甲斐市第３次健康増進計画・第２次食育推進計画

「健康・食育かいてきプラン」

【平成 29 年度～平成 35 年度】

甲斐市

平成 29 年 3月

はじめに

生涯を通じて心身ともに健康で幸せに暮らせることは、誰もが望む共通の課題であるといえます。近年は、医療技術の進展等により、わが国の平均寿命は延伸しております。しかしながら、ライフスタイルや家族のあり方の多様化、ワークライフバランスの乱れによって、ストレスや病気を抱える人が増加するといった、平均寿命だけでは測りきれない健康課題が深刻となっています。

甲斐市では、市民の健康寿命を延ばし、一人ひとりの充実した日常生活と豊かな人生の基礎である健康づくりを市と市民が協働して進めることを目的として、平成 20 年に甲斐市健康増進計画、平成 24 年に甲斐市食育推進計画、平成 25 年に甲斐市第２次健康増進計画を策定いたしました。

本計画では、健康増進計画と食育推進計画を一体化させ、健康づくりを推進していくこととします。

本計画の柱となる重点的な取り組みとして「甲斐市版ネウボラ事業の推進による健康づくり」「歩数マップによる健康づくり」「減塩による健康づくり」の３点を掲げており、甲斐市の特性を十分に反映させた計画となっております。

かぞくみんなで元気甲斐
いつも楽しく食べてる甲斐
しっかり歩いて元気、そう甲斐

をスローガンとし、市民が実践しやすい施策や事業を進めてまいりたいと考えております。市民の皆様におかれましても、本計画をご理解いただき、なお一層自らの健康意識を高め、「生涯健康」を目指していただきますようお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見・ご提言を承りました保健福祉推進協議会をはじめとする多くの関係機関や関係団体の皆様、また市民アンケートを通じて貴重なご意見をいただいた皆様に心から感謝を申し上げます。

平成 29 年３月

甲斐市長　保坂 武

もくじ

第１章　計画の概要 1

第１節　計画策定の背景 1
第２節　計画の位置づけ 2
第３節　計画の推進 2
第４節　計画の期間 3

第２章　計画の基本方針 4

第１節　基本理念 4
第２節　行動スローガン 4
第３節　基本方針 5
第４節　計画の体系 6

第３章　甲斐市の特性 7

第１節　人口構造 7
１　人口の推移 7
２　人口ピラミッド 8
３　自然動態・社会動態 9
第２節　出生の状況 10
１　出生数・出生率・合計特殊出生率 10
２　低出生体重児出生数・出生率 11
第３節　死亡の状況 12
１　死亡数・死亡率 12
２　死亡原因 13
第４節　平均寿命・高齢者平均自立期間 14
１　平均寿命 14
２　高齢者平均自立期間 14
第５節　医療費の状況 15
１　国民健康保険医療費 15
２　こども医療費 15

第４章　アンケート結果からみる甲斐市の健康課題 16

第１節　調査の概要 16
１　調査の目的 16
２　調査概要・回収結果 16
３　調査の項目 17
４　調査結果の表記について 17

第２節　調査結果の概要 18
１　回答者について 18
２　健康状態について 19
３　運動について 24
４　電子機器の使用について 26
５　休養や心の健康について 27
６　たばこについて 30
７　お酒について 32
８　歯の健康について 32
９　栄養・食生活について 34
10　健康・食育に関する施策について 39

第５章　第２次健康増進計画・食育推進計画の指標の評価 42

第１節　第２次健康増進計画 42
１　全体の目標達成状況 42
２　ライフステージ別の達成状況 42
第２節　食育推進計画 44
１　全体の目標達成状況 44
２　ライフステージ別の達成状況 45
第３節　指標の評価結果を踏まえた今後の方向性 46
１　指標の評価結果からの課題 46
２　ライフステージの区分について 46

第６章　重点的な取り組み 47

第１節　甲斐市版ネウボラ事業の推進による健康づくり 47
１　現状と課題 47
２　目標 47
３　具体的な取り組み 47
４　活動指標・成果指標 48
第２節　歩数マップによる健康づくり 55
１　現状と課題 55
２　目標 55
３　具体的な取り組み 55
４　活動指標・成果指標 56
第３節　減塩による健康づくり 57
１　現状と課題 57
２　目標 57
３　具体的な取り組み 57
４　活動指標・成果指標 58

第７章　ライフステージ別の取り組み 59
第１節　乳幼児期（０～６歳） 59
１　現状と課題 59
２　目標 59
３　具体的な取り組み 59
４　活動指標・成果指標 60
第２節　就学期（７～15 歳） 61
１　現状と課題 61
２　目標 61
３　具体的な取り組み 61
４　活動指標・成果指標 63
第３節　青年期（16～29 歳） 64
１　現状と課題 64
２　目標 64
３　具体的な取り組み 64
４　活動指標・成果指標 66
第４節　盛年期（30～39 歳） 67
１　現状と課題 67
２　目標 67
３　具体的な取り組み 67
４　活動指標・成果指標 68
第５節　壮年期（40～64 歳） 69
１　現状と課題 69
２　目標 69
３　具体的な取り組み 69
４　活動指標・成果指標 71
第６節　高齢期（65 歳以上） 72
１　現状と課題 72
２　目標 72
３　具体的な取り組み 72
４　活動指標・成果指標 73
第８章　かいてき情報 74
第１節　栄養・食生活に関すること 74
第２節　身体活動・運動に関すること 80
第３節　こころの健康に関すること 83
第４節　たばこに関すること 85
第５節　アルコールに関すること 87
第６節　歯に関すること 88

第７節　健康診査等に関すること 89

資料編 92

１　策定の経過 92
２　甲斐市保健福祉推進協議会委員名簿 93

第１章　計画の概要

第１節　計画策定の背景

わが国では、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指し、平成 12 年３月に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」が策定されました。平成 24 年７月には、「健康日本 21（第２次）」として、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」をはじめとした５つの基本的方向性を盛り込み、新たな 10 年間の健康づくりに関する取り組みと目標が示されました。

食育の分野においては、平成 17 年に「食育基本法」が制定され、食生活や食の環境の変化が、国民の健康や文化に影響を及ぼしていることから、国民の食育を推進するための指針として「食育推進基本計画」（平成 18 年度から平成 22 年度まで）及び「第２次食育推進基本計画」（平成 23 年度から平成 27 年度まで）が策定されました。これら計画の効果は表れているものの、若い世代の朝食欠食割合の高さや単独世帯、ひとり親世帯に対する支援等の新たな課題が出ています。これら課題を踏まえ、平成 28 年に「第３次食育推進基本計画」（平成 28 年度から平成 32 年度まで）が策定されました。

山梨県は、国の上位計画を受けて、平成 25 年に「健やか山梨 21（第２次）」、平成 28 年には「第３次やまなし食育推進計画」を策定しました。「健やか山梨 21（第２次）」では、県民一人ひとりが自ら健康を守ること、社会全体が個人の健康を支え守る健康づくりに努めることとし、さらに地域保健と職域保健が連携し、ライフステージごとに健康増進の環境整備をしていくこととしています。「第３次やまなし食育推進計画」では、①県民の健康寿命の延伸、②食文化の継承、③食育県民運動の展開が重点施策とされています。

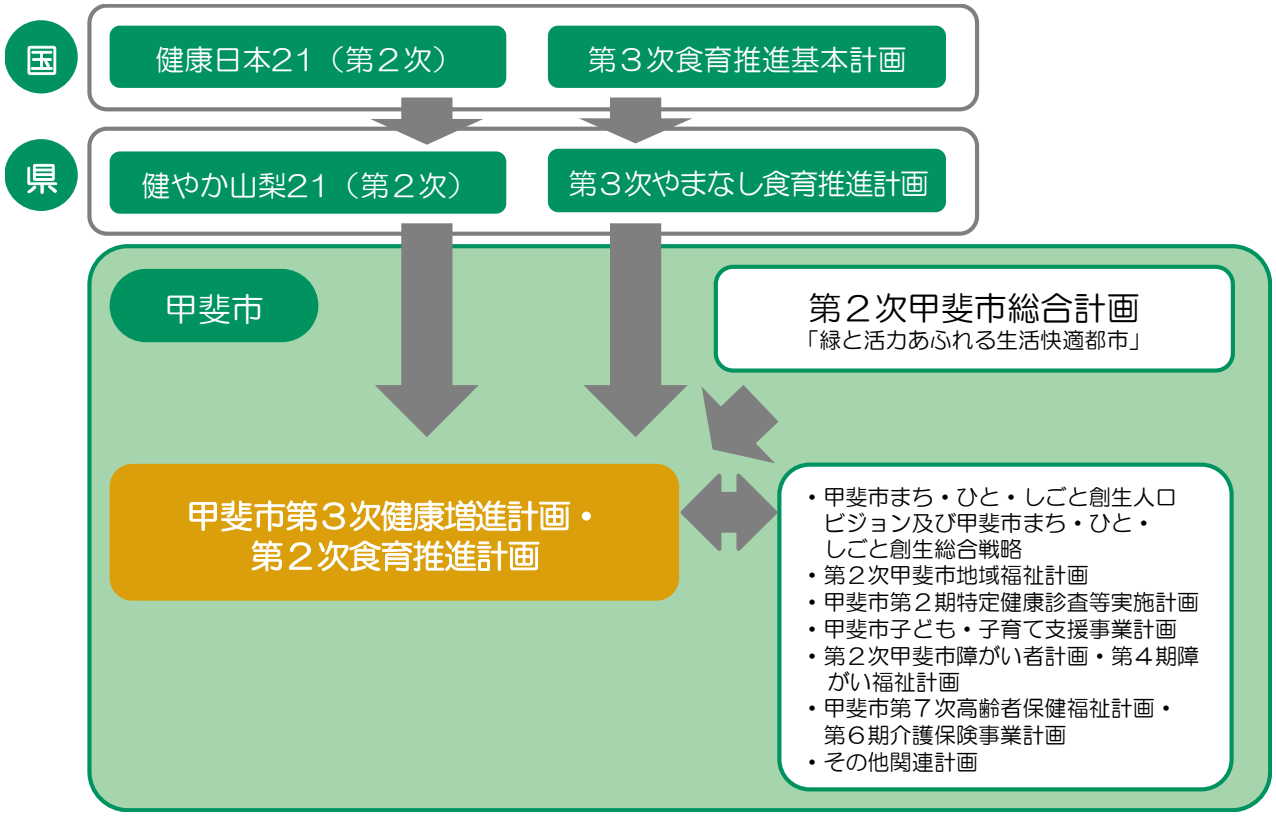
本市は、国・県の上位計画を受けて、平成 20 年に「甲斐市第１次健康増進計画」、平成 25 年に「甲斐市第２次健康増進計画」を策定しました。食育においても、平成 24 年に「甲斐市食育推進計画」を策定して、市民の健康づくりに向けた取り組みを進めています。両計画は、共通する施策が多いものの、「健康増進法」と「食育基本法」とで根拠法が異なるため、個別に策定されてきました。しかしながら、市民の視点に立つとわかりやすい計画とはいえません。前計画の反省を経て、市民にとって「わかりやすい計画」「実践しやすい計画」を目指し、健康増進計画と食育推進計画を一体化させた「甲斐市第３次健康増進計画・第２次食育推進計画」を策定します。

また、本計画をより親しみやすくするため、「甲斐市の現状に沿った甲斐市らしい【甲斐的】計画であること」「【快適】に健康づくりに取り組むことができること」という願いを込めて「健康・食育かいてきプラン」と名付け、健康づくりを推進していくこととします。

第２節　計画の位置づけ

健康増進計画は、健康増進法第８条第２項に規定する市町村健康増進計画に位置づけ、策定するものです。食育推進計画は、食育基本法第 18 条に基づく市町村食育推進計画として、健康増進計画と整合性を図り策定するものです。健康増進計画と食育推進計画は、市政の基本方針となる「甲斐市総合計画」の個別計画として位置づけ、その他関連する個別計画と整合性を図るものです。

「甲斐市第３次健康増進計画・第２次食育推進計画」は、健康増進計画と食育推進計画を相互に補完しながら一体的に策定し、市民・地域・学校・行政の協働した取り組みを推進するものです。



第３節　計画の推進

健康づくりと食育推進は市民が主役であるため、市民一人ひとりがそれぞれの健康観に基づいて、主体的に行動する過程を重視し、本計画を策定しています。本計画の効果を十分に発揮するためにも、市民が参加し、関与することを基本としています。市民を核として、関係機関・団体・企業・行政などがそれぞれの特性を活かしつつ連携・協議することによって、市民一人ひとりの健康づくり・食育推進を支援します。

なお、計画の推進にあたっては、計画・実行・評価・改善のＰＤＣＡサイクルのもと、本計画で掲げた目標に対する取り組みが実践されたかどうか、どのような成果が得られ、また得られなかったかを確認し、今後取り組むべき課題を明確にします。

第４節　計画の期間

計画の期間は、平成 29 年度を初年度として平成 35 年度までの７年間とし、計画最終年度に評価と見直しを行います。

前回の計画である「甲斐市第２次健康増進計画」は平成 25 年度から平成 29 年度まで、「甲斐市食育推進計画」は平成 24 年度から平成 28 年度までの５年計画であり、両計画は計画期間が異なります。本市は、市民にとってわかりやすい計画を目指すため、「甲斐市第３次健康増進計画」及び「甲斐市第２次食育推進計画」を一体的に策定します。「甲斐市食育推進計画」の最終年度である平成 28 年度に合わせ、「甲斐市第３次健康増進計画」を１年前倒しで策定します。

前回は両計画とも５年計画でしたが、上位計画である国の「健康日本 21（第２次）」及び山梨県の「健やか山梨 21（第２次）」は平成 25 年度から平成 34 年度までの 10 年計画であり、また、上位計画の見直しを次期計画に反映させるため、本計画は平成 29 年度から平成 35 年度までの７年の計画とします。また、社会情勢の変化に応じて見直しを行います。

第２章　計画の基本方針

第１節　基本理念

本計画の基本理念は次のとおりです。

みんなで目指す、心とからだの健やかライフ

本計画では、市民一人ひとりがそれぞれの健康観に基づいて心身ともに健やかな生活を送れるよう、市民が実践しやすい施策や事業の展開を目指します。

第２節　行動スローガン

本計画の行動スローガンは次のとおりです。

かぞくみんなで元気甲斐

いつも楽しく食べてる甲斐

しっかり歩いて元気、そう甲斐

第３節　基本方針

①　一次予防を重視した健康づくり（生活習慣病の予防）

悪性新生物（がん）や循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病は、死亡原因の大半を占めています。これら生活習慣病は、不健全な生活の積み重ねによって引き起こされることが多いことから、日常生活において健康的な生活習慣を身につけ、病気を予防することが重要となっています。

②　二次予防の推進（早期発見・早期治療）

病気にかかったとしても早期発見・早期治療ができれば、病気の重症化を予防することができます。そのためには健康診査や人間ドックの定期的な受診が重要となっています。

③　甲斐市の特性に応じた市民主体の健康づくり

本市の特性に応じ、以下の３項目を重点的に取り組みます。

○甲斐市版ネウボラ事業の推進による健康づくり
○歩数マップによる健康づくり
○減塩による健康づくり

④　年代（ライフステージ）別に取り組む段階的な健康づくり

健康づくりや食育の推進における課題は、年代によって異なります。そのため、ライフステージに応じた施策を展開し、市民一人ひとりが効果的で実践しやすい健康づくりを目指します。

⑤　健康づくりの支援のための環境整備

市民一人ひとりが健康づくりに取り組みやすい環境を整備します。それには医療機関、企業、学校、ボランティア団体、行政などの関係者の連携・協働が重要となっています。

⑥　地産地消・食の安全安心と食文化の継承

市民一人ひとりが食の大切さの意識を高め、健全な食生活を実践できる環境整備に努めます。また、生産者と消費者との交流を促進し、地産地消を推進し、山梨県や甲斐市の食文化の継承に努めます。

第４節　計画の体系

基本理念

みんなで目指す、心とからだの健やかライフ

基本方針

①一次予防を重視した健康づくり（生活習慣病の予防）
②二次予防の推進（早期発見・早期治療）
③甲斐市の特性に応じた市民主体の健康づくり
④年代（ライフステージ）別に取り組む段階的な健康づくり
⑤健康づくりの支援のための環境整備
⑥地産地消・食の安全安心と食文化の継承

重点的な取り組み

減塩による健康づくり
歩数マップによる健康づくり
甲斐市版ネウボラ事業の推進による健康づくり

ライフステージ	重点目標
乳幼児期（0～6歳）	●早寝早起き朝ごはんで元気な心と元気な体をつくろう
就学期（7～15歳）	●早寝早起き朝ごはんの習慣を身につけ、規則正しい生活リズムを作ろう ●食に関するさまざまな活動を通じて、思いやる心、社会性、食と健康に対する思考力・実践力を育てよう
青年期（16～29歳）	●からだを積極的に動かし、心も体も健康になろう
盛年期（30～39歳）	●食べ過ぎや偏りのないバランスのとれた食事をしよう ●運動する機会をつくり、生活習慣病予防や肥満予防につなげよう
壮年期（40～64歳）	●1日３食の栄養バランスのとれた食事を実践しよう ●運動を継続して生活習慣病予防や重症化予防に努めよう ●自分なりのストレス解消法をみつけ、心の健康にも注意しよう
高齢期（65歳以上）	●栄養バランスのよい食事を心がけ、心身ともに健康で充実した生活を送ろう

第３章　甲斐市の特性

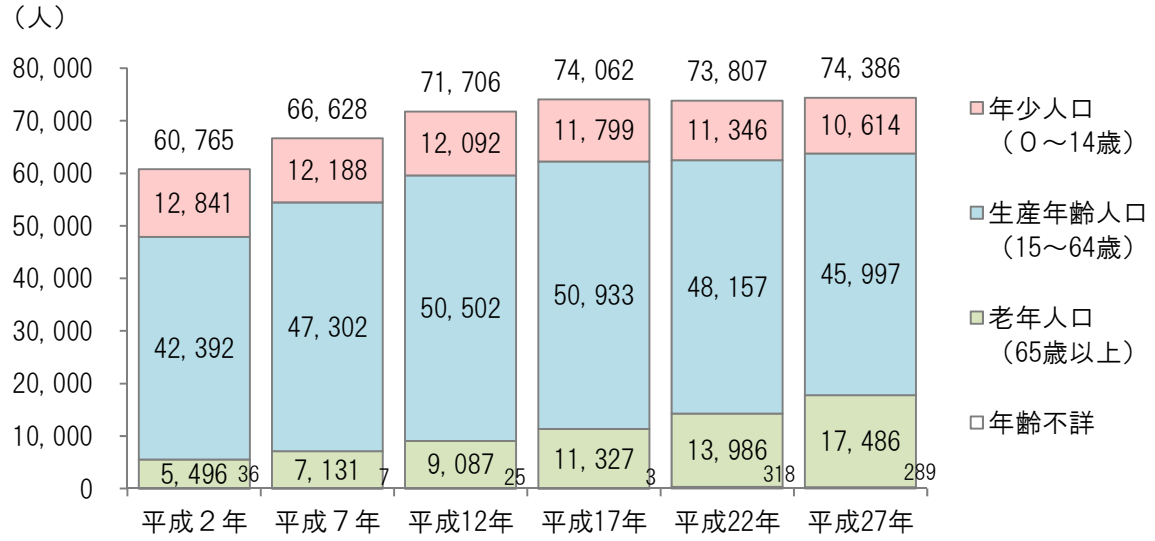
第１節　人口構造

１　人口の推移

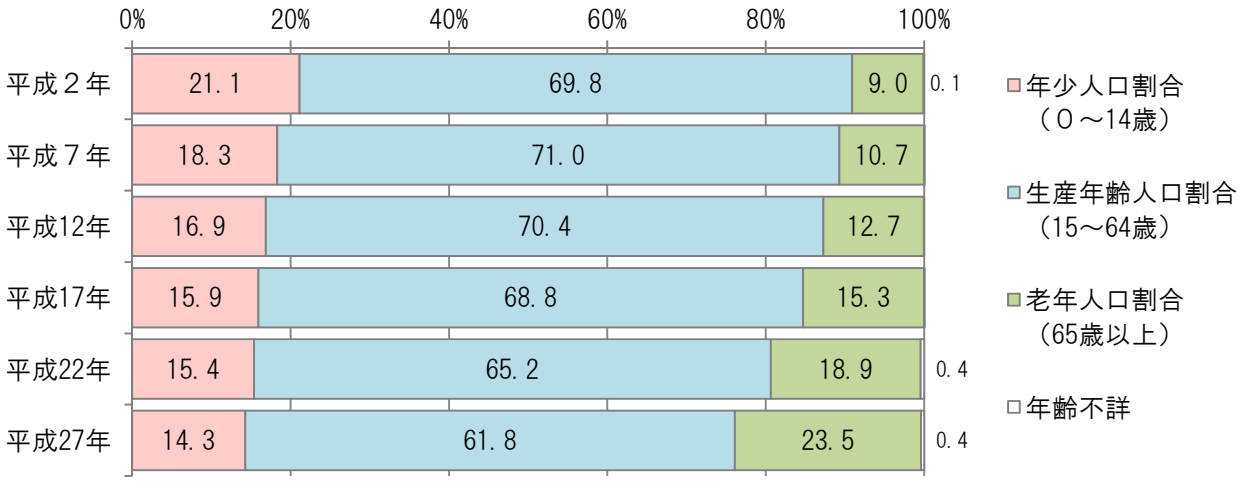
甲斐市の総人口は、平成 17 年までは増加傾向にありましたが、平成 22 年には減少に転じ、平成 27 年は、また微増となっています。

年齢３区分別人口の推移をみると、65 歳以上の老年人口の割合が増加していることがわかります。総人口における老年人口割合を示す高齢化率は、平成２年には 9.0%でしたが、平成 27 年には 23.5%まで増加しています。平成 17 年までは年少人口割合が老年人口割合を上回っていましたが、平成 22 年以降は老年人口割合が年少人口割合を上回り、少子高齢化が進行しているといえます。

◆総人口及び年齢３区分別人口の推移



資料：国勢調査

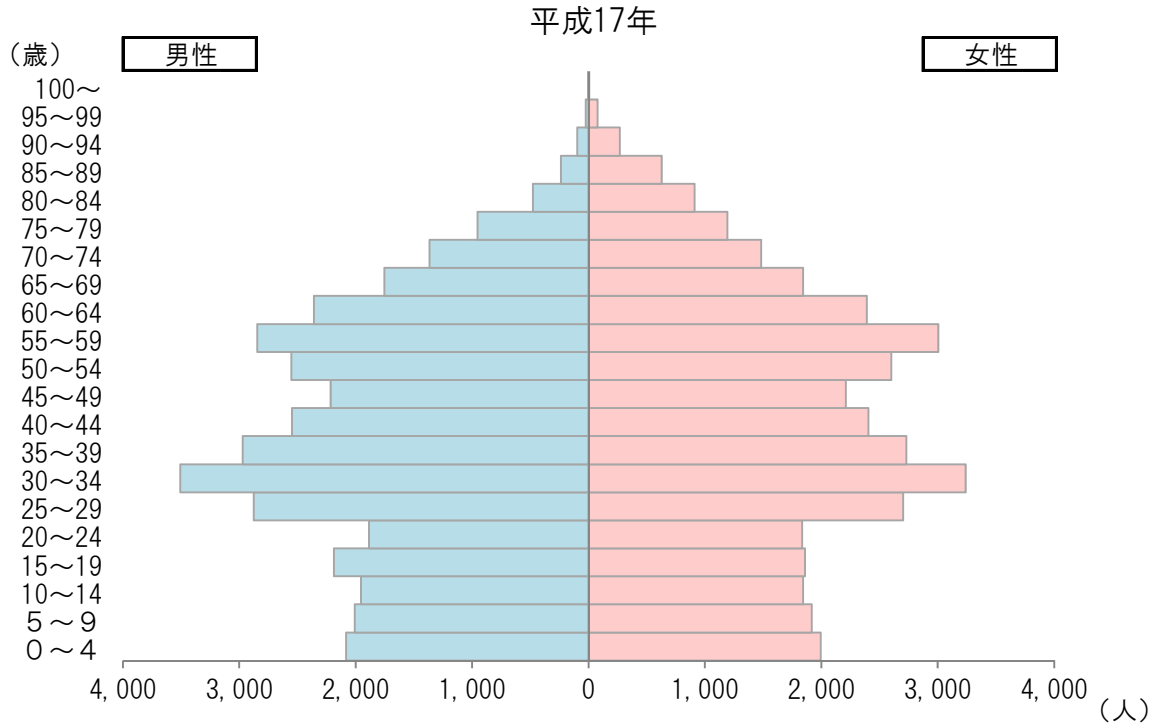


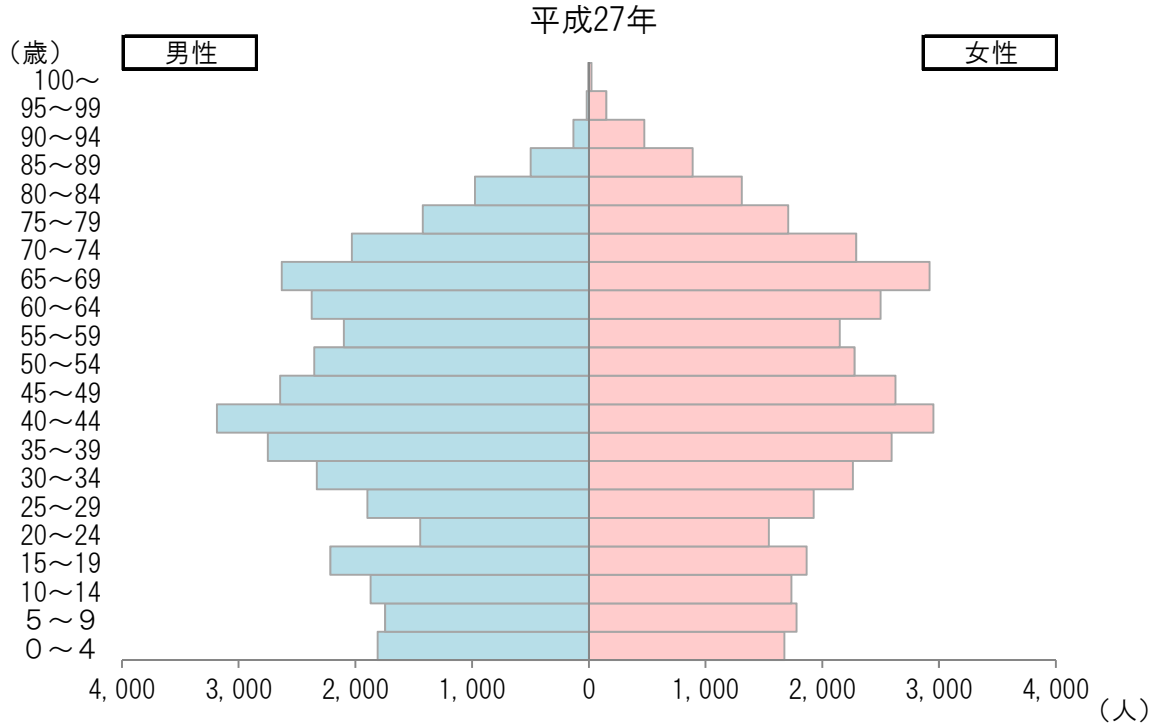
資料：国勢調査

２　人口ピラミッド

平成 17 年と平成 27 年の５歳階級別人口を比較してみると、少子高齢化が進行していることがわかります。０～14 歳の年少人口は平成 17 年と比較して減少しているため、今後さらに少子高齢化は進行していくと予想されます。

◆人口ピラミッド（平成 17 年と平成 27 年の比較）





資料：国勢調査

３　自然動態・社会動態

自然動態の推移をみると、出生数は平成 26 年までは減少傾向にありましたが、平成 27 年には増加に転じています。死亡数も増加傾向にあるものの、自然動態はプラスで推移しており、平成 27 年には出生数 735 人、死亡数 628 人で、107 人の自然増となっています。

次に、社会動態の推移をみると、転入数は増減を繰り返して推移しています。転出数は平成 26 年までは減少傾向にありましたが、平成 27 年には増加に転じています。平成 23 年から平成 27 年の５年間では、平成 26 年を除いてすべて社会減となっています。

自然動態と社会動態を合わせた人口増加数は、増減を繰り返しており、平成 27 年は８人の減少となっています。

◆自然動態の推移

（単位：人）

	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年
出生数	772	767	750	671	735
死亡数	578	547	575	603	628
自然増減	194	220	175	68	107

資料：山梨県人口動態統計（平成23年～26年、平成27年死亡数）、甲斐市健康増進課（平成27年出生数）

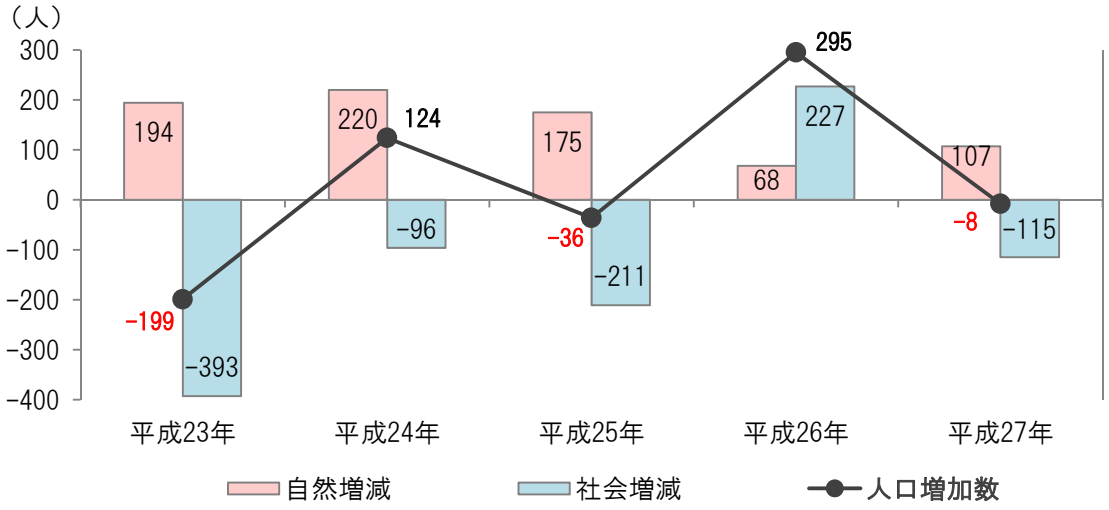
◆社会動態の推移

（単位：人）

	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年
転入数	3, 563	3, 588	3, 335	3, 537	3, 388
転出数	3, 956	3, 684	3, 546	3, 310	3, 503
社会増減	-393	-96	-211	227	-115

資料：山梨県常住人口調査結果報告

◆自然動態・社会動態からみた人口増加数の推移



第２節　出生の状況

１　出生数・出生率・合計特殊出生率

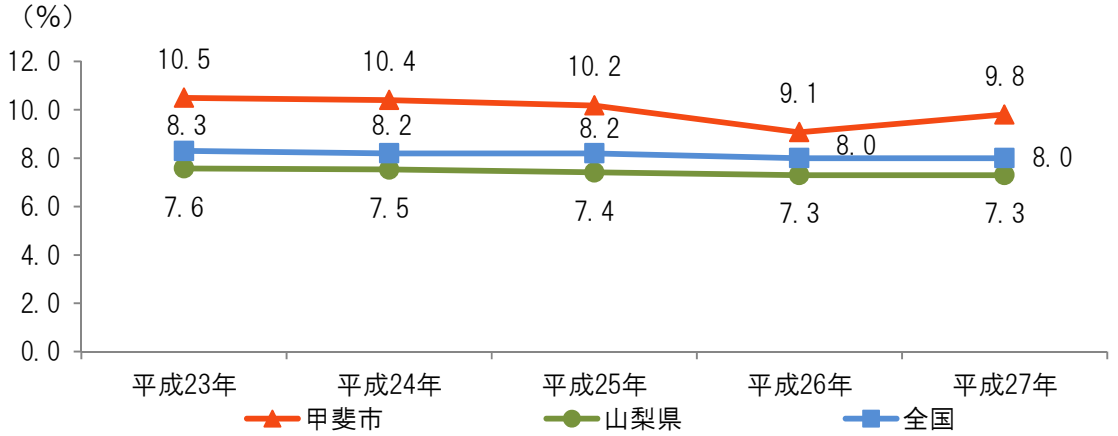
出生数及び出生率は年々微減傾向にありましたが、平成 27 年には増加に転じており、また、国や山梨県の出生率を常に上回って推移しています。合計特殊出生率※1は平成 26 年を除いて 1.60 台で推移しており、国や山梨県の数値を上回っています。

◆出生数・出生率・合計特殊出生率の推移　（単位：人、%）

		平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年
甲斐市	出生数	772	767	750	671	735
	出生率	10.5	10.4	10.2	9.1	9.8
	合計特殊出生率	1.67	1.67	1.67	1.55	1.66
山梨県	出生率	7.6	7.5	7.4	7.3	7.3
	合計特殊出生率	1.41	1.43	1.44	1.43	1.51
全国	出生率	8.3	8.2	8.2	8.0	8.0
	合計特殊出生率	1.39	1.41	1.43	1.42	1.45

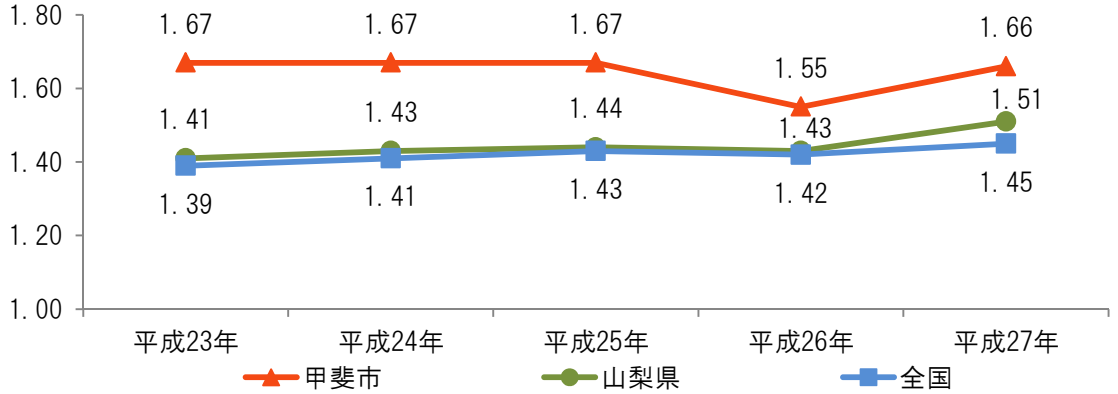
資料：山梨県人口動態統計（平成23年～26年、平成27年山梨県・全国）、甲斐市健康増進課（平成27年甲斐市）、人口動態統計月報年計（平成23年～26年甲斐市合計特殊出生率）

◆出生率の推移



資料：山梨県人口動態統計（平成23年～26年、平成27年山梨県・全国）、甲斐市健康増進課（平成27年甲斐市）

◆合計特殊出生率の推移



資料：山梨県人口動態統計（山梨県・全国）、甲斐市健康増進課（平成27年甲斐市）、人口動態統計月報年計（平成23年～26年甲斐市）

※1　合計特殊出生率：１人の女性が生涯に産む子どもの数を示す値。総人口が増えも減りもしない均衡状態の合計特殊出生率は 2.07 であると言われている。

２　低出生体重児出生数・出生率

出生体重が 2,500g 未満の低出生体重児の出生率は、平成 23 年は 8.5%、平成 26 年は 8.2%と低くなっていますが、それ以外の年は 10%前後で推移しています。国の出生率と比較すると、平成 23 年、平成 26 年以外は高くなっていますが、山梨県と比較すると平成 25 年以外は低くなっています。

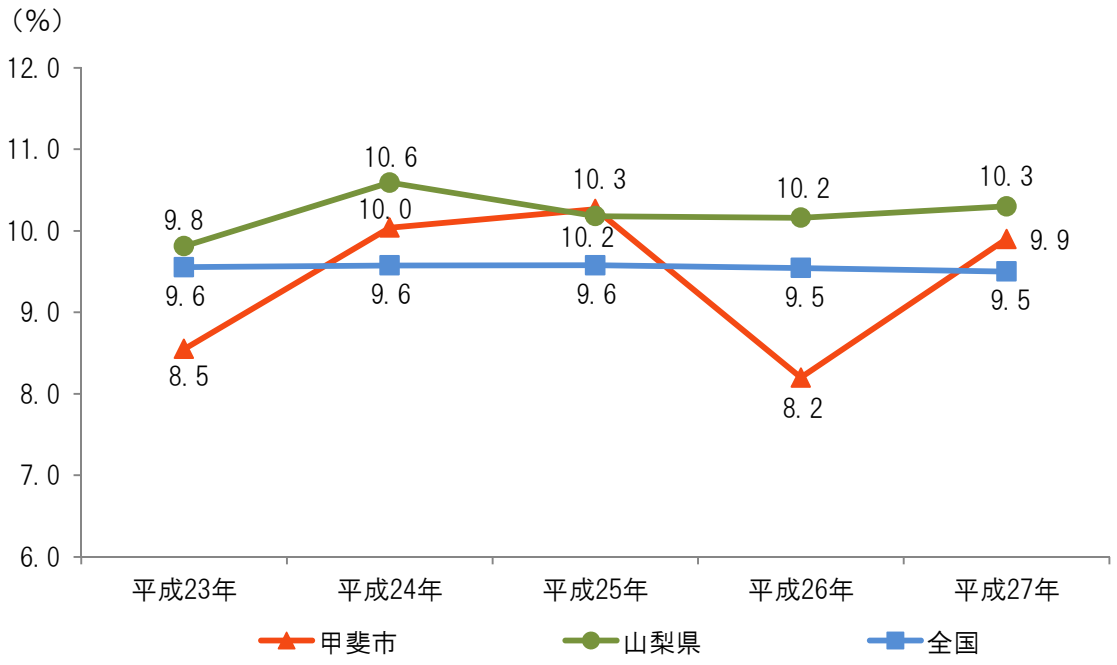
◆低出生体重児（体重 2,500g 未満）出生数・出生率の推移

（単位：人、%）

	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年
出生数	66	77	77	55	72
出生率	8.5	10.0	10.3	8.2	9.9
山梨県出生率	9.8	10.6	10.2	10.2	10.3
全国出生率	9.6	9.6	9.6	9.5	9.5

資料：人口動態統計

◆低出生体重児（体重 2,500g 未満）出生率の推移



資料：人口動態統計

第３節　死亡の状況

１　死亡数・死亡率

死亡数は増加傾向にあります。平成 23 年は 578 人でしたが、平成 27 年は 628 人となっています。

死亡率を国や山梨県と比較すると、常に低く推移しています。

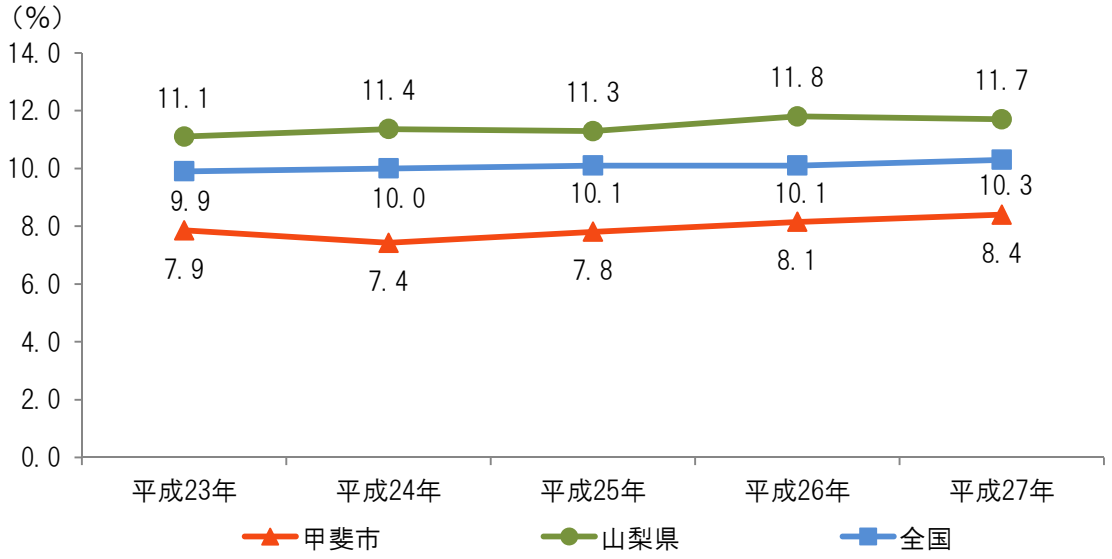
◆死亡数・死亡率の推移

（単位：人、％）

		平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年
死亡数		578	547	575	603	628
	男性	323	297	316	318	328
	女性	255	250	259	285	300
死亡率		7. 9	7. 4	7. 8	8. 1	8. 4
山梨県死亡率		11. 1	11. 4	11. 3	11. 8	11. 7
全国死亡率		9. 9	10. 0	10. 1	10. 1	10. 3

資料：山梨県人口動態統計

◆死亡率の推移



資料：山梨県人口動態統計

２　死亡原因

平成 23 年から平成 27 年までの死因をみると、１位はいずれも悪性新生物（がん）となっています。

悪性新生物（がん）による死亡率は、毎年 30%前後で推移しています。

平成 27 年の死因割合をみると、悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患の３大生活習慣病が全体の 55%を占めています。

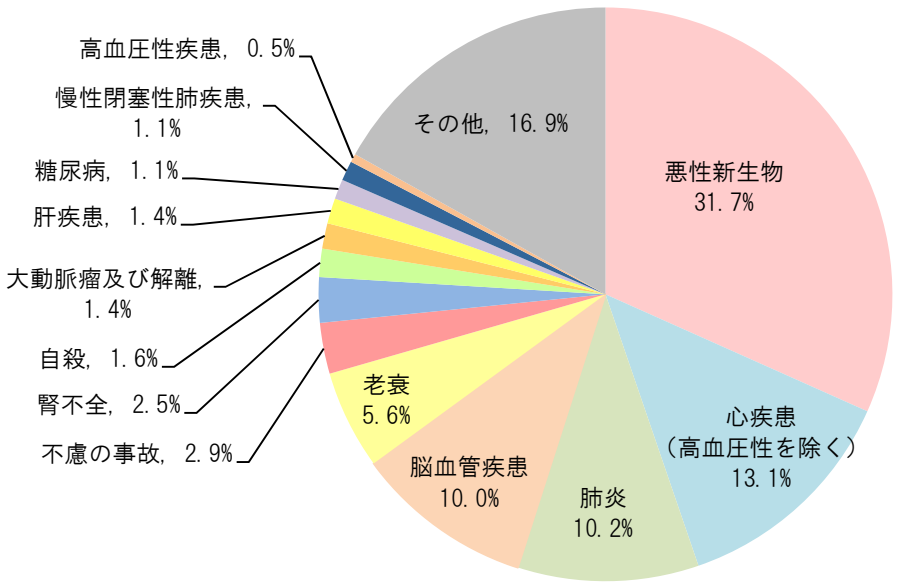
◆５大死因別死亡数・死亡率の推移

（単位：人、%）

		第１位	第２位	第３位	第４位	第５位	
平成23年	項目	悪性新生物	心疾患	肺炎	脳血管疾患	老衰	
	死亡数	166	74	64	50	23	
	割合	28. 7	12. 8	11. 1	8. 7	4. 0	
平成24年	項目	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故	
	死亡数	169	64	59	52	23	
	割合	30. 9	11. 7	10. 8	9. 5	4. 2	
平成25年	項目	悪性新生物	脳血管疾患	心疾患	肺炎	老衰	不慮の事故
	死亡数	183	66	61	49	25	25
	割合	31. 8	11. 5	10. 6	8. 5	4. 3	4. 3
平成26年	項目	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	老衰	
	死亡数	164	99	68	47	33	
	割合	27. 2	16. 4	11. 3	7. 8	5. 5	
平成27年	項目	悪性新生物	心疾患	肺炎	脳血管疾患	老衰	
	死亡数	199	82	64	63	35	
	割合	31. 7	13. 1	10. 2	10. 0	5. 6	

資料：山梨県人口動態統計

◆死因割合（平成 27 年）



資料：山梨県人口動態統計

第４節　平均寿命・高齢者平均自立期間

１　平均寿命

平均寿命は平成 17 年では男性が 79.4 歳でしたが、平成 22 年には 80.0 歳に延びています。女性は平成 17 年、平成 22 年ともに 86.9 歳です。平成 22 年では国や山梨県の平均寿命を男女ともに上回っています。

◆平均寿命

（単位：歳）

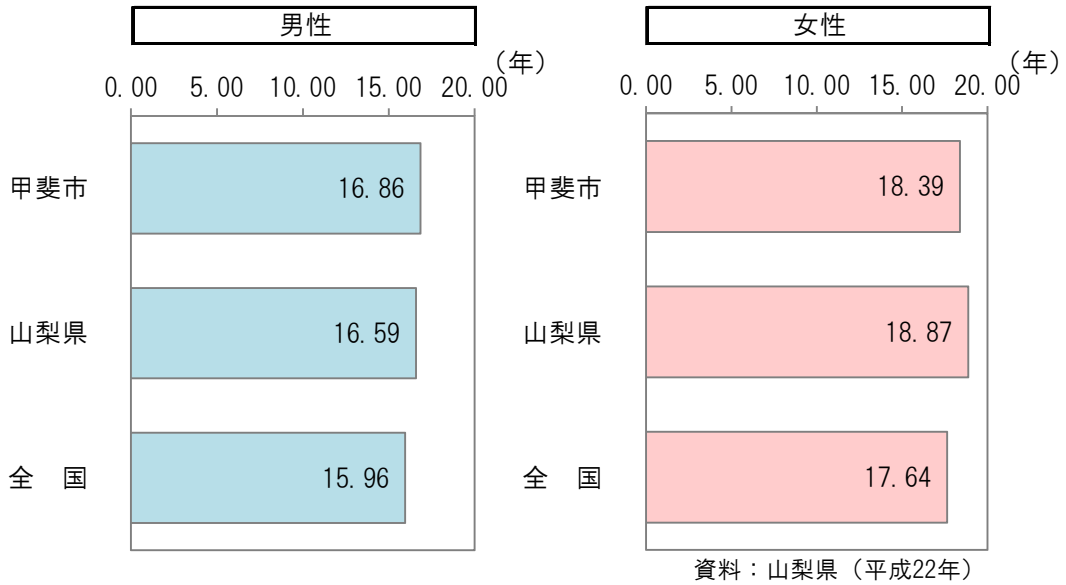
	平成17年		平成22年	
	男性	女性	男性	女性
甲斐市	79.4	86.9	80.0	86.9
山梨県	78.9	86.2	79.6	86.7
全国	78.8	85.8	79.6	86.4

資料：（甲斐市）厚生労働省市区町村別生命表、（山梨県）厚生労働省都道府県別生命表、（全国）厚生労働省完全生命表

２　高齢者平均自立期間

甲斐市の 65 歳における高齢者平均自立期間※2は、男女ともに国の数値を上回っています。一方、山梨県と比較すると男性では上回っていますが、女性では低くなっています。

◆65 歳における高齢者平均自立期間



資料：山梨県（平成22年）

※２　高齢者平均自立期間：平成 22 年の国勢調査による完全生命表（市町村別生命表）及び同年 10 月の介護保険要支援要介護認定者数より算出。高齢者が介護などを受けずに自立して生活できる健康余命を表す指標。（山梨県立大学看護学部　小田切陽一教授算出）

第５節　医療費の状況

１　国民健康保険医療費

甲斐市の被保険者一人あたりの医療費は、年々増加しており、平成 27 年度では 332,758 円となっています。しかしながらこれは、山梨県の平均よりも 6,205 円低い数値となっています。

◆国民健康保険運営状況

	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
国民健康保険加入者数（人）	20,323	20,275	19,869	19,391	18,501
加入率（%）	27.5	27.3	26.7	26.0	24.9
一人あたり保険料（円）	101,615	100,871	101,082	100,163	99,966
一人あたり医療費（円）	278,442	289,272	297,723	301,394	332,758
山梨県一人あたり医療費（円）	289,360	298,153	307,579	318,295	338,963

資料：甲斐市保険課

２　こども医療費

甲斐市のこども医療費の対象者数及び助成総数は年々減少傾向にあります。対象が０歳から小学校６年生までであったのが、平成 28 年１月より中学３年生までに拡充されたことにより、今後は、対象者数及び助成総数が増加することが予想されます。

◆こども医療費運営状況

	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
助成対象者数（人）	9,021	8,955	8,898	8,760	8,748
助成総数（件）	149,734	149,693	144,244	143,302	141,563
対象者一人あたりのレセプト件数（件）	17	17	16	16	16
対象者一人あたりの助成金額（円）	1,616	1,632	1,675	1,702	1,704

資料：甲斐市子育て支援課

第４章　アンケート結果からみる甲斐市の健康課題

第１節　調査の概要

１　調査の目的

健康的なまちづくりと市民の健全な食生活の向上を目的とする「甲斐市第３次健康増進計画・第２次食育推進計画」を策定するにあたり、その基礎資料とするため実施しました。

２　調査概要・回収結果

一般市民	調査対象	甲斐市在住の 20 歳以上の男女
	調査方法	無作為抽出による郵送配布・郵送回収
	調査期間	平成 28 年７月７日～平成 28 年８月５日
	対象者数	1,680 人
	有効回収数	848 人
	有効回収率	50.5%
小中学生	調査対象	甲斐市の小中学校に通う小学５年生・中学２年生の男女
	調査方法	学校配布・学校回収
	調査期間	平成 28 年７月７日～平成 28 年７月 26 日
	対象者数	300 人
	有効回収数	300 人
	有効回収率	100.0%
未成年	調査対象	甲斐市在住の 15 歳～19 歳の男女
	調査方法	無作為抽出による郵送配布・郵送回収
	調査期間	平成 28 年７月７日～平成 28 年８月５日
	対象者数	320 人
	有効回収数	128 人
	有効回収率	40.0%
未就園児保護者	調査対象	甲斐市で実施する乳幼児健診に参加された保護者の方
	調査方法	乳幼児健診会場にて返信用封筒付アンケート調査票を配布、郵送回収または乳幼児健診会場にて回収
	調査期間	平成 28 年７月７日～平成 28 年８月５日
	対象者数	100 人
	有効回収数	77 人
	有効回収率	77.0%
就園・就学児保護者	調査対象	甲斐市在住の小学校低学年以下のお子さんの保護者の方
	調査方法	保育園・学校配布、保育園・学校回収
	調査期間	平成 28 年７月７日～平成 28 年７月 26 日
	対象者数	260 人
	有効回収数	223 人
	有効回収率	85.8%

３　調査の項目

健康状態や日常生活などの市民の健康と食に係る全般について質問しました。

４　調査結果の表記について

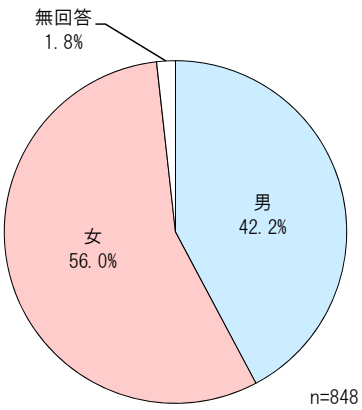
・ 回答は各質問の回答者数（ｎ）を基数とした百分率（%）で示してあります。
・ 百分率は小数点以下第２位を四捨五入して算出しました。このため、百分率の合計が100%にならないことがあります。
・ １つの質問に２つ以上答えられる“複数回答可能”の場合は、回答比率の合計が 100%を超える場合があります。
・ 10%未満の場合は、グラフ上で数値を非表示にしている場合があります。

第２節　調査結果の概要

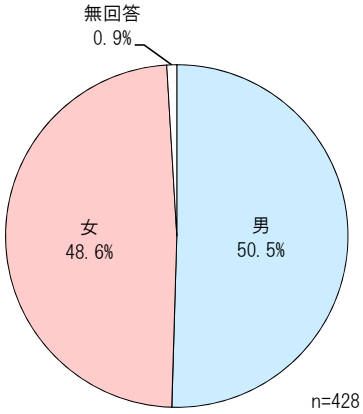
１　回答者について

○性別

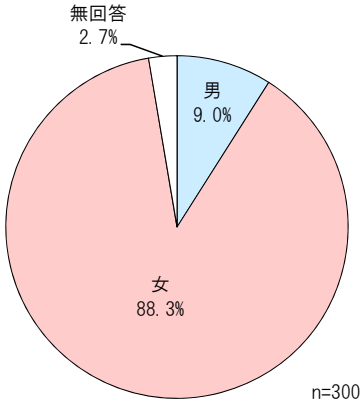
【一般市民】



【小中学生・未成年】

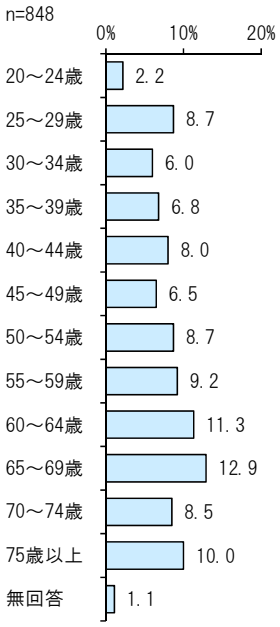


【未就園児・就園就学児保護者】

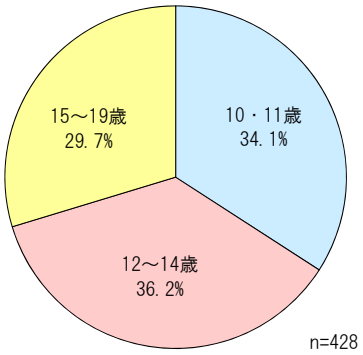


○年代

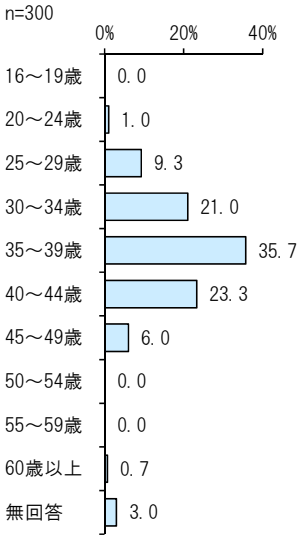
【一般市民】



【小中学生・未成年】

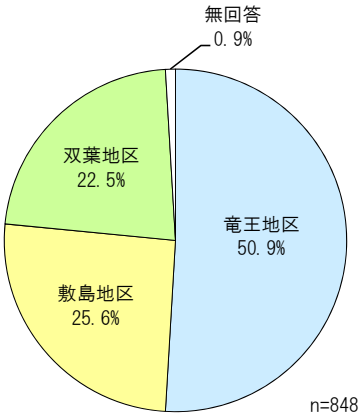


【未就園児・就園就学児保護者】

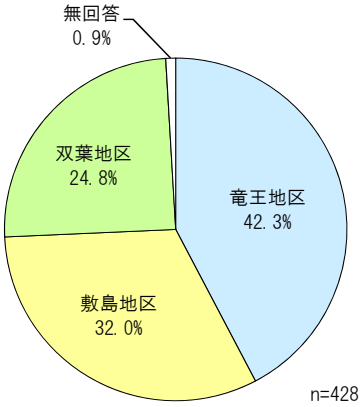


○居住地区

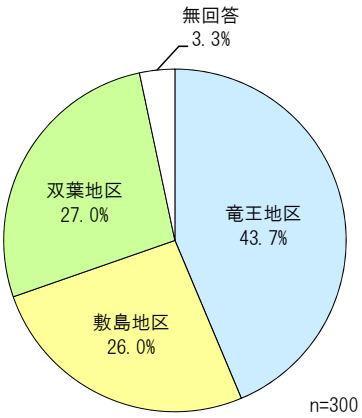
【一般市民】



【小中学生・未成年】



【未就園児・就園就学児保護者】

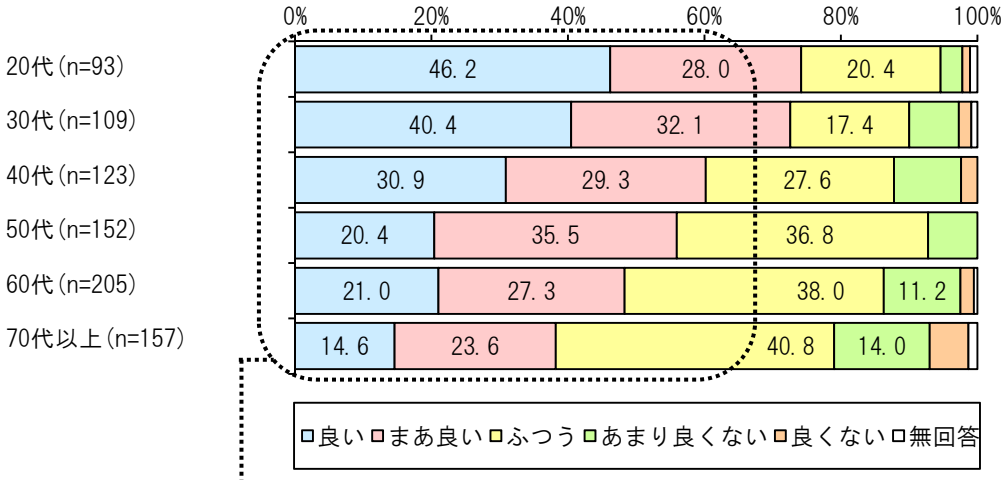


２　健康状態について

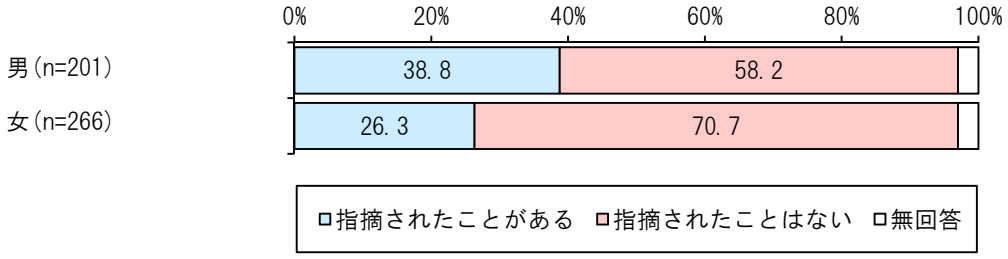
○主観的健康観

問６　あなたの現在の健康状態についてどのように考えていますか。（○は１つ）

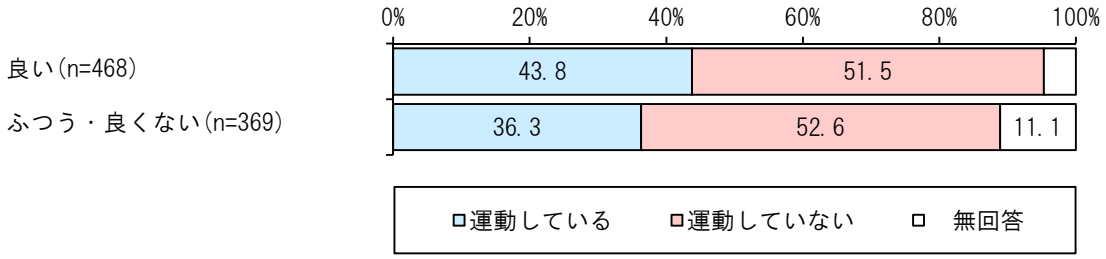
【一般市民】



健康状態が良い群の生活習慣病の指摘状況



健康状態別の運動習慣の状況

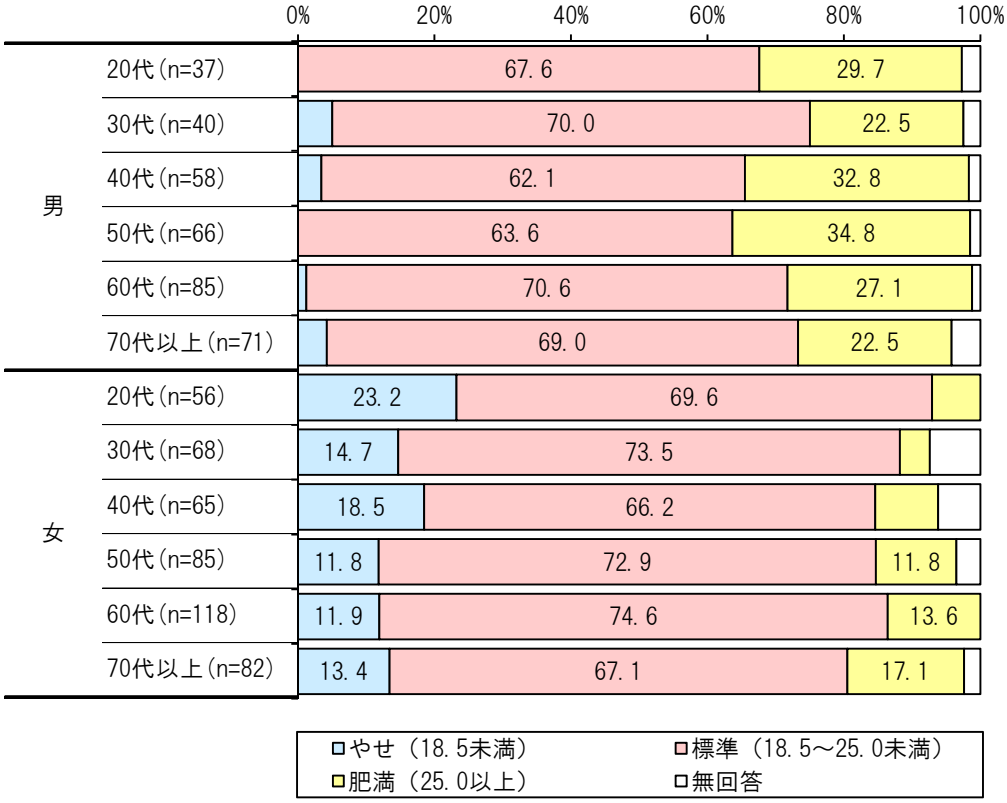


- 60 代から、「良い」と「まあ良い」を合わせた健康状態が良い群が半数を下回っています。
- 健康状態が良い群でも、生活習慣病の指摘を受けている人が男性で 38.8%、女性で 26.3%います。
- 健康状態が良い群では、運動習慣がある人が 43.8%います。

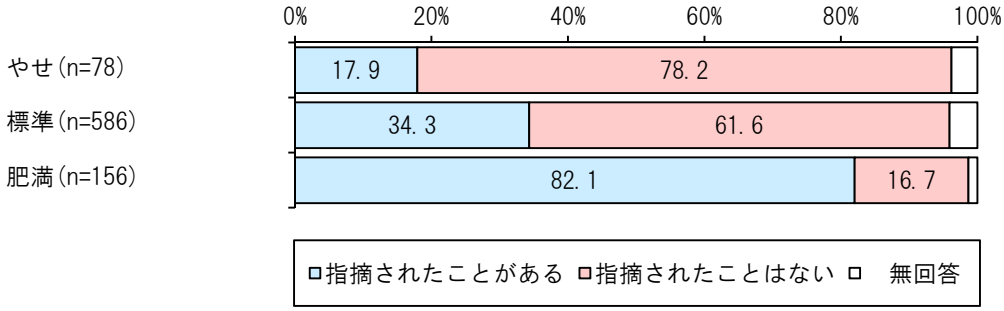
主観的健康観と実際の有病率には違いがあります。

○体格指数（ＢＭＩ）※1

【一般市民】



体格指数別の生活習慣病の指摘状況



- 成人男性では、すべての年代で、肥満者の割合が２割を超えています。
- 女性では、50 代から肥満者の割合が１割を超えています。一方、20 代ではやせている人の割合が２割を超えています。
- 肥満者では、生活習慣病の指摘を受ける割合が高くなっています。

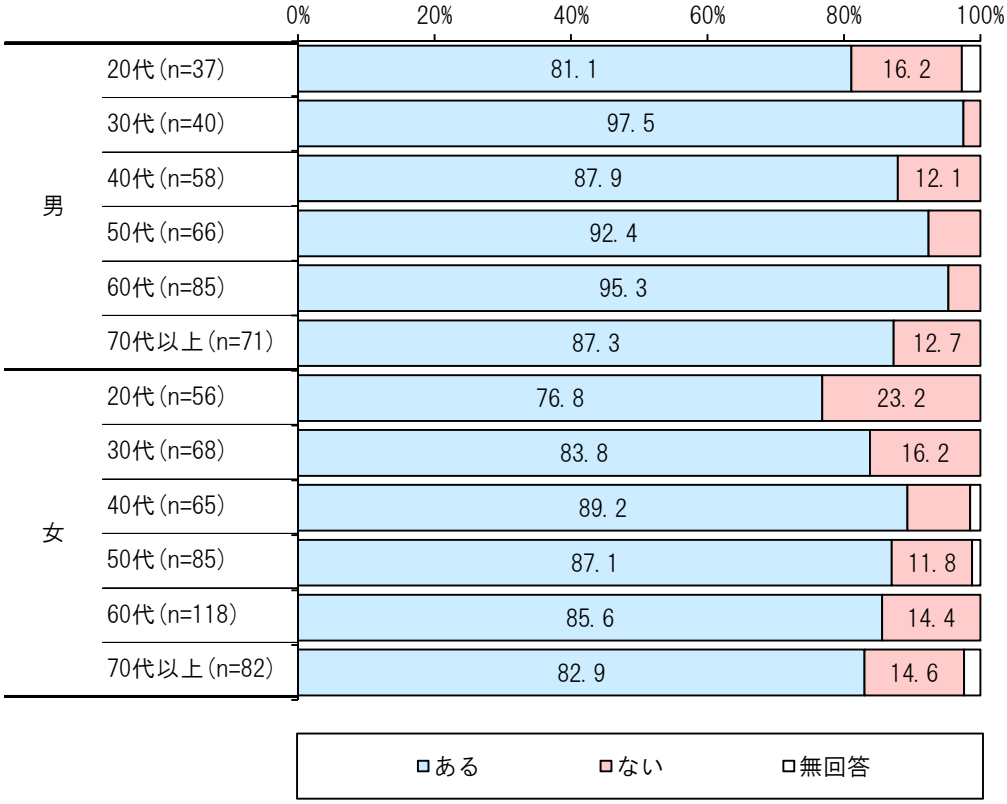
肥満対策が生活習慣病対策のベースになります。

※1　体格指数（ＢＭＩ）：体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）で算出され、肥満の判定に用いられる指数のこと。
ＢＭＩ＝22 が標準値とされ、標準から離れるほど有病率は高くなると言われている。

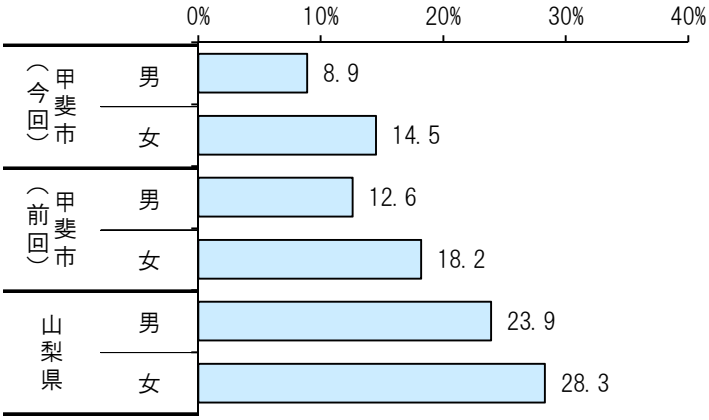
○健康診査の受診状況

問 13　あなたは、過去１年間に、健康診査を受けたことがありますか。（○は１つ）

【一般市民】



過去１年間に健康診査を受けていない人の割合



- 20 代における受診率が低くなっています。
- 健康診査を受けていない理由としては、男性では「痛みなどの自覚症状や特別な症状がないため」、女性では「仕事や家事が忙しいなど時間的制約のため」の割合が高くなっています。
- 男女ともに、県の調査結果※2の受診率よりも高くなっています。
- 男女ともに、前回調査結果※3の受診率よりも高くなっています。

※２　県の調査結果：平成 26 年度県民栄養調査（山梨県　福祉保健部）
以降、本章においては「県の調査結果」と表記する。

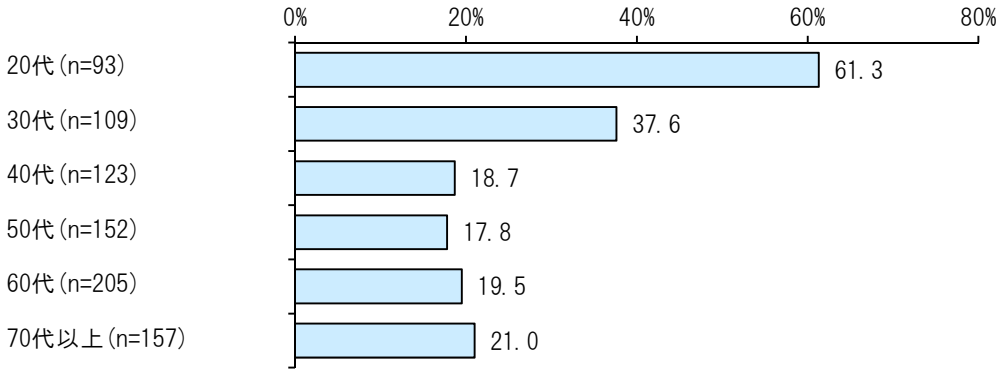
※３　前回調査結果：平成 24 年度甲斐市健康づくりに関するアンケート（甲斐市　福祉健康部　健康増進課）
以降、本章においては「前回調査結果」と表記する。

○がん検診の受診状況

問 14　各種がん検診のうち、過去１年間に、あなたが受診したものはありますか。（○はいくつでも）

がん検診をひとつも受けていない人の割合

【一般市民】

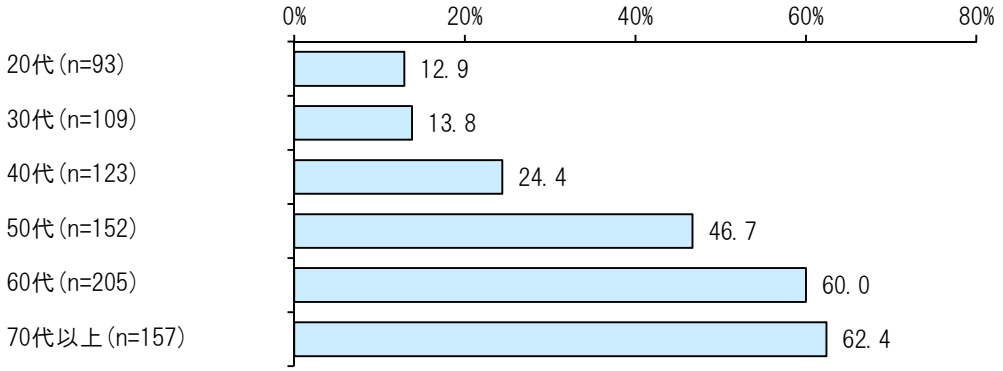


○生活習慣病の指摘状況

問 15　あなたはこれまでに医師から、次のような生活習慣病であると言われたことがありますか。（「～の気がある」、「～になりかけている」などのように言われた方も含みます。）（○はいくつでも）

生活習慣病の指摘を受けたことがある人の割合

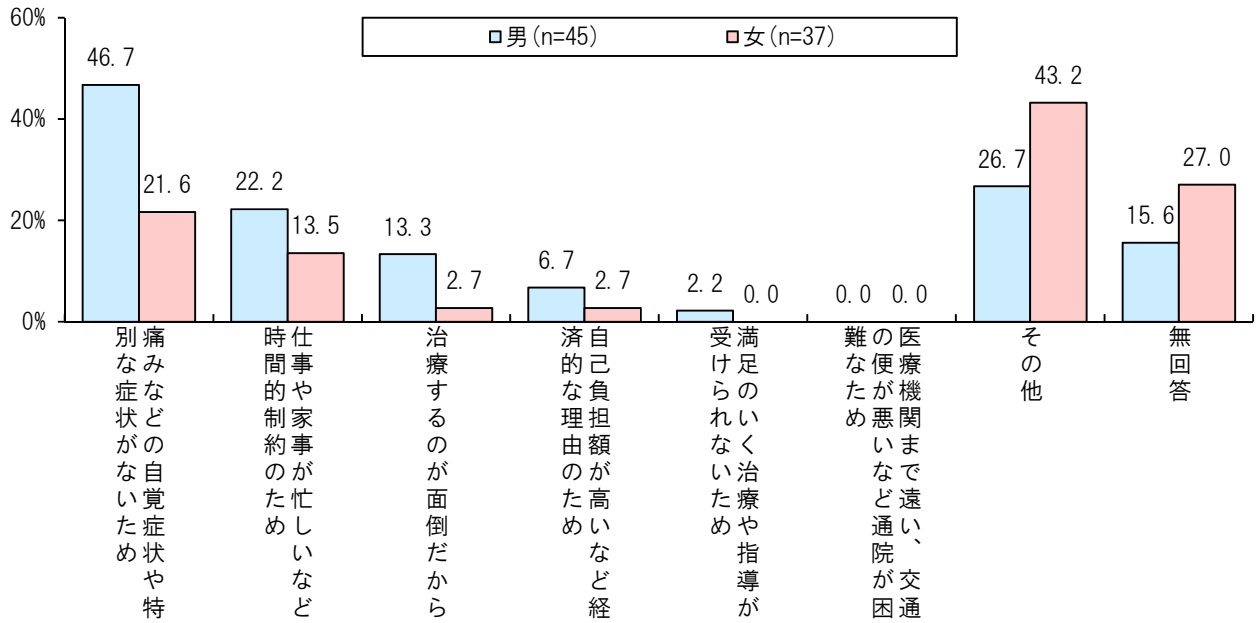
【一般市民】



- がん検診をひとつも受けていない人の割合が、20 代では６割、30 代では３割を超えて高くなっています。
- 生活習慣病の指摘を受けたことがある人の割合が、50 代では４割、60 代からは６割を超えて高くなっています。

○未治療の理由

問 15-2　治療を受けていない理由はなぜですか。（○はいくつでも）



● 生活習慣病が未治療の理由としては、男女ともに「痛みなどの自覚症状や特別な症状がないため」の割合が高くなっています。

若い世代の受診率の上昇が課題となります。
（早期発見・早期治療）

３　運動について

○１日の歩数平均

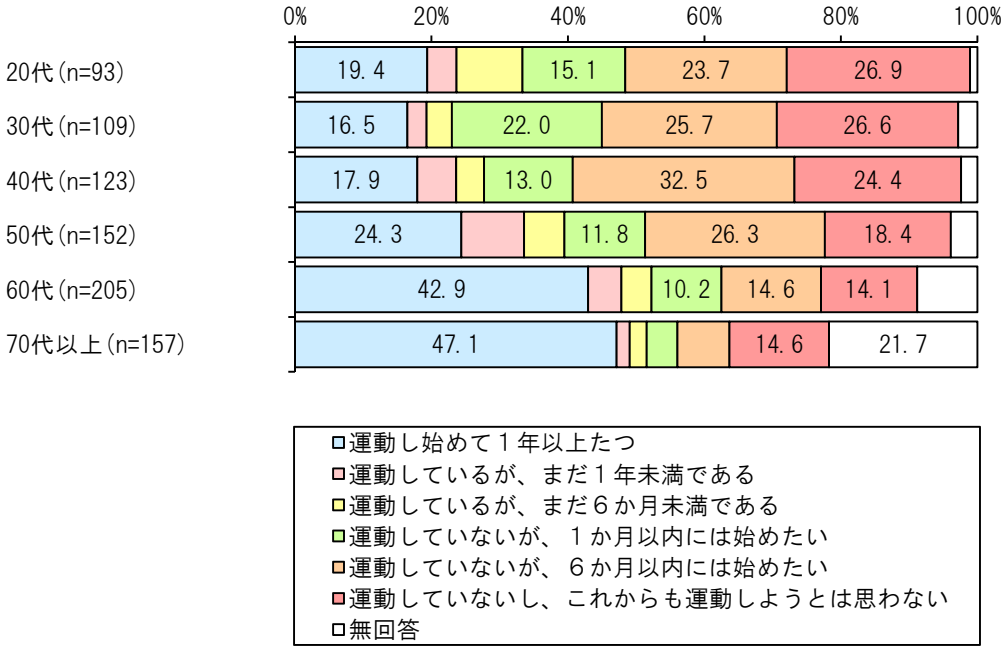
問 17　あなたは、１日に何分（または、何歩）位歩いていますか（通勤・通学を含む）。時間または歩数のいずれかを右づめで１マス１字で、数字で記入してください。

	男	女
甲斐市前回調査結果	4,891 歩	4,488 歩
甲斐市今回調査結果	5,624 歩	4,775 歩
参考）県の調査結果（20～64 歳）	7,882 歩	6,288 歩

○運動状況（１日 30 分以上を週２回以上）

問 18　あなたは、運動（１日 30 分以上を週２回以上）を行っていますか。または運動しようと思いますか。（○は１つ）

【一般市民】

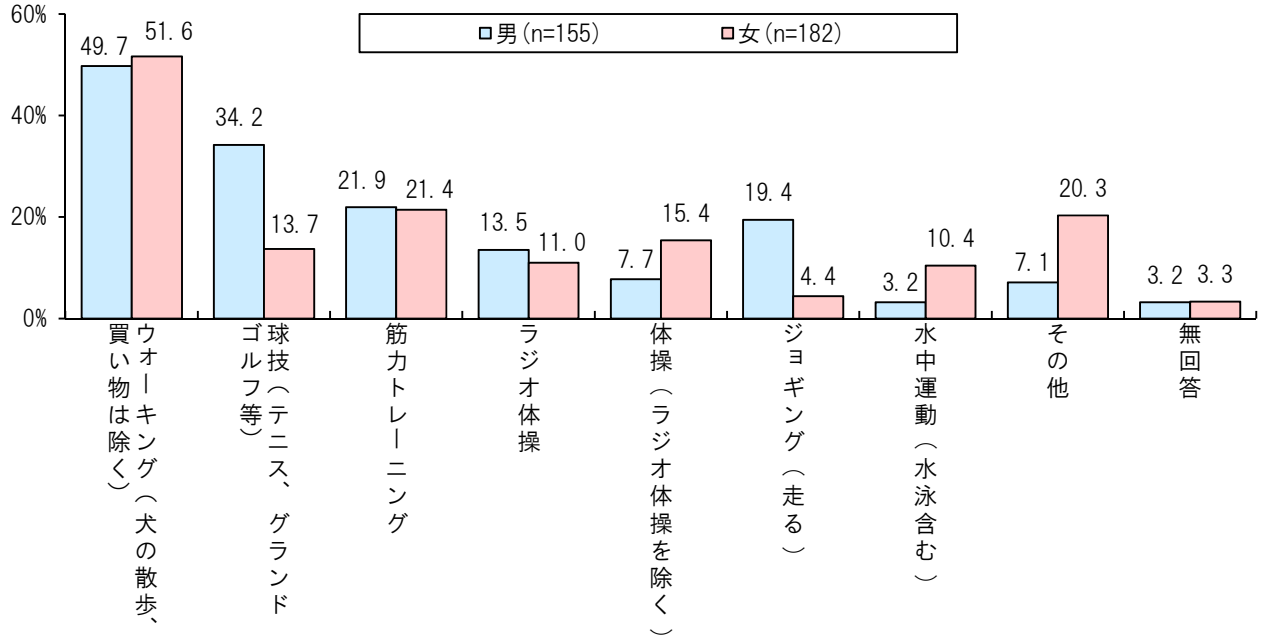


- 60 代から、運動習慣のある人の割合が５割を超え高くなっています。
- 20 代から 40 代では、「運動していないし、これからも運動しようとは思わない」人が２割以上となっています。

○行っている運動

問 18-3　あなたが行っている運動はどれですか。（○はいくつでも）

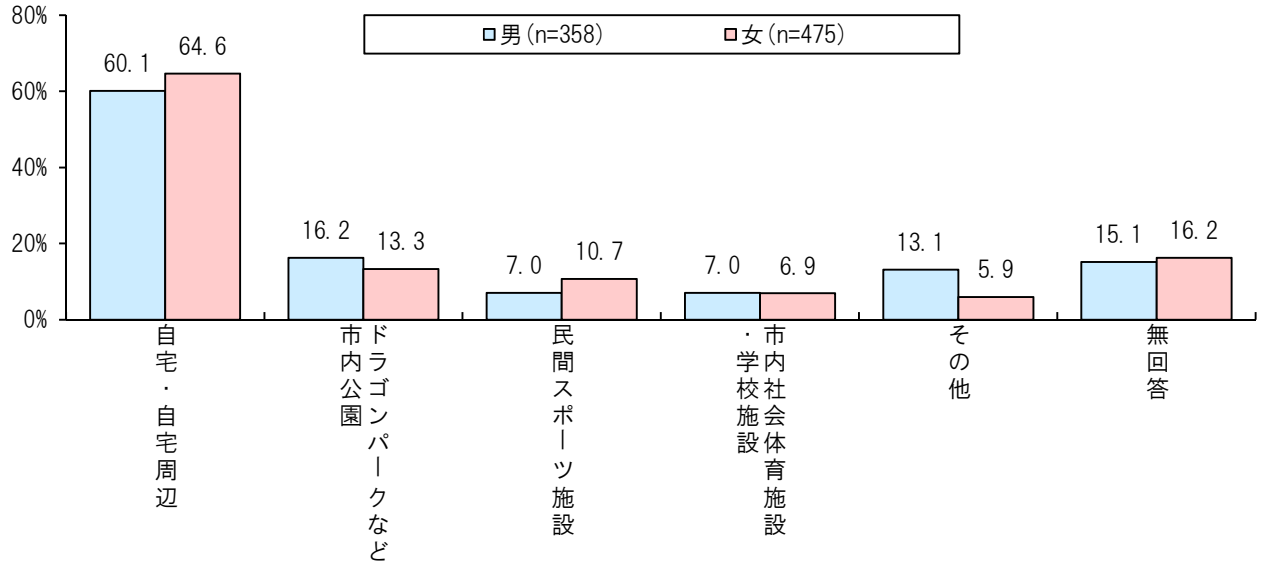
【一般市民】



○運動を行っている場所

問 20　あなたが運動を行っている場所（施設）はどこですか。（○はいくつでも）

【一般市民】



- 行っている運動は、男女ともに「ウォーキング」が約半数で最も高くなっています。
- 運動を行っている場所は、男女ともに「自宅・自宅周辺」が６割を超え最も高くなっています。

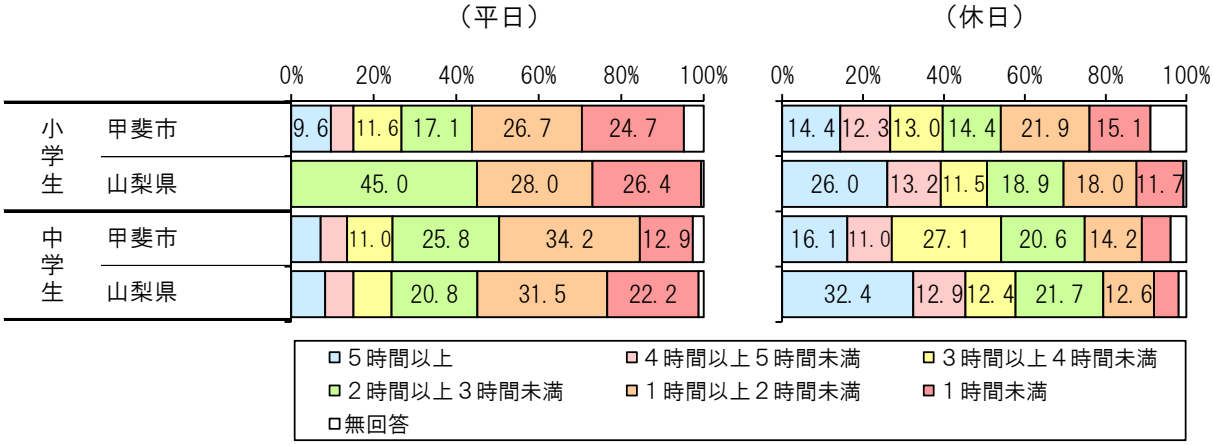
運動に対し意欲のない人をいかに減らしていくかが課題です。

４　電子機器の使用について

○１日あたりの電子機器を使用する時間

問 19　テレビを見たり、テレビゲームをしたり、コンピューター（携帯・スマートフォン含む）を使用する時間は１日に合計してどれくらいですか。平日と休日で分けてお答えください。日によって異なる場合は、おおよその平均時間をお答えください。（○はそれぞれ１つずつ）

【小中学生】



※甲斐市は小学校５年生、中学校２年生を対象としているが、
　山梨県は小学校４～６年生、中学校１～３年生を対象としている

- 小学生では、平日に５時間以上使用している割合が約１割で、県の調査結果に比べて高くなっています。
- 中学生では、休日に５時間以上使用している割合が１割台で、県の調査結果に比べて低くなっています。

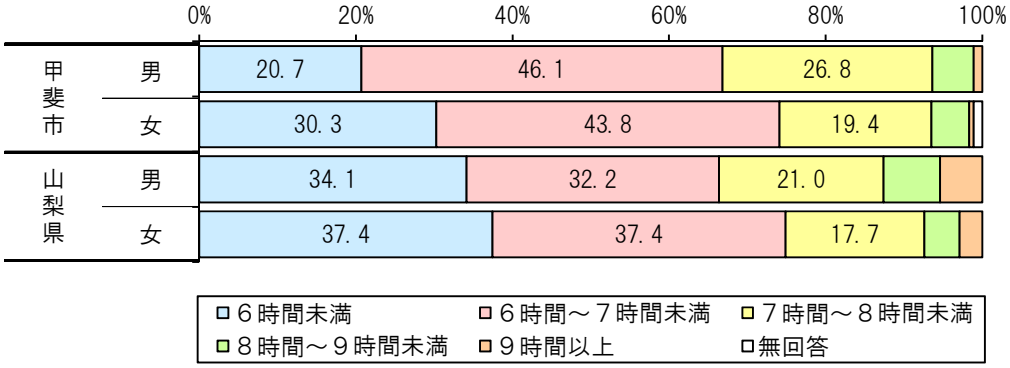
小学生の電子機器使用時間の短縮が課題です。

５　休養や心の健康について

○１日あたりの平均睡眠時間

問 23　あなたの１日の平均睡眠時間は、どれくらいですか。（○は１つ）

【一般市民】

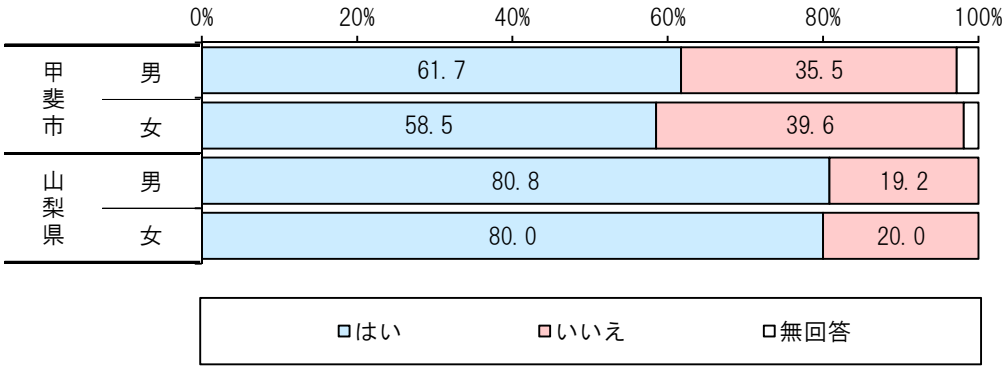


※山梨県は無回答を除いて割合を算出

○睡眠による十分な休養の取得の有無

問24　あなたは、睡眠によって十分な休養がとれていると思いますか。（○は１つ）

【一般市民】



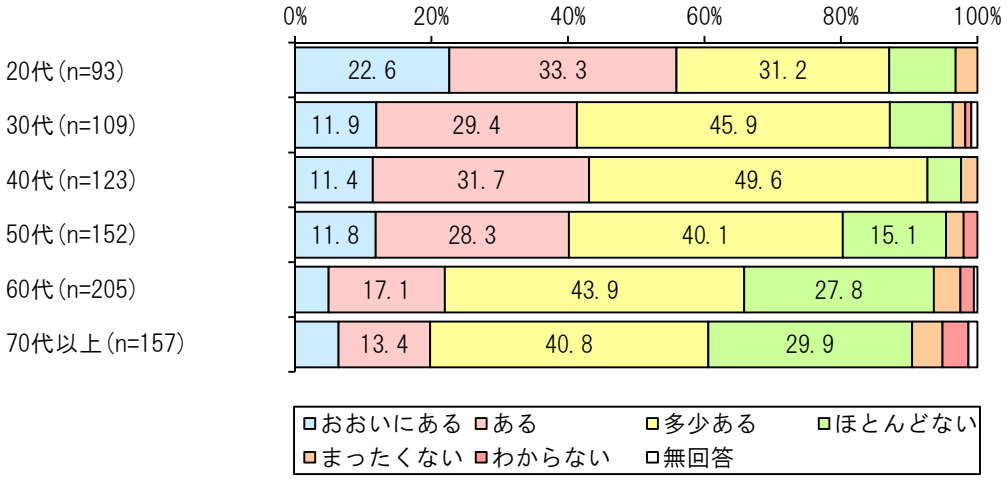
※山梨県は無回答を除いて割合を算出
※山梨県は「まあまあとれている」と「充分とれている」の合計を「はい」、
「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計を「いいえ」として換算している

- 睡眠時間が６時間未満の人の割合は、県の調査結果に比べて低くなっています。
- 睡眠によって十分な休養がとれていない人の割合は、県の調査結果に比べて高くなっています。

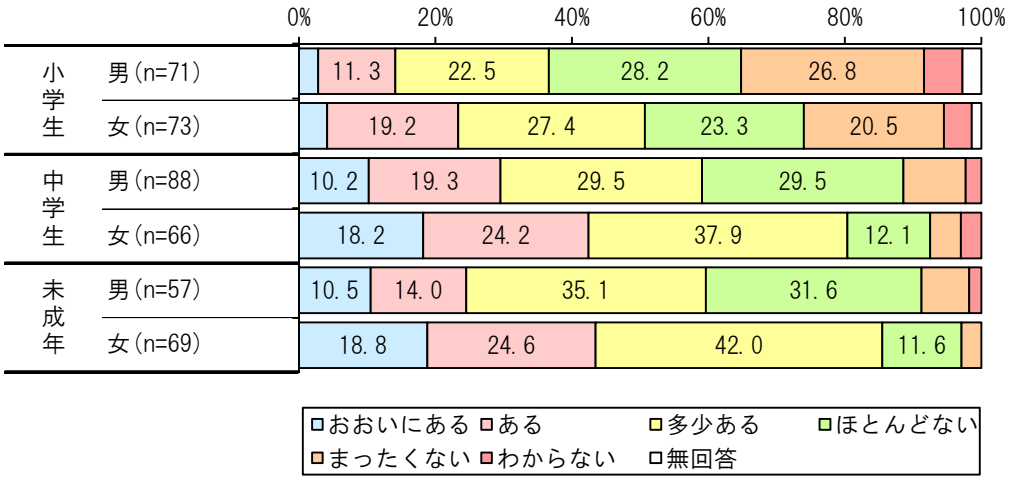
○ストレスの有無

一般市民	問 25　あなたは、現在、ストレスはありますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 12　現在不安に思うことやストレスを感じることはありますか。（○は１つ）

【一般市民】



【小中学生・未成年】



- ストレスが「おおいにある」と「ある」を合わせたストレスがある群が、20 代では半数を超えています。
- 小中学生・未成年では、男性に比べ、女性の方がストレスがある割合が高くなっています。

○ストレスの原因

一般市民	問 25-1　ストレスの原因は、どういう理由だと思いますか。（○はいくつでも）
小中学生・未成年	問 12-1　不安やストレスの原因は何ですか。（○はいくつでも）
未就園児・就園就学児保護者	問 14-1　あなたの子育てに関する不安やストレスの原因はどんな内容ですか。（○はいくつでも）

	1位	2位	3位
20代	仕事のこと 75.3%	経済的なこと 30.9%	家庭のこと 27.2%
30代	仕事のこと 66.3%	家庭のこと 38.9%	人間関係のこと 23.2%
40代	仕事のこと 73.7%	家庭のこと 37.7%	人間関係のこと 30.7%
50代	仕事のこと 76.2%	経済的なこと 35.2%	人間関係のこと 32.8%
60代	仕事のこと 42.2%	健康や病気のこと 28.9%	人間関係のこと 24.4%
70代以上	健康や病気のこと 40.0%	家庭のこと 35.8%	経済的なこと 17.9%
小中学生・未成年	勉強のこと 62.6%	友達のこと 37.4%	課外活動やクラブ活動のこと 23.0%
保護者	経済面 42.8%	学校・保育園・幼稚園生活 16.9%	周りの子との違い 16.4%

- ストレスの原因は、20代では「仕事のこと」に次いで、「経済的なこと」「家庭のこと」の割合が高くなっています。
- 小中学生・未成年では、「勉強のこと」に次いで、「友達のこと」の割合が高くなっています。
- 保護者では、子の年齢にかかわらず、「経済面」の割合が高くなっています。
- 子の年齢が５歳と７歳の保護者では、「周りの子との違い」の割合が２割を超えています。

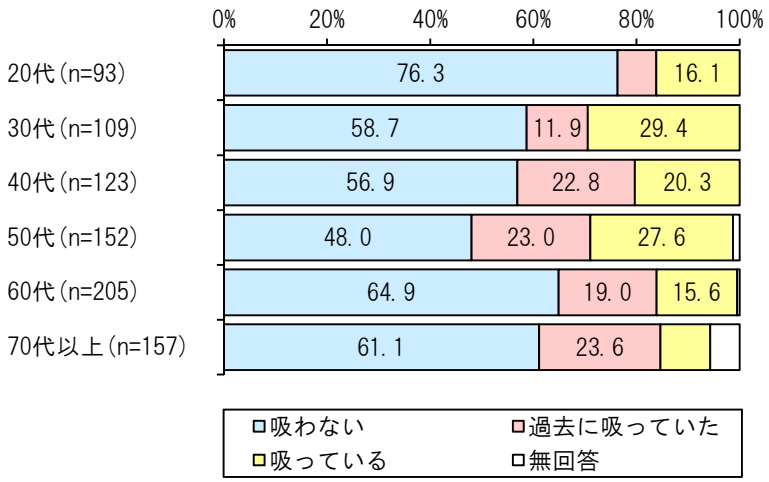
若い世代に対するストレス対策が課題です。

６　たばこについて

○喫煙状況

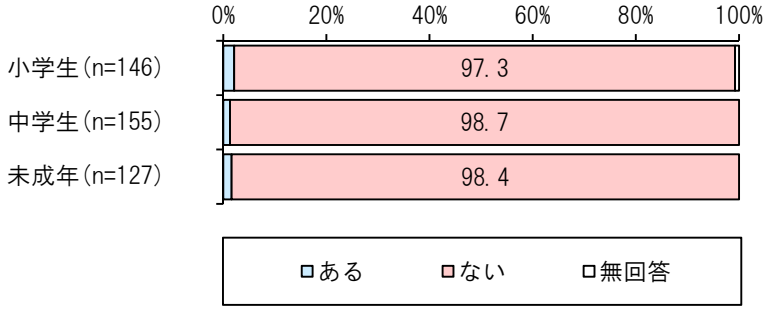
一般市民	問 28　あなたは、たばこを吸いますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 43　今までにたばこを吸ったことがありますか。（○は１つ）
未就園児･就園就学児保護者	問 28　あなたの家庭内（お子さんのいる場所）でたばこを吸う人は誰ですか。（○はそれぞれ１つずつ）

【一般市民】



- 30 代と 50 代で、喫煙率が約３割と高くなっています。
- 子の年齢が２歳の保護者では、父親の喫煙率が約６割となっています。
- 小中学生・未成年では、どの世代でも喫煙したことがあると答えています。

【小中学生・未成年】



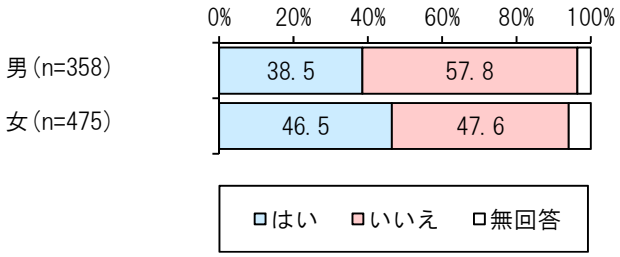
【未就園児・就園就学児保護者】

子の年齢	調査数	父親の喫煙率
０歳	2	0.0%
１歳	29	37.9%
２歳	22	59.1%
３歳	23	30.4%
４歳	1	0.0%
５歳	61	50.8%
６歳	19	31.6%
７歳	84	34.5%
８歳	50	48.0%

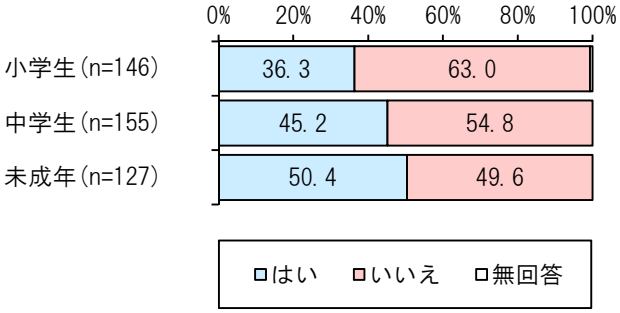
○過去１か月間における受動喫煙による不快な経験の有無

一般市民	問 29　あなたは、この１か月間に、自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）で不快な思いをしましたか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 46　この１か月間に、自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）で不快な思いをしましたか。（○は１つ）

【一般市民】



【小中学生・未成年】



○受動喫煙による不快な経験をした場所

一般市民	問 29-１　それはどのような場所ですか。（○はいくつでも）
小中学生・未成年	問 46-１　それはどのような場所ですか。（○はいくつでも）

	１位	２位	３位
一般市民	飲食店 50.5%	路上 28.8%	職場 26.4%
小中学生・未成年	家庭 41.2%	路上 40.1%	飲食店 31.0%

- 受動喫煙により不快な経験をした割合は、成人男性で 38.5%と約４割、成人女性では 46.5%と４割を超えています。
- 受動喫煙により不快な経験をした場所は、成人では「飲食店」が５割を超え、次いで「路上」「職場」「家庭」の割合が高くなっています。
- 小中学生・未成年では、「家庭」と「路上」が４割を超えて高くなっています。

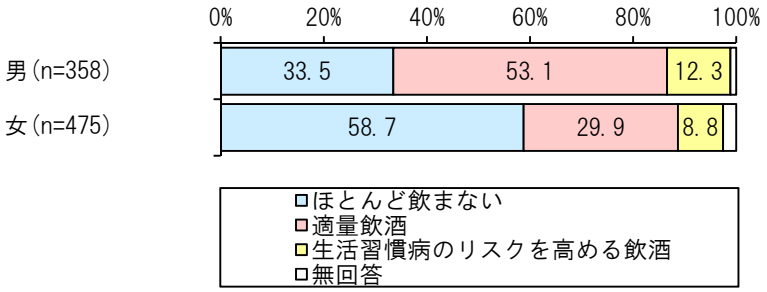
若い世代（子育て世代）に対する禁煙対策・受動喫煙防止対策が課題です。
また、未成年の喫煙ゼロ対策が必要です。

7　お酒について

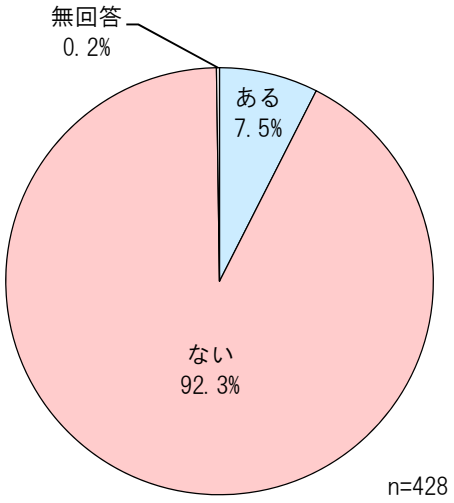
○飲酒状況

一般市民	問 31　あなたは、酒･ビールなどのアルコールを飲みますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 40　過去 30 日以内に、お酒を１口でも飲んだことがありますか。（○は１つ）

【一般市民】



【小中学生・未成年】



- 男性では 12.3%、女性では 8.8%が、生活習慣病のリスクを高める飲酒※4をしています。
- 周囲に飲酒をすすめられた経験のある未成年は、約１割となっています。

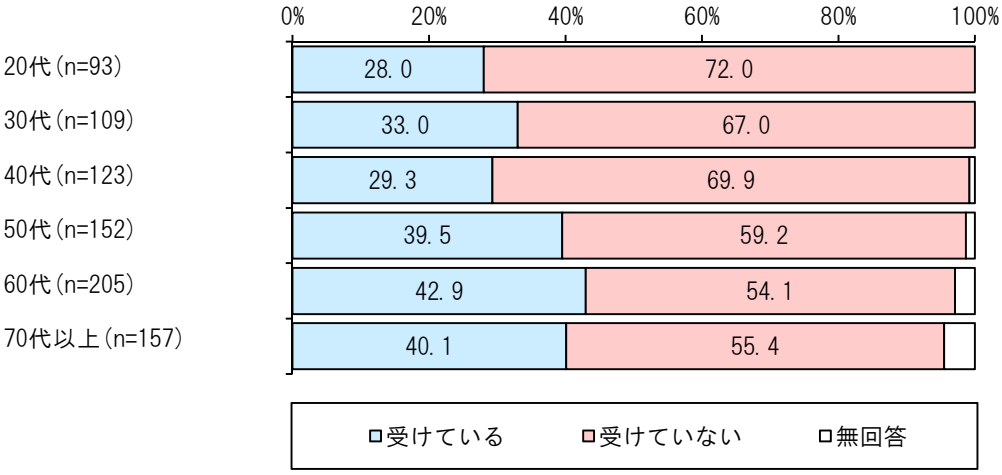
適正飲酒量の啓発活動が課題です。
また、未成年の飲酒ゼロ対策が必要です。

8　歯の健康について

○歯科医の定期的な受診の有無

問 34　あなたは、定期的に歯科医の健診を受けていますか。（○は１つ）

【一般市民】



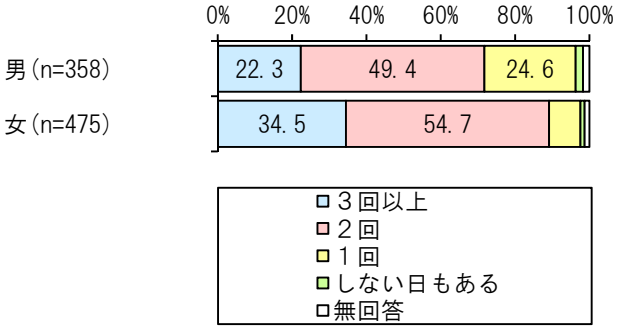
- 20 代から 40 代では、定期的に歯科健診を受けていない人が７割前後と高くなっています。

※４　生活習慣病のリスクを高める飲酒量：健康日本 21（第２次）では、「１日の平均純アルコール摂取量を男性で 40g、女性で 20g 以上」と定義し、その割合の減少を目標項目としている。

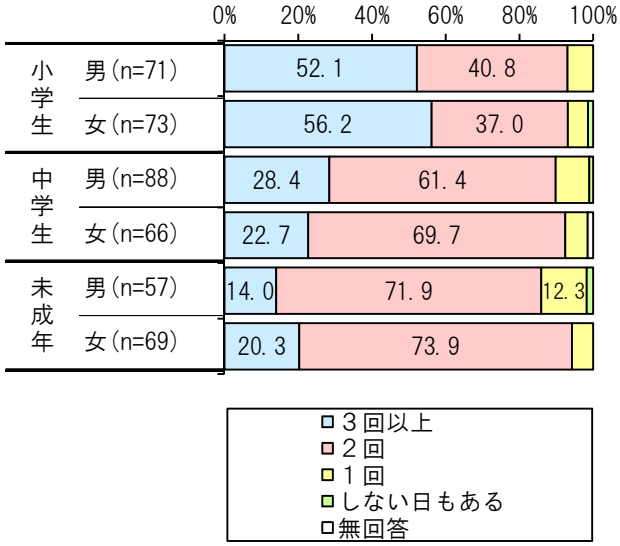
○１日あたりの歯磨きの回数

一般市民	問 32　あなたは、１日何回歯磨きをしますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 10　１日何回歯磨きをしていますか。（○は１つ）

【一般市民】

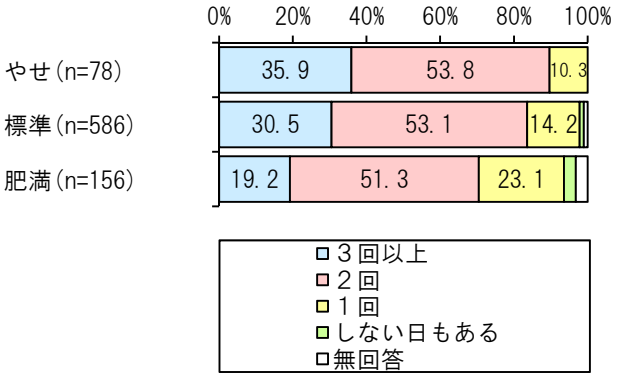


【小中学生・未成年】



体格指数別の１日あたりの歯磨きの回数

【一般市民】

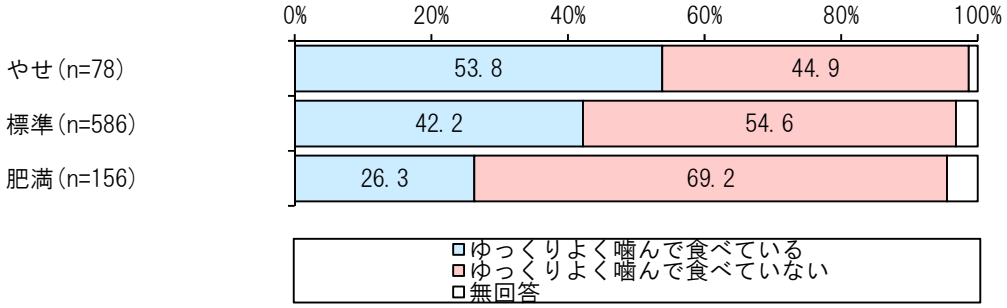


- 男性では、約４人に１人が、１日の歯磨きの回数が１回以下となっています。
- 肥満者では、１日の歯磨きの回数が１回以下の人の割合が２割を超えて高くなっています。

○ゆっくりよく噛んで食事をするか

一般市民	問 54　あなたは、ゆっくりよく噛んで食事をしていますか。（○は１つ）

【一般市民】



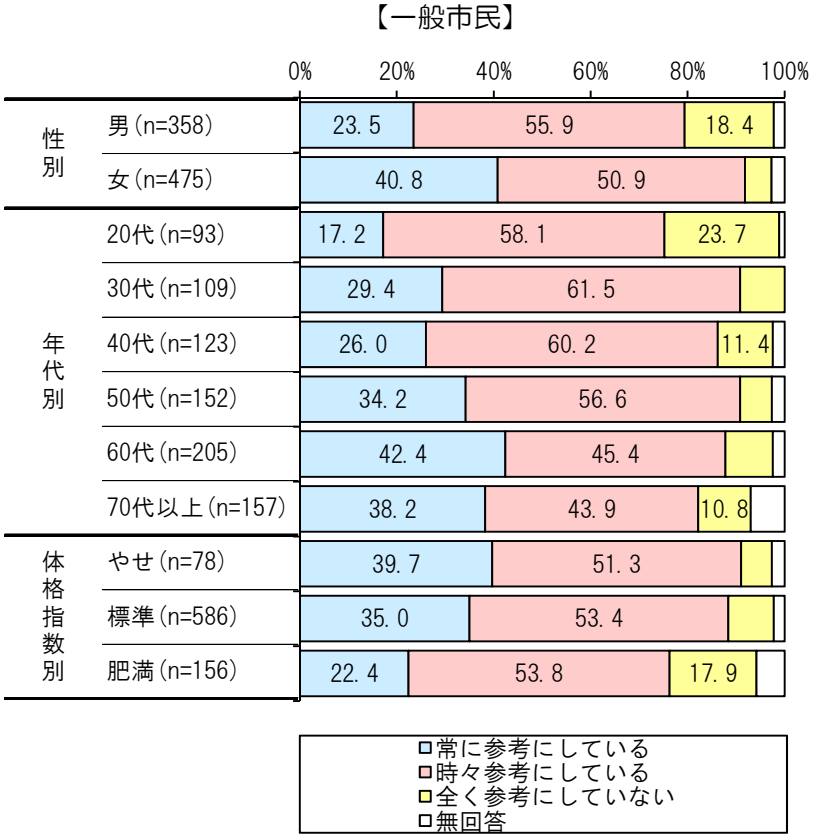
- 肥満者では、ゆっくりよく噛んで食べていない人が約７割と高くなっています。

１日２回以上の歯磨き習慣の啓発が必要です。
また、「よく噛む」習慣づけが、肥満予防に繋がる可能性があります。

９　栄養・食生活について

○食品表示の参考状況

問 40　あなたは、食品を購入する際に食品表示を参考にしますか。（○は１つ）



- 食品表示を常に参考にしている人の割合は、女性は 40.8%であるのに対し、男性では 23.5%と低くなっています。
- 20 代では、食品表示を全く参考にしていない人が２割を超え、高くなっています。
- 肥満者では、食品表示を常に参考にしている人が 22.4%と低くなっています。
- 食品を購入する際に意識するものは、20 代では「価格」、30 代から 40 代では「産地」、50 代以上では「賞味（消費）期限」の割合がそれぞれ最も高くなっています。

○食品を購入する際に意識するもの

問40-１　食品を購入する際に何を意識しますか。（○はいくつでも）

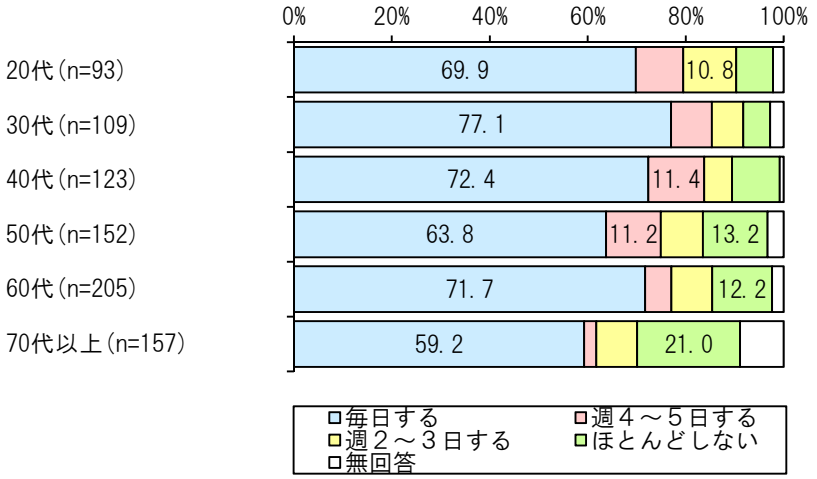
	１位	２位	３位
20 代	価格 72.9%	賞味（消費）期限 70.0%	産地 65.7%
30 代	産地 83.8%	賞味（消費）期限 75.8%	価格 71.7%
40 代	産地 80.2%	鮮度 77.4%	賞味（消費）期限 72.6%
50 代	賞味（消費）期限 79.7%	産地 73.2%	鮮度 71.0%
60 代	賞味（消費）期限 80.0%	産地 78.9%	鮮度 75.0%
70 代以上	賞味（消費）期限 77.5%	産地 71.3%	価格 51.2%

食品表示を参考にすることが、肥満予防に繋がる可能性があります。

○１日１回以上の家族や友人との食事頻度

問55　あなたは、１日１回以上、家族や友人と食事をしますか。（○は１つ）

【一般市民】

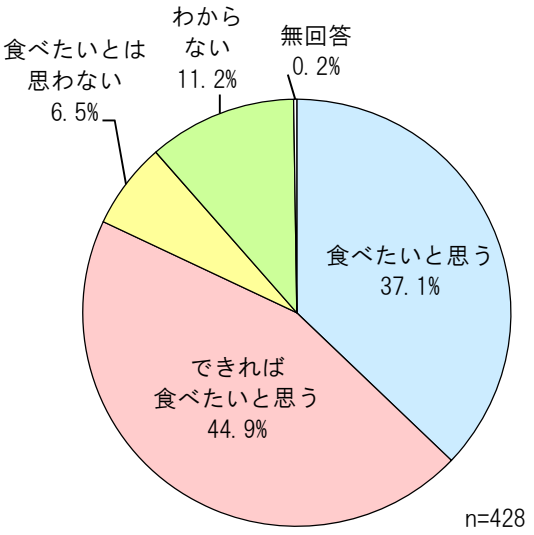


● 70 代以上では、孤食の傾向にある人の割合が約２割と高くなっています。

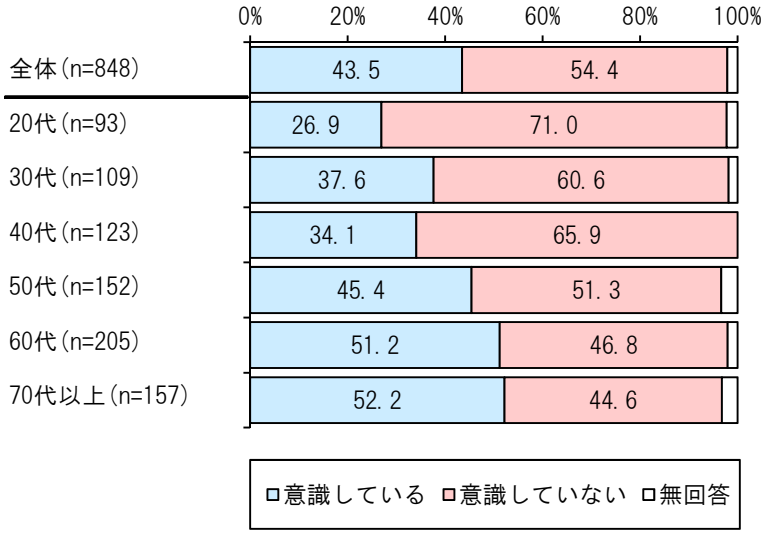
○地元農産物の消費意向

小中学生・未成年	問 39　できるだけ地元（甲斐市産、山梨県産）の食材を食べたいと思いますか。（○は１つ）
一般市民	問 43　あなたは、地元（甲斐市産、山梨県産）農産物を意識して購入していますか。（○はいくつでも）

【小中学生・未成年】



【一般市民】



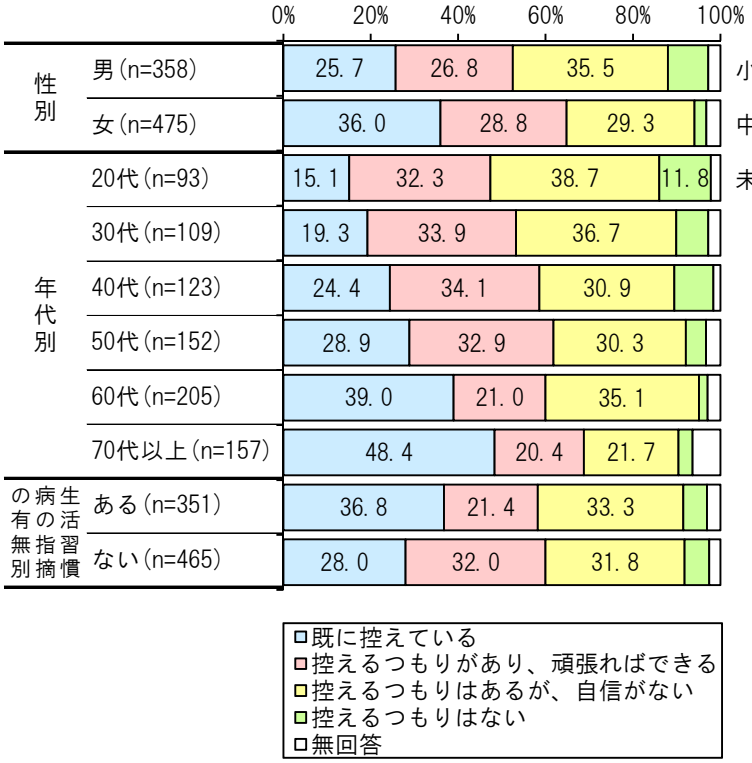
● 地元農産物を食べたいと思う小中学生・未成年の割合は８割を超え高くなっています。
● 実際に地元農産物を意識して購入している人の割合は４割台半ばと低くなっています。
● 年代が上がるにつれて、地元農産物を意識して購入している人の割合は高くなる傾向にあります。

地元農産物の購入意欲を、実際の購入に結び付けていくことが課題です。

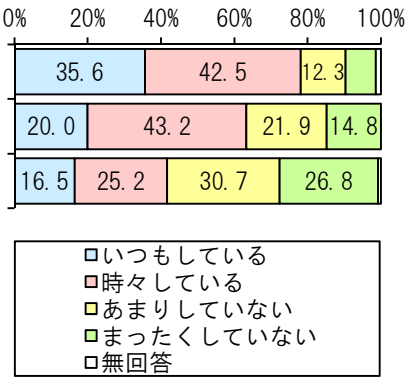
○食塩の多い料理の制限意向

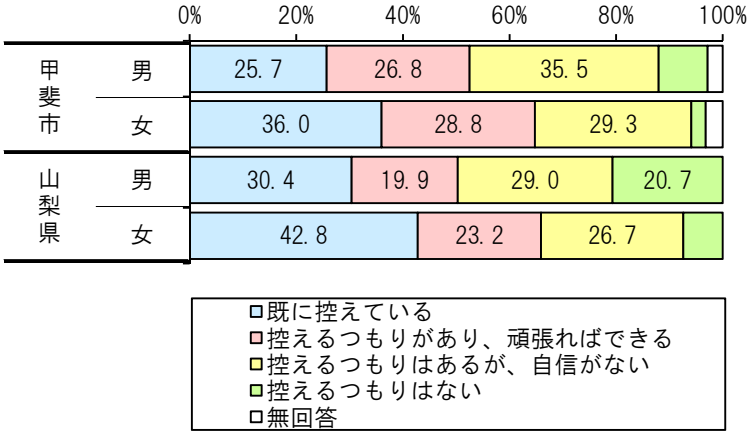
一般市民	問 47　あなたは、食塩の多い料理を控えていますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 33　日ごろから、塩分を取り過ぎないように気をつけていますか。（○は１つ）

【一般市民】



【小中学生・未成年】





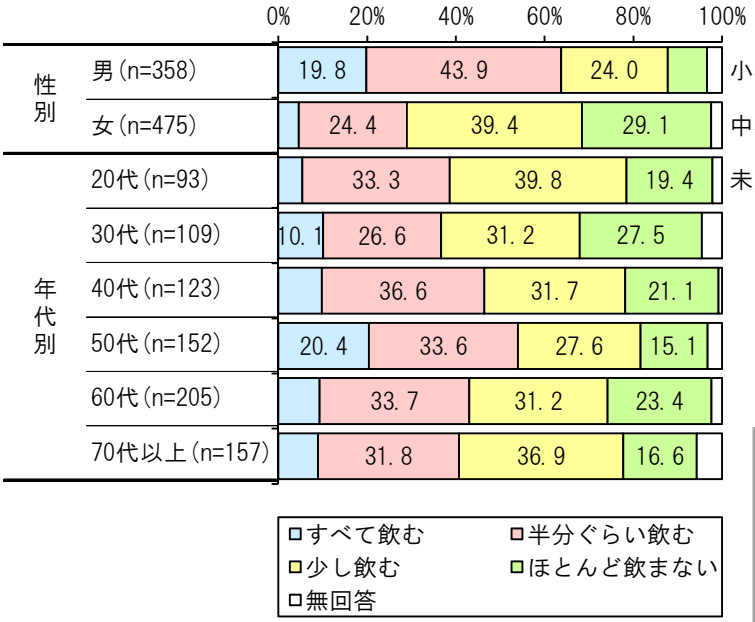
※山梨県は無回答を除いて割合を算出

- 食塩の多い料理の制限意向は、男性に比べ、女性の方が既に控えている人の割合が高くなっています。
- 県の調査に比べ、甲斐市の方が男女ともに、既に控えている人の割合が低くなっています。
  （男性：甲斐市　25.7%
  　　県　　30.4%
  　女性：甲斐市　36.0%
  　　県　　42.8%）
- 70 代以上では、既に控えている人の割合が約５割となっています。
- 生活習慣病の指摘を受けたことがある人では、既に控えている人の割合が３割を超え、生活習慣病の指摘を受けたことがない人に比べて高くなっています。

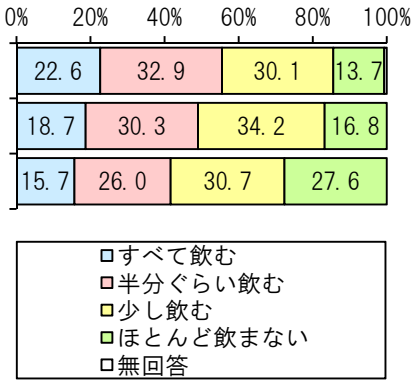
○麺類の汁を飲むか

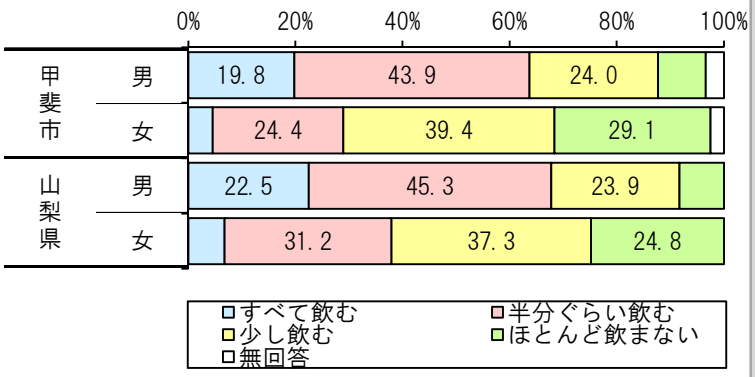
一般市民	問 49　あなたは、麺類の汁を飲みますか。（○は１つ）
小中学生・未成年	問 35　麺類の汁を飲みますか。（○は１つ）

【一般市民】



【小中学生・未成年】





※山梨県は無回答を除いて割合を算出

- 麺類の汁を半分以上飲む人の割合は、男性では、女性の約２倍となっています。
- 小中学生では麺類の汁を半分以上飲む人の割合が高く、５割前後となっています。
- 県の調査と比べ、甲斐市の方が男女ともに、麺類の汁を半分以上飲む人の割合が低くなっています。

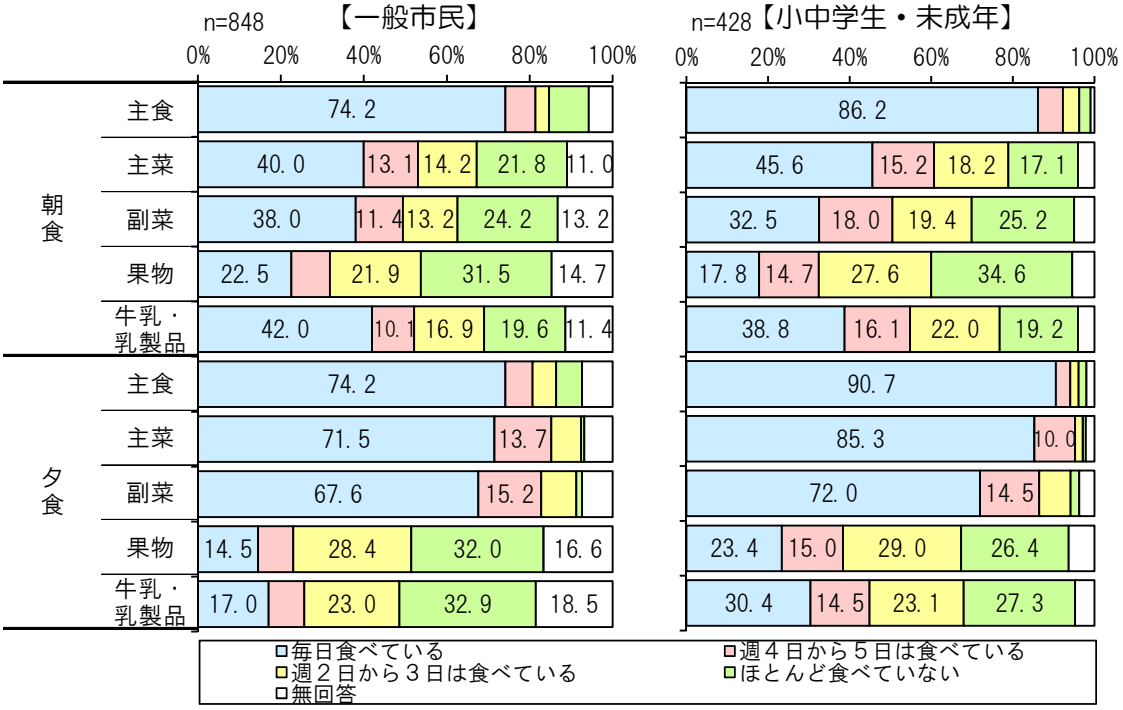
（男性：甲斐市　63.7%
　　県　　67.8%
　女性：甲斐市　29.0%
　　県　　38.0%）

生活習慣病（高血圧・ＣＫＤ（慢性腎臓病）※5）予防のための、減塩の意識づけが必要です。

※５　ＣＫＤ（慢性腎臓病）：腎臓の働きが３か月以上弱っていたり（糸球体濾過量 60mℓ/分未満）、タンパク尿が３か月以上続いていたりする状態を言う。

○朝食・夕食の摂取状況

一般市民	問 45　あなたは、朝食・昼食・夕食それぞれにおいて、主食（ごはん、パン、めん類等）、主菜（肉、魚、卵、とうふ等を使用したおかず）、副菜（野菜、海そう等を使用したおかず）、果物、牛乳・乳製品を食べていますか。朝食・昼食・夕食それぞれのことについてお答えください。（○はそれぞれ１つずつ）
小中学生・未成年	問 24　朝食・昼食・夕食それぞれにおいて、主食（ごはん、パン、めん類等）、主菜（肉、魚、卵、とうふ等を使用したおかず）、副菜（野菜、海そう等を使用したおかず）、果物、牛乳・乳製品を食べていますか。朝食・昼食・夕食それぞれのことについてお答えください。（○はそれぞれ１つずつ）



朝食で、主食・主菜・副菜を毎日食べている人の割合

	主食	主菜	副菜
20 代	57.0%	19.4%	15.1%
30 代	76.1%	36.7%	28.4%
40 代	72.4%	34.1%	24.4%
50 代	68.4%	35.5%	30.3%
60 代	78.0%	49.3%	53.7%
70 代以上	84.1%	51.6%	55.4%

- 朝食において、主食・主菜・副菜が揃っていない傾向にあります。
- 20 代では、朝食において、主食を毎日食べている人の割合が 57.0%、主菜を毎日食べている人の割合が 19.4%、副菜を毎日食べている人の割合が 15.1%と、いずれも他の年代に比べて最も低くなっています。
- 成人では、主菜を毎日食べている人の割合が昼食で 46.0%、夕食で 71.5%と、小中学生・未成年では昼食・夕食ともに８割を超えているのに比べ、低くなっています。

20 代からの栄養バランスが整った食事への配慮の習慣づけが課題です。

10　健康・食育に関する施策について

○健康と食に関する情報の入手経路

問 58　あなたは、健康と食に関する情報をどこで収集しますか。（○はいくつでも）

	1 位	2 位	3 位
男	テレビ 65.4%	家族 43.3%	新聞 34.9%
女	テレビ 77.1%	知人・友人 40.0%	雑誌 37.7%
20 代	テレビ 59.1%	インターネット 58.1%	家族 36.6%
30 代	テレビ 68.8%	インターネット 56.0%	家族 33.0%
40 代	テレビ 78.0%	インターネット 43.9%	家族 35.8%
50 代	テレビ 75.0%	新聞 38.8%	インターネット 36.2%
60 代	テレビ 76.1%	新聞 46.8%	知人・友人 42.0%
70 代以上	テレビ 68.8%	新聞 38.2%	家族 37.6%

- 男性・女性ともに、テレビによって情報を入手している人の割合が6割を超え、最も高くなっています。
- 男性では、家族が 43.3%と、女性に比べて高くなっています。
- 女性では、知人・友人が 40.0%と、男性に比べて高くなっています。
- 20 代から 30 代では、インターネットが5割を超えて高くなっています。

性別・年代に応じた情報発信が必要です。

○甲斐市が実施するのが望ましい事業・参加したい事業

一般市民	問 59　あなたが、健康や食育を推進するために甲斐市で実施するのが望ましいと思う事業は何ですか。また、参加したいと思う事業は何ですか。（○はそれぞれいくつでも）
未就園児・就園就学児保護者	問 52　あなたが、子どもの健康や食育を推進するために甲斐市で実施するのが望ましいと思う事業は何ですか。また、参加したい事業は何ですか。（○はそれぞれいくつでも）

望ましい事業

	1位	2位	3位
男	食に関する教室（体験教室、料理教室など） 38.3%	スポーツに関するイベント・講演会 35.5% スポーツに関する教室 35.5%	
女	食に関する教室（体験教室、料理教室など） 46.3%	食に関するイベント・講演会 46.1%	心の健康に関する教室（リラクゼーション教室、ストレス解消法など） 43.4%
保護者	食に関する教室（体験教室、料理教室など） 56.7%	食に関するイベント・講演会 49.0%	農業体験 48.7%

参加したい事業

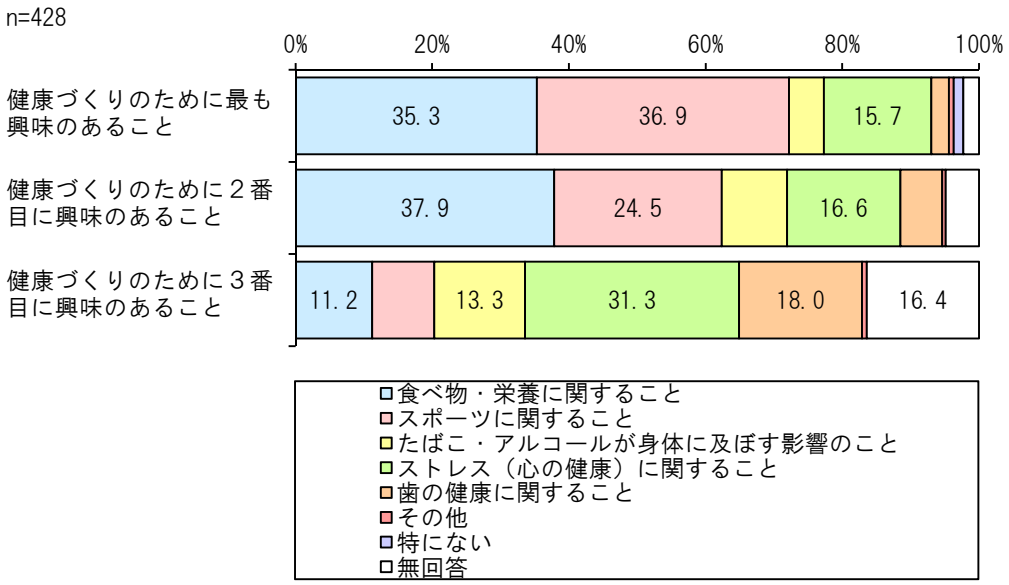
	1位	2位	3位
男	スポーツに関する教室 19.3%	スポーツに関するイベント・講演会 18.2%	心の健康に関する教室（リラクゼーション教室、ストレス解消法など） 14.8%
女	食に関する教室（体験教室、料理教室など） 30.3%	心の健康に関する教室（リラクゼーション教室、ストレス解消法など） 28.4%	スポーツに関する教室 24.8%
保護者	食に関する教室（体験教室、料理教室など） 48.3%	スポーツに関する教室 36.3%	農業体験 35.7%

- 食に関する事業への興味関心が高くなっています。
- 成人男性では、望ましい事業においては「食に関する教室（体験教室、料理教室など）」が１位である一方、参加したい事業においては「スポーツに関する教室」が１位となっています。
- 保護者では、望ましい事業・参加したい事業ともに「農業体験」が３位となっています。

○健康づくりのために興味のあること

問 47　健康づくりのために興味があることは何ですか。興味のある順に、１位から３位までを選んで、記入してください。

【小中学生・未成年】



● 「食べ物・栄養に関すること」への興味関心が高くなっています。

ニーズにあった支援体制の整備が必要です。

第５章　第２次健康増進計画・食育推進計画の指標の評価

第１節　第２次健康増進計画

１　全体の目標達成状況

第２次健康増進計画策定時の現状値や目標値と現在の実績値（評価値）とを比較し、それぞれの達成状況からＡ～Ｅの５段階評価を行いました。

【判定結果】

A	評価値が目標を達成している項目	15 項目（27.3%）
B	目標値には達していないが、改善されている項目	20 項目（36.3%）
C	目標値に達しておらず、ほとんど変化がない項目	14 項目（25.5%）
D	第２次健康増進計画策定時より悪化している項目	６項目（10.9%）
E	評価不能	０項目（ 0.0%）

第２次健康増進計画全体でみると、「Ａ　評価値が目標を達成している項目」と「Ｂ　目標値には達していないが、改善されている項目」を合わせると 35 項目（63.6%）となり、全体の約６割で改善が認められます。

２　ライフステージ別の達成状況

第２次健康増進計画の５つのライフステージ別の達成状況は、次のとおりです。

（１）　乳幼児期（０～６歳）

乳幼児期の指標は全７項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「保護者への食育情報の発信回数」「う歯のない幼児の割合」「乳幼児健診の受診率（１歳６か月）」「乳幼児健診の受診率（３歳）」の４項目です。残り３項目はＢ判定となり、すべての項目において改善がみられました。

（２）　就学期（７～15 歳）

就学期の指標は全 12 項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「子どもや親子の料理教室の実施回数」「喫煙、飲酒、薬物などの防止教育回数」「学校が楽しい子どもの割合（中学生）」の３項目です。Ａ判定とＢ判定を合わせると６項目となり、就学期の指標の５割で改善がみられます。一方、「子育てに関する学習会実施回数」「飲酒している子どもの割合」は前回より悪化しています。

（3）　盛年期（16～34 歳）

盛年期の指標は全 12 項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「協力企業の数（食育に関するパンフレットを置いてくれている企業の数）」「協力企業の数（ストレス解消に関するパンフレットを置いてくれている企業の数）」の２項目です。Ａ判定とＢ判定を合わせると８項目となり、６割台半ばで改善傾向がみられます。一方、前回より悪化している項目はみられませんが、「適正体重に合った食事量を知っている人の割合」「市で実施するがん検診の受診者の割合（胃がん）」「市で実施するがん検診の受診者の割合（子宮がん）」「市で実施するがん検診の受診者の割合（肺がん）」の４項目は、前回からほぼ変化がみられませんでした。

（4）　壮年期（35～64 歳）

壮年期の指標は全８項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「協力企業の数（ストレス解消に関するパンフレットを置いてくれている企業の数）」「要精検者に対する受診勧奨を行った割合」の２項目です。Ａ判定とＢ判定を合わせると５項目となり、約６割で改善がみられます。一方、「自分なりのストレス解消法がある人の割合」は前回より悪化しています。

（5）　高齢期（65 歳以上）

高齢期の指標は全９項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「いきいきサロンの参加延人数」「高齢者向けの歯科健康相談会の実施数」の２項目となっています。Ａ判定とＢ判定を合わせると５項目となり、５割台半ばで改善がみられます。一方、「老人クラブの加入人数」「食事バランスガイドの認知割合」「楽しみや趣味のある人の割合」の３項目は前回より悪化しています。

第２節　食育推進計画

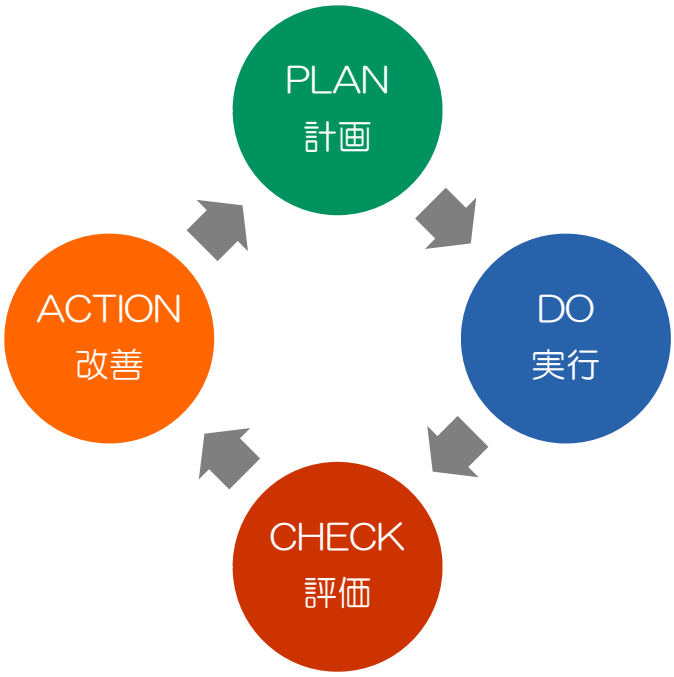
１　全体の目標達成状況

食育推進計画策定時の現状値や目標値と現在の実績値（評価値）とを比較し、それぞれの達成状況からＡ～Ｅの５段階評価を行いました。

【判定結果】

A	評価値が目標を達成している項目	５項目（21.7%）
B	目標値には達していないが、改善されている項目	６項目（26.1%）
C	目標値に達しておらず、ほとんど変化がない項目	４項目（17.4%）
D	食育推進計画策定時より悪化している項目	８項目（34.8%）
E	評価不能	０項目（ 0.0%）

食育推進計画全体でみると、「Ａ　評価値が目標を達成している項目」と「Ｂ　目標値には達していないが、改善されている項目」を合わせると 11 項目（47.8%）となり、全体の約５割で改善が認められます。一方、食育推進計画策定時よりも悪化している項目が８項目（34.8%）あることから、本計画では改善がみられなかった項目の原因を考え、重点的に取り組んでいく必要があります。



２　ライフステージ別の達成状況

食育推進計画の５つのライフステージ別の達成状況は、次のとおりです。

（１）　乳幼児期（０～６歳）

乳幼児期の指標は全２項目あり、そのうち「保護者への食育情報の発信頻度」は目標達成できています。残りの指標である「一人で食べる子どもの割合」も目標値には届きませんでしたが、前回よりも改善がみられます。

（２）　就学期（７～15 歳）

就学期の指標は全６項目あり、そのうち目標を達成している項目は、「子どもや親子の料理教室の実施回数」の１項目です。Ａ判定とＢ判定を合わせると４項目となり、約７割で改善がみられます。一方で前回より悪化している項目はありませんでしたが、「食事の時、あいさつする割合（小学生)」「朝食を食べない子どもの割合」は前回から変化がみられませんでした。

（３）　盛年期（16～34 歳）

盛年期の指標は全３項目あり、そのうち目標を達成している項目は「協力企業の数（食育に関するパンフレットを置いてくれている企業の数)」の１項目です。一方、前回より悪化している項目はみられなかったものの、「適正体重に合った食事量を知っている割合」は前回から変化がほとんどありませんでした。

（４）　壮年期（35～64 歳）

壮年期の指標は全４項目あり、そのうち目標を達成している項目はありませんでした。一方、前回より悪化している項目は「栄養学習会の参加人数」「食品表示を参考にしている市民の割合」「適正体重に合った食事量を知っている市民の割合」の３項目となっています。

（５）　高齢期（65 歳以上）

高齢期の指標は全４項目あり、そのうち目標を達成している項目はありませんでした。高齢期において指標とした「栄養学習会の参加人数」「生きがいづくりの軽スポーツ教室、体力維持教室への参加人数」「食事バランスガイドを知っている市民の割合」「１日１回以上家族、友人と食事をする市民の割合」の全４項目が前回より悪化しています。

第３節　指標の評価結果を踏まえた今後の方向性

１　指標の評価結果からの課題

第１節の第２次健康増進計画の指標、第２節の食育推進計画の指標のうち、Ｃ判定、Ｄ判定だった項目は次のとおりです。今回のアンケート結果等を踏まえ、本計画に反映していくことが課題です。

【指標の結果からの課題（Ｃ判定・Ｄ判定の項目）】

ライフステージ	課題
乳幼児期（０～６歳）	なし
就学期　（７～15 歳）	○食事の時、あいさつする割合（小学生） ○子育てに関する学習会実施回数 ○朝食を食べない子どもの割合 ○家族とよく話す子どもの割合（小学生） ○飲酒している子どもの割合 ○学校が楽しい子どもの割合（小学生） ○地域の人とあいさつする子どもの割合
盛年期　（16～34 歳）	○適正体重に合った食事量を知っている人の割合 ○市で実施するがん検診の受診者の割合（胃がん） ○市で実施するがん検診の受診者の割合（子宮がん） ○市で実施するがん検診の受診者の割合（肺がん）
壮年期　（35～64 歳）	○栄養学習会の参加人数 ○食品表示を参考にしている市民の割合 ○適正体重に合った食事量を知っている人の割合 ○メタボリックシンドロームと診断された人の割合 ○自分なりのストレス解消法がある人の割合
高齢期　（65 歳以上）	○栄養学習会の参加人数 ○生きがいづくりの軽スポーツ教室、体力維持教室への参加人数 ○食事バランスガイドの認知割合 ○１日１回以上家族、友人と食事をする市民の割合 ○老人クラブの加入人数 ○楽しみや趣味のある人の割合 ○定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人の割合

２　ライフステージの区分について

本計画は健康増進計画と食育推進計画を一体化したものであり、ライフステージ別の取り組みも健康と食育を１つにとりまとめるものとします。また、第２次健康増進計画及び食育推進計画では５つのライフステージで区分していましたが、アンケート結果からも「盛年期（16～34 歳）」「壮年期（35～64 歳）」の区分では年齢層が広く、見えてくる課題も年代によって異なることが明らかとなりました。そのため、本計画ではライフステージを５つから６つに細分化し、より効果的な施策展開を検討します。

第６章　重点的な取り組み

第１節　甲斐市版ネウボラ事業の推進による健康づくり

１　現状と課題

現在の日本の子育ての環境は、家族構成の変化や晩婚化による親の高齢化、インターネットによる多すぎる情報などにより、育児不安や育児ストレスを抱く親も増加しているといった現状があります。甲斐市においても、平成 26 年度に産後の母親に実施したエジンバラ産後うつ病自己評価票（EPDS）※1から、「産後うつ傾向の母親は約 20%に達している」こと、また「そのうち約 30%がその後の経過に改善がみられなかった」ことがわかりました。

また、平成 28 年１月から３月に出産した母親を対象に実施した「産前・産後の状況、支援の希望についてのアンケート」※2結果からは、「第１子が 46%、親のみで子育てをしている世帯が 85%」、また「産後、体調面や精神面の状態が悪かった人が 57%で、その理由としては『睡眠不足』『イライラした』『疲れ』が多く続いて『涙が出た』『気が滅入った』」などが、挙げられました。また、「産後のつらかった時期は『産後２週間～１か月』が 41%」であったこと、「育児をしていてつらかったことは『母乳について』」の割合が高いこと、「発育・発達のチェック」「育児方法を学ぶ場」「母乳ケア」など、専門的な内容に対するニーズが高いことがわかりました。

早期から専門職が身近に支援できる体制をつくり、産後の母親のメンタルヘルスに着眼した効果的な支援をしていくことが必要と考えます。

２　目標

- 育児に対する不安感や悩みを早期発見し、メンタルヘルスの安定を図り、心身ともに健やかな状態で安心して育児に取り組もう

３　具体的な取り組み

- 甲斐市子育て世代包括支援センターを拠点に、母子健康手帳発行時から、就学に至るまで、安心して子育てができるよう継続的な支援を実施します。
- エジンバラ産後うつ病自己評価票の高得点の人に早期にアプローチし、支援につなげます。
- 母親のメンタルヘルスの安定を図り、子育ての不安や心配ごとの軽減を目的とした産後ケア事業（にこにこママルーム・子育て相談室）を実施します。

※１　エジンバラ産後うつ病自己評価票（Edinburgh Postnatal Depression Scale: EPDS）：産後うつ病のスクリーニングを目的として、1987 年に Cox らが開発した自己記入式質問紙。10 項目でそれぞれ０～３点の４検法で構成され、９点以上で産後うつ病の可能性が高いとされる。

※２　「産前・産後の状況、支援の希望についてのアンケート」：甲斐市が平成 28 年１月～３月の間に出産を経験した母親を対象に行ったアンケート。対象者数は 182 人で回収数は 173 票。回収率は 95.1%。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	子育て支援に関する情報提供	ホームページを通した子育て支援に関する情報の発信数	新規事業	―	48 回/年	健康増進課
	地域交流による次世代の健康づくりに関するイベント等の推進	地域交流による次世代の健康づくりに関するイベント開催回数	29 回/年	H27	30 回/年	健康増進課 スポーツ振興課
成果指標	産後ケア事業への参加者数の増加	にこにこママルーム及び子育て相談室へ参加した第１子の産婦数/第１子の産婦数	新規事業	―	90%	健康増進課
	心身ともに健康な状態で育児をしている人の割合の増加	４か月健診時に実施するエジンバラ産後うつ病自己評価で９点以上の人/産婦数	新規事業	―	10%以下	健康増進課
	地域で子育てをしたい割合の増加	「健やか親子 21」に関するアンケートで「この地域で今後も子育てをしていきたい」の質問に「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と答えた割合	92.8%	H27	95%以上	健康増進課

甲斐市子育て世代包括支援センター

市健康増進課を「甲斐市子育て世代包括支援センター」として位置づけ、子育て支援のワンストップ相談窓口を開設しています。

保健師が中心となり、妊娠の届け出時に、一人ひとりに合った支援プランを提供する「子育てサポート帳」を発行し、妊娠中と出産後のサポートを行うとともに、さまざまな情報提供や、必要に応じて必要な医療機関など関係機関との橋渡しも行っています。

甲斐市版ネウボラ

1　ネウボラとは・・・

子育て先進国と言われるフィンランドでは、妊娠期、乳幼児期、就学期前までに子どもの健やかな成長・発達、母親及び家族全体の心身の健康サポートを行う「ネウボラ」という子育て支援（家族支援）サービスが存在します。

ネウボラ（neuvola）という言葉は、アドバイス（neuvo）の場所（la）という意味を持ちます。

日本でも、フィンランドの「ネウボラ」のような支援を取り入れている自治体が増えています。甲斐市においても、「甲斐市版ネウボラ事業」をスタートし、子育て支援のさらなる充実を目指して、さまざまな取り組みを行っています。

2　甲斐市版ネウボラ事業　～切れ目のない子育て支援～

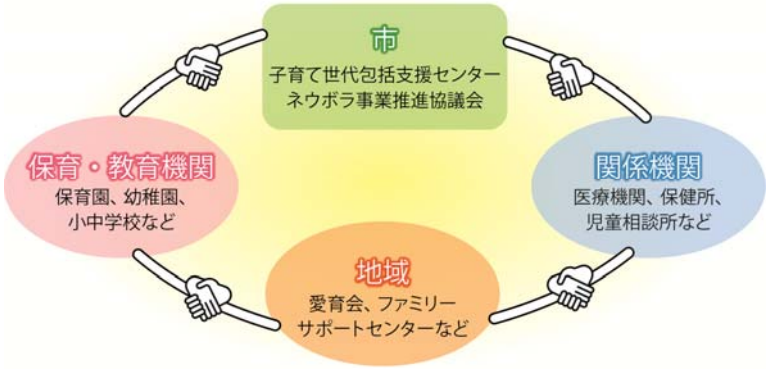
「甲斐市版ネウボラ事業」に取り組み始めた背景には、家族構成の変化や、人口減少問題、また、甲斐市が実施した産後の母親を対象に行ったアンケート結果（47ページに詳細）などが挙げられます。

今までの子育て支援に加えて、市、地域、保育園、学校、医療機関、その他の関係機関が連携しながら、子育てに対する不安感や悩みを軽減するサポートをしていくことを目的に、この事業がスタートしました。

事業を進めるにあたって、竜王レディースクリニック院長で山梨県産婦人科医会代表理事・会長の森澤孝行先生を会長として、山梨大学医学部産婦人科学教室の平田修司教授、このはな産婦人科の中村朋子院長ほか、保健所、保育園、学校、住民の代表者など10名で構成された「甲斐市版ネウボラ事業推進協議会」を立ち上げました。協議会、各関係機関、地域が連携し、チーム一丸となって市全体で子育てをサポートしていきます。

市健康増進課を「甲斐市子育て世代包括支援センター」として位置づけ、子育て支援のワンストップ相談窓口を開設しています。ここでは、保健師が中心となり、妊娠の届け出時に、一人ひとりに合った支援プランを提供する「子育てサポート帳」を発行し、妊娠中と出産後のサポートを行うとともに、さまざまな情報提供や、必要に応じて必要な医療機関など関係機関との橋渡しも行っていきます。

また、出産後間もないお母さんの不安感や悩みを軽減することを目的とした産後ケア事業にも重点的に取り組んでいきます。



3　甲斐市と山梨大学が行う子育て支援の取り組み

山梨県では、出産できる施設がとても少ない現状があります。山梨大学では、妊婦健診は、近くにあるクリニックで行い、出産は山梨大学で行う「セミオープンシステム」に取り組み、少しでも妊婦さんの負担を軽減する支援を行ってきました。このシステムを採用したのが、甲斐市と山梨大学が平成 28 年６月に締結した「包括的連携協定」の一環として開院した「このはな産婦人科」です。

このはな産婦人科では、妊婦健診等の出産前の支援はもちろん、市と連携して、医師、助産師、市保健師による産後ケア事業も実施し、安心して子育てができる環境づくりを応援しています。

4　産後ケア事業「にこにこママルーム」「子育て相談室」

産後の不安感や悩みを軽減することを目的として、このはな産婦人科で医師、助産師、保健師、心理職などが一丸となり、生後１か月半のお子さんとお母さんを対象に産後ケア事業を実施しています。この事業では、お子さんの成長、授乳相談や交流を目的とした集団事業として「にこにこママルーム」、また、不安などを緩和することを目的とした個別相談事業として「子育て相談室」を開催しています。

5　甲斐市の子育て関連事業

●甲斐市が行っている主な子育て関連事業●

母子健康手帳発行		妊娠届けと同時に母子健康手帳の交付、健康相談を実施しています。また、妊婦健診助成券を発行しています。
マタニティクラス・ママパパクラス		妊婦とその家族が、妊娠・出産・育児に関する知識を習得し、交流する場とする教室です。
こんにちは赤ちゃん訪問		生後４か月までに助産師・保健師が全戸家庭を訪問し、赤ちゃんの身体計測、健康相談等を行っています。
産後ケア事業	にこにこママルーム	生後１か月半の乳児と母親が対象の、親子でのふれあい、交流、育児相談の場とする集団の教室です。
	子育て相談室	生後６か月位までの乳児がいる母親の心や育児の個別相談を実施しています。
	宿泊型産後ケア事業（県委託）	産後不安等のある産後４か月までの母親とその乳児を対象に宿泊型ケアを利用する際の利用料の一部を助成する事業です。
すくすく赤ちゃん応援隊（産後ヘルパー）派遣事業		産後体調不良等の母親の家庭にホームヘルパーを派遣し、育児支援等を行う事業です。
乳幼児健診		４か月・１歳６か月・２歳・３歳児対象の集団健診と乳児期（２回）の個別健診を実施しています。
離乳食教室		７か月児を対象とした調理実習を通して離乳食作りを学ぶ教室です。
１歳児健康相談		１歳児を対象に育児・栄養相談、歯磨き指導を個別で実施しています。
ほのぼのルーム		子どもの成長や子育ての不安に対して心理職が個別相談を実施しています。
養育支援家庭訪問事業		子育て支援が必要な家庭に、保健師、母子相談員等が家庭訪問を行う事業です。
子育て支援全般		保育園・幼稚園等の入園、子育てに関する情報提供や相談支援などを行っています。
地域子育て支援拠点事業		未就園時と保護者を対象としたイベントや育児相談などを竜王子育てひろば、敷島子育てひろば、子育て支援センター「ヤンチャリカ」、子育て支援センター「こあら」にて実施しています。
げんき甲斐		乳幼児とその親子を対象とした親子参加型の教室です。
乳幼児教室		０～３歳の保育園・幼稚園への入園する前の乳幼児親子を対象にした親と子・仲間同士が交流を深める場として教室です。
ファミリー・サポート・センター事業		子育て中の保護者の日常生活を支援するため、援助を受けたい人と行いたい人が会員となり、センターを通じて育児の助け合いを行う事業です。
放課後児童クラブ		保護者の就労等による放課後の留守家庭児童を対象に、児童館で遊びや指導を行う事業です。
病児保育事業		病気にかかった子どもや病気の回復期にある子どもを、就労等により自宅で保育できない保護者に代わって専用施設で一時的に預かる事業です。
子育て短期支援（ショートステイ）事業		保護者が、疾病等の理由により、家庭において児童を養育することが困難となった場合に、乳児院において宿泊を伴った一時預かりを行う事業です。
延長保育事業		保育園における時間外保育です。
一時預かり事業		保育園、幼稚園等における一時預かりです。

親子の笑顔を育む ～ネウボラはじまる～

私たちがあなたの子育て応援します

敷島子育てひろば

「子育てひろば」ではじめの一歩を

「敷島子育てひろば」は、市内に住んでいる0～2歳代までの親子を対象とした「はじめの一歩」の施設です。子育てデビューの赤ちゃんとお母さんに1組ずつゆったり利用していただいています。

施設内は、親子で気軽に遊べるプレイルーム、親子ふれあい遊びの「ぽけっとひろば」、食堂や授乳コーナーなど、安心して過ごせる室内公園です。「ぽけっとひろば」では、わらべ歌を中心に遊びのヒントを伝えています。赤ちゃんの喜んでいる様子にお母さんたちも自然と笑顔になり、また同じくらいの子どもがいるお母さんとの交流の場としても好評です。

市内には親子で集まれる施設が「子育てひろば」「子育て支援センター」「児童館」など充実しています。「敷島子育てひろば」を入口に元気いっぱいに遊べるようになったら、次のステップへ案内し、また新たな赤ちゃんとお母さんをお迎えします。まだどこの施設も利用したことがない人は、ぜひ1度見に来てください。

健康増進課

保健師が子育ての悩みを気軽にサポート

産後の母親を対象としたアンケートを分析した結果、産後うつ傾向の母親は約2割に達し、そのうち約3分の1は改善が見られず、継続的な支援が必要な実態がわかりました。

そのため、健康増進課では従来から行っている保健師等が全戸訪問している「こんにちは赤ちゃん訪問」から4か月児健診までの間に、早期のうつ対策として生後1か月半の赤ちゃんとお母さんを対象に、産後ケア事業「にこにこママルーム」と「子育て相談室」を新規にスタートしました。

どちらも西八幡地区の「このはな産婦人科」で開催します。院長の中村朋子先生や市の担当保健師も気軽に子育ての相談に応じさせていただきます。ぜひ、お母さん同士で、子育て中に感じる悩みや不安を語り合いながら、楽しいひと時を過ごしてください。

市には、市内行政区別に担当の保健師がいます。地域のみなさんといっしょに子育てをサポートしていきますので、保健師を身近な存在と思って欲しいです。

ファミリー・サポート・センター

お母さんの用事や病院、上の子どもの行事、リフレッシュ等での一時預かりを行っています。地域の協力員が1対1で子どもに寄り添い、丁寧にお預かりします。

愛育会

子どもから高齢者まで地域での支援に取り組んでいます。行政との協働により、「声かけ」や「見守り」など、子ども達が健やかに生まれ育つことをサポートします。

資料：広報 甲斐 2016.12月号（No.148）より抜粋

7　甲斐市広報でのネウボラ特集

2016 年 12 月号の広報にて、

甲斐市版ネウボラについての特集記事が掲載されました。

親子の笑顔を育む ～ネウボラはじまる～

甲斐市・山梨大学包括的 連携協定インタビュー

クリニック

中村 朋子 先生
（医学博士）
- 甲斐市版ネウボラ事業推進協議会委員
- このはな産婦人科院長
- 日本産科婦人科学会専門医

市との連携による「産後ケア」でお母さんに安心を提供

通常、病院やクリニックでは、産後1か月までは状況を診てくれますが、特に異常がなければ、それ以降、授乳や子育てなどに関する悩みを相談する場所が少ないのが現状です。核家族化が進み、夫婦2人だけで子育てをすることも多く、悩みを誰にも相談できずに一人で抱え込んでしまうケースが増えてきています。

このため、市との連携により、当クリニックの医師、助産師と市保健師による産後1か月半の甲斐市民のお母さんを対象とした産後ケア事業「にこにこママルーム」を11月からスタートしました。お母さんたちの交流の場として参加していただいたり、さまざまな悩みに対して専門スタッフが相談に乗るとともに、診療が必要な場合は適切な医療機関を紹介するなど、早めに対処していくことが可能となります。

4か月末では授乳のトラブルなど問題が起こりやすく、お母さんの心や体に一番負担がかかる時期です。妊娠、出産、そして子育てとさまざまな不安があるかと思いますが、妊婦健診や産前・産後ケア事業を通して、これからも安心して子育てができる環境づくりに協力していきたいと思います。

山梨大学

平田 修司 先生
（医学博士）
- 甲斐市版ネウボラ事業推進協議会委員
- 山梨大学医学部附属病院副院長
- 山梨大学医学部産婦人科学教室教授

「産科セミオープンシステム」で妊婦さんの負担を軽減

県内の出産数は年間約6、000件です。出産ができる施設がとても少なく、地域によっては自宅から遠方まで通院しなければならないのが現状です。大学では少しでも妊産婦さんの負担を軽減する取り組みを進めてきました。

その一つが5、6年前から取り組んでいる「セミオープンシステム」と呼ばれるものです。出産は大学病院で行いますが、外来や妊婦健診は近くにあるクリニックで行うというものです。このシステムを採用した「このはな産婦人科」が、今年6月に甲斐市と山梨大学で締結した「包括的連携協定」の一環として、甲斐市内に開院しました。出産までの外来は「このはな産婦人科」で、出産や夜間、休日などクリニックの医師が不在となる時間帯は山梨大学医学部附属病院が受け持つことになります。

また、「このはな産婦人科」では、出産後の悩みなどに対応するため、市と連携した「産後ケア事業」を11月からスタートしています。全国的にも珍しい事例であり、市民が安心して出産・子育てできるようなシステムづくりに、大学も今後ともご協力させていただきます。

親子の笑顔を育む ～ネウボラはじまる～

「子育て」って大変⁉ 出産・育児あなたの声を聞かせて！

佐野 真由美さん
恵貢くん

約1年前に笛吹市から転入してきました。外出時に地域の人が、「かわいいね」「いくつ」とよく声をかけてくれるので、優しい雰囲気があるのがとても嬉しいです。

金丸 媛さん
翔優くん
愛叶くん

市内には大きな公園や子育て支援センターなど小さな子どもが遊べる施設があるので便利です。雨が降っても子どもが思い切り遊べるような屋内施設があるといいですね。

大貫 結花さん
文結ちゃん

もうすぐ出産予定です。離乳食をバランスよく食べさせることが心配で産院の離乳食教室に通ったりしていました。子育てひろばやこあら、ヤンチャリカなどは専門保育士さんがいるので、子育てについていろいろ聞けて助かります。

水上 拓紀さん
えりかさん

妊娠10か月です。妊婦さんがウォーキングできる集まりがあると健康づくりや交流ができていいと思います。子どものことを第一に考えられる家庭を築きたいです。

高山 左知さん
愛樹くん
凖乃ちゃん

兄妹の年齢が近いので、それぞれの世話をするのが大変だけど、近くに祖父母がいるので助かります。幼稚園、保育園のイベントなど、いろいろな情報があると便利ですね。

小坂 甲子朗さん
真未さん

11月に入籍します。将来子どもが欲しいので、仲間のママさんが周りにいないと不安になりそうです。妊婦さんのコミュニティーの場などの情報があると嬉しいです。

長坂 円香さん
悠社くん

県外から嫁いできたので、同じ年齢の子どもを持つママさんなど知り合いがいませんでした。子育てひろばみたいに、ママさんといろいろな情報交換できるのは助かります。

甲斐市子育て関連事業一覧

親・子の笑顔を育むために甲斐市が行っている事業の一部を紹介します。

分野	事業	内容	問い合わせ
妊娠・出産	★母子健康手帳発行	妊娠届けと同時に母子健康手帳の交付、健康相談実施。妊婦健診助成券を発行。	①
	★マタニティクラス・ママパパクラス	妊婦とその家族が、妊娠・出産・育児に関する知識を習得し、交流する場。	
	こんにちは赤ちゃん訪問	生後4か月までに保健師等が全戸家庭を訪問。	
	★にこにこママルーム（集団）	生後1か月半の乳児と母親が対象の、親子でのふれあい、交流、育児相談の場。	
	子育て相談室（個別）	生後6か月位までの乳児がいる母親の心や育児の個別相談。	
	宿泊型産後ケア事業（県委託）	産後不安等のある産後4か月までの母親とその乳児を対象に宿泊型のケアを利用する際の利用料の一部負担。	
	★すくすく赤ちゃん応援隊（産後ヘルパー）派遣事業	産後体調不良等の母親の家庭にホームヘルパーを派遣し、育児支援等を行う。	
	★乳幼児健診	4か月・1歳6か月・2歳・3歳児対象の集団健診と乳児期（2回）の個別健診の実施。	
	★離乳食教室	7か月児を対象とした調理実習を通して離乳食作りを学ぶ教室。	
	★1歳児健康相談	1歳児を対象に育児・栄養相談、歯磨き指導を個別に実施。	
	ほのぼのルーム	子どもの成長や子育ての不安に対して臨床心理士が個別相談を実施。	
	養育支援家庭訪問事業	子育て支援が必要な家庭に、保健師、母子相談員等が家庭訪問を実施。	
子育て支援	子育て支援全般	保育園・幼稚園等の入園、子育てに関する情報提供や相談支援など。	②
	★地域子育て支援拠点事業	未就学児と保護者を対象としたイベントや育児相談など。竜王子育てひろば、敷島子育てひろば、子育て支援センター「ヤンチャリカ」、子育て支援センター「こあら」	
	げんき甲斐	乳幼児とその親子を対象とした親子参加型の教室。	
	乳幼児教室	0～3歳の保育園・幼稚園へ入園する前の乳幼児親子を対象に、親と子・仲間同士が交流を深める場。	
	ファミリー・サポート・センター事業	子育て中の保護者の日常生活を支援するため、援助を受けたい人と行いたい人が会員となり、センターを通じて育児の助け合いを行う事業。	
	放課後児童クラブ	保護者の就労等による放課後の留守家庭児童を対象に、児童館で遊びや指導を行う事業。	
	病児保育事業	病気にかかった子どもや病気の回復期にある子どもを、就労等により自宅で保育できない保護者に代わって専用施設で一時的に預る事業。	
	子育て短期支援（ショートステイ）事業	保護者が、疾病等の理由により、家庭において児童を養育する事が困難となった場合に、乳児院において宿泊を伴った一時預かりを行う事業。	
	延長保育事業	保育園における時間外保育。	各保育園
	一時預かり事業	保育園、幼稚園等における一時預かり。	

★印がついたものは本誌24、25ページの「すくすく子育て」に詳細等が掲載してあります。
※各事業の詳細については問い合わせください。
■問い合わせは…①健康増進課（本館1階）☎055（278）1694　②子育て支援課（新館1階）☎055（278）1692

笑顔を育むために

子育てにおけるお母さん、家族のさまざまな問題や悩みに対し、市、地域、保育園・学校、医療機関などの関係機関それぞれの立場で「何ができるのか」を考え、みんなで子育てを行う仕組みとして「甲斐市版ネウボラ事業」をスタートさせました。

子どもと真剣に向き合うからこそ、「悩み」「苦しみ」何をしていいかわからない時が訪れます。そんな時、一人で悩まずに私たちに話を聞かせてください。きっと解決に向けた答えが見つかるはずです。

しかし、子育ては夫婦や家族だけでは十分ではありません。「親と子の最高の笑顔を育む」ため、地域のみなさんも一歩前に踏み出し、身近での子育てを応援してみませんか。

よりよい子育ての環境づくりに向けて、地域全体で支えていきましょう。

親子の笑顔を育む ～ネウボラはじまる～

私たちがあなたの子育て応援します

敷島子育てひろば 「子育てひろば」ではじめの一歩を

「敷島子育てひろば」は、市内に住んでいる0～2歳代までの親子を対象とした「はじめの一歩」の施設です。子育てデビューの赤ちゃんとお母さんに1組ずつゆったり利用していただいています。

施設内は、親子で気軽に遊べるプレイルーム、親子ふれあい遊びの「ぽけっとひろば」、食堂や授乳コーナーなど、安心して過ごせる室内公園です。「ぽけっとひろば」では、わらべ歌を中心に遊びのヒントを伝えています。赤ちゃんの喜んでいる様子にお母さんたちも自然と笑顔になり、また同じくらいの子どもがいるお母さんとの交流の場としても好評です。

市内には親子で集まれる施設が「子育てひろば」「子育て支援センター」「児童館」など充実しています。「敷島子育てひろば」を入口に元気いっぱいに遊べるようになったら、次のステップへ案内し、また新たな赤ちゃんとお母さんをお迎えします。まだどこの施設も利用したことがない人は、ぜひ1度見に来てください。

健康増進課 保健師が子育ての悩みを気軽にサポート

産後の母親を対象としたアンケートを分析した結果、産後うつ傾向の母親は約2割に達し、そのうち約3分の1は改善が見られず、継続的な支援が必要な実態がわかりました。

そのため、健康増進課では従来から行っている保健師等が全戸訪問している「こんにちは赤ちゃん訪問」から4か月児健診までの間に、早期のうつ対策として生後1か月半の赤ちゃんとお母さんを対象に、産後ケア事業「にこにこママルーム」と「子育て相談室」を新規にスタートしました。

どちらも西八幡地区の「このはな産婦人科」で開催します。院長の中村朋子先生や市の担当保健師も気軽に子育ての相談に応じさせていただきます。ぜひ、お母さん同士で、子育て中に感じる悩みや不安を語り合いながら、楽しいひと時を過ごしてください。

市には、市内行政区別に担当の保健師がいます。地域のみなさんといっしょに子育てをサポートしていきますので、保健師を身近な存在と思って欲しいです。

ファミリー・サポート・センター

お母さんの用事や病院、上の子どもの行事、リフレッシュ等での一時預かりを行っています。地域の協力員が1対1で子どもに寄り添い、丁寧にお預かりします。

愛育会

子どもから高齢者まで地域での支援に取り組んでいます。行政との協働により、「声かけ」や「見守り」など、子ども達が健やかに生まれ育つことをサポートします。

第２節　歩数マップによる健康づくり

１　現状と課題

健康づくりのためには、食事と運動が欠かせないと言われています。継続した運動ができれば理想的ですが、近年、日常の中での生活活動を増やすことでも生活習慣病の予防につながるという研究も発表されています。

前計画策定時に、甲斐市民の歩数が少ないことが課題に挙げられたことから、日常生活の中で歩数を増やすことを目的に、歩数マップを作成し、歩数増加に向けて、重点的に取り組んできました。今回のアンケート調査では「１日の平均歩数は男性では 20～64 歳で 5,652 歩、65 歳以上で 5,617 歩、女性では、20～64 歳で 4,690 歩、65 歳以上で 4,789 歩」であり、前回調査時と比較して、男性は 800 歩弱、女性はわずかに増加していますが、前回の計画で目標として掲げた 6,000 歩には到達していないという結果でした。また、平成 26 年度県民栄養調査によると、「１日の平均歩数は、男性では 20～64 歳で 7,882 歩、65 歳以上で 6,639 歩、女性では 20～64 歳で 6,288 歩、65 歳以上で 4,592 歩」であり、甲斐市民は、山梨県全体と比較して歩数が少ない傾向にあることが推察されます。

今後も歩数マップを普及し、歩数アップを推進していくことが必要と考えます。

２　目標

- 日常生活の中でこまめに体を動かすことを意識し、１日の歩数を増やそう

３　具体的な取り組み

- 歩数マップ活用による啓発活動を継続していきます。
- さまざまな機会で、歩くことを生活の中で定着できるような意識啓発を行います。
- 歩数アップに関するイベントを開催します。
- 健康ポイント事業を展開します。

甲斐市　歩数マップ

甲斐市では、「甲斐市第２次健康増進計画」策定時のアンケートにおいて、歩数が少ないという現状から、「歩数マップによる健康づくり」を重点的な取り組みのひとつとして掲げ、日常生活の中で歩数を増やすことを目的に、甲斐市食生活改善推進員会や、山梨学院短期大学食物栄養科と協働して、身近な施設を中心に「歩数マップ」の作成をしてきました。

本計画策定のためのアンケートでも、行っている身体活動は、「歩く機会を増やす」の割合が高かったこと、歩いている場所は、「自宅付近」の割合が高かったことから、今後も歩数マップを利用した健康づくりを推進していきます。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	歩数アップに関する情報提供	歩数マップ、及びチラシ等を配布した事業数	１回/年	H28	５回/年	健康増進課
成果指標	スポーツイベントの参加人数の増加※3	市民参加によるスポーツイベントに参加した人数	92,473 人/年	H25	95,000 人/年（H31）	スポーツ振興課
	健康ポイント事業の参加者数の増加	健康ポイント事業に参加した人数	新規事業	―	1,200 人/年	健康増進課
	日常生活における歩数の増加	市民アンケート調査において日常生活における歩数	20～64 歳男性：5,652 歩/日 20～64 歳女性：4,690 歩/日 65 歳以上男性：5,617 歩/日 65 歳以上女性：4,789 歩/日	H28	20～64 歳男性：7,000 歩/日 20～64 歳女性：6,000 歩/日 65 歳以上男性：7,000 歩/日 65 歳以上女性：6,000 歩/日	健康増進課

甲斐市健康ポイント事業

市民一人ひとりが健康意識を高め、楽しく継続的に健康づくりに取り組めるように、その実践した内容に応じてポイントを付与し、一定期間内に基準ポイントを満たすことで参加賞や景品と交換できる事業です。基本健診・特定健診の受診を必須とし、各健康教室・健康イベントへの参加、自宅での健康づくりのための食事や運動の取り組み、バーチャル甲州街道の旅（ウォーキングマップの活用）の実践等でポイント付与され、個人の生活スタイルに応じて健康づくりに取り組むことができます。ポイント手帳または、パソコン・スマートフォン等からのアクセスで参加できます。

※３　「創甲斐教育推進大綱後期」（平成 27 年度～平成 31 年度）より数値目標を引用。

第３節　減塩による健康づくり

１　現状と課題

食塩の過剰摂取と血圧上昇は関連があることは多くの研究によって指摘されています。平成 24 年の国民健康・栄養調査※4では、山梨県の食塩摂取量が全国で５番目に多く、食塩摂取量は多い傾向にあるといえます。また、平成 28 年度甲斐市総合健診において、「『味付けが濃い』と答えた割合は、山梨県全体と比較して高かった」こと、また今回のアンケート調査から、「減塩について『既に控えている』と答えた割合が約３割に留まっている」ことから、甲斐市民の食塩摂取量が多いことが懸念されます。また、「『麺類の汁を半分以上飲む』割合は、男性の６割台半ば、女性の約３割」「『味付けした料理にさらに調味料をかける』割合は、男性の５割台半ば、女性の約３割」と、男女で差があることがわかりました。外食との比較では、「男性の約６割、女性の約７割が『家庭の方が薄い』」と答えていることから、外食と家庭での食事の味付けに差がある可能性が考えられます。また、食塩摂取と関連が深い病気である「ＣＫＤ（慢性腎臓病）についての認知度が県の調査※5に比べて低い」などの課題も浮かび上がってきました。

減塩の推進として、食塩摂取と病気の関連についてのさらなる啓発活動、男性へのアプローチ、外食産業等との連携による減塩活動の展開が重要と考えます。

２　目標

- まずは、１g、減塩しよう

３　具体的な取り組み

- 減塩に関する情報をより広く提供します。
- 商工会等と連携し、減塩活動を展開します。
- 減塩に関する講習会を実施します。
- 健康教室等で、食塩摂取量を推定する尿検査を実施します。
- 学校給食を通じた減塩指導の実施、試食会などを通して家庭での減塩の啓発に取り組みます。

※４　国民健康・栄養調査：国民の身体の状況、栄養摂取量及び生活習慣の状況を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ることを目的として、厚生労働省が毎年実施する調査。

※５　県の調査：「平成 27 年度　慢性腎臓病（ＣＫＤ）の認知度調査」（健やか山梨 21 推進会議）

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	減塩情報の提供	減塩に関するリーフレットの作成数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
成果指標	減塩情報の提供	市内飲食店・店舗等で減塩に関するリーフレットを設置する飲食店・店舗数	新規事業	―	30 か所	健康増進課
	減塩メニューを提供する飲食店・店舗数の増加	市内飲食店・店舗等で減塩メニューを提供する飲食店・店舗数	新規事業	―	10 か所	健康増進課
	減塩を意識する人の増加	市民アンケート調査において、減塩について「既に控えている」と答えた割合（20 歳以上）	32.0%	H28	38%	健康増進課

減塩メニューの取り組み

山梨県では、平成 26 年度県民栄養調査結果を踏まえ、店舗、飲食店等で県が定めた基準（エネルギー、食塩量、野菜摂取量など）に合致するお弁当等を普及し、健康に対する意識を高め、食生活改善に結びつけることを目標に「やまなし　しぼルトメニュー販売整備事業」を平成 28 年 12 月よりスタートさせました。

甲斐市においても、外食産業等と連携して、減塩活動を展開していくことを計画しています。

ＣＫＤ（慢性腎臓病）対策

山梨県は、糖尿病性腎症による新規透析導入患者数が全国で一番多いという現状があります。透析医療費は、１人あたり約 500 万円/年かかり、山梨県国民健康保険においては、総医療費の１/10 を透析医療費が占めています。このような現状を踏まえ、山梨県では、平成 31 年に目指す姿として、新規透析導入者を 10%減少させることを目標に、①県民のＣＫＤに関する正しい知識の普及　②腎機能低下を早期発見し、受診につなげられる健診体制の整備　③腎機能低下を重症化させないための診療体制の整備　④腎機能低下を重症化させないための支援体制の整備の４つの対策に取り組んでいます。

第７章　ライフステージ別の取り組み

第１節　乳幼児期（０～６歳）

１　現状と課題

乳幼児期は、生涯にわたり身体と心の健康づくりの基礎となる生活習慣を培う大切な時期です。しかしながら、家族構成の変化や、地域の人間関係の希薄化などにより、育児が孤立しやすい傾向にあること、また、インターネットなどによる多すぎる情報により、育児不安や育児ストレスを抱く親も増加しているといった現状があります。今回のアンケート調査からは、「朝食を食べていない乳幼児の割合は１％未満と低いが、主食、主菜、副菜が揃った食事をしている割合は高いとは言えない」「22 時以降に就寝する乳幼児の割合が約３割いる」「父親の喫煙率が 43.3%で、子どもの受動喫煙のリスクが懸念される」「歯科健診で異常の指摘のあった乳幼児の未受診率が 15.6%である」などの課題が浮かび上がりました。

早寝早起き朝ごはんで食事や生活リズムを整えていくことが大切です。
また、このライフステージにおいては、保護者が子どもの健康管理をしていくことが重要であることから、保護者への啓発活動も継続していくことが重要と考えます。

２　目標

- 早寝早起き朝ごはんで元気な心と元気な体をつくろう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- 保育園において、食育・給食だより、試食会等を通じて食に関する情報を発信します。
- 地産地消の給食を推進します。
- 農業委員等と連携して、保育園等における農業体験を推進します。
- 食育教室を開催します。

（２）身体活動・運動

- 爽快子ども水泳教室、親子スポーツ教室等を開催します。
- わくわくフェスタスポーツゾーンにおいて、軽スポーツを継続して実施します。
- チャレンジデーで乳幼児とその保護者を対象にしたイベントを継続して開催します。
- 各種事業、園だより等を通じ、早寝早起きの推進に取り組みます。

（３）こころの健康

- 親子のふれあいの場、保護者同士の交流の場を提供します。
- 産後ケア事業として、「にこにこママルーム」「子育て相談室」を開催します。
- 「子育てしゃべり場」「ほのぼのルーム」など子育て相談・発達相談事業を実施します。

（4）たばこ・アルコール

- 受動喫煙防止に向けた大人への啓発活動に取り組みます。

（5）歯・口の健康

- 乳幼児健診等を通じ、１日１回保護者による仕上げ磨きの実施のための啓発活動に取り組みます。
- 健診において歯科医への受診が必要な児への早期の受診勧奨を行います。

（6）健康診査等

- 未受診者への受診勧奨を行います。
- 継続支援が必要な児に対し、状況把握、支援を継続していきます。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	むし歯予防の推進	市内児童館においてむし歯予防・早期発見早期治療に関する講習会の開催回数	新規事業	―	11 か所/年	健康増進課
	保護者への食育及び健康情報の発信	乳幼児健診において保護者への食育及び健康情報の発信回数	３回/年	H28	７回/年	健康増進課
成果指標	むし歯予防の推進	２歳児健康診査でむし歯を指摘された子どもが歯科医へ受診した割合	―	―	100%	健康増進課
	早寝の推進	公立保育園「嗜好調査アンケート」において 22 時以降寝る子どもの割合	28%	H28	18%	子育て支援課
	孤食の減少	公立保育園「嗜好調査アンケート」において食事をひとりで食べている子どもの割合	５%	H28	１%以下	子育て支援課

第２節　就学期（7～15 歳）

１　現状と課題

就学期は、心身ともに大人へ移行する時期で、基本的な生活習慣を固める重要な時期でもあります。思春期においては、自立に向かう過程の中で心理的ストレスも多くなり、不安定になることも多く見受けられます。平成 27 年度山梨県肥満及び学校歯科保健に関する実態調査によると、「男児は、高学年から肥満の割合が１割を超え、中学生でも約１割が肥満」であるのに対し、「女児では中学生のやせが男児に比べ割合が高い」ことが報告されています。また、平成 27 年度 山梨県新体力テスト・健康実態調査においては、「小学生の約３％、中学生の約９％が睡眠時間が６時間未満」で、「１日３時間以上テレビを見ている中学生は 15%以上いる」こともわかりました。今回のアンケート調査からは、「ボディイメージのずれがある児童生徒が多い」「朝食は摂っているものの、主菜や副菜などを意識した栄養バランスのとれた朝食は摂れていない可能性がある」「インターネット、携帯などを使用する時間が長い」「ストレスが『おおいにある』『ある』と答えた割合は女子が高く、原因は勉強のことや友達のことが多い」「喫煙・飲酒をしたことがある小中学生がいる」「受動喫煙で嫌な思いをしたことがあると答えている割合が３割台半ば～４割台半ばおり、受動喫煙で嫌な思いをした場所は『家庭』『路上』『飲食店』の割合が高い」「受診勧奨を受けたが病院受診をしていない割合は、小学生より中学生の方が高い」などの課題が浮かび上がりました。

一方、「健康づくりのために興味があることとして、『食べ物・栄養に関すること』と答えている割合が高かった」ことから、料理教室などの体験の機会を通して、健康な体づくりための知識を習得できることが期待されます。

規則正しい生活リズムの獲得のために、さまざまな活動を通じて健康に対する思考力、実践力を育んでいくことが重要と考えます。

２　目標

- 早寝早起き朝ごはんの習慣を身につけ、規則正しい生活リズムを作ろう
- 食に関するさまざまな活動を通じて、思いやる心、社会性、食と健康に対する思考力・実践力を育てよう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- 朝食の必要性や栄養バランスについて、給食だより等により家庭への啓発活動に取り組みます。
- 栄養バランス、減塩、地産地消等の推進のための食育教室を開催します。

（2）身体活動・運動

- 健康診断の結果等から保護者への個別指導を実施します。
- 爽快子ども水泳教室、親子スポーツ教室等を開催します。
- わくわくフェスタスポーツゾーンにおいて、軽スポーツを継続して実施します。
- 三世代ふれあいラジオ体操を実施します。

（3）こころの健康

- 養護教諭等によるヘルスカウンセリングを実施します。
- 保護者・関係機関と連携し、保健指導を実施します。
- 「家庭教育支援カウンセリング」や「子育てしゃべり場」など保護者への支援・子育て相談事業を実施します。

（4）たばこ・アルコール

- 保健体育科の授業や中学校における「薬物乱用防止教室」を開催します。
- 未成年への喫煙・飲酒防止の啓発活動に取り組みます。
- 受動喫煙の防止対策に向けた啓発活動に取り組みます。

（5）歯・口の健康

- 学校において、歯磨き指導を実施します。
- １日２回以上の歯磨き習慣の徹底のための啓発活動に取り組みます。

（6）健康診査等

- 定期健診の結果から健康課題の早期発見、養護教諭・担任・保護者と連携した個別指導を実施します。
- 学校において目の健康（視力低下・けが等）についての指導を実施します。

４　活動指標・成果指標

	項目	指標の説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	保護者への食に関する啓発	献立表・給食だよりの提供回数	1.9 回/月	H27	２回/月	学校教育課
	食や健康に関する教室の開催	子どもや親子を対象にした食や健康に関する教室の実施回数	14 回/年	H27	20 回/年	健康増進課
成果指標	朝食欠食の改善及び、バランスのよい朝食の摂取	山梨県新体力テスト・健康実態調査において、朝食を毎日食べている子どもの割合	小学生：91.9% 中学生：87.1%	H27	小学生：95% 中学生：90%	学校教育課 健康増進課
		市民アンケート調査において、朝食で主菜・副菜をほとんど食べないと答えた割合	小学生 主菜：9.6% 副菜：19.2% 中学生 主菜：18.7% 副菜：26.5%	H28	現状値より減少	
	子ども向け生涯学習講座の開催※1	子どもを対象とした学習講座の参加人数	1,563 人/年	H27	2,000 人/年（H31）	生涯学習文化課
	睡眠時間が短い児童･生徒の減少	山梨県新体力テスト・健康実態調査において、睡眠時間が６時間未満の子どもの割合	小学生：2.9% 中学生：9.2%	H27	現状値より減少	学校教育課

※１　「創甲斐教育推進大綱後期」（平成 27 年度～平成 31 年度）より数値目標を引用。

第３節　青年期（16～29 歳）

１　現状と課題

青年期は、義務教育が修了し、受験・進学や就職と人生の大きな岐路を迎える時期になります。それに伴って、ライフスタイルも一変し、不健康な生活リズムになりがちなことが懸念されます。甲斐市総合健診の結果からは、「『満腹まで食べてしまう』『味付けが濃い』『甘いものをよく食べる』と答えた割合が他の世代に比べ高い」ことがわかりました。また、今回のアンケート調査によれば、「20 代は朝食・夕食で主食、主菜、副菜を毎日食べていると答えた割合が他の年代よりも低く、栄養バランスのとれていない食生活をしている可能性が高い」ことからも、偏った食生活がのちの肥満、生活習慣病へつながっていく可能性が示唆されます。加えて、「全く運動する意識がない人が２割台半ばいる」「ストレスが『ある』『おおいにある』と答えた割合が 55.9%と他の年代よりも高く、他世代と比べ、原因に『人間関係』と答えた割合が高い」「総合健診の受診率が低く、がん検診を１つも受けていない割合が高い」といった課題も浮かび上がってきました。

一方、健康情報の入手先としてインターネットと答えている割合が他の世代と比較して高くなっていることから、インターネットを通じた情報発信が効果的と考えられます。

肥満対策、生活習慣病予防対策が重要と考えます。

２　目標

- からだを積極的に動かし、心も体も健康になろう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- バランス良い食生活のための意識啓発に取り組みます。
- ホームページ等を利用した健康情報・地産地消情報を発信します。

（２）身体活動・運動

- 健康ポイント事業を展開します。
- スポーツ教室、スポーツイベントを開催します。

（３）こころの健康

- 心の健康問題についての相談できる機会を設定します。
- メンタルヘルスに関する情報提供を行います。
- リラクゼーションに関する教室を開催します。

（４）たばこ・アルコール

- 未成年への喫煙・飲酒防止の啓発活動に取り組みます。
- 喫煙や受動喫煙の健康への影響について理解するための知識普及に取り組みます。
- 適量飲酒量を知り、実践するための知識普及に取り組みます。

（５）歯・口の健康

- 歯科健診のすすめと１日２回以上の歯磨き習慣の徹底のための啓発活動に取り組みます。

（６）健康診査等

- ＣＫＤ（慢性腎臓病）対策として、健診に eＧＦＲ（推算糸球体濾過量）を導入します（20 歳以上）。
- ＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）を実施します（20 歳以上）。
- 健康診査やがん検診の受診勧奨に取り組みます。
- 若い世代が受診しやすいよう健診環境の配慮を行います。

eGFR（推算糸球体濾過量）

eGFR（推算糸球体濾過量）とは、血液検査のクレアチニン値を性別や年齢をもとに算出したものです。この数値が低いほど腎臓の働きが悪いということになり、ＣＫＤ（慢性腎臓病）を診断する際に必要な検査項目のひとつです。甲斐市ではＣＫＤ（慢性腎臓病）対策として、平成 28 年度からこの検査を導入しています。

ＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）

ＡＢＣ検診とは、血液検査でピロリ菌感染の有無と、ペプシノゲン値の結果から、胃がんのリスクを判定する検査で、甲斐市では、集団健康診査にて、県下でいち早く導入し、胃がん対策に取り組んでいます。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	食と健康に関する情報提供	食と健康に関するチラシ等を配布した事業数	３回/年	H28	６回/年	健康増進課
	ストレスに関する情報提供	ストレスに関するチラシを配布した事業数	―	H28	６回/年	健康増進課
	歯の健康に関する情報提供	歯の健康に関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
	健診の受診勧奨	健康診査の必要性についてのパンフレットを配布した機会	３回/年	H28	６回/年	健康増進課
成果指標	肥満予防のための食生活を送っている人の増加	甲斐市総合健診の問診において「満腹まで食べてしまう」と答えた割合	男性：43.2% 女性：40.3%	H28	男性：38% 女性：36%	健康増進課
	睡眠による休養を十分とれている人の増加	甲斐市総合健診の問診において「よく眠れる（睡眠は十分にとれている）」と答えた割合	男性：39.6% 女性：49.6%	H28	男性：43% 女性：53%	健康増進課
	口腔衛生の維持・向上	市民アンケート調査において歯磨きを１回/日以下と答えた割合（20 代）	7.8%	H28	現状値より減少	健康増進課
	健診受診率の向上	市民アンケート調査においての健診受診率（20 代）	78.0%	H28	現状値より増加	健康増進課

第４節　盛年期（30～39 歳）

１　現状と課題

盛年期は、心身ともに成熟して、職場においても、最も元気盛んに活動できる時期といえますが、偏った食生活、運動不足、過労やストレスなどにより、生活習慣病の増加が始まる時期でもあります。この時期に正しい生活習慣にしていくことが、今後の生活習慣病の発症に大きく影響します。今回のアンケート調査からは、「30 代後半と 40 代前半では運動意識がない人はそれぞれ約３割」「昼食で、主食を毎日食べている割合は高いが、主菜、副菜を毎日食べている割合は他世代と比較して多くなく、主食のみの昼食を食べていることが懸念される」「他の年代と比較して喫煙率がやや高い」「生活習慣病の指摘を受けている人がいる割合が 13.8%と増加する」「がん検診をひとつも受けていない人は４割弱と高い」といった課題が浮かび上がってきました。また、甲斐市総合健診の結果からは「男性の約３割、女性の約１割が肥満」で「満腹まで食べる」「味付けが濃い」「甘いものをよく食べる」と答えた割合は、20 代、30 代で高いことがわかりました。

生活習慣病が増加する 40 代以降より前のこのステージで、肥満防止対策に取り組んでいくことが重要だと考えます。

２　目標

- 食べ過ぎや偏りのないバランスのとれた食事をしよう
- 運動する機会をつくり、生活習慣病予防や肥満予防につなげよう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- ホームページ等を利用した健康情報・地産地消情報を発信します。
- 生活習慣病予防のための栄養・料理教室等を開催します。
- 健康推進事業や保健指導で食生活改善の知識普及に取り組みます。

（２）身体活動・運動

- 健康ポイント事業を展開します。
- スポーツ教室、スポーツイベントの開催による運動のきっかけづくりを推進します。
- 歩数マップの活用についての周知に取り組みます。
- 家庭や自宅周辺で取り組める運動についての知識普及に取り組みます。

（３）こころの健康

- 心の健康問題についての相談できる機会を設定します。
- 健康推進事業や保健指導でストレス解消法に関する知識普及に取り組みます。

（４）たばこ・アルコール

- 喫煙や受動喫煙の健康への影響について理解するための知識普及に取り組みます。
- 適量飲酒量を知り、実践するための知識普及に取り組みます。

（５）歯・口の健康

- 健康診査にて歯科健診のすすめと１日２回以上の歯磨き習慣の徹底に取り組みます。

（６）健康診査等

- ＣＫＤ（慢性腎臓病）対策として、健診に eＧＦＲ（推算糸球体濾過量）を導入します。
- ＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）を実施します。
- 健康診査やがん検診の受診勧奨に取り組みます。
- 健診結果を健康づくりに役立てられるよう支援します。
- 受診しやすい環境づくりに取り組みます。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	食と健康に関する情報提供	食と健康に関するチラシ等を配布した事業数	３回/年	H28	６回/年	健康増進課
	歯の健康に関する情報提供	歯の健康に関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
	健康診査･がん検診の受診勧奨	健康診査の必要性についてのパンフレットを配布した機会	２回/年	H28	４回/年	健康増進課
成果指標	肥満予防のための食生活を送っている人の増加	甲斐市総合健診の問診において「満腹まで食べてしまう」と答えた割合	男性：49.3% 女性：37.2%	H28	男性：44% 女性：33%	健康増進課
	口腔衛生の維持・向上	市民アンケート調査において歯磨きを１回/日以下と答えた割合（30 代）	16.5%	H28	10%以下	健康増進課
	がん検診受診者の増加	市民アンケート調査においてがん検診をひとつも受けていないと答えた割合（30 代）	37.6%	H28	30%	健康増進課

第５節　壮年期（40～64 歳）

１　現状と課題

壮年期は、働き盛りとして、職場や家庭の中でも社会的に責任ある役割を担う時期です。社会の中で活躍する一方で 20 代、30 代の不摂生が生活習慣病として一気に表出してくる時期でもあります。忙しい中でも、不摂生な生活習慣を改め、生活習慣病予防、また、重症化予防に努めたい時期ですが、今回のアンケート調査からは、「朝食・昼食で主菜や副菜を毎日食べていない割合が高い」「減塩については、『既に控えている』と答えている割合が 30 代以下と比較して高い」にもかかわらず、「麺類の汁を『すべて飲む』『半分ぐらい飲む』と答えた割合が高い」という現状がありました。また、「40 代で『運動していないし、これからも運動しようとは思わない』人が２割台半ばいる」「40 代と 50 代で、ストレスのある人はそれぞれ約４割から４割台半ばと高い」といった課題が浮かび上がりました。また、甲斐市総合健診では「40 代の男性の 26.4%、女性の 19.4%、50 代の男性の 33.0%、女性の 18.3%、60 代の男性の 25.7%、女性の 16.6%が肥満」との結果があり、特に男性で肥満傾向の人が多いことがわかりました。しかし、50 代に入ると、「食生活の改善を実践している」割合が増加し、「満腹まで食べる」「甘いものをよく食べる」割合は減少し、「運動を実践している」割合は増加していくことから、生活習慣を改め始める人が増加する世代であることが考えられます。

肥満対策、生活習慣病予防・重症化予防対策のための、食事、運動を実践できる環境づくりが必要と考えます。

２　目標

- １日３食の栄養バランスのとれた食事を実践しよう
- 運動を継続して生活習慣病予防や重症化予防に努めよう
- 自分なりのストレス解消法をみつけ、心の健康にも注意しよう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- ホームページ等を利用した健康情報・地産地消情報を発信します。
- 生活習慣病予防のための栄養・料理教室等を開催します。
- 健康推進事業や保健指導で食生活改善の知識普及に取り組みます。
- 地域の組織活動等を通して健康づくりを実践できるよう支援します。

（２）身体活動・運動

- 健康ポイント事業を展開します。
- 健康教室やスポーツ教室を開催し、適切な運動の継続を支援します。
- 歩数マップの活用についての周知に取り組みます。

（３）こころの健康

- 心の健康問題についての相談できる機会を設定します。
- 健康推進事業や保健指導でストレス解消法に関する知識普及に取り組みます。

（４）たばこ・アルコール

- 喫煙や受動喫煙の健康への影響について理解するための知識普及に取り組みます。
- 適量飲酒量を知り、実践するための知識普及に取り組みます。

（５）歯・口の健康

- 健康診査にて歯科健診のすすめと１日２回以上の歯磨き習慣の徹底に向けた啓発活動に取り組みます。

（６）健康診査等

- ＣＫＤ（慢性腎臓病）対策として、健診に eＧＦＲ（推算糸球体濾過量）を導入します。
- ＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）を実施します。
- 健診結果を健康づくりに役立てられるよう支援します。
- 健康診査やがん検診の結果に問題のあった人への受診勧奨を推進します。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	食と健康に関する情報提供	食と健康に関するチラシ等を配布した事業数	３回/年	H28	６回/年	健康増進課
	ストレスに関する情報提供	ストレスに関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
	歯の健康に関する情報提供	歯の健康に関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
	要精検者未受診者に対する受診の再勧奨	胃がん要精密検査対象者のうち、未受診者に対し、電話・訪問などによる再勧奨を行った人数/要精検者未受診者	―	H28	100%	健康増進課
成果指標	適正体重を維持している人の割合の増加	甲斐市総合健診にてＢＭＩ25.0 以上の人の割合（40～64 歳）	男性:28.7% 女性:19.5%	H27	男性:26% 女性:17%	健康増進課
	睡眠による休養を十分とれている人の増加	甲斐市総合健診の問診において「よく眠れる（睡眠は十分にとれている）」と答えた割合	男性:43.3% 女性:39.1%	H28	男性:46% 女性:42%	健康増進課
	口腔衛生の維持・向上	市民アンケート調査において歯磨きを１回/日以下と答えた割合（40～64 歳）	21.8%	H28	10%以下	健康増進課
	胃がん検診精検者の精密検査受診者の割合の増加	市で実施する胃Ｘ線検査で精密検査と指摘された人が受診した割合（精検受診率）	65.3%	H27	70%	健康増進課

※国立がん研究センターによる最新がん統計によると、がん罹患率は男女とも胃がんが第２位であるとともに、甲斐市の集団健康診査におけるがん検診の中で精密検査となる率は、胃がん検診が一番高くなっています。また甲斐市では、平成 28 年度よりＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）を導入したこともあり、胃がん対策の取り組みを強化することとしています。

第６節　高齢期（65 歳以上）

１　現状と課題

高齢期は、退職や子どもの独立などにより、ライフスタイルが大きく変化する世代です。また、高齢化に伴い、元気な高齢者がいる一方で、何らかの支援が必要な高齢者も増加していきます。甲斐市健康診査の結果では、肥満者がいる一方で、低栄養傾向があるＢＭＩ20 以下の割合は男性で 14.2%、女性で 25.8%であることがわかりました。また、今回のアンケート調査からは、「１日 30 分以上の運動を週２回以上している人が５割を超えており、どの年代よりも高く、運動に対する意識が高い」ことが推察されましたが、「歯磨きの回数が１回/日以下の割合が高く、特に 75 歳以上で割合が高くなる」「生活習慣病の指摘を受けている人が約６割いる」「ストレスを感じている割合は減少しているものの、解消法がある割合も減少」という課題が浮かび上がってきました。

健康で自立して生活できる「健康寿命」の延伸のために、適切な食生活や適度な運動を推進し、心身ともに健康な生活を送れるような支援が重要と考えます。

２　目標

- 栄養バランスのよい食事を心がけ、心身ともに健康で充実した生活を送ろう

３　具体的な取り組み

（１）栄養・食生活（食育推進計画）

- 適切な栄養摂取量について理解し、バランスの良い食事をすることにより低栄養状態を予防するための知識普及に取り組みます。

（２）身体活動・運動

- 健康ポイント事業を展開します。
- 高齢者の生きがいと健康づくり事業として、高齢者運動会、健康ウォーキング、高齢者向け各種健康教室等を開催します。
- 農業体験等（農業協同組合やクラインガルデン等による）へ参加し、体を動かし、農作物作りの学びとともに、地域交流の場の提供を支援します。

（３）こころの健康

- 地域支援事業として、各種介護予防教室、認知症予防教室の開催、いきいきサロンの支援に取り組み、地域との交流の場を提供します。
- 介護支援ボランティア活動の推奨及び実践に取り組みます。
- ストレスの大きな原因である「健康不安」を解消するため、健診受診勧奨及び健診結果に基づく健康管理のフォローを充実させます。

（４）たばこ・アルコール

- 喫煙や受動喫煙の健康への影響について理解するための知識普及に取り組みます。
- 適量飲酒量を知り、実践するための知識普及に取り組みます。

（５）歯・口の健康

- 口腔衛生管理と健康の関係についての知識普及に取り組みます。
- ８０２０運動※2の実践として、１日２回以上の歯磨きの励行に向けた啓発活動を行います。
- 義歯の正しい手入れ方法や管理方法のための知識普及に取り組みます。
- 歯科健康相談や歯科健診の受診勧奨を推進します。

（６）健康診査等

- ＣＫＤ（慢性腎臓病）対策として、健診に eＧＦＲ（推算糸球体濾過量）を導入します。
- ＡＢＣ検診（胃がんリスク検診）を実施します。
- 特定健診（基本健診）やがん検診の受診勧奨を推進します。
- 健診受診後の生活習慣病の予防や改善等、フォロー体制を充実させます。

４　活動指標・成果指標

	項目	説明	現状値		目標値（H35）	担当課
活動指標	食と健康に関する情報提供	食と健康に関するチラシ等を配布した事業数	３回/年	H28	６回/年	健康増進課
	ストレスに関する情報提供	ストレスに関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	６回/年	健康増進課
	歯の健康に関する情報提供	歯の健康に関するチラシを配布した事業数	１回/年	H28	５回/年	健康増進課
成果指標	いきいきサロンへの参加	いきいきサロンに参加した人数	55 団体 延 14,376 人	H27	後年設定	長寿推進課
	低栄養傾向（ＢＭＩ20 以下）の人の割合の増加の抑制	甲斐市総合健診にてＢＭＩ20 以下の人の割合	男性：14.2% 女性：25.8%	H27	男性：18%以下 女性：30%以下	健康増進課
	歯科健診受診者数の増加	市民アンケート調査において定期的に歯科医の健診を受けていると答えた割合	41.0%	H28	50%	健康増進課

※２　８０２０運動：「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」と平成元年に厚生省（現厚生労働省）と日本歯科医師会が提唱した運動。20 本以上自分の歯があれば、ほとんどの食物をかみ砕くことができると言われている。

第８章　かいてき情報

第８章では、市民の食生活や健康に役立つと思われる情報を紹介します。市では、このような食や健康に関するさまざまな情報を、市のホームページや広報紙等を通じて紹介しています。

第１節　栄養・食生活に関すること

甲斐市の特産物

地産地消（ちさんちしょう）

その地域で作られた農畜産物を、その地域で消費することをいいます。
地域の食材、食文化への理解促進・地域経済の活性化、食料自給率アップにつながるものと期待されています。
甲斐市には、豊かな自然の恵みである特産物がたくさんあります。

●龍王源水●

「龍王源水」は、竜王地域の人々が日常飲用している水道水の原水で、「釜無川」近くの水源（第 12 取水井）の地下 100mの深井戸から汲み上げた水です。
平成 23 年度に行った山梨大学の国際流域環境研究センターと甲斐市上水道課との共同研究において、この水源の水について調べた結果、「釜無川の伏流水」がもとになり、地下を流動するとき（20 年程度の間）に地中のカルシウムやマグネシウムのミネラル分が豊富に溶け込んで中程度の軟水になっていることが明らかになりました。
賞味期限も５年あることから、日ごろの飲用だけでなく、災害備蓄用としても利用することができます。

【問い合わせ先…甲斐市水道事務所　Tel.055-276-0734】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013112200365/　2017/１/４アクセス）

●やはたいも●

釜無川の度重なる氾濫の結果堆積した肥沃な砂質土壌で作られる里芋で、生産する地域の名を冠して「やはたいも」の名で親しまれています。地肌が白く、他の産地にないきめ細かい繊維と粘り気があるのが特徴です。

【問い合わせ先…
中巨摩東部農協　Tel.055-276-2026】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●赤坂とまと●

赤坂台総合公園（ドラゴンパーク）西側の富士山を眺めることができる、日当たりのよい場所で作られているトマトです。

「トマトベリー」「アイコ」の他、糖度の高い「フルティカ」「桃太郎」など、いろいろな品種があります。

この「赤坂とまと」は「誰が、どこで、どのように生産したか」を公表する「生産情報公表農産物 JAS 規格」の認定を県内で初めて受けました。

【問い合わせ先…甲斐市竜王赤坂地区活性化協議会（農林振興課内）　Tel.055-278-1707】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●甲斐の本格芋焼酎　大弐●

赤坂地区では、「赤坂とまと」のほかに、さつまいもの栽培にも取り組んでいます。

そこで栽培された黄金千貫からできた本格焼酎「大弐」は、清酒蔵特有の黄麹仕込みと甲斐市の名水である竜王の原水を合わせて造り上げた逸品です。

2016 年「春季全国酒類コンクール 本格焼酎・芋焼酎部門」では、みごと第１位を受賞しました。

第１位受賞の講評では「芋本来の香りと甘みが生かされ、すっきりとした飲み心地」と高い評価を得ています。

【問い合わせ先…甲斐市竜王赤坂地区活性化協議会（農林振興課内）　Tel.055-278-1707】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●安納芋　スイートポテト●

赤坂地区で栽培されているさつまいもは「黄金千貫」のほかに、「安納芋」があります。
甘味が強い安納芋を原材料に使ったスイートポテトも販売されています。

【問い合わせ先…
御菓子司　松寿堂　Tel.055-276-2628】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●桑の葉パウダー　桑の葉茶　桑の実ジャム●

双葉地区登美の丘では、かつて養蚕業が栄えた地域として、今も桑畑が残されています。
毎年６月には「桑の実摘み体験」も行われています。
収穫された桑の葉を100%使用し、独自の製茶技術で、手間を惜しまず丹精込めてつくっているのが「桑の葉茶」「桑の葉パウダー」です。パウダーは粉末茶のほか、お料理やお菓子づくりなどにもおすすめです。

また、実は、添加物や保存料を一切使用せず、素朴で贅沢な桑の実ジャムになります。

【問い合わせ先…
甲斐市商工会　Tel.055-276-2385】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●甲州ワインビーフ●

ワインビーフは、果樹王国山梨、ワイン王国山梨が生み出した牛肉です。ワインを搾って残ったブドウ粕を飼料として、大自然の中で育てあげられたものです。ワインビーフはキメの細かい柔らかさとほんのり甘味のある肉質が特徴です。

【問い合わせ先…小林牧場　Tel.055-277-0502】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●梅ジャム●

敷島地区の「梅の里」では、甲州小梅が栽培されています。

栽培・収穫された小梅を無添加で仕上げた自然な風味豊かなジャムは、すっきりした酸味とほどよい甘さがあるのが特徴です。

また、毎年５月には「梅もぎ体験」もできます。

【問い合わせ先…ゆうのう敷島　Tel.055-267-0831】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●うめワイン●

敷島地区の「梅の里」で栽培された甲州小梅を原材料にした梅ワインです。

【問い合わせ先…敷島醸造　Tel.055-277-2805】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

●放牧卵●

甲斐市北部の標高 1,100 メートルの農場で放牧されている鶏の卵です。

卵黄がしっかりと大きくて、卵白がこんもり盛り上がり、殻が強いのが特徴です。

また直売所では、卵をふんだんに使ったバウムクーヘンやシフォンケーキも販売されています。

【問い合わせ先…黒富士農場　Tel.055-277-0211】

（引用・参考：甲斐市ＨＰ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/docs/2013111900020/　2017/１/４アクセス）

市内農産物直売所

甲斐市で収穫された旬の野菜などは、農産物直売所で購入することができます。

1 双葉農の駅

住所：甲斐市宇津谷 1764
Tel：0551-20-0035
営業時間：
3月～10 月 9:00～18:00
11 月～2月 9:00～17:00
食堂 11:00～14:00
定休日：火曜日（火曜日が祝祭日の場合は水曜日）、年末年始

双葉地区の地元で生産された野菜や果実を購入することができます。
隣接する食堂では、地元野菜をふんだんに使ったメニューを楽しむことができます。

2 甲斐敷島梅の里 クラインガルテン

住所：甲斐市牛句 3294
（農事組合法人ゆうのう敷島）
Tel：055-267-0831
営業時間：9:00～17:00
定休日：月曜日（月曜日が祝日の場合は翌日）、年末年始

クラインガルテンとはドイツ語で「小さな庭」という意味の市民農園です。都市生活者が農作物を作り、地元住民とふれあい、農村生活を楽しむ場所となっています。
クラブハウスで農産物の直売（ゆうのう市場）を行っています。
また梅もぎ体験などのイベントも行っています。

3 JA 梨北農産物直売所 よってけし響が丘店

住所：甲斐市龍地 2782-3
Tel：0551-28-7885
営業時間：9:00～18:00
定休日：水曜日、年末年始

JA 梨北管内（甲斐市、韮崎市、北杜市）で生産された野菜や果実を購入することができます。

4 JA 中巨摩東部農産物直売所 いーなとうぶ

住所：甲斐市篠原 2635
Tel：055-276-2399
営業時間：9:00～18:00
定休日：不定休

JA 中巨摩東部管内(甲斐市、中央市、昭和町ほか）で生産された、野菜や果実を購入することができます。

「食品ロス」を減らそう

まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」！
大切な食べ物を無駄なく消費し、もったいない「食品ロス」を減らしましょう。

●知っていますか？日本の食品ロスの現状●

まだ食べられるのに捨てられている食品ロスは、日本では年間約 632 万トンとされています。これを日本人 1 人当たりに換算すると、毎日お茶碗約 1 杯分（約 136g）の量を捨てていることになります。

また、この量は世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料援助量（平成 26 年で年間約 320 万トン）を大きく上回る量になります。

また、632 万トンのうち、約半数が家庭から出されているといわれています。

家庭での食品ロスを削減できれば、食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家計面でもメリットがあります。

●家庭でできる食品ロスを減らす工夫●

① 食材を「買いすぎない！」「使い切る！」「食べ切る！」
② 料理は「食べられるだけ作る！」
③ 冷凍保存をうまく活用する
④ 「消費期限」と「賞味期限」の表示を理解する

●消費期限：品質の劣化が早い食品に表示されている期限です。「食べても安全な期限」なので、期限を過ぎたものは食べない方が安全です。

●賞味期限：「美味しく食べられる期限」なので、期限を超えてもすぐに食べられなくなるわけではありません。

●甲斐市の現状●

一人でも多くの人が「食品ロス」についての意識を持つことが「食品ロス」軽減のための一歩になります。

本計画のためのアンケート調査では、「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることとして、「冷凍保存を活用する」「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」「残さず食べる」「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べ切れる量を購入する」などに取り組んでいる割合が高いことがわかりました。

また、甲斐市食生活改善推進員会では、食育教室などを通して、食品ロスに関する啓蒙活動にも取り組んでいます。

（引用・参考：内閣府大臣官房政府広報室「政府広報オンライン」
http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html　2017/2/6アクセス）

運動しよう

甲斐市には、気軽にスポーツや、ウォーキングができる施設や公園が沢山あります。
是非、皆さんの日ごろの健康づくりにご活用ください！

＜　甲斐市のスポーツ施設・公園施設等概要一覧　＞

施設名	施設内容	所在地 電話番号	問い合わせ先
玉幡体育館	バレーボール２面/バスケットボール１面/ミニバスケットボール２面/バドミントン６面	西八幡 2648	スポーツ振興課
竜王スポーツセンター	テニス１面/バドミントン３面/トレーニングルーム/ロビー	竜王 596-3 055-276-1573	
敷島体育館	バレーボール３面/バスケットボール２面/軟式テニス２面/バドミントン８面/トレーニングルーム/会議室	島上条 2294	
双葉体育館	バレーボール２面/バスケットボール２面/軟式テニス１面/バドミントン６面/トレーニングルーム/会議室	宇津谷 2221 0551-28-2541	
竜王武道館	柔道場１面/剣道場１面	篠原 2728-20	
双葉弓道場	射場 225.36 ㎡（６人立ち）/的場 55.41 ㎡	岩森 3055	
玉幡公園（Kai・遊・パーク総合屋内プール）	芝生広場/遊戯広場/プール：25m×13m、６コース、水深１m/歩行用プール：延長 60m、水深１m/子ども用プール：直径４m、水深 0.5m/リラクゼーションプール/トレーニングルーム（各種フィットネス教室等）	西八幡 1896-2 055-276-4189	＜公園＞ 都市計画課
敷島 B&G 海洋センター	プール：25m×13m（325 ㎡）、水深 1.2m～1.0m/幼児用プール：70 ㎡、水深 0.5m	島上条 2527-1 055-277-7767	※閉館期間中は、スポーツ振興課

施設名	施設内容	所在地 電話番号	問い合わせ先
双葉 B&G 海洋センター	プール：25m×13m（325 ㎡）、うち歩行用プール２コース、水深 1.2m～1.0m（歩行用 0.9m）/幼児用プール：70 ㎡、水深 0.5m	宇津谷 1957 0551-28-6029	※閉館期間中は、スポーツ振興課
敷島保健福祉センター（健康増進施設）	歩行浴プール（１周 30mの楕円）/軽運動室（ランニングマシン、エアロバイク、ラットプル、ショルダープレス他）	島上条 3163 055-277-7311	敷島保健福祉センター内軽運動室
釜無川スポーツ公園	野球２面/ソフトボール４面/夜間照明：６基、36 灯（ソフトボール１面）/テニスコート（クレー）６面/ゲートボールコート１面/ターゲットバードゴルフ場 18 ホール	西八幡 4261	スポーツ振興課
西八幡テニスコート	全天候コート５面	西八幡 4268-6	
竜王南部公園	遊具/あずまや/グラウンド/ソフトボール２面/サッカー１面/夜間照明：６基、72 灯（ソフト２面、サッカー１面）	西八幡 2002	＜公園＞ 都市計画課 ＜運動施設＞ スポーツ振興課
中下条公園	テニスコート（クレーコート２面）/多目的運動場広場/あずまや	中下条 1021	
島上条公園（志麻の里フレンドパーク）	複合遊具・芝生広場・園路（１周 540m）/テニスコート（全天候コート４面）/多目的コート（全天候コート２面）	島上条 1000－1	
敷島総合公園	梅園/あずまや/園路（１周約 400m）/遊具/多目的運動場/野球１面/サッカー１面/ソフトボール２面	牛句 2814	
双葉スポーツ公園	ソフトボール４面/野球１面/サッカー１面/夜間照明：６基、180 灯（ソフト４面、野球１面、サッカー１面）/テニスコート（全天候２面、クレー２面）、夜間照明：９基、12 灯（２面）/ゲートボールコート４面/夜間照明：３基８灯（２面）	岩森 2732 0551-28-2541	スポーツ振興課
赤坂台総合公園（ドラゴンパーク）	展望塔/展示室/ジョギングコース（１周 850m）/森の回廊/芝生広場等	竜王 338-2 055-276-2161	都市計画課

施設名	施設内容	所在地 電話番号	問い合わせ先
竜王中部公園	＊平成 30 年度末改修完成予定　遊具等	西八幡 2655	都市計画課
信玄堤公園	芝生広場/親水河川/あずまや	竜王 1989	
竜王北部公園	芝生広場/あずまや	篠原 2600	
名取公園	ゲートボール場/遊具	名取 600－2	
篠原街区１号公園 （風の子公園）	芝生広場/遊具	篠原 4033	
篠原街区２号公園 （やすらぎ公園）	芝生広場/ゲートボール広場	篠原 4210	
篠原街区３号公園	あずまや/遊具	篠原 4103	
カルチャーパーク	親水河川/あずまや	島上条 2275－7	
境公園	あずまや/遊具	境 2279	
響が丘中央公園	ゲートボール場/遊具	龍地 2809－1	
双葉水辺公園	恐竜遊具/芝生広場/あずまや/じゃぶじゃぶ池/バーベキュー用かまど（３箇所） ＊バーベキュー施設ご利用の場合には利用 1 週間前までに申請が必要です。	下今井 1136－7	
鳥ケ池芝生公園	芝生広場	龍地 3376－86	
竜地公園	あずまや/遊具	龍地 5141	

【問い合わせ先】
スポーツ振興課　Tel. 055-278-1698
都市計画課　　Tel. 055-278-1669

山梨県におけるさまざまな相談窓口

山梨県内におけるさまざまな相談窓口の一覧になります。

困ったとき、１人では解決できない悩みがあるとき、まずは相談してみませんか？

内容		相談先	電話番号
心と体	心の悩み	ストレスダイヤル	055-254-8700
		こころの健康相談統一ダイヤル（自殺防止電話相談）	0570-064-556
		山梨いのちの電話	055-221-4343
		精神保健福祉センター	055-254-8644
		甲斐市役所（福祉課）	055-278-1691
	心と体の悩み	中北保健福祉事務所	055-237-1420
		甲斐市役所（健康増進課）	055-278-1694
	難病	山梨県難病相談・支援センター	055-223-3241
	がん	県立中央病院がん相談支援センター	055-253-7111
		山梨大学医学部附属病院がん相談支援センター	055-273-9872
		山梨県がん患者サポートセンター	055-227-8740
		認知症コールセンター （認知症の人と家族の会　山梨県支部）	055-222-7711
		甲斐市役所（長寿推進課）	055-278-1693
子ども・若者	子育ての悩み	子育て相談総合窓口かるがも（県社会教育課）	055-228-4152 055-228-4153
		甲斐市役所（子育て支援課）	055-278-1692
	子ども（18 歳未満）の悩み	中央児童相談所	055-254-8617
		子どもの人権 110 番（甲府地方法務局）	0120-007-110
		チャイルドライン（18 歳以下の子ども専用）	0120-99-7777
	いじめ・不登校	いじめ不登校ホットライン（総合教育センター）	055-263-3711
		心のホットライン	055-278-2039
	若者の悩み	ヤングテレホンコーナー	055-235-4444
	若者の就労	やまなし若者サポートステーション	055-244-3033
女性	女性の悩み・ 配偶者等による暴力	女性相談所（配偶者暴力相談支援センター）	055-254-8635
		男女共同参画推進センター （ぴゅあ総合・配偶者暴力相談支援センター）	055-237-7830
	配偶者による暴力	女性の人権ホットライン（甲府地方法務局）	0570-070-810

内容		相談先	電話番号
障がい	障がい者と家族の悩み	障害者 110 番（山梨県障害者福祉協会）	055-254-6266
		甲斐市障がい者基幹相談支援センター	055-267-7010
	障がい者虐待に関する相談	山梨県障害者権利擁護センター	055-254-6266
経営者	経営や倒産危機に関する悩み	やまなし産業支援機構	055-243-1888
		山梨県よろず支援拠点	055-243-0650
		山梨県中小企業再生支援協議会	055-220-2977
		山梨県中小企業団体中央会	055-237-3215
		山梨県商工会連合会	055-235-2115
		甲斐市商工会	055-276-2385
経営者・労働者	労働者のメンタルヘルス対策全般	山梨産業保健総合支援センター	055-220-7020
労働者	職場内のいじめ嫌がらせ、労働条件等	山梨労働局総合労働相談コーナー	055-225-2851
		中小企業労働相談所（県民生活センター内）	055-223-1366
		甲府総合労働相談コーナー（甲府労働基準監督署内）	055-224-5620
	メンタルヘルスを含めた労働者の健康相談	中北地域産業保健センター	055-220-7020
お金	消費者トラブル	山梨県県民生活センター	055-235-8455
	多重債務	全国クレジット・サラ金被害者連絡協議会	0120-996-742
法律	法的トラブル	法テラス山梨	050-3383-5411
		山梨県弁護士会法律相談センター（原則要予約　有料）	055-235-7202
		山梨県司法書士総合相談センター	055-253-2376
人権	いじめ・体罰・差別等	みんなの人権 110 番（甲府地方法務局）	0570-003-110
犯罪・生活の安全	犯罪被害者等総合支援	山梨県犯罪被害者等総合支援窓口	055-223-4180
	警察安全相談	警察本部総合相談室	#9110 または 055-233-9110
		韮崎警察署	0551-22-0110
		韮崎警察署甲斐分庁舎	0551-20-0110

平成２９年２月現在

（引用・参考：山梨県　「気づいて！こころといのちのＳＯＳサイン（平成 28 年度版相談窓口リーフレット）」“山梨県いのちのセーフティネット相談窓口”　http://www.pref.yamanashi.jp/shogai-fks/j-taisaku/j-yobou.html　2017/2/22 アクセス）

たばこ

たばこはさまざまな病気のリスクを高めます。また、喫煙者が吐き出す煙にも、ニコチンやタールなどの有害物質が多く含まれるため、本人だけでなく、周りの人が病気になるリスクも高めてしまいます。

●たばことがん●

たばこの煙には 60 種類以上の発がん物質が含まれています。煙の通り道（くち・のど・肺）はもちろん、唾液などに溶けて通る消化管（食道・胃）、血液中に移行して排出される経路（血液・肝臓・腎臓などの尿路）でもリスクが高くなることに注意が必要です。

喫煙との関連が確実ながん （国際がん研究機関（IARC）の 2012 年の報告による）	口腔・鼻咽頭・副鼻腔・喉頭・肺・食道・胃・膵臓・大腸・肝臓・腎臓・尿管・膀胱・子宮頸部・卵巣・骨髄性白血病
喫煙との因果関係があるとされるがん （2004 年の米国公衆衛生総監報告書による）	口腔・喉頭・肺・鼻腔/副鼻腔・中/下咽頭・食道・胃・肝臓・膵臓・子宮頸部・尿路・骨髄性白血病

（引用・参考：e-ヘルスネット　「喫煙とがん」

https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-03-001.html　2016/12/29 アクセス）

●たばことさまざまな疾患●

たばこは、がんのリスクを高めるだけでなく、さまざまな疾患のリスクを高めます。

循環器疾患	動脈硬化・冠状動脈疾患・脳卒中・腹部大動脈瘤
呼吸器疾患	肺炎を含む急性呼吸器疾患・COPD（慢性閉塞性肺疾患）
内分泌疾患	糖尿病
その他の疾患	骨粗鬆症・歯周病・感染症

（引用・参考：e-ヘルスネット　「喫煙の健康影響（概要）」

https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-02-002.html　2016/12/29 アクセス）

●若者の喫煙のこと●

未成年者を含め若者の喫煙の問題点として、「１.健康影響が大きい」「２.より高度なニコチン依存症に陥りやすい」「３.喫煙以外の薬物依存の入り口となる」ことが挙げられます。

本計画のためのアンケート調査において、未成年で「喫煙の経験がある」と答えた割合は、小中学生、未成年とどの世代でもいました。喫煙による健康への影響、特にがんなど長期の影響について、学校や、家庭で知らせていくことが大切です。また、今回の調査では、子どもが受動喫煙で嫌な思いをした場所は「家庭」「路上」「飲食店」の順で高かったことから、周囲の大人が受動喫煙に対する配慮をしていくことも重要です。

●受動喫煙のリスク●

本人は喫煙しなくても、身の回りのたばこの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。受動喫煙によるさまざまな健康被害についての報告があります。

大人への影響	・心疾患になるリスクが 1.25～1.3 倍 ・肺がんになるリスクが 1.2～1.3 倍
子どもへの影響	・呼吸器症状（咳・痰など） ・肺の発達の遅れ ・乳児突然死症候群（SIDS） ・急性呼吸器感染症 ・耳疾患（中耳炎など）

（引用・参考：e-ヘルスネット　「受動喫煙 － 他人の喫煙の影響」

https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-02-005.html　2016/12/29 アクセス）

COPD（慢性閉塞性肺疾患）

慢性気管支炎、肺気腫など、主に長期にわたる喫煙習慣や受動喫煙が原因で起こり、空気の通り道である気道が狭くなる病気の総称です。空気の出し入れが難しくなり、呼吸がしにくくなります。COPD が進行すると少し動いただけでも息切れし、日常生活もままならなくなります。さらに進行すると呼吸不全や心不全を起こす命に関わる病気ですので、早期発見・早期治療が重要です。

SIDS（乳児突然死症候群）

何の予兆や既往歴もないまま、乳幼児が突然死に至る原因のわからない病気です。平成 27 年度には 96 名の赤ちゃんが SIDS で亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第３位となっています。

アルコール

「酒は百薬の長」という言葉のとおり、少量のアルコールは、気持ちをリラックスさせたり会話を増やしたりする効果があるほか、循環器疾患の予防になったり、ＨＤＬコレステロールを増加させたりします。しかし、大量になるとさまざまな病気のリスクを高めてしまいます。

適量飲酒を心がけることが大切です。

●適量飲酒の目安●

厚生労働省では、「通常のアルコール代謝能を有する日本人においては、節度ある適度な飲酒として、１日平均純アルコールで 20g 程度」と定義しています。

一般に、女性は男性に比べてアルコール分解速度が遅く、臓器障害を起こしやすいことから、男性の 1/2～2/3 程度が適当と考えられます。

また、高齢者ではアルコールの分解速度が下がることや、血中濃度が高くないにもかかわらず酔い方がひどくなることなどが示唆されていることから、高齢者の飲酒量も少なくすることが勧められています。

●純アルコール 20g に該当するアルコール量とエネルギーの目安●

ビール	（5 度）	500ml	200 kcal
発泡酒	（5 度）	500ml	230 kcal
日本酒	（15 度）	１合（180ml）	190 kcal
ワイン	（12 度）	グラス２杯弱（200ml）	150 kcal
焼酎	（25 度）	100ml	140 kcal
ウイスキー	（40 度）	60ml	140 kcal

（七訂食品成分表 2016 をもとに算出。数値はあくまで目安です）

（引用・参考：e-ヘルスネット　「飲酒のガイドライン」

https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/alcohol/a-03-003.html　2016/12/29 アクセス）

●甲斐市の現状●

本計画のためのアンケート調査において、成人男性の約３割、成人女性の約６割が、「ほとんど飲まない」と回答していました。一方で、生活習慣病のリスクを高める飲酒量（男性で純アルコール量 40g 以上、女性で 20g 以上）を摂取している割合は、男性で 12.3%、女性で 8.8%いたことからも、適量飲酒量についての啓発活動が重要なことがわかります。

また、未成年の 7.5%が過去 30 日以内に飲酒していたことから、未成年の飲酒ゼロ対策にさらに取り組んでいく必要があります。

歯の健康

自分の健康な歯が多いほど長生きできると言われています。むし歯や歯周病などにより歯が失われると、よく噛めないため消化吸収が悪くなるほか、全身の健康に影響していきます。

●歯の健康のためにできること●

最も大切なことは、「口腔清掃」です。毎日の歯磨きに加えて、デンタルフロスや歯間ブラシによる歯間部の清掃が大切です。

また、毎日の口腔清掃だけでは取り除けない歯垢や歯石を歯科医院で除去してもらうことも必要です。

毎日のケアに加えて、定期的な歯科受診、そして歯に何らかの異常があった場合は、そのままにせず歯科医への受診をするように心がけましょう。

●甲斐市の現状●

本計画のためのアンケート調査において、男性では、約４人に１人が１日の歯磨き回数が１回以下であることがわかりました。また、定期的に歯科医の健診を受けている割合は、20～40 代では約３割、50 代以上で約４割でした。

１日２回以上の歯磨き習慣を！！

を合言葉に、歯の健康についての啓発活動を行っていきます。

甲斐市で行っている歯の健康に関すること

甲斐市では、ライフステージに合わせ、歯の健康に関する取り組みを行っています。

幼児期	幼児健康診査（１歳６か月児・２歳児・３歳児健康診査）時に、歯科医師による健診を実施しています。 １歳児健康相談、幼児健康診査（１歳６か月児・２歳児・３歳児）時には、全員に歯科衛生士より個別ブラッシング指導を実施しています。
学童期	就学時健康診断、定期健康診断時に歯科医師による健診を実施しています。
成人期	総合健診時に歯科医師による健診を実施しています。

甲斐市が行っている健康診査

甲斐市では、さまざまなライフステージに合わせて、健康診査を実施、または助成しています。

健康診査をしっかり受けて、疾病の有無、体格・身体の状況などを確認することが大切です。

＜妊娠期＞

項目	実施方法	概要
「妊婦一般健康診査受診票」を使用しての妊婦健診費用の助成	母子健康手帳発行時に交付しています。 山梨県内の病院で使用できます。	お母さんとおなかの中の赤ちゃんの健康管理の充実及び、経済的負担の軽減を図り、安心して妊娠・出産ができるように市では妊婦健診（14 回以内）の費用について１回 6,000 円を限度額として助成しています。
「HTLV-１抗体検査受診票」を使用しての検査費用の助成	母子健康手帳発行時に交付し、「妊婦一般健康診査受診票」の追加検査として実施しています。 山梨県内の病院で使用できます。	妊娠初期から 30 週までの間に妊婦健診の際に受ける HTLV-１抗体検査費用を上限 2,290 円助成しています。
「クラミジア抗原検査受診票」を使用しての検査費用の助成		妊娠初期から 30 週までの間に妊婦健診の際に受けるクラミジア抗原検査費用を上限 1,920 円助成しています。

＊里帰り等で県外の医療機関で「妊婦一般健康診査受診票」及び「HTLV-１抗体検査受診票」「クラミジア抗原検査受診票」に該当する妊婦健診を受けた場合は、健診費用の払い戻し制度があります。詳しいことは、お問い合わせください。

【問い合わせ先…子育て世代包括支援センター（健康増進課）　Tel. 055-278-1694】

＜乳幼児期＞

項目	実施方法	概要
「乳児一般健康診査受診票」を使用しての乳児健診	出生届け出時に交付しています。 山梨県内の病院で使用できます。	１歳になるまでに、病院での健診費用を２回助成しています。
４か月児健康診査	対象月の１か月前に対象者あてに通知が届きます。 市内保健福祉センターで実施します。	身体計測、医師による診察、保健師による問診・育児相談、栄養士による離乳食の講話を行います。
１歳６か月児健康診査	対象月の１か月前に対象者あてに通知が届きます。 市内保健福祉センターで実施します。	身体計測、医師・歯科医師による診察、保健師による問診・育児相談、歯科衛生士・栄養士による講話、歯科衛生士による歯のブラッシング指導を行います。
２歳児健康診査	対象月の１か月前に対象者あてに通知が届きます。 市内保健福祉センターで実施します。	身体計測、歯科医師による診察、保健師による問診・育児相談、栄養士による講話、歯科衛生士による歯のフッ素塗布及びブラッシング指導を行います。
３歳児健康診査	対象月の１か月前に対象者あてに通知が届きます。 市内保健福祉センターで実施します。	身体計測、視力検査、聴覚検査、医師・歯科医師による診察、保健師による問診・育児相談、歯科衛生士・栄養士による講話、歯科衛生士による歯のブラッシング指導を行います。

【問い合わせ先…子育て世代包括支援センター（健康増進課）　Tel. 055-278-1694】

＜学童期＞

項目	実施方法	概要
就学時健康診断	実施日の約１か月前に対象者あてに通知が届きます。 市内小学校で実施します。	小学校に入学する幼児を対象に実施する健康診断です。 内科・耳鼻科・歯科・眼科健診、視力・聴力検査、発達検査を行います。
定期健康診断	毎年４月から６月にかけて、市内小学校で実施します。	身体計測、内科・耳鼻科・歯科・眼科健診、視力・聴力・尿検査を行います。 小学校１年生、中学校１年生では心電図検査も実施します。

【問い合わせ先…学校教育課　Tel. 055-278-1696】

＜成人＞

項目	実施方法	概要
総合健診（特定健診を含む）	年度末年齢が 20 歳以上の人（市の助成がある人間ドックを受ける人、職場で健診のある人、学校健診のある人を除く）を対象に実施します。 市内保健福祉センター、地域ふれあい館、双葉公民館、双葉体育館等で実施します。	問診・診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図・眼底検査・肝炎ウイルス検査（過去に受けた人は除く）を行います。 また、各種がん検診も行います。40 歳以上の方の検査料は無料です。39 歳以下の方の検査料についてはお問い合わせください。
人間ドック（特定健診を含む）	年度末年齢が 40 歳以上の人（市の総合健診を受ける人、職場で健診のある人を除く）を対象に実施します。 山梨県内指定医療機関で受診することができます。	問診・身体計測・視力・聴力・肺活量・尿検査・血圧測定・血液検査・心電図・眼底（眼圧）検査・診察・結核検査、各種がん検査を行います。 自己負担金額は医療機関及び受診内容によって異なります。詳しくは、お問い合わせください。

【問い合わせ先…健康増進課　Tel. 055-278-1694】

※平成 29 年２月現在の情報を掲載しています。詳しくは、各課へお問い合わせください。

資料編

1　策定の経過

年月	保健福祉推進協議会	庁内会議	その他
平成 28 年 5 月 24 日			厚生環境常任委員会 ・第３次健康増進計画及び第２次食育推進計画合体版策定について
6 月 14 日		第１回ワーキング会議 ・第３次健康増進計画及び第２次食育推進計画合体版策定について ・計画構成（案）について ・アンケート調査について ・第２次健康増進計画、食育推進計画の目標値の進捗状況について	
6 月 24 日	第１回保健福祉推進協議会 ・第３次健康増進計画及び第２次食育推進計画合体版策定について ・第２次健康増進計画、食育推進計画の目標値の進捗状況について		
7 月 7 日 ～8 月 5 日			アンケート調査の実施 ・20 歳以上市民 ・小学生・中学生 ・15 歳～19 歳市民 ・就園児・就学児保護者 ・未就園児保護者
10 月 12 日		第２回ワーキング会議 ・計画骨子（案）について ・第２次健康増進計画、食育推進計画指標の評価について ・アンケート調査結果・課題について ・作業シート作成について	
11 月 4 日	第２回保健福祉推進協議会 ・計画骨子（案）について ・アンケート調査結果・課題について		
11 月 30 日		第３回ワーキング会議 ・計画素案について	
12 月 20 日	第３回保健福祉推進協議会 ・計画素案について		
12 月 27 日		部長会議 ・計画素案について	
平成 29 年 1 月 10 日			厚生環境常任委員会 ・計画素案について
1 月 16 日 ～2 月 10 日			パブリックコメントの実施
2 月 15 日		第４回ワーキング会議 ・計画（案）経過報告 ・概要版について	
2 月 17 日			厚生環境常任委員会 ・計画（案）意見提言等について
2 月 24 日		部長会議 ・計画（案）策定経過報告等	
2 月 28 日	第４回保健福祉推進協議会 ・計画（案）のパブリックコメントの結果報告		

２　甲斐市保健福祉推進協議会委員名簿

任期：平成 28 年４月１日～平成 30 年３月 31 日

選　任　区　分	役　職	氏　　名	備　　考
（１）自治会連合会	会長	三井　兵部	自治会連合会会長
		小林　一彦	自治会連合会副会長
		山瀬　俊彦	自治会連合会副会長
（２）医師代表（市医）		金丸　良文	金丸内科クリニック
		小山　武彦	小山医院
		福田　徹	福田歯科医院
（３）民生委員児童委員協議会		中村　直明	市民生委員児童委員協議会会長
		日原　正	市民生委員児童委員協議会副会長
		大澤　孝彦	市民生委員児童委員協議会副会長
（４）社会福祉協議会	副会長	河西　富士雄	市社会福祉協議会会長
（５）保健・福祉・教育団体代表		中島　孝子	愛育連合会会長
		矢崎　孝子	食生活改善推進員会会長
		矢口　哲也	老人クラブ連合会会長
		小林　教夫	市障害者福祉会会長
		宮本　保惠	甲斐市障がい児者地域支援連絡会
		深澤　美佳	保育園保護者代表（竜王北保育園）
		内藤　進	ボランティア協議会会長
		小見山　義廣	青少年育成甲斐市民会議会長
（６）学識経験者		西山　豊	教育長
		三枝　やよい	介護保険事業者代表（めぐみ荘）
		中村　己喜雄	商工会会長

甲斐市第３次健康増進計画・第２次食育推進計画
「健康・食育かいてきプラン」

【発行年月】　平成 29 年３月発行
【発　　行】　甲斐市
〒400-0192　山梨県甲斐市篠原 2610 番地
電話　055-278-1694
ＦＡＸ　055-278-2046
ＵＲＬ　http://www.city.kai.yamanashi.jp/
【編　　集】　甲斐市子育て健康部健康増進課

かぞくみんなで元気甲斐
いつも楽しく食べてる甲斐
しっかり歩いて元気、そう甲斐