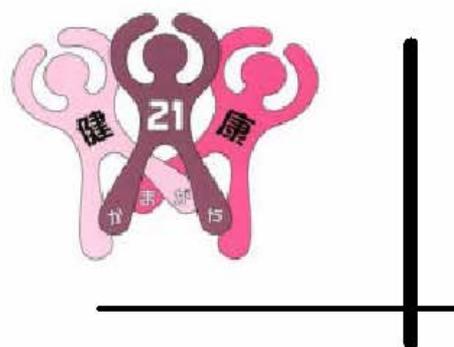


IV. 今後の取り組み



1. 今後の取り組みの方向性

「計画」の策定時には、市の現状と課題から健康問題を捉え、その改善や予防に重点を置いて健康づくりの実践ができるよう目標を掲示しました。

今後は「実現すべき地域での健康な姿」すなわち「めざすの姿」を描きながら、常に取り組みが目的にあっていくことを確認しながら推進していきます。また、今後さらに健康づくりの環境整備と関係機関との連携による事業内容の充実を図り、市民との協働事業の拡大をめざします。

そのためには、今後も市民のニーズをより多く聞き「めざすの姿」を市民とともに考え、健康なまちづくりを意識した計画の推進をしていきたいと考えます。また、計画最終年にむけて「計画の展開方法や展開の内容は良かったか」プロセスの評価を行政と市民が一緒に行う過程から「今後はこうしたい」という目標達成にむけてより具体的な取り組みを明らかにしていきます。

1) 領域別健康目標と数値目標の見直し

(1) 栄養・食生活

食を通じたコミュニケーションは食の楽しさや、精神的な豊かさをもたらし、心身ともに豊かな食生活を送る上で大切なことから、「食の楽しさを知る」を実践目標とし、「孤食をする者の減少」と「食事づくりを体験する人の増加」を目指します。また、子どもからの生活習慣病予防のため、「肥満児の減少」を数値目標に掲げ、推進します（66ページ）。

(2) 身体活動・運動

運動習慣をつけるために、成人においては、「運動について正しい知識を持ち」、「必要性を理解し」、それを日常生活の中で「実践につなげることができたか」を評価できる指標としました。高齢者においては、介護予防の観点から「外出」という形での数値目標を加えました（67ページ）。

(3) 休養・こころの健康づくり

休養の目標である「疲れをためない」という予防的側面として、「体調や疲れの継続状況」、「睡眠の状況」、「社会参加状況」、「ストレスの解消方法を持つ」ことを数値目標に加えました。また、壮年期男性においては、「自殺者について」、死亡統計から客観的に評価するため、数値目標に加えることとしました（68ページ）。

(4) たばこ

喫煙が及ぼす健康影響について正しい知識を持つことができたか、ということの評価する数値目標として、「喫煙の害の知識」、「妊娠中の禁煙」、「乳児のいる家庭での禁煙」を加えました。さらに、禁煙したい人の実態を明らかにし、禁煙指導を受ける人の増加を数値目標として加えることとしました。（69ページ）。

(5) アルコール

妊娠中だけでなく「授乳中の飲酒は母乳中のアルコール濃度を高める」ことについて普及するため、「授乳中の飲酒の害」を数値目標として追加しました（70ページ）。

(6) 歯の健康

生涯、食事や会話を楽しむために、子どもの頃からの丈夫な歯づくりをめざし、今後も乳歯が生える頃から永久歯が生え揃うまでを中心としたフッ化物応用の普及啓発を継続します。特にフッ化物洗口については、新たに「フッ化物洗口をする人の増加」を数値目標に加え推進します。また、成人では、歯周病予防の推進のため「口腔ケアについて専門家から指導を受けたことがある人の増加」を数値目標に加えることとしました（71ページ）。

(7) 糖尿病

小児期からの正しい生活習慣を身につけることをめざし、「小児肥満の減少」を数値目標に掲げました。また、糖尿病に対する知識を自分のこととして受け止め実践し、誘因となる肥満、食生活の偏り、運動不足などの生活習慣を見直し改善することによって病気を予防し、現在の状況が悪化しないよう自己管理ができるような個々への支援を強化していきます（73ページ）。

(8) 循環器病

2010年への目標を「循環器病（高血圧、脳卒中、心疾患）にならない」と改めました。自分の身体を知るために定期的に健診を受ける人の増加と、健診後の健康教育の充実を目指します。特に高血圧、高脂血症、肥満に着目し、改善を図ります（74ページ参照）。

(9) がん

新たながん検診として、平成18年度より前立腺がん検診を実施していきます。がんについての正しい知識を高め、受診率の向上を目指します。また、要精密検査となった人の事後フォローを徹底します。受診者の利便性を考慮し、複数の検診を組み合わせ受診できる体制を構築していきます（75ページ参照）。

(10) 母子保健

2010年への目標を「安心して子どもを産み育てることができる」とめざす姿を具体的に改めました。そして、実践目標を「妊娠中を健康に過ごす」「子どもが元気に育つ」「親が子育てを楽しむ」という3点に重点を置いて推進していきます。また、評価の指標としては、生涯を通じた健康づくりの基礎をつくることを主眼において取り組んでいきます（76ページ）。

1. 栄養・食生活

目 標	食について正しい知識を持ち、食事を楽しみましょう	★新設
実践目標	ア. 食品の組みあわせを考えて食べる	
	イ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	★新設
	ウ. 毎日朝食を食べる	★新設
	エ. 食の楽しさを知る	★新設

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	★ 新設	項目	対象者	方法	
ア. 食品の組みあわせを考えて食べる	健康教育の充実 ・どの年代に対してもバランスのよい栄養を摂取するための食品の組み合わせ及び量が理解できるように、食事バランスガイドを推進していく		①1日あたりの平均脂肪エネルギー比率の減少	50歳代女性	栄養食事摂取状況調査	
			②1日あたりの平均食塩摂取量の減少	50歳代女性	栄養食事摂取状況調査	
			③1日あたりの野菜の平均摂取量の増加	50歳代女性	栄養食事摂取状況調査	
			④カルシウムに富む食品1日あたりの平均摂取量の増加 牛乳・乳製品、豆類、緑黄色野菜	50歳代女性	栄養食事摂取状況調査	
イ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	健康教育の充実 ・どの年代に対してもバランスのよい栄養を摂取するための食品の組み合わせ及び量が理解できるように、食事バランスガイドを推進していく		①成人の肥満者(BMI \geq 25.0)の減少	20～60歳代男性 40～60歳代女性	市民健康意識調査	
		☆	②肥満児の減少	3歳児	3歳児健康診査	
			③やせの者の減少	20歳代女性	市民健康意識調査	
			④健康のために食事に気をつけている人の増加	成人	市民健康意識調査	
			⑤外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする者の割合を増加	いつもしている成人 時々している成人	市民健康意識調査	
			⑥自分にとって適切な食事内容・量を知っている者の割合の増加	成人男性 成人女性	市民健康意識調査	
			⑦自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する者の割合の増加	男性 女性	市民健康意識調査	
		ウ. 毎日朝食を食べる	健康教育の充実 ・一日の生活リズムを整え、3食食べることが、健康づくりの基本であることを普及啓発していく		①朝食の欠食率の減少 週6日以上朝食をとっていない者	20歳代男性
	30歳代男性					
	15～19歳男性					
エ. 食の楽しさを知る	健康教育の充実 ・食育を推進し、食事を楽しく、家族揃って食べることの大切さを普及啓発する	☆	①孤食をする者の減少	幼児 小学生	アンケート調査	
		☆	②食事づくりを体験する人の増加	幼児 小学生	アンケート調査	

2.身体活動・運動

目標	運動習慣をつけましょう	
実践目標	ア. 日常生活で運動(歩く等)を意識的に増やす	☆新設
	イ. 積極的に外出する	

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法	
ア. 日常生活で運動(歩く等)を意識的に増やす	健康教育の充実 ・各種相談、教育事業の中で運動についての知識の普及をはかる ・誰でも手軽にできる運動の1つとしてウォーキングを定着させていく ・きらり鎌ヶ谷体操等を指導者と協働で地域で普及していく ・自分の体力を知る為に体力測定を行い、適切な運動が実践できる	☆	①運動についての正確な知識をもっている人の割合の増加	男性	市民健康意識調査	
				女性		
		☆	②運動が必要と感じる人の割合の増加	男性	市民健康意識調査	
				女性		
			③運動習慣者の増加	男性	市民健康意識調査	
				女性		
			④運動をまったくしたことがない人の減少	男性	市民健康意識調査	
		女性				
	☆	⑤運動が必要という意識はあるが実行できていない人の割合の減少	男性	市民健康意識調査		
			女性			
		⑥日常生活における歩数の増加	50歳代男性	歩数調査		
			50歳代女性			
イ. 積極的に外出する	健康教育の充実 ・老人会、独居老人の集い等で閉じこもり予防について啓発する		①外出について積極的な態度をもつ人の増加	男性 (60歳以上)	市民健康意識調査	
				女性 (60歳以上)		
			②まったく外出しない人の減少	70歳代	市民健康意識調査	
		☆	③バス・電車等を利用し1人で外出している人の割合の増加	65歳以上	介護予防チェックリスト(基本健康診査記録票)	
		④日常生活における歩数の増加	男性 (70歳以上)	歩数調査		
			女性 (70歳以上)			

3.休養・こころの健康づくり

目 標	ストレスと上手に付き合う方法がわかる	★新規
実践目標	ア. 疲れをためない	★新規
	イ. 自分にあった趣味や生きがいを持つ	
	ウ. こころの悩みを相談できる	

実践目標 (条件)	今後の取り組み	数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法
ア. 疲れをためない	健康教育の充実 ・健康教育の場において、休養に関するパンフレットの配布を行う	☆	①体調不良や疲れが継続している人の割合の減少	男性 女性	市民健康意識調査
		☆	②睡眠によって休養が十分にとれている人の割合の増加	男性 女性	市民健康意識調査
			③眠りを助けるために睡眠補助品(睡眠薬、精神安定剤)やアルコールを使う事のある人の減少	成人	市民健康意識調査
イ. 自分にあつた趣味や生きがいを持つ	健康教育の充実 ・地域でいきがいを持って生活するための情報提供や、その意義について啓発していく ・各公共機関、教育機関との連携を図り、情報をスムーズに提供できるようにする 健康相談の充実 ・適切な相談機関につなげる	☆	①どのような活動が行われているか知らないために社会参加活動に参加していない人の割合の減少	男性 女性	市民健康意識調査
		☆	②活動の参加方法がわからないために社会参加活動に参加していない人の割合の減少	男性 女性	市民健康意識調査
		☆	③自分に合ったストレスの解消方法を持つ人の増加	男性 女性	市民健康意識調査
ウ. こころの悩みを相談できる	健康教育の充実 ・講演会等でストレス解消法について本人のみならず家族に啓発していく ・悩みを気軽に相談できる場があることを周知していく 健康相談の充実 ・こころの悩みに苦しんでいる人が抵抗なく相談、治療ができるよう、身近に相談できる医療機関等を周知していき、症状の悪化を防ぐ		①最近1ヶ月間にストレスをたくさんあると感じた人減少	成人	市民健康意識調査
		☆	②最近1ヶ月間にストレスを多少あると感じて、自分でうまく解消できる人の割合の増加	男性 女性	市民健康意識調査
			③相談できる人があると答えた人の増加	全体	市民健康意識調査
			④相談できる機関があると答えた人の増加	全体	市民健康意識調査
		☆	⑤自殺者の減少	40歳代男性 50歳代男性	死亡届出状況

4. たばこ

目標	喫煙が及ぼす健康影響について正しい知識を持ちましょう	
実践目標	ア. 喫煙の害について知る	☆新設
	イ. 禁煙・節煙をする	☆新設
	ウ. 未成年は喫煙をしない	
	エ. 妊娠中は喫煙をしない	☆新設
	オ. 分煙・喫煙マナーを守る	

実践目標 (条件)	今後の取り組み	数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法
ア. 喫煙の害について知る	健康教育の充実 ・成人健康相談、福祉健康フェア等で喫煙の害について、ポスター、パンフレット等を使用し啓発していく ・パパママ教室などで喫煙の害について啓発していく ・各種事業で、禁煙、節煙、分煙など正しい知識の情報を提供していく	☆	①喫煙で以下の疾患にかかりやすくなると思う人の割合(肺がん、ぜんそく、気管支炎、心疾患、脳卒中、胃潰瘍、妊婦への影響、歯周病)	成人	市民健康意識調査
		☆	②喫煙の害について知っている人の割合の増加	15～19歳 成人	市民健康意識調査
		☆	③乳児のいる家庭で、喫煙の害について知っている人の割合の増加	乳児のいる家庭	4か月児健康相談アンケート
		☆	④乳児のいる家庭で喫煙している人がいる割合の減少	乳児のいる家庭	
イ. 禁煙・節煙をする	ネットワークの充実 ・禁煙成功者の体験などを通して、禁煙が前向きに実践できるように支援していく 相談の充実 ・適切な医療機関、相談機関を紹介していく ・保健所と連携をとり、情報交換していく		①喫煙する人を減らす	成人男性 成人女性	市民健康意識調査
		☆	②禁煙したい人の増加	喫煙者	基本健康診査問診票
			③禁煙指導を受ける人の増加	喫煙者	市民健康意識調査
			④未成年者の喫煙をなくす	15～19歳	市民健康意識調査
ウ. 未成年は喫煙をしない	健康教育の充実 ・学校、教育委員会、思春期保健学習会で未成年に教育していくとともに、親を対象に各種事業で喫煙の害について教育をしていく	☆	①未成年者の喫煙をなくす	中学生	思春期アンケート
エ. 妊娠中は喫煙をしない	健康教育の充実 ・母子健康手帳交付時、SIDSのパンフレットを配り、引き続き喫煙の害について周知していく	☆	①妊娠中の喫煙をゼロにする	妊婦	妊婦面接 妊婦歯科検診
		☆	②妊娠中に禁煙ができた人の増加	4か月健康相談の親	4か月児健康相談アンケート
オ. 分煙・喫煙マナーを守る	関係機関とのネットワークづくりの推進 ・ポスター等の提示を強化していく	☆	①公共の場では指定された場所で吸う(マナーを守る)人の増加	喫煙者	市民健康意識調査

目 標	節度のある適度な飲酒を心がけましょう	
実践目標	ア. 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	☆新設
	イ. 多量飲酒を減らす	☆新設
	ウ. 妊娠中や授乳中は飲酒をしない	
	エ. 未成年は飲酒をしない	

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法	
ア 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	教育の充実 ・基本健康診査、成人健康相談の会場で視覚に訴える教材を利用し、適量がわかる教育を実施 ・実際自宅で確認できるパンフレットの配布 ・アルコールパッチを用いて自分自身の体質を知る教育の実施		①1日に平均純アルコールで約60gを越え多量に飲酒する人の減少(1日に60gを具体的な数字で示す)	成人男性	市民健康意識調査	
				成人女性	市民健康意識調査	
				全体	市民健康意識調査	
					②「節度ある適度な飲酒」の知識を理解している人の増加	成人
イ 多量飲酒を減らす	教育の充実 ・休肝日の必要性について教育の実施 ・問診票等で多量飲酒者の実態を知り、教育内容を検討する		①1日に平均純アルコールで約60gを越え多量に飲酒する人の減少(1日に60gを具体的な数字で示す)	成人男性	基本健康診査問診票	
				成人女性	基本健康診査問診票	
				全体	基本健康診査問診票	
ウ 妊娠中や授乳中は飲酒をしない	教育の充実 ・母子健康手帳交付時、マタニティ教室で酒の害について教育する ・授乳中の酒の害について保健推進員訪問中でパンフレットの配布をし、さらに4か月児健康相談の場で教育する	☆	①妊娠中の飲酒者をなくす	妊婦	母子健康手帳交付時の面接	
		☆	②授乳中の飲酒者をなくす	産婦	4か月児健康相談アンケート	
エ 未成年は飲酒をしない	教育の充実 ・青少年センターや学校、教育委員会と連携を図り、未成年の飲酒が引金のアルコール飲酒の常習者を減らす		①未成年者の飲酒の割合をなくす	15～19歳男性	市民健康意識調査	
				15～19歳女性		
				中学生男性	思春期アンケート	
				中学生女性		

6.歯の健康

目標	よくかめる健康な歯をつくり、食事や会話を楽しみましょう	☆新規
実践目標	ア. むし歯を予防する	☆新規
	イ. 歯周病を予防する	☆新規

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法		
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法		
ア. むし歯を 予防する	教育の充実 ・フッ化物はむし歯予防の手段として有効だと思ふ人の増加や実際にフッ化物応用をする人の増加にむけての普及啓発を行う ・フッ化物洗口の推進に力を入れ、永久歯のむし歯予防を強化する フッ化物洗口実施施設への支援 ・保育園、幼稚園、小学校等施設でのフッ化物洗口の実施にむけて継続した情報提供や支援を行っていく 地域歯科医療機関との連携 ・フッ化物塗布やフッ化物洗口を継続して受けられるよう連携をとりながら体制づくりを行う		①3歳児におけるむし歯のない者の割合の増加と一人平均むし歯数の減少	3歳児	3歳児健康診査		
			②3歳児における一人平均むし歯数の減少	3歳児	3歳児健康診査		
			③12歳児における一人平均むし歯数の減少	12歳児	学校歯科健康診断		
		☆	④フッ化物はむし歯予防の手段として有効だと思ふ人の数の増加	成人	就学時健康診査アンケート		
			⑤3歳までにフッ化物歯面塗布を受けたことのある人の割合の増加	3歳児	千葉県歯科保健実態調査		
			⑥間食として甘味食品・飲料を1日3回以上、飲食する習慣を持つ者の減少	1歳6か月児	1歳6か月児健康診査問診票		
			⑦フッ化物配合歯磨剤使用者の割合の増加		6歳児	就学時健康診査アンケート	
				小学5年生	歯みがき剤状況調べ		
				20歳以上	市民健康意識調査		
		☆	⑧フッ化物洗口を行っている人の割合の増加	4～14歳	市民健康意識調査 就学時健康診査アンケート		
		☆	⑨予防充填(シーラント)をしている人の割合の増加	4～14歳	市民健康意識調査 就学時健康診査アンケート		
☆	⑩フッ化物洗口を実施している施設の数増加	市内保育園・幼稚園・学校等	フッ化物洗口実施状況調査				
☆	⑪フッ化物洗口剤を取り扱っている歯科医療機関等の数増加	市内歯科医療機関	フッ化物取り扱い状況調査				

実践目標 (条件)	今後の取り組み	数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法
イ.歯周病を予防する	教育の充実 ・歯周疾患検診受診者を増加、かかりつけ歯科医を持ち定期的に歯石除去や歯面清掃を受ける人の増加にむけて普及啓発を行う 学校における歯周病予防への支援 ・学校歯科医や養護教諭等と連携をとり歯周病予防への支援を行う。 地域歯科医療機関との連携 ・専門家による口腔ケアや指導を継続して受けられるよう連携をとりながら体制づくりを行う	☆	①12歳児における歯肉炎(G・GO)の減少	12歳児	学校歯科健康診断
		☆	②歯間部清掃用具を使用している者の割合の増加	20歳代	市民健康意識調査
				30歳代	
				40歳代	
				50歳代	
				60歳代	
		☆	③喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及(喫煙で歯周病にかかりやすくなると思う人の割合の増加)	成人	市民健康意識調査
				成人	市民健康意識調査
				成人	市民健康意識調査
		☆	④定期的に歯科健康診査を受けている人の増加	成人	市民健康意識調査
		☆	⑤定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の増加	成人	市民健康意識調査
		☆	⑥口腔ケアについて専門家(歯科医師・歯科衛生士)から指導を受けたことがある人の増加	歯周疾患検診受診者	歯周疾患検診受診者に対する事後調査
		☆	⑦歯周疾患検診を受ける人の増加	40歳	歯周疾患検診
50歳					
60歳					
70歳					
☆	⑧60歳における24歯以上の自分の歯を有する人の増加	55～64歳	市民健康意識調査		
		75～84歳	市民健康意識調査		
☆	⑩一人平均現在歯数の増加	30歳代	成人歯科健康診査		
		40歳代	成人歯科健康診査 歯周疾患検診		
		50歳代			
		60歳代			
		70歳代			
		80歳代	成人歯科健康診査		

7.糖尿病

目 標	糖尿病にならない、悪化させない	★新設
実践目標	ア. 糖尿病に対する知識を得、実践につなげる	
	イ. 定期的に健診を受け、健康管理に生かす	
	ウ. 糖尿病の人は正しく治療を続け、悪化を防ぐ	

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	★ 新設	項目	対象者	方法	
ア.糖尿病 に対する知識を得実践 につなげる	健康教育の充実 ・糖尿病の危険因子である肥満を防ぐため、適切な運動、食事について知識の普及と実践につなげるための支援を行う		①成人の肥満者(BMI \geq 25.0)の減少	20~60歳代 男性 40~60歳代 女性	市民健康 意識調査	
			②日常生活における歩数の増加	成人男性 成人女性	歩数調査	
			③健康のために食事に気をつけている人の増加	成人	市民健康 意識調査	
		☆	④糖尿病について理解している人の増加	成人	市民健康 意識調査	
		☆	⑤小児肥満者の減少	3歳児	3歳児 健康診査	
		☆	⑥症状が出なくても病気として認識している人の増加	成人	市民健康 意識調査	
イ.定期的 に健診を受 け、健康管 理に生か す	個人に対する健康教育の充実 ・結果説明会への参加を増加させるための開催方法等を検討する		①定期健康診断等糖尿病に関する健康診断受診者の増加	成人	市民健康 意識調査	
			②糖尿病検診における異常所見者の事後指導の徹底	成人男性 成人女性	市民健康 意識調査	
ウ.糖尿病 の人は正しく治療を 続け、悪化を 防ぐ	健康診査の充実 ・合併症を防ぐための支援を行う		①糖尿病有病者の減少	成人	市民健康 意識調査	
		☆	②血糖異常者で食事に気をつけている人の増加	成人	市民健康 意識調査	
		☆	③血糖異常者で意識的に体を動かしている人の増加	成人	市民健康 意識調査	
		☆	④血糖異常者で糖尿病の意識を持つ人の増加	成人	市民健康 意識調査	
			⑤糖尿病有病者に対する治療継続の徹底	治療継続者 治療中断者	市民健康 意識調査	

8.循環器病

目 標	循環器病(高血圧・脳卒中・心疾患)にならない	☆新設
実践目標	ア. 病気の正しい知識を得る	☆新設
	イ. 自分の身体を知る (定期的に健診を受ける)	☆新設
	ウ. 禁煙・節煙をする	☆新設
	エ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	☆新設
	オ. 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	☆新設
	カ. 運動を習慣にする	☆新設

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法	
ア. 病気の正しい知識を得る	各種講座、教室の提供と周知 ・(広報、HP、チラシ)対象指導区分の拡大パンフレットの配布、パネル展示	☆	①高脂血症講演会参加者の増加	成人	高脂血症講演会	
		☆	②結果説明会の参加者の増加	40～59歳男性 18～59歳女性	基本健康診査要指導者	
イ. 自分の身体を知る(定期的に健診を受ける)	健診の周知 ・(広報紙、HP、チラシ)対象者の拡大特定年齢者に全員通知 ・健診の場でのアドバイス、パンフレットの配布 健康教育の充実 ・健康教室への参加を促し、知識の提供と理解、実践を支援する		①定期健康診断等糖尿病、循環器病に関する健康診断受診者の増加	成人	市民健康意識調査	
			②高脂血症者(血清総コレステロール値220mg/dl以上)の減少	成人男性	基本健康診査	
				成人女性		
			女性49歳以下 女性50歳以上			
	☆	③成人肥満者(BMI \geq 25.0)の減少	20～60歳代男性 40～60歳代女性	市民健康意識調査		
	☆	④成人の高血圧者(140/90mmhg以上)の減少	成人男性 成人女性	基本健康診査		
ウ. 禁煙・節煙をする	健康教育の充実 ・成人健康相談、福祉健康フェア等で喫煙の害についてポスター、パンフレット等を利用し啓発していく	☆	①禁煙したい人の増加	喫煙者	基本健康診査問診票	
			②喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及(喫煙で心臓病、脳卒中の疾患にかかりやすくなると思う人の割合)	成人	市民健康意識調査	
エ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	健康教育の充実 ・バランスのよい栄養を摂取するための食品の組み合わせ及び量が理解できるように、食事バランスガイドを推進していく	☆	①やせの者の減少	20歳代女性	市民健康意識調査	
			②1日あたりの平均食塩摂取量の減少	成人	栄養食事摂取状況調査	
			③1日あたりの平均カリウム摂取量の増加	成人		
オ. 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	健康教育の充実 ・自宅で確認できるパンフレットの配布		①1日に平均アルコールで約60gを超え多量に飲酒する人の減少(1日に60gを具体的な数字で示す)	成人男性	市民健康意識調査	
				成人女性		
	全体					
		②「節度ある適度な飲酒」の知識を理解している人の増加	成人	市民健康意識調査		
カ. 運動を習慣にする	健康教育の充実 ・各種相談、教育の中で運動についての知識の普及をはかる		①運動習慣者の増加	男性	市民健康意識調査	
				女性		

9. がん

目 標	がん予防について正しい知識を持ち、実践しましょう	
実践目標	ア. 定期的にがん検診を受ける	☆新設
	イ. 乳がんの自己触診をする	☆新設
	ウ. 禁煙・節煙をする	☆新設
	エ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	☆新設
	オ. 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	☆新設

実践目標 (条件)	今後の取り組み	数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法
ア. 定期的にがん検診を受ける	知識の普及 ・受診者へパンフレット配布、パネル、モデル等の展示 ・検診内容の充実 ・検査方式の改善 ・20歳代から意識調査を実施	☆	①がん検診受診状況	40歳以上	胃がん検診
				女性20歳以上	子宮頸がん検診
				女性30歳以上	乳がん検診
				40歳以上	肺がん健診
				40歳以上	大腸がん検診
男性60歳以上	前立腺がん検診				
		☆	②新規受診者数	成人	各がん検診受診者数
		☆	③部位別悪性新生物死亡状況	胃がん 子宮頸がん 乳がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん	保健所事業年報
イ. 乳がんの自己触診をする	知識の普及 ・乳がん検診、農家検診会場での自己触診法のパンフレット配布、ビデオの視聴	☆	①自己触診法実践者の増加	乳がん検診受診者	乳がん検診問診票
ウ. 禁煙・節煙をする	健康教育の充実 ・成人健康相談、福祉健康フェア等で、喫煙の害について、ポスター、パンフレット等を使用し啓発していく 相談の充実 ・適切な医療機関、相談機関を紹介していく		①喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及（喫煙で肺がん、ぜんそく、気管支炎、胃潰瘍の疾患にかかりやすくなると思う人の割合）	成人	市民健康意識調査
			②喫煙者数の減少	成人男性 成人女性	市民健康意識調査
		☆	③禁煙したい人の増加	喫煙者	基本健康診査問診票
			④未成年者の喫煙をなくす	15～19歳	市民健康意識調査
エ. 自分にとって適切な食事内容と量を摂る	健康教育の充実 ・バランスのよい栄養を摂取するための食品の組み合わせ及び量が理解できるように、食事バランスガイドを推進していく		①1日あたりの平均脂肪エネルギーの比率の減少	20～40歳代女性	栄養食事摂取状況調査
			②1日あたりの平均食塩摂取量の減少	50歳代女性	
			③1日あたりの野菜の平均摂取量の増加	50歳代女性	
			④1日の食事において、果物類を摂取している人の増加	50歳代女性	
オ. 節度のあるアルコール量や飲み方を知る	健康教育の充実 ・問診票等で多量飲酒者の実態を知り、教育内容を検討する ・自宅で確認できるパンフレットの配布		①1日に平均純アルコールで約60gを超え多量に飲酒する人の減少(1日に60gを具体的な数字で示す)	成人男性 成人女性 全体	基本健康診査問診票
			②「節度ある適度な飲酒」の知識を理解している人の増加	成人	市民健康意識調査

10.母子保健

目標	安心して子どもを生み育てることができる	☆新設
実践目標	ア. 妊娠中を健康に過ごす	☆新設
	イ. 子どもが元気に育つ	☆新設
	ウ. 親が子育てを楽しむ	☆新設

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法	
ア. 妊娠中 を健康に過 ごす	教育の充実 ・母子健康手帳交付時の面接 で、妊婦の状況を把握し適切 な指導をする。またパンフレット を配布し、家族と共に出産を迎 えられるように教育する 相談の充実 ・妊婦が相談の窓口を自ら選 択し、問題解決出来るように支 援する		①「母性健康管理指導事項連絡カ ド」を知っている妊婦の増加	産婦	☆4か月児健 康相談 アンケート	
			②妊娠15週以下(初期)での妊娠の届 出率を増加	妊婦	母子健康手帳 交付時の面接	
			③妊産婦死亡率の減少	妊産婦	死亡 届出状況	
			④妊娠中の飲酒者をなくす	妊婦	母子健康手帳 交付時の面接	
			⑤妊娠中の喫煙者をなくす	妊婦	母子健康手帳 交付時の面接	
			⑥妊娠中の定期健康診査の未受診者 をなくす	妊婦	母子 健康手帳 産後交付数	
			⑦全出生数中の低体重児・極小低体 重児の減少	低体重児	出生 届出状況	
				極小低体重児		
☆	⑧妊娠中の不安を軽減できた妊婦の 増加	産婦	4か月児健康 相談 アンケート			
イ. 子どもが 元気に育 つ(思春期 も入る)	教育の充実 ・健康相談や健康診査で子ど もの成長を保護者と共に確認 し、個々の生活の場に合った 支援をする 相談の充実 ・保護者が相談の窓口を自ら 選択し、問題解決出来るように 支援する	☆	①子どもの発育・発達に関心のある保 護者の増加	4か月児	乳幼児健康相 談・健康診査 受診率	
				10か月児		
				1歳6か月児		
				3歳児		
			②乳児期のうつぶせ寝をさせている親 の割合をなくす	4か月児	☆4か月児康 相談 アンケート	
			③不慮の事故死亡率を減少	乳幼児	死亡 届出状況	
			④事故防止対策を実施している家庭の 増加(誤飲防止、階段からの転落防 止、浴槽への転落防止、子どもだけを 家に残さない玄関からの飛び出し防 止)	1歳6か月児	1歳6か月児健 康診査 アンケート	
⑤新生児死亡率・乳児死亡率を減少	乳幼児	死亡 届出状況				
⑥予防接種受診率を増加	幼児	予防接種 受診率				

実践目標 (条件)	今後の取り組み		数値目標		測定方法	
	方針	☆ 新設	項目	対象者	方法	
イ.子どもが 元気に育 つ(思春期 も入る)			⑦小児科のかかりつけ医をもつ家庭の割合を増加	1歳6か月児	1歳6か月児健康診査 アンケート	
		☆	⑧午前中に活力ある生活を送れる子どもを増やす	1歳6か月児	1歳6か月児健康診査票	
		☆	⑨幼児の肥満減少	3歳児	3歳児健康診査	
		☆	⑩自分の気持ちを伝えられる子どもの増加	思春期	思春期保健学習会 アンケート	
		☆	⑪自分らしく生きる力を持つ子どもの増加	思春期	思春期保健学習会 アンケート	
ウ.親が子 育てを楽し む	子育て支援の充実 ・子どもとの生活を楽しめるよう、育児支援サービスの利用を勧める 保健推進員との協働 ・保健推進員とともに孤立している母に新米ママの会を紹介し、仲間づくりを支援する ブックスタートボランティアとの協働 ・母が子どもへの語りかけができ、心ふれあう時間を持てるように支援する		①育児について相談相手がいる母親を増加	4か月児の母	4か月児健康相談票	
				1歳6か月児の母	1歳6か月児健康診査票	
			②育児に参加する父親、協力者の増加	1歳6か月児の母	1歳6か月児健康診査 アンケート	
		☆	③育児中の母の孤立の減少	乳児をもつ母	保健推進員乳児訪問	
		☆	④育児仲間がいる母の増加	乳児をもつ母	新米ママの会参加者	
		☆	⑤出産・子育てを見通しを持って行える妊婦の増加	初産婦	4か月児健康相談 アンケート	
		☆	⑥絵本を通して子どもとのかかわりを楽しめる親の増加	ブックスタート事業参加者	10か月児健康相談 アンケート	
		☆	⑦多胎児をもつ母が育児情報をえる機会の増加	多胎児妊娠中の妊婦及び母	多胎児をもつ母への アンケート	

2) ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業

健康目標を達成するために、各ライフステージにおいて必要な行動を「健やかに暮らすための心得」と名づけ、それを支援するための取り組みとして事業を展開していきます。

ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業 ①

	目標	乳幼児期 (胎児～6歳)		学童・思春期 (7歳～19歳)		青壮年期 (20歳～64歳)		高齢期 (65歳～)	
		健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業
栄養・食生活	食について正しい知識を持ち、食事を楽しみましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で食に興味を持って揃って食事をする ・保護者が成長に必要な栄養素について知り、食体験をさせる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングママクッキング ・プレママクッキング ・離乳食教室 ・乳児健康相談 ・福祉健康フェア ・保健推進員、食生活改善推進員(栄養大学)養成、育成、活動支援 ・保育園巡回指導 ・保育園食育支援事業 ・保育園給食だより ・わくわくクッキング他子育てサークルでの食育 ・各公民館等のイベント時の啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを整えて毎日朝食を食べる ・料理を楽しくつくることができる ・栄養を考えた食品の組み合わせと量を知る ・適正体重を知り維持する 	<ul style="list-style-type: none"> ・わくわくクッキング ・個別栄養相談 ・ヘルスサポーター、食生活改善推進員の啓発活動 	<ul style="list-style-type: none"> ・適性体重を知り維持する ・食品の組み合わせを考えて食べる ・毎日朝食を食べる ・自分と家族の健康を考えて料理する 	<ul style="list-style-type: none"> ・すこやかライフ講座 ・糖尿病予防教室 ・スリム講座 ・栄養大学 ・プレママクッキング ・個別栄養相談 ・ウォーキング教室 ・健康づくり料理教室、食生活改善推進員活動 ・外部依頼事業、健康イベント等での啓発栄養相談 ・保育園給食だより 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分にとって適切な食事内容と量を摂る ・楽しく食事ができる場を持つ ・料理を楽しくつくることができる ・3食きちんと食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・イベントでの啓発活動 ・介護予防講座、特定高齢者訪問指導
身体活動・運動	運動習慣をつけましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・発育、発達に応じた遊びを行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子保健の領域で行う 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体を動かすことを楽しみ、習慣化する 	<ul style="list-style-type: none"> ・きらり鎌ヶ谷体操の普及 ・他課、関係団体との連携事業 	<ul style="list-style-type: none"> ・体力、生活環境に応じた運動を続ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・きらり鎌ヶ谷体操の普及 ・いきいきウォーキング ・地区ウォーキング ・スリム講座 ・地区の体操グループ(白梅の会、なのはな体操クラブ、健康づくりの会わかば、南部体操の会) ・啓発事業(福祉健康フェア、講演会等) ・教育事業(婦人会) 	<ul style="list-style-type: none"> ・積極的に外出したり意識的に身体を動かす ・転倒を防ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> ・きらり鎌ヶ谷体操の普及 ・いきいきウォーキング ・地区ウォーキング ・スリム講座 ・地区の体操グループ(白梅の会、なのはな体操クラブ、健康づくりの会わかば、南部体操の会) ・啓発事業(福祉健康フェア、講演会等) ・教育事業(婦人会)

ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業 ②

	目標	乳幼児期 (胎児～6歳)		学童・思春期 (7歳～19歳)		青年期 (20歳～64歳)		高齢期 (65歳～)	
		健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業
休養・こころの健康づくり	ストレスと上手に付き合う方法がわかる	・十分な睡眠をとる	・母子保健の領域で行う	・悩みを相談できる友人を持つ	・思春期保健学習会 ・他課、関係団体との連携事業	・疲れた時は休養をとる	・成人健康相談 ・電話相談	・自分に合った趣味や生きがいをもち、ストレスの解消をする	・他課、関係団体との連携事業
		・親が育児について相談できる人を持つ		・人付き合いの幅を広げる		・自分に合った趣味や生きがいをもち、ストレスの解消をする			
						・悩みを相談できる人や機関を持つ			
たばこ	正しい知識を持ちましょう 喫煙が及ぼす健康影響について	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・保健推進員訪問時パンフレット配布 ・乳児健康相談でのパンフレット配布、教育	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・思春期保健学習会 ・他課、関係団体との連携事業	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・福祉健康フェアでのパンフレット配布、教育	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・福祉健康フェアでのパンフレット配布、教育
		・家族が子どもの近くにたばこを置かない	・母子健康手帳交付での面接で、パンフレットの配布、教育	・勧められても吸わない		・禁煙に取り組む	・基本健康診査 ・成人健康相談	・禁煙に取り組む	・基本健康診査 ・成人健康相談
		・家族が子どものために喫煙をしない							

ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業 ③

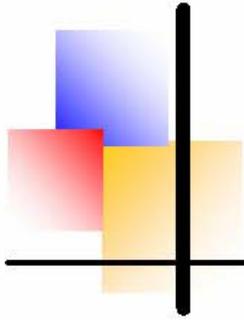
	目標	乳幼児期 (胎児～6歳)		学童・思春期 (7歳～19歳)		青年期 (20歳～64歳)		高齢期 (65歳～)	
		健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業
アルコール	飲酒を心がけよう 節度のある適度な飲酒を心がけよう	・妊娠中、授乳中は飲酒しない	・妊婦面接での個別指導 ・プレママ教室での教育 ・保健推進員訪問時パンフレットの配布 ・4か月児健康相談での教育	・勧められても飲まない	・思春期保健学習会 ・他課、関係団体との連携事業	・適度なアルコールの量や飲み方を知る	・基本健康診査 ・パンフレットの配布	・適度なアルコールの量や飲み方を知る	・基本健康診査 ・パンフレットの配布
		・子どもの手の届くところにアルコールを置かない	・10か月児健康相談での教育 ・パンフレットの配布	・酒の害を知る		・多量飲酒をしない		・多量飲酒をしない	
		・家族が飲酒を勧めない		・家族が飲酒を勧めない		・飲まない日をつくる	・基本健康診査 ・パンフレットの配布	・飲まない日をつくる ・飲酒が、アルコール性肝炎や転倒のリスクとなることを知る	・基本健康診査 ・パンフレットの配布
歯の健康	よくかめる健康な歯をつくり、食事や会話を楽しみましょう	・歯が生えたらフッ化物塗布を受け、4歳からフッ化物洗口をする	・幼児健康診査での教育 ・保健推進員活動での啓発 ・保育園、幼稚園での啓発 ・イベント事業(福祉健康フェア、いい歯の日講演会、親子よい歯のコンクール審査会等) ・かかりつけ歯科医機能支援事業 ・施設でのフッ化物洗口の実施	・フッ化物洗口をする	・就学時健康診査での教育 ・他課、関係団体との連携事業	・定期的に歯石除去や歯面清掃を受ける	・各種健診での教育 ・イベント事業(福祉健康フェア、いい歯の日講演会、よい歯のコンクール審査会) ・歯周疾患検診 ・歯周病予防教室 ・かかりつけ歯科医機能支援事業	・定期的に歯石除去、歯面清掃、義歯のチェックを受ける	・各種健診での教育 ・イベント事業(福祉健康フェア、いい歯の日講演会、よい歯のコンクール審査会) ・歯周疾患検診 ・歯周病予防教室 ・かかりつけ歯科医機能支援事業
		・家族がむし歯菌を感染させない	・マタニティ、乳児健康相談での啓発 ・保健推進員活動での啓発	・歯みがき時にフッ化物配合歯磨剤を使う		・毎日歯間清掃用具、フッ化物配合歯磨剤を使う		・毎日歯間清掃用具、フッ化物配合歯磨剤を使う	
		・歯みがき習慣をつけ親が仕上げみがきをする	・保育園、幼稚園での啓発						

ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業 ④

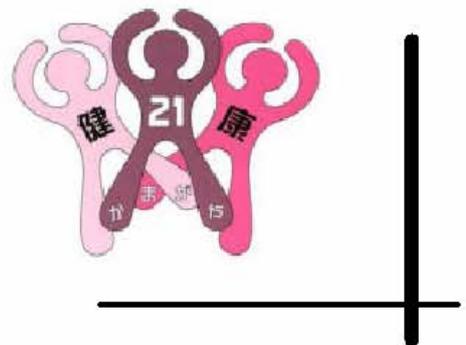
	目標	乳幼児期 (胎児～6歳)		学童・思春期 (7歳～19歳)		青壮年期 (20歳～64歳)		高齢期 (65歳～)	
		健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業
糖尿病	糖尿病にならない、悪化させない	・家族で正しい食習慣を身につける	・栄養・食生活の領域で行う	・正しい食習慣について知り、実践する	・ヘルスサポーター中学生講習会	・正しい食習慣を知り、実践する	・すこやかライフ講座(肥満、糖尿、高脂、高血圧)	・正しい食習慣を知り、実践する	・すこやかライフ講座(肥満、糖尿、高脂、高血圧)
		・小児肥満を防ぐ	・母子保健の領域で行う	・肥満が及ぼす影響を知る	・こどもクッキング	・肥満にならない	・ウォーキング教室 ・きりり鎌ヶ谷体操の普及 ・スリム講座	・肥満にならない	・ウォーキング教室 ・きりり鎌ヶ谷体操の普及 ・スリム講座
				・適性体重を維持する	・個別栄養相談	・定期健診を受け、健康管理に生かす	・結果説明会	・定期健診を受け、健康管理に生かす	・結果説明会
						・糖尿病の人は、正しく治療を続け悪化を防ぐ	・糖尿病予防学習会 ・糖尿病自主学習グループ ・福祉健康フェア ・個別相談 ・ウォーキング教室 ・きりり鎌ヶ谷体操の普及 ・スリム講座 ・外部団体への健康教育	・糖尿病の人は、正しく治療を続け悪化を防ぐ	・糖尿病予防学習会 ・糖尿病自主学習グループ ・福祉健康フェア ・個別相談 ・ウォーキング教室 ・きりり鎌ヶ谷体操の普及 ・スリム講座 ・外部団体への健康教育
循環器病	循環器病(高血圧・脳卒中・心疾患)にならない	・身体に興味を持つ	・母子保健の領域で行う	・健康に興味を持つ	・他課、関係団体との連携事業	・生活習慣病について知り、健康的な生活習慣を維持する	・各種講座や教室の開催 ・健診時のパネルの展示、パンフレットの配布 ・個別栄養相談	・生活習慣病について知り、健康的な生活習慣を維持する	・各種講座や教室の開催 ・健診時のパネルの展示、パンフレットの配布 ・個別栄養相談
		・遊ぶことを楽しむ		・運動、スポーツを楽しむ		・定期健診を受け、健康管理に生かす	・基本健康診査	・定期健診を受け、健康管理に生かす	・基本健康診査
		・薄味を習慣にする		・生活習慣病について知る					

ライフステージにおける「健やかに暮らすための心得」とそれを支援する事業 ⑤

	目標	乳幼児期 (胎児～6歳)		学童・思春期 (7歳～19歳)		青壮年期 (20歳～64歳)		高齢期 (65歳～)	
		健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業	健やかに暮らすための心得	心得を支援するための事業
がん	がん予防について正しい知識を持ち、実践しよう	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・保健推進員訪問時パンフレット配布 ・乳児健康相談でのパンフレット配布、教育	・喫煙が身体に及ぼす影響を知る	・思春期保健学習会 ・他課、関係団体との連携事業	・がんについての知識を持ち、定期的にかん検診を受ける	・胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、前立腺がん検診	・がんについての知識を持ち、定期的にかん検診を受ける	・胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、前立腺がん検診
		・野菜を食べる習慣をつける	・栄養・食生活の領域で行う	・野菜を食べる習慣をつける	・栄養・食生活の領域で行う	・自分の乳房に関心を持ち、自己触診を実施する	・乳がん検診 ・乳がん検診実施時にパンフレットを配布、ビデオ、モデル、模型等を活用する	・自分の乳房に関心を持ち、自己触診を実施する	・乳がん検診 ・乳がん検診実施時にパンフレットを配布、ビデオ、モデル、模型等を活用する
						・喫煙が体に及ぼす影響を知る	・たばこの領域で行う	・喫煙が体に及ぼす影響を知る	・たばこの領域で行う
						・食品の組み合わせを考えて食べる	・栄養・食生活の領域で行う	・食品の組み合わせを考えて食べる	・栄養・食生活の領域で行う
						・適度なアルコール量や飲み方を知る	・アルコールの領域で行う	・適度なアルコール量や飲み方を知る	・アルコールの領域で行う
母子保健	安心して子どもを育てることが出来る	・妊娠中を健康に過ごす	・母子健康手帳交付での面接 ・マタニティ教室での教育 ・妊婦訪問、電話相談	・自分を大切にす	思春期保健学習会 ・他課、関係団体との連携事業				
		・家族が生まれてくる子を心待ちにする	・マタニティ教室 ・新米ママの会						
		・親が子どもの発育、発達を知り成長を喜ぶ	・乳児健康相談 ・幼児健康診査 ・発達相談 ・地区健康相談 ・訪問指導、電話相談、面接	・性に対する正しい知識を持つ					
		・早寝、早起きをし、親子でたくさん遊ぶ	・教育事業(保育園 ・家庭開放、児童センター、育児サークル等)	・病気の予防をする					



V. おわりに

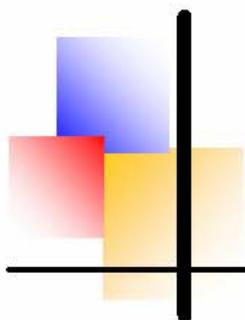


1. 中間評価を終えて

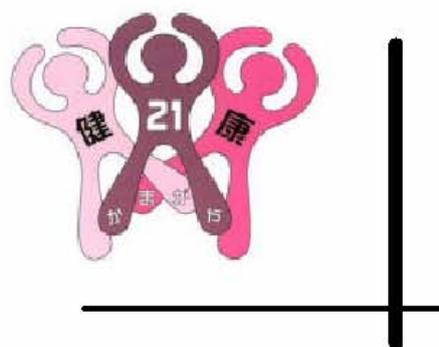
この中間評価において、「計画とは」または「計画の評価とは」どうあるべきか、時間をかけて模索し評価に取り組んできました。

その結果、「計画のめざすもの」をより多くの人と共有していくことの大切さを実感し、この中間評価を機に、多くの人が実際に話し合いの場を持つことができたことは、何にも替えがたい貴重なものとなりました。また、それぞれの事業は、いつも「計画のめざすもの」の実現のためにあることを再認識しました。

今後も事業を展開する中で、市民や関係団体と健康づくりの「めざす姿」を語り合い、それぞれの取り組みや役割がさらに再構築され、健康づくりの輪が広がるよう支援していきます。



VI. 數值目標一覽



項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
1. 栄養・食生活								
(1) 栄養状態、栄養素(食物)摂取レベル								
適正体重を維持する 人の増加	成人の肥満者 (BMI \geq 25.0)の減少	20～60歳代 男性	未把握		15 %以下	19.9 %	市民健康意識 調査	
		40～60歳代 女性	未把握		13 %以下	17.9 %	市民健康意識 調査	
	肥満児(日比式に よる標準体重の 20%以上)の減少	児童・生徒	未把握		7 %以下	未把握		削除
	肥満児の減少	3歳児	11.0 %	3歳児健康診査 H16	減らす	14.0 %	3歳児健康診査	新規
	やせの者(BMI< 18.5)の減少	20歳代女性	未把握		15 %以下	20.5 %	市民健康意識 調査	
1日あたりの平均脂 肪エネルギー比率の 減少		50歳代女性	未把握		25 %以下	26.7 %	市民健康意識 調査	
1日あたりの平均食 塩摂取量の減少		50歳代女性	未把握		10 g未満	10.8 g	市民健康意識 調査	
1日あたりの野菜の 平均摂取量の増加		50歳代女性	未把握		350 g以上	355.0 g	市民健康意識 調査	
カルシウムに富む食 品一日あたりの平均 摂取量の増加	牛乳・乳製品	50歳代女性	未把握		130 g以上	145.8 g	市民健康意識 調査	
	豆類	50歳代女性	未把握		100 g以上	75.4 g	市民健康意識 調査	
	緑黄色野菜	50歳代女性	未把握		120 g以上	154.8 g	市民健康意識 調査	
(2) 知識・態度・行動レベル								
自分の適正体重を認 識し、体重コントロ ールを実践する人の増 加	[注: 適正体重: 「(身長(m)) ² 乗× 22」を標準(BMI =22標準を標準と する)]	男性	未把握		80%以上	未把握		
		女性	未把握					
朝食の欠食率の減少	週6日以上朝食を とっていない者	20歳代男性	18.5 %	健康に 関する 意識 調査	15 %以下	32.8 %	市民健康意識 調査	
		30歳代男性	21.1 %	健康に 関する 意識 調査	15 %以下	23.4 %	市民健康意識 調査	
		15～19歳	8.8 %	健康に 関する 意識 調査	なくす	19.0 %	市民健康意識 調査	

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
健康のために食事に 気をつけている人の 増加	[注:きちんとした 食事:1日あたり のエネルギー必要 量及び各種栄養 素密度について一 定条件をみたす食 事。家族等2人上 で:家族とのふれ あいの場としての 食事は、子供の 健全な心身の育 成や生涯を通じて 良好な食生活を実 践する力を育むた めに重要。]	成人	76.8 %	健康に 関する 意識 調査	75 %以上	67.2 %	市民健 康意識 調査	
外食や食品を購入す る時に栄養成分表示 を参考にする者の割 合を増加	いつもしている	成人	未把握		60%以上	11.6 %	市民健 康意識 調査	
	時々している	成人	未把握			47.2 %	市民健 康意識 調査	
自分にとって適切な 食事内容・量を知っ ている者の割合の増加		成人男性	未把握		60%以上	45.1 %	市民健 康意識 調査	
		成人女性	未把握			49.6 %	市民健 康意識 調査	
自分の食生活に問題 があると思う者のう ち、改善意欲のある 者の割合の増加	問題があると思う (「少し問題があ る」、「問題が多 い」と回答した者を 合わせて算出)	成人男性	未把握			37.8 %	市民健 康意識 調査	削除
		成人女性	未把握			52.8 %	市民健 康意識 調査	削除
	このうち、今より良 くしたいと答えた 者	成人男性	未把握		80 %以上	64.4 %	市民健 康意識 調査	削除
		成人女性	未把握		80 %以上	74.5 %	市民健 康意識 調査	削除
孤食をする人の減少		幼児	未把握		減らす			新規
	小学生							
食事づくりの体験を する人の増加		幼児	未把握		減らす			新規
	小学生							

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
(3)環境レベル							
地域、職域で、健康 や栄養に関する学習 の場を提供する機会 を増やし、それに参 加する者(特に、若年 層)を増加		未把握		今後検討	49.2 %	市民健 康意識 調査	削除
地域、職域で、健康 や栄養に関する学習 や活動を進める自主 グループの増加		未把握		今後検討	未把握		削除

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
2. 身体活動・運動								
(1) 成人の目標								
身体活動・運動に対する意識についての目標	「日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために意識的に体を動かすなどの運動をしている人」の増加	男性	70.4 %	健康に関する意識調査	60.0%以上	47.4 %	市民健康意識調査	
		女性	70.2 %	健康に関する意識調査	65.0%以上	52.9 %	市民健康意識調査	
日常生活における歩数の増加	[注:1日当たり平均歩数で1,000歩、歩く時間で10分、歩行距離で600～700m程度の増加に相当]	50歳代男性	8,291 歩	歩数調査	9,100歩以上	9,078歩	歩数調査	
		50歳代女性	8,527 歩	歩数調査	8,500歩以上	8,248歩	歩数調査	
運動習慣者の増加	[注:運動習慣者:1回30分以上の運動を、週2回以上実施し、1年以上持続している人]	男性	40.0 %	健康に関する意識調査	20.0%以上	14.7 %	市民健康意識調査	
		女性	28.6 %	健康に関する意識調査		18.8 %	市民健康意識調査	
運動をまったくしたくない人の減少		男性	13.4 %	健康に関する意識調査	20.0%以下	24.0 %	市民健康意識調査	
		女性	14.4 %	健康に関する意識調査	18.0%以下	20.2 %	市民健康意識調査	
運動についての正確な知識を持っている人の割合の増加		男性	未把握		増やす	未把握		新規
		女性	未把握		増やす	未把握		新規
運動が必要と感じる人の割合の増加		男性	未把握		増やす	未把握		新規
		女性	未把握		増やす	未把握		新規
運動が必要という意識はあるが実行できていない人の割合の減少		男性	未把握		増やす	未把握		新規
		女性	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	削除	
(2)高齢者の目標								
外出について積極的な態度をもつ人の増加	日常生活の中で買物や散歩などを含めた外出について、「自分から積極的に外出する方である」とする者	男性(60歳以上)	未把握		70.0%以上	51.5%	市民健康意識調査	
		女性(60歳以上)	未把握		80.0%以上	72.8%	市民健康意識調査	
まったく外出しない人の減少(県独自)		70歳代	未把握		現状維持	2.7%	市民健康意識調査	
何等かの地域活動を実施している者の増加		男性(60歳以上)	未把握		設定しない			削除
		女性(60歳以上)						
		男女全体	未把握		現状維持	63.5%	市民健康意識調査	削除
日常生活における歩数の増加	[注:1日当たり平均歩数で1,300歩、歩行時間で15分、歩行距離で650~800m程度の増加に相当]	男性(70歳以上)	6518 歩	歩数調査	現状維持	6,632歩	歩数調査	
		女性(70歳以上)	6468 歩	歩数調査		5,580歩	歩数調査	
バス・電車等を利用し1人で外出している人の割合の増加		65歳以上	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
3. 休養・こころの健康								
(1) ストレス								
最近1ヶ月間にストレスを感じた人の割合の減少	たくさんある	成人	22.1%	健康に関する意識調査	設定しない 減らす	26.4 %	市民健康意識調査	目標値 変更
	多少ある	成人	49.6%	健康に関する意識調査	設定しない	49.8 %	市民健康意識調査	削除
最近1ヶ月間にストレスを多少あると感じても、自分でうまく解消できる人の割合の増加		男性	未把握		増やす	未把握		新規
		女性	未把握		増やす	未把握		新規
体調不良や疲れが継続している人の割合の減少		男性	未把握		減らす	未把握		新規
		女性	未把握		減らす	未把握		新規
(2) 睡眠								
睡眠によって休養が十分に取れていない人の割合の減少	あまりとれない	成人	未把握		設定しない	48.7 %	市民健康意識調査	削除
	全くとれていない	成人	未把握		設定しない	2.0 %	市民健康意識調査	削除
睡眠によって休養が十分に取れている人の割合の増加		男性	未把握		増やす	未把握		新規
		女性	未把握		増やす	未把握		新規
眠りを助けるために睡眠補助品(睡眠薬精神安定剤)やアルコールを使うことのある人の減少	時々ある	成人	未把握		設定しない 減らす	8.5 %	市民健康意識調査	目標値 変更
	しばしばある	成人	未把握		設定しない 減らす	4.1 %	市民健康意識調査	目標値 変更
	常にある	成人	未把握		設定しない 減らす	5.5 %	市民健康意識調査	目標値 変更
(3) 自分に合った趣味や生きがいを持つ								
どのような活動が行われているか知らない人の割合の減少		男性	未把握		減らす	未把握		新規
		女性	未把握		減らす	未把握		新規
参加の方法がわからないために社会参加活動に参加していない人の割合の減少		男性	未把握		減らす	未把握		新規
		女性	未把握		減らす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	削除
自分に合ったストレス の解消方法を持つ人 の増加	男性	未把握		増やす	未把握		新規
	女性	未把握		増やす	未把握		新規
(4)こころの悩みを相談できる							
相談できる人があ ると答えた人の増加	全体	(76.2%)	健康に 関する 意識 調査	70.0%	63.1%	市民 健康 意識 調査	項目 の 分割
相談できる機関があ ると答えた人の増加	全体						
自殺者の減少	40歳代 男性	未把握		減らす	未把握		新規
	50歳代 男性	未把握		減らす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
4. たばこ							
(1)喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及							
喫煙で以下の疾患にかかりやすくなると思う人の割合	肺がん	成人	未把握	100 %	93.6 %	市民健康意識調査	
	ぜんそく	成人	未把握		66.0 %	市民健康意識調査	
	気管支炎	成人	未把握		74.8 %	市民健康意識調査	
	心臓病	成人	未把握		48.2 %	市民健康意識調査	
	脳卒中	成人	未把握		34.6 %	市民健康意識調査	
	胃潰瘍	成人	未把握		29.3 %	市民健康意識調査	
	妊娠への影響	成人	未把握		66.5 %	市民健康意識調査	
	歯周病	成人	未把握		26.4 %	市民健康意識調査	
喫煙の害について知っている人の割合の増加	15～19歳		未把握	増やす	未把握		新規
	成人		未把握	増やす	未把握		新規
乳児のいる家庭で、喫煙の害について知っている人の割合の増加	乳児のいる家庭		未把握	増やす	未把握		新規
乳児のいる家庭で、喫煙している人がいる割合の減少	乳児のいる家庭		未把握	減らす	未把握		新規
(2)禁煙、節煙を希望する者に対し禁煙支援をする							
禁煙、節煙を希望する者に対し禁煙支援をする	喫煙者	実施	H16事業報告	今後実施	実施していない		
禁煙したい人の増加	喫煙者	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	削除
(3)喫煙者の減少(県独自)							
喫煙する人を減らす	成人男性	38.4 %	意識調査	40 %以下	48.7 %	市民健康意識調査	
	成人女性	8.8 %	意識調査	15 %以下	18.9 %	市民健康意識調査	
(4)未成年者の喫煙をなくす							
未成年者の喫煙をなくす	15～19歳	7.8 %	意識調査	なくす	8.6 %	市民健康意識調査	
	中学生	7.8 %	H15思春期アンケート	なくす	未把握		新規
(5)妊娠中は喫煙しない							
妊娠中の喫煙をゼロにする	妊婦	未把握		なくす	未把握		新規
妊娠中に禁煙ができた人の増加	4か月児健康相談の親	未把握		増やす	未把握		新規
(6)公共の場や職場での分煙の徹底、及び、効果の高い分煙についての知識の普及							
県・市町村施設での分煙状況	完全禁煙	ロビー	100.0 %	H16実施(市)	100 %	47.4 %	公共の場や職場での分煙状況調べ
		職場	100.0 %	H16実施(市)	100 %	69.2 %	
	空気清浄機・しきりの使用	ロビー	100.0 %	H16実施(市)	100 %	15.8 %	
		職場	100.0 %	H16実施(市)	100 %	7.7 %	
	喫煙場所の設置	ロビー	100.0 %	H16実施(市)	100 %	21.1 %	
		職場	100.0 %	H16実施(市)	100 %	11.5 %	
	自由に吸える	ロビー	100.0 %	H16実施(市)	100 %	15.8 %	
		職場	100.0 %	H16実施(市)	100 %	50.0 %	
公共の場では、指定された場所で吸う(マナーを守る)人の増加	喫煙者	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
5. アルコール							
(1) 1日に平均純アルコールで約60gを越え多量に飲酒する人の減少							
1日に平均純アルコールで約60gを越え多量に飲酒する人の減少	成人男性	未把握		11 %以下	14.4 %	市民健康意識調査	出典の追加 (基本健康診査)
	成人女性	未把握		2割以上の減少	0.9 %	市民健康意識調査	
	全体	未把握		6 %以下	7.4 %	市民健康意識調査	
(2) 未成年者の飲酒をなくす							
未成年者の飲酒をなくす	15～19歳男性	24.0 %	健康に関する意識調査	なくす	17.2 %	市民健康意識調査	対象の追加
	15～19歳女性	15.3 %	健康に関する意識調査		10.3 %	市民健康意識調査	
	中学生男性	13.7 %	H15思春期アンケート		未把握		
	中学生女性	14.8 %	H15思春期アンケート		未把握		
(3) 「節度ある適度な飲酒」としては、1日平均純アルコールで約20g程度である旨の知識を普及する							
「節度ある適度な飲酒」の知識を理解している人の増加	成人	66.2 %	健康に関する意識調査	100 %	68.7% (1～2合程度)	市民健康意識調査	
(4) 妊娠中や授乳中は飲酒をしない							
妊娠中の飲酒者をなくす	妊婦	1.4 %	母子健康手帳交付時の面接	なくす	未把握		新規
授乳中の飲酒者をなくす	妊婦	未把握		なくす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
6. 歯の健康								
(1)むし歯を予防する								
3歳児におけるむし歯のない人の増加	う歯のない者	3歳児	73.4 %	3歳児健康診査	80 %以上	68.2 %	千葉県3歳児歯科健康診査	
3歳児における一人平均むし歯数の減少	一人平均う歯数	3歳児	1.1 歯	3歳児健康診査	1 歯以下	1.4 歯	千葉県3歳児歯科健康診査	
12歳児における1人平均むし歯数(DMF歯数)の減少		12歳児	2.2 歯	学校歯科健康診断	1 歯以下	2.6 歯	H13学校歯科健康診断	
フッ化物はむし歯予防の手段としてとても必要だと思う人の増加		成人	34.3 %	H16就学時健康診査	増やす	未把握		新規
3歳までにフッ化物歯面塗布を受けたことのある人の増加		3歳児	67.1 %	千葉県歯科保健実態調査	60 %以上	55.6 %	H12千葉県歯科保健実態調査	
間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ者の減少		1歳6ヶ月児	5.9 %	1歳6か月児健康診査 H16	減らす	9.2 %	乳児健康診査	
学齢期におけるフッ化物配合歯磨剤使用者の増加		6歳児	80.1 %	H16就学時健康診査	90 %以上	未把握		新規
		小学校第1学年	未把握		今後検討	未把握		削除
		小学校第5学年	未把握		90 %以上	74.6 %	歯みがき剤状況調べ	
		中学校第1学年	未把握		今後検討	未把握		削除
		高等学校第1学年	未把握		今後検討	未把握		削除
		20歳以上	43.5 %	健康に関する意識調査	90 %以上	67.1 %	市民健康意識調査	
フッ化物洗口を行っている人の割合の増加		6歳児	6.7 %	H16就学時健康診査	増やす	未把握		新規
		4～14歳	今後調査		増やす			
予防充填(シーラント)をしている人の割合の増加		4～14歳	今後調査	学校歯科保健アンケート	増やす	未把握		新規
フッ化物洗口を実施している施設の数の増加		保育所・幼稚園・小中学校	0 施設	フッ化物洗口実施状況調査	増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
フッ化物洗口剤を取り扱っている歯科医療機関等の数の増加	市内歯科医療機関	37 軒	フッ化物取り扱い状況調査	増やす	9 軒	フッ化物取り扱い状況調査	新規
(2) 歯周病を予防する							
12歳児における歯肉炎(G・GO)の減少	12歳児	7.1 %	学校歯科健康診断	減らす	未把握		新規
歯間部清掃用具を使用している人の増加	20歳代	20.6 %	健康に関する意識調査	40 %以上	19.7 % (20歳)	市民健康意識調査	
	30歳代	30.5 %	健康に関する意識調査	40 %以上	29.3 % (30歳)	市民健康意識調査	
	40歳代	37.5 %	健康に関する意識調査	40 %以上	35.6 % (40歳)	市民健康意識調査	
	50歳代	42.6 %	健康に関する意識調査	40 %以上	36.6 % (50歳)	市民健康意識調査	
	60歳代	39.9 %	健康に関する意識調査	40 %以上	32.7 % (60歳)	市民健康意識調査	
	70歳代	39.9 %	健康に関する意識調査	40 %以上	27.0 % (70歳)	市民健康意識調査	
喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及(喫煙で歯周病にかかりやすくなると思う人の増加)	20歳以上	52.1 %	H16成人歯科健診	100 %	26.4 %	市民健康意識調査	
定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の増加	20歳以上	44.1 %	健康に関する意識調査	60 %以上	36.2 %	市民健康意識調査	
	55～64歳	未把握		60 %以上	47.1 %	市民健康意識調査	削除
定期的に歯科健診を受けている人の増加	20歳以上	44.9 %	H16成人歯科健診	60 %以上	45.1 %	市民健康意識調査	
	55～64歳	未把握		60 %以上	50.8 %	市民健康意識調査	削除
口腔ケアについて専門家(歯科医師・歯科衛生士)から指導を受けたことがある人の増加	歯周疾患検診受診者	今後調査	歯周疾患検診受診者に対する事後調査	増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
歯周疾患検診を受け る人の増加	40歳	17 人	歯周疾 患検診	増やす	未把握		新規
	50歳	26 人					
	60歳	21 人					
	70歳	22 人					
60歳における24歯以 上の自分の歯を有す る人の増加	55～64歳	未把握		増加	67.4 %	市民健 康意識 調査	
80歳における20歯以 上の歯を有する人の 増加	75～84歳	未把握		増加	41.0 %	市民健 康意識 調査	
一人平均現在歯数の 増加	30歳代	28.1 本	H16成 人歯科 健康診 査	28 本	28.8 本	H13成 人歯科 健康診 査	
	40歳代	27.4 本	H16成 人歯科 健康診 査		27.4 本	H13成 人歯科 健康診 査	
	50歳代	25.5 本	H16成 人歯科 健康診 査	27 本	26.5 本	H13成 人歯科 健康診 査	
	60歳代	22.6 本	H16成 人歯科 健康診 査	26 本	26.0 本	H13成 人歯科 健康診 査	
	70歳代	22.2 本	H16成 人歯科 健康診 査	20 本	22.3 本	H13成 人歯科 健康診 査	
	80歳代	未把握		15 本	14.4 本	H13成 人歯科 健康診 査	
根面う蝕予防 根面う蝕について 知っている人の増加 (市独自)	成人			今後検討	未把握		削除

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
7. 糖尿病								
(1) 糖尿病危険因子の回避								
適正体重を維持する 人の増加	成人の肥満者 (BMI \geq 25.0)の減少	20～60歳代 男性	未把握		15 %	19.9 %	市民健康意識 調査	
		40～60歳代 女性	未把握		13 %	17.9 %	市民健康意識 調査	
	肥満児の減少	3歳児	11.0 %	3歳児健康診査 H16	減らす	14.0 %	H12幼児健康 診査	新規
日常生活における歩 数の増加	[注:1日あたり平均歩数で1,000 歩、歩く時間で10 分、歩行距離で 600～700m程度の 増加に相当]	成人男性	8291 歩	歩数調 査	9100 歩以上	9078 歩	歩数調 査	
		成人女性	8527 歩	歩数調 査	8500 歩以上	8248 歩	歩数調 査	
健康のために食事に 気をつけている人の 増加		成人	76.7 %	健康に 関する 意識 調査	75 %以上	67.2 %	市民健康意識 調査	
症状が出なくても病 気として認識している 人の増加		成人	未把握		増やす	未把握	市民健康意識 調査	新規
(2) 糖尿病検診と事後指導								
定期健康診断等糖尿 病に関する健康診断 受診者の増加		成人	49.4 %	H16基本健康 診査	増加	61.6 %	市民健康意識 調査	
糖尿病検診における 異常所見者の事後指 導の徹底		成人男性	未把握		85 %	68.8 %	市民健康意識 調査	
		成人女性	未把握		85 %	60.6 %	市民健康意識 調査	
(3) 糖尿病の治療継続と悪化防止								
血糖異常者で食事に 気をつけている人の 増加		成人	未把握		増やす	未把握		新規
血糖異常者で意識的 に体を動かしている 人の増加		成人	未把握		増やす	未把握		新規
血糖異常者で糖尿病 の意識を持つ人の増 加		成人	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
(4) 糖尿病有病者の動向(前述の生活改善による推計値)							
2010年の糖尿病有病者を約7%以上減少できると見込まれる(糖尿病有病者が約1,000万人以下になる見込み)糖尿病有病者の減少	成人	12.6 %	健康に関する意識調査	減らす	5.3 %	市民健康意識調査	
(5) 糖尿病合併症の減少							
糖尿病有病者に対する治療継続の指導を徹底	治療継続者	成人	未把握	継続の徹底	67.4 %	市民健康意識調査	
	治療中断者	成人			4.3 %	市民健康意識調査	

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
8. 循環器病							
(1) 血圧低下のための目標							
1日あたりの平均食塩摂取量の減少	成人	未把握		10 g未満	10.8 g	栄養食事摂取状況調査	
1日あたりの平均カリウム摂取量の増加	成人	未把握		3.5 g以上	3.1 g	栄養食事摂取状況調査	
適正体重を維持する人の増加	20～60歳代男性	31.5 %	基本健康診査	15 %	19.9 %	市民健康意識調査	
	40～60歳代女性	16.7 %	基本健康診査	13 %	17.9 %	市民健康意識調査	
	やせの者(BMI<18.5)の減少	20歳代女性	未把握	減らす	未把握		新規
運動習慣者の増加	成人男性	40.0 %	健康に関する意識調査	20 %以上	14.7 %	市民健康意識調査	
	成人女性	28.6 %	健康に関する意識調査	20 %以上	18.8 %	市民健康意識調査	
成人の高血圧者(140/90mmHg以上)の減少	成人男性	43.3 %	H16基本健康診査	減少	44.1 %	基本健康診査	新規
	成人女性	37.1 %	H16基本健康診査	減少	35.6 %	基本健康診査	新規
(2) たばこ対策の充実							
喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及(喫煙で心臓病、脳卒中にかかりやすくなると思う人の増加)	心臓病	成人	未把握	100 %	48.2 %	市民健康意識調査	
	脳卒中	成人	未把握	100 %	34.6 %	市民健康意識調査	
禁煙したい人の増加	喫煙者	未把握		増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
(3) 高脂血症、糖尿病は増加傾向の減少							
高脂血症者(血清総 コレステロール値 220mg/dl以上)の減少	成人男性	23.6 %	H16基本健康 診査	減少	35.1 %	基本健康 診査	
	成人女性	38.7 %	H16基本健康 診査		37.4 %	基本健康 診査	
	(女性49歳 以下)	15.6 %	H16基本健康 診査		18.6 %	基本健康 診査	
	(女性50歳 以上)	32.8 %	H16基本健康 診査		64.0 %	基本健康 診査	
(4) 飲酒対策の充実							
1日に平均純アル コールで約60gを越え 多量に飲酒する人の 減少	成人男性	未把握		11 %	14.4 %	市民健康 意識調査	出典 の追 加 (基本健康 診査)
	成人女性	未把握		2割以上の減少	0.9 %	市民健康 意識調査	
	全 体	未把握		6 %	7.4 %	市民健康 意識調査	
「節度ある適度な飲 酒」の知識を理解して いる人の増加	成人	66.2 %	健康に 関する 意識 調査	100 %	68.7% (1~2合程度)	市民健康 意識調査	
(5) 健康診断を受ける人の増加							
定期健康診査等の糖 尿病、循環器病に関 する健康診断受診者 の増加	成人	44.8 %	H16基本健康 診査	増加	61.6 %	市民健康 意識調査	
(6) 病気についての正しい知識							
高脂血症講演会参加 者数の増加	成人	55 人	高脂血 症講演 会	増やす	未把握		新規
結果説明会の参加者 の増加	40~59歳男 性	2 人	基本健 康診査 要指導 者数	増やす	未把握		新規
	18~59歳女 性	54 人	基本健 康診査 要指導 者数	増やす	未把握		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
9. がん							
(1) たばこ対策の充実							
喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及（喫煙で以下の疾患にかかりやすくなると思う人の割合）	肺がん	成人	未把握		100 %	93.6 %	市民健康意識調査
	ぜんそく	成人	未把握		100 %	66.0 %	市民健康意識調査
	気管支炎	成人	未把握		100 %	74.8 %	市民健康意識調査
	胃潰瘍	成人	未把握		100 %	29.3 %	市民健康意識調査
未成年者の喫煙をなくす		15～19歳	7.8 %	健康に関する意識調査	なくす	8.6 %	市民健康意識調査
喫煙者数の減少（県独自）		成人男性	38.4 %	健康に関する意識調査	40.0 %以下	48.7 %	市民健康意識調査
		成人女性	8.8 %	健康に関する意識調査	15.0 %以下	18.9 %	市民健康意識調査
禁煙したい人の増加		喫煙者	未把握		増やす	未把握	新規
(2) 食生活の改善							
1日あたりの平均食塩摂取量の減少		50歳代女性	未把握		10 g未満	10.8 g	栄養食事摂取状況調査
1日あたりの野菜の平均摂取量の増加	[注:新鮮な野菜、緑黄色野菜を毎日摂取し、果物類を毎日摂取することが望ましい]	50歳代女性	未把握		350 g以上	355.0 g	栄養食事摂取状況調査
1日の食事において、果物類を摂取している人の増加		成人	未把握		今後検討	未把握	
1日あたりの脂肪エネルギーの比率の減少	[注:脂肪のうち、特に獣肉、乳製品の過剰摂取を避け、n-3脂肪酸に富む魚類を摂取することが望ましい]	20～40歳代女性	未把握		今後検討	26.7 %	栄養食事摂取状況調査

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
(3) 飲酒対策の充実								
1日に平均純アルコールで約60gを超え多量に飲酒する人の減少	成人男性	未把握		11 %以下	14.4 %	市民健康意識調査	項目の追加	
	成人女性	未把握		2割以上の減少	0.9 %	市民健康意識調査		
	全体	未把握		6 %以下	7.4 %	基本健康診査問診票		
「節度ある適度な飲酒」としては、1日平均純アルコールで約20g程度である旨を理解している人の増加	成人	66.2 %	健康に関する意識調査	100.0 %	68.7% (1~2合程度)	市民健康意識調査		
(4) がん検診の受診者の増加								
がん検診受診状況	胃がん検診	成人 40歳以上	3,796 人	H16地域保健・老人保健事業報告	増加	3,622 人	地域保健・老人保健事業報告	新規
	子宮頸がん検診	成人 女性20歳以上	3,653 人	H16地域保健・老人保健事業報告	増加	3,786 人	地域保健・老人保健事業報告	新規
	子宮体がん検診	成人	475 人	H16地域保健・老人保健事業報告	—	512 人	地域保健・老人保健事業報告	削除
	乳がん検診	成人 女性30歳以上	2,781 人	H16地域保健・老人保健事業報告	増加	2,719 人	地域保健・老人保健事業報告	新規
	肺がん検診	成人 40歳以上	3,988 人	H16地域保健・老人保健事業報告	増加	4,258 人	地域保健・老人保健事業報告	新規
	大腸がん検診	成人 40歳以上	3,675 人	H16地域保健・老人保健事業報告	増やす	3,407 人	地域保健・老人保健事業報告	新規
	前立腺がん検診	40歳以上	未実施			未実施		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
新規受診者数	胃がん検診	成人 40歳以上	14 %	H16地 域保健・ 老人保 健事業 報告	増やす	未把握	新規
	子宮頸がん検診	成人 女性20歳以上	14 %	H16地 域保健・ 老人保 健事業 報告	増やす	未把握	
	乳がん検診	成人 女性30歳以上	24 %	H16地 域保健・ 老人保 健事業 報告	増やす	未把握	
	肺がん検診	成人 40歳以上	16 %	H16地 域保健・ 老人保 健事業 報告	増やす	未把握	
	大腸がん検診	成人 40歳以上	16 %	H16地 域保健・ 老人保 健事業 報告	増やす	未把握	
	前立腺がん検診	40歳以上	未実施			未実施	新規
自己触診法実践者の 増加	乳がん検診 受診者	70 %	乳がん 検診問 診票	増やす	未把握	新規	
部位別悪性新生物死 亡状況	胃がん	成人 40歳以上	39 人	H16保 健所事 業年報	減らす	未把握	新規
	子宮がん	成人 女性20歳以上	5 人	H16保 健所事 業年報	減らす	未把握	新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
部位別悪性新生物死亡状況	乳がん	成人 女性30歳以上	12 人	H16保健所事業年報	減らす	未把握		新規
	肺がん	成人 40歳以上	39 人	H16保健所事業年報	減らす	未把握		新規
	大腸がん	成人 40歳以上	11 人	H16保健所事業年報	減らす	未把握		新規
	前立腺がん	40歳以上	未実施		減らす	未実施		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
10. 母子保健								
(1) 安心して妊娠、安全で快適な出産のできる環境づくり								
妊婦の就労環境整備 に関する啓発	「母性健康管理指 導事項連絡カー ド」を知っている妊 婦を増加	産婦	未把握		100 %	未把握	調査 対象の 変更	
	妊娠中に職場で 配慮が受けられる 妊婦の割合を増加	妊婦	未把握		80 %	未把握	削除	
ハイリスク妊婦のフ ォロー体制の確立	妊娠15週以下(初 期)での妊娠の届 出率を増加	妊娠15週以 下	90.9 %	母子健 康手帳 交付時 の面接	100 %	93.1 %	母子健 康手帳 交付時 の面接	
	妊産婦死亡率の 減少	妊産婦	0 %	死亡届 出状況	現状維持	0 %		
	妊娠、出産につい て満足する者の割 合を増加	自分の希望 した出産が できた	未把握		100 %	未把握	削除	
	妊娠中の飲酒者 をなくす	妊婦	1.4 %	妊娠届 出状況	なくす	未把握		
	妊娠中の喫煙者 をなくす	妊婦	6.5 %	妊娠届 出状況	なくす	15.7 %	妊娠届 出状況	
	妊娠中の定期健 康診査の未受診 者をなくす	妊婦	0.1 %	母子健 康手帳 産後交 付数	なくす	0.6 %	妊娠届 出状況	
	全出生数中の低 体重児・極小低体 重児を減少	低体重児	8.5 %	出生届 出状況	減少傾向へ	8.7 %	船橋保 健所事 業年報	
	極小低体重 児	0.3 %	出生届 出状況	減少へ	0.4 %	船橋保 健所事 業年報		
妊娠中の不安を軽減 できた妊婦の増加	産婦	未把握		増やす	未把握		新規	
母と子の愛着形成を 推進するための支援	出産後1ヶ月時に 母乳保育をしてい る母親の割合を増加		未把握		増加	93.0 %	乳児健 康相談	
(2) 子どもの健やかな成長、発達への支援								
子どもの発育・発達 に関心のある保護者 の増加	4か月児	87.7 %		乳児健 康相 談、幼 児健康 診査受 診率	増やす	88.8 %	乳児健 康相 談、幼 児健康 診査受 診率	新規
	10か月児	80.7 %			増やす	80.8 %		新規
	1歳6か月 児	92.8 %			増やす	90.4 %		新規
	3歳児	88.6 %			増やす	87.5 %		新規

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典	
乳幼児突然死症候群(SIDS)に関する啓発	乳児期にうつぶせ寝をさせている親の割合をなくす 4か月児	未把握		なくす 減少	未把握		調査対象の変更
子どもの事故防止対策に対する啓発	不慮の事故死亡率を減少 乳幼児	0%	死亡届出状況	なくす	0%	船橋保健所事業年報	
	チャイルドシート使用率を増加	75.7%	平成15年度調査	100%	未把握		削除
	事故防止対策を実施している家庭を増加	97.8%	平成15年度1歳6か月児健康診査アンケート	90%	未把握		
	誤飲防止						
	階段からの転落防止						
	浴槽への転落防止						
	子どもだけを家に残さない						
玄関から飛び出し防止							
予防接種に関する相談体制の充実	予防接種実施率を増加 1歳児までにBCC接種を終了(1.8歳で)			現状維持	98.0%	幼児健康診査	対象の変更
		100.0%	予防接種予診票	現状維持			
				90%	87.5%	幼児健康診査	対象の変更
		87.6%	予防接種予診票	90%			
				90%	83.0%	幼児健康診査	対象の変更
		97.0%	予防接種予診票	現状維持			

項目	対象	鎌ヶ谷市の現状		目標値	計画策定時の状況		新規 削除	
		中間評価 (H16・H17の結果 より)	出典		2002年	出典		
小児科医による診療 が受けられる総合的 な小児科医体制の整備	新生児死亡率、乳 児死亡率を減少	乳幼児	0.9%	死亡届 出状況	減らす	0 %	船橋保 健所事 業年報	
	小児科のかかりつ け医をもつ家庭の 割合を増加	1歳6か月 児	78.2%	平成15 年度調 査	100 %	未把握		
	心肺蘇生術を知っ ている親の割合を 増加		未把握		90 %	未把握		削除
午前中に活力ある生 活が送れる子どもを 増やす		1歳6か月 児	64.6%	1歳6か 月児健 康診査 票	増やす	84.6%	1歳6か 月児健 康診査 票	新規
幼児の肥満減少		3歳児	11.0%	3歳児 健康診 査	減少	14.0%	3歳児 健康診 査	新規
自分の気持ちを伝え られる子どもの増加		思春期	未把握		増やす	未把握		新規
自分らしく生きる力を 持つ子どもの増加		思春期	未把握		増やす	未把握		新規
(3)ゆとりある育児への支援								
子育て家庭に対する 相談体制の充実	育児について相談 相手がいる母親を 増加	4か月児の 母	95.4%	乳児健 康相談	100 %	96.6%	乳児健 康相談	
		1歳6か月 児の母	98.1%	幼児健 康診査	100 %	97.9%	幼児健 康診査	
子育て家庭に対する 支援体制の充実	育児に参加する 父親・協力者を増 加	1歳6か月 児の親	未把握		増加	77.6%	母子保 健計画	
育児中の母の孤立の 減少		乳児をもつ 母	78.1%	保健推 進員乳 児訪問	増加	83.6%	保健推 進員乳 児訪問	新規
育児仲間がいる母の 増加		乳児をもつ 母	66.5%	新米マ マの会 参加者	増やす	44.3%	新米マ マの会 参加者	新規
出産・子育てを見通し を持って行える妊婦 の増加		初産婦	未把握		増やす	未把握	4か月 健康相 談アン ケート	新規
絵本を通して子どもと のかかわりを楽しめ る親の増加		ブックス スタート事業 参加者	未把握		増やす	未把握	10か月 健康相 談アン ケート	新規
多胎児をもつ母が育 児情報をえる機会の 増加		多胎児妊娠 中の妊婦及 び母	未把握		増やす	未把握	多胎児 をもつ 母への アン ケート	新規

各種調査の実施状況

1. 鎌ヶ谷市の現状・・・人口、人口動態、主要死因の経年的変化、主な疾患の受療率と医療費の状況、健康意識と受診状況、母子保健の状況、歯科保健の状況など

2. 健康に関する意識調査
～「いきいきプラン・健康かまがや21」中間評価アンケート～
調査実施時期・・・平成17年7月～9月
調査方法・・・その場及び、留め置きによる、自記式記入
対象者の抽出法・・・15歳以上の市民（健康管理事業で関わる市民を中心とする）
配布数・・・1,100
回答数・・・性、年齢階級毎（15～19歳、20歳代、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳代以上）の対象者を各50人以上
総数1,022人
主な調査内容・・・食生活、運動、悩みやストレス、喫煙、アルコール、血糖異常
歯の健康、健康に関する満足感

3. 「いきいきプラン・健康かまがや21」中間評価のための歩数調査
調査実施時期・・・平成17年6月22日（水）～7月31日（日）のうち3日間
調査方法・・・配布した歩数計で起床から就寝までを1日とした連続した3日間の歩数を測る
対象者の抽出法・・・市内在住で50歳代と70歳代の男女（健康管理事業で関わる市民を中心とする）
協力者・・・性、年齢階級毎の対象者を各50人以上、総数214人
主な調査内容・・・1日の平均歩数

中間評価の経過

時 期	検討会議	調査、研修、 グループワーク等
平成17年 5月	20日第1回中間評価検討会 ・中間評価の方法についての検討	
6月	2日第2回中間評価検討会 ・中間評価の方法についての検討	7日保健推進員研修会 「健康日本21といきいきプラン・健康かまがや21」 6～8月中 「健康に関する意識調査」の実施 6～7月中 「歩数調査」の実施
	8日第3回中間評価検討会 ・評価項目の検討	
	13日第4回中間評価検討会 ・「健康に関する意識調査」の実施について ・「歩数調査」の実施について	
7月	5日第5回中間評価検討会 ・各調査の進捗状況について ・市町村健康増進計画の策定に関する 研修復命 ・実践目標の見直しについての検討	27日 「たばこ」について個別 健康教育参加者、職員とのグ ループワーク
	11日第6回中間評価検討会 ・「健康に関する意識調査」「歩数調査」 の進捗状況について	
	27日第7回中間評価検討会 ・グループワークの結果報告	
	20日第8回中間評価検討会 ・各調査の進捗状況について ・実践目標の見直しについての検討	
8月	10日第9回中間評価検討会 ・「健康に関する意識調査」について ・市民とのグループワークについて ・健康づくり推進協議会について	20日 「運動」についてウォーキン ググループとのグループワー ク実施 30日 「歯の健康」について保健推 進員、職員とのグループワー ク実施
	18日平成17年度健康づくり推進協議会 ・計画の進捗状況と中間評価の進捗状 況の報告	

時 期	検討会	調査、研修、 グループワーク等
9月	6日第10回中間評価検討会 ・歩数調査について ・意識調査について ・ウォーキンググループとのグループワークのまとめについて	8・9日 全国保健センター連合会「市町村保健計画21」中央研修会出席
	26日第11回中間評価検討会 ・「運動」について、きらり鎌ヶ谷体操普及員と50歳代男性市民とのグループワークの実施について ・意識調査について	29日 「栄養・食生活」についてヘルスマイトとのグループワーク
10月	7日第12回中間評価検討会 ・グループワークの報告	4日 「運動」について50歳代男性市民とのグループワークを実施
	20日第13回中間評価検討会 ・今までの経過とそれぞれの担当の進捗状況について ・中間評価の構成について	4日 「糖尿病」について糖尿病自主グループとのグループワークを実施
	25日第14回中間評価検討会 ・意識調査について	
	31日第15回中間評価検討会 ・意識調査について	
11月	14日第16回中間評価検討会	
12月	5日第17回中間評価検討会 ・アドバイザーとの打ち合わせにむけて	
	20日第18回中間評価検討会	
平成18年 1月	11日第1回アドバイザーとの検討会 第19回中間評価検討会 ・中間報告書の作成について	1月上旬 職員による「今後の取り組み」についてのグループワーク (各領域別、10回)
	19日第2回アドバイザーとの検討会 第20回中間評価検討会 ・中間報告書の作成について	
	25日第3回アドバイザーとの検討会	

時 期	検 討 会	調 査、研 修、 グ ルー プ ワー ク 等
2 月	1 0 日 第 2 1 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ 数 値 目 標 の 見 直 し に つ い て	
	2 0 日 第 4 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会 第 2 2 回 中 間 評 価 検 討 会	
	2 1 日 第 5 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会 第 2 3 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ 数 値 目 標 の 見 直 し に つ い て	
	2 7 日 第 6 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会	
3 月	1 日 第 7 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会 第 2 4 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ プ ロ セ ス 評 価 に つ い て	
	1 3 日 第 8 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会 第 2 5 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ 中 間 評 価 報 告 書 の 作 成 に つ い て	
	1 6 日 第 2 6 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ ダ イ ジ ェ ス ト 版 の 検 討	
	1 7 日 第 2 7 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ 中 間 評 価 報 告 書 の 作 成 に つ い て	
	2 2 日 第 2 8 回 中 間 評 価 検 討 会 ・ 中 間 評 価 報 告 書 の 作 成 に つ い て	
	2 9 日 第 9 回 ア ド バ イ ザ ー と の 検 討 会	

関係団体・関係者一覧

鎌ヶ谷市食生活改善協議会

鎌ヶ谷市保健推進員協議会

きらり鎌ヶ谷体操指導者

鎌ヶ谷市健康づくり推進協議会委員

氏名	役職名	備考
中井 愷雄	鎌ヶ谷市医師会代表	会長
呉 正信	鎌ヶ谷市医師会代表	
今井 邦夫	船橋歯科医師会代表	
井上 孝夫	千葉県習志野健康福祉センター長	副会長
本田 節子	船橋市栄養士会代表	
小倉 一哲	鎌ヶ谷市飲料組合等代表	
和田 洋子	鎌ヶ谷市食生活改善協議会会長	
原田 紀子	鎌ヶ谷市保健推進員協議会会長	
湊 明彦	保育課長	
荻野 孝良	学校教育課長	

指導助言者

氏名	役職名
岩永 俊博	社団法人 地域医療振興協会 ヘルスプロモーション研究センター常勤顧問
渡辺 志保	社団法人 地域医療振興協会 ヘルスプロモーション研究センター研究員

関係各課

市長公室	企画政策課
	人事課
総務部	財政課
生涯学習部	学校教育課
	生涯学習課
	スポーツ振興課
	生涯学習推進センター
	図書館
保健福祉部	社会福祉課
	障がい福祉課
	こども課
	保育課
	高齢者支援課

いきいきプラン・健康かまがや21

<地域保健推進特別事業>

編集・発行 鎌ヶ谷市保健福祉部健康管理課

鎌ヶ谷市初富928-744

TEL 047-445-1141(代)

<http://www.city.kamagaya.chiba.jp/>