

健康づくり計画及び食育推進計画に関する行政の取組

健康づくりに関する行政の取組

(1) 栄養と食生活

取組内容		平成30年度の取組状況	今後の予定
妊 娠 期 ・ 乳 幼 児 期	食生活を振り返り改善するための栄養指導、栄養相談を実施する。	給食の内容について献立検討会・物資選定委員会等で改善に取り組んだ。（子育て支援課・学校給食センター課） 離乳食や幼児食の進め方について管理栄養士による個別相談を行った。（健康推進課）	継続して実施
	栄養に関する正しい知識を普及する。	栄養士と連携し、媒体を使った話の場を設けたり、日々の給食の中で食育栄養パネルを使用し知識の普及に努めた。（子育て支援課・学校給食センター課） マタニティ栄養教室（妊娠中、産後の食生活と栄養についての講話と試食）や子育て相談で実施した。（健康推進課） 栄養満点ふりかけと野菜たっぷりなお味噌汁を作りましょう（幼児期家庭教育講座）で、子どもの栄養バランスを考えた料理の作り方学ぶ講座を開催した。（生涯学習課）	継続して実施
	朝食を取ることが難しい人には簡単な朝食の取り方を提案する。	マタニティ栄養教室等で提案した。（健康推進課）	継続して実施
	妊娠期から母乳育児の指導、相談を実施する。	マタニティ教室で実施した。母子健康手帳発行時、指導を要する妊婦に助言した。（健康推進課）	継続して実施
	マタニティ教室や離乳食教室等で、望ましい食生活について啓発する。	マタニティ教室や離乳食教室等で、望ましい食生活について啓発した。（健康推進課）	継続して実施
	食文化や食事の大切さ、マナーを家庭に啓発する。	栄養士と連携し各園で栄養士による園児への指導を行い、また、給食だよりおよび献立表を生かして保護者に啓発している。（子育て支援課・学校給食センター課）	継続して実施
	食育の日（毎月19日）を啓発する。	食育の日は家庭で作った弁当を味わうこととし、食育の日として周知している。（子育て支援課） 食生活改善推進員養成講座にて周知した。（健康推進課）	継続して実施
	給食で、伝承行事食として、行事に合わせた食事やおやつを提供する。	給食の献立を園の伝承行事に合わせて提供した。（子育て支援課・学校給食センター課）	継続して実施
	保護者の給食への関心、興味を深めるため給食試食会を実施する。	幼児の保護者に対し給食試食会を実施した。（子育て支援課・学校給食センター） また、参加者に対してアンケートを実施し、給食内容の改善を行った。（学校給食センター課）	継続して実施
	給食だよりの充実を図る。	全国の郷土料理を大量調理できるようにアレンジをして給食に取り入れ、給食だより等で紹介した。（学校給食センター課）	継続して実施
	食育を推進する。	その日の給食を栄養パネルを使用し内容を確認したり、保育園で野菜作りや行事等を実施した。（子育て支援課） また、各部署が連携して食育の啓発を推進した。	継続して実施
	食生活改善推進員の活動を支援する。	食生活改善推進員の活動を支援した。（健康推進課）	継続して実施
	保育園を訪問して、幼児に対して食に関する指導を行う。	年長児を対象として食に関する指導を実施した。（学校給食センター課）	継続して実施
	保育園で栽培した作物を給食で使用する。	保育園で野菜作りを行い、給食に使用した。（子育て支援課・学校給食センター課）	

児童期・思春期	食育を推進する。	①各小中学校において食に関する指導の全体計画・年間計画を作成した。また、校内食育推進委員会などを活用し教職員の食に関する意識を高めてもらうように働き掛けをした。食育の日には毎月テーマをもった献立を実施し、指導やたよりなどで啓発した。（学校教育課） また、各部署が連携して食育の啓発を推進した。 ②一部の学校保健委員会において3色食品群の働きについて、朝食の大切さについての講話を行った。（健康推進課）	①継続して実施 ②継続して実施
	小学生を対象とした農業体験等、栽培、収穫活動を実施する。	一部の学校では学校田での米作り、畑でのさつまいも・大根の栽培活動を行っており、生活科の授業の一環でミニトマト栽培も行っている。（学校教育課）	継続して実施
	地域の交流や食に対する意識を高めるため、料理教室を開催する。	①パンづくり（公民館講座）で、パンの作り方を学ぶ講座を開催した。 クリスマスケーキ作り（公民館講座）で、パンとクリスマスケーキの作り方を学ぶ講座を開催した。 親子パン作り（親子ふれあい講座）で、親子でパンの作り方を学ぶ講座を開催した。 親子お菓子作り（親子ふれあい講座）で、親子でシフォンケーキの作り方を学ぶ講座を開催した。 クリスマスを食べよう（幼児期家庭教育講座）で、子どもとのふれあいを大切にクリスマス料理の調理を行う講座を開催した。 飾り巻きずしを作ろう（幼児期家庭教育講座）で、子どもとのふれあいを大切にお雛様ずしと桃の花の巻きずしを作る講座を開催した。（生涯学習課） ②学校給食センター主催で親子料理教室を開催した。（学校給食センター課） ③親子パン作り教室で、親子でパンの作り方を学ぶ講座を開催した。（人権推進課） ④3歳～小学生対象の親子料理教室と高校生対象の高校生のための生活習慣病予防講座を食生活改善推進員が実施した。（健康推進課）	①内容を精査しながら実施予定 ②31年度は実施しない ③継続して実施 ④継続して実施
	望ましい食習慣を身につけさせるよう、栄養教諭・学校栄養職員による指導を行う。	各小中学校において食に関する指導の全体計画・年間計画をもとに指導を実施した。（学校教育課）	継続して実施
	食生活改善推進員の活動を支援する。	親子料理教室の開催等、食生活改善推進員の活動を支援した。（健康推進課）	継続して実施
青年期・壮年期	食に関する知識の普及や相談を実施する。	①ヘルスアップ教室やお悩み別栄養教室を実施した。また、特定健診結果説明会・特定保健指導で栄養士による相談を実施した。（健康推進課） ②パン作り（公民館講座）で、パンの作り方を学ぶ講座を開催した。 クリスマスケーキ作り（公民館講座）で、クリスマスケーキの作り方を学ぶ講座を開催した。（生涯学習課） ③親子パン作り教室で、親子でパンの作り方を学ぶ講座を実施した。（人権推進課）	①継続して実施 ②内容を精査しながら実施予定 ③継続して実施
	掲示板、公共施設等身近な場所で目にとまる啓発を行う。	地元店舗にて、健康課題についての媒体の掲示、野菜についての健康情報やレシピの配布を行った。また、健康福祉まつりにおいて媒体の掲示やチラシの配布を行い、野菜摂取量増加を促す啓発を行った。（健康推進課）	検討
	広報やホームページで朝食を取るよう呼びかけるなど、食の大切さについて情報提供を行う。	広報で、バランスよく食べることの大切さについて啓発、情報提供を行った。（健康推進課）	継続して実施
	食生活改善推進員の活動を支援する。	合同研修会や県からの委託事業、健康福祉まつりでの試食提供への支援を行った。（健康推進課）	継続して実施

	土日の料理教室を開催する。（特に男性向け）	①男女が性別に捉われることなく、家事を効率よく行う方法を学ぶために「男性のための料理教室」講座を開催し、男性が家庭内での諸活動に積極的に関わることへの理解を深めた。（人権推進課） ②人権推進課と協働して料理教室で野菜摂取の必要性について啓発した。（健康推進課）	①精査して検討継続予定 ②継続して実施
	民間企業等と連携して健康志向の手軽な食事を提案する。	未実施	実施予定
	健診結果をわかりやすく説明し、食生活の改善を支援する。	特定健診結果説明会等で、栄養士と保健師による生活習慣病予防の保健指導を実施した。（健康推進課）	継続して実施
高 齢 期	高齢者を対象とした栄養教室を実施する。	①男性料理教室を開催した。（健康推進課） ②なかよし昼食会（食生活改善事業）で、全員で会話しながら、食事を作り、食べる講座を開催した。（人権推進課）	①継続して実施 ②継続して実施
	介護予防教室、栄養相談等で、バランスのとれた食事等の情報提供を行う。	はつらつクラブで、低栄養予防の講話を実施した。栄養士による個別の栄養相談を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	低栄養、生活機能低下の有無を判定する。	①70歳以上の方（要介護・要支援認定者は除く）を対象にシニアいきいきアンケートを実施。（高齢福祉課） ②栄養に問題がないか早期に発見し、低栄養該当者には食生活の改善を促すリーフレットを郵送した。また個別栄養相談の案内も同封し、希望者には個別栄養相談を実施した。（健康推進課）	①継続して実施（高齢福祉課） ②継続して実施。（健康推進課）
	食生活改善推進員・活き生き推進隊の活動を支援する。	食生活改善推進員養成講座を実施し、活動を支援した。また、活き生き推進隊の活動が自立できるよう支援した。（健康推進課）	継続して実施

（２）身体活動と運動

取組内容		平成30年度の取組状況	今後の予定
乳 幼 妊 産 婦 期	妊娠期より、運動の必要性を啓発する。	マタニティ教室で実施した。（健康推進課）	実施予定
	親子で体を動かす事業を実施する。	①親子体操教室（スポーツ教室）で、親子で体操に触れ合い体を動かした。（スポーツ課） ②おやこであ・そ・ぼ（幼児期家庭教育講座）で、親子でリトミックを楽しんだり、ストレッチで身体を伸ばしてリフレッシュを図る講座を開催した。 赤ちゃんと一緒にベビーダンス♪（幼児期家庭教育講座）で、赤ちゃんを抱っこひもで抱っこして親子がお互いのぬくもりを感じながら楽しく体を動かす講座を開催した。（生涯学習課）	①平成30年度も実施予定（託児はなしの予定） ②平成31年度の講座においても内容を精査しながら実施予定
	公園を利用しやすく管理し、活用に努める。	都市公園はシルバー人材センター、子ども会または業者に委託し環境等の維持管理に努めた。（都市計画課） 児童遊園は地区町内会、子ども会または業者に委託し管理に努めた。（子育て支援課）	継続して実施

	運動の大切さを啓発する。	スポーツ課の事業を健康推進課で周知した。	継続して実施
	親子で楽しめる遊び場や機会、散歩コースの情報を提供する。	こんにちは赤ちゃん訪問の中で児童館や支援センターの情報提供をした。（健康推進課）	
	日頃から体を動かすことや適度な運動について情報提供をする。	マタニティ教室で実施した。（健康推進課）	実施予定
児童期・思春期	遊びやレクリエーションの参加の機会を拡充する。	ニュースポーツ（あまスポーツクラブ事業）で、いろいろなスポーツを通じて仲間づくりを行ったり豊かな子どもを育む講座を実施した。（スポーツ課）	継続して実施
	地域でのラジオ体操の普及に協力する。	市民ラジオ体操のつといで、正しいラジオ体操を普及した。（スポーツ課）	継続して実施
	公園を利用しやすく管理し、活用に努める。	都市公園はシルバー人材センター、子ども会または業者に委託し環境等の維持管理に努めた。（都市計画課） 児童遊園は地区町内会、子ども会または業者に委託し管理に努めた。（子育て支援課）	継続して実施
	放課後に校庭等を開放する。	放課後に校庭等の解放をした。（スポーツ課・学校教育課）	
	体を動かす楽しさを伝え、運動習慣の定着を図る。	ふれあいスポーツ～子ども体育教室～（スポーツ教室）で、子どもたちが身体を動かす楽しさ・喜びを感じ運動の日常化を図った。（スポーツ課） 親子体操教室（スポーツ教室）で、親子で体操に触れ合い体を動かす講座を実施した。（スポーツ課）	継続して実施
	健康教室等をきっかけにした運動の仲間づくりの支援をする。	①健康福祉まつりにおいてウォーキング自主グループによりウォーキングを実施した。ウォーキングマップを広報で周知した。また、生き生き推進隊の活動を周知し仲間づくりの啓発をした。（健康推進課） ②肩こり・腰痛ケアストレッチ教室・ボクササイズ教室・（スポーツ教室）で、各種スポーツの基本的な運動を実施した。（スポーツ課） 市民走ろう・歩こう会で、気軽に楽しめるジョギング（2km・4km・10km）とウォーキング（2km・4km）を実施する。（1月27日開催予定）（スポーツ課） バランスボール・スポーツ吹き矢（あまスポーツクラブ事業）で、各種スポーツの教室を通じて健康づくりを行い、仲間との交流を深めた。（スポーツ課） ③バランスボールでココロとカラダのメンテナンス（公民館講座）で、バランスボールを使って有酸素運動を行う講座を開催した。 ヨガをしよう、ノルディックウォーキングをしよう、セルフ整備をしよう（社会教育講座）で健康づくりに役立つ講座を開催した。（生涯学習課） ④運動不足解消教室で、運動の実技と健康に関する講話を行った。（健康推進課）	①継続して実施 ②平成31年度についても内容を精査しながら実施予定 ③内容を精査しながら実施予定

青年期・壮年期	若い世代が運動のきっかけづくりとなる参加しやすい教室（託児付教室）を実施する。	①健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～（スポーツ教室）で、トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図った。（スポーツ課） ②ヘルスアップ教室（託児付）で、運動の実技と健康に関する講話を行った。（健康推進課）	①平成31年度についても内容を精査しながら実施予定（託児はなしの予定） ②継続して実施
	運動に関する事業等について、市民にわかりやすく、魅力的な情報を提供する。	広報や健康福祉まつり等でウォーキング開催日を周知した。（健康推進課）	継続して実施
	健診結果をわかりやすく説明し、運動の必要性を伝える。	特定健診結果説明会で、運動教室、ウォーキング事業を勧奨した。（健康推進課）	継続して実施
	市の運動施設について、利用者増加を図る。	健康・体力づくり教室～総合体育館トレーニング室を利用しよう～（スポーツ教室）で、トレーニング室の器具の使い方を習得し、運動の必要性や効果を実感し、トレーニングの継続を図った。（スポーツ課）	継続して実施予定
	民間企業と協力して、運動の推進を図る。	運動に限らず、商工会の協力を得て健康マイレージ事業を推進した。（健康推進課）	商工会との連携を強化する。
	運動グループ活動や活き生き推進隊の活動を支援する。	今年度、健康福祉まつりでウォーキングねぎぼうず、みんなで歩こう会とともにウォーキングを実施した。活き活き推進隊の活動はウォーキングを兼ねあま市の歴史を学び行事に参加した。（健康推進課）	新マップの普及やグループの啓発活動を支援する。
	市民のニーズに合わせた運動について検討、実施する。	ラジオ体操のつどい・市民ウォーキング大会を紹介した。（健康推進課）	継続して実施
高齢期	介護予防教室を積極的に啓発し、参加者の増加を図る。	①はつらつ健康教室～シニア運動教室～（スポーツ教室）で、自らの体力・健康状態を自覚することで、自発的な介護予防を促した。（スポーツ課） ②シルバーエクササイズ（あまスポーツクラブ事業）で、身近な素材を利用して健康維持・介護予防を行った。（スポーツ課） ③保健センター、コミュニティセンター等で行う「はつらつクラブ」のチラシ・広報等で周知し、参加者の増加を図った。（健康推進課） ④認知症予防講座～コグニサイズで楽しく予防～（公民館講座）で、頭と体を同時にトレーニングして元気で活発な体作りを行い認知症予防を図る講座を開催した。 認知症予防講座～社交ダンスをしよう～（公民館講座）で、社交ダンスで脳と体を刺激して認知症予防を図る講座を開催した。 認知症予防のための脳トレ講座～クラシックギターをしよう（公民館講座）で脳の活性化を促し、認知症の予防を図る講座を開催した。 シルバーカレッジに体を動かす講座授業を取り入れ、健康維持を図った。（生涯学習課） ⑤転倒骨折予防事業で、体を動かす講座を開催した。（人権推進課） ⑥一般介護予防事業で、高齢者健康体操講座を開催した。（人権推進課） ⑦ウォーキング、ラジオ体操、健康体操、モリ森たいそう（筋力アップ体操）、中国健康体操（意身功・太極拳）を行い高齢者の健康づくりを支援した。（子育て支援課） ⑧認知症サポーター養成講座・防犯講座を実施し認知症の理解を図った。（高齢福祉課）	①継続して実施予定 ②継続して実施予定 ③継続して実施 ④継続して実施予定 ⑤継続して実施 ⑥継続して実施 ⑦継続して実施 ⑧継続して実施
	高齢者の集まるイベントを活用して介護予防の啓発を行う。	依頼があった老人会に対し介護予防の啓発を実施した。また、地元自治会やコミュニティなどに対し健康づくりマスター事業として、運動やストレッチを取り入れ介護予防を啓発した。（健康推進課）	H30年度で終了

介護予防事業を勧奨し、要介護状態を予防する。	①70歳以上の方（要介護・要支援認定者は除く）を対象にシニアいきいきアンケートを実施した。 ②運動器に問題が無いか早期に発見し、二次予防対象者に運動器機能向上教室を実施した。センター型教室の内容を強化した。（健康推進課）	①継続して実施（高齢福祉課） ②要介護・要支援認定者・一般高齢者の区別なく筋力向上と維持の2段階に分けて通年で実施。（健康推進課）
ロコモティブシンドロームについての知識を普及・啓発する。	介護予防事業、サロン等で実施した。（健康推進課）	実施予定
地域の活動の場と、安全で取り組みやすい環境整備に努める。	ゲートボール場やグラウンドの整備に努めた。（スポーツ課）	実施予定
運動グループ活動や活き生き推進隊の活動を支援する。	運動グループ活動や活き生き推進隊の活動を支援した。	実施予定

（３）こころの健康づくり

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
妊娠期・乳幼児期	望ましい生活習慣をつくるための知識を普及・啓発する。	マタニティ教室、乳幼児健康診査で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	ストレスを解消・リフレッシュするための支援を行う。	未実施	実施予定
	妊娠期から不安や悩みを抱え込まないよう、切れ目のない相談体制を充実させる。	未実施	実施予定
	子どもの健やかなこころと体を育てるための知識を普及・啓発する。	乳幼児健康診査で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	母親が育児の不安や負担を抱え込まないよう、母親同士の交流を推進する。	①マタニティ教室、すくすく広場等で交流会を実施した。（健康推進課） ②子育てサロンを実施した。（生涯学習課）	継続して実施
	こころの悩みや病気に関する相談機関を周知する。	乳幼児健康診査で実施した。リーフレットを全戸配布し、相談機関を周知したほか、自殺やうつ病に対する正しい理解の促進を図った。（健康推進課）	継続して実施
児童期・思春期	こころの健康・休養について教育の充実を図る。	小学5年保健「心の健康」、中学1年保健「心と体のかかわり」で学習。（学校教育課）	継続して実施
	親子の絆を深める家庭環境づくりを支援する。	中学家庭科「家族と家庭と地域」、道徳「家族愛」で学習。（学校教育課）	継続して実施
	質のよい睡眠や休養を取るための、正しい知識の普及・啓発を図る。	中学2年保健「休養・睡眠と健康」で学習。（学校教育課）	継続して実施
	こころの悩みや病気に関する相談機関を周知する。	4月に「あま市教育相談」のお知らせを配布。（学校教育課）リーフレットを全戸配布し周知した。（健康推進課）	継続して実施
青年期・壮年	こころの健康を保つための知識を普及・啓発する。	未実施	実施予定
	健康づくりのための睡眠について普及・啓発する。	未実施	実施予定
	ストレスを解消・リフレッシュするための支援を行う。	ヘルスアップ教室で、運動を通してストレスを解消、リフレッシュするための支援を行った。（健康推進課）	実施予定
	不安や悩みを抱え込まないよう、相談体制を充実させる。	こころの相談室で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	生きがいや趣味を持つこと、スポーツをすることなど様々なストレス解消法に関する情報提供を行う。	未実施	実施予定

期	こころの悩みや病気に関する相談機関を周知する。	駅周辺で、相談機関を周知するマスクの配布を行った。広報で相談機関を周知した。リーフレットを全戸及び成人式で配布し、相談機関を周知したほか、自殺やうつ病に対しての正しい理解の促進を図った。（健康推進課）	実施予定
高 齢 期	こころの健康を保つための知識を普及・啓発する。	高齢者総合相談窓口として実施した。（高齢福祉課）	継続して実施
	健康づくりのための睡眠について普及・啓発する	未実施	実施予定
	ストレスを解消・リフレッシュするための支援を行う。	①介護者のつどい、ふれあい（認知症）カフェを実施した。（高齢福祉課） ②はつらつクラブ、筋力アップクラブで実施した。（健康推進課） ③中国健康体操（意身功・太極拳）、お楽しみ会（脳トレなどのゲーム、お話し会）を実施した。（子育て支援課）	①継続して実施 ②継続して実施（対象者変更） ③継続して実施
	不安や悩みを抱え込まないよう、相談体制を充実させる。	こころの相談室で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	生きがいや趣味を持つこと、スポーツをすることなど様々なストレス解消法に関する情報提供を行う。	老人クラブ活動やシルバー人材センターでの活動を通じて高齢者に対する生きがいづくりの支援を行った。（高齢福祉課）	継続して実施
	こころの悩みや病気に関する相談機関を周知する。	リーフレットを全戸及び敬老会で配布し、相談機関を周知したほか、自殺やうつ病に対しての正しい理解の促進を図った。（健康推進課）	実施予定
	地域とのつながりが持てるよう支援する。	①相談者に対して介護予防教室、サロン等の情報提供を行った。 老人クラブ活動の支援を実施した。（高齢福祉課） ②健康相談、介護予防事業でコミュニケーションを図りとともに福祉事業などの紹介を行った。（健康推進課）	①継続して実施 ②継続して実施
	シルバーカレッジで生涯学習を行いながら仲間づくりの支援を行う。	シルバーカレッジで生涯学習を行いながら生きがいづくりや仲間づくりの支援を行った。（生涯学習課）	継続して実施
	一般介護予防事業で、各種講座を開催する。	各種講座を開催し、自己啓発など生きがいづくりや、仲間づくりの支援を行った。（人権推進課）	継続して実施

（４）歯と口腔の健康づくり

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
妊 娠	歯と口腔の衛生週間に合わせ、むし歯予防について啓発する。	ポスター掲示、広報に掲載した。（健康推進課）	継続して実施
	母子健康手帳交付時に妊婦歯科健診を啓発する。	歯科健診を受けることの重要性和、受診の日程をお知らせした。（健康推進課）	継続して実施
	乳幼児期からの歯と口腔の発育の大切さについて周知する。	子育て相談、もぐもぐ歯っぴい教室で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	おやつ選びや食生活・歯みがき指導・フッ化物等の知識を普及する。	もぐもぐ歯っぴい教室、1歳6か月児、2歳児健診で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	歯間部清掃器具の使用効果を啓発する。	各健診（マタニティ、1歳6か月児、2歳児、3歳児）で実施した。（健康推進課）	継続して実施

期・乳幼児期	かかりつけ歯科医を持つよう啓発する。	1歳6か月児、2歳児健診時の歯科健康教育で啓発した。マタニティ教室（歯科編）で講話を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	歯科健診時に必要な人に対し治療勧奨を行う。	各健診（マタニティ、1歳6か月児、2歳児、3歳児）で個別で声かけを実施した。（健康推進課）	継続して実施
	マタニティ教室等で、たばこが妊婦・胎児に与える影響を、わかりやすく普及・啓発する。	母子健康手帳交付時、マタニティ教室（歯科編）で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	口腔習癖の弊害を啓発する。	各健診（1歳6か月児、2歳児、3歳児、マタニティ）で個別で声かけを実施した。（健康推進課）	継続して実施
	成長に伴う口腔機能の発達について啓発する。	マタニティ教室（歯科編）、離乳食教室、もぐもぐ歯っぴい教室で啓発した。	継続して実施
	80歳になっても20本以上自分の歯を保つことを目標とした「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進する。	マタニティ教室（歯科編）で8020のパンフレットを配布した。（健康推進課）	継続して実施
児童期・思春期	歯と口の衛生週間に合わせ、むし歯予防について啓発する。	①ポスター掲示、広報での周知を行った。 ②6月の歯と口の衛生週間にあわせ、かみごたえのある食材を使用し献立を提供した。また、毎月1品“かみかみの日”とし、かみごたえのある食材を使用し、説明したたよりを配布した。給食時の放送資料を作成し、食べるときに放送してもらうよう依頼した。（学校給食センター課）	継続して実施
	かかりつけ歯科医を持つよう啓発する。	一部の学校保健委員会、歯みがき教室において実施した。（健康推進課）	継続して実施
	おやつ選びや食生活・歯みがき指導・フッ化物等の知識を普及する。	一部の学校保健委員会、歯みがき教室において実施した。（健康推進課）	継続して実施
	歯と口腔の大切さについて、周知する。	一部の学校保健委員会、歯みがき教室において実施した。（健康推進課）	継続して実施
	歯みがき指導を推進する。	小学校にて、歯みがき教室を開催した。（健康推進課）	継続して実施
	歯間部清掃用器具の使用効果を啓発する。	福祉健康まつり、保育園、学校での歯みがき指導で啓発した。（健康推進課）	継続して実施
	むし歯・歯肉炎と生活習慣の関係について啓発する。	小学校にて、歯みがき教室、学校保健委員会の際に周知した。（健康推進課）	継続して実施
	歯科健診時に必要な人に対し治療勧奨を行う。	歯科健診時に必要な人に対し治療勧奨を行った。（学校教育課）	継続して実施
	成長に伴う口腔機能の発達について啓発する。	一部の学校保健委員会、歯みがき教室において実施した。（健康推進課）	継続して実施
	80歳になっても20本以上自分の歯を保つことを目標とした「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進する。	小学校にて、歯みがき教室、学校保健委員会の際に周知した。（健康推進課）	継続して実施
	歯と口の衛生週間に合わせ、口腔管理について啓発する。	ポスター掲示、広報での周知を行った。（健康推進課）	継続して実施
	口腔疾患と全身疾患の関係性についての知識を普及する。	歯と口腔の健診の際に、パンフレットの配布を行った。（健康推進課）	継続して実施
	医科、歯科、薬科等関係機関との連携を強化する。	糖尿病と歯周病の関係について、歯と口腔の健診の際に啓発した。（健康推進課）	継続して実施

青年期・壮年期・高齢期	口腔機能の向上を啓発する。	歯と口腔の健診の際に、パンフレットの配布を行った。 ホームページにて健口体操の周知を行った。（健康推進課）	継続して実施
	歯と口腔の健診の受診勧奨をする。	特定健診、30・35歳健診と同時にを行い受診者の増加を図った。 76歳を対象に受診勧奨ハガキを送付した。（健康推進課）	継続して実施 75歳以上の 健診内容の充実
	喫煙が及ぼす歯周病への健康影響について周知する。	歯と口腔の健診の際に、パンフレットの配布を行った。（健康推進課）	
	80歳になっても20本以上自分の歯を保つことを目標とした「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進する。	健康まつりで8020・7021表彰を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	介護予防（口腔機能の向上）を啓発する。	①介護予防教室で実施した。（健康推進課）長寿を祝う会にて歯科医師の講話を行った。（高齢福祉課） ②シルバーカレッジに口腔ケアの講座授業を取り入れた。（生涯学習課）	①継続して実施 ②継続して実施
	要介護者の口腔機能向上のため、往診治療や往診歯科口腔指導のサービスについて啓発する。	相談対応時に情報提供を行った。（高齢福祉課） 介護保険サービス事業者連絡会において、歯科医師の講義と歯科医師及び介護関係職員との交流を行った。（高齢福祉課）	継続して実施
	お薬手帳の利用を勧奨する。	未実施	実施予定

（５）たばこ

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
妊娠期・乳幼児期	母子健康手帳交付時の喫煙状況を確認し、喫煙している妊婦とその家族に対し、個別に指導・支援する。	母子健康手帳交付時のアンケートより喫煙者への支援を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	マタニティ教室等で、たばこが妊婦・胎児に与える影響を、わかりやすく啓発する。	マタニティ教室で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	家庭訪問、乳幼児健診等の機会にたばこの副流煙の影響について知識を普及する。	家庭訪問、乳幼児健診等の機会に実施した。（健康推進課）	継続して実施
	禁煙外来を周知する。	未実施	実施予定
	公共施設での分煙・禁煙を推進する。	公共施設での分煙・禁煙を実施している。	継続して実施
児童期・思春期	学校は、児童生徒とその保護者に対して禁煙教育を行う。	小学校6年生 保健学習「病気の予防」、中学校3年生 保健体育（保健）「健康な生活と疾病の予防」で実施した。（学校教育課）	継続して実施
	目にする機会が多い場所へポスターなどを掲示し、啓発する。	愛知県教育委員会から配布されたポスターを各学校へ配布する。（学校教育課）	継続して実施
	子どもに対し、たばこの害を周知する。	小学6年保健「病気の予防」の中でたばこの害と健康について学習。 中学3年保健「喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ」で学習。（学校教育課）	継続して実施
	禁煙成功者の体験談を広報に掲載する。	未実施	実施予定

高 壯 青 齡 年 年 期 期 期	世界禁煙デーに合わせて禁煙週間を周知し、推進する。	広報に掲載した。（健康推進課）	継続して実施
	たばこの害と疾病との関係についての教育の実施及びポスターを掲示する。	成人式において、たばこについてのチラシを配布した。（健康推進課）	継続して実施
	喫煙が及ぼす影響やCOPD（慢性閉塞性肺疾患）について周知する。	がん検診で周知した。（健康推進課）	継続して実施
	禁煙希望者へ、禁煙治療ができる医療機関等の情報を提供する。	相談時に愛知県作成のチラシを配布した。（健康推進課）	継続して実施
	たばこに関する講演会を実施する。	未実施	実施予定

（６）アルコール

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
乳 妊 幼 婦 児 期 期	母子健康手帳交付時の飲酒状況を確認し、飲酒している妊婦とその家族に対し、個別に支援する。	母子健康手帳交付時に実施した。（健康推進課）	継続して実施
	マタニティ教室等で飲酒が妊婦・胎児に与える影響を、わかりやすく周知する。	マタニティ教室等で周知した。（健康推進課）	継続して実施
思 児 春 童 期	未成年者に飲酒が及ぼす身体への影響について周知する。	小学6年保健「病気の予防」の中でたばこの害と健康について学習。 中学3年保健「喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ」で学習。（学校教育課）	継続して実施
高 壯 青 齡 年 年 期 期 期	適正飲酒量を周知する。	特定健診結果説明会や健康教育で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	多量の飲酒や生活習慣病のリスクを高める飲酒が身体へ及ぼす影響についての正しい知識の普及・啓発をする。	特定健診結果説明会で周知した。（健康推進課）	継続して実施

（７）健康管理

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
妊 婦 期 ・ 乳 幼 児 期	妊産婦・乳幼児健康診査の受診を勧奨する。	母子保健事業で受診勧奨をした。（健康推進課）	継続して実施
	健康診査、相談、訪問指導など母子保健事業の効果的実施と利用促進を図る。	母子保健事業の効果的実施と利用促進を図った。（健康推進課）	継続して実施
	定期予防接種の未接種者の解消を図る。	未接種者には勧奨ハガキを送付した。（健康推進課）	継続して実施
	かかりつけ医を持つよう啓発する。	乳幼児健診等で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	妊娠期から切れ目ない子育て支援を通して、健康管理を支援する。	母子保健事業で支援した。（健康推進課）	継続して実施
	医療ネグレクト児について、関係機関と連携して対応する。	関連機関と連携して対応した。（健康推進課、子育て支援課）	継続して実施

児童期・思春期	自分の健康を自分で守ることができるよう、適正体重を周知するなど、正しい知識を学ぶ機会を提供する。	小：肥満傾向の子について個別に対応している。 中：身体測定時にBMIをつかって適正体重を学ばせている。（学校教育課）	継続して実施
	定期予防接種の未接種者の解消を図る。	未接種者には勧奨ハガキを送付した。（健康推進課）	継続して実施
	医療ネグレクト児について、関係機関と連携して対応する。	関連機関と連携して対応した。（健康推進課、子育て支援課、学校教育課）	継続して実施
	がん予防を含む、生活習慣病の健康教育を行う。	小学校6年生 保健学習「病気の予防」、中学校3年生 保健体育（保健）「健康な生活と疾病の予防」で実施した。（学校教育課）	継続して実施
青年期・壮年期・高齢期	健康教育、イベント、広報等を通じて、各種健（検）診の目的・重要性等をさらに市民へ周知する。	がん検診予定表を各戸配布し、広報では受診勧奨に努めた。 全国健康保険協会愛知支部と協働で協会員へ特定健診の個別通知時にがん検診の案内を送付した（健康推進課）	継続して実施
	がん検診受診方法を、広報・ポスターなどを用いてわかりやすく周知し、受診の啓発をする。	がん検診予定表を各戸配布し、広報では受診勧奨に努めた。（健康推進課）	継続して実施
	個別通知を実施し、若い年齢層の受診者の増加を図る。	40歳以上の男性、20歳以上の女性すべてに個別通知を実施し受診勧奨に努めた。また、肝炎ウイルス検診（40）、乳がん（40歳）、子宮がん（20歳）、大腸がん（40歳）の方へ、クーポン券付きの個別勧奨通知を実施し、自己負担金の助成を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	早期発見・早期治療の重要性について、啓発する。	無料検診（乳・子宮・大腸）対象者への個人通知と無料検診（乳・子宮）未受診者への再通知を実施した。新成人に子宮頸がん検診のチラシを配布した。（健康推進課）	継続して実施
	望ましい生活習慣（栄養・運動）の実践を支援する。（栄養と食生活、身体活動と運動参照）	①栄養相談・健康相談・健診結果説明会を実施した。（健康推進課） ②各種教室（健康づくり教室、ヘルスアップ教室）で、一部がん予防の講話を実施した。あまつり・健康福祉まつりで適正体重の周知を図った。（健康推進課） ③栄養教諭・学校栄養職員が各学校へ出向き、生活習慣等についての指導をした。（給食センター課）	継続して実施
	精密検査対象者への受診勧奨を強化する。	精密検査結果の返送が無い方へ受診の確認をした。一次検診実施医療機関に精密検査受診の確認をした。受診結果を把握できない方へ追跡調査を実施した。（健康推進課）	継続して実施
	あま市民病院の地域包括ケア病棟において、「おうちにかえろう」を合い言葉にて退院支援を行う。	摂食嚥下障害の方に、専門の看護師による「飲み込み・食べる相談」を実施した。（あま市民病院）	継続して実施
	あま市民病院における、人間ドックを新たに実施するなど検診部門の充実と、がんの治療・相談体制を強化する。	平成25年度に緩和ケア運営委員会を設置し継続して開催した。（あま市民病院）	人間ドックの実施を検討
	がんに関する講演会を実施する。	未実施	実施予定
	がん予防を含む生活習慣病の健康教育を行う。	特定健診結果説明会や健康教育で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	適正体重を周知する。	あまつり・健康福祉まつりで適正体重啓発のうちわを配布・計算し周知を図った。特定健診結果説明会や健康教育で実施した。（健康推進課）	継続して実施

	生活習慣病予防のために20歳代、30歳代からの生活習慣改善に向けた情報提供、健康教育、健（検）診の勧奨等に一層取り組む。	ヘルスアップ教室等で実施した。（健康推進課）	継続して実施
	職域との積極的な連携を図り、健康教育及び健（検）診受診への啓発を充実させる。	未実施	実施予定
	医科、歯科、薬科など関係機関との連携を強化する。	医療機関に大腸がん検診の啓発ポスターを配布した。（健康推進課）	継続して実施
	特定健康診査やがん検診を受けやすい体制づくりに取り組む。	受診券を送付し、直接医療機関を受診できる体制をつくった。（保険医療課・健康推進課） 特定健診において対象者全員に対し自己負担を無料とした。（保険医療課）	継続して実施 予約方法の拡充
	特定健康診査やがん検診の未受診者の把握に努め、受診勧奨を強化する。	特定健診において、未受診パターン（過去5年間未受診、昨年度未受診）に応じた内容で、受診勧奨ハガキを送付した。また、今年度未受診者に対し、特定健診以外（人間ドックや職場健診等）で受診された健診結果の提供を依頼し、受診率向上に努めた。（保険医療課）	継続して実施
	活き生き推進隊の活動を支援する。	自殺予防啓発や適正体重の啓発で活き生き推進隊の活動の場を作った。健康福祉まつりで活動のPRを支援した（健康推進課）	継続して実施
	お薬手帳の利用を勧奨する。	国民健康保険加入者へ適正受診についてのチラシを配布、及び、窓口に適正受診についてのリーフレットを設置し、お薬手帳の活用を啓発した。また、重複服薬者に対して、訪問及び通知により、お薬手帳の活用について指導を実施した。（保険医療課）	継続して実施
重症化予防	有所見者への対策としては、重症化につながる高血圧症及び糖尿病について、セミナーの開催や訪問による医療機関への受診勧奨を実施し、適切な治療につなげて、脳血管疾患・虚血性心疾患・糖尿病性腎症の重症化予防を図る。	特定健診の結果、糖尿病に関する値（HbA1c）が有所見判定値の方に糖尿病基礎教育セミナーを開催。また、糖尿病に関する値（HbA1c）、「糖尿病と腎機能に関する値」、「血圧値」が受診勧奨レベルの方で、その後も医療機関受診が確認できない方へ、医療機関受診勧奨通知及び訪問指導を実施した。（保険医療課）	継続して実施
	継続したがん検診の必要性について啓発して、ライフスタイルに合わせた受診しやすい体制づくりを進める。	選定した受診できる項目を記した受診券を送付し、直接医療機関を受診できる体制を作った。（健康推進課）	継続して実施
	要精密検査者には、医療受診の勧奨に努めて、早期発見につなげる。	要精密検査者に対し結果とともに精密検査の案内を送付し、精密検査未受診者に対しては未受診理由のアンケートを実施し受診勧奨に努めた。（健康推進課）	継続して実施

食育

取組内容		平成30年度の実施状況	今後の予定
食を通じて健康な体	バランスのとれた規則正しい食生活の実践を啓発する。	各種栄養教室で、講話と調理実習を実施した。また、広報で啓発を行った。（健康推進課）	継続して実施
	食に関する指導を充実させ、食育を推進する。	関係機関と連携を図りながら、日々の給食や行事等で園児、保護者へ食育の推進を行った。（子育て支援課） 各小中学校において食に関する指導の全体計画・年間計画をもとに指導を実施した。（学校教育課）	継続して実施
	給食だよりの充実を図る。	各家庭にたよりや献立表を配布した。（学校給食センター課）	継続して実施
	食育に関する地域の社会資源との連携を推進する。	JＡ海部東と協同し、あま市の農産物をより多く給食でできるように連携を図った。（学校給食センター課）	継続して実施
	食育の日（毎月19日）を啓発する。	食育の日は家庭で作った弁当を味わうこととし、食育の日として周知した。（子育て支援課） 食生活改善推進員養成講座にて周知した。（健康推進課） 毎月19日前後の給食を食育の日献立とし、年間計画のテーマに沿った献立を提供し	継続して実施

をつくる	食の安全・安心に関する知識を啓発・普及する。	食の安全・安心に関する内容などを掲載した食育だよりを各家庭に配付した。また、食に関する情報を掲載した食育メッセージを市内小中学校の教職員に配付した。（学校給食センター課） 食生活改善推進員養成講座にて実施した。（健康推進課）	継続して実施
	朝食や野菜の摂取を始めとする望ましい食習慣を普及する。	一部の学校保健委員会で実施した。各種栄養教室や栄養相談等で実施し、広報で啓発した。（健康推進課）	継続して実施
	適正体重を周知する。	種健康教室や特定健診結果説明会、あまつり、健康福祉まつりで適正体重の周知を図った。（健康推進課）	継続して実施
食を通じて豊かなこころを育む	給食内容の充実を図る。	①毎月の献立委員会に参加し、内容の充実を図った。 ②前年度に引き続き、JA海部東と協同し、あま市産の野菜を給食で使用できるように体制を構築した。 ③全国の郷土料理を大量調理できるようにアレンジしたものを給食に取り入れ、給食だより等で紹介した。（学校給食センター課）	継続して実施
	給食を通して子どもの豊かなこころを育成する。	①栄養パネルを活用して豊かな心の育成につなげた。 ②食に関する指導で食べ物の大切さについて話をした。 ③学校給食センター見学を実施し、給食への理解・関心を深めた。（学校給食センター課）	継続して実施
	食文化や郷土料理を継承する。	愛知県及び各都道府県の郷土料理を大量調理できるようにアレンジをして給食に取り入れ、給食だより等で紹介した。（学校給食センター課）	継続して実施
	子どもや親子を対象とした講座・料理教室等を開催する。	①一部の学校の依頼により実施した。（食生活改善推進員） ②親子パン作り（親子ふれあい講座）で、親子でパンの作り方を学ぶ講座を開催した。 親子お菓子作り（親子ふれあい講座）で、親子でシフォンケーキの作り方を学ぶ講座を開催した。 栄養満点ふりかけと野菜たっぷりなお味噌汁を作りましょう（幼児期家庭教育講座）で子どもの栄養バランスを考えた料理の作り方を学ぶ講座を開催した。 クリスマスを食べよう（幼児期家庭教育講座）で、子どもとのふれあいを大切にクリスマス料理の調理を行う講座を開催した。 飾り巻きずしを作ろう（幼児期家庭教育講座）で、子どもとのふれあいを大切にお雛様ずしと桃の花の巻きずしを作る講座を開催した。（生涯学習課） ③親子料理教室を開催した。（学校給食センター課、健康推進課）	②内容を精査しながら実施予定 ③学校給食センターで行っている親子料理教室は31年度については実施しない
	全ての世代に向けて、食育に関わる情報を発信する。	①関係機関と連携を図りながら、日々の給食や行事等で園児、保護者へ食育の推進を行った。（子育て支援課） ②学校給食センター見学・食に関する指導を実施した。また、園だより・給食だよりなどで情報を提供した。（子育て支援課・学校給食センター課） ③就学時検診の時に、生活習慣などについて話をした。（学校給食センター課） 各小中学校において食に関する指導の全体計画・年間計画をもとに指導を実施した（学校教育課）また、校内食育推進委員会などを活用し、教職員の食に関する意識を高めてもらうように働き掛けをした。（学校教育課）	継続して実施 31年度については実施しない（学校給食センター課）
	子どもが保護者や地域とともに食育を学べる機会を設ける。	親子料理教室を開催した。（学校給食センター課、健康推進課）	継続して実施

地産地消に関する情報を提供する。	あま市の農産物をより多く給食で使えるように体制を構築し、給食でを使用した特産品については、給食だよりや学校放送資料等に記載し、情報を提供した。(学校給食センター課)	
食の情報が得られる講座等を開催する。	①各小中学校で開催される保護者対象の給食試食会にて栄養教諭・学校栄養職員が食について話をした。(学校給食センター課) ②各種栄養教室や食生活改善推進員養成講座で、正しい食の情報についての講話を行った。(健康推進課)	継続して実施
特産野菜・伝統野菜をPRする。	①市のHPに特産野菜を掲載した。(産業振興課) ②給食でを使用した特産品については、給食だよりや学校放送資料等に記載し、配布した。(学校給食センター課)	継続して実施
伝統野菜を継承する。	学校給食の献立に越津ねぎを活用した。(学校給食センター課)	継続して実施
給食において地元農産物を活用する。	①愛知県の食品を優先に選定、更にあま市の食品選定を優先にした。 ②JA海部東と協同し、あま市の農産物をより多く給食で使えるように体制を構築した。今年度も地元産の米・小松菜・ほうれん草・ねぎを使用した。(学校給食センター課)	継続して実施
米飯給食を推進する。	学校給食の主食で米飯を週4回以上提供した。(学校給食センター課)	継続して実施
食べ物に感謝する食育を推進する。	収穫体験、農業体験の充実に努めた。(子育て支援課) 保育園、学校の残食量を周知した。(子育て支援課・学校給食センター課)	継続して実施
食品廃棄物の減量に向けた取組の充実を図る。	①残量減少をねらいとして全小中学校の学級担任等に給食に関する調査をした。また、児童生徒に給食についての意識調査をし、結果を給食だより等に掲載した。調査結果をもとに献立内容に反映させた。(学校給食センター課) ②食生活改善推進員を対象に、食品廃棄物についての講話を行い、食品ロスを防ぐ調理実習を実施した。(健康推進課)	①継続して実施 ②継続して実施