

(2) 会議検討資料抜粋(具体的な取り組み案)

策定専門部会で作成し、各会議で検討した資料です。今後の計画推進の中で活用する予定です。

栄養・食生活

(食生活分科会)

現 状	アンケート調査から 若い世代の人で「食生活で注意実行している」が「ある」と回答した人が少ない	
目 標	若い世代から食に関心を持つ	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもと食事の用意を一緒にする ・子供にスーパーに買い物に行ったときに食品の選び方、消費期限、成分、安全性などを教える ・家族で食事時間に食材の事等を話す ・子供に給食はどうだった？と食事に関して話をする ・子供に効果的な食事の食べ方等を教えていく ・テレビ・メディアからの情報を積極的に得る（偏った情報にならないように注意する） ・家族で食べ合わせについて話す ・バランス良い食事をこころがける ・食べる目安がわかるように、一人分で盛りつける
	地域り・組織ごと	<ul style="list-style-type: none"> ・スーパーで食の情報提供を積極的に行う（レシピの提供・具体的な調理方法の実演など） ・小学校でスーパー、生産者、ゴミ処理場等に学習に行く ・ライフスタイルに合わせた栄養教室を実施する ・ヘルシーメニューを提供するお店の紹介 ・食改の食のステーション(仮)の開始
	行政が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室 ・共同調理場の見学 ・給食だより、学校保健委員会での栄養士の指導 ・保育所(園)ではバイキング・会食会を年間数回実施している ・給食参観の実施（学校・保育所(園)） ・共同調理場では見学の他、試食会も実施している ・食品安全会議 ・農産物直売場の設置・地産地消 ・公民館主催の各種教室 ・食生活指針の普及
	これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・夫婦参加型の栄養教室の実施（実施日等の検討） ・家族で食卓を囲めるようなレシピ集を作成し配布する(地場産のものを使えばよりよい) ・乳幼児健診や離乳食講習会などに参加する保護者に食について興味を持ってもらえるような話題の提供をする ・公民館などのカリキュラムを把握し市民に伝える

現 状	アンケート調査から 若い世代に朝食を欠食する割合が多い さわやか健康診査結果から、高血圧・高脂血症の人の占める割合が多い		
目 標	バランスよい食事をこころがける 食事は3回とり、朝食は欠食しない 脂肪の量を減らし、野菜を多くとる 塩分の摂取を減らす		
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食べると調子良いという実感をもたせる ・夕食を早めにとる ・下処理済み素材商品の活用・レンジタッパー・野菜のフリージングの利用で簡単な食事ができるようにする ・家庭で簡単にできる野菜を育てる ・早起きの習慣をつける ・バランスよい食事を親が食べる、作るようにする ・家族みんなで食べる ・朝食を欠食しないため、すぐ食べられるものを利用する（シリアル・パン・バナナなど） ・朝ご飯を家族でしっかり食べる 	
	地域・組織が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・幼稚園・保育所(園)・学校等であらゆる場面で「朝ごはんを食べよう」と呼びかける ・野菜を育てる体験を学校・家・幼稚園・保育所(園)で教える ・惣菜販売店が油を使った料理中心でないようなメニューを検討する ・公募などでレシピを募る ・外食産業部門としてヘルシーメニューを募る ・朝ご飯を食べさせるお店の宣伝 ・コンビニで温野菜、根菜などのメニューの開発 ・ヘルスサポーター21事業の推進 	
	行政が取り組むこと	すでに取り組んでいること	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室 ・乳幼児健診や離乳食講習会などに参加する保護者に対し、こどもの頃から薄味に慣らすよう話す ・ヘルスアセスメント（健康度評価）実施 ・健康手帳の配布 ・高齢者等に対して訪問栄養指導の実施 ・公民館主催の各種教室
	これから取り組めそうなこと	<ul style="list-style-type: none"> ・朝ごはんをしっかり食べようを周知する ・朝食をとらないことによる健康への悪影響の周知を図る ・レシピ集を作成し、市民に配布する ・乳幼児健診や離乳食講習会などに参加する保護者に対し、こどもの頃から薄味に慣らすよう指導を強化する。またバランスよい食事をするよう指導する ・場合によっては夜、運動とタイアップした教室を行う ・朝ご飯教室 ・人間ドック時にパンフレットの配布 	

現 状	アンケート調査から BMIについて、健康日本21の現状と比較して、前橋市は20～60歳男性の肥満者の割合が高い	
目 標	適正体重を維持する	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・よく噛んで食べる ・外食・ドカ喰い・早喰い防止に心がける ・外食の際に、食事を選べるような知識を持つ ・毎日体重を測定する習慣をつける ・間食やお腹がすいた時や夜間食事をとる時の対応を知る ・肥満について家族で話す ・作りすぎない、余ったら保存する習慣をつける ・捨てる勇気をもつ ・お腹がすいているときに買い物に行かない ・寝る前に食べない ・毎日鏡をみる、体型に関心を持つ ・自分の適正体重を知る ・小さいときからの対策を行う ・家族と一緒に食事をする ・健診をうける
	地域・組織が	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養成分表示 ・食改の他、自主グループの育成（運動と含めて） ・企業での検診結果事後指導の充実 ・ヘルスサポーター21事業の推進
	行政が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室 ・公民館主催の各種教室
	これからの取り組みと	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養成分表示を行政が指導する ・いきいき・食セミの内容改善する ・健康教室参加者以外の人に働きかける パンプ、チラシなど ・肥満による悪影響、適正体重について指導を強化する ・20～60歳の男性が参加しやすい教室の検討 ・ヘルシーメニューの提示・1日に必要なエネルギーの周知 ・企業に対する栄養教室等の支援 ・人間ドック時にパンフレットの配布

<p>現 状</p>	<p>運動習慣が身につけていない人が多く、日常生活での運動時間が不足している 運動できる施設の情報やウォーキングコースの情報等を充分活用できていない</p>	
<p>目 標</p>	<p>体を動かすことの重要性を理解でき、自分にあった運動ができるようにする 週3回、1日30分以上の運動ができるようにする(3・30運動の実施) 健康のため日常生活にウォーキングを取り入れ、今より最低1日1,000歩、時間にして10分以上 (距離にして約700m)長く歩くようにする(健康日本21より)</p>	
<p>対策</p>	<p>家庭で取り組むこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ乗り物を使わずに歩くように心がける(エレベーター・エスカレーター等を使わず階段を使用) ・家族で運動について話し合う ・運動の概念を変える(道具が無くてもできるウォーキング等を取り入れる) ・市の広報や様々な情報を把握し、積極的に運動等の教室に参加する ・健康意識を共有するような友達づくりをする ・1日合計30分以上意識して体を動かす ・身近にあるウォーキングコースを自分の目で確かめ活用する ・体重増加や体脂肪率の現状を知り、今何ができるかを考える ・運動の必要性がわかる ・運動を楽しむ
	<p>地域・組織が取り組むこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自治会、育成会、体協等が協力して、地域で楽しめる運動の企画をする ・夏休み期間のラジオ体操の継続と充実をはかる ・地区イベントの際、体を動かすメニューを盛り込む ・地域ごとのおすすめウォーキングコースをつくる ・歩ける環境を整える ・地域の中で集える場をつくる ・まえばしネット等の情報を活用する ・企業、会社等による朝の体操、昼休みのウォーキング等のすすめ ・施設間等の連携強化(公的施設・民間施設間の企画や情報の交換など)
	<p>すでにいること 組んで</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・広報、ホームページでの運動教室等の周知 ・運動施設の紹介、市民利用PR ・まえばしネットによる運動施設の簡単予約の実施 ・運動実践の動機付けとなるような健康教室や運動教室の実施 ・地域での生涯スポーツの推進 ・体育指導員への研修会の開催 ・家庭教育学級・高齢者学級等で健康講話を実施
	<p>これから取り組めそうなこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・運動実践の楽しさ、大切さが理解できる教室の実施と充実 ・広報活動(広報まえばし、ラジオ、新聞、TV等を利用したPRの実施) ・施設利用時間の検討、改善(多くの人が利用できるように) ・身近で運動ができる施設や場所の情報提供 ・イベント時における正しいウォーキング指導の実施 ・健康教育を地域単位で実施(体協、保健推進員、自治会等との連携) ・校庭、体育館の開放、等の借用方法を簡便化する ・運動施設間等の連携を強化し、健康スポーツの普及をはかる(公的施設・民間施設の企画や情報交換など) ・各スポーツ施設における運動実践の動機付けとなるような教室の実施 ・公民館主催の各種教室に取り入れる ・校庭、体育館の開放、等の借用方法を市民にわかりやすくPR ・体育施設の利用PR強化をする(体育施設の見学・体験教室の開催) ・市や民間等の体育施設間の連携を強くし、多くの市民に利用しやすくする ・出前講座の内容の充実・追加

現 状		<p>ストレスを感じている人が多い ストレスの解消法が無いと答えた人が22パーセントいる</p>
目 標		<p>十分な睡眠をとり、ストレスを感じることなく毎日楽しく生活できるようにする 自分にあったストレス解消法があり実践できる 心の悩みを一人で抱え込まないように早期に相談できる</p>
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・睡眠時間の確保 ・人との会話を1日30分以上持つ ・ストレスを知る(ストレスはどのようなものを正しく理解する) ・プラス思考に考え、ストレスをためないようにする ・生活にリズムをつける ・仕事、運動、休養のバランスで能率アップと過労防止をはかる ・過度なストレスに陥る前に市の広報や様々な情報から、相談機関や相談場所を知り、早めに対処する ・自分や家族の心の健康に関心を持つ
	地域・組織が	<ul style="list-style-type: none"> ・いきいき健康教室の積極的な開催(心の問題に関する情報を流し、上手なストレス解消法に関わる話にふれる) 必要に応じて相談に応じる ・地域でのみんなが楽しめる行事の企画 ・閉じこもり予防(保健推進員、民生委員等の連携) ・趣味の会等の紹介 ・一声運動(民生委員)
	行政が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・電話相談、家庭訪問、窓口相談等相談窓口の開設 ・健康教育での心の健康についての指導 ・専門家による無料相談 ・スクールカウンセラーの配備(中学校は全校設置、小学校は大きいところは相談員) ・育児不安等を持つ親の為の一時保育の実施 ・学校教育カリキュラムへの取り入れ ・市役所ではノー残業デーを実践 ・子育てサロン ・こころの相談(月に2回実施) ・出前講座 働く人のストレス解消法 ・ディケア(精神障害者等) ・身体障害者に軽スポーツ・歩行訓練・スポーツ大会の実施 ・ストレス解消法・上手な発散の仕方等については保健の授業で実施
	これから取り組め	<ul style="list-style-type: none"> ・講演会や健康教育の開催(心の健康をテーマに) ・相談場所の周知徹底(気軽に相談できる場の提供) ・スクールカウンセラーの全校配置 ・公民館主催の各種教室に取り入れる ・サマータイムやバカンス休暇で休養の推進 ・人間ドック時に周知文の配布 ・温泉施設の利用促進 P R

現 状		喫煙が健康に及ぼす影響について理解している人が少ない(健康日本21より) 群馬県・前橋市ともにデータなし
目 標		喫煙が及ぼす健康への影響についてわかる
対策	家庭 組むこと で取り	<ul style="list-style-type: none"> ・自らが健康への影響を理解する ・家庭での話題に載せる ・講習会やテレビ等で聞いたことを家族に伝える(親から子へ、配偶者同士、友達へなど)
	地域・組 むこと 組織が	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室等を開催して正しい情報を提供する (自治会の各組織、学校の児童生徒、PTA、企業の従業員など) ・ポスターを掲示する ・パンフレットの配布
	す で に 取 り 組 む	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室での知識の普及 ・両親・母親学級等での知識の普及 ・広報への掲載 ・母子手帳発行時の禁煙指導
	行政が 取り 組む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・健康増進法にからめたPR活動の展開 ・強化月間(週間)をつくる(世界禁煙デーにからめる) ・地区組織や企業への啓発(特に組織の長や経営者や管理職へ) ・ホームページの活用 ・公民館報等の広報紙へ載せる ・健康教室(出前)のメニューに載せる ・目に付くところにポスターを掲示 ・肺ガン検診、結核レントゲン会場でのPR ・人間ドック時にパンフレットの配布 ・現在実施している事業の強化や教材の充実をはかる ・公民館主催の各種教室に取り入れる

現 状		健康増進法第25条に「受動喫煙を防止するための措置を講じなくてはならない」と定められているたばこを吸わない人が、男性49.1%、女性80.8%(吸っていたがやめた人を含む)いる (市民健康生活アンケートより)	
目 標		分煙を徹底する	
対 策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい分煙方法を知る ・家庭内に灰皿を置かない。外で吸う ・家族の前ではたばこを吸わない(特に子供の前では吸わない) ・喫煙者は自らマナーを守る ・マナーを守るよう注意を促す(たばこのポイ捨て・歩きたばこも含む) ・受動喫煙の拒否は当然の権利であることを理解する 	
	地域・組織ごと	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい分煙方法を伝える ・会議、集会等で灰皿を置かない ・地区組織や企業の長からの分煙の徹底 ・喫煙場所の見直し ・看板(プレート)等で喫煙場所を表示 ・公共の場に準じる場所では、正しい分煙方法を取り入れる ・その他の場所にも分煙を広げてゆく 	
	行政が取り組むこと	すでにしていること	<ul style="list-style-type: none"> ・広報での啓発 ・市役所では、執務室内での禁煙。一部公民館での完全禁煙 ・市役所では、職員へ定期アンケート調査実施 ・喫煙場所の表示 ・学校毎に敷地内禁煙の始まり
		これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい分煙方法を伝える ・公的機関での完全分煙をすすめる ・学校敷地内の禁煙(保育所(園)、幼稚園、児童館なども)をすすめる ・地区組織や企業への啓発(特に組織の長や経営者や管理職へ) ・市主催会議や教室等の会場の禁煙

現 状		現在喫煙している人では、吸い初め年齢が未成年の人が、男性61.6%女性52.3%いた (市民健康生活アンケートより)
目 標		未成年者喫煙の防止
対策	家庭 組むこと 取り 組む	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭内での喫煙を認めない。見かけたら家族から注意をする ・子供の前では吸わない。子供の手の届くところにたばこを置かない ・たばこの害について、親の立場で教育する
	地域 取り 組む 組織 が	<ul style="list-style-type: none"> ・その他未成年が集まるところや目に付くところの禁煙 ・吸っている子に注意する(警察)。注意できる環境(補導員等の証明書を持つ)づくり ・隠れて吸える場所を減らす ・PTA、育成会で注意を呼びかける
	行政 が 取り 組む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・学校での教育(小学校高学年より学校毎に計画を立てて実施) ・中学での指導(薬物乱用・喫煙防止教室を在学中に1回受講) ・学校毎に敷地内禁煙の開始 ・補導、指導の実施必要者には、継続面接指導 ・小学校薬物乱用・喫煙防止指導者講習会 ・一部大学で入学時の指導
	これ から 取り 組 む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児健診会場で未成年喫煙の害を親へ教育する ・学校教育での指導内容の統一と強化 ・保育所(園)や幼稚園での保護者会への教室開催

現 状		喫煙者のうちで、禁煙をしたいと思っている人が、男性50.9%、女性57.4%いる (市民健康生活アンケートより)
目 標		禁煙を望んだときに実行できる 禁煙希望者を支援する
対策	家庭 で 取り 組 む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・家に灰皿を置かない ・たばこの買い置きをしない ・家族や友人と一緒に止めて励ましあう ・医師からの注意が禁煙を促すため、健診を受けて医師から注意をしてもらう ・禁煙成功者は、その爽快感を周囲の人に伝えてゆく ・むやみに人にたばこを差し出さない、すすめない
	地 域 取 り 組 む 事 業	<ul style="list-style-type: none"> ・たばこを吸わない人にメリットを与える(喫茶店での優先席等) ・会議・集会等で灰皿を置かない ・NPOの禁煙サイト等の情報提供
	行政 が 取り 組 む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室での相談者への対応 ・両親・母親学級での相談者への対応 ・訪問指導 ・電話相談 ・窓口相談 ・個別健康教室(禁煙)の実施 H15.秋より
	これ から 取り 組 む こと	<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙サポート実施機関・方法の情報提供 ・健康教室での動機付けの実施

現 状		多量飲酒による様々な弊害を避けるために「節度ある適当な飲酒」が求められている (健康日本21より)	
目 標		適正飲酒について理解し実行できる	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の適量を知り、健康的に飲酒する ・家庭での話題に載せる ・生活リズムを整える ・講習会やテレビ等で聞いたことを家族に伝える（親から子へ、配偶者同士、友達へなど） ・健康被害が無いが定期健診を受ける 医師からの指導は守る ・適量以上は断る勇気を持つ 	
	地域・組織が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・資料を配付 ・飲酒を強制しない ・飲めない人がいる知識の普及 ・会合等で酒を余分に用意しておかない（足りなくなったら終わりくらいの意識を持つ） 	
	行政が取り組むこと	すでにしていること	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室での知識の普及 ・訪問指導 ・電話相談 ・窓口相談
		これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・広報や情報誌、ホームページなどに載せる ・アルコール依存症等についての専門機関の情報提供 ・健康教室(出前)のメニューに入れる ・保健センターでのすべての教室で、PRしていく ・20歳のアルコールパッチテスト(成人式)とパンフレット配布 ・公民館主催の各種教室に取り入れる ・人間ドック時にパンフレットの配布

現 状		現在飲酒している人では、飲酒開始年齢が未成年の人が、男性53.9%女性38%いた (市民健康生活アンケートより)	
目 標		未成年者の飲酒の防止	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭内での飲酒を認めない。飲酒を見たら家族から注意する ・絶対に子供に勧めない 	
	地域・組織が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒店へ未成年者の入店拒否協力依頼 ・飲んでいる子に注意する（警察）。注意できる環境（補導員等の証明書を持つ） ・保育所や幼稚園の保護者会への教室開催 ・自販機の改善・設置場所検討（特殊な自販機の導入） 	
	行政が取り組むこと	すでにしていること	<ul style="list-style-type: none"> ・学校での指導 ・中学での指導（薬物乱用・喫煙防止教室を在学中に1回受講） ・小学校薬物乱用・喫煙防止指導者講習会
		これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・乳児健診会場で未成年者飲酒の害を親の世代へ教育してゆく ・学校教育での指導内容の統一と強化 ・保育所(園)や幼稚園での保護者会への教室開催

現 状		・妊娠届出数 2,809人 母親学級修了者数 304人
目 標		妊娠期からのむし歯予防
対策	家庭 で 取 り 組 む こ と	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医をもち定期受診をする（妊娠中に歯科健診を受ける） ・フッ化物配合歯磨剤を利用する ・歯の成長等について、妊娠期・胎生期から正しい知識を持つ ・母自身の口腔ケアをする ・バランスの取れた食生活を心がける
	地域 取 り 組 む 組 織 が こ と	<ul style="list-style-type: none"> ・病院等での母親学級に「歯科」についての講義を入れる ・歯科医院での指導を徹底する ・市民歯科相談室（歯科医師会）
	行政 が 取 り 組 む こ と	<ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳交付時に指導（妊娠中の歯科受診のすすめ） ・母親学級で歯科衛生士による指導を実施 ・窓口相談 ・電話相談 ・訪問指導
	これ か ら 取 り 組 む こ と <small>そ う な こ と</small>	<ul style="list-style-type: none"> ・広報、ホームページ等での歯科保健の啓発 ・新生児訪問時に歯科についての指導も行う ・母子健康手帳交付時の指導の強化 ・思春期、成人式を迎える頃に歯科に関する啓発を行う ・病院・歯科医院等への協力依頼 ・公民館主催の各種教室に取り入れる

現 状		<ul style="list-style-type: none"> ・ 3歳児でむし歯のない人の割合は62.5% ・ 3歳児の一人平均むし歯数 2.23本
目 標		乳幼児期のむし歯の減少
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・ かかりつけ歯科医をもち定期受診をする ・ フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口をする ・ 間食・甘食について取り決める ・ 歯みがきの習慣をつける ・ 親が正しい知識を持ち子どもに伝える ・ 健診時に両親だけでなく祖父母等他の保育者も指導を受け、正しい知識を共有する ・ 転倒、衝突などで歯に外傷を負った時は、早めに処置を受ける ・ バランスのよい食事をする ・ よく噛む習慣をつける
	地域・組織ごと	<ul style="list-style-type: none"> ・ フッ化物についての正しい情報提供（歯科医院・歯科衛生士から） ・ 保育所（園）、幼稚園での食後の歯みがき ・ むし歯予防週間行事の活用 ・ 母と子のよい歯のコンクール ・ 市民歯科相談室（歯科医師会）
	行政が取り組んでいること	<ul style="list-style-type: none"> ・ 乳幼児健診（7カ月：集団指導）（1.6, 2歳歯, 3歳：歯科診察・個別指導） ・ 巡回歯科指導 ・ 健康教室 ・ 健康相談 ・ 窓口相談 ・ 電話相談 ・ 訪問指導
	これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 広報、ホームページ等での歯科保健の啓発 ・ 健診時における歯科指導の充実、強化 ・ 健診時のフッ素塗布の体制づくり ・ 正しい情報、知識の提示 かかりつけ歯科医によるフッ化物歯面塗布、フッ化物洗口のすすめ 歯みがきの仕方等 食事や間食の取り方について等 ・ 保育所（園）の食後の歯みがきの徹底（所長会・園長会・保護者会での啓発） ・ 新生児訪問での歯科指導 ・ 公民館主催の各種教室に取り入れる

現 状	・12歳児一人平均むし歯本数は2.3本	
目 標	学齢期のむし歯の減少	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医をもち定期受診をする ・フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口をする ・間食・甘食について取り決める ・正しい歯のみがき方を身につける
	地域・組織が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・フッ化物についての正しい情報提供（歯科医院・歯科衛生士から） ・保護者が子どもの歯の健康について学ぶ機会をもつ ・むし歯予防週間行事の活用 ・市民歯科相談室（歯科医師会）
	すでにしていること 行政が取り組んで	<ul style="list-style-type: none"> ・学校での取り組み （歯科疾患実態調査および口腔衛生指導、歯科刷掃指導、歯科健診（年1回）、 昼食後の歯みがき、学校給食で噛みごたえを考慮したメニューなど） ・窓口相談 ・電話相談
	これから取り組むこと そうな	<ul style="list-style-type: none"> ・広報・ホームページ等での歯科保健の啓発 ・昼食後の歯みがき又はうがい（子どもに口の中のさっぱり感をわからせる）の徹底 ・保護者が子どもの歯の健康について学ぶ機会をもつ ・学校歯科保健との連携強化 ・公民館主催の各種教室に取り入れる（家庭教育学級など）

現 状	<ul style="list-style-type: none"> ・ 定期検診を受けている人は21.9%と少ない。特に20～24歳で受けている人が少ない。 ・ 歯周疾患検診の受診率は5.8%と低い。歯肉の状況は健全が13.7%、進行した歯周炎を有する人の割合は39.2%。 ・ 歯間部清掃器具の使用者は31.9%と少ない。 	
目 標	成人期の歯周病の減少	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 定期受診 かかりつけ歯科医、歯科衛生士をもつ 定期的な健診、歯石除去、歯科保健指導を受ける ・ 正しい知識をもつ 喫煙が歯周病に及ぼす影響 フッ化物配合歯磨剤の利用 歯間部清掃器具の使用 入れ歯の大変さ 早く受診すれば、治療で痛い思いはしない ・ セルフケアに努める 歯みがき 歯間部清掃器具を使用する フッ化物配合歯磨剤を利用する ・ 相談窓口の利用 ・ 禁煙 ・ よく噛むようにする
	地域・組織が	<ul style="list-style-type: none"> ・ 専門家集団（歯科医師会、歯科衛生士会等）の積極的かわり ・ 健康教室の開催（婦人会・町内会） ・ 地域のあらゆるイベントに、歯科コーナーを設置する（むし歯予防だけでなく歯周病予防についても実施する） ・ 歯周疾患についてモデル団体（PTA、育成会等）を募集し、刷掃指導の実施 ・ 会社に人間ドックだけでなく歯科検診も取り入れてもらう ・ 会社等で歯科相談、歯みがき指導を実施する ・ 市民歯科相談室（歯科医師会）
	行政が取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・ すでにいること す で に い る こ と 取 り 組 ん で ・ 歯周疾患検診 ・ 健康教室 ・ 窓口相談 ・ 電話相談 ・ 訪問指導 ・ 知識の普及 ・ 広報によるPR ・ 受診勧奨 ・ 歯科医院での啓発 ・ 広報・ホームページ等での歯科保健の啓発 ・ 知識の普及の強化 歯周病の初期症状の知識を高める 歯周病は生活習慣病であることの認識を高める 歯周病に影響を及ぼすもの（特にたばこ） 歯の大切さ 正しい口腔の清潔方法 歯間清掃用具 ・ 歯周疾患検診（受診率向上のため、PRの強化） ・ 各種乳幼児健診の保護者に対する歯科保健指導の充実 ・ 健康教室の充実 かかりつけ医のすすめ 必要な人が受けられるよう開催日時・PR方法等考える 健診事後教室等でも歯科の話を入れる 出前講座 ・ 公民館主催の各種教室に取り入れる ・ 成人式での歯科に関する啓発 ・ 喫煙が歯周病に影響することから、禁煙の支援をする ・ 保健推進員教育に入れる ・ 歯周疾患についてモデル地区を設置し自治会を巻き込んで刷掃指導の実施 ・ 企業の健康増進に対する啓発（配布の窓口） ・ 人間ドックの受付時にPR文の配布

現 状		<ul style="list-style-type: none"> ・残存歯数が少ない(60歳でほとんどある人の割合 43.6%) ・定期検診を受けている人が少ない(65歳以上で受けている人の割合 29.2%) 	
目 標		高齢期の歯と口の健康増進	
対策	家庭で取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医、歯科衛生士をもち定期受診をする ・フッ化物配合歯磨剤を利用する ・訪問歯科指導、相談の利用 ・介護状態になっても介護家族が口の中の衛生管理ができて残された機能の中で食べることができる ・介護予防としての口腔機能の保持増進 	
	地域・組織ごと	<ul style="list-style-type: none"> ・専門家集団(歯科医師会、歯科衛生士会等)の積極的関わり ・訪問歯科診療の充実 ・健康づくり自主グループをつくる ・健康教室の開催、介護予防教室(老人会・高齢者施設の職員や介護家族) ・自治会や老人会等で歯科に関して学ぶ機会を増やす ・70歳からのよい歯のコンクール ・市民歯科相談室(歯科医師会) 	
	行政が取り組むこと	すでに取り組んでいること	<ul style="list-style-type: none"> ・健康教室 ・訪問口腔衛生指導(介護者、寝たきり者に対する歯科保健指導) ・介護予防教室 ・窓口相談 ・電話相談 ・訪問歯科診療(歯科医師会委託) ・訪問口腔衛生指導後の、歯科医師(会)との連携 ・地域参加型機能訓練(いきいき長生き教室)における歯科指導 ・いきいきサロンでの口腔衛生の話
		これから取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・広報・ホームページ等での歯科保健の啓発 ・訪問口腔衛生指導の充実(寝たきり、障害者含む) ・訪問口腔衛生指導後の歯科医師(会)との連携強化、充実 ・自治会や老人会等に働きかける ・公民館主催の各教室に取り入れる(高齢者学級など)