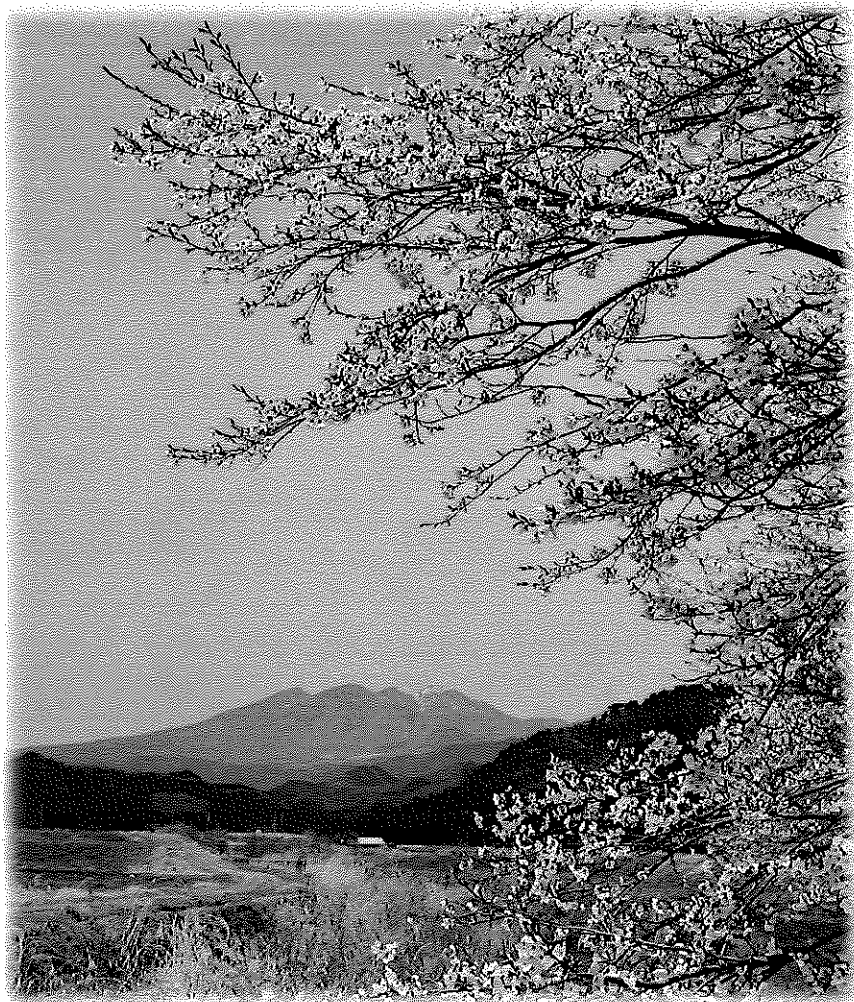


塩谷町健康増進計画 21 計画

— 第 2 期計画 —

しあわせおだやか やりがいフルラン

～健康で未来をひらく塩谷町～



平成 29 年 3 月

塩 谷 町

目 次

第1章 計画の策定	
I 計画策定の経緯	1
II 2期計画策定の趣旨	1
III 計画の位置づけと計画期間	1
第2章 塩谷町民の健康を取りまく現状	
I 人口の推移と人口構成	2
II 人口動態	3
III 平均寿命と健康寿命	3
IV 国民健康保険	4
V 介護保険	14
VI 第1次計画の取組と達成状況	16
第3章 計画の基本的な考え方	
I 基本理念	20
II 基本目標	20
III 基本方針	20
IV 計画の目標の設定と評価	21
V 計画の特色	21
第4章 年代別健康づくり	
I 現状と課題	22
II 目標と施策	46
第5章 計画を推進するための支援体制	
I 計画の推進体制	54
II 各団体からの健康づくり応援メッセージ	55
塩谷町医師会・塩谷町歯科医師会・塩谷町保健委員会	
塩谷町食生活改善推進員協議会ひいらぎ会・塩谷町体育協会	
しおやユリピースポーツクラブ・しおや生活研究グループ	
塩谷町PTA連絡協議会・塩谷町商工会	
第6章 計画の評価	
I 基本目標	64
II 成果目標	65
III 事業計画	68
参考資料	
1 策定経過	72
2 塩谷町健康増進21計画策定委員会関係資料	73
3 生活習慣等に関するアンケート調査票	75
4 生活習慣等に関するアンケート調査結果概要	83
5 年長児の歯磨きに関するアンケート調査票	85
6 年長児の歯磨きに関するアンケート調査結果概要	89

第1章 計画の策定

- I 計画策定の経緯
- II 2期計画策定の趣旨
- III 計画の位置づけと計画期間

I 計画策定の経緯

1 1期計画

国では昭和53年に第1次国民健康づくり対策に着手して以来数々の施策を重ね、平成12年には第3次国民健康づくり対策として健康日本21計画を策定し、これを契機に全国の自治体で健康増進計画が策定されてきました。

栃木県では平成13年3月に「とちぎ健康21プラン」を策定し、県民の健康増進に取り組んできました。塩谷町でも平成20年3月に塩谷町健康増進21計画「しあわせ・おだやか・やりがいプラン」を策定しました。この計画は、成人を中心にしたもので、「栄養・食生活」「運動・身体活動」「喫煙」「口腔衛生」の4つの柱に着目した計画で、10か年を計画期間としたものでした。

2 中間改訂及び最終評価

策定後5年で中間見直しが行われ、健康増進計画改訂版が策定されました。中間評価及び計画の見直しのために、策定委員会を組織し、これまでの実績や、平成24年2月に実施した「生活習慣に関するアンケート調査」の結果・既存の保健衛生に関する統計を基に計画の見直しをいたしました。

II 2期計画策定の趣旨

1期計画は最終年度を平成29年度としておりましたが、関係する国・県の計画または、他の分野の計画等との整合性を鑑み、平成27年度に評価のためのアンケートを実施し、平成29年度を初年度とする塩谷町健康増進21計画(2期計画)を策定するものです。

III 計画の位置づけと計画期間

この計画は、健康増進法第8条に基づき、健康日本21計画やとちぎ健康21プラン及び塩谷町特定健康診査等実施計画と整合性を図りながら策定する市町村健康増進計画です。また、塩谷町の根幹ともなる塩谷町振興計画、及び、介護保険計画・子ども子育て支援計画・障害者福祉計画との整合調整を図り策定するものです。

2期計画では、1期計画では充分ではなかった母子保健・歯科保健の分野を充実させ母子保健計画及び歯科保健計画の性格を含有させた形で策定しました。

計画期間としては、平成29年度を初年度とし、平成38年度を目標年次とする10か年計画とします。

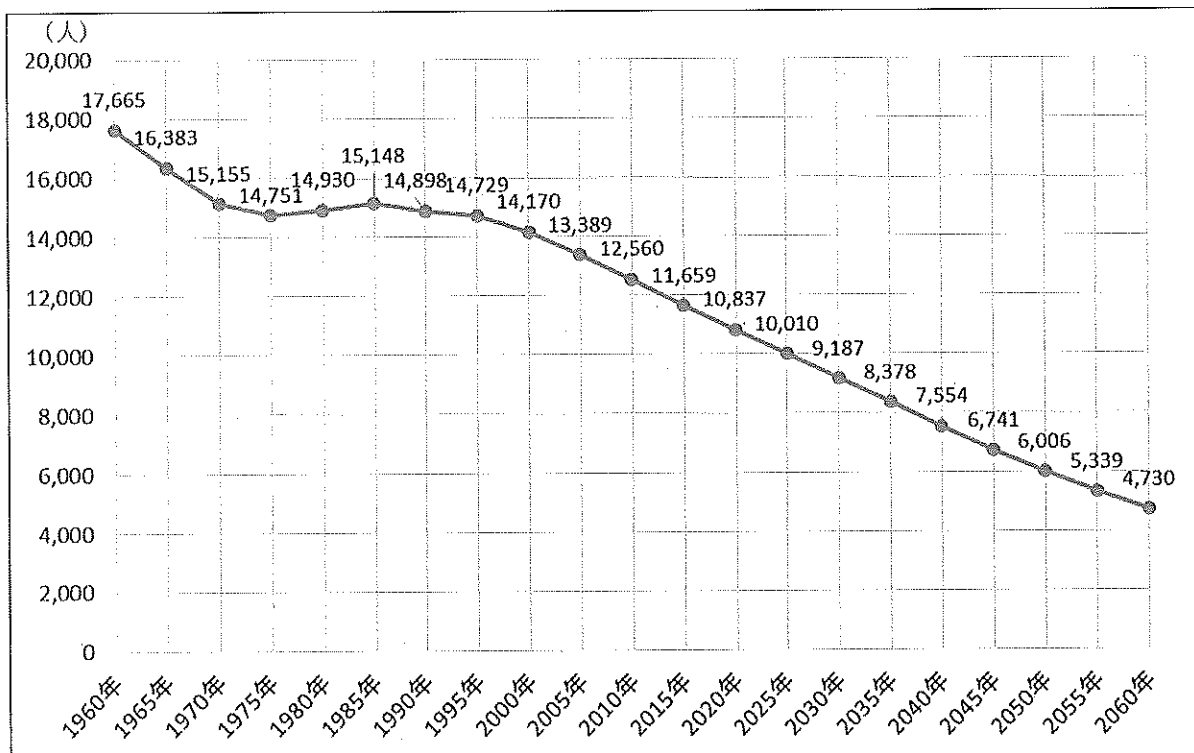
第2章 塩谷町民の健康を取り巻く現状

- I 人口の推移と人口構成
- II 人口動態
- III 平均寿命と健康寿命
- IV 国民健康保険
- V 介護保険
- VI 第1期計画の取組と達成状況

I 人口の推移と人口構成

1 総人口の推移と将来推計

塩谷町では、1960年には17,665人いた総人口が1970年には14,751人まで急激に減少し、その後1995年にかけて概ね横ばいで推移したものの、その後再び人口減少傾向が続き、2015年現在で11,659人となっている。国立社会保障人口問題研究所（以下、「社人研」とする。）の推計によると、現状のまま推移すると、2060年には4,730人まで人口が減少するとされている。



出典 総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

2 年齢3区分別人口の推移

- 1) 年少人口は1985年の3,260人をピークにその後減少し、2010年時点で1,437人となっており、社人研の推計によると、今後も減少が続き2060年には310人になるとされている。
- 2) 生産年齢人口も1980年の9,914人から減少しており、2010年時点で7,634人となっており、社人研の推計によると、今後も減少が続き2060年には2,178人になるとされている。
- 3) 老年人口は、1980年の1,812人から増加しており、2010年時点で3,489人となっており、社人研の推計によると、今後2020年まで増加を続けた後、減少に転じ2060年には2,242人になるとされている。

II 人口動態

平成26年(確定) 単位:率※

	出生	死亡	乳児死亡	新生児死亡	死産	周産期死亡	婚姻	離婚
栃木県	7.9 (15,442)	10.6 (20,756)	3.6 (56)	1.8 (28)	22.6 (357)	4.3 (67)	5.01 (9,770)	1.70 (3,322)
塩谷町	4.8 (56)	15.6 (181)	-	-	-	-	4.7 (55)	1.98 (23)
矢板市	6.9	10.9	-	-	8.5	-	3.6	1.69
さくら市	9.3	9.6	2.4	-	23.3	-	4.8	1.47
高根沢町	9.2	8.6	7.3	-	-	-	6.1	1.31

※出生・死亡・婚姻・離婚は人口千対、乳児死亡・新生児死亡・早期新生児死亡は出生千対
周産期死亡は出産(出生+妊娠満22週以後の死産)千対である。()内は実数である。

人口動態総覧

III 平均寿命と健康寿命

		平均寿命(年)	健康寿命(年)	不健康な期間(年)
塩谷町	男	78.7	75.4	3.3
	女	85.7	83.1	2.6
栃木県	男	79.1	78.1	1
	女	85.7	82.9	2.8

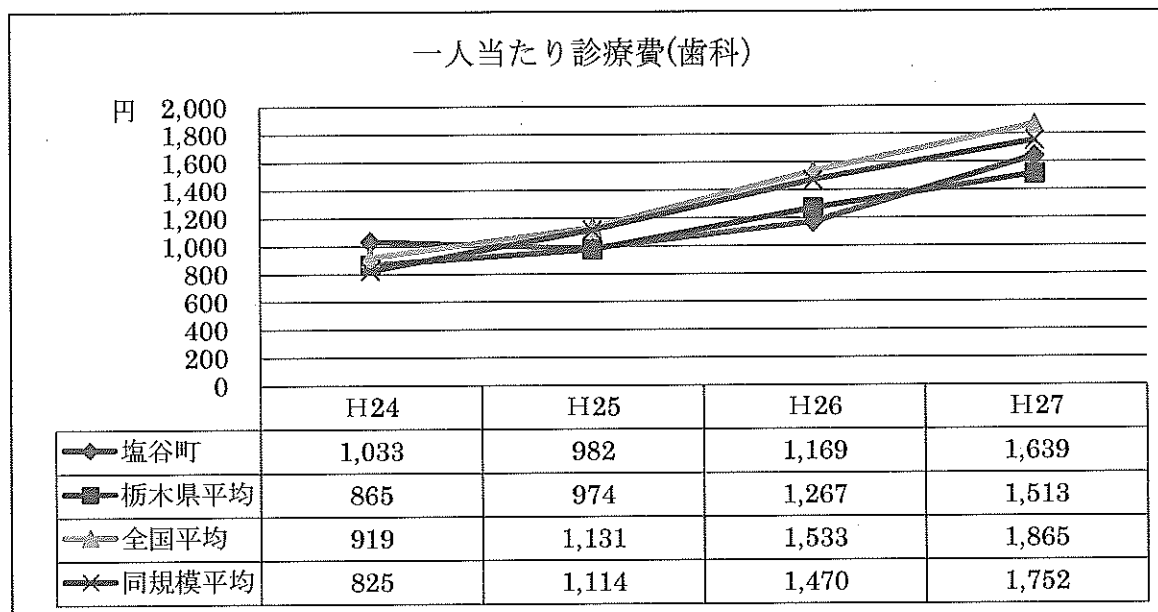
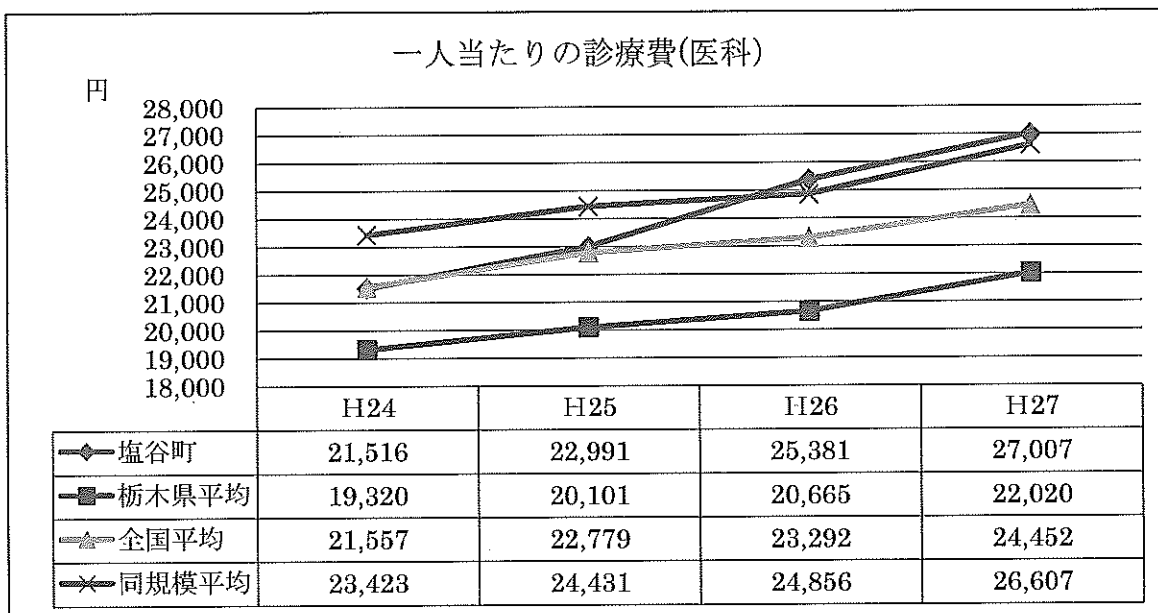
介護保険の要介護度に基づく市町健康寿命(平成25年度)

平均寿命・健康寿命ともに女性は県平均と同じか若干上回っているが、男性は下回っている。また男性は健康寿命と平均寿命の差が県に比べ大きく、健康で暮らせる期間が短い傾向がある。

IV 国民健康保険

1 国保の医療費の現状

1) 被保険者1人当たり診療費

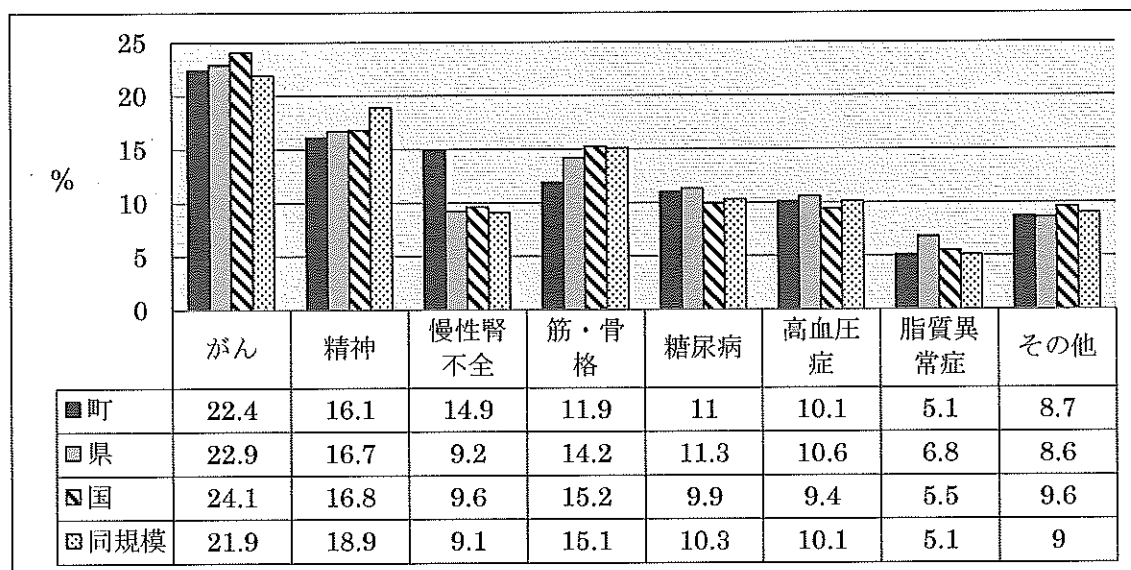


国保データベースシステム（以下KDBという。）

平成27年度の1人当たり診療費は27,007円で栃木県・全国・同規模平均と比較して高い。塩谷町国保被保険者数自体は減少しているが、医療費は年々増加傾向が続いている。

2) 医療費分析

(1) 平成 27 年度主要疾病別(中分類)医療費割合 (%)



KDB (地域の健康課題⑩)

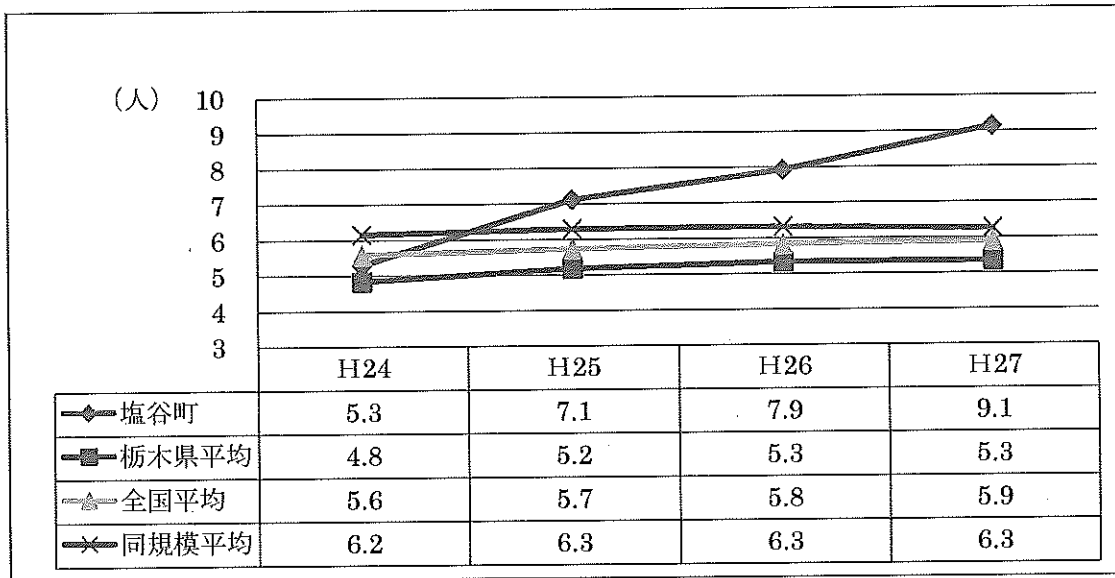
(2) 医療費合計(入院+外来)の疾病別(細小分類)順位

H25 年度			H26 年度			H27 年度		
順位	疾病名	%	順位	疾病名	%	順位	疾病名	%
1 位	統合失調症	7.0	1 位	慢性腎不全 (透析あり)	7.4	1 位	慢性腎不全 (透析あり)	8.5
2 位	高血圧症	6.3	2 位	高血圧症	6.5	2 位	糖尿病	6.3
3 位	糖尿病	6.0	3 位	統合失調症	6.1	3 位	高血圧症	5.7
4 位	慢性腎不全 (透析あり)	5.4	4 位	糖尿病	5.8	4 位	統合失調症	5.5
5 位	脳梗塞	2.5	5 位	大腸がん	4.1	5 位	大腸がん	4.0
6 位	脂質異常症	2.3	6 位	脳梗塞	3.7	6 位	脂質異常症	2.9
7 位	関節疾患	2.1	7 位	脂質異常症	2.9	7 位	脳梗塞	2.6
8 位	うつ病	2.1	8 位	狭心症	2.8	8 位	うつ病	2.6
9 位	不整脈	1.7	9 位	不整脈	2.2	9 位	関節疾患	2.4
10 位	大腸がん	1.5	10 位	関節疾患	2.1	10 位	不整脈	2.2

全体の医療費(入院+外来)を100%とし計算

KDB (医療費分析(2)大、中、細小分類)

(3) 患者千人当たり人工透析患者数

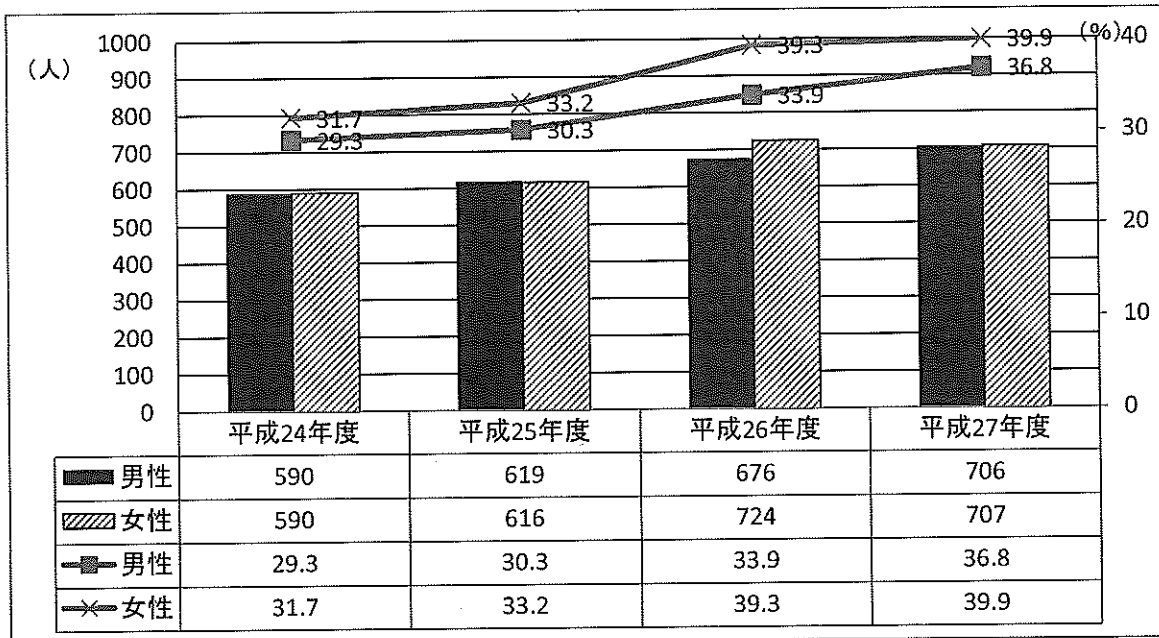


KDB（医療費分析（1）細小分類）

平成24年には国の平均を下回っていたが、その後増加し、平成27年には国の1・5倍になっている。前述（2）医療費合計から見ても、人工透析の原因となる慢性腎不全や糖尿病の増加が原因していると思われる。

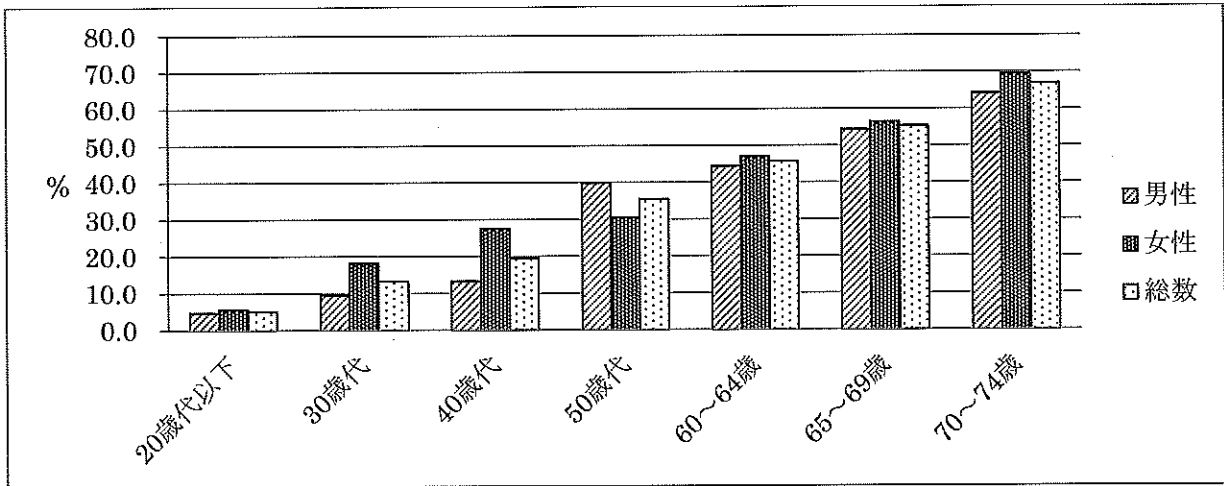
3) 生活習慣病の状況

(1) 生活習慣病対象者の推移



KDBシステム 厚生労働省様式（様式3-1）生活習慣病全体のレセプト分析

(2) 年代別生活習慣病対象者（平成27年度）

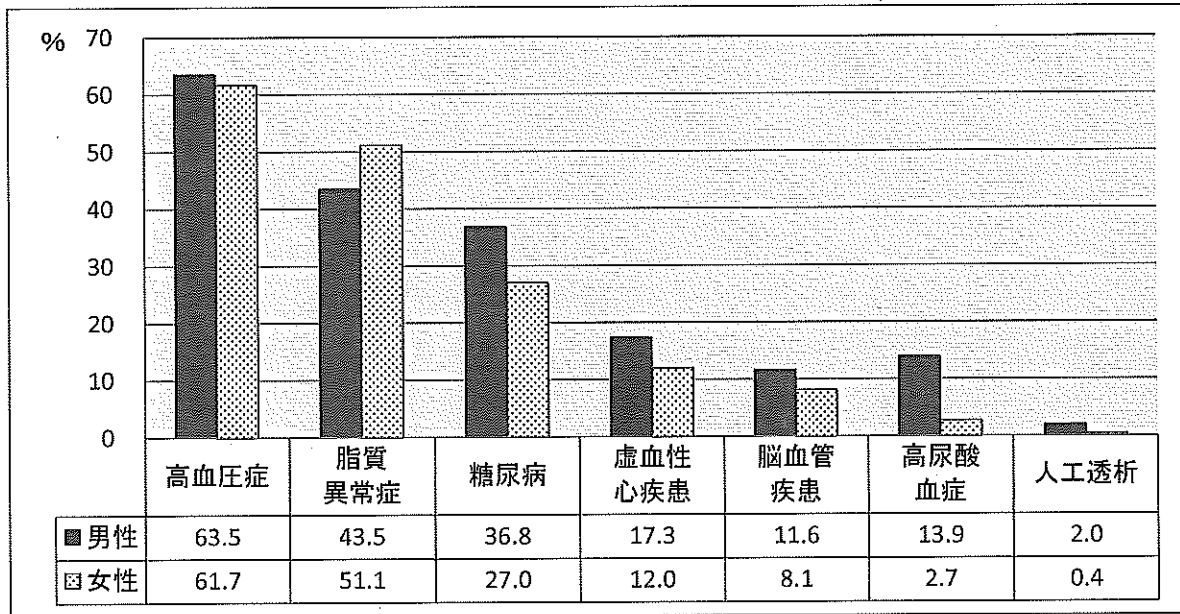


KDB（厚生労働省様式（様式3-1）生活習慣病全体のレセプト分析

生活習慣病の患者は、年齢を増すごとに増加しており、年代別にみると、30歳40歳代では女性が多く50歳代では逆転し男性が多くなる。

60歳代になると半数近い人が生活習慣病の診断を受けており、男女差は少なくなっている。

(3) 生活習慣病全体のレセプト分析



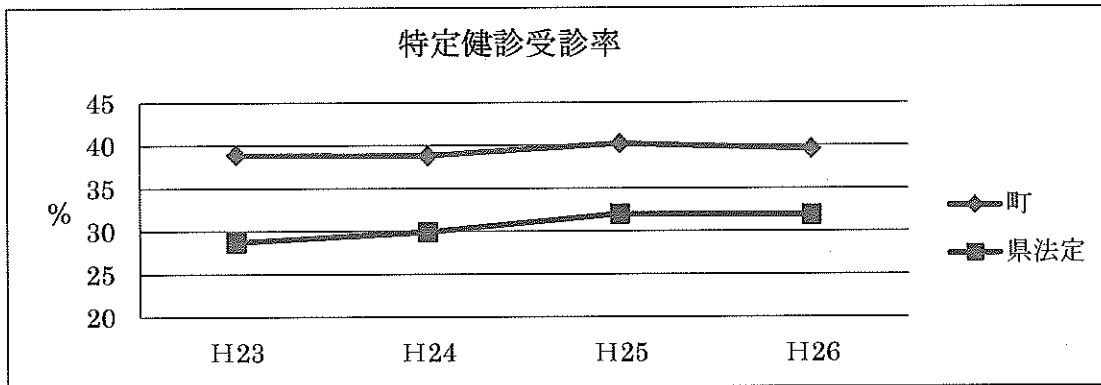
KDBシステム 厚生労働省様式（様式3-1）生活習慣病全体のレセプト分析（H27年5月診療分）

被保険者の40.6%が生活習慣病対象者である。生活習慣病対象者のうち「高血圧症」が6割以上を占める。

2 特定健診

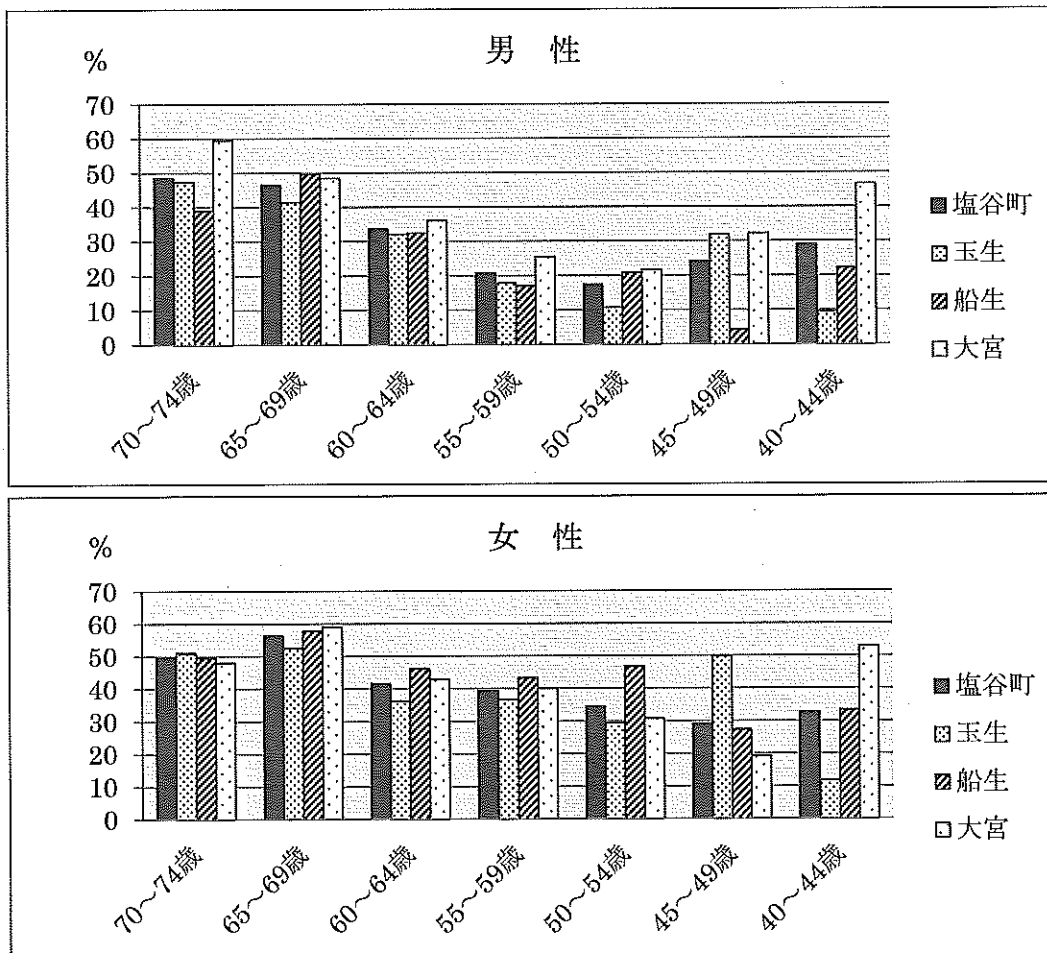
1) 特定健診等の実施状況

(1) 特定健診受診率の推移



法定報告値

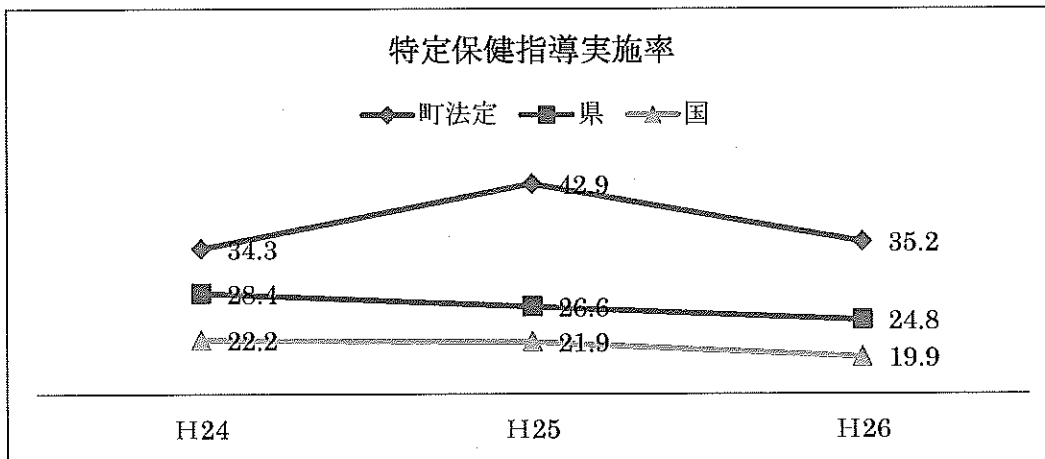
(2) 平成27年度年齢別特定健診受診率



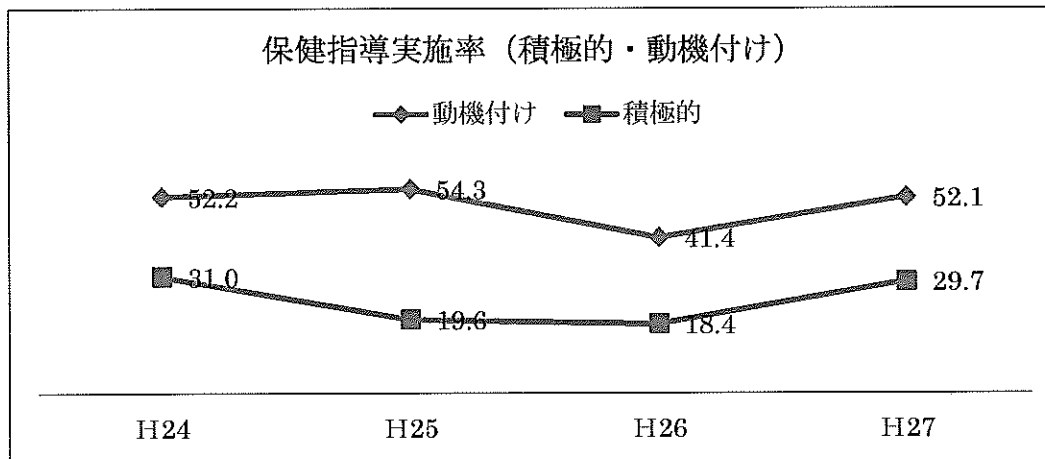
KDB地域の健康課題（地区別）

特定健康診査（以下「特定健診」という）の受診率は栃木県平均に比べて高いものの横ばい傾向にある。40代・50代の受診率が低く、とくに男性の受診率が低い。地区別にみると受診率の低い若い年代にばらつきが多い。

(3) 特定保健指導実施率の推移



町：法定報告値 国・県KDB（地域の全体像の把握）



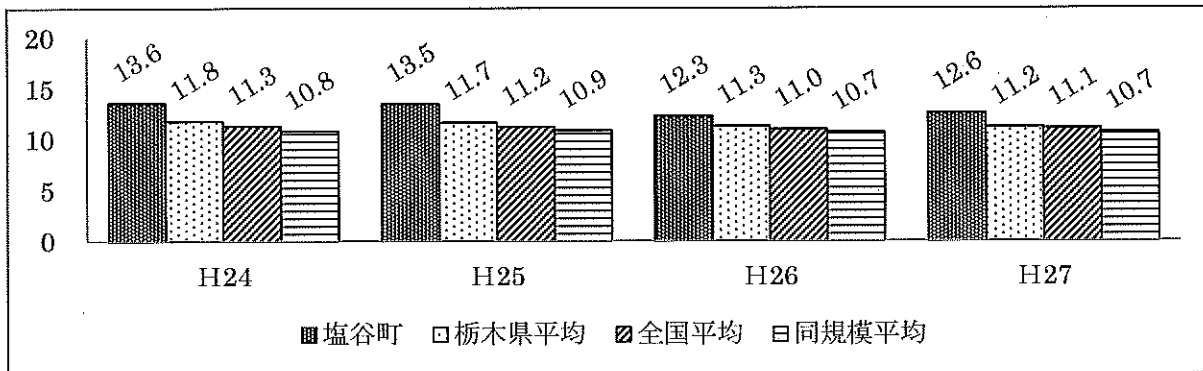
町：法定報告値

H26年度特定保健指導実施率は、35.2%であり、県・国・同規模と比較すると高いが、積極的支援の対象となった者の完了率は低い。対象者が毎年同じ顔ぶれで、特定保健指導継続支援に参加する者が少ない。（特定保健指導は業者委託で実施）

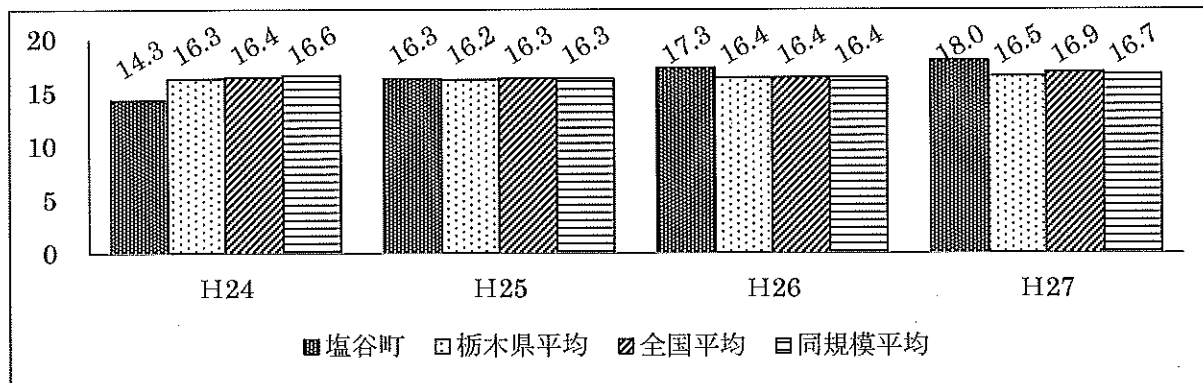
2) 特定健診の分析結果

(1) メタボリックシンドローム該当者の推移

メタボリックシンドローム予備軍該当者

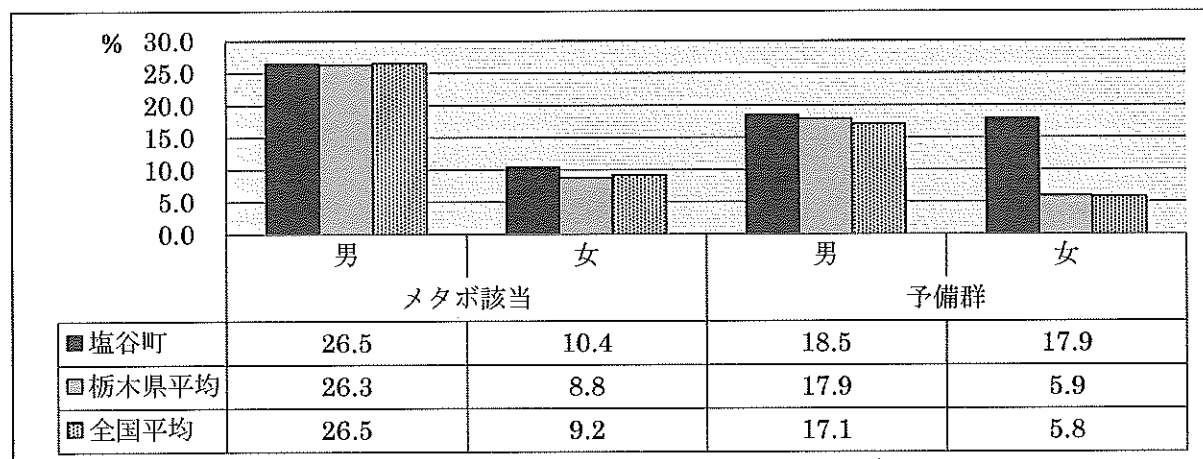


メタボリックシンドローム該当者



KDB (健診・医療・介護データからみる地域の健康課題③)

メタボリックシンドローム男女別該当者 (平成27年度)



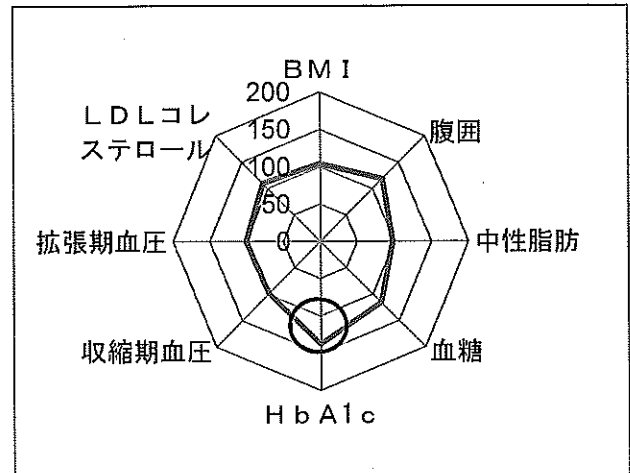
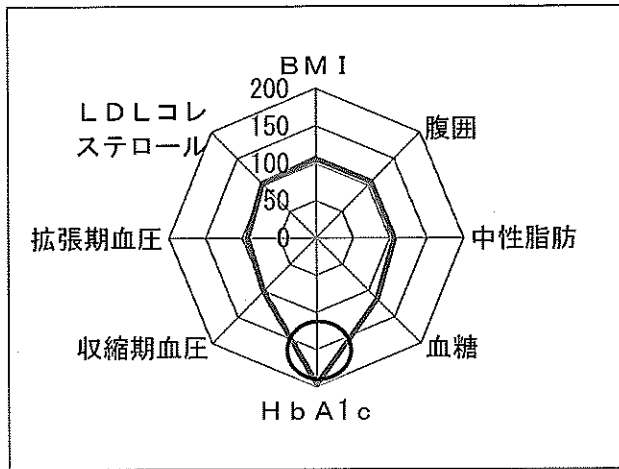
KDB (地域の全体像の把握)

メタボ該当者は、18.0% (男性 26.7%、女性 10.3%) 県内 5 位、メタボ予備群は、12.5% (男性 18.5%、女性 7.3%) 県内 2 位であり、該当者・予備群とも県・国・同規模と比較すると高い。

(2) 平成 27 年度健診有所見者状況 (県を 100 としたときの比較)

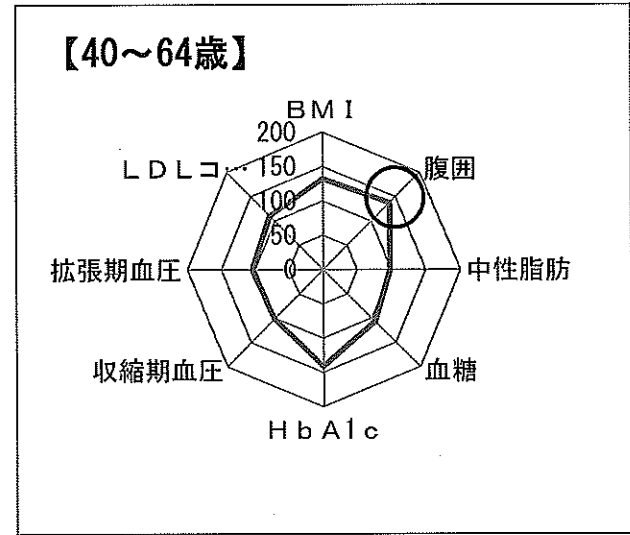
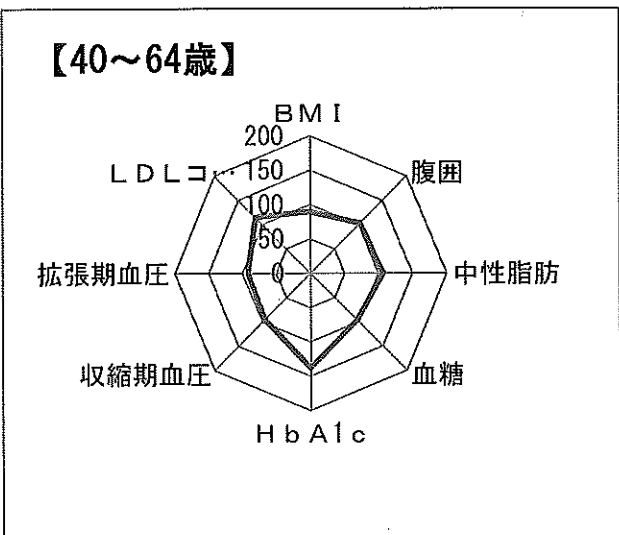
男性

女性



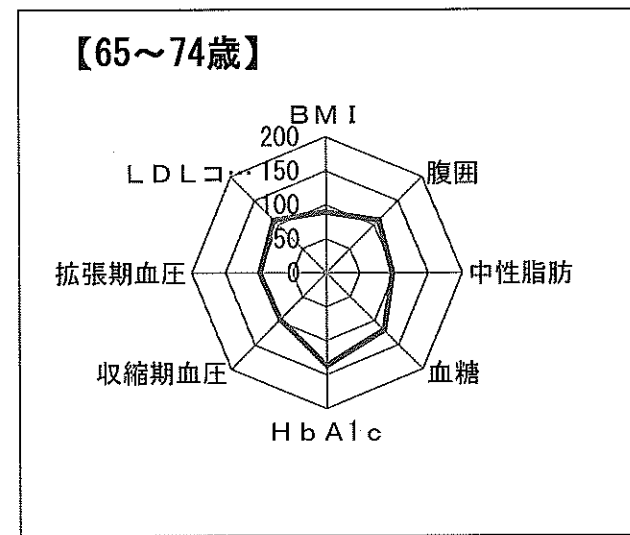
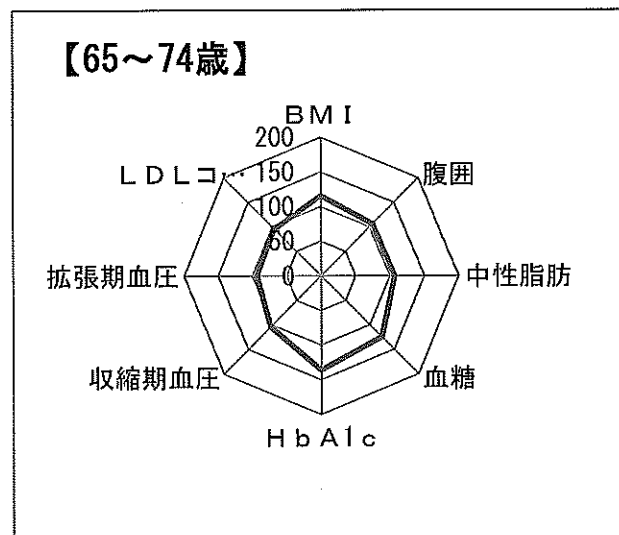
【40～64歳】

【40～64歳】



【65～74歳】

【65～74歳】

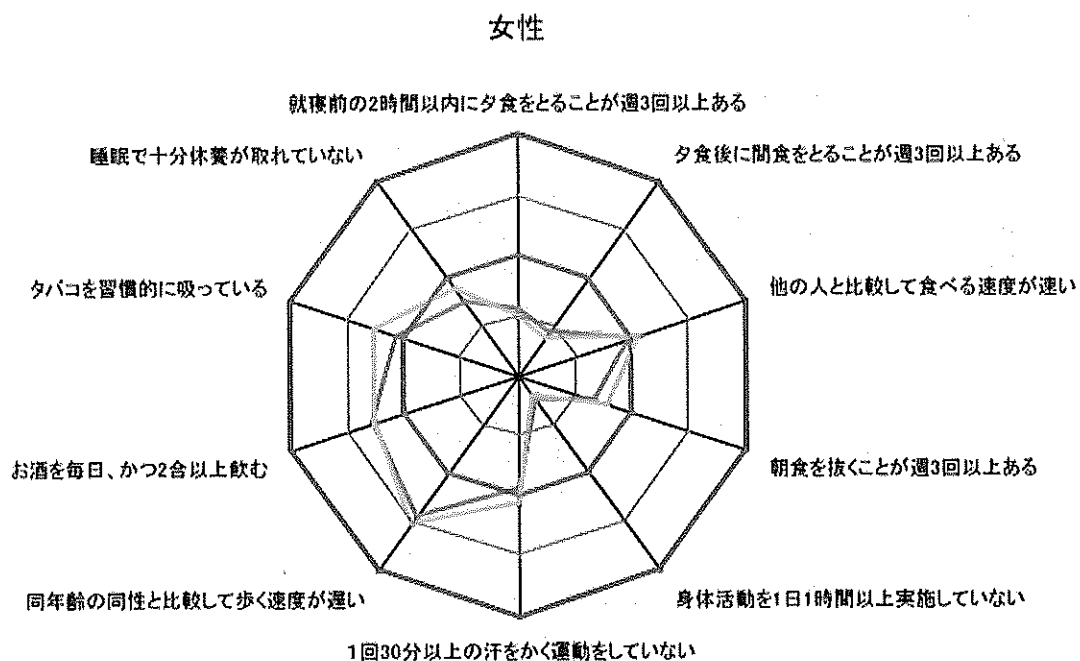
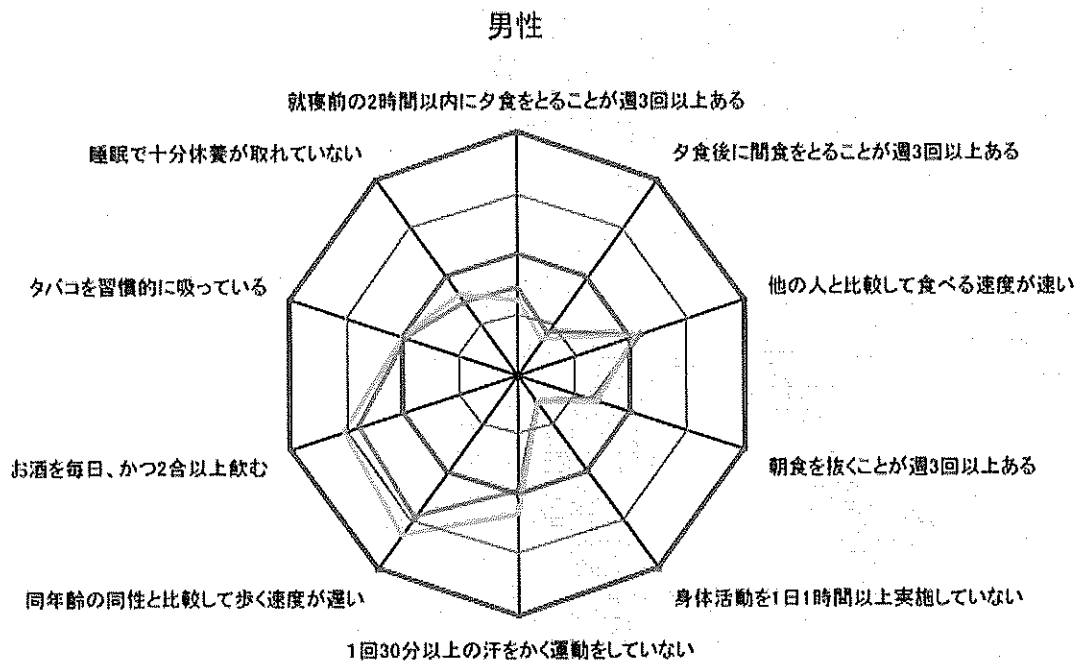


KDB 厚生労働省 (様式 6-2~7) 健診有所見者状況 (男女別・年代別)

男女ともHbA1cの値が高い人が多い。65歳を過ぎると血糖値も高くなる傾向にある。加え女性の40～64歳は、腹囲・BMIともに県の平均を上回っている。

(3) 生活習慣の状況

生活習慣問診項目の比較

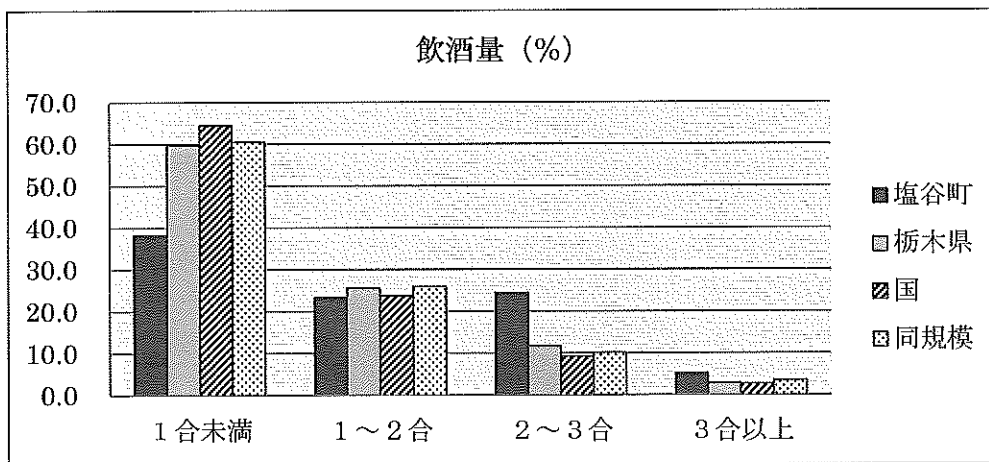
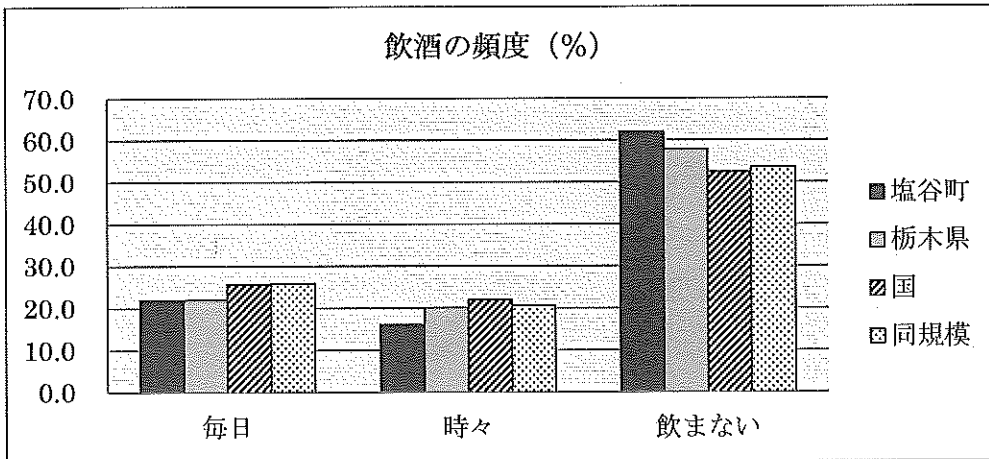


■ 栃木県 ■ 塩谷町

平成27年度健診データ（栃木県保健衛生事業団調べ）

男女とも、喫煙・飲酒・歩行速度の項目で国の平均より差が大きい。

飲酒の状況（平成 27 年度）

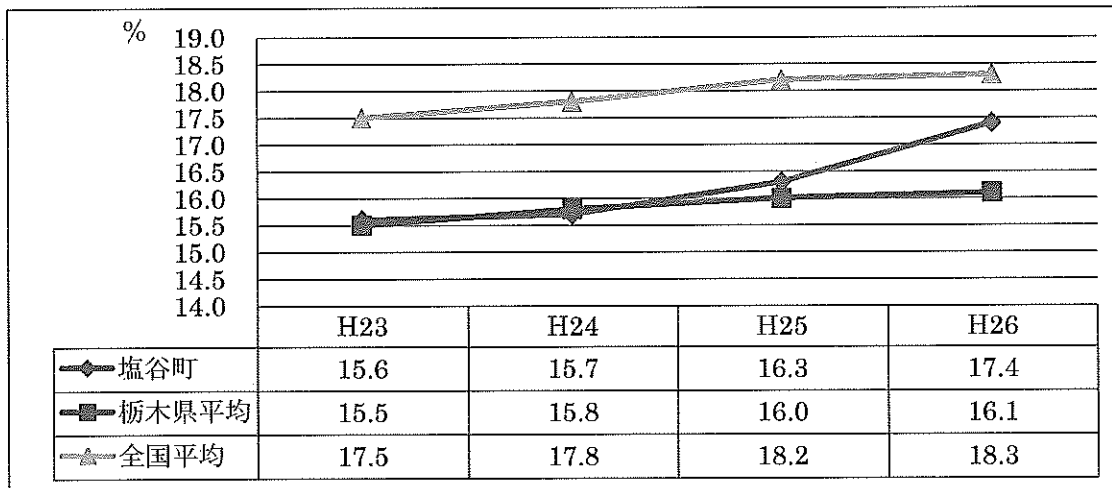


KDB（地域の全体像の把握）

「飲まない」と答えている人は、県・国よりも多い。しかし、飲むと答えた人の飲酒量を見ると「2～3合」と「3合以上」と答えた多量飲酒者が、県・国よりも多い。

V 介護保険

1 介護認定率の推移



町：保健福祉課調べ 県・全国：厚生労働省「介護保険事業状況報告」

平成25年までの認定率は県並であったが、平成26年には増加に転じている。この背景には要介護1・要支援者1・2の軽度者認定の増加の影響が大きい。

2 介護保険認定者数と認定率

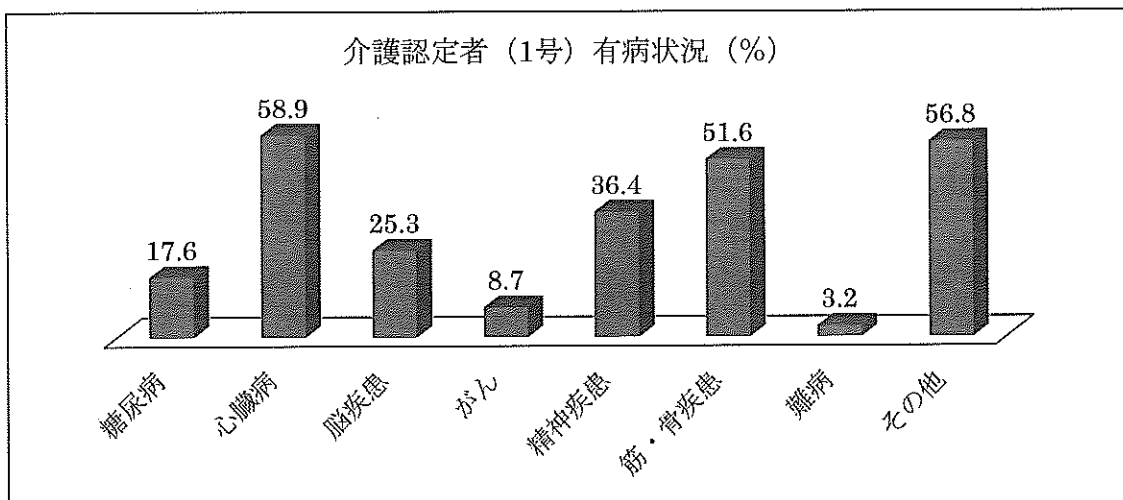
受給者区分	2号		1号		合計
	40～64歳	65～74歳	75歳以上		
被保険者数	4,547	1,535	1,954		8,036
認定者数	18	56	625		699
認定率	0.4	3.6	30.5		18.7 (1号のみ)
新規認定者数	1	0	18		19
新規認定率	0.01	0	0.55		0.35 (1号のみ)

KDB（要介護（支援）者認定状況）平成27年度

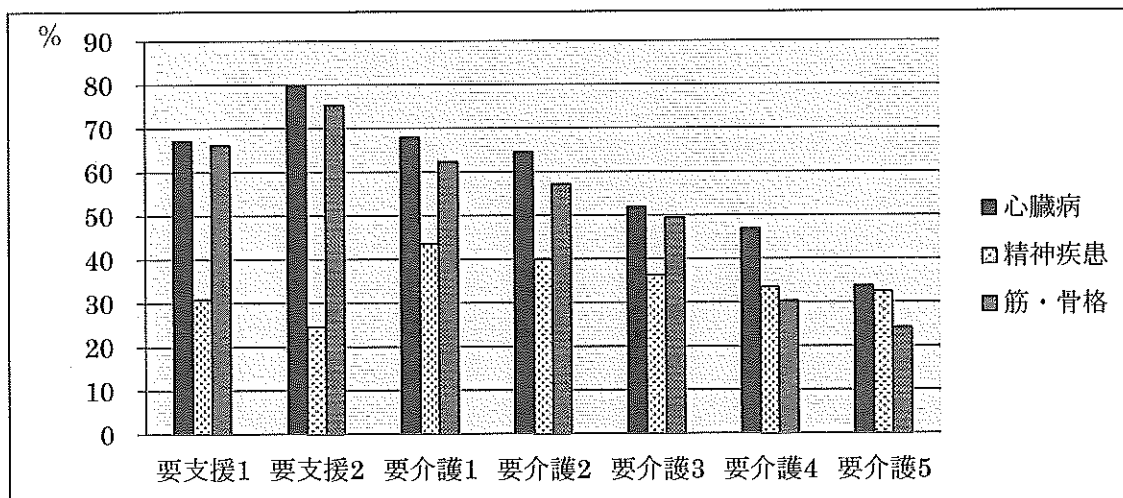
1号認定率は、県と同等で国より低い。2号認定率は県・国と同等である。

3 要介護支援者の有病状況

1) 1号介護認定者有病状況（平成27年度）



2) 上位疾患の介護度別分布状況



KDB（要介護（支援）者有病状況）

介護度に関わらず「心疾患」が多く、続いて「筋・骨疾患」「精神疾患」である。
介護度が重度の介護4・5になると「精神疾患」が増えてくる。

VI 第1期計画の取組と達成状況

1 栄養・食生活

単位 (%)

項目		策定時 調査値	中間評価 調査値	最終 目標値	最終値 27年度	評価 A達成 B未達成	
朝食を 毎日食べ ます	朝食欠食 者の割合	20歳代男性	35.7	36.1	30.0	21.1	A
		30歳代男性	17.6	12.9	10.0	9.6	A
		40歳代男性	19.8	18.2	14.0	4.3	A
		50歳代男性	7.2	18.3	14.0	16.7	B
		60歳代男性	1.1	14.9	10.0	8.5	A
		30歳代女性	17.0	17.9	14.0	9.3	A
適正体重 を 維持しま す	肥満者の 割合	20歳代男性	19.8	26.2	20.0	36.8	B
		30歳代男性	27.0	32.2	28.0	61.9	B
		40歳代男性	35.3	30.8	28.0	56.5	B
		50歳代男性	32.5	33.3	28.0	61.9	B
		60歳代男性	33.3	29.0	25.0	46.8	B
		40歳代女性	23.3	18.3	16.0	10.3	A
	50歳代女性	21.7	28.8	24.0	15.8	A	
	やせすぎ の割合	20歳代男性	2.5	14.8	10.0	10.5	B
20歳代女性	20.7	13.7	10.0	37.0	B		

単位 (%)

項 目			策定時 調査値	中間評価 調査値	最終 目標値	最終値 27年度	評価 A達成 B未達成
適正飲酒に 努めます	多量飲酒 者の割合 (3合以 上)	40歳代男性	22.5	14.3	10.0	18.2	B
		50歳代男性	20.4	10.0	中間調査で目標達成のため削除		
		60歳代男性	19.6	14.0	10.0	6.9	A
	休肝日を 設ける人 の割合	20~64歳 男性	42.0	67.6	70.0	57.3	B
	未成年者 の飲酒経 験の割合	男	未調査	42.0	0.0	16.0	B
		女		33.7	0.0	18.0	B

2 運動・身体活動

単位 (%)

項 目			策定時 調査値	中間評価 調査値	最終 目標値	最終値 27年度	評価 A達成 B未達成
運動 の必要 性を理 解し ます	運動の必要 性の理解に關 する調査の実 施		未調査	28.4	50.0	26.1	B
日常生 活の中 で自分 に合っ た運動 を続け ます	運動習慣のある 人の割合		12.3	12.0	15.0	14.8	B

3 喫煙

単位 (%)

項 目		策定時 調査値	中間評価 調査値	最終 目標値	最終値 27年度	評価 A達成 B未達成	
禁煙を すすめま す	喫煙習慣のある 人の割合	20～64歳男性	50.6	41.7	30.0	44.1	B
		20～64歳女性	16.3	11.5	10.0	5.7	A
		20歳代女性	20.5	11.5	10.0	7.4	A
		未成年	未調査	9.0	0.0	0.0	A
禁煙意志の ある人をサ ポートしま す	禁煙プログラム のある医療機関		実施無	実施あり	実施あり	実施あり	A
	やめたい人の割 合		22.8	25.0	50.0	24.4	B
たばこが関 係する疾患 の理解を深 めます	肺 がん		95.6	93.2	100.0	90.4	B
	食道がん		54.9	61.9	100.0	56.5	B
	膀胱がん		19.6	17.1	100.0	19.4	B
	喘息		79.8	85.6	100.0	83.8	B
	気管支炎		88.3	87.9	100.0	85.5	B
	心臓病		68.0	67.4	100.0	69.0	B
	脳卒中		67.6	68.1	100.0	72.5	B
	胃 潰 瘍		40.5	43.0	100.0	38.8	B
	妊娠に伴う異常		88.2	81.4	100.0	79.7	B
歯周病		56.0	57.3	100.0	61.7	B	

4 口腔衛生

単位 (%)

項 目				策定時 調査値	中間評価 調査値	最終 目標値	最終値 27年度	評価 A達成 B未達成
歯の喪失 防止を図 ります	24本以上の 自分の歯を 有する人の 割合	50歳代		49.8	60.0	70.0	66.3	B
		60歳代		33.7	39.0	60.0	49.5	B
歯科保健を 推進しま す	定期的に 歯科検診 を受けて いる人の 割合	20~64歳		16.3	42.3	50.0	44.6	B
		食後歯磨 きをする 人の割合	男性	20~	未調査	17.2	30.0	13.8
	女性		64歳	未調査	34.2	50.0	34.2	B

第3章 計画の基本的な考え方

I 基本理念

II 基本目標

III 基本方針

IV 計画の目標の設定と評価

V 計画の特色

I 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出来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。

II 基本目標

この計画は『健康で未来をひらく塩谷町』をスローガンに次の2つを基本目標にします。

◇健康と感じられる人を増やしましょう

◇健康寿命を延ばしましょう

III 基本方針

基本目標の実現に向け次の3つを基本方針とします。

1 生涯を通じた健康づくりの支援

健康であることは目的ではなく幸せな生活を送るうえでの手段です。子どもから高齢者までの生涯にわたっての、日々の健康づくりを支援します。町の将来を担う次世代の健康を支えること、子どもの健康づくりを推進する事がスタートです。

2 生活習慣の改善と生活習慣病の発症予防と重症化予防

現在わが町の死因の上位を占めるがん・心疾患・脳血管疾患はいずれも生活習慣病です。生活習慣病の予防には従来の健康診断による早期発見・早期治療（二次予防）に留まることなく、「健康」を増進させることで疾病の出現を抑えること（一次予防）が大変重要です。町民一人ひとりが「健康」を増進させるためにはよりよい生活習慣を身につけることが必要になってきます。生活習慣を改善し「健康」を積極的につくることを推進します。

3 地域社会全体で支える健康づくりの推進

個人の努力だけでは健康づくりは難しい面もあります。みんなで協力・連携する事で、よりスムーズに健康づくりは進んでいきます。地域や健康や生活環境に関わるさまざまな組織や団体などが、それぞれの特性を発揮し連携する事により、環境を整備し個人の健康づくりを総合的に支援していきます。

隣近所のお付き合いから地域の輪が広がります。そこから健康づくりだけに限らない地域活動が生まれてきます。

IV 計画の目標の設定と評価

健康づくりを推進していくために、個人と健康づくりに関わる多くの関係者が共通の認識を持ち取り組むべき課題を明らかにし、具体的な目標を設定する事が必要です。設定された明確な目標に向けての活動成果を適切に評価し、その後の健康づくり計画に反映させます。

V 計画の特色

1期計画では、40歳から64歳の壮年期を主な対象としていましたが、妊娠期から老年期までの一生涯を通しての健康づくりについての計画とします。母子保健計画及び歯科保健計画の性格を含有します。

計画の構成としては

縦軸に年代別を配置し

妊娠・出産期

乳幼児期

小学生・中学生

高校生

キャリア期・・・・・・19歳から59歳

シニア期・・・・・・60歳から75歳

横軸に次の4つの領域について課題を抽出し対策を考えました。

「栄養・食生活(アルコールを含む)」

「運動・身体活動」

「喫煙」

「口腔衛生」

第4章 年代別健康づくり

I 現状と課題

II 目標と施策

この章では、生活習慣等に関するアンケート調査結果及び年長児の歯みがきに関するアンケート結果や本町の健診データから、特に町民の健康に関連の深い生活習慣として、「栄養・食生活」、「運動・身体活動」、「喫煙」、「口腔衛生」の4つの視点から、年代ごとの取り組みを掲げています。

I 現状と課題

1 妊娠・出産期

妊娠期は、健康づくりのスタートラインであり、母子の保健にとって重要な時期です。近年は女性の社会進出の増加に伴い、働く女性の妊娠・出産が増えています。また、核家族化や少子化、さらには晩婚化によって、妊娠・出産に不安を持つ妊産婦が増えています。

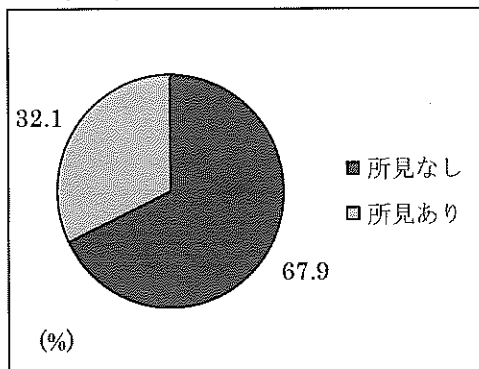
1) 現状

栄養・食生活

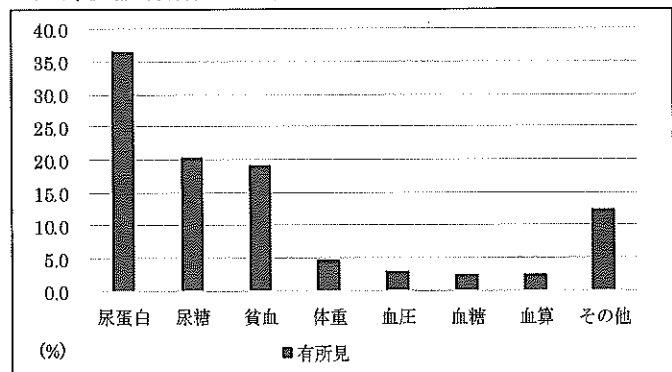
(1) 妊婦健康診査の状況

平成 27 年度の妊婦健康診査の結果より、健診で所見のある妊婦は 32.1%でした。その内訳は、尿蛋白 36.5%が最も多く、次いで尿糖 20.2%、貧血 19.1%と食事からの影響を受けやすい項目が多い状況です。

<妊婦健康診査判定>



<妊婦健診有所見の内訳>



(2) 妊婦の飲酒

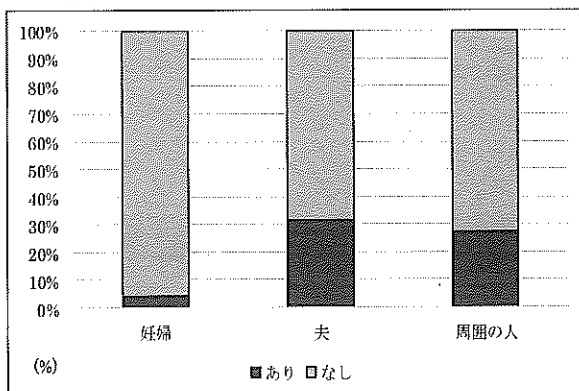
平成 27 年度の妊娠届出時アンケートより、飲酒をしている妊婦はいませんでした。

喫煙

(1) 妊娠期の喫煙

平成 27 年度の妊娠届出時アンケートより、妊婦 4.5%、配偶者 31.8%、周囲の人 27.3%が喫煙をしていました。

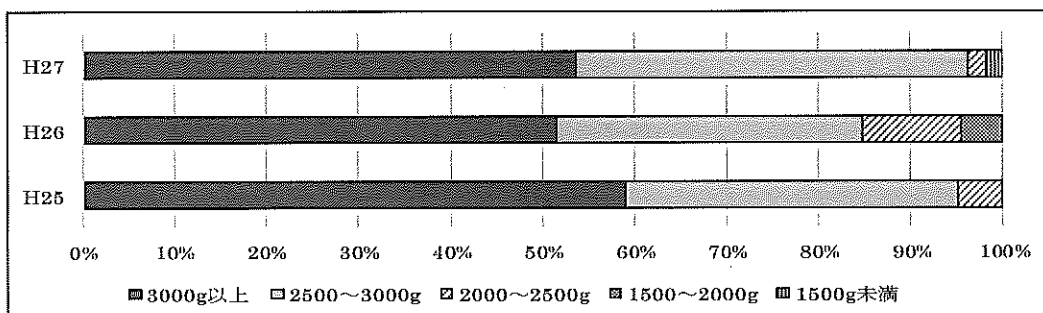
<妊娠中のたばこ>



(2) 出生体重

平成 25～27 年度の出生届より、2500g 以下の低出生体重児の割合は 8.3% でした。その内訳は、2000～2500g 6.1%、1500～2000g 1.7%、1500g 未満 0.6% でした。

<出生体重内訳>

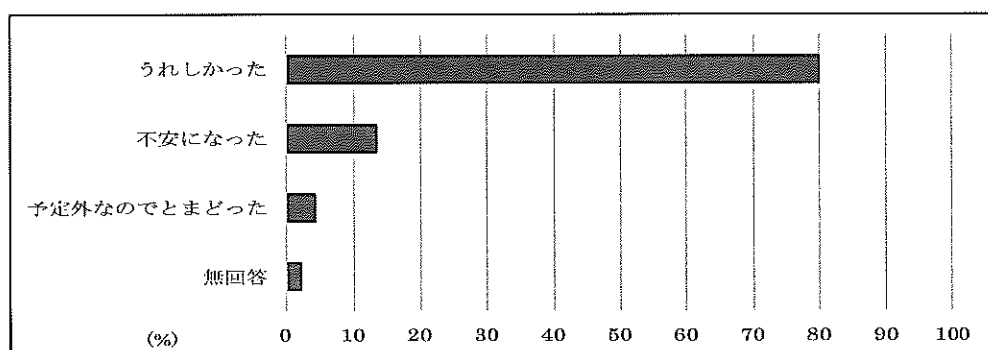


参考資料

妊娠したときの気持ち

平成 27 年度の妊娠届出時アンケートより、妊娠したときの気持ちは、うれしかった 80.0% が多数を占めました。しかし、不安になった 13.3%、予定外なのでとまどった 4.4% との気持ちも聞かれました。

<妊娠がわかったときの気持ち>



塩谷町の妊婦さんは・・・

- ・ 3 人に 1 人は妊婦健診で所見があります。
- ・ 妊娠中、家族に喫煙する人が多くいます。

2) 課題

(1) 栄養・食生活

・ 妊婦健診で所見のある者は 3 人に 1 人でした。所見のある人のうち、約 4 割が尿糖、貧血で所見があり、食事が原因の一つでもあることから、妊婦への食に関する正しい知識の普及が必要です。

(2) 運動・身体活動

・ 現在、妊婦に関する運動・身体活動の情報がないため、今後調査等を実施し、現状把握を行います。

(3) 喫煙

・妊婦の家族による喫煙が多い状況がありました。喫煙は、喫煙者本人だけではなく、受動喫煙¹も含め、低出生体重児、流産早産など妊娠に関する危険性があり、禁煙・分煙に関する適切な指導が必要です。

(4) 口腔衛生

・現在、妊婦に関する口腔衛生の情報がいないため、今後調査等を実施し、現状把握を行います。

2 乳幼児期

乳幼児期は、人格や生活習慣の基礎を形成する大切な時期であり、家庭での健康的な習慣形成への取り組みが重要です。少子化や核家族化の進展、働く女性の増加、情報の氾濫等により、親子を取り巻く環境は大きく変化しています。

1) 現状

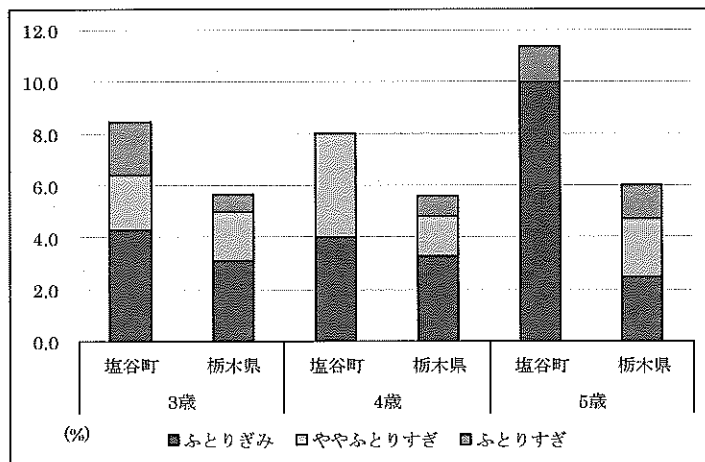
栄養・食生活

(1) 幼児の体格

各保育園での身体測定結果より、幼児の肥満の割合は、3歳児7.5%、4歳児8.0%、5歳児11.4%と年齢が高くなるにつれて増加し、その割合は県よりも高くなっています。

一方、やせは全ての年齢でいませんでした。

<子どもの肥満出現率>



幼児の肥満とは...

体重が、標準体重から

+15%以上 20%未満をふとりぎみ、

+20%~30%未満をややふとりすぎ、

+30%以上をふとりすぎとしています。

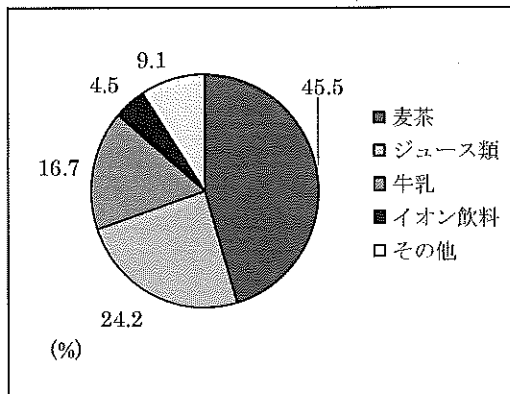
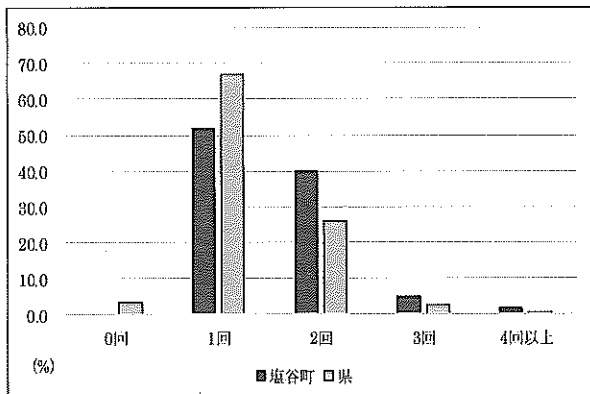
◇比較：平成27年度子どもと家族の食生活等実態調査報告書

¹受動喫煙とは、他人の吸ったタバコの煙を周囲の人が吸わされることです。

(2) 幼児のおやつと飲み物

年長児の歯磨きに関するアンケートより、年長児はおやつを2回以上食べる子が46.7%と県よりも多くいました。よく飲む飲み物は麦茶45.5%が最も多いですが、次いで多いのはジュース類24.2%となっています。

<年長児のおやつの回数>



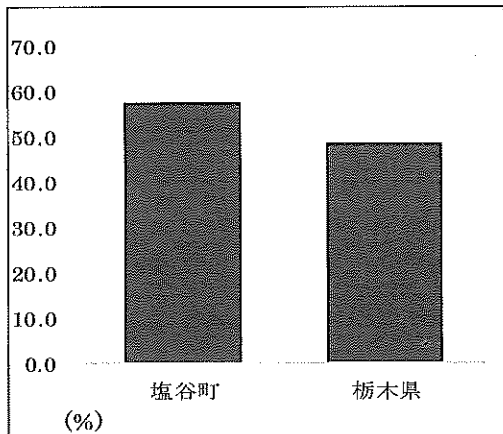
◇比較：平成27年度子どもと家族の食生活等実態調査報告書

喫煙

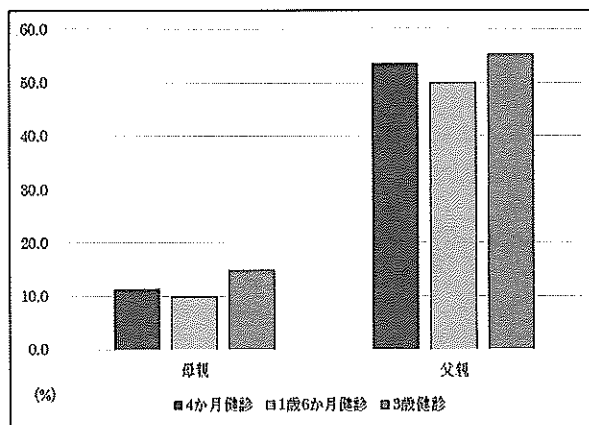
(1) 育児中の喫煙

平成27年度の3歳児健診問診票より、子どもがいる家庭での喫煙率は57.4%と多く、県よりも高い状況です。また、子どもの年齢が高くなるにつれて父母の喫煙率が高くなる傾向がありました。

<子どもがいる家庭での喫煙率>



<幼児健診問診票からみる両親の喫煙率>



◇比較：平成27年度子どもと家族の食生活等実態調査報告書

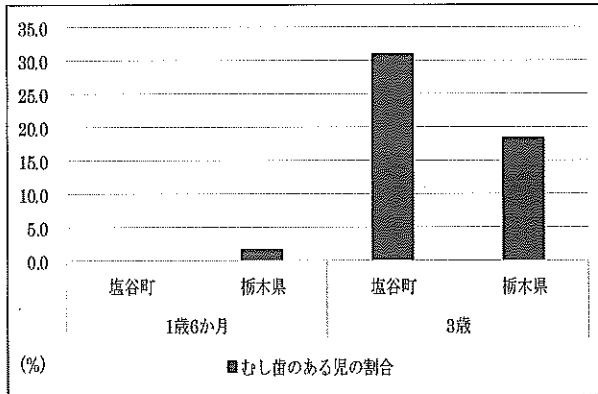
☺ 口腔衛生

(1) 幼児のむし歯と歯みがき

平成 26 年度の幼児健診の結果より、1 歳 6 か月児健診ではむし歯のある者はいませんが、3 歳児健診で 31.0%と県を大きく上回ります。

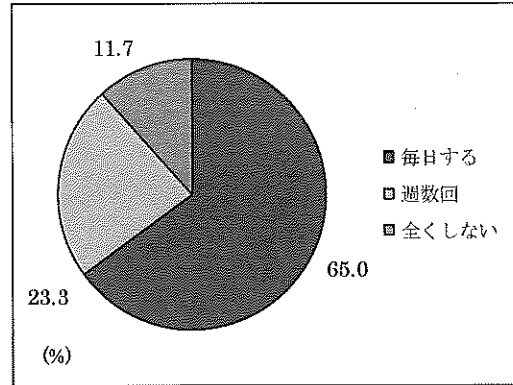
年長児の歯磨きに関するアンケートより、保護者が仕上げ磨きを全くしない 11.7%、週数回する 23.3%、毎日する 65.0%でした。毎日仕上げ磨きをする保護者は低い割合でした。

<むし歯のある者の割合>



◇比較：とちぎの母子保健

<仕上げ磨きの頻度>



◇比較：年長児歯科アンケート

塩谷町の乳幼児は・・・

- ・肥満児が多いです。
- ・1 歳 6 か月健診から 3 歳児健診までにむし歯が急増します。
- ・毎日仕上げ磨きをしない保護者が多くいます。
- ・1 日におやつを何度も食べます。

2) 課題

(1) 栄養・食生活

- ・子どもの肥満が多い状況です。子どもの頃の肥満は成人の肥満に移行する確率が非常に高く、生活習慣病につながりやすいです。乳幼児期からの一貫した関わりが重要です。
- ・年長児の約半数が 1 日 2 回以上おやつを食べています。おやつの時間や回数を決めて食べることが大切です。

(2) 運動・身体活動

- ・現在、乳幼児に関する運動・身体活動の情報がないため、今後調査等を実施し、現状把握を行います。

(3) 喫煙

- ・子育て中の父母の喫煙率が高いと言えます。子育て家庭での喫煙は、子ども等への受動喫煙の影響や、誤嚥等の事故にもつながる危険性があり、子育て環境としては非常に好ましくないといえます。たばこの影響や危険性についての適切な指導が必要です。

(4) 口腔衛生

- ・ 3歳児健診で3人に1人にむし歯がある状況です。毎日仕上げ磨きをしていない保護者が約4割います。子どもの月齢の小さいころから、仕上げ磨きを含めた歯みがき習慣を保護者に推奨していく必要があります。
- ・ おやつのとりの方や飲み物の選び方など、歯の健康を保つための生活習慣を整えていく必要があります。

3 小学生・中学生

小学生・中学生は、心身の成長に伴い、豊かな人間性を育む時期です。近年、朝食欠食や栄養の偏った食事、不規則な生活習慣の影響で、疲労感を訴えたり、集中力が減少してぼんやりしたりする子どもが増加しています。

1) 現状

栄養・食生活

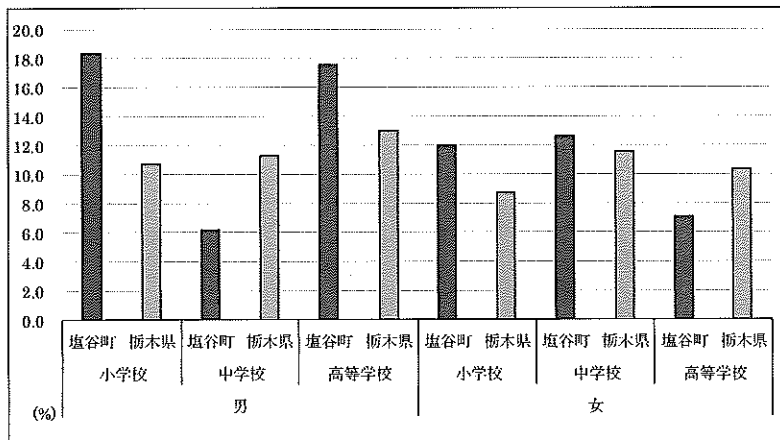
(1) 児童生徒の体格

身体測定の結果より、男子は小学生の肥満者が18.4%と県と比べてかなり高いですが、中学生になると減少します。しかし、高校生になると再び肥満が増加します。

女子は肥満者が小学生12.0%、中学生12.7%と県よりも高いですが、高校生になると減少し、県を下回ります。

やせは小学生で男子0.0%、女子0.4%、中学生で男子1.3%、女子3.8%と少数でした。

<肥満者の割合>



児童生徒の肥満とは...

体重が、標準体重から

+20%以上 30%未満を軽度肥満、

+30%~50%未満を中等度肥満、

+50%以上を高度肥満としています。

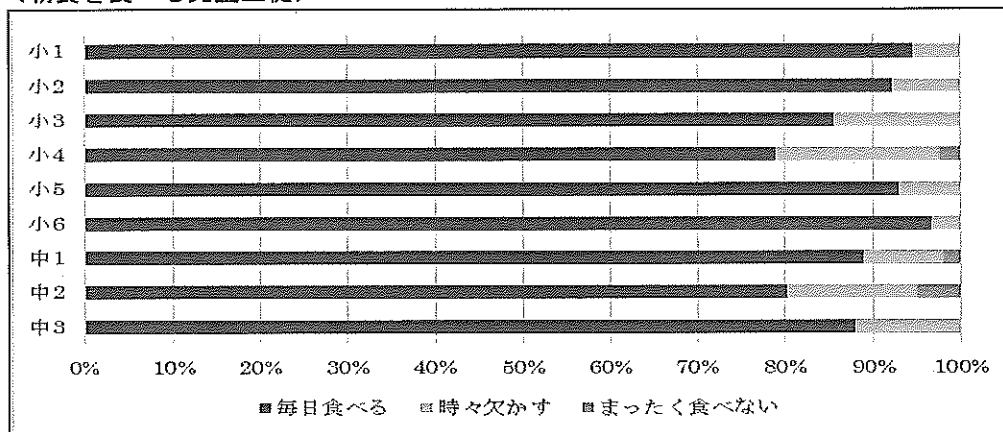
◇比較：栃木県学校保健統計

(2) 児童生徒の朝食摂取状況

平成 27 年度児童生徒の体力・運動能力調査の結果より、朝食をいつも食べない児童生徒は平成 19 年度の調査では 0.8%であったのに対して、今回 1.2%に増加しています。「時々欠かす」を含めると平成 19 年度 9.6%であったのに対して、12.3%に増加しています。

児童生徒の中で朝食欠食者が最も多いのは小学 4 年生 21.0%であり、朝食欠食の低年齢化が進んでいる傾向があります。

<朝食を食べる児童生徒>



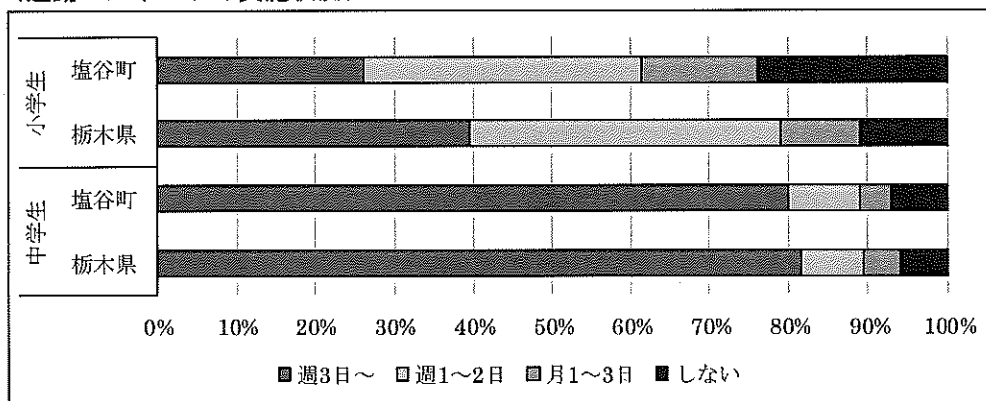
運動・身体活動

(1) 児童生徒の運動

平成 27 年度児童生徒の体力・運動能力調査の結果より、小学生は「運動をしない」と答えた人が 23.8%と県の 2 倍近く高いです。

中学生は週 3 日以上運動をする人 80.0%と、多くの人が運動をしています。

<運動・スポーツの実施状況>



◇比較：平成 27 年度児童生徒の体力・運動能力調査

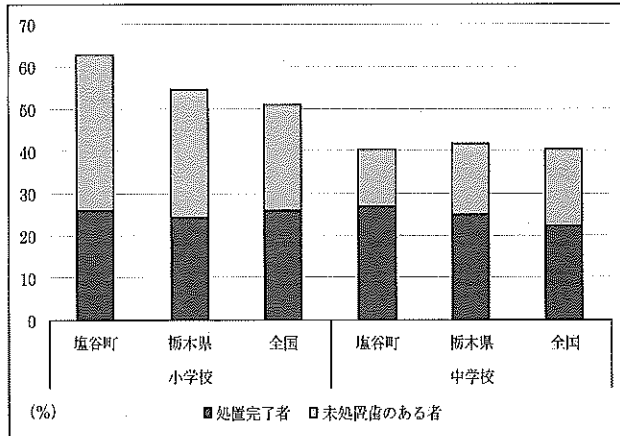
☺ 口腔衛生

(1) 児童生徒のむし歯

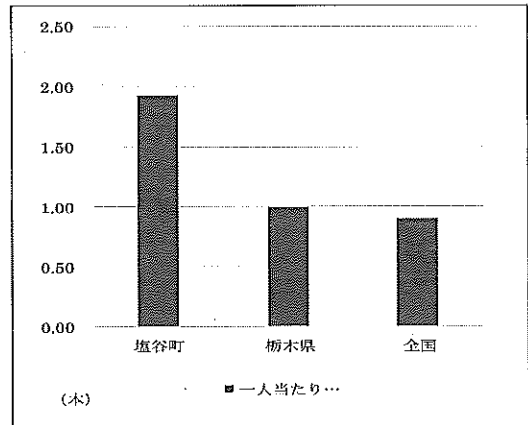
学校歯科検診の結果より、小学生のむし歯のある者（未処置歯のある者＋処置完了歯のある者）の割合は、62.9%と高い状況でした。そのうち58.8%が、治療が済んでいませんでした。

中学生になると永久歯への生え替わりがあり、むし歯のある者の割合は県よりも低くなりますが、12歳の平均むし歯本数は1.93本で、県1.00と比べて高い状況です。

<むし歯のある者の割合>



<12歳のむし歯の本数>



◇比較：栃木県学校保健統計

塩谷町の小学生・中学生は・・・

- ・肥満者が多くいます。
- ・運動をしていない小学生が多いです。
- ・小学生からのむし歯が中学生のむし歯につながっています。
- ・朝食を食べない子が増えています。

2) 課題

(1) 栄養・食生活

・朝食は、1日の活動源として最も大切なものです。朝食を欠食すると体温が上がらず、また、脳に必要なエネルギーが補給されず、勉強や活動に支障があることがあります。3食きちんと食べる食習慣の大切さを学び、身につける必要があります。

・小児の肥満は成人肥満、生活習慣病につながりやすいため、健康的で望ましい生活習慣を身につけ実践できるよう、各関係機関と連携を図りながら、生活習慣病予防に関する知識の普及啓発を進めていく必要があります。

(2) 運動・身体活動

・運動をしていない小学生が23.8%と多くいました。子どものころから運動・身体活動の重要性を正しく理解し、スポーツだけでなく、外遊びや歩くことなど、日常生活の中で身体を動かすことが必要です。

(3) 喫煙

・現在、小学生・中学生に関する喫煙の情報がないため、今後調査等を実施し、現状把握を行います。

(4) 口腔衛生

・3人に2人がむし歯を保有しており、そのうち半数以上が治療を完了していませんでした。定期的に口腔内の管理を行い、早期治療を行う必要があります。あわせて、歯みがき習慣の推奨をすることが必要です。

4 高校生

この時期は身体的・精神的に、子どもから大人へ変化する時期です。生活習慣が確立すると同時に、不規則にもなる重要な時期であり、学校や家庭での取り組みを充実することが課題となります。特に、健康にとって危険因子である喫煙や飲酒についての関心が高まり、ファッションとして捉える傾向があります。また、自分の体型についての誤った思い込みや正しい知識の不足から、無理なダイエットを行う場合も少なくありません。

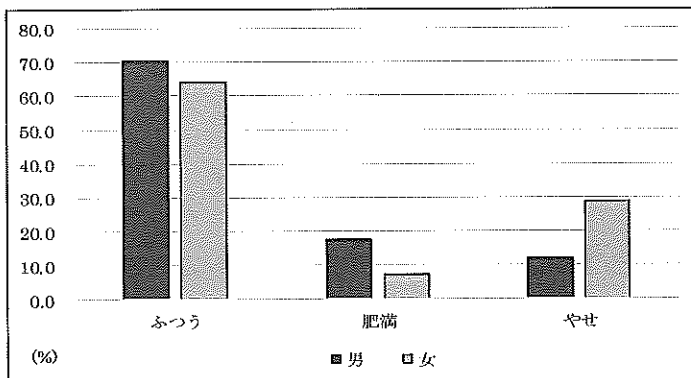
1) 現状

栄養・食生活

(1) 高校生の体格

高校生になるとやせの割合が増えます。特に女子のやせが28.6%と急増します。

<高校生の体格>



やせと肥満とは...

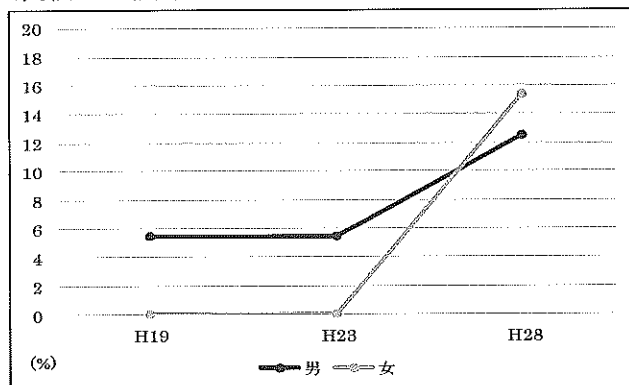
BMI (体重 kg÷身長 m÷身長 m) が
18.5 未満をやせ、
18.5 以上 25.0 未満をふつう、
25.0 以上を肥満としています。

(日本肥満学会より)

(2) 高校生の朝食摂取状況

朝食欠食者(「週1~2日食べる」「ほとんど食べない」)は男子12.5%、女子15.4%でした。平成19年、平成23年と朝食欠食者の割合は増えています。

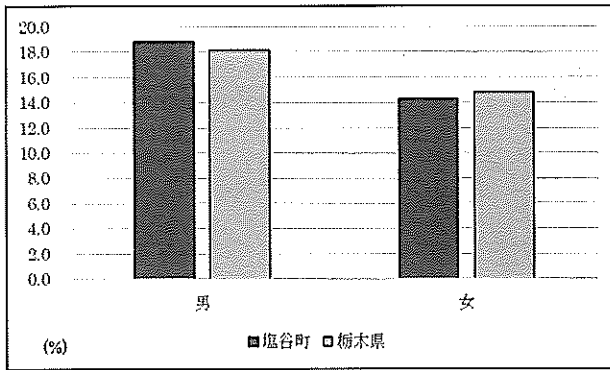
<高校生の朝食欠食者>



(3) 高校生の飲酒

飲酒経験者は男子 18.8%、女子 14.3%といずれも県と同様の状況でした。

<高校生の飲酒>



◇比較：栃木県母子保健事業指針

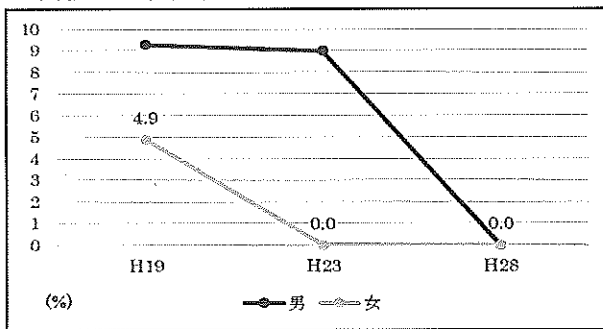


喫煙

(1) 高校生の喫煙

喫煙経験者は男女ともに 0.0%であり、平成 19 年より減少傾向にあります。

<高校生の喫煙経験者推移>

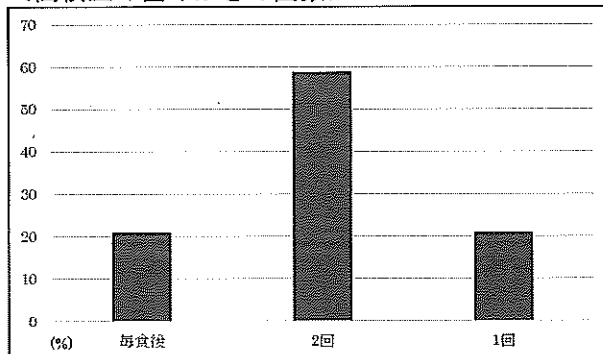


口腔衛生

(1) 高校生の歯みがき

1日の歯みがきの回数は、毎食後 20.7%、2回 58.6%、1回 20.7%でした。

<高校生の歯みがきの回数>



塩谷町の高校生は・・・

- ・男子は肥満者が多く、女子はやせが増えています。
- ・朝食欠食者が増えています。
- ・毎食後歯みがきをする人は少ないです。
- ・飲酒経験者が1割います。

2) 課題

(1) 栄養・食生活

- ・朝食は、1日の活動源として最も大切なものです。朝食を欠食すると栄養素の過不足を招き、肥満や便秘の誘因となります。朝食をきちんと摂取するための対策が必要です。
- ・女子の28.6%が「やせ」です。骨の貯蔵の時期に無理なダイエットを行うと、将来骨粗鬆症などになりやすくなります。自分の適正体重を知り、維持するための取り組みが必要です。
- ・脳の神経細胞、臓器の発達が未熟な未成年者の飲酒は、アルコール依存症の早期発症や、成長障害を招く可能性があることを理解し、未成年者の飲酒を防ぐことが必要です。

(2) 運動・身体活動

- ・現在、高校生に関する運動・身体活動の情報がないため、今後調査等を実施し、現状把握を行います。

(3) 喫煙

- ・喫煙開始年齢が低いほど健康への影響が大きいため、引き続き未成年者の喫煙防止対策が重要です。喫煙を開始する前から喫煙が健康に与える影響についての教育と、家族や周囲も含めて情報提供と協力を呼びかけていく必要があります。

(4) 口腔衛生

- ・歯みがきを毎食後する人の割合は、20.7%と低い状況です。むし歯や歯周疾患を予防するため、正しい歯みがき習慣を身につけることや、定期的な歯科検診を受診することが必要です。

V キャリア期（19～59歳）

キャリア期は、体力や気力が充実する働き盛りの世代で、自分の健康に目を向けにくいライフサイクルにあります。不摂生しがちになり、運動不足に陥りやすいため、生活習慣病のリスクも高まります。

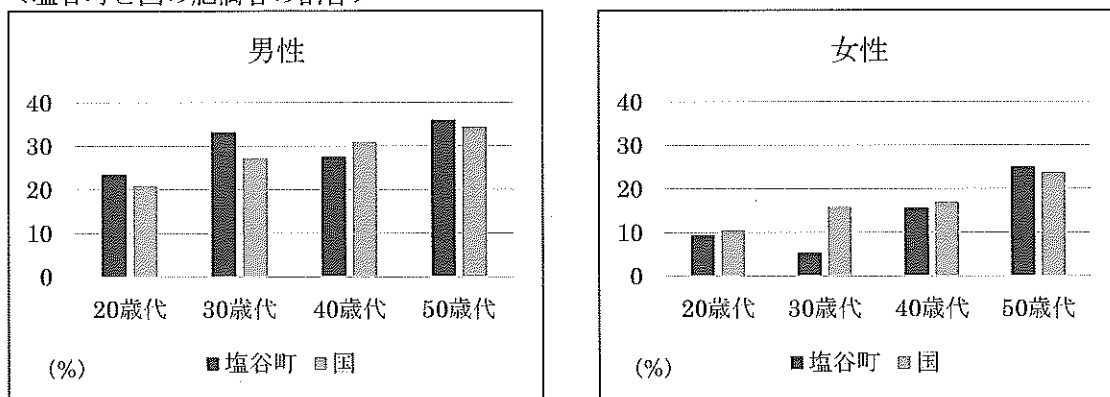
1 現 状

栄養・食生活

(1) 肥満の状況

20・30・50歳代の男性は、国よりも肥満者²の割合が高い状況です。男性の20歳代では23.5%、30歳代では33.3%が肥満でした。男性は女性に比べて、若い世代の肥満者が多い傾向にあることが分かりました。また、女性も50歳代では肥満者が多くなる傾向があります。

<塩谷町と国の肥満者の割合>



◇比較：平成26年国民健康・栄養調査（厚生労働省）

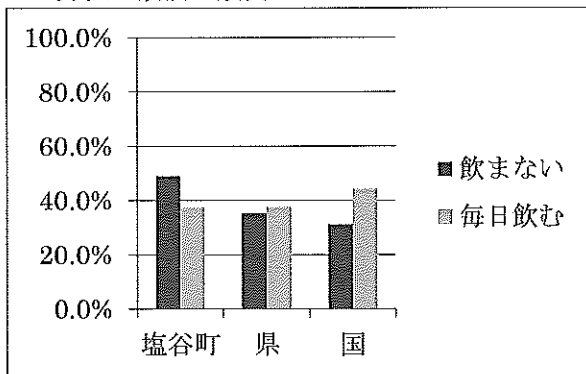
BMIの判定

低体重：18.5未満 普通：18.5～25.0未満 肥満：25以上

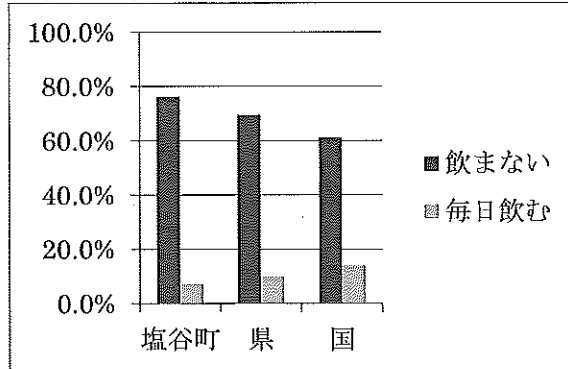
(2) 飲酒の状況

平成27年集団健診の質問票より、県や国と比較すると「飲まない」と答えた人の割合が高い状況です。しかし、飲むと答えた人のうち、多量飲酒（3合以上）する人は、特に男性で県や国よりも多い傾向にあります。

<男性の飲酒の頻度>



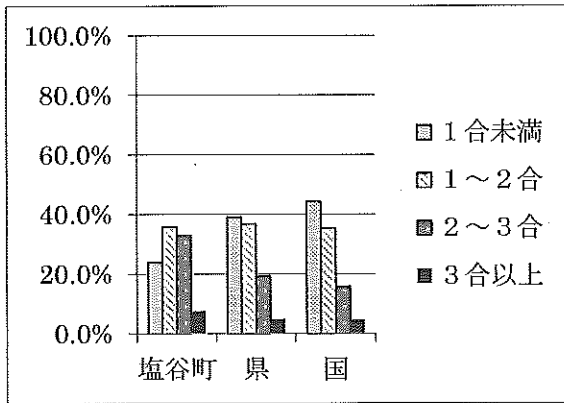
<女性の飲酒の頻度>



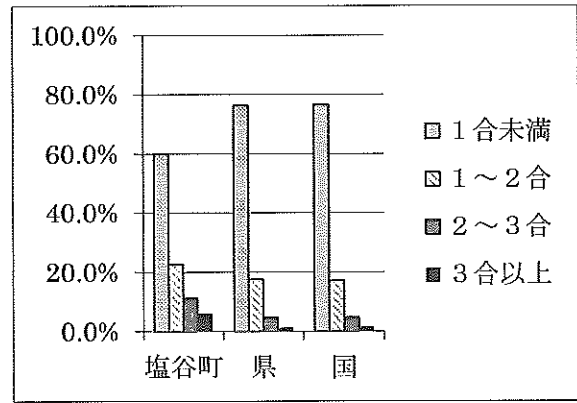
◇比較：国保データバンクシステム

² 肥満者とは、BMIが25以上の者である。BMIの算出方法：体重(kg)÷身長(m)÷(m)

<男性の飲酒量>



<女性の飲酒量>



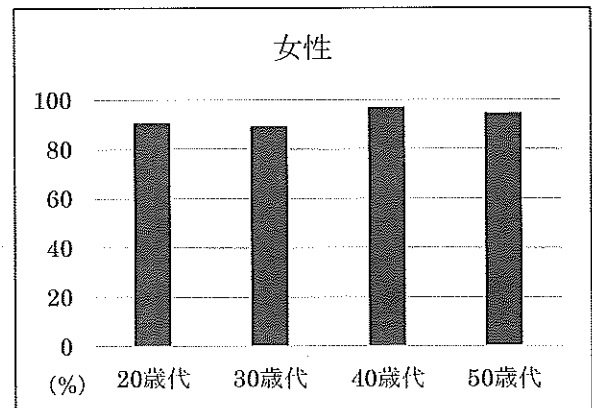
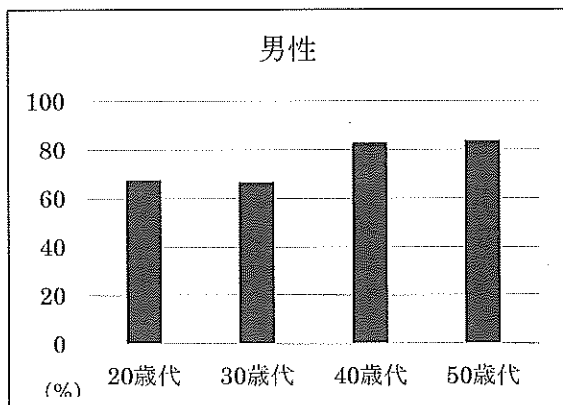
◇資料：平成 27 年集団健診結果
 ◇比較：国保データバンクシステム

人 運動・身体活動

(1) 運動不足を感じている人

76.8%の人が運動不足を感じており、特に女性は全年代を通して9割が運動不足を感じています。

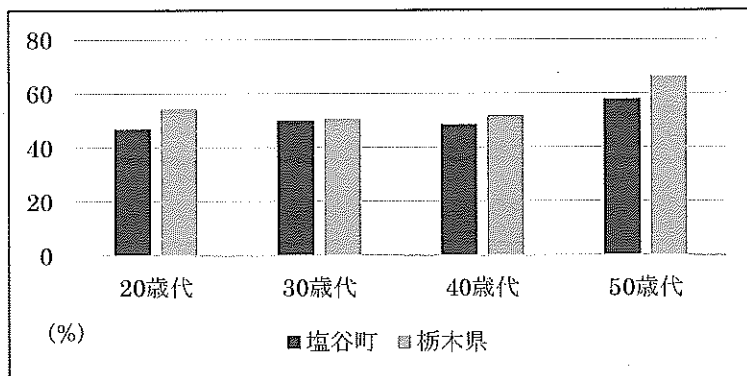
<運動不足を感じている人の割合>



(2) 意識的に身体を動かしている人

女性は全年代において、意識的に身体を動かしている人の割合が県よりも少ないことが分かりました。

<意識的に身体を動かしている女性の割合>



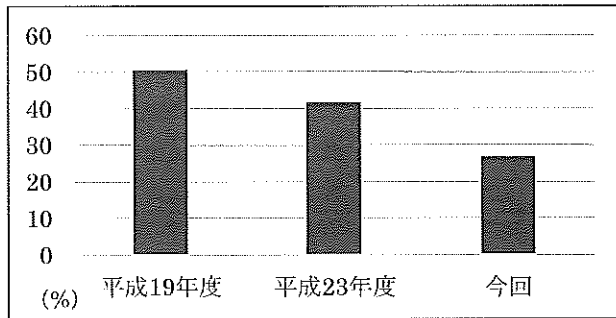
◇比較：平成 21 年度県民・健康栄養調査（栃木県）

喫煙

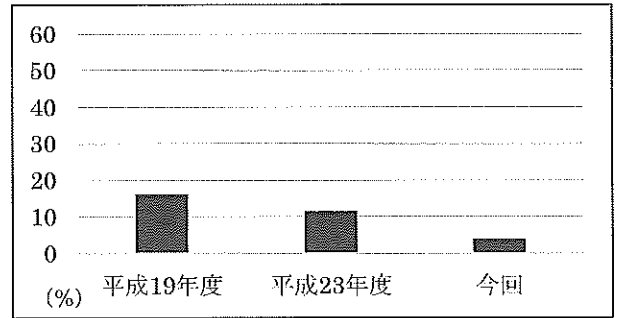
(1) 喫煙習慣

平成19年の調査と比較すると、男女ともに喫煙率は下がっています。平成19年の調査では、毎日たばこを吸う男性は50.6%でした。今回の生活習慣アンケートでは、喫煙率は26.8%と下がっていますが、男性の4人に1人は喫煙している状況です。

<男性の喫煙率>



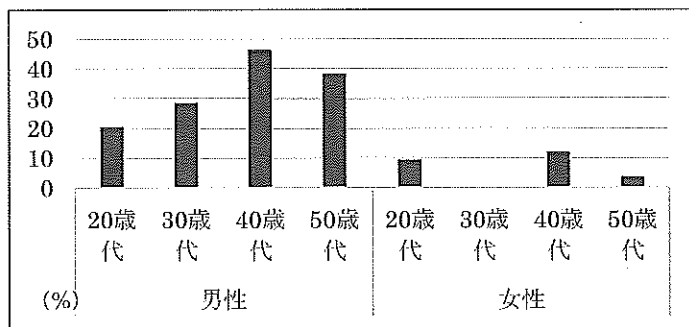
<女性の喫煙率>



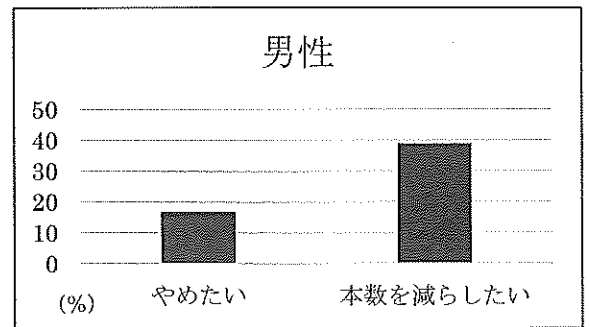
◇資料：平成19年・23年生活習慣アンケート

年代別にみると、40歳代男性の喫煙者が多い状況です。また、男性の喫煙者のうち、禁煙意思がある人（たばこをやめたい・本数を減らしたい）は55.9%で、2人に1人は禁煙意思があることが分かりました。

<喫煙者の年代別内訳>



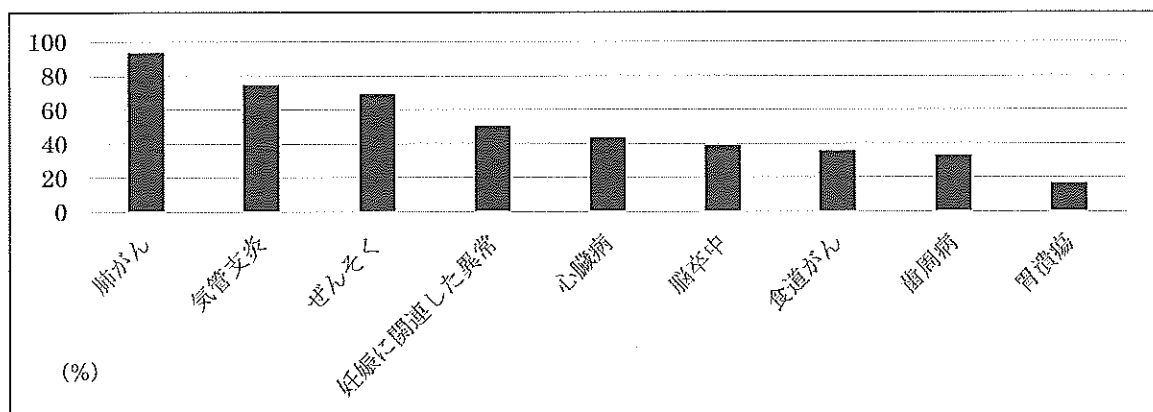
<男性の禁煙意思>



(2) 喫煙の影響

たばこが影響すると思うものについて、「肺がん」と答えた人が93.7%と最も高い値でした。しかし、その他の疾患については回答率が低く、たばこが多くの疾患に影響を及ぼすという理解度は低いことが分かりました。

<たばこが影響すると思うもの>

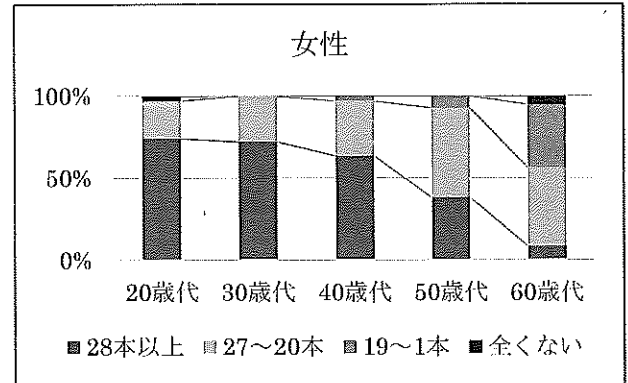
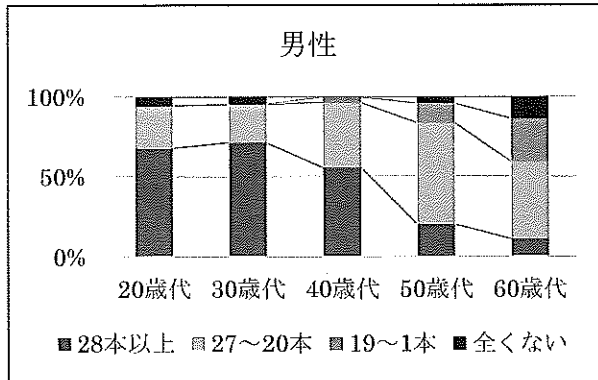


🦷 口腔衛生

(1) 歯の保有本数

歯の本数が28本以上ある人は、40歳代では5～6割います。しかし、50歳代になると、男性が20.4%、女性が38.2%と急激に減少します。

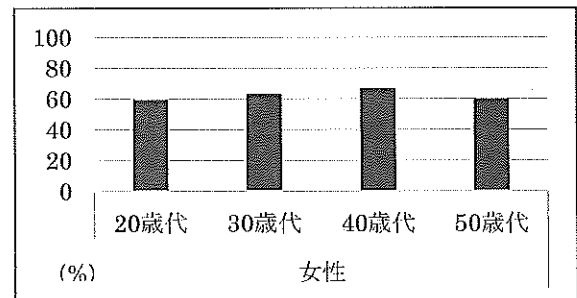
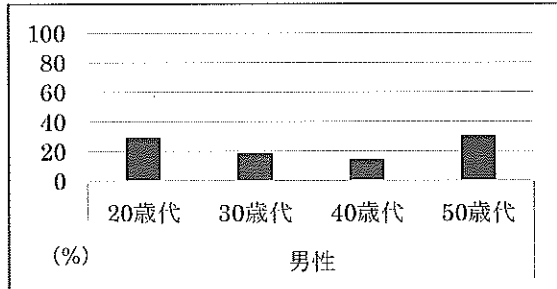
<年代別歯の保有本数>



(2) 歯みがき習慣

男性で毎食後歯をみがく人は25.5%でした。男性は女性に比べて、毎食後歯をみがく人が少ない状況です。男性が毎食後歯みがきをしない理由は、「必要と思わない」という意見が約4割で最も多い状況でした。

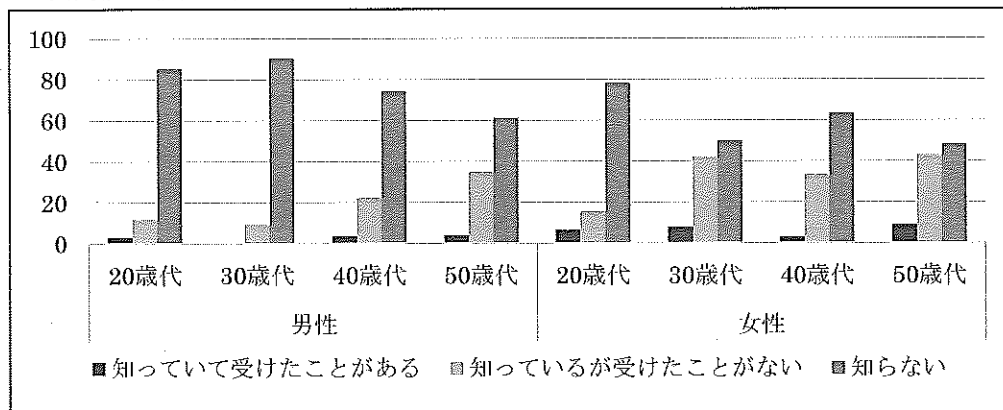
<毎食後歯をみがく人>



(3) 歯周疾患検診

町内の歯科医療機関において、20歳以上の方を対象に無料で歯周疾患検診を行っています。受診者は毎年10～20名程度です。また、歯周疾患検診について「知らない」と答えた人はどの年代でも多く、認知度は低いことが分かりました。

<歯周疾患検診の認知度>



平成27年度集団健診の結果

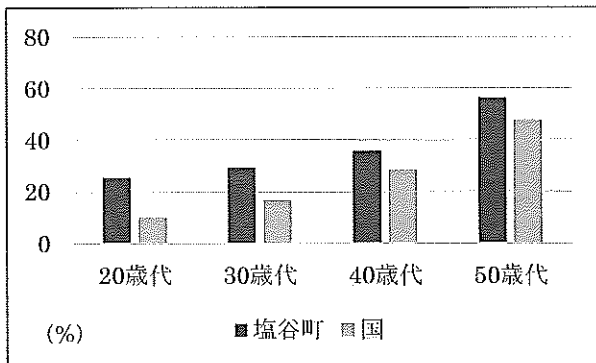
有所見率の高い3大項目は、1位：耐糖能異常、2位：高LDL（悪玉）コレステロール、3位：高血圧となっています。

（1）耐糖能異常の状況

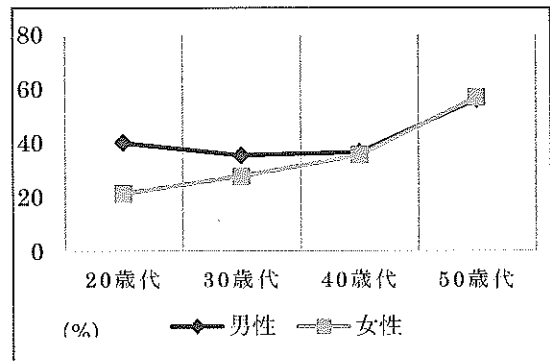
国と比較すると、耐糖能異常³の有所見率が高い状況です。20歳代では25.6%と国の倍以上の数値であり、4人に1人が耐糖能異常の所見があります。

また、年齢とともに増加傾向にあり、50歳代では56.5%と2人に1人が耐糖能異常の所見があることが分かりました。

＜耐糖能異常の有所見率＞



＜男女別耐糖能異常の有所見率＞

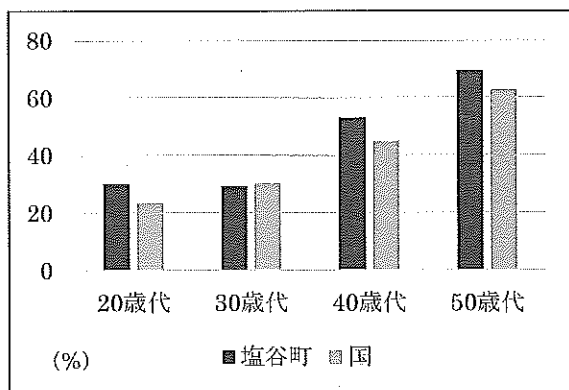


◇比較：平成27年度栃木県保健衛生事業団調べ

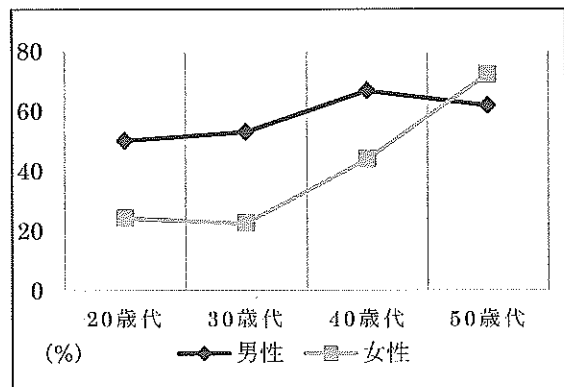
（2）高LDLコレステロールの状況

国と比較すると、20・40・50歳代では高LDLコレステロール⁴の有所見率が高い状況です。40歳代では53.1%、50歳代では69.5%と7割近い人が有所見者であることが分かりました。

＜高LDLコレステロールの有所見率＞



＜男女別高LDLコレステロールの有所見率＞



◇比較：平成27年度栃木県保健衛生事業団調べ

³ 耐糖能異常とは、「血糖を下げる薬を服用」または「空腹時血糖が100mg/dl以上」または「HbA1cが5.6%以上」であることを言います。

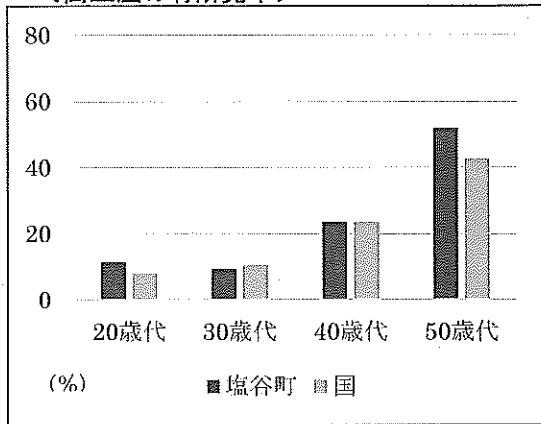
HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)とは糖尿病の検査項目の1つで、過去1~2ヶ月の血糖値を反映しています。

⁴ 高LDLコレステロールとは、「コレステロールを下げる薬を服用」または「LDLコレステロールが120mg/dl以上であることを言います。LDLコレステロールとは、一般的に「悪玉コレステロール」と呼ばれるものです。

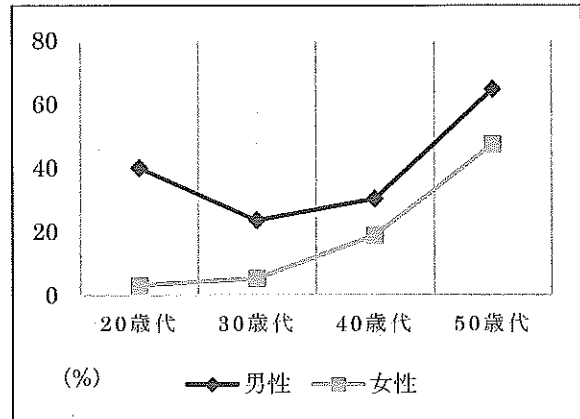
(3) 高血圧の状況

国と比較すると、20・40・50歳代では高血圧⁵の有所見率が高い状況です。40歳代では23.5%であるのに対し、50歳代になると51.9%と2倍になり、急激に増加することが分かります。

＜高血圧の有所見率＞



＜男女別高血圧の有所見率＞



◇比較：平成27年度栃木県保健衛生事業団調べ

塩谷町のキャリア期の方は・・・

- ・若い男性の肥満者が多いです。
- ・一部の男性がたくさんお酒を飲んでいます。
- ・全世代で運動不足です。
- ・男性は毎食後歯みがきをしていない人が多いです。
- ・若い世代から血糖値、悪玉コレステロール、血圧の高い人が多く、50歳代になると2人に1人が高い状況です。

⁵ 高血圧とは、「血圧を下げる薬を服用」または「収縮期血圧（最高血圧）が130mmHg以上」または「拡張期血圧（最低血圧）が85mmHg以上」であることを言います。

2 課 題

(1) 栄養・食生活

- ・男性は20歳代・30歳代の頃からの肥満が目立ちます。男女ともに50歳代の肥満者が多いです。肥満は糖尿病や脂質異常症、心疾患等の生活習慣病につながりやすいことから、適正体重の意識づけが重要です。
- ・飲酒については、飲まない人が多いですが、飲む人は飲酒量が多い傾向です。節度ある適度な飲酒をすすめていく必要があります。

(2) 運動・身体活動

- ・女性の8割が運動不足を感じており、意識的に身体を動かしている人も少ない状況です。運動習慣を身につけてもらうためには、運動・身体活動の重要性を知り、日常生活の中で運動・身体活動を習慣化していくことが必要です。また、若い時期からの運動に対する意識づけや、運動習慣のある人を増やすための事業の実施を関係機関と連携して推進していく必要があります。

(3) 喫煙

- ・喫煙者は減少傾向にありますが、男性の4人に1人は喫煙しています。特に、40歳代男性の喫煙者が多い傾向です。喫煙が及ぼす身体への悪影響について理解が低い状況です。そのため、知識の普及を図る必要があります。

(4) 口腔衛生

- ・28本以上歯の本数がある人が50歳代になると、急激に減少します。男性は毎食後に歯を磨く人が少なく、歯磨きをする必要性を感じていない人が多い状況です。また、歯周疾患検診の受診者が少ない状況です。歯周疾患検診の認知度も低いことから、引き続き周知をしていく必要があります。定期的な医療機関の受診と、歯を健康に保つ意識づけをしていく必要があります。

(5) 平成27年度集団健診の結果

- ・血糖値、高LDLコレステロール、血圧の項目において、20・30歳代から所見のある人が多く、50歳代になると2人に1人が有所見者となっています。これらの項目は、いずれも血管にダメージを与える因子であり、脳血管疾患や心疾患の原因となるため、早期の改善が大切です。若い世代から生活習慣病に対する正しい知識を普及し、予防に努めていくことが重要です。

VI シニア期（60～75歳）

シニア期は、子育てが完了したり、仕事を退職したりと、生活や環境の変化がある時期です。体力の低下などにより生活習慣病に罹患しやすくなる時期であり、また、健康への関心が高まってくる時期でもあります。

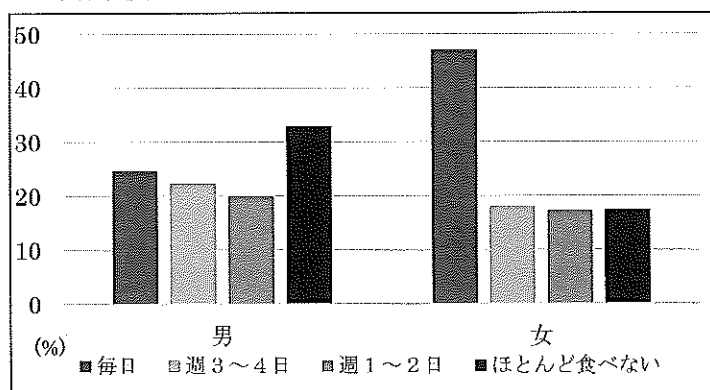
1 現 状

栄養・食生活

(1) 間食の状況

男性の67.1%、女性の82.7%が間食をすると答えており、成人の中で間食をする人の割合が最も多い状況でした。また、女性の47.1%が「毎日間食をする」と答えており、頻度も多いことが分かりました。

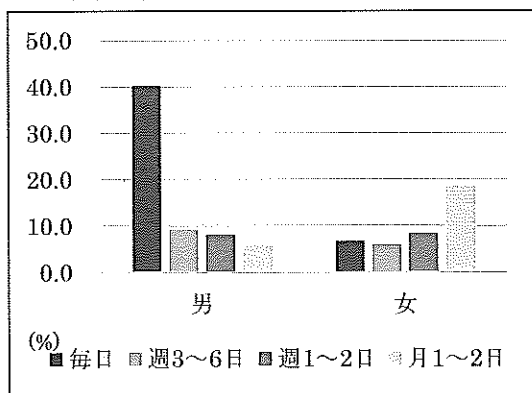
＜間食をする人の割合＞



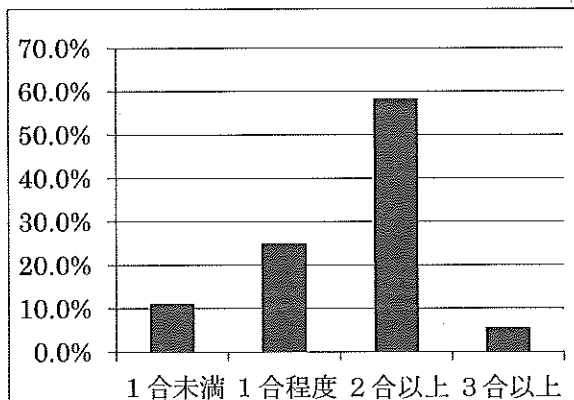
(2) 飲酒の状況

「毎日飲む」「週3～6回飲む」と答えた人は、男性49.4%、女性12.6%でした。男性の40.2%は毎日飲酒しており、これは成人の中で最も高い割合です。毎日飲酒をする男性のうち、2合以上飲酒をする人は63.9%であり、節度ある適度な飲酒⁶とされている1合より多く飲んでいる人が多い傾向でした。

＜飲酒の頻度＞



＜毎日お酒を飲む男性の飲酒量の割合＞



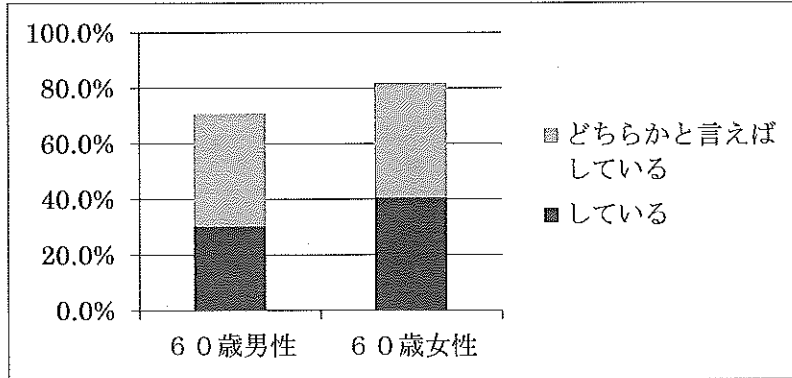
⁶ 厚生労働省が定める「節度ある適度な飲酒」は、1日に平均純アルコールにして約20g程度です。清酒に換算すると1合程度とされています。

運動・身体活動

(1) 運動習慣

日常的に体を動かすようにところがけている人は、男性で7割、女性で8割を超えています。若い世代と比べると、意識的に体を動かしている人が多い傾向にありました。

<日常的に体を動かしている割合>

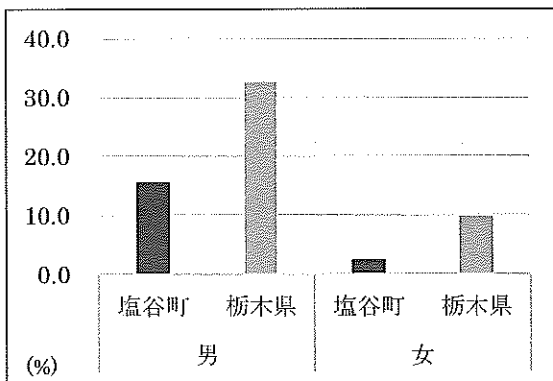


喫煙

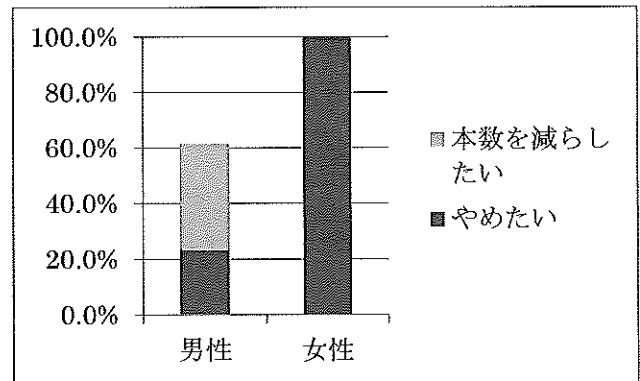
(1) 喫煙者

喫煙者（毎日吸う・ときどき吸う）の割合は、男性15.7%、女性2.5%でした。これは成人の中で最も低い喫煙率であり、また、県と比較しても低い状況です。喫煙者のうち、男性は6割がやめたい・本数を減らしたいと考えており、女性は全員がやめたいと思っていることが分かりました。

<喫煙者の割合>



<喫煙者の禁煙に対する意識>



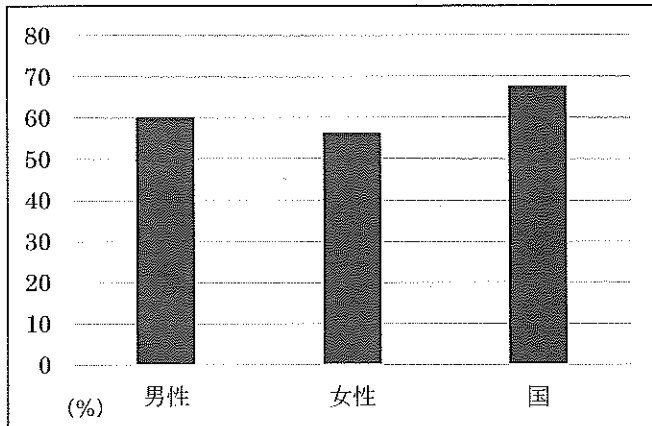
◇比較：平成21年度県民・健康栄養調査（栃木県）

🦷 口腔衛生

(1) 歯の保有本数

歯の本数が20本以上ある人は、男性60.2%、女性56.4%でした。これは、国よりも低い割合です。歯が全くないと答えた人は、全体で8.5%おり、そのうち男性は13.3%、女性は5.1%が自分の歯を全て失っている状況です。

<20本以上歯がある人の割合>

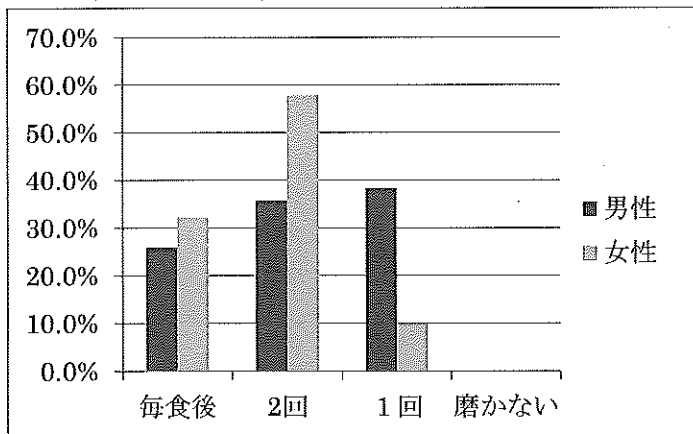


◇比較：平成26年度国民健康・栄養調査

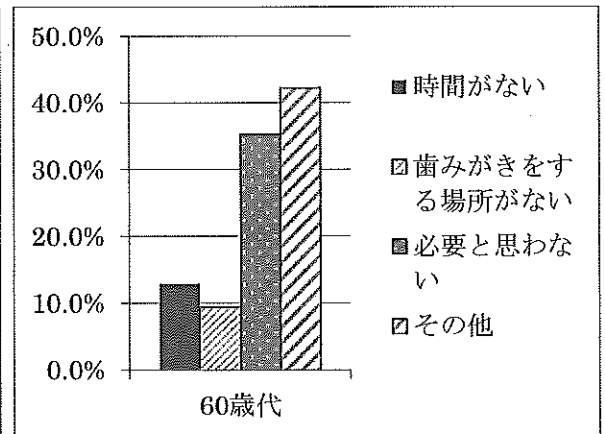
(2) 歯みがき習慣

約4割の男性が1日1回しか歯をみがいていない状況です。毎食後歯をみがく人は、29.7%であり、1日3回歯をみがく習慣が少ない傾向です。毎食後みがかない理由としては、「必要と思わない」が35.3%であり、「その他」と答えた人の中から、「習慣だから」と答えた人が18.4%でした。

<歯みがきの回数>



<毎食後歯みがきをしない理由>





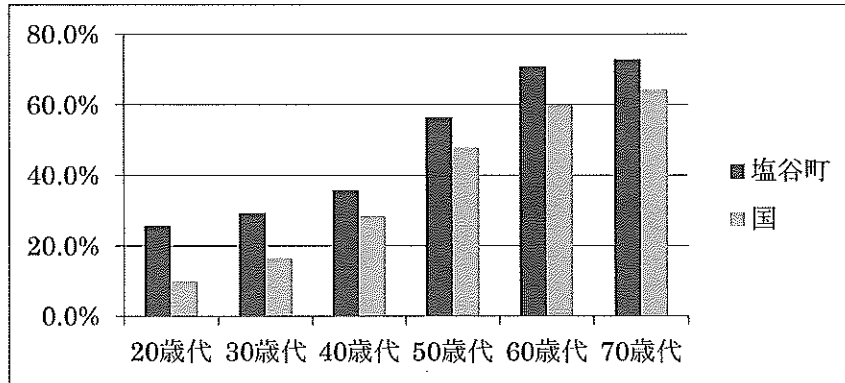
平成 27 年度集団健診の結果

耐糖能異常、腎機能、高 LDL (悪玉) コレステロール、高血圧の有所見者が年齢とともに増加する傾向にあることが分かりました。

(1) 耐糖能異常の状況

国と比較すると、全年代で耐糖能異常⁷の所見がある人が多い状況です。年齢とともに増加する傾向にあり、60 歳代を超えると 7 割が有所見者となっています。

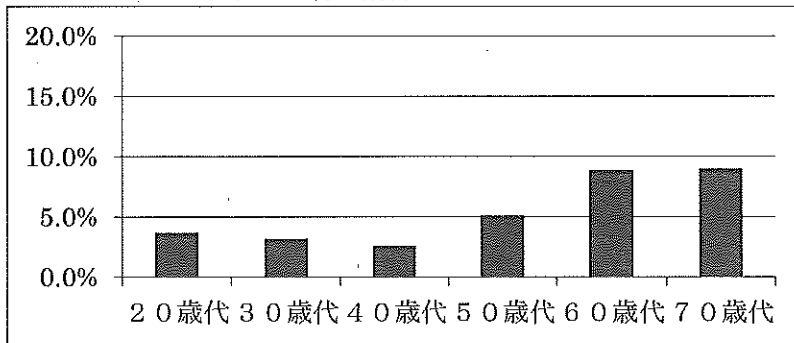
<耐糖能異常の有所見率>



◇比較：平成 27 年栃木県保健衛生事業団調べ

耐糖能異常の所見がある人のうち、HbA1c⁸が 6.5%以上の要医療と判定された人は 50 歳代から増える傾向にあり、70 歳代になると約 10 人に 1 人が要医療と判定されています。

<HbA1c が 6.5%以上の者の割合>



<p>HbA1c の判定基準</p> <p>正 常：5.6%未満</p> <p>要指導：5.6～6.5%未満</p> <p>要医療：6.5%以上</p>
--

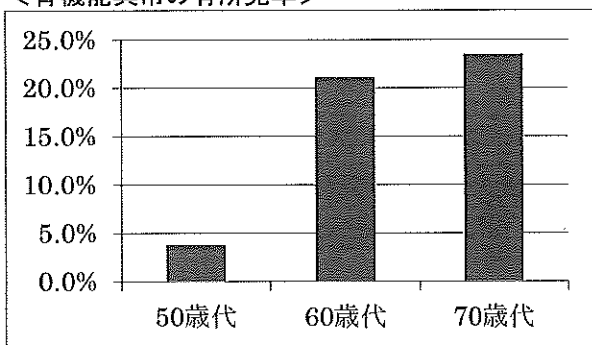
⁷ 耐糖能異常とは、「血糖を下げる薬を服用」または「空腹時血糖が 100mg/dl 以上」または「HbA1c が 5.6%以上であることを言います。

⁸ HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) とは、糖尿病の検査項目の 1 つで、過去 1~2 か月前の血糖値を反映しています。

(2) 腎機能異常の状況

腎機能異常⁹の所見がある人は、年齢とともに増加している傾向です。70歳代になると約4人に1人が腎機能異常の所見があります。

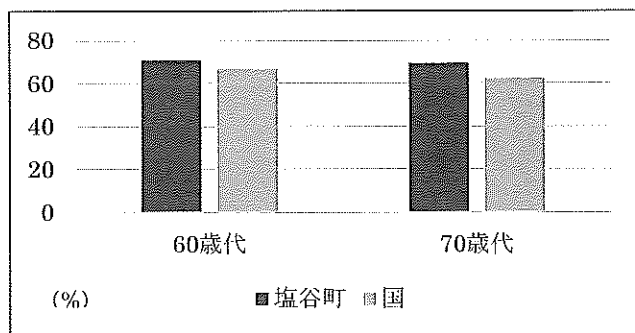
<腎機能異常の有所見率>



(3) 高LDLコレステロールの状況

高LDLコレステロール¹⁰は、国よりも有所見率が高い状況です。60・70歳代になると、7割の人が有所見者であることが分かりました。

<高LDLコレステロールの有所見率>

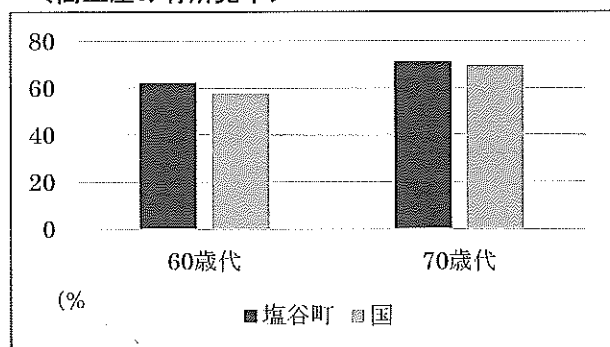


◇比較：平成27年度栃木県保健衛生事業団調べ

(4) 高血圧の状況

国よりも高血圧¹¹の有所見率が高い状況です。60歳代では62.4%の有所見率であるのに対し、70歳代では71.4%と増加する傾向にあります。

<高血圧の有所見率>



◇比較：平成27年度栃木県保健衛生事業団調べ

⁹ 腎機能異常とは、eGFRが60未満または尿たんぱくが1+以上の者を言います。eGFRとは腎臓の糸球体濾過率のことであり、どれくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示しています。

¹⁰ 高LDLコレステロールとは、「コレステロールを下げる薬を服用」または「LDLコレステロールが120mg/dl以上」であることを言います。LDLコレステロールとは、一般的に「悪玉コレステロール」と呼ばれるものです。

¹¹ 高血圧とは、「血圧を下げる薬を服用」または「収縮期血圧（最高血圧）が130mmHg以上」または「拡張期血圧（最低血圧）が85mmHg以上」であることを言います。

塩谷町のシニア期の人とは・・・

- ・間食をよくします。
- ・男性は毎日お酒を飲む人が多くいます。
- ・20本以上歯がある人が少ないです。
- ・男性の4割は1日1回の歯みがき習慣です。
- ・血糖値・悪玉コレステロール・血圧が高くなる人が増え、腎臓の機能が落ちている人も増えます。

2 課 題

(1) 栄養・食生活

- ・約半数の女性が毎日間食しています。間食による過剰なエネルギー摂取は、3回の食事のバランスを崩し、肥満や糖尿病などを引き起こす可能性があります。3食きちんとバランスよく食べることで、生活習慣病を予防できるような食習慣の普及が必要です。
- ・男性の4割が毎日飲酒する状況です。肝機能障害や生活習慣病を予防するため、節度ある適度な飲酒について知識の普及をすることが必要です。

(2) 運動・身体活動

- ・60歳代になると、運動習慣が増える傾向にあります。転倒予防、介護予防のためには、運動に対する正しい知識を普及し、運動習慣をさらに身につけてもらうことが必要です。

(3) 口腔衛生

- ・20本以上歯がある人の割合が低くなっています。自分の歯が減ることで、食べ物を噛んで飲み込む能力が低下し、誤嚥しやすくなります。また、噛む力が減ることで食事内容が変化し、栄養が偏ってしまい全身の健康に悪影響を与えてしまいます。そして、噛み合う歯がないと身体に力が入らず筋力低下につながり、運動機能が落ちてきます。このようなことから、歯を健康に保つことは介護予防にもつながるため、歯みがき習慣を身につけ、歯科医療機関への定期受診をすることが重要になります。

(4) 平成27年度集団健診の結果

- ・耐糖能異常・高LDLコレステロール・高血圧の有所見者が7割～8割います。また、60歳代を過ぎると腎機能異常がある人が2割出てきます。悪化を防ぐためにも自己管理が大切になります。規則正しい食生活や運動習慣、飲酒や喫煙など生活の見直しが重要です。

II 目標と施策

1 妊娠・出産期

評価項目	現状値	目標値	本人・家族がこころがけること	行政・関係機関の取り組み
妊婦健康診断での尿糖有所見者の割合の減少	20.2%	15%	<ul style="list-style-type: none"> 本人・家族がこころがけること ・妊娠中の定期健診を受診し、健康に留意します。 ・妊娠中はバランスよくしっかりと食べます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠届出時に保健師が面接し、健康相談を実施します。 ・妊婦健診の受診状況・結果を確認し、必要により個別相談を実施します。 ・両親学級を開催します。(3回コース×年2回) ・両親学級で食事チェック表を利用してバランス食の指導をします。 ・関係機関が栄養バランスのとれたメニューを紹介します。
妊婦健康診断での貧血有所見者の割合の減少	19.1%	14%		
妊婦の飲酒者0の維持	0%	0%	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中は飲酒をしません。 ・妊婦に飲酒をさせません。 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠届出時に、妊娠中の飲酒が胎児に及ぼす影響についてのパンフレットを配布します。 ・妊娠と飲酒の影響についての知識を普及します。
妊婦の喫煙者の割合の減少	4.5%	0%	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中は喫煙をしません。 ・妊婦の周囲で喫煙をしません。 ・禁煙できるように家族がサポートします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠届出時に、喫煙・受動喫煙が胎児に与える影響についてのパンフレットを配布します。 ・成人式で喫煙と健康についてのパンフレットを配布し、同世代である実行委員からの普及啓発をします。 ・妊娠と喫煙の影響についての知識を普及します。 ・公共施設や人が集まる場所は禁煙・分煙を徹底します。
妊婦の配偶者の喫煙者の割合の減少	31.8%	27%		
妊婦の周囲(家族・職場等)の喫煙者の割合の減少	27.3%	22%		

運動に関する調査の実施	未実施	実施	両親学級でマタニティヨガを開催します。(年2回)
口腔衛生に関する調査の実施	未実施	実施	<ul style="list-style-type: none"> ・婚姻届出時に無料歯周疾患検診についてのパンフレットを配布し、普及啓発をします。 ・両親学級で歯科衛生士による妊娠中の口腔衛生に関する講話をします。

2 乳幼児期

評価項目	現状値	目標値	本人・家族がこころがけること	行政・関係機関の取り組み
肥満児の割合の減少	11.4% (年長児)	6%	<ul style="list-style-type: none"> ・本人・家族がこころがけること ・家族みんなでおやつの準備、早寝、早起き、朝ごはんをこころがけ、生活リズムを整えます ・家族みんなでおやつを一緒に楽しく食べます。 ・おやつは、時間と量を決めて、選んで食べます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児期の教室において、生活リズムの大切さについての講話をします。 ・乳幼児健診で、起床・就寝時間の状況把握をします。 ・保育園の保護者会で朝食の必要性について講話をします。(3 保育園×1 回) ・5 歳児相談でおやつについて講話をします。 ・各団体に、早寝、早起き、朝ごはんを推奨します。 ・食生活改善推進員等が、フッ素塗布にて望ましいおやつについて普及啓発をします。
年長児のおやつを1日2回以上食べる児の割合の減少	46.7%	35%	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭での禁煙・分煙を徹底し、子どもの前では喫煙をしません。 ・禁煙ができるように家族がサポートします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児健診等で SIDS (乳幼児突然死症候群) や子どもの呼吸器系に与える影響について伝えます。 ・禁煙希望者に対して、個別のプログラムを作成して支援します。 ・公共施設や人の集まる場所は、禁煙・分煙を徹底します。

3 歳児健診でのう 歯のある児の割合 の減少	31.0%	26%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯みがきの習慣をつけます。 ・ 保護者が毎日仕上げ磨きをします。 ・ スポンジ、箸を共有して使います。 ・ 間食を控え、口腔内の清潔に努めます。 ・ 早期の歯科治療をこころがけます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6 か月児の乳児相談で、歯科衛生生による集団歯科指導を行います。 ・ 幼児健診・相談時に、仕上げ磨きの仕方の指導やフッ化物塗布を実施します。 ・ 永久歯むし歯予防教室を実施し、年長児とその保護者に正しい歯みがきや仕上げ磨きを指導します。 ・ 5 歳児相談時に、永久歯の生え方とブラッシングについての指導をします。 ・ 就学児健康診断時に、町の歯科保健の状況について講話をします。 ・ 就学前の幼児を対象に、フッ素塗布を年 2 回行います。 ・ 各保育園で、歯科医が歯みがきの習慣化や規則正しい生活習慣の大切さを伝えます。
	仕上げ磨きを毎日 する保護者の増加	65.0%	70%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保育士が、正しい歯みがきについて歯科衛生士から学びます。 ・ 保育園等での給食後の歯みがきを徹底して行います。
運動に関する調査 の実施	未実施	実施	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身体を使った遊びの大切さを理解し、子どもの頃から外で遊び、身体を動かす習慣を身につけます。 ・ 家族は子どもと一緒に楽しく遊びます。 ・ テレビ、DVD の時間を家族と話し合って決めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 乳幼児の教室や子育て支援センターでの親子遊びをとおして、身体を動かすことの楽しさが身につくよう推進します。 ・ 子育て支援センターなどで身体を使った遊びの大切さを保育士等が伝えて行きます。 ・ 保育園で身体を使った遊びをします。

3 小学生・中学生

評価項目	現状値	目標値	本人・家族がこころがけること	行政・関係機関の取り組み
小学生の肥満者の割合の減少	12.0%	7%	<ul style="list-style-type: none"> ・家族みんなですぐ早起き、朝ごはんをこころがけます。 ・主食・主菜・副菜をそろえて、バランスよく食べます。 ・栄養バランスに関心を持ちます。 ・夜遅くに食べないようにします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校と保健福祉課で身体測定結果等の情報共有をします。 ・全小中学校で肥満対策教室、夏休みの個別栄養相談を行います。 ・学校保健委員会や保護者会等で、生活リズムの大切さについての講話をします。 ・各団体に、早起き、朝ごはんを推奨します。 ・保健だより等で食生活に関する情報を提供します。
中学生の肥満者の割合の減少	12.7%	7%		
朝食欠食者の割合の減少	12.3%	0%		
運動をしている小学生の割合の増加	23.8%	40%	<ul style="list-style-type: none"> ・身体を使った遊びの大切さを理解し、身体を動かさず習慣を身につけます。 ・家族みんなですぐ一緒に遊びます。 ・テレビ、DVD、ゲームの時間を家族と話し合って決めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の必要性を普及啓発します。 ・各団体が、親子で楽しむスポーツ、レクリエーションの講習会や大会等を開催します。
う歯のある小学生の割合の減少	62.9%	40%	<ul style="list-style-type: none"> ・毎食後に歯みがきをします。 ・正しい歯みがきの方法を知り、実践します。 ・よく噛んで食べます。 ・小学6年生までは、保護者が子どもの仕上げ磨きをします。 ・早期の歯科治療をこころがけます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・全小中学校で、学校歯科医が歯みがきの習慣化や規則正しい生活習慣の大切さを伝えます。 ・全小学校全学年で、歯科医師・歯科衛生士による歯みがき指導を実施します。 ・全小中学校において、フッ化物洗口を実施します。 ・小学1・2年生を対象に、フッ素塗布を年2回実施します。 ・給食後の歯みがきを徹底して行います。
12歳の平均むし歯本数の減少	1.93本	1.00本		
喫煙に関する調査の実施	未実施	実施		<ul style="list-style-type: none"> ・中学校における喫煙防止教育を実施します。

4 高校生

評価項目	現状値	目標値	本人・家族がこころがけること	行政・関係機関の取り組み
朝食欠食者の割合の減少	男 11.8% 女 14.3%	0%	<ul style="list-style-type: none"> 適正体重を知り、維持します。 ときどき体重を測り、管理します。 	<ul style="list-style-type: none"> 高校2年生を対象に、高校生健康教室を開催します。 適正体重の維持について普及啓発をします。 高校生健康教室で食事チェック表を利用してバランス食の指導をします。 町ホームページやSNS（ソーシャルネットワークシステム）をとおして、高校生や若い世代に向けた健康に関する情報提供をします。
女子のやせの割合の減少	28.6%	23%		
飲酒経験のある高校生の割合の減少	男 18.8% 女 14.3%	0%	<ul style="list-style-type: none"> 高校生はお酒を飲みません。 高校生にお酒を飲ませません。 	<ul style="list-style-type: none"> 高校生健康教室で、飲酒が未成年の身体に及ぼす影響についての講話をします。
喫煙経験のある高校生の維持	0%	0%	<ul style="list-style-type: none"> 高校生はたばこを吸いません。 たばこを吸っている人の近くにいません。 高校生にたばこを吸わせません。 	<ul style="list-style-type: none"> 高校生健康教室で、喫煙が未成年の身体に及ぼす影響についての講話をします。
毎食後歯みがきを増やす人の割合の増加	19.4%	25%	<ul style="list-style-type: none"> 毎食後に歯みがきをします。 自分の口の中の状態に関心を持ち、口腔内の自己チェックをします。 早期の歯科治療をこころがけます。 	<ul style="list-style-type: none"> かかりつけの歯科医をもち、年1回以上の定期健診受診を奨励します。
運動に関する調査の実施	未実施	実施		<ul style="list-style-type: none"> 地域の中で、運動への意識を高めます。 運動を続けられる仲間づくりをすすめます。

5 キャリア期 (19歳～59歳)

評価項目	現状値	目標値	町民がこころがけること	行政・関係機関の取り組み
20歳代男性の肥満者の減少	23.5%	20%	<ul style="list-style-type: none"> 自分の適正体重がわかります。 適正体重が健康管理をするために必要であると理解します。 身体活動を増やします。 1日3回規則正しく食べます。 	<ul style="list-style-type: none"> 町の健診で肥満と判定された人に対して、保健師と栄養士による個別支援教育を行います。(先着15名) 町の健診で肥満と判定された人に対して各地区(玉生・大宮・船生)でウォーキング教室を開催します。(3回コース×年1回) 町の健診で肥満と判定された人を対象に健康教室を行います。(年3回) 食生活改善推進員が栄養バランスの取れたメニューを紹介します。 適正体重に関する知識を普及させるため、パンフレット配布や広報等で情報提供します。
30歳代男性の肥満者の減少	33.3%	20%		
50歳代の肥満者の減少	30.2%	25%		
多量飲酒者(3合以上)の割合の減少	7.6%	5%	<ul style="list-style-type: none"> 1日1合程度にし、休肝日をもうけます。 多量飲酒が及ぼす影響を理解します。 	<ul style="list-style-type: none"> 多量飲酒が及ぼす健康への悪影響について、広報やホームページで情報提供を行います。 町独自で休肝日を作り、ホームページや広報で呼びかけます。
運動不足者の割合の減少	76.8%	70%	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活の中で意識して体を動かします。 運動の効果を知り、自分に合った運動を継続します。 	<ul style="list-style-type: none"> 希望者に対して、各地区でウォーキング教室を開催します。(3回コース×年1回) 国や県の健康づくりのホームページ等を紹介するなど様々な情報を提供します。 健診結果報告会にて簡単にできる運動のパンフレットを配布します。
男性の喫煙率の減少	26.8%	20%	<ul style="list-style-type: none"> たばこが体に及ぼす影響を理解します。 禁煙できるように家族がサポートします。 	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙が及ぼす健康への悪影響についてのパンフレットを作成し、健診結果報告会で配布します。 禁煙外来のある病院の紹介を行います。

男性の毎食後 歯を磨く人の 割合の増加	25.2%	30%	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の口腔内に関心を持ちます。 ・口腔内の自己チェックをします。 ・定期的に歯科を受診します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健診結果報告会で歯科衛生士が歯みがきの重要性を集団指導します。 ・健診結果報告会で歯科衛生士が歯周疾患検診の受診を促します。 ・役場男性職員に対して昼食後の歯磨きを勧めます。
20 歳代男性の 耐糖能異常の 所見がある人 の割合の減少	40%	30%	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の血糖値が高いことを理解します。 ・血糖値が高いことで及ぼす影響について理解します。 ・1日3回規則正しく食べます。 ・身体活動を増やします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・町の健診で耐糖能異常と判定された人に対して、保健師と栄養士による個別支援教育を行います。(先着15名) ・町の健診で耐糖能異常と判定された人を対象に健康教室を行います。(年3回) 食生活改善推進員が栄養バランスの取れたメニューを紹介します。 ・糖尿病に対する知識を普及するためにパンフレット配布や広報等で情報提供します。
30 歳代男性の 耐糖能異常の 所見がある人 の割合の減少	35.3%	30%		
50 歳代の耐糖 能異常の所見 がある人の割 合の減少	56.5%	45%		

6 シニア期 (60～75歳)

評価項目	現状値	目標値	町民がここらげること	行政・関係機関の取り組み
女性の毎日間食する人の割合の減少	47.1%	40%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間と量を決めて食べます。 ・ 楽しみながら適度な間食の習慣を身につけます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健診結果報告会で、バランスの取れた食生活について保健師と栄養士が個別に指導します。 ・ 高齢者の健康教室において、食生活についての講話を行います。
男性の毎日飲酒する人の割合の減少	40.2%	30%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1日1合程度にし、休肝日をもうけます。 ・ 多量飲酒が及ぼす影響を理解します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ホームページや広報等で節度ある適度な飲酒について情報提供します。 ・ 健診結果報告会で飲酒している人に対して、保健師と栄養士が適度な飲酒について個別に指導します。 ・ 高齢者の健康教室において、適度な飲酒についての講話を行います。
20本以上歯がある人の割合の増加	58%	65%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎食後の歯みがきを習慣にします。 ・ 間食を控え、口腔内の清潔を保ちます。 ・ 定期的に歯科を受診します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健診結果報告会で歯科衛生士が、歯磨き習慣や歯を健康に保つための集団指導を行います。 ・ 高齢者の健康教室において、保健師と歯科衛生士が歯を健康に保つための講話を行います。
耐糖能異常の所見がある人の割合の減少	71.5%	65%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の血糖値が高いことを理解します。 ・ 血糖値が高いことで及ぼす影響について理解します。 ・ 1日3回規則正しく食べます。 ・ 身体活動を増やします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 町の健診で肥満と判定された人に対して、保健師と栄養士による個別支援教育を行います。(先着15名) ・ 町の健診で耐糖能異常と判定された人を対象に健康教室を行います。(年3回) 食生活改善推進員が栄養バランスの取れたメニューを紹介します。 ・ 糖尿病に対する知識を普及するためにパンフレット配布や広報等で情報提供します。
HbA1c6.5%以上の要医療者の割合の減少	9%	5%		

第5章 計画を推進するための支援体制

I 計画の推進体制

II 各団体からの応援メッセージ

塩谷町医師会

塩谷町歯科医師会

塩谷町保健委員会

塩谷町食生活改善推進団体ひいらぎ会

塩谷町体育協会

しおやユリピースポーツクラブ

しおや生活研究グループ

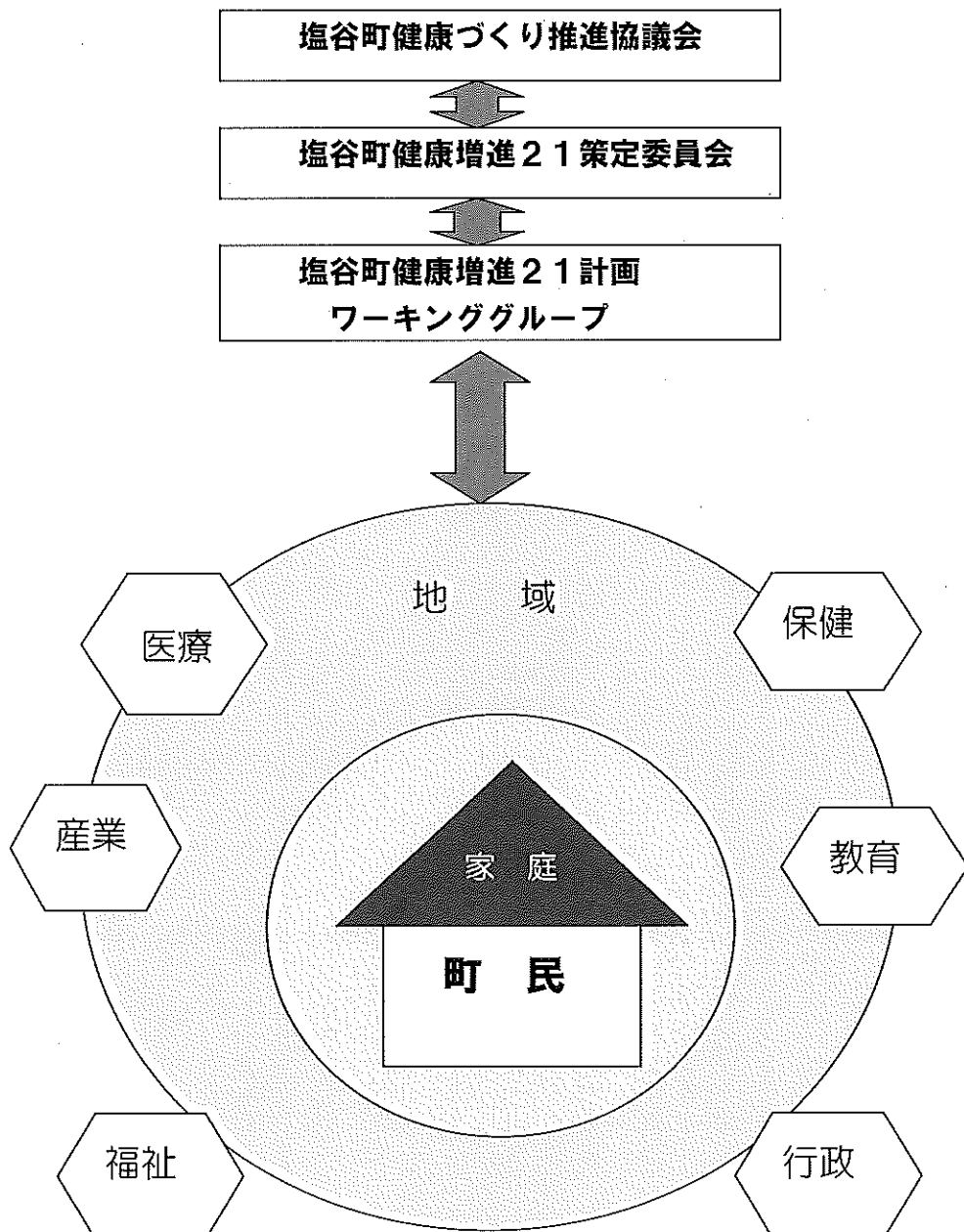
塩谷町PTA連絡協議会

塩谷町商工会

I 計画の推進体制

町民一人ひとりが、健康づくりに主体的に取り組むためには、学校や行政、事業所、関係団体等健康づくりに関わる多くの関係者が、お互いに力を合わせて町民の健康づくりを支援する環境を整備することが大切です。

そのため、計画の効率的・継続的な推進を目的に、塩谷町健康増進21計画策定委員会を軸に相互の情報交換を進め事業の取り組みを推進します。また、関係機関や行政は、お互い役割を持って推進していきます。



塩谷町医師会

私たちは、地域包括ケアの中の「かかりつけ医」としての役割を担い、健康で豊かな生活を支援してまいります。さらに、学校医、健康スポーツ医、産業医としてもそれぞれの立場で、各関係団体と協力し町民の健康づくりを推進してまいります。

栄養・食生活

- 食の重要性を普及します。
 - ・毎年、市民公開講座を塩谷町・矢板市・さくら市・高根沢町を持ち回りで開催しております。
 - ・日常の診療をとおして、食の重要性を普及啓発します。また、食生活管理が必要な場合は、町の栄養相談にすすめます。

運動・身体活動

- 運動に対する正しい知識の普及を図ります。
 - ・運動は、趣味として行われるものから、生活習慣病の予防・治療の一環として行われるもの、さらにはリハビリとして行われるなど対象者も種類も多種多様です。そのためそれぞれに対応した運動処方が必要です。日常の診療の中でアドバイスしていきたいと思えます。
- 各種スポーツ大会の支援をします。
 - ・塩谷地区内のスポーツ大会に救護等医学的支援をします。

喫煙

- 禁煙活動を繰り広げます。
 - ・学校医の立場からは、薬物乱用の入り口としての思春期の子供たちの喫煙が問題になっていることから、学校の求めに応じて禁煙教育を支援します。
 - ・産業医として、禁煙教育に協力し、職場内の分煙をすすめます。

塩谷町歯科医師会

私たちは、町民の皆様が80歳になっても自分の歯を20本以上持ち、美味しく楽しく食事ができ、健康でいきいきと生活できるよう口腔衛生を通して支援していきます。

栄養・食生活

- 健康な歯でよくかんで食べられるように支援します。
 - ・歯周疾患検診の受診率向上を目指します。
 - ・食育に関する啓発活動

運動・身体活動

- 診療所内の禁煙を実施します。
- 喫煙に対して健康教育を行います。
 - ・妊婦に対する喫煙防止のポスター掲示
 - ・喫煙に関するパンフレットの配布

喫煙

- 禁煙活動を繰り広げます。
 - ・学校医の立場からは、薬物乱用の入り口としての思春期の子供たちの喫煙が問題になっていることから、学校の求めに応じて禁煙教育を支援します。
 - ・産業医として、禁煙教育に協力し、職場内の分煙をすすめます。

口腔衛生

- 歯科保健の推進に努めます。
- 口腔衛生の意識の向上に努めます。
 - ・正しい歯磨きの指導を実施します。
 - ・喫煙に関するパンフレットの配布
- フッ素塗布事業への協力をします。
- 子どものう歯治療率向上を目指します。

塩谷町保健委員会

私たちは、町民の皆様の豊かな生活を支援していきます。

栄養・食生活

- 健康診断をPRし、健診を受けていただくことから、食生活の正しい知識の普及に協力します。

運動・身体活動

- 運動しやすい環境づくりに協力します。

喫煙

- 喫煙のパフレット等の配布に協力します。

口腔衛生

- 口腔衛生の意識の向上に協力します。

塩谷町食生活改善推進員協議会 ひいらぎ会

私たちは、地域の食生活改善を目標に活動しています。広く町民の皆様とともに、食生活改善を推進していきます。

栄養・食生活

- 食育を推進します。
 - ・早寝、早起き朝ごはんを推進します。
 - ・子どもの料理コンクール、おやこの料理教室、男性の料理講習会などを実施し、食の大切さをPRします。
 - ・高齢者の低栄養、ロコモティブシンドローム（運動器障害）、認知症の予防のための教室等を実施し、健康寿命の延伸につながる食育を推進します。
 - ・ウィークエンドサークル活動の一部を生涯学習課と共催します。
- 料理教室を実施します。
 - ・野菜1日350g摂取を目標に、季節の野菜をたっぷり使った簡単な料理を紹介します。
 - ・簡単にできるメニューを考え、紹介していきます。
- 適正体重の大切さをPRします。
- 適正飲酒の大切さをPRします。

運動・身体活動

- ロコモティブシンドロームについての知識の普及・啓発をします。
- 運動の大切さをPRするとともに、会員が実践します。

喫煙

- 受動喫煙防止のための禁煙・分煙を推進します。
 - ・とちぎのヘルシーグルメ推進店と協力し、飲食店における禁煙・分煙を推進します。
- 喫煙が健康に及ぼす影響についての知識をPRします。
 - ・喫煙に関するパンフレットの配布をします。

口腔衛生

- フッ素塗布事業にておやつを試食提供をし、好ましいおやつの紹介をします。
- 食事マナーとともに歯みがき習慣を推進します。

塩谷町体育協会

私たちは、町民の皆様の「生涯を通じた生きがいのある生活」を目標に、その基盤となる体力づくり・健康づくりを、スポーツを普及・振興させることで支援していきます。

栄養・食生活

- 加盟団体へのパンフレット配布等正しい食習慣普及の周知活動に協力します。

運動・身体活動

- 町のスポーツイベントに参画・協力します。
- 加盟団体の運営を支援することで、日常的な運動を推進します。
- スポーツ功労者や優秀選手を表彰し、スポーツ振興を図ります。

喫煙

- 禁煙に関する情報を加盟団体への普及啓発運動に協力します。

口腔衛生

- 加盟団体への口腔衛生に関する知識の普及啓発運動に協力します。

しおやユリピースポーツクラブ

『 だれでも いつでも どこでも いつまでも 』

私たちは、町民がそれぞれのライフステージに応じて、暮らしの中でスポーツを
実践できるよう支援しつつ、生涯スポーツ社会の実現を目指しております。

栄養・食生活

- 正しい食習慣を普及します。
 - ・スポーツクラブの各種指導者および会員を対象に、栄養士を講師とし、講習会を開催します。
 - ・医療関係の方からの情報や指導をいただき、会員の広報に努めます。

運動・身体活動

- 青少年の健全育成と、地域住民の元気で健康な連帯感あふれる町づくりを目標に活動していきます。次のような事業を展開しております。

卓球(小学生から一般) ミニバスケットボール(小学生女子) バasketボール(中学生女子男子) 少年サッカー(幼児から中学生) 剣道(小中学生) 器械体操(小中高生)
ウォーキング(一般) ファミリーバトミントン(小・一般) バレーボール(中学生・一般女子)
ソフトボール(小中学生) ユニカール ヨガ教室 器具使用フィットネス

*健康づくり(及びニュースポーツ)…スポーツ吹矢、ソフトバレーボール、インディアカ、ショートテニス、ネットパスラリー、ドッチビー、ファミリーバトミントン、チューブ体操、デイスゲッター、室内ペタンク、スポーツチャンバラ、ストレッチ運動等
会員以外の方も含めたイベントの開催として、ハイキングやグランドゴルフ、チャレンジ 42.195 kmリレーマラソン、ウォーク&クイズ、ボーリング等を開催し、スポーツの普及振興に努めます。

- 運動に関する正しい知識の啓発に努めます。
 - ・一般の方を対象とした広報誌を発行します。
 - ・指導者に対する研修会、講習会等に講師を派遣します。
 - ・各種団体(P T A等)の要望に応じた出前指導を実施します。

喫煙

- 喫煙マナーアップに協力します。
 - ・会議・講習会の席では禁煙にします。
 - ・スポーツ開催時の分煙に努めます。
 - ・禁煙のパンフレット等の配布に協力します。

しおや生活研究グループ

私たちは、豊かで活力ある農業・農村の実現を目指し、健康づくりを推進していきます。

栄養・食生活

- 食の安全性を考え、地産地消を推進します。
- ・ 手作り味噌加工をすすめます。
- ・ 地域の特産品を使った料理教室を開催していきます。
- ・ 食事の大切さをPRしていきます。

運動・身体活動

- 会員の運動をすすめていきます。
- ・ 運動教室を行い、日常生活の中に運動を取り入れていきます。

喫煙

- 正しい喫煙マナーをPRしていきます。

口腔衛生

- 毎食後の歯磨きを推進します。

塩谷町PTA連絡協議会

私たちは、各単位PTAと連携しPTA会員一人一人が、次世代を担う子どもたちの健康づくりに関して、計画の目標が達成できるよう心がけると共に、多くの正しい知識の習得や、共通理解を深めることができるよう、日々の各種活動の中で努力していきます。

栄養・食生活

- 食育を推進していきます。
 - ・講演会・研修会を実施していきます。
- 「朝食を食べよう」を推進します。
 - ・PTA会報誌等を利用し、朝食の大切さについてPRしていきます。
- 未成年者には、飲酒をさせません。

運動・身体活動

- 早寝・早起きの習慣を推進します。
 - ・児童・生徒及び保護者に対し、PTA会報誌等を利用して早寝・早起きの大切さについてPRしていきます。
- 小さい頃から、外遊びの大切さをPRしていきます。
- 運動のクラブ活動を支援していきます。
 - ・スポーツ少年団や各種競技クラブ等への支援（指導者・経済面）を行います。

喫煙

- 喫煙が身体に及ぼす影響についての知識を普及していきます。
- 未成年者には、喫煙をさせません。

口腔衛生

- 各学校のPTA会報誌等を利用して、口腔衛生の普及・啓発に努めます。

塩谷町商工会

商工会は地区内商工業者の総合的な改善発達を図る「経済団体」とともに、国・都道府県等の助成を受けて、地区内小規模事業者及び創業予定者を対象として経営や技術の改善発達等のための「経営改善普及事業」を実施しています。

栄養・食生活

- 正しい食習慣を普及します。
 - ・事業活動の基本は事業主及び従業員が健康であることです。そのため、毎年度事業主及び従業員を対象とした健康診断を実施しています。
本年度受診者373名。昨年比12%増。(昨年330名)
- スローフード事業を展開します。
 - ・地元産を利用した「安全・安心な食材」の提供を、栃木県商工会連合会と取り組んでいます。さらに普及に努めます。

運動・身体活動

- 健康増進のためのスポーツに参加する機会を作ります。
 - ・健康増進のために商工会長杯ユニカール大会や商工会長杯野球大会（ナイター）を開催するとともに、町内で開催されるマラソン等の各種スポーツイベントを支援しています。

喫煙

- タバコ煙被害防止に努めます。
 - ・受動喫煙防止法を遵守し、非喫煙者の被害を防ぐ分煙を進めています。

口腔衛生

- 口腔衛生のPRに努めます。
 - ・口腔衛生の必要性を理解し、そのPRに努めています。

第6章 計画の評価

I 基本目標

II 成果目標

III 事業計画

この計画では基本目標を達成するため、年代別に目標(成果目標)を設定し、平成38年度までに達成すべき数値目標を掲げています。目標年度である平成38年度には、アンケート調査等により実態調査をし、目標達成状況の評価を行います。

また、平成33年度においては中間評価を行い、社会情勢の変化や新たな健康課題に対応するために、評価結果に基づき計画の見直しを行います。評価の結果については、町民に公表するとともに、健康づくりに関わる各関係機関等に周知していきます。

I 基本目標

最終的な評価指標として基本目標を設定し、中間評価である平成 33 年度、及び目標年度である平成 38 年度に、統計や調査等により達成状況を評価していきます。

項目		現状値	目標値	目標設定の 根 拠
健康と感じられる人を増やしましょう	自覚的健康感が高い（健康であると答えた）人の割合	44.2%	50.0%	半数の人が健康と感じられるように増加を見込む
健康寿命を延ばしましょう	男性の健康寿命	75.4歳	78.1歳	県の平均まで上げる

Ⅱ 成果目標

年代別に4つの領域（「栄養と食生活」「運動・身体活動」「喫煙」「口腔衛生」）に沿って目標を設定し、平成38年度に達成すべき数値目標を掲げて評価していきます。

（標設定や現状指標の根拠は、第4章を参照）

1 妊娠・出産期

単位（％）

評価項目	現状値	目標値
妊婦健康診断での尿糖有所見者の割合の減少	20.2	15.0
妊婦健康診断での貧血有所見者の割合の減少	19.1	14.0
妊婦の飲酒者0の維持	0.0	0.0
妊婦の喫煙者の割合の減少	4.5	0.0
妊婦の配偶者の喫煙者の割合の減少	31.8	27.0
妊婦の周囲（家族・職場等）の喫煙者の割合の減少	27.3	22.0
運動に関する調査の実施	未実施	実施
口腔衛生に関する調査の実施	未実施	実施

2 乳幼児期

単位（％）

評価項目	現状値	目標値
年長児の肥満児の割合の減少	11.4	6.0
年長児のおやつを1日2回以上食べる児の割合の減少	46.7	35.0
子どもがいる家庭での喫煙率の減少	57.4	40.0
3歳児健診でのう歯のある児の割合の減少	31.0	26.0
仕上げ磨きを毎日する保護者の割合の増加	65.0	70.0
運動に関する調査の実施	未実施	実施

3 小学生・中学生

単位 (%)

評価項目	現状値	目標値
小学生の肥満者の割合の減少	12.0	7.0
中学生の肥満者の割合の減少	12.7	7.0
朝食欠食者の割合の減少	12.3	0.0
運動をしている小学生の割合の増加	23.8	40.0
う歯のある小学生の割合の減少	62.9	40.0
12歳の平均むし歯本数の減少	1.93本	1.00本
喫煙に関する調査の実施	未実施	実施

4 高校生

単位 (%)

評価項目	現状値	目標値
朝食欠食者の割合の減少	男12.5 女15.4	0.0
女子のやせの割合の減少	28.6	23.0
飲酒経験者の割合の減少	男18.8 女14.3	0.0
喫煙経験者0の維持	0.0	0.0
毎食後歯みがきをする人の割合の増加	19.4	25.0
運動に関する調査の実施	未実施	実施

5 キャリア期 (19歳から59歳)

単位 (%)

評価項目	現状値	目標値
20歳代男性の肥満者の割合の減少	23.5	20.0
30歳代男性の肥満者の割合の減少	33.3	20.0
50歳代男女の肥満者の割合の減少	30.2	25.0
多量飲酒者(3合以上)の割合の減少	7.6	5.0
運動不足者の割合の減少	76.8	70.0
男性の喫煙率の減少	26.8	20.0
男性の毎食後歯を磨く人の割合の増加	25.2	30.0
20歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合の減少	40.0	30.0
30歳代男性の耐糖能異常の所見がある人の割合の減少	35.3	30.0
50歳代男女の耐糖能異常の所見がある人の割合の減少	56.4	45.0

6 シニア期 (60歳から75歳)

単位 (%)

評価項目	現状値	目標値
女性の毎日間食する人の割合の減少	47.1	40.0
男性の毎日飲酒する人の割合の減少	40.2	30.0
20本以上歯がある人の割合の増加	58.0	65.0
耐糖能異常の所見がある人の割合の減少	71.5	65.0
HbA1c 6.5%以上の要医療者の割合の減少	9.0	5.0

Ⅲ 事業計画

◆既存事業の継続 ◇既存事業の拡大 ☆新規開催予定事業 ○関連課実施事業

1 妊娠・出産期

事業内容	普及啓発活動等
<p>◇妊娠届時面接（保健師による全数面接） ハイリスク妊婦の発見に努め、妊娠中から支援する</p> <p>◆妊婦健康診査（妊娠全期間を通し14回）</p> <p>◇妊婦健康診査結果より個別相談実施</p> <p>◇妊婦の個別健康相談・訪問の実施 （妊娠後期に保健師による全数把握）</p> <p>☆両親学級の開催（3回コース×年2回） バランス食の指導・口腔衛生指導・マタニティヨガの実施・沐浴指導 （保健師・栄養士・歯科衛生士・運動指導士）</p> <p>☆産婦2週間健診・1か月健診の助成</p> <p>☆○成人式時に成人式実行委員からの喫煙の影響に関する啓発</p> <p>◆予防接種費用助成 妊娠を希望する夫婦に対して、風しん予防接種の費用助成</p> <p>☆子育て世代包括支援センターの設置</p>	<p>妊娠届出時</p> <p>☆飲酒・喫煙の胎児に対する影響についてのパンフレットの配布</p> <p>☆無料歯周疾患検診についてのパンフレットの配布</p>

2 乳幼児期

事業内容	普及啓発活動等
<p>◆新生児訪問（保健師による全数訪問）</p> <p>◆先天性股関節脱臼検診（医療機関委託）</p> <p>◆乳幼児健診（4か月・10か月・1歳6か月・3歳6か月児） 身体計測・発達状況確認・内科医歯科医の診察 保健指導・栄養指導 歯科衛生士によるフッ素塗布・ブラッシング指導</p> <p>◆乳幼児相談（6か月・12か月・2歳6か月児） 身体計測・保健指導・栄養指導・ 歯科指導（12か月児・2歳6か月児） ☆6か月児から歯科指導実施 ☆5歳6か月児相談実施</p> <p>◆育児相談（保健師・栄養士・臨床心理士・言語聴覚士）</p> <p>◆育児教室（3, 4か月児・7, 8か月児）</p> <p>◆のびのび発達相談（全年中児） 就園施設での集団生活場面の観察</p> <p>☆禁煙を希望する保護者への個別支援</p> <p>☆保育園での保護者対象の講話（生活リズム・栄養・う歯）</p> <p>☆歯科衛生士による各保育園巡回指導 保育士に対してのブラッシング指導</p> <p>◆町内保育園での永久歯むし歯予防教室（年長児・保護者）</p> <p>◇フッ素塗布事業 年2回（年長児・小学校1, 2年生）</p> <p>☆○就学児健康診断 保護者に対し、町の歯科保健の現状について講話を実施</p> <p>◇○子育て支援センター事業 親子遊びの実施・身体を使った子どもの遊びの実施</p> <p>◆町内保育園にて身体を使った遊びの実施 サーキット・外遊び等</p> <p>◆感染症予防事業 A類予防接種の接種勧奨・B類予防接種費用助成 任意予防接種（ロタウイルス）費用助成</p>	<p>乳幼児健診・相談時</p> <p>☆喫煙が子どもの呼吸器系に与える影響についてのパンフレットの配布</p> <p>◆おやつに関するパンフレットの配布</p> <p>フッ素塗布時</p> <p>☆望ましいおやつの取り方についての啓発（食生活改善推進員）</p>

3 小・中学生

事業内容	普及啓発活動等
<p>◇全小中学校での肥満対策教室の実施 ☆夏休みの肥満個別相談の実施 ◇○全小中学校での身体計測結果を保健福祉課と共有 ◇○小児生活習慣病予防検診（5年生） 全児童検診データを保健福祉課と共有 ☆保護者会等での生活リズムについての講話会の実施 ◇○全小中学校での歯科検診結果を保健福祉課と共有 ○う歯のある児童に対し早期受診の勧奨 ◇○全小中学校での歯科医師・歯科衛生士による歯磨き指導の実施（講話・染め出し等） ☆○全小中学校でのフッ化物洗口の実施 ◇フッ素塗布事業 年2回（年長児・小学校1, 2年生） ◇○給食後の歯みがきの徹底 ☆○中学校における喫煙防止教育</p>	<p>☆保健だより・給食だよりによる食生活に関する情報の提供 ☆各団体による早寝、早起き、朝ご飯の推奨</p>

4 高校生

事業内容	普及啓発活動等
<p>☆高校生健康教室の開催(高校2年生対象) 適正体重の維持、喫煙・飲酒の身体への影響、バランス食について学ぶ</p>	<p>☆町HP や SNS を利用し、健康に関する情報提供 ☆歯科定期検診の推奨パンフレットの配布</p>

5 キャリア期 (19歳から59歳)

事業内容	普及啓発活動等
<p>◆ヤング健診の実施 (19～39歳) 特定健診の実施 (40～75歳) 各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査</p> <p>◆健診結果報告会の実施 保健師・栄養士による個別相談 (食生活・適正飲酒) 歯科衛生士による歯磨き集団指導と歯周疾患検診の受診勧奨の実施</p> <p>☆肥満個別支援教育の実施 (15名/6か月間の保健師・栄養士による支援)</p> <p>☆耐糖能異常個別支援教育の実施 (15名/6か月間の保健師・栄養士による支援)</p> <p>◇集団健康教育の実施 (年6回/保健師・栄養士・食生活改善推進員による支援)</p> <p>☆ウォーキング教室の実施 (3コース×年2回)</p> <p>☆禁煙希望者への個別支援(個別プラン)</p> <p>☆役場庁舎内で職員への昼食後の歯みがきの推奨</p>	<p>健診結果報告会・各種イベント時</p> <p>★適正体重に関するパンフレットの配布</p> <p>★多量飲酒の影響に関するパンフレットの配布</p> <p>★簡単にできる運動のパンフレットの配布</p> <p>★喫煙の健康への影響に関するパンフレットの配布</p> <p>★禁煙外来の情報パンフレットの配布</p> <p>★糖尿病に関する知識の普及を図るパンフレットの配布</p> <p>★町独自で休肝日を作り、HPや広報での周知</p>

6 シニア期 (60歳から75歳)

事業内容	普及啓発活動等
<p>◆特定健診の実施 (40～75歳) 各種がん検診・肝炎ウイルス検査・骨密度検査</p> <p>◆健診結果報告会の実施 保健師・栄養士による個別相談 (食生活・適正飲酒) 歯科衛生士による歯磨き集団指導と歯周疾患検診の受診勧奨の実施</p> <p>◆健康づくりの集い 希望のあった地区での健康講話・血圧測定等</p> <p>☆○高齢者健康教室での集団指導(食・適正飲酒・口腔衛生)</p> <p>☆耐糖能異常個別支援教育の実施 (15名/6か月間の保健師・栄養士による支援)</p> <p>☆耐糖能異常の所見がある人に対する健康教室の実施</p>	<p>★町 HP や広報等での適正飲酒に関する啓発</p> <p>★糖尿病に関する知識の普及を図るパンフレットの配布</p>

参考資料

- 1 策定経過
- 2 塩谷町健康増進21計画策定委員会関係資料
- 3 生活習慣に関するアンケート調査票
- 4 生活習慣に関するアンケート調査結果概要
- 5 年長児の歯磨きに関するアンケート調査票
- 6 年長児の歯磨きに関するアンケート調査結果概要

1 策定経過

塩谷町健康増進計画（第1期）最終評価及び2期計画策定経過

年 月	経 過	内 容
平成 27 年 11 月	I 期計画の最終 評価のためのア ンケートの実施	アンケート内容は1期策定時と同様 20歳から65歳1,000人 回収率34.5% 高校2年生 119人 回収率37.8%
平成 27 年 11 月～	2 期計画策定の ためのアンケー ト内容の検討	実施期間 平成 27 年 11 月～平成 28 年 7 月 アドバイザー 国際医療福祉大学看護学科 助教 阿久津和子氏 ・アンケート項目検討のためのインタビューの実施 ・年長児の歯みがきに関するアンケートの検討
平成 27 年 12 月	母子関係者グル ープインタビュー	参加者（こども園保育士2名・在宅栄養士・歯科栄養士・町保健師等） 目 的（日常の業務での感想を聴取し、アンケートに反映させる。）
平成 28 年 6 月	子どもの歯に関 するアンケート の実施	・対象者（町内保育園に在籍する年長児の保護者）71名 ・回収率 84.5%
平成 28 年 7 月 13 日	第 1 回策定委員 会	・策定委員会の依頼 委嘱状の交付 ・計画策定のためのアンケート内容の検討・意見交換
平成 28 年 7 月～8 月	2 期計画策定の ためのアンケー トの実施	実施期間 平成 28 年 7 月 15 日～8 月 5 日 回収方法 郵送による配布回収 対象者 20 歳～70 歳代 1,000 人 回収率 50.6% 高校 2 年生 98 人 回収率 29.6%
平成 28 年 8 月～12 月	2 期計画原案作 成	・アンケート結果及び既存の資料・健診データ等からの健康課題の抽出・ 事業計画の検討 ・計画原案の構成の検討
平成 28 年 11 月	母子関係者ワー キング	参加者（こども園保育士2名・在宅栄養士・歯科栄養士・町保健師等） 目 的（年長児の歯磨きに関するアンケートから見える問題点の抽出・他）
平成 28 年 12 月 21 日	第 2 回策定委員 会	・計画原案の検討 ・健康課題達成のための各部門からの活動指針（応援メッセージ）につい ての提示
平成 29 年 1 月 30 日	第 3 回策定委員 会	・計画原案の検討・意見交換
平成 29 年 2 月	パブリックコメ ントの実施	・町内 3 カ所（役場保健福祉課・各コミュニティセンター・生涯学習セ ンター）
平成 29 年 3 月	2 期計画最終案 の策定	・パブリックコメント等の結果を受けての最終校正と策定委員会への報告
平成 29 年 3 月	2 期計画完成	・計画書の報告（議会・庁内会議・町内関係者・県内市町等）

2 塩谷町健康増進 2 1 計画 2 期計画策定委員会関係資料

塩谷町健康増進 2 1 計画 2 期計画 策定委員会設置要領

(設置)

第1条 塩谷町健康増進 2 1 計画 2 期計画 (以下「計画」という。)の策定にあたり、健康づくりの推進について意見を求め審議するため、塩谷町健康増進 2 1 計画 2 期計画策定委員会 (以下「策定委員会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 策定委員会は、次に掲げる事項について検討を行う。

- (1) 計画の策定に関する事項
- (2) その他必要と認められる事項

(組織)

第3条 策定委員会は、別表の職にある者をもって構成し、策定委員は町長が委嘱する。
2 策定委員会に委員長 1 名及び副委員長 1 名を置き、委員の互選によってこれを定める。

(任期)

第4条 策定委員の任期は、委嘱の日から平成 2 9 年 3 月 3 1 日までとする。

(委員長及び副委員長の職務)

第5条 委員長は、策定委員会を代表し、会務を総理する。
2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 策定委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。
2 策定委員会は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 策定委員会の庶務は、保健福祉課において処理する。

(その他)

第8条 この要領に定めるもののほか、策定委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が定める。

附 則

この要綱は、平成 2 8 年 7 月 1 日から施行する。

別表

塩谷町健康増進21計画2期計画 策定委員名簿

敬称略

		氏名	所属
1	議会	富田 達雄	塩谷町議会教育福祉常任委員長
2	医師会	植木 雅人	塩谷町医師会長
3	歯科医師会	斎藤 邦浩	塩谷町歯科医師会長
4	社会教育	吉成 東	塩谷町社会教育委員長
5	体育協会	安達 侑男	塩谷町体育協会長
6	学校	福山 直子	塩谷町小中学校養護教諭部会代表
7	PTA	増渕 健一	塩谷町PTA連絡協議会長
8	商工会	馬込 文秀	塩谷町商工会事務局長
9	保健委員会	大関 正喜	塩谷町保健委員会長
10	婦人団体	松尾 享子	塩谷町食生活改善推進員協議会代表
11	学識経験者	王 麗華	国際医療福祉大学看護学科 准教授
12	学識経験者	阿久津 和子	国際医療福祉大学看護学科 助教
13	学識経験者	佐山 由美子	県北健康福祉センター健康対策課長

3 生活習慣に関するアンケート調査票

塩谷町生活習慣等に関するアンケートのお願い

塩谷町では、町民の方の健康づくりのために「健康増進計画」を策定します。

つきましては、町民の方の健康づくりに対する考えや生活習慣に対するアンケートを実施させていただきたく、お願い申し上げます。

ご多忙とは思いますがご協力よろしくお願いいたします。

1. この調査は無記名の調査ですが、性別は設問上あります。
ご記入ください。
住所・氏名を記入する必要はありません。
2. 質問は問1～問14まであります。順番にご記入ください。
3. 回答は、あてはまる番号に○印をつけるものと、数字や文字を書き込むものがあります。それぞれの指示にしたがい、お答えください。
4. できるだけご本人が記入してください。
5. このアンケートは個人情報保護法に基づき、個人のプライバシーを考慮した上で統計的に適切に処理されるとともに、他の目的以外に一切使用いたしません。

調査対象となった方

塩谷町に住民票がある方で次のような方法で決定させていただきました。

- 1 高校2年生に該当（平成11年4月2日から平成12年4月1日生）の方全員
- 2 20歳から75歳（平成28年4月1日現在）までの方で、10歳刻みで無作為抽出
総数1000人

提出方法 8月5日(金)までに、同封の返信用封筒にて返送してください。

<問い合わせ先> 保健福祉課保健予防担当 TEL(45)1119

生活習慣等に関するアンケート(高校2年生に該当する方用)

問1 性別をお答えください 1 男 2 女

問2 身長と体重をご記入ください

1 身長 _____ cm 2 体重 _____ Kg

問3 朝食を食べますか(1つに○)

- 1 毎日食べる 2 週3~4日食べる 3 週1~2日食べる
4 ほとんど食べない

問4 あなたの歯は何本ありますか(1つに○)

※親知らずを除いて通常は28本です

(親知らず、ブリッジ、インプラントは含みません 差し歯は含みます)

- 1 28本以上 2 27~24本 3 23~20本
4 19~10本 5 9~1本 6 全くない

問5 あなたは1日に何回歯を磨きますか(1つに○)

- 1 毎食後 2 2回 3 1回 4 磨かない



問6 問5の設問で2, 3, 4と答えた方にお聞きします その理由は何ですか
(1つに○)

- 1 時間がない 2 歯みがきをする場所がない 3 必要と思わない
4 その他()

問7 1回の歯磨きにかかる時間をご記入ください

() 分

問8 歯を1本1本丁寧に磨いていますか(1つに○)

- 1 磨いている 2 どちらかといえば磨いている
3 どちらかといえば磨いていない 4 磨いていない

問9 歯磨きをする場合 歯ブラシ以外のものを使いますか(使うものすべてに○)

- 1 歯間ブラシ 2 フロス 3 糸ようじ 4 その他()

問 10 あなたはたばこを吸ったことがありますか

- 1 ない 2 ある 1と答えた方は→ 問 12へ



問 11 問 10で2と答えた方にお聞きします たばこはどこで手に入れましたか

- 1 家にあった 2 大人にもらった 3 友達からもらった
4 店で買った 5 自販機で買った 6 その他

問 12 次のことについて、たばこが影響していると思うものに○をつけてください

(該当すると思うものすべてに○)

- 1 肺がん 2 食道がん 3 膀胱がん 4 ぜんそく 5 気管支炎
6 心臓病 7 脳卒中 8 胃潰瘍 9 妊娠に関連した異常
10 新生児突然死症候群 11 歯周病 12 しみ・しわ 13 脱毛(薄毛)
14 思わない

問 13 あなたはお酒を飲んだことがありますか また それはどのような時でしたか

(該当するものすべてに○)

(お酒とは、日本酒のことではなくビール、日本酒、しょうちゅう、チューハイ、ワイン、ジン、ウイスキー、ブランディ、ウォッカ、バーボンといったアルコール類をまとめた表現と 思ってください。)

- 1 飲んだことがない
2 冠婚葬祭(結婚式、お祭り、葬式、法事、お盆、正月など)の時に飲んだことがある
3 家族が食事の時にお酒を飲むときに一緒に飲んだことがある
4 クラス会、打ち上げ、コンパのときに飲んだことがある
5 居酒屋、カラオケボックス、飲み屋などで仲間と一緒に飲んだことがある
6 誰かの部屋で仲間と一緒に飲んだことがある
7 ひとりで飲んだことがある

問 14 この30日間で少しでもお酒を飲んだ日は合計何日になりますか

- 1 なし 2 1~2日 3 3~5日 4 6~9日 5 10~19日
6 20日以上

以上でアンケートは終了です。記入漏れがないか、もう一度確認してください。
ご協力ありがとうございました。

塩谷町生活習慣等に関するアンケートのお願い

塩谷町では、町民の方の健康づくりのために「健康増進計画」を策定します。

つきましては、町民の方の健康づくりに対する考えや生活習慣に対するアンケートを実施させていただきたく、お願い申し上げます。

ご多忙とは思いますがご協力よろしくお願いいたします。

2. この調査は無記名の調査ですが、性別は設問上あります。

ご記入ください。

住所・氏名を記入する必要はありません。

2. 質問は問1～問38まであります。順番にご記入ください。

3. 回答は、あてはまる番号に○印をつけるものと、数字や文字を書き込むものがあります。それぞれの指示にしたがい、お答えください。

4. できるだけご本人が記入してください。

5. このアンケートは個人情報保護法に基づき、個人のプライバシーを考慮した上で統計的に適切に処理されるとともに、他の目的以外に一切使用いたしません。

調査対象となった方

塩谷町に住民票がある方で次のような方法で決定させていただきました。

- 1 高校2年生に該当（平成11年4月2日から平成12年4月1日生）の方全員
- 2 20歳から75歳（平成28年4月1日現在）までの方で、10歳刻みで無作為抽出
総数1000人

提出方法 8月5日(金)までに、同封の返信用封筒にて返送してください。

<問い合わせ先> 保健福祉課保健予防担当 Tel (45) 1119

生活習慣等に関するアンケート(一般成人用)

問1 性別をお答えください 1 男 2 女

問2 年齢をお答えください 1 20歳代 2 30歳代 3 40歳代
4 50歳代 6 60歳代以上

問3 現在の健康状態はいかがですか(1つに○)

- 1 健康である 2 どちらかといえば健康である
3 どちらかといえば健康でない 4 健康でない

問4 身長と体重をご記入ください(小数点以下は、四捨五入してください)

1 身長: _____ cm 2 体重: _____ kg

問5 自分の適正体重を知っていますか 1 はい 2 いいえ

※適正体重=身長(m)×身長(m)×22

問6 18歳の頃の体重をご記入ください _____ kg

問7 18歳の頃と比べて体重が増えた方にお聞きします。体重が増えた理由は何ですか

(1つに○)

- 1 3食の食事量が増えた 2 間食が増えた 3 食事回数が増えた
4 夜食を食べるようになった 5 お酒を飲むようになった
6 身体を動かすことが減った 7 妊娠・出産
8 その他()

問8 肥満が原因で病気になるかもしれないと思いますか

- 1 思う 2 どちらかといえば思う 3 どちらかといえば思わない 4 思わない

問9 自分の体重をどう思いますか

- 1 ちょうどよい 2 太っている 3 やせている

問10 やせたいと思いますか

- 1 思う 2 どちらかといえば思う 3 どちらかといえば思わない 4 思わない



問11 問10で1、2と答えられた方にお聞きします。どうすればやせられると思いますか(1つに○)

- 1 方法を教えてもらえる機会がある 2 一緒にやせる仲間がいる
3 身近に協力してくれる人がある 4 その他()

問12 肥満についての新聞やテレビがあれば、注意して見るほうですか
1 見る 2 どちらかといえば見る 3 どちらかといえば見ない 4 見ない

問13 あなたは運動不足だと思いますか 1 はい 2 いいえ

問14 あなたは日常生活で意識的に身体を動かすようにしていますか
1 している 2 どちらかというとしている
3 どちらかというとしていない 4 していない

問15 あなたは運動することによってどんな効果を期待しますか (1つに○)
1 体力、筋力の維持および向上 2 生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防
3 気分転換やストレス解消 4 ダイエット、体形維持
5 その他()

問16 朝食を食べますか
1 毎日 2 週3~4日 3 週1~2日 4 ほとんど食べない

問17 昼間の間食をしますか ※果物、糖分を含む飲み物を含む
1 毎日 2 週3~4日 3 週1~2日 4 ほとんど食べない

問18 揚げ物(フライ・天ぷらなど)を食べますか
1 毎日 2 週3~4日 3 週1~2日 4 ほとんど食べない

問19 毎食野菜を食べますか 1 食べる 2 食べない

問20 1回の食事にかかる時間をご記入ください _____分

問21 お酒を飲みますか ※お酒：清酒、焼酎、ビール、洋酒など
1 毎日 2 週3~6日 3 週1~2日 4 月1~2回 5 全く飲まない

↓
↓

↓
問25にお進みください

問22 問21で1、2、3、4と答えた方におたずねします
1 日どのくらいの量を飲みますか

- 1 1合未満
- 2 1合程度
- 3 2合程度
- 4 3合以上

参考：日本酒 1 合程度相当	
焼酎	1/2合弱
ビール	500ml
ウイスキー	ダブル1杯(60ml)
ワイン	グラス2杯(240ml)

問23 主にどこでお酒を飲みますか

- 1 自宅 2 自宅以外 ()

問24 お酒を飲む理由は何ですか (1つに○)

- 1 お付き合い 2 娯楽がないから 3 ストレス発散 4 楽しいから
5 好き、美味しいから 6 習慣だから 7 その他 ()

問25 次のことについてお酒の飲みすぎが影響すると思うものに○をつけてください

(該当すると思うもの全てに○)

- 1 高血圧 2 糖尿病 3 脂肪肝 4 肝硬変 5 膵炎 6 食道がん
7 痛風 8 妊娠に関連した異常 9 骨粗鬆症 10 認知症 11 思わない

問26 あなたの歯は何本ありますか。(1つに○)※親知らずを除いて通常は28本です

(親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません 差し歯は含みます)

- 1 28本以上 2 27~24本 3 23~20本 4 19~10本
5 9~1本 6 全くない

問27 あなたは1日に何回歯を磨きますか 入れ歯も含みます(1つに○)

- 1 毎食後 2 2回 3 1回 4 磨かない



問28 問27の設定で2, 3, 4と答えた方にお聞きします その理由は何ですか

(1つに○)

- 1 時間がない 2 歯みがきをする場所がない 3 必要と思わない
4 その他 ()

問29 1回の歯磨きにかかる時間をご記入ください

※入れ歯も含む _____ 分

問30 歯を1本1本丁寧に磨いていますか

- 1 磨いている 2 どちらかといえば磨いている
3 どちらかといえば磨いていない 4 磨いていない

問31 歯磨きをする場合、歯ブラシ以外のものを使いますか (使うものすべてに○)

- 1 歯間ブラシ 2 フロス 3 糸ようじ 4 その他 ()

問32 町内の歯科医療機関で、無料で歯周疾患検診が受けられることを知っていますか

- 1 知っていて受けたことがある 2 知っているが受けたことがない 3 知らない

問33 現在（ここ1か月間）、あなたはたばこを吸っていますか（1つに○）

- 1 毎日吸う 2 ときどき吸う 3 現在吸っていない 4 吸ったことがない

↓

↓

↓

問37にお進みください

問34 問33で1、2と答えた方にお聞きします。（1つに○）

- 1 やめたい 2 本数を減らしたい 3 やめたくない 4 わからない

↓

↓

問36へお進みください

問35 問34で1、2と答えた方にお聞きします

やめたい又は減らしたい理由は何ですか（最もあてはまるもの1つに○）

- 1 病気になる 2 医師に指導されている 3 家族に嫌がられる
4 お金がかかる 5 その他（ ）

問36 問34で、「3 やめたくない」と答えた方にお聞きします。

やめたくない理由は何ですか

- 1 口さみしい 2 イライラする 3 落ち着かない 4 気分転換できない
5 その他（ ）

問37 たばこをやめられないのは、意志の弱さではなくニコチン依存が原因であることを知っていますか

- 1 はい 2 いいえ

問38 次のことについて、たばこが影響していると思うものに○をつけてください

（該当すると思うものすべてに

○）

- 1 肺がん 2 食道がん 3 膀胱がん 4 ぜんそく 5 気管支炎 6 心臓病
7 脳卒中 8 胃潰瘍 9 妊娠に関連した異常 10 新生児突然死症候群
11 歯周病 12 しみ・しわ 13 薄毛・脱毛 14 思わない

その他 健康づくりについてご意見・ご要望等がありましたらご記入ください

以上でアンケートは終了です。記入漏れがないか、もう一度確認してください。
ご協力ありがとうございました。

4 生活習慣病等に関するアンケート調査結果概要

1 調査目的

平成28年度において塩谷町健康増進21計画2期計画を策定し、効率的・効果的に健康づくりをすすめていきます。1期計画で設定した目標値の中でも、肥満や運動・歯科保健の項目に未達成のものが多くみられました。2期計画を策定するにあたり、町民の方々の健康状態や生活習慣の現状を把握することを目的に調査を実施しました。

2 調査方法

- | | |
|----------|---|
| (1) 対象者 | 20～75歳の町民1,000名を層下無作為抽出
高校2年生に該当する年齢の方全員 98名 |
| (2) 実施時期 | 平成28年7月 |
| (3) 実施方法 | 自記式調査票 郵送による配布・回収 |
| (4) 調査内容 | 性・年齢、自覚的健康感、肥満及び肥満についての意識
運動習慣、食習慣、歯科衛生に関する習慣、喫煙など |
| (5) 回収率 | 20～75歳 50.6% (回収数 506枚)
高校2年生相当 29.6% (回収数 29枚) |

3 調査結果 (主なものを報告します)

<自覚的健康観>

○ 「健康である」「どちらかといえば健康である」と答えた人は、成人の90%弱であった。

<肥満及び肥満についての意識>

○ 肥満 (BMI 25以上) の人の割合

- ・ 成人男性のうち29%を占めた。中でも50歳代は36%と成人男性の中で高率であった。
- ・ 成人女性では全体の約18%であったが、50歳代は25%となっている。
- ・ 高校生では約14%であった。

○ 肥満についての意識

- ・ 自分の適正体重を知っていると答えた人は、成人全体の約68%であった。
- ・ 「肥満が原因で病気になると思う・どちらかと思う」と答えた人は、成人の約88%であった。
- ・ 18歳の頃と比べて体重が増えた原因は「体を動かすことが減ったから」と答えた人が、約半数であった。
- ・ 自分の体重を太っていると思っている人は、成人全体の約48%であった。

<運動習慣>

○ 運動の状況

・ 「運動不足だと思う」と答えた人の割合は、成人全体の約77%を占める。成人女性は約82%と、成人男性(約70%)に比べ高率であった。しかし60歳代では割合が低くなり男女とも約60%であった。

・「意識的に身体を動かすようにしている・どちらかといえばしている」と答えた人の割合は、成人で約64%であった。

○運動することによる期待される効果の質問では、「体力、筋力の維持及び向上」を選んだ人が最も多く次に「生活習慣病やメタボの予防」を選んでいる。

<食習慣>

○朝食欠食者

- ・朝食欠食者は成人の約11%であったが、30歳代男性は約24%であった。
- ・高校生の男子は12.5%、女子は15.4%であった。

○間食の摂取

- ・週に1回以上間食を取る人は、成人の中で約68%であった。
- ・60歳代では、男性の約67%、女性の約83%が間食を取っていた。また60歳代女性の約47%は毎日間食を取っていた。

○野菜の摂取

- ・成人の約8割強は、毎日野菜を食べていると答えている。

○飲酒状況

- ・成人男性で「毎日飲む」「週3～6日飲む」と答えた人の割合が40、50、60歳代で50%前後と高率である。さらにその中で、多量飲酒（毎日3合以上飲酒）する人50歳代で多く25%であった。
- ・飲むと答えた人の中で約80%が自宅で飲酒すると答えている。
- ・飲酒経験のある高校生は、男子で約19%、女子約15%であった。

<歯科衛生に関する習慣>

○歯の状況

自分の歯が「28本以上ある」と答えた人は成人の約36%であった。しかし60歳代以上では約10%であった。

○歯磨き習慣

- ・毎食後歯を磨かない人は男性に多く、成人男性で約75%、成人女性で約50%であった。
- ・高校生で、毎食後歯を磨かないのは約80%であった。
- ・成人の毎食後歯を磨かない理由は、成人男性では「必要と思わない」が多く、成人女性では「時間がない」と答える人が多かった。高校生では「時間がない」と答える人が多かった。
- ・町内の歯科医院で実施している歯周疾患検診を知らない方が、約60%を占めた。また歯周疾患検診を受けたことがあると答えた人は、約6%であった。

<喫煙>

○喫煙の状況

- ・成人男性において「毎日吸う」人は約27%で、特に40歳代で約46%、50歳代では38%であった。
- ・成人女性において「毎日吸う」人は20歳代で約9%、40歳代で約12%であった。
- ・「毎日吸う・ときどき吸う」と答えた方の約59%は「やめたい・本数を減らしたい」と答えている。
- ・高校生の調査では、喫煙の経験は男女ともになかった。

5 年長児の歯みがきに関するアンケート調査票

年長児の保護者様

年長児の歯みがきに関するアンケートについてご協力をお願い

初夏の候、皆様にはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

この度、下記の目的で調査をさせていただきたいと思っております。本調査の意義をご理解の上、保護者様のご協力をお願いいたします。

本調査について

本調査の目的は、年長児におけるむし歯の有無とリスク要因について明らかにし、むし歯予防対策に役立てるためです。

調査方法は、質問紙に無記名でご回答いただくもので、所要時間は10分程度です。この調査に回答するかどうかは、保護者様の自由意志に基づくものです。調査票の提出をもちまして同意と承諾を得たこととさせていただきます。

ご回答いただいた調査票は、匿名性を保持し、内容がもれることのないように厳重に管理します。また調査結果につきましては、町の健康増進計画の基礎資料や学会等での発表を予定しております。

<調査票ご提出についてのお願い>

提出締切：6月末日まで

提出方法：記入していただいたアンケートは、アンケートが入っていた封筒に入れ、封をしたうえで、通園されている保育園の担任の先生にご提出ください。

<問い合わせ先>

塩谷町 保健福祉課 主任保健師 柿沼 澄子
☎ 0287-45-1119

監修

国際医療福祉大学看護学科 阿久津 和子
〒324-8501 大田原市北金丸 2600-1
☎ 0287-24-3071

◇ 調 査 票 ◇

お子さんの歯や歯みがきおよびあなた自身（記入者）についてお聞きします。

あてはまる数字に○をつけてください。または、（ ）に記入してください。

お子さんについておたずねします		
1	性別を教えてください	1男 2女
2	何番目に生まれましたか	第（ ）子
3	一緒に住んでいる家族全てに○をつけてください。 その他の場合は（ ）に記入してください。	1父 2母 3兄弟姉妹 4祖父・祖母 5その他（ ）
4	1日何回おやつを食べますか	（ ）回
5	おやつの時間は決まっていますか	1はい 2いいえ 3わからない 4その他（ ）
6	よく飲む飲み物はなんですか （よく飲むもの1つに○）	1牛乳 2ジュース類 3イオン飲料 4むぎ茶 5わからない 6その他（ ）
7	よく飲む飲み物は1日何回飲みますか	（ ）回
あなた自身（記入者）についておたずねします		
8	あなた（記入者）の属性は？	1父 2母 3祖父 4祖母 5その他（ ）
9	年齢は？	（ ）歳
10	お子さんの歯について相談する人はいますか （最も当てはまる人ひとりに○）	1 友人・知人（医療関係者を除く） 2 友人・知人（医療関係者） 3 歯科医師 4 歯科衛生士 5 保健師 6 いない 7 その他（ ）
11	あなたのお仕事は？	1フルタイム 2パート 3仕事をしていない（専業主婦を含む）
12	あなた（記入者）は、むし歯がありますか	1はい 2いいえ（治療済を含む）
13	あなた（記入者）は、1日に何回歯をみがきますか	（ ）回
14	あなた（記入者）は、いつ歯をみがきますか （当てはまるものすべてに○）	1毎食後 2寝る前 3磨かない 4その他（ ）
15	あなた（記入者）は、歯科医の定期検診を受けていますか 注）定期検診とは、むし歯があるために受診している回数を含みません。	1 3か月に1回程度 2 半年に1回程度 3 1年に1回程度 4 定期受診をしていない 5、その他（ ）
16	あなたは（記入者は）高齢になったら入れ歯になるのも仕方のないことだと思いますか	1はい 2いいえ 3その他（ ）
17	あなたは（記入者は）、歯の治療は痛くなってから行きますか	1 はい 2 いいえ 3 その他（ ）

お子さんの歯や仕上げみがきについて教えてください

※仕上げみがきとは、主な保護者がお子さんの歯をみがくことによってむし歯などを予防しようとする事

18	お子様は現在むし歯がありますか。	1 むし歯はない 2 むし歯はあったが治療済 3 未治療の虫歯がある 4 治療中の虫歯がある 5 わからない
19	寝る前にお子様に、仕上げみがきをしてあげてますか	1 はい 2 いいえ ⇒問23へお進み下さい
20	仕上げみがきは、主にだれがしますか	1父 2母 3祖父母 4その他()
21	主に仕上げみがきをする方のほかに、仕上げみがきをする方はいますか	1. いる⇒(誰ですか:) 2. いない
22	週に何回仕上げみがきをしますか 参考) 毎日のかたは、(7)回 1日おきのかたは、(4)回	()回
23	問19で「いいえ」問22で、7回(毎日)以外と答えた方にお聞きします 毎日仕上げみがきをしていない理由はなんですか (最も当てはまるもの1つに○)	1 時間がない 2 子どもが自分でみがくから 3 めんどく 4 子どもが嫌がるから 5 子どもが寝てしまっている時があるから 6 必要ないから 7 その他()
24	週に何回お子様を寝かせての、仕上げみがきをしていますか 参考) 毎日の方は、(7)回 1日おきのかたは、(4)回 していない方は、(0)回などご記入ください	()回
25	お子様は、仕上げみがきを嫌がりますか	1 はい 2 いいえ⇒問28へお進みください
26	週に何回くらい嫌がりますか 参考) 毎日のかたは、(7)回 1日おきのかたは、(4)回	()回
27	どの程度、嫌がりますか	1. 非常に嫌がる 2. とれても嫌がる 3. 嫌がる 4. 少し嫌がる
28	子どもが嫌がっても、むし歯にならないために仕上げみがきをしたほうがよいと思いますか	1はい 2いいえ 3わからない

29	仕上げみがきするとき、歯ぐきから血がでることがありますか	1 毎日 2 ときどき（1週間に1回程度） 3 まれに（1か月に1回程度） 4 ほとんどない
30	仕上げ磨きには、子ども用の歯ブラシを使っていますか	1 使っている 2 使っていない
31	仕上げみがきの時、歯ブラシ以外で使用しているものがありますか。ある方は（ ）に記入してください	1 ある（ ） 2 ない
32	仕上げみがきをしても、むし歯になることがあると思いますか	1 はい 2 いいえ 3 その他（ ）
33	1本1本の歯に注意して仕上げみがきをしていますか	1 はい 2 いいえ 3 その他（ ）
34	歯の色が気になりますか	1 気になる 2 気にならない 3 その他（ ）
35	歯ぐきの色が気になりますか	1 気になる 2 気にならない 3 その他（ ）
36	歯に白いねばねばした歯の垢（あか）をみたことがありますか	1 ある 2 ない 3 わからない
37	仕上げみがきの指導を受けたことがありますか	1 はい 2 いいえ ⇒問40へお進みください
38	どこで指導を受けましたか（複数回答可）	1 町の乳幼児健診 2 歯科医院 3 その他（ ）
39	歯ブラシだけで歯肉炎の予防ができると思いますか	1 はい 2 いいえ 3 わからない
40	染め出し液を使ってお子さんの“歯の汚れ”を見たことがありますか	1 はい 2 いいえ
41	いままでにフッ素塗布を受けたことがありますか	1 はい （ 年 月頃 どこで受けましたか ） 2 いいえ
42	歯科医や歯科衛生士からお子さんの「仕上げみがき」をほめられたことがありますか	1 ある 2 ない
お子さんの歯科受診について教えてください		
43	お子さんは歯科の定期検診をしていますか 注) 定期受診とは、むし歯があるために受診している回数は含みません。	1 3か月に1回程度 2 半年に1回程度 3 1年に1回程度 4 定期検診をしていない 5 その他
44	歯科医へ連れて行くことに抵抗がありますか	1 はい 2 いいえ 3 その他（ ）
45	町の歯科保健対策についてご意見・ご要望がありましたらお聞かせください	

ご回答ありがとうございました。

6 年長児の歯みがきに関するアンケート調査結果概要

1 調査目的

近年、幼児健診においてう歯のある児が、1歳6か月児健診から3歳児健診までの間に急増している状況がありました。そこで、町内の子ども達の家での歯磨き習慣や食生活、また保護者のう歯についての意識を把握するため、6歳臼歯の萌出時期であり、かつ健診データを得る機会のない年長児の保護者を対象としてアンケートを実施しました。

2 調査方法

- | | | |
|----------|--|-----------|
| (1) 対象者 | 町内の保育園に通園している年長児の保護者全員 | 71名 |
| (2) 実施時期 | 平成28年6月20日～6月30日 | |
| (3) 実施方法 | 自記式無記名調査票
配布回収は各保育園に依頼 | |
| (4) 調査項目 | 子どもの性別・生まれ順・回答者の属性・家族構成・おやつ
の回数・よく飲む飲み物・保護者のう歯の有無・保護者の歯磨き
回数・子どものう歯の有無・仕上げ磨きについて・子どもの口
腔内状況についてなど | |
| (5) 回収率 | 84.5% | (回収数 60枚) |

3 調査結果（特に目立ったものを報告します）

<おやつについて>

○1日におやつを2回以上食べている子どもが約半数いました。おやつの時間については、4人に1人がおやつの時間が決まっていませんでした。

○よく飲む飲み物については、麦茶が一番多かったですが、次いでジュース類が多かったです。

★結果から★

おやつの意味や取り方について、保護者が理解し、実践していくことが課題となります。

<保護者の歯磨きや口腔衛生認識について>

○約4割の保護者がう歯があると答えていました。

○保護者の歯磨き回数については、1日2回が一番多かったです。定期受診についても6割以上が受診をしていませんでした。6割弱の保護者は、痛くなってから医療機関を受診しています。

○保護者のうち4割弱が年をとったら入れ歯になることは仕方がないと思っていました。

★結果から★

保護者の歯磨き回数や定期受診の状況等をみると、口腔衛生への意識が保護者本人も低いと思われます。保護者の口腔衛生への意識を高めていくことが課題です。

<仕上げ磨きについて>

○ほとんどの保護者が子どもの仕上げ磨きを行っていました。しかし、毎日仕上げ磨きをしている保護者は7割程度と下がります。さらに寝かせの仕上げ磨きを実施している保護者は約半数でした。毎日仕上げ磨きをしない理由は、子ども本人が磨くからという理由が一番多く、磨くのを嫌がると答えた保護者はほとんどいませんでした。

○仕上げ磨きには子ども用の歯ブラシを使っている保護者がほとんどでした。また、歯ブラシ以外の物(フロス等)を使用している保護者は約2割でした。

○子どもの歯科の定期受診をしていない保護者は、半数弱になります。9割の保護者は歯科医院へ連れて行くことに抵抗はないとの回答でした。

○子どもの口腔内については、歯の色は気にならない保護者は6割弱、歯茎の色は気にならない保護者は8割弱でした。また子どもの歯の垢を見たことがない保護者は6割、歯の垢がわからない保護者は3割弱でした。

★結果から★

子どもは嫌がっていないのに仕上げ磨きを保護者がしていないということがわかりました。仕上げ磨きの必要性や仕上げ磨きのやり方を、保護者に徹底させていくことが課題です。また、子どもの口腔内状況を確認していない保護者が多くいることがわかりました。保護者が子どもの口腔内を毎日確認していくことも課題です。

編集・発行

塩谷町保健福祉課保健予防担当



〒329-2292

栃木県塩谷郡塩谷町大字玉生 741 番地

電話 0287-45-1119

FAX 0287-41-1014