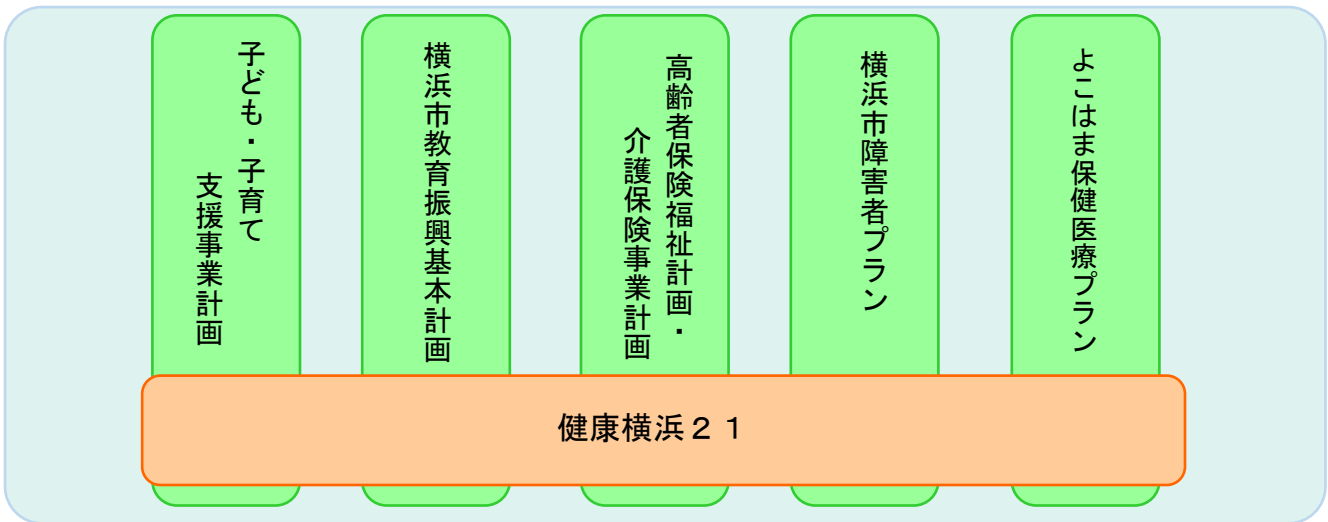


各計画の歯科口腔保健施策の位置づけについて

計画名	関連する施策	対象
健康横浜21	【しっかり噛んで食後は歯磨き】 乳歯咬合の完成時期である3歳児のむし歯保有状況の改善は、乳幼児の健全育成のために不可欠であり、乳幼児期や学齢期によく噛む習慣をつけることが、生涯にわたる健康の保持増進につながります。	乳幼児期 学齢期
	【定期的に歯のチェック】 成人期の有病率が高く、全身疾患との関係が注目されている歯周病の対策が重要です。かかりつけ歯科医において専門的ケアを定期的に受けることで、自身の歯・口腔状態を把握することができ、歯科医での保健指導に基づいたセルフケアの促進は、歯周病予防に重要な役割を果たします。	成人期 高齢期
	【「口から食べる」を維持する】 かかりつけ歯科医における専門的ケアや、歯科医での保健指導に基づいたセルフケアは、口腔機能維持や歯の喪失予防につながり、介護予防の面からも重要です。	高齢期
よこはま保健医療プラン	乳幼児期から成人期・高齢期まですべてのライフステージを通じて、歯科口腔保健に関する理解の促進やセルフケア方法の普及、健診の勧奨等、口腔内の健康及び口腔機能の維持向上を目指します。	全ての世代
横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画	かかりつけ歯科医を持ち、口腔機能の維持・向上や摂食嚥下障害などの専門的ケアを定期的に受けることの啓発を進めます。	高齢期
横浜市障害者プラン	歯科診療の機会に恵まれない心身障害児・者に対する歯科治療の確保を、引き続き図ります。	心身障害児・者
子ども・子育て支援事業計画	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠期の歯科疾患を早期発見、早期予防し、母体と胎児の健康の保持増進を図るため、妊婦歯科健康診査を行います。 ・乳幼児の歯科疾患を早期発見、早期予防し、子どもの健全な発達を図るために、乳幼児歯科健康診査及び歯科相談を行います。 	成人期（妊娠中） 乳幼児期
横浜市教育振興基本計画	学校・家庭・歯科医師会との連携による、生涯を通じた歯肉炎の割合の減少を目指す歯科保健教育を推進します。	学齢期



★2 行動目標の設定

市民一人ひとりがそのライフステージに合わせた健康づくりに取り組めるように、取組テーマである「生活習慣の改善」や「生活習慣病の重症化予防」につながる健康行動の中から、分野ごとに最も重要と考えられる項目に絞り、行動目標として設定しました。

行動目標の指標は、全国の数値と比較でき、適切な進捗管理と評価を行うことで、さらなる取組の推進が図れるよう、10年後まで安定して確実に把握できる数値で、行動目標と関連するものを選びました。

なお、生活習慣病に関連する疾病状況、行動目標以外の身体状況、生活習慣、市民の意識・知識及び行動目標に関連する社会環境に関するデータを、モニタリング項目として設定し、行動目標と併せて進捗状況を確認します。

行動目標を切り口とした取組を進めることで市民の健康状態の改善を図り、基本目標である健康寿命の延伸につなげます。

行動目標		育ち・学びの世代 (乳幼児期～青年期)	働き・子育て世代 (成人期)	の 稔りの世代 (高齢期)
生活習慣の改善	食生活	①3食しっかり食べる	⑥野菜たっぷり・塩分少なめ ⑦バランス良く食べる	⑧「口から食べる」を維持する
	歯・口腔	②しっかり噛んで食後は歯磨き	⑨定期的に歯のチェック	
	喫煙・飲酒	③受動喫煙を避ける	⑩禁煙にチャレンジ ⑪お酒は適量	
	運動	④毎日楽しくからだを動かす	⑫あと1,000歩、歩く ⑬定期的に運動する	⑭歩く・外出する
	休養・こころ	⑤早寝・早起き	⑮睡眠とってしっかり休養	
生活習慣病の重症化予防			⑯定期的にがん検診を受ける ⑰1年に1回特定検診を受ける	

★4 育ち・学びの世代の行動目標と取組内容

(1) 目指す姿と課題

子どもの肥満は将来の肥満や生活習慣病に結びつきやすいとの報告等もあり、生活習慣病になりにくいからだづくりを行うためには、子どもの時からの健康づくりが重要です。

特に学齢期、青年期は、その後の生活習慣を形作る時期であり、子ども自身が健康によいこと、悪いことを知り、健康によい行動を選択できる力をつけていく必要があります。

また、乳幼児期を含めた子どもの生活習慣に大きな影響を与える家庭環境や教育環境が整っていることが重要です。

さらに、成人期以降まで健康によい行動を定着させるためには、その行動を「楽しみながら行える」ことが重要です。



(2) 行動目標と目標値

取組テーマ① 生活習慣の改善

分野	行動目標	指標	目標値	現状値
食生活	3食しっかり食べる	朝食を食べている小・中学生の割合	100%に近づける	94.0%
歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯磨き	3歳児でむし歯のない者の割合	90%	83.9%
		12歳児の1人平均むし歯数	維持・減少傾向へ	0.55歯
喫煙・飲酒	受動喫煙を避ける	未成年者と同居する者の喫煙率	減少傾向へ	男子 29.9% 女子 10.5%
運動	毎日楽しくからだを動かす	運動やスポーツを週3日以上行う小学5年生の割合	増加傾向へ	男子 49.7% 女子 25.8%
休養・こころ	早寝・早起き	睡眠が6時間未満の小学5年生の割合	減少傾向へ	男子 6.1% 女子 3.6%

3食しっかり食べる

食生活は、心身を育む上で不可欠な生活習慣であり、子どもの時の食生活に関する生活習慣は、成人期の食生活に影響を与えます。

そのため、『3食しっかり食べる』ことを行動目標としました。

指標は、3食の内、最も欠食しがちな朝食に着目し「朝食を食べている者の割合」としました。規則正しく食べる習慣は全ての子どもが身につけるべきものであるため、その割合が100%に近づくことを目指します。

しっかり噛んで食後は歯磨き

乳幼児期は生涯にわたる歯科保健行動の基盤が形成される時期であり、乳歯咬合の完成期である3歳児のむし歯の保有状況の改善は、乳幼児の健全な育成のために不可欠です。また、乳幼児期、学齢期によく噛む習慣をつけることが、生涯にわたる健康の保持増進につながります。

そのため、『しっかり噛んで食後は歯磨き』を行動目標としました。

指標は、「3歳児でむし歯のない者の割合」や、永久歯むし歯の代表的な指標である「12歳児の一人平均むし歯数」としました。

これらは近年全国的に改善傾向が見られており、横浜市でも全国値を上回る改善状況となっているため、今後もこの傾向の維持、改善を図ることを目指します。

受動喫煙を避ける

子どもは特に受動喫煙による健康への影響が大きく、乳幼児突然死症候群、呼吸器感染症や喘息発作の誘発など呼吸器疾患の原因となります。特に親の喫煙によって、子どもの咳、たんなどの呼吸器症状や呼吸機能の発達に悪影響が及ぶなどさまざまな報告がされています。

そのため、『受動喫煙を避ける』を行動目標としました。

横浜市における受動喫煙防止対策は、22年4月に「神奈川県公共的施設における受動喫煙防止条例」が施行されたことから、医療機関や行政機関、飲食店等の不特定多数の者が出入りすることができる公共的空間における対策は一定の改善が見られています。一方で、家庭については、法的規制がなく、受動喫煙防止啓発を進める必要があるため、指標は、「未成年者と同居する者の喫煙率の低下」としました。

また、この世代では、受動喫煙対策を進めると同時に、喫煙防止対策や、場合によっては禁煙支援についても、併せて取り組むことが重要です。

毎日楽しくからだを動かす

子どもの時に運動習慣を身につけることは、心身の健康の保持・増進や体力の向上を図り、生活習慣病を予防し、生涯を通じて運動・スポーツを楽しむことにつながります。

そのため『毎日楽しくからだを動かす』を行動目標としました。

指標は全国と比較できる「運動やスポーツを週3日以上行う小学5年生の割合」としました。

横浜市では全国と比較し、その割合が少ない現状があり、今後はその割合の増加を目指します。

早寝・早起き

成長・発達が著しい時期である乳幼児期から学齢期にかけては、特に睡眠による休養を十分とることが重要です。そのため、『早寝・早起き』を行動目標としました。

指標は、「睡眠が6時間未満の小学5年生の割合」とし、過去の推移を踏まえ、その割合が減少することを目指します。

★5 働き・子育て世代の行動目標と取組内容

(1) 目指す姿と課題

働き・子育て世代は、就職、結婚や出産などライフサイクルの節目があり、生活習慣を見直す機会がある一方で、日々の仕事や子育て・介護等で忙しく、自分の健康を後回しにしがちです。しかし、自覚症状がなくても、この時期の生活の積み重ねが生活習慣病に与える影響は大きく、40歳代後半には特定健診等でメタボリックシンドローム該当者等、有所見率が上昇してきます。

そのため、忙しい日常生活の中でも健康づくりに参加できるようなきっかけがあることや、一人ひとりが生活習慣の改善と重症化予防に向けて行動できることが求められます。

また、健康によい行動を続けることができるよう、家族や会社など周りからのサポートが得やすくなるような社会環境があることが重要です。

(2) 行動目標と目標値

取組テーマ① 生活習慣の改善

☆は稔りの世代と共通

分野	行動目標	指標 (特に記載がない場合は20歳以上)	目標値	現状値		
食生活	野菜たっぷり・塩分少なめ	1日の野菜摂取量	350g	271g	☆	
		1日の食塩摂取量	8g	10.7g	☆	
	バランスよく食べる	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	80%	男性 40.6% 女性 42.1%	☆	
歯・口腔	定期的に歯のチェック	過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	65%	43.6%	☆	
		40歳代における進行した歯周炎を有する者の割合	維持・減少傾向へ	21.0%		
喫煙・飲酒	禁煙にチャレンジ	成人の喫煙率	12%	18.7%	☆	
		非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	家庭	3.6%	11.5%	☆
			職場	0%	32.0%	
			飲食店	17.2%	54.7%	
			行政機関	0%	5.6%	
医療機関	0%	0.6%				
	COPD*の認知度	80%	男性 33.3% 女性 41.0%	☆		
お酒は適量	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(1日男性日本酒2合・女性日本酒1合程度)	男性	14%	16.9%	☆	
		女性	6.4%	7.0%		
運動	あと1,000歩、歩く	20～64歳で1日の歩数が男性9,000歩以上、女性8,500歩以上の者の割合	男性	50%	46.8%	
		女性	50%	41.7%		
	定期的に運動する	20～64歳で、1日30分・週2回以上の運動(同等のものを含む)を1年間継続している者の割合	全体	34%	26.8%	
			男性	35%	25.4%	
女性	33%	27.5%				
休養・こころ	睡眠とってしっかり休養	睡眠による休養を充分とれていない者の割合	15%	21.6%	☆	

*COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、喫煙が主な原因を占め、呼吸器に障害が生じる疾患です。重症の場合は酸素ボンベが必要となります。

野菜たっぷり・塩分少なめ（※総りの世代と共通）

適切な量と質の食事は生活習慣病予防の基本の一つであり、生活習慣病との関連について科学的根拠が確立している、野菜摂取や食塩摂取については適正量をとることが必要です。

そのため、『野菜たっぷり・塩分少なめ』を行動目標としました。指標は「1日の野菜摂取量」「1日の食塩摂取量」としました。

「1日の野菜摂取量」については、栄養素の適量摂取に必要と推定される量である350gまで増加させることを目指します。

「食塩摂取量」については、「日本人の食事摂取基準 2010年版」において、その目標量は成人男性1日あたり9g未満、成人女性1日あたり7.5g未満ですが、国計画同様に、日本型の食事パターンの特徴を保ちつつ、食塩摂取量を減少させるため、8gまで減少させることを目指します。

バランスよく食べる（※総りの世代と共通）

食事全体のバランスをとることは、適正な栄養素量の摂取につながるとともに、子育て世代の食習慣は、次世代（育ち・学びの世代）への影響が大きいことから、バランスのとれた食習慣を推進することは非常に重要です。

そのため、『バランスよく食べる』を行動目標としました。

指標は、良好な栄養摂取量、栄養状態につながる事が報告されている、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合」としました。

目標値は、全国的に最もその割合が高い地域（四国地域）の割合を目指すこととし、80%としました。

定期的に歯のチェック（※総りの世代と共通）

成人期の歯の健康においては、歯の喪失防止に加え、成人期での有病率が高率で、全身疾患との関係が注目されている歯周病対策が重要です。また、歯・口腔の健康を守ることで、食や生活を支え、健康寿命の延伸につなげるため、正しい歯科保健知識の普及・啓発が必要です。かかりつけ歯科医において専門的ケアを定期的に受けることで、自身の歯・口腔状態を把握することができ、歯科医での保健指導に基づいたセルフケアの促進は、歯周病予防に重要な役割を果たします。

そのため、『定期的に歯のチェック』を行動目標としました。

指標は「過去1年間に歯科検診を受診した者の割合」と「40歳代における進行した歯周炎を有する者の割合」としました。

歯科検診を受診した者の割合については、国計画同様に65%を目指すこととし、歯周炎を有する者の割合については、横浜市は既に全国目標を達成している状況であるため、維持・減少傾向を目指すこととします。

★6 総りの世代の行動目標と取組内容

(1) 目指す姿と課題

総りの世代は、自分の健康への関心が高まり、比較的時間のゆとりができる世代ですが、同時に身体機能の低下が見られたり、疾病がある人も増加するため、重症化予防の重要性がより高まる時期です。そのため、身体機能、栄養状態、疾病等の自分の健康状態について正しい知識を持ち、自分の状態にあった健康づくりを無理なく行うことが重要です。

また、地域とのつながり等ソーシャルキャピタルが健康に影響を及ぼすことが報告されており、地域の健康づくりグループでの活動など、社会活動に参加することを通じて健康づくりを行うことも大切です。

(2) 行動目標と目標値

取組テーマ① 生活習慣の改善

☆は働き・子育て世代と共通

分野	行動目標	指標 (特に記載がない場合は20歳以上)	目標値	現状値		
食生活	野菜たっぷり・塩分少なめ	1日の野菜摂取量	350g	271g	☆	
		1日の食塩摂取量	8g	10.7g	☆	
	バランスよく食べる	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	80%	男性 40.6% 女性 42.1%	☆	
食生活 歯・口腔	「口から食べる」を維持する	60歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合	80%	67.7%		
歯・口腔	定期的に歯のチェック	過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	65%	43.6%	☆	
		80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合	50%	36.2%		
喫煙・飲酒	禁煙にチャレンジ	成人の喫煙率	12%	18.7%	☆	
		非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	家庭	3.6%	11.5%	☆
			職場	0%	32.0%	
			飲食店	17.2%	54.7%	
			行政機関	0%	5.6%	
医療機関	0%	0.6%				
	COPD*の認知度	80%	男性 33.3% 女性 41.0%	☆		
	お酒は適量	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(1日男性日本酒2合・女性日本酒1合程度)	男性	14%	16.9%	☆
			女性	6.4%	7.0%	
運動	歩く・外出する	65歳以上で歩数が男性7,000歩以上、女性6,000歩以上の者の割合	男性	50%	46.9%	
			女性	40%	34.6%	
		65歳以上で、1日30分・週2回以上の運動(同等のものを含む)を1年間継続している者の割合	全体	52%	46.0%	
			男性 維持・増加傾向へ 女性	43%	33.3%	
	ロコモティブシンドローム*の認知度	80%以上	男性 16.2% 女性 24.1%			
休養・こころ	睡眠とってしっかり休養	睡眠による休養を充分とれていない者の割合	15%	21.6%	☆	

*COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、喫煙が主な原因を占め、呼吸器に障害が生じる疾患です。重症の場合は酸素ボンベが必要となります。

*ロコモティブシンドロームとは、骨や関節等運動器の機能低下により日常生活に困難をきたすような歩行機能低下やその恐れのある状態をいいます。

野菜たっぷり、塩分少なめ(※働き・子育て世代と共通)**バランスよく食べる(※働き・子育て世代と共通)**

高齢期の適切な栄養は生活習慣病の予防や重症化予防だけでなく、身体機能を維持し、生活機能の自立を確保する上でも極めて重要です。高齢期のやせや低栄養が要介護等の要因となっていることから、適正な栄養素量の摂取に加え、とくに「バランスよく食べる」ことの重要性がより高くなっています。

そのため、『野菜たっぷり、塩分少なめ』『バランスよく食べる』を行動目標としました。指標は「1日の野菜摂取量」「1日の食塩摂取量」「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合」としました。

「1日の野菜摂取量」については、栄養素の適量摂取に必要と推定される量である350gまで増加させることを目指します。

「食塩摂取量」については、「日本人の食事摂取基準 2010年版」においてその目標量は成人男性1日あたり9g未満、成人女性1日あたり7.5g未満ですが、国計画同様に、日本型の食事パターンの特徴を保ちつつ、食塩摂取量を減少させるため、8gまで減少させることを目指します。

「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合」は、全国的に最もその割合が高い地域(四国地域)の割合を目指すこととし、目標値を80%としました。

「口から食べる」を維持する**定期的に歯のチェック(※働き・子育て世代と共通)**

かかりつけ歯科医において専門的ケアを定期的に受け、歯科医での保健指導に基づいて日常的にセルフケアを行うことは、咀嚼機能をはじめとする口腔機能の維持や、歯の喪失防止につながり、介護予防の面からも重要です。

そのため、『定期的に歯のチェック』に加え、歯・口腔機能と食生活に関わるものとして『「口から食べる」を維持する』を行動目標としました。

『定期的に歯のチェック』の指標は、働き・子育て世代と共通の「過去1年間に歯科検診を受診した者の割合」に、「80歳で20歯以上自分の歯を有する者の割合」を追加しました。

「80歳代で20歯以上自分の歯を有する者の割合」については、国計画同様に50%を目指します。

『「口から食べる」を維持する』の指標は、「60歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合」とし、国計画同様に目標値を80%としました。

6 歯科口腔保健医療

施策の方向性

生涯にわたって健康でいきいきと暮らし続けるため、歯科口腔の重要性が注目されています。口腔機能の健全な育成や、成人期から高齢期においては特に肺炎や糖尿病などの生活習慣病への影響も指摘されるなど、口腔内の環境と全身の健康状態は密接に関連しており、より健やかに暮らし続けるため歯科口腔保健の理解を促進します。

施策展開に向けて

- 乳幼児期から成人期・高齢期まで全てのライフステージを通じて、歯科口腔保健に関する理解の促進やセルフケアの方法の普及、健診の勧奨等、口腔内の健康及び口腔機能の維持向上を目指します。

【現状】

- 口腔の健康の保持・増進は、健康で質の高い生活を営む上で重要な役割を果たしています。
- 妊娠期から始まるライフステージに沿って、歯・口腔の健康を守ることを通じて食べることを支援し、歯と口の健康週間（歯の衛生週間）行事での啓発活動等を通じて、健康長寿社会の実現を目指した「8020運動」を推進するとともに、次の歯科保健事業を展開しています。
- 周術期口腔機能管理連携協定の締結や、在宅歯科医療連携室の開設（8か所）等、地域における医科歯科連携が進んでいます。

コラム 在宅歯科医療連携室

在宅歯科医療連携室では、自宅で療養されている方や施設に入居されている方で歯科医院へ通院ができない方のために、歯科訪問診療のコーディネート（調整）をおこなっています。通院ができない方のための電話相談や、むし歯や歯周病、入れ歯でお困りの方、口腔のケアについてなどのご相談など、状況に応じて、歯科医師の紹介・派遣をしています。



「日本歯科医師会
PRキャラクター
よ坊さん」

《妊娠期》

- 母子健康手帳交付時面接での妊婦歯科健診の受診勧奨と妊婦歯科保健の啓発
- 母親教室での歯科保健知識の普及
- 妊産婦歯科相談
- 妊婦歯科健康診査

《乳幼児期》

- 次の施策を行っています。
 - 乳幼児歯科健康診査（4か月、1歳6か月、3歳）
 - う蝕活動試験（1歳6か月児健診時）
 - う蝕ハイリスク児に対する事後教室及び継続的な健診

- 乳幼児歯科相談（対象：0歳児から6歳までの未就学児とその養育者）
- 保育所等職員向け歯科保健等研修の実施

《学齢期》

- 学校での歯科保健の取組支援や一部学校への巡回歯科保健指導を実施しています。

《成人期～高齢期》

- 成人期の市民を対象に次の施策を行っています。
 - 歯周病検診（対象：満40、50、60、70歳の方）
 - 歯周病予防教室
 - 訪問口腔衛生指導（高齢期も対象としています。）
- 一般介護予防事業で口腔ケアの普及啓発を推進しています。
 - 平成28年度は、横浜市歯科医師会が作成した普及啓発用リーフレット（統一媒体）を使用し、区役所・地域ケアプラザで口腔ケアに関する普及啓発を実施しました。
 - 平成28年度は、横浜市介護予防事業検討会において、介護予防事業における口腔機能向上等の実施状況について情報及び意見交換等を実施しました。
 - 口腔ケアに関する研修会は定期的に実施できています。（平成27年度・平成29年度実施）
 - ロコモ予防に関係する団体（歯科医師会、栄養士会、食生活等改善推進員等）と、口腔ケアや栄養、運動の重要性を確認し、推進しています。
 - 口腔ケアについては、ロコモ予防講座の中で、周知しています。
 - 平成28年度は、横浜市ロコモ予防推進検討会において、ロコモ予防における口腔ケアの重要性等についても意見交換を実施しました。

《医療》

- 横浜市歯科保健医療センターにおける診療を行っています。
- 休日・夜間など地域の歯科医院の休診時における救急歯科診療を実施しています。
- 心身障害児・者診療を実施しています。
- 通院困難者等の歯科訪問診療を実施しています。
- 各区の協力歯科診療所においても、心身障害児・者診療及び歯科訪問診療を実施しています。

【課題】

- 近年、歯周病と全身疾患との関係が明らかになる中で、歯・口腔の健康を守ることで、食や生活を支え、健康長寿社会につなげるために、正しい歯科保健知識の普及・啓発が必要です。
- 平成23年8月に「歯科口腔保健の推進に関する法律」が、平成24年7月には「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」が施行され、歯科口腔保健施策を引続き推進する必要があります。
- ライフステージに沿った総合的な歯と口腔の健康づくりを一層推進していく必要があります。

《妊娠期》

- 妊娠期は女性ホルモンの変化等で口腔内が悪化しやすい環境にあり、歯科疾患の早期発見や個々人に合った歯科保健指導が必要です。

- 妊婦が定期的な歯科健診や保健指導を受けることで、正しいセルフケアを行えるよう、かかりつけ歯科医の定着を図る必要があります。
(参考)「定期的に歯科健診を受診している者」36%(平成28年の横浜市妊婦歯科健康診査結果)
- 重度の歯周病により、早産・低体重児出産の頻度が高まる可能性が報告されており、妊娠期の歯周病対策の取組が必要です。
- 妊婦歯科健診受診率向上のために、引続き、周知用のリーフレットの配布及び指定医療機関を拡大する必要があります。

《乳幼児期》

- 離乳食の後期で、歯磨き習慣が始まる時期である1歳前後に、保護者に対して乳幼児の歯科保健に関する知識の普及を図る必要があります。
- 養育者から子へむし歯菌が感染する1歳6か月から3歳にかけて、感染を予防し、むし歯にしないための正しい知識の普及と家庭での口腔保健管理を推進する必要があります。
- 第1子に比べ、第2子以降のむし歯罹患率が高く、第2子以降への対策の検討が必要です。
- 乳歯の咀嚼機能が完成する3歳までの時期を捉えて、口腔機能の発達に合わせた食の推進や噛むことの重要性等をあらゆる事業をとおして普及啓発することで、口腔機能障害(口呼吸、咀嚼障害、嚥下障害、発音等)の改善や予防を図る必要があります。

《学齢期》

- 引き続き、歯科保健に関する学校での取組を支援し、現状のDMF歯数^{*1}を維持・減少するよう継続的な取組が必要です。

《成人期～高齢期》

- 「8020運動」の意味のわかる人は20歳以上で41.2%(平成28年度県民歯科保健実態調査)にとどまり、認知度が十分とは言えない状況です。
- 歯周病が全身の様々な病気に影響を及ぼすことが明らかになっていますが、歯周病が糖尿病に関係があることを知っている人は20歳以上で56.5%(平成28年度県民歯科保健実態調査)と、半数近くの人が知らない状況です。
- 過去1年間に歯科健診を受診した人は20歳以上で50.2%(平成28年健康に関する市民意識調査)となっています。かかりつけ歯科医において専門的ケアを定期的に行うことや、歯科医での保健指導に基づいて日常的にセルフケアを行うことの重要性について、一層普及啓発を行う必要があります。
- 口腔機能の低下と身体機能全体の関連に注目した「オーラルフレイル^{*2}対策」が必要です。
- ロコモは要介護認定(要支援)が必要になった理由の約4割を占めています。(P51(Ⅲ-1-(2)医療需要等の将来推計(神奈川県地域医療構想ほか)《要介護者の推計》)参照)

※1 DMF歯数： 永久歯でD：未処置のむし歯、M：むし歯が原因で抜去した歯、F：むし歯を処置した歯の数

※2 オーラルフレイル： 滑舌機能の低下や、食べこぼしやわずかのむせ、噛めない食品の増加など、歯や口腔機能が低下した状態のこと。フレイル(P83(Ⅲ-4 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた介護等との連携《介護予防》)参照)に陥る初期段階の状態とされ、歯・口腔機能の低下が、低栄養や身体機能の虚弱化、社会性の低下(人とのつながりの希薄化)、精神心理の低下(うつ傾向)をもたらし、そして更に虚弱的な状態へと陥ってしまうサイクルが懸念されています。

ロコモ予防において、口腔機能が深く関係している食事摂取や平衡感覚を保つことは重要であり、引き続き一般介護予防事業において口腔ケアについて普及啓発を行う必要があります。

《医療》

- 生活習慣病対策としての医科歯科医療連携、口腔ケアを通じた食を支えるための在宅療養連携が求められています。
- 歯科保健医療センターと歯科診療事業協力医療機関及び大学病院・病院歯科等の高次医療機関との医療連携や歯科訪問診療を推進していく必要があります。

◎歯科保健

主な施策		目標			
No.	内容	指標	現状	2020	2023
妊娠期・乳幼児期	① 母親教室や相談の場等で、歯科保健知識やセルフケアの方法等の普及を図ります。	3歳児でむし歯のない者の割合	89.1% (2016)	—	90% (2022)
	② 妊婦歯科健診により、妊娠中の歯科疾患の早期発見や保健指導によって、健康な口腔状態の意地及びかかりつけ歯科医の定着を推進します。				
	③ 上下の前歯が生えそろう時期であり、様々な食品を食べ始める離乳後期(1歳前後)を捉えて、保護者への歯科保健知識の普及啓発を図ります。				
	④ 各歯科保健事業を通して、口腔機能の発達に合わせた食の推進や噛むことの重要性等の知識の普及啓発を図ります。				
	⑤ 乳歯がある程度生えそろう、むし歯菌が口腔内に定着し、むし歯が増加する2歳前後から、保護者に対して、かかりつけ歯科医の推進を図り、フッ化物塗布や定期的な健診等を推進します。				
学齢期	⑥ 学校保健に関する学校の取組を引き続き支援し、児童生徒への歯科保健指導を継続的に実施します。	12歳児の一人平均むし歯数	0.4 (2016)	—	維持・減少傾向へ (2022)
成人期～高齢期	⑦ 歯周病と糖尿病等との関係性や歯周病の予防について啓発を推進します。また、「オーラルフレイル予防」についても普及・啓発を推進します。	過去1年間に歯科健診を受診した者(20歳以上)の割合	50.2% (2016健康に関する市民意識調査)	—	65% (2022)
	⑧ 歯周疾患予防教室等で、セルフチェック、セルフケアの方法や、参加者の年代により口腔周囲筋の体操等の普及を図ります。また、かかりつけ歯科医を持ち、専門的ケアを定期的に受けることの啓発を進めます。	40歳代における進行した歯周炎を有する者の割合	26.6% (参考値)調査方法変更のため (2016県民歯科保健実態調査)	—	25% (2022)
	⑨ 区役所保健師、地域包括支援センター職員など高齢者の介護予防事業に係る職員向けに、口腔ケアに関する研修機会を設定します。	60歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合	76.9% (2016県民歯科保健実態調査)	—	80% (2022)
	⑩	80歳で20歯以上自分の歯を有する者の割合	47.3% (国民健康栄養調査横浜市分)	—	50% (2022)

◎歯科医療

主な施策		目標			
No.	内容	指標	現状	2020	2023
①	休日・夜間など地域の歯科医院の休診時における救急歯科診療を引き続き実施します。				
②	協力医療機関と歯科保健医療センターとの医療連携を図りながら、心身障害児・者等の診療の充実を進めます。また、要介護高齢者や重症心身障害児者等の通院困難者に対する歯科訪問診療を充実していきます。	歯科保健医療センターでの休日・夜間、訪問診療実施・協力医療機関との連携	夜間：2,418人 休日：1,357人 訪問：977人 (2016)	実施	実施
③	生活習慣病対策としての医科歯科医療連携、口腔ケアを通じた食を支えるための在宅療養連携を推進します。	在宅医療連携拠点等との連携	—	支援	支援



7 生活習慣病予防の推進（第2期健康横浜21の推進）

施策の方向性

本市では、健康増進法に基づき「健康横浜21」を策定し、「健康寿命を延ばす」を基本目標とし、生活習慣病に着目した健康づくりの指針をまとめています。全ての市民を対象に、乳幼児期から高齢期まで継続して生活習慣の改善や、生活習慣病の重症化予防を行うことで、いくつになってもできるだけ自立した生活を送ることのできる市民を増やします。

施策展開に向けて

- 健康増進の基本である「食生活」、「歯・口腔」、「喫煙・飲酒」、「運動」及び「休養・こころ」の5つの分野から、生活習慣の改善にアプローチし、健康状態の改善を図ります。
- がん検診、特定健診の普及を進め、生活習慣病の重症化を予防します。

【現状】

- 本市の死因の5割を超えるのががん、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病です。
- 要介護となる原因で最も多い(約3割)のは、脳血管疾患などの生活習慣病で、次いで「転倒・骨折」や「関節疾患」などのロコモティブシンドローム関連の疾患が多くなっています。(P51(Ⅲ-1-(2) 医療需要等の将来推計(神奈川県地域医療構想ほか)《要介護者の推計》)参照)
- 高齢化が更に進み、生活習慣病のリスクが高い人が増加すると考えられます。
- 生活習慣(食生活、歯・口腔、喫煙・飲酒、運動、休養・こころ)の改善を行うことは、がん、糖尿病、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、循環器系疾患(心疾患、脳血管疾患)、高血圧症、脂質異常症、歯周病等の生活習慣病の予防や生活習慣病の重症化予防につながります。
- 世帯人員の減少と単独世帯の増加による更なる地域のつながりの希薄化や個人の生活習慣の多様化が予測されます。
- 第2期健康横浜21中間評価の結果では、健康に関する意識・知識の改善は見られましたが、生活習慣の改善に結びついているかは、性・年代別に差があるという評価でした。
- 第2期健康横浜21(平成25年度～34年度)では、市民の生活習慣の改善や生活習慣病の重症化予防を進めるために個人に働きかける『きっかけづくり』と、取組を続けるための環境づくりとして『継続支援』を進めています。
- 平成26年度、第2期健康横浜21のリーディングプランとして、よこはま健康アクション推進事業を取りまとめ、「よこはまウォーキングポイント事業」によるきっかけづくりや「健康経営企業応援」による企業等への働きかけなどを通して、健康づくりの取組を進めています。

【課題】

- 市民の死因や介護の原因の多くが生活習慣病であることを考えると、生活習慣病予防を切り口にした対策が継続して必要です。
- 健康に関する意識・知識は高まっていることから、行動につなげやすくするために、『きっかけづくり』と『継続支援』の両面からの取組が、引き続き、重要となっています。

第5章 具体的施策

I 地域共生社会の実現に向けた地域づくりを目指して

目 標

- 誰もが、いくつになっても、その人に合う役割を持ち、地域の担い手となることができるよう、「介護予防・健康づくり」、「社会参加」、「生活支援」を一体的に推進し、健康寿命の延伸につなげます。
- 地域共生社会の実現に向け、多様な主体が連携した包括的な支援体制により、活動や支援が充実した地域づくりを進めます。

◆ 指標

指標1

- よこはまウォーキングポイント参加者アンケートにおいて、「あと 1,000 歩、歩く」ようになったと回答した参加者が増加している。

指標	現状値(平成 29 年度) (2017 年度)	平成 32 年度 (2020 年度)
「あと 1,000 歩、歩く」ようになったと回答した割合	41 (%)	44 (%)

指標2

- 地域の介護予防活動の参加者（要介護認定者等含む）が増加している。

指標	現状値(平成 28 年度) (2016 年度)	平成 32 年度 (2020 年度)
地域の介護予防活動グループへの参加者数 (内数)	25,458 (人)	30,000 (人)
元気づくりステーション参加者 (内数)	6,750 (人)	8,000 (人)
元気づくりステーション 要介護認定者等参加者数 (事業対象者・要支援認定者 含む)	510 (人)	800 (人)

指標3

- 地域活動やボランティアに参加する高齢者が増加している。

指標	現状値(平成 28 年度) (2016 年度)	平成 32 年度 (2020 年度)
ボランティア参加者の割合	15.5 (%)	18.0 (%)
スポーツの会参加者の割合	30.1 (%)	33.0 (%)
趣味の会参加者の割合	39.3 (%)	42.0 (%)

第2期健康横浜 21

市民の最も大きな健康課題のひとつである生活習慣病に着目し、10年間(平成25年度～平成34年度)にわたる健康づくりの指針として作成したものです。健康増進法に基づく市町村健康増進計画として、ライフステージに合わせた取組を展開します。



基本目標 10年にわたり健康寿命を延ばします。

行動目標 ライフステージごとの行動目標に基づき、取組を進めます。

		育ち・学びの世代 (乳幼児期から青年期)	働き・子育て世代 (成人期)	稔りの世代 (高齢期)
生活習慣の改善	食生活	3食しっかり食べる	野菜たっぷり・塩分少なめ バランスよく食べる	
	歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯磨き		「口から食べる」を維持する 定期的に歯のチェック
	喫煙・飲酒	受動喫煙を避ける	禁煙にチャレンジ	お酒は適量
	運動	毎日楽しくからだを動かす	あと1,000歩、歩く 定期的に運動する	歩く、外出する
	休養・こころ	早寝・早起き		睡眠とってしっかり休養
生活習慣病の重症化予防			定期的ながん検診を受ける 1年に1回 特定健診を受ける	

1 在宅介護・リハビリテーション

介護保険サービス、介護保険給付以外のサービスについて、多様な事業者の参入を図り、適切なサービス供給量を確保し、高齢者の在宅生活を支えます。

重度な要介護者、単身や夫婦のみの高齢者世帯等の方々が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう、24時間対応可能な地域密着型サービスの整備を推進します。

◆ 主な取組

ア 介護保険の在宅サービスの充実

- 可能な限り在宅で自立した日常生活を営むことができるよう、介護保険の在宅サービスを提供します。
- 新規事業所向けセミナー等を通して運営基準に則った安定したサービス提供を促します。

【自宅で利用するサービス（訪問系サービス）】

種類	内 容	要支援の方の 利用の可否	※1
訪問介護 (ホームヘルプ)	ホームヘルパー(訪問介護員)が自宅を訪問し、入浴・排せつ・食事等を介助する身体介護、掃除・洗濯・調理・買い物等の生活援助を行います。	○(※2)	
夜間対応型訪問介護	夜間において、定期的な巡回や、利用者からの通報により、介護職員が自宅を訪問し、排せつ・食事の介護や、緊急時の対応などを行います。	×	★
訪問入浴介護	看護職員と介護職員が自宅を訪問し、持参した浴槽によって、入浴の介護を行います。	○	
訪問看護	在宅療養している人で通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、看護師等が定期的に自宅を訪問し、健康チェック、療養上の世話や診療の補助を行います。	○	
訪問リハビリテーション	在宅療養している人で通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問し、リハビリテーションを行います。	○	
居宅療養管理指導	在宅療養している人で通院が困難な場合に、医師、歯科医師、薬剤師等が自宅を訪問し、療養上の指導や助言を行います。また、ケアマネジャーに対し、ケアプラン策定に必要な情報を提供します。	○	

※1 ★印は「地域密着型サービス」です。原則として横浜市民（横浜市の介護保険被保険者）のみが利用できます。

※2 要支援の方が利用できる「訪問介護」は、介護予防・日常生活支援総合事業の「横浜市訪問介護相当サービス」となります。

2 在宅医療・看護

医療・介護が必要な場面に応じて適切なサービスを提供するため、在宅医療連携拠点を軸とした医療介護連携の強化と、人材の確保・育成等の在宅医療提供体制の構築を推進します。

また、在宅医療や人生の最終段階（看取り等）に係る市民理解の促進のための普及・啓発を進めます。

（１）医療・介護連携の強化

◆ 主な取組

ア 在宅医療連携拠点

- 市民が、病気を抱えても住み慣れた自宅等で、安心して継続的な在宅医療・介護を受けることができるよう、医師会等と協力して在宅医療連携拠点を全区に設置しています。
- 医療依存度の高い方の退院時支援のほか、在宅医療を行うかかりつけ医の紹介や地域の在宅医療・介護資源の情報提供等在宅医療と介護の相談支援を行います。

在宅医療連携拠点

職員体制 介護支援専門員の資格を有する看護師等2名、事務職員1名

開設場所 各区医師会館、訪問看護ステーション等

業務内容

- ケアマネジャー・病院（地域連携室等）などへの相談・支援
- 医療連携・多職種連携
- 市民啓発

利用できる相談例

- ・医療依存度の高い人が退院するが療養の相談をしたい
- ・往診可能な医師を探している
- ・専門職（歯科医師、薬剤師等）の助言が欲しい
- ・訪問看護や訪問リハビリの空き情報が知りたい など



じぎょうめい 事業名	じぎょうないよう 事業内容	へいせい ねんど 平成29年度		評価 か	へいせい ねんど 平成32年度 もくひよう 目標
		もくひよう 目標	げんじよう 現状		
<p>し か ほけん いりよう 歯科保健医療 すいしん じぎょう 推進事業 しんしんしょうがい じや (心身障害児・者) し か しんりよう 歯科診療</p>	<p>し か しんりよう きかい めぐ しんしんしょうがい 歯科診療の機会に恵まれない心身障害 じ しゃ たい し か ちりよう かくほ ひ 児・者に対する歯科治療の確保を、引 つづ はか き続き、図ります。 ふ かえ <振り返り> よこはまし し か ほけん いりよう せん た - しんしんしょうがい 横浜市歯科保健医療センター心身障害 じ しゃ し か しんりよう けんすう 児・者歯科診療件数 へいせい ねんど けん 平成27年度：9,773件 へいせい ねんど けん 平成28年度：9,797件 よこはまし しんしんしょうがい じ しゃ し か しんりよう じ ぎょうきょうりく 横浜市心身障害児者歯科診療事業協力 いりよう き かん 医療機関 しよ へいせい ねんど まつ 210か所(平成28年度末)</p>	すいしん 推進	<p>へいせい ねんど まつ 平成29年度末 し か しんりよう けんすう 歯科診療件数： けん 10,054件、 へいせい ねんど まつ 平成29年度末 ぎょうりよく いりよう き かん 協力医療機関： しよ 209か所</p>	○	すいしん 推進
<p>いりようてきけ あじ しゃ 医療的ケア児・者 とう し えん 等の支援のための かんけいき かん きょうぎ 関係機関の協議の ば せっち 場の設置 しんき 新規</p>	<p>いりようてきけ あじ しゃとう てきせつ し えん う 医療的ケア児・者等が適切な支援を受 けられるよう、平成30年度末までに、 ほけん いりよう しょうがいふくし ほいく きょういくとう 保健・医療・障害福祉・保育・教育等 かんけいき かん れんけい はか きょうぎ の関係機関が連携を図るための協議の ば せっち 場を設置します。</p>	-	-	-	すいしん 推進

⑧ 【見込み】

	へいせい ねんど 平成30年度	へいせい ねんど 平成31年度	へいせい ねんど 平成32年度
<p>いりようてきけ あじ しゃとう たい かんれんぶんや し えん 医療的ケア児・者等に対する関連分野の支援を ちやうせい こーでい ねーたー はいち 調整するコーディネーターの配置 しんき 新規</p>	じゅんぴ 準備	にん 1人	にん 1人

こーでい ねーたー ぐたいてきやくわり
コーディネーターの具体的役割

かぜ よぼうせつしゅ ばあい しゅじ いがい いりようてきけ あじ しゃ たいおう かのう ち
風邪や予防接種などの場合に、主治医以外でも、医療的ケア児・者の対応が可能な地
いき いりよう き かん あんない いりよう ふくし およ きょういく たぶんや し えん ちやうせい
域の医療機関を案内したり、医療、福祉及び教育などの多分野にまたがる支援を調整す
やくわり にな
るなどの役割を担います。

施策の目標・方向性

1 妊娠・出産に関する正しい知識の普及啓発及び妊娠・出産に関する相談体制の整備を進めます。

- 希望する妊娠・出産を実現できるよう、思春期から妊娠や不妊、出産に関する正しい知識を広く普及させ、啓発を進めます。
- 妊娠や不妊、出産に関する悩みや不安を持つ人が気軽に相談できるよう、不妊・不育に関する相談体制や女性のための健康相談への対応を充実させます。
- 様々な事情による予期せぬ妊娠等に関する問題を気軽に相談できるよう、「妊娠SOS相談窓口」（仮称）を設置し、相談者一人ひとりの置かれている状況を丁寧に受け止めながら、妊娠から出産に至るまでの切れ目のない相談支援を進めます。
- 妊娠中から産後までの心身の不安定な時期に必要な支援が受けられ、安心して子どもを産み育てられるよう、妊娠届出時に看護職による面接・相談が受けられる体制を充実させ、妊娠期から乳幼児期までの切れ目のない支援に取り組みます。

2 安心・安全な妊娠・出産に向けた産科医療及び小児医療を充実させます。

- 安心して出産できる環境を確保するため、医療機関における産科病床の増床や助産所の設置等と併せて、産婦人科の医師確保について支援を行います。
- 母子共に安心・安全な出産を迎えるため、妊婦健康診査の費用助成や妊婦歯科健康診査を行うとともに、受診勧奨を行います。
- 看護師による適切な対応方法や急病時に受診可能な医療機関を案内する、小児救急電話相談などの相談体制を確保します。
- 慢性疾患により長期にわたり療養を必要とする児童の健全な育成を図るため、医療費の自己負担分を補助します。

3 親子が地域で孤立せずに安心して育児ができるよう支援します。

- 出産前から赤ちゃんのいる生活を想定し、産後の家事・育児の準備ができるよう両親教室等を充実させます。
- 保健師等の専門職による妊産婦、新生児、未熟児等を対象とした訪問指導、養育の支援を必要とする家庭に対する育児支援家庭訪問を充実させます。
- 民生委員・児童委員などの地域の訪問員による「こんにちは赤ちゃん訪問事業」を充実させ、親子が地域で孤立せずに安心して育児ができるよう支援するとともに、地域で子育てしやすいまちづくりを推進します。

4 産前産後のケアを充実させます。

- 初めての子どもを育てる家庭等に対して、保健師、助産師等の専門職による母と子の健康状態や育児に関する不安・悩みの相談など、家族への支援を行う新生児訪問を充実させます。

- 産前産後の心身の負担や育児不安の生じやすい時期に、家事・育児の負担を軽減するため、ヘルパーを派遣し、子育て家庭を支援します。
- 心身共に不安定になりやすい出産直後の母子へのケア等を行う産後母子ケア事業に取り組み、乳幼児との関わりを具体的に支援することで、育児不安を早期に解消し、児童虐待の未然防止につなげます。

5 産後うつの早期発見、早期支援に取り組みます。

- 周産期医療機関と連携することで、育児に影響を及ぼす産後うつを早期に発見し、支援につなぐ仕組みをつくりまします。
- 産後うつに関する理解を促すため、妊婦やその配偶者等に対して、うつ病の知識、気付き方、対処方法などの普及啓発を進めます。

◆指標

指標	直近の現状値	目標値 (31年度末)
妊娠届出者に対する面接を行った割合	91.5% (25年度)	95.0%
第1子出生数に対する新生児訪問を行った割合	79.9% (25年度)	95.0%

主な事業・取組 ※毎年度の事業費については、財政状況等を踏まえ、予算編成において決定します。

○妊娠・出産に関する知識の普及啓発・相談支援の充実

大学等と連携した妊娠や不妊、出産に関する正しい知識の普及啓発等を行います。また、「不妊や不育に関する相談」の拡充や、予期せぬ妊娠等に関わる問題を気軽に相談できるよう「妊娠SOS相談窓口」（仮称）（※）を設置します。さらに、妊娠届出者に対する面接や女性のための健康相談を行います。

※「妊娠SOS相談窓口」（仮称）について

予期せぬ妊娠等について悩みを抱える方を孤立させないため、妊娠・出産に関する様々な悩みについて電話及びメールで相談に応じ、必要な方には支援を行いません。

○不妊不育相談・不妊治療費助成事業

不妊治療のうち、高額な治療費がかかり、医療保険が適用されない特定不妊治療（体外受精・顕微授精）について、経済負担の軽減を図るため、治療費の一部を助成します。

また、不妊や不育に悩む方に対して、不妊治療等に関する正確な情報提供や相談者が個々の状況に応じて対応を自己決定できるよう支援するため、不妊・不育専門相談を行います。

	【直近の状況】	【31年度末の目標】
特定不妊治療費助成件数	5,667件 (25年度)	6,000件

○妊婦健康診査事業 ※第5章に5年間の量の見込み、確保方策を記載

母子共に安心・安全な出産を迎えるため、妊婦健康診査を定期的に受診することができるよう、費用の助成や受診勧奨を行います。

	【直近の状況】	【31年度末の目標】
受診回数	372,490回(年間延べ) (25年度)	363,852回(年間延べ)

○歯科健康診査事業

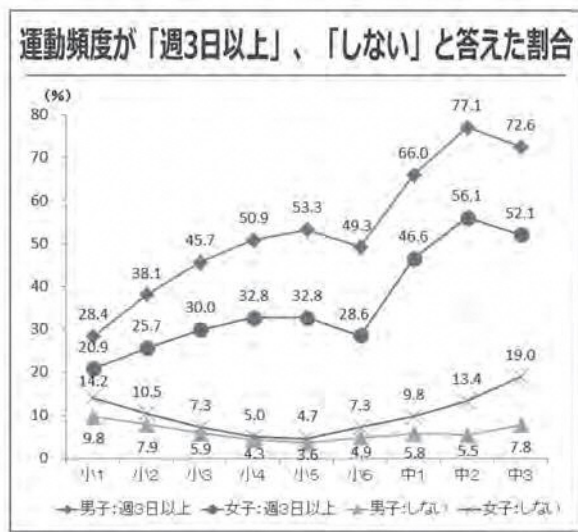
妊娠期の歯科疾患を早期発見、早期予防し、母体と胎児の健康の保持増進を図るため、妊婦歯科健康診査を行います。また、乳幼児の歯科疾患を早期発見、早期予防し、子どもの健全な発育を図るために、乳幼児歯科健康診査及び歯科相談を行います。

	【直近の状況】	【31年度末の目標】
①3歳児でむし歯のない者の割合	①86.0%	①88.7%
②妊婦歯科健診受診者数	②9,779人 (25年度)	②11,880人

施策2 健康な体づくり

■現状と課題

- 横浜市の児童生徒は、運動や健康に対する意識が高いのが特徴です。一方で、児童生徒の運動習慣については、運動する子どもとしない子どもの二極化や男女間の差が課題となっています。また、運動能力の状況は、経年変化を見ると僅かに上昇傾向にあるものの、依然として全国平均より低い状態にあります。
- 各学校では「体育・健康プラン⁵⁶」を作成し、運動習慣の確立に向けて、「体力向上1校1実践運動⁵⁷」等を行ってきました。しかし、健康な体づくりのためには、学校だけでなく、家庭や地域と連携して、体力向上や運動習慣・生活習慣の改善に取り組むことが必要です。また、「体力・運動能力調査」の結果を家庭等と共有するために、より効果的な方法が求められています。
- 新学習指導要領の実施に伴い、運動やスポーツを「する・みる・支える・知る」と多様な関わり方で親しむことが求められます。学校教育だけでなく、地域や行政、企業、大学等が連携する仕組みづくりを進める必要があります。
- 「ラグビーワールドカップ2019TM」及び「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会」に向け、はまっ子スポーツフェスティバル⁵⁸や中学校総合体育大会閉会式等にオリンピック・パラリンピアン等を招き、「本物」に触れる機会を設けてきました。
- 食育推進研修会において、食育実践推進校における保護者や地域と連携した食育の取組やブロックでの食育実践事例等、日常の食生活を改善する取組が報告、発信されました。推進校の実践を参考に、多くの学校において、日々の給食指導や、保護者や地域の生産者と連携した食育の取組を進めてきました。また、市や県の関連機関及び一般企業が実施している「食育出前講座」を受講する学校数が、延べ300校を超えるようになりました。
- 2017（平成29）年1月から、全中学校で横浜市配達弁当「ハマ弁」を実施しました。ハマ弁の利便性向上のため、ポイント制の導入やスマホアプリの開発を行いました。また、ハマ弁の良さを周知する取組として、小学校を対象にした食育セミナーや試食会を行いました。喫食率が2018（平成30）年3月時点で1.3%と低迷しています。
- 「第2期健康横浜21⁵⁹」中間報告において、生涯の健康づくりにおける学童期での健康教育の推進が求められています。歯・口腔では歯肉炎の割合の減少を目指した歯科保健教育を、家庭と連携して進めていくことが必要です。
- 「薬物乱用防止教育プログラム」（2016（平成28）年度）、「飲酒防止教育プログラム」（2017（平成29）年度）及び「喫煙防止教育プログラム」（2018（平成30）年度作成予定）を活用し、学校薬剤師等の外部講師と連携して、小学校段階から薬物乱用、喫煙及び飲酒の防止に関する教育を進めていく必要があります。
- 成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、部活動の適切な休養日や活動時間を設定することが重要です。また、生徒数の減少や顧問の長時間労働の問題等を踏まえ、部活動の在り方を見直す必要があります。



56 体育・健康に関する指導の全体計画で、各学校の実態を踏まえ作成するプラン。
 57 「体育・健康プラン」に基づく、自校の特色を生かした体力向上の取組。
 58 児童を対象とした4つの大会（体育大会、水泳大会、球技大会、体育実技発表会）の総称。
 59 生活習慣病等に着眼した横浜市の健康づくりの指針。

■主な取組

① 運動やスポーツと多様に関わる機会の創出	
<p>「ラグビーワールドカップ2019TM」「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会」を通して、運動やスポーツを「する・みる・支える・知る」と多様な視点から親しむことができるよう、学校と行政や企業、大学、NPO 等が連携してその機会を創出します。</p>	
取組名	取組内容
行政、地域、企業、大学等との連携による機会の創出	<ul style="list-style-type: none"> ● 運動やスポーツに「する・みる・支える・知る」と多様な視点から親しむことができるよう、学校と行政や企業、大学等をつなぐ仕組みの構築による機会の創出。
オリンピック・パラリンピック教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 全ての市立学校を「オリンピック・パラリンピック教育実施校」として指定し、公認マークの活用等による大会に向けた機運醸成及びオリンピック・パラリンピック教育の推進。 ● 「オリンピック・パラリンピック教育推進校」を指定し、アスリート等との交流や競技体験、教育課程内の様々な学校行事等によりスポーツとの多様な関わり方、ボランティアマインド、共生社会への理解等の学習を年間を通して実施。 ● オリンピアン・パラリンピアン⁶⁰の学校訪問や市が主催する各種大会等へのトップアスリートの招へい。
放課後の時間帯を活用した機会の創出 NEW	<ul style="list-style-type: none"> ● 放課後児童健全育成事業所⁶⁰の職員等に対し、子どもが運動やスポーツに親しむ活動を紹介する等により、放課後においても運動やスポーツと多様に関わる機会を創出。

② 「体力・運動能力調査」の活用による運動習慣の確立と体力向上	
<p>子どもの頃に、身体を動かす楽しさや喜びを味わうことを通して、生涯にわたってスポーツに親しみ、身体を動かす機会の増大を目指し、結果として、体力の向上を図ることができるようにします。</p>	
取組名	取組内容
☆体力向上に向けた科学的・分析的な取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> ● 全校児童生徒が実施する「体力・運動能力調査」を横浜市立大学データサイエンス学部等での分析を進め、学校の体力向上に向けた取組の改善。
総合的な健康に関する指導の全体計画としての「体育・健康プラン」の充実	<ul style="list-style-type: none"> ● 「体力・運動能力調査」の分析チャート等の活用による、客観的な根拠に基づく分析による実態把握、学校保健委員会⁶¹の取組等、生活習慣、運動習慣も含めた総合的な健康に関する指導の全体計画としての「体育・健康プラン」の改善への支援。
個人や保護者へのフィードバックの充実 NEW	<ul style="list-style-type: none"> ● 「体力・運動能力調査」の結果の推移や全国、市と比較できるよう改良し、個人や家庭等との共有につなげるためのシステムの構築。結果を保護者とも共有し、運動習慣の改善につなげる支援（個人シートの改良等）を実施。

60 「放課後キッズクラブ」や「放課後児童クラブ」等の子どもが安全で豊かな放課後を過ごすための居場所。

61 学校における健康に関する課題を研究協議し、健康づくりを推進する組織。校長、養護教諭等の教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者代表等で構成され、各学校に設置。

③ 食育の推進

学校だけでなく、家庭や民間企業等と連携し、より一層食育を推進していきます。栄養教諭を中核とした食育推進ネットワークを拡大するとともに、民間企業等による「食育出前講座」の利用促進にも努めていきます。また、横浜らしい中学校昼食を推進します。

取組名	取組内容
食育の推進	● 食育の授業を充実するために、家庭や民間企業等と連携し、栄養教諭を中核とするネットワーク活動を拡大しながら、学校、家庭、地域との協働による食育を推進。学校内の組織の確立、食の全体計画や年間指導計画の見直しを進め、計画的な食育を推進。食育推進の参考となるような実践事例の発信。
☆中学校昼食（ハマ弁）の充実	● 利便性向上に向けた取組を検討し、ハマ弁をより利用しやすくなる環境を整備。現行のハマ弁の事業期間は、2020（平成32年）年度までの5年間であり、それ以降については、選択制の良さを生かしながらも、様々な課題や意見等を踏まえ、昼食の充実を検討。

④ 健康・安全教育の推進

「第2期健康横浜21」を基に、生涯の健康づくりにおける学童期での健康教育を推進します。また、歯科医師会との連携による歯科保健教育や学校薬剤師との連携による薬物乱用防止教室を推進します。

取組名	取組内容
健康・安全教育の推進	● 規則正しい生活習慣の確立と病気の予防に関する教育、喫煙・飲酒・薬物乱用の防止に関する教育、日常生活における事故やけがの防止に関する教育等における、関係機関や家庭等と連携した取組の推進。
歯科保健教育の推進	● 学校、家庭、歯科医師会との連携による、生涯を通じた歯肉炎の割合の減少を目指す歯科保健教育の推進。
薬物乱用防止教室の推進	● 小学校段階から「薬物乱用防止教育横浜型プログラム」を活用し、学校薬剤師等の専門家と連携した薬物乱用防止教室を実施。中学校・高等学校でも引き続き全校で実施。

⑤ 持続可能な部活動の実現

持続可能な部活動を目指し、「部活動の指針」の改訂や、従来の部活動外部指導者に加えて、部活動指導員を配置するとともに、部活動休養日の設定、また、横浜の実態に応じた多様な部活動支援の方法を検討し、生徒の活動機会の保障や活動の質の向上、教員の負担軽減等を考慮した持続可能な部活動の実現に向けた取組を進めます。

取組名	取組内容
☆「横浜の部活動～部活動の指針～」の改訂 NEW	● スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を踏まえ、「横浜の部活動～部活動の指針～」を改訂。
☆部活動指導員の配置	● 部活動の顧問としての役割を担うことができる「部活動指導員」を配置し、その効果検証を踏まえて、配置を拡充。
☆部活動休養日の設定	● 「週に平日1日以上、土日どちらか1日以上」を部活動休養日として、全中学校及び特別支援学校中学部で設定。