

武蔵野市第4期健康推進計画・食育推進計画 ＜平成30（2018）年度～平成35（2023）年度＞ （概要版）

本計画では、「地域リハビリテーション」を基本理念として、すべての市民が、その年齢や状態にかかわらず、住み慣れた地域で安心して生活が続けられるように、健康推進計画では「誰もが“いきいき”と暮らしつつけられる“まち”武蔵野」、食育推進計画では「食を通じて“いきいき”と暮らす“まち”武蔵野」を目指して、それぞれ施策を掲げ推進します。計画期間は、平成30（2018）年度から平成35（2023）年度までの6年間で、

健康推進計画の基本目標

市民を主役とし、多様な主体が協力しあうことによって、健康づくりに取り組み、健康増進を進めるまちを目指します。

『誰もが“いきいき”と暮らしつつけられる“まち”武蔵野』

基本視点

1 オールライフステージにわたる健康づくりへの取り組み

乳児期から高齢期までそれぞれの自己実現や生活の質の維持・向上のため、予防に重点をおいた取り組みを推進します。

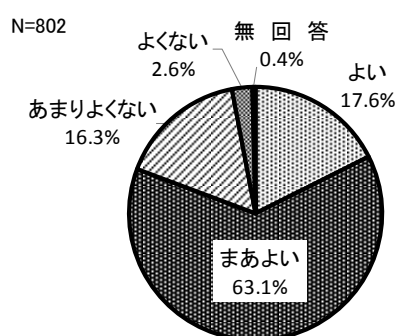
2 市民自らの健康づくりへの支援

誰もが住み慣れた地域で暮らせるよう、人づくり・地域づくり・健康づくりのための環境整備等を推進します。

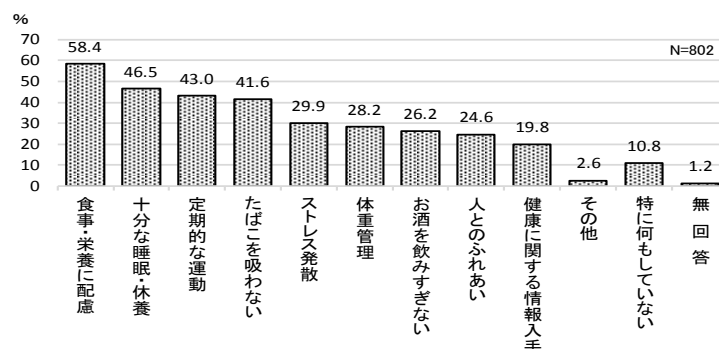
3 市民の生命と健康を守る環境づくり

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、切れ目のない保健医療サービスの提供や地域の連携を推進します。

現在の健康状態

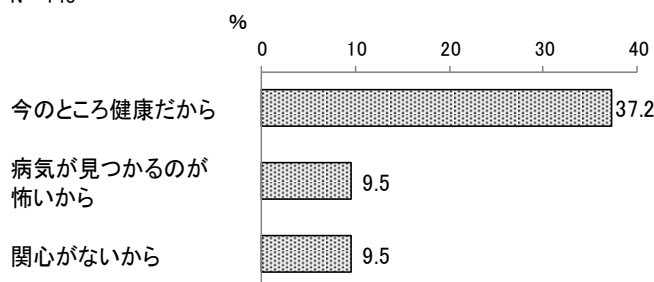


健康づくりのためにやっていること

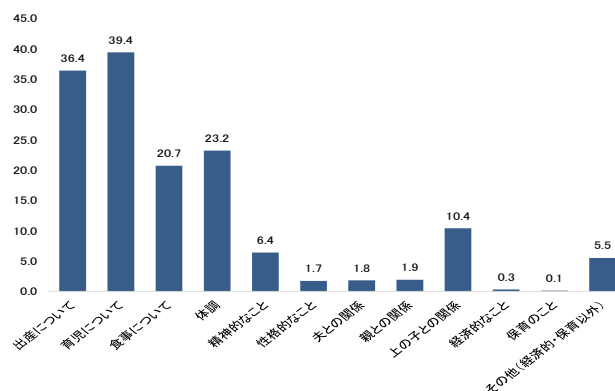


定期的に健診を受けていない理由／上位3項目

N = 148



妊娠中や出産後困ったり不安になると思っていること



基本施策1

予防を重視した健康診査等の推進



- 妊娠期からの母子保健（ゆりかごむさしの）事業の一環として、妊婦健康診査、乳幼児健康診査を実施し、さらにこれらの機会を活かした適切な支援をするように努めます。
- 乳幼児健康診査等を通して、身近な子育て支援機関などを利用してもらうよう促し、子育て家庭の不安軽減や孤立化を予防できるように努めます。
- 乳幼児をはじめとする市民を対象とした健康診査を実施し、保健指導の充実を図ります。
- 生活習慣病予防や重症化予防の推進のため、特定健康診査の受診率向上に努めます。
- 若年期からの健康意識向上のため、30 歳代を対象とした若年層健康診査の受診勧奨や、様々な保健事業の普及啓発を実施します。
- 生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした事業に取り組みます。また、非肥満者に対する生活習慣病予防について検討していきます。
- がんの早期発見と早期治療のため、がん検診の受診率の向上を図ります。また、精密検査が必要と判断された方に追跡調査を行い、精密検査未受診者を把握したうえで精密検査の受診勧奨を推進します。

基本施策2

市民の主体的な健康づくりと生活習慣改善の支援

- 生涯にわたって健康な食生活を営むために、自ら健康管理をする力を身に付けられるよう、ライフステージの特性に応じた効果的なアプローチを行います。
- 健康づくりに必要な食生活や運動、歯やこころの健康に関して、市民一人ひとりが健康づくりに取り組める環境整備を推進します。
- 市民の主体的な健康づくりを進めるため、地域団体との連携等をはじめ、地域資源を活用した環境づくりを推進していきます。健康づくりに対する関心を高め、取り組みを促し行動に結びつく情報提供をしていきます。
- 地域の健康づくりの担い手やニーズに応じた必要な人材について、マンパワーの確保や人材の育成を進めていきます。
- 喫煙や飲酒について、正しい知識の普及啓発に努めます。
- 自殺対策計画（仮称）を策定し、効果的な情報提供や相談体制の構築を図っていきます。

基本施策3

市民の生命と健康を守る環境づくりと連携の強化

- 市内における地域包括ケアシステムを医療から支える仕組みとして、市内の医療機関が役割分担を踏まえて連携する体制の維持、充実に努めます。
- 吉祥寺地区における、森本病院と吉祥寺南病院の救急病院機能と病床の維持に向けて取り組むほか、高度急性期病院や災害拠点病院としての機能を有する武蔵野赤十字病院に対して今後必要な支援を行います。
- 市民が安心して暮らせるよう、かかりつけ（医師・歯科医師・薬剤師）制度を周知します。
- 在宅療養生活を支えるための「地域包括ケア病床」の整備を推進します。
- 災害時医療体制や行動マニュアルを医師会等と協議しながら整備します。
- 災害時の在宅療養者対策や慢性期医療対策として、巡回医療体制や人工呼吸器使用者、透析患者等、医療依存度の高い在宅療養者への支援体制を構築します。
- 災害時に備え、こころのケアチーム、保健活動班の人材確保と体制の整備をします。
- 健康危機発生時に備え、平常時から、医療関係機関の連携体制の強化に努め、実践的な訓練等を通じて、危機発生時の対応方針、BCP 策定、マニュアル等の整備を進めます。
- 感染症に関する情報収集を行い、正しい知識と情報を市民に提供します。
- 予防接種については、市民の利便性に配慮した実施に努め、適切な情報提供を行います。

基本施策4

妊娠期から子育て期までの切れ目ない支援の推進



- すべての子どもが健やかに育つよう、家族全体への支援を推進します。
- 妊娠期から見通しを持って子育てができるように、適切な時に支援ができる体制づくりを進めます。
- 個別支援の充実とあわせて、地域で子育てする親同士が育ちあえるよう、集団支援の充実を図ります。
- 地域で安心して安全に子育てしてもらえよう、医療機関及び子育て支援機関との連携を強化し、地域でのサポート体制を強化します。
- 個々のニーズに合わせた質の高い支援をするために、専門職の資質の向上を図ります。

基本方針

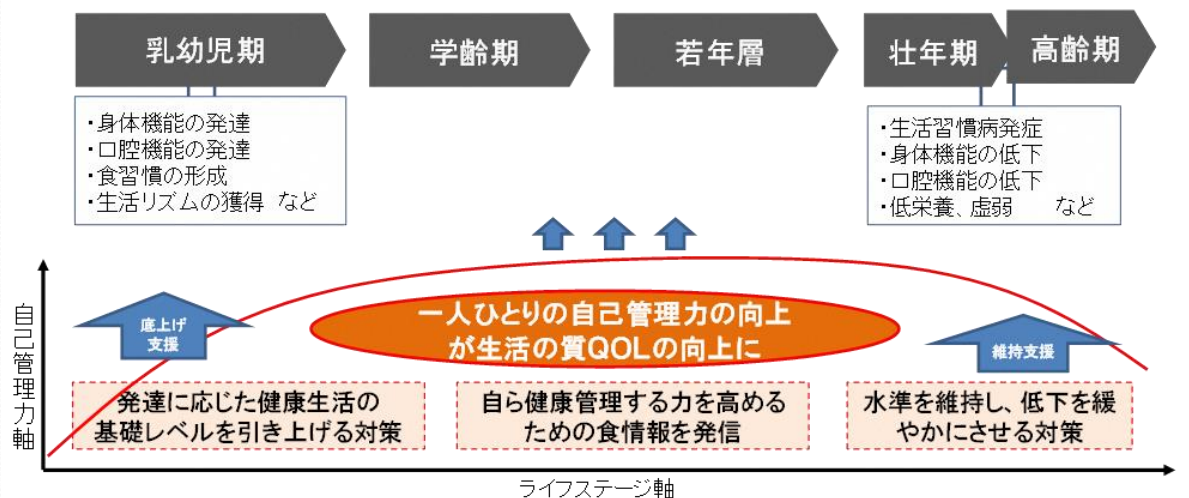
『食に関するセルフマネジメント（自己管理）力の推進』

3つの基本施策

基本施策1
ライフステージの特性
に応じた食育の推進

- 乳幼児から高齢者までそれぞれのライフステージで食に関する能力を身につけ、その力を発揮して生活を営み、生涯を通じて健康的な生活を営めるように、ライフステージの特性に応じた効果的なアプローチにより支援します。
- 食物をよく噛んでおいしく食べ、健康で豊かな食生活を送るためには、口腔機能が十分に発達し、維持されることが重要です。このため、乳幼児期における機能獲得から高齢期における機能の維持・向上等、生涯を通じて、それぞれの時期に応じた歯と口の健康づくりを通じた食育を推進します。

基本施策1：ライフステージの特性に応じた効果的なアプローチ



基本施策2
地域と連携した食育の
推進

- よりよい食環境を維持するため、消費者から生産者に対する理解・感謝の気持ちと、生産者から消費者に対する安心・安全な食品の提供という、生産から消費までの「食の循環」を生み出す取り組みを、市内や友好都市などの生産者と連携して行います。
- 地域の力を活用した食を通じた世代間交流を通し、食の楽しみ、食文化、伝統行事、料理技術などを継承していきます。
- 多様化する栄養課題に対応するため、栄養ケアを必要とする人への支援体制や方法を検討します。

基本施策3
市民が地域の中で継続して
食育を実践するための
情報発信と環境づくり

- すべての人が、食に関するセルフマネジメント(自己管理)力を向上・維持できることを目指して、正しい食の情報が適切な時期に得られるよう様々な手段で発信していきます。
- 「クックパッド 武蔵野市の公式キッチン」において、すべてのライフステージに向けたレシピや食情報を発信していきます。
- 庁内外の食育に関わる関係機関の連携を進め、様々な角度から食育を推進していきます。

現状と課題

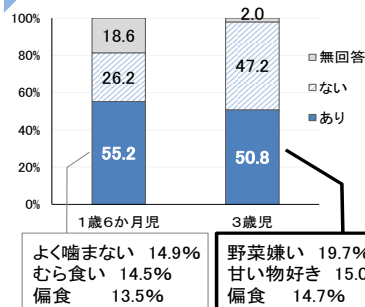
身体・口腔機能の発達・低下の状態や生活習慣などの違いから、各ライフステージでの食に関する課題は異なっています。すべての人に正しい食の情報を伝えるためには、様々な手段で発信する必要があります。

【幼児期の現状と課題】

幼児期に保護者が食生活で困っていることとしては、食習慣に起因する悩みが目立ちます。

【高齢期の現状と課題】

高齢期では、加齢とともに現在歯数が減少し、嚥下障害が疑われる割合が高くなっています。また、今後増加する在宅医療・介護の必要な人に対する訪問栄養ケアの体制を整える必要があります。



【情報発信】

クックパッドを活用して、レシピや食のイベント、栄養情報を発信します。



施策の体系

健康推進計画	第五期長期計画・調整計画基本施策	施策	主な事業
	誰もがいつまでも健康な生活を送るための健康づくりの推進	基本施策１：予防を重視した健康診査等の推進	
		(1)健康診査・保健指導等の充実	拡充 新規 健康診査の実施と受診勧奨 保健指導等の充実
		(2)がん検診の実施と精度管理の推進	拡充 がん検診の実施と受診勧奨 がん検診に関する普及啓発と精度管理の推進
		基本施策２：市民の主体的な健康づくりと生活習慣改善の支援	
		(1)健康な食生活の推進	新規 食習慣の形成・維持・向上に向けた取り組み 個々の栄養課題の解決に向けた支援 食に関する情報発信の充実
		(2)身体活動や運動を習慣づけるための支援	身体活動・運動に関する事業の実施 運動習慣の定着に向けての支援 身近な地域の資源の活用 効果的な情報発信の充実
		(3)歯と口腔の健康維持に向けた取り組み	むし歯予防と歯周疾患検診の実施 歯・口腔機能の発達と維持・向上に関する啓発
		(4)たばこによる健康への影響の周知と対策	たばこの影響に関する啓発 受動喫煙防止対策の推進
		(5)アルコールによる健康への影響の周知と対策	アルコールの影響に関する啓発
		(6)休養・こころの健康づくりの推進	メンタルヘルスに関する知識の普及 相談窓口・関係機関の連携強化 自殺対策計画（仮称）の策定
健康推進計画	誰もがいつまでも健康な生活を送るための健康づくりの推進	基本施策３：市民の生命と健康を守る環境づくりと連携の強化	
		(1)医療ネットワークの充実	医療機関の連携体制の維持・推進 在宅療養生活を支える仕組みづくり
		(2)災害時対応の充実	拡充 拡充 災害時医療体制の充実 災害時保健衛生活動体制の整備の検討
		(3)健康危機管理対策の推進	新規 健康危機への予防対策の推進 感染症拡大防止対策の推進 予防接種による疾病予防の推進
		基本施策４：妊娠期から子育て期までの切れ目ない支援の推進	
		(1)妊娠期からの母子保健（ゆりかごむさし）の事業の推進	拡充 新規 個別支援の充実 妊娠期からの切れ目ない支援の拡充 子どもに育てにくさを感じる親への支援の拡充 虐待予防への対応強化 関係機関との連携強化
		(2)子どもの成長を見守る連携の推進	新規 新規 子どもに関する様々な機関との連携強化 子どもの成長に包括的・継続的に寄り添う仕組みの検討
		※子ども自身の育ちと子育て家庭への総合的支援 ※地域社会全体の連携による子ども・子育て支援の充実	

食育推進計画	第五期長期計画・調整計画基本施策	施策	主な事業
	誰もがいつまでも健康な生活を送るための健康づくりの推進	基本施策１：ライフステージの特性に応じた食育の推進	
		(1)妊娠期から子育て期への食育	望ましい食習慣の形成と口腔機能発達のための支援 体験を通して、食への関心を高める食育 保育園給食を活用した食育
		(2)学齢期への食育	学習指導要領に基づいた、教育課程に位置付けられた食育の推進 学校給食の充実と給食を通じた食育 地域における食育
		(3)若年層への食育	新規 拡充 自ら健康管理する力を高めるための支援 効果的な食情報の発信
		(4)壮年期への食育	新規 拡充 生活習慣病を予防し豊かな食生活を送るための支援 効果的な食情報の発信
		(5)高齢期への食育	拡充 健康状態の維持と、摂食嚥下機能の低下を緩やかにする支援 口腔機能の維持・向上のための支援
		基本施策２：地域と連携した食育の推進	
		(1)食の循環に関する連携	食への関心を高め、理解と感謝の気持ちを育むための生産体験の推進 生産者との交流と地産地消の推進 食品ロス低減と食品リサイクルの推進
		(2)食を通じたコミュニケーションに関する連携	地域の力を活用した食のコミュニケーションの推進
		(3)栄養ケアを必要とする人への支援に関する連携	拡充 新規 栄養ケアに関する多職種連携の充実 多職種連携した栄養ケアの支援の検討
食育推進計画	誰もがいつまでも健康な生活を送るための健康づくりの推進	基本施策３：市民が地域の中で継続して食育を実践するための情報発信と環境づくり	
		(1)食に対する理解を深め、食育を実践するための情報発信	拡充 すべての年代に向けた、多様な手法による情報発信
		(2)多様な関係者の連携による食育の推進	拡充 新規 多分野にまたがる庁内食育担当課・庁外関係機関の連携と、計画の適正な進行管理・評価 専門職の活用と、質の維持・向上に向けた取り組み

※は「子ども・教育」分野の基本施策