

<<健康1>> 身体活動量の増加と運動習慣の確立

| 施策の方針                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ 各個人がライフステージに応じて、自分に合った運動や、外出、人との交流の機会をみつけ、日常の身体活動を増加することができるよう、活動的な生活の習慣化を促進します。 |

| 行動目標                 | 取り組みの方向（行動指針）                                                                 | 令和6年度                                                                                                                                                                                                                          | 担当課    |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                      |                                                                               | 実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                       |        |
| ①へ健康1生活の中で、気軽に体を動かそう | 【体を動かす生活の啓発】<br>日常生活の中で、短い距離を歩いたり、自転車を利用するなどの意識を高める啓発を行います。                   | 健康講演会 76人<br>運動教室14回 延人数93人                                                                                                                                                                                                    | 健康増進課  |
|                      | 【体を動かせる公園などの周知・活用】<br>幅広い世代にマップ等で公園を周知し、広場や遊具を活用することで楽しんで体を動かせるよう支援します。       | ウォーキングマップ全8コースに加え、「印西ウォーキング＆健康遊具公園マップ」を健康情報コーナー14か所（改修工事による休館を含む）にて配布した。                                                                                                                                                       | 健康増進課  |
|                      |                                                                               | 【滝野子育て支援センター】<br>滝野公園、牧の原公園 計4回 46組108名<br>【中央駅前地域交流館】<br>花の丘公園2回 6組12名<br>【小林子育て支援センター】<br>木下ハナミズキ公園 各8回<br>草深公園各 8回<br>計16回予定<br>【いんば児童館】<br>萩原公園 3回 24組53名<br>【そうふけ児童館】<br>草深公園（乳幼児）2回 17組37名<br>草深公園（小学生） 1回 52名           | 子育て支援課 |
|                      |                                                                               | ホームページに公園の概要等を掲載した。                                                                                                                                                                                                            | 都市整備課  |
|                      |                                                                               | ウォーキングマップ全8コースを健康情報コーナー14か所（改修工事による休館を含む）にて配布した。                                                                                                                                                                               | 健康増進課  |
|                      | 【自然や歴史マップの提供】<br>市内の自然や歴史などの見所を入れたウォーキングやサイクリングのマップを提供し、楽しみながら体を動かせる環境を提供します。 | 「まっふる印西」の全面改訂を行い配布した。<br>また、前年に引き続き、柏市・我孫子市と連携して3市を周遊するデジタルスタンプラリーを実施した。                                                                                                                                                       | 経済振興課  |
|                      |                                                                               | 【いんざい自然探訪の実施】<br>いんざい自然探訪第1回（「ホテルを見に行こう」8組21名）<br>いんざい自然探訪第2回（「観光船に乗って印旛沼を見てみよう」6組12名）<br>いんざい自然探訪第3回（「水辺の生き物を調べよう」7組14名）<br>【里山自然学校の実施】<br>・第1回里山自然学校（「森の泉とセミの声」8組17名）<br>・第2回里山自然学校（「秋の里山」2組4名）<br>・第3回里山自然学校（「秘密基地作り」8組16名） | 環境保全課  |
|                      |                                                                               | 「印西市の指定文化財」「印西市の無形民俗文化財」「木下貝層のパンフレット」を市内各施設窓口等で配布した。                                                                                                                                                                           | 文化振興課  |
|                      |                                                                               | 【生涯学習課】<br>生涯学習ガイドを300部発行し、市内各施設等に配布した。ガイド内にはサークル情報を掲載。情報は市HPにも公開した。<br>【公民館】<br>各公民館においてサークル活動のポスター掲示、団体発表、展示の支援を行った。                                                                                                         | 生涯学習課  |

| 行動目標                       | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                                                                         | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 担当課            |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|                            |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                |
| ②へ健康1へ<br>しっかりとした運動を習慣化しよう | <b>【遊びを通じた運動の促進】</b><br>親子で体を使って遊ぶ方法を体験などで紹介したり、保育園、幼稚園や学校で毎日の運動遊びの充実が図れるよう努め、戸外遊びや室内での運動遊びなどを実施します。<br>また、乳幼児健診において、相談の際に継続的に戸外遊びをすすめ、乳幼児の健康増進に努めます。 | 園庭では固定遊具や鬼ごっこ等、室内では平均台等の運動用具を使った遊び、リズム遊び、音楽に合わせて踊ることを計画的に取り組み、意欲的に運動遊びを楽しめるようにした。<br>近隣公園に散歩に行き歩く機会を意識的につくった。<br>保育参観等では体を動かす遊びを親子一緒に体験できるようにすることで、運動遊びの周知や勧奨を行った。<br>5歳児は協働事業による運動支援プログラムを6回実施した。<br>固定遊具(すべり台、鉄棒、ぶらんこ等)や運動用具(マット、平均台、縄跳び等)を使った遊び、鬼ごっこ、リズム遊び、ふれあい遊び、音楽に合わせて踊るなど計画的に取り入れ、運動遊びの促進に努めた。<br>保育参加や運動会等の行事やおたよりを通して、運動の大切さを保護者に啓発した。 | 保育課            |
|                            | <b>【遊びを通じた運動の促進】</b><br>親子で体を使って遊ぶ方法を体験などで紹介したり、保育園、幼稚園や学校で毎日の運動遊びの充実が図れるよう努め、戸外遊びや室内での運動遊びなどを実施します。<br>また、乳幼児健診において、相談の際に継続的に戸外遊びをすすめ、乳幼児の健康増進に努めます。 | 3歳児健康診査の予診票にて外遊びの状況を把握し、適宜外遊びの必要性和啓発を行った。<br>3歳児健康診査実施回数 43回(受診者数1,178人)<br>「外遊びをよくしていますか」の問いに、「はい」と回答1,073人、「いいえ」と回答105人                                                                                                                                                                                                                       | 子ども家庭課         |
|                            |                                                                                                                                                       | 体育授業における運動従事時間の確保<br>休み時間における運動遊びの奨励<br>(日常、熱中症や光化学スモッグ等の時を除く)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 指導課            |
|                            | <b>【健康教室等の実施】</b><br>健康の維持及び増進のため、一人ひとりに適切な運動指導等を行い、健康増進を図ります。また、市民の参加機会を確保するため、各種運動教室等を開催するとともに、運動習慣の確立のため、トレーニングルーム等の利用を周知します。                      | ヘルスアップ教室を開催し、一人ひとりにあった個別健康プログラムを提示し、健康増進を図った。<br>・新規参加者 61人<br>・年間延参加者数 4,152人                                                                                                                                                                                                                                                                  | 健康増進課          |
|                            |                                                                                                                                                       | リフレッシュ教室を3クール<br>(ヨガ30回、コンディショニング30回、ストレッチ(筋膜リリース)30回)実施し、延べ1,784人が参加した。<br>トレーニングルーム新規利用者数は195人                                                                                                                                                                                                                                                | スポーツ振興課        |
|                            | <b>【体育施設の利用促進】</b><br>スポーツ施設の適切な運営に努めるとともに、地域におけるスポーツの活動の拠点として、学校体育施設の積極的な利活用を推進していきます。                                                               | 小学校18校、中学校9校、旧小学校2校を開放した。<br>利用団体は189団体、利用者は4,754人。                                                                                                                                                                                                                                                                                             | スポーツ振興課        |
|                            | <b>【スポーツ大会等の実施】</b><br>児童の体力の向上と健康の増進を図るとともに、運動に親しむ児童生徒の育成に努めます。また、市民大会の開催支援やスポーツフェス等を開催し、幅広い年齢層にスポーツの体験機会を提供し、きっかけづくりを行います。                          | 印西小学校駅伝競走大会の実施(全18小学校5・6年代表児童)<br>市民大会35回の開催を支援した。(延べ4,361人参加)<br>スポーツ健康フェス2024を開催し、1,500人が参加、ニュースポーツ大会として、ら・ら・らスポーツ祭を開催し、32人が参加した。                                                                                                                                                                                                             | 指導課<br>スポーツ振興課 |
|                            | <b>【介護予防の支援】</b><br>介護予防の啓発に努め、高齢者の歩行能力・バランス・筋力維持向上を図ることで、介護の必要のない元気な身体づくりをめざす、各種介護予防の取り組みを行います。                                                      | いんざい健康ちょきん運動を推進し、新規に3グループ立ち上がり、86グループが活動している。<br>介護予防教室「のぼせ！健康寿命」を7回開催し、延べ93名の参加があった。                                                                                                                                                                                                                                                           | 高齢者福祉課         |
|                            | <b>【健康相談の実施】</b><br>個別の健康相談を実施し、必要な方には体の動かし方に関するアドバイスを実施します。                                                                                          | 健康づくり相談(来所264人・電話502人)や特定保健指導599人に対し、生活に取り入れやすい運動についてアドバイスをを行った。                                                                                                                                                                                                                                                                                | 健康増進課          |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～(改定版)  
令和7年度事業進行管理表

《健康2》喫煙予防と適正飲酒

施策の方針

- ▶ たばこを吸う人と、周囲の人の健康を守るため、たばこと健康に関する情報の提供と禁煙を支援します。
- ▶ 過度な飲酒は、臓器障害やアルコール依存症等、心身の健康に大きな影響を与えることから、節度ある適度な飲酒についての知識の普及に努めます。

| 行動目標                                       | 取り組みの方向(行動指針)                                                                           | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                               | 担当課    |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                                            |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |
| ①へ健康2へ<br>たばこの害についての正しい知識を身につけ、喫煙や受動喫煙を防ごう | 【禁煙相談の実施】<br>禁煙したい人やその家族からの相談に応じます。                                                     | 禁煙相談の依頼はなかったが、市内医療機関に禁煙外来受け入れの調査を行い、市内禁煙外来一覧を作成した。<br>受動喫煙に関する市民からの相談に対し「印西市受動喫煙防止対策ガイドライン」を活用した情報提供を各公共施設に行い、受動喫煙防止対策の必要性を周知した。                                                                                                                                | 健康増進課  |
|                                            | 【妊婦や乳幼児の保護者への周知】<br>妊娠中の喫煙や受動喫煙の害などについて、母子健康手帳交付時や教室、乳幼児健診などを通して周知を行います。                | 妊娠届出書内質問項目で妊婦本人と家族の喫煙状況を把握した。また母子健康手帳交付の全妊婦へパンフレットを配布し喫煙や受動喫煙について周知・啓発を行った。<br>プレマ教室、1歳6か月児健康診査や3歳児健康診査予診票内で、家族の喫煙状況を把握した。必要な方へ、喫煙や受動喫煙について周知・啓発を行った。                                                                                                           | 子ども家庭課 |
|                                            | 【子どもへの教育】<br>保育園や学校などにおいてたばこの害についての教育を行い、子どもへの周知を図るとともに、家庭の中でも共有するなど親世代への働きかけもあわせて行います。 | 小学校における体育(保健分野)授業及び中学校における保健体育授業による指導(全18小学校、全9中学校)<br>中学校における薬物乱用防止教室の実施(全9中学校)                                                                                                                                                                                | 指導課    |
|                                            | 【たばこの害や受動喫煙防止についての啓発】<br>各種事業や広報いんざい、市のホームページ、健康情報コーナーなどを活用し、たばこの害や受動喫煙防止についての情報を発信します。 | 広報いんざいで「世界禁煙デー」についての記事を掲載した。また、市内の健康情報コーナーなどでたばこの害や受動喫煙防止についてのパンフレットの設置や、保健センター等にたばこの害に関するポケットティッシュなどの啓発物の設置・ポスターの掲示を行った。<br>5月24日～6月10日の間イオンモールにおいて、世界禁煙デーに係る啓発物や市民公募のポスター展示を行った。5月25日は、塗り絵コーナー、啓発物の配布、パネルシアターのなどイベントを実施。<br>二十歳を祝う会にて、受動喫煙防止啓発用カイロ等の啓発物を配布した。 | 健康増進課  |
|                                            | 【健康教育の実施】<br>たばこの害や受動喫煙防止、COPDなどについての健康教育を実施します。                                        | 保健センターや市役所のロビーでの啓発物の設置・ポスターの掲示で、広く市民へ周知した。<br>健診事後の各種相談保健指導事業で喫煙している人に、喫煙が心疾患や脳血管疾患の大きなリスクになることを啓発し、禁煙を促した。                                                                                                                                                     | 健康増進課  |
|                                            | 【適正な飲酒量についての啓発】<br>各種事業や広報いんざい、市のホームページ、健康情報コーナーなどを活用し、適正な飲酒量についての情報を発信します。             | 健康情報コーナー14か所(改修工事による休館を含む)へ適正飲酒量のパンフレットを設置した。いんざい健康ポイント事業いんざいちょけん(貯健)ポイントにおいて適正な飲酒量について啓発した。<br>健診事後の各種相談・保健指導事業で飲酒量が多い人に対し、適正飲酒量について啓発した。                                                                                                                      | 健康増進課  |
| ②へ健康2へ<br>日をお酒は適量を守り、休肝                    | 【子どもへの教育】<br>学校において飲酒の身体に及ぼす影響を周知します。                                                   | 小学校における体育(保健分野)授業及び中学校における保健体育授業による指導(全18小学校、全9中学校)                                                                                                                                                                                                             | 指導課    |
|                                            | 【相談及び健康教育の実施】<br>適正飲酒などについての相談及び健康教育を行います。                                              | 健診事後の各種相談・保健指導事業で飲酒量が多い人に対し、飲酒量や頻度を減らす方法等について指導を実施した。                                                                                                                                                                                                           | 健康増進課  |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～(改定版)  
令和7年度事業進行管理表

《健康3》心と体を休める

施策の方針

- ▶ ストレスを感じる人が多くなっていることから、こころの健康についての知識の普及と相談体制の充実に努めます。
- ▶ 適切な身体活動と睡眠、余暇の活用などによる、こころと身体のバランスがとれるような自分なりのライフスタイルの形成を支援します。

| 行動目標                             | 取り組みの方向(行動指針)                                                                     | 令和6年度                                                                                                                                                                                                                         | 担当課    |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                                  |                                                                                   | 実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                      |        |
| ①へ<br>こころの健康を保ち、人と交流しながら笑顔で生活しよう | 【こころの健康についての啓発】<br>広報いんざいや市のホームページ、健康情報コーナーなどを活用し、こころの健康に関する情報を発信します。             | 広報いんざいに「自殺対策」の記事を掲載した。<br>「自殺対策強化月間」「自殺予防週間」に合わせ、ポスターの掲示やホームページの掲載をした。<br>商工会を通して各事業所へパンフレット配布、二十歳を祝う会にて各種啓発物配布、市内高校にてカバー付き付箋等の配布をした。                                                                                         | 健康増進課  |
|                                  | 【こころの相談】<br>精神科医による相談(予約制)や、精神保健福祉士などが相談に応じます。また相談窓口カードやメンタルヘルスガイドブックの作成・配布を行います。 | 精神疾患に関する理解を深めることを目的としてメンタルヘルスガイドブック(150部)、相談窓口カード(500枚)を作成・配布を行った。                                                                                                                                                            | 障がい福祉課 |
|                                  | 【子どもに関する相談の実施】<br>いじめ、不登校などで悩む児童生徒や保護者の相談に応じます。                                   | 教育センターにおけるこども相談室及び教育相談の開設(日常)<br>児童生徒に貸与した1人1台端末を用いたWeb相談フォームの運用(日常)                                                                                                                                                          | 指導課    |
|                                  |                                                                                   | 子どもや家庭に関する悩みや問題に対して、家庭相談員や子ども家庭支援員による家庭児童相談を実施し、335件の相談があった。                                                                                                                                                                  | 子ども家庭課 |
|                                  | 【仲間や地域との交流の促進】<br>心の健康につながるように、仲間や地域との交流がストレス解消にもつながるなどのメリットを発信し、交流を促進します。        | デイケアクラブ「心のいずみ」で日中活動を実施。精神障がい・精神疾患のある方の交流を深めた。                                                                                                                                                                                 | 障がい福祉課 |
|                                  | 【妊婦の不安解消支援】<br>妊婦やその家族に、妊娠・出産・育児の正しい知識や父親の育児参加の重要性を伝え、不安解消を図ります。                  | 妊娠届出面接やプレマクラス等で、妊娠中の過ごし方や育児情報、サポート機関について情報提供した。<br>プレマクラス(2回1クール延べ参加者数311人(家族含む))の中では、歯科や栄養に関する講話や実技も交えて妊婦以外の家族にも育児参加を促し、産後の生活のイメージをもつことで家庭ごとに必要な準備を整えられるよう支援した。                                                              | 子ども家庭課 |
|                                  | 【産後うつ早期発見や支援】<br>出産後に助産師や保健師などが訪問し、産後うつの相談や受診勧奨などの支援を行います。                        | 出産後の早期より、こんにちは助産師電話やこんにちは赤ちゃん訪問の実施に努め、EPDSによる産婦の精神面の把握をし、相談や受診勧奨を行った。また、伴走型相談支援として、継続した電話支援などを行うことができた。<br>産後の母子に対して、心身のケアや育児のサポート等を行う産後ケア事業を実施。短期入所型利用日数125日。通所型利用日数94日。居宅訪問型利用日数60日。                                        | 子ども家庭課 |
|                                  | 【子育て親子の孤立化の防止】<br>育児不安や孤立した環境の解消のため、地域の中で子育て親子の交流を促進する場を提供し、支援を行います。              | 令和6年度実績 実施施設21ヶ所<br>事業利用者数(子ども)40,625人<br>事業利用者数(保護者)34,085人<br><br>子育て支援センターにて、子どもに関する講習や相談等を実施することにより、子育ての不安解消に努めた。<br>(子育てに関する講習合計:24回)<br>(育児相談件数合計:262件)<br>子育てサークルの発足へ向けた支援として、親子事業を実施し親子同士の交流を図った。<br>(0～2歳児親子合計:124回) | 子育て支援課 |

| 行動目標                                  | 取り組みの方向(行動指針)                                                                         | 令和6年度                                                                                                                                                                                                     | 担当課    |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                                       |                                                                                       | 実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                  |        |
| <b>人①へ健康3</b><br><b>生活と交流の健康を笑顔で、</b> | <b>【子育て親子の孤立化の防止】</b><br>育児不安や孤立した環境の解消のため、地域の中で子育て親子の交流を促進する場を提供し、支援を行います。           | 地域子育て支援拠点事業を実施する、西の原保育園こあらでは年齢別活動は年143回実施し参加者1145名、誕生会・カンガ-製作の参加者はそれぞれ102名、1151名であった。子育て講座は19回実施し参加者223名。相談回数は115回、子どもの発達、保育園入園の相談が多い。保育園副園長による「通信にこにこだより」を年4回発行。防災や保健に関する子育てアドバイスを掲載、園開放、育児相談・電話相談を周知した。 | 保育課    |
|                                       | <b>【地域の人材育成】</b><br>地域での見守りや専門機関へつなぐ役割を担うメンタルヘルスサポーターの養成研修会を行います。                     | 精神障がいについて正しい理解、知識を深めるとともに、地域の支援者となる人材の育成を目的として精神障がい理解促進講座を全3回（実人数29名、延べ人数72名）実施した。                                                                                                                        | 障がい福祉課 |
| <b>人②へ健康3</b><br><b>疲れを残さない目覚め、</b>   | <b>【睡眠の大切さについての啓発】</b><br>講座や広報いんざい、市のホームページ、健康情報コーナーなどを活用し、睡眠の大切さや良質な睡眠に関する情報を発信します。 | 健康情報コーナー14か所（改修工事による休館を含む）などで睡眠に関する情報を発信した。                                                                                                                                                               | 健康増進課  |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～(改定版)  
令和7年度事業進行管理表

《健康4》歯と口腔の健康を保つ

| 施策の方針                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ 歯みがきや歯科健診の定期的な受診を促し、家庭や学校、職場などのできる歯みがき習慣の定着化を目指します。<br>▶ 歯を失う原因となるむし歯及び歯周病の予防について、口腔衛生に関する正しい知識の普及と歯科健診の受診を勧奨します。 |

| 行動目標                                     | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                          | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 担当課             |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                          |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                 |
| ①へ健康4<br>子どものころから歯みがき等を行い、むし歯や歯周疾患を予防しよう | 【乳幼児歯科健診の実施】<br>乳歯が生えそろう過程で、健診やブラッシング指導を行うことで、むし歯の予防及び早期治療につなげ、永久歯への影響を防ぎます。                           | う蝕罹患率は、1歳6か月児では0.1%（1.3%減少）、2歳児では2.9%（1.5%増加）、3歳児では5.5%（0.4%増加）。受診率は、1歳6か月児では86.1%（2.6%減少）、2歳児では81.2%（2.3%増加）、3歳児では74.7%（1.8%増加）。年度の途中から受診勧奨に合わせ、ちば電子申請サービスを用い、未受診の理由の把握を始めた。所属先（保育園等）で健診を受けたためという理由も多くみられたため、所属先の歯科健診との違いを強調し、受診期間中に確実にうけてもらうよう促していく。                                                                                                                      | 子ども家庭課          |
|                                          | 【園児のむし歯予防】<br>歯みがき教室や、歯科健診により関心を高めるとともに、毎日食後の歯みがきや仕上げみがきを行い、むし歯を予防します。                                 | 公立保育園では、B型肝炎ウイルス等の飛沫感染防止の観点から食後の歯みがき（仕上げみがき）は行わず、幼児組ではうがい、乳児組では白湯を飲むことで対応。コロナ禍にてうがいを中止していたが、現在はうがい指導を実施・実践している。<br>自宅での歯みがき、特に就寝前の仕上げみがきの重要性をほけんだより等にて周知した。<br>・歯科健診 年1回<br>結果及び受診勧奨を個別通知<br>・歯みがき教室 年1回（3～5歳児）                                                                                                                                                             | 保育課             |
|                                          |                                                                                                        | 市内保育園や幼稚園等では、歯科健診とパネルシアターを使用した歯科健康教育を実施した。子ども発達センターでは、歯科健診と歯科健康教育を行い、個々に応じた不安の解消に努めるとともに、正しい歯みがき習慣が身につくよう促した。歯科健診（幼・保育園10回、441人、子ども発達センター3回、36人）歯科健康教育（幼・保育園17回、808人、子ども発達センター3回、36人）                                                                                                                                                                                       | 子ども家庭課          |
|                                          |                                                                                                        | 食後の歯みがきの実施（日常）<br>歯科健診の実施（全1公立幼稚園）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 指導課             |
|                                          |                                                                                                        | 歯科指導の実施（全18小学校、全9中学校）<br>歯科検診の実施（全18小学校、全9中学校）<br>学校歯科保健検討部会の開催（2/4）                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 指導課             |
|                                          | 【小中学生のむし歯・歯周疾患予防】<br>小中学校において、歯科健診により、むし歯や歯周病を早期に発見するとともに、学校歯科医や歯科衛生士による講話やブラッシング指導により、むし歯や歯周疾患を予防します。 | 【健康増進課】<br>小学校18校 4,223人、中学校9校1,191人に対して、ブラッシング動画や写真媒体を多く取り入れたデジタル教材を用い歯科指導を実施。<br>感染症流行下で中止していた歯ブラシを使った実技指導や歯垢染色なども学校の状況を踏まえ実施を再開した。<br>授業内で歯垢染色が行えなかった場合は家庭で保護者と共に行い事前学習で使用するなど、各学校で工夫して実施した。<br><br>【子ども家庭課】<br>小学校18校4,223人、中学校9校1,191人に対して、歯科指導を実施。新型コロナウイルス感染症以降、講話のみの歯科指導から実技指導を再開する学校が増えてきたことに伴い、これまで使用してきた指導資料を実情に即した内容にブラッシュアップした。学校歯科医や養護教諭と連携し有意義な歯科指導になるよう努める。 | 健康増進課<br>子ども家庭課 |
|                                          | 【成人歯科健診の実施】<br>妊婦を含めた成人に対し歯科健診の受診を促し、歯周疾患の予防を行います。                                                     | 【健康増進課】<br>口腔疾患健診の受診者は256人。受診率は2.0%であった。<br>要精密検査者は早期に受診することが望ましいことから全ての要精密検査者116人に対して、健診後の精密検査の受診状況を把握するため、通知及び電話で受診状況の確認を行い、適切な受診を促した。<br><br>【子ども家庭課】<br>妊娠中の口腔疾患、特に歯周病の予防が妊婦と胎児の健康リスクに対し重要なファクターであることからR5年度より個別での歯科健診を開始した。R6年度の受診率は40.4%（18.1%増加）であった。妊婦歯科健康診査の結果が要指導・要精密検査の者が過半数を占めるため、今後定期的な受診やかかりつけ歯科医定着のきっかけとしたい。                                                  | 健康増進課<br>子ども家庭課 |

| 行動目標                                            | 取り組みの方向(行動指針)                                                                               | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                                  | 担当課             |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                                 |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                 |
| ②へ健康4へ<br>歯や口腔衛生の大切さを知り、いつまでも自分の歯を残し、口腔機能を維持しよう | 【乳幼児期の意識向上】<br>乳幼児健診時に歯科についての相談やアドバイスをを行い、歯や口腔に対する意識を高めます。                                  | 乳幼児歯科健診は個別健診であるため、保護者の不安や相談希望に漏れなく対応できるよう医療機関と連携を図るよう努めた。また、歯科健診の結果から、う蝕が多い児や保護者の不安、悩みが多く記入されている場合は電話相談を行い、不安解消に努めた。児童館や支援センターでの子育て相談、幼稚園や保育園での歯科健康教育の場を通じて幼少期からの歯の衛生習慣を身につけてもらえるよう指導した。                                                                           | 子ども家庭課          |
|                                                 | 【歯や口腔の健康についての啓発】<br>健康情報コーナーなどを活用し、歯や口腔の健康についての情報を発信します。また、全身の疾患との関連もあることから、他機関と連携し啓発を行います。 | 【健康増進課】<br>歯や口腔の健康に関する内容を、広報いんざいへの掲載や市民課モニターでの放映、健康情報コーナーにおけるリーフレットの設置で啓発した。また、高齢者の保健事業と介護の一体的事業や公民館等の依頼などで健康教育を実施し啓発した。<br>ちょきん運動 6回84人<br>その他依頼教育 9回123人<br><br>【子ども家庭課】<br>児童館や子育て支援センターにおける歯科栄養相談のほか、依頼教育として市内各施設で歯磨き指導や個別相談を実施した。(こども子育て歯科相談16回115人(保護者112人)) | 健康増進課<br>子ども家庭課 |
|                                                 | 【イベントを通じた啓発】<br>歯や口腔に関する関心・理解を深めるため、よい歯のコンクールや啓発イベントを実施します。                                 | 印旛都市歯科医師会への歯科保健啓発事業業務委託により講演会を実施。<br>「親として子供にできること」3回<br>「オーラルフレイルって？」1回<br>計4回 延69人 参加<br>歯科保健啓発物(ハブラシ)と啓発チラシを「二十歳を祝う会」で配布した。                                                                                                                                     | 健康増進課           |
|                                                 | 【高齢期の口腔機能維持】<br>介護予防と連携し、咀嚼(そ)しゃく・えん下体操や唾液腺マッサージなどを行い、口腔機能の維持・改善を図るため健康教育を実施します。            | 高齢者の保健事業と介護の一体的事業として、既存の自主サークルでオーラルフレイル予防教育についての依頼教育(ちょきん運動)を5回45人、その他依頼教育を2回29人に実施し、出前教育を1回15人に実施した。                                                                                                                                                              | 高齢者福祉課          |
|                                                 | 【高齢期の口腔機能維持】<br>介護予防と連携し、咀嚼(そ)しゃく・えん下体操や唾液腺マッサージなどを行い、口腔機能の維持・改善を図るため健康教育を実施します。            | 新規設立の印西健康ちょきん運動登録団体(6団体)に対して、フレイル予防に大切なお口の健康に関する講話と、健口体操の指導を行った。また、健口くん(口腔機能測定器)などを活用したフレイル予防講座を依頼教育として9回実施した。                                                                                                                                                     | 健康増進課           |
|                                                 | 【外出困難な人の口腔機能の維持】<br>寝たきりなど外出困難な在宅生活を送られている人へ訪問による歯科健診を行います。                                 | 令和4年度を最後に在宅訪問歯科健診は廃止とした。                                                                                                                                                                                                                                           | 健康増進課           |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～(改定版)  
令和7年度事業進行管理表

＜健康5＞健康管理の実践

| 施策の方針                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ 自分の健康状態を確認し、病気を早期発見・早期治療するため、定期的な健康診査の受診を促すとともに、診査結果を生かし、生活習慣の改善や生活習慣病の重症化予防につながるよう働きかけます。 |
| ▶ 疾病に対する基本的な予防方法の情報提供や、地域のかかりつけ医の普及などを図ります。                                                  |

| 行動目標                                    | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                       | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                           | 担当課    |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                                         |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |        |
| ①へ<br>健康5<br>正しい情報や体の状態を知り、積極的に病気を予防しよう | 【健康づくりの啓発】<br>講座・講演会・健康情報コーナー・広報いんざいなどを活用し、健康づくりについての情報を発信します。また、講座・講演会・イベントなどを通じ、健康づくりに関する啓発を行います。 | 印西市健康ポイント事業 43人<br>健康講演会 1回 76人<br>出前講座 9回 103人<br>依頼教育 15回 229人<br>その他集団健康教育 64回 1133人<br>健康情報コーナー14か所(改修工事による休館を含む)、広報いんざいのコラムにて情報発信や啓発を行った。                                                                                                              | 健康増進課  |
|                                         | 【健康に関する相談の実施】<br>健康や生活習慣の見直しに関する相談及び助言を行い、健康づくりを支援します。                                              | 健康づくり相談(来所264人・電話502人)や特定保健指導(メタボリックシンドローム対策599人)、糖尿病性腎症重症化予防事業(受診勧奨42人、保健指導延67人)、高齢者の保健指導と介護予防の一体的な実施等、対象者の生活に合わせた健康づくりが出来るよう支援した。                                                                                                                         | 健康増進課  |
|                                         | 【母子健康手帳などの交付】<br>健康管理に役立てられるよう、母子健康手帳や子どもガイドブックなどを交付します。                                            | 妊娠届出数804件、母子健康手帳交付数740冊(双胎10人)で保健師や助産師等の専門職による全数面接を実施した。専門職が妊娠早期に面談する事で情報収集とアセスメントが実施でき、支援が必要な妊婦へは適切な時期に介入することができた。                                                                                                                                         | 子ども家庭課 |
|                                         | 【健康診査の受診促進】<br>ライフステージに合わせた健康診査の周知を図り、受診を促します。                                                      | 幼児・児童・生徒・職員の定期健康診断の実施(定期)<br>就学予定児の就学時健康診断の実施(全18小学校)                                                                                                                                                                                                       | 指導課    |
|                                         | 【健康診査の受診促進】<br>ライフステージに合わせた健康診査の周知を図り、受診を促します。                                                      | ・身体計測 毎月、胸囲測定 年2回<br>・内科健診 年2回<br>・尿検査 年1回<br>・簡易視力検査 年1回(4歳児)<br>保健計画に沿って実施。未受診・未受検児に対して受診・受検勧奨を行い、全数把握に努めた。内科健診では、各園医の協力を得て別日で受診。健診・検査結果と成長曲線・身長SD値・肥満度等から個々の発育評価を把握。日々の保育生活の様子から発育・発達についても個別対応し、早期発見・受診・治療に繋げた。                                          | 保育課    |
|                                         | 【健康診査の受診促進】<br>ライフステージに合わせた健康診査の周知を図り、受診を促します。                                                      | 節目年齢の市民全員に受診券を送付した。<br>広報いんざい等で健康診査を周知した。<br>乳幼児健診の案内に成人の健(検)診のちらしを同封した。<br>二十歳を祝う会配布物に、来年度は子宮頸がん検診のクーポン対象者であることの通知と、チラシを同封した。<br>小学5年生の生活習慣病教室実施と並行し、家族へ健診受診を促す資料をスクリーンで配付した。<br>小学3年生の家族に健診の受診を促す資料を配布した。<br>39歳以下健診について、35歳から39歳までの国保加入者に問診票を送付し、受診を促した。 | 健康増進課  |
|                                         | 【健康診査の受診促進】<br>ライフステージに合わせた健康診査の周知を図り、受診を促します。                                                      | ・国民健康保険に加入の40歳以上75歳未満の対象者に、特定健康診査の案内を送付し受診促進を図った。<br>特定健康診査受診者数 4,484人<br>・特定健康診査対象者を年齢、生活習慣病による医療機関受診(投薬)の有無、個別健診対応医療機関への定期受診の有無、過去3年特定健康診査受診状況でセグメント化し、ナッジ理論に基づいた通知デザインを取り入れた効果的な受診勧奨通知により特定健康診査の受診を促した。<br>通知件数 5,703件                                   | 国保年金課  |
|                                         | 【健診事後支援】<br>健診結果を活用し生活習慣を見直せるよう講演会や教室、保健指導や個別相談などで支援します。                                            | 健康講演会 1回 76人。<br>特定保健指導(メタボリックシンドローム対策)599人や糖尿病性腎症重症化予防事業(受診勧奨42人、保健指導延67人)、後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施(保健指導延482人)、重点健康づくり相談(生活習慣病重症化予防における保健指導、特定健診継続受診対策等、来所264人、電話502人)により健診結果の説明や生活習慣改善のアドバイスを行った。                                                           | 健康増進課  |

| 行動目標                              | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                      | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 担当課   |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|                                   |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |
| 防①へ健康5<br>しよい情報や体の状態を知り、積極的に病気を予防 | 【各種がん検診の受診促進及びがん予防についての普及・啓発】<br>各種がん検診と精密検査の受診を促し、早期発見と適切な治療に結びつけます。<br>また、がん予防に関する知識の普及・啓発を行います。 | がん集団検診が完全予約制のため、受診者の待ち時間を短縮することができた。受診後の精密検査受診勧奨は、電話での個別相談を行うことで、受診不安の軽減につながるように今後も実施する。また、引き続き受診について啓発、周知を進める。<br>〈実績 検診受診者数〉 肺がん4,996人、子宮頸がん6,719人、乳がん7,873人、胃がん3,216人、大腸がん5,324人、前立腺がん1,273人                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 健康増進課 |
|                                   | 【各種予防接種の接種啓発】<br>病気を予防するため、必要な予防接種が受けられるよう支援します。                                                   | HPVワクチンのキャッチアップは、令和6年度で終了予定であったが、令和7年3月31日までに1回でも接種しており未完了の者に対して国の経過措置にて令和7年度も継続接種となった。未接種者へ接種勧奨するためあらゆるツール（広報、ホームページ、ポスター、市民課モニター、公式LINE等）を活用し周知や啓発に努めた。また、接種期間が限られるMR第2期に関しては、未接種者に対し、8月・12月・2月に接種勧奨を行い、接種率は97.2%で昨年度より1.6%低下した。DT第2期、日本脳炎第2期に関しては、長期休暇期間に接種行動につながるよう7月中旬に未接種者へ個別通知と広報で接種勧奨に努め、DT第2期の接種率は96.7%で昨年度より5.2%向上、日本脳炎第2期の接種率は99.8%で昨年度より10.7%低下した。<br>高齢者新型コロナウイルスワクチン接種が令和6年度より定期化したことにより、対象者が高齢者インフルエンザと同様のための個別通知（同時封入）を行い、接種機会の確保に努めた。新型コロナウイルスワクチン接種率は、29.6%であった。 | 健康増進課 |
|                                   | 【かかりつけ医などについての普及・啓発】<br>かかりつけの医師や歯科医師、薬局をもつよう、普及啓発を行います。                                           | 出前健康教育や依頼教育において、かかりつけ医や歯科医を持つ大切さを周知した。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 健康増進課 |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～(改定版)  
令和7年度事業進行管理表

＜食育1＞望ましい食習慣の実践～取り組もう～

施策の方針

- ▶ 1日3食の健康的な食習慣を促し、生活習慣病などを予防することで健康な身体の発育を促します。
- ▶ 食習慣の大切さや改善について、幅広い世代に周知啓発を図るとともに、特に妊婦や子育て中の保護者への啓発、指導などを行います。

| 行動目標                              | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                                                       | 令和6年度                                                                                                                                                                                                                        | 担当課             |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                   |                                                                                                                                     | 実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                     |                 |
| ①へ食育1へ<br>朝食を毎日食べて、健康的な食習慣を身につけよう | 【朝食の重要性の周知・啓発】<br>1日3食規則正しく食べることや朝食の大切さについて、乳幼児健診や講座、広報いんざいなどさまざまな機会に周知・啓発していきます。                                                   | 【健康増進課】<br>依頼教育・出前講座、高齢者の保健事業介護予防の一体的実施時（ポピュレーションアプローチ）にて供食の大切さについて周知・啓発・指導を行った。<br><br>【子ども家庭課】<br>プレマクラス（79人）、離乳食教室（177人）、1歳6か月児健診、3歳児健診、就学児健診栄養健康教育（資料配布）、依頼教育・出前講座（6回81人）、親子食育教室（3回30人）等を通じて、講話やパンフレット等を用いて周知・啓発・指導を行った。 | 健康増進課<br>子ども家庭課 |
|                                   | 【保育園・幼稚園を通じた啓発】<br>子どもへの食事指導や保護者へのおたよりの配布などにより、朝食の大切さについて啓発します。また、食事前の正しい手洗いや衛生についての意識づけをし、実践を促します。                                 | 朝食を食べようをテーマに、3～5歳児を対象に食育指導を実施。食育だよりを通じて、朝ごはんの大切さ、バランスの良い朝ごはんについて周知した。食前の手洗いについては、正しい手洗いを身につけられるように、3～5歳児を対象に看護職による手洗い指導を実施。また、保護者へはほけんだよりで手洗いの大切さについて周知を行った。                                                                 | 保育課             |
|                                   |                                                                                                                                     | 幼稚園での栽培物を通して食の大切さなどを、園だより等で知らせた。                                                                                                                                                                                             | 指導課             |
|                                   | 【小中学校を通じた指導・啓発】<br>早寝、早起き、朝ごはんの重要性や小児生活習慣病、手洗いなどの衛生について、学級担任や養護教諭、栄養教諭などにより、授業や給食の時間などに指導を行います。おたよりの配布や家庭教育学級などで子どもや保護者に対する啓発も行います。 | 家庭科授業による指導（全18小学校、全9中学校）<br>小児生活習慣病予防検診事後指導教室による指導（全18小学校、全9中学校）<br>栄養教室及び食育の授業による指導（全18小学校）<br>給食時間等における指導（随時）<br>おたよりの配付（定期）                                                                                               | 指導課<br>学校給食課    |
|                                   | 【乳幼児相談・健診における指導の実施】<br>乳幼児相談及び健診において肥満度や発育曲線を確認し、必要に応じて授乳や食事の量などの個別指導を行います。                                                         | 1歳6か月児健診、3歳児健診において、当日の身体計測値から肥満度を算出した。肥満ややせの判定の児については、栄養相談を健診当日または電話にて実施し、原因の確認と改善のための助言を行った。（57人）                                                                                                                           | 子ども家庭課          |
|                                   | 【保育園における健康診断・身体計測】<br>身体計測における発育評価で、必要に応じて個別指導を行います。                                                                                | 身体計測（毎月）、胸囲測定（年1回）、内科健診（年2回）、歯科健診（年1回）実施。成長曲線・身長SD値・肥満度を算出し、個々の発育評価を把握。特に低身長・肥満児に対して、個別対応。各園看護職と課栄養士とで情報共有を図り、適宜面談・指導や受診勧奨を行った。成長発達・発育評価や食育について、ほけんだより・食育だよりを通して保護者への周知を行った。毎年、卒園児には発育曲線の記録のプレゼントを行っている。                     | 保育課             |
|                                   | 【相談や講座の実施】<br>健康づくり相談・出前健康講座・特定保健指導などで、生活習慣病やメタボリックシンドロームについて周知し、予防に向けた実践を支援します。                                                    | 特定健診、骨粗しょう症検診等の健診結果の説明や生活習慣改善のアドバイス、また、情報提供資料の配付、依頼教育・出前講座、介護予防の一体的な実施での講話による周知、その他生活習慣病予防に向けた情報提供・周知・啓発を行った。<br>生活習慣病発症のリスクが高い人や重症化を予防する必要がある人への指導を行い、生活改善支援を行った。                                                           | 健康増進課           |
|                                   | 【相談や講座の実施】<br>健康づくり相談・出前健康講座・特定保健指導などで、生活習慣病やメタボリックシンドロームについて周知し、予防に向けた実践を支援します。                                                    | 生活習慣病治療中断者への医療機関受診を促す勧奨通知を送付した。<br>生活習慣病治療中断者受診勧奨件数 68件                                                                                                                                                                      | 国保年金課           |

| 行動目標                                  | 取り組みの方向(行動指針)                                                                                                              | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                   | 担当課                   |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|                                       |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                     |                       |
| 身①へ<br>朝食を毎日食べて、健康的な食習慣を身につけよう        | 【高齢者の低栄養の予防】<br>介護予防や健康増進の取り組みの中で、健全な食生活を送るための食事の大切さや、低栄養状態の予防についての周知に努めます。                                                | 介護予防教室にて、栄養に関する講話を計7回実施し、延べ93名の参加があった。<br>「いんざい健康ちょきん運動」では、市の栄養士による栄養講座を「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」として実施した。<br>介護予防把握事業として、介護認定を受けていない75歳以上の方を対象に行う「健やかチェック」で栄養機能の低下に該当している方に対し、栄養に関するチラシを送付した。                                         | 高齢者福祉課                |
|                                       |                                                                                                                            | 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施にてフレイル予防に必要な栄養についての講話を行った(ポピュレーションアプローチ25回316人)。<br>低栄養の人(BMI18.5未満)を対象に訪問や来所で健康相談を実施した。(11人)                                                                                                                   | 健康増進課                 |
|                                       | 【衛生に関する教育】<br>食中毒の予防や食品表示などについての安全衛生に関する意識啓発を行います。                                                                         | 食中毒注意報、警報の発令に合わせて、注意を促す看板を設置した。<br>いんざい健康づくり第80号で「消費期限」「賞味期限」についてコラムを掲載し、周知した。<br>出前健康講座「防災の備え～自助が7割～」で災害時の食中毒について講話した。(全4回、計37名)                                                                                                   | 健康増進課                 |
|                                       |                                                                                                                            | 手洗いの絵カードの表示、見本や手を添えて手洗いの仕方を繰り返し知らせ身についてきている。<br>「食器を使って食べる」「落した物は食べない」「食具の正しい使い方を知らせる」などの体験を通して、食事のマナーを学び健康的な食習慣に繋がれるようにした。                                                                                                         | 障がい福祉課<br>(子ども発達センター) |
| う②へ<br>主食・主菜・副菜をそろえた栄養バランスのよい食事を心がけよう | 【妊娠から授乳期、乳幼児期までの啓発】<br>各種教室や相談、乳幼児健診などで、栄養バランスや正しい生活リズム、授乳の際の注意点などを伝えます。                                                   | プレマクラス(79人)は講話にて、1歳6か月児健診、3歳児健診では資料配布にて主食・主菜・副菜の揃ったバランスの良い食事の重要性について啓発した。                                                                                                                                                           | 子ども家庭課                |
|                                       |                                                                                                                            | ・給食献立表・成分表などの掲示。保護者には、毎月、親子通園日に一緒に給食を食べていただき、バランスの良い食事の大切さなどを伝え、食に対する意識が高まった。<br>・感覚過敏や発達の問題からくる偏食などのお子さんが多いので、食材や食事への興味が広がるように支援をした。<br>・偏食等の相談を受け、情報共有や手立てを一緒に考えるなどの保護者支援を行うとともに療育の場で改善を進めていけるようにした。時間を要する課題であるので、今後も継続的に支援をしていく。 | 障がい福祉課<br>(子ども発達センター) |
|                                       | 【保育園・幼稚園を通じた啓発】<br>主食・主菜・副菜をそろえた栄養バランスのよい食事の大切さについて、子どもへの食事指導や保護者へのおたよりの配布などにより啓発します。                                      | ・給食時間における指導(日常)<br>・おたよりの配付(定期)                                                                                                                                                                                                     | 指導課                   |
|                                       |                                                                                                                            | 保育園では、5歳児に向けてバランスよく食べることの大切さを伝えた。指導後は毎日の給食を3色に分類する機会を設け、最後にバランスのとれたリクエスト献立を考えてもらった。また、食育だよりを通じて保護者へも啓発を行った。                                                                                                                         | 保育課                   |
|                                       | 【小中学校を通じた指導・啓発】<br>主食・主菜・副菜をそろえた栄養バランスのよい食事の大切さについて、学級担任や栄養教諭などによる授業や給食の時間に指導を行います。また、おたよりの配布や家庭教育学級などで子どもや保護者に対する啓発も行います。 | ・家庭科授業による指導(全18小学校、全9中学校)<br>・小児生活習慣病予防検診事後指導教室による指導(全18小学校、全9中学校)<br>・栄養教室及び食育の授業による指導(全18小学校)<br>・給食時間等における指導(日常)<br>・おたよりの配付(定期)                                                                                                 | 指導課<br>学校給食課          |
|                                       | 【各種教室・講座での啓発】<br>主食・主菜・副菜をそろえた栄養バランスのよい食事の大切さについて、各種教室・講座で講話を行います。                                                         | プレマクラス(79人)、離乳食教室(177人)、1歳6か月児健診、3歳児健診、就学児健診栄養健康教育(資料配布)、依頼教育・出前講座(6回81人)、親子食育教室(3回30人)等を通じて、講話やパンフレット等を用いてバランスの良い食事、正しい生活リズムについての周知・啓発・指導を行った。                                                                                     | 子ども家庭課                |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～（改定版）  
令和7年度事業進行管理表

《食育2》正しい知識で食品選択 ～選ぼう～

| 施策の方針                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ 地産地消を心がけ、野菜の健康効果や必要量を知り、1日5皿以上食べることを目標に、今より1皿でも多く野菜を摂ることを周知します。<br>▶ 食品の選び方や食の安全性等、食に関する知識について自らが理解を深め、知識に基づき正しく判断し、選択できる能力を身につけます。 |

| 行動目標                              | 取り組みの方向（行動指針）                                                                                    | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                               | 担当課          |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|                                   |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                 |              |
| ①へ食育2へ<br>野菜料理は1日5皿以上を目標にもう1皿増やそう | 【保育園・幼稚園を通じた啓発】<br>食育指導の一貫として、野菜を食べることが体によいことを伝えます。                                              | 保育園では、3～5歳児を対象に「野菜を食べよう」をテーマに食育指導を実施。保護者には食育だよりにて周知した。                                                                                                                                                          | 保育課          |
|                                   |                                                                                                  | ・給食時間における指導（日常）<br>・おたよりの配付（定期）                                                                                                                                                                                 | 指導課          |
|                                   | 【小中学校を通じた指導・啓発】<br>野菜の大切さについて、学級担任や栄養教諭などによる授業や給食の時間に子どもへ指導します。また、家庭教育学級やおたよりなどで、保護者に対する啓発も行います。 | 家庭科授業による指導（全18小学校、全9中学校）<br>小児生活習慣病予防検診事後指導教室による指導（全18小学校、全9中学校）<br>栄養教室及び食育の授業による指導（全18小学校）<br>給食時間における指導（日常）<br>おたよりの配付（定期）<br>家庭教育学級での講話（希望する家庭教育学級）                                                         | 指導課<br>学校給食課 |
|                                   | 【野菜摂取の促進に向けた啓発】<br>市内協力店への啓発資料などの提供や連携を図ります。また、野菜摂取について、就学時健診の場や出前講座・教室などで啓発を行います。               | 野菜いっぱい食育レシピの配布を市ホームページ、X、ちらし（公共施設3か所、スーパー等5か所）にて実施。<br>にこにこクッキングを広報に毎月掲載、市ホームページ、Xで周知した。<br>就学時健康診断対象者に栄養指導資料を配布。<br>食育月間に協力店舗にて野菜啓発ポスターを掲示した。<br>出前健康講座や依頼教育等で野菜摂取の促進に向けた啓発を実施。<br>市内協力スーパーにて野菜摂取の促進に向けた啓発を実施。 | 健康増進課        |
|                                   | 【相談の実施】<br>各乳幼児健診において、野菜の偏食などについて保護者からの相談に応じます。                                                  | 1歳6か月児健診、3歳児健診において、野菜の偏食についての相談がある場合、健診当日栄養士が相談を受けた。後日電話にてお話を伺う電話相談も行った（37人）。また、離乳食教室や歯科栄養子育て相談、妊娠子育て相談「こまつな」LINE相談でも野菜の偏食などについて保護者からの相談に応じた。                                                                   | 子ども家庭課       |
|                                   | 【野菜を使ったレシピの提供】<br>給食等のおすすめレシピを広報・ホームページに掲載し周知します。また、野菜を使ったレシピを、市内協力店や市の公共施設などで配布し、実践に向けて支援します。   | 野菜いっぱい食育レシピを市ホームページとXに掲載し、ちらし（A5サイズ）の配布（公共施設3か所、スーパー等5か所）をおこなった。<br>にこにこクッキングを広報に毎月掲載、X、ホームページで配信。<br>レシピ周知のためのチラシを作成し、出前健康講座や依頼教育にて活用した。<br>市内協力スーパーにて野菜摂取の促進に向けた啓発を実施。                                        | 健康増進課        |
|                                   | 【野菜を使ったレシピの提供】<br>給食等のおすすめレシピを広報・ホームページに掲載し周知します。また、野菜を使ったレシピを、市内協力店や市の公共施設などで配布し、実践に向けて支援します。   | おたよりの配付（定期）<br>ホームページによる広報（随時）<br>家庭教育学級での講話（15小学校、3中学校）                                                                                                                                                        | 学校給食課        |
|                                   |                                                                                                  | 保育園では、食育だより等において、人気メニューのレシピを紹介した。                                                                                                                                                                               | 保育課          |

| 行動目標                          | 取り組みの方向(行動指針)                                                                     | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                       | 担当課          |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|                               |                                                                                   |                                                                                                                         |              |
| ②へ<br>地産地消を心がけ、<br>食の選択知識を養おう | 【保育園・幼稚園を通じた啓発】<br>日々の食事に地元の農産物を活用するよう保護者へ促します。                                   | 保育園では、芋苗植えつけ、芋ほりを体験し、芋の育成について学び、収穫の喜びを味わった。<br>旬の食材については、給食で取り入れ、保護者へ食育だよりにて周知をした。                                      | 保育課          |
|                               |                                                                                   | 幼稚園では、芋苗植えつけ、芋ほりを体験し、芋の育成について学び、収穫の喜びを味わった。                                                                             | 指導課          |
|                               | 【学校給食における地産地消の推進】<br>給食に地場産物を積極的に使用し、献立表などに掲載します。また、地産地消の大切さについて、給食の時間に子どもへ指導します。 | 社会科授業における指導（全18小学校、全9中学校）<br>給食時間等の食の指導（随時）<br>地場産物の積極的な使用及び献立表での掲載（随時）<br>おたよりの配付（定期）<br>ホームページによる広報（随時）               | 指導課<br>学校給食課 |
|                               | 【生産者との交流促進】<br>各種イベントなどを通じて、農産物の紹介や生産者との交流を図り地産地消への意識を高めます。                       | 令和6年11月2日（土）に「いんざいふるさと産業まつり」を開催した。悪天候のため、イオンモール内にて、ステージショー及びPRブースのみとし規模を縮小した。まつりには、約5,000人が来場し、農産物の紹介等を行い、市民相互の交流を図った。  | 農政課          |
|                               | 【直売所の支援・利用促進】<br>地元農産物を年間通じて安定的に供給できるよう、農産物直売所を支援し、利用を促進します。                      | 地元農産物の地産地消を推進するため、市内直売所に対し、加工に要する加工機械整備費及び販売促進に係る資材費について、補助金を交付し、支援することで利用促進を図った。                                       | 農政課          |
|                               | 【小中学校を通じた啓発と実践】<br>授業で食品表示などについて学習します。また、食物アレルギーに対する適切な知識・対応についての啓発を行います。         | 家庭科授業における指導（全18小学校、全9中学校）<br>給食時間等の準備指導（日常）<br>学習資料の掲示（随時）<br>食育の授業における指導（随時）                                           | 指導課<br>学校給食課 |
|                               | 【食の安全に関する教育】<br>食品表示などの食の安全に関する意識啓発を行います。                                         | 食中毒注意報、警報の発令に合わせて、注意を促す看板を設置した。<br>いんざい健康づくり第80号で「消費期限」「賞味期限」についてコラムを掲載し、周知した。<br>出前健康講座「防災の備え～自助が7割～」で災害時の食中毒について講話した。 | 健康増進課        |

第2次健康いんざい21～印西市健康増進・食育推進計画～（改定版）  
令和7年度事業進行管理表

《食育3》豊かな食生活と食体験 ～つながろう～

施策の方針

- ▶ 家族や友人などと料理を作ったり、食事をともにする共食をすすめ、豊かな食生活を育みます。
- ▶ 食の生産の場を知り、体験することで、自らの食生活が自然の恩恵や食にかかわるさまざまな人びとの活動により成り立ち支えられていることに感謝の念をもち、理解を深め、食べ物や食事を大切にする気持ちを育みます。
- ▶ 生産から消費に至る食の循環を意識し、食品ロスの削減等、食環境にも配慮します。

| 行動目標                                          | 取り組みの方向（行動指針）                                                                                                                                                                                             | 令和6年度<br>実績・成果・課題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 担当課                    |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                                               |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |
| ①へ<br>食育3<br>食と食体験で人とのつながりや感謝の気持ちを持ち、食文化を伝えよう | 【共食の大切さの周知】<br>各種講座などで、共食の大切さやあいさつ、箸の使い方などのマナーについて伝えます。                                                                                                                                                   | <p>【健康増進課】<br/>後期高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施のポピュレーションアプローチの中で、共食の大切さを講話した。</p> <p>【子ども家庭課】<br/>小学校低学年を対象とし、親子食育教室を行い、料理する機会を設けた（3回30人）。<br/>依頼教育・出前講座（6回81人）の講話の中で共食や食体験の大切さ、マナーなどの啓発を行った。</p> <p>安心できる人、落ち着いて食事ができる環境、食事の時間が楽しいと感じられる雰囲気づくりをすることで、食べることの楽しさや、落ち着いて食事に向かう姿が少しずつ身についてきた。</p>                                             | 健康増進課<br>子ども家庭課        |
|                                               | 【保育園や幼稚園を通じた啓発と実践】<br>仲間と一緒に食べることの大切さを伝えるとともに、食前食後のあいさつや食具（スプーンや箸などの）扱いのマナー、栽培・収穫した野菜などでの料理体験、保育園での給食室見学などを行い、食への興味関心を高め、感謝の気持ちを育みます。<br>家族そろっての食事や食事の手伝いなどの共食の大切さを家庭に周知します。                              | <p>・給食時間のマナー指導（日常）<br/>・3～5歳児に食育指導<br/>紙芝居やパネルシアターを通して食の大切さを伝える。<br/>※4～5歳児は箸の持ち方・動かし方<br/>・幼稚園で3～5歳児は、野菜の栽培、収穫を体験。収穫した野菜でクッキングを行う。5歳児は、デイキャンプで栄養士からの食育指導とクッキングを実施した。</p> <p>・給食時間のマナー指導（日常）<br/>・2～5歳児に食育指導（マナーの話、食具について）を実施<br/>※3～5歳児は箸の持ち方・動かし方<br/>・各保育園で3～5歳児が、野菜の栽培、収穫を体験したことで野菜への関心が高まり、苦手だった野菜が食べられるようになるなどの効果があった。</p> | 指導課                    |
|                                               | 【小中学校を通じた実践】<br>学級担任や栄養教諭による授業や給食指導の中で、調理実習、共食やマナーについての指導を行い、家庭へも周知します。また、農作物の栽培や給食センターの見学など、生産に関わる仕事に触れたり、体験したりする機会を通じて、食べ物を慈しむ心や、食や食に関わる人への感謝の念を育てます。献立表や給食指導資料、日々の給食を紹介するホームページで生産者の情報や食文化などの情報を発信します。 | <p>・家庭科授業による指導（全18小学校、全9中学校）<br/>・栄養教室及び食育の授業による指導（全18小学校）<br/>・給食時間における指導（日常）<br/>・給食センターの見学（希望する学校）<br/>・おたよりの配付（定期）<br/>・家庭教育学級での見学（希望する家庭教育学級）</p>                                                                                                                                                                           | 指導課<br>学校給食課           |
|                                               | 【子どもの料理教室（食育）】<br>子どもや親子を対象として料理教室を開催し、一緒に楽しく料理を楽しむとともに、望ましい食事のとり方や食事のマナーについて学べるよう実践に向けた支援を行います。                                                                                                          | 小学校低学年を対象とし、親子食育教室を行い、料理する機会を設けた。<br>依頼教育・出前講座の講話の中で共食や食体験の大切さ、マナーなどの啓発を行った。                                                                                                                                                                                                                                                     | 子ども家庭課                 |
|                                               | 【各種料理教室】<br>市の施設などで、さまざまな実施主体による調理実習を通して、日頃の食生活を見直す機会とし、調理技術の向上や、仲間づくりの場の提供をします。                                                                                                                          | <p>〔フレンドリープラザ〕<br/>料理研究会（10回）、親子体験教室（味噌作り）<br/>〔サザンプラザ〕<br/>料理教室、味噌作り<br/>〔永治プラザ〕<br/>チーズケーキ講習会、太巻き寿司講習会、米粉料理講習会</p>                                                                                                                                                                                                             | 市民活動推進課                |
|                                               | 【各種料理教室】<br>市の施設などで、さまざまな実施主体による調理実習を通して、日頃の食生活を見直す機会とし、調理技術の向上や、仲間づくりの場の提供をします。                                                                                                                          | 「手打ちそば作り教室」16人                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 高齢者福祉課<br>（高花老人福祉センター） |