

乳幼児期 0～6歳

ありたい姿

のびのび笑顔で
あんしん子育て

重点課題	健康指標			行動・生活様式	現状値 (策定時)	中間値		2012年 の目標	評価
	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)				長岡地域	全市		
子育てのストレスに対処することができる	●子どもを虐待していると思う親の割合 #1			育児休業が取れる #1	育児休業を取得 37.5%	26.0%	28.1%	↑	悪化
	現状値 (策定時)	中間値 (2007年) 長岡地域	全市	出産・子育てにより自分の仕事に不利に影響すると思う親の割合 #1	6か月児：26.0% 3歳児：30.5% 5歳児：29.0%	26.6% 29.5% 26.5%	29.3% 31.0% 28.1%	↓	変化なし
	6か月児 母 7.4% 父 0.8%	9.6% 0.7%	7.6% 0.5%	同世代の仲間に育児の入りや自分の気持ちを話すことができる #1	6か月児：86.2% 5歳児：93.8%	87.4% 83.6%	86.9% 82.4%	→	変化なし
	3歳児 母 15.4% 父 4.7%	17.8% 3.1%	15.3% 1.8%	育児の相談相手がいる #5	98.4%	98.5%	98.5%	↑	変化なし
	5歳児 母 20.6% 父 8.1%	21.1% 4.7%	21.9% 5.0%	育児講座への参加などで育児について学習している #1	6か月児：14.6% 3歳児：24.4% 5歳児：43.8%	23.0% 29.0% 26.8%	22.8% 32.8% 31.8%	↑	改善
	●虐待件数			父親が育児に参加している #1	6か月児：52.5% 3歳児：50.8% 5歳児：41.6%	54.8% 58.3% 47.4%	57.1% 57.4% 48.5%	↑	改善
	現状値 (策定時)	中間値 (2007年) 長岡地域	全市	父親が家事に参加している #1	6か月児：22.3% 3歳児：19.5% 5歳児：18.6%	18.5% 19.8% 17.5%	18.8% 18.2% 18.6%	↑	悪化
	長岡児童相談所 56人	-	123人	父親が母親の相談相手、精神的な支えになっている #1	6か月児：65.6% 3歳児：69.5% 5歳児：58.8%	67.7% 67.7% 64.5%	70.6% 64.0% 62.8%	↑	変化なし
	市 29人	#4 86人	100人	地域活動に参加している	20代：13.7% 30代：39.8%	-	-	↑	評価せず
	●育児をしていてイライラすることが多い人の割合 #5			親子で親子サークル、子育て支援センター、ちびっこ広場、体操教室などに参加している #1	6か月児：27.0% 3歳児：52.8%	44.1% 67.4%	43.9% 70.0%	↑	改善
現状値 (策定時)	中間値 (2007年) 長岡地域	全市	一時保育を利用している #1	6か月児：9.2% 3歳児：7.0%	8.0% 11.0%	7.6% 8.5%	↑	変化なし	
6か月児 10.0% 1.6歳児 22.9% 3歳児 29.3%	3.5% 7.6% 13.1%	3.6% 8.7% 13.2%	ファミリーサポートを利用している #1	6か月児：3.7% 3歳児：2.6%	0.9% 5.1%	1.2% 3.8%	↑	改善	
●育児が楽しいと感じる母親の割合 #5			病後時保育を利用している #1	6か月児：0% 3歳児：0.9%	0.0% 0.8%	0.0% 0.9%	↑	変化なし	
現状値 (策定時)	中間値 (2007年) 長岡地域	全市	子どもを預けたいときに預けられる #1	6か月児：88.6% 3歳児：90.6%	83.7% 90.1%	86.3% 92.2%	↑	変化なし	
1.6歳児 77.6%	76.2%	75.1%	保育園待機児童数 #7	10人	0人	0人	↓	改善	
3歳児 68.0%	64.8%	64.0%	家庭での受動喫煙 #1	6か月児：54.0% 3歳児：53.0% 5歳児：49.1%	33.8% 39.9% 44.2%	41.3% 49.8% 48.9%	0%	改善	
みんなで楽しく子育てできる									
現状値 (策定時)	中間値 (2007年) 長岡地域	全市							
1.6歳児 77.6%	76.2%	75.1%							
3歳児 68.0%	64.8%	64.0%							
家族が子どもの近くではたばこを吸わない									

<乳幼児期の中間評価まとめ>

仕事を持つ女性にとって、出産や子育てが自分の仕事に不利に影響することがないこと、そして、心配なく育児休業を取れることはありがたい姿に向かっていくには大変重要なことです。しかし、「育児休業取得」の割合は下がっていることから、これまで以上に育児休業が取得しにくい環境にあると推測できます。

子どもを虐待していると思う母親の割合が増えています。母親の育児不安を減らすには、育児や家事を夫婦で協力、分担するとともに、父親が母親の精神的な支えになることが大切です。

子育てサービス事業では、真に必要な市民ニーズを汲み上げ、すべての家庭の親や子に行き届くような、きめ細かい子育て支援対策の充実、保育サービスの充実が求められています。

家庭での受動喫煙の割合は改善してきましたが、まだ高い数値を示しています。目標値に近づけるためには、行政だけではなく市全体で取り組む必要があります。

家族ができること

- 子育てを楽しむ気持ちを持つ
- 子どもを預けたい時には預けよう・市の保育サービスや施設を活用しよう
- 講座や事業に参加して子育てについて学ぼう
- 周囲の人に子育てのストレスや自分の気持ちについて話そう
- 地域行事に参加して親同士、子ども同士の交流をしよう
- 悩みごとは一人で抱え込まず、周りの人や専門機関等に相談しよう
- 夫婦で子育てについて話し合いをするなど、家族でコミュニケーションを持とう
- 父親は育児や家事に参加しよう

●受動喫煙について害を知り、適切な行動をとろう

- ・子どもがいるところではたばこを吸わない
- ・たばこの煙があるところへ子どもを連れて行かない
- ・たばこの害について子どもに伝える

地域ができること

- 育児休暇・看護休暇がとれるようにしよう
- 子育て支援事業・育児講座に参加しやすいように配慮しよう
- 地域の皆が気軽に声をかけあおう
- 地域行事や施設内など、子どもがいるところでの分煙を徹底しよう
- 職場の分煙をすすめよう

行政ができること

- 子育ての経験者から体験談を聞く機会をつくる
- 保育付き事業の実施
- 保育ボランティアの育成
- 子育て支援の意識啓発
- 地区コミュニティセンターへの親子の居場所づくりと地域の子育て支援
- 地域の子育て支援の連携
- 親子で参加できる地域行事の増加
- 父親が参加できるイベントの増加
- 虐待予防についての情報提供
- 受動喫煙の害と分煙についての情報提供

注) 表中の#は中間値の出典No.

1 乳幼児期（0歳～6歳）

「のびのび笑顔で あんしん 子育て」

この時期は一生の中で最も成長が著しく、両親や家族の中で愛情を受けながら人生の基盤となるゆたかな心を育み、健康な生活をおくるための生活習慣や社会性を身につける時期です。

子どもの健やかな成長には、育児を担う人が心にゆとりを持った安定した環境で子育てができることが大切です。

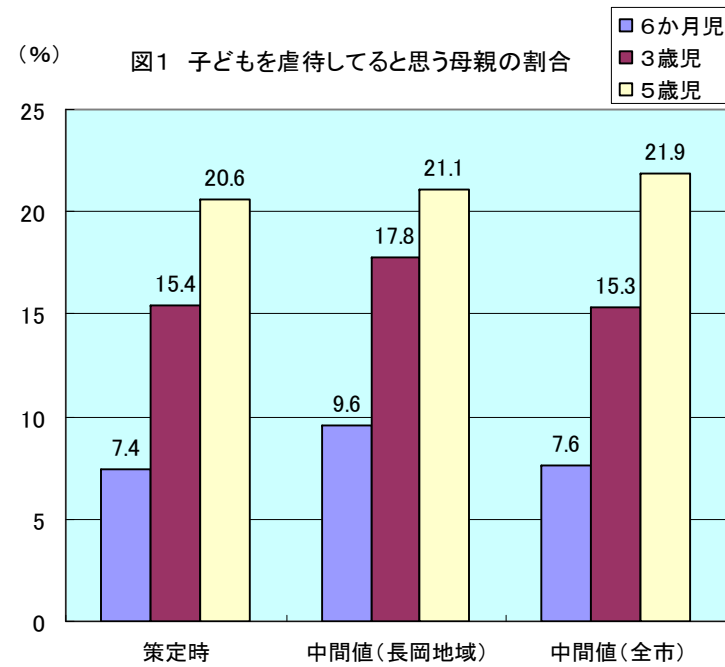
重点課題：子育てのストレスに対処することができる

仕事を持つ女性にとって、出産や子育てが仕事に不利に影響することがないこと、そして、その心配がなく育児休業をとれることは、ありがたい姿に向かっていくには大変重要なことです。

しかし、育児休業を取得する割合は、策定時より減少しており、これまで以上に育児休業が取得しにくい環境にあると言えます。

育児休業を取得しやすくするには、企業側の子育て支援に対する理解と協力が必要不可欠です。そのためには、個人だけではなく社会全体で声を上げていく必要であり、キャッチコピーなどで広く市民に浸透させていくことが大切です。

また、子どもを虐待していると思う母親の割合が増えています（図1）。母親の育児不安や家事の負担を減らすには、育児や家事を夫婦で協力・分担するとともに、父親が母親の精神的な支えになることが大切です。



これまでも父親の育児・家事の参加について啓発してきましたが、今後もさまざまな機会をとらえて働きかけていくことが必要です。

また、子育て支援に関する情報も、色々な手段を使い、行政・民間など多方面から提供することも重要です。

重点課題：みんなで楽しく子育てできる

「育児が楽しいと感じる」母親の割合は策定時と比べて大きな変化はありませんでした。

親子でサークル、子育て支援センター、ちびっこ広場などに参加している割合が増加しています。その背景として、子育て支援センターやちびっこ広場などの子育て支援の場が認知されてきたことがあげられます。また、そこに参加した人たちが地域で子育てサークルを立ち上げている現状もあります。

一時保育の利用については、受け入れに制限があり、必要なときに子どもを預けられない現状が見えてきました。

核家族化や近所との関係の希薄化が進み、身近に子どもを預かってくれる人がいない、相談できる人がいないという問題が増えています。一時保育やファミリーサポートセンター、子育て支援センターなどの周知を徹底することが必要です。また、必要な人が必要なときに安心して子どもを預けられる一層の環境整備が望まれています。

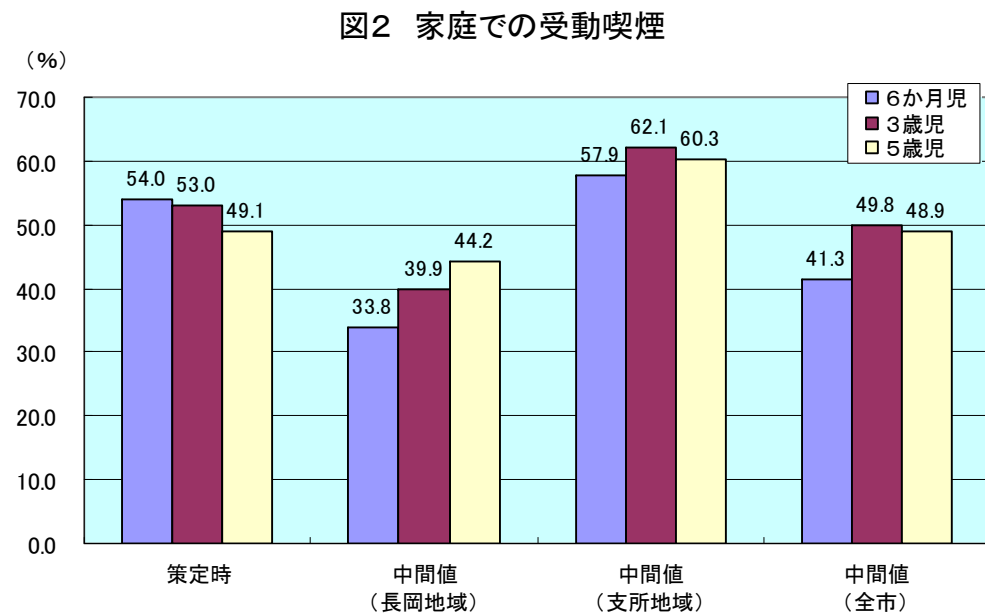
重点課題：家族が子どもの近くでたばこを吸わない

家庭での受動喫煙の割合は、6か月児、3歳児、5歳児といずれも減少していますが、いまだに高い状態にあります。また、長岡地域と支所地域を比べると、支所地域が高くなっています（図2）。

喫煙は、喫煙する本人だけでなく、周りの人の健康にも影響します。

これまで、母子健康手帳交付時に受動喫煙についての情報提供を行ったり、受動喫煙防止対策調整会議において施設の禁煙・分煙を呼びかけてきました。

今後も、受動喫煙について正しい知識の普及が必要です。



●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
子育てのストレスに対処することができる(子育てを学ぶ(虐待を含む)/地域のみんなが気楽に声をかけられる)	1	ブックスタート	子ども家庭課	赤ちゃんとまわりのみんなが絵本を通して楽しい時間を分かち合うことを応援する事業として実施する。生後5・6か月の赤ちゃん相談の際に、司書と市民ボランティアが絵本1冊とアドバイス集をメッセージを添えて手渡す。ねらいは、赤ちゃん絵本の楽しさを分かち合うことの大切さや喜びを伝えるとともに、ブックスタートをきっかけに父親が子育てに積極的にかかわる環境づくりをすすめること。	現行どおりであるが、絵本の冊数や変更はワーキンググループの意見で決めていく。
	16	保育園地域活動事業	保育課	多様化する保育需要により積極的に対応するとともに、地域に開かれた社会資源として、保育園の有する専門的知識を地域住民のために活用することが求められている。このため、高齢者等との交流や育児講座等による地域との交流を通して保育園の専門的な機能を提供する。	継続して事業を実施する。
	17	保育園地域子育て支援センター	保育課	就労形態の多様化や核家族化により、子育てに対する負担や悩みを抱えている人が少なくないことから、保育園において気軽に相談をしてもらえる雰囲気づくりをしていく。また、相談内容により関係機関との連携を強化し、相談業務の充実を図る。	保育園地域子育て支援センター事業実施保育園を地域バランスを考慮し適正に配置するとともに、未実施保育園においても気軽に相談できる体制づくりをすすめる。
	18	児童委員・主任児童委員の相談活動	子ども家庭課・主任児童委員会	主任児童委員は、区域担当児童委員と連携し、地域の中で住民とともに地域の子どもたちと子育て家庭を支援する役割を担う。 主任児童委員の主な活動 ○個別援助活動(相談対応等) ○児童健全育成活動(関係機関・者との連携) ○子育て支援活動(地域における子育て支援の環境づくり)	児童にかかわる諸問題に関する対応のあり方や役割について、共通の認識を深めるとともに主任児童委員としての資質向上に努める。
	20	ちびっ子広場・まちなか保育園	子ども家庭課	雨天時や冬季間の子どもの遊び場として整備したもので、施設の利用促進と有効活用を図るため、子育て支援施設としての機能を持たせた事業運営を行う。また、平成16年度から特別保育事業専門のまちなか保育園を開設し、保育機能の充実を図っている。 ○施設の機能 遊び場機能、保育機能(まちなか保育園)、交流機能、相談機能、情報提供機能 ○施設の内容(面積=819㎡) ふれあいコーナー、交流サロン、絵本コーナー、会議室(わいわいルーム)、保育室、授乳室 他	施設利用者や子育てにかかわる団体・者の意見を取り入れながら、今後も子育て支援施設としての機能を充実させていく。
	23	子育てフェスティバル	子ども家庭課	市民に子育てに関する情報や交流の場を提供し、子育てに対する市民の関心を高めるために開催する。	実行委員会主導(市民参加型)の事業展開を、今後も継続して実施する。
	24	児童虐待防止ネットワークの構築(長岡の子どもを虐待から守る連絡会の設置)	子ども家庭課	「長岡の子どもを虐待から守る連絡会」(児童虐待防止ネットワーク)を運営し、児童虐待の防止及び早期発見・早期対応を図る。 設置 平成15年6月1日	○地域と協働した子ども家庭支援事業の充実 ○長岡の子どもを虐待から守る連絡会を要保護児童対策地域協議会に移行し運営
	29	パパママサークル	子ども家庭課	初妊婦と配偶者を対象に、父親と母親で子どもを産み育てようという意識を育て、父親の育児参加を促す。妊娠中の不安やストレスを軽減し、困った時の相談場所がわかる。	継続していく中で、地域で広がっていく方向で検討していきたい。
	44	ヘルシープラン21ホームページ作成	健康課	ながおかヘルシープラン21の取り組みや進捗状況等についての情報の公開をホームページを作成し行なうもの。その中において、関係団体等の事業紹介を行ない、市民がみずから健康づくりを行なうための支援をするもの。	定期的に更新し、内容の充実を図る。
	45	ヘルシープラン推進事業の会場利用推進	健康課	長岡市が、主催または共催をしていないと貸し館をした場合、使用料がかかることになる。(例:大ホールを午前中使用の場合、正規料金の半額2,900円)	継続して事業を実施する。
	77	コミュニティセンター事業	市民活動推進課	乳幼児などの未就学児童を持つ若い母親を対象とした講座を開催し、子育てやしつけ、生活習慣などを学習すると共に、子育てからのストレスを解消し、地域の中に溶け込んでいけるようサポートしていく。 長岡地域:地区コミュニティセンター実施事業 その他地域:教育委員会分室実施事業	長岡地域 実施回数(予定):262回 その他地域 実施回数(予定):154回 合計 実施回数(予定):416回
	80	家庭教育活動事業	中央公民館	子どもたちが生き生きと力強く育つよう、社会の変化、家族の変化、価値観の変化等、子どもたちを取り巻く状況を知り、それらに対応する家庭教育のあり方を学ぶ学習の機会を提供し、家庭教育力を高める。	継続して事業を実施予定
	125	コミュニティセンター乳幼児親子の居場所づくり事業	子ども家庭課・コミュニティセンター・母子保健推進員協議会・主任児童委員会・保育園	コミュニティセンターに乳幼児の親子の居場所をつくるとともに地域との交流をはかる。(遊具や赤ちゃんのいる場所などの施設と、職員や地域ボランティアなどの受け入れ体制整備)	継続して事業を実施する。 コミュニティセンターに遊具の整備・乳幼児の受け入れ体制の整備。
	126	子育て支援地区活動	母子保健推進員協議会(子ども家庭課)	地区毎に育児講座や赤ちゃんのつどいを実施	地区の実態や会員の状況に合わせて、コミュニティとの連携のもと継続実施予定
	142	子どもの虐待防止ネットワーク学習会・講座	子どもの虐待防止ネットワーク・いがた	子どもの虐待について学習すると共に、自分達に何ができるかを考えながら、防止の視点に立ち啓発活動を実施する。関係機関との連携。	講演会、フォーラム形式での広報啓発活動開催 出前講座の開催
	165	幼稚園子育て支援事業	長岡市幼稚園協会	長岡市私立幼稚園16園実施 ○父親参観日を設け、集団における子供の活動を見たり、育児についての講演を聞き、交流を深める。○園の行事(運動会、遠足、キャンプファイヤー、お泊り保育、文化祭、もちつき会、発表会等)に参加させ、親睦、交流を深める。○父親だけの講習(料理教室、趣味の会)を実施する。	これまでの事業のより効果的な方法の検討、新しい試みの検討
	25		保育課	保育園の情報や子育て支援等の情報を広く発信するため、年次計画を定め、保育園にインターネットパソコンを整備する。	ネットワークに接続しないパソコンをネットワークに接続する。
	166	保育園・幼稚園にインターネットパソコンの配備	長岡市幼稚園協会	私立幼稚園が16園あり。幼稚園が子育て支援のため、下記の事業を実施する。○幼稚園を開放し、未就園児親子を自由に遊ばせ、交流を深める。○子育て相談を実施する。○年間カリキュラムの中で、講師(食育・子育て・しつけ)及びレクリエーション的なもの(人形劇・手品師・歌唱指導)等各園によって異なるが、実施する。○各幼稚園の行事に参加させて交流を深める。○上記の情報提供のため、インターネットパソコンを設置する。	これまでのことをできる限り行っていく予定です。
	新規	子ども家庭応援ブック(仮称)の作成・配布	子ども家庭課	19年度新規事業。乳幼児の保護者など子育て中の家庭向けに子育てに関する疑問や不安にQ&A形式で答える子育てのアドバイス書を作成し配布するもの。生活習慣、食、成長などの分野ごとに有識者等が執筆する。	継続して事業を実施する。
新規	父子メッセージカード(仮)の作成・配布	子ども家庭課	母子健康手帳に父親向けメッセージカードを合わせて配布することで、夫による妊娠・出産・子育てへの参加・協力意識を高める。		
	コミュニティセンター他目的活用の拡充	市民活動推進課			

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
（母親が子どもを預けたいときに預けられなく、楽しく子育てをすることができないこと、社会的な不利益をこうむらない）	15	一時保育・ファミリーサポートセンター・乳幼児健康支援サービス・乳幼児一時預かり等の基盤整備	子ども家庭課 保育課	子育てと仕事・家庭の両立を支援するため、一時的に子どもを受入れる態勢を整備する。	利用者のニーズに応じた活動を展開するため、実施場所の見直し等を行いながら継続して実施する。
	16	保育園地域活動事業	保育課	多様化する保育需要により積極的に対応するとともに、地域に開かれた社会資源として、保育園の有する専門的知識を地域住民のために活用することが求められている。このため、高齢者等との交流や育児講座等による地域との交流を通して保育園の専門的な機能を提供する。	継続して事業を実施する予定
	17	保育園地域子育て支援センター	保育課	就労形態の多様化や核家族化により、子育てに対する負担や悩みを抱えている人が少なくないことから、保育園において気軽に相談をしてもらえる雰囲気づくりをしていく。また、相談内容により関係機関との連携を強化し、相談業務の充実を図る。	保育園地域子育て支援センター事業実施保育園を地域バランスを考慮し適正に配置するとともに、未実施保育園においても気軽に相談できる体制づくりをすすめる。
	18	児童委員・主任児童委員の相談活動	子ども家庭課 主任児童委員会	主任児童委員は、区域担当児童委員と連携し、地域の中で住民とともに地域の子どもたちと子育て家庭を支援する役割を担う。 主任児童委員の主な活動 ○個別援助活動(相談対応等) ○児童健全育成活動(関係機関・者との連携) ○子育て支援活動(地域における子育て支援の環境づくり)	児童にかかわる諸問題に関する対応のあり方や役割について、共通の認識を深めるとともに主任児童委員としての資質向上に努める。
	19	長岡市ファミリーサポーター養成講座	子ども家庭課	ファミリー・サポート・センターの新規会員の確保と資質向上を図るため、会員養成講習会を開催する。 (内容)○センター事業のあらまし ○心の発達とその課題 ○保育の心 ○子どもの身体の発育と病気 ○ほ乳と食事 ○子どもの事故と防止対策 ※ファミリー・サポート・センター 家庭や働く親の育児負担の軽減と仕事との両立を支援するため、専任の職員(保育士)を配置し、相互援助活動(会員の紹介)及び会員相互の交流会等の事業を行う。	全市民的な活動の展開と事業の定着化を推進するため、継続して実施する。
	21	保育付き事業の実施	子ども家庭課	各種講習会及び諸会議の開催に際して、子育て中の保護者でも参加できるよう、関係機関・団体等に対し保育付き事業の実施を促す。	次世代育成支援対策行動計画の実施状況及び点検の場を通して、関係機関・団体等に対し保育付き事業の実施を促す。
	22	次世代育成支援対策(少子化対策)地域行動計画の策定	子ども家庭課	急速な少子化の進行等を踏まえ、次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、かつ、育成される環境の整備を図るため、「次世代育成支援対策推進法」が平成15年7月に制定された。これにより、各市町村が、目標及び目標達成のために実施する内容等を定めた「行動計画」を平成16年度に策定した。 計画期間：平成17年度から10年間(5年後に見直しする)	○計画の実施 ○子育て応援プラン推進協議会の開催 ○平成22～26年度の後期計画策定に向けて、平成20年度にニーズ調査を実施し、その分析結果を基に、平成21年度に後期計画の策定作業をする予定。
	124	母子保健推進員の家庭訪問	母子保健推進員協議会(子ども家庭課)	妊娠7か月の妊婦と2か月の赤ちゃんに対し家庭訪問し、地域の情報を伝えたり、子育ての相談をする。	こんには赤ちゃん訪問事業として継続していく。訪問件数4,000件
	148	各学校のPTA事業に保育を実施	市PTA連絡協議会(各PTA)	核家族が多くなり、子育てがわからない、孤立化しストレスの増大など考えられる中、家族、地域での必要な子育て支援の実施	ブロック及び単Pにおける諸事業の実施に当たっては、参加対象会員の要望や保育ボランティアの確保等の現状を踏まえた中で、企画していくよう働きかけていく。
	152	子育てサロンしゃべり場	長岡子育てライン三尺玉ネット	子育てする中での不安、悩み、心配、不満などの解決、解消を目的として気軽に参加できるコミュニケーションのはかれる場を設け、情報交換、意見交換や相談などを通して、仲間づくりやカウンセリング効果を期待し実施するもの。	継続して事業を実施する予定
153	(マタニティ・新米・転入ママ)各種講座	長岡子育てライン三尺玉ネット	子育て期の親たちにとって、ニーズや興味の高い内容を取り上げ子育てにすぐに生かせる役立つ講座を提供。意識・知識・認識などを広げてもらう機会とする。	継続して事業を実施する予定	
162	ジェンダー講演会・フォーラム等	F&Mながおか市民会議	本人が不妊でプレッシャーを感じず、また周囲がプレッシャーを感じさせない社会づくり、命の大切さとともに不妊や子どもをつくらない選択(生き方)について考える機会の提供。	性差医療の意義を学び「女性外来」の設置を働きかける活動	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
家族が子どもの近くではたばこを吸わない	27	母子健康手帳交付	子ども家庭課	妊娠届をした妊婦に母子健康手帳を交付し、保健指導・相談を行う。	継続して事業を実施する。 交付見込み数 2,650冊
	28	乳幼児健診・成人の健診での情報提供	健康課 子ども家庭課	乳幼児健診:5～6ヶ月児相談、1歳6か月児健診、3歳児健診を実施。乳幼児の健全な発育の確認と保育者への育児相談等を目的に行っている。会場に受動喫煙の害のポスターを提示している。 成人健診:基本健康診査を19歳から64歳までは集団健診で65歳以上は医療機関での個別健診として実施している。40歳以上を対象に肺がん健診を実施している。	妊婦の喫煙率も増加しているため、今後も母子保健員の訪問や窓口でのPR活動に力をいれていきたい。 各健診でも同様にパンフを利用して情報提供していきたい。
	42	受動喫煙防止対策	健康課	市政だより、ポスター掲示等で受動喫煙の害について住民へ啓発していくもの。実態調査を実施しながら現状を把握し、関係者と受動喫煙防止のための分煙対策を検討していく。 ○市政だよりの掲載内容・回数を増やす ○母子手帳交付時分煙について情報提供する ○保育園や幼稚園の保護者会や保健だよりで分煙について情報提供する ○老人クラブへの情報提供 ○市PTA連絡協議会の広報で分煙について情報提供 ○乳幼児健診で分煙についての意識付けをする ○成人の健診で分煙についての意識付けをする ○施設分煙の推進	継続して事業を実施する。
	174	たばこ対策推進事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	○平成19年7月末現在の登録状況:321施設(H19年度33件登録済み) ○登録施設の募集説明:関係団体等の会議、研修会に併せて実施 ○事業所等においてたばこに関する健康教育の実施	継続して事業を実施する。

学童・思春期 7～18歳

<学童思春期の中間評価まとめ>

学童思春期は、社会や生活の背景の変化の中で、学校生活を通して地域や対外的な行事などに参加する機会が増え、社会に広がっていきます。心身共に成長のめまぐるしい時期でもあります。その反面社会情勢により共働きの家庭も増え、なかなか家族のコミュニケーションもとりにくい一面もありますが、親も子に良く関わっていると評価できます。小学5年生は心理的にゆれている年代、親から友達関係へ移行する過渡期であり、中、高校生は親より友達関係が中心となる年代ですが、今後も家庭や社会の関わりを通して望ましい生活習慣を身につける取り組みが大切です。

ありたい姿	重点課題	健康指標			行動・生活様式	現状値 (策定時)	中間値		2012年 の目標	評価	
		長岡地域	全市	2012年 目標値			長岡地域	全市			
食事を楽しんでいる	●食事が楽しいと思う児童・生徒の割合 #1	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値	朝食の欠食率 #1	小: 2.0% 中: 2.1% 高: 5.6%	0.8% 1.4% 11.1%	0.5% 2.0% -	0%	小: 改善 中: 改善 高: 悪化	
		小学生	71.6%	69.4%	68.1%	1日に2食以上、主食・主菜・副菜がそろう #1	小: 70.6% 中: 75.9% 高: 73.3%	76.4% 80.7% 67.5%	77.7% 81.3% -	↑	小: 改善 中: 改善 高: 悪化
		中学生	58.1%	55.1%	54.5%	魚を週2～3回以上食べる #1	小: 84.1% 中: 87.9% 高: 88.7%	83.1% 85.7% 79.6%	83.2% 86.0% -	↑	悪化
運動が楽しいと思う	●身体を動かすことが好きな児童・生徒の割合 #1	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値	(屋外で) 身体を動かして遊ばない #1	小: 6.5% 中: 14.4% 高: 30.9%	7.9% 14.7% 44.1%	8.9% 18.7% -	↓	小: 変化なし 中: 変化なし 高: 悪化	
		小学生	87.6%	87.6%	87.8%	日頃、体育以外に学校・地域・スポーツクラブ等で身体を動かしている #1	小: 男84.0% 女64.0%	78.5% 66.7%	80.9% 61.2%	↑	変化なし
		中学生	84.9%	89.1%	86.8%		中: 男93.0% 女65.0%	88.3% 66.0%	84.0% 58.3%		
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる	●家族や友人と本音で話すことができる #1	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値	何でも話せ、仲良く遊ぶ友人がいる #1	小: 84.9% 中: 77.9% 高: 80.6%	83.9% 79.4% 87.6%	83.0% 80.2% -	↑	改善	
		小学生	83.7%	81.6%	81.4%	障害につまづいたときに、克服しようとする #1	小: 90.1% 中: 83.9% 高: 80.6%	93.6% 88.9% 80.7%	90.1% 88.5% -	→	改善
		中学生	75.2%	75.7%	73.0%	家庭でお手伝いをしている #1	小: 90.7% 中: 84.4% 高: 75.3%	95.1% 84.2% 78.8%	94.1% 84.8% -	↑	改善
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる	●不登校児童・生徒数と割合 #9	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値	家族は協力して家のことをしていると思う #1	小: 85.8% 中: 74.8% 高: 59.9%	85.7% 79.2% 62.0%	87.0% 76.4% -	↑	改善	
		小学生	49人 (0.5%)	27人 (0.2%)	39人 (0.3%)	ボランティアの意義やすばらしさを実感している #1	小: 66.1% 中: 53.9% 高: 42.5%	95.1% 51.2% 39.2%	94.1% 45.8% -	↑	悪化
		中学生	139人 (2.5%)	135人 (2.6%)	187人 (2.4%)						
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる	●心の教室相談件数 #8	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値							
		9,180件	2,267件	3,346件	設定しない						
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる	●いじめの発生校数・率 #9	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)	2012年 目標値							
		小学生	1校 (2.7%)	22校 (59.4%)	32校 (53.3%)						
		中学生	4校 (25.0%)	12校 (75.0%)	21校 (80.8%)						

自分ができること

- 外で元気に遊ぼう
- 体を動かす遊びをしよう
- ｽｰｯ教室や運動クラブに参加しよう
- いろいろなｽｰｯをやってみよう
- 体育の授業に一生懸命取り組もう
- 車に頼らずに歩いたり、自転車に乗ろう
- 体を動かすことを好きになろう
- 朝ご飯をしっかり食べよう
- 早食いせず ゆっくりと食べよう
- 食事の準備や後片付けを手伝おう
- 何でも好き嫌いなく食べよう
- 自分で食事づくりをやってみよう
- 食事前の間食はやめよう
- 食卓で今日あったことを家族と話そう
- 食べ物ができるように生産されて食卓にのぼるか調べてみよう
- 自分の好きなことを人に伝えてみよう
- 学校であったことを家で話してみよう
- 悪いことは悪いと言える勇気を持とう (嫌なことは嫌と言おう)
- 友だちに嫌な気持ちを持った時、気持ちの通じる友だちと話し解決しよう
- 自分の好きなこと (夢になれること) を見つけよう
- イベントなどに参加していろんな人と交流しよう
- ボランティアに積極的に参加しよう

家族ができること

- 家族で気軽にスポーツしよう
- 時間を作って親子で楽しく遊ぼう
- 子どもにはいろいろなスポーツを経験させよう
- 競争ばかりでなく運動を楽しむ気持ちを育てよう
- 1日1回以上家族で食卓を囲もう
- 食事をしながら子どもの話を聞こう
- 親子で食事づくりをしよう
- 自分にあった間食の質と量を教えよう
- 食事の時間は規則的にしよう
- 旬の食材を使った料理をつくろう
- 食事の時はテレビを消そう
- 主食・主菜・副菜の揃った食事をつくろう
- 子どもの顔を見て話したり、話を聞くようにしよう
- 親子で話し合う時間を持とう
- 子どもを誉めて育てよう (けじめを大切に)
- 家族揃って過ごす時間を持とう
- 友だちとの話を聞こう
- いろいろなイベントへの参加を勧めよう
- ボランティアに積極的に参加しよう

地域でできること

- 遊び感覚の異年齢スポーツ塾を開催しよう
- 家族で多種目できるスポーツ教室を開催しよう
- 子どもが元気に安心して遊べる遊び場をつくろう
- 自由参加の誰でもできそうなイベントを開催しよう
- スポーツ教室やクラブの活動紹介をしよう
- 外で遊ぶ子どもたちを見守ろう
- 子どもたちがやりたいと思う運動を取り上げよう
- 料理教室を開催しよう
- 親子 (母と子、父と子) 料理教室
- 子ども料理教室
- 子どもに食物の生産・収穫体験の場をつくろう
- 地域に子どもの居場所をつくろう
- 子どもたちが参加しやすいイベントの開催
- 子どもたちが企画したイベントを開催する
- コミュニティセンターはいつでも気軽に立ち寄れる雰囲気をつくる
- 地域のみんなが交流できるイベントを開催する
- 中高生の集える場をつくる
- ボランティアの機会をつくろう

行政・関係機関ができること

- 遊びやｽｰｯを楽しめる場 (機会) の提供
- 指導者育成・団体育成
- 運動についての意識啓発
- 子どもが主体的に企画し、参加できるレクリエーション活動
- 食育についての啓発
- 食に関心を持たせる働きかけをする (食の自己管理能力を生きる力をつけるために)
- バランス良く食べることや友達や家族と一緒に食べる・野菜づくりを体験する機会をつくる
- 学校保健と地域保健の連携の強化
- 子ども自身の相互理解能力の向上を図る
- 親教育の充実
- 子ども自身が主役になれる機会 (場所) をつくる
- 相談援助についての情報提供と充実
- 児童館 (児童クラブ) 食育プログラムの拡充
- ボランティアの機会をつくろう
- を追加しました

注) 表中の#は中間値の出典No.

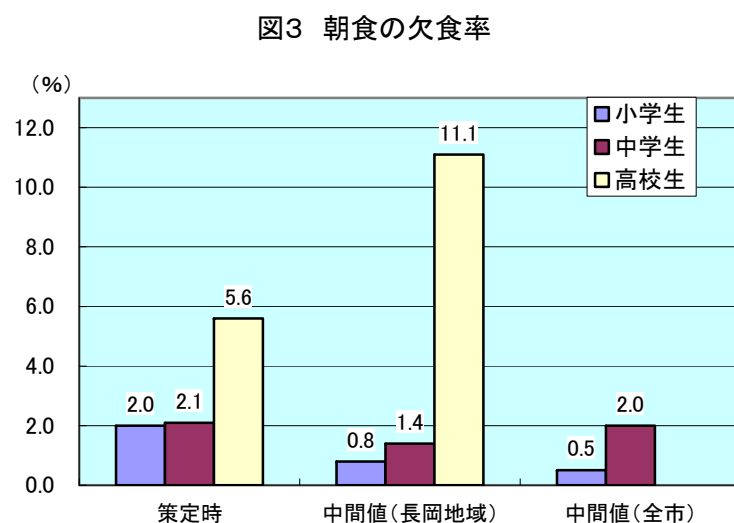
2 学童思春期（7歳～18歳）

「こころとからだのバランスよい自立」

心も身体も成長めまぐるしい時期です。規則的な生活習慣を身につけ、家族や友人とのコミュニケーションをとりながら、自分で考え、判断し、行動できるようになる大人への準備期です。子どもから大人への移行期でもあるこの時期には、「こころとからだのバランスよい自立」をめざす必要があります。

重点課題：食事が楽しいと思う

「朝食の欠食率」の減少（図3）など、学童思春期をとりまく食生活は、小学生・中学生では良い傾向が見られます。しかし、親や教師の意見を聞くことの少ない高校生では、食生活の乱れが見られます。



核家族で共働き、夜型の社会など、子どもたちを取り巻く環境が変化している中で、丈夫なからだをこころをつくっていくには、学校・家庭・地域が連携して、食への関心を高め、生きる力を育てていくことが重要です。

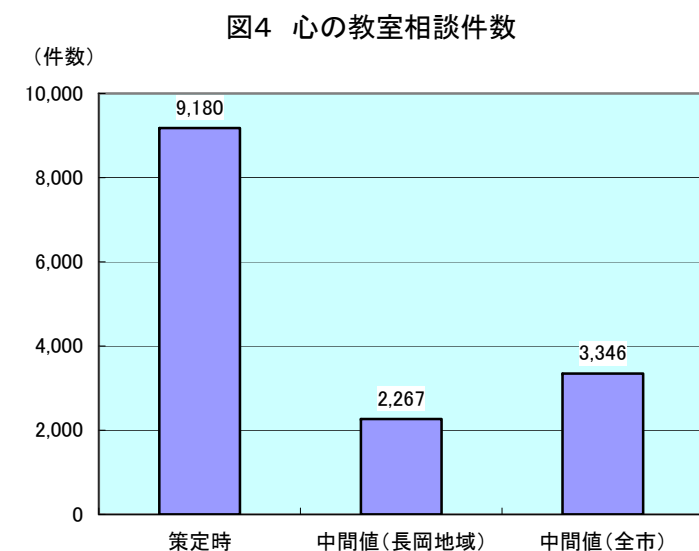
重点課題：運動が楽しいと思う

「(屋外で)身体を動かして遊ばない」「日頃、体育以外に学校・地域・スポーツクラブ等で身体を動かしている」割合に大きな変化は見られませんでした。外遊びをする子どもの割合が上がらない背景には、子どもたちの遊びがゲーム等の室内遊びに変化してきているほか、不審者の出没や交通量の増加などの環境の変化が大きくかかわっていると考えられます。また、色々な世代の人が集まる公園等では、ボールを使った遊びに制限があるなどの現状もあります。

子どもたちが安全に思い切り身体を動かせる公園や場所の整備、また、そういう場所がどこにあるかという情報提供も必要です。

重点課題：自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる

「心の教室相談件数」が減少しています（図4）。これには、心の教室の他にも、相談体制が整い、それが周知されてきたことが考えられます。「いじめの発生校数」が増加したのは、保護者の協力や学校側のきめこまかな対応で、いじめの把握ができるようになったこともあげられます。しかし、こころの相談やいじめについては、深刻な問題が多くなっており、いっそうの相談体制の充実が必要です。



また、「ボランティアの意義や素晴らしさを実感している」割合が減少しています。思春期のすこやかなこころの成長には、色々な活動に主体的に参加し、たくさんの人との交流を通じて、支え合うことの大切さを身につけたり、自分の気持ちを表現できるような人間関係をつくるのが大切です。また、様々な体験を通し、やりがいや達成感を得ることも必要です。より多くの体験ができるよう、さまざまな機会をつくっていく必要があります。

●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
食事が楽しいと思う	65	組織推進活動	学務課(各学校)	児童生徒の心身の健康の保持増進を図るためには、学校・家庭・地域が一体となって取り組んでいく必要がある。そこで、学校関係者、健康課、保護者等が児童生徒の健康問題について、情報を交換し、その対策等を検討するために、連絡会等を開催するもの。	学校保健会長岡支部委員会の組織を生かし、児童生徒の健康実態について情報交換をする。また、各学校の学校保健委員会等を十分に機能させる。
	72	学校給食推進活動(給食だよりの発行や栄養指導を含む)	学務課(各学校)	児童生徒の心身の健康の保持増進を図ることを目的として、学校給食を管理運営し、健康教育(給食だよりの発行や栄養指導含む)を家庭や地域と連携を図りながら実施するもの。	全小中学校で栄養バランスのとれた給食を実施する。各校の食に関する指導の年間指導計画に基づき、関連教科や特別活動の場で指導を行う。給食だよりの発行は、日々の献立や栄養価を知らせるとともに食に関する情報を発信する。
	76	学校保健推進活動	学務課(各学校)	児童生徒の心身の健康の保持増進を図ることを目的に、保健教育、保健管理活動を家庭や地域の関係機関等と連携を図りながら実施するもの。	各校の保健計画に基づき、保健教育、保健管理活動を家庭や地域との連携を図りながら実施する。食に関する指導は、健康教育の一環として、教科、特別活動等の場で実施する。
	100	健康づくり支援店普及事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	飲食店等が住民の健康づくり支援に積極的に関わられる環境をつくり、住民が容易に健康管理を行うことができるよう普及事業を実施する。 (1)健康づくり支援店の普及 (2)地域住民に対する事業及び健康づくりに関する普及啓発	健康づくり支援店の指定目標:10店舗(毎年度)
	121	おやこ料理教室(栄養改善事業委託)	食生活改善推進委員協議会	健康づくりに役立つ食生活等を認識するため、子どもと取り巻く家族の食育の推進のため実施するもの。食生活改善推進委員協議会に委託。	全地区で実施 受講見込み人数の増 2,000名
	140	キッズ健康教室	栄養士会長岡支部	生涯を通じた健康づくりを推進する為、学童期から適切な食生活を中心とした望ましい生活習慣の形成が不可欠である。子ども自身が自らの健康づくりを実践できるよう支援する。	中学生アスリート及び保護者等を対象としたスポーツ栄養講習会及び調理実習を予定。
	147	PTA活動	市PTA連絡協議会(各PTA)	(1)体力をつける時期でもあるので運動する機会を多く設けること、また楽しく体を動かせるように指導しながら、子どもだけでなく、家族と共にすることにより、ふれあいやコミュニケーションの時間もとれるように考えながら実施する。地域でのスポーツクラブの紹介 (2)学校給食の工夫で親子の料理教室など	(1)ソフトボール、インディアカ等の親善大会の開催を通して、会員の健康づくりをさらに進めるとともに、これらの事業をきっかけに生涯スポーツに親しもうとする市民が増加することをめざしていく。 (2)食育の重要性について、学校医、学校栄養職員・保健師などから専門的な指導・助言、協力を得る中で、地域ぐるみで実践していくことの必要性について、各種会合を通して啓発していく。
	172	ヤング米ふれあい研修	栄養士会長岡支部	県栄養士会で調査結果をもとに「高校生のための食生活学習教材」を作成。学校等で副教材として活用してもらおうとともに、各種機会を通してこの年代にPRしていく。	継続して事業を実施予定
新規	食育推進計画	健康課	平成20年から25年までの計画	各種計画と連携・調和を図りつつ総合的な市民運動として展開していく。	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
運動が楽しいと思う	58	公園整備、水辺プラザ整備事業	公園緑地課	子どもたちが安心してのびのびと遊べる場として、公園を整備するもの。	公園(悠久山公園、長岡市民防災公園、千秋が原南公園、中之島みずほ公園、北陽西公園、信濃川桜づつみ、山東緑道、アーカゲリア公園、越路防災ひろば、秋葉公園ほか)の整備
	67	熱中！感動！夢づくり教育事業	学校教育課	子どものやる気や学ぶ意欲を引き出す方策として、次の3つの施策を講ずる。 ○どの子にも分かる授業の実現(読み書き計算、基礎・基本をしっかりと身に付けさせることができるよう学校を支援する。) ○地域の力、市民の力を生かした教育の推進(地域の団体、NPO等が学校と連携し、又は自主的に行う子どもを対象とする活動を支援し、地域みんなで子どもを育てる。) ○熱中・感動体験活動の充実(子どものやる気をかきたてる(夢中になる、感動する、夢につながる)活動の充実に、行政・学校・地域が積極的に取り組む。)	熱中！感動！夢づくり教育は、市の教育施策として、拡充と見直しを図りながら推進していく。
	73	体力テスト	学校教育課(各学校)	各学校において、体力テストの結果を分析し、自校で不足している体力を「体育」「保健体育」はもちろんのこと、創意工夫をこらし、教育活動全体を通じて取り組む。	全学校で毎年体力テストを実施し、結果の分析や県、全国平均値との比較等から、自校の児童生徒の体力の状況や課題を明確にし、その解決のために実施計画を立案し、実践を行う。また、学校の教育活動全体を通じて、児童生徒にとって十分な運動量を確保できるように努める。健康増進・体力向上には食事、休養等を含めた基本的な生活習慣が大きく関わっているということについて児童生徒及び保護者の啓発を図る。
	74	学校教育(運動)	学校教育課(各学校)	運動の意欲を高めるとともに体力向上を目指した授業の展開に努力している。児童生徒が、自分たちでルールを考えたり、仲間と協力して学習を進めるなど、支援の工夫を教師が積極的に実施している。	運動を楽しみながら実践し、体力向上が図られる授業展開の工夫を図る。また、児童生徒に自分の課題を持たせ、課題解決に向けた多様な学習過程を工夫するとともに、基本的な技能の定着を図る。生涯にわたり運動に親しむための意欲を育てるとともに、楽しさを味わうために必要な技能を身に付けさせる。
	78	地域活動事業	市民活動推進課	子どもから高齢者まで、からだを動かすことの楽しさ、体力の向上を目指しながら、仲間を作りあげていくことにより、日常のストレスに対処し、健やかな生活習慣を身につけていく。 長岡地域:地区コミュニティセンター実施事業 その他地域:教育委員会分室実施事業	長岡地域 実施回数(予定):2,390回 その他地域 実施回数(予定):1,244回 合計 実施回数(予定):3,634回
	89	生涯スポーツ推進事業	スポーツ振興課	学齢期、それ以前の幼児期の子どもやその保護者を対象としたスポーツ活動の実施については、(財)長岡市体育協会と連携しながら、市民体育館などの市有施設を利用した「児童や親子の体操教室」を実施しているほか、体育協会傘下の競技団体が実施するジュニアスポーツクラブやスポーツ少年団の育成などの活動支援を通じた青少年スポーツ活動の推進を行っている。また、高齢者を対象としたスポーツ事業の実施については、ゲートボール大会、高齢者スポーツ大会の実施や、地域の高齢者の健康体操教室等への指導者派遣を実施している。	各教室・大会の実施について、今後の新市全体におけるスポーツ推進事業の動向を踏まえながら、内容・運営方法等を検討していく。
	92	児童館・児童クラブ	子ども家庭課	地域における青少年健全育成活動の拠点施設として、児童に健全な遊びを与え、その健康を増進し、豊かな情操を形成する。 また、小学校1～3年生の留守家庭児童を対象に、適切な遊びや生活の場を与える児童クラブを実施する。	○地域や学校と連携し、地域の状況にあわせた施設整備と内容の充実を図る。 ○施設が老朽化・狭隘な場合は、地域・学校等と協議しながら施設整備を行う。
	117	スポーツ教室・クラブ運営事業	長岡市体育協会	市民が生涯を通してスポーツ・レクリエーション活動に親しめるよう、市民の健康体力づくりの日常化と仲間づくりを推進するため、主要体育施設における通年型のスポーツ教室・クラブを開設	現行の開設施設に加えて、合併市町村体育施設においてのスポーツクラブの新設、市民ニーズ合わせたコースの増設について検討する。また、スポーツ振興課、長岡市健康・体力づくり指導者会と協働してコミュニティセンターを拠点としたスポーツ教室・クラブの開設(特に小学生1～3年生及び高齢者)を目指す。
	118	スポーツ少年団交流大会開催事業	長岡市体育協会	市内のスポーツ少年団が一堂に集い、日ごろの活動の成果発表と団員・指導者・母集団相互の交流を図ることを目的に、種目別交流大会及び種目の枠を超えて交流親睦を深める全体交流会を開催。	種目別交流大会では開催種目の増設、また全体交流会においては日ごろの活動種目を超えて交流親睦を深めることができ、これまでスポーツに関心の無かった子どもたちが楽しめる開催内容を検討する。
	119	スポーツ少年団指導者育成事業	長岡市体育協会	スポーツ少年団の健全な発展を目指し、スポーツ少年団指導者の育成及び資質向上を図ることを目的に「指導者養成講習会」の開催及び6種目の「種目別指導者研修会」を開催	種目別指導者研修会については、他の種目でも開催を検討するとともに、実施中の種目についても、必要に応じて回数の増や内容の質的向上等を検討していく。

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる	3	相談事業	市民活動推進課 (ウイルながおか)	ウイルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウイルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回 からだ・性の悩み相談・・・月2回	ウイルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウイルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回、相談員2人 からだ・性の悩み相談・・・月2回、相談員6人
	6	市民センター活動 (5 子どもの声をひろう場をつくる)	市民活動推進課 (市民センター)	市民センターは、自らが自主事業を展開する施設ではなく、市民自らが企画したイベント等に、場所や設備を提供するとともに、実施にあつたての助言・相談、並びにイベントのPRを行っている。	現在(市民センターは場所の提供のみで、企画・運営は市民自らが行う。)のままの利用形態とする。
	66	適応指導教室	学校教育課	小・中学校の児童生徒のうち、不登校等で学校生活に適応できない児童生徒に対し、学校生活への復帰を援助することを目的とする。	教育センター相談室と連携を図ることで、個別相談と訪問相談や適応指導教室の指導の一体化に重点をおく。
	67	熱中！感動！夢づくり教育事業	学校教育課	子どものやる気や学ぶ意欲を引き出す方策として、次の3つの施策を講ずる。 ○どの子にも分かる授業の実現(読み書き計算、基礎・基本をしっかりと身に付けさせることができるよう学校を支援する。) ○地域の力、市民の力を生かした教育の推進(地域の団体、NPO等が学校と連携し、又は自主的に行う子どもを対象とする活動を支援し、地域みんなで子どもを育てる。) ○熱中・感動体験活動の充実(子どものやる気をかきたてる(夢中になる、感動する、夢につながる)活動の充実に、行政・学校・地域が積極的に取り組む。)	熱中！感動！夢づくり教育は、市の教育施策として、拡充と見直しを図りながら推進していく。
	69	子どもサポートコール	学校教育課	不登校や非行問題行動など、学校や保護者だけでは解決できない諸問題が起きる中で、解決のための方法や相談をどこにしたらよいのか悩む相談者に対しての、総合相談窓口である。	学校教育課内に相談専用電話(サポートコール)を設置し、コーディネータが対応する。
	70	教育相談、訪問相談	学校教育課	教育相談(教育センター) ○相談内容:友人関係、学業の問題、不登校、いじめ等、視力障害 ○方法:面接相談、電話相談訪問相談 ○対象者:引きこもりがちな児童生徒 ○方法:家庭を訪問し、児童生徒や保護者に対しての支援・相談	○教育相談(教育センター) 児童生徒の対人関係、学業の問題、不登校、いじめ、心身に伴う就学上の問題などについて、面接相談や電話相談を実施する。また、視力障害などの相談も受けつける。 ○訪問相談 家に引きこもりがちな児童生徒の家庭を訪問し、児童生徒や保護者に対しての支援・相談を実施する。
	75	学校教育(保健等)	学校教育課(各学校)	教科指導 保健学習において、からだのしくみや健康安全への知識や関心・意欲を育てる。教科以外での指導では、健康安全教育、食に関する指導、性に関する指導等で各学年の発達段階に応じた指導を実施する。	教科指導 保健学習において、からだのしくみや健康安全への知識や関心・意欲を育てる。教科以外での指導では、健康安全教育、食に関する指導、性に関する指導等で各学年の発達段階に応じた指導を実施する。
	80	家庭教育活動事業	中央公民館	子どもたちが生き生きと力強く育つよう、社会の変化、家族の変化、価値観の変化等、子どもたちを取り巻く状況を知り、それらに対応する家庭教育のあり方を学ぶ学習の機会を提供し、家庭の教育力を高める。	継続して事業を実施予定
	93	子どもふるさとふれあい広場事業	子ども家庭課	地域における社会体験学習等の活動を通して、子どもが自ら考え主体的に判断・行動する力である「生きる力」を育成し、併せて地域が主体となって子どもを育てる環境づくりを推進する。	地域における社会体験等を通して、子どもたちの創造力や自主性を育成するとともに、地域が主体となって子どもを育てる環境づくりを推進するため、地域の取組みに対し、活動報奨金を支給する。(地域主導型事業の推進)
	94	子どもフェスティバル	子ども家庭課	少年団体・関係団体との連携を深め、子どもたちや少年団体相互の交歓と理解を深める。	少子化傾向の要因もあり、参加者数が減少傾向にある現状において、地域子ども会や青少年団体などのニーズを把握し、日程・会場・内容等を検討し、決定したい。
	95	ジュニアリーダー夏のつどい	子ども家庭課	自然の中で、同年代の仲間との集団宿泊体験活動を通して、「生きる力」と「豊かな心」を育み、友情を深め合う。	林間学校など自然体験を目的とする行事が盛んに行われていることから、学区を越えた「友だちづくり」など独自性のある事業展開を図りたい。合併地域での同様の事業については統廃合を検討したい。
	97	中学生夢さがし発見塾	子ども家庭課	中学生が主体的に社会体験に取り組み、地域社会との関わりを認識するため、身近なテーマについての調査活動を、グループ単位で行い、その成果を広く市民にPRできる場を提供する。	参加者の身近な地域社会での事業実施を基本に、地域の活動や中学校との連携を図りながら実施する。また、合併町村とのかかわりを意識した活動として実施できるよう、検討する。
	98	ながおかポニーカーニバル	子ども家庭課	ポニーとのふれあいを通じて、青少年の健全育成を図ることのほか、乗場療法による障害者の機能回復訓練に寄与するとともに、健常者と障害者の交流とボランティア育成を図る。また、今後の体験学習施設整備の検討材料とする。	「常設ポニースクール」開設や、常設のポニースクールが主体となって「ながおかポニーカーニバル」を実施する形への転換を検討する。
		ポニーとキャンプ		ポニーとのふれあいをや乗馬体験を通じ、青少年の健全育成を図るとともに、集団宿泊生活をとおして自立性・協調性・責任感等を学ぶ機会を提供する。参加者の年齢幅を広げ、異年齢交流を図る機会とする。	青少年の健全育成を図るとともに、現在企画中である「常設ポニースクール」のリーダー養成の場として活用する。
99	少年相談活動(青少年育成センター)	子ども家庭課	青少年育成センターでは、非行、交友、学業や進路、男女交際、不登校、いじめなどの子どもに関する悩み事の相談に応じている。	学業支援や進路変更等の情報提供のほかに求職支援の情報提供。	
新規	社会福祉協力校指定事業	長岡市社会福祉協議会	○市内小・中・養護学校を対象に福祉教育の充実に図るため、助成金を交付する。 ○福祉協力校だよりの発行 ○会議、研修会の実施	○助成金の交付は継続予定 ○福祉協力校だよりの発行 ○会議、研修会の実施	

青年期 19～39歳

<青年期の中間評価まとめ>

「運動習慣がある」、「ストレスに対処できる」、「妊娠や出産に不安がない」人の割合は変化がありませんでした。「節度ある適切な飲酒」の人の割合は悪化していました。仕事や家事育児に追われ自分の健康づくりが後回しになりがちですが、この年代からの生活習慣病予防が大切です。しかし、青年期は健康に関心が薄く、働きかけが届きにくい年代であり、地域と職場が連携していくことがとても大切です。

ありたい姿	<重点課題>	健康指標				行動・生活様式	現状値 (策定時)	中間値		2012年の目標	評価											
								長岡地域	全市													
		現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値																	
元 気 な 心 身 で う る お い あ る 充 実 し た 生 活	運動を通じて体力が つき・仲間ができる	●地域の運動サークル数 <table border="1"> <tr> <th>現状値 (策定時)</th> <th colspan="2">中間値 (2007年)</th> <th>2012年 目標値</th> </tr> <tr> <td>612</td> <td>-</td> <td>-</td> <td>↑</td> </tr> </table>				現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値	612	-	-	↑	運動習慣 (1回30分以上、週2回以上、1年以上) がある #1	男性：14.0% 女性：6.8%	16.4% 3.6%	16.1% 6.2%	男性：30%以上 女性：15%以上	変化なし			
	現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値																		
	612	-	-	↑																		
	ストレスに対処 できる	●ストレスがあった時にうまく 対処している人の割合 #1 <table border="1"> <tr> <th>現状値 (策定時)</th> <th colspan="2">中間値 (2007年)</th> <th>2012年 目標値</th> </tr> <tr> <td>67.2%</td> <td>67.5%</td> <td>68.5%</td> <td>↑</td> </tr> </table>				現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値	67.2%	67.5%	68.5%	↑	心の悩みを相談したいができない #1	11.9%	9.2%	8.5%	↓	変化なし			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値																			
67.2%	67.5%	68.5%	↑																			
生活習慣病を予 防する (※1)	●肥満の人の割合 (※2) #2 <table border="1"> <tr> <th>現状値 (策定時)</th> <th colspan="2">中間値 (2007年)</th> <th>2012年 目標値</th> </tr> <tr> <td>男性 17.7%</td> <td>-</td> <td>28.7%</td> <td>24%以下</td> </tr> <tr> <td>女性 5.2%</td> <td>-</td> <td>9.4%</td> <td>→</td> </tr> </table>				現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値	男性 17.7%	-	28.7%	24%以下	女性 5.2%	-	9.4%	→	多量 (3合以上) に飲酒する人の 割合 #1 朝食を欠食する人の割合 (※3)	男性：9.8% 女性：4.2%	: 12.5% : 8.2%	: 16.7% : 9.7%	男性：5.0%以下 女性：2.0%以下	悪化
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値																			
男性 17.7%	-	28.7%	24%以下																			
女性 5.2%	-	9.4%	→																			
妊娠や出産への 不安がない	●妊娠中の異常の発生率 #6 <table border="1"> <tr> <th>現状値 (策定時)</th> <th colspan="2">中間値 (2007年)</th> <th>2012年 目標値</th> </tr> <tr> <td>33.4%</td> <td>-</td> <td>39.0%</td> <td>↓</td> </tr> </table>				現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値	33.4%	-	39.0%	↓	(第一子) 妊娠中に両親で育児につ いて学習する機会があった人の割合 (※4) #1	42.4%	60.6%	62.2%	↑	変化なし (不妊)				
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値																			
33.4%	-	39.0%	↓																			

自分ができること
 ●体を動かすことを楽しもう ●積極的に体をうごかさそう ●1回30分以上の運動を習慣づけよう ●運動チームやサークルに入ろう ●仲間と一緒に運動しよう ●睡眠を十分にとろう ●趣味や楽しみを持とう ●自分にあったストレス解消法を持とう ●ホットする時間を持とう ●一人で悩まないで相談しよう ●節度ある飲酒量を守ろう (1日3合以上は多量飲酒) ●妊娠・出産・不妊などについて一人で悩まないで相談しよう ●妊娠・出産は女性だけのことではなく男性も関わる意識を持とう ●地域の行事に参加しよう ●朝食をしっかりと食べよう

家族ができること
 ●体を動かす時は家族で誘い合おう ●笑顔で「いってらっしゃい」「おかえりなさい」と言おう ●家族揃って食事をしよう ●家族で共通の趣味やスポーツを楽しもう ●飲みすぎないようにお互いに気をつけよう ●無理にお酒をすすめることをやめよう ●両親で育児に関するイベントに参加しよう

地域でできること
 ●若者や初心者に参加しやすい内容のサークルや教室を開催しよう ●職場で運動サークルをつくろう ●地域の行事に楽しく体を動かすプログラムを取入れよう ●若者が参加しやすい内容の事業を実施しよう ●近隣の若者の様子に関心を持とう ●妊娠・出産について多様な選択やあり方があることを認める社会づくりをしよう

行政・関係機関ができること
 ●若者が行きたくなるような体育施設の建設・推進 ●スポーツを軸にした地域における定期的なつどいの支援 ●運動サークル等の情報ネットワーク化 ●若者が活用できる広場の確保のための支援 ●心の悩みを相談する場の提供 ●ストレス解消法・前向きな考え方を学習する場の提供 ●ストレス対策・相談事業の充実 ●適正飲酒の知識の普及 (事業の実施) ●妊娠・出産・不妊に関する相談機関の充実 ●各種健康診査の実施 ●健康教育・健康相談の開催 ●健診事後管理の支援 ●健康情報の提供 ●各種健康教育・相談会の広報 ●地域と職域と医療機関の連携を図る ●両親が参加できる学習の機会の開催

○を追加しました

- (※1) 健康指標「肥満の人の割合」が男性で約3割いること、健康日本21にメタボリックシンドローム対策が追加されたこと、青年期からの健康づくりが、壮年期・高齢期の生活習慣病予防に繋がることにより、重点課題の『節度ある適切な飲酒』を『生活習慣予防する』に変更しました。
- (※2) 健康指標の「肥満の人の割合」の男性の目標値「15%以下」の達成は困難であると思われることから健康日本21の現状値である「24%以下」に変更しました。
- (※3) 行動・生活様式の指標は「朝食を欠食する人の割合」を追加しました。中間値がないので、最終年度で評価します。
- (※4) 「不妊で悩んでいる人が周囲からプレッシャーを感じている」という指標は対象が特定の人のみになってしまうこと、不妊で悩んでいる人のプレッシャーはどんなに周囲が理解してもなくなることはないという意見がありました。また、妊娠中から父親の育児参加や子育ての交流を図ることで、健康面だけでなく、社会的な面での不安解消になるとのことから、行動・生活様式の指標を「不妊で悩んでいる人が周囲からプレッシャーを感じている」から「(第一子) 妊娠中に両親で育児について学習する機会があった人の割合」に変更しました。

注) 表中の#は中間値の出典No.

3 青年期（19歳～39歳）

「元気な心身でうらおいある充実した生活」

学生から社会人となり、結婚して家庭を構え、子どもの誕生で親としての責任も加わるという人生の中でも激動の時期です。

家族を持ち、仕事をし、社会とのつながりが強くなり、仕事へのやりがいや生活の充実感を持つと同時に、身体に変化（衰え）があっても自覚が伴わず、若さにまかせて生活習慣を見直すことが少ないのが特徴です。

重点課題：運動を通じて体力が付き、仲間ができる

「運動習慣がある（1回30分以上、週2回以上1年以上）」割合は、男性が増加し、女性が減少しています。女性は、出産や育児などで一度運動をやめると、なかなか再開することがむずかしいことが考えられ、夫や家族の協力が必要になります。

また、青年期は仕事も忙しい年代であり、職場における体力づくりの推進も求められます。

重点課題：ストレスに対処できる

「心の悩みを相談したいができない」割合に大きな変化はありませんでした。さまざまなストレスや悩みを持つ人が増えている現状があります。一方、相談できる場が増え、気軽に相談できるという意識が広がっているとも考えられます。

青年期は、仕事や家庭のことで色々な悩みやストレスを抱える時期であり、こころの相談の場が必要です。

そのためには、地域だけでなく職場などでのさまざまな機会をとらえて、こころの健康に関する知識を普及し理解を深めていくことが大切です。

重点課題：節度ある適度な飲酒 → 重点課題：生活習慣病を予防する に変更

この時期は、健診結果が悪化していても自覚を伴わないことが多いのが特徴です。

「日常的に多量に飲酒する（3合以上）人の割合」は増加しています（図5）。また、基本健康診査で「肥満と判定された」男性は、策定時（肥満判定：肥満度20%以上）では2割弱でしたが、中間値（肥満判定：BMI25以上）では約3割でした（図6）。これらの人が将来的にメタボリックシンドロームになり、生活習慣病を発症することが懸念されます。これらを予防するためには、青年期からの健康づくりが必要です。

正しい食生活（欠食をしない、バランスよく食べる、適度な飲酒など）をすることが、健康への第一歩となります。

適正飲酒の知識の普及を継続するとともに、青年期の人に参加できるような健康教室・健康相談の内容充実を図る必要があります。

図5 日常的に多量(3合以上)に飲酒する人の割合

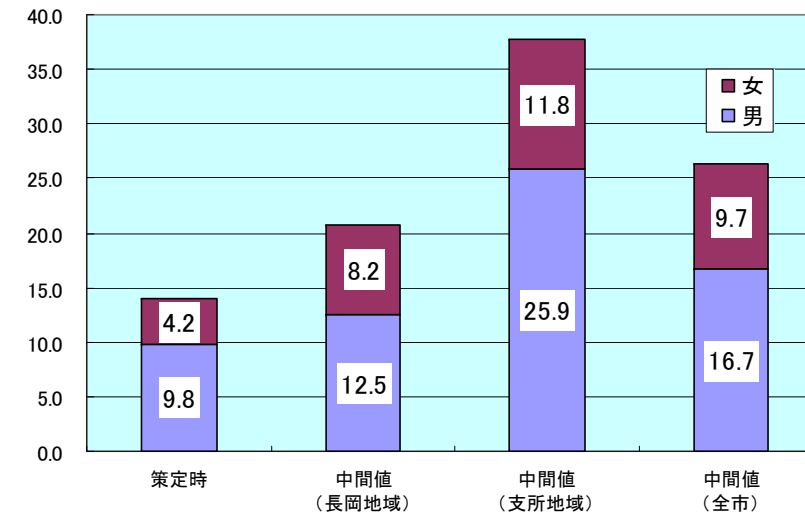
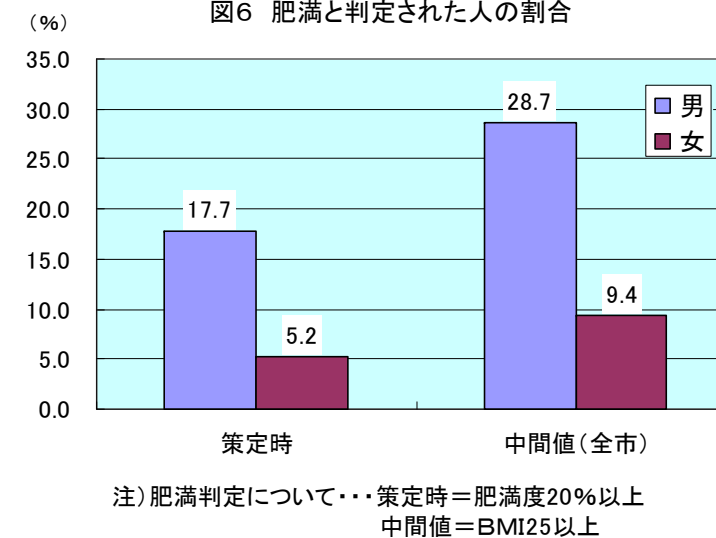


図6 肥満と判定された人の割合



重点課題：妊娠や出産への不安がない

「不妊で悩んでいる人が周囲からプレッシャーを感じている」割合は、策定時と比べても大きく変化していませんでした。

不妊について悩む女性やパートナーにとって、周囲のプレッシャーは大きな負担となります。不妊について前向きに思いやる地域社会の意識啓発が大切であり、それとともに不妊治療に対する補助制度や相談機関の整備促進も必要です。

妊娠・出産への不安は、身体的、精神的、経済的、社会的と多岐に渡ります。

妊娠中から子育ての交流を図ったり、父親の育児参加をうながすことが、妊娠や出産に対する不安軽減には大切です。妊娠中から夫婦で参加できる学習の機会の充実が必要になります。

また、安心して出産ができる環境の整備も求められています。

●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
運動を通じて体力が つき、仲間が できる	9	障害者スポーツ競技力向上講習会	福祉相談課	障害者スポーツの活性化と競技力の向上を図り、全国レベルの選手・チームを育成するためスポーツ競技力向上講習会を開催するもの。(※特に、年齢に制限を設けていないため、実績等は青年分も含む)	実施回数 ①ハンディキャップテニス 4回 ②車いすバスケットボール 6回 参加見込人数 ①ハンディキャップテニス 40人 ②車いすバスケットボール 65人 現在の計画では、平成18年度と同程度の規模で実施予定
	10	心身障害者スポーツ教室	福祉相談課	スポーツ教室を通じて、心身障害者の身体機能の向上及び社会参加の促進を図るもの。障害の程度や、個人の運動能力に合わせた指導を行うもの。	実施予定種目 ①水泳教室 ②テニス教室 実施予定回数 各5回 参加見込人数 ①25人(全参加見込25人) ②25人(全参加見込25人)延べ250人 現在の計画では、平成19年度と同程度の規模で実施予定
	11	心身障害者スポーツ振興事業	福祉相談課	心身障害者のスポーツ振興を図るため国際的または、全国的規模のスポーツ大会に参加する心身障害者に対し激励費を交付するもの	全国・国際大会延べ出場者数見込 70人 現在の計画では、平成18年度と同程度の規模で実施予定
	12	ハンディスポーツレクリエーション講習会	福祉相談課	障害者スポーツ・レクリエーション活動の指導者を養成するとともに、障害者スポーツ・レクリエーションの普及・発展を図るもの。	実施回数 5回 参加見込人数 30人 現在の計画では、平成18年度と同程度の規模で実施予定
	56	長岡まつり協賛体育事業	観光課	長岡まつりを祝い、市民が日ごろの活動の成果を競うとともに、愛好団体相互の親睦を図り、健康体力づくりを推進することを目的にスポーツ大会を開催。	実施種目:サッカー、相撲、弓道、ゲートボール、柔道、バスケットボール、駅伝、剣道、ミニバスケットボール 計9種目
	78	地域活動事業	市民活動推進課	子どもから高齢者まで、からだを動かすことの楽しさ、体力の向上を目指しながら、仲間を作りあげていくことにより、日常のストレスに対処し、健やかな生活習慣を身につけていく。 長岡地域:地区コミュニティセンター実施事業 その他地域:教育委員会分室実施事業	長岡地域 実施回数(予定):2,390回 その他地域 実施回数(予定):1,244回 合計 実施回数(予定):3,634回
	86	施設設備の充実	スポーツ振興課	市民が気軽に利用できる体育施設を計画的に建設することによって、健康・体力づくり活動の推進と明るく健康的な市民性の醸成を図る。	市町村合併の動向を踏まえながら、新市にふさわしいスポーツ施設の建設・改修を図りたい。
	87	地域対抗スポーツ大会	スポーツ振興課	地域スポーツ活動の成果発表の場として小学校区を基本とした各種スポーツ種目の大会を開催し、地域スポーツ活動の一層の充実とスポーツ愛好者の相互交流を図るもの。	実施内容等については、合併地域からの参加拡大を念頭に、新市域全体のイベントとして実施したい。
	91	(仮)運動サークル情報ネット	スポーツ振興課	ホームページに運動サークルなどが開催予定・参加者募集・指導者募集などを書き込みができるページをつくる。	実施可能な体制が整い次第、順次整備を進める。
	116	市民体育祭	長岡市体育協会	広くスポーツの振興を図り、スポーツを愛好する市民が、日ごろの練習の成果発表の場とするとともに、愛好団体相互の交流を図り、健康体力づくりを推進することを目的に23種目の大会を開催	現行の種目に加え、市民のニーズに合わせて加盟競技団体の協力を得ながら、開催種目や種別の増設を検討する。
	117	スポーツ教室・クラブ運営事業	長岡市体育協会	市民が生涯を通してスポーツ・レクリエーション活動に親しめるよう、市民の健康体力づくりの日常化と仲間づくりを推進するため、主要体育施設における通年型のスポーツ教室・クラブを開設	現行の開設施設に加えて、合併市町村体育施設におけるスポーツクラブの新設、市民ニーズ合わせたコースの増設について検討する。また、スポーツ振興課、長岡市健康・体力づくり指導者会と協働してコミュニティーセンターを拠点としたスポーツ教室・クラブの開設(特に小学生1～3年生及び高齢者)を目指す。
	144	勤労青少年の余暇活動事業	勤労青少年ホーム	若者に人気のスポーツであるエアロビクスなどを通じて、健康維持と体力増進を図るほか、日ごろの労務によって蓄積されたストレスの解消を図る。	〈エアロビクス教室〉 実施回数:20回
	167	健康増進活動	JA越後ながおか	①運動を通じて地域住民とコミュニケーションを図る ②少人数・グループでの開催を可能にし、手軽に参加できる健康講話を開催、健康についての関心を深める	①地域住民とのコミュニケーションを図る場である地区町内運動会に共催して行きたい。 ②女性部を中心に、組合員にも参加を呼びかけ健康についての関心をより一層深めて行きたい。(住民健診の事後指導的な意味も含めて)
新規	地域職域連携推進協議会・生活習慣病予防部会	長岡地域振興局健康福祉環境部・健康課	地域職域保健の連携を推進することにより、働き盛りの年代の生活習慣病を予防できるよう、具体的な連携方法を検討し、体制づくりを行う。	職域の対象者が関心を持てる活動内容の検討。 事業主への働きかけも必要であり、労働基準監督署や商工会議所等の機関と連携していく。	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
ストレスに 対処できる	3	相談事業	市民活動推進課 (ウィルながおか)	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回 からだ・性の悩み相談・・・月2回	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回、相談員2人 からだ・性の悩み相談・・・月2回、相談員6人
	14	こころの健康講演会	福祉相談課	精神保健福祉に関する普及啓発を目的に講演会を実施するもの 福祉相談課では総論的な内容を考えていく。 長岡保健所、2か所の精神地域生活支援センター、精神障害者家族会からの共催実施	平成20年度までは現行どおり 平成21年度以降は意識普及状況に応じて再考する予定
	32	健康教育	健康課	地区担当保健師が地域ニーズに応じた健康教育を立案し公民館や老人クラブ等の活動と共催で実施	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とするポピュレーションアプローチとして継続する。
	33	電話等による健康相談	健康課	健康センターにおいて、保健師及び看護師、栄養士等が電話による健康相談、精神福祉相談員による面接相談を実施するもの。	毎日電話・窓口相談の継続実施 ①情報提供 ○心の相談ができる窓口の情報の整備 ○こころの相談ガイド等の作成 ○自殺予防相談窓口カードの作成 ②相談スタッフの質の向上 ○相談技術のスキルアップ研修
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	78	地域活動事業	市民活動推進課	子どもから高齢者まで、からだを動かすことの楽しさ、体力の向上を目指しながら、仲間を作りあげていくことにより、日常のストレスに対処し、健やかな生活習慣を身につけていく。 長岡地域:地区コミュニティセンター実施事業 その他地域:教育委員会分室実施事業	長岡地域 実施回数(予定):2,390回 その他地域 実施回数(予定):1,244回 合計 実施回数(予定):3,634回
	82	青年教育活動事業	中央公民館	将来を担う青年期の人材に対し、青年期に必要な知識や技術を獲得する場として、また、企画・立案能力、プレゼンテーション能力、コミュニケーション能力、社会、生活習慣の体得の促進する場として各種講座を開催する。	青年期に必要な知識、技能を修得するきっかけとなる講座を継続したい。
	102	精神保健福祉相談	長岡地域振興局健康福祉環境部	精神障害者等の受療や社会復帰相談から、痴呆等の老年期、アルコール、ストレス等の相談まで対象とする。 ○定例相談会 嘱託医担当 ○随時相談	継続して事業を実施する。
	104	電話等による健康相談	長岡地域振興局健康福祉環境部	管内住民の健康の保持増進を図るため、随時、面接・電話による健康相談に応じる。 専用電話 0258-34-4149	継続して事業を実施する。
	111	総合相談援助事業	長岡市社会福祉協議会	日常生活上生ずる心配ごとや福祉に関するあらゆる相談に適切な助言・指導をおこない、他の専門機関と連携して総合相談援助活動を実施する。	19年度と同様に継続する。なお、休日・夜間相談は行わず、他の実施相談所と連携を図る。
145	ヤングキャリア・ナビゲーション	勤労青少年ホーム	ヤングキャリア・ナビゲーション(若年労働者キャリア形成支援・相談事業)は、キャリアアップに係る情報の提供や相談、キャリアシートを利用したキャリア形成支援さらに、交友・対人関係、人生設計などの不安や悩みに応える相談を専門家が多面的にサポートしていく事業である。 厚生労働省から当事業の委託を受けた社団法人日本産業カウンセラー協会は、全国42箇所の勤労青少年ホーム及びそれに類似する施設へ1名づつ産業カウンセラーを派遣して、定期的に相談を受けている。	〈ヤングキャリア・ナビゲーション〉 相談日数:48日(1日あたり3人を予定)	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
生活習慣病を予防する	30	高脂血症予防事業	健康課	動脈硬化や脳卒中などの生活習慣病と深い関係のある高脂血症について正しい知識を習得するとともに、食事、運動等の生活習慣を見直す動機づけになるように教室を実施するもの。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	31	糖尿病教室	健康課	医師・栄養士等の講義、運動実技、調理実習等を通して、糖尿病に関する知識の習得と、食生活・運動等生活習慣を見直し、自己管理を実践するための基本を学ぶもの	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	32	健康教育	健康課	地区担当保健師が地域ニーズに応じた健康教育を立案し公民館や老人クラブ等の活動と共催で実施	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とするポピュレーションアプローチとして継続する。
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	36	基本健康診査	健康課	住民の健康の保持・増進を図るために基本健康診査を実施する。 〈集団健診〉 19歳以上を対象に、5月から10月までの間、健康センター、コミュニティセンター、小学校などを会場として集団健診を実施している。 〈個別健診〉 65歳以上を対象に、5月から2月までの間、かかりつけ等の医療機関において個別健診を実施している。	医療制度改革に伴い基本健診が特定健診(糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査)となる。特定健診の実施により保健指導対象者の選定と階層化を行い、その人に応じた保健指導を実施することで、糖尿病等の生活習慣病の有病者及び予備群の減少を図る。
	37	健診後事後訪問・訪問指導事業	健康課	基本健康診査で健康管理上指導が必要と認められる人とその家族に対し、健康的な生活習慣の確立のための指導を行い、健康の保持増進を図る。生活の場において、個人の状況に応じた指導を行い、生活習慣の見直しをし、受診など必要な行動が取れるようにする。家庭において要介護状態にならずに自立した生活を送る事ができるように高齢者宅を訪問して保健指導を行う。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする訪問指導として実施する。既存の健康教育、相談のように手上げ方式の参加者が少ない中、訪問指導は地道だが唯一個人への確実な保健指導ができる手法であり、継続して実施していく。
	68	飲酒防止教育	学校教育課	各校の指導計画に基づき、教科保健(小学校6年、中学校3年)、学級活動における保健指導の場で指導を実施している。	各校の指導計画に基づき、教科保健(小学校6年、中学校3年)、学級活動における保健指導の場で指導を実施する。
	122	健康料理教室	食生活改善推進委員協議会	調理実習や講習会を通し、食生活の改善と健康意識の向上をはかり、食生活からの生活習慣病予防と健康づくりを目的とした料理教室を実施するもの。	引き続き全地区で実施予定 受講見込み人数の増2,000名
	137	薬事衛生指導員の講師派遣事業	長岡市薬剤師会	薬事衛生指導員(長岡地区6名)が団体の申し込みにより、薬事衛生等の講習を行なうもの	薬事衛生等講習会を実施する。「すこやか・ともしびまつり」に参加し、アルコール摂取について啓蒙活動の実施(予定)
	146	勤労青少年の余暇活動事業・料理教室	勤労青少年ホーム	お酒は、飲み方しだいで「百害の長」にも「百薬の長」にもなる。前者の効果は、自分自身の身体をむしろ、人間関係をも破壊する効果であり、後者はストレスを発散させ、明日への活力につなげる効果である。教室では、お酒の持つ危険性と有用性の両面を知ることにより、社会人にふさわしいお酒との付き合い方を学ぶとともに、有用性の代表格であるリラクゼーション効果について、勤労後の余暇に上手に活用させる方法を学ぶ。	〈料理教室〉 実施回数:144回
	154	アルコール依存症その他の依存からの回復講演会	NPO 新潟マック	アルコール依存症、薬物、摂食障害、ギャンブル、ひきこもりの入院治療だけで回復することがなかった人達が、グループミーティングや個別指導による支援で生きる意味を学び社会復帰を目指す活動を広める。19年度より地域活動支援センター ジャン・リカバリーとして活動する。	グループミーティング 場所:新潟マック(三和1-5-19) 回数:週7回 年間365日 朝10:00～11:00 昼13:30～15:00 1日2回 参加人数: 5,400人 日平均 15人 (H19.4～H20.3) 市民セミナー 場所: 県立精神医療センター 回数:1回 10月 予定 人数:80名
	新規	地域職域連携推進協議会・生活習慣病予防部会	長岡地域振興局健康福祉環境部・健康課	地域職域保健の連携を推進することにより、働き盛りの年代の生活習慣病を予防できるよう、具体的な連携方法を検討し、体制づくりを行う。	職域の対象者が関心を持てる活動内容の検討。事業主への働きかけも必要であり、労働基準監督署や商工会議所等の機関との連携していく。

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
不妊のために周りがプレッシャーを感じないで生活できる。（不妊相談や治療を受けることができない妊婦や出産の不安を感じるプレッシャーを減らす）	3	相談事業	市民活動推進課 (ウイルながおか)	ウイルながおか相談事業 ○一般相談（平成15年度開始）月曜日から土曜日（ウイルながおか開館時間） ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回 からだ・性の悩み相談・・・月2回	ウイルながおか相談事業 ○一般相談（平成15年度開始）月曜日から土曜日（ウイルながおか開館時間） ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回、相談員2人 からだ・性の悩み相談・・・月2回、相談員6人
	4	(女性の)生き方に関する学習・意識啓発事業	市民活動推進課 (ウイルながおか)	ウイルながおか学習・研修事業 ○ジェンダーの視点に立った問題の認識と学習を進める。 ○女性が社会のあらゆる場へ参画するためのエンパワーメント(力をつける)を支援する学習・研修事業を実施する。 意識啓発事業 ○情報提供事業 ○講演会、展示(女性の生き方)	○交流サロン「ウイルでおしゃべり」 出前おしゃべりの実施 ○ ウイルセミナー ○ 各種講座・イベント ○ センター紙発行 2,000部×4回 ○ 情報誌発行 8,000部×1回 ○ ホームページ、図書資料による情報提供
	26	不妊治療費の助成	子ども家庭課	不妊治療を行っている者の経済的負担の軽減を図るため、不妊治療に要する費用の一部を助成する。	新潟県特定不妊治療費助成事業実施要綱の改正をみながら、長岡市不妊治療費助成事業の要綱を検討、見直していく。
	29	パパママサークル	子ども家庭課	初妊婦と配偶者を対象に、父親と母親で子どもを産み育てようという意識を育て、父親の育児参加を促す。妊娠中の不安やストレスを軽減し、困った時の相談場所がわかる。	継続していく中で、地域で広がっていく方向で検討していきたい。
	33	電話等による健康相談	健康課	健康センターにおいて、保健師及び看護師、栄養士等が電話による健康相談、精神福祉相談員による面接相談を実施するもの。	毎日電話・窓口相談の継続実施 ○情報提供 心の相談ができる窓口の情報の整備 こころの相談ガイド等の作成 自殺予防相談窓口カードの作成 ○相談スタッフの質の向上 相談技術のスキルアップ研修
	64	性教育	学校教育課	各学校の指導計画に基づき、教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間等の場で指導を実施している。	各学校の指導計画に基づき、教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間等の場で指導を実施する。
	104	電話等による健康相談	長岡地域振興局健康福祉環境部	管内住民の健康の保持増進を図るため、随時、面接・電話による健康相談に応じる。 専用電話 0258-34-4149	継続して事業を実施する。
	129	不妊相談治療	医師会(産婦人科医療機関)	○かかりつけ医が身体活動の重要性を話す(必要時個人指導する) ○かかりつけ医が身体と心の調和を図り、抑うつ状態を把握し適切な対処をする	継続して事業を実施する。
	162	ジェンダー講演会、研修会等	F&Mながおか市民会議	本人が不妊でプレッシャーを感じず、また周囲がプレッシャーを感じさせない社会づくり、命の大切さとともに不妊や子どもをつくらない選択(生き方)について考える機会の提供。	性差医療の意義を学び「女性外来」の設置を働きかける活動
	175	特定不妊治療費助成事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	特定不妊治療(体外受精・顕微授精)に要する費用の一部を助成することにより、経済的負担の軽減を図る。 ○対象者 特定不妊治療を受けた法律上の夫婦で、合計の所得が730万円未満のもの ○助成額及び期間 1年度につき2回まで、通算5年間助成。1治療当たり10万円まで。	継続して事業を実施する。
176	生涯を通じた女性の健康支援事業(女性健康支援センター事業)	長岡地域振興局健康福祉環境部	(1)健康教育事業 「エンジェルクラブ」低出生体重児を出産した母と子の教室 6回 (2)女性健康支援センター 随時実施中	未定	

壮年期 40～64歳

ありたい姿

重点課題

健康指標

行動・生活様式

現状値
(策定時:旧長岡市)

中間値
長岡地域

全市

2012年の目標

評価

自分らしく前向きに仲間と共に歩む

●糖代謝異常の人の割合 #2			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
全体	-	22.1%	↓
男性	-	36.1%	
女性	-	18.2%	
●糖尿病あるいは糖尿病の疑いがある人の割合 #1			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
11.4%	10.0%	9.7%	↓
●高血圧の人の割合 #2			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
男性	-	55.2%	↓
女性	-	39.7%	
46.6%	-	-	
●高脂血症の人の割合 #2			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
男性	-	55.4%	↓
女性	-	37.2%	
51.1%	-	-	
●脳血管疾患の標準死亡比 (SMR)			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
男性	-	-	100
女性	-	-	
108.3	-	-	
●虚血性心疾患の標準死亡比 (SMR)			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
男性	-	-	→
女性	-	-	
79.5	-	-	
●メタボリックシンドローム該当者減少率 (※2)			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
-	-	-	10.0%
●中間と一緒に運動する人の割合 #1			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
49.6%	42.7%	43.9%	↑
●ストレスを感じている人の割合 #1			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
71.7%	72.5%	70.2%	↓
●ストレスをうまく対処している人の割合 #1			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
76.0%	78.4%	78.2%	↑
●自殺者数 (※5) #17			
現状値 (策定時)	中間値 (2007年)		2012年 目標値
	長岡地域	全市	
26人	-	31人	↓

注) 表中の#は中間値の出典No.

行動・生活様式	現状値 (策定時:旧長岡市)	中間値 長岡地域	全市	2012年の目標		評価
				↑	↓	
1年に1回健康診断を受ける #1	84.2%	88.9%	90.1%	↑		変化なし
治療が必要といわれたら医療機関を受診する #2	56.7%	-	56.7%	↑		評価せず
健診後気になるところがあったら、精密検査を受ける #1	26.5%	20.7%	20.9%	35%		悪化
健診結果に所見があり事後指導を受けている #1	78.4%	64.9%	67.9%	86%		悪化
日常的に多量 (3合以上) 飲酒する #1	男性: 11.8% 女性: 6.9%	14.8% 3.8%	16.3% 5.2%	男性: 3.2%以下 女性: 0.2%以下		悪化
野菜の摂取量 (緑黄色野菜) の平均値	85.3g	-	-	120g以上		評価せず
野菜の摂取量 (野菜全体) の平均値	311.3g	-	-	350g以上		評価せず
摂取エネルギーの平均値	40代 男性: 2,255kcal 女性: 1,816kcal 50代 男性: 2,422kcal 女性: 1,841kcal	-	-	設定しない		評価せず
脂肪エネルギー比 平均値	25.3%	-	-	25%以下		評価せず
運動習慣 (1回30分以上、週2回以上、1年以上) がある人割合 #1	男性: 17.4% 女性: 22.6%	19.7% 16.1%	17.9% 16.9%	男性: 39.0%以上 女性: 35.0%以上		変化なし
1日の平均歩数 #3	男性: 8,434歩 女性: 7,854歩	9,537歩 9,737歩	-	男性: 9,500歩以上 女性: 9,700歩以上		改善
1日の塩分摂取量	男性: 15.4g 女性: 12.5g	-	-	10g未満		評価せず
特定健診実施率 (※3)	-	-	-	65%		
特定保健指導実施率 (※3)	-	-	-	45%		
喫煙している人の割合 (※3)	男性: 45.6% 女性: 7.2%	-	-	↓		

健康日本21や高齢者の医療の確保に関する法律で、メタボリックシンドローム対策がうたわれています。
 (※1) 重点課題の「糖尿病にならない」「動脈硬化を予防する」を一歩化し、「メタボリックシンドロームを予防する」に変更しました。
 (※2) 「メタボリックシンドロームを予防する」の健康指標に、「メタボリックシンドローム該当者減少率」を追加しました。平成20年度の特定健康診査結果で算出するメタボリックシンドローム該当者数・予備群数を基準に、10%減を目指します。
 (※3) 「メタボリックシンドロームを予防する」の行動・生活様式の指標に「特定健康診査実施率」「特定保健指導実施率」「喫煙している人の割合」を追加しました。
 (※4) 行動・生活様式の指標「1日の平均歩数」は目標値を達成したため、中間値を目標値として維持を目指します。

行動・生活様式	現状値	中間値	全市	2012年の目標	評価
日常生活の中で意識的に身体を動かす #1	56.5%	49.2%	47.7%	63%以上	悪化
心の悩みがある時に相談する人の割合 #1	83.5%	84.7%	59.3%	↑	悪化
ストレス解消のために何かをしている人の割合 #1	76.0%	78.4%	78.2%	↑	変化なし
アルコール依存者数 #17	(長岡地域振興局管内) 111人	-	105人	↓	悪化

(※5) 「ストレスに対処できる」の健康指標「自殺者数」は、現状値が例年よりも低い値であったため、過去3年間 (平成12～14年度) の平均値を用いることにしました。

<壮年期の中間評価まとめ>

目標値の「年1回は健診を受ける」の割合は改善されていますが、健診後の「受診・精密検査受診」の割合は変化なし、または悪化傾向が見られます。「1日の平均歩数」は男女ともに改善し、目標値を達成しています。しかし、「日常生活の中で意識的に身体を動かす」割合は有意に悪化しています。重点課題の「ストレスに対処できる」の指標は概ね変化なしでした。しかし、「日常的に多量 (3合以上) 飲酒する」割合は悪化傾向にあり、特に男性の割合が高い状況にあります。
 壮年期は家庭でも仕事でも忙しく余裕のない世代であり、余暇活動や健康管理は後回し傾向にあります。今後の対策としては、特に男性への働きかけが必要であり、地域職域双方から「身体を動かそう」という意識付けや、家庭や地域でのこころの健康に関する啓発普及が重要です。

自分ができること

- 塩分のとりすぎに注意しよう～1日10g未満を目指そう
- 野菜をたっぷり食べよう
- 脂肪のとりすぎを控えよう
- お腹いっぱいまで食べないようにしよう
- 節度ある飲酒量を守ろう～1日1合まで (多量飲酒は1日3合以上)
- 週2日以上は休肝日を設けよう
- 1年に1回健康診断を受けよう
- 健診結果で生活習慣を見直そう
- 健診結果で気になることがあったら精密検査を受けよう
- 体を動かすことを心がけよう
- 今より15分 (1500歩) 多く歩こう
- 運動習慣を身につけよう
- 気の合う仲間と運動を楽しもう
- 地域の行事に参加しよう
- 自分なりのストレス解消法を持とう
- 一人で悩まないで相談しよう
- 趣味や楽しみを持とう
- 睡眠を十分にとろう

家族・仲間ができること

- 減塩料理を心がけよう
- 野菜を使った料理を作ろう
- 油を控えた料理を作ろう
- 食事の盛り付けは小皿で銘々に分けよう
- 飲みすぎないようお互いに気をつけよう
- 無理にお酒をすすめるのをやめよう
- 健康診断を受けることを勧めよう
- 家族で体を動かそう
- 家族で食卓を囲もう
- 家族の会話を大切にしよう
- 家族共通の趣味や楽しみを持とう
- 家族で地域行事に参加しよう

地域ができること

- 初心者でも参加できる運動教室や講座を開催しよう
- 参加しやすい内容 (時間帯や開催日) の事業を開催しよう
- 地域サークル活動などで仲間の輪を広げよう
- 民間の運動施設との連携をとろう
- 食推活動でアルコールの適量について伝えよう
- ウォーキングマップを活用しよう
- 地域で作ろう
- 職場でも、積極的に身体を動かすことを呼びかけよう
- 親子 (特に若いお父さん) で参加できるイベントを開催しよう

行政ができること

- 健診事後管理の支援
- 健康情報の提供
- 各種健康教育・相談会の広報
- 地域と職域と医療機関の連携を図る
- 身体活動の有効性と方法について情報提供
- 気軽に運動できる場 (機会) の開催
- こころの健康づくりの普及と意識啓発
- こころの悩みの相談の場の情報提供
- こころの悩みの相談の場の確保
- 生きがいつくり活動支援
- 市民が受けやすい健診の実施
- 日常生活でできる身体活動の情報提供
- アルコールの害に関する情報提供
- 市民の参加しやすい教室・相談会の実施
- 民間スポーツ施設などとの連携を進める
- 地域職域へのこころの健康づくりの啓発普及

○を追加しました。

4 壮年期（40歳～64歳）

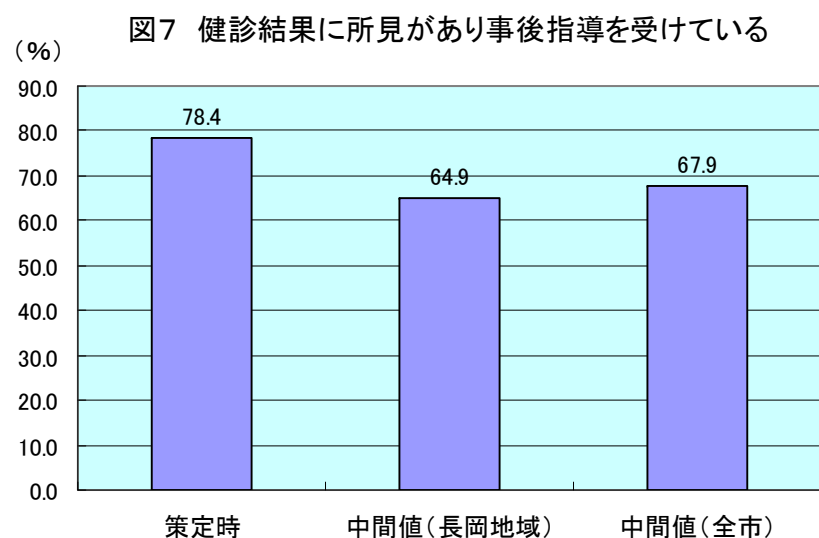
「自分らしく前向きに仲間と共に歩む」

壮年期は働きざかりの年代で、人生の中で最も忙しく、家庭や職場での責任も重くストレスがたまりやすくなる時期です。このような日常生活において、生活の質を維持して病気にならないで、精神的にもゆとりのある生活をめざしていく必要があります。

また、次に迎える高齢期をいきいきと過ごすためにも、地域での行事やサークル活動を通して、共に楽しみ語り合える仲間をつくり、自分らしく前向きに生きることが必要です。

重点課題：糖尿病にならない → **重点課題：メタボリックシンドロームを予防する** に変更
重点課題：動脈硬化を予防する →

「1年に1回健康診断を受ける」割合に大きな変化はありませんでしたが、「治療が必要といわれたら医療機関を受診する」「健診後気になるところがあったら、精密検査を受ける」「健診結果に所見があり事後指導を受けている」割合は減少しています（図7）。



健診を受けても、必要な人が治療や生活習慣改善の指導を受けずに放置していると、生活習慣病の発症につながります。

しかし、この世代は、家庭や職場で忙しい立場にあり、健診や指導を受ける時間がない現状がうかがえます。また、中小規模の事業所においては、従業員の健診や指導に対する優先度は、必ずしも高いとはいえません。

健診受診の必要性についてのPRや、受けやすい健診の体制整備、魅力ある健康教室・健康相談の充実が必要です。

また、「日常的に多量の飲酒（3合）をする」割合は増加しており、適正飲酒に関する知識の普及も必要になってきます。

重点課題：運動を通して体力が付き、仲間ができる

体力づくりは、生活習慣病の予防やストレス解消、やがて迎える高齢期での介護予防にもつながります。「1日の平均歩数」は男女ともに増加していました。しかし、「日常生活の中で意識的に身体を動かす」割合は減少しています。この世代は、運動したい、体力をつけたいという思いがあっても、忙しくてできないというのが現状です。

忙しい日常の中でも、身体を動かすことを意識する働きかけや、手軽で効果的な運動に関する情報提供・普及、自分のライフスタイルに合わせて利用できる民間のスポーツ施設との連携などが必要になります。また、地域での運動イベントを開催し、親子での参加を呼びかけるなどの工夫も大切です。

重点課題：ストレスに対処することができる

「心の悩みがある時に相談する人の割合」「ストレス解消のために何かをしている人の割合」に大きな変化はありませんでしたが、「日常的に多量（3合以上）飲酒する」割合は増えています。職場や家庭での責任が重く、ストレスを多く抱える壮年期は、アルコールやたばこ、ギャンブルなどに頼らず、上手にストレス解消することが大切です。

うつ病やアルコールの害に関する啓発普及や情報提供の充実、相談体制の整備が必要です。また、職場におけるメンタルヘルス対策が求められています。

●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
メ タ ボ リ ッ ク シ ン ド ロ ー ム を 予 防 す る	30	高脂血症予防事業	健康課	動脈硬化や脳卒中などの生活習慣病と深い関係のある高脂血症について正しい知識を習得するとともに、食事、運動等の生活習慣を見直す動機づけになるように教室を実施するもの。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	31	糖尿病教室	健康課	医師・栄養士等の講義、運動実技、調理実習等を通して、糖尿病に関する知識の習得と、食生活・運動等生活習慣を見直し、自己管理を実践するための基本を学ぶもの	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	32	健康教育	健康課	地区担当保健師が地域ニーズに応じた健康教育を立案し公民館や老人クラブ等の活動と共催で実施	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とするポピュレーションアプローチとして継続する。
	33	電話等による健康相談	健康課	健康センターにおいて、保健師及び看護師、栄養士等が電話による健康相談、精神福祉相談員による面接相談を実施するもの。	毎日電話・窓口相談の継続実施 ①情報提供 ○心の相談ができる窓口の情報の整備 ○こころの相談ガイド等の作成 ○自殺予防相談窓口カードの作成 ②相談スタッフの質の向上 ○相談技術のスキルアップ研修
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	35	総合相談会すこやかステップ	健康課	基本健康診査の結果等で、生活習慣を改善する必要がある人を対象に、具体的な行動変容を支援する指導を行うもの。保健師・栄養士・運動指導員が個別相談を行い、参加者が実行可能と思える行動計画を一緒に立てる。希望者には数ヶ月後に、再検査を行い、数値の変化や参加者自身の変化等で、評価を行う。	医療制度改革により特定保健指導として実施
	36	基本健康診査	健康課	住民の健康の保持・増進を図るために基本健康診査を実施する。 〈集団健診〉 19歳以上を対象に、5月から10月までの間、健康センター、コミュニティセンター、小学校などを会場として集団健診を実施している。 〈個別健診〉 65歳以上を対象に、5月から2月までの間、かかりつけ等の医療機関において個別健診を実施している。	医療制度改革に伴い基本健診が特定健診(糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査)となる。 特定健診の実施により保健指導対象者の選定と階層化を行い、その人に応じた保健指導を実施することで、糖尿病等の生活習慣病の有病者及び予備群の減少を図る。
	37	健診後事後訪問・訪問指導事業	健康課	基本健康診査で健康管理上指導が必要と認められる人とその家族に対し、健康的な生活習慣の確立のための指導を行い、健康の保持増進を図る。生活の場において、個人の状況に応じた指導を行い、生活習慣の見なおしをし、受診など必要な行動が取れるようにする。家庭において要介護状態にならずに自立した生活を送る事ができるように高齢者宅を訪問して保健指導を行う。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする訪問指導として実施する。既存の健康教育、相談のように手上げ方式の参加者が少ない中、訪問指導は地道だが唯一個人への確実な保健指導ができる手法であり、継続して実施していく。
	41	市民への広報・長岡市ホームページの活用	健康課	長岡市が実施している各教室、相談等を市民に周知するもの。	○市政だより掲載 ○健康カレンダー掲載 ○ホームページ掲載 ○医療機関へのポスター掲示 ○基本健康診査の結果判定により、対象者に各教室・相談の案内を郵送 ○デザイン、記載内容を工夫し、市民が受けたくなくなるようにする ○ポスター等を作製し、体育館やコミセンなどに掲示してもらえるように依頼する
	100	健康づくり支援店普及事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	飲食店等が住民の健康づくり支援に積極的に関わられる環境をつくり、住民が容易に健康管理を行うことができるよう普及事業を実施する。 (1)健康づくり支援店の普及 (2)地域住民に対する事業及び健康づくりに関する普及啓発	健康づくり支援店の指定目標:10店舗(毎年度)
	122	健康料理教室	食生活改善推進委員協議会	調理実習や講習会を通し、食生活の改善と健康意識の向上をはかり、食生活からの生活習慣病予防と健康づくりを目的とした料理教室を実施するもの。	引き続き全地区で実施予定 受講見込み人数の増2,000名
	130	糖尿病を知るつどい	医師会	(1)かかりつけ医が身体活動の重要性を話す(必要時個人指導する) (2)かかりつけ医が体と心の調和を図り、抑うつ状態を把握し適切な対処をする	継続して事業を実施する。
	131	すこやかともしびまつりでの健康相談窓口開設	医師会	10月6日(土)、7日(日)「すこやかともしびまつり」において、昨年同様に健康相談コーナーを開設予定	継続して事業実施予定
	132	訪問による産業保健指導	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定
	133	産業保健情報の提供	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定
	134	健康相談窓口開設診療所	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定
	135	地域産業保健センター及びセンター事業のPR	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定
	138	糖尿病献立集	栄養士会長岡支部	糖尿病患者に外食及び市販食品の利用度についてアンケート調査をし、その結果市販食品の利用が高いと判明。高齢化社会、少数世帯で食生活も家庭内食から外食や調理済食品など外部依存型へ移行している。糖尿病患者が外食や市販食品を正しく理解し、食事管理が良く出きるよ	献立集の活用を進めていく。
	139	地域の伝承料理集の発行	栄養士会長岡支部	次世代に伝えたい伝承料理を関係者アンケートからまとめたもの。	各種講習会で活用している。
	新規	地域職域連携推進協議会・生活習慣病予防部会	長岡地域振興局健康福祉環境部・健康課	地域職域保健の連携を推進することにより、働き盛りの年代の生活習慣病を予防できるよう、具体的な連携方法を検討し、体制づくりを行う。	職域の対象者が関心を持てる活動内容の検討。事業主への働きかけも必要であり、労働基準監督署や商工会議所等の機関と連携していく。

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
運動を通じて体力が つき、仲間ができる	9	障害者スポーツ競技力向上講習会	福祉相談課	障害者スポーツの活性化と競技力の向上を図り、全国レベルの選手・チームを育成するためスポーツ競技力向上講習会を開催するもの。(※特に、年齢に制限を設けていないため、実績等は青年分も含む)	実施回数 ①ハンディキャップテニス 4回 ②車いすバスケットボール 6回 参加見込人数 ①ハンディキャップテニス 40人 ②車いすバスケットボール 65人 現在の計画では、平成18年度と同程度の規模で実施予定
	10	心身障害者スポーツ教室	福祉相談課	スポーツ教室を通じて、心身障害者の身体機能の向上及び社会参加の促進を図るもの。障害の程度や、個人の運動能力に合わせた指導を行うもの。	実施予定種目 ①水泳教室 ②テニス教室 実施予定回数 各5回 参加見込人数 ①25人(全参加見込25人) ②25人(全参加見込25人)延べ250人 現在の計画では、平成19年度と同程度の規模で実施予定
	11	心身障害者スポーツ振興事業	福祉相談課	心身障害者のスポーツ振興を図るため国際的または、全国的規模のスポーツ大会に参加する心身障害者に対し激励費を交付するもの	全国・国際大会延べ出場者数見込 70人 現在の計画では、平成18年度と同程度の規模で実施予定
	30	高脂血症予防事業	健康課	動脈硬化や脳卒中などの生活習慣病と深い関係のある高脂血症について正しい知識を習得するとともに、食事、運動等の生活習慣を見直す動機づけになるように教室を実施するもの。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	31	糖尿病教室	健康課	医師・栄養士等の講義、運動実技、調理実習等を通して、糖尿病に関する知識の習得と、食生活・運動等生活習慣を見直し、自己管理を実践するための基本を学ぶもの	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	35	総合相談会すこやかステップ	健康課	基本健康診査の結果等で、生活習慣を改善する必要がある人を対象に、具体的な行動変容を支援する指導を行うもの。保健師・栄養士・運動指導員が個別相談を行い、参加者が実行可能と思える行動計画を一緒に立てる。希望者には数ヶ月後に、再検査を行い、数値の変化や参加者自身の変化等で、評価を行う。	医療制度改革により特定保健指導として実施
	37	健診後事後訪問・訪問指導事業	健康課	基本健康診査で健康管理上指導が必要と認められる人とその家族に対し、健康的な生活習慣の確立のための指導を行い、健康の保持増進を図る。生活の場において、個人の状況に応じた指導を行い、生活習慣の見直しをし、受診など必要な行動が取れるようにする。家庭において要介護状態にならずに自立した生活を送る事ができるように高齢者宅を訪問して保健指導を行う。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする訪問指導として実施する。既存の健康教育、相談のように手上げ方式の参加者が少ない中、訪問指導は地道だが唯一個人への確実な保健指導ができる手法であり、継続して実施していく。
	56	長岡まつり協賛体育事業	観光課	長岡まつりを祝い、市民が日ごろの活動の成果を競うとともに、愛好団体相互の親睦を図り、健康体力づくりを推進することを目的にスポーツ大会を開催。	実施種目：サッカー、相撲、弓道、ゲートボール、柔道、バスケットボール、駅伝、剣道、ミニバスケットボール 計9種目
	88	地域スポーツクラブ育成事業	スポーツ振興課	地域スポーツ活動の推進母体となる組織の育成や充実に年間定額の団体運営に伴う謝金を支出するほか、地域スポーツ活動推進の中核となる体育指導委員・推進員の資質の向上のため研修会などを実施することで、指導者や地域スポーツ団体の育成に努める。長岡市独自の取り組みとして、今後とも各地域における中核的な組織であるコミュニティスポーツクラブづくりへの支援を継続する。	○各コミュニティの現状把握に努めながら、コミュニティスポーツクラブ育成支援活動の推進を図る。 ○合併地域の動向を勘案して、新市全体における地域スポーツ活動の振興方策について検討する。
	89	生涯スポーツ推進事業	スポーツ振興課	学齢期、それ以前の幼児期の子どもやその保護者を対象としたスポーツ活動の実施については、(財)長岡市体育協会と連携しながら、市民体育館などの市有施設を利用した「児童や親子の体操教室」を実施しているほか、体育協会傘下の競技団体が実施するジュニアスポーツクラブやスポーツ少年団の育成などの活動支援を通じた青少年スポーツ活動の推進を行っている。また、高齢者を対象としたスポーツ事業の実施については、ゲートボール大会、高齢者スポーツ大会の実施や、地域の高齢者の健康体操教室等への指導者派遣を実施している。	各教室・大会の実施について、今後の新市全体におけるスポーツ推進事業の動向を踏まえながら、内容・運営方法等を検討していく。
	116	市民体育祭	長岡市体育協会	広くスポーツの振興を図り、スポーツを愛好する市民が、日ごろの練習の成果発表の場とするともに、愛好団体相互の交流を図り、健康体力づくりを推進することを目的に23種目の大会を開催	現行の種目に加え、市民のニーズに合わせて加盟競技団体の協力を得ながら、開催種目や種別の増設を検討する。
	117	スポーツ教室・クラブ事業運営	長岡市体育協会	市民が生涯を通してスポーツ・レクリエーション活動に親しめるよう、市民の健康体力づくりの日常化と仲間づくりを推進するため、主要体育施設における通年型のスポーツ教室・クラブを開設	現行の開設施設に加えて、合併市町村体育施設においてのスポーツクラブの新設、市民ニーズ合わせたコースの増設について検討する。また、スポーツ振興課、長岡市健康・体力づくり指導者会と協働してコミュニティーセンターを拠点としたスポーツ教室・クラブの開設(特に小学生1～3年生及び高齢者)を目指す。
	128	診療業務	医師会	(1)かかりつけ医が身体活動の重要性を話す(必要時個人指導する) (2)かかりつけ医が身体と心の調和を図り、抑うつ状態を把握し適切な対処をする	継続して事業実施予定
	132	訪問による産業保健指導	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスをを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定
133	産業保健情報の提供	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスをを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定	
134	健康相談窓口開設診療所	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスをを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	心の悩みを相談する場を確保するため心療内科の相談診療所を1か所から2か所に増やし、利用についてPRしていく。直接、心療内科に相談に行くことには抵抗があると考えられるので前段階として、産業保健センターが衛生管理者等職場の担当者の相談窓口的役割を果たす。	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
ストレスに対処することができる	3	相談事業	市民活動推進課 (ウィルながおか)	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始)月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回 からだ・性の悩み相談・・・月2回	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回、相談員2人 からだ・性の悩み相談・・・月2回、相談員6人
	13	精神保健福祉講座	福祉相談課	精神障害に対する正しい知識の普及と地域で支える理解者を増やし、障害者と住民がともに生きる地域づくりの推進を図ることを目的に、精神病についての講義や施設見学、障害者との交流を図る講座を実施するもの。関係する機関(保健所、地域生活支援センター、精神医療センター、地域活動支援センター、指定障害福祉サービス事業所、生活訓練施設等)の協力を得て実施。平成16年度にこころのバリアをなくそう講座として希望する回のみ受講も認め開催した。	平成20年度までは現行どおり 平成21年度以降は意識普及状況に応じて再考する予定
	14	こころの健康講演会	福祉相談課	精神保健福祉に関する普及啓発を目的に講演会を実施するもの 福祉相談課では総論的な内容を考えていく。 長岡保健所、2か所の精神地域生活支援センター、精神障害者家族会からの共催実施	平成20年度までは現行どおり 平成21年度以降は意識普及状況に応じて再考する予定
	33	電話等による健康相談	健康課	健康センターにおいて、保健師及び看護師、栄養士等が電話による健康相談、精神福祉相談員による面接相談を実施するもの。	毎日電話・窓口相談の継続実施 ○情報提供 心の相談ができる窓口の情報の整備 こころの相談ガイド等の作成 自殺予防相談窓口カードの作成 ○相談スタッフの質の向上 相談技術のスキルアップ研修
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	41	市民への広報・長岡市ホームページの活用	健康課	長岡市が実施している各教室、相談等を市民に周知するもの。	○市政だより掲載 ○健康カレンダー掲載 ○ホームページ掲載 ○医療機関へのポスター掲示 ○基本健康診査の結果判定により、対象者に各教室・相談の案内を郵送 ○デザイン、記載内容を工夫し、市民が受けやすくなるようにする ○ポスター等を作製し、体育館やコミセンなどに掲示してもらえようように依頼する
	78	地域活動事業	市民活動推進課	子どもから高齢者まで、からだを動かすことの楽しさ、体力の向上を目指しながら、仲間を作りあげていくことにより、日常のストレスに対処し、健やかな生活習慣を身につけていく。 長岡地域:地区コミュニティセンター実施事業 その他地域:教育委員会分室実施事業	長岡地域 実施回数(予定):262回 その他地域 実施回数(予定):154回 合計 実施回数(予定):416回
	79	生涯学習推進・相談事業	生涯学習文化課	○人材バンク「まちの先生」を活用した公開講座の開催 ○各種生涯学習関連情報の収集及び提供(まちの先生、団体・サークル、講座・教室、施設情報など)	○公募型まちの先生企画講座の推進 徐々に回数を増やし、22年度には50講座を開催する。 ○団塊世代向け講座の開催 ○公募型市民企画講座の開催 ○生涯学習コーディネーターの養成
	82	青年教育活動事業	中央公民館	将来を担う青年期の人材に対し、青年期に必要な知識や技術を獲得する場として、また、企画・立案能力、プレゼンテーション能力、コミュニケーション能力、社会、生活習慣の体得の促進する場として各種講座を開催する。	青年期に必要な知識、技能を修得するきっかけとなる講座を継続したい。
	102	精神保健福祉相談	長岡地域振興局健康福祉環境部	精神障害者等の受療や社会復帰相談から、痴呆等の老年期、アルコール、ストレス等の相談まで対象とする。 ○定例相談会 嘱託医担当 ○随時相談	継続して事業実施予定
	103	認知症介護支援ネットワーク事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	認知症高齢者の早期相談体制の確立と関係機関が連携して共に認知症介護の課題に取り組む地域介護体制の構築を図る。 ○もの忘れ相談会 ○事例検討会 ○認知症対策推進委員会	継続して事業実施予定
	106	難病患者地域支援対策推進事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	難病患者及びその家族の療養上の不安の解消とともに、安定した在宅療養生活の確保と生活の質の向上のための支援を行う。 (1)在宅療養支援計画策定・評価事業 ○難病事例検討会 ○難病関係職員研修会 ○災害(停電)時個別支援計画作成 ○その他 (2)訪問相談事業 (3)医療相談事業 ○パーキンソン病のつらい(榎の会) ○脊髄小脳変性症のつらい(SCD友の会) ○クローン病のつらい○潰瘍性大腸炎のつらい (4)難病ボランティア研修会	継続して事業実施予定
	110	在宅介護者のつらい	長岡市社会福祉協議会	在宅介護者のリフレッシュを目的として、介護に関する講話の聴講や参加者相互で悩みや体験を語り合う懇談会等を実施する。 また、キリン福祉財団が実施する旅行会の参加者推薦(市域全体)を毎年市社協が行っている。	地区社協・地区福祉会の自主事業として継続して実施していく。
	111	総合相談援助事業	長岡市社会福祉協議会	日常生活上生ずる心配ごとや福祉に関するあらゆる相談に適切な助言・指導をおこない、他の専門機関と連携して総合相談援助活動を実施する。	19年度と同様に継続する。なお、休日・夜間相談は行わず、他の実施相談所と連携を図る。
	134	健康相談窓口開設診療所	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	心の悩みを相談する場を確保するため心療内科の相談診療所を1か所から2か所に増やし、利用についてPRしていく。直接、心療内科に相談に行くことには抵抗があると考えられるので前段階として、産業保健センターが衛生管理者等職場の担当者の相談窓口的役割を果たす。
135	地域産業保健センター及びセンター事業のPR	地域産業保健センター	産業医専任義務のない小規模事業場で働く方々に健康へのアドバイスを行なうことを目的に厚生労働省(新潟労働局)が地区医師会に委託して実施していくもの	未定	
171	成人教育活動事業	中央公民館	〈人生を楽しむ住まいづくり〉 実施回数:1回 参加人数:24人 〈夜空に咲く大輪の花ー長岡大花火ー〉 実施回数:1回3コマ 参加延人数:86人 〈もうひとつの人生〉 実施回数:1回5コマ 参加延人数:100人 〈検事のおしごと〉【10月予定】 実施回数:1回 〈源氏物語の建物〉【11月予定】 実施回数:1回 〈初笑いに備える講座ー落語の聴きかたー〉【12月予定】 実施回数:1回 〈ー全ての悩みがなくなる「絶対プラス思考」ー〉【1月予定】 実施回数:1回 〈三島二郎の人間性を探る〉【2～3月予定】 実施回数1回4コマ	生涯学習を通じた生きがいづくりを支援するため、様々な講座を企画・実施していく。	

高齢期 65歳～

ありたい姿

重点課題

健康指標

行動・生活様式

現状値
(策定時)

中間値

2012年の目標

評価

はつらつ笑顔はみんなの手本

脳卒中にならない	●65歳以上の脳血管疾患の受療件数 #10		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	①入院件数 220件	192件	264件
	②入院外件数 3,295件	1,924件	2,801件
	●脳血管疾患死亡率(人口10万人対)		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	120.1	-	-
	●基本健康診査結果で高血圧、心疾患 について所見があった者の割合 #2		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	高血圧(境界含む) 男性	50.7%	61.4%
高血圧(境界含む) 女性	50.8%	60.4%	
心疾患 男性	39.7%	44.0%	
心疾患 女性	30.6%	35.2%	
歩く体力を維持する	●1kmを続けて歩くことができる人の割合		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	81.5%	-	-
	●10m歩行時間(秒)		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	60代	-	-
	男性:5.0	-	-
	女性:5.4	-	-
	70代	-	-
	男性:5.5	-	-
女性:6.2	-	-	
80代	-	-	
男性:6.6	-	-	
女性:7.7	-	-	
食事を楽しむ気持ちをもつ	●食事を工夫して楽しむ人の割合		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	86.4%	-	-
くよくよせず明るい前向きな気持ちを持つ	●心配だったり、気になったりして、 眠れないことがある人の割合 #11		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	37.5%	26.9%	-
	●ストレス解消や気晴らしの方法が ある人の割合		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	男性:50.9%	-	-
	女性:60.0%	-	-
	●自殺者数(※2) #17		
	現状値 (策定時)	中間値(2007年) 長岡地域	2012年 目標値
	16人	-	27人

1年に1回健康診断を受ける	#1	84.3%	83.9%	84.2%	85.0%	変化なし
特定健康診査結果で受診勧奨値の 人が受診する(※1)	#2	38.8%	-	25.8%	①50.0%	評価せず
1日の平均歩数	#3	現状値なし	70歳以上 男:5,862歩 女:5,484歩	-	70歳以上 男性:6,700歩以上 女性:5,900歩以上	評価せず
日常生活の中で意識的に体を動かす	#1	85.2%	84.8%	82.6%	-	全体悪化 男性悪化 女性改善
1日2食以上、主食・主菜・副菜が 揃う	#1	59.5%	59.9%	66.1%	↑	変化なし
1日1回以上家族や仲間と一緒に 食事をする	#1	80.3%	80.2%	83.5%	→	変化なし
ふれあい型食事サービスを利用し ている	#15	1,312人 (50%)	1,363人	-	1,635人(50%)	改善
地域内生産物(長岡野菜)を使った 料理を作ったり食べたりしている	#1	93.5%	96.7%	96.5%	↑	改善
周囲の人に地域内生産物(長岡野 菜)を使った料理の伝承をしている	#1	64.6%	65.9%	71.3%	↑	改善
人と話をしたり、話を聞いてもらう	#1	89.8%	93.3%	93.3%	→	改善
家族と話をすることが多い	#1	83.1%	94.5%	92.0%	→	改善

(※2) 「くよくよせず明るい前向きな気持ちを持つ」の健康指標「自殺者数」は、現状値が例年よりも低い値であったため、過去3年間(平成12~14年度)の平均値を用いることとしました。

<高齢期の中間評価まとめ>

「脳卒中にならない」の行動目標の評価では健診の未受診者対策や健診結果を生かす必要性を確認しました。「歩く体力を維持する」は高齢者の基礎体力の源であり、他の重点課題のストレスや食事の改善につながる項目です。また、運動面の男女差を考えると男性にターゲットを絞った事業や取組みが必要です。「食事を楽しむ気持ちを持つ」は長岡野菜や料理の伝承が増加しています。今後は長岡市の食育推進計画と関連した事業展開が図られます。「くよくよせず明るい前向きな気持ちを持つ」は高齢者虐待の増加や老老介護による介護者のうつ等、こころの健康づくりの必要性を確認しました。また、多くの団塊世代の人たちが地域に戻る中で、団塊の世代をターゲットにした取り組みや、団塊の世代の人の力を発揮できる場所の存在が生きがいに繋がります。

自分ができること

- 自分に合った運動を続けよう ●体調に合わせて散歩に出かけよう
- 朝のラジオ体操やハッピー体操を続けよう ●毎日15分は歩くよう
- こころがけよう ●スポーツをしよう ●足の筋肉を鍛えよう ●バランスのよい食事をとろう ●主食・主菜・副菜が揃った食事をとろう ●腹八分目までにしよう ●脂肪はとりすぎない ●1年に1回、健康診査を受けよう ●かかりつけ医を持とう ●健康診査の結果で気になるところがあたら受診しよう ●入浴後・寝る前・起床時にコップ1杯の水を飲む習慣をつけよう ●適正体重を維持しよう ●自分に合った方法でストレス解消をしよう ●十分な睡眠をとる努力をしよう ●晩酌は適量で楽しもう ●規則正しく食事をしよう(ゆっくりがグルメ) ●自分に合った食事をしよう ●おだやかな気持ちで食卓につこう ●旬の野菜(地場野菜)を取入れた食事をしよう ●郷土料理を伝承しよう ●自分で料理をしよう ●趣味や楽しみを持ち続けよう ●気軽にお茶を飲み、話をしよう ●閉じこもらないで積極的に外に出よう ●気の合う仲間をつくろう ●失敗しても気にしない ●地域の行事に参加しよう ●悩みを抱え込まず相談したり、相談相手になろう ●家庭の中で自分の仕事(役割)を見つけよう ●1日1回誰かと思いきり笑いあおう

家族ができること

- 家族で運動しよう ●誘い合って散歩に出かけよう ●家族でハイキングに行こう ●地域行事への参加を勧めよう ●高齢者の運動を励まそう ●つまずかないように、物の片づけ整理をしよう(足元に物を置かない) ●浴室と脱衣場の温度差をなくそう ●トイレに暖房を設置しよう ●家族の様子がいつもと違う時は早めに受診をすすめよう ●家族共通の趣味や会話をもち、心と体の休養を十分にしよう ●家族で健康診断結果について話し合おう ●1日1回以上家族や仲間と一緒に食事を楽しもう ●食べる人のことを考えた献立をつくろう ●家族で食事をつくろう ●家族が集まる時間をつくろう ●家族で食卓を囲もう ●茶の間に集まり団欒を ●おはようのあいさつをしよう ●家族の話をよく聞こう ●高齢者に家での役割を持たせよう ●体力的な衰えを補助し趣味や楽しみが続けられるよう応援しよう

地域でできること

- 楽しみながら運動できる行事を開催しよう ●地域のウォーキングマップをつくろう ●ウォーキング大会を開こう ●家族で参加できる行事をしよう ●地域の教室やクラブを紹介しよう ●夜でも安心して歩ける環境をつくろう(門灯をつけるとか、街灯の設置など) ●健康教室の開催(脂肪・塩分・青魚・高齢者向けメニュー・惣菜活用、夜間教室) ●公民館や地区福祉会などで男の料理を勧めよう ●地域の店、スーパーなどで栄養成分表示運動を進めよう ●健診や受診へ1人でいけない人のために送迎を手伝おう ●地域での会食やお茶のみをすすめてよう ●地域行事への参加を支援するボランティア育成をしよう ●誰でも気軽に立ち寄れる場をつくろう ●参加しやすい雰囲気のある事業を開催しよう ●世代交流のある事業をしよう ●地域の活動のPRをしよう(趣味の教室やサークル・老人クラブ) ●相談先をわかりやすくPRしよう ●シルバー人材を活用しよう

行政・関係機関ができること

- 健康づくりに歩くことが大切ということを本人、家族、地域の人に啓発する ●安全に楽しく仲間と運動できるような講座を企画する ●生活習慣病予防に関する情報の提供 ●各種健康診査の実施 ●健康教室、健康相談の開催 ●情報の収集、調査の実施 ●仲間と食事をする機会の提供 ●「うつ病」の知識普及と意識啓発 ●相談の場の情報提供と相談の場の確保 ●仲間づくり支援活動 ●生きがいづくり支援活動

注) 表中の#は中間値の出典No.

5 高齢期（65歳～）

「はつらつ笑顔は みんなの手本」

加齢とともに、誰もが身体の機能の衰えを感じるようになります。

反面、それまでの人生経験により、人との協調性やいたわり、優しさといった心の機能は充実し、ゆたかになります。そして、社会的には人生の完成期とも言える時期です。家庭や地域で生き生きと笑顔で生活したいとする高齢者の望みがあります。

重点課題：脳卒中にならない

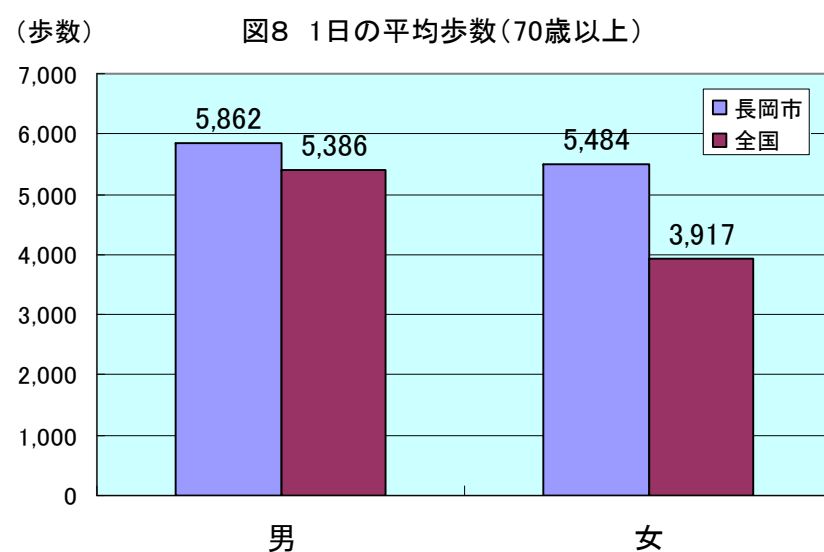
「1年に1回健康診断を受ける」割合に大きな変化はありませんでしたが、「健診後気になるところがあったら、精密検査を受ける」「健診結果に所見があり事後指導を受けている」割合は減少しています。

健診を受けて自分の健康状態を知ること、気になるところを放置せず、早めに必要な医療や指導を受けることは、生活習慣病、寝たきりの予防に大切なことです。

より多くの人々が健診を受けられるような対策と、健診を受けた人が、健診結果を正しく理解し、適切な行動をとることができる機会の確保が必要です。

重点課題：歩く体力を維持する

今回、「1日の平均歩数」を調査しました。その結果、全国の数値（*）と比較して、長岡市の方が多いことがわかりました（図8）。「日常生活の中で意識的に体を動かす」割合は、男性では減少、女性では増加しています。



生活の中で身体を動かし、足腰を鍛えることは、生活習慣病や転倒による骨折を予防し、生き生きとした生活を送る上で大切なことです。

これまで、介護予防のための事業やコミュニティでの健康づくりを行ってきましたが、参加者の多くは

女性であり、男性はなかなか集団の教室などに参加しにくい様子が見られます。男性が参加しやすくなるような取り組みが望まれます。また、自分の住んでいる身近な地域で気軽に運動ができるよう、地区のウォーキングマップ作成やそれを生かした活動が必要です。

重点課題：食事を楽しむ気持ちを持つ

「2食以上主食・主菜・副菜がそろろう」「1日1回以上家族や仲間と一緒に食事をする」「ふれあい型食事サービスを利用している」割合に大きな変化は見られませんでした。「地域内生産物（長岡野菜）を使った料理を作ったり食べたりしている」「周囲の人に地域内生産物（長岡野菜）を使った料理の伝承をしている」割合は増加しています。

バランスよく正しい食生活を送ることは心身の健康には欠かすことができません。また、本当においしい地場の野菜を購入したり、自分で育てたり、またそれらを使った地域の伝承料理を次世代に伝えていくことは、高齢者の大切な生きがいづくりにつながります。

重点課題：くよくよせず明るい前向きな気持ちを持つ

「人と話したり、話をきいてもらう」「家族と話をすることが多い」割合は増加しています。

しかし、高齢化に伴い、老々介護が増え、高齢者虐待や介護者のうつが増加が深刻な問題となってきました。

日ごろから何でも語り合え、困った時に支え合える家族や仲間・場所があることは、いきいきと暮らしていくうえで大切です。また、「寝たきりになっても、住み慣れた家で過ごしたい」というのは、多くの高齢者の願いです。

認知症予防教室の内容充実、地域でのこころの健康づくりに関する事業の展開、閉じこもり予防など、認知症やうつに関する対策が必要です。

また、団塊の世代の人たちが地域に戻る中で、団塊の世代の人が力を発揮できる場所づくりが求められます。

* 健康日本21中間評価報告より引用

●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
脳卒中にならない (定期的に健康診断を受ける/ 自分に合った質と量の食事をとる)	30	高脂血症予防事業	健康課	動脈硬化や脳卒中などの生活習慣病と深い関係のある高脂血症について正しい知識を習得するとともに、食事、運動等の生活習慣を見直す動機づけになるように教室を実施するもの。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	31	糖尿病教室	健康課	医師・栄養士等の講義、運動実技、調理実習等を通して、糖尿病に関する知識の習得と、食生活・運動等生活習慣を見直し、自己管理を実践するための基本を学ぶもの	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする生活習慣病予防教室として継続する。
	32	健康教育	健康課	地区担当保健師が地域ニーズに応じた健康教育を立案し公民館や老人クラブ等の活動と共催で実施	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とするポピュレーションアプローチとして継続する。
	35	総合相談会すこやかステップ	健康課	基本健康診査の結果等で、生活習慣を改善する必要がある人を対象に、具体的な行動変容を支援する指導を行うもの。保健師・栄養士・運動指導員が個別相談を行い、参加者が実行可能と思える行動計画を一緒に立てる。希望者には数ヶ月後に、再検査を行い、数値の変化や参加者自身の変化等で、評価を行う。	医療制度改革により特定保健指導として実施
	36	基本健康診査	健康課	住民の健康の保持・増進を図るために基本健康診査を実施する。 (集団健診) 19歳以上を対象に、5月から10月までの間、健康センター、コミュニティセンター、小学校などを会場として集団健診を実施している。 (個別健診) 65歳以上を対象に、5月から2月までの間、かかりつけ等の医療機関において個別健診を実施している。	医療制度改革に伴い基本健診が特定健診(糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査)となる。特定健診の実施により保健指導対象者の選定と階層化を行い、その人に応じた保健指導を実施することで、糖尿病等の生活習慣病の有病者及び予備群の減少を図る。
	37	健診後事後訪問・訪問指導事業	健康課	基本健康診査で健康管理上指導が必要と認められる人とその家族に対し、健康的な生活習慣の確立のための指導を行い、健康の保持増進を図る。生活の場において、個人の状況に応じた指導を行い、生活習慣の見なおしをし、受診など必要な行動が取れるようにする。家庭において要介護状態にならずに自立した生活を送る事ができるように高齢者宅を訪問して保健指導を行う。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする訪問指導として実施する。既存の健康教育、相談のように手上げ方式の参加者が少ない中、訪問指導は地道だが唯一個人への確実な保健指導ができる手法であり、継続して実施していく。
	41	市民への広報・長岡市ホームページの活用	健康課	長岡市が実施している各教室、相談等を市民に周知するもの。	○市政だより掲載 ○健康カレンダー掲載 ○ホームページ掲載 ○医療機関へのポスター掲示 ○基本健康診査の結果判定により、対象者に各教室・相談の案内を郵送 ○デザイン、記載内容を工夫し、市民が受けたくるようにする ○ポスター等を作製し、体育館やコミセンなどに掲示してもらえるように依頼する
	100	健康づくり支援店普及事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	飲食店等が住民の健康づくり支援に積極的に関われる環境をつくり、住民が容易に健康管理を行うことができるよう普及事業を実施する。 (1)健康づくり支援店の普及 (2)地域住民に対する事業及び健康づくりに関する普及啓発	健康づくり支援店の指定目標：10店舗(毎年度)
	101	県等の栄養実態調査	長岡地域振興局健康福祉環境部	国民の健康状態、栄養摂取と経費負担等の関係について調査し、国民の栄養改善の方策を検討するための基礎資料とする(国の指定があった場合実施)。	未定
	107	脳卒中情報システム事業	長岡地域振興局健康福祉環境部	「通報票」「調査票」の集計・解析をし、寝たきり予防のシステムとして有効に機能するよう情報提供、連絡調整を図る。	継続して事業を実施する。
	122	健康料理教室	食生活改善推進委員協議会	調理実習や講習会を通し、食生活の改善と健康意識の向上をはかり、食生活からの生活習慣予防と健康づくりを目的とした料理教室を実施するもの。	引き続き全地区で実施予定 受講見込み人数の増2,000名
	123	自主活動	食生活改善推進委員協議会	幼児期からの正しい食習慣づくり、貧血予防食の料理講習会、牛乳・乳製品を使った料理講習会、バランスのとれた食事づくり講習会、減塩に関する普及講習会、運動・レクリエーション活動、老人給食等ボランティア活動、食推地区研修会、在宅介護食のサポート等各地区で自主的に計画実施	引き続き全地区で実施予定 受講見込み人数の増2,000名
	130	糖尿病を知るつどい	医師会	(1)かかりつけ医が身体活動の重要性を話す(必要時個人指導する) (2)かかりつけ医が体と心の調和を図り、抑うつ状態を把握し適切な対処をする	継続して事業を実施する。
	141	生活習慣病予防のための食に関するパンフ作成、配布	栄養士会長岡支部	間食としてお菓子を食べる人は多く、食べ方によっては肥満や糖尿病など生活習慣病を引き起こす原因となる。これらを予防するため、摂取エネルギーをおさえたい方に、お菓子の80Kcal分の目安量を知ってもらい、じょうずな間食の摂り方を示す。	19年度と同様の事業を実施予定
167	健康増進活動	JA越後ながおか	(1)運動を通じて地域住民とコミュニケーションを図る (2)少人数・グループでの開催を可能にし、手軽に参加できる健康講話会を開催、健康についての関心を深める	(1)地域住民とのコミュニケーションを図る場である地区町内運動会に共催して行きたい。 (2)女性部を中心に、組合員にも参加を呼びかけ健康についての関心をより一層深めて行きたい。(住民健診の事後指導的な意味も含めて)	
169	食生活の普及	JA越後ながおか	食生活リーダーを中心に栄養改善指導の実施	○住民健診の結果から、毎日の食生活で注意すべき点をテーマにあげ、健康料理の伝達講習会を開く。 ○家族の健康、地域住民の健康を守るための、安全な野菜作り(食+農)	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
歩く体力を維持する	38	貯筋クラブ(19年度から名称変更)	介護保険課	要介護状態の原因の一つである転倒・骨折の予防を目的に、下肢筋力の維持向上のための軽体操(ストレッチや簡単な筋肉トレーニング)やレクリエーションを行い、運動習慣の動機づけや仲間づくりを図る教室を実施するもの。	運動機能の維持・向上を目指した教室を実施する。
	39	健脚度測定調査事業	介護保険課	運動機能の低下が高齢者の転倒の要因となることから、健脚度(歩行能力、バランス能力、筋力測定等)を測定調査し、長岡市の高齢者の現状を把握するとともに、参加者に対して、転倒予防の啓発と動機づけを行うもの。また調査データは市として今後の転倒予防を含む介護予防事業の展開や対策に活かすための基礎データとするもの。測定調査年度は14・15・17・24年度で、調査データは医療専門機関に分析を依頼する。	24年度に全地区で調査を実施する予定
	40	サークル支援事業	介護保険課	高齢者が中心で定期的・自主的に集まり活動している団体に対して、健康づくりの講話や軽体操などのプログラムの提供と講師の派遣を行う。	地域の実情をみながら、高齢者の各種集いを支援するとともに、新規立ち上げを行う。
	43	地域健康づくり事業	健康課	コミュニティで運動ができる機会が増えるように、ウォーキングの普及等、地域での健康づくり活動を支援する。	ウォーキングマップの作成、配布。 地区のウォーキング大会の開催など、コミュニティセンターと連携しながら展開していく。
				コミュニティの健康づくり組織の活性化を図るもの。地区担当保健師・栄養士が地区の実情を把握し、住民とともに考えながら住民がつくる健康づくり活動を支援するもの。昭和63年より、健康づくりの実施地区に対して、運営謝金を支払い、地区活動の充実を図ってきた。平成15年「ながおかヘルシープラン21推進事業」において「コミュニティ健康づくり事業」として位置づけられた。また、コミュニティ構想に合わせ、従来からの健康づくり推進委員会はコミュニティ運営組織と融合または協働・連携する形で組織化されている。31地区全てに健康に関する部会は設置され、スポーツと一緒にしているところが多い。	ながおかヘルシープラン21の中間評価後を受けて、内容・実施地区数、方法を検討していく
	79	生涯学習推進・相談事業	生涯学習文化課	○人材バンク「まちの先生」を活用した公開講座の開催 ○各種生涯学習関連情報の収集及び提供(まちの先生、団体・サークル、講座・教室、施設情報など)	○公募型まちの先生企画講座の推進 徐々に回数を増やし、22年度には50講座を開催する。 ○団塊世代向け講座の開催 ○公募型市民企画講座の開催 ○生涯学習コーディネーターの養成
	88	地域スポーツクラブ育成事業	スポーツ振興課	(1)地域スポーツ活動の推進母体となる組織の育成や充実に伴う年間定額の団体運営に伴う謝金を支出するほか、地域スポーツ活動推進の中核となる体育指導委員・推進員の資質の向上のため研修会などを実施することで、指導者や地域スポーツ団体の育成に努める。 (2)長岡市独自の取り組みとして、今後とも各地域における中核的な組織であるコミュニティスポーツクラブづくりへの支援を継続する。	(1)各コミュニティの現状把握に努めながら、コミュニティスポーツクラブ育成支援活動の推進を図る。 (2)合併地域の動向を勘案して、新市全体における地域スポーツ活動の振興方策について検討する。
	89	生涯スポーツ推進事業	スポーツ振興課	学齢期、それ以前の幼児期の子どもやその保護者を対象としたスポーツ活動の実施については、(財)長岡市体育協会と連携しながら、市民体育館などの市有施設を利用した「児童や親子の体操教室」を実施しているほか、体育協会傘下の競技団体が実施するジュニアスポーツクラブやスポーツ少年団の育成などの活動支援を通じた青少年スポーツ活動の推進を行っている。 また、高齢者を対象としたスポーツ事業の実施については、ゲートボール大会、高齢者スポーツ大会の実施や、地域の高齢者の健康体操教室等への指導者派遣を実施している。	各教室・大会の実施について、今後の新市全体におけるスポーツ推進事業の動向を踏まえながら、内容・運営方法等を検討していく。
	117	スポーツ教室・クラブ運営事業	長岡市体育協会	市民が生涯を通してスポーツ・レクリエーション活動に親しめるよう、市民の健康体力づくりの日常化と仲間づくりを推進するため、主要体育施設における通年型のスポーツ教室・クラブを開設	現行の開設施設に加えて、合併市町村体育施設においてのスポーツクラブの新設、市民ニーズ合わせたコースの増設について検討する。また、スポーツ振興課、長岡市健康・体力づくり指導者会と協働してコミュニティセンターを拠点としたスポーツ教室・クラブの開設(特に小学生1～3年生及び高齢者)を目指す。
	149	ウォーキングコースの整備、イベント開催	長岡市老人クラブ連合会	転倒・骨折の予防と下肢筋力の維持向上のための運動習慣の動機づけや仲間づくりを図る	未定
170	運動機能向上 単発教室	介護保険課	転倒骨折予防に関する知識啓発・普及を図ることを目的に、ハッピー体操・足腰元気度測定・運動講座等を実施する。	全市に普及する。	
178	地域型介護予防デイサービス事業	介護保険課	要支援・要介護状態となるおそれがある高齢者(特定高齢者・特定高齢者候補者)に対して、運動器の向上、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防の4つ介護予防プログラムを対象者に合わせて実施し、6か月後効果を確認していくことで、要支援状態になることを予防する。市内社福法人へ事業委託。 【市としての役割】 受託事業所に対し介護予防プログラムの進め方を提案・指導。それに伴う研修会を実施	20年までは現行どおり。21年からは介護保険制度の見直しに合わせ変更予定。	

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
食事を楽しむ気持ちを持つ	112	地域福祉・在宅福祉サービス事業	長岡市社会福祉協議会	高齢者や心身障害者などサービスを必要とする方を利用会員、熱意を持ってこの事業に協力くださる方を協力会員として市民主体の互助活動を行なうもの。市社協を実施主体に、概ね小学校区を単位として組織された地区福祉会・地区社会福祉協議会で活動を展開している。	平成20年度 延利用者数 630人 年間総利用回数 3,750回 平成23年までに、市内全地域における事業の拡大・展開を図る。
	113	ふれあい型食事サービス事業	長岡市社会福祉協議会	地区内の高齢者等に対して、月1回から週1回の範囲で、ボランティアにより定期的に食事サービスを実施するもの。実施地区の地域ニーズに応じ、配食又は会食の形態で行なっている。	平成20年度 年間総食数 66,430食 平成23年までに、市内全地域における事業の拡大・展開を図る。
	115	お茶のみサロン(ふれあいサロン、いきいきサロン)	長岡市社会福祉協議会	地区内の高齢者等が公民館などの身近な場所に集まり、地域のボランティアの参加のもと、気軽に楽しい時間を過ごす仲間づくりの活動。	地区社協・地区福祉会の自主事業として継続して実施する。
	新規	食育推進計画	健康課	平成20年から25年までの計画	各種計画と連携・調和を図りつつ総合的な市民運動として展開する。

重点項目	No	事業名	実施主体	事業内容	20～24年度取り組み予定
くまへはす明るい前向きな気持ちを持つ	3	相談事業	市民活動推進課 (ウィルながおか)	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回 からだ・性の悩み相談・・・月2回	ウィルながおか相談事業 ○一般相談 (平成15年度開始) 月曜日から土曜日(ウィルながおか開館時間) ○専門相談 こころの悩み相談・・・月2回、相談員2人 からだ・性の悩み相談・・・月2回、相談員6人
	8	民生委員活動	福祉総務課	民生委員は、関係町内会からの推薦のもと、市推薦会、県を通じて厚生労働大臣から委嘱され、民生委員法その他の関係法令により、地区民生委員児童委員協議会(民生委員法により一定の区域ごとに組織する)を母体にその職務に当たっている。特に地域社会から孤立しがちな高齢者に対しては、民生委員という存在のPRや相談できる場の確保が重要となっている。各地区とも、高齢者が明るく前向きに暮らしていけるよう、地域コミュニティ組織等とも連携のうえ様々な取り組みを行っているが、地区間同士の連携も含め、拡充に向けて必要な支援を行う。	高齢者世帯及び母子世帯等への見守り、支援を行うための相談役であり、行政とのパイプ役であることを広く知ってもらうためのPRを行い、災害時には、要援護者名簿を活用し、安否確認が迅速に行えるよう日頃から地区民児協の組織力の充実強化を図る。
	32	健康教育	健康課	地区担当保健師が地域ニーズに応じた健康教育を立案し公民館や老人クラブ等の活動と共催で実施	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とするポピュレーションアプローチとして継続する。
	33	電話等による健康相談	健康課	健康センターにおいて、保健師及び看護師、栄養士等が電話による健康相談、精神福祉相談員による面接相談を実施するもの。	毎日電話・窓口相談の継続実施 ○情報提供 心の相談ができる窓口の情報の整備 こころの相談ガイド等の作成 自殺予防相談窓口カードの作成 ○相談スタッフの質の向上 相談技術のスキルアップ研修
	34	あなたの健康相談室	健康課	心身の健康及び栄養や食事に関する相談に応じて必要な指導助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的に、健康センター内に月1～2回開設するもの。電話で事前予約をとり、来庁者に対して個別相談をする。	特定保健指導の対象者以外の相談窓口として開設、回数の増加
	37	健診後事後訪問・訪問指導事業	健康課	基本健康診査で健康管理上指導が必要と認められる人とその家族に対し、健康的な生活習慣の確立のための指導を行い、健康の保持増進を図る。生活の場において、個人の状況に応じた指導を行い、生活習慣の見直しをし、受診など必要な行動が取れるようにする。家庭において要介護状態にならずに自立した生活を送る事ができるように高齢者宅を訪問して保健指導を行う。	老人保健法の廃止に伴い、健康増進法を根拠とする訪問指導として実施する。既存の健康教育、相談のように手上げ方式の参加者が少ない中、訪問指導は地道だが唯一個人への確実な保健指導ができる手法であり、継続して実施していく。
	79	生涯学習推進・相談事業	生涯学習文化課	○人材バンク「まちの先生」を活用した公開講座の開催 ○各種生涯学習関連情報の収集及び提供(まちの先生、団体・サークル、講座・教室、施設情報など)	○公募型まちの先生企画講座の推進 徐々に回数を増やし、22年度には50講座を開催する。 ○団塊世代向け講座の開催 ○公募型市民企画講座の開催 ○生涯学習コーディネーターの養成
	85	高齢者趣味の教室	中央公民館	○高齢者趣味の教室 高齢化社会に対応し、より豊かで生きがいのある高齢期が過ごせるよう、趣味・創作活動及び、学習講座を実施するとともに参加者相互の親睦と交流、自助自学の精神の向上を図る。 ○悠久大学 高齢者教育事業の一環として、身近な市民・地域及び社会問題、健康・生きがいなどの課題を取り上げた講座を開設する。	継続して事業を実施する。
	115	お茶のみサロン(ふれあいサロン、いきいきサロン)	長岡市社会福祉協議会	地区内の高齢者等が公民館などの身近な場所に集まり、地域のボランティアの参加のもと、気軽に楽しい時間を過ごす仲間づくりの活動。	地区社協・地区福祉会の自主事業として継続して実施していく。
	128	診療業務	医師会	○かかりつけ医が身体活動の重要性を話す(必要時個人指導する) ○かかりつけ医が身体と心の調和を図り、抑うつ状態を把握し適切な対処をする	継続して事業を実施する。
	150	単位クラブ活動	長岡市老人クラブ連合会	脚・腰の老化を防ぎ、世代間の交流を通して運動習慣の動機付けを図る	未定
	151	健康維持スポーツ大会	長岡市老人クラブ連合会	手軽にみんなで楽しめる高齢者の活動にあった軽スポーツを行なう。	未定
	164	高年齢者就業機会確保事業	長岡市シルバー人材センター	○高年齢者の就業に関する情報の収集及び提供 ○高年齢者の就業に関する調査研究 ○高年齢者の就業に関する相談 ○臨時的かつ短期的な就業(雇用を除く)又はその他の軽易な業務に係る就業機会の確保及び提供 ○臨時的かつ短期的な雇用による就業又はその他の軽易な業務に係る就業(雇用による)の無料職業紹介 ○就業に必要な知識・技能の付与を目的とした講習会の実施	○受託事業の拡大 技術 技能 事務整理 管理 折衝外交 軽作業 福祉家事援助サービス(介護・育児支援含む)等受託事業 ○就業機会創出員による就業開拓 ○高齢者生活援助事業の拡大 ○育児支援事業の開拓 ○ホリトカー職種の事業開拓 ○講習会実施による技能向上 剪定、除草、草刈、冬囲い、襖張り、障子張り、花植え、網戸、パソコン、塗装、毛筆、硬筆、料理、介護、子育て支援、包丁とぎ、応対マナー、救急法、ハウスクリーニング、しめ縄作り、安全講習等 ○地域の特色を活かした独自事業の開拓 児童一時預り事業、しめ縄作り、手毬作り
	新規	被災地域こころの講演会	健康課・こころのケアセンター	中越大震災で被災し、こころに変調をきたした人もいます。こんな時そここころの健康に目を向け、うつ予防やストレスの対処等について学び、自分や隣人のこころの健康を考える機会とする。	地域での理解を深めるために、まだ講演会を実施のない地区や対象者に向けて、講演会の周知に努める。
	新規	ながおかヘルシープラン21推進部会 ～こころの健康づくり部会～	健康課	ながおかヘルシープラン21を推進していくため、こころの健康づくり関係団体実務者及び関係課事業担当で、こころの健康づくり部会を組織し、重点項目に関する対策についての検討及び事業化を行うもの。また、関係団体、市民が一体となって健康づくりを推進するためのネットワークづくりを目指すもの。	職域との連携も含め、具体的な活動を展開していく。こころの健康づくりに関する普及啓発と相談体制の整備が必要である。
新規	認知症予防教室	介護保険課	地域型認知症予防プログラムは、認知症予防を目的として実施している教室である。定期的に教室○自主グループ活動に参加できることは、社会参加への意欲が高まり、地域へ認知症予防の普及ができる。	1教室の参加者が6から10人と限定されるプログラムのため、高齢者が好んでより参加しやすいパソコンプログラムや短期教室を検討していく。	

全世代共通（環境）

ありたい姿	重点課題	健康指標				行動生活様式	現状値 (策定時)	中間値		2012年 の目標	評価
								長岡地域	全市		
		現状値 (策定時)	中間値(2007年)		2012年 目標値						
健康で安全(安心)に暮らせるまち 豊かな自然がありふれあえる	ユニバーサルデザインによるまちづくり	●バリアフリーの歩道設置距離 #12				歩道の除雪に満足している人の割合 #1	10.5%	15.8%	17.2%	↑	改善
		現状値 (策定時)	中間値(2007年)		2012年 目標値						
		1,930m (H15.4.1現在)	5,514m	-	8,930m						
		●歩道の設置率 #13				歩道・自転車道の段差等に困る人の割合 #1	58.8%	52.0%	49.7%	50%	改善
		現状値 (策定時)	中間値(2007年)		2012年 目標値						
		市道13.2%	13.8%	-	↑	歩道、自転車道の街灯等に満足している人の割合 #1	現状値なし	18.3%	18.6%	↑	評価せず
	●歩道等設置道路延長(※1) #13										
	現状値 (策定時)	中間値(2007年)		2012年 目標値							
		185,942.21m	194,621.26m	-	↑						
	ごみをできるだけ出さないようにする(ごみの減量)	●リサイクル率 #14				1人・1日当たりごみ排出量(総量) #14	H13実績(総量) 1,153g	-	1,083g	H23 1,052g	評価せず
現状値 (策定時)		中間値(2007年)		2012年 目標値							
10.5%		-	21.9%	23%	処分すべきごみの量(※2)	1,073g	-	878g	790g		
●リサイクルに協力している人の割合											
現状値 (策定時)		中間値(2007年)		2012年 目標値	資源物の量(※2) #14	80g	-	205g	261g		
47.0%		-	-	↑							簡易包装や買い物袋の持参に協力している人の割合 #1
				洗剤は詰め替え製品を選んでいる人の割合 #1	55.9%	84.8%	85.1%	85.0% (※3)	改善		

<環境編の中間評価まとめ>

環境に関する重点課題は全体的に改善しています。歩道除雪の満足度は、除雪基準は長靴高さの15cmとされていますが、雪でもスニーカー等を履く人が増えた背景が考えられます。段差に困る人の割合についても、ニーズの多様化が影響していると思われます。街灯の満足度は、防犯灯と街灯の違いに対する理解や、都市部・農村部での明るさの違いが影響していることが考えられます。街灯の設置に関しては、補助制度について周知を充分にする必要があります。詰め替え製品の選択について、社会全体の意識が変わってきています。ごみ袋の有料化で、エコバックの利用など市民の意識も変化しています。子どもの頃から、ごみを減らすことへの意識啓発が大切です。

自分ができること
 ●駐輪で道路をふさがない ●段差で困っている人などに手助けができることをする ●買い物にはマイバックを持参する ●簡易包装を申し出る ●洗剤などは詰め替え用を買う ●ゴミは分別して出そう ●資源ゴミは活かそう ●買う前に考えよう ●ゴミをポイ捨てしないようにしましょう
 ○もったいないの心で3R(リデュース・リユース・リサイクル)を実践しよう*

家庭でできること
 ●家の前の歩道確保のための除雪に協力しよう ●分別用のごみ箱を置こう ●生ゴミの減量をこころがけよう ●生ゴミ処理機を使おう ●コンポスト、ボカシを使おう ●資源ゴミを廃品回収に出そう
 ○もったいないの心で3R(リデュース・リユース・リサイクル)を実践しよう*

地域ができること
 ●除雪を地域で協力する ●歩道に物を置かないようにしましょう ●資源ゴミの分別回収に協力しよう ●不要な包装等をしないようにしましょう ●リサイクルを考慮した商品を扱おう
 ○もったいないの心で3R(リデュース・リユース・リサイクル)を実践しよう*

行政・関係機関ができること
 ●段差のないまちづくり ●安全に動ける歩道・自転車道の整備 ●公共交通機関のバリアフリー化 ●ゴミを減らすことへの意識啓発 ●ゴミの分別の推進 ●資源再利用の情報の普及 ●ゴミの再利用(コンポスト・ボカシ)をすすめる ●市民活動の育成・支援 ●ホームページによる各種地域循環活動情報のPR
 ○3R(リデュース・リユース・リサイクル)の普及啓発と実践*

○を追加しました。

(※1) ユニバーサルデザインによるまちづくりの健康指標「歩道の設置率(=歩道等設置道路延長/実延長)」は、歩道の整備と同時に車道の整備が進んでおり数値がなかなか伸びないため、「歩道等設置道路延長」も指標に追加しました。

(※2) 1人・1日当たりごみ排出量は「ごみと資源物の総量」です。総量の内訳として「処分すべきごみの量」と「資源物の量」を指標に追加しました。目標値は、平成18年度に策定した「長岡市一般廃棄物(ごみ)処理基本計画」の平成23年度目標値より引用しました。

(※3) 詰め替え製品の選択について、目標値の65%が達成したので、中間値維持の85%に目標値を変更しました。

* 3R (Reduce, Reuse, Recycle)
 Reduce (リデュース: 発生抑制) ...物を大切に使い、ごみを減らすこと。
 Reuse (リユース: 再使用) ...使える物は、繰り返し使うこと。
 Recycle (リサイクル: 再生利用) ...ごみを資源として、再生して利用すること。

注) 表中の#は中間値の出典No.

6 環境（全世代共通）

「豊かな自然がありふれあえる 健康で安全(安心)に暮らせるまち」

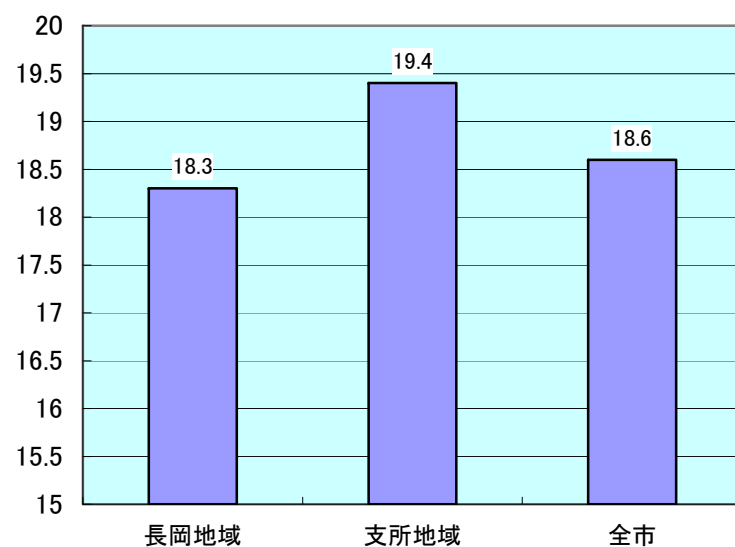
健康なまちは、安心して暮らせる生活環境があってこそ築くことができます。緑豊かな恵まれた自然環境やきれいな川、出かけやすいまちなど、日常生活における環境と安全性の確保が不可欠です。

重点課題：ユニバーサルデザインによるまちづくり

「歩道の除雪に満足している人の割合」は増加、「歩道・自転車道の段差に困る人の割合」は減少しています。しかし、ベビーカーや自転車を利用する人、足腰の機能が低下した高齢者からは、まだまだ困るという声が聞かれます。取り組みの1つとして、19年度より、市道の除雪出動基準を全地域 10cmに統一しました（国・県道は20cm）。今後も地域の連携と除雪体制の効率化、段差のない道路の整備を進めていく必要があります。

今回、「歩道・自転車道の街灯に満足している人の割合」を調査しました。その結果、長岡地域 18.3%、全市 18.6%でした（図9）。市で実施している街灯等の補助制度について、町内会への周知を徹底し、必要なところに街灯が設置されるような働きかけが必要です。

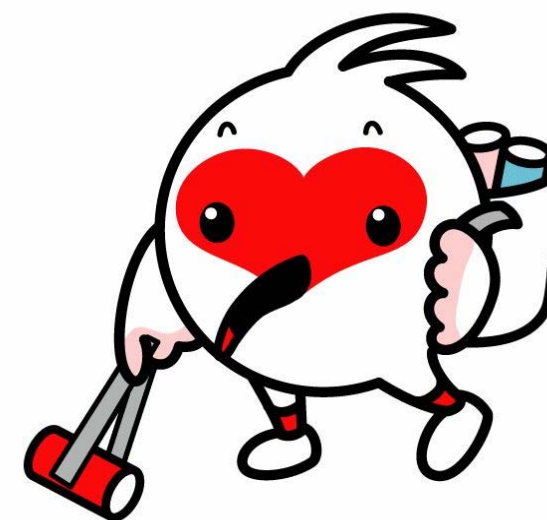
(%) 図9 歩道・自転車道の街灯に満足している人の割合



重点課題：ごみをできるだけ出さないようにする（ごみの減量）

社会全体の環境に対する意識の変化やごみ袋の有料化などで、「簡易包装や買い物袋の持参に協力している人の割合」「洗剤の詰め替え製品を選んでいる人の割合」は増加しています。

しかし、世代によってはまだ低いところもあり、今後はその世代への働きかけが必要となります。また、子どものうちから、ごみの分別、ごみを減らすことへの意識啓発を継続していくことも大切です。



●重点事業の今後の取り組み

重点項目	No	事業名	担当	事業内容	20～24年度取り組み予定
ユニバーサルデザインによるまちづくり	7	バリアフリーのまちづくり(新潟県福祉のまちづくり条例)	福祉総務課・都市開発課	○条例の目的:高齢者、障害者の自立と社会参加を促進するために、県民の理解のもとに、高齢者、障害者等が安全かつ快適に地域で生活できるような生活環境を図る施策を推進する。 ○条例の内容:多数の人が利用する建物、施設等の整備について一定の基準を設ける。(便所、廊下、エレベーター、駐車場、歩道等)事業者は建築確認申請時において整備を進めるとともに市が事業者へ指導を行う。 ○県から市への事務委任:次の業務について、住民に最も身近で地域行政を担う市の役割が重要であることから県条例により市町村事務(県条例による事務処特例制)とする。 (1)事前協議の受理及び指導・助言 (2)工事完了届けの受理及び完了検査 (3)整備基準適合証の交付 (4)既存施設の状況把握及び指導・助言 (5)公共的施設所有者への勧告及び公表	誰もが利用しやすい施設建設の推進のため、事前協議を受付した公共的施設については、70%以上の施設が適合となるよう整備基準を遵守することを事業者に対し指導・助言し、整備を進めるよう努める。
	57	長岡市交通バリアフリー基本構想推進事業	交通政策課	平成15年1月に策定した「長岡市交通バリアフリー基本構想」について、リーフレットや市政出前講座等により市民への周知を図る。	・リーフレットの配布による市民への周知 ・各市民団体等への出前講座の実施
	59	バリアフリー歩行者空間ネットワーク整備事業	道路建設課	本格的な高齢者化社会を迎え、高齢者や障害者をはじめ、誰もが安全で快適に暮らせるまちづくりを目指し、安心して移動できるバリアフリー化した歩道のネットワーク化を図るための歩道整備を年次計画で実施するもの。	長岡駅周辺地区 市道東幹線20号線L=620m市道東幹線64号線L=220m市道765号線L=200m 富曾亀・川崎地区 市道東幹線44号線L=170m 用地買収、物件補償 total L=1,210m
	60	雪みち計画推進事業	道路管理課	雪みち計画設定エリア内の幹線道路の歩道が整備されている路線を選定し、歩道除雪等を実施する計画を官民一体となって策定し、歩行者空間確保を実施するもの。	中央地区、大島・希望が地区、上川西地区、富曾亀・栖吉地区、上組地区、日越地区、関原地区、青葉台地区、新組・黒条地区、山本地区、柿地区、石坂地区、太田地区、前川地区、岡南地区、下川西地区、福戸地区、才津・深沢地区、宮本・大積地区 計208.2km
	108	(歩道)バリアフリーまちづくり事業	長岡地域振興局 地域整備部 維持管理課	高齢者や障害者をはじめとし、誰もが安心して移動できる歩行者空間の確保を図ることを目的に、バリアフリーまちづくり事業整備計画を県・市の連携により策定し、県単事業で計画的にバリアフリー化した歩道整備を図るもの。	一般国道 351号 長岡市 大島新町1丁目～3丁目 歩道工 L=437m(歩道ΣL:両側=886m)
	109	県道の歩道整備事業	長岡地域振興局 地域整備部 維持管理課	交通量が多く、大型車の混入率が高い主要地方道について、一般住民は基より通学する児童・生徒の安全を図るために計画的に歩道整備を図るもの。	主要地方道 長岡見附三条線 長岡市 浦瀬町～亀貝町 歩道工L=740m
	177	交通安全地区一括事業	長岡地域振興局 地域整備部 維持管理課	長岡駅周辺地区は長岡市交通バリアフリー基本構想における重点整備地区である。この長岡駅を中心とした公共関連施設を連絡する経路について、車道横断箇所における段差解消や視覚障害者誘導ブロックを配置するなど、自転車や歩行者の通行、高齢者や障害者の通行をより安全なものにして、すべての人が安全で快適に移動できる様に歩道の整備を図るもの。	一般国道 351号(すずらん通り) 歩車道段差切下工(市道交差点) 長岡市 東坂之上町 n=9箇所

重点項目	No	事業名	担当	事業内容	20～24年度取り組み予定
ゴミをできるだけ出さないようにする（ゴミの減量）	47	(仮)ホームページ「ごみから資源へ」	環境政策課	各地域・各団体の活動状況を把握し、連携した活動ができるように情報の提供を行う。	「環境ネットワーク」作りをより具体的にするために、団体同士が意見交換のできる場を提供していく。
	48	環境学習・啓発推進事業	環境政策課	ごみの減量など、環境に関する意識を高めるための学習会や講座を行う。	啓発用パンフレットの作製などにより、多くの市民に環境のあり方をPRする。 「市民エコセミナー」並びに「夏休み子ども環境探検隊」を継続して実施予定。
	49	環境まつり開催	環境政策課	ごみの減量や、リサイクルの推進など環境に関する意識を高めてもらうために、広く市民に対し、楽しみながら環境について知ることができる催しを実施する。	その年の社会情勢などを考慮して、毎年テーマを定めて広く市民に環境保全をPRしていく。
	51	ごみの有料化によるごみ改革事業	環境業務課	「プラスチック容器包装材の分別収集」や「粗大ごみの戸別収集」と合わせて「家庭ごみの一部有料化」を、平成20年4月から全市域に適用し、ごみの減量と資源のリサイクルを進め、健康的で安心快適な生活環境を確保する。	健康で安心快適な生活をおくるため、市政だより、支所だより、ごみ情報誌のほかインターネットなどを活用し、一層のごみの減量と資源のリサイクルの推進を訴え、市民のごみに対する意識を高揚させる。
	52	指針作成	環境業務課	ごみの減量とリサイクルを推進するため、ごみになる物は買わない、ごみを出す前に再利用できないか考える、ごみを出す時はしっかり分別する。市民として、できるだけごみを出さない、もったいないという意識啓発を図っていく。	「ごみ処理基本計画」の方針に沿って、「3R」の実践によるごみの減量とリサイクルの推進について、市民に周知するとともに意識啓発を図る。
	53	リサイクル店の市民への紹介	環境業務課	市、市民及び事業者が一体となってごみの減量とリサイクル運動を推進し、資源循環型社会を構築するため、ごみの減量や資源化に積極的に取り組む市内の事業所を「長岡市ごみ減量・リサイクル協力店」に認定し、市民に各協力店の取組みなどに関する情報を提供して、活用促進を図る。	ごみ減量・リサイクル協力店制度の拡充を図り、協力店を増やし市民の利用促進を働きかけ、資源循環型社会を構築する。
	54	市政だより・ごみ情報誌発行	環境業務課	ごみの減量とリサイクルを推進するため、市政だよりやごみ情報誌などを通して、市民意識の高揚、ごみ分別の推進を図る。	正しい「ごみと資源物の分け方と出し方」を実践することが「ごみの減量と資源のリサイクル」を促進することになり、それにより快適な生活環境になることを理解してもらえるように、市政だよりやごみ情報誌、インターネットなどあらゆるメディアを活用して市民への周知と意識啓発に努める。
	55	電動生ごみ処理機器への助成	環境業務課	生ごみを減らして、たい肥として資源化をするための処理機器の普及を図るため、生ごみ処理機器(たい肥化容器、電動生ごみ処理機)の設置者に対する補助金交付制度を拡充する。	補助金交付制度を継続・活用し、各家庭の自己処理による生ごみの資源化とごみの減量を図っていく。
	62	(小学校における)環境教育	学校教育課	小学校の社会科や総合的な学習の時間などで、ごみの減量化やごみの分別の推進等、環境についての学習を行い、環境教育の充実を図る。	ごみをできるだけ出さないように、小学校の社会科や総合的な学習の時間などで、ごみのゆくえ調べや資源の再利用についての学習を行い、ごみの減量化やごみの分別の大切さを学ぶ環境教育を推進する。
	63	環境学習・啓発推進事業	学校教育課	小・中学校の総合的な学習の時間・特別活動などで環境教育を行い、ごみの減量化やごみの分別等の啓発推進の充実を図る。	小・中学校の総合的な学習の時間・特別活動などで環境教育を行い、ごみの減量化やゴミの分別等の啓発推進の充実を図る。
	155	エコグリーンクラブ事業	NPO地域循環ネットワーク	電気乾燥処理機で乾燥された生ごみを回収して、豚の飼料にしています。回収重量に応じて年2回肉として還元されます。年会費 3,000円(一般家庭)	
	156	割り箸リサイクル事業	NPO地域循環ネットワーク	「わりばしメイト」として協力していただいている飲食店などから出るわりばしを回収・分別して、パルプや炭の原料として利用しています。	
	157	給食残さ再利用事業	NPO地域循環ネットワーク	長岡市内の小中学校、保育園から給食で出る野菜くずや残さを回収して豚の飼料として利用しています。資源・食の循環と、協働のしくみが広がっています。	
	158	古紙リサイクル事業	NPO地域循環ネットワーク	雑古紙100%使用で完全無漂白製品の普及(トイレトーパー) 牛乳パック再生紙ひもの販売	
159	資源・農業循環交流事業	NPO地域循環ネットワーク	柿町の味噌桶城址周辺の里道、里山の保全、復旧活動、わりばし、竹、もみがら、里山整備で出る間伐材、建築端材などを炭にする。生ごみリサイクルなど循環型社会を構築していく仲間との交流の場として開催(情報交換)		
160	廃食油再生事業	NPO地域循環ネットワーク	一般家庭・事業所から出る廃食油を回収して燃料として再生利用		

■ 出典

#No.	団体・機関名	出典 (調査名等)	(年度)
1	市健康課	ながおかヘルシープラン21 中間評価調査結果報告	(H18)
2	市健康課	長岡市基本健康診査事業	(H18)
3	市健康課	ながおかヘルシープラン21 歩数調査	(H19)
4	市子ども家庭課		(H18)
5	市子ども家庭課	乳幼児健康診査事業	(H18)
6	市子ども家庭課	妊婦健康診査事業	(H18)
7	市保育課		(H18)
8	市学校教育課		(H18)
9	市学校教育課	平成18年度児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査(文部科学省調査)	(H18)
10	市国保医療課		
11	市介護保険課	健脚度調査	(H17)
12	市道路建設課	長岡市交通バリアフリー道路特定計画(長岡駅周辺)	(H18)
13	市道路管理課		(H18)
14	市環境業務課	長岡市一般廃棄物(ごみ)処理基本計画	(H18)
15	長岡市社会福祉協議会		
16	県	児童相談所	(H18)
17	県	平成18年新潟県衛生年報	(H17)

※中間値に関する出典を掲載。

