

**第2次まにわ食育・健康づくり計画**  
中間評価報告書について

**真庭市**

## 第1章 第2次まにわ食育・健康づくり計画の概要について

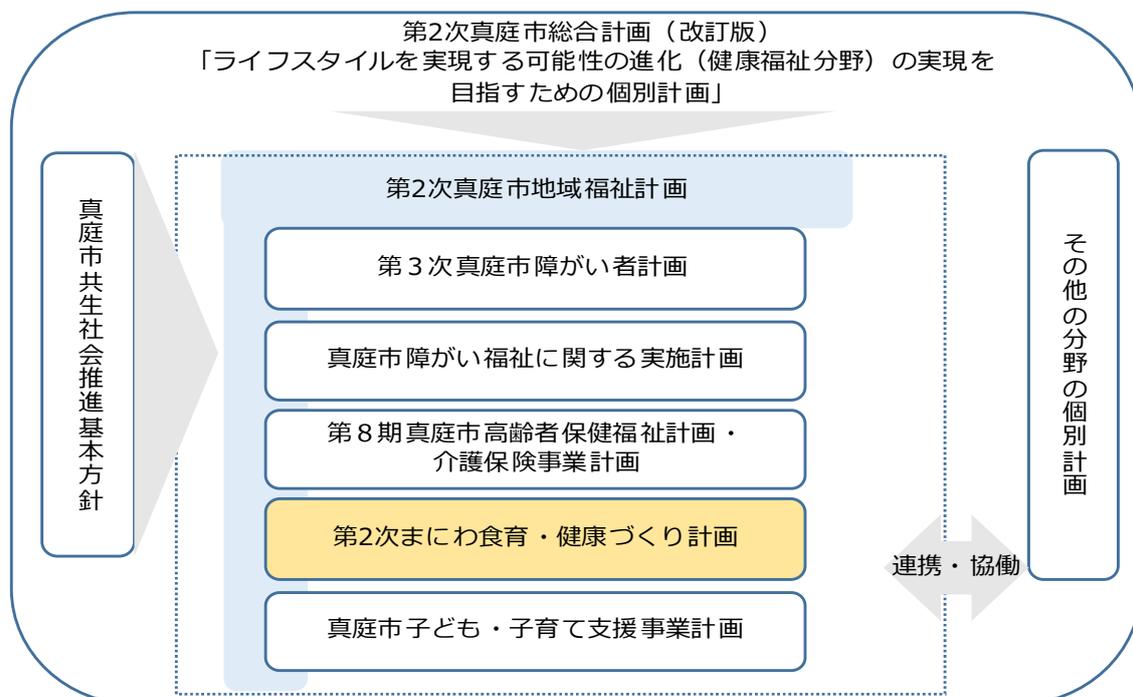
本市では、すべての市民が元気で希望のわく真庭の実現を目指し、平成28年3月に第2次まにわ食育・健康づくり計画を策定し、市民の食育・健康づくりの推進に取り組んでいます。

計画の推進にあたっては、「市民が主役の健康づくり」「健康を支えあう地域づくり」を施策推進の方向性のもと、8つの分野を設定し、さまざまな関係機関・団体と連携しながら持続可能な取組を進めていきます。

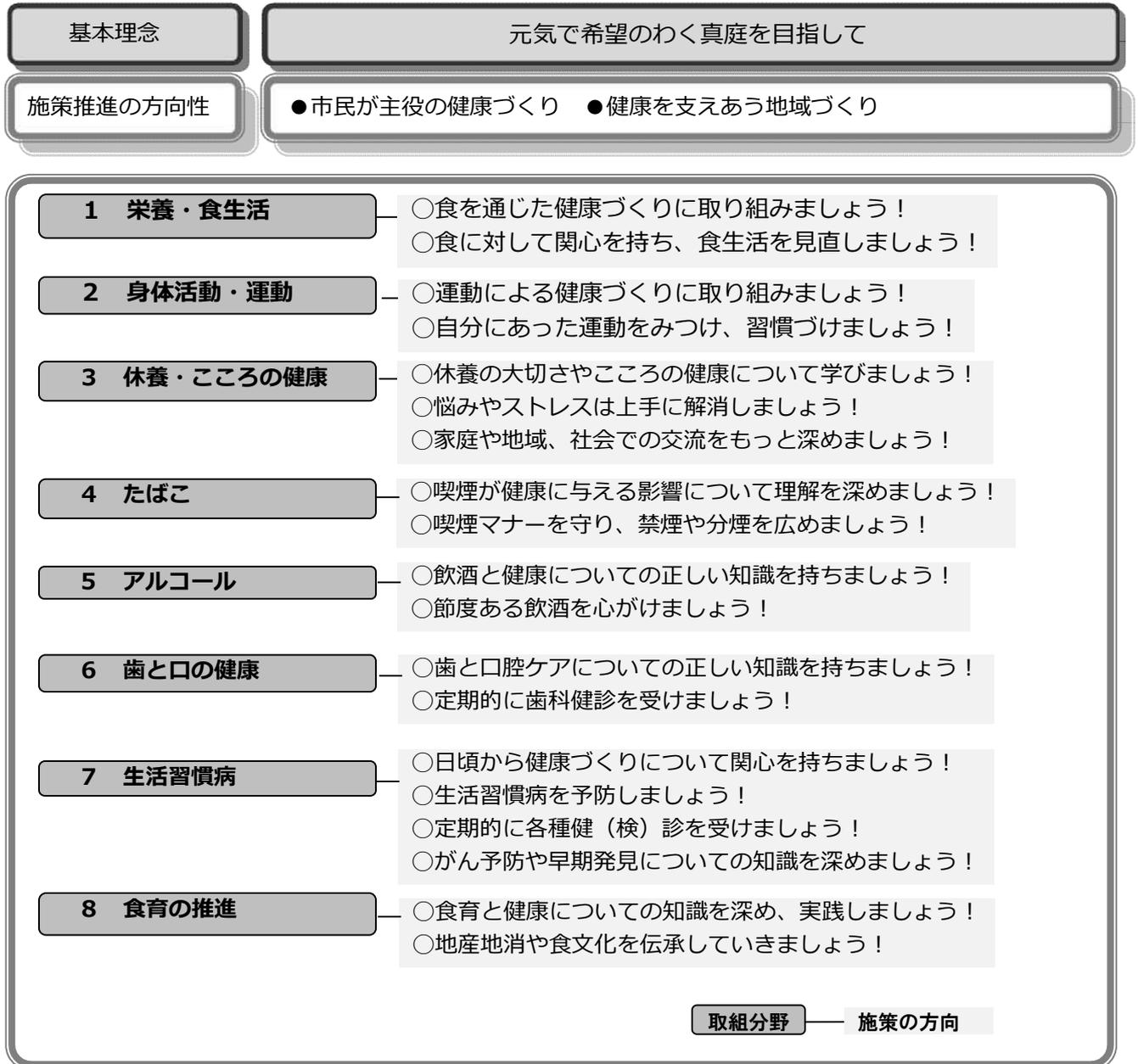


### 1 基本理念

市民一人ひとりが自らの健康について関心を持ち、行動を起こすことができるよう支援するとともに、健康を支えあう社会環境づくりに取り組み、元気で希望のわく真庭の実現を目指します。



## 2 施策の体系



## 3 計画期間

本計画の期間は、平成 28 年度から令和 7 年度までの 10 年間としています。

本計画と主な関連計画	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
第2次真庭市総合計画	現行計画（令和6年度まで）					
第2次真庭市地域福祉計画	第2次計画					
真庭市障がい者計画	第3次計画					
真庭市障がい者福祉に関する実施計画 （真庭市障がい福祉計画・障がい児福祉計画）	5期計画（第1期計画）			6期計画（第2期計画）		
真庭市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画	第7期計画			第8期計画		
まにわ食育・健康づくり計画	現行計画（令和7年度まで）					
真庭市子ども・子育て支援事業計画	前期計画		現行計画			

## 第2章 中間評価について

### 1 中間評価の趣旨

第2次まにわ食育・健康づくり計画は、平成28年度から令和7年度までの10年間の計画です。

すべての市民が元気で希望のわく真庭の実現を目指し、市の健康づくりと食育の方向性及び具体的行動について定めた「第2次まにわ食育・健康づくり計画」について、令和元年度に実施した「真庭市健康づくりと食育に関するアンケート調査」などの結果から、最終評価へ向けた目標に対する進捗状況の確認、国や県の動向の反映、取組や評価指標の修正、今後の重点的な取組課題の整理などを行うため中間評価を実施します。

### 2 中間評価の方法

施策の方向性である「市民が主役の健康づくり」については、8つの分野に関する市民アンケートの結果で評価し、「健康を支え合う地域づくり」については、愛育委員、栄養委員、住民主体の集いの場等の市民活動について評価します。

#### 【中間評価の流れ】

令和元年10月～11月	市民アンケートの実施 (対象成人、園年長児保護者、小学6年生、中学2年生、高校2年生)
令和2年8月～11月	真庭市食育・健康づくり実行委員会に結果説明および意見聴取
令和3年6月～11月	真庭市食育・健康づくり実行委員会に意見聴取
令和3年12月	文教厚生常任委員会に意見聴取

#### 【調査および結果の分析】

調査名称	調査対象	方法	対象者数	回収数	回収率
市民アンケート調査	20歳以上69歳以下の市民	無作為抽出し、郵送にて実施	1,000人	387人	38.7%
児童アンケート調査	保育園、こども園、幼稚園通園児童の保護者	園を通じて配布・回収	310人	192人	61.9%
小・中・高校生アンケート調査	小学6年生児童、中学2年生生徒、高校2年生生徒	学校を通じて配布・回収	1,056人	989人	93.6%
小・中・高校生の保護者アンケート調査	上記児童、生徒の保護者	学校を通じて配布・回収	1,056人	703人	66.5%

アンケート結果等の分析・評価

### 3 中間評価のまとめ

#### (1) 「市民が主役の健康づくり」施策の評価

##### 【分野別評価】

	A:評価判定（上段：該当項目数、下段：割合）					B:項目数
	◎	○	△	×	－	計
①栄養・食生活	0	3	6	5	1	15
(%)	0	20.0	40.0	33.3	6.7	－
②身体活動・運動	1	0	3	1	0	5
(%)	20.0	0.0	60.0	20.0	0.0	－
③休養・こころの健康	0	2	3	1	0	6
(%)	0.0	33.3	50.0	16.7	0.0	－
④たばこ	4	4	6	3	2	19
(%)	21.1	21.1	31.6	15.8	10.5	－
⑤アルコール	1	1	4	4	2	12
(%)	8.3	8.3	33.3	33.3	16.7	－
⑥歯と口の健康	4	4	3	2	1	14
(%)	28.6	28.6	21.4	14.3	7.1	－
⑦生活習慣病(糖尿病)	0	3	3	3	0	9
(%)	0.0	33.3	33.3	33.3	0.0	－
(循環器)	4	8	14	6	2	34
(%)	11.8	23.5	41.2	17.6	5.9	－
(がん)	1	4	2	4	3	14
(%)	7.1	28.6	14.3	28.6	21.4	－
⑦生活習慣病／計	5	15	19	13	5	57
(%)	8.8	26.3	33.3	22.8	8.8	－
⑧食育	3	7	8	4	2	24
(%)	12.5	29.2	33.3	16.7	8.3	－

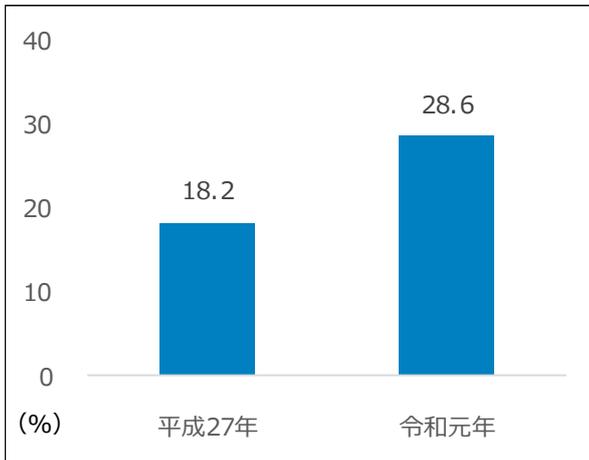
評価判定基準	
◎	現状値がすでに目標値に達成している
○	現状値が目標達成に向け改善傾向にある
△	現状値が策定時に比べて変化していない
×	現状値が策定時に比べて悪化している
－	データが無く判定不能

以降、各分野について悪化している項目や全国的な傾向を踏まえ、全世代および世代別の課題を明確にし、分析結果を踏まえ、今後の取組について見直しを図りました。

① 栄養・食生活

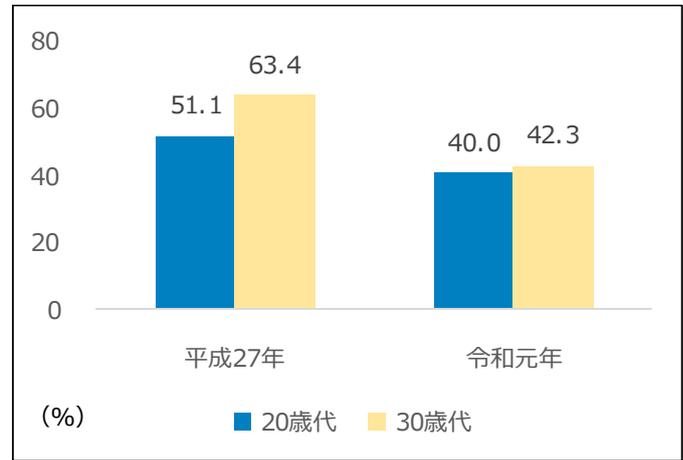
ア 現状と課題

【図 1 20 歳代女性のやせの割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

【図 2 朝食を毎日食べる 20~30 歳代男性の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとっていない割合が悪化しています。
妊娠期 授乳期	(ア) 20 歳代女性のやせの割合が増加しています。 (イ) 野菜摂取量の不足が見られます。 (ウ) 20~30 歳代の女性では、たんぱく質、カルシウム、食物繊維及びカリウムなどの摂取量が 60 歳代よりも少ないと言われてしています。 (エ) 全国的に離乳食について何かしらの困りごとを抱えています。
乳幼児期	(ア) 全国的に朝食を通じてバランスの良い食事と規則正しい生活リズムの実践できていない傾向が見られます。
学齢期	(ア) 朝食を毎日食べる者の割合が減少しています。食べる時間がない、食欲がないことが理由となっています。 (イ) 就職や就学などにより一人暮らしを始める場合、欠食や栄養バランスの乱れた食事をするなどの食生活の課題が考えられます。
青年期	(ア) 20 歳代女性のやせの割合が増加しています。 (イ) 野菜摂取量の不足が見られます。 (ウ) 20~30 歳代の女性では、たんぱく質、カルシウム、食物繊維及びカリウムなどの摂取量が 60 歳代よりも少ないと言われてしています。
壮年期	(ア) 男性のメタボリックシンドローム予備群が増加しています。
高齢期	(ア) 80 歳以上の女性のやせの増加（低栄養傾向）が見られます。 (イ) 75 歳以上の後期高齢者から要介護認定となる人が多くなる傾向があります。 (ウ) 高齢者の介護が必要となった原因には「筋・骨格系疾患」が最も多くなっています。

## イ) 分析

分析
<p>(ア) 毎日朝食を食べている人の割合は、学齢期に比べ青年期で低下しており、健全な食生活を実践できるよう、食の重要性の啓発を続ける必要があります。</p> <p>(イ) 全国的な傾向として、野菜の摂取量は、所得や経済的ゆとりなどとの関連により摂取量に差がみられます。また、岡山県民の野菜摂取量は全国平均よりもさらに少ないため、野菜の摂取量を高める取り組みの強化がライフステージごとに必要です。</p> <p>(ウ) 20歳代女性のやせ割合増加は、過度のやせ願望が原因と考えられます。</p>

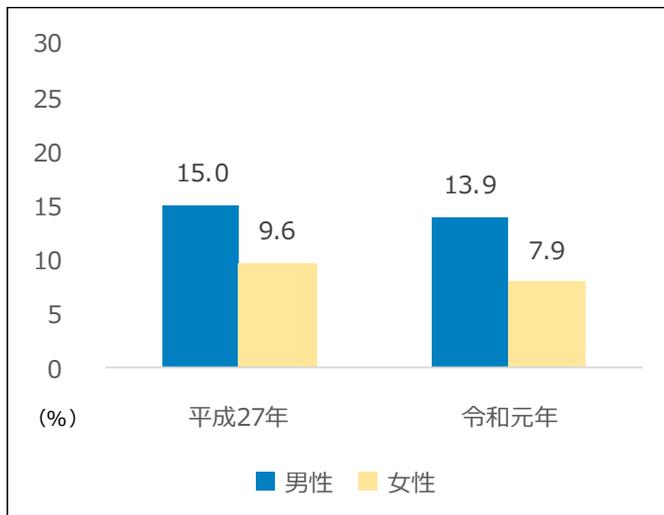
## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
規則正しくバランスの取れた食事をとるなどの生活習慣を定着させる啓発、定期的な体重測定等により適正体重を維持するよう、普及啓発を行います。	母子保健活動事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 栄養委員活動事業
減塩方法の普及や野菜摂取量増加につながるレシピの普及など栄養委員などが行う地域での活動を支援し、地域住民への働きかけを行います。	食育・健康づくり事業 栄養委員活動事業 健康教育・健康相談等事業 一般介護予防事業
就学前の子どもたちとその親世代に対して、欠食しないことや野菜をしっかり食べること、減塩に取り組むことの必要性について普及啓発します。	妊産婦ケア事業 産後ケア事業 母子保健活動事業 育児相談事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 栄養委員活動事業

## ②身体活動・運動

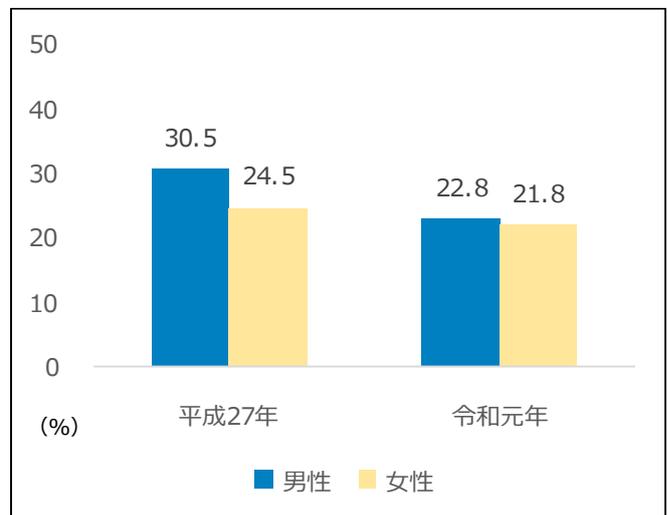
### ア) 現状と課題

【図3 運動習慣のある者の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

【図4 1日1時間以上歩く人の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) 運動習慣のある割合が減少しています。 (イ) 生活の中で運動する機会が減っています。
学齢期	(ア) 運動をしている小学生、中学生が減少しています。
青年期	(ア) 運動習慣のある割合が減少しています。 (イ) 1日あたりの歩数が少ない傾向にあります。 (ウ) 自動車社会の成熟に伴い、自宅から目的地までドア to ドアにより移動が完結し、生活の中で運動する機会が減っています。 (エ) 日常生活における歩数については、歩数の少ない人と、10,000歩以上歩く人の二極化が起きています。
壮年期	(ア) スポーツを週1回以上行う割合が減少しています。 (イ) 1日あたりの歩数が少ない傾向にあります。 (ウ) 自動車社会の成熟に伴い、自宅から目的地までドア to ドアにより移動が完結し、生活の中で運動する機会が減っています。日常生活における歩数については、歩数の少ない人と、10,000歩以上歩く人の二極化が起きています。
高齢期	(ア) 1日あたりの歩数が少ない傾向にあります。 (イ) 自動車社会の成熟に伴い、自宅から目的地までドア to ドアにより移動が完結し、生活の中で運動する機会が減っています。日常生活における歩数については、歩数の少ない人と、10,000歩以上歩く人の二極化が起きています。

## イ) 分析

分析
(ア) 運動習慣の定着は、高齢期で多く、青年期・壮年期では就業率が高く、自分の健康のために時間を使うことが難しいためと考えます。 (イ) ウォーキング等による歩数の増加は、日常生活の中で取り入れやすい運動であることから、ウォーキングを中心とする運動を推奨することが望ましいと考えます。 (ウ) 今後も身体を動かすことの大切さや楽しさ、日常生活の中で地域や家庭で取り組みやすい運動習慣を身に付ける機会や情報の提供に努める必要があります。

## ウ) 今後の取組の方向

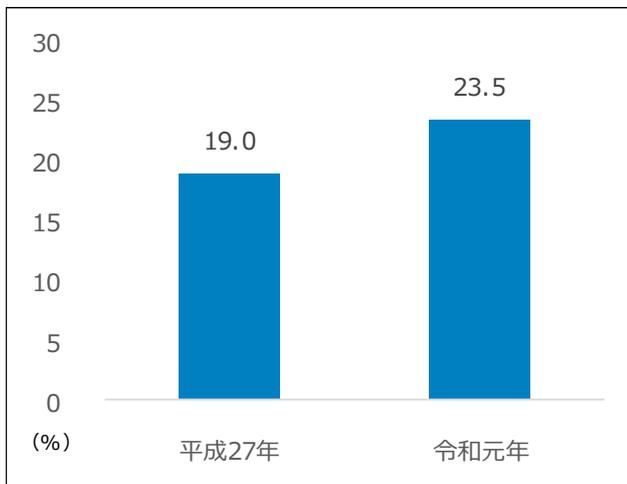
取組の方向	関連事業
歩数増加プラス1,000歩の取組を推進します。(新規)	歩数アップ健康サポート事業 食育・健康づくり事業
身体を動かすためにウォーキングマップ等の環境整備を行います。(新規)	歩数アップ健康サポート事業 食育・健康づくり事業
経済産業省が推進する「健康経営」と連携・協力し、就業時間中における「座位行動問題(座り過ぎがもたらす健康リスク)」に対する対策を啓発します。	健康教育・健康相談等事業
運動習慣のない人が多いため、身体活動の健康づくりに関する重要性を普及啓発します。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
あらゆる世代に対して、日常生活の中に運動を取り入れる方策や歩数増加を普及啓発します。	歩数アップ健康サポート事業 食育・健康づくり事業

SNSなどの広報媒体を活用し、対象の世代にあった運動の普及啓発をします。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
ロコモティブシンドロームを予防するために、高齢者に対して身体活動を可能な限り維持できるような適度な運動の実践を働きかけます。 ※事例：非運動性熱産生（NEAT・ニート）	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
事業所に対する「わたしの健康づくりチャレンジ 30日」の取組の周知を強化します。	食育・健康づくり事業
健康ポイントなど運動達成に対するインセンティブ（外的誘因）の取組を強化します。	食育・健康づくり事業 健康ポイント事業

### ③休養・こころの健康

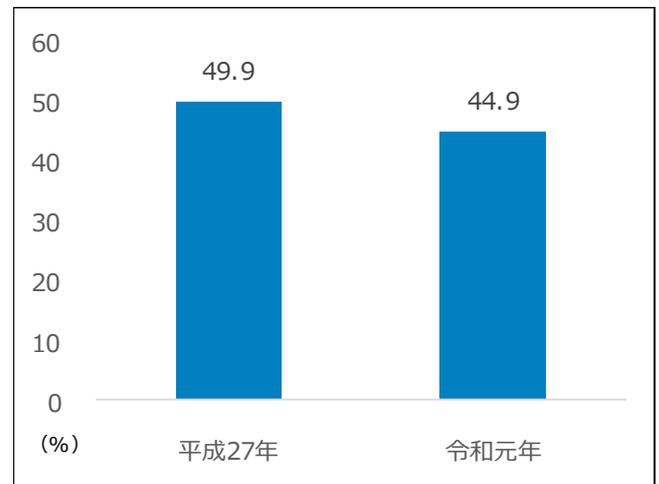
#### ア) 現状と課題

【図5 睡眠による休養が十分にとれていない者の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

【図6 ストレスが解消できている者の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) 睡眠による休息が十分にとれていません。
妊娠期 授乳期	(ア) 全国的に妊娠・出産・産後に何かしらの不安や負担を抱えている妊産婦が多く、特に産後2週未満の不安や負担が大きくなっています。
青年期	(ア) 日本における睡眠障害は、睡眠不足症候群（仕事、勉学、その他の活動が原因）、不眠、交代勤務、睡眠呼吸障害（睡眠時無呼吸症候群）がその大部分を占めます。
壮年期	(ア) 睡眠による休息が十分にとれていません。 (イ) 日本における睡眠障害は、睡眠不足症候群（仕事、勉学、その他の活動が原因）、不眠、交代勤務、睡眠呼吸障害（睡眠時無呼吸症候群）がその大部分を占めます。
高齢期	(ア) 睡眠による休息が十分にとれていません。 (イ) 日本における睡眠障害は、睡眠不足症候群（仕事、勉学、その他の活動が原因）、不眠、交代勤務、睡眠呼吸障害（睡眠時無呼吸症候群）がその大部分を占めます。

#### イ) 分析

分析
ストレス社会の中で全国的にうつ病を含む気分障害の増加が課題となっております。日頃から睡眠などの休息や健康的な生活習慣を啓発する必要があります。

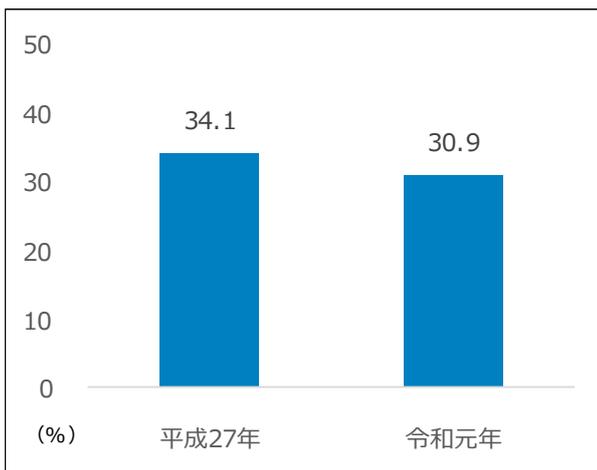
## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
愛育委員等の関係団体と連携し、睡眠により休養をとることがこころの健康づくりに重要であることについて普及啓発を行います。	愛育委員活動事業 心の健康づくり事業 いのちふれあい事業
ストレスについて正しく理解するとともに、ストレスに対する適切な対処法（コーピング）を啓発します。	心の健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
真庭市自殺対策計画において取り決めた、「子ども・若者」への教育、啓発、「高齢者」への声かけ、居場所づくり、「生活困窮者」などへの支援、「勤務・経営」企業との連携、雇用促進を重点的に推進します。	母子保健活動事業 心の健康づくり事業 愛育委員活動事業 健康教育・健康相談等事業
睡眠も生活習慣の一つであること、快眠は規則的な睡眠習慣から生まれることなどを含めて、健康的な生活習慣について普及啓発を行います。	心の健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
様々な要因からなるストレス対策として、ストレス解消法の提案や、十分な睡眠、休養をとることの重要性について普及啓発するとともに、こころの健康に関する学習機会の提供と情報提供に努めます。	母子保健活動事業 妊産婦ケア事業 産後ケア事業 育児相談事業 赤ちゃん訪問事業 いのちふれあい事業 心の健康づくり事業 健康教育・健康相談事業 愛育委員活動事業

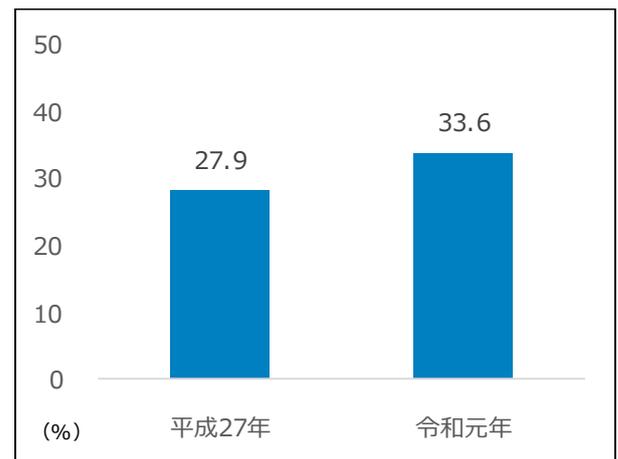
## ④たばこ

### ア) 現状と課題

【図7 COPD（慢性閉塞性肺疾患）を認知している者の割合】【図8 喫煙者の割合（40歳以上男性）】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) たばこと COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知が十分ではありません。
学齢期	(ア) 未成年でたばこを吸ったことのある割合が一定数存在します。
壮年期	(ア) 喫煙している男性の割合が増加しています。 (イ) COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知が十分ではありません。

## イ) 分析

分析
<p>(ア) 壮年期は就業率が高いことから、たばこ健康について、事業所を中心に啓発が必要です。</p> <p>(イ) 平成 30 年 7 月に、受動喫煙の防止を目的とする健康増進法の一部を改正する法律が成立し、望まない受動喫煙を防止するための取組は、マナーからルールへと変わっています。</p>

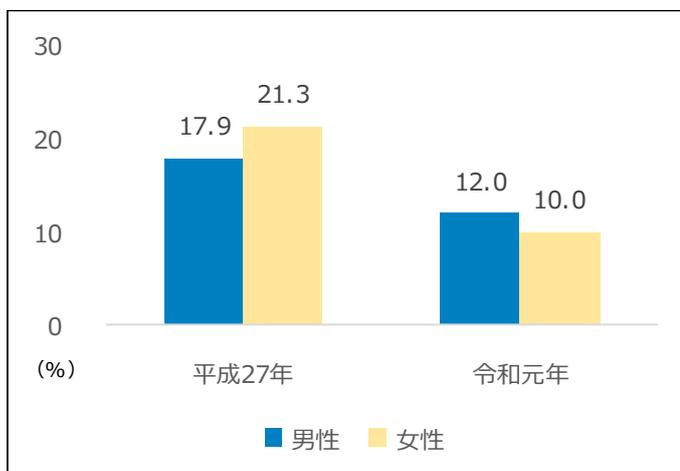
## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
働き盛りの喫煙率の減少に向けて、禁煙外来等の情報提供をするなど企業の喫煙対策の推進を図ります。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
敷地内全面禁煙施設や屋内全面禁煙宣言施設を増加させる取組を行います。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
SNS やマスメディアなどを活用して、若い世代にあった対策を普及啓発します。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
喫煙による肺がんや COPD の知識について、学校教育や健診・保健指導、健康増進事業などを活用し、あらゆる世代への一層の普及啓発を図ります。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
真庭市医師会、薬剤師会真庭支部、愛育委員等の関係団体と連携し、喫煙・受動喫煙による健康への影響や禁煙支援の方法などを地域で普及啓発します。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 愛育委員活動事業
改正健康増進法の全面施行により、事業所における屋内禁煙が原則義務化されたが、全ての事業所において遵守されるよう普及啓発を行います。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業

## ⑤ アルコール

### ア) 現状と課題

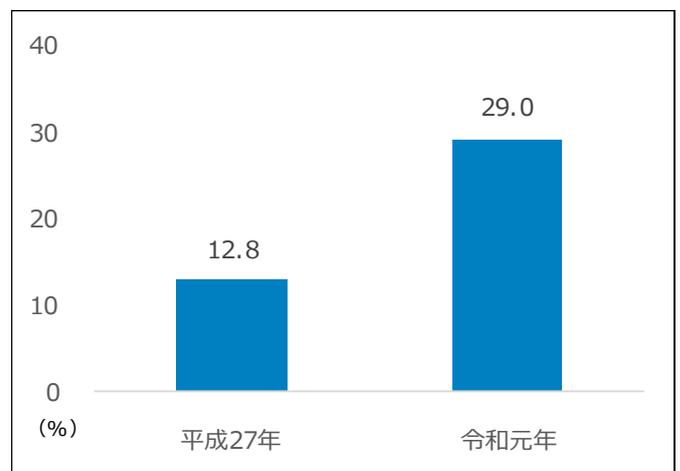
【図 9 節度ある飲酒を知っている者の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

【図 10 子どもの飲酒に対する保護者の意識

(少量ならよい、子どもの自由、わからない)】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) 未成年者の飲酒における身体的・精神的な悪影響について理解できていない保護者が一定数存在します。 (イ) 節度ある飲酒量が普及していません。
学齢期	(ア) 飲酒について正しい知識を身に付けることが必要です。

## イ) 分析

分析
(ア) 地域や学校教育でこどもの頃から飲酒に対する正しい知識を身に付けることが必要です。

## ウ) 今後の取組の方向

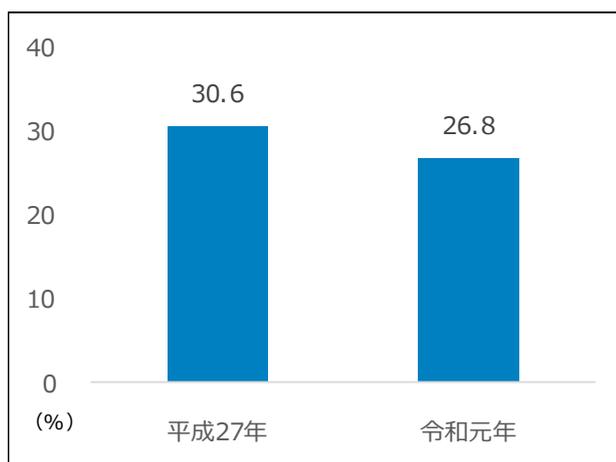
取組の方向	関連事業
未成年者への飲酒について、学習指導要領に基づいて飲酒が健康に与える影響等に関する指導を引き続き行います。	健康教育・健康相談等事業
未成年者の飲酒防止について未成年者飲酒禁止法を含めた周知啓発を保護者世代を中心として全世代に対して行います。	健康教育・健康相談等事業
適正飲酒やアルコール依存症を含むアルコール健康障害に対する正しい知識と理解を深めるための周知啓発を強化します。	心の健康づくり事業

## ⑥ 歯と口の健康

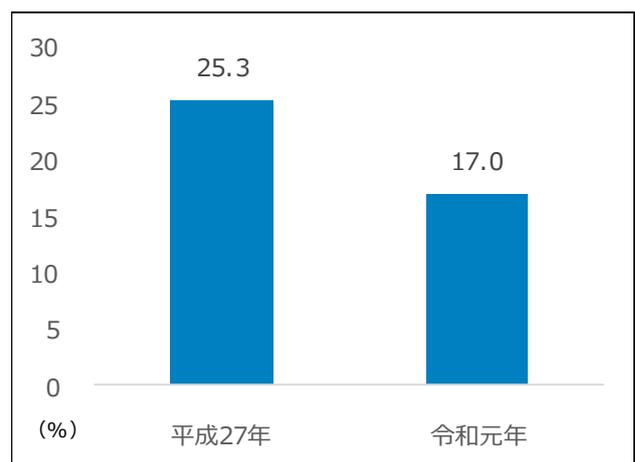
### ア) 現状と課題

【図 1 1 喫煙が歯周病への影響を認知している者の割合】

【図 1 2 3 歳児むし歯有病率】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート



出展：真庭市3歳児健康診査問診票調査

区分	内容
全世代	(ア) 歯周病と喫煙についての認知が十分ではありません。
乳幼児期	(ア) 改善傾向ではあるものの、県下における幼児のむし歯有病率が高い傾向にあります。
高齢期	(ア) 高齢期のフレイル（虚弱）対策に歯と口の健康が関わっています。

## イ) 分析

分析
<p>(ア) 歯と口の健康は、全身の健康と関係があることから、全てのライフステージで口腔ケアの重要性を啓発する必要があります。</p> <p>(イ) 歯周病は、喫煙や糖尿病と関係があることから引き続き啓発する必要があります。</p>

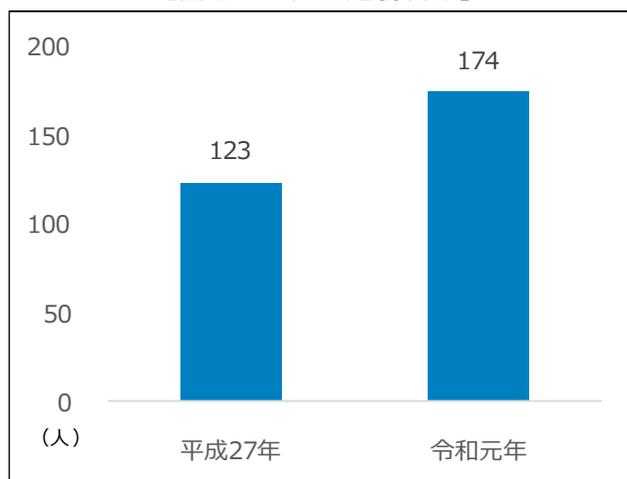
## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
全てのライフステージを通して、口腔ケアの重要性について専門家の意見を取り入れた普及啓発を行います。	乳幼児健康診査事業 妊婦歯科健診事業 母子保健活動事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談事業 一般介護予防事業
かかりつけ歯科医による定期的な歯科健診を受けることの重要性について普及啓発を行います。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談事業
地域や学校関係者と連携し、歯と口の健康づくりに関する情報提供を行います。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談事業
歯周病と喫煙、糖尿病の関係について、普及啓発を行います。	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談事業

## ⑦生活習慣病

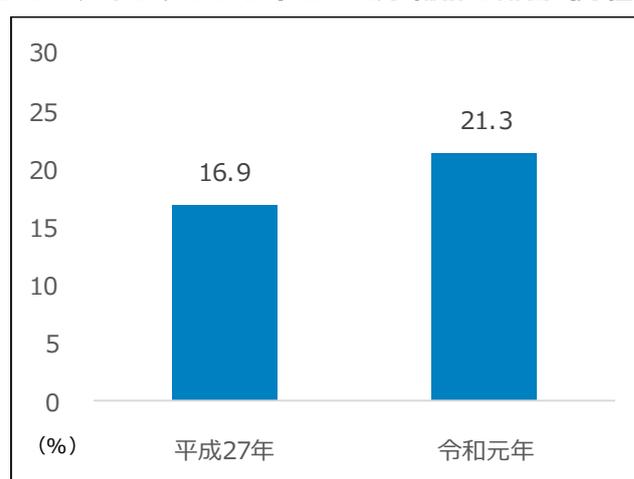
### ア) 現状と課題

【図13 人工透析者数】



出展：真庭市更生医療

【図14メタボリックシンドローム予備群の割合（男性）】



出展：真庭市特定健康診査結果

区分	内容
全世代	(ア) 人工透析者数が増加していることから、生活習慣病対策が十分とは言えません。
壮年期	(ア) 肺がん検診受診率が悪化しています。 (イ) 大腸がん検診受診率が悪化しています。 (ウ) 男性のメタボリックシンドローム予備群が増加しています。
高齢期	(ア) 肺がん検診受診率が悪化しています。 (イ) 大腸がん検診受診率が悪化しています。 (ウ) 男性のメタボリックシンドローム予備群が増加しています。

## イ) 分析

分析
<p>(ア) さらにがん死亡率の低下のため、働き世代への積極的ながん検診の受診勧奨と未受診者への働きかけが必要です。</p> <p>(イ) メタボリックシンドロームは、運動や食生活等が関与していることから、関係団体と連携し、地域や職域で健康的な生活習慣を啓発する必要があります。</p> <p>(ウ) 人工透析新規導入の第1位が糖尿病性腎症であることから、糖尿病の重症化を予防できるようかかりつけ医、専門医と連携した受診勧奨や生活習慣の見直しを働きかける必要があります。</p>

## ウ) 今後の取組の方向

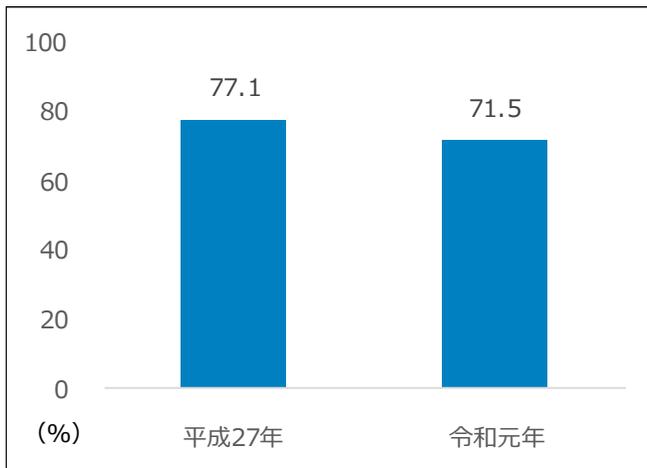
取組の方向	関連事業
高齢期の糖尿病患者の増加や症状の悪化を防ぐよう、若年期のメタボリックシンドローム対策、高齢者の筋肉量減少対策、フレイル対策を行います。(新規)	食育・健康づくり事業 歩数アップ健康サポート事業 健康教育・健康相談等事業 食育・健康づくり事業 愛育委員活動事業 栄養委員活動事業 生活習慣病対策事業 一般介護予防事業
歯周病と喫煙、糖尿病の関係について、普及啓発を行います。(再掲)	食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業
栄養委員と連携し小中学校において、バランスのとれた食事摂取の重要性について普及啓発を行います。	食育・健康づくり事業 栄養委員活動事業
糖尿病を早期に発見するため、健診の受診勧奨を行うとともに、糖尿病を疑われた場合は、精密検査受診、必要な保健指導、医療を受けることの重要性を周知します。	生活習慣病対策事業 健康教育・健康相談等事業
糖尿病が重大な事態にならないように合併症に対する定期的な検査と治療の必要性を啓発します。	生活習慣病対策事業 健康教育・健康相談等事業
治療中断者に対する受診勧奨の体制を強化します。	生活習慣病対策事業 健康教育・健康相談等事業

がんに対する正しい知識の普及と、検診の必要性について普及啓発を行います。	食育・健康づくり事業 生活習慣病予防対策事業 市独自の検診事業 健康増進法に基づく検診事業
愛育委員や栄養委員等の各種関係団体等と連携し、食生活、運動、喫煙、飲酒といった分野で、生活習慣の改善が図られるよう普及啓発を行います。	愛育委員活動事業 栄養委員活動事業
勧奨ツールの利用や個別勧奨、再勧奨などの効果的な受診勧奨、職域で受診機会のない者に対する受診体制の整備などを実施することで受診率の向上を図ります。	生活習慣病対策事業 健康教育・健康相談等事業
予防医学の観点から真庭市医師会や真庭歯科医師会との連携を強化します。 疾病の早期発見・早期治療を目的とした市独自の検診を実施するなどのインセンティブ（外的誘因）を付与することで、市民が能動的に受診するための取組を行います。	食育・健康づくり事業 健康ポイント事業

### ⑧食育の推進

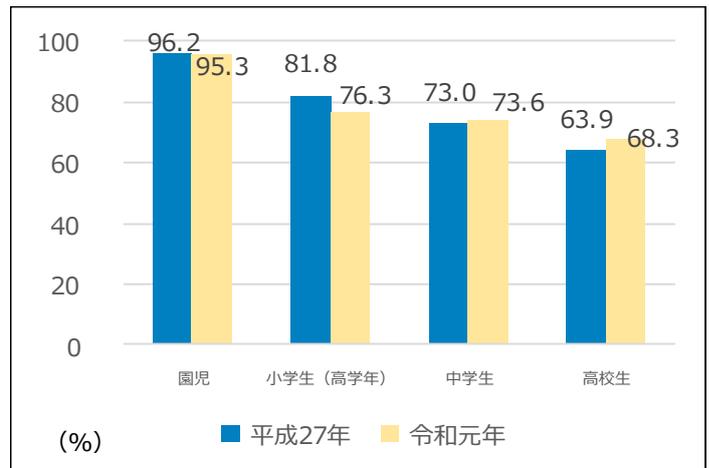
#### ア) 現状と課題

【図15 食事作りの手伝いをする者（いつも手伝う・時々手伝う）の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

【図16 共食をしている者の割合】



出展：真庭市健康づくりと食育に関するアンケート

区分	内容
全世代	(ア) 朝食を毎日食べる者の割合が減少しています。
学齢期	(ア) 朝食を毎日食べる者の割合が減少しています。 (イ) 食事作りの手伝いをする割合が減少しています。

#### イ) 分析

分析
(ア) 毎日朝食を食べている人の割合は、学齢期に比べ青年期で低下しており、健全な食生活を実践できるよう、食の重要性の啓発を続ける必要があります（再掲）。
(イ) 乳幼児期、学齢期の食育は、生涯にわたり健全な食生活を実践するために重要な時期であることから、地域、園、学校などの関係者と連携し食育活動を展開する必要があります。

## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
誰かと一緒に食卓を囲み、共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食の大切さや食に関する知識についての普及啓発を強化します。	母子保健活動事業 乳幼児健康診査事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 栄養委員活動事業
生活圏の拡大や行動の多様化等により、生活リズムが乱れやすい環境にある中高生等に対する普及啓発を行います。	母子保健活動事業 乳幼児健康診査事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 栄養委員活動事業
子どもの食育の場として、家庭の食卓の果たす役割は大きいことから、子どもだけでなく、父母その他の保護者に対しても食育への関心と理解が図られるよう啓発します。	母子保健活動事業 乳幼児健康診査事業 食育・健康づくり事業 健康教育・健康相談等事業 栄養委員活動事業
地域、生産者・食産業、行政等が相互主体的な連携を図り、協働して取組を推進します。	食育・健康づくり事業 学校給食地産地消推進事業

## (2) 「健康を支え合う地域づくり」施策の評価

「健康を支え合う地域づくり」については、愛育委員、栄養委員、住民主体の集いの場等の市民活動について評価します。

### ア) 現状と課題

愛育委員・栄養委員数（人）

種別	H28	H30	R2
愛育委員	712	669	624
栄養委員	406	328	258

心身の健康づくり声かけ活動および家庭訪問回数（回）

種別	H28	H29	H30	R1	R2
愛育委員	115,805	77,779	106,035	80,224	73,004
栄養委員	32,198	21,799	19,862	14,701	14,380

介護予防に資する週1回以上の集いの場（延べ団体数）

種別	H28	H29	H30	R1	R2
げんき輝き教室	13	13	23	38	42
ささえあいデイサービス	—	1	4	5	8

## 社会参加活動の促進

種別	単位	H30	R1	R2
老人クラブ	団体数	164	154	150
	会員数	7,854	7,090	6,624
シルバー人材センター	登録者数	423	450	460

## イ) 分析

分析
<p>(ア) 愛育委員や栄養委員については、地域の相互扶助等の機能の変化や高齢化などの地域課題により、委員数の減少および活動回数の減少が見られることから、組織のあり方の見直し、活動の見直しが必要です。</p> <p>(イ) 高齢者の居場所、生きがい活動や介護予防・健康増進の場となる「週1回以上の集いの場」を市内全域へ拡充する必要があります。</p>

## ウ) 今後の取組の方向

取組の方向	関連事業
<p>熟年者や高齢者等の地域住民が集まる交流の場所(集いの場)において、心身の健康づくり活動や介護予防活動が展開できるよう組織についての見直しを図ります。</p>	<p>愛育委員活動事業            栄養委員活動事業            一般介護予防事業            介護予防・日常生活支援サービス事業            地域ケア会議推進事業</p>
<p>地域で子育てが応援できるよう関係機関と連携した取組を推進します。</p>	<p>愛育委員活動事業            栄養委員活動事業            産後ケア事業            いのちふれあい事業            民生委員・児童委員活動事業</p>

## 4 今後優先的に取り組むべきこと

「市民が主役の健康づくり」については、「身体活動・運動」および「生活習慣病」の分野を優先課題に設定し、これらの優先課題に取り組むことにより、他の分野の課題解決につなげていきます。

また、「健康を支え合う地域づくり」については、関連事業である「愛育委員活動事業」「栄養委員活動事業」について、次世代や親世代さらには熟年者や高齢者等の地域住民が集まる交流の場所(集いの場や子育てサロン)において、心身の健康づくり活動、介護予防活動および食育推進活動が展開できるよう見直しを図ります。

## 5 計画の推進と評価

計画の円滑な推進のためには、これらの管理・評価を一連のつながりの中で実施することが重要です。そのため、はじめに現状分析と評価(Check)を行い、現行施策の見直し改善(Action)を図り、目標を定め具体的な事業を立案(Plan)し、実践(Do)する「CAPDサイクル」体制により、有効性・効率性の高い施策実施を目指します。また、計画後半には、新たに第2次真庭市総合計画(改訂版)にも明記

してある「共生の理念」を踏まえた取組を充実していきます。

計画の達成状況の点検及び評価等の進行管理にあたっては、保健・医療・農林商工・教育関係者の代表者等で、計画を点検及び評価していきます。