



# 日高町第四次保健計画 概要版 (R5~R9)

## (日高町第二次食育推進計画・日高町第二次いのち支える自殺対策行動計画)

健康とは、心身の病気や障害がないということだけではなく、病気や障がいがあったり、年齢等により心身の機能に違いがあっても、自分の価値観や人生観を大切にできること、生活の質（QOL）が高まること、心の満足（自己実現）が得られること、そんな状態をいいます

**みんなの目標：ひとりひとりが自主的に『健康』をめざし、地域の仲間とともに地域ぐるみで『健康』をめざします**

そのためには、行政はひとりひとりの『健康』のため一貫した保健医療、福祉サービス供給体制を確立していきます。関係機関や行政の各部門が共通の目的をもって、役割分担を確認する中で連携を強化していきます

	乳幼児・妊産婦 (0~6歳)	少年 (7~18歳)	青年・成人 (19~64歳)	高齢者 (65歳以上)	歯科保健 (全年齢)	感染症 (全年齢)
みんなの目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎赤ちゃんがおなかの中にいるときから健やかに育てましょう</li> <li>◎お母さん及び家族が安心して出産・育児ができるようにしましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎少年の健全な心身の成長に適した環境をつくりましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎健康に関心を持ち自ら及び家族の健康を管理しましょう</li> <li>◎家族及び地域での役割を果たすことができるようにしましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎高齢になってもいきいきと楽しく生活しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎すべての住民が生涯にわたり、自分の歯や義歯で食べたいものを自由に食べましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎正しい知識を持って感染症を予防しましょう</li> <li>◎感染症を早期発見・早期治療し、再発や悪化を防ぎましょう</li> </ul>
目標に近づくには	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎切れ目のない支援を継続するための体制を整備します</li> <li>◎育児中の相談に応じます</li> <li>◎お母さんの育児の応援や精神的なケアを充実します</li> <li>◎さまざまな背景を持つ子育て世代を支えるため関係機関と連携していきます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎すこやかな心と身体を育てるための環境づくりをすすめます</li> <li>◎少年期の実態と課題を明らかにしていきます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎40代を中心とした若い世代へ健康教育や健康学習の機会をつくり、学びあいます</li> <li>◎特定健診・がん検診を受け生活習慣を振り返る機会をつくりましょう</li> <li>◎健（検）診を充実、整備します</li> <li>◎誰でも取り組めるような健康づくりを提案します</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎住み慣れた自宅で生活できるよう介護保険制度を理解し利用しましょう</li> <li>◎元気高齢者を目指しましょう</li> <li>◎在宅ケアを支えるため保健、医療、福祉が協力しあう体制をすすめます</li> <li>◎虚弱（フレイル）予防に着目した健康教育を継続します。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎歯周疾患を予防しましょう</li> <li>◎歯科保健に関する知識を広めます</li> <li>◎関係機関との連携を図ります</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎適切な時期に予防接種を受けましょう</li> <li>◎結核、エイズ、エキノコックス、食中毒の予防活動をすすめます</li> <li>◎新型コロナウイルス感染症などの新興感染症の予防活動をすすめます</li> </ul>
例えばこんな事	妊産婦健診の利用 妊婦・子育てアンケート プレママひろば・両親教室 妊婦訪問・赤ちゃん訪問・養育支援訪問 乳幼児健診（4・10・12か月、1歳6か月、3歳、5歳） 育児サークル・子育て相談 児童館・子育て支援センター活用 妊産婦安心出産支援 産後ケア事業	赤ちゃんふれあい体験 心の相談 思春期相談 保健講話 学校と地域の連携 不登校で心配している家族が語る会 中学生ピロリ菌検査・除菌支援 食育や生活習慣病予防教室	健康相談 健康教育 訪問指導 特定健診・特定保健指導 がん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺） 肝炎ウイルス検査 骨粗鬆症検診 とねっこ館利用 健康づくりイベント（講演会・ウォーキングチャレンジ）	町内医療機関、地域包括支援センター、民生委員児童委員、保健推進員など関係機関との連携 健康相談 健康教育 特定健診・特定保健指導 老人クラブ活動 サロン活動	フッ素塗布 フッ化物洗口 健康相談 歯磨き教室、口腔ケア指導 各種健診（乳幼児健診、成人歯科健診） こどもの歯健康手帳の活用 関係機関との連携	健康教育 広報活動 各種健（検）診 各種予防接種

	精神保健 (全年齢)	障がい者(児) (全年齢)	地区組織 (全年齢)	災害時保健活動 (全年齢)	食育の推進 (全年齢)	自殺対策の推進 (全年齢)
みんなの目標	◎相互にこころの健康に気づきながら生活しましょう ◎病気をもちながらもいきいき生活しましょう	◎心身に障がいを持ちながら充実した生活が送れるようにしましょう	◎現在ある地区組織活動を活発化し健康づくりを家庭及び地域に広げましょう	◎大規模災害が発生した場合は自分の生命、身体及び財産を守る行動をとりましょう	◎身体によい食品の適切な選択を実践しましょう ◎地産地消の大切さを知りましょう ◎未来を担う子どもを育む食を実践しましょう	◎精神疾患等を正しく理解し、かけがえのない命を守る大切さを認識しましょう ◎生きることに前向きになれるような地域づくりをしましょう
目標に近づくには	◎こころの健康やストレスの対処方法について理解を深めましょう ◎地域生活の場の整備をすすめます	◎病気や障がいについて理解を深めましょう ◎相互に助け合える地域づくりをすすめます ◎個々の状態に応じた相談や支援を行います	◎自身がまず健康になること、それから周囲に健康づくりを広めることを見据え、交流含め地区組織活動を継続、発展させていきます ◎健康づくり推進協議会で健康づくり対策を協議します	◎平常時から災害時に必要な行動や必要物品、避難場所等の周知や健康教育に努めます	◎食を通じて生活習慣病予防を図りましょう ◎給食の時間を利用して食に関する正しい知識を学びましょう ◎誰かと食べる食事の楽しさや楽しさを知るため家族と食事をとることや朝ごはんの大切さを知りましょう	◎命の大切さの理解を深めましょう ◎自分の周りの人の変化に気づいたとき適切な行動が取れるように研修に参加しましょう ◎ストレスの対処法や心身の健康増進について知りましょう
例えばこんな事	健康相談 広報活動 保健所や医療との連携 晴寿の会(精神疾患患者の会) 寄り処(当事者の家族の会) 傾聴ボランティア ゲートキーパー養成研修参加	健康相談 福祉、医療、教育との連携 広報活動	学習交流会 食育事業 地域事業 保健事業への協力	災害時保健活動マニュアル 研修、避難訓練 要配慮者リスト 災害時対応パンフレット	料理教室 食育教育 給食 食生活指導	相談窓口情報提供 広報活動 ゲートキーパー養成研修参加 メンタルヘルス勉強会、講座参加 関係機関・団体との連携 こころの健康状態の確認(こころの体温計の活用など) 健康教育(生きる授業(SOSの出し方教室)など)

日高町 子育て健康課 健康増進 G  
01456-2-6571