

# ライフステージ別事業内容

塩谷町では各世代にわたって皆様の健康づくりを支援します



乳幼児期  
(妊娠期含む)

既存事業

- ・母子手帳の交付
- ・妊娠届出時面接
- ・妊産婦健康診査
- ・乳幼児健診
- ・赤ちゃん訪問
- ・乳幼児相談・教室

新規事業

- ・子ども家庭センターの設置
- ・飲酒、喫煙の胎児への影響に関するパンフレット配布
- ・産前産後サポート事業
- ・産後の運動教室開催
- ・子育て支援センター事業
- ・ペアレントプログラムの実施（親子支援のプログラム）



小学生・中学生・  
高校生

既存事業

- ・町内小学校での歯磨き教室
- ・小児生活習慣病予防検診（小学5年生）
- ・中学校における喫煙防止教育

新規事業

- ・肥満対策教室の開催（町内全小中学校）
- ・小学生を対象とした小児生活習慣病予防についての講話
- ・視力低下、生活リズムの乱れに関する講演会等の開催
- ・早寝、早起き、朝ごはんの推奨
- ・高校生に向けた喫煙・飲酒等に関する情報発信
- ・歯科定期健診の推奨パンフレットの配布



キャリア期  
(19～59歳)

既存事業

- ・ヤング健診（19～39歳）
- ・特定健診（40～75歳）
- ・各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査
- ・個別栄養相談
- ・生活習慣病予防教室
- ・ウォーキング事業の実施

新規事業

- ・健診異常値放置受診勧奨の実施
- ・糖尿病重症化予防事業の実施
- ・まちなか保健室の実施
- ・各種パンフレットの配布



シニア期（60～75歳）

既存事業

- ・特定健診（40～75歳）
- ・各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査
- ・健診結果報告会の実施
- ・減塩対策事業の実施
- ・健康教育の実施
- ・ウォーキング事業の実施

新規事業

- ・健診異常値放置受診勧奨の実施
- ・糖尿病重症化予防事業の実施
- ・まちなか保健室の実施
- ・各種パンフレットの配布

# 塩谷町健康増進計画 <計画期間：令和5年度～8年度>

## — 第2期計画(改訂版) —



塩谷町  
シンボルキャラクター  
ユリピー

ダイジェスト版

### 《 基本理念 》

この計画は、町民一人ひとりが健康づくりに取り組み、健康で生き生きと暮らせるようになるためのものです。また、そのための取り組みが、地域社会の中で自然にかつ容易に実現できる地域を目指すものです。住んでいるだけで健康で幸せに感じられる地域づくりに取り組みます。

### 《 基本目標 》

**基本目標1** 健康と感じられる人を増やしましょう

**基本目標2** 健康寿命を延ばしましょう

### 《 基本方針 》

方針  
01

生涯を通じた健康づくりの  
支援

方針  
02

生活習慣の改善と生活習慣  
病の重症化予防

方針  
03

地域社会全体で支える健康  
づくりの推進

### データで見る町民の健康～計画に対する主な取り組み～

令和3年に町内在住の20～70歳代を対象にアンケート調査を実施しました。前回調査(平成27年)から改善・悪化した代表的な項目は以下の通りです。

	前回調査より <b>改善</b> した項目			前回調査より <b>悪化</b> した項目			
	目標値	R3年度	H27年度	目標値	R3年度	H27年度	
年長児の肥満割合	6.0%	4.6%	11.4%	年長児のおやつを1日2回以上食べる割合	35.0%	86.0%	46.7%
12歳の平均虫歯本数	1.00本	0.79本	1.93本	小学生の肥満割合	7.0%	15.0%	12.0%
高校生の毎食後歯みがきをする人の割合	25.0%	26.0%	19.4%	シニア期の耐糖能異常有所見者割合	65.0%	76.4%	71.5%

# <アンケート結果より町民の皆様に主に取り組んでいただきたい4つの内容をポイントとともに整理しました>

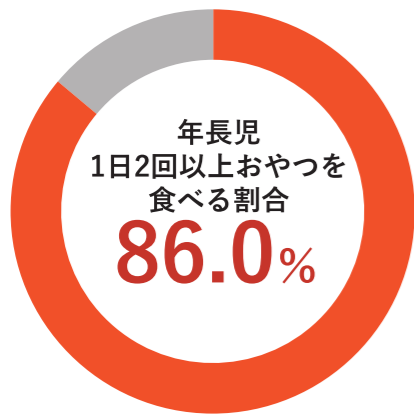
ポイント

01

## 乳幼児期のおやつ回数

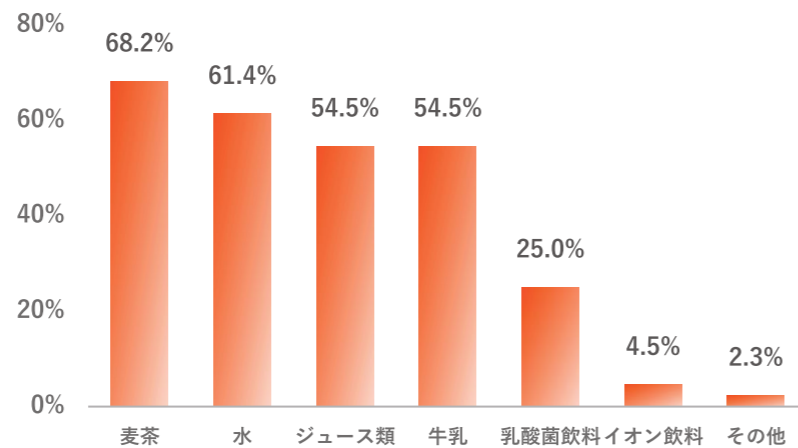


- 家族で早寝、早起き、朝ごはんを心掛け、生活リズムを整える
- おやつは時間と量を決めて、選んで食べる



(資料)塩谷町年長児の歯磨きに関するアンケート

### よく飲む飲み物



ポイント

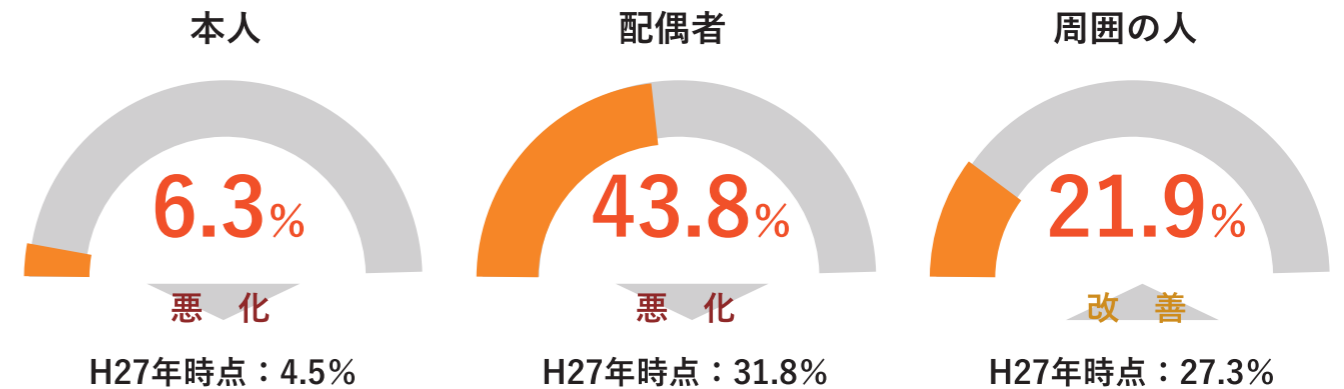
03

## 妊産婦及び周囲の人の喫煙率



- 家庭での禁煙・分煙を徹底
- 子どもの前では喫煙をしない
- 喫煙を家族がサポート

### 妊婦及び周囲の人の喫煙状況



(資料)塩谷町妊娠届出時アンケート

ポイント

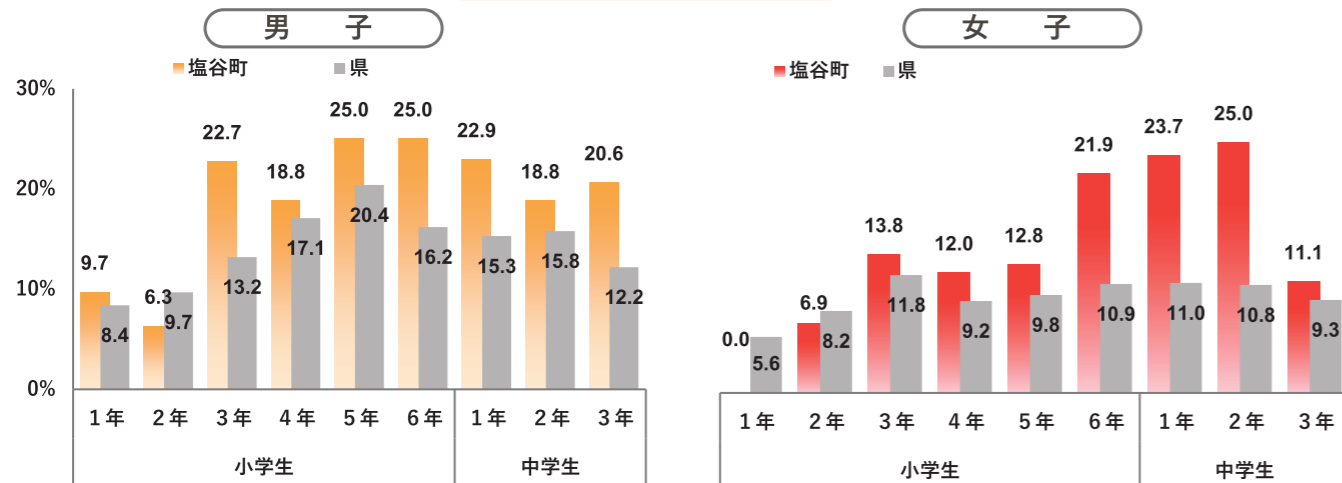
02

## 高い小・中学生の肥満率



- 栄養バランスに関心を持つ
- 夜遅くに間食しない
- 主食・主菜・副菜をバランスよく食べる

### 小中学生の肥満率



(資料)栃木県学校保健統計

ポイント

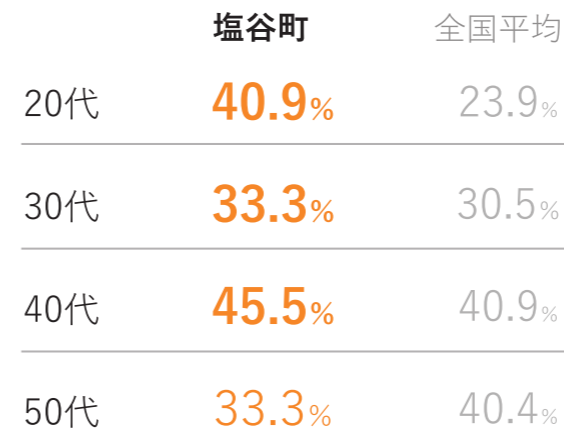
04

## 大人の肥満と高血糖

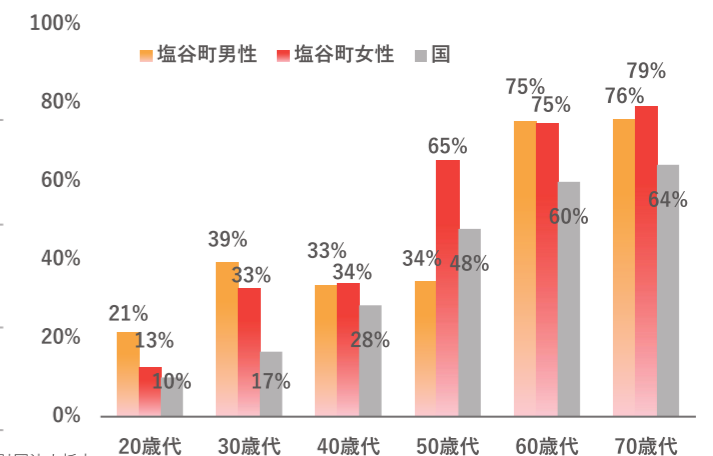


- 1日3回規則正しくご飯を食べる
- 自分の適性体重を把握する
- お酒は1日1合程度にし、休肝日を設ける

### 男性肥満率



### 耐糖能異常の有所見率



(資料)厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査、生活習慣等に関するアンケート調査」、公益財団法人栃木県保健衛生事業団「地域・職域診断サービス報告書」