こころとからだの健康プランすぎと

（第 2 次杉戸町健康増進計画・食育推進計画・第 3 期杉戸町自殺対策計画）

＜改定素案＞

令和 9 年 3 月

＜目次＞

第１章　計画の策定について……1
　第１節　計画策定の背景・趣旨……1
　第２節　計画の位置づけ……3
　第３節　計画の期間……5
　第４節　計画の策定体制……6
　第５節　ＳＤＧｓを踏まえた計画推進……8

第２章　「健康」・「食」・「自殺」を巡る町の現状……10
　第１節　統計からみた現状……10
　第２節　前計画の評価……27
　第３節　本町の健康に関する課題……33

第３章　計画の基本理念と体系……34
　第１節　基本理念……34
　第２節　最終目標……34
　第３節　基本方針……35
　第４節　計画の体系……36
　第５節　ライフステージ別の特徴……37

第４章　健康増進計画・食育推進計画の取組……38
　第１節　からだの健康……38
　第２節　栄養・食生活（食育推進計画）……51
　第３節　身体活動・運動……62
　第４節　休養・こころの健康……67
　第５節　歯・口腔の健康……71
　第６節　たばこ・アルコール……76
　第７節　ライフコースアプローチを考慮した健康づくり……84

第５章　自殺対策計画の取組……99
　第１節　現状と課題……99
　第２節　地域におけるネットワークの強化……103
　第３節　自殺対策を支える人材の育成……105
　第４節　住民への啓発と周知……106
　第５節　生きることへの促進要因への支援……108
　第６節　こころの健康及びＳＯＳの出し方に関する啓発……109
　第７節　本町が抱える課題に対する取組……112

第 6 章　計画の推進と評価.....115
　第 1 節　計画の推進体制.....115
　第 2 節　計画の進捗管理と評価.....115

資料編.....116

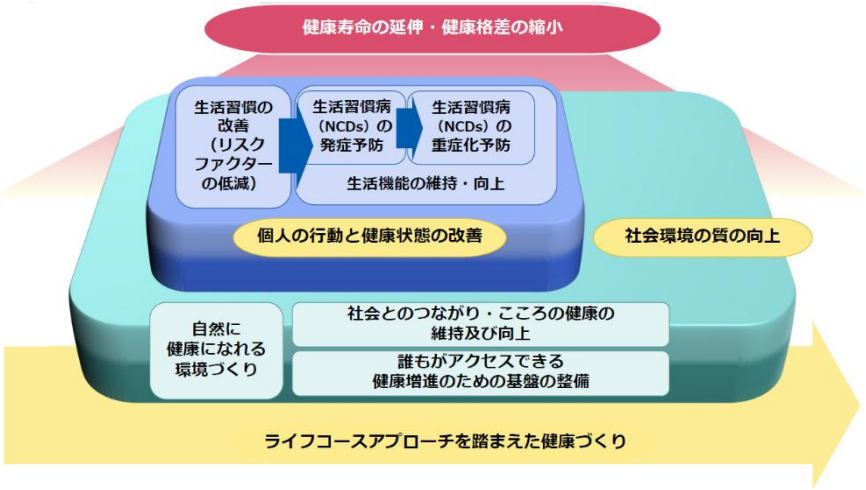
第１章　計画の策定について

第１節　計画策定の背景・趣旨

【健康増進分野の背景】

日本は世界有数の長寿国である一方、生活習慣病や健康格差の拡大が課題となっています。国では令和６（2024）年度から「健康日本 21（第三次）」を策定し、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンに、健康寿命の延伸と健康格差の縮小に向けた取組を推進しています。

■健康日本 21（第三次）の概念図



【食育推進分野の背景】

食育基本法は令和８（2026）年５月に改正され、食育が健康づくりにとどまらず、食料安全保障の確保にも資するものとして位置づけられました。改正を踏まえ、令和８（2026）年度からおおむね５年間を対象とした「第５次食育推進基本計画」が策定され、３つの重点事項として「学校等での食や農に関する学びの充実」、「健全な食生活の実現に向けた『大人の食育』の推進」、「国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大」を掲げています。

【自殺対策分野の背景】

自殺は「追い込まれた末の死」であり、その対策は生きることへの包括的な支援として、社会全体で取り組むべき課題です。国では令和４（2022）年 10 月に「自殺総合対策大綱」を改定し、子ども・若者や女性への支援強化、地域における自殺対策の推進を重点施策として掲げています。保健・医療・福祉・教育・労働など関係機関が連携し、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指した取組が求められています。

【埼玉県の動向】

埼玉県においては、「埼玉県健康長寿計画」、「埼玉県食育推進計画」、「埼玉県歯科口腔保健推進計画」、「埼玉県自殺対策計画」等が令和６（2024）年度より「第８次埼玉県地域保健医療計画」へ統合され、より一体的に保健医療施策を推進しています。

【計画策定の趣旨】

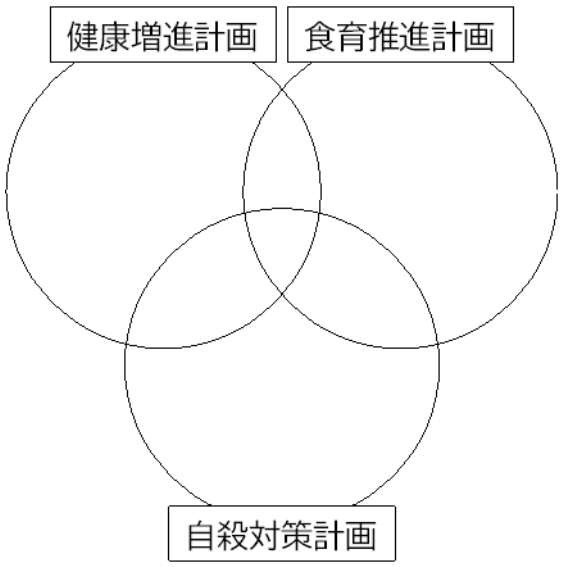
本町においては、第 6 次杉戸町総合振興計画が目指す 8 つの未来像の一つである「自らの健康を守りながら安心して暮らせるまち」の実現を図るため、令和 4（2022）年 3 月に「杉戸町健康増進計画・食育推進計画」を策定し、「みんなでつくる健康を育むまち～一人ひとりが主役の健康づくり～」の基本理念のもと、健康づくりと食育を推進してきました。

このたび、令和 8（2026）年度に計画期間の終期を迎え、「健康日本 21（第三次）」や食育基本法改正等の国の動向、および本町の健康課題を踏まえ、計画を改定するものです。

また、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を基本理念として令和 6（2024）年度から令和 8（2026）年度を計画期間として策定された「第 2 期杉戸町自殺対策計画」の計画期間の終了に伴い、健康増進計画・食育推進計画の改定に合わせ、新たに自殺対策の内容を包含し、「健康増進」、「食育推進」、「自殺対策」の 3 つをより効果的・総合的に推進するため、一体的な計画として策定しました。

令和 9（2027）年度を初年度とする本計画の名称を「こころとからだの健康プランすぎと（第 2 次杉戸町健康増進計画・食育推進計画・第 3 期杉戸町自殺対策計画）」とします。

＜計画の概念＞



第 2 節　計画の位置づけ

（1）法令等の根拠

本計画は、「健康増進法」第 8 条第 2 項に基づく、町民の健康増進の総合的な推進を図るための方向性や目標を定める「市町村健康増進計画」と、「食育基本法」第 18 条第 1 項に基づく、健康と食生活に関する「市町村食育推進計画」、「自殺対策基本法」第 13 条第 2 項に基づく、自殺対策を効果的に推進するための「市町村自殺対策計画」を一体的に策定します。

さらに、町民の生活習慣の改善やこころの健康づくり等を推進するため、関連する法律に留意し、整合性を図りながら策定するものとします。

≪健康増進法≫（抜粋）

（国民の責務）

第 2 条

国民は、健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない。

（都道府県健康増進計画等）

第 8 条第 2 項

市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。

≪食育基本法≫（抜粋）

（市町村食育推進計画）

第 18 条

市町村は、食育推進基本計画を基本として、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。

≪自殺対策基本法≫（抜粋）

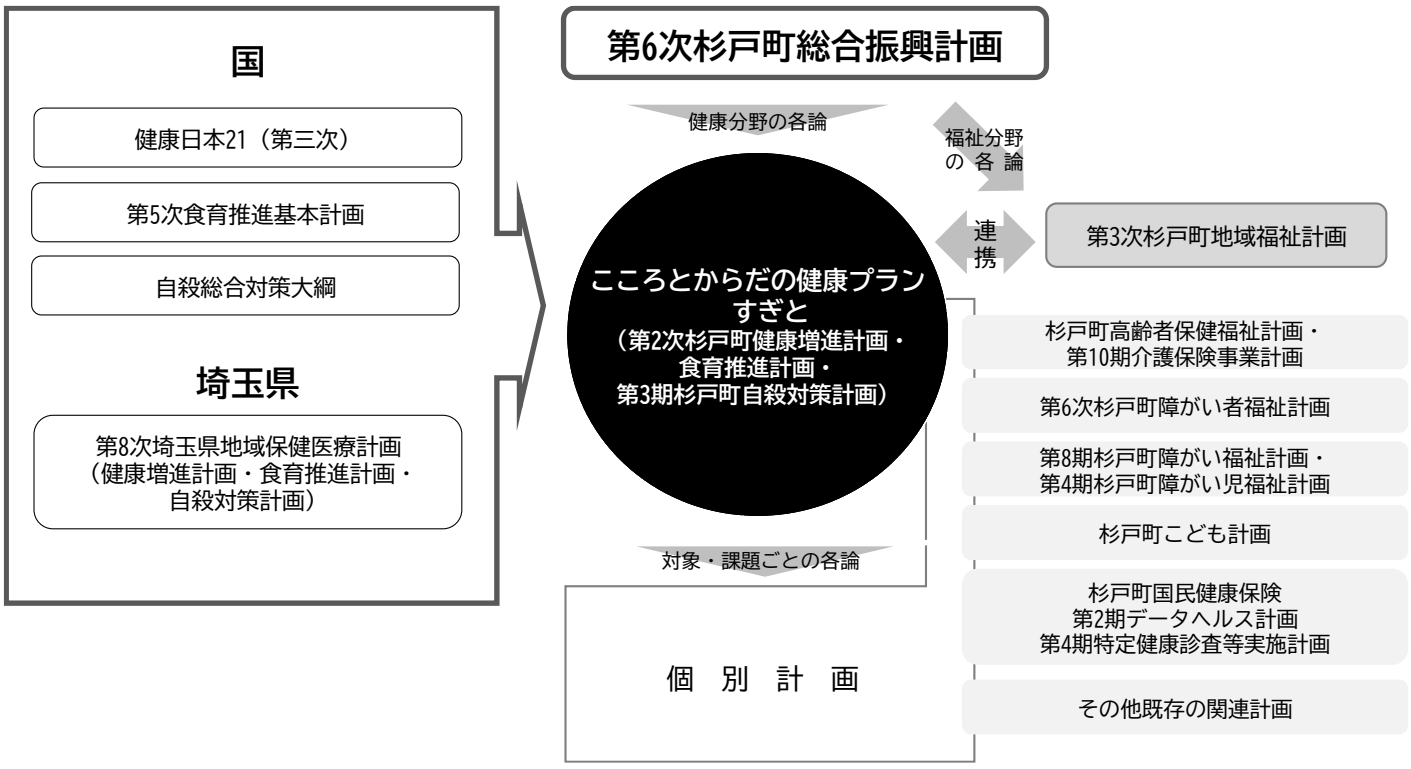
（都道府県自殺対策計画等）

第 13 条

2　市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

（2）関連計画との位置づけ

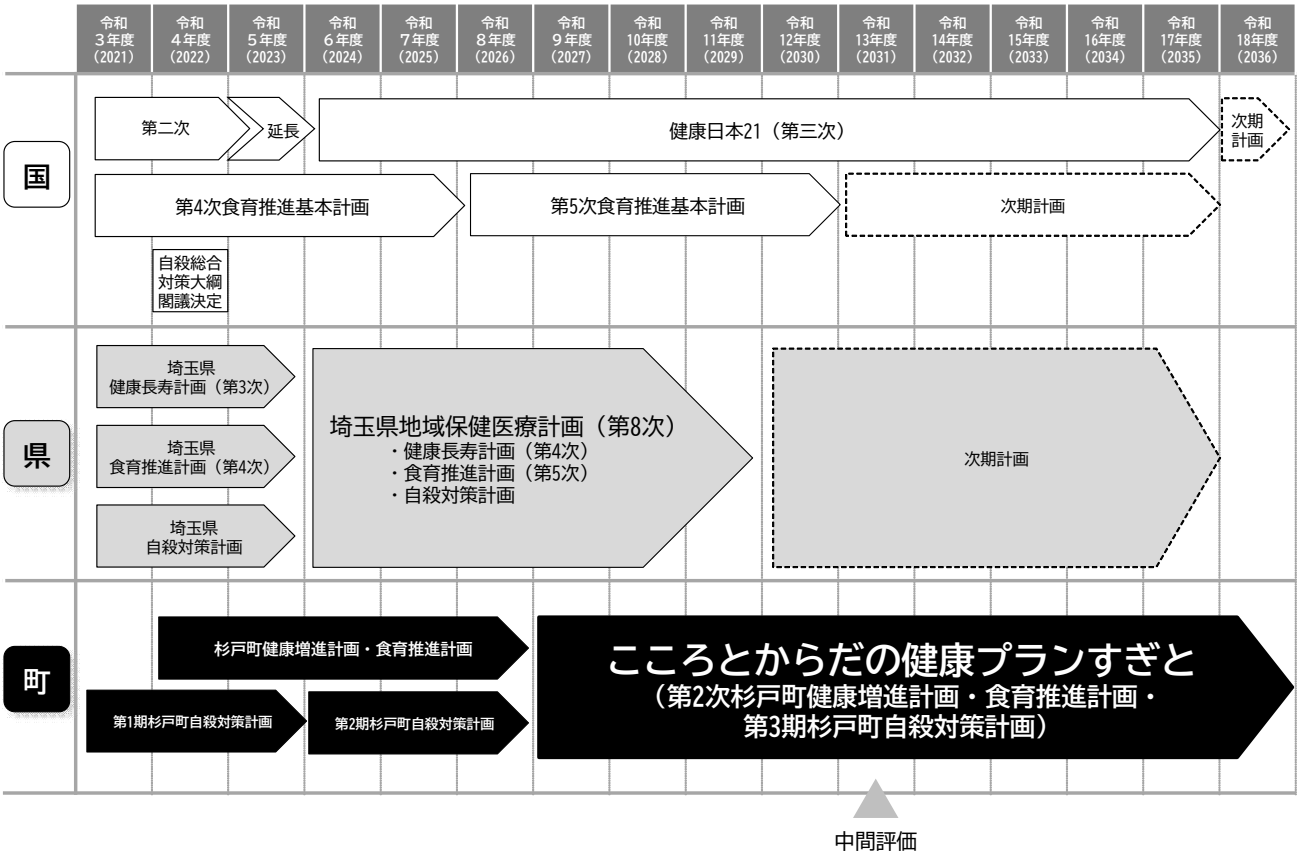
本計画は、町の最上位計画である「第 6 次杉戸町総合振興計画（後期基本計画）」の個別計画として位置づけ、国及び県が策定した関連計画、福祉系の最上位計画である「第 3 次杉戸町地域福祉計画」や、町が策定した各種計画との整合・連携を図ります。



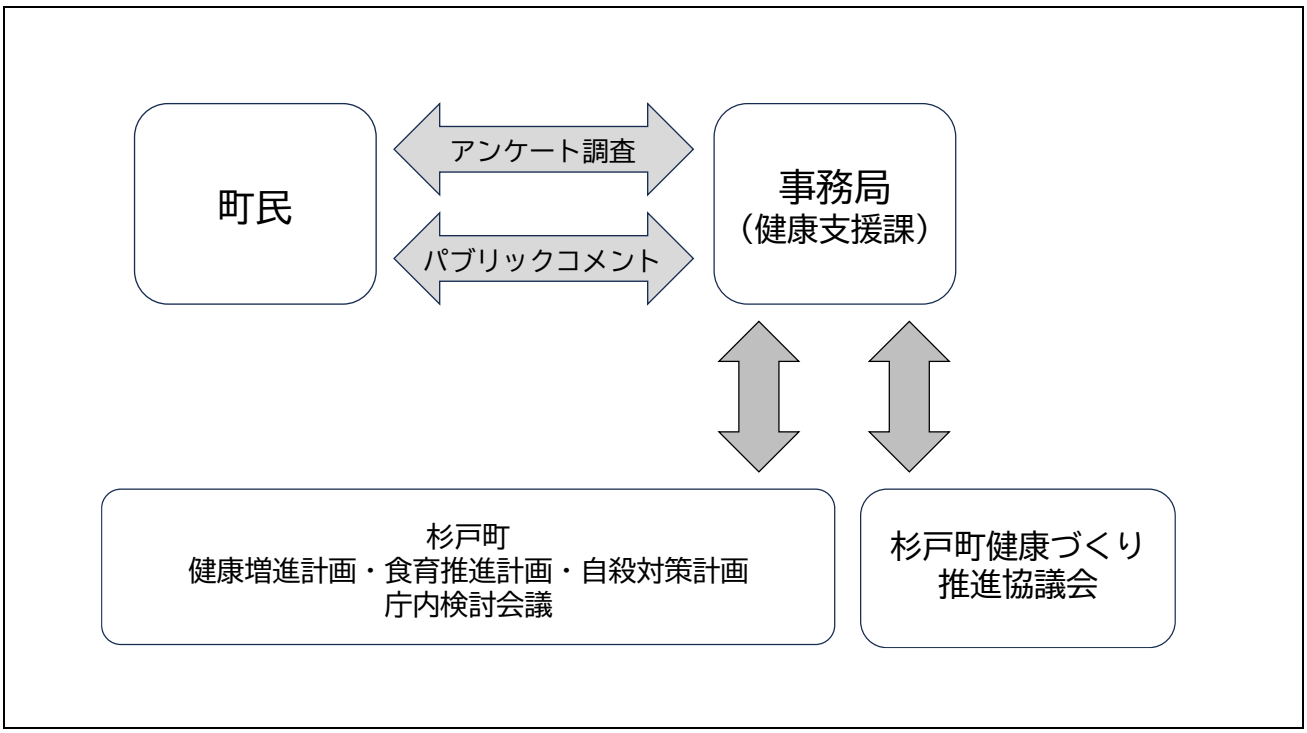
第 3 節　計画の期間

本計画は、令和 9（2027）年度から令和 18（2036）年度までの 10 か年計画とし、令和 13（2031）年度に中間評価や必要な見直しを行うことで、国や県の各分野における新たな取組や見直しにも対応します。

また、法律の改正や社会状況の変化等により、見直しの必要性が生じた場合は、随時見直しを行うこととします。



第 4 節　計画の策定体制



（1）アンケート調査の概要

日頃の生活習慣や健康づくり・食育に関する考えを聞き、今後の計画策定の基礎資料とするため、令和 7（2025）年度に「杉戸町健康づくりと食育に関するアンケート調査」を実施しました。

【実施概要】

調査種別	配布数	回収数	回収率	有効回収数	有効回収率
一般（20 歳以上）調査	1,000 件	郵送：205 件	郵送：20.5%	郵送：205 件	郵送：20.5%
		Web：167 件	Web：16.7%	Web：167 件	Web：16.7%
		計：372 件	計：37.2%	計：372 件	計：37.2%
16～19 歳調査	400 件	郵送：41 件	郵送：10.3%	郵送：41 件	郵送：10.3%
		Web：69 件	Web：17.3%	Web：69 件	Web：17.3%
		計：110 件	計：27.5%	計：110 件	計：27.5%
幼児保護者調査	147 件	139 件	94.6%	139 件	94.6%
小学生調査	318 件	313 件	98.4%	313 件	98.4%
中学生調査	296 件	262 件	88.5%	262 件	88.5%

【調査期間】

令和 7（2025）年 11 月 5 日（水）～令和 7（2025）年 11 月 26 日（水）

※幼児保護者調査は、令和 7（2025）年 10 月 29 日（水）～令和 8（2026）年 2 月 4 日（水）

(2) パブリックコメントの実施

本計画を策定するにあたり、「こころとからだの健康プランすぎと（第 2 次杉戸町健康増進計画・食育推進計画・第 3 期杉戸町自殺対策計画）（素案）」を町ホームページや保健センターなどで公表し、広く町民から意見を聴き、それを考慮して策定しました。

(3) 庁内検討会議

庁内関係課で構成する「杉戸町健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画庁内検討会議」を設置し、各課の実施事業の確認や意見交換を行い、計画案の策定を行いました。

(4) 杉戸町健康づくり推進協議会

医療・保健・教育などの各分野の関係団体の代表者で構成され、計画策定に関する必要な助言を行いました。

第５節　ＳＤＧｓを踏まえた計画推進

ＳＤＧｓ（持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals））は、経済・社会・環境の３つのバランスが取れた社会を目指すための国際目標であり、平成 27（2015）年９月に国連総会で採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」に掲げられているものです。このＳＤＧｓは、発展途上国だけでなく、先進国も含めたすべての国々、人々を対象としており、令和 12（2030）年までに持続可能な世界を実現するための 17 のゴールと 169 のターゲットで構成されています。「誰一人取り残さない」社会の実現を目指し、達成に向けてすべての人々がＳＤＧｓを理解し、それぞれの立場で主体的に行動することが求められています。国では、平成 28（2016）年に内閣に「持続可能な開発目標（ＳＤＧｓ）推進本部」を設置するとともに、同年に策定した「持続可能な開発目標（ＳＤＧｓ）実施指針」には、地方自治体の各種計画等にＳＤＧｓの要素を最大限反映することを奨励しています。



本計画に掲げる各事業を推進するにあたっては、ＳＤＧｓの 17 の目標項目のうち、次に示す 7 つの取組目標を意識し、地域や関係団体と連携しつつ、町民の最善の利益が実現される社会を目指します。

本計画におけるＳＤＧｓの取組

目標（Goal）	目標到達に向けた取組の方向性
	1. 貧困をなくそう すべての町民に必要最低限の暮らしが確保されるよう、きめ細やかな支援策に取り組みます。
	2. 飢餓をゼロに 地域の自然資源を活用しながら安全な食料確保及び栄養改善を実現し、持続可能な農業の促進に取り組みます。
	3. すべての人に健康と福祉を あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進していくことで、住民の健康状態の維持・確保に取り組みます。
	4. 質の高い教育をみんなに すべての人に包摂的かつ公正な質の高い教育をみんなに確保し、生涯学習の機会を促進できるような環境づくりに取り組みます。
	10. 人や国の不平等をなくそう 少数意見を吸い上げつつ、不公平・不平等のないまちづくりに取り組みます。
	11. 住み続けられるまちづくりを 包摂的で、安全な、レジリエント（強じんさ、回復力）で持続可能なまちづくりを進めます。
	17. パートナーシップで目標を達成しよう 公的／民間セクター、町民、ＮＧＯ／ＮＰＯ等の多くの関係者との協力関係を築き、パートナーシップを活性化して目標達成に取り組みます。

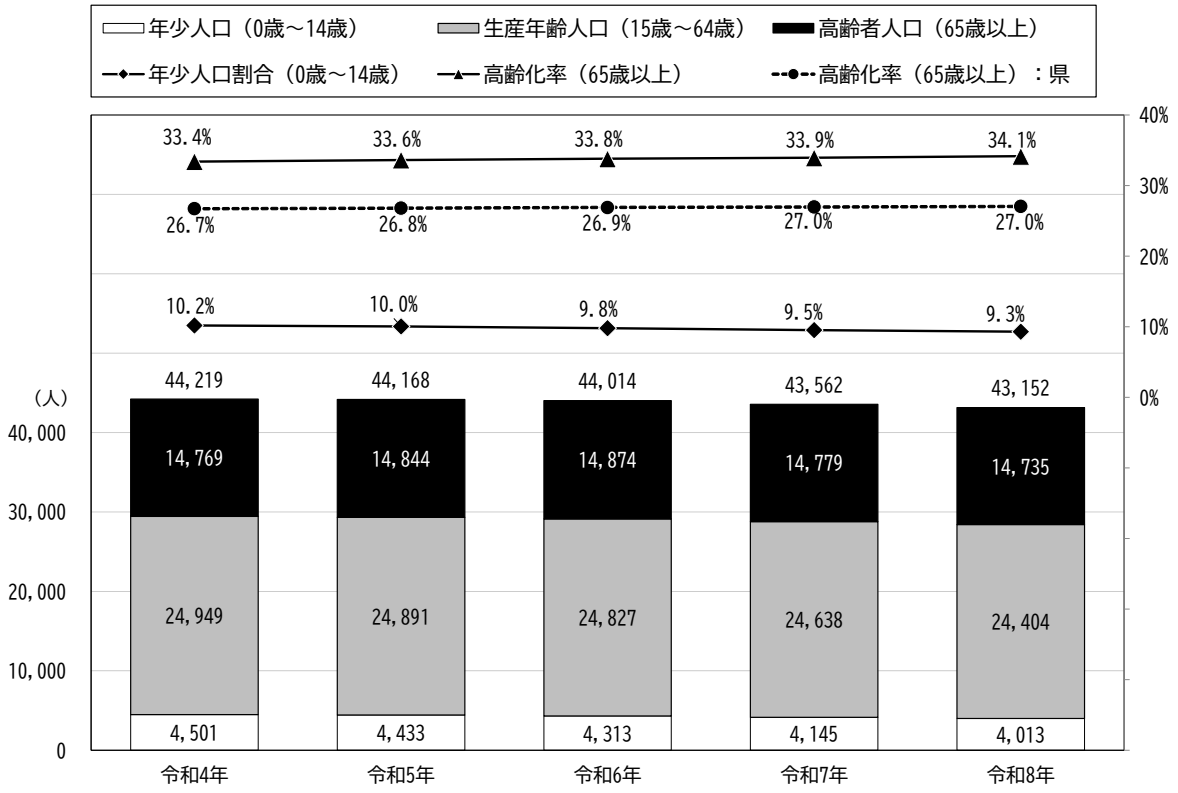
第 2 章　「健康」・「食」・「自殺」を巡る町の現状

第 1 節　統計からみた現状

（1）人口などの現状

①人口の推移

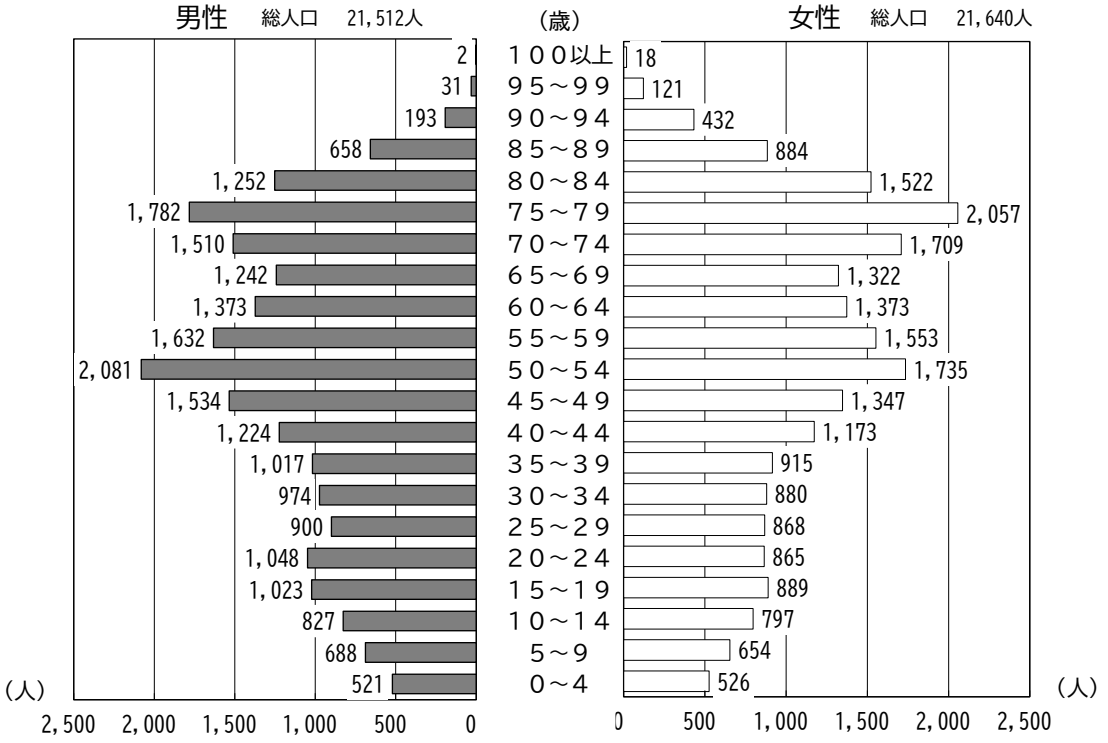
町の人口は年少人口及び生産年齢人口は減少傾向となっています。高齢者人口は増加傾向でしたが令和 6（2024）年をピークに減少傾向に転じています。しかし、総人口に占める高齢者の割合である高齢化率は、増加傾向で推移し、令和 8（2026）年は 34.1%となっています 。



資料：住民基本台帳（各年 1 月 1 日現在）

②人口構造（令和 8（2026）年 1 月）

最も多いのは、男性で「50～54 歳」、女性で「75～79 歳」となっています。現在は「団塊の世代」が後期高齢者（75 歳以上）となり、高齢化率はピークを迎えており、今後、令和 22（2040）年には「団塊ジュニア世代」が高齢者となります。

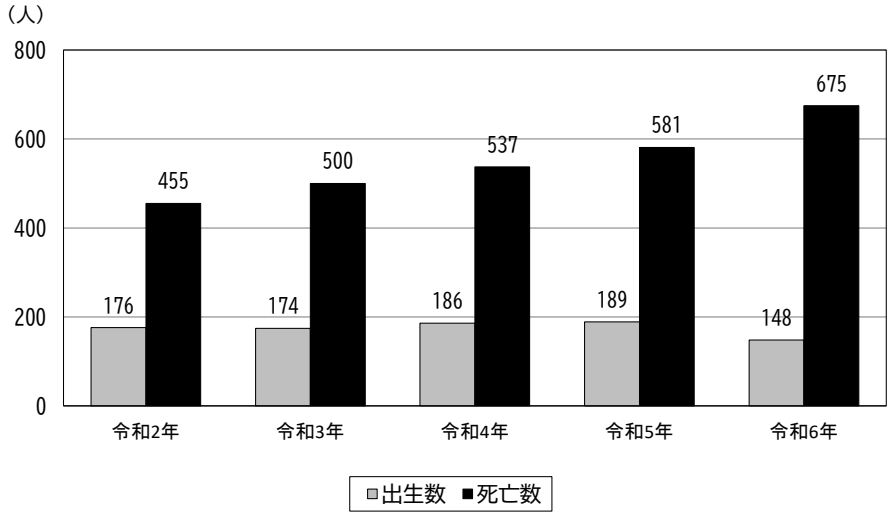


資料：住民基本台帳（令和 8 年 1 月 1 日現在）

(2) 出生と死亡

①出生数と死亡数

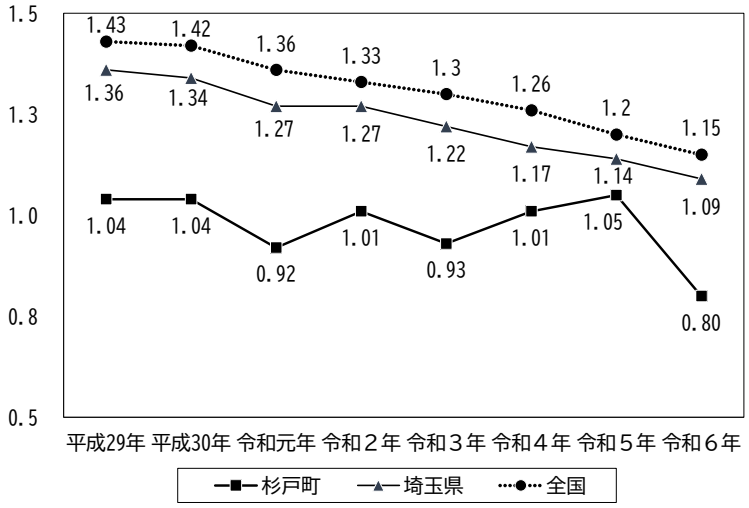
出生数は減少傾向にあり、令和 6（2024）年では 148 人と令和 2（2020）年に比べ 28 人の減少となっています。一方、死亡数は増加傾向で推移し、令和 6（2024）年では 675 人と令和 2（2020）年に比べ 220 人増加しています。



資料：人口動態統計

②合計特殊出生率の推移※

合計特殊出生率は増減を繰り返していましたが、令和 6（2024）年に大きく落ち込み、0.80 となっており、国、県と比べても低い水準にあります。

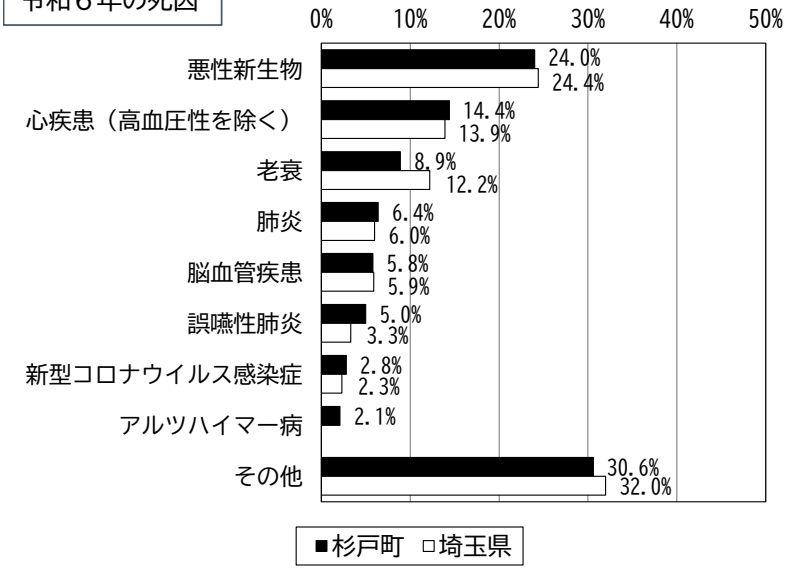


資料：人口動態統計

※合計特殊出生率：15 歳から 49 歳の女性の年齢別出生率を合計した指標。ひとりの女性が平均して一生の間に何人のこどもを産むか表します。

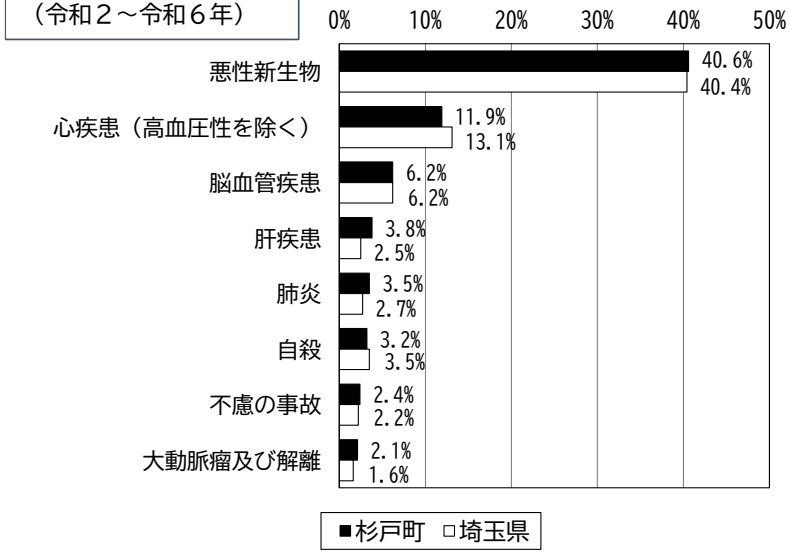
③死因別の割合

令和６年の死因



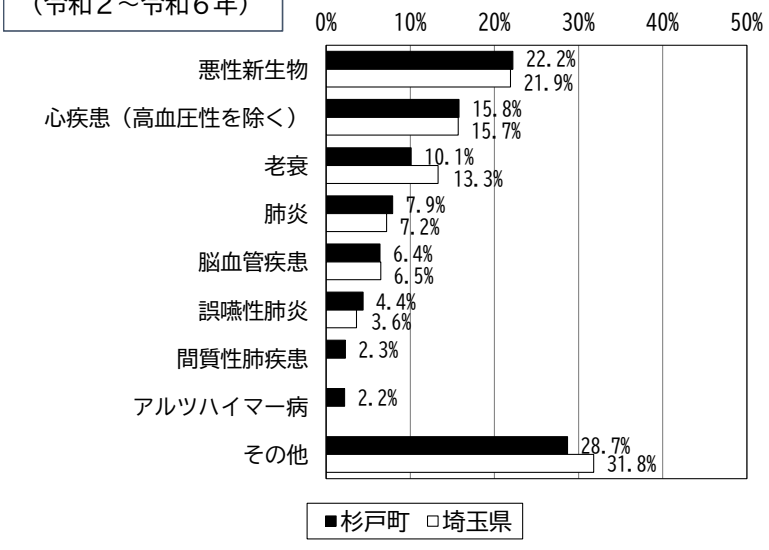
令和 6（2024）年における死因をみると、悪性新生物（がん）が 24.0%と最も多く、心疾患（高血圧性を除く）と肺炎を合わせると死因全体の約 4 割を占めています。

40～74歳の死因
（令和２～令和６年）



令和 2(2020)年から令和 6(2024)年の 5 年間の壮年期以降の死因では、悪性新生物（がん）が 40.6%と 4 割以上を占めています。

75歳以上の死因
（令和２～令和６年）

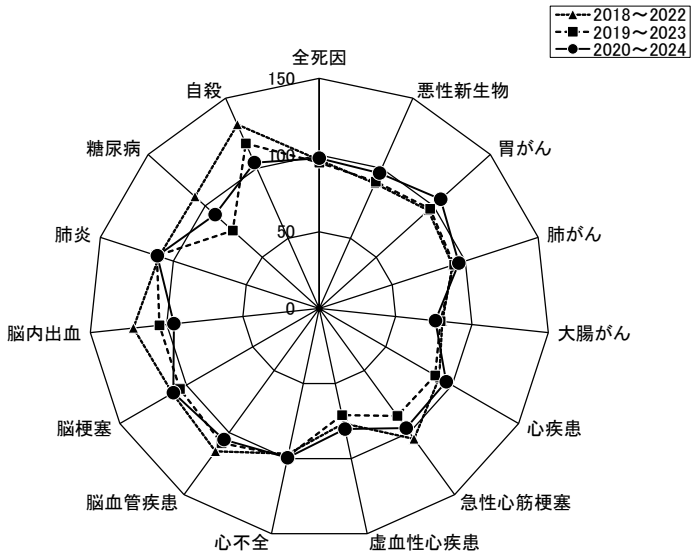


令和 2(2020)年から令和 6(2024)年の 5 年間の 75 歳以上の後期高齢者においては、悪性新生物（がん）が 22.2%と最も多く、心疾患（高血圧性を除く）を合わせると死因全体の約 4 割を占めています。

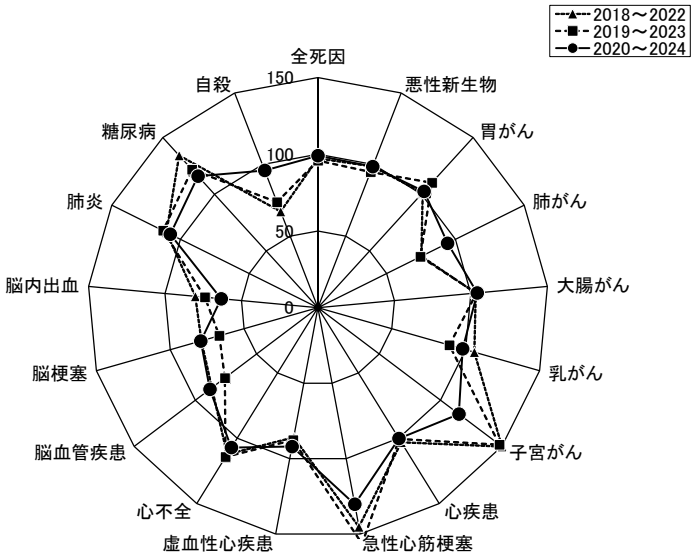
資料：埼玉県「地域別の健康情報」

④標準化死亡比

標準化死亡比とは、高齢化など「年齢構成の違い」を取り除いて、地域ごとの死亡状況を正確に比較するための指標です。男性の令和 2（2020）年から令和 6（2024）年の 5 年間の標準化死亡比をみると、「肺炎」、「脳梗塞」、「胃がん」、「脳血管疾患」が県全体と比較するとやや高くなっています。



女性の令和 2（2020）年から令和 6（2024）年の 5 年間の標準化死亡比をみると、「急性心筋梗塞」、「糖尿病」、「子宮がん」が県全体と比較すると高くなっています。



資料：埼玉県「地域別の健康情報」

⑤ライフステージ別死因順位

令和 2（2020）年から令和 6（2024）年までの町における 5 年間の死因順位をみると、総数では第 1 位が「悪性新生物」、第 2 位が「心疾患」、第 3 位が「老衰」となっています。

また、ライフステージ別にみると青年期では「自殺」が 1 位で、壮年期、中年期、高齢期においては「悪性新生物」が 1 位となっています。

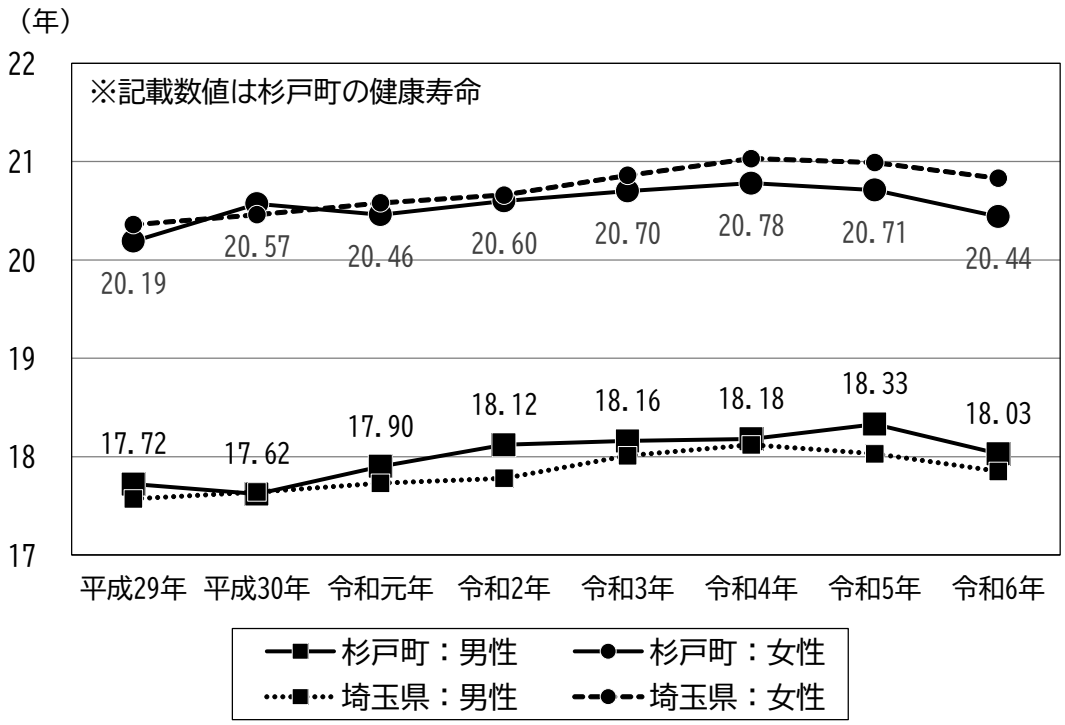
ライフステージ別死因順位　（令和2年～令和6年）

	幼年期 （0～4歳）	少年期 （5～14歳）	青年期 （15～24歳）	壮年期 （25～44歳）	中年期 （45～64歳）	高齢期 （65歳以上）	総数
第1位	先天奇形，変形及び染色体異常 40.0%		自殺 72.7%	悪性新生物 31.0%	悪性新生物 36.5%	悪性新生物 25.8%	悪性新生物 26.5%
第2位			大動脈瘤及び解離 9.1%	自殺 20.7%	心疾患（高血圧性を除く） 12.3%	心疾患（高血圧性を除く） 15.1%	心疾患（高血圧性を除く） 14.7%
第3位			不慮の事故 9.1%	心疾患（高血圧性を除く） 10.3%	脳血管疾患 8.9%	老衰 8.4%	老衰 7.7%
第4位				不慮の事故 6.9%	自殺 6.9%	肺炎 7.2%	肺炎 6.8%
第5位				脳血管疾患 3.4%	肝疾患 3.9%	脳血管疾患 6.2%	脳血管疾患 6.3%
第6位				肝疾患 3.4%	大動脈瘤及び解離 2.5%	誤嚥性肺炎 3.7%	誤嚥性肺炎 3.4%
第7位				腎不全 3.4%	肺炎 2.5%	間質性肺疾患 2.2%	間質性肺疾患 2.0%
第8位					不慮の事故 2.5%	腎不全 2.0%	不慮の事故 2.0%
	その他 60.0%		その他 9.1%	その他 20.7%	その他 24.1%	その他 29.3%	その他 30.6%

資料：埼玉県「地域別の健康情報」

⑥健康寿命※の推移

男性と女性では健康寿命で 2 年半ほどの差がありますが、近年ではやや低下傾向となっています。



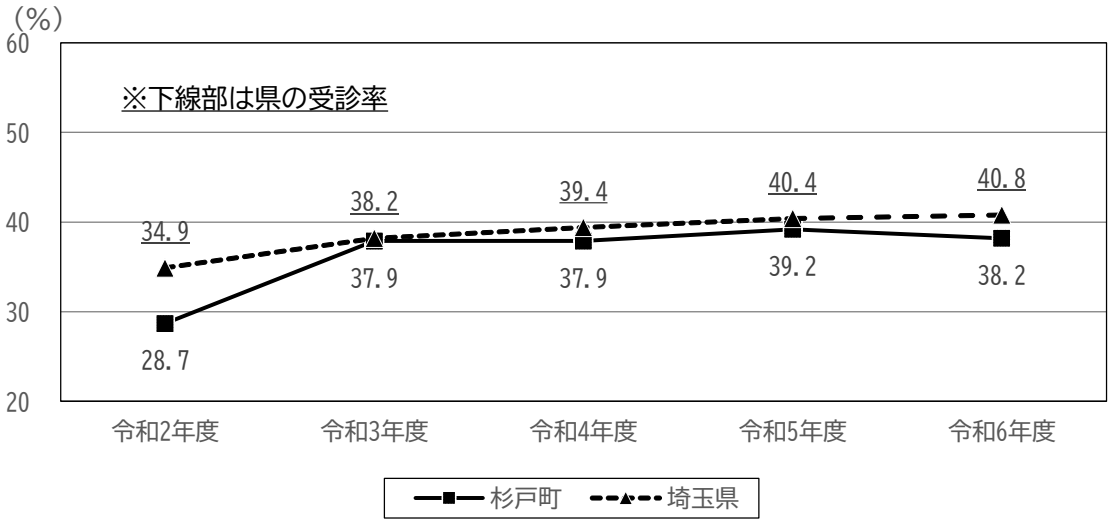
資料：埼玉県の健康指標総合ソフト「地域別健康情報」

※健康寿命：埼玉県では、「健康寿命」を、生活の質を考慮し、「あと何年、自立して健康に生きられるか」を示した期間としており、具体的には、65 歳に達した人が「要介護 2（家事や買い物など日常の動作に加え、食事や排泄など身の回りのことにも部分的な介護が必要な状態）」以上になるまでの平均的な年数として算出しています。

（3）健（検）診などの状況

①特定健康診査※1 受診率の推移

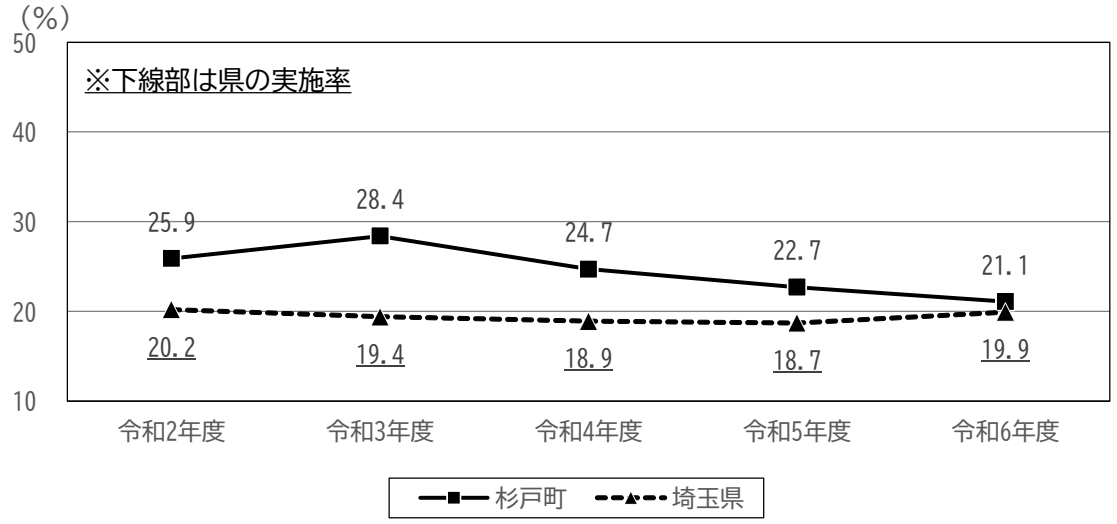
令和 2（2020）年度から令和 3（2021）年度にかけ大きく増加しましたが、その後は微増傾向となっており、令和 6（2024）年度では 38.2%と県平均をやや下回っています。



資料：特定健診・特定保健指導保険者別実施状況（法定報告）

②特定保健指導※2 実施率の状況

令和 3（2021）年度をピークにやや減少傾向にありますが、県平均を上回る実施率となっています。



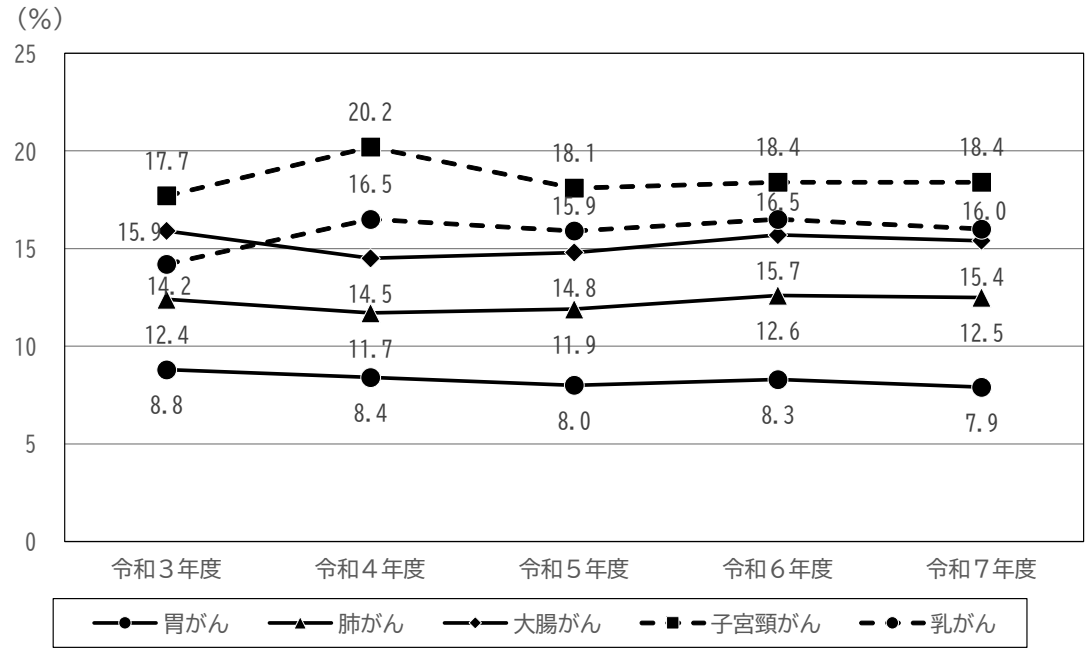
資料：特定健診・特定保健指導保険者別実施状況（法定報告）

※1 特定健康診査（以下「特定健診」という）
生活習慣病の予防を目的に、40 歳～74 歳を対象としたメタボリックシンドロームに着目した健診

※2 特定保健指導
特定健診を受けたあとに、メタボリックシンドロームのリスク数に応じて生活習慣の改善が必要な人に行われる保健指導

③がん検診の受診率

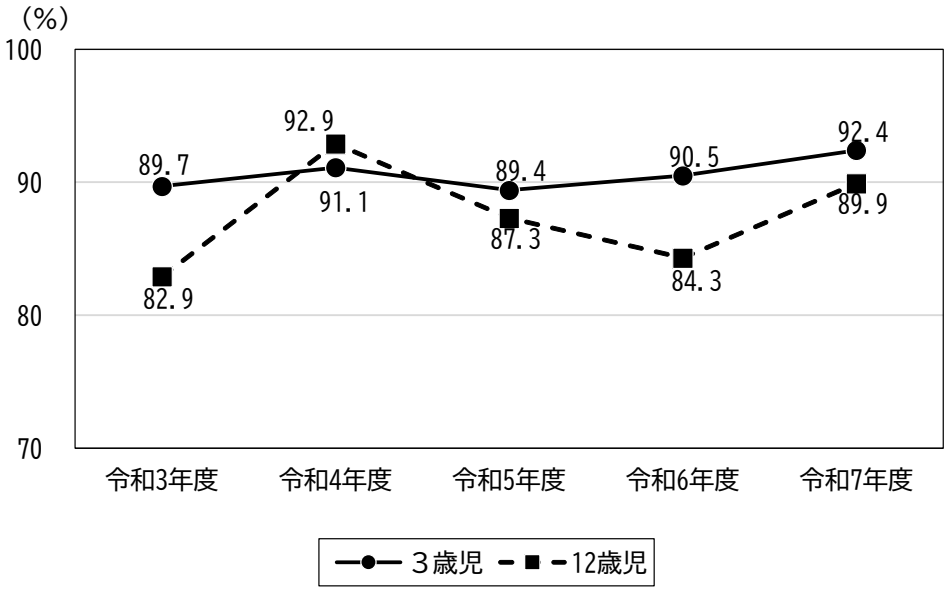
増減はあるものの、全体的に横這いで推移しています。



資料：令和 7 年度　町成果表

④むし歯の状況

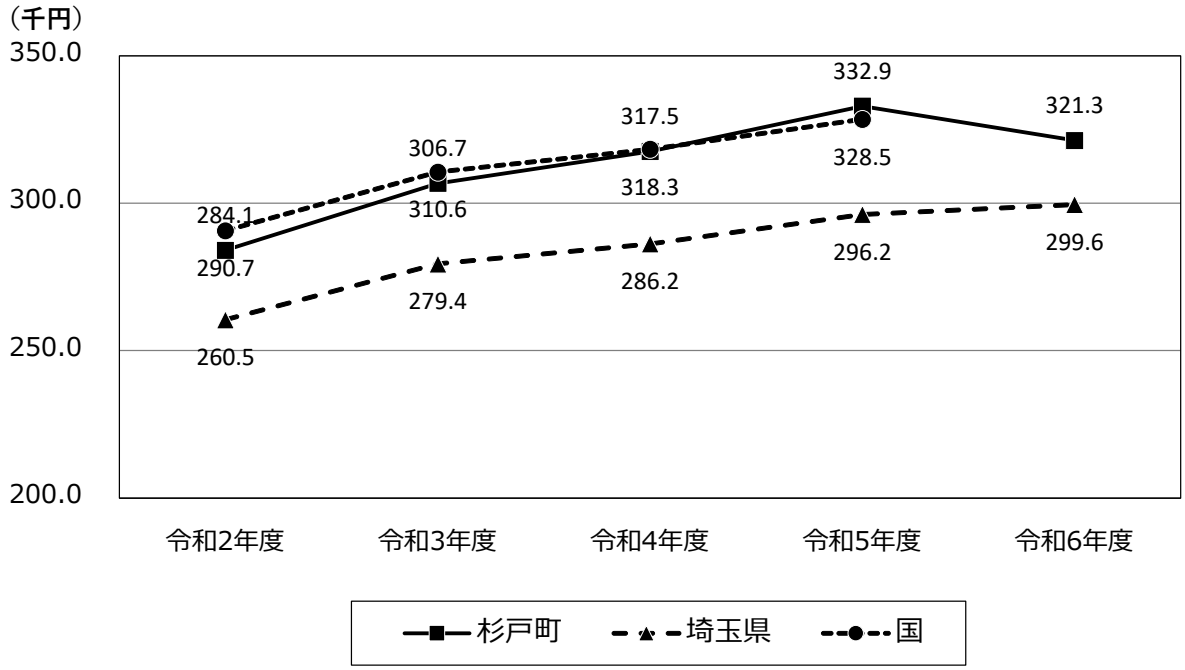
3 歳児、12 歳児共にむし歯のない子（処置済みを除く）の割合は多少の増減はあるものの、概ね増加傾向となっています。



資料：健康支援課「3 歳児健診」・町立中学校「歯科検診」

⑤国民健康保険被保険者１人当たり診療費

年々、増加傾向にありましたが、令和 6（2024）年度ではやや減少しています。しかし、県平均に比べ高い水準となっています。



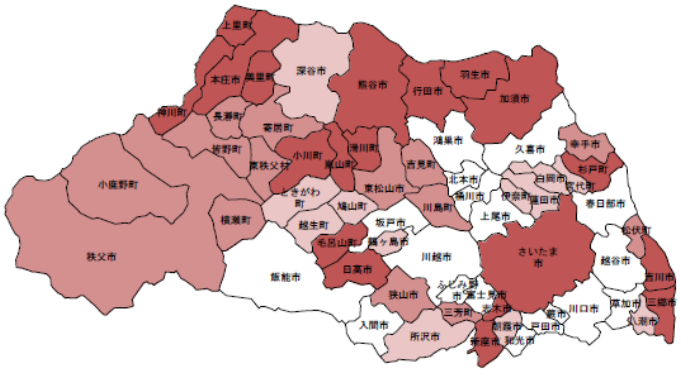
資料：国民健康保険事業状況報告書（事業年報）

（4）特定健診データ解析結果からみた町の特徴

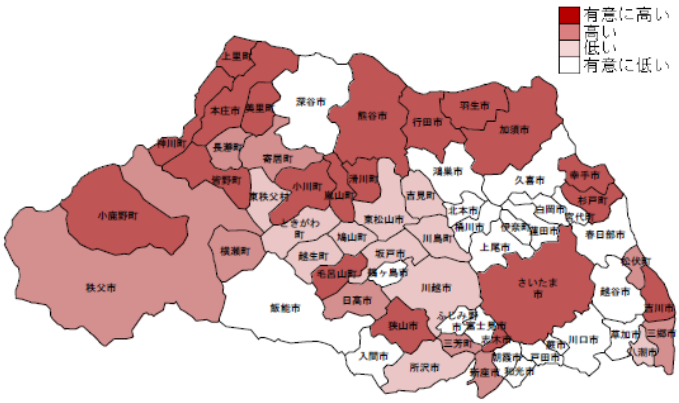
杉戸町の全国健康保険協会（協会けんぽ）加入者及び国民健康保険加入者の令和５年度特定健診データ解析結果を見ると、埼玉県全体より男女ともにHbA1ｃ※1 5.6%以上の者が高くなっています。また、女性においては、ＢＭＩ※2 25以上の者、高血圧有病者が有意に高くなっています。

■HbA1c5.6%以上の者

《男性》

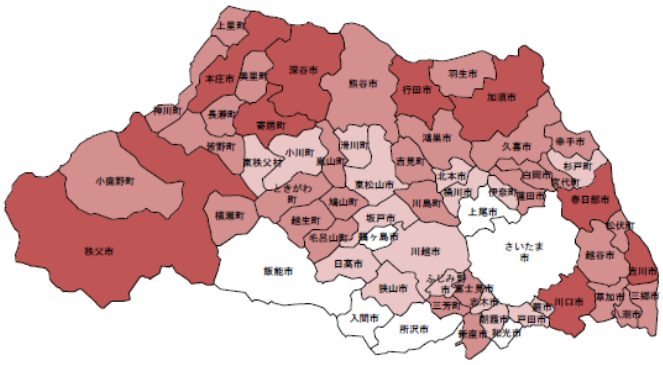


《女性》

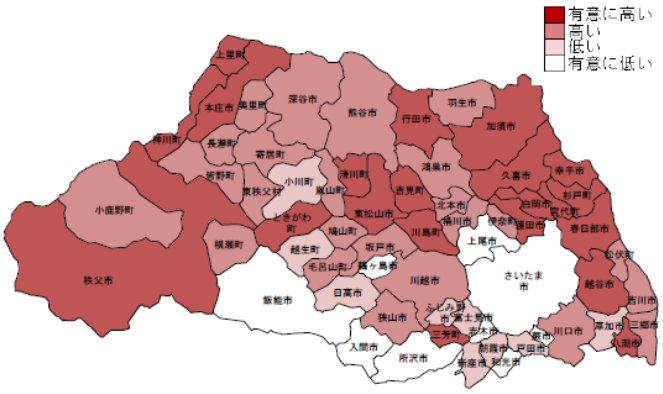


■高血圧有病者

《男性》



《女性》



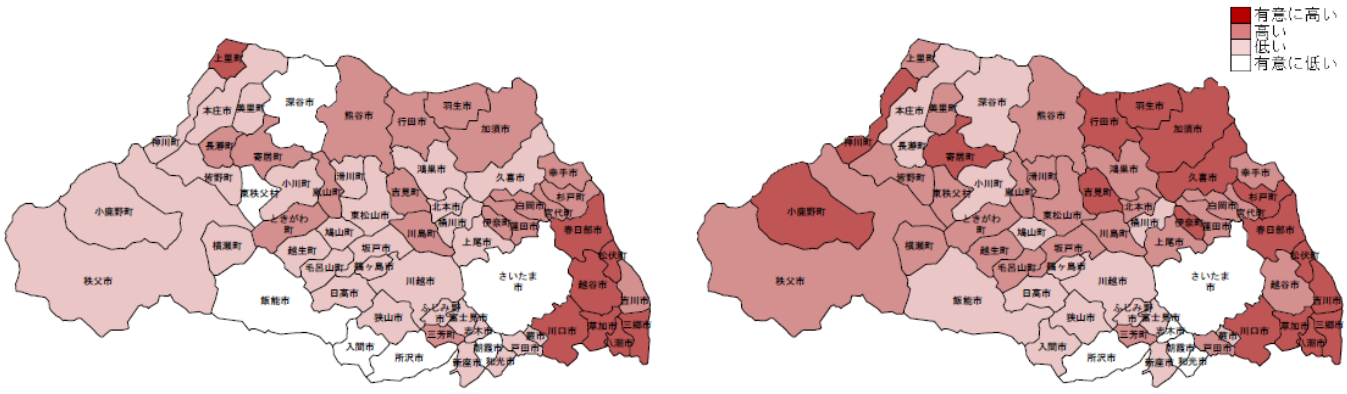
資料：令和５年度　埼玉県特定健診データ解析報告書（協会けんぽ+市町村国保）

※1　HbA1ｃ（ヘモグロビンエーワンシー）：過去1～2か月の平均的な血糖の状態を示す検査値。特定健診における基準値は5.6%未満。

※2　ＢＭＩ（Body Mass Index）：体重と身長から算出される体格指数で、肥満や低体重の判定に用いられる指標。【18.5未満】低体重　【18.5～24.9】標準体重　【25以上】肥満

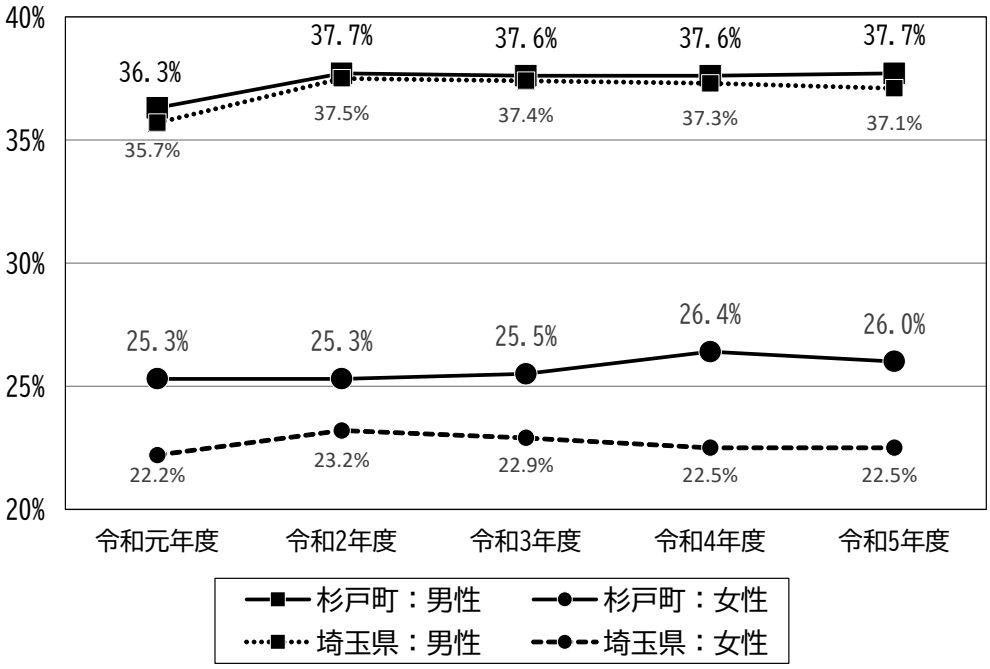
■ＢＭＩ25 以上

《男性》　　《女性》



資料：令和 5 年度　埼玉県特定健診データ解析報告書（協会けんぽ+市町村国保）

■ＢＭＩ25 以上の割合

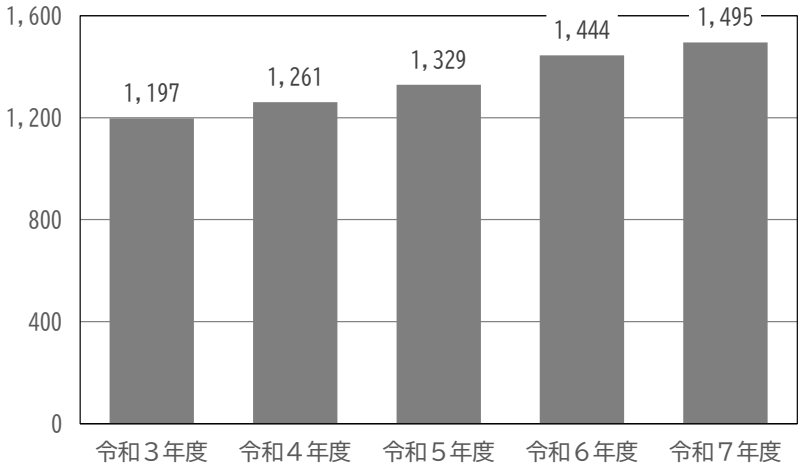


資料：令和 5 年度埼玉県特定健診データ解析結果（協会けんぽ+市町村国保）
「杉戸町の健診結果」、「埼玉県の健診結果」より作成

（5）介護給付費の状況

①要介護 2 以上の認定者数の推移

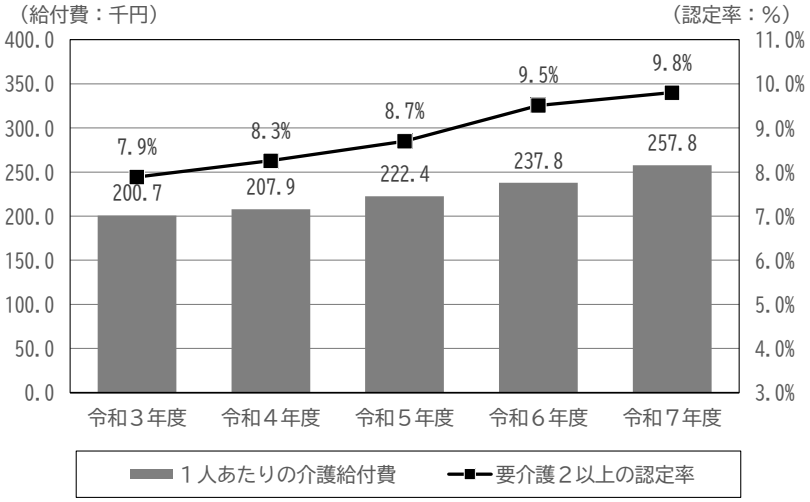
高齢者人口の増加に合わせ、年々増加傾向にあります。



資料：介護保険事業報告月報（各年 10 月月報）

②介護給付費の推移と要介護 2 以上の認定率の推移

1 人あたりの介護給付費、要介護 2 以上の認定率とも増加傾向にあり、今後も同様に推移すると思われます。令和 7（2025）年度における認定率は 9.8%となっています。



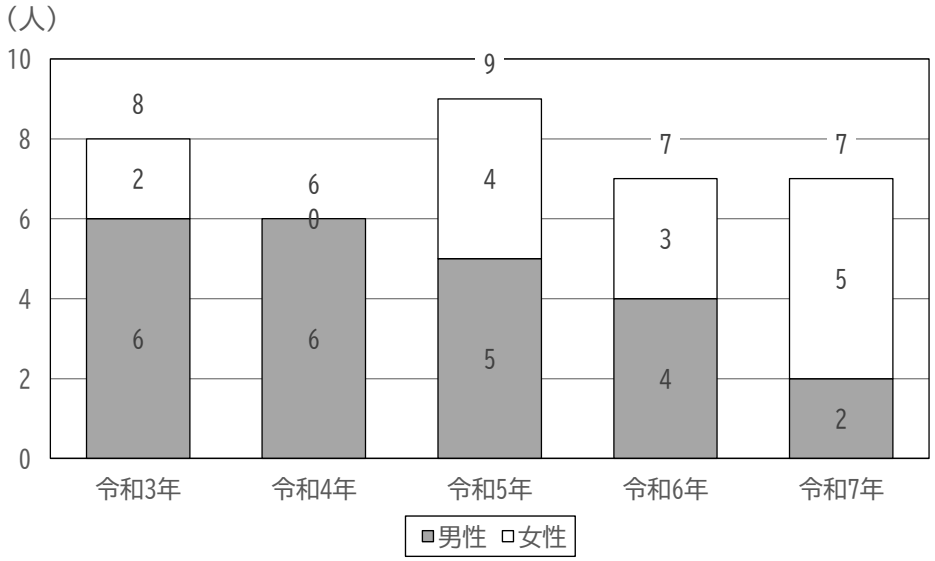
資料：介護保険事業報告月報（各年 10 月月報）

(6) 本町における自殺の状況

①自殺者数の推移

町における自殺者数は増減を繰り返し、令和 6（2024）年及び令和 7（2025）年では 7 人となっています。

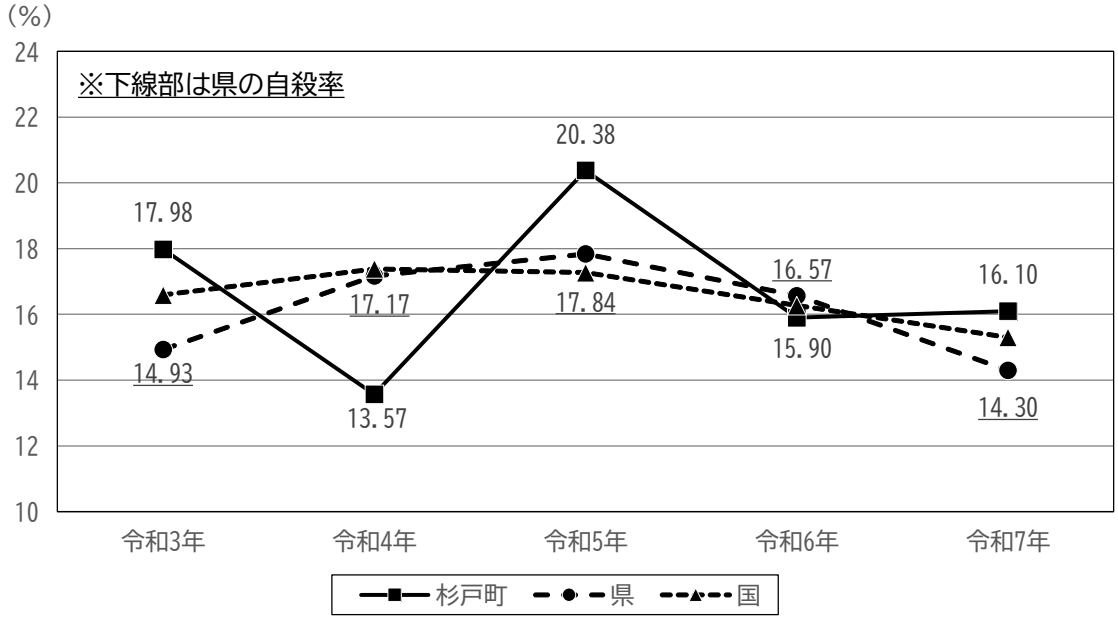
男女別では、令和 7（2025）年では男性より女性の方が多くなっています。



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

②自殺死亡率の推移

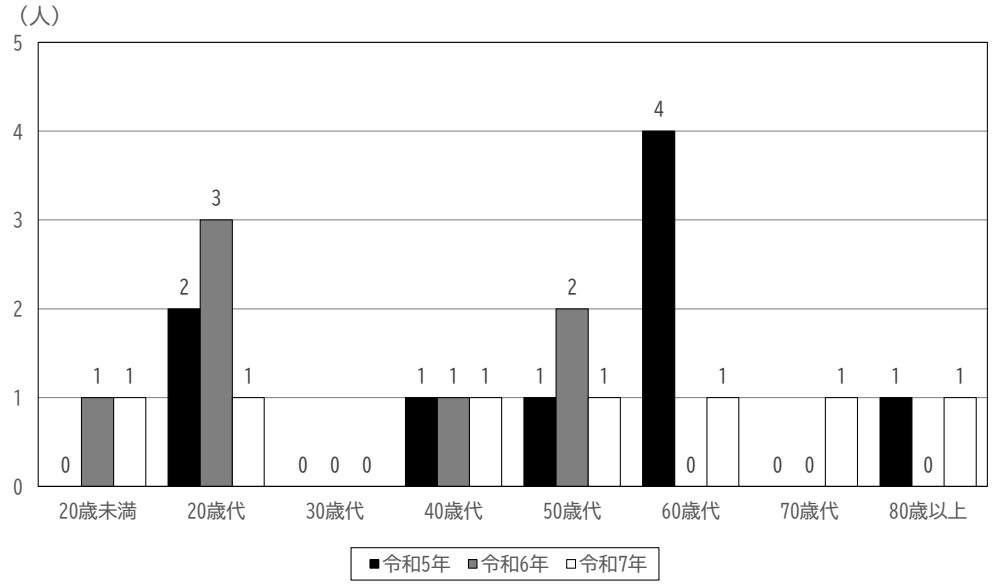
国、県とも令和 5（2023）年をピークに減少傾向となっています。本町については、令和 6（2024）年から令和 7（2025）年にかけやや増加しています。



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

③年代別自殺の状況

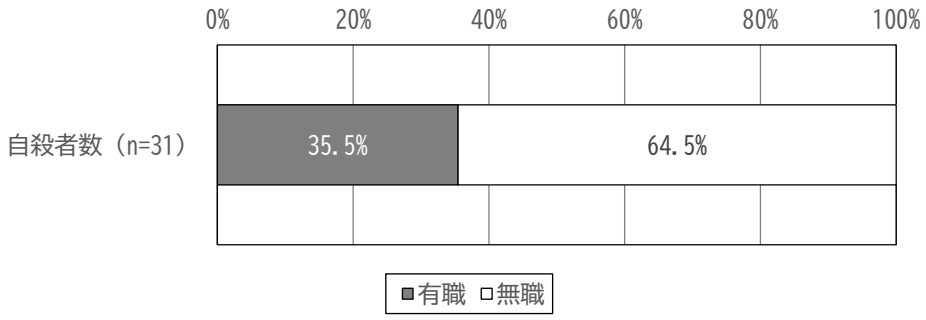
過去 3 年間の年代別自殺者の状況を見ると、20 歳代までの若者が多くなっています。



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

④職業別の自殺の内訳

令和 2（2020）年～令和 6（2024）年合計による本町の自殺のうち、有職者は 35.5%、無職者は 64.5%となっています。

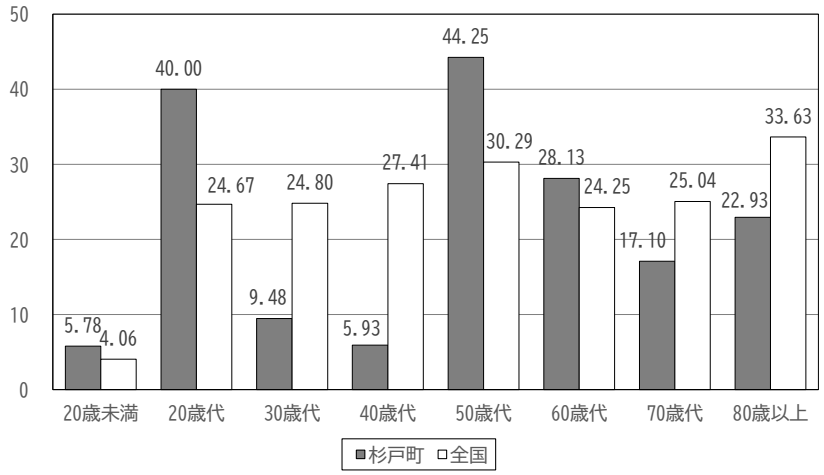


資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

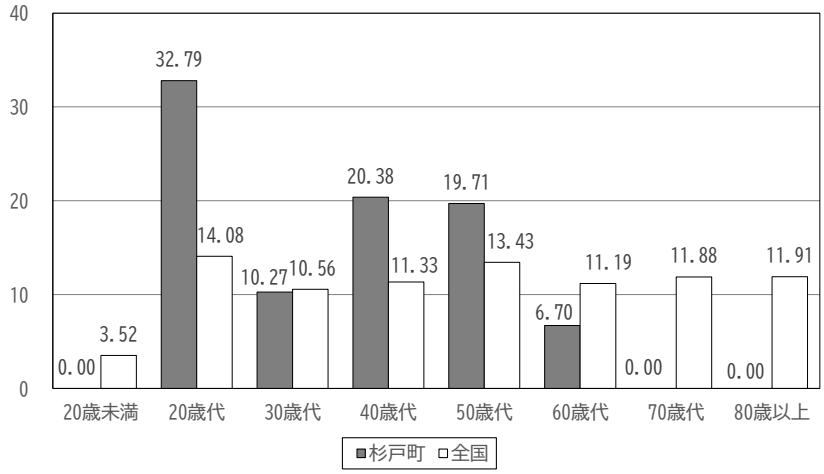
⑤年代別自殺死亡率（人口 10 万人対）

人口 10 万人当たりの、令和 2（2020）年～令和 6（2024）年の男女別・年代別平均自殺死亡比を見ると、男性の 20 歳代、50 歳代、60 歳代、女性の 20 歳代で全国平均を上回っています。

＜男性＞



＜女性＞



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

⑥本町の自殺者の特徴（地域自殺実態プロファイルより）

地域自殺実態プロファイルとは、一般社団法人「いのち支える自殺対策推進センター（JSCP)」が警察庁自殺統計を基に自殺実態の分析を共通の手法で行なったもので、他市町村との比較が可能となっています。

5 年合計の集計を用いており、性、年代、職業、同居人の有無から自殺者数が多い 5 つの区分（自殺者の特性上位 5 区分）が示されています。

本町の令和 2（2020）年～令和 6（2024）年の自殺者数は合計 34 人（男性 23 人、女性 11 人）で、そのうち自殺者の特性上位 5 区分はいずれも 3 人となっています。

自殺者の特性上位５区分	自殺者数（5年計）	割合	自殺死亡率*（人口10万対）	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性40～59歳無職独居	3	8.80%	595.5	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
2位:男性60歳以上無職独居	3	8.80%	89.6	失業（退職）＋死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
3位:男性20～39歳無職同居	3	8.80%	84.1	①【30代その他無職】ひきこもり＋家族間の不和→孤立→自殺／②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
4位:女性40～59歳無職同居	3	8.80%	21.9	近隣関係の悩み＋家族間の不和→うつ病→自殺
5位:男性60歳以上無職同居	3	8.80%	14.7	失業（退職）→生活苦＋介護の悩み（疲れ）＋身体疾患→自殺

・「自殺死亡率」は当町における「自殺者の特徴上位 5 区分」ごとの自殺死亡率を人口 10 万人あたりの自殺者数として算出したもの。

・区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

（注釈）

＊ 自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和２年国勢調査」就業状態等基本集計を基に JSCP にて推計したもの。

＊＊ 「背景にある主な自殺の危機経路」は、誰も自殺に追い込まれることのない「生き心地の良い社会」の実現を目指して活動する NPO 法人「ライフリンク」による「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではない。

第 2 節　前計画の評価

全 47 指標のうち、目標を達成した指標は 13 指標で達成率は 27.7%となっています。達成には至らなかったものの、計画策定時（令和 2（2020）年度）より数値が改善した指標は 13 指標となり、半数以上の指標で計画策定時より数値が改善しています。

目標達成に至らず、数値も悪化している指標は、「からだの健康」や「栄養・食生活」に多くあり、今後は、これらの項目について特に啓発等を強化していく必要があります。

取組分野	◎	○	△	計
からだの健康	2 (14.3%)	7 (50.0%))	5 (35.7%)	14 (100.0%)
栄養・食生活	5 (29.4%)	2 (11.8%)	10 (58.8%)	17 (100.0%)
身体活動・運動	1 (33.3%)	1 (33.3%)	1 (33.3%)	3 (100.0%)
休養・こころの健康	1 (50.0%)	－	1 (50.0%)	2 (100.0%)
歯・口腔の健康	2 (66.7%)	1 (33.3%)	－	3 (100.0%)
たばこ・アルコール	1 (20.0%)	2 (40.0%)	2 (40.0%)	5 (100.0%)
自殺対策	1 (33.3%)	－	2 (66.7%)	3 (100.0%)
計	13 (27.7%)	13 (27.7%)	21 (44.6%)	47 (100.0%)

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず、数値が悪化している。

（1）からだの健康

目標を達成した指標は、「町の健康づくり事業への参加」、「町の健康づくり事業があることを知らない人を減らす」となっており、町の事業の周知を図ったことにより目標達成となっています。

一方、「健康であると思う人の割合」や「BMI25 以上の人の割合」は計画策定時より数値が悪化しています。「特定健診」、「各がん検診」においては、数値は計画策定時より改善傾向にあるものの、目標達成には至らず、今後、さらに受診率向上のための啓発が必要となっています。

指標	対象者	計画策定時 令和 2（2020）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
健康寿命の延伸 （※1　令和元（2019）年） （※2　令和 6（2024）年）	男性	17.90 年※1 （82.90 歳）	18.20 年 （83.20 歳）	18.03 年※2 （83.03 歳）	○
	女性	20.46 年※1 （85.46 歳）	20.56 年 （85.56 歳）	20.44 年※2 （85.44 歳）	△
現在の健康状態について「健康である」と思う人の割合を増やす	20 歳以上	38.7%	増加	33.3%	△
BMI（体格指数）が 25 以上（肥満）の人の割合を減らす	男性 （40～74 歳）	36.3%	34.0%	37.7%	△
	女性 （40～74 歳）	25.3%	23.0%	26.0%	△
特定健康診査の受診率 （※3　令和 6（2024）年度）	国保加入者 （40～74 歳）	28.7%	60.0%	38.2%※3	○
特定保健指導の実施率 （※3　令和 6（2024）年度）	国保加入者 （40～74 歳）	25.9%	60.0%	21.1%※3	△
胃がん検診の受診率	40 歳以上	5.0%	10.3%	7.9%	○
肺がん検診の受診率	40 歳以上	3.4%	14.8%	12.5%	○
大腸がん検診の受診率	40 歳以上	4.2%	17.9%	15.4%	○
子宮頸がん検診の受診率	女性 （20 歳以上）	12.7%	20.0%	18.4%	○
乳がん検診の受診率	女性 （40 歳以上）	9.8%	20.0%	16.0%	○
町の健康づくり事業に参加したことがない人の割合を減らす	20 歳以上	61.6%	減少	61.0%	◎
町に健康づくり事業があることを知らなかった人の割合を減らす	20 歳以上	39.7%	減少	31.7%	◎

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず

(2) 栄養・食生活

「１人で朝食を食べる人の割合を減らす」は目標を達成し、夕食についても中学２年生は目標を達成していることから、共食について改善傾向にあります。

また、「地域の食材等を積極的に買う人」や「食べ残し・食品の廃棄に関心がある人」の割合も増加し、目標を達成しています。

一方、「朝食の摂取状況」や「主食・主菜・副菜をそろえる」、「1 日 3 皿以上の野菜摂取」では、目標達成に至らず、計画策定時より数値が悪化していることから、食生活全般に関する更なる啓発が必要です。

指標	対象者	計画策定時 令和２（2020）年度	目標値 令和８（2026）年度	実績値 令和７（2025）年度	評価
朝食を欠食する（週４回以上）若い世代の人の割合を減らす	小学５年生	5.6%	0%	8.9%	△
	中学２年生	8.3%	0%	9.9%	△
	16～19 歳	16.5%	減少	18.2%	△
	20～39 歳	31.9%	減少	34.2%	△
主食・主菜・副菜を３つそろえて食べることが１日２回以上ある人の割合を増やす	小学５年生	66.0%	70.0%	60.4%	△
	中学２年生	56.5%	70.0%	60.3%	○
	16～19 歳	55.9%	70.0%	50.9%	△
	20 歳以上	50.5%	70.0%	41.9%	△
１日３皿以上野菜料理を食べる人の割合を増やす	16～19 歳	23.5%	50.0%	19.1%	△
	20 歳以上	29.4%	50.0%	23.4%	△
１人で朝食を食べる人の割合を減らす	小学５年生	18.7%	減少	18.5%	◎
	中学２年生	37.2%	減少	30.9%	◎
１人で夕食を食べる人の割合を減らす	小学５年生	1.9%	減少	3.8%	△
	中学２年生	7.4%	減少	6.1%	◎
地域の食材等を「積極的に買う」人の割合を増やす	20 歳以上	29.5%	増加	34.0%	◎
『食育』について「関心がある」人の割合を増やす	20 歳以上	47.9%	70.0%	48.9%	○
食べ残し・食品の廃棄に関心がある人の割合を増やす	20 歳以上	50.0%	増加	50.5%	◎

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず、数値が悪化している。

（3）身体活動・運動

「授業以外で体を動かす遊び」をしている小学 5 年生は目標を達成しましたが、中学 2 年生は数値が悪化しました。また、「週 2 回以上、1 回 30 分以上の運動」をしている人も計画策定時より数値は改善しているものの、目標達成には至らず、運動習慣定着のための啓発が必要です。

指標	対象者	計画策定時 令和 2（2020）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
授業以外で運動や体を動かす遊びをしている児童・生徒の割合（週 3 回以上）を増やす	小学 5 年生	65.7%	増加	66.1%	◎
	中学 2 年生	72.7%	増加	70.6	△
週 2 回以上、1 回 30 分以上の運動をしている人の割合を増やす	20 歳以上	34.5%	40.0%	35.8%	○

（4）休養・こころの健康

「ゲートキーパー」の認知度は目標を達成しました。一方、「睡眠で休養が十分に取れていない人を減らす」では数値が悪化していることから、睡眠の重要性を特に啓発していく必要があります。

指標	対象者	計画策定時 令和 2（2020）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
睡眠で休養が十分に取れていない人の割合を減らす	20 歳以上	21.6%	15.0%	29.9%	△
ゲートキーパーについて言葉も意味も知っている人の割合を増やす	20 歳以上	5.0%	増加	8.9%	◎

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず、数値が悪化している。

(5) 歯・口腔の健康

「むし歯のない子ども」については、3 歳、12 歳ともに目標を達成しました。今後も継続してむし歯予防について啓発を行っていくことが必要です。

一方、「過去 1 年間に歯科検診を受けた人」では、計画策定時より数値が増加しましたが、目標達成には至っていないため、歯科検診に向けた更なる啓発が必要です。

指標	対象者	計画策定時 令和 2（2020）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
むし歯のない子ども（処置済みを除く）の割合を増やす	3 歳	87.6%	90.0%	92.4%	◎
	12 歳	79.0%	85.0%	89.9%	◎
1 年以内に歯科検診を受けた人の割合を増やす	20 歳以上	51.3%	65.0%	54.0%	○

(6) たばこ・アルコール

喫煙者及び、「大人になったらたばこを吸いたいと思う」中学 2 年生については計画策定時より数値が悪化しました。今後、さらに喫煙が健康に及ぼす影響等を啓発していくことが重要です。

また、受動喫煙についてや、節度ある飲酒量については、目標達成には至っていないものの、計画策定時より数値が改善しているため、今後も継続して、周知を図っていくことが必要です。

指標	対象者	計画策定時 令和 2（2020）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
喫煙者を減らす	20 歳以上	12.4%	減少	16.9%	△
大人になったらたばこを吸いたいと思う児童・生徒の割合をなくす	小学 5 年生	1.4%	減少	0.6%	◎
	中学 2 年生	0.6%	減少	2.7%	△
受動喫煙について言葉も健康被害も知っている人の割合を増やす	20 歳以上	83.9%	90.0%	87.4%	○
節度ある適度な飲酒量を知っている人の割合を増やす	20 歳以上	35.8%	60.0%	36.0%	○

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず、数値が悪化している。

（7）自殺対策

自殺死亡率については、計画策定時より数値が悪化しました。また、ゲートキーパー※養成講習受講者数については、関係団体・町民対象で目標を達成しているものの、町職員対象では受講者が減少しており、積極的な受講を呼びかける必要があります。

指標	対象者	計画策定時 令和 4（2022）年度	目標値 令和 8（2026）年度	実績値 令和 7（2025）年度	評価
自殺死亡率	町民	13.5	10.5 以下	16.1	△
ゲートキーパー養成講習受講者数	町職員	42 人	年間 40 人以上	34 人	△
	関係団体・町民	60 人	年間 40 人以上	55 人	◎

◎：目標を達成。

○：目標は達成していないが、計画策定時より数値が改善している。

△：目標を達成せず、数値が悪化している。

※ゲートキーパー：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）が出来る人のこと。

第 3 節　本町の健康に関する課題

統計調査、前計画の評価から以下の課題が考えられます。

【本町の課題】

・標準化死亡比を見ると、女性の急性心筋梗塞、子宮がん、糖尿病が高くなっており、女性への各種疾患予防の啓発が必要です。(P14 参照)
・青年期の死因順位の 1 位は自殺であり、年代別自殺の状況では 20 歳代の自殺者が増加傾向です。若い世代に向けて、こころの健康及び、自殺対策に係る取組を周知することが大切です。(P15⑤参照)
・中年期以降の死因は、悪性新生物に次いで心疾患が上位となり、生活習慣の改善が求められます。(P15⑤参照)
・1 人当たり医療費は県平均より高くなっていることから、疾病の早期発見、早期治療を行い、重症化予防を図る必要があります。(P19⑤参照)
・BMI25 以上（肥満）の割合は男女ともに増加しています。肥満は様々な生活習慣病のリスクを高めることから、適正体重維持のための正しい知識普及が求められます。(P28(1)参照)
・朝食を欠食する小中学生が若干増加しています。朝食を食べることは、生活習慣形成の基本であり、引き続き、その重要性を啓発する必要があります。(P29（2）参照)
・運動習慣のある成人一般は 35.8%となっています。身体活動を増やし、適正体重維持や健康維持につなげるため、運動習慣の重要性を周知・啓発する必要があります。(P30(3)参照)
・睡眠で十分に休養を取れていない人が約 3 割を占め、増加傾向にあります。睡眠と心身の健康との関わりについて、正しい知識の普及が必要です。(P30（4）参照)
・むし歯のない子どもの割合は、3 歳、12 歳ともに約 9 割となっています。むし歯予防は、永久歯に生え変わる前の乳歯の段階から行うことが重要なため、乳幼児期からの歯科保健指導を継続する必要があります。(P31（5）参照)
・過去 1 年間に歯科検診を受診した人は約半数となっています。歯周病は中年期以降に増加するため、歯科検診やセルフケアの重要性、かかりつけ歯科医を持つことを周知することが大切です。(P31（5）参照)
・不安や悩みがあった時に、周囲に相談できる人の割合は全体の 8 割を占めていますが、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指し、気軽に相談できる環境づくりや電話相談などの相談窓口の周知が大切です。(P32(7)参照)

第 3 章　計画の基本理念と体系

第 1 節　基本理念

いつまでも健康であり続け、安心で心豊かな生涯を送りたいということは、多くの住民の願いです。健康は自分らしく生きていくための重要な要素であり、生きがいを持って社会に参加する上で、欠かせないものです。

すべての町民が健やかでいきいきと生活するために、一人ひとりが自らの健康に関心を持ち、自分に合った健康づくりに主体的に取り組むとともに、地域や関係機関、行政が連携し、健康づくりを推進する体制が必要です。

また、本計画より新たに「第 3 期杉戸町自殺対策計画」を包含し、自殺対策を含めた総合的な健康づくりを進めていきます。

本計画は基本理念を前計画から踏襲し、「みんなでつくる健康を育むまち」として、すべての町民一人ひとりが主役の健康づくりを推進していきます。

みんなでつくる健康を育むまち

～一人ひとりが主役の健康づくり～

第 2 節　最終目標

計画の最終的な目標を「健康寿命の延伸」とし、町民一人ひとりが生涯にわたり、健康で自立して暮らすことのできる期間を延ばすことを目指します。

	ベース値 令和 6（2024）年
男性	18.03 年
女性	20.44 年



目標値 令和 18(2036)年
延伸

第 3 節　基本方針

（1）健康増進計画・食育推進計画の基本方針

基本理念を実現し、最終目標を達成するため、健康増進計画・食育推進計画の基本方針のすべてに共通する以下の 3 つの項目を基本方針とし、計画を推進します。

① 生活習慣病の発症予防と重症化予防

② 生涯を通じた心身の健康づくりの推進と生活習慣の改善

③ 健康づくりを推進する地域・環境づくり

（2）自殺対策計画の基本方針

自殺対策計画においても基本理念を実現し、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指し、以下の 3 つの項目を基本方針とし、計画を推進します。

① 生きることの包括的な支援として推進

② 相談支援に関わる機関とのネットワークづくり

③ 安心して暮らせる地域づくりの推進

第 4 節　計画の体系

基本理念：　　みんなでつくる健康を育むまち
～一人ひとりが主役の健康づくり～

最終目標：健康寿命の延伸

健康増進計画・食育推進計画

基本方針：
① 生活習慣病の発症予防と重症化予防
② 生涯を通じた心身の健康づくりの推進と生活習慣の改善
③ 健康づくりを推進する地域・環境づくり

- からだの健康
- 栄養・食生活
- 身体活動・運動
- 休養・こころの健康
- 歯・口腔の健康
- たばこ・アルコール
- ライフコースアプローチを考慮した健康づくり

自殺対策計画

基本方針：
① 生きることの包括的な支援として推進
② 相談支援に関わる機関とのネットワークづくり
③ 安心して暮らせる地域づくりの推進

- 地域におけるネットワークの強化
- 自殺対策を支える人材の育成
- 住民への啓発と周知
- 生きることの促進要因への支援
- こころの健康及びSOSの出し方に関する啓発
- 本町が抱える課題に対する取組

第 5 節　ライフステージ別の特徴

生涯にわたって健康づくりを進めていくことが必要なため、「4. 取組分野」においてライフステージに応じた取組を設定しています。

乳幼児期 （0～5 歳）	・からだやこころの発達が最も著しい時期であり、生活習慣の基礎がつくられる時期です。 ・生活のリズムを身につけ、食に対する関心を育む時期です。
学童・思春期 （6～19 歳）	・基礎体力がつき、自立心が芽生え精神面の成長とともに生活習慣の基礎が固まる重要な時期です。 ・食への関心を広げ、望ましい食生活を実践する力をつける時期です。
青年・成人期 （20～39 歳）	・身体機能が完成期を迎え、社会人として仕事や子育てなど最も活動的な時期です。 ・精神的な負担が増す時期であり、不規則な生活や飲酒、喫煙等により、生活習慣病の危険性が高まる時期です。
壮年期 （40～64 歳）	・健全な食生活と健康管理で、身体機能の低下に伴う生活習慣病の発症を予防する時期です。 ・社会的には働き盛りの時期ですが、過度なストレスにより、精神疾患が増える時期です。
高齢期 （65 歳以上）	・身体的には老化が進み、個人差はありますが健康問題が出現する時期であり、日常生活機能の維持のため健康づくりが重要となる時期です。 ・社会的には人生の成熟期であり、食や生活を楽しみ、豊かな実りと健康長寿を目指す時期です。

第 4 章　健康増進計画・食育推進計画の取組

第 1 節　からだの健康

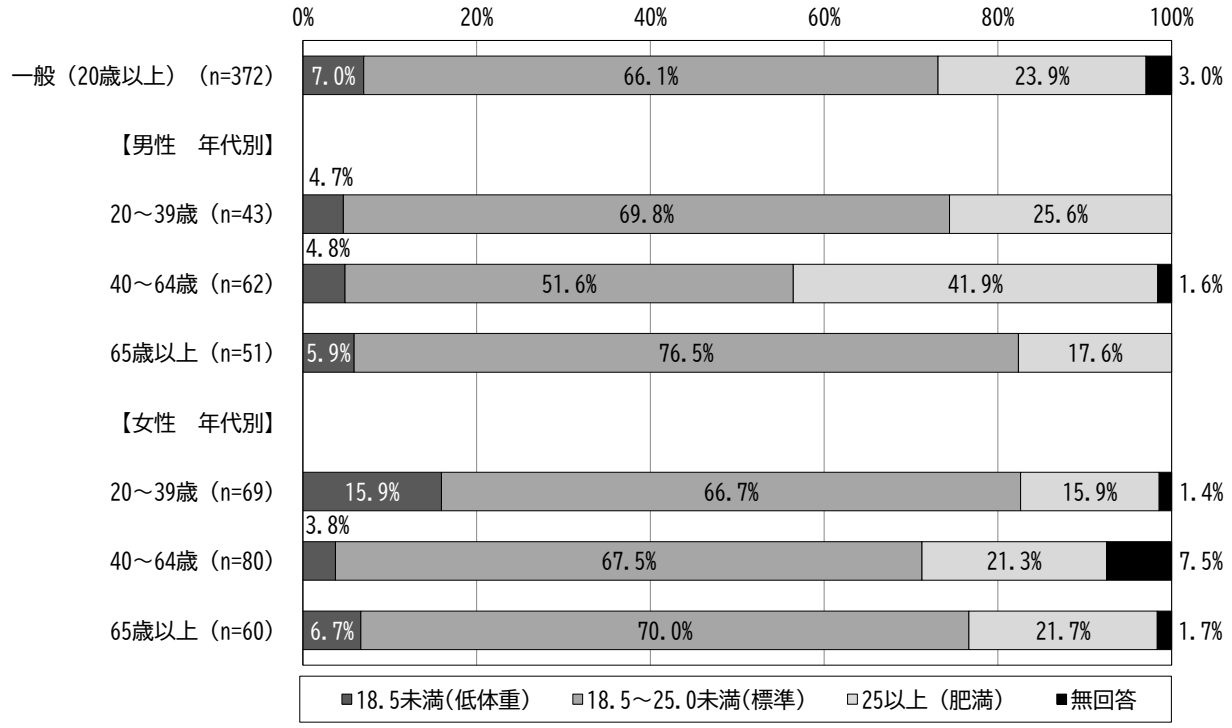
目標 1：正しい生活習慣で健康なからだを維持しよう

健康的なからだの維持・向上を目指し、生活習慣を整え、一人ひとりが健康づくりに努めることが大切です。また、地域の人との交流を深め、社会活動に積極的に参加し、みんなで健康づくりに取組むことも大切です。

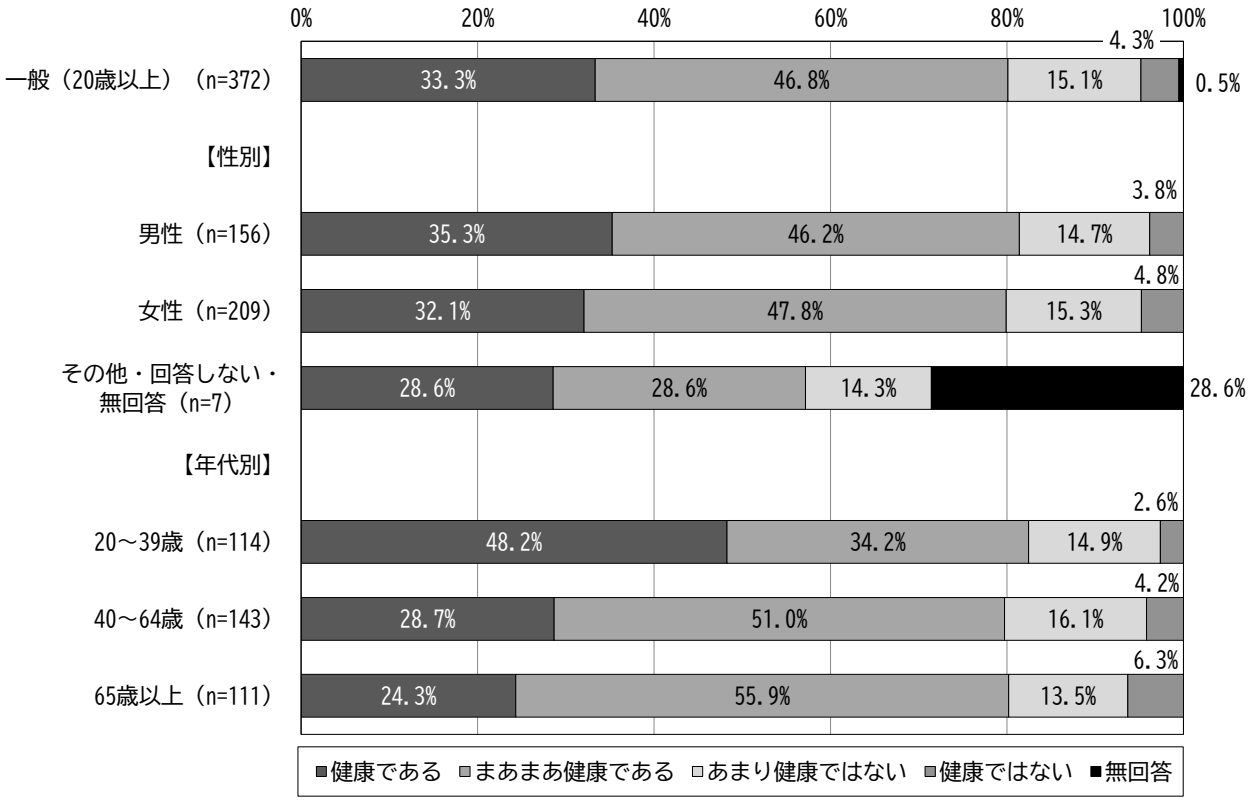
【現　状】

・女性の健康寿命は男性を上回っているものの、県と比較すると女性は年々県との差が広がっています。(P.16⑥参照)
・アンケートによると、男性の 40～64 歳では 4 割以上の人が「肥満」と判定されています。
・ＢＭＩが 25 以上の人の割合は男性が女性を上回っていますが、県と比較すると女性はその差が大きくなっています。(P.21（5）参照)
・アンケートによると、現在の健康状態では、「健康である」という回答は年齢が上がるに従い少なくなっています。
・アンケートによると、健康のために行っていることとして、「食生活に注意する」という回答が最も多く、次いで、「休養や睡眠を十分にとる」、「適度な運動をする」となっています。
・アンケートによると、近所の人とのつきあいとしては、成人では 14%の人が「近所づきあいはしていない」と回答しています。
・アンケートによると、町の健康づくり事業を「利用したことがない」という回答は 6 割以上となっています。そのうち 3 割以上の人が、「知らなかった」と回答しています。

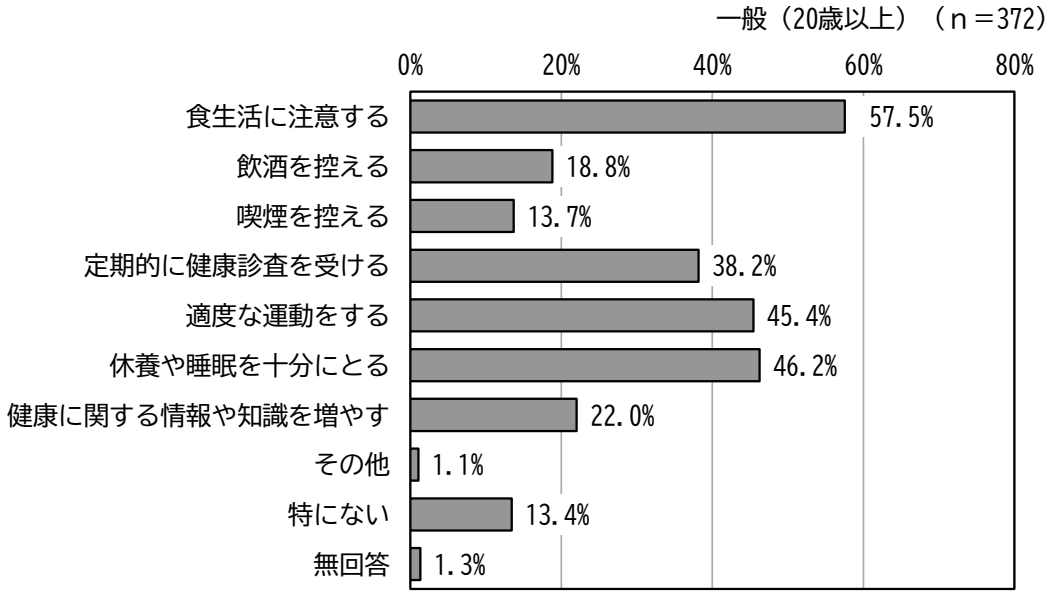
■ＢＭＩ


0%
20%
40%
60%
80%
100%
一般（20歳以上）（n=372）
7.0%
66.1%
23.9%
3.0%
【男性　年代別】
20～39歳（n=43）
4.7%
69.8%
25.6%
40～64歳（n=62）
4.8%
51.6%
41.9%
1.6%
65歳以上（n=51）
5.9%
76.5%
17.6%
【女性　年代別】
20～39歳（n=69）
15.9%
66.7%
15.9%
1.4%
40～64歳（n=80）
3.8%
67.5%
21.3%
7.5%
65歳以上（n=60）
6.7%
70.0%
21.7%
1.7%
■18.5未満(低体重)
■18.5～25.0未満(標準)
□25以上（肥満）
■無回答

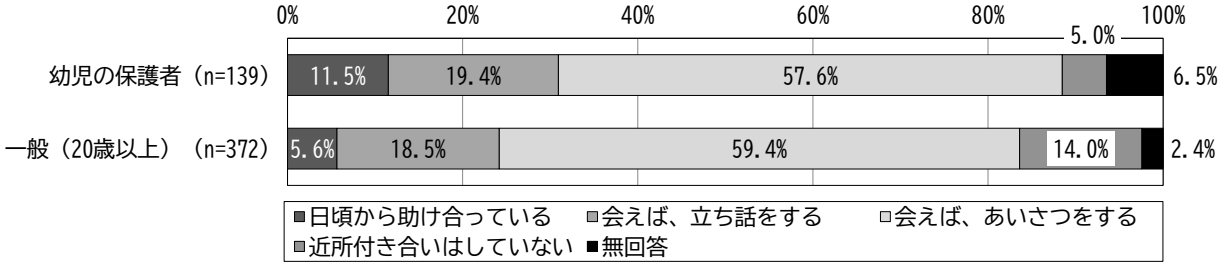
■現在の健康状態


0%
20%
40%
60%
80%
100%
一般（20歳以上）（n=372）
33.3%
46.8%
15.1%
4.3%
0.5%
【性別】
男性（n=156）
35.3%
46.2%
14.7%
3.8%
女性（n=209）
32.1%
47.8%
15.3%
4.8%
その他・回答しない・無回答（n=7）
28.6%
28.6%
14.3%
28.6%
【年代別】
20～39歳（n=114）
48.2%
34.2%
14.9%
2.6%
40～64歳（n=143）
28.7%
51.0%
16.1%
4.2%
65歳以上（n=111）
24.3%
55.9%
13.5%
6.3%
■健康である
■まあまあ健康である
□あまり健康ではない
■健康ではない
■無回答

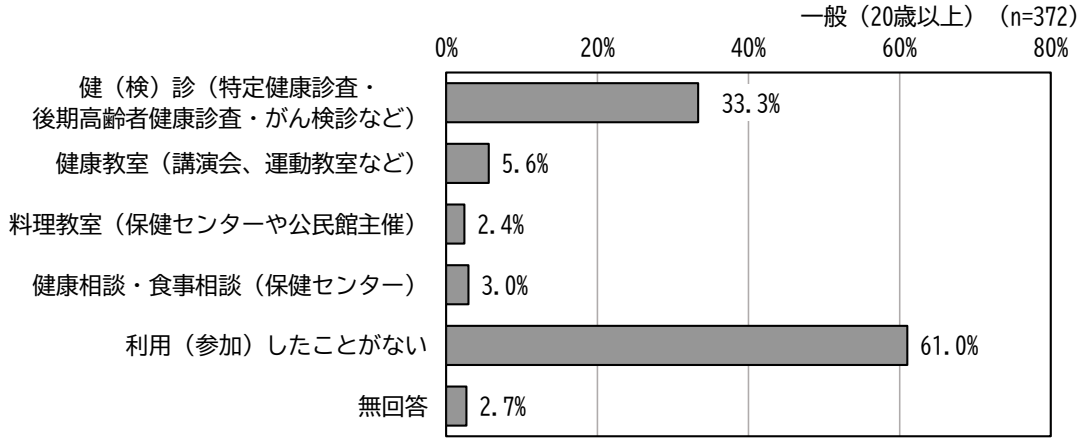
■健康のために行っていること



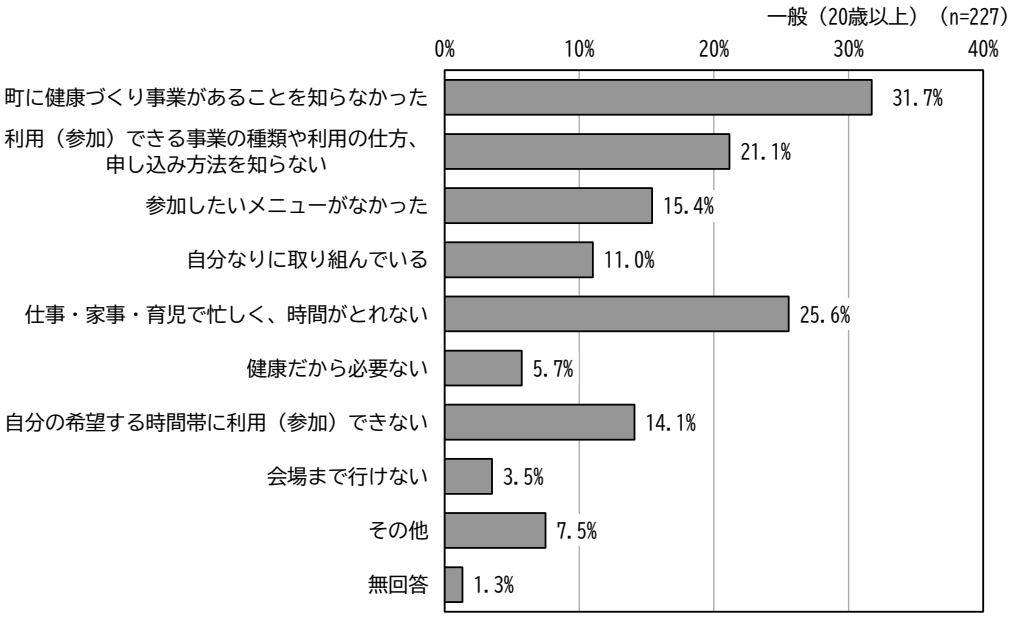
■近所づきあいについて



■町の健康づくり事業について



■町の健康づくり事業を利用したことがない理由



【課　題】

・自分にあった健康維持の方法を見つけることが必要です。
・バランスの良い食事や運動を実践し、健康を保つことが重要です。
・多くの人が参加しやすいよう健康情報や健康づくり事業の普及啓発が必要です。
・町の事業だけでなく、県の健康づくり関連事業の周知や、町民が主体となって行うサークルやグループ活動の紹介など、健康づくりに積極的に取り組める環境整備も必要です。
・多世代が地域とのつながりを持ち、互いに支えあいながら地域コミュニティの維持・活性化につなげていくことが必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・地域の人と誘い合って、ウォーキングや地域活動に参加します。
・地域の人が集まれる居場所づくりをします。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・からだを使って遊びます。
学童・思春期 （6～19 歳）	・自分に合った運動習慣を身につけます。 ・地域の活動に積極的に参加します。 ・バランスの良い食事を取り入れます。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳） 高齢期 （65 歳以上）	・身体機能を維持するために自分に合った運動を行います。 ・地域の活動に積極的に参加します。 ・日常生活に無理なく運動を取り入れます。（通勤時に歩く、階段を使うなど） ・広報紙やホームページなどを確認し、様々な健康づくりに関する情報を入手します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	健康相談	保健師等による育児相談、血圧測定、尿検査、健康について相談・助言等を行います。	●	●	●	●	●	健康支援課
2	暮らしの保健室	町内のサロン・老人クラブ等、高齢者が集う場へ看護師を中心とした専門職が出向き、暮らしの困りごとや医療、介護の相談等に応じる事業を行います。					●	高齢介護課
3	健康講座	杉戸町コミュニティづくり推進協議会（健康・青少年部会）主催で自主的な健康づくりの推進や普及を図るため、町内在住・在勤の 18 歳以上の方を対象に、健康講座を開催します。			●	●	●	住民協働課
4	健康教育	小学 6 年生を対象に、食生活・生活リズム・たばこ・アルコールなどを包括した健康教育を町立小学校全校で実施します。		●				健康支援課
5	園児への保健指導（保育園）	行事や四季の活動に合わせて指導内容を保健師が計画した上で、その時期に必要な知識（熱中症対策や風邪予防対策（手洗い・うがい）等）を具体的な内容で分かりやすく保健師が指導を行います。	●					子育て支援課
6	子育て講座（子育て支援センター）	子育て講座「ベビーマッサージ」、「子どもに教えたいからだの話」、「お薬のおはなし」「虫歯予防」の開催や、乳幼児の健康、保健に関する支援について情報を提供します。 講師（ベビーマッサージインストラクター、助産師、薬剤師、歯科衛生士）による指導や講話を通し、子育てのスキルアップを目指します。	●					子育て支援課
7	ママパパ教室	妊娠週数 13 週以降の初妊婦とそのパートナーを対象に、助産師、歯科衛生士、管理栄養士、保健師が講師となり、出産や育児について学ぶ場を提供します。			●			健康支援課
8	熱中症対策	クールオアシスすぎと及びクーリングシェルターすぎとの指定・運営を行うとともに、効果的な熱中症対策について周知を図ります。	●	●	●	●	●	健康支援課
9	まなびっちゃすぎと塾	まちづくり出前講座として、健康や食育に関する講座を開催します。	●	●	●	●	●	社会教育課（生涯学習センター）
10	地域リハビリテーション活動支援事業	地域において活動する団体へ専門職を派遣することにより、住民主体となる介護予防活動を活性化し、地域づくりによる活動強化を図ります。					●	高齢介護課
11	予防接種	感染症予防のため、定期予防接種が受けられる体制を整えます。	●	●	●	●	●	健康支援課
12	風しん任意予防接種費用助成	風しんの感染予防を目的として、低抗体と判定され、任意による風しん予防接種を受けた方に対し、費用の一部を助成します。		●	●	●	●	健康支援課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
13	造血細胞移植後ワクチン再接種費用助成	造血細胞移植（骨髄移植・末梢血幹細胞移植・臍帯血移植）により、定期予防接種で得た免疫が低下または消失した方に再接種費用の全額または一部を助成します。制度について、広報すぎと・町ホームページに掲載し、町民に周知を図ります。		●	●			健康支援課
14	保健センター年間計画表	保健センターで実施する健康に関する事業をまとめて掲載し、全戸配布します。	●	●	●	●	●	健康支援課
15	図書の展示	健康づくりに関する特別展示を行い、健康に関する興味、関心を高めます。	●	●	●	●	●	社会教育課（町立図書館）

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	健康寿命の延伸 （埼玉県の健康指標総合ソフト「地域別健康情報」）	男性	18.03 年※1	延伸
		女性	20.44 年※1	
2	現在の健康状態について「健康である」と思う人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	33.3%	増加
3	BMI（体格指数）が 25 以上（肥満）の人の割合を減らす （埼玉県特定健診データ解析結果(協会けんぽ＋市町村国保)「杉戸町の健診結果」）	男性 （40～74 歳）	37.7%※2	34.0%以下
		女性 （40～74 歳）	26.0%※2	23.0%以下
4	町の健康づくり事業に参加したことがない人の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	61.0%	減少
5	町に健康づくり事業があることを知らなかった人の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	31.7%	減少

※1 令和 6（2024）年の数値

※2 令和 5（2023）年度の数値

目標 2：健（検）診を受けて自らの健康を守ろう

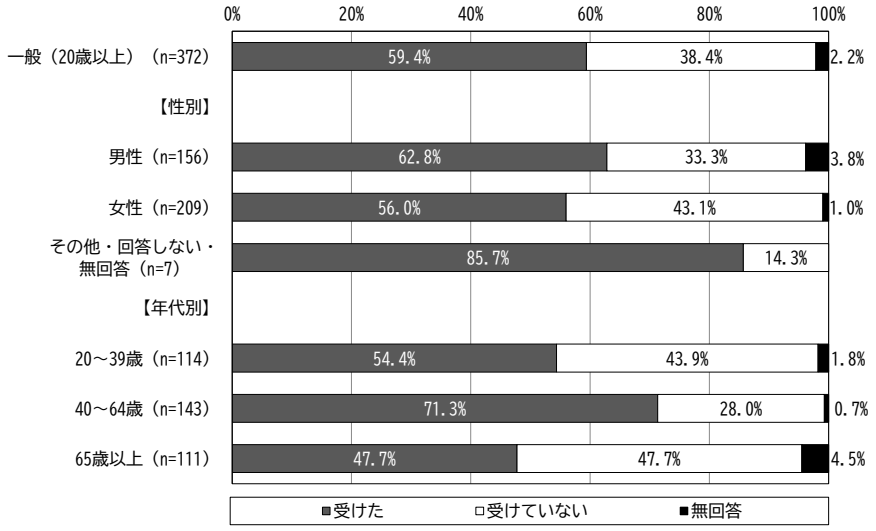
我が国では、疾病全体に占める悪性新生物（がん）、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病が増加しています。また、死亡原因でも生活習慣病が半数近くを占めている状況から「生活習慣病の発症予防と重症化の予防の徹底」は重要課題となっています。

がんの早期発見や、生活習慣病の発症・重症化予防のため、定期的にがん検診や特定健診など、各種健（検）診を受診することが大切です。

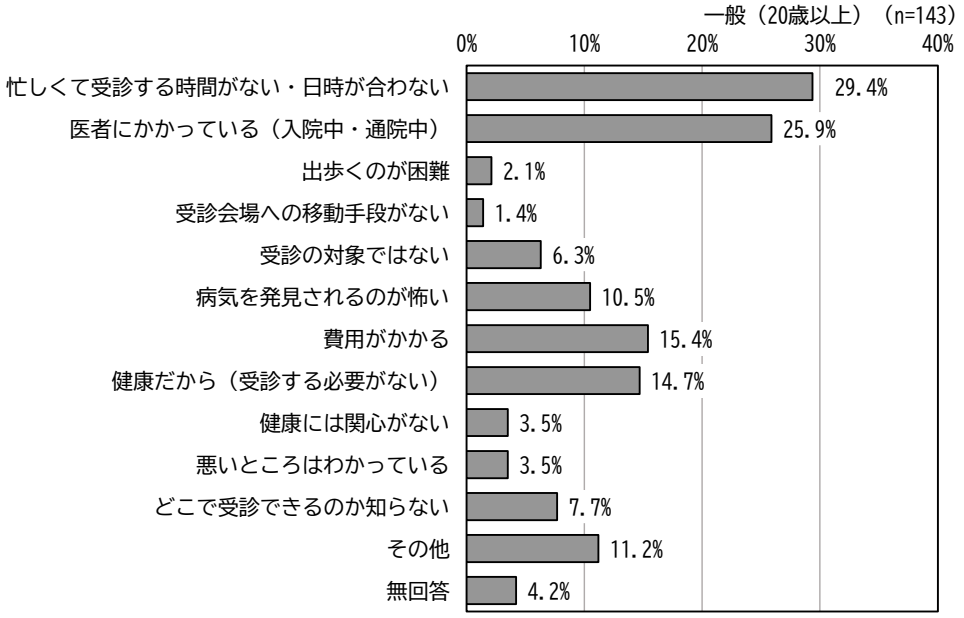
【現　状】

- 令和 2（2020）年度から令和 4（2024）年度の標準化死亡比では、男性においては「肺炎」、「脳梗塞」、「脳血管疾患」、「胃がん」、女性においては、「急性心筋梗塞」、「糖尿病」、「子宮がん」が県全体と比較すると高くなっています。（p.14④参照）
- 令和 6 年度における特定健診の受診率は 38.2%と県平均よりやや低くなっています。（p.17①参照）
- 健康診断の結果では、男女ともに糖尿病、女性の高血圧が県平均より特に高くなっています。（p.20（4）参照）
- アンケートによると、過去 1 年間に健康診査や人間ドッグ、がん検診を受けた人は成人で約 6 割となっています。
- アンケートによると、健（検）診を受けていない理由は、「忙しくて受診する時間がない・日時が合わない」と回答する人が最も多く、次いで、「医者にかかっている（入院中・通院中）」、「費用がかかる」となっています。
- アンケートによると、健康のために行っていることは、「定期的に健康診査を受ける」が約 4 割となっています。

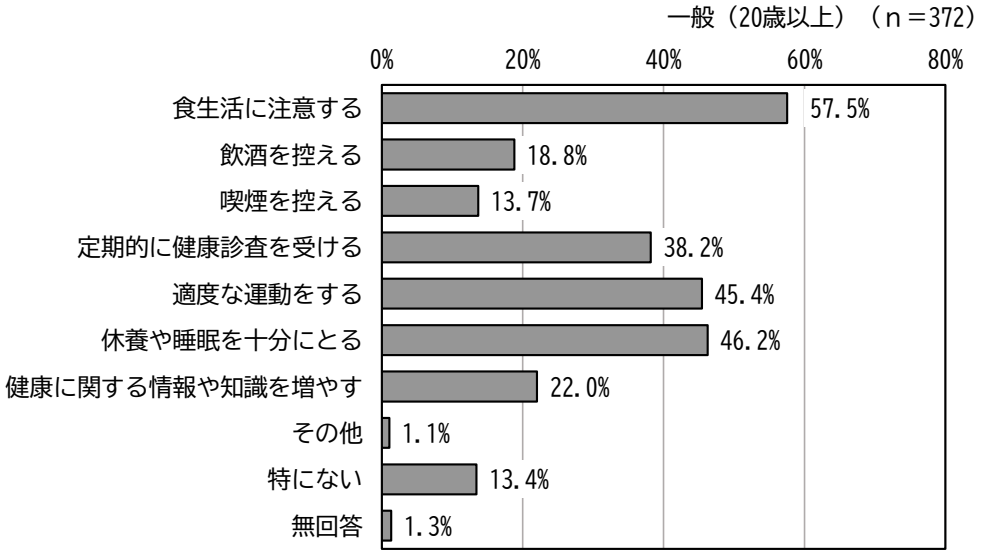
■過去 1 年間に健康診査や人間ドック、がん検診を受けた人



■健（検）診を受けない理由



■健康のために行っていること



【課　題】

・受診しやすい健康診査・検診体制を構築して受診率の向上を図り、生活習慣病の早期発見と重症化予防につなげることが必要です。
・喫煙・飲酒・身体活動・食生活等の生活習慣の改善や生活習慣病を予防するための周知・啓発が必要です。
・定期的な健康診査・検診の受診に向けた効果的な普及啓発が必要です。
・糖尿病、高血圧の者への継続的な生活習慣改善支援を図る必要があります。
・身近に相談できる「かかりつけ医」を持つことの必要性を啓発する必要があります。

■地域・団体・関係機関等の取組

・健康診査や検診等の周知などに地域で取組みます。
・生活習慣病に関する知識について普及啓発に協力します。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・町などで実施する乳幼児健診を受診します。 ・早寝、早起き、朝ごはんの規則正しい生活習慣を身につけます。 ・体調の変化や心配なことを相談できるように、かかりつけ医を持ちます。
学童・思春期 （6～19 歳）	・学校などでの健診を受け、自分の健康に興味を持ちます。 ・生活習慣病やがんについての正しい知識を持ちます。 ・健康的な生活習慣を身につけます。 ・体調の変化や心配なことがあれば身近な人に相談します。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳） 高齢期 （65 歳以上）	・定期的に健康診査、がん検診を受診し、自身の健康状態を把握することで生活習慣を改善し、生活習慣病の予防に努めます。 ・健診結果の説明を聞くなど、保健指導を受ける機会を持ち、生活改善につなげます。 ・要精密検査となったら、精密検査を必ず受けます。 ・体調の変化や心配なことを相談できるように、かかりつけ医を持ちます。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	国保健診	杉戸町国民健康保険に加入している 20 歳から 39 歳の方を対象に健康診断を実施します。（問診・診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査）			●			町民課
2	特定健診	杉戸町国民健康保険に加入している 40 歳から 74 歳の方を対象にメタボリックシンドロームに着目した健康診断を実施します。（問診・診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査）				●	●	町民課
3	特定保健指導	上記の特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、保健師や管理栄養士などが生活習慣を見直すサポートをします。				●	●	町民課
4	糖尿病性腎症重症化予防対策事業	国民健康保険に加入している方で、糖尿病が重症化するリスクが高い方を対象に、医療機関への受診勧奨や生活習慣改善のための保健指導を行います。（埼玉県国民健康保険団体連合会との共同事業）			●	●	●	町民課
5	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療に加入している方を対象に、生活習慣病の早期発見・健康保持増進のため健康診査を実施します。（質問票・診察、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査）					●	町民課
6	総合健診（人間ドック）補助事業	国民健康保険又は後期高齢者医療に加入している方が、総合健診（人間ドック）を受診した場合、年度内 1 回健診費用の一部を助成します。（特定健診又は後期高齢者健康診査を受診した場合は、補助の対象外となります。）			●	●	●	町民課
7	健康診査	40 歳以上の生活保護受給者を対象に、健康診査を実施します。（個別健診、集団健診）				●	●	健康支援課
8	骨粗しょう症検診	20 歳以上の女性を対象に骨粗しょう症検診を実施し、骨量減少者を早期に発見し、骨粗しょう症を予防します。			●	●	●	健康支援課
9	がん検診の実施および受診勧奨	胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診・乳がん検診は 40 歳以上の方を対象に、子宮頸がん検診は 20 歳以上の方を対象に実施するとともに、特定の年齢の方にはがん検診無料クーポン券や受診勧奨ハガキを送付し、受診率向上を目指します。（子宮頸がん検診は青年・成人期も含む）			●	●	●	健康支援課
10	アピアランスケア支援事業	アピアランス用品の購入費用の一部を補助することにより、がん患者の精神的・経済的な負担を軽減します。	●	●	●	●	●	健康支援課
11	乳幼児健診	発育・発達の異常の早期発見と相談・保健指導を行い、健全な発達促進、育児負担、不安の軽減を図ります。また未受診者等の虐待のハイリスク家庭への支援を行います。	●					健康支援課
12	妊婦健康診査	妊娠週数に応じて健診を受診し、異常を早期発見するとともに、適切な保健指導を行います。助成券を交付することにより経済的負担を軽減し、安心して妊娠・出産ができる体制を構築します。			●			健康支援課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
13	産婦健康診査	産後概ね 1 か月の間に健診を受診し、身体的機能の回復を確認するとともに、産後うつの予防や新生児への虐待予防を図ります。			●			健康支援課
14	B 型・C 型肝炎ウイルス検査	40 歳を対象に、B 型・C 型肝炎ウイルス検査を無料で受けられるような体制を整え、健康被害の回避、症状の軽減、又は進行の遅延を図ります。			●	●		健康支援課
15	新生児聴覚検査	新生児期に聴覚検査を受け、異常の早期発見・早期治療・療育へとつながるよう支援します。	●					健康支援課
16	就学児・児童・生徒の各種健康診断	就学予定者・児童・生徒及び保護者が健康に対する認識と関心を深めるため、就学予定者・児童・生徒の心身の状況を把握し、義務教育の円滑な実施を図ります。		●				学校教育課
17	結核検診	問診票調査及び内科検診を行い、精密検査該当者には受診を案内します。		●				学校教育課
18	園児内科健診	幼稚園は年 1 回、保育園は年 2 回、内科健診を実施します。	●					子育て支援課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025）年度	目標値 令和 18（2036）年度
1	特定健診の受診率 （特定健診等データ管理システム「特定健診・特定保健指導進捗・実績管理表」）	国保加入者 （40～74 歳）	38.2%※	60.0%
2	特定保健指導の実施率 （特定健診等データ管理システム「特定健診・特定保健指導進捗・実績管理表」）	国保加入者 （40～74 歳）	21.1%※	60.0%
3	胃がん検診の受診率 （町成果表）	40 歳以上	7.9%	8.8%
4	肺がん検診の受診率 （町成果表）	40 歳以上	12.5%	13.0%
5	大腸がん検診の受診率 （町成果表）	40 歳以上	15.4%	15.9%
6	子宮頸がん検診の受診率 （町成果表）	20 歳以上 女性	18.4%	20.0%
7	乳がん検診の受診率 （町成果表）	40 歳以上 女性	16.0%	20.0%

※令和 6（2024）年度の数値

第 2 節　栄養・食生活（食育推進計画）

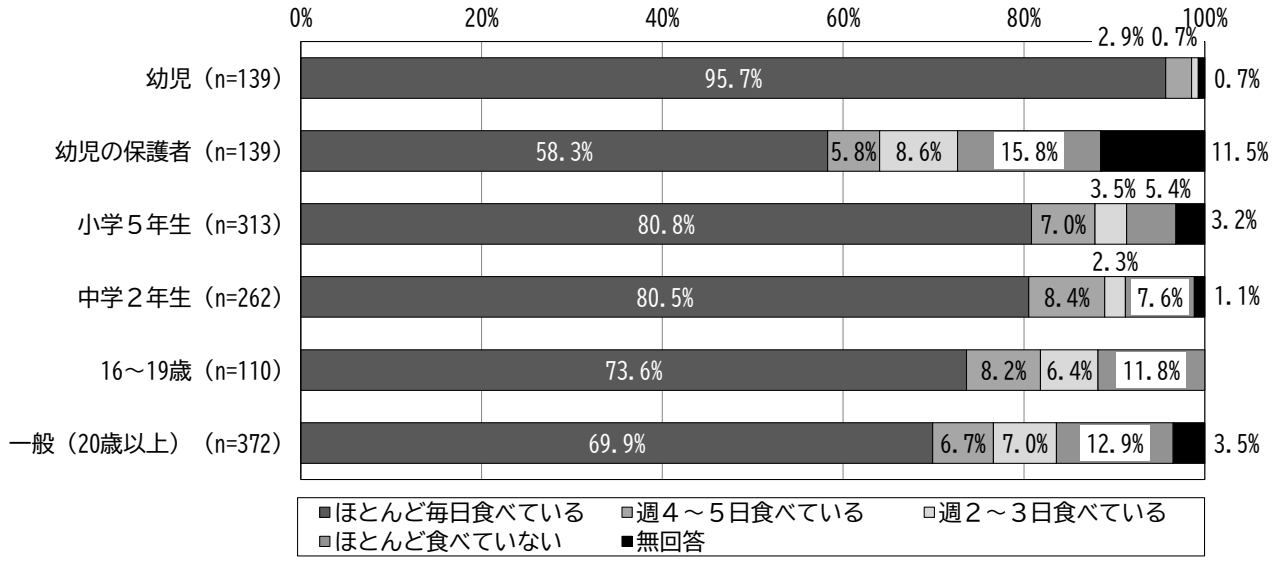
目標 1：健康的な食習慣を実践しよう

食は命の源であり、生涯にわたって健康づくりの基礎となる大切なものです。食育はこどもから大人まで、生涯を通じて取り組むことが重要です。日々の食習慣を大切にし、バランスのよい食生活を実践することが、健やかな成長や適正体重の維持、生活習慣病の予防につながります。

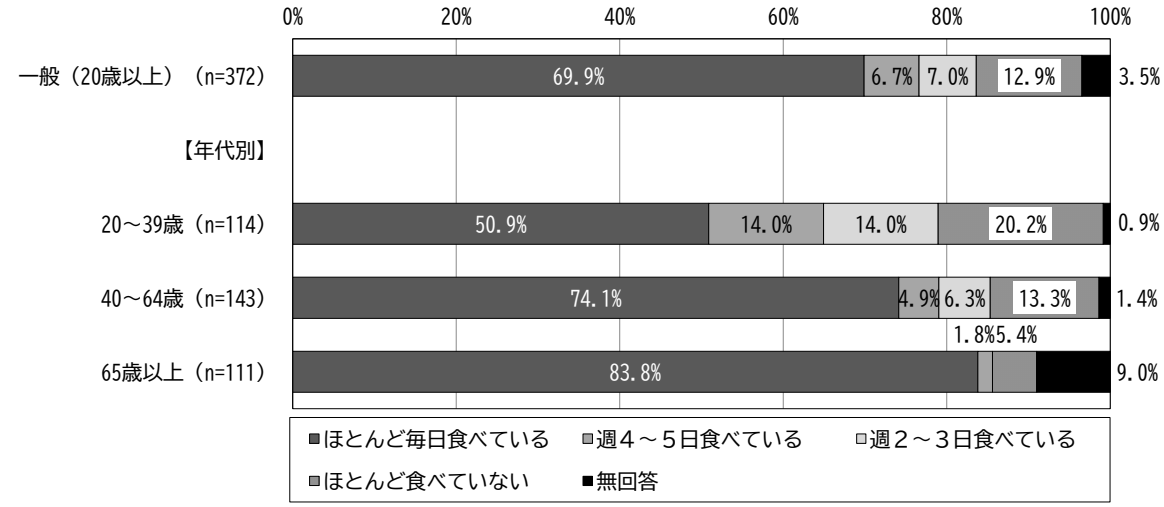
【現　状】

・アンケートによると、朝食の摂取状況は「ほとんど毎日食べている」が幼児では 9 割を超えていますが、年齢が上がるにつれ減少しています。週 4 日以上朝食を食べていない人（「週 2～3 日食べている」人と「ほとんど食べていない」人の計）の割合は、幼児の保護者で 24.4%、16～19 歳で 18.2%、さらに 20～39 歳では 34.2%と高い割合を占めています。
・アンケートによると、朝食を食べない理由としては小学 5 年生及び 16～19 歳、20 歳以上が「時間がない」、中学 2 年生が「食欲がない」が最も多くなっています。
・アンケートによると、主食・主菜・副菜の 3 つを 1 日に 2 回以上食べている人は年齢が上がるにつれ減少しており、成人では 4 割にとどまっています。また、野菜を主な材料とした料理は、概ね 6 割強の方が 1 日に 1～2 皿しか食べていません。
・アンケートによると、食生活について気をつけていることは、「野菜を食べる」が 55.1%と最も多く、「塩分を控えめにする」は 31.2%となっています。

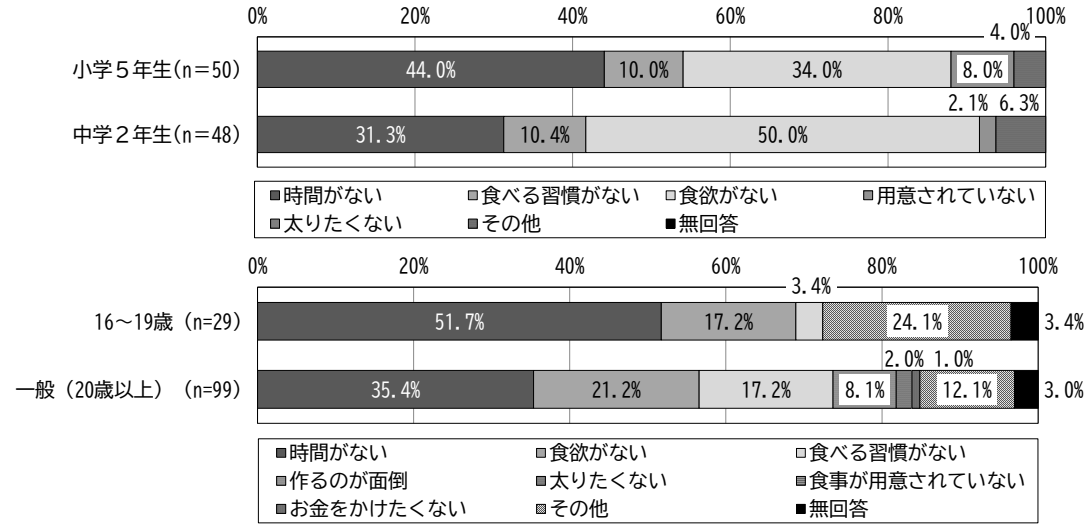
■朝食の摂取状況



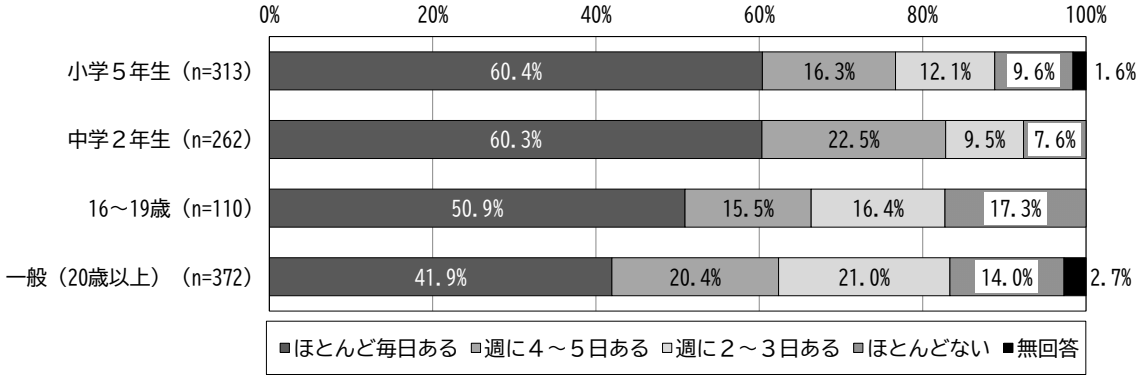
■朝食の摂取状況（20 歳以上）



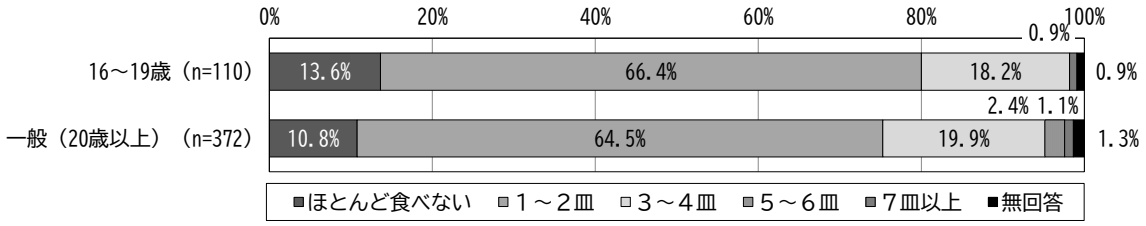
■朝食を食べない理由



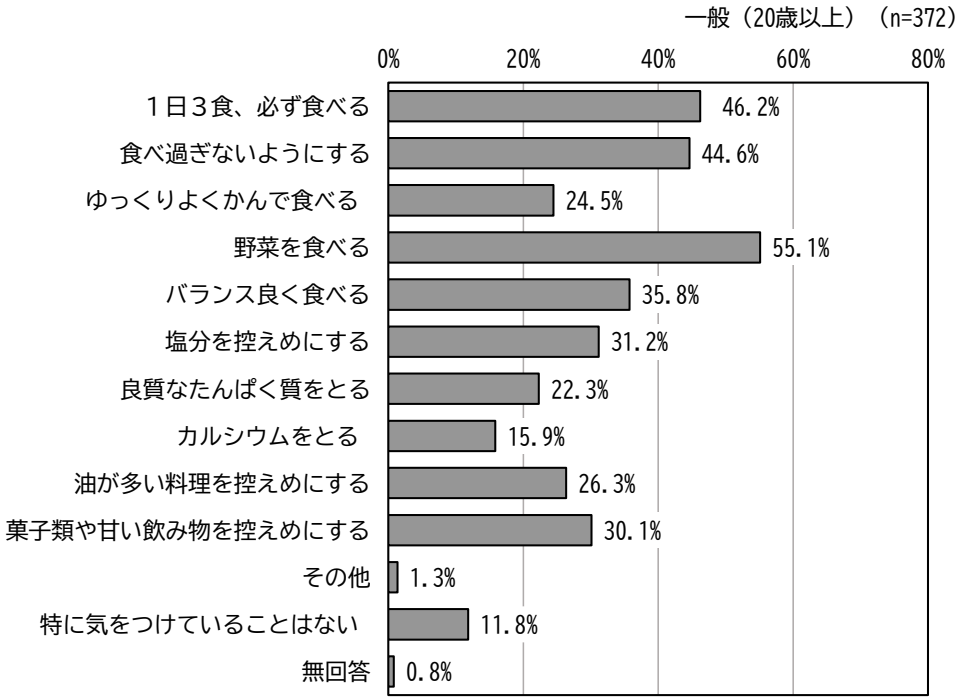
■主食・主菜・副菜の 3 つを 1 日に 2 回以上食べているか



■野菜を主な材料とした料理を１日に何皿食べているか



■食生活で気を付けていること



【課　題】

・若い世代を中心に、朝食を食べることの重要性を周知していく必要があります。
・栄養バランスに関する正しい知識の普及と、実践につながる支援が求められます。
・食塩の取りすぎは全国的な健康課題であり、高血圧などのリスクを高めることから、減塩の普及・啓発が必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・３食の食事を大切にする等、生活リズムを身につける運動を推進します。
・身近な人や親しい仲間と健康的な食生活について話します。
・グループ活動等を通じ、バランスのよい食生活について学ぶ機会を作ります。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムをつくります。
学童・思春期 （6～19 歳）	・「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムをつくります。 ・バランスの良い食事をとり、正しい食習慣を身につけます。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳）	・生活リズムを整え、毎日朝食をとります。 ・主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を楽しみます。 ・塩分の取りすぎに注意します。
高齢期 （65 歳以上）	・主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を楽しみます。 ・低栄養に注意し、フレイル※を予防します。 ・塩分の取りすぎに注意します。

※フレイル：年齢とともに体や心の働き、社会とのつながりが弱くなった、健康と介護が必要な状態（要介護）の間の状態（虚弱）のこと。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	学校給食の試食会	各小学校の保護者を対象とし、普段子ども達が食べている給食が、どのように作られているか調理現場を見学したり、パネルを使った機器の説明をしたり、調理器具を使った体験などを行い最後に出来上がった給食を試食してもらいます。			●	●		教育総務課（学校給食センター）
2	給食集会（保育園）	子ども達に食事の際のマナーや、好き嫌いを減らして何でも食べる事等、食事をすることの楽しさ・大切さについて栄養士が指導します。	●					子育て支援課
3	保護者への啓発（保育園）	玄関に給食やおやつの見本を展示したり、レシピを用意したりします。 郷土料理を毎月提供するなど、保護者の方にも保育園の給食やおやつに関心をもってもらうような働きかけをします。			●			子育て支援課
4	保護者への啓発（幼稚園）	朝食を欠かす家庭への啓発や園児への指導・投げかけを行います。毎月発行している園だより等で園児の具体的な姿を紹介し、朝食をとる大切さを知らせます。園で栽培している野菜を収穫した際に、調理方法をお知らせするなど、保護者への食育の推進を図ります。			●			子育て支援課
5	健康教育	小学 6 年生を対象に、食生活・生活リズム・たばこ・アルコールなどの内容を包括した健康教育を町立小学校全校で実施します。		●				健康支援課
6	食事相談	管理栄養士が食事についての相談（面接、電話）を受けます。	●	●	●	●	●	健康支援課
7	離乳食教室	講話や調理のデモンストレーション、試食（保護者のみ）を通じ、離乳食について学ぶ機会を提供します。	●					健康支援課
8	生活習慣病予防の料理教室	成人を対象に、管理栄養士が生活習慣病予防の講義と調理実習を実施します。			●	●	●	健康支援課
9	食事バランス教室	生活習慣病と食生活との関係について学ぶ機会を提供し、生活習慣改善の意識付けをして健康づくりへの関心を高めます。			●	●	●	健康支援課
10	杉戸町食生活改善推進員協議会による料理教室	杉戸町食生活改善推進員協議会が、食生活改善を目的とした料理教室を実施します。			●	●	●	健康支援課
11	ママパパ教室（栄養）	妊娠週数 13 週以降の初妊婦とそのパートナーを対象に、管理栄養士が講師となり、妊娠中の食生活や栄養について学ぶ場を提供します。			●			健康支援課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	朝食を欠食する（週 4 回以上）若い世代の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	8.9%	0.0%
		中学 2 年生	9.9%	0.0%
		16～19 歳	18.2%	減少
		20～39 歳	34.2%	減少
2	主食・主菜・副菜を 3 つそろえて食べることが 1 日 2 回以上ある人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	60.4%	70.0%
		中学 2 年生	60.3%	70.0%
		16～19 歳	50.9%	60.0%
		20 歳以上	41.9%	50.0%
3	1 日 3 皿以上野菜料理を食べる人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	16～19 歳	19.1%	30.0%
		20 歳以上	23.4%	30.0%
4	塩分を控えめにするよう気をつけている人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	31.2%	増加

目標 2：食への関心を高めよう

家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図ることは、食育の原点であり、『共食』を通じて、食の楽しさを実感するだけでなく、健全な食生活の習得において、大変重要となります。

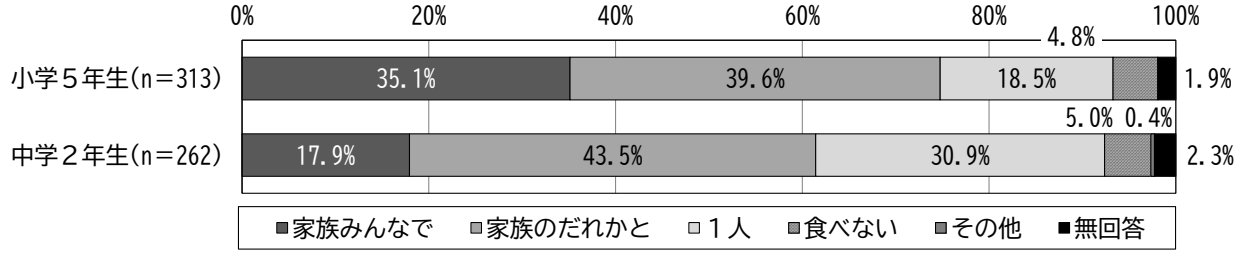
食料の生産から消費等に至るまでの食の循環を一人ひとりが意識し、地産地消の推進や、フードロスの削減に取り組むことも、食育のみならず環境保護の観点からも極めて大切です。

また、地域の食文化や郷土料理の伝承など日本の食分野への理解や、災害対応としての非常食や備蓄食料の準備をすることも、食育という視点で重要となっています。

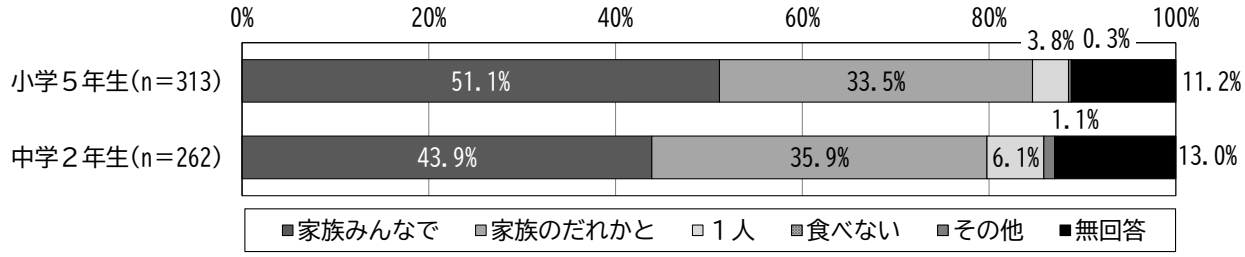
【現　状】

・アンケートによると、朝食を 1 人で食べている子どもは中学 2 年生では 3 割に及び、小学 5 年生でも約 2 割となっています。一方、夕食では 8 割以上が家族と一緒に食べています。
・アンケートによると、地元の食材・特産物の購買状況ですが、「積極的に買う」が 3 割ほどです。
・アンケートによると、食育に関心を持っている人の割合は約半数にとどまっています。女性に比べて男性は関心が低い傾向にあります。
・アンケートによると、「食育に関心がある」と回答した人の、関心がある具体的な内容は、「栄養バランス」が 7 割以上、次いで「食品の安全性」、「家族や仲間と食事を楽しむこと」、「規則正しい食生活」、「食べ残し・食品の廃棄」が 5 割以上と高い関心があります。

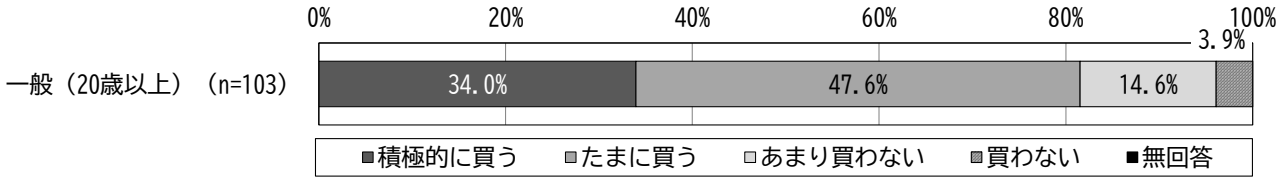
■共食の状況（朝食）



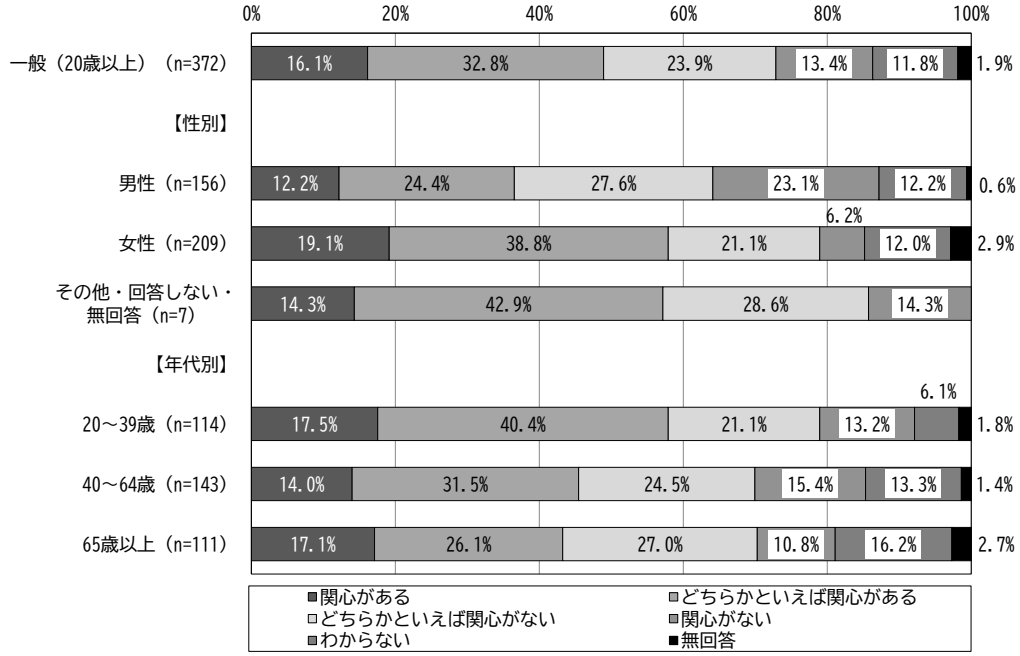
■共食の状況（夕食）



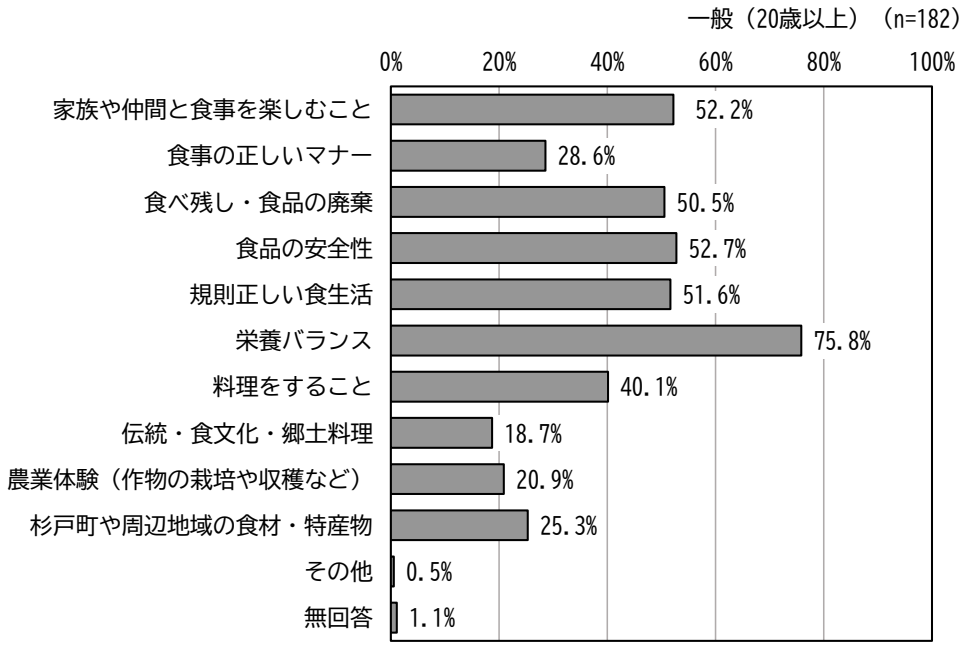
■杉戸町や周辺地域の食材・特産品の購買状況



■「食育」への関心



■食育について関心がある内容



【課　題】

・家族と食事をすることは、食事を楽しむことや食事のマナー等を身につけるために、とても重要であるため、家族そろっての食事を心がける必要があります。
・子どもだけでなく、大人を対象とした食育を推進する必要があります。
・フードマイレージ（食料の輸送距離）等の視点から地元産食材をＰＲし、地産地消を推進する取組を進めるとともに、食育への関心を高める施策の展開が必要です。
・食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践すること、また、食を通じた社会交流や、食を支える環境問題など、食育の幅広い分野について様々な体験の機会の提供や、知識・情報の普及に努めることが必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・地域の人と一緒に食事をする機会をつくり、食の楽しさや大切さを共有します。
・食品ロスの削減や、地産地消を推進します。
・農業に親しむ機会を提供します。
・地域で食文化や郷土料理を伝承します。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・家族や友人と一緒に食事を楽しみ、豊かなこころを育みます。
学童・思春期 （6～19 歳）	・家族や友人と一緒に食卓を囲んでコミュニケーションを図り、食事の楽しさを実感します。 ・野菜に興味が持てるよう、野菜を育てたり、触れたり、味わう体験をします。 ・生産者と関わる機会をつくり、食や生産者への感謝の心を持ちます。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳）	・家族や友人と一緒に食事をして、食べる楽しさを実感します。 ・地元産の農産物を積極的に購入します。 ・食の安全をはじめとする食に関する知識を深めます。 ・災害に備え、非常食や備蓄食料を用意します。
高齢期 （65 歳以上）	・家族や友人と一緒に食事をして、食べる楽しさを実感します。 ・地元産の農産物を積極的に購入します。 ・食の安全をはじめとする食に関する知識を深めます。 ・災害に備え、非常食や備蓄食料を用意します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	給食ｄｅ〇〇県を知ろう(県の事業)	毎月 19 日前後を「食育の日」とし、各都道府県の郷土料理を給食に提供するとともに、給食だよりや放送用資料で紹介し、食文化などへの興味関心を促します。		●				教育総務課（学校給食センター）
2	杉戸町産の食材紹介	給食だよりに、給食で使用された杉戸町産の食材を紹介します。食材の写真や収穫場所、品種、栄養面などを記載することで地場産物への理解や情報発信をします。また、のぼり旗「学校給食畑」を作成し、農家さんへ掲示を依頼します。		●				教育総務課（学校給食センター）
3	食に関する情報提供（校内放送）	学校の給食時間を利用した放送用資料（約 190 回／年）を作成し、食に関する様々な情報を提供することで、楽しみながら学べる場を提供します。 また、小・中学校の「今日の給食」献立写真を町ホームページに掲載するなど、情報発信を行います。		●				教育総務課（学校給食センター）
4	食に関する情報提供（校内掲示）	町立の小学校 6 校及び中学校 2 校の掲示用スペースを利用し、クイズ形式の掲示物等で楽しみながら学べる場を提供します。		●				教育総務課（学校給食センター）
5	新生児誕生お祝い品贈呈事業	町の次世代を担う子どもの誕生を祝福するとともに、子育てに伴う経済的負担の軽減及び地産地消の推進を図るため、子どもの生まれた世帯に杉戸町産米を贈呈します。	●					子育て支援課
6	収穫した野菜を食べよう（幼稚園）	園内で野菜等を苗や種から育てることで、食に関する意識を高めます。また、自分たちで収穫した野菜を使った料理を食すことを通して、友達と共食する楽しさを味わわせ、食育の推進を図ります。	●					子育て支援課
7	収穫体験（幼稚園・保育園）	自然（土の匂い、水の冷たさ、植物の感触など）を全身で感じる機会を契機とし、豊かな感性を助長します。また、畑から食物が成り立つ根源を学び、食べ物の大切さや農家の方への感謝の気持ちを育てます。	●					子育て支援課
8	クッキング保育（保育園）	素材の食べ物について理解を深めることをはじめ、季節の食材を使用した給食の提供や行事食を通じた食文化の継承など、多種多様な事業を通じて食育の推進を図ります。（カレー・スイートポテト・団子作りなど）	●					子育て支援課
9	食農教育（みどりの学校ファームとの関連を図る）	米作りや野菜作りなどの農業体験や、自分で育てた野菜等を使った調理（家庭科や総合的な学習の時間の授業を活用して実施）などを通して、生命や自然、環境や食物などに対する理解を深めるとともに、情操や生きる力を育みます。		●				学校教育課
10	杉戸産農産物利用店認定事業	杉戸産の農産物を取り扱う、加工所・飲食店・直売所等を利用店として登録することで、事業者には地域農産物のより一層の活用、町民には地域農産物への興味関心を高めます。	●	●	●	●	●	産業振興課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
11	夏休み親子3R推進講座	ごみの現状と減量化・再資源化について親子で学ぶ講義形式の講座を開催します。また、食品ロスの減少や、省エネの意識向上につながる講習も併せて開催します。		●	●	●		環境課
12	ゴーヤ等によるグリーンカーテン（壁面緑化）	児童と支援員が、花壇やプランターにゴーヤ等を苗から育て、実ったゴーヤ等を保護者へ配布し、家庭で食します。支援員から児童へ野菜を育てることや食べ物の大切さを伝えます。		●				教育総務課（放課後児童クラブ）
13	学校給食等地場野菜等利用推進	小中学校の給食および町立保育園の給食に地場産米や野菜を利用し、生産者を紹介することで、児童・生徒に食べ物の生産者や流通、食品ロスへの意識を啓発します。		●				産業振興課
14	防災備蓄品の提供	災害用に備蓄している食品を関係機関及び団体に配付します。（賞味期限が近づいているものがある場合に限る）	●	●	●	●	●	危機管理課
15	ハザードマップによる防災備蓄品に関する情報提供	洪水ハザードマップの情報面に掲載された防災備蓄（食品含む）に関する内容を活用し、啓発活動を行います。	●	●	●	●	●	危機管理課
16	食育推進講演（講習）会	食育の周知と普及を目的に、食育関係課と協力し、食の専門家を招いて講演や体験講座等を開催します。		●	●	●	●	健康支援課
17	食育レシピの配布	生活習慣病予防のレシピや町立保育園で人気の給食レシピなどを保健センター等で自由に持ち帰れるように設置するとともに、ホームページで公開します。	●	●	●	●	●	健康支援課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025）年度	目標値 令和 18（2036）年度
1	地域の食材等を「積極的に買う」人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	34.0%	増加
2	『食育』について「関心がある」人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	48.9%	増加
3	食べ残し・食品の廃棄に関心がある人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	50.5%	増加

第 3 節　身体活動・運動

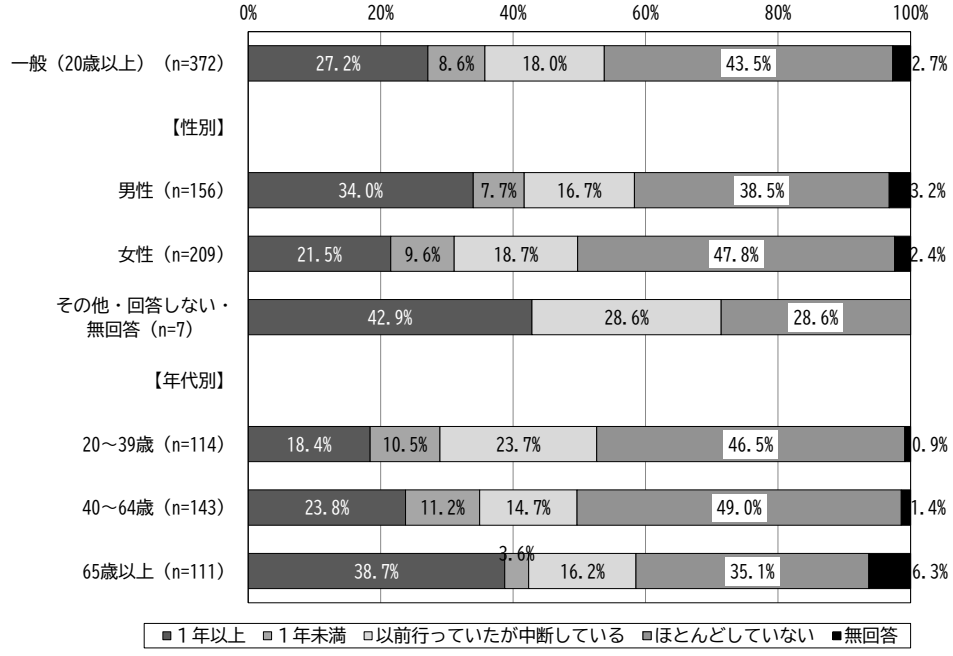
目標：からだを動かす習慣を身につけよう

適度な身体活動や運動は、健康の保持増進、生活習慣病予防、生活の質の向上、高齢者のフレイル予防などに大きな効果が期待できます。生涯を健康でいきいきと過ごすためには、こまめに身体を動かし、日常生活の中で自分にあった運動を楽しみながら行うことが大切です。

【現　状】

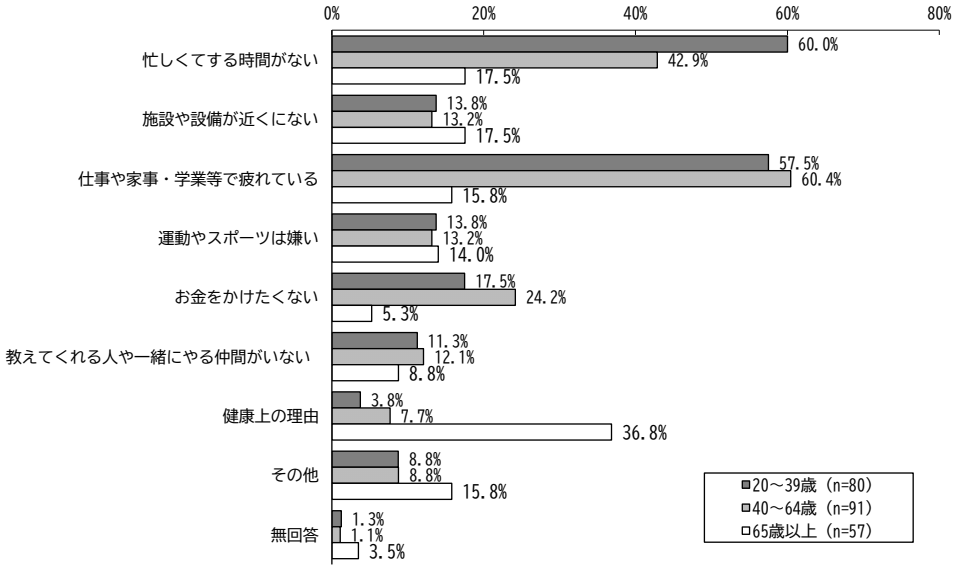
・アンケートによると、運動習慣（週 2 回、1 回 30 分以上、1 年以上続けている）のある方は、65 歳以上で 4 割弱、40～64 歳では 2 割強、20～39 歳は２割弱と、年齢が若いほど少なくなっています。
・アンケートによると、運動をほとんどしていない理由として、40～64 歳では「仕事や家事等で疲れている」が約 6 割となり、「忙しくてする時間がない」が 4 割以上となっています。
・アンケートによると、週 3 日以上授業以外で運動や体を動かす遊びをしている児童・生徒は、小学 5 年生で 6 割半を超え、中学 2 年生では 7 割以上となっています。
・アンケートによると、ロコモティブシンドローム※の認知度について、20 歳以上では 7 割近くの人が「言葉も意味も知らない」と回答しています。

■週に 2 回以上、1 回 30 分以上の運動の状況

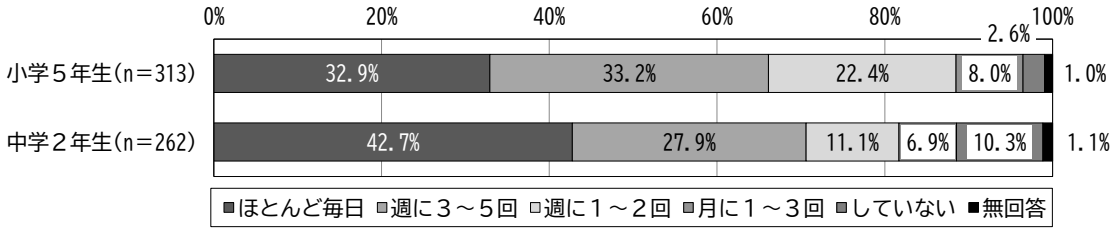


※ロコモティブシンドローム：骨や関節、筋肉などのからだが動く仕組み（運動器）が衰え、「立つ」「歩く」といった移動の力が弱くなること

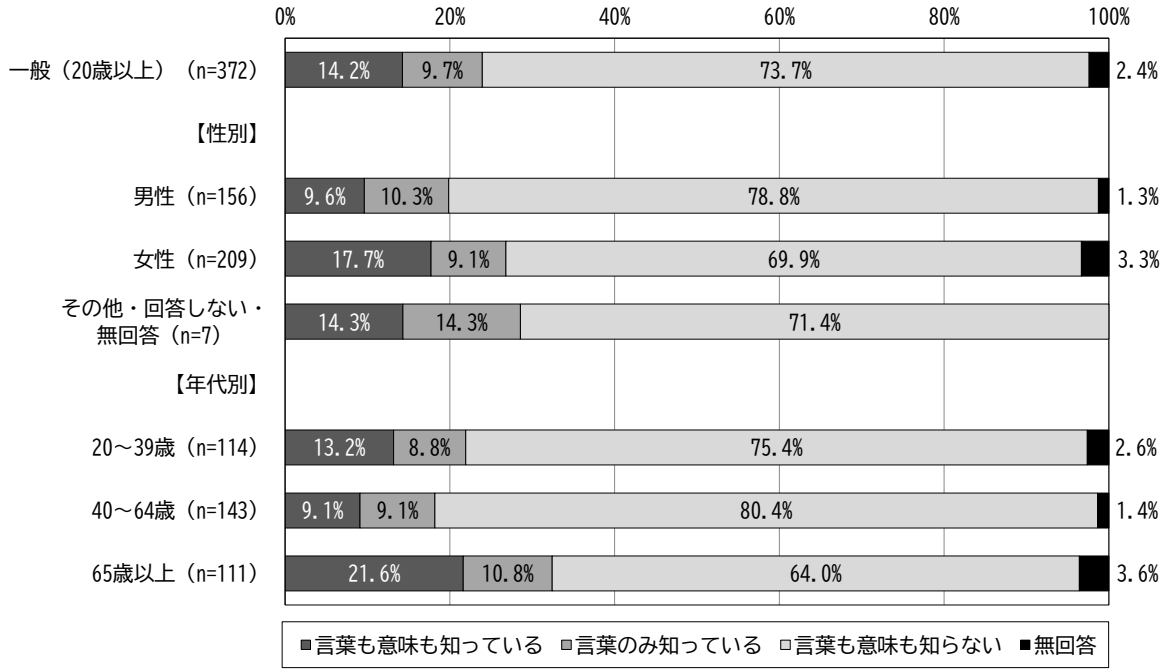
■運動をほとんどしていない理由



■授業以外で運動や体を動かす遊びをしている児童・生徒



■ロコモティブシンドロームの認知度



【課　題】

・気軽に運動やスポーツに親しむことができる機会や場の確保など、環境づくりを行う必要があります。
・運動習慣を持つことや適正な身体活動量を確保するため、実際に日常生活の中で歩く機会を増やす、自宅でできる簡単な運動から始めるなど、体を動かす時間を作ることが大切です。
・ロコモティブシンドロームについての正しい知識を得て、若い頃から適度に運動する習慣をつけていくことが大切です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・ウォーキングコースなど運動に関する情報を共有します。
・ラジオ体操など、運動の推進に積極的に取り組みます。
・町が開催する運動教室などの周知や参加を促します。
・からだを動かすレクリエーションや、スポーツに親しむ機会をつくります。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・普段から体を動かす遊びを積極的に取り入れます。
学童・思春期 （6～19 歳）	・地域のクラブや部活動など、興味や関心のあるスポーツを見つけてチャレンジしてみます。 ・日頃の生活の中で積極的に運動を楽しみます。
青年・成人期 （20～39 歳）	・歩く機会を増やす、なるべく階段を使うなど、日常生活の中で体を動かすことを意識し継続します。 ・ワークライフバランスを整え、日常生活の中での運動習慣を身につけます。 ・興味や関心のある運動を楽しみます。
壮年期 （40～64 歳）	・歩く機会を増やす、なるべく階段を使うなど、日常生活の中で体を動かすことを意識し継続します。 ・ワークライフバランスを整え、日常生活の中での運動習慣を身につけます。 ・興味や関心のある運動を楽しみます。
高齢期 （65 歳以上）	・自身の生活リズムを見直し、運動に取り組む時間を積極的に確保します。 ・町の事業などを利用して、介護予防や健康づくりに関心を持ちます。 ・「フレイル」や「ロコモティブシンドローム」等に注意し、自分に合った身体活動を行っていきます。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	介護予防体操教室	■まいにち体操教室 専門職による運動機能向上プログラムの実施に加え、栄養改善、口腔機能の講話を行います。 ■いきいきあっぷ体操教室 団体からの依頼により、公民館や自治会の集会所等へ介護予防サポーターを派遣し、介護予防教室の普及啓発を実施します。 ■げんき SUGI 体操 重さを変えられる重錘バンドを使った体操です。誰でも歩いて通える集会所等で住民自ら運営することで、体操をきっかけに地域でのつながりを作ります。					●	高齢介護課
2	ふるさと元気村	ふるさと元気村（町内在住の 60 歳以上の方が利用できる筋力トレーニングルーム）において、毎月事前講習会を実施し、マシンの利用方法やトレーニング方法等のアドバイスを行い、利用者の健康増進を図ります。					●	高齢介護課
3	スポーツ推進委員活動事業	杉戸町スポーツ推進委員連絡協議会主催。 ■レクリエーションスポーツフェア ■ファミリーバドミントン交流大会 ■モルック大会 健康の増進と生涯スポーツの推進を図ることを目的として、初心者でも楽しめるニュースポーツや軽スポーツの普及活動を行います。	●	●	●	●	●	社会教育課
4	生涯スポーツ推進事業	■杉戸町スポーツフェスティバル 町民憲章の精神に則り、全町民がスポーツに親しみ、健康な心身と連帯感を培い、町民意識の高揚を図ります。 ■杉戸町新春マラソン大会 生涯スポーツ推進事業の一環として、新しい年の幕開けと共にこの 1 年間の健康増進と体力向上に努め、心豊かな文化のまちづくりにつなげます。	●	●	●	●	●	社会教育課
5	障がい者スポーツ大会	地域交流とスポーツ体験等による健康スポーツの普及の場を提供します。 スタンプラリー形式で、パラ競技種目の「ボッチャ」や「ディスクゴルフ」、軽スポーツの「輪投げ」や「ダーツ」、「四面（よんめん）卓球」等を体験します。			●	●	●	社会教育課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
6	いきいきふれあいスポーツ事業	ＮＰＯ法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ業務委託。 地域コミュニティの形成と生涯スポーツの推進を図り、魅力的な町づくりを目指すことを目的とします。 ■体力テスト 体力・運動能力調査。 ■親子で参加！スポフェス レクリエーションスポーツ等の体験ブースをスタンプラリー形式で楽しむイベントです。 ■杉戸宿ウオーク（秋） 地域を周遊するウオーキングコースを秋の景色や自然を観察しながら、みんなでゴールを目指すイベントです。	●	●	●	●	●	社会教育課
7	まち歩き	杉戸宿案内人の会によるまち歩きの実施に協力します。			●	●	●	産業振興課
8	埼玉県コバトン ALKOO マイレージ	専用のスマートフォンアプリ（コバトン ALKOO マイレージ）を使って、楽しみながらウォーキングをして健康づくりを進められるよう支援します。			●	●	●	健康支援課
9	健康スポーツ等指導事業	ＮＰＯ法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ業務委託。 ■健康体操教室　■ヨガ・ストレッチ教室 ■ボッチャ・卓球教室 ■フロアカーリング教室 ■スポーツ吹矢初心者教室 ■ノルディックウオーキング講習会 杉戸町ふれあいセンターエコ・スポいずみをメイン会場として、町民が健康増進に努めるうえで、より継続的かつ効果的に取り組めるよう、スポーツ活動や文化活動をとおして、健康維持や引きこもりの解消、地域コミュニティを推進し地域を元気にすることを目的とします。				●	●	社会教育課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	授業以外で運動や体を動かす遊びを週 3 回以上している児童・生徒の割合を増やす（健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	66.1%	増加
		中学 2 年生	70.6%	増加
2	週 2 回以上、1 回 30 分以上の運動を 1 年以上継続している人の割合を増やす（健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	27.2%	増加

第 4 節　休養・こころの健康

※この分野では、こころの健康の維持・向上を目的とした取組について、「第 5 章　自殺対策計画の取組」（P.99～）と連携して進めます。

目標：十分な休養やストレスの解消でこころの健康を保とう

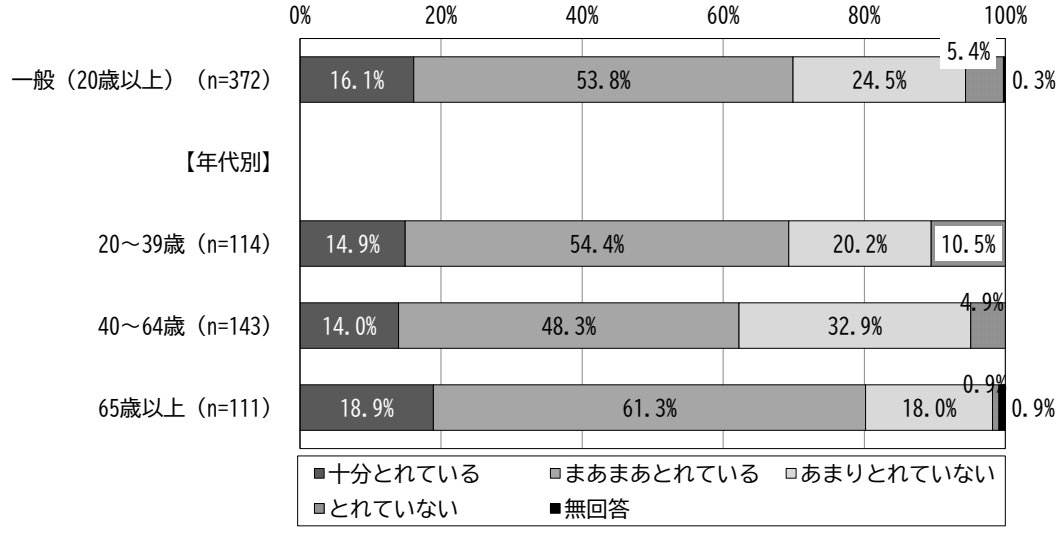
町民一人ひとりが心身の健康状態に気づき、十分な睡眠や休養を取ることが健康のために欠かせない要素となっています。

また、ストレスや疲労からの回復には趣味や楽しみを持ち、自分に合った方法で心身をリフレッシュすることが重要です。

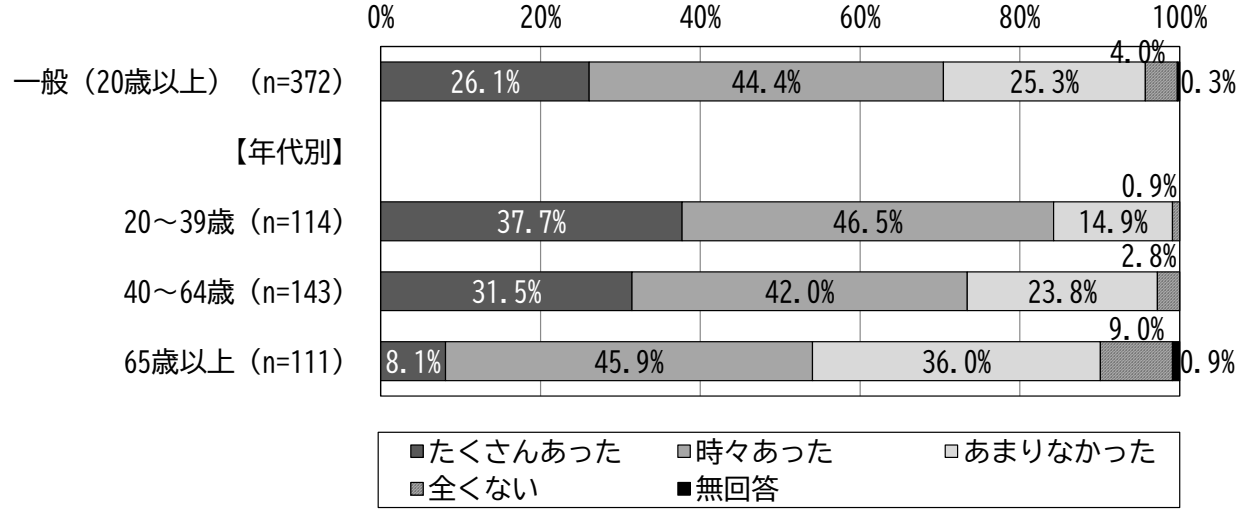
【現　状】

・アンケートによると、睡眠による休養を「とれていない」「あまりとれていない」と回答した者の合計は、40～64 歳の壮年期で 37.8%と最も高くなっています。
・アンケートによると、この 1 か月間での不満や悩み、ストレスを感じた状況において、20～39 歳では 84.2%、40～64 歳では 73.5%の人がストレスを感じています。
・アンケートによると、ストレスや悩みがあるときの相談相手について、「いない」という回答は一般で 18.5%ですが、女性よりも男性が多くなっています。

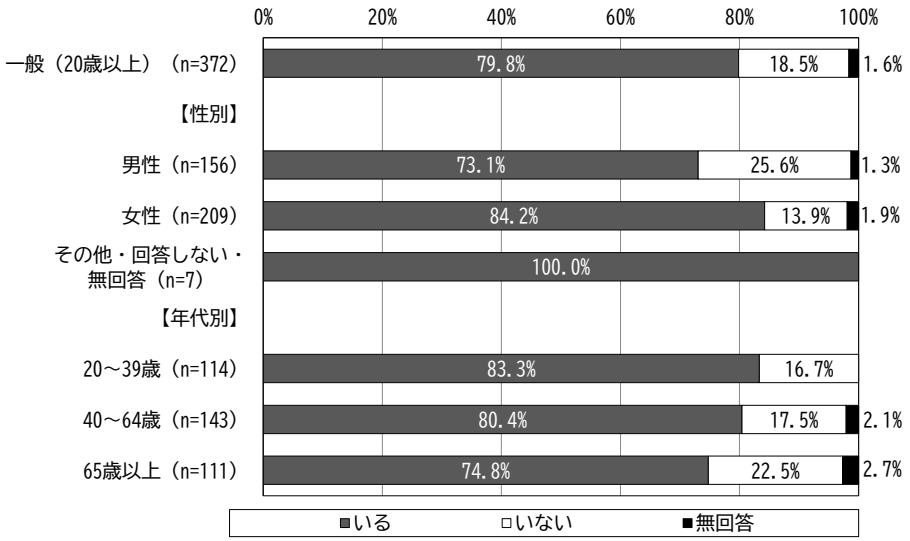
■睡眠による休養を十分に取れているか



■過去１か月間に不満や悩み、ストレスを感じることがあったか



■悩み事があるときに、相談できる人はいるか



【課　題】

・心身の健康を保つため、十分な睡眠と休養をとることの重要性を周知啓発していく必要があります。
・ストレスと上手に付き合うため、休養やストレス等に関する知識について周知啓発していく必要があります。
・身近に悩んでいる人がいたら早めに気づき、声をかける事が重要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・睡眠に関する正しい知識の周知啓発に地域で取組みます。
・相談窓口の普及啓発に地域で取組みます。
・身近に悩んでいる人のサインに早めに気づき、相談窓口につなぎます。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・テレビ・スマートフォン等の時間を決めて、上手に活用します。 ・十分な睡眠をとり、規則正しい生活リズムをつくります。
学童・思春期 （6～19 歳）	・テレビ・スマートフォン・ゲーム等の利用は、家庭でルールを決めて、上手に活用します。 ・悩んだ時には、一人で抱えず、周囲や相談窓口に相談します。 ・早寝早起きをし、生活リズムを整えます。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳）	・意識的に時間をつくり、十分な休養・睡眠をとります。 ・自分に合ったストレス解消の方法を見つけます。 ・悩んだ時には、一人で抱えず、周囲や相談窓口に相談します。 ・地域活動等を通して、地域の人とつながりを持ちます。
高齢期 （65 歳以上）	・昼寝は短時間（20～30 分程度）にとどめ、夜の睡眠に影響を与えないようにします。 ・趣味や娯楽などの活動も充実させて、心身のリラックスを心がけます。 ・悩んだ時には、一人で抱えず、周囲や相談窓口に相談します。 ・介護予防や健康づくりを通して、地域の人とつながりを持ちます。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	地域包括支援センター総合相談支援業務	高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう、高齢者やそのご家族が抱える問題に対し、身近な相談窓口として一体的に対応します。地域における関係者や関連する機関とのネットワークを構築するとともに、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を支援します。					●	高齢介護課
2	心配ごと相談所の開設	民生委員の協力を得ながら、毎月1回心配ごと相談所を開設します。相談内容により適切な関係機関につないでいきます。	●	●	●	●	●	社会福祉協議会
3	支援体制の整備・充実	DV 被害者の保護と自立への支援のため、庁内関係各課をはじめ関係機関（東部中央福祉事務所、越谷児童相談所、杉戸警察署など）との連携を図り支援体制を充実させます。		●	●	●	●	人権・男女共同参画推進課
4	女性相談窓口の充実	夫・パートナーからの暴力などの女性の悩み全般について、カウンセラー等による女性相談窓口の充実に努めます。 また、町内主要店舗、施設等に女性相談窓口案内カードを設置し、周知します。		●	●	●	●	人権・男女共同参画推進課
5	障がい者の困りごと相談会	障がいのある方の身近な相談の場として、「障がい者の困りごと相談会」を実施していきます。	●	●	●	●	●	福祉課
6	こころのサポーター養成講習	こころの健康やメンタルヘルス不調に関する理解を深め、地域全体で支え合う基盤を構築することを目的に、住民向けの養成講習を実施します。		●	●	●	●	福祉課 健康支援課
7	ゲートキーパー養成講習	自殺の危険性が高い人の早期発見・早期対応を図ることを目的とし、職員向け及び住民向けのゲートキーパー養成講習を実施します。		●	●	●	●	健康支援課
8	メンタルヘルス講演会	精神疾患への理解やメンタルヘルスの向上により、自殺予防に関する意識を高めるために、一般住民を対象に講演会（ゲートキーパー研修と同時開催）を開催します。		●	●	●	●	健康支援課
9	産後ケア	生後4か月未満、又は出産後1年を経過していない母子に対して、心身のケアや育児のサポートを行うことにより、出産後も安心して子育てができる支援体制を確保します。			●			健康支援課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和7（2025）年度	目標値 令和18（2036）年度
1	睡眠で休養が十分に取れていない人の割合を減らす（健康づくりアンケート調査）	20歳以上	29.9%	減少
2	悩み事があるときに相談できる人の割合を増やす。（健康づくりアンケート調査）	20歳以上	79.8%	増加

第 5 節　歯・口腔の健康

目標：セルフケアと歯科検診で歯と口の健康を守ろう

歯と口腔の健康は、食物を咀嚼し栄養の吸収をよくするだけでなく、おいしく食事をとり会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送るために欠かせないものです。

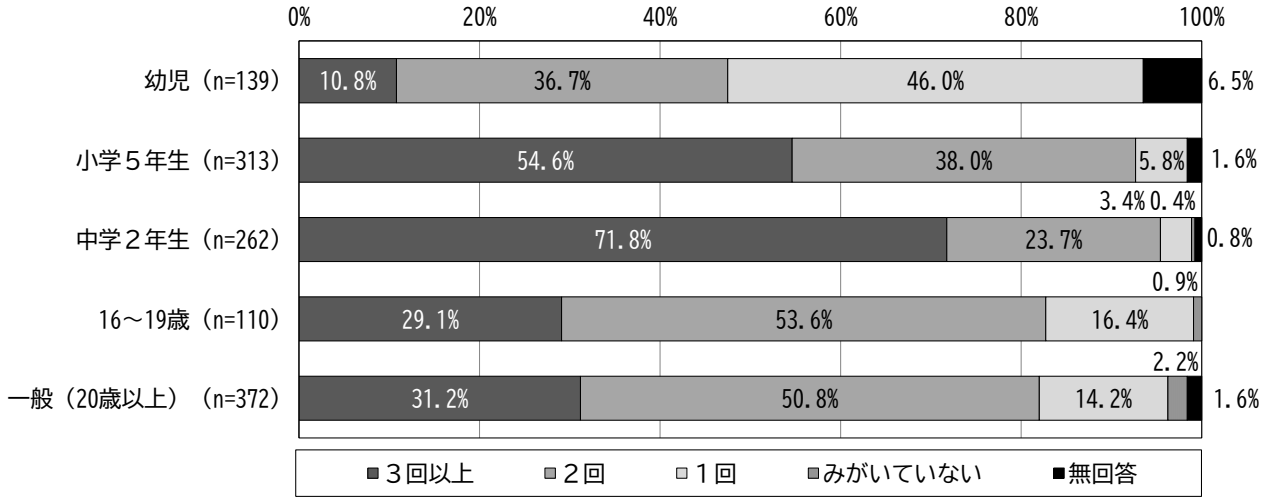
また、歯周病は、歯を失う原因となるだけでなく、糖尿病や心筋梗塞などの動脈硬化性疾患、呼吸器疾患や低体重児出産などの誘因となることがわかっていますが、歯周病は進行してから気づくことが多くなっています。

歯と口の健康を守るためには、歯みがきなど自分でできるお手入れ（セルフケア）と、定期的な歯科検診や歯科医による口腔ケア（プロフェッショナルケア）の両方を行うことが大切です。

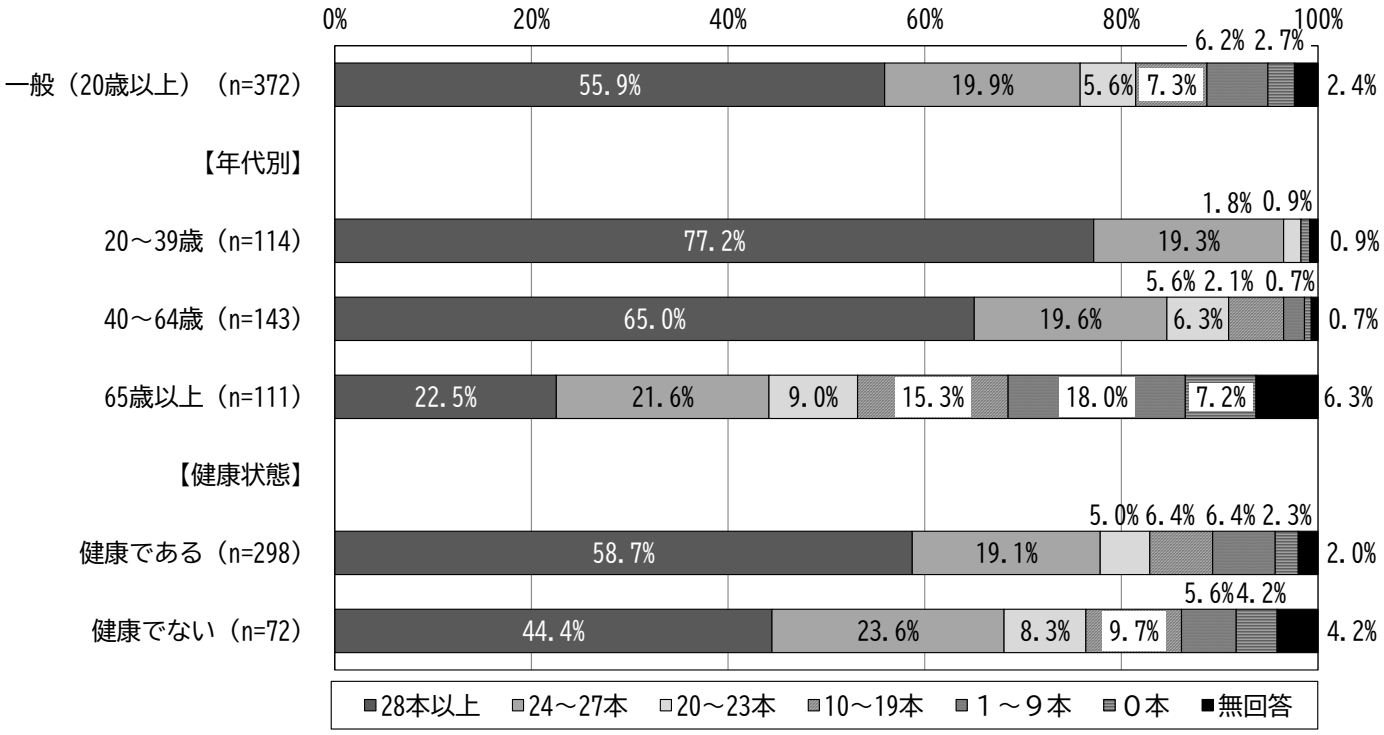
【現　状】

・町の 3 歳児、12 歳児でむし歯のない子の割合は令和 2 年度でそれぞれ 87.6%、79.0%でしたが、令和 7 年度では 92.4%、89.9%と着実に向上しています。（p.18④参照）
・アンケートによると、1 日の歯みがきの回数について、「2 回以上」と回答した人が、小中学生では 9 割以上、16～19 歳では 82.7%、20 歳以上では 82.0%となっています。
・アンケートによると、「現在残っている歯の本数（入れ歯等は除く）」について、年代が上がるにつれて歯の本数が少ない割合が高くなる傾向にあり、「20 本未満」は 65 歳以上で 40.5%と約 4 割となっています。なお、健康状態別にみると、「健康である」回答者は「20 本以上」が 77.8%と、「健康ではない」回答者（68.0%）を 9.8 ポイント上回っています。
・アンケートによると、歯科検診の受診状況を年代別に見ると、40～64 歳で 5 割を切っています。

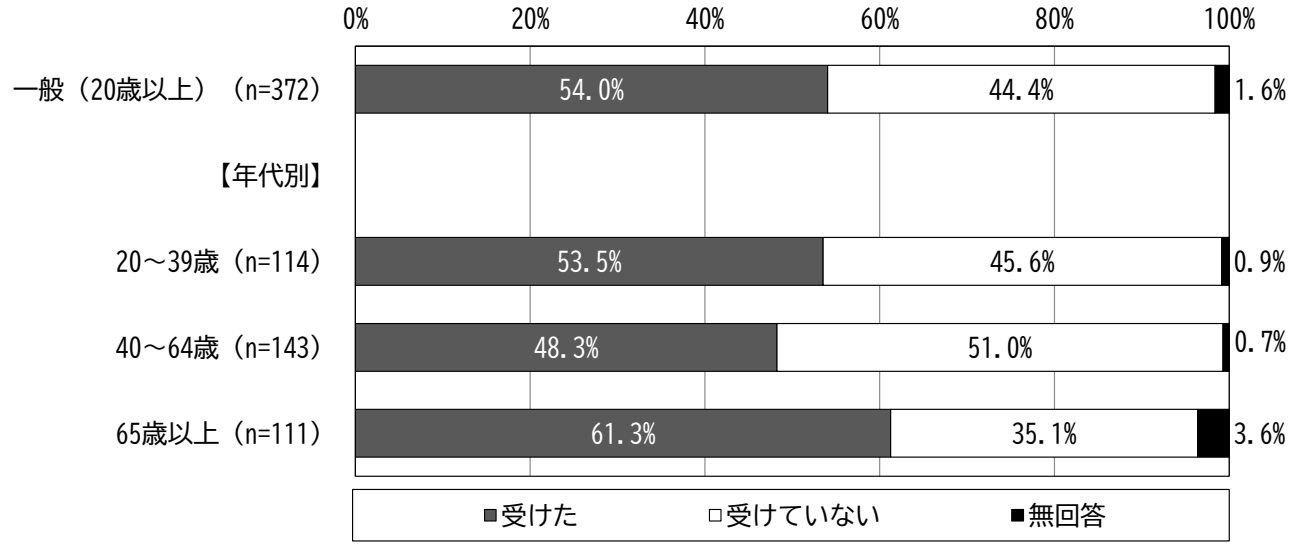
■1 日の歯みがき回数



■歯の本数



■歯科検診の受診状況



【課　題】

・歯みがき方法など、自分でできる正しい口腔ケアを普及していくことが必要です。
・歯の健康を保つため、定期的に受診し、むし歯や歯周疾患等の早期発見、早期治療に取り組むことが必要です。
・高齢期の口腔機能の維持・向上を図るため、介護予防事業と連携して効果的に取り組みを推進することが必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・歯と口腔の知識の普及啓発に協力します。
・定期的な歯科医療機関への受診をすすめます。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・歯みがき習慣を身につけ、保護者が仕上げみがきを行います。 ・よく噛んで食べることや、むし歯リスクの低いおやつを取り入れて時間を決めて食べるなど、食習慣に気をつけます。 ・かかりつけの歯科医を持ち、定期的な歯科検診、フッ素塗布など継続的なむし歯予防を行います。
学童・思春期 （6～19 歳）	・よく噛んで食べることや毎食後の歯みがき習慣を身につけます。 ・歯科健診や予防指導を受け、むし歯は早期に治療します。 ・かかりつけの歯科医を持ち、定期的な歯科検診、フッ素塗布など継続的なむし歯予防を行います。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳）	・毎食後、適切に歯みがきをします。 ・ブラッシングに加え、歯間部清掃用具（糸ようじ、フロス）なども使用して、効果的な歯みがきを行います。 ・歯と歯ぐきの健康を保つため、自分の口腔内の観察を行います。 ・かかりつけの歯科医を持ち、定期的な歯科検診と早期治療を心がけます。
高齢期 （65 歳以上）	・毎食後、適切に歯みがきをします。 ・ブラッシングに加え、歯間部清掃用具（糸ようじ、フロス）なども使用して、効果的な歯みがきを行います。 ・歯と歯ぐきの健康を保つため、自分の口腔内の観察を行います。 ・かかりつけの歯科医を持ち、定期的な歯科検診と早期治療を心がけます。 ・義歯や残った歯のお手入れを適切に行います。 ・口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎※1 の予防に努めます。 ・日常生活でできる口のトレーニング等を行い、オーラルフレイル※2 を予防します。

※1 誤嚥性肺炎：食べ物や飲み物、唾液、胃からの逆流物が誤って気管や肺に入ることで発生する肺炎のこと。高齢者に多い。
※2 オーラルフレイル：噛む、飲み込む、話すといったお口の機能が衰えた状態のことで、健康と要介護の間にある「口の虚弱」を意味します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	歯みがき指導（幼稚園・保育園）	むし歯予防デーや保健集会などを通じて、正しい歯みがきの仕方や、咀嚼の重要性など、口腔の健康に関する正しい知識の啓発を図ります。また、毎年度、歯科健診実施します。	●					子育て支援課
2	歯科健診（1 歳 6 か月児、3 歳児）	乳幼児健診で、歯、歯茎、歯並び、噛み合わせの状態、粘膜の異常の有無などを診察、保護者への現状の説明、相談・指導を行います。	●					健康支援課
3	歯科保健指導	乳幼児健診で、歯科衛生士による幼児の口腔の発育発達に応じたむし歯予防についての保健指導、歯みがき指導を実施します。	●					健康支援課
4	ママパパ教室（歯科保健指導）	妊娠週数 13 週以降の初妊婦とそのパートナーを対象に、歯科衛生士による歯の健康についての講義、妊婦自身の歯の染出しを行い丁寧な歯みがき指導を行います。			●			健康支援課
5	妊婦歯科健康診査	母子手帳交付時に「妊婦歯科健康診査健診票」を交付し、歯科医師による歯科健康診査が無料で受診できる体制を整えます。			●			健康支援課
6	子育て講座	子育て講座「むし歯予防について」を開催し、歯科衛生士による乳幼児の歯科に関する講話や歯みがき指導を行います。	●					子育て支援課（子育て支援センター）
7	歯科健診（小中学校）	学校において歯科健診を行い、要治療者には受診を案内します。		●				学校教育課
8	まいにち体操教室（一般介護予防事業）	運動器機能を中心とした介護予防教室に、口腔機能向上（オーラルフレイル予防）プログラムを併せて実施することで、身体機能と口腔機能の双方からアプローチし、高齢者の健康寿命延伸と要介護状態への移行防止を目指します。					●	高齢介護課
9	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（口腔）	口腔フレイルリスク者を抽出し、保健師等が訪問等にて口腔機能向上のための保健指導・歯科健診の受診勧奨を行います。					●	町民課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	むし歯のない子ども（処置済みを除く）の割合を増やす （町データ）	3 歳	92.4%	増加
		12 歳	89.9%	増加
2	1 年以内に歯科検診を受けた人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	54.0%	65.0%以上

第 6 節　たばこ・アルコール

（1）たばこ

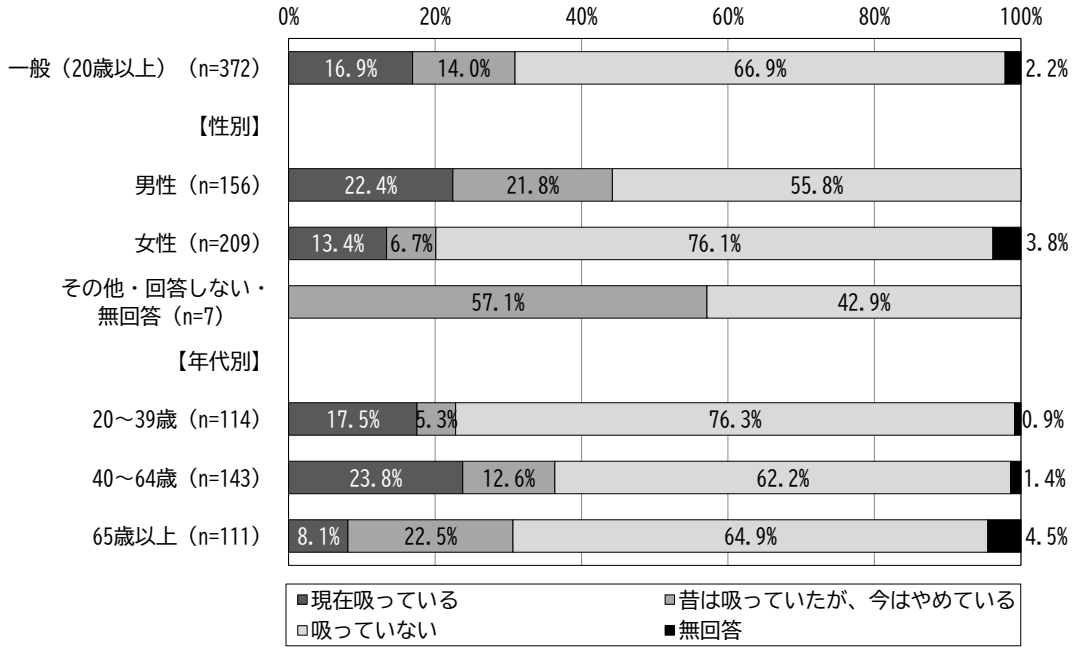
目標 1：たばこによる健康への影響を正しく理解し、行動しよう

喫煙や受動喫煙については、がんをはじめ、肺疾患、心臓病、脳血管疾患、口腔の疾患など様々な疾患のリスクが高まることが明らかになっています。

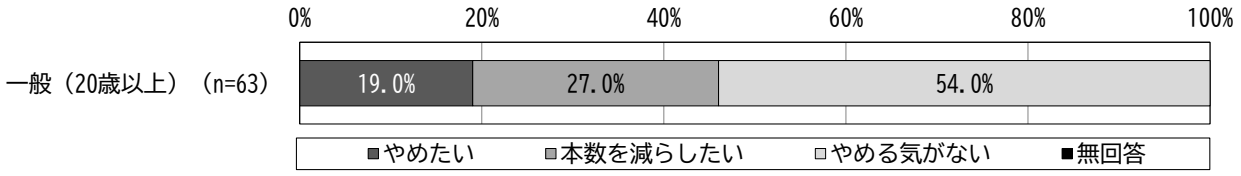
【現　状】

- 令和 6 年の国民健康・栄養調査報告によると成人の喫煙率は 14.8%で、令和 7 年度に町が行ったアンケートでは喫煙率が 16.9%と、全国的に比べやや高くなっています。
- アンケートによると、女性の喫煙率は令和 2 年では 5.6%でしたが、令和 7 年では 13.4%と大きく増加しています。
- アンケートによると、喫煙することについて「やめる気がない」が令和 2 年では 44.7%でしたが、令和 7 年では 54.0%と 10%近く増加しています。
- アンケートによると、大人になったらたばこを吸いたいと思う児童・生徒の割合が令和 2 年では、小学 5 年生が 1.4%、中学 2 年生が 0.6%でしたが、令和 7 年では、小学 5 年生が 0.6%、中学 2 年生では 2.7%と中学 2 年生で増加しています。
- アンケートによると、「『受動喫煙』ということばの認知度」については、9 割近くの人が「ことばも健康被害も知っている」と回答しています。

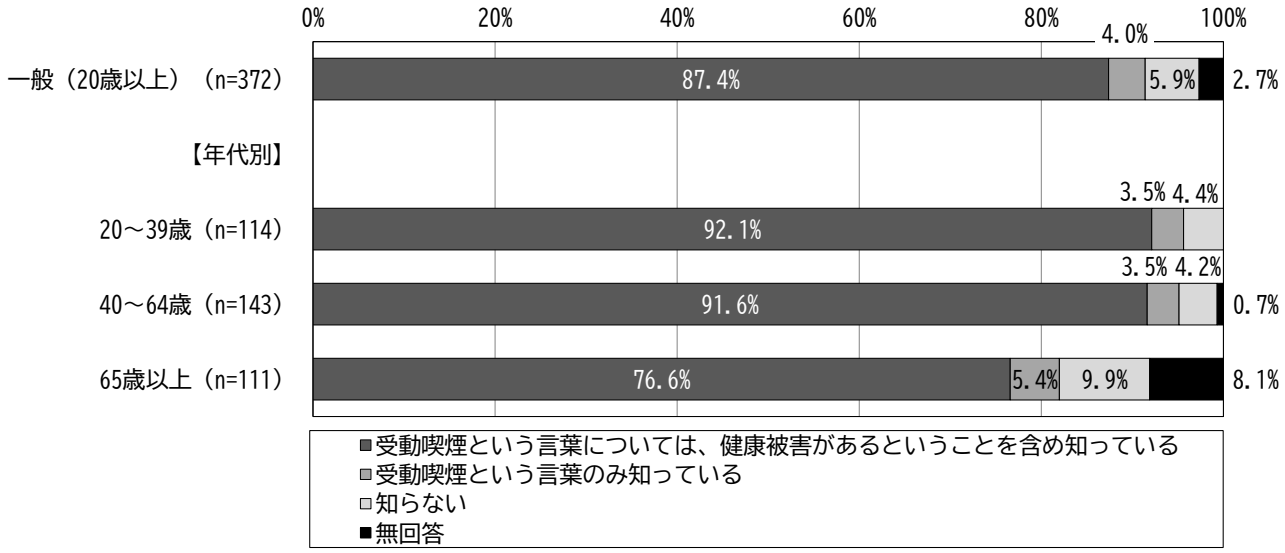
■喫煙の状況



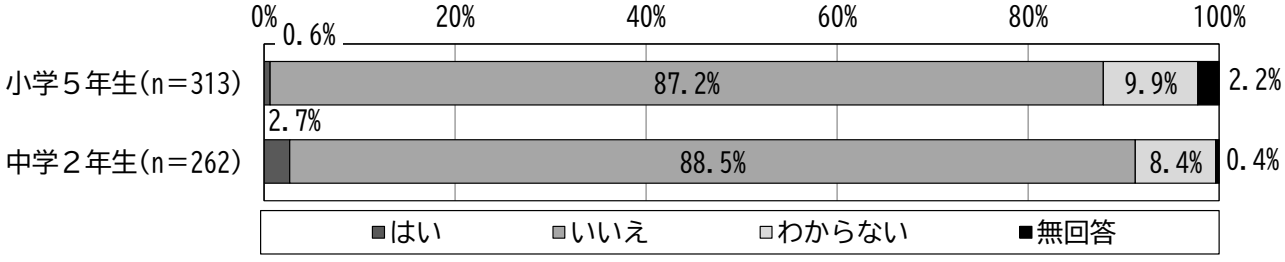
■喫煙することについて



■受動喫煙について



■大人になったらたばこを吸いたいか



【課　題】

・たばこの害に関する知識の普及、禁煙の指導、妊産婦の喫煙防止等を推進していくことが必要です。
・学校等において喫煙が健康に与える影響についての教育を積極的に行い、興味本位からの喫煙を抑える必要があります。
・喫煙者のマナーの徹底を求めると共に、受動喫煙防止について普及啓発に努めます。
・禁煙希望者が禁煙できるよう、禁煙治療などに関する情報提供を行う必要があります。

■地域・団体・関係機関等の取組

・地域や関係機関が連携し、喫煙を勧めたり喫煙できる環境を提供したりすることのないよう努めます。
・妊産婦やこどものそばで、たばこを吸わないように配慮します。
・公共施設等の敷地内禁煙を推進し、受動喫煙防止に努めます。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・保護者が、受動喫煙からこどもを守ります。
学童・思春期 （6～19 歳）	・喫煙が健康や成長にとって有害であることを正しく理解します。 ・たばこを吸いません。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳） 高齢期 （65 歳以上）	・たばこが健康に与える影響について理解し、安易に喫煙を始めないようにします。 ・喫煙者は、受動喫煙の害について理解し、受動喫煙が起きないよう、喫煙場所を守り、周囲の人に配慮するなど喫煙マナーを守ります。 ・喫煙者は禁煙に取り組みます。 ・妊娠中、授乳中はたばこを吸いません。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	健康教育	小学 6 年生を対象に、食生活・生活リズム・たばこ・アルコールなどの内容を包括した健康教育を町立小学校全校で実施します。		●				健康支援課
2	健康相談	保健師等が、喫煙の健康への影響について、正しい知識の普及啓発を行います。			●	●	●	健康支援課
3	特定保健指導	保健師や管理栄養士が、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、喫煙によるリスクの説明や禁煙のアドバイス等を行います。				●	●	町民課
4	受動喫煙防止等	受動喫煙防止や禁煙週間等について、ポスター掲示やホームページ掲載により、普及啓発を行います。	●	●	●	●	●	健康支援課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	喫煙者を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	16.9%	減少
2	大人になったらたばこを吸いたいと思う児童・生徒の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	0.6%	減少
		中学 2 年生	2.7%	減少
3	受動喫煙について言葉も健康被害も知っている人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	87.4%	90.0%

（2）アルコール

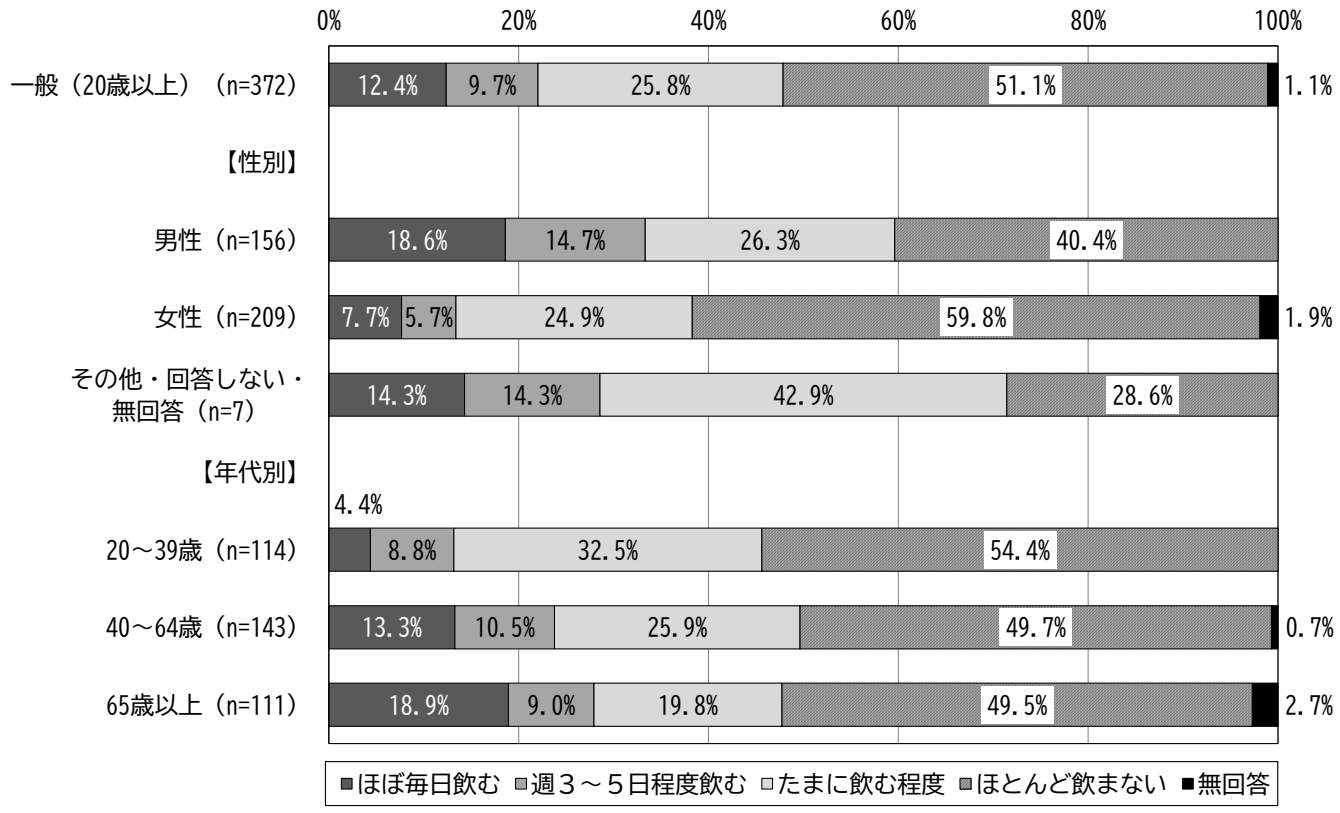
目標 2：生活習慣病のリスクを高める量の飲酒を減らそう

飲酒は、肝疾患、脳血管疾患、がん及びアルコール依存症などのリスクを高めると言われています。

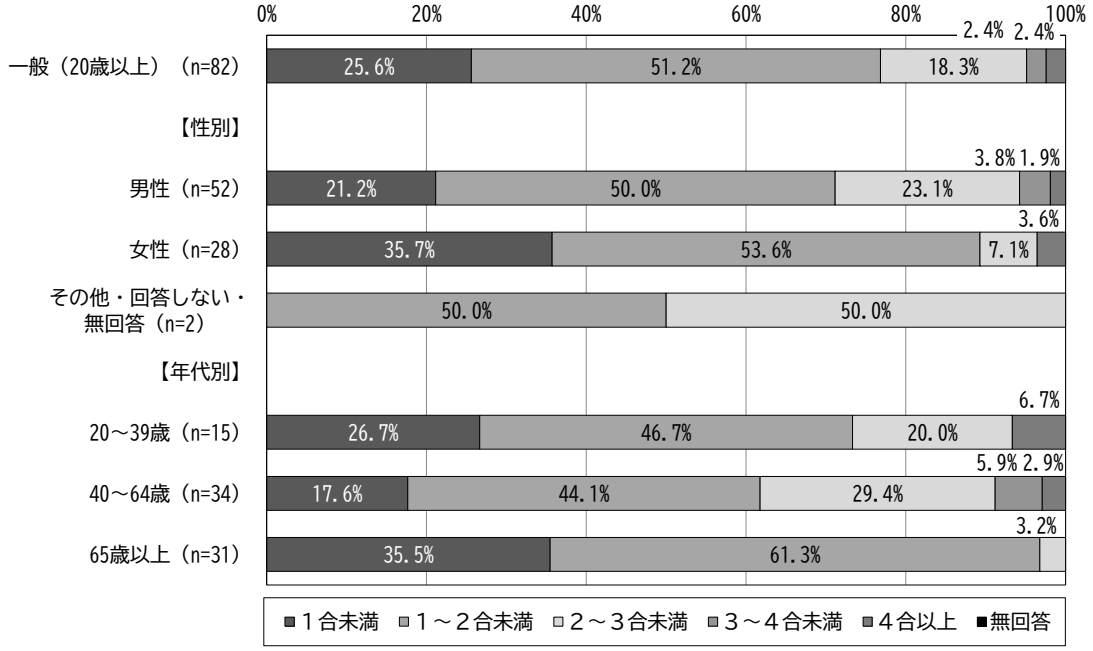
【現　状】

・アンケートによると、毎日飲酒する人が男性で 18.6%、女性で 7.7%と、男性の方が 10%以上多くなっています。
・年代別にみると、年齢が上がるに従って毎日飲酒する人が多くなっています。
・アンケートによると、飲酒量については、男性で「日本酒換算で 2 合以上」の人の割合が 3 割近くを占めており、女性で「日本酒換算 1 合以上」の人が 6 割を超えています。

■飲酒の状況



■飲んだアルコールの量を日本酒に換算した場合、１日の飲酒量



【課　題】

・生活習慣病のリスクを高める飲酒量を周知・啓発することが必要です。
・妊娠中、授乳中の禁酒について啓発することが必要です。

※生活習慣病のリスクを高める飲酒量とは、1 日当たりの純アルコール摂取量が男性で 40ｇ以上、女性で 20ｇ以上の事です。日本酒（180 ㎖）に換算すると 1 合あたり約 20ｇとなります。

■地域・団体・関係機関等の取組

・生活習慣病のリスクを高める飲酒をしないことを推進します。
・20 歳未満の者に対し、地域や関係機関が連携し飲酒を勧めたり、飲酒ができる環境を提供したりすることがないよう努めます。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・こどもが誤飲しないよう、保護者が見守ります。
学童・思春期 （6～19 歳）	・飲酒はしません。 ・飲酒が健康や成長にとって有害であることを正しく理解します。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳） 高齢期 （65 歳以上）	・アルコールが健康に与える影響について理解します。 ・生活習慣病に影響する飲酒量を知り、休肝日を設けます。 ・妊娠中、授乳中はお酒を飲みません。 ・アルコール依存症の早期発見に努め、専門の相談機関を受診します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	健康教育	小学 6 年生を対象に、食生活・生活リズム・たばこ・アルコールなどの内容を包括した健康教育を町立小学校全校で実施します。		●				健康支援課
2	健康相談	保健師等が、アルコールの健康への影響について、正しい知識の普及啓発を行います。			●	●	●	健康支援課
3	特定保健指導	保健師や管理栄養士が、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、飲酒によるリスクの説明や節酒のアドバイス等を行います。				●	●	町民課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	1 日に 2 合以上飲酒している人の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上 男性	28.8%	減少
	1 日に 1 合以上飲酒している人の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上 女性	64.3%	減少

第７節　ライフコースアプローチを考慮した健康づくり

（1）こども

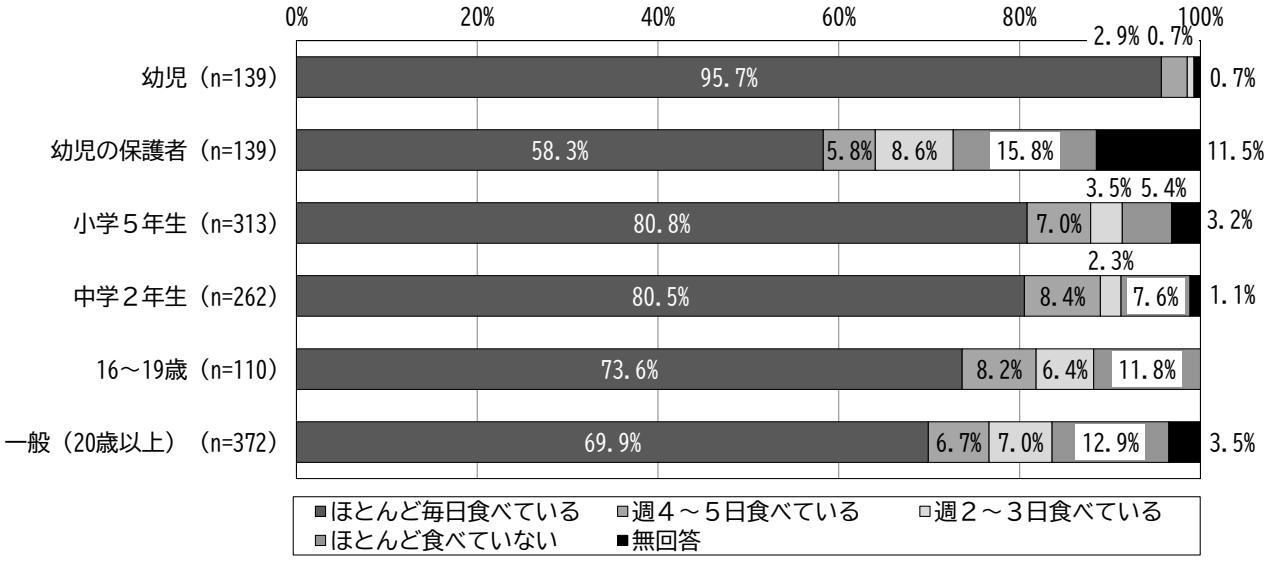
目標：規則正しい生活習慣を身につけて、元気なからだとこころをつくろう

幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えることから、杉戸町こども計画等の取組とも連携しつつ、こどもの健康を支える取組を進めることが重要です。

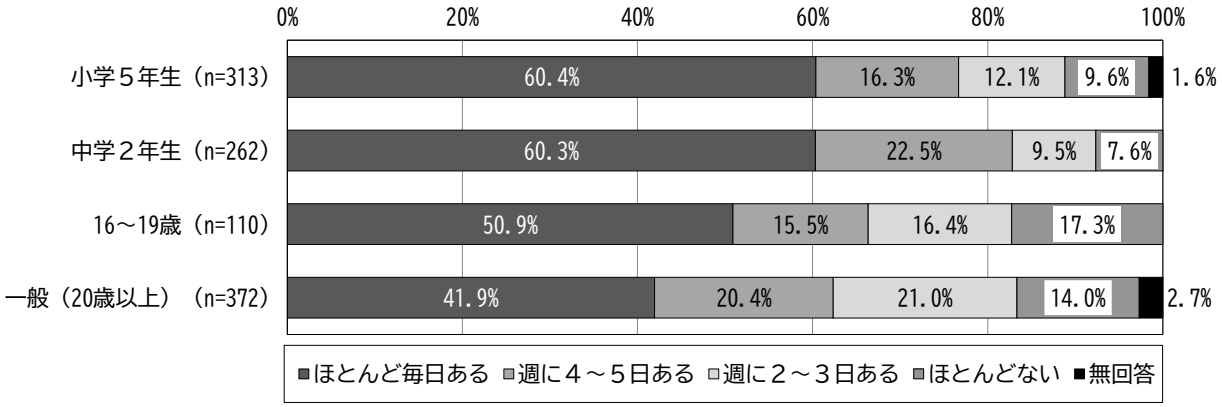
【現　状】

・アンケートによると、小学５年生・中学２年生ともに８割以上が、毎日、朝食を食べていると回答しています。一方で、週４日以上食べていないと回答した割合（「週２～３日食べている」と「ほとんど食べていない」の計）は、小学生で 8.9%、中学生は 9.9%となっています。
・アンケートによると、主食・主菜・副菜を３つそろえて食べることが「１日に２回以上ある」小中学生はともに約６割にとどまっています。
・アンケートによると、授業以外で運動等を「ほとんどしていない」と回答した小学５年生は 2.6%、中学２年生は 10.3%となっています。
・アンケートによると、睡眠について、とれていないと回答した割合（「あまりとれていない」と「とれていない」の計）は、小学５年生で 9.9%、中学２年生で 19.8%となっています。
・アンケートによると、「大人になったらたばこを吸いたい」と思っている小学５年生は 0.6%、中学２年生は 2.7%となっています。

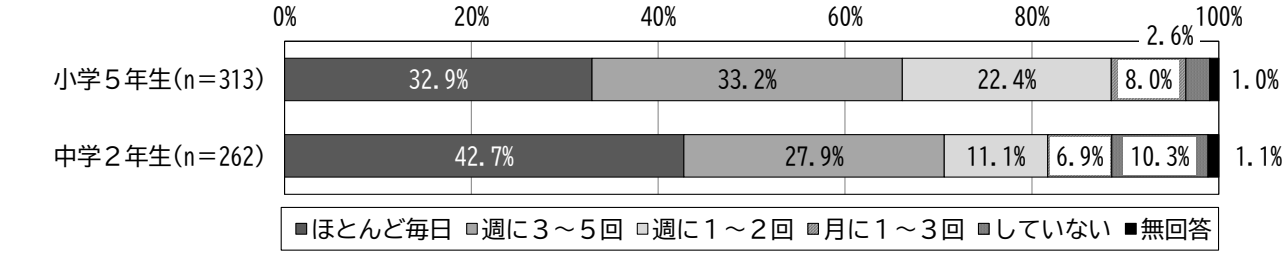
■朝食の状況



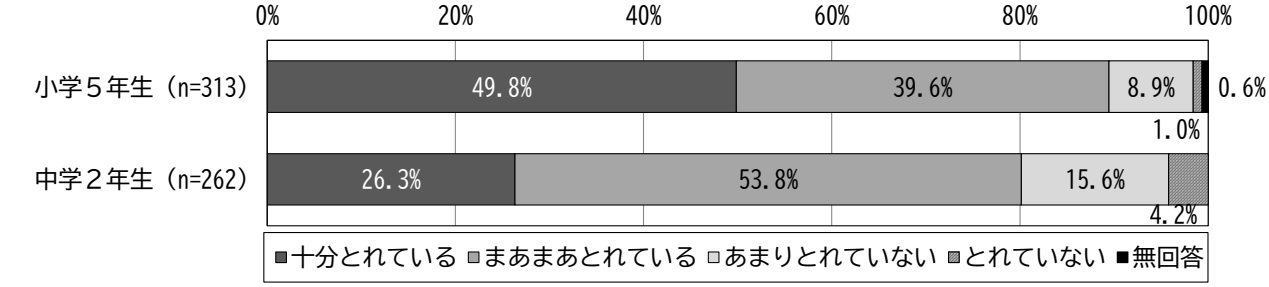
■主食・主菜・副菜を３つそろえて食べることが１日に２回以上あるか



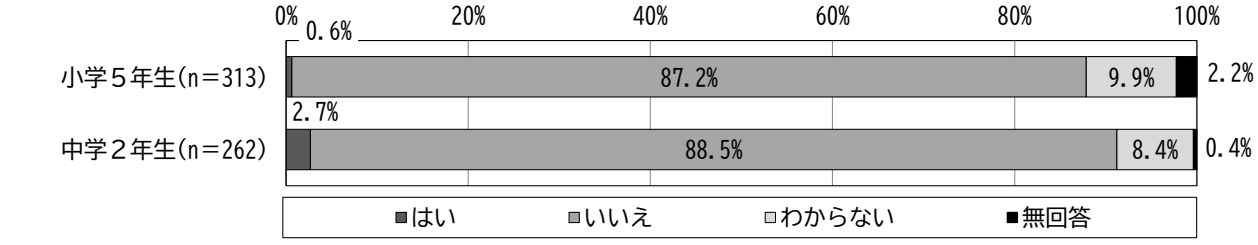
■授業以外での運動の状況



■睡眠による休養を十分にとれているか



■大人になったらたばこを吸いたいか



【課　題】

・健康的な生活習慣を幼少期から身につけるため、継続的な支援と情報提供を行うことが必要です。
・こどもの健やかな成長のために家庭・学校・地域の連携強化が重要です。
・こどもの飲酒・喫煙防止に向けた予防教育と正しい知識の普及が必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・身近な地域コミュニティの中で、子育て中の家庭を見守り、支援します。
・こどもが参加できる地域活動の機会をつくります。

■町民の取組

・「早寝早起き朝ごはん」を心がけます。
・食事は好き嫌いせず、バランスよく食べます。
・積極的に体を動かし、元気な体を作ります。
・喫煙や飲酒が健康や成長にとって有害であることを正しく理解します。

■町の主な取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	主管課
1	健康教育	小学 6 年生を対象に、食生活・生活リズム・たばこ・アルコールなどを包括した健康教育を町立小学校全校で実施します。	健康支援課
2	発達支援相談	乳幼児の言葉や発達の心配、子育てに悩んでいる保護者の相談に専門職が個別で対応します。5 歳児相談会を実施し発達に特性のある児への支援を実施します。	健康支援課
3	乳児家庭全戸訪問	生後 4 か月までの出生児の全家庭に保健師等が訪問し、発育測定や発達の確認、予防接種の説明や子育て相談を行います。	健康支援課
4	未熟児養育医療費支給	身体の発育が未熟なままで生まれ、入院を必要とする乳児に対して、その治療に必要な医療費を負担します。	健康支援課
5	新生児聴覚検査	新生児期に聴覚検査を受け、異常の早期発見・早期治療・療育へとつながるよう支援します。	健康支援課
6	子育て講座 （子育て支援センター）	子育て講座「ベビーマッサージ」、「子どもに教えたいからだの話」、「お薬のおはなし」「虫歯予防」の開催や、乳幼児の健康、保健に関する支援について情報を提供します。 講師（ベビーマッサージインストラクター、助産師、薬剤師、歯科衛生士）による指導や講話を通し、子育てのスキルアップを目指します。	子育て支援課
7	予防接種	こどもの感染症予防のため、定期予防接種が受けられる体制を整えます。	健康支援課
8	乳幼児健診	発育・発達の異常の早期発見と相談・保健指導を行い、健全な発達促進、育児負担、不安の軽減を図ります。また未受診者等の虐待のハイリスク家庭への支援を行います。	健康支援課
9	就学児・児童・生徒の各種健康診断	就学予定者・児童・生徒及び保護者が健康に対する認識と関心を深めるため、就学予定者・児童・生徒の心身の状況を把握し、義務教育の円滑な実施を図ります。	学校教育課
10	園児内科健診	幼稚園は年 1 回、保育園は年 2 回、内科健診を実施します。	子育て支援課
11	食に関する情報提供 （校内放送）	学校の給食時間を利用した放送用資料（約 190 回／年）を作成し、食に関する様々な情報を提供することで、楽しみながら学べる場を提供します。 また、小・中学校の「今日の給食」献立写真を町ホームページに掲載するなど、情報発信を行います。	教育総務課 （学校給食センター）
12	収穫体験 （幼稚園・保育園）	自然（土の匂い、水の冷たさ、植物の感触など）を全身で感じる機会を契機とし、豊かな感性を助長します。また、畑から食物が成り立つ根源を学び、食べ物の大切さや農家の方への感謝の気持ちを育てます。	子育て支援課
13	いきいきふれあいスポーツ事業	ＮＰＯ法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ業務委託。 地域コミュニティの形成と生涯スポーツの推進を図り、魅力的な町づくりを目指すことを目的とします。 ■体力テスト 体力・運動能力調査。 ■親子で参加！スポフェス レクリエーションスポーツ等の体験ブースをスタンプラリー形式で楽しむイベントです。 ■杉戸宿ウオーク（秋） 地域を周遊するウオーキングコースを秋の景色や自然を観察しながら、みんなでゴールを目指すイベントです。	社会教育課

■目標指標（再掲）

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	朝食を欠食する（週 4 日以上）若い世代の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	8.9%	0.0%
		中学 2 年生	9.9%	0.0%
2	主食・主菜・副菜３つそろえて食べることが１日に２回以上ある人の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	60.4%	70.0%以上
		中学 2 年生	60.3%	70.0%以上
3	授業以外で運動や体を動かす遊びを週 3 回以上している児童・生徒の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	66.1%	増加
		中学 2 年生	70.6%	増加
4	大人になったらたばこを吸いたいと思う児童・生徒の割合を減らす （健康づくりアンケート調査）	小学 5 年生	0.6%	減少
		中学 2 年生	2.7%	減少

（2）高齢者

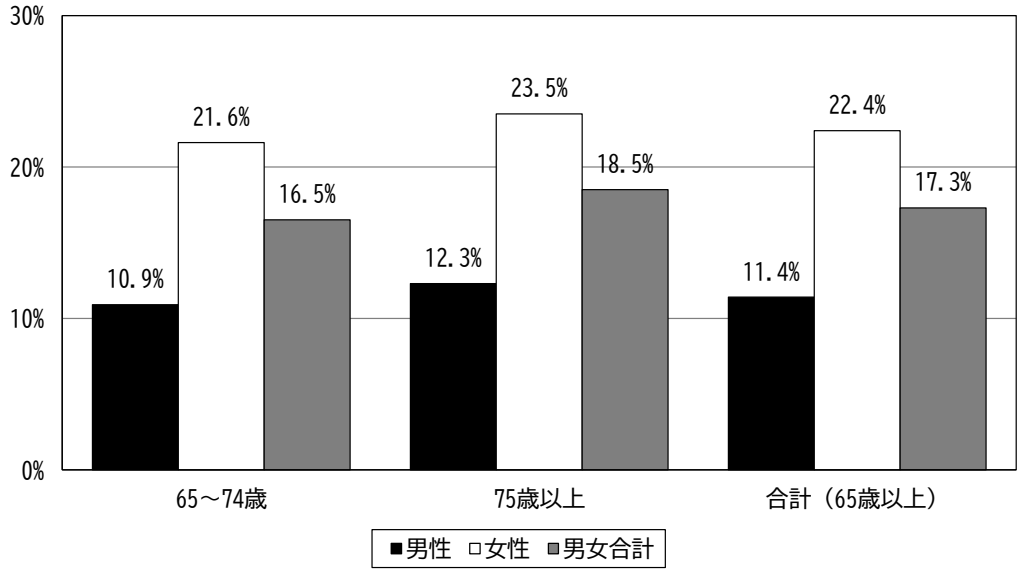
目標：栄養・運動・地域とのつながりで、フレイルを予防しよう

いつまでも健やかに過ごすためには、高齢期特有のこころとからだの変化を理解しながら、毎日の暮らしの中で健康づくりに取り組むことが大切です。

【現　状】

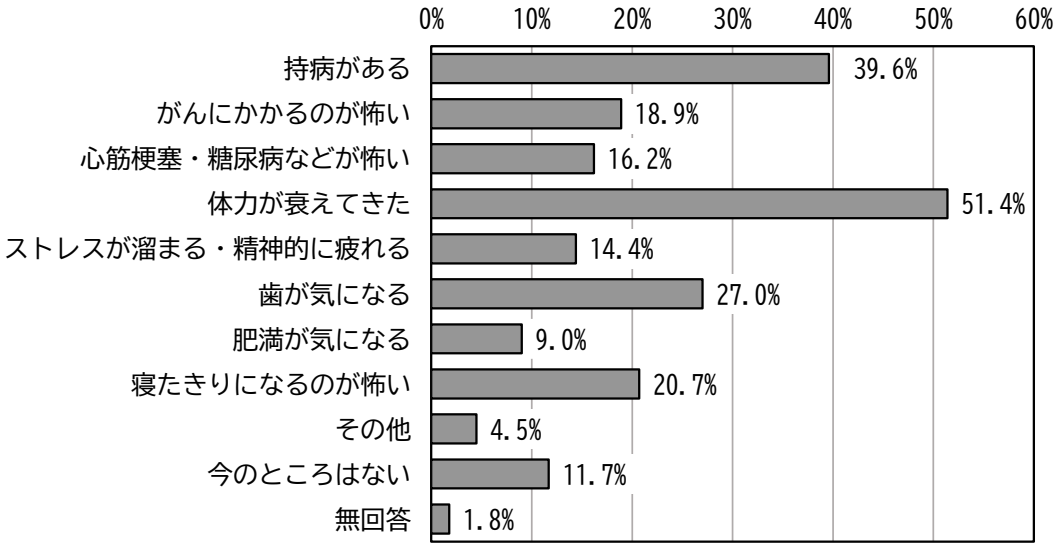
・要介護 2 以上の認定者は、令和 7（2025）年度で 1,495 人となっており、年々増加傾向にあります。（P.22（5）①参照）
・令和 5（2023）年度の特定健診、後期高齢者健診の集計結果から、ＢＭＩ20 未満（低栄養傾向）の割合は 65 歳～74 歳が 16.5%、75 歳以上で 18.5%となっています。また、男女別にみると、男性よりも女性の方が 10%以上多くなっています。
・アンケートによると、現在抱えている健康に関する不安について「体力が衰えてきた」、「持病がある」という回答が多くなっています。
・アンケートによると、グループ活動(町内会、ボランティア、サークルなど)の参加状況について、65 歳以上では「参加している」が 30.6%に対し、「参加していない」が 53.2%と半数以上を占めています。

■ＢＭＩ20 未満の割合

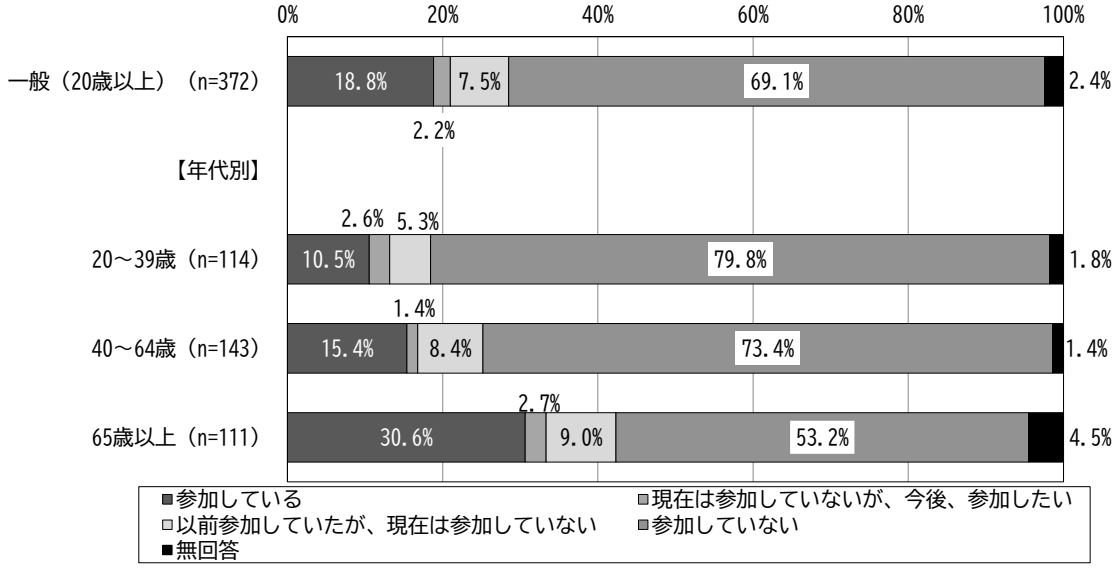


資料：【65 歳～74 歳】令和 5 年度埼玉県特定健診データ解析結果
（協会けんぽ+杉戸町国保）基準値区分より算出
【75 歳以上】特定健診等データ管理システム（町民課抽出）

■現在抱えている健康に関する不安（65 歳以上のみ）



■グループ活動の参加状況



【課　題】

・フレイルを予防するため、栄養・運動・社会参加の重要性を広く周知し、実践できる環境を整えることが必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・高齢者が参加できる居場所や活動場所を作ります。
・高齢者の孤立を予防するため、見守りや声かけを行います。

■町民の取組

・健康診断を受けて、自分の健康状態に関心を持ち、生活習慣を見直します。
・栄養バランスの取れた食事をとり、適正体重を維持します。
・自分に合った運動を継続し、筋力や骨の健康を保ちます。
・グループ活動等に積極的に参加し、地域とのつながりを大切にします。

■町の主な取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	主管課
1	健康相談	保健師等による育児相談、血圧測定、尿検査、健康について相談・助言等を行います。	健康支援課
2	食事相談	管理栄養士が食事についての相談（面接、電話）を受けます。	健康支援課
3	予防接種	高齢者の感染症予防のため、定期予防接種が受けられる体制を整えます。	健康支援課
4	暮らしの保健室	町内のサロン・老人クラブ等、高齢者が集う場へ看護師を中心とした専門職が出向き、暮らしの困りごとや医療、介護の相談等に応じる事業を行います。	高齢介護課
5	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療に加入している方を対象に、生活習慣病の早期発見・健康保持増進のため健康診査を実施します。（質問票・診察、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査）	町民課
6	総合健診（人間ドック）補助事業	国民健康保険又は後期高齢者医療に加入している方が、総合健診（人間ドック）を受診した場合、年度内１回健診費用の一部を助成します。（特定健診又は後期高齢者健康診査を受診した場合は、補助の対象外となります。）	町民課
7	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（健康状態不明者対策）	健康状態が不明な高齢者を抽出し、保健師が訪問等にて健康状態の確認・健康診査の受診勧奨を行います。	町民課
8	地域リハビリテーション活動支援事業	地域において活動する団体へ専門職を派遣することにより、住民主体となる介護予防活動を活性化し、地域づくりによる活動強化を図ります。	高齢介護課
9	介護予防体操教室	■まいにち体操教室 専門職による運動機能向上プログラムの実施に加え、栄養改善、口腔機能の講話を行います。 ■いきいきあっぷ体操教室 団体からの依頼により、公民館や自治会の集会所等へ介護予防サポーターを派遣し、介護予防教室の普及啓発を実施します。 ■げんき SUGI 体操 重さを変えられる重錘バンドを使った体操です。誰でも歩いて通える集会所等で住民自ら運営することで、体操をきっかけに地域でのつながりを作ります。	高齢介護課
10	ふるさと元気村	ふるさと元気村（町内在住の 60 歳以上の方が利用できる筋力トレーニングルーム）において、毎月事前講習会を実施し、マシンの利用方法やトレーニング方法等のアドバイスを行い、利用者の健康増進を図ります。	高齢介護課
11	地域包括支援センター総合相談支援業務	高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう、高齢者やそのご家族が抱える問題に対し、身近な相談窓口として一体的に対応します。地域における関係者や関連する機関とのネットワークを構築するとともに、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を支援します。	高齢介護課

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	ＢＭＩ20 未満（低栄養傾向）の高齢者の割合を減らす （特定健診データ解析結果、特定健診等データ管理システム）	65 歳以上	17.3%※	減少
2	グループ活動に参加している高齢者の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	65 歳以上	30.6%	増加

※令和 5（2023）年度の数値

（3）女性

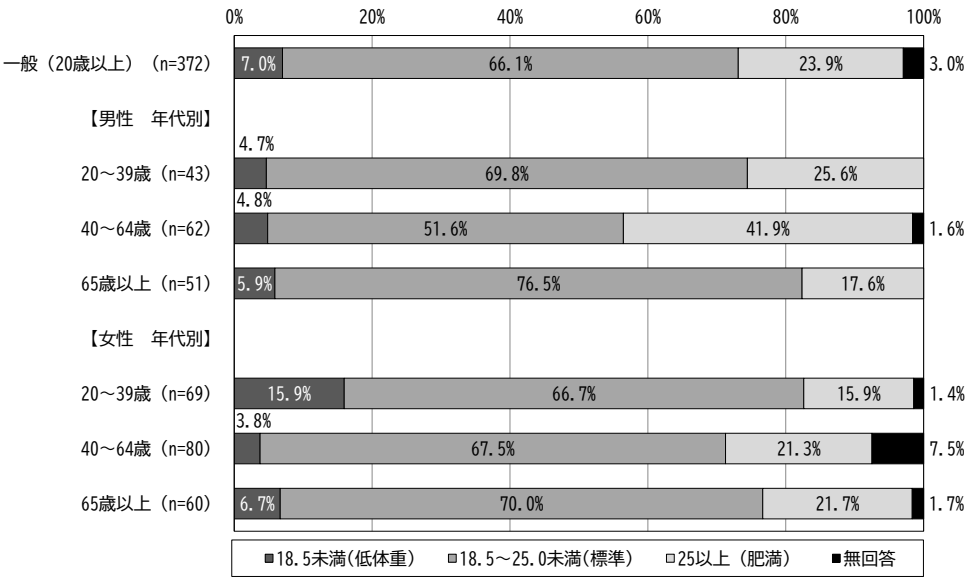
目標：女性特有のからだとこころの変化を理解し、毎日の健康づくりに活かそう

女性のからだは、女性ホルモンの影響を受け、一生を通じて大きく変化します。ライフステージ毎の特徴を理解し、変化する健康課題に対応していくことが必要です。

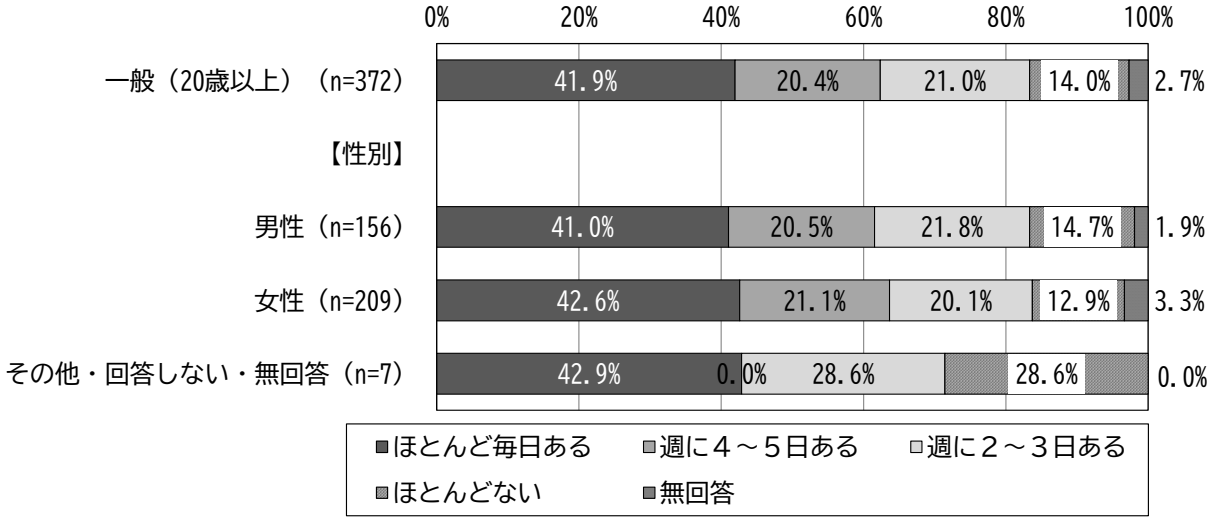
【現　状】

・令和 2（2020）年から令和 6（2024）年の 5 年間の標準化死亡比をみると、女性においては「急性心筋梗塞」、「糖尿病」、「子宮がん」が埼玉県全体と比較して高くなっています。（P.14④参照）
・埼玉県特定健診データ解析報告書を見ると、女性は「ＢＭＩ 25 以上の者」、「高血圧有病者」「ＨｂＡ1c5.6%以上の者」が埼玉県全体より有意に高く、壮年期以降の女性の健康課題が肥満、高血圧、高血糖であると言えます。（P.20（4）参照）
・若年女性の「やせ」は、将来の妊娠・出産に係るリスクや骨粗鬆症など、多様な健康障害との関連があり、全国的な課題です。当町の 20～39 歳女性のＢＭＩも、アンケートによると、「低体重（18.5 未満）」の割合が 15.9%と、他の年代より多くなっています。
・アンケートによると、主食・主菜・副菜の摂取状況では、「ほとんど毎日ある」という回答が４割以上となっています。
・アンケートによると、週に 2 回以上、１回 30 分以上の息がはずむ程度の運動を「ほとんどしていない」という回答は 47.8%と約半数を占め、男性より高い割合となっています。
・たばこを吸う女性は 13.4%で、令和 2 年度より増加しています。（P.76 参照）また、特定健診の分析結果から、埼玉県と比較して高い割合となっています。（P.96 参照）

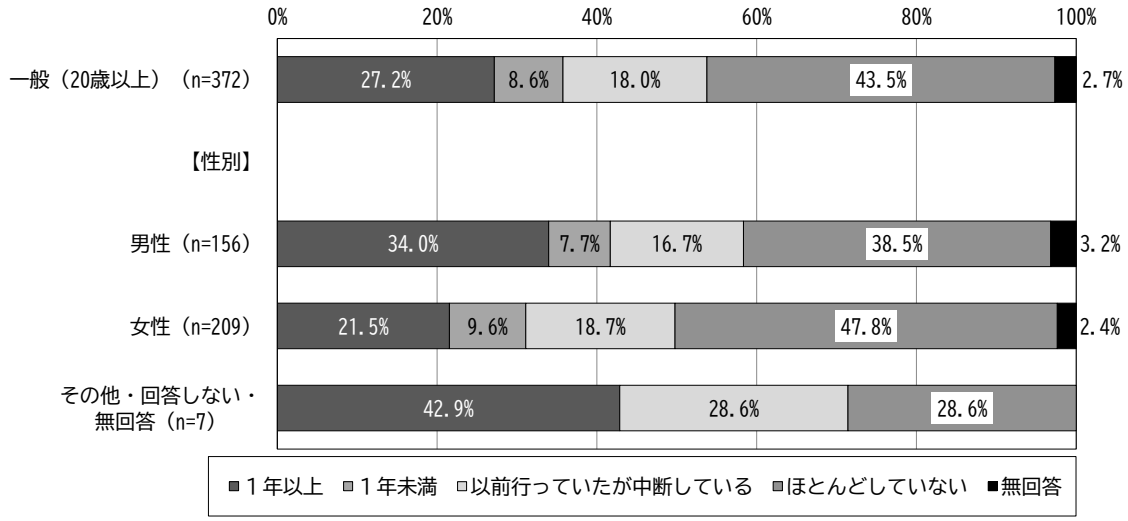
■ＢＭＩ



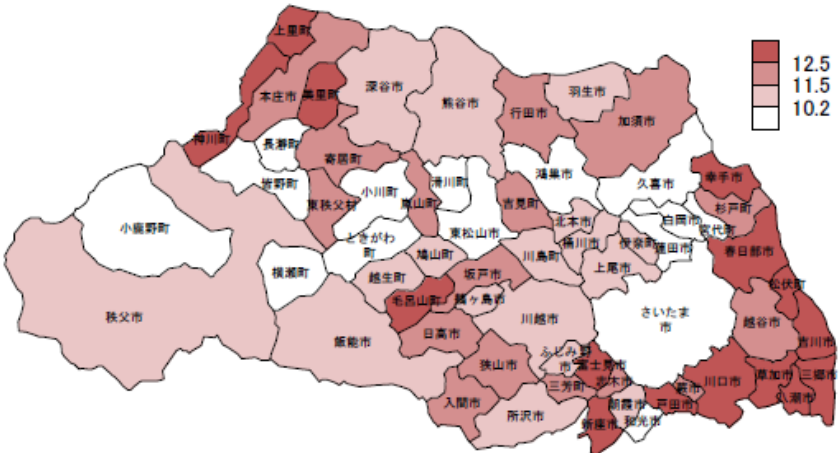
■主食・主菜・副菜を 3 つそろえて食べることが 1 日に 2 回以上あるか



■週に 2 回以上、1 回 30 分以上の息がはずむ程度の運動の状況



■習慣的に喫煙している女性



※色が濃いものほど高い割合を示す。

資料：令和 5 年度　埼玉県特定健診データ解析報告書
（協会けんぽ+市町村国保）

【課　題】

・高血圧や糖尿病など、生活習慣病の予防・改善に関する取組が必要です。
・若年女性のやせや、壮年期の肥満など、ライフステージにより変化する健康課題の周知が必要です。
・女性の喫煙者が増加しており、たばこの害に関する正しい知識の普及が必要です。
・女性特有のがん（乳がん・子宮頸がん）や疾病（骨粗しょう症）の予防に関する啓発が必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・女性特有のがん、骨粗しょう症検診の受診を勧めます。
・女性のからだの変化を理解し、寄り添います。

■町民の取組

・ライフステージ毎のからだの変化を理解し、上手につきあいます。
・バランスの良い食事や運動を心がけ、健康的な体重管理に努めます。
・女性特有のがん検診や骨粗しょう症検診を受け、早期発見・予防に努めます。
・妊娠中、授乳中は飲酒・喫煙をしません。

■町の主な取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	主管課
1	健康相談	保健師等による育児相談、血圧測定、尿検査、健康について相談・助言等を行います。	健康支援課
2	食事相談	管理栄養士が食事についての相談（面接・電話）を受けます。	健康支援課
3	予防接種	子宮頸がんを予防するHPV（ヒトパピローマウイルス※）ワクチンなど、定期予防接種が受けられる体制を整えます。	健康支援課
4	骨粗しょう症検診	20歳以上の女性を対象に骨粗しょう症検診を実施し、骨量減少者を早期に発見し、骨粗しょう症を予防します。	健康支援課
5	がん検診の実施および受診勧奨	胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診・乳がん検診は40歳以上の方を対象に、子宮頸がん検診は20歳以上の方を対象に実施するとともに、特定の年齢の方にはがん検診無料クーポン券や受診勧奨ハガキを送付し、受診率向上を目指します。（子宮頸がん検診は青年・成人期も含む）	健康支援課
6	ママパパ教室	妊娠週数13週以降の初妊婦とそのパートナーを対象に、出産・育児に対する準備教室を実施します。	健康支援課
7	妊婦健康診査	妊娠週数に応じて健診を受診し、異常を早期発見するとともに、適切な保健指導を行います。助成券を交付することにより経済的負担を軽減し、安心して妊娠・出産ができる体制を構築します。	健康支援課
8	産婦健康診査	産後概ね1か月の間に健診を受診し、身体的機能の回復を確認するとともに、産後うつの予防や新生児への虐待予防を図ります。	健康支援課
9	早期不妊検査費・早期不妊治療費・不育症検査費助成	男女の不妊検査、不妊治療、不育症検査の費用を助成します。経済的負担の軽減だけでなく、精神的支援も行います。	健康支援課
10	特定健診	杉戸町国民健康保険に加入している40歳から74歳の方を対象にメタボリックシンドロームに着目した健康診断を実施します。（問診・診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査）	町民課
11	特定保健指導	上記の特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して、保健師や管理栄養士などが生活習慣を見直すサポートをします。	町民課
12	健康スポーツ等指導事業	ＮＰＯ法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ業務委託。 ■健康体操教室　■ヨガ・ストレッチ教室 ■ボッチャ・卓球教室 ■フロアカーリング教室 ■スポーツ吹矢初心者教室 ■ノルディックウオーキング講習会 杉戸町ふれあいセンターエコ・スポいずみをメイン会場として、町民が健康増進に努めるうえで、より継続的かつ効果的に取り組めるよう、スポーツ活動や文化活動をとおして、健康維持や引きこもりの解消、地域コミュニティを推進し地域を元気にすることを目的とします。	社会教育課
13	女性相談窓口の充実	夫・パートナーからの暴力などの女性の悩み全般について、カウンセラー等による女性相談窓口の充実に努めます。 また、町内主要店舗、施設等に女性相談窓口案内カードを設置し、周知します。	人権・男女共同参画推進課

※HPV（ヒトパピローマウイルス）：子宮頸がんの原因となるウイルス。感染しても、ほとんどは自然に消えるが、一部の人でがんになってしまうことがある。

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	ＢＭＩ（体格指数）が 25 以上（肥満）の人の割合を減らす（再掲） （埼玉県特定健診データ解析結果(協会けんぽ＋市町村国保)「杉戸町の健診結果」）	女性 （40～74 歳）	26.0%※	23.0%以下
2	子宮頸がん検診の受診率を増やす （町成果表）	20 歳以上 女性	18.4%	20.0%以上
3	週に２回以上、１回 30 分以上の運動を１年以上している女性の割合を増やす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上 女性	21.5%	増加
4	女性の喫煙者を減らす （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上 女性	13.4%	減少

※令和 5(2023)年度の数値

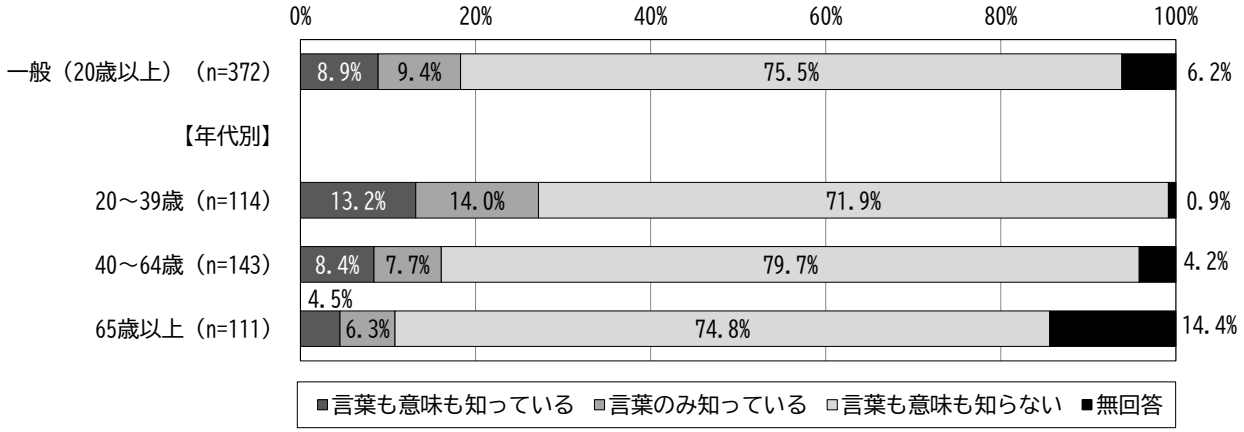
第 5 章　自殺対策計画の取組

第 1 節　現状と課題

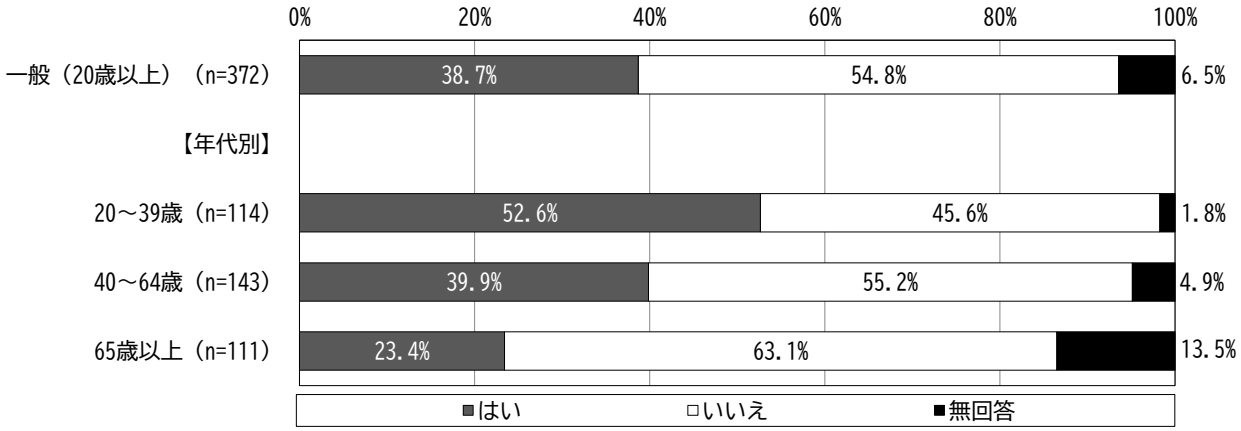
【現　状】

・青年期の死因順位で見ると自殺が 1 位であり、全体の 7 割以上を占めています。(P. 15⑤参照)
・過去 5 年間の自殺者のうち、無職者は 64. 5%となっています。(P. 24④参照)
・過去 5 年間の平均自殺死亡率を見ると、男性の 20 歳代、50 歳代、60 歳代で全国平均を上回っています。また、女性の 20 歳代、40 歳代、50 歳代も全国平均を上回っています。(P. 25⑤参照)
・令和 7 年度のゲートキーパーの受講者数は町職員 34 人、関係団体・町民で 55 人となっています。(p. 32 (7) 参照)
・アンケートによると、ゲートキーパーの認知度は、「言葉も意味も知っている」という回答は約 9%に留まり、7 割以上の人は「言葉も意味も知らない」としています。しかし、成人一般では、年齢が若くなるほど認知度は高くなっています。
・アンケートによると、自殺に関する専門的な相談先（埼玉いのちの電話等）の認知度は成人一般で約 4 割となっており、年齢が若くなるほど認知度は高くなっています。
・アンケートによると、自殺を考えた理由や原因では、「家庭の問題」が最も多く、「勤務先の問題」が続いています。
・アンケートによると、自殺したいと思ったことがある人で、思い留まった理由としては、「人に相談して思い留まった」という回答が約 2 割となっています。
・アンケートによると、暮らしの状況に「大変苦しい」と答えた人のうち、5 割以上が自殺をしたいと思ったことがあると回答しています。また、「大変ゆとりがある」と回答した人のうち、3 割以上が自殺をしたいと思ったことがあると回答しています。

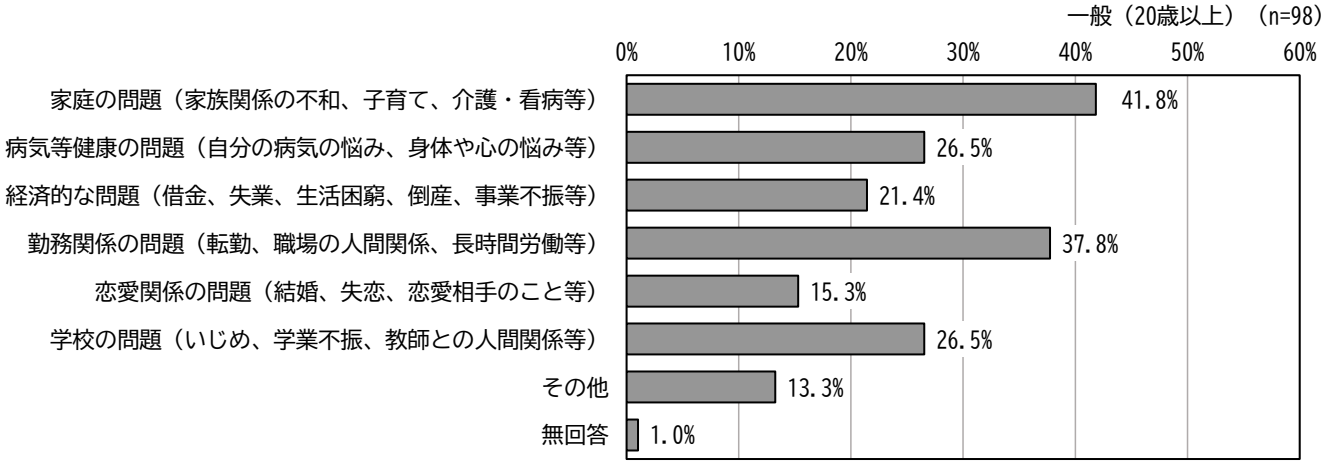
■ゲートキーパーの認知度



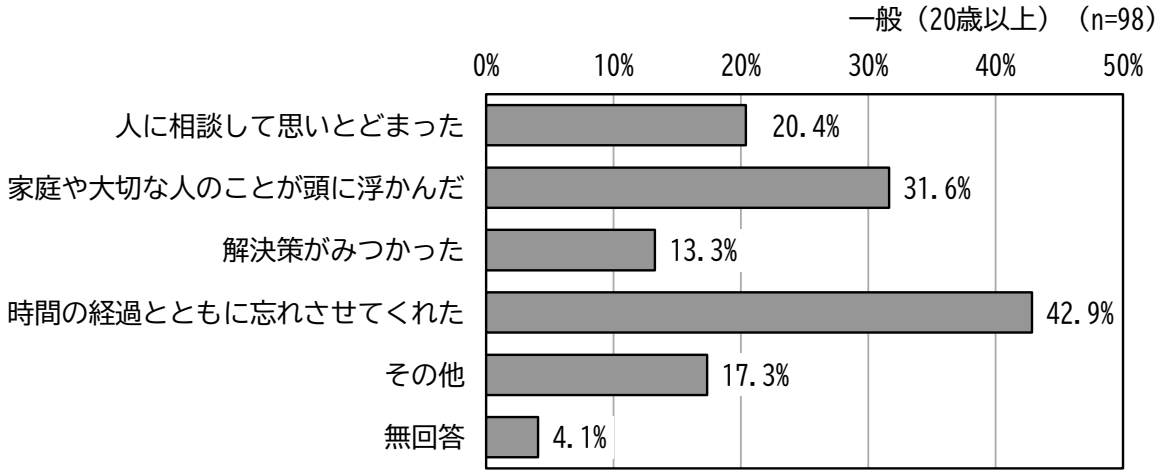
■専門的な相談先（埼玉いのちの電話等）の認知度



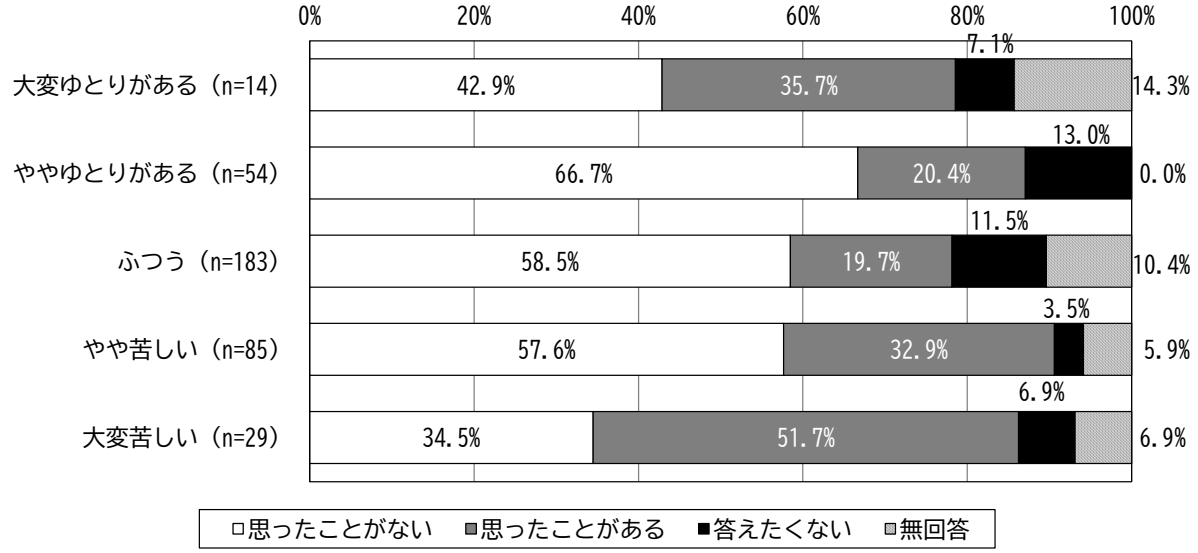
■自殺を考えた理由や原因



■自殺したいと思ったことがある人が思い留まった理由



■現在の暮らしの状況と自殺したいと思ったことがあるか



【課　題】

・一人ひとりの持つ悩みや不安に合わせた相談窓口の普及啓発とともに専門的な相談先（埼玉いのちの電話等）のさらなる普及啓発が必要です。
・ゲートキーパーの認知度を向上させるとともに、地域で包括的な支援を担う人材を養成する必要があります。
・地域、職場、学校等において、こころの健康に関する相談窓口の周知を図り、早期に専門機関へつなげていく体制を整えることが必要です。
・各世代に合わせた支援のため関係機関と連携し孤独や孤立を防ぐための居場所づくり等を進めていくことが必要です。
・経済的、社会的課題を抱えた人への相談窓口の普及啓発が必要です。

■地域・団体・関係機関等の取組

・関係機関と連携し、地域におけるネットワークを強化します。
・ゲートキーパーを養成し、その取組を周知します。
・悩みや困りごとに合わせて、相談窓口に関する情報を伝えられるようにします。

■町民の取組

ライフステージ	取組内容
乳幼児期 （0～5 歳）	・家族などに相談します。
学童・思春期 （6～19 歳）	・悩みや困りごとは一人で抱え込まず、相談します。 ・家族や周りの人の変化に気づき、声をかけ合います。
青年・成人期 （20～39 歳） 壮年期 （40～64 歳）	・悩みや困りごとは一人で抱え込まず、相談します。 ・専門的な相談機関を利用します。 ・家族や周りの人の変化に気づき、声をかけ合います。
高齢期 （65 歳以上）	・悩みや困りごとは一人で抱え込まず、相談します。 ・専門的な相談機関を利用します。 ・家族や周りの人の変化に気づき、声をかけ合います。 ・積極的に地域活動に参加するなど、地域とのつながりを持ちます。

■目標指標

番号	指標（データソース）	対象者	現状値 令和 7（2025） 年度	目標値 令和 18（2036） 年度
1	自殺死亡率 （厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」）	町民	16.1	10.5 以下
2	ゲートキーパー養成講座受講者数 （町成果表）	町職員	34 人	年間 40 人以上
		関係団体・町民	55 人	年間 40 人以上
3	悩みを相談できる人が「いない」人の割合 （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	18.5%	減少
4	専門的な相談先（埼玉いのちの電話等）の認知度 （健康づくりアンケート調査）	20 歳以上	38.7%	増加

第 2 節　地域におけるネットワークの強化

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けては、自殺対策を「生きることの包括的支援」として地域全体で推進・展開していくことが必要です。また、対策を推進する上での体制や基盤の構築に向け、関係機関が連携し、ネットワークの強化を図ることが重要です。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画庁内検討会議	健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画庁内検討会議を開催し、今年度の取組等を確認し、全庁的な自殺対策を推進します。	●	●	●	●	●	健康支援課
2	健康づくり推進協議会	健康づくり推進協議会を開催し、自殺対策と地域づくりに関する協議を通じて関係者の理解促進と意識の醸成を図ります。	●	●	●	●	●	健康支援課
3	民生委員・児童委員	民生委員・児童委員制度について、周知するとともに、地域における身近な相談役となるような活動を行います。	●	●	●	●	●	福祉課
4	保護司会	地域の保護司会の健全な運営を図るため、各保護司会の活動を支援します。		●	●	●	●	福祉課
5	埼葛北地区地域自立支援協議会の運営	相談支援事業をはじめとする地域の障がい福祉に関するシステムづくりをしていきます。	●	●	●	●	●	福祉課
6	精神保健福祉推進事業	保健所、埼葛北地区地域自立支援協議会、相談支援事業及び障がい福祉サービス事業所等と連携して精神障がい者への支援を行います。	●	●	●	●	●	福祉課
7	既存団体支援	精神保健ボランティア活動の活動を引き続き財政面・広報面から支援していきます。	●	●	●	●	●	福祉課
8	子どもにやさしい街づくり推進会議	杉戸町こども計画の進行管理において、自殺対策に関連した啓発等について会議内で報告し意見聴取をします。	●	●	●			子育て支援課
9	要保護児童対策地域協議会	引き続き、児童や保護者等の自殺のリスクについて把握・情報共有を行い、早期発見と支援を実施します。	●	●	●	●		子育て支援課
10	青少年相談員協議会、青少年育成推進員協議会	杉戸町の青少年の健全な成長に期する事業の実施を支援します。事業を通して、相談や気づき役、つなぎ役としての役割を担うよう活動を促進します。		●	●			子育て支援課
11	産婦健康診査	産後うつや虐待の予兆を早期に把握し、適切な支援につなげるため、医療機関等と自治体の連携を進めていきます。			●			健康支援課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
12	コミュニティづくり推進協議会への情報提供	杉戸町コミュニティ推進協議会に対し、自殺に関する研修会への参加や関連する情報提供を行います。	●	●	●	●	●	住民協働課
13	区長会への情報提供	区長等に対し、自殺に関する研修会への参加や関連する情報提供を行います。				●	●	住民協働課

第 3 節　自殺対策を支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困りごとを抱える人に、早期に「気づき」、適切に対応できるようにするためには、必要な研修機会を確保することが求められています。そのため、町職員及び団体・町民を対象とした「ゲートキーパー養成」に関する研修を実施します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	町職員を対象としたゲートキーパー養成講習	町職員全員を対象に、ゲートキーパー養成講習を実施し、自殺予防に対する意識を高め、全庁的な連携を図ります。		●	●	●	●	健康支援課
2	団体・町民を対象としたゲートキーパー養成講習	ゲートキーパーの役割を担う人材等を養成するため、メンタルヘルス講演会実施時に、ゲートキーパー養成講習を実施し、自殺の危険性の高い人の早期発見・早期対応を図ります。		●	●	●	●	健康支援課

第 4 節　住民への啓発と周知

自殺は、「誰にでも起こり得る危機」であることを周知し、危機に陥った時には援助を求めることが、社会全体の共通認識となるよう取組を進める必要があります。自殺に対する偏見をなくし正しい理解を促進する啓発活動に取り組みます。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	「暮らしの便利帳」の発行	「暮らしの便利帳」の発行について、生きる支援に関する様々な相談先の情報を掲載していきます。		●	●	●	●	秘書広報課
2	行政情報コーナーの運用	行政情報コーナーにおいて相談リーフレット等を配架することにより、住民に対する啓発の機会を図ります。		●	●	●	●	総務課
3	参加と協働のまちづくり事業	ボランティア等に対し、自殺に関する研修会への参加や関連する情報提供を行います。		●	●	●	●	住民協働課
4	障がい者の福祉ガイド作成・配布	窓口において、障害者手帳交付時に「障がい者の福祉ガイド」の説明と配布を行い周知に努めます。希望者に「ヘルプマーク」「ヘルプカード」「災害時支援バンダナ」を配布し、障がいのある方の安心・安全を図ります。		●	●	●	●	福祉課
5	こころの健康チェック表の活用	こころの健康チェック表（セルフチェックシート等）の活用について検討を進め、相談窓口の周知を図っていきます。		●	●	●	●	福祉課 健康支援課
6	健康相談でのリーフレットの活用	健康相談等で自殺予防啓発用リーフレットの配布などを配布し、情報周知を図ります。	●	●	●	●	●	健康支援課
7	メンタルヘルス講演会	こころの健康に関する正しい知識を普及し、相談機関を積極的に利用する意識の定着を目的に、メンタルヘルス講演会を開催します		●	●	●	●	健康支援課
8	健康フェスタ	健康フェスタにて心の健康について知識を普及し、自殺対策について町民に周知を図ります。	●	●	●	●	●	健康支援課
9	すぎと町民大学	町民大学が生きがいづくりの場の一つとなるよう、年間学習計画の検討及び運営を行います。また、すぎと町民大学の年間学習計画に「支援」をテーマとした講座を盛り込み、自殺予防対策にも資する学習計画となるよう工夫していきます。			●	●	●	社会教育課
10	人権教育合同研修人権作文発表こころのふれあい講演会	人権教育合同研修や作文発表等が、町民の人権尊重の精神をふまえた行動の知識を得る場となるよう努めます。		●	●	●	●	社会教育課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
11	自殺対策強化に通じる資料の提供	3月の自殺対策強化月間に合わせて、メンタルケア等の資料を収集します。		●	●	●	●	社会教育課（図書館）
12	自殺予防週間・自殺対策強化月間	自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）に広報・ホームページ上で自殺対策に関する記事を掲載し、住民への情報周知や啓発を図ります。		●	●	●	●	健康支援課
13	広報紙等による情報発信	関係各課と連携を図り、広報紙や町ホームページに掲載するなど、適宜情報提供に努めます。		●	●	●	●	秘書広報課 関係各課
14	相談窓口の周知	労働問題に関する様々な悩みに対する相談に対応し、相談窓口（埼玉労働局、県労働相談センター、法テラス等）の周知を行います。 また、職場のトラブルやこころの問題など相談に対応し、弁護士や社会福祉士、精神保健福祉士等が相談支援を行う窓口につなげます。		●	●	●	●	健康支援課
15	家族等の早期の気づきを促す取組	メンタルヘルス不調に家族や周囲の人が気づき、声掛けを促すための啓発や相談窓口の周知を図ります。		●	●	●	●	健康支援課

第 5 節　生きることへの促進要因への支援

自殺対策では、「生きることの阻害要因」を減らす取組と「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方を一体的に進めることで自殺リスクを低下させることが重要となります。「生きることの促進要因」に着目し、困難な状況にある方等を支援する取組を行います。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	公民館利用の促進	生きがいづくり・仲間づくりのため、公民館を利用しているサークルの活性化を目的とした事業を実施します。	●	●	●	●	●	社会教育課（公民館）
2	障がい者（児）等の活動の場の確保	障がい者（児）等の日中における活動の場の確保や、療育の機会を提供するとともに、日常的に介護している家族の一時的な休息が得られるようにします。	●	●	●	●	●	福祉課
3	イブニングクラブ	精神障がい者とその家族が安心して集い、交流できる居場所づくりを目的として、交流会を開催し、その活動に対して助成金を交付し、居場所づくりを継続できるよう支援します。		●	●	●	●	社会福祉協議会
4	市民農園運営	土と触れあうことで、抗うつ効果が期待できるという研究結果があることから、週末等に家族や友人等で土に触れることにより、メンタルヘルス向上に役立てます。	●	●	●	●	●	産業振興課
5	中高年向け講座の開催・サークル活動の普及	中高年男性が参加しやすい時間帯や週末等に講座の開催また、サークル団体活動の普及に努めます。			●	●	●	社会教育課（公民館）

第 6 節　こころの健康及び SOS の出し方に関する啓発

必要に応じて SOS を出せるよう、身近に相談しやすい環境を整えることが重要です。また、発せられた SOS を教職員や地域の関係者等、周囲の人たちが必要な支援につなげていくことが求められます。そのため、こころの健康や SOS の出し方に関する理解の促進、支援情報の普及啓発、相談体制の充実・強化を推進します。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	相談窓口の周知と連携	自殺ハイリスク者に対し確実に支援相談窓口の情報が伝わるよう調整を図ります。		●	●	●	●	健康支援課
2	精神保健相談	精神保健に関する相談を受け、保健所や福祉課等の関係機関と連携し、支援します。		●	●	●	●	健康支援課
3	自殺未遂者への支援	希死念慮や自殺未遂の相談に対し、関係機関と連携し支援にあたります。		●	●	●	●	健康支援課
4	孤立・ひきこもり状態にある方への支援	本人・家族からの相談を受け関係機関と連携を図り支援を実施します。		●	●	●	●	健康支援課 福祉課 子育て支援課
5	高齢者電話相談	精神的な不安や悩み、心配事をかかえている高齢者やその家族に対し、24 時間体制で保健師や看護師などの専門職による電話相談の対応をします。					●	高齢介護課
6	こども家庭センター運営事業	利用者の状況を関係機関等と情報共有し、悩みを抱えた保護者の早期発見及び支援を実施します。	●	●				健康支援課 子育て支援課
7	法律相談	行政相談委員による行政相談及び弁護士による法律相談を実施します。		●	●	●	●	秘書広報課
8	町職員のメンタルヘルス対策	メンタルヘルス対策に関する研修の実施を通じながら、職員の心身面での健康増進を図ります。また、セルフケアの機会としてストレスチェックを実施し、その結果のもと産業医による健康相談につなげる等、職員の心身の健康維持の一助となる取組を推進します。		●	●	●	●	総務課
9	女性相談窓口	女性相談を実施し、女性が抱える全般に対応することで、ひとりで悩みを抱え込まない環境づくりに努めます。		●	●	●	●	人権・男女共同参画推進課
10	相談窓口の周知	遺族への窓口対応の中で、相談があった場合に相談窓口を案内します。		●	●	●	●	町民課
11	重度心身障がい者医療費支給事務	重度心身障がい者医療費の申請の際などに来庁者の相談内容等に応じ、関係課へつなぎます。また、窓口において、異変を察知した場合は、関係課等へ適宜、情報提供・連携等を行っていきます。	●	●	●	●	●	福祉課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
12	障がい者・児の相談支援体制の整備	相談支援事業所、基幹相談支援センター及び地域生活支援拠点など行政機関のみではなく、様々な事業所等と連携をして、障がい者・児への相談支援を行います。	●	●	●	●	●	福祉課
13	民生委員・児童委員による地域の相談・支援	民生委員・児童委員が地域における身近な相談を受け、必要な行政機関等へ情報提供を行います。	●	●	●	●	●	福祉課
14	困りごと相談会	身近な相談の場として、困りごと相談会を開催します。	●	●	●	●	●	福祉課
15	権利擁護の仕組みづくり	埼玉県成年後見制度利用促進協議会及び同越谷地区協議会に参加するとともに、杉戸町成年後見支援センターとの連携に努めます。			●	●	●	福祉課
16	福祉サービス利用援助事業「あんしんサポートねっと」	日常生活に困難が生じる方に対して、福祉サービスの利用の支援や日常的な手続き・金銭管理等を行い、安心して生活を送れるよう支援します。			●	●	●	社会福祉協議会
17	すぎと・まごころとどけ隊（すぎとふれあい家事援助サービス）	協力会員が利用者を定期的に訪問し、状況把握に努めるとともに、変化に応じ、支援機関につなぎます。			●	●	●	社会福祉協議会
18	ひとり親への支援	児童扶養手当の申請、現況届やひとり親家庭医療費受給申請等において、対象者の状況把握に努め、必要に応じて相談機関につなぎます。			●	●		子育て支援課
19	子育て支援センター運営事業	ファミリー・サポート・センター、こども家庭センターと連携を図り、対象者の状況把握に努め、必要に応じ関係機関につなぎます。また、杉戸子育て支援センターの一時預かり事業を充実し、子育て家庭の育児負担の軽減を図ります。	●	●				子育て支援課
20	苦情・相談の記録と管理	住民からの苦情や相談を受け、背景にある問題に気付いた場合には関係機関につなぎます。		●	●	●	●	環境課
21	公営住宅事務	町営住宅の管理事務・公募事務、県営住宅の募集案内を通じた状況把握に努め、必要に応じて相談窓口につなぎます。			●	●	●	建築課
22	農業者に対する相談体制の強化	農業委員会等を通じて、農家が抱える様々な問題点の早期発見・早期解決を図ります。			●	●	●	産業振興課
23	消費生活相談	消費生活相談を実施するとともに、消費生活センターの周知を行います。また、消費生活出前講座を実施します。		●	●	●	●	産業振興課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
24	教育相談所教育相談室	児童・生徒や保護者の悩みの解決に向けて方向性を示すことで、その負担を解消、軽減し、児童生徒が安心して学校生活や日常生活を送れるようにします。		●				学校教育課
25	教育相談所適応指導教室	不登校の児童生徒の自立と学校生活への復帰のための支援を行います。また、学習の機会を設定し、学習継続への意欲化を図る等の取組を行います。		●				学校教育課
26	スクールソーシャルワーカーの活用	児童生徒が抱える問題に対し解決に向け周囲へ積極的な働きかけにより、児童・生徒や保護者の心理的負担等の軽減に努めます。		●				学校教育課
27	教育相談室運営事業	児童・生徒や保護者の悩みの解決に向けて方向性を示すことによってその負担を解消、軽減し、児童生徒が安心して学校生活や日常生活を送れるようにします。		●				学校教育課
28	適応指導教室運営事業	学校との情報交換やさわやか相談室との連携強化により、不登校の児童生徒の自立と学校生活への復帰のための支援を行います。		●				学校教育課
29	就学時健康診断就学時巡回相談	その子供にとって、何が課題となっていて、そのためにはどのような支援が必要か、という視点を持って、丁寧な就学相談を行います。		●				学校教育課
30	就学援助と特別支援学級就学奨励補助	経済的困難を抱えている児童・生徒も、安心して学校生活を送れるよう、適切な支援・補助を継続して行います。		●				学校教育課
31	いじめ防止対策事業	杉戸町いじめ問題対策連絡協議会を実施し、いじめ問題に取り組む関係者間の連携を強化します。		●				学校教育課
32	教育相談（いじめ含む）	スクールカウンセラーによるカウンセリングやさわやか相談員による教育相談の充実を図り、児童生徒や保護者の抱える課題や悩みの早期発見と対応に努めます。		●				学校教育課
33	命を大切にする教育の推進	自他の生命の尊重について、特別の教科道徳、特別活動、保健体育、総合的な学習の時間等あらゆる機会を通じて継続的・計画的に取り組んでいきます。		●				学校教育課

第 7 節　本町が抱える課題に対する取組

自殺は、その多くが追い詰められた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があります。

本町では、ライフステージの転換期や、就労・経済環境の変化、あるいは地域社会とのつながりが薄れやすい環境など様々な要因により、心理的・社会的な孤立リスクが高まる傾向があります。今後 10 年間においては、これら社会構造の変化に伴う多様な生きづらさに対し、包括的かつ持続的な支援体制を構築することが重要な課題となっています。

■町の取組と施策

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
1	母子健康手帳交付・妊婦健康診査	母子健康手帳(追加）交付時の面接で支援が必要な妊婦や妊婦健康診査の結果に対し、子ども家庭支援員や保健師等による電話相談、面接等の支援を実施します。			●			健康支援課
2	乳児家庭全戸訪問・乳幼児健康診査	健診や訪問時に、ハイリスク対象者を選定するための質問項目を取り入れ、ハイリスク者の早期発見に取り組みます。	●					健康支援課
3	発達支援事業（理学療法士・言語聴覚士・臨床心理士による個別相談）	子どもの発達に関して専門家が相談に応じることで、母親の負担や不安感を軽減します。必要に応じて適切な支援につなぎます。	●					健康支援課
4	低所得の妊婦に対する初回産科受診料助成	初回の産科受診に要する費用の一部を助成することで、早期の産科受診を促すとともに早期の支援につなぎます。			●			健康支援課
5	妊婦等包括相談支援事業（伴走型相談支援）	妊婦・その配偶者等に対して、面談等を通じて情報提供や相談を行い、必要な支援につなげます。			●			健康支援課
6	産後ケア事業	退院直後の母子に対して心身のケアや育児のサポートを行い、産後も安心して子育てができる支援体制を確保します。			●			健康支援課
7	産婦健康診査	産後概ね 1 か月の間に健診を受診し、身体的機能の回復を確認するとともに、産後うつの予防や新生児への虐待予防を図ります。			●			健康支援
8	若年者に対する相談支援	若年者の様々なこころの悩み等の相談を受け、保健所や福祉課等の関係機関と連携し支援します。		●	●			健康支援課
9	幼保小中連携事業	学校間の円滑な接続ができるよう、関係機関の連携と情報共有を行うことで、小 1 プロブレムや中 1 ギャップの解消に努めます。		●				学校教育課 子育て支援課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
10	納税相談	納税相談や臨宅等において、必要に応じて支援機関につなげる等の支援を行います。			●	●	●	税務課
11	後期高齢者医療保険料の徴収事務国民健康保険税の軽減事務	納付相談や臨宅等の納付勧奨時の相談において、必要に応じて支援機関につなげる等、支援を行います。非自発的失業をされた方に対し、在職中と同程度の保険料負担で医療保険に加入することができるよう、国保税の軽減を行います。					●	町民課
12	料金滞納者に対する事務	支払が困難とみられる上下水道料金滞納者に対して、相談窓口の案内に努めます。			●	●	●	上下水道課
13	生活保護に関する相談支援	生活保護事務について、相談者からの話を取りまとめ、埼玉県東部中央福祉事務所にスムーズに引き継げるよう協力します。			●	●	●	福祉課
14	路上生活者に対する事務	路上生活者について、埼玉県東部中央福祉事務所やアスポート相談支援センターと連携し、路上生活者を支援します。	●	●	●	●	●	福祉課
15	生活困窮者自立支援事業への協力	生活困窮者自立支援事業について、埼玉県東部中央福祉事務所、アスポート相談支援センター、アスポート学習支援センター及びアスポート就労支援と連携し、生活困窮者を支援します。また、子どもの貧困の連鎖解消のため、埼玉県と連携・協力して、小学生を対象とした学習支援・健康支援（食事提供）及び体験活動等を行う「ジュニア・アスポート」事業を実施します。		●	●	●	●	福祉課
16	福祉資金の貸付	低所得者世帯に対して臨時的出費又は収入欠如の為生活を維持する応急的な資金の貸付を行っており、自殺リスクが高い対象者がいた場合は、相談時に確認を行った上で継続的な支援や関係機関へつないでいきます。			●	●	●	社会福祉協議会
17	生活困窮者自立支援事業	福祉事務所や町行政、生活困窮者自立支援事業の実施機関であるアスポート相談支援センターなどと連携し、生活困窮者の自立を促すよう努めます。自殺のリスクが高い対象者がいた場合は、関係機関へつないでいきます。			●	●	●	社会福祉協議会
18	求人情報の提供	就労支援として、内職の求人情報の提供及びハローワークから提供される求人情報を提供します。		●	●	●	●	産業振興課
19	要援護者あんしん見守りネットワーク	高齢者や障がい者等が住み慣れた地域で安心して自立した生活ができるよう、地域住民、民間事業者、関係機関および行政が連携して、日常生活や業務の中で見守りや声かけの活動を主体として見守りを行います。全体会を実施します。	●	●	●	●	●	高齢介護課
20	総合相談（地域包括支援センター）	介護や高齢者の権利擁護など総合的な相談に対応します。また、虐待が疑われる事例などは関係機関と連携して問題の対応にあたります。深刻なリスクにつながる前に相談につなげられるよう連携することで、自殺防止を図ります。				●	●	高齢介護課

施策番号	施策・事業名	施策・事業内容	対象ライフステージ					主管課
			乳幼児期	学童・思春期	青年・成人期	壮年期	高齢期	
21	緊急通報システム整備事業	緊急通報システムを利用しているひとり暮らし高齢者の通報・相談等を通じて、問題の早期発見や他機関へのつなぎ等を図ります。広報を通じて周知を行います。					●	高齢介護課
22	一般介護予防事業	65 歳以上の方を対象に、運動、口腔、栄養等の講座を実施するとともに、住民主体の介護予防を推進します。					●	高齢介護課
23	特定健診、後期高齢者健康診査、がん検診	40 歳から 74 歳までの国民健康保険の加入者及び 75 歳以上の後期高齢者に対し、特定健診又は後期高齢者健康診査の受診勧奨を行います。				●	●	町民課 健康支援課
24	健康相談	高齢者が抱える健康問題を踏まえ、健康相談を実施するとともに、問題を早期に発見し、専門機関へつなぎます。					●	健康支援課
25	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施	健康状態不明者、口腔フレイルリスク者に対し、保健師が健康状態の確認・健康診査、歯科検診の受診勧奨を行います。シニアサロン等の通いの場にて、介護予防講座を実施します。					●	町民課 健康支援課 高齢介護課
26	シニアサロン	地域の担い手育成や高齢者の社会参加のきっかけづくりの場としてサロンに補助金を交付します。					●	高齢介護課
27	認知症カフェ（すぎぴょんカフェ）	認知症当事者・家族・介護者が参加し、介護や認知症について話し合えるカフェを各地域包括圏域ごとに開催します。					●	高齢介護課
28	介護予防サポーター養成事業	地域の高齢者が自ら活動に参加し、介護予防に向けた取組が主体的に実施されるよう、地域で活躍できるボランティアを養成します。					●	高齢介護課
29	友愛訪問	民生委員協力のもと、地域の見守り一人暮らし及び寝たきり高齢者への慰問を実施します。自殺のリスクが高い対象者がいた場合は、関係機関へつなぐ役割を担うことができる可能性があります。					●	社会福祉協議会

第 6 章　計画の推進と評価

第 1 節　計画の推進体制

本計画では「生活習慣病の発症予防と重症化予防」、「生涯を通じた心身の健康づくりの推進と生活習慣の改善」、「健康づくりを推進する地域・環境づくり」、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指し、身近な健康情報の発信や各種健康増進・食育推進活動・自殺対策の強化を図っていきます。

町民の健康増進のためには、町民一人ひとりの主体的な健康づくりが不可欠ですが、医療や介護、保育、教育に係る関係機関や地域の各種団体と連携し、健康づくりに取り組みやすい環境を整えていきます。

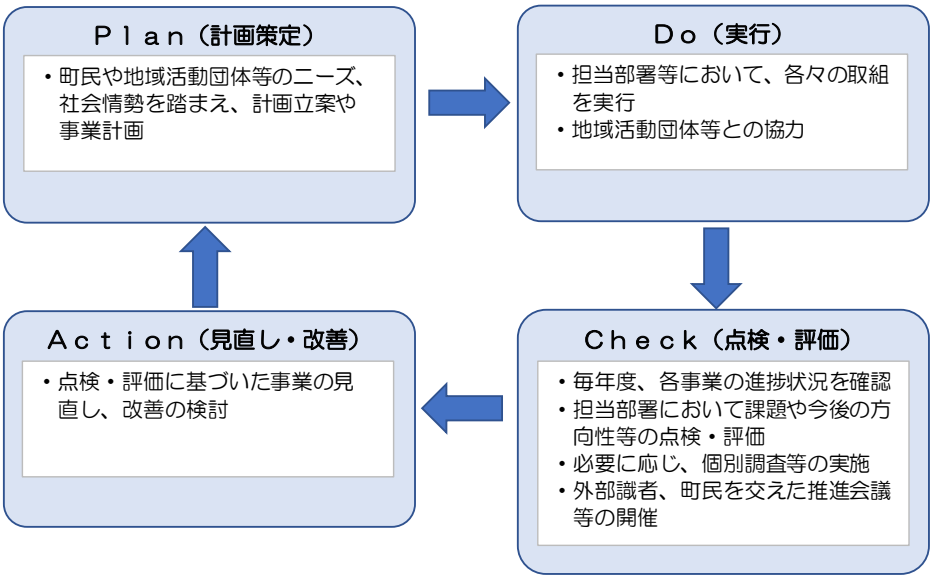
第 2 節　計画の進捗管理と評価

本計画をより実効性のあるものとしていくため、ＰＤＣＡサイクルに基づき、進捗状況を把握し、進捗管理を計画的に行っていきます。

本計画において設定した数値目標については、健診・医療等に関する統計データ、関連施策・事業に関するデータ等により現状の把握を行うことで、達成状況を総合的に点検・評価します。

行政や関係団体等が行う健康づくりに関する取組についても、ヒアリング調査等により定期的に状況を把握し、取組の進捗状況を点検・評価していきます。

上記の評価を踏まえて、施策の見直しを行い、計画に反映していき、計画終了年度である令和 18（2036）年度においては、町民意識調査等の必要な調査を行い、町の健康分野における課題と評価を分析し、次期計画の策定を図っていきます。



資料編

こころとからだの健康プランすぎと

（第2次杉戸町健康増進計画・食育推進計画・第3期杉戸町自殺対策計画）

令和9年3月発行

発行 ： 杉戸町健康支援課（保健センター）
〒345-0024 埼玉県北葛飾郡杉戸町大字堤根4745番地1
電話 ： 0480-34-1188
FAX ： 0480-34-1176
Mail ： kenkoshien@town.sugito.lg.jp
HP ： http://www.town.sugito.lg.jp