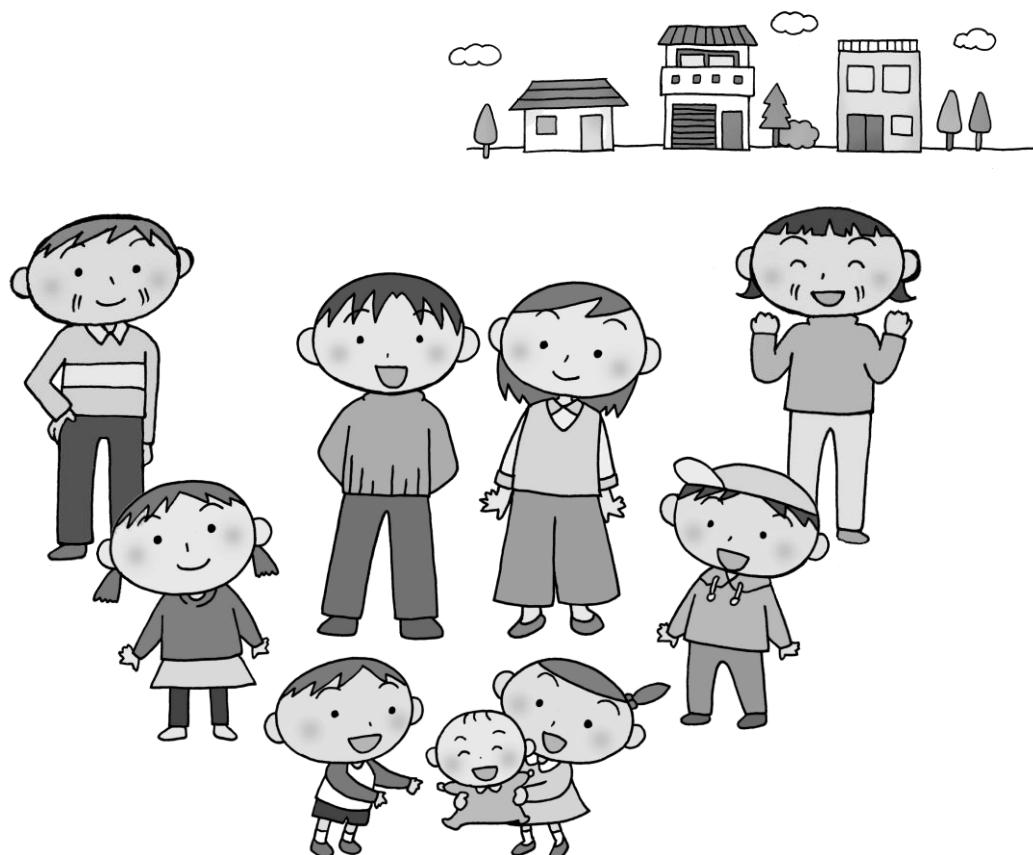

二宮町

健康増進計画・食育推進計画

豊かな自然で育む健康な心とからだ
～みんなでつくる健康長寿の里 二宮～



平成27年3月
二宮町

はじめに

日本は今、人口急減・超高齢化という大きな課題に直面しており、この二宮町でも例外ではありません。平均寿命が延びる一方で、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる健康寿命の延伸が重要視されています。

健康への関心が高まる昨今、健康や食に対する価値観も多様化しています。健康で生き生きとした生活を送ることは、誰もが望む願いであり、健康を実感し、いつまでも元気に暮らすことは、生活の質を高め、自分らしい充実した人生を送ることにつながります。

この度、健康で笑顔で暮らせるまちづくりの実現をめざし、健康・食育の施策を一体とした「二宮町健康増進計画・食育推進計画」を策定いたしました。

本計画は、「豊かな自然で育む健康な心とからだ～みんなでつくる健康長寿の里二宮～」を基本理念とし、「生涯を通じた健康づくりによる健康寿命の延伸」「地域資源や町民の力を活かした健康づくりの推進」を重要項目と設定しました。

町の豊かな自然環境の中で心身ともに健やかな生活を送り、町民一人ひとりの健康づくりの取り組みがまち全体へ広がり、「健康長寿の里」が実現できるよう、皆様とともに目標の実現に向けて取り組んでまいりたいと考えておりますので、町民の皆様方の理解とご協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重な御意見や御提言をいただきました二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員会の皆様を始め、健康や食育に関するアンケートに御協力いただきました多くの町民の皆様や関係者の皆様に、心からお礼申し上げます。

平成 27 年 3 月

二宮町長　村田 邦子

目 次

第1章 計画の策定にあたって.....	1
1. 計画策定の背景・趣旨	1
2. 計画の位置づけ	3
3. 計画の期間.....	5
第2章 二宮町の健康・食をめぐる現状.....	6
1. 二宮町の概況.....	6
2. 健康・食育に関する現状.....	9
3. アンケート調査結果	16
第3章 計画の基本理念と基本目標.....	31
1. 基本理念.....	31
2. 重点項目.....	31
3. 計画の体系.....	32
第4章 施策の展開	33
1. 健康管理の実践	33
2. 運動の習慣化	37
3. こころの健康づくり	40
4. たばこ・お酒への理解	43
5. 歯と口腔の健康づくり	46
6. 望ましい食習慣の確立	49
7. 食への感謝の育成	52
8. 食の安全と文化の伝承	55
第5章 ライフステージ別の健康づくり	58
1. 乳幼児期（0～6歳）	58
2. 学童期（7～12歳）	59
3. 思春期（13～19歳）	59
4. 青年期（20～39歳）	60
5. 壮年期（40～64歳）	60
6. 高齢期（65歳以上）	61

第6章 計画の推進体制	62
1. 町民自ら進める健康づくり	62
2. 各主体の役割	62
3. 計画の進捗管理	63
 資料編	64
1. 二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員名簿	64
2. 二宮町健康増進計画・食育推進計画策定経過	65

第1章 計画の策定にあたって

1. 計画策定の背景・趣旨

近年、わが国は、平均寿命の延伸により世界有数の長寿国となりました。しかしその一方で、ライフスタイルの多様化や高齢化の進展に伴い、がん・心臓病・脳卒中・糖尿病等のいわゆる生活習慣病が増加するとともに、寝たきりなどの要介護者も増加し、深刻な社会問題となっています。

このような状況のもと、国では21世紀の超高齢社会に対応するために、国民全員が自らの健康について考え、健康づくりを実践していくことが重要であるという観点から、平成12年に国民健康づくり運動として「健康日本21」が策定されました。平成19年には中間評価を行い、平成20年から実施されている特定健康診査^{*1}・特定保健指導^{*2}などを踏まえ、メタボリックシンドロームの概念を導入した健康づくりを進めてきました。平成25年には「健康日本21（第2次）」が策定されています。

一方、食生活や食を取り巻く環境は、栄養の偏りや朝食欠食に代表されるような食の乱れ、肥満をはじめとする生活習慣病の増加、過度の痩身志向等が問題となっています。さらに、食品の安全性への不安の高まり、食料自給率の低下、失われつつある食文化等、食をめぐるさまざまな課題も生じてきています。

このような現状を踏まえ、国では、食育^{*3}を国民運動として推進していくため、平成17年に「食育基本法」を制定、その後、平成23年には「第2次食育推進基本計画」が策定されています。

このたび策定する「二宮町健康増進計画・食育推進計画（以下、「本計画」という。）」は、こうした国の動向を踏まえ、二宮町においても誰もが健全な生活を送ることができるよう、健康・食育の両分野の計画を一体的に策定し、推進していくものです。



*1 40～74歳の医療保険の加入者を対象とした、国民健康保険、健康保険組合などの各医療保険者が実施する健康診査。

*2 特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる受診者に対して、生活習慣を見直すサポートをするもの。

*3 さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し健全な食生活を実践することができる人間を育てること。食育基本法では生きるうえでの基本であって、知育、德育及び体育の基礎となるべきものと位置づけられている。

近年の「健康」と「食育」をめぐる国や神奈川県の主な動向は、以下の通りです。

(1) 健康

国	<p>平成 12 年に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」を策定、平成 14 年には健康増進法が制定され、この法律によって健康増進に努めることが国民の責務とされました。</p> <p>平成 25 年に策定された「健康日本 21（第2次）」では、健康寿命※4 の延伸と健康格差※5 の縮小の実現に向け、生活習慣病の発症予防や重症化予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上を目指し、これらの目標達成のために、生活習慣の改善及び社会環境の整備に取り組むことを目標としています。</p>
神奈川県	<p>平成 13 年から始まった「かながわ健康プラン 21」は、平成 25 年に第 2 次計画が策定され、「いのちが輝き、誰もが元気で長生きできる神奈川」を基本理念とし、健康寿命日本一の実現に向け、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を目標に掲げています。</p>

(2) 食育

国	<p>平成 17 年に食育基本法が施行され、平成 18 年に「食育推進基本計画」が策定されました。その後、平成 23 年に策定された「第2次食育推進基本計画」では、新たに「周知」から「実践」へをコンセプトに掲げています。</p>
神奈川県	<p>平成 20 年から始まった「食みらい かながわプラン（神奈川県食育推進計画）」は、平成 25 年に第 2 次計画が策定され、「食が変わる 未来が変わる いのちが輝き、誰もが元気で長生きできる神奈川～」を基本理念に、県民一人ひとりが「いのち」の源である「食」のあり方を学び、食生活を見直すことで、将来にわたり健康で長生きできる社会の実現を掲げています。</p>

※4 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと。国は男性 70.42 歳、女性 73.62 歳、神奈川県では、男性 70.90 歳、女性 74.36 歳（平成 22 年）。

※5 地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差。

2. 計画の位置づけ

(1) 根拠法

本計画は、健康増進法（第8条第2項）に基づく「市町村健康増進計画」及び食育基本法（第18条第1項）に基づく「市町村食育推進計画」です。

■ 健康増進法（抜粋）

（都道府県健康増進計画等）

第8条 都道府県は、基本方針を勘案して、当該都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画（以下「都道府県健康増進計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。

■ 食育基本法（抜粋）

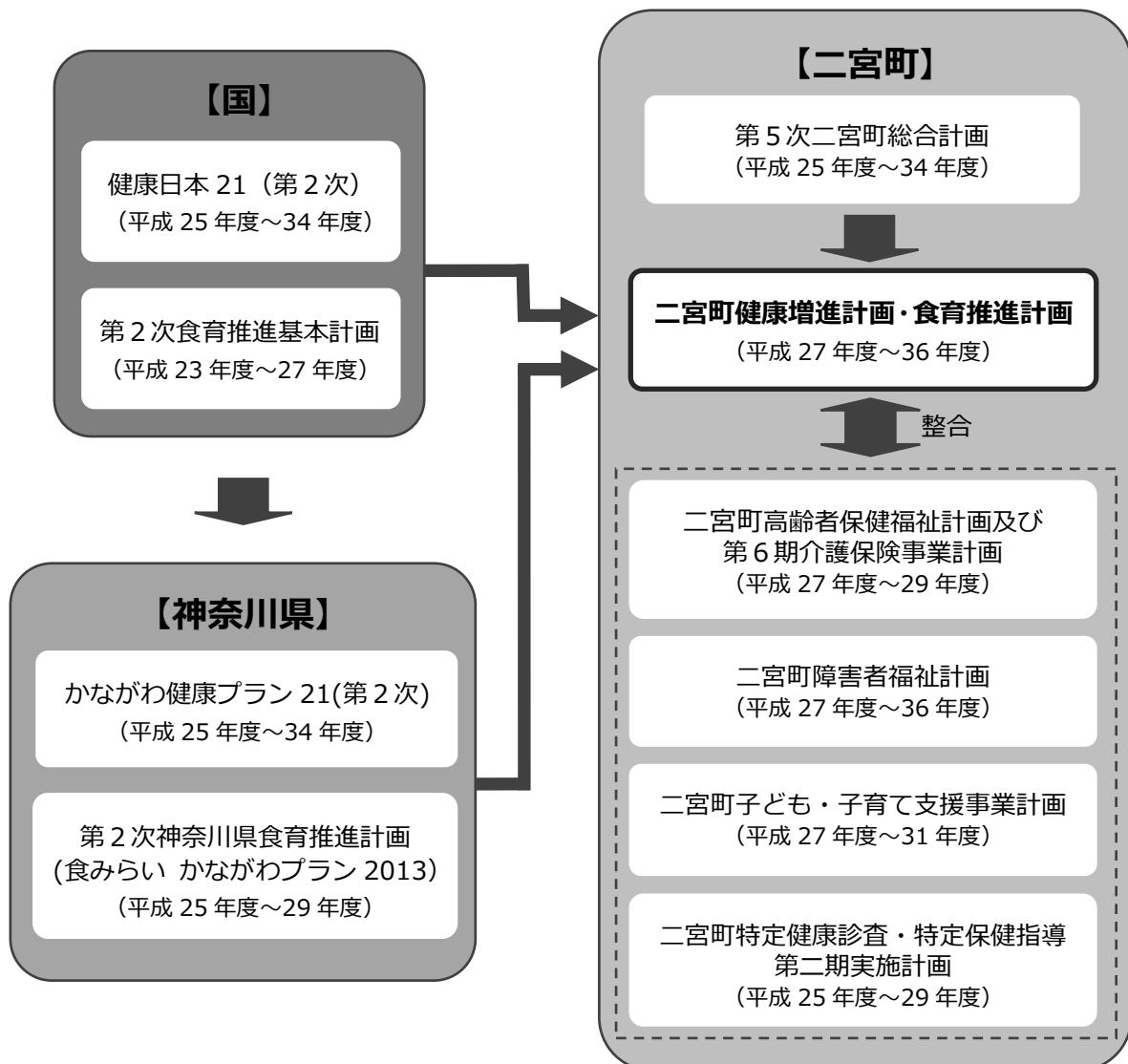
（市町村食育推進計画）

第18条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。



(2) 関連計画との位置づけ

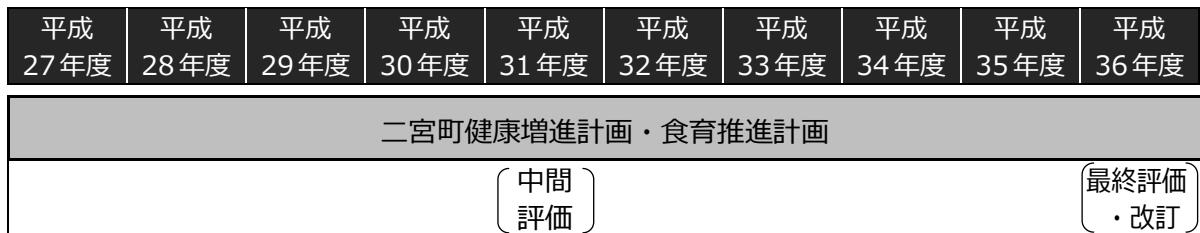
本計画は、「二宮町総合計画」を上位計画とする分野別計画であり、その他町の関連計画との整合性を図ります。また、国の「健康日本 21（第2次）」、「第2次食育推進基本計画」を踏まえるとともに、神奈川県の計画である「かながわ健康プラン 21（第2次）」、「第2次神奈川県食育推進計画（食みらい かながわプラン 2013）との整合も考慮します。



3. 計画の期間

本計画は 10 年間の計画期間とします。ただし、中間年において、社会の状況の変化等により、必要に応じて改訂も視野に入れた見直しを行います。計画期間を 10 年間に設定することによって、より長期的な視野で町民の健康施策について方向性を示すことができます。

■計画期間のイメージ図



第2章 二宮町の健康・食をめぐる現状

1. 二宮町の概況

(1) 地理的特徴

二宮町は、神奈川県の西南部に位置し、東京からの距離は約 70 km、東西の幅は 3.3 km、南北は約 3.8 km、総面積 9.08 平方キロメートルの町です。東は大磯町、北は丹沢連峰を背に中井町、西は中村川をはさんで小田原市、南は相模湾に面しています。比較的小規模な町の東西には JR 東海道線、国道 1 号線、西湘バイパス、小田原厚木道路、南北には県道秦野二宮が走り、それぞれの町道と連結し、町民の利便に供されています。

気候は温暖で、新鮮な海の幸山の幸に恵まれ、多様な自然や歴史・文化が町民の身近に存在し、「長寿の里」として発展してきました。

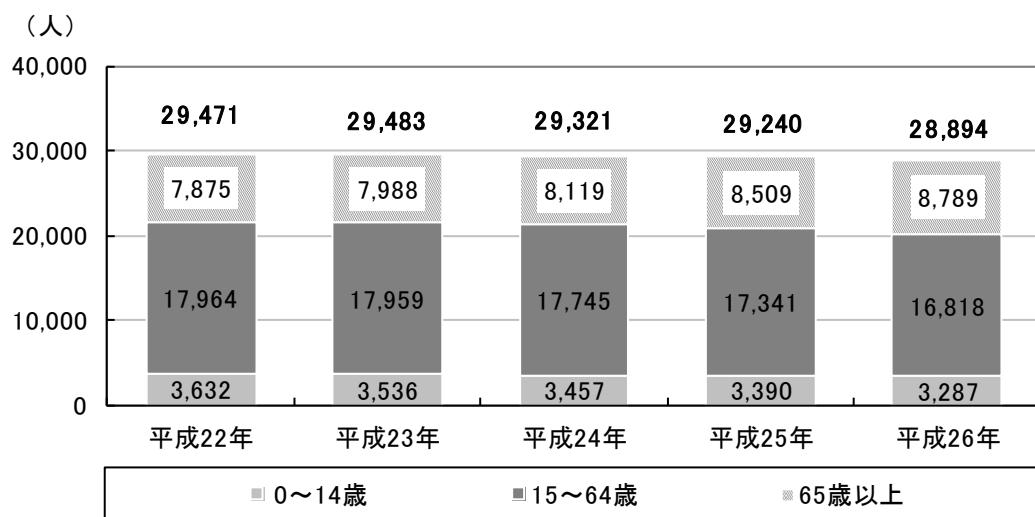
二宮町はスポーツや文化活動、海や緑と触れあうことができる拠点等が JR 二宮駅を中心コンパクトに集まっています。

(2) 人口・世帯の状況

① 年齢3区分別人口

年齢3区分別人口は、平成 22 年から平成 26 年にかけて 577 人減少しており、内訳をみると、0~14 歳が減少している一方で、65 歳以上が増加傾向となっています。

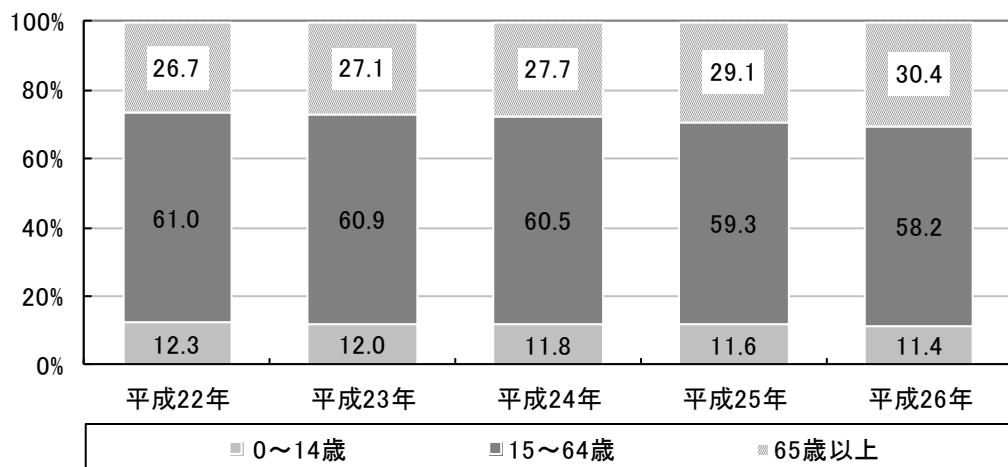
■年齢3区分別人口の推移



資料:二宮町毎月人口統計表(各年1月1日現在)

年齢3区分別人口構成割合は、65歳以上の割合が増加しており、平成26年時点で30.4%と3割を超えています。

■年齢3区分別人口構成割合の推移

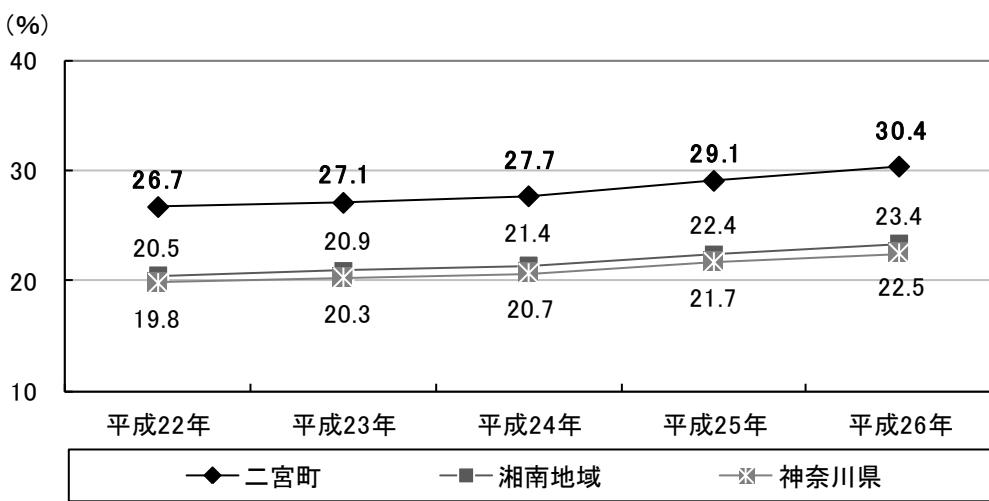


資料:二宮町毎月人口統計表(各年1月1日現在)

② 高齢化率

高齢化率を湘南地域、神奈川県と比較すると、2割前後で推移している湘南地域、神奈川県よりも高い数値で推移しています。

■高齢化率の推移（湘南地域、神奈川県との比較）



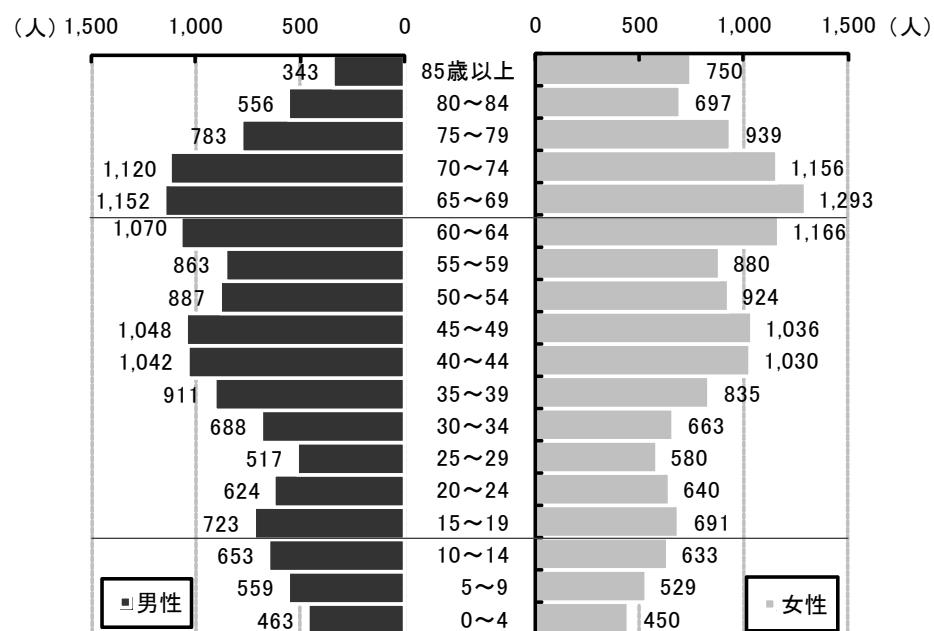
資料:二宮町毎月人口統計表、神奈川県年齢別人口統計調査(各年1月1日現在)

※湘南地域:平塚市、藤沢市、茅ヶ崎市、秦野市、伊勢原市、寒川町、大磯町、二宮町

③ 人口ピラミッド

人口ピラミッドは、男女ともに特に 60~74 歳が多くみられるほか、次いで 40~49 歳も多くなっています。

■ 人口ピラミッド

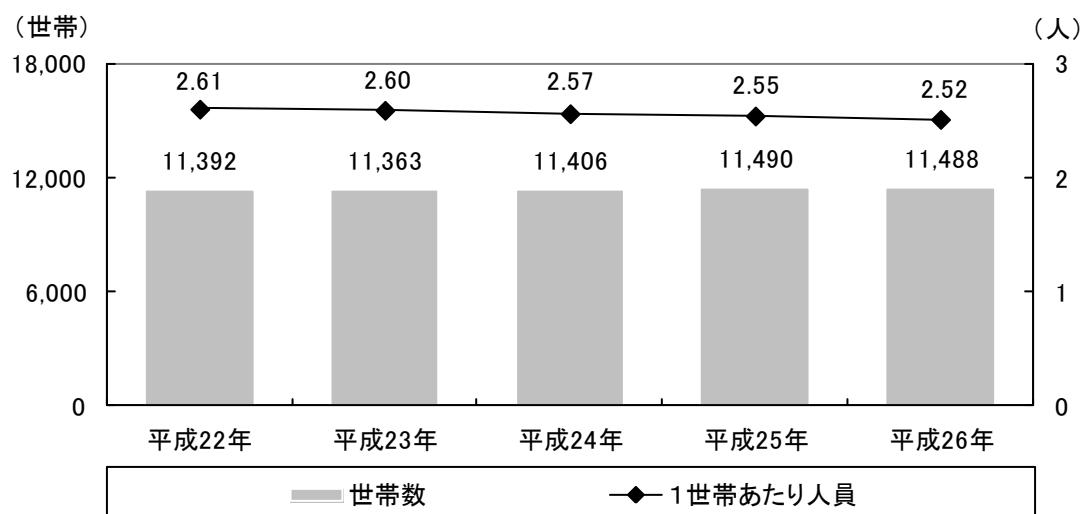


資料:二宮町毎月人口統計表(平成 26 年1月1日現在)

④ 世帯数と1世帯あたり人員

世帯数と1世帯あたり人員は、平成 22 年から平成 26 年にかけてともに横ばいで推移しており、1世帯あたり人員は平成 26 年時点では 2.52 人となっています。

■ 世帯数と1世帯あたり人員



資料:神奈川県人口統計調査(各年1月1日現在)

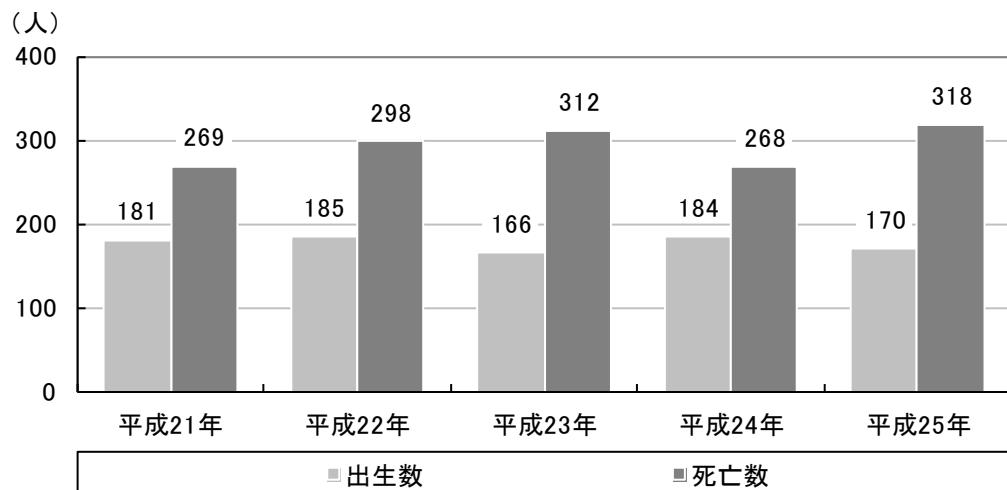
2. 健康・食育に関する現状

(1) 出生・死亡の状況

① 出生数と死亡数

出生数と死亡数は、それぞれ年によって増減がみられるものの、出生数よりも死亡数が高い数値で推移しています。

■出生数と死亡数の推移

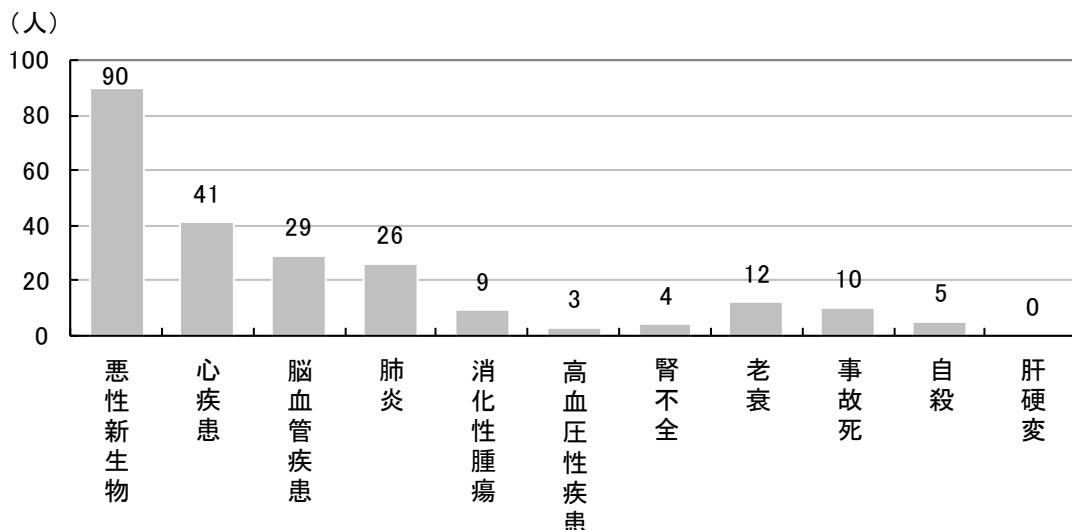


資料:神奈川県人口統計調査(各年1月1日現在)

② 主要死因別死者数

主要死因別死者数は、「悪性新生物」が最も多く、次いで「心疾患」、「脳血管疾患」となっており、三大生活習慣病が全体の7割近くを占めています。

■主要死因別死者数



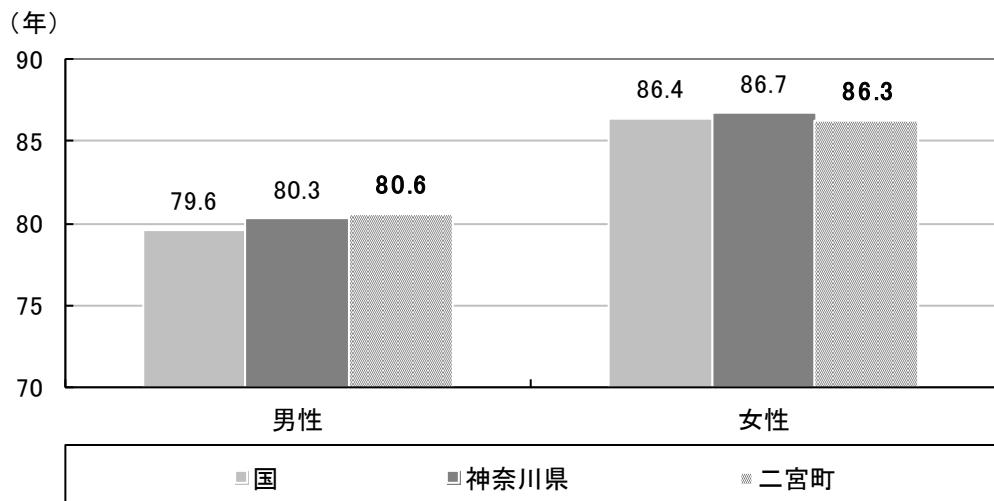
資料:神奈川県衛生統計年報(平成 23 年)

(2) 平均寿命と健康寿命

① 平均寿命

平均寿命を神奈川県、国と比較すると、二宮町は神奈川県、国と同様に男性よりも女性の平均寿命が長くなっています。また、男性の平均寿命は神奈川県、国よりも長くなっています。

■平均寿命（神奈川県・国との比較）

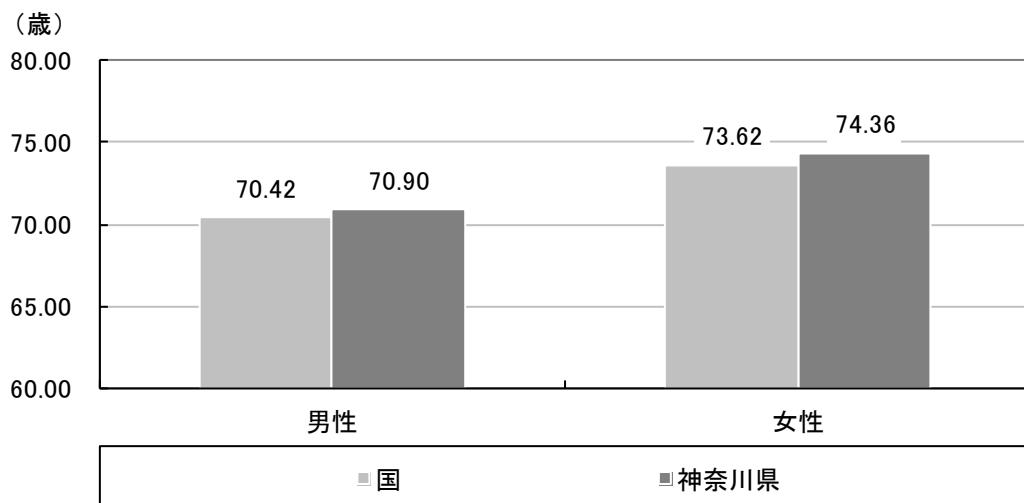


資料:市区町村別平均寿命(平成 22 年)

② 健康寿命 [参考]

健康寿命は、男女ともに国よりも神奈川県の年齢が高くなっています。

■健康寿命（神奈川県・国）



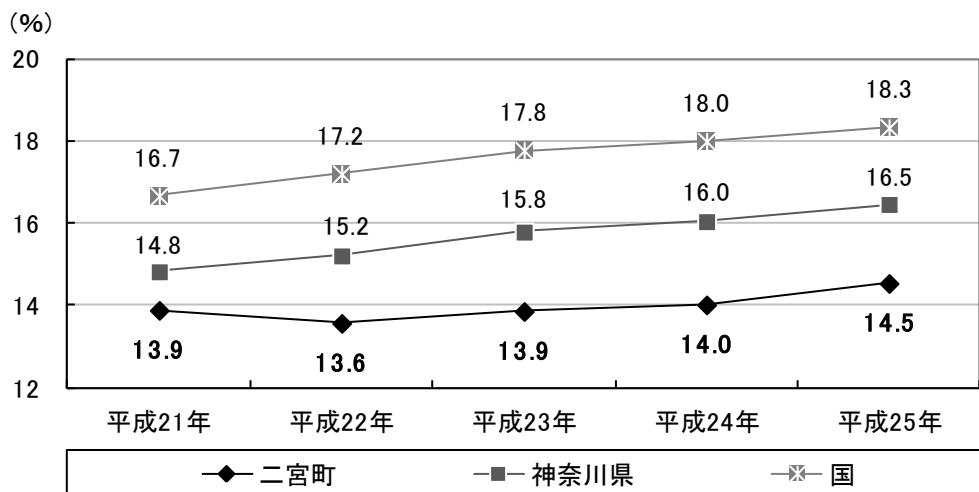
資料:健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究(平成 22 年)

(3) 要支援・要介護認定の状況

要支援・要介護認定率を神奈川県、国と比較すると、二宮町は神奈川県、国よりも低い数値で推移しているものの、平成22年以降割合は増加傾向となっています。

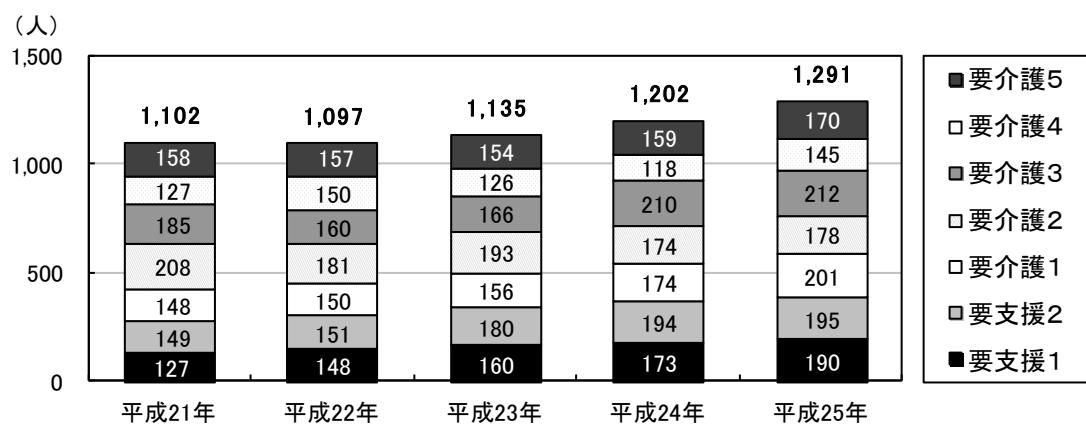
要支援・要介護認定者数は、平成22年以降増加しており、平成21年から平成25年にかけて特に要支援1では1.5倍に増えています。

■要支援・要介護認定率の推移（神奈川県・国との比較）



資料：介護保険事業状況報告（各年10月報告分）

■要支援・要介護認定者数の内訳



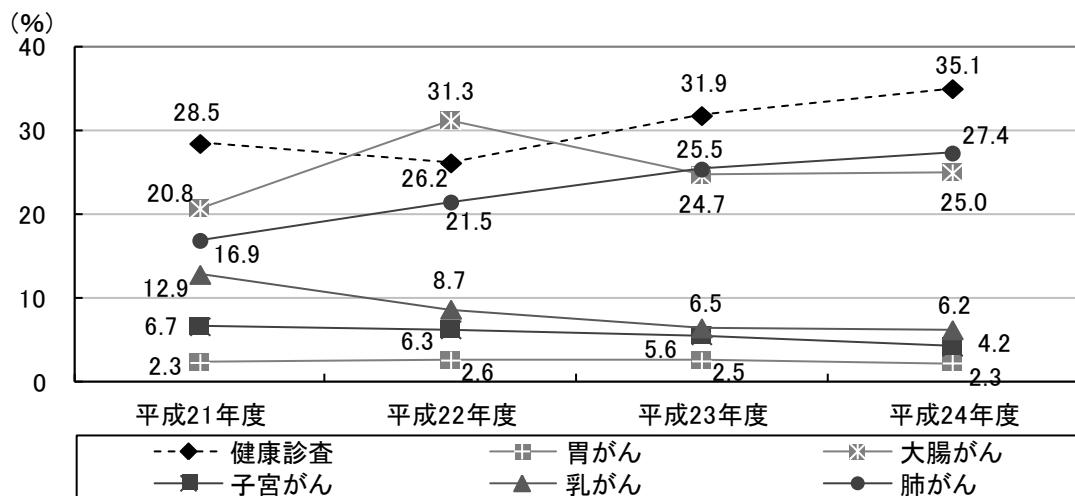
資料：介護保険事業状況報告（各年10月報告分）

(4) 健康診査等の受診状況

① 健康診査等の受診率

健康診査の受診率は、平成22年度以降増加しており、平成24年度では35.1%となっています。また、肺がん検診は増加傾向がみられるものの、乳がん検診は減少しています。

■健康診査等の受診率の推移



資料:二宮町統計書

② 乳幼児健康診査等の受診率

乳幼児健康診査の受診率は、年度によって増減がみられるものの、概ね90%前後で推移しています。

■乳幼児健康診査等の受診率の推移

単位:%	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
4か月児	96.7	92.4	96.4	97.7	97.1
8～10か月児	94.3	89.4	97.6	91.5	100.0
1歳6か月児	95.3	100.0	97.2	99.5	88.3
3歳児	94.7	94.7	96.0	94.3	92.7
2歳児歯科	90.8	91.6	93.2	88.7	97.6

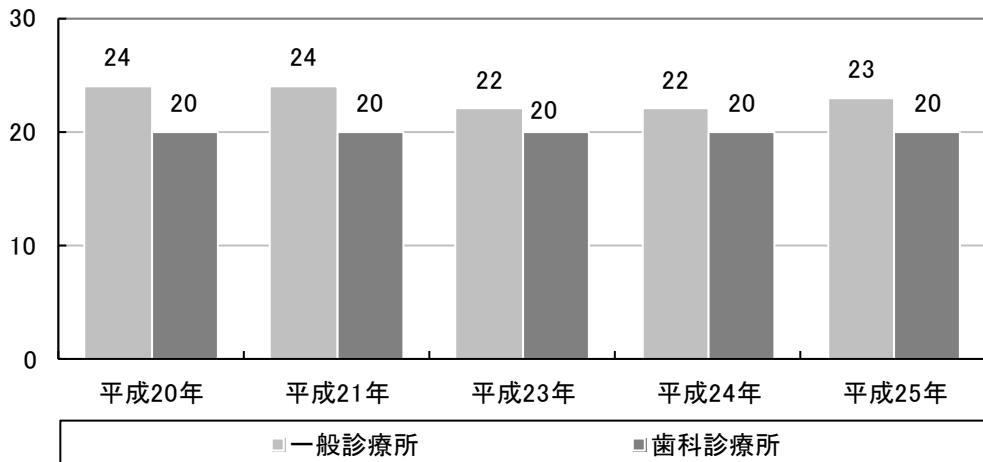
資料:二宮町統計書

(5) 医療機関の状況

診療所数は、一般診療所では平成 25 年時点で 23 か所、歯科診療所は平成 20 年から平成 25 年にかけて横ばいの推移となっており、20 か所となっています。なお、病院はありません。

■ 診療所数の推移

(か所)



資料: 神奈川県平塚保健福祉事務所(各年 3 月 31 日現在)

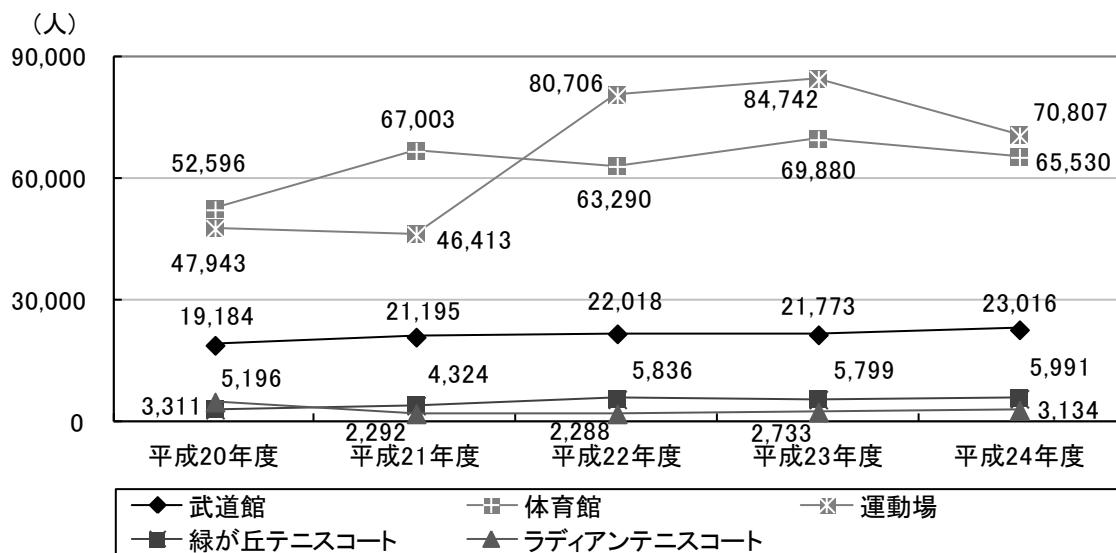
※平成 22 年は統計なし

(6) 町内施設の利用状況

① 各種施設の利用人数

各種施設の利用人数は、運動場では平成 21 年度から平成 22 年度にかけて大きく増加がみられたものの、平成 23 年度から平成 24 年度では減少に転じています。

■各種施設の利用人数の推移

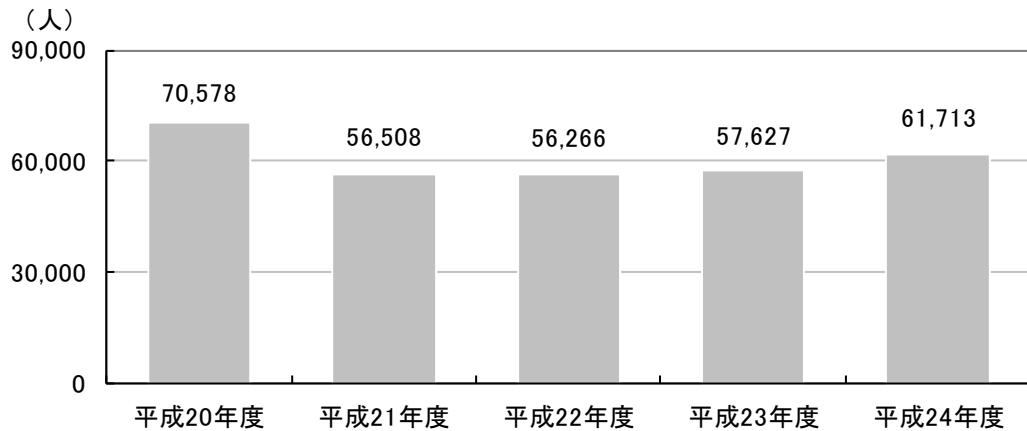


資料:二宮町統計書

② 町民温水プールの利用人数

町民温水プールの利用人数は、平成 20 年度から平成 21 年度にかけて減少がみられたものの、平成 22 年度以降緩やかな増加傾向となっています。

■町民温水プールの利用人数の推移



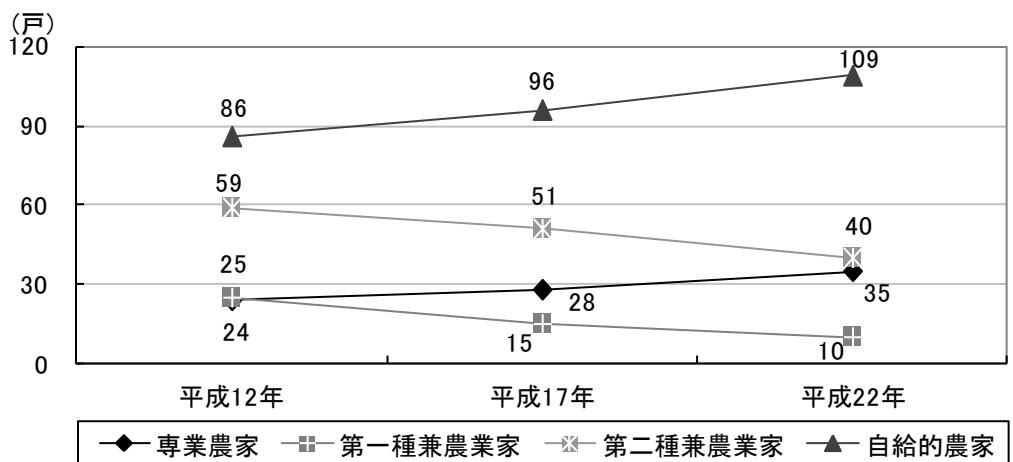
資料:二宮町統計書

(7) 農業の状況

① 専兼業別農家数

農家数は、専業農家と自給的農家^{※6}は増加傾向となっている一方、第一種兼農業家と第二種兼農業家^{※7}ではやや減少がみられます。

■専兼業別農家数の推移

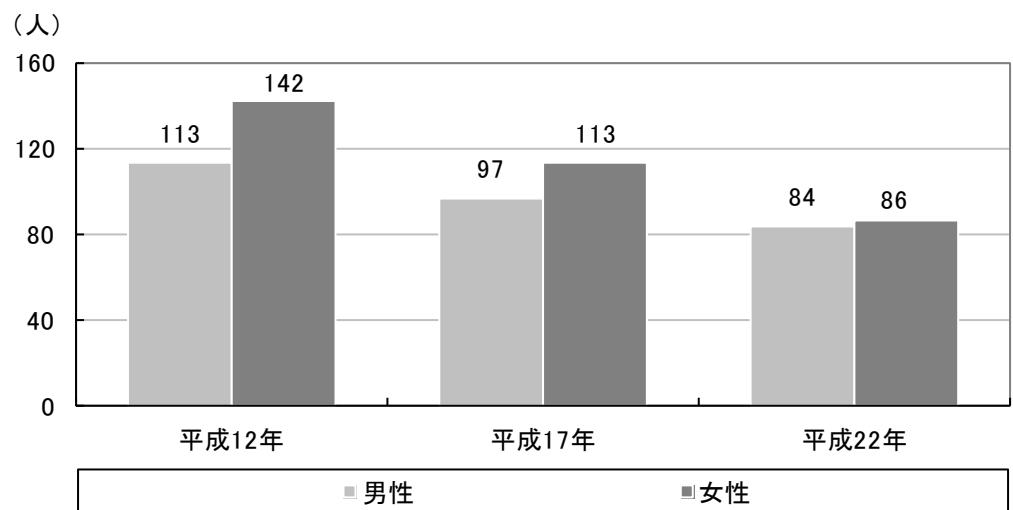


資料：農林業センサス(各年2月1日現在)

② 農業就業人口

農業就業人口は、男女ともに減少傾向となっており、全体でみると平成 12 年から平成 22 年にかけて 85 人減少しています。

■農業就業人口の推移



資料：農林業センサス(各年2月1日現在)

※6 経営耕地面積が 30a 未満かつ農産物販売金額が 50 万円未満の農家のこと。

※7 第一種は農業所得を主とし、第二種は農業以外の所得を主とする兼業農家のこと。

3. アンケート調査結果

(1) 調査の概要

本計画の策定資料として、町民の食生活の状況をはじめ、健康観等を把握することを目的としてアンケート調査を実施しました。その調査結果を一部抜粋して掲載しています。

	健康づくりについてのアンケート	生活についてのアンケート	食生活アンケート
調査対象者	町内在住の町民	①町内在住の小学校5年生、 ②中学校2年生	町内在住の3歳児のお子さんがいる世帯
調査期間	平成25年4月		
調査方法	直接配布・回収	学校を通した直接配布・回収	健診通知時に同封、 健診時回収
有効配布数	1,329件	① 267件 ② 258件	192件
有効回収数	1,078件	① 257件 ② 254件	173件
有効回収率	81.1%	① 96.3% ② 98.4%	90.1%

※図表中の「n (number of case)」は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を表しています。

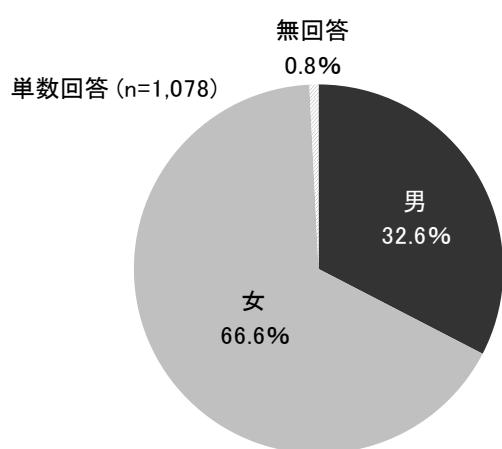
※回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答であっても合計値が100.0%にならない場合があります。

(2) 健康づくりについてのアンケート

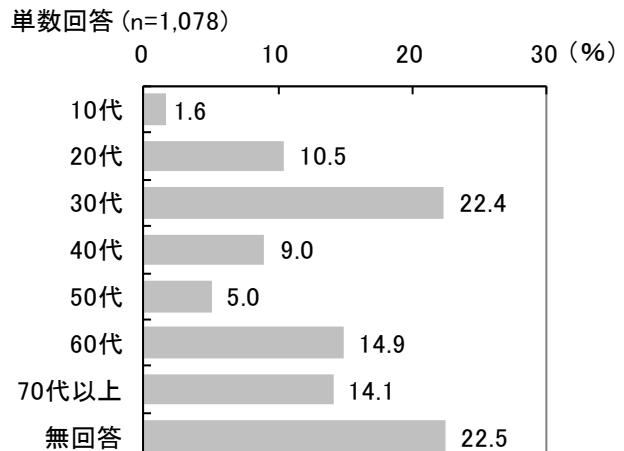
① 回答者について

性別は、「女」が6割を超え、男女比はほぼ2：1となっています。

■性別



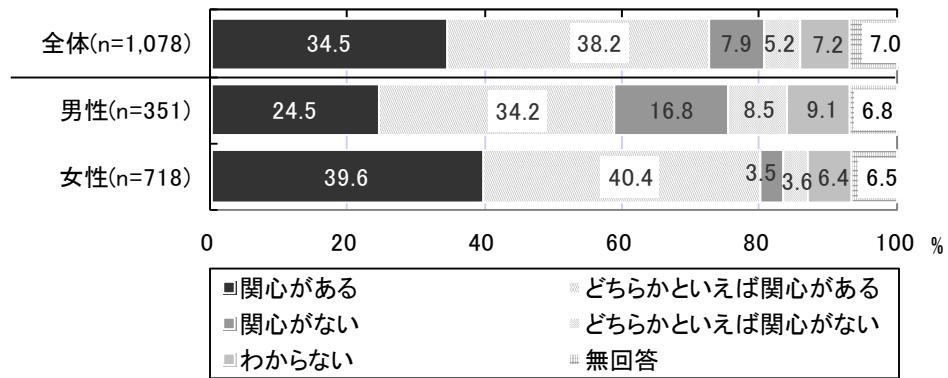
■年齢



② 食育について

食育に関心があるかは、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある』は女性では8割となっていますが、男性では6割弱程度となっています。

■食育に関心があるか

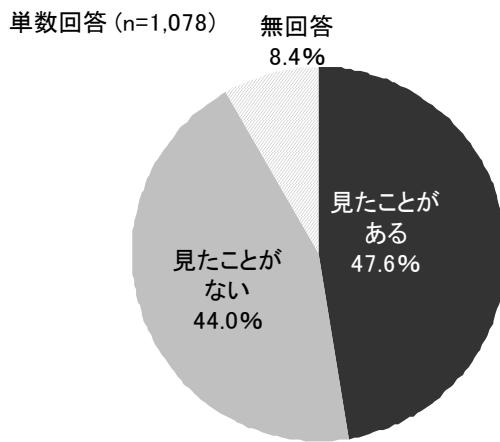


※性別、年齢が無回答の方がいるため、それぞれを足しても「全体(n=1,078)」とは合いません。
このことは、これ以降すべてのクロス集計のグラフにあてはまります。

③ 食事バランスガイド^{※8}について

食事バランスガイドを見たことがあるかは、「見たことがある」が5割弱にとどまっています。

■食事バランスガイドを見たことがあるか

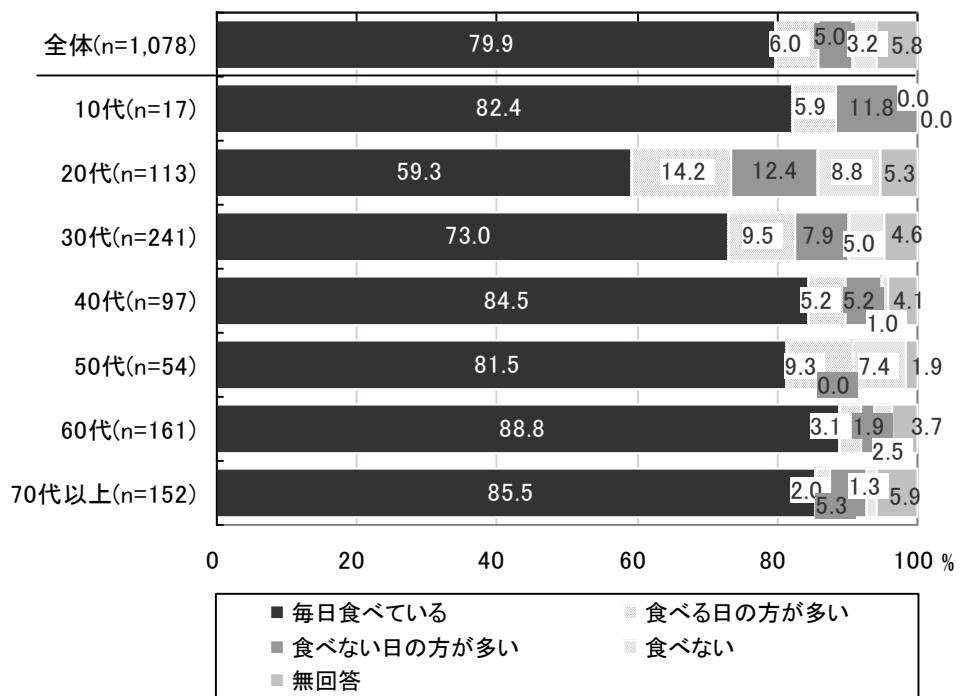


※8 平成17年に厚生労働省が作成したもので、1日に「何を」「どれだけ」食べたら良いかをコマのイラストで示したもの。（p.50 参照）

④ 朝食について

朝食を食べているかは、「毎日食べている」は20代で6割程度となっています。また、10代と20代で「食べない日の方が多い」が1割を超えていました。

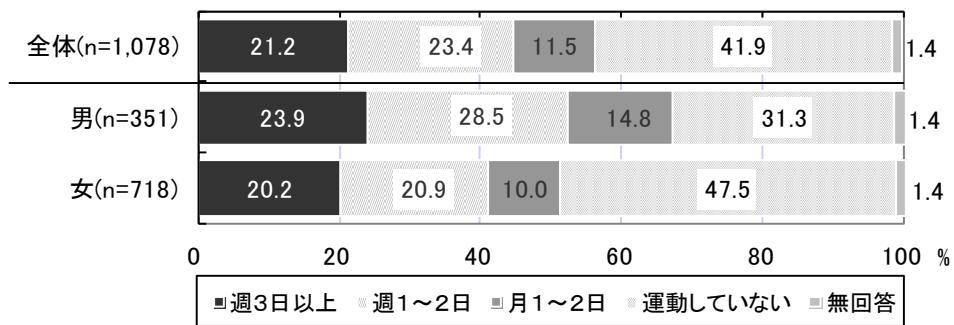
■朝食を食べているか



⑤ 運動について

運動の頻度は、「運動していない」が女性で5割弱、男性では約3割となっています。

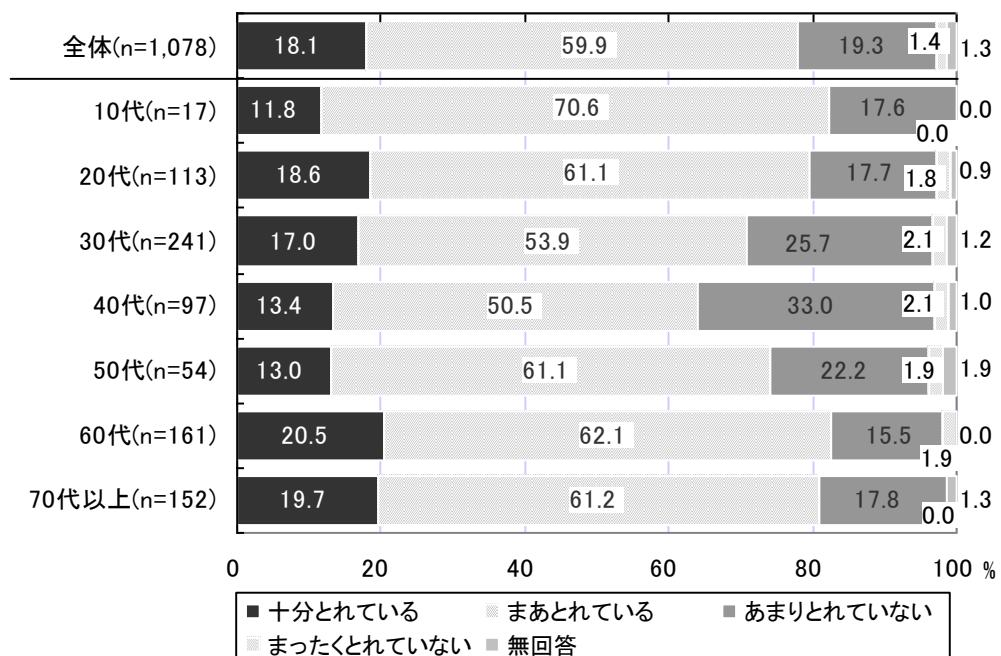
■運動をどれくらいしているか



⑥ 睡眠について

睡眠で休養がとれているかは、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」を合わせた『とれていない』は40代で3割半ば、30代と50代においても2割を超えています。

■睡眠で休養がとれているか

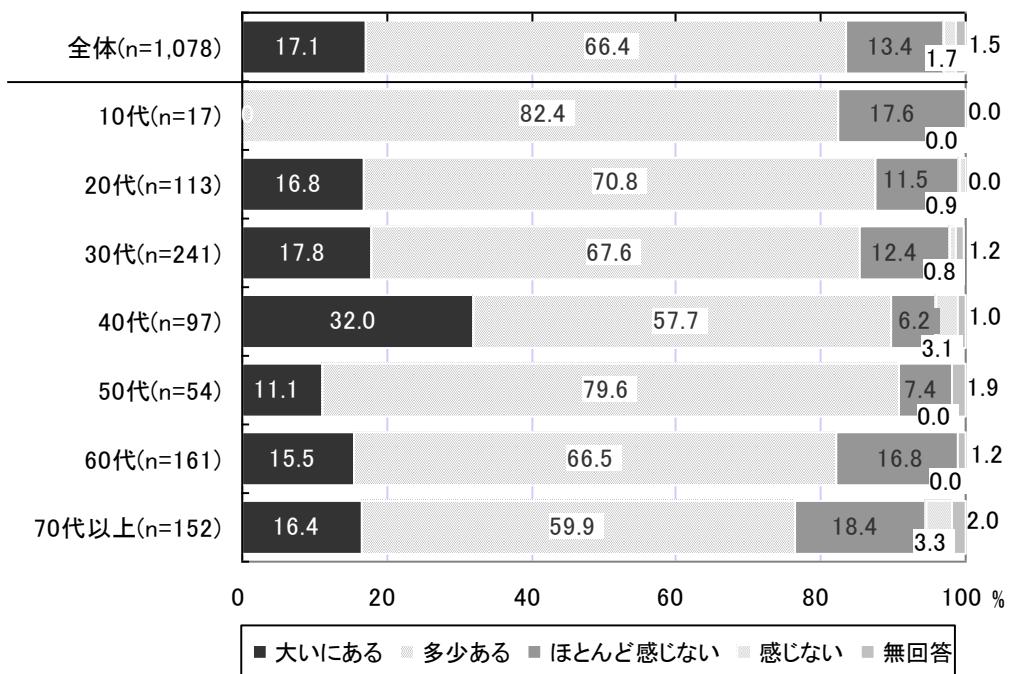


⑦ ストレスについて

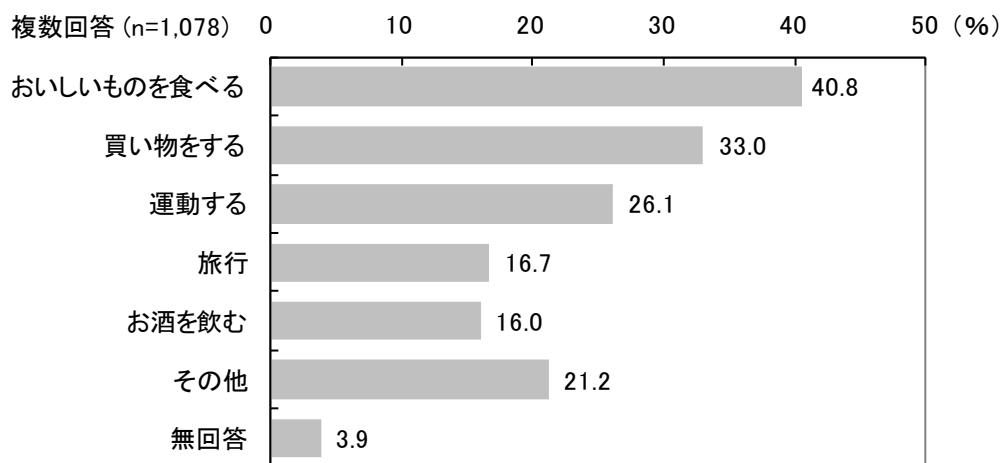
ストレスを感じことがあるかは、「大いにある」は40代で3割を超えており、70代以上では「ほとんど感じない」が2割近くみられます。

ストレスの発散方法は、「おいしいものを食べる」が4割で最も高く、次いで「買い物をする」、「運動する」となっています。

■ストレスを感じることはあるか



■ストレスの発散方法

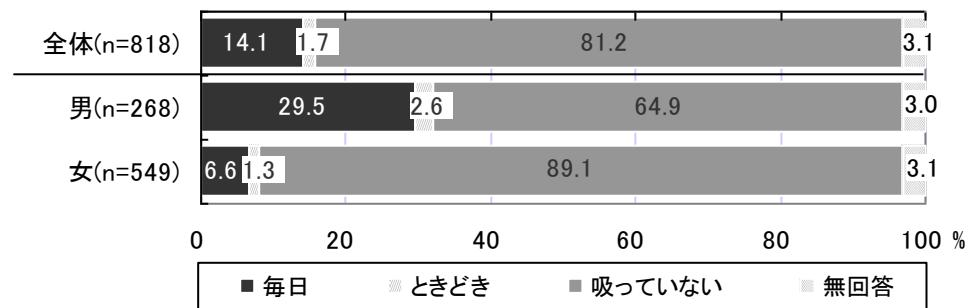


⑧ タバコについて

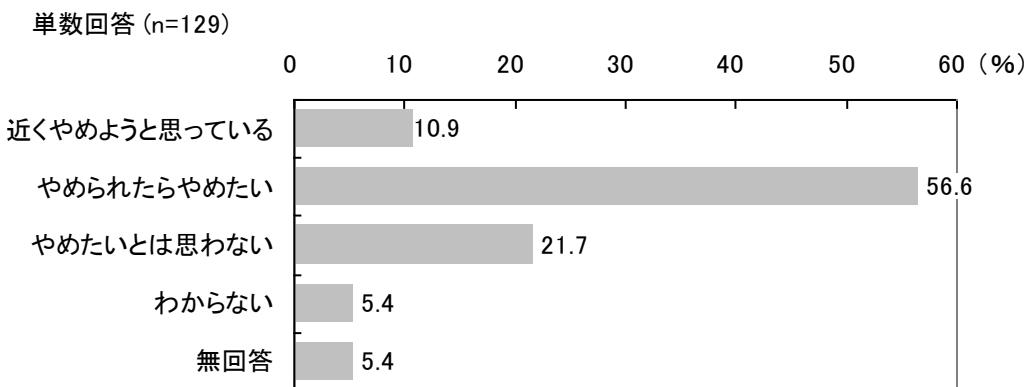
タバコを吸っているかは、男性が「毎日」で約3割となっている一方、女性では「吸っていない」が約9割となっています。

禁煙に関心があるかは、「やめられたらやめたい」が5割半ばで最も高く、次いで「やめたいとは思わない」、「近くやめようと思っている」となっています。

■タバコを吸っているか



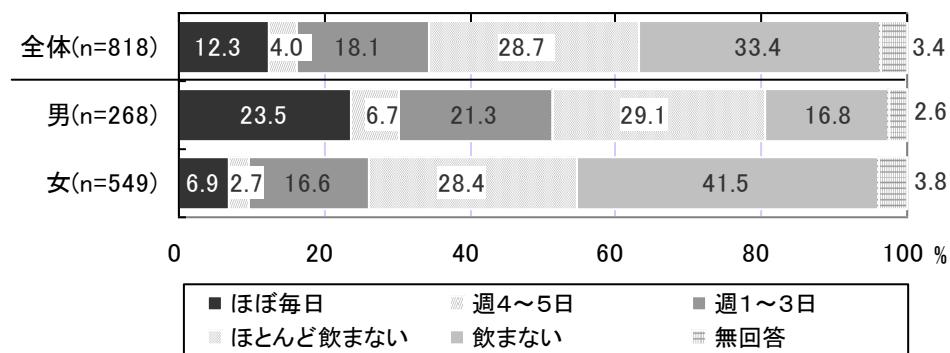
■禁煙に関心があるか



⑨ アルコールについて

飲酒の頻度は、男性が「ほぼ毎日」で2割を超える一方、女性では「飲まない」が4割を超えています。

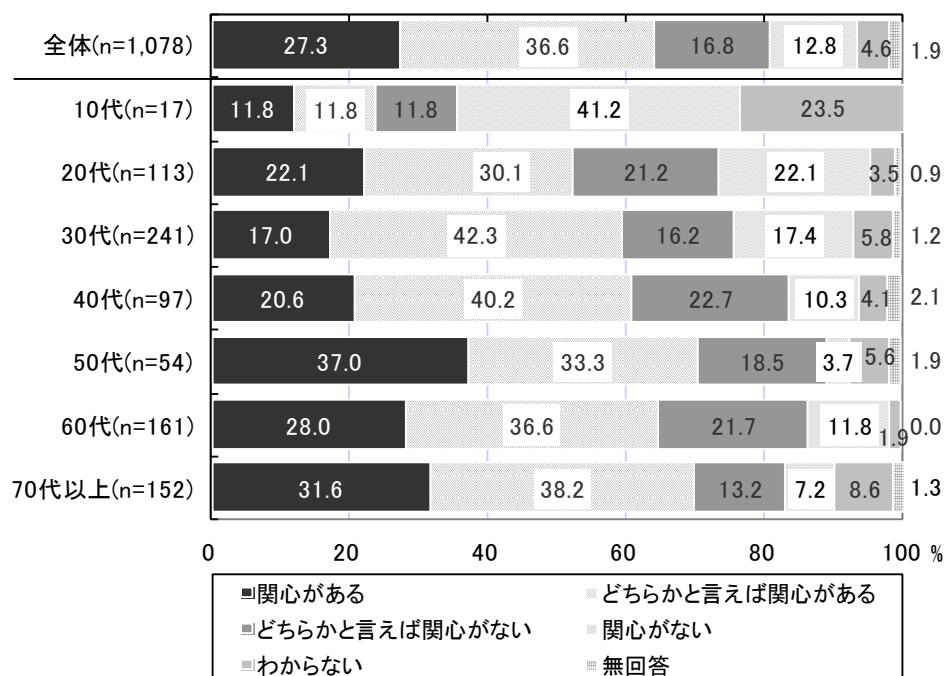
■飲酒の頻度



⑩ メタボリックシンドロームについて

メタボリックシンドロームについて関心があるかは、「関心がある」と「どちらかと言えば関心がある」を合わせた『関心がある』は50代と70代以上では7割程度であり、10代では2割程度となっています。

■メタボリックシンドロームについて関心があるか

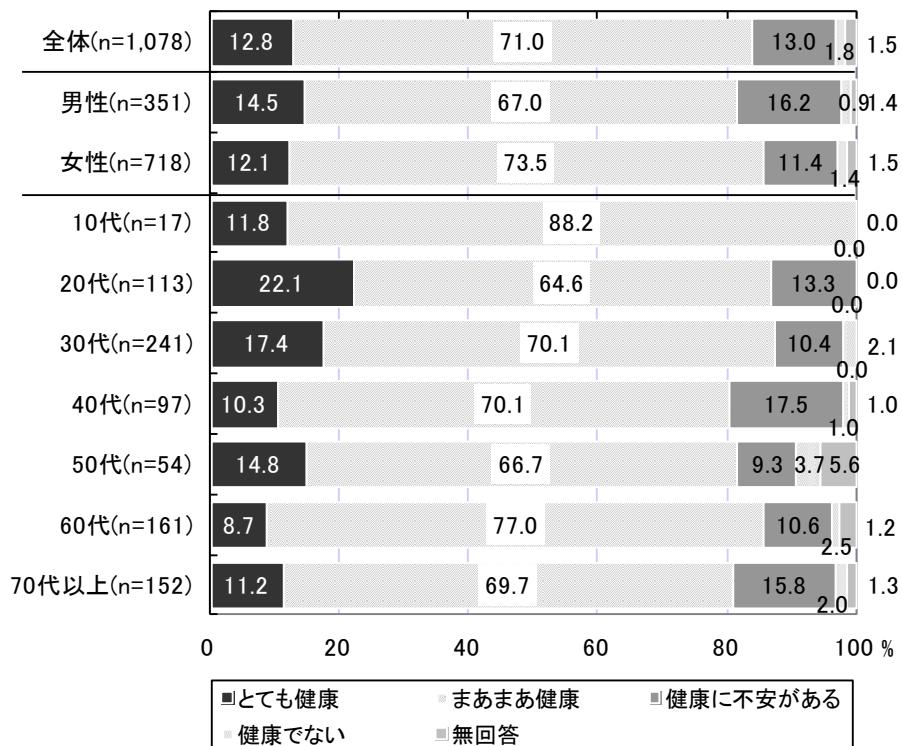


⑪ 健康について

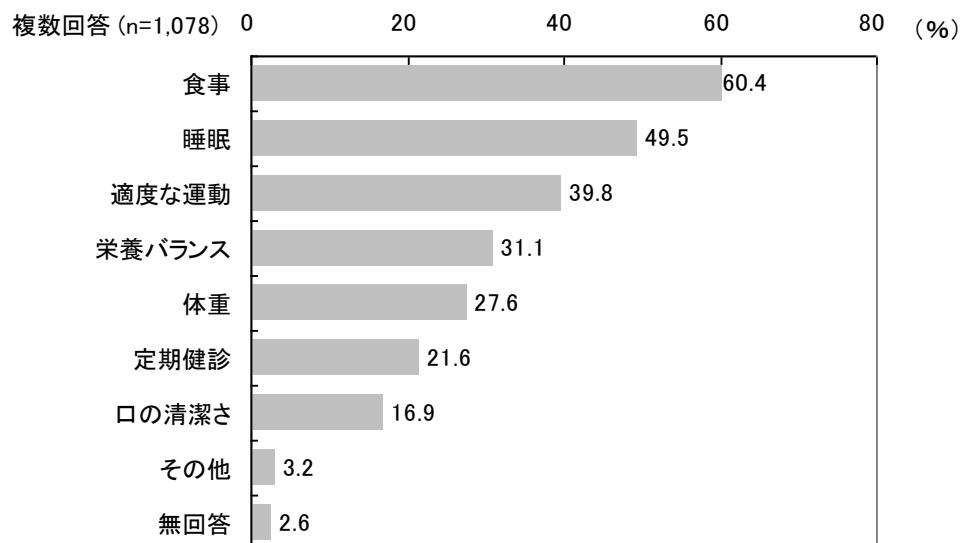
自分の健康状態についてどのように感じているかは、「とても健康」と「まあまあ健康」を合わせた『健康』は男性よりも女性がやや高く、10代では100%となっています。

健康について気をつけていることは、「食事」が6割で最も高く、次いで「睡眠」、「適度な運動」となっています。

■自分の健康状態についてどのように感じているか



■健康について気をつけていること

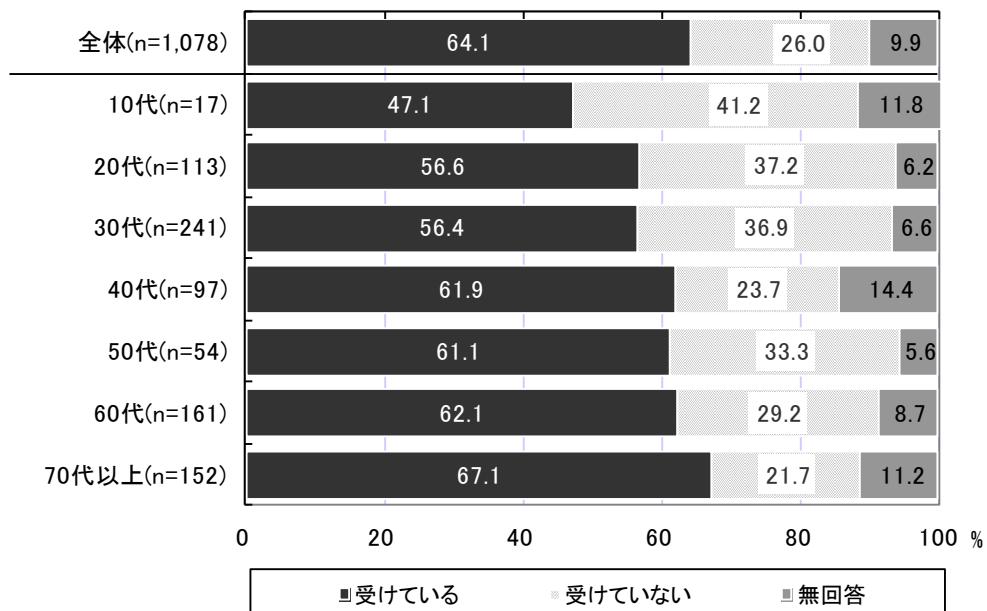


⑫ 健診等の受診について

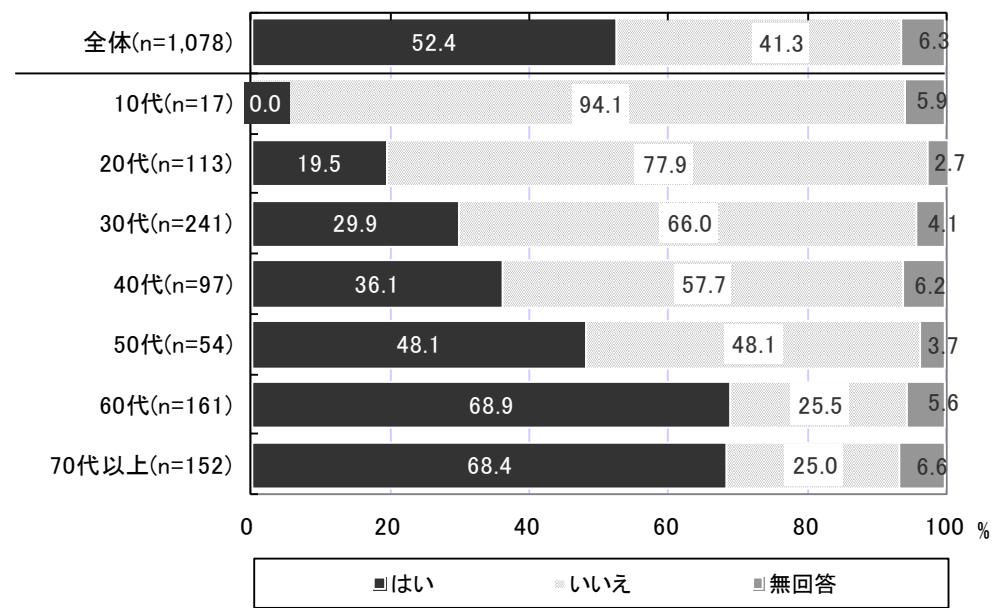
定期的な健康診断を受けているかは、年代が上がるとともに「受けている」割合は増加し、10代では5割弱、20~30代では5割以上、40代以上で6割以上となっています。

がん検診を受けたことがあるかは、60代以上では7割近くとなっている一方、20代で2割程度となっています。

■定期的な健康診断を受けているか



■がん検診を受けたことがあるか

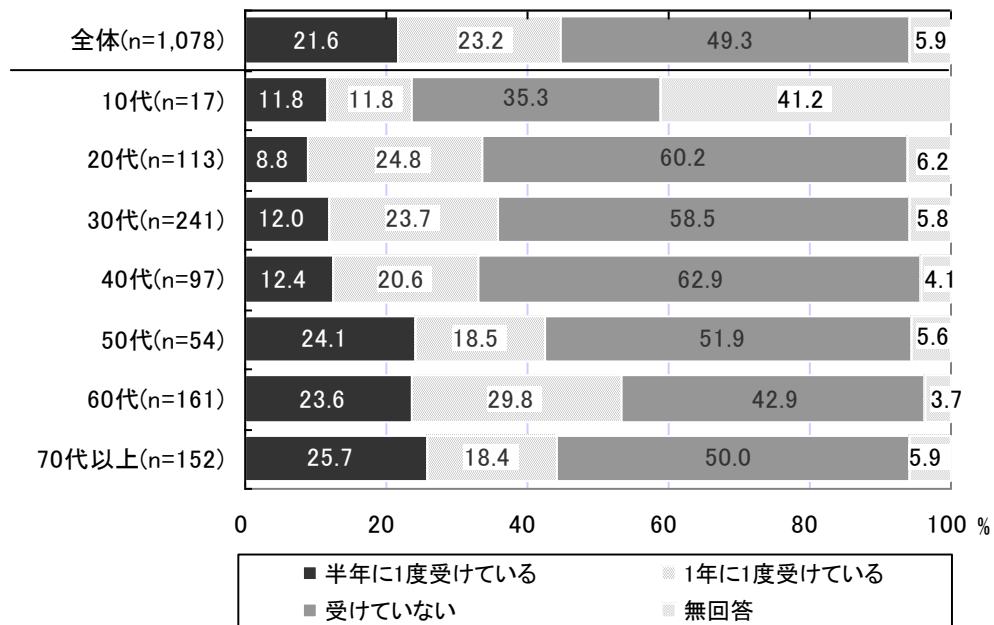


⑬ 歯について

定期的に歯の健診を受けているかは、「半年に1度受けている」は50代以上で2割を超えており、一方、20代、30代、40代では6割が「受けていない」となっています。

歯の本数は、70代以上で「半数くらいある（10～19本）」が1割を超えています。また、「ほとんどない（1～9本）」と「全くない（0本）」がわずかにみられます。

■定期的な歯の健診を受けているか



■歯の本数【60歳以上の方のみ】

単位:%	(全部 本 ある 上)	(ほと ん ど あ る 本)	(半 数 く ら い あ る 本)	(ほと ん ど な い 本)	全 く な い (0 本)
全体(n=313)	2.6	9.3	9.3	2.6	1.9
60代(n=161)	1.9	8.7	6.8	1.2	-
70代以上(n=152)	3.3	9.9	11.8	3.9	3.9

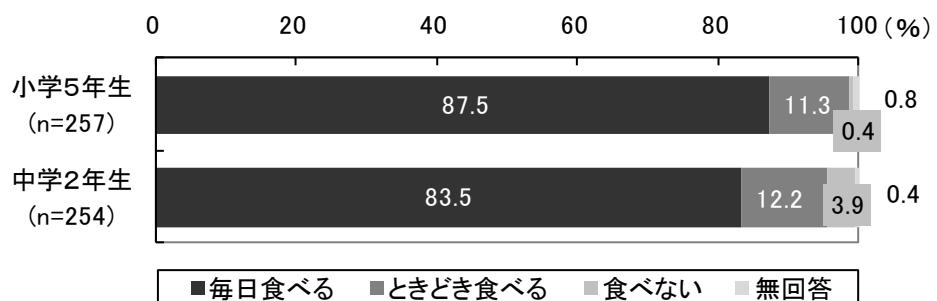
※無回答を除いています

(3) 生活についてのアンケート [小学5年生、中学2年生]

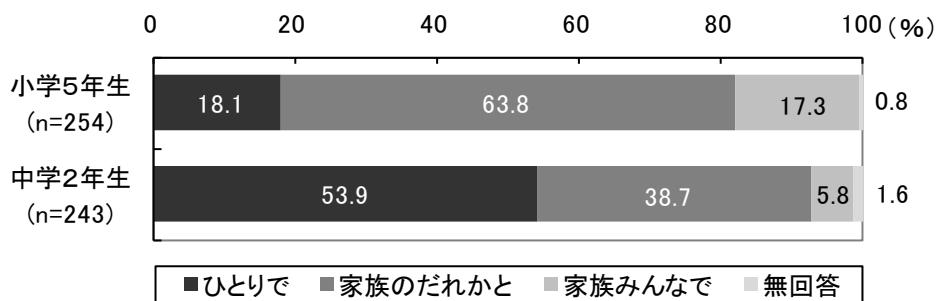
① 朝食について

朝食を食べているかは、小学生と中学生ともに「毎日食べる」が8割を超えていますが、「食べない」もわずかにみられます。また、朝食を誰と食べているかは、「ひとりで」は小学生で2割近く、中学生では5割を超えています。

■朝食を食べているか



■朝食を誰と食べているか【平日】



② 食への関心

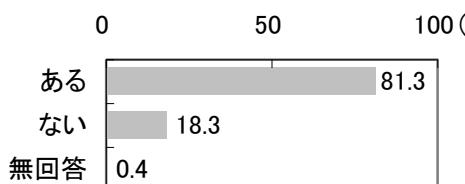
小学生で料理をつくったり、野菜を育てることへの関心が「ある」は8割以上、中学生では食べることへの関心は、「ある」が5割を超えています。また、中学生の関心があるものは「調理」で5割を超えています。

■食に関することへの興味

【小学5年生】

料理を作ったり、野菜を育てたりすること

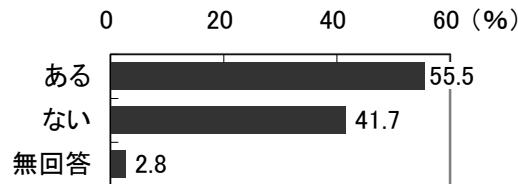
単数回答 (n=254)



【中学2年生】

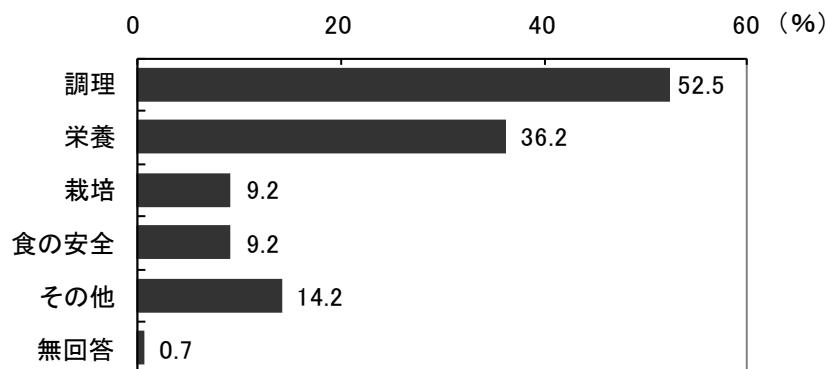
食べること

単数回答 (n=243)



■興味があること（中学生）

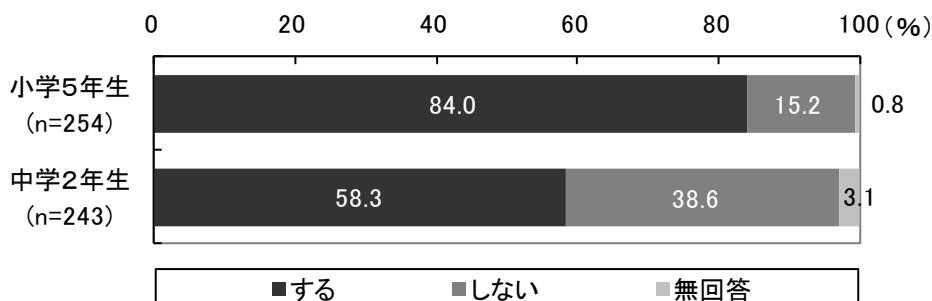
単数回答 (n=243)



③ 手伝いについて

食事の手伝いをするかは、小学生で「する」は8割以上、中学生では6割以下です。

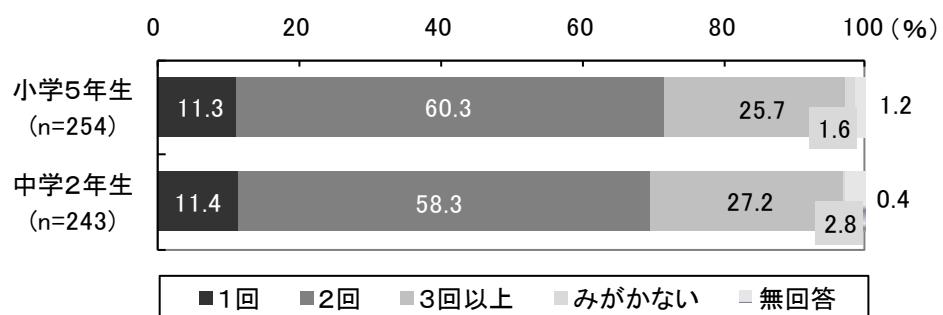
■食事の手伝いをするか



④ 歯みがきについて

1日に歯をみがく回数は、小学生と中学生ともに「2回」が最も高く、「みがかない」もわずかにみられます。

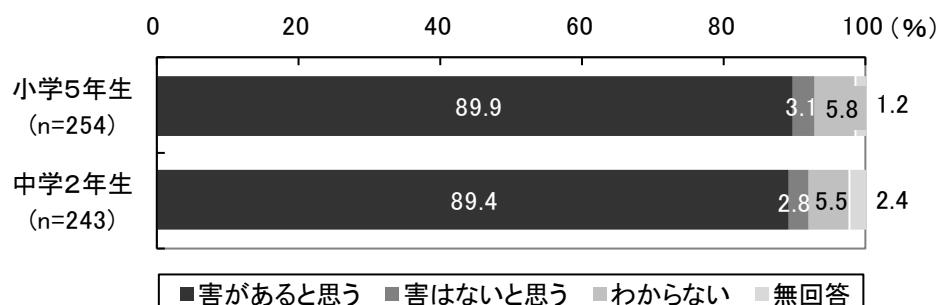
■1日何回歯をみがいているか



⑤ たばこの害について

たばこを吸うと害があると思うかは、小学生と中学生ともに「害があると思う」が最も高く約9割を占めていますが、「害はないと思う」もわずかにみられます。

■たばこを吸うと害があると思うか

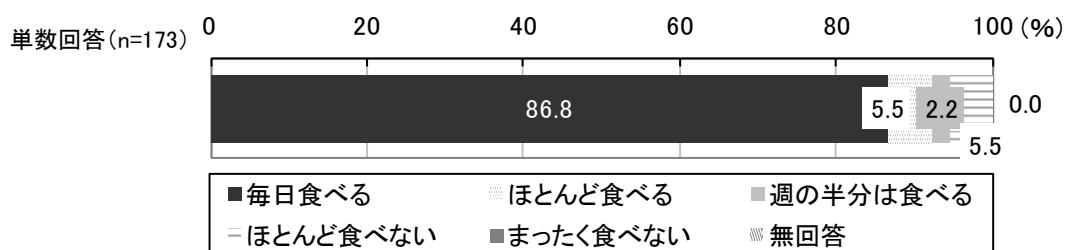


(4) 食生活アンケート〔3歳児〕

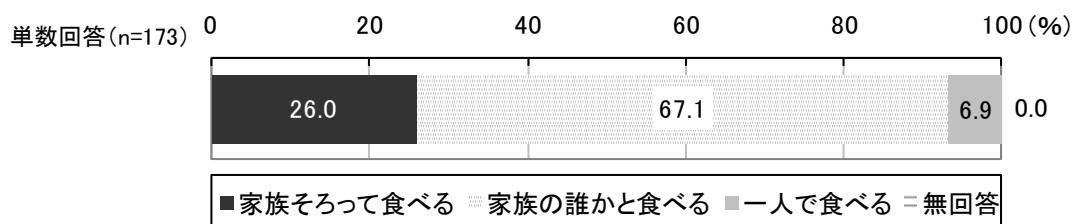
① 朝食状況について

朝食を食べているかは、「毎日食べる」が8割半ばとなっていますが、「ほとんど食べる」と「ほとんど食べない」もみられます。また、朝食を誰と食べているかは、「家族そろって食べる」と「家族の誰かと食べる」が9割を占めています。

■朝食を食べているか



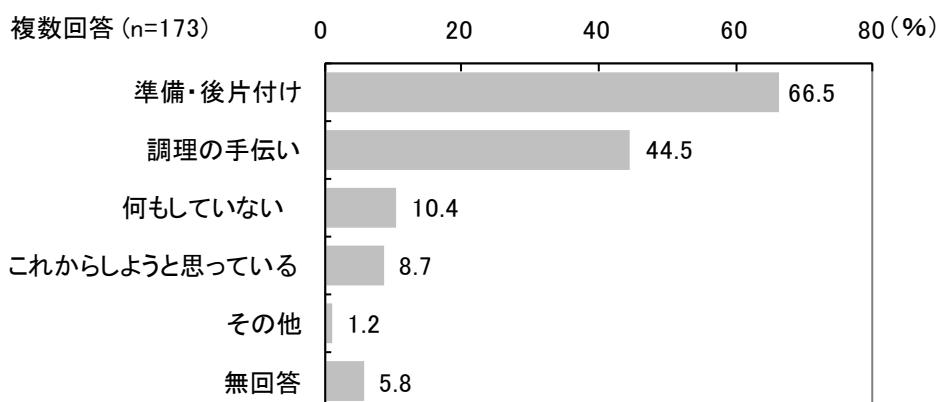
■朝食を誰と食べているか



② 手伝いについて

お子さんに食事の手伝いをさせているかは、「準備・後片付け」が6割半ばで最も高く、次いで「調理の手伝い」が4割以上、「何もしていない」は1割を超えています。

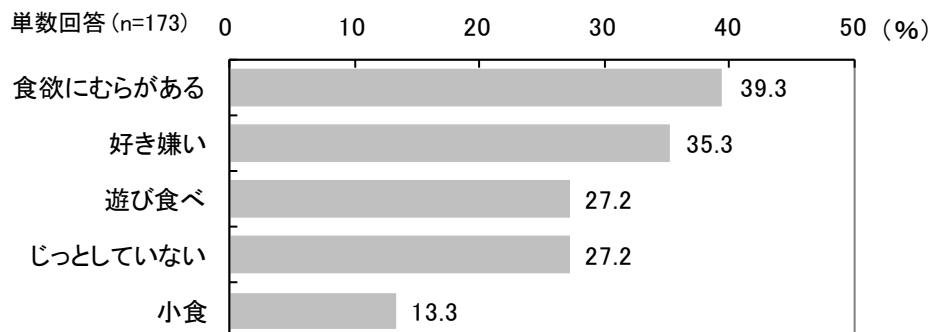
■お子さんに食事の手伝いをさせているもの



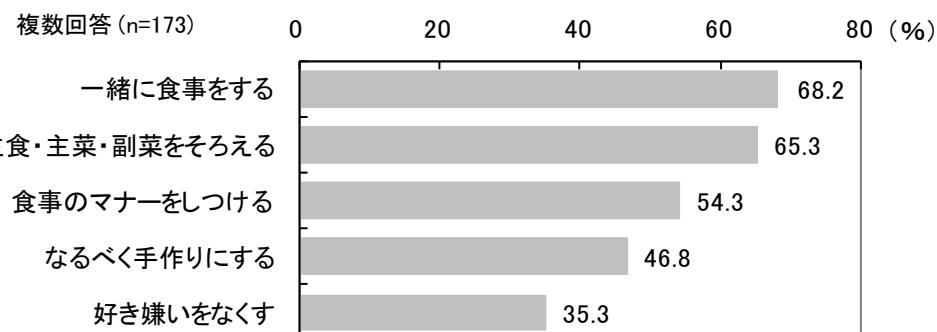
③ 食事内容について

お子さんの最近の食事で気になることは、「食欲にむらがある」が約4割で最も高く、次いで「好き嫌い」が3割半ばとなっています。また、食事で気をつけていることは、「一緒に食事をする」が7割近くで最も高く、次いで「主食・主菜・副菜をそろえる」が6割半となっています。

■最近の食事で気のこと (上位5つ)



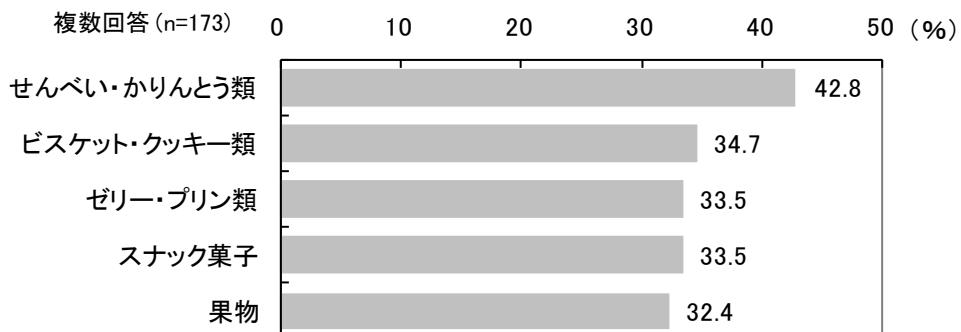
■食事で気をつけてのこと (上位5つ)



④ おやつについて

食べているおやつについては、「せんべい・かりんとう類」が4割を超えて最も高くなっています。

■おやつで食べているもの (上位5つ)



第3章 計画の基本理念と基本目標

1. 基本理念

二宮町の豊かな自然環境の中で心身ともに健やかな生活を送り、町民一人ひとりの健康づくりの取り組みがまち全体へと広がり、二宮町で掲げる「健康長寿の里」が実現できるよう、「豊かな自然で育む健康な心とからだ～みんなでつくる健康長寿の里 二宮～」を基本理念として掲げ、町と町民が一体となって本計画を進めていきます。

豊かな自然で育む健康な心とからだ
～みんなでつくる健康長寿の里 二宮～

2. 重点項目

本計画では、以下の2つの重点項目を掲げ、総合的な計画の推進に努めます。

1 生涯を通じた健康づくりによる健康寿命の延伸

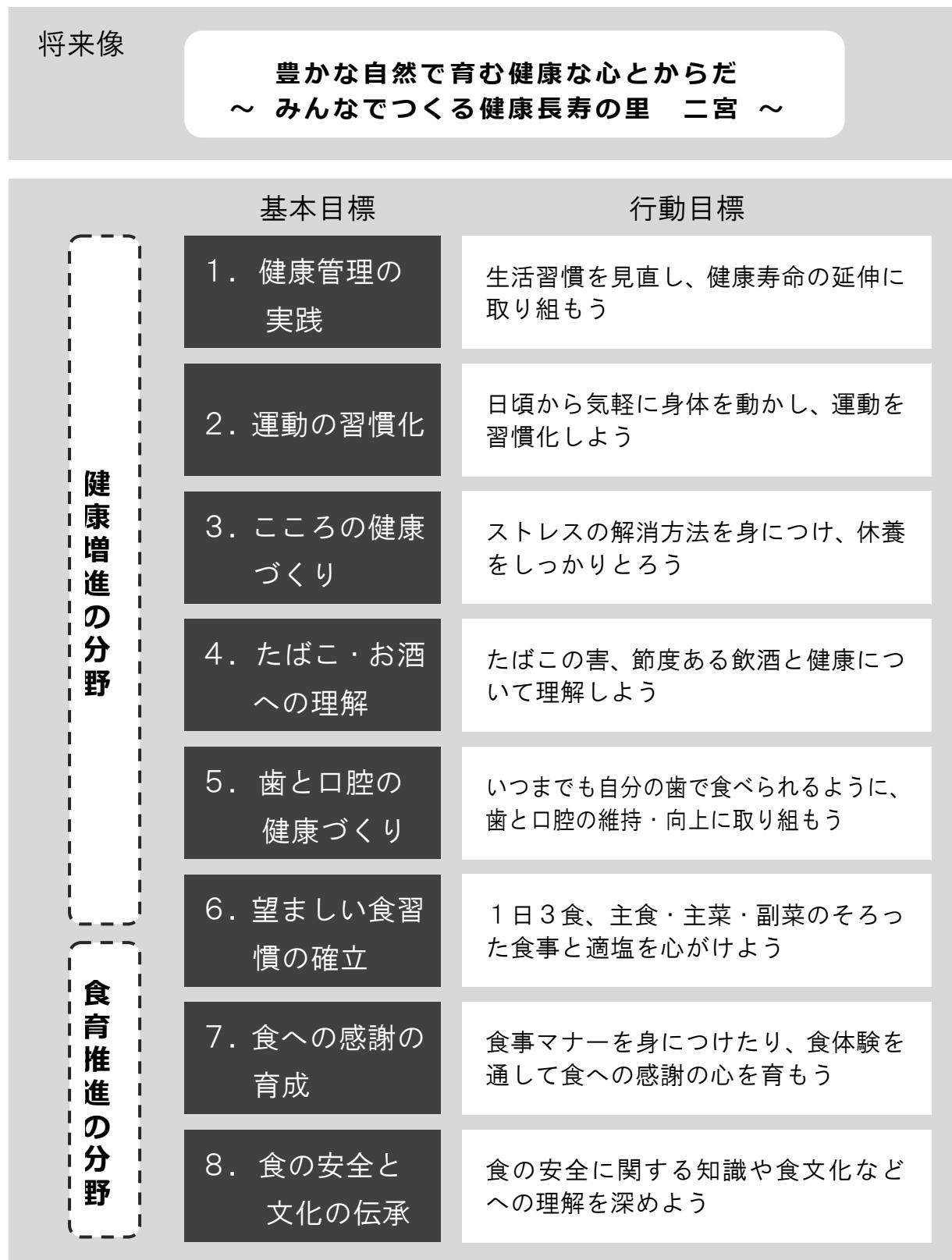
二宮町の健康・食育を推進し、町民一人ひとりが心身ともに健やかな生活を送ることで、健康寿命の延伸を目指します。そのため、若い世代から高齢者まで健全な生活習慣を学び、定着させることができるように、健康づくりに取り組む環境を整備します。

2 地域資源や町民の力を活かした健康づくりの推進

町民一人ひとりが継続的に健康づくりに取り組むためには、個人への意識啓発はもちろん、人材や拠点施設をはじめとする身近な地域の資源や特性を活用し、結びつけることが重要になります。二宮町では、山と海の豊かな自然環境を有していることから、これらの地域資源を活かし、行政、関係機関、団体、事業者等が連携を図りながら健康づくりを推進します。

3. 計画の体系

基本理念の実現に向け、健康増進と食育推進の分野別の目標に沿って、具体的な施策の展開を図ります。



第4章 施策の展開

1. 健康管理の実践

現状と課題

◇◇◇

○日本人の死亡の三大原因は、がん、心疾患、脳血管疾患と言われています。心疾患や脳血管疾患の原因として高血圧、脂質異常症（高脂血症）、糖尿病といった生活習慣病との関わりが深いと言われており、また、がんも3分の2が生活習慣によるものと言われています。二宮町においても、がん、心疾患、脳血管疾患が死因の7割近くを占めている状況です。

○脳血管疾患をはじめとする循環器系疾患は、要介護状態の主要な要因となるほか、糖尿病は人工透析治療に伴う高額な医療費を要する腎不全を招いたり、重大な合併症を引き起こすため、できるだけ早い時期に介入し、生活習慣の改善を図り、生活習慣病の発症や重症化を予防することが求められます。

○平成20年度から特定健康診査が実施され、メタボリックシンドロームに重点が置かれた内容となっています。健診の結果から、メタボリックシンドロームと判定された人の保健指導や、異常を指摘された人への重症化予防、また一般市民を対象にした健康教育等の充実が必要です。

○アンケート調査結果より、定期的な健康診断や、がん検診を受けているかは、特に若い世代を中心に割合が低くなっています。市民一人ひとりが、自身の生活習慣を見直し、改善を図るきっかけとなるよう、各種健診の周知と受診の促進が必要です。

○自分が『健康』だと思う割合は、若い世代では高くなっていますが、壮年期を中心に、「健康に不安がある」が他の世代よりも高くなっています。市民自身が健康管理への関心を持ち、病気の早期発見により生活習慣の改善や治療を行うことで、重症化予防に努めることが必要となります。

◇◇◇

行動目標 +

生活習慣を見直し、健康寿命の延伸に取り組もう

若い頃から自分の身体の状態に关心を持ち、正しい生活習慣を身につけながら、健康寿命の延伸に取り組みましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇

- 各種健診の機会を利用することで、自身の健康状態を把握します。
- 健診の結果、要指導を受けた場合には、改善・回復に努めます。
- 適度な運動や食事の栄養バランスに気をつけるなどの、よい生活習慣を身につけます。
- 介護予防に关心を持ち、介護予防に努めるとともに、病気等の重症化を予防します。
- 健康に関する相談相手やかかりつけ医を持ちます。

◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇

- 地域で声をかけ合い、健康診査の受診や関連事業に参加するようにします。



【コラム】健康管理の実践に向けた取り組み

二宮町では、各ライフステージに応じて保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士などが講座や健康相談を行っています。保健センター や子育てサロン、地域に出向き、要望に応じたさまざまなテーマで健康講座を行っています。



健康講座

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
乳幼児健診	4か月児健康診査、8～10か月児健康診査、1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、3歳児健康診査を行います。	子ども育成課
育児相談	乳幼児健診や育児相談において臨床心理士による心理相談など、相談対応の充実を図ります。また、幼稚園や保育園において巡回相談を実施し親子の支援等を行います。	子ども育成課
いきいき生活術	食事や運動などの生活習慣改善に向けた講座を実施します。	保険医療課
特定健診・健康診査	国民健康保険に加入している40歳以上の方を対象に、特定健康診査を実施します。	保険医療課
特定保健指導	特定健康診査結果より、メタボリックシンドローム該当者、予備群の対象となった方に対し、特定保健指導を実施します。非該当ですが、リスクの高い方を対象とした保健指導を実施します。	保険医療課
健康相談	保健師、管理栄養士、歯科衛生士が高血圧、脂質異常症、糖尿病、歯周病等の生活習慣病やメタボリックシンドローム等の予防、改善等に関する健康相談を行います。	保険医療課
健康教育	健康の保持・増進を目的に、生活習慣病予防等の健康に関する正しい知識の普及を図ります。	保険医療課
予防接種事業	子どもの予防接種、高齢者の予防接種（インフルエンザ、肺炎球菌感染症）など定期予防接種事業を行います。	保険医療課
がん検診	年に4回、集団検診を実施します。肺がん・大腸がん・前立腺がんは特定健診・健康診査における同時実施や、子宮がん、乳がんは個別検診でも行います。	保険医療課
にぎわい塾	地域へ出向き、介護予防のための知識の普及・啓発を行います。	健康長寿課
カラオケ体操	インストラクターの指導のもと、音楽やリズムに合わせて楽しく身体を動かすことで、運動・口腔・認知機能の維持・向上に取り組みます。	健康長寿課
地域ミニディイサービス	日ごろ自宅にこもりがちな高齢者を対象に、町内15か所の施設を拠点に、高齢者相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。	健康長寿課 (社会福祉協議会)

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
特定健康診査の受診率	国保被保険者	36.1%	60.0%
特定保健指導の実施率	保健指導対象者	54.5%	70.0%
胃がん検診受診率の割合	40歳以上男女	2.3% (H24)	10.0%
大腸がん検診受診率の割合	40歳以上男女	25.0% (H24)	35.0%
子宮がん検診受診率の割合	20歳以上女性	4.2% (H24)	10.0%
乳がん検診受診率の割合	40歳以上女性	6.2% (H24)	12.0%
肺がん検診受診率の割合	40歳以上男女	27.4% (H24)	30.0%



2. 運動の習慣化

現状と課題



○日常生活における適度な運動やスポーツは、生活習慣病の予防や改善、ロコモティブシンドrome（運動器症候群）※9の減少、高齢者の介護予防等に効果があることが認められており、日々の生活の中で意識的に身体を動かすことの積み重ねが、健康を維持していく上で重要な役割を果たします。

○アンケート調査より、運動の頻度は、「運動していない」は女性で5割弱、男性では約3割となっているほか、年齢別では、20代と30代で5割、40代で6割を超える状況です。町民一人ひとりが性別や年代に応じた運動習慣を身につけるよう、気軽に運動やスポーツに親しむことができる機会や場の確保が必要です。

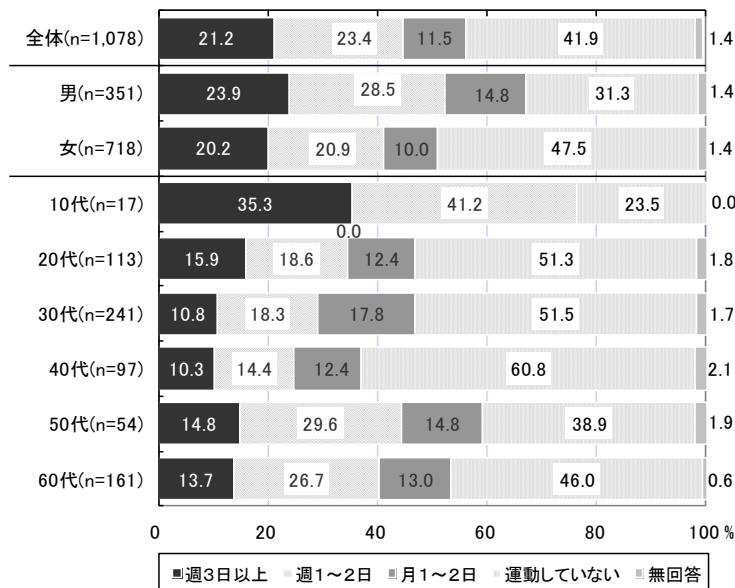
○健康について気をつけていることは、「適度な運動」が約4割と、町民の運動に対する関心は比較的高いことがうかがえます。そのため、より一層運動の重要性について啓発を行うとともに、町民の継続的な運動習慣の定着を促進することが大切です。

○二宮町の高齢化率は高く、要支援要介護認定率は国や県より低いものの、二宮町の年次推移をみると徐々に高まっており、運動機能の向上など、高齢者の介護予防・改善に向けた取り組みの充実が必要です。

○体育館や運動場等の町内施設の利用がやや減少していることから、誰もが利用しやすい施設の整備や、教室等の周知を図るなど、環境づくりが必要です。



■運動をどれくらいしているか



※9 主に加齢によって骨、関節、筋肉などが衰え、介護が必要、もしくはその危険性が高い状態のこと。

行動目標 +

日頃から気軽に身体を動かし、運動を習慣化しよう

日常生活において気軽に身体を動かし、子どもから高齢者まで、ライフステージごとにしっかりとした運動を習慣化しましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇

- 通勤や休憩時間等のちょっとした時間に身体を動かすなど、気軽に楽しみながら続けられる運動習慣を見つけます。
- 地域活動や、地域の運動教室・スポーツサークル等に参加し、身体を動かします。
- 家族や友人等と運動やスポーツをする機会をつくるとともに、それを通じて仲間づくりに努めます。
- ロコモティブシンドロームを知り、予防に取り組みます。

◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇

- 子どもから高齢者まで、楽しく身体を動かす運動教室やスポーツイベントを開催します。
- 健康づくりに効果の高いウォーキングやジョギング等に、地域ぐるみで取り組みます。
- 地域で声をかけ合い、運動・スポーツを通じた地域の交流機会の確保に努めます。



【コラム】健康づくり普及委員が活動しています

健康づくり普及委員は地域や暮らしの中での健康づくり活動を行っています。町民とのウォーキングや吾妻山に登る会で体操を行ったり、タオル体操の普及など、さまざまな活動を展開しています。その活動を通して、町民自ら「自分の健康は自分で守る」という意識向上に努めています。



◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
幼児期の体力づくり	幼稚園、保育所において、さまざまな遊びや運動を通し、体づくりや運動能力の向上に取り組みます。	子ども育成課
健康づくり普及委員の支援	健康ウォーキング講座といった実践活動や、健康づくりに関する知識の普及に取り組みます。	保健医療課
からだ改善プロジェクト	生活習慣病予防、介護予防に向け、体力測定をはじめ、健康運動指導士、管理栄養士による指導・実践を行うなど、町民自身のセルフケア（自己管理）の取り組みを支援します。	保健医療課
いきいき生活術	生活習慣改善に向けて健康運動指導士による運動に関する講座を行い、町民の運動習慣の行動変容へとつなげます。	保健医療課
すこや会	要支援者に相当する状態の高齢者を対象に、運動の実践など、介護予防のためのレクリエーションを実施します。	健康長寿課
ころばん塾	高齢者が可能な限り要介護状態にならないよう、体力測定、ストレッチ体操、ウォーキング、踏み台ステップ運動・鍊功・青竹踏み運動などを組み合わせた運動教室を行います。	健康長寿課
カラオケ体操（再掲）	インストラクターの指導のもと、音楽やリズムに合わせて楽しく身体を動かすことで、運動・口腔・認知機能の維持・向上に取り組みます。	健康長寿課
施設のバリアフリー化	誰もが気軽に施設を利用できるよう、施設のバリアフリー化について、検討を行います。	関係各課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
運動の頻度が「週3日以上」の人の割合	男性	23.9%	30.0%
	女性	20.2%	25.0%
ロコモティブシンドロームの認知度	全体	-	80.0%

3. こころの健康づくり

現状と課題



○こころの健康を保つためには、十分な睡眠や休養により心身の疲労回復を図るとともに、ストレス管理、こころの病気への対応などに取り組むことで、ストレスとうまく付き合っていくことが必要不可欠となります。

○現代はストレス過多な社会と言われるほど、仕事や家事、人間関係等を背景に、子どもから大人までストレスを抱えて生活しています。ストレスが長期化・過剰化すると、心身症や神経症、うつ病等のこころの病気は誰もがかかる可能性があり、さらに状況が悪化すると自殺へと結びつくこともあります。

○アンケート調査より、1日に働いている時間で「15時間以上」がわずかにみられます。

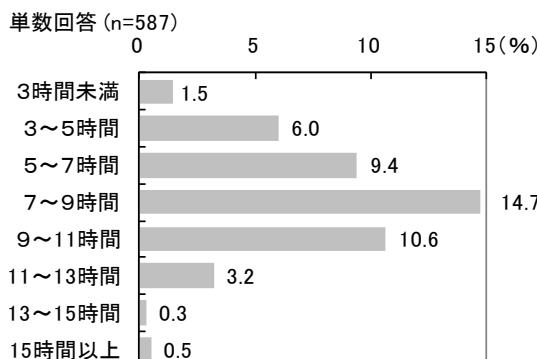
○健康について気をつけていることは、「睡眠」が約5割と関心が高くなっている一方、睡眠で休養が『とれていない』人が2割を超えています。そのため、より一層睡眠や休養の大切さを周知し、必要な人には相談窓口等の紹介や、必要な情報提供が行われる環境づくりが必要です。

○ストレスを感じることが『ある』人は、8割を超えており、「大いにある」では40代が3割を超え高くなっています。近年では、さまざまな要因のストレスが増えており、それぞれの課題に対応した、身体的・精神的な疲労回復やストレス解消の支援が必要です。

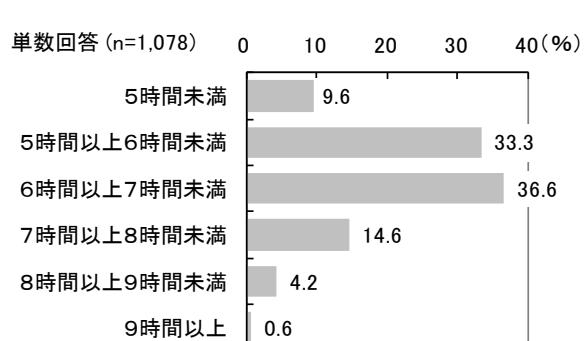
○一人ひとりの生活習慣の改善や休養の大切さの啓発だけではなく、周囲の人が気づき、見守る社会環境が必要です。さらに、支援が必要な人が適切な支援を受けられるよう、関係機関等との連携を強化することが重要です。



■1日に働いている時間



■睡眠時間



行動目標 +

ストレスの解消方法を身につけ、休養をしっかりとろう

質の良い睡眠と休養をとり、ストレスとうまく付き合いながら、心身のバランスを保ちましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇

- 十分な睡眠や休養をとるように心がけます。
- 自分にあった気分転換やストレス発散の方法を身につけます。
- 心配ごとや悩みがあったら、一人で悩まず、無理をせずに、家族や友人等に相談するようにします。
- 周囲でうつ等の兆候がみられる場合には、医療機関や専門機関に早めに相談します。
- 「気づいてね あなたのまわりの 小さなサイン」をキャッチフレーズに、身近な人の変化に気づくなど、心の健康について理解を深めます。また、ゲートキーパー^{※10}になる人を増やします。

◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇

- 育児不安や介護負担を抱える人等をはじめ、地域で支援を必要としている人については、近所で声を掛け合い、見守りや交流の機会をつくります。



【コラム】うつ病 周囲からみてわかるサイン！

うつ病では、自分が感じる気分の変化だけでなく、周囲からみてわかる変化もあります。周りの人が、「いつもと違う」変化に気づいたら、もしかしたら本人はうつ状態で苦しんでいるのかもしれません。

- | | | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 表情が暗い | <input type="checkbox"/> 涙もろくなった | <input type="checkbox"/> 反応が遅い | <input type="checkbox"/> 落ち着かない | <input type="checkbox"/> 飲酒量が増える |
|--------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|

(参考：厚生労働省)

うつ病は、早めに治療を始めるほど、回復も早いと言われています。周囲で気づき、声をかけ、必要に応じて専門機関に相談しましょう。

※10 自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守る）ができる人のこと。

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
こころの健康講座	町民を対象に、こころの健康講座を行います。	保険医療課
自殺予防対策事業	自殺予防週間※ ¹¹ (毎年9月10日～9月16日)に合わせ、自殺予防の啓発活動を行います。また、自死(自殺)対策庁内連絡会の立ち上げを検討します。	保険医療課
ゲートキーパー研修	職員や町民を対象に、ゲートキーパー養成の研修を実施します。	保険医療課
地域ミニデイサービス(再掲)	日ごろ自宅にこもりがちな高齢者を対象に、町内15か所の施設を拠点に、高齢者相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。	健康長寿課
小中学校の授業の充実	保健体育科の授業を通じ、健康の保持増進のための実践力の育成を図り、楽しく明るい豊かな生活を送るための心を育みます。	教育総務課
心配ごと相談	民生委員児童委員、人権擁護委員を中心に、町民の日常生活における心配ごと相談について、社会福祉協議会と連携のもと実施します。	福祉課 (社会福祉協議会)
人権啓発事業	町民の人権尊重意識を高め、お互いに認め合い、偏見や差別のない地域社会をつくるため、講演会や啓発活動を行います。	福祉課 生涯学習課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
睡眠で休養が『とれていない』人の割合	全体	20.7%	15.0%以下
ストレスを感じることが『ある』人の割合	全体	83.5%	70.0%以下
自殺者数	全体	5人(H23)	0人

※¹¹ 平成19年6月に閣議決定された「自殺総合対策大綱」において、「9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日からの一週間を自殺予防週間として設定し、国、地方公共団体が連携して、幅広い国民の参加による啓発活動を強力に推進」することとされている。

4. たばこ・お酒への理解

現状と課題



○たばこは、肺がんをはじめ、多くのがんや虚血性心疾患、脳血管疾患、消化器疾患、歯周疾患、さらに慢性気管支炎や肺気腫といったCOPD（慢性閉塞性肺疾患）※¹²など、さまざまな疾患の危険因子となっています。

○たばこの煙には、本人が吸う「主流煙」と、たばこの先からたちのぼる「副流煙」があり、この「副流煙」を自分の意思とは無関係に吸い込んでしまうことを「受動喫煙」といい、受動喫煙防止対策等の取り組みが求められます。

○アンケート調査より、たばこを毎日吸っている人は、特に男性で多くみられます。禁煙について、「やめられたらやめたい」と回答している人は半数を超えており、たばこがもたらす健康への害を周知するとともに、禁煙支援を進めることが求められます。

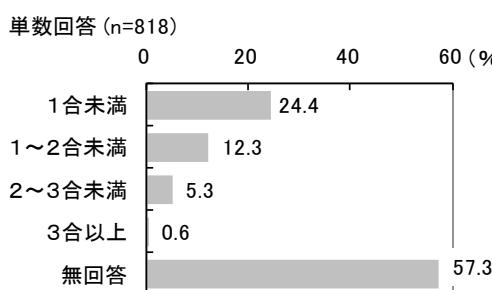
○長期にわたる過剰の飲酒は、アルコールの依存を高めるほか、肝臓への負担がかかるだけでなく、高血糖や高血圧、高尿酸状態を促し、さまざまな疾患の原因につながります。

○アンケート調査より、1日あたりのお酒の量は、「3合以上」もわずかにみられます。飲酒に関する正しい知識や適正飲酒を定着させることが必要です。

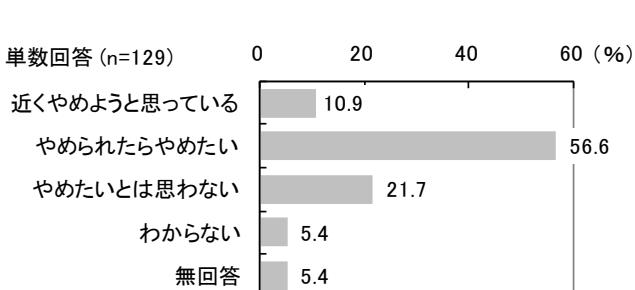
○未成年者、妊婦等の喫煙・飲酒防止に向け、幅広い年代に対する効果的な教育・指導を行うことが必要です。



■1日あたりのお酒の量



■禁煙に关心があるか(再掲)



*¹² 慢性気管支炎、肺気腫など、長期にわたり気道が閉塞状態になる病気の総称のこと。主な症状としては、咳、痰、息切れがあり、呼吸障害が進行し、喫煙者の20%がCOPDを発症するといわれている。

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
母子保健との連携	母子健康手帳の発行時、妊娠届出書により、喫煙・飲酒の有無を確認し、喫煙や飲酒をしている場合には必要に応じて指導を行います。また、たばこの危険性についてリーフレットを用いて注意喚起を行います。	子ども育成課
喫煙・飲酒等の学校教育の充実	小・中学校の保健体育科の授業の中で、喫煙や飲酒、薬物乱用が健康を損なうことについて学習します。	教育総務課
禁煙の支援	禁煙したい人の相談に応じるほか、禁煙外来の紹介など、禁煙支援を行います。	保険医療課
適正飲酒の啓発	適正な飲酒方法について、情報提供します。	保険医療課
公共施設の分煙	公共施設において、分煙の徹底に努めます。	公共施設課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
たばこを吸うと「害があると思う」人の割合	小学5年生	89.9%	100.0%
	中学2年生	89.4%	100.0%
COPDの認知度	全体	-	80.0%
喫煙率	成人	15.8%	12.0%以下
1日あたりのお酒の量が「3合以上」の人の割合	成人	0.6%	減少

5. 歯と口腔の健康づくり

現状と課題



○歯と口腔の健康は、口から食べる喜び、話す楽しさを保つ上で重要であり、身体的な健康のみならず、精神的、社会的な健康にも大きく寄与します。また、生涯を通じた歯および口腔の健康づくりは、歯科疾患だけでなく、生活習慣病をはじめ全身の健康状態と関わっています。

○平成23年に「歯科口腔保健の推進に関する法律」が公布され、同年には神奈川県においても「神奈川県歯及び口腔の健康づくり推進条例」が制定されています。そこでは、県民、県、歯科医師、教育関係者、医療保険者及び事業者の役割を明らかにしながら、8020運動^{*13}を一層進めるための取り組みの推進などが規定されています。

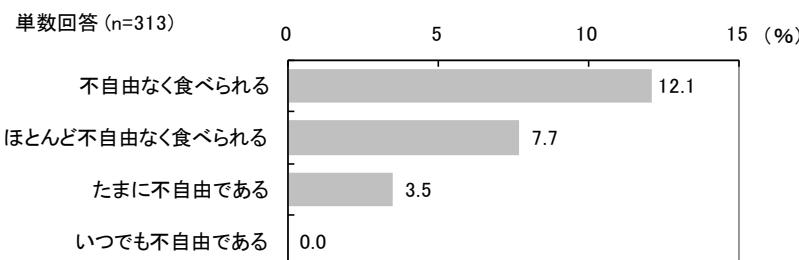
○アンケート調査より、定期的に歯の健診を「受けていない」人が5割弱みられます。歯や口腔の大切さについて周知を図るとともに、検診の受診等の促進を図ることが必要です。

○小学生と中学生が1日に歯をみがく回数では、「1回」や「みがかない」人がみられます。生涯を通じて健康な歯と口腔を維持するためには、早い段階からの取り組みと習慣化が重要であるため、保護者への啓発や、学校における指導等の充実が必要です。

○高齢者の状況をみると、歯の本数は年齢が上がるとともに減少傾向となっているほか、食べることについて、「たまに不自由である」人もみられます。高齢化を踏まえ、いくつになっても自分の歯で噛み何でも食べることができるよう、口腔機能向上に向けた取り組みが必要です。



■食べることの不自由さ



※無回答を除く、73件の内訳

*13 1989年（平成元年）より、厚生労働省と日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動のこと。

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
妊娠期の口腔衛生、歯周病予防	妊娠婦歯科健康診査の実施や、マタニティ教室等において歯周病予防、口腔ケア方法の指導等を行います。	子ども育成課
歯科健診	1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、3歳児歯科健康診査時に、歯科健診及び歯科相談、ブラッシング指導を行い、むし歯予防に取り組みます。	子ども育成課
歯科保健指導	育児相談、1歳児健康歯科相談、幼稚園・保育園の園児に対する個別相談など、乳幼児期の歯科相談やブラッシング指導を行います。	子ども育成課
乳幼児の歯科健康教育	乳児期の早期から離乳食講習会や子育てサロンでの親子講座において歯と口の健康づくりの健康教育を行います。	子ども育成課
小中学校の歯の健康に関する教育	給食後の歯みがき推奨や、6月に歯と口の健康週間 ^{※15} 、歯の健康教育を行います。今後、児童生徒の保健委員会の活動に組み込むなど、効果的な指導について検討します。	教育総務課
歯の健康フェスタ	歯と口の健康週間（毎年6月4日～6月10日）に合わせ、「歯の健康フェスタ」を開催します。歯科医師による歯科健診、保健指導、むし歯菌テスト、歯に関するクイズ、地域農産物の配布や展示を行います。	保険医療課
成人歯科健診	歯周病の予防と進行防止を目的に、節目年齢（40・50・60・70歳）の方を対象とした歯科健診を行います。	保険医療課
8020運動の推進	むし歯や歯周病予防の運動、8020運動推進員の活動を支援します。	保険医療課
すこやか会（再掲）	要支援者に相当する状態の高齢者を対象に、口腔機能向上など、介護予防のためのレクリエーションを実施します。	健康長寿課
カラオケ体操（再掲）	インストラクターの指導のもと、音楽やリズムに合わせて楽しく身体を動かすことで、運動・口腔・認知機能の維持・向上に取り組みます。	健康長寿課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
1年に1度以上、歯科健診を受けている人の割合	全体	44.8%	55.0%
1日に2回以上、歯をみがいている人の割合	小学5年生	86.0%	90.0%
	中学2年生	85.5%	90.0%
20本以上自分の歯を有する人の割合	70代以上	13.2%	20.0%

※15 厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会が1958年（昭和33年）から実施している「歯の衛生週間」が平成25年度から名称変更されたもので、歯と口の健康に関する正しい知識等の普及啓発により、国民の歯の寿命を延ばすことを目的としている。

6. 望ましい食習慣の確立

現状と課題



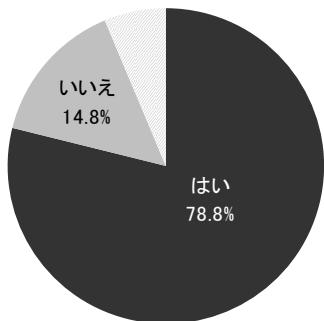
- 食と健康は深い関係があり、健全な食生活は私たちの豊かな心身を形成します。
- アンケート調査より、食事バランスガイドを見たことがあるかは、「見たことがある」が5割弱にとどまっています。
- 1日2食以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしていない人が1割を超えています。
子どもから高齢者まで、町民一人ひとりが自分に見合ったバランスのとれた食事をとることができるように、情報提供や教室等を開催するなど、食育を通じた啓発活動が必要です。
- 近年、ライフスタイルの多様化により、朝食の欠食をはじめ、食の乱れが生じています。
特に、朝食は身体や脳の働きを活性化させ、1日を元気に過ごすためには欠かせないものです。
- 朝食を食べているかについては、10代と20代で「食べない日の方が多い」が1割となっているほか、小学生と中学生においても、「毎日食べる」が8割を超えており、「食べない」もわずかにみられます。そのため、朝食の重要性についての普及啓発を行うなど、早い段階からよい食習慣の確立を図ることが必要です。
- 食事をひとりで食べている小学生は2割近く、中学生では5割を超えている状況です。
子どもへの食育を推進する上で、家族団らんの食事は重要な時間・場であるため、「共食」の重要性について、普及啓発が必要です。



■1日2食以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしているか

単数回答 (n=1,078) 無回答

6.3%



行動目標+

1日3食、主食・主菜・副菜のそろった食事と適塩を心がけよう

町民一人ひとりが、規則正しい食事と主食・主菜・副菜がそろった食事を心がけるなど、適切な食習慣に努めましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇◇

- 幼児期から、食べ物のもつ素材の味を活かした適塩の食習慣づくりに継続して取り組みます。
- 主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスのよい食事について学び、家族で共有します。
- 食事バランスガイドを活用して、中食^{*16}を利用するときもバランスのとれた食事を心がけます。
- 早寝早起きなど基本的な生活習慣を身につけて、規則正しく3食がとれるように生活リズムを保ちます。
- 家族そろって楽しく食事をする時間を増やします。

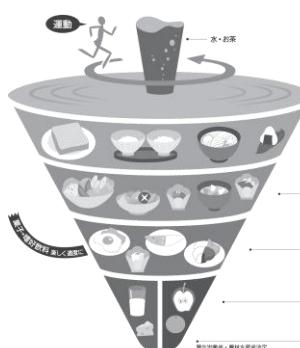
◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

- 食生活改善推進員^{*17}を中心に、主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事の普及啓発を行います。
- 食に関するイベントや料理教室等を開催し、みんなで食事づくりを行い、楽しく食べる場を提供します。



【コラム】食事バランスガイドとは？

1日に「何を」「どれだけ」食べたら良いかを示したもの。「主食」「副食」「主菜」「牛乳・乳製品」「果物」からなり、どれかが足りないとコマが倒れてしまいます。



食事バランスガイド

1日分		料理例
5.7 主食 (ごはん・パン・麺)		
5.6 副菜 (野菜・きのこ・海藻類)		
3.5 主菜 (肉・魚・貝)		
1 牛乳・乳製品		
2 果物		

*16 調理済みで、市販されている弁当や総菜などを家庭で食べること。

*17 「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通して健康づくりのボランティアとして地域で活動を行う。

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
母子保健事業との連携	4か月児健康診査、1歳児健康歯科相談、1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健康診査、3歳児健康診査、育児教室等において栄養相談を行います。そのほか、離乳食講習会、らくらくステップアップ離乳食講習会、マタニティ教室において栄養、食べ方指導等を行います。	子ども育成課
給食だよりの作成	子どもたちが食への関心を持ち、より良い食習慣を身に付けることができるよう、毎月献立表とは独立した形で給食だよりを発行します。	教育総務課
小中学校食育担当者会の実施	各校の食育担当者、栄養教諭、指導主事が年に3回集まり、各校および他地区の食育推進状況等について、情報を共有します。	教育総務課
ヘルスマイト二宮事業	幼児から高齢者まで、健全な食生活の推進をはじめ、広く食育活動を行います。	保険医療課
食生活改善推進員養成講座	年に12回、「食生活改善推進員養成講座」を実施し、食生活改善推進員を養成します（8割以上受講した方に修了証を交付）。	保険医療課
男の料理教室	食の自立支援や、男女共同参画の一環として「男の料理教室」を実施します。基礎的な調理法の習得等を目標とします。	保険医療課
いきいき生活術	保健師・管理栄養士・ヘルスマイトによる栄養に関する講義を行います。	保険医療課
すこやか会	要支援者に相当する状態の高齢者を対象に、栄養状態の向上など、介護予防のためのレクリエーションを実施します。	健康長寿課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
食事バランスガイドを「見たことがある」人の割合	全体	47.6%	55.0%
1日2食以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしている人の割合	全体	78.8%	85.0%
朝食を「食べない」人の割合	小学5年生	0.4%	0.0%
朝食を『だれかと』食べている人の割合	中学2年生	44.5%	50.0%

7. 食への感謝の育成

現状と課題



- 食べるということは、動物や植物の生命をいただく行為です。しかし、近年では日常生活において食べ物が豊富に存在することが当たり前であるかのように受け止められる傾向が強くなっています。食べ物を大切にする心や、自然の恩恵に対する感謝の心を育む取り組みが必要となっています。
- 生産者等と交流を図ることで、農産物の生産・消費に対する理解につながります。また、実際に収穫や体験を行い、それらを味わう喜びを感じることは、食への興味や関心を高めます。
- アンケート調査によると、小学生で料理をつくったり、野菜を育てるこことへの関心が8割を超えていることから、体験の場や機会を増やし、食への感謝の心を育むことが必要です。
- 食への感謝の心を育む取り組みとして、マナー等を子どもたちに学び伝えていくことも重要であり、食育の基本の場となる家庭を中心とした普及啓発が必要です。
- 子どもが食事の手伝いをしているものは、「準備・後片付け」や「調理の手伝い」などがあげられており、関係機関等と連携して普段から調理等に親しむことができる取り組みが必要です。
- 子どもの最近の食事で気になることは、「好き嫌い」が高くなっています。食べず嫌いで好きなものだけを食べてしまう場合もみられます。環境に配慮し無駄にしないよう、意識の啓発等が必要です。



行動目標 + 食事マナーを身につけたり、食体験を通して食への感謝の心を育もう

食事のマナーや食体験に積極的に取り組み、自然の恵み、生産者、調理をしてくれた人への感謝の心を育みましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

- 農産物の栽培や収穫など、自然にふれる機会を持ちます。
- 食事づくりの手伝いをするなど、食への関心を高めます。
- 食事のマナーや礼儀作法について正しく身につけるとともに、次世代へと伝えます。
- 「もったいない」という気持ちを持ち、好き嫌いなく食べるよう心がけます。

◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

- 子どもから大人まで体験活動等の場を提供し、食への興味や関心を高めます。
- 生産者は、積極的に消費者との交流の機会を持つようにします。
- 地域で交流を図り、食の大切さについて伝達する場を増やします。



歯の健康フェスタにて地域農産物の配布

◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
親と子の食育の啓発	マタニティ教室などにおいて、妊娠期における食生活や出産後の栄養指導を通じ、食育の啓発を行います。 乳幼児期における食育は子どもの心と身体をつくる基本であることから、育児相談等を通して、正しい食事の摂り方や子どもの発達段階にあった食事の必要性について啓発します。	子ども育成課
保育所、幼稚園における食育の啓発	園児や保護者、さらには幼稚園教諭、保育士の食育に対する理解を深めるとともに、偏食などの食習慣の是正や、食事マナーを身につけるなどの食育の啓発を図ります。	子ども育成課
親と子の料理教室	夏休みの期間を利用し、「親と子の料理教室」を実施します。親子で1つのメニューをつくり、調理への関心と食への感謝の心を育むとともに、食事のあいさつなど基本的なマナーを学びます。	保健医療課
子育てゼミナール（パパとクッキング）	子育て支援事業の1コマとして実施し、調理実習や試食などを通じて、親子のふれ合いを高めながら、箸の正しい持ち方等を学びます。	生涯学習課
学校の給食の放送	給食の時間にさまざまな食育に関する内容を放送します。	教育総務課
学校給食センター見学	学校給食センターを見学することで、給食をつくる大変さや、たくさんの人たちが関わっていることを学びます。	教育総務課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26年度)	目標値 (36年度)
料理をつくったり、野菜を育てるこことへの関心が「ある」人の割合	小学5年生	81.3%	90.0%
体験学習に取り組んでいる園・学校の割合	町内の園・学校	13校／14校	全校
食事の手伝いを「何もしていない」人の割合	3歳児	10.4%	5.0%以下

8. 食の安全と文化の伝承

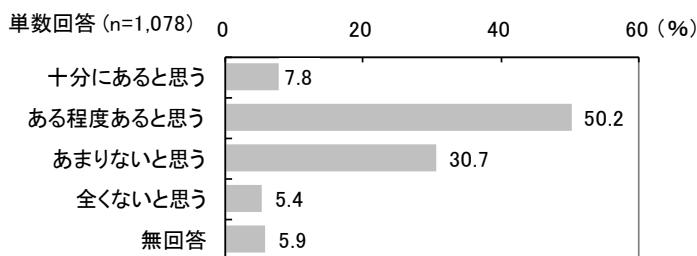
現状と課題



- 安全な食品を安心して食べることは、望ましい食生活を送るための基本です。しかし、近年、食の安全性を脅かす事件・事故が発生しており、生産から消費にわたる安全・安心を求める声が高まりをみせています。
- アンケート調査によると、食品の安全性に関する基礎的な知識は『ないと思う』が3割を超えており、食の安全性の重要性について周知を図るとともに、安全な食品を選ぶ力や正しい知識の普及を図ることが必要です。
- 近年、家族形態の変化や地域とのつながりの希薄化、食の欧米化等を背景に、これまで地域で継承されてきた郷土料理をはじめ、行事食などの食文化が失われつつあります。
- 丹沢連峰の山と相模湾の海に囲まれた温暖な気候の中、豊かな自然と新鮮な海の幸、山の幸に恵まれています。これらの地域資源を活かした郷土料理や行事食の伝統を継承していくことが望されます。
- 地域でとれた食材を地元で消費する地産地消は、新鮮で安心できる食材を手に入れることができるとともに、地域の特産物を再認識することで、町への愛着につながります。
- 特産物として、ミカン、タマネギ、シイタケ、落花生などがあり、それらの恵まれた地域資源を活かし、多数の二宮ブランドの認定品を創出しています。イベントや農産物直売所をはじめ、さまざまな機会や場を利用し、地場産食材の普及に向け地産地消を推進することが重要です。
- 湘南ゴールドやオリーブの普及奨励に取り組んでおり、特にオリーブでは6次産業化^{※18}を目指しています。町外にも広く発信していけるよう、関係機関等の連携体制等を構築することが必要です。



■食品の安全性に関する基礎的な知識があるか



※18 第1次産業である農林水産業が、農林水産物の生産だけにとどまらず、それを原材料とした加工食品の製造・販売など、第2次産業や第3次産業まで手がけること。

行動目標 ‣

食の安全に関する知識や食文化などへの理解を深めよう

食の安全性に関心を持ち、安全な食品を選ぶ力を身につけましょう。また、郷土料理や、地域の特産物に関心を持ち、地産地消に取り組みましょう。

取り組み

◇ 町民の取り組み ◇

- 食の安全性について関心を持ち、食品の見分け方や表示について学び、購入時に活用します。
- 四季折々の行事食や郷土料理など、食文化について学び家庭の食事にとり入れます。
- 地産地消に関心を持ち、地場産食材を積極的に使用します。

◇ 地域（団体や関係機関など）の取り組み ◇

- 生産者や事業者間で、食の安全性についての情報の共有を図ります。
- 地域の行事や世代間交流等を通して、行事食や郷土料理など食文化を伝えます。
- 農業・漁業関係者、食品関連事業者等が連携し、地場産食材の普及に取り組みます。



【コラム】二宮町食生活改善推進員（ヘルスマイト二宮）が活動しています

二宮町食生活改善推進員（ヘルスマイト二宮）は、「私達の健康は私達の手で」「おいしく楽しく健康に」をスローガンに、食を通した健康づくりのボランティアグループです。子どもから大人まですべての町民にむけての食育推進の主力になっています。

二宮町ではヘルスマイト二宮の協力を得て二宮の郷土料理集「にのみや四季の料理」を作成しました。二宮の郷土料理や特産物を使った新しい料理の紹介をしています。



◇ 町の取り組み ◇◇

取り組み	取り組みの状況、方向性	担当課
食に関する体験学習機会の充実	地域の協力を得て、田植え・稻刈り等の農業の実体験、調理体験等、二宮の豊かな自然にふれあえる体験学習機会の充実を図ります。	子ども育成課 産業振興課
かながわ産品学校給食デー	神奈川県産の食品を使った献立（二宮町ではたまねぎを使用）をとり入れます。児童・生徒が地域産業や文化への関心・理解を深めることができるよう、地場産物の利用を促進します。	教育総務課
食育の日献立	毎月 19 日を食育の日として設定し、食に親しみを持つことができるよう、さまざまな献立（郷土料理など）をとり入れます。	教育総務課
子育てゼミナール（パパとクッキング）	子育て支援事業の 1 コマとして実施し、調理実習や試食などを通して、親子のふれ合いを高めながら、地産の物や旬の食材等を学びます。	生涯学習課
郷土料理の普及	「にのみや四季の料理」を作成するなど、郷土料理の普及に努めます。	保険医療課
男の料理教室	「男の料理教室」において、食の安全について考える機会を設けます。	保険医療課
二宮ブランド推進事業	二宮の特産物等を活用した商品の開発、認定審査等に対して支援をしていきます。また、認定商品の P R や、販路の拡大を促進します。	産業振興課
湘南にのみやふるさとまつり	参加団体との協力により、地場農産物や二宮ブランド商品の販売や P R に取り組みます。	産業振興課

目標数値 +

指標	対象	現状値 (26 年度)	目標値 (36 年度)
食品の安全性に関する基礎的な知識が『あると思う』人の割合	全体	58.0%	65.0%
給食で地場産食材を使用している園・学校の数	町内の園・学校	9 校／14 校	全校



菜の花給食

第5章 ライフステージ別の健康づくり

町民一人ひとりが生涯にわたって健康な生活を送るために、ライフステージの各段階に応じたテーマを明確にし、取り組みを展開していくことが重要となります。

本計画では、ライフステージを乳幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期の6段階に分けており、それぞれが目指す健康づくりの目標は以下の通りです。

1. 乳幼児期（0～6歳）



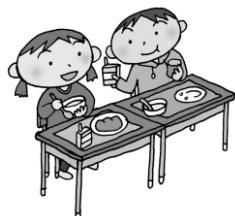
乳幼児期は、心身の発達が最も著しい時期であり、人格や習慣を形成する大切な時期にあたります。身体の生理機能が整い、生活習慣や食習慣の基礎ができる時期であり、親の考え方や生活習慣が大きく影響する時期であることから、家庭に重点を置いた対策が重要となります。

主な取り組み目標

- ◊ 必要な健診等を受診し、健康状態を把握します。
- ◊ 遊びを通して、積極的に運動します。
- ◊ 育児不安は相談するとともに、積極的に交流の場に参加します。
- ◊ 妊娠中の飲酒、喫煙に手を出さないようにします。
- ◊ 母子ともに受動喫煙に注意します。
- ◊ 歯みがきと仕上げみがきを習慣化します。
- ◊ 規則正しい食習慣の定着と、好き嫌いなく食べさせるようにします。
- ◊ 食事のあいさつ、箸の持ち方など、基本的なマナーを身につけます。



2. 学童期（7～12歳）

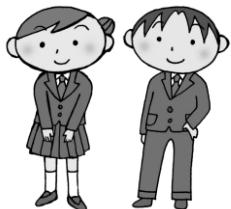


学童期は、社会参加への準備段階であるとともに、体格や身体機能の発達が大きく進み、基礎体力が身につく時期にあたります。そのため、家庭や学校を通して、子ども一人ひとりが健康に関する知識を学び、生活習慣の基礎を定着させることが重要となります。

主な取り組み目標

- ✧ 自分の食事や運動など、生活習慣について関心を持つようにします。
- ✧ 体育の時間や遊びを通して、身体を動かします。
- ✧ こころの健康について学び、十分な睡眠をとるようにします。
- ✧ たばこやお酒の健康への害について理解し、手を出さないようにします。
- ✧ 歯の大切さについて学び、食後の歯みがきを習慣づけます。
- ✧ 3食きちんと食べ、栄養バランスのとれた食事について学びます。
- ✧ みんなでごはんを食べ、食事の手伝いやマナーを身につけます。
- ✧ 料理をつくったり、野菜を育てる体験に積極的に取り組みます。

3. 思春期（13～19歳）

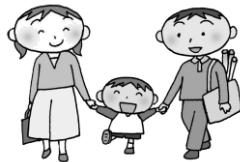


思春期は、心身ともに子どもから成人に移行する重要な時期であり、生活環境の変化に伴い、生活習慣も乱れやすくなるなど、健康への関心は薄れがちになります。大人として自立していくため、心身の健康づくりの大切さについて自覚し、健康管理に気をつけることが重要となります。

主な取り組み目標

- ✧ 無理なダイエット等は行わず、適正体重を維持するように心がけます。
- ✧ 体育や部活を通して、積極的に運動に取り組みます。
- ✧ 夜更かしせず、早寝早起きを心がけます。
- ✧ 悩みがあったら、一人で悩まず早めに周囲に相談します。
- ✧ たばこやお酒の健康への害について理解し、手を出さないようにします。
- ✧ 歯の歯肉の大切さを理解し、口の適切な手入れ法を学び習慣づけます。
- ✧ 毎日朝ごはんを食べ、栄養バランスにも気をつけるようにします。
- ✧ 地域の交流等の中で、郷土料理や行事食について学びます。

4. 青年期（20～39歳）

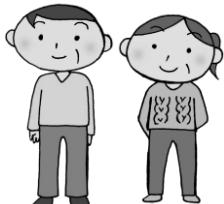


青年期は、心身ともに自立する時期であり、就職や結婚など人生の転換期を迎えます。それに伴い、ライフスタイルも一新し、生活習慣の変化から、食生活の乱れや運動不足、ストレスの増加など健康問題が増えてくることもあります。そのため、一人ひとりが生活習慣の見直し・改善に取り組むことが重要となります。

主な取り組み目標

- ✧ 自分の適正体重を知り、体重のコントロールを心がけます。
- ✧ 日常生活の中で身体を動かすことを意識し、定期的に運動をします。
- ✧ 睡眠・休養の確保を心がけ、自分にあったストレス解消の方法を見つけます。
- ✧ たばこやお酒の健康への害について理解し、禁煙・分煙や適正飲酒を心がけます。
- ✧ 定期的に歯科健診を受診するなど、歯と口の健康管理に気をつけます。
- ✧ 規則正しく、より良い食生活習慣を心がけます。
- ✧ 食に関する知識を得て、正しい選択、判断を行うようにします。
- ✧ 家族や地域との交流の中で、楽しく食事をとる機会をつくるようにします。

5. 壮年期（40～64歳）



壮年期は、身体機能が徐々に低下し、肥満や生活習慣病等の病気が気になり始め、過労やストレスが重なる時期でもあります。高齢期への準備期間となることから、適切な健康管理を徹底し、健康的な生活習慣の維持を図ることが重要となります。

主な取り組み目標

- ✧ 定期的に健康診査を受け、健康管理に努めます。
- ✧ 行事やイベント等に積極的に参加し、ともに運動する仲間をつくります。
- ✧ 睡眠・休養の確保を心がけ、ストレス対処法を身につけます。
- ✧ たばこやお酒の健康への害について理解し、禁煙・分煙や適正飲酒を心がけます。
- ✧ かかりつけ歯科医を持ち、歯と口の健康管理を徹底します。
- ✧ 規則正しく、より良い食生活習慣を心がけます。
- ✧ 食に関する知識を得て、正しい選択、判断を行うようにします。
- ✧ 家族や地域との交流の中で、郷土料理や行事食についてふれる機会をつくります。

6. 高齢期（65歳以上）



高齢期は、個人差がありますが、身体の老化が進み、さまざまな健康問題が生じる時期です。生活習慣病に伴う生活の質に関わることや、社会的孤立等によるこころの不安も感じる時期となります。そのため、地域との交流を図りながら、健康維持に向けた取り組みが重要となります。

主な取り組み目標

- ✧ 定期的な健康診査の受診や、かかりつけ医を持ち、健康管理に努めます。
- ✧ ロコモティブシンドローム等について知り、関節や筋力の機能向上を意識します。
- ✧ 積極的に外出し、趣味や生きがいをみつけるなど、人との交流を楽しめます。
- ✧ たばこやお酒の健康への害について理解し、禁煙・分煙や適正飲酒を心がけます。
- ✧ 普段から丁寧な口の手入れを行い、口の機能の維持・向上を心がけます。
- ✧ 必要な栄養がとれるようにバランスのよい食事を規則正しくします。
- ✧ 家族や、地域の料理教室やイベント等に参加し、みんなで楽しく食事する機会を持ちます。
- ✧ 家族や地域との交流の中で、郷土料理や行事食にふれる機会に積極的に参加します。

第6章 計画の推進体制

1. 町民自ら進める健康づくり

生涯に渡って健やかで心豊かに、いきいきと生活していくためには、町民一人ひとりが主体的に健康を維持、増進することができるよう、継続的に取り組むことが大切です。

健康に関心を持ち、定期的に健康診査を受けるなど、自らの健康を把握し、食生活や運動、休養等の日常生活を見直す中で、支援してくれる人や場の地域資源を活用しながら、持続的に健康づくりを進めます。

2. 各主体の役割

(1) 町民の役割

自分の健康は自分で守ることを自覚し、自ら進んで健康的な生活習慣を身につけ、個人に合った目標を立てながら、健康づくりに取り組んでいくことが大切です。また、家庭においては、家族ぐるみで健康づくりの実践に取り組むとともに、地域社会の一員として、地域ぐるみでの健康づくりを実践していくことが求められます。

(2) 関係機関・団体の役割

医師会、歯科医師会、薬剤師会などの保健医療関係団体は、疾病等の二次予防にとどまらず、その専門性を活かした健康づくり活動への協力が求められます。

また、団体は、地域の中で気軽に参加できる健康づくりを推進するために、地域に根付いた積極的な活動が求められます。

(3) 行政の役割

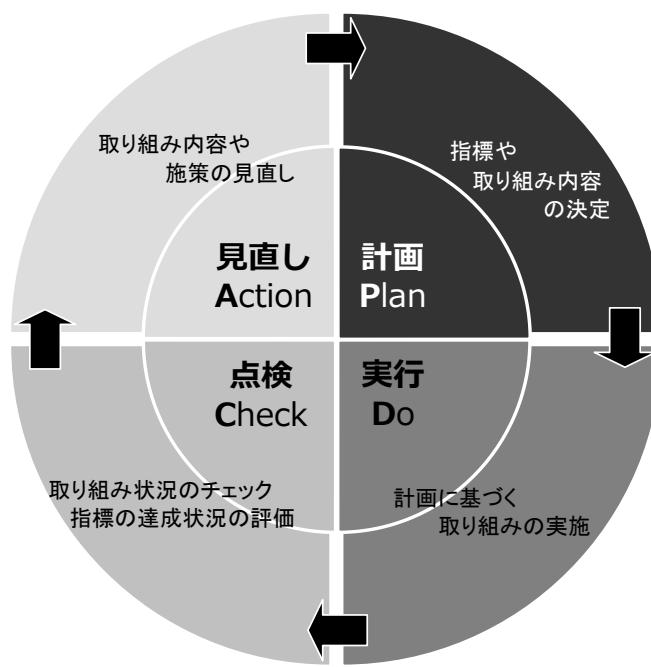
本計画を広く町民に浸透させるとともに、町民が気軽に健康づくりに取り組めるよう、町全体で支える環境・仕組みづくりが必要です。保健分野に限らず、広範な分野の担当課が連携・協力し、全庁的に計画の推進に取り組みます。

また、各関係機関、健康づくりに関する団体等との連携・協力に努め、町全体として総合的かつ一体的に健康づくりを推進します。

3. 計画の進捗管理

本計画は、平成36年度が目標年度となり、次期計画策定時には、町民一人ひとりの健康への意識や取り組み状況、各分野に設けた目標数値の達成度等を評価し、見直しを行います。こうしたプロセスにおいては、計画・実行・点検（評価）・見直しのPDCAサイクルを活用し、実効性のある取り組みの推進を図ります

■PDCAサイクル



資料編

1. 二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員名簿

	団体		氏名
会長	中郡医師会二宮班	班長	住田 洋一
副会長	平塚歯科医師会二宮地区	上杉歯科医院院長	上杉 栄子
委員	二宮町小中学校長会	二宮西中学校長	作田 雅弘
委員	二宮町小中学校長会	一色小学校長	杉崎 秀隆
委員	二宮町保育会	百合が丘保育園長	中村 裕希子
委員	私立幼稚園協会	梅の木幼稚園副園長	水島 博恭
委員	二宮町食生活改善推進団体	会長	真壁 あけみ
委員	二宮町健康づくり普及委員 協議会	委員長	三ヶ尻 幸子
委員	JA湘南二宮町支所	支所長	根岸 裕彰
委員	平塚保健福祉事務所	保健福祉課長	白勢 貴美子
委員	一般町民		松井 陽代
委員	二宮町役場	保険医療課長	戸丸 隆司

(敬称略)

[事務局]

所属	職名・職種	氏名
保険医療課医療予防班	主幹	久保寺 直美
保険医療課医療予防班	主任栄養士	池田 葉子
保険医療課医療予防班	保健師	鈎持 由希子
保険医療課医療予防班	保健師	川瀬 紀美恵
保険医療課医療予防班	管理栄養士	遠藤 明子

2. 二宮町健康増進計画・食育推進計画策定経過

年月日	内容
平成24年度～ 平成25年度	(1) 健康づくりについてのアンケート、(2) 生活についてのアンケート [小学校5年生、中学校2年生]、(3) 3歳児の食生活アンケートの実施
平成26年 9月29日	第1回二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員会 (1) 二宮町健康増進計画・食育推進計画アンケート調査結果報告について (2) 二宮町健康増進計画・食育推進計画骨子案について
12月3日	第2回二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員会 (1) 二宮町健康増進計画・食育推進計画素案について (2) 健康増進計画・食育推進計画名称について
平成27年 1月9日～ 1月23日	町民意見募集 (1) 二宮町健康増進計画・食育推進計画案について
2月24日	第3回二宮町健康増進計画・食育推進計画策定委員会 (1) 二宮町健康増進計画・食育推進計画町民意見募集の結果について (2) 二宮町健康増進計画・食育推進計画案について (3) 二宮町健康増進計画・食育推進計画概要版について

二宮町
健康増進計画・食育推進計画

豊かな自然で育む健康な心とからだ
～みんなでつくる健康長寿の里 二宮～

平成27年3月

編集 二宮町 保険医療課 医療予防班

〒259-0123

神奈川県中郡二宮町二宮 1410 二宮町保健センター

TEL : (0463) 71-7100

FAX : (0463) 72-6086