

健康なまち習志野計画 (案)

令和8(2026)年度～令和15(2033)年度

令和7年10月版

習志野市

目 次

第1章 次計画の策定にあたって.....	9
1 計画策定の背景.....	9
2 計画の位置付け.....	11
3 計画期間および関連する計画.....	12
4 国や千葉県の動向.....	13
(1) 国の動向.....	13
(2) 千葉県の動向.....	14
第2章 習志野市の概況と健康課題.....	15
1 習志野市の概況.....	15
(1) 人口および世帯の状況.....	15
2 健康をめぐる状況.....	19
(1) 出生.....	19
(2) 死亡.....	21
(3) 自殺.....	25
(4) 寿命.....	26
(5) 各種相談・健診.....	28
(6) 国民健康保険等医療費の状況.....	33
(7) 要介護認定者の状況.....	34
3 前計画の評価.....	36
(1) 前計画の概要.....	36
(2) 施策・事業の評価.....	37
(3) 健康意識調査の実施.....	39
(4) 目標の結果一覧.....	41
4 現状と課題のまとめ.....	45
基本目標1 からだの健康づくり.....	45
基本目標2 心の健康づくり.....	45
基本目標3 歯および口腔の健康づくり.....	46
基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備.....	46

第3章 計画の基本的な考え方.....	47
1 計画の総合目標および施策の方向性.....	47
(1) 総合目標.....	47
(2) 施策の方向性.....	47
2 基本目標.....	48
基本目標1 からだの健康づくり.....	48
基本目標2 心の健康づくり.....	48
基本目標3 歯および口腔の健康づくり.....	48
基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備.....	49
3 施策体系.....	50
第4章 具体的施策.....	51
基本目標1 からだの健康づくり.....	51
基本施策1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進.....	51
基本施策1-2 自らの行動で疾病予防.....	58
基本施策1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進.....	65
基本目標2 心の健康づくり.....	71
基本施策2-1 心の健康の保持・増進.....	71
基本施策2-2 自殺予防の推進.....	75
基本目標3 歯および口腔の健康づくり.....	80
基本施策3-1 歯および口腔の健康の保持・増進.....	80
基本施策3-2 歯科受診困難者への歯科疾患の予防強化.....	86
基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備.....	90
基本施策4-1 健康格差の縮小.....	90
基本施策4-2 人と人とのつながりの強化.....	96
第5章 計画の推進および進捗管理.....	102
1 各主体の連携・協働による計画の推進.....	102
2 各主体の役割.....	102
(1) 市の役割.....	102
(2) 市民の役割.....	102
(3) 市民活動団体の役割.....	103

(4) 健康づくり関係者の役割.....	103
(5) 事業者の役割.....	103
3 計画の進捗管理.....	104
(1) 計画内容の周知.....	104
(2) 計画の進捗管理.....	104
第6章 取組および目標一覧.....	105
1 ライフステージ別の取組一覧.....	105
基本目標1 からだの健康づくり.....	105
基本目標2 心の健康づくり.....	108
基本目標3 歯および口腔の健康づくり.....	111
基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備.....	112
2 目標一覧.....	115
基本目標1 からだの健康づくり.....	115
基本目標2 心の健康づくり.....	116
基本目標3 歯および口腔の健康づくり.....	117
基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備.....	118

1 計画策定の背景

近年、医学や医療技術の進歩、生活環境の向上などにより、人生 100 年時代を迎え、日本は世界でも有数の長寿国となっています。誰もが、生涯にわたって元気に暮らしていくための基盤として、健康の重要性はより高まっており、日頃から心身の健康を保つため、健康づくりの取組をさらに強化していくことが求められています。

国では、「21 世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本 21（第三次）」にて、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「個人の行動と健康状態の改善」「社会環境の質の向上」「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の 4 つの方向性と、それに基づく目標を定め、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目指しています。また、「食育推進基本計画」では、健全な食生活の実現と、環境や食文化を意識した持続可能な社会の実現に向けた取組を推進しています。さらに、「自殺総合対策大綱」では、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」を基本理念に自殺対策の取組を進めています。

本市では、昭和 40 年代から地区活動の拠点として市内の公民館、コミュニティセンター、福祉センター等にヘルスステーションを複数設け、市民が生活する身近な場所で保健活動を展開してきました。これらの活動は、市民と行政が協働して健康づくりを進める基盤を築く役割を果たしてきました。

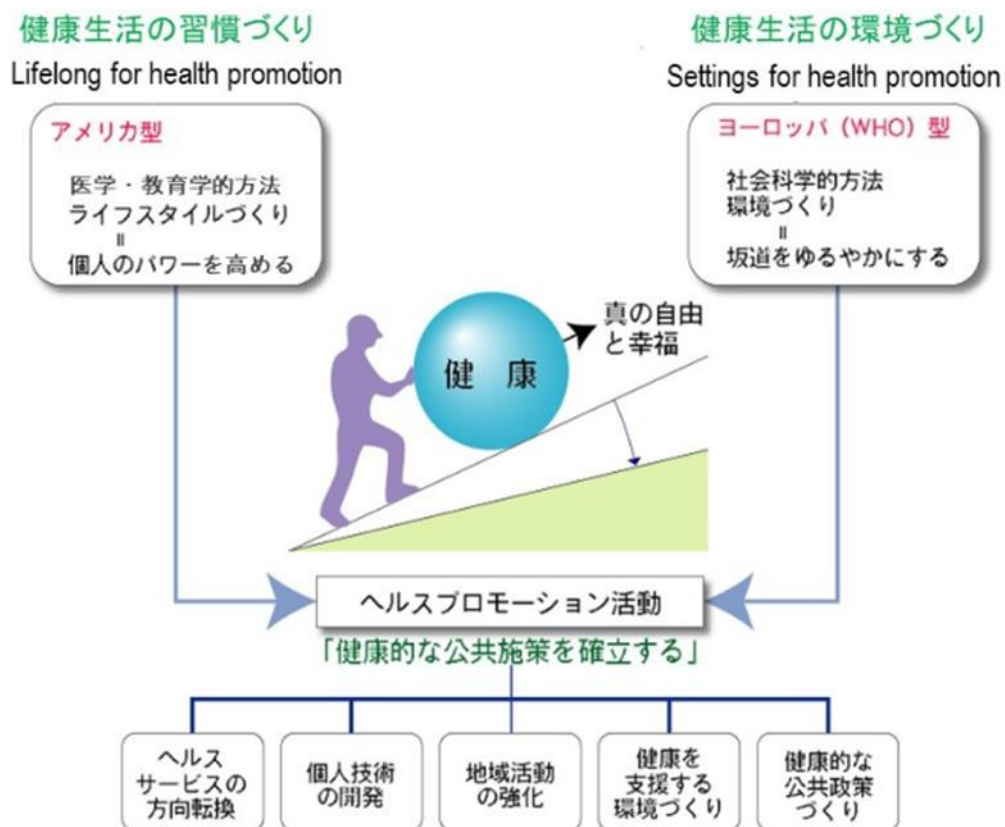
さらに、本市はヘルスプロモーション^{※1}の理念を施策に取り入れ、「個人が健康的な生活習慣を身につけること」とどまらず、それを支え守るための「社会環境の整備」にも重点を置いてきたことが大きな特徴です。その第一歩として、平成 16（2004）年度にはヘルスプロモーションの理念に基づいた健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」を策定し、以降の保健施策の基本方針としてきました。さらに、平成 25（2013）年 4 月には、「習志野市からだ・心・歯の健康づくりを推進し、地域社会全体で個人の健康を支え守るための社会環境の整備に取り組むまちづくり条例」（通称：「習志野市健康なまちづくり条例」）を施行し、翌平成 26（2014）年 11 月には、「健康なまち習志野」宣言^{※2}を行うなど、健康づくりの活動を市全体に広げる歩みを進めてきました。

現在、ヘルスステーションは時代の変化により、本庁へと機能が集約されていますが、市民の生活の場である身近な場所で健康相談や健康教育に引き続き取り組んでおり、長年の歴史と積み重ねは、市民とともに進める本市の健康づくりの土台となっています。このような基盤の中、健康づくり、食育推進、自殺対策の取組を展開してきました。これまでの取り組みを通じて一定の改善がみられる一方、生活習慣病の予防、心の健康づくり、人とのつながりに関する分野については依然として課題が残されています。今後も進む超高齢社会において、市民一人ひとりが主体的に健康的な生活習慣を実践できるよう支える社会環境の整備についても、さらなる取組の充実が求められています。

こうした経過を踏まえ、本市では、市民との協働の基盤やヘルスプロモーションの理念を一層推進し、すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せに暮らせる持続可能なまちづくりを進めるため、新たに「健康なまち習志野計画（令和 8 年度～令和 15 年度）」を策定しました。

※1 ヘルスプロモーションとは、世界保健機関が昭和 61（1986）年のオタワ憲章で提唱した新しい健康観に基づく 21 世紀の健康戦略で、平成 17（2005）年のバンコク憲章で承認された「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセス」のことです。また、ヘルスプロモーションの究極の目標は、すべての人々があらゆる生活舞台（労働・学習・余暇そして愛の場）で健康を享受することのできる公正な社会の創造にあります。（世界保健機関：ヘルスプロモーションに関するオタワ憲章 1986）

ヘルスプロモーション活動のイメージ



「島内憲夫1987年/島内憲夫・高村美奈子2011年（改編）/島内憲夫・鈴木美奈子2018・2019年（改編）」

※2 「健康なまち習志野」宣言（平成 26（2014）年 11 月 1 日宣言）

わたくしたち習志野市民は、生涯にわたる健康で幸せな生活を希求し、実現し、未来につなげていくことを誓い、ここに「健康なまち習志野」を宣言します。

I わたくしたち習志野市民は、一人ひとりが自ら健康への意識を高め、主体的に行動します。

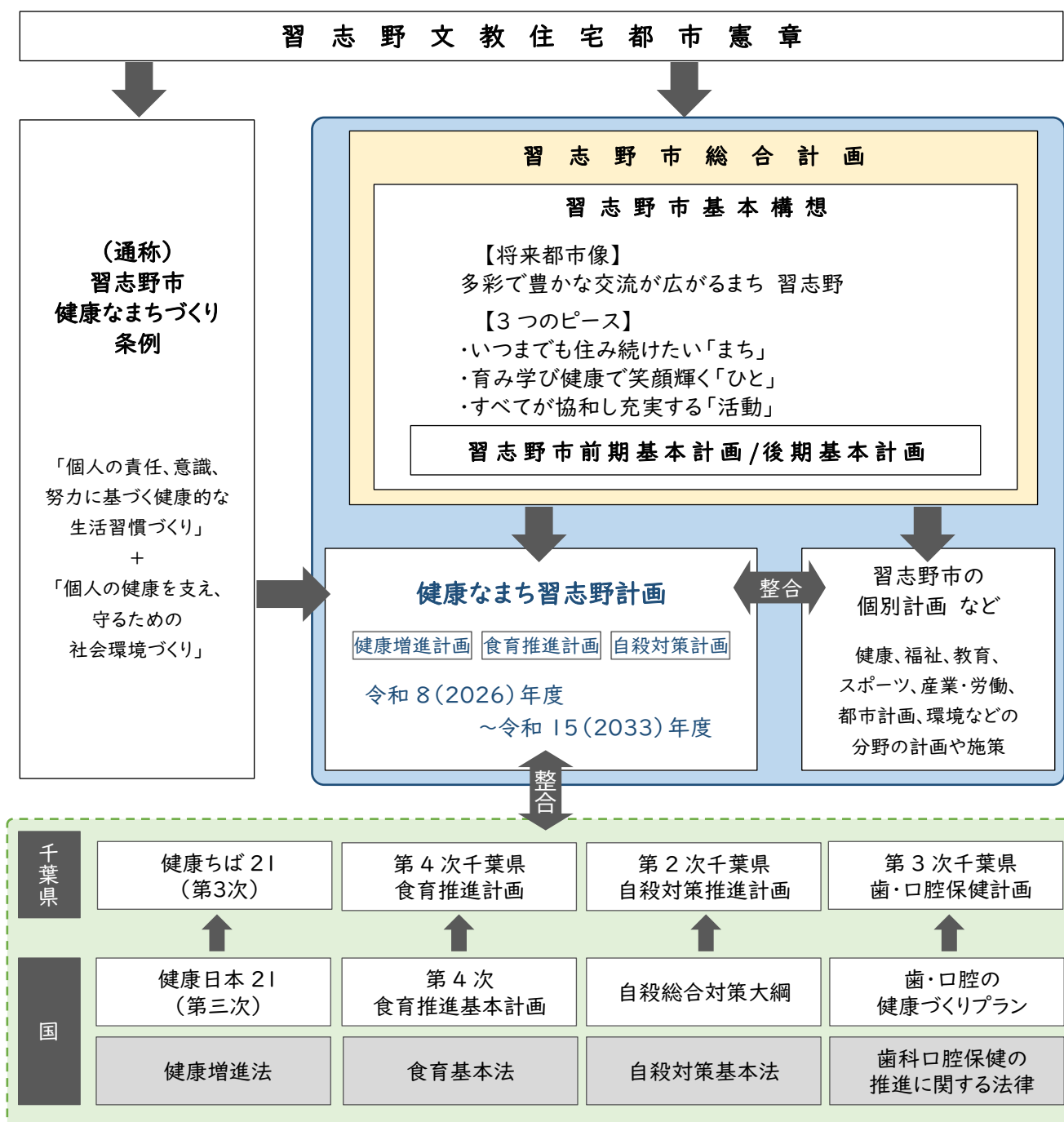
I わたくしたち習志野市民は、連携・協力しながら、笑顔で健康に暮らします。

I わたくしたち習志野市民は、あらゆる分野において、健康を支え守る社会環境をととのえます。

2 計画の位置付け

本計画は、「(通称)習志野市健康なまちづくり条例」第10条に基づく基本計画であり、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画です。また、食育基本法第18条の規定に基づく市町村食育推進計画(習志野市食育推進計画)、自殺対策基本法第13条第2項の規定に基づく市町村自殺対策計画(習志野市自殺対策計画)を包含する総合計画です。

本計画の策定根拠となる「(通称)習志野市健康なまちづくり条例」では、「個人の責任、意識、努力に基づく健康的な生活習慣づくり」に加え、「個人の健康を支え、守るための社会環境づくり」に関係者が連携・協力して取り組むことを目的としています。そのため、保健・福祉分野の計画のみならず、教育やスポーツ、産業・労働、都市計画、環境などの分野の計画や施策とも密接に関係します。したがって、本計画は、これら計画や施策と整合を図りながら推進していきます。



3 計画期間および関連する計画

本計画の期間は、「習志野市前期基本計画」の計画期間である、令和 8(2026)年度から令和 15(2033)年度までの 8 年間とし、次期後期基本計画の策定に合わせて改訂を行います。

本計画に関係する分野の計画は以下のとおりです。ただし、社会情勢の変化や関連計画などとの整合を図る必要がある場合は、必要に応じて見直しを行います。

計 画 名		年 度													
		R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15
国	健康日本 21	第 2 次				第 3 次									
	健やか親子 21※				第 2 次										
	食育推進基本計画			第 4 次				第 5 次							
	自殺総合対策大綱	第 3 次			第 4 次										
	歯と口腔の健康づくりプラン	第 1 次				第 2 次									
県	健康ちば 21	第 2 次				第 3 次									
	千葉県食育推進計画	第 3 次			第 4 次										
	千葉県自殺対策推進計画	第 2 次													
	千葉県歯・口腔保健計画	第 2 次				第 3 次									
習志野市	習志野市基本構想							令和 8(2026)年度から令和 23(2041)年度							
	習志野市基本計画							前期基本計画							
	健康なまち習志野計画														
	健康増進計画	第 2 期計画						第 3 期計画							
	食育推進計画														
	自殺対策計画														

※令和 5(2023)年度以降は、成育医療等基本方針に基づく国民運動として位置付け

【関連する習志野市の計画】

- こども若者まんなか計画
- 国民健康保険データヘルス計画
- 地域福祉計画
- 成年後見制度利用促進基本計画
- 再犯防止推進計画
- 高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画
- 障がい者基本計画
- 障がい福祉計画
- 障がい児福祉計画
- 教育振興基本計画
- 文化振興計画
- スポーツ推進計画
- 男女共同参画基本計画
- 産業振興計画
- 安全で安心なまちづくり基本計画
- 公共建築物再生計画
- バリアフリー移動等円滑基本構想
- 環境基本計画
- 緑の基本計画
- 地域防災計画

4 国や千葉県の動向

(1) 国の動向

①健康日本 21（第三次）

国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針に基づき、第5次国民健康づくり対策である「21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本 21（第三次）」が令和6（2024）年度から令和17（2035）年度までの12年間を計画期間として開始されています。

これまでの成果、課題、今後予想される社会変化などを踏まえ、健康日本 21（第三次）のビジョンを「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」とし、そのために「誰一人取り残さない健康づくりの展開」、「より実効性をもつ取組の推進」を行うこととしています。このビジョンを実現するために、基本的な方向として「①健康寿命の延伸・健康格差の縮小、②個人の行動と健康状態の改善、③社会環境の質の向上、④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」が示されています。

②第4次食育推進基本計画の策定

食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、令和3（2021）年度から令和7（2025）年度の5年間を計画期間とする「第4次食育推進基本計画」が策定されました。

国民の健康や食を取り巻く環境の変化、社会のデジタル化など、食育をめぐる状況を踏まえ、「①生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進、②持続可能な食を支える食育の推進、③「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進」を重点事項として掲げています。

③自殺総合対策大綱

「自殺総合対策大綱」は、自殺対策基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として定めるものであり、おおむね5年を目途に見直すこととされています。平成19（2007）年6月に策定された後、2度の見直しが行われ、我が国の自殺の実態を踏まえて令和4（2022）年10月、「自殺総合対策大綱～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て～」が閣議決定されました。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」を基本理念として掲げ、自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させるとしています。

④歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（第二次）（歯・口腔の健康づくりプラン）

全ての国民にとって健康で質の高い生活を営む基盤となる歯科口腔保健の実現に向けて、令和6（2024）年度から令和17（2035）年度までの12年間を計画期間とする「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（第二次）」（歯・口腔の健康づくりプラン）が示されています。

「個人のライフコースに沿った歯・口腔の健康づくりを展開できる社会環境の整備」と「より実効性をもつ取組を推進するために適切なPDCAサイクルの実施」に重点を置き、歯科口腔保健のさらなる推進に向けて取り組む旨などを規定しています。

(2) 千葉県の動向

①健康ちば 21（第3次）

「健康ちば 21（第3次）」は、令和 6（2024）年度から令和 17（2035）年度までの 12 年間で計画期間とし、県民の健康づくりに関する施策について基本的な計画を定めたものです。

「全ての県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」を基本理念に掲げ、総合目標を「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」としています。基本理念、総合目標の実現に向けて、「Ⅰ 個人の生活習慣の改善と生活機能の維持向上」「Ⅱ 生活習慣病（NCDs）の発症予防と重症化予防」「Ⅲ つながりを生かし、健康を守り支える環境づくり」「Ⅳ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」を 4 つの柱を掲げています。

②第 4 次千葉県食育推進計画

「第 4 次千葉県食育推進計画」は、『「ちばの恵み」を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり』を基本目標に掲げ、令和 4（2022）年度から令和 8（2026）年度を計画期間としています。

県民一人一人が「ちば型食生活」※を楽しく実践し、生涯にわたって体と心の健康を保ち、生きる力を身に付けることを目指しています。また、千葉でとれる新鮮な食材を使ったふるさとの味を互いに伝えあい、自然の恵みに感謝し、食べ物や地域の食文化を大切にする心を持ち、ふるさとちばへの誇りを持った豊かな人間性を育むことを目指しています。

③第 2 次千葉県自殺対策推進計画

一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され、誰も自殺に追い込まれることのない千葉県を目指し、県を挙げて自殺対策に取り組んでいくため、平成 30（2018）年度から令和 9（2027）年度を計画期間とする「第 2 次千葉県自殺対策推進計画」が策定されました。

令和 4（2022）年 10 月に国の自殺総合対策大綱の見直しが行われたことを踏まえ、令和 6（2024）年 3 月に計画内容の見直しを行い、「若年層（こども・若者）への自殺対策への更なる推進」「女性への自殺対策の更なる推進」「総合的な自殺対策の更なる推進（孤独・孤立対策との連携、ICT の効果的な活用ほか）」の 3 つが見直しの方向性として示されました。

④第 3 次千葉県歯・口腔保健計画

生涯を通じて歯科疾患を予防し、乳幼児から高齢期までライフステージを通じて、ライフコースアプローチに基づく歯・口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、令和 6（2024）年度から令和 11（2029）年度を計画期間とする「第 3 次千葉県歯・口腔保健計画」が策定されました。

「全ての県民にとって健康で質の高い生活を営む基盤となる口腔保健の実現」を基本理念に掲げ、総合目標を「歯・口腔の健康づくりによる健康寿命の延伸と健康格差の縮小」としています。

※鮮度が良く栄養たっぷりおいしい千葉県産の農林水産物を、上手に食事に取り入れたバランスのよい食生活を「ちば型食生活」と呼びます。

第2章

習志野市の概況と健康課題

1 習志野市の概況

(1) 人口および世帯の状況

本市の人口は、令和 7(2025)年 3 月末現時点で、175,009 人となっています。令和 2(2020)年の人口(174,033 人)と比べると、976 人増えています。

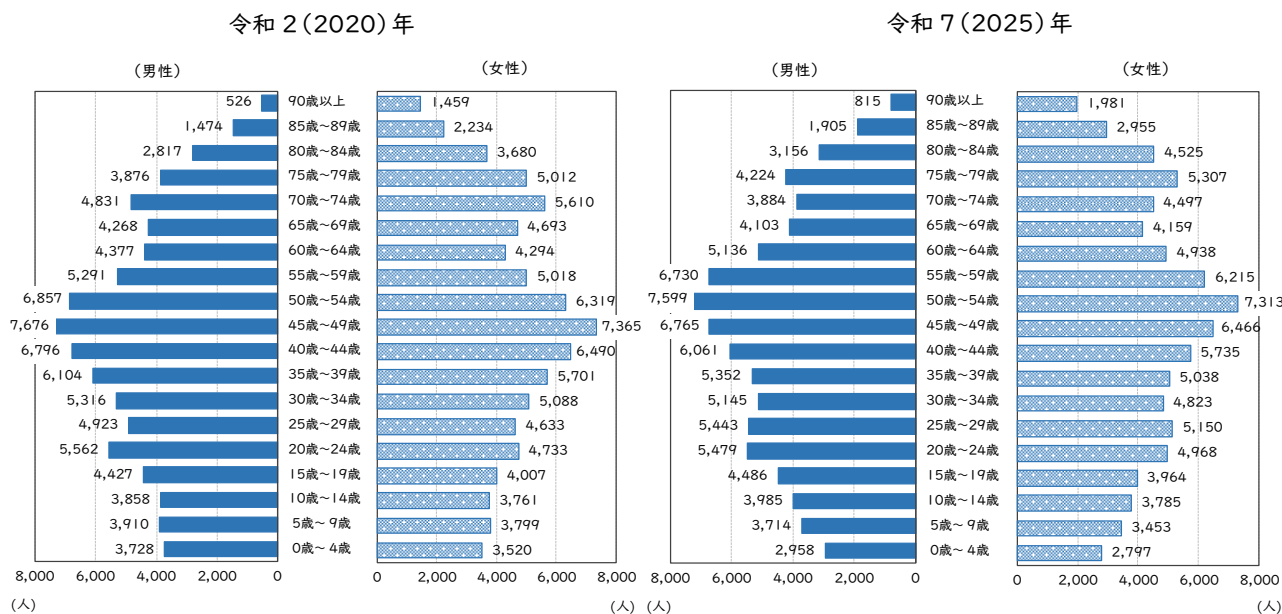
人口

年齢	令和2(2020)年		令和7(2025)年	
	男性	女性	男性	女性
0～4歳	3,728	3,520	2,958	2,797
5～9歳	3,910	3,799	3,714	3,453
10～14歳	3,858	3,761	3,985	3,785
15～19歳	4,427	4,007	4,486	3,964
20～24歳	5,562	4,733	5,479	4,968
25～29歳	4,923	4,633	5,443	5,150
30～34歳	5,316	5,088	5,145	4,823
35～39歳	6,104	5,701	5,352	5,038
40～44歳	6,796	6,490	6,061	5,735
45～49歳	7,676	7,365	6,765	6,466
50～54歳	6,857	6,319	7,599	7,313
55～59歳	5,291	5,018	6,730	6,215
60～64歳	4,377	4,294	5,136	4,938
65～69歳	4,268	4,693	4,103	4,159
70～74歳	4,831	5,610	3,884	4,497
75～79歳	3,876	5,012	4,224	5,307
80～84歳	2,817	3,680	3,156	4,525
85～89歳	1,474	2,234	1,905	2,955
90歳以上	526	1,459	815	1,981
小計	86,617	87,416	86,940	88,069
総人口	174,033		175,009	

出典：住民基本台帳（各年 3 月末時点）

令和 7(2025)年の人口構造をみると、60 歳以下では、団塊のジュニア世代※にあたる 50～54 歳の人口が多くなっています。60 歳以上では、団塊の世代※にあたる 75～79 歳の人口が多くなっています。

人口構造

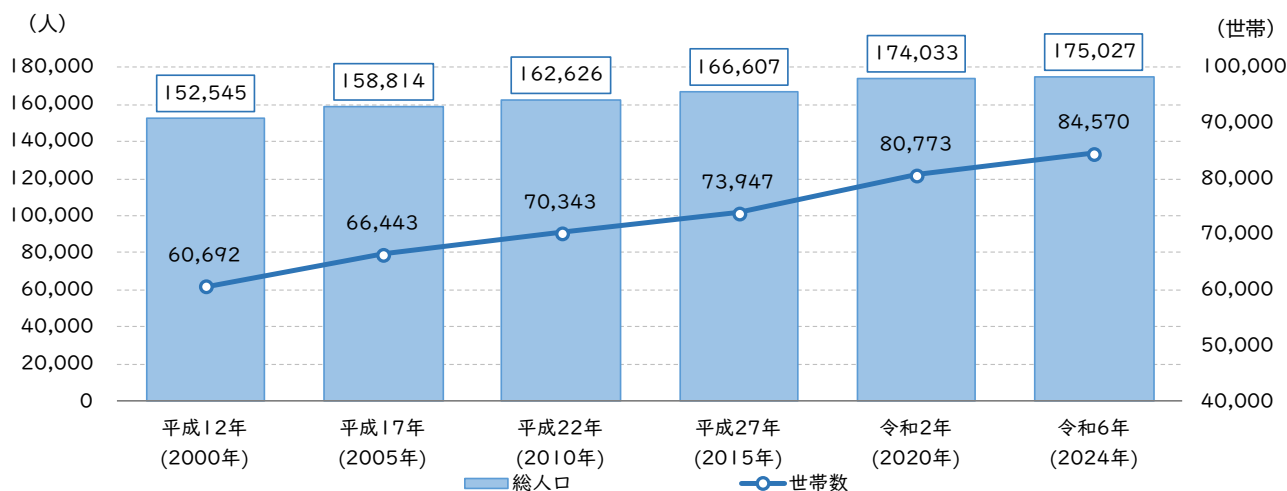


出典:住民基本台帳(各年3月末時点)

※団塊の世代は、主に昭和22(1947)年～昭和24(1949)年に生まれた人のことで、団塊のジュニア世代は、主に昭和46(1971)年～昭和49(1974)年に生まれた人のことをいいます。

総人口、世帯数ともに年々増加しており、総人口は令和6(2024)年に17万5,027人となっており、平成12(2000)年の15万2,545人と比べて2万2,482人(14.7%)増加しています。

人口および世帯数



出典:住民基本台帳(各年3月31日)

一般世帯の構成について、本市では平成 27(2015)年に比べて、令和 2(2020)年では「単独世帯」を除いて、減少または変わらない状況となっています。核家族世帯においては、「夫婦のみ」と「夫婦と子ども」の世帯で減少しています。

令和 2(2020)年をみると、「夫婦のみ」「単独世帯」で千葉県を上回っています。

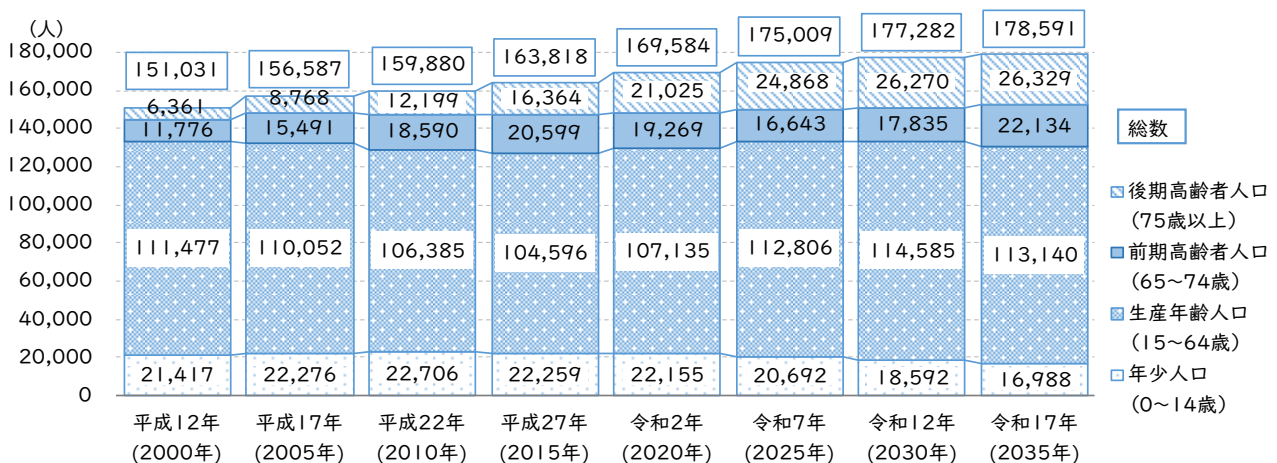
一般世帯の構成

区分	千葉県		習志野市	
	平成 27(2015)年	令和 2(2020)年	平成 27(2015)年	令和 2(2020)年
親族のみの世帯	66.1%	82.4%	65.0%	60.7%
核家族世帯	59.0%	72.0%	60.8%	57.2%
夫婦のみ	21.0%	18.6%	20.3%	19.5%
夫婦と子ども	29.4%	44.2%	32.3%	29.4%
ひとり親と子ども	8.6%	9.2%	8.3%	8.3%
核家族以外の世帯	7.2%	10.3%	4.2%	3.5%
非親族以外の世帯	0.9%	1.1%	1.0%	1.0%
単独世帯	32.4%	16.3%	34.1%	38.0%

出典：国勢調査

令和 7(2025)年の年齢階層別人口は、年少人口(0～14 歳)11.8%、生産年齢人口(15～64 歳)64.5%、高齢者人口(65 歳以上)23.7%となっています。高齢者人口のうち、前期高齢者人口(65～74 歳)は全体の 9.5%、後期高齢者人口(75 歳以上)は全体の 14.2%で、後期高齢者の方が多くなっています。平成 12(2000)年と比較すると、年少人口が 725 人(3.4%)減、一方、高齢者人口のうち後期高齢者が 18,507 人増と約 4 倍に増加しています。

年齢階層別人口の推移と推計



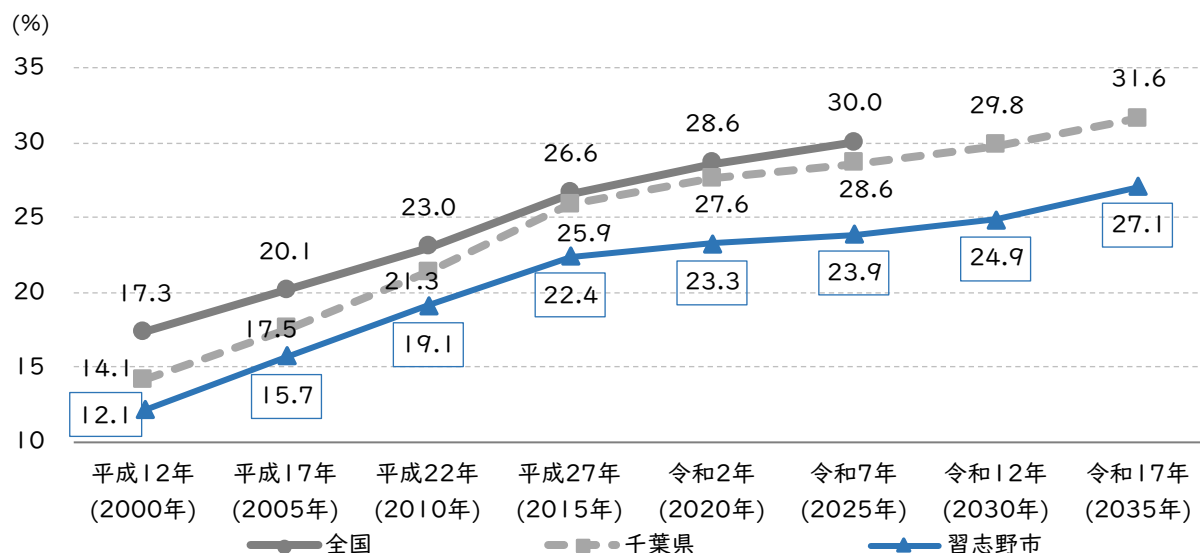
	平成 12 年 (2000 年)	平成 17 年 (2005 年)	平成 22 年 (2010 年)	平成 27 年 (2015 年)	令和 2 年 (2020 年)	令和 7 年 (2025 年)	令和 12 年 (2030 年)	令和 17 年 (2035 年)
後期高齢者人口 (75 歳以上)	4.2%	5.6%	7.6%	10.0%	12.4%	14.2%	14.8%	14.7%
前期高齢者人口 (65～74 歳)	7.8%	9.9%	11.6%	12.6%	11.4%	9.5%	10.1%	12.4%
生産年齢人口 (15～64 歳)	73.8%	70.3%	66.5%	63.8%	63.2%	64.5%	64.6%	63.4%
年少人口 (0～14 歳)	14.2%	14.2%	14.2%	13.6%	13.1%	11.8%	10.5%	9.5%

出典：令和 7(2025)年まで 住民基本台帳人口(各年 3 月 31 日)

令和 12(2030)年以降「令和 6 年度習志野市人口推計結果報告書」(令和 7 年 3 月)

高齢者人口比率は、全国・千葉県よりも低い比率で推移するものの、一貫して増え続けており、令和 17(2035)年には 27.1%(人口の 3.7 人に 1 人)に上昇すると予想されています。

全人口に占める高齢者人口比率の推移と推計



出典: 令和 2(2020)年まで 国勢調査(全国、千葉県、習志野市)

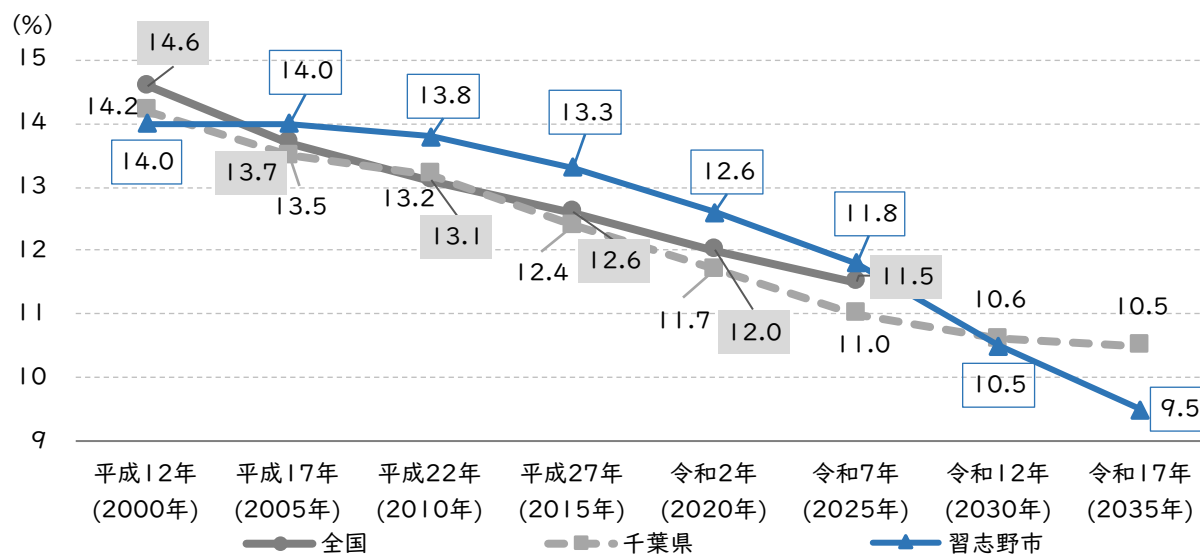
令和 7(2025)年以降 社会保障・人口問題研究所「将来人口推計」(全国)

「千葉県総合計画～新しい千葉の時代を切り開く～」(千葉県)

「令和 6 年度習志野市人口推計結果報告書」(令和 7 年 3 月)

年少人口比率は、全国、千葉県よりも高い比率で推移していますが、一貫して減り続けています。令和 17(2035)年には千葉県を下回り、9.5%に減少すると予想されています。

全人口に占める年少人口比率の推移と推計



出典: 令和 2(2020)年まで 国勢調査(全国、千葉県、習志野市)

令和 7(2025)年以降 社会保障・人口問題研究所「将来人口推計」(全国)

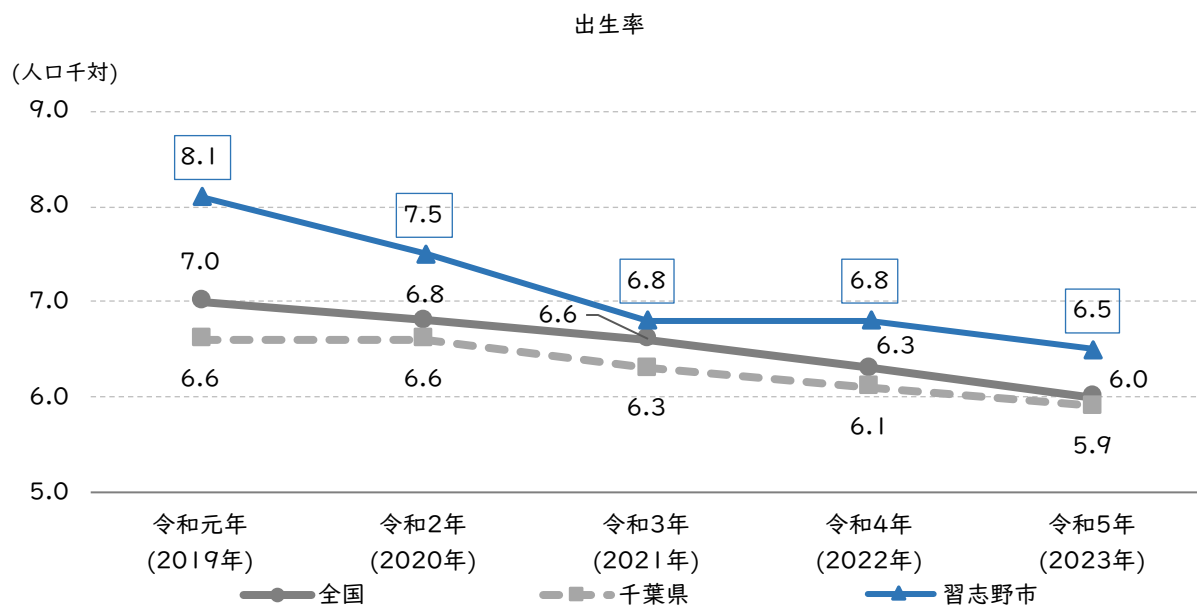
「千葉県総合計画～新しい千葉の時代を切り開く～」(千葉県)

「令和 6 年度習志野市人口推計結果報告書」(令和 7 年 3 月)

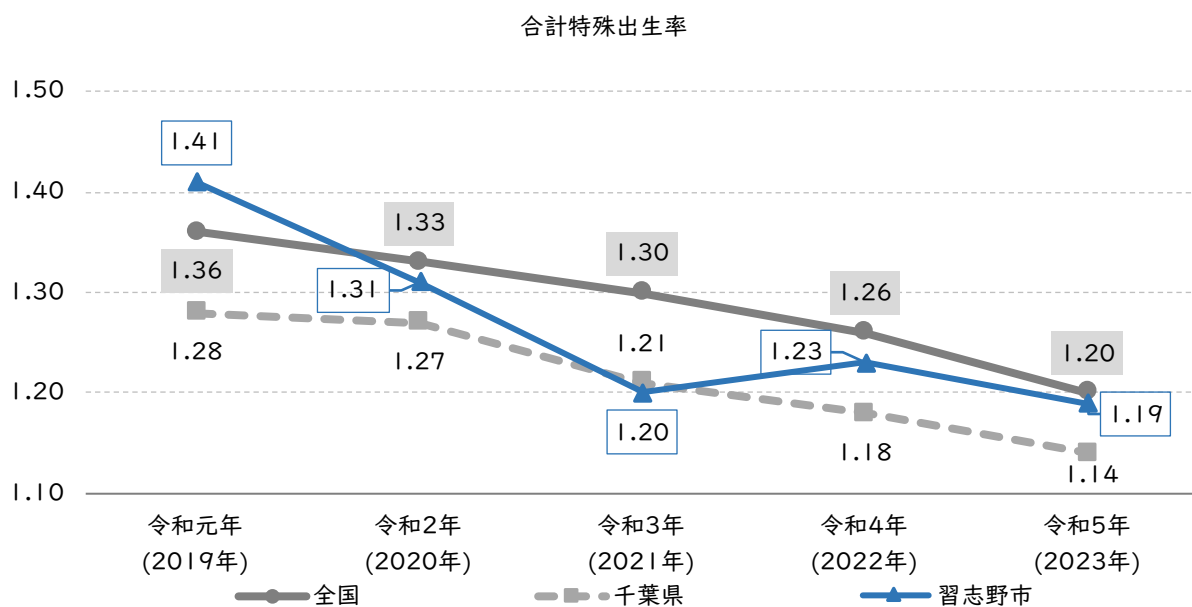
2 健康をめぐる状況

(1) 出生

出生率は、令和元(2019)年以降いずれの年も全国、千葉県を上回っています。一方で年々減少しており、令和5(2023)年では6.5となっています。



合計特殊出生率は、全国、千葉県と同様、減少傾向であり、令和4(2022)年に一旦増加するも、令和5(2023)年度には再び減少しています。令和元(2019)年では1.41と全国、千葉県を上回っていましたが、令和5(2023)年には1.19となっており、全国を下回っています。



極低出生体重児（1,500g 未満）の割合は、令和 5（2023）年に 1.3%となっており、全国、千葉県と比べて大きな差異はありません。

極低出生体重児（1,500g 未満）の数と割合

	令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年		令和5(2023)年	
	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比
習志野市	5	0.4	4	0.3	5	0.4	6	0.5	14	1.3
千葉県	302	0.7	302	0.8	291	0.8	311	0.8	289	0.8
全国	6,467	0.7	6,228	0.7	6,090	0.8	5,736	0.7	5,458	0.8

(単位:%)

出典:人口動態調査(全国)

千葉県衛生統計年報(千葉県、習志野市)

低出生体重児（2,500g 未満）の割合は、令和 5（2023）年に 9.6%となっており、全国、千葉県と比べて大きな差異はありません。

低出生体重児（2,500g 未満）の数と割合

	令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年		令和5(2023)年	
	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比	数(人)	出生比
習志野市	116	8.4	123	9.6	87	7.5	109	9.4	106	9.6
千葉県	3,709	9.1	3,699	9.2	3,421	8.9	3,401	9.2	3,353	9.4
全国	81,462	9.4	77,539	9.2	76,060	9.4	72,587	9.4	70,151	9.6

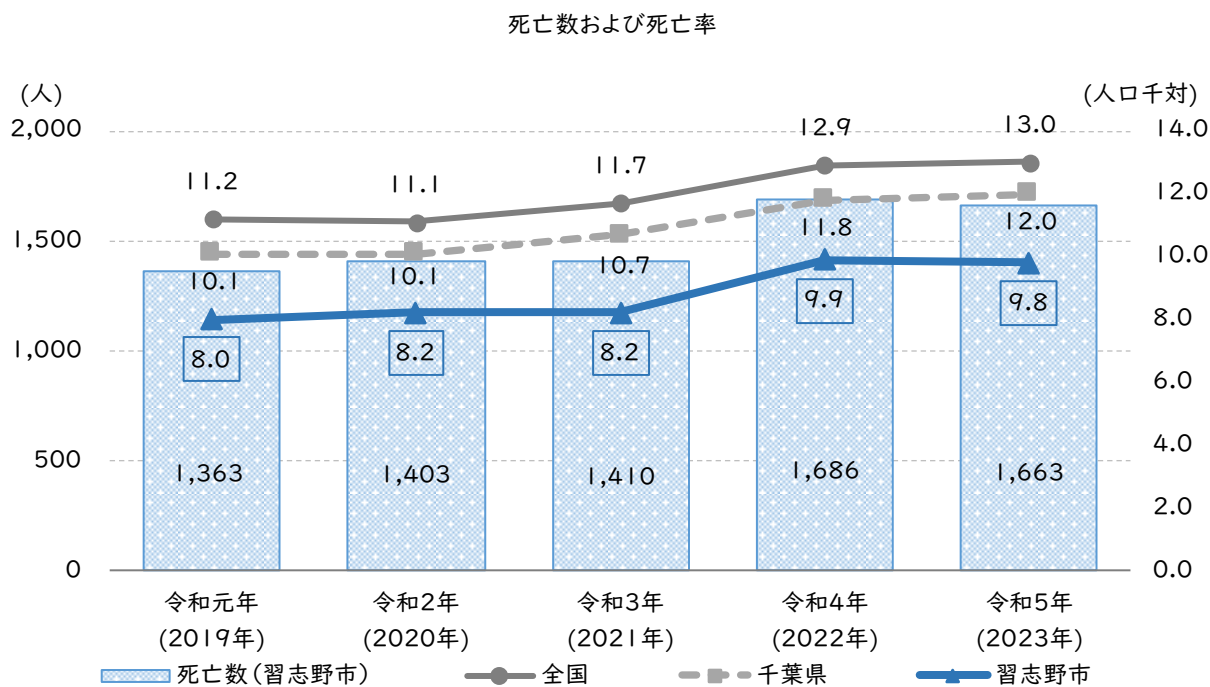
(単位:%)

出典:人口動態調査(全国)

千葉県衛生統計年報(千葉県、習志野市)

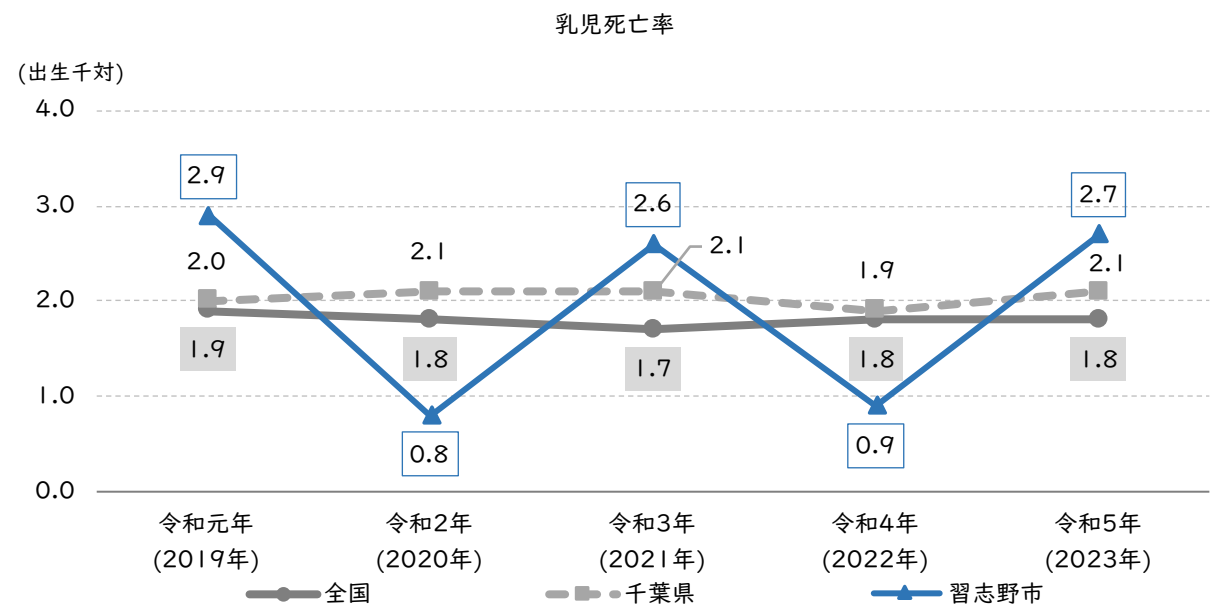
(2) 死亡

死亡者数は、令和 4 (2022) 年以降 1,600 人を超えて、増加傾向となっています。死亡率は、10.0 を切っており、全国、千葉県よりも低い比率となっています。



出典：千葉県衛生統計年報

乳児死亡率は、母数が少ないため人数の増減で変動が大きくなっていますが、0.8 から 2.9 で推移しています。令和 2(2020)年と令和 4(2022)年を除き、全国、千葉県よりも高い数値となっています。

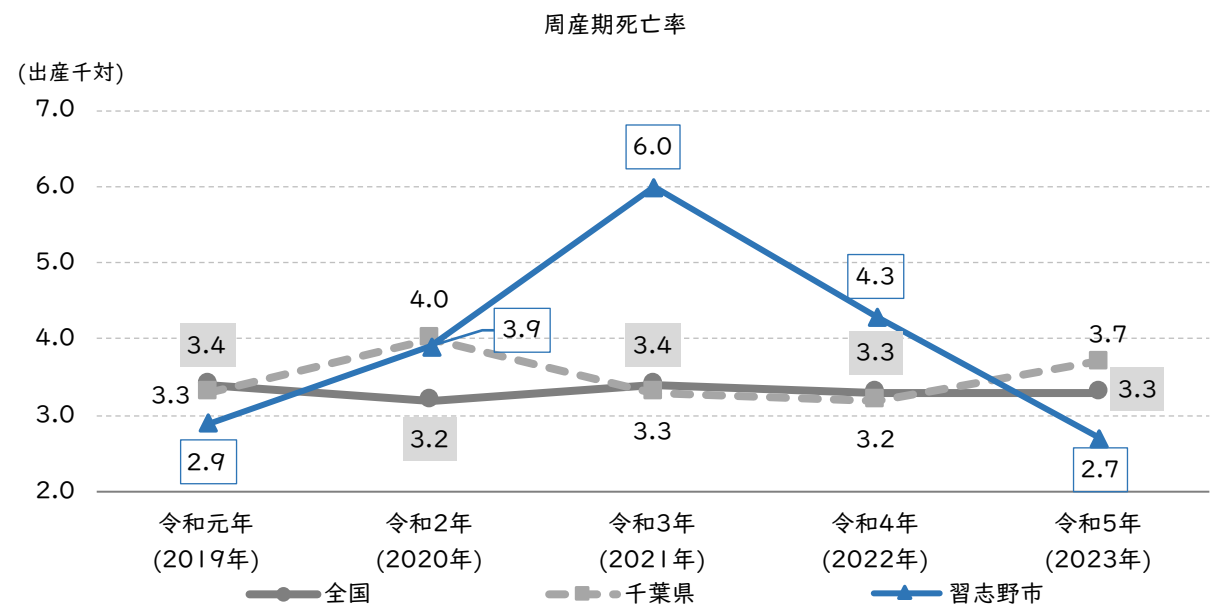


乳児死亡数と乳児死亡率

	令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年		令和5(2023)年	
	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率
習志野市	4	2.9	1	0.8	3	2.6	1	0.9	3	2.7
千葉県	83	2.0	84	2.1	79	2.1	69	1.9	75	2.1
全国	1,654	1.9	1,512	1.8	1,399	1.7	1,356	1.8	1,326	1.8

(単位:出生千対)
出典:千葉県衛生統計年報

周産期死亡率は、母数が少ないため人数の増減で変動が大きくなっていますが、2.7 から 6.0 で推移しています。令和 3(2021)年と令和 4(2022)年では、全国、千葉県よりも高い数値となっています。



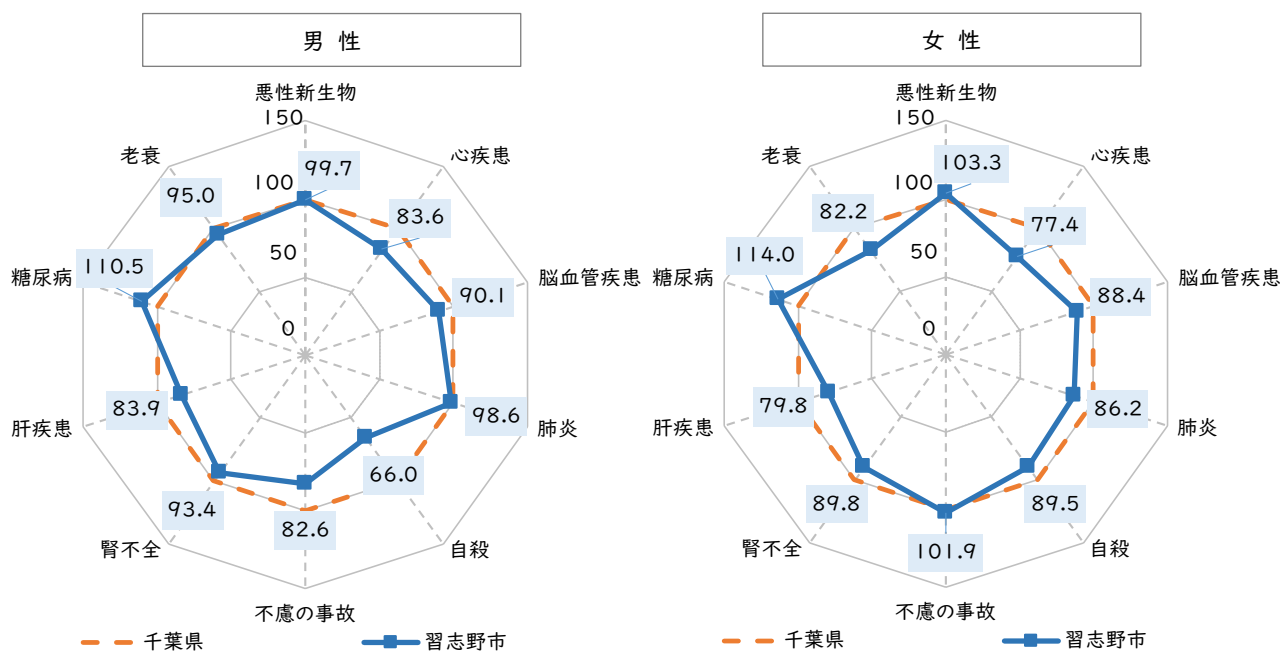
周産期死亡数と周産期死亡率

	令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年		令和5(2023)年	
	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率	数(人)	率
習志野市	4	2.9	5	3.9	7	6.0	5	4.3	3	2.7
千葉県	136	3.3	160	4	128	3.3	120	3.2	133	3.7
全国	2,955	3.4	2,664	3.2	2,741	3.4	2,527	3.3	2,404	3.3

(単位:出産千対)
出典:千葉県衛生統計年報

標準化死亡比について、男性は「糖尿病」が高くなっています。女性は「糖尿病」「悪性新生物」「不慮の事故」が高くなっています。「糖尿病」に関しては、男性 110.5、女性 114.0 となっており、ともに高くなっています。

標準化死亡比（平成 28（2016）年～令和 2（2020）年）



出典：千葉県「健康情報ナビ」

※標準化死亡比とは、年齢構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標です。ここでは、千葉県の値を 100 とし、それよりも値が高い場合、死亡率が高いことを表します。

(3) 自殺

自殺者数は令和3(2021)年、令和4(2022)年で20人を切って減少傾向にありましたが、令和5(2023)年、令和6(2024)年では再び20人を超えており、増加傾向となっています。年齢別にみると、中高年層(40～70歳代)が若年層(20歳未満、20～30歳代)および最年長層(80歳以上)と比較して、毎年全体的に数値が高い傾向にあります。

原因・動機をみると、家庭問題、健康問題、経済・生活問題が多い傾向にあります。

自殺者数の推移(年齢別)

	合計	20歳未満	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	不詳
令和元(2019)年	21	1	0	5	3	4	2	5	1	0
令和2(2020)年	28	1	3	3	6	4	6	2	3	0
令和3(2021)年	17	2	2	0	4	4	3	2	0	0
令和4(2022)年	17	2	0	3	3	3	2	3	1	0
令和5(2023)年	24	1	2	4	4	5	3	3	2	0
令和6(2024)年	23	3	2	4	2	4	2	4	2	0

出典：厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」住居地

自殺者数の推移(原因・動機別)

	合計	家庭問題	健康問題	経済・生活問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他	不詳
令和元(2019)年	21	9	7	2	2	1	0	0	5
令和2(2020)年	28	2	22	7	3	0	0	1	5
令和3(2021)年	17	4	7	0	1	1	2	2	2
令和4(2022)年	17	3	6	7	0	0	0	4	0
令和5(2023)年	24	7	12	14	4	1	2	1	0
令和6(2024)年	23	3	20	9	1	1	1	3	0

※原因・動機が複数であると判断された場合は重複してカウントされるため、合計と一致していません。

出典：厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」住居地

自殺者率は、いずれの年も全国、千葉県の水準を下回っています。

自殺者数の推移(全国・県との比較)

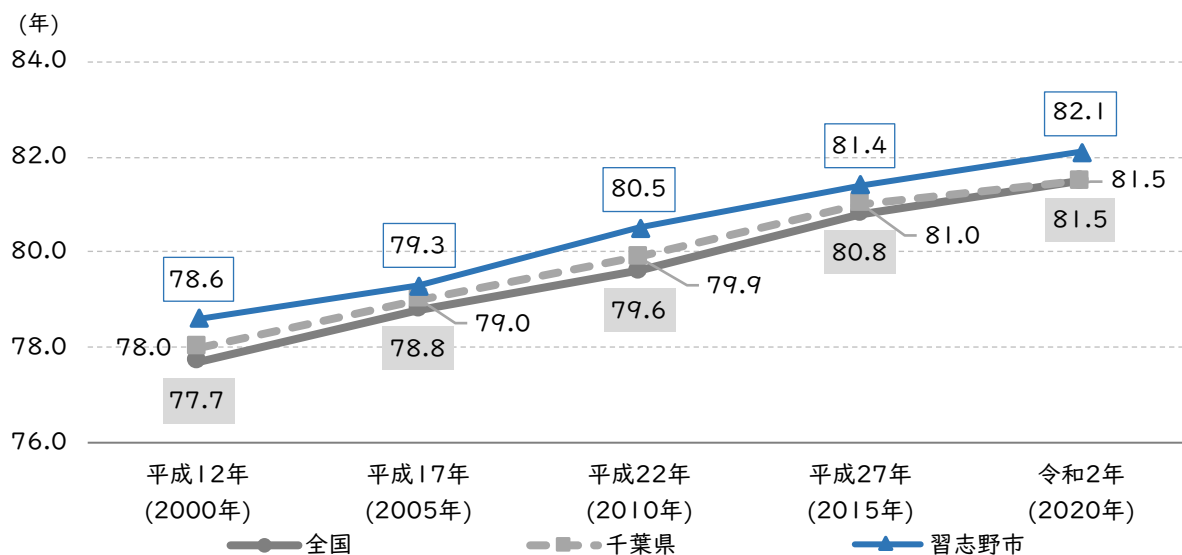
	令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年		令和5(2023)年		令和6(2024)年	
	数(人)	対千人比	数(人)	対千人比	数(人)	対千人比	数(人)	対千人比	数(人)	対千人比	数(人)	対千人比
習志野市	21	0.121	28	0.161	17	0.097	17	0.097	24	0.137	23	0.132
千葉県	958	0.152	1,045	0.165	963	0.152	1,004	0.159	998	0.158	912	0.145
全国	19,974	0.157	20,907	0.164	20,820	0.164	21,723	0.173	21,657	0.173	20,117	0.161

出典：厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」住居地

(4) 寿命

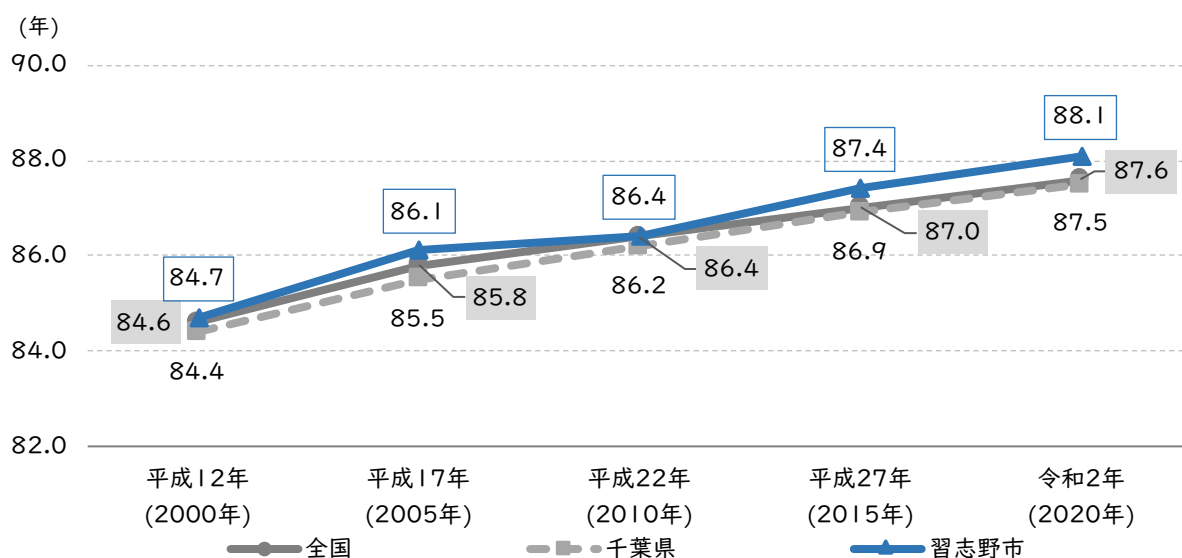
平均寿命は、男性、女性ともに延伸しており、令和 2(2020)年では男性 82.1 年、女性 88.1 年となっています。いずれの年も全国、千葉県を上回るもしくは同水準となっています。平成 12(2000)年からと比べると、男性は 3.5 年、女性は 3.4 年延伸しています。

平均寿命の推移(全国・県との比較)【男性】



出典:厚生労働省「市区町村別生命表」

平均寿命の推移(全国・県との比較)【女性】



出典:厚生労働省「市区町村別生命表」

※平均寿命とは、出生直後 0 歳時点での平均余命のことです。平均余命とは、基準となる年の死亡状況が今後変化しないと仮定したときに、各年齢の者が平均的にみて今後何年生きられるかという期待値をあらわしたものです。

平均余命、平均自立期間について、65 歳男性、女性、75 歳男性、女性のすべてにおいて、千葉県よりも長くなっています。

平均要介護期間は、65 歳、75 歳ともに男性では千葉県と大きな差がない一方で、女性では千葉県よりも長くなっています。

平均余命・平均自立期間・平均要介護期間（令和 3 年）

	65歳男性			65歳女性		
	平均余命	平均自立期間	平均要介護期間	平均余命	平均自立期間	平均要介護期間
習志野市	20.16	18.66	1.51	25.30	21.87	3.42
千葉県	19.70	18.17	1.53	24.29	21.06	3.23

	75歳男性			75歳女性		
	平均余命	平均自立期間	平均要介護期間	平均余命	平均自立期間	平均要介護期間
習志野市	12.69	11.14	1.55	16.68	13.18	3.50
千葉県	12.23	10.67	1.56	15.61	12.34	3.27

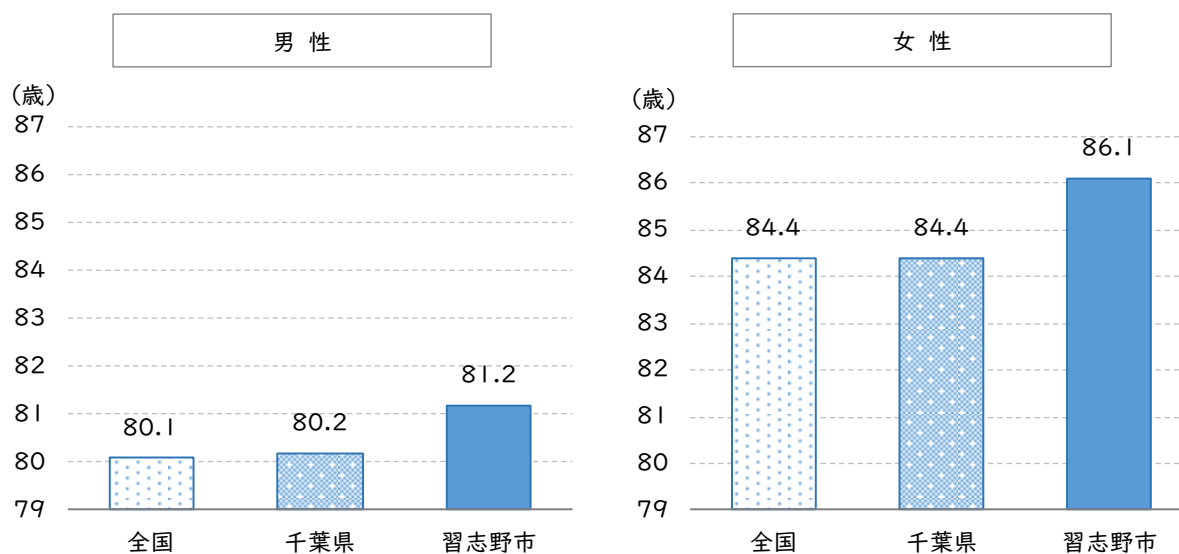
（単位：年）

出典：千葉県「健康情報ナビ」

※平均自立期間とは、日常生活動作が自立していて介護を必要としない期間のことです。

健康寿命は、男性 81.2 歳、女性 86.1 歳となっています。男性、女性ともに、全国、千葉県と比べて高くなっています。

健康寿命（令和 4（2022）年度）



出典：KDB システム「地域の全体像の把握（令和 4（2022）年度末時点）」

※健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

(5) 各種相談・健診

母子健康手帳交付数は、年々減少しており、令和元(2019)年度に1,477件でしたが、令和6(2024)年度は1,190件と287件減少しています。減少率は19.4%です。

母子健康手帳交付数

	令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)	令和6年度 (2024年度)
交付数 (件)	1,477	1,314	1,292	1,262	1,204	1,190

出典:習志野市歳入歳出決算報告書

4か月児健康相談は、令和2(2020)年度から令和4(2022)年度は9割未満となっていました。令和2(2020)年度以降年々増加しており、令和6(2024)年度には94.7%となっています。

10ヶ月児健康相談は、令和2(2020)年度から令和4(2022)年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催を中止していましたが、令和5(2023)年度、令和6(2024)年度ともに、8割程度となっています。

健康相談の対象者数・来所者数・来所率の推移

		令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)	令和6年度 (2024年度)
4か月児 健康相談	対象者(人)	1,185	974	910	1,174	1,150	1,066
	受診者(人)	1,104	806	761	1,006	1,055	1,010
	受診率(%)	93.2	82.8	83.6	85.7	91.7	94.7
10か月児 健康相談	対象者(人)	1,242	新型コロナウイルス感染症の感染拡大 防止のため、集団開催を中止			1,163	1,180
	受診者(人)	1,127				947	977
	受診率(%)	90.7				81.4	82.8

出典:健康支援課資料

1歳6か月児健康診査の受診率は、全国、本市とも概ね9割を超えており、令和6(2024)年度では97.9%となっています。

3歳児健康診査の受診率は、1歳6か月児健康診査と同様に、全国、本市とも概ね9割を超えており、令和6(2024)年度では97.4%となっています。

健康診査の対象者数・受診者数・受診率の推移

		令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)	令和6年度 (2024年度)
1歳6か月児 健康診査	対象者(人)	1,302	1,511	1,078	1,527	1,247	1,143
	受診者(人)	1,237	1,353	1,065	1,458	1,185	1,119
	受診率(%)	95.0	89.5	98.8	95.5	95.0	97.9
	全国受診率(%)	95.7	95.2	95.2	96.3	96.9	
3歳児 健康診査	対象者(人)	1,431	1,596	1,111	1,633	1,375	1,169
	受診者(人)	1,359	1,361	1,140	1,529	1,285	1,139
	受診率(%)	95.0	85.3	102.6	93.6	93.5	97.4
	全国受診率(%)	94.6	94.5	94.6	95.7	96.0	

出典:厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告の概況(地域保健編)」(全国)
健康支援課資料(習志野市)

※1歳6か月児健康診査及び3歳児健康診査については、2歳または4歳の誕生日前日まで受診ができ、対象になった年度の翌年度に受診する場合があるため、受診率が100%を超えることがあります。

1歳6か月児歯科健康診査のむし歯罹患率は、令和元（2020）年度以降、1%を切って推移しており、千葉県よりも低くなっています。

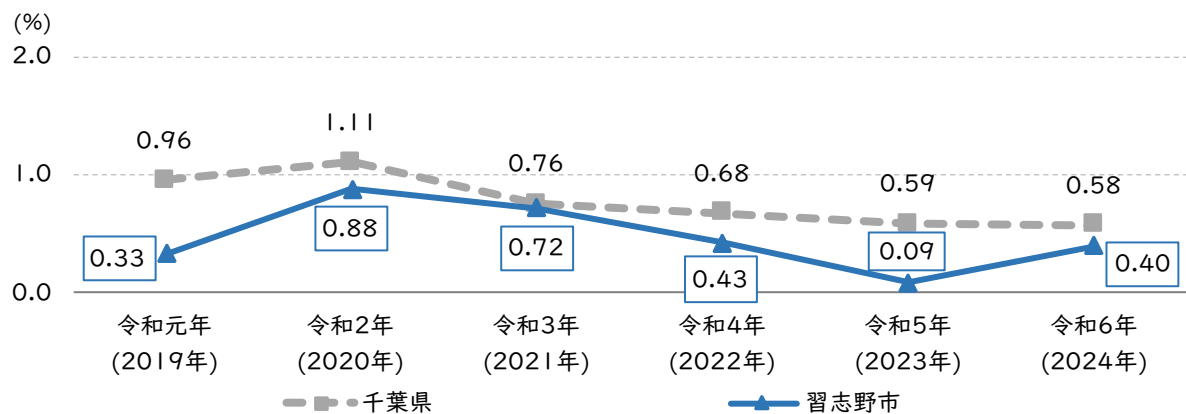
3歳児歯科健康診査のむし歯罹患率は、令和2（2020）年度以降6%前後で推移しており、千葉県よりも低くなっています。

歯科健康診査の受診者数・むし歯罹患患者数・むし歯罹患率の推移

		令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)	令和6年度 (2024年度)
1歳6か月児 歯科健康診査	受診者(人)	1,216	1,141	974	1,398	1,164	1,113
	罹患患者(人)	4	10	7	6	1	5
	罹患率(%)	0.33	0.88	0.72	0.43	0.09	0.40
	千葉県罹患率(%)	0.96	1.11	0.76	0.68	0.59	0.58
3歳児 歯科健康診査	受診者(人)	1,333	1,166	1,038	1,461	1,255	1,129
	罹患患者(人)	96	74	60	85	79	61
	罹患率(%)	7.2	6.3	5.8	5.8	6.3	5.4
	千葉県罹患率(%)	11.5	11.4	9.3	7.7	6.8	6.5

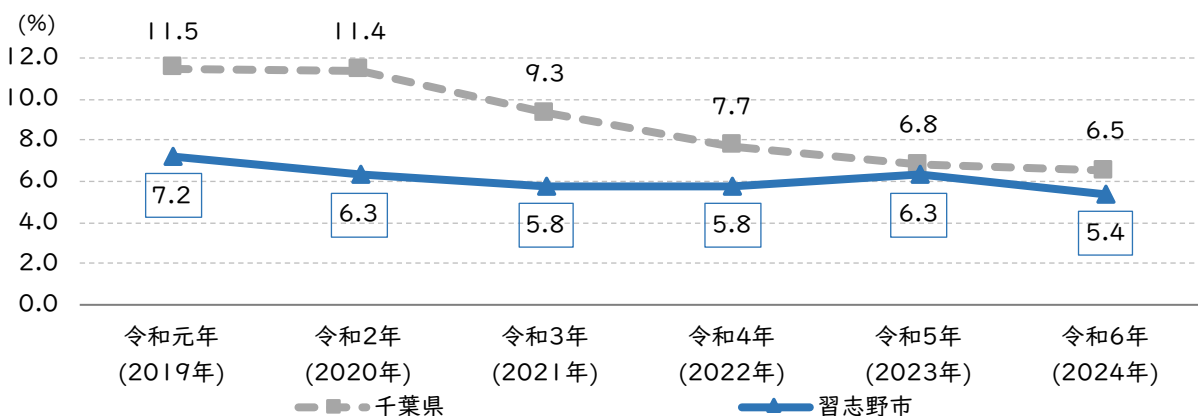
出典：千葉県「市町村歯科健康診査（検診）実績報告書」

むし歯罹患率の推移（1歳6か月児）



出典：千葉県「市町村歯科健康診査（検診）実績報告書」

むし歯罹患率の推移（3歳児）



出典：千葉県「市町村歯科健康診査（検診）実績報告書」

12 歳児におけるむし歯罹患率について、年度により多少の増減はあるものの、令和 4 (2022) 年度以降は連続して減少しており、令和 6 (2024) 年度は 20.2%となりましたが、千葉県と比べると高くなっています。

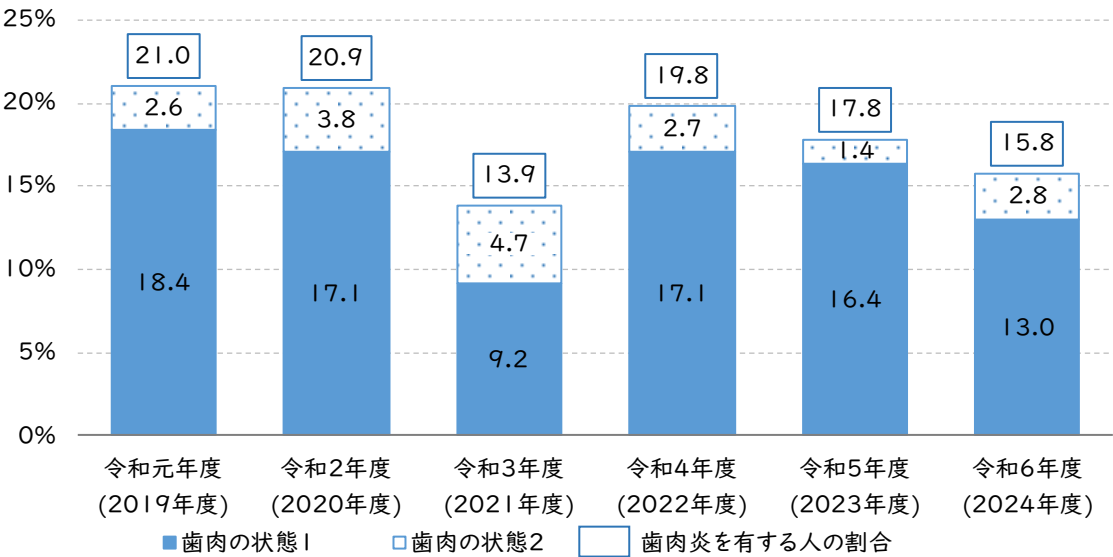
むし歯罹患率（12 歳児）

単位：%	令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)	令和6年度 (2024年度)
習志野市	31.7	28.5	23.2	24.0	22.9	20.2
千葉県	31.3	25.1	25.0	22.7	23.1	18.4
全国	31.8	29.4	28.3	25.8	26.6	25.1

出典：学校保健統計調査（全国、千葉県）
 児童・生徒定期健康診断（習志野市）

歯肉炎を有する中学 3 年生の割合は、令和 4 (2022) 年度以降連続して減少しており、令和 6 (2024) 年度では 15.8%となっています。歯肉の状態の内訳をみると、いずれの年度も「歯肉の状態 1」※の割合が高くなっています。

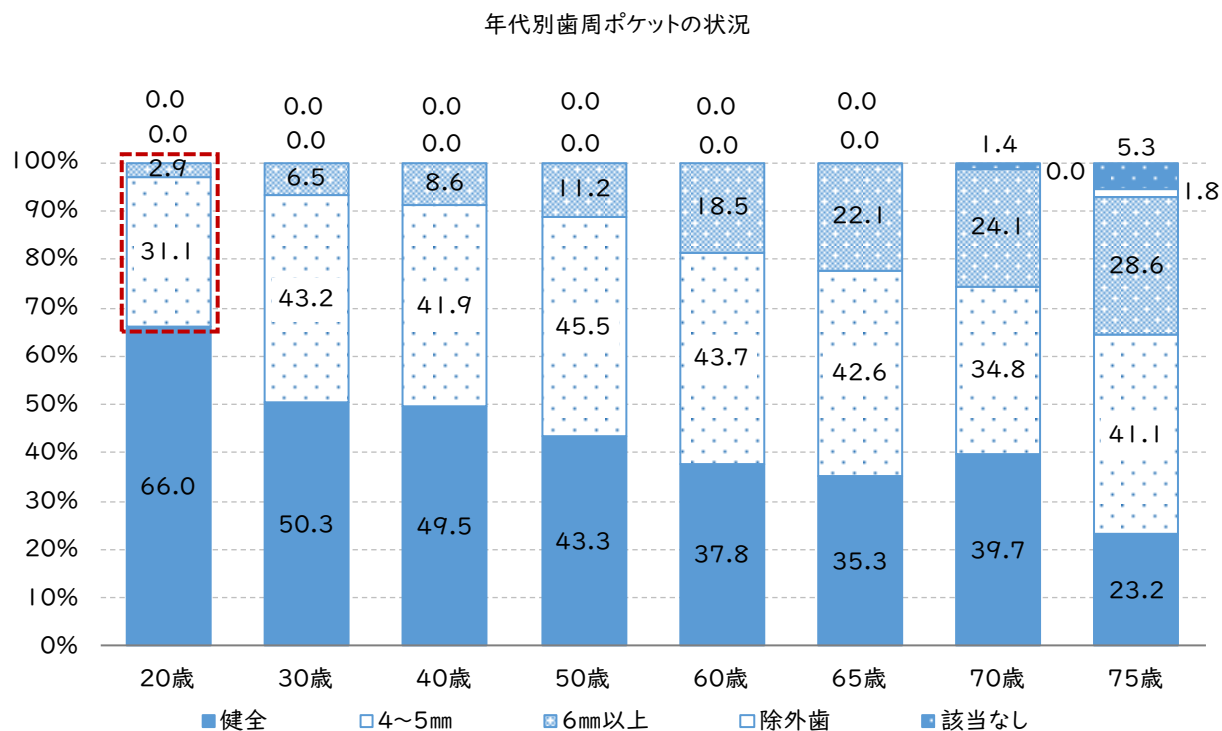
歯肉炎を有する人の割合（中学 3 年生）



出典：習志野市児童・生徒定期健康診断

※歯肉の状態 1 とは、歯科健診で歯茎（歯肉）に軽度の炎症が見られることを意味し、歯垢の付着や軽度の歯肉炎があり、歯石の付着はない状態を示します。また、歯肉の状態 2 は、歯科健診において、歯茎（歯肉）に炎症がある状態を指し、歯肉炎や歯周病の状態が進行していることを示します。

歯周ポケットの状況について年齢別にみると、「健全」の割合は年代が高くなるにつれて減少する傾向にあります。進行した歯周病の判定値「歯周ポケット 4 mm以上」に該当する人が、20 歳においても 34.0%みられます。重度の歯周病に該当する「歯周ポケット 6 mm以上」は、年代が上がるにつれ割合が増加しています。



出典:令和 6 年度習志野市成人高齢者歯科健康診査

健康診査の受診状況について、特定健康診査、後期高齢者健康診査の受診率はいずれも4割未満となっています。

特定健康診査は、いずれの年度においても千葉県よりも低く、令和4(2022)年度では37.9%となっています。

後期高齢者健康診査は、いずれの年度においても千葉県と同水準もしくは、千葉県を上回っています。令和5(2023)年度では37.1%となっています。

健康診査の受診状況

単位:%		令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)
特定健康診査	習志野市	35.2	31.1	32.2	37.9	38.0
	千葉県	40.9	35.6	36.6	38.1	38.8
後期高齢者 健康診査	習志野市	37.7	35.8	35.4	38.2	37.1
	千葉県	35.7	31.5	32.8	34.5	34.6

出典:千葉県「特定健診・特定保健指導のデータ集計結果」

千葉県後期高齢者医療の概況(後期高齢者医療制度医療費)

厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告の概況(健康増進編)」

がん検診の受診率について、「胃がん」「肺がん」「大腸がん」「乳がん」は、いずれの年においても全国、千葉県の受診率を下回っています。「子宮頸がん」は、いずれの年も千葉県の受診率は下回っていますが、全国を上回っている、もしくは同水準となっています。

がん検診受診率の推移

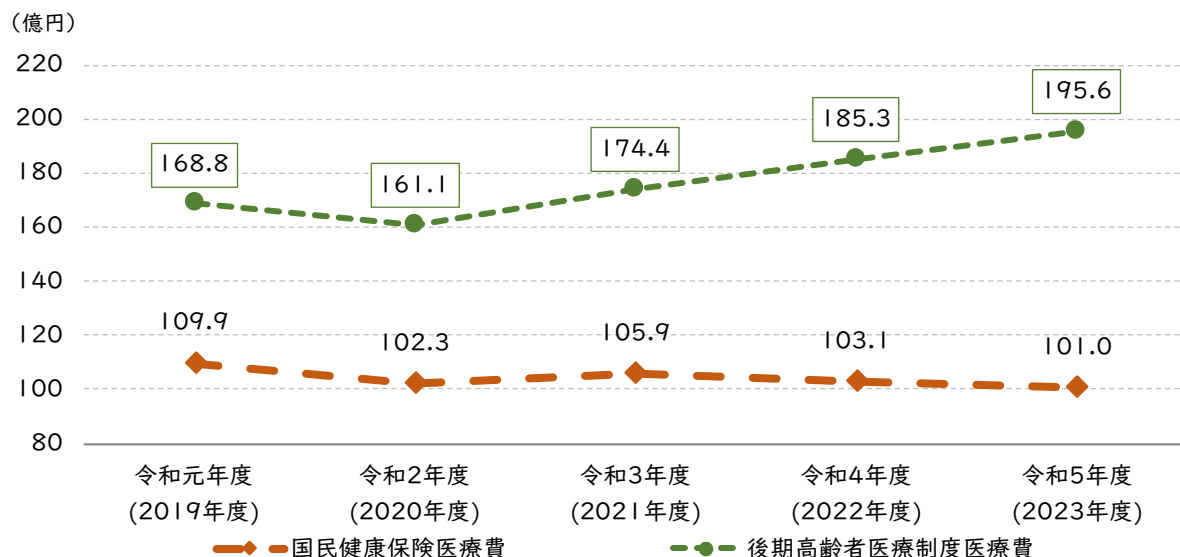
単位:%		令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)
胃がん	習志野市	4.7	2.9	1.6	2.8	3.4
	千葉県	7.2	6.3	5.7	6.2	6.0
	全国	7.8	7.0	6.5	6.9	6.8
肺がん	習志野市	4.1	3.4	2.6	2.6	2.8
	千葉県	8.8	6.6	7.6	7.4	7.2
	全国	6.8	5.5	6.0	6.0	5.9
大腸がん	習志野市	5.8	3.8	4.7	4.2	4.0
	千葉県	8.7	7.5	7.8	7.5	7.2
	全国	7.7	6.5	7.0	6.9	6.8
子宮頸がん	習志野市	17.0	15.5	16.0	16.4	15.7
	千葉県	17.8	16.6	16.7	17.5	17.4
	全国	15.7	15.2	15.4	15.8	15.8
乳がん	習志野市	15.1	13.8	14.1	14.9	14.4
	千葉県	21.2	19.2	18.9	19.6	19.5
	全国	17.0	15.6	15.4	16.2	16.0

出典:厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告の概況(健康増進編)」

(6) 国民健康保険等医療費の状況

国民健康保険医療費は、国民健康保険加入者の減少に伴い減少傾向にあり、令和 5(2023)年度では 101.0 億円になっています。一方で、後期高齢者医療制度医療費は、後期高齢者の人口増加に伴い令和 2(2020)年度以降増加が続いており、令和 5(2023)年度には 195.6 億円になっています。

国民健康保険医療費・後期高齢者医療制度医療費(年間総額)の推移

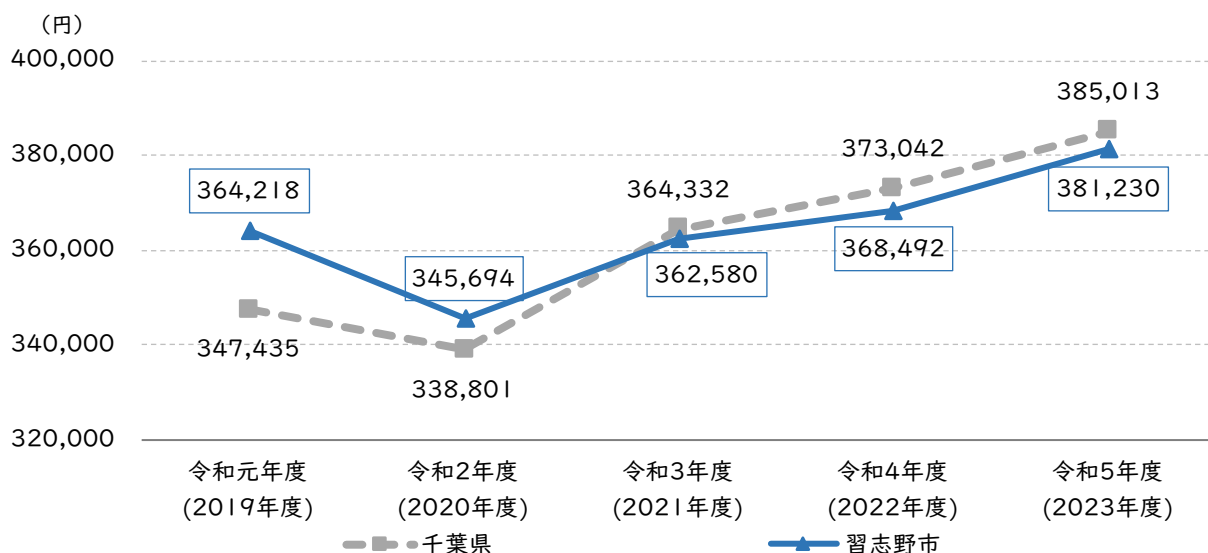


出典: 国民健康保険事業状況報告(国民健康保険医療費)

千葉県後期高齢者医療の概況(後期高齢者医療制度医療費)

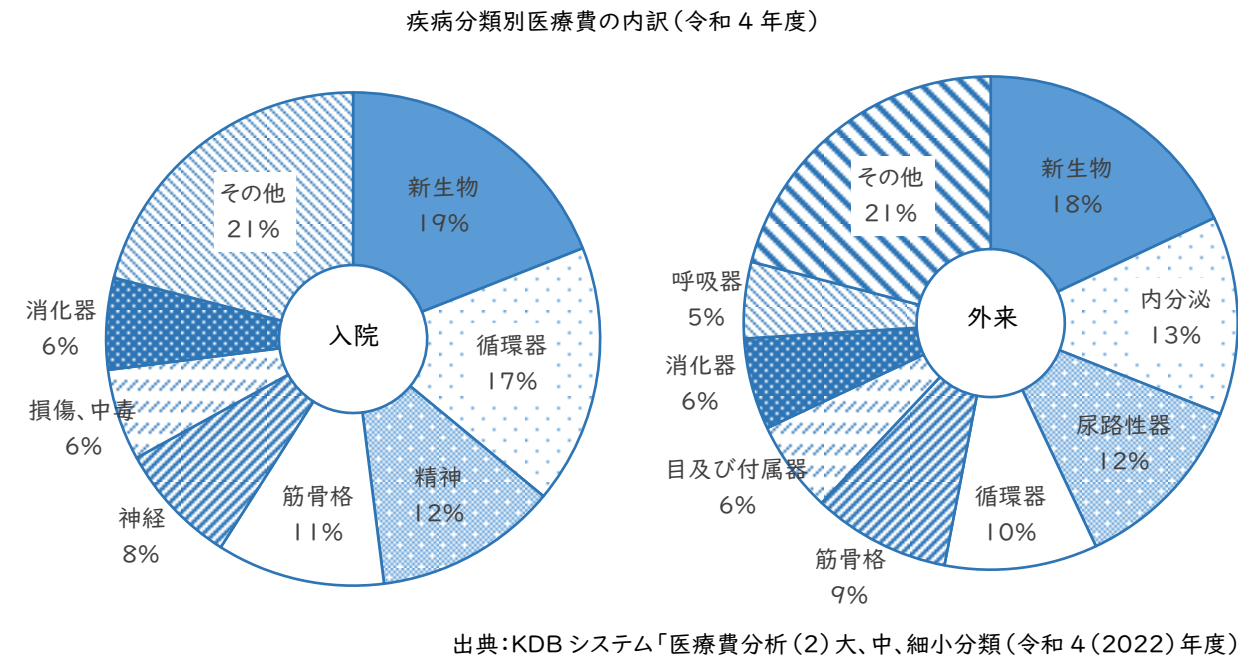
国民健康保険に関して、年間総額医療費は減少しているものの、一人当たりの年間医療費は、令和 5(2023)年度は 381,230 円となっており、令和元(2019)年度の 364,218 円と比較して 17,020 円増加しています。新型コロナウイルス感染症の影響により受診控えが発生したと思われる時期を除き、増加傾向が見られます。千葉県と比較しても、同様の傾向で推移しています。

国民健康保険の一人当たりの年間医療費



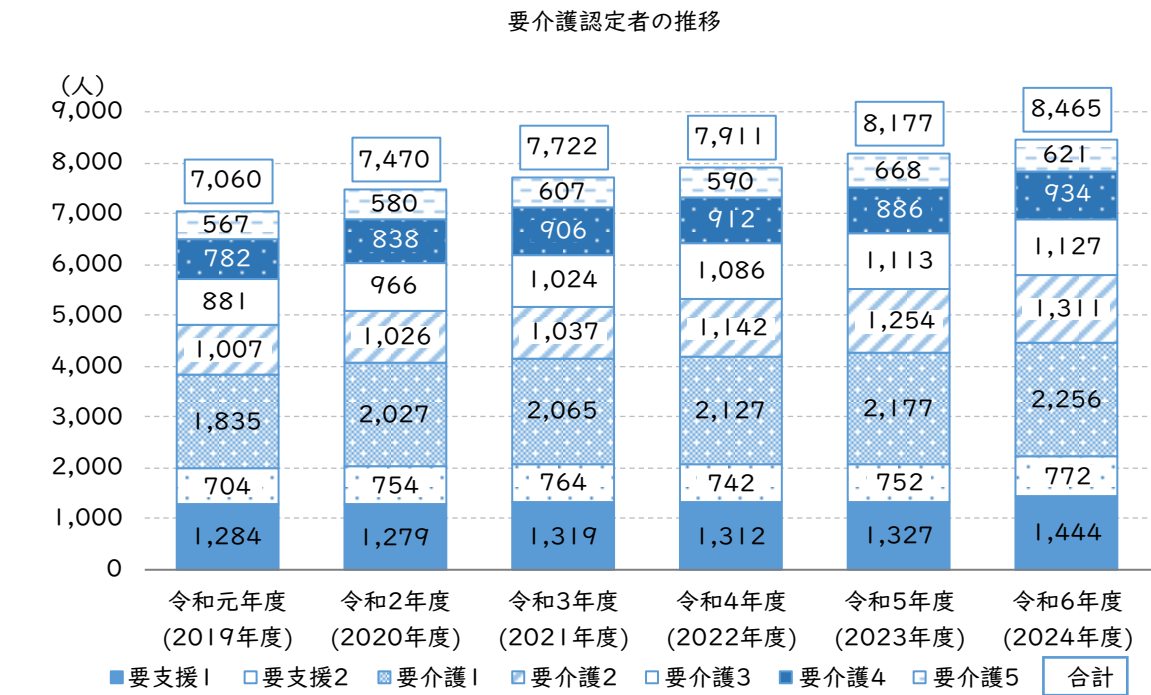
出典: 国民健康保険事業状況報告書、千葉県国民健康保険データ集(令和 5(2023)年度版)

疾病分類別医療費の内訳をみると、「新生物」「循環器」「内分泌」「尿路性器」など、生活習慣病に該当する疾病の割合が大きな割合を占めています。



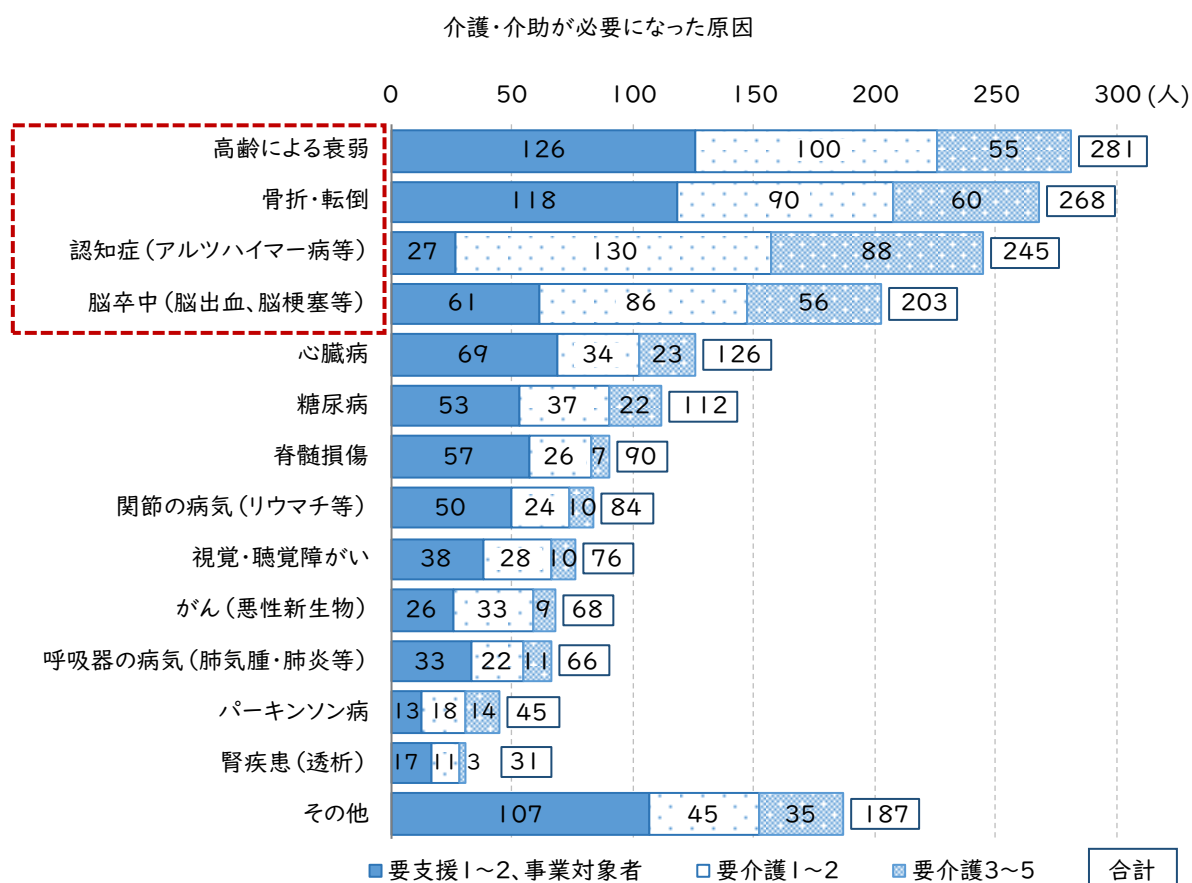
（7）要介護認定者の状況

要支援・要介護の認定者数は年々増加しており、令和 6（2024）年度は 8,465 人となっています。
高齢者人口の増加に伴い、今後も認定者の増加は進んでいくと予測されます。



在宅の要支援認定者等（サービス・活動事業対象者を含む）と在宅要介護認定者において、介護・介助が必要になった主な原因としては、「高齢による衰弱」「骨折・転倒」「認知症（アルツハイマー病等）」「脳卒中（脳出血、脳梗塞等）」が多くなっています。

なかでも、「認知症（アルツハイマー病等）」「脳卒中（脳出血、脳梗塞等）」は、要介護 1～5 の認定者における回答が比較的多く、介護度が高くなる傾向があります。



出典：高齢者等実態調査（令和 4（2022）年度）

3 前計画の評価

(1) 前計画の概要

「健康なまち習志野計画」(令和 2(2020)年度～令和 7(2025)年度)では、3 つの施策の方向性、4 つの基本目標をもとに、計画を推進してきました。計画の主な内容は以下のとおりです。

【総合目標】

すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり

【施策の方向性】

- 1 市民の主体的な健康づくりを支援する
- 2 地域社会全体で、個人の健康を支え守る社会環境をつくる
- 3 あらゆる分野で健康を意識し、連携・協働して取り組む

【基本目標】

- 基本目標1 からだの健康づくり
- 基本目標2 心の健康づくり
- 基本目標3 歯および口腔の健康づくり
- 基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

(2) 施策・事業の評価

施策・事業の評価については、令和4(2022)年度に中間評価、令和6(2024)年度に総合評価を行いました。評価にあたっては、達成状況などを「A・B・C・D・未実施」の5段階で評価しています。

【評価基準】

A	達成している
B	ほぼ達成している
C	あまり達成していない
D	達成していない
未達成	新型コロナウイルス感染症拡大防止により事業中止

【評価の結果】

		A	B	C	D	未実施
中間評価	全体(269事業)	42.9%	49.7%	3.4%	0.3%	3.7%
	基本目標1(96事業)	37.5%	57.4%	0.7%	0.7%	3.7%
	基本施策1-1	36.6%	58.5%	0%	0%	4.9%
	基本施策1-2	45.0%	52.5%	0%	0%	2.5%
	基本施策1-3	38.2%	52.9%	0%	2.9%	5.9%
	基本目標2(58事業)	40.8%	58.0%	1.2%	0%	0%
	基本施策2-1	47.2%	52.8%	0%	0%	0%
	基本施策2-2	41.4%	55.2%	3.4%	0%	0%
	基本目標3(28事業)	56.8%	40.5%	2.7%	0%	0%
	基本施策3-1	45.0%	50.0%	5.0%	0%	0%
	基本施策3-2	71.4%	28.6%	0%	0%	0%
	基本目標4(87事業)	46.9%	35.7%	9.2%	0%	8.2%
	基本施策4-1	64.3%	26.2%	7.1%	0%	2.4%
	基本施策4-2	27.0%	40.5%	16.2%	0%	16.2%
総合評価	全体(325事業)	64.3%	32.3%	2.2%	0.6%	0.6%
	基本目標1(126事業)	61.9%	34.9%	0.8%	0.8%	1.6%
	基本施策1-1	69.0%	28.6%	0%	0%	2.4%
	基本施策1-2	54.2%	43.8%	0%	2.1%	0%
	基本施策1-3	63.9%	30.6%	2.8%	0%	2.8%
	基本目標2(71事業)	63.4%	35.2%	1.4%	0%	0%
	基本施策2-1	67.6%	32.4%	0%	0%	0%
	基本施策2-2	58.8%	38.2%	2.9%	0%	0%
	基本目標3(36事業)	86.1%	11.1%	0%	2.8%	0%
	基本施策3-1	81.8%	18.2%	0%	0%	0%
	基本施策3-2	92.9%	0%	7.1%	0%	0%
	基本目標4(92事業)	59.8%	34.8%	5.4%	0%	0%
	基本施策4-1	56.4%	36.4%	7.3%	0%	0%
	基本施策4-2	64.9%	32.4%	2.7%	0%	0%

総合評価の全体における結果は、「A:達成している」が64.3%、「B:ほぼ達成している」が32.3%、「C:あまり達成していない」が2.2%、「D:達成していない」が0.6%、「未達成:新型コロナウイルス感染症拡大防止により事業中止」が0.6%となっています。概ね「達成している」「ほぼ達成している」という評価ですが、「あまり達成していない」「達成していない」「未実施」という評価も踏まえて、今後の施策推進に向けた見直しや改善を図っていくことが重要です。

総合評価(令和6(2024)年度)では、中間評価(令和4(2022)年度)と比較して、全体、各基本目標ともに、A評価(達成している)の割合が高くなっています。新型コロナウイルス感染症拡大防止の影響から実施ができない、もしくは実施方法に制限がかかっていた事業において、通常通り実施できるようになったことで、「A:達成している」の割合が増加したと考えられます。

また、基本施策ごとにみると、いずれの基本施策においてもA評価(達成している)の割合は50%以上となっており、中間評価(令和4(2022)年度)の時よりも全体的に割合が高いことから、上記に示したように、制限なく、通常通り事業が実施できるようになったことがうかがえます。

特に、基本目標3「歯および口腔の健康づくり」に関する基本施策については、どちらもA評価(達成している)の割合が80%以上になっており、後述する(4)目標の結果一覧の結果からも、力を入れて取り組めたことがわかります。

一方で、基本施策4-1(健康格差の縮小)については、A評価(達成している)の割合が中間評価の時よりも低くなっていることから、B、C、D評価であった施策・事業における課題を踏まえて、今後の取組を検討、実行していくことが必要となります。

(3) 健康意識調査の実施

習志野市では、令和 6 (2024) 年度に市民健康意識調査を実施しました。

①調査の概要

1) 調査の種類・対象者

	調査名	調査対象
1	一般調査	15 歳以上の市民から 2,000 名を無作為抽出
2	親子調査	1 歳 6 か月児健診と 3 歳児健診を受診する親子 297 名
3	事業者調査	習志野市商工会議所の会員事業者から 500 名を無作為抽出
4	市民活動団体調査	市民活動団体等の中から 79 団体を無作為抽出

2) 調査方法

調査地域	習志野市全域
調査方法	郵送配布、郵送回収
調査期間	令和 6 (2024) 年 11 月 7 日 (木) ~ 11 月 27 日 (水)

3) 回収状況

	調査名	発送数	回収数	回収率
1	一般調査	2,000 件	749 件	37.5%
2	親子調査	297 件	160 件	53.9%
3	事業者調査	500 件	187 件	37.4%
4	市民活動団体調査	79 件	62 件	78.5%

②調査の内容

1) 一般調査

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| 1 からだの健康に関する意識 | 5 新型コロナウイルス感染症流行後の健康
や意識の変化 |
| 2 歯の健康に関する意識 | 6 保健サービス等に関する意見や要望（自
由記入） |
| 3 心の健康に関する意識 | 7 回答者の属性 |
| 4 健康なまちづくりにつながる社会環境の
整備 | |

2) 親子調査

- | | |
|------------|------------------------------|
| 1 妊娠・出産・産後 | 6 健康なまちづくりにつながる社会環境の
整備 |
| 2 事故防止 | 7 保健サービス等に関する意見や要望（自
由記入） |
| 3 育児に関すること | 8 回答者の属性 |
| 4 医療機関等 | |
| 5 市のサービス | |

3) 事業者調査

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 1 従業員のからだの健康に関する意識 | 5 健康づくりにつながる社会環境の整備 |
| 2 従業員の心の健康に関する意識 | 6 これからの市の仕組み |
| 3 健康づくりへの取組 | 7 保健サービス等に関する意見や要望（自
由記入） |
| 4 健康なまちづくりの推進に関する地域社
会との協働 | 8 事業者について |

4) 市民活動団体調査

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| 1 健康づくりにつながる社会環境の整備 | 3 保健サービス等に関する意見や要望（自
由記入） |
| 2 これからの市の取組 | 4 団体について |

(4) 目標の結果一覧

前計画「健康なまち習志野計画(令和2(2020)年度～令和7(2025)年度)」では、4つの基本目標と9つの基本施策で構成されています。基本施策ごとに設定された指標の達成状況について、「達成:◎」「改善:○」とし、整理を行いました。

基本目標1 からだの健康づくり

指標		平成30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進						
自分に合った健康づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		65.7%	77.0%	72.4%	○	①
「普段なるべく歩く」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	30歳代	73.6%	82.0%	73.3%		①
	40歳代	71.1%	82.0%	79.8%	○	①
	家計の苦しさや心配が多い世帯	70.4%	80.0%	72.1%	○	①
健康に関する情報入手を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		76.3%	84.0%	78.9%	○	①
「自分を大切に生きている」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		82.1%	87.0%	85.9%	○	①
基本施策1-2 自らの行動で疾病予防						
特定健康診査受診率の向上		37.3%	42.0%	38.0%	○	②
特定保健指導の実施率の向上		18.1%	25.0%	21.6%	○	②
がん検診の受診率向上	胃がん	43.5%	50% 以上	41.1%		①
	肺がん	49.1%		44.2%		①
	大腸がん	46.1%		41.1%		①
	子宮がん	53.5%		45.6%		①
	乳がん	46.7%		48.9%	○	①
適正体重を維持している者の増加 ※1	20～60歳代男性肥満者	31.5%	減少	33.3%		①
	40～60歳代女性肥満者	19.3%	減少	21.1%		①
	20歳代女性のやせの者	16.7%	減少	20.7%		①
成人の喫煙率の減少		12.6%	8.4%	10.4%	○	①
受動喫煙の機会を有する者の割合の減少 ※2	職場	21.3%	0.0%	11.6%	○	①
	家庭	5.6%	3.8%	4.2%	○	①
	飲食店	39.0%	34.3%	17.9%	◎	①
	歩道	48.3%	24.0%	44.2%	○	①
	公園	15.4%	7.5%	14.8%	○	①
COPD(慢性閉塞性肺疾患)を認知している割合		32.8%	増加	33.1%	◎	①
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 ※3	男性	18.0%	13.0%	12.5%	◎	①
	女性	11.5%	7.0%	9.6%	○	①
ロコモティブシンドロームを認知している割合		31.8%	60.0%	39.1%	○	①
かかりつけ薬局がある人		51.8%	増加	59.3%	○	①
「従業員の体の健康づくりに積極的に取り組んでいる」事業所		22.4%	増加	20.9%		①

指標		平成 30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進						
食育に関心がある人		77.4%	84.0%	76.9%		①
「朝食」を「週 6～7 日とっている」人	20 歳代	66.3%	73.0%	44.4%		①
	30 歳代	62.9%	70.0%	60.0%		①
「朝食」を「毎日食べている」5 歳児		96.0%	増加	96.6%	◎	③
「朝食」を「毎日食べている」児童・生徒	小学 5 年生	91.8%	増加	90.1%		④
	中学 2 年生	85.5%	増加	83.2%		④
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上の日がほぼ毎日の人		45.3%	52.0%	49.0%	○	①
「外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする」を「いつも参考にしている」・「ときどき参考にしている」人	男性	45.8%	52.0%	53.0%	◎	①
	女性	63.0%	70.0%	70.2%	◎	①
学校給食に地場産物を使用する割合	保育所・こども園・幼稚園	30.8%	増加	27.0%		⑤
	小学校・中学校	33.0%	増加	※4		

基本目標2 心の健康づくり

指標		平成 30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策2-1 心の健康の保持・増進						
ストレスを感じても、「解消できている」・「だいたい解消している」人		47.5%	62.0%	49.9%	○	①
「心にゆとりのある生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		72.9%	80.0%	77.4%	○	①
睡眠について「眠れている」人		65.2%	72.0%	69.7%	○	①
「従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる」と「思う」・「どちらかといえばそう思う」事業所		68.0%	増加	57.8%		①
生きがい・やりがいを「持っている」人		53.3%	66.7%	51.3%		①
基本施策2-2 自殺予防の推進						
「悩みごとや困ったことがあったときの相談相手」が「いる」人		73.4%	79.0%	69.3%		①
「気分障がい・不安障がいに相当する心理的苦痛を感じて」いる人		16.4%	15.0%	16.3%	○	①
「周辺地域の人達とのつながり」が「強い方だと思う」・「どちらかといえば強い方だと思う」人		22.2%	28.2%	27.2%	○	①
自殺死亡率(対千人比)		0.110	減少	0.143		⑥
ゲートキーパーの認知度		3.8%	増加	6.3%	○	①
市に生活(健康、家庭、法律、くらし等)に関するさまざまな相談窓口があることを「知っている」人		10.3%	50.0%	55.0%	◎	①
今までに死にたいと追いつめるほど悩んだことが「ない」人		65.5%	80.0%	61.3%		①

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

指標	平成 30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策3-1 歯および口腔の健康の保持・増進					
「歯やお口の健康を意識した生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」「ときどき実行している」人	81.9%	増加	83.6%	◎	①
「むし歯のない」12歳児	66.4%	70.0%	79.8%	◎	⑦
何でも噛んで食べることができる60歳代の人	74.5%	80.0%	78.1%	○	①
過去1年間に定期健診や予防処置を受けている人	44.0%	65.0%	58.9%	○	①
かかりつけ歯科医院のある3歳児	55.5%	60.0%	54.0%		⑧
かかりつけ歯科医院のある人	77.5%	増加	84.8%	◎	①
中学3年生における歯肉炎を有する人の割合の減少	22.8%	20.0%	15.8%	◎	⑦
小中学校でのフッ化物洗口の実施	10校	23校	20校	○	⑨
進行した歯周病を有する40歳代の割合	62.1%	25.0%	50.5%	○	⑩
基本施策3-2 歯科受診困難者への歯科疾病の予防強化					
「要支援1・2」の人の定期的な歯科受診率 ※5	45.0%	58.0%	51.8%	○	⑪
食後の口腔ケアを実施しているサービス提供事業者 ※5	53.2%	70.0%	23.8%		⑪
障害福祉サービス事業所通所者でかかりつけの歯科医院がある人	80.7%	増加	85.4%	◎	⑫
障害福祉サービス事業所通所者で定期健診を受けている人	46.1%	増加	59.4%	◎	⑫

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

指標	平成 30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策4-1 健康格差の縮小					
「こどもがのびのび育つまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	31.1%	増加	35.3%	◎	①
「歳をとっても安心して暮らせるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	32.1%	40.0%	35.9%	○	①
「障がいのある人が生活しやすいまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	10.4%	増加	14.9%	◎	①
「犯罪や交通事故の少ないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	24.3%	25.9%	27.4%	◎	①
「ごみが落ちていないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	30.3%	40.0%	38.6%	○	①
「水や空気がきれいなまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	26.3%	38.0%	31.6%	○	①
「家計が苦しく非常に心配である」「家計にゆとりがなく、やや心配である」と思う人	33.1%	減少	34.9%		①
「健康格差という言葉を知っていた」人	15.2%	増加	18.6%	○	①

指標	平成 30 (2018) 年度	目標	現状値	達成 状況	出典
基本施策4-2 人と人とのつながりの強化					
楽しい人間関係づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	80.9%	維持	78.8%	○	①
「自分から周りの人にあいさつ」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	76.8%	維持	94.6%	◎	①
「ボランティア活動」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	17.6%	25.0%	17.2%		①
「地域や地区で協力、助け合いができるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	15.2%	25.0%	19.1%	○	①
「地域や地区活動への参加」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	28.4%	36.0%	27.0%		①
「地域社会への参画、発展のため取組を行っている」を「十分行っている」・「ある程度行っている」事業所	44.2%	増加	37.4%		①
「団体参加者増加を目指した声掛けを行っている」を「頻繁に行っている」・「時々行っている」市民活動団体	78.0%	増加	79.0%	○	①

※1 適正体重は、健康日本 21 の指標に基づき、BMI18.5 以上 25 未満(65 歳以上は BMI20 を超え 25 未満)としています。

※2 平成 30(2018)年度の調査と現状値(令和 6(2024)年度)の調査において、設問の設計が異なるため、算出方法が異なります。

※3 生活習慣病のリスクを高める飲酒は、健康日本 21 の指標に基づき 1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上としています。

※4 県の調査が平成 31(2019)年度からなくなったため、数値の確認不可。

※5 「平成 30(2018)年度」欄は平成 29(2017)年度の数値、「現状値」欄は令和 4(2022)年度の数値。

【出典】 現状値は注釈がなければ、令和 6(2024)年度の数値

- ①習志野市健康意識調査
- ②千葉県国民健康保険団体連合会法定報告結果集計
- ③朝食喫食率調査
- ④学校給食実施状況調査
- ⑤千葉県産食材使用率調査
- ⑥厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」住居地
- ⑦児童生徒定期健康診断
- ⑧3 歳児健康診査
- ⑨フッ化物洗口事業実施状況
- ⑩成人高齢者歯科健康診査
- ⑪高齢者等実態調査
- ⑫花の実園歯科指導時アンケート

4 現状と課題のまとめ

基本目標1 からだの健康づくり

「からだの健康づくり」では、生活習慣の形成や健康の維持・増進、疾病予防、食育の推進に取り組んできました。平均寿命は男性、女性ともに延伸しており、令和 2(2020) 年では男性 82.1 年、女性 88.1 年になっています。健康寿命は全国、千葉県と比べて高くなっており、令和 4(2022) 年では、男性 81.2 歳、女性 86.1 歳となっています。また、指標についても達成、改善している項目が見られます。食育に関する取組では、外食や食品を購入する際の栄養成分表示の活用など、指標を達成している項目がある一方、朝食を欠食する人の割合の増加が見られる等、望ましい食習慣の形成に関する取組が課題となります。また、運動や休養を柱とする健康的な生活習慣の確立が重要であり、健康診査やがん検診の受診、感染症予防への正しい知識の普及も求められています。特にこどもから高齢者まで、ライフステージに応じた食育の推進や疾病予防の取組を進め、生涯にわたって健康の価値を認識し、行動できる環境づくりが必要です。

基本目標2 心の健康づくり

「心の健康づくり」では、心の健康の保持・増進や自殺予防の推進に取り組んできました。自殺者数は増加傾向にあり、自殺の原因として家庭問題、健康問題、経済・生活問題が多く、心の健康に影響を及ぼしています。基本目標 4 にも関連している、人と人とのつながりや地域での活動・取組といった点からも、人や地域とのつながりの希薄さを感じられます。健康意識調査の結果から、「悩みごとや困ったことがあったときの相談相手がいる」人の割合は、73.4%(平成 30(2018) 年度)から 69.3%(令和 6(2024) 年度)と減少しています。また、「従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる」事業所の割合は、68.0%(平成 30(2018) 年度)から 57.8%(令和 6(2024) 年度)と減少しています。

ストレス社会において、心の病を防ぐためには、心の健康に関する正しい知識の普及や、相談・交流の場の充実、地域におけるつながりづくりが求められます。また、十分な睡眠やストレス対処を含む「休養」を生活の中に取り入れ、心身の回復を図る生活習慣の確立が重要です。さらに健康経営の観点からも、事業所等においても心の健康づくりを意識して取り組んでいくことが必要になります。

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

「歯および口腔の健康づくり」では、乳幼児期からの定期歯科健康診査、成人高齢者歯科健康診査等、生涯にわたっての歯科健康診査をはじめとし、歯科受診が困難な方へは関係機関と連携し歯科健康診査や歯みがき指導等を実施し、歯科疾患の予防や、早期発見・治療のできる体制強化に取り組んできました。健康意識調査の結果から、「かかりつけ歯科医院のある人」は77.5%（平成30（2018）年度）から84.8%（令和6（2024）年度）へと増加しています。また、指標においては、達成、改善している項目も多くみられ、むし歯や歯周病等の歯科疾患の改善や、歯や口腔の健康を意識して生活する人が増加しています。

歯・および口腔の健康づくりは、生涯を通じて食べる喜びや会話する楽しみにつながり、身体面のみならず、精神面や社会的な健康にもつながることから、引き続き歯科受診のきっかけづくりや定期健診の意識向上、若年層からの正しい生活習慣の定着が重要であり、学校・歯科医師会・行政等の連携による取組が求められます。また、障がいのある方や介護が必要な方への歯科受診支援や、歯・口腔の健康の維持を通じた全身状態の悪化防止も重要な課題となります。

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

「個人の健康を支え、守るための社会環境の整備」では、健康格差の縮小、人と人とのつながりの強化に取り組んできました。指標について、健康格差の縮小では達成、改善が多くみられる一方で、人と人とのつながりの強化では、心の健康づくりに関連する内容であることも踏まえて、今後の取組を強化していくことが必要です。健康意識調査の結果から、「地域や地区活動への参加を実行している」人の割合は27.0%と3割未満となっています。また、「地域社会への参画、発展のための取組を行っている」事業所の割合は、44.2%（平成30（2018）年度）から37.4%と減少しています。

職業や経済力、教育、地域のインフラ格差などによる健康格差の是正が課題です。保健医療施設などの地域偏在も、健康状態に差を生む要因となります。こうした格差を解消するためには、市民、行政、団体、事業者などが連携し、多様な分野から健康を支える社会環境を整備する必要があります。また、地域のつながりを深める「よいコミュニティ」づくりは、健康の維持・増進に寄与するとされており、市民が主体的に参加できる楽しい健康づくりの場が求められています。まちづくりや子育て、環境活動などの多様な分野に健康の視点を取り入れることも重要です。

第3章

計画の基本的な考え方

1 計画の総合目標および施策の方向性

本市の基本構想では、目指すべきまちの姿（将来都市像）として、「多彩で豊かな交流が広がるまち 習志野」を掲げています。また、将来都市像の実現に向けて、「いつまでも住み続けたい『まち』」「育み学び健康で笑顔輝く『ひと』」「すべてが協和し充実する『活動』」を3つのピースとして掲げています。また、本計画の根拠条例である「（通称）習志野市健康なまちづくり条例」も踏まえ、「健康なまち習志野計画」を策定し、平成27（2015）年度から健康づくりに取り組んできました。

これまで取り組んできた健康づくりを継続していくとともに、市民の健康づくりに向けた取組をより一層進めていくため、本計画の総合目標と施策の方向性を定めます。

人生100年時代を迎えるにあたり、すべての市民が高齢期まで健康を保つことは、将来の社会全体の健康維持に不可欠です。そのためには、高齢者の健康支援だけでなく、若い世代からの継続的な取組が重要です。ライフコースアプローチ（胎児期から高齢期までの人生全体を通して健康を考える視点）に基づき、あらゆる世代が健康づくりに取り組める環境を整え、市民が生涯にわたり、いきいきと暮らせる健康なまちを実現していきます。

（1）総合目標

基本構想や「（通称）習志野市健康なまちづくり条例」の内容も含め、これまでの総合目標を継承し、「すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり」を総合目標として掲げます。

すべての市民が生涯にわたって
いきいきと安心して幸せな生活ができる
健康なまちづくり

（2）施策の方向性

総合目標の実現に向けて、3つの施策の方向性に基づき、本市の健康づくりを推進していきます。

1 市民の主体的な健康づくりを支援する

2 地域社会全体で、個人の健康を支え守る社会環境をつくる

3 あらゆる分野で健康を意識し、連携・協働して取り組む

2 基本目標

総合目標の実現に向けて、4つの基本目標を設定しています。

基本目標1 からだの健康づくり

生涯を通じて健康の価値を認識し、「自分のことを大切に思う気持ち」や「健康に生きていく力」、「意欲」を育むことが大切です。そのために、運動、食事、睡眠などの基本的な生活習慣を身につけ、保持・増進していくための取組や、家庭・学校・職場・地域を健康的な場とする環境整備を進めます。また、健康診査や予防接種などの事業、薬の適正使用の知識普及、薬物乱用防止教育を推進し、市民それぞれが主体的に健康づくりに取り組むことができるよう施策を展開していきます。さらに、望ましい食習慣の形成に向けて、それぞれのライフステージに合わせた教育・相談や知識の普及啓発を充実させるとともに、関係部署・団体と連携し食育の推進を図ります。

基本目標2 心の健康づくり

虐待やいじめ、DV、うつ病など多様な悩みを抱える人々、子育てや介護に不安や負担を感じ孤立しやすい人々、そして高齢者など、誰もが安心して心穏やかに暮らせる地域社会の実現を目指します。質の高い十分な睡眠を確保できるよう睡眠の必要性や取り方などの知識を普及します。個々の状況に応じた専門相談や支援事業の充実、気軽に悩みを相談できる環境整備に取り組むとともに、高齢者とこどもたちの交流機会創出や地域活動への参加促進により孤立を防ぎます。また、自殺予防に向けた相談窓口の周知や啓発活動を強化します。複雑な要因が絡む自殺の背景を踏まえ、地域で気づき、見守り、早期に専門機関へつなげるため、関係機関との連携を強化し、重層的な支援体制を構築します。

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

歯と口腔の健康は全身の健康および生活の質の向上に不可欠です。歯の喪失の主な原因であるむし歯や歯周病の予防、口腔機能の育成・維持向上を図るため、年代別の歯科健診、健康教育等を通じた知識普及啓発、小中学校でのフッ化物洗口などを関係機関と連携して、「口は元気の源です」をスローガンに推進します。また、市民がかかりつけ歯科医院を持ち、歯科健診を受けるなど主体的に取り組める環境を整備します。

障がいのある人や介護を必要とする人など口腔ケアや歯科受診が困難な方々に対しては、口腔機能低下による誤嚥性肺炎や低栄養状態などのリスクが高くなることから、関係機関と連携のもと、歯科疾患の予防推進と歯科受診しやすい体制づくりに取り組みます。

災害時は生活の変化やストレスから口腔状態の悪化が生じやすいことや、その予防について、平時から周知する必要があります。災害時の口腔衛生の重要性を広く周知・啓発します。

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

市民が生涯にわたって健康な生活を送るためには、都市基盤、経済、雇用、教育、子育て、保健医療など多分野における健康格差を縮小していくことが重要です。

健康づくりを推進していくにあたっては、一人ひとりの取組に加えて市全体で取り組んでいくことが大切です。日常の挨拶や声掛け、地域行事への主体的な参加を通じて、互いに協力し合える社会を目指します。また、コミュニティを地域交流・情報交換の場として活性化させ、清掃や防犯等の活動を通じ、信頼し合える地域社会を構築します。さらに、スポーツや文化活動団体の情報を周知し、市民の多様な社会参加と健康状態の向上を促進します。

3 施策体系

将来都市像

多彩で豊かな交流が広がるまち 習志野

総合目標

すべての市民が生涯にわたって
いきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり

施策の
方向性

- 1 市民の主体的な健康づくりを支援する
- 2 地域社会全体で、個人の健康を支え守る社会環境をつくる
- 3 あらゆる分野で健康を意識し、連携・協働して取り組む

基本目標1 からだの健康づくり

基本施策	目指す姿
1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進	①生涯にわたって健康の価値を認識し、適度な運動・バランスの取れた食生活・十分な休養や睡眠を柱とする生活習慣づくりに積極的に取り組むまち ②自分のことを大切に思い、健康に生きていく力を身につけられるまち ③健康的な家庭・学校・職場・地域づくりをすすめるまち
1-2 自らの行動で疾病予防	①健康診査・予防接種を受け、自らの行動で健康づくりに取り組むまち ②たばこ・お酒・薬物の害や薬の使用に関する正しい知識をもって行動するまち
1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進	①望ましい食生活や健康的な食習慣を実践できるまち ②みんなが食育に取り組むまち

基本目標2 心の健康づくり

基本施策	目指す姿
2-1 心の健康の保持・増進	①気持ちやストレスに上手に対処し、笑顔を大切にしてお過ごしまち ②コミュニケーションをとり、社会参加できるまち
2-2 自殺予防の推進	①みんなが命の大切さを実感し、仲間同士でお互いに見守り、ともに支え合うまち ②自殺に追い込まれることのないまち ③周囲の悩んでいる人や困っている人に寄り添い助け合うことができるまち

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

基本施策	目指す姿
3-1 歯および口腔の健康の保持・増進	①自分の歯でも入れ歯でも、みんなが食事や会話を生涯楽しめるまち
3-2 歯科受診困難者への歯科疾患の予防強化	①障がいのある人や介護を必要とする人も、歯や口腔機能の保持に取り組み、生活の質の向上と健康なからだを維持するまち

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

基本施策	目指す姿
4-1 健康格差の縮小	①地域や雇用形態、経済力、世帯構成などの社会経済的、環境の要因により健康状態に差が生じることなく生活することができるまち
4-2 人と人とのつながりの強化	①みんなが思いやりの心を持って助け合いながら地域においていきいきと暮らすまち ②多様な世代・背景の人が交流しやすいまち

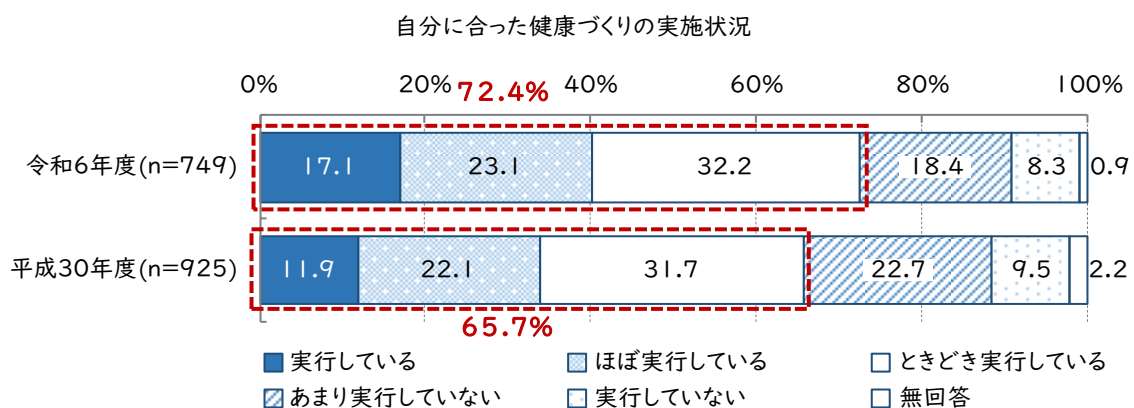
第4章 具体的施策

基本目標1 からだの健康づくり

基本施策1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進

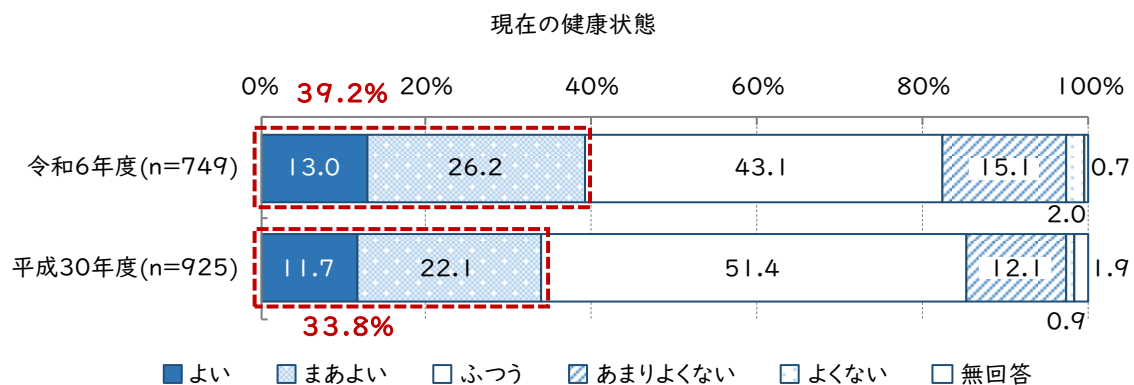
■現状

健康に関する行動について、自分に合った健康づくりを『実行している』（「実行している」「ほぼ実行している」「ときどき実行している」の合計）人の割合は、72.4%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、6.7ポイント増加しています。



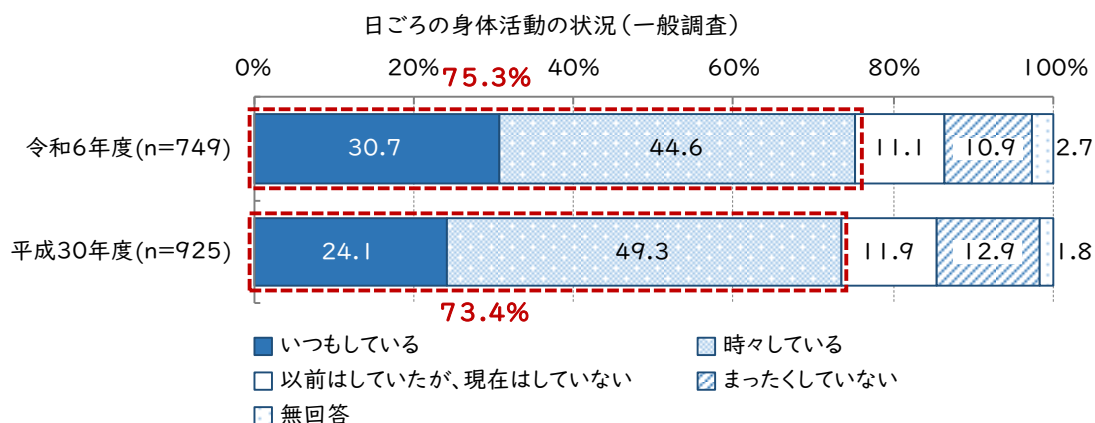
出典：習志野市健康意識調査

現在の健康状態について『よい』（「よい」と「まあよい」の合計）人の割合は、39.2%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、5.4ポイント増加しています。

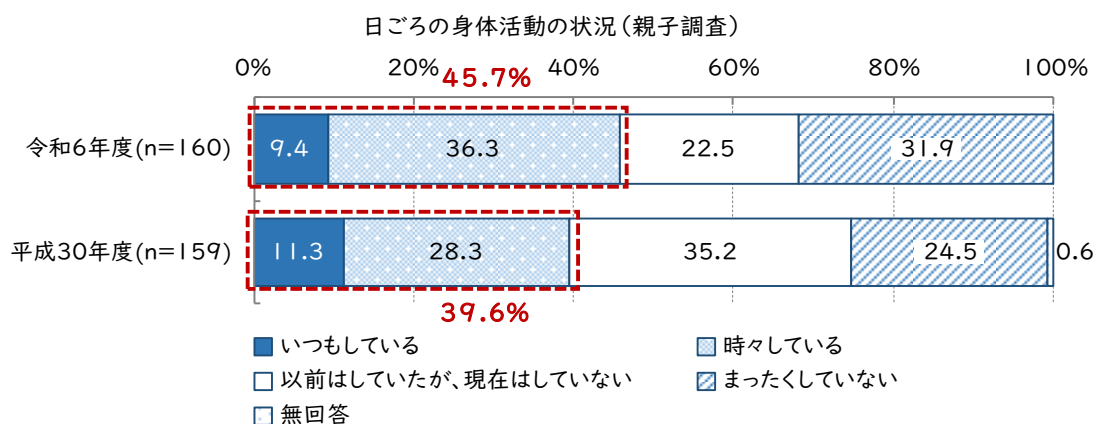


出典：習志野市健康意識調査

日ごろの身体活動の状況について、『している』（「いつもしている」と「時々している」の合計）人の割合は、一般調査では 75.3% となっており、前回調査（平成 30（2018）年度）と比べて 1.9 ポイント増加しています。親子調査では 45.7% となっており、前回調査（平成 30（2018）年度）と比べて 6.1 ポイント増加しています。

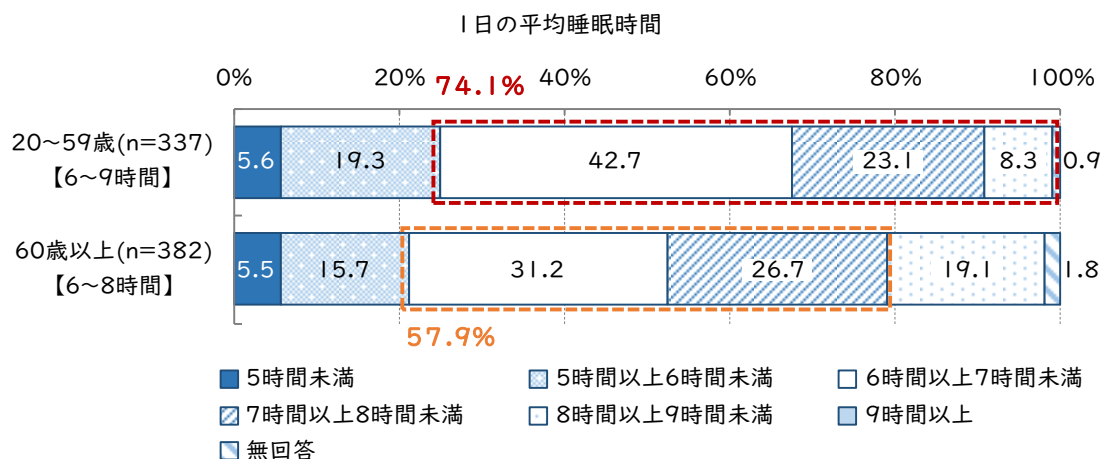


出典：習志野市健康意識調査



出典：習志野市健康意識調査

1日の平均睡眠時間について、国が推奨する年代と時間別でみると、国の推奨する睡眠時間を満たしている人の割合は、20～59 歳（6～9 時間）は 74.1%、60 歳以上（6～8 時間）は 57.9% となっています。

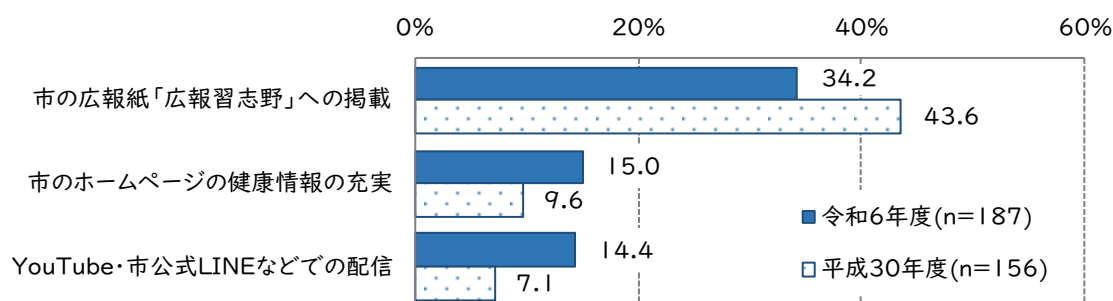


出典：習志野市健康意識調査

健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば伝わりやすいと思うかについて、事業所では「市の広報紙「広報習志野」への掲載」が 34.2%、「市のホームページの健康情報の充実」が 43.6%、「YouTube・市公式 LINE などでの配信」が 14.4%となっています。

「市のホームページの健康情報の充実」、「YouTube・市公式 LINE などでの配信」については、前回調査（平成 30（2018）年度）よりも割合が増加しています。

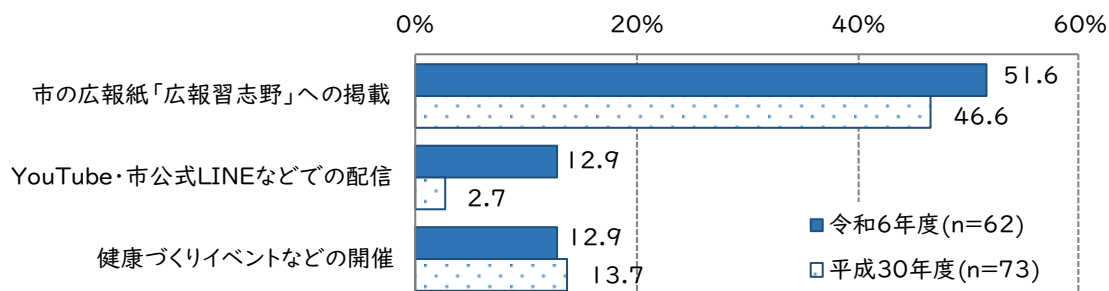
健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法について（事業所・上位3つ）



出典：習志野市健康意識調査

健康づくりに関する PR・啓発について、どのような情報提供の方法であれば伝わりやすいと思うかについて、団体では「市の広報紙「広報習志野」への掲載」が 51.6%、「YouTube・市公式 LINE などでの配信」が 12.9%、「健康づくりイベントなどの開催」が 12.9%となっています。

健康づくりに関する伝わりやすい情報提供の方法について（団体・上位3つ）



出典：習志野市健康意識調査

■課題

- 1 自分に合った健康づくりを実行している人は 7 割程度いる一方で、実行していない層が 3割程度いるのが現状です。生涯を通じた健康に向けて、行動していく、実行していく市民を増やしていくことが必要です。情報提供の充実や機会の提供とともに、行動促進策の強化が求められます。
- 2 健康状態について『よい』と感じている人は 4 割未満となっており、改善の余地があると考えられます。特に、生活習慣病の予防や管理を重視した支援が必要となります。
- 3 身体活動をしている人は、一般調査では 7 割以上、親子調査では 4 割以上となっています。どちらの対象においても、身体活動を行っていない層は一定程度存在するため、身体活動の促進に向けた取組を推進していく必要があります。また、対象によってニーズが異なるため親子向けのもの、働く世代向け、高齢者向けなど、それぞれの対象にあった取組の展開が求められます。
- 4 高齢者では、国の推奨する睡眠時間を満たしている人が 6 割未満となっています。質の高い睡眠の確保を含めた生活習慣の改善が求められます。
- 5 情報提供の手法について、市の広報紙の割合は高いものの、ホームページの利用や YouTube など、オンライン、デジタルメディアの利用が増加していることがわかります。デジタル化の進展も踏まえた、効果的な情報提供や周知を行っていくことで、市全体で健康なまちをつくっていくことが期待できます。

■目指す姿

- ①生涯にわたって健康の価値を認識し、適度な運動・バランスの取れた食生活・十分な休養や睡眠を柱とする生活習慣づくりに積極的に取り組むまち
- ②自分のことを大切に思い、健康に生きていく力を身につけられるまち
- ③健康的な家庭・学校・職場・地域づくりをすすめるまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	自分に合った健康づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	72.4%	81.0%
2	日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体活動を「いつもしている」・「時々している」人	75.3%	増加
3	「普段なるべく歩く」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	30 歳代	73.3%
		40 歳代	79.8%
		家計の苦しさや心配が多い世帯	72.1%
4	睡眠時間が十分に確保できている人	20～59 歳 (6～9 時間)	74.2%
		60 歳以上 (6～8 時間)	57.9%
5	健康に関する情報入手を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	78.9%	84.0%
6	「自分を大切に生きている」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	85.9%	87.0%

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	健康に生きていく力を身につけ、自分を大切にして健康に関心を持ち、基本的な生活習慣を維持しましょう。 ・自分のことを大切にしましょう。 ・健康面で必要な情報を収集し、利用しましょう。 ・周囲の人と助け合い、取り組み、楽しく健康になりましょう。 ・健康に関するイベントや学習の機会があれば参加しましょう。 ・自己肯定感自分には価値がある、自己効力感(自分はいまうまく乗り切れる)を高めましょう。 ・自分を大切にしながら相手の立場も考えて、上手く感情を表現する技術(アサーション)を磨きましょう。 ・自分の問題について情報収集し判断し、最も良い行動を選択して自己主張する力を高めましょう。 ・葛藤状況(心の中に相反する動機・欲求・感情などが存在し、そのいずれをとるか迷う状況)は言葉に出して人に伝え、心を整理しましょう。 ・それぞれの体力・健康状態にあった無理のない運動をしましょう。 ・互いに誘い合って健康づくりのイベント・教室などに参加しましょう。 ・歩数の目標を持って歩きましょう。 ・通勤・通学・家事・育児の場でなるべく体を動かしましょう。 ・体調や体力に配慮しながらできるだけ階段を使いましょう。 ・意識的に体を動かす習慣づくりに向けて、市や市民活動団体、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。 ・睡眠時間が十分に確保できているかを意識しましょう。
市民活動団体	市民が健康に生きていく力を身につけることや、基本的な生活習慣の形成をサポートしましょう。 ・市民の意識的に体を動かす習慣づくりに向けたイベント・教室などを開催するとともに、他の主体が実施するイベント・教室などに参加・協力しましょう。 ・市民の意識的に体を動かす習慣づくりに向けて、市や市民、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
健康づくり関係者	市民が健康に生きていく力を身につけることや、健康の大切さを啓発し、学習、実践の機会を把握しましょう。 ・日常的に体を動かすことの大切さを市民に伝えましょう。 ・日常生活の中で運動量を増やす工夫や必要な運動量などについて市民に指導しましょう。 ・市民の意識的に体を動かす習慣づくりに向けて、市や市民、市民活動団体、事業者と連携・協力しましょう。
事業者	従業員や家族の健康に関心を持ち、健康づくりに取り組みましょう。市民の生活の場を健康にするために協力しましょう。 ・従業員や家族の意識的に体を動かす習慣づくりに向けたイベント・教室などを開催しましょう。 ・階段の利用を推奨する等、従業員が日常的に体を動かすよう働きかけましょう。 ・従業員や家族、地域住民が意識的に体を動かす習慣づくりに向けて、市や市民、市民活動団体、健康づくり関係者と連携・協力しましょう。

■市の取組

市民が健康に生きていく力を身につけることや、基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進に関する知識、学習・実践の機会の提供、健康的な生活の場づくりに、各主体と連携して取り組みます。

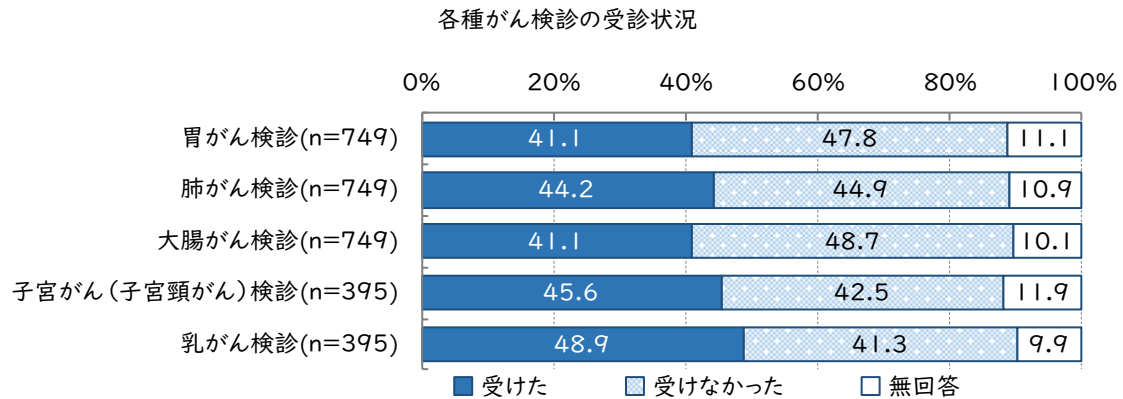
施策 No	内容	担当課
1-1-1	母子健康手帳の交付	健康支援課
1-1-2	ママ・パパになるための学級	
1-1-3	★産後ケア事業	
1-1-4	乳児家庭全戸訪問(こんにちは赤ちゃん事業)	
1-1-5	母子保健推進員による啓発	
1-1-6	ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	
1-1-7	いのちと性の教育の実施	
1-1-8	健康づくり推進員の育成	
1-1-9	ウォーキングマップ活用の促進	
1-1-10	からだの健康づくりに関する情報発信・啓発	
1-1-11	健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	
1-1-12	中学校区地域保健連絡会	
1-1-13	健康づくり推進に向けたポイント制度	
1-1-14	市民活動団体、健康づくり関係者、事業者との連携・協働の強化	
1-1-15	高齢者スポーツ大会の開催	高齢者支援課
1-1-16	千葉県障害者スポーツ大会(年1回)の参加支援	障がい福祉課
1-1-17	習志野市ユニバーサルスポーツ交流会(年1回)の実施	
1-1-18	まちづくり出前講座	協働政策課
1-1-19	谷津干潟公園他管理	公園緑地課
1-1-20	子育てふれあい広場	こども保育課
1-1-21	保育一元カリキュラムに基づいた健康教育	
1-1-22	地域子育て支援拠点事業(こどもセンター・きらっ子ルーム)	こども保育課 子育てサービス課
1-1-23	子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)	
1-1-24	保健学習・保健指導の充実	保健体育安全課
1-1-25	「遊・友・スポーツチャレンジちば」等の県の体力向上施策への積極的参加の奨励	
1-1-26	学校保健委員会の活性化	
1-1-27	健康に関する講座の開催	公民館
1-1-28	「オール習志野歩け歩け大会」のほか、スポーツ奨励大会の開催	生涯スポーツ課
1-1-29	市民スポーツ指導員による各地区活動の実施	
1-1-30	総合型地域スポーツクラブの活動支援	
1-1-31	市内スポーツイベントのホームページ等による情報発信	
1-1-32	市内各スポーツ施設でのスポーツ教室、健康講座などの開催	
1-1-33	学校体育施設の開放	生涯スポーツ課 市立小・中学校

★は新規事業です

基本施策1-2 自らの行動で疾病予防

■現状

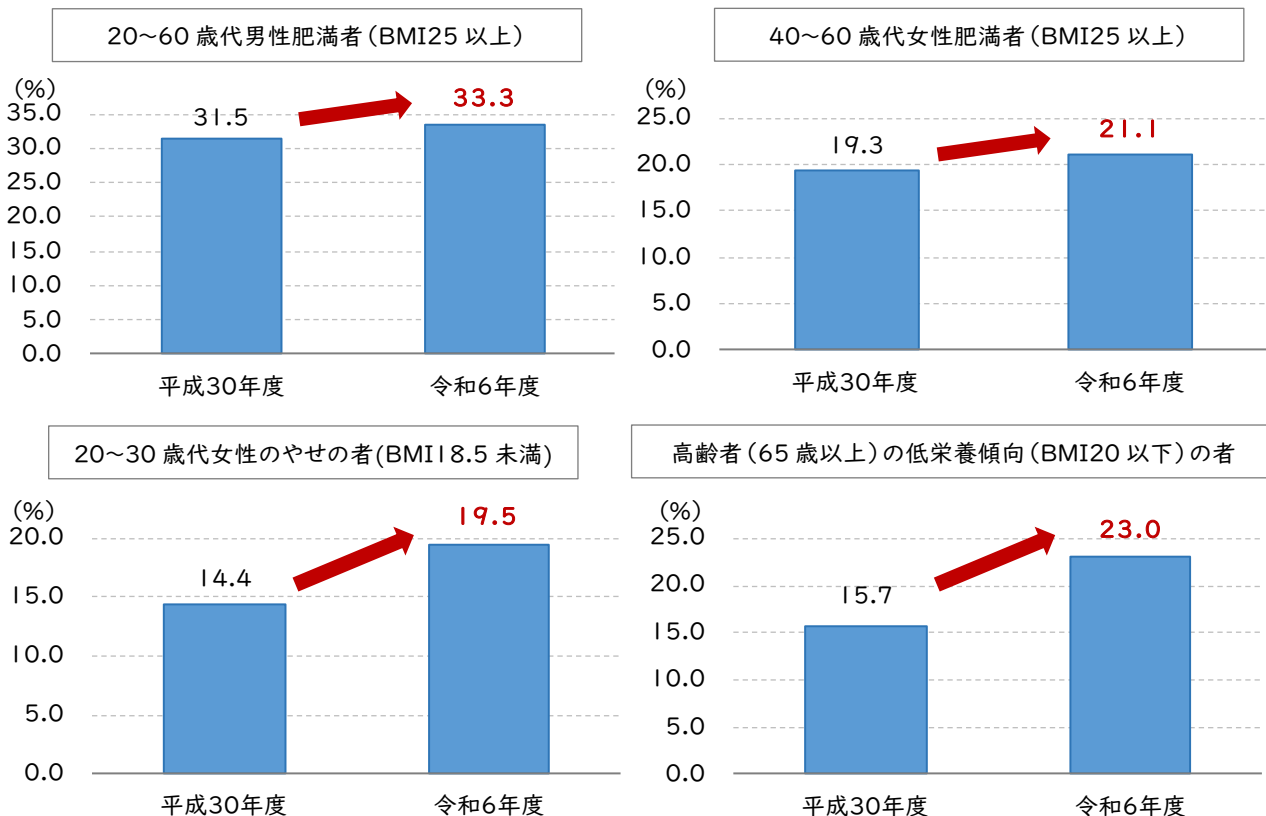
がん検診の受診率について、いずれの検診においても 50%以下となっています。乳がん検診が 48.6%と最も高く、次いで子宮がん(子宮頸がん)検診が 45.6%、肺がん検診が 44.2%となっています。



出典: 習志野市健康意識調査

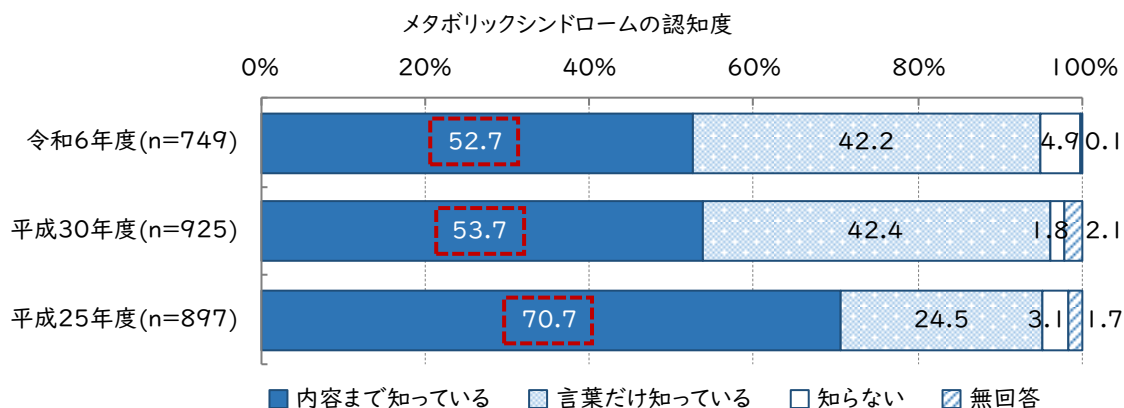
各属性における肥満者、やせの者等に関しては増加している状況です。前回調査(平成 30(2018)年度)と比べると、20~60 歳代男性の肥満者は 1.8 ポイント増加、40~60 歳代女性の肥満者は 1.8 ポイント増加、20~30 歳代女性のやせの者は 5.1 ポイント増加、高齢者(65 歳以上)の低栄養傾向(BMI20 以下)の者は 7.3 ポイント増加しています。

属性別にみる肥満、やせ、低栄養傾向の者の状況



出典: 習志野市健康意識調査

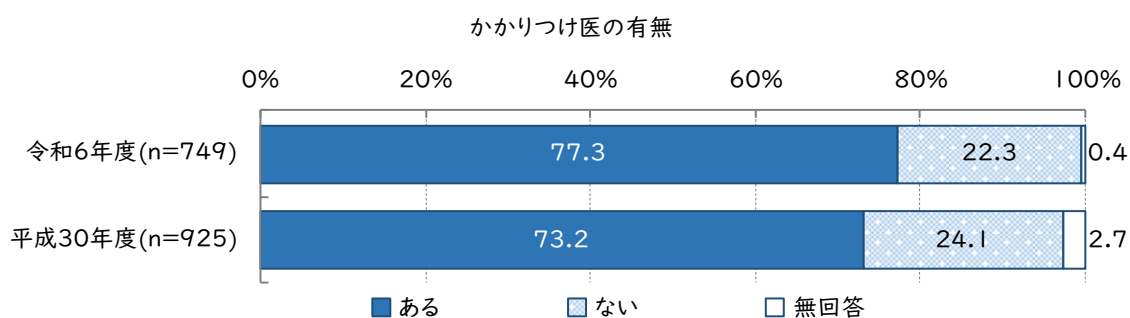
メタボリックシンドロームの認知状況について、「内容まで知っている」人の割合は52.7%となっています。「内容まで知っている」人の割合は年々減少しており、前回調査（平成30（2018）年度）と比べると1ポイント減少、前々回調査（平成25（2013）年度）と比べると18ポイント減少しています。



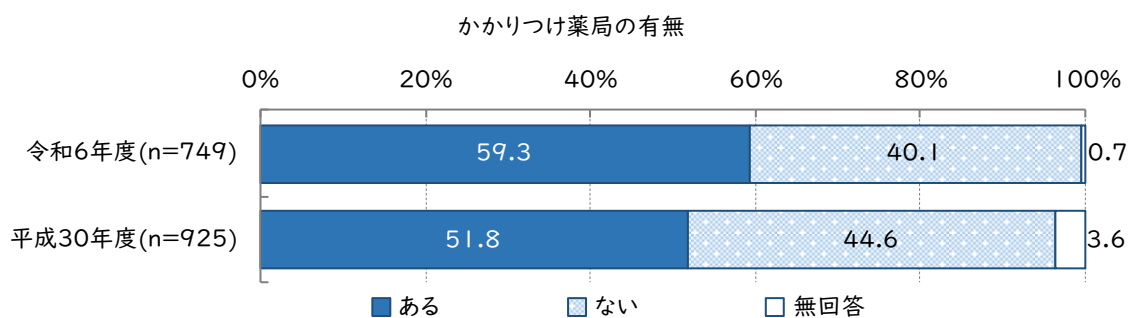
出典：習志野市健康意識調査

「かかりつけ医がある」人の割合は77.3%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、4.1ポイント増加しています。

「かかりつけ薬局がある」人の割合は59.3%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、7.5ポイント増加しています。

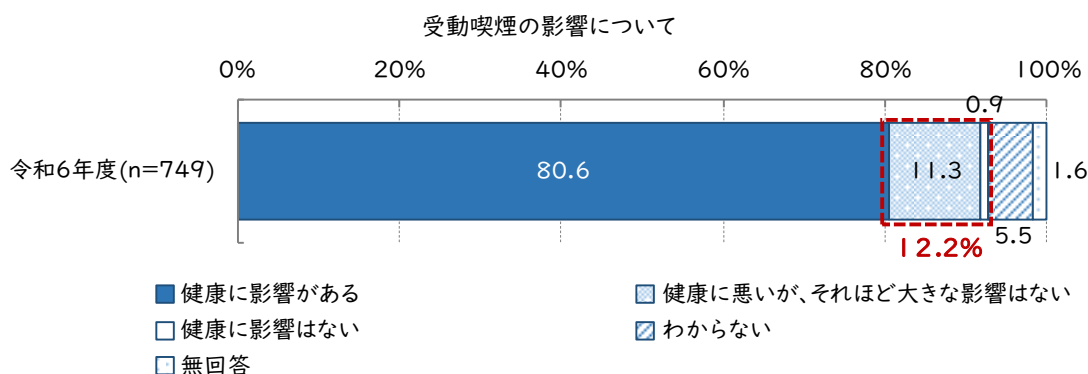


出典：習志野市健康意識調査



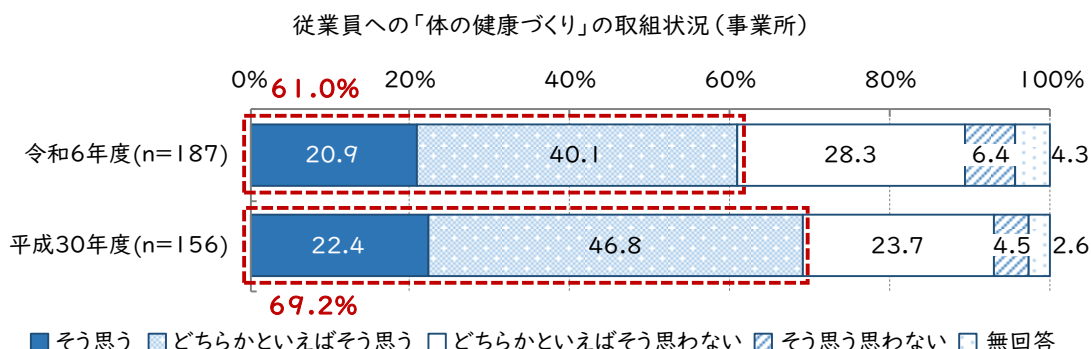
出典：習志野市健康意識調査

受動喫煙の影響について、『影響はない』（「健康に悪いが、それほど影響はない」と「健康に影響はない」の合計）と考えている人の割合は 12.2%となっています。



出典：習志野市健康意識調査

従業員への体の健康づくりへの積極的に取り組んでいるかどうかについて、『思う』（「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計）という事業所の割合は、61.0%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、8.2 ポイント減少しています。



出典：習志野市健康意識調査

課題

- 1 各種がん検診の受診率は5割未満にとどまっています。がんの早期発見・早期治療のためにも、検診の重要性を伝える周知・動機づけの強化が必要となります。
- 2 20～60歳代の男性、40～60歳代の女性で肥満が増加し、20～30 歳代女性のやせ、高齢者の低栄養傾向が増加しています。生活習慣の見直しや適切な体重管理の重要性を個々に理解させる教育や支援が求められます。また、メタボリックシンドロームについて理解している人が減少していることなどから、メタボ対策としての具体的な知識と行動（食事・運動・定期健診）へのつなげ方も重要となります。
- 3 かかりつけ医、薬局についての利用率はともに高まっていますが、薬局は約 4 割がかかりつけを持っていません。健康管理において薬剤師も含めた地域医療資源の積極的な活用を促し、自らの行動で疾病予防につなげていくことが必要です。
- 4 喫煙率については減少しているものの、受動喫煙については、健康被害への正しい理解が不十分と考えられます。喫煙の害に関する知識の啓発とともに、受動喫煙対策に向けた取組が必要となります。
- 5 従業員の健康づくりについて積極的に取り組む事業所が減少しており、職場環境における健康支援意識が弱まっています。健康経営の視点を踏まえ、従業員一人ひとりの自発的な健康行動を促す職場づくりの構築が重要です。

■目指す姿

- ①健康診査・予防接種を受け、自らの行動で健康づくりに取り組むまち
 ②たばこ・お酒・薬物の害や薬の使用に関する正しい知識をもって行動するまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	特定健康診査受診率の向上	※1 38.0%	※2 40.0%
2	特定保健指導の実施率の向上	※1 21.6%	※2 23.0%
3	がん検診の受診率向上	胃がん 41.1% 肺がん 44.2% 大腸がん 41.1% 子宮がん 45.6% 乳がん 48.9%	50.0% 50.0% 50.0% 50.0% 50.0%
4	適正体重を維持している者の増加※3	20～60 歳代男性肥満者 (BMI25 以上) 33.3% 40～60 歳代女性肥満者 (BMI25 以上) 21.1% 20～30 歳代女性のやせ (BMI18.5 未満) の者 19.5% 65 歳以上の低栄養傾向 (BMI20 以下) の者 23.0%	減少 減少 減少 減少
5	成人の喫煙率の減少	10.4%	9.0%
6	受動喫煙の機会を有する者の割合の減少	職場 11.6% 家庭 4.2% 飲食店 17.9% 歩道 44.2% 公園 14.8%	減少 減少 減少 減少 減少
7	COPD(慢性閉塞性肺疾患)を認知している割合	33.1%	増加
8	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合※4	男性 12.5% 女性 9.6%	10%未満 7.0%
9	かかりつけ医がある人	77.3%	増加
10	かかりつけ薬局がある人	59.3%	増加
11	「従業員の体の健康づくりに積極的に取り組んでいる」事業所	20.9%	増加

※1 令和 5(2023)年度の実績値

※2 令和 11(2029)年度の目標値

※3 適正体重は、健康日本 21(第三次)の指標に基づき、BMI18.5 以上 25 未満(65 歳以上は BMI20 を超え 25 未満)としています。

※4 生活習慣病のリスクを高める飲酒は、健康日本 21(第三次)の指標に基づき 1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上としています。

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	運動の習慣化や生活習慣病予防、介護予防、感染症予防に自主的に取り組むとともに、たばこ・お酒・薬に関する正しい知識を身につけましょう。 ・広報に載っている健康に関する情報をきちんと見ましょう。 ・かかりつけ医やかかりつけ薬局を持ち、積極的に情報を得ましょう。 ・自分の適正体重を知り、それを維持しましょう。 ・毎年、健康診査・がん検診を受けましょう。 ・予防接種を計画的に受けましょう。 ・自分のこどもに、喫煙・飲酒・薬物の害を正しく伝えましょう。 ・受動喫煙を生じさせないよう、周囲に人がいるときは たばこを吸わないようにしましょう。 ・妊婦・未成年の喫煙・飲酒などを見かけたら、健康への影響など正しい知識を伝えましょう。 ・健康づくりに向けて市や市民活動団体、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
市民活動団体	市民に健康づくりや疾病予防を働きかけるとともに、生活習慣病予防、介護予防などのイベント・教室などに参加しましょう。 ・市民活動団体で活動することは、自己効力感を高める効果があることや、人と人とのつながりが生まれ、良好な人間関係の形成へと発展し、健康づくりにも効果があることが期待されます。団体への参加者を増やす等、団体における活動を活性化させ、健康づくりを促進しましょう。 ・健康づくりのイベント・教室などを開催するとともに、他の主体が実施するイベント・教室などに参加・協力しましょう。 ・ミーティングや懇親会などの場では過度の飲酒の防止に努め、受動喫煙を生じさせないよう配慮しましょう。 ・健康づくりに向けて、市や市民、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
健康づくり関係者	健康診査や予防接種などの普及啓発や実施をするとともに、運動の奨励やたばこ・お酒・薬に関する知識の普及啓発を行いましょう。 ・各種健康診査・予防接種を実施しましょう。 ・健康教育・相談を推進するとともに、健康づくりに関する知識を普及させましょう。 ・身長・体重・体脂肪計、血圧計などを設置しましょう。 ・治療が必要なアルコール関連問題に適切に対応しましょう。 ・禁煙したい人を支援し、適切な治療を実施しましょう。 ・特定健康診査・特定保健指導などを通じて、運動の奨励、適量飲酒の普及啓発、たばこの健康被害に関する情報提供などを行いましょう。 ・健康づくりに向けて、市や市民、市民活動団体、事業者と連携・協力しましょう。

各主体	役割(上段)/できること(下段)
事業者	従業員や家族の健康づくりの支援や健康状態の把握に努めるとともに、受動喫煙や過度の飲酒を防止しましょう。
	・従業員や家族が手軽に運動 できる環境を整備しましょう。 ・従業員で構成する健康づくりやスポーツに関するサークル等の活動を支援しましょう。 ・従業員や家族を対象とした定期的な健康診断を実施し、健康状態の把握に努めましょう。 ・従業員が気軽に健康相談を受けられる体制を整備しましょう。 ・職場では分煙を徹底し、ミーティングや懇親会などの場では過度の飲酒の防止に努め、受動喫煙を生じさせないように配慮しましょう。 ・未成年者にたばこやお酒を販売しない工夫をしましょう。 ・受動喫煙防止についてステッカー等により実施状況を表示しましょう。 ・従業員や家族、地域住民の健康づくりに向けて、市や市民、市民活動団体、健康づくり関係者と連携・協力しましょう。

■市の取組

各種健康診査・予防接種の実施、情報発信・啓発活動、予防に取り組みやすい環境の整備、イベント・教室などの主催・後援、市民の健康づくりを支援する人材の育成、各主体の活動の調整などを行います。

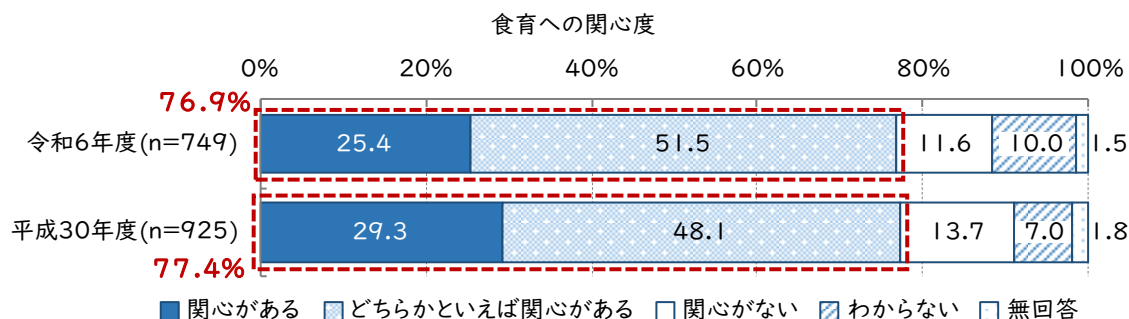
施策 No	内容	担当課
1-2-1	特定健康診査・特定保健指導の実施、受診率・実施率の向上	健康支援課
1-2-2	妊産婦・乳児健康診査の実施	
1-2-3	(再掲)母子保健推進員による啓発	
1-2-4	1歳6か月児・3歳児・5歳児健康診査	
1-2-5	がん検診の実施および受診率の向上	
1-2-6	成人高齢者歯科健康診査	
1-2-7	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	
1-2-8	予防接種の実施	
1-2-9	(再掲)からだの健康づくりに関する情報発信・啓発	
1-2-10	公共用施設などにおける受動喫煙防止対策	
1-2-11	駅周辺・学校など周辺の重点区域における巡回・指導	
1-2-12	教育機関や企業などとの連携	
1-2-13	介護予防事業の実施	健康支援課 高齢者支援課
1-2-14	転倒予防体操推進員の養成および育成	高齢者支援課
1-2-15	生活保護受給者に係る健康管理支援事業	生活相談課
1-2-16	アルコール依存症に関する相談	障がい福祉課
1-2-17	(再掲)まちづくり出前講座	協働政策課
1-2-18	国民健康保険加入者への人間ドック費用助成	国保年金課

施策 No	内容	担当課
1-2-19	(再掲) 地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における相談・情報提供	こども保育課 子育てサービス課
1-2-20	教育施設および市立保育所、こども園、こどもセンター敷地内 全面禁煙	こども保育課 子育てサービス課 保健体育安全課
1-2-21	(再掲) 保健学習・保健指導の充実	保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校
1-2-22	けがの防止・応急手当ての学習	
1-2-23	薬物乱用防止教室・喫煙防止教育の実施	
1-2-24	小・中・高等学校での健康教育	
1-2-25	小・中・高等学校での心肺蘇生法教育の実施	
1-2-26	生命尊重の学習	習志野高校
1-2-27	補導活動、地域で見守るという社会環境の整備	青少年センター
1-2-28	(再掲) 健康に関する講座の開催	公民館

基本施策1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進

■現状

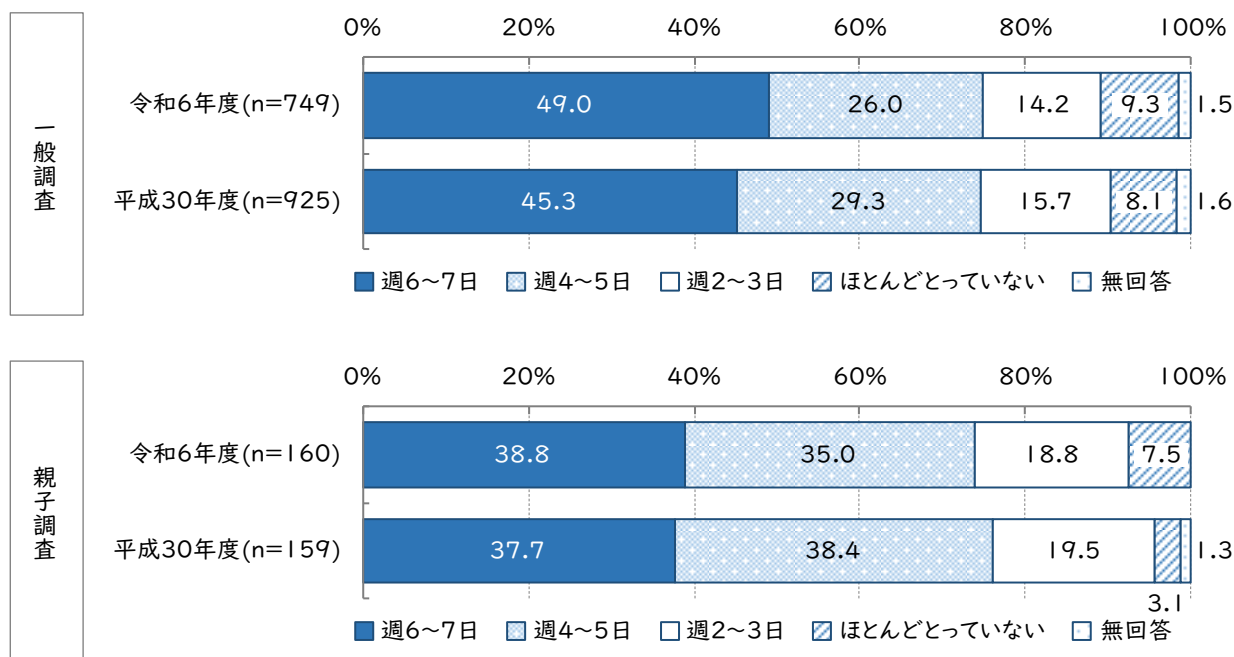
食育への関心度について『関心がある』（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）人の割合は、76.9%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、大きな変化は見られませんが、「関心がある」人の割合については25.4%となっており、前回調査（平成30（2018）年度）よりも3.9ポイント減少しています。



出典：習志野市健康意識調査

バランスのとれた食事（主食・主菜・副菜を組み合わせた食事）を1日2回以上「週6～7日」摂取している人の割合について、一般調査では49.0%となっており、前回調査（平成30（2018）年度）と比べて3.7ポイント増加しています。親子調査では38.8%となっており、前回調査（平成30（2018）年度）と比べて1.1ポイント増加しています。

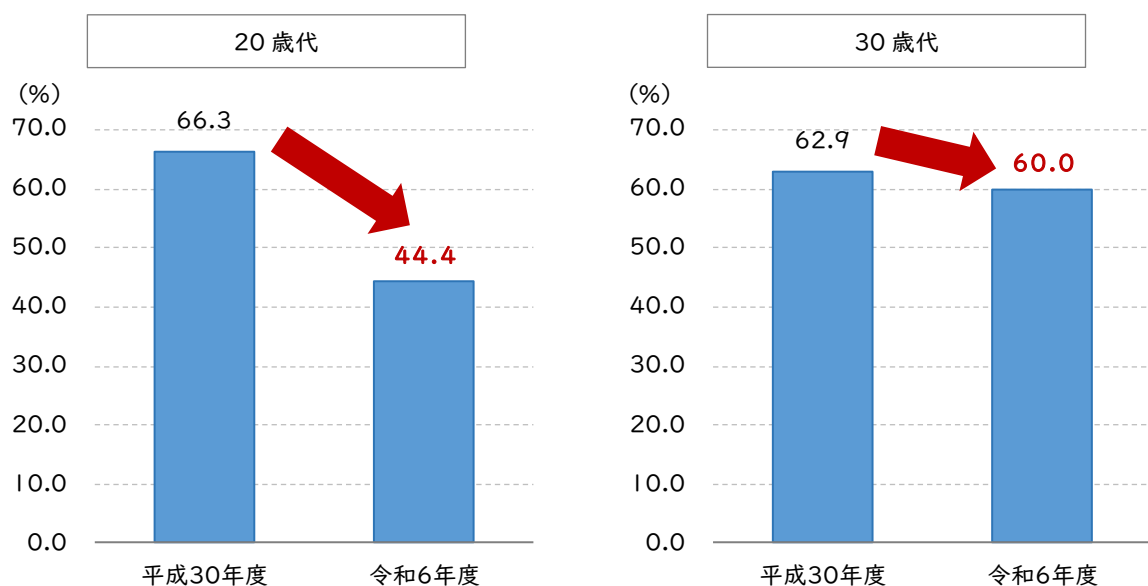
バランスのとれた食事（主食・主菜・副菜を組み合わせた食事）の1日2回以上の摂取



出典：習志野市健康意識調査

朝食の摂取状況について、20 歳代、30 歳代における「朝食を週に 6～7 日とっている」人の割合は、いずれも減少しています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、20 歳代は 21.9 ポイント減少、30 歳代は 2.9 ポイント減少しています。

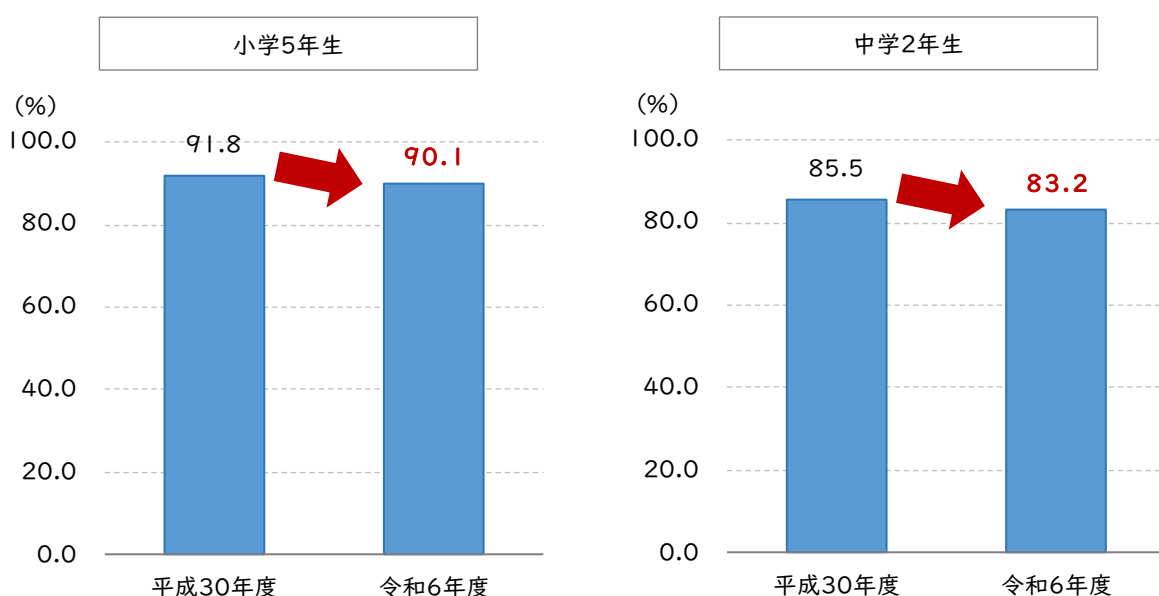
朝食の摂取状況（20 歳・30 歳代）



出典：習志野市健康意識調査

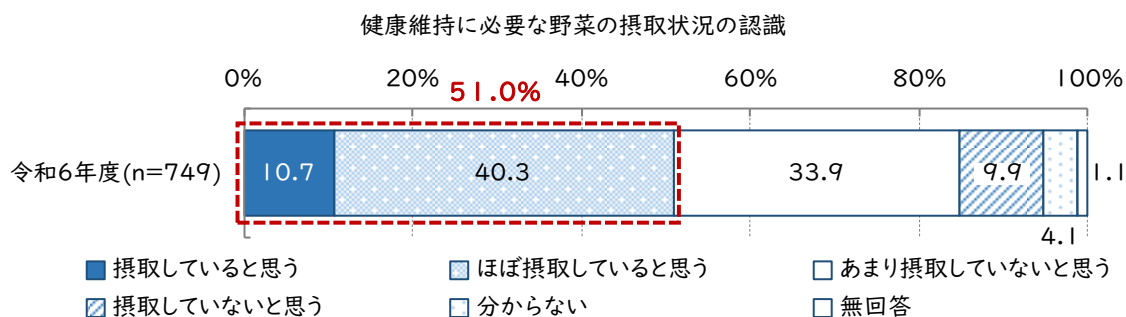
朝食の摂取状況について、小学 5 年生、中学 2 年生における「朝食を毎日食べている」人の割合は、いずれも減少しています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、小学 5 年生は 1.7 ポイント、中学 2 年生は 2.3 ポイント減少しています。

朝食の摂取状況（児童・生徒）



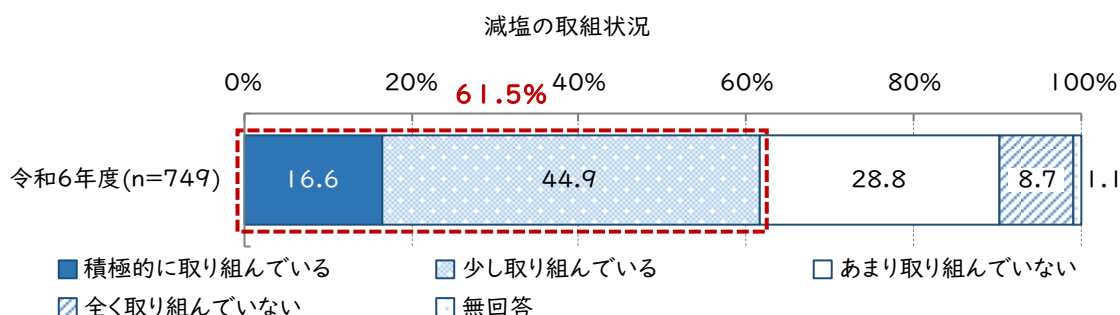
出典：学校給食実施調査

健康維持に必要な 1 日の野菜摂取 (350g) の状況について、『摂取していると思う』(「摂取していると思う」と「ほぼ摂取していると思う」の合計) 人の割合は 51.0%となっています。



出典: 習志野市健康意識調査

普段の食事での減塩の取組状況について、『取り組んでいる』(「積極的に取り組んでいる」と「少し取り組んでいる」の合計) 人の割合は 61.5%となっています。



出典: 習志野市健康意識調査

課題

- 食育への関心がある人は 7 割以上となっている一方で、前回調査時から大きな変化はなく、関心がない人も一定程度存在し、関心の度合いは弱まっている傾向がうかがえます。日常の食生活に密接に関わる形で、関心を高める仕掛けや情報提供の工夫が求められます。
- バランスのよい食事を週 6~7 日実践している人の割合は、一般調査で 5 割未満、親子調査で 4 割未満となっています。特に子育て世代に対しては、手軽にバランスをとる方法や調理法、具体的なメニュー例の普及などが必要と考えられます。
- 朝食の摂取について、特に 20~30 代で朝食の摂取率が大きく減少しており、小中学生でもやや低下傾向にあります。生活リズムの乱れや忙しさによる食習慣の乱れが懸念され、若年層や家庭への生活習慣指導・支援が重要となります。
- 野菜摂取や減塩への取組は一定程度進んでいる結果ですが、「摂取していると思う」「取り組んでいると思う」といった主観的な自己評価にとどまっており、実際の摂取量や栄養バランスとのギャップが懸念されます。正確な知識と日常の食生活への具体的な実践支援が課題となります。

■目指す姿

- ①望ましい食生活や健康的な食習慣を実践できるまち
- ②みんなが食育に取り組むまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	食育に関心がある人	76.9%	84.0%
2	「朝食」を「週 6～7 日とっている」人20～30 歳代	54.2%	70.0%
3	「朝食」を「毎日食べている」5 歳児	96.6%	維持
4	「朝食」を「毎日食べている」児童・生徒	小学 5 年生	増加
		中学 2 年生	増加
5	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上の日がほぼ毎日の人	49.0%	52.0%
6	健康維持に必要な野菜(350g 以上/日)を「摂取していると思う」「ほぼ摂取していると思う」人	51.0%	増加
7	普段の食事において減塩に「積極的に取り組んでいる」「少し取り組んでいる」人	61.5%	増加
8	「外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする」「いつも参考にしている」「ときどき参考にしている」人	男性	60.0%
		女性	75.0%

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	自分に必要なエネルギー量と望ましい食事、食習慣を理解し、心がけましょう。家庭で食育に関心を持ちましょう。 ・毎日朝食を食べましょう。 ・1日3食で主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を実践しましょう。 ・自分の適正体重や必要な食事量を知りましょう。 ・「楽しくゆっくり食事をする」ことを心がけましょう。 ・家族や友人など誰かと一緒に食事を楽しむようにしましょう。 ・食事のマナーやあいさつ等をしっかりしましょう。 ・地元の旬の野菜をおいしく食べましょう。 ・食事に興味を持ち、積極的に台所に立ちましょう。 ・こどもに買い物や料理を手伝ってもらいましょう。 ・外食や食品を買うときは、栄養成分表示を確認しましょう。 ・食品の無駄を減らし、命に感謝して食事をしましょう。
市民活動団体	地域での情報発信や啓発、共食の機会の提供や料理教室などを実施し、食育に取り組みましょう。 ・地域で共食の場を設けましょう。 ・地域に根差した食文化や伝統料理を伝えていきましょう。 ・食に関するイベントで、世代を超えて交流しましょう。
健康づくり関係者	栄養・食生活指導を通じて、望ましい食事や食生活の改善に関する知識を普及・啓発し、食育を推進しましょう。 ・普段の食生活が生活習慣病などの健康につながることを周知しましょう。 ・適正体重や望ましい食事量について知識の普及・啓発をしましょう。 ・ライフステージや健康状態に応じた食生活を指導しましょう。
事業者	従業員やその家族が健康的な食習慣を実践できるよう努めましょう。消費者に向けて食育に関する情報を発信しましょう。 ・生産者・販売者と消費者をつなげる取組を推進しましょう。 ・市産市消を推進しましょう。 ・商品の産地表示をしましょう。 ・直営レストランや社員食堂などで栄養成分表示や減塩、ヘルシーメニューの提供をしましょう。 ・安全・安心な食品を提供しましょう。 ・地域の食文化を取り入れた商品開発に取り組みましょう。

■市の取組

乳児期の保護者に向けた教育・相談や保育所・こども園・幼稚園・小中学校における給食指導、高齢者の低栄養状態予防のための調理実習など、ライフステージに合わせた、知識の普及や啓発活動を行い、食育の取組を推進します。

食育の推進に向けて、関係部署、団体との連携を進めていきます。

施策 No	内容	担当課
1-3-1	食に関する情報の発信	こども保育課
1-3-2	習志野市保育所・こども園食育年間計画に基づいた食育の実施	
1-3-3	★野菜の栽培・収穫や皮むきの体験	
1-3-4	(再掲) 地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における相談・情報提供	こども保育課 子育てサービス課
1-3-5	(再掲) 子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)	
1-3-6	ファミリー・サポート・センター事業における提供会員育成のための基礎講座の実施(栄養士による食育など)	子育てサービス課
1-3-7	あじさい療育支援センターでの「たべものだより」配布	あじさい療育 支援センター
1-3-8	児童への食育	
1-3-9	各教科等における食に関する指導の展開	保健体育安全課 指導課
1-3-10	給食における食に関する指導の実施	保健体育安全課 市立小・中学校
1-3-11	家庭科など学習指導の中で実施	指導課
1-3-12	(再掲) ママ・パパになるための学級	健康支援課
1-3-13	4 か月児・10 か月児健康相談	
1-3-14	離乳食教室	
1-3-15	(再掲) 1 歳 6 か月児・3 歳児・5 歳児健康診査	
1-3-16	(再掲) ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	
1-3-17	食育推進事業の実施	
1-3-18	食育に関する会議の開催	
1-3-19	(再掲) 健康づくり推進員の育成	
1-3-20	(再掲) 介護予防事業の実施	
1-3-21	食の自立支援事業	高齢者支援課
1-3-22	市産市消の推進	産業振興課
1-3-23	「食」に関する各種講座の開催	公民館
1-3-24	家庭教育学級・育児講座における「食育」などについての学習	
1-3-25	料理教室の開催	企業局営業料金課

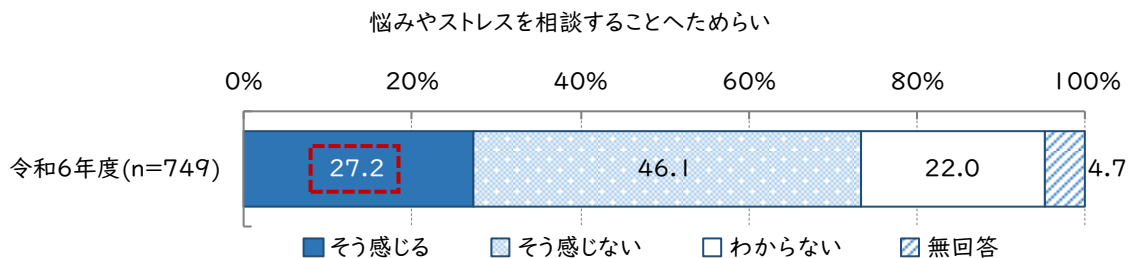
★は新規事業です

基本目標 2 心の健康づくり

基本施策 2-1 心の健康の保持・増進

■現状

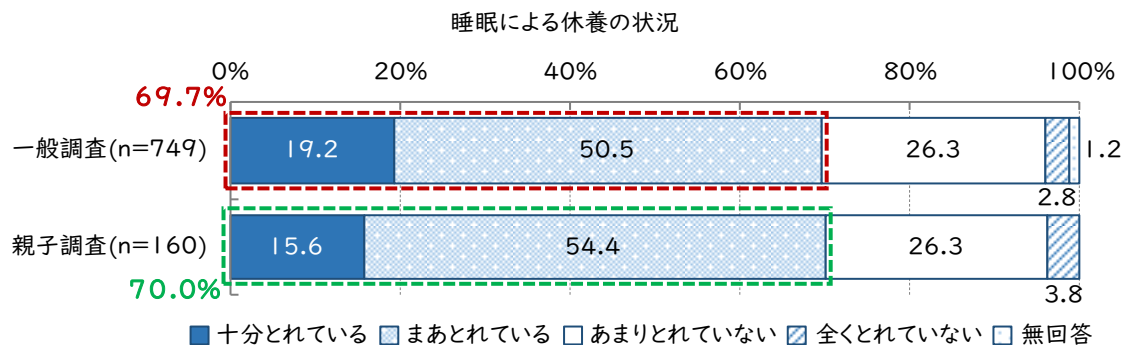
悩みを抱えたときやストレスを感じたときに誰かに相談したり、助けを求めたりすることについて、**「そう感じる」**人の割合は 27.2%となっています。



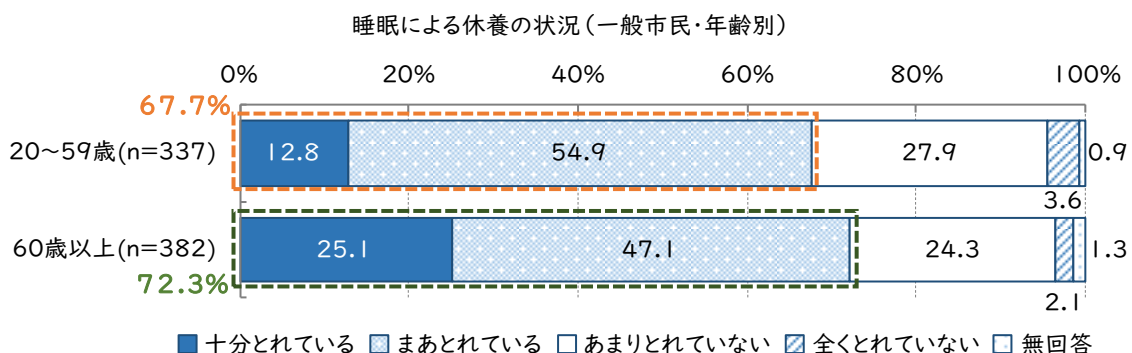
出典: 習志野市健康意識調査

睡眠で休養が十分取れているかどうかについて『とれている』（「十分とれている」と「まあとれている」の合計）人の割合は、一般調査では 69.7%、親子調査では 70.0%となっています。

年齢別にみると、20～59 歳では 67.7%、60 歳以上では 72.3%となっています。

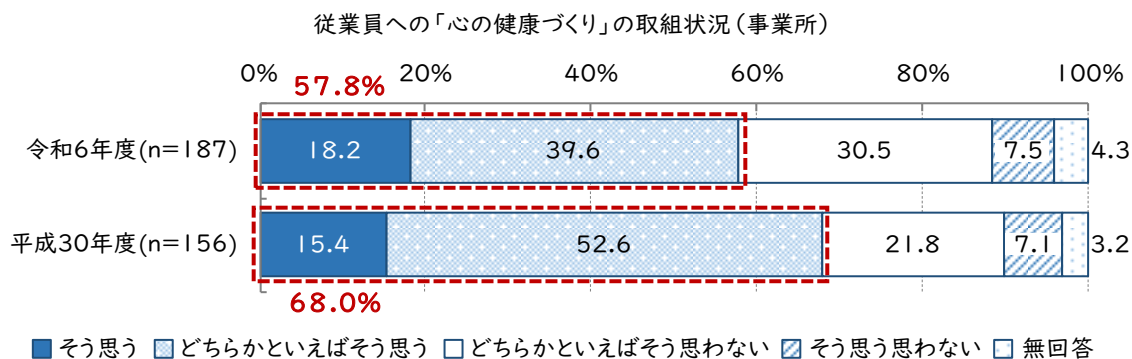


出典: 習志野市健康意識調査



出典: 習志野市健康意識調査

従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいると「思う」「どちらかといえばそう思う」の事業所の割合は、57.8%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、10.2 ポイント減少しています。



出典：習志野市健康意識調査

課題

- 約 3 割の人が悩みやストレスを感じた際に「相談や助けを求めることにためらいを感じる」と回答しており、支援を受けにくい、気軽に相談をしにくいなど、心理的ハードルが高いことがうかがえます。安心して相談できる環境づくりや、支援を受けることの肯定的な認識の促進が必要です。
- 全体では約 7 割が「睡眠で休養がとれている」と感じているものの、20～59 歳の働き世代では 67.7%とやや低く、60 歳以上よりも休養感が劣っています。仕事や家庭、生活の忙しさが影響していることが考えられ、働き盛り世代への睡眠環境の改善や生活習慣の見直し支援が重要です。
- 心の健康づくりに積極的に取り組んでいる事業所の割合が、前回調査より 10.2 ポイントも減少しており、職場でのメンタルヘルス対策が弱まっていることが懸念されます。体の健康づくりだけではなく、こころ健康づくりも含めた、企業への働きかけや支援体制の強化が必要です。

目指す姿

- ①気持ちやストレスに上手に対処し、笑顔を大切にして過ごすまち
- ②コミュニケーションをとり、社会参加できるまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	ストレスを感じても、「解消できている」・「だいたい解消している」人	49.9%	62.0%
2	「心にゆとりのある生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	77.4%	80.0%
3	睡眠について「眠れている」人	20～59 歳 67.7%	72.0%
		60 歳以上 72.3%	80.0%
4	「従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる」と「思う」・「どちらかといえばそう思う」事業所	57.8%	増加
5	生きがい・やりがいを「持っている」人	51.3%	増加

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	ストレスを上手に解消し、笑顔を大切にして生活を送れるようにしましょう。 自分に合ったストレス解消法や、相談相手場所を見つけましょう。 ・心にゆとりを持って生活しましょう。 ・自分を大切にしましょう。 ・生きがいや楽しみを持って生活しましょう。 ・趣味や楽しみ等、自分に合ったストレス解消方法を持ちましょう。 ・周りの人達に、積極的にあいさつをしましょう。 ・普段から周りの人と相談し合える関係を作りましょう。 ・地域内での仲間づくりをしましょう。 ・家族団らんの時間を大切にしましょう。 ・スポーツ・文化・芸術活動に取り組んでみましょう。 ・睡眠や休養をしっかりと取りましょう。
	心の健康状態について理解を深め合い、お互いに良好な関係を作っていきましょう。 ・団体内で、心の健康に関する情報提供や啓発活動をしましょう。 ・新規参加者を受け入れたり、団体同士の交流を深めたりしましょう。 ・団体活動を通じて、社会参加や仲間づくりができるようにしましょう。 ・心が豊かになるようなボランティア活動などを実践しましょう。
健康づくり 関係者	体だけではなく、心の健康づくりの大切さについても指導していきましょう。 ・どんな悩みや相談にも、親身になって応対しましょう。 ・他の主体とも連携し、悩みの原因の解消に努めましょう。 ・相談を受けた後も、長期的なサポートをしましょう。
	従業員やその家族の心の健康づくりに積極的に取り組みましょう。就業環境や職場の人間関係を見直し、従業員が前向きに働ける職場環境づくりを進めましょう。 ・従業員一人ひとりの心の健康状態に気を配りましょう。 ・定期的に職場の就業環境や人間関係をチェックしましょう。 ・ワーク・ライフ・バランスの推進に取り組みましょう。

■市の取組

事業を実施する際には、心の健康についても配慮します。学校や広報活動、行政施設などを通じて心の健康に関する知識を広めるとともに、各主体への支援体制の強化や、県、国、医療機関、民生委員・児童委員、母子保健推進員などと連携し、必要な支援活動を推進していきます。

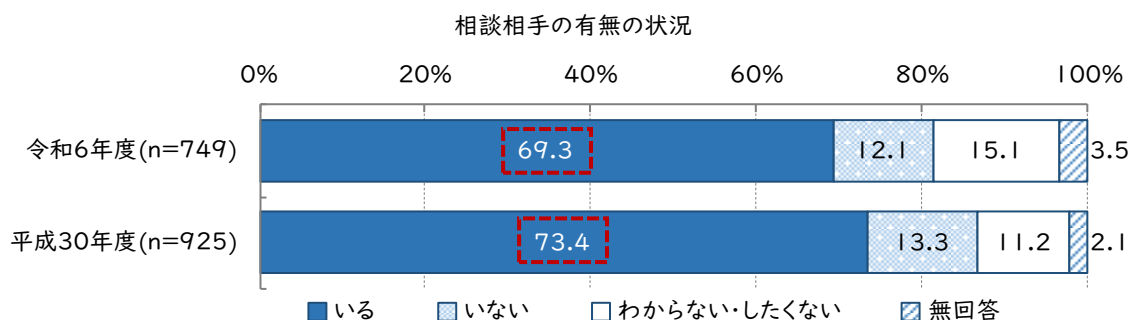
施策 No	内容	担当課
2-1-1	(再掲) ママ・パパになるための学級	健康支援課
2-1-2	★(再掲) 産後ケア事業	
2-1-3	(再掲) 乳児家庭全戸訪問(こんにちは赤ちゃん事業)	
2-1-4	(再掲) ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	
2-1-5	★社協支部活動「ふれあい・いきいきサロン」の充実	健康福祉政策課
2-1-6	高齢者ふれあい元気事業	高齢者支援課
2-1-7	老人クラブ活動	
2-1-8	精神障がいの相談と情報提供	障がい福祉課
2-1-9	精神障がい者当事者交流会の実施	
2-1-10	女性の生き方相談	多様性社会推進課
2-1-11	再チャレンジ支援講座	
2-1-12	男女共同参画センターの運営	
2-1-13	幼稚園・保育所の地域開放	こども保育課
2-1-14	(再掲) 子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)	こども保育課 子育てサービス課
2-1-15	(再掲) 地域子育て支援拠点事業(こどもセンター、きらっ子ルーム)	
2-1-16	養育支援家庭訪問事業	こども家庭課
2-1-17	ならしのこどもを守る地域ネットワーク事業	
2-1-18	★子育て世帯訪問支援事業	
2-1-19	★子育て世帯訪問支援事業(多胎児家庭分)	
2-1-20	★親子関係形成支援事業	ひまわり発達 相談センター
2-1-21	ひまわり発達相談センターによる相談	
2-1-22	(再掲) 保健学習・保健指導の充実	保健体育安全課
2-1-23	小・中・高等学校でのいじめアンケートの実施	指導課 市立小・中学校 習志野高校
2-1-24	児童・生徒教育相談員推進事業	指導課 市立小・中学校
2-1-25	教育相談日・相談週間	市立小・中学校 習志野高校
2-1-26	スクールカウンセラー配置事業	習志野高校
2-1-27	総合教育センターによる相談活動	総合教育センター
2-1-28	各公民館での講座	公民館
2-1-29	サークル活動	

★は新規事業です

基本施策 2-2 自殺予防の推進

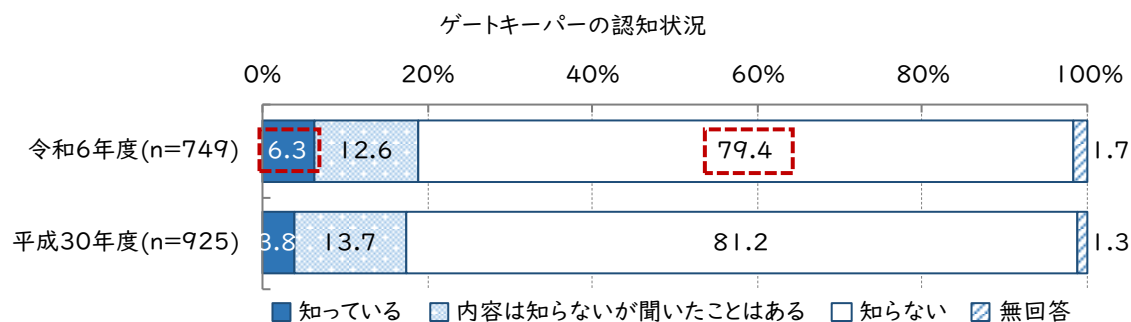
■現状

悩みごとや困ったことがあったときに相談相手が「いる」人の割合は、69.3%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、4.1 ポイント減少しています。



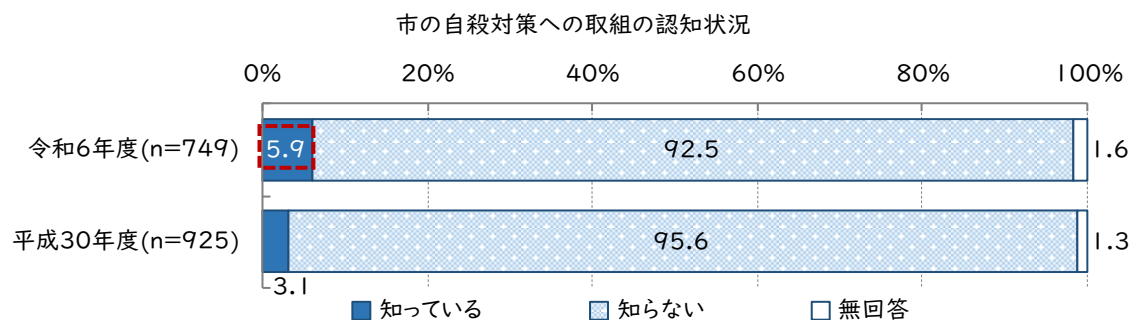
出典：習志野市健康意識調査

ゲートキーパーの認知状況について、「知っている」人の割合は 6.3%となっており、前回調査（平成 30（2018）年度）と比べて 2.5 ポイント増加しているものの、「知らない」人の割合は 79.4%となっています。



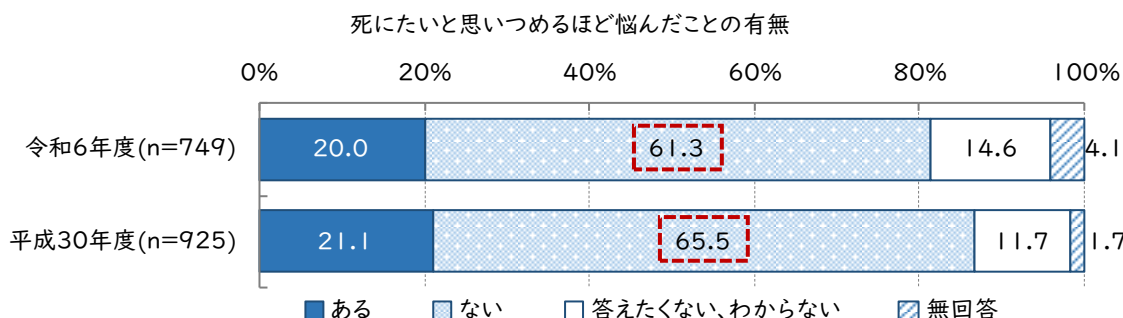
出典：習志野市健康意識調査

市が自殺対策に取り組んでいることについて、「知っている」人の割合は 5.9%となっており、前回調査（平成 30（2018）年度）と比べて 2.8 ポイント増加しているものの、「知らない」人の割合は 92.5%となっています。



出典：習志野市健康意識調査

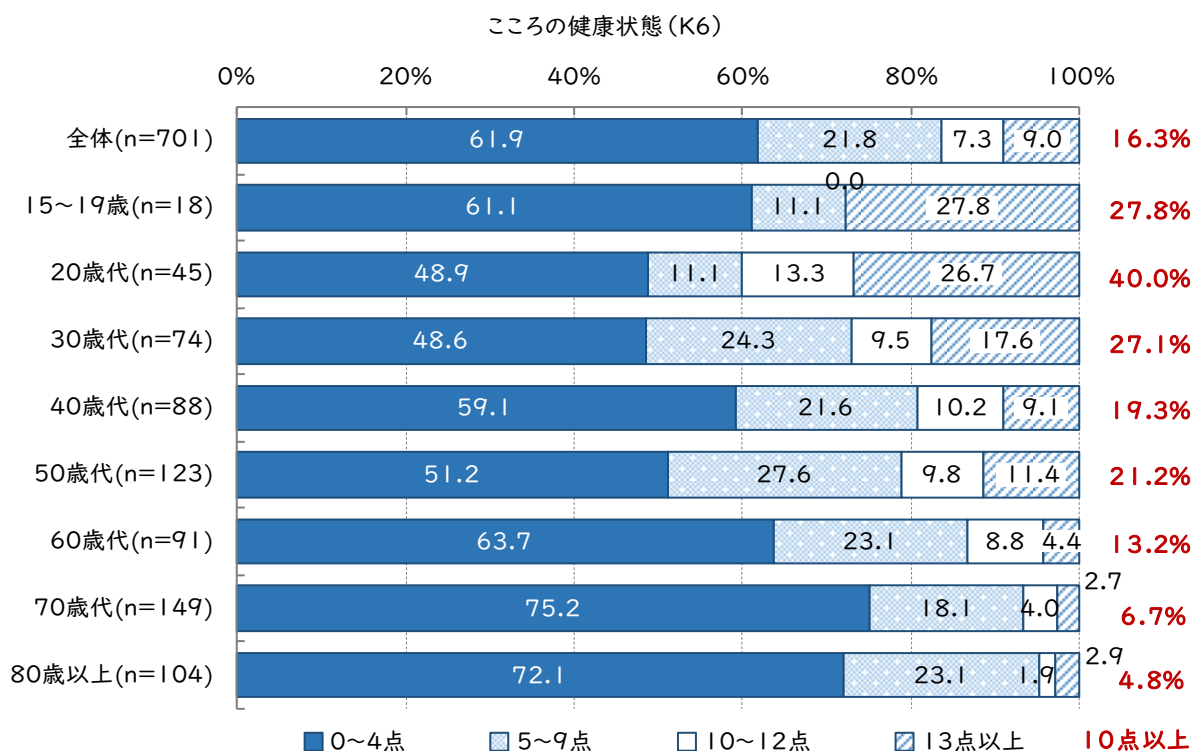
今まで死にたいと追いつめるほど悩んだことが「ある」人、「ない」人ともに減少しています。「ない」人の割合の方が多く 61.3%となっており、前回調査(平成 30(2018)年度)と比べると、4.2 ポイント減少しています。



出典: 習志野市健康意識調査

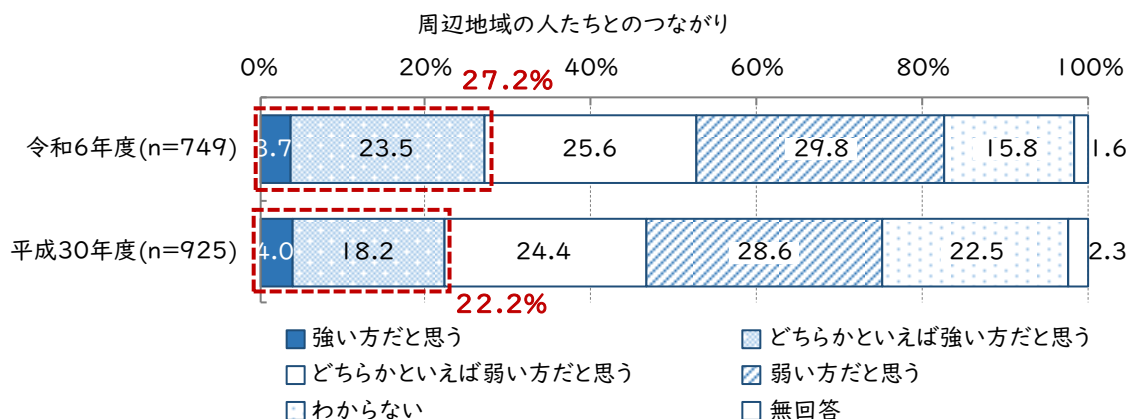
こころ健康状態については、K6という指標を用いて表します。K6 指標は、「神経過敏に感じましたか」「絶望的だと感じましたか」「そろそろ落ち着かなく感じましたか」「気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」「何をするのも骨折りだと感じましたか」「自分は価値のない人間だと感じましたか」の 6 つの質問に関して 5 段階(「まったくない:0 点」「少しだけ:1 点」「ときどき:2 点」「たいてい:3 点」「いつも:4 点」)で点数化します。その合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると言われています。点数化したものについて、10 点以上の者を『心理的苦痛を感じている者』としています。

『心理的苦痛を感じている者』(点数化で 10 点以上)の割合は、全体で 16.3%となっています。20 歳代が 40.0%と最も高くなっています。一方で、70 歳代、80 歳代では1割未満となっており、他の年代層と比べて割合が低くなっています。



出典: 習志野市健康意識調査

住んでいる地域の人たちとのつながりについて、『強いと思う』（「強い方だと思う」と「どちらかといえば強い方だと思う」の合計）人の割合は 27.2%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、5 ポイント増加しています。



出典：習志野市健康意識調査

課題

- 1 悩みごとや困った時に「相談相手がいる」と答えた人の割合が減少しており、人間関係や人とのつながりが弱まっていることが懸念されます。孤立の防止やつながりを促進する地域づくりが必要です。
- 2 ゲートキーパーや、自殺対策に市が取り組んでいることを「知らない」という人が多いという現状です。地域で支え合うためのゲートキーパー養成とその認知向上も含め、行政の取組を市民に広め、市全体で取組を推進していくために、広報や PR 方法の見直しと周知強化が必要となります。
- 3 「死にたいと思うほど悩んだことがない」とする人の割合が減少しているものの、心理的な苦痛を感じている人は一定程度存在していることがわかります。悩みを抱える人や困っている人に対して、早期発見・初期対応の強化が急務となります。
- 4 こころの健康状態において、心理的苦痛ありとされる割合が全体で 16.3%、特に 20 歳代では 4 割と非常に高くなっています。若年層特有の悩みに対応できる相談支援体制やメンタルヘルス教育の強化が必要です。
- 5 地域の人とのつながりを「強い」と感じている人は 3 割未満にとどまり、7 割以上がつながりを実感できていません。孤立を防ぎ、地域で支える力を育てていく取組の推進が求められます。

目指す姿

- ①みんなが命の大切さを実感し、仲間同士でお互いに見守り、ともに支え合うまち
- ②自殺に追い込まれることのないまち
- ③周囲の悩んでいる人や困っている人に寄り添い助け合うことができるまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	「悩みごとや困ったことがあったときの相談相手」が「いる」人	69.3%	79.0%
2	「気分障がい・不安障がいに相当する心理的苦痛を感じている」人	16.3%	15.0%
3	「周辺地域の人達とのつながり」が「強い方だと思う」・「どちらかといえば強い方だと思う」人	27.2%	34.0%
4	自殺死亡率(対千人比)	0.143	減少
5	ゲートキーパーの認知度	6.3%	増加
6	市に生活(健康、家庭、法律、くらし等)に関するさまざまな相談窓口があることを「知っている」人	55.0%	77.0%
7	今までに死にたいと追いつめるほど悩んだことが「ない」人	61.3%	70.0%

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	自分に合ったストレス解消法や、相談相手場所を見つけるとともに、まわりの人の心のサインに気を配りましょう。 ・子ども達に命の大切さを伝えていきましょう。 ・悩みや不安は溜めこまず、一人で思い詰めないようにしましょう。 ・心の不調や変化に気づき、早めに相談しましょう。 ・相談窓口やカウンセリングを有効に使いましょう。 ・周りの人の自殺の危険を示すサインを見逃さないようにしましょう。 ・周りの人達の心の健康状態にも気を配り、相談に乗ってあげましょう。 ・債務問題は必ず解決できますので、早めに専門の機関に相談しましょう。
市民活動団体	自殺防止の啓発とともに、仲間の親睦を深め、お互いに良好な関係を作っていくしましょう。 ・団体内で、自殺防止に関する情報提供や啓発活動をしましょう。 ・団体同士の交流を深め、地域のネットワークをつくりましょう。 ・団体活動を通じて、仲間との連携を深めましょう。 ・ピアカウンセリング(仲間教育:仲間同士が対等に助け合う方法)を実施しましょう。
健康づくり関係者	命の大切さを啓発し、相談業務やカウンセリング業務を充実させましょう。 ・他の主体とも連携し、悩みの原因の解消に努めましょう。 ・相談を受けた後も、長期的なサポートをしましょう。
事業者	従業員やその家族の心の健康づくりに積極的に取り組みましょう。就業環境や職場の人間関係を見直し、従業員が前向きに働ける職場環境づくりを進めましょう。 ・メンタルヘルス支援が受けられるような体制づくりや、外部機関との連携に取り組みましょう。 ・職場の内外の相談窓口やカウンセリングについて、従業員に周知しましょう。

■市の取組

命の大切さを全年代に伝えていくとともに、相談窓口やカウンセリング業務を充実させること、ならびに、健康・生活・家庭・家計・債務問題など、悩みに応じた解決方法についてさまざまな部署と連携し情報収集・発信をしていきます。

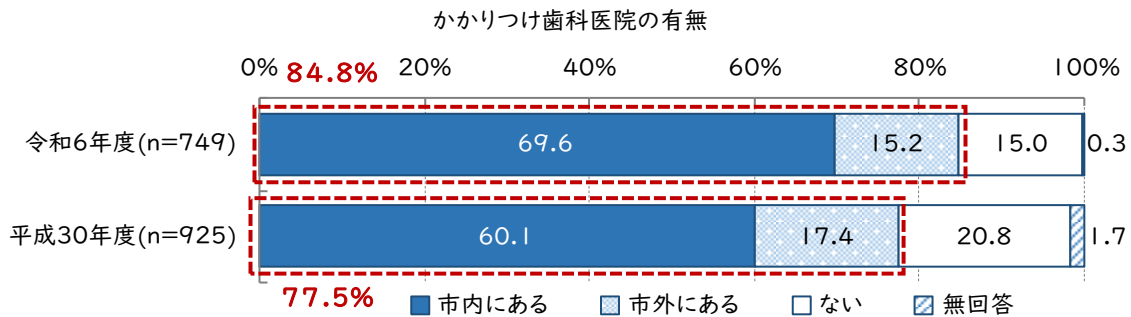
施策 No	内容	担当課
2-2-1	(再掲)いのちと性の教育の実施	健康支援課
2-2-2	庁内の各相談機関の自殺の相談に関する情報共有・連携など	
2-2-3	自殺予防週間や自殺対策強化月間における普及啓発活動	
2-2-4	学校・地域住民などを対象とした自殺に関する健康教育	
2-2-5	就労支援事業	生活相談課
2-2-6	生活困窮者を対象とした相談支援	
2-2-7	接遇マニュアル	人事課
2-2-8	市民協働専用ホームページの運用	協働政策課
2-2-9	市民協働インフォメーションルームの運営	
2-2-10	町会・自治会活動への支援	
2-2-11	広報掲示板整備事業	
2-2-12	市民活動団体との連携・協働	産業振興課
2-2-13	就労および雇用環境への支援	
2-2-14	特設人権相談	多様性社会推進課
2-2-15	人権教室	
2-2-16	男女共同参画推進団体等との連携・協働	
2-2-17	(再掲)女性の生き方相談	
2-2-18	(再掲)再チャレンジ支援講座	
2-2-19	(再掲)男女共同参画センターの運営	消費生活センター
2-2-20	消費生活相談(多重債務相談を含む)の実施	
2-2-21	(再掲)子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)	こども保育課 子育てサービス課
2-2-22	(再掲)ならしのこどもを守る地域ネットワーク事業	こども家庭課
2-2-23	(再掲)ひまわり発達相談センターによる相談	ひまわり発達 相談センター
2-2-24	(再掲)保健学習・保健指導の充実	保健体育安全課
2-2-25	(再掲)小・中・高等学校でのいじめアンケートの実施	指導課 市立小・中学校 習志野高校
2-2-26	(再掲)児童・生徒教育相談員推進事業	指導課 市立小・中学校
2-2-27	(再掲)スクールカウンセラー配置事業	習志野高校
2-2-28	(再掲)総合教育センターによる相談活動	総合教育センター
2-2-29	不登校などの状況にある児童・生徒を対象とした学校生活への適応の指導・援助	
2-2-30	(再掲)各公民館での講座	公民館

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

基本施策3-1 歯および口腔の健康の保持・増進

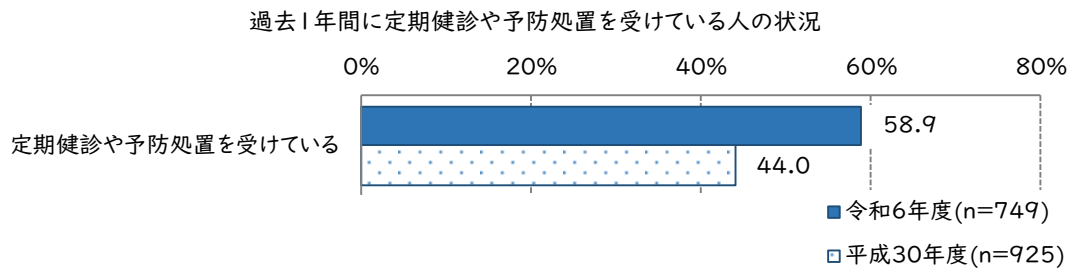
■現状

かかりつけ歯科医院の有無について『ある』（「市内にある」と「市外にある」の合計）人の割合は、84.8%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、7.3ポイント増加しています。



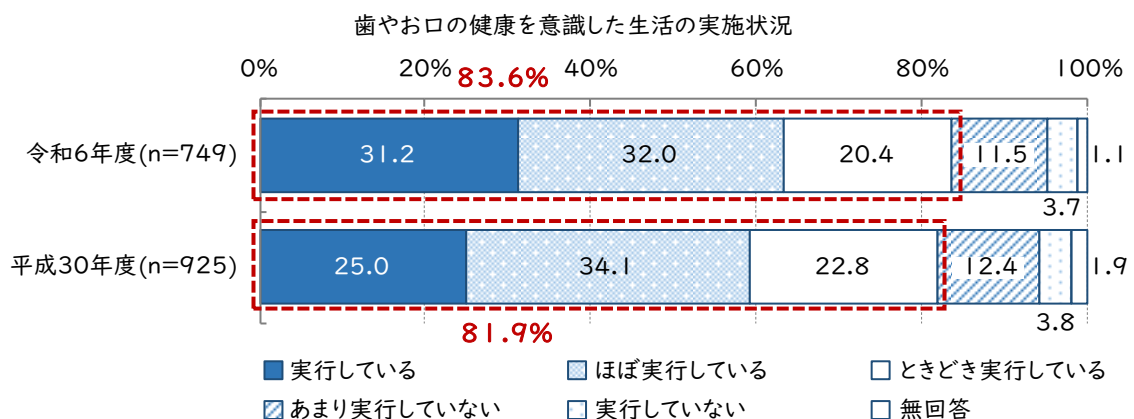
出典：習志野市健康意識調査

過去1年間に定期健診や予防処置を受けている人の割合は、58.9%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、14.9ポイント増加しています。



出典：習志野市健康意識調査

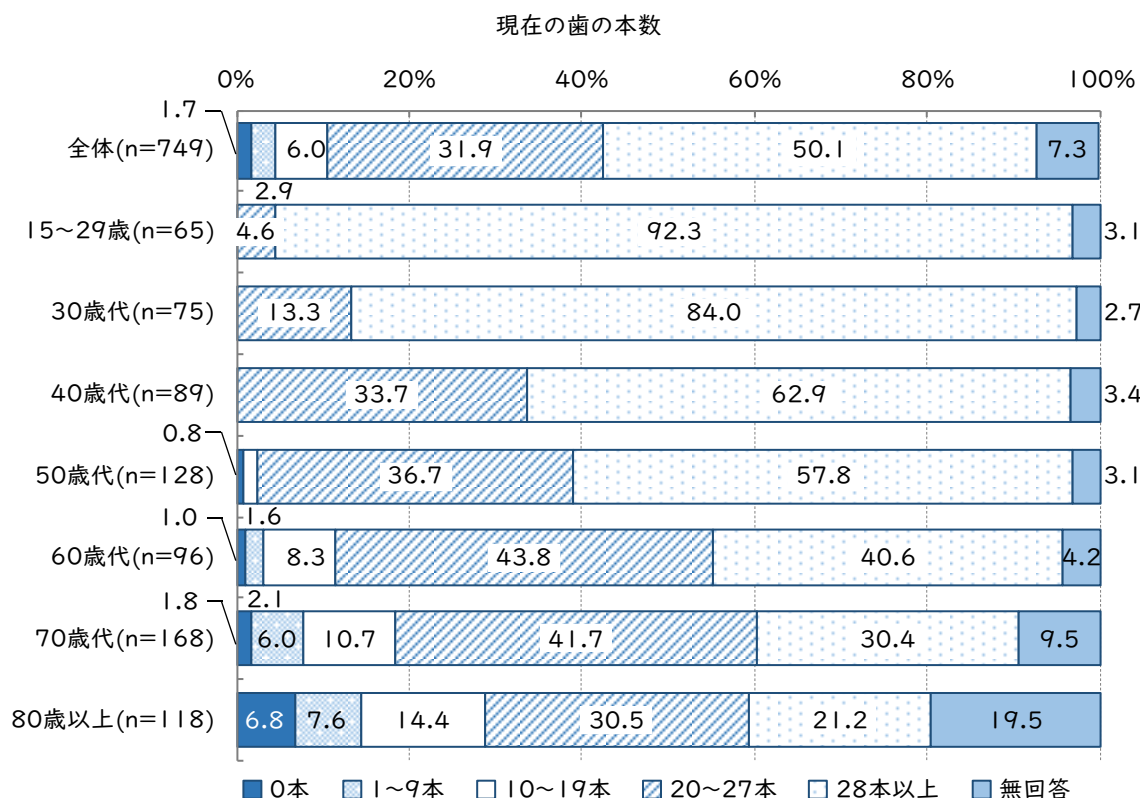
「歯やお口の健康を意識した生活を送っている」人（「健康に関する行動」における「歯やお口の健康を意識した生活」を「実行している」「ほぼ実行している」「ときどき実行している」の合計）の割合は、83.6%となっています。前回調査（平成30（2018）年度）と比べると、1.7%増加しています。



出典：習志野市健康意識調査

現在の歯の本数について全体をみると、「28 本以上」が 50.1%と最も高くなっています。

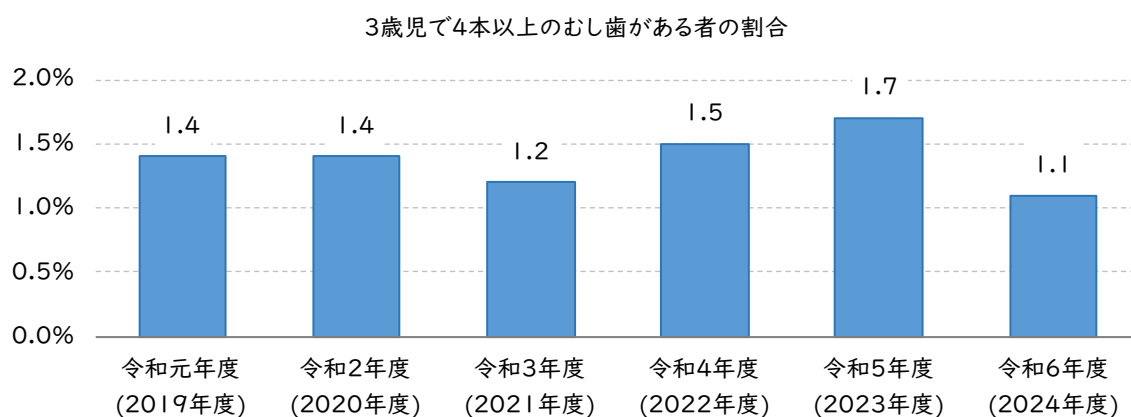
年代別でみると、年代が上がるにつれて「28 本以上」の割合は減少しています。また、『20 本以上』（「20～27 本」と「28 本以上」の合計）の割合は、60 歳代以下では 8 割を超えていますが、70 歳代では 72.1%、80 歳以上では 51.7%となっています。



出典：習志野市健康意識調査

【むし歯の状況】

3 歳児で 4 本以上のむし歯がある者の割合は、令和 3（2021）年度から令和 5（2023）年度において年々増加していましたが、令和 6（2024）年度では 1.1%と減少傾向となっています。また、国は 3.5%（令和 2（2020）年度）、県は 2.7%（令和 4（2022）年度）となっており、国や県の割合と比較して市は低い状況です。



出典：習志野市3歳児歯科健康診査

また、本市の 12 歳児は、千葉県よりもむし歯罹患率が高く、永久歯むし歯の内訳では、未処置歯が多い状況です。(28 ページ参照)

【歯周病の状況】

中学生では、年々歯肉炎がある生徒は減少していますが、学年が上がるごとに進行した歯肉炎や歯周病の状態である生徒が増えていることが課題です。(28 ページ参照)

また、成人高齢期では、歯周ポケットの状態について年代別にみると、20 歳代の約 3 割に進行した歯周病がみられ、年代が上がるごとに重度の歯周病に該当する人が増えており、歯の喪失の原因の一つである歯周病予防に若い世代から取り組む必要があります。(29 ページ参照)

■課題

- 1 かかりつけ歯科医院について、8 割以上が「ある」と回答している一方で、「ない」という人が 1 割以上存在しています。また、1 年間で定期健診や予防処置を受けた人の割合は 6 割未満にとどまっており、約 4 割は未受診です。かかりつけ歯科医院を持つことや定期的な歯科受診率は改善傾向にありますが、かかりつけ歯科医院を持つことを含めた、全世代での定期的な歯科受診の習慣化等が求められます。
- 2 全体では「20 本以上」の歯を保有している人が多いものの、70 歳代、80 歳以上では大きく低下しています。歯の喪失や口腔機能の低下から噛む力が衰え、栄養バランスがくずれ低栄養状態になり、全身の健康や健康寿命に大きな影響を及ぼします。そのため、生涯にわたってむし歯および歯周病予防や口腔機能の維持向上等の歯や口腔の健康づくりにつなげるため、生活習慣の形成につながる乳幼児期、歯や口腔の健康への関心が薄れがちな思春期・成人期においても、主体的に自らの健康管理に取り組めるような啓発や環境づくりを、関係機関と連携して取り組む必要があります。
- 3 3 歳児のむし歯罹患率は、6%前後と減少傾向ですが、一方で 4 本以上のむし歯がある人がみられ、むし歯の状況に個人差がみられます。乳幼児期の多数歯むし歯は、健康格差、将来の歯の喪失につながる懸念があり、保護者への継続的な歯科保健指導や生活習慣の定着が課題です。

■目指す姿

①自分の歯でも入れ歯でも、みんなが食事や会話を生涯楽しめるまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	「歯やお口の健康を意識した生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	83.6%	増加
2	過去 1 年間に定期健診や予防処置を受けている人	58.9%	65.0%
3	かかりつけ歯科医院のある人	84.8%	増加
4	かかりつけ歯科医院のある 3 歳児	54.0%	60.0%
5	4 本以上のむし歯を持つ 3 歳児	1.1%	0.4%
6	「むし歯のない」12 歳児	79.8%	93.0%
7	市立全小中学校でのフッ化物洗口の継続実施	全校	全校
8	中学 3 年生における歯肉炎を有する人	15.8%	10.0%
9	成人高齢者 歯科健康診査 の受診率	20、30、40、50、60 歳 5.4%	6.0%
		65、70、80 歳 5.6%	7.1%
10	進行した歯周病を有する 40 歳代	50.5%	40.0%
11	何でも噛んで食べることができる 50 歳以上の 人	73.9%	80.0%

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	毎日しっかりと歯や入れ歯をみがき、歯科医院の定期健診を受ける等歯や口腔の健康を常に意識しましょう。 ・歯や口腔の健康の大切さについて学びましょう。 ・毎日歯をみがきましょう。 ・こどもに歯みがきの習慣を身につけさせましょう。 ・ひと口 30 回以上かんで食べましょう。 ・普段からかみごたえのあるものを積極的に食べましょう。 ・自分の歯や歯肉の状態をセルフチェックしましょう。 ・歯ブラシ以外にも歯間ブラシやデンタルフロス等を使いましょう。 ・フッ化物歯面塗布やフッ化物配合の歯みがき剤などフッ化物を活用しましょう。 ・8020 運動-80 歳になったときに自分の歯が 20 本以上あることを目指しましょう。 ・8029 運動-80 歳になったときも良質なたんぱく質を含む食品をとり、元気な高齢者でいられるよう、しっかりかめる歯・口腔を維持しましょう。 ・定期的に歯科健診を受けましょう。 ・かかりつけの歯科医院を持ちましょう。 ・災害時の口腔ケアについて学び、避難袋に歯ブラシなどの口腔ケアグッズを入れておきましょう。
市民活動団体	歯や口腔の健康について市民へ啓発し、歯や口腔の健康に係るイベント・教室などに参加しましょう。 ・歯や口腔の健康に関する情報提供や、それが全身の健康につながることを啓発しましょう。 ・歯や口腔の健康に関するイベントや教室に参加しましょう。 ・構成員同士で積極的にコミュニケーションをとりましょう。
健康づくり関係者	歯や口腔の健康に関する情報提供や啓発を行いましょう。 ・歯や口腔の健康に関する知識や、それが全身の健康につながることを啓発しましょう。 ・定期的な受診やかかりつけ歯科医院を持つことの大切さを広めましょう。 ・歯や歯肉のセルフチェックの方法を指導しましょう。 ・むし歯や歯周病のリスクを発信しましょう。 ・集団生活の場での歯みがき等の口腔保健習慣を励行しましょう。 ・歯間ブラシやデンタルフロス等の使い方を周知しましょう。 ・フッ化物の応用について周知しましょう。 ・8029 運動を周知しましょう。 ・災害時の口腔ケアについて周知しましょう。
事業者	従業員や家族に歯や口腔の健康について啓発し、歯科健診の受診や口腔ケアの実施を推進しましょう。 ・従業員の歯科健診および 保健指導の機会の確保に努め、その家族も含めた歯や口腔の健康づくりを推進しましょう。 ・労働安全衛生法に定められた業務に該当する従業員には、歯科医師の定期健診を受けさせましょう。

■市の取組

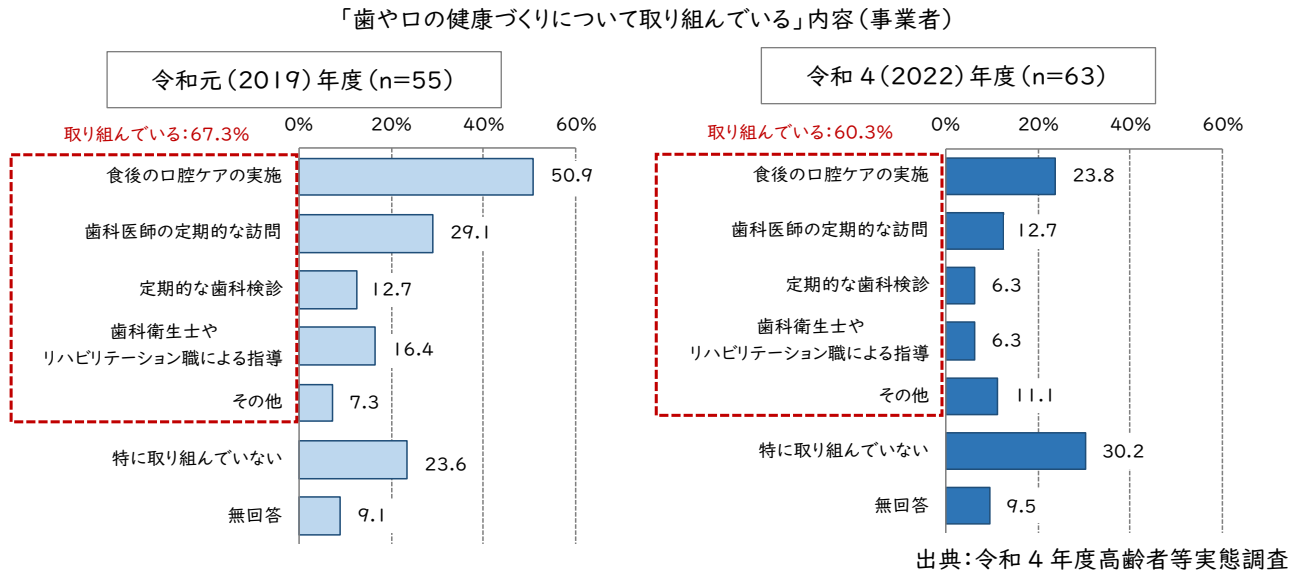
歯科健診や健康教育などの主催を通じて、歯や口腔の健康は全身の健康保持につながることを周知するとともに、各主体の活動の調整などを行います。

施策 No	内容	担当課
3-1-1	(再掲)母子健康手帳の交付	健康支援課
3-1-2	(再掲)ママ・パパになるための学級	
3-1-3	(再掲)4か月児・10か月児健康相談	
3-1-4	歯みがき教室	
3-1-5	幼児むし歯予防指導	
3-1-6	(再掲)1歳6か月児・3歳児・5歳児健康診査	
3-1-7	(再掲)成人高齢者歯科健康診査	
3-1-8	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施 (親子・成人・高齢者)	
3-1-9	歯科訪問指導	
3-1-10	(再掲)健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	
3-1-11	歯科医師会との連携	
3-1-12	学校・保育所・幼稚園・こども園などとの連携	
3-1-13	休日診療(歯科)の実施	
3-1-14	思春期の歯科疾患予防対策・小中学校でのフッ化物洗口	
3-1-15	(再掲)離乳食教室	
3-1-16	(再掲)介護予防事業の実施	
3-1-17	市立保育所、こども園、幼稚園での定期歯科健康診査	こども保育課
3-1-18	小・中・高等学校での定期歯科健康診査	保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校
3-1-19	給食後の歯みがきの奨励	保健体育安全課 市立小・中学校
3-1-20	(再掲)家庭教育学級・育児講座における「食育」などについての学習	公民館

基本施策3-2 歯科受診困難者への歯科疾患の予防強化

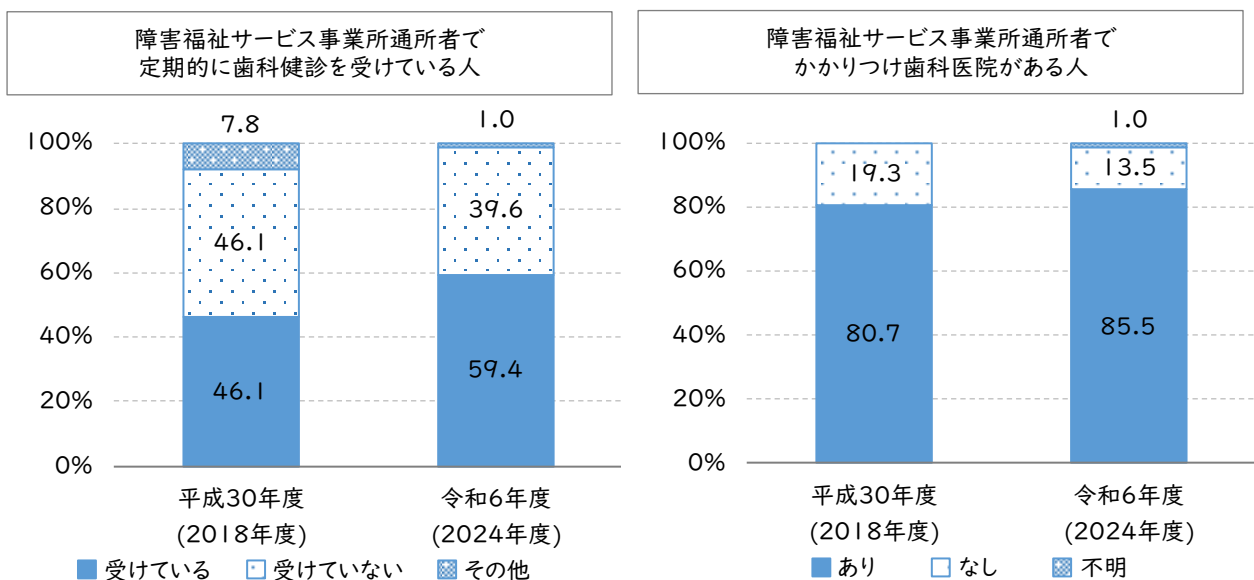
■現状

「歯や口の健康づくりについて取り組んでいる」介護保険サービス提供事業者の割合は、令和元（2019）年度が67.3%に対し、令和4（2022）年度は60.3%で減少しています。また、令和4（2022）年度では「特に取り組んでいない」が最も高くなっています。



※「歯や口の健康づくりについて取り組んでいる」の割合は、100%から「特に取り組んでいない」と「無回答」を除いた数値としています。

障害福祉サービス事業所通所者で定期的に歯科健診を受けている人は、令和6（2024）年度で59.4%となっており、平成30（2018）年度よりも13.3ポイント増加しています。障害福祉サービス事業所通所者でかかりつけ歯科医院がある人は、令和6（2024）年度で85.5%となっており、平成30（2018）年度よりも4.8ポイント増加しています。



■課題

- 1 介護保険サービス事業者における歯や口腔の健康づくりに関して、令和4(2022)年度では「特に取り組んでいない」が最も多く、また、具体的な取組別でみると「食後の口腔ケアの実施」などが令和元年度に比べて減少しており、口腔ケアに対する関心や日常的な実践が全体的に後退している傾向です。歯や口腔の健康の重要性に対する意識の再喚起と、実践を促す支援が必要です。
- 2 定期健診の受診率やかかりつけ歯科医院の有無は着実に改善しており、支援の効果が現れています。一方で、定期健診を受けていない障害福祉サービス事業所通所者が4割程度存在しており、支援のばらつきや通院へのハードルが依然として課題となります。引き続き、福祉施設巡回歯科健診の継続的な実施や、介護・福祉施設における歯や口腔機能の維持・向上のための訪問歯科診療や訪問歯科指導により、歯科受診困難者が歯科疾患の予防に取り組みやすい環境づくりの推進が必要です。

■目指す姿

- ①障がいのある人や介護を必要とする人も、歯や口腔機能の保持に取り組み、生活の質の向上と健康なからだを維持するまち

■数値目標

	指標	実績値 令和6(2024)年度	目標値 令和15(2033)年度
1	「要支援1・2」の人の定期的な歯科受診率	51.8%	58.0%
2	「歯や口の健康づくりに取り組んでいる」介護保険サービス提供事業者	60.3%	70.0%
3	障害福祉サービス事業所通所者でかかりつけの歯科医院がある人	85.4%	増加
4	障害福祉サービス事業所通所者で定期健診を受けている人	59.4%	増加

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	定期的に自分達でも歯や口腔をチェックして、健康状態を確かめましょう。 ・自分でできることは自分でやってみましょう。 ・家庭や介護の現場で歯や歯肉の状態をチェックしてみましょう。 ・セルフケアの方法を学びましょう。 ・歯ブラシ以外にも歯間ブラシやデンタルフロス等を使いましょう。 ・フッ化物配合の歯みがき剤などのフッ化物を活用しましょう。 ・歯科医院などで定期的に歯科健診を受けましょう。 ・初期症状があれば、すぐに歯科医院などに相談しましょう。 ・かかりつけ歯科医院を持ちましょう。 ・集団歯科健診や訪問歯科健診の機会を有効に使いましょう。
市民活動団体	歯や口腔の健康について日頃から情報交換を行い、啓発していきましょう。 ・健康講座・健康相談の開催などの情報を共有しましょう。 ・セルフケアの方法を学び、啓発しましょう。 ・構成員が定期的な健診を受けるように啓発しましょう。
健康づくり関係者	集団歯科健診や訪問歯科健診などで受診機会を増やすとともに、家庭や介護現場でできるチェック方法を啓発しましょう。 ・集団歯科健診や訪問歯科健診に取り組みましょう。 ・定期的な受診やかかりつけ歯科医院を持つことの大切さを啓発しましょう。 ・セルフチェック・セルフケアの方法を指導しましょう。 ・歯間ブラシやデンタルフロス等の使い方を周知しましょう。 ・フッ化物の応用について周知しましょう。 ・健口(けんこう)体操等に取り組み、口腔機能の維持・向上を心がけましょう。
事業者	利用者および従業員、その家族に歯や口腔の健康の保持について啓発し、歯科健診の受診や口腔ケアの実施を推進しましょう。 ・健康診断を通じ、従業員やその家族の歯や口腔の健康について把握しましょう。 ・従業員やその家族が定期的な歯科健診を受けるように指導しましょう。 ・歯や口腔の健康について学ぶ機会を設けましょう。

■市の取組

市民・医療機関・市民活動団体・事業者など地域一体となって、歯科受診困難者をサポートするために必要な連携体制をつくるとともに、健康教育や健口（けんこう）体操などを通じ、歯科疾患の予防方法や歯や口腔の健康保持に関する情報提供・啓発、受診しやすい環境づくりを行います。

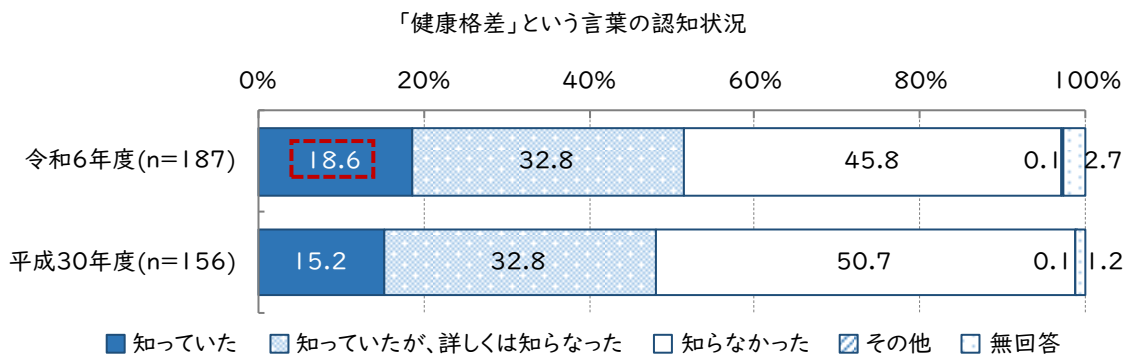
施策 No	内容	担当課
3-2-1	（再掲）ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施 （親子・成人・高齢者）	健康支援課
3-2-2	（再掲）歯科訪問指導	
3-2-3	（再掲）歯科医師会との連携	
3-2-4	（再掲）学校・保育所・幼稚園・こども園などとの連携	
3-2-5	福祉施設との連携	
3-2-6	（再掲）介護予防事業の実施	
3-2-7	障害福祉サービス事業所などにおける定期歯科健康診査・歯みがき教室実施の推進	健康支援課 障がい福祉課
3-2-8	（再掲）市立保育所、こども園、幼稚園での定期歯科健康診査	こども保育課
3-2-9	あじさい療育支援センターでの定期歯科健康診査	あじさい療育 支援センター
3-2-10	（再掲）小・中・高等学校での定期歯科健康診査	保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校

基本目標 4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

基本施策 4-1 健康格差の縮小

■現状

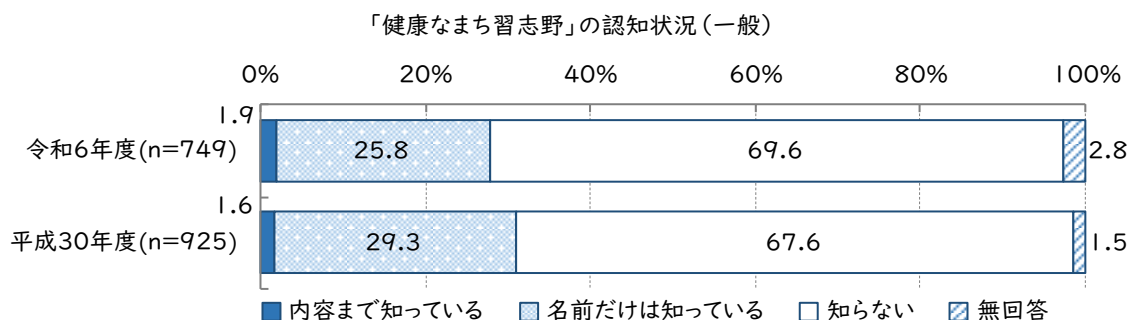
「健康格差」という言葉について、「知っていた」人の割合は 18.6%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、3.4 ポイント増加していますが、「知らなかった」人の割合が 45.8%と最も高い状況です。



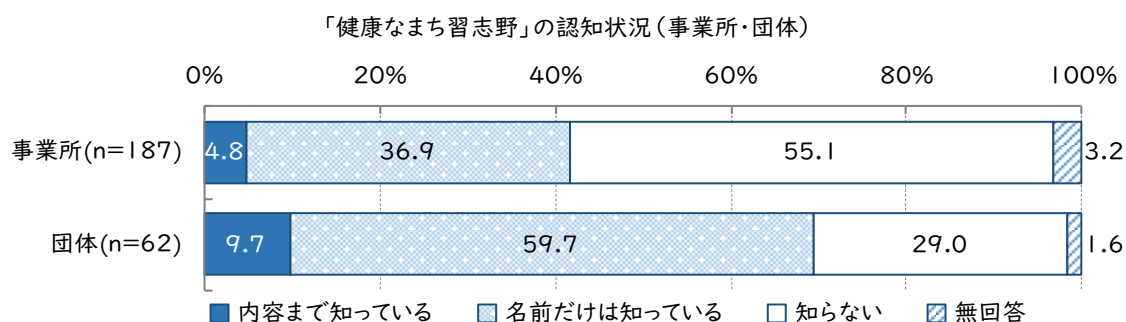
出典：習志野市健康意識調査

「健康なまち習志野」の認知状況について、「内容まで知っている」人の割合は一般調査では 1.9%となっており、前回調査（平成 30（2018）年度）と大きな変化はみられません。

また、事業所では 4.8%、団体では 9.7%となっており、いずれの対象においても「内容まで知っている」は 1 割未満となっています。

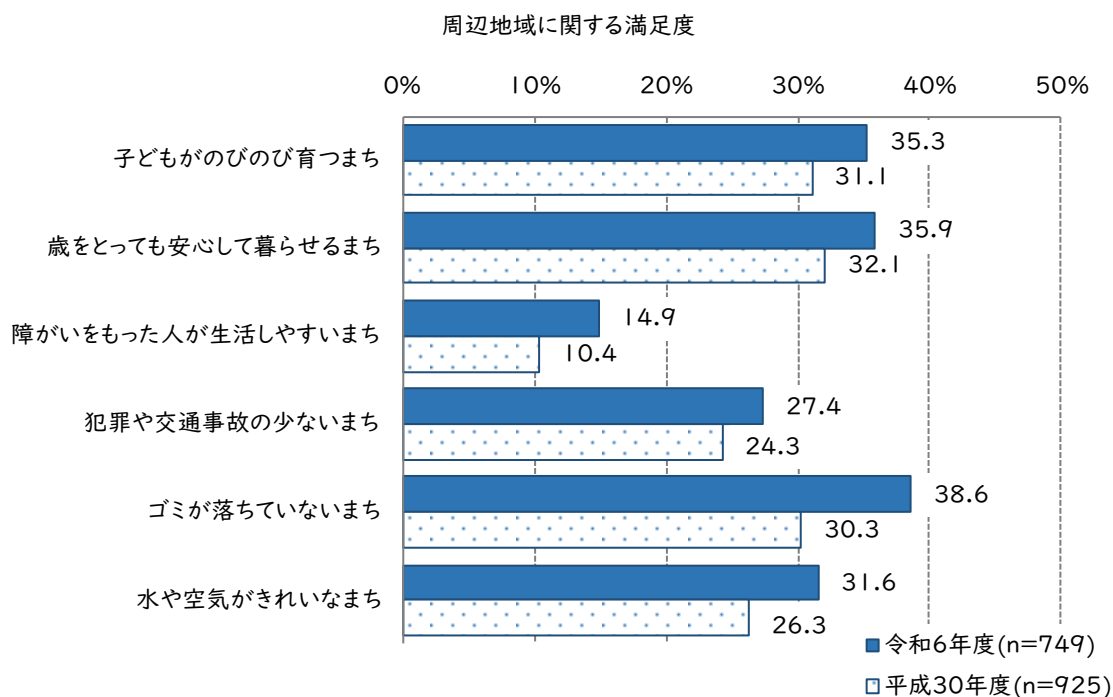


出典：習志野市健康意識調査



出典：習志野市健康意識調査

周辺地域に関する満足度について、指標となっている項目に関してはいずれも前回調査（平成 30 年度）と比べると、満足している割合が増加しています。「ゴミが落ちていないまち」が38.6%と最も高く、次いで「歳をとっても安心して暮らせるまち」が35.9%、「子どもがのびのび育つまち」が35.3%となっています。



出典：習志野市健康意識調査

課題

- 1 「健康なまち習志野」について内容まで知っている人は、市民・事業所・団体いずれも 1 割未満にとどまり、行政の施策が十分に浸透していないことがうかがえます。健康格差を縮小するための取組が住民や関係機関に伝わっておらず、理解と参画の促進が求められます。
- 2 地域環境に対する満足度は項目により割合に差があるものの、全体として改善傾向にあります。今後もあらゆる分野で満足度が高くなるような取組を展開していくことで、個人の健康づくりを支える社会環境の整備につながっていくことが期待できます。
- 3 本市の健康寿命は、千葉県や国よりも高い状況です（25 ページ参照）。引き続き、個人の健康づくりの取組と、個人の健康を支え守るための社会環境の整備等、健康寿命の延伸につながる取組が必要です。

■目指す姿

①地域や雇用形態、経済力、世帯構成などの社会経済的、環境の要因により健康状態に差が生じることなく生活することができるまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	「こどもがのびのび育つまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	35.3%	増加
2	「歳をとっても安心して暮らせるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	35.9%	40.0%
3	「障がいのある人が生活しやすいまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	14.9%	増加
4	「犯罪や交通事故の少ないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	27.4%	32.0%
5	「ごみが落ちていないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	38.6%	50.0%
6	「水や空気がきれいなまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	31.6%	38.0%
7	「家計が苦しく非常に心配である」「家計にゆとりがなく、やや心配である」と思う人	34.9%	減少
8	健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）	男性	※1 81.1 年
		女性	※1 86.1 年

※1 令和 5(2023)年度の実績値

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	誰もが健康に安心して暮らせるよう、周囲の人に対する思いやりの心を持って生活し、困ったことがあれば相談しましょう。 ・交通ルールを守るとともに、自転車の放置や迷惑駐車、車椅子・ベビーカーや歩行者の通行を邪魔しないよう心がけましょう。 ・困っている人を見かけたら積極的に声をかけましょう。 ・地域の段差や通行の妨げとなるもの(バリア)を実感するために、車椅子体験や目かくし歩行を体験しましょう。 ・心肺蘇生法などの応急手当や事故防止について学びましょう。 ・各家庭で植えた花を通行人に見てもらおう等、地域の目を防犯に役立てましょう。 ・地域で協力し、声かけや見守りパトロールを実施し、犯罪・虐待を未然に防ぎましょう。 ・消防団の活動に参加・協力しましょう。 ・市民一人ひとりがかかりつけ医を持ちましょう。 ・医療の適切な受診について考え、学びましょう。 ・医療機関の情報や各自が持つ情報を市民間で交換・共有しましょう。 ・出かけたときのごみは持ち帰りましょう。 ・受動喫煙を生じさせないように、周囲に人がいるときはたばこを吸わないようにしましょう。 ・ごみの分別方法を理解し、適正に処理しましょう。 ・ごみの分別は大人が見本を示して、こどもたちにしっかり伝えましょう。 ・ごみ拾いのボランティアやごみゼロ運動に参加しましょう。 ・資源循環型社会の構築に向け、ライフスタイルを見直しましょう。 ・自家用車の利用を最小限にとどめ、アイドリングストップを心がけましょう。 ・省エネ性能の高い製品の利用を心がけましょう。 ・「台所は海の入り口!」廃油は流さない等生活雑排水の削減を心がけましょう。 ・地域の美化活動に参加・協力し、緑を大切にしましょう。 ・市内の川や干潟をきれいにする運動に参加しましょう。 ・安全・安心で快適なまちづくりに向けて、市や市民活動団体、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
市民活動団体	個人の健康を支え、守るための社会環境の整備に向けた取組に協力しましょう。 ・子どもへの暴力防止プログラム(CAPプログラム: Child Assault Prevention Program)の普及に取り組みましょう。 ・安全・安心で快適なまちづくりに向けて、市や市民、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。 ・地域の段差や通行の妨げとなるもの(バリア)を実感するために、目かくし歩行や車椅子体験を実施しましょう。

各主体	役割(上段)/できること(下段)
健康づくり 関係者	誰もが容易に適切な医療サービスを受けられる体制の整備に協力し、支え るとともに、市民の健康や医療に関する知識・理解(ヘルスリテラシー)の向 上に努めましょう。
	・ホームページ等により専門分野の情報を提供しましょう(習志野市医師 会、習志野市歯科医師会、習志野市薬剤師会)。 ・休日・夜間においても市民が医療にアクセスできる体制や救急医療の整 備に協力しましょう。 ・安全・安心で快適なまちづくりに向けて、市や市民、市民活動団体、事業 者と連携・協力しましょう。
事業者	事業活動の中で健康格差につながる事象を発生させないよう努めるととも に、健康格差の縮小に資する取組を積極的に推進しましょう。
	・自社の施設のバリアフリー化を推進しましょう。 ・ノンステップバスをより一層普及させましょう。 ・ごみの適正処理や資源としての循環的利用、煙や汚水の適正排出など に努め、環境に配慮した事業活動を心がけましょう。 ・太陽光発電など再生可能エネルギーの活用について、積極的に取り組 みましょう。 ・建物内禁煙や敷地内禁煙など、受動喫煙の防止に取り組みましょう。 ・安全・安心で快適なまちづくりに向けて、市や市民、市民活動団体、健康 づくり関係者と連携・協力しましょう。

■市の取組

市民の健康的な生活に影響するあらゆる分野における健康格差への視点・理解を深め、縮小につながる施策を推進します。

施策 No	内容	担当課
4-1-1	(再掲)就労および雇用環境への支援	産業振興課
4-1-2	犯罪のない安全で安心なまちづくりの推進・防犯パトロールの実施など	防犯安全課
4-1-3	安全ニュースの発行	
4-1-4	自転車等駐車場年間利用整理手数料の免除(一定の基準に該当する人)	
4-1-5	放置自転車などの撤去	
4-1-6	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	健康支援課
4-1-7	成人高齢者歯科健康診査自己負担金免除(一定の基準に該当する人)	
4-1-8	健康診査などにおける手話通訳の配置(必要に応じ)	
4-1-9	(再掲)健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	
4-1-10	(再掲)公共用施設などにおける受動喫煙防止対策	
4-1-11	B類予防接種自己負担金免除(一定の基準に該当する人)	
4-1-12	習志野市救急医療ガイド	

施策 No	内容	担当課
4-1-13	休日診療(医科)の実施	健康支援課
4-1-14	(再掲)休日診療(歯科)の実施	
4-1-15	夜間診療の実施	
4-1-16	がん検診等自己負担金免除(一定の基準に該当する人)	
4-1-17	妊産婦・乳児健康診査受診票交付	
4-1-18	未熟児養育医療給付	
4-1-19	★(再掲)産後ケア事業	
4-1-20	★妊婦のための支援給付	
4-1-21	予防接種スケジュール携帯サイトサービス	
4-1-22	障がいについての啓発	障がい福祉課
4-1-23	習志野市障がい者地域共生協議会による広報紙「ならとも」の発行	
4-1-24	生活困窮者の自立支援(らいふあっぷ習志野)	生活相談課
4-1-25	(再掲)就労支援事業	
4-1-26	国が行う谷津干潟の保全に関する支援	環境政策課
4-1-27	地球温暖化防止につながる取組の推進	
4-1-28	大気汚染物質の監視および工場などへの規制	
4-1-29	水質の監視および工場などへの立ち入りの実施	
4-1-30	地下水水質調査による監視および事業所などへの浄化指導	道路管理課
4-1-31	道路反射鏡・路面標示などの設置	
4-1-32	習志野市道路パトロール	道路整備課
4-1-33	道路改良事業	街路建設課
4-1-34	バリアフリー対策工事の実施	公園緑地課
4-1-35	実籾自然保護地区および都市環境保全地区の保護	
4-1-36	大気汚染を軽減するための緩衝緑地や公園・緑地などの整備	
4-1-37	公共施設・事業所・居住地などの緑化	クリーン推進課
4-1-38	有価物回収運動奨励事業の実施	
4-1-39	きれいなまちづくり推進事業	
4-1-40	ごみゼロ運動・ポイ捨て防止キャンペーンの実施	子育てサービス課
4-1-41	子どもの医療費等助成事業	
4-1-42	ひとり親家庭等医療費助成事業	
4-1-43	県事業(子育て応援!チーパス)利用促進のための周知・啓発	こども家庭課
4-1-44	子育て支援短期支援事業	教育総務課
4-1-45	学校施設の整備	保健体育安全課 市立小・中学校
4-1-46	学校などでの登下校指導・交通安全教育	
4-1-47	応急手当普及啓発活動推進事業	消防本部警防課
4-1-48	各地区の消防団の活動	消防本部 消防総務課
4-1-49	公共下水道の整備	企業局下水道課

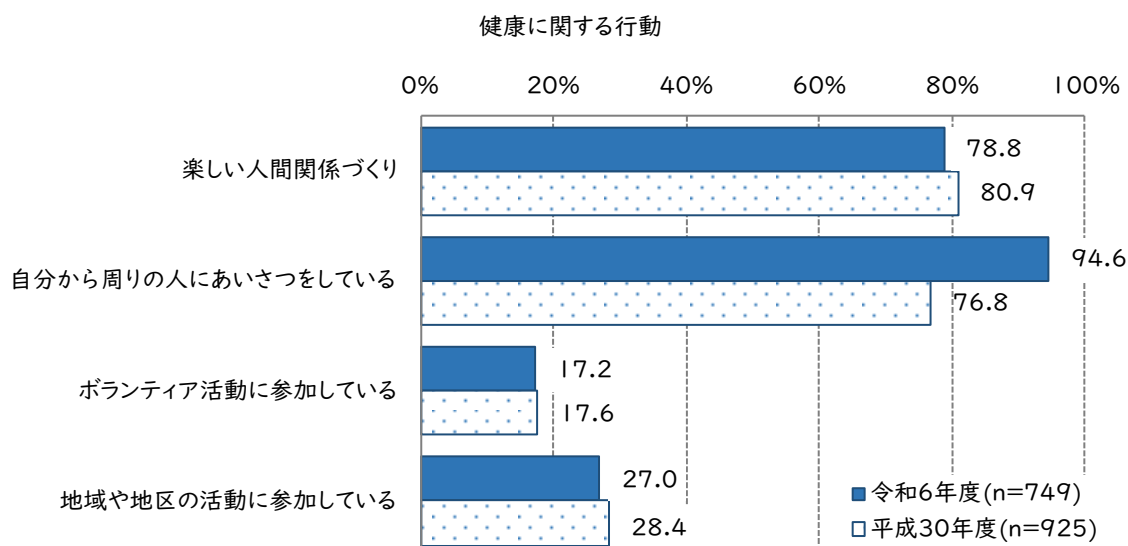
★は新規事業です

基本施策4-2 人と人とのつながりの強化

■現状

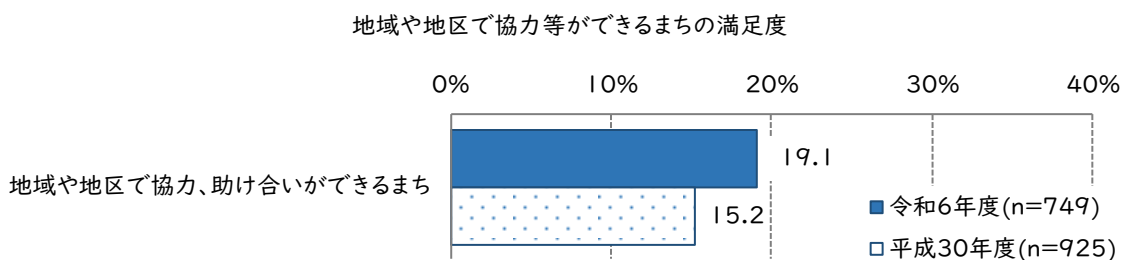
普段の健康に関する行動について、指標となっている項目に関して「自分から周りの人にあいさつをしている」のみ、前回調査（平成 30（2018）年度）と比べて割合が増加しています。

「ボランティア活動に参加している」は 2 割未満、「地域や地区の活動に参加している」は 3 割未満となっています。



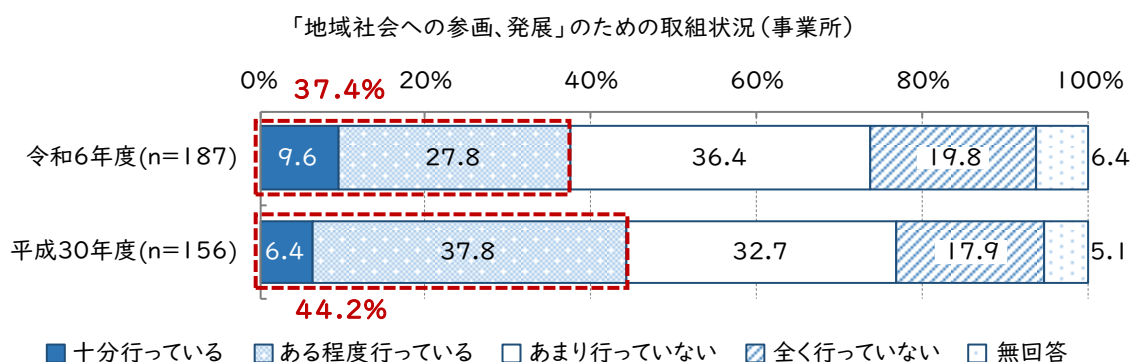
出典：習志野市健康意識調査

周辺地域の満足度について、「地域や地区で協力、助け合いができている」の項目で満足している人の割合は 19.1%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、3.9 ポイント増加しています。



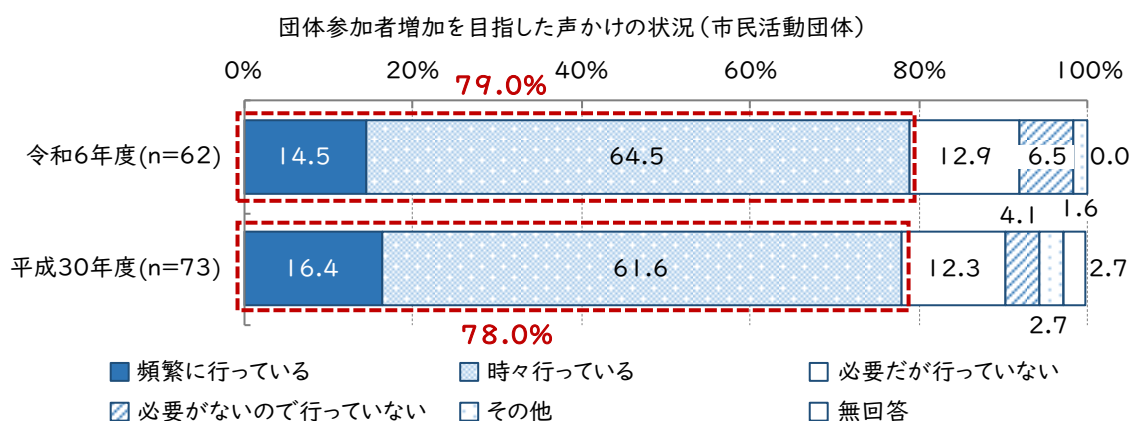
出典：習志野市健康意識調査

地域社会への参画、発展のための取組について「十分行っている」「ある程度行っている」事業所の割合は、37.4%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、6.8ポイント減少しています。



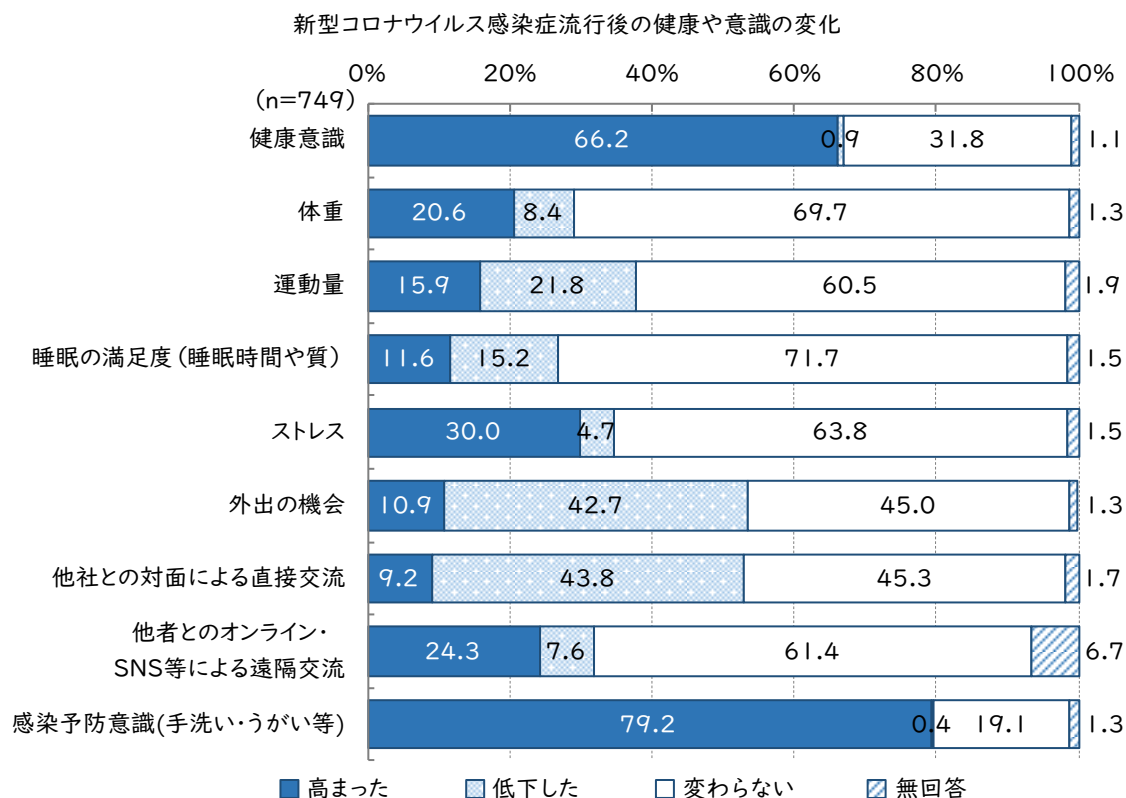
出典：習志野市健康意識調査

団体参加者増加を目指した声かけの状況について、『行っている』（「頻繁に行っている」と「時々行っている」の合計）市民活動団体の割合は 79.0%となっています。前回調査（平成 30（2018）年度）と比べると、1ポイント増加していますが、大きな変化はみられません。



出典：習志野市健康意識調査

新型コロナウイルス感染症流行後の健康や意識の変化について「高まった」の割合は、「感染予防意識(手洗い・うがい等)」が79.2%と最も高く、次いで「健康意識」が66.2%、「ストレス」が30.0%となっています。一方で「低下した」の割合は、「他者との対面による直接交流」が43.8%、「外出の機会」が42.7%と4割以上になっています。



出典: 習志野市健康意識調査

課題

- 健康に関する行動として「あいさつ」が改善傾向にあるものの、それ以外の人との関わりを深める行動(地域活動やボランティア等)の実践が進んでいない状況です。また、地域や地区で協力等ができるまちの満足度に関しては2割未満となっています。多様な世代・背景の人が交流しやすい場づくりや機会の充実を図り、行動変容につなげていくとともに、人や地域とのつながりを強化していくことが重要です。
- 「地域社会への取組を行っている」事業所の割合が前回より6.8ポイント減少しており、企業・事業所の地域貢献活動が後退傾向にあります。地域活動への参画促進や連携の仕組みづくりを行っていくことが必要です。
- 市民活動団体の参加者増加を目指した声かけは約8割と高いですが、大きな改善は見られません。活動内容や魅力の発信、参加しやすい仕組みの強化が求められます。
- 新型コロナウイルス感染症流行後、感染予防に対する意識や健康意識は高まった一方、ストレス増加や対面交流・外出機会の低下が顕著であり、心と身体の両方の健康維持と社会的つながりの回復が重要となります。

■目指す姿

- ①みんなが思いやりの心を持って助け合いながら地域においていきいきと暮らすまち
- ②多様な世代・背景の人が交流しやすいまち

■数値目標

	指標	実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度
1	楽しい人間関係づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	78.8%	増加
2	「自分から周りの人にあいさつ」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	94.6%	維持
3	「ボランティア活動」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	17.2%	25.0%
4	「地域や地区で協力、助け合いができるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	19.1%	25.0%
5	「地域や地区活動への参加」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	27.0%	36.0%
6	「地域社会への参画、発展のための取組を行っている」を「十分行っている」・「ある程度行っている」事業所	37.4%	増加
7	「団体参加者増加を目指した声掛けを行っている」を「頻繁に行っている」・「時々行っている」市民活動団体	79.0%	増加

■各主体の役割・できること

各主体	役割(上段)/できること(下段)
市民	地域における活動に積極的に参加するとともに世代を超えて交流し、互いに助け合いましょう。 ・地域におけるリーダー育成のための学習機会に積極的に参加しましょう。 ・地域のリーダーに協力して活動を盛り立てましょう。 ・まずは近所づきあいからはじめ、仲間づくりをしましょう。 ・一人暮らしの人は、地域の人との関わりを持つようにしましょう。 ・町内会の集会には積極的に出席し、意見を出しましょう。 ・地域の活動への参加など、自分のできる範囲でボランティアをしましょう。 ・困っている人を見かけたら声をかけましょう。 ・地域や市民活動団体の活動に関心を持ちましょう。 ・ボランティアセンターに積極的に登録しましょう。 ・地域の問題について他人事にせず、解決に向けて主体的に行動しましょう。 ・人と人とのつながりの強化に向けて、市や市民動団体、健康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
市民活動団体	団体への参加者を増やし、活動を活発化させるとともに、他の団体とも連携・交流しましょう。 ・新しい人が参加しやすいような開かれた活動をしましょう。 ・リーダーを育成しましょう。 ・世代を超えて集えるプログラムづくりをしましょう。 ・地域や地区ごとにイベント(お祭り・運動会)を開催しましょう。 ・各町会などの昔の遊びや伝統芸能の伝承に取り組みましょう。 ・他の団体の活動にも関心を持ち、互いに連携しましょう。 ・地域において防災訓練を実施し、万一の事態に備えましょう。 ・人と人とのつながりの強化に向けて、市や市民、康づくり関係者、事業者と連携・協力しましょう。
健康づくり関係者	地域におけるリーダーの育成支援や世代を超えた交流の促進に取り組ましましょう。 ・地域におけるリーダー育成のための技術支援(人材・教材・情報など)に協力しましょう。 ・学校教育において地域の大人とこどもの交流の場づくりに取り組みましょう。 ・人と人とのつながりの強化に向けて、市や市民、市民活動団体、事業者と連携・協力しましょう。
事業者	地域住民と交流するとともに、従業員の地域活動やボランティア活動を支援しましょう。 ・自社の施設のバリアフリー化を推進しましょう。 ・ノンステップバスをより一層普及させましょう。 ・ごみの適正処理や資源としての循環的利用、煙や汚水の適正排出などに努め、環境に配慮した事業活動を心がけましょう。 ・太陽光発電など再生可能エネルギーの活用について、積極的に取り組みましょう。 ・建物内禁煙や敷地内禁煙など、受動喫煙の防止に取り組みましょう。 ・安全・安心で快適なまちづくりに向けて、市や市民、市民活動団体、健康づくり関係者と連携・協力しましょう。

■市の取組

地域におけるリーダー育成や、地域活動・ボランティア活動に関する啓発や活動へ参加したい人への情報提供や仕組みづくり、世代間交流の促進などに取り組み、高齢者や障がい者、子育て世代など、誰もが助け合いながら生活できる地域づくりを推進します。

施策 No	内容	担当課
4-2-1	自主防災組織への支援	危機管理課
4-2-2	(再掲) 市民協働インフォメーションルームの運営	協働政策課
4-2-3	市民活動への支援	
4-2-4	まちづくり会議への支援	
4-2-5	(再掲) 町会・自治会活動への支援	
4-2-6	(再掲) 男女共同参画推進団体等との連携・協働	多様性社会推進課
4-2-7	(再掲) 男女共同参画及び多様性に関する講座などの開催	
4-2-8	男女共同参画社会づくりのための情報紙の発行	
4-2-9	(再掲) 男女共同参画センターの運営	
4-2-10	福祉ふれあいまつり	健康福祉政策課
4-2-11	献血	
4-2-12	民生委員・児童委員の相談・支援活動	
4-2-13	★(再掲) 社協支部活動「ふれあい・いきいきサロン」の充実	
4-2-14	(再掲) 母子保健推進員活動	健康支援課
4-2-15	(再掲) 健康づくり推進員の活動支援	
4-2-16	(再掲) 健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	
4-2-17	高齢者相談員	
4-2-18	認知症キャラバン・メイトの活動支援	高齢者支援課
4-2-19	転倒予防体操推進員の活動支援	
4-2-20	(再掲) 高齢者ふれあい元気事業	
4-2-21	(再掲) 老人クラブ活動	
4-2-22	障がいのある人への情報提供	障がい福祉課
4-2-23	障がいについての啓発	
4-2-24	(再掲) 精神障がい者当事者交流会の実施	
4-2-25	保育所・幼稚園・こども園における地域の高齢者などとの交流	
4-2-26	(再掲) 子育てふれあい広場	こども保育課 こども保育課 市立幼稚園 ・こども園
4-2-27	地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における地域交流や活動協力者の支援	こども保育課 子育てサービス課
4-2-28	ファミリー・サポート・センター事業(育児支援・家事支援・ショートステイ・一時預かり)	子育てサービス課
4-2-29	子育て応援ステーション登録事業所(おむつ替えや授乳への支援)の拡大	
4-2-30	地域との連携を重視した総合的な学習の時間の充実	指導課
4-2-31	小・中学校での福祉教育の充実	
4-2-32	★道徳教育推進教師の育成と活用の推進	
4-2-33	地域学校協働活動の推進	
4-2-34	市民スポーツ指導員の養成	生涯スポーツ課
4-2-35	市民スポーツ指導員による各地区活動	
4-2-36	総合型地域スポーツクラブの活動支援	

★は新規事業です

1 各主体の連携・協働による計画の推進

すべての市民が生涯にわたって、いきいきと安心して幸せな生活を送れる健康なまち習志野を実現するためには、市、市民、市民活動団体、健康づくり関係者、事業者など、健康づくりに関わるすべての関係者が、それぞれの役割を認識し、積極的に連携・協働することが不可欠です。

本計画では、これらの多様な主体が健康に関する知見や情報を共有し、互いの強みを最大限に引き出し合いながら、一体となって目標達成に向けて推進していくことを目指します。

また、市は、国や県、他の自治体との連携を一層強化し、多角的な視点と広域的な協力体制のもと、習志野市全体の健康増進を総合的に推進します。

2 各主体の役割

（１）市の役割

「すべての市民が生涯にわたって、いきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり」の実現に向けて、市は、総合計画やその他あらゆる施策を推進する上で、「（通称）習志野市健康なまちづくり条例」第3条に掲げる基本理念である「個人の主体的健康づくり」と「地域社会全体で個人の健康を支え守るための社会環境の整備」に向けた施策・事業を展開します。

健康なまちづくりは、保健福祉の枠にとどまらず、都市整備、環境、経済、教育など、多岐にわたる分野と深く結びついています。本計画に盛り込まれた一つひとつの取組を、庁内の各部・課がそれぞれの専門性を持ち寄り、強固な連携のもとに一体となって推し進めていきます。

（２）市民の役割

健康なまちづくりにおいて、市民一人一人はかけがえのない主役です。生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活を送るために、市民一人一人が自らの健康に積極的に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組む必要があります。

具体的には、個人の状況に合わせて、バランスの取れた食生活、適度な運動、十分な休養といった基本的な生活習慣を整えることが大切です。加えて、歯周病予防やストレスへの効果的な対処法を学ぶなど、多様な側面から健康増進を図ることが必要です。

また、自身の健康状態を把握するため、定期的に健康診断を受け、必要に応じて保健指導や専門家のアドバイスを活用することが重要です。かかりつけ医、歯科医、薬剤師など、身近な保健医療の専門職との連携を深め、疾病の予防や日々の健康管理に努めていくことが期待されます。

（３）市民活動団体の役割

地域に活力を与える市民活動団体は、健康なまちづくりを推進する上で欠かせない存在です。自治会や町会、NPO 法人、ボランティア団体、サークルなどが展開する地域活動、文化活動、芸術活動、スポーツ活動などは、参加者自身のスキルアップや知識の習得だけでなく、活動の過程で自然と身体を動かす機会が生まれたり、人との温かい交流を通じて良好な人間関係が育まれたりするなど、多岐にわたる健康効果をもたらしています。

市民活動団体は、その活動自体を楽しみながら継続し、その積み重ねが「すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる」健康な習志野の実現につながることを期待されます。

また、各団体が専門とする健康づくり活動に加え、他の団体や市が推進する多様な取組にも積極的に参画・協力し、共に支え合い、健康的な地域社会を築いていくことが求められます。

（４）健康づくり関係者の役割

市民の健康を支える専門家である健康づくり関係者は、健康なまちづくりの推進において極めて重要な役割を担っています。

市民一人ひとりが、自身の体力や体調に合った健康づくりを実践できるよう、保健指導、健康診査、予防接種、治療といった保健医療に関する正確な情報提供に努め、誰もが公平に質の高いサービスを受けられる環境を整えていくことが求められます。

また、それぞれの専門性を活かした活動に加え、市が目指す「すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり」の実現に向けて、他の関係機関や団体との連携にも積極的に連携・協働することが期待されます。

（５）事業者の役割

従業員の健康は、企業の持続的な成長と地域社会の活力に直結します。事業者は、労働安全衛生法に基づく快適な職場環境の実現と労働条件の改善に加えて、従業員の健康増進へ積極的に取り組むことが求められます。特に、日々の業務に追われ、自身の健康管理がおろそかになりがちな働き盛りの世代への対応が重要です。

具体的には、従業員とその家族が定期的に健康診断を受け、保健指導の機会を確保できるよう努めることが必要です。また、ワーク・ライフ・バランスの推進など、心と身体の健康づくりを支援する職場環境を整備し、健康管理を担当する方々への研修機会も積極的に設けることが期待されます。

自社の健康経営を推進するだけでなく、市が進める健康なまちづくりに関する取組にも寄与し、地域全体で健康を育むまちを共に築いていくことが期待されます。

3 計画の進捗管理

(1) 計画内容の周知

「すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり」を実現するためには、市、市民、市民活動団体、事業者、そして健康づくり関係者が、本計画の目指す方向性やそれぞれの役割を深く理解し、連携・協働していくことが不可欠です。

本計画をより多くの人に知ってもらうために、市では、市の広報紙や市ホームページ等の媒体を積極的に活用し、計画の総合目標、施策の方向性、基本目標などをわかりやすく発信します。

また、市民活動団体、事業者、健康づくり関係者には、本計画の内容を共有することで、より一層の周知徹底を図ります。

(2) 計画の進捗管理

本計画の着実な推進と「すべての市民が生涯にわたっていきいきと安心して幸せな生活ができる健康なまちづくり」の実現に向けて、その進捗を継続的に管理し、評価していく必要があります。

本計画が、市、市民、市民活動団体、健康づくり関係者、事業者へ適切に周知されているか、施策が計画通りに実行されているか、そして十分な成果を上げているかを定期的に検証します。

この進捗管理と評価は、「(通称)習志野市健康なまちづくり条例」に基づき設置された外部委員で構成する習志野市健康なまちづくり審議会を主軸として行われます。

加えて、庁内においては、習志野市健康なまちづくり推進庁内連絡会と習志野市健康なまちづくり推進作業部会が中心となり、以下の体制で計画の進捗管理および評価を実施します。

- ① 庁内関係各課による進捗管理
- ② 習志野市健康なまちづくり審議会による進捗管理
- ③ 習志野市健康なまちづくり推進庁内連絡会・習志野市健康なまちづくり推進作業部会による進捗管理

1 ライフステージ別の取組一覧

ライフステージとは、人の一生をいくつかの段階に区切って考える場合の、それぞれの段階のことを言います。ここでは、妊娠期、乳幼児期、思春期・学童期、成人期、高齢期に分けます。

すべての市民が高齢期まで健康を保つためには、若い世代からの継続的な取り組みが重要であることから、ライフコースアプローチ（胎児期から高齢期までの人生全体を通して健康を考える視点）に基づき、健康づくりの取組を進めていきます。そのため、以下では「第4章 具体的施策」の「市の取組」をライフステージごとにまとめています。

■ライフステージの考え方

妊娠期	: 妊娠期から出産後まで（妊娠希望者含む）
乳幼児期	: 0歳～就学前まで
思春期・学童期	: 小・中・高校生から20歳くらいまで
成人期	: 20歳～64歳まで
高齢期	: 65歳以上

基本目標1 からだの健康づくり

基本施策1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進

施策No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
1-1-1	母子健康手帳の交付		○	○				健康支援課
1-1-2	ママ・パパになるための学級		○	○				
1-1-3	★産後ケア事業			○				
1-1-4	乳児家庭全戸訪問（こんにちは赤ちゃん事業）			○				
1-1-5	母子保健推進員による啓発			○				
1-1-6	ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施（親子・成人・高齢者）	○						
1-1-7	いのちと性の教育の実施			○	○			
1-1-8	健康づくり推進員の育成					○	○	
1-1-9	ウォーキングマップ活用の促進	○						
1-1-10	からだの健康づくりに関する情報発信・啓発	○						
1-1-11	健康なまち習志野推進月間（健康フェア等）	○						
1-1-12	中学校区地域保健連絡会	○						
1-1-13	健康づくり推進に向けたポイント制度	○						
1-1-14	市民活動団体、健康づくり関係者、事業者との連携・協働の強化	○						

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
1-1-15	高齢者スポーツ大会の開催						○	高齢者支援課
1-1-16	千葉県障害者スポーツ大会(年1回)の参加支援	○						障がい福祉課
1-1-17	習志野市ユニバーサルスポーツ交流会(年1回)の実施	○						
1-1-18	まちづくり出前講座	○						協働政策課
1-1-19	谷津千潟公園他管理	○						公園緑地課
1-1-20	子育てふれあい広場			○				こども保育課
1-1-21	保育一元カリキュラムに基づいた健康教育			○				
1-1-22	地域子育て支援拠点事業(こどもセンター・きらっ子ルーム)		○	○				こども保育課 子育てサービス課
1-1-23	子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)		○	○				
1-1-24	保健学習・保健指導の充実				○			保健体育安全課
1-1-25	「遊・友・スポーツランキングちば」等の県の体力向上施策への積極的参加の奨励				○			
1-1-26	学校保健委員会の活性化				○			
1-1-27	健康に関する講座の開催	○						公民館
1-1-28	「オール習志野歩け歩け大会」のほか、スポーツ奨励大会の開催				○	○	○	生涯スポーツ課
1-1-29	市民スポーツ指導員による各地区活動の実施				○	○	○	
1-1-30	総合型地域スポーツクラブの活動支援				○	○	○	
1-1-31	市内スポーツイベントのホームページ等による情報発信				○	○	○	
1-1-32	市内各スポーツ施設でのスポーツ教室、健康講座などの開催				○	○	○	
1-1-33	学校体育施設の開放				○	○	○	生涯スポーツ課 市立小・中学校

★は新規事業です

基本施策1-2 自らの行動で疾病予防

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
1-2-1	特定健康診査・特定保健指導の実施、受診率・実施率の向上					○	○	健康支援課
1-2-2	妊産婦・乳児健康診査の実施		○	○				
1-2-3	(再掲)母子保健推進員による啓発		○	○				
1-2-4	1歳6か月児・3歳児・5歳児健康診査			○				
1-2-5	がん検診の実施および受診率の向上					○	○	
1-2-6	成人高齢者歯科健康診査		○			○	○	
1-2-7	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	○						
1-2-8	予防接種の実施			○	○	○	○	

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
1-2-9	(再掲)からだの健康づくりに関する情報発信・啓発	○						健康支援課
1-2-10	公共施設などにおける受動喫煙防止対策		○			○	○	
1-2-11	駅周辺・学校など周辺の重点区域における巡回・指導		○			○	○	
1-2-12	教育機関や企業などとの連携	○						
1-2-13	介護予防事業の実施						○	健康支援課 高齢者支援課
1-2-14	転倒予防体操推進員の養成および育成						○	高齢者支援課
1-2-15	生活保護受給者に係る健康管理支援事業	○						生活相談課
1-2-16	アルコール依存症に関する相談		○		○	○	○	障がい福祉課
1-2-17	(再掲)まちづくり出前講座	○						協働政策課
1-2-18	国民健康保険加入者への人間ドック費用助成					○	○	国保年金課
1-2-19	(再掲)地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における相談・情報提供		○	○				こども保育課 子育てサービス課
1-2-20	教育施設および市立保育所、こども園、こどもセンター敷地内全面禁煙		○	○				こども保育課 子育てサービス課 保健体育安全課
1-2-21	(再掲)保健学習・保健指導の充実				○			保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校
1-2-22	けがの防止・応急手当の学習				○			
1-2-23	薬物乱用防止教室・喫煙防止教育の実施				○			
1-2-24	小・中・高等学校での健康教育				○			
1-2-25	小・中・高等学校での心肺蘇生法教育の実施				○			習志野高校
1-2-26	生命尊重の学習				○			
1-2-27	補導活動、地域で見守るという社会環境の整備				○			青少年センター
1-2-28	(再掲)健康に関する講座の開催	○						公民館

★は新規事業です

基本施策1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
1-3-1	食に関する情報の発信			○				こども保育課
1-3-2	習志野市保育所・こども園食育年間計画に基づいた食育の実施			○				
1-3-3	★野菜の栽培・収穫や皮むきの体験			○				
1-3-4	(再掲)地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における相談・情報提供		○	○				こども保育課 子育てサービス課
1-3-5	(再掲)子育て支援コンシェルジュによる相談・情報提供(利用者支援事業)		○	○				

施策 No	内容	全世代	妊娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担当課
1-3-6	ファミリー・サポート・センター事業における提供会員育成のための基礎講座の実施（栄養士による食育など）		○	○	○			子育てサービス課
1-3-7	あじさい療育支援センターでの「たべものだよ」配布			○				あじさい療育 支援センター
1-3-8	児童への食育			○				
1-3-9	各教科等における食に関する指導の展開				○			保健体育安全課 指導課
1-3-10	給食における食に関する指導の実施				○			保健体育安全課 市立小・中学校
1-3-11	家庭科など学習指導の中で実施				○			指導課
1-3-12	（再掲）ママ・パパになるための学級		○	○		○		健康支援課
1-3-13	4 か月児・10 か月児健康相談			○		○		
1-3-14	離乳食教室			○		○		
1-3-15	（再掲）1 歳 6 か月児・3 歳児・5 歳児健康診査			○				
1-3-16	（再掲）ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施（親子・成人・高齢者）	○						
1-3-17	食育推進事業の実施	○						
1-3-18	食育に関する会議の開催	○						
1-3-19	（再掲）健康づくり推進員の育成					○	○	
1-3-20	（再掲）介護予防事業の実施						○	
1-3-21	食の自立支援事業						○	
1-3-22	市産市消の推進	○						高齢者支援課 産業振興課
1-3-23	「食」に関する各種講座の開催	○						公民館
1-3-24	家庭教育学級・育児講座における「食育」などについての学習			○	○			
1-3-25	料理教室の開催	○						企業局営業料金課

★は新規事業です

基本目標 2 心の健康づくり

基本施策 2-1 心の健康の保持・増進

施策 No	内容	全世代	妊娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担当課
2-1-1	（再掲）ママ・パパになるための学級		○	○				健康支援課
2-1-2	★（再掲）産後ケア事業			○				
2-1-3	（再掲）乳児家庭全戸訪問（こんにちは赤ちゃん事業）			○				
2-1-4	（再掲）ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施（親子・成人・高齢者）	○						
2-1-5	★社協支部活動「ふれあい・いきいきサロン」の充実					○	○	健康福祉政策課

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
2-1-6	高齢者ふれあい元気事業	○						高齢者支援課
2-1-7	老人クラブ活動						○	
2-1-8	精神障がい相談と情報提供	○						障がい福祉課
2-1-9	精神障がい者当事者交流会の実施	○						
2-1-10	女性の生き方相談	○						多様性社会 推進課
2-1-11	再チャレンジ支援講座					○	○	
2-1-12	男女共同参画センターの運営	○						
2-1-13	幼稚園・保育所の地域開放		○	○				こども保育課
2-1-14	(再掲) 子育て支援コンシェルジュによる相談・ 情報提供(利用者支援事業)		○	○				こども保育課 子育てサービス課
2-1-15	(再掲) 地域子育て支援拠点事業(こどもセン ター、きらっ子ルーム)		○	○				
2-1-16	養育支援家庭訪問事業		○	○				こども家庭課
2-1-17	ならしのこどもを守る地域ネットワーク事業		○	○	○			
2-1-18	★子育て世帯訪問支援事業		○	○	○			
2-1-19	★子育て世帯訪問支援事業(多胎児家庭分)		○	○				
2-1-20	★親子関係形成支援事業			○	○			
2-1-21	ひまわり発達相談センターによる相談			○	○			ひまわり発達 相談センター
2-1-22	(再掲) 保健学習・保健指導の充実				○			保健体育安全課
2-1-23	小・中・高等学校でのいじめアンケートの実施				○			指導課 市立小・中学校 習志野高校
2-1-24	児童・生徒教育相談員推進事業				○			指導課 市立小・中学校
2-1-25	教育相談日・相談週間				○			市立小・中学校 習志野高校
2-1-26	スクールカウンセラー配置事業				○			習志野高校
2-1-27	総合教育センターによる相談活動				○			総合教育センター
2-1-28	各公民館での講座	○						公民館
2-1-29	サークル活動	○						

★は新規事業です

基本施策2-2 自殺予防の推進

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
2-2-1	(再掲) いのちと性の教育の実施			○	○			健康支援課
2-2-2	市内の各相談機関の自殺の相談に関する情 報共有・連携など	○						
2-2-3	自殺予防週間や自殺対策強化月間における 普及啓発活動	○						
2-2-4	学校・地域住民などを対象とした自殺に関す る健康教育	○						

施策 No	内容	全 世 代	妊 娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担 当 課
2-2-5	就労支援事業				○	○	○	生活相談課
2-2-6	生活困窮者を対象とした相談支援	○						
2-2-7	接遇マニュアル	○						人事課
2-2-8	市民協働専用ホームページの運用	○						
2-2-9	市民協働インフォメーションルームの運営	○						
2-2-10	町会・自治会活動への支援	○						協働政策課
2-2-11	広報掲示板整備事業	○						
2-2-12	市民活動団体との連携・協働	○						
2-2-13	就労および雇用環境への支援				○	○	○	産業振興課
2-2-14	特設人権相談	○						
2-2-15	人権教室	○						
2-2-16	男女共同参画推進団体等との連携・協働		○		○	○	○	多様性社会 推進課
2-2-17	(再掲)女性の生き方相談		○		○	○	○	
2-2-18	(再掲)再チャレンジ支援講座					○	○	
2-2-19	(再掲)男女共同参画センターの運営	○						
2-2-20	消費生活相談(多重債務相談を含む)の実施				○	○	○	消費生活センター
2-2-21	(再掲)子育て支援コンシェルジュによる相談・ 情報提供(利用者支援事業)		○	○				こども保育課 子育てサービス課
2-2-22	(再掲)ならしのこどもを守る地域ネットワーク 事業		○	○	○			こども家庭課
2-2-23	(再掲)ひまわり発達相談センターによる相談			○	○			ひまわり発達 相談センター
2-2-24	(再掲)保健学習・保健指導の充実				○			保健体育安全課
2-2-25	(再掲)小・中・高等学校でのいじめアンケートの 実施				○			指導課 市立小・中学校 習志野高校
2-2-26	(再掲)児童・生徒教育相談員推進事業				○			指導課 市立小・中学校
2-2-27	(再掲)スクールカウンセラー配置事業				○			習志野高校
2-2-28	(再掲)総合教育センターによる相談活動			○	○	○		
2-2-29	不登校などの状況にある児童・生徒を対象と した学校生活への適応の指導・援助				○			総合教育センター
2-2-30	(再掲)各公民館での講座	○						公民館

★は新規事業です

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

基本施策3-1 歯および口腔の健康の保持・増進

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
3-1-1	(再掲)母子健康手帳の交付		○					健康支援課
3-1-2	(再掲)ママ・パパになるための学級		○	○				
3-1-3	(再掲)4か月児・10か月児健康相談			○				
3-1-4	歯みがき教室			○				
3-1-5	幼児むし歯予防指導			○				
3-1-6	(再掲)1歳6か月児・3歳児・5歳児健康診査			○				
3-1-7	(再掲)成人高齢者歯科健康診査		○			○	○	
3-1-8	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	○						
3-1-9	歯科訪問指導	○						
3-1-10	(再掲)健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	○						
3-1-11	歯科医師会との連携	○						
3-1-12	学校・保育所・幼稚園・こども園などとの連携			○	○			
3-1-13	休日診療(歯科)の実施	○						
3-1-14	思春期の歯科疾患予防対策・小中学校でのフッ化物洗口				○			
3-1-15	(再掲)離乳食教室			○		○		
3-1-16	(再掲)介護予防事業の実施						○	
3-1-17	市立保育所、こども園、幼稚園での定期歯科健康診査			○				こども保育課
3-1-18	小・中・高等学校での定期歯科健康診査				○			保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校
3-1-19	給食後の歯みがきの奨励				○			保健体育安全課 市立小・中学校
3-1-20	(再掲)家庭教育学級・育児講座における「食育」などについての学習			○	○			公民館

★は新規事業です

基本施策3-2 歯科受診困難者への歯科疾患の予防強化

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
3-2-1	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	○						健康支援課
3-2-2	(再掲)歯科訪問指導	○						
3-2-3	(再掲)歯科医師会との連携	○						
3-2-4	(再掲)学校・保育所・幼稚園・こども園との連携			○	○			

施策 No	内容	全世代	妊娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担当課
3-2-5	福祉施設との連携	○						健康支援課
3-2-6	(再掲)介護予防事業の実施						○	
3-2-7	障害福祉サービス事業所などにおける定期歯科健康診査・歯みがき教室実施の推進	○						健康支援課 障がい福祉課
3-2-8	(再掲)市立保育所、こども園、幼稚園での定期歯科健康診査			○				こども保育課
3-2-9	あじさい療育支援センターでの定期歯科健康診査			○				あじさい療育 支援センター
3-2-10	(再掲)小・中・高等学校での定期歯科健康診査				○			保健体育安全課 市立小・中学校 習志野高校

★は新規事業です

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

基本施策4-1 健康格差の縮小

施策 No	内容	全世代	妊娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担当課
4-1-1	(再掲)就労および雇用環境への支援				○	○	○	産業振興課
4-1-2	犯罪のない安全で安心なまちづくりの推進・防犯パトロールの実施など	○						防犯安全課
4-1-3	安全ニュースの発行	○						
4-1-4	自転車等駐車場年間利用整理手数料の免除(一定の基準に該当する人)	○						
4-1-5	放置自転車などの撤去	○						
4-1-6	(再掲)ライフステージにあわせた健康教育・健康相談の実施(親子・成人・高齢者)	○						健康支援課
4-1-7	成人高齢者歯科健康診査自己負担金免除(一定の基準に該当する人)		○			○	○	
4-1-8	健康診査などにおける手話通訳の配置(必要に応じ)	○						
4-1-9	(再掲)健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	○						
4-1-10	(再掲)公共用施設などにおける受動喫煙防止対策	○						
4-1-11	B類予防接種自己負担金免除(一定の基準に該当する人)					○	○	
4-1-12	習志野市救急医療ガイド	○						
4-1-13	休日診療(医科)の実施	○						
4-1-14	(再掲)休日診療(歯科)の実施	○						
4-1-15	夜間診療の実施	○						

施策 No	内容	全世代	妊娠期	乳幼児期	思春期・学童期	成人期	高齢期	担当課
4-1-16	がん検診等自己負担金免除(一定の基準に該当する人)					○	○	健康支援課
4-1-17	妊産婦・乳児健康診査受診票交付		○	○				
4-1-18	未熟児養育医療給付			○				
4-1-19	★(再掲)産後ケア事業			○				
4-1-20	★妊婦のための支援給付		○	○				
4-1-21	予防接種スケジュール携帯サイトサービス			○	○	○		
4-1-22	障がいについての啓発	○						障がい福祉課
4-1-23	習志野市障がい者地域共生協議会による広報紙「ならとも」の発行	○						
4-1-24	生活困窮者の自立支援(らいふあつぷ習志野)	○						生活相談課
4-1-25	(再掲)就労支援事業				○	○	○	
4-1-26	国が行う谷津干潟の保全に関する支援	○						環境政策課
4-1-27	地球温暖化防止につながる取組の推進	○						
4-1-28	大気汚染物質の監視および工場などへの規制	○						
4-1-29	水質の監視および工場などへの立ち入りの実施	○						
4-1-30	地下水水質調査による監視および事業所などへの浄化指導	○						
4-1-31	道路反射鏡・路面標示などの設置	○						道路管理課
4-1-32	習志野市道路パトロール	○						
4-1-33	道路改良事業	○						道路整備課
4-1-34	バリアフリー対策工事の実施	○						街路建設課
4-1-35	実籾自然保護地区および都市環境保全地区の保護	○						公園緑地課
4-1-36	大気汚染を軽減するための緩衝緑地や公園・緑地などの整備	○						
4-1-37	公共施設・事業所・居住地などの緑化	○						
4-1-38	有価物回収運動奨励事業の実施	○						クリーン推進課
4-1-39	きれいなまちづくり推進事業	○						
4-1-40	ごみゼロ運動・ポイ捨て防止キャンペーンの実施	○						
4-1-41	子どもの医療費等助成事業			○	○			子育てサービス課
4-1-42	ひとり親家庭等医療費助成事業			○	○			
4-1-43	県事業(子育て応援!チーパス)利用促進のための周知・啓発			○	○			
4-1-44	子育て支援短期支援事業			○				こども家庭課
4-1-45	学校施設の整備				○			教育総務課
4-1-46	学校などでの登下校指導・交通安全教育				○			保健体育安全課 市立小・中学校
4-1-47	応急手当普及啓発活動推進事業	○						消防本部警防課
4-1-48	各地区の消防団の活動	○						消防本部 消防総務課
4-1-49	公共下水道の整備	○						企業局下水道課

★は新規事業です

基本施策4-2 人と人とのつながりの強化

施策 No	内容	全世 代	妊 娠 期	乳 幼 児 期	思 春 期・学 童 期	成 人 期	高 齢 期	担当課
4-2-1	自主防災組織への支援	○						危機管理課
4-2-2	(再掲) 市民協働インフォメーションルームの運営	○						協働政策課
4-2-3	市民活動への支援	○						
4-2-4	まちづくり会議への支援	○						
4-2-5	(再掲) 町会・自治会活動への支援	○						
4-2-6	(再掲) 男女共同参画推進団体等との連携・協働	○						多様性社会 推進課
4-2-7	(再掲) 男女共同参画及び多様性に関する講座などの開催					○	○	
4-2-8	男女共同参画社会づくりのための情報紙の発行	○						
4-2-9	(再掲) 男女共同参画センターの運営	○						
4-2-10	福祉ふれあいまつり	○						健康福祉政策課
4-2-11	献血	○						
4-2-12	民生委員・児童委員の相談・支援活動	○						
4-2-13	★(再掲) 社協支部活動「ふれあい・いきいきサロン」の充実					○	○	
4-2-14	(再掲) 母子保健推進員活動		○	○				健康支援課
4-2-15	(再掲) 健康づくり推進員の活動支援					○	○	
4-2-16	(再掲) 健康なまち習志野推進月間(健康フェア等)	○						
4-2-17	高齢者相談員						○	高齢者支援課
4-2-18	認知症キャラバン・メイトの活動支援					○	○	
4-2-19	転倒予防体操推進員の活動支援						○	
4-2-20	(再掲) 高齢者ふれあい元気事業						○	
4-2-21	(再掲) 老人クラブ活動						○	
4-2-22	障がいのある人への情報提供	○						障がい福祉課
4-2-23	障がいについての啓発	○						
4-2-24	(再掲) 精神障がい者当事者交流会の実施	○						
4-2-25	保育所・幼稚園・こども園における地域の高齢者などとの交流			○	○		○	こども保育課
4-2-26	(再掲) 子育てふれあい広場			○				こども保育課 市立幼稚園 ・こども園
4-2-27	地域子育て支援拠点(こどもセンター・きらっ子ルーム)における地域交流や活動協力者の支援	○						こども保育課 子育てサービス課
4-2-28	ファミリー・サポート・センター事業(育児支援・家事支援・ショートステイ・一時預かり)	○						子育てサービス課
4-2-29	子育て応援ステーション登録事業所(おむつ替えや授乳への支援)の拡大			○	○			
4-2-30	地域との連携を重視した総合的な学習の時間の充実				○	○	○	指導課
4-2-31	小・中学校での福祉教育の充実				○			
4-2-32	★道徳教育推進教師の育成と活用の推進				○			
4-2-33	地域学校協働活動の推進				○	○	○	
4-2-34	市民スポーツ指導員の養成					○	○	生涯スポーツ課
4-2-35	市民スポーツ指導員による各地区活動				○	○	○	
4-2-36	総合型地域スポーツクラブの活動支援	○						

★は新規事業です

2 目標一覧

基本目標1 からだの健康づくり

指標			実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典
基本施策1-1 基本的な生活習慣の形成と健康の保持・増進					
1	自分に合った健康づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		72.4%	81.0%	①
2	日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために、意識的に身体活動を「いつもしている」・「時々している」人		75.3%	増加	①
3	「普段なるべく歩く」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	30 歳代	73.3%	82.0%	①
		40 歳代	79.8%	82.0%	①
		家計の苦しさや心配が多い世帯	72.1%	80.0%	①
4	睡眠時間が十分に確保できている人	20～59 歳 (6～9時間)	74.2%	維持	①
		60 歳以上 (6～8時間)	57.9%	60.0%	①
5	健康に関する情報入手を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		78.9%	84.0%	①
6	「自分を大切に生きている」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		85.9%	87.0%	①
基本施策1-2 自らの行動で疾病予防					
1	特定健康診査受診率の向上		※1 38.0%	※2 40.0%	②
2	特定保健指導の実施率の向上		※1 21.6%	※2 23.0%	②
3	がん検診の受診率向上	胃がん	41.1%	50.0%	①
		肺がん	44.2%	50.0%	①
		大腸がん	41.1%	50.0%	①
		子宮がん	45.6%	50.0%	①
		乳がん	48.9%	50.0%	①
4	適正体重を維持している者の増加 ※3	20～60 歳代男性肥満者 (BMI25 以上)	33.3%	減少	①
		40～60 歳代女性肥満者 (BMI25 以上)	21.1%	減少	①
		20～30 歳代女性のやせ (BMI18.5 未満)の者	19.5%	減少	①
		65 歳以上の低栄養傾向 (BMI20 以下)の者	23.0%	減少	①
5	成人の喫煙率の減少		10.4%	9.0%	①
6	受動喫煙の機会を有する者の割合の減少	職場	11.6%	減少	①
		家庭	4.2%	減少	①
		飲食店	17.9%	減少	①
		歩道	44.2%	減少	①
		公園	14.8%	減少	①

※1 令和 5(2023)年度の実績値 ※2 令和 11(2029)年度の目標値

※3 適正体重は、健康日本 21(第三次)の指標に基づき、BMI18.5 以上 25 未満(65 歳以上は BMI20 を超え 25 未満)としています。

指標			実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典
7	COPD（慢性閉塞性肺疾患）を認知している割合		33.1%	増加	①
8	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 ※4	男性	12.5%	10%未満	①
		女性	9.6%	7.0%	①
9	かかりつけ医がある人		77.3%	増加	①
10	かかりつけ薬局がある人		59.3%	増加	①
11	「従業員の体の健康づくりに積極的に取り組んでいる」事業所		20.9%	増加	①
基本施策1-3 望ましい食習慣の形成と食育の推進					
1	食育に関心がある人		76.9%	84.0%	①
2	「朝食」を「週6～7日とっている」人	20～30 歳代	54.2%	70.0%	①
3	「朝食」を「毎日食べている」5歳児		96.6%	維持	③
4	「朝食」を「毎日食べている」児童・生徒	小学5年生	90.1%	増加	④
		中学2年生	83.2%	増加	④
5	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上の日がほぼ毎日の人		49.0%	52.0%	①
6	健康維持に必要な野菜（350g 以上/日）を「摂取していると思う」「ほぼ摂取していると思う」人		51.0%	増加	①
7	普段の食事において減塩に「積極的に取り組んでいる」「少し取り組んでいる」人		61.5%	増加	①
8	「外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする」「いつも参考にしている」・「ときどき参考にしている」人	男性	53.0%	60.0%	①
		女性	70.2%	75.0%	①

※4 生活習慣病のリスクを高める飲酒は、健康日本 21(第三次)の指標に基づき1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上としています。

基本目標2 心の健康づくり

指標			実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典
基本施策2-1 心の健康の保持・増進					
1	ストレスを感じても、「解消できている」・「だいたい解消している」人		49.9%	62.0%	①
2	「心にゆとりのある生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人		77.4%	80.0%	①
3	睡眠について「眠れている」人	20~59 歳	67.7%	72.0%	①
		60 歳以上	72.3%	80.0%	①
4	「従業員の心の健康づくりに積極的に取り組んでいる」と「思う」・「どちらかといえばそう思う」事業所		57.8%	増加	①
5	生きがい・やりがいを「持っている」人		51.3%	増加	①

指標		実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典
基本施策2-2 自殺予防の推進				
1	「悩みごとや困ったことがあったときの相談相手」が「いる」人	69.3%	79.0%	①
2	「気分障がい・不安障がいに相当する心理的苦痛を感じている」人	16.3%	15.0%	①
3	「周辺地域の人達とのつながり」が「強い方だと思う」・「どちらかといえば強い方だと思う」人	27.2%	34.0%	①
4	自殺死亡率(対千人比)	0.143	減少	⑤
5	ゲートキーパーの認知度	6.3%	増加	①
6	市に生活(健康、家庭、法律、くらし等)に関するさまざまな相談窓口があることを「知っている」人	55.0%	77.0%	①
7	今までに死にたいと追いつめるほど悩んだことが「ない」人	61.3%	70.0%	①

基本目標3 歯および口腔の健康づくり

指標		実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典	
基本施策3-1 歯および口腔の健康の保持・増進					
1	「歯やお口の健康を意識した生活を送る」を「実行している」・「ほぼ実行している」「ときどき実行している」人	83.6%	増加	①	
2	過去1年間に定期健診や予防処置を受けている人	58.9%	65.0%	①	
3	かかりつけ歯科医院のある人	84.8%	増加	①	
4	かかりつけ歯科医院のある3歳児	54.0%	60.0%	⑦	
5	4本以上のむし歯を持つ3歳児	1.1%	0.4%	⑦	
6	「むし歯のない」12歳児	79.8%	93.0%	⑥	
7	市立全小中学校でのフッ化物洗口の継続実施	全校	全校	⑧	
8	中学3年生における歯肉炎を有する人	15.8%	10.0%	⑥	
9	成人高齢者歯科健康診査の受診率	20,30,40,50,60歳	5.4%	6.0%	⑨
		65,70,80歳	5.6%	7.1%	⑨
10	進行した歯周病を有する40歳代	50.5%	40.0%	⑨	
11	何でも噛んで食べることができる50歳以上の人	73.9%	80.0%	①	
基本施策3-2 歯科受診困難者への歯科疾患の予防強化					
1	「要支援1・2」の人の定期的な歯科受診率	51.8%	58.0%	⑩	
2	「歯や口の健康づくりに取り組んでいる」介護保険サービス提供事業者	60.3%	70.0%	⑩	
3	障害福祉サービス事業所通所者でかかりつけの歯科医院がある人	85.4%	増加	⑪	
4	障害福祉サービス事業所通所者で定期健診を受けている人	59.4%	増加	⑪	

基本目標4 個人の健康を支え、守るための社会環境の整備

指標		実績値 令和 6(2024)年度	目標値 令和 15(2033)年度	出典	
基本施策4-1 健康格差の縮小					
1	「こどもがのびのび育つまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	35.3%	増加	①	
2	「歳をとっても安心して暮らせるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	35.9%	40.0%	①	
3	「障がいのある人が生活しやすいまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	14.9%	増加	①	
4	「犯罪や交通事故の少ないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	27.4%	32.0%	①	
5	「ごみが落ちていないまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	38.6%	50.0%	①	
6	「水や空気がきれいなまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	31.6%	38.0%	①	
7	「家計が苦しく非常に心配である」「家計にゆとりがなく、やや心配である」と思う人	34.9%	減少	①	
8	健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）	男性	※1 81.1 年	増加	⑫
		女性	※1 86.1 年	増加	⑫
基本施策4-2 人と人とのつながりの強化					
1	楽しい人間関係づくりを「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	78.8%	増加	①	
2	「自分から周りの人にあいさつ」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	94.6%	維持	①	
3	「ボランティア活動」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	17.2%	25.0%	①	
4	「地域や地区で協力、助け合いができるまち」の満足度「満足」・「やや満足」と思う人	19.1%	25.0%	①	
5	「地域や地区活動への参加」を「実行している」・「ほぼ実行している」・「ときどき実行している」人	27.0%	36.0%	①	
6	「地域社会への参画、発展のための取組を行っている」を「十分行っている」・「ある程度行っている」事業所	37.4%	増加	①	
7	「団体参加者増加を目指した声掛けを行っている」を「頻繁に行っている」・「時々行っている」市民活動団体	79.0%	増加	①	

※1 令和 5(2023)年度の実績値

【出典】

- ①習志野市健康意識調査
- ②千葉県国民健康保険団体連合会法定報告結果集計
- ③朝食喫食率調査
- ④学校給食実施状況調査
- ⑤厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」住居地
- ⑥児童生徒定期健康診断
- ⑦3歳児健康診査
- ⑧フッ化物洗口事業実施状況
- ⑨成人高齢者歯科健康診査
- ⑩高齢者等実態調査
- ⑪花の実園歯科指導時アンケート
- ⑫KDB システム 地域の全体像の把握

健康なまち習志野計画

発 行 年 月:令和 8 年 3 月

発 行・編 集:習志野市健康福祉部健康支援課

所 在 地:〒275-8601 千葉県習志野市鷺沼 2 丁目 1 番 1 号

電 話:047-451-1151(代表)

ホームページ:<https://www.city.narashino.lg.jp/>