

第 3 章 重点施策

※本章で掲載している【具体的事業】では、各事業の対象を「妊産婦期」、「乳幼児期」、「学童期」、「思春期」、「成人期」、「高齢期」といったライフステージ別に分類して整理しています。
ライフステージの年齢等の目安は次のとおりです。

ライフステージ	年齢等の目安
妊産婦期	妊婦と出産後1年程度の産婦
乳幼児期	乳児と幼児（就学前まで）
学童期	小学生
思春期	小学高学年ごろからおおむね18歳まで
成人期	おおむね18歳から64歳
高齢期	65歳以上

第3章 重点施策

1 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) がん対策

現状と課題

【 現状 】

(主要死因別死亡状況)

◇市の死因別死亡数は、「悪性新生物（がん）」、「心疾患」といったいわゆる生活習慣病に続き、「老衰」が第3位となっています。上位5位までは県の順位と変わりません。

また、表中には示しておりませんが、「自殺」は10人（人口10万対19.9）となっています。

【主要死因別死亡状況（令和2年）】

山武市				
死因	総数 (人)	男 (人)	女 (人)	率 人口 10万対
悪性新生物	186	113	73	369.5
心疾患	137	66	71	272.2
老衰	89	25	64	176.8
脳血管疾患	70	37	33	139.1
肺炎	31	18	13	61.6
高血圧性疾患	15	5	10	29.8
その他の消化器系の疾患	15	6	9	29.8
誤嚥性肺炎	14	8	6	27.8
腎不全	12	7	5	23.8
不慮の事故	12	3	9	23.8

千葉県				
死因	総数 (人)	男 (人)	女 (人)	率 人口 10万対
悪性新生物	17,709	10,687	7,022	289.3
心疾患	9,663	5,027	4,636	157.8
老衰	5,758	1,680	4,078	94.1
脳血管疾患	4,555	2,391	2,164	74.4
肺炎	3,953	2,370	1,583	64.6
誤嚥性肺炎	1,695	1,055	640	27.7
不慮の事故	1,425	847	578	23.3
腎不全	1,065	610	455	17.4
自殺	1,050	669	381	17.2
大動脈瘤及び解離	848	495	353	13.9

※人口10万対とは、人口100,000人あたりの数に直した値をいいます。統計比率は百分率（パーセント、％）で表すのが一般的ですが、0.△△％のように小さい比率を表す場合に、大きさを比べやすくするために利用します。

資料 千葉県衛生統計年報

(がんの死亡者数の傾向)

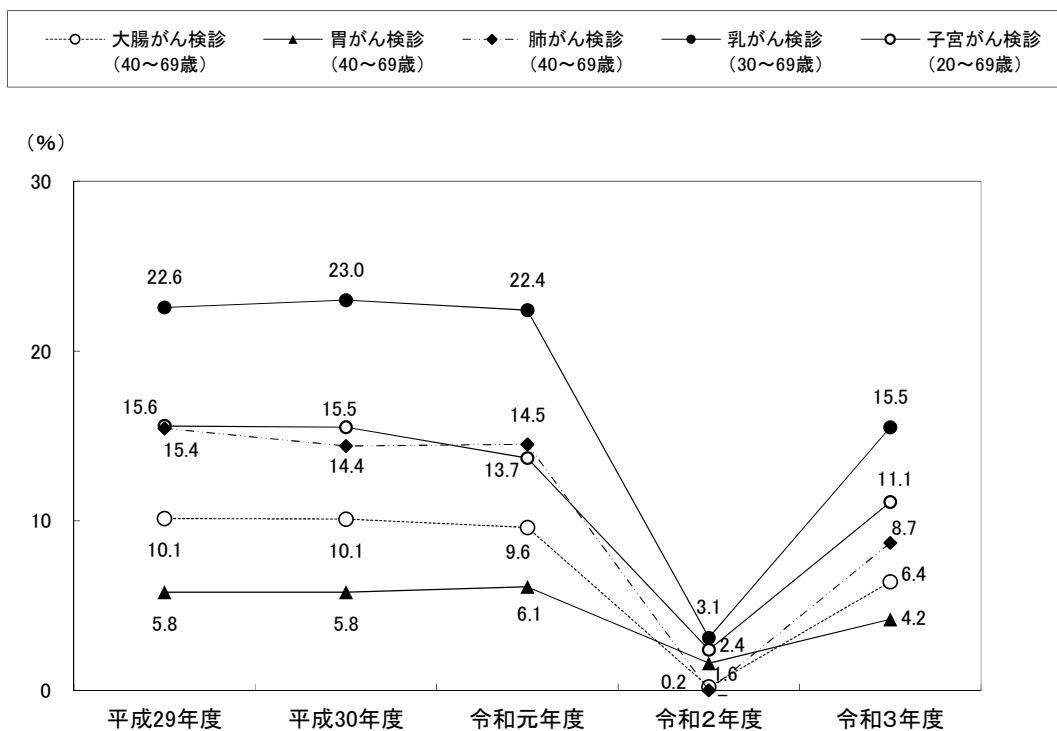
◇市のがんの死亡者数は、性別では男性の方が女性よりも多く、男性は 65 歳以上、女性は 75 歳以上で急増します。また、部位別では、男性は「気管，気管支及び肺がん」(30 人)、「胃のがん」(12 人)、「その他のがん」(11 人)と続き、女性は「膵のがん」(12 人)、「気管，気管支及び肺がん」(10 人)、「胃のがん」(8 人)となっています(令和 2 年千葉県衛生統計年報より)。

(がん検診受診率)

◇市で実施したがん検診受診率(対象開始年齢から 69 歳)は、コロナ禍以前は、乳がん検診が約 22%、肺がん検診と子宮がん検診が約 15%、大腸がん検診が約 10%、胃がん検診が約 6%です。今後は、コロナ禍以前の受診率に戻れるよう、感染症予防対策を講じながら、受診率向上に努める必要があります。

なお、がん検診を受診していない理由は、「必要な時はいつでも医療機関を受診できるから」(26.4%)、「面倒だから」(21.4%)、「時間がとれなかったから」(21.0%)などのほか、「新型コロナウイルス感染症が心配だったから」(18.0%)が上位に位置しています(令和 4 年度市健康づくりに関する調査より)。

【がん検診受診率】



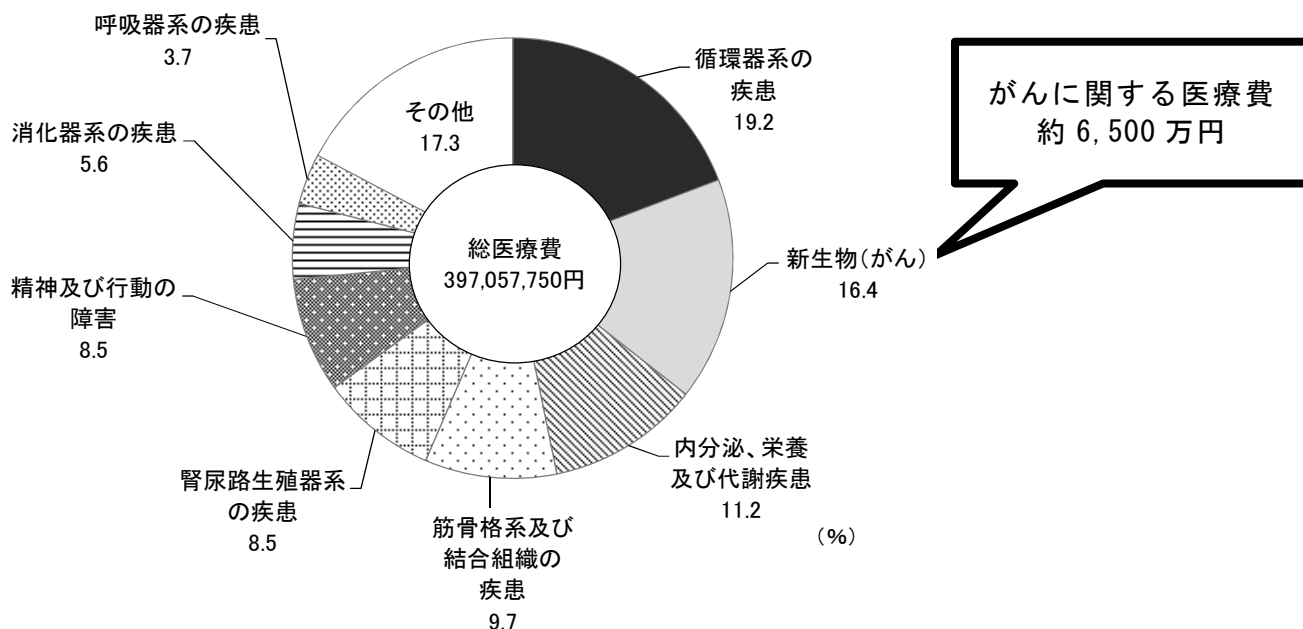
※令和 2 年度は、コロナ禍により集団がん検診を中止していました。

資料 健康支援課作成資料

(国民健康保険における医療費)

◇市国民健康保険における医療費をみると、がんに関する医療費は全体の第2位で16.4%を占めており、がんに関する1か月間の医療費は約6,500万円と高額です。

【市国民健康保険における1か月間の医療費の割合】



※表示単位未満は、小数点第2位を四捨五入のため、数値の合計が100.0%になりません。

資料 千葉県国保疾病統計（令和3年5月診療分レセプト）

【 課題 】

- ・がん検診（大腸・胃・肺・乳・子宮）の受診率が減少しているため、がん検診受診の必要性について周知していく必要があります。
- ・がん検診の新規受診者を増やすために働きかけていく必要があります。また、継続受診の必要性について周知していく必要があります。
- ・受診者数を増やすために受診しやすい検診体制づくりを実施していく必要があります。
- ・がんを遠ざける生活習慣の普及啓発を推進していく必要があります。
- ・質の高いがん検診を提供するための精度管理を充実していく必要があります。
- ・がんになっても安心して暮らせるよう、地域の療養情報の周知（「千葉県がんサポートブック」の配布など）をしていく必要があります。

【 施策 】

①がんについての啓発

がんという病気やがん検診受診の必要性、がんになってもその人らしく安心して過ごしていくための情報について、各種健（検）診、各種教室などで周知していきます。

また、児童生徒、小中学校・こども園等に在籍している子の保護者、市内企業の勤労者等に対して啓発を行います。

②検診実施体制と精度管理の充実

休日開催、特定年齢へのクーポン券発行、個別がん検診の実施と受診しやすいがん検診体制づくりを行うとともに、質の高いがん検診を提供するため、検診委託医療機関と連携し精度管理の充実をしていきます。

③未受診者に対する受診勧奨

新型コロナウイルス感染症の流行状況を考慮しながら、肺がん検診の未受診者、乳がん・子宮がん・胃がん・大腸がん検診申込者の未受診者に対して、受診勧奨を実施します。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
がん検診 [健康支援課]	がんを早期発見し早期治療につなげるため、大腸がん・胃がん・肺がん・乳がん・子宮がん・前立腺がん検診を行います。 受診しやすい検診体制づくりとして、以上の集団検診に加えて個別検診として大腸がん・胃がん・乳がん・子宮がん検診を行っています。					●	●	
がん対策に係る啓発事業 [健康支援課]	がん検診受診者数の増加を図るため、広報紙・保健事業案内・ホームページにてがん検診の案内を行い、がん検診の周知を行います。小中学校・こども園等に在籍している子の保護者に対して、がん検診の受診勧奨チラシを配布します。 児童生徒に対してがん教育を行います。 市民に対して地域の療養情報の周知（「千葉県がんサポートブック」の配布など）を行います。			●	●	●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
医療健康情報の提供 [図書館]	医療健康に関する資料を収集し、提供します。	●	●	●	●	●	●	

数値目標

項目		現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
がん検診 受診率	大腸がん検診 (40～69歳)	6.4% (令和 3 年度)	6.6%	地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)
	胃がん検診 (40～69歳)	4.2% (令和 3 年度)	4.3%	地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)
	肺がん検診 (40～69歳)	8.7% (令和 3 年度)	10.0%	地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)
	乳がん検診 (30～69歳)	15.5% (令和 3 年度)	15.6%	乳がん検診実績報告(千葉県)
	子宮がん検診 (20～69歳)	11.1% (令和 3 年度)	11.2%	地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)
がん検診を年 1 回受けている市民の割合		41.1% (令和 3 年度)	50.3%	まちづくりアンケート

- ・がんを遠ざけるための生活習慣を身につけましょう。
- ・がんは日本人の2人に1人がかかる病気ですが、早期発見により治療できる病気です。
気になる症状がない人こそ、がん検診を受けましょう。
- ・愛する家族にがん検診を勧めましょう。
- ・精密検査の対象になったら、必ず受けましょう。
- ・がんになっても自分らしく過ごせるように、正しい知識を身につけ、家族や友人と話し合っておきましょう。

〔がんを防ぐための新 12 か条〕

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. たばこは吸わない | 7. 適度に運動 |
| 2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける | 8. 適切な体重維持 |
| 3. お酒はほどほどに | 9. ウイルスや細菌の感染予防と治療 |
| 4. バランスのとれた食生活を | 10. 定期的ながん検診を |
| 5. 塩辛い食品は控えめに | 11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を |
| 6. 野菜や果物は不足にならないように | 12. 正しいがん情報でがんを知ることから |

資料 公益社団法人 がん研究振興財団

(2) メタボリックシンドローム対策

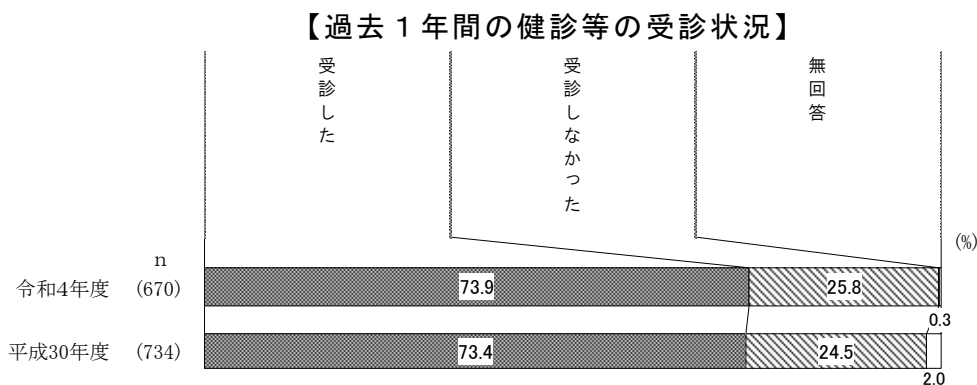
現状と課題

【 現状 】

(過去1年間の健診等の受診状況)

◇健康診査を受ける機会としては、市特定健康診査のほか、職場や健康保険組合等が実施する健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）があります。市民全体としてみた場合、過去1年間の健診等の受診状況は「受診した」が73.9%です。

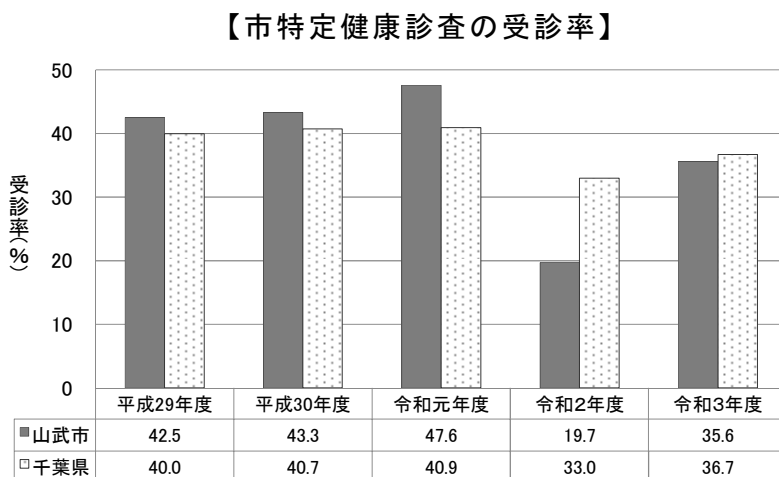
なお、健診等を受けなかった理由は、「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」（32.9%）が最も高く、次いで「新型コロナウイルス感染症が心配だったから」（24.3%）となっています。



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

(市特定健康診査の受診率)

◇市特定健康診査の受診率の年次推移をみると、わずかながら増加傾向にあり、県平均を上回って推移しています。しかし、コロナ禍により、市及び県とも受診率が低下しています。



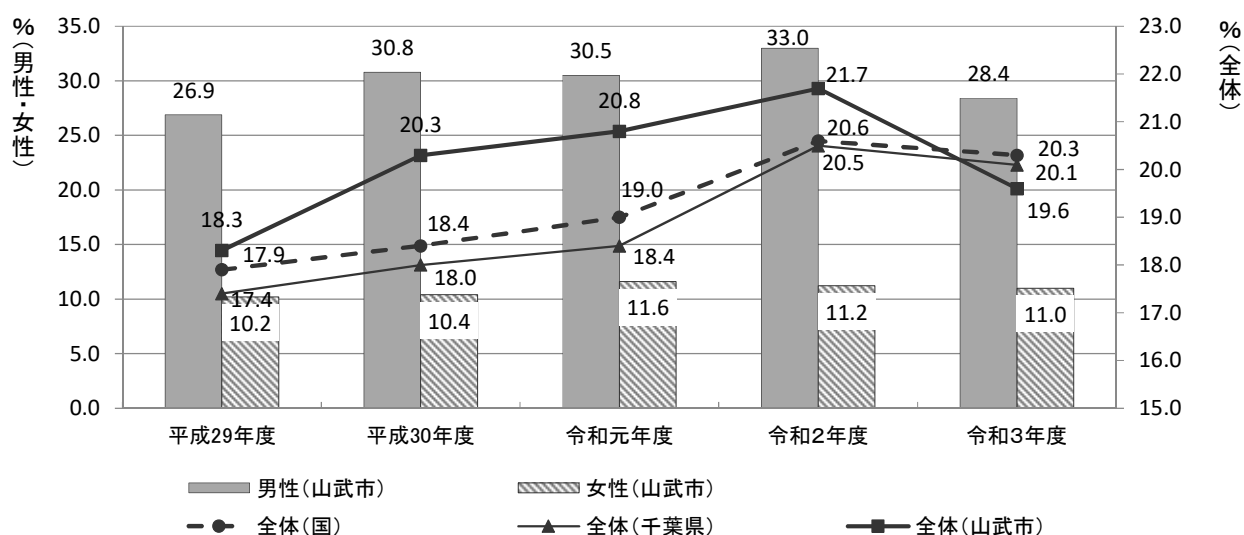
資料 市法定報告

(メタボリックシンドローム該当者及び予備群の人の割合)

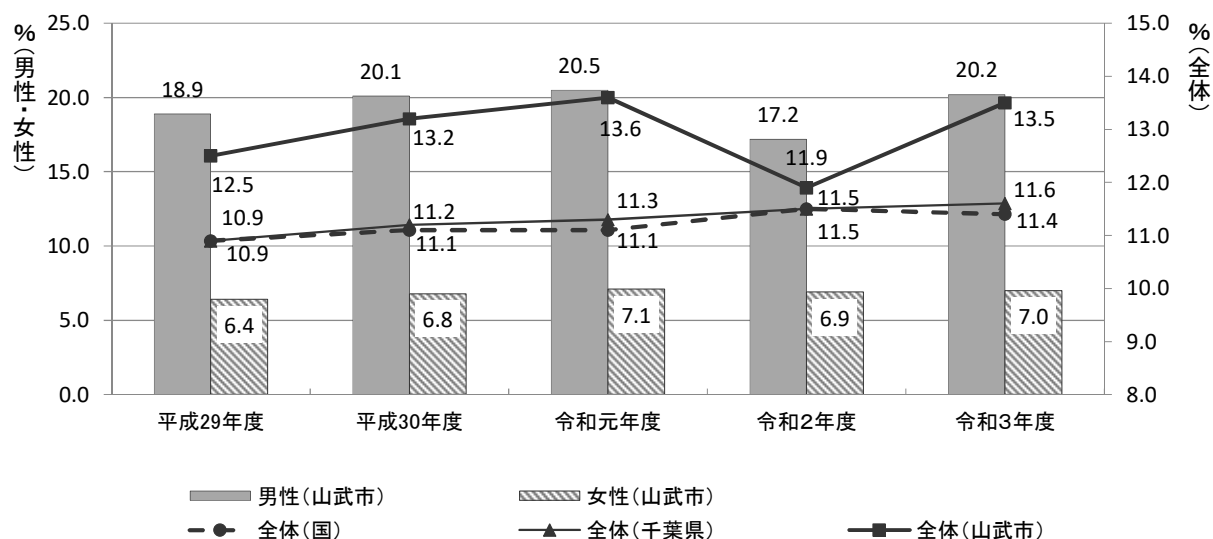
◇市特定健康診査の結果では、令和３年度は「メタボリックシンドローム該当者」が男性で28.4%、女性は11.0%となっており、「メタボリックシンドローム予備群の人」が男性で20.2%、女性で7.0%となっています。「メタボリックシンドローム該当者」と「メタボリックシンドローム予備群の人」を合わせると男性は48.6%、女性は18.0%となります。

メタボリックシンドローム該当者及び予備群の人ともに女性よりも男性が約3倍多く、年次推移でみると、男性のメタボリックシンドローム該当者は令和２年度まで増加傾向にありました。女性は、メタボリックシンドローム該当者及びメタボリックシンドローム予備群ともおおむね横ばいで推移しています。全体でのメタボリックシンドローム予備群の人の割合は、国、県と比べて高い状況で推移しています。

【メタボリックシンドローム該当者】



【メタボリックシンドローム予備群の人】



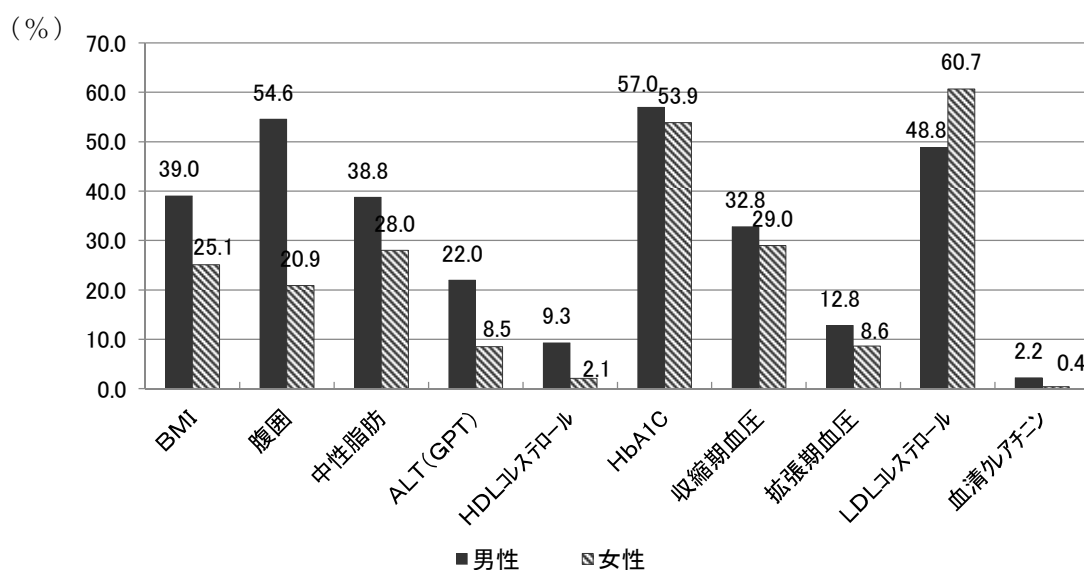
資料 国保データベース（KDB）システム

（健診項目における有所見者率）

◇市特定健康診査の健診項目の有所見者率をみると、男女ともにHbA1c（男性：57.0%、女性：53.9%）とLDLコレステロール（男性：48.8%、女性：60.7%）が高くなっています。このほか、男性では腹囲が54.6%となっています。

なお、令和4年度に市健康づくりに関する調査結果では、「肥満の性別・年齢別の割合」は、男性の50歳代で42.9%と最も高く、次いで男性の30歳代（39.1%）、男性の40歳代（29.4%）となっています。

【健診項目における有所見者率（令和3年度）】



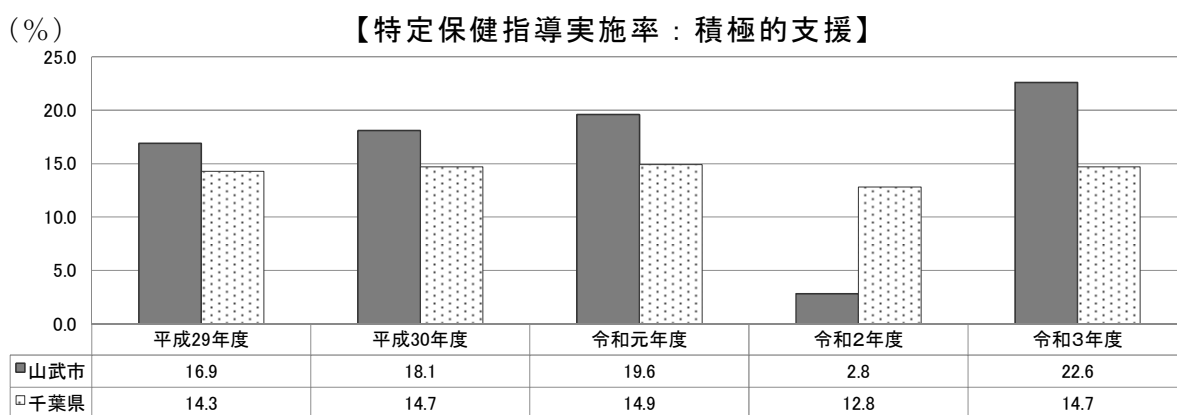
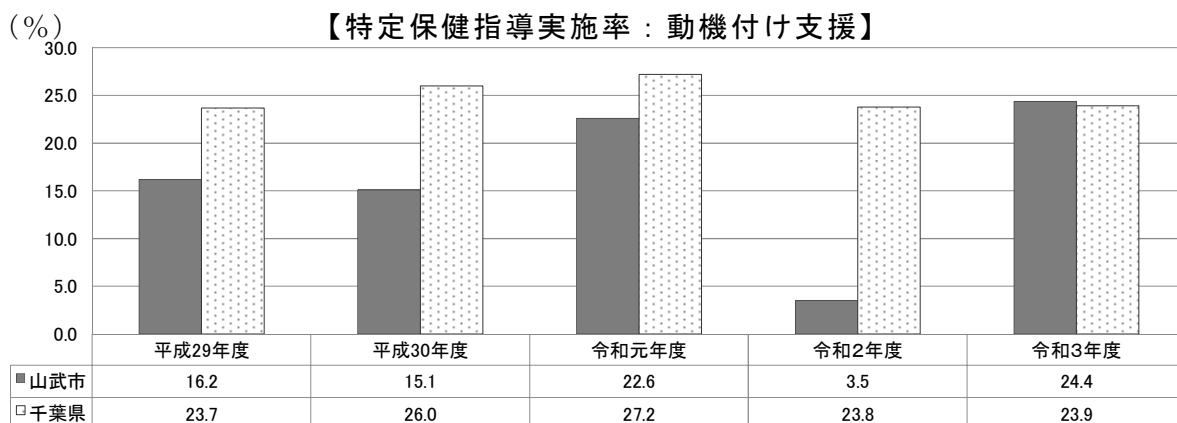
資料 国保データベース（KDB）システム

※HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）とは、赤血球の中にあるヘモグロビン（色素）のうち、ブドウ糖と結合しているものの割合をパーセントで表したものです。血糖値が採血時点での指標であるのに対し、採血前1～2か月間の平均血糖値を反映し、血糖コントロール状態の指標となります。

※LDLコレステロールとは、人間の体内に存在しているコレステロールのひとつで、心臓や脳の血管に蓄積して動脈硬化を起こし、心筋梗塞や脳梗塞の原因となります。そのため、悪玉コレステロールとも呼ばれます。

（特定保健指導実施率）

◇動機付け支援及び積極的支援の実施率は、市及び県ともに令和２年度にコロナ禍の影響を強く受けています。しかし、令和３年度になると実施率は回復しており、特に、市ではコロナ禍以前の実施率よりも高くなっています。



資料 特定健康診査対象者数等全保険者集計情報

（小中学生の肥満度）

◇肥満傾向児（高度肥満児＋中等度肥満児）の比率は、小学生では、平成３０年度で６．０％でしたが、令和２年度で９．２％、令和４年度で８．２％など若干の増加傾向がみられます。中学生でも増加傾向がみられ、令和２年度以降は７～８％台で推移しています。

【小中学生の肥満度】

	小学生					中学生				
	児童数	高度肥満児数		中等度肥満児数		生徒数	高度肥満児数		中等度肥満児数	
	(人)	(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(人)	(%)	(人)	(%)
平成３０年度	2,084	26	1.2	99	4.8	1,170	18	1.5	42	3.6
令和元年度	1,970	33	1.7	102	5.2	1,099	20	1.8	47	4.3
令和２年度	1,862	47	2.5	125	6.7	1,084	26	2.4	62	5.7
令和３年度	1,813	42	2.3	95	5.2	1,074	20	1.9	71	6.6
令和４年度	1,795	37	2.1	109	6.1	1,011	25	2.5	54	5.3

資料 子ども教育課（毎年度５月１日付）

【 課題 】

- ・新型コロナウイルス感染症を予防するための自粛生活で、身体活動が低下し、メタボリックシンドローム予備群の人は増加しています。子育て世代、働き盛り世代の男性の肥満者が多いことから、小中学校の保護者や企業等の勤労者を対象にメタボリックシンドローム予防についての周知を図っていく必要があります。
- ・特定健康診査の受診率向上のため、受診の必要性について周知する必要があります。
- ・特定保健指導の実施率向上を目指して、実施方法を工夫する必要があります。
- ・子どもの頃からの生活習慣病予防の必要があります。
- ・健診や医療等のデータを分析し、より効果的なアプローチを検証していく必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①特定保健指導の推進

国保年金課と連携して、市が実施する特定健康診査の受診率の向上を図り、特定保健指導対象者の拡大を目指します。また、実施方法を充実させ特定保健指導の実施率の向上を図ります。

②メタボリックシンドロームについての啓発方法の充実

メタボリックシンドロームについての啓発を実施します。各種健（検）診、各種教室などで実施するほか、小中学校・企業等で実施します。併せて特定健康診査の必要性も周知します。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
生活習慣病予防対策に係る啓発事業 [健康支援課]	生活習慣病を予防するために、正しい生活習慣に関する健康教育や周知を行います。					●	●	
特定保健指導 [健康支援課]	特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」と判定された市民が自分の健康状態を知り、生活習慣の改善を図れるように特定保健指導を実施します。メタボリックシンドローム該当者の減少と医療費の抑制につながります。					●	● 70歳未満	
結果返却会 [健康支援課]	特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」と判定された市民が自分の健康状態を知り、生活習慣の改善を図れるように特定保健指導の初回面接を実施します。メタボリックシンドローム該当者の減少と医療費の抑制につながります。					●	● 70歳未満	
ヘルスアップ教室 [健康支援課]	体重が標準より多い方が、生活習慣を改善し将来起こりうるメタボリックシンドローム等を予防するため、集団の運動指導・栄養指導・歯科指導を実施します。					●	● 70歳未満	
出前講座 「メタボを予防しよう」 [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために健康に関する基礎知識や方法についての健康教育を行います。市民の要望で開催します。					●	●	
小中学生のための健康相談・健康教室（教育） [健康支援課]	小児生活習慣病を予防するために、保健師等が個別に健康相談、小学6年生を対象に健康教室、中学1年生を対象に糖尿病予防のための健康教育を実施します。また肥満予防対策として肥満児のいる特別支援学級で定期的に運動・栄養面の授業を実施します。			●	●			
保健推進員事業 [健康支援課]	「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンをもとに、赤ちゃんからお年寄りまで、幅広い年齢層の人たちの健康づくりの普及啓発活動を実施します。	●	●	●	●	●	●	
小児生活習慣病予防健康診査・貧血検査 [子ども教育課]	中学1年生を対象に小児生活習慣病予防健康診査を実施しています。要医療の生徒は中学2・3年生も対象としています。				●			
児童・生徒の健康診断及び受診勧奨 [子ども教育課]	学校保健安全法に基づき、児童・生徒の健康診断を実施しています。 【関連法令】 ・学校保健安全法第13条 ・学校保健安全法施行規則第5条～第11条			●	●			

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
特定健康診査・未受診者対策 [国保年金課]	生活習慣病の発症リスクを早期に発見し、生活習慣を改善することで、疾病の予防、重症化や合併症を予防し、被保険者の健康増進と医療費の抑制につなげるため、40歳から74歳までの国民健康保険加入者を対象に、メタボリックシンドロームに着目した健診を実施します。					●	● 75歳未満	
後期高齢者健康診査 [国保年金課]	生活習慣病の発症リスクを早期に発見し、生活習慣を改善することで、疾病の予防、重症化や合併症を予防し、被保険者の健康増進と医療費の抑制につなげるため、後期高齢者を対象に健診を実施します。						● 75歳以上	
後期高齢者短期人間ドック助成事業 [国保年金課]	生活習慣病などの疾病を早期に発見し、早期の治療に結び付けることにより、後期高齢者医療制度加入者の健康増進と医療費の抑制につなげます。						● 75歳以上	
保健衛生普及事業（人間ドックの助成） [国保年金課]	生活習慣病などの疾病を早期に発見し、早期の治療に結び付けることにより、国保被保険者の健康増進と医療費の抑制につなげるため、市が指定する検査項目を含む人間ドックの一部を市が負担（又は助成）します。					● 30歳以上	● 75歳未満	

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和8年度)	出典
一人当たりの健康づくり取組項目数 総合計画【重点分野】	3.92項目 (令和3年度)	4項目	まちづくりアンケート
メタボリックシンドローム予備群と該当者の割合（男性）	48.6% (令和3年度)	45.6%	特定健康診査結果
メタボリックシンドローム予備群と該当者の割合（女性）	18.0% (令和3年度)	15.4%	特定健康診査結果
特定保健指導実施者の内、望ましい生活習慣に改善された人の割合	84.5%※ (令和3年度)	80.0%	健康支援課資料

※令和元年度 64.7%、令和2年度 75.0% 「令和3年度は特定健康診査を完全予約制で実施したことによる懸念」より目標値を設定しています。

- ・自分の標準体重を知りましょう。

$$\text{標準体重 (kg)} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$$

- ・毎年健診を受けて、自分の身体の状態を知り、その結果を自身の健康づくりに役立てていきましょう。
- ・特定健康診査で特定保健指導の対象になったら指導を受けましょう。
- ・子どもの頃から生活習慣病予防を心がけましょう。
- ・自分や家族の健康のためにできることを、ひとつからでも取り組んでみましょう。

(3) 糖尿病対策

現状と課題

(糖尿病について)

◇「糖尿病」は、「心疾患」や「脳血管疾患」などの危険因子となります。

令和2年の市民の死亡原因(令和2年千葉県衛生統計年報)は、心疾患が19.1%、脳血管疾患が9.7%となっています。

(糖尿病に関する経年結果)

◇令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、例年実施している集団健診を中止しています。

集団特定健康診査を完全予約制等で実施した令和3年度の結果は、5割前後で推移していた「糖尿病予備群」の割合が37.1%と改善しています。ただし、特定健康診査を完全予約制で実施したことによる懸念があります。

【山武市の特定健康診査受診者からみた糖尿病に関する経年結果】

単位 上段(人)／下段(%)

	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
特定健康診査受診者	4,874	4,623	5,044	1,247	3,216
糖尿病治療中	360 7.4	367 7.9	444 8.8	31 2.5	265 8.2
糖尿病疑い ※1	191 3.9	259 5.6	203 4.0	10 0.8	101 3.1
糖尿病予備群※2	2,364 48.5	2,624 56.8	2,563 50.8	68 5.5	1,194 37.1

※1 HbA1c6.5%以上または空腹時血糖126mg/dl以上に該当する方(治療中除く)

※2 HbA1c5.6～6.4%又は空腹時血糖100～125mg/dlの方(治療中除く)

資料 健康支援課

(糖尿病のリスクが高い人の状況)

◇特定健康診査の結果、糖尿病で治療をしていない人のうち、合併症のリスクが高まるといわれているHbA1cが7.0以上の人は、令和3年度41人、令和4年度は33人います。

（慢性腎臓病の状況）

◇慢性腎臓病（透析を含む。）は市国民健康保険外来医療費の上位３位以内に入っており、特に、令和３年度は第２位となっています。

【市国民健康保険外来医療費の状況】

	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和２年度	令和３年度
1位	糖尿病	糖尿病	糖尿病	糖尿病	糖尿病
2位	高血圧	高血圧	高血圧	高血圧	慢性腎臓病
3位	慢性腎不全	慢性腎不全	慢性腎臓病	慢性腎臓病	高血圧

※KDB で令和元年度から「慢性腎不全」が「慢性腎臓病」に病名変更

資料 国保データベース（KDB）システム

（人工透析の診療報酬明細書傾向）

◇ひと月当たりの市国民健康保険加入者に占める人工透析者数は46人で、そのうち男性が32人と69.6%を占めています。

基礎疾患の重複状況は、高血圧症が93.5%、糖尿病が43.5%と高い割合となっています。新規人工透析導入者を減らすためには、高血圧症や糖尿病の重症化を予防する必要があります。

【人工透析疾患患者の基礎疾患重複状況】（令和３年５月診療分）

人工透析	被保険者数(人):A			人工透析(人):C											
	1ヶ月のレセプト件数(件):B			基礎疾患重複人数											
	男性	女性	合計	糖尿病(人):D			高血圧症(人):E			脂質異常症(人):F					
				男性 (%) :C/A	女性 (%) :C/A	合計 (%) :C/A	男性 (%) :D/C	女性 (%) :D/C	合計 (%) :D/C	男性 (%) :E/C	女性 (%) :E/C	合計 (%) :E/C	男性 (%) :F/C	女性 (%) :F/C	合計 (%) :F/C
20歳代以下	1,278 349	1,035 373	2,313 722	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
30歳代	761 166	511 199	1,272 365	2 0.3	0 0.0	2 0.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
40歳代	945 314	660 280	1,605 594	3 0.3	0 0.0	3 0.2	1 33.3	0 0.0	1 33.3	3 100.0	0 0.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
50歳代	1,057 532	873 494	1,930 1,026	12 1.1	1 0.1	13 0.7	9 75.0	1 100.0	10 76.9	12 100.0	1 100.0	13 100.0	4 33.3	0 0.0	4 30.8
60～64歳	738 483	827 598	1,565 1,081	5 0.7	3 0.4	8 0.5	2 40.0	0 0.0	2 25.0	5 100.0	2 66.7	7 87.5	1 20.0	0 0.0	1 12.5
65～69歳	1,597 1,171	1,499 1,183	3,096 2,354	5 0.3	5 0.3	10 0.3	2 40.0	2 40.0	4 40.0	5 100.0	5 100.0	10 100.0	3 60.0	1 20.0	4 40.0
70～74歳	1,977 1,792	1,898 1,711	3,875 3,503	5 0.3	5 0.3	10 0.3	0 0.0	3 60.0	3 30.0	4 80.0	5 100.0	9 90.0	1 20.0	2 40.0	3 30.0
合計	8,353 4,807	7,303 4,838	15,656 9,645	32 0.4	14 0.2	46 0.3	14 43.8	6 42.9	20 43.5	30 93.8	13 92.9	43 93.5	9 28.1	3 21.4	12 26.1

資料 国保データベース（KDB）システム

（妊娠期から出産後の傾向）

◇妊婦面接及び産婦訪問において、妊娠糖尿病、及び、それが疑われる妊産婦が増加しています。そのため、妊婦の血糖検査内容・結果、指導・治療状況等の現状把握をする必要があります。

【 課題 】

- ・糖尿病予備群の人が増加しており、糖尿病予防に力を入れる必要があります。
- ・透析治療者が増加しており、糖尿病が要因の割合は半数です。今後の市の高齢化も踏まえ、糖尿病予防と重症化予防に力を入れる必要があります。
- ・糖尿病と歯周病との関連性についても普及啓発が必要です。
- ・糖尿病は自覚症状がないため気づかず、放置していることが少なくありません。要医療となった場合、早期受診につなげる必要があります。
- ・妊娠糖尿病の人も目立ってきており、妊娠期からの継続した支援を行い、発症や重症化を予防する必要があります。
- ・糖尿病治療者が治療を中断することなく、継続して治療できるように支援することが必要です。

施策と具体的事業

【 施策 】

①糖尿病についての啓発

糖尿病の合併症などの正しい知識について、糖尿病塾をはじめ、各種健（検）診、各種教室などで周知します。

糖尿病塾等は内容を充実し参加者の拡大を図ります。

②特定保健指導の推進

市の実施する特定保健指導の対象者の拡大を図ります。

③受診勧奨の強化

糖尿病要医療者に対する受診勧奨と受診確認を徹底して実施します。

④腎機能要医療者への支援

腎機能要医療者に対して糖尿病透析予防説明会を実施し、減塩指導や受診勧奨を実施します。

⑤医療機関との連携

受診を継続できるように支援すると共に、生活習慣の改善が図れるよう医療機関と連携し支援します。

⑥妊娠期からの保健指導の強化

妊娠中期に血糖検査内容・結果、指導・治療状況等の全数把握をします。

妊娠糖尿病、及び、それが疑われる妊産婦への継続した支援を実施します。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
なるほど！糖尿病塾 [健康支援課]	生活習慣を見直し、正しい糖尿病予防行動をとれるように市民に広く糖尿病に関する知識の普及及び啓発を行います。 年に1回、さんむ医療センターとの共催で講演会を開催します。	●				●	●	
糖尿病・透析予防説明会 [健康支援課]	糖尿病の発症・重症化の予防・透析導入の回避のために糖尿病未治療者・治療中断者・腎機能低下者などのリスクが高い人に対して、継続受診を勧奨すると共に適切な保健指導を行います。					●	●	
さんむ医療センターとの連携事業 [健康支援課]	さんむ医療センターの血糖コントロール不良の患者（市民で個人情報の共有に同意した人）に対して、糖尿病重症化予防のために病院と市が情報共有し、保健指導を実施します。月に1回、さんむ医療センターの生活習慣病対策委員会へ出席します。							●
国保データベース（KDB）システムを利用した統計の活用・啓発事業 [健康支援課]	効果的な保健事業の展開を図るために国保データベース（KDB）システムの情報を活用して、状況を把握し分析します。	●	●	●	●	●	●	
特定保健指導＜再掲＞ [健康支援課]	特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」と判定された市民が自分の健康状態を知り、生活習慣の改善を図れるように特定保健指導を実施します。メタボリックシンドローム該当者の減少と医療費の抑制につながります。					●	● 70歳未満	
訪問支援事業 [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために保健師等が家庭訪問を行い、心身の健康に関する個別の相談を実施して、生活習慣の改善や心の健康づくりを支援します。	●	●	●	●	●	●	
電話・面接による支援事業 [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために保健師等が心身の健康に関する個別の相談（電話・面接）を実施して、必要な指導及び助言を行い、支援します。	●	●	●	●	●	●	
出前講座「甘くみないで、糖尿病（高血糖）！本当は怖い糖尿病」 [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために糖尿病に関する基礎知識や方法についての健康教育を行います。市民の要望で開催します。					●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
小中学生のための健康相談・健康教室（教育） ＜再掲＞ [健康支援課]	小児生活習慣病を予防するために、保健師等が個別に健康相談、小学6年生を対象に健康教室、中学1年生を対象に糖尿病予防のための健康教育を実施します。また肥満予防対策として肥満児のいる特別支援学級で定期的に運動・栄養面の授業を実施します。			●	●			
妊産婦・乳児訪問事業 （乳児家庭全戸訪問事業を含む。） [健康支援課]	助産師等が妊産婦・乳児を対象に訪問指導を実施します。出生通知書により希望のあった方だけではなく、乳児家庭全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）として、生後4か月までの乳児のいる家庭の全戸訪問を目指し、市内への里帰りにも対応します。 産後できるだけ早期に助産師等が訪問し母子の孤立を予防します。産後うつ病チェックリスト（エジンバラ産後うつ病自己評価票他）を実施し産後うつ病の早期発見に努めます。 医療機関や他市町村から依頼があった場合は、特に早期に家庭訪問を実施し、フィードバックを行い切れ目のない支援をめざします。	●	●					

数値目標

項目	現状値 （年度）	目標値 （令和8年度）	出典
糖尿病予備群の人の割合	37.1% （令和3年度）	37.0%	特定健康診査 （集団健診 HbA1c 5.6～6.4 と空腹時 血糖 100～125）
糖尿病・透析予防説明会参加者のうち、医療機関を受診した人の割合	75.6% （令和3年度）	77.0%	健康支援課資料

- ・糖尿病についての理解を深めましょう。
- ・食べ過ぎ飲み過ぎは、肥満のもと。腹八分で糖尿病を予防しましょう。
- ・適度な運動で糖尿病を予防しましょう。
- ・特定健康診査を受けて、自分の血糖値を知り糖尿病を予防しましょう。
- ・血糖値が高い方は、早期に医療機関を受診しましょう。また、継続受診が必要と判断された場合は治療を継続しましょう。
- ・糖尿病の悪化や3大合併症（糖尿病性神経症・糖尿病性網膜症・糖尿病性腎症）の併発を予防しましょう。
- ・糖尿病悪化による慢性腎臓病について、理解を深めましょう。
- ・食べ過ぎや塩分のとり過ぎに注意し、腎機能の維持に心がけましょう。

(4) 循環器疾患対策

現状と課題

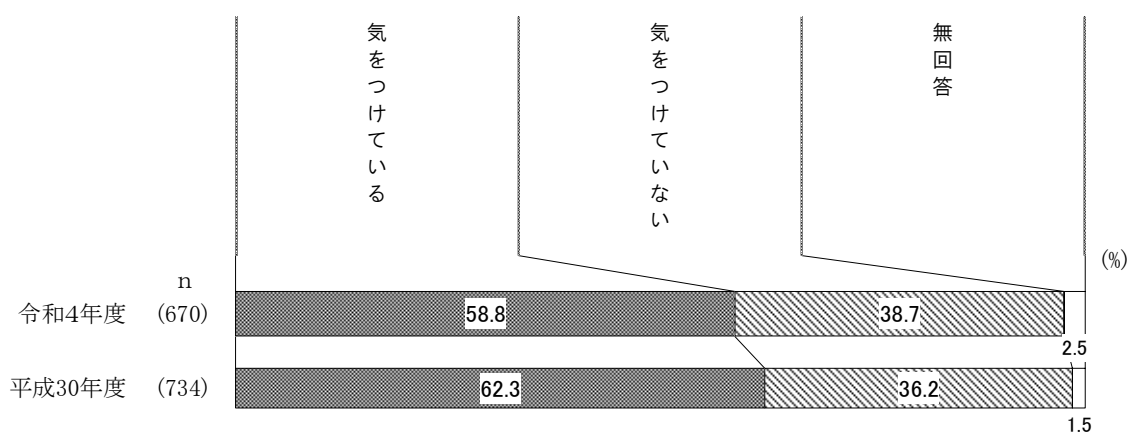
【 現状 】

(塩分の取り過ぎに対する注意)

◇食生活の中で、塩分の取り過ぎに「気をつけている」は 58.8%で、平成 30 年度からの減少がみられます。

食事摂取基準では、高血圧予防の観点から望ましいとされている 6 g/日未満に近づけるため、5 年に 1 度の改定時にナトリウム(食塩相当量)の目標量を低減させており、直近の 2020 年版では、成人男性で 7.5g 未満、成人女性で 6.5 未満が目標量となっています。

【塩分の取り過ぎに対する注意】



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

(中性脂肪有所見者率)

◇特定健康診査の結果、中性脂肪有所見者率は男女とも県平均を上回っています。

【中性脂肪有所見者率】

単位 (%)

	令和元年度	令和元年度 県平均	令和2年度	令和2年度 県平均
総数	33.5	20.6	30.2	21.5
男性	39.8	27.9	36.0	28.6
女性	27.5	15.5	24.9	16.4

資料 市特定健康診査結果

【 課題 】

- ・ 高齢化する市民の現状を踏まえると、高血圧予防が必要です。
- ・ 生活習慣病、循環器疾患についての知識の普及が必要です。
- ・ 特定健康診査の受診率向上のため、受診の必要性について周知する必要があります。
- ・ 特定保健指導の実施率向上を目指して、実施方法を工夫する必要があります。
- ・ 特定健康診査の結果、中性脂肪有所見者が多いため、脂質異常症予防が必要です。
- ・ 疾病を放置したり、治療を中断したりすることがないように、医療機関への受診及び治療の継続を促し、重症化を予防する必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①循環器疾患についての啓発

循環器疾患の予防について啓発を実施します。各種健（検）診、各種教室などで実施するほか、小中学校の保護者・企業等の勤労者を対象に実施します。

特定健康診査の結果、血圧が高い人には医療機関への受診を促し、重症化予防を図ります。

②特定保健指導の推進

市が実施する特定保健指導の対象者を見直し、実施方法を充実させ特定保健指導の実施率の向上を図ります。

③脂質異常症についての啓発

脂質異常症の予防について啓発を実施します。各種健（検）診、各種教室などで実施するほか、小中学校の保護者・企業等の勤労者を対象に実施します。

特定健康診査の結果、中性脂肪値が高い人を対象に中性脂肪説明会を実施します。生活改善のサポートや、医療機関への受診勧奨により、重症化予防を図ります。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
糖尿病・透析予防説明会 ＜再掲＞ [健康支援課]	糖尿病の発症・重症化の予防・透析導入の回避のために糖尿病未治療者・治療中断者・腎機能低下者などのリスクが高い人に対して、継続受診を勧奨すると共に適切な保健指導を行います。					●	●	
特定保健指導 ＜再掲＞ [健康支援課]	特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」と判定された市民が自分の健康状態を知り、生活習慣の改善を図れるように特定保健指導を実施します。メタボリックシンドローム該当者の減少と医療費の抑制につながります。					●	● 70歳未満	
中性脂肪説明会 [健康支援課]	脂質異常の改善を図るために、中性脂肪値が高い人に対して個別相談を行います。					●	● 75歳未満	
さんむ医療センターとの連携事業 ＜再掲＞ [健康支援課]	さんむ医療センターの血糖コントロール不良の患者（市民で個人情報の共有に同意した人）に対して、糖尿病重症化予防のために病院と市が情報共有し、保健指導を実施します。月に1回、さんむ医療センターの生活習慣病対策委員会へ出席します。							●
国保データベース（KDB）システムを利用した統計の活用・啓発事業 ＜再掲＞ [健康支援課]	効果的な保健事業の展開を図るために国保データベース（KDB）システムの情報を活用して、状況を把握し分析します。	●	●	●	●	●	●	

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
収縮期血圧平均値 (男性)	124.7mmHg (令和 3 年度)	124mmHg	特定健康診査(集団健診40～74歳国保加入者)
収縮期血圧平均値 (女性)	124.3mmHg (令和 3 年度)	124mmHg	特定健康診査(集団健診40～74歳国保加入者)
塩分を控えるよう気をつけている人の割合	35.2% (令和 3 年度)	35.0%	まちづくりアンケート
中性脂肪値有所見者率	30.2% (令和 2 年度)	30.0%	特定健康診査結果

市民の皆様への提案 ～からだにいいこと 始めよう・続けよう～

- ・ 高血圧について理解を深めましょう。
- ・ 自分の中性脂肪値を知りましょう。
- ・ 脂質異常症の理解を深めて、心疾患や脳血管疾患の重症化を予防しましょう。
- ・ 栄養成分表示を見て、塩分量を確認する習慣を身につけましょう。
- ・ 食べ過ぎ飲み過ぎに注意し、肥満や循環器疾患を予防しましょう。
- ・ 健康診査の結果、受診が必要とされた場合は、早期に医療機関を受診しましょう。

2 自殺対策 【自殺対策計画】

※自殺対策計画にも位置づけていることから、改めて趣旨や背景等を整理しています。

◇自殺対策計画の策定にあたって

（１）計画策定の趣旨と背景

全国の自殺者数は、平成 10 年に急増し、平成 23 年まで 3 万人台で推移し続けてきました。平成 18 年に「自殺対策基本法」が施行され、「個人の問題」と認識されがちであった自殺が広く「社会の問題」と認識されるようになり、国をあげた自殺対策が総合的に推進されたことで、年間自殺者数は減少傾向に転じるなど、一定の成果がみられました。

しかし、それでもなお、自殺者数の累計は毎年 2 万人を超える水準で推移しています。

また、男性が大きな割合を占める状況は続いています。コロナ禍の影響で自殺の要因となる様々な問題が悪化したことなどにより、令和 3 年は女性の自殺者数が 2 年連続で増加し、令和 2 年には小中高生の自殺者数が過去最多となり、令和 3 年には過去 2 番目の水準となるなど、決して楽観できる状況ではありません。

平成 29 年に、自殺対策の指針である「自殺総合対策大綱」が抜本的に見直され、「生きることの包括的な支援として推進する」、「関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む」、「対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる」、「実践と啓発を両輪として推進する」、「国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する」という 5 つの基本方針が掲げられました。

「自殺総合対策大綱」は、おおむね 5 年を目途に見直すこととされており、令和 3 年から見直しに向けた検討に着手し、国の自殺の実態を踏まえ、令和 4 年 10 月、新たな「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。

自殺対策は、自殺が個人の問題として捉えられるのではなく、その背景に様々な社会的要因があることを踏まえ、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」の低減と「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」の増加を目指し、社会全体の取組として推進されることが求められています。

新たな「自殺総合対策大綱」の基本理念等を踏まえ、地域における各主体の緊密な連携・協働のもとに自殺対策を推進するため、「山武市第 2 次自殺対策計画」を策定するものとします。

基本理念	誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す
基本認識	・自殺はその多くが追い込まれた末の死である ・年間自殺者数は減少傾向にあるが非常事態はまだ続いている ・<u>新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進</u> ・地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通して推進する
基本方針	1. 生きることの包括的な支援として推進する ・社会全体の自殺リスクを低下させる ・生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす 2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む ・様々な分野の生きることの支援との連携を強化する ・地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援などとの連携 ・精神保健医療福祉施策との連携 ・<u>孤独・孤立対策との連携</u> ・<u>こども家庭庁との連携</u> 3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる ・対人支援、地域連携、社会制度のレベルごとの対策を連動させる ・事前対応、自殺発生の危機対応、事後対応等の段階ごとに効果的な施策を講じる ・自殺の事前対応の更に前段階での取組を推進する 4. 実践と啓発を両輪として推進する ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する ・自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する ・マスメディアの自主的な取組への期待 5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する 6. <u>自殺者等の名誉及び生活の平穏に配慮する</u>
当面の重点施策	1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する 2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す 3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する 4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る 5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する 6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする 7. 社会全体の自殺リスクを低下させる 8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ 9. 遺された人への支援を充実する 10. 民間団体との連携を強化する 11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する 12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する 13. <u>女性の自殺対策を更に推進する</u>
数値目標	令和8年までに自殺死亡率を平成27年に比べ30%以上減少させる ※国の平成27年自殺死亡率 18.5⇒令和8年：13.0以下 (参考) 令和2年：16.4

（２）計画の性格と位置づけ

この自殺対策計画は、『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」です。

国の「自殺総合対策大綱」、県の「第 2 次千葉県自殺対策推進計画」と整合性を図り、策定しています。

市の最上位計画である「第 3 次山武市総合計画」（令和 5 年度～令和 8 年度）はもとより、自殺対策に関連する他の計画と連携を図るものです（詳細は、5 ページ参照）。

（３）計画の期間

本計画の計画期間は、「第 3 次山武市総合計画」の計画期間と整合性を図り、令和 5 年度を初年度とし、令和 8 年度を最終年度とする 4 年間とします。



◇自殺対策の展開

(1) 基本対策

現状と課題

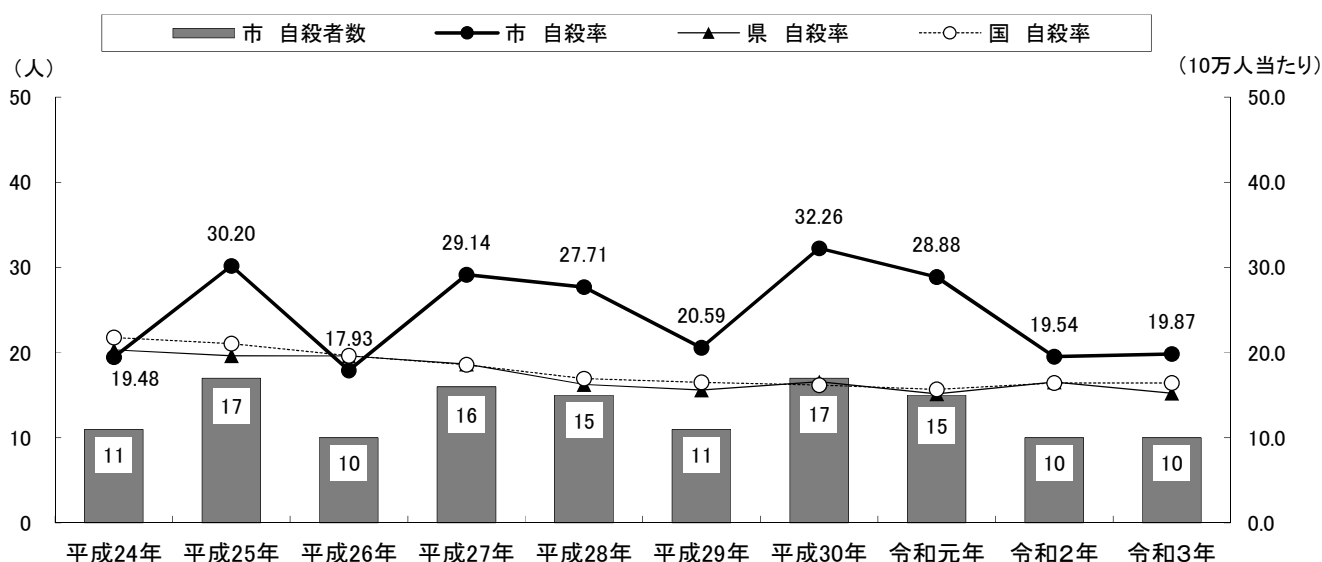
【 現状 】

(自殺者数・自殺率の推移)

◇市の自殺者数は、平成 25 年と平成 30 年で 17 人と多く、令和元年以降は減少傾向がみられます。また、平成 24 年から令和 3 年の平均は 13.2 人です。

人口 10 万人当たりの自殺死亡者数を表す自殺死亡率は、国や県に比べて高い傾向にあります。

【自殺者数・自殺率の推移】



単位：自殺者数（人） 自殺率（人口 10 万人当たり）

		平成 24年	平成 25年	平成 26年	平成 27年	平成 28年	平成 29年	平成 30年	令和 元年	令和 2年	令和 3年
市	自殺者数	11	17	10	16	15	11	17	15	10	10
	自殺率	19.48	30.20	17.93	29.14	27.71	20.59	32.26	28.88	19.54	19.87
県	自殺者数	1,250	1,226	1,226	1,165	1,020	982	1,045	958	1,045	963
	自殺率	20.33	19.65	19.62	18.63	16.28	15.63	16.59	15.18	16.54	15.23
国	自殺者数	27,589	27,041	25,218	23,806	21,703	21,127	20,668	19,974	20,907	20,820
	自殺率	21.78	21.06	19.63	18.57	16.95	16.52	16.18	15.67	16.44	16.44

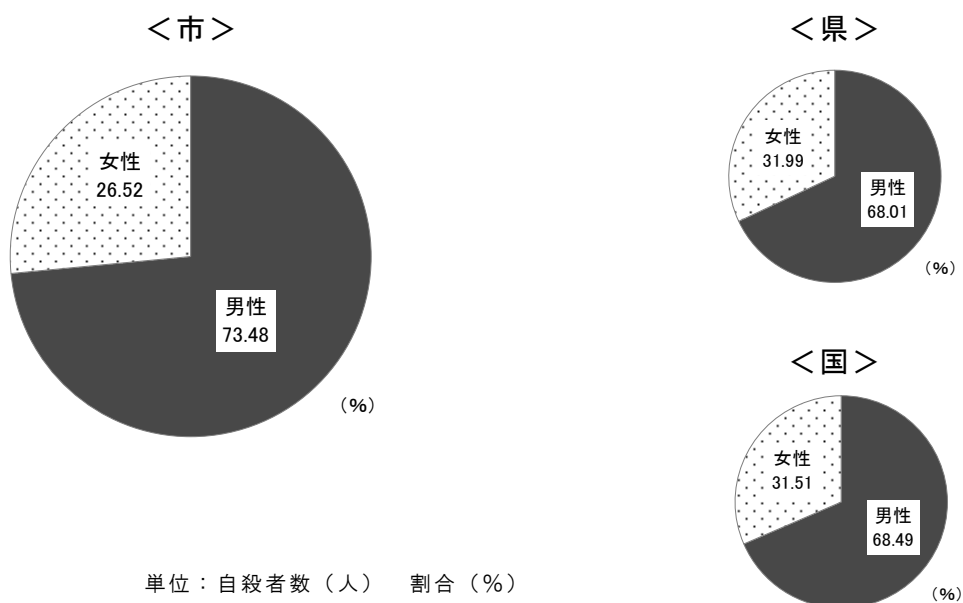
資料 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

（自殺者の性別・年代別の特徴）

◇市の自殺者数の性別の割合を平成 24 年から令和 3 年までの合計でみると、「男性」は 97 人で 73.48%、「女性」は 35 人で 26.52%と、「男性」の方が「女性」よりも 2.8 倍高くなっています。

自殺者数の年代別の割合も平成 24 年から令和 3 年までの合計でみると、市では、「20～49 歳以下」は国や県よりも割合が低くなっています。「50 歳以上」はおおむね国や県よりも高いですが、特に、「60～70 歳代」で差が大きくなっています。

【自殺者の性別割合】



平成 24 年から 令和 3 年までの合計		合計	男性	女性
市	自殺者数	132	97	35
	割合	100.0	73.48	26.52
県	自殺者数	10,880	7,399	3,481
	割合	100.0	68.01	31.99
国	自殺者数	228,853	156,751	72,102
	割合	100.0	68.49	31.51

【自殺者の年代別割合】

単位：自殺者数（人） 割合（%）

平成 24 年から 令和 3 年までの合計		合計	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不詳
市	自殺者数	132	3	8	13	22	23	27	25	11	0
	割合	100.0	2.27	6.06	9.85	16.67	17.42	20.45	18.94	8.33	0.00
県	自殺者数	10,880	351	1,188	1,479	1,937	1,755	1,755	1,506	904	5
	割合	100.0	3.23	10.92	13.59	17.80	16.13	16.13	13.84	8.31	0.05
国	自殺者数	228,853	6,077	24,476	29,501	38,597	38,209	36,020	32,034	23,259	680
	割合	100.0	2.66	10.70	12.89	16.87	16.70	15.74	14.00	10.16	0.30

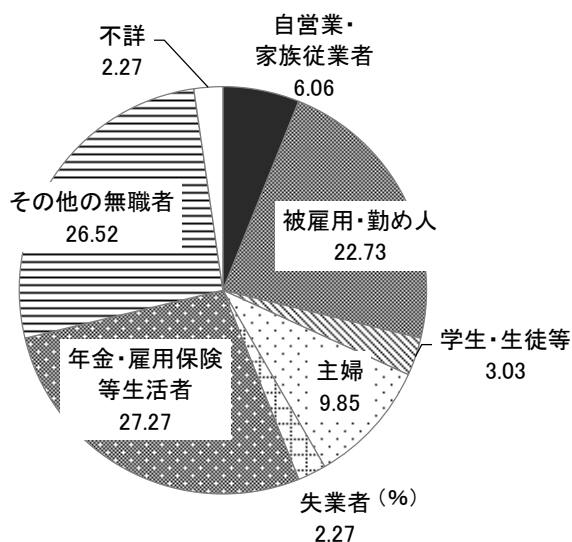
※表示単位未満は、小数点第 2 位を四捨五入のため、数値の合計が 100.0%にならないことがあります。

資料 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料から作成

（自殺者の職業別の特徴）

◇市の自殺者数の職業別の割合を平成 24 年から令和 3 年までの合計でみると、「年金・雇用保険等生活者」が 27.27%で最も高く、次いで「その他の無職者」が 26.52%、「被雇用・勤め人」が 22.73%となっています。

【自殺者の職業別割合】



資料 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料より作成

（自殺の原因・動機）

◇市の自殺の原因・動機は、「健康問題」が43.18%で最も高く、次いで「経済・生活問題」が20.45%となっています。

【自殺の原因・動機】

単位：件数（人） 割合（％）

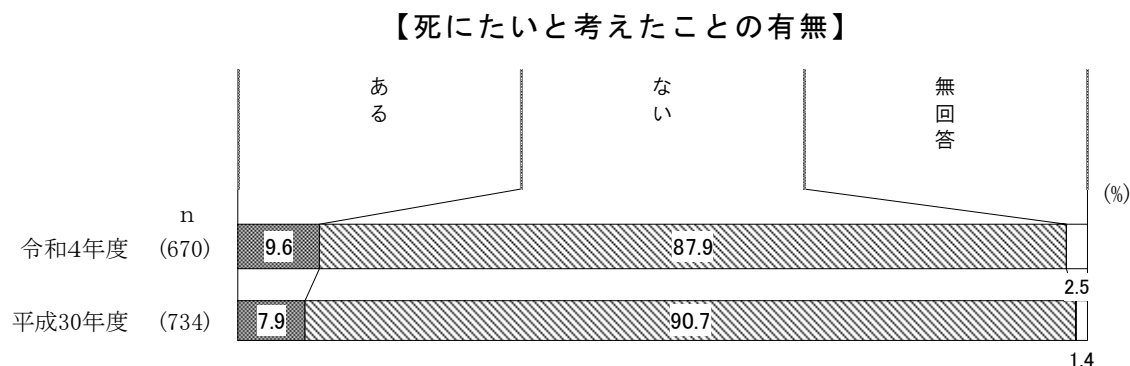
		自殺者数	家庭問題	健康問題	経済・生活問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他	不詳
平成 24～ 令和 3 年 合計	件数	132	20	57	27	8	1	2	4	44
	割合	100.0	15.15	43.18	20.45	6.06	0.76	1.52	3.03	33.33

※自殺の原因・動機は複数であるため、割合の合計は 100%を超えることがあります。

資料 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料から作成

(死にたいと考えたことの有無)

◇この1年間で死にたいと考えたことが「ある」が9.6%みられます。性／年齢別では、男性の18～29歳で26.9%、女性の30歳代で23.3%と高くなっています。



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

(ゲートキーパー養成状況について)

◇ゲートキーパーとは、自殺を防ぐ活動に関わる人のことで「自殺を水際で食い止める門番」という意味です。自殺対策の観点をもって相談者の抱える問題に対応する人です。

市では、平成26年度から市職員・民生委員等にゲートキーパーの養成を行っており、令和元年度には323人養成しました。平成26年度からの累積では、合計901人養成しています。

【ゲートキーパー研修人数】

単位：回数（回） 人数（人）

	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
回数	3	5	6	新型コロナウイルス感染症により中止	3
人数	66	117	323		54
対象	市新規採用職員（19人） 民生委員（24人） 松尾高校（23人）	市新規採用職員（20人） 民生委員（12人） 松尾高校（22人） 下村特殊製鋼（63人）	市新規採用職員（台風で中止） いきいきわくわく教室（293人） 成島苑（30人）		R1.R2 市新規採用職員（30人） 市新規採用職員（18人） ピアサポートげんき（6人）

資料 健康支援課

（児童・生徒の状況について）

◇児童・生徒の自己肯定感は年度により変化しますが、令和３年度は児童・生徒とも国や県より低く、約３割の児童・生徒の自己肯定感が低い結果となっています。

令和３年度は、不登校児童は市と県ともに１％を超え、不登校生徒は市と県ともに４％を超えています。

【自己肯定感】

「自分には、よいところがあると思いますか」の回答。数値は「当てはまる」と「どちらかといえば当てはまる」の合計

児童

単位（％）

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度
市	77.1	82.7	78.7	—	68.8
県（公立）	77.0	83.1	80.0	—	76.2
国（公立）	77.9	84.0	81.2	—	76.9

生徒

単位（％）

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度
市	70.6	81.2	74.7	—	69.1
県（公立）	68.0	77.1	72.0	—	73.7
国（公立）	70.7	78.8	74.1	—	76.2

※令和２年度は調査実施なし

資料 全国学力・学習状況調査

【市の不登校児童生徒の割合】

児童

単位（％）

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度
市	0.61	0.58	0.51	0.91	1.38
県	0.51	0.65	0.76	0.88	1.18

生徒

単位（％）

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度
市	4.23	4.36	4.24	3.56	4.32
県	3.06	3.44	3.50	3.52	4.30

資料 子ども教育課

【 課題 】

- ・自殺の要因は多岐に渡るため、保健・医療・福祉・教育・その他の関連する機関と連携し支援していく必要があります。
- ・さまざまな悩みや生活上の問題を抱えている人に対しては、家族や周囲の人の早期の「気づき」が重要であり、「気づき」のための人材育成が必要です。
- ・長欠・不登校児童生徒数を減らすために、人的支援を含めた具体的な対応策が必要です。
- ・自己肯定感の低い児童生徒が多いため、第2次性徴によっておこる心身の変化を知り、自分も相手も大切な存在であることを理解し、自己の健康管理ができるようになることが必要です。
- ・コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた支援を強化する必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①地域におけるネットワークの強化

山武市自殺対策連絡協議会において地域の連携を高め、包括的な支援体制の整備を推進します。

個別支援においては個別支援会議等を活用し、いち機関で問題を抱え込まないよう関係者が情報共有して問題解決に向けて支援します。

②自殺対策を支える人材の育成

ゲートキーパー養成研修の対象者を拡大し、ゲートキーパーの養成を進めます。

③市民への啓発と周知

悩みや問題が複雑化する前に必要な窓口相談できるよう、「こころの相談窓口」の周知の徹底、窓口一覧の配付場所や設置場所の拡大を進めていきます。

④生きることの促進要因への支援

ひきこもりなどの孤立を防ぐための居場所づくりとして、各関係機関が必要な居場所をつくり社会参加が叶うように支援します。

⑤児童生徒のＳＯＳの出し方に関する教育

命の大切さを実感できる教育、悩みや問題を抱えたときにＳＯＳを発信する方法を身につけるための教育を行っていきます。児童生徒が相談できる窓口の周知、ＳＯＳが出しやすい環境の整備を学校・教育委員会と家庭・地域が連携して行っていきます。小中学校では個別面接を行い、児童生徒の悩みを早期に気づき、対応していきます。

⑥妊産婦への支援

うつ傾向にある妊産婦を早期に把握して相談支援につなげます。

※妊産婦への支援は、第４章具体的施策 １の(６)母子の健康と連動して取組を進めます。

詳細は、117 ページからの内容を参照ください。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
こころの健康づくり市民研修会 [健康支援課]	心の健康に関する意識の向上及び、心の健康の保持増進を図り、市の自殺率を減少させることを目的に実施します。	●		●	●	●	●	
こころの健康づくりに係る啓発事業 [健康支援課]	心の健康に関する意識の向上及び、心の健康の保持増進を図り、市の自殺率を減少させるために、心の健康相談窓口一覧等を作成し配布します。また、イベントで心の健康クイズや啓発物品の配付を行います。	●	●	●	●	●	●	
出前講座「あなたの心は元気ですか？」 [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために心の健康に関する基礎知識や方法についての健康教育を行います。市民の要望で開催します。				●	●	●	
ゲートキーパー養成研修 [健康支援課]	悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心感をあたえるため、ゲートキーパーを養成していきます。	●		●	●	●	●	
自殺対策連絡協議会 [健康支援課]	自殺対策基本法に基づき、自殺防止のための普及啓発や人材育成、ハイリスク者への個別支援など、市における自殺対策を総合的に推進するために自殺対策連絡協議会を開催します。	●	●	●	●	●	●	
訪問支援事業<再掲> [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために保健師等が家庭訪問を行い、心身の健康に関する個別の相談を実施して、生活習慣の改善や心の健康づくりを支援します。	●	●	●	●	●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
電話・面接による 支援事業 ＜再掲＞ [健康支援課]	市民の健康づくりを推進するために保健師等が心身の健康に関する個別の相談（電話・面接）を実施して、必要な指導及び助言を行い、支援します。	●	●	●	●	●	●	
妊産婦・乳児訪問 事業 (乳児家庭全戸訪問事業を含む。) ＜再掲＞ [健康支援課]	助産師等が妊産婦・乳児を対象に訪問指導を実施します。出生通知書により希望のあった方だけではなく、乳児家庭全戸訪問事業(こんにちは赤ちゃん事業)として、生後4か月までの乳児のいる家庭の全戸訪問を目指し、市内への里帰りにも対応します。 産後できるだけ早期に助産師等が訪問し母子の孤立を予防します。産後うつ病チェックリスト(エジンバラ産後うつ病自己評価票他)を実施し産後うつ病の早期発見に努めます。 医療機関や他市町村から依頼があった場合は、特に早期に家庭訪問を実施し、フィードバックを行い切れ目のない支援をめざします。	●	●					
産後ケア [健康支援課]	育児不安等があり家族の育児協力が受けられない産後1年未満の産婦と乳児を対象に、ショートステイ・デイケア・産後ケア訪問を行うことで産後うつや児童虐待の予防に努めます。	●	●					
産婦健康診査 [健康支援課]	産後間もない時期の産婦に対して、身体の回復状況の確認と産後うつの早期発見を行う健診として実施します。うつ傾向が疑われる産婦については、関係機関と連携し支援します。	●						
多胎妊産婦サポーター事業 [健康支援課]	多胎児を妊娠中、または3歳児未満の多胎児を養育している方に多胎妊産婦サポーターを派遣し、身体的・精神的負担の軽減を図り、安心して多胎児を生み育てられるよう支援します。	●	●					
子育て世代包括 支援センター事業 [健康支援課]	子育て世代包括支援センター(はぴねす)は、妊産婦・就学前の乳幼児の相談に応じています。妊婦に対しては母子保健コーディネーター(保健師等)が子育て世代包括支援センターにて面接し、母子健康手帳を交付します。妊婦と母子コーディネーターが顔見知りの関係を作り、妊婦から相談できる人、場所という認識をもってもらい、妊娠・出産・育児の不安を軽減できるよう支援します。 面接の結果、ハイリスク妊産婦等をチェックリスト等で判断し、手厚い支援が必要な方等に対して早期から支援し、児童虐待の予防に努めます。 また気持ちの落ち込み等のある妊産婦に対しては、「はぴねすこころの相談」につなげる等支援をしていきます。	●	●					

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
思春期教室 [健康支援課]	第2次性徴によっておこる心身の変化や生命の大切さを理解し、性に関する自己決定力を高め、自分や相手を大切に考えられるようになるために思春期教室を開催します。			●	●			
要保護児童対策 地域協議会 [子ども教育課]	要保護児童等に対する支援を行うネットワーク機関です。必要に応じて関係機関と連絡調整を行います。代表者会議、実務者会議、担当者会議、個別支援会議、緊急受理会議、ケース検討会議を開催し、支援について検討し実施します。	●	●	●	●			
家庭児童相談室 での相談（DV含む。） [子ども教育課]	子どもの成長や子育て、家庭問題等の相談に対応し、子どもと子育て家庭の支援を行います。また、相談内容に応じて他機関を紹介するコーディネーターとしての役割も担います。	●	●	●	●	●	●	
精神保健福祉士 による相談・心と 体の相談室デイ サービス教室 WaiWai [社会福祉課]	精神障がいのある人の相談の場や日中の活動の場としてデイサービスを実施します。					●		
障がい者相談員 による相談 [社会福祉課]	障がいを持った方やその家族の相談に応じています。	●	●	●	●	●	●	
長欠不登校児童 生徒について対 策会議 [子ども教育課]	長期欠席児童生徒の把握と対応策、関係機関への橋渡しをします。			●	●			
スクールカウンセ ラー・心の教育 相談 [子ども教育課]	児童生徒の様々な相談に応じます。また、保護者との相談、関係機関への橋渡しを行います。			●	●			
命を大切にする キャンペーン [子ども教育課]	いじめ防止啓発強化月間に併せ、1学期中にキャンペーンを実施します。			●	●			
いじめ防止対策 [子ども教育課]	いじめ防止、いじめへの対応等を目的として小学1年生、中学1年生に安心ホットカードを配付しています。また、中学生を対象にいじめ相談アプリ「STANDBY」を活用した相談窓口を開設しています。			●	●			
SOS出し方教育 [子ども教育課]	命の大切さを実感できる教育、様々な困難やストレスの対処方法を身につけるための教育を実践していきます。			●	●			

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
家庭教育相談業務 [子ども教育課]	幼少期の子育ての不安解消、児童・生徒の健全育成のために、家庭教育相談員が電話や家庭訪問等により教育相談を実施します。			●	●			
子ども人権（ＣＡＰ）事業 [子ども教育課]	子どもたちがいじめ、誘拐、虐待、性暴力といった様々な暴力から自分を守るための人権講習プログラムを実施します。親や子どもが人権意識を持つことで、暴力から子どもを守るための知識や技能を身につけます。		●	●		●		
親業講座事業 [子ども教育課]	保護者を対象に、親として子どもの心を理解し、話が通じ合う温かい親子関係を築くことを目的として親業講座と親業入門講座を隔年で開催し、親としての役割や子どもとのコミュニケーションの方法を学びます。					●		
消費生活センターでの相談 [商工観光課]	消費者相談により、被害の未然防止や被害後の救済の支援を行うことで、市民の消費生活の安定と向上を図ります。 相談者の相談内容に応じて、他機関への紹介を行います。				●	●	●	
人権相談 [市民自治支援課]	人権が侵害されていると感じる人がいなくなり、互いに相手を思いやり、ともに幸せに暮らせるための相談を行い、必要に応じて関係機関と連携します。	●	●	●	●	●	●	●
行政相談 [市民自治支援課]	行政機関に対する苦情や要望を各関係機関へ斡旋することにより、行政運営の改善を図ります。必要に応じて関係機関と連携します。	●	●	●	●	●	●	●
地域まちづくり協議会事業 [市民自治支援課]	自殺対策の視点も含めた地域課題の解決に協働で取り組む体制・仕組みづくりを進めます。 また、会員へ自殺対策相談窓口案内を配布するとともにゲートキーパー研修の案内と受講の推奨を行います。							●
心に関する本の常設（ココロの本棚） [図書館]	心に関する資料を常設します。	●		●	●	●	●	
医療健康情報の提供 ＜再掲＞ [図書館]	医療健康に関する資料を収集し、提供します。	●	●	●	●	●	●	
精神保健福祉相談（心の健康相談） [山武保健所（地域保健課）]	嘱託医による相談（予約制）。精神保健福祉相談員等又は医師が精神障害者及び家族等からの相談に対し相談・訪問・電話等に対応しています。					●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
親と子の心の相談 [山武保健所（地域保健課）]	児童・青年期・産後等の心の問題に対して医師・臨床心理士等による相談、支援を実施します。	●	●	●	●			
保健師・精神保健福祉士等による相談 [山武保健所（地域保健課）]	随時、保健師・精神保健福祉士等による電話・面接・訪問等による支援を実施します。	●	●	●	●	●	●	
傾聴ボランティア養成講座 [山武市社会福祉協議会]	コミュニケーション能力を高め、市民が互いに良い関係づくりができるよう傾聴技法を学ぶ講座を開催します。お話相手ができる市民や傾聴ボランティアの育成をすすめます。また、講座参加者に対し市の自殺の実態や取組等の情報提供を行い、市民交流やボランティア活動時において市民への支援体制の強化を図ります。	●	●	●	●	●	●	
心配ごと相談事業 [山武市社会福祉協議会]	日常生活上のあらゆる悩み・相談に積極的に応じ、問題解決に向けた助言や環境指導を行うことを目的に相談所を開設しています。自殺リスクが高いと思われる相談については保健師等に情報提供するなど連携して支援を行います。	●	●	●	●	●	●	
相談窓口の広報活動強化（ボランティア） [山武市社会福祉協議会]	地域福祉活動に積極的な社会福祉協議会ボランティア市民活動センター登録ボランティアのみなさんにリーフレット（相談窓口一覧）を配布し広く周知することで、自らの知識を増やし地域で孤立しがちな方々の受け止め役を意識していただけるよう努めます。				●	●	●	●
相談窓口の広報活動強化（地区社協） [山武市社会福祉協議会]	地域福祉活動に積極的な社会福祉協議会地区社会福祉協議会福祉推進員のみなさんにリーフレット（相談窓口一覧）を配布し広く周知することで、自らの知識を増やし地域で孤立しがちな方々の受け止め役を意識していただけるよう努めます。				●	●	●	●

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
自殺率（人口10万対） 総合計画【重点分野】	19.87 (令和 3 年度)	19.54	厚生労働省
こころの健康づくり市民研修会参加者の内、「参考になった」と回答した人の割合	91.2% (平成29年度) ※	92.0%	健康支援課資料
不登校児童の割合	1.38% (令和 3 年度)	1.38%	子ども教育課資料
不登校生徒の割合	4.32% (令和 3 年度)	4.32%	子ども教育課資料

※こころの健康づくり市民研修会参加者の内、「参考になった」とアンケートで回答した人の割合の現状値は、令和元～3 年度にかけて感染症拡大防止のためにこころの健康づくり市民研修会を中止していたため、コロナ禍以前の 91.2%で設定しています。

(2) 重点対策

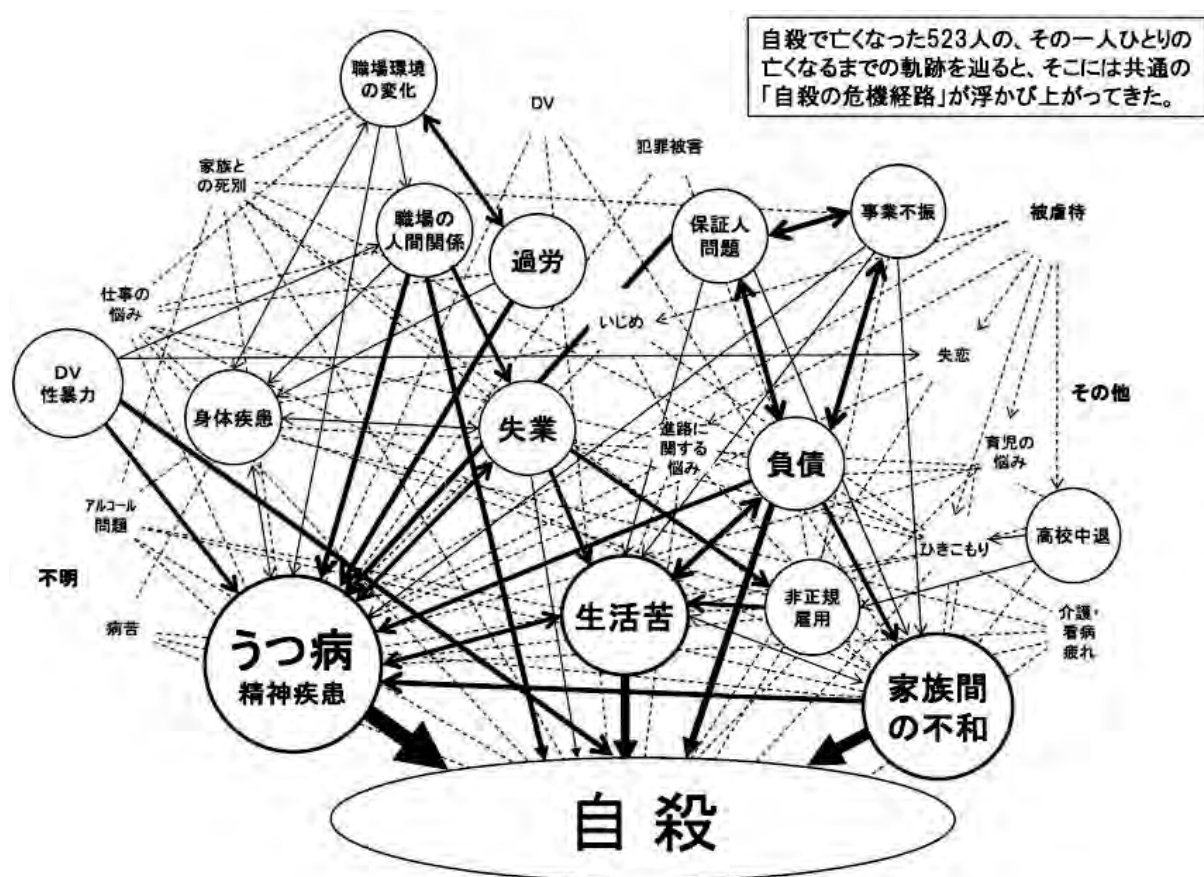
現状と課題

【 現状 】

(自殺の危機経路)

◇NPO法人ライフリンクが行った自殺で亡くなった方についての実態調査の分析から、自殺の危機要因となり得るものは69個あり、自殺で亡くなった方は平均3.9個の危機要因を抱えていたことがみえてきました。

それぞれの属性によって、自殺するまでの経路(プロセス)にある一定の規則性があることが分かり、それは「自殺の危機経路(プロセス)」と呼ばれています。



※丸の大きさは要因の発生頻度を表しています。丸が大きいほど、その要因が抱えられていた頻度が高いということです。また、矢印の太さは、要因と要因の連鎖の因果関係の強さを表しています。

資料 自殺実態白書2013 (NPO法人ライフリンク)

(地域自殺実態プロフィール)

◇平成 29 年に閣議決定された「自殺総合対策大綱」には、「国は、自殺総合対策推進センターにおいて、全ての都道府県及び市町村それぞれの自殺の実態を分析した自殺実態プロフィールを作成し、地方公共団体の地域自殺対策計画の策定を支援する」とあります。令和 2 年からは、「自殺総合対策推進センター」の業務を引き継いだ「いのち支える自殺対策推進センター」が、「地域自殺実態プロフィール」を提供しています。

そのプロフィールによると、平成 29 年～令和 3 年の 5 年間に於いて、市の自殺者数の多い上位 5 区分は下記のとおりとなっています。

この属性情報から、市で推奨される重点対策の対象として、「高齢者」、「生活困窮者」、「子ども・若者」、「無職者・失業者」が挙げられています。

上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	自殺率 (10 万対)	背景にある主な自殺の危機経路
1 位:女性 60 歳以上無職同居	11	17.5%	30.0	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
2 位:男性 60 歳以上無職同居	8	12.7%	38.2	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
3 位:男性 20～39 歳無職同居	7	11.1%	191.5	①【30 代その他無職】ひきこもり+家族間の不和→孤立→自殺 ②【20 代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
4 位:男性 60 歳以上無職独居	7	11.1%	137.2	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
5 位:男性 40～59 歳無職独居	5	7.9%	625.8	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺

- ※ 1 区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順としています。
- ※ 2 自殺死亡率の算出に用いた人口(母数)は、総務省「令和 2 年国勢調査」就業状態等基本集計を基に「いのち支える自殺対策推進センター」にて推計したものです。
- ※ 3 「背景にある主な自殺の危機経路」は、『自殺実態白書 2013』(NPO 法人ライフリンク)を参考に推定したものです。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意ください。

資料 いのち支える自殺対策推進センター 地域自殺実態プロフィール

【 課題 】

- ・自殺者の多くは無職の人です。就労や経済の問題を抱えていることから関係機関と連携して支援していく必要があります。
- ・60歳以上の自殺者が多い状況はこれまでの傾向と変わりませんが、男性20～39歳といった若年の自殺死亡率も目立ち、さまざまな関係機関との連携を推進し、多様なライフステージに応じた孤独・孤立対策を整備する必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①生活困窮者・無職者・失業者に対する支援

生活就労相談室を中心に相談者の気持ちを受け止めつつ、相談者と共に課題を明らかにしていきます。課題解決のために、地域のあらゆる関係機関・関係者と連携して支援します。

職業的自立に向けた若者への支援の充実のため、地域若者サポートステーション（サポステ）と連携し、若者の職業的自立に向けて支援します。

②高齢者に対する支援

地域ケア会議等を行い、保健・医療・介護・生活などに関する様々な関係機関や団体等の連携を推進し、包括的な支援体制を整備します。

在宅の介護サービス利用者と接点の多いケアマネジャーや訪問介護員が、利用者の変化に早期に気づき地域包括支援センターや行政などの関係機関と連携して対応します。

地域包括ケアシステムの深化により、多職種との連携を図りながら高齢者の社会参加の強化と孤立・孤独の予防のため、居場所づくりに取り組みます。

また、高齢者等がサービスの担い手となるよう支援し、地域資源とのマッチングを行う生活支援コーディネーターの配置やNPO法人、民間企業、ボランティア、社会福祉法人等の生活支援サービスを担う事業主体と連携した生活支援の充実・強化を推進します。

認知症施策の推進においては、認知症サポーター養成講座を開催し、認知症への理解を深めるための普及・啓発に努めます。また、認知症初期集中支援チームによる、早期診断・早期対応に向けた体制を構築するとともに認知症の人や家族の相談の場所づくりに取り組みます。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
すこやか倶楽部 [高齢者福祉課]	介護予防を目的とし、定期開催の運動教室を実施します。居場所づくりや仲間づくりをすすめ、閉じこもりを予防します。						●	
認知症サポーター養成講座 [高齢者福祉課]	認知症に対する正しい知識と理解を持った市民を増やし、認知症高齢者とその家族の孤立化を防ぎます。			●	●	●	●	
認知症家族交流会 [高齢者福祉課]	認知症に関する介護の相談や介護者同士の交流等を目的として、「あんとなねえさあ」をオレンジカフェで実施し、本人及び介護者の孤立化を防ぎ早期に対応します。						●	
家族介護教室 [高齢者福祉課]	介護についての知識の普及や介護の相談、介護者同士の交流等介護の負担を軽減することを目的として家族介護教室を実施します。本人及び介護者の孤立化を防ぎます。また、ハイリスク者がいた場合には早期に対応を行います。					●	●	
緊急通報装置設置事業 [高齢者福祉課]	在宅の高齢者世帯等に対し、緊急通報装置を貸与することにより日常生活の不安を解消し、急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図ります。なお、自殺の実態や対策については関係機関と共通認識のもと、協議を進めます。また申し出により、救急医療情報キットの配付も行います。						●	
高齢者見守りネットワーク事業 [高齢者福祉課]	地域内のひとり暮らし高齢者、日中ひとりでいることが多い高齢者等で支援が必要な人に、地域で声かけ活動がなされるように、市内で業務を行っている事業者と契約し、業務の合間にさりげない見守りを行ってまいります。 民生委員による高齢者の見守りと合わせて事業を行っています。						●	
高齢者の相談業務 [高齢者福祉課]	高齢者の介護・福祉・保健・医療に関する総合相談に対し、市内3か所の地域包括支援センターで対応します。相談窓口を示したパンフレットの配布を行います。						●	
地域包括ケアシステムの構築 [高齢者福祉課]	支援や介護が必要な高齢者が地域で尊厳を保持しながら暮らせるように、地域包括ケアシステムの構築深化を目指します。						●	
民生委員児童委員による相談 [社会福祉課]	地域の身近な相談者である、民生委員児童委員の活動が活発することにより、地域福祉の向上を図ります。	●	●	●	●	●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
基幹相談支援センターの設置 [社会福祉課]	障がいのある方が安心して生活できるよう、障害者及びそのご家族や支援者からの相談に対し、総合的・専門的に支援を行います。また、虐待相談・通報等を受け付けます。 新規事業であることから、市民に対する事業周知を徹底していきます。							●
生活就労相談室 [社会福祉課] [山武市社会福祉協議会]	生活困窮家庭の自立を支援します。社会福祉協議会への委託により、社会福祉課内に「生活・就労相談室」を開設し、相談業務を実施している関係機関と連携し支援を行っています。	●	●	●	●	●	●	
生活保護受給者への支援 [社会福祉課]	生活保護法に基づいて、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに自立を助長します。	●	●	●	●	●	●	
子どもの学習支援事業 [社会福祉課]	学習や進学環境が十分に用意されていない生活困窮者の子どもが成長し、生活困窮者等になるという「貧困の連鎖」を防ぐため、子ども達に学習支援を行います。 必要に応じて関係機関と連携して支援を行います。			●	●			
就労準備・家計改善支援事業 [社会福祉課]	生活困窮者自立支援法の改正により、生活困窮者就労準備支援事業及び生活困窮者家計改善支援事業の両事業の努力義務化を受け、早期実施を目指します。 必要に応じて関係機関と連携して支援を行います。	●	●	●	●	●	●	
準要保護児童・生徒への支援 [子ども教育課]	経済的な理由により就学困難な児童、生徒の保護者に対し、学用品費、通学用品費、新入学児童生徒学用品費、修学旅行費、校外活動費、学校給食費、医療費の就学援助支援を行います。			●	●			
納税相談 [収税課]	滞納者に対して納税相談を行い、納税を促します。必要に応じて相談窓口一覧の配付や関係機関と連携して支援を行います					●	●	
高額療養費資金貸付制度 [国保年金課]	高額な医療費の全額を準備できない国保被保険者世帯に対して、その費用を一時的に貸付けます。	●				●	●	
ゴールドクラブ「いきいきわくわく教室」 [山武市社会福祉協議会]	介護予防活動普及啓発に資する健康体操や予防活動について学ぶことにより高齢者ができる限り住み慣れた地域で自立した生活を営むことが出来るよう支援することを目的とします。また、主体的な健康づくりにあわせて、地域住民が互いに交流することで高齢者の孤立防止、自殺予防に努めます。						●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
ふれあいいきいきサロン [山武市社会福祉協議会]	子どもから高齢者までが地域の中で楽しい仲間づくりを進めることにより、いきいきした活力や生きがいを得ることを目的とします。さらに悩みをかかえてひきこもりがちな方々を地域の行事にお誘いし参加を促すことで孤立を防ぎ自殺予防に努めます。						●	
生活福祉資金貸付事業 [山武市社会福祉協議会]	低所得世帯や障がい者・高齢者世帯に対し、資金の貸付と必要な援助指導を行うことにより経済的自立・生活意欲の助長促進や在宅福祉・社会参加の促進を図り、安定した生活を送れるようにすることを目的とした貸付制度です。 千葉県社会福祉協議会からの委託事業として実施しています。 自殺をする不安があると思われる市民に対しては情報提供や専門職等へつなぐなど連携した支援を行います。	●	●	●	●	●	●	
福祉資金貸付事業 [山武市社会福祉協議会]	低所得世帯に対し、生活意欲の高揚と自立更生の推進を目的に、生活つなぎ資金その他必要な緊急援護費として貸付を実施しています。 自殺をする不安があると思われる市民に対しては情報提供や専門職等へつなぐなど連携した支援を行います。	●	●	●	●	●	●	
介護者リフレッシュ事業 [山武市社会福祉協議会]	介護者の孤立を防ぐ取組として、専門職やボランティアの協力を得ながら、介護者が集える場として、介護者リフレッシュ事業を実施しています。その際には、自殺対策として、生きる支援に関する様々な相談先が掲載されたリーフレットを必要に応じ配付します。					●	●	
日常生活自立支援事業・成年後見事業 [高齢者福祉課] [山武市社会福祉協議会]	認知症や障がい等により判断能力の低下した高齢者・障がい者の権利が保持されるように、成年後見制度についての相談及び利用援助を行います。 日常の金銭管理や福祉サービスの利用援助が必要な人へ、日常生活自立支援事業の周知を図ります。 自殺をする不安があると思われる市民に対しては情報提供や専門職等へつなぐなど連携した支援を行います。					●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
通い・集い交流の場設置事業 [高齢者福祉課] [山武市社会福祉協議会]	地域における自主的なふれあい活動や健康づくり活動をすすめる団体に対し補助金を交付し「通い・集い・交流の居場所づくり」を促進します。 参加者へ生きる支援に関する様々な相談先の掲載されたリーフレットを配付し、自殺対策の取組についての啓発と周知に協力していただけるよう依頼します。					●	●	

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
社会参加している高齢者の割合	39.6% (令和 3 年度)	50.0%	まちづくりアンケート
生きがいを持っている高齢者の割合	43.2% (令和 3 年度)	50.0%	まちづくりアンケート

※現状値及び目標値は第 3 次総合計画基本事業指標と一致させています。

ここで記載している現状値は、第 1 次計画評価結果及び第 2 次総合計画実績と集計方法が異なるため、11 ページの値とは一致していません。

3 食育の推進 【食育推進計画】

※食育推進計画にも位置づけていることから、改めて趣旨や背景等を整理しています。

◇食育推進計画の策定にあたって

(1) 計画策定の趣旨と背景

食は、人が健康的な生活を営むために欠かすことのできないものです。それと同時に、食べることで体が私たちの楽しみであり、豊かな心を育むための重要な要素でもあります。

食育基本法の前文では、“食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「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食育を推進することが求められている。”としています。

しかしながら、食をめぐる環境は大きく変化してきており、様々な課題を抱えていると言われています。

高齢化が進行する中で、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が引き続き課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性は増しています。人口減少、少子高齢化、世帯構造の変化や中食市場の拡大が進行するとともに、食に関する価値観や暮らしの在り方も多様化し、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきています。また、古くから各地で育まれてきた地域の伝統的な食文化が失われていくことも危惧されています。

更に、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う“新しい日常”の実践が求められ、食育推進のあり方を再構築する必要性も見えてきました。食育がより多くの人々による主体的な運動となるためには、ICT（情報通信技術）や社会のデジタル化の進展を踏まえ、デジタルツールやインターネットも積極的に活用していくことも必要となります。

本市では市民の皆様が食をめぐる現状を自らや地域のこととして認識し、食育に真剣に取り組むことができるよう、様々な活動主体と連携を図りながら推進してきました。近年は、SDGs（持続可能な開発目標。詳細は7ページを参照）がめざす“誰一人取り残さない社会の実現”に、食育活動が貢献できるとされています。

食を取り巻く情勢を踏まえ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、「山武市第3次食育推進計画」を策定するものとします。

(2) 計画の性格と位置づけ

この食育推進計画は、『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。

国の「第4次食育推進基本計画」、県の「第4次千葉県食育推進計画」と整合性を図り、策定しています。

市の最上位計画である「第3次山武市総合計画」（令和5年度～令和8年度）はもとより、食育に関連する他の計画と連携を図るものです（詳細は、5ページ参照）。

(3) 計画の期間

本計画の計画期間は、「第3次山武市総合計画」の計画期間と整合性を図り、令和5年度を初年度とし、令和8年度を最終年度とする4年間とします。

食育ピクトグラム

○農林水産省は、食育の取り組みを子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字の「ピクトグラム」を令和3年2月に作成しました。

○ピクトグラムは全部で12個あり、その内容は、食生活指針も参考に、第1次～第3次食育推進基本計画の目標に掲げられ、第4次食育推進基本計画でも重点事項として取り上げられている、普遍的に取り組むべき項目から選択されています。

- 1 みんなで楽しく食べよう
- 2 朝ご飯を食べよう
- 3 バランスよく食べよう
- 4 太りすぎない やせすぎない
- 5 よくかんで食べよう
- 6 手を洗おう
- 7 災害にそなえよう
- 8 食べ残しをなくそう
- 9 産地を応援しよう
- 10 食・農の体験をしよう
- 11 和食文化を伝えよう
- 12 食育を推進しよう



◇食育推進施策の展開

(1)「ありがとう」の心と心 《食を大切にする心》

現状と課題

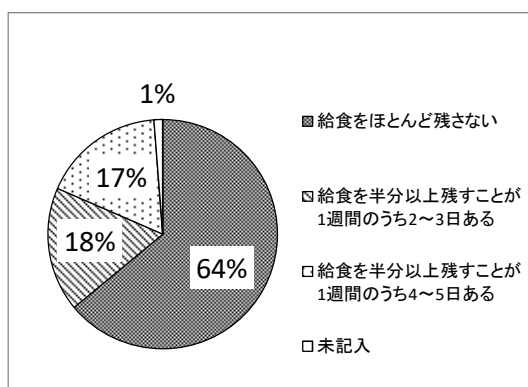
【 現状 】

(給食を残さず食べている状況)

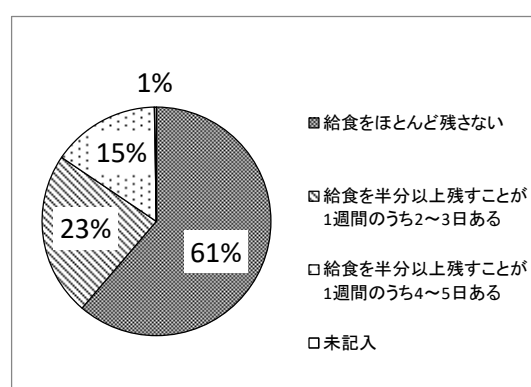
◇給食を残さず食べている状況は、小中学生とも「給食をほとんど残さない」が最も高くなっています。しかし、「給食を半分以上残すことが1週間のうち4～5日ある」が小学生で17%、中学生で15%みられます。

【給食を残さず食べている状況】

<小学生>



<中学生>



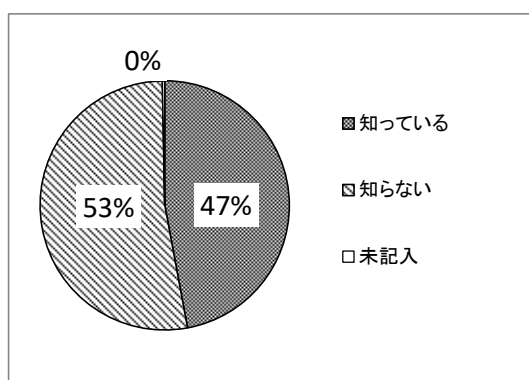
資料 食生活に関するアンケート集計結果

(給食で地元産の食材を使っていることの認知度)

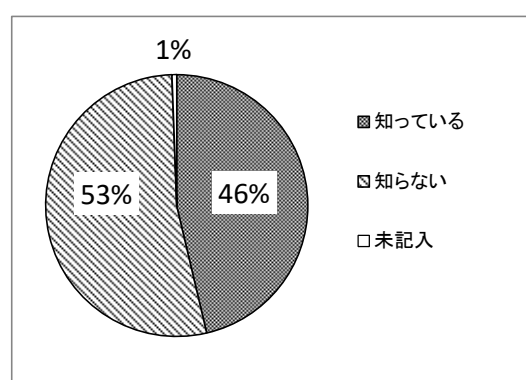
◇給食で地元産の食材を使っていることの認知度は、小中学生とも半数を下回っています。

【給食で地元産の食材を使っていることの認知度】

<小学生>



<中学生>



資料 食生活に関するアンケート集計結果

【 課題 】

- ・食事を通して正しい食習慣を身につける必要があります。
- ・地元で生産される食材にはどのようなものがあるか周知する必要があります。
- ・無駄な調理や残菜を減らすことで、環境や資源に配慮した食生活を実践する必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①食を大切にする心の育成

食生活は生産者・従事者によって支えられています。学校給食や講習会を通して、食に対する感謝の心を育てます。

②学校給食を通じた教育

身近な学校給食に地元の農産物を取り入れることにより、地産地消の認識を深められるよう支援します。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
キッチン・スクール [保健推進員協議会]	小児生活習慣病予防のため、調理実習を実施します。			●	●	●		
市内小中学校を対象にした食に対するアンケートの実施 [学校給食センター]	児童生徒の食生活に関する現状を把握し、食育指導に活かすため、小学5年生・中学2年生を対象に「食生活に関するアンケート」を実施します。			●	●			

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
給食センター栄養士による食に関する指導の実施 [学校給食センター]	望ましい食習慣を身につけるため、小・中学生を対象に、給食時間や授業の中で、食に関する指導を実施します。また、保護者を対象に給食試食会や食育指導を行います。			●	●	●		
学校給食で山武市の農産物を食材に使用 [学校給食センター]	子どもたちが地産地消の認識を深め、野菜好きの児童生徒を増やすため、市内農産物を学校給食で使用します。			●	●			

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和8年度)	出典
ちば食育ボランティア登録件数	8 件 (令和3年度)	10 件	農政課資料
教育ファームや学校園等栽培活動を行っている取組数	151 回 (令和3年度)	160 回	子ども教育課資料

市民の皆様への提案 ～からだにいいこと 始めよう・続けよう～

- ・食べ物大切さを学び、食べ物に対する感謝の心を育みましょう。
- ・学校給食や授業などを通じて、食に関する知識を身につけましょう。
- ・収穫体験や自らの手で野菜を育てるなど、実践して学ぶ機会を大切にしましょう。
- ・食事のマナーやあいさつに関する知識を身につけ、日頃から取り組みましょう。
- ・季節に応じた食材を使った料理や行事食を取り入れましょう。

(2) 明日の健やかな体に 《食習慣の改善》

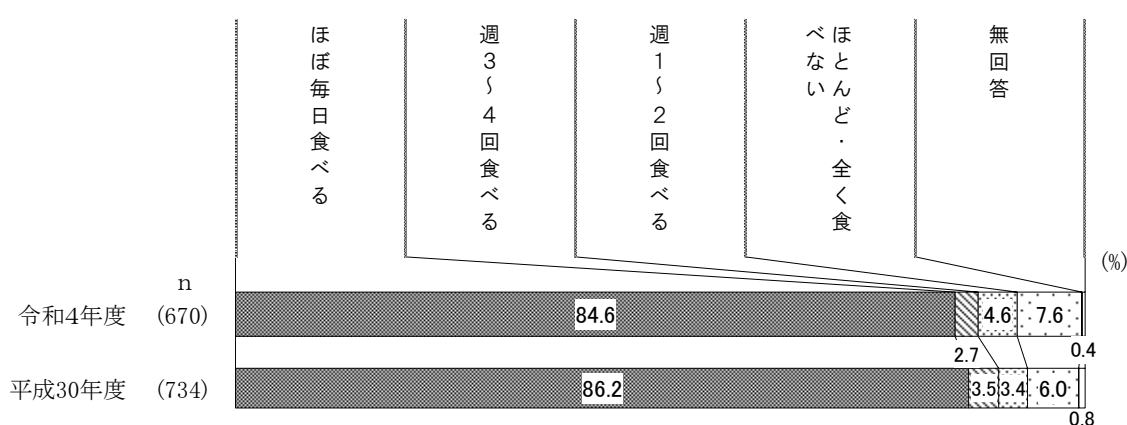
現状と課題

【 現状 】

(朝食の摂取状況)

◇「ほぼ毎日食べる」が84.6%となっていますが、「ほとんど・全く食べない」が7.6%みられます。性／年齢別では、「ほとんど・全く食べない」が男性の18～29歳で23.1%と最も高くなっています。

【朝食の摂取状況】

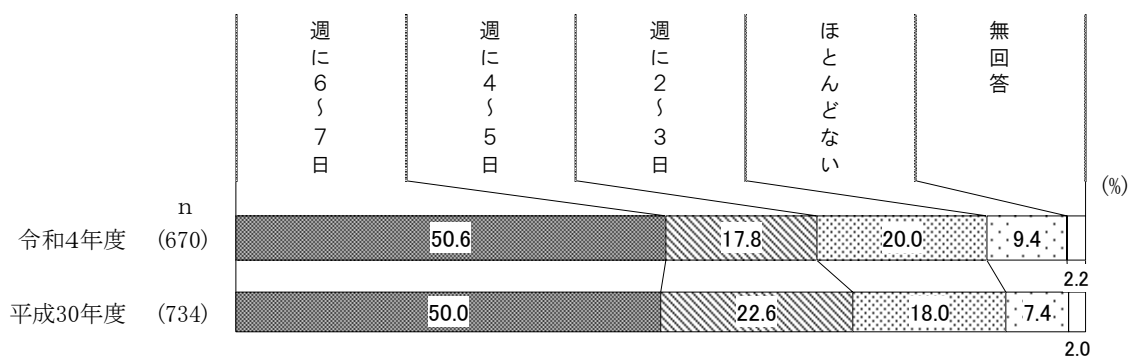


資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

(1日に2回以上、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる頻度)

◇「週に6～7日」が50.6%で最も高く、「週に4～5日」(17.8%)と「週に2～3日」(20.0%)が2割程度となっています。一方、「ほとんどない」が9.4%みられます。性／年齢別では、「ほとんどない」が男性の40歳代で29.4%と最も高く、次いで、男性の50歳代で20.0%となっています。

【1日に2回以上、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる頻度】

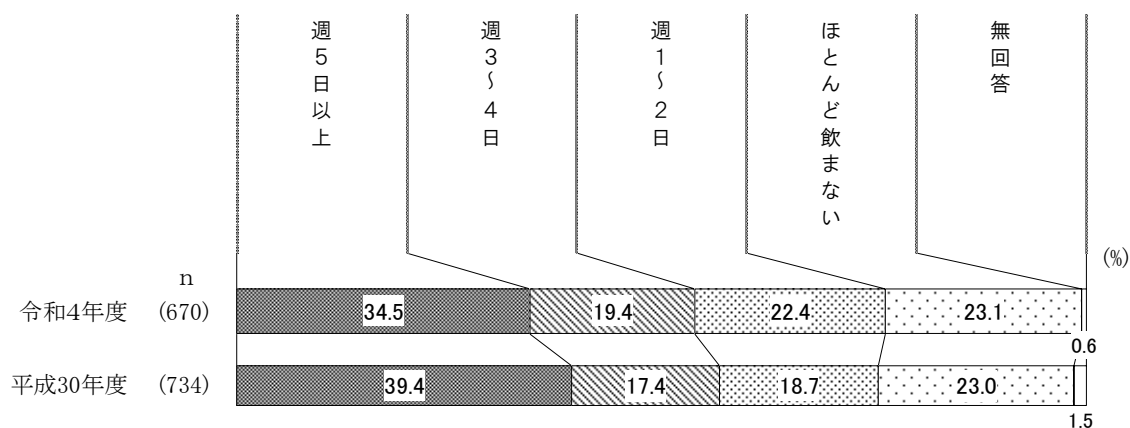


資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

（甘い飲料の摂取頻度）

◇「週5日以上」が34.5%で最も高くなっていますが、平成30年度からは4.9ポイント減少しました。性／年齢別では、「週5日以上」が男性の30歳代で47.8%、男性の50歳代で42.9%と高くなっています。

【甘い飲料の摂取頻度】



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

（再掲 塩分の取り過ぎに対する注意）

◇食生活の中で、塩分の取り過ぎに「気をつけている」は58.8%で、平成30年度からの減少がみられます。

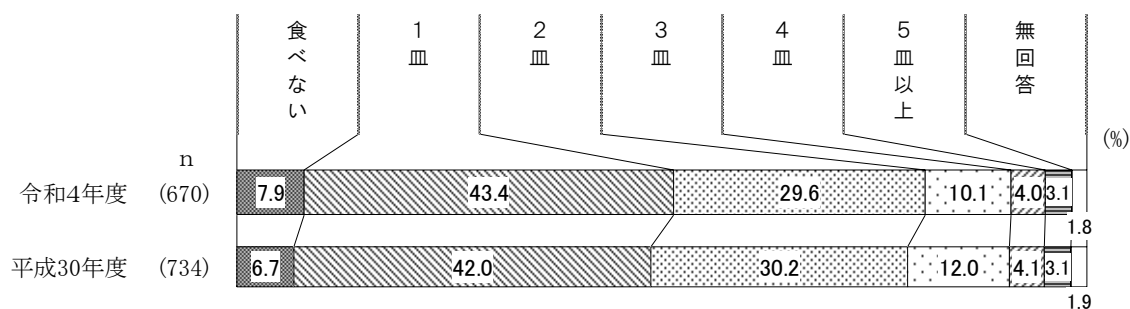
食事摂取基準では、高血圧予防の観点から望ましいとされている6g/日未満に近づけるため、5年に1度の改定時にナトリウム（食塩相当量）の目標量を低減させており、直近の2020年版では、成人男性で7.5g未満、成人女性で6.5g未満が目標量となっています（令和4年度市健康づくりに関する調査より。図表は43ページを参照）。



(野菜の摂取量)

◇ 1日に食べる野菜料理の摂取量は、「1皿」が43.4%で最も高く、次いで「2皿」が29.6%となっています。1日に必要な野菜の摂取量(350g)の観点から、「5皿以上」に着目すると、平成30年度から変わらず3.1%にとどまっています。

【野菜の摂取量】



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

【課題】

- ・健康づくりを進めるには、年代・性別を問わず「朝・昼・夕1日3食きちんと食べる食生活を身につける」ことが大切です。特に朝食をとることは1日のリズムの始まりとなることから、今後も継続して推進していく必要があります。
- ・主食・主菜・副菜がそろったバランスの良い食事をとることを身につけ、ビタミンや食物繊維を豊富に含む野菜やくだものの摂取の大切さについても推進していく必要があります。
- ・甘い飲み物の摂取量によっては、糖分の過剰摂取により肥満・糖尿病といった生活習慣病につながるおそれがあります。そのため、適切な摂取量の知識の普及が必要です。
- ・減塩は、高血圧や糖尿病重症化予防に有効で、結果的に循環器疾患や腎疾患の減少につながるため、摂取量の適切なコントロールが大切です。そのため、減塩についての知識の普及が必要です。
- ・適正体重についての知識の普及を図り、生活習慣病の予防に今後も努めていく必要があります。

【 施策 】

①朝・昼・夕 1 日 3 食きちんと食べる食生活の普及

各種教室で 1 日 3 食きちんと食べることの大切さについて、PR 活動を行います。
保健推進員と調理実習や講話を通して普及・啓発に努めます。

②主食・主菜・副菜がそろったバランスの良い食生活の普及

各種健康診査（検診）や教室等、保健推進員との協働により、主食・主菜・副菜の
そろったバランスの良い食事の普及・啓発に努めます。

③野菜の目標摂取量（350 g）の知識の普及

各種健康診査（検診）や教室等、保健推進員との協働により、「1 日の野菜摂取量
350 g」の普及・啓発に努めます。

④適正体重と体重コントロールについての知識の普及

各種健康診査（検診）や教室等で、適正体重を知り、体重コントロールできるよう
に知識の普及・啓発に努めます。

⑤糖分の適正な摂取量・摂取頻度の知識の普及

各種健康診査（検診）や教室等において、甘い飲み物（ジュース等）の適切な摂取
量や摂取頻度の知識の普及・啓発に努めます。

⑥減塩についての知識の普及

各種健康診査（検診）や教室等において、減塩の大切さや塩分の多い食生活の影響
等について知識の普及・啓発に努めます。

保健推進員との協働により、塩分測定の実施や減塩食の調理実習を行い、減塩の普
及・啓発に努めます。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
なるほど！糖尿病塾 ＜再掲＞ [健康支援課]	生活習慣を見直し、正しい糖尿病予防行動をとれるように市民に広く糖尿病に関する知識の普及及び啓発を行います。 年に1回、さんむ医療センターとの共催で講演会を開催します。	●				●	●	
糖尿病・透析予防説明会 ＜再掲＞ [健康支援課]	糖尿病の発症・重症化の予防・透析導入の回避のために糖尿病未治療者・治療中断者・腎機能低下者などのリスクが高い人に対して、継続受診を勧奨すると共に適切な保健指導を行います。					●	● 75歳未満	
中性脂肪説明会 ＜再掲＞ [健康支援課]	脂質異常の改善を図るために、中性脂肪値が高い人に対して個別相談を行います。					●	● 75歳未満	
特定保健指導 ＜再掲＞ [健康支援課]	特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」と判定された市民が自分の健康状態を知り、生活習慣の改善を図れるように特定保健指導を実施します。メタボリックシンドローム該当者の減少と医療費の抑制につなげます。					●	● 70歳未満	
ヘルスアップ教室 ＜再掲＞ [健康支援課]	体重が標準より多い方が、生活習慣を改善し将来起こりうるメタボリックシンドローム等を予防するため、集団の運動指導・栄養指導・歯科指導を実施します。					●	● 70歳未満	
結果相談会 [健康支援課]	特定健康診査の結果について理解し、生活習慣病の予防や早期受診ができるようになるため、保健師等が個別相談を行います。					●	●	
健康相談 [健康支援課]	特定健康診査の結果や健康に関しての医師による相談を実施することにより、市民が安心して生活できるように支援します。	●	●	●	●	●	●	
さんむ健康ポイント事業 [健康支援課]	市民が健康づくりへ主体的かつ積極的に取り組む動機付け及び健康づくり継続実施者へのモチベーション維持向上を図ることを目的とします。 市民が実践する健康づくりの取り組みに対して健康ポイントを付与し、そのポイントに対して、景品を交付します。					●	●	
パパママサロン [健康支援課]	妊娠、出産、育児、栄養、歯・口腔の健康づくりについての正しい理解を深め、その健康の保持増進、不安解消を図るために、パパママサロンを開催します。	●						

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
ベビーサロン [健康支援課]	親子の触れ合いと育児不安の軽減のために、ベビーマッサージの教室を開催します。母乳や育児、離乳食の相談にも応じます。	●	●					
乳幼児健康診査 [健康支援課]	乳幼児期の身体発育及び精神発達を確認し、児と保護者の心身の健康増進と健全な育成支援を図るため健康診査を実施します。 健診種類：乳児健康診査 ※ 1歳6か月児健康診査 ※ 2歳6か月児歯科健康診査 3歳児健康診査 ※ ※母子保健法により定められた健康診査		●					
いい歯モグモグ クラス [健康支援課]	幼児のむし歯予防と食生活習慣について正しい知識の普及を図り、子どもの健康づくりを支援します。		●					
すくすく広場 [健康支援課]	保護者が不安なく、育児をするために、子育て支援センターに保健師等が出向き、計測、個別相談を実施します。	●	●					
小中学生のための健康相談・健康教室（教育） ＜再掲＞ [健康支援課]	小児生活習慣病を予防するために、保健師等が個別に健康相談、小学6年生を対象に健康教室、中学1年生を対象に糖尿病予防のための健康教育を実施します。また肥満予防対策として肥満児のいる特別支援学級で定期的に運動・栄養面の授業を実施します。			●	●			
はじめて離乳食教室 [健康支援課]	保護者が離乳期における無理のない離乳食の進め方を知り、不安を軽減できるよう支援するため、試食と講話による離乳食教室を実施します。		●					
食育事業 [健康支援課]	幼児期から食に対する知識を高めるために、各年齢に応じた内容の食育教室を実施します。		●					
食育研修会 [健康支援課]	乳幼児の食育推進の取組に対する指導者の知識向上のために指導、食育研修会を実施し、食べるために必要な口腔機能の発達について学びます。		●					
保健推進員事業 ＜再掲＞ [健康支援課]	「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンをもとに、赤ちゃんからお年寄りまで、幅広い年齢層の人たちの健康づくりの普及啓発活動を実施します。	●	●	●	●	●	●	

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
キッチン・スクール ＜再掲＞ [保健推進員協議会]	小児生活習慣病予防のため、親子での調理実習を実施します。			●	●	●		
なるほど！健康塾 [保健推進員協議会]	健康づくりのための講話や調理実習を通して、生活習慣病予防の普及・啓発を行います。							●
市内小中学校を対象にした食に対するアンケートの実施 ＜再掲＞ [学校給食センター]	児童生徒の食生活に関する現状を把握し、食育指導に活かすため、小学5年生・中学2年生を対象に「食生活に関するアンケート」を実施します。			●	●			
給食センター栄養士による食に関する指導の実施 ＜再掲＞ [学校給食センター]	望ましい食習慣を身につけるため、小・中学生を対象に、給食時間や授業の中で、食に関する指導を実施します。また、保護者を対象に給食試食会や食育指導を行います。			●	●	●		
学校給食で山武市の農産物を食材に使用 ＜再掲＞ [学校給食センター]	子どもたちが地産地消の認識を深め、野菜好きの児童生徒を増やすため、市内農産物を学校給食で使用します。			●	●			

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
朝食を毎日とる割合 (小学 5 年生)	84.5% (令和 3 年度)	95.2%	学校給食実施状況 等調査
朝食を毎日とる割合 (18 歳以上の市民)	66.8% (令和 3 年度)	67.0%	まちづくりアンケート
B M I 値 25 以上の肥満者の 割合	31.9% (令和 3 年度)	31.0%	特定健康診査受診 者(集団健診 40 ～ 74 歳の国保加入者)
保健推進員が市民に対し「1 日の野菜摂取量 350 g」の啓 発活動を行った人数	42人 (令和 3 年度)	200 人	保健推進員活動実 績
甘い飲み物(ジュース等)を 週 3 回以上飲む人の割合(3 歳児)	47.6% (令和 3 年度)	47.0%	3 歳児健康診査問 診票
3 歳児の肥満度 20%以上(や やふとりすぎ・ふとりすぎ) の割合	10.1% (令和 3 年度)	5.0%	3 歳児健康診査問 診票

市民の皆様への提案 ～からだにいいこと 始めよう・続けよう～

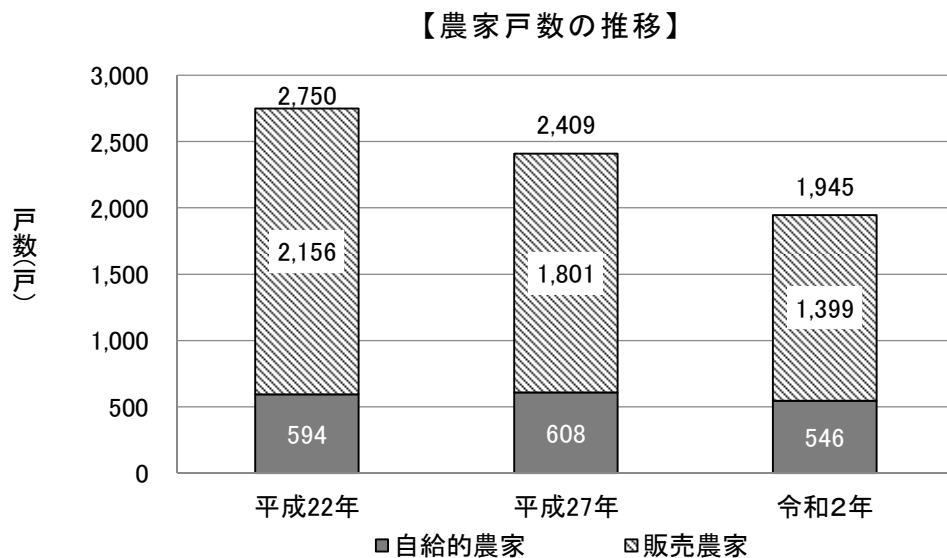
- ・ 1 日 3 食(朝食・昼食・夕食)きちんと食べる習慣を心がけましょう。
- ・ 1 食に主食・主菜・副菜がそろった栄養のバランスが良い食事を心がけましょう。
- ・ 野菜料理を毎食 1 皿以上食べるようにしましょう。
- ・ 太りすぎ、やせすぎに注意し、1 日 1 回同じ時間に体重を計る習慣を身につけましょう。
- ・ 甘い飲料は回数や量を決め、とり過ぎに気をつけましょう。
- ・ 旬の野菜や香味野菜などを取り入れ、今より少し薄味の習慣を心がけましょう。
- ・ 栄養成分表示を見て、塩分量を確認する習慣を身につけましょう。
- ・ 1 日に生のくだものを 200 g 程度食べましょう。

(3) 産地から食卓へ 《農林水産業の活性化》

【 現状 】

(農家戸数の推移)

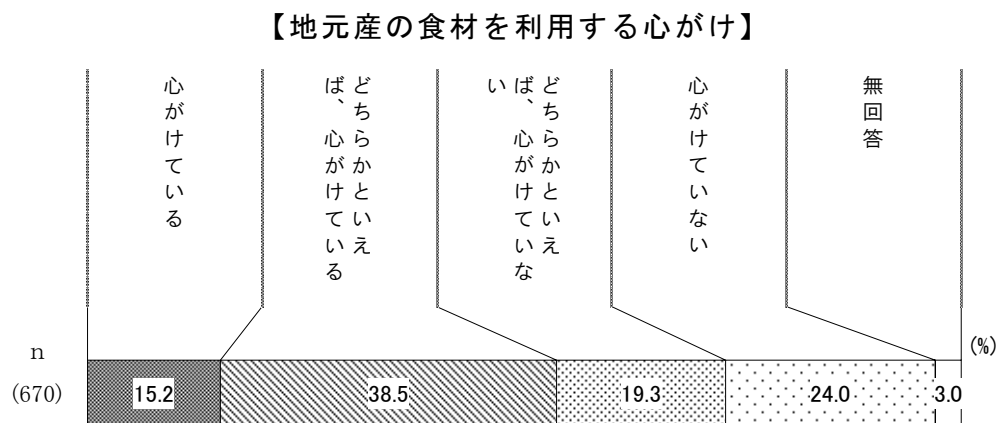
◇農家戸数は年々減少傾向にあり、令和2年で2,000戸を下回っています。特に、販売農家数の減少幅が大きくなっています。



資料 農林業センサス

(地元産の食材を利用する心がけ)

◇地元産の食材を利用する心がけは、「どちらかといえば、心がけている」が38.5%で最も高く、「心がけている」(15.2%)と合わせた《心がけている》は53.7%となっています。

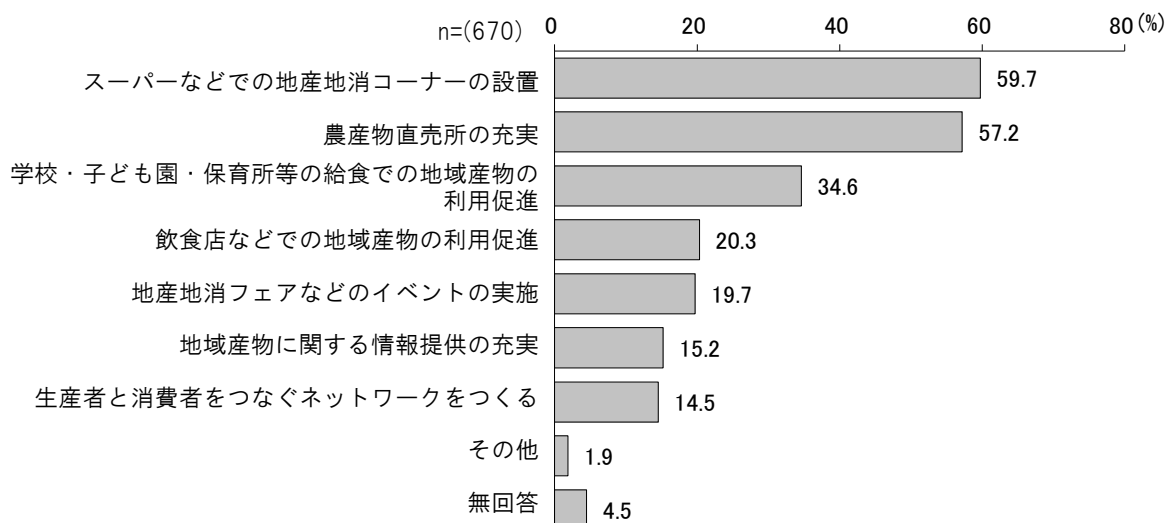


資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

（地産地消推進のために効果的だと思う方策）

◇地産地消推進のために効果的だと思う方策は、「スーパーなどでの地産地消コーナーの設置」が59.7%で最も高く、微差で「農産物直売所の充実」（57.2%）が続いています。

【地産地消推進のために効果的だと思う方策】



資料 令和4年度市健康づくりに関する調査

(山武市で収穫される主な野菜・くだもの)

◇市では、年間を通して多くの種類の野菜や果実が生産されています。

【山武市で収穫される主な野菜・くだもの】

品目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
米												
だいこん												
にんじん												
ねぎ												
にら												
そらまめ												
とうもろこし												
ブロッコリー												
エシヤレット												
すいか												
メロン												
いちご												
梨												
ぶどう												
いちじく												
ブルーベリー												



収穫時期



旬(特に美味)

【 課題 】

- ・ 農業体験等による生産者と市民の交流の場を充実するなどして、顔の見える関係づくりを推進することが必要です。
- ・ 地域における農産物販売所づくりを推進するなどして、市民が安全で新鮮な旬の地元農産物を購入できる環境づくりが必要です。
- ・ 食料の生産から消費まで、一連の食の循環を意識しながら、食品ロスの削減など環境に配慮した取り組みが必要です。
- ・ 地域の伝統料理などの食文化を継承していく必要があります。

施策と具体的事業

【 施策 】

①食文化の継承と消費者交流

食文化を通じた多世代交流の場を積極的に支援します。また、地元の伝統料理や農業の発展を目指し、将来を担う後継者の育成へと繋がります。

②地産地消の推進と食の安全・安心の確保

農林水産物の安全・安心な供給体制の確立をめざし、生産面・衛生面での管理体制の普及・推進を図ります。また、地元産の食材の利用を促進し、身近にある食材をとおして食品ロス削減を意識できるよう呼びかけます。

【 具体的事業 】

事業名 [担当課]	内 容	妊産婦期	乳幼児期	学童期	思春期	成人期	高齢期	市民地域全体
食文化の継承 [農政課]	地域に伝わる食文化への理解や継承等、食育推進活動に取り組んでいる個人・団体等の連携強化に努めます。 山武市の伝統料理である「太巻き寿司」や米消費拡大につながる「米粉」をテーマにした講習会などを実施している市民団体活動を支援します。 また、広報紙等を活用した周知を行い、地域に伝わる食文化の継承・発展へと繋がります。							●
地産地消と食の安全確保の推進 [農政課]	食品の安全性などに関する情報を提供するとともに、生産者と消費者の顔の見える関係を築くなど、地産地消を推進しながら、食の安全・安心に対する理解を深めます。 自然に恵まれ、四季折々の旬を感じさせる地場産物・加工品や地産地消推進店などの魅力・情報を発信するとともに、学校給食や家庭等での利用を促進します。							●

数値目標

項目	現状値 (年度)	目標値 (令和 8 年度)	出典
郷土料理(太巻寿司等)をテーマにした講習会の受講者数	15 人 (令和 3 年度)	60 人	農政課資料
米粉料理教室の受講者数	0 人※ (令和 3 年度)	40 人	農政課資料
食文化を受け継ぐことの意識 「大切だと思う」と回答した人の割合	88% (令和 3 年度)	90%	農林水産省 食育に関する意識 調査報告書

※令和 3 年度は実施なし。令和 2 年度は 8 人が受講しています。

市民の皆様への提案 ～からだにいいこと 始めよう・続けよう～

- ・食品ロスについて学びましょう。
- ・私たちの地元山武市では、どのような野菜やくだものが収穫されているか学んでみましょう。
- ・地元の食材の良さを知り、食卓に取り入れましょう。
- ・地域で行われる農業体験や食育に関するイベントなどに積極的に参加しよう。
- ・地元の郷土料理を学び、実際に作って食べてみましょう。

