

第2次 二宮町 健康増進計画・ 食育推進計画・自殺対策計画

（令和7年度～令和 16 年度）

素 案

令和 7 年 3 月
神奈川県 二宮町

目 次

第1章 計画策定にあたって.....	1
1 計画策定の趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	2
3 計画の期間.....	4
第2章 二宮町の現状と課題.....	5
1 統計データからみる二宮町の現状と課題.....	5
2 アンケート結果からみる二宮町の現状と課題.....	16
3 前回計画の評価.....	31
第3章 計画の基本的な考え方.....	33
1 基本理念.....	34
3 施策の体系.....	34
第4章 施策の展開.....	35
1 健康管理の実践.....	35
2 運動の習慣化.....	38
3 こころの健康づくり.....	40
4 たばこ・お酒への理解.....	42
5 歯と口腔の健康づくり.....	44
6 望ましい食習慣の確立.....	47
7 持続可能な食を支える食育の推進.....	49
8 いのちを支え・つなげる包括支援.....	52
第5章 ライフステージ別の健康づくり.....	63
1 乳幼児期（0～6歳）.....	63
2 学童思春期（7～19歳）.....	64
3 成年期（20～64歳）.....	65
4 高齢期（65歳以上）.....	66
第6章 計画の推進にむけて.....	67
1 町民自ら進める健康づくり.....	67
2 各主体の役割.....	67
3 計画の進捗管理.....	68
資料編.....	69

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

近年におけるわが国の健康づくり対策の大きな動きとして、平成12年3月に「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」が策定され、平成15年には健康増進法を施行、平成17年には「食育基本法」を、平成18年には自殺対策基本をそれぞれ制定し、健康づくりや食育推進、自殺対策を支える法的整備がされました。

その後、これらの法に基づく計画や取り組みで、平均寿命及び健康寿命^{※1}は、この20年間で延伸がみられましたが、近年の食事や生活習慣の変化等により、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病や、高齢化に伴う認知機能や身体・口腔機能の低下者等の増加、社会環境の変化に伴う様々なストレスなどにより引き起こされるこころの問題など、健康に関する課題は複雑多様化しています。また、新型コロナウイルス感染症の予防対策のため、人との接触を避けるなど日常生活の制限をせざるを得ない状況が続き、人と人とのつながりの希薄化やコミュニティの弱体化などにも繋がり、健康格差^{※2}の拡大もみられます。

このような状況の中、国では、令和3年に「第4次食育推進基本計画」に基づき、生涯を通じた心身の健康を支え、持続可能で新たな日常にも対応した食育を推進していくとともに、令和6年には“全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現”をビジョンとした「健康日本21（第三次）」を告示し、健康寿命のさらなる延伸・健康格差の縮小を目指しています。さらに、新型コロナウイルス感染症の影響が顕著だった自殺対策においては、令和4年10月に「自殺総合対策大綱」を見直し、保健・医療・福祉・教育・労働、その他の関連施策との連携による総合的な自殺対策への取り組みを強化しています。

また、神奈川県においても、県民の未病改善と行動変容を促し、“いのち輝くマグネット神奈川”の実現に向けて、「かながわ健康プラン21（第3次）」をはじめとした各種計画に基づき、健康づくり、食育推進、自殺対策の施策を推進しています。

本町は、「二宮町子どもも大人も輝く心身きらり健康づくり条例」のもと、これまで町民の健康寿命延伸を目指し、平成27年3月に策定した「二宮町健康増進計画・食育推進計画」及び平成31年3月に策定した「二宮町自殺対策計画」に基づき、地域資源や町民の力を活かしながら健康づくりや自殺対策を推進してきました。今回、両計画が令和6年度をもって計画期間が終了するにあたり、近年の社会経済情勢の変化や国や県の動向を踏まえ、二宮町の健康づくりを総合的かつ効果的に展開するために本計画を策定するものです。

※1 **健康寿命** … 日常的・継続的な医療・介護に依存しないで、自分の心身で生命維持し、自立した生活ができる生存期間のこと。

※2 **健康格差** … 地域や社会経済状況の違いによる集団における健康状態の差のこと。

2 計画の位置づけ

(1) 策定の根拠と他計画との関係

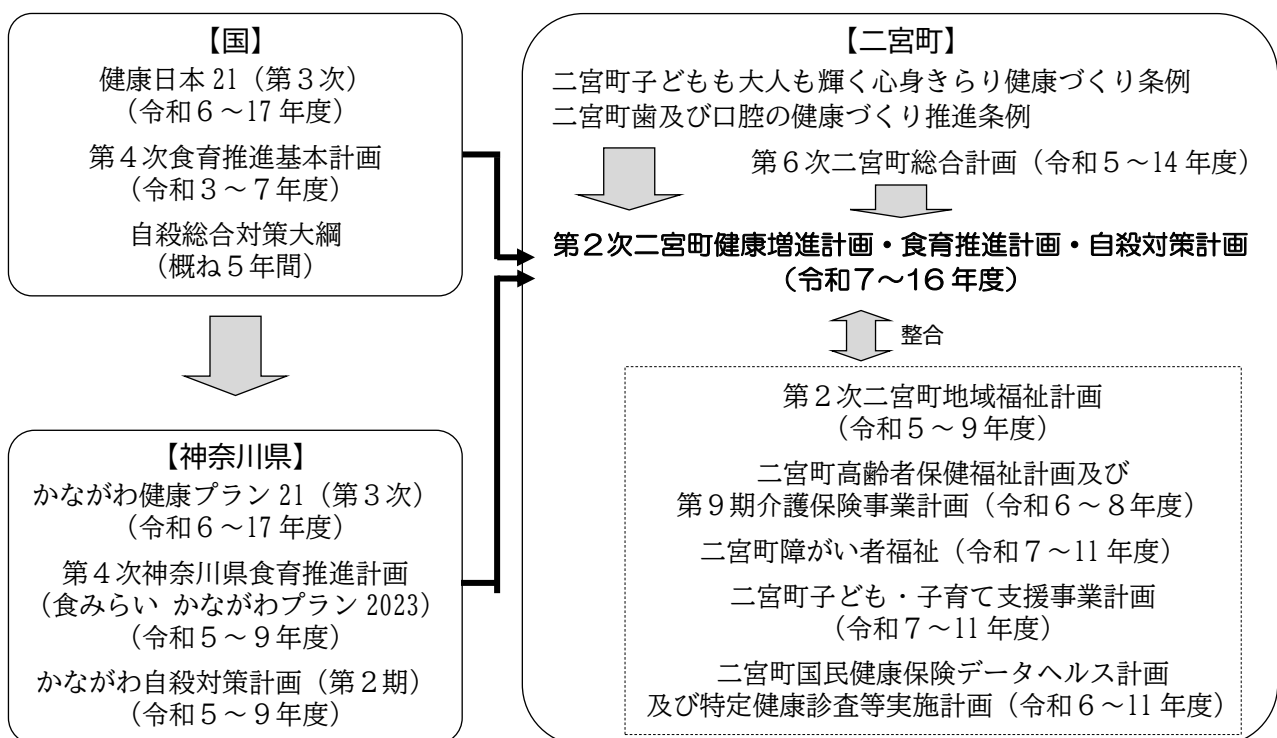
本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」として位置づけ
ます。国が令和5年度に策定した「健康日本 21（第三次）」、神奈川県が令和5年度に策
定した「かながわ健康プラン 21（第3次）」を踏まえて策定するとともに、本町の最上
位計画である「第6次二宮町総合計画（令和5年度～令和14年度）」及び「第2次二宮
町地域福祉計画（令和5年度～令和9年度）」をはじめとする本町の関連計画との整合を
図ります。

また、本計画は食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」、自殺対策基本法
第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」をそれぞれ包含する計画として位置づけ、
国が令和2年度に策定した「第4次食育推進基本計画」、令和4年度に閣議決定した「自
殺総合対策大綱」、神奈川県が令和4年度に策定した「第4次神奈川県食育推進計画」、
「かながわ自殺対策計画（第2期）」を踏まえて策定します。

＊市町村健康増進計画：健康増進法第8条第2項の規定に基づき、行政、関係団体、学校、職域、地
域、家庭が一体となって、住民一人ひとりの主体的な健康づくりを推進して
いく計画

＊市町村食育推進計画：食育基本法第18条に基づき、住民の健全な食生活の実現と環境や食文
化を意識した持続可能な社会の実現のために、行政、教育関係者、農林漁
業者、食品関連事業者、ボランティア等関係する各主体が相互の理解を深
め、連携・協働して食育を推進していく計画

＊市町村自殺対策計画：自殺対策基本法第13条第2項に基づき、「誰も自殺に追い込まれることのない
社会」の実現を目指して、自殺対策をさらに総合的かつ効果的に推進し
ていく計画



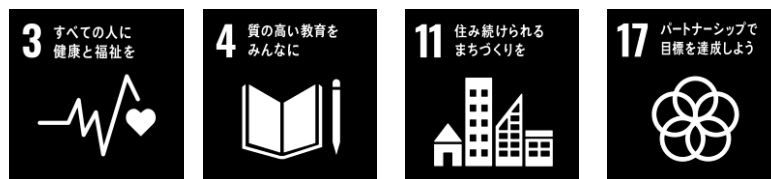
(2) SDGsとの関係

SDGsとは、“Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）”の略称で、2015年（平成27年）の国連サミットで採択された「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標であり、2030年（令和12年）までに達成すべき17のゴールと169のターゲットから構成されています。

SDGsの「誰一人取り残さない」という考え方は、町民の主体的な健康づくりを地域全体で支え、誰もが生涯にわたって健康で幸せに暮らすことを目指す健康づくりの方針と一致するため、本計画においてもSDGsの視点を取り入れて推進します。

<関連するSDGsの目標>

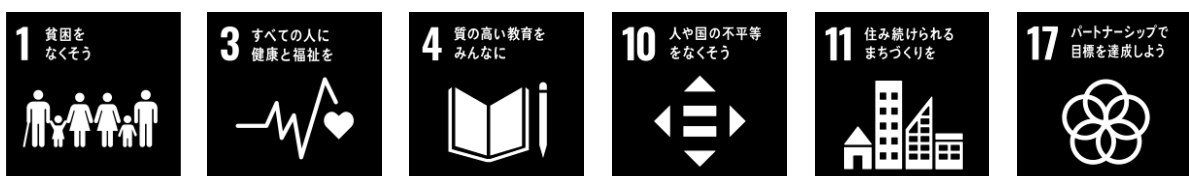
健康増進計画



食育推進計画

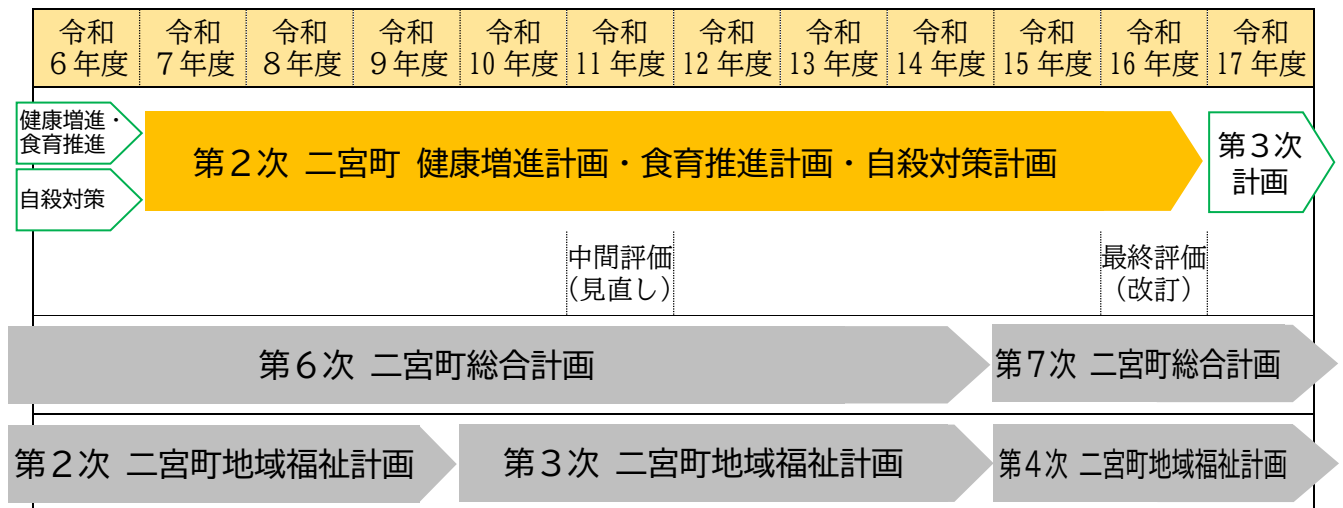


自殺対策計画



3 計画の期間

本計画は、令和7年度から令和16年度までの10年間とします。なお、社会情勢の変化や町の状況の変化等を踏まえ、令和11年度には計画の中間評価・見直し、令和16年度には最終評価・改訂を予定しています。

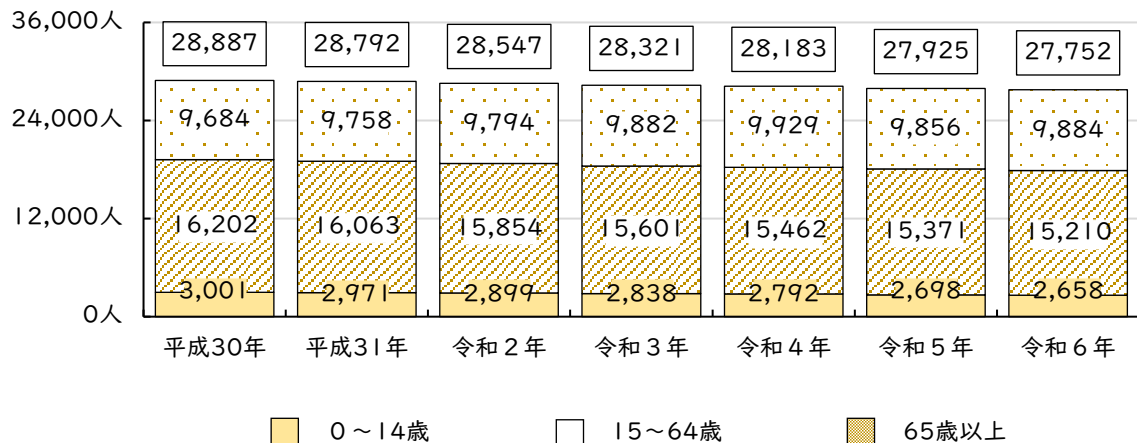


第2章 二宮町の現状と課題

1 統計データからみる二宮町の現状と課題

(1) 人口・世帯について

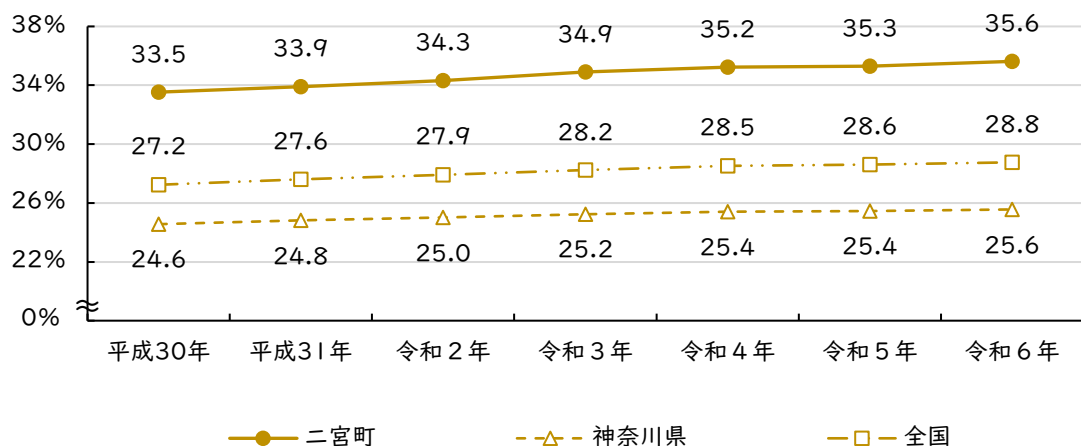
①総人口・年齢3区分別人口の推移



資料：「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数調査」（各年1月1日時点）

令和6年の総人口は27,752人で、内訳は「0～14歳」が2,658人、「15～64歳」が15,210人、「65歳以上」が9,884人となっています。平成30年からの推移をみると、総人口は減少傾向にあります。年齢3区分別では、「0～14歳」、「15～64歳」が減少傾向、「65歳以上」が増加傾向にあります。

②高齢化率の比較

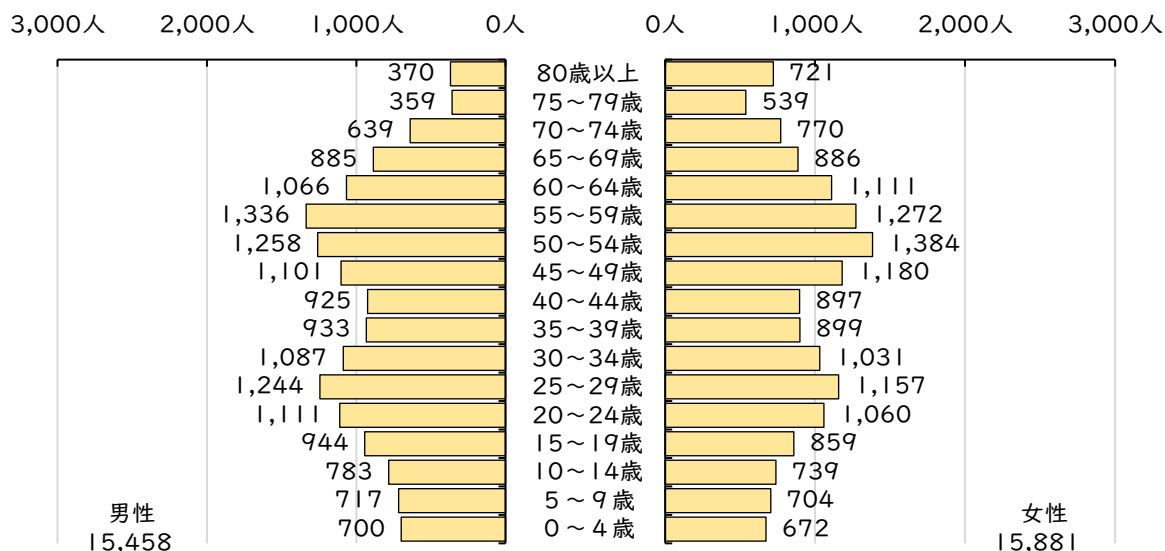


資料：「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数調査」（各年1月1日時点）

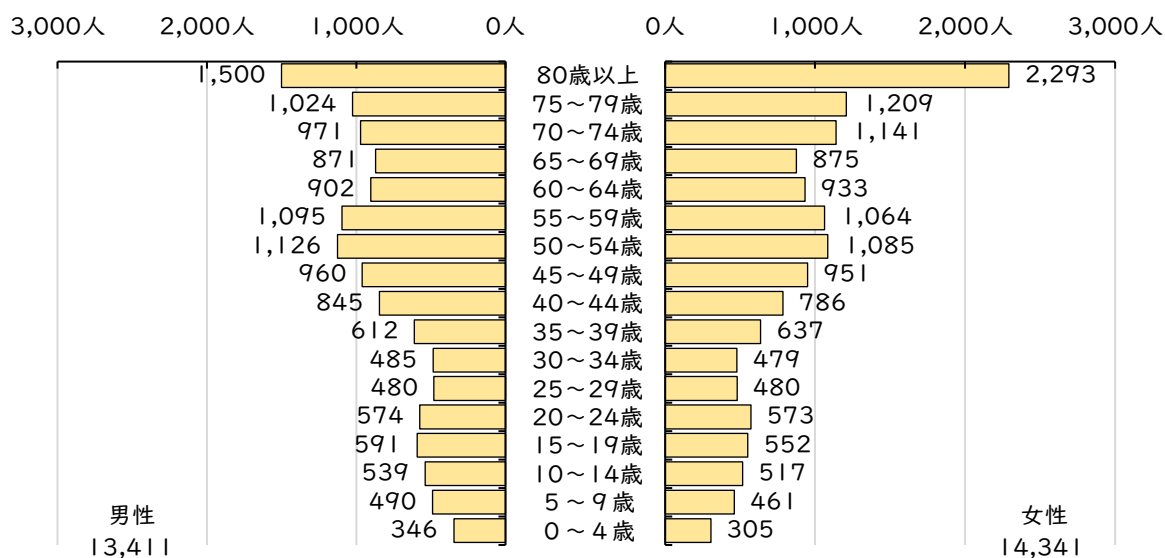
令和6年の高齢化率は、35.6%となっています。平成30年からの推移をみると、高齢化率は上昇傾向にあります。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の高齢化率は6ポイント以上高くなっています。また、いずれも上昇傾向にあるものの、二宮町の高齢化は神奈川県や全国よりも速く進んでいることがわかります。

③人口ピラミッド

平成11年



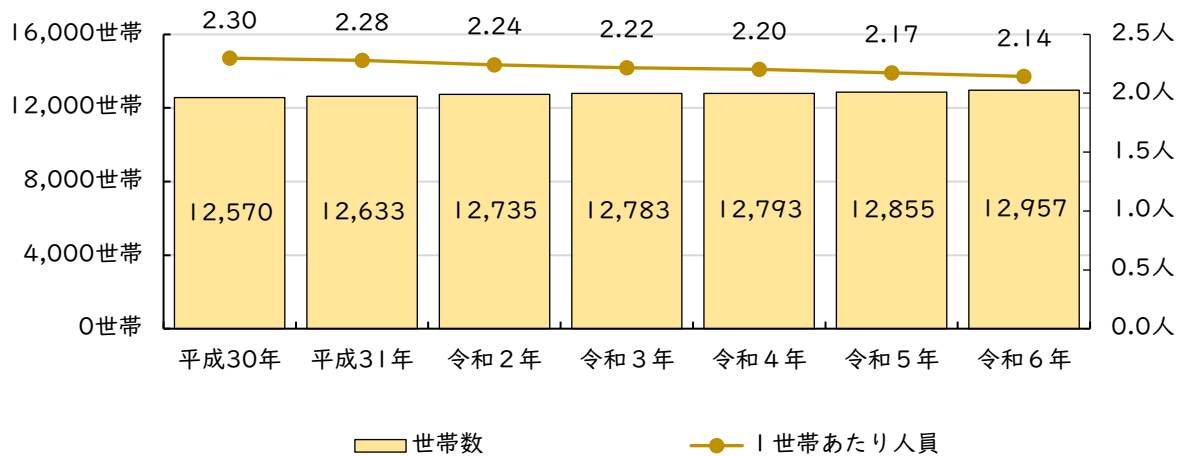
令和6年



資料：「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数調査」
 (平成11年は3月31日：外国人含まず、令和6年は1月1日時点：外国人含む)

令和6年と、25年前の平成11年の人口ピラミッドと比較すると、平成11年は男女とも50代と20代で人数が多い“変形つぼ型”の形状でしたが、令和6年は男女ともに80歳以上が最も多く、50代で若干多いものの、若い世代ほど減少しており、逆三角形の形状となっています。

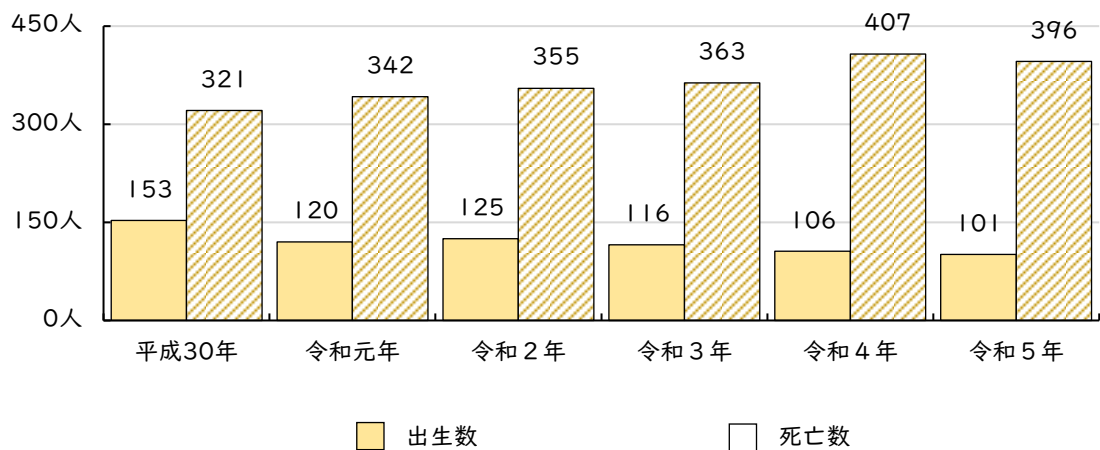
④世帯数・1世帯あたり人員の推移



資料：「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数調査」（各年1月1日時点）

令和6年の世帯数は12,957世帯、1世帯あたり人員は2.14人となっています。平成30年からの推移をみると、世帯数は増加傾向、1世帯あたり人員は減少傾向にあります。

⑤出生数・死亡数の推移

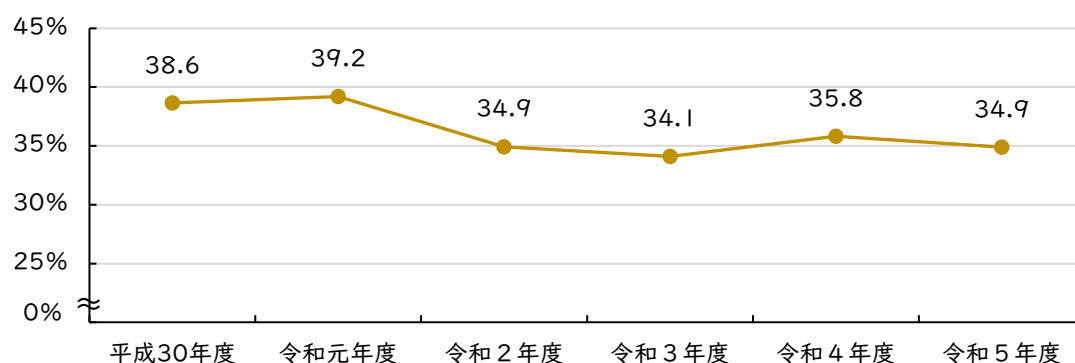


資料：「神奈川県人口統計調査結果（年報）」

令和5年の出生数は101人、死亡数は396人となっています。平成30年からの推移をみると、出生数は減少傾向、死亡数は増加傾向にあります。また、死亡数が出生数を上回る傾向がみられ、令和5年には死亡数が出生数の約4倍となっています。

(2) 健康・介護について

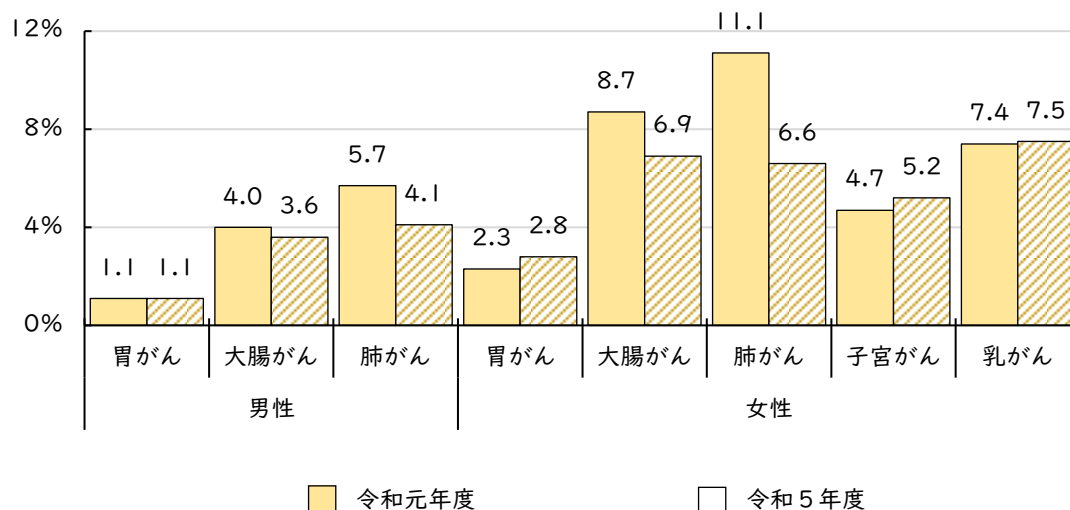
①特定健診受診率の推移



資料：「特定健康診査・特定保健指導実施状況」

令和5年度の特定健診受診率は、34.9%となっています。平成30年からの推移をみると、多少の上下はあるものの、概ね低下傾向にあります。

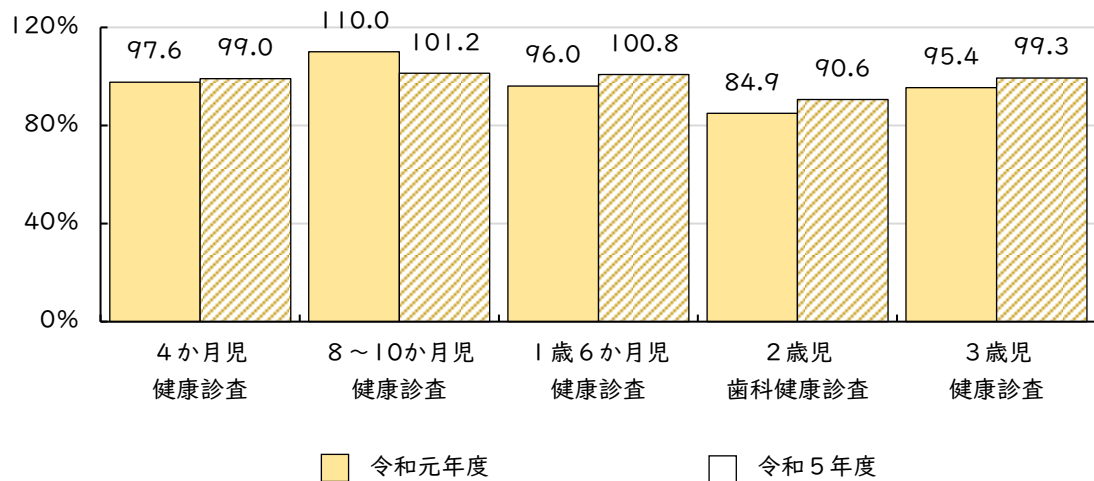
②がん検診受診率の推移



資料：「特定健康診査・特定保健指導実施状況」

令和5年度のがん検診受診率は、すべてのがん検診において10%前後と低くなっています。特に男性ではがん検診の種類を問わず5%未満と、著しく低くなっています。令和元年度からの推移をみると、男性は「胃がん検診」が横ばい傾向、「大腸がん検診」、「肺がん検診」が低下傾向にあります。女性は「胃がん検診」、「子宮がん検診」が上昇傾向、「乳がん検診」が横ばい傾向、「大腸がん検診」、「肺がん検診」が低下傾向にあります。

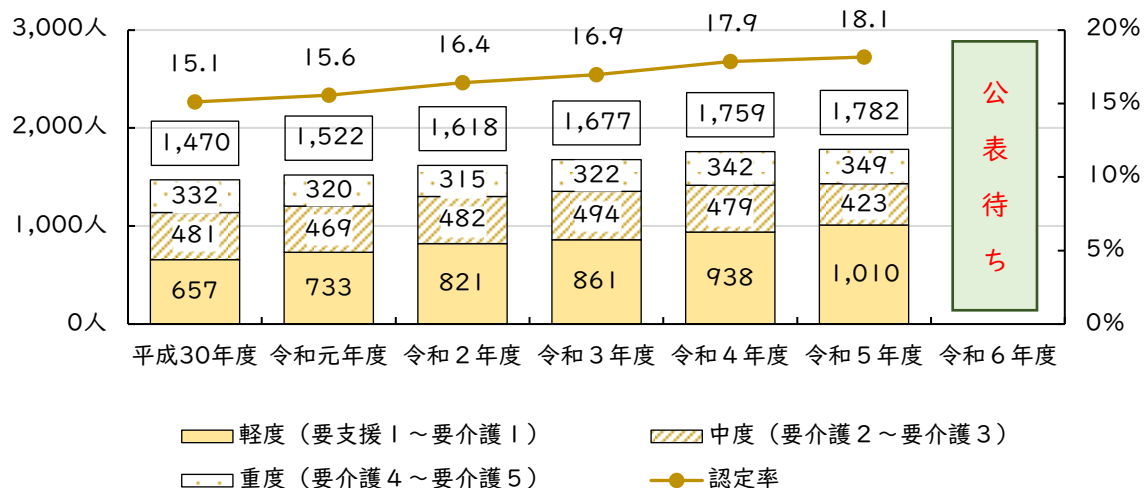
③乳幼児健康診査等受診率の推移



資料：「母子保健報告」

令和5年度の乳幼児健康診査等受診率は、「2歳児歯科健康診査」が他に比べてやや低いものの、すべての乳幼児健康診査等において9割を超えています。令和元年度からの推移をみると、「8～10か月児健康診査」を除く乳幼児健康診査等において受診率が上昇しています。

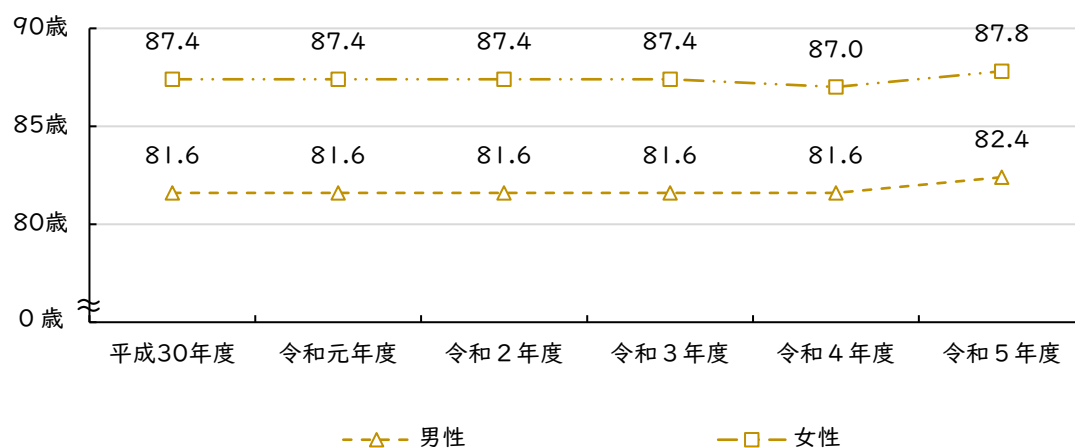
④要支援・要介護認定者数・認定率（第1号被保険者）の推移



資料：「介護保険事業状況報告」（各年度10月報告分）

令和5年度の要支援・要介護認定者数は1,782人で、内訳は「軽度」が1,010人、「中度」が423人、「重度」が349人となっています。また、認定率は、18.1%となっています。平成30年度からの推移をみると、要支援・要介護認定者数、認定率は増加・上昇傾向にあります。程度別では、「軽度」が増加傾向、「中度」が減少傾向にあります。

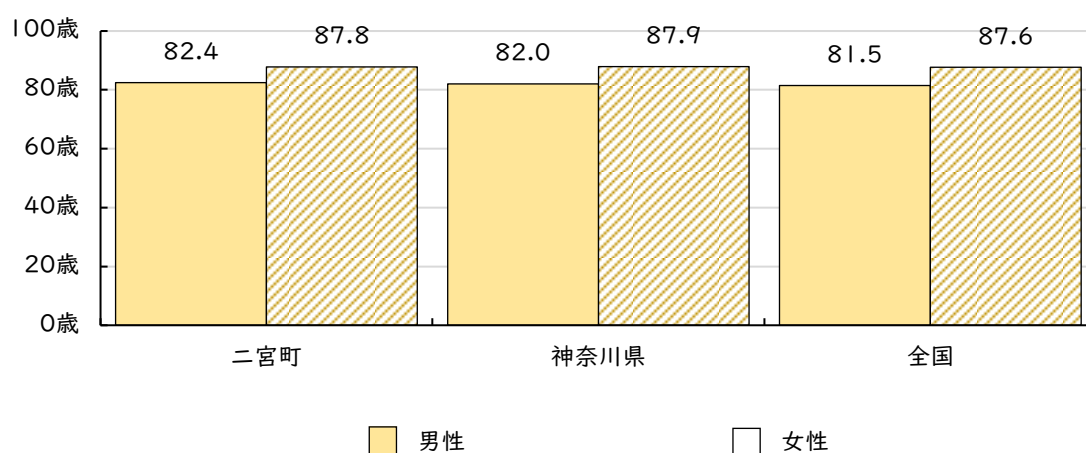
⑤平均寿命の推移



資料：「KDB システム」

令和5年度の平均寿命は、「男性」が82.4歳、「女性」が87.8歳と、「女性」が長くなっています。平成30年度からの推移をみると、横ばい傾向や僅かな短縮傾向はみられるものの、概ね延長傾向にあります。

⑥平均寿命の比較（令和5年度）

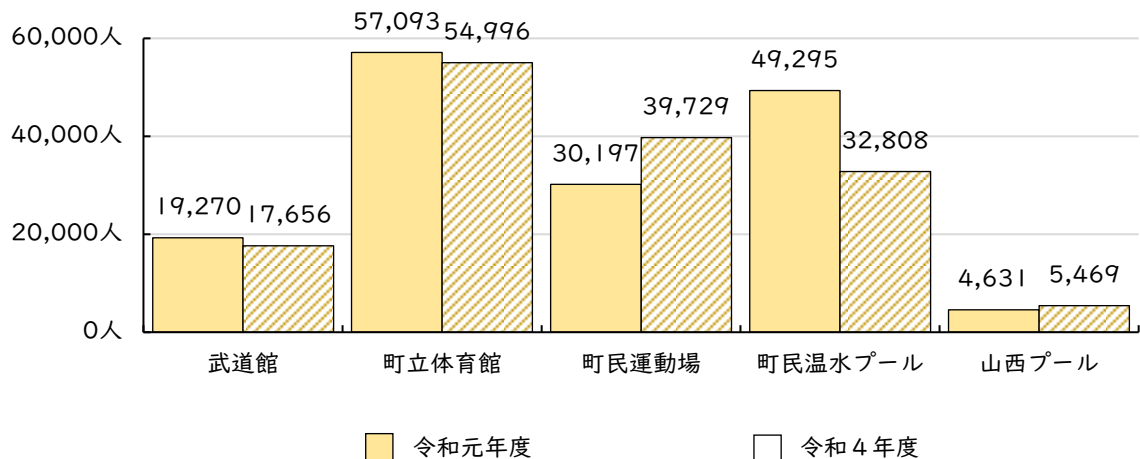


資料：「KDB システム」

令和5年度の平均寿命を神奈川県や全国と比較すると、「男性」においてやや長いものの、大きな差異はみられません。

(3) 町内における施設等について

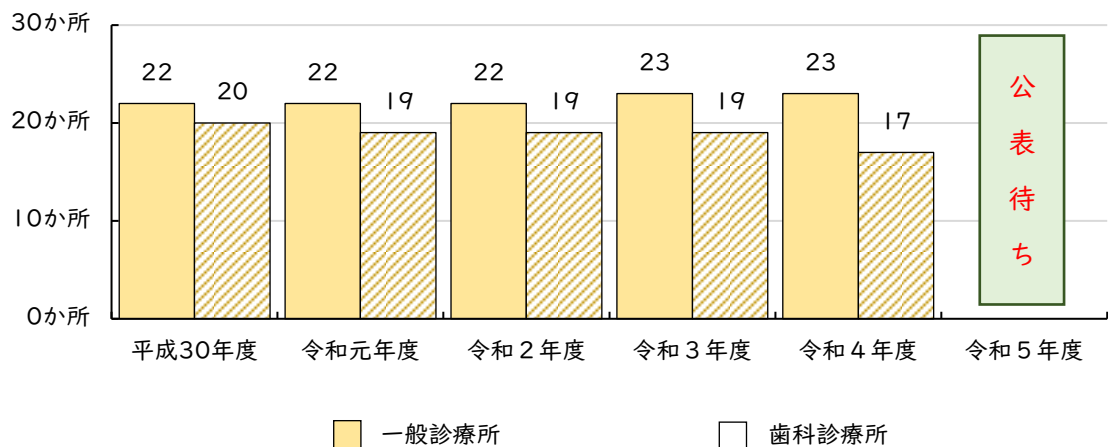
①スポーツ施設利用者数の推移



資料：「●」（各年●月●日時点）

令和4年度のスポーツ施設利用者数は、「町立体育館」が54,996人と最も多く、「町民運動場」、「町民温水プール」が続いています。令和元年度からの推移をみると、「武道館」、「町立体育館」、「町民温水プール」の利用者数が減少、「町民運動場」、「山西プール」の利用者数が増加しています。この間には新型コロナウイルス感染症の拡大予防のための活動自粛が求められていたことから、令和2年度頃は利用者数が著しく減少したものの、近年では回復傾向にあります。

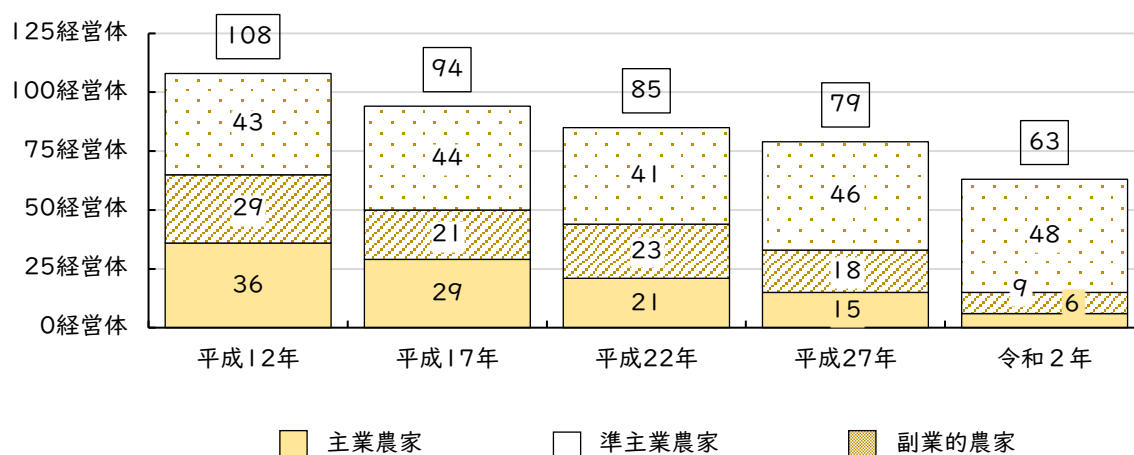
②医療機関数の推移



資料：「神奈川県平塚保健福祉事務所年報」（各年度末時点）

令和4年の「一般診療所」は23か所、「歯科診療所」は17か所となっています。平成30年からの推移をみると、「一般診療数」は増加傾向、「歯科診療所」は減少傾向にあります。

③農家数の推移

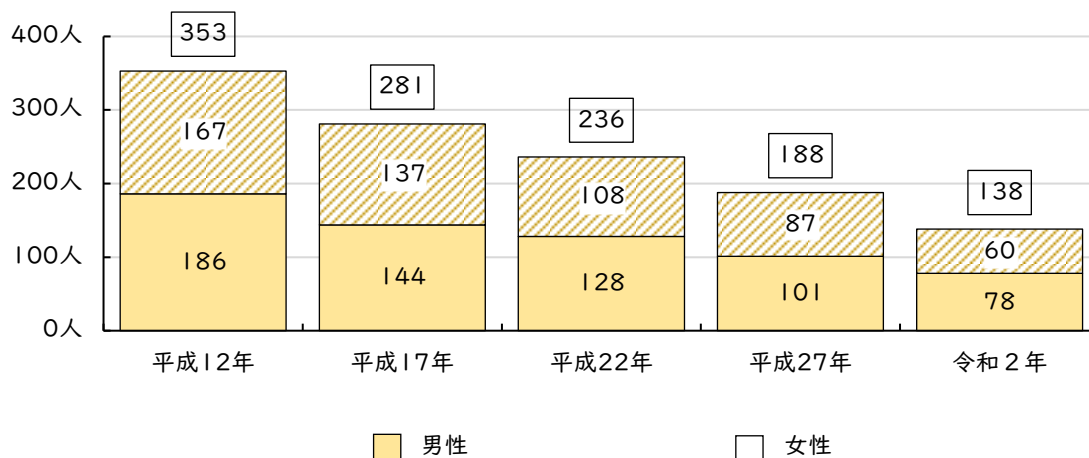


主業農家…農業所得が主で、1年間に60日以上自営農業に従事している65歳未満の世帯員がいる農家のこと。
 準主業農家…農外所得が主で、1年間に60日以上自営農業に従事している65歳未満の世帯員がいる農家のこと。
 副業的農家…1年間に60日以上自営農業に従事している65歳未満の世帯員がいない農家のこと。

資料：「農林業センサス（農林水産省）」（各年2月1日時点）

令和2年の農家数は63経営体で、内訳は「主業農家」が6経営体、「準主業農家」が9経営体、「副業的農家」が48経営体となっています。平成12年からの推移をみると、農家数は減少傾向にあります。種類別では、「主業農家」、「準主業農家」が減少傾向、「副業的農家」が増加傾向にあります。

④農業従事者数の推移



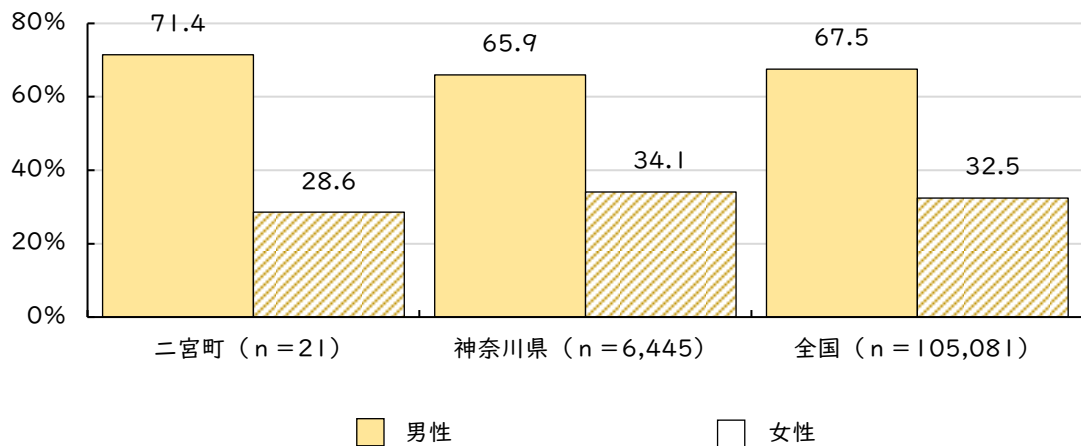
資料：「農林業センサス（農林水産省）」（各年2月1日時点）

令和2年の農業従事者数は138人で、内訳は「男性」が78人、「女性」が60人となっています。平成12年からの推移をみると、農業従事者数は減少傾向にあります。性別では、男女ともに減少傾向にあります。

(4) 自殺について

- ◆ 自殺についての統計は、個人が特定できないようにするため、令和元年～令和5年の自殺者数を合計した上で割合を算出して掲載しています。また、「不詳」の割合は、掲載を割愛しています。

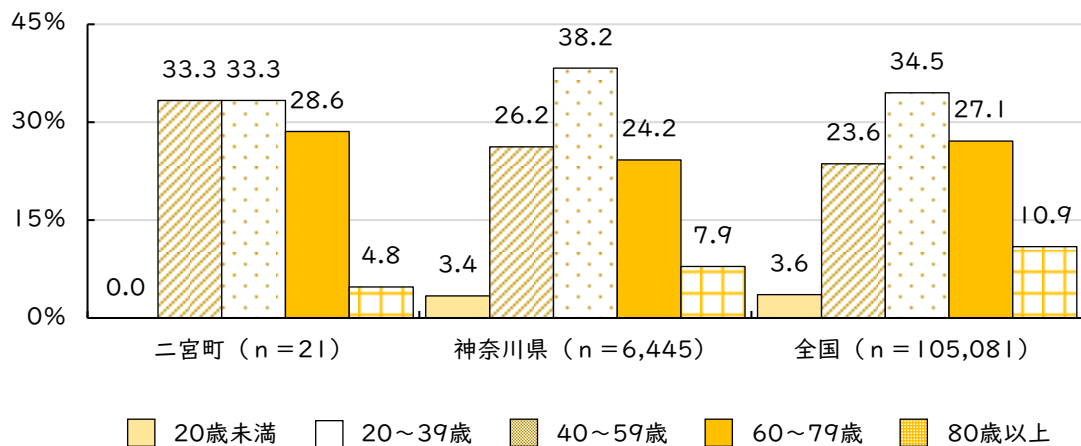
①性別自殺死亡率の比較



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺者の性別をみると、「男性」が71.4%、「女性」が28.6%と、「男性」が多くなっています。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の自殺者は「男性」が多く、「女性」が少ないことがわかります。

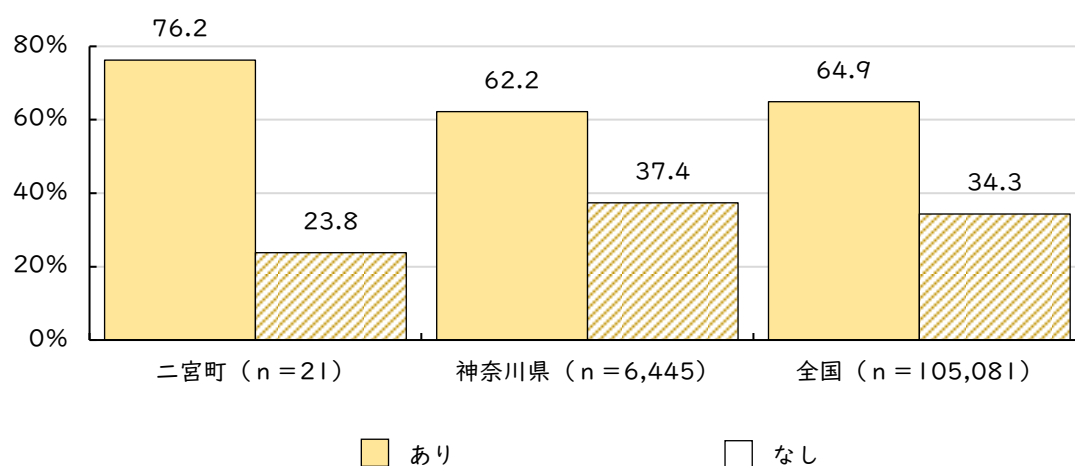
②年齢別自殺者数の比較



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺者の年齢をみると、「20～39歳」、「40～59歳」がそれぞれ33.3%と最も多く、「60～79歳」が28.6%で続いています。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の自殺者は「20～39歳」が多く、「80歳以上」が少ないことがわかります。

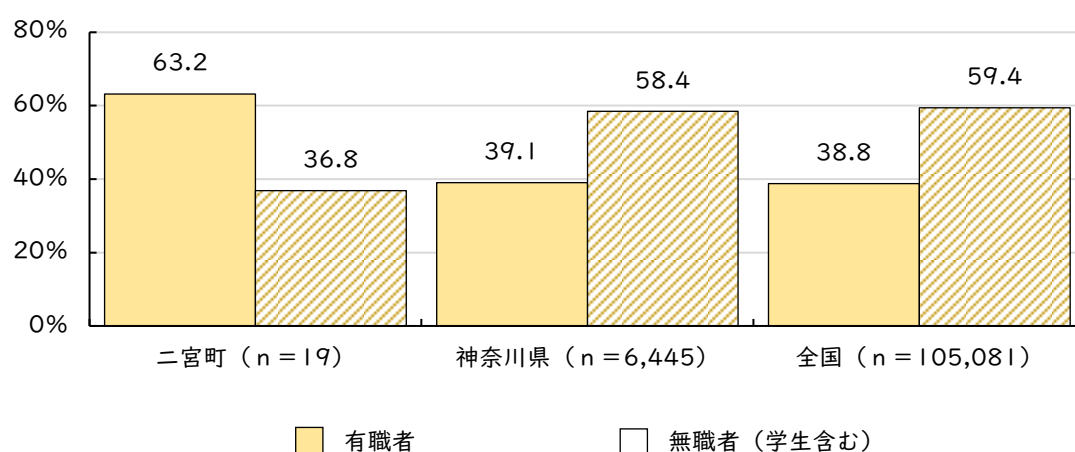
③同居人の有無別自殺者数の比較



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺者の同居人の有無をみると、「あり」が76.2%、「なし」が23.8%と、「あり」が多くなっています。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の自殺者は「(同居人) あり」が多く、「(同居人) なし」が少ないことがわかります。

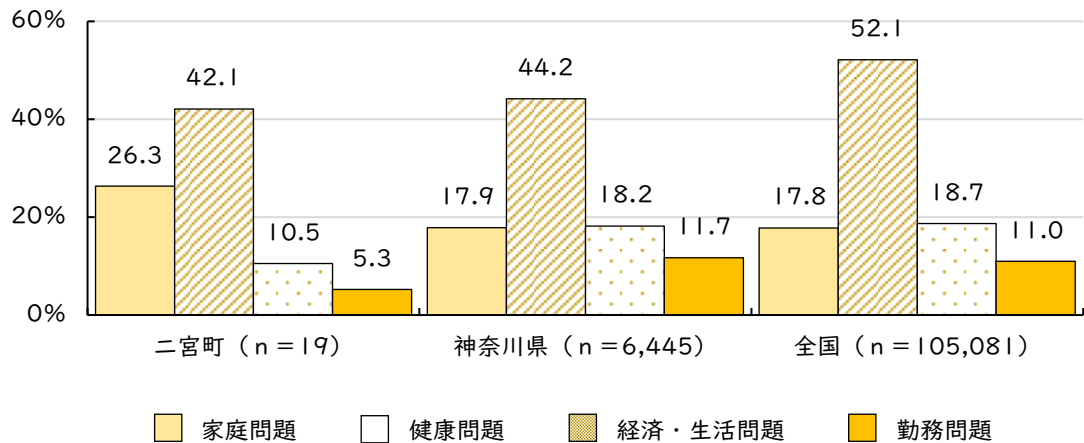
④職業の有無別自殺者数の比較



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺者の職業の有無をみると、「有職者」が63.2%、「無職者 (学生含む)」が36.8%と、「有職者」が多くなっています。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の自殺者は「有職者」が多く、「無職者 (学生含む)」が少ないことがわかります。

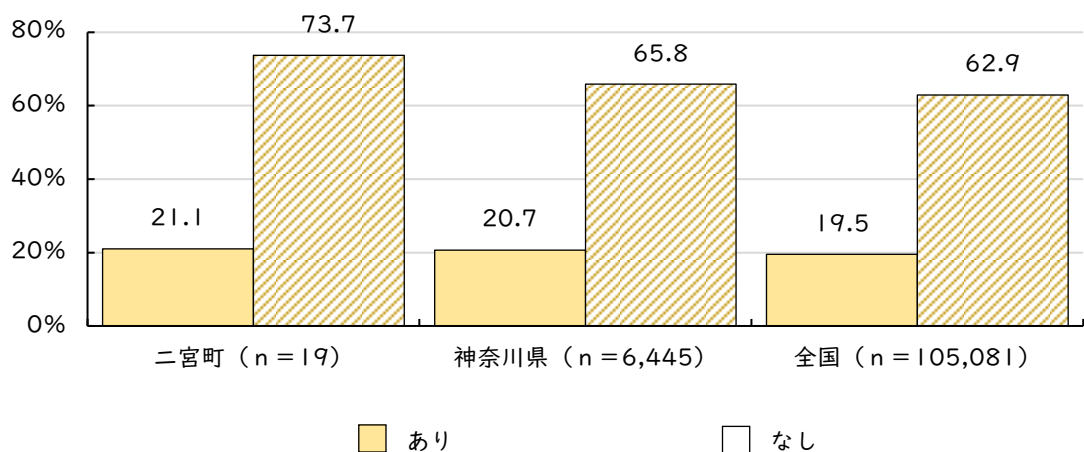
⑤原因・動機別自殺者数の比較（割合の高い4項目のみ）



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺の原因・動機（割合の高い項目のみ）をみると、「健康問題」が42.1%と最も多く、「家庭問題」が26.3%で続いています。神奈川県や全国と比較すると、二宮町の自殺者は「家庭問題」が多く、「健康問題」、「経済・生活問題」、「勤務問題」が少ないことがわかります。

⑥自殺未遂歴の有無別自殺者数の比較



資料：「地域における自殺の基礎資料」

自殺者の自殺未遂歴の有無をみると、「あり」が21.1%、「なし」が73.7%と、「なし」が多くなっています。神奈川県や全国と比較すると、「なし」が多いことがわかります。

2 アンケート結果からみる二宮町の現状と課題

(1) 調査の概要

①調査の目的

令和6年度に見直しを予定している「二宮町健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画」の基礎資料とするために、二宮町で暮らす人々の健康感、日頃の過ごし方、保健事業の利用状況などについての意見を収集するための調査を実施しました。

②調査の方法

調査種類	対象者	調査方法	調査期間
① 18歳以上	二宮町に住む 18歳以上の男女	郵送配布・郵送回収	令和6年1月11日～24日
② 3歳保護者	二宮町に住む 3歳児の保護者	施設配布・施設回収 (一部郵送配布・郵送回収)	令和6年1月11日～24日
③ 小学5年生 中学2年生	二宮町に住む 小学5年生 二宮町に住む 中学2年生	学校配布・学校回収	令和6年3月15日～22日

③回収状況

調査種類	対象者数	回収数	無効票数	有効回収数	有効回収率
① 18歳以上	1,000人	487票	1票	486票	48.6%
② 3歳保護者	140人	88票	1票	87票	62.1%
③ 小学5年生 中学2年生	小5 198人 中2 180人 合計 378人	小5 159票 中2 165票 合計 324票	小5 0票 中2 0票 合計 0票	小5 159票 中2 165票 合計 324票	小5 80.3% 中2 91.7% 合計 85.7%

※無効票とは、白票や著しく回答が少ない票のことです。

④調査結果を読む際の注意点

- ・ 回答は、各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（％）で示しています。
- ・ 百分率は小数点以下第2位を四捨五入して算出しました。このため、百分率の合計が100%にならないことがあります。
- ・ スペースの関係上、選択肢を省略して表記していることがあります。

(2) 調査の結果

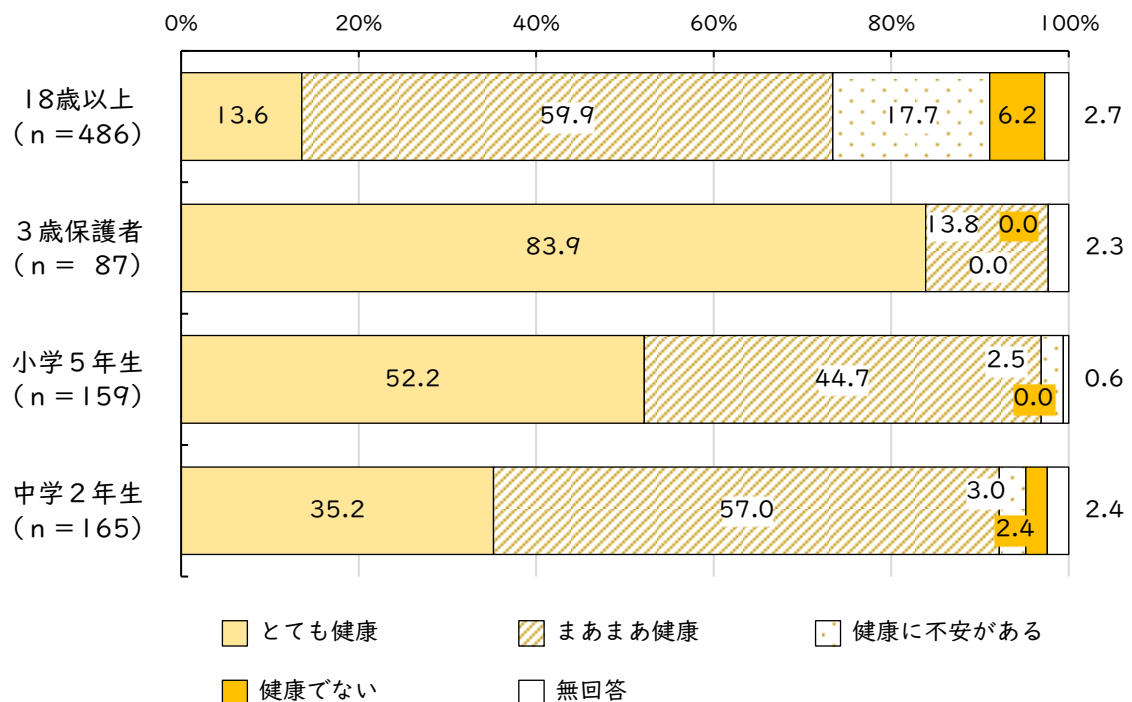
①主観的健康感

【18歳以上】「まあまあ健康」が59.9%と最も多く、次いで「健康に不安がある」が17.7%、「とても健康」が13.6%などとなっています。また、『健康』（とても健康+まあまあ健康）は73.5%となっています。

【3歳保護者】「とても健康」が83.9%と最も多く、次いで「まあまあ健康」が13.8%となっています。また、『健康』は、97.7%となっています。

【小学5年生】「とても健康」が52.2%と最も多く、次いで「まあまあ健康」が44.7%、「健康に不安がある」が2.5%などとなっています。また、『健康』は、96.9%となっています。

【中学2年生】「まあまあ健康」が57.0%と最も多く、次いで「とても健康」が35.2%、「健康に不安がある」が3.0%などとなっています。また、『健康』は、92.2%となっています。



②肥満度

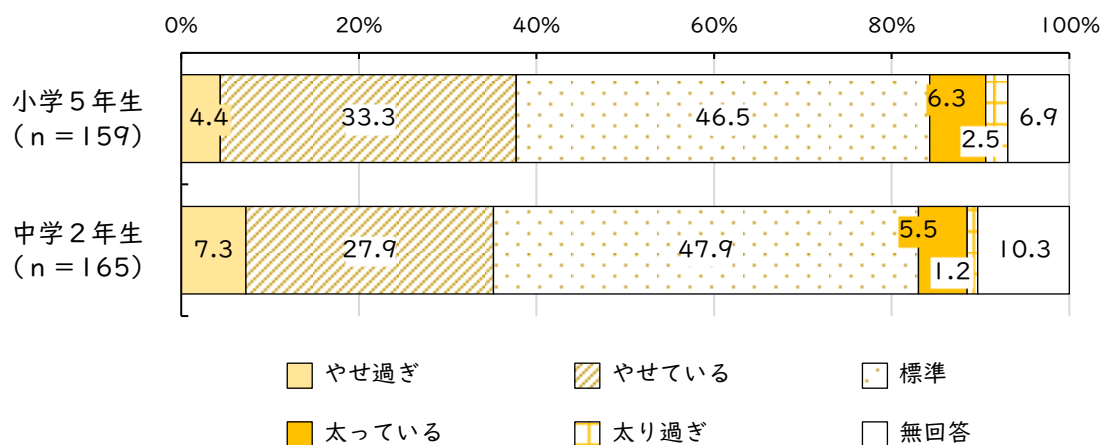
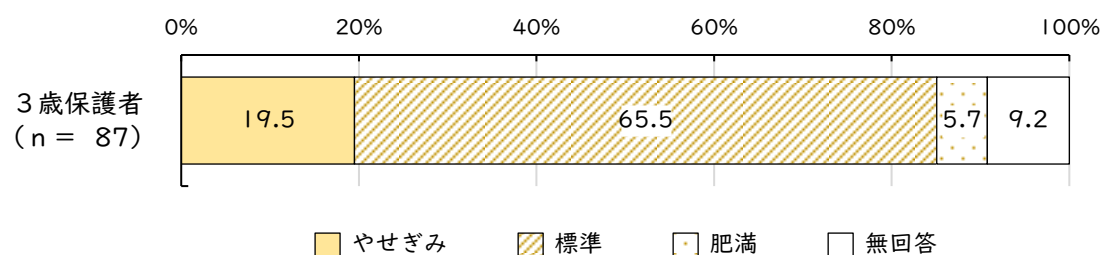
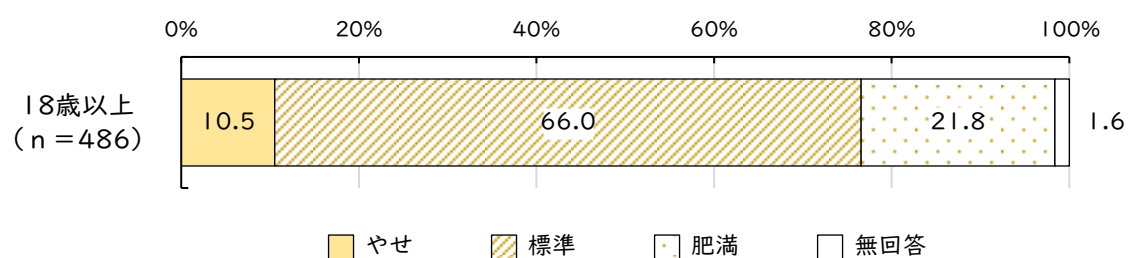
- ◆ 回答された身長・体重からBMI（18歳以上）、カウプ指数（3歳保護者）、ローレル指数（小中学生）を算出し、肥満度を評価

【18歳以上】「標準」が66.0%と最も多く、次いで「肥満」が21.8%、「やせ」が10.5%となっています。

【3歳保護者】「標準」が65.5%と最も多く、次いで「やせぎみ」が19.5%、「肥満」が5.7%となっています。

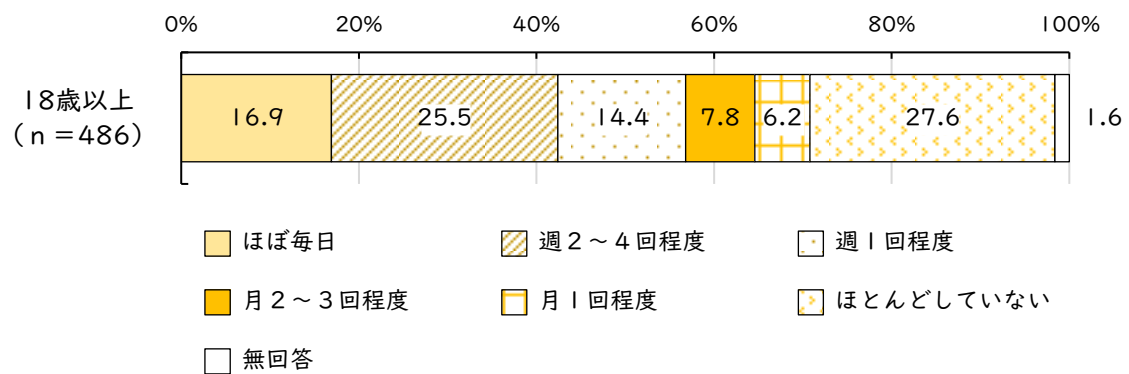
【小学5年生】「標準」が46.5%と最も多く、次いで「やせている」が33.3%、「太っている」が6.3%などとなっています。

【中学2年生】「標準」が47.9%と最も多く、次いで「やせている」が27.9%、「やせ過ぎ」が7.3%などとなっています。



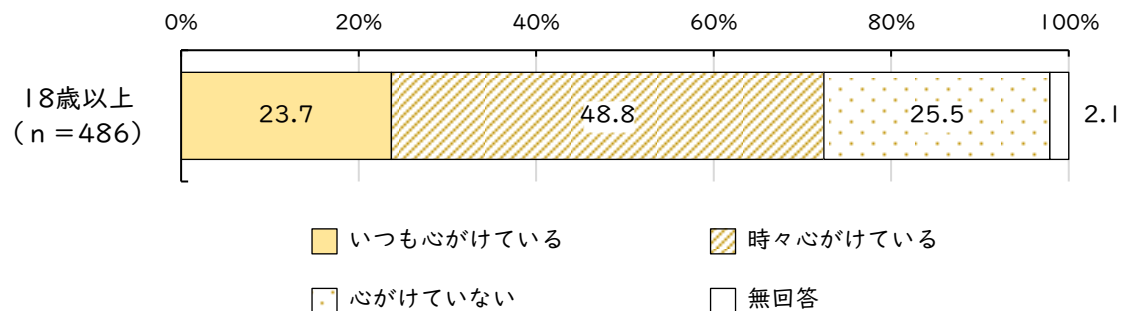
③1年間の1回30分以上の運動の頻度

【18歳以上】「ほとんどしていない」が27.6%と最も多く、次いで「週2～4回程度」が25.5%、「ほぼ毎日」が16.9%などとなっています。また、『週2回以上』（ほぼ毎日＋週2～4回程度）は、42.4%となっています。



④意識的に体を動かす心がけの有無（単数回答）

【18歳以上】「時々心がけている」が48.8%と最も多く、次いで「心がけていない」が25.5%、「いつも心がけている」が23.7%となっています。



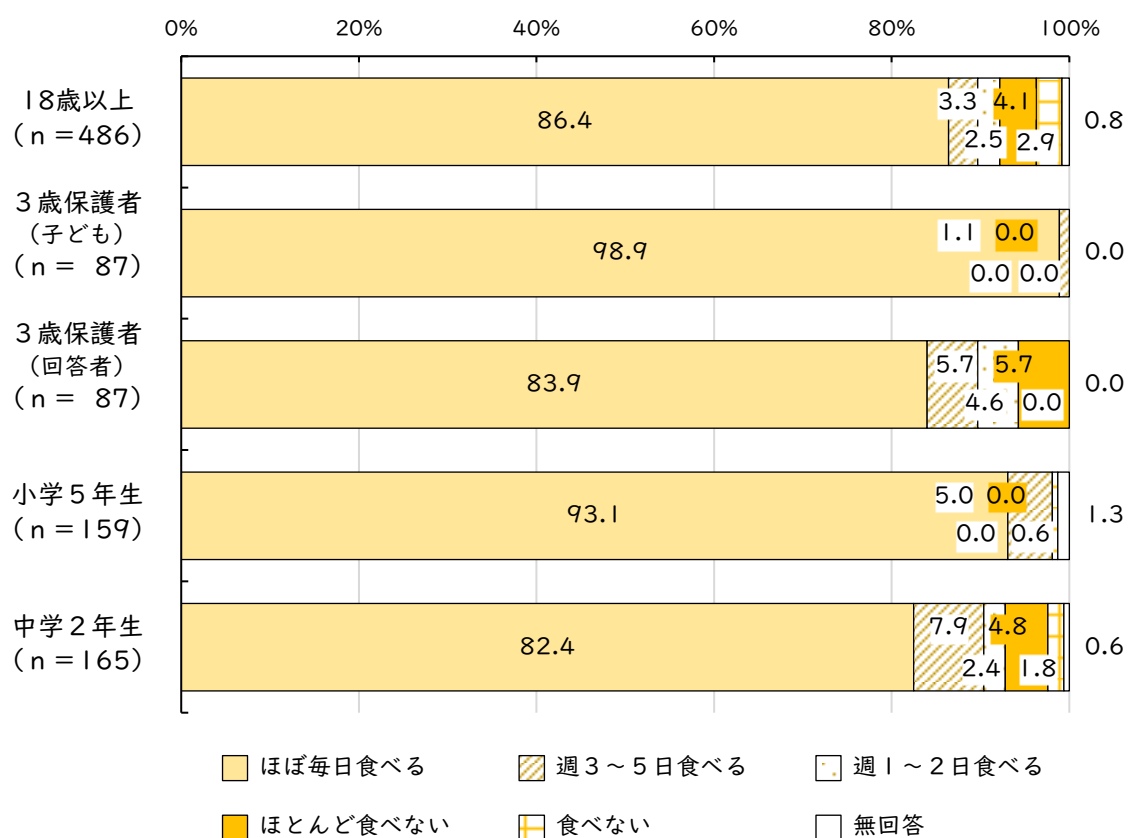
⑤朝食の摂食頻度

【18歳以上】「ほぼ毎日食べる」が86.4%と突出しています。

【3歳保護者】子どもは、「ほぼ毎日食べる」が98.9%と突出しています。回答者は、「ほぼ毎日食べる」が83.9%と突出しています。

【小学5年生】「ほぼ毎日食べる」が93.1%と突出しています。

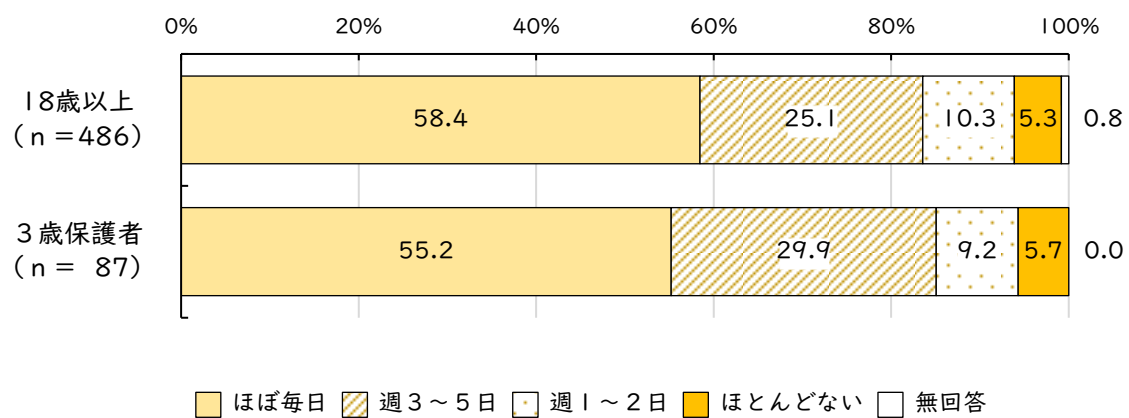
【中学2年生】「ほぼ毎日食べる」が82.4%と突出しています。



⑥主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上ある頻度

【18歳以上】「ほぼ毎日」が58.4%と最も多く、次いで「週3～5日」が25.1%、「週1～2日」が10.3%などとなっています。

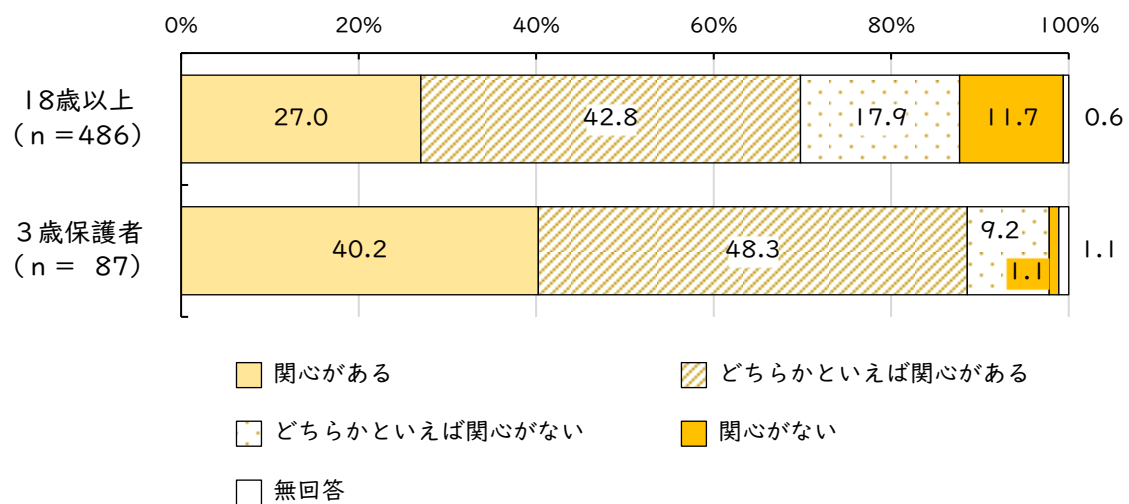
【3歳保護者】「ほぼ毎日」が55.2%と最も多く、次いで「週3～5日」が29.9%、「週1～2日」が9.2%などとなっています。



⑦食育への関心の有無

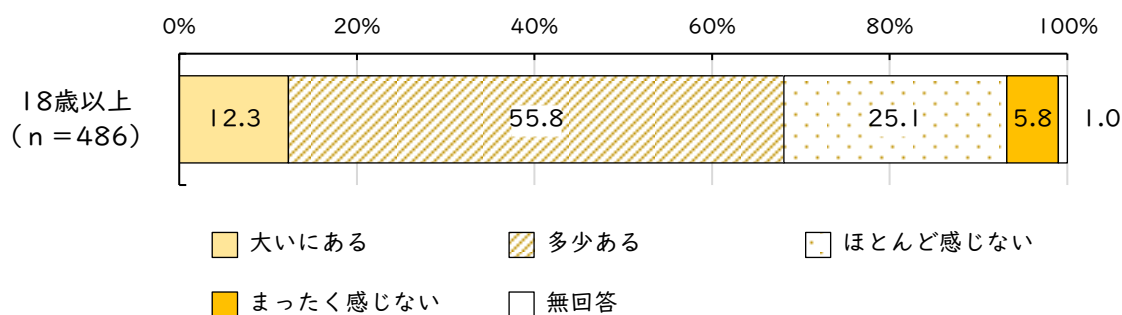
【18歳以上】『関心がある』（関心がある＋どちらかといえば関心がある）は、69.8%となっています。

【3歳保護者】『関心がある』は、88.5%となっています。



⑧ストレスの有無

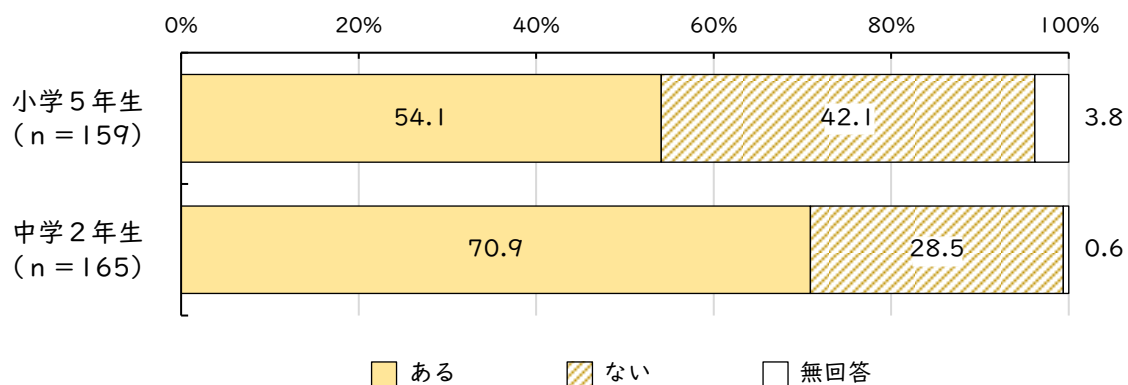
【18歳以上】「多少ある」が55.8%と最も多く、次いで「ほとんど感じない」が25.1%、「大いにある」が12.3%などとなっています。また、『ある』（大いにある+多少ある）は68.1%、『ない』（まったく感じない+ほとんど感じない）は30.9%となっています。



⑨1年以内に悩んだり、不安やストレスを感じたことの有無

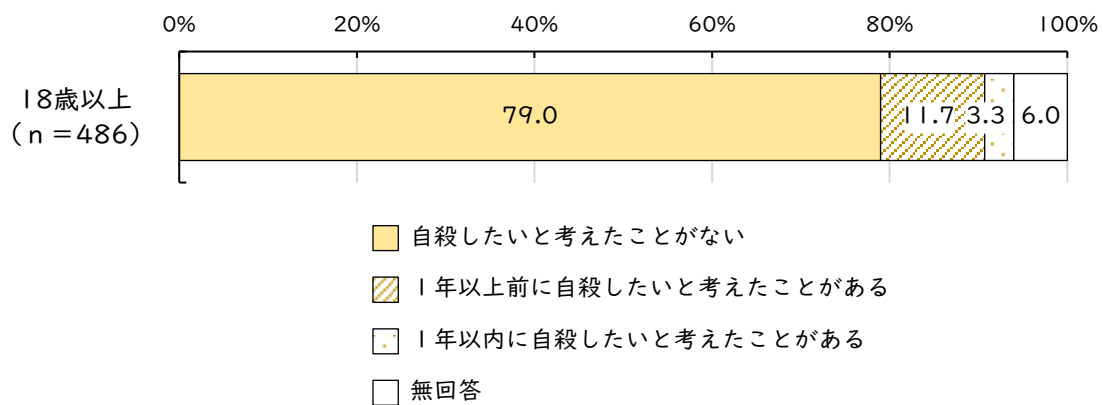
【小学5年生】「ある」が54.1%、「ない」が42.1%となっています。

【中学2年生】「ある」が70.9%、「ない」が28.5%となっています。



⑩これまでの人生のなかで、自殺をしたいと考えたことの有無

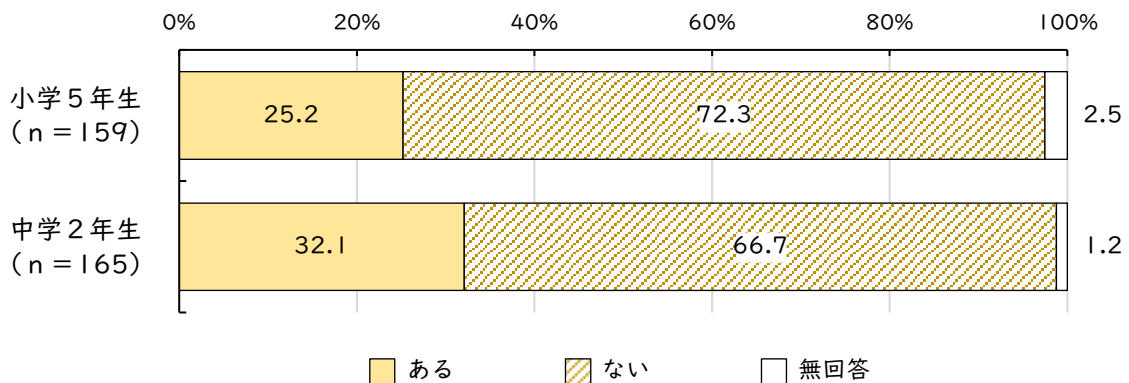
【18歳以上】「自殺したいと考えたことがない」が79.0%と最も多く、次いで「1年以上前に自殺したいと考えたことがある」が11.7%、「1年以内に自殺したいと考えたことがある」が3.3%となっています。また、『自殺したいと考えたことがある』（1年以上前に自殺したいと考えたことがある＋1年以内に自殺したいと考えたことがある）は、15.0%となっています。



⑪消えてしまいたくなったり、いなくなってしまうと思ったことの有無

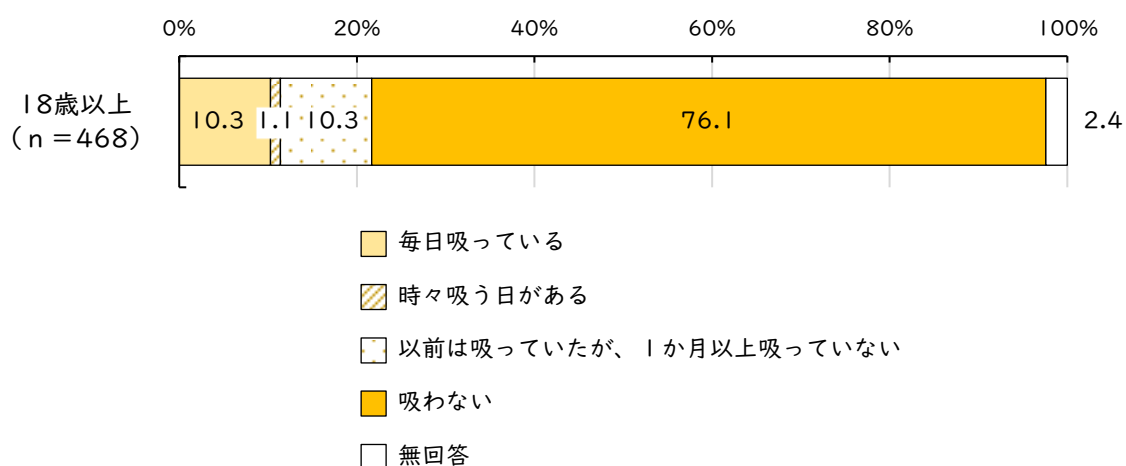
【小学5年生】「ある」が25.2%、「ない」が72.3%となっています。

【中学2年生】「ある」が32.1%、「ない」が66.7%となっています。



⑫喫煙状況 ※20歳以上の方のみ回答

【18歳以上】「吸わない」が76.1%と最も多く、次いで「毎日吸っている」、「以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない」がそれぞれ10.3%、「時々吸う日がある」が1.1%となっています。

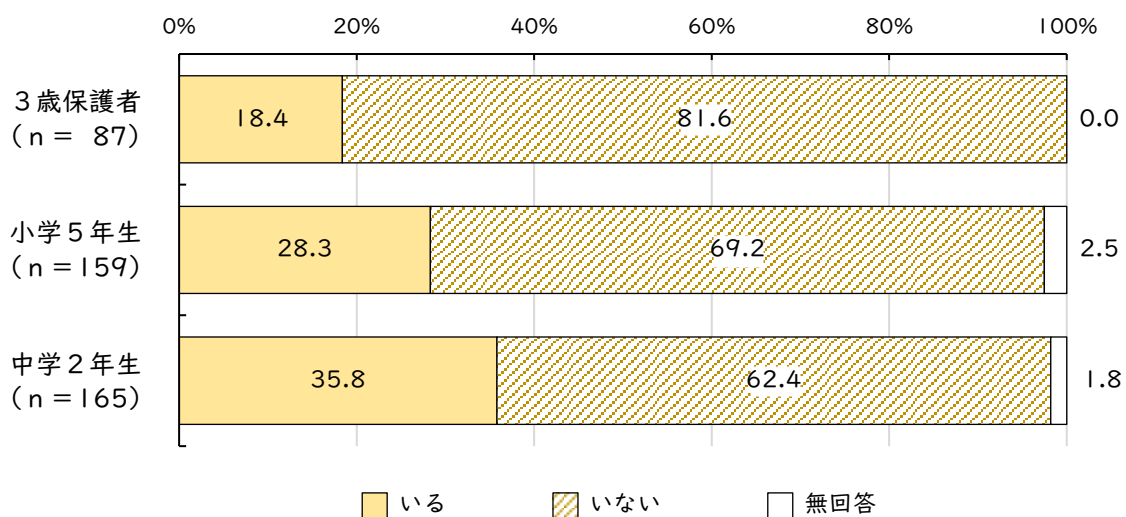


⑬同居する喫煙者の有無

【3歳保護者】「いる」が18.4%、「いない」が81.6%となっています。

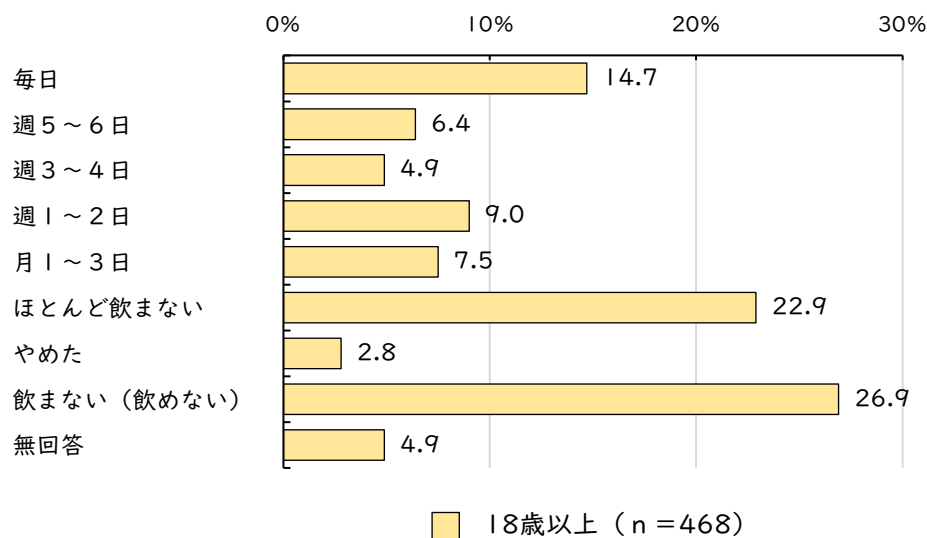
【小学5年生】「いる」が28.3%、「いない」が69.2%となっています。

【中学2年生】「いる」が35.8%、「いない」が62.4%となっています。



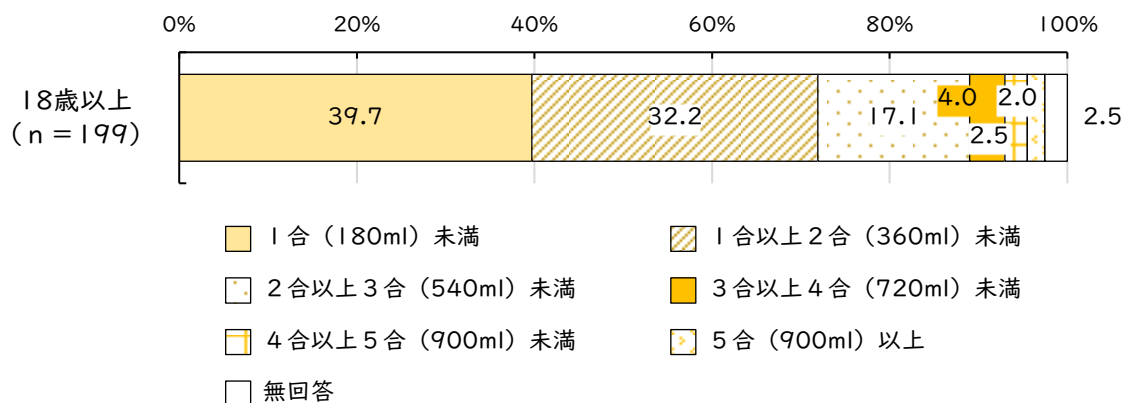
⑭飲酒頻度 ※20歳以上の方のみ回答

【18歳以上】「飲まない（飲めない）」が26.9%と最も多く、次いで「ほとんど飲まない」が22.9%、「毎日」が14.7%などとなっています。また、『週1日以上』（毎日＋週5～6日＋週3～4日＋週1～2日）は、35.0%となっています。



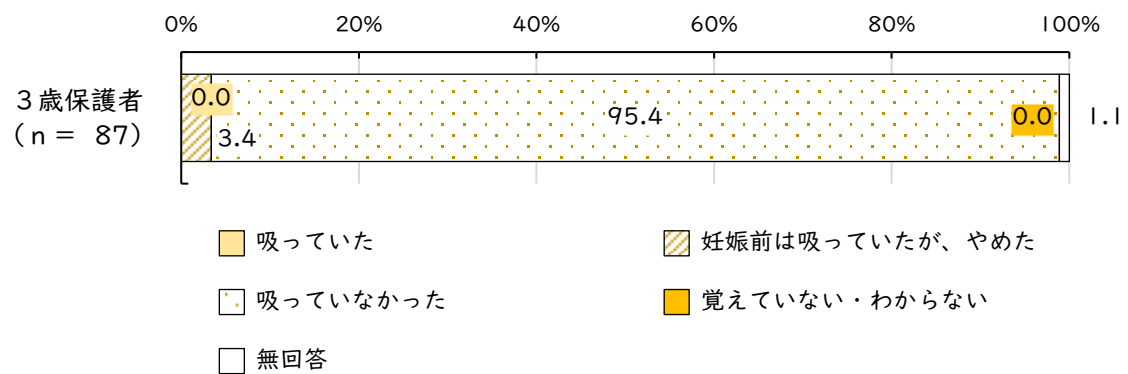
⑮月1日以上飲む人の1日あたりの飲酒量 ※清酒換算

【18歳以上】『2合以上』（2合以上3合（540ml）未満＋3合以上4合（720ml）未満＋4合以上5合（900ml）未満＋5合（900ml）以上）は、25.6%となっています。



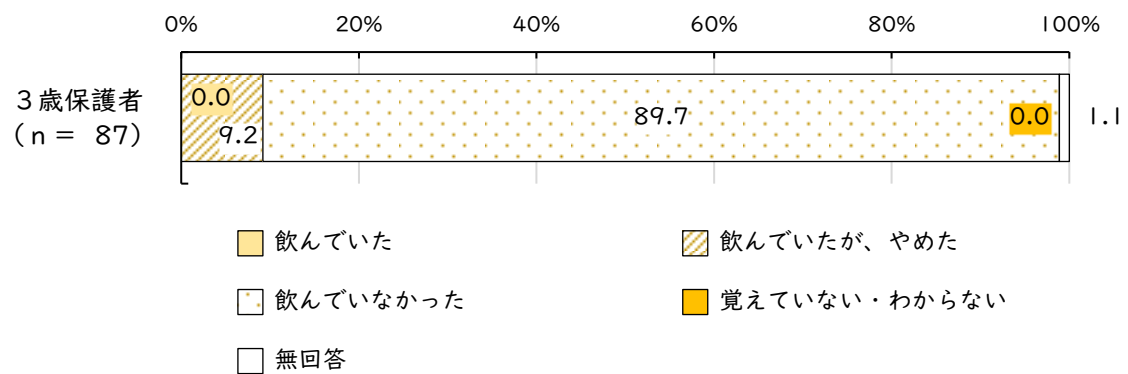
⑩妊娠中の母親の喫煙状況

【3歳保護者】「吸っていなかった」が95.4%と突出しています。



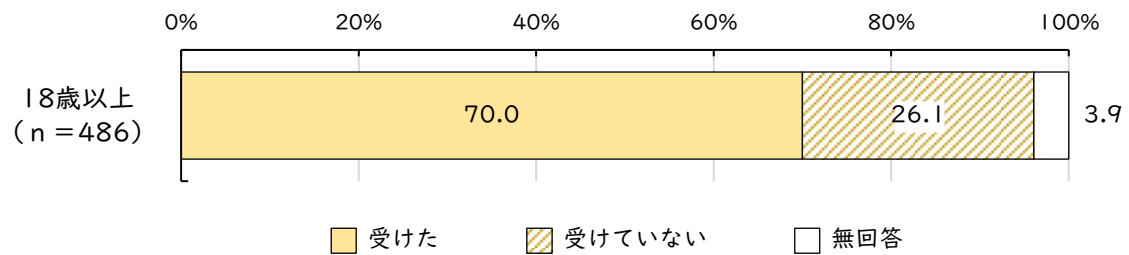
⑪妊娠中の母親の飲酒状況

【3歳保護者】「飲んでいなかった」が89.7%と突出しています。



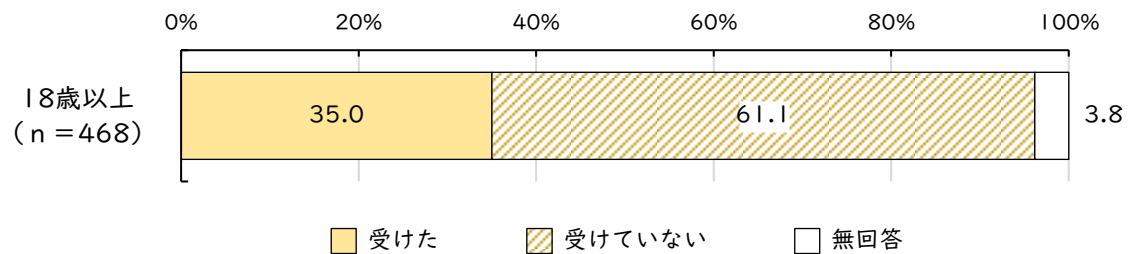
⑱ 1年間の健康診査の受診状況

【18歳以上】「受けた」が70.0%、「受けていない」が26.1%となっています。



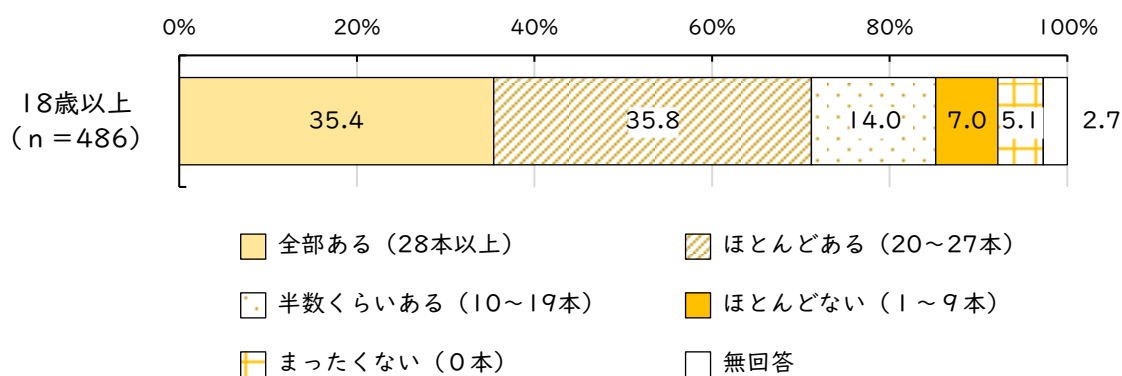
⑲ 1年間のがん検診の受診状況 ※20歳以上の方のみ回答

【18歳以上】「受けた」が35.0%、「受けていない」が61.1%となっています。



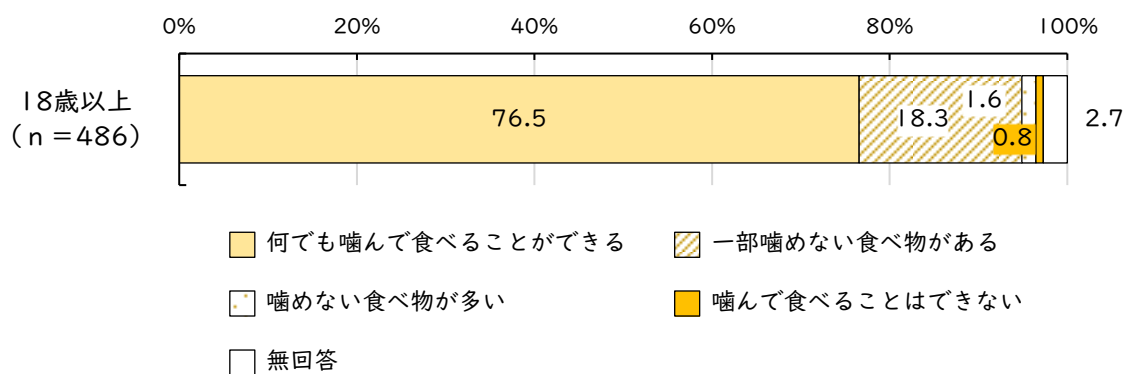
②⑩自分の歯の本数

【18歳以上】「ほとんどある（20～27本）」が35.8%と最も多く、次いで「全部ある（28本以上）」が35.4%、「半数くらいある（10～19本）」が14.0%などとなっています。また、『20本以上』（全部ある（28本以上）＋ほとんどある（20～27本））は、71.2%となっています。



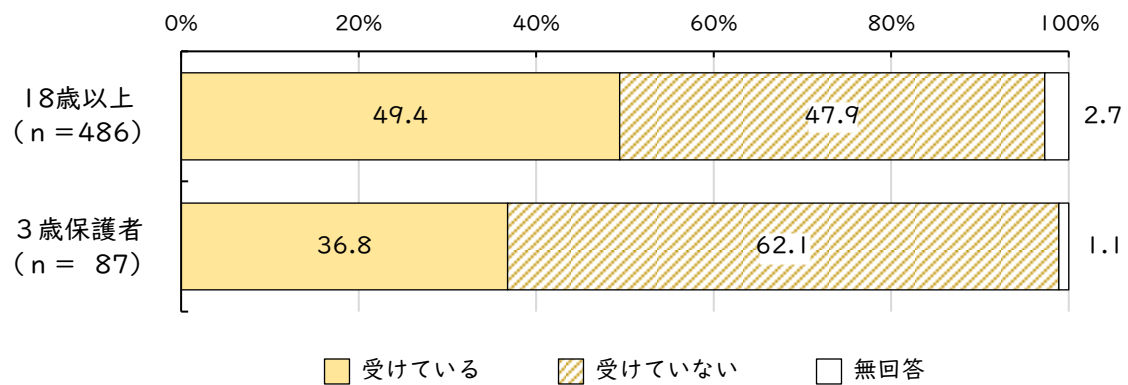
②⑪噛んで食べる時の状態

【18歳以上】「何でも噛んで食べることができる」が76.5%と最も多く、次いで「一部噛めない食べ物がある」が18.3%、「噛めない食べ物が多い」が1.6%などとなっています。



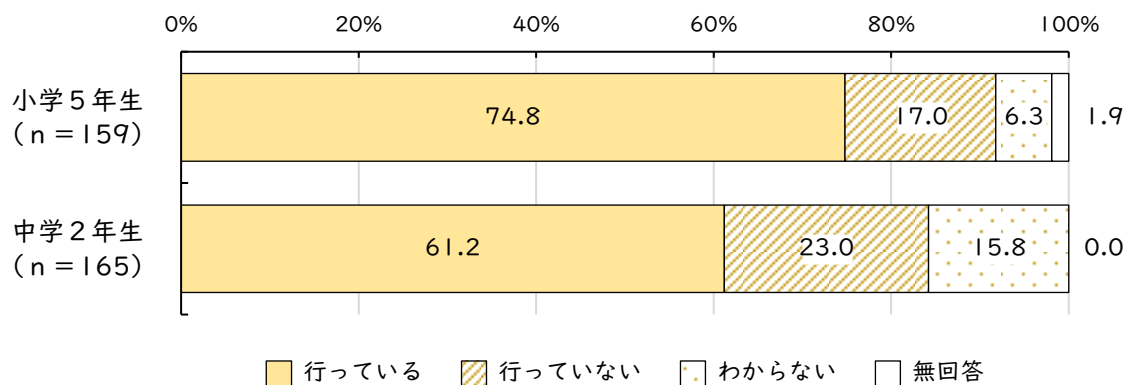
②定期的な歯科健診の受診の有無

【18歳以上】「受けている」が49.4%、「受けていない」が47.9%となっています。
 【3歳保護者】「受けている」が36.8%、「受けていない」が62.1%となっています。



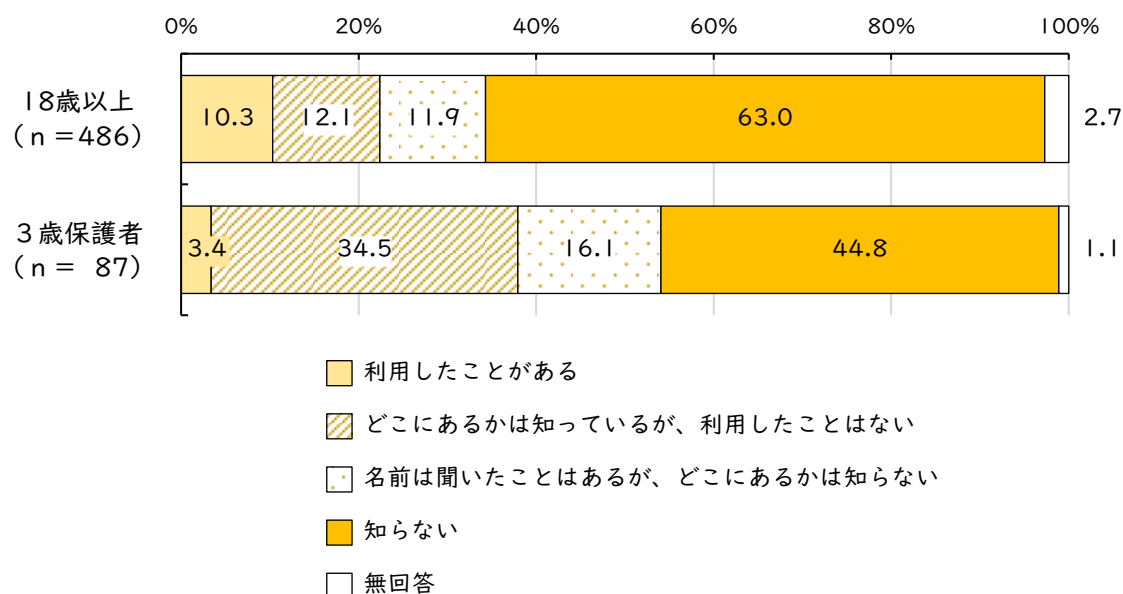
③1年に1回以上の歯医者への受診の有無定期的な歯科健診の受診の有無

【小学5年生】「行っている」が74.8%と最も多く、次いで「行っていない」が17.0%、「わからない」が6.3%となっています。
 【中学2年生】「行っている」が61.2%と最も多く、次いで「行っていない」が23.0%、「わからない」が15.8%となっています。



④未病センターにのみや「健康づくりステーション」の認知状況

- 【18歳以上】「知らない」が63.0%と最も多く、次いで「どこにあるかは知っているが、利用したことはない」が12.1%、「名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない」が11.9%などとなっています。また、『名前は聞いたことがある』（利用したことがある＋どこにあるかは知っているが、利用したことはない＋名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない）は、34.3%となっています。
- 【3歳保護者】「知らない」が44.8%と最も多く、次いで「どこにあるかは知っているが、利用したことはない」が34.5%、「名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない」が16.1%などとなっています。また、『名前は聞いたことがある』（利用したことがある＋どこにあるかは知っているが、利用したことはない＋名前は聞いたことはあるが、どこにあるかは知らない）は、54.0%となっています。



3 前回計画の評価

「二宮町健康増進計画・食育推進計画（平成 27 年度～令和 6 年度）」では、町民アンケート（平成 26 年度）や統計データ等をもとに、健康づくり施策に対する指標が設定されています。それぞれの領域別に指標の達成状況等を整理し、取り組みを評価しました。

また、「自殺対策計画（平成 31 年度～令和 6 年度）」は、本町の人口規模を考慮して、具体的な目標数値は掲げず、町民一人ひとりが命の大切さについて理解し、誰も自殺に追い込まれることのない町を目指して、様々な施策や取り組みを行い、自殺者数は令和 3 年では 0 人、令和 4 年では 6 人、令和 5 年では 7 人となっています。

<達成状況一覧>

評 価	基 準
○	達成できた
△	達成できなかったが、平成 26 年度よりも改善した
×	改善できていない（平成 26 年度と同じ数値を含む）
—	評価困難（制度変更等により、比較評価が困難な項目）

（１）健康管理の実践

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況
① 特定健康診査の受診率	国保被保険者	36.1%	60%	33.2%	×
② 特定保健指導の実施率	保健指導対象者	54.5%	70%	29.4%	×
③ 胃がん検診受診率の割合	40 歳以上男女	2.3% (H24)	10%	男性:1.1% 女性:2.8%	—
④ 大腸がん検診受診率の割合	40 歳以上男女	25.0% (H24)	35%	男性:3.6% 女性:6.9%	—
⑤ 子宮がん検診受診率の割合	20 歳以上女性	4.2% (H24)	10%	5.2%	△
⑥ 乳がん検診受診率の割合	40 歳以上女性	6.2% (H24)	12%	7.5%	△
⑦ 肺がん検診受診率の割合	40 歳以上男女	27.4% (H24)	30%	男性:4.1% 女性:6.6%	—

※ ③、④、⑦ …… 男女別に算定しているため

(2) 運動の習慣化

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況
① 運動の頻度が「週3日以上」の人の割合	20 歳以上男性	23.9%	30%	42.9% (週2回以上)	—
	20 歳以上女性	20.2%	25%	42.1% (週2回以上)	—
② ロコモティブシンドロームの認知度	20 歳以上	—	80%	—	—

※ ① …… 「健康日本 21(第三次)」では、運動頻度の目標回数が“週2日以上”に変更されてため

② …… ロコモティブシンドロームの認知度に関する設問は行っていないため

(3) こころの健康づくり

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況
① 睡眠で休養が『とれていない』人の割合	20 歳以上	20.7%	15%以下	21.2%	×
② ストレスを感じる事が『ある』人の割合	20 歳以上	83.5%	70%以下	68.1%	○
③ 自殺者数	全員	5人 (H23)	0人	7人 (R5)	×

(4) たばこ・お酒への理解

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況
① 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%	91.8%	△
	中学2年生	89.4%	100%	98.8%	△
② COPDの認知度	20 歳以上	—	80%	—	—
③ 喫煙率	20 歳以上	15.8%	12%以下	11.4%	△
④ 1日あたりのお酒の量が「3合以上」の人の割合	20 歳以上	0.6%	減少	3.6%	×

※ ② …… COPD の認知度に関する設問は行っていないため

(5) 歯と口腔の健康づくり

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況	
①	1年に1度以上、歯科健診を受けて いる人の割合	20 歳以上	44.8%	55%	49.4%	△
②	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%	74.2%	×
		中学2年生	85.5%	90%	87.9%	△
③	20 本以上自分の歯を有する人の割合	70 代以上	13.2%	20%	47.9%	○

(6) 望ましい食習慣の確立

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況	
①	食事バランスガイドを「見たことがある」人の割合	20 歳以上	47.6%	55.0%	—	
②	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	20 歳以上	78.8%	85.0%	58.4%	×
③	朝食を「食べない」人の割合	小学5年生	0.4%	0.0%	0.6%	×
④	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%	60.2%	○

※ ① …… 食事バランスガイドに関する設問は行っていないため

(7) 食への感謝の気持ち

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況	
①	料理をつくったり、野菜を育てることへの関心が「ある」人の割合	小学5年生	81.3%	90.0%	—	—
②	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 14 校／14 校	○	
③	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	26.4%	×

※ ① …… 料理をつくったり、野菜を育てることへの関心に関する設問は行っていないため

(8) 食の安全と文化の伝承

		当初値 (H26 年度)	目標値 (R6 年度)	直近値 (R5 年度)	達成 状況	
①	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	20 歳以上	58.0%	65.0%	—	—
②	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 14 校／14 校	○	

※ ① …… 食品の安全性に関する基礎的な知識の有無に関する設問は行っていないため

第3章 計画の基本的な考え方

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が送れるよう、地域全体が相互に支えあいながら、町民一人ひとりが主体的に健康づくりをしていくという意識を高めて、実践していくために、「豊かな自然で育む健康な心とからだ ～ 向き合おうところとからだの健康管理～」を本計画の基本理念として掲げ、町と町民が一体となって心身の健康づくりを推進していきます。

基本理念

豊かな自然で育む健康な心とからだ
～ 向き合おうところとからだの健康管理 ～

2 施策の体系

基本理念	基本目標	行動目標
豊かな自然で育む健康な心とからだ 向き合おうところとからだの健康管理	1 健康管理の実践	生活習慣を見直し、健康寿命の延伸に取り組もう
	2 運動の習慣化	日頃から気軽に身体を動かし、運動を習慣化しよう
	3 心の健康づくり 自殺対策計画	ストレスの解消方法を身につけ、休養をしっかりとろう
	4 たばこ・お酒への理解	たばこの害、節度ある飲酒と健康について理解しよう
	5 歯と口腔の健康づくり	いつまでも自分の歯で食べられるように、歯と口腔における健康の維持・向上に取り組もう
	6 望ましい食習慣の確立 食育推進計画	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
	7 持続可能な食を支える食育の推進 食育推進計画	食への関心を高めて、食に関する正しい知識を身に付けよう
	8 いのちを支え・つなげる包括支援 自殺対策計画	分野や垣根を超えた協力体制を強化し、誰も自殺に追い込まれることのない町を目指そう

第4章 施策の展開

1 健康管理の実践

【現状と課題】

- 本町の令和5年度の平均寿命は、男性が82.4歳、女性が87.8歳となっています。個人差はありますが、一般的に人間は年を重ねるほど、身体機能や認知機能が低下したり、疾病にかかりやすくなったりします。そのため、少子高齢化が進む我が国では、いかに良好な健康状態を維持するかが重要となります。
- アンケート調査結果では、自分や子どもの健康状態を『健康』と評価した人が、3歳保護者（子ども）・小中学生において9割を超えている一方で、18歳以上においては8割未満に留まっています。
- 特定健康診査の受診率は令和元年度までは約4割となっていたものの、新型コロナウイルス感染症の感染拡大による自粛などを理由として3割台半ばにまで落ち込んでおり、現在も劇的な改善はみられていません。がん検診の受診率も同様に低下傾向にあり、特に男性の受診率が低くなっています。一方で、乳幼児健康診査等の受診率は、コロナ禍を経ても9割以上で推移しており、保護者の意識の高さがうかがえます。
- アンケート調査結果では、18歳以上において健康診査の受診率は7割、20歳以上において何かしらのがん検診の受診率は3割以上となっています。
- アンケート調査結果では、未病センターにのみや『健康づくりステーション』を「知らない」人が、18歳以上において6割以上、3歳保護者（回答者）において4割以上と多いことから、さらなる周知が求められます。

【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

自分の健康への関心を高めるとともに、健康に関する正しい知識を身に付けることで、いきいきと自分らしく暮らすことができる期間を延ばしましょう。

【町民の取り組み】

- 定期的な健康状態を把握する機会として、健康診査やがん検診を受診します。
- 健康診査やがん検診の結果に応じて、適切な指導や診察を受けるとともに、健康状態の改善・回復に向けた取り組みを行います。
- 日頃の取り組みとして、規則正しい生活習慣や栄養バランスがとれた食事、適度な運動に努めます。
- 自分の適正な体重を把握し、適正な体重の維持に努めるとともに、肥満度を正しく評価します。
- 介護を必要としない期間をできる限り延伸するため、元気なうちから介護予防に努めます。
- 健康について気軽に相談できるかかりつけ医をもちます。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・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。今後も各健診受診率の向上に向け、働きかけを行います。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
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。また、予備群にはならなかったものの、リスクの高い方には保健指導を実施します。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
がん検診	がんの早期発見・早期予防による健康寿命の延伸のため、年に4回、集団検診の形態で、5がん（胃・大腸・乳・子宮・肺）のほか、前立腺がん検診も実施します。肺がん・大腸がん・前立腺がんにおいては特定健診・健康診査との同時実施を行い、子宮がん、乳がんは個別検診でも行います。【継続】	子育て・健康課
地域の通いの場	日ごろの自宅にこもりがちな高齢者を中心に、町内18か所の施を拠点に、地域住民相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課
未病センターにのみや「健康づくりステーション」	測定機器による健康状態の見える化や身近な健康相談等により、町民自身による健康づくり促進を行います。【新規】	子育て・健康課
こどもの健康増進	妊婦及び乳幼児がいる家族を対象に、健康管理についての知識の普及・啓発を行います。【新規】	子育て・健康課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 胃がん検診の受診率の増加	40歳～69歳(男性)	1.1%	10%
	40歳～69歳(女性)	2.8%	10%
② 大腸がん検診の受診率の増加	40歳～69歳(男性)	3.6%	10%
	40歳～69歳(女性)	6.9%	10%
③ 肺がん検診の受診率の増加	40歳～69歳(男性)	4.1%	10%
	40歳～69歳(女性)	6.6%	10%
④ 乳がん検診の受診率の増加	40歳～69歳(女性)	5.2%	10%
⑤ 子宮頸がん検診の受診率の増加	40歳～69歳(女性)	7.5%	10%
⑥ この1年間で、各種がん検診を受けた人の増加	18歳以上	35.0%	45%
⑦ この1年間で、健康診査を受けた人の増加	18歳以上	70.0%	75%

資料：①、⑦、⑧ 町民アンケート

②～⑥ 子育て・健康課

2 運動の習慣化

【現状と課題】

- 適度な運動は、生活習慣病や肥満を予防したり、身体機能の低下を遅らせたりするなど、健康の維持・増進につながります。最も大切なことは、月単位・年単位で運動による健康づくりに取り組むことです。高齢になって身体機能が低下してから運動を始めると怪我の危険性が高まるため、身体が元気な若いうちから意識して運動習慣を身に付ける必要があります。
- アンケート調査結果では、18 歳以上において1 回 30 分以上の運動を「ほとんどしていない」人が4 人に1 人以上となっています。また、国が目標として掲げている『週2 回以上』している人は、約4 割に留まっています。
- アンケート調査結果では、18 歳以上において意識的に体を動かすことを「いつも心がけている」人が約4 人に1 人となっています。また、「時々心がけている」が約2 人に1 人、「心がけていない」が約4 人に1 人と、あまり意識は高くありません。
- 身体への負担が大きい運動は、怪我や病気の悪化につながりかねません。日々運動を継続することが大切なので、自身の能力や体調に応じて、無理なく継続できる運動を選択する必要があります。
- 町内のスポーツ施設利用者数は、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う活動自粛により、令和2 年度頃は著しく減少しました。しかし、近年では利用者数が回復傾向にあることから、引き続き身近な活動場所として活用を呼び掛けます。

【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

年齢や健康状態などに応じた内容・強度の運動を定期的に行い、楽しく運動を継続できるように努めましょう。

【町民の取り組み】

- エスカレーターやエレベーターを使わずに階段で移動するなど、意識して身体を動かします。
- ウォーキングやジョギングなど、気軽にできることから運動を習慣付けます。
- その時々健康状態などに応じて運動の内容や強度を変えることができるよう、運動に関する正しい知識を身に付けます。
- 怪我や病気の悪化につながりかねない負担の大きな運動は避けます。
- 楽しんで運動することができるよう、家族等と一緒に取り組んだり、新しい運動にチャレンジしてみたりします。
- 地域活動や運動サークルなどに積極的に参加し、仲間づくりに努めます。
- ロコモティブシンドロームについて正しく理解し、予防に努めます。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
健康づくり普及委員の支援	地域の通いの場や保健センターにおいて、健康づくりに関する知識の普及に取り組みます。【継続】	子育て・健康課
未病センターにのみや「健康づくりステーション」	「健康支援プログラム」を開催し、運動のきっかけ、習慣化、となるよう支援します。【新規】	子育て・健康課
施設のバリアフリー化	誰もが気軽に施設を利用することができるよう、町民からの要望や施設の利用状況等を勘案しながら、必要に応じて施設のバリアフリー化について検討を行います。【継続】	財務課、関係各課
地域の通いの場（再掲）	日ごろの自宅にこもりがちな高齢者を中心に、町内18か所の施を拠点に、地域住民相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課
こどもの身体づくり	妊婦及び乳幼児がいる家族を対象に、身体を動かす等健康管理についての知識の普及・啓発を行います。【新規】	子育て・健康課
女性の健康づくり	からだところろを元気にする方法を学び、生活習慣に取り入れてもらえるよう、身体活動・運動の大切さについて普及啓発を図ります。また、身近に始められ、誰もが親しむことができる身体活動・運動についての情報提供に努めます。【新規】	子育て・健康課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① この1年間、1回 30 分以上の運動を週に2日以上行った人の増加	18 歳以上	42.4%	50%
② 1日 7,000 歩以上、歩く人の増加	18 歳以上	17.4%	20%
③ この1年間、1日 60 分以上の運動を週に2日以上行った児童・生徒の増加	小学5年生	60.4%	65%
	中学2年生	78.8%	80%

資料：①～③ 町民アンケート

3 こころの健康づくり

【現状と課題】

- ストレスという言葉が広く認知されているように、程度に差はあるとしても、日々の生活の中でストレスを感じている人は数多く存在します。
- アンケート調査結果では、18歳以上においてストレスが『ある』人が、約7割となっています。また、1年以内に悩んだり、不安やストレスを感じたことが「ある」人は、小学5年生において半数以上、中学2年生において約7割となっています。
- 現代社会においてストレスのない生活を送ることは非常に難しいことから、日頃からストレスをどう解消することができるかを考えることが重要です。
- 睡眠や休養には、身体だけでなくこころを休めて回復させる役割があります。意識して十分な睡眠時間を確保することで、前向きな気持ちで活動を始めることができるようになります。
- ストレスの原因を解決しない限り、いつまでもストレスを感じるようになることもあります。個人の努力や周りの協力があっても原因の解決が難しい場合には、専門機関などに相談することが求められます。また、こころの病気を放置することで、自殺につながることも十分考えられることから、こころの不調を感じた場合は、速やかに専門機関や医療機関に相談することが求められます。
- 情報化社会が著しく発展し、オンライン上でいつでもあらゆる情報にアクセスできるようになりました。SNSなどを通じて、昼夜問わず情報を発信したり、他者とコミュニケーションをとったりすることも広く行われています。とても便利になった一方で、ゆっくりと気持ちを落ち着ける時間を確保できなくなったり、他者からの評価や反応に過敏になったりするなど、こころが疲れてしまうことも少なくありません。

【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

ストレスをうまく解消することができるよう、自分の気持ちと向き合いながら、心身の回復を図ることができる方法を見つけましょう。

【町民の取り組み】

- 忙しい日々においても、意識して睡眠や休養に努めます。
- 心身の回復を図ることができるストレス解消方法をもちます。
- 悩みや不安を一人で抱え込まず、些細なことでも家族や友人・知人などに相談します。
- 家族や友人・知人などに相談しても解決が難しい悩み・不安は、専門機関や医療機関などに相談します。
- 家族や友人・知人などから相談された場合は、親身になって話を聞き、必要に応じて支援につなげます。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
地域の通いの場 (再掲)	日ごろの自宅にこもりがちな高齢者を中心に、町内 18 か所の施を拠点に、地域住民相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課
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。【継続】	教育指導課
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、毎月1回、社会福祉協議会と連携のもと実施します。【継続】	福祉保険課 (社会福祉協議会)
人権啓発事業	町人権擁護委員等と連携を図りながら、啓発活動を継続していくとともに、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実施します。【継続】	地域政策課 生涯学習課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① この1か月間、睡眠によって 休養がとれていない人の減少	18 歳以上	21.2%	20%
② ストレスを感じている人の減少	18 歳以上	68.1%	65%
③ 睡眠時間が9～12 時間の児童の増加	小学5年生	48.4%	50%
④ 睡眠時間が8～10 時間の生徒の増加	中学2年生	32.8%	35%

資料：①～④ 町民アンケート

4 たばこ・お酒への理解

【現状と課題】

- アンケート調査結果では、20 歳以上においてたばこを「吸わない」人が7 割以上いる一方で、「毎日吸っている」人が約1 割となっています。
- たばこは喫煙者本人の健康を害するだけでなく、近くでたばこの煙を吸い込んだ人も健康被害を受けることがわかっています。そのため、望まない受動喫煙を防止するため、公共の場では禁煙や分煙が求められています。
- 国は、生活習慣病のリスクを高める飲酒量として、1 日あたりの純アルコール量を、男性で40 g（清酒2 合）、女性で20 g（清酒1 合）と設定しています。
- アンケート調査結果では、20 歳以上において月1 日以上お酒を飲む人の1 日あたりの飲酒量が清酒換算『2 合以上』の人が、約4 人に1 人となっています。
- たばこやお酒は、胎児の発育を妨げ、流産・早産などの原因となることから、妊娠中の喫煙・受動喫煙・飲酒は避けることが強く推奨されています。また、母乳を通じて有害物質やアルコールが乳児の身体に入ることを防ぐため、授乳期も喫煙・受動喫煙・飲酒は控えることが推奨されています。
- アンケート調査結果では、3 歳保護者（回答者）において子どもの妊娠中に母親がたばこを「吸っていなかった」が9 割以上、お酒を「飲んでいなかった」が約9 割となっています。「吸っていた」、「飲んでいた」は、いずれも0.0%となっています。

【行動目標】

たばこの害、節度ある飲酒と健康について理解しよう

喫煙や飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解するとともに、家族や友人・知人などにも配慮しましょう。

【町民の取り組み】

- 喫煙は喫煙者本人の健康を害するだけでなく、受動喫煙によって周囲の人の健康を害することを認識します。
- 適度な飲酒はリラックス効果があるものの、多量の飲酒は健康を害することを認識します。
- 妊娠・授乳中の母親の喫煙・飲酒は、胎児や乳幼児の健康を著しく害するものであるため、防止に努めます。
- 家庭内において子どもの受動喫煙の機会が減るよう、喫煙者やその家族は配慮します。
- 公共の場で喫煙する場合は、喫煙所を利用するなど、喫煙マナーを守ります。
- 禁煙意向があるものの、個人の努力では禁煙が難しい場合は、医療機関や専門機関などに相談します。
- 適正な飲酒量に留めたり、休肝日を設けたりするなど、節度ある飲酒に努めます。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
妊娠期の喫煙・飲酒に対する指導	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、マタニティ教室や妊娠 8 か月面談などで適宜情報提供を行うとともに、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。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	教育指導課
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。【継続】	子育て・健康課
たばこ受動喫煙防止対策	世界禁煙デーや禁煙週間を活用し、禁煙についての普及啓発とともに、望まない受動喫煙についての普及啓発を行います。【新規】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
公共施設の分煙	公共施設において、それぞれの施設ごとに定めた分煙方法の徹底に努めます。【継続】	財務課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 喫煙者の減少	20 歳以上	11.4%	10%
② 1日の飲酒量が3合以上の人の減少	20 歳以上	3.6%	3.6%以下

資料：①～② 町民アンケート

5 歯と口腔の健康づくり

【現状と課題】

- 歯と口腔の健康は、全身の健康にも大きく影響することがわかっています。歯周病を放置することで歯周病菌が全身へと行き渡り、誤嚥性肺炎や糖尿病、動脈硬化などの原因となるため、定期的な歯科検診の受診が重要です。
- 平成 23 年に「歯科口腔保健の推進に関する法律」が公布されたことを受け、神奈川県は「神奈川県歯及び口腔の健康づくり推進条例」（令和 5 年 3 月一部改正）を制定しました。また、本町においても平成 31 年に「二宮町歯及び口腔の健康づくり推進条例」を制定し、町や歯科医師、教育関係者、町民の役割を明確にしました。また、歯及び口腔の健康づくりを推進するため、条例の基本理念に沿った施策を実施しています。
- アンケート調査結果では、18 歳以上において自分の歯が『20 本以上』ある人が約 7 割となっています。また、「何でも噛んで食べることができる」人が 7 割以上となっています。
- 乳幼児健康診査の受診率はほぼ 100%となっているものの、2 歳児歯科健康診査の受診率は 90.6%（令和 5 年度）とやや低くなっています。
- アンケート調査結果では、定期的な歯科健診を「受けている」人が、18 歳以上において約半数、3 歳保護者（子ども）において 3 割以上となっています。また、1 年に 1 回以上歯医者に「行っている」人が、小学 5 年生において 7 割以上、中学 2 年生において約 6 割となっています。

【行動目標】

いつまでも自分の歯で食べられるように、
歯と口腔における健康の維持・向上に取り組もう

年を重ねても自分の歯で食事を楽しむことを目指して、幼い頃から歯と口腔の健康維持・向上に取り組みましょう。

【町民の取り組み】

- むし歯や歯周病の予防について正しい知識を身に付けます。
- 80 歳で自分の歯が 20 本あることを目指して、歯や口腔の健康維持・向上に努めます。
- 食後に歯みがきをする習慣を身に付けます。
- 歯科検診の機会などに正しいブラッシングの方法を学びます。
- 歯や歯ぐきの状況に応じて、フロスなどの歯間部清掃用具を使います。
- かかりつけ歯科医をもち、定期的な歯科検診を受けます。
- 毎食、よく噛んで食べることを心がけます。
- 歯や口腔の健康が害されると、全身の健康にも影響が出ることを認識します。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
妊娠期の口腔衛生、 歯周病予防	町民の予防歯科への理解をさらに促進するため、妊産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。【継続】	子育て・健康課
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、リスクを早期に発見し、むし歯予防に取り組みます。【継続】	子育て・健康課
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。また、小学校には、歯科衛生士と保健師が出向き、健康教育を実施します。【継続】	子育て・健康課
乳幼児の 歯科健康教育	食べる機能と食事は切っても切り離せないため、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。【改善】	子育て・健康課
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、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。【継続】	教育指導課
歯と口腔の普及啓発	歯と口の健康についての普及啓発を行います。また、オーラルフレイル健口推進員は、地域でのお口の健康に関するボランティアとして地域住民のための歯科保健活動に取り組みます。歯科医師会と連携し、「歯の健康フェスタ」を開催します。【継続】	子育て・健康課
成人歯科健診	歯周病の予防と進行防止を目的に、節目年齢の方を対象とした歯科健診を行います。【継続】	子育て・健康課
地域の通いの場 (再掲)	日ごろの自宅にこもりがちな高齢者を中心に、町内18か所の施を拠点に、地域住民相互の親睦をはじめ、健康増進、介護予防に取り組みます。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 1年に1度以上、歯科健診を受けている人の増加	18 歳以上	49.4%	55%
② 自分の歯が20 本以上の人の増加	70 歳以上	47.9%	50%
③ 歯間部清掃用具を使用している人の増加	18 歳以上	62.8%	70%
④ かかりつけ歯科医がいる幼児の増加	3歳児	42.5%	50%
⑤ 1日2回以上、歯をみがいている 児童・生徒の増加	小学5年生	74.2%	75%
	中学2年生	87.9%	90%

資料：①～⑤ 町民アンケート

6 望ましい食習慣の確立

【現状と課題】

- 食事には、栄養素を取り入れて身体を形成する役割だけではなく、食事を通じたコミュニケーションでこころを豊かにする役割もあります。また、おいしい食事は人々を幸せにさせ、生きることの促進要因としても働きます。
- アンケート調査結果では、どの調査でも朝食を「ほぼ毎日食べる」が8割を超えて多くなっています。しかし、3歳保護者（子ども）や小学5年生の9割以上に比べると、18歳以上や3歳保護者（回答者）、中学2年生の8割台はやや低いと言えます。
- 栄養バランスがとれた食事をするには、主食・主菜・副菜をそろえて食べることを意識することが一番の近道です。主食（米や小麦など）で炭水化物、主菜（肉や魚など）でたんぱく質、副菜（野菜など）で食物繊維などを摂取することができます。これに果物や乳製品を追加することで、ビタミンやミネラル、カルシウムも摂取できます。この考え方を図で表したものが、食事バランスガイドと呼ばれています。
- アンケート調査結果では、主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上ある日が「ほぼ毎日」ある人が、18歳以上・3歳保護者（子ども）ともに半数以上いるものの、「ほとんどない」人も5%程度います。
- 日本では食品を長期間保存するために大量の塩が使われていたことから、日本食の多くは塩分が高い傾向にあります。世界的に日本食は健康的だと言われていますが、食べる量や頻度によっては心筋梗塞などの生活習慣病のリスクもあることを認識する必要があります。

【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

日々の食事が身体や健康を形づくることを認識し、毎日栄養バランスを意識した食事をとりましょう。

【町民の取り組み】

- 毎食、栄養バランスがとれた食事に努めます。
- 規則正しく3食食べることができるよう、基本的な生活習慣を身に付けます。
- 日本人の食生活は塩分が多くなりがちであることを認識して、減塩・適塩に意識的に取り組みます。
- 家庭における日々の食事を通じて、主食・主菜・副菜の揃った食事について理解を深めます。
- 食事バランスガイドや食品成分表示などを活用して、より栄養バランスのとれた食事に努めます。
- 家族や友人・知人などと食事を共にし、楽しく食事をします。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
乳幼児期の食生活	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、親自身の食事を含め、栄養、食べ方指導等を行います。【継続】	子育て・健康課
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、毎月の献立表とは独立した形で、食育の観点での給食だよりを発行します。【継続】	教育指導課
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、情報や実践例を共有し、各校での取り組みのさらなる質の向上に努めます。【継続】	教育指導課
ヘルスメイト二宮活動の支援	幼児から高齢者まで、健全な食生活の推進をはじめ、広く食育活動を行うことで、町民への食育の推進を支えるヘルスメイト(食生活改善推進員)の人材の育成と活動の支援を充実します。【継続】	子育て・健康課
大人の食生活	食習慣を見直し、生活習慣病の予防をするため、規則正しいバランスのとれた食事について啓発をしていきます。また、健康教育や健康相談などを通じて、栄養・食生活の改善や食の安全確保に取り組むための方法などを知り、身につけるための場や機会を提供します。【新規】	子育て・健康課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 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増加	18歳以上	58.4%	60%
② 朝食を食べない児童・生徒・大人の減少	18歳以上	2.9%	0%
	小学5年生	0.6%	0%
	中学2年生	1.8%	0%
③ 朝食又は夕食を、大人の誰かと食べる児童・生徒の増加	小学5年生	93.1%	95%
	中学2年生	84.8%	90%
④ 薄味を心がけている人の増加	18歳以上	77.2%	80%

資料：①～④ 町民アンケート

7 持続可能な食を支える食育の推進

【現状と課題】

- 食育への関心を高めるためには、家庭や学校において野菜などの栽培・収穫を体験し、実際に生産者として苦労や喜びを感じる事が効果的です。
- アンケート調査結果では、食育への『関心がある』と回答した人が、18歳以上において約7割、3歳保護者（回答者）において約9割と、差がみられます。
- 食材や生産者などへ感謝の気持ちを表すためには、食事マナーを守った食事をする事も重要であるため、幼い頃から家庭において食事マナーを学ぶことが求められます。
- 大量に購入して食べきれずに廃棄したり、店舗側がつくり過ぎて廃棄せざるを得なくなったりすることもあり、食品ロスが問題視されています。
- 行事食や郷土料理は長年引き継がれてきた日本独自・地域独自の食文化であり、この先も後世に伝えていく必要があります。
- 少子高齢化に伴う後継者不足を理由に野菜などの生産が中止されることで、食の豊かさが徐々に減退していく可能性があります。
- 本町の特産品には、オリーブや落花生、みかん、しいたけ、玉ねぎ、海産物などがあります。地元で栽培・収穫された食材を地元で消費する地産地消の取り組みを進め、特産物や町への愛着を形成するとともに、特産品の生産が継続できるよう、特産物の生産への関心向上を図り、二宮ブランドの活性化につなげる必要があります。

【行動目標】

食への関心を高めて、食に関する正しい知識を身に付けよう

食事マナーや食の安全性、食材の使い方などを正しく理解するとともに、行事食や地元食材、食体験などを通じて食の楽しさを知りましょう。

【町民の取り組み】

- 農産物や海産物、畜産物などの栽培・収穫や食品加工について知識を身に付けます。
- 食事の成り立ちを知り、食に関わる人々や食材に感謝の気持ちを持ちます。
- 農産物の栽培・収穫などに参加し、食への関心を高めます。
- 食事づくりに関心をもち、自分で調理できる料理を増やします。
- 好き嫌いせず食べたり、自分が食べることができる量を知ったりすることで、食品の廃棄を減らします。
- 食事を楽しむことができるよう、適切な食事マナーを身に付けます。
- 食の安全性を意識し、より安全性の高い食品を選ぶことができるように努めます。
- 行事食や郷土料理などの日本独自・地域独自の食文化を学ぶとともに、日本以外の国の料理にも関心をもちます。
- 地域でつくられた食材を地域で消費する「地産地消」に取り組みます。

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・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。また、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。【継続】	子育て・健康課
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。【継続】	子育て・健康課
学校における栄養士による食育	栄養士が学校に出向き、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。今後は、オンラインでの発信についても検討していきます。【充実・拡充】	教育総務課
学校給食センターの見学	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。【継続】	教育総務課
かながわ産品学校給食デー	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、二宮産食材の使用について積極的に使用し、調味料などアレルギーに配慮した「無添加食品」の使用を推進していきます。【充実・拡充】 また、「地場産デー」として、二宮産「地場産物」の品目を使用した『地場産デー(二宮産バージョン)』や神奈川産「地場産物」の品目を使用した『地場産デー(神奈川産バージョン)』を実施し、『地場産デー』に合わせ、給食の時間に栄養士による「食育」を小中学校において実施していきます。【充実・拡充】	教育総務課
学校給食における食育	地産地消を心がけるとともに、無農薬野菜を提供するなど、より安心・安全な学校給食の提供を心がけていきます。【新規】	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)を取り入れます。【継続】	教育総務課
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するとともに、認定商品のPRや販路拡大に努めます。【継続】	産業振興課
各種観光イベント事業	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PRに取り組みます。【継続】	産業振興課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 学校給食で地場産食材を使用している学校数の維持		全校	全校
② 栄養表示を参考にする人の増加	18 歳以上	64.2%	70%
③ 食の生産に関する体験をしたことがある 幼児・児童・生徒の増加	3歳児	80.5%	85%
	小学5年生	88.1%	90%
	中学2年生	88.5%	90%

資料：① 教育委員会

②～③ 町民アンケート

8 いのちを支え・つなげる包括支援

【現状と課題】

- 日本の自殺者数は平成10年に大きく増加し、3万人台に達しました。その後、自殺対策の強化などに取り組んだ結果、平成22年頃から減少傾向に転じたものの、新型コロナウイルス感染症の感染拡大などを理由に令和2年に再び増加傾向となりました。令和3年以降も、微増傾向が続いています。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大による自殺者数の増加は、活動自粛に伴う経済状況の悪化や失業、社会的孤立などが原因と考えられており、中でも非正規雇用が多い女性や若い世代の自殺者の増加が目立ちました。
- 令和元年～令和5年の本町の自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺者数）は、女性より男性において多く、年代では、20～79歳が多く多くなっています。
- 令和元年～令和5年の自殺者を原因・動機別にみると、健康問題が最も多く、家庭問題、経済・生活問題などが続いています。神奈川県や全国と比較すると、家庭問題が多くなっています。
- アンケート調査結果では、18歳以上において『自殺したいと考えたことがある』人が、1割以上となっています。また、消えてしまいたくなったり、いなくなっていきたいと思ったことが「ある」人は、小学5年生において2割以上、中学2年生において約3割となっています。
- こころの病気を放置することで、自殺につながることも十分考えられることから、こころの不調を感じた場合は、速やかに専門機関や医療機関に相談することが求められます。

【行動目標】

8 いのちを支え・つなげる包括支援

**分野や垣根を超えた協力体制を強化し、
誰も自殺に追い込まれることのない町をめざそう**

自殺に追い込まれてしまうことは誰にでも起こりえることだと心に留め、自殺対策に関する取り組みに関心をもちましょう。

【町民の取り組み】

- 自殺は個人の問題ではなく、社会の問題であることを認識します。
- 自殺に追い込まれる要因は、複数の原因が複雑に絡み合っていることも少なくないことを認識します。
- 自殺に追い込まれる要因のうち、失業、長時間労働などの社会的要因については社会的な取り組みで解決できることを認識します。
- 生きることの促進要因（生きる理由・目標）と生きることの阻害要因（悩み・不安）のバランスが崩れ、生きることの阻害要因が生きることの促進要因を上回った時に、自殺に追い込まれることを認識します。
- 一人ひとりが、日頃から生きることの促進要因を増やし、生きることの阻害要因を減らすように努めることが大事であることを認識します。
- 個人での取り組みが難しい場合は、適切な支援につながることで生きることの阻害要因を減らすことができることを認識します。
- 「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、こころの健康についての理解を深めます。
- 自殺は誰もが追い込まれる可能性があることを理解し、自分事として自殺対策に関心を持ちます。
- 適切な支援につながるための相談窓口などについて、日頃から情報を収集するとともに、必要に応じて情報を提供できるようにします。
- 生きることの促進要因と生きることの阻害要因のバランスが崩れたと感じた場合には、族や友人・知人などの信頼できる人に早めに相談します。
- 家族や友人・知人などから相談された場合は、親身になって話を聞き、必要に応じて支援につなげます。
- 自殺のリスクの高まりに気が付いた場合には、自分ひとりで対応せず、町役場や医療機関などに相談します。
- 近所付き合いを通じて小さな違和感に気が付けるように努めるとともに、日頃から互いに相談し合える関係性を構築します。
- 自殺に追い込まれそうな人が出しているサインに気が付き、適切な支援につなげることができるよう、ゲートキーパー養成講座を受講します。
- 若者や高齢者、生活困窮者、女性などは、社会的弱者となりやすく、自殺のリスクが高まりやすい属性があることを認識します。
- 社会情勢によって自殺のリスクが高まりやすい属性は変化することを認識します。
- 自殺のリスクが高まりやすい属性の人を日頃から見守ることで、小さな違和感にも気が付けるように努めます。
- 自殺のリスクが高まりやすい属性の人の自殺のリスクが高まりつつあると感じた場合には、専門機関などに相談して支援につなげます。

8-1 普及啓発・人材育成

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
＜心の健康づくり・生きる支援についての知識の普及・啓発＞		
チラシ等、掲示物による こころの健康づくりに 関する普及啓発	庁内窓口や福祉関係機関、町内医療機関等にチラシやリーフレットを設置し、各種手続きで訪れる方々や受診される方々に対し、相談窓口の周知を図ります。【継続】	子育て・健康課
図書館等による こころの健康づくりに 関する普及啓発	心の健康づくり等関連テーマの資料収集のほか、自殺対策強化月間(3月)を含め、心身の健康に関する資料展示を行い、自殺予防の啓発につなげていきます。【継続】	生涯学習課
ホームページ等を通じた 広報活動	自殺予防週間(9月)、自殺対策強化月間(3月)にあわせた心の健康に関する啓発活動を行います。また、通年で相談窓口の周知を図ります。【継続】	地域政策課 子育て・健康課
＜町民向け講演会・イベントなどの開催＞		
こころの健康講座	自殺の要因の一つである精神疾患や、自殺問題に対する誤解や偏見を取り除き、心の健康や自殺に関する正しい知識等について理解を深めるための研修を開催します。【継続】	子育て・健康課
ふるさとまつり等 イベントにおける 普及啓発	自殺対策(生きることの包括的な支援)に関連するブースの展示、資料の配布などを行うことで、幅広い年齢層への啓発の機会としていきます。【継続】	子育て・健康課 イベント実施 関係各課
＜さまざまな職種を対象とする研修の実施＞		
ゲートキーパー 養成講座・研修	県平塚保健福祉事務所と連携して、多種多様のゲートキーパー養成講座やゲートキーパーに関する研修を開催していきます。(役場の全職員、一般町民、民生委員や各種団体)【充実・拡充】	子育て・健康課
ゲートキーパー フォローアップ研修	ゲートキーパー養成研修修了者を対象に対応スキルの向上を目的としてフォローアップ研修を開催します。【新規】	子育て・健康課
＜学校教育の場における人材育成＞		
子どもの人権に 関する教育	町内小・中学生を対象とした人権教育等、学校及び関係機関と連携を図りながら活動するとともに、教職員のさらなる向上のため、当該テーマに関する研修及び研究を行います。【継続】	教育総務課

8-2 地域におけるネットワークの強化

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
<地域におけるネットワークの強化>		
二宮町自殺対策検討会議	自殺対策について庁内関係部署との連携と協力により、自殺対策を総合的に推進するため会議で、いのち支える自殺対策推進本部の機能を有します。【継続】	子育て・健康課
いじめ問題対策連絡協議会	いじめに対する各小学校、中学校の現状と対策についての点検と見直しを行います。【継続】	教育総務課
地域での見守りネットワークの構築	多様な課題を抱えた高齢者やその家族が安心して暮らしていくことができるよう、民生委員・児童委員、地区長、社会福祉協議会、警察等との情報共有とともに、地域の通いの場を中心とした住み慣れた地域での日常的な安否確認を基盤に、変化の把握から支援の提供までの緩やかなネットワーク構築を推進します。また、中学校で実施している認知症サポーター養成講座において、二宮町みまもりガイドの説明を行い、若い世代へも見守りに対する意識助成を図ります。【充実・拡充】	高齢介護課
児童虐待防止対策事業	児童虐待防止のため、要保護児童地域対策協議会を開催し、関係機関との連携を図ります。【継続】	子育て・健康課
自殺対策ケース会議	必要に応じて、個別の自殺対策に関する具体的な支援の内容を検討する。構成メンバーは関係する実務者をもってその都度構成する。【新規】	子育て・健康課
要保護児童地域対策協議会	児童福祉法第25条の2に基づき、要保護児童の適切な保護を図るため、関係機関等により構成され、要保護児童及びその保護者に関する情報の交換や支援内容の協議を行います。【新規】	子育て・健康課

8-3 生きることの促進要因の支援

【町の取り組み】

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
<相談体制の充実・相談窓口>		
子育て世代 包括支援事業	妊娠期から出産、子育て期における切れ目ない支援を行うため、保健センター内に設置された子育て世代包括支援センター「にのはぐ」にて、母子健康手帳の交付時に保健師や助産師等の専門職が全ての方の面談を行い、妊娠期からの関係性を築くことで、不安や悩みに寄り添った支援を目指します。【継続】	子育て・健康課
民生委員・児童委員 による地域における 相談・支援、及び 二宮町社会福祉協 議会の実施する心配 事相談	二宮町社会福祉協議会主催で行う民生委員・児童委員、人権擁護委員、行政相談員が家族関係、DV、相続、人権等の相談事業を普及啓発します。また、生活相談・介護相談などを行うことで、民生委員・児童委員が福祉相談窓口として適切な行政窓口につながるよう普及啓発します。【継続】	福祉保険課
生活保護相談、及び 生活困窮者への支援	平塚保健福祉事務所が生活保護受給に関する相談、事務を行うことを普及啓発します。また、また、一時的な生活困窮者については、町社協と連携し、当面の食糧の確保としてこども食堂やフードバンクにつないだり、生活困窮者自立支援制度が必要なケースは県社協と連携し、支援していきます。【継続】	福祉保険課
成年後見制度 利用支援事業	判断能力が不十分な、認知症者・知的障がい者・精神障がい者に対し、成年後見についての相談や手続きの手伝い等を行い、安心安全な生活ができるよう支援します。また、制度自体の周知を図ります。【継続】	福祉保険課 高齢介護課
障害者 生活支援事業	障がい者の日常生活、社会生活等に関する相談を継続実施していくとともに、重層的な相談も増加しているため、関係各課、関係機関との連携を強化していきます。【継続】	福祉保険課
障害者虐待の対応	障害者虐待に関する通報・相談に対応します。また、受理者側の支援力向上のため、研修等への参加を図ります。【継続】	福祉保険課
消費生活対策事業	関連リーフレットやチラシの配架、高齢者や中学生に向けた講座を行うとともに、町のHPやSNS等を通して、普及啓発を図ります。また、消費生活相談は早急に相談窓口へ繋がるよう、平塚市消費生活センターの周知も徹底します。【継続】	地域政策課

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
＜相談体制の充実・相談窓口＞		
無料法律相談	法律面で町民の問題解決につながる一助として、認定司法書士無料法律相談を継続的に実施します。【継続】	地域政策課
納税相談	納税が困難である方に対して行う納税相談業務において、生活困窮者やその他の課題を抱える方に対しては、さまざまな支援制度の存在を示し、必要に応じ担当機関を案内します。【継続】	戸籍税務課
商工相談	二宮町商工会と連携し、二宮町商工会が中小企業の様々な経営課題に対応して、各種の専門家を派遣し、解決まで継続して経営上のアドバイスを行い、事業者の経営力の向上を図ることを普及啓発します。【継続】	産業振興課
(仮)いのちの相談窓口	死にたいほどつらい気持ちに寄り添った支援をします。 【新規】	子育て・健康課
ことわらない相談窓口	町民一人ひとりがその人らしい生き方を実現できる社会を目指し、制度や分野に分かれた、縦割りでは対応しにくい相談について、社会福祉士や保健師などの専門職や職員が解決へ向けて支援します。【新規】	高齢介護課
高齢者虐待への対応	高齢者に対する虐待防止のために、相談窓口や高齢者虐待防止法等の周知を行うとともに、地域包括支援センターや介護サービス事業者等との連携による高齢者虐待の早期発見・早期解決に努めます。また、介護サービス事業者への集団指導や運営指導を通じた周知を図ります。【新規】	高齢介護課
児童虐待への対応	児童の健やかな育成と児童虐待の防止を目的として、要保護児童対策地域協議会の運営や児童虐待への対応と安全確認、家庭への養育支援、町民及び関係機関に対する啓発活動を実施します。【新規】	子育て・健康課
DVへの対応	相談支援施設についての情報発信をはじめ、関係機関と連携し、誰もが安心して相談できる体制づくりの充実に努めます。【新規】	福祉保険課 地域政策課
＜自殺未遂者への支援＞		
消防との連携	救急現場の状況や対応した内容を情報共有します。【継続】	消防署 子育て・健康課
自殺未遂者相談・支援	自殺未遂者に対し(同意を得られた方)支援をしていきます。【新規】	子育て・健康課
各関係機関との連携	地域の関係機関とのネットワークの構築を図ります。【新規】	子育て・健康課
相談窓口の周知	相談窓口を広く周知します。【新規】	消防署 子育て・健康課

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
<遺された人への支援>		
自死遺族相談	県精神保健福祉センターが行う、「自死遺族面接相談」を普及啓発します。【継続・拡大】 町でも相談を受け付けます。	子育て・健康課
<居場所づくり活動>		
地域の通いの場	住み慣れた地域で誰もが参加できる居場所があることで情報交換や生きがい、交流を支援します。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課
認知症カフェ (認知症地域支援・ ケア向上事業)	日ごろ介護をしている家族の悩みの解消や、リフレッシュ、情報交換の場を提供します。今後は、より気軽に参加できるよう、開催場所などを検討するとともに、認知症サポーター主催の認知症カフェが開催できるよう支援していきます。【充実・拡充】	高齢介護課
子育てサロン運営事業	乳幼児のいる保護者同士の交流・情報交換や子育てに係る相談の場として、継続して実施していきます。【継続】	子育て・健康課
図書館の利用	誰でも来所することができ、居場所としての支援を図ります。また、ラディアン大規模改修の際、居場所としての魅力向上に繋がるよう、リニューアルを行います。【充実・拡充】	生涯学習課

8-4 重点施策

【町の取り組み】（こども・若者対策）

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
＜SOSの出し方に関する教育の実施＞		
SOSの出し方に関する教育	子どもが現在起きている危機的状況、または今後起こりえる危機的状況に対応するために身近にいる信頼できる大人にSOSを出すことができるようにする。【新規】	子育て・健康課
＜若者の抱えやすい課題に着目した児童・生徒などへの支援の充実＞		
幼保小連携	子どもたちが希望や目標をもって学校に入学し、それぞれの学校生活をスムーズに始められるよう、幼稚園・保育園・小学校の連携を図ります。【継続】	教育指導課
教育相談（いじめを含む）	子どもの教育上の悩みや心配事に関する相談を、心理教育相談員が対面や電話で受け付けます。【継続】	教育指導課
不登校児童生徒への支援	不登校児童生徒を対象に、教育支援室でそれぞれの個性、課題に応じた対応を行います。【継続】	教育指導課
＜社会全体で子ども・若者の自殺リスクを減らす取り組み＞		
いのちの授業	小学生を対象に、自分のかけがえのない命の大切さに気付き、自尊感情を高めることができるよう、いのちの授業を実施します。【継続】	子育て・健康課
青少年育成地域活動	社会全体で青少年の健全育成に取り組む気運を醸成するため、団体間の連携を強化するとともに、青少年の豊かな人格形成や、指導者の資質の向上を図る研修会を開催します。また、青少年を取り巻く社会環境の浄化活動の推進及び社会教育関係団体との連携により、町内をパトロールして青少年の非行防止に努めます。強調月間に合わせて年2回の街頭キャンペーンを実施します。【継続】	生涯学習課

【町の取り組み】（高齢者対策）

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
＜社会参加の強化と孤独・孤立の予防＞		
地域の通いの場	住み慣れた地域で誰もが参加できる居場所があることで情報交換や生きがい、交流を支援します。新規参加者が増加するよう、内容の検討を行っていきます。【充実・拡充】	高齢介護課
認知症カフェ (認知症地域支援・ ケア向上事業)	日ごろ介護をしている家族の悩みの解消や、リフレッシュ、情報交換の場を提供します。今後は、より気軽に参加できるよう、開催場所などを検討するとともに、認知症サポーター主催の認知症カフェが開催できるよう支援していきます。【充実・拡充】	高齢介護課
地域における見守り 活動の推進	地区長、町社協、民生委員・児童委員を含む幅広い関係団体と連携し、地域において支援を要する人への見守りを進めるとともに、民生委員・児童委員を通じて、75歳以上の独居・高齢者のさらなる住民理解を求めながら進め、緊急時の親族や医療機関との連携の推進や、居合わせた人が迅速かつ適切な対応が取れるよう努めます。また、避難行動要支援者名簿の地区長への配布など、災害弱者のための施策は継続して実施していき、特に、危険な箇所にお住まいの方や必要な方には個別避難計画の積極的な計画策定の呼びかけを実施していきます。【継続】	福祉保険課 高齢介護課 防災安全課
＜生活不安を抱える高齢者に対する生活支援＞		
緊急通報システム	日常生活を安心して過ごすことができるよう、75歳以上の一人暮らしの高齢者を中心に、「体調がすぐれない」「ケガをした」等緊急時の通報や24時間いつでも相談できる見守りサービスを提供します。【継続】	高齢介護課
日常生活自立支援事業 (あんしんセンター)	二宮町社会福祉協議会が、判断能力が不十分なことにより日常生活を営むのに必要なサービスを利用するための情報の入手、理解、判断、意思表示を本人のみで適切に行うことが困難な方に対し、福祉サービスの利用援助、行政手続きに関する援助、日常的な金銭管理等を行うことを普及啓発します。【継続】	福祉保険課
総合相談事業 (地域包括支援 センター運営事業)	地域の高齢者に対し、必要な支援を把握するため、地域包括支援センターにおいて初期段階から継続して相談支援を行い、ネットワークの構築に努めます。【継続】	高齢介護課
ことわからない相談窓口	町民一人ひとりがその人らしい生き方を実現できる社会を目指し、制度や分野に分かれた、縦割りでは対応しにくい相談について、社会福祉士や保健師などの専門職や職員が解決へ向けて支援します。【新規】	高齢介護課

【町の取り組み】（働く世代対策）

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
地域産業の育成・発展	二宮町商工会と連携し、二宮町商工会が経営者支援セミナーや中小企業経営基盤強化事業の実施を普及啓発します。【継続】	産業振興課
商工相談	二宮町商工会と連携し、二宮町商工会が中小企業の様々な経営課題に対応して、各種の専門家を派遣し、解決まで継続して経営上のアドバイスを行い、事業者の経営力の向上を図ることを普及啓発します。【継続】	産業振興課
自殺対策に関する人材育成・普及啓発	働く世代に対して、ゲートキーパー養成講座や普及啓発を行っていく。	子育て・健康課

【町の取り組み】（女性対策）

取り組み・事業	内容・方向性	担当課
DVへの対応（再掲）	相談支援施設についての情報発信をはじめ、関係機関と連携し、誰もが安心して相談できる体制づくりの充実に努めます。【新規】	福祉保険課 地域政策課
あらゆるハラスメントの防止	職場等におけるセクシュアル・ハラスメント、パワー・ハラスメント、さらにはマタニティ・ハラスメント等を防止するため、相談窓口の周知や対応策の情報提供を行うとともに、町職員等や町内事業者に対する啓発活動に努めます。【新規】	総務課 教育総務課 議会事務局 産業振興課
犯罪被害者等に対する支援	性犯罪や性暴力の根絶に向けて啓発活動を行うとともに、性犯罪被害者が、被害を訴えることを躊躇せずに安心して相談を受けられるよう、相談窓口、相談支援機関の情報提供を行います。【新規】	防災安全課

【数値目標】

指 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
① 相談窓口を知っている人の増加	18 歳以上	61.3%	70%
	65 歳以上	53.0%	60%
	20～50 代の 就労者	72.7%	80%
	女性	66.7%	70%
② 本町が行っている自殺対策事業を知っている人の増加	18 歳以上	19.8%	20%
③ ゲートキーパー養成講座の参加者数の増加 (町民)	18 歳以上	8 人	毎年度 10 人以上
④ 町職員向けのゲートキーパー養成講座の 参加率の増加	新卒採用者	80% (8 人/10 人)	100%
⑤ こころの健康に関する窓口を1つ以上 認知している児童の増加	小学5年生	68.5%	75%
	中学2年生	83.0%	90%
⑥ 消えていなくなったり、いなくなってい たくなった時に、だれかに相談すると思 う児童の増加	小学5年生	30.8%	35%
	中学2年生	27.9%	33%

資料：①～②、⑤～⑥ 町民アンケート

③～④ 子育て・健康課

第5章 ライフステージ別の健康づくり

人間の身体機能は年齢を重ねるにつれて変化することから、健康づくりをライフステージごとに考えることが重要になります。ここでは、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、それぞれのライフステージで目指す健康づくりの取り組み目標を示しています。

1 乳幼児期（0～6歳）

乳幼児期は、人生の中で心身の発達が最も著しい時期です。身体が大きく成長することはもちろんのこと、多くの経験を通じて様々な感情や他者との関わりなどを学びます。そのため、人格や生活習慣の形成にとっても大切な時期とされています。また、家庭で過ごす時間が長いことから、保護者の生活習慣や考え方が乳幼児の健康に大きく影響するとされており、乳幼児本人に対する施策だけでなく、保護者に対する施策も重要となります。

【主な取り組み目標】

- ◇ 妊産婦健診、乳幼児健診などを受診して、胎児・乳幼児の健康状態を把握します。
- ◇ 遊びを通して、積極的に身体を動かします。
- ◇ かかりつけ医をもちます。
- ◇ 乳幼児が発症しやすい病気についての知識を身に付けます。
- ◇ 乳幼児の体調が良くない場合は、適切に医療機関を受診します。
- ◇ 規則正しい生活習慣を身に付けます。
- ◇ 楽しんで食事をとるとともに、好き嫌いなく食べさせます。
- ◇ 食事のあいさつや箸の持ち方など、基本的な食事マナーを身に付けます。
- ◇ 食物アレルギーなどに注意し、必要に応じて医療機関を受診します。
- ◇ 保護者の育児不安を解消できるよう、交流や相談の機会を活用します。
- ◇ 妊娠中の母親は、喫煙・飲酒を控えます。
- ◇ 乳幼児や妊産婦の近くでは、喫煙を控えます。
- ◇ かかりつけ歯科医をもちます。
- ◇ 定期的に歯科検診を受けます。
- ◇ 乳幼児期から歯みがきの習慣を身に付けます。
- ◇ 乳幼児の歯・口腔の健康を維持するため、保護者は仕上げみがきを行います。

2 学童思春期（7～19 歳）

学童思春期は、学校での集団生活が始まり、成人への移行期にあたり、身体の成長はもとより、ころも大きく成長する時期です。そのため、家庭や学校を通して、健康に関する正しい知識を学ぶとともに、規則正しい生活習慣などを身に付けることが重要となります。中には身体の成長にころの成長がついていけず、乱れた生活習慣や非行につながってしまうこともあります。この時期の健全な成長を促進するためには、子どもが抱える不安を周りの大人が受け止める必要があります。

【主な取り組み目標】

- ◇ 規則正しい生活習慣を身に付けます。
- ◇ 学校の授業や遊びを通して、積極的に身体を動かします。
- ◇ 夜更かしせず、十分な睡眠時間を確保します。
- ◇ 好き嫌いせず、栄養バランスのとれた食事を3食食べます。
- ◇ 家族や友人と楽しく食事をします。
- ◇ 食事のあいさつや箸の持ち方など、基本的な食事マナーを身に付けます。
- ◇ 一人ひとりが自分な適正な体重を知ります。
- ◇ 客観的に自分の体型を評価し、無理なダイエットなどはいけません。
- ◇ 買い物や調理、片付けなどを手伝います。
- ◇ 学校などで野菜づくりなどに取り組みます。
- ◇ 食事の成り立ちを理解し、生産者などに感謝します。
- ◇ かかりつけ医をもちます。
- ◇ 体調が良くない場合は、適切に医療機関を受診します。
- ◇ 悩みや不安は一人で抱え込まず、周りの信頼できる大人に相談します。
- ◇ 喫煙・飲酒による身体への影響を理解します。
- ◇ 喫煙・飲酒をしません。
- ◇ かかりつけ歯科医をもちます。
- ◇ 定期的に歯科検診を受けます。
- ◇ 歯の大切さについて学び、食後の歯みがきを習慣にします。

3 成年期（20～64 歳）

成年期の前半は、自立して社会の一員として活躍を始める時期であるとともに、就職や結婚、出産などの人生の転換期を迎える時期でもあります。食生活の乱れや睡眠不足、運動不足、ストレスの増加など、健康問題に直結するほど生活習慣が乱れてしまうことから、培ってきた健康に関する知識を活用した生活習慣の見直し・改善が求められます。また、成年期の後半は、少しずつ身体機能が低下してくるとともに、生活習慣病などが発症しやすくなる時期です。また、高齢期に近づいていることを自覚し、介護予防や疾病の早期発見・早期治療など、自身の健康を見つめ直す必要があります。

【主な取り組み目標】

- ◇ 規則正しい生活習慣を送ります。
- ◇ 定期的に運動する機会を設けます。
- ◇ 一人ひとりが自分な適正な体重を知ります。
- ◇ 客観的に自分の体型を評価し、無理なダイエットなどはいけません。
- ◇ 睡眠と休養の時間を意識的に設けます。
- ◇ 自分に合ったストレス解消法を複数見つけます。
- ◇ 食についての知識を身に付け、自分に必要な食事や栄養を理解します。
- ◇ 栄養バランスのとれた食事を3食食べます。
- ◇ かかりつけ医をもちます。
- ◇ 体調が良くない場合は、適切に医療機関を受診します。
- ◇ 定期的に健康診査・がん検診を受診します。
- ◇ 喫煙・飲酒による身体への影響を理解します。
- ◇ 子どもや妊産婦の近くでは、喫煙を控えます。
- ◇ 節度ある飲酒に努めます。
- ◇ かかりつけ歯科医をもちます。
- ◇ 定期的に歯科検診を受けます。
- ◇ 歯の大切さについて学び、食後の歯みがきを習慣にします。
- ◇ 悩みや不安は一人で抱え込まず、必要に応じて相談します。
- ◇ 介護予防に取り組みます。
- ◇ 積極的に地域行事などに参加して、良好な人間関係を構築します。

4 高齢期（65 歳以上）

高齢期は、身体機能だけでなく、認知機能も徐々に低下し、壮年期以上に様々な健康問題に直面する時期です。健康寿命が延伸傾向にあり、高齢期でも元気な人も多くいますが、確実に身体機能などは衰えています。自分は大丈夫だと過信することなく、定期的な健康診査などで客観的に健康状態を把握することが大切です。また、社会的に孤立しやすい時期でもあるため、地域とのつながりを維持するように努める必要があります。

【主な取り組み目標】

- ◇ 規則正しい生活習慣を送ります。
- ◇ 定期的に運動する機会を設けます。
- ◇ 食についての知識を身に付け、自分に必要な食事や栄養を理解します。
- ◇ 栄養バランスのとれた食事を3食食べます。
- ◇ かかりつけ医をもちます。
- ◇ 定期的に健康診査・がん検診を受診します。
- ◇ 体調が良くない場合は、適切に医療機関を受診します。
- ◇ 喫煙・飲酒による身体への影響を理解します。
- ◇ 子どもや妊産婦の近くでは、喫煙を控えます。
- ◇ 節度ある飲酒に努めます。
- ◇ かかりつけ歯科医をもちます。
- ◇ 定期的に歯科検診を受けます。
- ◇ 歯の大切さについて学び、食後の歯みがきを習慣にします。
- ◇ 悩みや不安は一人で抱え込まず、必要に応じて相談します。
- ◇ 介護予防に取り組みます。
- ◇ 積極的に趣味や生きがい活動に取り組みます。

第6章 計画の推進にむけて

1 町民自ら進める健康づくり

健康状態は一人ひとり異なり、目指すすがたも人それぞれです。そのため、町民一人ひとりが健康づくりを自分の問題として捉え、積極的に取り組む必要があります。また、健康状態は一朝一夕で大きく変わるものではなく、年単位の積み重ねによるところが大きい。ため、継続的な取り組みも求められます。そのため、町民は健康診査による健康状態の把握をはじめ、規則正しい生活や栄養バランスのとれた食生活、適度な運動などに、自らの意思で取り組まなければなりません。そして、身体健康だけでなく、こころの健康についても関心を高くもつことで、心身ともに健康で過ごせる期間を延伸させることが望まれています。

2 各主体の役割

(1) 町民の役割

自分の健康は自分で守るものだとして認識した上で、積極的な健康づくりへの参画が求められます。また、一人ひとりが目指すすがたを明確にし、それに向けて日々の努力を積み重ねていく必要があります。老若男女問わず自分は大丈夫と過信することなく、こつこつと取り組みを継続することが重要です。さらに、家族や友人・知人などとともに楽しく健康づくりに励むことや、健康づくりを通して新たな人間関係が構築されることも望まれています。

(2) 関係機関・団体の役割

健康に関する関係機関・団体は、積極的に町民の健康づくりに関与することが求められます。医師会、歯科医師会、薬剤師会などの保健医療関係団体は、医療の提供や専門性を活かした正しい情報提供などに努めます。また、スポーツ関連団体などは、地域における町民の健康づくりに資する活動への支援などを行うとともに、その活動が地域に根差したものとなるように努めます。

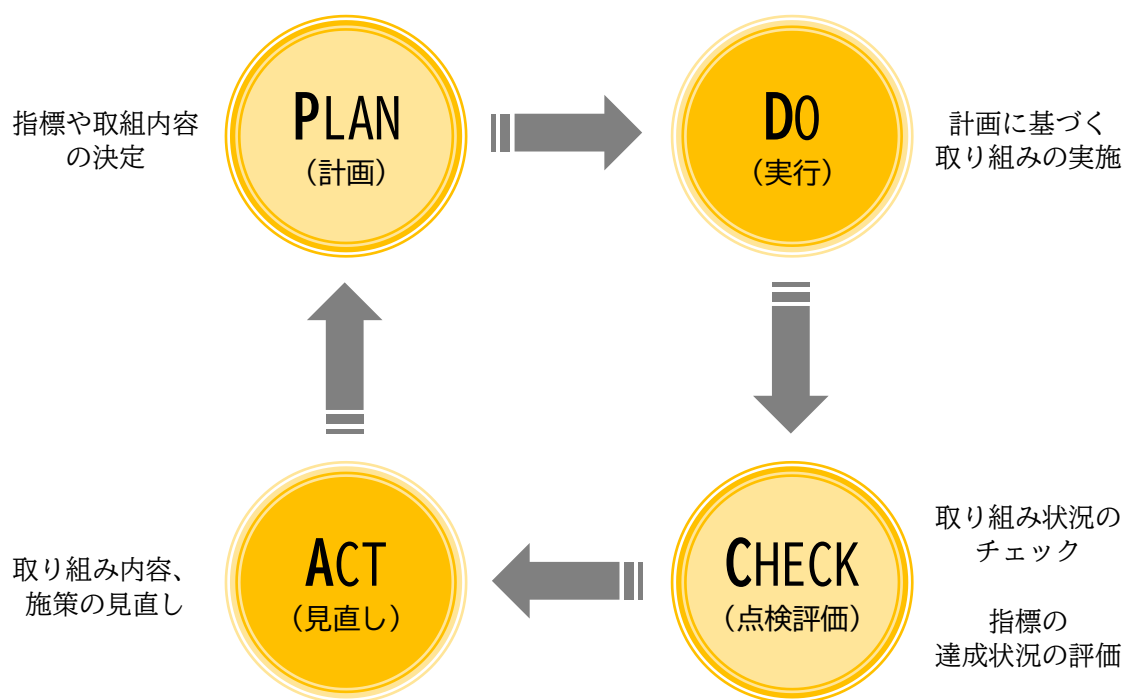
(3) 行政の役割

町民の健康づくりを推進するための計画として、本計画を普及啓発します。また、町民の健康づくりに必要な環境を整備し、気軽に、そして安心・安全に健康づくりに取り組めるようにします。保健分野の担当課だけでなく、子どもや高齢者、障害のある人など、他分野の担当課とも連携して、全庁をあげてすべての町民の健康づくりを推進します。さらに、保健医療関係団体や健康づくりに関する団体などとの連携・協力を努めるとともに、必要に応じて団体間の連携を調整します。

3 計画の進捗管理

本計画は、令和 16 年度までの 10 か年計画ですが、令和 11 年度に中間評価・見直し、令和 16 年度に最終評価・改訂を予定しています。これは、社会情勢の変化や町の状況の変化などを計画に反映させるためのものであり、本計画が町民の健康づくりの推進に有効なものであり続けるよう、町民一人ひとりの健康づくりの取り組み状況、目標数値の達成度等を評価し、必要に応じた見直し（改訂）を行うものです。評価を行う際には、計画・実行・点検評価・見直しを循環させる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

- ・ 数値目標の一覧、検討会の設置要綱、検討委員の名簿、策定の経過などを記載

**第2次 二宮町 健康増進計画・
食育推進計画・自殺対策計画
(令和7年度～令和16年度)**

令和7年3月
二宮町 子育て・健康課

〒259-0123 神奈川県中郡二宮町二宮 1410
TEL:0463-71-7100 / FAX:0463-72-6086