

第2部 各年代の健康づくり基本計画

第1章 評価の概要

評価指標と目標値

計画に定めた数値目標について、下記の評価判定基準に基づき、評価を行いました。

数値目標の状況は、評価項目 82 項目のうちA判定は 21 項目で 25.6%、B判定は 29 項目で 35.4%、C判定は 32 項目で 39.0%でした。目標値を達成している及び目標値に近付いている項目が全体の 61.0%を占め、39.0%が目標値から遠ざかっていました。

分類	項目数	評価(上段:項目数、下段:割合)		
		A判定	B判定	C判定
1 乳幼児期(0歳～5歳)	27	14	7	6
		51.9%	25.9%	22.2%
2 学齢期(6歳～15歳)	12	0	2	10
		0%	16.7%	83.3%
3 青年期(16歳～39歳)	11	4	3	4
		36.3%	27.4%	36.3%
4 壮年期(40歳～64歳)	17	2	8	7
		11.8%	47.0%	41.2%
5 熟年期(65歳以上)	15	1	9	5
		6.7%	60.0%	33.3%
合計	82	21	29	32
		25.6%	35.4%	39.0%

【評価判定基準】

- A … 既に数値目標を達成している場合(さらに推進をめざす場合)
- B … 数値目標は達成していないが、数値が前回と同じか目標に近づいている場合
- C … 数値が目標値から遠ざかっている場合
- － … 目標値を設定していないなど、現時点で評価できない場合

第2章 乳幼児期(0歳～5歳)

乳幼児とその家族のみなさんへ



こころとからだの基礎をつくりましょう

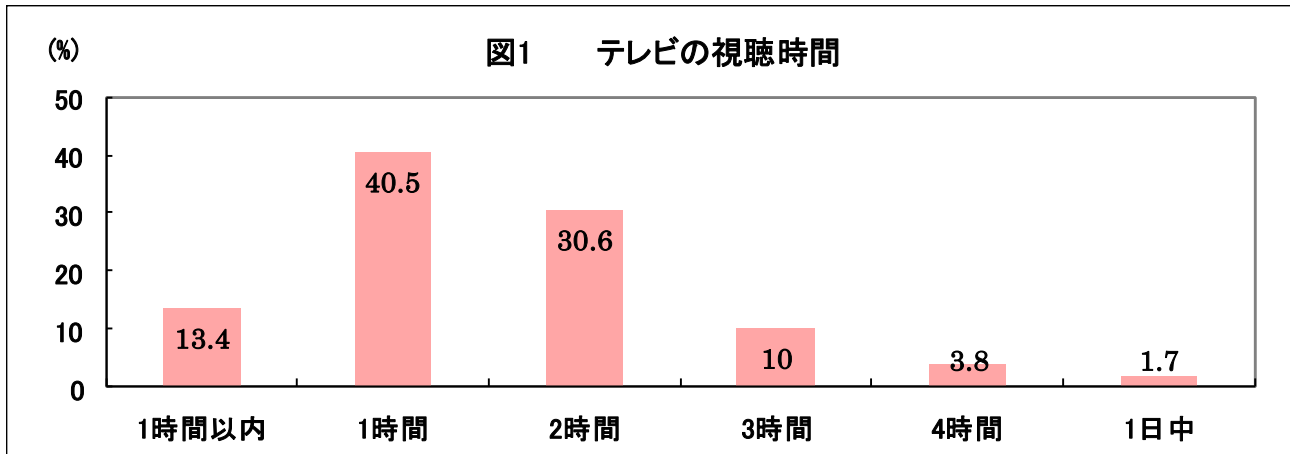
これまでの市の取組

生 活	食事、睡眠、遊びなどの規則正しい生活リズムは、子どもの健全な生活、成長へ大きく影響を与えます。乳幼児健康診査や乳幼児相談等において、規則正しい生活リズムの大切さを呼びかけました。 メディア(テレビ、スマートフォン、タブレット等)による影響について周知しました。 事故防止について、乳幼児健康診査等でチェックリストやパンフレットの配布を行い、転倒転落・誤嚥・誤飲・火傷等の事故防止について周知しました。
栄 養	妊娠届出時において、妊娠中からバランスのとれた食事の大切さについて、知識の普及に努めました。乳幼児健康診査や乳幼児相談、離乳食実習等において離乳食から幼児食への進め方や、食事の大切さを呼びかけました。また、乳幼児期における食事の多様化する悩みなどに対して、栄養士が個別相談を行いました。保育園や幼稚園と連携しながら、お子さんの家庭の状況に合わせた支援を行いました。
健 康	妊娠届出時、乳幼児健康診査等において、喫煙や受動喫煙の影響を周知し、禁煙を呼びかけました。 乳幼児健康診査において、乳児期から発達段階に応じた歯科指導や幼児に対するフッ化物塗布や生活環境に合わせた個別指導を行いました。 生後2か月までの家庭訪問において、予防接種の必要性や効果、副反応等について説明を行い、正しい知識の普及啓発に努めました。また、乳幼児健康診査時に接種状況を確認し、望ましい接種時期や進め方について情報提供を行いました。
育 児	妊娠中からの電話相談、出産後の家庭訪問、乳幼児相談等を実施し、育児不安や心配事解消への支援を行いました。また、地域における親子の交流の場及び身近で気軽に相談できる場所として、子育て支援センターや保健センターの利用を周知しました。 支援の必要な乳幼児について、保育園や幼稚園、こども課等の関係機関や、地域の母子保健推進員と連携をとり、家族状況等を確認し、必要な支援・サービスを提供しました。また、関係機関と連携し、虐待の予防や早期発見に努めました。

現状と課題

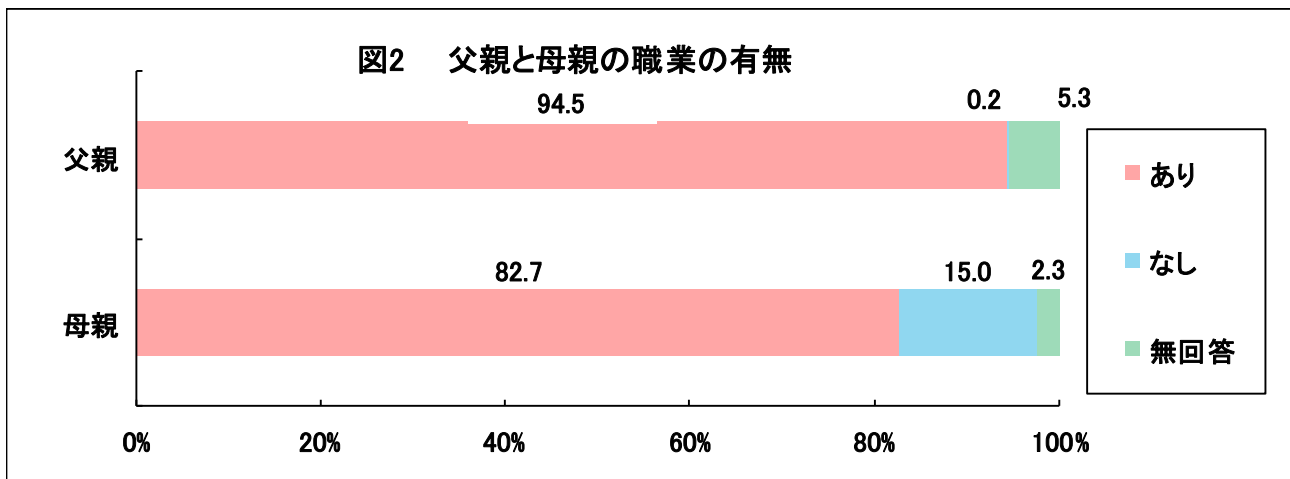
●生活

- ・ 乳幼児健康診査時のアンケートでは、7 時台までの起床の割合は、94.6%となっています。21 時台までの就寝の割合は、80.9%となっています。
- ・ テレビの視聴時間は1時間と答えた人が 40.5%と多くみられますが、2 時間以上見ている子どもは、46.1%となっています。(図 1)



＜令和5年度 3 歳児健康診査アンケート＞

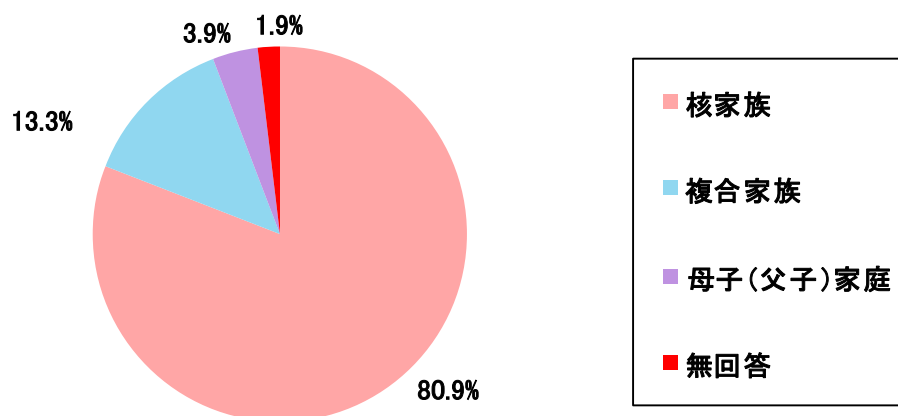
- ・ 子育て中の親の職業の有無について、父親は94.5%、母親は 82.7%の人が仕事をしています。(図 2)
- ・ 前回調査よりも働く母親の割合は増加し、専業主婦が減少しています。



＜令和5年度みどり市健康・生活アンケート＞

- ・ 子育て中の家族構成は、核家族が 80.9%、複合家族が 13.3%、母子(父子)家庭が 3.9%となっています。(図 3)
- ・ 前回調査よりも、核家族が2.8ポイント増加し、複合家族が 2.6 ポイント、母子(父子)家庭が0.7ポイント減少しています。
- ・ 核家族や共働き世帯が増加傾向にあり、時間に余裕のない育児環境であることが想定されます。

図3 家族構成の割合



<令和5年度みどり市健康・生活アンケート>

- ・ 子どもの健やかな成長にとって睡眠はとても大切です。早寝早起き等の規則正しい生活リズムの大切さを乳幼児健康診査や相談等で周知し、家庭に合った支援を行っていく必要があります。
- ・ 遊びは、良い睡眠をもたらすためや体力づくりのため、また、子どもの成長にとって意味ある大切なことです。食欲増進や健康づくりに効果的なことから、遊びで体を動かす機会を増やしていくよう、助言していく必要があります。
- ・ メディアの長時間の利用は、視力低下や夜更かしなど、生活リズムや発育・発達にも影響するため、テレビやスマホ等のメディアの正しい利用方法について周知を行う必要があります。
- ・ 普段の生活の中では、どのような状況でも事故は起こり得ます。発達に合わせた事故防止や応急処置の方法を周知していく必要があります。

●栄養

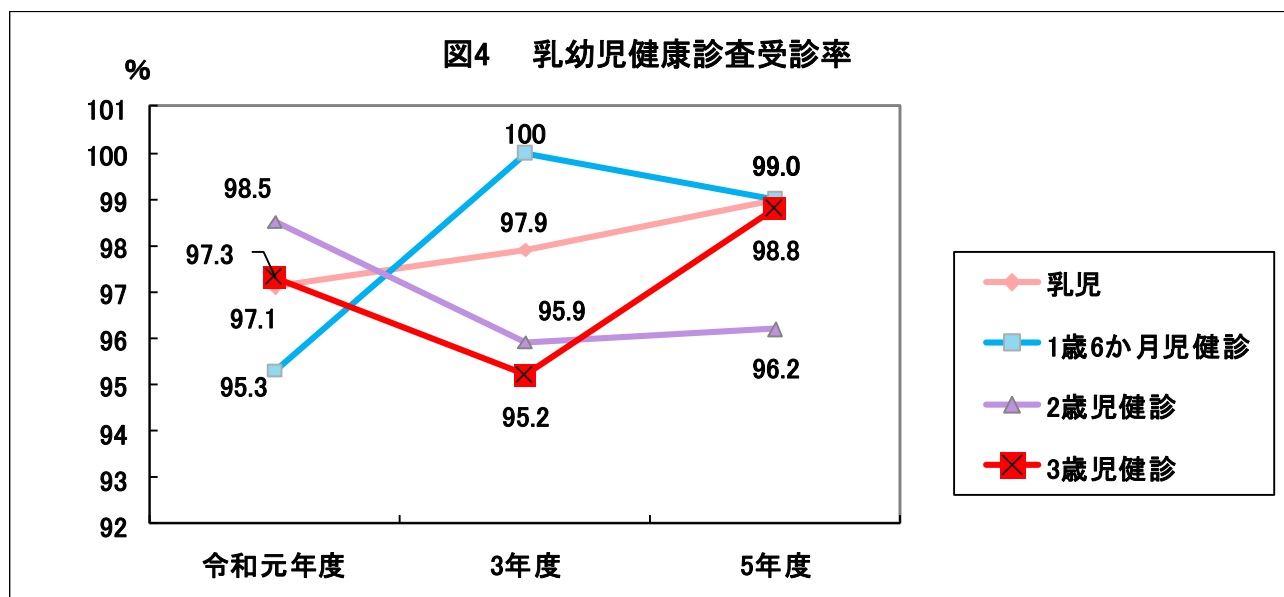
- ・ 朝食を毎日食べる子どもの割合は、乳幼児健康診査アンケートで 95.6%となっており、前回調査より 3.7 ポイント減少しています。
- ・ おやつ時間を決めていない人が乳幼児健康診査アンケートで 20.4%となっており、前回調査より 9.8 ポイント増加しています。
- ・ 子どもにとって、朝食は元気いっぱい活動するためのエネルギー源であり、大きく成長するための栄養源でもある大切なものです。乳幼児健康診査等において朝食の必要性を周知し、朝食習慣の第一歩として、まずは食べることから始めるよう働きかけていく必要があります。
- ・ 乳幼児健康診査の聞き取り等から、栄養バランスに配慮した食生活や、良くかんで食べる習慣が実践できていない状況がうかがえます。成長に応じた食材の大きさや固さ、バランスのとれた食事を食べる習慣を身に付けていく重要性を伝えていくとともに、離乳食・幼児食の進め方や具体的な調理方法について引き続き情報提供していく必要があります。併せて、かむことの知識やメリットの普及も必要と考えられます。
- ・ 間食のだらだら食べは、食事時間への影響や肥満、むし歯の原因にもなります。間食の意味やとり方について情報提供していく必要があります。

- ・ 食物アレルギーについて、親が心配と感じてはいるものの、正しい情報が十分伝わっていないことが挙げられます。偏った食事を防ぎ、子どもの食事に関する知識の普及や情報提供を行う必要があります。
- ・ 乳幼児健診の聞き取り等では、親自身の朝食習慣がないことも聞かれます。核家族や共働き世帯が増加傾向にあり、忙しく時間がない様子がうかがえます。孤食を防ぎ、家族と一緒に楽しく食事をするものの効果と呼びかけていく必要があります。

●健康

<健康診査>

- ・ 乳幼児健康診査の受診率は、乳児で 99.0%、1 歳 6 か月児で 99.0%、2 歳児で 96.2%、3 歳児で 98.8%と全て 90%以上となっており、受診率は高い水準を保っています。(図4)

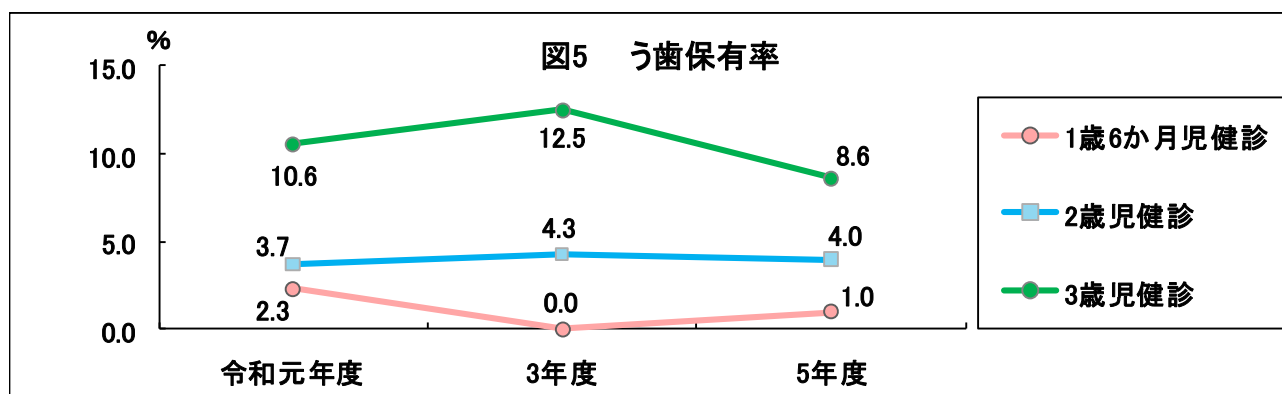


<母子保健報告>

- ・ 未受診者についての状況把握に努めていく必要があります。
- ・ 訪問や乳幼児健康診査等の中で、発達支援の必要な子どもがいる場合や親への育児支援が必要な場合は、保育園・幼稚園、医療機関などの関係機関と連携しながら、子どもの発育・発達に応じた支援を充実していく必要があります。

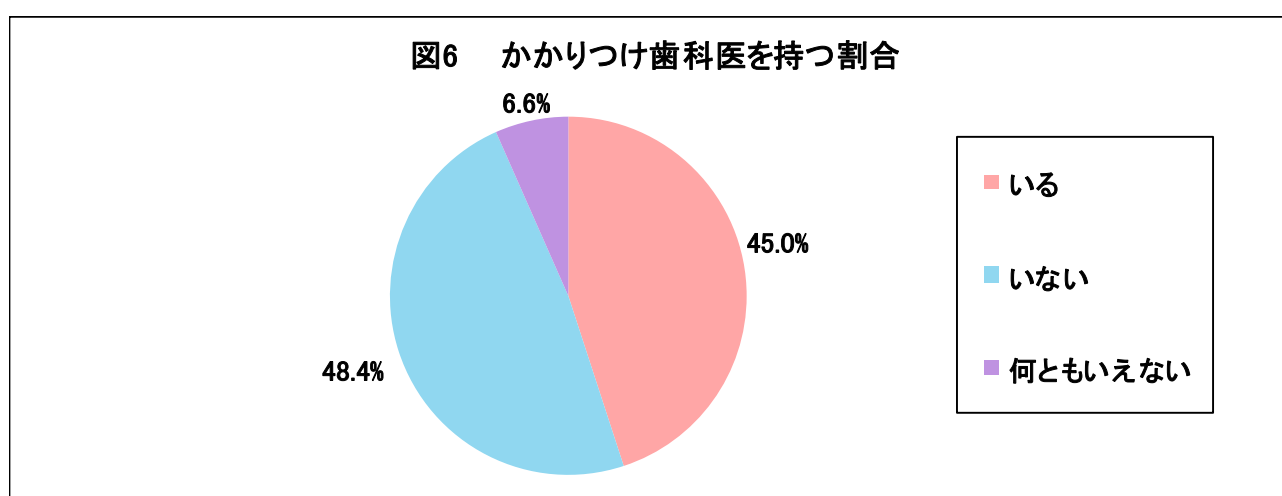
<むし歯(う歯)予防>

- ・ う歯保有率(むし歯のある子の割合)は、1 歳 6 か月児で 1.0%、2 歳児で 4.0%、3 歳児で 8.6%となっています。(図 5)
- ・ どの健診においても、う歯保有率が減少しています。引き続き生活習慣を含めた早期保健指導とフッ化物についての正しい知識の普及に努め、むし歯予防に対する保健指導を強化していく必要があります。



<母子保健報告>

- ・ かかりつけ歯科医を持つ割合は、45.0%となっています。(図6)



<令和5年度健やか親子アンケート>

- ・ かかりつけの歯科医を持つ割合は 45.0%となっており、前回調査より3.5ポイント増加しています。
- ・ 乳歯の時期から健康な歯を保持管理するため、乳幼児健診の受診とともに、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科診察を受けることを指導していく必要があります。

<予防接種>

- ・ 1歳6か月までに麻しん風しんの予防接種を受けた割合は 82.6%、四種混合(第一期初回3回)の予防接種を受けた割合は 88.4%となっています。
- ・ 出生後約1か月後の訪問時に予防接種の受け方について個別に説明し、乳幼児健診等において、接種状況の確認を行っています。
- ・ ネグレクト等の虐待予防の観点からも、乳幼児健康診査、健康相談では接種状況の確認とともに、予防接種の必要性や周囲への影響等を再度説明し、接種率向上に向けて医療機関、保育園・幼稚園と連携し、指導を強化していく必要があります。

<喫煙>

- ・ 子育て中の親が喫煙している割合は、父親が 33.9%(図7)、母親が 6.5%です。(図8)
- ・ 前回調査よりも、父親が 12.4ポイント、母親が 2.7ポイント減少しています。

図7 父親の喫煙状況

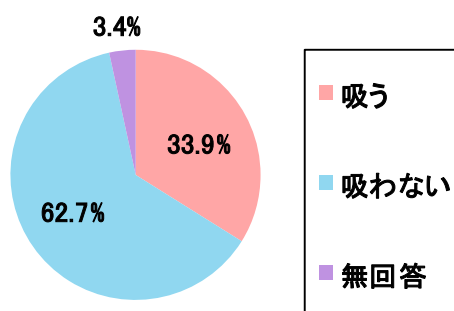
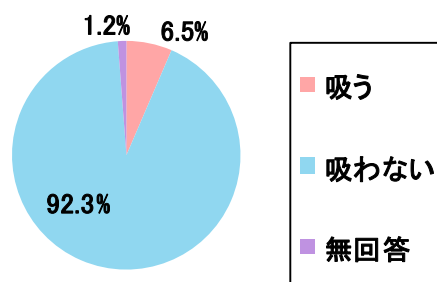


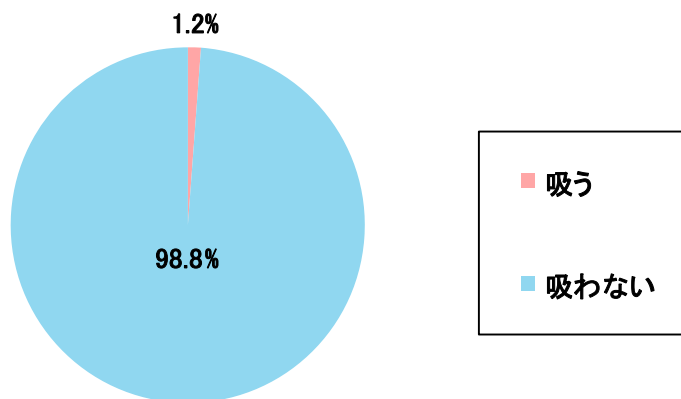
図8 母親の喫煙状況



＜令和5年度健やか親子アンケート＞

- ・ 妊娠中の母親が喫煙している割合は 1.2%です。(図 9)

図9 妊娠中の母親の喫煙状況



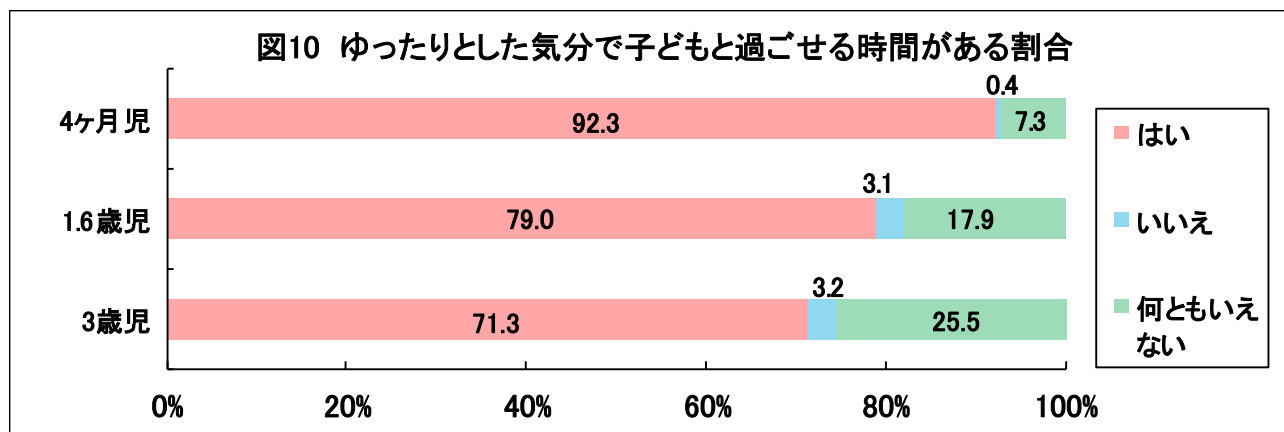
＜令和5年度健やか親子アンケート＞

- ・ 妊娠中の喫煙は、低出生体重児の要因になることや流産・早産を招く原因となることから、母体や胎児の健康確保を図るため、妊娠届出時等に健康相談や個別対応等の指導を強化していく必要があります。
- ・ 出産後も、受動喫煙（副流煙）により周囲へ及ぼす影響も周知し、家族の健康管理について指導を実施していく必要があります。
- ・ 妊娠前から喫煙リスクに関する知識を得られるよう周知していく必要があります。

●育児

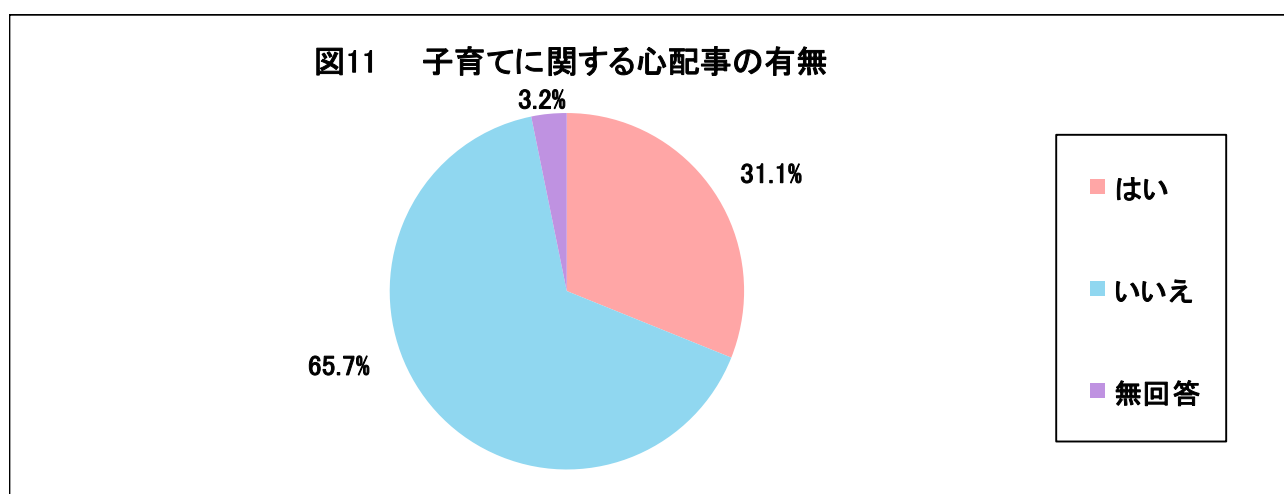
＜育児状況＞

- ・ ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間があと答えた人は、4 か月児で 92.3%、1 歳 6 か月児で 79.0%、3 歳児で 71.3%と年齢が上がるにつれて減少しています。(図 10)



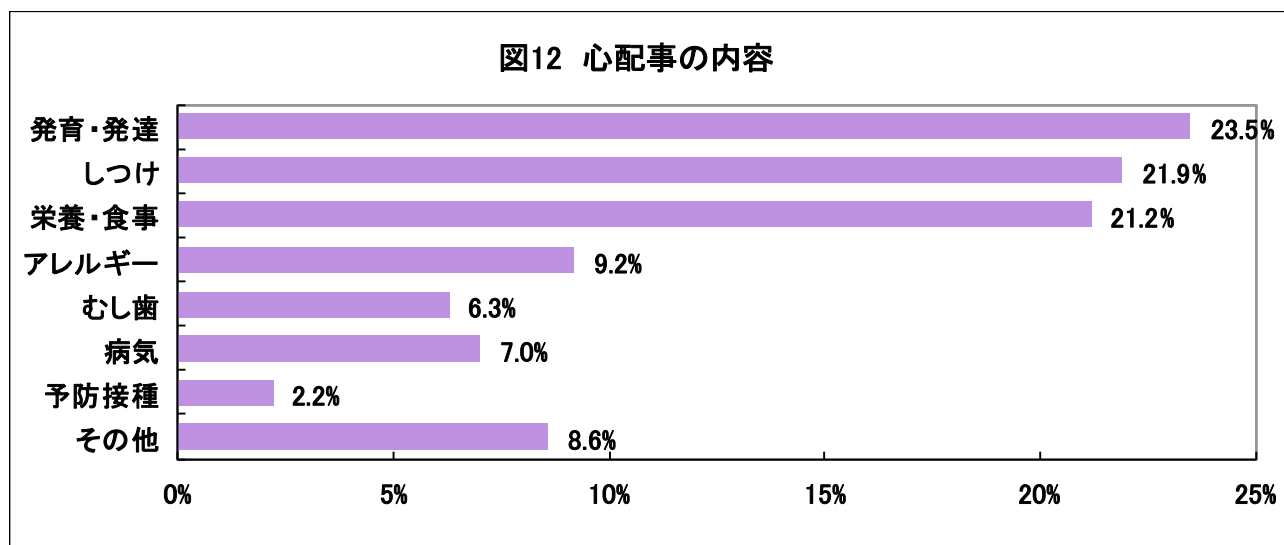
<令和5年度健やか親子アンケート>

- ・ 子育てのことで心配なことがある人の割合は 31.1%となっています。(図 11)



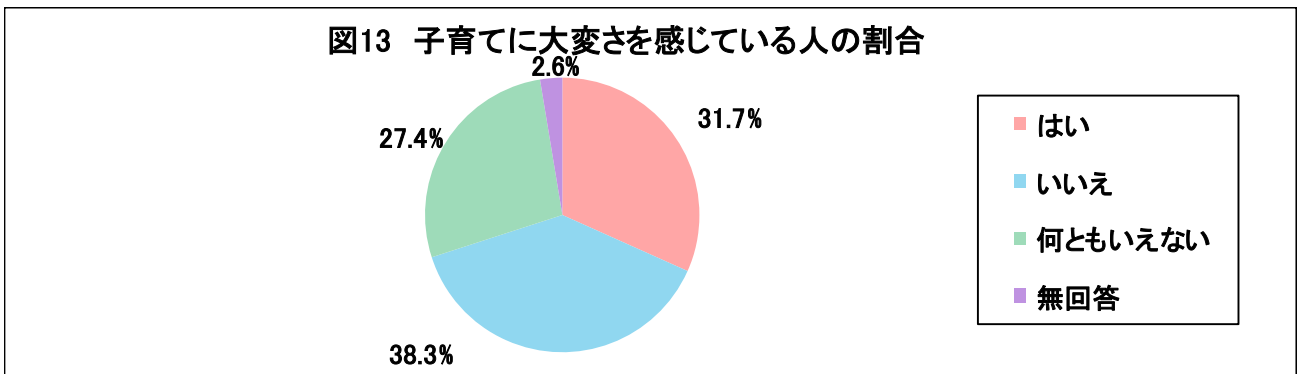
<令和5年度みどり市健康・生活アンケート>

- ・ 子育ての心配事の内容は、「発育・発達」「しつけ」「栄養・食事」「アレルギー」の順に多くなっています。(図12)「発育・発達」に対する心配は、前回調査同様、最も多くなっています。



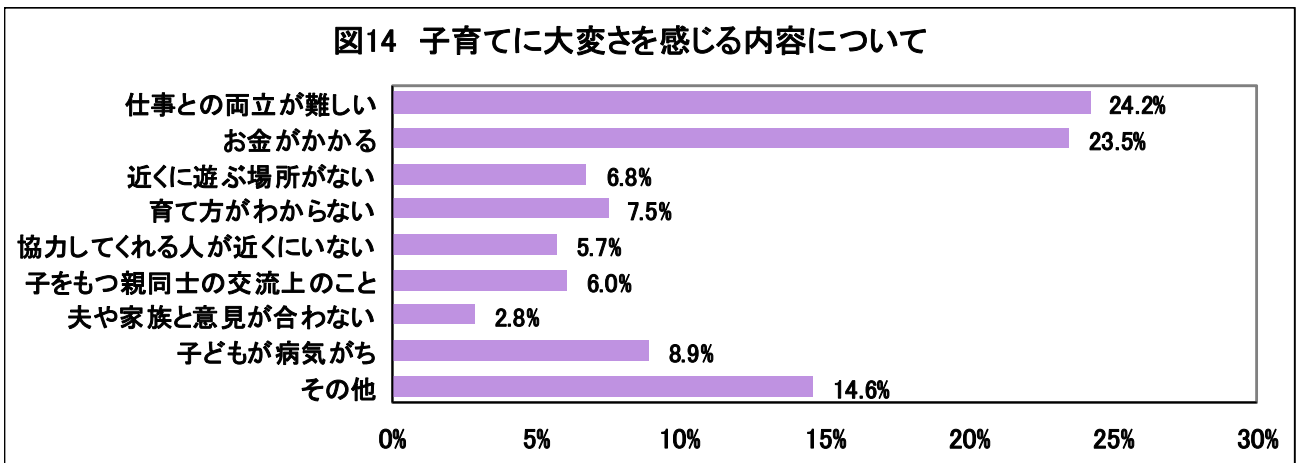
<令和5年度みどり市健康・生活アンケート>

- 子育てに大変さを感じている人の割合で「はい」と答えた人は31.7%、「何ともいえない」と答えた人は27.4%で、全体の59.1%の人が何らかの大変さを感じています。(図13)



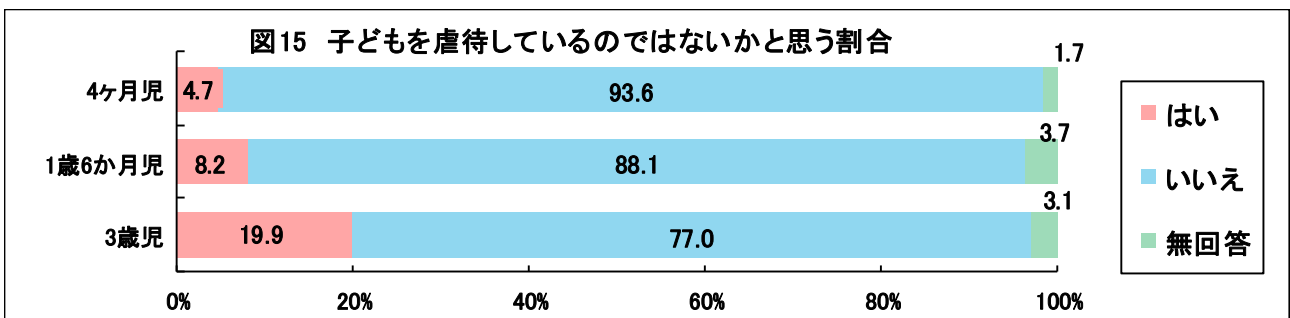
＜令和5年度みどり市健康・生活アンケート＞

- 子育てに大変さを感じる内容は、「仕事との両立が難しい」「お金がかかる」「子どもが病気がちである」「育て方がわからない」の順に多くなっています。(図14)
- その他の内容として、十分に休息がとれないことや、子ども2人以上の育児や子どもの個性に合わせた育児の難しさ等がありました。



＜令和5年度みどり市健康・生活アンケート＞

- 子どもを虐待しているのではないかとと思う割合は、4か月児で4.7%、1歳6か月児で8.2%、3歳児で19.9%と年齢が上がるにつれて増えています。(図15)
- 子どもを虐待しているのではないかとと思う内容としては、「感情的に怒鳴ってしまった」「大きな声でしかった」「子どもをたたいてしまった」等があります。



＜令和5年度健やか親子アンケート＞

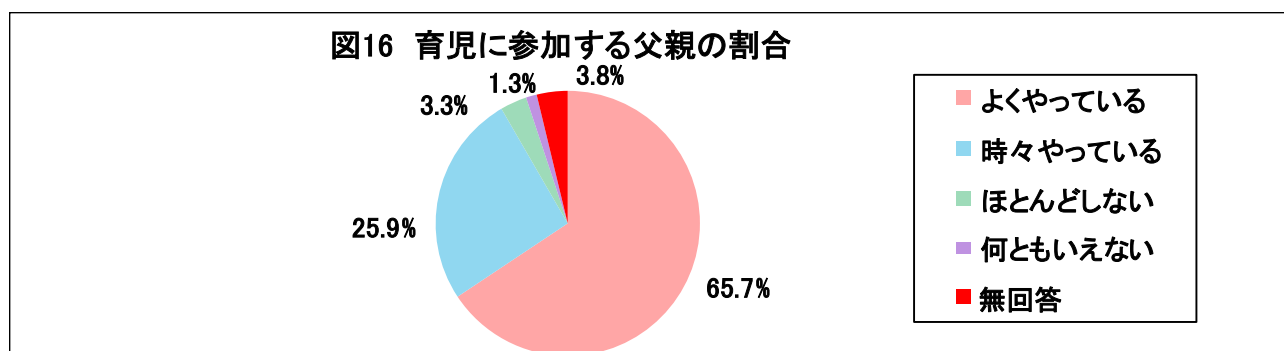
- 子育てに関する心配事で、「発育・発達」に対する心配が増加しているのは発達障害について社会的な関心が高まっていることや、SNS等で情報があふれている背景があると考えられます。保健

センター、保育園・幼稚園、医療機関等が連携を強化し、適切な情報提供や相談先の周知、子どもの発育・発達に応じた支援を充実させていく必要があります。

- ・ 核家族世帯の増加により、子どもを育てる責任感が増す一方、仕事と育児の両立が難しく、不安や悩みをもつ親が多くなります。また、子どもの年齢が上がるにつれ、ゆったりと過ごせる時間が減り、精神的に余裕のない親が多いことがうかがえます。
- ・ 気持ちにゆとりのない状況は、育児の負担感を増大させ、さらなる困難感につながることも考えられます。悩みや大変さを抱えた親が周囲の人に相談できるよう、関係機関と連携を図りながら親子に寄り添い、支援を継続していくことが重要です。
- ・ 仕事と育児が両立できるよう、育児に関する制度の充実を図り、安心して子育てできる体制づくりの必要があります。
- ・ 虐待予防のために、妊娠届出時からの関係づくりによる切れ目のない支援の実施や、相談、教室事業の利用等により家庭の状況に合わせた支援をしていく必要があります。また、虐待や虐待の疑いのある家庭を支援するために、関係機関との連携を図りながら、相談、訪問等をさらに強化していく必要があります。

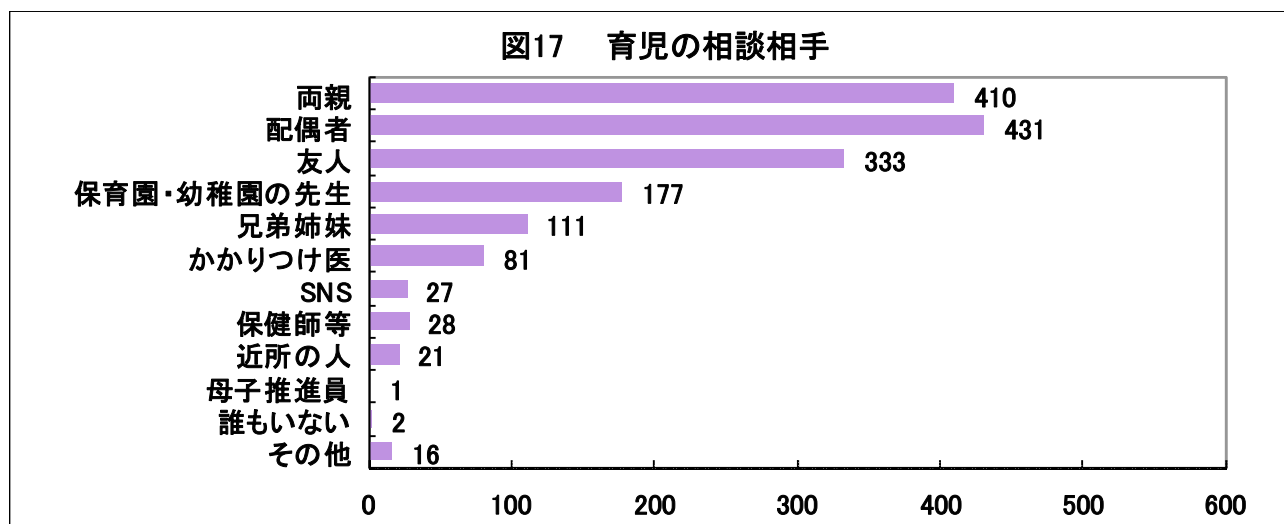
<育児支援>

- ・ 父親の育児参加の割合は、「よくやっている」「時々やっている」を合わせて91.6%となっています。育児に参加する父親は、前回調査と比較すると1%増加しています。(図16)



<令和5年度健やか親子アンケート>

- ・ 育児の相談相手がいる人は99.9%で、相談相手は「配偶者」、「両親」、「友人」、「保育園・幼稚園の先生」の順となっています。(図17)



<令和5年度みどり市健康・生活アンケート>

- ・ 父親の育児休暇制度が整ってきています。核家族や共働き世帯の増加により、父親の育児参加は不可欠です。母親の支援も含めた育児参加を促していく必要があります。
- ・ 母親だけではなく父親も心配事を相談しやすい工夫を行い、安心して子育てできる支援体制を整える必要があります。
- ・ 親子の孤立化を防ぎ、早期に育児不安を解消できるよう、出産後の保健師・助産師の家庭訪問等、あらゆる機会を通して支援する必要があります。さらに、相談支援体制の充実を図るために、保育園、幼稚園、こども課等の関係機関と連携を強化していく必要があります。
- ・ 各地域の母子保健推進員が訪問時に母親やその家族へ声かけ等を行い、地域での身近な良き相談者、支援者となるよう、さらに活動を推進していく必要があります。



みんなの目標

●生活

- ①早寝早起きの習慣を身につけましょう。
- ②たくさん遊んで健康な体づくりを目指しましょう。
- ③メディア(テレビ、スマートフォン、タブレット等)について正しい知識を身につけ上手に利用しましょう。
- ④発達段階に合わせた事故防止を知り、事故を防ぎましょう。

●栄養

- ①家族みんなで楽しい食事をしましょう。
- ②朝食を食べましょう。
- ③おやつ時間を決めて規則正しいリズムを作りましょう。
- ④アレルギーについて正しい知識を持ち、対応しましょう。

●健康

- ①乳幼児健康診査を受けましょう。
- ②歯磨き習慣を身に付け、かかりつけ医を持ちましょう。
- ③予防接種は必要性や周囲への影響等を理解して適切な時期に受けましょう。
- ④喫煙が胎児、子どものからだに及ぼす影響を知り、禁煙をしましょう。

●育児

- ①親子で気分転換をしながら、子育て中の楽しみを増やしましょう。
- ②親子、家族のふれあいを大切に、子どもの成長に合わせた育児を心掛けましょう。
- ③育児の悩みは抱え込まず、周囲の人に相談しましょう。
- ④家族や友人、地域の関係先等、周囲の協力を得ながら子育てをしましょう。

市の取組

●生活

- ・ 規則正しい生活リズムの大切さを周知します。
- ・ メディア(テレビ、スマートフォン、タブレット等)の影響や正しい利用方法について周知します。
- ・ 遊びは子どもの成長にとって大切であることや、心身の健康に効果的であることを周知します。
- ・ 発達段階に合わせた事故防止を呼びかけ、応急処置の方法について周知します。

●栄養

- ・ 家族と会話しながら楽しく食事をすることの大切さを周知します。
- ・ 発達段階に応じた「食」に関する情報提供や学習の機会をつくります。
- ・ 朝食が一日の活動のエネルギー源であることの大切さを周知します。
- ・ 間食の意味や適切な内容について周知します。
- ・ アレルギーについての正しい知識の普及に努めます。

●健康

- ・ 乳幼児健康診査において、子どもの成長を確認し、育児支援を強化します。また、未受診者の受診勧奨と状況把握に努めます。
- ・ フッ化物の正しい知識の普及に努め、生活習慣を含めた、むし歯予防に対する保健指導を強化します。
- ・ 予防接種の必要性や周囲への影響について説明し、望ましい時期での接種について情報提供します。
- ・ 喫煙や受動喫煙が家族に与える影響について説明し、禁煙の必要性を周知します。

●育児

- ・ 子育てに関する相談窓口(こども家庭センター)を設置し、親が抱えている課題を早期に把握し、妊娠期から子育て期の切れ目のない支援体制を強化します。
- ・ 親が抱える子育ての不安や悩みに対し、家庭の状況に合わせた子育て支援や必要な情報提供を行います。
- ・ 保育園、幼稚園、こども課等の関係機関や母子保健推進員と連携し、相談しやすい環境づくり、子育て中の仲間づくり等の支援を行います。
- ・ 関係機関と連携し、虐待予防や発達の気になる子の相談窓口や支援体制を強化します。

評価指標と目標値

評価指標		令和元年度 の現状	令和5年度 の現状	判定	目標値
7 時台まで起床の割合 *3		90.3%	94.6%	B	95%
21 時台までの就寝の割合 *3		83.2%	80.9%	C	90%
朝食を毎日食べる割合 *3		99.3%	95.6%	C	100%
おやつの時間を決めていない割合 *3		10.6%	20.4%	C	10%
乳幼児健康診査の受診率 *4	乳児	98.0%	99.0%	A	98%
	1 歳 6 か月児	97.0%	99.0%	A	98%
	2 歳児	97.8%	96.2%	C	98%
	3 歳児	98.7%	98.8%	A	98%
う歯保有率 *4	1 歳 6 か月児	2.2%	1.0%	A	2%
	2 歳児	10.4%	4.0%	A	10%
	3 歳児	17.0%	8.6%	A	15%
かかりつけ歯科医をもつ割合 *2		41.5%	45.0%	B	50%
1 歳 6 か月までに麻疹・風疹、四種混合の 予防接種を受けた割合 *2	麻疹・風疹	93.2%	82.6%	C	95%
	四種混合	97.8%	88.4%	C	98%
両親の喫煙する割合 *2	父親	46.3%	33.9%	B	30%
	母親	9.2%	6.5%	B	6%
妊娠中にたばこを吸っている人の割合 *2		3.4%	1.2%	B	0%
ゆったりとした気分で 子どもと過ごせる親の割合 *2	4 か月児	88.0%	92.3%	A	90%
	1 歳 6 か月児	72.6%	79.0%	B	80%
	3 歳児	67.4%	71.3%	A	70%
子どものことで心配がある親の割合 *1		35.5%	31.1%	A	35%
子育てに大変さを感じている割合 *1		38.5%	31.7%	A	35%
虐待をしていると思う親の割合 *2	4 か月児	8.5%	4.7%	A	5%
	1 歳 6 か月児	16.6%	8.2%	A	10%
	3 歳児	33.8%	19.9%	A	30%
父親の育児参加の割合 *2		90.6%	91.6%	A	90%
育児について相談相手がいる親の割合 *1		99.7%	99.9%	B	100%

(*1) 令和元年度及び5年度みどり市健康・生活アンケート

(*2) 令和元年度及び令和5年度健やか親子21アンケート

(*3) 令和元年度及び令和5年度乳幼児健診アンケート

(*4) 令和元年度及び令和5年度母子保健報告