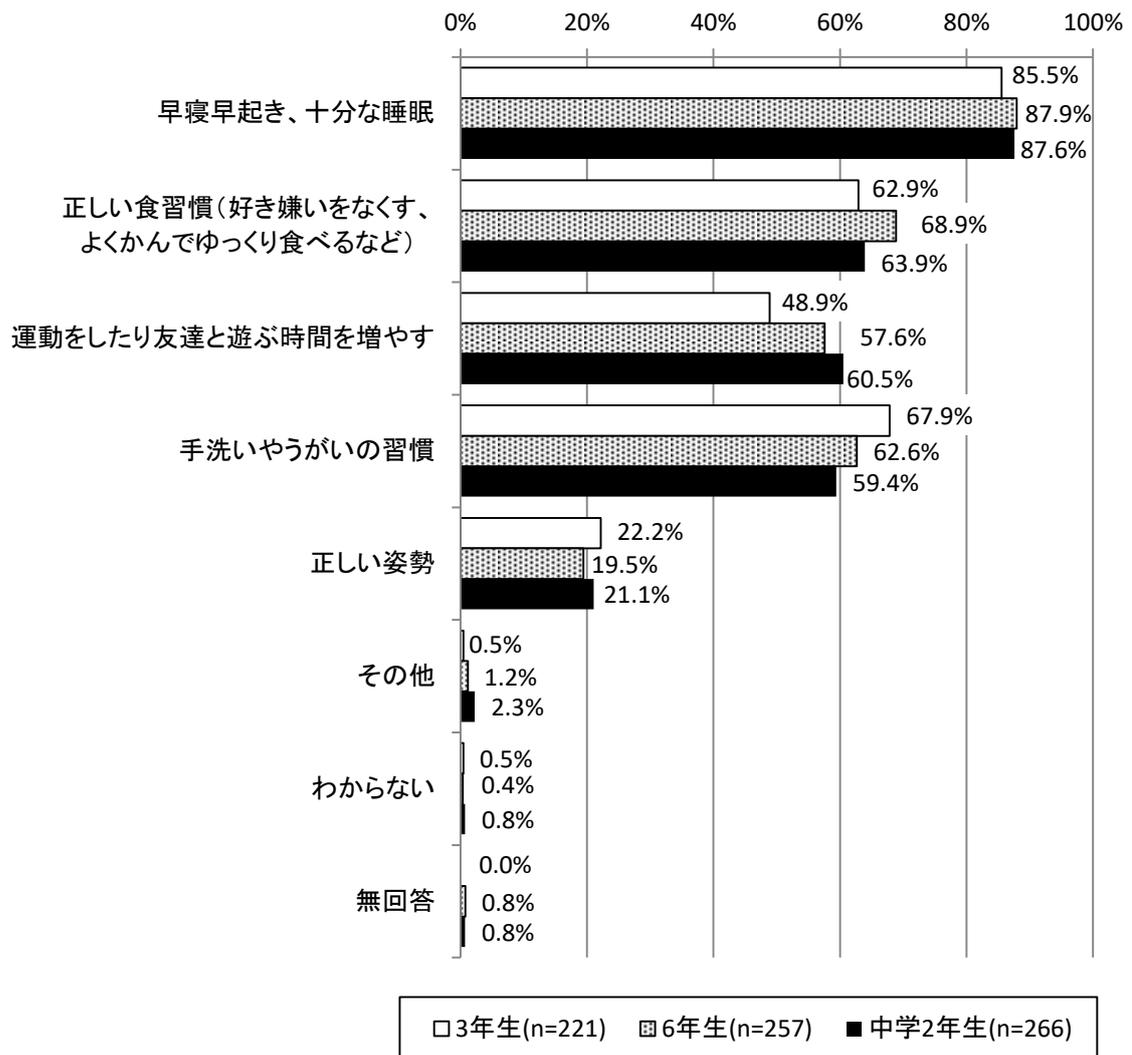
【お子さんが健康な体になるために大切と思うこと（5つまで回答）】



③ 小・中学生

あなたが健康な体になるために大切と思うことでは、小学2年生・6年生、中学2年生いずれも「早寝早起き、十分な睡眠」との回答が90%近くで最も多くなっています。また、「運動をしたり友達と遊ぶ時間を増やす」は小学2年生の48.9%から中学2年生の60.5%まで、年齢とともに増加し、「手洗いやうがいの習慣」については、小学2年生の69.7%から中学2年生の59.4%まで、年齢とともに減少しています。「正しい食習慣」については、いずれも60%台であり、年齢による傾向は見られませんでした。

【あなたが健康な体になるために大切と思うこと（3つまで回答）】



第3章 計画の基本理念と体系

1 計画の基本理念

本町は、「第6次寄居町総合振興計画基本構想・前期基本計画」において、「支えあいとふれあいのある 健康長寿のまち」を基本目標のひとつに据え、保健・医療・福祉が一体となって町民の自立した生活を支援し、人と人が支えあい、誰もが生涯いきいきと暮らせる健康長寿のまちを目指しています。

「寄居町健康長寿計画」は、「健康」の面からまちづくりを支える個別計画として以下のとおり基本理念を定め、町民一人ひとりの健康づくりへの支援を通じて健康寿命の延伸を図り、健康長寿のまちの実現を目指します。

一人ひとりが健康づくり 笑顔でいきいき健康長寿のまち よりい

2 計画の体系

寄居町健康長寿計画は、基本理念のもとで以下のとおり体系化します。



第4章 健康増進計画

基本方針

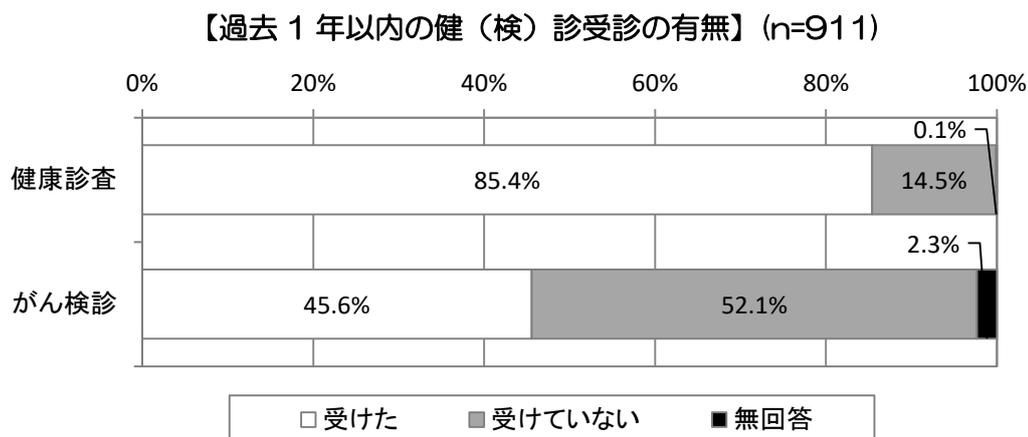
基本理念を実現するために、健康増進計画では次の基本方針を掲げます。

基本方針1	生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
基本方針2	健康を支える生活習慣の改善
基本方針3	社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

基本方針1 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

■現状と課題

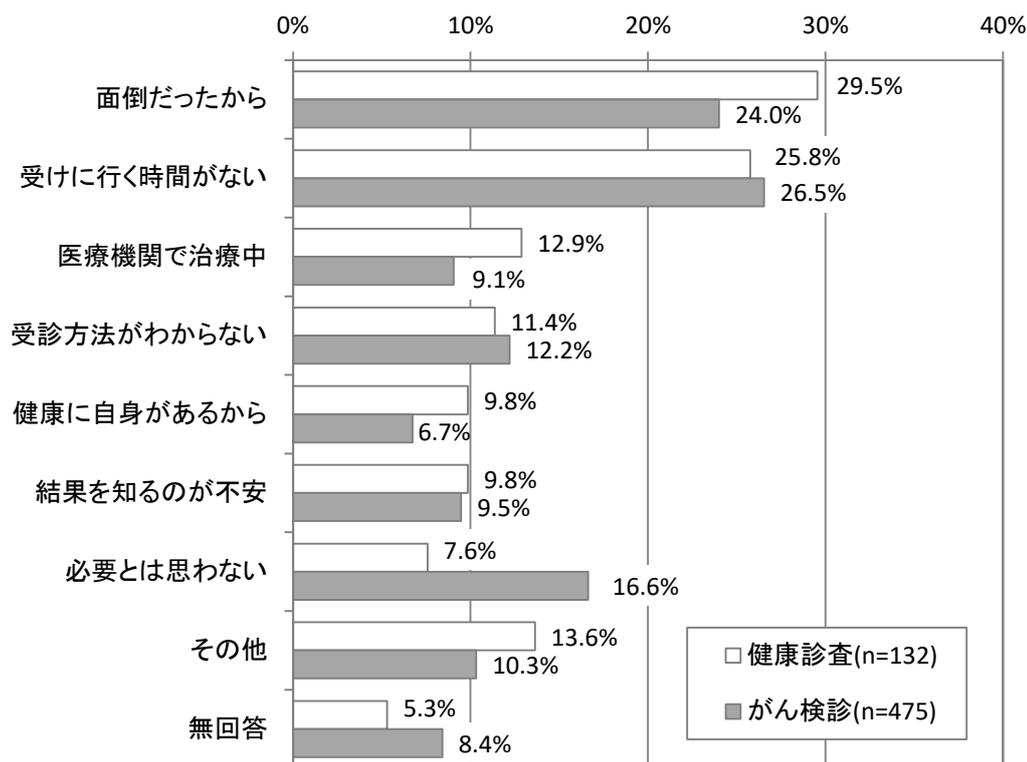
過去1年以内に健康診査を受けた人は85.4%に上りますが、同様に過去1年以内（子宮がん・乳がん検診については2年以内）にがん検診を「受けた」人は45.6%に留まっています。



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

健（検）診を受けなかった理由としては、健康診査及びがん検診のいずれも「面倒だったから」、「受けに行く時間がない」が回答者の2割を超えて多く、またがん検診では、「必要とは思わない」との回答も多くなっています。

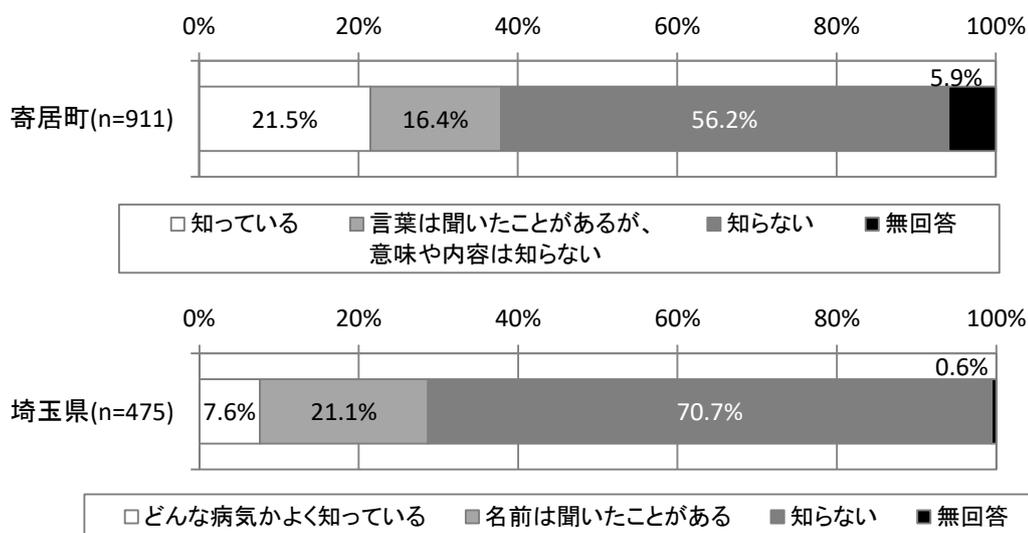
【健（検）診を受けなかった理由（複数回答）】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）

COPD（慢性閉塞性肺疾患）という言葉について、寄居町では 4 割近くの方が「知っている」又は「言葉は聞いたことがあるが意味や内容は知らない」と回答しており、埼玉県全体の「どんな病気かよく知っている」と「名前は聞いたことがある」を合わせた 28.7%よりも多くなっていますが、半数以上の方は「知らない」と回答しています。

【「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知】

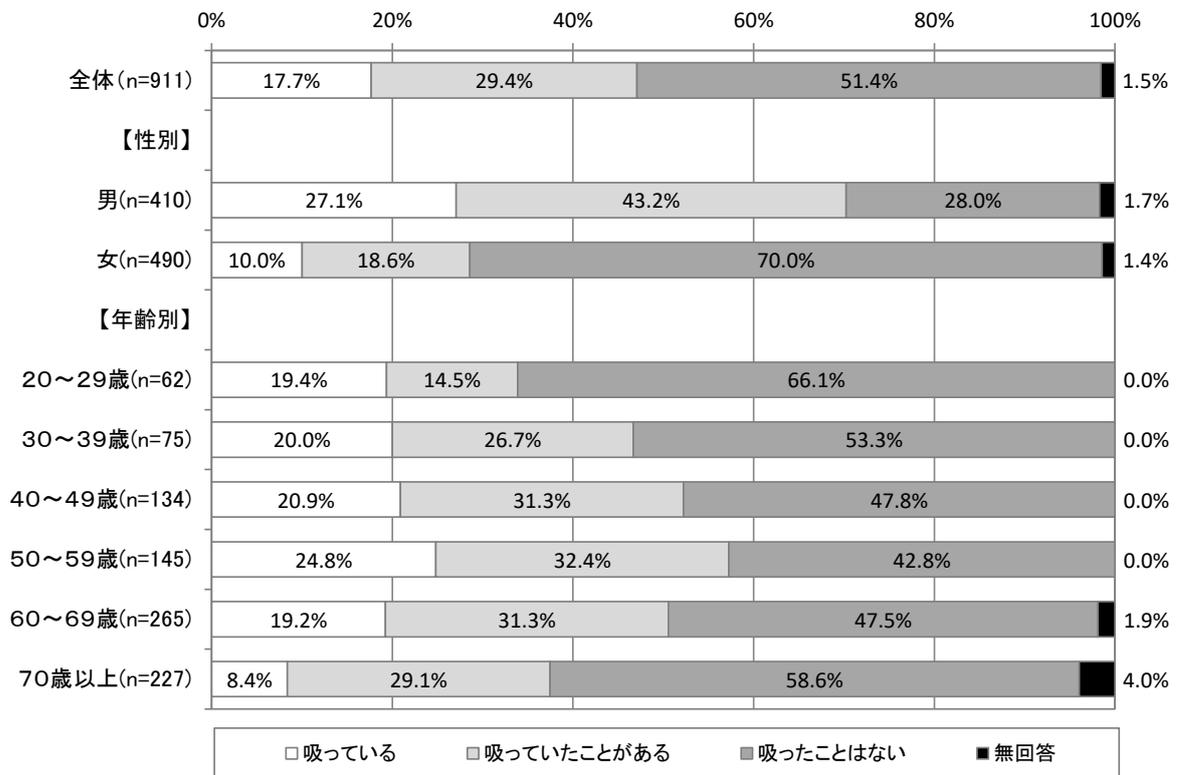


資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）
埼玉県「県民の健康に関するアンケート」（平成 28 年）

喫煙の状況をみると、「吸っている」人は全体で17.7%、男性27.1%、女性10.0%となっています。これを、厚生労働省の「平成28年国民健康・栄養調査」による全国の成人男女の喫煙率（男性30.2%）、女性（8.2%）と比較すると、本町の男性は全国値よりも3.1ポイント低く、女性は1.8ポイント高くなっています。

また、年齢別にみると、「吸っている」及び「吸っていたことがある」の割合は、いずれも50歳代が最も多く、60歳代以上になると、「吸っている」の割合は低下しています。一方、20歳代から40歳代の「吸っている」の割合はほとんど変わらず、20%前後の人が喫煙しています。

【喫煙の状況】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

■施策の展開

(1) がん

No.	取り組み	内 容	担当課
①	早期発見のための、がん検診受診率の向上	<ul style="list-style-type: none"> 胃、大腸、肺、及び前立腺がん検診は、特定健康診査・後期高齢者健康診査・健康診査及び肝炎ウイルス検診との同時実施を継続します。さらに国の指針等に基づき、胃がん検診については胃内視鏡検査を導入するなど、検診精度の確保とともに新たな検診項目の導入などの検討に努めます。 すべてのがん検診において、子育て世代も受けられるよう、検診日に休日を設ける、また子ども連れでも受診できるよう託児を設けるなど受診者の利便性を確保します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
②	喫煙率及び受動喫煙者の減少への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> 住民に対し、がん検診や町のイベント等で、受動喫煙やたばこの害についてPRし、正しく理解してもらうよう努めます。 喫煙者への支援として、禁煙外来実施医療機関を周知するよう努めます。 世界禁煙デー(毎年5月)に合わせて広報、町公式ホームページで周知します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
③	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> 住民に対し、妊娠・授乳中・未成年の飲酒が健康に害があることや、過度な飲酒を毎日しないよう周知します。 アルコール関連問題啓発週間(毎年11月)に合わせて広報、町公式ホームページで周知します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課

No.	取り組み	内 容	担当課
④	肝炎ウイルス検査体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> ● 肝炎ウイルス検診の受診体制の確保として、特定健康診査・後期高齢者健康診査・健康診査及び胃・大腸・肺及び前立腺がん検診と同時実施するとともに、対象者には個別勧奨を継続します。 ● 子育て世代も受けられるよう、検診日に休日設ける、また子ども連れでも受診できるよう託児を設けるなど受診者の利便性を確保します。 ● 県保健所が実施する肝炎ウイルス検診及び県が実施する助成事業についてPRに努めます。 	健康福祉課

●私たちの取り組み

- ✓ 毎年、がん検診を受けます。
- ✓ 危険因子を1つでもなくすよう、生活習慣について見直します。
- ✓ かかりつけ医を持ちます。

(2) 循環器疾患

No.	取り組み	内 容	担当課
①	特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上	<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
②	高血圧の改善・脂質異常症(高コレステロール血症)の減少	<ul style="list-style-type: none"> ● 脳血管疾患や心疾患の予防には高血圧症予防が重要である。そのため、毎年健康診査等を受診が促されるように周知します。 ● 健診結果相談会を実施し、生活習慣病予防と生活習慣病の改善に努めます。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
③	喫煙者の割合の減少への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 住民に対し、がん検診や町のイベント等で、受動喫煙やたばこの害についてPRし、正しく理解してもらうよう努めます。 ● 喫煙者への支援として、禁煙外来実施医療機関を周知するよう努めます。 ● 世界禁煙デー(毎年5月)に合わせて広報、町公式ホームページで周知します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
④	生活習慣病重症化予防対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定健康診査・後期高齢者健康診査の受診者を増えることで、生活習慣の改善及び重症化につなげます。 ● 生活習慣病重症化予防対策として、慢性腎臓病(CKD)の原因ともいえる高血圧や糖代謝異常等のハイリスク受診者に対して、健康教室を実施し受診勧奨や生活習慣病改善に努めます。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 食事や運動習慣を見直し循環器疾患を予防します。
- ✓ 危険因子を1つでもなくすよう、生活習慣について見直します。
- ✓ かかりつけ医を持ちます。

(3) 糖尿病

No.	取り組み	内 容	担当課
①	糖尿病性腎症重症化予防対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定健康診査・後期高齢者健康診査及び健康診査の受診者を増えることで、生活習慣の改善及び重症化につなげます。また生活習慣病重症化予防対策として、慢性腎臓病（CKD）の原因ともいえる高血圧や糖代謝異常等のハイリスク受診者に対して、健康教室を実施し受診勧奨や生活習慣病改善に努めます。 ● 糖尿病や、合併症の予防について理解し、バランスの良い食事や、適度な運動を生活に取り入れる住民が増加するよう働きかけます。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 ● 糖尿病性腎症による透析患者数の減少に努めます。 	町民課
②	糖尿病有病者の増加の抑制	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正な血糖値である者が増加し、発症予防と重症化予防の推進を図ります。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課
③	特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。 	町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 糖尿病の重症化を予防します。
- ✓ かかりつけ医を持ちます。
- ✓ メタボリックシンドローム予防のための生活改善を実践します。

(4) COPD（慢性閉塞性肺疾患）

No.	取り組み	内 容	担当課
①	COPD の認知度の向上	● 慢性閉塞性肺疾患(COPD)に関する周知を広報やホームページ等を通じて周知に努めます。	健康福祉課
		● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。	町民課
②	成人の喫煙率の減少の推進	● 肺がん検診や結核検診など呼吸器系に関連する検診会場及び子宮頸がんや乳がん検診会場で禁煙に関するポスターを掲示するほか、がん検診受診者のうち喫煙者には禁煙外来の周知を行います。	健康福祉課
		● 住民健診(特定健診・後期高齢者健康診査)、特定保健指導及びがん検診の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。	町民課

●私たちの取り組み

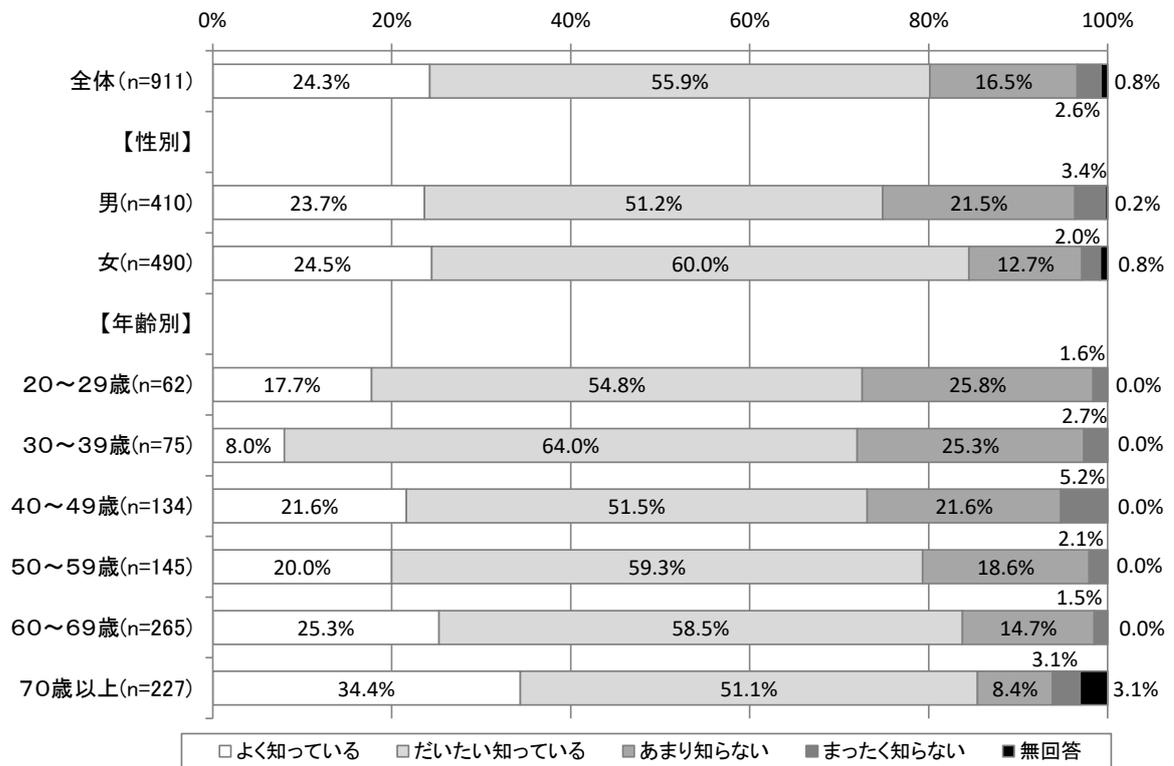
- ✓ 喫煙や受動喫煙が健康に及ぼす影響を理解し、喫煙者は禁煙に取り組みます。
- ✓ 家庭内での禁煙・分煙を実行します。
- ✓ 喫煙場所や喫煙方法など、マナーを守ります。

基本方針 2 健康を支える生活習慣の改善

■現状と課題

自分に合った食事内容や量について、全体では 80.2%の人が「知っている」又は「だいたい知っている」と回答していますが、性別で見ると、女性が 84.5%に対し男性は 74.9%と、およそ 10 ポイントの差があります。また、年齢別で見ると、20 歳代から 40 歳代で「知らない」又は「まったく知らない」と回答した人が 3 割近くおり、比較的若い男性に自分に合った食事について知らない人が多くなっています。

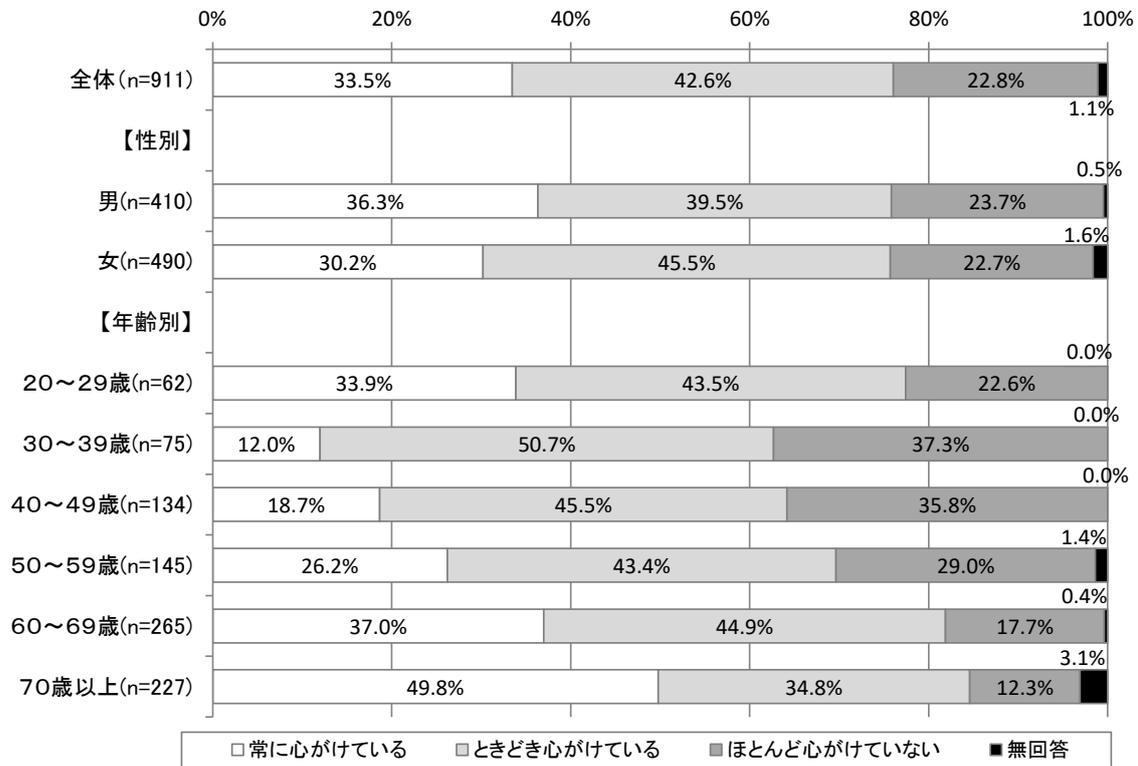
【自分に合った食事内容・量を知っているか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）

日ごろ歩くことについて、全体では76.1%の人が「常に心がけている」又は「ときどき心がけている」と回答しています。しかし、年齢別でみると、30歳代（62.7%）、40歳代（64.2%）、50歳代（69.6%）が前後の年代よりも少なく、特にこの年代に対して、意識的に歩くことを働きかける必要があります。

【日ごろ、歩くことを心がけているか】

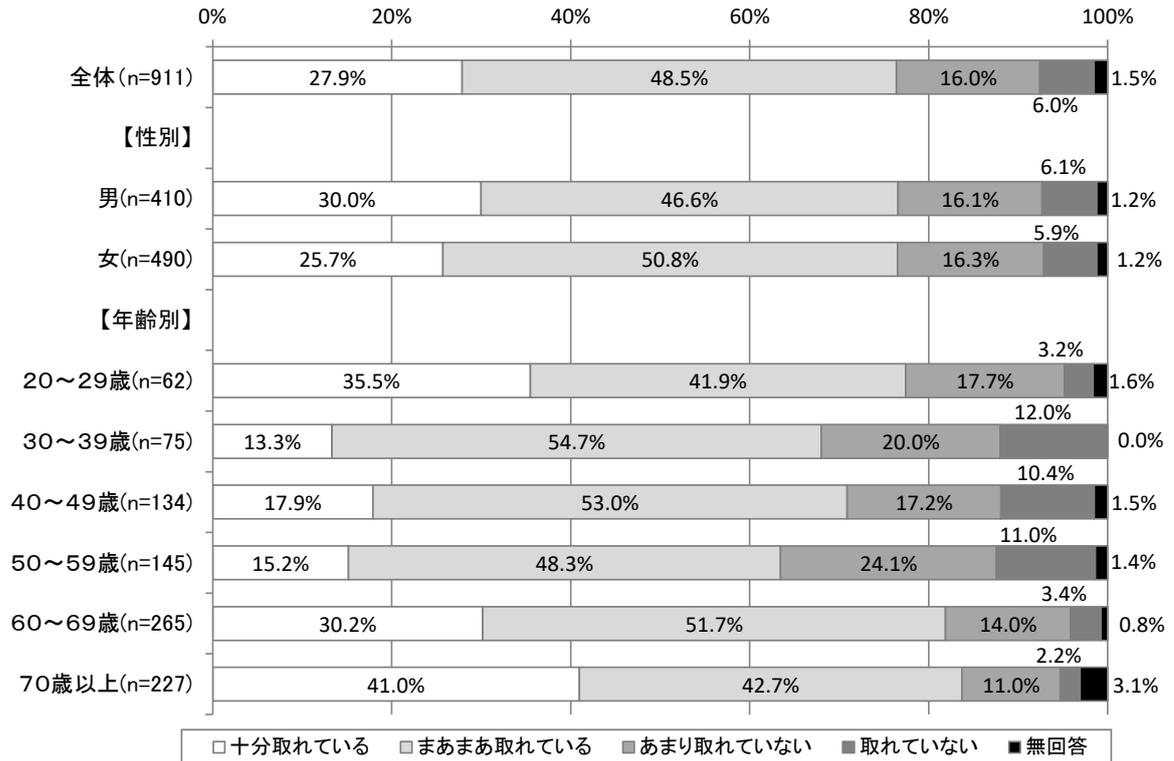


資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

睡眠による休養が「十分とれている」又は「まあまあとれている」と回答した人は、全体では76.4%いますが、30歳代では68.0%、40歳代では70.9%、50歳代では63.5%とやや低くなっています。

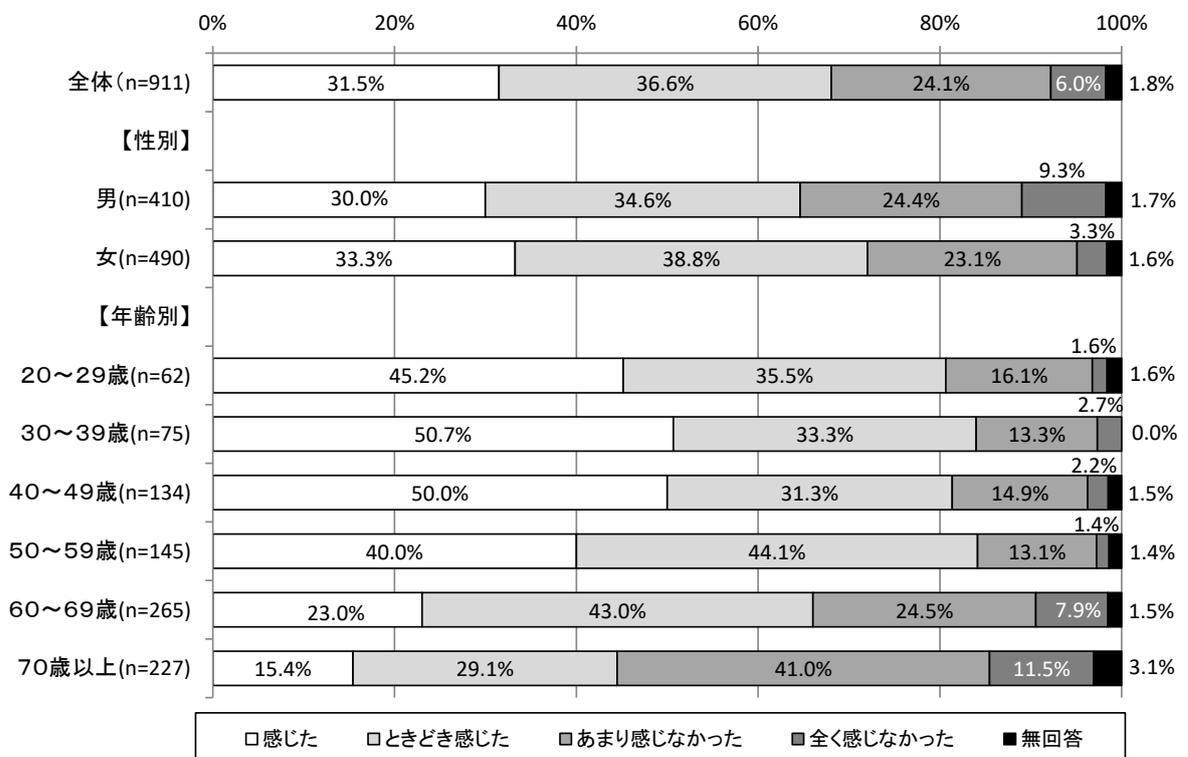
また、最近1ヶ月以内でストレスを「感じた」又は「ときどき感じた」と回答した人も、30歳代から50歳代は多くなっています。また、ストレスを感じた人は20歳代でも8割を超えて多くなっていることも注目されます。

【睡眠による休養が十分とれていると思うか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）

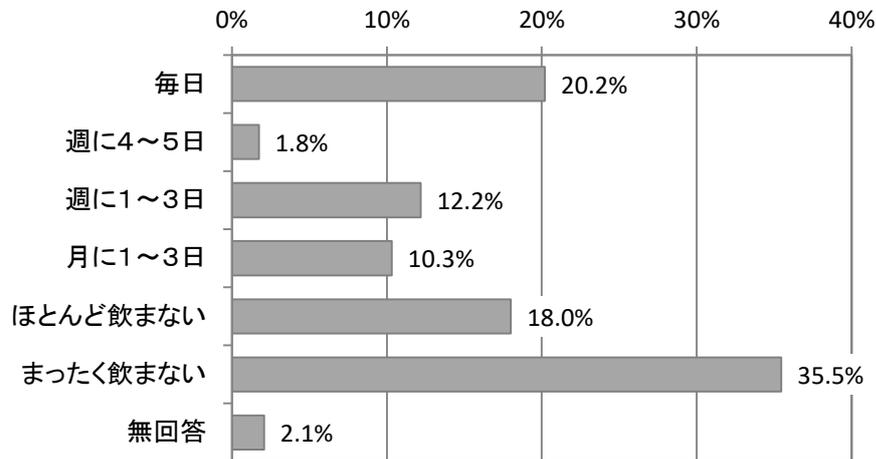
【最近 1 ヶ月以内でストレスを感じたことがあるか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）

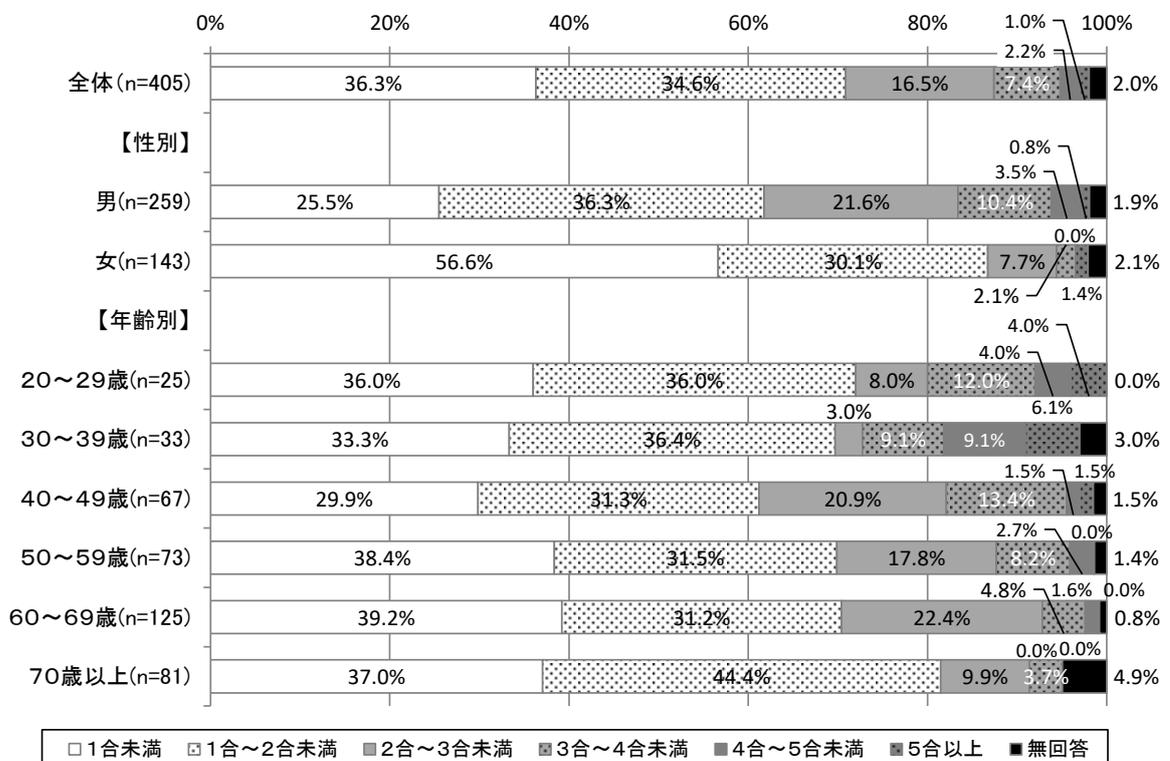
飲酒については、半数以上（53.5%）の人は、お酒を「ほとんど飲まない」又は「まったく飲まない」と回答していますが、お酒を飲んでいる人についてみると、1日あたりに飲む量が、適正飲酒とされる量（1合）未満の人は全体で36.3%しかおらず、特に男性では25.5%に過ぎません。節度ある飲酒量についての更なる周知が必要となっています。

【飲酒の頻度】(n=911)



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

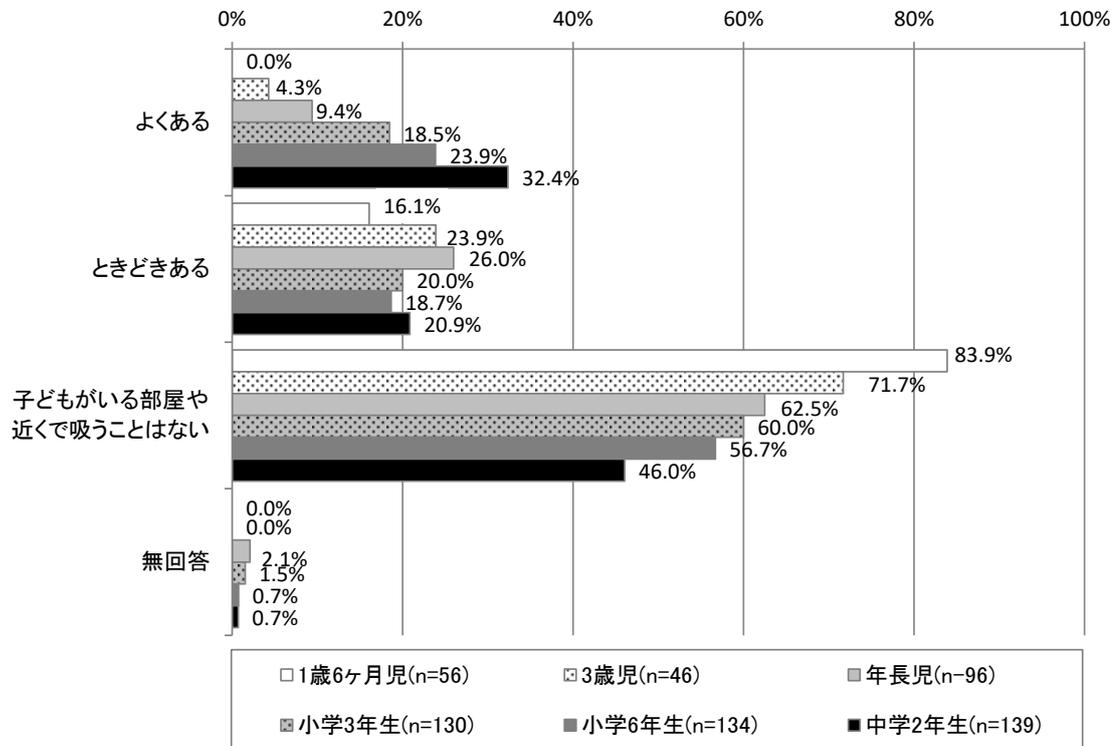
【1日あたりの飲酒量】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

タバコを、子どものいる部屋や近くで吸うことがあるかについては、子どもの年齢に強く依存しており、1歳6か月児の場合では、83.9%の人が「吸うことはない」と回答していますが、中学2年生の子どもでは46.0%まで低下しており、子どもに対する受動喫煙を防止する意識が、子どもの成長とともに薄れる傾向が明らかです。

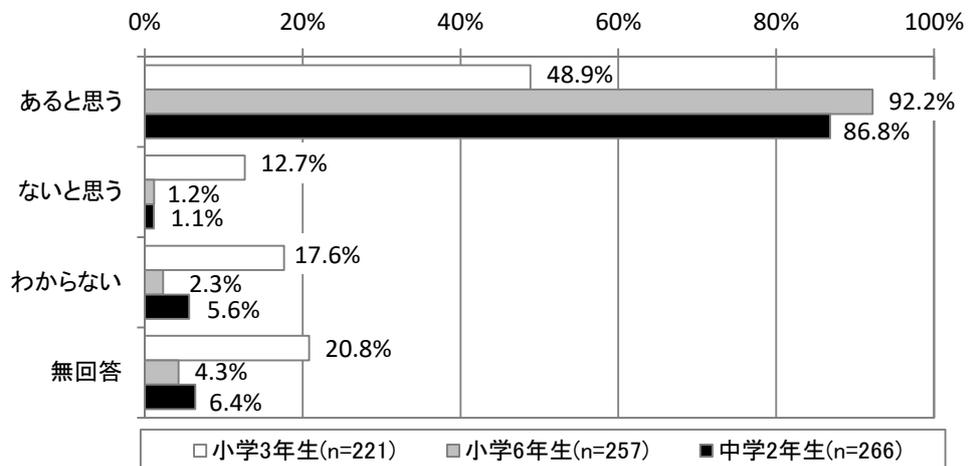
【子どものいる部屋や近くでタバコを吸うことがあるか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

タバコの煙について、小学6年生で92.2%、中学2年生で86.8%の人が、「あると思う」と回答していますが、小学3年生では、48.9%に留まっています。タバコの害については、小学校低学年からの教育が重要と考えられます。

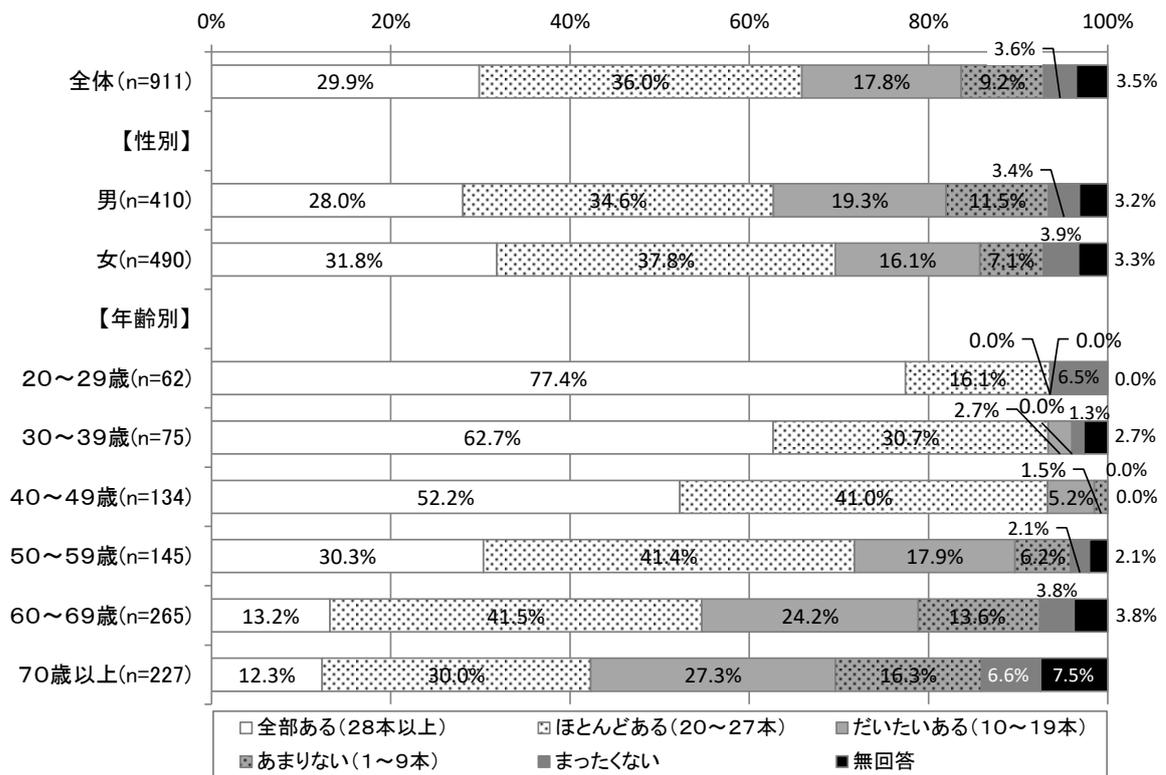
【タバコの煙を吸うと体に害があると思うか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

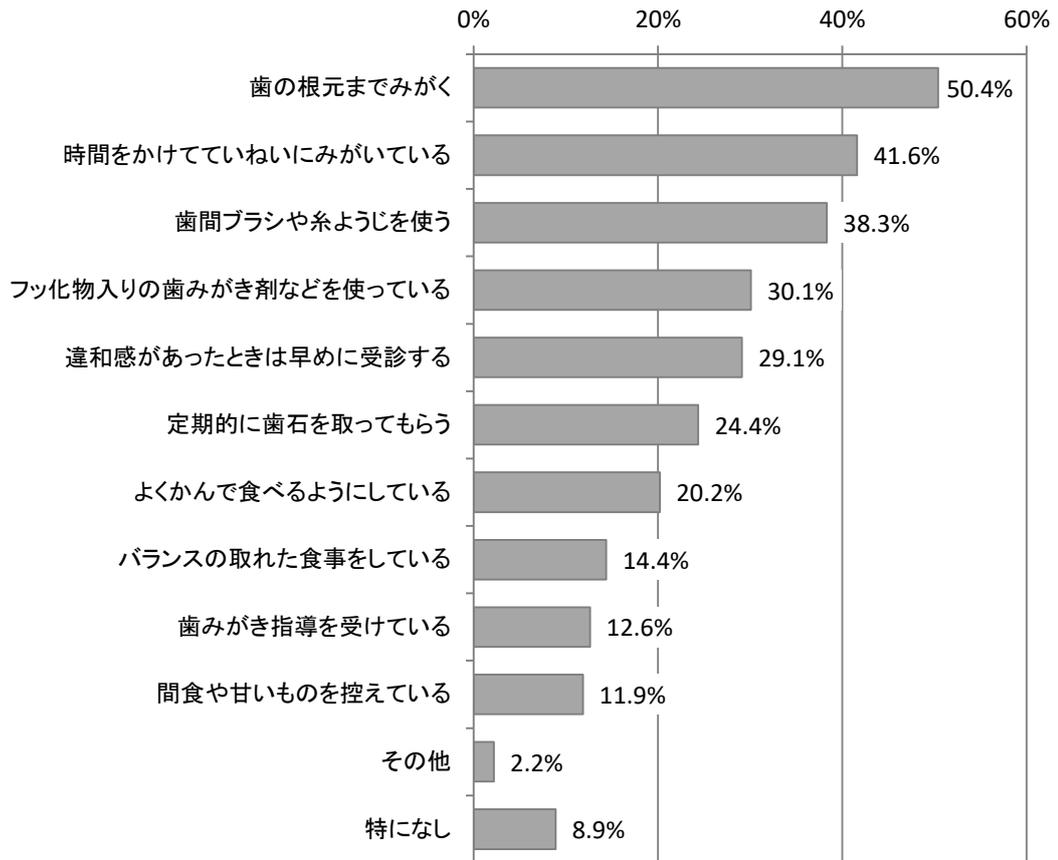
歯の本数は、年齢とともに少なくなる傾向ですが、「全部ある（28本以上）」と「ほとんどある（20～27本）」を合わせた割合は、20歳代が93.5%、30歳代が93.4%、40歳代が93.2%とほぼ同じですが、50歳代では71.7%、60歳代では54.7%、70歳以上では42.3%と、徐々に低下する傾向です。若い年代から、歯や口の健康について気をつけることが必要ですが、「歯間ブラシや糸ようじを使う」は38.3%、「フッ化物入りの歯磨き剤などを使っている」は30.1%、「定期的に歯石をとってもらう」は24.4%、「歯みがき指導を受けている」は12.6%と、その割合は高くありません。

【歯の本数】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

【歯や口のために気をつけていること（複数回答）】（n=911）



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年度）

■施策の展開

(1) 栄養・食生活

No.	取り組み	内 容	担当課
①	適正体重を維持している者の増加（肥満・やせの減少）への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 自身の適正体重を把握し、維持することができるよう、バランスの良い食事や運動をする者が増加するよう働きかけます。 ● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。 	町民課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 身体測定の結果で、対象の児童生徒とその保護者に注意喚起をします。 	教育指導課
②	適正な量と質の食事をする人の増加への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正な量や質のよい食事のとり方を理解し、適正体重を維持することができるよう働きかけます 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 苦手なものも少しずつでも克服するよう、給食指導を行います。 	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 健康に良い食事内容を身につけます。

(2) 身体活動・運動

No.	取り組み	内 容	担当課
①	日常生活における歩数の増加	● まちづくり出前講座・カローリング体験教室・町民健康増進ウィーク事業・町民ハイキング（体育協会・コミュニティ協議会共催）及び中央公民館主催講座・とことん学び塾の実施を継続します。	生涯学習課
		● 毎日運動をするものが増加するよう、埼玉県コバトン健康マイレージで歩数計を配布しウォーキング実施を支援します。	健康増進課
②	運動習慣者の増加への取組の推進	● まちづくり出前講座・カローリング体験教室・町民健康増進ウィーク事業・町民ハイキング（体育協会・コミュニティ協議会共催）及び中央公民館主催講座・とことん学び塾の実施を継続します。	生涯学習課
		● 毎日運動をするものが増加するよう、埼玉県コバトン健康マイレージで歩数計を配布しウォーキング実施を支援します。【再掲】	健康増進課
		● 町内の小学校における毎朝のマラソンを促進します。	教育指導課
③	身体活動を増やすための取組の実施	● まちづくり出前講座・カローリング体験教室・町民健康増進ウィーク事業・町民ハイキング（体育協会・コミュニティ協議会共催）及び中央公民館主催講座・とことん学び塾の実施を継続します。【再掲】	生涯学習課
		● 埼玉県コバトン健康マイレージを実施するほか、ラジオ体操教室等の健康教室を実施し身体活動を増やすための支援を推進します。	健康増進課
		● 休み時間の外遊びを推進します。	教育指導課

● 私たちの取り組み

- ✓ 近距離の移動は意識して歩くようにします。
- ✓ 楽しみながら身体を動かし、体調・体力に見合った無理のない運動を続けます。
- ✓ 家族で楽しく身体を動かす機会をつくります。
- ✓ 地域の健康づくり活動に参加します。

(3) 休養

No.	取り組み	内 容	担当課
①	睡眠の大切さについての周知	● 睡眠の大切さについて周知します。	健康福祉課
		● 保健学習で、健康の三要素の重要性を学びます。	教育指導課
		● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。	町民課
②	睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少への取組の推進	● 睡眠による休養を十分とれていない者を減少させます。	健康福祉課
		● 校内で健康生活調査を実施し、結果によって注意喚起をします。	教育指導課
		● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。	町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 早寝・早起きを心がけ、疲れを残さないようにします。
- ✓ 趣味や生きがいを持ち、楽しみを増やします。

(4) 飲酒

No.	取り組み	内 容	担当課
①	多量飲酒者を減らすための取組の推進	● 生活習慣病発症リスクを高める量を飲酒している者の減少を目指します。	健康福祉課
		● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。	町民課
②	未成年者の飲酒の防止	● 未成年者の飲酒の防止を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
		● 保健学習で飲酒が健康に与える影響について理解できるようにします。	教育指導課
③	妊娠中の飲酒の防止	● 妊娠中の習慣的な飲酒は流産や早産、さらに胎児の発育に悪影響を与えるため、妊娠中は全期間を通じて飲酒をやめることを妊娠早期から周知します。	健康福祉課

●私たちの取り組み

- ✓ 節度ある適度な飲酒に努めます。
- ✓ 未成年・妊娠中の飲酒はしません。

(5) 喫煙

No.	取り組み	内 容	担当課
①	成人の喫煙率の減少の推進 (再掲)	<ul style="list-style-type: none"> ● 住民に対し、がん検診や町のイベント等で、受動喫煙やたばこの害についてPRし、正しく理解してもらうよう努めます。 ● 喫煙者への支援として、禁煙外来実施医療機関を周知するよう努めます。 ● 世界禁煙デー（毎年5月）に合わせて広報、町公式ホームページで周知します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。 	町民課
②	受動喫煙防止対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 住民に対し、がん検診や町のイベント等で、受動喫煙やたばこの害についてPRし、正しく理解してもらうよう努めます。【再掲】 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 未成年者の受動喫煙の防止を、保育所保護者等へ周知を図ります。 	子育て支援課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 役場庁舎や町管理施設において、喫煙場所の設置や施設内禁煙の掲示等により、受動喫煙防止対策の推進を図ります。 	財務課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 保健学習で喫煙だけでなく、受動喫煙も健康に与える影響について理解できるようにします。 	教育指導課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 各施設での受動喫煙について、喫煙場所の設置や施設内禁煙の掲示等により防止を推進します。 	生涯学習課
③	未成年者の喫煙の防止	<ul style="list-style-type: none"> ● 未成年者の喫煙の防止を、保育所保護者等へ周知を図ります。 	子育て支援課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 保健学習で喫煙だけでなく、受動喫煙も健康に与える影響について理解できるようにします。 	教育指導課
④	妊娠中の喫煙の防止	<ul style="list-style-type: none"> ● 妊娠中の喫煙は胎児を低酸素状態となるため、低出生体重児になる可能性が高くなるほか、切迫早産など胎児の発育に悪影響を与え、また乳幼児突然死症候群との関係があるため、妊娠中は全期間を通じて喫煙をやめることを妊娠早期から周知を図ります。 	健康福祉課

●私たちの取り組み

- ✓ 喫煙や受動喫煙が健康に及ぼす影響を理解し、喫煙者は禁煙に取り組みます。
- ✓ 未成年・妊娠中の喫煙はしません。
- ✓ 家庭内での禁煙・分煙を実行します。
- ✓ 喫煙場所や喫煙方法など、マナーを守ります。

(6) 歯・口の健康

No.	取り組み	内 容	担当課
①	口腔機能の維持・向上への取組の推進	● 成人期の定期歯科健診、保健指導の受診促進に努めます。	健康福祉課 町民課
		● 歯科口腔保健、歯科疾患予防の情報収集及び普及啓発に努めます。	子育て支援課
		● 口腔機能の維持・向上への取り組みを、保育所保護者等へ周知を図ります。	教育指導課
②	乳幼児・学齢期のう蝕（むし歯）のない者の増加への取組の推進	● 将来にわたって健康な歯を守るために、乳幼児期からむし歯予防につとめるとともに生活習慣の見直しをすることを周知します。	健康福祉課
		● 町内小中学校でむし歯治療率調査を実施します。	教育指導課
		● 乳幼児・学齢期のう蝕（虫歯）のない者の増加への取り組みを保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
③	歯科検診受診者の増加への取組の推進	● 歯周疾患予防啓発のため、50歳到達者に受診勧奨を進めるよう努めます。 ● 8020よい歯のコンクール（町選出）を実施して80歳でも自歯を20本有することを目標とした事業を実施します。	健康福祉課 町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 歯と口に関する正しい知識を身につけます。
- ✓ よく噛んで食べます。
- ✓ 定期的に歯科健（検）診を受診し、自分に合った口腔ケアを行います。

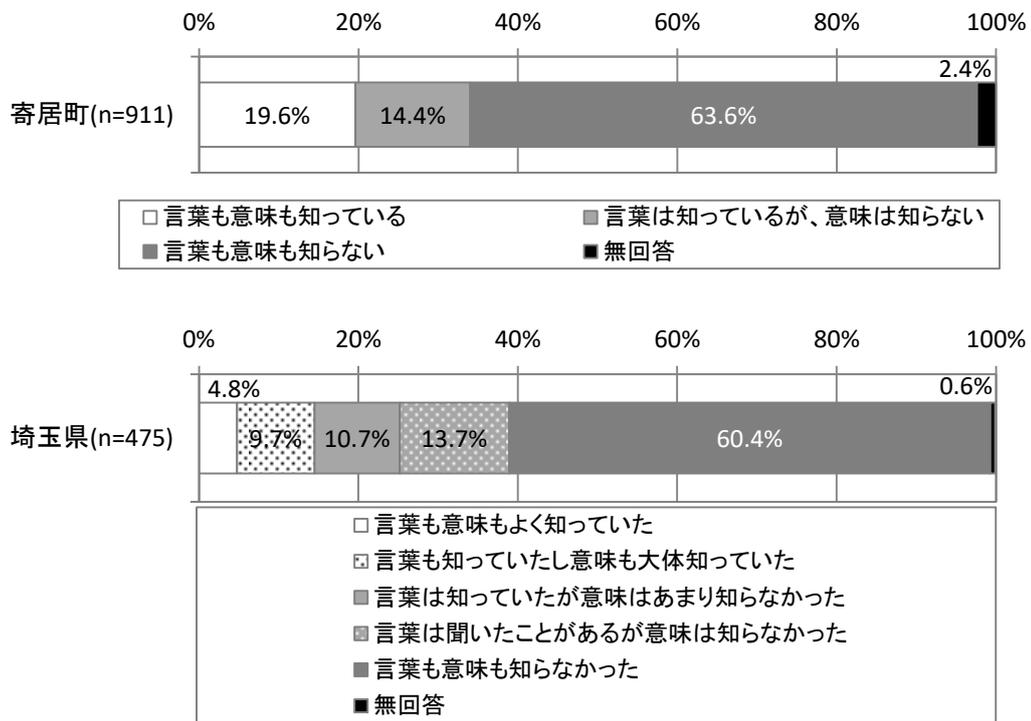
基本方針3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

■現状と課題

16 ページに示されとおり、「健康な体になるために大切と思うこと」として「早寝早起き、十分な睡眠」との回答は、小学2年生・6年生、中学2年生のいずれも90%近くに達していますが、「正しい食習慣（好き嫌いをなくす、よくかんでゆっくり食べるなど）」は60%台、「運動をしたり友達と遊ぶ時間を増やす」は、最も多い中学2年生でも60.5%しかいません。この割合を更に高めるための施策が必要です。

骨や関節、筋肉などの機能が衰え、要介護状態になる危険性が高い「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」について、「言葉も意味も知らない」人が埼玉県全体では60.4%であるのに対し、寄居町では63.6%と3ポイント余り多くなっています。一方、「言葉も意味も知っている」町民は19.6%おり、埼玉県全体での「言葉も意味もよく知っていた」と「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」を合わせた14.5%を5ポイント上回っており、ロコモティブシンドロームについては、本町では知っている人と知らない人が2極化している状況にあるといえます。

【「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」の認知】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）
埼玉県「県民の健康に関するアンケート」（平成28年度）

■施策の展開

(1) こころの健康

No.	取り組み	内 容	担当課
①	運動習慣者の増加への取組の推進（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> ● 町が考案した「ふるさと健康体操」教室等を通して、運動習慣者の増加に努めます。さらに、簡易保険加入者協会の協力のもと、テレビ等に出演するラジオ体操指導者による「ラジオ体操教室」を実施し、ラジオ体操の普及啓発を図ります。 ● 健康づくりのボランティアの育成とともに、ボランティア活動者による各地域でのラジオ体操等の健康づくり活動を支援します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 町内の小学校における毎朝のマラソンを促進します。【再掲】 	教育指導課
		<ul style="list-style-type: none"> ● まちづくり出前講座・カローリング体験教室・町民健康増進ウィーク事業・町民ハイキング（体育協会・コミュニティ協議会共催）及び中央公民館主催講座・とことん学び塾の実施を継続します。 	生涯学習課
②	バランスのとれた栄養・食生活の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正な量や質のよい食事のとり方を理解し、適正体重を維持することができるよう働きかけます。【再掲】 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 家庭科の授業で日常の食事と調理の基礎を学習を通して、栄養バランスの良い食事の基礎的な知識と技能と実践的な態度を学ばせます。 	教育指導課
③	睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少への取組の推進（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> ● 睡眠による休養を十分とれていない者を減少させます。【再掲】 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 校内で健康生活調査を実施し、結果によって注意喚起をします。【再掲】 	教育指導課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。 	町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 十分な睡眠と休養をとります。
- ✓ 自分に合ったストレス解消法を見つけます。
- ✓ 相談できる人を増やします。
- ✓ 趣味や生きがいを持ち、楽しみを増やします。

(2) 次世代の健康

No.	取り組み	内 容	担当課
①	妊娠前・妊娠期の母親のやせ・低栄養減少への取組の推進	● 妊娠前の過度の「やせ」は月経不順や骨量の減少などを招くといわれており、妊娠中に適切に体重が増えない場合は、貧血や低出生体重児の出産などのリスクが高いといわれています。母子ともに健やかな生活を送るために適正な体重増加を啓発します。	健康福祉課
②	母親の喫煙の防止の推進	● 母親が喫煙をすることで、母乳の分泌に影響を与え、受動喫煙で子どもが呼吸器の病気を起しやすくなったり、乳幼児突然死症候群のリスクが高くなるといわれています。妊娠中はもちろん産後も喫煙をやめることを妊娠早期から周知を図ります。	健康福祉課
		● 母親の喫煙の防止を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
③	健康な生活習慣（栄養・食生活、運動）を有する子どもの増加への取組の推進	● 食事や運動は、子どもの健やかな身体と心の発達に欠かせません。乳幼児が生活習慣の基礎を作る時期に、子育て家族が正しい知識と望ましい生活習慣を身につけることをすすめます。	健康福祉課
		● 健康な生活習慣（栄養・食生活・運動）を有する子どもの増加への取組の必要性を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
		● 保健学習で、健康の三要素の重要性を学びます。	教育指導課
④	肥満傾向にある子どもの減少への取組の推進	● 食事や運動は、子どもの健やかな身体と心の発達に欠かせません。乳幼児が生活習慣の基礎を作る時期に、子育て家族が正しい知識と望ましい生活習慣を身につけることをすすめます。【再掲】	健康福祉課
		● 肥満傾向にある子どもの減少への取組の必要性を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
		● 身体測定の結果で、対象の児童生徒とその保護者に注意喚起をします。【再掲】	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 楽しく身体を動かす習慣を身につけます。
- ✓ 親子で身体を使った遊びをし、早寝・早起き・朝ごはんを心がけます。

(3) 高齢者の健康

No.	取り組み	内 容	担当課
①	要介護認定者数の増加の抑制	<ul style="list-style-type: none"> ● 健康寿命の延伸と自主的な介護予防活動の推進を目指して、専門職が地域を巡回して軽体操や口腔ケアの講話・指導を行う「いきいき元気塾」を実施します。 ● 地域住民からサポーターを養成し、サポーターが中心となって教室運営するコミュニケーションを重視した「認知症予防教室」を実施します。 ● ふれあいいきいきサロン等地域に出向き、介護予防の体操や介護保険制度・権利擁護の普及啓発をするため「ますます元気教室」を実施します。 ● 住民同士が身近な場所で効果課的に健康づくりが行えるよう、住民主体の通いの場「寄居いきいき百歳体操」の活動支援や介護予防サポーターを養成します。 ● 自身の体の状態を把握し、結果を疾病の予防と早期治療に活かしていただくよう、がん検診の受診率向上に努めます。 ● かかりつけ医を持ち、自身の健康管理を意識して行い、生活習慣病が重症化しないよう広報等を活用し、周知を図ります。 	健康福祉課
②	身体活動の維持・向上への取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 介護予防・生活習慣病予防のため「ふるさと健康体操」を実施します。 ● 介護予防に関するボランティア等の人材育成のための研修を行う「ふるさと健康体操指導者養成講座」を実施します。 ● 老人クラブ等を対象に、ユウネスと老人福祉センター「かわせみ荘」で健康に関する講話、軽い手足の運動を行う「シニア健康塾」を実施します。 	健康福祉課
③	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の認知度の向上	<ul style="list-style-type: none"> ● ロコモティブシンドロームの言葉も意味も理解する人が増え、予防に取り組めるよういきいき元気塾などの開催や、情報提供を行います。 	健康福祉課

No.	取り組み	内 容	担当課
④	口腔機能の維持・向上への取組の推進（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> ● 口腔ケアの重要性を啓発するため、かかりつけ歯科医を持つことを各種事業、広報・ホームページ等で周知します。 ● 口腔ケアの重要性を認識してもらうため、歯科イベント等を実施し、口腔ケアに対する啓発強化を推進します。 ● 8020よい歯のコンクール（町選出）を実施して80歳でも自歯を20本有することを目標とした事業を実施します。【再掲】 ● 75歳到達者は後期高齢者医療広域連合による歯科健診がうけることができるため、周知とともに受診勧奨を推進します。 	健康福祉課 町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 楽しみながら身体を動かし、体調・体力に見合った無理のない運動を続けます。
- ✓ 生きがいをみつけ、仲間をつくり健康的な生活を送ります。
- ✓ 地域で健康づくりができる環境づくりを支援します。

第5章 食育推進計画

基本方針

基本理念を実現するために、食育推進計画では次の基本方針を掲げます。

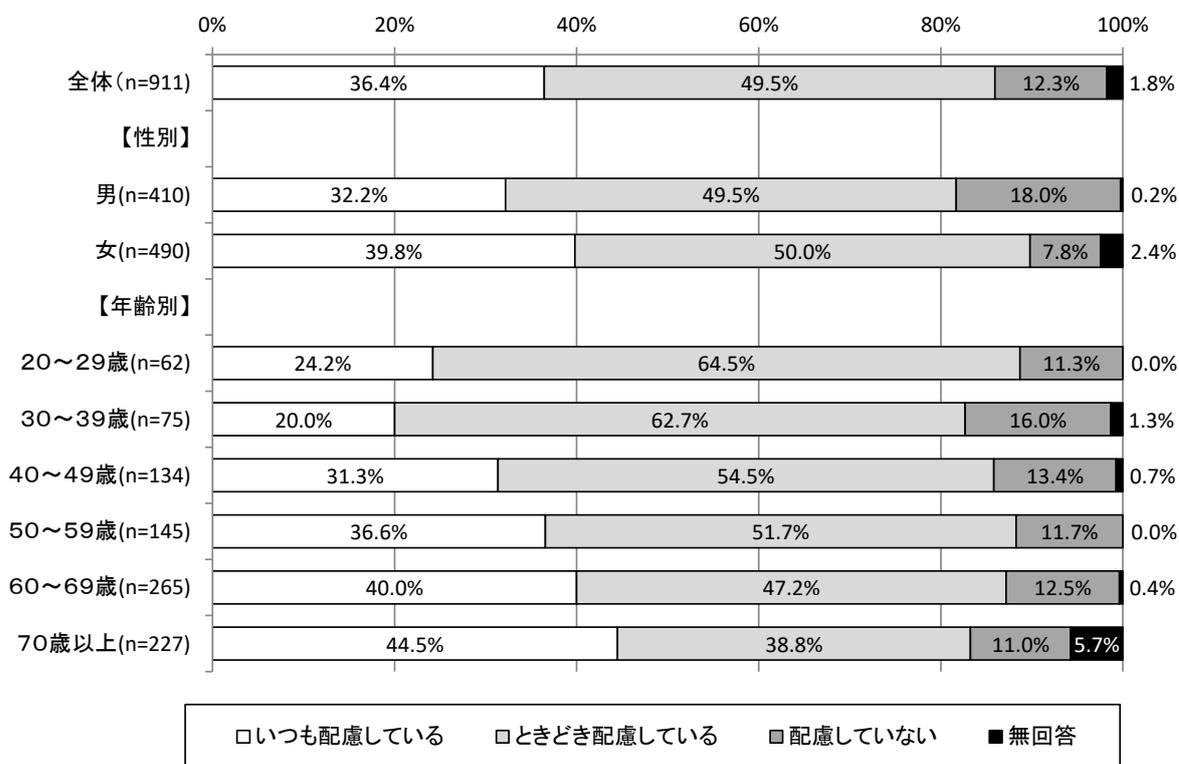
基本方針1	健全なからだを育む（食育が健康づくりの第一歩）
基本方針2	豊かな心を培う（食育で心豊かな人づくり）
基本方針3	正しい知識を養う（家族で意識「食の安全」）

基本方針1 健全なからだを育む

■現状と課題

日ごろの食生活で栄養バランスに「配慮していない」と回答した人は女性よりも男性に多く、女性が7.8%に対して男性は18.0%と、10ポイント以上の違いがあります。年齢別では、「いつも配慮している」の割合は30歳代が20.0%で最も低く、次いで20歳代（24.2%）となっています。栄養バランスに配慮した食生活を送る町民を増やして行くために、20歳代から30歳代の若い年代の特に男性への働きかけが求められます。

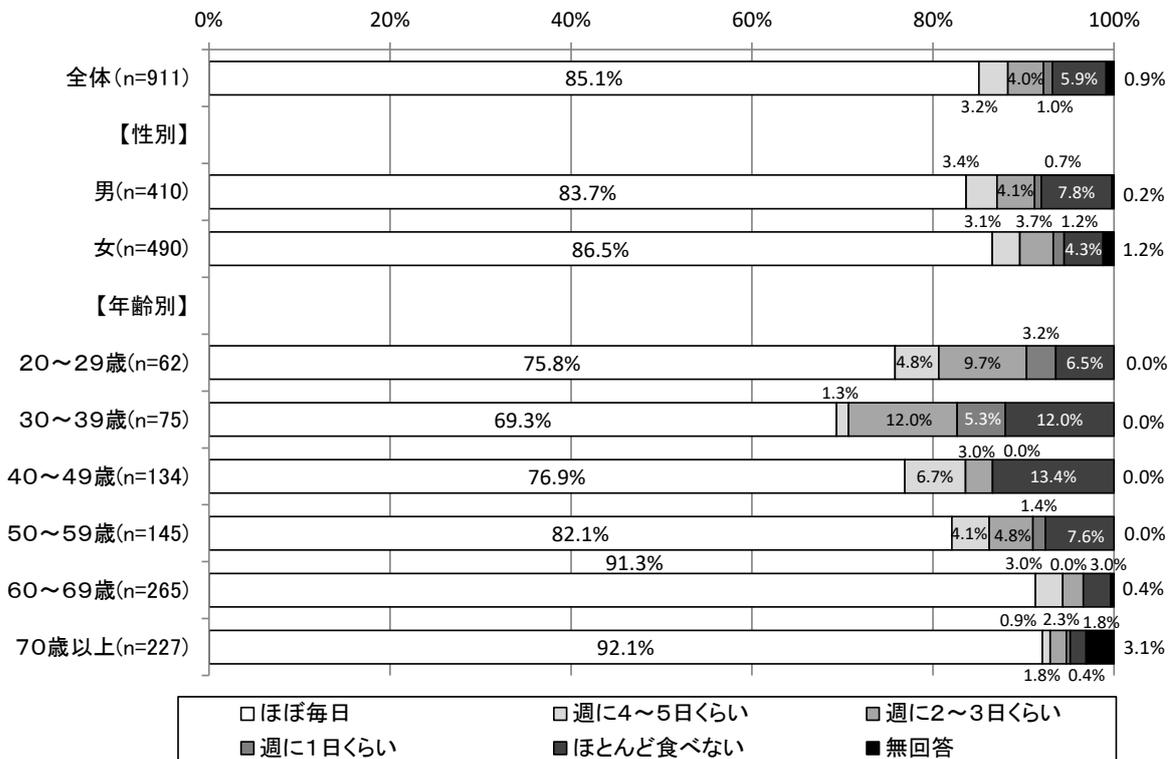
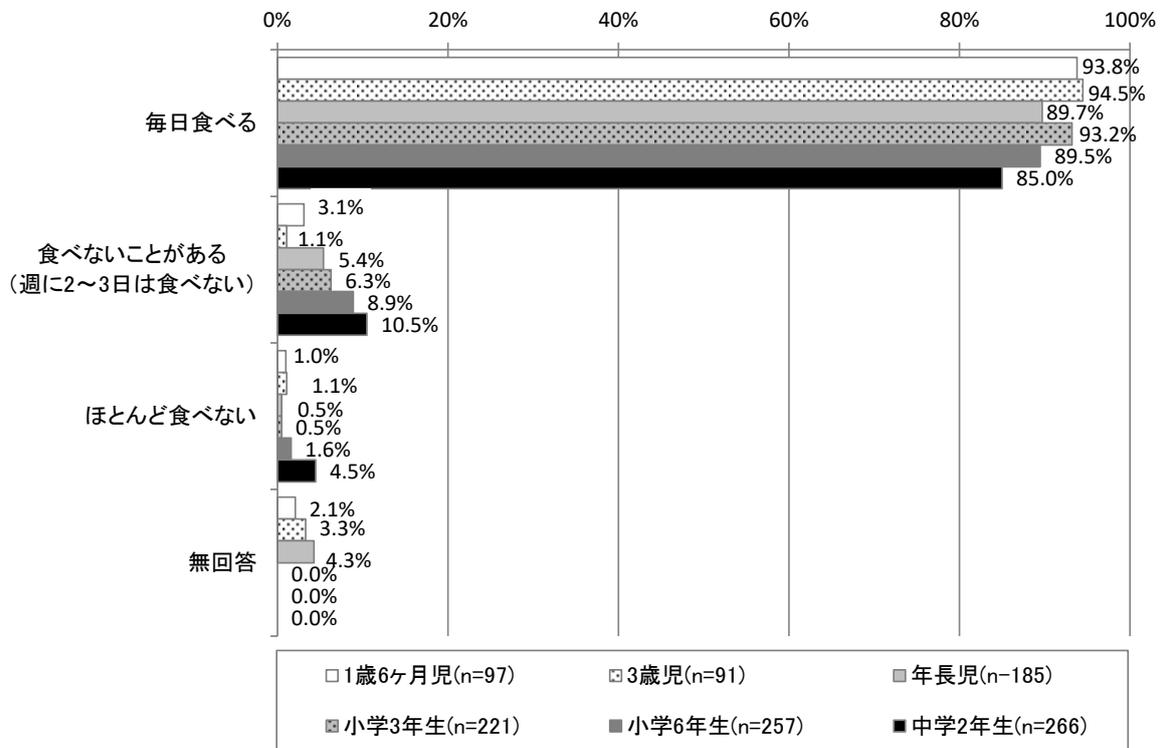
【日ごろの食生活で栄養バランスに配慮しているか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

朝食を「(ほぼ) 毎日」食べている人は、1歳6ヶ月児から小学6年生までは、90%前後いますが、中学2年生では85.0%に低下しています。成人では、60歳代以上で90%を超えますが、若い年代では低く、特に30歳代は69.3%しかおらず、栄養バランスに配慮している人の割合の少なさとともに、食生活上の問題が大きい年代となっています。

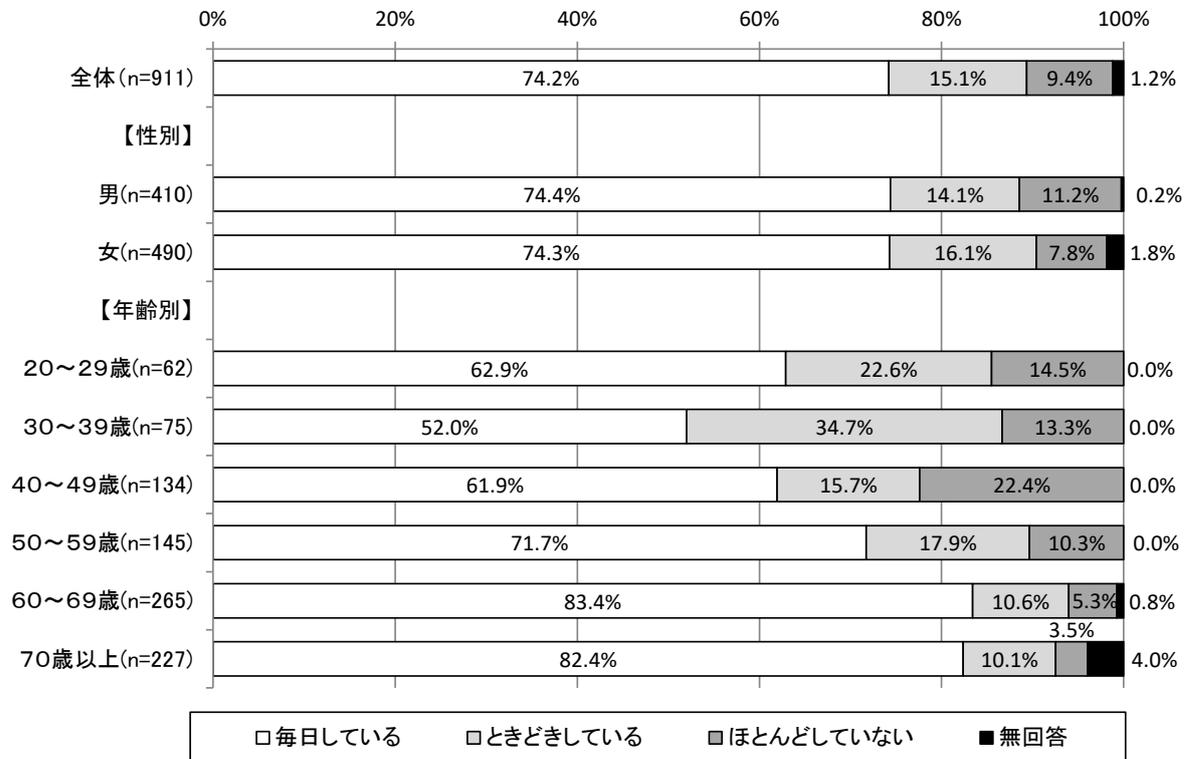
【朝食を食べているか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」(平成28年度)

更に、1日3食規則正しい食事を「毎日している」人についても、20歳代から40歳代は50%台から60%台前半に留まっており、70%を超える50歳代以上の年代との違いが大きくなっています。

【1日3食、規則正しい食事をしているか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

■施策の展開

(1) 栄養バランスに配慮した食生活

No.	取り組み	内 容	担当課
①	妊産婦の健康なからだづくり	● 妊娠中の過度の「やせ」は貧血や低出生体重児の出産などのリスクを招き、一方「太りすぎ」は妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病のほか、分娩時の異常を招きやすいと言われています。母子ともに健やかな生活を送るために適正な体重維持を啓発します。	健康福祉課
②	生活習慣病と肥満等の予防	● 適正な量や質のよい食事のとり方を理解し、適正体重を維持することができるよう働きかけます。【再掲】	健康福祉課
		● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）及び特定保健指導の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。	町民課
③	適正な特定健康診査・特定保健指導の普及	● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）及び特定保健指導の必要性・重要性について、更なる啓発に努めます。【再掲】	町民課
④	歯科口腔保健の推進	● 成人期の定期歯科健診、保健指導の受診促進に努めます。【再掲】	健康福祉課 町民課
		● 歯科口腔保健、歯科疾患予防の情報収集及び普及啓発に努めます。【再掲】	
		● 児童・生徒に対する歯科検診を実施します。	教育総務課
		● 保健学習で、生活行動がかかわって起こる病気の予防として、口腔の衛生を保つために健康によい生活習慣を身につけることを学ばせます。	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 主食・主菜・副菜がそろった食事をします。
- ✓ 野菜を1日1皿多く食べるように心がけます。
- ✓ 減塩を心がけます。

(2) 食生活リズムの形成

No.	取り組み	内 容	担当課
①	乳幼児からの生活リズムの基礎づくり	● 食事や運動は、子どもの健やかな身体と心の発達に欠かせません。乳幼児は生活習慣の基礎を作る時期に子育て家族が正しい知識と望ましい生活習慣を身につけることをすすめます。	健康福祉課
		● 乳幼児からの生活リズムの基礎づくりの必要性を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援
		● 保健学習で、健康の三要素の重要性を学びます。	教育指導課
②	乳児・児童・生徒の望ましい食習慣の形成	● 食事や運動は、子どもの健やかな身体と心の発達に欠かせません。乳幼児は生活習慣の基礎を作る時期に子育て家族が正しい知識と望ましい生活習慣を身につけることをすすめます。【再掲】	健康福祉課
		● 乳児・児童・生徒の望ましい食習慣の形成の必要性を、保育所保護者等へ周知を図ります。	子育て支援課
		● 町内小中学校で朝食摂取率調査を実施します。	教育指導課
③	大人の規則正しい生活リズムの定着	● 適正な量や質のよい食事のとり方を理解し、適正体重を維持することができるよう働きかけます。【再掲】	健康福祉課
		● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して、規則正しい生活の重要性を啓発します。	町民課

●私たちの取り組み

- ✓ 毎日朝食をとり、規則正しい食生活を心がけます。
- ✓ よく噛んでゆっくり食べます。
- ✓ 腹八分目を守ります。

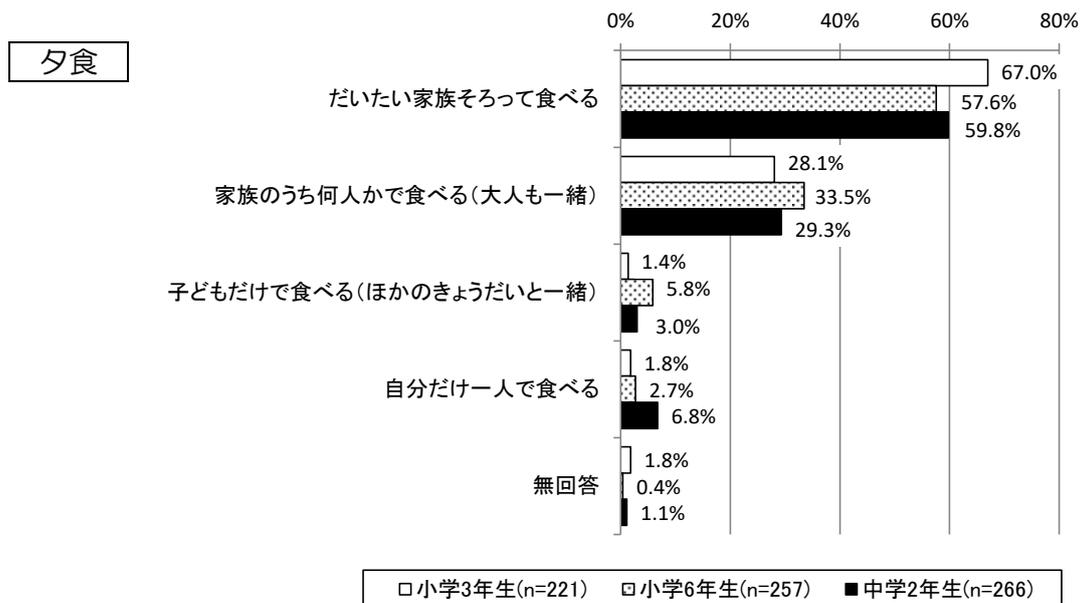
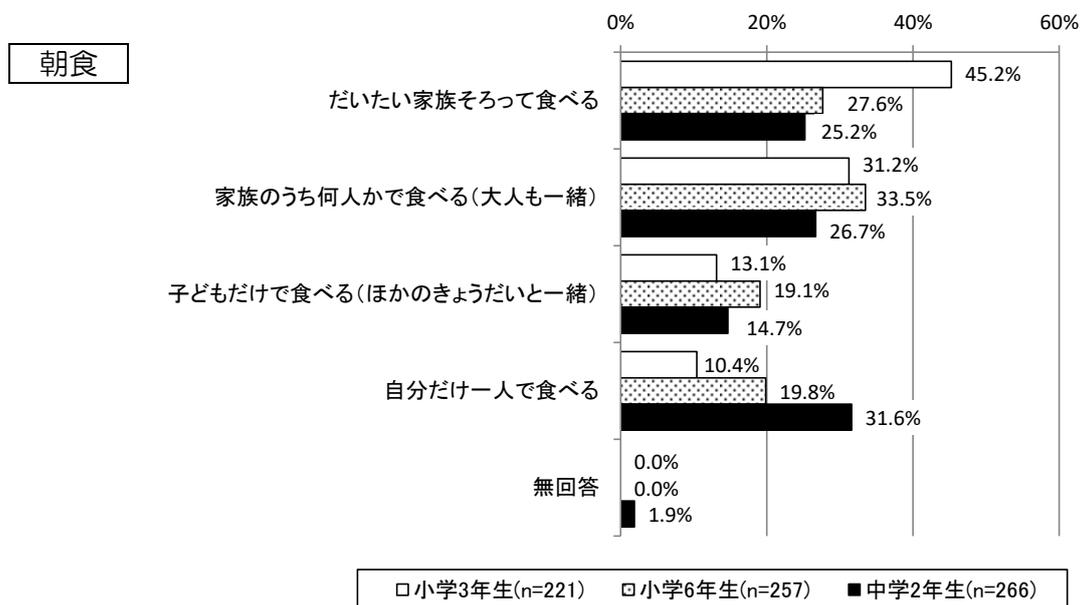
基本方針2 豊かな心を培う

■現状と課題

朝食を家族やほかのきょうだいと一緒に食べている人は、小学3年生で89.5%いますが、小学6年生では80.2%、中学2年生では66.6%まで低下し、中学2年生の31.6%は「自分だけ一人で食べる」と回答しています。

夕食は、朝食よりも家族や他のきょうだいと一緒に食べる割合が増えていますが、それでも中学2年生の6.8%は一人で食べていると回答しています。

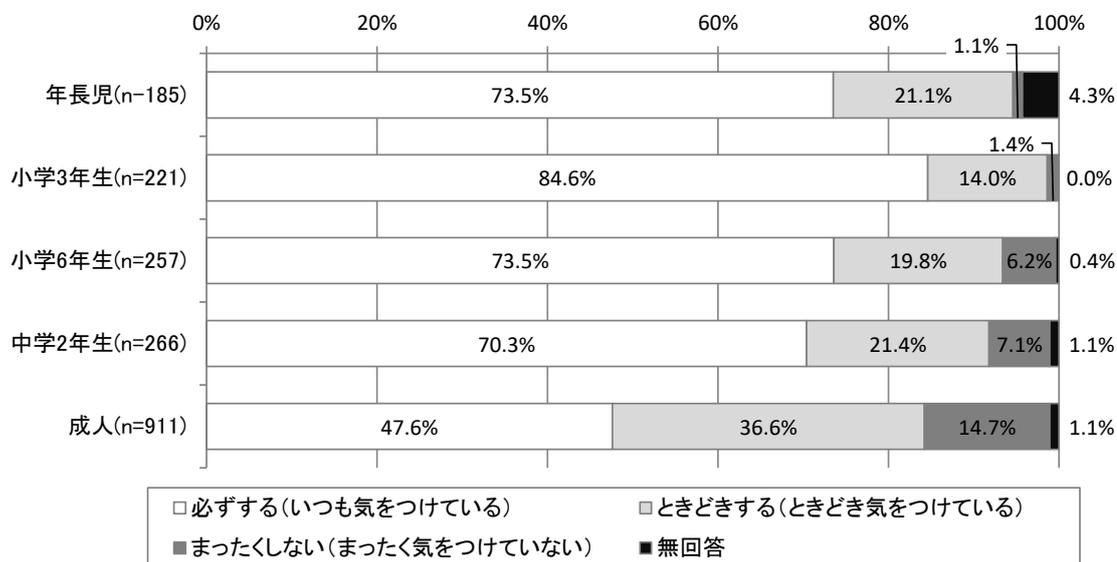
【食事は家族そろって食べているか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」(平成28年度)

食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつなどを行っているか⁵について、「必ずする」との回答は年長児から中学2年生まで70%を超え、小学3年生では84.6%に達していますが、成人では47.6%に低下しています。

【「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているか（気をつけているか）】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成28年度）

⁵ 成人町民へは、「食事のときに『いただきます』『ごちそうさま』のあいさつなど、食事に関するマナーに気をつけていますか」とたずねている。

■施策の展開

(1) 食を通じたコミュニケーション

No.	取り組み	内 容	担当課
①	豊かな心とからだの育成	● 離乳食実習を通じて、親に子どもの発育・発達の状況に合わせた食事について正しい知識を身につけるとともに子どもの「食べることの楽しみ」へつなげます。	健康福祉課
		● 豊かな心とからだの育成の推進を、保育所保護者等へ周知します。	子育て支援課
		● 毎年度実施している新体力テストの実施・集計・対策をします。	教育指導課
②	食を楽しむ環境づくりの推進	● 食を楽しむ環境づくりの推進を、保育所保護者等へ周知します。	子育て支援課
		● 他学年と一緒に給食の時間を共有します。	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 1日に1回は家族や友人とで楽しく食卓を囲みます。
- ✓ いただきます、ごちそうさまなど、食事のマナーを身につけます。

(2) 食文化の継承

No.	取り組み	内 容	担当課
①	食文化の情報収集と発信	● 食育だより、給食だよりを配布します。	教育総務課
		● 町内の新規就農者等と協力し、日常の農作業や町での生活を紹介するブログ等、SNSを活用し、寄居町で農業に取り組む魅力を情報発信します。	農林課
②	食文化への理解促進	● 食文化への理解促進を、保育所保護者等へ周知します。	子育て支援課
		● 旬のメニューや行事献立、郷土料理や他国の料理について学びます。	教育総務課
		● 町内の新規就農者等と協力し、日常の農作業や町での生活を紹介するブログ等、SNSを活用し、寄居町で農業に取り組む魅力を情報発信します。【再掲】	農林課

●私たちの取り組み

- ✓ 地域の産物や旬の食材を知り、食生活に取り入れます。

(3) 自然の恩恵・生産者等への感謝

No.	取り組み	内容	担当課
①	体験交流の拡大	<ul style="list-style-type: none"> ● 理科や特別活動、総合的な学習の時間等により、学校ファームで食材や植物の生産活動に取り組みます。 	教育指導課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 米や野菜などの農産物の収穫や、自ら収穫した農産物を調理して食べる体験等、地域資源を活用した農業体験イベントの実施について検討します。 ● 農作業や山仕事、農産物の加工体験等の地域資源の活用を通じて、都市部等から訪れる「農泊」の利用者と地域住民との交流を促進し、地域の活性化を図ります。 ● 児童・生徒が農業に触れ、農産物を味わう機会を確保するため、学校等が実施する学校農園や収穫体験等の農業体験の取り組みを支援します。 ● 風布・小林のみかん狩り等に加え、地元農産物を使った食事やハイキング等の地域資源を組み合わせた観光農業への集客の拡大策を検討します。 ● 障害者等の就労支援等の推進と、農業の労働力の確保や地域農業の維持、地域の活性化を促進するため、農業分野と福祉分野の連携を支援します。 	農林課

●私たちの取り組み

- ✓ 栽培、収穫、料理など、食の体験をします。
- ✓ 感謝して食べます。

■施策の展開

(1) 食に関する知識・食を選択できる力の習得

No.	取り組み	内 容	担当課
①	食に関する普及・啓発	● 食に関する普及・啓発の必要性を、保育所保護者等へ周知します。	子育て支援課
		● 小学生の保護者を対象として実施している家庭教育学級の中で、食育講座等の食に関する講座を実施し、保護者及び家庭の食について考える機会を創出します。	生涯学習課
		● 各校で給食週間の取組を工夫します。	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 食に関心を持ちます。
- ✓ 外食や加工食品の利用時に栄養成分・添加物表示を参考にします。

(2) 食品の安全性に関する普及・啓発と理解

No.	取り組み	内 容	担当課
	食の安全等に関する理解の推進	● 食品衛生協会等と連携し、食品衛生週間(毎年8月)に食中毒に関する注意喚起を行ない、食中毒予防を含めた食の安全に関する普及啓発に努めます。	健康福祉課
		● 食に対しての正しい知識を発信し、町民の食品の安全性に関する理解を深めます。	商工観光企業誘致課
		● 放射性物質検査を実施し、公表します。	教育総務課
		● アレルギー献立表を配布します。	

●私たちの取り組み

- ✓ 食の安全性について、正しい知識を身につけます。
- ✓ 栄養の講座やイベントに参加し、健康的な食生活への関心を高めます。

(3) 環境と調和した農林業の活性化等

No.	取り組み	内容	担当課
①	地産地消運動の展開	<ul style="list-style-type: none"> ● 児童生徒が地元食文化や農業を知ることによって「食」と「農」への関心を高め、食に関する感謝の心を育みます。 	教育総務課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 出荷会員の高齢化等により、販売する農産物が不足しつつある農産物直売所について、新たな出荷会員の加入や、生産量の増加等により、販売の拡大を図ります。 ● 町内のスーパーマーケットやコンビニエンスストア、学校給食センターや保育所等に対し、地元農産物の販売拡大を図ります。 ● 若者や女性、定年就農者等の新規就農者のモチベーション向上を図るため、形や大きさが不揃いな野菜の販売展開について検討します。 ● 点在する小規模農地を多くの非農家住民が借り受け、自分の家庭で食べる分の農産物を自分で作る生活スタイルを普及することにより、農地の有効利用を図ります。 	農林課
②	環境保全に配慮した生産方法の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 食品の製造、流通、消費の各段階で生じる動植物性残さ・売れ残り等の食品廃棄物等を再生利用して、堆肥等の肥料や家畜の飼養等に活用する食品リサイクルを進めます。 	生活環境エコタウン課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 食品廃棄物（まだ食べられるのに捨てられている食べ物）の発生を抑制する広報活動を実施します。（食品ロス対策） 	生活環境エコタウン課
		<ul style="list-style-type: none"> ● GAP（農業生産工程管理）の認証取得を促進するため、県等が実施するセミナー等の開催についての情報提供や取得費用の助成を行います。 	農林課

● 私たちの取り組み

- ✓ 地域で採れた食材や旬の食材を意識して選択します。

第6章 自殺対策計画

基本方針

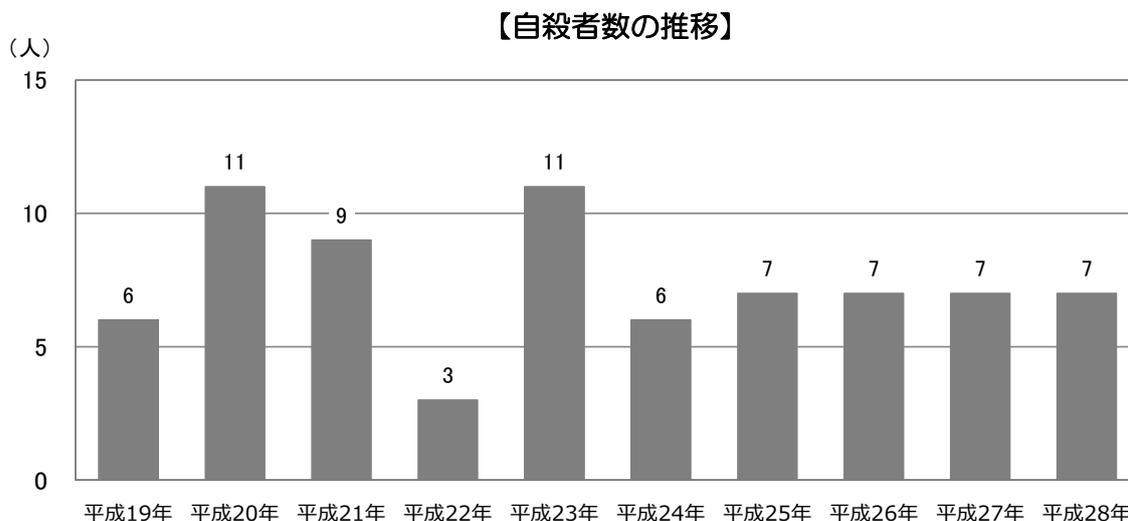
基本理念を実現するために、自殺対策計画では次の基本方針を掲げます。

基本方針1	相談支援体制の整備
基本方針2	自殺ハイリスク者への支援
基本方針3	若年層向け自殺対策

基本方針1 相談支援体制の整備

■現状と課題

本町における自殺者⁶は、平成20年と23年に11人に上りましたが、平成24年には6人へと減少しました。しかしその後は、毎年7人が自殺により死亡する状況が継続しています。



資料：埼玉県人口動態統計（平成19～22年）

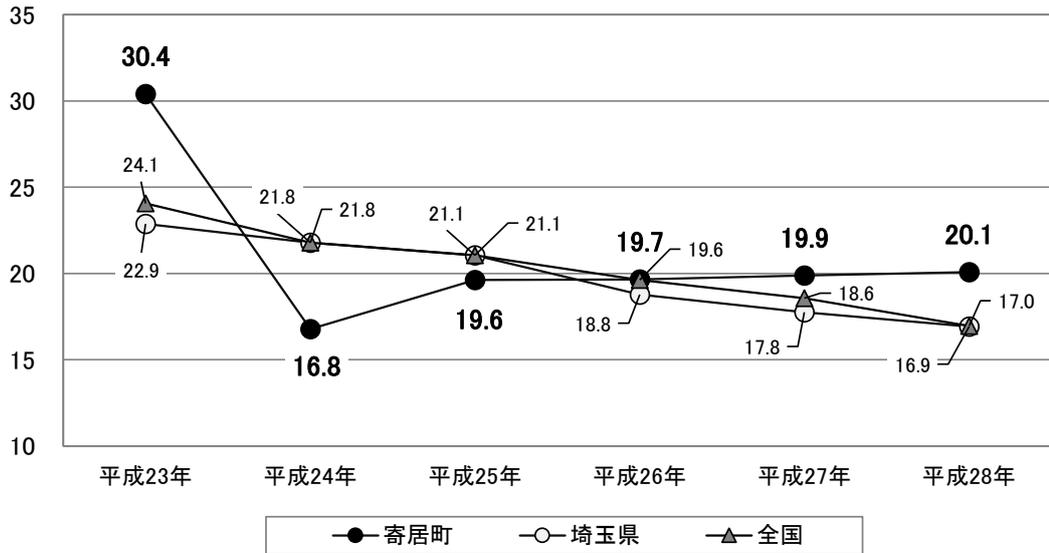
厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（平成23～28年）

自殺死亡率⁷の推移をみると、平成23年以降、国、県が減少傾向にあるのに対し、本町では平成24年に大きく減少して以降、緩やかな上昇が続いています。

⁶ 自殺者：本計画における自殺者は、日本における日本人を対象とした厚生労働省の「人口動態統計」をもとにしており、数値は自殺者の「住居地」及び「自殺日」に基づいて計上されたものです。

⁷ 自殺死亡率：人口10万人あたりの自殺死亡者数。

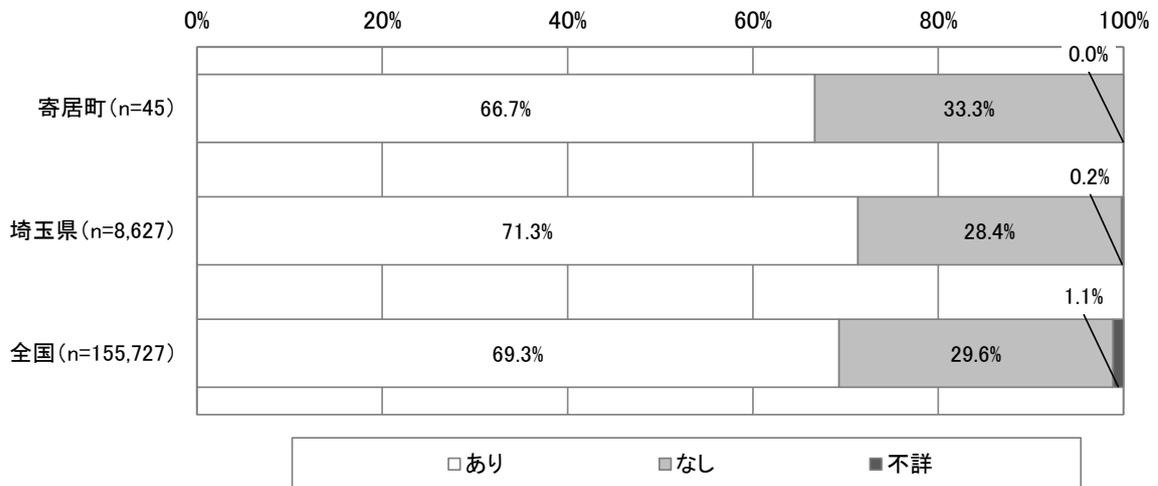
【自殺死亡率の推移（寄居町・埼玉県・全国）】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

同居人の有無別の自殺者の割合をみると、本町では同居人「あり」が66.7%、「なし」が33.3%となっており、埼玉県や全国と比較して、同居人「なし」の割合がやや多くなっています。

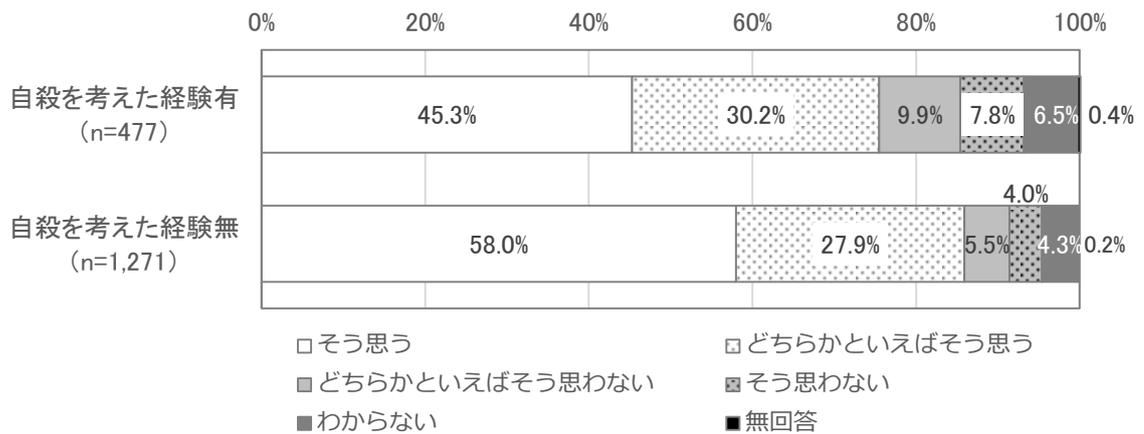
【平成 23～28 年の自殺者の同居人の有無別割合（寄居町・埼玉県・全国）】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

厚生労働省が平成 28 年に行った「自殺対策に関する意識調査」では、自殺を考えた経験のある人のほうが、不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人がいると思うと回答した割合が少ないことが示されており、自殺対策として、相談支援体制が重要であることが明らかです。

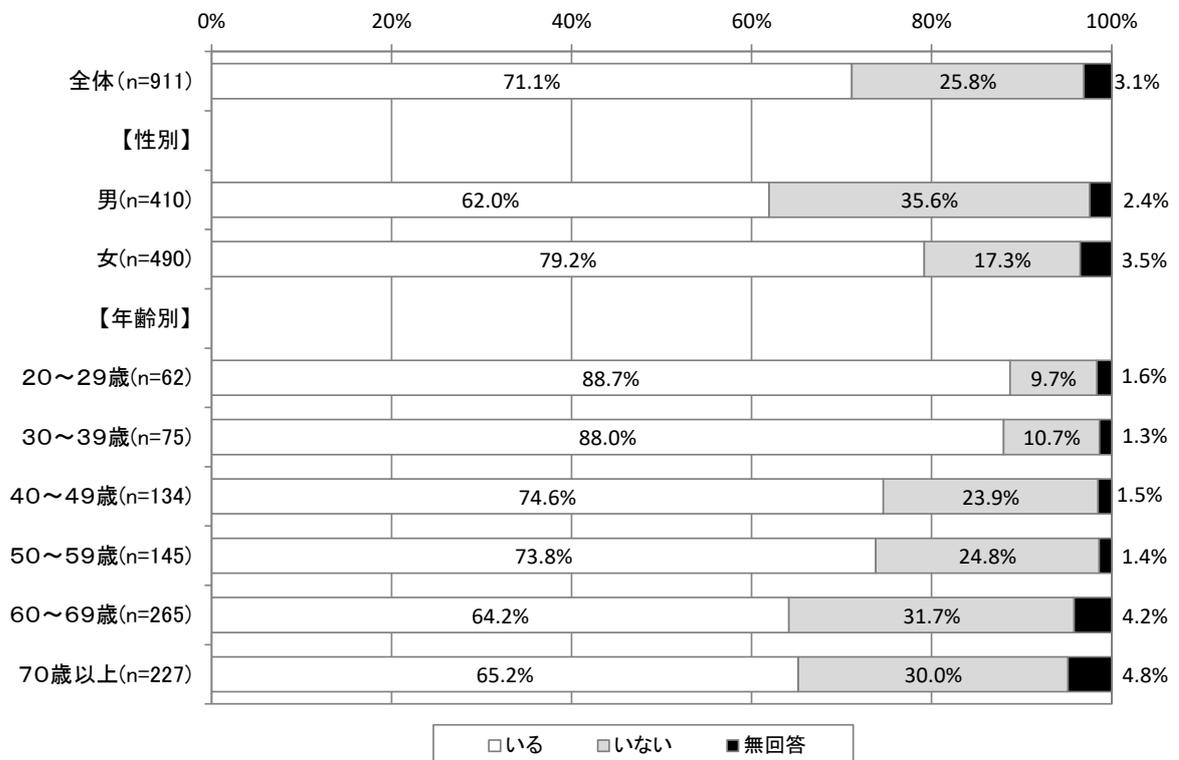
【不満や悩みなどを受け止めてくれる人がいるか】



資料：厚生労働省「自殺対策に関する意識調査」（平成 28 年）

本町におけるアンケート調査では、71.1%の人が悩み事などを相談できる相手が「いる」と回答していますが、男性はその割合が女性よりも17ポイント余り低く、年齢別では、高齢になるほど相談できる人のいる割合は低下しています。

【悩み事やストレスなどで困った時に相談できる相手がいるか】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年）

■施策の展開

(1) 町民や学校、職場等での普及啓発

No.	取り組み	内容	担当課
①	自殺予防週間と自殺対策強化月間での啓発活動の推進	● 広報誌、町公式ホームページ、役場庁舎での懸垂幕による啓発を行なう。また同時期に実施する保健事業の際に関連リーフレット等を配布します。	健康福祉課
		● 商工会員等に向けて、自殺予防週間と自殺対策強化月間の啓発を行うことにより、一人ひとりの自殺に対する問題意識を高めます。	商工観光企業誘致課
②	児童生徒の自殺対策に資する教育の実施	● 各学校で自殺予防教育を実施します。 ● 早期の問題認識、援助的希求的態度の育成を図ります。	教育指導課
③	うつ病等についての知識の普及啓発の推進	● 広報誌による周知を行います。 ● 熊谷市、深谷市及び熊谷保健所と共催で「精神保健福祉講座」を開催します。 テーマとして「統合失調症」、「うつ病」等についての普及啓発と相談機関の紹介を行います。	健康福祉課

●私たちの取り組み

- ✓ 自殺という問題を他人事と捉えず、みんなの問題として認識します。
- ✓ うつ病等について正しく理解し、偏見をなくします。

(2) 自殺の実態等に関する調査・検証

No.	取り組み	内容	担当課
①	自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果の活用	● 自殺対策担当者会議・研修会に参加し、国や県が発表する調査研究等の情報収集に努めます。	健康福祉課
		● 生徒指導に関する調査を実施します。	教育指導課
②	先進的な取り組みに関する情報収集・整理・提供	● 自殺対策担当者会議等に参加し、県内市町村の取り組みについて情報収集を行います。	健康福祉課

(3) 専門家へつなぐ人材の育成

No.	取り組み	内 容	担当課
①	自殺対策の連携調整を担う人材の育成	<ul style="list-style-type: none"> ● 自殺対策に関する会議・研修会に参加し、担当職員のスキルアップを図ります。 ● 自殺対策会議・研修会で得た情報を関連部署に情報提供し、情報共有に努めます。 ● 必要に応じ、連携会議を開催し、関連機関との連携の強化に努めます。庁内だけでなく、保健所・警察など関連部署との連携会議を開催し、自殺予防に関連する担当課との連携強化を図ります。 	健康福祉課
②	教職員に対する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> ● 生徒指導主任会等で、自殺予防教育の実施に当たって活用出来るプログラム等について研修をします。 	教育指導課
③	ゲートキーパーの養成	<ul style="list-style-type: none"> ● 熊谷保健所等の協力のもと、地域の見守り活動を行なう民生委員等の地域の公職者及び町職員等に対してゲートキーパー養成講座を開催します。 	健康福祉課

●私たちの取り組み

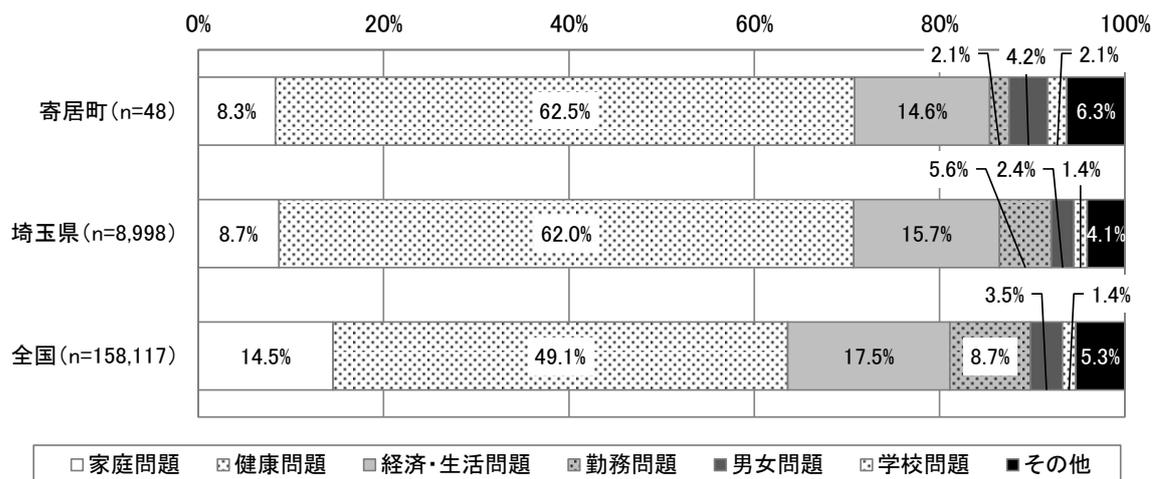
- ✓ 日頃から自殺の相談窓口等を把握します。
- ✓ 自殺のサインを見つけたら、速やかに相談窓口へとつなぎます。

基本方針2 自殺ハイリスク者への支援

■現状と課題

自殺の原因・動機別の自殺者の割合をみると、本町、埼玉県、全国とも「健康問題」が最も多くなっていますが、特に本町では、県と並んで「健康問題」が6割を超えています。次に多い「経済・生活問題」と合わせると、自殺の原因の8割近くを占めることから、この2つの要因に対する働きかけが重要となっています。

【平成23～28年の自殺者の自殺の動機別割合（寄居町・埼玉県・全国）】

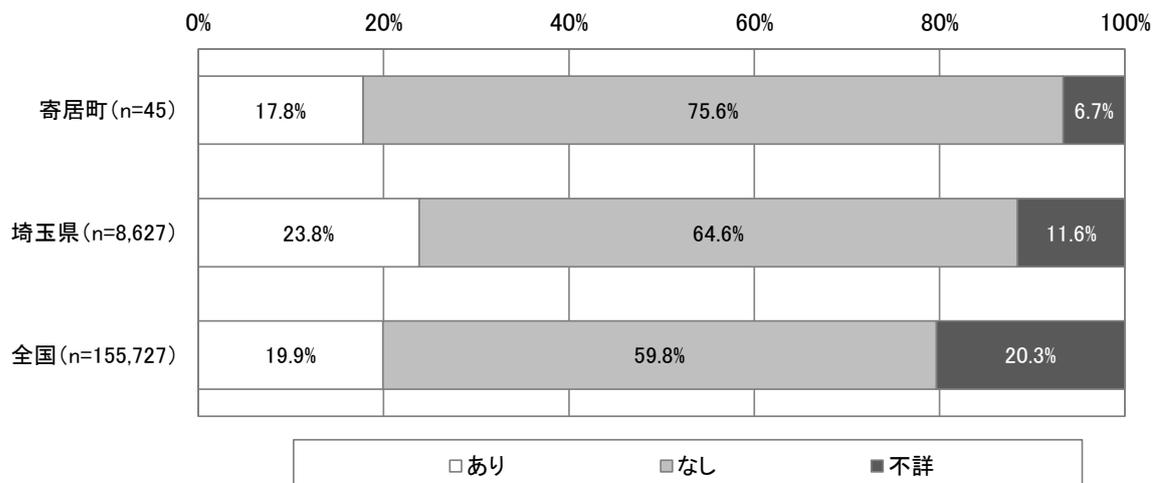


※自殺の動機については、一人に対し3つまで計上している。

資料：厚生労働省「自殺対策に関する意識調査」

また、自殺未遂歴のある人は、本町、埼玉県、全国とも自殺者全体の2割前後を占めており、こうした未遂歴のある人への自殺予防対策も自殺予防の重要な課題となっています。

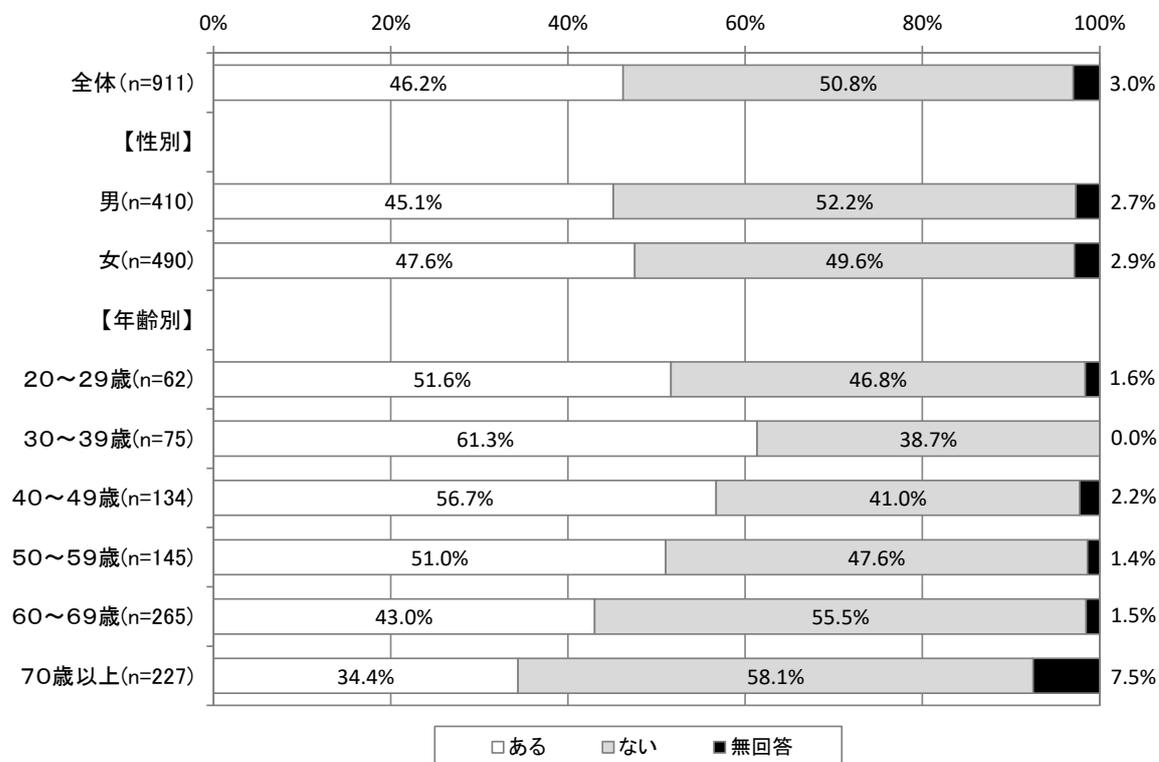
【平成23～28年の自殺者の自殺未遂歴の有無別割合（寄居町・埼玉県・全国）】



資料：厚生労働省「自殺対策に関する意識調査」

本町におけるアンケート調査では、今までに生きていくことがつらいと感じたことが「ある」と回答した人は 30～39 歳代が 61.3%で最も多く、40～49 歳代が 56.7%となっており、この年代を特に中心とした自殺予防対策が重要となっています。

【今までに生きていくことがつらいと感じたことの有無】



資料：寄居町「健康づくりと食育に関するアンケート調査」（平成 28 年）

■施策の展開

(1) こころの健康づくりの推進

No.	取り組み	内 容	担当課
①	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	● 職場でのストレスによるメンタルヘルス不調を解消するため、労働者等に向けたセミナーを開催しセルフケアを促します。	商工観光企業誘致課
		● 過労死やうつ病等に関して、広報誌・町公式ホームページ等を通じた周知を推進します。	健康福祉課
		● メンタルヘルス研修を実施します。	総務課
②	地域におけるこころの健康づくり推進体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域支援体制（地域包括ケアシステム）を構築します。 ● 障害者総合支援法の円滑な運営（自立支援給付）を行います。 ● 相談体制を強化します。（地域生活支援事業） ● 県・保健所で実施する自殺対策会議等に参加し、地域でのこころの健康づくりへの取り組みについて協議・検討します。 ● 広報誌による周知を行います。【再掲】 ● 熊谷市、深谷市及び熊谷保健所と共催で「精神保健福祉講座」を開催します。【再掲】 テーマとして「統合失調症」、「うつ病」等についての普及啓発と相談機関の紹介を行います。	健康福祉課
③	学校におけるこころの健康づくり推進体制の整備	● 職場での心の不調を解消するため、各校でメンタルヘルスのための研修を促します。	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ 十分な睡眠と休養をとります。
- ✓ 自分に合ったストレス解消法を見つけます。
- ✓ 相談できる人を増やします。

(2) 自殺の危険性が高まっている人への支援

No.	取り組み	内容	担当課
①	訪問指導や住民健診、健康教育・健康相談の機会の活用	<ul style="list-style-type: none"> ● 障害者相談支援事業（地域生活支援事業）を推進します。 ● 悩みを抱え、自殺の危険が高まっている人を早期に発見できるように、健診や健康相談等事業担当者のスキルアップを図ります。 ● 町で実施する各事業の中で自殺の危険が高まっている人を発見した場合、関係機関と連携を図り、必要な支援につなげます。 ● 自殺対策に関する会議・研修会に参加し、担当職員のスキルアップを図ります。【再掲】 ● 自殺対策会議・研修会で得た情報を関連部署に情報提供し、情報共有に努めます。【再掲】 ● 必要に応じ、連携会議を開催し、関連機関との連携の強化に努めます。庁内だけでなく、保健所・警察など関連部署との連携会議を開催し、自殺予防に関連する担当課との連携強化を図ります。【再掲】 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 住民健診（特定健診・後期高齢者健康診査）を通して対象者の把握に努め、関係課との情報連携を密にします。 	町民課
②	家族等の身近な支援者に対する支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 月に2回実施している心配ごと相談（民生委員による心配ごと相談、人権擁護委員による人権相談、行政相談委員による行政相談）や法律相談を継続的に実施します。 	人権推進課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 広報誌や町公式ホームページを活用し、相談窓口の周知を図ります。 ● 住民に対し、「こころの健康相談」を実施し、当事者・家族からの相談を受理します。 ● 臨床心理士・精神保健福祉士等専門職を確保し、「こころの健康相談」における内容の充実を図ります。 ● 自殺したくなる要因は様々であることから、医療機関・保健所・警察・庁内各課等と連携を図り、必要な支援を提供します。 ● 障害者相談支援事業（地域生活支援事業）を推進します。【再掲】 	健康福祉課

● 私たちの取り組み

- ✓ 日頃から自殺の相談窓口等を把握します。
- ✓ 自殺のサインを見つけたら、速やかに相談窓口へとつなぎます。

(3) 継続して社会的な要因がある人への支援

No.	取り組み	内 容	担当課
①	孤立を防ぐための居場所づくり等の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 閉じこもり予防と地域交流を促進するため、各地区の高齢者を対象に、福祉委員を中心に地域支えあいの会が開催する「ふれあいいいきサロン（会食会）」の充実を図ります。 ● 常設サロン「いこいの家」や「ほほえみの家」を運営し、地域の担い手育成、高齢者の社会参加のきっかけづくりの場を提供します。 ● 身近な地域の交流の場である「老人クラブ」の活動費の助成を行うとともに、魅力ある事業の創設や活動を検討し、老人クラブへの加入を促進します。 ● 障害者交流センターにサロンを開設します。 ● 医療機関・保健所・児童相談所・北部福祉事務所・警察・学校や、子育て支援課・人権推進課を始めとした関係課と連携をとり、医療機関受診・訪問看護やデイケア等必要な支援につなげます。 ● 保健所主催の会議・研修会に参加し、関係部署と情報の共有を図ります。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 月に2回実施している心配ごと相談（民生委員による心配ごと相談、人権擁護委員による人権相談、行政相談委員による行政相談）や法律相談を継続的に実施します。 	人権推進課

No.	取り組み	内 容	担当課
②	ひきこもり、児童虐待、生活困窮者、ひとり親家庭等に対する支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> ● 継続して社会的な要因がある方が消費者被害にあった場合、消費生活センター及び関係機関との情報共有を図り、被害を拡大させないよう支援します。 	商工観光企業誘致課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 配慮を必要とする高齢者等の見守り活動、交流活動、日常生活支援活動を実施する福祉委員を配置し、高齢者の生活福祉課題の把握に努めるとともに、民生委員に相談があった内容について、地域福祉コーディネーターや生活支援コーディネーターとともに検討し、地域において対応できる簡易な日常生活支援活動を提供します。 ● ひとり暮らしの高齢者や生活に支援が必要な高齢者を地域で見守るため、関係機関等との連携を強化し、民生委員活動の充実を図ります。 ● 地域支えあいの会の運営強化を促進するとともに、共助のまちづくりネットワーク会議の活動を通じて、町民相互による共助のまちづくりを推進します。 ● 医療機関・保健所・児童相談所・北部福祉事務所・警察・子育て支援課・人権推進課を始めとした関係課と連携をとり、訪問看護やデイケア等必要な支援につなげます。 	健康福祉課
		<p>(生活困窮者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● アスポート生活相談支援センターの活用を図ります。 ● 民生委員・児童委員の訪問活動強化を促進します。 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● ひきこもり、児童虐待、生活困窮者、ひとり親家庭等に対する支援を行います。 	子育て支援課
		<ul style="list-style-type: none"> ● さわやか相談員・スクールソーシャルワーカーを活用して家庭への支援を行います。 	教育指導課
		<ul style="list-style-type: none"> ● 職場でのストレスによるメンタルヘルス不調を解消するため、労働者等に向けたセミナーを開催しセルフケアを促します。 	商工観光企業誘致課
③	職場におけるメンタルヘルス対策の推進（再掲）	<ul style="list-style-type: none"> ● 過労死やうつ病等に関して、広報誌・町公式ホームページ等を通じた周知を推進します。【再掲】 	健康福祉課
		<ul style="list-style-type: none"> ● メンタルヘルス研修を実施します。【再掲】 	総務課

●私たちの取り組み

- ✓ 自立支援のための窓口等を把握し、課題を抱える人にアドバイスします。

(4) 遺族や周囲の人への支援

No.	取り組み	内容	担当課
①	遺族等が必要とする支援策等に係る情報提供の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 自殺者が抱える問題は様々であることを認識し、残された家族にどのような支援が必要なのか、関係者で協議・検討します。また必要な情報提供を行います。 ● 遺族のケアを目的とした、県・自助グループなどの情報を収集し、相談窓口の紹介を行います。 ● 遺族からの相談に係る職員のスキルアップを図ります。 	健康福祉課
②	学校・職場等での事後対応の促進	● 自殺をしてしまった方の遺族や周囲の方へ、悩み相談窓口を紹介するチラシを商工会を通して会員に配布することにより、メンタルヘルス不調の改善を促します。	商工観光企業誘致課
		● 自殺をしてしまった方の遺族や周囲の方等のメンタル不調の改善を促します。	総務課
		● 自殺をした方の遺族については、公的機関の相談窓口を紹介します。	教育指導課
③	遺児等への支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 自殺者に乳幼児等がいた場合は、関係機関と連携し、必要な支援につなげます。 ● 遺族のケアを目的とした、県・自助グループなどの情報を収集し、相談窓口の紹介を行います。 ● 遺族からの相談に係る職員のスキルアップを図ります。 	健康福祉課
		● 父母等の死亡により遺児となった児童への支援を行います。	子育て支援課
		● 当該校にスクールカウンセラー等を派遣します。	教育指導課

● 私たちの取り組み

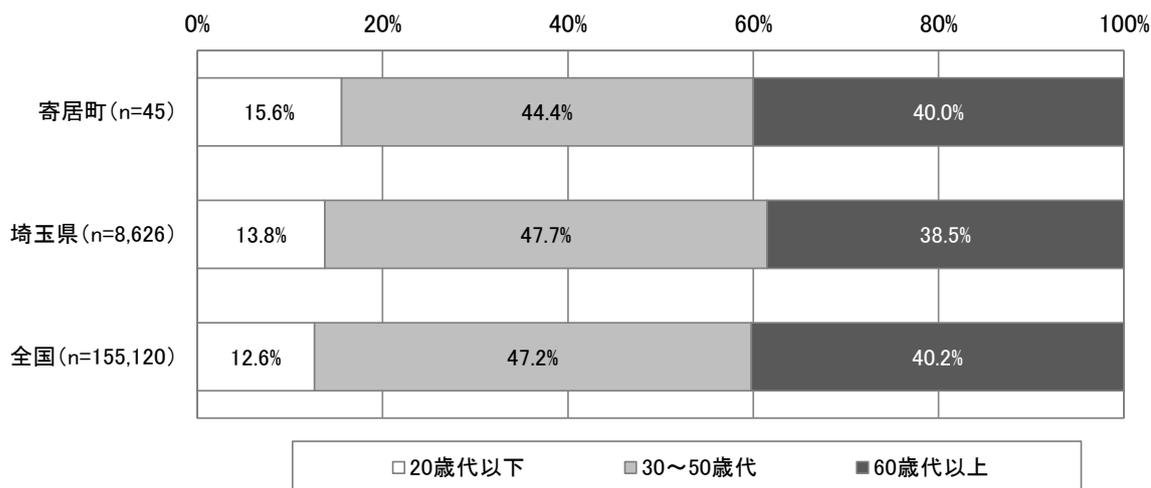
- ✓ 既遂者の遺族や周囲の人への支援窓口を把握します。

基本方針3 若年層向け自殺対策

■現状と課題

年代別の自殺者の割合をみると、本町では30～50歳代の割合が44.4%と埼玉県や全国よりもおよそ3ポイント低い一方で、20歳代以下の割合が15.6%と埼玉県（13.8%）や全国（12.6%）よりも多く、若い世代に向けた自殺対策が重要な課題となっています。

【平成23～28年の自殺者の年代別割合（寄居町・埼玉県・全国）】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

■施策の展開

(1) 子どもの自殺予防等に関する教育の推進

No.	取り組み	内容	担当課
①	SOSの出し方に関する教育の推進	● 早期の問題認識と援助希求的態度の育成を図ります。	教育指導課
②	いじめを苦しめた子どもの自殺の予防	● 早期の問題認識と援助希求的態度の育成を図ります。【再掲】	教育指導課

●私たちの取り組み

- ✓ ”命の大切さ”の教育を、積極的に行います。
- ✓ 自殺のサインの出し方等を学びます。

(2) 職場における自殺対策の推進

No.	取り組み	内 容	担当課
①	ストレスチェック制度の実施の徹底	● ストレスチェックを実施します。	総務課
		● 広報誌・町公式ホームページ等を活用し、ストレスチェック制度についての周知を図り実施の徹底を推進します。	健康福祉課
		● ストレスチェックの実施、制度の周知を図ります。	教育指導課
		● 商工会員等にストレスチェック制度の周知を図り、ストレスによる健康被害を未然に防ぎます。	商工観光企業誘致課
②	ハラスメント防止対策の推進	● 広報誌・町公式ホームページ等を活用し、ハラスメント防止対策についての周知を図ります。	健康福祉課
		● ハラスメント（マタハラ等）に関するポスターを掲示し、周知を図ります。	
		● ハラスメントに関する研修の実施と相談窓口の周知を図ります。	教育指導課
		● 職場内における各種ハラスメント被害をなくすため、ハラスメントに関するチラシやパンフレットを商工会員等に配布し、ハラスメント防止や相談窓口等の周知を図ります。	商工観光企業誘致課

● 私たちの取り組み

- ✓ ストレスチェック制度の活用を通じて、健康被害を未然に防ぎます。
- ✓ 各種ハラスメントを正しく理解し、ハラスメントを防止します。

第7章 計画の推進

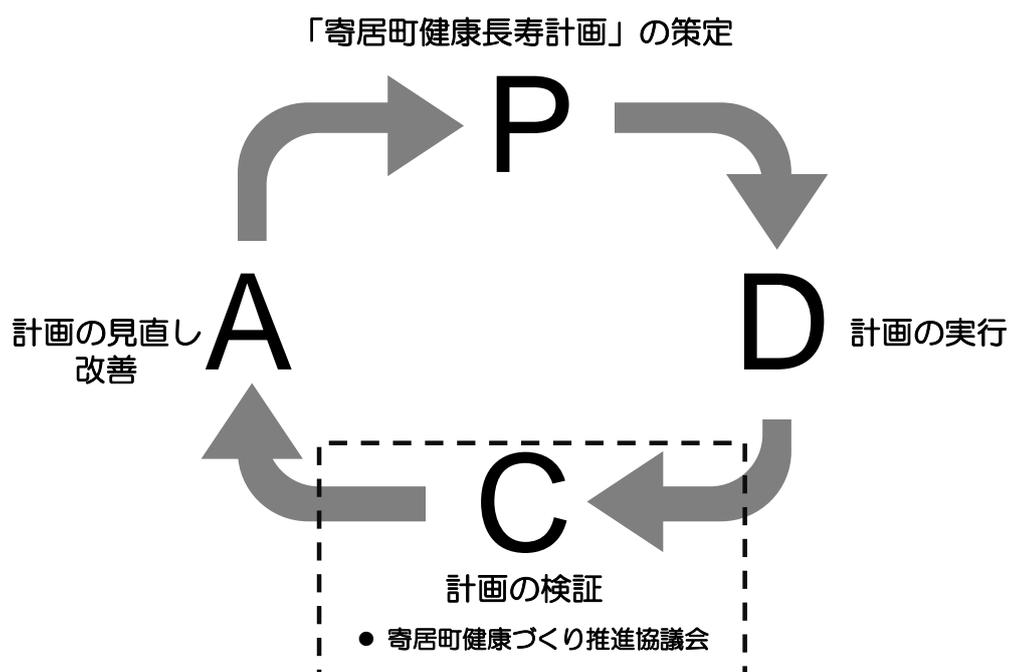
1 計画の推進体制

健康づくりの当事者は、町民一人ひとりです。自分の健康の維持・改善に主体的に取り組む町民と地域を、本計画を通じて町は支援します。従って、計画の推進にあたっては、町民、地域、行政がそれぞれ次に示す役割を果たすことが重要です。

町民の役割	一人ひとりが健康で生きがいのある毎日を送るという意識を持って行動し、健康診査の受診や、地域活動などへ積極的に参加していくことで、健康づくりに取り組みます。
地域の役割	自治会、民生・児童委員、老人クラブなどが、それぞれの活動と必要な連携を通じて、健康づくりを推進します。
行政の役割	本計画に基づき、地域の団体や健康づくりに関する団体と連携・協力し、全庁的な体制で総合的に町民の健康づくりを支援します。

2 計画の進行管理と評価

本計画の推進にあたっては、取り組みの実効性を高めるため、以下に示すPDCAサイクルによって、計画の進行管理を行います。



資料編

- 1 計画の策定経過
- 2 寄居町健康づくり推進協議会設置要綱
- 3 寄居町健康づくり推進協議会委員名簿
- 4 寄居町健康長寿計画策定庁内検討委員会設置要綱