2. 第２次健康増進計画概念図～中間評価を経て最終評価までの取り組み～

目指す姿：市民すべてがいきいき暮らせるまちづくり　健康寿命の延伸　＋コロナ対策

重点項目（５本柱）	がん対策	たばこ対策	生活習慣病対策	歯および口腔の健康	こころの健康
指標	・各種がん検診および精密検査受診率の向上 胃がん検診 肺がん検診 大腸がん検診 子宮がん検診 乳がん検診	・成人男性・女性の喫煙率の低下 ・妊婦喫煙率の低下 ・子育て中に家庭における両親の喫煙率の低下 ・COPD 認知度の向上	・30 代健診受診者数の増加 ・メタボリックシンドローム該当者及び予備群の率の低下 ・肥満者（BMI25 以上）の割合の減少 ・1 日 30 分以上の運動習慣のない者の割合の減少 ・1 日 1 時間以上の運動習慣のない者の割合の減少 ・朝食を欠食する 3 歳児の割合の減少 ・やとみ健康マイレージ参加者数の増加	・保護者による仕上げ磨きがされていない児の割合の減少(1歳6か月児) ・むし歯のない児の割合の増加 ・歯肉炎を有する者の割合の減少(14歳･40歳代) ・年 1 回以上定期歯科検診を受けている者の割合の増加 ・歯間清掃用具を使用している者の割合の増加 ・４０歳で喪失歯のない者の割合の増加 ・オーラルフレイル傾向者の割合の減少	・こんにちは赤ちゃん訪問実施率の向上 ・夜 10 時以降に就寝する児の割合の減少 ・ゆったりとした気分で子どもと接する時間のある母親の割合の増加 ・睡眠で十分に休養がとれていない者の割合の減少 ・ゲートキーパー養成研修受講者数の増加 ・こころの健康に関する健康教育の実施
市民の取り組み	・年１回はがん検診を受けよう ・がん検診の結果、要精密検査となった場合は必ず精密検査を受けよう ・がんについての正しい知識を持ち、がん予防のための生活習慣を見直そう	・たばこの害を知ろう ・禁煙の方法を知ろう ・受動喫煙を防止しよう	・年に１回健診（特定健診・30 代健診など）を受け、自分の生活習慣を見直そう ・運動習慣をつけよう ・毎日ラジオ体操をしよう ・1 日 1,000 歩増やそう ・バランスのよい食事を心掛けよう ・間食を見直そう ・適正飲酒を心掛けよう	・甘味の取り方に気をつけ、歯みがきや仕上げ磨きの習慣をつけよう ・定期歯科健診を受けるとともにフッ化物を上手に利用しよう ・歯や口の健康に関心を持ち、歯周病予防に取り組もう ・歯間ブラシや、デンタルフロスの使用を習慣にしよう ・毎日お口の体操をしよう	・趣味、スポーツ、休息など自分なりのストレス解消法を見つけよう ・心配ごとや悩みごとは一人で抱え込まず、周囲の人に相談しよう ・相談できる場所を知ろう ・周囲に悩んでいる人がいたら声を掛けよう ・睡眠で十分な休息をとろう ・おしゃれに関心を持とう
本市での取り組み	＜普及・啓発＞ ・がん検診の意義、正しい検診方法 ・乳がんの早期発見の自己チェック勧奨 ・成人式配布チラシにてクーポン検診などの勧奨 ・やとみ健康マイレージに検診受診を必須条件とする。 ＜環境の整備＞ ・誰もが受けやすいがん検診の体制づくり（ウェブ予約の導入など） ＜個別勧奨＞ ・がん検診の精密検査の必要性を伝え、早期の受診勧奨	＜普及・啓発＞ ・ＣＯＰＤ、肺がん、たばこの害や禁煙方法 ・未成年の喫煙防止、家庭内での受動喫煙の防止 ＜環境の整備＞ ・公共施設の禁煙・分煙の推進 ＜個別勧奨＞ ・禁煙指導、禁煙外来紹介 ・母子健康手帳交付時に、妊婦への禁煙指導と家族へ受動喫煙防止の指導を徹底 ・乳幼児健診時に、たばこの害や受動喫煙防止のチラシ配布 ＜関係課との連携＞ ・幼児期よりたばこの害を伝える ・学齢期について他課との連携を図る	＜普及・啓発＞ ・特定健診や 30 代健診の受診勧奨 ・乳幼児健診時に幼児期からの生活習慣や食生活の大切さを周知 ・生活習慣や食生活についてはパンフレットを配布し、必要に応じて栄養相談につなげていく ・ウォーキングマップの周知 ・やとみ健康マイレージの周知 ＜教室の開催＞ ・生活習慣病（肥満・糖尿病・高血圧・脂質異常症予防）に関する教室の開催 ・運動教室の開催 ・健診結果説明会の開催	＜普及・啓発＞ ・乳幼児へ甘味習慣や仕上げ磨き習慣、口腔機能についての知識の普及 ・歯周病検診の必要性 ・デンタルフロス等の使用 ＜教室の開催＞ ・支援センター・保育所・幼稚園・学校での歯科健康教育 ・誤嚥性肺炎予防やお口の体操 ・障がい者施設での歯科指導の充実 ＜環境整備＞ ・若い世代への取組 ・口腔機能向上への取組	＜普及・啓発＞ ・心の不調のチェック（こころの体温計）、相談機関の周知 ・心の健康について、広報やホームページで周知 ＜子育て支援＞ ・母親の育児不安軽減のため、全戸にこんにちは赤ちゃん訪問事業を実施 ・妊娠期から母親の精神面についても確認し、面接や相談などで支援を実施 ・睡眠と規則正しい生活習慣の必要性を伝えていく ＜研修会＞ ・ゲートキーパー養成研修 ・こころの健康に関する健康教育