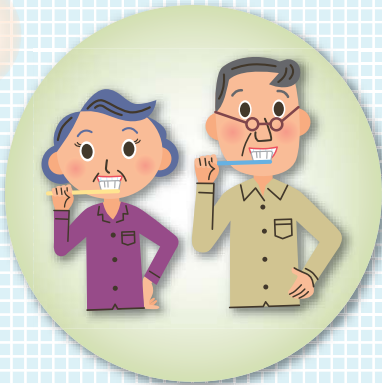


第2次かつしか健康実現プラン

～区民とともに取り組むかつしかの健康～

葛飾区食育推進計画

【平成30（2018）年度改定】



平成31（2019）年度～平成35（2023）年度

平成31（2019）年3月

葛 飾 区

はじめに

日本人の平均寿命は、平成29（2017）年に男性が81.09歳、女性が87.26歳となりました。今後、平成19（2007）年に日本で生まれた子どもの半数が107歳より長く生きるとの推計もあり、いよいよ人生100年時代が間近に迫っています。

人生100年という一生を通じて、いつまでも豊かに過ごすために健康は欠かせません。健康に生活できる期間を「健康寿命」と言います。

この健康寿命を延ばし、区民の皆さんがいつまでも健康でいきいきと安心して暮らしていけるよう「第2次かつしか健康実現プラン」・「葛飾区食育推進計画」を策定いたしました。

健康づくりに最も大切なのは、病気になる前の予防であり、運動と食生活が大きな柱となります。「第2次かつしか健康実現プラン」では、子どもの頃から継続して病気の予防に取り組めるよう、ライフステージごとに健康づくりの取り組みをまとめました。働き盛りの方の生活習慣病予防や元気高齢者を増やすためのフレイル予防などの取り組みも進めてまいります。

また、「葛飾区食育推進計画」では、心身の育成のために大切な子どもから、生活の質および身体機能維持のために重要な高齢者に至るまで、生涯を通じた食育の推進に取り組めます。

健康づくりには、区民の皆さんの日頃からの取り組みがとても大切です。家事を積極的に行うなど今より10分体を動かしてみる、塩分を控えるために、めん類の汁を残すなど、簡単なことからチャレンジしてみてください。このような、区民の皆さんの健康づくりに役立つポイントをまとめた概要版も作成いたしましたので、是非、ご活用ください。

近年の研究では、本区のように住民相互の信頼関係が高く、地域のつながりが豊かなところの住民ほど健康状態が良いという報告があります。区民の皆さん、関係機関・団体の皆さん、区で協働してかつしか区民の健康長寿を実現していきましょう。

最後に、計画の策定にあたり、貴重なご意見、ご提案をいただきました葛飾区健康医療推進協議会委員の方々をはじめ、区民の皆様や関係機関の方々に厚く御礼申し上げます。



平成31（2019）年3月
葛飾区長 青木克徳

目 次

第2次かつしか健康実現プラン

第1章 計画の策定にあたって	1
1 これまでの取り組み.....	1
(1) 国の取り組み.....	1
(2) 東京都の取り組み.....	2
(3) 葛飾区の取り組み.....	2
2 計画の位置づけ.....	3
3 計画の期間.....	3
4 計画の推進体制.....	3
第2章 葛飾区の現状	4
1 葛飾区の現状.....	4
(1) 人口.....	4
(2) 出生数・合計特殊出生率.....	6
(3) 高齢化率.....	7
(4) 平均寿命.....	8
(5) 65歳健康寿命.....	10
(6) 65歳平均余命.....	12
(7) 死亡数・死因別死亡者数の割合.....	14
(8) 早世率・早世の主要死因.....	15
(9) 国民健康保険被保険者の医療費・疾病分類別医療費.....	16
2 区民の意識調査の結果.....	17
(1) 主観的健康観.....	17
(2) 健康のために心がけていること.....	17
(3) 健康への関心.....	18

第3章 計画の基本的な考え方..... 19

1 基本理念.....	19
2 基本目標.....	20
3 計画の体系.....	22

第4章 基本施策別目標と取り組み..... 23

1 すべての区民の健康づくりの推進.....	23
(1) 地域と進める健康づくり.....	23
(2) 次世代・親子の健康づくり.....	31
(3) 働く世代の健康づくり.....	40
(4) 高齢者の健康づくり.....	48
(5) こころの健康づくり.....	57
(6) 障害や疾病に応じた療養支援.....	65
(7) 相談体制づくり.....	75
2 生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の定着.....	79
(1) がんの予防と早期発見.....	79
(2) 糖尿病の予防と重症化予防.....	85
(3) 適切な食生活による健康づくり.....	90
(4) 運動による健康づくり.....	96
(5) 睡眠・休養の確保.....	102
(6) 喫煙・受動喫煙対策.....	106
(7) 歯と口の健康づくり.....	113

3	安全安心な生活環境の確保	119
(1)	感染症対策	119
(2)	食品の衛生	125
(3)	生活環境の衛生	128
(4)	動物の適正飼養	132
(5)	薬物乱用の防止	135
4	医療環境の充実	138
(1)	在宅医療の推進	138
(2)	災害医療の充実	143
(3)	医療サービスの確保	148

葛飾区食育推進計画

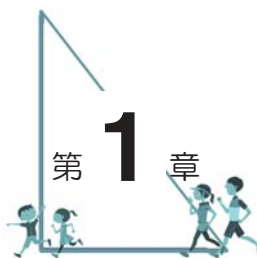
第1章	計画の改定にあたって.....	153
1	計画の性格と位置付け.....	153
2	計画の期間.....	156
3	計画の評価.....	156
第2章	葛飾区の食をめぐる現状と課題.....	157
第3章	食育推進の基本的な考え方.....	171
1	基本理念と取り組みの視点.....	171
2	基本目標.....	173
3	葛飾区食育推進計画の体系.....	174
4	取り組みの指標.....	175
第4章	計画の推進に向けて.....	177
第5章	具体的な施策の展開.....	181
基本目標1	区民のライフステージに応じた食育.....	181
(1)	ステージ1 乳幼児期（妊産婦を含む）.....	181
(2)	ステージ2 児童・生徒期.....	185
(3)	ステージ3 青年・成人期.....	188
(4)	ステージ4 高齢期.....	190
基本目標2	生活習慣病の予防・改善につながる食育.....	192
基本目標3	食の安全・安心・環境のための食育.....	194

コラム 1	健康食品とは？	198
コラム 2	かつしかの元気食堂	199
コラム 3	かつしか知っ得メモ	200

資料編 201

1	第2次かつしか健康実現プラン取り組み事業の一覧	201
2	計画の策定経過	210
3	葛飾区健康医療推進協議会要綱	211
4	葛飾区健康医療推進協議会名簿	213
5	葛飾区健康政策推進委員会設置要綱	214
6	かつしか健康実現プラン策定分科会設置要綱	216
7	食育基本法の概要	218
8	葛飾区食育推進計画（平成30（2018）年度改定）の検討体制	220
9	葛飾区食育推進委員会設置要綱	221
10	用語集	224

第2次かつしか健康実現プラン



計画の策定にあたって

1 これまでの取り組み

日本人の平均寿命は、医学の進歩や国民皆保険制度の普及などにより世界有数の高水準を保っています。

しかし、高齢化の進行や社会生活環境の急激な変化により、悪性新生物（がん）や心疾患などの生活習慣病が依然として死亡原因の上位を占めています。

また、国際交流の活性化に伴う新興・再興感染症の流入・まん延リスクの高まりや、後期高齢者の急増による在宅療養ニーズの高まり、災害時の医療体制の充実など、新たな課題への対応も求められています。

このような状況の中、誰もが住み慣れた地域で、健康でいきいきと暮らし続けていくためには、生活習慣病の予防をはじめ、こころの健康づくり、安全安心な生活環境の確保や医療環境の充実などを推進し、一人ひとりが健康で日常生活を支障なく送ることのできる期間を長く保つ「健康寿命の延伸」を図ることが極めて重要です。

（1）国の取り組み

平成24（2012）年に策定された「健康日本21（第2次）」では、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」、「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」、「栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善」の5つを基本的な方向とし、健康増進を推進しています。

また、都道府県や市町村の自殺対策計画策定を定めた「自殺対策基本法」の改正（平成28（2016）年4月施行）や、がん患者が安心して暮らし、就労することのできる社会への環境整備を盛り込んだ「がん対策基本法」の改正（平成28（2016）年12月施行）が行われました。さらに、妊娠期からの切れ目のない支援の充実を目的とする「母子保健法」の改正（平成29（2017）年4月施行）など、社会情勢の変化に応じた法律の改正が行われています。

(2) 東京都の取り組み

東京都では、平成 25 (2013) 年 3 月に「東京都健康推進プラン 21 (第二次)」を策定しました。「健康寿命の延伸」・「健康格差の縮小」を総合目標とし、生活習慣病の予防、生活習慣の改善やこころの健康づくりなど、身体とこころの病気の予防に向けた取り組みを進めています。

また、平成 28 (2016) 年 7 月に、将来にわたり東京都の医療提供体制を維持・発展させ「誰もが質の高い医療を受けられ、安心して暮らせる『東京』」を実現するための方針である「東京都地域医療構想」を策定するとともに、平成 30 (2018) 年 3 月には、保健医療施策の方向性を明らかにする計画である「東京都保健医療計画」を改定しました。

(3) 葛飾区の取り組み

葛飾区においては、こうした国や都の動きを踏まえながら、自分らしく、心身ともに自立した生活を営み、健康的にいきいきと暮らすことのできるよう「健康寿命の延伸」を基本的な方向性とし、「地域の健康づくり」、「生活習慣病の発症予防と重症化予防」、「こころの健康」、「生活習慣及び社会環境の改善」を4つの柱とした「かつしか健康実現プラン」を平成 26 (2014) 年 3 月に策定し、区民の健康づくりを進めてきました。

また、平成 28 (2016) 年 3 月には、大規模災害時に区内の医療機能が低下した場合でも迅速かつ適切な行動ができるよう、医療救護活動について区の方針を示した「葛飾区災害医療救護計画」を策定しました。この計画では、葛飾区と葛飾区医師会・葛飾区歯科医師会・葛飾区薬剤師会・葛飾区柔道整復師会の役割分担を明確にし、各関係機関が緊密に連携して災害対応にあたることを定めており、関係機関と連携した緊急医療救護所訓練などを行っています。

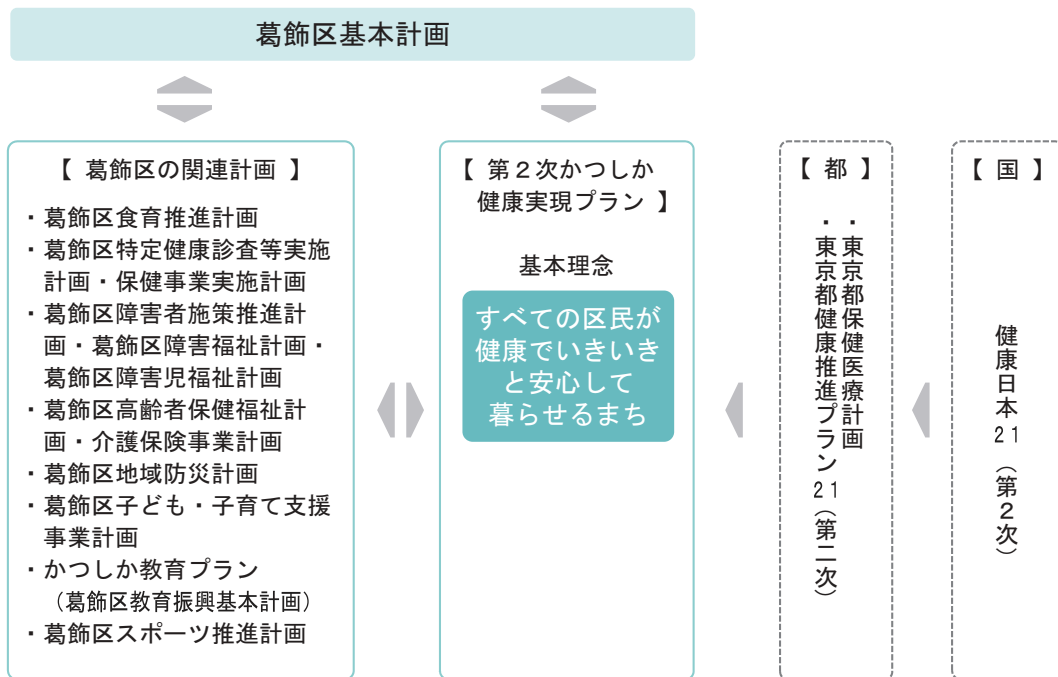
平成 30 (2018) 年 3 月には、葛飾区の死因の第 1 位である悪性新生物(がん)への対策として「葛飾区のがん対策のあり方に関する報告書」を策定しました。報告書には、胃がん・子宮頸がんなどの各種がん検診の今後の方向性および一次予防である「がん教育の推進」、「受動喫煙防止対策の推進」やがんとの共生を進める取り組みである「地域医療連携の構築」、「就労支援体制の充実」などの今後の方向性を定め、がん対策に取り組んでいます。

この度、「かつしか健康実現プラン」の計画期間が終了することから、平成 31 (2019) 年度を始期とする「第 2 次かつしか健康実現プラン」を策定し、区民や関係機関と連携しながら「すべての区民が健康でいきいきと安心して暮らせるまち」を目指した取り組みを進めていきます。

2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法で定める「市町村健康増進計画」に位置づけられます。

また、葛飾区の上位計画である「葛飾区基本計画」や葛飾区の関連計画等と整合性を図りました。



3 計画の期間

本計画の期間は、平成31（2019）年度から平成35（2023）年度までの5年間とします。

平成25 (2013)年度	平成26 (2014)年度	平成27 (2015)年度	平成28 (2016)年度	平成29 (2017)年度	平成30 (2018)年度	平成31 (2019)年度	平成32 (2020)年度	平成33 (2021)年度	平成34 (2022)年度	平成35 (2023)年度
かつしか健康実現プラン						第2次かつしか健康実現プラン				

4 計画の推進体制

本計画を着実に推進していくために、学識経験者・医療関係団体・関係団体の代表者等で構成する「葛飾区健康医療推進協議会」を毎年開催し、各指標や事業目標達成状況などについて報告・協議します。



第2章

葛飾区の現状

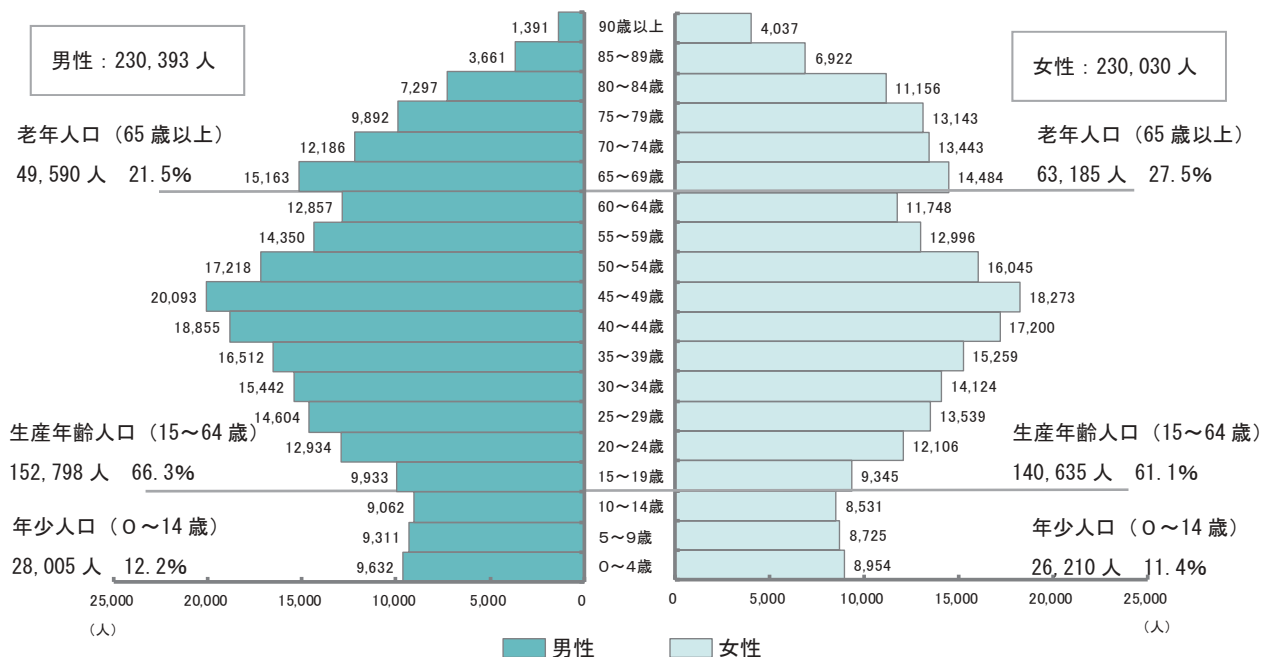
1 葛飾区の現状

(1) 人口

① 年齢階級別人口構成（人口ピラミッド）

平成30（2018）年1月1日現在の人口は460,423人です。（※外国人含む）人口構成は、第2次ベビーブーム世代を中心とした40代が多くなっています。

葛飾区の年齢階級別人口構成図



出典：「住民基本台帳による葛飾区の世帯と人口」（平成30（2018）年1月1日現在）

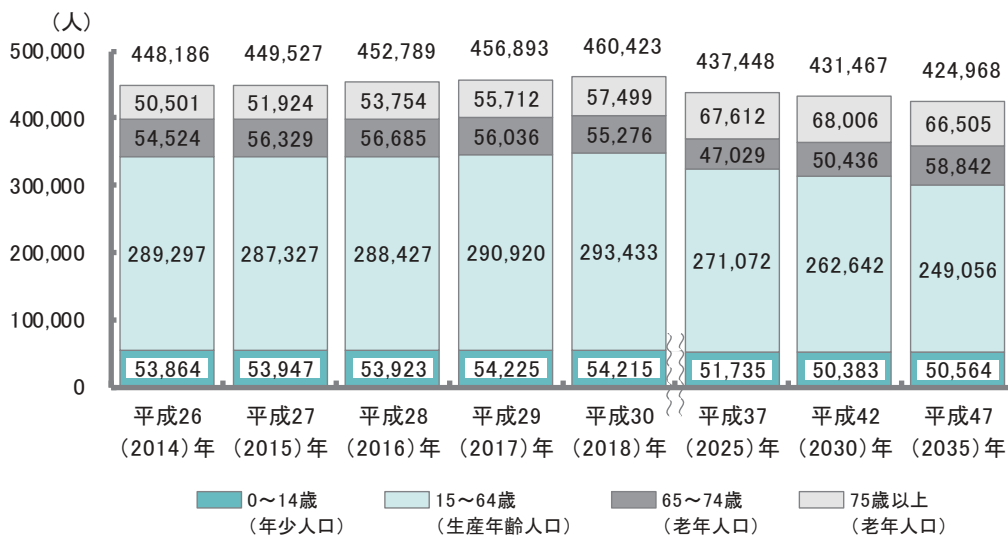
② 人口の推移と推計

総人口は、近年は増加傾向にあるものの、徐々に減少が進み、平成47(2035)年には約42万5千人になると見込まれています。

年齢別にみると、年少人口は、近年、横ばいで推移していますが、平成47(2035)年には約5万1千人に、生産年齢人口は、微増傾向にあります、平成47(2035)年には約24万9千人になると見込まれています。

一方、老年人口は増加傾向が続き、平成47(2035)年には約12万5千人になると見込まれています。

年齢区分別人口の推移と推計

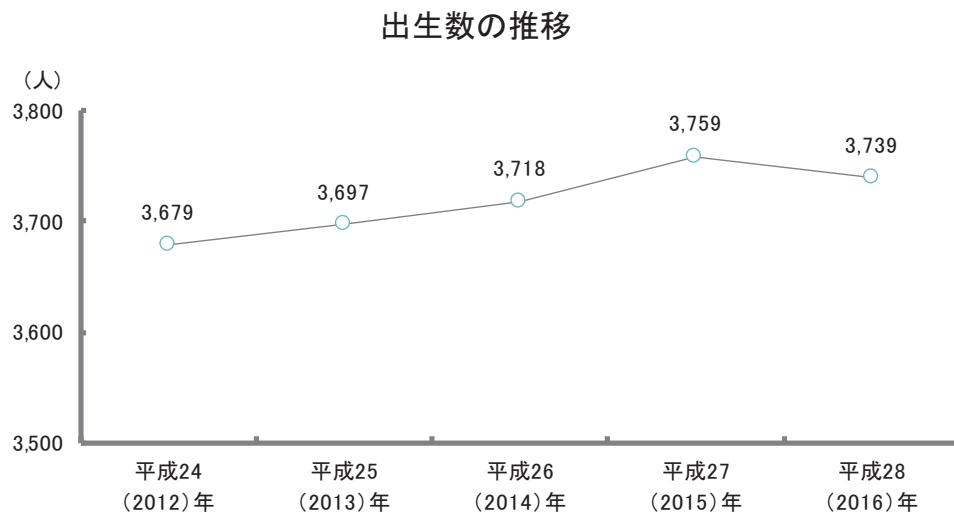


出典：(推移)「住民基本台帳による葛飾区の世帯と人口」(各年1月1日現在)
 (推計)「葛飾区人口ビジョン」(平成28(2016)年3月刊行)

(2) 出生数・合計特殊出生率

① 出生数

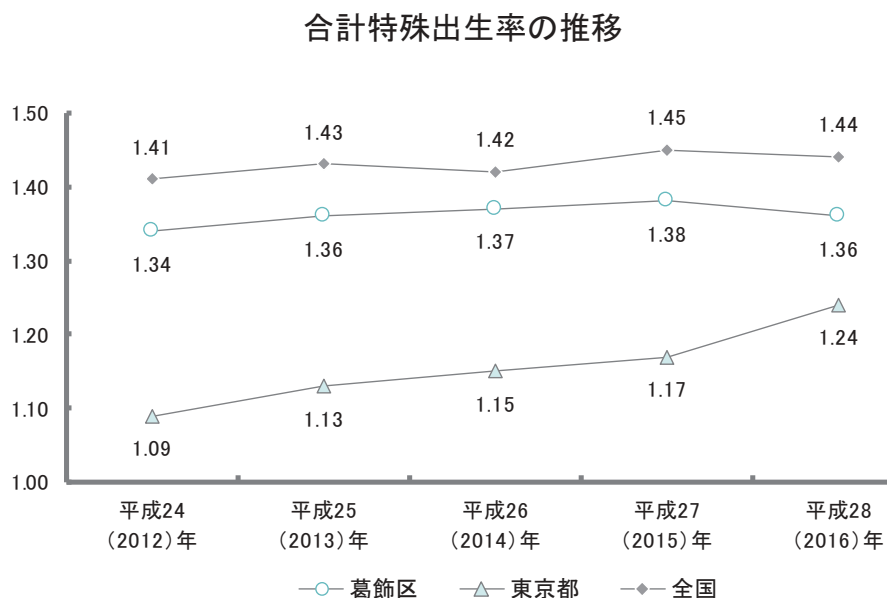
平成 24 (2012) 年から平成 28 (2016) 年の出生数をみると、平成 27 (2015) 年までは増加傾向でしたが、平成 28 (2016) 年はわずかに減少しています。



出典：「葛飾区統計書」(平成 29 (2017) 年刊行)

② 合計特殊出生率

1人の女性が生涯に何人の子どもを産むかを推計した合計特殊出生率は、葛飾区ではほぼ横ばい状態となっています。東京都より高いものの、人口維持に必要な 2.07 および全国よりも低くなっています。

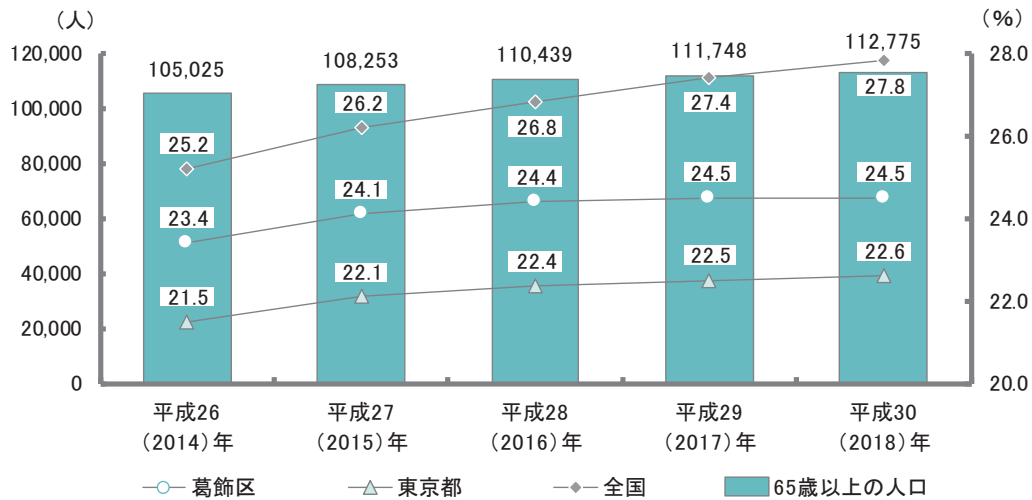


出典：「葛飾区統計書」(平成 29 (2017) 年刊行)

(3) 高齢化率

葛飾区における65歳以上の人口が占める割合（高齢化率）は増加傾向にあります。また、平成30（2018）年における高齢化率は24.5%で、全国よりも3.3%低く、東京都より1.9%高くなっています。

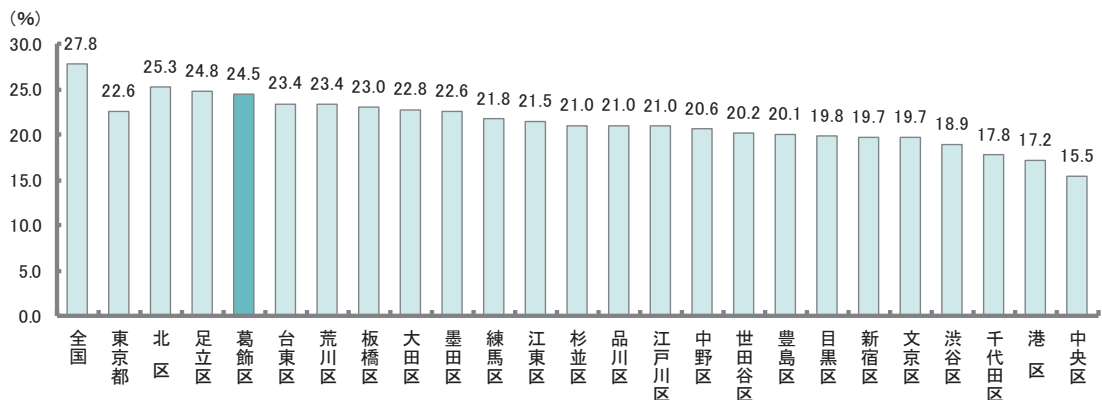
高齢化率の推移



出典：(葛飾区)「住民基本台帳による葛飾区の世帯と人口」(各年1月1日現在)
 (東京都)「東京都の統計」(各年1月1日現在)
 (全国)総務省統計局「人口推計(確定値)」(各年1月1日現在)
 をもとに算出

葛飾区の平成30（2018）年1月1日現在の高齢化率は24.5%で、東京23区中3番目となっています。

全国・東京都・東京23区との高齢化率の比較



出典：(東京23区)「東京都の統計」(平成30(2018)年1月1日現在)
 (全国)総務省統計局「人口推計(確定値)」(平成30(2018)年1月1日現在)
 をもとに算出

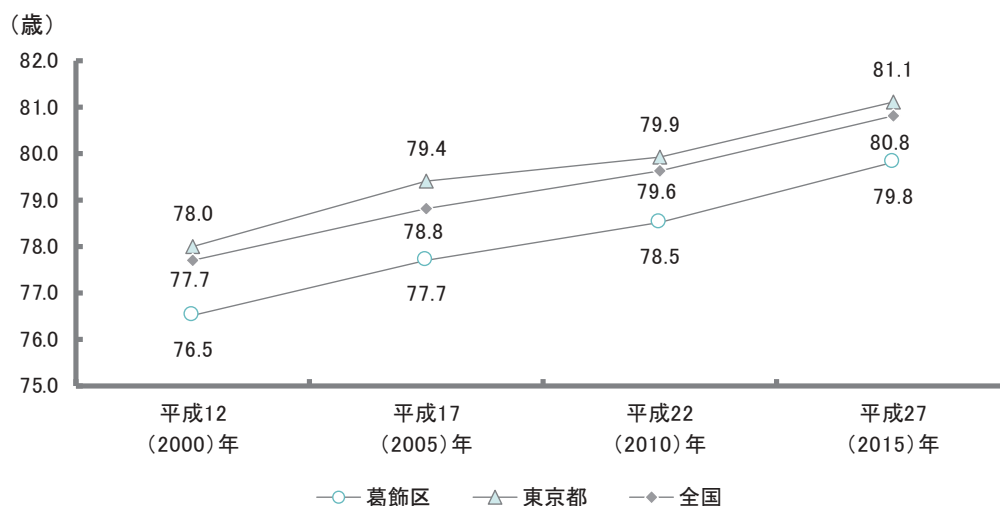
(4) 平均寿命

葛飾区における平均寿命の推移をみると、男性では平成 12（2000）年が 76.5 歳で、平成 27（2015）年は 79.8 歳と 15 年間で 3.3 歳の伸びとなっています。

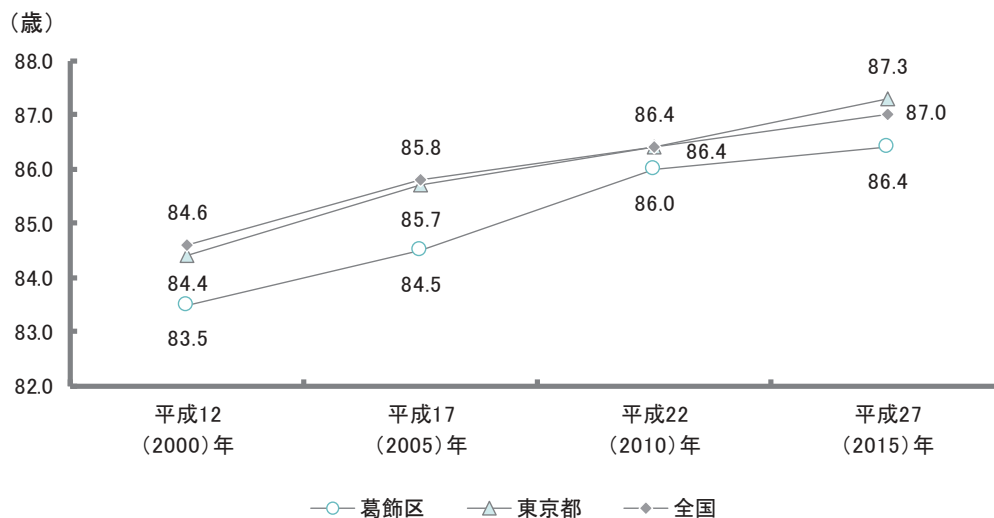
女性は、平成 12（2000）年が 83.5 歳で、平成 27（2015）年は 86.4 歳と 15 年間で 2.9 歳の伸びとなっています。

しかし、東京都、全国と比べると、男女ともすべての年で低くなっています。

平均寿命の推移（男性）



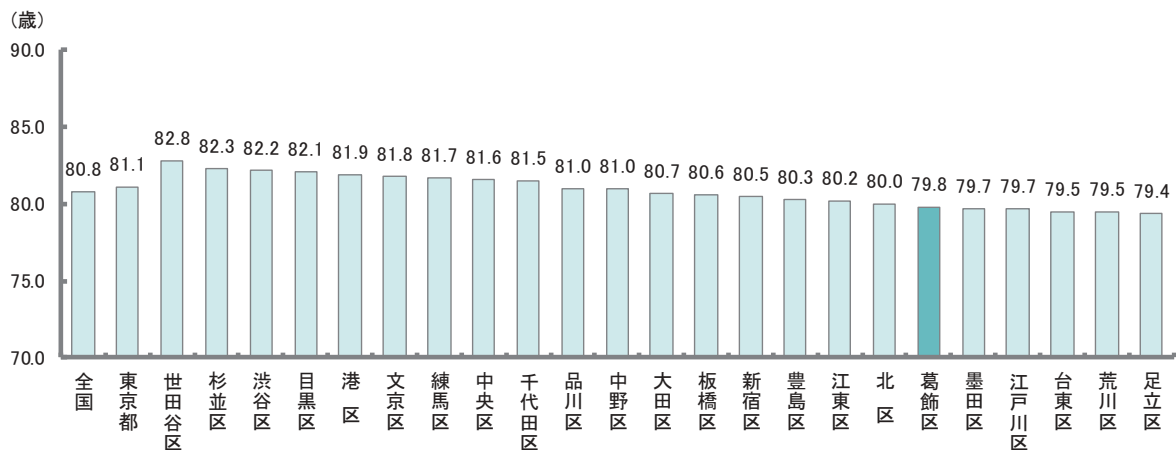
平均寿命の推移（女性）



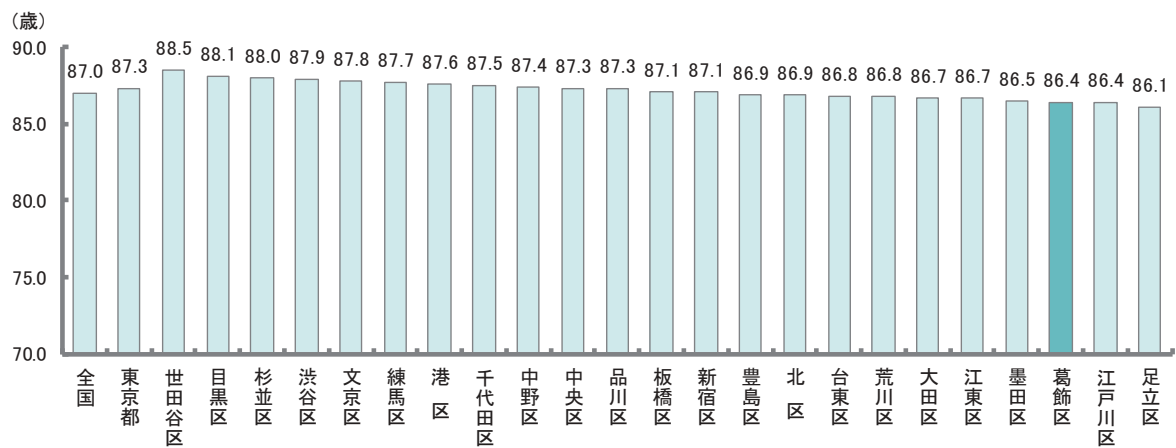
出典：厚生労働省「市区町村別生命表」

葛飾区の平成27（2015）年における男性の平均寿命は79.8歳で、東京23区中18番目となっています。また、女性の平均寿命は86.4歳で、東京23区中21番目となっています。

全国・東京都・東京23区との平均寿命の比較（男性）



全国・東京都・東京23区との平均寿命の比較（女性）



出典：厚生労働省「市区町村別生命表」（平成27（2015）年）

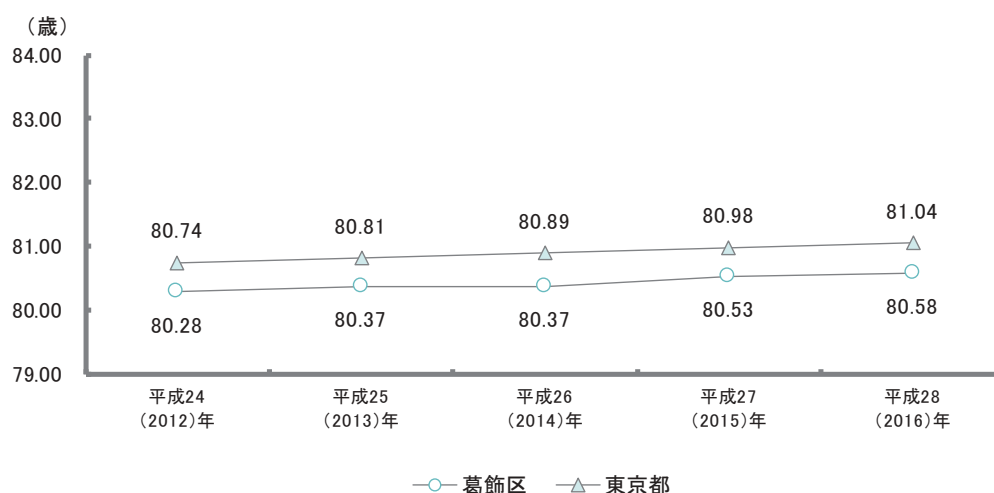
(5) 65歳健康寿命

介護保険制度において要支援1以上の認定を受けるまでの65歳健康寿命*の推移をみると、葛飾区の男性は平成24(2012)年が80.28歳で、平成28(2016)年は80.58歳と4年間で0.3歳の伸びとなっています。

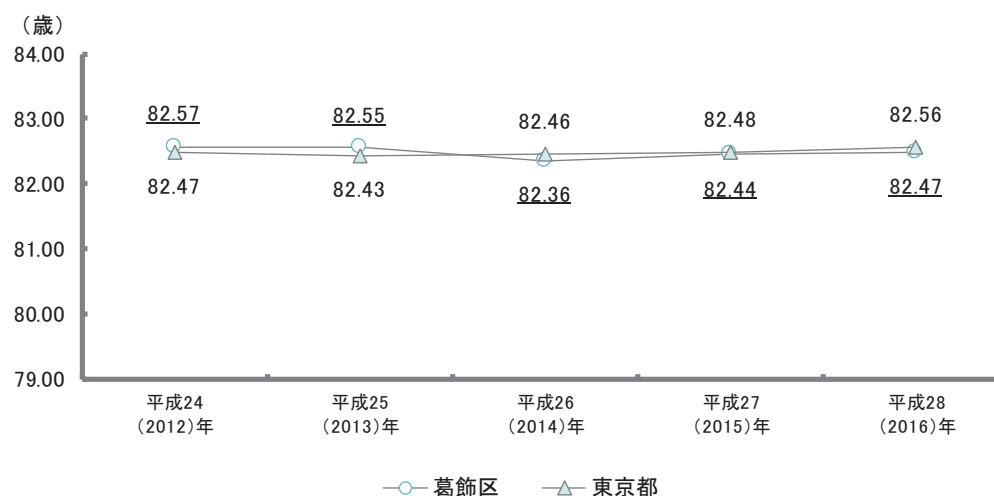
女性は平成24(2012)年が82.57歳で、平成28(2016)年は82.47歳と4年間で0.1歳の減少となっています。

また、東京都と比べると、男性はいずれの年も低くなっています。女性は平成25(2013)年までは高く推移していますが、平成26(2014)年以降は低く推移しています。

65歳健康寿命(要支援1)の推移(男性)



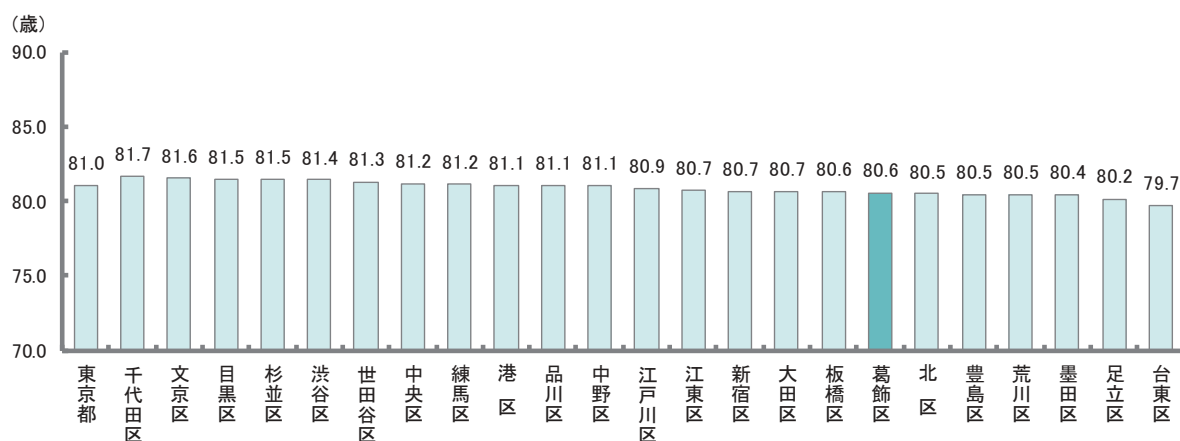
65歳健康寿命(要支援1)の推移(女性)



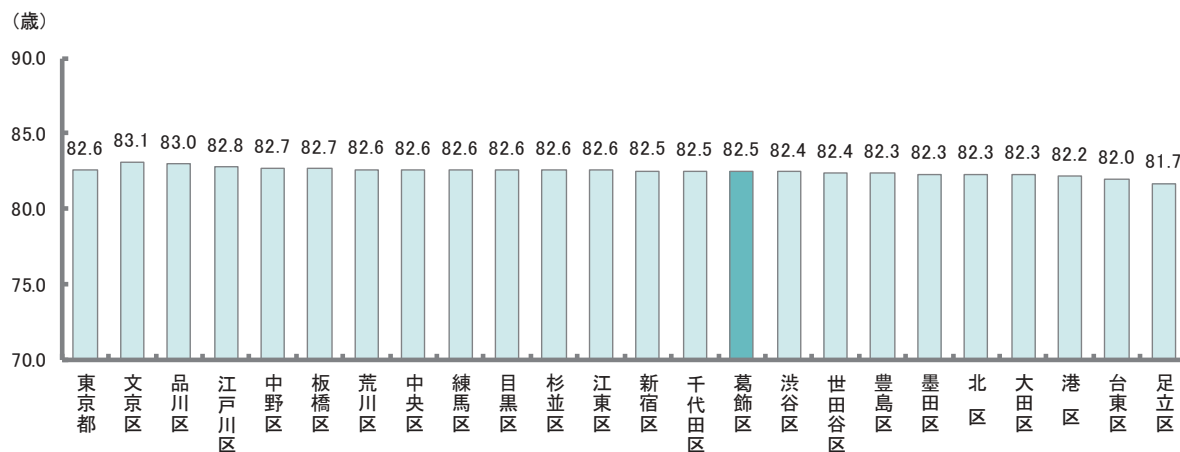
出典：東京都福祉保健局「都内各区市町村の65歳健康寿命」

葛飾区の平成28(2016)年における男性の65歳健康寿命(要支援1)は80.58歳で、東京23区中17番目となっています。また、女性の65歳健康寿命(要支援1)は82.47歳で、東京23区中14番目となっています。

東京都・東京23区との65歳健康寿命(要支援1)の比較(男性)



東京都・東京23区との65歳健康寿命(要支援1)の比較(女性)



出典：東京都福祉保健局「都内各区市町村の65歳健康寿命」(平成28(2016)年)

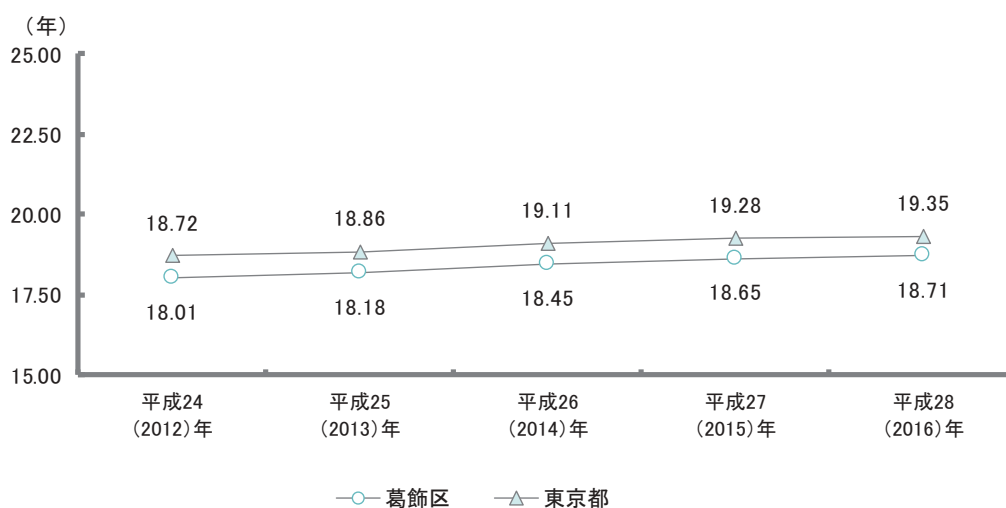
(6) 65歳平均余命

葛飾区における65歳平均余命*の推移をみると、男性では平成24(2012)年が18.01年で、平成28(2016)年は18.71年と4年間で0.7年の伸びとなっています。

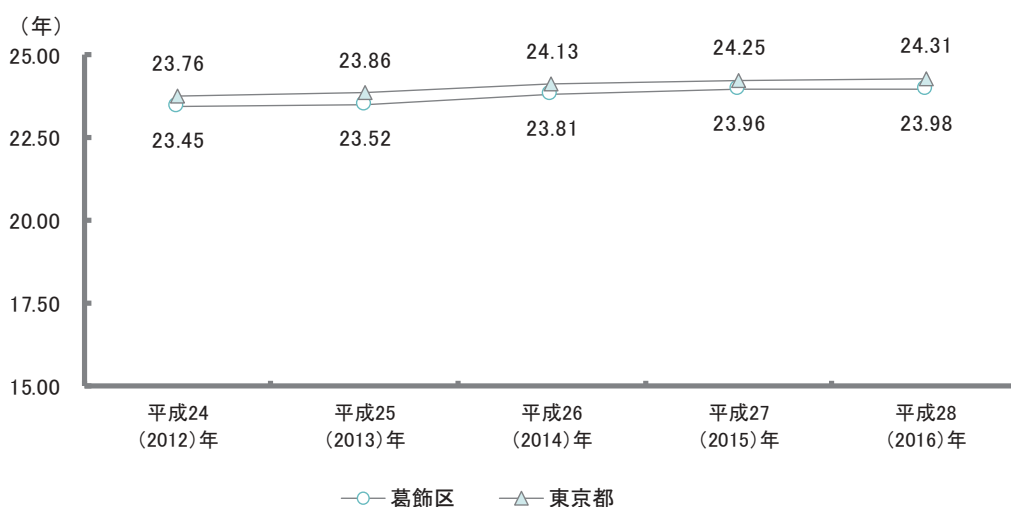
女性は平成24(2012)年が23.45年で、平成28(2016)年は23.98年と4年間で0.53年の伸びとなっています。

しかし、東京都と比べると、男女ともに全ての年で低くなっています。

65歳平均余命の推移（男性）



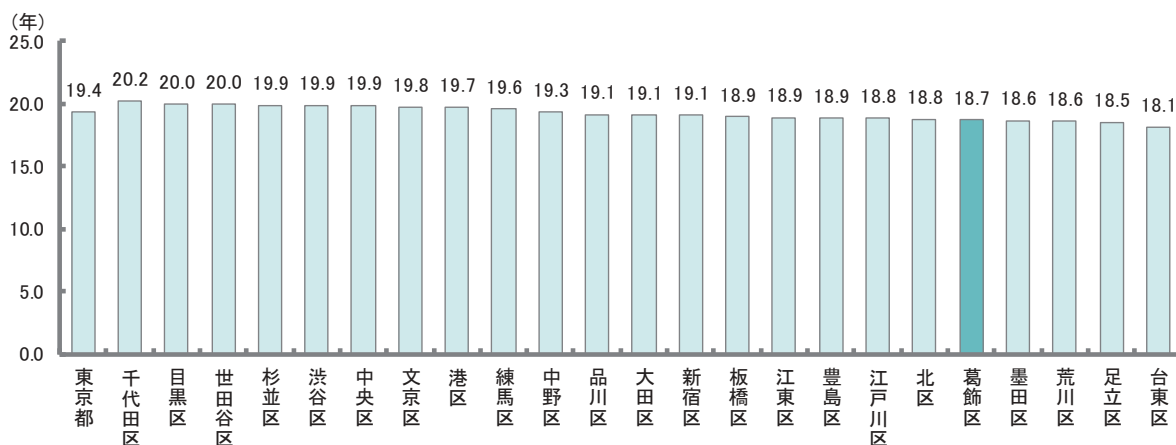
65歳平均余命の推移（女性）



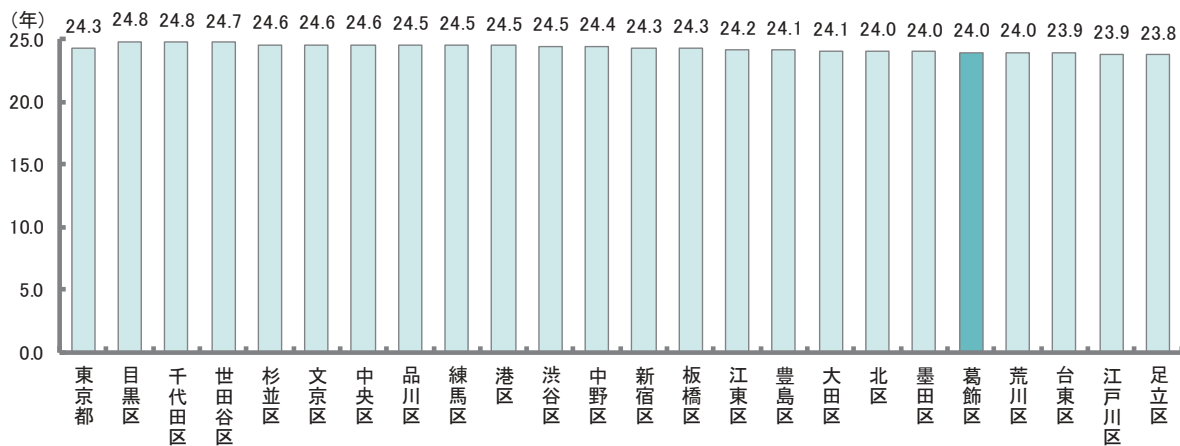
出典：東京都福祉保健局「都内各区市町村の65歳健康寿命」より算出

葛飾区の平成28（2016）年における65歳平均余命は男性が18.71年、女性が23.98年です。男女ともに東京23区中19番目となっています。

東京都・東京23区との65歳平均余命の比較（男性）



東京都・東京23区との65歳平均余命の比較（女性）



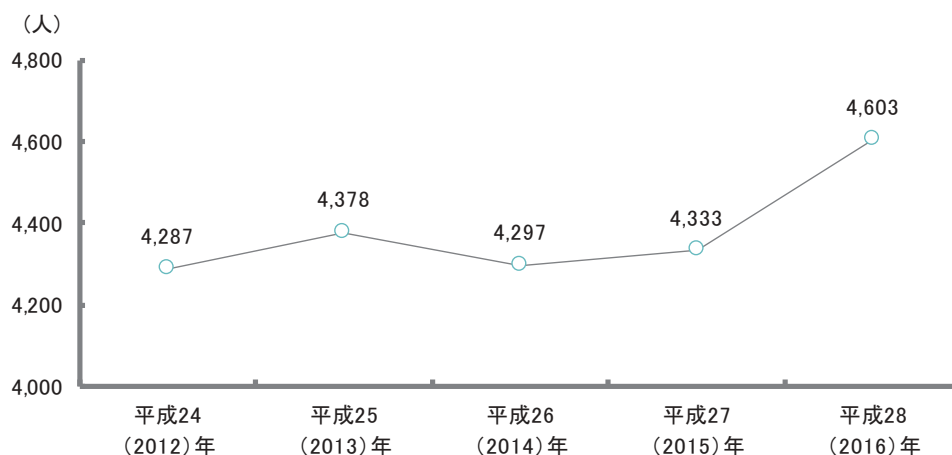
出典：東京都福祉保健局「都内各区市町村の65歳健康寿命」より算出

(7) 死亡数・死因別死亡者数の割合

① 死亡数

死亡数の推移をみると、年によって増減がみられますが、平成 28 (2016) 年が最も多く 4,603 人となっています。(※外国人を含む)

死亡数の推移

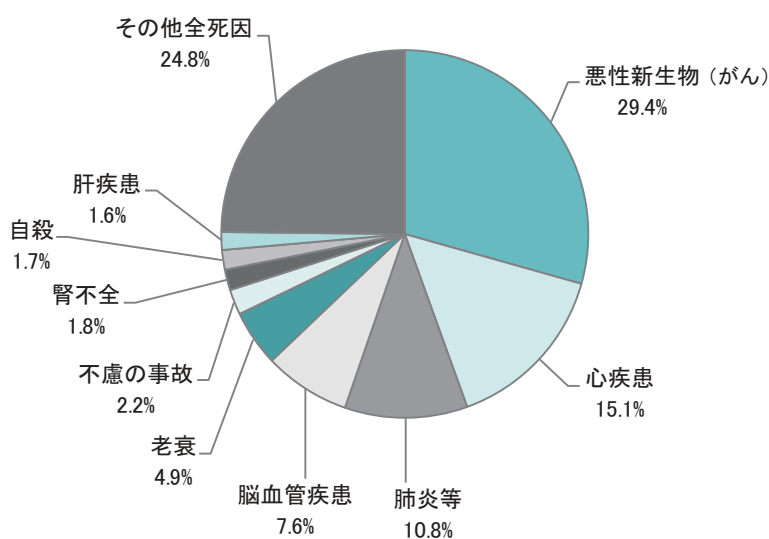


出典：「葛飾区統計書」(平成 29 (2017) 年刊行)

② 死因別死亡者数の割合

平成 28 (2016) 年の死因別死亡者数の割合をみると、第 1 位は悪性新生物(がん)で 29.4%、次いで心疾患が 15.1%、肺炎等が 10.8%となっています。また、悪性新生物、心疾患など生活習慣病を原因とする死亡者は全体の約 55%を占めています。

死因別死亡者数の割合



出典：「葛飾区統計書」(平成 29 (2017) 年刊行)

(8) 早世率・早世の主要死因

① 早世*率の推移

早世率の推移をみると、平成28(2016)年では、男性は14.3%、女性は8.6%となっています。

早世率の推移

	平成27(2015)年	平成28(2016)年
男性	15.3%	14.3%
女性	8.3%	8.6%

出典：「人口動態統計」より算出

② 早世の主要死因の状況

平成28(2016)年における早世の主要死因の状況を見ると、0~39歳は自殺、40~64歳は悪性新生物(がん)が最も多くなっています。

早世の主要死因の状況

(人)

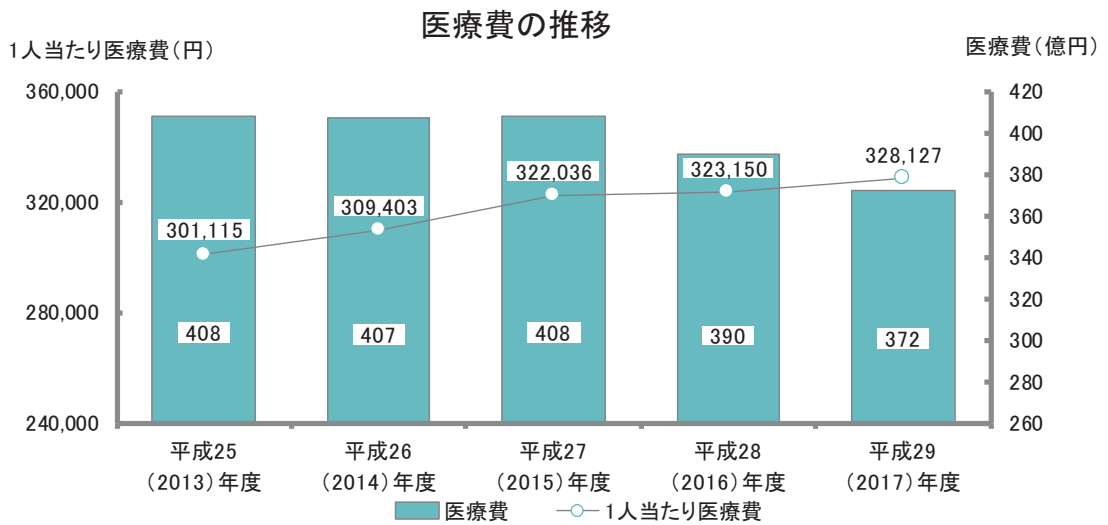
疾患名	0~39歳	40~64歳	0~64歳
悪性新生物(がん)	7	171	178
糖尿病	0	2	2
高血圧性疾患	0	1	1
心疾患(高血圧性を除く)	4	63	67
脳血管疾患	3	38	41
大動脈瘤および解離	0	5	5
肺炎	2	14	16
慢性閉塞性肺疾患(COPD*)	0	1	1
喘息	1	1	2
肝疾患	0	32	32
腎不全	0	2	2
不慮の事故	3	16	19
自殺	20	31	51
その他全死因	30	88	118

出典：平成28(2016)年「人口動態統計」より算出

(9) 国民健康保険被保険者の医療費・疾病分類別医療費

① 国民健康保険被保険者の医療費の推移

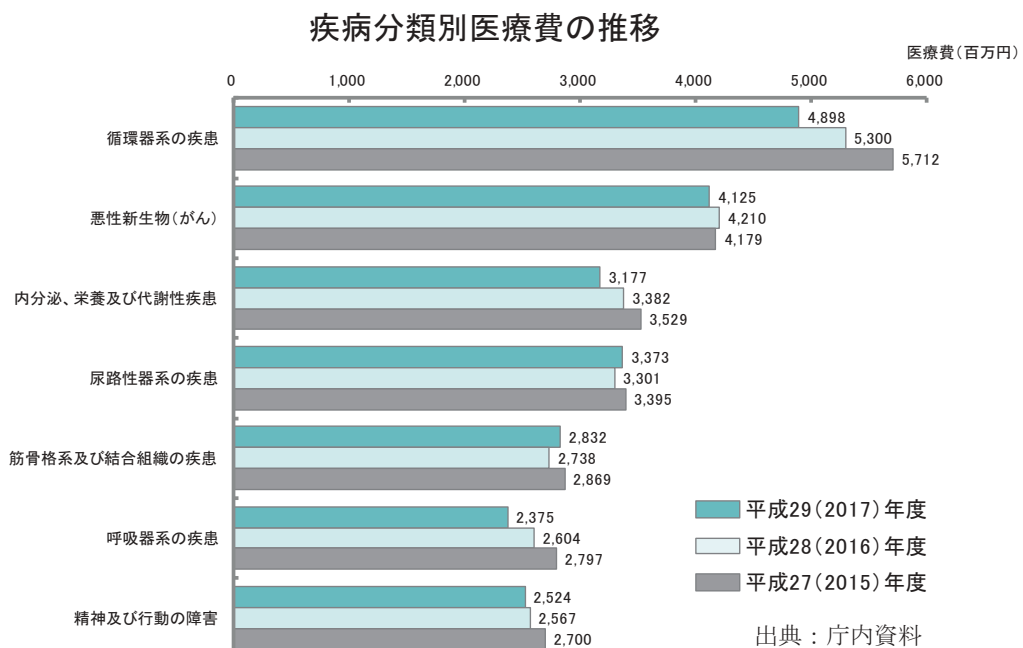
総医療費は、平成 25 (2013) 年度の約 408 億円から平成 29 (2017) 年度の約 372 億円と減少傾向になっています。一方、1 人当たり医療費は、平成 25 (2013) 年度の 301,115 円から平成 29 (2017) 年度の 328,127 円と増加傾向となっていることから、総医療費の減少には、被保険者数の減少が影響していると考えられます。



出典：「かつしかの国保」

② 疾病分類別の医療費

平成 29 (2017) 年度の疾病分類別の医療費は、循環器系の疾患（例：高血圧）が約 49 億円、悪性新生物（がん）が約 41 億円となっています。循環器系の疾患は平成 27 (2015) 年度から減少傾向になっています。悪性新生物（がん）はほぼ横ばいです。

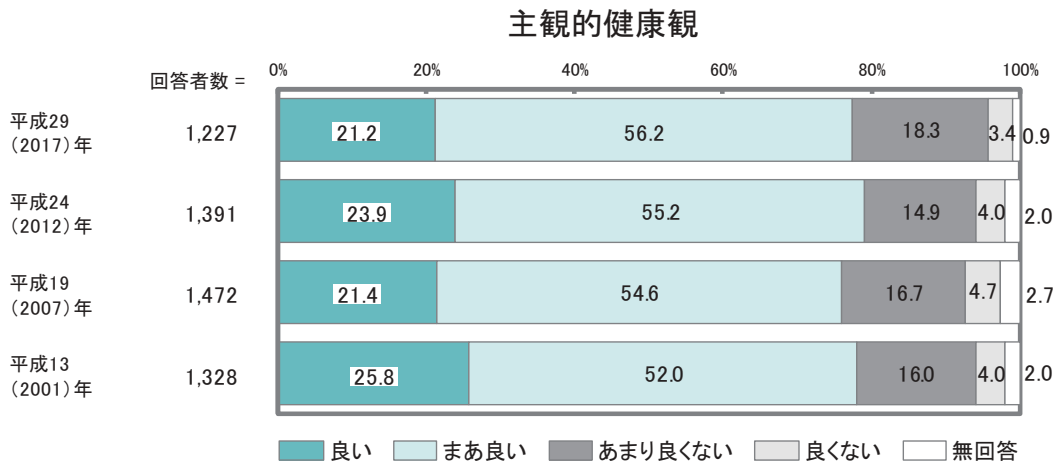


出典：庁内資料

2 区民の意識調査の結果

(1) 主観的健康観

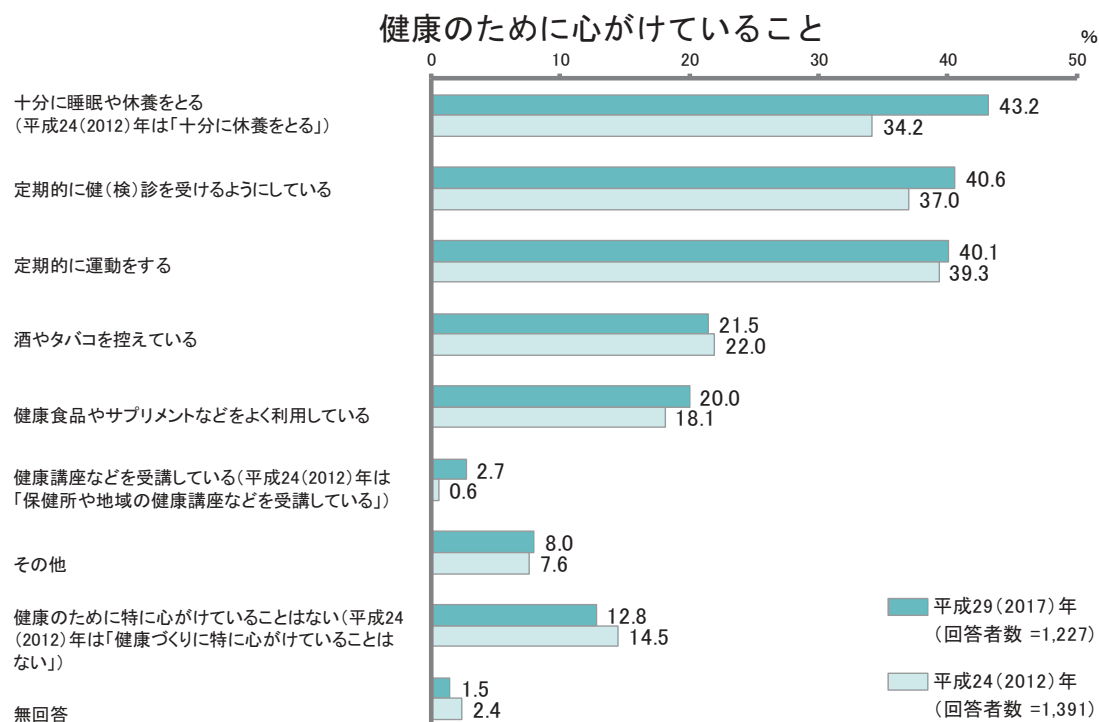
平成29(2017)年調査では、「良い」(21.2%)と「まあ良い」(56.2%)を合わせた『良い』が77.4%、「あまり良くない」(18.3%)と「良くない」(3.4%)を合わせた『良くない』は21.7%となっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成30(2018)年3月刊行)

(2) 健康のために心がけていること

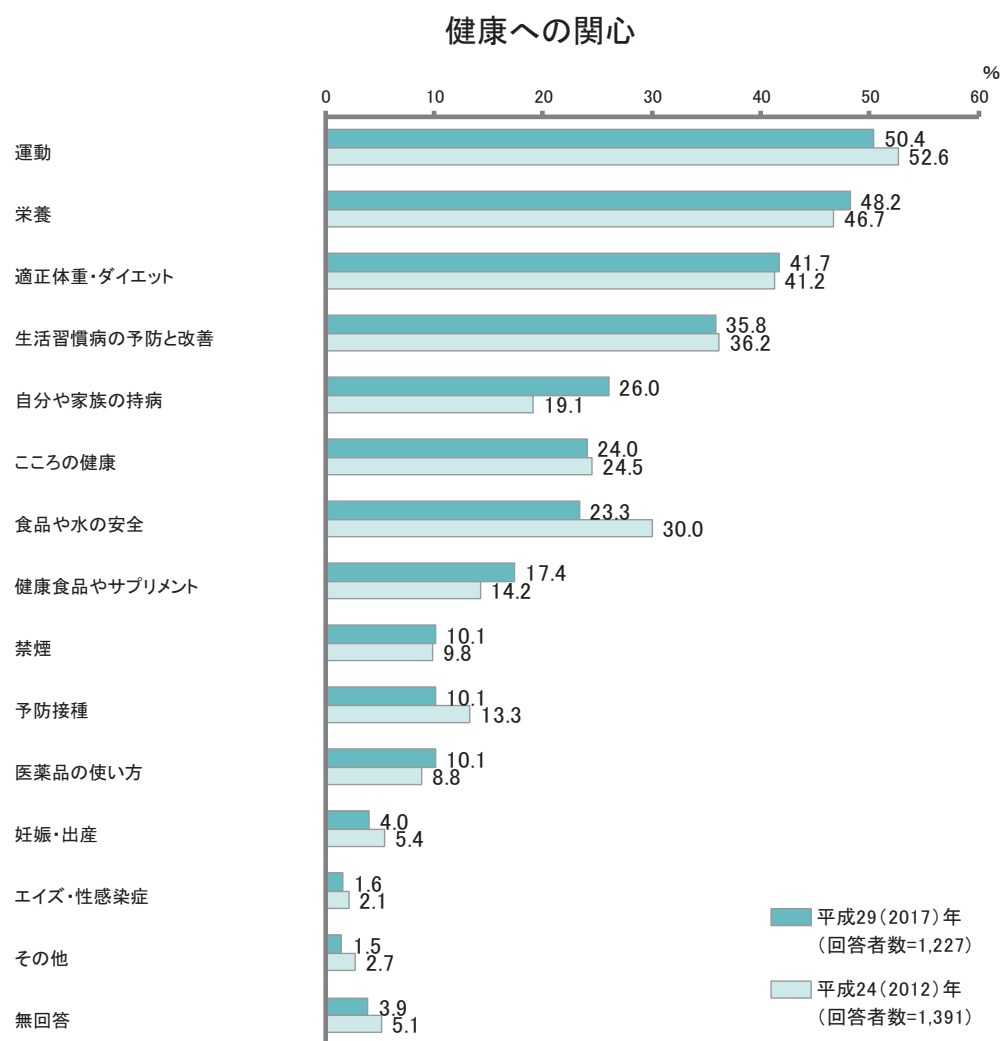
平成29(2017)年調査では、「十分に睡眠や休養をとる」が43.2%で最も高く、次いで「定期的に健(検)診を受けるようにしている」(40.6%)、「定期的に運動をする」(40.1%)が高くなっています。



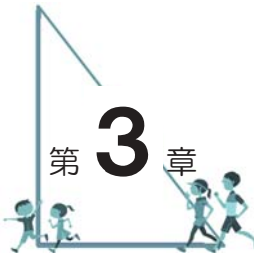
出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成30(2018)年3月刊行)

（3）健康への関心

平成29（2017）年調査では、「運動」が50.4%で最も高く、次いで「栄養」（48.2%）、「適正体重・ダイエット」（41.7%）、「生活習慣病の予防と改善」（35.8%）が高くなっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）



計画の基本的な考え方

1 基本理念

葛飾区基本計画の「安心して健やかに暮らせるまち」の実現に向けて、本計画の基本理念を「すべての区民が健康でいきいきと安心して暮らせるまち」と定め、区民の健康寿命の延伸を図ります。

[基本理念]

すべての区民が健康でいきいきと
安心して暮らせるまち



[総合目標]

健康寿命の延伸

指標	算出方法・説明または出典	現状値 ※ (平成 29 (2017) 年度)	中間目標値 (平成 33 (2021) 年度)	最終目標値 (平成 35 (2023) 年度)	指標の方向
65 歳健康寿命 (要支援 1)	東京保健所 長会方式	男性 80.58 歳 女性 82.47 歳 (平成 28 (2016) 年値)	男性 81.12 歳 女性 83.07 歳 (平成 32 (2020) 年値)	男性 81.34 歳 女性 83.48 歳 (平成 34 (2022) 年値)	延ばす

※これ以降、指標および事業目標の現状値は原則平成 29 (2017) 年度を表します。

2 基本目標

基本理念を踏まえ、計画を推進するうえでの4つの基本目標を以下のように設定します。

基本目標1 すべての区民の健康づくりの推進

平成28(2016)年の葛飾区の65歳健康寿命(要支援1)は、男性が80.58歳、女性が82.47歳でいずれも東京都の平均を下回っています。

健康寿命を延ばすには、区民一人ひとりが、それぞれの年代などにあつた健康づくりに取り組む必要がありますが、日頃から健康づくりに取り組んでいる区民の割合は、平成30(2018)年調査で56.6%にとどまっています。

このため、区民が主体的に健康づくりを進める環境の整備や健康づくりを行う機会を提供するとともに、地域ぐるみの健康づくりに取り組みます。

また、「次世代・親子」、「働く世代」、「高齢者」のライフステージ別の健康課題に応じた取り組みを進めます。

さらに、こころの健康状況や障害・疾病など区民一人ひとりの状況に応じた健康づくりを進めます。

基本目標2 生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の定着

高齢化や社会生活環境の変化などに伴い、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病の増加が大きな問題となっています。葛飾区においても平成28(2016)年の死亡者のうち、生活習慣病を原因とする病気で死亡した方は全体の約55%にのぼっています。

生活習慣病を予防するには、正しい食生活や運動習慣などの健康的な生活習慣づくりが重要であるため、正しい知識や予防意識を持てるよう普及啓発を進めます。

また、区民が自ら健康管理を行い、生活習慣病を未然に防ぎ、早期発見をするために健康診査や検診の機会を確保します。

特に、区民の死亡原因の約3分の1を占めるがんは早期に発見し、治療をすることが大切であることから、がん検診をより区民が利用しやすい方法で実施することなどにより、受診率の向上を図り、がんの早期発見・早期治療につなげます。

代表的な生活習慣病である糖尿病については、発症や合併症の進行を予防するための総合的な対策を行います。

基本目標3 安全安心な生活環境の確保

感染症である結核の葛飾区の罹患率は減少傾向にありますが、依然として国や東京都よりも高い状況であり、結核発病のリスクが高い方を対象としたまん延防止策を実施し、罹患率の減少に取り組みます。

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催に伴い、訪日客が大きく増加し、一定の場所や期間に多くの人が集まる機会が増え、様々な感染症の発生リスクが増加することが懸念されます。

このため、感染力が強く致死率の高いエボラ出血熱や新型インフルエンザをはじめとする新たな感染症などに対する備えの充実や、外国人向けリーフレットの作成など、関係機関と連携しながら感染症対策を強化します。

大規模食中毒事件の発生等により、食品の安全に対する区民の関心が高まっています。このため、食品関係事業者への監視指導を適正に行うとともに、自主管理による食品衛生の取り組みを推進します。

住宅宿泊事業法の施行および旅館業法の改正（平成30（2018）年6月15日施行）により、民泊や小規模の旅館業施設を営むことができるようになるなど、宿泊施設が多様化しており、宿泊サービスを提供する旅館業等の衛生検査や監視指導を実施します。

さらに、薬物乱用防止対策も推進し、安全安心な生活環境を確保します。

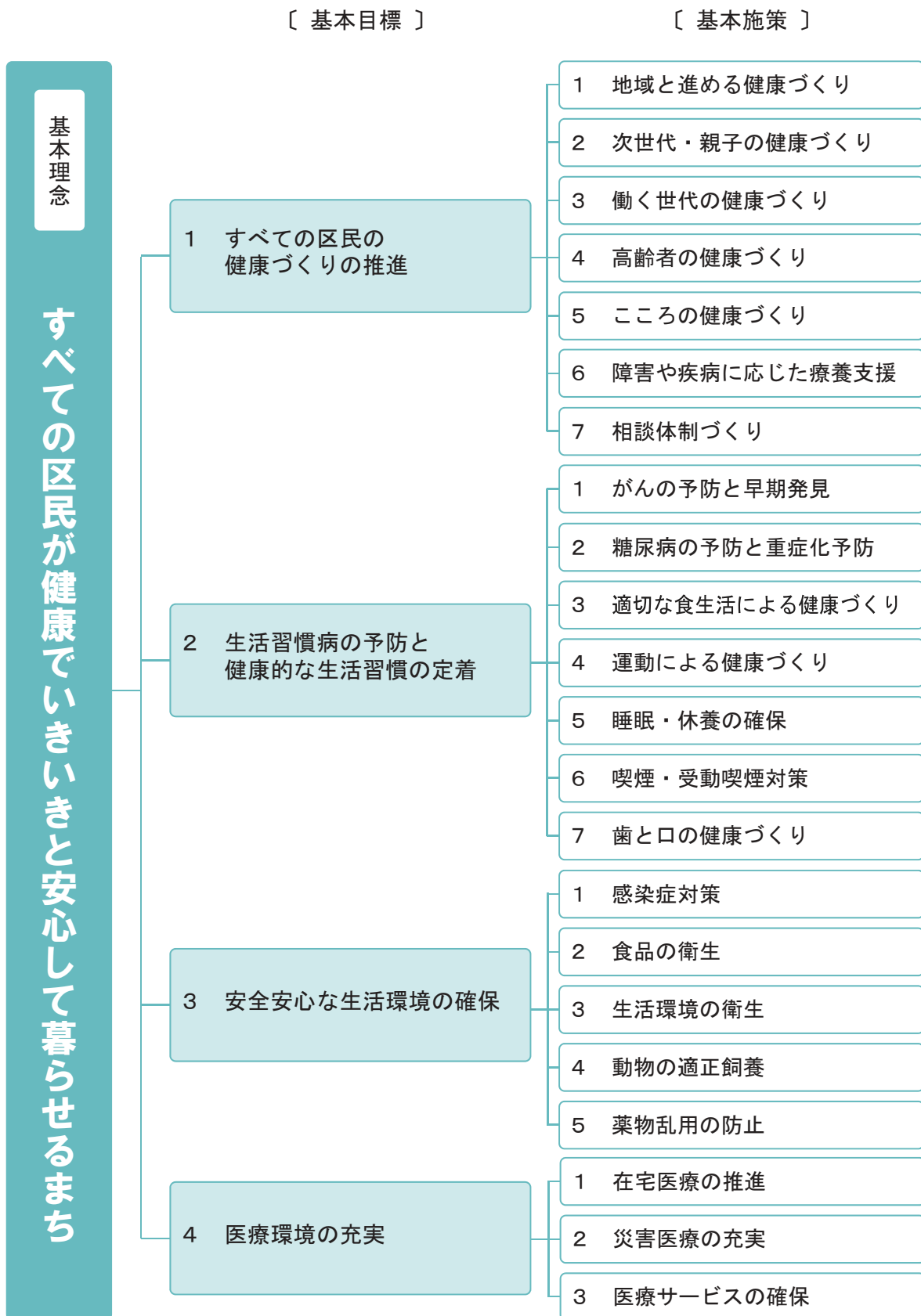
基本目標4 医療環境の充実

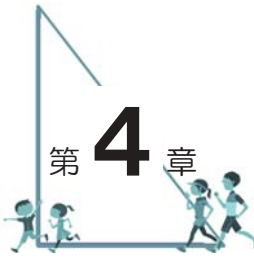
医療技術の進歩により入院日数の短縮化が進んだことや高齢化の進行により、在宅で医療を受ける人の数は増加しています。区民が住み慣れた地域で質の高い医療を安定的に受けられることができるよう、医療資源の確保に努めるとともに、医療機関等の連携強化を図り、在宅医療体制などを充実します。

また、高齢者や小児などの在宅医療の充実に向けて関係機関との連携を進めます。

さらに、大規模災害時に区民の生命を守るため、緊急医療救護所の備蓄品の充実や人工呼吸器等を使用する在宅患者の支援など災害時の医療救護体制の充実を図ります。

3 計画の体系





基本施策別目標と取り組み

1 すべての区民の健康づくりの推進

(1) 地域と進める健康づくり

健康づくりへの取り組みは、区民一人ひとりの取り組みとともに、地域社会全体で取り組む必要があります。

健康づくりの視点を取り入れたまちづくりを進めるとともに、健康づくりに取り組むきっかけをつくることで、誰もが健康づくりに取り組む環境の整備を進めます。

また、近年、住民相互の信頼感が高い地域ほど自己の健康に対する評価が高いことや、地域のつながりが豊かなほど住民の健康状態が良いことが報告されていることから、地域での健康づくりを支援します。

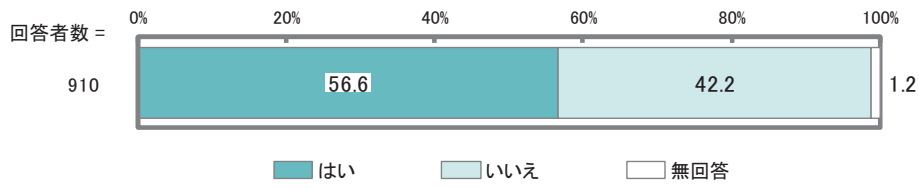
【現状と課題】

① 健康づくりに取り組んでいる区民の割合

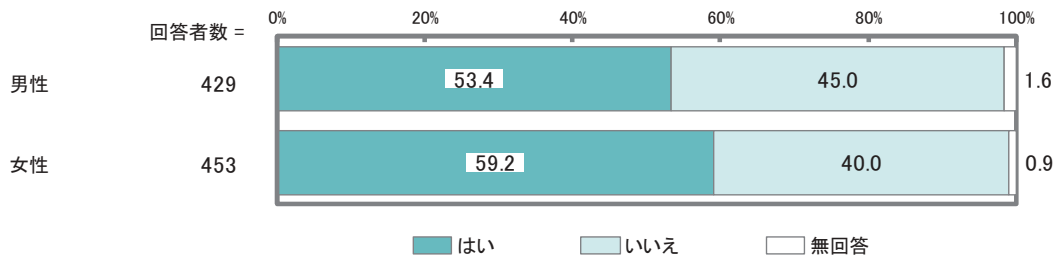
平成30(2018)年調査によると、健康づくりに取り組んでいる区民は全体で56.6%です。性別にみると、「取り組んでいる」女性は59.2%で男性の53.4%より5.8%高くなっています。年代別にみると、70歳以上が77.2%で最も高く、年代が上がるほど割合が高くなっています。

健康づくりに取り組んでいる割合が少ない世代や運動習慣のない方へ、健康づくりのきっかけをつくる必要があります。

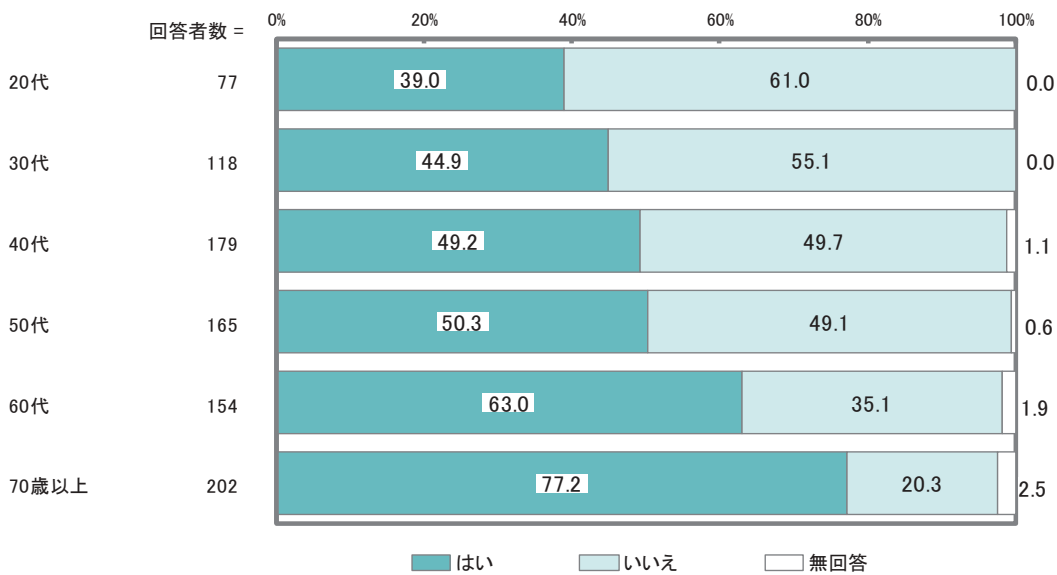
健康づくりに取り組んでいる区民の割合（全体）



健康づくりに取り組んでいる区民の割合（性別）



健康づくりに取り組んでいる区民の割合（年代別）



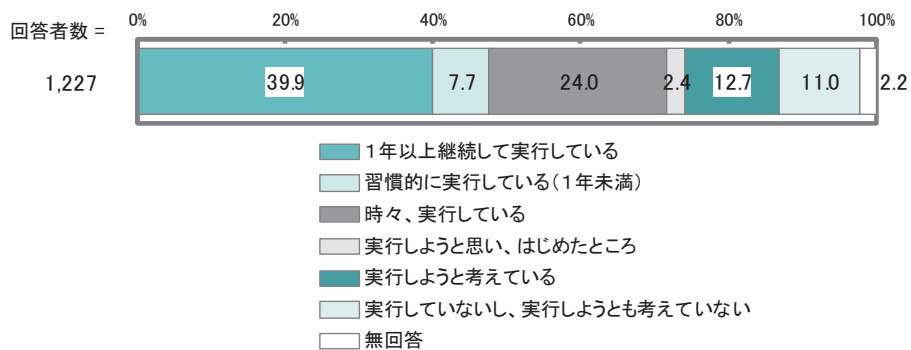
出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成30（2018）年7月刊行）

② 「生活活動」と「運動」の頻度

平成 29（2017）年調査によると、「生活活動※」を「1年以上継続して実行している」区民は 39.9%、「運動※」を「1年以上継続して実行している」区民は 28.5%となっています。

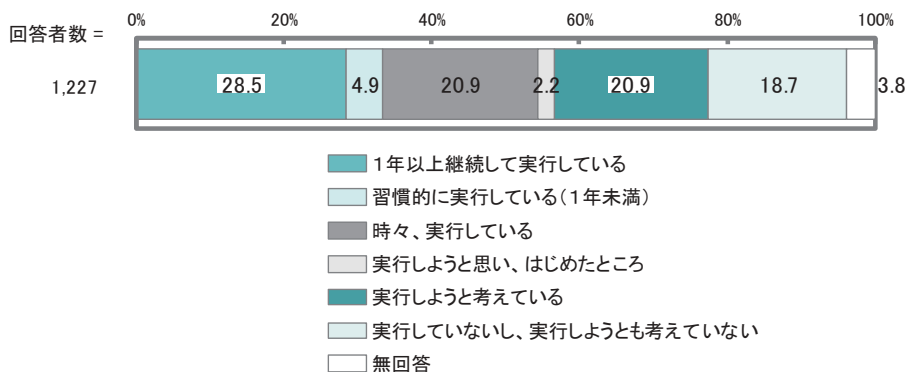
区民が気軽に外出し、買い物や散歩、ウォーキングなどで身体を動かすことができるよう、ウォーキングマップの配布や公園遊具の整備などを進める必要があります。

「生活活動」の頻度



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

「運動」の頻度



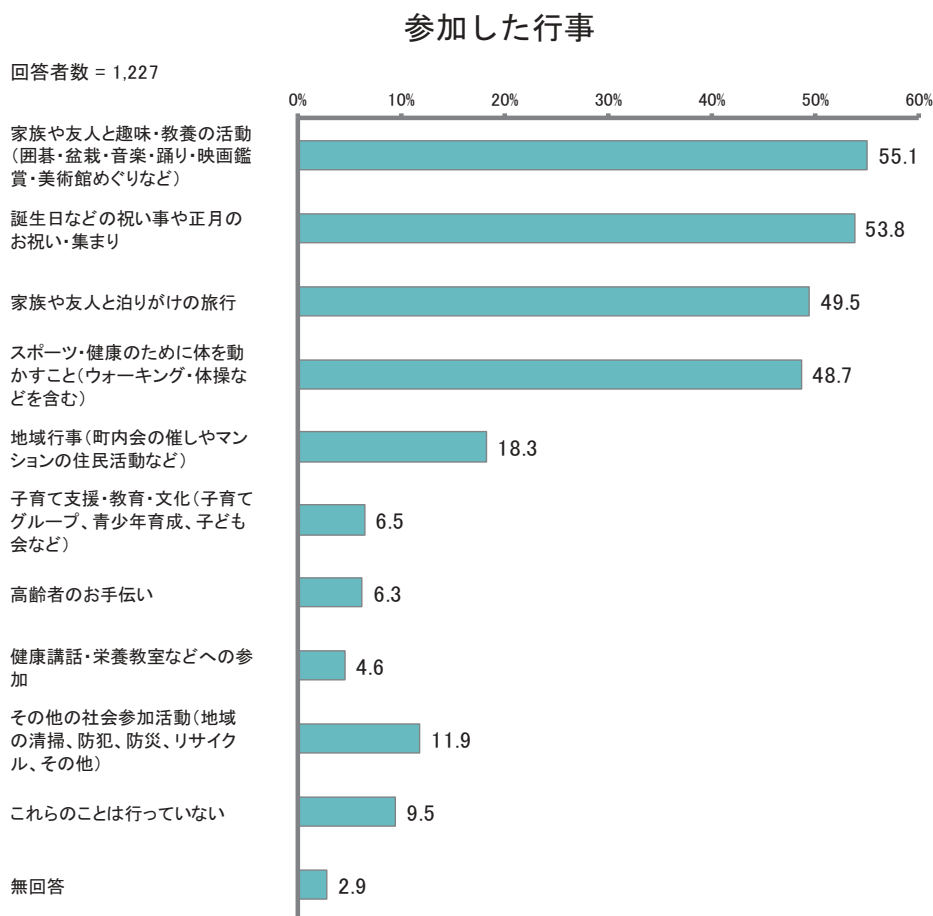
出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

※生活活動：日常生活で毎日合計 60 分（18 歳～64 歳。65 歳以上は合計 40 分）くらい身体を動かす（階段を上る、子どもと遊ぶ、そうじをする、歩くなど）生活をする。

※運動：速歩（ウォーキング）、ジョギング、テニス、水泳など 1 日 30 分以上の運動を週 2 日以上実施する。

③ 参加した行事

平成 29（2017）年調査によると、この1年間で参加した行事は「家族や友人と趣味・教養の活動」が 55.1%で最も高く、次いで「誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり」が 53.8%、「家族や友人と泊りがけの旅行」が 49.5%、「スポーツ・健康のために体を動かすこと」が 48.7%、「地域行事」が 18.3%の順となっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

【施策目標】

健康づくりに取り組む区民の割合を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
健康づくりに取り組んでいる区民の割合	葛飾区政策・施策マーケティング調査	56.6%	65.0%	69.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 地域の方と協働しながら、区民が健康づくりに取り組むことができるよう支援します。
- 区民が自らの健康を意識し、健康づくりに取り組むきっかけをつくりま
- す。
- 健康づくりに取り組みやすい環境を整備します。

重点事業

○グループ健康づくり支援（保健センター、健康づくり課）

- ・区民の健康づくりの推進のために、健康づくりを目的とした地域のグループ活動を支援します。
- ・保健師、栄養士、歯科衛生士等が、10人以上のグループを対象に地域に出向いて健康講座や健康教育を実施します。健康講座などの開催を通して、健康づくりに取り組む自主グループになるよう、組織化の支援を行います。
- ・地域の健康づくりの担い手である健康づくり推進委員と協働した健康づくり事業を実施します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
健康講座の開催	116回	117回	118回	119回	120回	121回	増やす
自主グループ活動 支援	51 グループ	52 グループ	53 グループ	54 グループ	55 グループ	56 グループ	増やす

○区民健康づくり支援（地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課）

- 健康に関する情報に触れ、健康づくりを行う機会が増えるよう、食品衛生、栄養、歯科、こころの健康などの講義・実習を行う「健康大学」や、区内公共施設やコンビニエンスストア、大型商業施設などで血圧測定や血管年齢測定などを行うとともに、保健師などによる健康相談を実施する「まちかど健康相談」を行います。
- 健康習慣の定着を促すため、日々の健康目標を立て、それを達成した日数によりマイルをためる「健幸マイレージ事業」や、日々の歩数、歩行時間、消費カロリーなどを計測する「健康チャレンジ事業」を実施します。
- ご近所お散歩コース、健康遊具を巡るコース、史跡や名所を巡るコース、花と緑のふれあいコースなど区内全域 20 種類のウォーキングコースを掲載した、かつしかウォーキングマップを活用したウォーキングイベントを開催します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
健康大学受講者数	280 人	300 人	310 人	320 人	330 人	340 人	増やす
まちかど健康相談参加者数	1,859 人	1,900 人	1,900 人	1,900 人	1,900 人	1,900 人	継続実施
健幸マイレージ事業応募者数	383 人	400 人	450 人	500 人	550 人	600 人	増やす
健康チャレンジ事業参加者数	401 人	1,000 人	1,500 人	2,000 人	2,500 人	3,000 人	増やす
かつしかウォーキングマップを活用したウォーキングイベント参加者数	302 人	400 人	400 人	400 人	400 人	400 人	継続実施



△まちかど健康相談の様子



△かつしかウォーキングマップ

実施事業

○スポーツ指導員養成・育成（生涯スポーツ課）

指導員養成講習会を実施し、指導員の確保や育成に努めるとともに、葛飾区が実施している事業などで活動の場を提供します。

○スポーツボランティアの拡充（生涯スポーツ課）

スポーツイベントをはじめ、スポーツ関係団体のイベントや地域のスポーツ行事などにおいて、活動の場を積極的に提供し、スポーツボランティア制度の拡充を図ります。

○外出しやすい環境整備（交通計画担当課、道路補修課）

外出しやすい環境を整備するために、歩道への高齢者向けのベンチの設置を進めるほか、バス交通の充実に向けて検討を進めていきます。

○健康遊具設置事業（公園課）【再掲】

（P100、2（4）運動による健康づくり）

○かつしかの元気食堂推進事業（健康づくり課）【再掲】

（P93、2（3）適切な食生活による健康づくり）

○自動体外式除細動器*（AED）の設置（地域保健課）

心肺停止などの緊急時に速やかに AED を使用できる体制を整えることで、区民等の生命を守れる環境をつくります。

○熱中症対策（保健センター）

熱中症を予防するため、区民を対象とした講習会の開催や難病患者等のハイリスク者への戸別訪問などを行います。



区民一人ひとりの取り組み

- 地域の健康づくりに関する活動に積極的に参加しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 健康づくりに関する事業に区と協働して取り組みます。
- 健康づくりに関する普及啓発を行います。
- 地域活動への参加を促進します。
- 従業員の健康づくりに努めます。



△地域の自主グループ活動の様子



△かつしかはつらつ体操（椅子バージョン）の様子

(2) 次世代・親子の健康づくり

全ての妊婦と子育て中の家庭が、穏やかに安心して出産や子育てを行うためには、親子の健康づくりは欠かせません。このため、各種健康診査や食育をはじめとした正しい生活習慣の啓発、スポーツ事業の実施などにより、親子の健康づくりを進めていきます。

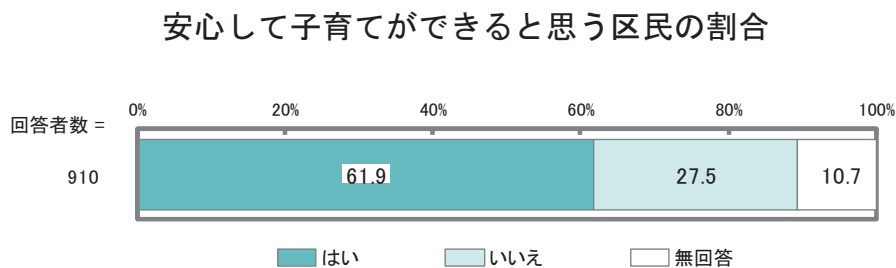
また、少子高齢化の進行や核家族化、近所付き合いの希薄化などを背景に、家庭や地域の子育て力が低下しており、妊娠期から子育て期を通じて切れ目のない支援を行っていきます。

【現状と課題】

① 安心して子育てができると思う区民の割合

平成30(2018)年調査によると、葛飾区での子育てについて、「安心してできる」(「はい」の回答率)は61.9%、「安心してできない」(「いいえ」の回答率)は27.5%となっています。

安心して子育てができる環境の整備が必要になっています。



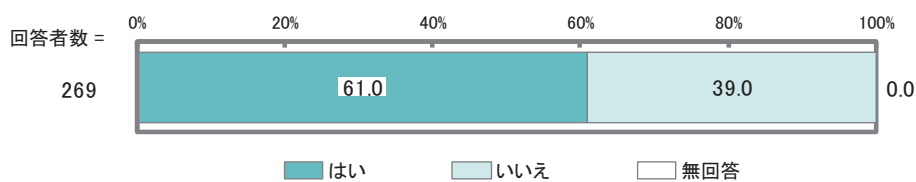
出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」(平成30(2018)年7月刊行)

② 子育てに関して地域で相談できる人や相談先がある区民の割合

平成 30（2018）年調査によると、子育てに関して地域で相談できる人や相談先について、「相談先がある」（「はい」の回答率）は 61.0%、「相談先がない」（「いいえ」の回答率）は 39.0%となっています。

相談できる場の整備や相談場所の周知が必要になっています。

子育てに関して地域で相談できる人や相談先がある区民の割合



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成 30（2018）年 7 月刊行）

【施策目標】

妊娠・子育てに関して、切れ目のない支援を行い、安心して子育てを行える環境を整えます。

指標	算出方法・説明または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の方向
この地域で子育てをしたいと思う親の割合	乳幼児健康診査時のアンケート	未実施	94.2%	94.3%	増やす
ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合	4か月児健康診査時のアンケート	未実施	86.0%	87.0%	増やす

【具体的な取り組み】

 区の取り組み

取り組みの方向性

- 妊娠期から子育て期まで、次世代・親子の健康づくりを切れ目なく支援します。

重点事業

○ゆりかご葛飾（保健センター、育成課、子ども家庭支援課、地域保健課）

- ・妊娠初期に保健師・助産師などが個別に面接（ゆりかご面接）を行い、一人ひとりの状況にあわせた出産直後までのサポートプラン「葛飾区ゆりかごプラン」を作成し、必要な支援を行います。
- ・担当保健師が中心となって、乳幼児健康診査や産前・産後の母子を支える様々な事業、医療機関と連携し、就学期前までの継続的な支援を行います。
- ・区民に身近な子育て支援拠点施設や保健センターなどにおいて、保護者の心身の健康の保持増進を図るための教室、講座等を実施します。また、妊娠・出産・育児に関する情報提供を行うほか、児童指導員と看護職がペアとなって遊びなどの活動の中で気軽に相談に応じます。



△助産師によるゆりかご面接の様子

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
ゆりかご面接の実施率	60.7%	75.0%	80.0%	85.0%	90.0%	91.0%	増やす
葛飾区ゆりかごプラン作成数	2,033 件	2,800 件	3,000 件	3,200 件	3,300 件	3,400 件	増やす
妊婦に関する相談件数	4,486 件	4,700 件	5,000 件	5,300 件	5,600 件	5,700 件	増やす
相談、講座等の実施回数	96 回	370 回	380 回	390 回	400 回	410 回	増やす

○産後ケア体制の整備（保健センター、子ども家庭支援課）【新規】

出産後間もない産婦は、ホルモンバランスの変化や育児に伴う生活リズムの変化などにより心身の健康状態が不安定になる場合があります。そこで、産婦の心身の健康状態を確認し適切な支援をするため、産婦健康診査に係る費用の一部を助成します。

また、産後の健康管理や授乳などに不安を抱える母子に対して、心身のケアや授乳指導、育児支援を行う産後ケア事業を実施することで、安心して子育てができるよう支援します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
産婦健康診査の一部費用助成の実施	検討	検討	検討	実施	実施	実施	継続実施
産後ケア事業の実施	検討	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施

○新生児聴覚検査の実施（子ども家庭支援課、保健センター）【新規】

新生児の先天性難聴を早期に発見し、早期治療・療育につなげるために、医療機関で行う新生児聴覚検査の自己負担分の一部助成を実施します。検査の結果、異常が見つかった場合は支援していきます。

実施事業

○母子健康診査事業（子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課）

妊婦および乳幼児に対し各種母子健康診査を実施することで健康管理・疾病の早期発見に努めます。必要に応じて保健指導や相談を行い、精密検査や治療が必要な方には医療機関を受診できるよう指導し、母子の健康づくりを支援します。

<母子健康診査の種類>

- | | |
|-------------|---------------|
| ①妊婦健康診査 | ②新生児聴覚検査 |
| ③4か月児健康診査 | ④6か月・9か月児健康診査 |
| ⑤1歳6か月児健康診査 | ⑥3歳児健康診査 |
| ⑦5歳児健康診査 | |

○母親健康診査（健康づくり課）

育児により健康診査の受診が難しい3歳未満の子を持つ母親に、通年での健康診査を実施します。健康診査の受診機会を増加させ、疾病の早期発見・早期治療を図るとともに、正しい健康習慣を確立して生活習慣病を未然に防止します。

○妊婦歯科健康診査（健康づくり課）【再掲】

（P116、2（7）歯と口の健康づくり）

○ハッピーバースデイすくすく歯科健診（すくすく歯育て支援事業）

（健康づくり課） 【再掲】（P116、2（7）歯と口の健康づくり）

○親子の歯育てすくすくクラブ（すくすく歯育て支援事業）（健康づくり課）

【再掲】（P116、2（7）歯と口の健康づくり）

○すくすく歯育て歯科健診（すくすく歯育て支援事業）（健康づくり課）

【再掲】（P117、2（7）歯と口の健康づくり）

○母子保健指導事業（子ども家庭支援課、保健センター）

<保健指導内容>

①母親学級等保健指導

妊娠・出産・育児に関する知識の普及と仲間づくりを目的に妊婦やパートナーを対象としたハローベビー教室やパパママ学級を実施します。

また、2か月児・5か月児の親を対象とした2か月児の会や育児学級を行い、育児指導、離乳食開始前の栄養指導とグループワークによる仲間づくりを行います。

②親と子の心の健康づくり

妊娠期から出産後は心と体のバランスを崩しやすく、約25～30%の母親がマタニティブルー*を経験します。また、育児に自信がなかったり、イライラしたり、育児について考えすぎて不安が募ることもあります。このため、専門の医師や相談員による「親と子のこころの相談室」や、親子遊びやグループワークを通じて子どもの発達を把握し、親の育児不安の軽減や子どもとの関わり方を学習する「1歳6か月児心理集団経過観察」を行います。

③訪問指導（こんにちは赤ちゃん訪問）

4か月になるまでの乳児がいる家庭を助産師・保健師が訪問し、体重等の計測を行い成長の確認をし、授乳・育児相談、お母さんの心の健康チェックなどを行います。

④特定妊婦電話相談

妊娠がわかって色々悩んでいる方や出産後の養育について支援が必要な方などが安心して相談できる、専用電話「妊娠・出産どうしようコール」を設置し、保健師などの専門の職員が相談内容に合った支援を行います。

⑤アレルギー相談

乳幼児健康診査などの母子事業の中で保健師や栄養士等が湿疹やアトピー性皮膚炎などのアレルギー相談を行います。

○乳幼児事故防止対策（保健センター）

家庭における乳幼児の事故を減少させるため、乳幼児健康診査時などでジオラマの展示や事故防止の映像放映、紙芝居を用いた健康教育を行います。事故が起こりやすい事例を紹介するとともに注意を促し、事故を防止します。

○「早寝・早起き、朝ごはん」推進事業（地域教育課）

朝食の摂取状況や就寝時刻などのチェックを通して子どもの基本的な生活習慣の定着を図ります。

○親と子の食育推進事業（健康づくり課）【再掲】

（P94、2（3）適切な食生活による健康づくり）

○特定不妊治療費助成事業（子ども家庭支援課）

高額な医療費がかかる特定不妊治療について、費用の一部を助成することで妊娠を望む夫婦の経済的な負担の軽減を図ります。

○母子医療給付事業（子ども家庭支援課）

2,000g以下の未熟児や乳幼児・児童、妊婦高血圧症候群などの対象者に医療費助成を行います。

○子ども医療費助成（子育て支援課）

15歳の年度末までの児童が健康保険を利用して医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分を助成します。

○ひとり親家庭等医療費助成（子育て支援課）

ひとり親家庭等の父母や養育者、18歳の年度末までの児童（障害がある場合は20歳未満）が医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分の一部を助成します。（住民税非課税世帯は、健康保険が適用される医療費の自己負担分を助成します。）

○学校健康診断（学務課）

学校保健安全法に基づき、身体測定・栄養状態・心臓検査・腎臓検査・脊柱側弯検査・運動器検査・歯科検診などの定期健康診断を行います。小学校就学予定児童には、就学時健康診断を行います。

また、法定の健康診断以外でも、子どもたちが健康な学校生活を送れるようにすることを目的として小児生活習慣病予防健診、貧血検査を行います。

さらに、自身の色覚の特性により学校生活や将来の就職活動等で不利益を受けないよう、色覚検査を実施します。

○かつしかっ子チャレンジ（体力）（指導室）

すべての小・中学校で「かつしかっ子チャレンジ（体力）」として、各学年で身に付けるべき内容について、子どもたちが努力すれば到達できる目標を設定し、全員が目標達成できるよう、「一校一取組」運動など、休み時間を利用して運動する機会を増やしたり、授業改善として、体幹を鍛えるトレーニングや持久力を確保する運動を取り入れたりして、教員が粘り強く寄り添った指導を行います。

○学校連携事業（生涯スポーツ課）

かつしか地域スポーツクラブを通して、学校体育授業などにアスリートを派遣することで、子どもがスポーツの素晴らしさを知るきっかけをつくりま

す。

○エンジョイスports（ジュニア）（生涯スポーツ課）【再掲】

（P99、2（4）運動による健康づくり）

○キャプテン翼 CUP かつしか（生涯スポーツ課）【再掲】

（P99、2（4）運動による健康づくり）

○健康総合相談「健康ホットラインかつしか」（地域保健課）【再掲】

（P77、1（7）相談体制づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- 妊娠期から子育て期にかけての悩みがある場合は、抱え込まずに相談しましょう。
- 親と子が、健康を保つために必要な生活習慣等について正しく理解し、実践しましょう。
- 様々な健康診査を受診しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、次世代・親子の健康づくりを支援します。
- 母子健康診査の実施などに協力します。
- 健康診査の受診勧奨や正しい生活習慣の必要性など、次世代・親子の健康づくりに関する普及啓発を行います。



△パパママ学級の様子

(3) 働く世代の健康づくり

働く世代の人は、仕事や育児、介護など社会的な役割が増え、自分自身のことが後回しになることが多い世代です。

忙しさなどから、健康診査などが受けにくく、病気に気が付くのが遅れることも多くなります。また、不規則な生活から生活習慣が乱れやすくなる時期でもあります。

このため、定期的な健康診査・検診の受診や正しい生活習慣の定着に向けた取り組みを進めていきます。

【現状と課題】

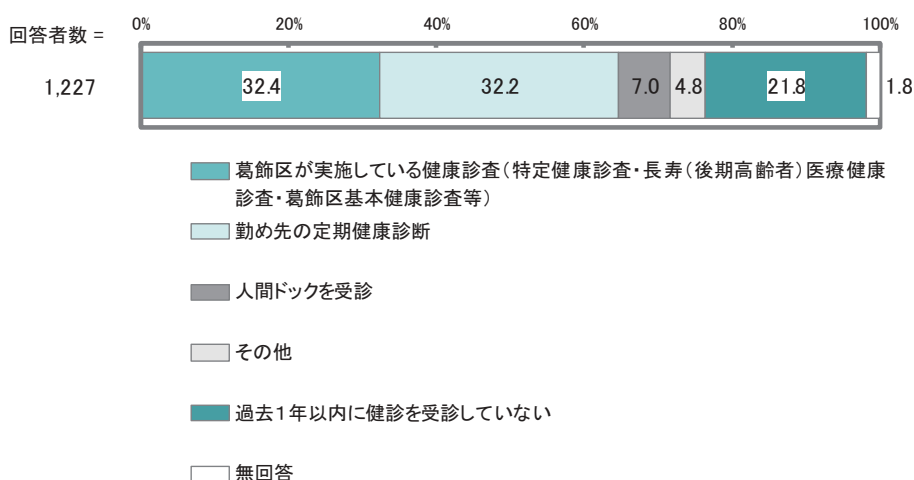
① 受診した健康診査の種類

平成 29（2017）年調査によると、過去 1 年以内に受診した健康診査の種類は「葛飾区が実施している健康診査」が 32.4%、「勤め先の定期健康診断」が 32.2%となっています。

性・年代別でみると、「過去 1 年以内に健診を受診していない」割合は女性の 20 代・30 代で高くなっています。

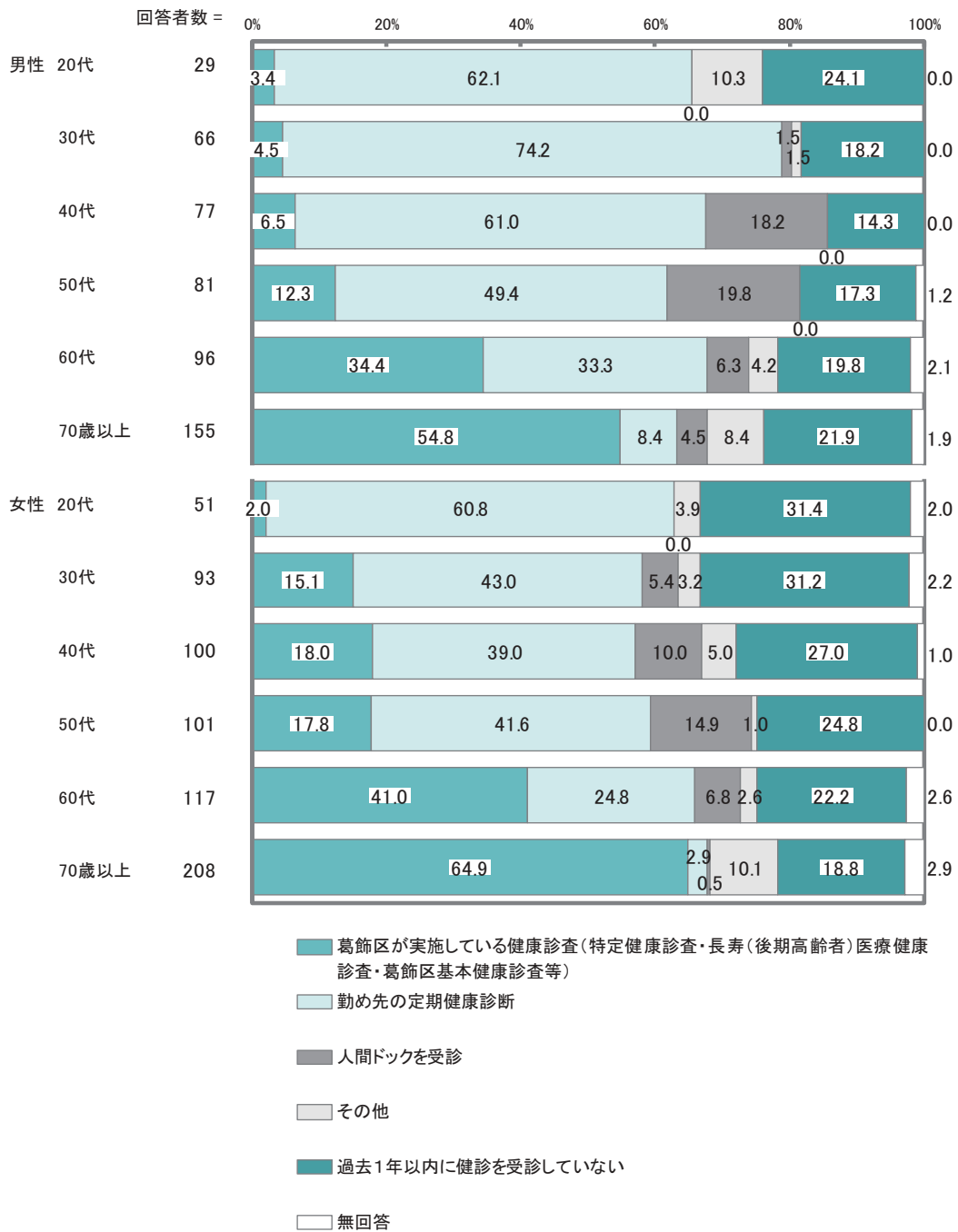
自分の健康状態を正確に把握するために、健康診査の受診率を向上させる必要があります。

受診した健康診査の種類（全体）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

受診した健康診査の種類（性・年代別）



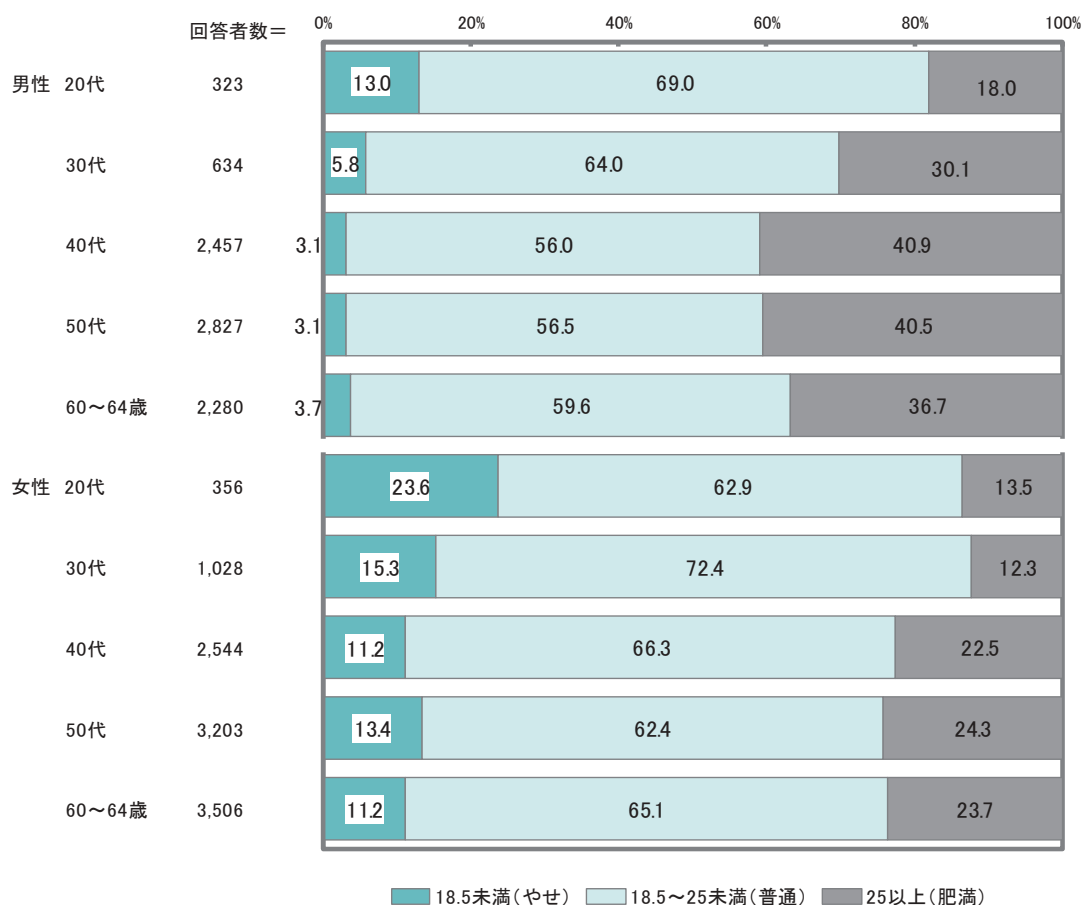
出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

② BMI * (体格指数)

平成 29 (2017) 年度の健康診査の結果によると、BMI 25 以上 (肥満) は男性の 40 代で 40.9%、50 代で 40.5%と他の年代に比べて高くなっています。BMI 18.5 未満 (やせ) は女性の 20 代で 23.6%と他の年代に比べて高くなっています。

適正なBMI となるよう、生活習慣改善に向けた普及啓発および栄養指導を行う必要があります。

BMI の分布 (20~64 歳)



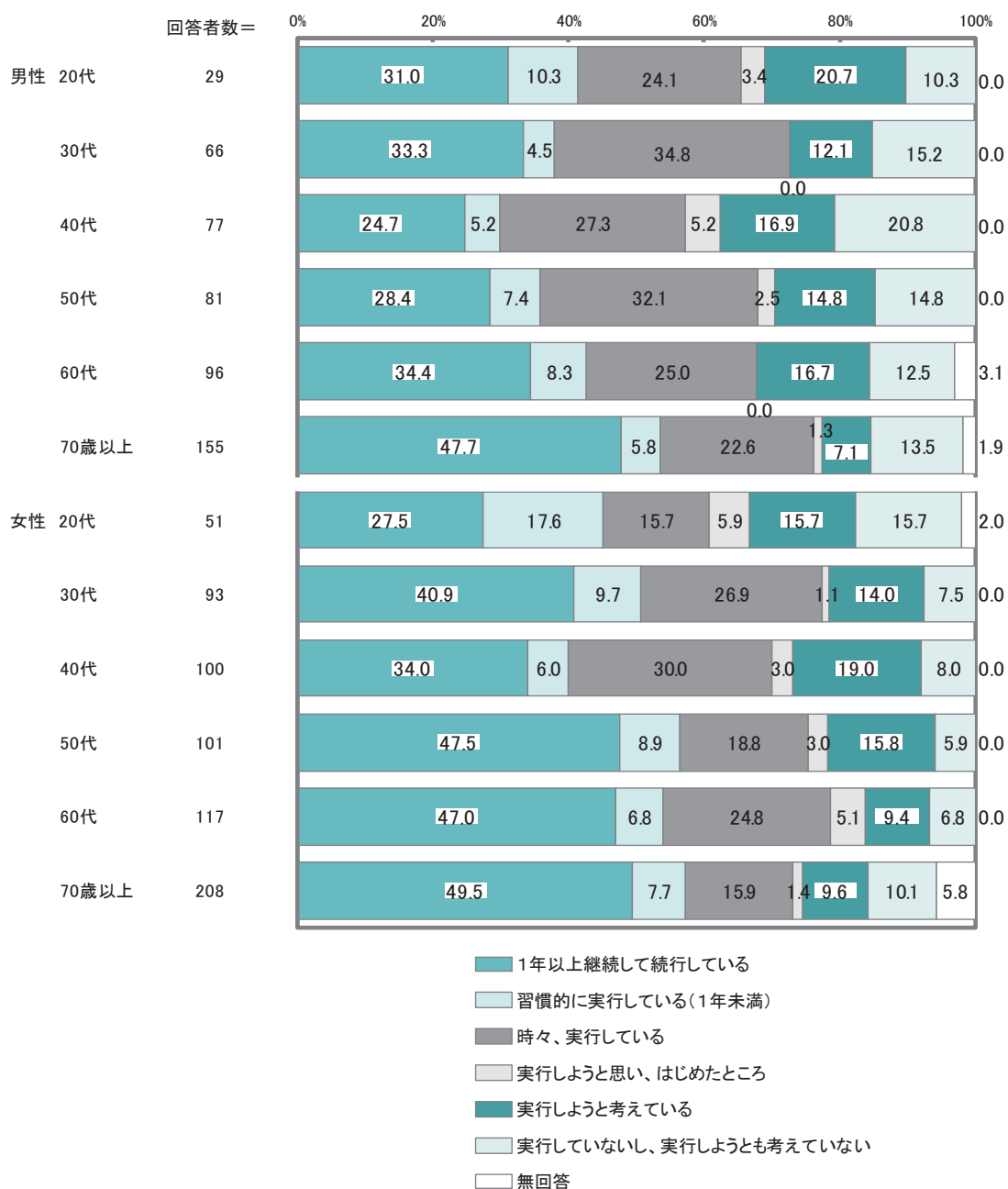
出典：「葛飾区 20 歳代・30 歳代健康診査」(平成 29 (2017) 年度)
「葛飾区特定健康診査」(平成 29 (2017) 年度)

③ 「生活活動」と「運動」の頻度

平成 29 (2017) 年調査によると、「生活活動」「運動」のいずれも、男女ともに「1年以上継続して実行している」割合は20代から60代までが70歳以上よりも低くなっています。

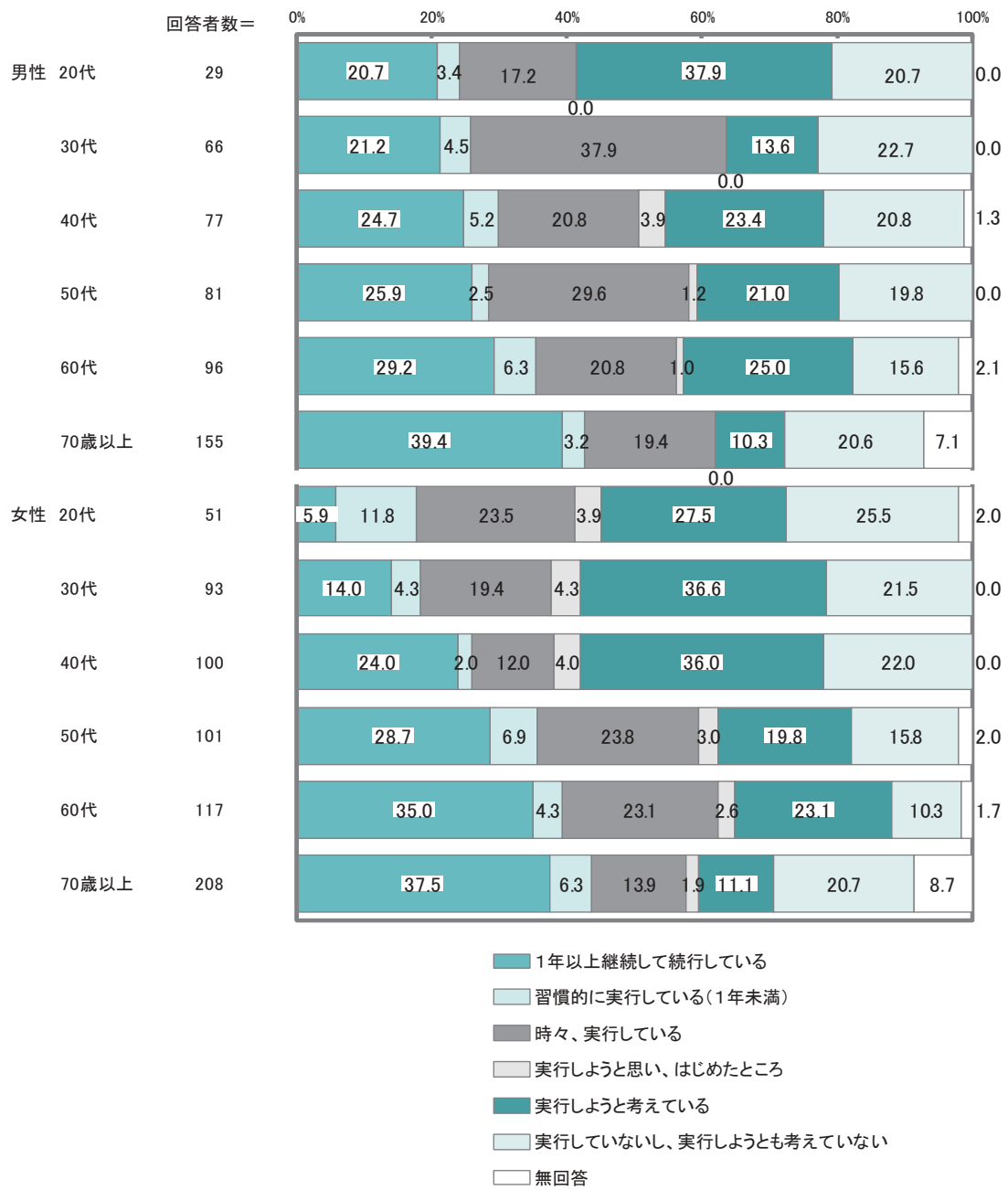
働きながらでも「生活活動」や「運動」が継続できるような取り組みを進めていく必要があります。

「生活活動」の頻度（性・年代別）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30 (2018) 年 3 月刊行）

「運動」の頻度（性・年代別）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

【施策目標】

健康診断などを受診している区民（後期高齢者を除く）の割合を増やします。
 BMI（体格指数）が18.5以上25.0未満（普通）の割合を増やします。
 日頃から運動やスポーツをしている区民の割合を増やします。（再掲）

指標	算出方法・説明または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の方向
健康診断や人間ドックなどを年に1回は受診している区民の割合 (後期高齢者を除く)	葛飾区政策・施策マーケティング調査	73.8%	74.8%	75.2%	増やす
BMIが18.5以上25.0未満の区民の割合 (20~64歳)	葛飾区20歳代・30歳代健康診査および葛飾区特定健康診査	62.1%	63.8%	65.0%	増やす
日頃から、運動やスポーツをしている区民の割合【再掲】	葛飾区政策・施策マーケティング調査	61.8%	69.3%	70.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 健康診査・がん検診の受診率向上に取り組めます。
- 特に働き盛りに多い肥満の減少を図るため、食生活や運動を中心とした生活習慣の改善に向けた情報提供や普及啓発の充実を図ります。

実施事業

○健康診査の実施（健康づくり課、国保年金課）

働く世代の区民（後期高齢者を除く）の定期的な健康診査の受診を促進します。

＜健康診査の種類＞

- | | |
|----------------|----------------|
| ①20歳代・30歳代健康診査 | ②母親健康診査【再掲P35】 |
| ③葛飾区基本健康診査 | ④眼科健康診査 |
| ⑤特定健康診査・特定保健指導 | ⑥特定健康診査追加検査 |

○成人歯科健康診査（健康づくり課）【再掲】

（P117、2（7）歯と口の健康づくり）

○がん検診の実施（健康づくり課）【再掲】

（P82、2（1）がんの予防と早期発見）

○区民健康づくり支援

（地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課）

【再掲】（P28、1（1）地域と進める健康づくり）

○生活習慣病予防教室（健康づくり課）【再掲】

（P88、2（2）糖尿病の予防と重症化予防）



区民一人ひとりの取り組み

- 健康診査やがん検診等を定期的に受診しましょう。
- 日頃から運動やスポーツに取り組みましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、働く世代の健康づくりを支援します。
- 健康診査の実施に協力します。
- 健康診査の受診勧奨や運動習慣の必要性など、働く世代の健康づくりに関する普及啓発を行います。
- 従業員の健康づくりに努めます。

(4) 高齢者の健康づくり

高齢期になると、加齢に伴い、筋力や食欲、認知機能などの心身の活力が低下してフレイル*状態になりやすくなります。

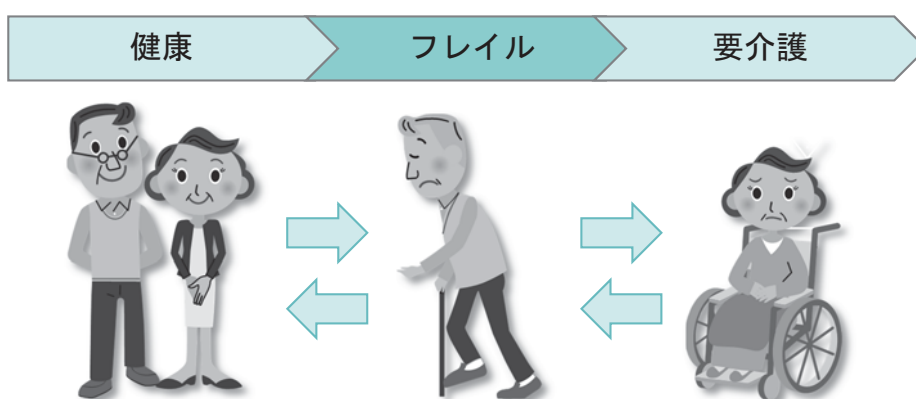
フレイル状態にならないようにするためには、適切な栄養を摂って身体機能を維持し、地域社会と交流を続けることが大切です。そうすることで認知機能も維持され、健康的な生活を送ることができます。

また、フレイル状態になった場合であっても、早期に適切な取り組みをおこなえば、進行を遅らせることや、健康な状態に回復することが可能だと考えられています。

フレイルには、身体的な機能の低下（P：フィジカル）、咀嚼機能の低下や栄養不良（O：オーラル）、意欲や認知機能の低下（B：ブレイン）のほか、地域社会との交流の減少などの社会性の低下（S：ソーシャル）の4つの要素があります。（4つの要素をまとめて葛飾区では「POBS（ポブス）フレイル」といいます。）

このため、関連する部局が様々な機関と連携しながら、4つの要素それぞれに適した介護・フレイル予防対策などを進めていきます。


フレイルの位置づけ（イメージ）



POBSフレイル予防のポイント


フィジカルフレイル (P) 身体的な機能の低下

片足立ちやスクワットなどで、バランス能力や筋力を鍛えることで、転倒・骨折を予防します。




オーラルフレイル (O) 咀嚼機能の低下や栄養不良

頬を膨らませたり、へこませたりするなどして喉や口周りの筋力を鍛えることで、誤えんを予防します。タンパク質やビタミンなど、筋肉のもとを摂取して、筋肉の低下を予防します。口内を清潔にします。




ブレインフレイル (B) 意欲や認知機能の低下

一人じゃんけんなどの手や指を動かす運動で、脳機能の活性化を進めます。計算やしりとり・会話をしながら歩行する有酸素運動で、認知機能を活性化させます。



ソーシャルフレイル (S) 地域社会との交流の減少などの社会性の低下

集まって運動や体操、昔話や回想をしたり、懐メロのカラオケで発声、コミュニケーションをとることで閉じこもり・孤立予防になります。

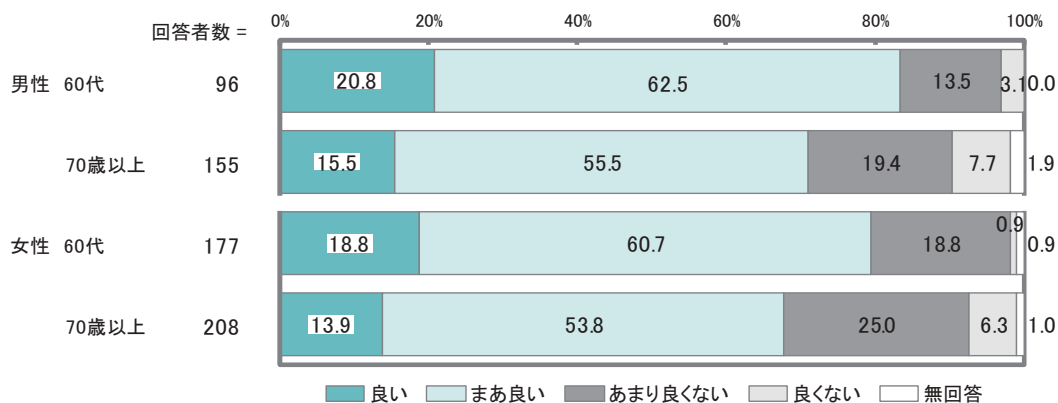


【現状と課題】

① 60代、70歳以上の主観的健康観

平成29(2017)年調査によると、健康状態が「良くない」と「あまり良くない」を合わせた『良くない』の割合は男性の70歳以上で27.1%、女性の70歳以上で31.3%となっています。

60代・70歳以上の主観的健康観 (性・年代別)

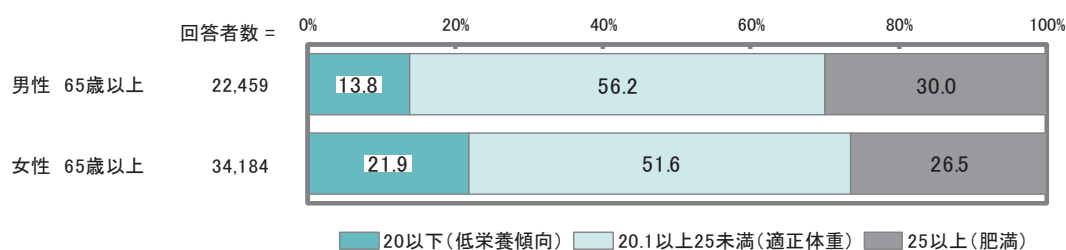


出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成30(2018)年3月刊行)

② 高齢者（65歳以上）のBMI*

平成 29（2017）年度の健康診査の結果によると、高齢者（65 歳以上）のうち、低栄養*傾向であるBMI 20 以下の割合は女性が 21.9%、男性が 13.8%となっています。適正なBMI となるよう、普及啓発および栄養指導を行う必要があります。

BMI の分布（65 歳以上）



出典：「葛飾区特定健康診査」（平成 29（2017）年度）
「葛飾区長寿医療健康診査」（平成 29（2017）年度）

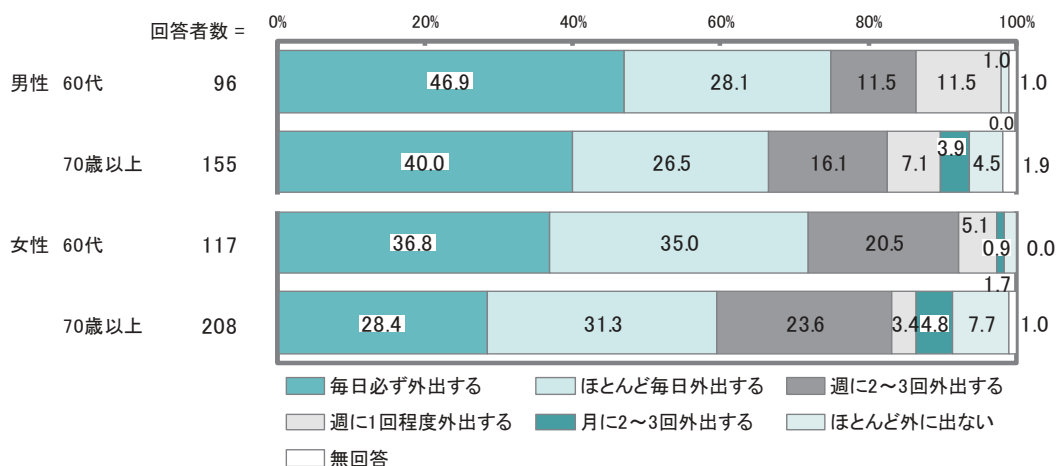
③ 60代、70歳以上の外出頻度および参加した行事

平成 29（2017）年調査によると、70 歳以上の「毎日必ず外出する」と「ほとんど毎日外出する」を合わせた『毎日外出する』割合は、男性が 66.5%、女性が 59.7%となっています。60 代に比べると、外出する頻度は低下しています。

参加した行事のうち「スポーツ・健康のために体を動かすこと」の割合は男女ともに 70 歳以上で 39.4%、「地域行事」の 70 歳以上の割合は男性で 15.5%、女性で 14.9%となっています。

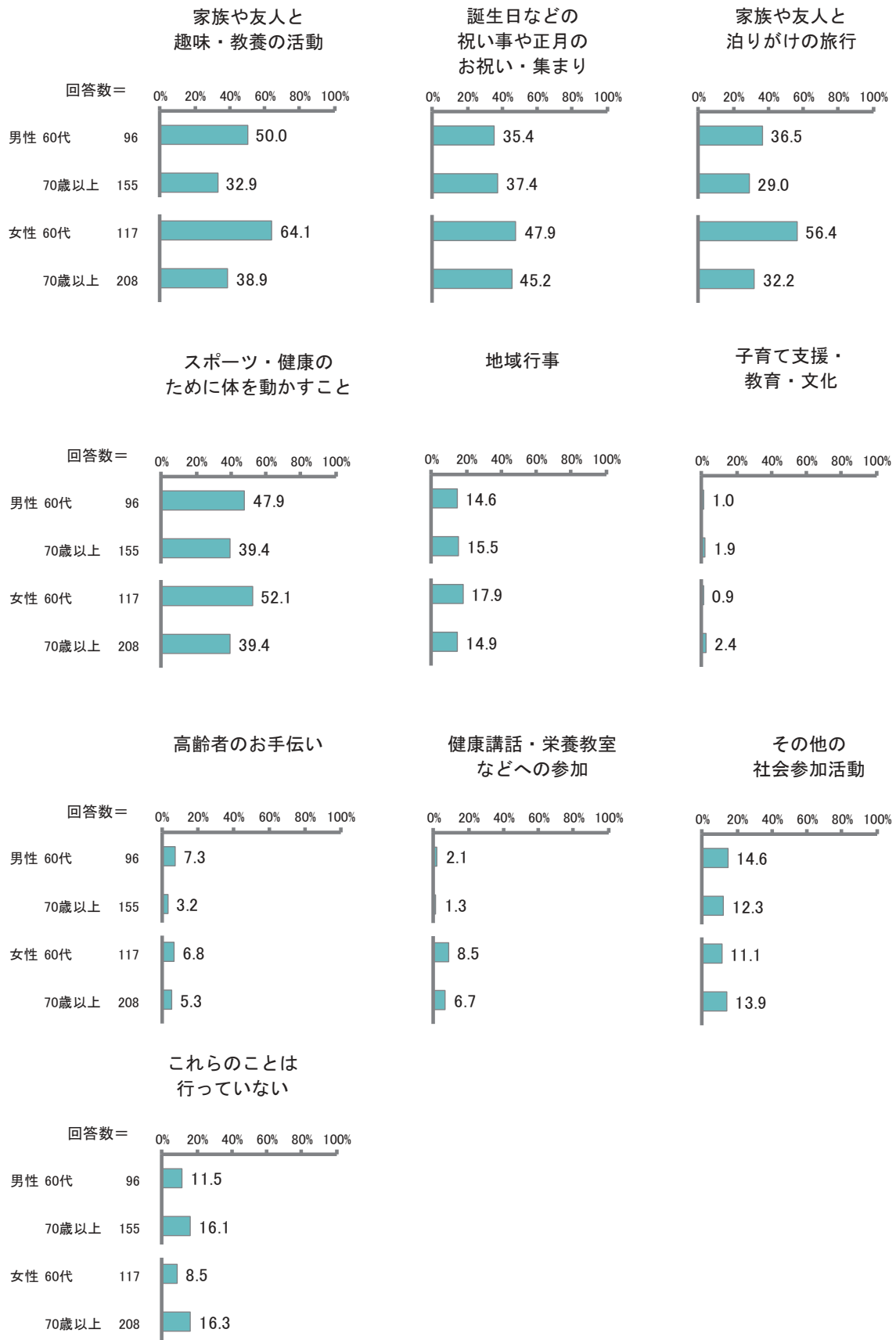
外出し、地域との関わりを持つ方が増える取り組みを進める必要があります。

60代、70歳以上の外出頻度（性・年代別）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

60代、70歳以上の参加した行事（性・年代別）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

【施策目標】

地域ぐるみで介護・フレイル予防に取り組みます。
BMI（体格指数）が適正な高齢者を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
60 歳以上のうち、 介護予防に取り組ん でいる区民の割合	葛飾区政策・施 策マーケティング調 査（60 歳以上の割 合）	50.6%	51.8%	52.4%	増やす
65 歳以上のうち、 BMI が適正な 区民の割合	葛飾区特定健 康診査および 葛飾区長寿医 療健康診査	53.5%	57.4%	60.0%	増やす

【具体的な取り組み】

 区の取り組み

取り組みの方向性

- 高齢者が住み慣れた地域で、健康でいきいきと生活できるよう、自主的な健康づくりを支援し、介護・フレイル予防に取り組みます。
- 高齢者の生きがいづくりや社会参加を促す取り組みを進めます。

重点事業

○区民と取り組む介護予防事業（高齢者支援課）

身体機能の維持や認知症予防などを目的とした「筋力向上トレーニング」、「脳力トレーニング」、「回想法教室」、公園での「うんどう教室」などの介護予防事業を行うとともに、参加した区民が受講後も継続的に介護予防に取り組むことができるよう、自主グループの支援とリーダー養成を行います。また、高齢者等サロンやミニ・デイサービスで地域の自主グループなどが行う介護予防活動を支援するとともに、高齢者等サロンの場にリハビリ専門職などを派遣し、より効果的な活動につなげます。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
介護予防事業への参加者数	25,618人	25,793人	25,968人	26,143人	26,318人	26,493人	増やす
相談・支援を行った自主グループ数	113団体	123団体	143団体	163団体	183団体	203団体	増やす
連携・協力した関係機関・団体数	13団体	17団体	21団体	25団体	29団体	33団体	増やす
住民主体サービスを実施する団体への支援数	0件	40件	45件	50件	55件	60件	増やす



△高齢者等サロンの様子



△回想法教室「おもい出走馬燈」の様子
(シニア活動支援センター)

○高齢者に対する栄養指導（健康づくり課）【新規】

健康診査の結果、「BMI」、「ヘモグロビン* (Hb)」、「アルブミン* (ALB)」が基準値以下の方にフレイル対策として栄養指導を行います。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
フレイル予防リーフレットの配布枚数	未実施	33,900 枚	35,100 枚	36,300 枚	37,500 枚	38,700 枚	増やす
栄養相談を受けた人数	未実施	100 人	150 人	200 人	250 人	300 人	増やす

○認知症の早期発見・早期支援の推進（高齢者支援課）

医療・介護の連携により認知症高齢者を早期に発見し、早期の治療並びに本人および家族の早期の支援につなげます。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
もの忘れ予防健診受診者数	1,857 人	3,970 人	3,970 人	3,970 人	3,970 人	3,970 人	継続実施
もの忘れ相談会の実施	14 回	14 回	14 回	14 回	14 回	14 回	継続実施
認知症初期集中支援チーム事業の実施	未実施	支援	支援	支援	支援	支援	継続実施



△「ヒトゴトじゃないよ認知症」パンフレット

実施事業

○介護予防チャレンジ事業（高齢者支援課）

専門の講師やトレーナーなどの指導を受けながら、身体機能の維持や認知症予防に効果のあるプログラム（レクササイズ、音楽療法など）や区内乗馬施設において、介護予防に関する講話とポニー乗馬を実施し、楽しく介護予防事業に参加する機会をつくります。また、フィットネスクラブと協働して「運動習慣推進プラチナ・フィットネス事業」を行い、運動習慣の促進と介護予防に取り組む高齢者の増加につなげていきます。

○高齢者の健康づくり推進（生涯スポーツ課）【再掲】

（P100、2（4）運動による健康づくり）

○エンジョイスポーツ（シニア）（生涯スポーツ課）【再掲】

（P99、2（4）運動による健康づくり）

○健康診査事業（後期高齢者医療事業）（国保年金課）

後期高齢者に対し、定期的な健康診査を行い、疾病の予防や早期に発見することで、健康の保持・増進を図ります。

○長寿歯科健康診査（健康づくり課）【再掲】

（P115、2（7）歯と口の健康づくり）

○熱中症予防事業（高齢者）（高齢者支援課）

気温が高くなる期間に、公共施設および民間協力事業所に一時涼み所を開設し、また、熱中症の注意喚起を呼びかけるチラシの配布などで、高齢者の熱中症予防につなげます。

○医療連携相談室の機能強化（地域保健課）

葛飾区医師会の協力のもと、葛飾区医師会事務局に設置している医療連携相談室の体制について、理学療法士などのリハビリ専門職を配置し、医療機関、その他の関係機関からの介護・フレイル予防に関する相談支援体制を強化します。

○在宅療養セミナーの開催（地域保健課）【再掲】

（P141、4（1）在宅医療の推進）

在宅療養の一環として、介護・フレイル予防を視点としたセミナーを開催します。



区民一人ひとりの取り組み

- ・介護・フレイル予防に積極的に取り組みましょう。
- ・定期的に健康診査を受診しましょう。
- ・外出して、地域との関わりを持つようにしましょう。
- ・自分にあった健康づくりを続けましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、高齢者の健康づくりを支援します。
- ・介護・フレイル予防事業の実施などに協力します。
- ・介護・フレイル予防や認知症予防など、高齢者の健康づくりに関する普及啓発を行います。
- ・一時涼み所を開設します。

(5) こころの健康づくり

「こころの健康」を保つことは、いきいきと自分らしく生きるために重要であり、こころの健康を害すると「生活の質」にも大きな影響を及ぼします。こころの健康には、個人の資質や能力のほかに、身体状況、社会経済状況、住居や職場の環境、対人関係など、多くの要因が影響します。

うつ病、統合失調症*、双極性障害*、アルコール・薬物・インターネットなどの依存症はこころの病気の代表的なものです。このような病気は、誰でもかかる可能性があり、こころの健康を維持するための生活や、こころの病気への対応を多くの人が理解することが重要です。

このため、区民がこころの健康に関心を持ち、こころの健康の保持増進ができるよう、普及啓発を行います。

また、専門家の相談や治療が必要な方が、適切に相談・治療を受けられるように保健所・保健センターで保健師がアドバイスします。

アルコール・薬物・インターネットなどの依存症を予防するために正しい知識の普及を行います。

葛飾区の自殺死亡率は、国や東京都と比較して高い傾向にあり、その対策を講じていく必要があります。

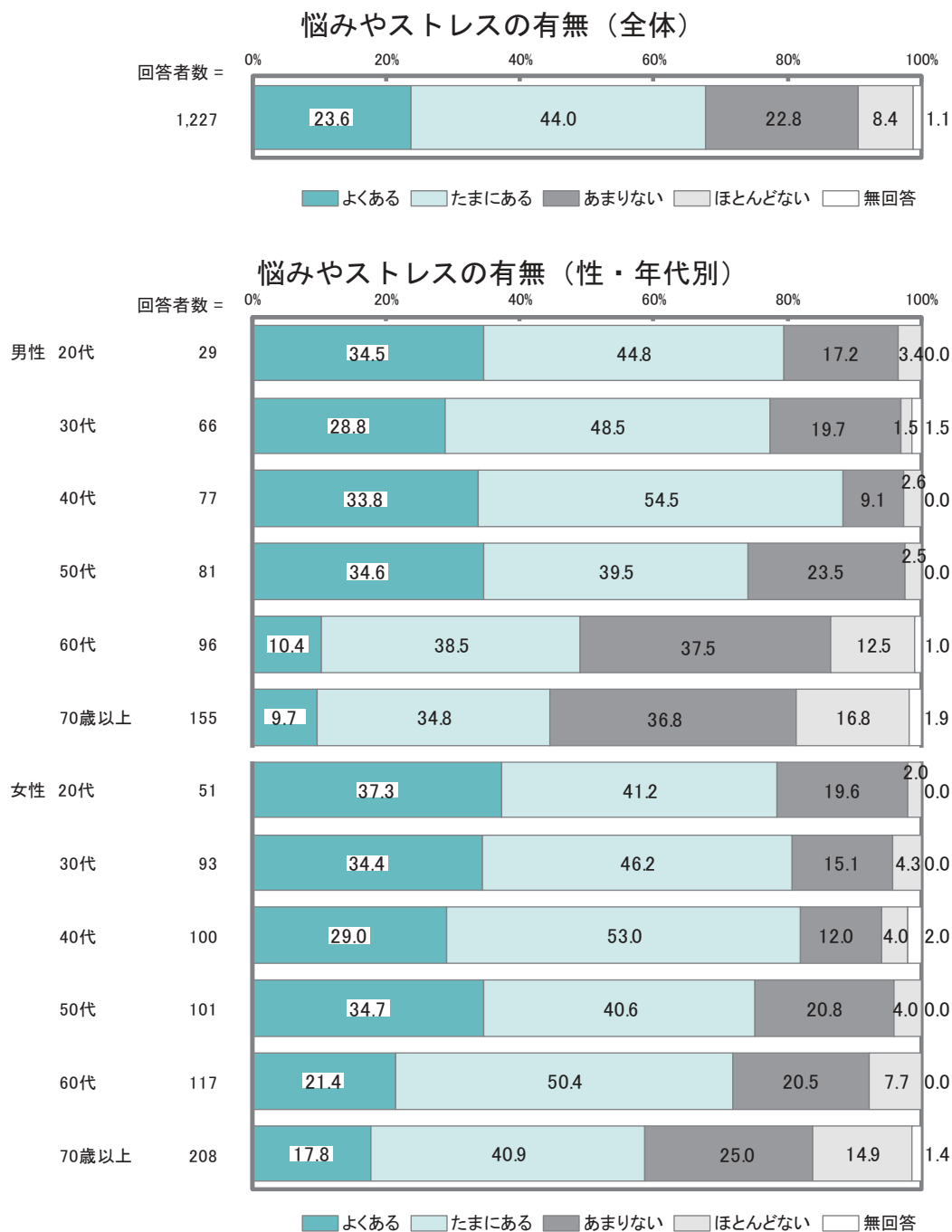
自殺対策についての正しい知識の普及と地域社会や職場の環境づくり、自殺の危険性に周囲の人が気づき、適切に対処するための相談体制の整備、自殺未遂者の支援などを行います。

また、自殺対策基本法に基づき、葛飾区においても平成31(2019)年度に「自殺対策計画」を策定し、総合対策として推進していく予定です。

【現状と課題】

① 悩みやストレスの有無

平成 29 (2017) 年調査によると、「よくある」と「たまにある」を合わせた『ある』の割合は 67.6%で、7割近くの方が悩みやストレスを抱えています。また、男女ともに 40 代で高くなっています。悩みやストレスを一人で抱え込まないよう、適切な相談窓口へつなぐことが必要です。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30 (2018) 年 3 月刊行）

② 悩みやストレスの原因

平成 29（2017）年調査によると、悩みやストレスの原因は年代別で異なります。男女ともに 20 代から 60 代では「自分の仕事」、「収入・家計・借金など」が高く、70 歳以上では「自分の病気や介護」が高くなっています。

悩みやストレスの原因（性・年代別）

（％）

	回答者数	自分の仕事	収入・家計・借金など	家族以外との人間関係	自分の病気や介護	家族との人間関係	家族の病気や介護	生きがいに関する事	住まいや生活環境（公害、安全および交通事情を含む）	自由にできる時間がない	家事
男性 20 代	29	69.0	41.4	31.0	3.4	13.8	0.0	31.0	3.4	13.8	0.0
30 代	66	69.7	28.8	13.6	6.1	16.7	7.6	9.1	6.1	10.6	6.1
40 代	77	68.8	26.0	16.9	13.0	13.0	10.4	13.0	6.5	3.9	6.5
50 代	81	59.3	14.8	14.8	11.1	6.2	17.3	12.3	11.1	3.7	1.2
60 代	96	30.2	16.7	10.4	21.9	11.5	9.4	13.5	11.5	3.1	4.2
70 歳以上	155	11.0	12.9	9.7	21.9	9.0	10.3	10.3	4.5	3.2	1.9
女性 20 代	51	58.8	31.4	39.2	5.9	19.6	7.8	15.7	13.7	13.7	11.8
30 代	93	39.8	36.6	33.3	8.6	21.5	9.7	7.5	12.9	21.5	22.6
40 代	100	53.0	35.0	24.0	13.0	21.0	14.0	13.0	8.0	13.0	18.0
50 代	101	41.6	32.7	30.7	15.8	29.7	27.7	11.9	9.9	11.9	7.9
60 代	117	25.6	22.2	13.7	16.2	20.5	15.4	14.5	12.8	9.4	6.8
70 歳以上	208	4.8	8.7	16.8	32.2	17.8	8.7	10.1	7.2	2.9	4.8

出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

悩みやストレスの原因（性・年代別）

(%)

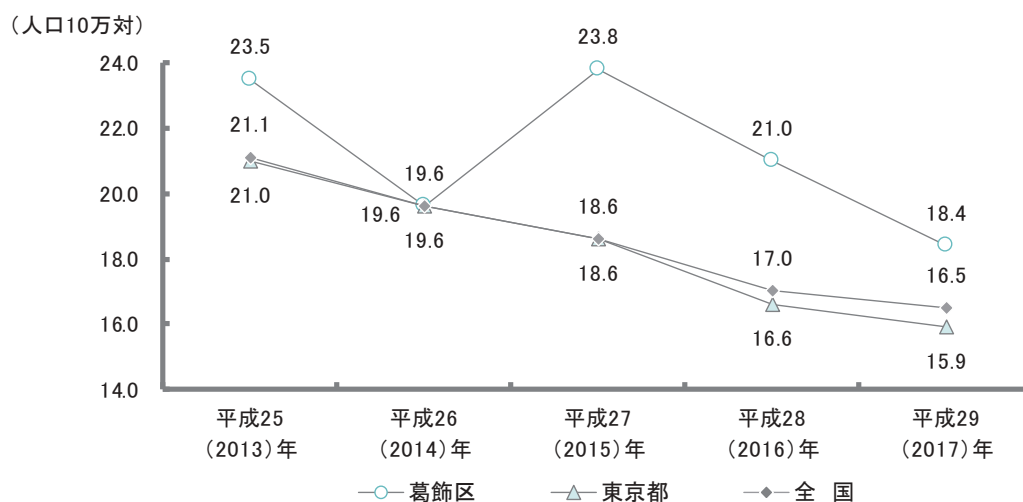
	育児	家族の仕事	進学(学業、受験及び)	就職(求職)に関する	恋愛・性に関する	子どもの結婚	結婚	妊娠・出産	はじめ、セクシュアル・ハラスメント	離婚
男性 20代	0.0	6.9	3.4	27.6	27.6	0.0	10.3	0.0	0.0	0.0
30代	15.2	1.5	4.5	4.5	4.5	0.0	1.5	0.0	3.0	0.0
40代	6.5	5.2	1.3	2.6	7.8	0.0	3.9	0.0	0.0	1.3
50代	1.2	0.0	1.2	6.2	2.5	1.2	0.0	0.0	2.5	1.2
60代	0.0	3.1	1.0	2.1	1.0	6.3	1.0	0.0	0.0	0.0
70歳以上	0.0	2.6	0.0	0.6	0.6	3.9	0.0	0.0	0.0	0.0
女性 20代	7.8	5.9	7.8	13.7	19.6	0.0	5.9	5.9	2.0	0.0
30代	37.6	7.5	12.9	5.4	8.6	0.0	8.6	12.9	1.1	1.1
40代	24.0	11.0	20.0	5.0	3.0	0.0	2.0	0.0	1.0	1.0
50代	1.0	14.9	7.9	3.0	1.0	5.9	0.0	0.0	2.0	2.0
60代	0.0	3.4	1.7	2.6	0.0	9.4	0.0	0.0	0.0	0.0
70歳以上	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0	3.8	0.0	0.0	1.4	0.0

出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

③ 自殺に関する状況

葛飾区の自殺死亡率は平成 27（2015）年より減少傾向にあります。全国や東京都よりも高くなっています。

自殺死亡率の経年変化（国・都・区）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【施策目標】

こころの健康を保ち、支え合う社会を目指します。
自殺死亡率を低下させます。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
自殺死亡率 (人口10万対)	葛飾区における 自殺者数/人口 ×10万	18.4 (平成29(2017) 年値)	17.4 (平成33(2021) 年値)	17.0 (平成35(2023) 年値)	減らす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- こころの健康づくりのために、普及啓発活動を行います。
- アルコール・薬物・インターネットなどの依存症を予防するため、正しい知識の普及と、相談支援体制の構築を図ります。
- 自殺対策について効果的な対策を検討します。

重点事業

○精神保健相談（保健予防課、保健センター）

うつ病、統合失調症、双極性障害、アルコール・薬物・インターネット等の依存症など、広範囲にわたる精神保健や精神障害に関する相談をし、悩みや不安を解消します。医師や保健師による相談を実施します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
医師による相談件数 (延)	383件	430件	430件	430件	430件	430件	継続 実施
保健師による相談・ 指導件数(延)	28,265件	20,000件	20,000件	20,000件	20,000件	20,000件	継続 実施

○精神保健教室（保健予防課、保健センター）

区民がこころの健康に関心を持ち、精神的健康の保持増進ができるように、こころの健康づくりに関する知識の普及啓発のための講演会などを開催します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
精神保健講演会・ 家族教室参加者延数	780 人	800 人	820 人	840 人	860 人	880 人	増やす
開催回数	21 回	21 回	21 回	21 回	21 回	21 回	継続 実施

○自殺対策事業（保健予防課）

- ・区民がパソコンや携帯電話で、ストレス度や落ち込み度を気軽にチェックできるようにします。
- ・自殺対策に関する正しい知識の普及啓発を進めます。
- ・教職員、区職員、区民を対象としたゲートキーパー*研修を開催し、自殺の危険がある人に気付き、話を丁寧に聴いて必要な相談窓口につなぐことができる人材を育成します。
- ・医療機関と連携し、自殺未遂にいたった方に相談支援を行います。
- ・地域や関係機関と連携し、効果的な自殺対策を検討します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
講演会の開催	2回	2回	2回	2回	2回	2回	継続 実施
リーフレット等の作成・配布	10,000部	10,000部	10,000部	10,000部	10,000部	10,000部	継続 実施
ゲートキーパー研修の実施	5回	5回	5回	5回	5回	5回	継続 実施
ゲートキーパーの育成	200人	220人	220人	220人	220人	220人	継続 実施
救急病院との連携	2医療 機関	3医療 機関	3医療 機関	4医療 機関	5医療 機関	5医療 機関	継続 実施
相談窓口連携会議	検討	検討	検討	運営	運営	運営	継続 実施
自殺対策連絡協議会	検討	運営	運営	運営	運営	運営	継続 実施

実施事業

○自殺予防教育（学校教育支援担当課）

児童・生徒の心の危機のサインに気づき、寄り添い、受け止めるなど、自殺を防ぐために必要な知識やスキルを身に付けるため、教職員を対象としたゲートキーパー研修を実施します。また、生命を尊重する教育の充実を図るほか、国の自殺総合対策大綱で学校が推進すべきとされている「SOSの出し方に関する教育」に取り組み、児童・生徒が悩みを抱えたときに助けを求めることができるようにするとともに、身近にいる大人や友人も小さな変化に気づき、それを受け止め、支援できるようにします。

○健康総合相談「健康ホットラインかつしか」（地域保健課）【再掲】

（P77、1（7）相談体制づくり）

○産後ケア体制の整備（保健センター、子ども家庭支援課）【再掲】

（P34、1（2）次世代・親子の健康づくり）

○親と子の心の健康づくり（子ども家庭支援課、保健センター）【再掲】
（P36、1（2）次世代・親子の健康づくり）

○訪問指導（こんにちは赤ちゃん訪問事業）
（子ども家庭支援課、保健センター）【再掲】
（P36、1（2）次世代・親子の健康づくり）

○4か月児健康診査
（子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課）【再掲】
（P34、1（2）次世代・親子の健康づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- ・ストレスの対処法に関する正しい知識を持ち、日常生活で実践しましょう。
- ・こころの健康について正しい知識を持ちましょう。
- ・悩みやストレス抱え込まずに、身近な人や相談窓口にご相談しましょう。
- ・必要に応じて医療機関を受診するなど、専門的な支援を受けましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・必要に応じ専門機関につなげます。
- ・こころの健康づくりに関する普及啓発を行います。
- ・区と協働し、自殺対策を検討します。

(6) 障害や疾病に応じた療養支援

障害や難病、公害など一人ひとりの障害や疾病に応じた療養支援を行います。

とりわけ精神障害者保健福祉手帳の所持者数は、近年増加傾向にあります。精神障害のある方が、住み慣れた地域で充実した生活を送ることができるよう、医療、福祉・介護、住まい、社会参加、地域の助け合いが包括的に確保された「精神障害に対応した地域包括ケアシステム」の実現を目指します。また、措置入院等で入院した精神障害のある方や長期入院患者が退院後、医療を継続し、住み慣れた地域で生活するための仕組みづくりが課題になっています。

このため、措置入院等で入院した精神障害のある方や精神科長期入院患者が退院して自分らしい生活を送るために、地域における支援体制を構築するとともに、退院に向けた支援を行います。

さらに、関係団体や区民などで構成する精神保健福祉包括ケア推進協議会において、葛飾区の特性に見合ったシステムを構築していくための方策を検討します。

難病認定患者数は近年、難病医療費助成対象疾病が増加したこともあり、増加傾向にあります。

国は平成25(2013)年4月に障害者自立支援法を改正し、障害の定義に難病を追加し、障害のある方の日常生活および社会生活を総合的に支援するため、「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」(以下「障害者総合支援法」という。)を施行しました。

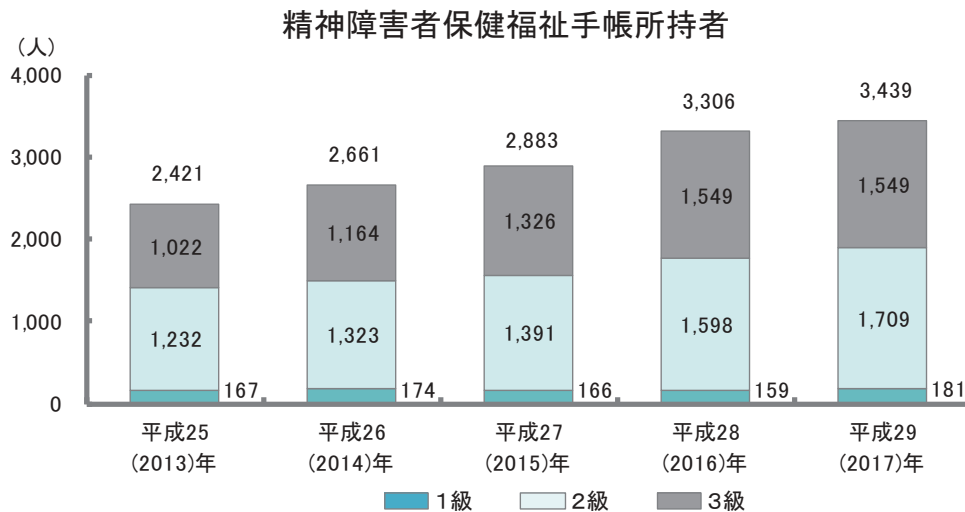
難病には多くの疾病があり、その症状や治療、疾病に伴う障害も異なります。そのため、一人ひとりの疾病に応じた在宅療養支援を行います。

「公害健康被害の補償等に関する法律」に基づく被認定者や「東京都大気汚染に係る健康障害者に対する医療費の助成に関する条例」に基づく認定患者数は、ともに減少傾向にあります。児童・生徒のぜん息罹患者数が多いことから、引き続き、患者支援を行うとともにぜん息児水泳教室などの症状改善事業の充実を図っていきます。

【現状と課題】

① 精神障害者保健福祉手帳所持者の推移

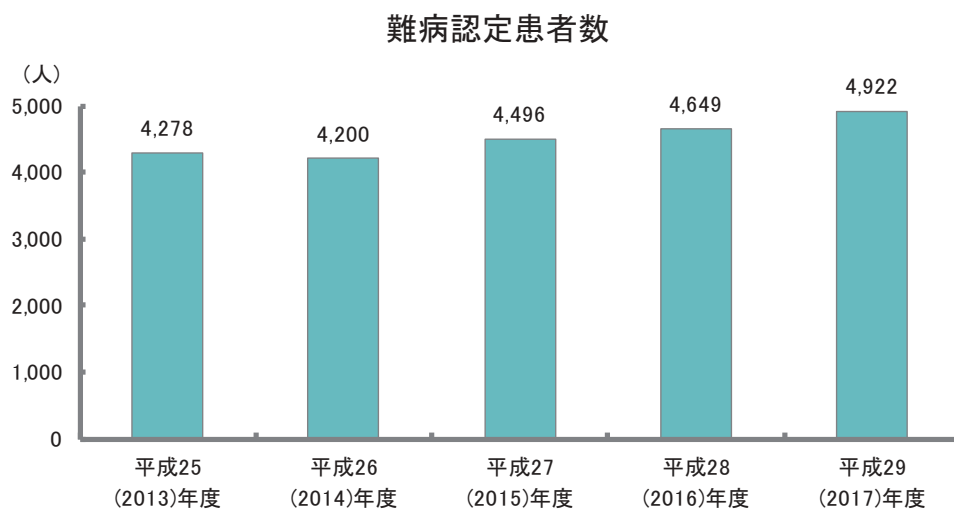
精神障害者保健福祉手帳所持者数は年々増加しています。精神障害のある方が住み慣れた地域で過ごせる体制づくりが必要です。



出典：庁内資料（各年4月1日現在）

② 難病認定患者数

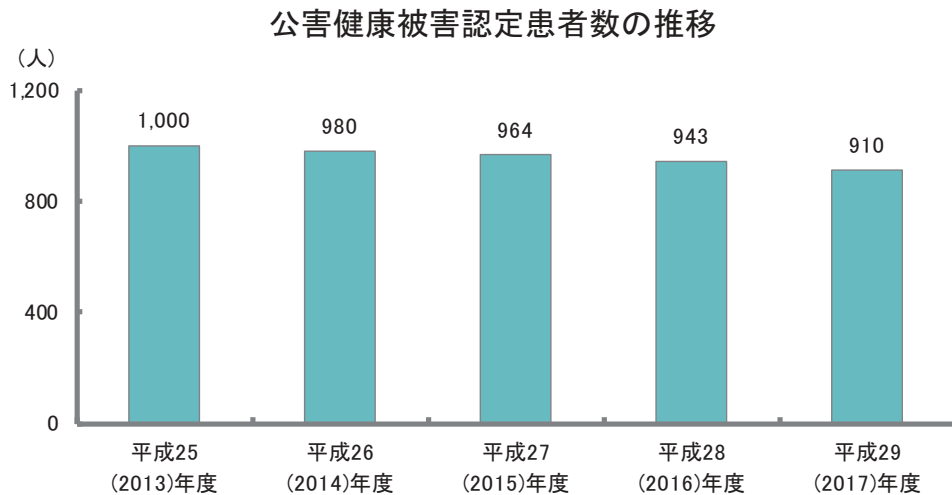
難病認定患者数の推移は、平成26(2014)年度以降増加し、平成29(2017)年度で4,922人となっています。



出典：庁内資料

③公害健康被害認定患者数の推移

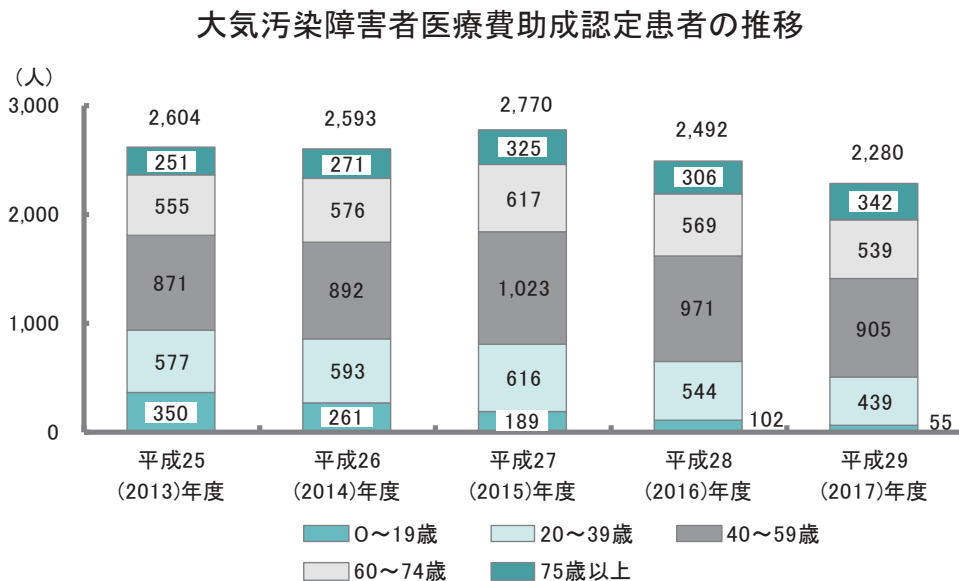
公害健康被害の補償等に関する法律の施行による第一種地域の指定解除が行われ、昭和 63（1988）年3月1日以降、被認定者の新規認定はなくなりました。それ以前に認定されていた被認定者には、引き続き補償給付が支給されています。



出典：庁内資料

④大気汚染障害者医療費助成認定患者の推移

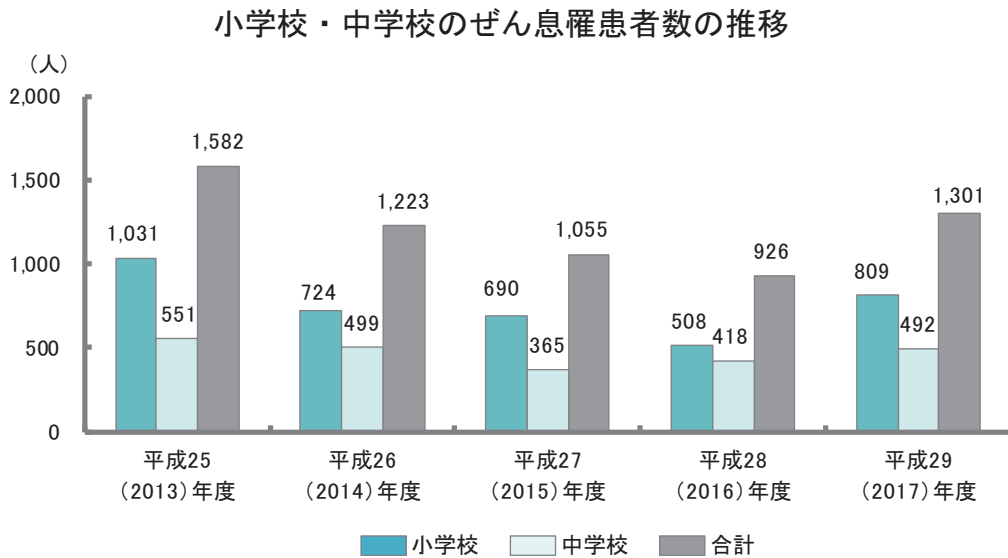
大気汚染障害者医療費助成認定患者は平成 27（2015）年度以降減少傾向にあり、平成 29（2017）年度で2,280人となっています。一方、75歳以上では増加傾向にあり、平成 29（2017）年度で342人となっています。



出典：庁内資料

⑤小学校・中学校のぜん息罹患者数

定期健康診断における区立小・中学校のぜん息罹患者数は平成 25(2013)年度より減少傾向にありましたが、小学校は平成 29(2017)年度、中学校は平成 28(2016)年度より増加しています。



出典：庁内資料

【施策目標】

障害や疾病に応じた相談や在宅療養支援を行います。

指標	算出方法・説明または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の方向
精神科の長期入院患者数	精神保健福祉資料(厚生労働省調査)	343人	313人	293人	減らす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 精神障害のある方が住み慣れた地域で生活を送ることができる体制を整備します。
- 難病患者に対する医療や在宅療養について相談支援を行います。
- 難病患者を支援する関係機関等が連携し、支援体制の強化を図ります。
- ぜん息に関する正しい知識の普及やぜん息の予防・改善に取り組みます。

重点事業

○措置入院患者等の退院支援（保健予防課、保健センター）【新規】

措置入院患者等に、国が示す精神障害者の退院支援に関するガイドラインに基づき、退院後支援計画を作成し、退院支援を行います。また、精神科長期入院患者が退院して地域での生活を送るために、地域における支援体制を構築します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の方向
退院後支援計画の作成	未実施	30件	40件	50件	60件	70件	増やす
長期入院患者の退院支援	未実施	12件	17件	18件	19件	20件	増やす

○精神障害者の地域生活支援拠点の整備（保健予防課）【新規】

精神障害のある方の居住支援のための機能（相談、体験の機会・場、緊急時の受入れ・対応、地域の体制づくり）を整備することで、精神障害のある方の生活を地域全体で支える体制を構築します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
地域生活支援拠点の整備	未整備	検討	検討	検討	整備	運営	整備・運営

○精神障害者の体験型グループホームの整備（保健予防課）【新規】

精神科病院に入院中から生活力を把握・評価するための体験宿泊ができるグループホームを整備することで、精神障害のある方の地域移行・地域定着支援を行います。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
体験型グループホームの整備	未整備	検討	整備	整備	整備	整備	継続実施

○精神保健福祉包括ケア推進協議会の運営（保健予防課）

葛飾区における地域精神保健福祉活動を総合的かつ効果的に推進するため、区の精神保健福祉の課題について協議します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
精神保健福祉包括ケア推進協議会	検討	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施

○難病対策地域協議会の運営（保健予防課）

難病患者およびその家族に対する支援に関する課題を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図るとともに、難病対策のあり方について協議します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
難病対策地域協議会	運営	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施

実施事業

○自立支援給付（障害福祉課、保健予防課）

障害者総合支援法に基づく、障害者の自立支援給付制度（障害福祉サービス）の周知や障害支援区分認定およびサービスの支給決定を行います。

○自立支援医療（障害福祉課、保健予防課）

障害者総合支援法に基づき、障害者の医療費の一部を助成します。

○日常生活用具給付（障害福祉課、保健予防課）

日常生活用具の給付により、障害者の日常生活を支援します。

○移動支援事業委託（障害福祉課、保健予防課）

障害者総合支援法に基づき、障害者に対し地域活動支援事業に係るサービスを提供します。

○難病患者等訪問相談・指導（保健予防課、保健センター）

難病患者等で療養指導が必要な方に対し、保健師などがその家庭を訪問して、健康問題を総合的に把握し、相談支援を行います。

○難病医療相談（保健予防課）

神経系難病専門医師による総合的な医療相談を実施することにより、相談者の的確な診断と治療の方向付けを行います。

○難病等医療費助成（保健予防課）

難病医療費助成、小児慢性特定疾病医療費助成制度の周知や受付を行います。

○難病患者等福祉手当（保健予防課）

難病患者に対して、難病患者福祉手当を支給することにより、福祉の増進を図ります。

○在宅難病患者一時入院（保健予防課、保健センター）

難病患者の在宅生活を支えている家族などの介護者が、自身の病気や事故等の理由によって一時的に介護ができなくなった場合に、指定の医療機関への一時入院を行います。

○在宅人工呼吸器使用難病患者訪問看護（保健予防課、保健センター）

在宅で、人工呼吸器を使用しながら療養している難病患者に対し、1日複数回、訪問看護ステーション等の看護師などが訪問看護を行います。

○地域難病ケアネットワーク会議の運営（保健予防課）

難病患者を地域で総合的に支援していくために、難病患者をとりまく各関係機関が区の難病対策の推進に関する情報交換を行い、保健、医療、福祉の療養支援ネットワークの構築を図ります。

○難病リハビリ教室（保健予防課、保健センター）

パーキンソン病などの神経難病の方に対して、心身の機能の維持回復に必要な機能訓練を実施します。

○難病患者会支援（保健予防課）

パーキンソン病等の患者・家族が長期療養するうえで、支えの場となる患者会の利用を促進し、情報提供・交換の場や機会を提供します。

○人工呼吸器を使用する在宅患者支援体制の整備（地域保健課）【再掲】

（P146、4（2）災害医療の充実）

○施設通所者健康診査事業（健康づくり課）

区内の障害者施設の通所者が、適切な健康診査を受診することにより、健康的な生活をするようにします。

○障害児・者歯科診療（健康づくり課）【再掲】

（P117、2（7）歯と口の健康づくり）

○音楽訓練教室（地域保健課）

音楽療法士がぜん息児に歌や踊り、楽器の使用などの指導を通して腹式呼吸を習得させ、呼吸機能を向上させます。保護者にも、腹式呼吸の方法や効果を説明し、家庭でも取り組むことができるようにします。

○ぜん息教室（地域保健課）

ぜん息に関する正しい知識を普及し、発作時等における症状の軽減を図ります。

○ぜん息児水泳教室（地域保健課）

水泳をすることによりぜん息の症状の改善につなげていきます。水泳以外にも定期的に運動を続けるなど継続した体力づくりにつなげます。

○公害認定患者インフルエンザ予防接種費支給（地域保健課）

インフルエンザに罹患することにより、ぜん息などの症状が悪化しないよう、被認定者に対してインフルエンザ予防接種の自己負担金を助成します。

○公害認定患者家族療養指導事業（地域保健課、保健センター）

公害認定患者に対して、保健師が電話や訪問をすることで、近況を把握し、療養に必要な助言・指導を行います。



区民一人ひとりの取り組み

- ・障害、難病、ぜん息などに対する正しい知識を持ちましょう。
- ・医療機関や相談機関から正しい情報を得て、医療・福祉のサービスを適切に利用しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、障害や疾病に応じた療養を支援します。
- ・障害、難病、ぜん息患者の在宅療養を支援するため、関係機関との連携を図ります。

(7) 相談体制づくり

身体やこころの健康などで悩みやストレスを抱えているときは、何でも相談できる相談相手を確保することが大切です。自分以外の人に相談することで、一人で抱えていた悩みやストレスを軽減させることができます。

このことから、健康に関することについて何でも相談できる総合相談窓口などを設置しています。相談窓口の周知等を進めていきます。

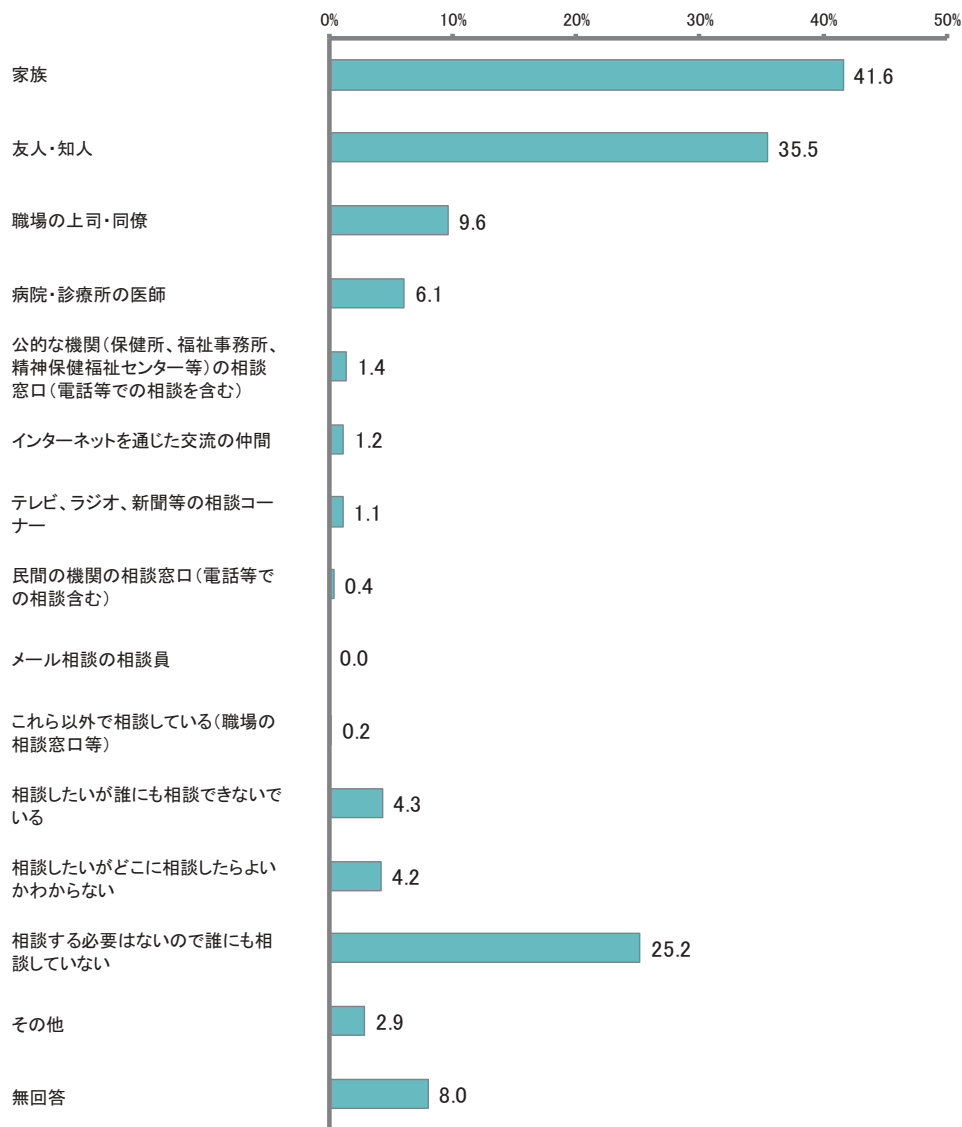
【現状と課題】

① 悩みやストレスの相談相手

平成 29 (2017) 年調査によると、悩みやストレスの相談相手は「家族」が 41.6%、次いで「友人・知人」が 35.5%と高くなっている一方で、公的な機関（保健所、福祉事務所、精神保健福祉センター等）の相談窓口は 1.4%と低い割合となっています。葛飾区で設置している相談窓口の周知が必要です。

悩みやストレスの相談相手

回答者数 = 1,227



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成 30 (2018) 年 3 月刊行)

【施策目標】

身体やころなどの健康に関することについて
気軽に相談できる体制をつくります。

【具体的な取り組み】

区の取り組み

取り組みの方向性

- 気軽に相談できるよう、電話での相談やプライバシーに配慮した相談を行います。
- 相談窓口の周知を行います。

重点事業

○健康総合相談「健康ホットラインかつしか」（地域保健課）

健康に関するあらゆる相談を電話にて受け付けます。医師や看護師、臨床心理士などの専門職がきめ細かな対応で不安や疑問を解消します。相談内容によっては、保健センターの保健師が必要に応じて訪問し、支援を行います。

事業目標	現状値	平成31 (2019)年度	平成32 (2020)年度	平成33 (2021)年度	平成34 (2022)年度	平成35 (2023)年度	指標の 方向
相談件数	7,492件	7,500件	7,600件	7,700件	7,800件	7,900件	増やす



△健康ホットラインかつしかの案内

実施事業

- 自殺対策事業（保健予防課）【再掲】
（P62、1（5）こころの健康づくり）

- 精神保健相談（保健予防課、保健センター）【再掲】
（P61、1（5）こころの健康づくり）

- 難病医療相談（保健予防課）【再掲】
（P72、1（6）障害や疾病に応じた療養支援）

- 特定妊婦電話相談（子ども家庭支援課、保健センター）【再掲】
（P36、1（2）次世代・親子の健康づくり）

- 患者相談窓口の運営（生活衛生課）【再掲】
（P150、4（3）医療サービスの確保）



区民一人ひとりの取り組み

- ・何でも相談できる相手を見つけましょう。
- ・悩みやストレスを一人で抱え込まず、相談しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・相談窓口を紹介します。

2 生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の定着

(1) がんの予防と早期発見

がんは、日本人の死亡原因の第1位であり、生涯のうちに約2人に1人は、がんに罹患するとされています。

葛飾区においてもがんが死亡原因の第1位であり、死亡率（年齢調整死亡率*）は国より高くなっています。また、各がん検診の受診率は、国が目指すがん検診受診率50%を達成していない状況です。

がんによる早すぎる死を防ぐためには、がんになることを予防することと、がんにかかっても早期に発見・治療することが重要です。

また、がんは、喫煙、食事や運動などの生活習慣、ウイルスや細菌の感染が関与することが明らかになっています。これらの科学的根拠に基づくがんの予防方法について、積極的に情報提供を行うことが重要です。

このことから、がんによる死亡を減らすことを目指し、生涯にわたって生活の質を向上させるために、がん検診をより区民が利用しやすい方法で実施することなどにより、受診率の向上を図り、がんの早期発見・早期治療につなげます。また、がんの予防やがん患者の支援といった、がん対策の取り組みも行います。

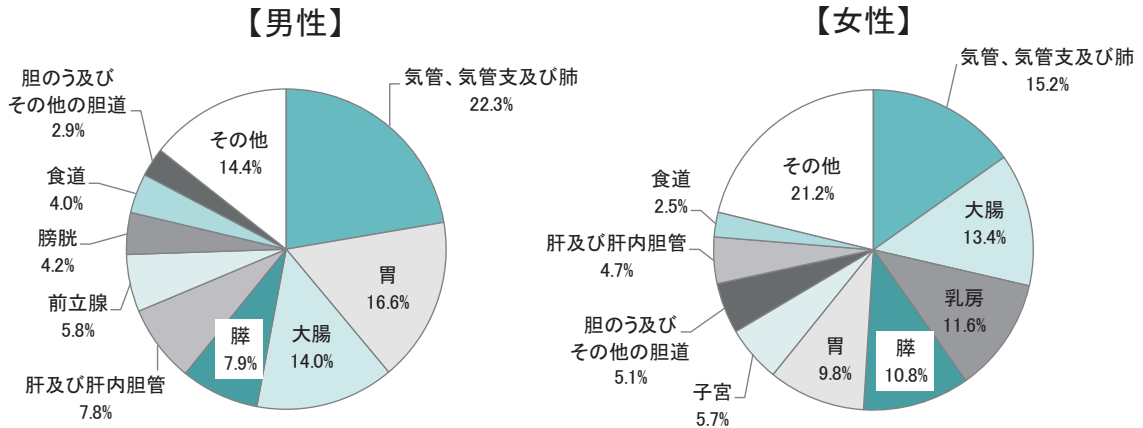
【現状と課題】

① がんによる死亡の状況

平成28（2016）年の死因の中で悪性新生物（がん）は最も多い死因で、その割合は29.4%にのぼります。（P14 参照）

部位別死亡者の割合は、男女ともに「気管、気管支及び肺」が最も高く、男性で22.3%、女性で15.2%となっています。次いで、男性では「胃」が16.6%、「大腸」が14.0%、女性では「大腸」が13.4%、「乳房」が11.6%となっています。性別でがんになりやすい部位に違いがあります。

悪性新生物（がん）の部位別死亡者の割合

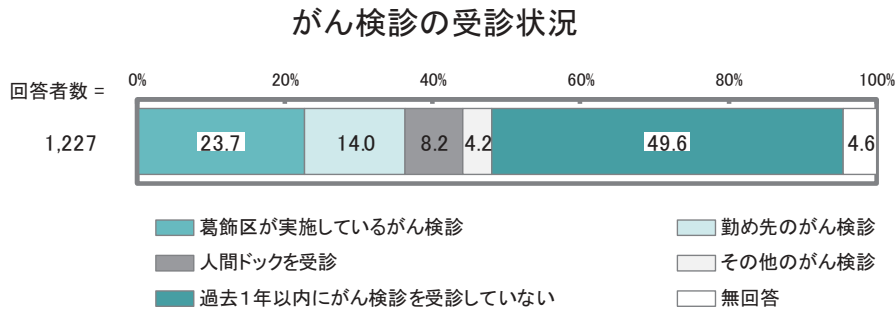


出典：平成 28（2016）年「人口動態統計」より算出

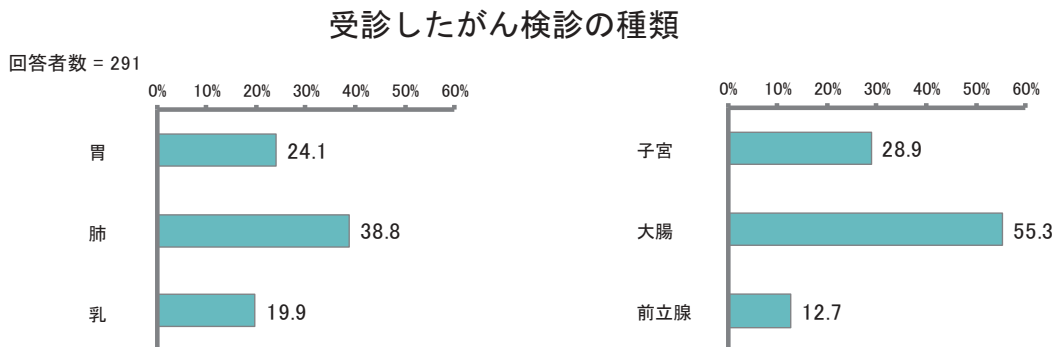
② がん検診の受診状況・受診したがん検診の種類

平成 29（2017）年調査によると、「葛飾区が実施しているがん検診」を受診した割合は 23.7%でした。「過去 1 年以内にがん検診を受診していない」割合は 49.6%と高くなっています。

がん検診の必要性の周知などがん検診の受診促進に対する取り組みが必要です。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

【施策目標】

がん検診の受診率を向上させます。

指標	算出方法・説明または出典	現状値※	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の方向
胃がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	1.3%	2.7%	2.9%	上げる
肺がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	40.5%	42.1%	42.9%	上げる
大腸がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	21.6%	22.6%	23.0%	上げる
子宮頸がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	11.2%	14.7%	16.5%	上げる
乳がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	16.2%	17.8%	18.2%	上げる
前立腺がん検診受診率	受診者数÷ 対象者数× 100	18.9%	20.0%	20.6%	上げる

※ 葛飾区で実施しているがん検診の受診率を表したものです。

【具体的な取り組み】



区での取り組み

取り組みの方向性

- がんの予防、早期発見・早期治療に結びつけるために、がん検診の受診率向上に向けた取り組みや精度管理の向上を図ります。
- がんに関する正しい知識の普及啓発や相談体制の充実を図ります。

重点事業

○がん検診の実施（健康づくり課）

- がんによる死亡を防ぐためには、がんを早期に発見することが必要不可欠であり、各種がん検診を実施します。

<がん検診の種類>

- ①胃がん検診 ②子宮頸がん検診 ③肺がん検診
- ④乳がん検診 ⑤大腸がん検診 ⑥前立腺がん検診
- ⑦胃がんハイリスク検診

胃がん検診については、胃内視鏡検査を導入します。（対象は50歳以上で、2年に1回実施）

- より多くの区民ががん検診を受診するよう、個別の受診勧奨や再勧奨、受診券シールの送付など、受診率向上のための取り組みを行います。
- がんの予防やがん検診受診の大切さなど、広報かつしかや区のホームページなどでがんに関する正しい知識の普及啓発を行います。
- 各がん検診について精度管理委員会を設置して、がん検診の質の向上、がん検診対象者情報の適切な把握と管理、精密検査結果把握の仕組みづくりを行います。



△ピンクリボンキャンペーン
（健康プラザかつしか）の様子

【がん検診一覧】

(平成30(2018)年度現在)

検診の種類	検診項目	対象者	受診間隔
胃がん検診	胃部エックス線検査	40歳以上	年1回
子宮頸がん検診	視診、子宮頸部の細胞診及び内診	20歳以上	年1回
肺がん検診	胸部エックス線検査	40歳以上	年1回
	喀痰細胞診	50歳以上 ※喫煙指数 (1日本数×年数) 600以上の方	
乳がん検診	視触診、乳房エックス線検査 (マンモグラフィ)	40歳以上	2年に1回
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上	年1回
前立腺がん検診	血液検査(PSA検査)	60歳から74歳	年1回
胃がん ハイリスク検診	血液検査(ABC分類)	40、50、60歳の 国民健康保険加入者	対象年齢時

○相談体制等の充実(健康づくり課)【新規】

がん予防に関する普及啓発を行います。また、がん患者の支援や相談体制の充実を図ります。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
がん予防に関する 普及啓発	検討	検討・ 実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
がん患者の支援、 相談体制などの充実	検討	検討・ 実施	実施	実施	実施	実施	継続実施

実施事業

○肝炎ウイルス検査事業（健康づくり課）

肝がんへの進行を防ぐため、特定健康診査などと同時に、B型・C型肝炎ウイルス検査を実施します。

○がん教育（指導室）

がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識がもてるよう、がん教育に関する授業を実施します。

○骨髄移植ドナー支援事業（健康づくり課）

骨髄・末梢血幹細胞提供者の経済的負担の軽減を図り、移植およびドナー登録の拡大を推進するため、提供者と提供者が勤務する事業所に助成金を交付します。



区民一人ひとりの取り組み

- がん予防に関する正しい知識を持ちましょう。
- 定期的ながん検診を受診し、結果が要精密検査の場合は早期に医療機関を受診しましょう。
- 家庭でがんについて考え、予防行動や検診の重要性を理解しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- がん検診の実施に協力します。
- がん検診の精度管理の向上を図ります。
- がんの予防対策、がん検診や定期的な受診の必要性について普及啓発を行います。
- 各職場においてがん検診を受けやすい体制づくりに努めます。

(2) 糖尿病の予防と重症化予防

糖尿病は、血液中の糖が増えすぎて全身に影響を与える病気です。初期には自覚症状があまりありませんが、治療せずに放置したり、治療を中断したりして血糖値が高い状態が持続すると、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まるほか、糖尿病腎症による透析や糖尿病網膜症による失明など深刻な合併症につながるおそれがある怖い病気です。

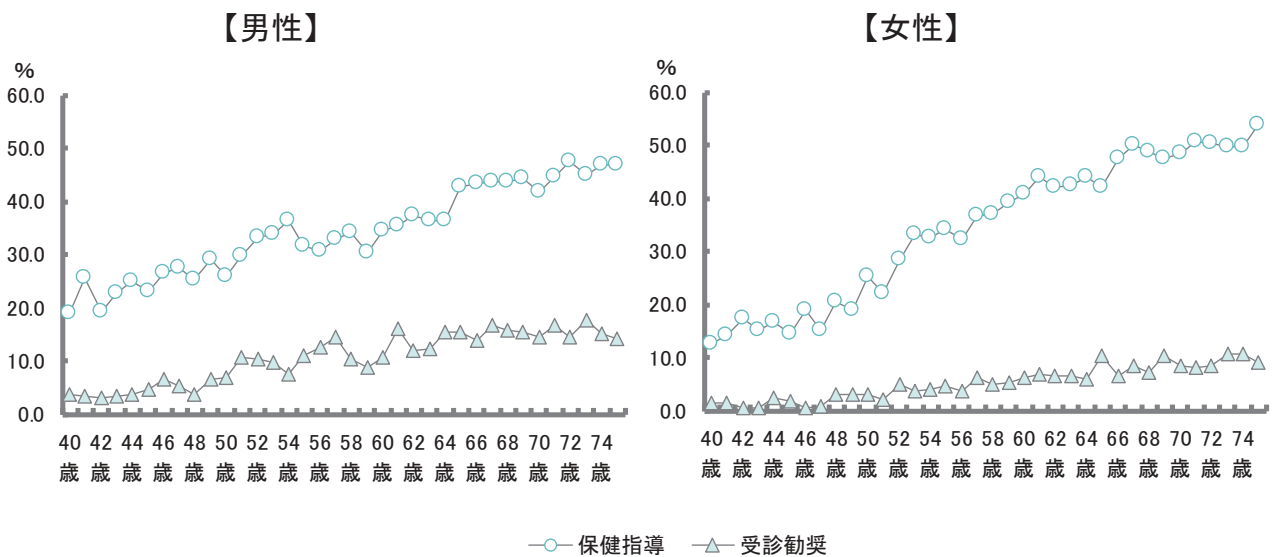
このことから、糖尿病を予防するため、正しい知識や予防意識が持てるように普及啓発を行うとともに、糖尿病の発症や合併症の進行を予防するための総合的な対策を行います。

【現状と課題】

① 特定健康診査 HbA1c* (ヘモグロビンエーワンシー) の値

平成 29 (2017) 年度の特定健康診査における HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) 判定値をみると、男女ともに年齢が高くなるにつれて、保健指導、受診勧奨の割合が高くなる傾向にあります。

特定健康診査 HbA1c 判定値の有所見率 (性・年代別)



※HbA1c 値：異常なし (5.5%以下)、保健指導 (5.6%以上 6.4%以下)、受診勧奨 (6.5%以上)

出典：庁内資料 (平成 29 (2017) 年度)

【施策目標】

特定健康診査・特定保健指導の受診率を向上させます。
糖尿病の発症および重症化を予防します。

指標	算出方法・説明または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の方向
国民健康保険加入者の特定健康診査受診率	受診者数／対象者数×100	51.0%	56.0%	60.0%	上げる
国民健康保険加入者の特定保健指導利用率	利用者数／対象者数×100	10.3%	40.0%	60.0%	上げる
国民健康保険加入者のうち、血糖コントロールが不良な区民の割合	特定健康診査の結果、HbA1c (NGSP 値) が 7.0% 以上の区民の割合	4.98%	4.78%	4.68%	減らす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- かつしか糖尿病アクションプランを推進するとともに、特定健康診査などの受診勧奨や生活習慣病予防に関する講座を実施し、糖尿病の予防や重症化の予防に取り組みます。

重点事業

○かつしか糖尿病アクションプランの推進（健康づくり課）

- 区内医療関係者の糖尿病診療の標準化や連携体制の強化を図るため、糖尿病対策推進会議や予防推進医療者講習会を開催します。
- 糖尿病の予防から療養指導までに関する正しい知識を普及啓発するため、イベントの開催やリーフレットの配布を行います。
- 糖尿病の発症や重症化を予防するため、未受診や治療中断を防止するためのサポート体制を構築します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
糖尿病対策推進会議	運営	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施
予防推進医療者講習会	2回	2回	2回	2回	2回	2回	継続実施
予防啓発チラシ作成・配布	30,000部	30,000部	30,000部	30,000部	30,000部	30,000部	継続実施
予防啓発イベントの開催	1回	1回	1回	1回	1回	1回	継続実施
産後糖尿病サポート	実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
糖尿病治療放置者受診勧奨	未実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
糖尿病治療中断者受診勧奨	未実施	検討	実施	実施	実施	実施	継続実施

○生活習慣病予防教室（健康づくり課）

生活習慣病を予防するために、区民向けの健康講座を実施します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
生活習慣病健康講座 の参加者数	49 人	120 人	140 人	160 人	180 人	200 人	増やす
生活習慣病健康講座 の実施回数	1 回	2 回	2 回	2 回	2 回	2 回	継続実施



△生活習慣病健康講座の様子

実施事業

○特定健康診査・特定保健指導事業（国保年金課）

糖尿病などの生活習慣病に着目した健康診査を行います。

保健指導が必要な方には、医師などの面接を行い、行動目標・行動計画を作成します。

○健康診査事業（後期高齢者医療事業）（国保年金課）【再掲】

（P55、1（4）高齢者の健康づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- 定期的に健康診査を受診しましょう。
- 糖尿病を予防する生活習慣を知り、生活習慣を改善しましょう。
- 糖尿病が疑われた場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- かつしか糖尿病アクションプランや特定健康診査・特定保健指導に協力します。
- 生活習慣の改善や疾病予防の大切さを周知します。
- 他の病気による受診から糖尿病が見つかることも多いため、早期発見・早期治療の観点で、受診者を支援・指導します。

(3) 適切な食生活による健康づくり

適切な食生活は、生命を維持し、一生を通じて人々が健やかで心豊かに生きていくために欠かせないものであり、社会的、文化的な営みとして、人々の生活の質との関りも深いものです。また、生活習慣病予防や健康増進のためには、栄養バランスの良い適切な量の食事は欠かせません。

葛飾区では「葛飾区食育推進計画」を策定し、区民一人ひとりが、食に関する知識とより良い生活スタイルを確立できるよう支援していきます。

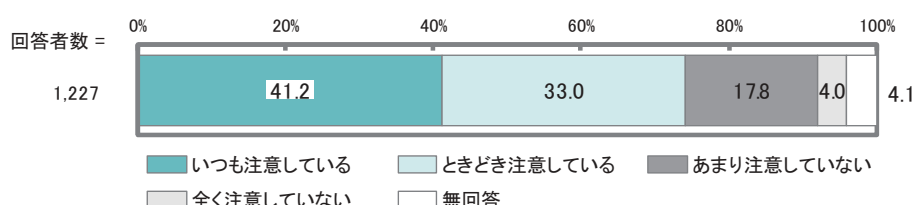
(「葛飾区食育推進計画」は 153 ページ)

【現状と課題】

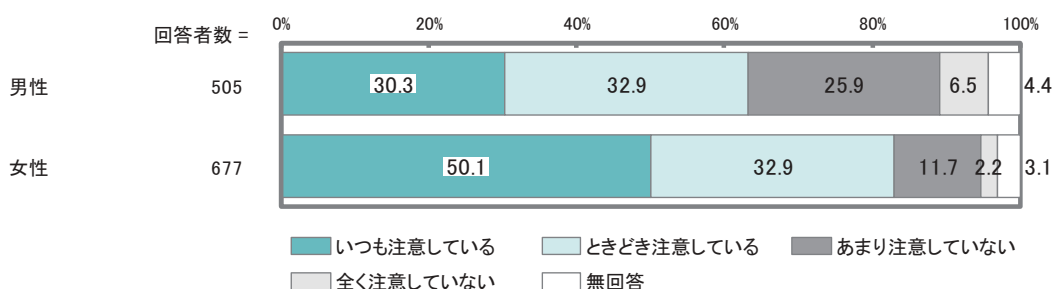
① 栄養バランスの配慮

平成 29 (2017) 年調査によると、「いつも注意している」と「ときどき注意している」を合わせた栄養バランスに『注意している』割合は、全体で 74.2% でした。男性は 63.2% で女性の 83.0% に比べ栄養バランスに注意する人が少ない傾向があります。

栄養バランスへの配慮 (全体)



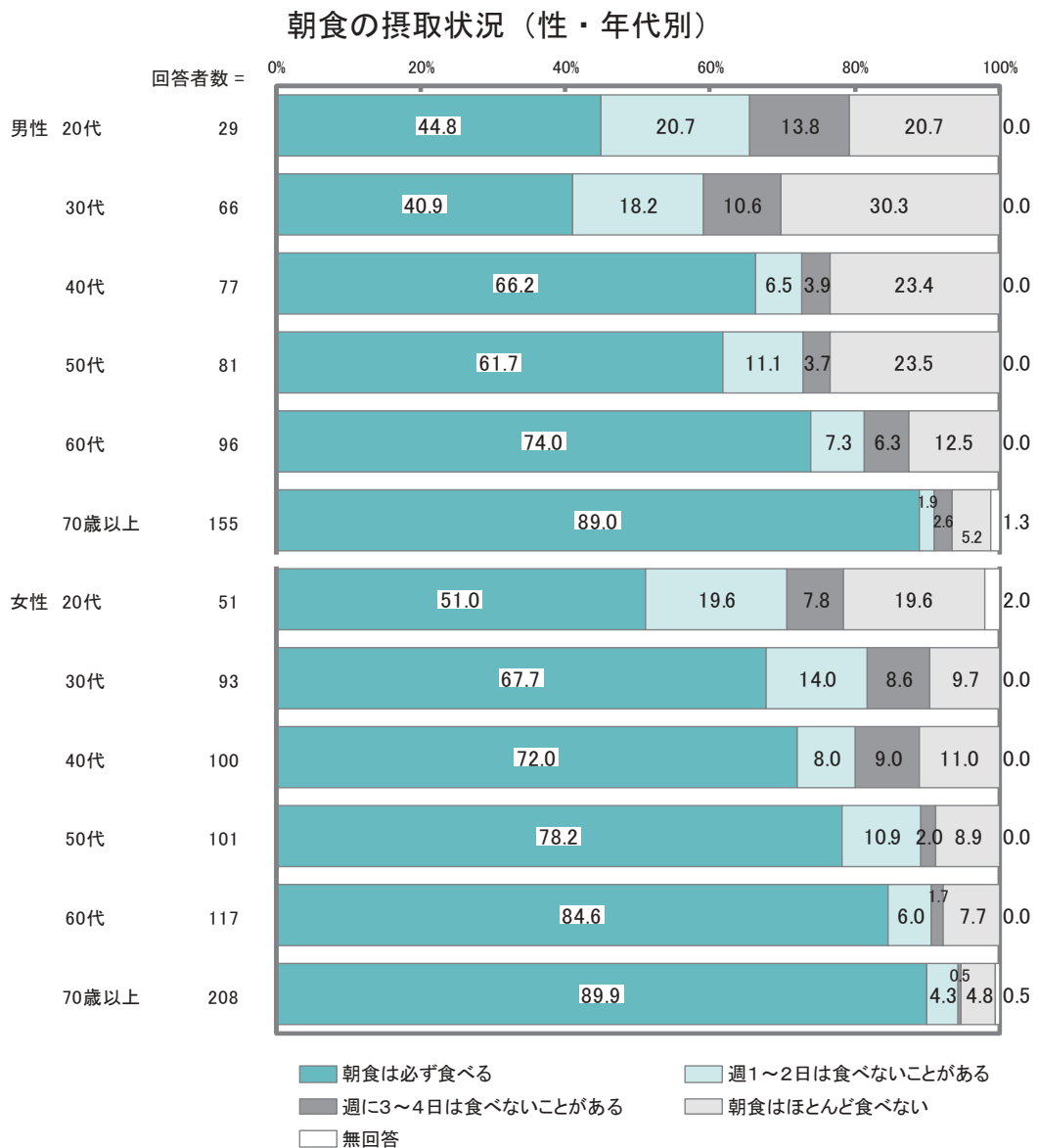
栄養バランスへの配慮 (性別)



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成 30 (2018) 年 3 月刊行)

② 朝食の摂取状況

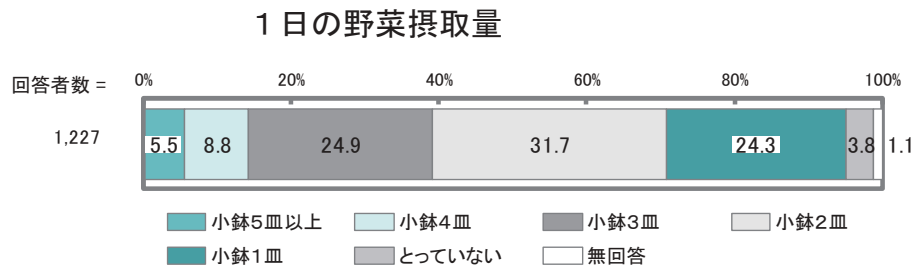
平成 29 (2017) 年調査によると、「朝食はほとんど食べない」(欠食率)は性・年代別で見ると、男性の 30 代の 30.3%が最も高くなっています。年齢が低い世代の方が、欠食率が高くなっています。正しい食生活の周知が必要です。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成 30 (2018) 年 3 月刊行)

③ 1日の野菜摂取量

1日の野菜摂取量の目標は350g以上です。平成29(2017)年調査によると、これを達成している「小鉢5皿」以上を摂取している割合は5.5%にとどまっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成30(2018)年3月刊行)

【施策目標】

食育に関心を持つ区民を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
栄養バランスを注意 する区民の割合	葛飾区保健医 療実態調査	74.2%	—	80.0%	増やす
朝食をとる区民の割合	葛飾区保健医 療実態調査	75.1%	—	80.0%	増やす
野菜を毎食とるように している区民の割合	葛飾区保健医 療実態調査	75.1%	—	80.0%	増やす

【具体的な取り組み】


区の取り組み
取り組みの方向性

- 「食育推進計画」を策定し、食の知識や規則正しい生活習慣の基礎を身につけ、生涯にわたり健全な食生活が実践できるように食育の推進に取り組めます。

重点事業
○かつしかの元気食堂推進事業（健康づくり課）

栄養バランスがよい、野菜が多い、自分に合った量を選べるなどの健康に配慮したサービスを提供する飲食店のほか、中食*での組み合わせを考慮したメニューを提供する弁当店・惣菜店も元気食堂事業に加えて認定し、PRします。

また、多くの方が利用するスーパーやコンビニエンスストアなども外食や中食の場と捉え、イートインコーナーや売り場から食育に関する情報を発信するお店を新たに「(仮称) かつしかの元気な食応援店」として認定し、区民の食の啓発を図ります。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
かつしかの元気食堂 延べ登録数	86 店	120 店	130 店	140 店	150 店	150 店	増やす
「かつしかの元気 食堂」推進協議会	運営	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施
ガイドラインの 評価・改定	評価・ 改定	評価・ 改定	評価・ 改定	評価・ 改定	評価・ 改定	評価・ 改定	継続実施
(仮称) かつしかの 元気な食応援店の 延べ認定数	未実施	5 店	13 店	18 店	30 店	30 店	増やす
食育ボランティア 登録・活動支援	実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施



◁かつしかの元気食堂
シンボルマーク

実施事業

○親と子の食育推進事業（健康づくり課）

保育園等と連携して保護者と園児を対象に講習会や教室などの事業を実施し、園および家庭における食育を推進します。

○骨密度検診における栄養指導（健康づくり課）

骨粗しょう症の早期発見・早期治療につなげるため、エックス線検査を行うとともに、受診者全員に栄養士が骨粗しょう症予防の食生活指導、高齢者低栄養予防に関する啓発を行います。

○栄養教諭を中核とした食育の推進（指導室）

葛飾区立学校を対象に、講話や専門的指導を実施し、次のとおり食育の推進を図ります。

- ・自らの健康を保持増進できるよう、望ましい食事の仕方や生活習慣の理解を深めます。
- ・食事を通して豊かな心と望ましい人間関係を構築できるよう、食文化や食品の生産流通の理解を深めます。
- ・賢い消費者として生かしていくことができるよう、生産農家に対する理解を深めます。

○栄養指導事業（健康づくり課、保健センター）

食生活の改善について栄養講習会や個別相談を実施します。

給食施設利用者へ適切に栄養管理された給食が提供されるように、講習会などを実施します。

○食育月間*等普及啓発（健康づくり課）

区民が食育を理解し、取り組むために必要な情報を発信していきます。



区民一人ひとりの取り組み

- ・食育に関心を持ち、食に関する知識の習得に取り組みましょう。
- ・1日3食規則正しく食べ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・栄養成分表示や食生活に関する情報を提供します。
- ・野菜の多い栄養バランスに配慮したメニューを提供します。
- ・「かつしか知っ得メモ」を設置し食育を推進します。
- ・食育推進ネットワークに参加し、地域に根ざした食育を推進します。

(4) 運動による健康づくり

運動には、心肺機能や循環機能を維持・強化し、肥満や生活習慣病を予防して健康を維持・向上させる効果があります。さらに、ストレス発散によるこころの健康の維持、高齢者の認知機能や運動機能の維持など、様々な効果も期待できます。

子どもから高齢者まであらゆる世代に運動習慣が定着するよう、運動がもたらす効果について普及啓発するとともに、自身の体力や体調に応じて日常生活で行うことができる運動の普及を推進します。

また、運動を通じた地域の交流活動などを支援し、誰もが運動に取り組むことができる環境を整備します。

【現状と課題】

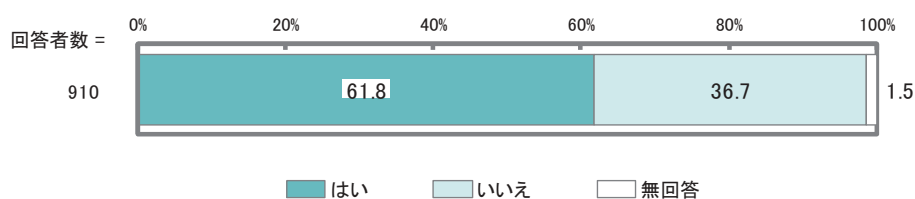
①運動*やスポーツをしている区民の割合

平成 30（2018）年調査によると、「運動やスポーツをしている」（「はい」の回答率）は61.8%となっています。

年代別で見ると20代を除くすべての世代で6割を超えています。

すべての世代でスポーツに取り組める環境を整備していく必要があります。

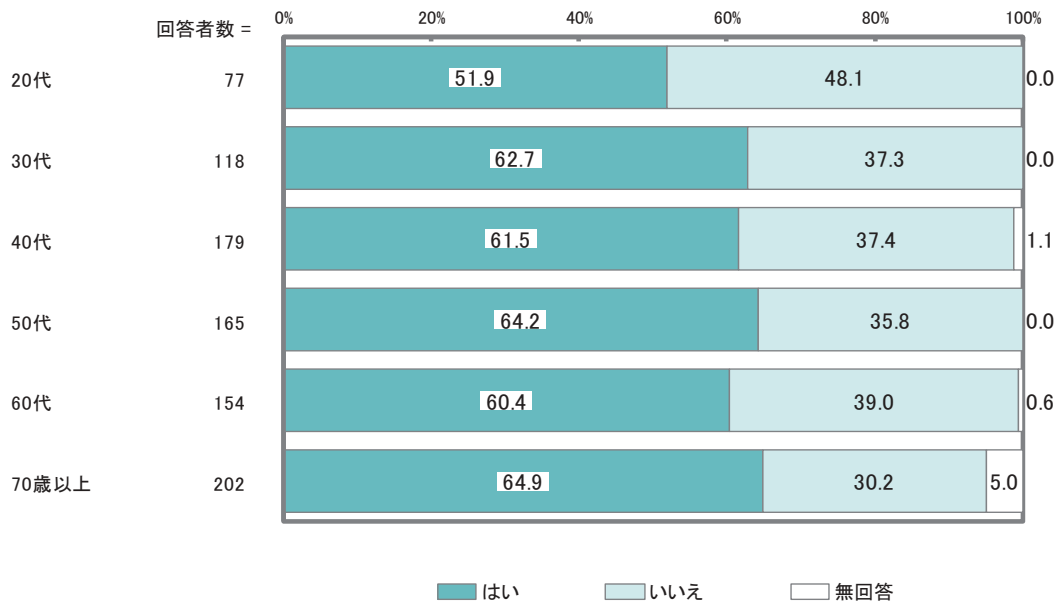
日頃から、運動やスポーツをしている区民の割合（全体）



※運動：ラジオ体操や散歩、自転車なども含む。

出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成 30（2018）年 7 月刊行）

日頃から、運動やスポーツをしている区民の割合（年代別）



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成30（2018）年7月刊行）

【施策目標】

日頃から、運動やスポーツをしている区民の割合を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
日頃から、運動※や スポーツをしている 区民の割合	葛飾区政策・施 策マーケティング調査	61.8%	69.3%	70.0%	増やす

※運動：ラジオ体操や散歩、自転車なども含む。

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 運動習慣の定着に向け、気軽にできるウォーキング・体操などの普及や、運動・スポーツをはじめめるきっかけづくりとして、健康体力テスト測定会、スポーツ教室・大会などを実施します。
- 区民の誰もが身近な地域で、それぞれの体力や年齢、技術や興味、目的に応じて自分にあった形で運動・スポーツを行いやすい環境の充実に取り組みます。

重点事業

○区民健康スポーツ参加促進事業（生涯スポーツ課）

一般社団法人葛飾区体育協会と協働して、高齢者・障害者・ジュニア層・働く世代など、あらゆる世代を対象として、運動経験の少ない方や初心者向けのスポーツ教室、体験会などを開催します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
事業参加者数	2,983人	3,000人	3,500人	3,800人	4,000人	4,200人	増やす
事業実施件数	20事業	30事業	35事業	38事業	40事業	42事業	増やす



△ラジオ体操の様子

実施事業

○区民健康づくり支援（地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課）【再掲】（P28、1（1）地域と進める健康づくり）

○かつしか地域スポーツクラブを中心としたスポーツ環境整備（生涯スポーツ課）

かつしか地域スポーツクラブが地域スポーツの担い手としてさらに重要な役割を果たすことができるよう、育成と支援を続け、地域住民が主体的に取り組むスポーツ環境の充実を図ります。

○かつしかふれあい RUN フェスタ（生涯スポーツ課）

スポーツ実施率の向上や健康増進に取り組むきっかけづくりとして、子どもから高齢者まで区民の誰もが参加できるマラソン大会を開催します。

○かつしかスポーツフェスティバル（生涯スポーツ課）

区民のスポーツへの関心と理解を深めるために、体育の日を記念し、区内全スポーツ施設を利用したスポーツの祭典を開催します。

○エンジョイスports（生涯スポーツ課）

子どもから高齢者まで、多くの区民がスポーツ活動を楽しみ、生涯にわたりスポーツ活動を継続するきっかけづくりを目的として「エンジョイスports」を開催します。

子どもには様々なスポーツの体験や見学を通して、スポーツ好きな心と元気な身体づくりに取り組みます。

また、高齢者がスポーツを始めるきっかけづくりや、日常から親しむスポーツの成果を発揮する場として、スポーツ教室やスポーツ大会などを行います。

○キャプテン翼 CUP かつしか（生涯スポーツ課）

青少年の健全育成と地域活性化を目的に、少年サッカー大会「キャプテン翼 CUP かつしか」を開催します。

○高齢者の健康づくり推進（生涯スポーツ課）

高齢者が身近な場所で自主的・積極的に安心してスポーツを行うことができる環境を整備し、地域で定期的に体力テスト測定会を行うとともに、健康体操プログラムの提供を行います。また、手軽に取り組めるスポーツプログラムとして、葛飾区の推奨スポーツであるグラウンド・ゴルフ、バウンドテニス、ダーツの3種目を普及推進していくほか、葛飾区公認スポーツ指導員のさらなる活用を図るとともに、スポーツボランティア制度を充実させます。

○障害者スポーツの推進（生涯スポーツ課）

障害のある方を対象としたスポーツ教室や障害者スポーツ指導員の養成などの環境を整備することにより、障害のある方が自主的・積極的に安心してスポーツを行うことができる環境づくりを推進します。

また、パラリンピック公式種目であるボッチャなど、障害のある方、ない方が一緒に楽しめるユニバーサルスポーツを普及推進します。

○スポーツ施設の利用しやすい環境整備（生涯スポーツ課）

区民が安全、安心にスポーツ活動に取り組むために、スポーツ施設の継続的なメンテナンスと計画的な改修を行っていきます。

○健康遊具設置事業（公園課）

区民の健康づくりを推進するため、歩いて行ける身近な公園・児童遊園に、手軽に運動できる健康遊具の設置を進めます。



区民一人ひとりの取り組み

- 日常的に歩くなど、意識して身体を動かしましょう。
- 運動の意義を理解し、工夫して日常生活における身体活動量を増やしましょう。
- 自分の体力に応じた運動・スポーツに取り組みましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 区と協働してスポーツ教室やスポーツ大会、体験会などを開催します。
- 子どもや高齢者など、多様な世代が参加できる運動の機会を提供します。
- ユニバーサルスポーツの普及啓発を行います。



△体カテスト測定会の様子

(5) 睡眠・休養の確保

十分な睡眠や休養をとることは、こころと体の疲労回復や健康を保つうえでとても重要な役割を果たします。

乳幼児期や学齢期の成長には睡眠が必要であり、成人期や高齢期には、身体とこころの健康の維持のために睡眠で疲れをとることが大切です。

睡眠不足は、疲労感だけでなく、肥満や高血圧になるリスクが高まります。また、情緒を不安定にし、適切な判断力を鈍らせ、事故のリスクを高めるなど、生活の質に大きく影響します。

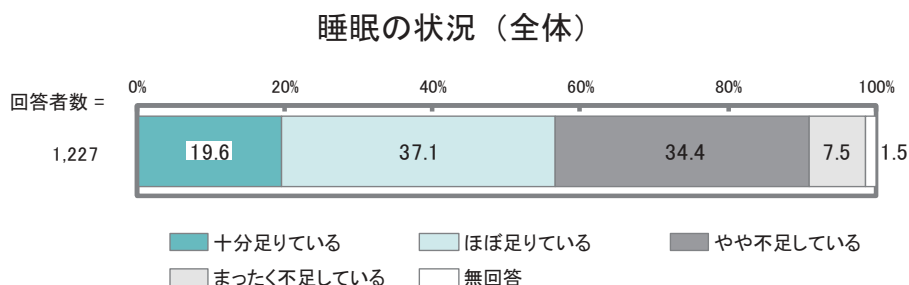
睡眠について正しく学び、一人ひとりにあった快適な睡眠や休養が確保できるよう、啓発活動や相談事業を行います。

【現状と課題】

① 睡眠の状況

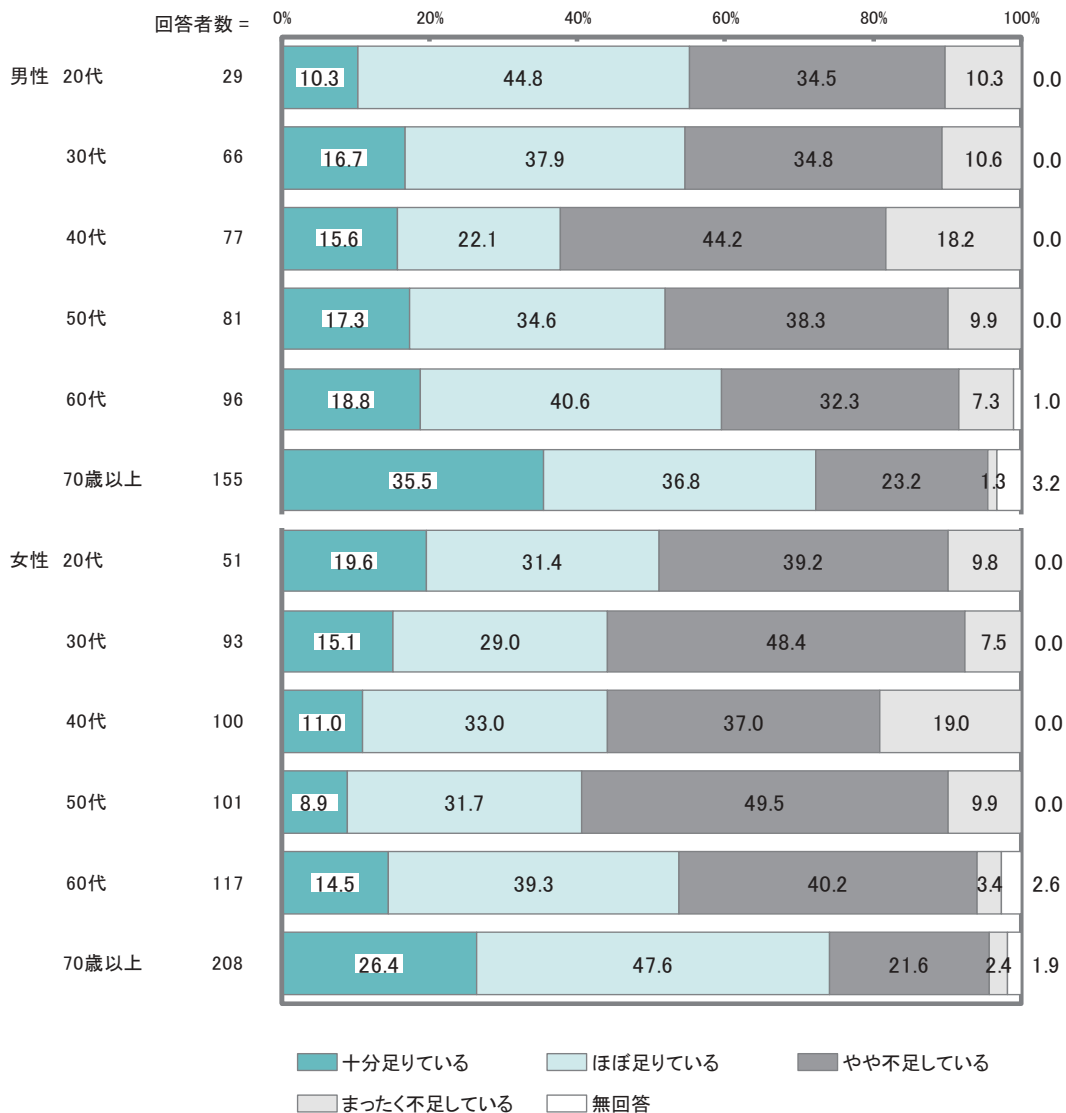
平成 29 (2017) 年調査によると、睡眠が「十分足りている」(19.6%)と「ほぼ足りている」(37.1%)を合わせた『足りている』が 56.7%となっています。

性・年代別にみると、「やや不足している」と「まったく不足している」を合わせた『不足している』は男性の 40 代が 62.4%、女性の 50 代が 59.4%と高くなっています。特に働く世代が睡眠不足と感じている割合が高いため、睡眠不足によるリスクの啓発、相談支援が必要です。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成 30 (2018) 年 3 月刊行)

睡眠の状況（性・年代別）

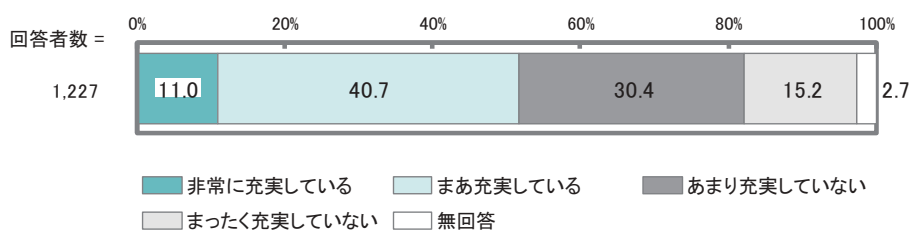


出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

② 余暇の過ごし方が充実している割合

平成29（2017）年調査によると、余暇の過ごし方について「非常に充実している」（11.0%）と「まあ充実している」（40.7%）を合わせた『充実している』は51.7%となっています。

余暇の過ごし方は充実しているか（全体）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

【施策目標】

睡眠や休養が十分に確保できるように支援します。

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 睡眠や休養が健康づくりに大切なことを、啓発していくとともに、区民一人ひとりが、十分な睡眠や休養をとれるよう支援します。

実施事業

○睡眠に関する相談（保健センター）

眠れないなど睡眠に関することについて保健師が相談を受け付け、適切に支援します。

○乳幼児健康診査などでの啓発（保健センター）

子どもの生活リズムの基礎となる早寝・早起きの生活習慣について保健指導を行います。

○健康総合相談「健康ホットラインかつしか」（地域保健課）【再掲】

（P77、1（7）相談体制づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- 適切な睡眠のとり方を知り、実践しましょう。
- 睡眠障害が続く場合は、専門機関に相談し、必要に応じて医療機関を受診しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 睡眠や休養が不足している人に対して必要な支援を行います。
- 適切な睡眠・休養の意義やとり方について普及啓発を行います。
- 従業員が適切な睡眠・休養をとることができるよう配慮します。

(6) 喫煙・受動喫煙対策

たばこの煙は、化学物質や発がん物質などの多くの有害物質を含みます。

このため、喫煙はがんや循環器疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）などの呼吸器疾患をはじめ、糖尿病や歯周病など、様々な生活習慣病をひき起こす原因となります。

妊娠中の女性の喫煙は、早産や死産、低出生体重児などのリスクを高め、授乳中の女性がたばこの煙を吸うと、母乳中にニコチンが混じり、乳児がニコチンを取り入れることにもつながります。妊娠中や授乳中の女性は胎児や乳児の健康への影響を避けるため、禁煙する必要があります。

また、喫煙者が直接吸い込む主流煙よりも、たばこの先から立ち昇る副流煙や喫煙者が吐き出す呼出煙の方がより多くの有害物質を含んでいるため、体に及ぼす影響は直接喫煙するよりも受動喫煙の方が大きいといわれています。

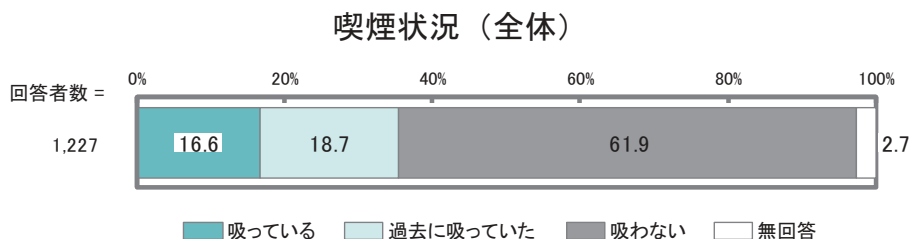
平成 30（2018）年度に国では健康増進法の改正、東京都では東京都受動喫煙防止条例が一部施行され、受動喫煙対策が一層強化されることとなりました。

葛飾区でも、喫煙による健康への影響について普及啓発をするとともに、受動喫煙対策の推進に取り組みます。

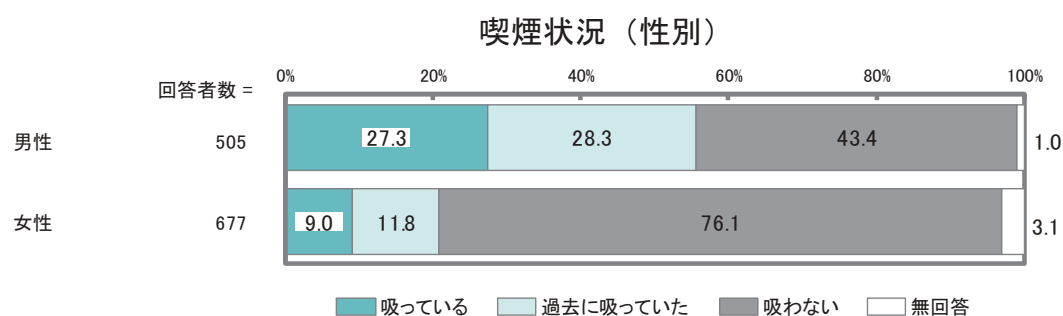
【現状と課題】

① 喫煙状況

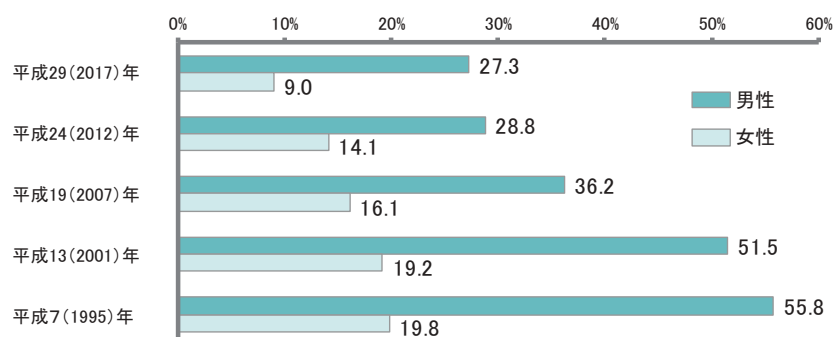
平成 29(2017)年調査によると、喫煙状況は「吸っている」が全体で 16.6%、男性は 27.3%、女性は 9.0%となっています。過去の調査結果と比較すると、男女とも減少傾向にあります。全国の調査（平成 28（2016）年国民健康・栄養調査）と比べると男性は全国(30.2%)より 2.9%低く、女性は全国(8.2%)より 0.8%高くなっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）



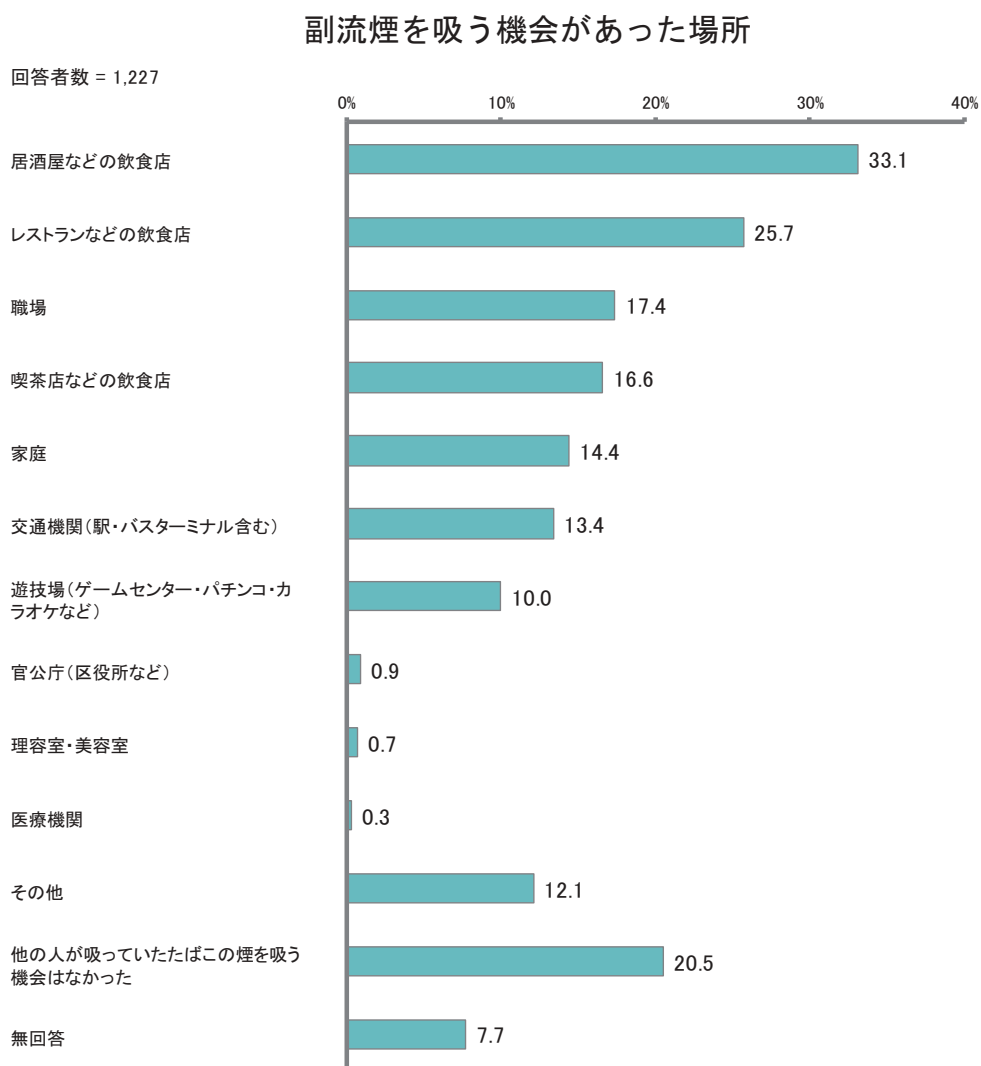
喫煙状況「吸っている」（過去調査との比較）



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

② 副流煙

平成 29 (2017) 年調査によると、副流煙を吸う機会があった場所は、「居酒屋などの飲食店」が 33.1%で最も高く、次いで「レストランなどの飲食店」25.7%、「職場」17.4%の順となっています。飲食店での受動喫煙対策が必要です。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」(平成 30 (2018) 年 3 月刊行)

【施策目標】

喫煙している区民の割合を減らします。
喫煙の健康への影響を理解する児童・生徒を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
喫煙率	葛飾区保健医療実態調査	16.6%	—	14.0%	減らす
乳児を持つ親の喫煙率	4か月児健康診査時のアンケート	28.8%	26.4%	25.0%	減らす
将来たばこを吸わないという意識を持った児童の割合	区内小学校でのアンケート	91.3%	93.5%	94.5%	増やす

【具体的な取り組み】

 区の取り組み

取り組みの方向性

- 喫煙の健康への影響についての十分な知識の普及啓発を行い、受動喫煙防止を推進します。
- 児童・生徒への喫煙防止教室を実施します。

重点事業

○受動喫煙対策の推進（健康づくり課）【新規】

区内において、自分の意思で受動喫煙を避けることが困難な方が受動喫煙による健康影響を受けることがないように、受動喫煙対策に取り組みます。

東京都受動喫煙防止条例の平成 32（2020）年の全面施行にあわせて、区民や事業者に新たな制度の趣旨について十分な普及啓発を図るとともに、学校等における受動喫煙対策の実施や区内飲食店への指導体制の整備などを推進します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
受動喫煙防止対策の店頭表示ステッカーを貼付している店舗の数	未実施	1,750 件	2,700 件	3,100 件	3,500 件	3,900 件	増やす
学校等受動喫煙対策	一部実施	検討・実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
飲食店等受動喫煙対策	未実施	対象施設店頭表示ステッカー義務化および指導、制度周知用チラシ作成・配布	対象施設指導、制度周知用チラシ作成・配布	対象施設指導、新規店舗に対する制度周知	対象施設指導、新規店舗に対する制度周知	対象施設指導、新規店舗に対する制度周知	継続実施
受動喫煙防止普及啓発	実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施

○受動喫煙防止普及啓発事業（健康づくり課）

- ・禁煙・分煙を推進している飲食店、理容室・美容室、公衆浴場を対象に、禁煙分煙推進店登録制度を実施します。
- ・広報などでたばこの健康影響について普及啓発を行います。

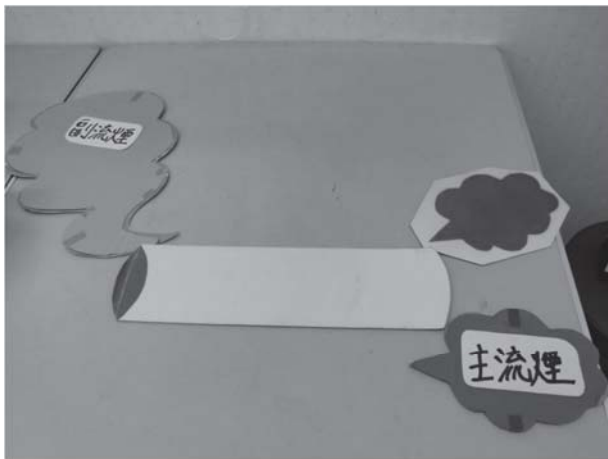
事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
禁煙・分煙推進店舗登録制度の登録店数	61 店	70 店	75 店	80 店	85 店	90 店	増やす



○健康教育関連事務（学校保健との連携）（健康づくり課、保健センター）

小学校・中学校の児童・生徒に対して、喫煙防止教室の健康教育を実施します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
喫煙防止教室の実施回数	35 回	37 回	38 回	39 回	40 回	41 回	増やす



◁喫煙防止教室での教材



実施事業

- 健康総合相談「健康ホットラインかつしか」（地域保健課）【再掲】
（P77、1（7）相談体制づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- 喫煙や受動喫煙が及ぼす健康への影響について正しい知識を持ち、理解を深めましょう。
- 受動喫煙防止に努めましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 禁煙が必要な人に対して禁煙支援を行います。
- 受動喫煙防止対策に積極的に取り組みます。
- 未成年へのたばこの販売、提供は行いません。

(7) 歯と口の健康づくり

歯と口の健康は、食べる喜びや、話す楽しみなどの生活の質に大きく関係し、心身の健康の基礎となるものです。幼少期の発育や、成人においては肥満や糖尿病等の生活習慣病とも関連し、全身の健康の維持・増進に影響を及ぼすといわれています。生涯にわたって歯と口の健康を維持するためには、若い頃からかかりつけ歯科医を持って口腔ケアや定期的な歯科健康診査を受け、むし歯および歯周病を予防することが大切です。また、高齢期においては健康寿命延伸のために、口腔機能の維持・向上が重要になり、身体状況にあった口腔ケアが必要です。

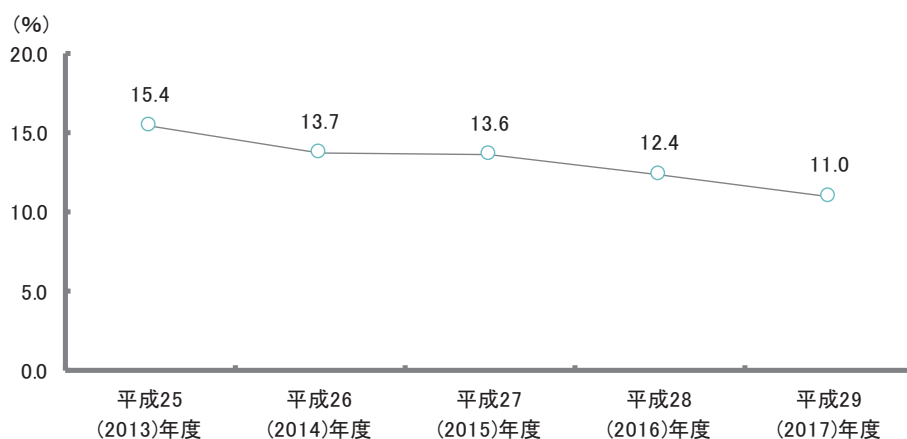
ライフステージに応じた歯科健康診査や歯科保健指導、歯科保健に関する知識の普及啓発を充実させ、歯と口の健康づくりを推進します。

【現状と課題】

① 3歳児でむし歯のある区民の割合

平成29(2017)年度は11.0%と平成25(2013)年度の15.4%に比べて、減少しています。さらなる減少に向けて、歯科保健指導を充実させます。

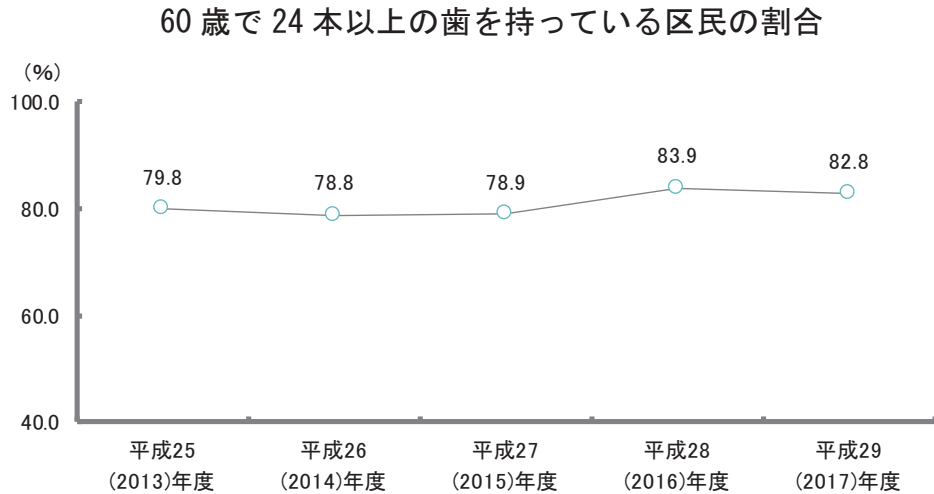
3歳児でむし歯のある区民の割合



出典：「東京の歯科保健」(平成30(2018)年10月刊行)

② 60歳で24本以上の歯を持っている区民の割合

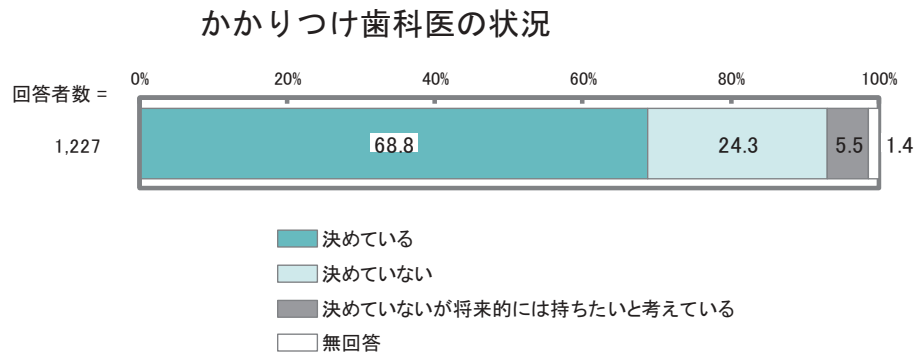
平成29（2017）年度は82.8%と平成25（2013）年度の79.8%に比べ、増加しています。



出典：「葛飾区成人歯科健康診査報告書」（平成30（2018）年6月刊行）

③ かかりつけ歯科医の状況

平成29（2017）年調査によると、かかりつけ歯科医を「決めている」割合は68.8%になっています。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

【施策目標】

むし歯や歯周病を予防し、歯の本数維持につなげます。
かかりつけ歯科医を持っている区民の割合を増やします。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
3歳児のむし歯のある区民の割合	3歳児健康診査（歯科健康診査）	11.0%	9.0%	8.0%	減らす
60歳で24本以上自分の歯を有する区民の割合	成人歯科健康診査	82.8%	84.0%	85.0%	増やす
かかりつけ歯科医を持っている区民の割合	葛飾区保健医療実態調査	68.8%	—	70.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 妊娠期から高齢期までのライフステージに応じた歯科健康診査や歯科健康教育を実施し、かかりつけ歯科医の定着を図り、生涯を通じた歯の健康づくりに取り組みます。

重点事業

○長寿歯科健康診査（健康づくり課）

75歳の高齢者を対象に歯科健康診査と口腔機能のチェックを実施し、結果に基づき治療勧奨や口腔機能維持を含めた保健指導を行い、口腔機能維持・向上のためのフォロー教室を実施します。また、新たに80歳の方を対象に追加することで、さらに高齢者の歯と口腔の健康づくりを進め、8020運動を推進します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
長寿歯科健康診査の受診率	21.5%	21.5%	21.5%	22.0%	22.0%	22.5%	増やす

実施事業

○歯科健康教育（健康づくり課）

むし歯や歯周病等の歯科疾患の予防、噛むこと飲み込むことなどの口腔機能の維持について、区民の年齢や状況に応じた健康教育や健康相談を行います。

○妊婦歯科健康診査（健康づくり課）

妊娠中は、身体や生活環境の変化により歯科疾患の増加がみられ、特に歯周病においては早産や低体重児出産を引き起こすことがあります。また、母親の口腔環境は、生まれてくる子どもの口腔環境に大きな影響を与えることから、歯科健康診査および保健指導を行い、妊婦の歯と口腔の健康づくりを進めるとともに、生まれてくる子どもの健全な発育と口腔環境を守ります。

○親子の歯育てすくすくクラブ（すくすく歯育て支援事業）（健康づくり課）

歯が生え始める10か月児とその母親を対象に、むし歯予防に関する健康教育を実施します。同時に保健師、栄養士による健康教育も実施し、子育て不安の解消を図ります。

○ハッピーバースデイすくすく歯科健診（すくすく歯育て支援事業）

（健康づくり課）

1歳児を対象に歯科健康診査および歯科保健指導を実施します。むし歯予防のポイントや家族でのケアの方法について個別にアドバイスを行うとともに、身体測定により、子どもの成長や発育を確認し、必要に応じて個別育児相談も行います。

○1歳6か月児歯科健康診査

（子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課）

奥歯が生え始める時期の1歳6か月児健康診査において歯科健康診査および歯科保健指導を実施します。

○すくすく歯育て歯科健診（すくすく歯育て支援事業）（健康づくり課）

むし歯が急増する2歳の時期に子どもと母親をペアにした歯科健康診査と予防処置を行い、母親のむし歯予防についての理解を深めるとともに、かかりつけ歯科医の定着を図ります。

○3歳児歯科健康診査（子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課）

乳歯20本が生えそろう時期の3歳児健康診査において歯科健康診査を実施します。

○成人歯科健康診査（健康づくり課）

40歳～70歳の5歳刻みの区民を対象とした歯科健康診査を実施し、歯周疾患の予防や早期発見に努めるとともに、健康診査をきっかけとして、かかりつけ歯科医の定着を図り、歯と口腔の健康を守る習慣を定着させます。

○障害児・者歯科診療（健康づくり課）

障害などにより、一般の歯科医療機関での受診が困難な方に対して、ひまわり歯科診療所において診療を行います。

○ねたきり高齢者歯科診療（健康づくり課）

ねたきりなどにより、歯科医療を受けることが困難な方に対して、歯科診療を行います。症状に応じ、たんぼぼ歯科診療所において診療を行う固定診療、または自宅などで診療を行う訪問診療を行います。

○歯科医療連携推進事業（健康づくり課）

かかりつけ歯科医紹介窓口を葛飾区歯科医師会に委託し、障害のある方やねたきりの方で、一般の歯科医院などでの治療が困難な方に、症状に応じて往診による治療や、通院での治療を受けることができる歯科医院を紹介します。



区民一人ひとりの取り組み

- 歯と口の健康に関する正しい知識を持ち、実践しましょう。
- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に専門的な口腔ケアを受けましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- かかりつけ歯科医として、区民の歯科疾患の予防を支援します。
- 各種歯科健康診査、健康教室、ねたきり高齢者および障害児・者歯科診療の実施に協力します。
- 歯と口の健康が、全身の健康に関与していることを普及啓発します。

3 安全安心な生活環境の確保

(1) 感染症対策

葛飾区の結核患者発生数は減少傾向にありますが、全国や東京都よりも罹患率が高い状態です。結核発病のリスクが高い方を対象としたまん延防止策を実施し、罹患率の減少を目指します。また、結核の予防接種であるBCG接種を積極勧奨し、結核の予防を図るとともに、発病率が高くなる高齢者には胸部レントゲン検査を含む健康診査を勧奨し、早期発見に努めます。

平成21(2009)年に新型インフルエンザが発生し、国内でも多数の患者が発生しました。新型インフルエンザは、ほとんどの人が免疫を持たない新しい種類のインフルエンザです。流行した場合、区民の健康や社会経済活動に多大な影響をもたらします。そのため、感染の拡大を可能な限り抑制し、区民の生命と健康を守るとともに、区民生活と経済活動に及ぼす影響を最小限にするため、平成26(2014)年7月に「葛飾区新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました。

「葛飾区新型インフルエンザ等対策行動計画」をもとに、都内発生早期、都内感染期に備え、医療機関などの関係機関とともに、体制の整備を進めます。

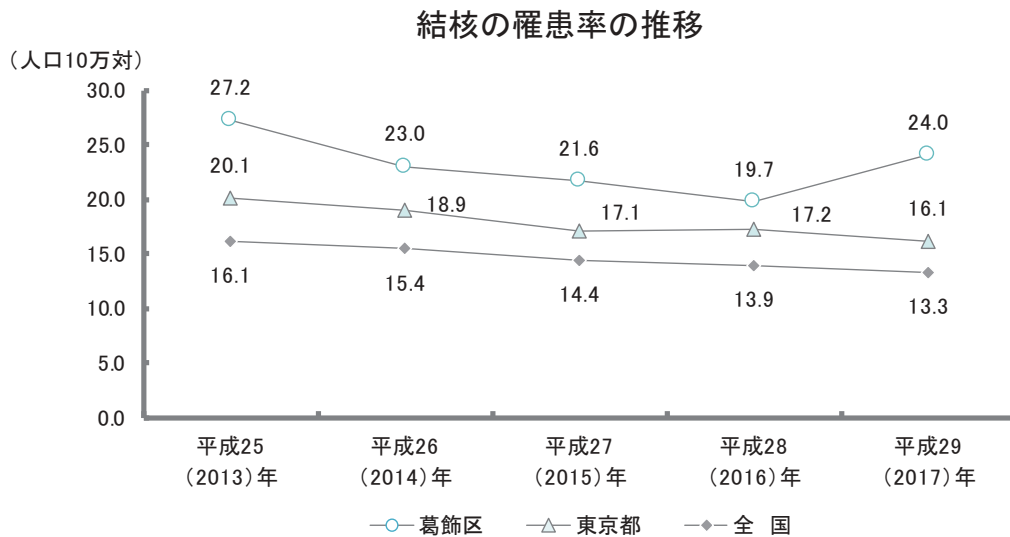
また、世界では、エボラウイルス病、中東呼吸器症候群(MERS)、デング熱などの流行が起これ、国外からもたらされる感染症の脅威が高まっています。東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催に伴い、訪日客が大きく増加し、一定の場所や期間に多くの人が集まる機会が増えることから、様々な感染症の発生リスクが増加することが懸念されます。

このため、新たな感染症などに対する備えの充実や、外国人向けリーフレットの作成など関係機関と連携しながら感染症対策を強化します。

【現状と課題】

① 結核罹患率

葛飾区の結核の罹患率は平成29(2017)年では24.0で、平成25(2013)年の27.2に比べると減少傾向にありますが、国や東京都よりも高くなっています。結核発病の防止に対する取り組みが必要です。



出典：(全国・東京都) 結核登録者情報調査年報集計結果 (厚生労働省)
(葛飾区) 庁内資料

【施策目標】

結核罹患率を減少させます。
感染症の発生を予防し拡大を抑制します。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
結核罹患率 (人口10万対)	新規登録患者 数/人口×10万	24.0 (平成29(2017)年値)	19.1 (平成33(2021)年値)	17.8 (平成35(2023)年値)	減らす
第2期麻しん*・ 風しん*混合ワ クチン(MRワ クチン)予防接種 の接種率	第2期MRワ クチン予防接種 を受けた就学 前児の数/対 象児の数×100	92.9%	95.0%	95.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 感染症の発生を防止するために、感染症に関する正しい知識の普及啓発を行い、平時から感染症の発生およびまん延の防止に取り組みます。
- 感染症のまん延や重篤化防止の予防接種を実施します。
- 感染症が発生した場合には、速やかに調査・指導を行い拡大を抑制します。
- 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催に伴い、外国人向けの感染症予防や対策を強化します。

重点事業

○外国人向け感染症対策の強化（保健予防課）【新規】

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に伴う、訪日客の増加による感染症の予防のため、区内に滞在する外国人向けのリーフレットの作成、配布などを行います。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
外国人向けのリーフレット等の作成、配布	未実施	検討	作成・配布	配布	配布	配布	継続実施
疫学調査や指導の多言語対応（支援ツールの活用）	未実施	導入・活用	活用	活用	活用	活用	継続実施

○風しんの流行拡大および先天性風しん症候群の発生防止対策の強化（保健予防課）

平成30（2018）年7月下旬から首都圏を中心に風しんが流行しています。妊娠初期に妊婦が感染すると、先天性風しん症候群（目や耳、心臓に障害がでる）のリスクが高くなります。風しんの流行拡大と先天性風しん症候群の発生を防止するために、風しん抗体検査や予防接種を受けやすい環境を整備するとともに、風しん患者が発生したら、直ちに、疫学調査と保健指導を適切に実施します。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
風しん抗体検査 および予防接種の 費用助成	19歳以上の妊 娠を希望する 女性を対象と して実施	拡大 実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
疫学調査、保健指導 の実施	実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施

実施事業

○結核予防事業（保健予防課）

乳児にBCG接種を積極勧奨し、結核の免疫力を高め、小児の結核性髄膜炎の発病を予防します。

結核患者が発生した場合は、積極的疫学調査をし、同居などの家族や接触者等の健康診査を実施し、結核の予防と早期発見に努めます。

○結核患者の治療成功率向上事業（保健予防課）

結核患者が治療を中断することなく、必要な期間適正な医療を受けて治ゆできるように、結核患者に家庭訪問や面接相談の方法により、治療の継続ができるよう保健指導、療養の支援を行います。

○結核医療公費負担事業（保健予防課）

感染性があり入院治療が必要となった結核患者に対し、入院医療費の原則全額を公費負担します。その他の結核患者については指定医療機関で受ける結核の医療に要する費用（医療保険を利用した後の自己負担分）を公費負担します。

○結核健診（学務課）

結核の早期発見のために、区立小中学校全児童・生徒を対象に問診票等による調査を行い、必要に応じて精密検査を実施します。

○エイズ・性感染症対策（保健予防課、保健センター）

エイズや性感染症について正しい知識の普及啓発のために、性感染症予防相談、抗体検査を実施します。

中学校、高校の学校保健と協働し、エイズ・性感染症予防について健康教育を実施します。

エイズ連携会議を開催し、感染拡大の予防や療養支援の対策を検討します。

○子どもの予防接種事業（保健予防課、保健センター）

予防接種法に基づいた定期予防接種の実施、任意予防接種の費用助成により、感染症のまん延を防ぎ、重篤化を防止します。

＜予防接種の種類＞

- | | |
|--------------------------------|-----------------|
| ①DPT-IPV（ジフテリア、百日咳、破傷風、不活化ポリオ） | ③小児用肺炎球菌 |
| ②ヒブ感染症 | ⑤MR第1期（麻しん、風しん） |
| ④B型肝炎 | ⑦おたふくかぜ |
| ⑥水ぼうそう | ⑨MR第2期（麻しん、風しん） |
| ⑧日本脳炎 | ⑪BCG |
| ⑩DT2期（ジフテリア、破傷風） | |

○高齢者の予防接種事業（保健予防課、保健センター）

予防接種法に基づいた定期予防接種を実施し、感染症による疾病の重篤化を防止します。

＜予防接種の種類＞

- | | |
|----------|----------|
| ①インフルエンザ | ②高齢者肺炎球菌 |
|----------|----------|

○感染症予防対策（保健予防課）

平常時は、感染症予防について普及啓発およびサーベイランス（発生動向調査）を活用し、監視を行います。

発生時には、速やかに原因の究明および感染拡大防止のための積極的疫学調査・指導を実施します。

感染症発生に備え、医療機関等の関係機関と協働し、講習会や発生時の対応訓練を行います。

感染症に関する情報共有を効率的に行う体制や必要な医療資材の備蓄などを行います。

○緊急肝炎ウイルス検査事業（保健予防課）

肝炎ウイルスの早期発見・早期治療のため、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方を対象に、区内指定医療機関で肝炎ウイルス検査を実施します。



区民一人ひとりの取り組み

- 予防接種を積極的に受けましょう。
- 平常時から手洗い、マスク着用、咳エチケットなど感染症予防を行いましょよう。
- 感染症に関する正しい知識を持ち、行動しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 各種予防接種の実施に協力します。
- 正しい情報を得て、連携、協力を図りながら感染症予防に取り組みます。
- HIV感染予防の理解を深め、感染者が安心できる環境づくりに取り組みます。

(2) 食品の衛生

食生活の多様化、輸入食品の増大、遺伝子組み換え食品を代表とする新開発食品の登場など、食を取り巻く環境が大きく変化しており、食品の安全に対する区民の関心がより一層高まっています。

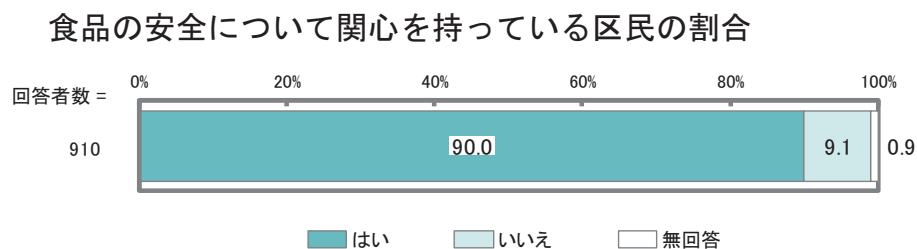
食品の安全を確保するため、食品関係事業者への監視指導を適正に実施するとともに、葛飾区食品衛生協会と協働し、自主管理による衛生管理の向上を推進します。また、区民の食に対する安全・安心の理解を深めるため、リスクコミュニケーション*などを通して普及啓発に努めます。

平成30(2018)年度に食品衛生法の一部改正があり、原則すべての食品関係事業者に、一般衛生管理に加えて、HACCP*（ハサップ）に沿った衛生管理の実施が求められました。HACCPの制度化の周知および実施に向けた技術的な支援・指導の推進を図ります。

【現状と課題】

① 食品の安全に関心を持っている区民の割合

平成30(2018)年調査によると、「関心がある」（「はい」の回答率）は90.0%で多くの区民が食の安全について関心を持っています。



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成30(2018)年7月刊行）

② 食中毒の発生状況

食中毒が発生した際は、迅速な対応をしています。

食中毒発生状況の推移

年度	葛飾区の食中毒発生状況		食中毒の疑いによる調査	
	件数	患者/喫食数 (病因物質)	葛飾区内の件数 (有症苦情)	葛飾区以外の件数 (関連調査)
平成 25 (2013)	0		39	18
平成 26 (2014)	3	①2/3 (カンピロバクター) ②3/8 (カンピロバクター) ③321/950 (ノロウイルス)	46	26
平成 27 (2015)	1	①2/6 (腸管出血性大腸 菌 (0157))	49	11
平成 28 (2016)	0		39	8
平成 29 (2017)	3	①2/2 (カンピロバクター) ②218/891 (ノロウイルス) ③3/3 (カンピロバクター)	42	15

出典：庁内資料

【施策目標】

食品の安全を確保します。

指標	算出方法・ 説明または 出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の方向
食品等の収去検査 適合率	適合数/総 検査数× 100	99.4%	99.5%	99.5%	増やす

【具体的な取り組み】

区の取り組み

取り組みの方向性

- 食品の安全の確保のため、食品関係事業者への監視指導を適正に行うとともに、葛飾区食品衛生協会と協働して、自主管理による食品衛生の向上を推進します。
- 食品の安全について区民が理解を深め、自ら判断できるよう普及啓発します。

実施事業

○食品衛生許認可事務・監視指導（生活衛生課）

食品衛生法などに基づき、食品取扱い施設について許可や届出等の事務を行います。

食品の取扱い方法や施設設備面について監視指導を行います。

葛飾区内で製造・販売されている食品等进行检查し、その安全性を確認します。

○食品衛生普及・啓発（生活衛生課）

食品事業者対象講習会の開催、リスクコミュニケーションおよび区民向け講習会等を実施し、区民や食品事業者などの食品衛生に関する知識の向上を図ります。

食品衛生に関する情報を区のホームページなどで発信します。

○食品衛生協会助成（生活衛生課）

葛飾区と連携して食中毒などの未然防止に努め、食品の安全確保、危害発生の防止に向けた活動をしている葛飾区食品衛生協会の自主的な取り組みの充実に資するため助成を行います。



区民一人ひとりの取り組み

- ・食中毒の予防や食に関する知識や理解を深めましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- ・食品取扱事業者は、正しい知識を持ち、衛生管理を徹底します。
- ・食の安全に地域ぐるみで取り組みます。

(3) 生活環境の衛生

環境衛生関係施設（理容所（室）・美容所（室）、クリーニング所、旅館業営業施設、公衆浴場営業施設、プール施設など）は、多くの区民が利用することから安全性の確保が求められています。また、住宅宿泊事業法の施行および旅館業法の改正により、民泊や小規模の旅館業営業施設を営むことができるようになるなど、宿泊施設が多様化しています。

このような施設に対しては、衛生検査に基づく監視指導を行います。また、衛生管理に必要な情報を積極的に提供するなど、施設の自主管理による衛生環境保持の取り組みを一層支援します。

ねずみによる被害や害虫の発生に関する相談は減少傾向にあるものの、依然として多くあり、これら害獣、害虫の被害防止に関する情報提供が望まれています。住居内におけるねずみや害虫の対策や、水や空気の衛生に関する情報など、衛生的な居住環境を維持するために区民が求める知識や情報の提供を行います。

【現状と課題】

① 環境衛生関係施設数および監視実施数の推移

住宅宿泊事業法の施行および旅館業法の改正に伴い、今後は民泊や小規模の旅館業営業施設の増加が見込まれます。

環境衛生関係施設数の推移

(件)

		理容所（室）	美容所（室）	クリーニング所	公衆浴場	旅館業	興行場	プール	水道施設	温泉利用施設	墓地等	特定建築物	コインランドリー	小規模給水施設	計
施設数	平成 25 (2013)年度	360	621	416	71	23	3	95	724	1	124	55	106	5,502	8,101
	平成 26 (2014)年度	348	630	388	67	24	3	97	710	1	124	55	106	5,442	7,995
	平成 27 (2015)年度	343	632	359	61	25	3	96	693	1	125	58	106	5,376	7,878
	平成 28 (2016)年度	340	635	336	56	32	3	96	671	1	127	61	90	5,312	7,760
	平成 29 (2017)年度	332	647	319	52	34	3	97	664	1	128	62	94	5,245	7,678

出典：庁内資料

監視実施数の推移

(件)

		理容所 (室)	美容所 (室)	クリーニング所	公衆浴場	旅館業	興行場	プール	水道施設	温泉利用施設	墓地等	特定建築物	コインランドリー	小規模給水施設	計
監視数	平成25 (2013)年度	108	335	169	129	49	2	141	26	3	33	86	9	15	1,105
	平成26 (2014)年度	84	298	160	119	112	9	131	20	7	54	80	6	19	1,099
	平成27 (2015)年度	88	272	179	77	145	4	112	15	1	68	62	1	2	1,026
	平成28 (2016)年度	89	269	145	100	77	4	81	37	1	39	24	107	20	993
	平成29 (2017)年度	97	236	87	75	127	2	92	14	1	18	28	8	14	799

出典：庁内資料

②環境衛生・ねずみなどに関する相談

シラミやダニ、ねずみなどの相談は減少傾向にありますが、依然として多くあり、対策が必要です。

環境衛生・ねずみなどに関する相談件数の推移

(件)

内容	平成25 (2013)年度	平成26 (2014)年度	平成27 (2015)年度	平成28 (2016)年度	平成29 (2017)年度
シラミ	15	29	18	4	6
ダニ	23	23	16	21	7
その他の害虫	125	151	104	143	124
飲用水	8	7	12	5	8
営業施設（苦情）	19	18	36	38	19
居室内空気	5	5	6	2	2
井戸水	6	2	-	1	4
ねずみ	331	265	233	228	195
その他	20	34	21	50	14
計	552	534	446	492	379

出典：庁内資料

【施策目標】

生活環境の衛生を確保します。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
環境衛生施設の検査 適合率	適合数/総検査数×100	90.8%	91.9%	92.1%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 衛生的な居住環境を維持するために、住居内におけるねずみや害虫の対策や、水や空気の衛生に関する情報など、区民が求める知識や情報の提供を行います。
- 理容所（室）・美容所（室）や旅館業営業施設、公衆浴場営業施設などの環境衛生関係施設に対しては、法令に基づき許可基準や衛生基準を定め、衛生検査に基づく監視指導を行います。

実施事業

○環境衛生普及・啓発（生活衛生課）

- ・区民の生活に欠かせない環境衛生関係施設（理容所（室）・美容所（室）、クリーニング所、旅館業営業施設、公衆浴場営業施設、プール施設など）の衛生確保のために、営業者に対して講習会等を実施し、衛生知識を普及します。
- ・シラミ防除講習会、ねずみ防除講習会など、区民向けの衛生講習会を開催し、衛生知識を普及します。
- ・区民からのダニや害虫、ねずみなどについての相談を受け付けます。
- ・蚊の駆除や発生を防ぐことを目的に雨水マスなどへ薬剤を散布します。

○環境衛生許認可事務・監視指導（生活衛生課）

法令に基づき、環境衛生関係施設に対しての許認可および監視指導を実施します。



区民一人ひとりの取り組み

- 居住環境や衛生害虫などに関する正しい知識を身につけましょう。
- ゴミの管理等を徹底し、ハエなどの衛生害虫が生息しにくい環境をつくりましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 正しい衛生知識を持ち、衛生管理を徹底します。



△住宅宿泊事業（民泊）の届出済の標識

（４）動物の適正飼養

犬や猫などのペットは、家族の一員として大切な存在です。その一方で、鳴き声や臭い、ふん尿などに関する苦情や相談が近隣住民から寄せられています。保健所に寄せられる苦情・相談は、ペットを飼う際のマナーや飼い主のいない猫に関するものが多くなっています。また、飼い主のいない猫が特定の地域に集中して、生活環境の悪化も懸念されています。

このため、犬や猫の飼い主に対して、動物の適正な飼養（飼い方）に関する意識の向上を図るとともに、地域住民の動物愛護に関する理解を求めます。

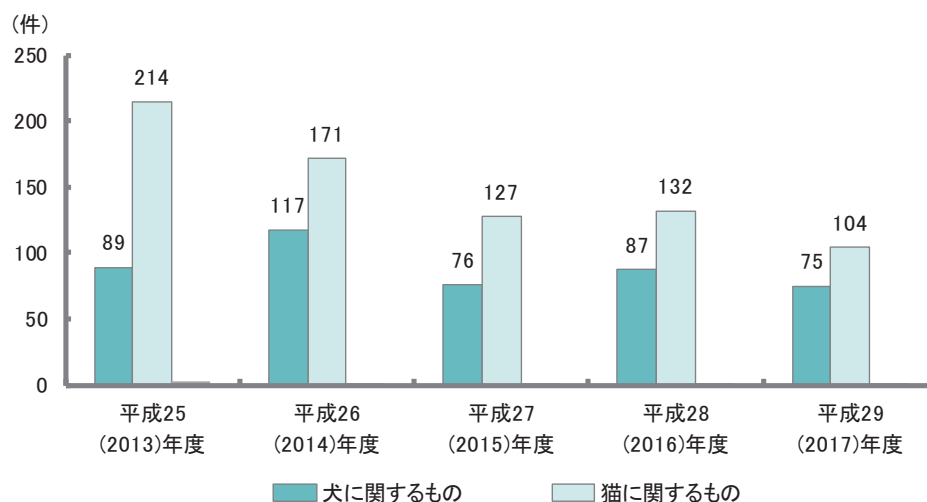
また、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術費用助成を継続するとともに、地域の実情に応じた飼い主のいない猫対策を進めます。

【現状と課題】

①犬・猫に関する苦情件数

犬・猫に関する苦情件数の推移をみると、猫に関する苦情は減少傾向にありますが、犬に関する苦情は、ほぼ横ばいとなっています。

犬・猫に関する苦情件数の推移



出典：庁内資料

【施策目標】

動物の適正飼養を推進します。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
苦情・相談件数 (犬・猫)	—	犬：75件 猫：104件	犬：60件 猫：90件	犬：50件 猫：80件	減らす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 犬や猫の飼い主に対して、動物の適正な飼養に関する意識の向上を図るとともに、地域住民の動物愛護に関する理解を求めています。

実施事業

○動物適正飼養の推進（生活衛生課）

- ・ 犬の鳴き声や猫のふんなどに関する苦情を区民から受け付け、飼い主の適正飼養を指導します。
- ・ 動物適正飼養に関するチラシや啓発プレートの配布・配置をします。
- ・ 猫に関わるボランティアグループの実態を把握し、ボランティアグループの連絡会を開催します。
- ・ 区民が、区内の飼い主のいない猫の不妊・去勢手術を区内の動物病院で受けた際、その費用の一部を助成します。

○狂犬病予防事業（生活衛生課）

狂犬病の発生を予防するため、飼い犬の登録、狂犬病予防定期集合注射を実施します。未登録の犬の登録勧奨を行います。



区民一人ひとりの取り組み

- 動物に関する知識を深め、動物を愛護しましょう。
- 最期まで適正に飼養しましょう。
- 無責任な餌やりはしないようにしましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 動物愛護と適正飼養に関して普及啓発を行います。
- 飼い主のいない猫を排除するのではなく、共存できるルールづくりをします。



△動物適正飼養に関する啓発プレート

(5) 薬物乱用の防止

大麻や危険ドラッグ、覚せい剤などの薬物は、心身に深刻な悪影響を与えます。近年は、作用の強い新物質が次々と登場し、死亡例も発生するなど危険性が増大しています。

また、若年層の薬物乱用も問題となっており、特に大麻の使用が増加しています。

大麻や危険ドラッグ、覚せい剤などの薬物乱用の危険性が増大していることから、関係機関と連携して乱用防止の対応を図るとともに、薬物の危険性の啓発も必要になります。

葛飾区では保護司会や薬剤師会、ライオンズクラブなどの各団体の代表で構成された「薬物乱用防止推進葛飾地区協議会」と協働しながら、薬物乱用防止の啓発活動を行っていきます。

【現状と課題】

① 全国の検挙者数の推移

全国の「麻薬および向精神薬」、「覚せい剤」の検挙者数はほぼ横ばいで、「大麻」は増加傾向にあります。薬物は心身に深刻な悪影響を及ぼし、再犯率も高いといわれていることから、一度でも手を出さないように薬物の危険性や乱用防止についての啓発が必要です。

	平成 25 (2013)年	平成 26 (2014)年	平成 27 (2015)年	平成 28 (2016)年	平成 29 (2017)年
麻薬及び向精神薬取締法	540	452	516	505	505
あへん法	9	24	4	7	12
大麻取締法	1,616	1,813	2,167	2,722	3,218
覚せい剤取締法	11,127	11,148	11,200	10,607	10,284
計	13,292	13,437	13,887	13,841	14,019

出典：厚生労働省・警察庁・海上保安庁の統計資料

【施策目標】

薬物の乱用を防ぎます。

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 大麻や危険ドラッグ、覚せい剤などの薬物の乱用防止に関する区民向け啓発活動を、薬物乱用防止指導員と連携して実施します。

実施事業

○薬物乱用防止啓発（地域保健課）

- ・薬物乱用防止推進葛飾地区協議会の活動を支援します。
- ・区内中学校への薬物乱用防止ポスター・標語の作品募集を通して、薬物乱用防止の啓発を行います。また、最優秀作品を使用した啓発用グッズを作成し、イベント等で配布します。
- ・「薬物乱用防止葛飾区民大会」を開催し、薬物に関する基調講演とポスター・標語の入賞者の表彰を行います。
- ・区内小中学校での「薬物乱用防止教室」の開催や、子どもまつり、産業フェア、東京拘置所矯正展、各地区まつり等のイベントでブースを設置し、クイズや薬物標本を使った啓発などを行います。

○精神保健相談（保健予防課、保健センター）【再掲】

（P61、1（5）こころの健康づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- ・薬物乱用に関する正しい知識と理解を深めましょう。
- ・危険ドラッグや違法な薬物には関わりません。



関係機関・団体等の取り組み

- ・行政や各関係団体との連携、情報交換を行い、薬物乱用防止啓発活動に取り組みます。



◁区内イベントでの啓発活動の様子
▽



4 医療環境の充実

(1) 在宅医療の推進

在宅医療とは、通院が困難な患者の自宅に医師が訪問して、医療サービスを提供するものです。医師が計画的に訪問して医療を行う「訪問診療」と臨時に医療サービスを提供する「往診」があります。

疾病を抱えても、住み慣れた地域で、本人や家族が安心して自分らしい生活を実現するためには、在宅医療体制の充実を図る必要があります。

このため、医療機関などの連携を強化し、在宅医療体制を充実させていきます。また、在宅医療と介護の連携を深め、在宅療養体制も強化します。

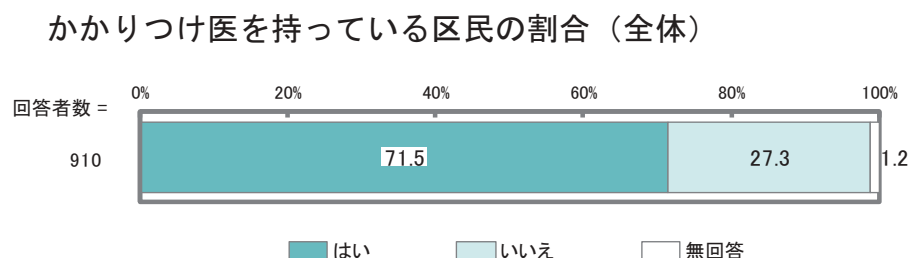
在宅医療を行ううえで大きな役割を果たすのが、身近なかかりつけ医です。かかりつけ医に継続的に関わることで、本人の身体や症状にあった適切なアドバイスを受けることができるため、かかりつけ医の普及を進めます。

【現状と課題】

① かかりつけ医を持っている区民の割合

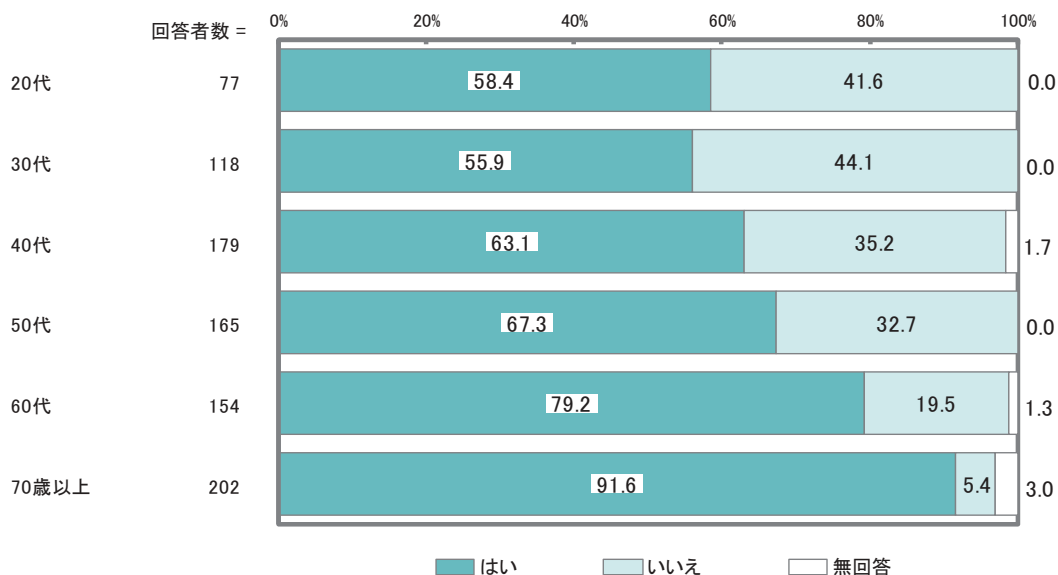
平成30(2018)年調査によると、かかりつけの医療機関について、「持っている」(「はい」の回答率)は71.5%、「持っていない」(「いいえ」の回答率)は27.3%となっています。

日常的な診療や健康管理などについて気軽に相談できる、かかりつけ医の更なる普及が必要です。



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」(平成30(2018)年7月刊行)

かかりつけ医を持っている区民の割合（年代別）



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成30（2018）年7月刊行）

【施策目標】

区民が住み慣れた地域で住み続けられるよう在宅医療を推進します。

指標	算出方法・説明 または出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
かかりつけ医を持っている区民の割合	葛飾区政策・施策マーケティング調査	71.5%	78.3%	81.7%	増やす
かかりつけ歯科医を持っている区民の割合 【再掲】	葛飾区保健医療実態調査	68.8%	—	70.0%	増やす
かかりつけ薬局を持っている区民の割合	葛飾区保健医療実態調査	48.2%	—	55.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 疾病を抱えても住み慣れた地域で生活を続けていくことができるよう、医療機関や介護サービス事業所などの関係機関が連携し、在宅医療・介護を一体的に提供できる体制を整備します。

重点事業

○在宅療養患者・高齢者搬送支援事業（地域保健課）

在宅療養患者の方が病院での治療や入院が必要となった場合に、区内の病院が保有する病院救急車を活用して協力医療機関へ搬送します。区内の病院等で適切な治療が提供され、区内で医療を完結させることにより、早期に在宅療養生活に戻れることを支援し、在宅療養患者の方が安心して在宅療養生活を送れるようにします。

事業目標	現状値	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	平成 35 (2023) 年度	指標の 方向
在宅療養患者・ 高齢者搬送件数	77 件	120 件	130 件	140 件	150 件	160 件	増やす



△区内の病院が保有する病院救急車

○在宅医療・介護連携に関する相談支援（地域保健課）

葛飾区医師会に医療連携コーディネーター*を置き、医療機関や高齢者総合相談センターからの相談受け付けや在宅医療に関する情報提供を行うことで、在宅医療・介護連携を強化します。

事業目標	現状値	平成31 (2019) 年度	平成32 (2020) 年度	平成33 (2021) 年度	平成34 (2022) 年度	平成35 (2023) 年度	指標の 方向
医療連携相談件数	103件	120件	150件	180件	210件	240件	増やす

実施事業

○在宅医療介護連携推進会議の開催（地域保健課）

葛飾区医師会、葛飾区歯科医師会、葛飾区薬剤師会、病院、介護、看護などの多職種で構成された会議を開催します。

在宅療養に関する内容を検討し、各分野での連携を強化します。

○在宅療養セミナーの開催（地域保健課）

在宅医療の推進および医師・看護師・介護支援専門員など多職種の連携の促進のため、区民向けの在宅療養に関するセミナーを開催します。

○医療的ケア児への支援の促進（障害福祉課、障害者施設課、地域保健課、保健予防課、保健センター、子ども家庭支援課、保育課、学校教育支援担当課）

在宅で痰の吸引や経管栄養等の医療的ケアが必要な児童が、適切な支援を受けることができるよう、関係機関による協議の場を設け、連携を図ります。

○ねたきり高齢者歯科診療（健康づくり課）【再掲】

（P117、2（7）歯と口の健康づくり）



区民一人ひとりの取り組み

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持ち、困った時などは気軽に相談しましょう。



関係機関・団体等の取り組み

- 紹介窓口を設置して、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局の普及定着に取り組みます。
- 医療連携コーディネーターの周知を図ります。
- 日頃から病診連携、病院連携を図り、適切な医療機関での受診を促します。
- 医療機関と介護保険事業者の連携を強化し、情報の共有化を図ります。

(2) 災害医療の充実

将来、発生が予測されている、首都直下型地震などの地震災害、台風や局地的豪雨など大規模な災害の際には、地域の医療機能が低下することが予測されています。

このような際にも、迅速かつ適切な医療救護活動を行い、区民の命と健康を守ることができるよう、葛飾区医師会・葛飾区歯科医師会・葛飾区薬剤師会などと協力し、災害医療体制を整備しています。

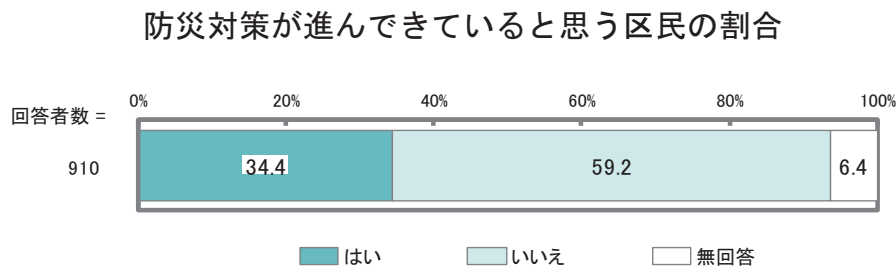
引き続き、各関係機関と協力しながら、災害医療の充実を図ります。

【現状と課題】

① 防災対策が進んでいると思う区民の割合

平成30(2018)年調査によると、葛飾区の防災対策について、「進んでいる」(「はい」の回答率)は34.4%、「進んでいない」(「いいえ」の回答率)は59.2%となっています。

防災に対する意識が高まっている中、さらなる対策の強化が必要です。



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」(平成30(2018)年7月刊行)

② 緊急医療救護所

大地震などの災害が発生し、多数の傷病者が発生した際に、発災後概ね 72 時間まで開設する救護所で、8か所の設置を予定しています。主に軽症者の治療や病院への転送の要否および転送順位の決定などを行います。また、歯科医療救護所は2か所の設置を予定しています。

【緊急医療救護所】

学校名	所在地
東金町小学校	東金町 1-33-1
柴原小学校	金町 1-15-1
青戸小学校	青戸 6-18-1
梅田小学校	立石 3-24-1
道上小学校	亀有 4-35-1
南綾瀬小学校	堀切 6-1-1
高砂中学校	高砂 3-32-1
新小岩中学校	西新小岩 2-1-2

【歯科医療救護所】

施設名称	所在地
たんぼぼ歯科診療所	亀有 2-23-10
ひまわり歯科診療所	青戸 7-1-20 葛飾区歯科医師会館内

【施策目標】

災害時に迅速に対応できる、医療救護体制を整備します。

指標	算定方法・説明または出典	現状値	中間目標値 平成 33 (2021) 年度	最終目標値 平成 35 (2023) 年度	指標の方向
緊急医療救護所医療従事スタッフ登録数	—	100 人	130 人	150 人	増やす

【具体的な取り組み】**区の取り組み****取り組みの方向性**

- 災害時に備え、的確な対応ができるよう防災訓練の実施や医薬品などの備蓄を行います。また、人工呼吸器などを使用する在宅患者の支援体制を整備します。

実施事業**○緊急医療救護所の設置・運営訓練の実施（地域保健課）**

災害時に適切な医療救護活動を行うため、緊急医療救護所の設置やトリアージ*訓練・搬送訓練などの運営訓練を実施します。

緊急医療救護所は、避難所に設置されることから、避難所運営訓練と合同で行い、連携の強化を図ります。

○緊急医療救護所医療従事スタッフの登録（地域保健課）

緊急医療救護所での医療救護活動は、区内医療関係団体によって運営されますが、区内在住率の低下などから、十分な医療従事者の確保が難しいと予想されます。このため、迅速に医療救護活動ができるよう、医師・看護師・准看護師を予め登録します。登録者には登録証を交付し、平時は防災訓練などに参加するとともに、災害時の緊急医療救護所での医療救護活動を行います。

○医療救護受援体制の整備（地域保健課）

大規模災害時には、他道府県や日本医師会の医療救護チームが全国から参集します。葛飾区は災害医療コーディネーター*（医師）を指定し、派遣された医療救護チームの配置について、緊急医療救護所や病院からの要請を調整する体制を整備しています。災害時に速やかに対応できるよう、引き続き、災害医療コーディネーターと連携した取り組みを進めます。

○医薬品・医療資器材の備蓄（地域保健課）

発災直後に活用する医薬品や医療資器材の備蓄品の充実を図ります。また、発災後の継続した確保に向け、関係機関と連携して供給体制強化を図ります。

○人工呼吸器を使用する在宅患者支援体制の整備（地域保健課）【新規】

難病や障害等により、在宅で人工呼吸器を使用しているすべての方が安心して在宅療養を行えるように、停電時などに必要となる電源を確保し、供給します。健康プラザかつしかや緊急医療救護所などに人工呼吸器バッテリーの充電可能場所として必要な資器材を整備します。



区民一人ひとりの取り組み

- ・ 家庭で災害用品を備蓄し、避難所、避難場所を確認しておきましょう。
- ・ 災害時にケガをしてしまった際の救護所などを覚えておきましょう。

	ケガの程度	対応先
軽症	生命の危険がなく、歩行が可能な方	緊急医療救護所
中等症	生命の危険はないが入院が必要な可能性がある方	災害拠点連携病院
重症	生命が危険な可能性がある方	災害拠点病院

※緊急医療救護所が開設されたときは、診療所・クリニック等の医師等は緊急医療救護所で治療に当たるため、診療所・クリニック等での診療活動は行いません。

※災害拠点連携病院・・・主に中等症者または容態の安定した重症者の収容・治療を行う病院で東京都が指定します。
区内では、イムス葛飾ハートセンター、イムス東京葛飾総合病院、かつしか江戸川病院、金町中央病院、亀有病院、嬉泉病院、坂本病院、第一病院、堀切中央病院の9病院が指定されています。

※災害拠点病院・・・・・・主に重症者の収容・治療を行う病院で東京都が指定します。
区内では、東部地域病院、東京慈恵会医科大学葛飾医療センター、平成立石病院の3病院が指定されています。

関係機関・団体等の取り組み

- 区と協働して緊急医療救護所・歯科医療救護所の設置・運営訓練を行います。
- 葛飾区医師会・葛飾区歯科医師会・葛飾区薬剤師会などが連携して災害時に医療救護活動を実施するための体制を整備します。



△緊急医療救護所の設置・運営訓練の様子

▽トリアージタグ



(3) 医療サービスの確保

誰もが安心して健康的な生活を続けていくためには、質の高い医療を地域で安定的に受けられる体制を整備することが重要です。

このため、旧松上小学校跡地を活用した病院誘致を行い、イムス東京葛飾総合病院を開設し、葛飾赤十字産院の建替えに際しては、周産期医療*の充実に努めることを含む協定書を締結しました。

また、一般医療機関が休診となる休日や夜間などに、医療が必要となった方に応急診療を提供するため、葛飾区医師会など関係機関と協力し、休日応急診療所や小児初期救急平日夜間診療所を開設してきました。

医薬品については、医薬品販売の規制緩和が行われ、一般医薬品のインターネット販売が認められるようになり、手軽に医薬品を手に入れることができるようになりました。医薬品の事故防止や適正使用を推進するために、従来の薬局等に加えて、今後増加が予想されるインターネット等における販売や薬局等での資格者の確認、偽造医薬品対策の実施状況など、医薬品販売への監視体制を強化します。

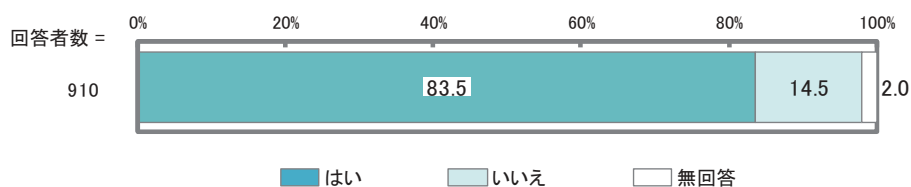
今後も、関係機関と連携し、適切な医療サービスを確保していきます。

【現状と課題】

① 必要な時に、必要とする医療を受けられている区民の割合

平成 30（2018）年調査によると、必要な時に、必要とする医療を受けられている割合は 83.5%となっています。

必要な時に、必要とする医療を受けられている区民の割合



出典：「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（平成 30（2018）年 7 月刊行）

② 病床数

平成29(2017)年度の病院の病床数はイムス東京葛飾総合病院の開設などにより増加しています。

病床数の推移 (床)

	平成25 (2013)年度	平成26 (2014)年度	平成27 (2015)年度	平成28 (2016)年度	平成29 (2017)年度
病院	2,467	2,426	2,426	2,420	2,621
診療所	223	207	212	212	205
合計	2,690	2,633	2,638	2,632	2,826

出典：庁内資料

【施策目標】

適切な医療サービスの確保と、医療・医薬品の安全を推進します。

指標	算定方法・ 説明または 出典	現状値	中間目標値 平成33 (2021)年度	最終目標値 平成35 (2023)年度	指標の 方向
必要な時に、 必要とする医療 を受けられている 区民の割合	葛飾区政策・ 施策マーケティング 調査	83.5%	86.5%	88.0%	増やす

【具体的な取り組み】



区の取り組み

取り組みの方向性

- 休日や夜間に応急診療が受けられる診療所を確保します。
- 患者と医療機関などとの信頼関係の構築のための相談窓口を設置します。
- 医療と医薬品の安全を推進します。

実施事業

○休日等の応急診療事業（地域保健課）

一般医療機関が休診となる休日・祝日や夜間などに、医療が必要となった区民（急病患者）に応急医療サービスを提供します。また、葛飾区医師会、葛飾区歯科医師会、葛飾区休日接骨師連合会、葛飾区薬剤師会に委託し、休日・祝日に当番制で診療所などを開き、急病患者の診療を行います。

【葛飾区で実施している応急診療】

立石休日応急診療所・金町休日応急診療所（小児科・内科）

平日夜間こどもクリニック（小児科）

○健康医療推進協議会の運営（地域保健課）

保健医療問題や望ましい地域医療、地域保健のあり方などについて協議します。

○地域医療連携協議会の運営（地域保健課）

医療を地域で適切に受けられることができるよう、医療機関の相互の連携について検討します。

○患者相談窓口の運営（生活衛生課）

医療に関する苦情や相談を受け、相談者に適切に助言することや医療機関に苦情・相談内容を伝えること等により、患者と医療機関などの相互理解を促進します。また、患者相談の実施状況を区内の全診療所へ周知するとともに葛飾区医師会や葛飾区歯科医師会へも情報提供します。さらに、医療従事者などを対象とした医療の安全に関する研修を実施します。

○薬事衛生普及・啓発（生活衛生課）

区民の健康被害の防止や安全のために、薬事関係事業者を対象に医薬品、毒物・劇物などの安全性の確保、適正使用、事故防止などの内容について葛飾区薬剤師会などと協力して情報提供を行います。

○医務許認可事務・監視指導（生活衛生課）

法令に基づき、診療所、歯科診療所、助産所、施術所などの許認可や医療施設などが法令に適合するように施設の監視指導を行います。

○薬事衛生許認可事務・監視指導（生活衛生課）

法令に基づき、医薬品や医療機器を扱う薬局などの許認可および監視指導を行います。

 **関係機関・団体等の取り組み**

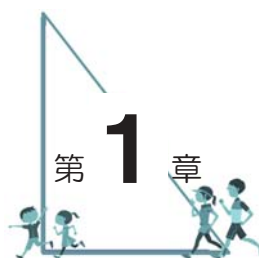
- 休日等の応急診療事業に協力します。
- 医療機関の相互連携および情報の共有化を図ります。

葛飾区食育推進計画

【平成 30 (2018) 年度改定】

一緒に 楽しく おいしく
食べて 元気！

～食を通じて一人ひとりが元気になるような
食育を推進します～



第1章 計画の改定にあたって

1 計画の性格と位置付け

近年、社会経済情勢やライフスタイルの変化に伴い食の多様化が進展する一方、食の大切さに対する意識は希薄になり、健全な食生活が失われつつあります。栄養摂取の偏りや朝食の欠食等、心身の健康に影響を与える様々な問題が生じており、食の安全・安心に対する関心も高まっています。

このような状況のなか、一人ひとりが、「食」の大切さを改めて見直し、「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必要とされることから、「食育」の重要性が注目されてきました。

○食育とは

- ・生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ・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。

○食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

○食育の推進に当たっては、健全な食生活の実践としての単なる食生活の改善だけでなく、「食」に関する感謝の念と理解を深めることや、伝統のある優れた食文化の継承、地域の特性を生かした食生活に配慮することなどが求められている。

(食育基本法から)

国は、平成 17 (2005) 年 7 月、食を社会全体の問題と捉え、食育を国民運動として総合的に推進し、これまで以上にその実効性を確保していくことを目指して「食育基本法」を施行し、平成 18 (2006) 年 3 月に「食育推進基本計画」を策定しました。また、都においては、平成 18 (2006) 年 9 月に「東京都食育推進計画」が策定されました。

葛飾区においても「葛飾区食育推進計画」を平成 20 (2008) 年度に策定し、その後、平成 22 (2010) 年度から平成 27 (2015) 年度、平成 28 (2016) 年度から平成 30 (2018) 年までをそれぞれ計画期間とする改定を順次行い、多様化する食の問題に対して様々な施策を推進してきました。

今般、計画期間の終了に伴い、計画を改定し、平成 31（2019）年度から平成 35（2023）年度を期間とする新たな計画を策定しました。本計画では、前計画の基本理念を継承し、成長段階の早期から食の知識や規則正しい生活習慣の基礎を身につけ、生涯にわたり健全な食生活が実践できるよう食育の推進に取り組みます。

（１）計画の性格

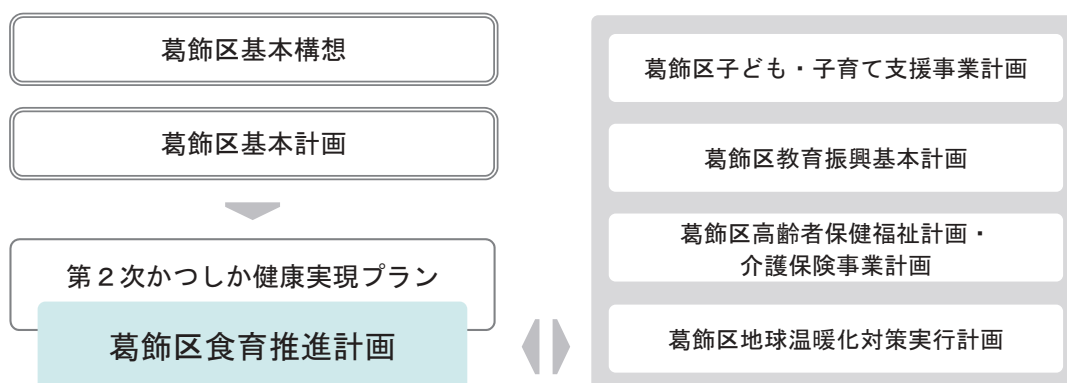
食育基本法第 10 条には「地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。」、同第 18 条には「市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。」としています。「葛飾区食育推進計画」はこの規定に基づく市町村食育推進計画に該当するものです。

（２）計画の位置付け

本計画と区の食育に関連する他の計画との関連を図表に示します。

食育の推進は、この計画に基づいて、区の他の計画と整合性を保ちながら総合的に推進する必要があります。

葛飾区食育推進計画の位置付け



他の計画と食育推進計画の関連

計画名	計画の性格【計画期間】	食育推進計画との 主な関連分野
第2次 かつしか健康実現 プラン	<ul style="list-style-type: none"> 健康増進法で定める市町村健康増進計画 健康寿命の延伸を図り、すべての区民が健康でいきいきと安心して暮らせるまちを目指すことを基本理念とする。 【平成31（2019）年度～平成35（2023）年度】	<ul style="list-style-type: none"> ライフステージ（次世代・親子、働く世代、高齢者）に応じた健康づくり 生活習慣病（がん・糖尿病）予防・適切な食生活による健康づくり
葛飾区 子ども・子育て支援 事業計画	<ul style="list-style-type: none"> 「子ども・子育て支援法」に基づく事業計画 子どもたちの幼児期における健やかな育成を図る。 【平成27（2015）年度～平成31（2019）年度】	<ul style="list-style-type: none"> 母子の健康づくりの推進（保護者に向けた家庭での食育の取り組みに関する教室の実施） 家庭・地域による子どもの育ち支援（子どもたちが健全な食生活を実践するための取り組み）
葛飾区 教育振興基本計画	<ul style="list-style-type: none"> 今後目指していく教育施策について、中期的な方向性や方針を示す。 【平成31（2019）年度～平成35（2023）年度】	<ul style="list-style-type: none"> 食育リーダーを中心とした食育推進チームによる推進 栄養教諭や栄養士と担任の協働による「給食」を活用した食育授業の実践 地産地消の推進（区内農産物を利用した学校給食の実施） 食育推進チームと家庭・地域との連携
葛飾区 高齢者保健福祉 計画・介護保険事業 計画	<ul style="list-style-type: none"> すべての高齢者に関する施策全般にわたり、基本的な目標を設定するとともにその実現に向けて取り組むべき事業を計画的に推進する。 【平成30（2018）年度～平成32（2020）年度】	<ul style="list-style-type: none"> 社会参加・生きがい活動の促進 安心できる在宅生活への支援 支え合いの地域づくり
葛飾区 地球温暖化対策 実行計画 （区域施策編）	<ul style="list-style-type: none"> 葛飾区の特성에応じた温室効果ガス排出量の削減の取り組みを総合的かつ計画的に推進するため、低炭素社会の構築に向けた目標とともに、区民、事業者及び葛飾区が各々の役割に応じて取り組むべき対策とその進行管理の方法を示すもの。 【平成30（2018）年度～平成42（2030）年度】	<ul style="list-style-type: none"> 家庭・事業所から出るごみの発生抑制・排出抑制の推進

2 計画の期間

平成 31（2019）年度から平成 35（2023）年度までの 5 年間を計画期間とします。

3 計画の評価

本計画の達成状況を評価するため、基本目標及び取り組みごとに指標を設定し、最終年度に区民調査等の実施により把握、検証をします。



葛飾区の食をめぐる現状と課題

区では計画改定に際して、20歳以上の区民及び小中学生（小学校4年生、中学校1年生）とその保護者を対象とした「葛飾区保健医療実態調査」を実施しました。また、その他保健所で実施している乳幼児健診において保護者を対象としたアンケートやその他の調査結果の分析等を踏まえて、現状と課題を整理しました。

① 将来を見据えた食生活の基盤づくりと保護者の役割

ライフステージのスタートである妊娠期は、生まれてくる子どもの健やかな成長と妊婦自身の健康のために、栄養に配慮した健康的な食生活の実践が重要です。また、妊娠や出産は家族全員の食生活を新たに見直すきっかけとなります。

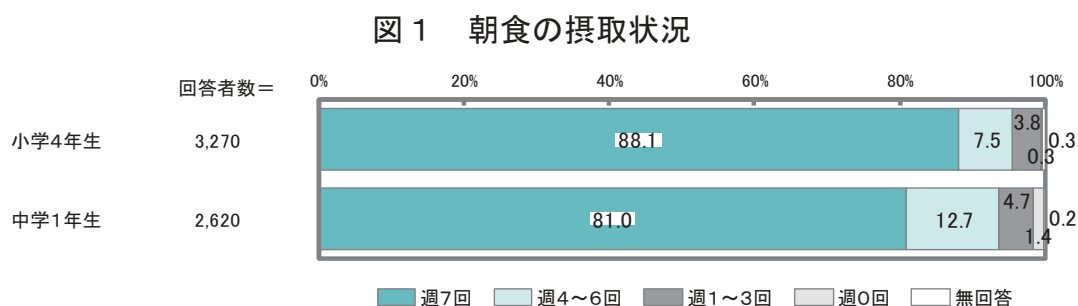
乳幼児期は食習慣の基礎を身につける時期です。葛飾区では1歳6か月児で89.9%、3歳児では96.1%の幼児に朝食を食べる習慣がみられます。また、3歳児では食事の挨拶をする割合が80.2%、簡単なお手伝いをする割合が62.1%等、食に伴う基本的な習慣や保護者との関わりが見受けられます。これらの食に伴う基本的な習慣等をしっかりと身につけ、生涯にわたり実践していくためには、家庭での役割が大きいと考えられています。

一方、乳幼児への食育を担う保護者では、朝食を食べる習慣がある保護者は母親が89.2%、父親は59.6%であり、特に父親は20歳代が47.3%、30歳代が60.0%と低い傾向にあります。また、子どもにお菓子を与えるときに栄養成分表示をよく見る保護者は、19.4%にとどまっています。乳幼児への食育は、保護者自身の食の知識や、望ましい行動についての普及啓発を含めた取り組みを推進することが必要です。

② 規則正しい生活リズムの確立の重要性

児童・生徒期は心身の発達が著しく、体をつくる大切な時期であるとともに、生活習慣を確立する時期でもあります。早寝・早起き・十分な睡眠時間、きちんと朝食を食べること等の規則正しい生活リズムは心身の健全な発達のために重要です。睡眠時間が十分な児童・生徒では睡眠時間が少ない児童・生徒に比べて、毎日朝食を食べる頻度が高く、家での食事が楽しいと感じる者が多いという傾向がみられます。小学4年生では88.1%が毎日朝食をとっていますが、中学1年生になると81.0%になっています。また、朝食を食べるのが週3回以下の小学4年生は4.1%、中学1年生は6.1%いることから、引き続き「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣化による生活リズムの確立に向けた取り組みが必要です（図1）。

区内の肥満傾向の小児の割合（平成29（2017）年度葛飾区小児生活習慣病予防健診結果）は、男子12.6%、女子8.7%で、東京都（男性8.4%・女性8.2%）や全国（男子9.5%・女子7.7%）平均を上回っています。肥満は、生活リズムの乱れや不規則な食事や偏食・過食といった食生活の乱れと関連があります。子どもの肥満は将来の肥満や生活習慣病の要因となるため、適正範囲の体重を維持することが大切です。



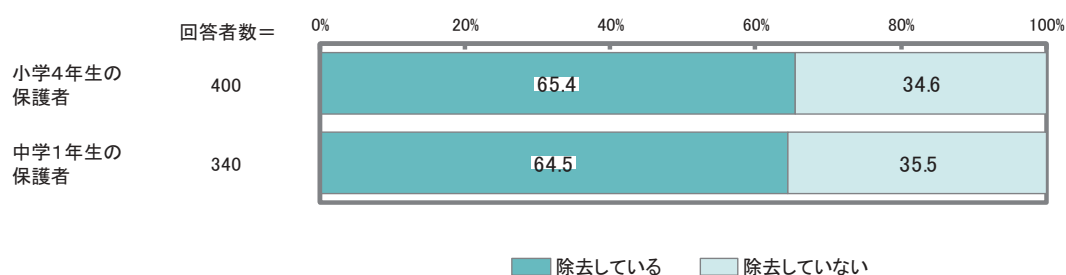
出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

③ 食物アレルギーに関する知識と理解不足

幼児の食物アレルギーについては、東京都が平成 11（1999）年度から 5 年ごとに調査（アレルギー疾患に関する3歳児全都調査）を行っています。この調査によれば、食物アレルギーを持つ幼児は調査開始時から一貫して増加傾向にあります。一般的に食物アレルギーの対応の基本は、食物アレルギーの原因になる食物を与えない（食べない）ことですが、東京都の調査によると 4 人に 1 人は原因食物を誤って与えられた（食べた）経験があり、そのことで症状が出現していました。

児童・生徒では、食物アレルギーがあると診断された子どもがいる、と回答した小学 4 年生の保護者は 12.8%、中学 1 年生の保護者は 13.7%となっています。保護者においては食物アレルギーがあると診断されているのに必要な除去が行われていない場合（小 4 の保護者では 34.6%、中 1 の保護者では 35.5%）や、食物アレルギーがあると診断されていないのに食物の除去が行われている（小 4 の保護者では 3.2%、中 1 の保護者では 3.1%）場合がみられます。保護者には必要に応じて医療機関を受診し、対応いただくとともに、本区では、食物アレルギーのある園児や児童・生徒のために、アレルギーの原因となる食物を除去した給食の提供や事故対策に取り組んでおり、児童や生徒の食物アレルギーの認知度は前回の調査より 10%以上増加しています。引き続き食物アレルギーに関する正しい知識を普及することが必要です（図 2）。

図 2 アレルギーがあると診断された子どもを持つ保護者の対応

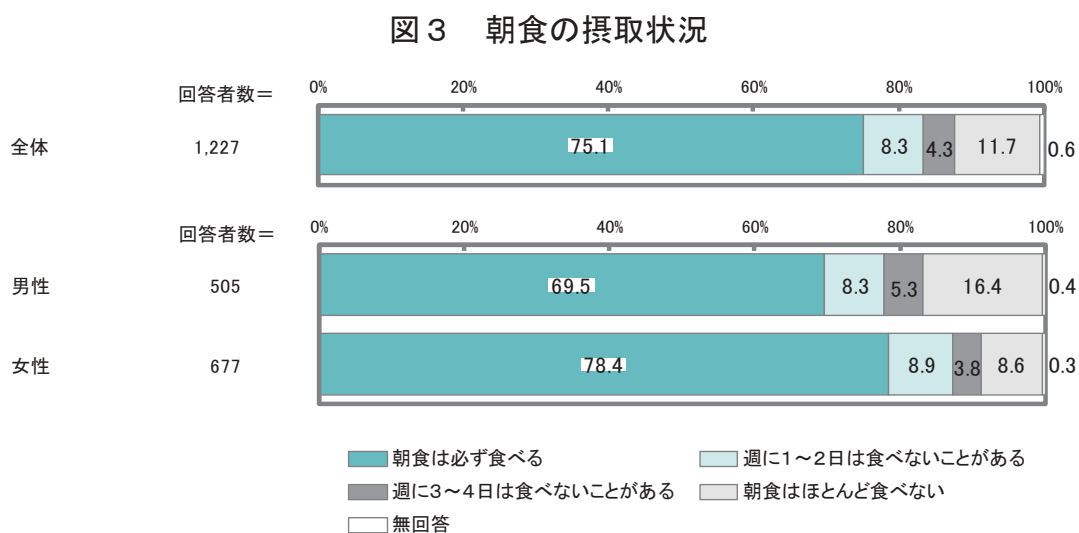


出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）

④ 青年・成人期にみられる食生活の現状と課題

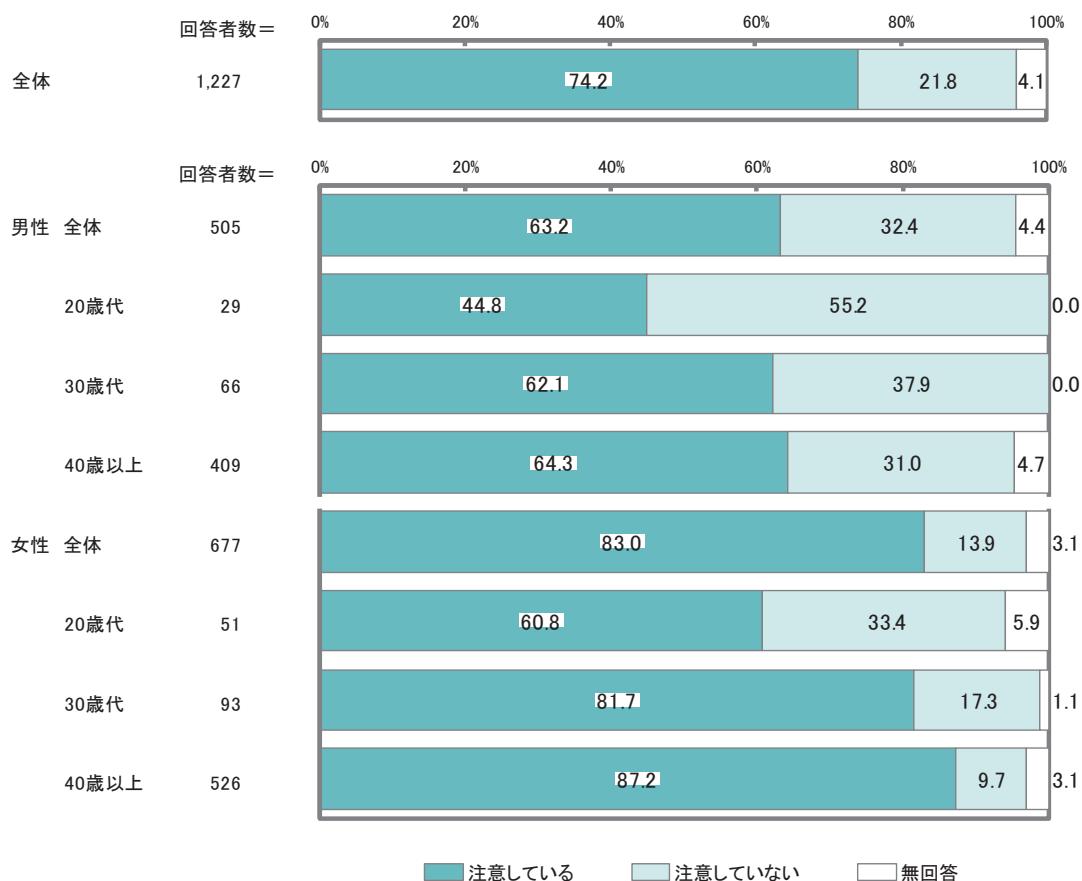
朝食を食べて、主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスの良い食事をとることは、健康の維持・増進を図るための第一歩です。しかし、男性の16.4%、女性の8.6%が朝食をほとんど食べていません（図3）。年代別で見ると、朝食をほとんど食べない人は、男性で30歳代(30.3%)、女性で20歳代(19.6%)がそれぞれ最も高くなっています。

また、栄養バランスに注意している人は全体では74.2%であり、男性（63.2%）は女性（83.0%）に比べて栄養バランスに注意する人が少ない傾向にあります（図4）。



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

図4 栄養バランスに注意している人の割合



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

20・30歳代は、これから親になり、家庭の食育を次世代に伝えつなげていく世代です。子どもの健康的な心身を育むために、また自らの生活習慣病の予防を念頭に正しい知識を身につけ、望ましい食生活を実践することが必要です。40歳代以降は将来も健康で健全な食生活を送ることを意識し、生活習慣病の予防、改善に加え、積極的な健康づくりのために望ましい食生活を継続する必要があります。食事バランスガイドのような具体的でわかりやすい目安の普及や朝食を毎日食べることについての啓発が必要です。

⑤ 成人期の適正体重の維持

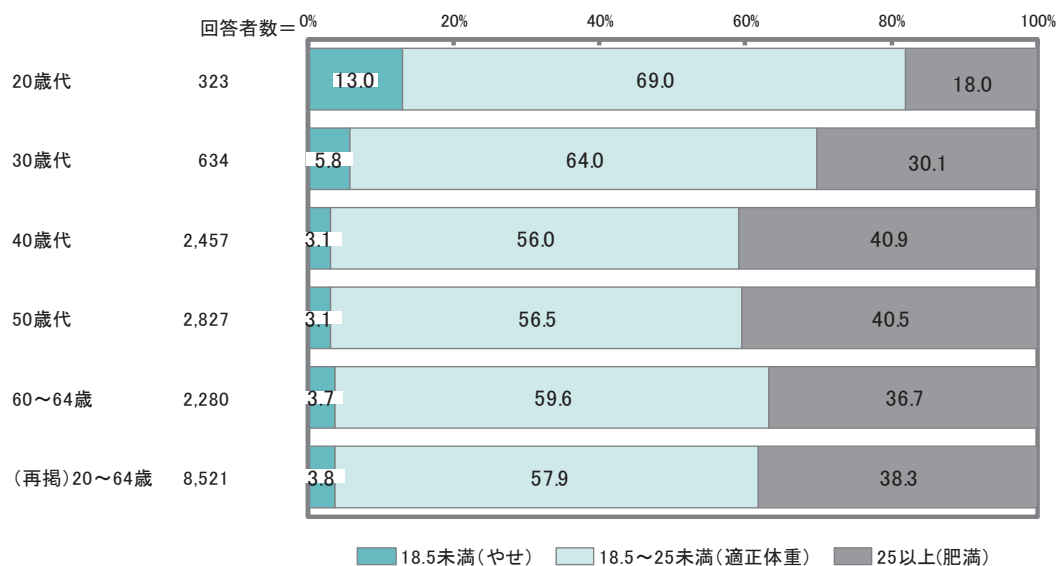
健康を維持・増進するためには自分の体をよく理解し、自分に合った生活習慣を意識することが重要です。そのための第一歩として、自分の体重を正しく理解する必要があります。適正体重（BMI*18.5以上25.0未満）の区民（20～64歳）の割合は、62.1%です。

男性について、国の調査結果（図6）と比較すると、30歳代から60～64歳の各年代について、区の肥満の割合は国より高く、適正体重の者の割合が低い傾向にあります（図5）。肥満の予防や解消に関する情報提供、保健指導、健康教室の充実等、総合的な取り組みを推進する必要があります。

女性について、国の調査結果（図8）と比較すると、20歳代と50歳代について、やせおよび肥満の割合が若干高く、適正体重の者の割合が低い傾向にあります（図7）。特に女性のやせは、低出生体重児の出生要因の一つとも考えられており、成長段階の早期から、適正体重を維持する食事量等の正しい栄養の知識の普及と健康情報の効果的な提供が必要です。

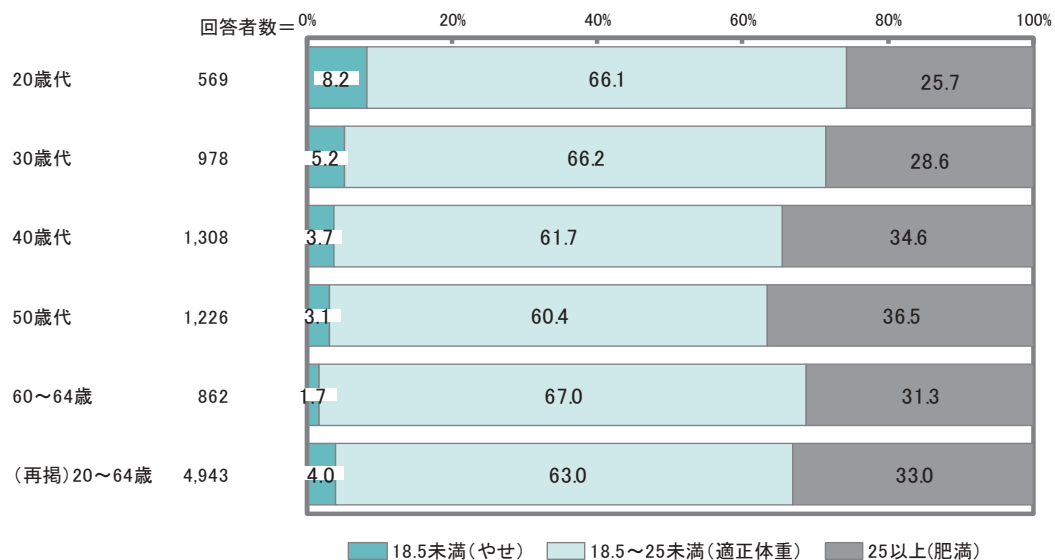
※BMI（肥満指数）＝ 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
18.5未満を「やせ」、18.5以上25未満を「普通」、25以上を「肥満」と分類する。

図5 BMIの分布（男性20～64歳）



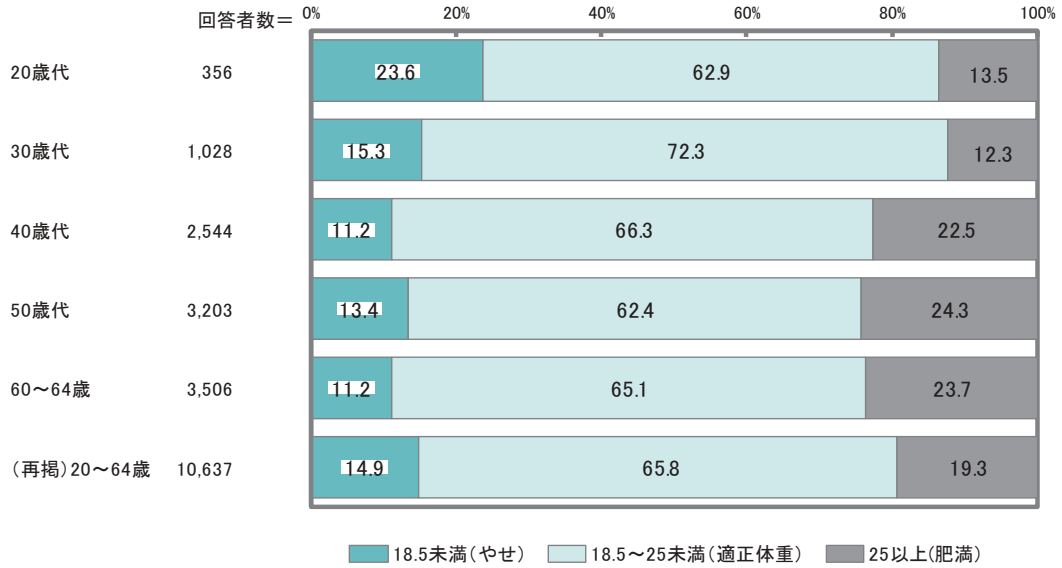
出典：「葛飾区20歳代・30歳代健康診査」（平成29（2017）年度）
「葛飾区特定健康診査」（平成29（2017）年度）

図6 〔参考〕国調査 BMIの分布（男性20～64歳）



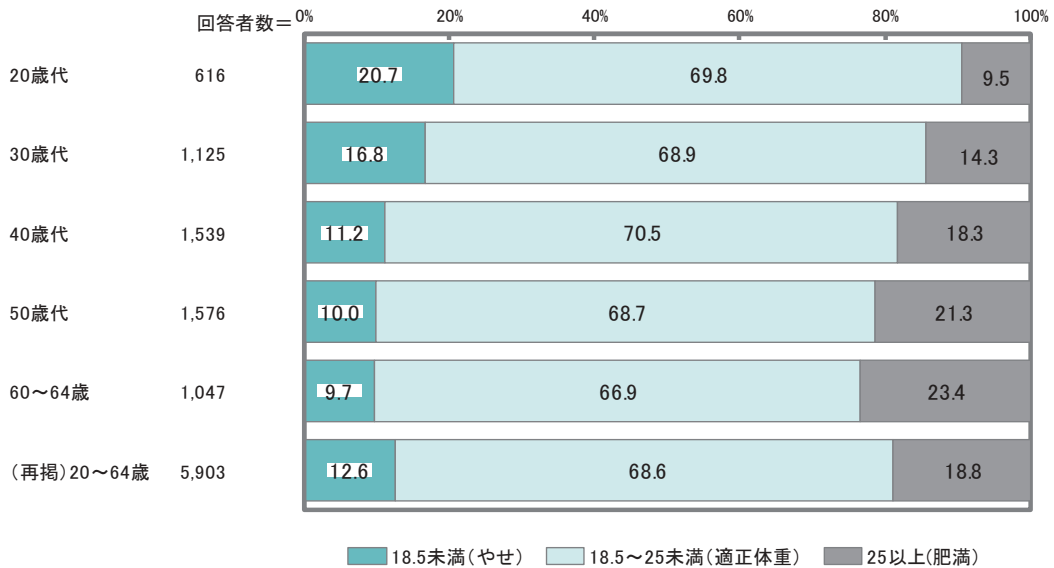
出典：「国民健康・栄養調査」（平成28（2016）年）

図7 BMIの分布（女性20～64歳）



出典：「葛飾区20歳代・30歳代健康診査」（平成29（2017）年度）
 「葛飾区特定健康診査」（平成29（2017）年度）

図8 〔参考〕国調査 BMIの分布（女性20～64歳）



出典：「国民健康・栄養調査」（平成28（2016）年）

⑥ 高齢期における適正体重の維持

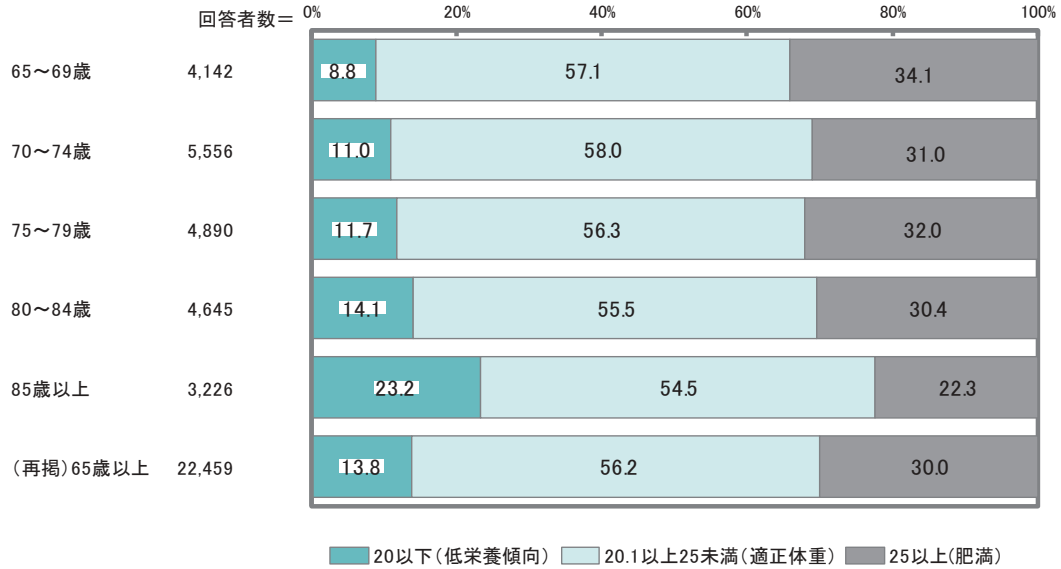
高齢期になると健康状態や生活機能、生活背景等の個人差が大きくなります。このため、高齢期を一概に年齢で定義することは困難ですが、一般的には65～74歳が前期高齢者、75歳以上が後期高齢者とされています。適正体重(BMI20.1以上25.0未満)の高齢者の区民(65歳以上)の割合は53.5%です。

男性について、適正体重の高齢者の区民(65歳以上)の割合は56.2%で、国の調査結果(図10)とほぼ同じ割合となっています。年齢層別に国の調査結果と比較すると、70～74歳について、国の調査結果よりも、肥満の者の割合が少なく、適正体重の者の割合が高くなっています。75～79歳、80～84歳については、肥満の者の割合が高く、適正体重の者の割合が低くなっています(図9)。

女性について、適正体重の高齢者の区民(65歳以上)の割合は51.6%で、国の調査結果(図12)よりも若干低くなっています。年齢層別に国の調査結果と比較すると、70～74歳について、若干やせの者の割合が高く、75～79歳、80～84歳については、肥満の者の割合が若干高く、適正体重の者の割合が低くなっています(図11)。

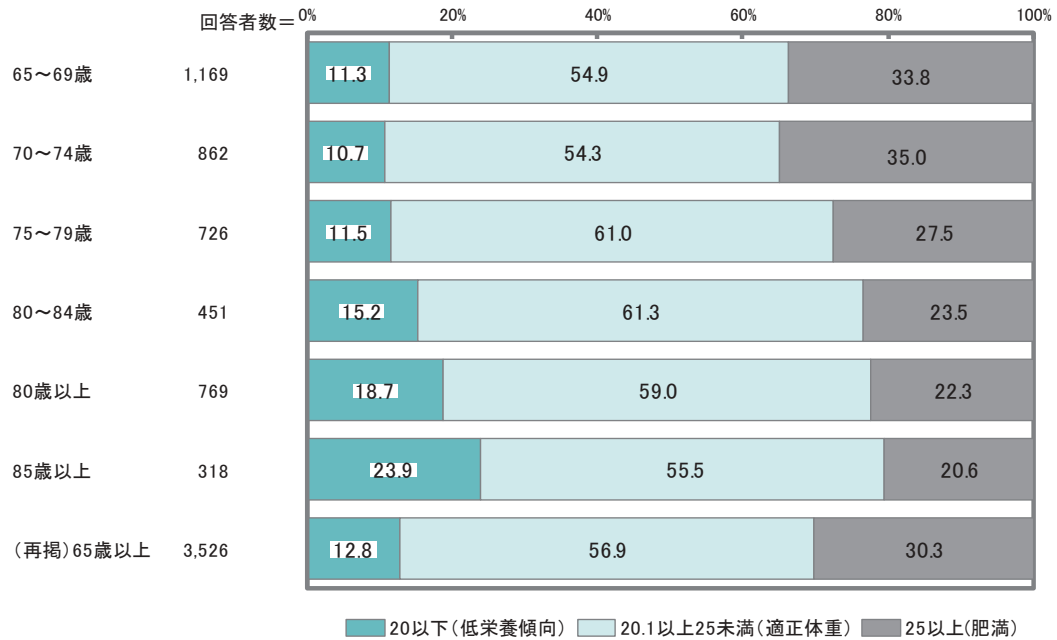
高齢期においてはBMI ≤ 20 を低栄養*傾向とし、低栄養はフレイル*の原因となり、要介護状態や死亡のリスクを高めます。加齢と共に、身体機能(筋力や口腔機能など)や認知機能などは徐々に低下していきませんが、低栄養になると、こうした機能低下が更に進み、機能障害の一因となります。低栄養を予防することが、身体機能を維持し、生活機能の自立を確保する上でも重要ですので、低栄養予防のための望ましい食生活についての普及啓発の取り組みが必要です。

図9 BMIの分布（男性65歳以上）



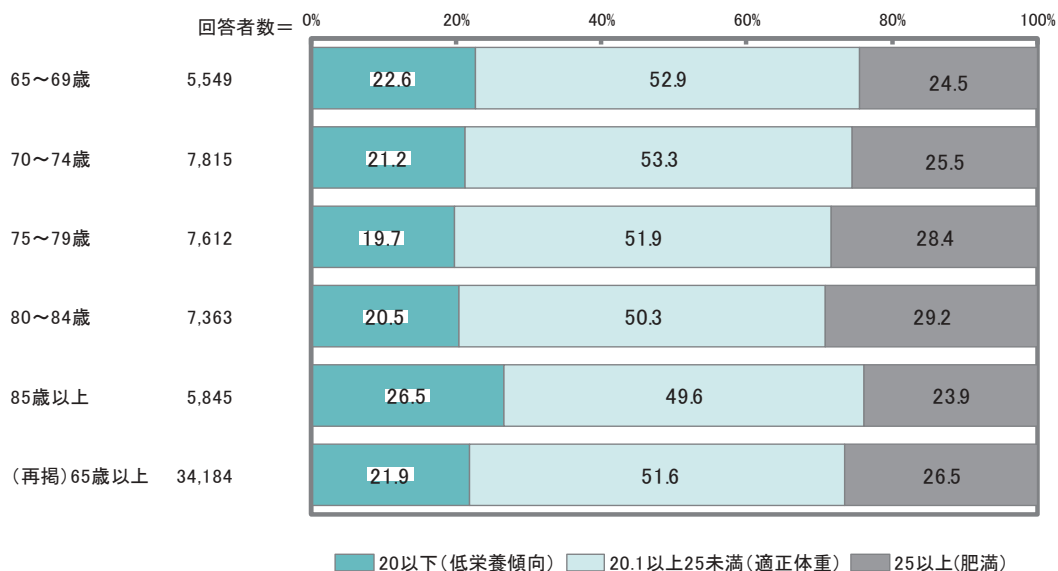
出典：「葛飾区特定健康診査」（平成29（2017）年度）
 「葛飾区長寿医療健康診査」（平成29（2017）年度）

図10 〔参考〕国調査 BMIの分布（男性65歳以上）



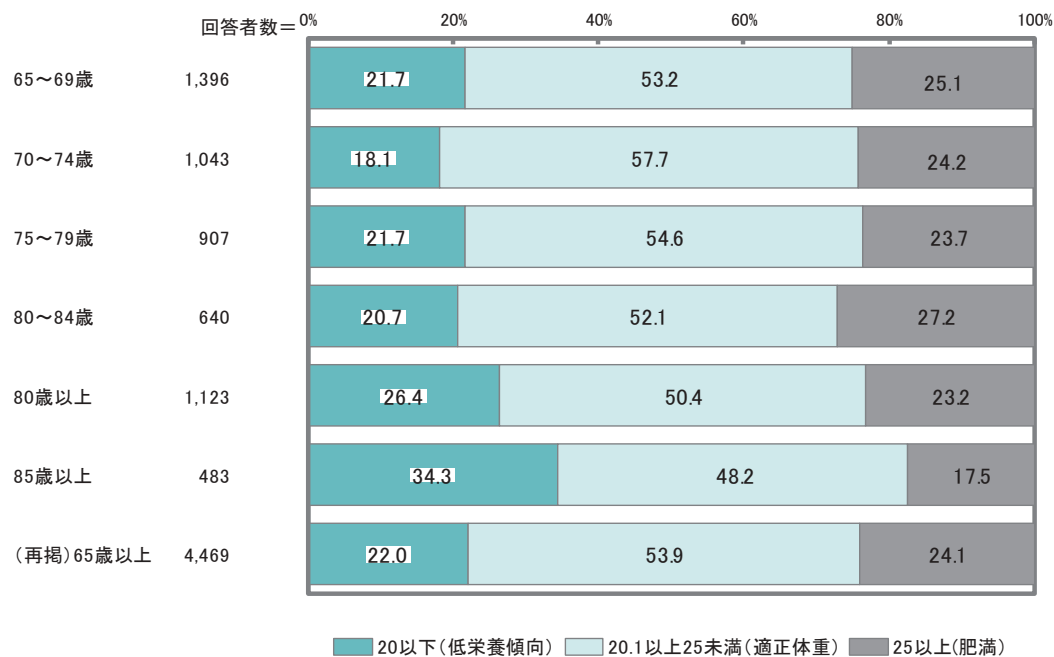
出典：「国民健康・栄養調査」（平成28（2016）年）

図11 BMIの分布（女性65歳以上）



出典：「葛飾区特定健康診査」（平成29（2017）年度）
「葛飾区長寿医療健康診査」（平成29（2017）年度）

図12 〔参考〕国調査 BMIの分布（女性65歳以上）

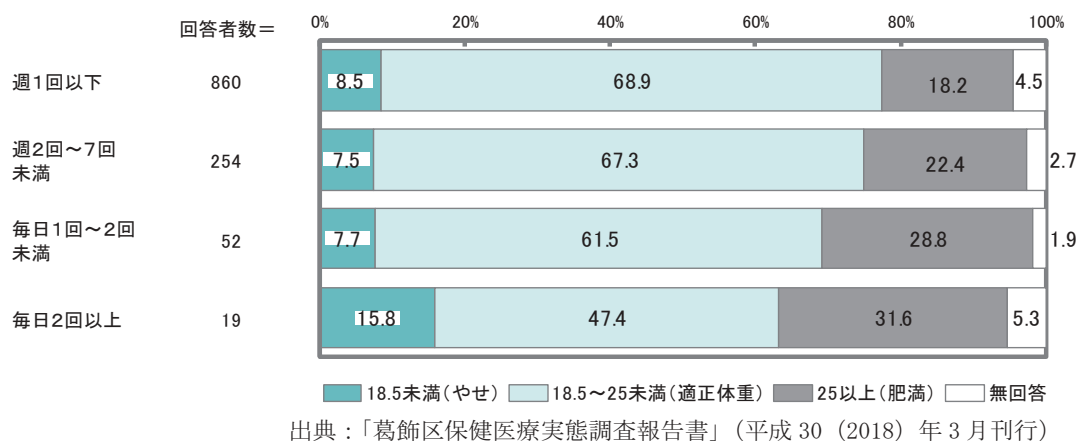


出典：「国民健康・栄養調査」（平成28（2016）年）

⑦ 外食に求められる健康的な食環境の整備

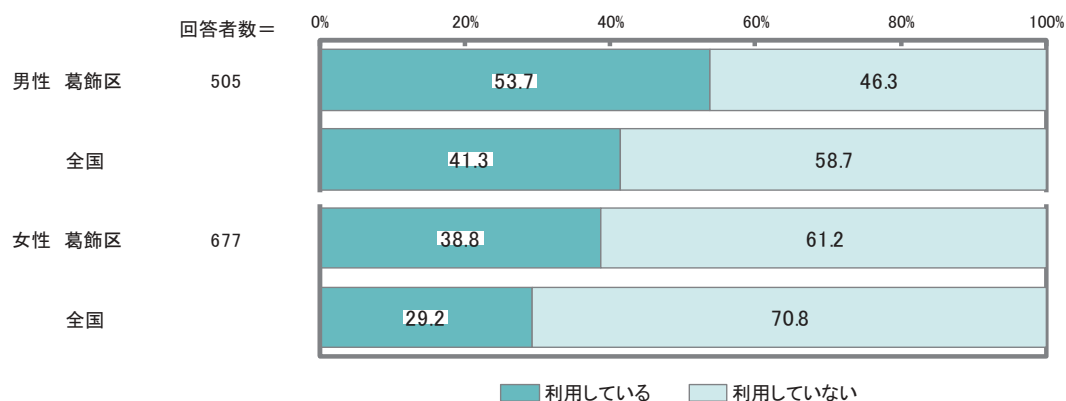
毎日の食事に占める外食の割合が高いと、メニューの選び方や食べ方等によっては健康に影響があります。毎日2回以上外食を利用する人の適正体重の割合は47.4%で、毎日2回未満外食を利用する人に比べて少なく、また、やせや肥満の割合がそれぞれ多くなっています（図13）。

図13 外食の頻度別 BMIの分布



区民が外食や中食*（調理済みの弁当やそうざい等を購入して自宅や職場で食べる）を定期的（週2~3回以上）に利用している割合は全国に比べて高く、男性では53.7%、女性では38.8%となっています（図14）。例えば身近な飲食店やコンビニ等でカロリーや塩分量等の適切な表示や食生活改善につながる情報を得ることができたり、飲食店でヘルシーメニューを選んだり、料理のサイズや塩分量を調整したりする等の健康的なサービスが利用できるような外食や中食の健康的な利用を支援する取り組みが必要です。

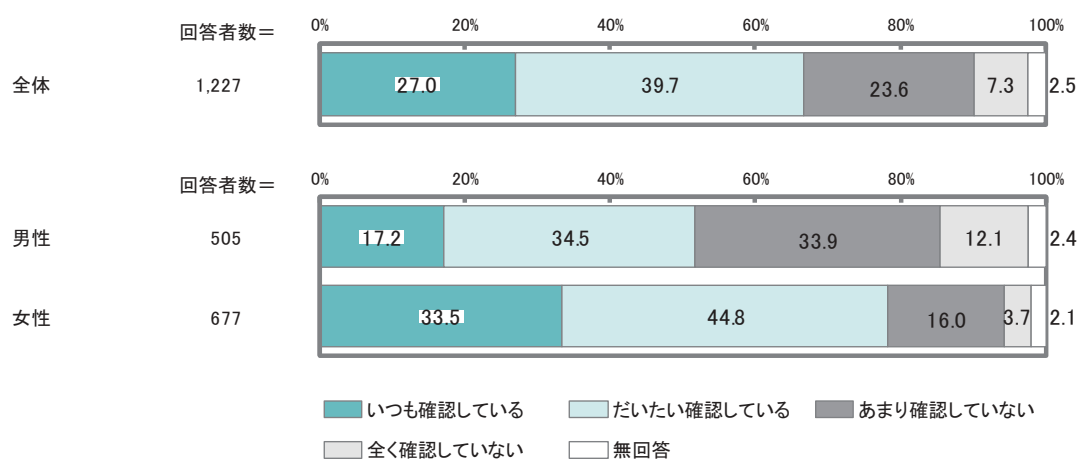
図14 外食または中食を定期的にご利用している割合



⑧ 食の安全・安心への関心の高まり

健全な食生活の実現には、食品表示の見方や食品の選択方法、適切な調理・保管の方法等について正しい知識を持ち、行動することが重要です。食品購入時に食品表示を確認している区民は66.7%でした（図15）。確認している表示の内容は「賞味期限、消費期限」「原産地」「原材料名」「保存方法」などの順となっています。

図15 普段食品を購入するときに食品表示を確認している人の割合



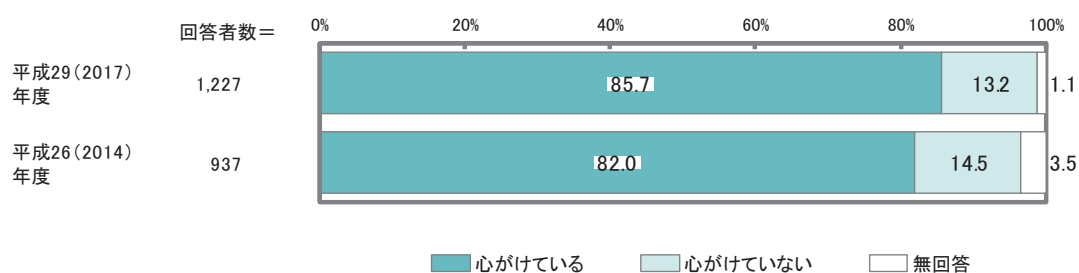
出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成30（2018）年3月刊行）

⑨ 食を大切にすることへの関心の高まり

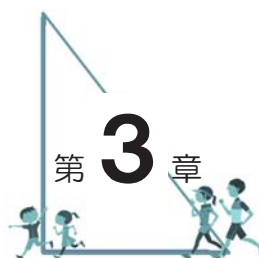
食料等の多くを海外からの輸入に頼っている一方で、食べ残しや食品廃棄物を大量に出すといった食品ロスが問題となっています。食べ残しや食品の廃棄を減らすように心がけている区民は 85.7%と前回調査に比較し 3.7%近く上昇しており、食品ロスへの関心が高まっていると思われます（図 16）。

区民一人ひとりが食品ロスの現状を把握し、その削減についての認識を深め自ら主体的に取り組むことが重要です。さらに食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人（生産者・流通者・製造者・消費者）に支えられていることを交流や体験を通して理解し、感謝の念を深めることができる環境づくりの推進が必要です。

図 16 食べ残しや食品の廃棄を減らすように心がけている人



出典：「葛飾区保健医療実態調査報告書」（平成 30（2018）年 3 月刊行）



食育推進の基本的な考え方

本計画は、食を通じて生きる力を育む「食育」の重要性を改めて認識し「食を学ぶ」ことを基礎に、食育を家庭、学校、保育園、地域等が連携を図って区民運動として取り組むことにより、「家庭力」や「地域力」を向上させて、豊かで活力のある「元気なかつしか」の実現を目指すものです。

「食育の推進」は、葛飾区基本計画(平成 25(2013)年度～平成 34(2022)年度)に位置づけられており、その計画上の目標にあわせて本計画の目標を以下のように決めました。

指 標	対象	現状*	→	目標
食育に関心をもっている区民の割合	20 歳以上	65.2%	→	70%

(現状*は、葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書(平成 30 (2018) 年 7 月刊行)による)

1 基本理念と取り組みの視点

[基本理念]

区民一人ひとりが「食べることは心身ともに健康で豊かに生きるための基本であることを心に刻み、食と健康に関する正しい知識を習得して、より良い生活スタイルを確立し生きる力を育む」ことを目指します。



食育は生涯にわたって心身を健康に保ち、豊かな人間性を育むことを目的としています。葛飾区では、食はいのちの源であるとの視点から、食育を通じて、区民一人ひとりが健康的かつ心豊かに生活し、子どもたちが健やかに成長することを目指し、上記のとおり「基本理念」を設定しています。

[取り組みの視点]

- 食の健康習慣を身につけ、実践していく。
- 食に関する知識や食を選ぶ力を養う。
- 食に対する感謝の気持ちを育む。
- 下町人情豊かな「ふるさと葛飾」を大切に、事業を展開する。

現在の食を巡る様々な問題を解決し、より豊かな食を実現するためには食育を「すべての区民」を対象として進めることが必要です。幼少期から規則正しい食の健康習慣を身につけて実践することは、生涯にわたっての健康保持に大きな影響があることから、本計画ではライフステージの段階に応じた目標を立てて取り組むことにします。

食育を通して豊かな人間性を育むには、子どもから大人までの「すべての区民」が食に関心を持ち、必要な知識を身につけると同時に、望ましい食生活を実践することが重要です。特に食生活の基礎を身につける時期である子どもでは、生産から消費といった食の循環を意識した体験等を通じて食に対する感謝の気持ちを育むことを目指します。

葛飾区には生産農地があり、小松菜等の野菜を学校給食で利用するといった地産地消が可能であること、また、食の専門性をもった東京聖栄大学や、食と農に関して教育をしている都立農産高校があります。さらに、人と人との絆が強く、地域との協働が図りやすいことも本区の特徴です。そこで、このような地域性や専門性を生かした地域活動や助け合い等の地域力により、下町人情豊かな「ふるさと葛飾」を大切にしながら食育の推進を図ってまいります。

2 基本目標

基本理念の実現に向けて3つの基本目標を柱に、食育の推進に取り組みます。そして、今後5年間の成果を評価するために、それぞれの基本目標に対応して、指標および目標を定めました。

基本目標1 区民のライフステージに応じた食育

生涯を通じて食の文化・知識・行動を育み、規則正しい生活習慣の基礎を身につけることを推進するため、「乳幼児期（妊産婦を含む）」「児童・生徒期」「青年・成人期」「高齢期」という4つのライフステージに分けました。それぞれのライフステージにおいて、よりきめ細かに応じた食育に取り組みます。

- ステージ1 乳幼児期（乳児期から就学前まで・妊産婦を含む）
家庭での基本的な食生活の習得をします。
- ステージ2 児童・生徒期（小学生から高校生まで）
基礎生活習慣の実践から健全な食生活を確立します。
- ステージ3 青年・成人期（18歳から65歳未満）
望ましい食生活を実践し、次世代への食育の継承へつなげます。
- ステージ4 高齢期（65歳以上）
健康寿命の延伸に向け、各個人に応じた健康的な食生活を営みます。

基本目標2 生活習慣病の予防・改善につながる食育

健康に関心を持ち、自己管理能力を身につけ、健康の維持・増進に努めることを推進します。

- 食を通して、乳幼児から高齢者まですべてのライフステージにおいて、より良い生活習慣を身につけ、健康と栄養のつながりについて考えます。体重の増減を意識し、生活習慣病を予防するための自己管理能力を高め、食に関する正しい知識や行動を身につけ、実践する区民を増やすことを目指します。

基本目標3 食の安全・安心・環境のための食育

食に関する正しい知識を習得し、食の循環を意識した地域づくりを推進します。

- 食品について正しい知識に基づき、「何が安全なのか」を自ら判断できる区民を増やします。また「食品廃棄」について、一人ひとりがその削減の必要性について認識を深め、自分で選択し行動する力を養うことを目指します。

3 葛飾区食育推進計画の体系

基本理念

区民一人ひとりが「食べることは心身ともに健康で豊かに生きるための基本であることを心に刻み、食と健康に関する正しい知識を習得して、より良い生活スタイルを確立し生きる力を育む」ことを目指します。

取り組みの視点

- ・食の健康習慣を身につけ、実践していく。
- ・食に関する知識や食を選ぶ力を養う。
- ・食に対する感謝の気持ちを育む。
- ・下町人情豊かな「ふるさと葛飾」を大切に、事業を展開する。

基本目標1 区民のライフステージに応じた食育

生涯を通じて食の文化・知識・行動を育み、規則正しい生活習慣の基礎を身につけることを推進します。

ステージ1 乳幼児期 (妊産婦を含む)	<ul style="list-style-type: none">・妊娠期からの食に関する基本的な知識・行動の普及・発達にあわせた食を通じての食べる楽しさの習得・食物アレルギーに関する正しい知識の普及
ステージ2 児童・生徒期	<ul style="list-style-type: none">・葛飾区の特徴を生かした教育(給食)や体験を通して、食べ物を大切にする心の醸成・早寝・早起き・朝ごはん、よく噛んで食べる習慣づくり・家族や親しい人と食事を共にする楽しさやマナーを知り、良好な人間関係の構築・アレルギーを含む食と健康に関する基本的な知識の普及
ステージ3 青年・成人期	<ul style="list-style-type: none">・食に関する正しい知識を学び、理解を深め、望ましい食生活の実践・体の変化に合わせた生活習慣を意識し、一人ひとりの健康状態に合わせた食生活の支援
ステージ4 高齢期	<ul style="list-style-type: none">・口腔機能(摂食・嚥下)の維持の支援や知識の普及・低栄養やフレイルの予防につながる食生活の知識の普及と支援・健康長寿のために地域で健康的な食を支える取り組みの推進

基本目標2 生活習慣病の予防・改善につながる食育

健康に関心を持ち、自己管理能力を身につけ、健康の維持・増進に努めることを推進します。

- ・適正体重の維持や自分に合った食習慣の確立など自己管理能力の習得
- ・区民に向けた食の知識や健康情報の発信
- ・地域における食育の推進をサポートする人材の育成と活動支援
- ・地域力を生かし、区民との協働や連携した事業を展開

基本目標3 食の安全・安心・環境のための食育

食に関する正しい知識を習得し、食の循環を意識した地域づくりを推進します。

- ・食の生産・流通・製造者と消費者との交流の促進
- ・区民が安心して購入できる食品の安全確保や適切表示の徹底
- ・食品の安全・安心・アレルギー等の情報提供と知識の普及
- ・食品ロスの軽減や食の循環のための環境づくりの推進

4 取り組みの指標

本計画では、取り組みの視点である「食の健康習慣を身につけ、実践していく」「食に関する知識や食を選ぶ力を養う」「食に対する感謝の気持ちを育む」「下町人情豊かな『ふるさと葛飾』を大切に、事業を展開する」をふまえて、目指すべき指標として12項目を設定しました。

項目	指標	対象	現状* → 目標
食育推進計画	食育に関心をもっている区民の割合	20歳以上	65.2% → 70%

指標	対象	現状* → 目標
1 朝食をとる区民の割合	3歳児	96.1%→100%
	小学生	88.1%→100%
	中学生	81.0%→100%
	20歳以上	75.1%→80%
2 栄養バランスに注意している区民の割合	20歳以上	74.2%→80%
3 よく噛んで食べる区民の割合	20歳以上	39.4%→50%
4 適正体重 ^{注1} の区民の割合	20歳以上	55.7%→60%
5 高齢者における適正体重 ^{注1} の区民の割合	65歳以上	53.5%→60%
6 野菜を毎食とるようにしている区民の割合 ^{注2}	20歳以上	75.1%→80%
7 塩分をひかえめにしている区民の割合 ^{注3}	20歳以上	45.9%→60%
8 主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしている区民の割合	20歳以上	46.0%→60%
9 食の安全について関心を持っている区民の割合	20歳以上	90.0%→95%
10 食品を購入するときに表示等を確認している区民の割合	20歳以上	66.7%→80%
11 食べ残しや食品の廃棄を減らす心がけをしている区民の割合	20歳以上	85.7%→90%
12 健康に配慮した食や情報を提供する飲食店等の数	かつしか元気食堂登録数 ＋ かつしか知っ得メモ配置店	367店→400店

[指標に用いたデータ] *現状は以下のデータを用いた

- (1) 『葛飾区保健医療実態調査報告書(平成30(2018)年3月刊行)』……指標1~3, 6~8, 10, 11
- (2) 『3歳児健診アンケート(平成29(2017)年度)』……指標1
- (3) 『葛飾区20歳代・30歳代健康診査(平成29(2017)年度)』……指標4
- (4) 『葛飾区特定健康診査(平成29(2017)年度)』……指標4, 5
- (5) 『葛飾区长寿医療健康診査(平成29(2017)年度)』……指標5
- (6) 『葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書(平成30(2018)年7月刊行)』…食育推進計画指標、指標9

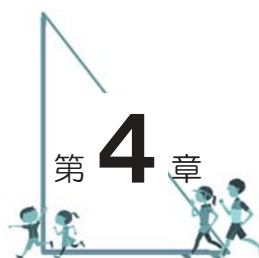
注1:適正体重については、BMI(肥満指数)が18.5以上25未満の範囲の指数になる体重とした。BMI(肥満指数)＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) 18.5未満を「やせ」、18.5以上25未満を「普通」、25以上を「肥満」と分類する(日本肥満学会2000年「肥満の判定基準」より)。

一方、高齢者(65歳以上)においては低栄養傾向にある指標として、BMI20以下が有用と考えられている(「健康日本21」より)ため、高齢者の適正体重については $20 < \text{BMI} < 25$ とした。

指標4の「20歳以上の適正体重の区民の割合」について、年齢に相応した上記の基準を用いて算出した。

注2:健康の維持増進と生活習慣病予防の観点から、野菜の1日に摂取したい目標量は350gとなっている(「健康日本21」より)。

注3:健康の維持増進と生活習慣病予防の観点から、食塩の摂取量を減らす必要があり、摂取目標として、1日あたり男性:8.0g未満、女性:7.0g未満が定められている(「日本人の食事摂取基準(2015年版)」より)。



計画の推進に向けて

「食」をめぐる様々な課題に対応するには、ライフステージ全般を対象とした食育の取り組みが必要です。また、生活習慣病の予防を視野に入れた望ましい食習慣を獲得するためには、食に関する正しい知識を習得し、実践することが重要です。

食育を通じて、乳幼児から高齢者まで、すべての区民が健やかで心豊かに生活できる環境づくりをするためには、区と区民が協働して地域での取り組みをより強化していく必要があると考えます。

1 区民・地域・区の役割

食育を着実に進めるためには、区をはじめとして、地域社会や事業者等がそれぞれの役割を果たしていくことが重要です。以下の表に各々の役割をまとめました。

区民・地域・区の役割

	区民	<ul style="list-style-type: none"> ○一人ひとりの自覚と実践 <ul style="list-style-type: none"> ・家庭の食育機能の向上 ・食に関する情報の積極的な活用 ・食育体験活動への参加 ○学校や保育園、地域活動への参加・協力 <ul style="list-style-type: none"> ・地域の食育活動への積極的な参加 (自らの知識や技術の活用)
地域	企業・農家・商店・飲食店など (食品の生産・製造・流通・販売などの食品関連事業者等)	<ul style="list-style-type: none"> ○生産情報等の提供 ○消費者との交流(見学会、意見交換会、講師の派遣等) ○ヘルシーメニューや栄養・健康情報の提供 ○イベントの開催、他の区内イベント等への参加
	各種団体・NPOなど	<ul style="list-style-type: none"> ○食情報の提供 ○食育PR活動 ○料理教室等の実施 ○異世代交流、地域の文化や知恵の伝承
	大学など	<ul style="list-style-type: none"> ○専門性を生かした食育事業の協働
	医療機関	<ul style="list-style-type: none"> ○健康と食に関する啓発や指導

葛飾区	<ul style="list-style-type: none"> ○地域特性を生かした食育の推進 <ul style="list-style-type: none"> ・地域における総合的な食育事業の推進 ・区民の積極的参加を促し、地域社会全体で取り組む食育活動の推進・支援 ・地域団体等とのネットワークの構築と活動促進 ・食育に関するボランティアの育成 ○家庭・学校・保育園・地域が連携した食育の推進 <ul style="list-style-type: none"> ・保健所、保健センターにおける食育の推進 ・保育園における食育の推進 ・学校における食育の推進 ・保育園、学校を通じた保護者への食育の推進 ・野菜栽培など体験の場づくりの推進
-----	---

2 食育の普及・啓発と情報の発信

食育を推進するためには、食に関する様々な情報を発信し、共有することにより、地域における食育に対する理解と自発的な取り組みを促すことが重要です。

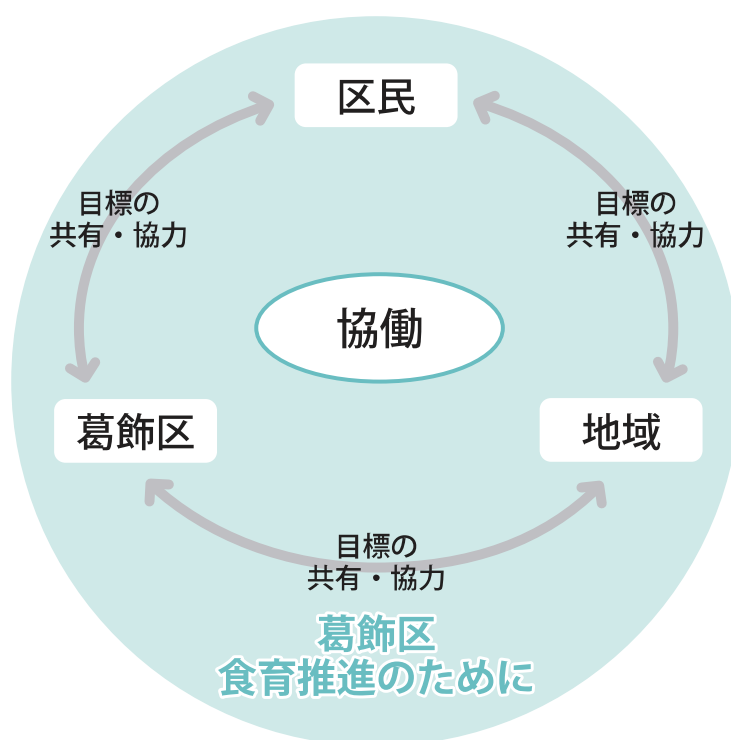
区は、健康づくりや食生活改善、食の安全等、食育にかかる客観的な情報を、適切にわかりやすい形で区民に提供していきます。さらに、地域の情報発信の場として「かつしかの元気食堂」を飲食店等との協働で進めていきます。

また、区民の食育への関心を高め、地域における食育の推進・定着を図るため、食育月間*（毎年6月）における広報活動や、各種イベント等での普及啓発活動を進めます。

3 葛飾区の特徴を生かした食育の推進

葛飾区は、市場でも評価の高い「葛飾元気野菜」ブランドの小松菜や枝豆等の野菜を栽培する農地があるとともに、人と人との絆が深い下町人情にあふれた温かさがある地域です。小松菜等の地場農産物を給食の教材として取り入れることで、学校や保育園と地域のつながりを深め、地産地消を具体的に学ぶことができ、さらに、生産者や食物への感謝の気持ちを育てるきっかけとなります。また、食の専門家を育成する東京聖栄大学や食と農にかかる教育を行っている都立農産高校があることも本区の特徴の一つです。地場産の農産物を使用したレシピの開発や地域でのイベントへの参加等の協働を通じて、専門性を生かした食育に取り組むことができます。これらの葛飾区の特徴を生かして下町人情豊かな「ふるさと葛飾」を大切に、食育を推進します。

食育推進のイメージ



4 食育ボランティアの育成

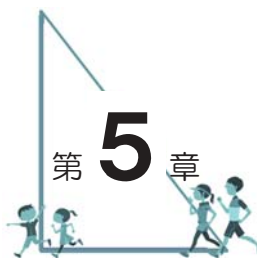
食育ボランティアとは、区民が地域での食育推進の担い手として、食に関するボランティア活動を行うことです。ボランティア活動の内容として、東京聖栄大学と協働で作成している食育情報である「かつしか知っ得メモ」を飲食店に届ける他、保育園等での食育指導や普及・啓発事業への参加等があります。今後とも区としては、ボランティア養成研修を開催し、食育ボランティアの人材を増やし食育を推進します。

5 地域のネットワークづくり

本計画を推進するためには、個人や様々な団体等がそれぞれ自らの役割を理解し、意見交換しながら協力する必要があります。

地域で食育に関する取り組みや活動を行っているグループや団体等と区が協働でネットワークを構築しています。定期的にネットワーク会議を開催し、活動報告等の情報交換、食育に関する情報発信、食育イベントへの参加等の活動を行うことにより、お互いがスムーズに連携し、協働して活動ができる基盤を整え、食育を推進します。





具体的な施策の展開

この章では、今後 5 年間の取り組みの方向性を 3 つの基本目標ごとに提示します。

今後この取り組みの方向性に基づいて、区の関係部署においては様々な事業により区民の食育活動を支援していきます。

※【新規】と掲載されている事業は、食育に関わる事業として今回の計画から新たに加わったものです。

基本目標1 区民のライフステージに応じた食育

(1)ステージ1 乳幼児期（妊産婦を含む）

家庭は食育を一番身近に学ぶ場であり、とりわけ乳幼児期から学齢期にかけて健全な心身を育成していく上で重要です。乳幼児期から、豊かな食の体験を重ねることで、「おいしく、楽しく、きちんと食べる」子どもの育成を図ることができます。そのためには保護者が、食の大切さに気づき、自身の食生活を見直すことが必要です。区では、保護者が食に関する正しい知識を習得し、健全な食生活を身につけることができるよう、保健所・保健センター等で様々な取り組みを進めていきます。

【取り組みの方向性】

- ・ 妊娠期からの食に関する基本的な知識・行動の普及
- ・ 発達にあわせた食を通じたの食べる楽しさの習得
- ・ 食物アレルギーに関する正しい知識の普及

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
すくすく歯育て支援事業	子どもの健やかな育ちを支援することを目的に子どもと母親を対象とした、歯育て事業。すくすく歯育て歯科健診では、母親に歯科健診と歯のクリーニング、子には歯科健診とフッ素塗布を行う。	健康づくり課 保健センター
ハッピーバースデーすくすく歯科健診	子どもの成長や発育を、節目である1歳で確認できるようにするため、歯科健診や身体測定を実施する。同時に育児に関する悩みや不安を相談できるようにし、安心して子育てができるように支援する。	健康づくり課 保健センター
歯科健康教育	所内の各健康教室や所外の子育て・福祉施設等の依頼により、歯科疾患の予防や口腔機能に関する健康教育および健康相談を行う。	健康づくり課
妊婦歯科健康診査	妊婦自身の歯及び口腔の疾患を予防し、生まれてくる子どもの健全な発育と口腔衛生の向上を図るために、妊婦を対象とした歯科健診と保健指導を行う。	健康づくり課
【新規】 保育園・幼稚園等 栄養士連絡会	保育園や幼稚園等における乳幼児への食育の推進を図るため、定期的に連絡会を開催し情報交換や勉強会を実施する。	健康づくり課
出張栄養講座	乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた具体的な食生活のポイントに関する講座を管理栄養士が実施する。	健康づくり課 保健センター
健康情報の提供	食事バランスガイド等栄養に関すること、食を支える歯と口の健康に関することなど、リーフレットや区ホームページを通じて健康情報を発信する。	健康づくり課 保健センター
出張健康講座	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター
まちかど健康相談	大型商業施設などの一角を借りた相談コーナーや地域のイベントに参加し、保健師・栄養士・歯科衛生士等が食生活や生活習慣病等の相談を行う。	健康づくり課 保健センター
アレルギー・リーフレットによる啓発	乳児健診等の対象児の保護者に対し、食物アレルギーの正しい知識の普及を図ることを目的にリーフレットを配布する。	健康づくり課 保健センター 子ども家庭支援課
育児学級	調理の実演を交えて、離乳食の作り方や進め方、食べさせ方などを学ぶとともに、生活リズムや育児全般の健康情報を提供する。	健康づくり課 保健センター 子ども家庭支援課
育児相談	子どもの成長・発達、育児や栄養に関する個別相談を行う。	健康づくり課 保健センター 子ども家庭支援課

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
親と子の食育推進事業	保育園職員への指導者講習、園児と保護者対象の食育教室の実施、食事バランスガイドによる給食展示、指導媒体の作成・貸し出し等を実施する。	健康づくり課 保健センター 保育課
乳幼児健康診査	3・4か月児、1歳6か月児、3歳児健診を通して乳幼児期の発育・発達を確認するとともに、各年齢に応じた栄養の取り方や生活リズム等の健康情報を提供する。	健康づくり課 保健センター 子ども家庭支援課
子育て講座における食育に関連した講座	児童館で実施している子育て講座において、講師を招いて食育に関連した講座を実施する。	育成課
保育園併設児童館における乳幼児の保護者対象の給食展示	保育園で展示している給食を借用し、児童館に来館する保護者に見てもらうことで、各家庭での食事の参考にしてもらう。	育成課
離乳食等講習会	保育園と併設している基幹型児童館において、地域の子育て家庭を対象に、保育園の調理師が離乳食づくり等を実演し、作り方やポイント、味付けを学ぶ機会を提供する。また、実際に試食を行う。	育成課 保育課
保育園の給食体験 (ふれあい体験保育)	ふれあい体験保育を利用する地域の保護者と子が、保育の知識や経験に触れ、園児とのふれあいを体験する中で、希望により園児と同じ給食を食べることで、家庭での食事づくりの参考にしてもらう。	保育課
保育園給食を通じた食育の推進	カミカミメニューや健康長寿メニューの提供等により、食と健康に関心や理解を持たせ、健康で安全な生活をつくり出す力の基礎を培う。 行事食や、郷土料理、他国料理の提供などにより、様々な文化に関心や理解を持つ力の基礎を培う。 給食食材を活用した、調理保育などを行うことにより、旬の食材を理解したり、調理に関心を持つ力の基礎を培う。	保育課
アレルギーを持つ園児・児童・生徒への対応	アレルギー疾患を持つ個々の園児・児童・生徒に対して医学的根拠に基づき、安全な給食を提供していく。	保育課 学務課
母親学級 (ハローベビー教室)	安心・安全な出産に向けて、妊娠中の栄養の取り方や過ごし方などの講義を通して妊婦及び家族の健康増進を図る。また、献立チェックなど栄養士の個別支援を実施する。	子ども家庭支援課

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
子育てひろば事業 (乳幼児栄養指導)	0歳児の離乳食(前期・中期・後期)と1歳前後の離乳完了期の栄養指導。 管理栄養士が、初めて子育てする母親を中心に、離乳食の作り方、与え方を指導する。	子ども家庭支援課
「早寝・早起き、朝ごはん」推進事業	「早寝・早起き、朝ごはん」の大切さを啓発するとともに、朝食の摂取状況や就寝時刻のチェックを通して基本的な生活習慣の定着を図る。	地域教育課

▽保育園併設児童館における乳幼児の保護者対象の給食展示



△親と子の食育推進事業で保育園に貸し出ししている「食育かるた」

(2)ステージ2 児童・生徒期

児童・生徒期は心身の発達が著しく、さまざまな学習や体験を通じて食への興味や関心が深まる時期です。そのため学校等における食育は、子どもたちの心身の成長に大きな影響を及ぼす大切な取り組みといえます。

そしてこの時期に早寝・早起き等の規則正しい生活リズムを身につけ、朝食をきちんと食べ、ゆっくりよく噛んで食べることが、生涯を通じて健康的で豊かな食生活を送ることにつながります。また、親しい人（家族・友人）と食事を共にすることで、コミュニケーションを深め、基本的なマナー等を身につけることができます。

区では食に関する正しい知識を普及し、食への興味や関心を深め、健康的で豊かな食生活が実践されるよう食育の推進を図ります。また学校等においては、食物アレルギーへの対応を引き続き進めていきます。

【取り組みの方向性】

- ・ 葛飾区の特徴を生かした教育（給食）や体験を通して、食べ物を大切に
する心の醸成
- ・ 早寝・早起き・朝ごはん、よく噛んで食べる習慣づくり
- ・ 家族や親しい人と食事を共にする楽しさやマナーを知り、良好な人間
関係の構築
- ・ アレルギーを含む食と健康に関する基本的な知識の普及

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
事業所等の給食施設への指導	給食施設に対して、個別指導や講習会等を実施し、給食内容の向上を図るとともに、喫食者への健康情報の提供や健康教育の実施を働きかける。	健康づくり課 保健センター
出張栄養講座（再掲）	乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた具体的な食生活のポイントに関する講座を管理栄養士が実施する。	健康づくり課 保健センター

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
健康情報の提供 (再掲)	食事バランスガイド等栄養に関すること、食を支える歯と口の健康に関することなど、リーフレットや区ホームページを通じて健康情報を発信する。	健康づくり課 保健センター
出張健康講座 (再掲)	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター
まちかど健康相談 (再掲)	大型商業施設などの一角を借りた相談コーナーや地域のイベントに参加し、保健師・栄養士・歯科衛生士等が食生活や生活習慣病等の相談を行う。	健康づくり課 保健センター
野菜収穫オリエン テーリング	親子、夫婦、友人と数箇所の農地を回りながら野菜収穫を楽しむとともに、都市農地の大切さを知る。	産業経済課
小さな水田・家庭 植栽普及啓発事業	区民や子どもたちに各家庭や学校などで比較的手軽に取り組むことができる小さな水田や緑などを増やす方法を紹介することにより、生物多様性への理解を深めるとともに、食育に関心をもつ機会を提供する。	環境課
アレルギーを持つ 園児・児童・生徒へ の対応 (再掲)	アレルギー疾患を持つ個々の園児・児童・生徒に対して医学的根拠に基づき、安全な給食を提供していく。	保育課 学務課
よい歯の集い	区立幼稚園、小・中学校の園児・児童・生徒を対象に口腔衛生の浸透と確立を図ることを目的とし、むし歯のない園児・児童・生徒の表彰を行う。(葛飾区学校歯科医会と共催)	学務課
学校給食展	学校給食の現状、食育に関する情報提供等を行う。	学務課
区立学校における 歯科健診	学校保健安全法に基づく定期健康診断で、全園児・児童・生徒を対象とした歯・口腔の検査を行う。	学務課
区立学校における 食育推進検討 委員会	区立学校における食育の推進を図るため、食育の授業・地産地消、家庭に対する食育の啓発活動などについて具体的な方策の検討を行う。	指導室 学務課
栄養教諭を中核と した食育推進	区立小・中学校において、栄養教諭を中心とした食育を推進する。食育リーダー研修会や食育の授業の充実を図る。区内産農産物を給食に使用する等、地産地消の推進を行う。家庭に対する食育に関する啓発活動や情報提供を行う。	指導室
アレルギーに 関する知識の普及	学校の教職員の食物アレルギーに関する知識を普及する。	指導室

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
「早寝・早起き、朝ごはん」推進事業（再掲）	「早寝・早起き、朝ごはん」の大切さを啓発するとともに、朝食の摂取状況や就寝時刻のチェックを通して基本的な生活習慣の定着を図る。	地域教育課
子ども食育クッキング	児童期から料理作りの楽しさを体験し、食への理解や関心を育む機会を提供する。	生涯学習課
田んぼジュニア	稲作体験（田植え・雑草とり・稲刈り・脱穀・かまどを使った炊飯）や農村の暮らし体験を行う。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
農村の文化を学ぶ	葛飾の農家で伝承されていた生活文化（田植え、稲刈り、芋ほり、味噌作り）を体験学習する。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
収穫体験教室	畑作体験（大根、サツマイモ、大豆の収穫）や農村の暮らし体験を行う。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
年中行事教室	葛飾区に伝わっている伝統的な正月行事について、「伝統食」を通して学ぶ。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
江戸川の川漁を学ぶ会	葛飾区を流れる江戸川の川漁師の生業を学び、江戸川で取れる生き物や川魚の食文化について学ぶ。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）

▽まちかど健康相談の様子（イトーヨーカドーアリオ亀有店）



△食事バランスガイド（表紙）

(3) ステージ3 青年・成人期

青年・成人期は、気力・体力ともに充実した働き盛りの世代ですが、さまざまな要因で生活リズムが乱れやすい時期でもあります。これまで身につけた食に関する知識や行動を振り返り、規則正しい食生活を実践することが大切です。

【取り組みの方向性】

- ・ 食に関する正しい知識を学び、理解を深め、望ましい食生活の実践
- ・ 体の変化に合わせた生活習慣を意識し、一人ひとりの健康状態に合わせた食生活の支援

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
「聖栄葛飾祭」における食育啓発事業	区と東京聖栄大学が協働で、同大学の「聖栄葛飾祭」において食育にかかる催し、展示等を行い、普及啓発を図る。	健康づくり課
成人歯科健康診査	40、45、50、55、60、65、70 歳を対象とした歯科健診を実施し、歯周疾患の予防や早期発見につなげる。	健康づくり課
20 歳代・30 歳代健康診査	法律で定められた健康診査を受診する機会がない 20～39 歳の区民に対して、定期的に区内医療機関で個別に健康診査を実施する。	健康づくり課
【新規】骨密度検診における栄養指導	骨粗しょう症の早期発見・早期治療につなげるため、エックス線検査を行うとともに、受診者全員に栄養士が骨粗しょう症予防の食生活指導、高齢者の低栄養予防に関する啓発を行う。	健康づくり課
健康大学における食育に関連する講演会	保健所全体で実施する、健康教育事業のなかで食育に関連した講座を開催する。	健康づくり課 生活衛生課 保健センター
特定健康診査	葛飾区国民健康保険被保険者（40～74 歳）に対し、区内医療機関で生活習慣病に着目した健康診査を実施し、区民の健康の保持・増進を図る。	国保年金課 健康づくり課
特定保健指導	特定健康診査の結果から、必要な方に対し、区内医療機関及び葛飾区医師会特定保健指導相談室にて面接・（支援）・最終評価を実施し、生活習慣を改善するための働きかけを行う。	国保年金課 健康づくり課
歯科健康教育（再掲）	所内の各健康教室や所外の子育て・福祉施設等の依頼により、歯科疾患の予防や口腔機能に関する健康教育および健康相談を行う。	健康づくり課

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
出張栄養講座（再掲）	乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた具体的な食生活のポイントに関する講座を管理栄養士が実施する。	健康づくり課 保健センター
健康情報の提供（再掲）	食事バランスガイド等栄養に関すること、食を支える歯と口の健康に関することなど、リーフレットや区ホームページを通じて健康情報を発信する。	健康づくり課 保健センター
出張健康講座（再掲）	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター
まちかど健康相談（再掲）	大型商業施設などの一角を借りた相談コーナーや地域のイベントに参加し、保健師・栄養士・歯科衛生士等が食生活や生活習慣病等の相談を行う。	健康づくり課 保健センター
ふれあいレクリエーション農園事業	農家が栽培した農産物を区画単位で販売し、区民が野菜収穫を体験する。	産業経済課
農業体験農園支援事業	区民が農業と農地に触れ親しむ機会を確保するとともに、区民の都市農業に対する理解を深める機会をつくる。農家の指導により利用者が種まきから収穫までを体験する。	産業経済課



△聖栄葛飾祭における食育に関連するパネルの展示

▽健康大学における食育に関連する講演会の様子



(4) ステージ4 高齢期

健康寿命を延伸するためには、低栄養（BMI 20以下）やフレイルを予防することが重要であり、それには適正体重を目指す必要があります。そのためには、歯や口が健康であることが大切です。歯や口が健康であることによって、食物から栄養を吸収するだけでなく、おいしく食事をとり、家族や親しい人と会話を楽しむといった健康的な生活を維持することにつながります。

高齢期を心身ともに豊かで健康に過ごすため、区では、歯や口の健康の維持の支援や知識の普及を図り、食を楽しむ環境づくりや食生活を支援するための環境整備を推進していくことが大切であると考えます。

【取り組みの方向性】

- ・ 低栄養やフレイルの予防につながる食生活の知識の普及と支援
- ・ 口腔機能（摂食・嚥下）の維持の支援や知識の普及
- ・ 健康長寿のために地域で健康的な食を支える取り組みの推進

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
長寿歯科健康診査	75歳を対象に、歯科健診及び口腔機能診査を実施し、高齢者の口腔機能維持を図る。また、口腔機能要指導者及び65歳以上の区民を対象に、長寿フォロー教室（口腔機能向上のための講義や実習）を開催する。	健康づくり課
【新規】 高齢者に対する栄養指導	長寿医療健康診査受診者に対して健康づくり事業のリーフレット等とともにフレイル予防の情報を掲載したリーフレットを配付する。 また、健康診査の結果、フレイルに該当する対象者に栄養指導を受けるよう案内を送付し、葛飾区医師会の特定保健指導相談室による栄養指導につなげる。	健康づくり課
長寿医療健康診査	後期高齢者医療制度被保険者を対象に健康診査を実施し、高齢者の健康の保持・増進を図る。	国保年金課 健康づくり課
出張健康講座（再掲）	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
健康大学における食育に関連する講演会（再掲）	保健所全体で実施する、健康教育事業のなかで食育に関連した講座を開催する。	健康づくり課 生活衛生課 保健センター
特定健康診査（再掲）	葛飾区国民健康保険被保険者（40～74歳）に対し、区内医療機関で生活習慣病に着目した健康診査を実施し、区民の健康の保持・増進を図る。	国保年金課 健康づくり課
特定保健指導（再掲）	特定健康診査の結果から、必要な方に対し、区内医療機関及び葛飾区医師会特定保健指導相談室にて面接・（支援）・最終評価を実施し、生活習慣を改善するための働きかけを行う。	国保年金課 健康づくり課
【新規】 栄養講座	高齢者を対象に、食生活の工夫について調理実演と講話を実施する。	健康づくり課 保健センター
グループ健康づくり支援事業における食育に関する活動	グループ健康づくり支援事業において、食育に関連した活動を行う団体を支援する。	保健センター
NPO 法人が実施するふれあい共食会事業	旧西洪江小の地域開放施設を利用し、地域高齢者の見守りのために、高齢者と地域住民がふれあい、集える「食事会」を開催する。高齢者の健康の維持・増進に配慮した多彩な食事を提供し、健康な食生活に対する意識を高めていく。	高齢者支援課
高齢者配食サービス	65歳以上で心身機能の低下等により自ら食事を用意することが困難な在宅の高齢者に対し、調理済の食事を届けることにより、健康の維持と安否の確認を行う。	高齢者支援課
高齢者食事サービス活動支援	ボランティア団体や地域団体が行う配食・会食サービスの経費を助成し、地域住民とのふれあいの場を提供する。	福祉管理課 (社会福祉協議会)

基本目標2 生活習慣病の予防・改善につながる食育

食は毎日の生活の中で大きな楽しみであるとともに、心身の健康の基本となるものです。すべての区民が健康でいきいきと暮らしていくために、生涯を通じて健康づくりの視点から食育を推進することが求められます。

栄養の偏りや肥満、生活習慣病等、食に起因する様々な健康問題が生じており、規則正しく栄養バランスのとれた健康的な食生活を心がけることが大切です。区は、区民の健康的な食生活の実践のために、地域の飲食店等でヘルシーメニューや栄養表示等の健康情報の提供を「かつしかの元気食堂」を通じて推進します。

また、区民自らが積極的に食育活動に取り組めるようにするためには、地域全体で支援することが大切です。そのため、区では地域で食育に関する取り組みや活動を行っている団体等とネットワークを構築し、協働して活動ができる基盤を引き続き整えていきます。

【取り組みの方向性】

- ・ 適正体重の維持や自分に合った食習慣の確立など自己管理能力の習得
- ・ 区民に向けた食の知識や健康情報の発信
- ・ 地域における食育の推進をサポートする人材の育成と活動支援
- ・ 地域力を生かし、区民との協働や連携した事業を展開

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
健康づくり推進員活動	地域における区民の主体的な健康づくり活動を支援し、食に関する取り組みを行う。	健康づくり課 保健センター
かつしかの元気食堂推進事業	栄養バランスがよい、野菜が多い、自分に合った量を選べるなどの、健康的な食のサービスを提供する飲食店を「かつしかの元気食堂」として認定し、食環境の整備を図っている。さらに、中食での組み合わせを考慮したメニューを提供する弁当店・惣菜店も元気食堂事業に加えて認定し、PRする。また、多くの方が利用するスーパーやコンビニエンスストアなども外食や中食の場と捉え、イートインコーナーや売り場から食育に関する情報を発信するお店を「(仮称)かつしかの元気な食応援店」として認定し、区民の食の啓発を図る。	健康づくり課 保健センター
メタボリックシンドローム*予防の普及・啓発	栄養講習会等の各種事業で、メタボリックシンドローム予防についての理解を深めるための普及啓発を行う。	健康づくり課 保健センター

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
普及・啓発事業	産業フェア等の区内イベントや聖栄葛飾祭、食育月間（6月）に、パネル展示や無料栄養相談を開催する。また、食育推進ネットワークメンバーと協働し、健康食育フェアを開催する。	産業経済課 (消費生活センター) 健康づくり課 保健センター 中央図書館
事業所等の給食施設への指導（再掲）	給食施設に対して、個別指導や講習会等を実施し、給食内容の向上を図るとともに、喫食者への健康情報の提供や健康教育の実施を働きかける。	健康づくり課 保健センター
出張栄養講座（再掲）	乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた具体的な食生活のポイントに関する講座を管理栄養士が実施する。	健康づくり課 保健センター
健康情報の提供（再掲）	食事バランスガイド等栄養に関すること、食を支える歯と口の健康に関することなど、リーフレットや区ホームページを通じて健康情報を発信する。	健康づくり課 保健センター
出張健康講座（再掲）	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に出向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター
まちかど健康相談（再掲）	大型商業施設などの一角を借りた相談コーナーや地域のイベントに参加し、保健師・栄養士・歯科衛生士等が食生活や生活習慣病等の相談を行う。	健康づくり課 保健センター
フードフェスタ	葛飾区商店街連合会、葛飾区観光協会等と協働で、「食」をテーマとしたイベントを開催し、区内外にその魅力を広く発信し、これらを通じて地域の食への関心や興味を高める。	商工振興課
NPO 法人が実施するふれあい共食会事業（再掲）	旧西洪江小の地域開放施設を利用し、地域高齢者の見守りのために、高齢者と地域住民がふれあい、集える「食事会」を開催する。高齢者の健康の維持・増進に配慮した多彩な食事を提供し、健康な食生活に対する意識を高めていく。	高齢者支援課
地域教育機関連携公開講座	東京聖栄大学等と連携し、生涯学習の一環として栄養学、調理等の講座を実施する。	生涯学習課

基本目標3 食の安全・安心・環境のための食育

情報化社会の現代は、マスコミ等による食に関する情報が氾濫しており、消費者がその中で正しい情報を適切に選択することが難しくなっています。区民は、食品を購入するときに表示の確認をする等、食の安全を意識して行動する必要があります。

区では、区民が正しい情報を収集し行動することができるよう、国や都と協力して食品の安全性、食料の生産、流通及び消費などについて正しい情報を提供し、講演会や広報等での啓発を引き続き行います。また、食品関係事業者等との協働を進め、アレルギー物質や食品添加物の適正な表示を引き続き指導していく等、食の安全・安心の確保を図ります。

そして我が国では、近年、食べ残しや食品廃棄物を大量に出すといった食品ロスが問題となっています。食品ロスの軽減を進めるためには、区民一人ひとりが、食品ロスの現状やその軽減の必要性について認識を深め、自ら主体的に取り組むことが重要です。区は、区民が資源や環境の観点から食の循環を理解できるよう情報提供を行い、食品ロスの軽減に積極的に取り組むことができる環境づくりを推進します。

【取り組みの方向性】

- ・ 食の生産・流通・製造者と消費者との交流の促進
- ・ 区民が安心して購入できる食品の安全確保や適切表示の徹底
- ・ 食品の安全・安心・アレルギー等の情報提供と知識の普及
- ・ 食品ロスの軽減や食の循環のための環境づくりの推進

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
「聖栄葛飾祭」における食育啓発事業 (再掲)	区と東京聖栄大学が協働で、同大学の「聖栄葛飾祭」において食育にかかる催し、展示等を行い、普及啓発を図る。	健康づくり課
出張健康講座 (再掲)	区民が自らの健康づくりに取り組むきっかけづくりや支援を行うため、保健師・栄養士・歯科衛生士等により自治会や地域で活動する団体等の依頼を受け、希望する会場に出向いて、食生活や生活習慣病等をテーマにした講座を実施する。	健康づくり課 保健センター

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
まちかど健康相談 (再掲)	大型商業施設などの一角を借りた相談コーナーや地域のイベントに参加し、保健師・栄養士・歯科衛生士等が食生活や生活習慣病等の相談を行う。	健康づくり課 保健センター
普及・啓発事業 (再掲)	産業フェア等の区内イベントや聖栄葛飾祭、食育月間(6月)に、パネル展示や無料栄養相談を開催する。また、食育推進ネットワークメンバーと協働し、健康食育フェアを開催する。	産業経済課 (消費生活センター) 健康づくり課 保健センター 中央図書館
葛飾元気野菜取扱店・使用店PR事業	「葛飾元気野菜」の販路拡大と地域での消費拡大を目的として販売するお店や元気野菜を使用した料理を提供する飲食店を登録し、ホームページへ掲載し、PRする。	産業経済課
農業応援サポーター養成事業	農業知識や農業技術に関する実習を含む講座を実施し、修了者を農業応援サポーターとして認定する。認定者は区内農家の畑で農家の手伝いや、区の農業振興事業等に従事する。	産業経済課
野菜品評会	区内生産者の技術向上と交流を目的として野菜品評会を実施する。	産業経済課
料理教室等の開催	魚等の食材を使用し調理することにより、食の楽しさを学ぶとともに、食の安全、安心の観点から、自立した消費者になるように啓発する。	産業経済課 (消費生活センター)
食品放射能検査	区民が持ち込む食品等の放射性物質の有無を無料で検査する。	産業経済課 (消費生活センター)
ふれあいレクリエーション農園事業 (再掲)	農家が栽培した農産物を区画単位で販売し、区民が野菜収穫を体験する。	産業経済課
野菜収穫オリエンテーリング (再掲)	親子、夫婦、友人と数箇所の農地を回りながら野菜収穫を楽しむとともに、都市農地の大切さを知る。	産業経済課
農業体験農園支援事業 (再掲)	区民が農業と農地に触れ親しむ機会を確保するとともに、区民の都市農業に対する理解を深める機会をつくる。農家の指導により利用者が種まきから収穫までを体験する。	産業経済課
フードフェスタ (再掲)	葛飾区商店街連合会、葛飾区観光協会等と協働で、「食」をテーマとしたイベントを開催し、区内外にその魅力を広く発信し、これらを通じて地域の食への関心や興味を高める。	商工振興課
廃食用油再生利用促進事業	家庭からの廃食用油を回収し、環境にやさしいバイオディーゼル燃料等に再生利用することで、CO ₂ 排出量の削減を図る。	環境課

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
葛飾区地球温暖化対策地域協議会事業 エコクッキング教室	環境に配慮し、省エネにつながる調理方法について、体験しながら学ぶ。	環境課
小さな水田・家庭植栽普及啓発事業（再掲）	区民や子どもたちに各家庭や学校などで比較的手軽に取り組むことができる小さな水田や緑などを増やす方法を紹介することにより、生物多様性への理解を深めるとともに、食育に関心をもつ機会を提供する。	環境課
フードドライブ事業	賞味期限が切れていない未開封の食品を、区民から集めて福祉団体等に寄付し、まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品ロスの削減と未利用食品の有効利用を図る。	リサイクル清掃課
食べ切り・使いきりの啓発	東京聖栄大学協力による食材の食べ切り・使い切りの啓発を地域への環境学習やチラシ配布等により行い、家庭ごみ（生ごみ）の減量を図る。	リサイクル清掃課
使い切りクッキング講座	かつしかルールの「水切り、使い切り、食べ切り」を実践するための身近な調理方法を学ぶ。	リサイクル清掃課
かつしか食べきり協力店事業	区内飲食店に協力を呼び掛け、少量メニューの提供や量り売り・ばら売りを実施する店舗をホームページやイベントなどで広く区民に周知することにより、生ごみの減量を図る。	リサイクル清掃課
各国料理教室	各国の食文化を中心とした独特の文化や考え方を学ぶ他、講師との交流を通し、多文化理解の楽しさの気づき、国際交流のきっかけづくりの場を提供する。	文化国際課
リスクコミュニケーション*	保健所、食品衛生協会、消費者団体等との共催で、食の安全・安心に関する講演及び意見交換を行う。	生活衛生課
食のかわら版	食品衛生の基礎的知識や最新情報の提供紙（保健所、保健センターで配布）を発行する。	生活衛生課
食品衛生についての出張講習会	食中毒予防など身近な食品衛生についての講習会を、申込者の希望する会場で実施する。	生活衛生課
食品中の添加物についての検査	区民が疑問をもった食品中の添加物について、検査を実施する。	生活衛生課
葛飾区の食文化を学ぶ	葛飾区の伝統的な食文化の研究と普及を目的に、区内の野菜を使った料理や聞き取り調査を行う。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
田んぼジュニア（再掲）	稲作体験（田植え・雑草とり・稲刈り・脱穀・かまどを使った炊飯）や農村の暮らし体験を行う。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）
農村の文化を学ぶ（再掲）	葛飾の農家で伝承されていた生活文化（田植え、稲刈り、芋ほり、味噌作り）を体験学習する。	生涯学習課 （郷土と天文の博物館）

主な事業・取り組み	事業内容	関係課等
収穫体験教室 (再掲)	畑作体験（大根、サツマイモ、大豆の収穫） や農村の暮らし体験を行う。	生涯学習課 (郷土と天文の 博物館)
年中行事教室 (再掲)	葛飾区に伝わっている伝統的な正月行事につ いて、「伝統食」を通して学ぶ。	生涯学習課 (郷土と天文の 博物館)
江戸川の川漁を 学ぶ会 (再掲)	葛飾区を流れる江戸川の川漁師の生業を学 び、江戸川で取れる生き物や川魚の食文化に ついて学ぶ。	生涯学習課 (郷土と天文の 博物館)



△かつしか知っ得メモの展示
(かつしか健康食育フェア)

▽食育月間に実施する、学生による食育に
関する本の読み聞かせの様子



葛飾区は、会食や宴会席で食べ残しを減らす
「30・10運動」を推奨しています。

- 【乾杯後の30分間、お聞き前の10分間】は、
自分の席で料理を楽しみましょう。
- 幹事の方は、始まる前に「食べ残しのないように!」と
一声かけましょう
- 料理がたくさん残っているテーブルから、
少ないテーブルに料理を取り分けましょう

皆さんの少しの心がけで
「食品ロス」は削減できます。
「美味しく」食べきましょう!

△食品ロスの啓発

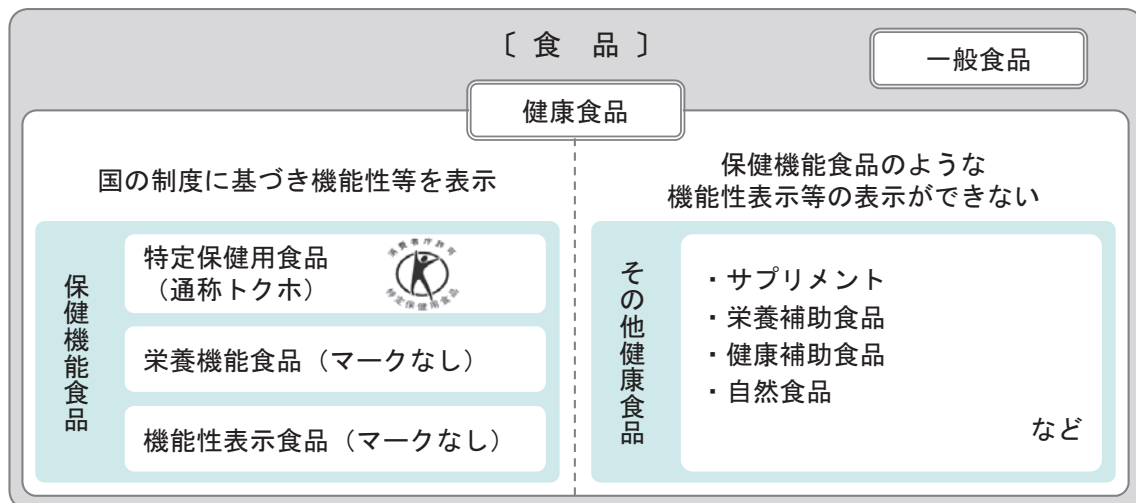
出典：「みんなで減らそう！食品ロス
(区広報タブロイド版)」
(平成30(2018)年11月)

コラム 1 健康食品とは？

健康のために健康食品を利用する方がいらっしゃいますが、そもそも健康食品とはどんな食品でしょうか？

一般的に健康食品とは、健康に良いことをうたった食品全般のことです。それらの健康食品では、国の制度に基づいて安全性や効果が確認されているものと、そうでないものがあり、国の制度に基づき機能性等を表示できる「特定保健用食品(トクホ)」、「栄養機能食品」及び「機能性表示食品」と、それ以外の「その他健康食品」に分けることができます。

健康食品の分類



✓ 健康食品利用の注意

- ・ 健康の維持・増進の基本は、「栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養」です。この3つに代わる健康食品はありません。補助的なものとして上手に利用しましょう。
- ・ 健康食品は食品です。薬のように病気が治ったり症状の改善する効果を期待することはできません。
- ・ 食事のコントロールも運動もせずに、健康食品だけで安全に、楽に痩せることはできません。
- ・ 天然・自然由来が原料なら安全ということはありません。天然・自然由来のものでも有毒なものはたくさんあります。
- ・ 治療中の方や健康に不安がある方は、健康食品を利用するまえに、医師や管理栄養士等の専門職に相談しましょう。
- ・ 健康食品を利用する際は、保健機能食品のように国や事業者による安全性や機能性の裏付けがあることが製品を選ぶ際の一つの目安となります。

コラム 2 かつしかの元気食堂

かつしかの元気食堂は、東京聖栄大学と協働で取り組む、栄養バランスの良いメニューや野菜たっぷりメニューを選べたり、塩分を控える注文ができるなど、健康的な食のサービスを提供する、区が認定した飲食店です。平成 26(2014)年から認定を開始し、平成 30(2018)年 9 月には認定数が 100 店を超えました。今後は利用が増えている持ち帰り弁当やお惣菜などの分野へ取り組みを広げていく予定です。



～外食でも栄養バランスを～

「かつしかの元気食堂」では、主食・主菜・副菜が揃ったバランスのよいメニューを選べます。



栄養バランスのよいメニューのマークです。

●副菜

・野菜
・きのこ など

●主菜

・魚・肉
・卵・豆腐 など

●主食

・ごはん
・パン
・麺 など



～野菜、足りていますか～

かつしかの元気食堂の「プラス一皿の野菜料理があるお店」では、不足しがちな野菜を 70g 以上使用した料理を提供しています。また、野菜を 200g 以上使用した野菜たっぷりメニューや、野菜サイドメニューを提供しているお店もあります。



このマークのお店が目印です。



野菜メニューのマークです。

～塩分の摂りすぎにご注意！～

「かつしかの元気食堂」のなかには減塩しょうゆを選べる・かけ過ぎ防止しょうゆ差しがあるなど、塩分の摂りすぎを予防するサービスを実施しているお店もあります。



かけ過ぎ防止しょうゆ差し

コラム 3 かつしか知っ得メモ

「かつしか知っ得メモ」は、地域の食の推進を図るために、東京聖栄大学と葛飾区食育推進ネットワークと協働で作成する食や健康に関する情報メモのことで、毎月のテーマに沿い、東京聖栄大学では授業に取り入れ教員の指導の下、学生が作成しています。飲食店でお料理を注文して出来上がるまでの間に読んでいただけるよう、読みやすく興味を引く内容やイラストを工夫し、毎月2つのテーマをお届けしています。これまで「今月の食材」や「世界の料理シリーズ」、「都道府県の食シリーズ」、「行事食」などを取り上げ、併せて簡単レシピなども紹介してきました。平成21年から開始し、平成29(2017)年には第100号を発行しました。これからも皆様に継続してお読みいただけるよう作成していきます。

「かつしか知っ得メモ」は、かつしかの元気食堂や食育サポート店(食育に関する情報を定期的に発信する飲食店等)、区の公共施設等、平成30(2018)年11月現在292店、375箇所を設置しており、卓上型、ポスター型の2種類あります。バックナンバーは葛飾区ホームページからご覧いただけます。

平成29年9月号 (No.100)

葛飾区食育推進ネットワーク

かつしか知っ得メモ

今月の食材

胡桃(くるみ)



野菜から食べよう!
1日350gを目標に。

アメリカでは手揉み茶の意味を込め、結婚式の婚儀をまく習慣があります

りんごと胡桃のヨーグルト和え

【材料】
りんご: 1/4個
胡桃(軽く炒る): 8片
ヨーグルト: 大さじ1
マヨネーズ: 大さじ1
酢: 小さじ1/2
ゆずポン酢: 小さじ1
粗びきこしょう: 少々

【作り方】
* 調味料をすべて混ぜ合わせヨーグルトソースを作り、食べやすい大きさに切ったりんごと胡桃の上にのせて出来上がり!
トッピングにミントなど乗せて彩良く仕上げられ

◆日本で自生している胡桃は鬼胡桃という種類で、縄文時代から食されていました。
◆胡桃は生活習慣病予防に効果があるとされる脂肪酸を多く含むほか、ビタミン類や食物繊維が豊富に含まれています。
◆胡桃の木は木材として家具などに使われています。世界三大銘木のひとつとされるウォールナットは一般的に北米産のものを指しますが、日本産の胡桃材もテーブルなど幅広く使われています。

平成29年9月号 (No.100)

葛飾区食育推進ネットワーク

かつしか知っ得メモ

こ当地シリーズ【35】

東京都



養生食は、洋食、洋菜、和食を基本に、豪華のフランスを!
19日は養生の白

明治維新で、京都から江戸に首都機能が移り、1943年(昭和18年)に名称を東京都とした。今では日本の代表的な料理である「江戸前寿司」「そば」等は江戸で発展し、現在は日本全国で食べられている。

江戸前寿司(にぎり寿司)

江戸時代になって、新鮮な江戸前の魚介類を客の注文によって酢飯に乗せ、その場で握って食べさせる現在のよう「にぎり寿司」が誕生した。当時は屋台で食べるのが一般的で、すぐに食べられるにぎり寿司はせっかちな江戸子に好まれ、あっという間に街中に広まった。

江戸そば

江戸にそば専門店が出現したのは1670年頃、初めは「けんどんそば」という薬味をたくさん入れた垂れ味噌につけて食べるものだった。1690年頃になると、葛飾の出汁と濃口醤油で作った汁をかけた「ぶっかけそば」が売り出され、ひとくちごとに付付けず、そのまま食べられるとして大人気となった。そばの食べ方も昔を立てるのが粋とされた。

■問い合わせ先: 葛飾区健康部 健康づくり課 03(3602)1268 ■作成協力: 東京聖栄大学 管理栄養学科 *禁断転載・使用不可
■バックナンバーはこちら <http://www.city.katsushika.lg.jp/kurashi/100050/1001796/1001954.html>

200



資料編

1 第2次かつしか健康実現プラン取り組み事業の一覧

基本目標 1 すべての区民の健康づくりの推進

(1) 地域と進める健康づくり

事業名	担当課
重点グループ健康づくり支援	保健センター、健康づくり課
重点区民健康づくり支援	地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課
スポーツ指導員養成・育成	生涯スポーツ課
スポーツボランティアの拡充	生涯スポーツ課
外出しやすい環境整備	交通計画担当課、道路補修課
健康遊具設置事業【再掲】	公園課
かつしかの元気食堂推進事業【再掲】	健康づくり課
自動体外式除細動器（AED）の設置	地域保健課
熱中症対策	保健センター

(2) 次世代・親子の健康づくり

事業名	担当課
重点ゆりかご葛飾	保健センター、育成課、子ども家庭支援課、地域保健課
重点【新規】産後ケア体制の整備	保健センター、子ども家庭支援課
重点【新規】新生児聴覚検査の実施	子ども家庭支援課、保健センター
母子健康診査事業	子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課
母親健康診査	健康づくり課
妊婦歯科健康診査【再掲】	健康づくり課
ハッピーバースデイすくすく歯科健診（すくすく歯育て支援事業）【再掲】	健康づくり課
親子の歯育てすくすくクラブ（すくすく歯育て支援事業）【再掲】	健康づくり課

事業名	担当課
すくすく歯育て歯科健診(すくすく歯育て支援事業)【再掲】	健康づくり課
母子保健指導事業	子ども家庭支援課、保健センター
乳幼児事故防止対策	保健センター
「早寝・早起き、朝ごはん」推進事業	地域教育課
親と子の食育推進事業【再掲】	健康づくり課
特定不妊治療費助成事業	子ども家庭支援課
母子医療給付事業	子ども家庭支援課
子ども医療費助成	子育て支援課
ひとり親家庭等医療費助成	子育て支援課
学校健康診断	学務課
かつしかっ子チャレンジ(体力)	指導室
学校連携事業	生涯スポーツ課
エンジョイスポーツ(ジュニア)【再掲】	生涯スポーツ課
キャプテン翼CUP かつしか【再掲】	生涯スポーツ課
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」【再掲】	地域保健課

(3) 働く世代の健康づくり

事業名	担当課
健康診査の実施	健康づくり課、国保年金課
成人歯科健康診査【再掲】	健康づくり課
がん検診の実施【再掲】	健康づくり課
区民健康づくり支援【再掲】	地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課
生活習慣病予防教室【再掲】	健康づくり課

(4) 高齢者の健康づくり

事業名	担当課
重点区民と取り組む介護予防事業	高齢者支援課
重点【新規】高齢者に対する栄養指導	健康づくり課
重点認知症の早期発見・早期支援の推進	高齢者支援課

事業名	担当課
介護予防チャレンジ事業	高齢者支援課
高齢者の健康づくり推進【再掲】	生涯スポーツ課
エンジョイスports（シニア）【再掲】	生涯スポーツ課
健康診査事業（後期高齢者医療事業）	国保年金課
長寿歯科健康診査【再掲】	健康づくり課
熱中症予防事業（高齢者）	高齢者支援課
医療連携相談室の機能強化	地域保健課
在宅療養セミナーの開催【再掲】	地域保健課

（５）こころの健康づくり

事業名	担当課
重点 精神保健相談	保健予防課、保健センター
重点 精神保健教室	保健予防課、保健センター
重点 自殺対策事業	保健予防課
自殺予防教育	学校教育支援担当課
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」【再掲】	地域保健課
産後ケア体制の整備【再掲】	保健センター、子ども家庭支援課
親と子の心の健康づくり【再掲】	子ども家庭支援課、保健センター
訪問指導（こんにちは赤ちゃん訪問事業）【再掲】	子ども家庭支援課、保健センター
4か月児健康診査【再掲】	子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課

（６）障害や疾病に応じた療養支援

事業名	担当課
重点 【新規】措置入院患者等の退院支援	保健予防課、保健センター
重点 【新規】精神障害者の地域生活支援拠点の整備	保健予防課
重点 【新規】精神障害者の体験型グループホームの整備	保健予防課
重点 精神保健福祉包括ケア推進協議会の運営	保健予防課
重点 難病対策地域協議会の運営	保健予防課

事業名	担当課
自立支援給付	障害福祉課、保健予防課
自立支援医療	障害福祉課、保健予防課
日常生活用具給付	障害福祉課、保健予防課
移動支援事業委託	障害福祉課、保健予防課
難病患者等訪問相談・指導	保健予防課、保健センター
難病医療相談	保健予防課
難病等医療費助成	保健予防課
難病患者等福祉手当	保健予防課
在宅難病患者一時入院	保健予防課、保健センター
在宅人工呼吸器使用難病患者訪問看護	保健予防課、保健センター
地域難病ケアネットワーク会議の運営	保健予防課
難病リハビリ教室	保健予防課、保健センター
難病患者会支援	保健予防課
人工呼吸器を使用する在宅患者支援体制の整備【再掲】	地域保健課
施設通所者健康診査事業	健康づくり課
障害児・者歯科診療【再掲】	健康づくり課
音楽訓練教室	地域保健課
ぜん息教室	地域保健課
ぜん息児水泳教室	地域保健課
公害認定患者インフルエンザ予防接種費支給	地域保健課
公害認定患者家族療養指導事業	地域保健課、保健センター

(7) 相談体制づくり

事業名	担当課
重点 健康総合相談「健康ホットライン かつしか」	地域保健課
自殺対策事業【再掲】	保健予防課
精神保健相談【再掲】	保健予防課、保健センター
難病医療相談【再掲】	保健予防課
特定妊婦電話相談【再掲】	子ども家庭支援課、保健センター
患者相談窓口の運営【再掲】	生活衛生課

基本目標 2 生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の定着

(1) がんの予防と早期発見

事業名	担当課
重点がん検診の実施	健康づくり課
重点【新規】相談体制等の充実	健康づくり課
肝炎ウイルス検査事業	健康づくり課
がん教育	指導室
骨髄移植ドナー支援事業	健康づくり課

(2) 糖尿病の予防と重症化予防

事業名	担当課
重点かつしか糖尿病アクションプランの推進	健康づくり課
重点生活習慣病予防教室	健康づくり課
特定健康診査・特定保健指導事業	国保年金課
健康診査事業（後期高齢者医療事業）【再掲】	国保年金課

(3) 適切な食生活による健康づくり

事業名	担当課
重点かつしかの元気食堂推進事業	健康づくり課
親と子の食育推進事業	健康づくり課
骨密度検診における栄養指導	健康づくり課
栄養教諭を中核とした食育の推進	指導室
栄養指導事業	健康づくり課、保健センター
食育月間等普及啓発	健康づくり課

(4) 運動による健康づくり

事業名	担当課
重点区民健康スポーツ参加促進事業	生涯スポーツ課
区民健康づくり支援【再掲】	地域保健課、健康づくり課、保健センター、生涯スポーツ課
かつしか地域スポーツクラブを中心としたスポーツ環境整備	生涯スポーツ課
かつしかふれあいRUNフェスタ	生涯スポーツ課

事業名	担当課
かつしかスポーツフェスティバル	生涯スポーツ課
エンジョイスports	生涯スポーツ課
キャプテン翼CUP かつしか	生涯スポーツ課
高齢者の健康づくり推進	生涯スポーツ課
障害者スポーツの推進	生涯スポーツ課
スポーツ施設の利用しやすい環境整備	生涯スポーツ課
健康遊具設置事業	公園課

(5) 睡眠・休養の確保

事業名	担当課
睡眠に関する相談	保健センター
乳幼児健康診査などでの啓発	保健センター
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」【再掲】	地域保健課

(6) 喫煙・受動喫煙対策

事業名	担当課
重点 【新規】受動喫煙対策の推進	健康づくり課
重点 受動喫煙防止普及啓発事業	健康づくり課
重点 健康教育関連事務(学校保健との連携)	健康づくり課、保健センター
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」【再掲】	地域保健課

(7) 歯と口の健康づくり

事業名	担当課
重点 長寿歯科健康診査	健康づくり課
歯科健康教育	健康づくり課
妊婦歯科健康診査	健康づくり課
親子の歯育てすくすくクラブ(すくすく歯育て支援事業)	健康づくり課
ハッピーバースデイすくすく歯科健診(すくすく歯育て支援事業)	健康づくり課

事業名	担当課
1歳6か月児歯科健康診査	子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課
すくすく歯育て歯科健診（すくすく歯育て支援事業）	健康づくり課
3歳児歯科健康診査	子ども家庭支援課、保健センター、健康づくり課
成人歯科健康診査	健康づくり課
障害児・者歯科診療	健康づくり課
ねたきり高齢者歯科診療	健康づくり課
歯科医療連携推進事業	健康づくり課

基本目標3 安全安心な生活環境の確保

（1）感染症対策

事業名	担当課
重点 【新規】外国人向け感染症対策の強化	保健予防課
重点 風しんの流行拡大および先天性風しん症候群の発生防止対策の強化	保健予防課
結核予防事業	保健予防課
結核患者の治療成功率向上事業	保健予防課
結核医療公費負担事業	保健予防課
結核健診	学務課
エイズ・性感染症対策	保健予防課、保健センター
子どもの予防接種事業	保健予防課、保健センター
高齢者の予防接種事業	保健予防課、保健センター
感染症予防対策	保健予防課
緊急肝炎ウイルス検査事業	保健予防課

（2）食品の衛生

事業名	担当課
食品衛生許認可事務・監視指導	生活衛生課
食品衛生普及・啓発	生活衛生課
食品衛生協会助成	生活衛生課

(3) 生活環境の衛生

事業名	担当課
環境衛生普及・啓発	生活衛生課
環境衛生許認可事務・監視指導	生活衛生課

(4) 動物の適正飼養

事業名	担当課
動物適正飼養の推進	生活衛生課
狂犬病予防事業	生活衛生課

(5) 薬物乱用の防止

事業名	担当課
薬物乱用防止啓発	地域保健課
精神保健相談【再掲】	保健予防課、保健センター

基本目標 4 医療環境の充実

(1) 在宅医療の推進

事業名	担当課
重点 在宅療養患者・高齢者搬送支援事業	地域保健課
重点 在宅医療・介護連携に関する相談支援	地域保健課
在宅医療介護連携推進会議の開催	地域保健課
在宅療養セミナーの開催	地域保健課
医療的ケア児への支援の促進	障害福祉課、障害者施設課、地域保健課、保健予防課、保健センター、子ども家庭支援課、保育課、学校教育支援担当課
ねたきり高齢者歯科診療【再掲】	健康づくり課

(2) 災害医療の充実

事業名	担当課
緊急医療救護所の設置・運営訓練の実施	地域保健課
緊急医療救護所医療従事スタッフの登録	地域保健課
医療救護受援体制の整備	地域保健課
医薬品・医療資器材の備蓄	地域保健課
【新規】人工呼吸器を使用する在宅患者支援体制の整備	地域保健課

(3) 医療サービスの確保

事業名	担当課
休日等の応急診療事業	地域保健課
健康医療推進協議会の運営	地域保健課
地域医療連携協議会の運営	地域保健課
患者相談窓口の運営	生活衛生課
薬事衛生普及・啓発	生活衛生課
医務許認可事務・監視指導	生活衛生課
薬事衛生許認可事務・監視指導	生活衛生課

2 計画の策定経過

(1) 葛飾区健康医療推進協議会

	開催年月日	主な議題
1	平成 30 (2018) 年 7月 25 日	<ul style="list-style-type: none"> • かつしか健康実現プラン（現行）の達成状況について • (仮称) 第2次かつしか健康実現プラン骨子（案）について • 葛飾区食育推進計画【平成 27 年度改定】目標の達成状況について • 葛飾区食育推進計画【平成 30 年度改定】の体系（案）について
2	平成 30 (2018) 年 11 月 6 日	<ul style="list-style-type: none"> • 第2次かつしか健康実現プラン（素案）について • 葛飾区食育推進計画【平成 30 年度改定】（素案）について
3	平成 31 (2019) 年 1 月 23 日	<ul style="list-style-type: none"> • パブリックコメントの実施結果について • 第2次かつしか健康実現プラン・葛飾区食育推進計画（案）について • 第2次かつしか健康実現プラン・葛飾区食育推進計画概要版（案）について

(2) 区民意見提出手続（パブリックコメント）

閲覧、意見募集期間	閲覧場所
平成 30 (2018) 年 12 月 12 日 ～平成 31 (2019) 年 1 月 10 日	<p>区政情報コーナー、区民事務所、区民サービスコーナー、図書館、地区図書館、保健所、保健センター、男女平等推進センター、地域保健課</p> <p>※区ホームページにも掲載し、意見募集を行いました。</p>

3 葛飾区健康医療推進協議会要綱

昭和60年12月25日
60葛衛管発 第466号
区 長 決 裁

(設置)

第1条 葛飾区における望ましい健康、保健及び医療のあり方について検討するため、葛飾区健康医療推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 協議会の所掌する事務は、次に掲げるものとする。

- 2 葛飾区における健康、保健及び医療に関する計画等の推進について検討を行うこと。
- 3 葛飾区における健康、保健及び医療に関する各施策について検討を行うこと。
- 4 その他、協議会が必要と認める事項について検討を行うこと。

(構成)

第3条 協議会は、別表に掲げる団体からの推薦者等につき、区長が委嘱又は任命する委員20人以内で構成する。

(委員の任期)

第4条 委員の任期は2年とし、再任されることは妨げない。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長は、委員の互選により定め、副会長は、会長の指名する委員をもってあてる。
- 3 会長は、協議会の会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときは、その職務を代理する。

(招集等)

第6条 協議会は、会長が招集する。

- 2 会長が必要と認めた場合、協議会に委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。
- 3 会長が必要と認めた場合、専門部会を設置することができる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、健康部地域保健課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

付 則
この要綱は、昭和 60 年 12 月 5 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 4 年 5 月 1 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 6 年 6 月 1 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 11 年 8 月 2 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 12 年 9 月 1 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 15 年 4 月 1 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 22 年 7 月 23 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 23 年 1 月 12 日から施行する。

付 則
この要綱は、平成 27 年 5 月 25 日から施行する。

別 表（第3条関係）

関係団体等及び委員数	
葛飾区医師会	1 人以内
葛飾区歯科医師会	1 人以内
葛飾区薬剤師会	1 人以内
葛飾区自治町会連合会	1 人以内
葛飾区社会福祉協議会	1 人以内
葛飾区産業関係者	1 人以内
葛飾区婦人団体連合会	1 人以内
葛飾区立小中学校長	1 人以内
葛飾区障害者福祉団体	1 人以内
葛飾区体育関係者	1 人以内
葛飾区健康づくり団体	1 人以内
葛飾区子育て支援団体	1 人以内
学識経験者	2 人以内
葛飾区内消防署	1 人以内
葛飾区職員	5 人以内

4 葛飾区健康医療推進協議会名簿

	選出母体・役職等	氏 名
学識経験者	東京医科歯科大学大学院教授	◎河 原 和 夫
	東京聖栄大学教授	鈴 木 三 枝
医療関係団体	葛飾区医師会会長	○安 藤 進
	葛飾区歯科医師会会長	勝 俣 文 良
	葛飾区薬剤師会会長	佐々木 武 志
区内各種団体	葛飾区自治町会連合会副会長	浜 田 光 男
	葛飾区社会福祉協議会副会長	小 林 隆 猛
	東京商工会議所葛飾支部会長	浅 川 弘 人
	葛飾区婦人団体連合会会長	谷茂岡 正 子
	葛飾区障害者福祉連合会会長	原 進
	葛飾区体育協会副会長	酒 井 榮 一
	葛飾区健康づくり推進協議会会長	岡 本 好
	かつしか子育てネットワーク代表	篠 原 淑 子
区内行政機関	本田消防署長	萩 森 義 男
	葛飾区立木根川小学校長	和 田 このみ
区職員	政策経営部長	田 口 浩 信
	福祉部長	坂 井 保 義
	健康部長	清 古 愛 弓
	子育て支援部長	横 山 雄 司
	教育次長	駒 井 亜 子

◎：会長、○：副会長

5 葛飾区健康政策推進委員会設置要綱

平成30年6月27日
30葛健地第218号
区 長 決 裁

(設置)

第1条 葛飾区における健康政策を推進するため、葛飾区健康政策推進委員会（以下、「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) かつしか健康実現プランに関すること。
- (2) 自殺対策に関すること。
- (3) その他、健康政策の推進に関すること。

(構成)

第3条 委員会は、委員長、副委員長及び委員をもって構成する。

- 2 委員長は、健康部を所管する副区長の職にある者をもって充てる。
- 3 委員長は委員会を総理する。
- 4 副委員長は、健康部長の職にある者をもって充てる。
- 5 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 6 委員は、別表第1に掲げる職にある者をもって充てる。

(会議)

第4条 委員会の会議は委員長が招集する。

- 2 委員長は必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を求めることができる。

(分科会)

第5条 委員会に分科会を置くことができる。

(庶務)

第6条 委員会の庶務は、健康部地域保健課庶務係において処理する。

(委任)

第7条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が定める。

付 則

この要綱は、平成30年6月27日から施行する。

別表第1（第3条関係）

政策経営部長
総務部長
地域振興部長
危機管理・防災担当部長
産業観光部長
環境部長
福祉部長
子育て支援部長
都市整備部長
都市施設担当部長
教育次長
学校教育担当部長

6 かつしか健康実現プラン策定分科会設置要綱

平成30年6月27日
30葛健地第234号

(設置)

第1条 葛飾区健康政策推進委員会設置要綱(平成30年6月27日付30葛健地第218号区長決裁。)第5条の規定に基づき、かつしか健康実現プラン策定分科会(以下、「分科会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 分科会の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) かつしか健康実現プランの策定に関すること。
- (2) その他、かつしか健康実現プランに関し必要と認める事項。

(構成)

第3条 分科会は、会長、副会長及び会員をもって構成する。

- 2 会長は、健康部長の職にある者をもって充てる。
- 3 会長は、分科会の会議を総括する。
- 4 副会長は、地域保健課長の職にある者をもって充てる。
- 5 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 6 会員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。

(会議)

第4条 分科会の会議(以下、「会議」という。)は会長が招集する。

- 2 会長は必要があると認めるときは、構成員以外の者の出席を求めることができる。

(庶務)

第5条 分科会の庶務は、健康部地域保健課庶務係において処理する。

(委任)

第6条 この要綱に定めるもののほか、分科会の運営に関し必要な事項は、会長が定める。

付 則

この要綱は、平成30年6月27日から施行する。

付 則

この要綱は、平成31年1月31日から施行する。

別表（第3条関係）

政策経営部	政策企画課長
地域振興部	危機管理課長
環境部	環境課長
福祉部	福祉管理課長
福祉部	高齢者支援課長
福祉部	地域包括ケア担当課長
福祉部	障害福祉課長
福祉部	国保年金課長
福祉部	長寿医療・年金担当課長
福祉部	介護保険課長
健康部	地域保健課長
健康部	生活衛生課長
健康部	健康づくり課長
健康部	副参事
健康部	保健予防課長
健康部	青戸保健センター所長
健康部	金町保健センター所長
子育て支援部	育成課長
子育て支援部	子ども家庭支援課長
都市整備部	調整課長
教育委員会事務局	教育総務課長
教育委員会事務局	指導室長
教育委員会事務局	生涯スポーツ課長

7 食育基本法の概要

近年のわが国の食をめぐる状況の変化に伴う様々な問題に対処していくため、食育基本法が平成 17（2005）年6月に公布、同年7月に施行されました。

この食育基本法は「前文」に続いて「目的」、「基本理念」、国等の「責務」、「食育推進基本計画」、「基本的施策」、「食育推進会議の設置」等についての条文を設けています。

（食育の位置付け等）

前文では、食育の位置付けについて、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」とした上で、特に子どもたちに対する食育については「心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるもの」としています。また、食育とは、「「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」ことであるとしています。

（食をめぐる問題認識）

前文では、食をめぐる問題認識として、「栄養の偏り」、「不規則な食事」、「肥満や生活習慣病の増加」、「過度の痩身志向」、「安全上の問題」、「海外への依存の問題」等の問題が生じているとしています。さらに「「食」に関する情報が社会に氾濫」していること、「地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある」ことが指摘されています。このような状況から、食生活の改善の面からも「食」の安全の確保の面からも、国民が自ら「食」のあり方を学ぶことが求められていると結論付けられています。

（今後の課題と期待）

前文では、食育の推進に関する今後の課題や期待として、国民の「食」に関する考え方を育て「健全な食生活を実現」すること、都市と農山漁村の共生・対流や消費者と生産者との間の信頼関係の構築によって「地域社会の活性化」、「豊かな食文化の継承及び発展」、「環境と調和のとれた食料の生産及び消費」、「食料自給率の向上」への寄与が期待されていること、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への「感謝の念や理解」を深めること、信頼できる情報に基づく「適切な判断を行う能力」を身に付けること、家庭、学校、保育所、地域等を中心に「国民運動」として食育の推進に取り組むこと、等が定められています。

（目的）

本法律の目的は、第 1 条において「食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進」することとされています。これによって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することがうたわれています。

（基本理念）

食育に関する基本理念については、第 2 条から第 8 条までの条文において「国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成」、「食に関する感謝の念と理解」、「食育推進運動の展開」、「子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割」、「食に関する体験活動と食育推進活動の実践」、「伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献」及び「食品の安全性の確保等における食育の役割」の 7 項目が定められています。

（国等の責務）

国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、国民等の食育の推進に関する責務に関する事項について第 9 条から第 13 条までの条文において定めています。また第 14 条及び第 15 条において「食育の推進に関して講じた施策に関する報告書」を毎年国会に提出すること等政府の講ずべき措置を定めています。

（食育推進基本計画等）

第 16 条においては、内閣府に設置される食育推進会議が、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、[1]施策についての基本的方針、[2]目標、[3]食育推進活動等の総合的な促進、等の事項を含む「食育推進基本計画」を作成することを定めています。あわせて第 17 条及び第 18 条においては都道府県及び市町村が食育推進計画を作成するよう努めなければならないと定めています。

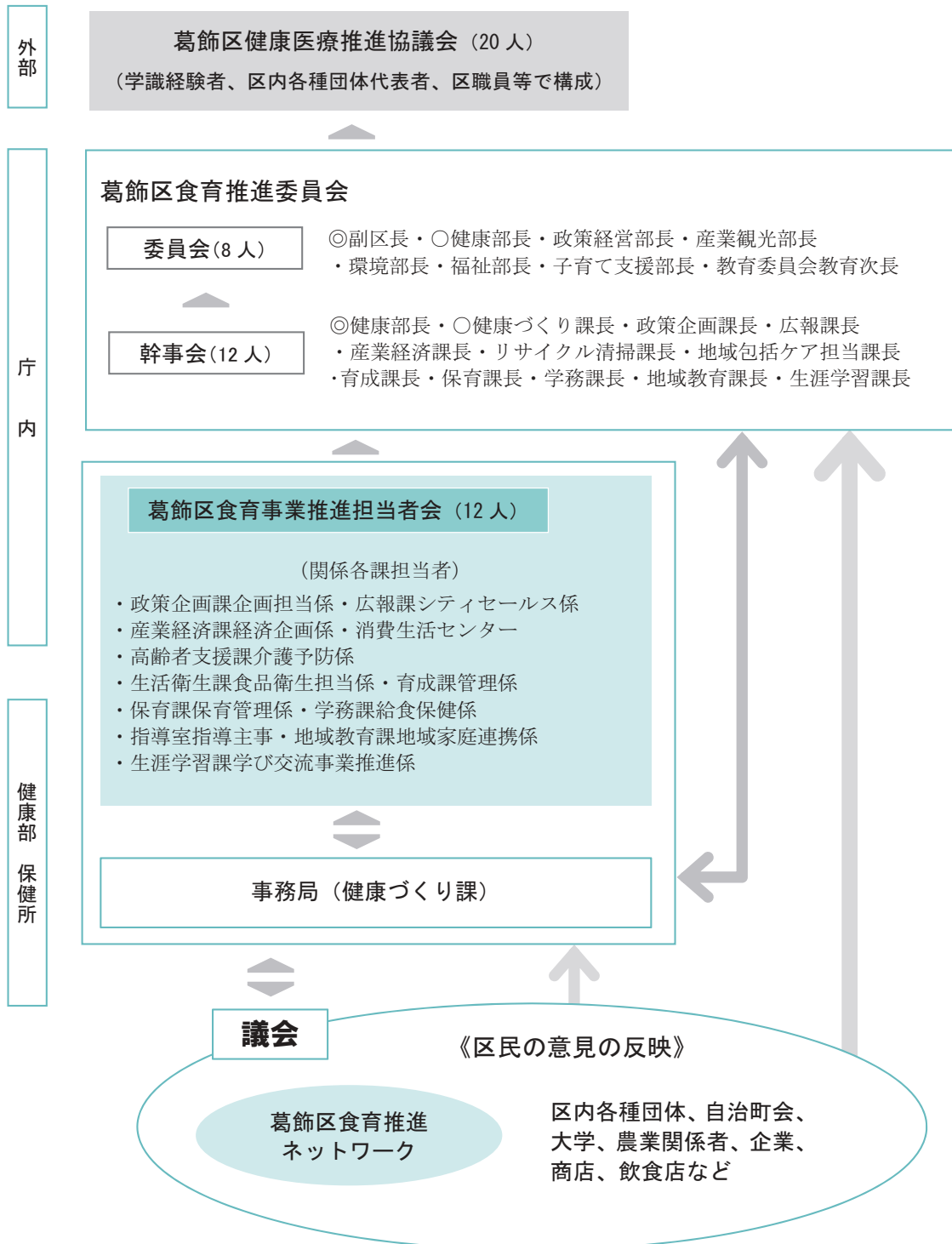
（基本的施策）

国及び地方公共団体が講ずべき「基本的施策」として、第 19 条から第 25 条までの条文において、家庭・学校・保育所・地域等における食育の推進、食育推進運動の全国展開、生産者と消費者との交流促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化、食文化の継承のための活動への支援、食品の安全性、等を定めています。

（食育推進会議等）

第 26 条から第 33 条の条文において、内閣府に設置する食育推進会議の所掌事務等について定めるとともに、都道府県及び市町村が食育推進会議を条例で定めることにより設置することができることと定めています。

8 葛飾区食育推進計画(平成30(2018)年度改定)の検討体制



9 葛飾区食育推進委員会設置要綱

18 葛保健第 479 号
平成 19 年 3 月 27 日
区 長 決 裁

(目的)

第 1 条 食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）に基づき、葛飾区食育推進計画を作成するほか、葛飾区における食育に関する施策を総合かつ計画的に推進するため、葛飾区食育推進委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 食育推進計画の作成に関すること。
- (2) 食育推進計画の進捗状況の点検及び修正に関すること。
- (3) 食育に関する施策の推進に関すること。
- (4) その他食育の推進のために必要と認める事項

(構成)

第 3 条 委員会は、委員長、副委員長及び委員をもって構成する。

- 2 委員長は、健康部を所管する副区長の職にある者をもって充てる。
- 3 副委員長は、健康部長の職にある者をもって充てる。
- 4 委員は、政策経営部長、産業観光部長、環境部長、福祉部長、子育て支援部長及び教育委員会事務局教育次長の職にある者をもって充てる。
- 5 委員会には、必要に応じて前項に規定する者以外の者を委員として、加えることができる。

(職務及び代理)

第 4 条 委員長は、委員会を代表し、会議を総理する。

- 2 副委員長は、委員長を補佐するとともに、委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第 5 条 委員会は、委員長が招集する。

(幹事会)

第 6 条 委員会の下に、幹事会を設置する。

- 2 幹事会は、委員会に付議する事案について調査、検討をするほか、施策の推進に関し、必要な事項を協議し、委員長に報告する。
- 3 幹事会は、幹事長、副幹事長及び幹事をもって構成する。
- 4 幹事長は、健康部長の職にある者を充てる。
- 5 副幹事長は、健康づくり課長の職にある者を充てる。

- 6 幹事会は、必要に応じて幹事長が招集する。
- 7 幹事は、別表1に掲げる職にある者をもって充てる。
- 8 幹事会には、必要に応じて前項に規定する者以外の者を幹事として、加えることができる。
- 9 幹事会には、担当者会（作業部会）を設置することができる。
（事務局）

第7条 委員会及び幹事会の事務局は、健康部健康づくり課内に置く。
（その他）

第8条 この要綱に定めるもののほか、会議の運営に関して必要な事項は、委員長が定める。

付 則

この要綱は、平成19年4月1日から施行し、平成19年2月16日から適用する。

付 則（平成19年4月9日付け保健所健康推進課長決裁）

この要綱は、平成19年4月9日から施行し、平成19年4月1日から適用する。

付 則（平成20年2月21日付け保健所長決裁）

この要綱は、平成20年3月1日から施行し、平成19年5月1日から適用する。

付 則（平成21年4月1日付け保健所長決裁）

この要綱は、平成21年4月1日から施行する。

付 則（平成21年12月21日付け保健所長決裁）

この要綱は、平成21年12月21日から施行する。

付 則（平成27年4月1日付け健康部長決裁）

この要綱は、平成27年4月1日から施行する。

付 則（平成28年3月28日付け健康部長決裁）

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

付 則（平成28年5月12日付け健康部長決裁）

この要綱は、平成28年5月12日から施行する。

付 則（平成29年5月18日付け健康部長決裁）

この要綱は、平成29年5月18日から施行し、平成29年4月1日から適用する。

付 則（平成30年9月13日付け健康部長決裁）

この要綱は、平成30年9月13日から施行する。

別表1（第6条第7項）

部署・役職名			
幹事長	健康部長	幹事	地域包括ケア担当課長
副幹事長	健康づくり課長	//	育成課長
幹事	政策企画課長	//	保育課長
//	広報課長	//	学務課長
//	産業経済課長	//	地域教育課長
//	リサイクル清掃課長	//	生涯学習課長

10 用語集

【あ行】

アルブミン (P54)

肝臓で合成されるタンパク質のこと。栄養・代謝物質の運搬や浸透圧の維持などの機能をもつ。

医療連携コーディネーター (P141、142)

区民が安心して在宅療養生活を送れるよう、医療機関や高齢者総合相談センター、かかりつけ医等の連携を促進するために、在宅療養に関する情報提供や訪問診療・訪問看護など必要な支援の調整を行う、葛飾区医師会に設置する看護師、保健師、社会福祉士などのこと。

【か行】

高齢者（65歳以上）のBMI (P50)

国の「健康日本21（第2次）」では、低栄養傾向にある高齢者の割合を減少させることを重視しており、その際の指標として「BMI20以下」が有用としている。

ゲートキーパー (P62、63)

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のこと。

【さ行】

災害医療コーディネーター (P145)

大規模災害が発生した際に、区内の医療救護活動を統括・調整するため、区に対して医学的な助言を行う区が指定する医師のこと。

自動体外式除細動器 (AED) (P29)

突然心臓が正常に拍動できなくなった心停止状態の心臓に対して、電気ショックを行い、心臓を正常なリズムに戻すための医療機器のこと。

周産期医療 (P148)

周産期（妊娠 22 週から出生後 7 日未満までの期間）を含めた前後の期間において、産科・小児科双方からの一貫した総合的な医療体制のこと。

食育月間・食育の日 (P95、178、180、193、195、197)

国は食育への関心を高め、年間を通じて健全な食生活を実践する契機として、「食育基本法」が成立した 6 月を「食育月間」とし、毎月 19 日を「食育の日」と定めた。

双極性障害 (P57、61)

精神疾患の中でも気分障害と分類されている疾患。うつ状態に加え、うつ状態とは対極の躁状態も現れ、これらをくりかえす慢性の疾患で、原因は明らかではない。

早世 (P15)

65 歳未満の死亡のこと。

【た行】

低栄養 (P50、94、165、174、176、188、190)

健康的に生きるために必要な量の栄養素が摂れていない状態のこと。

統合失調症 (P57、61)

幻覚や妄想という症状が特徴的な精神疾患。それに伴って、人々と交流しながら家庭や社会で生活を営む機能が障害を受け（生活の障害）、「感覚・思考・行動が病気のために歪んでいる」ことを自分で振り返って考えることが難しくなりやすい（病識の障害）、という特徴をあわせもつ疾患で、原因は明らかではない。

トリアージ (P145)

災害発生時などに多数の傷病者が発生した場合に、傷病の緊急度や重症度に応じて治療優先度を決めること。

【な行】

中食（なかしょく）（P93、168、192）

惣菜店やコンビニエンスストア、スーパーなどでお弁当や惣菜などを購入し、自宅で食べること。

年齢調整死亡率（P79）

死亡者を人口で除した死亡率（粗死亡率）は、高齢者の多い地域では高く、若年者の多い地域では低くなることから、年齢構成の異なる地域間で死亡の状況の比較ができるように、年齢構成を調整した死亡率のこと。

【は行】

風しん（P120、121、122、123）

風しんウイルスによって引き起こされる感染症。予防法はワクチンの接種が有効。

フレイル（P48、49、52、53、54、56、165、174、190）

加齢に伴い、筋力や食欲、認知機能などの心身の活力が低下した状態であるが、適切な対応（医療や介護予防）により健常化する可能性がある状態のこと。葛飾区では、身体的な機能の低下（P：フィジカル）、咀嚼機能の低下や栄養不良（O：オーラル）、意欲や認知機能の低下（B：ブレイン）、地域社会との交流の減少などの社会性の低下（S：ソーシャル）の4つの要素をまとめて「POBS（ポブス）フレイル」という。

ヘモグロビン（P54）

赤血球に含まれる赤色素タンパク質のこと。酸素を運ぶ機能をもつ。

【ま行】

麻しん（P120、123）

麻しんウイルスによって引き起こされる感染症。「はしか」のこと。感染力が大変強い感染症で、予防法はワクチンの接種が有効。

マタニティブルー（P36）

出産直後から数日の間、気分が安定しない、涙もろくなる、疲労感、食欲の低下などの症状が出る状態のこと。産後25%～30%の母親が経験するといわれている。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）（P192）

内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を併せ持った状態のこと。内臓脂肪が過剰にたまると、糖尿病や高血圧症、高脂血症といった生活習慣病を併発しやすくなる。

【ら行】

リスクコミュニケーション（P125、127、196）

消費者、事業者、行政担当者などの関係者の中で情報や意見をお互いに交換すること。葛飾区保健所では食の安全に関して意見交換を行っている。

65歳健康寿命（東京保健所長会方式）（P10、11、19、20）

65歳になった人が、何らかの障害のために要介護認定を受けるまでの状態を健康と考え、その障害のために認定を受ける年齢を平均的に表すもの。

65歳平均余命（P12、13）

65歳になった人が、65歳以降何年生きられるかの平均年数を表すもの。

【B】

BMI（P42、45、50、52、54、162、163、164、165、166、167、168、176、190）

「Body Mass Index」の略称。体重（kg）÷（身長（m）×身長（m））で算出される体格指数のこと。日本肥満学会の判定基準では、18.5未満を低体重（やせ）、18.5以上25未満を普通体重、25以上を肥満としている。

【C】

COPD（慢性閉塞性肺疾患）（P15、106）

たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気。咳やたん、息切れなどの症状がでる。また、肺がんになる可能性が高くなる。

COPDの進行を防ぐためには禁煙や早期発見・治療が必要。

【 H 】

HACCP（ハサップ）（P125）

「Hazard Analysis and Critical Control Point」の略称。食品等事業者自らが食中毒菌汚染や異物混入等の危害要因（ハザード）を把握した上で、原材料の入荷から製品の出荷に至る全工程の中で、それらの危害要因を除去または低減させるために特に重要な工程を管理し、製品の安全性を確保しようとする衛生管理の手法のこと。

HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）（P85、86）

赤血球の中にある酸素を運ぶヘモグロビンに血液中のブドウ糖が結合したもの。過去1～2か月間の平均血糖値を表す。

第2次かつしか健康実現プラン・葛飾区食育推進計画
平成31（2019）年度～平成35（2023）年度
平成31（2019）年3月

発行 葛飾区

編集 葛飾区健康部地域保健課 電話 03-3602-1231

葛飾区健康部健康づくり課 電話 03-3602-1268

〒125-0062

葛飾区青戸4-15-14（健康プラザかつしか内）

ファクス 03-3602-1298

