

# 第4章

---

# 施策の展開

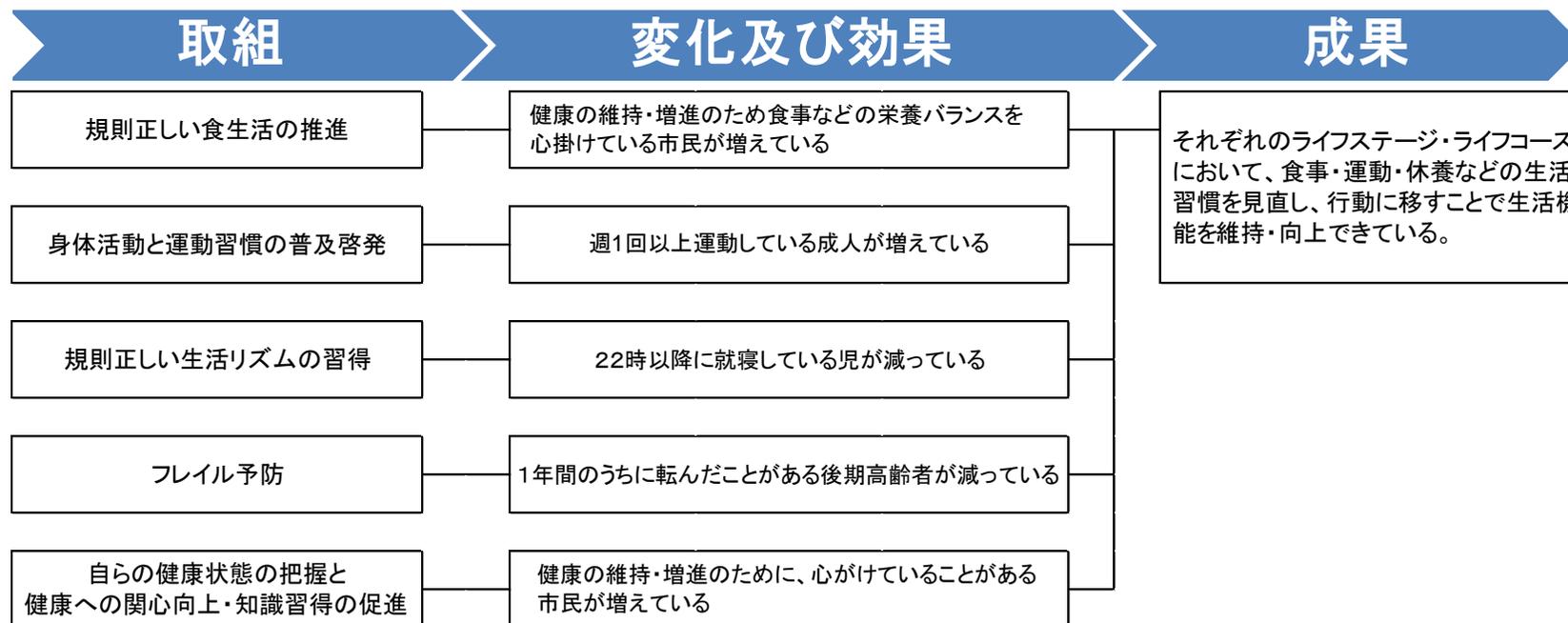
施策

1-1-1

生活習慣の改善と生活機能の維持、向上

現状と課題

- 朝食欠食や野菜の摂取について、食べない人の割合が前回市民意識調査から増加しているほか、特に 10～30 歳男性で食べない人の割合が高くなっています。また、子どもの生活実態調査において、朝食を摂らないお子さんが、一定数いることも判明しております。
- 大人になってからの食生活習慣は、子どもの頃からの食生活習慣が少なからず影響していると考えられるため、妊産婦への啓発及び子どもの頃から望ましい食習慣や食生活を身につける必要があります。
- 運動習慣(階段を意識的に利用する等の生活運動)のある人の割合は前回市民意識調査より減少しており、特に女性で運動習慣のない人の割合が高くなっています。生涯にわたる運動習慣を身につけることにより、フレイルの予防等を行う必要があります。



あるべき  
姿

それぞれのライフステージ・ライフコースにおいて、食事・運動・休養などの生活習慣を振り返り、行動に移すことで生活機能を維持・向上できています。

指標名	現状値	目標値
健康の維持・推進に心がけている市民の割合(食事などの栄養バランス)	58.2%	70.0%
健康の維持・推進に心がけている市民の割合(適度な運動)	63.7%	70.0%
65歳平均障害期間(男性)	1.40年	短縮
65歳平均障害期間(女性)	3.05年	短縮

コラム

「食育推進計画」とは？

八王子市食育推進計画は、食育基本法に基づく市町村の計画として位置付けられ、市民の食育活動の推進に向けて、本市の関連する計画と連携し合うものとして策定されています。

生涯にわたり健康で生き生きと生活するためには、望ましい食生活を送ることが大切です。

また、八王子の恵まれた環境を活かしながら、農業や伝統的な食文化にふれ、人々のつながりを深め、広げていくことも必要な要素であると考えています。

このことから、計画の将来像である「食を大切に作る人々を育むまち」を実現するため、市内の飲食店や惣菜店の協力を得て、野菜摂取・減塩・食事量といった健康に配慮したメニューや健康情報を提供する「はちおうじ健康応援店」や、産官学の連携による健康に配慮したお弁当の開発など様々な取組を実施しています。



## 施策の目標を達成するための取組み

### ① 規則正しい食生活の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	● 食育推進計画に基づき生活リズムを整え、身体や日々の活動に見合った食事を1日3食きちんと食べ、望ましい食生活が送れるよう、全てのライフステージに応じた取組を健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、食の大切さをより多くの市民へ普及啓発します。	保健総務課
2	保健事業を通じた普及啓発	● 各種母子保健事業、成人保健事業、高齢者保健事業を通じて、乳幼児期から適正な食生活を送れるよう支援を行います。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
3	保育園における普及啓発	● 園児に、食物を作る喜び、収穫の喜び、食べる喜びを経験させ、食の大切さを伝えていきます。また、保護者には、「給食だより」や「献立表」などの配付を通じて、各園で食育に関する情報提供を行います。 ● 子育て家庭に、食育イベントや給食の試食により食育を啓発していきます。また、保育園ひろば事業を通じて、離乳食や幼児食についての情報提供を行います。	子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
4	小学校・中学校における普及啓発	● 給食施設を整備し、中学生のこころと身体を育む給食の提供を行うとともに、食でつながる場所として、関係機関と連携し地域の食育活動を推進します。 ● 食育推進計画に基づき各校での指導体制を整備し、教育活動の中で推進をはかります。また、市立小・中学校で「食育の日」を設け、毎日の食を大切にすところや、自らの健康につながる知識を身につけるため取組を実施します。	学校給食課、教育指導課
5	安全・安心な地場農産物の提供	● 道の駅などで農産物に市内生産者を表記するなど安全・安心な地場農産物の提供に努めることにより、市民の地場産品の購買意欲を高め、地産地消を推進します。	農林課

#### 個人の取組み

- 朝食を食べましょう。
- 1日3食バランス良く食べましょう。
- 家族や友達と楽しみながら食事をしましょう。

#### 地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、望ましい食習慣の大切さを伝えましょう。
- 地元の食材を使う「地産地消」を広めましょう。

## 視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

### ▶ 基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

#### ② 身体活動と運動習慣の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、身体活動や運動の大切さを市民へ普及啓発します。	保健総務課
2	保健事業を通じた普及啓発	●保健事業において、運動習慣の大切さの普及啓発と運動習慣の確立に向けた支援を行います。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
3	歩行やサイクリング等の運動習慣の普及啓発	●ヘルシーウォーキングを市民健康の日にあわせて開催します。また、環境にやさしく、健康づくりにも取り組めるサイクリング等を推進します。	スポーツ振興課

##### 個人の取組み

- 週に1回以上運動をしましょう。
- 子どもの頃から体を動かす習慣を身につけましょう。
- 日常的に意識して歩くようにしましょう。

##### 地域・団体の取組み

- 身近な場所で、気軽に参加できる運動の機会をつくりましょう。
- 運動を通じての自主グループ、地域活動を行いましょう。

#### ③ 規則正しい生活リズムの習得

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどを通じて、休養の重要性など生活習慣に関する正しい知識の情報提供を実施します。	保健総務課
2	保育園における普及啓発	●「園だより」や「ほけんだより」を通じて、各園で生活習慣確立の必要性を周知します。 ●各園で園児に、生活習慣、生活リズムの大切さを指導します。	子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
3	小学校・中学校における普及啓発	●体力向上推進計画に基づく、健康に関する取組を実践するため、各校での指導体制を整備し、全教育活動の中で推進をはかります。	教育指導課
4	妊産婦等への指導・啓発	●母子保健事業や地域での出前講座等を通じて、親子の規則正しい生活リズムに関する啓発、改善への働きかけを実施します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)

##### 個人の取組み

- 親子で望ましい生活リズムの大切さを知り、生活リズムを整えましょう。

##### 地域・団体の取組み

- 地域で季節の行事などを開催し、一年間を通した生活リズムを整えましょう。

④ フレイルの予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康づくりサポーターと連携し、健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、ロコモティブシンドロームの認知度調査などの健康情報を提供します。	保健総務課
2	健康づくりサポーターの養成	●健康づくりサポーターを養成します。	保健総務課
3	高齢者の保健事業と介護予防の実施	●平均自立期間の延長を目指し各種介護予防事業を一体的に実施します。	高齢者いきいき課、 保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
4	健康体操教室の実施	●市内の各地域にて、年齢や体力に合わせた健康体操教室を行います。	スポーツ振興課
5	健康づくりに関する講座の実施	●社交ダンスや健康体操など、高齢者の健康づくりに役立つ講座を実施します。	学習支援課
6	骨粗鬆症予防の普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、普及啓発を実施します。 ●骨密度測定会を実施します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、 保健総務課

🏠 個人の取組み

- 人生の目標や生きがいを持って、積極的に地域などでの活動を継続して行いましょう。
- 自分の骨の状態を把握するとともに、骨粗鬆症の予防について知りましょう。

👥 地域・団体の取組み

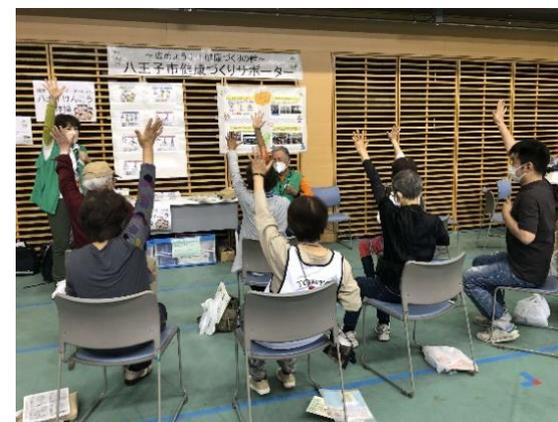
- 運動やレクリエーション、生涯学習などの機会や場所の提供について充実をはかりましょう。
- 骨粗鬆症の予防について、周知しましょう。

コラム 「フレイル」とは？

フレイルとは、高齢者の健康な状態と介護が必要な状態の間にある「虚弱状態」を指します。まだ介護は必要ないけれど、なんとなく体調が優れない、足腰や口周りに不安がある、人付き合いがおっくう…など、年齢とともに生じる心身の衰え、それがフレイルです。

フレイルには「身体的フレイル」「オーラルフレイル」「心理的・認知的フレイル」「社会的フレイル」と呼ばれるさまざまな側面があります。これらは単独で起こるのではなく、生活習慣や身体・心の状態によって複雑に絡み合いながら進行していきます。ある程度の衰えは高齢になれば自然なことです。しかし、運動不足・栄養不足、刺激の低下などによる急速な衰えは、普段の心がけて予防・改善することができます。本市では、健康フェスタ・食育フェスタやいちょう祭りなどのイベントや出前講座を通してフレイルの予防について普及啓発を行っています。

資料：公益財団法人 健康・体力づくり事業財団「サルコペニア・フレイルを予防して健康寿命をのばそう」



## 視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

### ▶ 基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

#### ⑤ 自らの健康状態の把握と生涯にわたる健康への関心向上・知識習得の促進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	市民への情報提供	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、市民が主体的に健康づくりをできるような、きっかけづくりの場を提供するとともに、健康情報の提供を行います。	保健総務課
2	健康状態の把握支援	●データ改善相談、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業など、自らの健康状態を把握し、生活機能の維持向上を目指します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
3	生涯にわたる健康に関する知識や健康づくりへの関心向上	●ヨガやストレッチ、社交ダンス、健康体操など、概ね60歳以上の方を対象とした健康づくりに役立つ講座を実施します。 ●高齢者のセルフマネジメントの向上、健康意識の向上、社会参加機会に資する「八王子てくてくポイント事業(てくポ)」を実施します。	高齢者いきいき課、学習支援課

#### 🏠 個人の取組み

- 自分の身体の状態や健康状態を把握するヘルスチェックの習慣を身につけましょう。
- 健康に関する正しい知識を習得しましょう。
- 関心のある健康づくりを実践してみましょう。

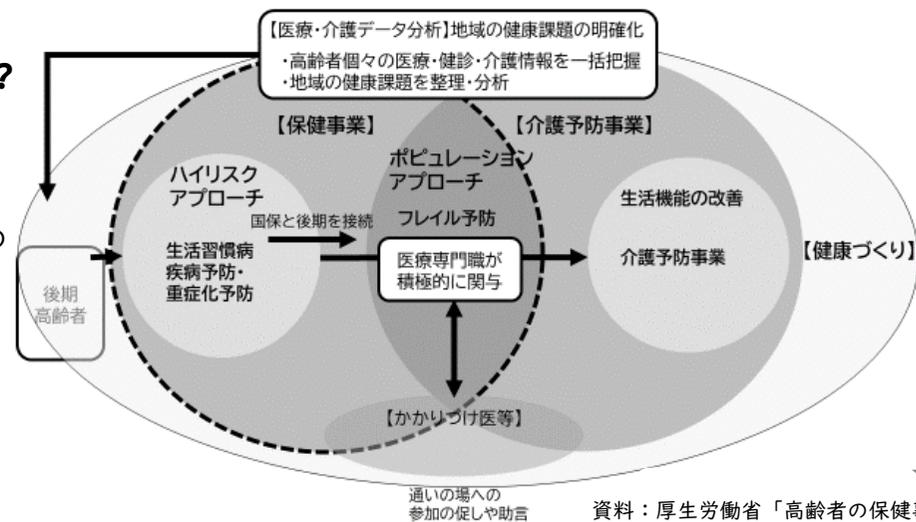
#### 👥 地域・団体の取組み

- 市民が知識習得や健康づくりに取り組めるよう支援しましょう。

## コラム

### 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」とは？

健康寿命の延伸の右の図のように、医療保険側の保健事業と介護保険側の介護予防事業、かかりつけ医等による医療を組み合わせ、高齢者を包括的に支援していく事業のことを「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」と呼びます。

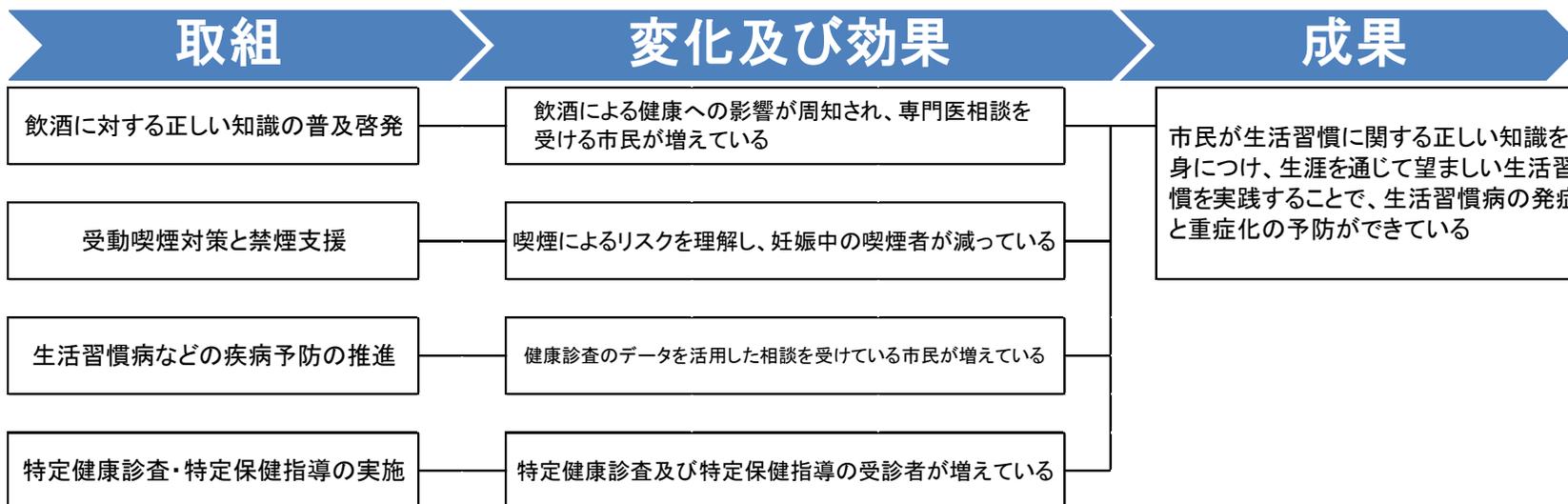


施策

1-1-2 生活習慣病の発症と重症化の予防

現状と課題

- 市民の死因別死亡率について、令和 3 年度で第2位が心疾患、第4位が脳血管疾患となっています。
- 第 3 期計画において、特定健康診査、特定保健指導等の実施における受診率が目標に達していない状況です。一方、市民意識調査で、充実を望む医療として、『生活習慣病医療（糖尿病、高血圧等）』等への需要が高まっていることから、発症予防及び重症化予防に向けた生活習慣改善の働きかけを行う保健指導の充実と利用率向上を図ることが課題となっています。
- 市民意識調査において高齢者の喫煙や飲酒が多い状況となっています。





あるべき姿

市民が生活習慣病に関する正しい知識を身につけ、毎年健診を受け、自分の健康様態を振り返ることで、生活習慣病の予防ができています。

指標名	現状値	目標値
健康の維持・推進に心がけている市民の割合(各種定期健診(検診)の受診)	50.5%	60.0%

### 施策の目標を達成するための取組み

#### ① 飲酒に対する正しい知識の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	講演会の実施	● 飲酒による健康への影響について、講演会等を通じて広く普及啓発します。	保健対策課
2	専門医相談の実施	● アルコールに関する専門医相談を実施します。	保健対策課
3	妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝える	● 母子保健事業や子育て支援事業を通じ、妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝えます。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
4	未成年向けの普及・啓発	● 青少年に対して飲酒による健康への影響に関する知識を普及啓発します。 ● 学校保健計画に基づき市立小・中学校において飲酒による健康への影響などの講習会や啓発事業を実施します。	青少年若者課、教育指導課

#### 個人の取組み

- 飲酒による健康への影響について知りましょう。
- 妊婦や授乳中の女性は、胎児や乳児への健康影響について正しい知識を持ち、飲酒をやめましょう。
- 未成年者は飲酒をしない。周囲の大人は未成年者による飲酒を防止しましょう。
- 節度ある適度な飲酒を心掛け、休肝日をつくりましょう。

#### 地域・団体の取組み

- 未成年者にお酒を売らない、提供しないようにしましょう。

② 受動喫煙対策と禁煙支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	喫煙及び受動喫煙による健康への影響に関する周知啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●慢性閉塞性肺疾患(COPD)の予防について普及啓発を行います。</li> <li>●受動喫煙に関する法に基づき、関係部署と連携し、引き続き喫煙に関する健康への影響について周知啓発します。</li> <li>●妊婦面談やパパママクラス、乳幼児健診、成人相談の中での、喫煙、受動喫煙の健康影響について普及啓発を実施します。</li> </ul>	保健福祉センター(大横、東浅川、南大沢)、保健総務課
2	禁煙支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>●肺がん検診などの際、喫煙者に対し、禁煙指導・禁煙外来支援を行います。</li> </ul>	成人健診課
3	未成年向けの普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●青少年に対してたばこの影響を理解し、適切な行動ができるよう支援します。</li> <li>●学校保健計画に基づき市立小・中学校において喫煙が及ぼす健康影響についての講習会や啓発事業を実施します。</li> </ul>	青少年若者課、教育指導課
4	喫煙マナー向上に向けた取組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>●喫煙マナー向上のため、市民・事業者と協働してマナーアップキャンペーンを実施します。</li> </ul>	環境政策課

 個人の取組み

- 喫煙や、受動喫煙が及ぼす健康影響について正しい知識を持ちましょう。
- 妊婦や授乳中の女性は、胎児や乳幼児への健康影響について正しく理解し、喫煙をやめましょう。
- 周囲に子どもや喫煙をしない人がいるときは喫煙をやめましょう。
- 喫煙マナーを守りましょう。周囲にやけどなどをひきおこさないよう、歩きたばこは絶対やめましょう。
- 喫煙ががん発症のリスクとなることを知りましょう。
- 喫煙が肺の生活習慣病である慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因となることを知りましょう。

 地域・団体の取組み

- 喫煙、受動喫煙による健康影響についての知識を普及しましょう。
- 未成年者にたばこを売らない、与えないようにしましょう。
- 敷地内禁煙など受動喫煙防止対策に協力しましょう。
- 喫煙者へのマナーアップ活動に協力しましょう。
- がん発症のリスクとなる喫煙についての知識を普及しましょう。

③ 生活習慣病などの疾病予防の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	糖尿病やメタボリックシンドロームの予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>● イベントや SNS などにおける普及啓発により、糖尿病やメタボリックシンドロームなどを予防する生活習慣について推進します。</li> <li>● 特定保健指導等の実施により、糖尿病等生活習慣病の発症予防を推進します。</li> </ul>	成人健診課、保健総務課
2	飲食店の協力による減塩・野菜摂取の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 関係部署と連携し、飲食店に向けた減塩や野菜摂取の重要性を普及啓発します。</li> </ul>	保健総務課
3	給食施設の栄養の向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 給食施設における栄養管理の質の向上を支援します。</li> </ul>	生活衛生課
4	生活習慣病に関するデータの活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 健診データ、レセプト情報を活用し、生活習慣病の重症化予防に取り組みます。</li> <li>● データ改善相談、生活習慣病予防の講演会、測定会等を実施し、生活習慣病予防の普及啓発をはかります。</li> <li>● 特定健康診査のデータを活用するなど関係機関と連携し、糖尿病重症化予防を重点的に実施します。</li> </ul>	成人健診課、保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
5	子どもの生活習慣の確立支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 市立小・中学校における定期健康診断を継続して実施し、適切な生活指導と子どもたちの健康増進に努めます。</li> </ul>	教育指導課

 個人の取組み

- 規則正しい生活リズム、バランスの良い食生活、適度な運動を取り入れましょう。
- 喫煙や飲酒が生活習慣病のリスクを高めていることを知り、禁煙や節度ある適度な飲酒を心掛けましょう。
- 定期的に健診を受け、健診結果を正しく理解しましょう。
- 自分の健康に関心を持ちながら適正体重を知り、体重のコントロールをしましょう。

 地域・団体の取組み

- 地域活動や団体活動を通じて生活習慣病予防の大切さを普及しましょう。

④ 特定健康診査・特定保健指導の実施

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	特定健康診査及び特定保健指導の実施	● 国民健康保険データ活用保健事業実施計画（及び特定健康診査等実施計画）に基づき、特定健康診査及び特定保健指導を実施します。	成人健診課
2	特定健康診査及び特定保健指導の受診促進	● 広報への掲載や個別通知の発送、健康フェスタ・食育フェスタへの参加などを通じて、特定健康診査の必要性を普及啓発します。 ● 市民が受けやすい健康診査、保健指導体制を整え、受診率や実施率の向上を目指します。	成人健診課
3	特定保健指導の質向上	● 保健指導の質を向上させ、さらなる検査値改善や脱出率の向上を目指します。	成人健診課

 個人の取組み

- 特定健康診査を積極的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。
- 健診結果で精密検査や治療が必要と判断された人は、早期に医療機関を受診しましょう。
- 特定保健指導を積極的に利用し、健康診査結果に応じた生活習慣の改善、疾病予防に役立てましょう。

 地域・団体の取組み

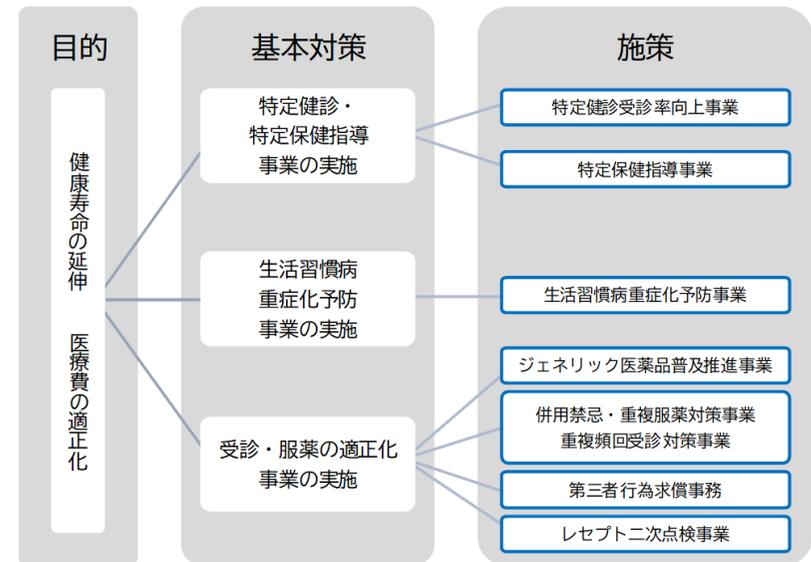
- 特定健康診査、特定保健指導の受診や利用について普及啓発しましょう。
- 生活習慣の改善や疾病予防の大切さを周知しましょう。

コラム

「国民健康保険データ活用保健事業実施計画」とは？

本市では、平成 20 年(2008 年)3 月に「八王子市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を、平成 25 年(2013 年)3 月には「第 2 期八王子市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を策定し、健診受診率や保健指導実施率の向上の取り組みを実施しました。さらに、平成 30 年(2018 年)3 月には、「第 3 期特定健康診査等実施計画」を包含した形で、「八王子市国民健康保険データ活用保健事業実施計画」を策定しました。令和 3 年度(2021 年度)からの中間改定を受けて、今回は第 2 期の作成となります。作成にあたり、第 1 期の評価と現状把握を行うため、平成 30 年度(2018 年度)と令和 4 年度(2022 年度)等の比較を行っています。

本計画では図表 2 に示すように、「健康寿命の延伸」と「医療費の適正化」を目的に設定し、PDCA サイクルに基づき効果的・効率的に保健事業を展開しています。

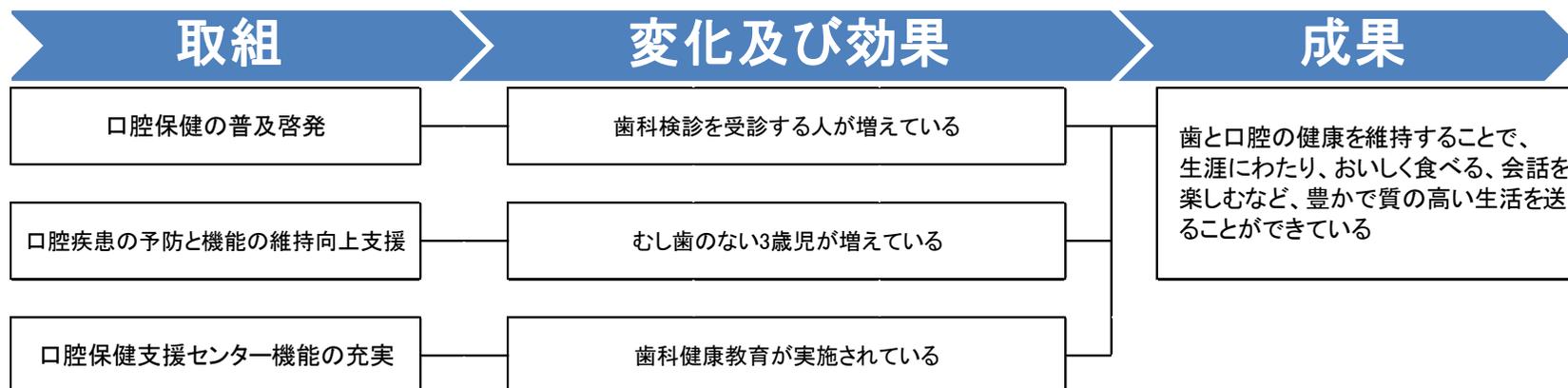


施策

1-1-3 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進

現状と課題

- 全国的に「8020（ハチマルニイマル）運動」が展開されていますが、市民意識調査において、歯科検診については、『受けていない』人の割合が39.1%と高くなっています。特に10～30及び50歳代男性で『受けていない』の割合が5割以上となっています。介護予防やフレイル予防の観点から、引き続き講座等による普及を行うほか、若い頃からの歯科検診推奨が必要です。
- 高年期における、摂食・嚥下障害や誤嚥性肺炎等のリスク回避、高齢者の虚弱（「フレイル」）対策など、介護予防の観点からも口腔機能を向上させる必要があります。
- 歯周病が全身の健康に影響することの認知度は、81.9%と高くなっています。



あるべき姿

歯と口腔の健康を維持することで、生涯にわたり、おいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送ることができています。

指標名	現状値	目標値
年 1 回以上歯科検診を受診している者の割合	32.1%	50.0%
むし歯のない3歳児の割合	93.7%	増加

## 施策の目標を達成するための取組み

### ① 口腔保健の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科教育、歯科相談を通じた普及啓発	●若い世代から高齢者まで、より多くの市民に口腔歯科衛生の重要性を理解していただき、行動変化につながるようにします。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
2	口腔ケアに関する出前講座の実施	●高齢者団体や介護事業者に対して、口腔ケアに関する出前講座を実施します。	高齢者いきいき課

#### 個人の取組み

○口の中の健康に関心を持ち、歯や口腔機能を維持するための正しい知識を身につけましょう。

#### 地域・団体の取組み

○地域活動、団体活動を通じて、口の中の健康と機能の重要性を伝えましょう。

② 口腔疾患の予防と機能の維持向上支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科検診受診の受診促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●対象年齢となる市民への検診を実施し、成人の歯周疾患を早期発見・予防することにより、市民の健康保持増進をはかります。</li> <li>●検診対象者全員へ個別に受診券を送付し、確実な周知と受診勧奨をはかります。</li> </ul>	成人健診課
2	むし歯・歯周病予防に向けた取組みの実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>●母子保健事業、成人保健事業を通じて、むし歯や歯周病の予防を推進します。</li> <li>●保育の中で歯磨きの習慣を修得できるよう、各園で年齢に応じた歯磨き指導を行います。</li> <li>●「ほけんだより」を通じて各園で歯の健康の大切さを周知するとともに、歯科検診による早期発見、早期治療をすすめます。</li> </ul>	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
3	小学校・中学校における普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学校歯科医や関連機関と連携し、市立小・中学校における歯科衛生指導の支援を行います。</li> </ul>	教育指導課
4	口腔フレイル予防の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●高齢者団体や介護事業者に対して、口腔フレイル予防に関する出前講座を実施します。</li> <li>●後期高齢者歯科健康検査の実施により後期高齢者のフレイル予防を推進する。</li> <li>●口腔フレイル予防に関する情報の発信。</li> </ul>	高齢者いきいき課、成人健診課、保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、保健総務課

 個人の取組み

- 口の中の健康に関心を持ちましょう。
- 正しい口腔清掃習慣を身につけましょう。
- 定期的に歯科検診を受診しましょう。

 地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、口の中の健康と機能の重要性を伝えましょう。

③ 口腔保健支援センター機能の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科医療等従事者の専門性向上	● 歯科医療等に従事する者等に対する研修会を実施します。	保健総務課
2	多職種の連携	● 多職種及び関係機関、庁内歯科担当部署と連携をはかり、口腔保健支援センターとしての役割を充実します。	保健総務課

 個人の取組み

- かかりつけ歯科医で定期的に歯科検診を受けましょう。
- 歯周病が全身の健康に影響することを理解しましょう。
- 口腔機能を維持し毎日の「食」を楽しみましょう。

 地域・団体の取組み

- 口腔医療従事者は、さらなる良質かつ適切な医療の提供を行うよう、努めましょう。
- 地域活動・団体活動を通じて、口腔保健の重要性を伝えましょう。

コ

ラム 「歯周病が健康に与える影響」とは？

歯周病は細菌感染症です。

歯周病は口の健康だけでなく、歯周病の進行により歯周病菌や歯周病菌が産生する炎症物質が歯ぐきの血管から全身に入り、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くさせる糖尿病・早産・低体重児出産・肥満・血管の動脈硬化（心筋梗塞・脳梗塞）にも関与しています。さらに、認知症の発症にも関与しているという報告もあります。

また、歯周病菌の中には、誤嚥により気管支から肺にたどり着くものもあり、高齢者の死亡原因でもある誤嚥性肺炎の原因となっています。

歯周病の予防・治療を行うことで、全身の様々な病気のリスクを下げるのが可能です。

本市では、40・50・60・70 歳の方を対象に、かかりつけ歯科医を持つことの促進及び歯周疾患の早期発見、早期治療へつなげることを目的として「歯と口腔・歯周病検診」を実施しています。

さらに、各保健福祉センターで実施している歯科相談や歯周病予防教室等の健康教育を通じて、歯周病についての正しい知識の習得に向けた普及啓発に努めています。

資料：特定非営利活動法人日本臨床歯周病学会（JACP）「歯周病が全身に及ぼす影響」. 歯周病について」<https://www.jacp.net/perio/effect/>

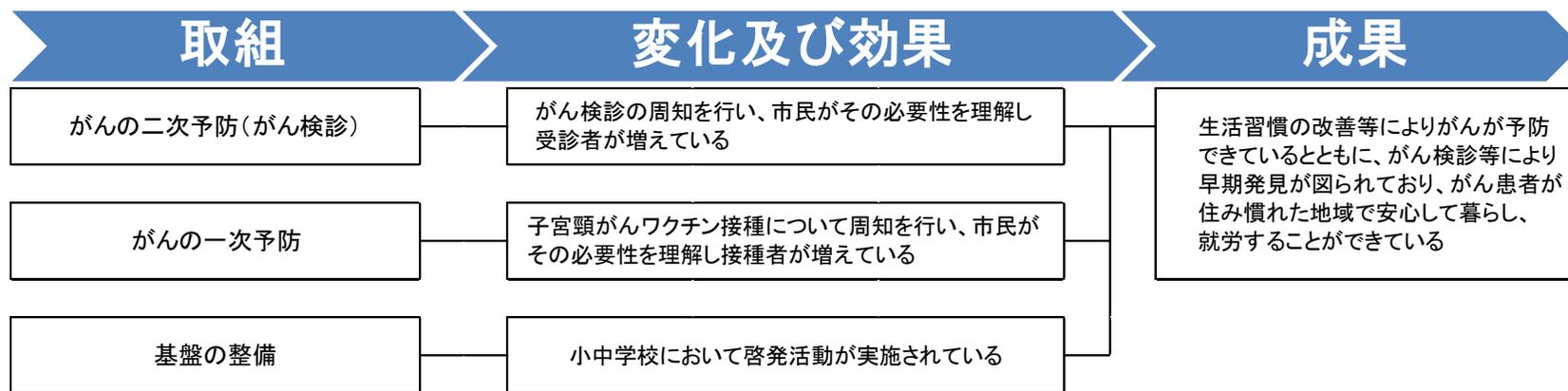
（参照 2023-11-27）

施策

1-1-4 がん予防と早期発見

現状と課題

- 健康日本 21(第3次)において、生活習慣の改善、生活習慣病の発症予防・重症化予防等の個人の行動の改善が謳われています。
- また、本市では、令和6年度(2024年度)から令和11年度(2029年度)までを計画期間とする第2期八王子市がん対策推進計画が策定され、がんの予防(がん検診等)、がんとの共生、基盤の整備の取組を示しています。
- 市民意識調査の結果から、市が実施している胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんのいずれのがん検診においても、継続的に受診している方が3割程度いる一方、継続受診につながらなかった方が一定数おり、継続受診の向上に向けた取組が必要です。





生活習慣の改善等によりがんが予防できているとともに、がん検診等により早期発見が図られています。

指標名	現状値	目標値
がん検診精密検査受診率 (上限 69 歳)	胃がん 100.0% 肺がん 95.4% 大腸がん 82.8% 乳がん 98.8% 子宮頸がん 97.2%	各 100% (国の目標値 90.0%以上)
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合(各種定期健診(検診)の受診)【再掲】	50.5%	60.0%

### 施策の目標を達成するための取組み

#### ① がんの二次予防(がん検診)

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がん検診の受診促進	●「がん対策推進計画」に基づき、「がんによる早すぎる死を防ぐ」ことを主眼に、科学的に根拠のある有効ながん検診を、より確かな質で、多くの人を受診することを目指します。	成人健診課
2	がん検診に関する普及啓発	●生活習慣病としてのがんを予防するため、市民が「自分の健康は自分で守る」という意識を醸成することについて普及啓発を行います。	成人健診課

#### 🏠 個人の取組み

○各種検診を積極的に受け、疾病の早期発見や自分の健康状態の把握に努めましょう。

#### 👥 地域・団体の取組み

○検診の必要性や定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑な検診の実施に協力しましょう。

② がんの一次予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	たばこ対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>●受動喫煙に関する法改正の動きに対応しながら関係部署と連携し、喫煙による健康への影響について周知啓発します。</li> <li>●肺がん検診の際、喫煙者に対しては、医師から勧奨資材リーフレットや禁煙外来医療機関マップを手渡し、禁煙支援を行います。【再掲】</li> <li>●健康相談の中で、必要に応じて禁煙相談に対応します。</li> <li>●青少年に対して喫煙や受動喫煙の健康影響を理解し、適切な行動ができるよう支援します。</li> <li>●学校薬剤師等関係機関と連携し、市立小・中学校で行われる啓発事業の支援を行うとともに、喫煙が及ぼす健康影響についての理解をすすめます。</li> </ul>	成人健診課、 保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、 保健総務課、青少年若者課、教育指導課
2	生活習慣の改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、食の大切さをより多くの市民へ普及啓発します。【再掲】</li> <li>●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、身体活動や運動の大切さを市民へ普及啓発します。【再掲】</li> <li>●保健事業において、運動習慣の大切さの普及啓発と運動習慣の確立に向けた支援を行います。【再掲】</li> <li>●飲酒による健康への影響について、講演会等を通じて広く普及啓発します。【再掲】</li> <li>●母子保健事業や子育て支援事業を通じ、妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝えます。【再掲】</li> <li>●給食施設における栄養管理の質の向上を支援します。【再掲】</li> </ul>	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、 保健総務課、保健対策課
3	感染症対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>●がんの発症にかかわるウイルス対策について正しい情報発信を行います。</li> <li>●肝炎ウイルス検診受診勧奨をがん検診受診勧奨とあわせて行います。</li> </ul>	成人健診課

 個人の取組み

- がん発症のリスクとなる、生活習慣、喫煙、ウイルスについて知りましょう。
- がん検診や肝炎ウイルス検診等の積極的な受診により、疾病の早期発見や早期治療に努めましょう。

 地域・団体の取組み

- がん発症のリスクとなる、生活習慣、喫煙、ウイルスについての知識を普及しましょう
- 疾病の予防や早期発見、早期治療につなげるため、生活習慣の改善、禁煙、肝炎ウイルス検診等についての知識を普及しましょう。

③ 基盤の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がん教育の実践	●市立小・中学校において、医師やがん経験者によるがん教育を実践します。	教育指導課
2	普及啓発の推進	●市立小・中学校において、がんの予防について啓発活動を行います。 ●八王子市医師会と連携し、市内大学生看護学部の生徒を有する市内の大学生に対し婦人科系疾患(がんを含む)に関する講義を実施します。【再掲】	保健総務課、教育指導課

 個人の取組み

○家庭でがんについて考え、予防行動や検診の重要性を理解しましょう。

 地域・団体の取組み

○がんの予防対策やがん検診の必要性、定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑ながん検診の実施に協力しましょう。



「第2期がん対策推進計画」とは？

本市は、平成 25 年（2013 年）3 月に「がん予防推進計画」を策定し、「がん予防」、「がんの早期発見」、「がんの教育・啓発活動」について、積極的に施策を展開してきました。また、平成 30 年（2018 年）3 月、がん予防推進計画の改定においては、国のがん対策基本法の改正内容に合わせて、計画名称を「がん対策推進計画」に変更し、がん対策の取組を行ってきました。

令和 5 年度（2023 年度）には、令和 6 年（2024 年）4 月から始まる、健康医療計画を上位計画とした「第 2 期がん対策推進計画」を策定しました。

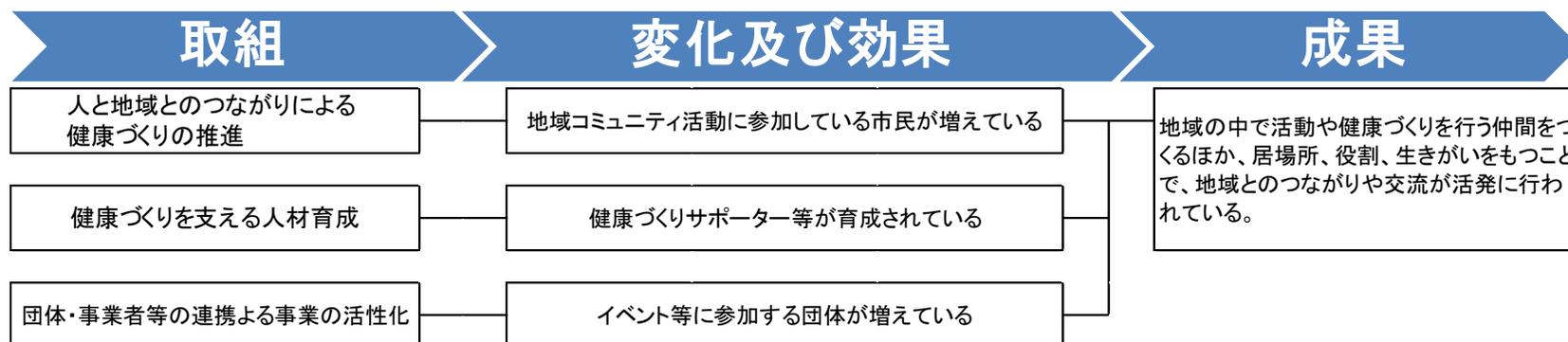
基本理念は、第 1 期計画から引き継いだ『「がん」による早すぎる死を防ぐ』と並列に、『「がん」になっても住み慣れた地域で自分らしく生きる』を新たに掲げ、「がん予防」とともに「がんとの共生」を新たな柱として施策を展開していきます。

施策

1-1-5 地域とつながる健康づくりの推進

現状と課題

- 健康づくりは一人で行うよりも地域の中で仲間と行うことで継続性が高まり、より高い成果を得ることができると言われており、地域のつながりが希薄化する傾向にある中で、地域で健康づくりの活動などをともに実践できるような関係を築いていくことが重要です。
- 本市では、健康寿命の延伸に向け、市民が主体的に健康づくりに取り組めるような場を増やす支援や情報の提供を行っています。また、地域の健康づくりを推進していくために必要な人材の育成に取り組んでいます。
- さらに、地域福祉計画と連携を図りながら、本計画では「施策 06 こころと身体の健康づくり」の観点から、市民の外出を促し、地域とつながることで孤立の防止を図ります。



## 視点 1

### いつまでも元気で健康的な生活を送るために

#### ▶ 基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき  
姿

地域の中で活動や健康づくりを行う仲間をつくるほか、居場所、役割、生きがいをもつことで、地域とのつながりや交流を生むとともに、こころと身体の健康につながっています。

指標名	現状値	目標値
地域の人と交流したり、地域の活動に参加したりすることで、充実感や生きがいを感じる市民の割合	31.7%	40.0%
健康づくりサポーター養成者数	176 人	236 人

### 施策の目標を達成するための取組み

#### ① 人と地域とのつながりによる健康づくりの推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	地域情報の提供	●健康フェスタ・食育フェスタなどを通じて、市民が主体的に健康づくりのできるような場やきっかけづくりの支援を行うとともに、情報を提供します。	保健総務課
2	地域との連携による取組の推進	●ボランティアセンターと連携し、ボランティア活動したい人と活動とのつながりを進め、多様な社会参加へのつながりができる仕組みを充実します。 ●地域と連携した地産地消を推進するため、地場産物を活用した学校給食の充実をはかるとともに、親子料理教室等の健康づくり講習会を実施し、家庭への啓発を推進する取組を拡充します。 ●総合型地域スポーツクラブなどが行う地区運動会や各種スポーツ教室の開催を支援します。 ●沿道集落地区における耕作放棄地の再生等のまちづくり活動を推進します。	福祉政策課、土地利用計画課、学校給食課、スポーツ振興課

#### 個人の取組み

- 自らの健康状態を理解し、地域の仲間と楽しく健康づくりを続けましょう。
- 簡単な体操や、栄養について学び、健康を維持管理しましょう。

#### 地域・団体の取組み

- 地域活動や団体活動を通じて、健康づくりが地域に根ざした活動になるよう広めましょう。

▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

② 健康づくりを支える人材育成

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	健康づくりサポーターの養成	●食育分野の視点も取り入れた健康づくりサポーターを養成し、地域で健康づくりを推進する人材を育成します。	保健総務課

 個人の取組み

- 積極的に情報を得て、地域活動を楽しみましょう。
- 健康づくりサポーターとともに、健康づくりを行いましょ。
- 健康づくりサポーターとして、活動しましょう。

 地域・団体の取組み

- 地域において協力し合い活動しましょう。
- 体験学習などを通じて、みんなで行う健康づくりの楽しさを伝えましょ。
- 既存の健康づくりの団体などと連携をはかり、健康づくりを地域に広げましょ。

③ 団体・事業者等の連携による事業の活性化(地域・職域連携を含む)

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	地域と職域の連携及び情報提供	●市内中小企業や事業所を訪問し、健康づくりや食育に関する情報提供を実施ましょ。	保健総務課
2	地域における民間事業者との連携	●成人相談・教育事業、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業について民間事業者と連携しながら健康教育を行います。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)

 個人の取組み

- 職場などで実施されている健康づくりについて知りましょ。

 地域・団体の取組み

- 行政の行う健康づくりや介護予防事業について理解を深め、連携・協力できることを探りましょ。



### 「地域福祉計画」とは？

地域福祉計画（第4期八王子市地域福祉計画）は、社会福祉法第107条に基づく「市町村地域福祉計画」です。

また、本市の基本構想・基本計画である「八王子未来デザイン 2040」を上位計画とする福祉の分野別計画であり、かつ、高齢、障害、子どもの各対象者別計画の上位計画に位置付けられており、地域福祉の推進に関する対象者別計画の分野横断的な施策を示しています。

健康医療計画は地域福祉計画と密に連携し、施策同士の有機的な連携やデータ活用を意識したものとしています。

（健康医療計画と地域福祉計画との連携は33ページに掲載）



### 「地域・職域連携」と「健康経営」

近年、国民の生命・健康を脅かす主要な疾患となっている生活習慣病（がん、心臓病、脳卒中、糖尿病等）を予防するためには、個々人の主体的な健康づくりへの取り組みに加え、健康教育、健康相談、健康診査等の保健事業による生涯を通じた健康管理を支援することが必要です。

地域保健と職域保健の連携により、健康づくりのための健康情報の共有のみならず、保健事業の実施に要する社会資源を相互に有効活用し、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制を整備することを目的とした取り組みをいい、これらの取組により、健康寿命の延伸や生活の質の向上、健康経営等を通じた生産性の向上、医療費の適正化が期待できると考えられています。

なお、企業が企業理念に基づき、従業員等への健康管理や健康増進の取組を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に業績向上につながるメリットがあるといわれており、国では従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する健康経営の取組を促進するため、企業の規模に応じて顕彰する制度を設けています。

資料：厚生労働省ホームページ「地域・職域連携情報」より引用

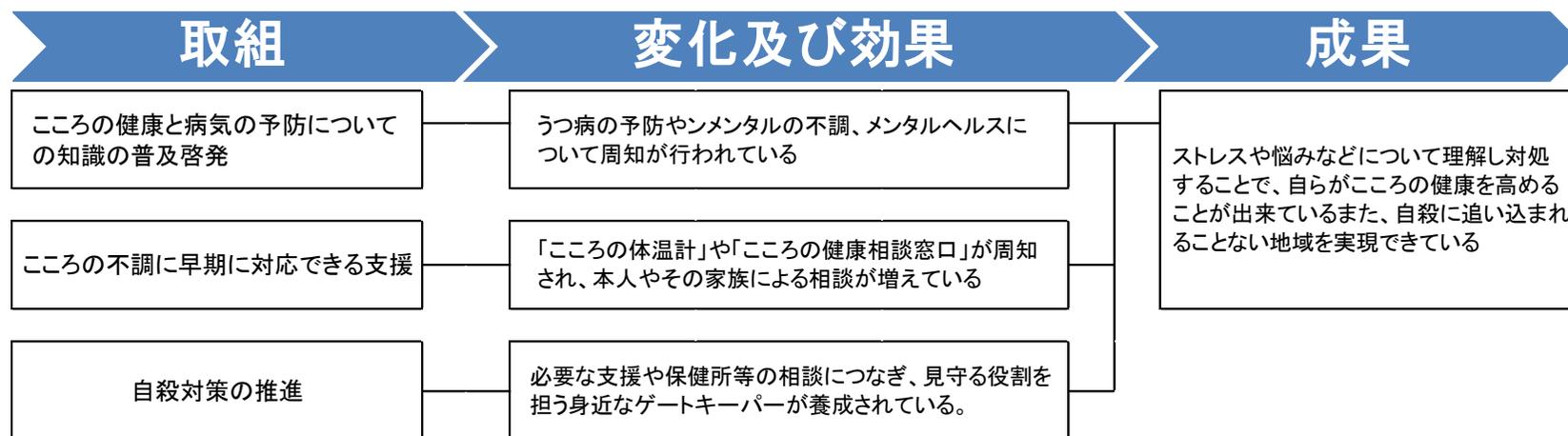
経済産業省ホームページより引用

施策

1-1-6 こころの健康づくりと自殺対策の推進

現状と課題

- 健康的な生活を維持するためには、身体のみならず、心の健康も大切です。ストレス社会といわれる現代において、うつ病はこころの病気の代表的なものとされ、自殺の主な原因ともいわれています。
- こころの不調は、周囲から気づかれにくく、自分でも無理しすぎて体調の悪化を招く場合もあります。本人や家族、周囲の人が専門の機関に相談し対応等について知ることが必要です。
- 市民意識調査において、この1か月の不安や悩み、ストレスについて『大いに感じた』『多少感じた』を合わせると 69.1%となっています。性別で見ると、女性のほうが『感じた』傾向が高くなっています。
- 一方で、ストレス解消法の有無については、男性のほうが『ない』割合が3ポイント高くなっており、特に60歳以上の男性については、約2～3割が『ない』と回答しています。
- 令和5年度(2023年度)から計画期間となっている東京都自殺総合対策計画において、男性に加え、子ども・若者及び女性の自殺対策について記載されています。また、本市では、「誰も自殺に追い込まれることのない八王子の実現を目指して」を基本理念とした第2期八王子市自殺対策計画が令和6年度(2024年度)に策定され、自殺対策を推進しています。



▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき姿

ストレスや悩みなどについて理解し対処することで、本人自らがこころの健康を高めることが出来ています。誰も自殺に追い込まれることない地域を実現できています。

指標名	現状値	目標値
居場所があると感じている市民の割合	59.8%	75.0%

施策の目標を達成するための取組み

① こころの健康(ストレス、睡眠、適正飲酒など)と病気の予防についての知識の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	講演会の実施	●こころの健康づくりについて講演会等を通じて普及啓発します。	保健対策課
2	イベント等を通じた啓発	●うつ病の予防やメンタルの不調、メンタルヘルスについてイベント等の機会周知をはかります。	保健対策課
3	小学校・中学校における普及啓発	●市立小・中学校において、こころの健康の重要性について啓発する取組を支援します。	教育指導課

個人の取組み

- 休養や睡眠時間を十分に取らしましょう。
- 自分なりのストレス解消法を持ちましょう。
- こころの病気について正しい知識を習得するように努めましょう。

地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、こころの健康の大切さについて普及をはかりましょう。
- 職場などでこころの健康に配慮しましょう。

コラム 「必要な睡眠時間」とは？

複数の調査研究から、成人においておおよそ6～8時間が適正睡眠時間と考えられています。しかしながら、適正な睡眠時間には個人差があり、6時間未満でも睡眠が充足する人もいれば、8時間以上の睡眠時間を必要とする人もいます。こうした個人差や、年齢や日中の活動量による補正を考慮すると、20歳～59歳の成人世代では、8時間より1時間程度長い睡眠時間も適性睡眠時間の範疇と考えられるでしょう。睡眠充足の個人差を把握する目安として、朝目覚めたときの睡眠休養感（睡眠で休養がとれている感覚）が役に立つこともわかってきました。まずは、「1日3食バランスの良い食事を決まった時間に食べる」、「決まった時間に寝起きする」というように、規則正しい生活を送ることが快眠への近道です。日頃の生活にちょっとしたコツを取り入れることで、睡眠の質は上がります。 資料：厚生労働省

② 心の不調に早期に対応できる支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	相談体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>●心の不調を抱える本人やその家族に対し、心の健康相談を実施します。</li> <li>●「精神障害にも対応した包括ケアシステム」と連動して身近な相談先を充実させると共に、支援者に対する支援ができる体制整備を行う。</li> </ul>	保健対策課
2	地域関係機関との連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>●医療・福祉等の地域関係機関と連携して、支援体制の強化をはかります。</li> </ul>	保健対策課
3	妊娠期・子育て期の親の心の健康支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>●妊娠期や子育て期の親が安心して育児ができるよう、メンタルヘルスチェックとその早期支援を充実させるなど、心の健康の支援を充実します。</li> </ul>	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
4	小学校・中学校における心の健康支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>●精神科学校医による心の健康相談を継続実施するほか、学校医による教職員向けの講演会を実施します。</li> </ul>	教育指導課

 個人の取組み

○自分や家族の心の不調に気付いたときは、早めの相談や医療機関へ受診しましょう。

 地域・団体の取組み

○職場などで周囲の人への心の健康状態に気を配り、不調の人に気付いたときは、早めの相談や医療機関への受診を勧めましょう。

③ 自殺対策の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	市内の連携強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自殺対策市内連絡会を通じて市内の連携強化をはかります。</li> </ul>	保健対策課
2	八王子市自殺対策計画の策定・推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自殺対策検討会議を通じて、八王子市自殺対策計画の策定及び進行管理を行います。</li> <li>●八王子市自殺対策計画に基づき自殺対策の取組を推進します。</li> </ul>	保健対策課
3	小学校・中学校における対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>●八王子市教育委員会いじめの防止等に関する基本的な方針に基づく取組をすすめていきます。</li> </ul>	教育指導課

 個人の取組み

○悩みがある時は一人で抱えず、誰かに相談しましょう。  
○うつ病に対する正しい知識を得るよう努め、早期に対応しましょう。

 地域・団体の取組み

○悩みを抱えている人がいたら、まず話を聴き、身近な相談機関につながりましょう。  
○関係団体や各事業所が働き盛りのうつ病について理解し、適切な対応策を講じましょう。

コラム

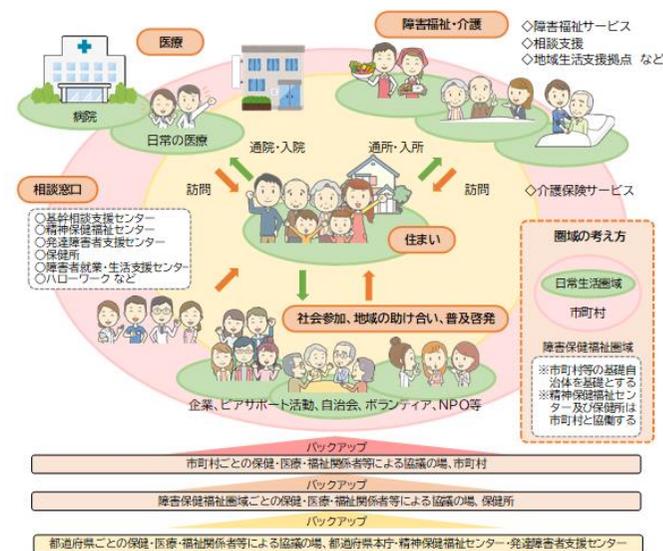
「精神障害にも対応した包括ケアシステム」とは？

「にも包括」とはこれまで支援が届きにくかった「精神障害『にも』」様々な保健福祉の手が届く事により、精神障害の有無に関わらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができる社会を実現するための取り組みです。八王子市では、これまで保健師が精神科医等と共に対象者宅へ出向く「八王子市精神障害者早期訪問支援事業」（保健対策課）や、ピアサポーターが病院を訪問する等のピアサポート活動（障害者福祉課）などに取り組んできました。

令和4年度（2022年度）には、市内精神科医療機関の精神保健福祉士等と共に、にも包括ワーキンググループを立ち上げました。

その検討過程で、本市には豊富な精神科医療機関や福祉事業所、支援可能な人材がいるね＝「あるね」という気付きから、にも包括事業の愛称を「あるね八王子」と決め、にも包括実現のため具体策の協議を進めてきました。

今後、この取り組みを進めることで地域共生社会の実現を目指します。



資料：厚生労働省ホームページ「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築支援情報ポータル」を元に作成

コラム

「自殺対策計画」とは？

全国の自殺者数は、平成10年（1998年）以降、年間3万人を超え高い水準が続いていました。そのため、国は平成18年（2006年）自殺対策基本法（平成18年法律第85号）を施行、自殺を「社会的な問題」と捉え、施策を展開しています。

具体的には、国は平成19年（2007年）に自殺総合対策大綱を定めたほか、各都道府県及び市町村が自殺対策計画を定めるなど、地域の実情を踏まえた取り組みを進めています。

本市では、平成31年度（2019年度）に「八王子市自殺対策計画」を策定し、自殺未遂者支援やゲートキーパー養成、普及啓発活動などに力を入れてきました。近年、自殺者数は減少傾向でしたが、新型コロナウイルス感染症の流行に伴う生活環境の変化などの影響により令和2年（2020年）から増加、特に若年層、女性の比率が高い状況が続いています。

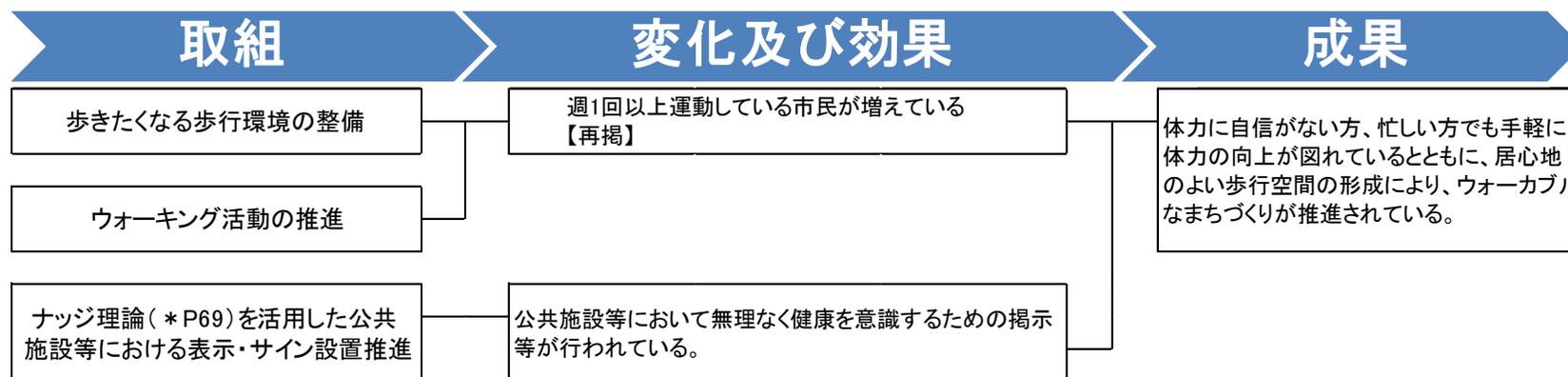
その現状を受け、令和6年度（2024年度）から開始する「第2期八王子市自殺対策計画」では、特に子ども・若者や働き盛りの方、コロナ禍で顕在化した生きづらさを抱える女性への支援を強化します。さらに、依然として自殺死亡率が高い高齢者への支援を継続すると共に、経済的困窮やジェンダーの問題など、様々な生きづらさを抱えた方々への支援に取り組んでいきます。

施策

1-1-7 健康になれるまちづくりの推進

現状と課題

- 歩きやすい環境や交通インフラの整備を行うと、人は自然と行動に移すといわれています。八王子未来デザイン 2040 において、「あるきたくなるまち」やウォーカブルなまちづくりを提唱しており、地域医療の推進及び健康増進の実現に向け、都市づくりとの連携を示しています。



## 視点 1

### いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき  
姿

体力に自信がない方、忙しい方でも手軽にできる体力アップができているとともに、居心地のよい歩行空間の形成により、自然とあるきたくなっています。

指標名	現状値	目標値
居心地が良くあるきたくなるまちと感じている市民の割合	59.6%	75.0%
健康の維持・推進に心がけている市民の割合(適度な運動)【再掲】	63.7%	70.0%

## 施策の目標を達成するための取組み

### ① 歩きたくなる歩行環境の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	ウォーカブルなまちづくりの推進	●計画的なまちづくりを推進します ●地域公共交通の確保に努めます	土地利用計画課、交通企画課

#### 個人の取組み

○日常的に外出をし、歩行又は身体活動を心がけましょう。

#### 地域・団体の取組み

○歩行環境を活用した活動をしましょう。

▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

② ウォーキング活動の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	ウォーキングマップの作成・配付	●身近なウォーキングコースが紹介されているウォーキングマップを作成し、配付します。	保健総務課
2	八王子てくてくポイント事業（てくポ）の実施	●高齢者のセルフマネジメントの向上、健康意識の向上、社会参加機会に資する「八王子てくてくポイント事業（てくポ）」を実施します。【再掲】	高齢者いきいき課
3	ヘルシーウォーキングの実施	●ヘルシーウォーキングを市民健康の日にあわせて開催します。また、環境にやさしく、健康づくりにも取り組めるサイクリング等を推進します。【再掲】	スポーツ振興課

 個人の取組み

○身近な場所でウォーキング、筋力アップなどをしましょう。

 地域・団体の取組み

○ウォーキング活動の周知や推奨をしましょう。

③ ナッジ理論を活用した公共施設等における表示・サイン設置推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	公共施設におけるナッジ理論の活用	●公衆衛生の向上に関連した掲示等を促進することで、感染症予防等につなげ、市民の健康維持を推進します。 ●公共施設の階段を使った消費カロリーの表示や、床や壁を使った歩幅測定の表示等を行います。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、保健総務課
2	ナッジ理論を活用した市内事業者との連携	●関係部署と連携し、飲食店等に向けて、思わず減塩や多くの野菜摂取を消費者が選択するような「はちおうじ健康応援店」等の取組みを支援します。	保健総務課

 個人の取組み

○健康づくりのために、施設内ではなるべく階段を使いましょう。

 地域・団体の取組み

○職場でも歩くことやより健康的な生活を促すためのサインや表示の設置、ナッジ理論を活用した健康づくりの取組みを検討しましょう。

▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

コ  
ラム

「ウォーカブル」

「walk（歩く）」と「able（できる）」を組み合わせた造語で、「居心地が良く歩きたくなる」ことを意味します。現在、世界のいたるところで、“まちなか”を車中心からひと中心の場所へと転換し、人々が集まりやすく、くつろぎやすく、多様な活動を行うことができる場所へと変えようとする取組が進められています。

これらの取組は、ひと中心の豊かな生活空間を実現させるだけでなく、地域の活性化や健康の促進につながると考えられています。

国土交通省の「居心地が良く歩きたくなる」空間づくりを促進し、魅力的なまちづくりを推進する「ウォーカブル推進都市」に本市も登録されており、中心市街地の「まちなか休憩所 八王子宿」・「まちなかの駅」の整備等を通じて、ウォーカブルなまちづくりを進めています。

資料：国土交通省「「居心地が良く歩きたくなるまちなか」づくりに取り組みませんか？」ホームページより



「まちなか休憩所 八王子宿」

コ  
ラム

「ナッジ理論」

ナッジ(nudge)は「そっと後押しする」という意味の英語で、ナッジ理論とは「人々がより良い選択肢を自発的に選択できるように後押しする手法」のことです。

平成 29 年(2017 年)、理論の提唱者である行動経済学者セイラー教授がノーベル経済学賞を受賞したことを皮切りに、幅広い場面で活用されています。

身近な例として、レジ待ちの並び位置に貼られた足跡のマーク等があります。

本市においては、令和 4 年度(2022 年度)に階段へ消費カロリーを記載したステッカーや健康づくりに関するサインを設置したことで、階段利用率が 5.8%から 8%に増加しました。

このような、日常の何気ない行動の変容を促し、無意識に健康に良い行動を選択できるような後押しをすることで、「健康格差の縮小」にも繋がると考えます。



資料：厚生労働省「明日から使えるナッジ理論」

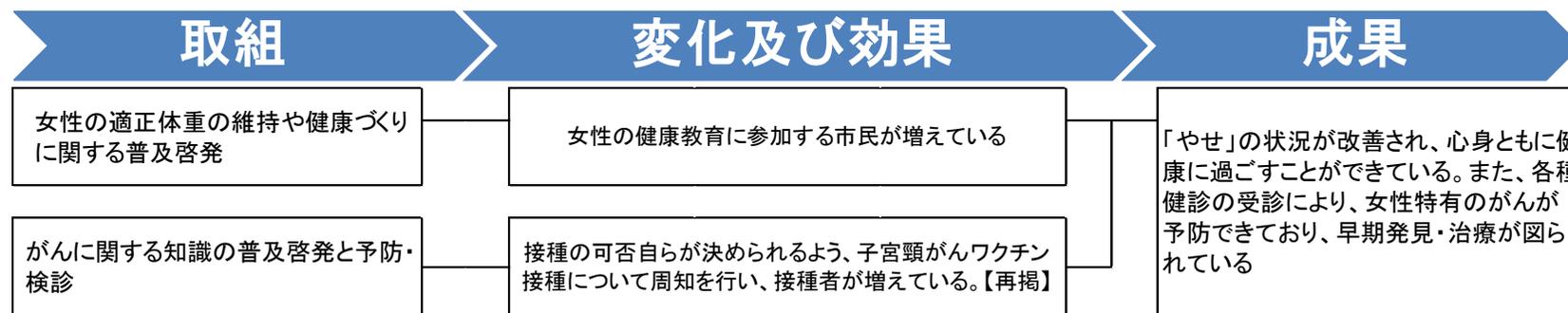
公益財団法人 東京市町村自治調査会「自治体におけるナッジの活用に関する調査研究報告書」

施策

1-1-8 女性特有の疾病予防に対する支援と女性の健康づくり

現状と課題

- 女性の身体には、各ライフステージにおいて特有の変化が現れます。
- 若い女性の中には標準体重であったとしても「やせ願望」を持ち、ダイエットを繰り返す場合がみられますが、誤ったダイエットは、骨粗鬆症や貧血などを招く恐れがあります。市民意識調査の結果から、本市においても、若い年代の女性ほど、「やせ」の割合が高い傾向がみられます。
- 胃がん・肺がん・大腸がんに加え、30～40歳代は子宮頸がんが、40歳代以降では乳がんが多く発生する年代といわれています。



▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき  
姿

女性に多く見られる「やせ」の状況が改善され、心身ともに健康に過ごすことができます。  
各種健診の受診により、女性特有のがんが予防できているとともに、早期発見・治療が図られています。

指標名	現状値	目標値
女性のやせの割合(意識調査)	17.4%	減少
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合(各種定期健診(検診)の受診)【再掲】	50.5%	60.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 女性の適正体重の維持や健康づくりに関する普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	女性の健康に関する普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタや女性の健康週間等のイベントを通じて、女性特有の疾病や婦人科疾患への理解及びがん検診の重要性、がん予防に関する普及啓発を行います。また、当事者だけでなく周囲の理解を深められる機会を創出します。	男女共同参画課、成人健診課、保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、保健総務課

 個人の実践

- 女性の健康づくりに関する情報を得ましょう。
- 各種検診を積極的に受診しましょう。

 地域・団体の取組み

- 地域の健康講座などで、女性の健康づくりに関する情報を提供しましょう。

② がんに関する知識の普及啓発と予防・検診

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がんに関する普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 関係部署等と連携し、10月の乳がん月間に実施するピンクリボンキャンペーンを通じて、広く乳がん検診の大切さなどについて普及啓発を行います。</li> <li>● 女性の健康週間に合わせ、婦人科系疾患(がんを含む)に関する講義を実施します。</li> <li>● 子宮頸がん予防接種ワクチンの有効性とリスクについての適切な情報提供及びワクチン接種を行います。</li> <li>● がんに関する正しい知識の普及啓発を行います。</li> <li>● ピンクリボンキャンペーンへの協力、女性の健康週間におけるパネル展示や講座等の企画を実施します。</li> <li>● 乳幼児健診におけるがん検診の普及啓発及び受診勧奨を行います。</li> </ul>	成人健診課 保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、 保健総務課
2	がん検診の有効性向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 科学的根拠のあるがん検診を推進する中で、国の指針に示された乳がん、子宮頸がん検診を高い質で実施し、受診率、精密検査受診率向上に取り組めます。</li> </ul>	成人健診課

 個人の取組み

○各種検診を積極的に受診し、疾病の早期発見や自分の健康状態の把握に努めましょう。

 地域・団体の取組み

○検診の必要性や定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑な検診の実施に協力しましょう。

コ

ラム

## ～女性のやせと健康～

近年、肥満だけでなく「やせ」も健康リスクを高めることが指摘されています。

特に女性の場合は、体脂肪が不足すると女性ホルモン分泌にも支障をきたすことから、妊娠や出産等に影響が及ぶことが懸念されます。厚生労働省が展開する国民健康づくり運動「健康日本21」において、20歳代女性の「やせ」の者の割合を15%以下とする目標値を定めていますが、令和元年（2019年）国民健康・栄養調査結果では、20歳代女性の「やせ」の者（BMI 18.5未満）の割合は20.7%と報告されています。

本市では、令和4年（2022年）8月に適正体重維持のための啓発活動の一環として、市内大学等の協力のもと、女子学生を対象に、健康講座「大学生女子に必要な食事量や手軽にとれる健康的な食事」を開催しました。

資料：厚生労働省「e-ヘルスネット」ホームページより

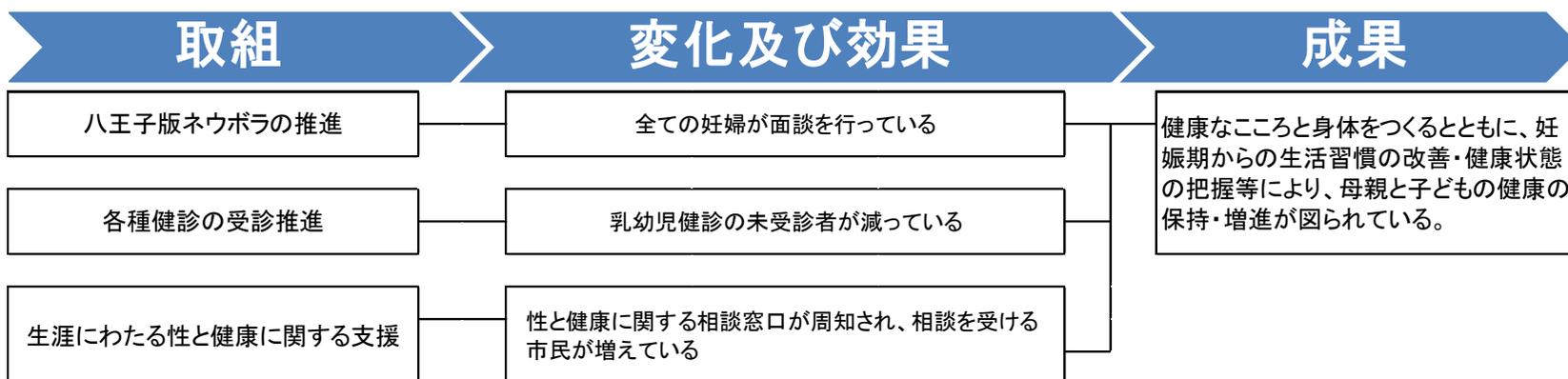


施策

1-1-9 妊娠期からの切れ目のない支援の充実

現状と課題

- 少子高齢化や核家族化、地域におけるつながりの希薄化等により、出産・子育てに対する不安や負担感は大きくなっています。このことから本市では、妊娠期からの切れ目のない子育て支援を行うため、フィンランドの「ネウボラ」の仕組みをモデルとした、「八王子版ネウボラ」に取り組んでいます。
- 国では、母子保健に関する国の法令として、令和 3 年(2021 年)に母子保健法改正により、出産後 1 年以内の母親とその子を対象に、産後ケア事業が位置づけられました。八王子市では平成 30 年度(2018 年度)より産後ケア事業を実施しています。



## 視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

### ▶基本目標 1-1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき姿

妊娠期からの生活習慣の改善・健康状態の把握等により、健康なこころと身体をつくることができます。

指標名	現状値	目標値
子育てを支える環境が整っていると 感じている子育て世帯の割合	54.3%	70.0%

## 施策の目標を達成するための取組み

### ① 八王子版ネウボラの推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	八王子版ネウボラの実施	●八王子版ネウボラとして、全ての妊婦に面談を実施するとともに、産婦人科医や小児科医との連携会議を開催し、連携をはかります。また、伴走型支援と経済的支援を一体的に実施します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
2	出産前後の相談実施	●妊娠期や子育て家庭に寄り添う相談を実施します。	子ども家庭支援センター

#### 個人の実践

○妊娠届を早期に提出し、妊婦面談を利用しましょう。

#### 地域・団体の取組み

○不安が大きい等の妊産婦には、必要に応じ関連部署と連携をはかり支援しましょう。

② 各種健診(妊産婦、乳幼児健康診査含む)の受診推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	未受診者への受診促進	●乳幼児健診の未受診者に訪問や電話等による受診勧奨を行うことで、受診率向上をはかるとともに未受診状況の把握に努めます。また、関係機関と連携し、全ての乳幼児の健康状態を把握します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)

<p> 個人の実践</p> <p>○定期的に健診を受けましょう。</p> <p>○必要に応じて、精密検査や治療を受けましょう。</p>	<p> 地域・団体の実践</p> <p>○健康診査の必要性を周知しましょう。</p>
--	---

③ 生涯にわたる性と健康に関する支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	学生に対する普及啓発	●八王子市医師会と連携し、看護学生に対して講演、ワークショップを実施することで、女性の健康について普及啓発を行います。	保健総務課
2	性と健康に関する相談窓口の実施	●電話等による相談を受け、必要に応じて医療機関や関係機関につなげます。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
3	生命(いのち)の安全教育の推進	●市立小・中学校において各学校の性教育全体計画に基づく、性に関する取組を実践するため、各校での指導体制を整備し、全教育活動の中で推進をはかります。	教育指導課

<p> 個人の実践</p> <p>○女性の健康やリプロダクティブヘルスなどについて知識を得よう努めましょう。</p>	<p> 地域・団体の実践</p> <p>○関係団体や各事業所が性や健康について理解し、情報提供を行うほか、必要に応じて支援につなげましょう。</p>
---	---

コ  
ラ ム

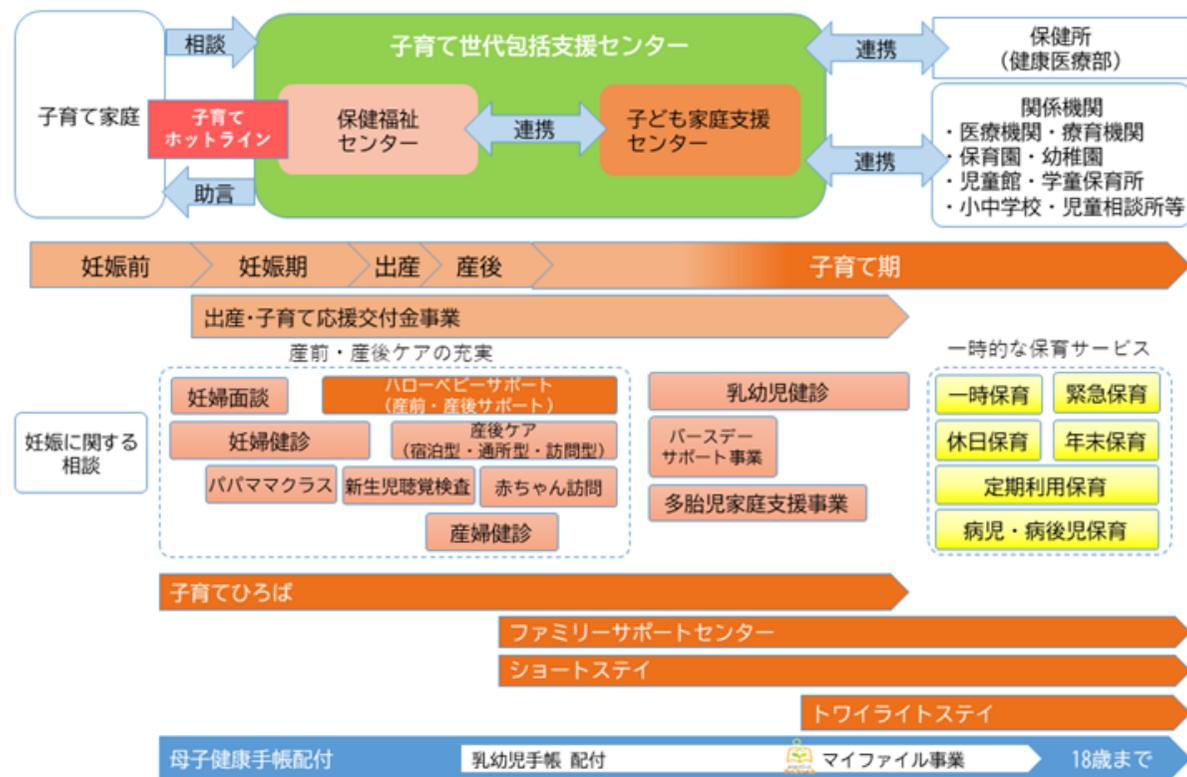
～八王子版ネウボラ～

ネウボラとはフィンランド語で「アドバイスの場」を意味することばです。

八王子市では、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、身近な相談場所の拠点として市内 3 か所に保健福祉センターがあります。それぞれが担当エリアをもち、保健師等が寄り添いながら切れ目のない支援を行う、「八王子版ネウボラ」を目指しています。

各保健福祉センターでは保健師、栄養士、歯科衛生士、心理相談員などの専門職が、不安や悩み事などのご相談をお受けし、相談内容により、必要に応じて関係部署と連携しながら支援しています。

### 八王子版ネウボラの全体像

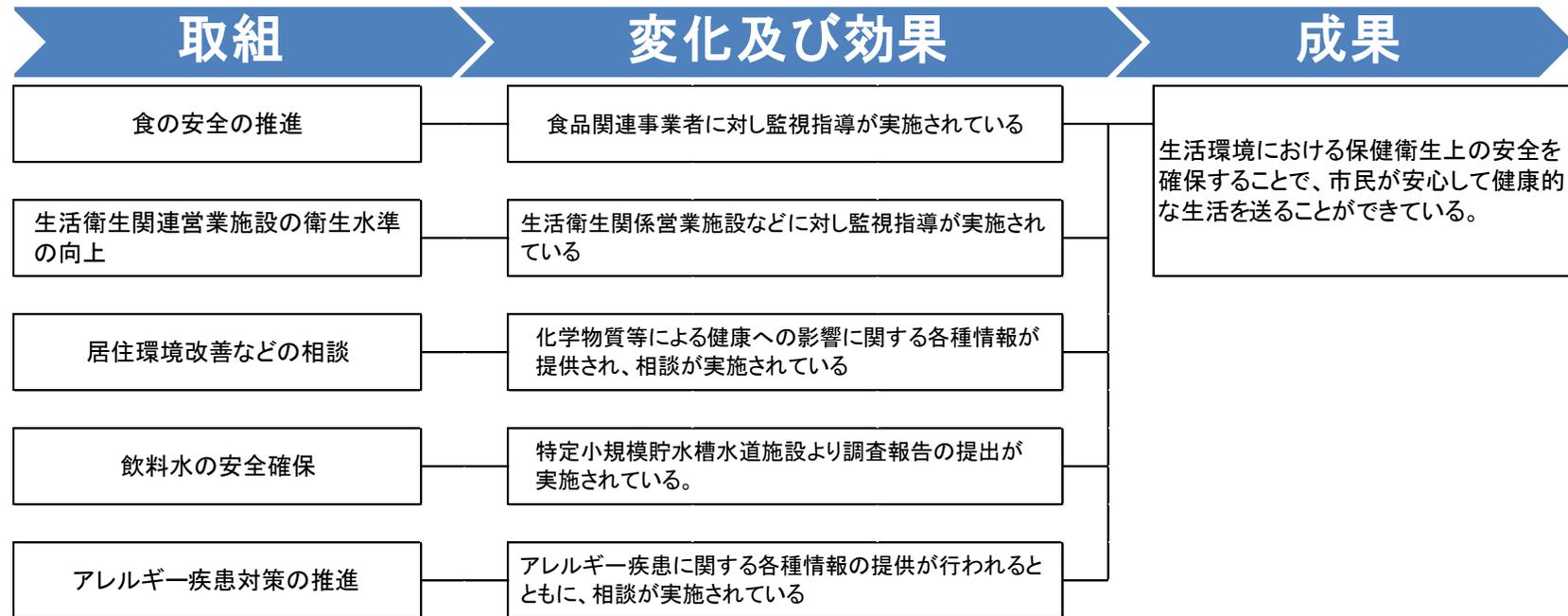


施策

1-2-1 安心・安全な衛生環境づくり

現状と課題

- 健康的な生活を送るためには、生活環境における保健衛生上の安心と安全を確保することが求められます。そのため、食の安全や住まいの環境を衛生的に保つための対策を推進する必要があります。
- 本市では、食品衛生監視指導や、環境衛生関係施設監視指導、飲料水に関する衛生管理指導などを実施しています。また、近年増加しているアレルギー疾患対策については、個別に相談対応を行っています。



▶基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

あるべき姿

生活環境における保健衛生上の安全と安心を確保することで、市民が健康的な生活を送ることができています。

指標名	現状値	目標値
食品衛生監視指導計画に基づく監視実績	64.5%	増加
環境衛生監視指導計画に基づく監視実績	100.0%	維持

施策の目標を達成するための取組み

① 食の安全の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	食品衛生監視指導の実施	●食品衛生監視指導計画に基づき、食品関連事業者に対し監視指導を実施します。	生活衛生課
2	講習会等による情報提供	●講習会等により知識の普及と情報提供を行います。	生活衛生課

 個人の取組み

○食品衛生の正しい知識を持ち、行動しましょう。

 地域・団体の取組み

- 食品取扱事業者は、正しい知識を持ち、衛生管理を徹底しましょう。
- 食の安全に地域ぐるみで取り組みましょう。

② 生活衛生関連営業施設の衛生水準の向上

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	生活衛生関係営業施設等の監視指導	●年間監視計画に基づき、生活衛生関係営業施設などの監視指導を実施します。	生活衛生課
2	公衆浴場施設等の水質検査の実施	●公衆浴場、プール、旅館の公衆浴場施設等で水質検査を行い、レジオネラ属菌発生防止対策を指導し、安全をはかります。	生活衛生課
3	特定建築物の環境衛生管理基準の管理	●立入検査により、特定建築物の環境衛生管理基準に基づく適切な維持管理を指導します。	生活衛生課
4	講習会等による情報提供	●講習会等により知識の普及と情報提供を行います。	生活衛生課

 地域・団体の取組み

○生活衛生同業組合による自主管理を推進しましょう。

▶基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

③ 居住環境改善などの相談

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	居住環境改善などの相談対応及び正しい知識の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●住まいのダニやカビ、ホルムアルデヒドなどの健康への影響に関する相談に対応します。</li> <li>●衛生害虫などの予防、防除について正しい知識の普及を行います。</li> </ul>	生活衛生課

 個人の取組み

○居住環境や衛生害虫などに関する正しい知識を身につけましょう。

④ 貯水槽を介した飲料水の安全確保

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	貯水槽を介した飲料水の相談対応及び正しい知識の普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●貯水槽を介した飲料水に関する相談に対応するとともに、適切な知識の普及啓発を行います。</li> </ul>	生活衛生課
2	調査・指導等	<ul style="list-style-type: none"> <li>●特定小規模貯水槽水道施設の把握の徹底をはかるため、同貯水槽水道施設の調査報告の提出状況を確認し、報告のない施設や管理者が不明の場合は再調査します。</li> <li>●その他の貯水槽、井戸水を利用している施設に対して監視指導を実施します。</li> </ul>	生活衛生課

 個人の取組み

○施設の維持管理の知識を身につけ、適切な管理に努めましょう。

 地域・団体の取組み

○施設管理者などは検査機関との連携をはかりましょう。

⑤ アレルギー疾患対策の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	アレルギー疾患対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>●東京都と連携して、花粉飛散数調査を実施するとともに、より分かりやすく情報提供します。</li> <li>●室内環境を改善するため相談に対応します。</li> </ul>	生活衛生課、保健対策課
2	疾患に関する相談対応・知識習得支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>●気管支ぜんそくを含むアレルギー疾患の相談に対応し、疾患に対する不安をやわらげます。</li> <li>●健康相談の中で、必要に応じてアレルギー相談に対応します。</li> </ul>	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、保健対策課
3	幼児教育・保育施設におけるアレルギー疾患への対応の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●市内全ての幼児教育・保育施設を対象に、令和3年度(2021年度)より位置付けられている毎年9月に行われる「八王子市幼児教育・保育施設における子どもの安全・安心月間」において普及啓発を図ります。</li> <li>●幼児教育・保育施設職員に対するアレルギー疾患の正しい知識の普及啓発を行い、園全体での適切な対応を支援します。</li> <li>●食物アレルギーについては、マニュアルの内容を順守し、適切な対応が行えるよう普及啓発を図ります。</li> <li>●園児・保護者に対し正しい知識の普及啓発をはかります。</li> <li>●保護者からの相談に応じ、アレルギー疾患対応が必要な園児への対応を各園で行います。</li> </ul>	子どもの教育・保育推進課
4	学童保育所におけるアレルギー疾患への対応の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学童保育所指導員への研修等を情報提供します。</li> <li>●学童保育所指導員に対するアレルギー疾患の正しい知識の啓発を行い、学童保育所全体での適切な対応を支援します。</li> <li>●利用児童、保護者への正しい知識の普及啓発を行います。</li> </ul>	放課後児童支援課
5	小学校・中学校におけるアレルギー疾患への対応の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●小学校及び中学校への給食において、アレルギー除去食について収去検査を行います。</li> <li>●教職員に対するアレルギー疾患の正しい知識の啓発を行い、学校全体での適切な対応を支援します。</li> <li>●児童、生徒、保護者に対する正しい知識の普及を行います。</li> <li>●配慮を必要とする子どもたちに対する周囲の理解を深めます。</li> </ul>	生活衛生課、学校給食課、教育指導課

 個人の取組み

- アレルギー疾患を正しく理解しましょう。
- アレルギー疾患がある人は、自己管理の方法を身につけ、適切な医療を受けましょう。

 地域・団体の取組み

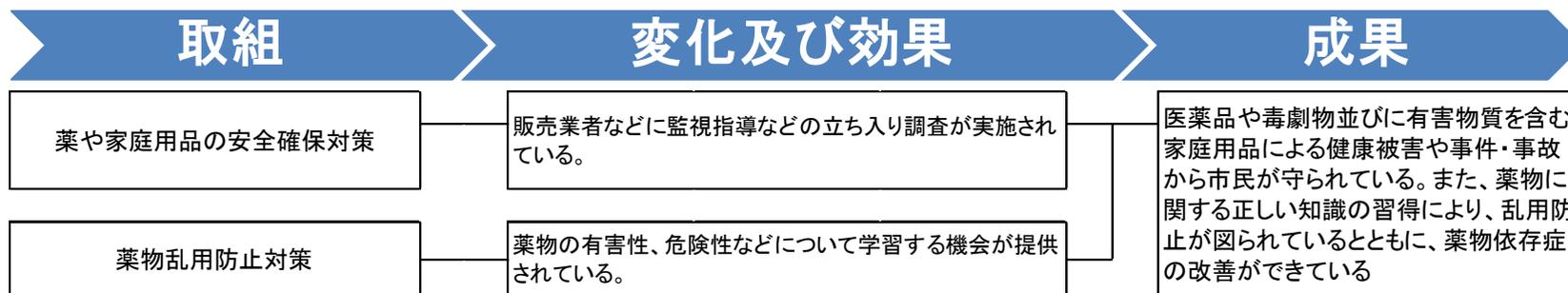
- アレルギー疾患を正しく理解しましょう。
- 医療機関や関係機関が連携し、患者の生活指導や疾患管理の支援を行いましょう。

施策

1-2-2 薬の安全、薬物乱用防止対策、家庭用品の安全確保

現状と課題

- 令和元年(2019年)12月4日に医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律等の一部を改正する法律が公布され、国民のニーズに応える優れた医薬品、医療機器等をより安全・迅速・効率的に提供するとともに、住み慣れた地域で患者が安心して医薬品を使うことができる環境を整備するため、制度の見直しが図られました。
- 薬物の乱用や不正な薬物の使用は、脳障害や意識障害を引き起こすほか、心身の健康を損ない、家庭や社会生活に大きな影響を及ぼすことから、薬物乱用の危険性や、薬に関する正しい知識の普及を図ることが必要です。



あるべき  
姿

医薬品や毒劇物並びに有害物質を含む家庭用品による健康被害や事件・事故から市民が守られています。薬物に関する正しい知識の習得により、乱用防止が図られているとともに、薬物依存症の改善ができています。

指標名	現状値	目標値
薬局への監視実績	80.2%	増加

### 施策の目標を達成するための取組み

#### ① 薬や家庭用品の安全確保対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	薬や家庭用品の安全確認	●薬や繊維製品、洗剤等の検査を実施します。	生活衛生課
2	適正な販売管理の推進	●販売業者に対し、一斉監視指導等、立入調査を実施します。	生活衛生課

#### 個人の取組み

- 薬は用量を守って正しく使いましょう。
- 毒劇物や家庭用品の使用にあたっては、正しい知識を持ち、細心の注意を払い取り扱ひましょう。

#### 地域・団体の取組み

- 消費者に対する知識の普及をはかりましょう。

**視点1** いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

**②** 薬物乱用防止対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	薬物乱用防止意識の啓発・知識向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>●東京都薬物乱用防止推進八王子地区協議会が実施している市内中学生からの薬物乱用防止啓発のためのポスター及び標語の募集事業のサポートを実施するとともに、本市独自の啓発チラシを作成します。</li> <li>●薬物乱用防止推進サポーターの育成など、関係団体等と連携をはかりながら積極的に薬物乱用防止対策に取り組みます。</li> </ul>	生活衛生課
2	未成年の薬物乱用防止対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>●青少年健全育成キャンペーンや青少年対策地区委員会連絡会などにおいて、情報提供及び啓発を行い、関係機関・団体と連携し、未成年の薬物乱用防止に努めていきます。</li> <li>●学校保健計画に基づき市立小・中学校において薬物の有害性、危険性などについての正しい知識の普及を行います。</li> </ul>	青少年若者課、教育指導課
3	精神科医の相談対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>●アルコールを含めた依存症患者に関する相談を実施します。</li> </ul>	保健対策課

 個人の取組み

- 違法、脱法ドラッグやシンナーなどの乱用の危険性について正しい知識を持ちましょう。
- 薬物に絶対に手を出さないという強い意志を持ちましょう。

 地域・団体の取組み

- 地域として薬物乱用防止対策に協力しましょう。
- 薬物乱用防止関係機関が連携して啓発活動を行いましょう。



「市内中学生による薬物乱用防止啓発のためのポスター及び標語 会長賞作品」

令和 5 年度 (2023 年度)



松木中学校 2 年生

薬物で  
無くなる笑顔と  
その未来

元八王子中学校 2 年生

令和 4 年度 (2022 年度)



南多摩中等教育学校 3 年生

やりません  
強い意志と  
断る勇気

加住中学校 3 年生

令和 3 年度 (2021 年度)



第五中学校 2 年生

失うよ  
君の健康  
未来の夢

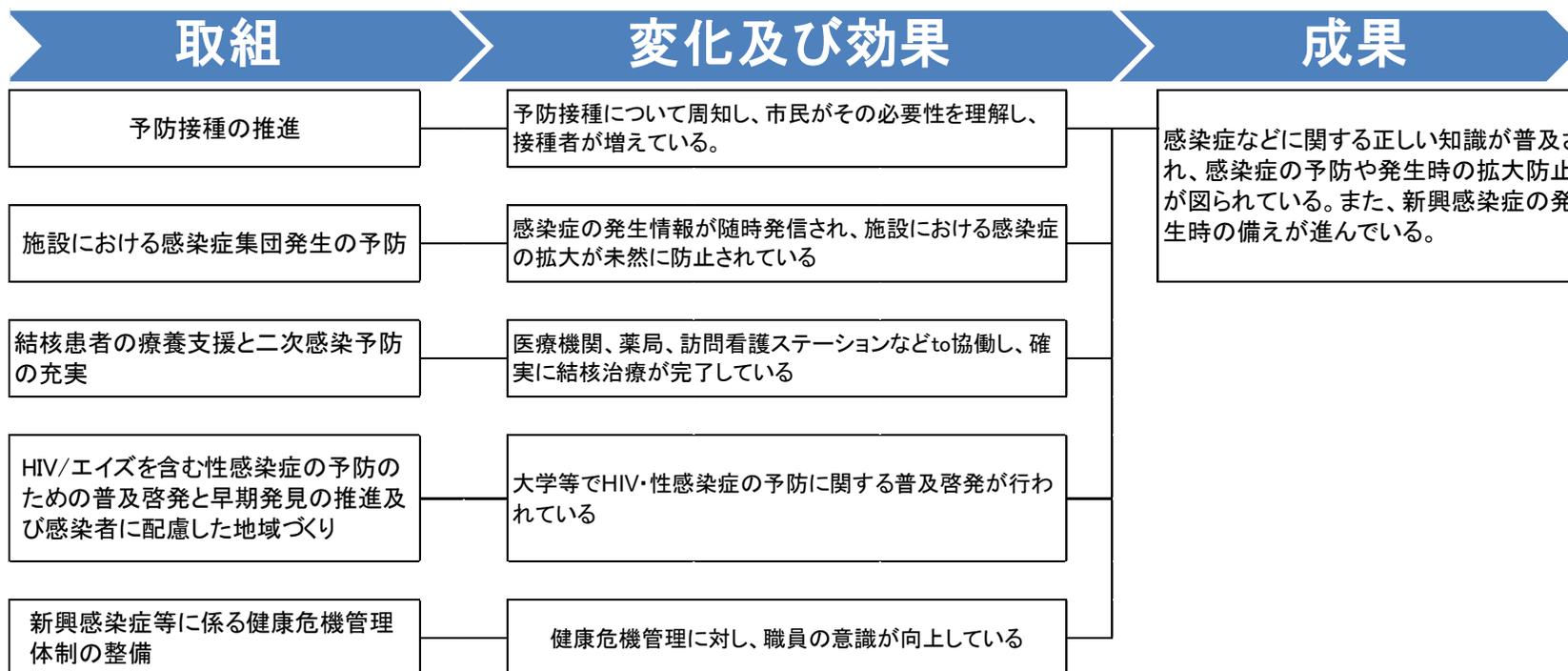
浅川中学校 1 年生

施策

1-2-3 感染症の予防と対応

現状と課題

- 医療技術の進歩や衛生水準の向上により、多くの感染症が克服されてきましたが、新型インフルエンザや未知の感染症が発生する可能性があります。新たな健康危機が生じた際に、迅速な対応を行う体制の整備が必要です。
- 新型コロナウイルス感染症や鳥インフルエンザ等の動物由来の感染症等の蔓延を防ぐ必要があります。
- また、HIV(エイズ)や梅毒といった性感染症などは、正しい知識の普及や罹患しないための意識啓発活動により、蔓延を防ぐ必要があります。



**視点 1****いつまでも元気で健康的な生活を送るために**▶ **基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進****あるべき姿**

感染の予防や発生時の拡大防止がはかられています。  
感染症などに関する正しい知識が普及できています。

指標名	現状値	目標値
健康危機管理に関する研修を受講した職員の割合	-	100.0%

**施策の目標を達成するための取組み****① 予防接種の推進**

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	接種体制の整備	● 予防接種について接種体制を整備し、事業の推進をはかります。	保健総務課
2	未接種者に対する接種促進	● 未接種者に対して相談・啓発活動を行います。	保健総務課
3	予防接種に関する周知・啓発	● 就学時健康診断や年度の切り替え時などに学校や保護者へ予防接種の周知を行います。 ● 市立小・中学校において感染症に対する啓発活動を行います。	保健総務課、教育指導課

**🏠 個人の取組み**

○ 予防接種を積極的に受けましょう。

② 施設における感染症集団発生の予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	感染症に関する情報発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 感染症についての情報を関係施設等に周知します。</li> <li>● 新規指定時の現地調査等の際に、適切な衛生管理について確認し、感染症の予防及びまん延の防止を図ります。</li> <li>● 市内及び都内等の感染症の発生にかかわる情報をホームページ等を通じて発信します。</li> <li>● 感染症の発症などにかかわる情報を迅速に発信するとともに、予防に関する情報を周知啓発します。</li> <li>● 保健所等から送付される感染症についての情報を各子ども・若者育成支援センターや学童保育所へ周知します。</li> </ul>	高齡者いきいき課、障害者福祉課、保健対策課、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課、青少年若者課、教育指導課、放課後児童支援課
2	感染症の集団発生・まん延予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 年齢に応じた手洗い、こまめなうがい、咳エチケットなどの指導を行い、集団発生を予防します。</li> <li>● 学校保健連絡会や研修会の開催を通じて、養護教諭を中心に感染症についての研修や情報提供を行い、市立小・中学校における感染症の予防及び拡大防止に努めます。</li> <li>● 感染発症時には、感染症法に基づく疫学調査や健康診断を行い、感染の拡大防止をはかります。</li> </ul>	保健対策課、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課、教育指導課

 個人の実践

○ 感染症に対する情報を活用し、正しい知識を身につけ予防行動を実践しましょう。

 地域・団体の実践

○ 高齡者や障害者施設、保育園、幼稚園、学校などは感染症に関する正しい知識や情報を得よう努め、連携、協力をはかりながら、感染症に対する予防及び対策を実践しましょう。

▶基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

③ 結核患者の療養支援と二次感染予防の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	内服・治療の支援	●確実に結核治療が完了するよう、直接内服確認を医療機関、薬局、訪問看護ステーションなどと協働して取り組みます。	保健対策課
2	二次感染者の早期発見	●感染源の調査及び二次感染者の早期発見のために適切な接触者健診を実施します。	保健対策課

 個人の取組み

- 結核についての正しい知識を持ち、感染予防に努めましょう。
- 長引く咳や痰など身体の不調に気づいたら早めに受診しましょう。
- 結核を発病した場合は、確実に服薬しましょう。

 地域・団体の取組み

- 結核の正しい知識を持ちましょう。
- 患者支援体制を確立し、感染症関係機関との連携をはかりましょう。

④ HIV/エイズを含む性感染症の予防のための普及啓発と早期発見の推進  
及び感染者に配慮した地域づくり

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	HIV・性感染症検査の実施	●匿名・無料で受けられる HIV・性感染症検査を実施します。	保健対策課
2	HIV・性感染症予防に関する情報提供・普及啓発	●市民や関係機関職員を対象に、HIV や性感染症予防の普及啓発を行います。また、感染者が安心して暮らせる地域づくりを行います。	保健対策課
3	HIV・性感染症の感染拡大防止対策	●大学や医療機関、NPO 団体などと協働し、効果的な感染拡大防止対策に取り組みます。	保健対策課

 個人の取組み

- HIV/エイズを含む性感染症の正しい知識を持ち行動しましょう。
- 「HIV・性感染症検査」を受けましょう。
- 自主活動やネットワークづくりに参加しましょう。

 地域・団体の取組み

- 感染予防の理解を深めるとともに、感染者が安心できる環境づくりを、教育、医療、NPO団体などの立場で取り組みましょう。

⑤ 新興感染症等に係る健康危機管理体制の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	迅速な対応に向けた体制整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 感染症予防計画に基づき、東京都や関係機関と連携して感染症対策体制の構築・推進を図ります。</li> <li>● 感染症予防計画等に基づき、感染症対策に関する市の体制強化及び人材の養成等を図ります。</li> <li>● 新型インフルエンザ等の発生に備え、普及啓発、情報収集及び対応準備等を行います。</li> <li>● 感染拡大の状況に応じて、危機管理本部や新型インフルエンザ等対策本部を設置します。</li> <li>● 鳥インフルエンザ等の動物由来の感染症にかかる健康危機管理体制として、市内及び都内等での発生時の関係者への調査、健康観察等の事業を行います。</li> </ul>	防災課、保健総務課、保健対策課

 個人の取組み

- 平常時から自らできる手洗い、マスク着用、咳エチケットなど感染症予防対策を行いましょう。
- 発生時には、適切に情報を得て行動しましょう。

 地域・団体の取組み

- 関係機関などは正しい情報を得て、連携、協力をはかりながら、感染症予防に取り組みましょう。
- 事業者は平常時から感染予防策を実施し、利用者の健康管理に努めましょう。また、発生時には必要な事業調整を行い、利用者の健康被害が最小限に留まるようにしましょう。

コ  
ラム 「予防接種」

予防接種には、子どもを対象にしたものと高齢者を対象にしたものがあります。

子どもについては、感染症のまん延防止と子ども自身の感染予防、高齢者については、個人の重症化予防を目的としています。

子どもの予防接種は種類が多いため、計画的に接種することが大切です。ただ、子どもは体調を崩しやすいことから、計画的に接種をすることが難しいこともあります。

接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められており、遅らせると免疫がつくのが遅れ、重い感染症になる危険性が高まるため、子どもの体調に気を付けながら適切なタイミングで接種できるようにしましょう。

本市では、予防接種について保護者あての通知や「すくすく☆メール」(右記のとおり)でお知らせをしています。大切なお子さんを病気から守るため、早めの接種を心がけましょう。

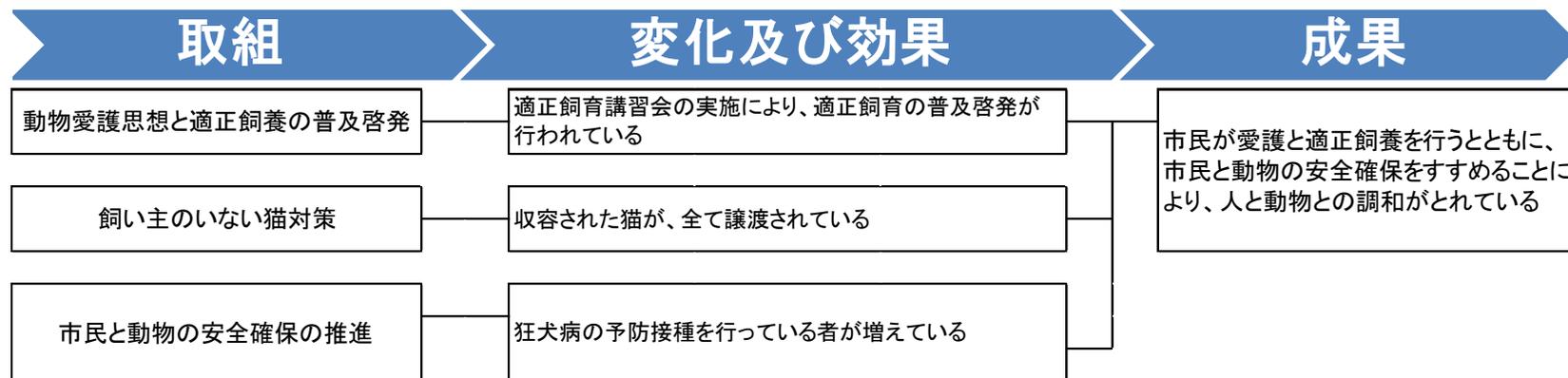


施策

1-2-4 人と動物が共生するまちづくりの推進

現状と課題

- ペットとしての動物は、家族の一員として考えられ飼養者にとってかけがえのない存在になっています。その一方で、適正な飼養がなされていないケースが存在します。
- 中核市である本市では、「八王子市動物の愛護及び管理に関する条例」を定め、「人と動物との調和のとれた共生社会の実現」に向け、動物飼養にかかわる指導、相談、苦情対応及び犬・猫などの引取り、保護収容を実施しています。



あるべき姿

市民が愛護と適正管理を行うとともに、市民と動物の安全確保をすすめることにより、人と動物との調和がとれています。

指標名	現状値	目標値
子猫の殺処分数	0 件(匹)	維持
狂犬病予防注射接種率	73.4%	増加

### 施策の目標を達成するための取組み

#### ① 動物愛護思想と適正飼養の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	狂犬病予防の推進	●適切な犬の登録や狂犬病予防注射の接種について周知啓発を図ります。	生活衛生課
2	動物愛護の情操教育及び適正飼育の推進	●動物の収容や苦情相談を行うとともに、適正飼養講習会などを開催します。	生活衛生課

#### 個人の取組み

- 動物飼養者はもとより飼養していない人も、動物に関する知識を深め、動物を愛護しましょう。
- 最期まで適正に飼養しましょう。

#### 地域・団体の取組み

- 動物愛護団体や動物愛護推進員は地域住民へ動物愛護と適正飼養に関して普及啓発しましょう。

② 飼い主のいない猫対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	飼い主のいない猫に関する普及啓発	● 飼い主のいない猫との共生について普及啓発をはかるとともに、地域住民の活動を支援します。	生活衛生課
2	猫の不妊去勢	● 飼い主のいない猫の不妊去勢手術助成金制度を実施します。	生活衛生課
3	猫の譲渡	● 収容した猫について、譲渡の取組を推進します。	生活衛生課

 個人の見組み

- 猫は放し飼いをしないようにしましょう。
- 飼猫を捨てないようにしましょう。
- 無責任な餌やりはしないようにしましょう。

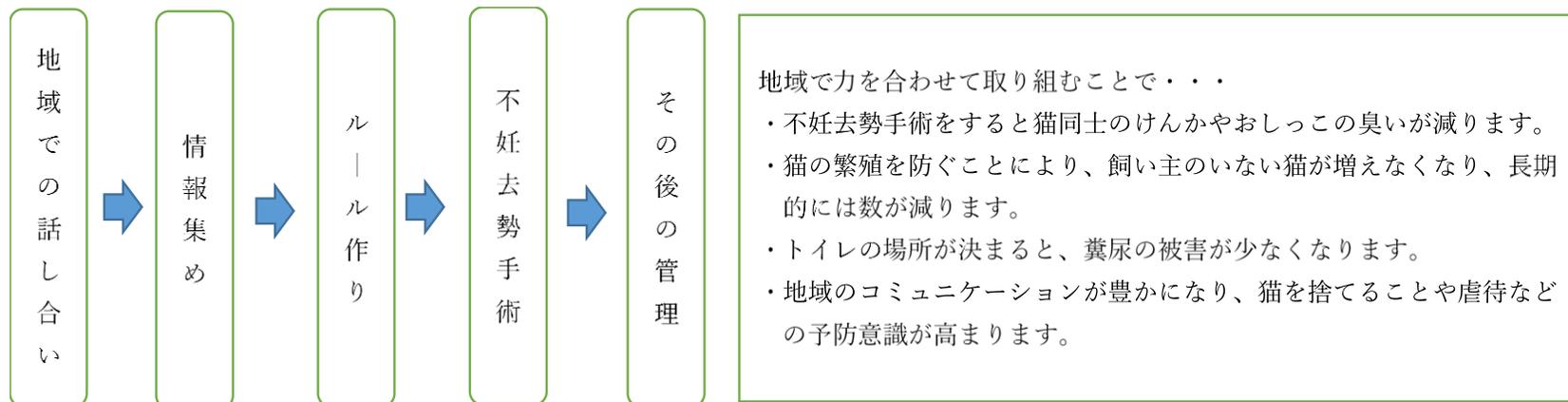
 地域・団体の見組み

- 飼い主のいない猫を排除するのではなく、共存できるルールづくりを地域住民が主体になって推進し、猫による被害の減少や不幸な猫の繁殖を防止しましょう。
- 動物愛護団体や動物愛護推進員は知識及び技術の提供を行きましょう。

 「地域猫活動」

地域にいる猫の困りごとを減らすための取組のひとつが地域猫活動です。これは、地域のみなさんで協力して、行政やボランティアの支援を得ながら、飼い主のいない猫（野良猫）を増やさないようにして被害を少なくする取組です。

【取組の手順（例）】



地域で力を合わせて取り組むことで・・・

- ・不妊去勢手術をすると猫同士のけんかやおしっこの臭いが減ります。
- ・猫の繁殖を防ぐことにより、飼い主のいない猫が増えなくなり、長期的には数が減ります。
- ・トイレの場所が決まると、糞尿の被害が少なくなります。
- ・地域のコミュニケーションが豊かになり、猫を捨てることや虐待などの予防意識が高まります。

③ 市民と動物の安全確保の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	災害時における適切な飼育	●災害時における動物対応について啓発に努めます。	生活衛生課
2	動物由来感染症の蔓延防止	●狂犬病をはじめとした動物由来感染症対策について普及啓発をはかります。	生活衛生課
3	動物管理施設の充実	●動物管理施設の整備に向け、調整を行います。	生活衛生課

 個人の実践

- 飼養者は動物の飼養に関する知識を身につけましょう。
- 日頃から災害時の対応について、準備しておきましょう。

 地域・団体の実践

- 獣医師会及び動物愛護推進員は、飼養者に対する避難時の正しい知識の普及啓発及び支援を行いましょ。
- 地域での防災対策の一環としてペットの防災対策について検討しましょ。