

重点課題	健康へのとりくみ指針	推進内容（市民の行動指針）	市の事業方針	担当課等	具体的な推進事業
健康な食生活の推進 （栄養・食生活） 目標指標 ・朝食を欠食する人の減少 ・肥満の減少 ・やせの減少	朝食を食べて一日をスタートさせよう	<ul style="list-style-type: none"> 規則正しく、毎日3食欠かさず食事をしよう。 早寝早起きを心がけ、生活リズムを見直そう。 	<ul style="list-style-type: none"> 朝食の大切さを啓発します 朝食を楽しくおいしく食べる生活リズムについて情報提供し、啓発します。 	健康推進課 高齡福祉課 子育て支援課	パパママ教室、離乳食講習会、育児教室、乳幼児健康相談、乳幼児健診、親子教室、食に関する指導(保育園・幼稚園・小中学校)、クッキング教室、ふれあい給食・バイキング給食・各種たよりの配布(小中学校)、農業体験塾、 中学校食育推進事業 、若年者健診、女性の健康講座、生活習慣病予防教室、特定健診・特定保健指導、運動栄養口腔機能向上教室、健康相談、栄養相談、食生活改善推進員養成・継続支援、食育まつり、清須市役所食育推進連絡会、レジャー農園貸出し、広報保健だより
	栄養バランスのとり方を学ぼう	<ul style="list-style-type: none"> 自分にあった正しい食事のとり方を学ぼう。 食事の栄養バランスと、生活習慣病などとの関連性に関心を持とう。 妊娠から授乳期までの食事の大切さを知ろう。 子どもの栄養や食生活の大切さを知ろう。 	<ul style="list-style-type: none"> 必要な栄養摂取を学び、市民が自らの食生活を見直すことができるよう支援します。 子どもの健康と成長に必要な食事と栄養について親が学べる機会を拡充します。 低栄養などを予防し、高齢者の栄養改善を図り、介護予防推進します。 	保育園・児童館 学校教育課 小・中学校 幼稚園 給食センター 生涯学習課	
	楽しく食事をしよう	<ul style="list-style-type: none"> みんなで食事をする機会を持とう。 感謝の気持ちを持って、食事をしよう。 よく噛んでゆっくり食べよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 家族などが一緒に楽しく食事をする大切さを啓発するとともに、子どもたちが食事を通じて健康的な食習慣を身につけることができる機会づくりに努めます。 食事の仕方や噛む回数など、健康的な食習慣についての基本的な情報提供を行います。 農業体験を通じて食を考える啓発活動を実施します。 	産業課 保険年金課	
健康な運動習慣の推進 （身体活動・運動） 目標指標 ・意識的に身体を動かすことを心がけている人の増加	積極的に運動しよう	<ul style="list-style-type: none"> 自分にあった運動やスポーツを見つけよう。 子どもの頃から楽しみながら体を動かそう。(親しめるよう支援しよう) 	<ul style="list-style-type: none"> 多様な運動・スポーツの機会を拡充し、市民一人ひとりが自分にあった運動・スポーツを見つけられる環境づくりを進めます。 	健康推進課 高齡福祉課 子育て支援課	学校行事、課外行事、クラブ活動、スポーツ教室、サタデイキッズ教室、子ども会球技大会、各地区市民体育祭、市民ソフトボール大会、健康遊具の設置、親子教室、若年者健診、生活習慣病予防教室、 男性の運動教室 、女性の健康講座、特定健診・特定保健指導、運動教室、介護予防・運動教室、運動栄養口腔機能向上教室、健康相談、健康づくりリーダー連携会議、 水辺の散策路事業（4地区を結ぶ整備完了） 、広報保健だより
	毎日の生活で体を動かそう	<ul style="list-style-type: none"> 生活の中で、できるだけ歩こう。 簡単にできる、自分の運動メニューをつくろう。 生活の中で身体活動をふやそう。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防、介護予防などの視点から、健康的な身体活動・運動習慣を確立できよう支援します。 	保育園・児童館 学校教育課 小・中学校 幼稚園	
	運動しやすい環境をつくろう	<ul style="list-style-type: none"> 身近なスポーツイベントに積極的に参加しよう。 社会参加を通じた身体活動・運動をしよう。 安全・安心な運動の場を見つけよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりグループの育成・支援などを通じて、地域で健康づくりにとりくむための環境整備を進めます。 スポーツイベント等の機会をつくり、運動・スポーツの活発化を図ります。 安全で安心な運動やスポーツ活動の場づくりに努めます。 	スポーツ課 土木課 都市計画課 企画政策課 保険年金課	
こころの健康づくりの推進 （休養・こころの健康） 目標指標 ・睡眠により休養がとれていない人の減少	休養をとろう	<ul style="list-style-type: none"> 活力を養う休養を積極的にとろう。 質の良い睡眠をとろう。 	<ul style="list-style-type: none"> 睡眠や休養の大切さを啓発し、上手に休養をとる工夫などについて情報提供します。 	健康推進課 高齡福祉課	スクール・カウンセラー、市民健康講座、 女性の健康講座 、心の健康相談、うつ相談、電話相談、面接、訪問、自殺予防街頭啓発、職員スキルアップ研修、相談支援事業(委託)、自立支援医療(精神通院)、母子家庭等日常生活支援事業、就業相談員・母子自立支援員による相談、 傾聴講座 、広報保健だより
	ストレスと上手につきあおう	<ul style="list-style-type: none"> 自分のストレス解消法を見つけよう。 自分の心も、相手の心も大切にしよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ストレスと心の健康の関係について啓発するとともに、ストレスを解消することの大切さやストレス解消法など心の健康に関する情報提供を行います。 	社会福祉課 子育て支援課	
	心の健康に関心を持とう	<ul style="list-style-type: none"> うつ病等の心の病気に関心を持ち、理解しよう。 家族や周囲の人の心の健康に気を配ろう。 	<ul style="list-style-type: none"> うつ病などの心の病気を正しく理解することができるよう、教育や啓発などを行います。 自分自身の心の健康に関心を持つとともに、家族や周囲の人の心の健康にも配慮する等の啓発を行います。 	保育園・児童館 子育て支援センター 学校教育課	

<ul style="list-style-type: none"> 自殺者数の減少 	<p>気軽に相談しよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> 相談できる場所があることを知り、周囲にも伝えよう。 心の健康に不安があるときは、早めに相談し、必要に応じて医療機関を受診しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ストレスや悩み事を気軽に相談できる窓口を周知し、サービスを必要としている人が利用できるようPRします。 心の健康に関する多様な相談を受けられる体制の拡充とサービスの充実に努めます。 	<p>小・中学校 幼稚園 産業課</p>	
<p>禁煙の推進と受動喫煙の防止 (たばこ)</p> <p>目標指標</p> <ul style="list-style-type: none"> 喫煙者の減少 	<p>たばこの有害性を理解しよう</p> <p>家庭や社会で受動喫煙を防止しよう</p> <p>未成年者の喫煙を防止しよう</p> <p>妊婦の喫煙を防止しよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> たばこの有害性を理解し、禁煙しよう。 禁煙希望者は、相談機関を知り、専門的なサポートを活用しよう。 喫煙者は、マナーを守ろう。 周囲の人や家族、特に子どもの受動喫煙を防止しよう。 未成年者のたばこの有害性を知り、伝えよう。 安易に手が出せないよう配慮しよう。 たばこが胎児に及ぼす影響について理解しよう。 妊娠中は禁煙しよう。 出産後も禁煙しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 健診結果の活用も含め、喫煙の有害性を具体的にわかりやすく伝え、可能な限り禁煙を促します。 医療機関との連携により、禁煙治療が必要だと考えられる対象者に専門医療機関等の情報提供を行います。 受動喫煙の有害性などを情報提供し、喫煙者のマナー遵守を啓発します。 子どもの受動喫煙を防止するよう指導・啓発するとともに、あらゆる場所での受動喫煙防止を啓発します。 未成年者の喫煙などの有害性を、未成年者本人だけでなく家族や周囲の大人たちにも周知し、未成年者の喫煙防止を図ります。 妊娠中の喫煙の有害性を啓発し、妊婦の喫煙を防止するとともに、出産後の喫煙を防止します。 	<p>健康推進課 高齢福祉課 子育て支援課 学校教育課 小・中学校 人事秘書課 保険年金課</p>	<p>妊婦への個別相談(<u>パパママ喫煙者へは啓発パンフレット配布</u>)、パパママ教室、薬物乱用防止教室、小中学校での教育、防煙教室、禁煙サポート相談・禁煙外来等の啓発、がん検診時にアンケート実施、特定健診・特定保健指導、禁煙教室、母子保健推進員定例会にて講習会 市ホームページ掲載、広報保健だより</p>
<p>過度な飲酒の防止 (アルコール)</p> <p>目標指標</p> <ul style="list-style-type: none"> 多量に飲酒する人の減少 	<p>節度ある適度な飲酒を 実行しよう</p> <p>未成年者の飲酒を防止 しよう</p> <p>妊婦の飲酒を防止し よう</p>	<ul style="list-style-type: none"> 適度な飲酒量や習慣を理解しよう。 適正な飲酒をしよう。 未成年者の飲酒の有害性を知り、伝えよう。 安易に飲めないよう配慮しよう。 未成年者に飲酒をすすめないようにしよう。 妊娠中の飲酒の影響を理解しよう。 妊娠中・授乳中の飲酒はやめよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 過度な飲酒の危険性を理解し、適度な飲酒量を守ることができるよう、相談、指導、情報提供に努めます。 うつなど、多量飲酒の背景となっている要因を踏まえた支援や情報提供を行います。 未成年者の飲酒の有害性を、未成年者本人だけでなく家族や周囲の大人たちにも周知し、飲酒の防止を図ります。 妊娠中の飲酒の影響を理解し、妊娠中は飲酒しないよう相談、指導、情報提供に努めます。 	<p>健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課 学校教育課 小・中学校 保険年金課</p>	<p>妊婦への個別相談、パパママ教室、小中学校での教育、心の健康相談、うつ相談、電話相談、面接、訪問、特定健診・特定保健指導、尾張断酒会連携、広報保健だより</p>
<p>歯と口の健康づくり (歯の健康)</p> <p>目標指標</p> <ul style="list-style-type: none"> 歯間部清掃用具を使用する人の増加 定期的に歯科健診を受けている人の増加 	<p>歯と口の健康に関心をもち、正しい知識を身につけよう</p> <p>歯と口の健康を守ろう</p>	<ul style="list-style-type: none"> 歯と口を健康に保つための知識を身につけよう。 「8020運動」を理解しよう。 「嚙ミング 30 (カミングサンマル)」を実践しよう。 歯と口を健康に保つための生活習慣を身につけよう。 歯間部清掃用具などを適切に活用しよう。 定期的に歯科健診を受けよう。 かかりつけ歯科医院で定期的に歯面清掃などを受けよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 歯と口を健康に保つための正しい知識を身につけられるよう、多様な手段で情報提供、教育、啓発を行います。 8020運動や嚙ミング 30 についての情報提供や啓発を行います。 生涯を通じて歯と口を健康に保つことを動機づけるとともに、歯と口の健康を守るための知識や情報提供を行います。 歯間部清掃用具の使用について情報提供、啓発を行います。 必要な健診機会を確保するとともに、市民が適切に受診できるよう情報提供します。 	<p>健康推進課 高齢福祉課 子育て支援課 保育園・児童館 学校教育課 小・中学校 幼稚園 保険年金課</p>	<p>パパママ教室、幼児歯科健診、保育園・幼稚園・小中学校歯科健康教育、若年者歯科健診、成人歯科節目健診、特定健診時歯科健康診査、歯科指導、運動栄養口腔機能向上教室、歯の健康づくり得点の実施、歯科医師会連絡会議、広報保健だより</p>
<p>感染症予防の推進</p>	<p>感染症に関心をもち、正しく理解しよう</p> <p>感染症予防対策を実践しよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> 感染症の情報に関心を持とう。 うがい、手洗いなどの感染症予防対策を実践しよう。 予防接種について正しい知識を持ち、安全に受けよう。 	<ul style="list-style-type: none"> 感染症の情報を随時提供し、市民の注意を喚起します。 各種感染症を正しく理解し、適切な1次予防、2次予防ができるよう支援します。 うがい、手洗い、手指の消毒など、基本的な感染症予防対策の重要性を啓発します。 予防接種についての情報を提供し、安全な接種を啓発します。 各種予防接種を行うとともに、未接種者への勧奨を行い 	<p>健康推進課 高齢福祉課 子育て支援課 保育園・児童館 学校教育課 小・中学校</p>	<p>感染症情報を随時掲載、定期予防接種、任意予防接種(<u>子宮頸がん・ヒブ・小児肺炎球菌予防接種費助成</u>)、感染症予防対策の啓発、インフルエンザ流行期のポスター掲示・手指消毒薬の設置、市ホームページ掲載、広報保健だより</p>

			ます。	幼稚園 給食センター	
介護予防の推進	早くから介護予防意識を持つ	・生活習慣と介護予防との関連性を知ろう	・若い時の生活習慣が、将来的な要介護リスクにつながることを周知し、早くから介護予防意識を持てるよう啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 産業課*	福祉実践教室（小学生親子対象）、二次予防対象者把握事業、健康相談、介護予防教室、介護予防啓発事業、市民健康講座、認知症サポーター養成講座、認知症キャラバンメイトフォローアップ研修、 <u>認知症サポータースキルアップ研修</u> 、介護者のつどい、広報保健だより
	介護予防の大切さを知ろう	・介護予防の重要性を理解しよう。 ・地域や社会に積極的に参加しよう。	・介護予防の大切さを理解し、積極的に介護予防に取り組むよう啓発します。		
	介護予防事業を積極的に活用しよう	・介護予防事業を積極的に活用しよう。	・多様な介護予防事業について情報提供し、積極的な利用を促します。		
健康診査の受診促進と結果の有効活用 (糖尿病・循環器疾患・がん) 早期治療の推進 目標指標 ・健診を受けている人の増加 ・健診結果を活用している人の増加	健康診査を受けて自分自身の健康を守ろう	・健康診査の目的を理解しよう。 ・健康診査を定期的に受診しよう。 ・自分と家族のために健康を見直そう。	・必要な健診機会を確保するとともに、市民が適切に受診できるよう情報提供します。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課	若年者健診、市民がん検診、市民女性がん・骨粗しょう症検診、被保護者健康診査、特定健康診査、清須市国民健康保険保健事業人間ドック補助事業、生活習慣病予防教室、被保護者健診における保健指導、特定保健指導、後期高齢者健康診査、各教室・相談事業等のPR、健康相談、栄養相談、市民健康講座、市ホームページ掲載、広報保健だより がん検診推進事業（女性がん・ <u>大腸がん</u> ）
	健康診査の結果を活用しよう	・結果を理解し、健康状態を知ろう。 ・結果に応じて、生活習慣を見直そう。 ・定期的な受診により、病気の早期発見・早期治療に努めよう。	・結果の見方や日々の健康づくりへの活かし方についての情報提供や相談を行います。 ・精密検査の必要性の啓発と、要精密検査者への受診勧奨を強化します。		
	各種保健サービスを活用しよう	・広報・ホームページ等から市の事業を知ろう。 ・自分に必要な健康づくり事業をうまく活用しよう。	・市民の健康づくりを支援する各種保健サービスの充実に努めるとともに、分かりやすい情報を提供します。		
かかりつけ医を持つ	かかりつけ医を持つ	・かかりつけ医を持つ意味を理解しよう。 ・かかりつけ医を持つ。	・かかりつけ医を持つ意味を周知し、かかりつけ医を持つことを推進します。 ・かかりつけ医と専門的機能を持つ病院との連携を推進し、安心して医療が受けられる環境をつくりまします。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課	健康優良世帯記念品贈呈、ジェネリック医薬品の活用、医療費通知、物忘れ相談
	早い段階で相談して早期治療につなげよう	・健康に不安がある時は、早期に医療機関を受診しよう。	・病気を早期に発見し、早期治療できるよう、なるべく早い段階での受診を促します。		
地域ネットワークづくりの推進	いろいろなグループと連携・協力しよう	・市や各種地域組織・団体等と連携・協力しよう。 ・積極的に情報交換や意見交換をしよう。	・市民の健康づくり活動の推進のために、地域の各関係機関や団体等が連携・協力できるネットワークづくりを進めます。 ・地域における多様な健康づくり活動を推進する核となるリーダー等の人材の確保と育成に努めるとともに、健康づくりグループの育成を図ります。 ・地域の健康づくりグループ等との連携を強化します。 ・食育を中心とする活動を活発化するため、多様な交流や連携を促進します。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課 子育て支援課 保育園・児童館 学校教育課 小・中学校 幼稚園 スポーツ課 生涯学習課 産業課 企画政策課 人事秘書課	各地区市民体育祭、体育協会市民大会、レクリエーション協会主催事業、健康づくりリーダー講習会・連携会議、社会福祉協議会に対する助成事業、いもほり等地域施設交流事業、 <u>福祉実践教室</u> 、 <u>中学校食育推進事業</u> 、食育まつり、市役所食育推進連絡会議、農業体験塾、レジャー農園の貸し出し、農産物品評会、特産物振興委員会、食生活推進員養成・継続支援、母子保健推進員定例会、健康づくり推進協議会、食育改善推進連絡会、歯科医師会連絡会議、健康づくり活動支援、出前講座、認知症サポーター、 <u>市民公開講座への協力</u> 、 <u>健康づくりをみんなで考える会</u>
	いろいろな場に参加しよう	・市や団体等が実施する健康づくり活動に積極的に参加しよう。	・地域の様々な活動に関する情報を提供するとともに、積極的な参加を啓発します。		
	職場等の健康づくり活動等に参加しよう	・職場や関係団体などが実施する事業に参加しよう。	・職場等で展開されている様々な活動に積極的に参加する意識を啓発します。		