

猪名川すこやかプラン

(猪名川町保健計画・食育推進計画・自殺対策計画)

概要版

元気いっぱい 笑顔あふれる

健康長寿のまち いながわ



©猪名川町 2009

平成 31 年 3 月

猪名川町

計画策定にあたって

計画策定の趣旨

本町では、平成 26 年 3 月に保健計画と食育推進計画を一体化した「猪名川町保健・食育推進計画」（以下、「前回計画」という。）を策定しました。

前回計画では「元気いっぱい おいしさいっぱい 健康と食をひろげるまち 猪名川」をスローガンに、本町の健康増進と食育推進に向け、住民・地域・行政などが一体となって取り組む方向を示しました。

前回計画を策定してから約 5 年が経過し、その間、国や兵庫県において新たな計画や方針が定められるなど、保健・食育分野を取り巻く法制度がめまぐるしく変化しています。また、国の自殺対策基本法の改正に伴い、地域の実情に応じた「市町村自殺対策計画」の策定が義務付けられました。

自殺対策計画は本町の保健計画で定めている「こころの健康づくり」と関連が深いことから、一体的に施策・事業を展開することがよりよいまちづくりにつながるものと考えられます。

前回計画が平成 30 年度をもって終了することから、自殺対策を含めた新たな「猪名川すこやかプラン（猪名川町保健計画・食育推進計画・自殺対策計画）」（以下、「本計画」という。）を策定し、効率的・効果的な施策・事業の展開を図っていきます。

計画の期間

本計画の期間は、2019 年度から 2023 年度までの 5 年間とします。

ただし、国や兵庫県の計画の変更、社会情勢の変化などにより、計画の変更が必要となった場合は、適宜計画の見直しを行います。

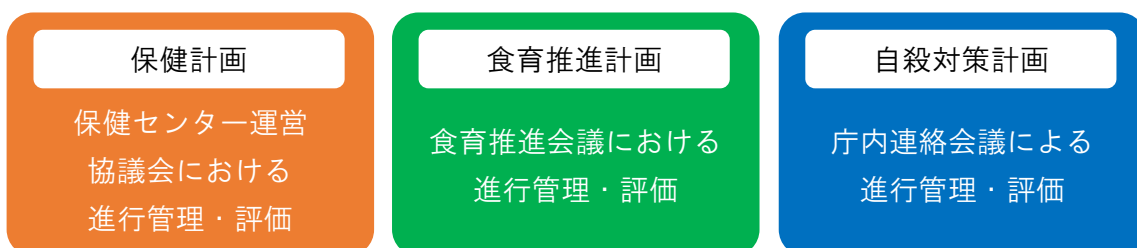
	2019 年度	2020 年度	2021 年度	2022 年度	2023 年度
計画期間	保健計画・食育推進計画・自殺対策計画 (本計画)				

計画の推進体制

本計画で定めためざすべき姿や各分野における取り組みの実現をめざすため、施策の進捗状況や重点的な取り組み等について進行管理を行います。

進行管理にあたっては、PDCA (Plan Do Check Act) サイクルに基づき、進行管理を行っていきます。

【進行管理・評価の体制】



計画の基本的な考え方

めざす姿（ありたいまちの姿、将来像）

平均寿命は男性で県下6位、女性は1位、健康寿命は男女ともに兵庫県で1位と、健康長寿のまちという特徴を持ち、また様々な魅力をもったまちであり、住民や地域、団体と連携・協働のまちづくりを進めています。

少子高齢化が進展する中、本町の大きな特徴である「健康長寿のまち」を継続しつつ、心身ともに健康で、安心して暮らすことのできるまちをめざしていく必要があります。

また、住民一人ひとりが、自らに必要な食について学び、まちの伝統の保全、地産地消の推進に努めることにより、安全で安心な食文化の継承とまちの活性化につながります。また、住民をはじめとした多様な主体とともに取り組む健康づくり、地域における助け合いを進めることが心身に不安を抱えた人を支える体制づくりにつながるものと考えられます。

本町に住む住民がいつまでも安心して、誰もが生きがいを持ちながら、笑って暮らせるまちづくりを進めていきます。

本計画のめざす姿

元気いっぱい 笑顔あふれる健康長寿のまち いながわ

保健計画の基本理念

みんなでつくる
健康長寿のまち いながわ

分野別方針

- (1) 栄養・食生活の健康
- (2) からだの健康（身体活動・運動）
- (3) たばこ・アルコール
- (4) 歯と口腔の健康づくり
- (5) 休養・こころの健康づくり
- (6) 健診（検診）の推進
- (7) 様々な健康確保対策

食育推進計画の基本理念

おいしい“ごはん”で
すくすく健康

分野別方針

- (1) 人をつくる
- (2) まちをつくる
- (3) 安心をつくる

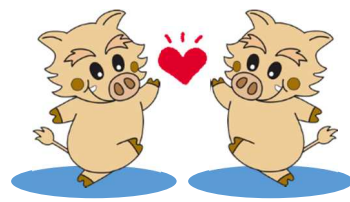


自殺対策計画の基本理念

支えあう ^{おも}想いあう
つながりあうまち いながわ

分野別方針

- (1) 地域で支える体制の整備
- (2) 自殺に対する理解の促進
- (3) 各種支援策の充実



保健計画

重点目標

重点1 妊産婦・乳幼児をはじめとした親子への切れ目のない支援の推進

重点2 がん検診とそれに伴う事業の推進

本町に住む人が一体となり、すべての人が元気で、楽しく、いきいきとした生活を送れるよう住民、地域、団体、関係機関、行政が一体となって健康なまちづくりを進めていきます。



栄養・食生活 の健康

バランスのとれた食生活で、
自分にあった適正な体重を維持しましょう

現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<ul style="list-style-type: none"> ○国や兵庫県に比べて適正体重の人が多く、肥満の人が少ない状況にあります。適正体重の維持は生活習慣病の予防につながることから、正しい食生活・食習慣を身につける必要があります。 ○朝食を摂取する人は国や兵庫県に比べて多く、薄味や栄養バランスを心がけている人は以前に比べて増加していますが、年齢層では20～40歳代が高年齢層より低くなっています。特に若い世代の食生活の改善に向けた取り組みが必要です。 	一人ひとり・家庭	<ul style="list-style-type: none"> ○生活リズムを整え、朝、昼、夕と1日3食規則正しい食生活を送りましょう。 ○自分の適正体重を認識し、適切な食分量・内容を知り、自分にあった食事をとりましょう。 ○ごはん（米）を中心に、「主食」「主菜」「副菜」がそろった栄養バランスのよい食事内容を心がけましょう。
	地域・職場	<ul style="list-style-type: none"> ○いずみ会や健康づくり支援員を中心に旬の野菜や減塩メニュー等の料理教室等のイベントを実施し、住民の「食」に対する意識を高めましょう。
	行政	<ul style="list-style-type: none"> ○食育推進計画と連動し、ライフステージに応じた栄養指導や料理教室を開催し、実施内容を工夫するとともに参加者の増加をめざします。 ○広報や健康福祉まつり、各種講座を通じた「食」に関する啓発・情報提供を行います。

からだの健康 (身体活動・運動)

運動や体操を習慣にして、
からだを動かすことを楽しみましょう



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<ul style="list-style-type: none"> ○運動習慣者は増加の傾向にありますが、若い世代は運動習慣者が少ない状況です。運動の重要性について周知・啓発に取り組むとともに、運動に取り組みやすい環境づくりも必要です。 ○身体活動の増加は生活習慣病やロコモ及び認知症等のリスク低減につながるため、高齢期のみならず若い世代から身体活動の増加に向けた取り組みを進めることが重要です。 	一人ひとり・家庭	<ul style="list-style-type: none"> ○こまめに動き日常生活の中で身体活動を増やしましょう。 ○近くへ行くときは歩くように心がけましょう。 ○週2回以上、1回30分以上の運動を心がけましょう。 ○畑仕事や趣味の活動などで楽しみながら体を動かしましょう。
	地域・職場	<ul style="list-style-type: none"> ○仲間・地域ぐるみで運動を楽しむ機会をつくりましょう。 ○地域のスポーツ行事に参加・協力し一緒に盛り上げましょう。 ○職場で一緒に運動する仲間づくりに取り組みましょう。
	行政	<ul style="list-style-type: none"> ○運動に関する知識の普及や積極的な健康情報のPRに努めます。 ○内容を工夫した健康づくりの教室やスポーツイベントの開催、体操やウォーキングなど気軽にできる運動を普及します。 ○いつでも気軽に運動できる施設整備（健康遊具）や情報提供を行います。

たばこ
アルコール

喫煙による影響を正しく理解しましょう
飲酒は適量を守りましょう



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
○国や兵庫県に比べて喫煙者や多量飲酒者・高リスク飲酒該当者が少ない状況にありますが、喫煙や多量飲酒が健康に及ぼす影響の周知・啓発に取り組む必要があります。	一人ひとり・家庭	○喫煙や多量飲酒による健康への影響について知りましょう。 ○喫煙者は、禁煙に努めましょう。 ○飲酒の適量を知り、休肝日をつくりましょう。
	地域・職場	○禁煙や分煙に取り組みましょう。 ○未成年者や妊婦にたばこやお酒を勧めないようにしましょう。
	行政	○健診結果の説明時に飲酒や喫煙の害について説明します。 ○受動喫煙やたばこの害、多量飲酒の害について、正しい知識の普及・啓発に努めます。 ○公共施設での禁煙を進めます。

歯と口腔の
健康づくり

歯と口腔の健康づくりに取り組み、
一生自分の歯を使って食べましょう



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
○歯と口腔の健康づくりは食べること、話すことなどを良好に保つために重要であり、生活習慣病の予防、ひいては健康寿命の延伸につながることから、小さな頃から歯と口腔の健康に対する意識を持ち、「8020」の達成に向けた取り組みを進める必要があります。 ○身体の衰え(フレイル)の1つであるオーラルフレイルについても周知・啓発が必要です。	一人ひとり・家庭	○むし歯や歯周病が健康に与える影響を知りましょう。 ○正しいブラッシングの方法や歯間ブラシの使用について知識を持ちましょう。 ○丁寧に歯をみがきましょう。歯間ブラシなども使いましょう。
	地域・職場	○地域の歯科医療機関による、歯と口腔の健康づくりや歯周病予防の啓発を行いましょ。
	行政	○学校・園等と連携し、むし歯予防及び食育と連携したよく噛む習慣づくりの取り組みを図ります。 ○健康教育などを実施し、むし歯・歯周病予防についての正しい知識を普及します。 ○成人歯科検診・妊婦歯科検診の受診率向上をめざします。

休養・こころの
健康づくり

ストレスをため過ぎず、
自分にあった解消方法を身につけましょう



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
○ストレスが蓄積することにより、体やこころの病を引き起こす恐れがあり、重症化すると自殺に至るケースもあることから、十分に睡眠をとることやストレスと上手につきあうことが重要です。 ○こころが不安定な状況にある人を周囲が気づき、早期に必要な支援機関につなぐなどが重要です。	一人ひとり・家庭	○適度な睡眠をとるように心がけましょう。 ○眠れない日が続いたら、専門家に相談しましょう。 ○生きがいや楽しみをもってストレスを解消しましょう。 ○ためらわずに誰かに相談しましょう。
	地域・職場	○関係機関等でこころの健康づくりに取り組みましょう。 ○不安や問題を抱えている人を見つけたら声をかけましょう。
	行政	○自殺対策計画と連動した休養・こころの健康づくりに取り組みます。 ○こころの健康に関する情報や相談機関の周知・啓発に努めます。 ○子育て相談事業や子育て支援センター事業の充実に取り組みます。

健診（検診）
の推進

母子ともに健やかに成長できるまちを創りましょう

定期的に健診（検診）を受診し、結果をその後の生活に生かしましょう

現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<p>○がん検診は高い受診率を維持しています。</p> <p>より多くの人の健康増進に寄与するためにも、がん検診に対する受診勧奨、要精密検査の人に対するさらなる受診勧奨が必要です。</p> <p>○乳幼児健康診査の受診率はすべてにおいて県平均を下回っています。</p> <p>乳幼児健康診査は、子どもの健やかな成長に必要不可欠で、虐待予防や虐待の早期発見につながることから、受診率 100%をめざした取組が必要です。</p> <p>○妊娠・出産・育児不安などにより身体的・精神的に不安定な状況に陥る人がいることから、産前・産後のケアに取り組むことが必要です。</p>	一人ひとり・家庭	<p>○安心して出産できるよう、妊婦健診は必ず受けましょう。</p> <p>○乳幼児健診を受けましょう。</p> <p>○家族や仲間と誘い合って毎年健診（検診）を受けましょう。</p> <p>○健（検）診結果から身体の状態を理解し、健康管理・改善に努めましょう。</p> <p>○要治療・要精密検査の人は必ず医療機関に相談し、必要な検査や治療を受けましょう。</p> <p>○かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持ちましょう。</p>
	地域・職場	<p>○子どもが健やかに成長できる地域づくりを、みんなで取り組みましょう。</p> <p>○職場で健（検）診が受けやすい環境づくりに努めましょう。</p>
	行政	<p>○子どもの頃から正しい生活習慣を身につけるための学習機会の提供を行い、生活習慣病を予防します。</p> <p>○切れ目ない妊産婦・乳幼児保健対策の充実、未受診者の状況把握及び受診勧奨に努めます。</p> <p>○産前・産後のサポートケア事業や母親学級、各種相談事業を通じて、産前・産後における不安や悩みの解消に取り組みます。</p> <p>○住民が健（検）診を受診しやすい環境づくりに努め、受診率の向上をめざします。</p>

さまざまな
健康確保対策

予防接種を受け、情報収集をするなど健康被害の防止に取り組みましょう

現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<p>○感染症の予防には、衛生習慣の励行、抵抗力の向上、免疫力の向上、予防に対する正しい知識の普及・啓発などが必要です。</p> <p>○アレルギー疾患は正しい予防法や適切な治療により発症の予防や症状の改善が期待できることから、正しい知識の普及・啓発や、地域の医療機関との連携などの取り組みが重要です。</p> <p>○食中毒に対する基本的な認識とともに、適切な調理方法等について理解の浸透を図る必要があります。</p> <p>○平常時からの備えや関係機関と連携した災害時における健康被害の防止に努める必要があります。</p>	一人ひとり・家庭	<p>○自分の生命、健康を自分で守ることができるように、自分の健康状態について関心を持ち、体調や環境の変化に対応しましょう。</p> <p>○災害時に備え、最低でも 3 日分、できれば 1 週間程度の家庭での食糧品の備蓄に取り組み、家族構成を配慮した食品も用意しましょう。</p> <p>○感染症について理解し、予防接種を適切に接種しましょう。</p>
	地域・職場	<p>○防災訓練などの機会に、災害時の「食」の備えなどについて、普及啓発を行いましょう。</p>
	行政	<p>○「猪名川町地域防災計画」に基づき、災害発生事後の住民の安全と安心を確保できるよう、努めます。</p> <p>○食中毒予防に関する正しい知識の普及啓発を行います。</p> <p>○乳幼児期の予防接種の必要性について周知します。</p> <p>○感染症の発生時には患者への適切な支援と、拡大防止に向けた住民等への指導を行います。</p>

食育推進計画

重点目標

- 重点1 だれかと食べる人の増加（共食の増加）
- 重点2 「食」の伝承・継承

- 重点3 地産地消の推進

「食」の重要性を改めて認識し、本町の特徴を生かしつつ、健全な食生活、食文化の継承、地産地消を実践することで、住民誰もが楽しい毎日を送れるまちづくりを進めていきます。



人をつくる


健康づくり、交流、体験など、
食を通して豊かなこころを育もう

現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<p>食育の認知と関心、実践の状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ○朝食を毎日食べる人は以前に比べて増加しており、朝食を毎日食べることは、活動源を補給するだけでなく、生活リズムを整え、規則正しい生活を送る基盤となることから非常に重要です。 ○様々な要因を背景に共食している人が減少しており、共食は楽しい食事やコミュニケーションを図る場だけでなく、マナーや作法を学ぶ機会としても重要であることから、共食の重要性についての普及・啓発が必要です。 ○食育に対する関心や実践に取り組んでいる人は20歳代において少ないことから、若い世代への働きかけ、周知・啓発が必要です。 	一人ひとり・家庭	<p>自分や家族に適した食生活の認識と実践</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「食育」に関心を持ち身近な人にも食育の輪を広めましょう。 ○早寝・早起きと朝ごはんをしっかり食べることを心がけ、生活リズムを整えましょう。 <p>体験やコミュニケーションを通じた楽しい「食」の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「いただきます」「ごちそうさま」など、感謝の気持ちを表しましょう。 ○共食や食事づくり、家庭菜園など、「食」を通じた家族のコミュニケーションの機会を増やし、楽しみながら「食」について興味・関心を持つ機会を増やすとともに、「食」への感謝の心を育みましょう。
	地域・職場	<p>自分や家族に適した食生活の認識と実践</p> <ul style="list-style-type: none"> ○地域全体で子どもの生活習慣や食習慣を考え、見直す機会を持ちましょう。 ○さまざまな年齢層を対象にした講座を開催し、その人にあった食の選択と実践を学ぶ機会を提供しましょう。 <p>体験やコミュニケーションを通じた楽しい「食」の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「食」に関する教室やイベントで、体験を通じて「食」を学ぶ“食体験”の機会を充実しましょう。 ○いなの日（毎月17日）・食育の日（毎月19日）・食育月間（6月）・ひょうご食育月間（10月）には、家庭や地域で食育体験を持つよう普及活動を行いましょう。
	行政	<p>自分や家族に適した食生活の認識と実践</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健全かつ必要な食生活を実践するための知識や技術を身につけるための食育学習・体験の場を提供します。 ○望ましい食生活のあり方や食事内容の普及・啓発を行います。 ○自らに必要な「食」について、状況に応じて取捨選択できる力を培うための学習・体験の場を提供します。 <p>体験やコミュニケーションを通じた楽しい「食」の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「食」に関する教室やイベント、体験を通じて「食」を学ぶ“食体験”の機会の充実を図ります。 ○学校・園内での農作物の栽培・収穫・調理などの活動体験を推進します。
<p>「人づくり」の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食育に関する地域活動として、個々の団体が特性を生かした食育活動を展開しており、今後は他の地域団体との連携による活動の継続が必要です。 ○今後は、より食育を推進していくための実践の輪を広げる取り組みが必要です。 		


まちをつくる

受け継がれてきた豊かな知恵や食文化を
子どもたちに引き継ごう



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<p>まちをつくる人たちの活動状況</p> <p>○地域では食育・健康づくり活動、講演会などが実施されており、食育に取り組む団体の活動は今後重要であることから、積極的に周知・啓発・育成活動に取り組む必要があります。</p>	<p>一人ひとり・ 家庭</p>	<p>地域の「食」を生かした交流やまちづくりの推進</p> <p>○地元産や県内産の農林水産物を積極的に使用して、家族や仲間と一緒に食べましょう（共食）。</p> <p>○地域の行事や世代間交流を通して伝統料理・郷土料理や生活の知恵を教わり、伝えましょう。</p> <p>○伝統料理・郷土料理や家庭の味等を、家庭の中で楽しみながら伝えましょう。</p> <p>○「い〜な！ごはん」の料理を作ってみよう。</p>
<p>「いなの日」の活動状況</p> <p>○本町は稲作が盛んなまちで、毎月 17 日を「いなの日」としてごはん食の重要性の普及・啓発に取り組んでいます。しかし、食の多様化・簡素化が進む中、お米の消費量は減少し、今回のアンケートでもごはんを食べる人が減っています。</p>	<p>地域・職場</p>	<p>地域の「食」を生かした交流やまちづくりの推進</p> <p>○地域の「食」をテーマにした活動の機会を増やしましょう。</p> <p>○地域の「食のボランティア」等を増やし、食文化の伝承に活用しましょう。</p> <p>○地域に伝わる伝統料理・郷土料理を知る機会やつくる場を提供しましょう。</p>
<p>本町の特産品など</p> <p>○本町は特産品に加え、新たに「いながわ名物」の認定を設け、PRを進めており、今後も魅力ある本町の「食」を普及・啓発することが必要です。</p> <p>○まちの農産物のブランド化に向けた「いながわ野菜」を広く周知し、まちの魅力を町内外へ発信することが必要です。</p>	<p>行政</p>	<p>地域の「食」を生かした交流やまちづくりの推進</p> <p>○広報「いながわ」などで伝統料理・郷土料理のレシピや取り組みなどについて情報提供を行います。</p> <p>○地域で培われた食文化を体験し、郷土への関心を深める機会をつくります。</p> <p>○学校・園の給食で、地元産の農林水産物を使用した行事食や郷土料理を積極的に取り入れます。</p> <p>○「食育推進会議」を中核とし、食育推進に関わる関係機関・団体等のネットワークを強め、住民とともに食育を進めます。</p> <p>○いずみ会など、本町の食育に携わる人材・団体等に対し、活動を支援するとともに、活動内容の普及・啓発に努めます。</p> <p>○関係機関・団体と連携・協力し、住民に身近なところから「毎月 17 日は、いなの日」の普及・啓発に努め、「いなの日」をきっかけとした食育の取り組みの拡大を図ります。</p> <p>○伝統料理・郷土料理を守り、発信する団体等に対し、活動支援を行います。</p> <p>○いながわ野菜や特産品、伝統料理・郷土料理について、町内外に広く発信し、まちの活性化を図ります。</p>
<p>伝統料理・郷土料理</p> <p>○地元の食材を活用した伝統料理や郷土料理は、まちの文化であり、次世代に伝えていくことが大切です。</p>		



現状と課題	取組主体	取組目標（一部紹介）
<p>食の安全・安心</p> <p>○安全・安心の実践として「手洗い、うがいなどの感染症予防対策」に取り組む人が最も多く、食品購入の際は「賞味（消費）期限、鮮度」「値段」「産地・生産者名」を優先する人が半数を超えて多くっており、安全な食品を適切に判断し、選択できる知識の普及・啓発が必要です。</p> <p>○また、食品の選び方や調理・保管方法などの知識を持ち、行動していくことが重要です。</p>	<p>一人ひとり・ 家庭</p>	<p>安全・安心な「食」の情報提供と活用の推進</p> <p>○「食」の安全・安心に関する知識を持ち理解を深めましょう。</p> <p>○生産者・販売業者・消費者の交流の場に参加しましょう。</p> <p>○食中毒予防に関する正しい知識や安全・安心な調理方法などを学び実践しましょう。</p> <p>○災害時に備え、家庭で最低3日分、できれば1週間分の自分や家族の状況に応じた水と食糧を備蓄しましょう。</p> <p>地産地消の推進、「農」の推進</p> <p>○安全・安心な地場産物について家庭で話し合う機会を持ちましょう。</p> <p>○地場産物の利用を習慣化しましょう。</p> <p>○学校・園の給食等に取り入れられている地場産物と料理について関心を持ちましょう。</p>
<p>地産地消</p> <p>○家庭で猪名川町産の農産物を「使用している」人は約4割で以前より減っており、地産地消は新鮮で安全な食の提供につながるだけでなく、生産者と消費者の顔の見える関係づくり、地場産物を利用した伝統・郷土料理の維持、農業の活性化にもつながることから重要です。</p>	<p>地域・職場</p>	<p>安全・安心な「食」の情報提供と活用の推進</p> <p>○安全な食品・食材を消費者に届けるとともに正しい情報提供を徹底しましょう。</p> <p>地産地消の推進、「農」の推進</p> <p>○地場産物の積極的なPR活動や利用を通して、地産地消への理解と消費拡大を推進しましょう。</p> <p>○直売所やスーパーの常設コーナー等の販売活動に協力しましょう。</p>
<p>○食に対する感謝の意識を深めていくためにも生産から消費に至るまでの食の循環を意識することが大切であり、地産地消に対する取り組みを今後も進めていく必要があります。</p> <p>米をはじめとした地場産物の利用で、地産地消を推進！</p> 	<p>行政</p>	<p>安全・安心な「食」の情報提供と活用の推進</p> <p>○農家や事業所などに「ひょうご食品認証制度」の普及を図ります。</p> <p>○道の駅いながわなどの直売所を軸とした地産地消の推進を図ります。</p> <p>○生産者・販売業者・消費者の交流を支援します。</p> <p>○安全な食材の選び方や食中毒予防に関する知識、安全・安心な調理法、食品表示の見方等、正しい「食」の選択と実践ができるよう普及・啓発を図ります。</p> <p>地産地消の推進、「農」の推進</p> <p>○地場産物や旬の食材の紹介や活用方法などのPRを充実します。</p> <p>○地産地消の大切さの普及・啓発を図ります。</p> <p>○本町の自然を生かした体験型農業を町内外に広く周知し、本町の魅力発信と交流人口の拡大を図ります。</p> <p>○道の駅いながわの“顔が見える農業”を継続して支援し、基幹産業としての農業の振興をさらに推進します。</p>

自殺対策計画

重点目標

重点1 自殺に対する理解の促進

重点2 ゲートキーパーの養成及び認知度の上昇

本町に住むすべての人が安心して、支えあう、想いあう、つながりあうまちを構築していくため、様々な問題や課題を抱える人を見つけ、話を聞き、必要な支援につなげる体制を住民・地域・団体・関係機関などと一体となって構築し、誰も自殺に追い込まれることのないまちの実現をめざしていきます。

気づき 見守り 人材育成

気づきと見守る体制と人づくり (地域で支える体制の整備)

現状と課題		行政の取組目標 (一部紹介)
<ul style="list-style-type: none"> ○幸福度が低いほど近所付き合いが希薄な状況にあります。特に20歳代の割合が低くなっています。 ○ゲートキーパー(支援者)について「知らない」と答えている人が8割を超えています。 ○住民一人ひとりが自殺を考えている人の存在に気づき、専門家につながる、見守っていくことが重要となります。さらに「気づき」のための人材育成の方策の充実が必要です。 	地域における見守り体制	<ul style="list-style-type: none"> ○不安や悩みを抱える人を地域・家庭で発見し、支える体制の構築に努めます。 ○様々な地域活動への参加・参画を働きかけ、地域で人と人とのつながりを強めていきます。
	人材の育成	<ul style="list-style-type: none"> ○すでにゲートキーパーとして活動している人の意識づけを行います。 ○ゲートキーパーの養成に努めるとともに、養成講座の開催に向け、先進自治体の事例調査・研究を重ねていきます。 ○ゲートキーパーと関係機関との連携を図る体制を構築していきます。

理解

学び、理解を深める、やさしい人・まちづくり (自殺に対する理解の促進)



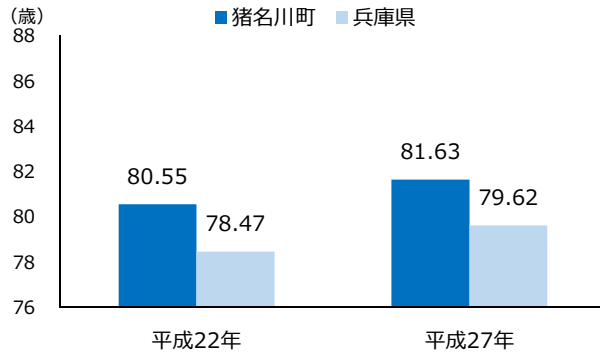
現状と課題		行政の取組目標 (一部紹介)
<ul style="list-style-type: none"> ○自殺対策の啓発物を「見たことがない」人は3割、自殺予防週間や自殺対策強化月間を「知らない」人は9割で、認知度は低くなっています。今後も周知・啓発に努め、認知度を高め、学校等で「命の大切さ」を伝える教育を実施する必要があります。 ○自殺企図は誰にでも起こりえる問題であるとともに、自殺の危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい状況があるため、自殺が起こりえる要因等について、広く理解を求めする必要があります。 	自殺予防に対する理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> ○自殺に対する正しい知識の普及・啓発を行います。また、自分自身と他者の心の健康の理解を深める講座を開催していきます。 ○保健センターをはじめとした町の相談窓口をはじめ、県の相談窓口や電話相談などを広く周知していきます。 ○「自殺予防」に関する周知啓発を行います。 ○様々な機会や媒体を活用した周知・啓発に取り組みます。
	さまざまな場を通じた教育の充実	<ul style="list-style-type: none"> ○様々な場や機会を活用し、「自殺」について学ぶ機会を提供します。 ○学校教育において、命の大切さに気づき、人とのつながりの重要性を実感させる教育を実施します。また、SOSの出し方に関する教育についても実施します。 ○産前・産後のサービスの普及・啓発に努め、必要なときに支援が受けられる体制づくりを構築します。



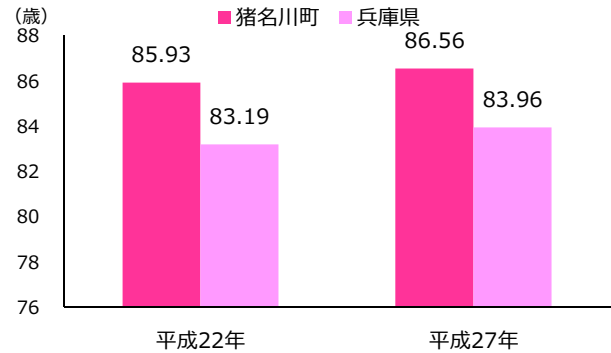
現状と課題	行政の取組目標 (一部紹介)	
<ul style="list-style-type: none"> ○精神保健相談をはじめ、様々な相談体制を整備するとともに、適切な機関につながりなど、きめ細かな対応に取り組んでいますが、引き続き、事業の実施、認知度の向上に努めていくことが必要です。 ○居場所・仲間づくりとして、それぞれの立場や興味・関心に応じて、集まれる場を設けています。人とふれあうことや興味・楽しみを通じて、少しでも不安や悩みの解消につなげるとともに、様々な場を今後もつくり、周知していく必要があります。 	<p>相談体制の充実</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○相談窓口や電話相談などの相談手段の周知・徹底に取り組みます。 ○住民が抱える不安や悩みの解消に向けた相談体制の充実と各相談員の質の向上を図るとともに、適切な支援機関につながりなど、連携体制の強化も図っていきます。 ○母子保健事業の充実を図るとともに、各種事業や講座、教室等を通じた友達・仲間づくりに取り組んでいきます。
<ul style="list-style-type: none"> ○本町の自殺死亡率は近年低くなっていますが、自殺の背景は様々で、様々なリスクを抱える人を早期に発見し、適切な支援につないでいく必要があります。 	<p>居場所づくり・仲間づくり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○住民の誰もが立ち寄ることができ、友人づくりや仲間づくり、さらには不安や悩みを解消できる場づくりに努めます。 ○性別や年代、身体状況など、同じ立場や境遇にある人同士が集まり、話し合えるような場や仲間づくりに取り組みます。
<ul style="list-style-type: none"> ○様々な背景を抱える生活困窮者は、自殺リスクが高い可能性があるため、効果的な生活困窮者支援対策が必要です。 	<p>自殺のハイリスク要因を抱える人への支援</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○自殺防止に向け、住民・団体・関係機関等と連携し、早期に発見できる体制（ネットワーク）を構築していきます。 ○各種健康診査や健康相談などを通じて、うつ等のこころの病気の早期発見に取り組むとともに、医療が必要な場合は適切な医療機関につないでいきます。 ○自殺未遂者や遺された人・家族に対し、相談に応じるとともに、適切な支援・機関につないでいきます。
<ul style="list-style-type: none"> ○暴力や虐待はあってはならないことであり、また被害を受けている人は誰にも相談できないケースも少なくないことから、発生の予防から早期発見、早期対応が重要です。 	<p>経済的負担の軽減、雇用・就労支援</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○経済的な問題を抱える人、世帯等に対して、様々な経済的負担の軽減を図ります。 ○兵庫県やハローワーク等と連携し、雇用・就労に向けた様々な支援に取り組みます。 ○町内の企業に対して、働き方やワーク・ライフ・バランス等の周知・啓発を行います。
	<p>暴力・虐待の根絶に向けた取組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○暴力や虐待を防止するため、様々な人たちと連携し、早期に発見・対応する体制を強化していきます。 ○被害を受けた人に対しては、状況を十分に把握した上で安全性の確保と支援に取り組みます。

猪名川町の現状

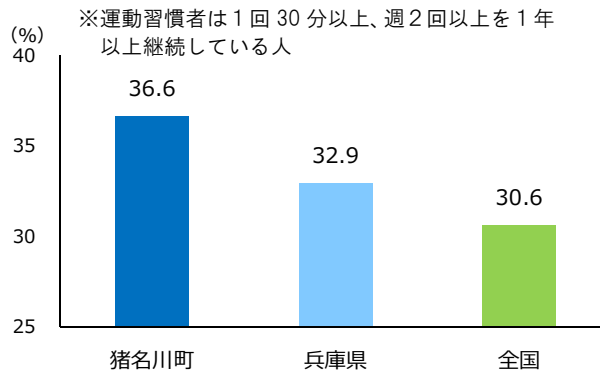
健康寿命は男女ともに兵庫県 1 位



(資料) 兵庫県健康福祉部健康局健康増進課による算出

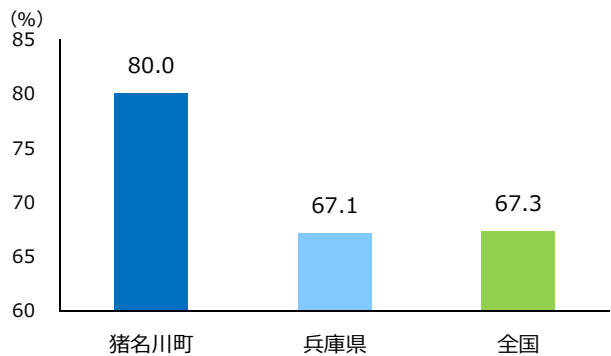


運動習慣者※が多い

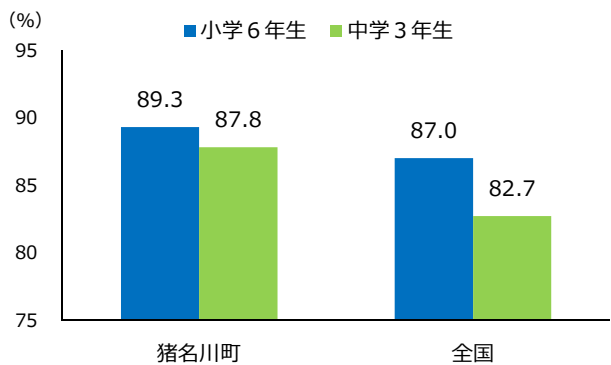
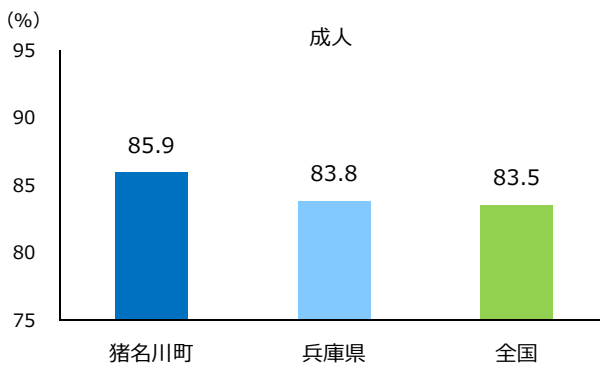


(資料) 猪名川町：住民アンケート 兵庫県：健康づくり実態調査（平成28年度） 全国：国民健康・栄養調査（平成28年）

健診を受けている人が多い



子ども、成人ともに朝食を食べる人が多い



(資料) **成人** 猪名川町：住民アンケート 兵庫県：健康づくり実態調査（平成28年度） 全国：食育に関する意識調査（平成28年）
小中学生 猪名川町・全国：全国学力・学習状況調査（平成29年度）

猪名川すこやかプラン

(猪名川町保健計画・食育推進計画・自殺対策計画)

(平成31年3月発行)

発行：猪名川町生活部住民保険課健康づくり室

住所：〒666-0233

兵庫県川辺郡猪名川町紫合字北裏 763

電話：072-766-1000

FAX：072-766-4414

URL：<http://www.town.inagawa.lg.jp/>