

松崎町第4期健康増進計画

令和3年度～令和7年度

町民が生涯にわたり

健やかに、いきいきと、

心豊かに暮らす町 松崎



令和3年3月

松 崎 町

～～ 松崎町第4期健康増進計画とは ～～

1. 計画策定の趣旨

人口の急速な高齢化とともに、医療や介護に伴う負担が一層増加し、その一方では高い経済成長を望めない状況において、活力ある社会を実現するために、国民の健康づくり、疾病予防が重要になっています。

こうした状況を背景に、本町においては、平成17年4月に「松崎町健康増進計画」を策定、さらに第2期、第3期を策定し、町民の健康づくりのために様々な施策を展開してきたところです。

現在の第3期計画は、令和2年度が最終年度にあたることから、これまでの計画の進捗状況を評価し、本町を取り巻く社会情勢の変化を踏まえ、新たな「松崎町第4期健康増進計画」を策定しました。

なお本計画は、健康増進法に基づく「市町村健康増進計画」であるとともに、食育基本法に基づく「市町村食育推進計画」及び、松崎町歯科口腔保健の推進に関する条例に基づく「歯科口腔保健計画」の3つを一体的に整備した計画です。

2. 基本理念

一人ひとりが「自分の健康は自分で守る」との認識を持ちながら、町民・地域・行政が一体となって、すべての町民が生涯にわたり、健やかに、いきいきと、心豊かに暮らせる町を目指し、様々な健康づくりの取り組みを推進し、町民の健康寿命延伸と豊かな暮らしを実現できるよう、基本理念を次のように掲げます。

**町民が生涯にわたり、
健やかに、いきいきと、
心豊かに暮らす町 松崎**

3. 基本目標

基本理念のもとに、基本目標を「健康寿命延伸と心豊かな暮らしの実現」と掲げ、生活習慣病の予防・重度化防止、豊かな心、生活の質の向上を図る健康づくりを、町民のそれぞれのライフステージに沿って展開します。

健康寿命延伸と心豊かな暮らしの実現

4. 取り組み

基本理念、基本目標の実現を目指し、4つの分野において様々な健康づくりに取り組みます。

① 生活習慣病の発症予防・重度化防止

② 生活習慣の改善

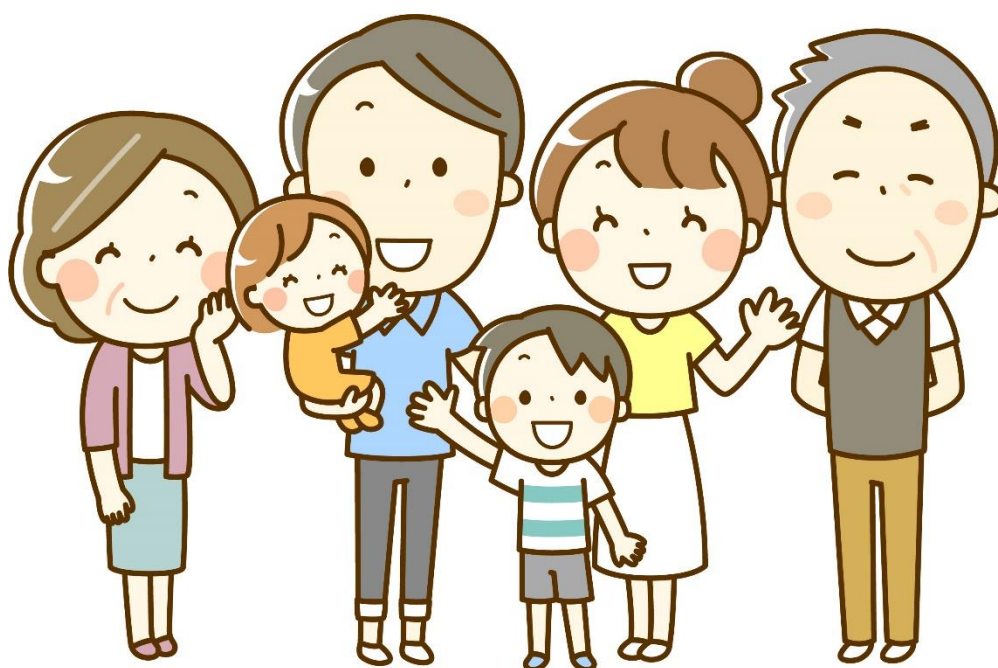
③ 地域ぐるみの健康づくりの推進

④ ライフステージに対応した健康づくり

第4期計画の目標一覧

部門	項目	対象者	単位	基準値		目標 R. 7 年度	出典
				値	年度		
生活習慣病	がん検診受診率の上昇						市町国保特定健診結果 ※受診率=受診者/対象者 ※対象者は住民基本台帳人口 ※悪性新生物（がん）死亡率の減少は、静岡県人口動態統計
	胃がん	35 歳以上	%	10.9	R. 1 年度	18.0	
	肺がん	40 歳以上	%	20.9	R. 1 年度	30.0	
	大腸がん	40 歳以上	%	19.0	R. 1 年度	24.0	
	子宮頸がん	女 20 歳以上	%	18.5	R. 1 年度	27.0	
	乳がん	女 40 歳以上	%	23.2	R. 1 年度	28.0	
	悪性新生物（がん）死亡率（人口10万人対）の減少	全住民	人	521.2	H.30 年度	減少	
	高血圧症有病者率の減少	男 40～74 歳	%	53.1	H.29 年度	45.0	
		女 40～74 歳	%	41.0	H.29 年度	33.0	
	脂質異常症有病者率の減少	男 40～74 歳	%	58.1	H.29 年度	54.0	
		女 40～74 歳	%	53.2	H.29 年度	50.0	
	糖尿病有病者率の減少	男 40～74 歳	%	11.5	H.29 年度	維持	
		女 40～74 歳	%	5.8	H.29 年度	維持	
	メタボリックシンドローム該当者率の減少	男 40～74 歳	%	26.2	H.29 年度	20.0	
		女 40～74 歳	%	5.1	H.29 年度	5.0	
	特定健診受診率の上昇	40～74 歳	%	41.0	R. 1 年度	60.0	
	特定保健指導実施率の上昇	40～74 歳	%	51.7	R. 1 年度	60.0	
	骨粗しょう症検診受診率の向上	女40～70歳5歳毎	%	19.0	R. 1 年度	増加	松崎町調べ
栄養・食生活・食育	朝食を毎日食べる子どもの割合の上昇	年長児	%	※現状値なし	R. 2 年度	80.0	静岡県朝食摂取状況調査（教育委員会）
		小学 5 年生	%	68.8	R. 2 年度	80.0	
		中学 2 年生	%	86.8	R. 2 年度	90.0	
		高校 2 年生	%	※現状値なし	R. 2 年度	80.0	
	朝食を毎日食べる成人の割合の上昇	20～39 歳	%	65.0	R. 2 年度	85.0	松崎町町民アンケート調査
		40～64 歳	%	88.0	R. 2 年度	100 に近づく	
		65 歳以上	%	95.0	R. 2 年度	100 に近づく	
	主食・主菜・副菜の組み合わせの割合の上昇	20 歳以上	%	56.9	R. 2 年度	80.0	西豆のこども
	肥満の小中学生の割合の減少	小学生	%	12.3	R. 1 年度	10.0	
		中学生	%	15.2	R. 1 年度	10.0	静岡県特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（市町別）
	肥満の成人の割合の減少	男 40～74 歳	%	53.3	H.29 年度	35.0	
		女 40～74 歳	%	21.5	H.29 年度	15.0	松崎町町民アンケート調査
	食育に関心のある人の割合の上昇	20 歳以上	%	62.7	R. 2 年度	75.0	
	給食の食材に地場産品を使用する割合の上昇		%	28.4	R. 1 年度	30.0	学校給食栄養報告
	連携した食育事業を実施する施設数の上昇		か所	4	R. 1 年度	5	松崎町調べ

部門	項目	対象者	単位	基準値		目標 R. 7 年度	出典
				値	年度		
身体活動・運動	健康を意識して身体を動かすように心がけている人の割合の上昇	男 20 歳以上	%	47.7	R. 2 年度	60.0	松崎町町民アンケート調査
		女 20 歳以上	%	54.0	R. 2 年度	60.0	
休養・こころ	睡眠で休養が十分にとれている人の割合の上昇	男 40～74 歳	%	68.4	H.29 年度	75.0	静岡県特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（市町別）
		女 40～74 歳	%	66.3	H.29 年度	75.0	
	自殺者数（人口 10 万人対）の減少	全住民	人	15.4	H.27～R.1 年度	0.0	静岡県人口動態統計
	ストレスの相談相手がない人の割合の減少	20 歳以上	%	12.9	R. 2 年度	10%以下	松崎町町民アンケート調査
	楽しみや生きがいのある生活をしている人の割合の上昇	20 歳以上	%	69.9	R. 2 年度	80.0	
喫煙・飲酒	習慣的喫煙者の割合の減少	男 20 歳以上	%	16.8	R. 2 年度	12.0	松崎町町民アンケート調査
		女 20 歳以上	%	5.6	R. 2 年度	5%以下	
	飲酒者（ほぼ毎日）の割合の減少	男 20 歳以上	%	35.1	R. 2 年度	30.0	
		女 20 歳以上	%	11.6	R. 2 年度	6.6	
	妊婦の喫煙者をなくす		人	4	H.27～R.1 年度	0	母子手帳交付時アンケート
	妊婦の飲酒者をなくす		人	0	H.27～R.1 年度	0	
歯・口腔	5 歳児のむし歯 5 本以上経験者の割合の減少	5 歳児	%	21.4	R. 1 年度	10.0	静岡県 5 歳児歯科調査
	中学 1 年生のむし歯経験者の割合の減少	中学 1 年生	%	4.7	R. 1 年度	10%以下	学校歯科保健調査
	過去 1 年間に歯科健診を受診した人の割合の上昇	20 歳以上	%	51.8	R. 2 年度	65.0	松崎町町民アンケート調査
	歯周疾患検診受診率の上昇	40、50、60、70 歳	%	16.1	R. 1 年度	20.0	松崎町調べ
活動地域	参加している地域活動の割合	20 歳以上	%	56.2	R. 2 年度	60.0	松崎町町民アンケート調査
	「通いの場」設置数の増加		か所	6	R. 2 年度	11	松崎町調べ



～～ 第4期計画の取り組み ～～

1 生活習慣病の発症予防・重度化防止

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期 乳幼児期（0～5歳）	● 妊婦健診や乳幼児健診など適切な時期に受診します。
学童期（6～11歳） 思春期（12～17歳）	● 学校の定期健診の結果を受けとめ、病気や小児生活習慣病などについて指摘された場合は受診し、生活習慣等を改善します。
青年期（18～39歳）	● 自身の健康に関心を持ち、健康診査（検診）を受診します。
壮年期（40～64歳）	● 定期的に健康診査（検診）を受診し、健康状態の把握に努めます。 ● 健康診査（検診）の結果で「要指導」の場合は、保健指導を受け、生活習慣の改善をします。 ● 健康診査（検診）の結果で「要精密」「要医療」の場合は、早めに医療機関を受診します。 ● かかりつけ医を持ち、総合的に健康づくりについて相談します。
高齢期（65歳以上）	● 定期的に健康診査（検診）を受診し、元気で長生きできるよう努めます。 ● 自身の健康管理をかかりつけ医と相談します。 ● 介護予防に関心を持ち、介護予防に努めます。
各年代共通	● 食事や運動、休養など、正しい生活習慣の知識を身につけます。 ● 正しい食習慣と運動で適正体重を維持します。

② 地域の取り組み

● 生活習慣病予防の知識を地域で共有します。 ● 行政と協働し、健康づくりの情報交換ができる身近な居場所を確保・充実します。 ● 町で実施する健康診査（検診）には、地域で声をかけあって受診します。
--

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
健（検）診・予防活動の推進と充実	● 健康診査（検診）の受診しやすい体制づくりに努めます。 ● 関係機関と密に連携を図り、実施体制の整備を行います。 ● 健康診査（検診）受診勧奨者の重症化を予防し、早期に医療機関の受診を勧めます。 ● 健康づくりに関心を持って取り組む組織を育成します。	● 特定健康診査 ● 各がん検診 ● 骨粗しょう症検診 ● 特定保健指導 ● 糖尿病等重症化予防 ● 生活習慣病重症化予防
普及・啓発	● 各組織と連携し、正しい生活習慣の知識の普及に努めます。 ● 地域に出向き、生活習慣病予防や健康づくりの取り組みを推進します。 ● 町の健康診査（検診）の受診率の向上に努めます。 ● 介護予防に関する知識の普及・啓発を図り、要介護認定者の増加を抑制します。	● 健康づくり食生活推進協議会 ● 保健委員会 ● 健康マイレージ事業 ● 健康相談・健康教育

2 生活習慣の改善

2-1 栄養・食生活・食育(食育推進計画)

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期 乳幼児期（0～5歳）	● 妊娠期は、胎児の影響を考慮し適切な栄養と生活で、望ましい体重増加に努めます。 ● 早寝、早起き、朝ご飯を徹底し、規則正しい生活習慣を身につけます。 ● 子どもの頃から生活習慣病を意識した薄味の食事で味覚を育みます。
学童期（6～11歳）	● 本町で採れる食材や旬の食材について学びます。 ● 早寝、早起き、朝ご飯を徹底し、規則正しい生活習慣を身につけます。 ● 家でのお手伝いや食の体験を通して、食への関心を高めます。
思春期（12～17歳）	● 朝食の重要性を理解し、毎日朝食をとります。 ● 自分で健康を維持・増進できる知識と技術を学び、自ら選択できる力を身につけます。
青年期（18～39歳）	● 健康や食生活に関する知識を深め、自分で健康を維持・増進する食生活を実践します。 ● 自分の適正体重を知り、栄養バランスに配慮した食事を心がけます。
壮年期（40～64歳）	● 自分や家族の健康を考慮した食生活を実践します。 ● 生活習慣病を予防するための食生活に努めます。
高齢期（65歳以上）	● 家族や仲間との食事を通して、いきいきと日々の生活を楽しみます。 ● 地域の食文化や伝統を次世代へ伝えていきます。
各年代共通	● 食事をバランスよく食べるように心がけます。 ● 地元の食材や旬を生かした食事、郷土の味を楽しみ、伝えます。 ● 栽培・収穫・調理に関わる体験をします。 ● 夜遅い食事や嗜好品の摂取は控えます。

② 地域の取り組み

● 健康づくり食生活推進協議会等の活動を通して、正しい食生活の普及に取り組みます。 ● 子どもが食の体験ができる機会を増やします。 ● 飲食店において、健康を意識した外食や中食を提供します。

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
計画的な食育・栄養指導の推進	● 食育連絡会を開催し、食に関する情報交換、取り組みの検討を行い、連携体制の構築をします。	● 食育連絡会
食育・栄養指導体制の充実	● 妊娠期から高齢期までのライフステージに応じた望ましい食生活の実現に向け、関係機関と連携し、積極的に食育を推進します。 ● 医療機関と連携して、保健師、栄養士の指導を受けやすい体制を整備します。	● 妊産婦栄養相談 ● ひよこ相談 ● 幼児健診 ● 特定保健指導 ● 糖尿病等重症化予防 ● 生活習慣病重症化予防 ● フッ素塗布 ● 栄養相談

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
普及・啓発	● 学校栄養士、町の栄養士が連携し、教育機関等に学校給食を通して食育指導をします。 ● 生活習慣病に影響する食生活について周知し、町民の食の改善に取り組みます。 ● 適正体重の維持や減塩、脂肪等の摂り過ぎの注意など、食事について正しい情報の提供に努めます。 ● 地域での健康相談、健康教育等で栄養に関する正しい知識の普及を図ります。	● 栄養出前講座（通いの場、学校、企業） ● 骨粗しょう症検診結果説明会 ● 訪問栄養指導
活動の場の提供と支援	● 「健康づくり食生活推進員」の育成に努め、その地域活動を支援します。 ● 農林水産関係者と連携し、給食での地場産品の提供を推進します。 ● 飲食店、スーパーと連携し、健康を意識した外食や中食を提供する店舗を増やします。	● 松崎町健康づくり食生活推進協議会の育成・運営支援

2-2 身体活動・運動

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期 乳幼児期（0～5歳）	● 家族や友達と積極的に外で遊びます。
学童期（6～11歳）	● 自治会や子ども会などが行う地域のスポーツ大会に、積極的に参加します。
思春期（12～17歳）	● 体育や課外活動を通じて、体力づくりに努めます。
青年期（18～39歳）	● 活動量計・歩数計を活用します。 ● 自分に合った無理のない運動を見つけます。
壮年期（40～64歳）	● 活動量計・歩数計を活用します。 ● 運動を一緒にする仲間を増やします。 ● 地域の運動サークル・イベントに積極的に参加します。
高齢期（65歳以上）	● 活動量計・歩数計を活用します。 ● 地域の運動サークル・イベントに積極的に参加します。
各年代共通	● いろいろな運動を経験し、楽しくできる運動習慣を身につけます。 ● 日頃から歩く習慣を身につけます。

② 地域の取り組み

● グループ活動など、地域をあげてできる運動に取り組みます。 ● 地区活動へは、地域で声をかけあって参加します。

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
身体活動・運動の環境整備	● 運動習慣の獲得に取り組みます。 ● 日常の中で身体活動や運動を行うことを推進します。 ● 地域をあげてできる運動の整備を支援します。	● 健康マイレージ事業 ● 健康相談・健康教育
普及・啓発	● 体を動かすことの大切さや、楽しさを紹介します。 ● 正しい運動方法の情報提供を行います。 ● 利用できる公共施設や公園などの情報提供を行います。	● 母子保健事業 ● 健康相談・健康教育

2-3 休養・こころの健康

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期 乳幼児期（0～5歳）	● 育児では、家族の一人に負担がかからないように家族全体で子育てを行います。 ● 乳幼児期における親子のふれあいの重要性を認識し、子どもとふれあう時間を大切にします。
学童期（6～11歳） 思春期（12～17歳）	● スマートフォンやゲームは時間を決めて利用します。 ● 何でも相談できる友人をつくります。
青年期（18～39歳）	● 育児では、家族の一人に負担がかからないよう家族全体で助け合います。
壮年期（40～64歳）	● 家族間でうつ等の兆候を把握したら、深刻な問題に発展する前に医療機関や専門家に相談します。
高齢期（65歳以上）	● 自分の楽しみや趣味、生きがいを持ちます。 ● 人や地域とのつながりを持ち、いきいきとした毎日を過ごします。
各年代共通	● 適度な睡眠・休養を取ります。 ● 早寝・早起きを心がけ、規則正しい生活のリズムを作ります。 ● 自分に合ったストレス解消法を身につけ、ストレスをコントロールできるようにします。 ● うつ病などのこころの病気について、正しい知識を習得し、気づく・気づける人になります。 ● こころの悩みを打ち明け、相談できる相手を持ちます。 ● こころの悩みを感じたら、早期に周りの人や医療機関などの専門機関に相談します。

② 地域の取り組み

● 職場や地域でのメンタルヘルス対策を行います。 ● 友人や身近な人への声かけを行います。 ● 趣味に関する講座や地域の活動に、誘い合って参加します。 ● 民生委員や保健委員が中心となり、地域で声かけや見守りを行います。 ● 子育て世代に対し情報交換できる場を確保し、地域全体で子育てを応援します。

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
みんなで支え合う 体制整備	● 相談できる機関などを周知し、安心して相談や受診ができる体制を整えます。	
普及・啓発	● 睡眠・休養の大切さを啓発します。 ● ストレス解消のための知識を普及します。 ● うつ病などのこころの病気に関する知識や対処方法などの普及・啓発に努めます。 ● よりよい生活習慣の大切さ、運動や趣味活動によるストレス解消法を学ぶ機会を提供します。	● 母子保健事業 ● 健康相談・健康教育
活動の場の提供と 支援	● 各種精神保健に関する相談を実施し、こころの問題の解消を支援します。	● 24時間電話相談 ● 総合相談支援（地域包括支援センター） ● 精神保健相談 ● 学校カウンセラー

2-4 喫煙・飲酒

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期 乳幼児期（0～5歳）	● 妊娠・授乳期は胎児・乳児に及ぼす影響を理解し、喫煙、飲酒はしません。
学童期（6～11歳） 思春期（12～17歳）	● たばこ・アルコールの害を理解し、成人するまでは絶対に喫煙、飲酒はしません。
青年期（18～39歳） 壮年期（40～64歳） 高齢期（65歳以上）	● たばこ・アルコールの害を理解し、成人するまでは絶対に喫煙、飲酒はしません。 ● 喫煙者は禁煙・節煙・分煙に努めます。 ● 子どもや妊婦の受動喫煙防止に努めます。 ● たばこ・アルコールに頼らないストレス解消法を見つけます。 ● 多量飲酒や喫煙を他人に勧めないようにします。 ● 適量の飲酒に努め、休肝日を設けます。
各年代共通	● がんや脳血管疾患、心臓病、COPDといった、たばこの害を理解し、喫煙しないようにします。 ● 胃炎・食道炎、アルコール依存症や生活習慣病といった、アルコールの害を理解し、正しい飲酒方法を身に付けます。

② 地域の取り組み

● 地域団体や町内商店などでも、未成年にたばこ、アルコールを、「売らない、買わせない、吸わせない、飲ませない」環境づくりを勧めます。 ● 事業所は、受動喫煙防止を図るとともに、禁煙・分煙対策を推進します。 ● たばこ・アルコールの害についての普及・啓発を行います。
--

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
受動喫煙や飲酒の 環境整備	● 公共の場における禁煙の推進や、喫煙場所の設置による分煙対策を推進します。 ● 受動喫煙防止のために禁煙、分煙を行なう飲食店等を増やします。	
普及・啓発	● たばこ・アルコールが与える害について、普及・啓発を行います。 ● 妊娠・授乳期の喫煙・飲酒が胎児・乳児に与える影響について、啓発を行います。 ● 禁煙方法についての正しい知識の普及と指導を行います。 ● 適度な飲酒量、休肝日の必要性等、正しい飲酒の知識の普及を行います。	● 母子保健事業 ● 特定健康診査・特定保健指導
禁煙や適正飲酒・断 酒への取り組み支援	● 禁煙希望者や飲酒をやめたい人に対し、方法の指導や禁煙外来、断酒の専門医療機関を紹介するなど、支援を行います。	● 特定保健指導 ● 精神保健相談

2-5 歯・口腔の健康(歯科口腔保健計画)

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期	● 正しい歯みがきと仕上げ磨きの習慣を、親子で身につけます。
乳幼児期（0～5歳）	● 歯科健診で指摘を受けたら、すぐに歯科を受診します。
学童期（6～11歳）	● 永久歯のむし歯や歯周病予防のため、正しい歯磨き習慣とフッ化物利用など、自己管理する力を身につけます。
思春期（12～17歳）	● 歯科健診で指摘を受けたら、すぐに歯科を受診します。 ● むし歯や歯周病予防のため、正しい歯磨き習慣とフッ化物利用など、自己管理する力を身につけます。
青年期（18～39歳）	● 定期的にかかりつけ歯科へ受診し、健診や定期管理を受けます。 ● むし歯や歯周病予防のため、正しい歯磨き習慣とフッ化物利用など、自己管理する力を身につけます。 ● 歯間ブラシやデンタルフロスを用い、歯間部清掃を習慣的に行います。
壮年期（40～64歳）	● 定期的にかかりつけ歯科へ受診し、健診や定期管理を受けます。 ● むし歯や歯周病予防のため、正しい歯磨き習慣とフッ化物利用など、自己管理する力を身につけます。 ● 歯間ブラシやデンタルフロスを用い、歯間部清掃を習慣的に行います。
高齢期（65歳以上）	● 定期的にかかりつけ歯科へ受診し、健診や定期管理を受けます。 ● むし歯や歯周病予防のため、正しい歯磨き習慣とフッ化物利用など、自己管理する力を身につけます。 ● 歯間ブラシやデンタルフロスを用い、歯間部清掃を習慣的に行います。 ● 口腔機能低下を予防し、誤嚥や窒息を予防し、生涯にわたり楽しく、安全に食事ができるようにします。
各年代共通	● フッ化物配合歯磨剤を選び、効果的に使います。 ● バランスよい食事を心がけ、よくかんで食べる習慣を身につけます。 ● 食後や就寝前に歯を磨く習慣を身につけます。 ● 定期的に歯科健診を受けます。 ● 80歳で自分の歯が20本以上あることを目指します。

② 地域の取り組み

● 職場、学校などでも、食後に歯みがきをします。 ● 職場、学校などでも、定期的な歯科健診の受診を呼びかけます。 ● 町が実施する歯科口腔保健事業に、地域で声をかけあって積極的に参加します。

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
計画的な歯科保健の推進	● 歯科口腔保健計画に基づき、歯科保健の推進に努めます。	
健診・診療体制の充実	● 歯周疾患検診の受診しやすい体制作りに努めます。	● 歯周疾患検診
普及・啓発	● 母子健康手帳交付時や健診時、各種教室などにおいて、妊婦歯科健診の受診を促します。 ● 各年代にあった歯科保健の指導や教室の拡充を図り、啓発に努めます。 ● むし歯・歯周病予防の知識の普及を図るとともに、歯科医師との連携を密にし、フッ化物の利用を促進します。 ● 口腔機能が低下しないよう、口腔機能の維持・向上の啓発を進めます。 ● 町内在住の、80歳で自分の歯が20本以上ある人を把握し、8020運動達成者を広報で紹介するなど、8020運動の普及に努めます。	● 母子保健事業 ● 健康診査事業、健康相談・健康教育 ● 食育実践事業 ● フッ素塗布、フッ素洗口事業 ● 介護予防事業

3 地域ぐるみの健康づくりの推進

① 個人や家庭での取り組み

ライフステージ	具体的な取り組み
妊娠出産期	● 子どもに関する健診、相談会の場に参加します。
乳幼児期（0～5歳）	● 児童館や公園などを積極的に利用します。
学童期（6～11歳） 思春期（12～17歳）	● 「明るくあいさつ・はっきり返事・しっかり後しまつ（二十一世紀松崎町三つの実践運動）」を行います。
青年期（18～39歳） 壮年期（40～64歳） 高齢期（65歳以上）	● 自分に合った生きがいづくり、健康づくりの活動を見つけ、参加します。 ● 近所の住民や仲間に声かけを行い、新しい生きがいづくり・健康づくりの活動を起こします。
各年代共通	● ご近所とのあいさつ、互いの見守りを励行し、ご近所づきあいの絆を強めます。 ● 地域の活動に積極的に参加し、地域の交流に努めます。 ● 相互支援活動や美化活動など、ボランティア活動に参加します。

② 地域の取り組み

● 公民館や集会所などを活用し、地域活動、生涯学習などを通じた地域交流に努めます。 ● 地域をあげてできる運動に取り組みます。 ● 孤立する世帯がないように、地域で声かけ運動や見守りを行います。

③ 行政の取り組み

施策区分	具体的な取り組み	主な事業等
地域の絆による健康づくり	● 生涯を通じて継続した健康づくりを実行するため、自主グループの育成や支援を行います。 ● 生きがいづくり、健康づくりのための組織活動を支援し、町民、地域組織、関係機関の絆づくりを支援します。 ● 人と人との絆を再生し、ご近所力・地域力を高めます。	● 地域に出向いた健康相談・健康教育 ● ボランティア育成
普及・啓発	● 地区活動、健康づくり活動に参加するよう、啓発を行います。 ● 町民が地区活動、健康づくり活動に関する情報を手軽に入手できるように、様々な施設、企業、地域組織の連携を密に図り、インターネット等の新しい情報ネットワークを生かし、情報提供を推進します。	● 広報紙、ホームページを活用した情報発信
活動の場の提供と支援	● 子どもに関する健診・相談会において仲間づくりの場を設け、支援します。 ● 地区サロンや「通いの場」など、高齢者が社会参加できる受け皿づくりの支援を行います。 ● ボランティア活動の場と機会の提供を行い、支援します。	● 母子保健事業 ● ボランティア活動支援





松 崎 町

松崎町 健康福祉課 健康対策室

静岡県賀茂郡松崎町宮内 301-1 tel 0558-42-3966 fax 0558-42-3184
fukushi@town.matsuzaki.lg.jp <https://www.town.matsuzaki.shizuoka.jp/>