

美咲町第2次保健福祉総合計画



平成30年（2018年）
岡山県 美咲町

は じ め に

平成17年3月22日の美咲町誕生以来、早や13年が経過いたしました。本町では、将来像を「世界に羽ばたく『元気』な美咲町」と掲げ、豊かな自然環境と歴史や伝統を大切に、その実現に取り組んでいます。

しかしながら、現在、わが国においては、本格的な少子高齢化社会の到来、核家族化の進行、不安定な経済状況などを背景に、保健福祉を取り巻く環境は急激に変化をしております。

このような時代背景の中、本町ではこれまで、平成18年度を初年度とする「美咲町振興計画」、平成26年3月に策定した「第2次美咲町振興計画」を指針に、多様化する町民ニーズに応えるため各種施策に取り組んでまいりました。

保健福祉分野においては、平成25年度より取り組みの始まった「健康日本21（第2次）」を基本方針に平成26年3月に美咲町保健福祉総合計画を策定し、様々な保健福祉施策を展開・推進してまいりました。

この度、平成29年度に美咲町保健福祉総合計画の計画期間が終了することとなり、町民の皆様からのご意見を踏まえた第2次計画を策定するため、健康と地域福祉に関する意識調査や健康に関するアンケート調査を実施いたしました。これらを踏まえ、アンケート調査にご協力いただいた町民の皆様のご意見、健康・食育・地域福祉等の各分野の「魅力」「課題」「課題解決」に取り組むために2回にわたるワークショップにご参加いただいた皆様の声も計画に反映させていただいております。

また、今回の計画においても、町民の皆様と一緒に考えて前回計画の基本理念である健康増進計画の「ニコニコ笑顔 元気モリモリ みんな笑顔のまち美咲町」、食育推進計画の「食は命・地産地消 おなかもこころもいっぱい」、地域福祉計画の「かんだう しあわせ ふれあい 生きがい 支え合い」を引き続き掲げ、町民の皆様とともに手を携え、前回計画以上に深化した保健福祉施策を推進してまいります。

結びに本計画の策定に際しまして、美咲町保健福祉総合計画策定委員会の皆様、貴重なご意見をお寄せいただいた町民の皆様のご協力に心から感謝を申し上げますとともに本計画の実現に向け、なお一層のご理解と協力をお願い申し上げます。

平成30年3月

美咲町長 定 本 一 友

目 次

第1章 計画策定にあたって.....	1
1. 計画策定の社会的背景.....	1
2. 計画策定の目的と構成.....	3
第2章 計画の位置付けと性格.....	4
1. 計画の位置付け	4
2. 計画の期間	6
3. 計画の策定方法	7
第3章 美咲町の保健福祉を取り巻く現状.....	8
1. 本町の概況	8
2. 人口等の動き	9
3. 町民を取り巻く健康の状況.....	13
4. アンケート調査結果の抜粋.....	18
5. ワークショップ結果の概要.....	22
6. 分野別にみる前回計画の評価.....	27
第4章 基本構想	33
1. 計画の基本理念	33
2. 健康増進計画	34
3. 食育推進計画	36
4. 地域福祉計画	38
5. 計画の施策体系	40
第5章 分野別行動計画.....	41
1. 健康増進計画	41
2. 食育推進計画	51
3. 地域福祉計画	60
第6章 重点プロジェクト.....	68
第7章 計画の推進	71
1. 周知	71
2. 行政の推進体制の強化.....	71
3. 進行管理	71
4. 数値目標	72
資料編	75
1. 美咲町保健福祉総合計画策定委員会設置要綱.....	75
2. 美咲町保健福祉総合計画策定委員会委員名簿.....	77

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の社会的背景

わが国の平均寿命は、近年大幅に伸長し、世界有数の長寿国となりました。しかし、急速な高齢化に伴い、がんや高血圧、糖尿病などの生活習慣病の増加や、寝たきりになる人、あるいは認知症により見守りを必要とする人なども増加しており、深刻な社会問題となっています。

一方で、少子高齢化や核家族化の進行等によって、様々な場面で支援を必要とする人が増えていくことから、地域における「助け合い」や「支え合い」が重要視されています。

健康の増進と、多様化する生活課題に対応するための福祉への取組は、一体的に推進していくことが理想といえます。

(1) 健康日本21の推進

① 国の動向

国は、すべての国民が健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会を築くため、平成25年度（2013年度）より取組が始まった「健康日本21（第2次）」では、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」、「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」、「健康を支え、守るための社会環境の整備」をその基本的な方向性とし、6つの分野で目標を掲げ、国民運動としての健康づくりを推進しています。平成29年度（2017年度）に中間見直しを行う予定となっています。

また、平成27年（2015年）9月改正の健康・医療戦略推進法においては、基本理念として「世界最高水準の技術を用いた医療の提供」、「経済成長への寄与」が掲げられており、新たな考え方や視点を反映しながら健康長寿社会の形成を目指しています。

② 岡山県の動向

岡山県では平成25年（2013年）3月に県民の健康づくりに関する今後10年間の目指すべき方向と基本的施策を示す健康増進計画「第2次健康おかやま21」を策定しました。

この計画では、「全ての県民が健康で生きる喜びを感じられる長寿社会の実現」を基本理念とし、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」、「社会生活を営むために必要な心身機能の維持及び向上」、「健康を支え、守るための社会環境の整備」の3つの方向のもと、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「飲酒」「喫煙」「歯と口の健康」の6つの分野をもって施策の展開を図っています。

(2) 食育の推進

① 国の動向

平成17年（2005年）6月に制定された「食育基本法」は、健康づくりと密接な関係がある「栄養・食生活」の分野において、国民一人ひとりが「食」について意識し、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することで、生涯にわたって心身の健康を増進する健全な食生活を実践できることを目的としています。

国では、法に基づき平成18年（2006年）3月に「食育推進基本計画」を策定し、見直しを行いながら、平成28年（2016年）3月には「第3次食育推進基本計画」を策定しています。

この計画では、これまでの最初の計画における「周知」、2次計画における「実践」に続き、「実践の環を広げよう」をコンセプトとし、5つの重点課題として「若い世代を中心とした食育の推進」、「多様な暮らしに対応した食育の推進」、「健康寿命の延伸につながる食育の推進」、「食の循環や環境を意識した食育の推進」、「食文化の継承に向けた食育の推進」を掲げ取組方針を定めています。

② 岡山県の動向

岡山県では、平成18年（2006年）12月に制定した「岡山県食の安全・安心の確保及び食育の推進に関する条例」に基づき、平成25年（2013年）3月に「岡山県食の安全・食育推進計画」を策定しました。

食の安全・安心の確保では、「生産から消費に至る一貫した安全の確保」、「安心の定着に向けた信頼の確立」の2つの基本方針に基づき安全で安心な食生活の確保をめざしており、食育の推進では、「食を通じた健康な人づくり・地域づくり～「知識」から「行動」へ～」をスローガンに掲げ、「人と人をつなぐ」、「健康な体をつくる」、「豊かな心を育む」を3つの柱に食育を推進しています。

(3) 地域福祉の推進

① 国の動向

国では、子ども・高齢者・障害者などすべての人々が地域、暮らし、生きがいを共に創り、高めあうことができる「地域共生社会（我が事・丸ごと）」の考え方が平成28年（2016年）7月に示されました。これは、「他人事」になりがちな地域づくりを地域住民が「我が事」として主体的に取り組んでいただく仕組みづくりや、対象者ごとに整備された「縦割り」の公的福祉サービスを総合化・包括化する「丸ごと」への転換をめざすものとなっています。

改革の骨格として、「地域課題の解決力の強化」、「地域丸ごとのつながりの強化」、「地域を基盤とする包括的支援の強化」、「専門人材の機能強化・最大活用」が掲げられており、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会の実現を目指しています。

② 岡山県の動向

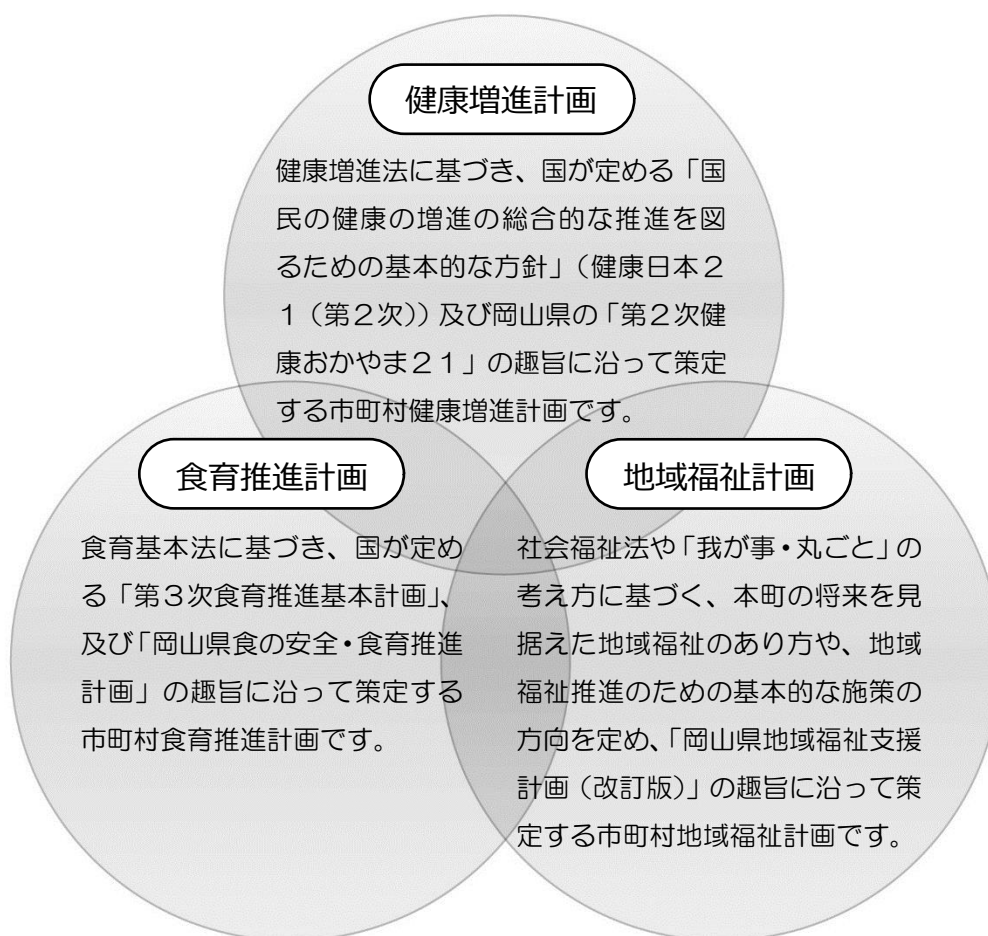
岡山県では、平成25年（2013年）3月に「岡山県地域福祉支援計画（改訂版）」を策定し、「共に支え合う地域づくりの推進」「利用者本位の福祉サービスの提供体制の整備」「市町村地域福祉計画の策定の支援・推進」という3つの重点課題を掲げ、すべての県民が明るく笑顔で暮らせる「生き生き岡山」の実現を目指した取組を推進しています。

2. 計画策定の目的と構成

平成17年（2005年）3月に3町が合併して誕生した美咲町では、平成18年（2006年）7月にまちづくりの指針である美咲町振興計画を策定しました。（平成26年（2014年）3月第二次計画策定）

美咲町振興計画では、まちづくりの基本方針「健やかにいきいきと暮らせる幸せなまちづくり」の施策の中に、保健・医療・福祉分野を位置付けています。

美咲町保健福祉総合計画は、美咲町振興計画の基本方針に基づき「健康増進計画」「食育推進計画」「地域福祉計画」を一体的に策定し、横断的に健康及び福祉施策の展開を図る目的で策定するものです。



第2章 計画の位置付けと性格

1. 計画の位置付け

(1) 美咲町振興計画の分野別計画として

本町では、平成26年（2014年）3月に策定した「美咲町第二次振興計画」において、町の将来像を「世界にはばたく『元気』な美咲町」と定めています。その将来像を目指したまちづくりの基本方針の一つとして「健やかにいきいきと暮らせる幸せなまちづくり」を掲げ、その中で「健康づくりの推進」「地域福祉の充実」など本計画の関連施策を基本施策として位置付けています。

本計画は「美咲町振興計画」における健康づくりと地域福祉に係る「部門計画」として位置付けます。

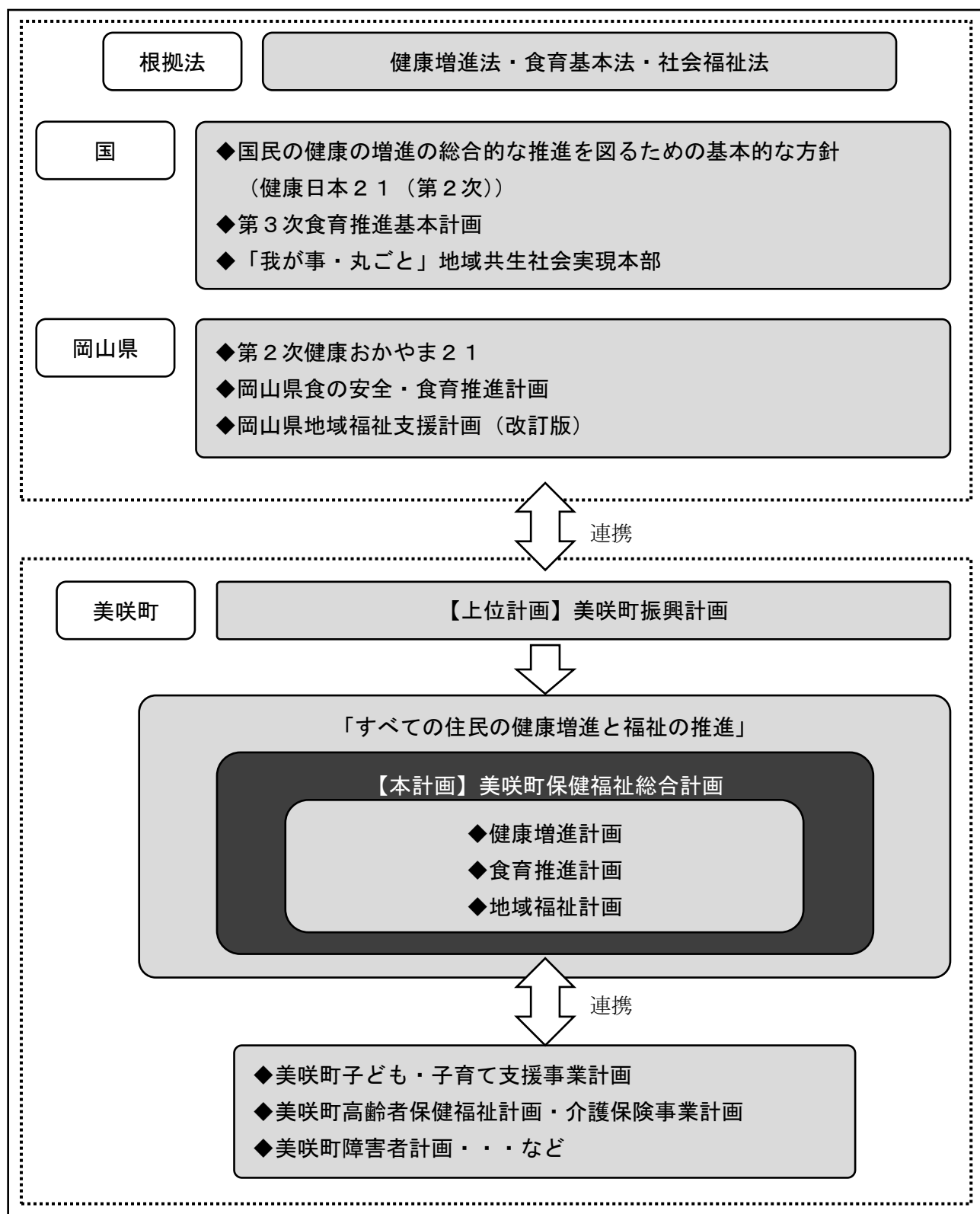
美咲町振興計画	美咲町の将来像「世界にはばたく『元気』な美咲町」 まちづくりの基本テーマ「MISAKI黄福物語～ミサキコウフストーリー～」	
▼		
まちづくりの 基本方針	「健やかにいきいきと暮らせる幸せなまちづくり」 【保健・医療・福祉】	
基本施策	●地域医療体制の充実 ●健康づくりの推進 ●地域福祉の充実	●高齢者・障害者（児）福祉の充実 ●子育て支援の充実

(2) 関連計画と整合性を持った計画として

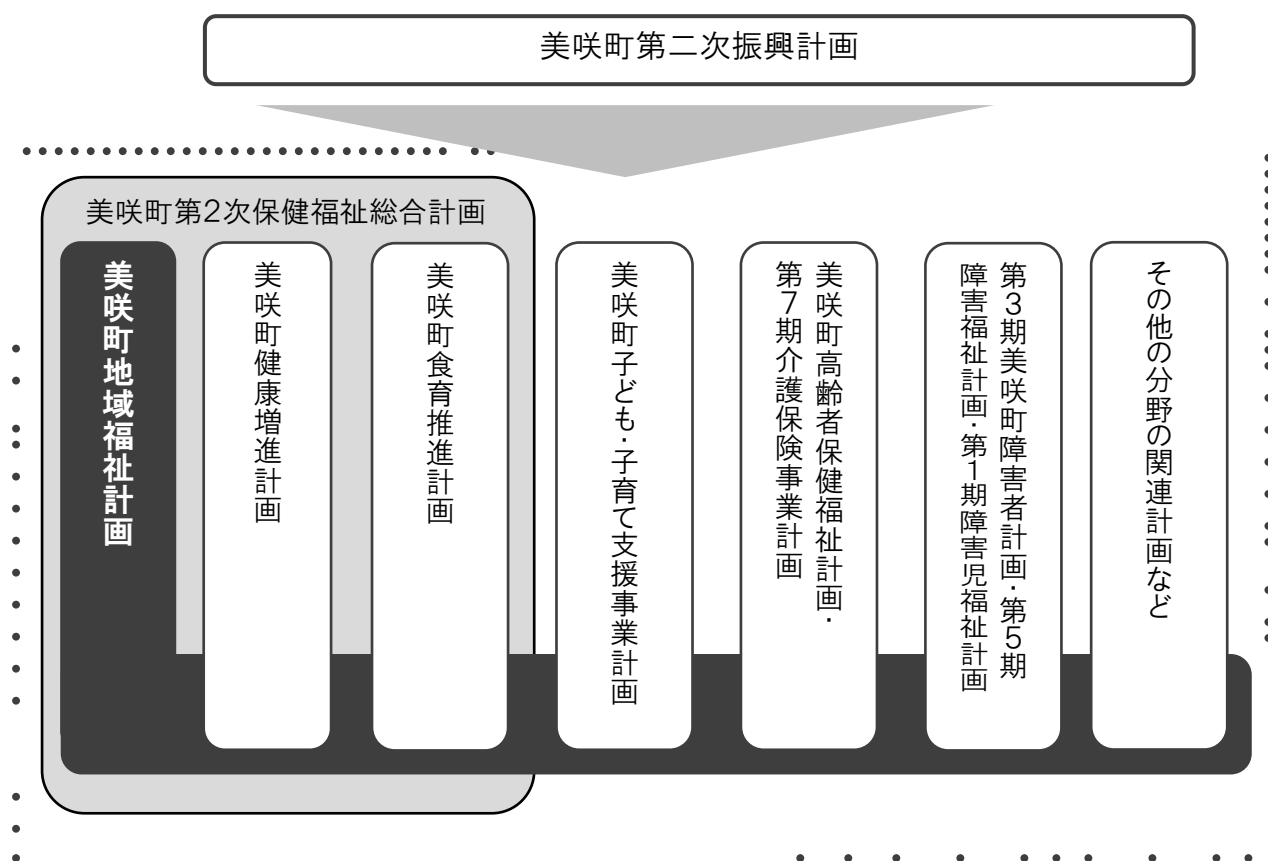
健康づくりは、すべてのライフステージにおいて推進していくものですが、乳幼児の時期から思春期の健康づくりに関しては、主に「美咲町子ども・子育て支援事業計画」に盛り込み、介護予防や認知症対策などの高齢者の健康づくりに関しては、主に「美咲町高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」に盛り込んでいます。本計画はこれらの関連計画との整合を踏まえて策定します。

地域福祉については、「美咲町振興計画」との整合を図りつつ、各分野に共通する横断的推進方策、今後の施策の方向性などについて基本的なあり方を提示するとともに、各福祉分野の計画の上位計画として位置付けます。

■他部門計画等との関連性イメージ図



■地域福祉計画と各種福祉計画等との関連図



2. 計画の期間

本計画の期間は、平成30年度（2018年度）から平成34年度（2022年度）の5年間とします。

本計画と 主な関連計画	平成29年度 (2017年度)	平成30年度 (2018年度)	平成31年度 (2019年度)	平成32年度 (2020年度)	平成33年度 (2021年度)	平成34年度 (2022年度)
【本計画】美咲町保健福祉総合計画	前期計画	本計画				
美咲町子ども・子育て支援事業計画	現行計画			第2期計画		
美咲町高齢者保健福祉計画介護保険事業計画	現行計画	第7期計画			第8期計画	
美咲町障害者計画	現行計画	第3期計画（第5期障害福祉計画は平成32年度まで）				

3. 計画の策定方法

計画の策定にあたっては、住民アンケート調査を通して、市民の健康づくりや地域福祉等の推進に係る生活実態やニーズ等を把握するとともに、住民参加・協働による「保健福祉総合計画推進のための住民ワークショップ」を開催し、目標達成のための課題や方策の検討し、住民参画によって構築しました。

(1) 住民アンケート調査

調査票	健康と地域福祉に関する意識調査	健康に関するアンケート調査
調査対象者	町内在住の20歳以上の者(無作為抽出)	町内在学の小学5、6年、中学1～3年生
調査数	2,000人	626人
調査方法	郵送による配布・回収	学校での配布・回収
調査時期	平成29年2月16日～2月28日	平成29年1月26日～2月8日
調査票回収数	1,016人	591人
調査票回収率	50.8%	94.4%

(2) 住民ワークショップ

住民の意見や地域の課題を把握し、解決策を検討するため、美咲町保健福祉総合計画ワークショップを実施しました。

【実施状況】

第1回	平成29年8月24日(木) 18:30～20:30	参加者 25人
第2回	平成29年9月6日(水) 18:30～20:30	参加者 20人

*会場 美咲町中央保健センター大講義室

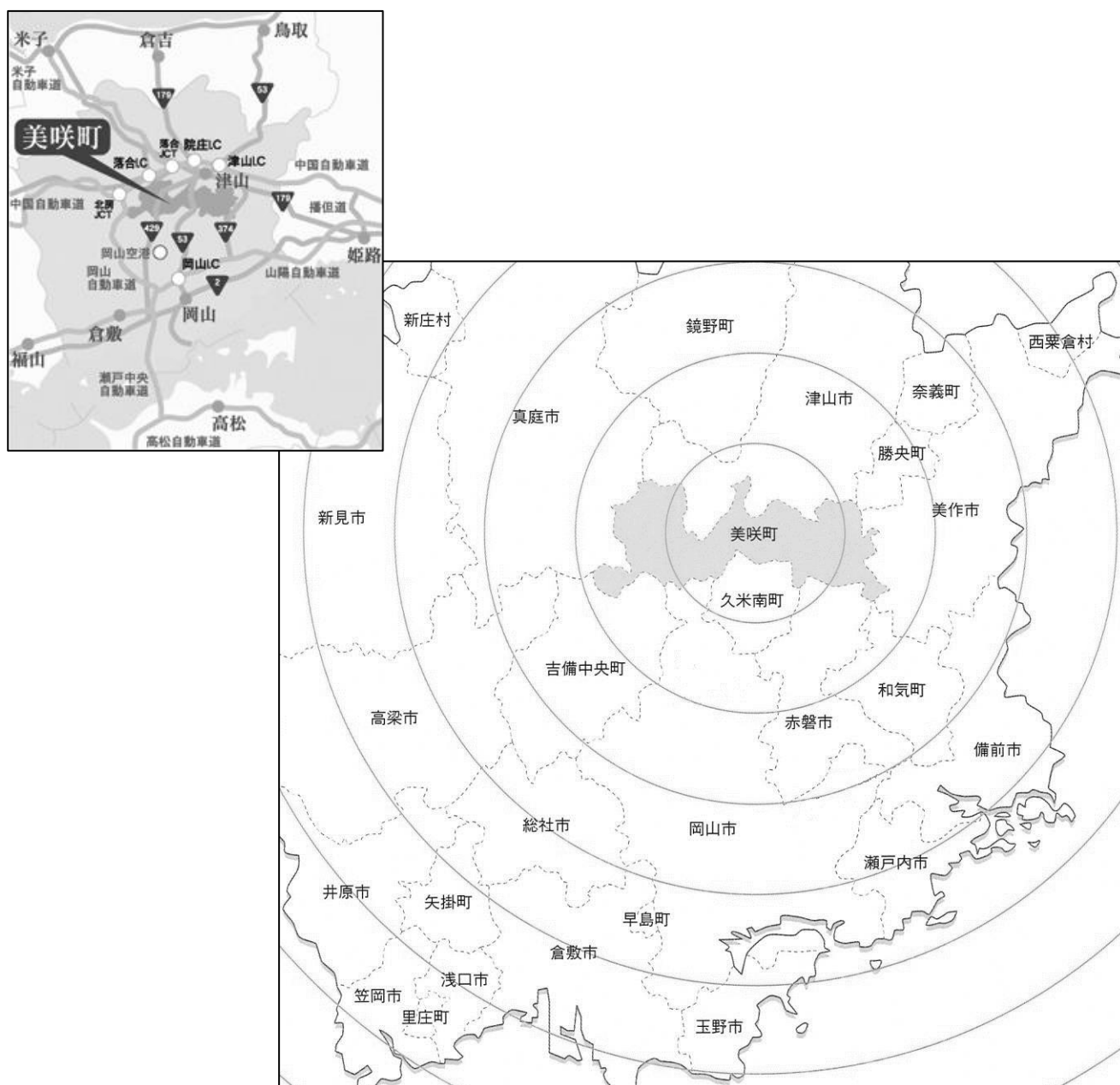
第3章 美咲町の保健福祉を取り巻く現状

1. 本町の概況

本町は、岡山県のほぼ中央部に位置し、津山市の南部に隣接し、県北部や南部とJR津山線、国道53号、国道374号、国道429号などの結節点となっています。また、本町の南西約25kmに岡山空港があります。

本町の総面積は232.15平方キロメートルで、県の総面積の約3.3%を占めており、東部には岡山県三大河川の吉井川が、西部には旭川が流れ、最高峰の二上山（689.1m）をはじめとする山間地と、なだらかな平坦地が続き気候が穏やかな地域です。

主な産業は農林業で、水稻を中心に野菜、果物の生産、そして酪農も盛んです。



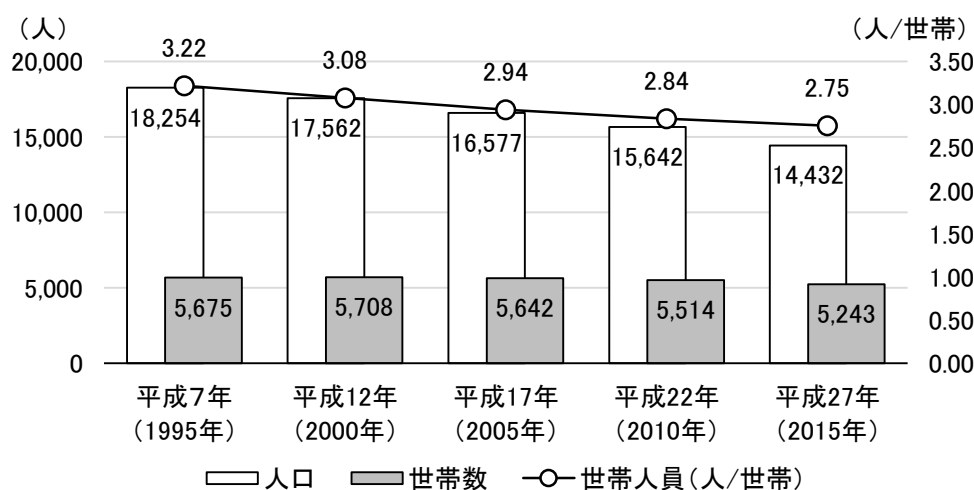
2. 人口等の動き

(1) 人口・世帯数の推移

本町の人口は、減少傾向で推移しており、平成27年（2015年）では14,432人となっています。一方、世帯数は平成12年（2000年）以降減少に転じ、平成27年（2015年）では5,243世帯となっています。人口・世帯数の伸び率をみると、平成27年（2015年）の人口伸び率は平成7年と比べて約20ポイントの減少となっています。

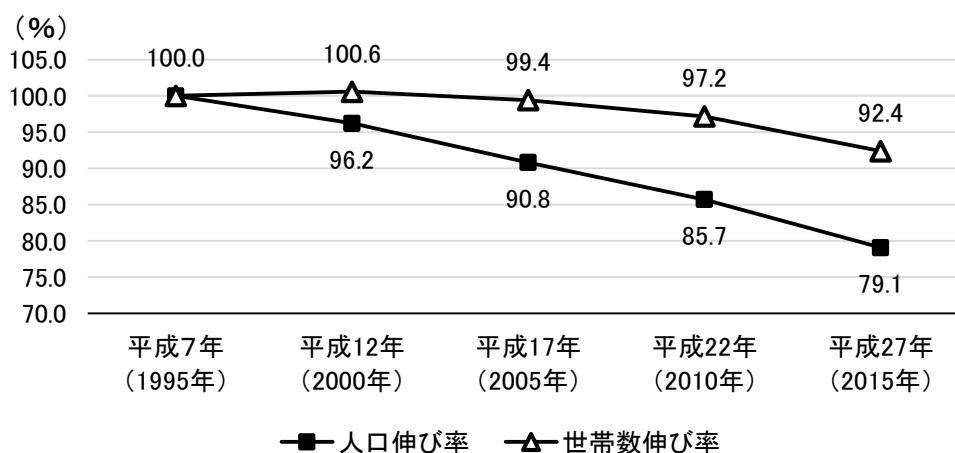
1世帯当たりの人口数を示す世帯人員は、平成7年（1995年）の3.22人から平成27年（2015年）では2.75人と、緩やかに小家族化傾向が進行しています。

■人口・世帯数の推移



資料：国勢調査

■人口・世帯数の伸び率（平成7年を100とした場合の各年の伸び率）



資料：国勢調査

(2) 人口動態

自然動態の推移をみると、死亡者数が出生者数を上回っている状態にあり、近年マイナスで推移しています。社会動態の推移をみても、転出者数が転入者数を上回る、転出超過傾向がみられます。平成27年(2015年)では、自然動態がマイナス165人、社会動態がマイナス73人、合計238人の人口減少となっています。

■人口動態の推移

	自然動態(c)			社会動態(f)			人口動態(g)
		出生者数 (a)	死亡者数 (b)		転入者数 (d)	転出者数 (e)	
平成 23 年 (2011 年)	-136	101	237	-16	399	415	-152
平成 24 年 (2012 年)	-136	98	234	-84	395	479	-220
平成 25 年 (2013 年)	-201	88	289	-61	339	400	-262
平成 26 年 (2014 年)	-175	88	263	-3	392	395	-178
平成 27 年 (2015 年)	-165	96	261	-73	363	436	-238

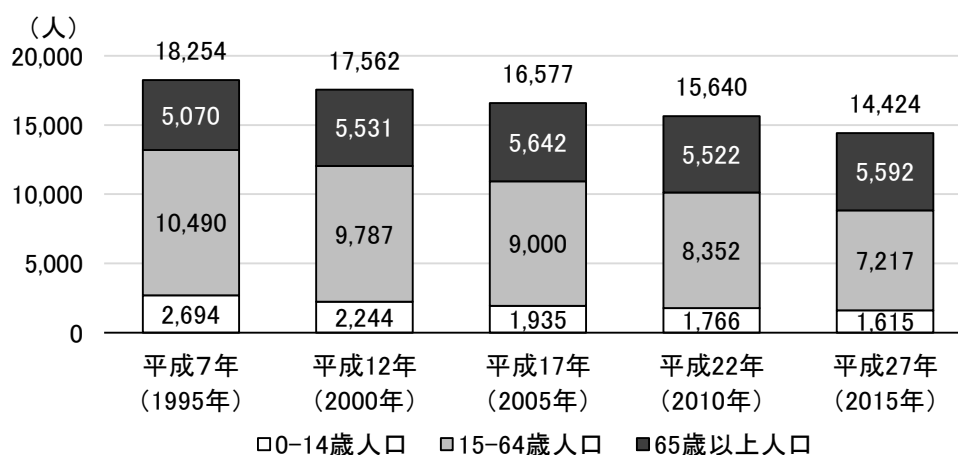
資料：岡山県統計年報

(c)=(a)-(b)、(f)=(d)-(e)、(g)=(c)+(f)

(3) 年齢別人口

年齢3区分別の人口構成をみると、平成7年(1995年)以降、15-64歳人口(生産年齢人口)及び0-14歳人口(年少人口)は減少傾向で推移しています。65歳以上人口(高齢人口)は平成12年(2000年)に増加して以降、5,500~5,600人前後で推移しています。

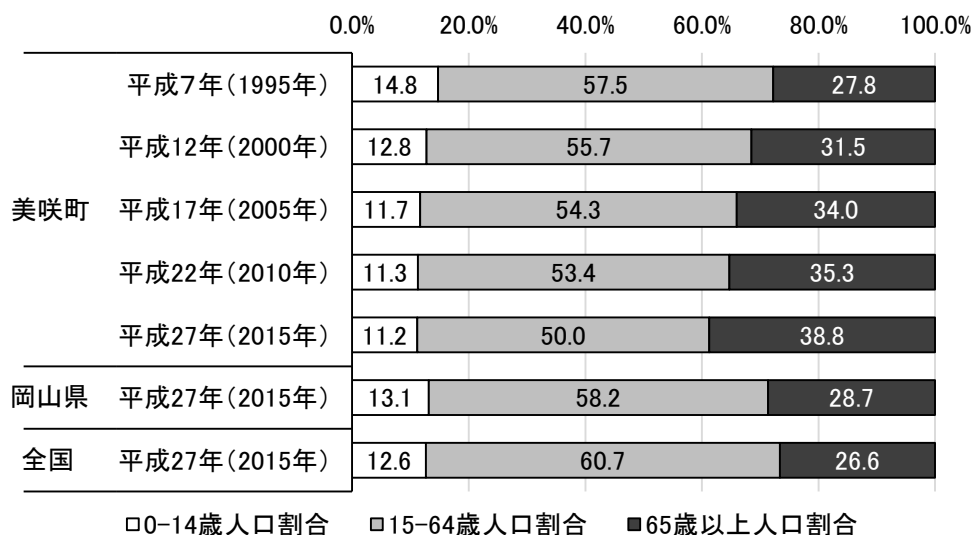
■人口の推移(年齢3区分)



資料：国勢調査(年齢不詳除く)

年齢別の人口構成をみると、平成27年（2015年）では0-14歳人口の割合は11.2%、15-64歳人口が50.0%、65歳以上人口（高齢化率）が38.8%となっており、高齢化率は岡山県及び全国の平均を10ポイント以上高く、およそ3人に1人が高齢者となっています。

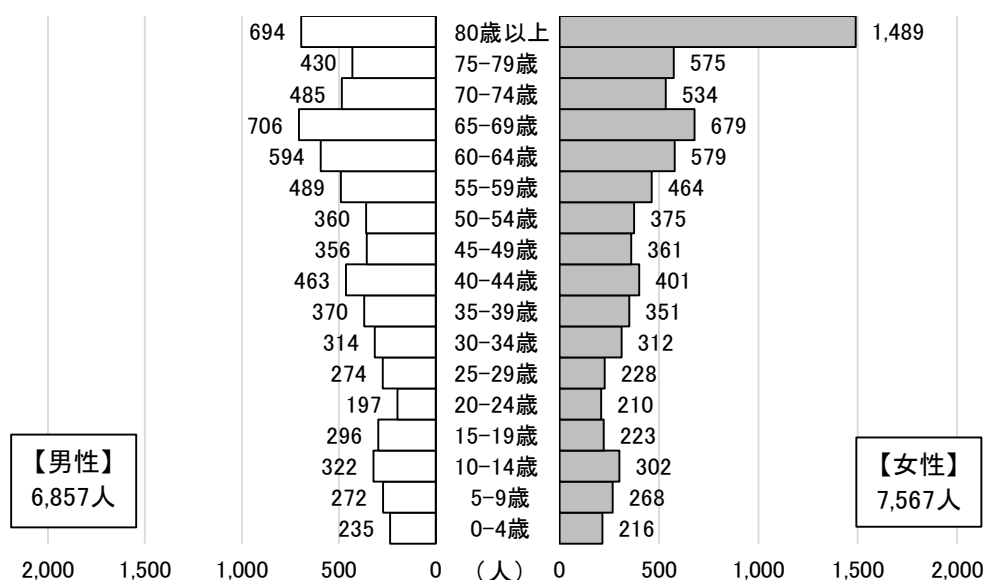
■人口内訳の推移（年齢3区分）



資料：国勢調査

平成27年（2015年）の人口ピラミッドをみると、60歳代後半のいわゆる「団塊の世代」の人口が多くなっています。また、65歳以上人口は男性の2,315人（33.8%）に対し、女性では3,277人（43.3%）と女性高齢者が多く、特に80歳以上の人口が多くなっています。

■人口ピラミッド（平成27年（2015年））

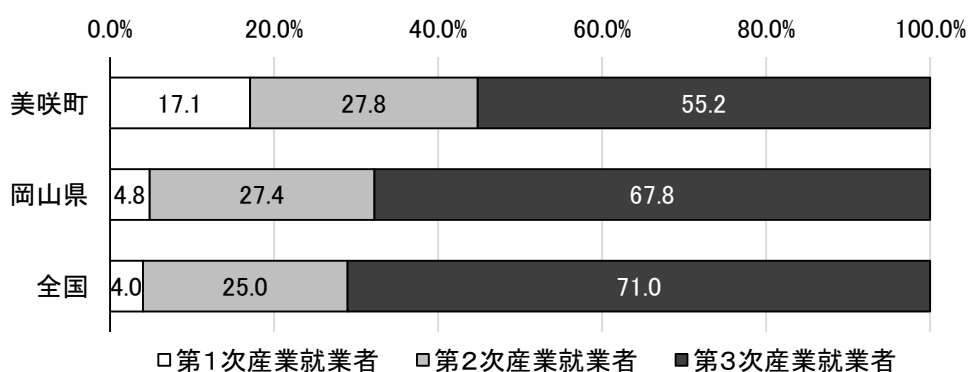


資料：国勢調査（年齢不詳を除く）

（４）就業構造

平成27年（2015年）の本町の15歳以上就業者の構成をみると、第1次産業就業者（農林水産漁業従事者）の割合は17.1%を占め、岡山県や全国の平均を大きく上回っています。第2次産業（建設・製造関係）については27.8%と、全国の平均より若干高く岡山県の平均程度、第3次産業（サービス業等）は55.2%と、岡山県や全国の平均と比べて低くなっています。

■就業者構成比（平成27年（2015年））

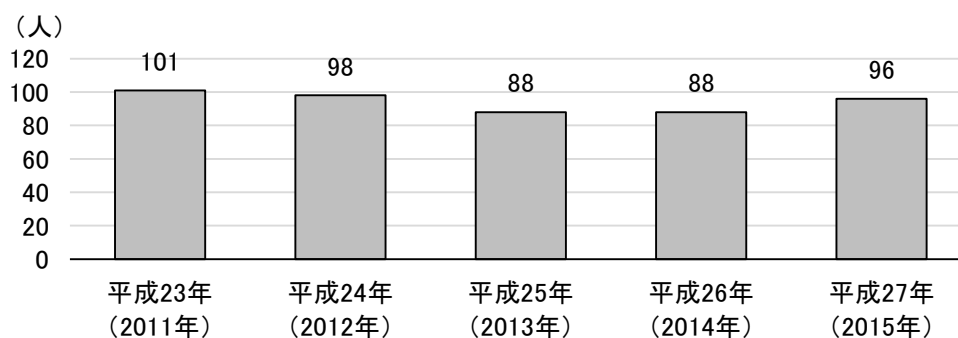


資料：国勢調査

（５）出生数の推移

出生数は平成26年（2014年）にかけて減少傾向で推移していましたが、平成27年（2015年）ではやや増加に転じ96人となっています。また、平成26年（2014年）の合計特殊出生率は、1.62となっており、全国、岡山県及び岡山市の平均を上回っています。

■出生数の推移



資料：岡山県統計年報

■合計特殊出生率（平成26年（2014年））

全国	岡山県	岡山市	美咲町
1.42	1.49	1.43	1.62

資料：岡山県衛生統計年報

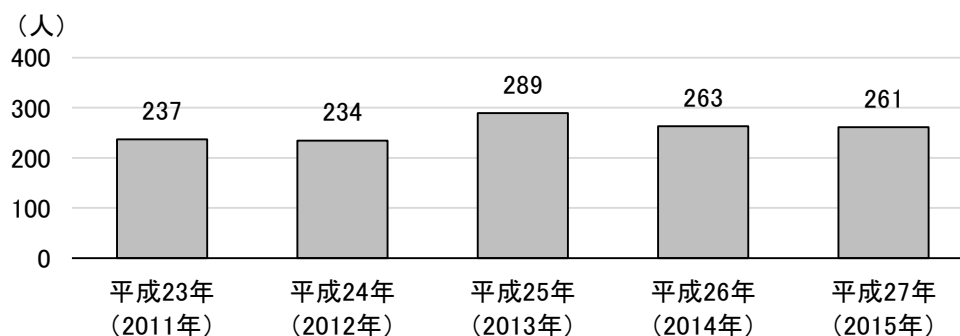
注：合計特殊出生率は「15～49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの」で、一人の女性がその年齢別出生率で一生の間に生むとしたときの子どもの数に相当する。

3. 町民を取り巻く健康の状況

(1) 死亡数及び死因別死亡数の推移

近年の死亡数は平成25年（2013年）が289人と高くなっていますが、平成26年（2014年）以降は概ね260人台で推移しています。

■死亡数の推移



資料：岡山県統計年報

平成26年（2014年）における本町の主な死亡要因は「悪性新生物」、「心疾患」、「肺炎」、「脳血管疾患」の順に高くなっています。

■選択死因別死亡数

	平成 23 年 (2011 年)		平成 24 年 (2012 年)		平成 25 年 (2013 年)		平成 26 年 (2014 年)	
	件数	構成比	件数	構成比	件数	構成比	件数	構成比
総数(全死因)	237	100.0	234	100.0	289	100.0	263	100.0
結核	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4
悪性新生物	59	24.9	59	25.2	74	25.6	63	24.0
糖尿病	1	0.4	2	0.9	4	1.4	3	1.1
高血圧性疾患	1	0.4	0	0.0	2	0.7	1	0.4
心疾患	46	19.4	33	14.1	35	12.1	41	15.6
脳血管疾患	19	8.0	30	12.8	24	8.3	28	10.6
くも膜下出血	0	0.0	3	1.3	3	1.0	1	0.4
脳内出血	2	0.8	8	3.4	5	1.7	10	3.8
脳梗塞	16	6.8	19	8.1	15	5.2	14	5.3
大動脈瘤及びかい離	4	1.7	1	0.4	2	0.7	3	1.1
肺炎	33	13.9	33	14.1	41	14.2	36	13.7
慢性閉塞性肺疾患	4	1.7	4	1.7	8	2.8	5	1.9
喘息	0	0.0	1	0.4	1	0.3	0	0.0
肝疾患	2	0.8	1	0.4	4	1.4	1	0.4
腎疾患	5	2.1	6	2.6	12	4.2	4	1.5
老衰	5	2.1	9	3.8	13	4.5	10	3.8
不慮の事故	8	3.4	7	3.0	12	4.2	11	4.2
交通事故	1	0.4	0	0.0	2	0.7	0	0.0

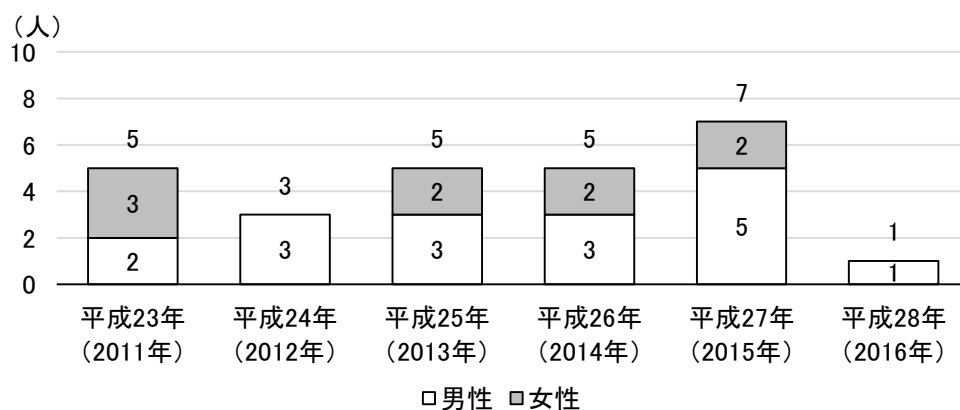
参考：岡山県統計年報（一部死因を除く）

(2) 自殺の状況

我が国の自殺者数は、3万人を超える水準で推移していましたが、近年は減少傾向にあり、平成28年（2016年）の自殺者数は2万人強となっています。

本町においては、平成28年（2016年）では1人となっていますが、近年では概ね5人前後の人が自殺で亡くなっています。

■自殺者数の推移

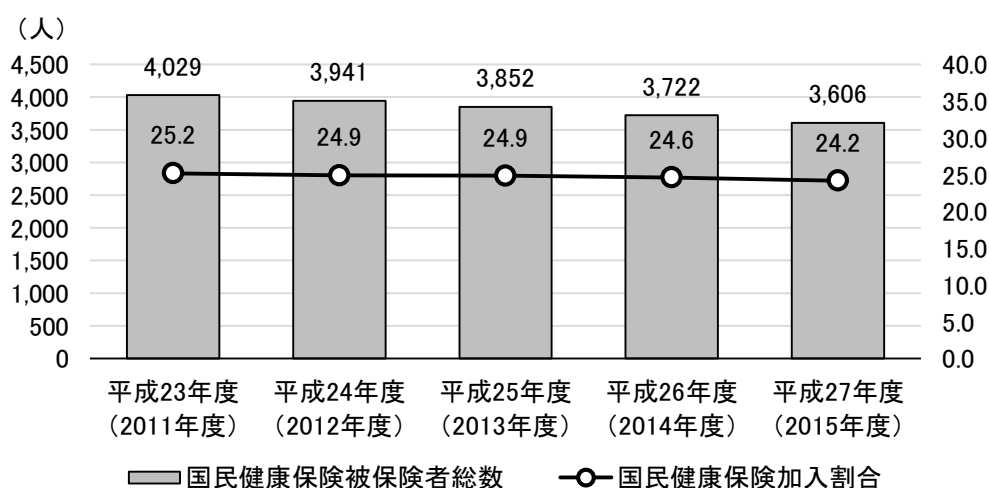


資料：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

(3) 国民健康保険の状況

本町における国民健康保険被保険者数は減少傾向で推移しており、平成27年度（2015年度）で3,606人、加入割合は24.2%となっています。

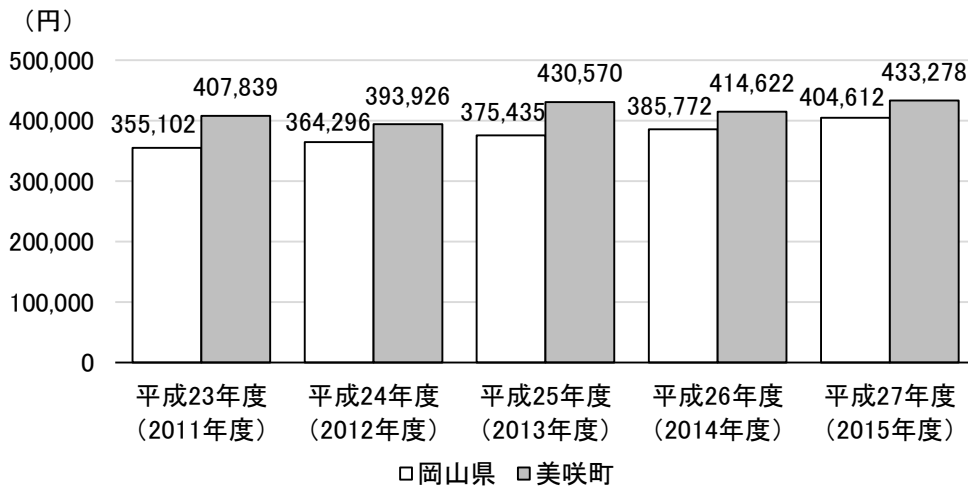
■加入者数及び加入割合の推移



資料：岡山県 国民健康保険事業状況
被保険者数は年度末時点 加入割合は年間平均

本町における国民健康保険の1人当たり医療費は、各年で増減しながらも増加傾向にあり、平成27年度（2015年度）では433,278円と、岡山県平均と比べて高くなっています。

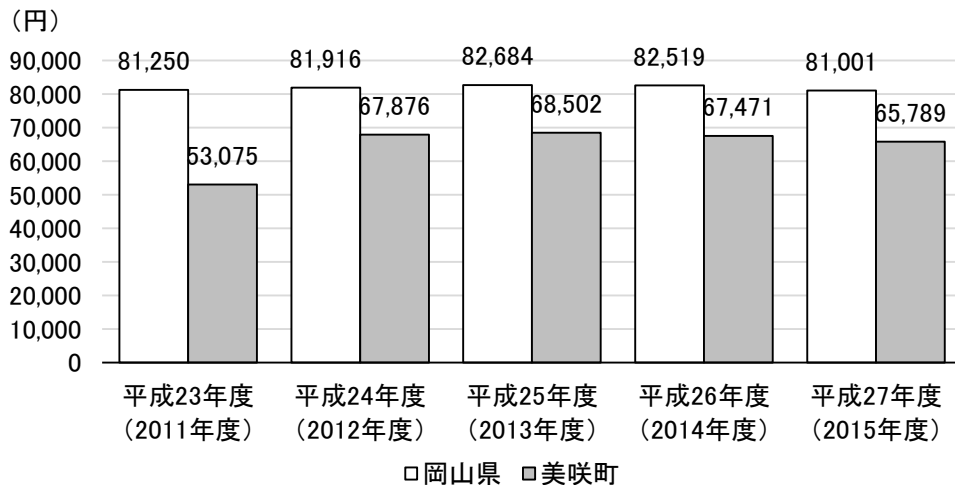
■ 1人当たり医療費等の推移



資料：岡山県 国民健康保険事業状況

1人当たりの調定額（医療分＋後期分）については、平成23年度（2011年度）から平成25年度（2013年度）にかけて増加した以降微減で推移しており、平成27年度（2015年度）では65,789円と、岡山県平均を下回っています。調定額は県内では新庄村に次いで本町が2番目に低い額となっています。

■ 1人当たりの調定額



資料：岡山県 国民健康保険事業状況

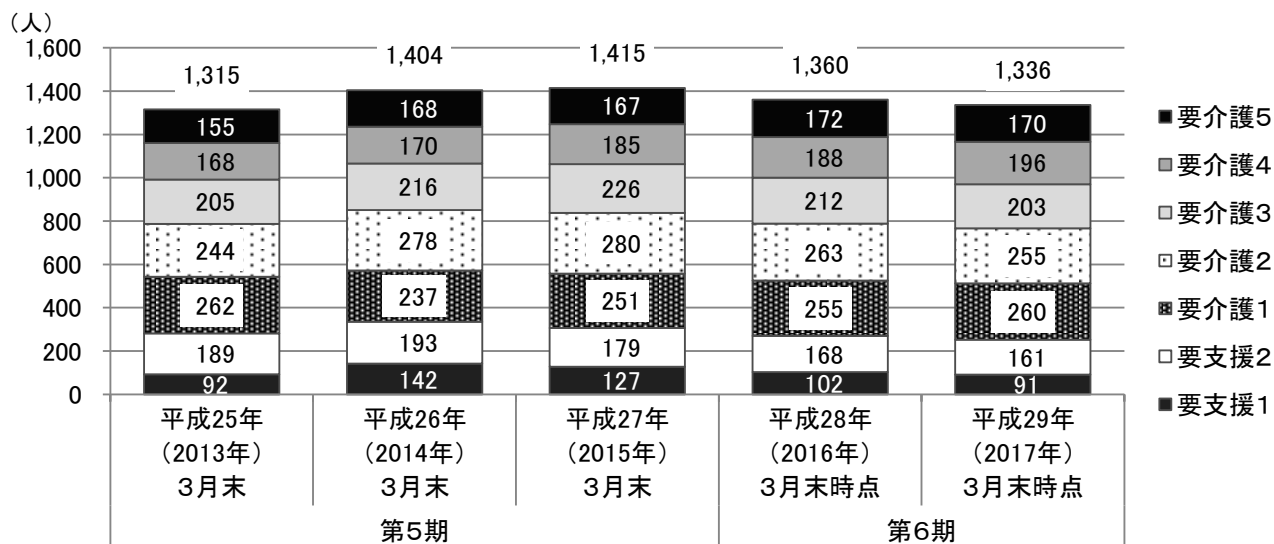
調定額とは、保険者である市町村が、納税者である国保被保険者に通知した、納付すべき金額のこと。

(4) 要介護認定者数の推移

要介護認定者数は、平成27年（2015年）3月末の1,415人から減少に転じ、平成29年（2017年）3月末時点では1,336人となっています。主に要介護1、要介護2の人数が多くなっています。

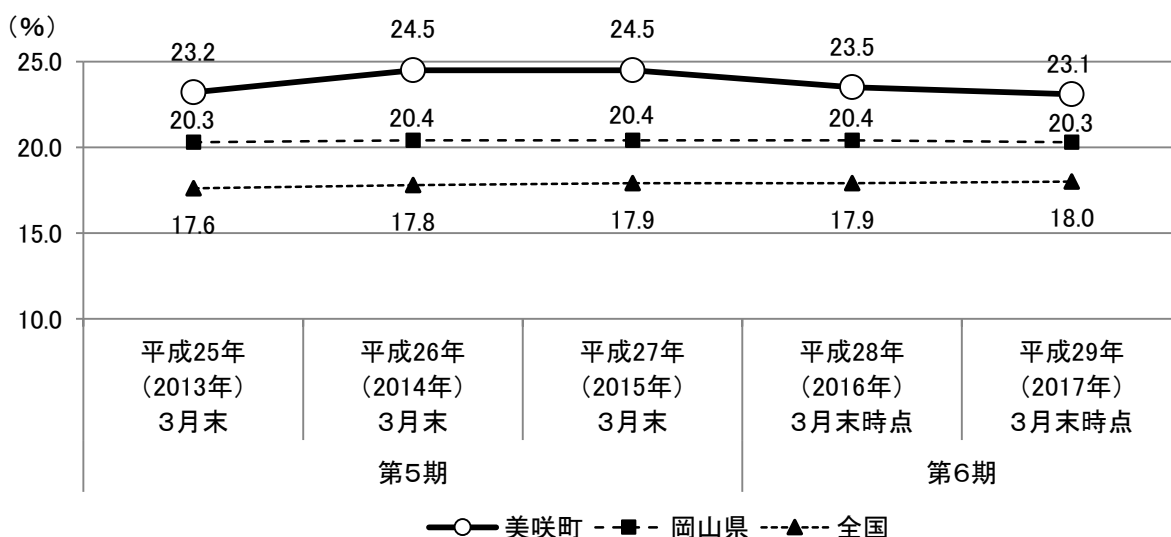
要介護認定率は、平成27年（2015年）3月末以降、減少に転じているものの、全国・岡山県と比べて高くなっています。

■ 要介護認定者数の推移



資料：厚生労働省介護保険事業状況報告（月報）

■ 要介護認定率の全国・岡山県との比較



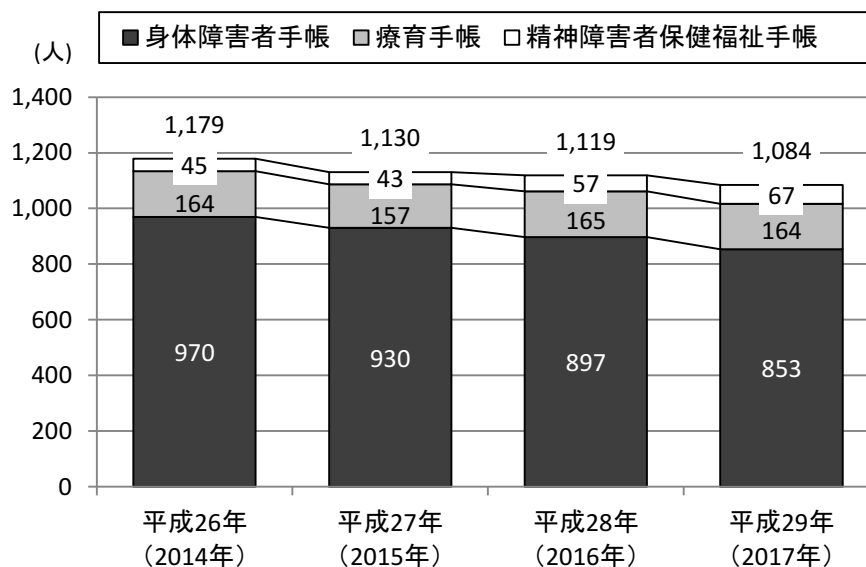
資料：厚生労働省介護保険事業状況報告（月報）

(5) 障害者の状況

平成29年（2017年）4月1日現在の本町における身体障害者手帳所持者は853人、療育手帳所持者は164人、精神障害者保健福祉手帳所持者は67人となっています。

平成26年（2014年）から平成29年（2017年）までの各障害者手帳所持者数の増減をみると、身体障害者手帳所持者数は減少しており、精神障害者保健福祉手帳所持者数は微増、療育手帳所持者数は増減を繰り返しています。

■各手帳所持者数の推移



資料：福祉事務所（各年4月1日現在）

4. アンケート調査結果の抜粋

(1) 健康状態について

- 市民の健康状態については、「とても健康+まあまあ健康」が79.7%、「あまり健康ではない+健康ではない」が20.7%と、約8割の人が健康であると感じています。
- 現在治療を受けている病気については、「高血圧」が34.6%、「糖尿病」が9.8%、「脂質異常症(高脂血症)」が9.0%の順に割合が高く、「治療中の病気はない」は28.6%となっています。「高血圧」、「脂質異常症(高脂血症)」は女性の比率が高く、「糖尿病」は男性の比率が高くなっています。
- BMIをみると、「普通」が67.9%、「低体重」が7.3%、「肥満度1～4」が21.9%と、普通体重が過半数を占めているものの、肥満傾向の人が2割ほどいます。男性は肥満傾向の比率が高く、女性は低体重の比率が高くなっています。
- 健康診査や検診の受診状況をみると、「特定健診(若年健診)など生活習慣病予防の健康診査」は75.8%、「肺がん検診」は58.1%、「胃がん検診」は52.4%、「大腸がん検診」は51.5%、「子宮がん検診」は49.7%、「乳がん検診」は51.2%となっています。20～30歳代の若年層において各種がん検診の受診率が低い状況となっています。健診(検診)等を受診していない理由としては、高齢層では「心配なときはいつでも医療機関で受診できるから」が、若年層では「時間がとれなかったから」の比率が高くなっています。

(2) 運動習慣について

- 定期的な運動の状況についてみると、月に1回以上運動している人の割合は58.0%となっており、「ほとんど毎日している+週に2～3日程度している」の運動頻度の高い人は41.5%となっており、高齢者層で運動頻度の高い人が過半数を占めています。運動している人の1回あたりの運動時間をみると、30分以上の運動をしている人は62.8%、1時間以上の方は28.0%となっています。
- 定期的な運動の状況について「ほとんどしていない」は40.2%となっており、若年層では「ほとんどしていない」が過半数を占めています。運動をしていない理由をみると、全体では「時間に余裕がないから」が49.8%と高く、年齢別でみると若年層においては「時間に余裕がないから」、高齢層では「身体の調子が悪いから」の比率が高くなっています。

(3) 食生活について

- 朝食の摂取状況をみると、「毎日(週に7日)食べている」が87.8%となっています。欠食のある人は10.7%となっており、若年層においてその比率が高くなっています。朝食を食べていない理由として「おなかがすいていないから」、「朝食よりも寝ていたいから」、「食べる時間がないから」の割合が高くなっています。
- 朝食・夕食における共食の状況については、「ほとんど毎日食べる」が朝食では61.9%、夕食では68.9%となっています。若年層ほど共食の頻度が少なくなる傾向がみられます。

- 野菜を食べる頻度をみると、「1日毎食食べている」は45.7%となっています。男女別では男性が、年齢別では若年層において野菜を食べる頻度が低くなっています。
- 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度をみると、「ほぼ毎日食べている」が60.0%となっています。20～30歳代において食べる頻度が低くなっています。
- 「地産地消」への関心については、関心がある人は89.1%となっており、また、「関心があり実践している」人は64.3%となっています。20～30歳代において「関心はない」が26.5%と高くなっています。
- 食育で実践していることは、「昔ながらの料理や手作りの料理を心がけている」が50.6%、「家族そろって食事をしている」が50.3%、「地元の旬の食材を積極的に利用している」が42.0%の順に割合が高くなっています。

（４）飲酒・喫煙について

- 飲酒の頻度をみると、「ほとんど飲まない」は56.6%、「月に1日」以上飲んでいる割合は39.7%となっています。「毎日」飲んでいる割合は19.0%となっています。
- 1日あたりの飲酒量については、「1合未満」が44.3%、「1合以上2合未満」が32.2%、「2合以上」では17.3%となっています。飲酒頻度・飲酒量ともに男性が女性と比べて高くなっています。
- 小・中学生アンケート調査から飲酒経験の有無をみると、「はい」が22.7%、「いいえ」が77.1%となっており、小学生における「はい」の比率が中学生と比べ高くなっています。アルコールを勧めた人は「自分から」が35.1%、「父」が19.4%、「両親以外の家族」が9.7%の順に高くなっています。
- 小・中学生のアルコールの体への害に対する認知状況について、「害があると思う」が77.5%、「少しは害があるがたいしたことではない」が8.1%、「わからない」が7.8%、「体に良くも悪くもない」が3.2%、「かえって体に良い」が1.2%の順となっています。
- 喫煙の状況をみると、「全く吸ったことがない」が58.1%、「以前吸っていたがやめた」が25.7%、「吸っている」が12.2%となっており、男性の喫煙者、40～64歳の年齢層の喫煙が多くなっています。
- 喫煙をやめる意向については、「ぜひやめたい＋できればやめたいと思っている」が男性では50.0%、女性では75.0%、「本数を減らしたいと思っている」が男性では22.1%、女性では4.2%となっており、女性のやめたい意向が高くなっています。
- 小・中学生アンケート調査から喫煙経験をみると、「はい」が2.4%、「いいえ」が96.4%となっており、中学2年生において「はい」の比率が高くなっています。喫煙を勧めた人は「自分から」が57.1%、「父」、「両親以外の家族」、「先輩・友人」が7.1%となっています。
- 小・中学生の初めて喫煙をした時期については、「小学校4～6年頃」が35.7%、「小さい頃」、「小学校1～3年頃」が28.6%、「中学生」が7.1%の順に高くなっています。喫煙をした回数を見ると、「一度だけ」が71.5%、「たまに」が21.4%、「毎日」が7.1%の順に高くなっています。
- 小・中学生の喫煙の体への害に対する認知状況について、「害があると思う」が92.8%と大半を占めています。

（５）歯の健康について

- 1日の歯みがきについて、「1日に1～2回」が男性では77.7%、女性では63.8%、「3回（毎食後など）」が男性では13.5%、女性では27.3%「4回以上」が男性では1.6%、女性では4.6%、「口はゆすぐが歯みがきはしない」が男性では5.8%、女性では1.8%となっており、女性の歯みがき頻度が男性と比べて高くなっています。
- 定期的な歯科検診の受診について、「6か月に1回ぐらい」が28.4%、「1年に1回ぐらい」が15.3%、「数年に1回ぐらい」が12.8%、「受けていない」が39.5%となっています。
- 歯の本数をみると、20本以上の割合が65～74歳の前期高齢者では56.7%、75歳以上の後期高齢者では31.9%となっています。

（６）こころの健康について

- 睡眠の状況をみると、睡眠が「十分とれている＋とれているほうだ」が20歳以上40歳未満が72.4%、40歳以上65歳未満が68.3%、65歳以上75歳未満が80.2%、75歳以上が82.9%、「不足がちである＋不足している」が20歳以上40歳未満が26.5%、40歳以上65歳未満が30.8%、65歳以上75歳未満が19.1%、75歳以上が14.0%となっています。40～64歳の年齢層で不足していると感じる割合が他の年齢層と比べて高くなっています。
- ストレスの状況をみると、ストレスを「よく感じる＋ときどき感じる」が63.5%、「あまり感じない＋ほとんど感じない」が34.3%となっています。64歳未満の年齢層ではストレスを感じている割合が7割を超えて高くなっています。
- ストレスの内容をみると、「仕事や職場に関すること」が42.2%、「将来・老後のこと」が40.6%、「自分の健康・病気」が39.1%の順に割合が高くなっています。男性や若年層においては「仕事や職場に関すること」の割合が高く、女性や高齢層では「家族の健康・病気」、「自分の健康・病気」などの割合が高くなっています。
- 悩みやストレスの相談先をみると、「家族・親せき」が53.3%、「友人・知人・同僚」が40.8%で高くなっており、「相談できる相手はいない」は14.3%となっています。若年層では「家族・親せき」、「友人・知人・同僚」の割合が高く、75歳以上の後期高齢者では「医療機関」の割合が高くなっています。

（７）地域との関わりについて

- 自分の住む地域が子どもや高齢者、障害のある方にとって住みやすいかについて、「大変＋どちらかといえば住みやすい」が53.7%、「どちらかといえば＋非常に住みにくい」が42.8%となっています。
- 地域の活動や行事への参加状況について、「よく＋ある程度参加している」が男性では71.2%、女性では61.3%と男性の参加が女性と比べて高くなっています。また、年齢層別では、「よく＋ある程度参加している」が20歳以上40歳未満が39.8%、40歳以上65歳未満が65.4%、65歳以上75歳未満が74.1%、75歳以上が65.7%となっており、20～30歳代の若年層の参加は低くなっています。

（８）地域での支え合いについて

- 地域での手助けをお願いできる近所の人の有無について、「手助けをお願いできる人がいる」が48.4%、「いない」が24.1%、「わからない」が25.9%となっています。若年層ほど手助けをお願いできる人が少なくなる傾向がみられます。
- 手助けをお願いしたい内容をみると、「緊急災害時の援助」が37.9%、「家族が病気の時の援助」が21.8%、「手助けは必要ない」が21.7%の順に高くなっています。20～30歳代の年齢層では「子どもの安全確保、声かけ」、「子どもの預かりなど子育ての応援」、「地域ぐるみの子育て支援」の割合が高くなっています。

（９）地域でのボランティア活動について

- ボランティア活動へ参加状況をみると、今後の参加意向がある割合は男性が68.7%、女性が60.9%となっています。「現在参加しており、今後も続けたい」の割合は男性が25.0%、女性が16.4%、年代層でみると20歳以上40歳未満が8.2%、40歳以上65歳未満が15.4%、65歳以上75歳未満が26.2%、75歳以上が22.2%となっています。地域の活動や行事への参加と同様に、男性の参加割合が高くなっており、若年層の参加が低くなっています。

（10）防災への取組について

- 緊急災害時の避難場所について、「避難場所を知っている」が74.2%、「知らない」が23.2%となっており、20～30歳代の認知度が低くなっています。
- 緊急災害時に避難の手助けをお願いできる近所の人の有無をみると、「手助けをできる人がいる」が46.5%、「いない」が18.9%、「わからない」が32.1%となっており、若年層ほど「いない」、「わからない」の割合が高くなる傾向がみられます。

5. ワークショップ結果の概要

(1) 第1回ワークショップの概要

第1回ワークショップでは、美咲町における健康・食育・地域福祉等の各分野の「よいところ（魅力）」、「もっとよくしたいところ（課題）」について話し合っていました。

分野	よいところ	もっとよくしたいところ
健康	○コロナ体操が普及している ○毎朝のラジオ体操 ○エイコスタジアムは県内外に誇れる ○ストレッチ体操をしている ○運動する場所がたくさんある ○スポレク柵原が活発に活動している ○ウォーキングをしている人が多い ○健康のことを気遣って運動している ○スポーツイベントが盛んだ ○グランドゴルフに親しんでいる人が多い ○みさき健康ポイント制度を始めた ○健康増進に向けた取組が増えた ○各種検診等への補助、助成の充実 ○保育園児のスポーツ運動機会の増加 ○睡眠やストレス対策に関する相談ができる ○県より糖尿病率が低い	●健康体操等のインストラクターを育ててほしい ●空き地やグラウンドを有効に活用したい ●子どものころからの歯磨き指導 ●ウォーキングコースの設定 ●健康寿命をのばすにはどうするか ●日々の食事を大切にする。減塩。野菜を食べる ●健康教室等、働く世代が参加しやすい時間帯の開催 ●男女ともに運動のできる場がほしい ●運動の機会 ●健（検）診の受診率アップ
食育	○お米がおいしい ○野菜がおいしい ○果物がおいしい ○山菜が豊富 ○黄二らがおいしい ○たまごかけごはんが有名 ○本年は柏餅づくりにもとりかかった ○食育部会で鯖寿司づくりが大変良かった ○年1回男の料理教室がある ○給食に美咲町のお米が使われている ○地区に食堂がないので内食が多い ○町の名物食がある ○郷土料理講習会が増えた ○伝統料理おいしい（くさぎなのかけめし） ○地域に伝統料理がある	●アグリもものブランド米（きぬ娘）を全国に売り出す ●アレルギー対応食堂がほしい ●ピオーネ、黄二ら特産物を町内の人に知ってほしい ●昼食など配食してくれる事業所がほしい ●町を代表する料理を作るプロジェクト希望 ●特産品（農）、名産品の新たな生産 ●郷土料理の講義・伝承 ●地産地消 ●美咲町の名産品のPR ●昔ながらの料理をもっと伝えたい ●自然の活用
助け合い・支え合い	○お達者さんで介護施設などにいける ○地区にサポーターが多い ○地域での助け合いができる ○ボランティア活動に積極的な人が多い ○愛育委員・栄養委員・民生委員がいる ○会長さんがマメにしてくださる ○人が優しい ○サポートふくしのサポーターが活躍 ○近所の人のごみ出しを手伝ってくれる	●ボランティア活動を評価してあげる ●シルバー世代の人材をたくさん育成して福祉を充実 ●地域の見守りに積極的参加 ●保・小・中のつながり（内から外へ） ●地域内の声かけ ●自主防災活動（助け合い） ●日常の挨拶を積極的に ●緊急時に助け合える心がけ

分野	よいところ	もっとよくしたいところ
地域の行事・交流	○福祉の会で旅行がある ○町内のお祭りに参加できる ○地域のサロン活動が増えた ○イベントが増えた ○地域間の交流が増えている ○地域ごとに交流会（サロン）等行える建物がある ○福祉ネットワークが盛んな地区 ○地区行事への参加が多い ○活動する場所があることが嬉しい ○ボランティアの地域交流（3地域） ○生涯学習が増えて参加者も増 ○若者、高齢者、子どもの集まる場 ○地域に家族で参加できる行事がある ○通いの場への参加者が増えている ○ワンディカフェ	●地域の祭に一人暮らしの高齢者が参加できない ●町内でのコミュニケーションがほしい ●サロンにもう少しお金がほしい ●保育園庭の解放 ●生きがいづくりのできる皆んなの社会参加 ●趣味を通じて人と交流する場づくり ●誰もが楽しく集まって話し合えるまち ●子ども・若者の集まる場所 ●料理教室などのイベントを増やす ●休養の大切さ（働くことだけでなく） ●地域のカフェを増やしたい ●サロンに男性が少ない ●男性の料理作りの推進 ●栄養委員も若い人が出てきてほしい ●人口の減少に伴う地域の行事について
高齢者	○高齢でも元気な人が多い ○近くに介護施設があり安心していられる ○高齢者への政策も充実している ○サロン活動が活発 ○高齢者の方が田畑で良く働いている ○一人暮らしの人が多い ○若い人がやさしい。高齢者に声かけをしている ○一人暮らしの方の見守りができている ○認知症者への理解が深まっている	●集まれる場所が増える ●気軽に外かける場所づくり ●身近に相談できる場所 ●認知症介護者への介護支援 ●介護度の低い方の居場所づくり ●高齢者が遊ぶ楽しみを知る ●高齢者の見守り ●高齢者の身の回りの事のサポート ●高齢者と若者との交流がない ●介護施設の充実を
こども	○母子クラブ、乳幼児クラブと中学生の交流会がある ○子どもが3人目だと保育料が無料 ○子どもが元気よく挨拶できている ○子どもへの政策が充実している ○子どもに対する見守り隊 ○学校でのボランティア活動 ○放課後の小学生の居場所「寺子屋」の新設 ○子どもの通学時、かけこみ110番がある ○高校生まで医療費補助	●子どもがもっと多くなれば ●世代間交流 ●若い人が楽しめる場を増やしたい ●若い人も気軽に相談できる場あったらいいな ●育児のサポート ●若い人が少ないので子どもがいない ●若い人が働ける場を ●サテライトオフィス（空き部屋を貸す）
生活環境	○自然に囲まれ生活できる ○自然林、星が良く見える ○さくらがきれい ○棚田、棚田まつり、田植え ○自然と触れ合う学習。活性化事業に補助あり ○黄福タクシー・福祉バスの運行 ○タクシー代、バス代の補助金がすごくうれしい	●イノシシ、ムジナ、ハクビシン、シカの駆除 ●草ぼうぼうの田畑を生かしていこう ●広報誌にもっと細かい情報を入れたい ●図書館は立派だけど利用する人が少ない ●空き家を有効に活用したい ●外灯がもっとほしい ●川で遊べる場がほしい ●地域のインフラ、特に道路の維持 ●黄福タクシーの充実 ●病院（総合病院）の充実 ●救急システムを岡山地域の連携を ●巡回バスを運行するのに地区の希望を聞いてほしい ●災害時の避難場所や避難方法がわからない

(2) 第2回ワークショップの概要

第2回ワークショップでは、美咲町における健康・食育・地域福祉等の各分野の課題の解決に向けてどのような役割分担で取り組めるかについて話し合っていました。

区分	解決策	個人	地域	行政
健康ポイントの充実	- 何か、結果に対してごほうび！ - 地域でスタンプが押せる - 広報みさき、TV - サロンの口コミ	- 意欲を持って！目標達成！ - 何事にも参加！チャレンジ精神！ - 健康ポイントについて口コミで広める - 参加	- 子どもから若者、高齢者まで声かけ - 自治会を通じたの行事（グラウンドゴルフ等） - 健康ポイントについて口コミで広めるカード提示	- 広報活動 - 他組織を巻き込む（JA、商工会） - 参加できる企画 - カード作り - 車が運転できない人の送迎
健康づくり	- 健康教室いろんなテーマで取り組む - 健康づくり活動の広報の工夫 - 健（検）診受診率アップ - 健康寿命の低さを意識させる - 認知症の早期発見 - 寝たきり予防	- 個人の意識改革 - 健康教室にもっと参加する - 他の人も誘う - 適正体重を保つ - 受動喫煙のことを考える - アルコールの飲みすぎに注意する - コロバン体操	〇〇コンテストで競い合う 〇〇自慢（地域の長寿さん、いい歯の人等） - 地域全体で認知症について知識をもっておく - 通いの場の充実	- 大きな方針（宣言） - 健康教室をもっと計画する - 広報PR - 体操の音楽 - 認知症を知ろう（テストの普及） - 健（検）診受診をもっと呼びかける
健康リーダーの育成	- リーダー支援本部の開設 - たて割の分解 - 地域内の横の連携会議	- 社協の方を頼らず自分たちでも積極的に取り組む - リーダーは同じTシャツを着る	- 地域に一人を目指す - 地域のリーダーに年代は関係ない	- リーダー養成講座 - 専門知識、OBの活用（登録） - 認定証発行
運動の機会の充実	- 運動できる施設、設備の充実 - 元気な人の通いの場 - 運動月間を定める - 運動サークル作成	みさきき～体操の普及	近所での誘い合い	- ウォーキングコースの距離表示 - スポーツ条例作成 - 万歩計でウォーキング地図
栄養	- 塩分を控えよう 1日に野菜を5皿以上食べよう - 野菜をとろう - 野菜の取りにくい人はスムージーにして摂ろう - よく噛もう	- バランスの良い食事をサロンで作ってあげたい - いろんな食材を食べる	- 塩分測定をしてあげ、話をしてあげる - 塩分濃度計を使おう - 栄養委員の協力	補助、助成
集まり	- 地域の皆が集う - 閉じこもりがちな人も出かけられる - 通いの場の充実 - 地域行事に参画 - サロンの実施	- 集まりの場から自ら出かけていく - 健康のことを気遣って運動、声かけ - 地域の行事に積極的に参加する	- 通いの場の充実 - 集いの場所づくり - お互いに声かけ合って集う人を多く - タレントを呼んでのイベント	- リーダーの養成 - 防災対策を地域へすすめるようなまちづくり - 黄福タクシーの充実
男性の参加	- 意識改革 - 病気、障害、介護の人の参加OK - 男性の参加しやすい内容のイベント	- 楽しんだ後の懇親 - 変な男気を出さない - 送迎 - 参加、声かけ	- 企画、チラシ - 男性の参加しやすい内容 場、きっかけづくり - 積極的に誘いあう	男性料理教室の開催

区分	解決策	個人	地域	行政
ボランティア	・サロンで動ける人へボランティアの働きかけ ・健康グッズの貸出支援 ・生活力を子どもに伝えるボランティア ・買い物支援	・近くに住んでいる人への「買い物行っ てあげるよー」の 声かけ	・得意分野を活かし た役割分担 ・若い人への参加の 声かけ ・地域の色んな人が 集まって食事がで きる機会づくり(コ ミュニケーション を増やす)	・健康グッズ貸出PR ・一緒に地域の活動 を！ ・支援を要する人と 地域の橋渡し ・ボランティアや地 域の人とのつなが りを深める
子ども	・子育て支援者、場所 づくり ・遊ぶ場所づくり ・地域で子育て ・子育ての先輩の子 育てボランティア ・子どもへの挨拶、見 守り運動 ・子どもの一時預か りをお年寄りで	・子育てを頑張る(今 しかない) ・子育てを手伝っ て！と言う ・挨拶がよくできる ・「こういうことなら できるよ(預かった り)」の声かけ ・積極的な声かけ	・子どもと一緒に参 加できる地域活動 を増やす ・集まれる場づくり ・スポレク参加 ・見守りボランティ アを地域で作る ・専門家を呼んでの 地域(の自然等)勉 強会	・子育てしやすい環 境作り ・ファミリーサポー ト立ち上げ ・親育て ・若い人と歳の大き い人も一緒に子育 ての講座を受けら れる機会をつくる
高齢者	・助け合い支援 ・介護施設の充実 ・健康寿命を延ばす ・引きこもりをなく す ・高齢者一人暮らし の見守り ・高齢者の生きがい、 役割づくり ・高齢者への外出支 援	・バランスよい食事 ・日々の運動に努め る ・見廻り活動 ・コロバン体操の実 施 ・健康意識をもつ ・健(検)診を受ける ・送迎支援(サロン等 への) ・サロンへの積極的 な声かけ	・気軽に話せる人間 関係づくりを日ご ろから ・交流の場所づくり ・サロンへの声かけ ・内容の検討 ・さりげない支援(野 菜を届けたり食事 を届けたり)	・見守り隊を作る ・支援サポーターを 増やす ・介護施設を作っ てもらう ・一人暮らしの人な ど広く声かけ、見 守り(地域の委員やボ ランティアが行く だけでなく) ・地域やボランティ アと行政の密な連 携
食育	・子どもも作れる料 理の指導 ・世代間交流を増や し食の大切さを伝 える ・朝食の大切さを知 らせる ・料理教室を小地域 で行い、広めていく ・美咲のばあちゃん、 母ちゃんを講師に 料理教室 ・柵原おこわ ・黄二雑炊 ・山菜おこわ ・鯖寿司を作ろう ・柏餅、くさぎなのか けめし	・子どもに野菜を育 てて食べる体験を させる ・親が子に意識的に 教えていく ・家族みんなで食事 をする時間を増や す ・昔ながらの料理の 良さを知る、伝える ・身近な人から味を 教えてもらう ・赤飯、ぼたもち、団 子汁、野菜の煮物 ・郷土料理をサロン で広めよう	・食を通しての世代 交流を増やす ・伝承者(地域の)を 見つける(お願いす る) ・講習会を計画する ・近所の方に作り方 を聞く ・サロンなどでの料 理体験をする ・子ども会との協力	・各世代に向けて食 のPRをする ・昔ながらの料理を まとめる ・郷土料理の本を作 ろう ・レシピ集 ・補助、助成

区分	解決策	個人	地域	行政
地産地消	・若い人たちと高齢者の野菜作り交流 ・名産品をPRして全国区にしてい ・野菜等をもっと売り出し収入にする ・野菜作りの講習会を計画する ・仲間作りとリーダーの養成 ・学校給食に地元野菜などを取り入れる ・空き家の集約と活用（麦、野菜、果物） ・子どもに野菜作りの楽しさを教える ・吉井川、旭川の水の活用で川魚等養殖 ・美咲の米、米粉で、美咲うどんを作る	・グループ作り、声をかけて仲間作り ・野菜を作って友愛訪問しよう ・荒れた畑に野菜を作ろう ・野菜の作り方を勉強しよう ・家でとれた野菜を使う。食べる	・ある地域の特産品を考えて作っていく ・地区の高齢者、病弱者の支援と見守り ・近所の人に作り方を聞く ・野菜の簡単な調理方法を聞く	・人を美咲へ連れてきてほしい ・ネットの利用アピール上手に ・猪や鹿等との共存を ・補助、助成

6. 分野別にみる前回計画の評価

目標に対する達成状況について、以下のとおり分析・評価を行いました。

健康分野では31項目中11項目が改善、食育分野では14項目中4項目が改善、地域福祉分野では2項目とも改善がみられないという結果でした。

A	目標値に達した
B	目標値に達していないが、改善傾向にある
C	変わらない
D	悪化している
E	指標又は把握方法が異なるため評価が困難

(1) 健康増進計画

①新規事業・取組

新規事業・施策

内容

1. 生活習慣病予防への取り組み		
33健康教室	県の「晴れの国33プログラム」に基づいて実施。生活習慣病の知識を深めることにより、自らの生活改善に努め、生活習慣病予防を目的とした教室を実施	
検診受診体制の整備	働き盛り世代の受診率向上を目指した、休日の検診実施	
働き盛り世代の健康づくり	働き盛り世代を対象に健康づくり普及のための教室を実施	
町民運動会支援	町民運動会の会場で血圧測定、体脂肪測定等を実施し、健康づくり普及啓発	
2. 運動・スポーツの推進		
健康ポイント制度(健康部会)	スポーツ関係事業、検診、教室、イベント等の参加者に健康ポイントを押印。年度末に表彰して健康意識を高める	
ラジオ体操	毎朝定時の告知放送でラジオ体操を流し、運動習慣の定着や身体活動の必要性の周知。それまでは夏休み期間中だけだったが、平成27年より毎朝の放送に変更	
総合型地域スポーツクラブとの連携、支援	スポーツ関係団体と連携した、健康教室の運営協力	
血管年齢測定	測ることで自分の健康を見直し、健康づくりを推進する指標とする	
体組成計測定		
3. 歯と口腔の健康づくり		
妊産婦歯科健康診査費用助成	妊産婦の歯科健診費用助成(産前・産後)	
歯科教室	保育園と連携した歯科教室	
歯科出前講座	町内小・中学校で歯科医師・歯科衛生士による歯科教室を実施	

4. こころの健康づくり			
	自殺対策強化事業		補助金を利用して自殺予防講習会実施
	トータルライフ支援プロジェクト		保・小 共通支援シートの作成と活用

②数値目標

■がん

目標			平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
がん検診の受 診率の向上	胃がん	男性	39.4%	32.3%	50.0%	D
		女性	34.9%	28.7%	50.0%	D
	肺がん	男性	60.7%	54.1%	70.0%	D
		女性	65.5%	59.5%	70.0%	D
	大腸がん	男性	47.4%	43.9%	50.0%	C
		女性	47.8%	46.2%	50.0%	C
	子宮がん	女性	35.8%	30.0%	35.8%	D
	乳がん	女性	33.6%	31.8%	50.0%	C
精密検診の受 診率の向上	胃がん		73.1%	74.0%	100.0%	C
	肺がん		76.5%	71.0%	100.0%	D
	大腸がん		48.6%	60.0%	100.0%	B
	子宮頸がん		100.0%	75.0%	100.0%	D
	乳がん		100.0%	85.0%	100.0%	D

■糖尿病

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
特定健康診査・特定保健 指導の実施率の向上	特定健康診査 の実施率	33.8%	37.0%	60.0%	C
	特定保健指導 の実施率	18.1%	11.5%	60.0%	D

■脳血管疾患、心疾患等

目標			平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
高血圧の改善	収縮期血圧の平均値		128mmHg	126mmHg	125mmHg	B
脂質異常症の減少	脂質異常症 (LDL コレステロール 160mg/dl 以上の者の割合)	男性	9.3%	6.7%	7.4%	A
		女性	17.0%	14.5%	13.6%	B

■身体活動・運動

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
運動習慣者の割合の増加	20～69 歳	44.2%	51.6%	50.0%	A
	70 歳以上	66.3%	67.6%	70.0%	C

■歯と口の健康

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
歯の喪失防止	定期的に歯科検診を受けている者の増加	24.3%	28.4%	50.0%以上	C

■休養・こころ

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
悩みやストレスについて相談する 相手がいない者の割合の減少		9.2%	14.3%	減少	D
自殺者の減少		3人	1人	0人	B

■飲酒

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者(1日当たりの純アルコールの摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合の減少	男性	20.4%	22.2%	16.3%	C
	女性	23.5%	23.9%	18.8%	C
小学校5・6年生 飲酒経験がある	男性	50.7%	33.9%	0%	B
	女性	17.0%	29.8%	0%	D
中学生 飲酒経験がある	男性	58.3%	18.4%	0%	B
	女性	41.7%	14.4%	0%	B

■喫煙

目標	平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
成人の喫煙率の減少 (喫煙をやめたい人がやめる)	14.8%	12.2%	9.0%	B
喫煙・完全分煙実施施設認定数の増加	12 施設	21 施設	増加	A

(2) 食育推進計画

①新規事業・取組

新規事業・施策

内容

1. 健康な食生活の推進	
みさきタウンテレビ	食育推進等のペープサート上映
食育システム(SAT)を利用した食事診断	教室、イベントなど様々な会場でシステムを利用した食事指導
2. 地産地消・食の安全・安心の推進	
やさいの日(8月31日)イベント	地元物産センター等において野菜摂取と地産地消の推進・普及啓発
3. 食文化の伝承	
じじばの知恵袋(食育部会)	さば寿司、くさぎなのかけめし、黄ニラ料理などの講習会

②数値目標

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
共食の機会の増加 (毎日家族と一緒に 食事をとる頻度)	【朝食】20 歳以上	64.5%	61.9%	80.0%	C
	【夕食】20 歳以上	68.2%	68.9%	80.0%	C
子どもが食事を自 分ひとりでとる割合 の減少	【朝食】	小学生	3.3%	16.5%	D
		中学生	24.0%	28.5%	C
	【夕食】	小学生	2.4%	2.8%	C
		中学生	14.0%	7.7%	A

目標		平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
朝食を毎日食べる者の増加	小学生	84.0%	81.6%	100.0%	D
	中学生	82.0%	74.3%	100.0%	D
	20 歳代	59.1%	62.8%	85.0%	C
	30 歳代	75.7%	67.3%	85.0%	D
適切な量と質の食事をとる者の増加(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合)		75.8%(県)	60.0%(県)	80.0%	B
野菜を1日3回毎食食べている人の増加		38.6%	45.7%	50.0%	B
食塩摂取量の減少		10.1g(県)	9.5%(県)	8.0g以下	B
地元の旬の食材を積極的に利用する人の増加		47.7%	42.0%	60.0%	D

(3) 地域福祉計画

①新規事業・取組

新規事業・施策

内容

1. 地域のつながり・居場所づくり	
地域支援事業	地域で支えるしくみづくり。小地域ごとに通いの場を立ち上げた
	短期集中通所事業
公共の移動手段確保	地域の高齢者の移動手段の一つとして「黄福タクシー」の助成を開始。平成27年からは高齢者に加え妊婦も対象に追加。更に平成29年からは対象年齢を70歳以上から65歳以上に引き下げた
認知症カフェ	認知症を理解し、日頃の悩みや思いを話せ、相談できる場所
地域ネットカフェほっと	支援の必要な児をもつ保護者を対象とした集いの場
2. 生きがいづくり・社会参加の促進	
おたっしやさん発掘事業(福祉部会)	特技、技術のある方を発掘・募集。希望があれば派遣して教えあいをすることで双方の意欲を高める
こども議会	中学生が議会を通じて、政治や町の将来像に関心を持ち、社会参加の重要性を促進する
3. 誰もが住みやすいまちづくり	
生活支援サポーターの養成	ちょっとした生活の困りごと(専門性を要するもの、医療行為、金銭管理、車への同乗はできません)のお手伝いをしてもらえる人の養成
介護予防地域交流活性化事業	通いの場開設に伴う施設整備事業(補助金)

4. 安全・安心なまちづくり

備蓄品の整備	順次防災グッズや備蓄品の整備、防災マップづくりの促進
防災情報提供	「防災！ぼくのまち」を毎月更新し放送。番組内で防災グッズや知識の紹介
防災訓練	避難訓練など支援事業補助金を自主防災組織対象に交付し、防災訓練を支援

②数値目標

目標	平成 24 年度	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 29 年度)	評価
子ども、高齢者、障害のある方にとって 住みやすい地域と感じる割合の増加	58.0%	53.7%	75.0%	C
ボランティア活動に現在参加し、 今後も続けたい人の増加	23.9%	19.8%	30.0%	C

第4章 基本構想

1. 計画の基本理念

本計画は、美咲町振興計画に位置付けるまちづくりの基本方針である「健やかに安心して暮らせる『元気』なまちづくり」の実現を目指して、住民や関係機関・団体、事業者、町の協働により取り組んでいくものです。

1次計画では、住民の皆さんが「保健福祉総合計画で達成したい夢」を自ら創出し、一人ひとりの夢をつないで詩に託す作業を行い、とりまとめました。本計画においても、この「夢」を基本理念として踏襲し、健康づくりと食育そして地域福祉の取組みを進めていきます。

また、住民や自治会、民生委員・児童委員、愛育委員、栄養委員、老人クラブ、育児サポーター、社会福祉協議会、あるいは企業や保育園、学校など、地域に係わるあらゆる人や機関が、行政と協働して、それぞれの得意分野や活動を生かして知恵を出し合い、「ソーシャルキャピタル」の考え方に基づくネットワークづくりを目指します。

2. 健康増進計画

町民が自分らしく、健やかで心豊かな人生を送ることを目標に、住民一人ひとりの力と地域の力をあわせ元気な地域づくりの実践に取り組みます。

◆ニコニコ笑顔 元気モリモリ みんな笑顔のまち美咲町

モリモリ・ニコニコ 笑顔・元気・美咲町

私たちの健康プラン

病院が近くにあったら便利だね！
子どもが元気で外で遊ぶ姿が見えたらいいね！
スポーツを通して絆ができたらいいいね！
笑って心が元気になったらいいね！
いつまでも自分の歯でおいしくごはんが食べられたらいいね！
生涯現役だったらいいいね！

みんな笑顔のまち

私たちの健康プラン

一人一芸の体力づくりができたらいいいね！
楽しく子育てができたらいいいね！
対話（会話）で心の健康づくりができたらいいいね！
自然を活かした健康づくりができたらいいいね！
すべての健（検）診受診率 県下 N01 になれたらいいいね！

健康増進計画が目指すもの

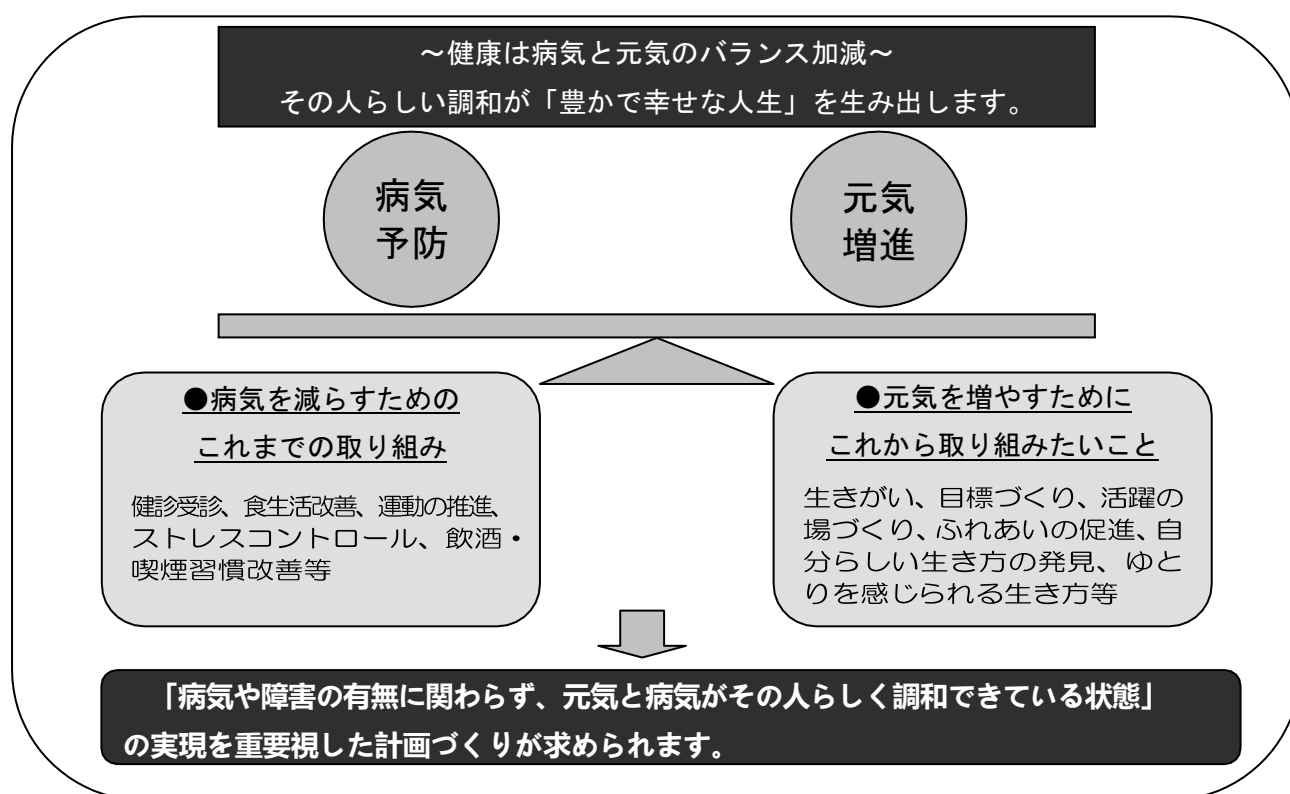
これまで「健康」は、「病気」と対立する概念として語られてきました。「健康とは病気がないこと」という健康観に基づき、病気の早期発見・早期治療（一次予防）及び病気の発症につながる生活習慣等の改善（二次予防）を中心とした健康づくりが一般的に展開されてきました。

しかしながら、日常生活に目を向けてみると、病気や障害を抱えながらも元気に生活している人を多く見かけます。高齢社会を迎えた現在において、高齢期を無病で乗り切れることは、困難な状況であるといえます。

国は「一病息災」を唱えているように、現代社会においては病気の有無が必ずしも健康の良否を決定するものではなく、病気を持ちながらも元気に生活する力を養うことが求められています。

「健康」の概念を「病気や障害の有無に関わらず、病気の予防と元気増進のバランスをとりながら、その人らしく生きている状態」と定義し、「一病息災」の健康を実現するための計画を目指します。

◆新たな健康観◆



3. 食育推進計画

本町の豊かな自然の恵みに感謝し、地元の新鮮で安全・安心な食材を使った料理で、みんなで楽しく食べるにより、生涯にわたって健康な心身と豊かな人間性を育みます。

◆食は命・地産地消

◆おなかもこころもいっぱい

食は命・地産地消

私たちの食育プラン

健康で楽しく食べられたらいいね！

家族みんなでお話をしながら食べられるといいね！

我が家の料理を伝えていけたらいいね！

棚田や畑を再生し旬の食材をいただけたらいいね！

安全な食べ物で健康なまちづくりができたらいいね！

おなかもこころもいっぱい

私たちの食育プラン

農業が見直されたらいいね！

美咲名物ができたらいいね！

地産地消だったらいいね！

自分で作って食べられたらいいね！

お腹もこころもいっぱいになったらいいね！

物々交換してわらしべ長者になれたらいいね！

食文化でつながっていけたらいいね！

感謝して食べられたらいいね！

食育推進計画が目指すもの

食は、生きていく上での基本的な営みの一つであり、心身ともに健康な生活を送るためには、健全な食生活は欠かせません。「食育」とは、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ことです。

「食を育む」	人間にとっての命の基盤となる食そのものを育むこと
--------	--------------------------

また、食を通じて豊かな人間性を育むことや、地域産業（特に第1次産業）の活性化を図ること、食文化の継承や共食などを通じて地域の絆を深めることなども重要な視点です。

「食で育む」	食を通じて食以外の分野や事柄への波及効果を生むこと
--------	---------------------------

本計画においては、本町の食育の実態を「食を育む」として、「食で育む」としての二つの視点をもって、今後のあるべき食育の姿を目指します。

食育の視点	食育のキーワード	内容
食を育む ○心身の健康づくり ○安全・安心な食の確保 ○食料自給率の増加 ○食文化の継承	健康	○食材、調理方法の選択 ○内食・中食・外食の適切な選択 ○日本型食生活の実践・・・など
	食の安全	○食の安全の確保・・・など
食を育む 食で育む の両方に関連	地産地消	○健康や環境への配慮 ○第1次産業の活性化・・・など
	食文化の伝承	○郷土料理、行事食などの伝承・継承・・・など
食で育む ○豊かな人間形成 ○第1次産業の活性化 ○特産品・加工品の開発 ○地域の絆づくり	感謝	○食べ物（いのち）への感謝 ○つくってくれた人への感謝・・・など
	作法・マナー	○食事のマナー ○食前食後のあいさつ・・・など
	コミュニケーション	○食を囲む家族の団らん ○食事の楽しさの実感 ○地域での共食・・・など

4. 地域福祉計画

地域福祉を推進するためには、住民が主体となって、行政や地域で活動する団体等とともに、どうすれば解決できるかを一緒に考えて行動すること、またその過程を共有することが重要です。本計画においては、住民が主役となって生きがいを感じながら行動する、地域福祉を推進するための基盤づくりを目指します。

◆かんどう しあわせ

◆ふれあい 生きがい 支え合い

かんどう しあわせ

私たちの福祉プラン

便利でわかりやすい行政だったらいいね！
にぎやかな子どもの声が聞こえたらいいね！
みんながやさしさを持ったらいいね！
みんなが仲良く暮らしたらいいね！
あなたが主役になれたらいいね！

ふれあい 生きがい 支え合い

私たちの福祉プラン

会話のできる町だったらいいね！
若者が主役となり生きがいを持てる町だったらいいね！
誰もがどんな場所へも安全に移動ができたらいいね！
福祉コロニーがあればいいね！
癒される場所でゆっくりすごせるといいね！
お金に困らない生活だったらいいね！

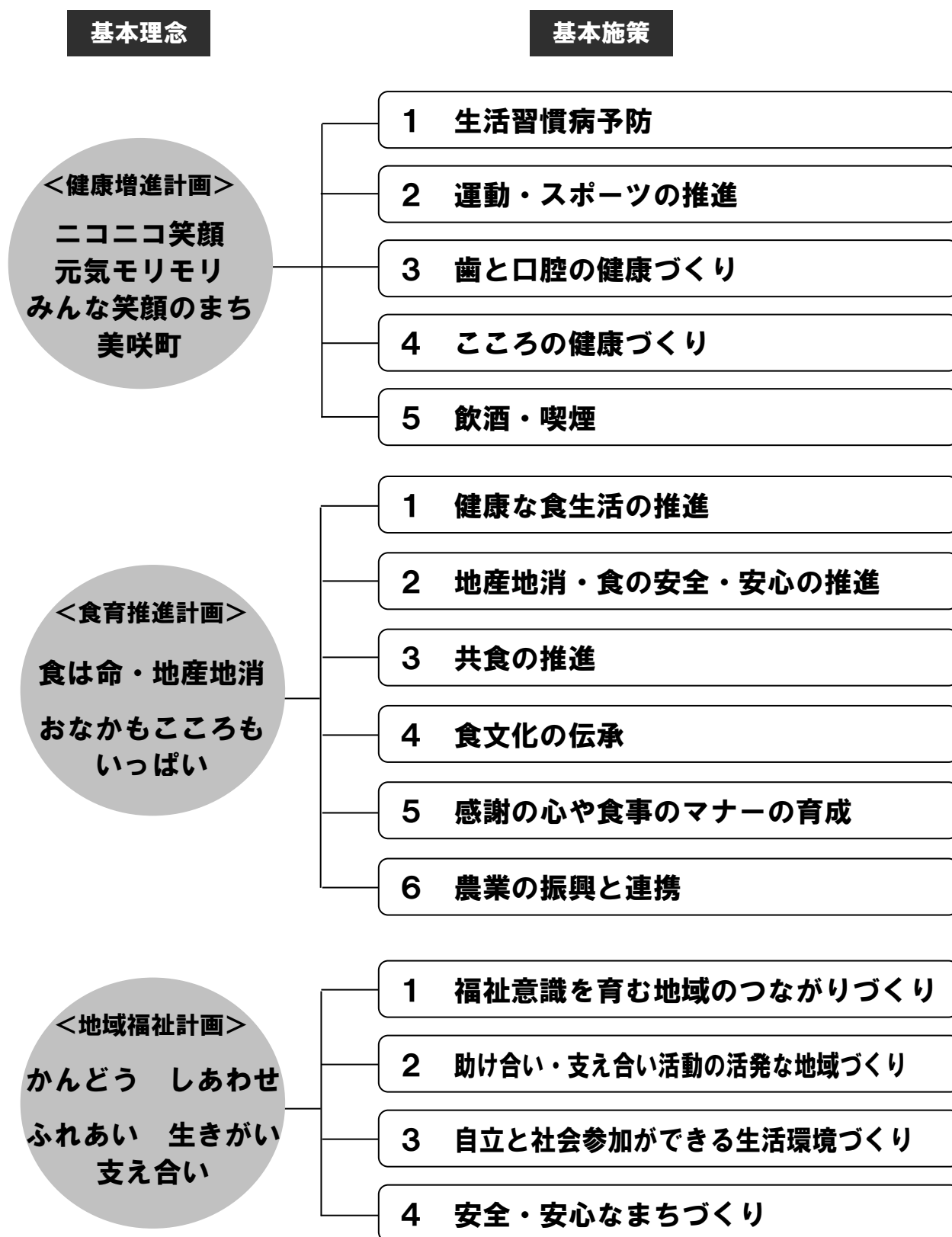
地域福祉計画が目指すもの

これからの地域社会においては、まちづくりに積極的に関わり、自分たちの地域は自分たちで良くしていこうという住民の意識を大切にしながら、住民と行政が一体となって取り組んでいくことが必要です。

そこで、本町の地域福祉計画では、「福祉＝住民一人ひとりのしあわせ」ととらえ、全ての住民にとっての福祉の構築を目指します。

本計画の目指す内容	
全ての住民が享受できる福祉の実現	◆住民一人ひとりが、自分にとってのしあわせを実現するために、「必要なときに必要なこと」を選択し、利用できる福祉の実現
住民参加・参画が促進される福祉の実現	◆法律や財源に基づいた「提供型サービス」中心の福祉から、「住民参加・参画型サービス」に軸足を移した福祉のあり方の実現
人（リーダー）が育つ福祉の提案	◆住民参加・参画型福祉を実現するためのキーパーソンとなり得る、住民リーダーやファシリテーターなど、人が育つ福祉のあり方の実現

5. 計画の施策体系



第5章 分野別行動計画

1. 健康増進計画

(1) 生活習慣病予防

現状と課題

- 主な死亡要因では、「悪性新生物」、「心疾患」、「脳血管疾患」など生活習慣に起因する可能性のある死因の割合が高くなっています。
- アンケート調査による、現在治療を受けている病気については、「高血圧」、「糖尿病」、「脂質異常症（高脂血症）」などが高くなっており、食生活や運動習慣との関連性がみられます。また、BMIは肥満傾向の方が全体の2割を占めており、男性の方がその傾向は強くなっています。反対に、女性は低体重の割合が高くなっており、適正体重を維持するための対策が必要です。
- 健診・がん検診の受診状況では、20～30歳代の若年層において健（検）診受診率が低く、若い人でも健（検）診を受診しやすい仕組みづくりが必要となっています。
- 1日毎食野菜を食べている人は全体の半数をきっており、特に男性や若年層における野菜の摂取が低下しています。また、20～30歳代において主食・主菜・副菜をそろえて食べるなど、食事バランスの重要性を周知する必要があります。
- 老人クラブ対象に、生活習慣病に関する講演会を行い、健（検）診の必要性について啓発を行っています。一方で子どもころからの生活習慣病予防の啓発としては、町内の学校と連携が図られていない状況であり、今後も学校との連携を進めていく必要があります。
- 住民に身近な会場として町内11会場で、がん検診に合わせ、特定健診、後期高齢者健康診査を集団で行っています。また、久米郡医師会と契約し集団健診後に個別の特定健診を行っています。

施策の方向

- 自主的な健康増進と疾病予防の推進
- がん対策及び生活習慣病対策事業の推進
- 健（検）診受診率向上に向けた広報・啓発や受診勧奨の推進
- 住民みんなで、健康づくりを進めるための環境づくり
- 子どもたちや若い世代への健康教育や正しい生活習慣の普及啓発

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●家族そろって健（検）診へ行く ●毎日、体重・血圧などのチェックをする ●運動や食生活と健康の具体的な関連性を知る ●家族で生活習慣病予防について話し合う ●健（検）診結果を健康づくりに活かす ●精密検査が必要と診断されたときは、必ず精密検査を受診する ●食事は薄味に心がける
地域社会 や企業	●毎日、体重・血圧などのチェックをする ●地域のイベントやサロンなどで自分の健康について話し合う ●地域イベントを利用して健（検）診の必要性について啓発活動を行う ●地域のイベントの中に、健（検）診コーナーを設ける ●地域の愛育委員、栄養委員が健康づくりや健（検）診について啓発する ●地域ぐるみで、地域の子どもの健康について教える機会をつくる ●地域でのみそ汁の塩分測定を実施する
行政	●県の「晴れの国33プログラム」に基づいた「33健康教室」を実施する ●働き盛り世代を対象とした、健康づくり教室や休日検診の実施を充実する ●地域イベントを利用して健（検）診の必要性についての啓発活動を行う ●町民運動会の会場を活用して血圧測定、体脂肪測定等を実施し、健康づくりの普及啓発を行う ●健康ポイントカードで、表彰などの仕組みづくりを検討する ●わかりやすく、ためになる「健診結果の見方」をつくる ●地域ごとの受診率などをグラフや表で示し、受診率向上につなげる ●栄養委員会や「みさきみんなの台所会」と協力し、郷土料理定着や健康のための「料理レシピコンテスト」などのイベントを検討する ●介護予防以外の効果も伝えるために、コロバン体操をはじめとした手軽にできる運動習慣を身に付けられるよう啓発する ●身近な会場での健（検）診の実施と個別検診の実施 ●町内の学校やPTA等と連携し、子どもの頃から生活習慣病予防について啓発する ●健康診査やがん検診の精度向上を図る ●より受診しやすい健康診査やがん検診となるよう、工夫する

(2) 運動・スポーツの推進

現状と課題

- 高齢者層では運動頻度の高い人が多いものの、若い世代での運動習慣が不十分です。若い世代を中心に、日頃から運動をする人を増やしていく必要があります。
- 運動をしていない理由としては、時間的な余裕が無いことがあげられるほか、身近なところで取り組む運動・スポーツの日常的な情報提供が不十分であり、気軽に取り組める運動や、友人や家族と楽しみながら取り組める運動の啓発が必要です。
- コロナ体操をみさきテレビで定期的に放映しています。
- スポーツ推進委員会・体育協会の活動については、広く住民にも認知され、各種行事にも安定した参加者が見込まれています。また、スポーツ関係団体等と連携し、幅広い参加者を得られるよう広報活動等に力を入れています。

施策の方向

- 運動についての正しい知識の普及
- スポーツイベント実施に向けた経済的、人的支援
- 運動習慣やスポーツの重要性についての広報・啓発
- スポーツ団体や組織運営に関する総合的な支援

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●小さい時から運動の習慣をつける ●家族みんなで歩く習慣をつける ●運動の必要性について学習する ●2年に一度行われる体力・運動能力調査に積極的に参加する ●家事や買い物などで、できるだけ歩く機会を増やす ●歩数を記録する ●普段より10分多く歩く ●できるだけ階段を利用する ●親子でスポーツを楽しむ ●地域のスポーツ・レクリエーションイベントなどに参加する
地域社会 や企業	●健康を維持するための身体活動の必要性について学習する ●身近なウォーキングコースや自然を活かしたウォーキングコースをつくる ●仲間づくりのためのウォーキングクラブをつくる ●ニュースポーツを取り入れる ●町民運動会やスポーツイベントなどを企画する ●総合型地域スポーツクラブの利用を増やす ●オリエンテーリングなど自然と触れ合う地域行事を開催する ●日本古来の武道、遊びを推進する ●各種スポーツ活動を行う団体の活動をPRする
行政	●健康を維持するための身体活動の必要性について啓発する ●自然を活かした健康づくりについての情報提供を行う ●スポーツ推進委員会・体育協会の活動を支援する ●スポーツ関係事業、検診、教室、イベント等の参加者に向けた健康ポイント制度を実践する ●毎朝定時の告知放送でラジオ体操を放送する ●コロバン体操をみさきテレビで放送する ●関係団体等との連携を行うと同時に、取り組みの内容を積極的にPRするなど、町民運動会やスポーツイベントなどを支援する ●ニュースポーツへの取り組みを進め、新たなスポーツ参加者を獲得する。 ●体育協会や総合型地域スポーツクラブ等と連携し、健康教室を運営するなど、子どもから高齢者までいつでもスポーツに親しめる環境づくりを推進する ●健康づくりを推進するための指標となるよう、血管年齢測定や体組成測定を実施する

(3) 歯と口腔の健康づくり

現状と課題

- 女性に比べて男性の歯みがき頻度が低く、男性の歯や口腔内の健康維持が課題となっています。
- 定期的な歯科検診は受けていない人が約4割で最も多く、様々な形での歯科検診への参加や重要性の周知が必要です。
- 妊産婦の歯科個別健診は実施していますが、大人対象の歯科定期検診は実施できていません。
- 保育園の参観日などにおいて2歳児歯科教室（歯っぴい教室）や小中学校での歯科出前講座を実施しています。
- 歯科衛生士による口腔サロンの実施により、健口体操の普及に努めています。

施策の方向

- 歯科のセルフケア能力向上のための知識の普及
- 子どもの頃からの歯と口腔の健康意識の醸成
- 大人向けの歯科検診受診体制の充実
- 8020運動の推進

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●よく噛んで食べる ●一人ひとりが正しい歯みがき方法を知る ●歯に悪い食べ物、歯に良い食べ物・歯によい食べ方を知る ●歯の定期検診を受診する ●子どもの歯みがき習慣をつけるために、大人が習慣を見直す
地域社会 や企業	●地域のイベントで歯のコーナーを設置する ●歯科衛生士による口腔サロンを開催する ●高齢者が在宅で歯科診療を受けられる体制をつくる
行政	●8020運動を推進する ●みさきテレビで歯についての番組を放送する ●広報紙、チラシなどで歯について啓発する ●歯みがき教室を開催し、親子で歯の大切さを学ぶ ●保・小・中学校と連携し、歯科教室などによる歯みがき指導を推進する ●妊産婦への歯科健診受診勧奨と受診実施を充実する ●妊産婦への歯科健診費用を助成する ●健口体操の普及を推進する ●禁煙対策を推進する ●大人向けの歯科検診受診体制を充実する

(4) こころの健康づくり

現状と課題

- アンケート調査では、全体の2割強の方が睡眠不足と回答しており、特に40～64歳の壮年期における睡眠不足の傾向が高くなっています。
- あわせて64歳未満では7割以上の方がなんらかのストレスを感じており、睡眠不足との因果関係も考えられます。ストレスの内容をみると、「仕事や職場に関すること」、「将来・老後のこと」、「自分の健康・病気」を理由とする回答が同程度で多く、それぞれの環境にあわせた、対応が必要です。また、悩みやストレスを相談できる相手がいない人が約15%となっており、解消法のない方への対応と対策が急務となっています。
- 現状では、特に若い世代での地域との関わりや支え合いの状況が減少してきており、身近なところでの日常の話し相手といった存在も減少している可能性があります。
- マイ保育園事業や地域子育て支援センター、相談室の設置などにより、子育てに関する相談体制を充実しています。
- 認知症に関して、当事者や介護者が情報交換等ができるよう、認知症カフェなどを実施しています。高齢化が進む中で、高齢者が地域で認知症になっても安心して生活ができるよう、地域の理解や家族の不安が解消できるような取り組みが必要です。
- もしもの時の相談には対応していますが、かけこみ寺のような活動には至っていません。
- うつ病をテーマとした講演会を実施し、こころの健康づくりの啓発を行っています。しかし、参加者が少ないため、広く啓発できる工夫が必要です。
- 本町では近年概ね5人前後の方が自殺で亡くなっています。こころの健康状況に配慮し、1人でも自殺者が減少するよう対応に力を入れていく必要があります。

施策の方向

- 小さなことでも気軽に相談できる窓口や体制の整備
- 地域における支援体制の推進
- ストレス対策・睡眠等による休養について知識の普及
- ライフステージや状況に応じた対応の展開

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●他者を理解し、気遣う気持ちを持つ ●自分にあったストレス解消法を持つ ●子どもの頃から何でも話せる親友を最低1人はつくるようにする ●月に1回は自分の時間をつくる ●子どもは外で遊ばせる ●眠りやすい環境を整える ●不眠等について、はやめに医師や相談機関等に相談する ●明るく楽しい茶の間づくりで家族の会話を増やす ●身近な自然と触れ合う機会を持つ
地域社会 や企業	●休養のとりやすい環境づくりを推進する ●高齢者のふれあいサロン活動を積極的に進める ●地域で高齢者の見守りをする ●子どものストレスのサインに気づく ●日頃から地域の人との交流を大切にする
行政	●気軽に相談できる場をつくる ●認知症初期集中支援事業や認知症地域支援、ケア向上推進事業等の認知症総合支援事業を実施する ●認知症サポーター養成講座を実施し、認知症に気づける人を増やす、育成する ●介護の経験がある人から話を聞ける機会をつくるとともに、介護経験についての情報提供を進める ●介護者の会の開催 ●認知症カフェを実施し、当事者や介護者の情報交換等により、負担の共有や軽減に繋げる ●共働き家庭等のニーズに対応できる、子育て支援の更なる充実 ●こころの相談日の開催 ●講演会や広報紙を活用し、こころの健康づくりの啓発を行う ●早寝・早起きを推進する ●自然環境を活かしたふれあいの場の整備を検討する ●ゲートキーパー（自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人）に関する情報を提供するとともに、悩む人の助力になれるよう努める ●新たなゲートキーパー育成に向けた募集・養成を行う

(5) 飲酒・喫煙

現状と課題

- アンケート調査では毎日飲んでいる方は全体の約2割、1回の飲酒で2合以上飲まれる方についても約2割となっています。女性に比べて男性の飲酒が多く、注意が必要です。
- 小・中学生へのアンケート調査では2割以上が飲酒経験があると回答しています。中でも自ら飲酒した子どもが約3分の1、父や両親以外の家族が勧めている場合も同程度となっています。小・中学生であってもアルコールの体への害については、ほぼ全員が把握しており、未成年飲酒に対する認識の甘さや指導の不十分が原因と考えられます。
- 断酒会と連携し、お酒のお悩み相談会を開設しています。
- 現在の喫煙者は全体の1割程度となっており、男性の40～64歳での喫煙率が高くなっています。その中でも禁煙の意向を持つ人は多く、約4分の3の方が禁煙もしくは減煙を希望しています。
- 小・中学生アンケート調査では全体の2%程度が喫煙経験ありと回答しています。その内、半数以上が自らの意志で喫煙をしています。ほぼ全員が喫煙の体への害を把握しており、未成年喫煙禁止をさらに徹底する必要があります。
- 保健福祉総合計画の改訂にあわせて、5年に1度、小学5、6年生・中学生を対象にたばこやお酒に係るアンケート調査を実施していますが、全ての児童生徒を対象にしているわけではないため、啓発が不十分な部分があります。
- 施設ごとの禁煙・分煙の推進が不十分であり、今後も引き続き禁煙・分煙に向けた啓発をしていく必要があります。

施策の方向

- 未成年の飲酒・喫煙の害や影響に関する啓発・指導の徹底
- 適正な飲酒と健康や周りの環境に配慮した喫煙(禁煙)の推進
- 地域・学校・職場等における意識啓発と環境づくり
- 医療と連携した禁煙の推進
- 公共施設における、禁煙・分煙化の推進

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●飲酒が健康に及ぼす影響を知る ●適正飲酒を心がける ●未成年者、妊婦に飲酒・喫煙をさせない ●妊婦は飲酒・喫煙を控える ●非喫煙者や妊婦、子どもの周りでは喫煙しない ●喫煙場所以外での喫煙はしない ●禁煙相談、禁煙外来などを活用する
地域社会 や企業	●人の集まる場所での禁煙・分煙に努める ●禁煙外来の充実を図り、禁煙を支援する体制を推進する ●断酒、禁煙の仲間づくりをすすめる ●地域で未成年者に飲酒や喫煙をさせない取り組みの推進
行政	●酒害者やその家族の情報提供も含め、小・中学生と連携して、たばこやお酒の害について啓発を推進する ●お酒の悩みに関する相談窓口の設置 ●酒害の問題を住民に広く周知し、情報を発信する体制を整える ●受動喫煙防止のため公共施設を中心として、禁煙・分煙を推進する ●妊娠届出時などに禁煙指導をする

2. 食育推進計画

(1) 健康な食生活の推進

現状と課題

- 食は人が健康に生きるために、最も大切な基盤です。子どもの頃から家庭において適切な食習慣を身につけるとともに、保育園や学校、社会生活を通して正しく食を選択する力を高めることにより、生涯にわたって健全な食生活を実践する人を育てることが重要です。
- 平成28年度（2016年度）の児童生徒の朝食実施状況調査によると、美咲町の子どもたちの朝食摂取率は減少傾向にあります。また、アンケート調査によると、「毎日朝食を食べている」の割合が20歳以上40歳未満では他の年代層に比べて低く、若年層に対する食習慣の正しい知識の普及が課題となっています。
- 野菜の摂取について、本町では乳幼児健診時や地域のサロン等で緑を食べる運動と併せて野菜1日350g摂取の普及啓発を行っているほか、平成29年度（2017年度）は美咲町物産センター、やさい畑、かあさん市会場で野菜摂取（地産地消）について啓発活動を行いました。しかし、アンケート調査では若年層ほど、野菜を1日3回食べる人は少なく、また、1日の中で主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度も、他の年代層と比べ少ないため、若年層へ向けた食生活改善の推進が引き続き求められます。
- 子どもや若年層、そして子育て世代やシニア世代まで、健康的で栄養バランスのとれた食習慣の普及に向けて、引き続き取組が求められます。

施策の方向

- 正しい食習慣を普及する

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●食事の内容や量についての正しい知識を習得し、理解する ●1日3回（朝、昼、夜）バランス良く食べる ●1日両手いっぱい野菜を食べよう心がける ●栄養バランスの良い食生活を心がける ●よく噛んで食べることを心がける ●旬のものを食べるよう心がける ●早寝早起し、朝ごはんを毎日食べる
地域社会 や企業	●地域で行う行事などで、朝食と野菜を食べることの重要性や食事のバランスについて啓発活動を行う ●高齢者との食を通じた交流を図り、サロンを活性化するなど、あらゆる世代の健康に気を配る ●男性でも参加しやすい料理教室を開催し、食についての正しい理解を図る
行政	●健康的な食生活に関する指導を、児童生徒だけでなく保護者に対しても実施する ●栄養委員を通じて、緑を食べる運動を推進する ●食事バランスガイドなどで、正しい食事内容や量について普及啓発する ●「早寝早起き朝ごはん」運動を保育園・小・中学校と連携し推進する ●小学校、中学校と連携し、適正体重についての普及啓発を強化する ●食を通じた世代間交流を支援する

(2) 地産地消・食の安全・安心の推進

現状と課題

- 現代は、地域でとれる食材に限らず、日本中から、そして海外からの食材も流通し、いつでも欲しいものが手に入るようになりました。一方で、食品の虚偽表示や使用が認められていない食品添加物の混入、輸入農産物の農薬の残留等、食の安全を脅かす問題も生じ、消費者の「食の安全・安心」への関心は高く、生産者の顔が見える地産地消への期待は高まっています。
- 地元の食材を使用する郷土料理や地域特有の食文化を継承することや、担い手不足が懸念される地域の農林水産業を持続的なものとするためにも、地産地消の推進が求められています。
- 本町では、美咲町産の農産物の周知や消費の促進を行っているほか、地域の農家の協力により各校園で美咲町特産のぶどう栽培の体験、稲作の体験を行っています。また、みさきTVにおいて6次産業化の取組や特産品の紹介を行っています。
- 美咲町農村女性生活交流グループが町内産農産物を使用した調理研修を実施しており、地域独自の食文化や調理方法のノウハウを町内外へ広げていくことが期待されています。一方で、メンバーの不足や高齢化が課題となっており、担い手の確保が必要です。
- 学校給食における地元食材の使用を推進していますが、地元産では生産量が限られていることもあり、普及が進んでいない現状があります。協力農家や農業の担い手確保も課題となっています。

施策の方向

- 地元でとれた農産物をおいしく食べよう
- 安全、安心な食材を生産、提供しよう
- 生産者と消費者が顔の見える関係をつくろう

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●家で野菜などを栽培し、とれた野菜や米を食べる ●自然栽培で作ったものを食べる（農薬をできるだけ減らす） ●旬の食材を知り、料理をする ●地域の特産物を知り、積極的に食べる
地域社会 や企業	●地域の自慢の食物・食材を紹介する ●地産地消の意義について、広く啓発活動を行い推進する ●保育園、学校と連携して子どもたちに農業体験の機会をつくる ●地元産の特産品を積極的に販売する ●地元産品の直売所を充実させる ●地元の食材を活用した加工・販売（6次産業化）に取り組む
行政	●地元食材を使用した給食を提供する ●地元の旬の食材を使い料理教室等を行い地産地消の良さを推進する ●地産地消の意義について、広く啓発活動を行い推進する ●保育園、学校と連携して子どもたちに農業体験の機会をつくる ●地元産品の直売所を充実させるための支援を検討する ●農業についての講座や講習の開催を支援する ●旬の料理や食材などを、みさきTVや広報等で紹介する ●地元の食材を活用した加工・販売（6次産業化）を推進・支援する

(3) 共食の推進

現状と課題

- 家族や友人等、だれかと一緒に食事を食べる「共食（きょうしょく）」は、こころを育んだり、和ませたり、健康なところをつくることにもつながります。また、食事のマナーを身につけ、協調性や社会性を養うことにもつながるものです。
- アンケート調査によると、家族と一緒に食べる頻度について、朝食では61.9%、夕食では68.9%が「ほとんど毎日食べる」と回答していますが、「ほとんどない」が朝食で19.0%、夕食で9.1%となっており、「孤食」が日常化している人もいることがうかがえます。
- 本町においては、給食の時間にみんなで食べる楽しさを分かち合うことで共食の意識を高めています。また、「弁当の日」を設定し、給食ではなく弁当を持ってくる日を設けることで、子どもやその家族が食について考えるきっかけづくりを行っています。
- 食育の日である毎月19日をみさきTVや広報紙、告知放送、イベント等によりPRし、家族や仲間と食事をともにし、会話をしながら楽しく食事をするを呼びかけています。
- 今後も引き続き孤食になってしまう原因を追究し、それらを改善できるような環境づくりを行う必要があります。

施策の方向

- 家族や仲間と食事や料理を楽しみ、人とのつながりを深め、豊かな心育てよう

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●家族で食材を買いに行き、一緒に料理を作る ●家族みんな揃って食べる日をつくる（1週間に1回、または1か月に1回） ●食事は家族で会話をする（テレビやゲーム、パソコン携帯電話などをつけない）
地域社会 や企業	●テレビやゲーム、パソコンなどをつけない「アウトメディアデー」の取り組みの推進 ●共食につながる地域行事を開催し、参加する ●一人暮らしの人に地域行事に参加してもらえるよう声かけをする ●ふれあいサロンを利用して共食を推進する（一品持ち寄りなど） ●手作り料理のおすそわけをすすめる
行政	●共食の意義を知り、家庭や地域での共食の機会を増やす ●共食の意義を啓発し、推進する ●みさきTV、広報等を利用し、食育の日（毎月19日）のPRをする ●中学校と連携し「自分が作った弁当を食べる日」を開催する ●孤食になってしまう原因を追究し、それらを改善できるような環境づくりを行う

(4) 食文化の伝承

現状と課題

- 食生活が多様化する中で、地域の郷土料理や伝統食等の食文化を大切にし、次の世代へ継承していくことが重要です。食文化の継承を推進するためにも、食文化に関する啓発及び知識の普及を進めていく必要があります。
- アンケート調査によると、地産地消への関心の有無について、「関心があり実践している（農産物直売所の利用や自家栽培など）」が全体では64.3%を占めている一方、20歳以上40歳未満では42.9%と、若年層ほど関心の度合いが低くなっています。
- 本町では、「みさきみんなの台所会」（保健福祉総合計画食育グループ）により美咲町の郷土料理の講習会を実施しており、みさきTVや広報等において紹介していますが、いまだ若い世代への伝承までには至っていない状況です。
- 今後も引き続き郷土料理の研修会の開催や、テレビ等での広報、イベントでの支援等を通じて啓発を行っていく必要があります。

施策の方向

- ふるさとの料理（郷土料理、家庭料理）を知り、食文化を伝えよう

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や家庭	●郷土料理など祖母、母などに教えてもらう ●地元の山菜などを三世代で探し、料理する ●地域行事に積極的に参加する ●自ら郷土料理や行事食などを学ぶ心を持つ
地域社会や企業	●「うちの料理自慢大会」を開催する（地域対抗） ●郷土料理の達人（祖母など）の講演会や料理教室を開催する ●伝統的な郷土料理をみさきTVや広報等で紹介する ●保育園や学校等とも連携して郷土料理講習会を計画する
行政	●子育て支援センター、乳幼児クラブ等を通じて、若い世代に向け、郷土料理や行事食の大切さを普及啓発する ●郷土料理に関する講演会や料理教室の開催を支援する ●伝統的な郷土料理をみさきTVや広報等で紹介する ●郷土料理に関するイベントなどを支援する

(5) 感謝の心や食事のマナーの育成

現状と課題

- 調理の体験や、農産物の生産に関する体験をすることで、食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることなどを学ぶことができ、食に対する関心や理解がより一層深まります。同時に、生産者と消費者との交流が生まれることで、作った人に対する「感謝の気持ち」を育み、お互いの信頼関係を築くことができます。
- 食事のマナーを身につけることは、子どもたちの社会性を育み、豊かな社会生活を営んでいく上で必要不可欠なものです。そのためには、食材が食卓に並ぶまでの生産・流通・消費の過程で関わっている多くの人々への感謝の気持ちを持つことや、食を通して、みんなとおいしく食べることができるコミュニケーションの力を育てていくことも重要です。
- アンケート調査においては、日頃から実践している食育について、「食事のマナーに気をつけている」と回答した方は全体で20.7%となっています。
- 本町では、地域子育て支援センターや母子クラブ、児童館において親子料理教室を実施しています。また、各地の郷土料理などを給食の献立に加えることで、その云われや、レシピなどを紹介し、食に対する興味を持たせるような指導も行っています。
- 今後も引き続き、食事のマナーを身につけられるよう指導を行うとともに、調理実習等の機会を増やし、食材を作った人への感謝の気持ちを育む必要があります。

施策の方向

- 食事のマナーを身につけよう
- 食を通じて感謝の気持ちを育てよう

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする ●食材は無駄にしないように、残さず食べる ●料理に関心を持ち、食事づくりに取り組む ●子どもと一緒にプランターなどで野菜を作り、収穫の楽しみをつくる ●自分たちで栽培した野菜で、家族で料理をつくる ●豆運び、シガーフライタワーなどゲーム感覚で、マナーの一つとして箸の持ち方体験をする
地域社会 や企業	●食に関する興味・関心を高めるイベントなどを行う ●子どもが野菜づくりをする機会をつくる ●食材の栽培・収穫・採取など生産の過程が体験できる機会を増やす ●学校の給食で、町の郷土料理を食べる機会を増やす ●学校における調理実習の機会を増やす ●給食の時間などを活用して食育についての理解、知識向上に努める ●親子で野菜づくりをする機会をつくる ●地区行事で箸づくりをする ●豆運び、シガーフライタワーなどゲーム感覚で、マナーの一つとして箸の持ち方などが学習できる機会を増やす ●食物を食べるときに命をいただく意味を伝える（地域の人が先生となり、学校で教える）
行政	●食に関する興味・関心を高める意識啓発を行う ●食育について、町の郷土料理を共有し、レシピ集を作成する ●保育園・小・中学校と連携し、調理実習体験などの機会を増やす ●保育園・学校で食育を推進する ●子育て支援センター、乳幼児クラブ等における親子料理教室を充実する ●食事に関する講習会を行い、親子や親同士の交流を促進する

(6) 農業の振興と連携

現状と課題

- 農業の振興は、安全・安心な農産物の生産・供給、地産地消、農業体験などによる感謝の気持ちの向上、食文化の伝承など、様々な食育の推進に大きな関わりがあります。
- 本町は、農業の担い手の高齢化や離農者の増加により、耕作放棄地が増加しています。農産物を安定的に生産・供給するためには、担い手のしっかりとした経営はもとより、休耕田等の遊休農地の利活用も重要な課題となっています。
- 今後は、法人化、集落営農、新規就農者の確保によって担い手不足を解消し、地域農業の安定化を図るとともに、総合的な農業振興政策を検討する必要があります。
- 夏休み・冬休みなど長期休暇を利用して、子どもが田舎体験できる機会を支援し、気軽に農業体験ができる環境を整えていく必要があります。

施策の方向

- 休耕田を活用した農業体験等を通じて、食と農のつながりを理解しよう

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	● 休耕田でも作りやすい手軽な作物を作る ● エゴマなど、高齢者でも作りやすい作物を作る
地域社会 や企業	● 地域で協力して同じ作物を作り「産地づくり」を目指す ● 町内の畑がない人や町外の希望者に土地を貸して作ってもらう ● 荒廃地を持っている人に集まってもらい、情報をもらう
行政	● 総合的な農業振興政策を検討する ● 夏休み・冬休みなど長期休暇を利用して、子どもが田舎体験できる機会を支援する ● 産業建設観光課と連携し、気軽に農業体験できる環境を整える ● 特産物のブランド化による新規就農者の確保や企画立案、各課との連携調整を図る

3. 地域福祉計画

(1) 福祉意識を育む地域のつながりづくり

現状と課題

- 地域には、一人暮らしの高齢者や障害のある人、悩みを抱えながら子育てをしている家庭など、様々な人が生活をしています。こうした方々を含め、地域で暮らす誰もが互いの人格や個性を尊重し、認め合いながら全員で地域活動に参加していける「共生社会」のまちが形成されることが重要です。
- そのためには、地域との交流やかかわりを通じて、地域で暮らす人どうしの顔がみえ、悩みや困りごとに対してちょっとした手助けなどをし合える福祉の意識づくりを育んでいくことが大切です。
- 本町では、地域支援事業として小地域ごとに通いの場を立ち上げたほか、認知症を理解し、日頃の悩みや思いについて話し合える認知症カフェの設置、支援の必要な子どもをもつ保護者を対象とした集いの場として地域ネットカフェほっとの設置に取り組むなど、交流や集いの場の充実に取り組んできました。
- また、子どもの頃からの社会参加意識の醸成の取組として、中学生を対象に「子ども議会」を実施しており、町民参画の啓発が行われています。
- アンケート調査結果から地域との関わりについてみると、自分の住む地域が子どもや高齢者、障害のある方にとって「大変＋どちらかといえば住みやすい」と思う割合が53.7%、地域の活動や行事へ「よく＋ある程度参加している」が65.6%と、過半数が住みやすいと感じており、地域活動等へも参加している状況となっています。
- ワークショップ結果をみると、地域にサロンなどの集い・憩いの場や、家族で参加できる行事などが増えたと感じる意見がみられました。また、子どもとのあいさつの機会があるなど、顔の見える付き合いができていているという意見もあり、こうした良い点を今後も継続・充実していくことが大切です。
- 地域との付き合いやつながりが深くなるほど、住みやすさの意識や地域活動等への参加への意識の高揚につながるということが考えられるため、参加が少ない若年層をはじめ、地域との交流の場などへの参加を促せるよう、参加しやすい交流の場や参加の呼びかけを行っていくことが必要です。

施策の方向

- 交流の場の充実を図り、地域のつながりを強め、相互に助け合い・支え合いができる共生の意識の向上を図る

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●家庭や地域であいさつを心掛け、家庭、地域のつながりを深める ●家族関係を強め、自分の居場所をつくる ●地域活動に積極的に参加することで、お互いが支え合う地域をつくる ●家庭内で家族それぞれが役割を持つ ●仕事以外に生きがいや趣味を持つ ●趣味を通して人と交流する ●障害のある人や高齢者、子育て中の親子も気兼ねなく地域の集まりや行事に参加する
地域社会 や企業	●子どもの居場所をつくる（寺子屋、昔あそび） ●子ども、障害者、高齢者、誰でも気兼ねなく利用できる場（サロン）をつくる ●世代間の交流を推進する（おしゃべり、料理教室、運動会、カフェ、生活の知恵を伝える場、昔あそび、手づくり市場、子守り等） ●帰省の時期（盆や正月）に地域行事を開催し交流する ●いろいろなサークルを立ち上げる ●高齢者や障害者でも地域行事に参加しやすい仕組みを考える ●ブログなどで地域をPRし若い人に伝える ●地域の人が得意分野を生かす場をつくる
行政	●地域の通いの場や憩いの場、行事・イベントの情報を広く周知する ●共生社会の考え方と地域とのつながりの大切さについて啓発する ●生きがいや楽しみについての情報提供を行う ●自由に使える公共施設など建物の有効活用を図る ●中高生がまちづくりのアイデアを出す機会を設ける ●介護予防の体操を普及する

(2) 助け合い・支え合い活動の活発な地域づくり

現状と課題

- 地域で暮らす住民一人ひとりが抱える悩みや不安は、性別や年代、世帯、居住地域などによって様々です。
- 本町の人口は減少傾向で推移しているなか、高齢化率は上昇を続け4割弱となっています。また、核家族化の進行もみられ、今後は一人暮らしの高齢者世帯の増加など、見守りや支援を要する世帯が増えていくことも予想されます。合計特殊出生率は全国・県平均と比べて高くなっており、今後も安心して子どもを産み・育てられる環境づくりが必要です。
- こうした支援を必要とする人が悩みを抱え込むことがないよう、暮らしのなかの様々な機会での困りごとを拾い上げ、ちょっとした手助けを行ったり、個人や地域で難しい課題を行政等と協働で解決にあたったりできる地域づくりを進めることが大切です。
- 本町では、生活支援サポーター養成講座（介護教室）や、おたっしゅさん発掘事業を実施しており、人材育成と活用を助け合い・支え合いの活動と生きがい活動の両面から支援を行っています。
- アンケート調査結果をみると、地域で「手助けをお願いできる人がいる」の割合は48.4%となっており、若年層ほど手助けをお願いできる人が少なくなる傾向がみられます。
- また、手助けをお願いしたい内容をみると、全体では「緊急災害時の援助」、「家族が病気の時の援助」などの緊急時の支援が高く、若年層では子育てに関する手伝いを必要とする割合が高くなっています。
- ボランティア活動への参加状況をみると、現在参加している人は19.8%となっており、現在参加していない人も含めた、今後の参加意向がある割合は63.6%と、過半数がボランティア活動への関心を持っている状況がみられます。
- ワークショップからの意見をみると、地域にサポーターやボランティアが増えたことや、子どもや高齢者の見守りがされていること、地域で助け合いが行われていることを良い点と感じる意見がみられ、今後もボランティアの充実を図っていくことやボランティアのやりがいを感じられるよう支援や仕組みづくりが必要とされています。
- 今後は、地域活動の担い手として元気な高齢者の増加を図るとともに、住民の地域福祉活動への積極的な参加を図り、交流を促進することが求められます。
- また、地域で挙げた生活課題に対し、個人や家庭の自助努力や地域の互助・共助で解決していける仕組みづくりを図っていくとともに、個人や地域では解決が困難な生活課題に対し、行政等による公助の支援へとつなげることができるよう、地域と行政等の連携と協働の体制を構築していくことが大切です。

施策の方向

- 助け合い・支え合いが行われる人・地域の構築と、生活課題を町全体で受け止め解決にあたる仕組みの構築

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●子ども、高齢者でもできることは見守りながら任せてみる ●何事にも挑戦する気持ちを持つ ●一緒に活動できる仲間を見つける ●人前に出ていくことをおっくうがらない ●ボランティアなど地域活動や地域の行事に積極的に参加する ●特技やできることを自分から発信する ●いつでも声かけをすることや気づいた人が手をさしのべる ●困りごとは身近な人（家族、近隣）に相談できる人間関係をつくる ●身近な人の困りごとにはできる範囲で手助けをするようにする
地域社会 や企業	●農林業などの後継者を育成する ●自分の得意分野を生かしたサロン活動などを促進する ●地域のリーダーを育成する ●地域の新聞づくりなど情報発信機能をつくる ●地域でできるコミュニティ・ビジネスを起こす ●地域づくりやボランティアの人材を登録し情報発信する ●様々な世代の人がいろいろなアイデアを出せる場をつくる ●困りごとは地域の人に相談できるような地域づくりを目指す ●小地域ケア会議を開催し、住民同士で地域課題を話し合える場をつくる ●地域で声かけをすることや気づいた人が手を差し伸べる ●家族、近隣のちょっとした変化に気づき、専門家や行政に知らせ公的な福祉サービスにつなげる
行政	●子どもや中高生、若いお父さん、お母さんなどの意見を聞く場を設ける ●学校等で高齢者の知識や経験を伝承する機会を充実する ●老人クラブが行う生きがいと健康づくり事業や社会参加事業の推進などを支援する ●シルバー人材センターの活動の支援を充実する ●公民館などの公共施設での生涯学習や生涯スポーツの充実を図る ●地域づくりやボランティアの人材に関する情報を収集し、活動を支援する ●社会福祉協議会など地域福祉関係機関との連携を強化する ●地域を担うリーダー人材を確保する ●地域の課題解決の場をつくるよう支援する ●個人や地域で解決が難しい課題を把握し、公的支援につなげる

(3) 自立と社会参加ができる生活環境づくり

現状と課題

- 本町で暮らす誰もが地域づくりを担う一員として、自立した生活を送るうえで必要な支援・サービスを受けながら、安心して社会参加ができる生活環境を構築していくことは、共生社会を実現するうえで重要なことです。
- 自立や社会参加をしていくうえで障壁となる生活課題について、身近な人や地域、行政が丸ごと受け止められる相談支援体制が確保されていることが重要です。
- 本町では地域包括支援センターや子育て支援センター、障害者相談支援事業所など、高齢者や子育て家庭、障害者等の相談窓口・機関が設置されており、日常の相談ごとやサービス利用支援などを行っています。
- 今後は、これまで高齢者福祉分野で実施されていた「地域包括ケアシステム」の体制を、子育て分野や障害者分野においても適応できるよう連携を図っていくことが必要です。
- 外出等を支援する取組として、本町では「美咲第二次町振興計画」に基づき、すべての人が安心して自由に外出できる環境づくりや、公共施設などにおけるバリアフリー化、ユニバーサルデザインの視点に基づく整備・推進を図っています。
- 地域の高齢者が出かける移動手段の一つとして開始した「黄福タクシー」の助成は平成27年（2015年）からは高齢者に加え妊産婦も対象に追加し、更に平成29年（2017年）からは高齢者の対象年齢を70歳以上から65歳以上への引き下げを行いました。
- ワークショップ意見をみると、黄福タクシーの利用により外出がしやすくなったという意見が多くみられました。一方で交通の便の確保や歩道・道路環境の整備の取組を今後も必要とする意見がみられることから、地域のニーズを把握しながら計画的な取組を行っていくことが大切です。
- また、住みやすいまちづくりは、ハード面の整備だけでなく、生活に支援が必要になったときに、安心して福祉サービス等を適切に選択して利用できることなども重要です。
- そのためには、サービス提供事業者やサービスの内容、利用方法などに関する情報が、利用者である住民に十分かつ適切に提供され、質の高い福祉サービスが確保されることが必要です。
- 本町では、「高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」や「障害者計画」、「子ども・子育て支援事業計画」などの福祉個別計画に基づき、支援・サービスを展開しています。今後、「地域福祉計画」はこれらの福祉計画の上位計画の位置付けとなることから、地域住民の協力と支え合いの意識のもと、すべての課題を「我が事」として捉え、課題を「丸ごと」受け止められる包括的な相談と支援を行えるまちづくりを行っていくことが必要です。

施策の方向

- 自立を支える相談体制・支援体制の構築と社会参加を支援する生活環境の充実

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●緊急時だけでなく自分の情報や自分自身のことを発信する ●日頃から福祉に関する情報を収集する ●子どもの頃からの助け合い活動を体験する ●一人暮らし高齢者や高齢夫婦世帯は必要に応じて緊急通報装置を設置する ●困ったことを相談できる雰囲気づくりをする ●自分だけで解決できない困りごとは地域の人や公的機関に相談する ●地域で生活するうえで必要な支援・サービスを利用する
地域社会 や企業	●福祉に関する情報を収集し広く提供する ●困ったことを相談できる環境づくりをする ●地域の子ども・高齢者・障害者の情報を適切に収集する ●地域活動やサロンに出てきていない人に気を配る ●誰でも地域活動等に参加しやすい場（サロンなど）をつくる ●地域のことを子どもから大人まで一緒に考える機会をつくる ●地域行事への参加を呼び掛ける（情報発信） ●高齢者の施設で子どもとのふれあいの機会をつくる ●集会施設のトイレの洋式化を進める
行政	●社会福祉協議会など地域福祉関係機関との連携を強化する ●一人暮らし高齢者や高齢夫婦世帯に緊急通報装置の設置を勧める ●地域の子ども・高齢者・障害者の情報を適切に収集する ●子どもが土・日曜日でも集まれる場をつくる ●バリアフリー、ユニバーサルデザインのまちづくりを推進する ●集会施設のトイレを洋式化するための支援をする ●公共の移動手段の確保に努める

(4) 安全・安心なまちづくり

現状と課題

- 安全・安心の生活基盤として、災害や犯罪の不安が少ない地域をつくっていく必要があります。
- 近年、南海トラフ巨大地震の発生が危惧されているなか、全国的な局地的集中豪雨による被害や台風等による自然災害が頻発しており、地域における助け合いの重要度は全国的にも高まりをみせています。
- 本町では、避難行動要支援者登録台帳の登録を民生委員や各種関係機関と連携し進めているほか、避難訓練等支援事業補助金による、自主防災組織の防災訓練への支援やみさきテレビを活用した防災知識・防災グッズ等の情報発信を行っています。
- アンケート調査結果をみると、緊急災害時の「避難場所を知っている」が74.2%となっており、避難場所の認知度は高くなっている一方、緊急災害時に避難の「手助けをできる人がいる」が46.5%となっており、5割強の人が災害時の手助けが得られないと考えている状況がみられます。
- ワークショップ結果をみても、災害時に場所や避難方法がわからないといった意見がみられるため、災害時避難行動要支援者の把握をはじめ、防災知識の普及啓発と、地域との協働による防災体制の強化を図っていくことが大切です。
- 防犯対策としては、ワークショップから防犯灯の増加が求められています。
- そのほか、消費者トラブルへの対策や虐待の問題、ひきこもり、生活困窮者家庭、認知症高齢者や知的・精神障害などの判断能力が十分でない人への権利擁護対策など、様々な生活状況の人が安心して暮らすまちづくりを進めていくことが大切です。
- そのためには、地域の見守り機能と連動しながら支援を要する人・家庭の生活実態の把握に取り組むとともに、専門的な支援が行える体制の強化を図っていく必要があります。

施策の方向

- 地域の見守り、助け合い・支え合いの機能と連携した防災・防犯、虐待防止、権利擁護事業の推進

◆具体的な取り組み◆

対象	取組内容
個人や 家庭	●日頃からのあいさつ、声かけやつきあい ●防災グッズを備える ●タンスや家具の固定を行うなど災害に備える ●自分の家の丈夫で安全な場所を知っておく ●緊急連絡先がわかるようにする（記したものを携帯する） ●必要に応じて要支援者登録を行う ●地域の防災訓練に積極的に参加する
地域社会 や企業	●自主防災組織をつくる ●地域を歩いて危険箇所を知る ●要支援者登録を勧め、周知を図る ●危険箇所がわかる防災マップをつくる ●防災グッズを配布する ●地域で要支援者の情報を共有し、見守り等地域で支える体制を整える ●防災訓練を行う ●地域の虐待やひきこもり、生活困窮の家庭の状況を把握する ●支援を必要とする家庭等へ行政等と協働で手を差し伸べる
行政	●防災訓練の支援を行う ●防災グッズや備蓄品（内容と保管場所）のマップを作り周知する ●防災無線（告知放送）で注意報などの情報を流す ●要支援者登録を勧め、周知を図る ●災害時に地域と地域を結ぶ仕組みづくりを進める ●防災グッズなどの情報を提供する ●町に登録されている要支援者の情報を地域の主要者に知らせる ●虐待やひきこもり、生活困窮の家庭の実態を把握する ●社会福祉協議会と連携のもと権利擁護事業を推進する

第6章 重点プロジェクト

本町では平成26年(2014年)に保健福祉総合計画推進のための住民ワークショップを実施し、「みんなで取り組む重点事業」について話し合いました。そこで出たアイデアをもとに、健康増進部会、食育部会、福祉部会においてそれぞれプロジェクト化し、取組を進めています。本計画においても各部会で進めている取組を重点プロジェクトとして、位置付け、引き続き事業を進めていきます。

重点施策

1

美咲町保健福祉計画健康増進プロジェクト 「みさき健康ポイント制度」

「みさき健康ポイント制度」は、健康に対する意識や関心を高め、楽しく健康づくりをするきっかけづくりをすることを目的としています。

目 標

- | | |
|---------------|----------|
| ①健診（検診）受診率の向上 | ③健康意識の向上 |
| ②運動習慣者の割合の増加 | ④医療費の削減 |

活 動 内 容

主催	みさき健康ポイント実行委員会
対象者	美咲町民
実施時期	平成 27 年度の試行期間を経て、平成 28 年度から実施
実施場所	美咲町内
活動内容	健康づくりにつながる事業やイベントに参加し、カードにポイントをためる 年度末に高ポイントの者を表彰する



健康ポイントマスコット
「ケンコッコ」

重点施策

2

美咲町保健福祉計画食育推進プロジェクト 「教え合うみんなの台所～じじばばの知恵袋～」

このプロジェクトの背景には、「若い人は郷土料理を知りたい、知らない、習いたい、食べたいと思っている」「地元でとれた農産物をおいしく食べたい」「高齢者も若い世代から新しい情報（野菜、調味料など）が得られる」といった思いがありました。本プロジェクトではこの思いに答えられるよう取組を進めています。

目 標

郷土料理の習得、伝承

- ・ さばずし、くさぎなのかけ飯、黄にらぞうすい、さわら茶づけ 等
- ・ こんにゃく、豆腐、油あげ、そば 等

活 動 内 容

主催	みさき みんなの台所会
対象者	住民
実施時期	春・夏・秋・冬
実施頻度	2回／年 程度
実施場所	中央・旭・柵原地域のコミュニティハウス等
必要経費と調達方法	参加費（自己負担）
その他	継続可能な活動とする（無理をしないこと）
活動内容	・ 郷土料理を伝承する料理講習会 ・ 郷土料理のPR （さば寿司、くさぎなのかけめし、黄ニラ雑炊）

重点施策

3

美咲町保健福祉計画地域福祉プロジェクト 「お達者さん発掘プロジェクト」

み

みんな

さ

さがそう

き

郷土の力

「お達者さん」とは特技を持っている高齢者のことです。本プロジェクトは「お達者さん」が地域に出て特技を生かし、地域とお達者さん自身が互いに元気になることを目的に活動します。

めざすもの

お達者さんの元気 発掘する人の元気
縁で結ぶみんなの元気づくり

活

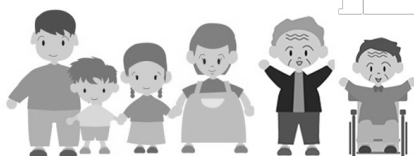
動

内

容

○お達者さんって誰？

あの人も この人も みんな大事な郷土の力



昔取った
杵柄でも
大歓迎

料理 野菜づくり 園芸 書道 踊り 昔の話
昔の道具づくり スポーツ 話し相手 絵 音楽など
なんでも

○発掘してどうするの？

お達者さん
登録

お達者さん登録で
縁結びに活用します

個人や団体と

学校や地域と

行事やイベントと

第7章 計画の推進

1. 周知

本計画を推進していくためには、町民に計画を理解、参加していただくことが大切です。このため各分野の施策を推進する上で中心的な役割を担う人々をはじめ広く町民に対して本計画の内容の普及、広報に努めるとともに、好事例や先進的な取り組みの研究などを通じて住民が互いに支えあう意識を醸成します。

【情報発信】

本町の広報紙、ホームページ、告知放送、みさきテレビなどを活用し、健康増進事業や健（検）診の重要性、食育に関する情報を伝えていきます。また、講座やサロンなど地域で行われる集会等の機会を利用し、情報を発信していきます。

2. 行政の推進体制の強化

（1）関係団体との連携・協働

本計画は、すべての町民を対象とするものであり、総合的かつ計画的に推進するために、課題の共有や各分野（家庭、保育園、学校、地域、職域、医療など）での取組を様々な関係者で行います。そのために、それぞれの団体との連携を強化し、協働して事業の運営にあたります。

（2）庁内の推進体制

行政は、定期的に本計画の評価・検証を行い、関係部署相互の連携を図ります。それぞれの分野での事業を把握、分析し、課題を探り、事業の推進に努めます。

また、本計画の評価及び進行評価を行っていきます。

3. 進行管理

本計画の取組状況や目標値については、様々な統計資料等から取得するとともに、アンケート調査を実施し、中間評価を行うなど適切な進行管理に努めます。

また、中間での評価結果や社会情勢の変化、国・県の動向等により、必要に応じて計画を見直すこととします。

4. 数値目標

(1) 健康増進計画

■健康寿命

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
平均寿命の延伸	男性	79.55 歳	延伸
	女性	87.95 歳	延伸
65 歳の平均自立期間(健康寿命)の延伸	男性	15.65 歳	延伸
	女性	18.02 歳	延伸

※平均寿命・健康寿命は厚生労働省の健康寿命の算定プログラムより算出

■がん

目標			現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
がん検診の受診率の向上	胃がん	男性	32.3%	50.0%
		女性	28.7%	50.0%
	肺がん	男性	54.1%	70.0%
		女性	59.5%	70.0%
	大腸がん	男性	43.9%	50.0%
		女性	46.2%	50.0%
	子宮がん	女性	30.0%	50.0%
	乳がん	女性	31.8%	50.0%
精密検診の受診率の向上	胃がん		74.0%	100.0%
	肺がん		71.0%	100.0%
	大腸がん		60.0%	100.0%
	子宮頸がん		75.0%	100.0%
	乳がん		85.0%	100.0%

■糖尿病

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上	特定健康診査の実施率	37.0%	50.0%
	特定保健指導の実施率	11.5%	30.0%

■脳血管疾患、心疾患等

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
高血圧の改善	収縮期血圧の平均値	126mmHg	125mmHg
脂質異常症の減少	脂質異常症 (LDL コレステロ ール 160mg/dl 以 上の者の割合)	男性	6.7%
		女性	6.0%
		14.5%	13.0%

■身体活動・運動

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
運動習慣者の割合の増加	20～69 歳	51.6%	60.0%
	70 歳以上	67.6%	70.0%

■歯と口の健康

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
歯の喪失防止	定期的に歯科検診を受けてい る者の増加	28.4%	50.0%以上

■休養・こころ

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
悩みやストレスについて相談する 相手がいない者の割合の減少		14.3%	減少
自殺者の減少		1 人	0 人

■飲酒

目標		現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
生活習慣病のリスクを高め る飲酒をしている者(1日当 たりの純アルコールの摂取 量が男性 40g以上、女性 20 g以上の者)の割合の減少	男性	22.2%	16.0%
	女性	23.9%	18.0%
小学校5・6年生 飲酒経験がある	男性	33.9%	0%
	女性	29.8%	0%
中学生 飲酒経験がある	男性	18.4%	0%
	女性	14.4%	0%

■喫煙

目標	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
成人の喫煙率の減少(喫煙をやめたい人がやめる)	12.2%	9.0%
喫煙・完全分煙実施施設認定数の増加	21 施設	増加

(2) 食育推進計画

目標			現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
共食の機会の増加 (毎日家族と一緒に食事をとる頻度)	【朝食】20 歳以上		61.9%	80.0%
	【夕食】20 歳以上		68.9%	80.0%
子どもが食事を自分ひとりで とる割合の減少	【朝食】	小学生	16.5%	0%
		中学生	28.5%	10.0%以下
	【夕食】	小学生	2.8%	0%
		中学生	7.7%	10.0%以下
朝食を毎日食べる者の増加	小学生		81.6%	90.0%
	中学生		74.3%	90.0%
	20 歳代		62.8%	85.0%
	30 歳代		67.3%	85.0%
適切な量と質の食事をする者の増加 (主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日 がほぼ毎日の者の割合)			60.0%	80.0%
野菜を1日3回毎食食べている人の増加			45.7%	50.0%
食塩摂取量の減少			9.5g	8.0g
地元の旬の食材を積極的に利用する人の増加			42.0%	60.0%

(3) 地域福祉計画

目標	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 34 年度)
子ども、高齢者、障害のある方にとって 住みやすい地域と感じる割合の増加	53.7%	75.0%
ボランティア活動に現在参加し、今後も続けたい人の増加	19.8%	30.0%

資料編

1. 美咲町保健福祉総合計画策定委員会設置要綱

美咲町保健福祉総合計画策定委員会設置要綱

平成26年2月20日

告示第8号

(設置)

第1条 美咲町における保健福祉施策を総合的に推進することを目的とする美咲町保健福祉総合計画（以下「保健福祉総合計画」という。）を策定するため、美咲町保健福祉総合計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、町長の諮問に応じ、保健福祉総合計画の策定及び推進に関し、調査、審議し、その結果を町長に答申するものとする。

(組織)

第3条 委員会は、委員20人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから町長が委嘱する。

- (1) 保健、医療又は福祉に関して学識を有する者
- (2) 福祉関係団体等に属する者
- (3) 前号に掲げる者のほか、保健福祉総合計画策定に関係する機関に属する者
- (4) 地域関係者
- (5) その他町長が適当と認める者

(委員の選任)

第4条 委員の選任は、町長が行うものとする。

(委員の任期)

第5条 委員の任期は2年とし、欠員が生じた場合における補欠の委員の任期は前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げない。

(委員長及び副委員長)

第6条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長及び副委員長は、委員の互選により選出する。

3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第7条 委員会の会議は、委員長が招集し、会議の議長となる。

2 委員長は、必要に応じ、委員以外の者を会議に出席させ意見を聴くことができ又は資料の提出を求めることができる。

3 最初に招集される委員会は、第1項の規定に関わらず町長が招集する。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、健康づくり担当課において行う。

(その他)

第9条 この要綱に定めるもののほか必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

この告示は、平成26年2月20日から施行する。

2. 美咲町保健福祉総合計画策定委員会委員名簿

平成 29 年 7 月 30 日～平成 31 年 7 月 29 日

番号	所属・役職	氏名	備考
1	岡山県美作保健所長	藤村 隆	
2	美咲町議会民生教育常任委員会委員長	金谷 高子	委員長
3	美咲町健康づくり推進協議会会長	岩本 博通	
4	美咲町民生委員児童委員協議会副会長	草地 圓正	
5	美咲町自治会長協議会会長	林田 増美	副委員長
6	美咲町婦人協議会会長	大西 泰子	
7	美咲町愛育委員会副会長	礪山 洋子	
8	美咲町栄養委員会副会長	嵩島 恵美子	
9	美咲町老人クラブ連合会会長	岡部 眞三郎	
10	美咲町体育協会会長	壺内 邦雄	
11	美咲町社会福祉協議会事務局長	森廣 充徳	
12	ワークショップ参加者（中央地域）	浦島 文男	
13	ワークショップ参加者（旭地域）	森本 裕子	
14	ワークショップ参加者（柵原地域）	見上 由美子	
15	美咲町こども課長	牧野 直子	
16	美咲町福祉事務所長	稲谷 雄治	
17	美咲町教育委員会教育総務課長	石戸 光也	

美咲町第2次保健福祉総合計画

発行年月：平成30年（2018年）3月

編集・発行：岡山県美咲町

〒709-3717 岡山県久米郡美咲町原田 1735

URL：<https://www.town.misaki Okayama.jp/>