

第Ⅴ編

保健医療計画

第1章	保健医療の現状	149
第2章	基本的考え方	159
第3章	施策の内容	166

目次

第1章 保健医療の現状	149
1 疾病構造	149
2 保健医療に対する意識	152
第2章 基本的考え方	159
1 基本方針	159
2 テーマ	160
3 体系図	163
第3章 施策の内容	166
テーマ1 食卓に笑顔があふれるまち	166
(1) 食育推進計画の策定	167
(2) 子どもや保護者への食育の推進	167
(3) 相談・学習・情報提供の推進	168
(4) 地域における活動の推進	168
(5) 食事バランスガイドの普及・推進	169
テーマ2 白い歯が輝くまち	171
(1) 子どもの歯と口腔の健康の推進	171
(2) おとなの歯と口腔の健康の推進	172
テーマ3 市民の主体的な健康づくりが実践されるまち	173
(1) 健康づくりの普及	174
(2) 総合的な健康づくり体制の支援	174
(3) 健康診査等の推進	175
(4) 自殺予防対策・こころの健康づくりの推進	175
(5) アレルギー対策の推進	176
(6) エイズ予防対策の推進	176
(7) 薬物乱用防止対策の推進	177
(8) 人とペット動物が共生できる社会の推進	177
テーマ4 アルコール・たばこについての知識が普及したまち	178
(1) 飲酒による影響についての普及	178
(2) 喫煙による影響についての普及	179
テーマ5 いきいき親子のまち	180
(1) 妊産婦・新生児・未熟児の健康の推進	180
(2) 相談・学習・交流の推進	181
(3) 乳幼児の健全な発育・発達の推進	181
テーマ6 安心医療のまち	183
(1) 医療連携の推進	183
(2) かかりつけ医等の推進	184

第1章

保健医療の現状

1 疾病構造

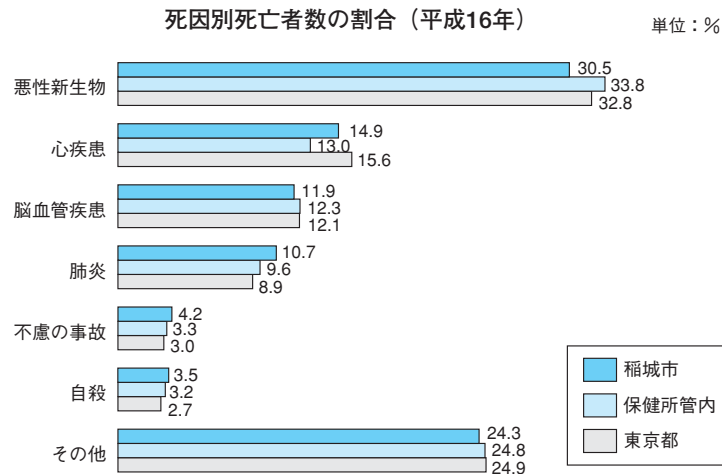
市民の疾病構造（主要な死因）について、平成16年の数値を中心に記載しています。

(1) 主要死因別死亡数

① 稲城市及び南多摩保健所管内、東京都の死因別死亡者数の割合

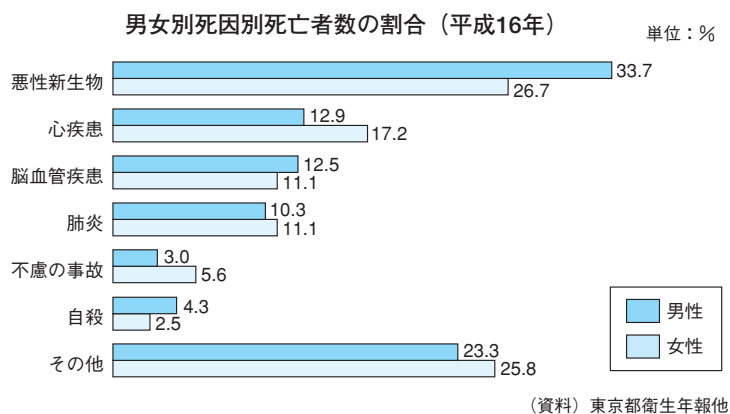
死因別死亡者数の割合を見ると、「悪性新生物」が最も多く、次いで「心疾患」、「脳血管疾患」などとなっています。

なお、「肺炎」、「不慮の事故」、「自殺」については、南多摩保健所管内及び東京都と比べると本市の割合が高くなっています。



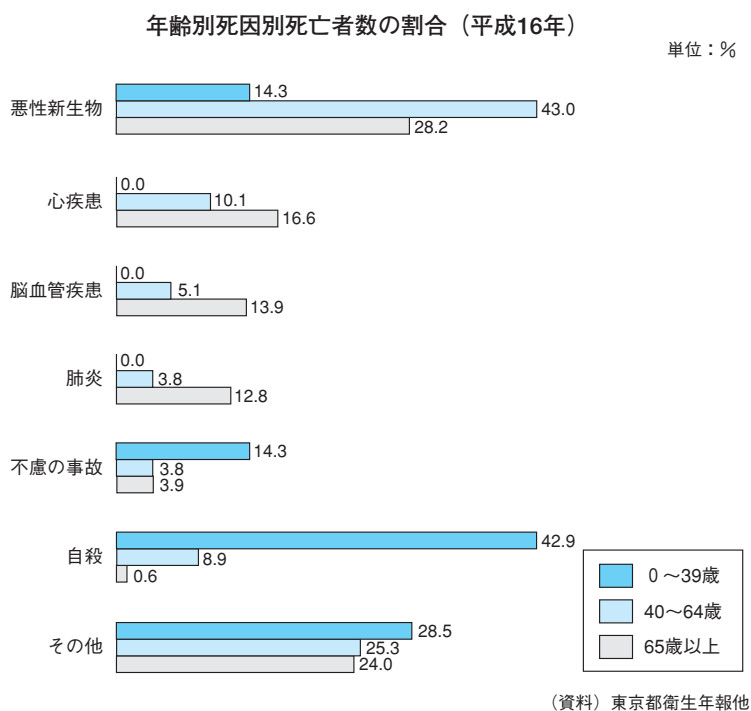
②稲城市の男女別死因別死亡者数の割合

男女別死因別死亡者数の割合をみると、男女とも「悪性新生物」が最も多くなっています。「悪性新生物」、「脳血管疾患」、「自殺」は男性が女性を上回っており、「心疾患」、「肺炎」、「不慮の事故」は女性が男性を上回っています。



③稲城市の年齢別死因別死亡者数の割合

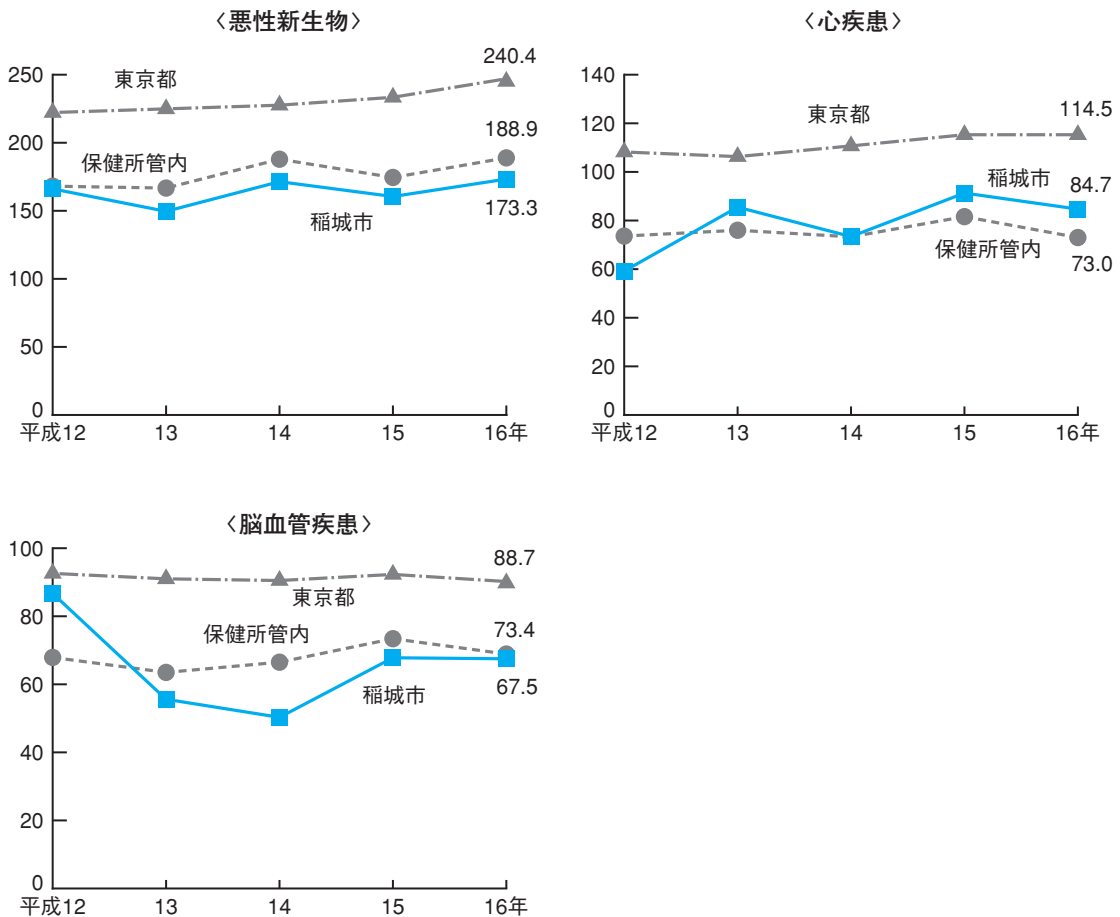
年齢別死因別死亡者数の割合をみると、40歳以上では「悪性新生物」が死因の1位となっており、なかでも40～64歳の死因の半数近くが「悪性新生物」となっています。なお、0～39歳では、死因の半数近くが「自殺」となっています。



(2) 主要死因別死亡率

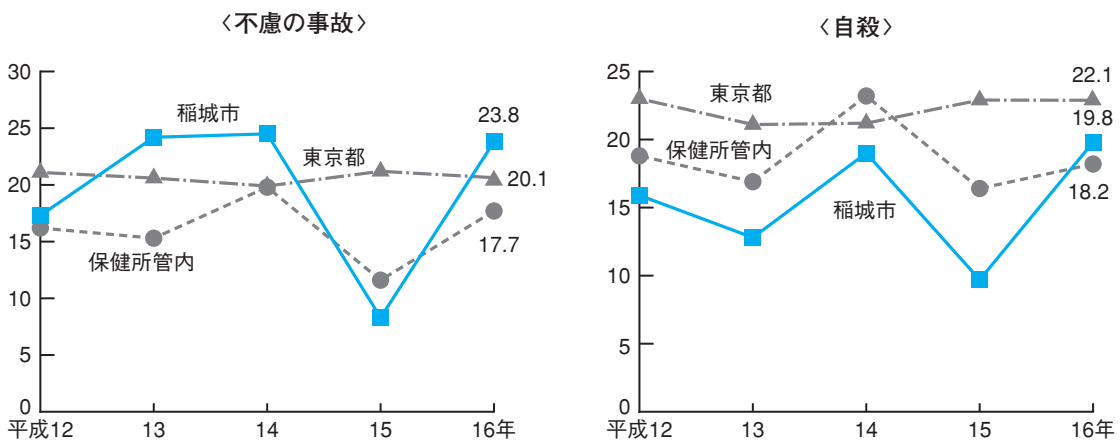
三大死因である「悪性新生物」、「心疾患」、「脳血管疾患」及び「不慮の事故」、「自殺」の死亡率の推移は次のとおりです。

三大死因別死亡率の推移（人口10万対）



(資料) 東京都衛生年報他

不慮の事故・自殺死亡率の推移（人口10万対）



(資料) 東京都衛生年報他

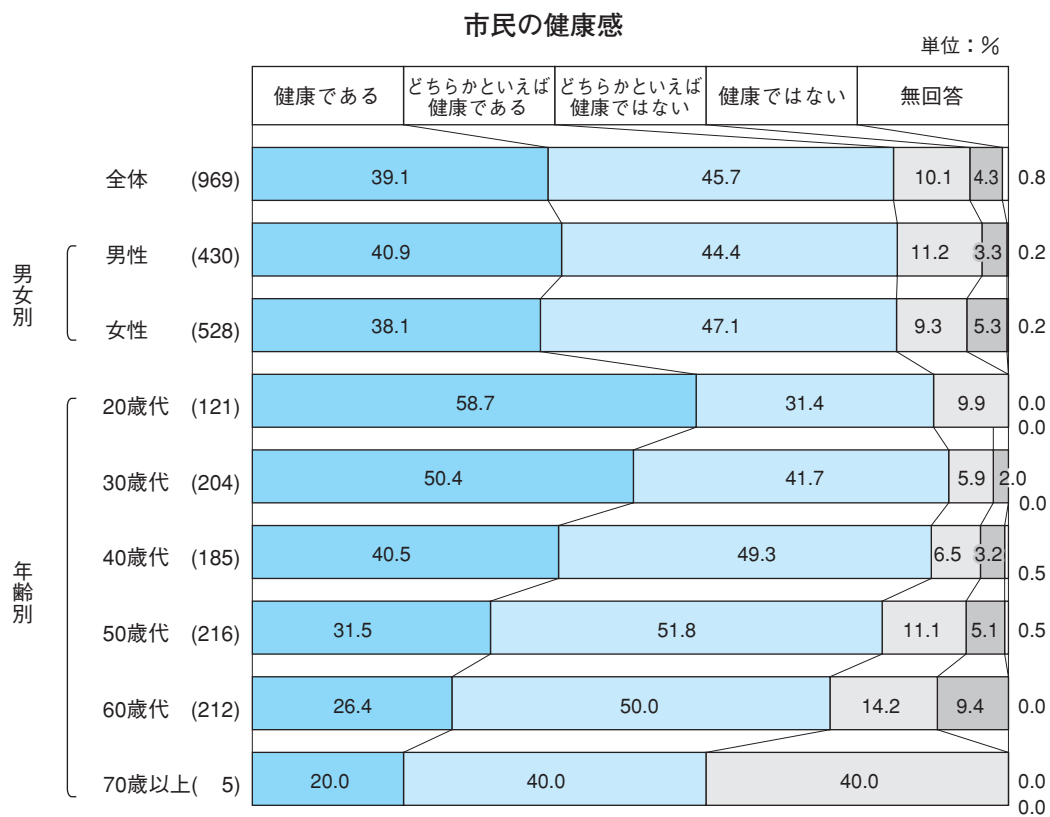
2 保健医療に対する意識

ここでは稲城市保健福祉総合計画策定のためのアンケート調査〈保健医療〉（平成17年1月実施）の結果を掲載します。

(1) 市民の健康感

「健康である」、「どちらかといえば健康である」の割合が全体で8割を超えています。

男女別では差はありませんが、年齢別では年齢を重ねるほど「健康である」、「どちらかといえば健康である」が少なくなる傾向にあるものの、60歳代でも4人に3人は「健康である」、「どちらかといえば健康である」としています。



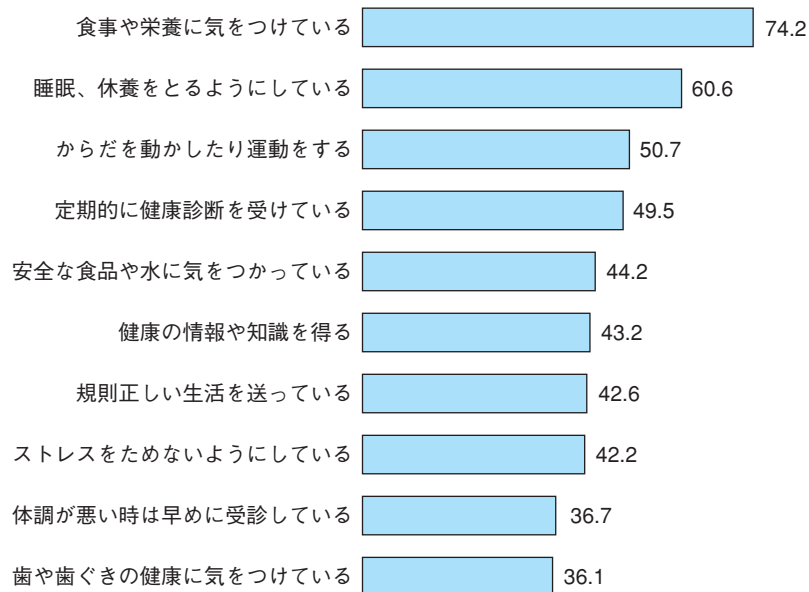
注：（ ）内は回答者数

(2) 健康のために実行していること

「食事や栄養に気をつけている」、「睡眠、休養をとるようにしている」、「からだを動かしたり運動をする」、「定期的に健康診断を受けている」など、食事・栄養、睡眠・休養、運動、健康診断が上位にあげられています。

健康のために実行していること（上位10位）

単位：％

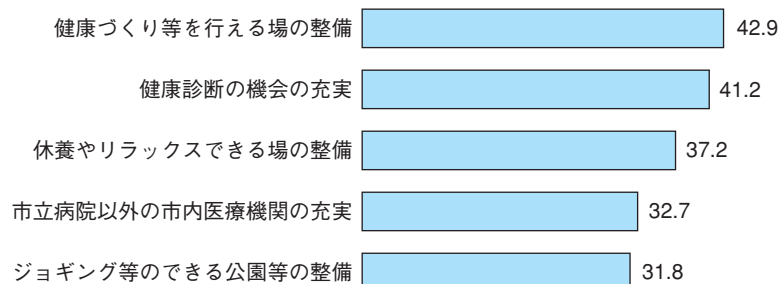


(3) 健康な生活を送るうえで充実が望まれること

「健康づくり等を行える場の整備」、「健康診断の機会の充実」、「休養やリラックスできる場の整備」が上位にあげられています。

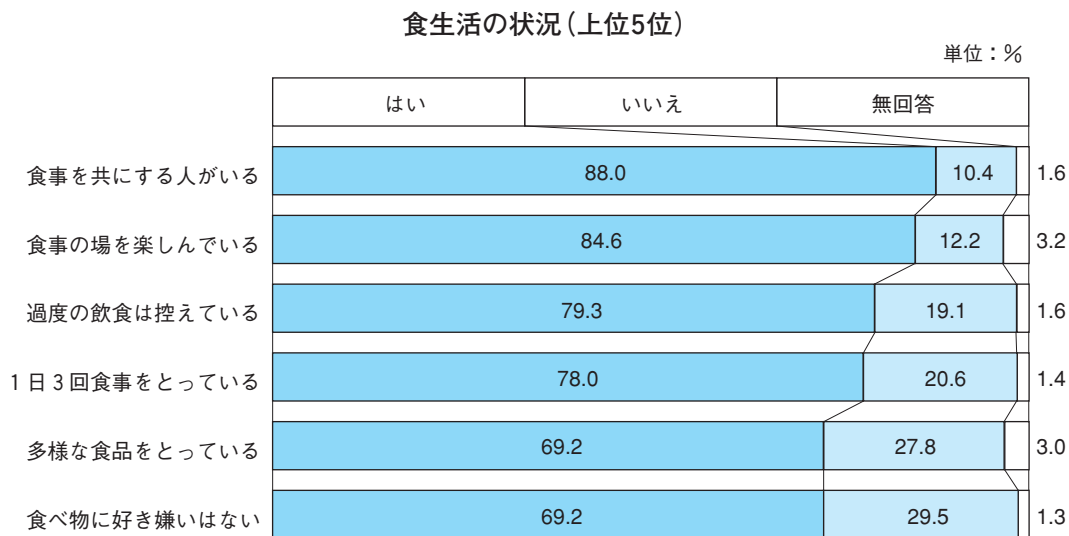
健康な生活を送るうえで充実が望まれること（上位5位）

単位：％



(4) 食生活の状況

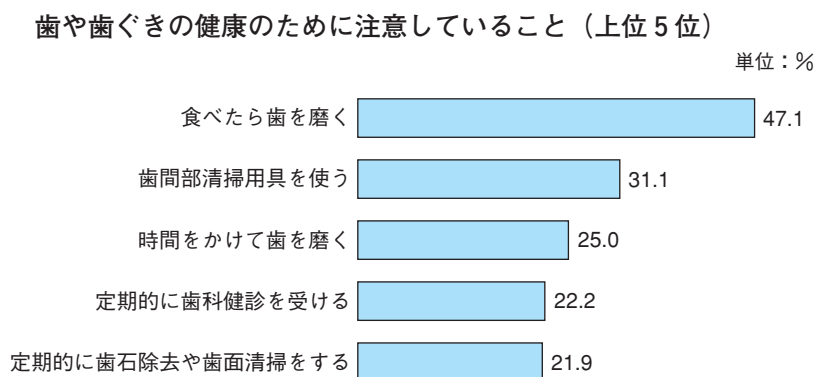
「食事を共にする人がいる」が多く、次いで、「食事の場を楽しんでいる」、「過度の飲食は控えている」、「1日3回食事をとっている」が上位にあげられています。



注：「多様な食品をとっている」「食べ物に好き嫌いはない」は同率5位

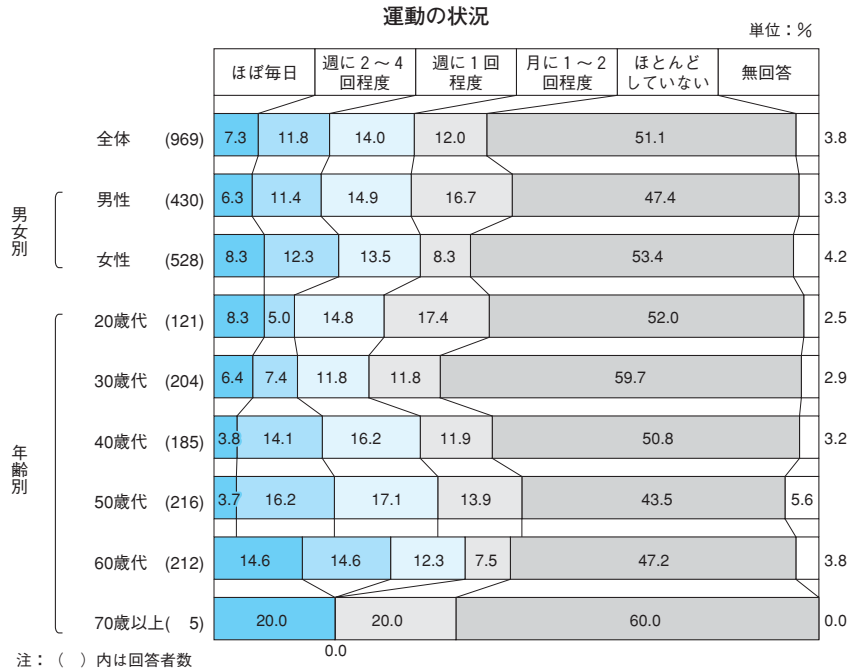
(5) 歯や歯ぐきの健康のために注意していること

「食べたら歯を磨く」が多く、次いで、「歯間部清掃用具を使う」、「時間をかけて歯を磨く」、「定期的に歯科健診を受ける」が上位にあげられています。



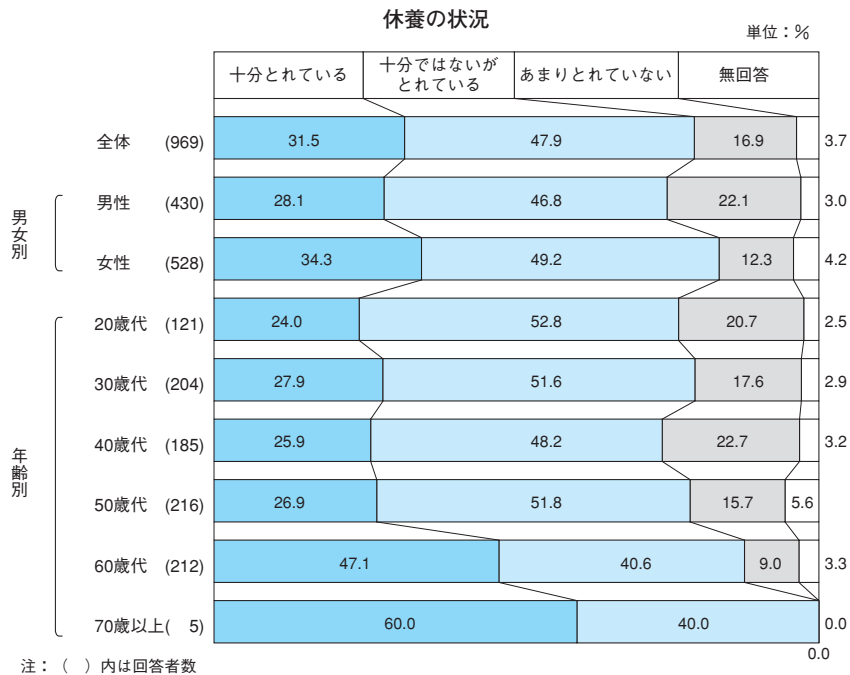
(6) 運動の状況

「ほとんどしていない」の割合が全体で5割を超えています。年齢別では、30歳代で「ほとんどしていない」割合がやや多くなっています。



(7) 休養の状況

「十分とれている」の割合が全体で3割を超えています。年齢別では、40歳代で「あまりとれていない」割合がやや多くなっています。

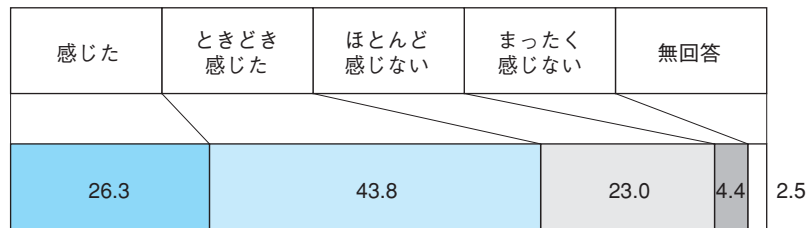


(8) イライラやストレスの状況

この1か月にイライラやストレスを「感じた」、「ときどき感じた」の割合が全体で7割を超えています。その内容は「人間関係」、「仕事」が上位にあげられ、その解消方法としては、「友人や家族などに話を聞いてもらう」、「寝る」が上位にあげられています。

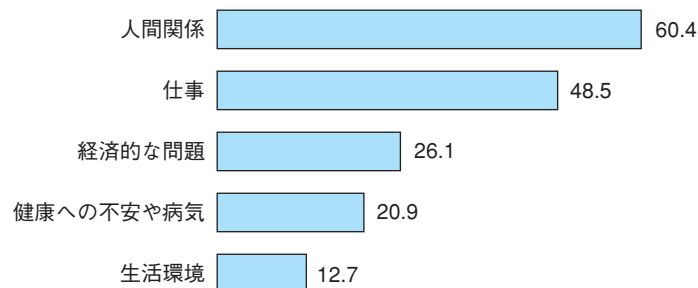
この1か月にイライラやストレスを感じましたか

単位：％



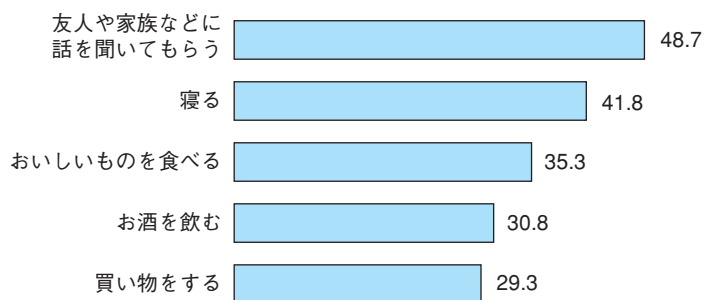
どのようなときにイライラやストレスを感じましたか（上位5位）

単位：％



イライラやストレスの解消方法（上位5位）

単位：％



(9) 飲酒・喫煙の状況

「現在飲酒している」割合は5割を超えています。

「喫煙していない」割合は5割を超えています。

飲酒の状況

単位：%

現在飲酒している	飲酒していない	無回答
59.3	37.8	2.9

喫煙の状況

単位：%

現在喫煙している	過去に喫煙していたがやめた	過去に興味本位で吸った	喫煙していない	無回答
24.5	16.2	3.7	51.4	4.2

(10) 市内の医療体制

「満足している」と「まあ満足している」、「満足していない」と「あまり満足していない」は、ともに4割弱となっています。

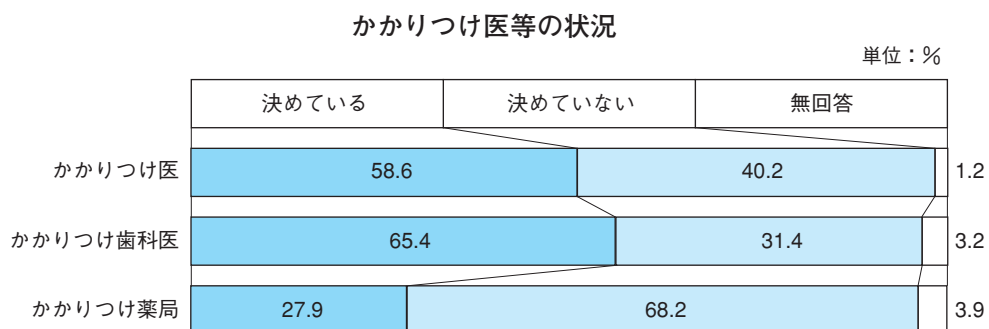
市内の医療体制

単位：%

満足している	まあ満足している	あまり満足していない	満足していない	どちらともいえない	無回答
6.0	31.4	26.1	10.4	20.9	5.2

(11) かかりつけ医等の状況

かかりつけ医等を決めている割合は、「かかりつけ医」、「かかりつけ歯科医」は共に6割前後、「かかりつけ薬局」は3割弱となっています。



第2章

基本的考え方

1 基本方針

長い人生をいつまでも健康で、心豊かに充実した生活を送るためには、「こころとからだ」の健康の源となる「栄養、運動、休養」を重視していくことが大切です。そのためには、市民一人ひとりが自分の「こころとからだ」の健康に関心をもち、主体的な健康づくりに取り組むことが基本となります。健康づくりの基本である「自らの健康は自らで守り、自らでつくる」を推進し、それぞれの年代に応じた望ましい健康的な生活習慣を身につけることにより、健康寿命を延ばすことを目指します。

健康なまち・いなぎ ～食卓に笑顔があふれるまちづくり～

なお、保健医療計画では、健康稲城21を包含して記載しています。

この健康稲城21は、国の健康日本21、都の東京都健康推進プラン21を踏まえた地方計画として、市民が主体的に取り組む健康づくり運動を総合的に推進していくための指針として、平成18年度から平成22年度までの5年間の取組としています。

近年、食生活の変化や運動不足、飲酒、喫煙などにより、がん・心臓病・脳卒中・糖尿病等の生活習慣病が増加していることから、高齢期においても生活の質（QOL = Quality Of Life）を維持することができるよう、乳幼児の世代から健康的な生活習慣づくりの取組を図る必要があります。

健康稲城21では、市民が健康で、心豊かに充実した生活を送ることができるよう、健康増進を図るとともに、疾病の発症そのものを予防する「一次予防」に重点を置いた、市民が主体的に取り組む「こころとからだ」の健康づくりを推進してまいります。

2 テーマ

テーマ1 食卓に笑顔があふれるまち

栄養バランスのとれた食事を1日3回、おいしくいただくことは、健全な心身をつくり健康な生活を送る上で重要です。

現代では、成人男性などにみられる肥満傾向、若い女性などにみられる必要以上のダイエット、子どもたちなどにみられる朝食をとらない傾向、高齢者などにみられる栄養バランスのくずれなどが問題といわれています。

このため、市民が、質・量ともにバランスのとれた食事をおいしく楽しくいただくことができる、食卓に笑顔があふれるまちを推進します。

施 策

- ①食育推進計画の策定
- ②子どもや保護者への食育の推進
- ③相談・学習・情報提供の推進
- ④地域における活動の推進
- ⑤食事バランスガイドの普及・推進

テーマ2 白い歯が輝くまち

歯と口腔の健康を維持することは、単に食事をおいしくいただくということだけでなく、会話を楽しむなど豊かな人生を送るための基礎となるものです。歯の喪失は全身の健康にも影響を与えることがわかってきています。このことから、高齢になってもできるだけ歯や口腔の健康を維持し、口腔ケア（口腔清掃及び口腔機能の向上）の普及を図ることが重要です。

このため、市民が、自分の歯や口腔の健康に関心をもち、好ましい歯科保健行動をとることができる、白い歯が輝くまちを推進します。

施 策

- ①子どもの歯と口腔の健康の推進
- ②おとなの歯と口腔の健康の推進

テーマ3 市民の主体的な健康づくりが実践されるまち

健康を維持・増進するためには、健康診査等の機会を通じて自分の健康状態をチェックしたり、日頃の生活の中で運動する習慣を身につけたり、十分な休養をとるなど、市民一人ひとりが主体的に「こころとからだ」の健康づくりに取り組んでいくことが重要となります。更に、自殺予防・こころの健康づくり、アレルギー予防、エイズ予防、薬物乱用防止などの対策についての取組も進めていく必要があります。

このため、市民が、自らの健康状態の把握に努めるとともに、運動、休養などを生活習慣の中に取り入れることができる、市民の主体的な健康づくりが実践されるまちを推進します。

施策

- ①健康づくりの普及
- ②総合的な健康づくり体制の支援
- ③健康診査等の推進
- ④自殺予防対策・こころの健康づくりの推進
- ⑤アレルギー対策の推進
- ⑥エイズ予防対策の推進
- ⑦薬物乱用防止対策の推進
- ⑧人とペット動物が共生できる社会の推進

テーマ4 アルコール・たばこについての知識が普及したまち

飲酒や喫煙が低年齢化し、子どもたちの健全な発育が懸念されています。

さらに、飲酒については大量飲酒による健康への影響が、また、喫煙については、喫煙者本人の健康はもとより、周りの人への副流煙による健康への影響が問題となっています。

このため、市民が、飲酒や喫煙による健康への影響を正しく理解し、健康な生活習慣づくりができる、アルコール・たばこについての知識が普及したまちを推進します。

施策

- ①飲酒による影響についての普及
- ②喫煙による影響についての普及

テーマ5 いきいき親子のまち

子どもの頃から望ましい生活習慣を身につけることは、生涯にわたる健康づくりの基礎となります。安心して妊娠・出産に臨み、心おだやかに赤ちゃんを育てていくことは、親の健康だけでなく、子どもの健全な発育にとっても重要なことです。

このため、市民が、安心して妊娠・出産し、乳幼児が健やかに成長することができる、いきいき親子のまちを推進します。

施策

- ①妊産婦・新生児・未熟児の健康の推進
- ②相談・学習・交流の推進
- ③乳幼児の健全な発育・発達の推進

テーマ6 安心医療のまち

健康で安心して毎日の暮らしを送るためには、医療体制が整備されていることが欠かせません。一次医療機関である開業医（医院、診療所、クリニック等）と二次医療機関である市立病院が、病診連携による医療体制を進めていくことが重要です。また、要介護高齢者や在宅療養者が身近な地域で、安心して安全な歯科医療が受けられるよう、市、歯科医師会、医師会、病院、保健所等の関係機関が情報を共有しながら、歯科医療連携推進事業を進めていくことも重要です。

このため、市民が、身近な地域で何でも相談できる「かかりつけ医」等をもつことができる、安心医療のまちを推進します。

施策

- ①医療連携の推進
- ②かかりつけ医等の推進

3 体系図

テーマ

1

食卓に笑顔があふれるまち

施策

①食育推進計画の策定

②子どもや保護者への食育の推進

③相談・学習・情報提供の推進

④地域における活動の推進

⑤食事バランスガイドの普及・推進

事業

ア. 食育推進計画の策定

ア. 妊産婦・乳幼児への食育の推進
イ. 保育所、幼稚園、学校における食育の支援
ウ. 情報提供
エ. 地域における食育の支援

ア. 相談事業の推進
イ. 学習機会の推進
ウ. 情報提供

ア. 地域活動の推進
イ. 団体活動の支援

ア. 食事バランスガイドの普及・推進

テーマ

2

白い歯が輝くまち

施策

①子どもの歯と口腔の健康の推進

②おとなの歯と口腔の健康の推進

事業

ア. 幼児歯科健康診査等の推進
イ. 歯科健康教育・歯科健康相談の推進
ウ. 歯科保健プログラムの普及

ア. 歯周疾患検診等の推進
イ. 歯科健康教育・歯科健康相談の推進

テーマ

3

市民の主体的な健康づくりが
実践されるまち

施策

①健康づくりの普及

②総合的な健康づくり体制の支援

③健康診査等の推進

④自殺予防対策・こころの健康づくりの推進

⑤アレルギー対策の推進

⑥エイズ予防対策の推進

⑦薬物乱用防止対策の推進

⑧人とペット動物が共生できる
社会の推進

事業

ア. 健康まつりの開催
イ. 運動・休養の推進

ア. 地域保健協議会の開催
イ. 学校保健との連携
ウ. 関係機関との連携
エ. 健康づくりへの支援

ア. 基本健康診査等の推進
イ. がん検診の推進・支援
ウ. 講演会の開催

ア. 健康相談の推進
イ. 講演会の開催

ア. アレルギー対策の推進

ア. エイズ予防対策の推進

ア. 薬物乱用防止対策の推進

ア. 犬の登録、狂犬病予防注射の徹底
イ. 愛護及び適正飼養の推進

テーマ

4

アルコール・たばこについての
知識が普及したまち

施策

①飲酒による影響についての普及

②喫煙による影響についての普及

事業

ア. 未成年者による飲酒の防止
イ. 情報提供

ア. 未成年者による喫煙の防止
イ. 情報提供

テーマ

5

いきいき親子のまち

施策

①妊産婦・新生児・未熟児の健康の推進

②相談・学習・交流の推進

③乳幼児の健全な発育・発達の推進

事業

ア. 妊産婦・新生児・未熟児訪問指導の推進
イ. 妊婦健康診査等の推進

ア. 母子健康相談の推進
イ. 家庭訪問の推進
ウ. 学級事業の推進
エ. 情報提供

ア. 乳幼児健康診査の推進
イ. 予防接種の推進
ウ. 医療費助成制度の情報提供

テーマ

6

安心医療のまち

施策

①医療連携の推進

②かかりつけ医等の推進

事業

ア. 医療機関等の連携の推進
イ. 情報提供

ア. かかりつけ医等の推進

第3章

施策の内容

テーマ1 食卓に笑顔があふれるまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

質・量ともにバランスのとれた食事を、おいしく楽しくいただきます。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
食事バランスガイドを知っている	成人	—	増やす
一日3回食事をとっている	成人	78.0%	増やす
離乳食調理講習会の受講者割合	生後5か月の第1子を持つ親	49.5%	増やす

〈重点課題〉

- ◇食育を通して、生涯を通じた望ましい食生活を図る。
- ◇食事バランスガイドの普及を図る。

施策(1) 食育推進計画の策定

乳幼児期から高齢期までの生涯を通して食育を具体的に推進していくための基本的な計画として、(仮称)稲城市食育推進計画を策定します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 食育推進計画の策定	食育を具体的に推進していくための(仮称)稲城市食育推進計画を策定します。 〔関連事業〕○(仮称)稲城市食育推進計画(新規)

施策(2) 子どもや保護者への食育の推進

健康な「こころとからだ」をつくるためには食生活が重要なことから、子どもの食事に対する親の認識を高め、子どもの発育段階に応じた適切な食事が図られるよう、母子保健事業などを通じて適切な食育を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 妊産婦・乳幼児への食育の推進	妊産婦への栄養指導や乳幼児の発育段階に応じた食育を推進します。 〔関連事業〕○離乳食調理講習会 ○乳幼児健康診査 ○母親学級
イ. 保育所、幼稚園、学校における食育の支援	南多摩保健所の「21世紀を担う子どもたちの食育ガイドライン」等を踏まえ、保育所や幼稚園、小・中学校での食育を支援します。 〔関連事業〕○稲城市栄養連絡会
ウ. 情報提供	食育に関する情報の提供を推進します。 〔関連事業〕○健康まつり ○市民まつり ○健康な食事づくり推進事業
エ. 地域における食育の支援	地域における食育を支援します。 〔関連事業〕○公民館「親子料理教室」・「親子クッキング」・「男の料理教室」 ○児童館「子ども料理教室」・「クッキング隊」

施策(3) 相談・学習・情報提供の推進

望ましい食生活や栄養などについて、相談事業の推進を図るとともに、市民に様々な学習機会や情報の提供を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 相談事業の推進	市民が気軽に食生活や栄養等に関する相談ができるよう、相談事業を推進します。 〔関連事業〕 ○定期健康相談 ○母子健康相談 ○乳幼児健康診査
イ. 学習機会の推進	市民の各世代に応じた食生活や栄養等に関する学習機会を推進します。 〔関連事業〕 ○生活習慣病予防教室 ○母親学級
ウ. 情報提供	市民が各世代に応じた適切な食事を実践できるよう、食生活や栄養等に関する情報の提供を推進します。 〔関連事業〕 ○けんこうたより ○広報、ホームページ事業

施策(4) 地域における活動の推進

市民の食生活の向上を図るため、食生活に対する市民一人ひとりの意識を高めるとともに、身近な地域で活動している団体の活動を支援します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 地域活動の推進	健康な食事づくり推進員が各地区へ出向いて開催する、調理実習を推進します。 〔関連事業〕 ○健康な食事づくり推進事業
イ. 団体活動の支援	「いなぎ栄養士クラブ」などの食に関する活動を支援します。 〔関連事業〕 ○食に関する情報提供

施策(5) 食事バランスガイドの普及・推進

市民の健康の維持増進が図られるよう、国が策定した食事バランスガイドの普及を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 食事バランスガイドの普及・推進	<p>食事バランスガイドを市民に配布し、毎日の食生活の中で市民の健康の維持増進を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○乳幼児健康診査 ○離乳食調理講習会 ○母親学級 ○定期健康相談 ○宅配便講座 ○生活習慣病予防教室 ○健康な食事づくり推進事業 ○広報、ホームページ事業 ○けんこうたより ○健康まつり ○市民まつり</p>

食事バランスガイド

厚生労働省と農林水産省は、一日に「何を」「どれだけ」食べたらよいか、望ましい食事のとり方やおよその量をわかりやすく示した「食事バランスガイド」を策定しました。

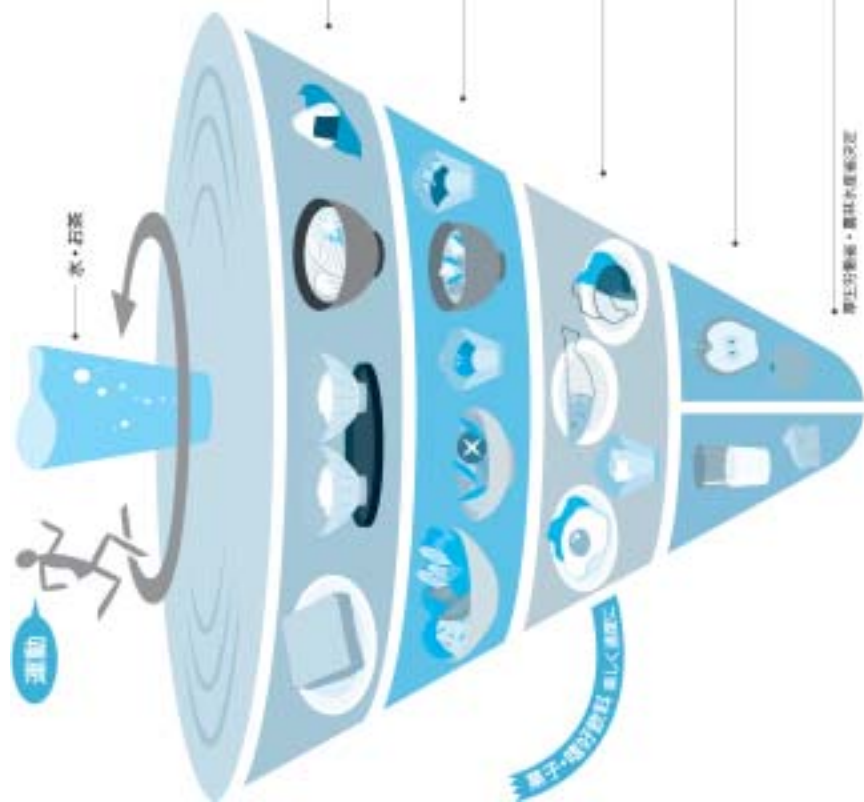
「食事バランスガイド」は、成人に必要な一日の食事量（ほとんどの女性と身体活動量の低い男性が一日に摂取するエネルギー量の目安である2,200キロカロリー±200キロカロリーを基準）を、「一つ（S V）」（「SV」はサービングの略で、各料理の1回当たりの標準的な量）の単位で表記しています。

食事の区分は、一日に十分な摂取が望まれる主食（ご飯、パン、麺）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻料理）、主菜（肉、魚、卵、大豆料理）の順に並べ、牛乳、乳製品、果物については同程度と考え、並列に表しています。

「食事バランスガイド」のデザインは、回転（運動）することによりバランスを保つことができる「こま」をイメージしています。

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？



1日分

料理例

5-7 主食 (ごはん、パン、麺)
200g/ ごはん(牛乳)が1杯、花5.4杯程度

5-6 副菜 (野菜、きのこ、海藻類)
200g/ 野菜料理を3皿程度

3-5 主菜 (肉、魚、卵、大豆料理)
200g/ 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度

2 牛乳・乳製品
200g/ 牛乳だったら1本程度

2 果物
200g/ みかんだったら2個程度

1つ分	ごはん(牛乳)1杯	パン(牛乳)1枚	麺(牛乳)1杯	ごはん(牛乳)1杯	パン(牛乳)1枚	麺(牛乳)1杯	ごはん(牛乳)1杯	パン(牛乳)1枚	麺(牛乳)1杯
15つ分	ごはん(牛乳)15杯	パン(牛乳)15枚	麺(牛乳)15杯	ごはん(牛乳)15杯	パン(牛乳)15枚	麺(牛乳)15杯	ごはん(牛乳)15杯	パン(牛乳)15枚	麺(牛乳)15杯
1つ分	野菜料理1皿	肉・魚・卵・大豆料理1皿	牛乳・乳製品1杯	果物1個	水・お茶1杯
2つ分	野菜料理2皿	肉・魚・卵・大豆料理2皿	牛乳・乳製品2杯	果物2個	水・お茶2杯
3つ分	野菜料理3皿	肉・魚・卵・大豆料理3皿	牛乳・乳製品3杯	果物3個	水・お茶3杯

※SVDはカーボングル(食事の炭水化物の単位)の略

テーマ2 白い歯が輝くまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

自分の歯や口腔の健康に関心を持ち、
好ましい歯科保健行動がとれるようになります。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
フロスや歯間ブラシを使用している者の割合	40～64歳	22.1%	増やす
週1回以上歯や歯肉の自己観察をしている者の割合	40～64歳	36.8%	増やす
保護者により、週に1回以上歯や歯肉の様子を観察している者の割合	1.6歳	75.3%	増やす
	3歳	63.6%	
フッ素入り歯磨剤を使用している者の割合	3歳	51.0%	増やす

〈重点課題〉

◇生涯を通じた歯と口腔の健康づくりを図る。

施策(1) 子どもの歯と口腔の健康の推進

子どもの歯と口腔の健康を図ることから、歯科健康診査体制の充実を図り、保護者への歯科保健の普及を推進します。また、適切な歯科保健行動を図るため、「かかりつけ歯科医」を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 幼児歯科健康診査等の推進	<p>幼児の歯や口の健全な発育・発達を促し、幼児期の心身の健康増進が図られるよう推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○歯科健康診査</p>
イ. 歯科健康教育・歯科健康相談の推進	<p>子どもの歯や口の健康を図るため、歯科健康教育や歯科健康相談を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○歯科健康教育 ○歯科健康相談 ○定期健康相談 ○母子健康相談</p>
ウ. [*] 歯科保健プログラムの普及	<p>南多摩保健所が作成した「歯科保健プログラム」が地域に根付くよう、幼稚園、保育所、学校歯科医との連携を図ります。</p>

* 歯科保健プログラム：幼児から学齢期に通じた歯科重点目標と歯科保健行動を設定したもの。

施策(2) おとなの歯と口腔の健康の推進

歯科の二大疾患であるう蝕と歯周病は、生活習慣病としての側面をもっていることから、生活習慣の改善に結びつくよう、歯周疾患検診などを推進します。

また、高齢になってもいつまでもおいしく食事がとれ、楽しくおしゃべり等ができるよう、口腔ケア（口腔清掃と口腔機能の向上）の普及を図り、「かかりつけ歯科医」を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 歯周疾患検診等の推進	<p>生涯を通じて歯や口の健康の保持増進のため、歯周疾患検診などを推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○歯周疾患検診及び改善指導事業</p>
イ. 歯科健康教育・歯科健康相談の推進	<p>おとなの口腔ケア（口腔清掃と口腔機能の向上）の普及を図るため、歯科健康教育や歯科健康相談を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○歯科健康教育 ○歯科健康相談 ○定期健康相談</p>

テーマ3

市民の主体的な健康づくりが実践されるまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

自らの健康状態の把握に努めるとともに、
運動、休養などを生活習慣の中に取り入れます。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
基本健康診査受診率	成人 (40歳以上)	52.7%	増やす
健康を意識した運動をしている	成人	45.1%	増やす
休養がとれている	成人	79.4%	増やす

〈重点課題〉

- ◇日常生活の中でからだを動かすことを心がける取組を図る。
- ◇日常生活の中で休養をとることを心がける取組を図る。

施策(1) 健康づくりの普及

運動やスポーツ・ウォーキング等の身体活動や休養は、健康づくりに欠かせないものと考えられていることから、これらを普及することにより、市民の主体的な健康づくりを推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 健康まつりの開催	自らの健康への関心を高めることを目的として、健康まつりを開催し、健康づくりを推進します。 〔関連事業〕 ○健康まつり
イ. 運動・休養の推進	自らの健康への関心を高め、主体的な健康づくりを目的とした教室を開催し、運動・休養を推進します。 〔関連事業〕 ○健康づくり運動教室 ○生活習慣病予防教室 ○健康な食事づくり推進事業

施策(2) 総合的な健康づくり体制の支援

市民が健康的な生活習慣を身につけることができるよう、保健、医療、福祉、教育など様々な分野が連携した、総合的な健康づくり体制を支援します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 地域保健協議会の開催	市民の保健・医療に関する事項について協議する「稲城市地域保健協議会」を開催します。 〔関連事業〕 ○稲城市地域保健協議会
イ. 学校保健との連携	学校保健会、学校保健委員会等との連携を図ります。 学校医、学校歯科医、精神科校医、養護教諭等との連携も図ります。
ウ. 関係機関との連携	南多摩保健所、医師会、歯科医会、薬剤師会、社会福祉協議会などの関係機関との連携を図ります。
エ. 健康づくりへの支援	「(仮称)健康プラザ等」の施設を活用した健康づくりを支援します。

施策(3) 健康診査等の推進

市民が自らの健康状態を常に把握し、疾病の早期発見、早期治療につなげられるよう健康診査等を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 基本健康診査等の推進	<p>基本健康診査等を推進します。 基本健康診査の事後指導を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○基本健康診査 ○骨粗しょう症検診 ○定期健康相談 ○地域出張健康相談 ○生活習慣病予防教室 ○結核予防事業</p>
イ. がん検診の推進・支援	<p>各種がん検診を推進します。 医師会実施事業の前立腺がん検診を支援します。</p> <p>〔関連事業〕 ○乳がん検診 ○子宮がん検診 ○胃がん検診 ○大腸がん検診 ○前立腺がん検診</p>
ウ. 講演会の開催	<p>個別のテーマを設けた講演会を開催し、疾病の早期発見を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○乳がん講演会 ○前立腺がん講演会</p>

施策(4) 自殺予防対策・こころの健康づくりの推進

全国の自殺による死亡者は3万人を超えています。自殺者の多くが精神疾患により、中でもうつ症状の割合が高く、うつ症状への対策が急務となっていることから自殺予防対策として、うつ病の予防、早期発見、早期治療の方法等、身近なテーマをとりあげながら、健康相談、講演会などによりこころの健康づくりを推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 健康相談の推進	<p>南多摩保健所等との連携を図りながら、健康相談を通じてこころの健康づくりを推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○定期健康相談 ○地域出張健康相談 ○母子健康相談</p>
イ. 講演会の開催	<p>南多摩保健所、社会福祉協議会等との連携を図りながら、講演会を開催し、こころの健康づくりを推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○うつ病等予防講演会</p>

施策(5) アレルギー対策の推進

食物アレルギー、花粉症、アトピー性皮膚炎などの免疫アレルギー疾患は、長期にわたり生活の質(QOL)に支障をきたします。近年、子どもからおとなまで様々なアレルギーを持つ人が増えていることから、南多摩保健所等と連携し、情報提供などを通じてアレルギー対策を推進します。

■ 主要事業 ■

事業	事業内容
ア. アレルギー対策の推進	南多摩保健所等との連携を図りながら、アレルギー情報の提供などを通じてアレルギー対策を推進します。 〔関連事業〕○アレルギー講演会 ○離乳食調理講習会 ○乳幼児健康診査 ○母子健康相談

施策(6) エイズ予防対策の推進

全国のAIDS患者及びHIV感染者は1千件を超え、東京都におけるAIDS患者及びHIV感染者も、一日一人以上のペースで増加していることから、エイズに対する市民の意識を高め、HIV抗体検査の早期受診を図るとともに、予防に努めることによりエイズに感染することのないよう、南多摩保健所等と連携し、情報の提供等を通じてエイズ予防対策を推進します。

■ 主要事業 ■

事業	事業内容
ア. エイズ予防対策の推進	南多摩保健所等との連携を図りながら、エイズ情報の提供などを通じてエイズ予防対策を推進します。 〔関連事業〕○成人式 ○健康まつり ○広報、ホームページ事業

施策(7) 薬物乱用防止対策の推進

薬物乱用は終息の兆しが見えず、依然広がりを見せており、近年では中・高校生をはじめとする若年層にまで広がっております。薬物から青少年をはじめとする市民の健康と安全を守るため、薬物に対する市民の意識を高め、薬物を使用することのないよう、東京都薬物乱用防止推進稲城市協議会等と連携し、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動をはじめとする薬物乱用防止の啓発活動を通じて薬物乱用防止対策を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 薬物乱用防止対策の推進	<p>東京都薬物乱用防止推進稲城市協議会等と連携し、薬物乱用防止活動を推進します。</p> <p>南多摩保健所の「学年別薬物乱用防止教育プログラム」等を活用した、小・中学校における薬物乱用防止教育を支援します。</p> <p>〔関連事業〕○薬物乱用防止ポスター・標語募集 ○健康まつり ○市民まつり ○薬物乱用防止教育 ○広報、ホームページ事業</p>

施策(8) 人とペット動物が共生できる社会の推進

ペット動物の愛護及び適正飼養の普及を図ることにより、他の人に迷惑をかけることのないよう、東京都動物愛護相談センター、東京都動物愛護推進員等と連携し、人とペット動物との調和のとれた共生社会づくりを推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 犬の登録、狂犬病予防注射の徹底	<p>犬の登録や狂犬病予防注射の接種の徹底を推進します。</p> <p>〔関連事業〕○犬の登録事業 ○狂犬病予防注射事業</p>
イ. 愛護及び適正飼養の推進	<p>犬の飼い方講演会等を通じて、愛護及び適正飼養を推進します。</p> <p>〔関連事業〕○犬の飼い方講演会 ○看板設置 ○広報、ホームページ事業</p>

テーマ4

アルコール・たばこについての知識が普及したまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

飲酒や喫煙による健康への影響を正しく理解し、
健康な生活習慣づくりに取り組みます。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
未成年で飲酒を始めた割合	成人	45.7%	減らす
未成年で喫煙を始めた割合	成人	44.2%	減らす

〈重点課題〉

◇飲酒・喫煙による健康への影響についての情報提供を図る。

施策(1) 飲酒による影響についての普及

節度のある適度な飲酒は、心身の健康にいい影響を与えると考えられますが、過度の飲酒は疾患を引き起こす要因となることから、アルコールによる健康への影響についての情報の提供を図ります。

主要事業

事業	事業内容
ア. 未成年者による飲酒の防止	未成年者による飲酒をなくすよう支援します。
イ. 情報提供	アルコールによる健康への影響について、情報の提供に努めます。 〔関連事業〕 ○健康まつり ○定期健康相談 ○地域出張健康相談 ○母親学級 ○両親学級

施策(2) 喫煙による影響についての普及

煙は、喫煙者本人はもとより、受動喫煙により周りの人への健康にも影響を与えることから、喫煙による健康への影響についての情報の提供を図ります。

主要事業

事業	事業内容
ア. 未成年者による喫煙の防止	未成年者による喫煙をなくすよう支援します。
イ. 情報提供	喫煙による健康への影響について、情報の提供に努めます。 〔関連事業〕 ○健康まつり ○定期健康相談 ○地域出張健康相談 ○母親学級 ○両親学級 ○新生児訪問指導

テーマ5

いきいき親子のまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

安心して妊娠・出産し、乳幼児を健やかに育てます。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
3、4か月児健康診査受診率	3、4か月児	95.9%	増やす
3、4か月児健康診査対象者状況把握率	3、4か月児	98.7%	増やす

〈重点課題〉

- ◇望ましい生活習慣が身につくよう支援を図る。
- ◇子育ての不安が軽減するよう支援を図る。

施策(1)

妊産婦・新生児・未熟児の健康の推進

妊婦が安心して妊娠・出産に臨むことができ、赤ちゃんを健やかに育てていくことができるよう、母子健康手帳の交付、訪問指導、健康診査等を推進します。

主要事業

事 業	事業内容
ア. 妊産婦・新生児・未熟児訪問指導の推進	妊婦が安心して出産し、児が健やかに育つことができるよう、妊産婦及び新生児・未熟児への訪問指導を推進します。 〔関連事業〕 ○妊産婦・新生児・未熟児訪問指導
イ. 妊婦健康診査等の推進	妊婦が健康で安心して出産ができるよう、妊婦健康診査等を推進します。 〔関連事業〕 ○妊婦健康診査 ○妊婦歯科健康診査 ○精密健康診査

施策(2) 相談・学習・交流の推進

妊娠、出産、子育てへの不安の軽減を図るために、健康相談や家庭訪問を推進します。また、妊娠・出産・子育てに関する学級などが交流の場となるよう、学級等を開催するとともに、これらについての情報の提供を推進します。

主要事業

事業	事業内容
ア. 母子健康相談の推進	妊娠、出産から幼児期に至るまで、母子の健康についての相談を推進します。 〔関連事業〕○母子健康相談 ○定期健康相談 ○地域出張健康相談
イ. 家庭訪問の推進	妊産婦健診や乳幼児健診の結果や相談等により、必要に応じて家庭訪問を推進します。 〔関連事業〕○家庭訪問事業
ウ. 学級事業の推進	妊娠・出産・子育てに関する不安を軽減し、夫婦で協力していくことの大切さなどを伝え、親子にあった学級事業を推進します。 〔関連事業〕○母親学級 ○両親学級 ○きらきら学級 ○ふたごの会 ○子育てグループ ○離乳食調理講習会
エ. 情報提供	妊娠・出産・子育てに関する情報の提供を推進します。 〔関連事業〕○母子健康バック ○健康カレンダー ○広報、ホームページ事業 ○宅配便講座

施策(3) 乳幼児の健全な発育・発達の推進

乳幼児の健やかな発育・発達を支援し、乳幼児健康診査や乳幼児健康診査の未受診者の状況把握・フォロー等を推進するとともに、予防接種についても推進します。

主要事業

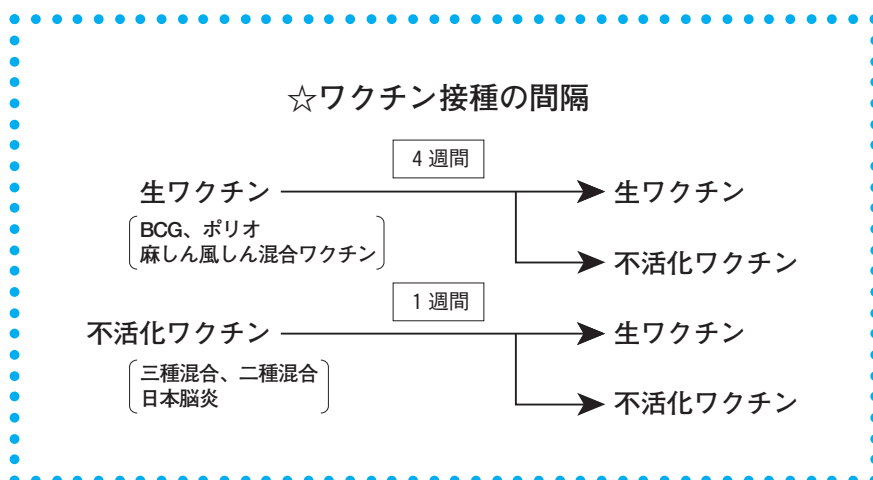
事業	事業内容
ア. 乳幼児健康診査の推進	乳幼児健康診査を推進するとともに、未受診者の状況把握・フォローを推進します。 〔関連事業〕○乳幼児健康診査 ○乳幼児経過観察・発達健康診査 ○精密健康診査 ○心理経過観察健康診査
イ. 予防接種の推進	各種の予防接種を推進します。 〔関連事業〕○予防接種事業 ○結核予防事業
ウ. 医療費助成制度の情報提供	東京都、南多摩保健所と連携し、各種医療費助成制度に関する情報の提供を推進します。 〔関連事業〕○養育医療費給付事業 ○大気汚染健康障害者医療費助成事業

■ 予防接種の種類と接種時期 ■

☆接種の順番（参考例）は、あくまで一般的な参考例です。集団接種の時期、お子さんの生年月日、発育状態、病気の流行状況等によっては、順番が前後しますので、かかりつけ医へご相談、または、保健センターにお問い合わせください。

予防接種の種類		接種可能な時期	個別 集団	備考	接種の順番 (参考例)
BCG（結核）		生後直後～6か月未満 ※ただし、稲城市では生後3か月以降での接種をお勧めしています。	集団	※2か月に1度、年6回実施	1または2
三種混合（DPT） 1期 （ジフテリア・百日せき・破傷風）	初回1回目	生後3か月～7歳6か月未満	個別		2または1
	初回2回目				3
	初回3回目				4
	追加（4回目）				7
二種混合（DT）2期 （ジフテリア・破傷風）		11歳～13歳未満	個別		14
ポリオ （急性灰白髄炎）	1回目	生後3か月～7歳6か月未満	集団	※春・秋に各7回実施	6
	2回目				8
麻しん・風しん 混合ワクチン	1期	生後12か月～24か月未満	個別	※平成18年4月1日から実施	5
	2期	5歳以上7歳未満で、小学校就学の始期に達するまでの1年間			12
日本脳炎1期	初回1回目	生後6か月～7歳6か月未満 ※ただし、稲城市では生後3歳以降での接種をお勧めしています。	個別	※平成17年5月30日より、厚生労働省の勧告により、積極的勧奨を差し控えています。	9
	初回2回目				10
	初回追加				11
日本脳炎2期		9歳～13歳未満			13

注：平成18年4月1日以降適用



テーマ6 安心医療のまち

健康稲城21

〈市民の目指す姿〉

身近な地域で何でも相談できる「かかりつけ医」等を持ちます。

〈目標指標〉

指 標	対 象	現 状	目 標
かかりつけのお医者さんを決めている	20歳以上	58.5%	増やす
かかりつけの歯医者さんを決めている	20歳以上	65.4%	増やす
かかりつけの薬局を決めている	20歳以上	27.9%	増やす

〈重点課題〉

◇「かかりつけ医」等の推進を図る。

施策(1) 医療連携の推進

市内には内科29、歯科27、市立病院1（2施設）の医療機関が整備されています。（平成17年10月現在）また、市外の医療機関も含めた各医療機関相互の連携体制も整備されています。さらに、休日・夜間の救急医療体制は、初療施設は16医療機関、入院施設として市立病院が整備されています。

稲城市立病院では、MRI・CTの特別連携枠の設置や放射線検査のスピードアップなどにより、医院・診療所から紹介された患者さんの利便性を図る等、病診連携を推進しています。

さらに、医師会、歯科医会、薬剤師会では、稲城市立病院運営委員会委員として、病診連携等を推進しています。

■ 主要事業 ■

事業	事業内容
ア. 医療機関等の連携の推進	<p>医師会、歯科医会、薬剤師会との連携のもと、医療機関等との連携体制を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○休日急病診療事業 ○歯科医療連携推進事業</p>
イ. 情報提供	<p>市民へ医療機関に関する情報の提供を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○広報、ホームページ事業 ○急患テレホンサービス（稲城消防署） ○ひまわり（東京都保健医療情報センター） ○稲城市医療機関等一覧表</p>

◆ 施策(2) ◆ かかりつけ医等の推進

市民が、健康に関する悩みを気軽に相談できることは、日頃の健康づくりや疾病の予防に大切なことから、市民が身近な地域で何でも相談できるかかりつけ医、口腔機能を維持するために歯科定期健康診査等を行うかかりつけ歯科医、医薬品の適正な使用について相談できるかかりつけ薬局を推進します。

■ 主要事業 ■

事業	事業内容
ア. かかりつけ医等の推進	<p>医療機関等と連携し、かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局の普及を推進します。</p> <p>〔関連事業〕 ○かかりつけ医等推進事業</p>