

# 河内長野市 第4次保健計画 概要版

平成31(2019)年度～平成38(2026)年度

## 目標指標

健康づくりに係る7分野ごとに、次の目標を設定しました。

分野	指標	期首値 2017年度	目標 2026年度
母子保健	妊産婦死亡数	0人	現状維持
	妊産婦死亡率	0%	現状維持
	全出生数中の低出生体重児の割合	9.0%	減少
	死亡率 新生児(出生千対)	0人	現状維持
	乳児(1歳未満)(出生千対)	0人	現状維持
	幼児(1～4歳)(人口10万対)	0人	現状維持
	妊娠中の喫煙率	2.2%	0%
	乳幼児健康診査の未受診率 4か月	2.4%	2.0%未満
	1歳7か月	3.2%	3.0%未満
	3歳6か月	8.5%	5.0%未満
	ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合 4か月	96.5%	増加
	1歳7か月	91.1%	増加
	3歳6か月	89.6%	増加
	育てにくさを感じた時に対処できる親の割合 4か月	81.3%	95.0%以上
1歳7か月	83.3%	95.0%以上	
3歳6か月	84.8%	95.0%以上	
栄養・食生活	食育に関心がある人	67.7%	70.0%
	朝食を欠食する人 小学5年生	4.1%	0%
	中学2年生	9.0%	0%
	20～30歳代	33.3%	15.0%以下
	行事食を取り入れている人	83.5%	増加
休養・こころの健康づくり	自殺者数	17人	10人以下
	ストレスを解消できている人	70.7%	75.0%以上
	悩みごとや困ったことを相談できる相手がない人 小学5年生	5.2%	3.0%以下
	中学2年生	7.6%	5.0%以下
	こころが疲れた時に相談できる専門機関を知っている人	36.0%	57.0%以上

分野	指標	期首値 2017年度	目標 2026年度
がん・生活習慣病	健康診断を受ける人	69.8%	72.0%以上
	市が実施するがん検診受診者(率) 40歳以上/肺がん	29.5%	35.0%以上
	40歳以上/胃がん	16.9%	25.0%以上
	40歳以上/大腸がん	21.9%	30.0%以上
	40歳以上/乳がん/女性	27.7%	35.0%以上
	20歳以上/子宮頸がん	16.3%	20.0%以上
	市が実施するがん検診受診後の精密検査受診者(率) 40歳以上/肺がん	94.3%	現状維持
	40歳以上/胃がん	90.2%	現状維持
	40歳以上/大腸がん	68.8%	90.0%以上
	40歳以上/乳がん/女性	98.1%	現状維持
	20歳以上/子宮頸がん	86.2%	90.0%以上
	市民全体のがん検診受診者(率) 肺がん	19.1%	45.0%以上
	胃がん	24.8%	40.0%以上
	大腸がん	26.4%	40.0%以上
乳がん/女性	27.4%	45.0%以上	
子宮頸がん	23.8%	45.0%以上	
特定健康診査受診率	38.8%	60.0% (2023年度)	
特定保健指導実施率	16.9%	60.0% (2023年度)	
運動・身体活動	運動習慣者 男性	33.2%	35.0%以上
	女性	22.2%	35.0%以上
歯の健康	う歯(むし歯)のない3歳児の割合	78.3%	85.0%以上
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人	54.4%	65.0%以上
	80歳以上で20歯以上の自分の歯を有する人	36.9%	40.0%以上
	定期的な歯科検診の受診者(40～64歳)	52.8%	55.0%以上
たばこ・アルコール	喫煙率 男性	17.5%	15.0%以下
	女性	6.2%	5.0%以下
	中学生の喫煙 中学2年生男子	1.4%	0%
	中学2年生女子	1.5%	0%
	多量に飲酒する人 男性	12.2%	3.2%以下
	女性	2.2%	0.2%以下

## 計画策定の趣旨・計画の位置づけ

この計画は、生涯を通じた健康づくりを市民・地域・行政など多様な主体が総合的かつ計画的に推進することで健康寿命の延伸による生活の質の向上を図ることを目的に策定するものです。

健康増進法が規定する市町村健康増進計画、国の「健やか親子21」に関連する市町村行動計画、食育基本法が規定する市町村食育推進計画、自殺対策基本法が規定する市町村自殺対策計画としての性格も持ちます。また、「河内長野市第5次総合計画」に基づく健康づくり領域の基本計画です。

## 基本理念と基本方針

次の「基本理念」「基本方針」のもとで、市民の健康づくりに取り組みます。

### 基本理念

子どもも 大人も みんな すこやか  
笑顔あふれる まち

誰もが生涯にわたり、心身ともに健やかでこころ豊かに過ごせるまち、社会に参加して役割をもてるまち、相互に助け合う思いやりと笑顔あふれるまちをめざします。

### 【基本方針1】 すべての子どもが健やかに育つことができる環境づくり

妊娠から乳幼児期は、すべての子どもにとって健やかに育つための重要な時期となります。関係機関との連携のもと、子どもたちの身体やこころの成長・発達を促し、地域や家庭環境等の違いにかかわらず、すべての子どもが安心して健やかに育つ環境をつくりまします。

重要課題 切れ目のない、妊産婦・乳幼児への保健対策の充実

### 【基本方針2】 生涯にわたり健康的な生活を維持するための環境づくり

健康づくりの基本は、市民一人ひとりが自分の健康状態を自覚し、健康寿命の延伸による生活の質の向上をめざし、主体的に健康の保持・増進に取り組むことです。

しかし、健康づくりは個人の力だけでは実践や継続ができないことも多くあります。一緒に行動できる仲間や万が一の際に助け合える関係等、「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も重要となります。

乳幼児から高齢者まで、誰もが生涯を通じた心身の健康づくりに取り組める環境をつくりまします。

### 重要課題

運動や食による主体的な健康づくりの啓発/身体とこころの健康づくりの推進/がん検診、各種健診の受診促進と生活習慣病の予防・改善

## 健康づくりに係る施策

7分野ごとに施策の一部を記載しています。行政、医療機関、地域の諸団体、ボランティアなどそれぞれの役割を活かし、連携して、市民の主体的な健康づくりを推進します。

### 母子保健

#### 【施策】

##### ① 妊婦に対する支援の充実

- 妊娠届出時に妊婦の面接を行い、妊婦の状況の把握に努め、支援の必要性を総合的に判断し、保健指導・継続支援の充実を図ります。
- 「ママパパ教室」「マタニティあんしん相談」「プレママあんしんサロン」を実施します。
- 産前産後を支援するヘルパー派遣の対象を拡充します。

##### ② 乳幼児健診の受診率の向上

- 健診受診の必要性について啓発するとともに、健診未受診児の状況の把握に努めます。

##### ③ 親の育児不安を軽減する支援の充実

- 専門クリニックや発達相談、未熟児の相談、訪問を通じ、育児不安の軽減に努めます。
- 保護者が気軽に相談し、同年齢の子どもと保護者が交流できる場を子ども・子育て総合センターあいくや各地域で開催します。

### 栄養・食生活

【河内長野市食育推進計画】

#### 【施策】

##### ① 健康的な食生活の支援

- 乳幼児健診等において「規則正しい生活リズム」や「朝食の大切さ」等の望ましい食生活について、情報提供をします。
- 栄養相談、訪問指導等において、栄養の重要性、生活習慣病、虚弱な高齢者の低栄養等を予防するための食事について助言や指導を行います。また、教室や講座等で啓発します。

##### ② 多様な主体による食育推進の展開

- 食育月間（6月）や大阪府食育月間（8月）に重点的に食育に取り組み、食育の周知と定着を図ります。
- 食生活改善推進員や食育活動関連ボランティア団体等への情報提供を行うとともに、活動の機会や場の提供等を支援します。

##### ③ 地産地消の推進

- 地元で生産される農産物等の魅力を多くの消費者へ発信するとともに、市内事業者と農業者との連携をより深める取り組みを進め、産業活性、地域活性を図ります。
- 農作物等の生産者を支援することで、奥河内くろまるの郷等の直売所における地元産品の充実を図り、地産地消を推進します。

### 休養・こころの健康づくり

【河内長野市自殺対策計画】

#### 【施策】

##### ① こころの相談体制の充実

- 市職員や関係機関職員が、様々な悩みを抱えた市民に対し適切な対応・支援ができるよう、研修等を実施し、職員の資質向上に努めます。
- 発育発達面で支援を必要とする子どもや保護者に対し、適切な支援が行えるよう、相談事業の内容の充実を図ります。

##### ② 支援のための連携体制の強化

- 支援を必要とする妊婦や子どもと保護者に対し、関係機関との連携を強化することにより、支援の充実を図ります。
- 高齢者や障がい者等の地域における効果的な支援体制を構築するため、状況把握に努めるとともに、民生委員、児童委員や地区（校区）福祉委員、コミュニティソーシャルワーカー、地域包括支援センター等の支援者・関係機関の連携を強化します。

##### ③ 自殺予防に係る普及啓発

- 自殺についての誤解や偏見をなくすとともに、自殺予防に係る相談窓口等について周知するために、広報紙やホームページ等で普及啓発をします。

### がん・生活習慣病

#### 【施策】

##### ① がん検診・健診の受診促進

- がん検診取り扱い医療機関の拡大等受診しやすい環境をつくります。
- がん検診等未受診者への受診勧奨を行います。

##### ② 検診の精度管理の向上や特定健康診査・保健指導の充実

- 医師会、医療機関と連携し、精密検査受診率の向上に取り組みます。
- がん検診の精度をより高めるために、医療機関向けの研修会や意見交換会等を実施します。
- 特定健康診査の結果から高血圧、糖尿病、脂質異常症等の生活習慣病リスクがある健診受診者に対し、専門職による個別指導を概ね3～6か月間実施します。

### 身体活動・運動

#### 【施策】

##### ① 運動習慣の確立に向けた普及啓発

- ホームページ等でウォーキングについての情報を提供します。
- 生活習慣改善に向け、運動習慣に係る普及啓発をします。
- 高齢期における体力や身体機能の低下を予防するために、中高年期からの継続的な運動習慣の確立に向けた取り組みを支援します。

##### ② 身体活動や運動に取り組みやすい環境づくり

- 小学校単位を基本として健康づくり推進員を育成するとともに、健康づくり推進員による各地域でのウォーキングや体操教室等の実施を支援します。

### 歯の健康

#### 【施策】

##### ① 歯と口腔の健康を守るための支援

- 妊娠届出時の妊婦面接やママパパ教室において妊娠中の歯と口腔の健康の重要性を啓発します。
- 乳幼児健診等において乳幼児期のむし歯予防・口腔機能の発達と噛むことの大切さを啓発します。
- すべての世代に対し、歯科相談やブラッシングセミナー、地域等での講習会、広報紙での情報提供等を通じて、口の衛生管理の重要性、口腔機能の向上のために必要な知識について普及啓発をします。
- 一般の歯科診療所では診療を受けることが困難など配慮の必要な人（要介護者、障がい児者等）のケアの充実に向け、歯科専門職がコーディネーターの役割を担当し、歯科医師会と連携して口腔ケア・治療・予防等の歯科診療の確保を図ります。

##### ② 歯科検診の受診促進

- 40歳・50歳・60歳・70歳を対象に歯周疾患検診の受診券を発行し、受診を促進します。

### たばこ・アルコール

#### 【施策】

##### ① 禁煙・受動喫煙対策の推進

- 健診や地域のイベント等で喫煙や受動喫煙が健康に与える影響について啓発します。
- 健診等で喫煙者に対し禁煙指導を行います。
- 公共施設での禁煙・受動喫煙防止を推進します。

##### ② 適正な飲酒量に関する普及啓発

- 飲酒が健康に与える影響や適正な飲酒量についての情報提供をします。
- 飲酒に係る相談機関の情報提供をします。