

第3期

奥多摩町健康増進計画・食育推進計画

一人ひとりが主役になって

こころとからだの健康づくりに取り組む 元気なまち



平成31年3月

奥多摩町

奥多摩町健康増進計画・食育推進計画の策定にあたって

近年の急激な少子高齢化の進展は、全国レベルでの社会保障費の増大、認知症高齢者の増加など様々な問題を引き起こし、生産年齢人口の減少も重なって、地域生活を困難なものにしつつあります。

奥多摩町においても、全国や東京都を大きく上回るスピードで少子高齢化が進行し、医療費や介護費の増加や、地域活動の中心的な担い手となるべき若年世代の減少により、今後地域生活における負担が増大することが懸念されており、町全体で取り組むべき深刻な問題となっています。



そのような中、町民皆様が高齢になっても健康で、住み慣れた地域のなかで長くいきいきと暮らしていく、いわゆる「健康寿命」を伸ばすということが、皆様自身にはもちろん、地域の活性化、負担の軽減という面でも大変重要です。

国では、平成25年度からの10か年計画の「健康日本21（第2次）」を策定し、「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」、「生活習慣病の発症と重症化の予防の徹底」などを推進しており、また、東京都でも国の計画に沿った形で「東京都健康推進プラン21（第2次）」を策定しています。

町では、「第5期奥多摩町長期総合計画」における「誰もが元気で健康に暮らせる地域づくり」の指標である「健康寿命の延伸」を達成するため、このたび「第3期奥多摩町健康増進計画」及び「第3期食育推進計画」を策定いたしました。この2つの計画に沿い、「健康づくり」「食育」の両面から、町民皆様と関係機関、行政が一体となって、一人ひとりの健康から町全体の元気づくりを推進していきたいと考えております。

最後に、本計画の策定にあたり、貴重なご意見、ご提言をいただきました健康づくり推進協議会及び食育推進協議会の委員の皆様をはじめ、町民並びに関係者の皆様方に、心から感謝申し上げます。

平成31年3月

奥多摩町長 河村 文夫

目 次

第1章 計画策定にあたって

- 1 計画策定の背景と趣旨 3
- 2 計画の性格と位置付け 4
- 3 計画の期間 5

第2章 奥多摩町の健康・食育を取り巻く現状と課題

- 1 町の健康・食を取り巻く現状 9
- 2 町民アンケート調査結果からの主な現状等 16
- 3 町の健康課題と食育の課題 21

第3章 計画の基本的な考え方

- 1 計画の基本理念 27
- 2 計画の展開（体系図） 28
- 3 計画の数値目標（重点目標） 29

第4章 健康増進計画（第3期）

- 第1節 基本目標 33
- 第2節 計画の具体的内容 34
 - 1 健康づくりの意識の啓発 34
 - 2 「食」と「運動」を中心とする健康な生活習慣づくり 36
 - 3 健（検）診受診率の向上 45

第5章 食育推進計画（第3期）

- 第1節 基本目標 49
- 第2節 計画の具体的内容 50
 - 1 生涯にわたる健康的な食生活の普及 50
 - 2 体験型食育と地産地消の拡大 55
 - 3 食育を推進する地域活動への支援 58

第6章 計画の推進と進行管理

- 1 計画の基本的視点（推進・進行管理の考え方）…………… 61
- 2 推進・進行管理の具体的方法…………… 62

第7章 付属資料

- 資料1 「健康づくり推進協議会」設置要綱…………… 65
- 資料2 「健康づくり推進協議会」委員名簿…………… 67
- 資料3 「食育推進協議会」設置要綱…………… 68
- 資料4 「食育推進協議会」委員名簿…………… 70
- 資料5 計画策定までの経過…………… 71

第1章

計画策定にあたって

1 計画策定の背景と趣旨

わが国は、今や世界有数の長寿国となっていますが、平均寿命が延びる一方で、急速な高齢化とともに、がんや脳卒中、糖尿病等の生活習慣病やそれに伴う要介護状態・認知症の人の増加などが深刻な社会問題になっています。国では、膨張する医療費の抑制を図る観点からも2000（平成12）年3月、『21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）』を策定し、「壮年期死亡の減少」、「健康寿命の延伸」、「生活の質の向上」を目的として、従来にも増して発症そのものを予防する「一次予防」に重点を置いた対策の推進を打ち出しました。それを受けて、東京都においても、2001（平成13年）に『東京都健康推進プラン21』を策定しました。同計画は、早期発見・早期治療とともに発症予防に重点を置き、生活習慣病と寝たきりの予防に関する目標や健康づくり運動の推進方策などを示しました。

『健康日本21』を推進するため、国ではさらに「健康増進法」を制定して、2003（平成15）年5月より施行しています。また、2005（平成17）年7月には、健全な心身を培い豊かな人間性を育む「食育」の推進について定めた「食育基本法」を施行するとともに、2007（平成19）年4月には計画の中間評価を実施し、さらに、2008（平成20）年度からは、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査・特定保健指導」等を開始しました。

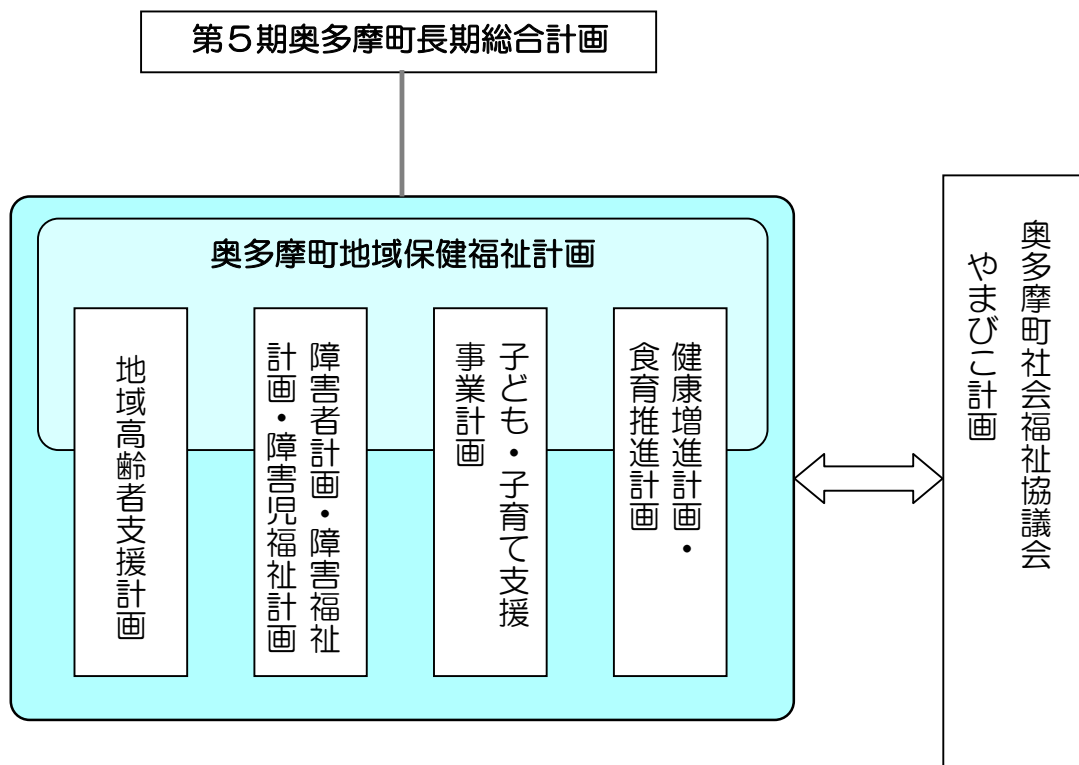
その後、国においては、2011（平成23）年度からの『第2次食育推進基本計画』、2013（平成25）年度からの『健康日本21（第2次）』が策定されています。

奥多摩町においても、2011（平成23）年度から、奥多摩の豊かな自然を町外にPRするための「森林セラピー事業」を町民の生活習慣病予防と健康増進の手立てとして取り入れた「森林セラピー健康づくり事業」を開始するなどの取り組みを進め、2013（平成25）年3月、『第2期奥多摩町健康増進計画』を策定しました。この計画の期間においては、2015（平成27）年度から、町内各地域の生活館に定期的に専門職が出向き、そこに集う住民に対して講話や体操、相談対応などを行う「健康相談事業」を開始するなどの取り組みを進めました。一方、食育の分野においては、2008（平成20）年3月に『奥多摩町食育推進計画（第1期）』を、2013（平成25）年3月に『第2期奥多摩町食育推進計画』を策定して取り組みを進めました。この2つの計画が、2018（平成30）年度末でそれぞれ計画期間終了を迎えました。

そこで、計画期間中の施策や事業、数値目標等の進捗、達成状況の調査・確認・評価を行うとともに、国・都の動向を踏まえた上で、第3期の「健康増進計画」および第3期の「食育推進計画」を、一体的に策定し、町民一人ひとりが地域の中で自分らしく心豊かに生活できるような取り組みを進めていくことにしました。

2 計画の性格と位置づけ

- ◇本計画は、健康増進法（第8条第2項）に規定する「市町村健康増進計画」（『健康日本21』地方計画）と食育基本法（第18条）の規定による「市町村食育推進計画」とを総合的・一体的に策定した計画です。「一次予防」を重視した健康づくり施策や「町民主体の健康づくり」を総合的に推進するとともに、胎児期（妊娠期）・乳幼児期から取り組み始め各ライフステージをつなぐ食育の推進を図ることを目的にします。
- ◇本町の最上位計画『第5期奥多摩町長期総合計画』の部門計画として策定し、その理念・方向性を反映して目標を設定し、実現に向けて取り組んでいくものです。
- ◇国、東京都それぞれが策定した関連の指針、計画等や、『奥多摩町地域保健福祉計画』、『奥多摩町地域高齢者支援計画』など町が策定した各種計画等との整合・連携を図ります。
- ◇町民一人ひとりの主体的な健康づくりの取り組みと、その活動を社会全体で支えていくための諸活動の指針となる計画です。

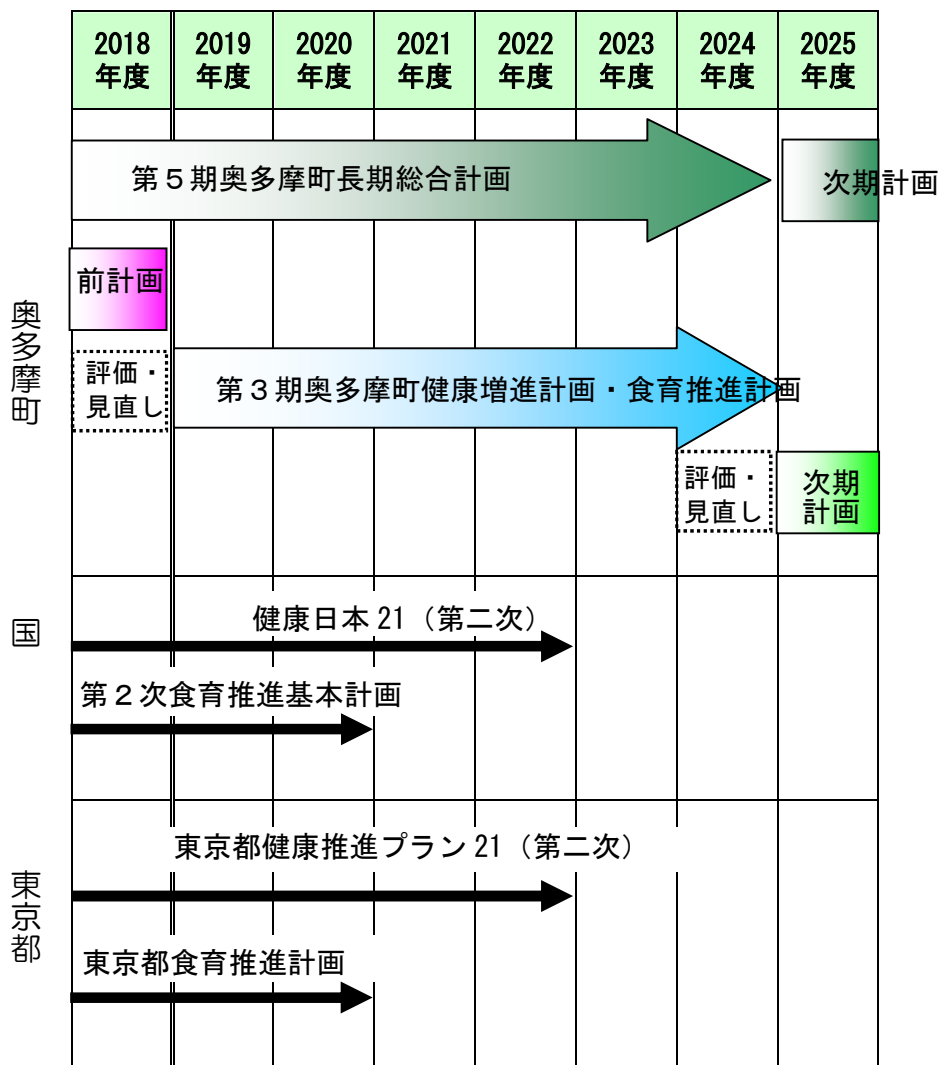


3 計画の期間

本計画の計画期間は、2019（平成 31）年度から 2024（平成 36）年度までの 6 か年とします。

なお、上記期間中でも、社会経済情勢の変化等により必要が生じれば、それに応じて部分的変更、見直し、追加等を行うこととします。

また、最終年度に「最終評価」を実施し、結果を次期計画に反映させます。



第2章

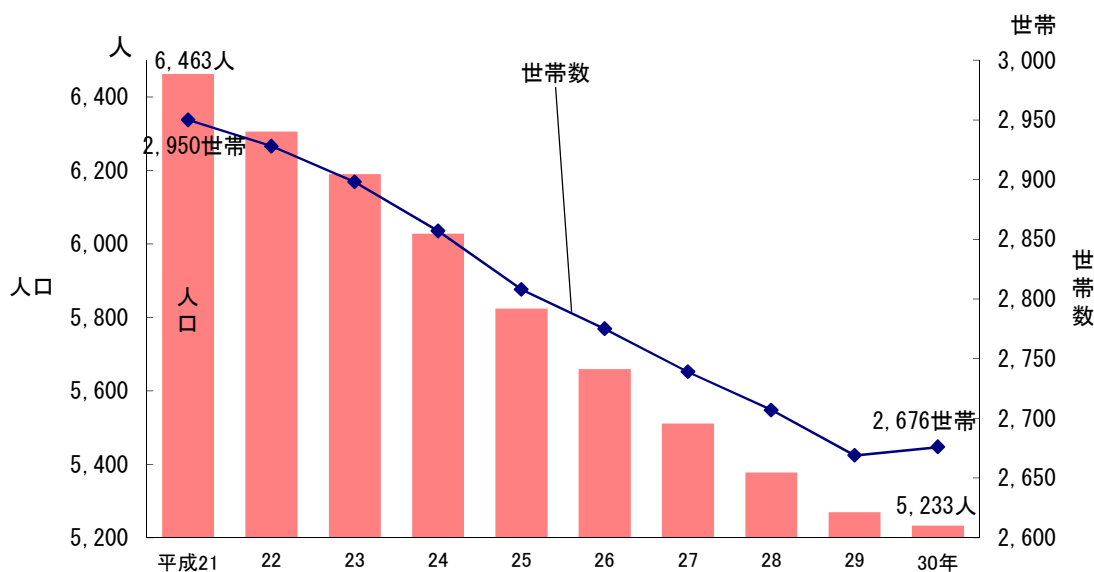
奥多摩町の健康・食育を
取り巻く現状と課題

1 町の健康・食を取り巻く現状

(1) 人口・世帯数等

本町の人口は、2018（平成 30）年 1 月現在 5,233 人となっており、1997（平成 21）年以降年々減少しています。また、世帯数もほぼ毎年減少しています。世帯数の減少よりも人口減の方が急激であるため、平均世帯人員は、1997（平成 21）年の 2.2 人から 2018（平成 30）年の 2.0 人へと微減しています。

人口・世帯数の推移



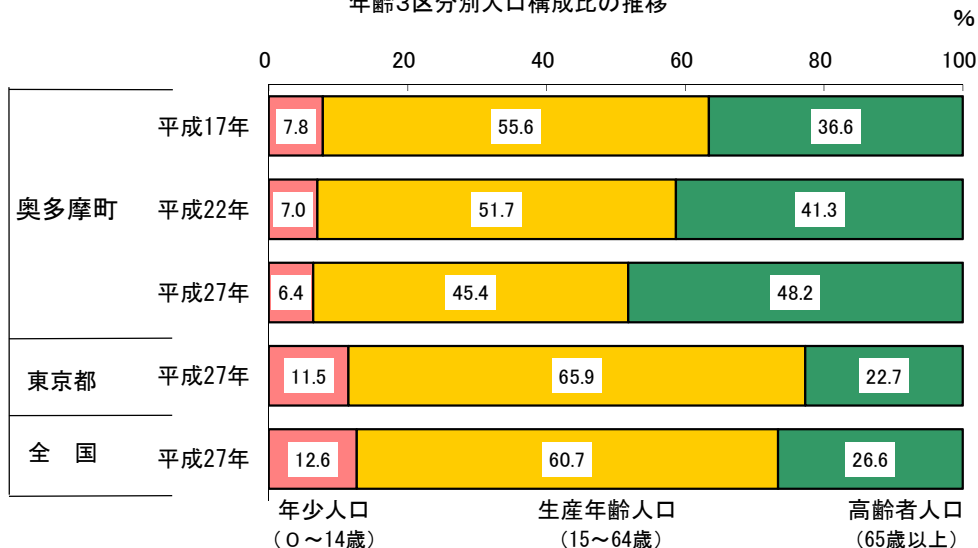
注：各年 1 月 1 日現在

資料：東京都人口統計課資料

(2) 人口構成

本町においても少子高齢化が進行しており、高齢化率（65 歳以上人口の割合）は全国や東京都の値を大きく上回り、2015（平成 27）年には半数近くに達しています。

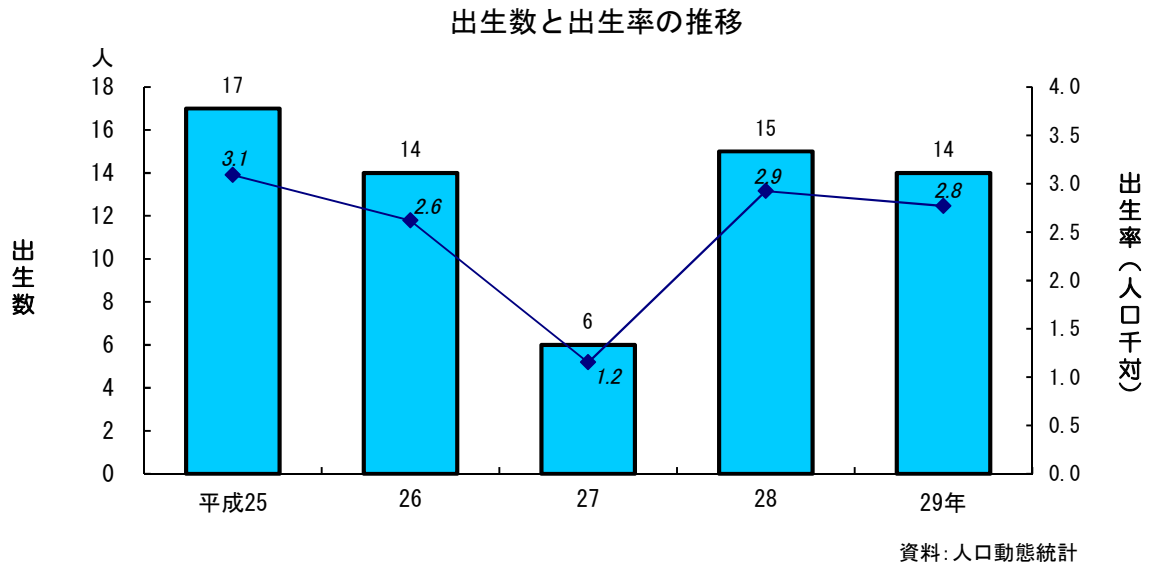
年齢3区分別人口構成比の推移



注：年齢不詳は除いてあるため、合計が 100%にならない項目があります。

(3) 出生数と出生率

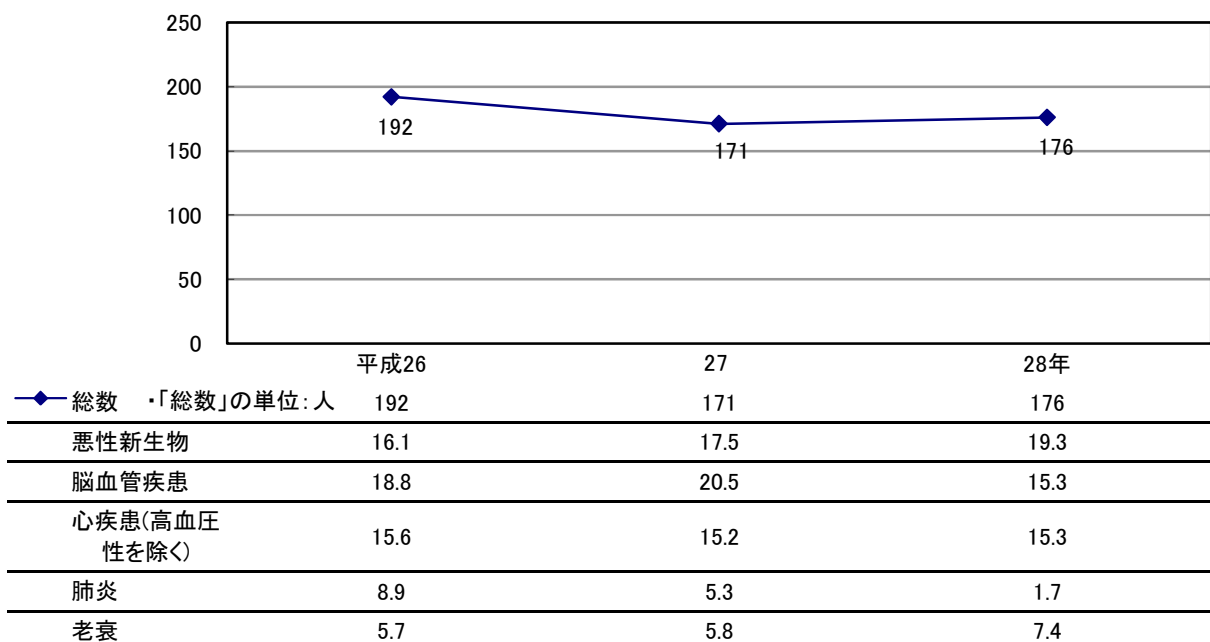
本町の出生数は、近年は2015（平成27）年に大きく減少したのを除き、例年15人前後で推移しており、出生率については、出生数とほぼ同じカーブを描いて推移しています。



(4) 死亡数と死因別内訳

近年、本町の死亡者数はほぼ横ばいになっており、また、悪性新生物（悪性腫瘍）の割合が増加する傾向にあります。肺炎は、反対に年々減少しています。

死亡数と主要死因別内訳の推移

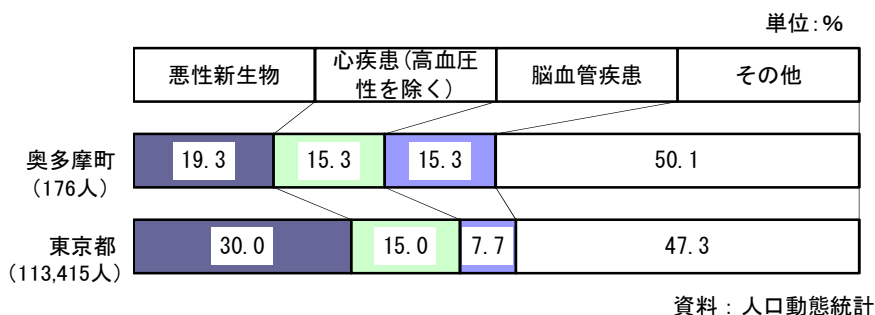


注: 各疾患等の数値は、「割合(単位: %)」を表す

資料: 人口動態統計

悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の三大疾病が、平成28年では総死亡数の49.9%を占めており、これは、東京都全体をやや下回っています。

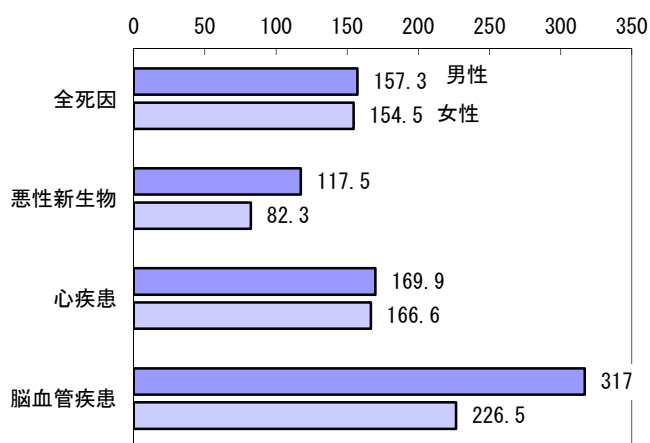
主要死因別内訳（平成28年）



「標準化死亡比」では、心疾患・脳血管疾患のいずれも全国基準値（100.0）を大きく上回っており、特に男性の脳血管疾患の値は300を超えています。

本町の特徴として、脳血管疾患、心疾患といった血管に関する死因が相対的に大変多いことが分かります。

標準化死亡比（平成20～24年）



* 「標準化死亡比」とは：

年齢構成の違いの影響を除いて死亡率を全国と比較したものであり、おもに小地域の比較に用います。標準化死亡比が基準値（100）より大きいということは、その地域の死亡状況が全国より悪いということを示し、反対に基準値より小さいということは、全国より良いということを示します。

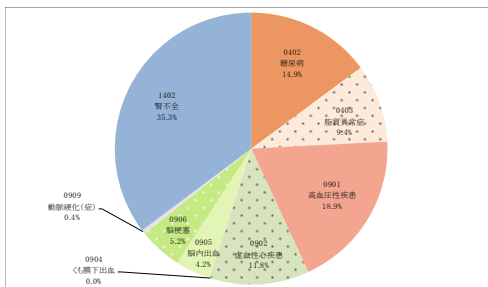
(5) 医療費の状況など

■生活習慣病医療費

平成 28 年 4 月～29 年 3 月診療分（12 か月分）のレセプトから生活習慣病に関する医療費と患者数を算出したところ、医療費上位の疾病は「腎不全」分（6,150 万円）、「高血圧性疾患」分（3,296 万円）、「糖尿病」分（2,590 万円）となっています。

生活習慣病の医療費

疾病分類(中分類)	医療費(円) ※	患者数(延人数)	患者一人当たりの医療費(円)
0402 糖尿病	25,907,693	406	63,812
0403 脂質異常症	16,311,465	411	39,687
0901 高血圧性疾患	32,969,234	559	58,979
0902 虚血性心疾患	20,540,412	174	118,048
0904 くも膜下出血	42,408	5	8,482
0905 脳内出血	7,351,577	44	167,081
0906 脳梗塞	9,000,585	87	103,455
0907 脳動脈硬化(症)	0	0	0
0909 動脈硬化(症)	771,723	48	16,078
1402 腎不全	61,500,863	61	1,008,211



データ化範囲(分析対象)…入院(DPCを含む)、入院外、調剤の電子レセプト。対象診療年月は平成 28 年 4 月～平成 29 年 3 月診療分(12 か月分)。資格確認日…各月、1 日でも資格があれば分析対象としている。

医療費分解技術を用いて疾病毎に点数をグルーピングし算出。

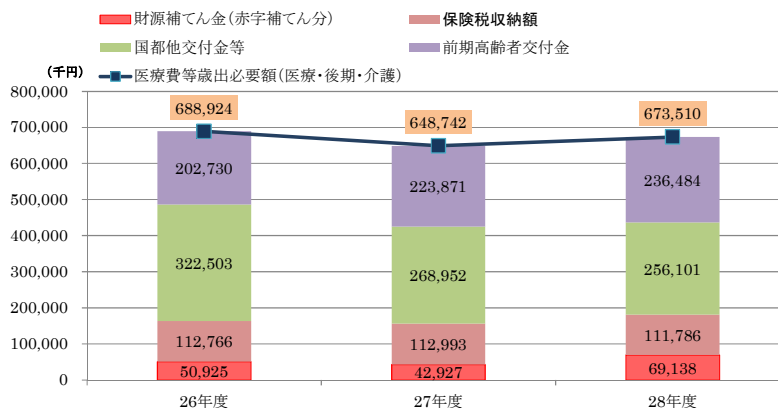
厚生労働省「特定健康診査等実施計画作成の手引き(第 2 版)」に記載された疾病中分類を生活習慣病の疾病項目とする。

※医療費…中分類における疾病項目毎に集計するため、データ化時点で医科レセプトが存在しない(画像レセプト、月遅れ等)場合集計できない。そのため、他統計と一致しない。

■国民健康保険財政状況

平成 26 年度から同 28 年度の「国民健康保険特別会計」における歳入と医療費等歳出必要額の状況は下記のようになっています。国民健康保険は受益者負担(保険税)5割・公費負担5割が原則ですが、本町では被保険者数が少なく所得水準も低いことから保険税収入だけでは歳出の5割を賄うことは到底できないため、毎年、一般会計から約 4,000 万円の法定外繰入れ(赤字繰入れ)を行わざるを得ない状況となっています。

国民健康保険財政の状況



(6) 特定健康診査・特定保健指導

「特定健康診査」の受診率は近年、微増を示しており、2017（平成 29）年度は 40.0% となっています。また、「特定保健指導」の利用率については、隔年で大きく変動し、乱高下を示しています。

①特定健康診査・特定保健指導実施率

項 目	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度
特定健康診査受診率	35.4% (35%)	38.1% (40%)	38.3% (45%)	38.9% (50%)	40.0% (50%)
特定保健指導利用率	31.6% (32%)	23.4% (38%)	32.7% (44%)	21.4% (50%)	36.5% (50%)

資料：奥多摩町事務報告書

注 1 () 内は、『奥多摩町特定健康診査等実施計画における目標値。』

- 2 特定健康診査の対象者…町の国民健康保険加入者のうち、実施年度中に 40～74 歳になる方（施設入所者等は除く）。

②特定健康診査・特定保健指導実施状況

項 目	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度
40 歳～74 歳 被保険者数	1,474 人 (1,477 人)	1,475 人 (1,455 人)	1,422 人 (1,436 人)	1,452 人 (1,402 人)	1,377 人 (1,367 人)
特定健康診査 受診者数	522 人 (517 人)	562 人 (582 人)	546 人 (646 人)	565 人 (702 人)	551 人 (820 人)
特定保健指導 対象者数	57 人	47 人	55 人	56 人	63 人
特定保健指導 利用者数	18 人 (58 人)	11 人 (65 人)	18 人 (72 人)	12 人 (87 人)	23 人 (102 人)
生活機能評価 同時実施者数	—	—	—	—	—

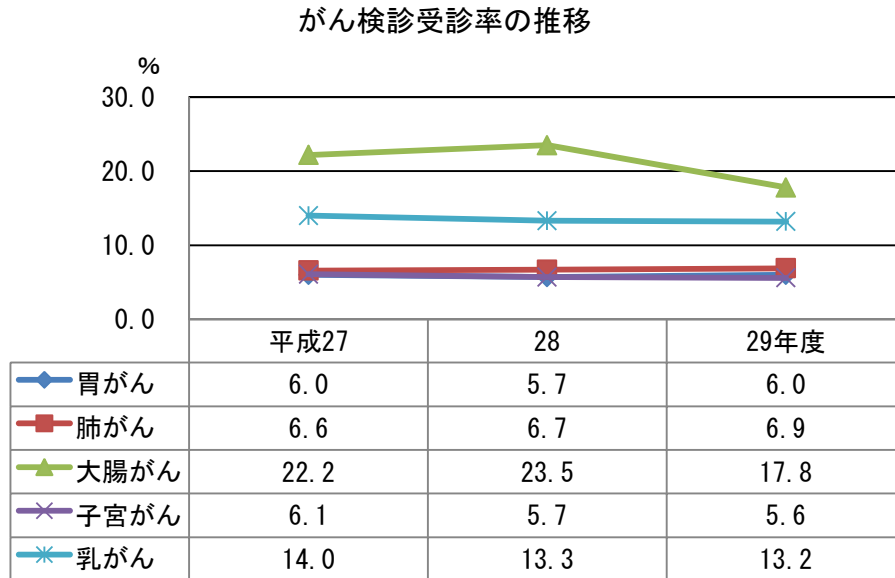
資料：奥多摩町事務報告書

注 1 () 内は、奥多摩町特定健康診査等実施計画における見込者数。特定保健指導利用者数（見込）は、国の特定保健指導対象者発生率（24.9%）を用いている。

[29 年度算出] 820 人×24.9%×50%≒102 人

(7) がん検診

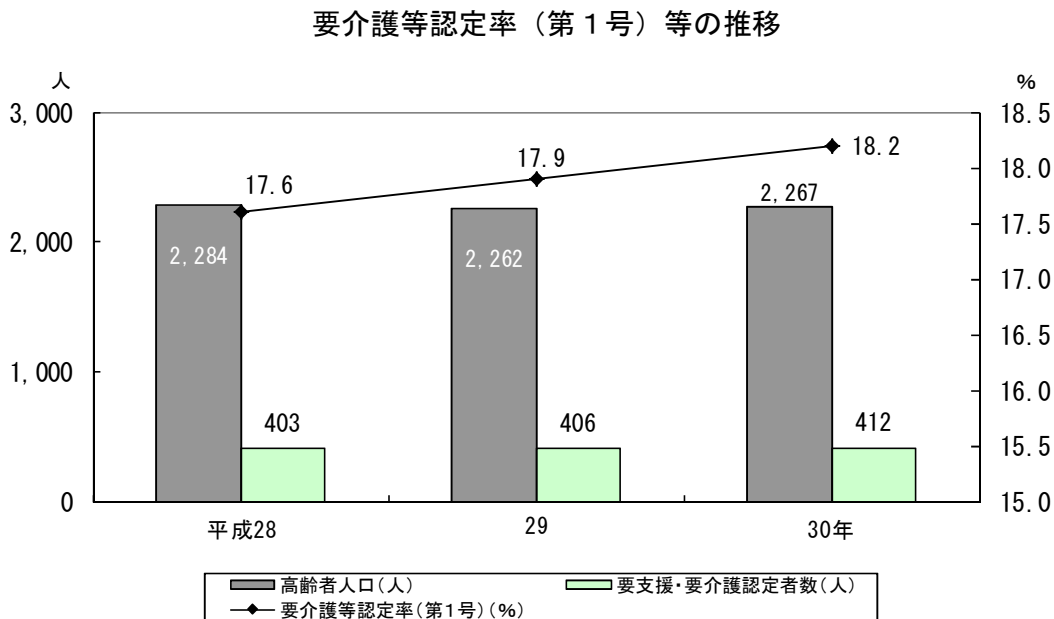
近年はいずれの年度も「大腸がん」検診の受診率が最も高く、「乳がん」が続いています。各年度で、年による変動はほとんどみられません。



資料：奥多摩町事務報告書

(8) 要介護等認定

近年は、要介護・要支援認定者の、第1号被保険者（＝高齢者）全体に対する割合（認定率）は年々微増を示しており、2018（平成30）年には18.2%となっています。



注：・各年3月31日現在
・「認定者数」は第1号被保険者のみ

資料：奥多摩町事務報告書

また、認定者の中では「要介護4」が約2割と最も多く、次いで多い「要介護5」(16.7%)も合わせて、3分の1強が重度認定ということになります。

要介護・要支援認定者数（平成29年度）

単位：人

	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
第1号被保険者	51	45	50	52	62	83	69	412
65歳から74歳	8	3	8	4	2	10	5	40
75歳以上	43	42	42	48	60	73	64	372
第2号被保険者	1	0	0	2	1	1	1	6
総数	52	45	50	54	63	84	70	418
割合(%)	12.4	10.8	12.0	12.9	15.1	20.1	16.7	100

注：平成30年3月31日現在

資料：奥多摩町事務報告書

2 町民アンケート調査結果からの主な現状等

(1) 調査の概要

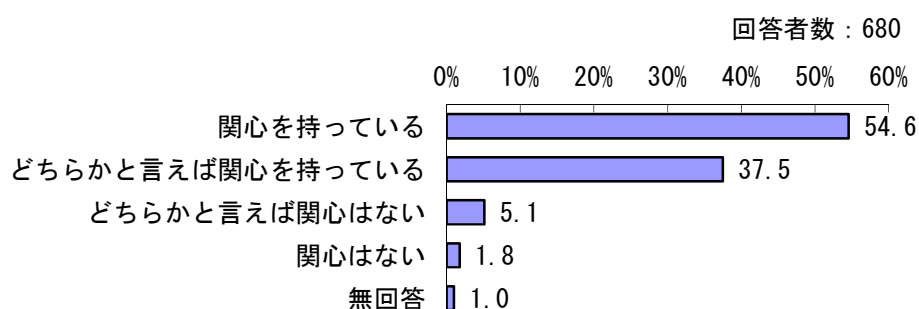
本計画の策定にあたって、町民の方々を対象に、2018（平成30）年9～10月にアンケート調査を実施しました。その調査の概要は次のとおりです。

アンケート調査の実施概要

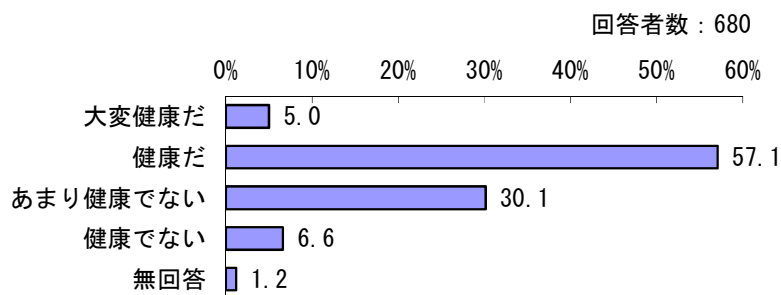
(1) 対象者	16歳以上の町民
(2) 対象者数	1,500人
(3) 抽出方法	無作為抽出
(4) 調査方法	郵送による配付、回収
(5) 実施時期	2018（平成30）年 9月中旬～10月9日
(6) 回収結果	
・有効回収数	680票
・有効回収率	45.3%

(2) 自身の健康への関心と“主観的健康観”

日頃からの自分の健康への関心について尋ねたところ、「関心を持っている」という回答が過半数を占めて最も多く、次いで「どちらかと言えば関心を持っている」が多くなっており、両回答を合わせた“一定以上関心を持っている”の割合は9割を超えて圧倒的に多くなっています。

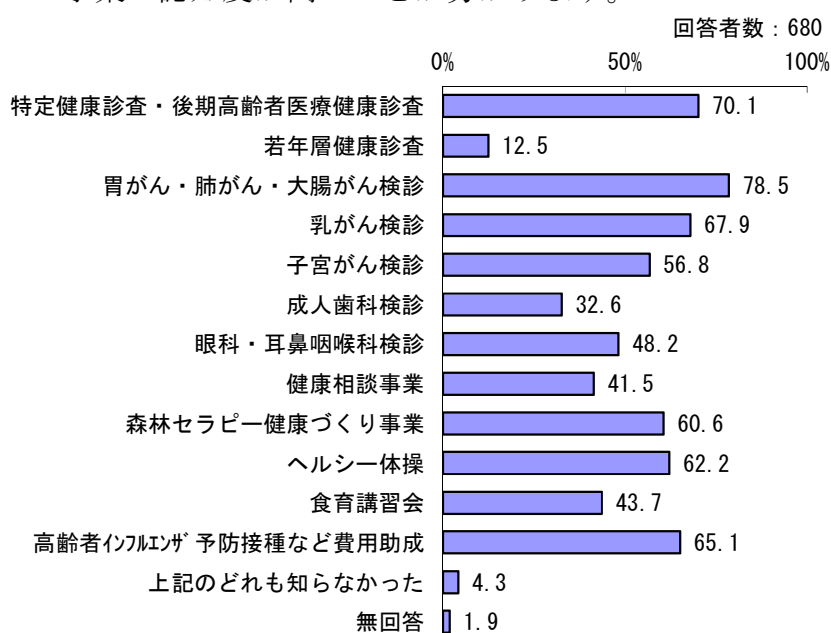


日頃自身を健康だと思うかどうかでは、「健康だ」という人が過半数を占めて最も多く、次いで「あまり健康でない」が多くなっています。また、「大変健康だ」と「健康だ」を合わせた“一定程度以上健康”の割合は、6割台となっています。

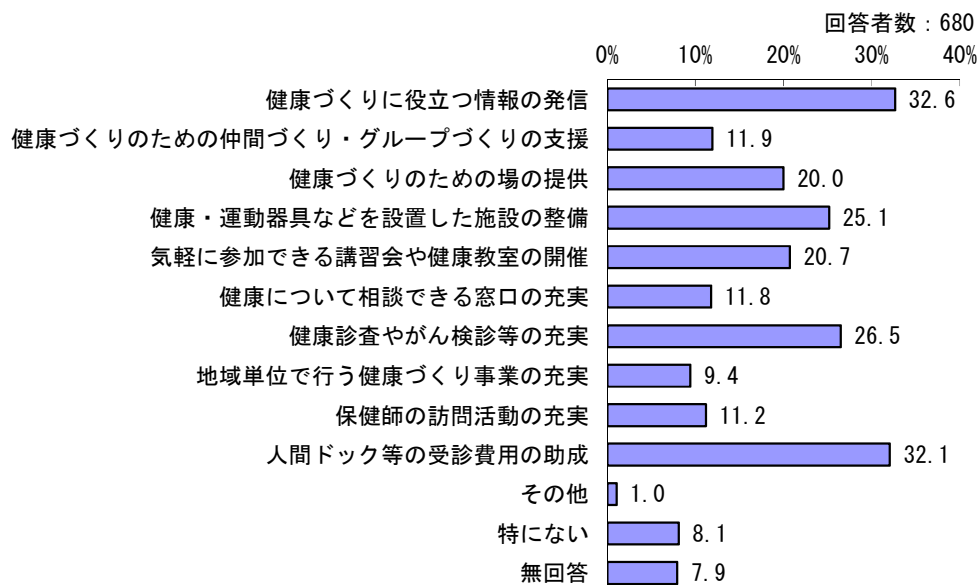


(3) 町の事業について

本町の事業の認知状況に関して、認知度が高いものは「胃がん・肺がん・大腸がん検診」と「特定健康診査・後期高齢者医療健康診査」で、認知度7割を超えています。“健診・検診関連”の事業の認知度が高いことが分かります。

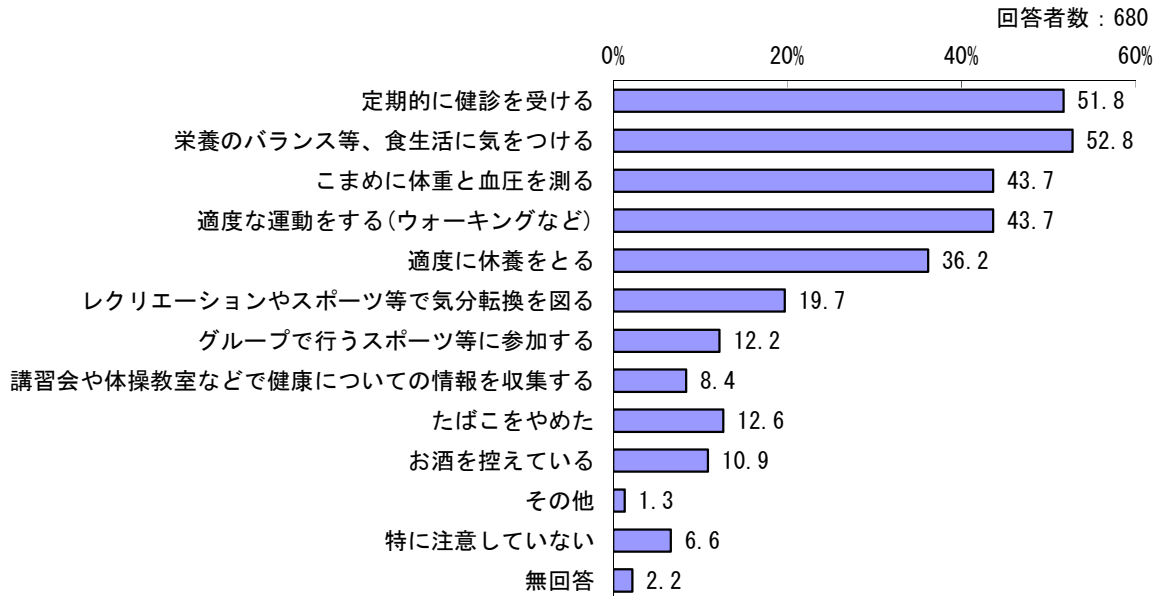


町民の健康づくりのために町が実施すべきだと思う事業としては、「健康づくりに役立つ情報の発信」、「人間ドック等の受診費用の助成」が3割台と多くなっています。



(4) 健康について注意していること

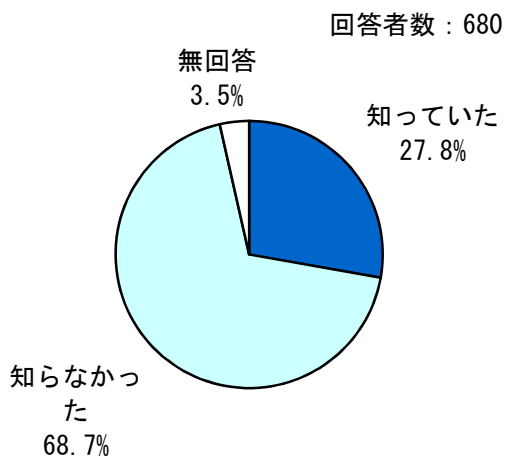
日頃、健康について注意していることとしては、「栄養のバランス等、食生活に気をつける」と「定期的に健診を受ける」という回答が半数を超え、多くなっています。



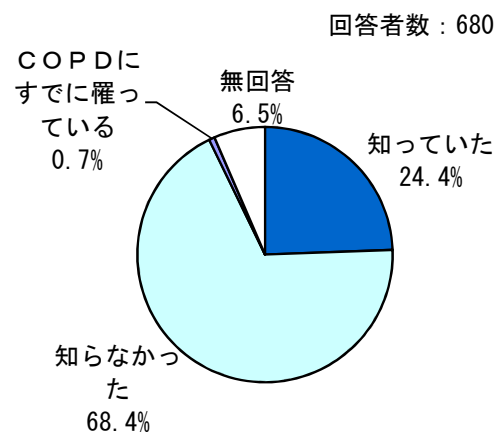
(5) 用語の認知度について

健康・健康づくりに関連のある用語「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知状況については、認知度はいずれも4分の1（25%）程度で、「知らなかった」の割合が7割近くを占めています。今後も継続して周知に努めることの必要性がうかがえます。

〈ロコモティブシンドローム〉

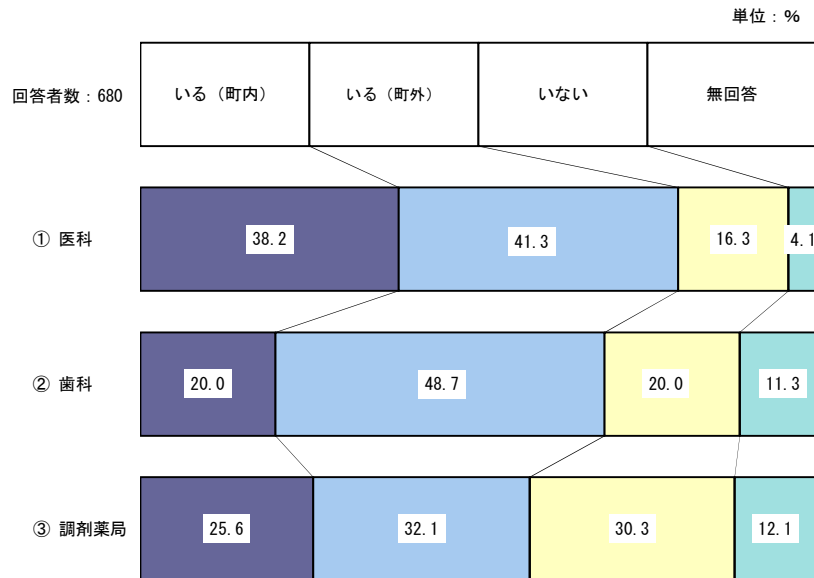


〈COPD〉



(6) 「かかりつけ医」等の状況

かかりつけの医師などについて、町内・外を合わせた「いる」の割合は、医科（内科・外科・眼科・胃腸科など）、歯科、調剤薬局で順に 79.5%、68.7%、57.7%となっており、調剤薬局が最も少ないことが分かります。しかし、「いる（町内）」に限定してみると、歯科はちょうど2割で、最も少なくなります。



(7) 「保健推進員」について

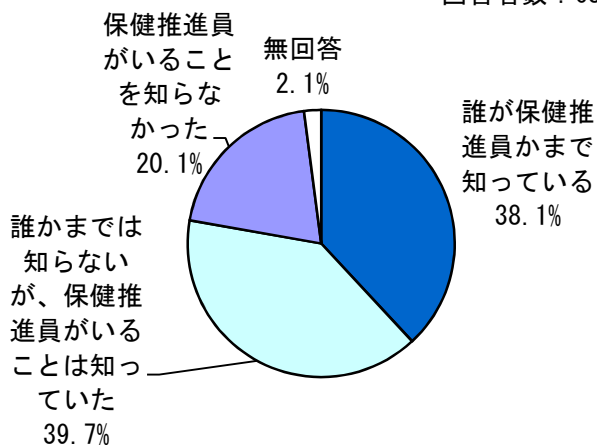
自治会ごとに配置されている町の「保健推進員」に関し、住んでいる地域の保健推進員について、最も多かった「誰かまでは知らないが、保健推進員がいることは知っていた」と、僅差で続く「誰が保健推進員かまで知っている」という回答はそれぞれ4割弱、一方、「保健推進員がいることを知らなかった」は約2割となっています。

また、保健推進員の活動の認知状況については、「知っていた」が6割程度となっています。

各保健推進員は地域向けに健康づくり活動を行っており、今後も、その存在や取り組み内容に関する広報・周知に努めていくことが重要になると考えられます。

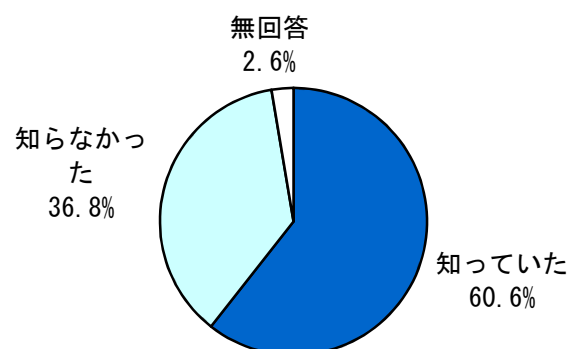
〈保健推進員の認知状況〉

回答者数：680



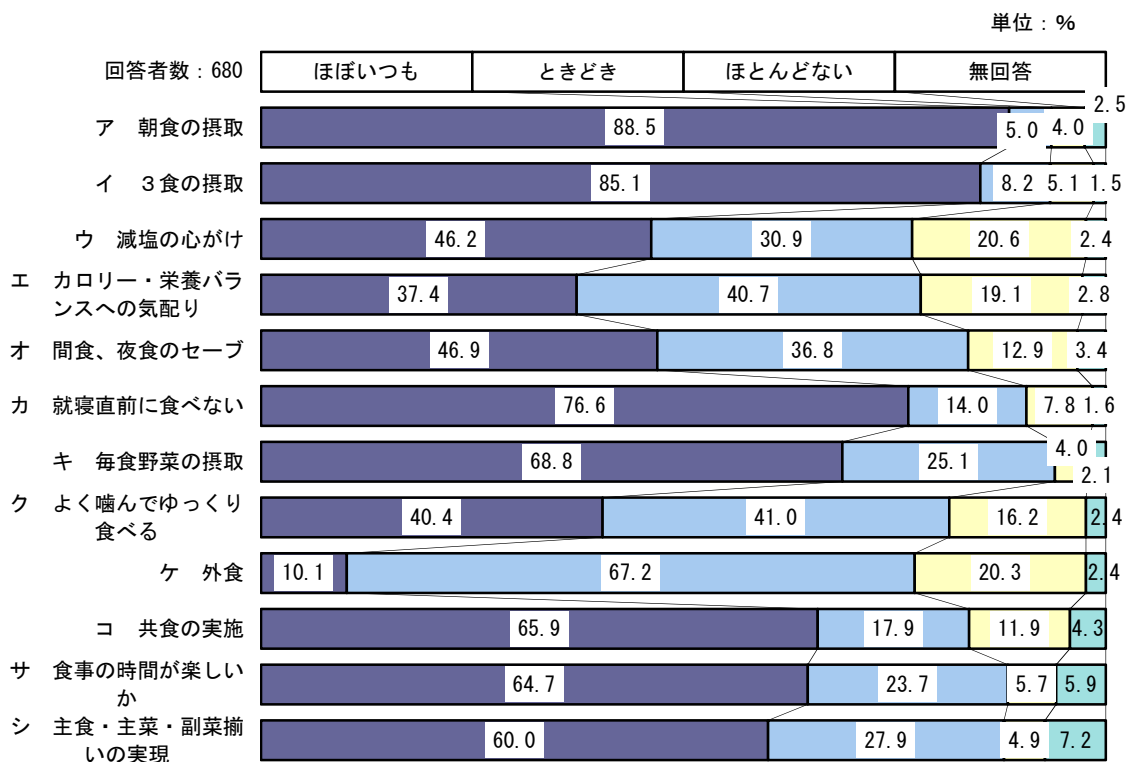
〈保健推進員の活動の認知状況〉

回答者数：680



(8) 食生活のようす

食生活のようすについては、「ほぼいつも」が最も多くなっている項目が多いですが、“食事のカロリー・栄養バランスを気にするか”と“よく噛んでゆっくり食べるか”、“外食をすることがあるか”では「ときどき」が最も多くなっています。また、そのほか“食事を減塩にするように心がけているか”と“間食、夜食を控えているか”で「ときどき」が比較的多くなっています。「ほとんどない」は、“減塩の心がけ”と“外食をする”で2割を超えて多くなっています。



3 町の健康課題と食育の課題

(1) 健康関連各分野の課題

【前項までの内容の総括】

本町では人口・世帯数がともに減少しています。また、少子高齢化も全国や東京都を大きく上回るスピードで進行しています。高齢層では要支援・要介護認定率が上昇しており、その改善・緩和を図る観点からも、町民の健康寿命・平均寿命延伸のための積極的な健康づくりの取り組みの重要性が増しています。また、高齢者に対しては、「フレイル対策」という観点を取り入れ、心身状況の悪化を防ぐ取り組みも重要になっています。

町民アンケート調査の結果では、日頃から自分の健康に「関心を持っている」という回答が過半数を占めて最も多く、次いで「どちらかと言えば関心を持っている」が多くなっており、両回答を合わせた“一定以上関心を持っている”の割合は9割を超えて圧倒的に多くなっています。しかし一方で、20歳代から40歳代までの比較的若年の層を中心に「関心はない」と回答した人がみられます。また、20歳代から50歳代の方のうち、自分を「あまり健康でない」「健康でない」と回答した方が約3割となっており、特に20歳代から50歳代の層に対し、若年のうちから健康に関心を持ち「自分の健康は自分で創る」といった意識を普及・啓発していく必要があります。

アンケート調査の結果では、健康づくりのために町が実施すべきだと思う事業はという質問に対し、「健康づくりに役立つ情報の発信」、「人間ドック等の受診費用の助成」という回答が多くなっています。「受診費用の助成」を求める声は、自由記入式質問の回答の中でも多くみられ、対応の検討が必要です。

健康づくりを支援する町の「保健推進員」に関して、「保健推進員がいることを知らなかった」が約2割、「保健推進員が、各地域向けに健康づくり活動を行っていることを知らなかった」が3割超となっており、今後も、その存在や取り組み内容に関する広報・周知に努めていくことが重要になります。

以下、『健康日本 21』により国から示された健康づくりに関するそれぞれの分野ごとに課題を取りまとめて示します。

【栄養・食生活】

町民アンケート調査における食生活に関する質問に対して、「食事は減塩にするよう心がけている」、「食事のカロリー・栄養バランスを気にする」、「よく噛んでゆっくり食べる」について「ときどき」または「ほとんどない」と回答した方が5割を超えており、また、「食事は減塩にするよう心がけている」、「間食、夜食を控えているか」では「ほとんどない」との回答が2割を超えています。

統計資料からは、本町では血管に関する死因が相対的に大変多いことが明らかとなり、適切な栄養バランスや健康な食生活という観点からの健康づくりの取り組みも重要となっています。

【身体活動・運動】

町民アンケート調査の結果では、「運動習慣者」の要件とされる「1日30分以上の運動を週に2回以上実施し、それを1年以上続けていますか」という質問に対して、「していない」という回答が半数を超えています。運動習慣の重要性やロコモティブシンドロームに関する知識の普及啓発、体操やウォーキングなど運動習慣づくりのための取り組みが必要です。

また、この回答を職業別でみると、運動習慣が無い人が会社員と自営業で7割台を占めて多く、こうした方が、無理なく運動に取り組んでいけるような機会や場の整備・提供などが望まれます。

【歯と口の健康】

町民アンケート調査の結果では、現在、歯や口の健康のために「ときどき歯や歯ぐきを自分で観察する」、「年に1回以上歯石を取ってもらう」、「年に1回以上歯科健診を受けている」、「舌を磨くようにしている」と回答した方の割合がそれぞれ3割未満となっています。また、歯や口の健康のために「特に何もしていない」という人が1割弱みられ、また、「口の体操や唾液腺マッサージをしている」という人は5%しかみられませんでした。

歯科健診の充実を図るとともに、これらの事項について一層の周知・啓発の取り組みの推進が必要になっています。

【休養と心の健康】

今までに自殺を考えるほど悩んだことは「ない」という回答が4分の3強で最も多いものの、次いで多かった「ある（過去1か月より前に）」も1割強みられます。

また、「自分に合ったストレス解消法」や「悩みやストレスを感じた時相談できる人」の有無について「ある」、「いる」とした回答がともに6割台と多いものの、「ない」「いない」人では不満等につながっており、課題を示しています。

【喫煙、飲酒】

喫煙については、町民アンケート調査において、喫煙していない方が8割を超えています。

飲酒については、「毎日飲酒している」または「週に3～5日程度飲酒している」という方が60歳代の男性で約6割、70歳以上の男性で約5割となっており、他の世代や女性と比較して非常に多くなっています。「1日の適度な飲酒量」の知識を持っている人も前回調査時よりも減少しており、特に高齢の男性に対して、飲酒に関する正しい知識の普及・啓発活動を一層進めていくことが重要になります。

(2) 食育分野の課題（食に関する交流の推進・食文化の継承等）

町民アンケート調査において、食生活やマナー、栄養、食分野、農業や農産物について、また、それらに関する町民への啓発や子ども達への教育に関して、課題と感ずることがあるか質問しました。

その結果、「栄養の偏った食事をとっている人が多い」、「食生活、食習慣が乱れてきている」という項目に対しては、「そう思わない」との回答が4割から5割と、「そう思う」「わからない」との回答を大きく上回りました。

しかし、「子どもたちが農作業や料理を体験する機会が少ない」、「奥多摩で作られた農産物に触れる機会が少ない」、「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な食文化が失われつつある」、「食に関する正しい知識を学ぶ機会が少ない」という課題については、「そう思う」という方が4割から5割となっています。

食生活の偏りや乱れまでは感じないものの、奥多摩の自然と地元産食材を生かした料理やそれらに触れる機会が少なくなっていること、それも含めて食に関する知識を学べる場が減っていることは、町民も課題として感じていることがうかがえます。

挙げられた選択肢の事項以外で食や栄養に関して日頃問題に感じていることを尋ねたところ、『『地域や家庭で受け継がれる伝統的な食文化』がそもそもわからない』、「高齢化もあり、一人で食事をする人が多いため、食事に対して重要とは考えなくなっているように思う。食事作りがめんどろになっている」、「情報が多すぎて、すべて取り入れるには難しいところがある」、「ひとり生活等で孤立している方が結構多いので食事が片寄り気味になりやすく、美味しく感じない事がありがちだと思うので、食事会（持ち寄りも含めて）等のコミュニティを充実できると良いです」などの意見・指摘が示されています。

第3章

計画の基本的な考え方

1 計画の基本理念

『第5期奥多摩町長期総合計画』では、「第2編 基本構想」の中で、「誰もが元気で健康に暮らせる地域づくり」を、健康分野の取り組みの基本方針として示しています。

また、『奥多摩町地域保健福祉計画』では、基本理念を「一人ひとりがささえあい みんなでつくるまち 奥多摩」、基本目標の一つを「心身ともに豊かな生活をめざして」としています。

一方、『奥多摩町健康増進計画（第2期）』と『第2期奥多摩町食育推進計画』では、計画の基本理念をそれぞれ「一人ひとりが主役 まるごと元気なふるさとづくり」、「食を通してこころとからだの健康づくり」と定め、さまざまな取り組みを進めてきました。

以上のことを踏まえて、本計画の基本理念を、

一人ひとりが主役になって
こころとからだの健康づくりに
取り組む元気なまち

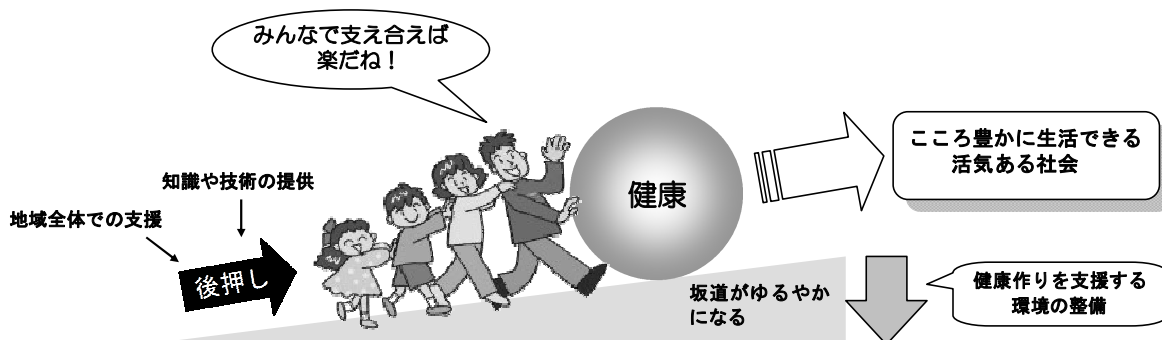
として、町の自然や地域資源を有効活用しながら健康づくり・食育の計画を推進していきます。

◇「ヘルスプロモーション」の考え方

「ヘルスプロモーション」とは、WHO(世界保健機関)が提唱している21世紀の健康戦略で、「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」と定義されています。

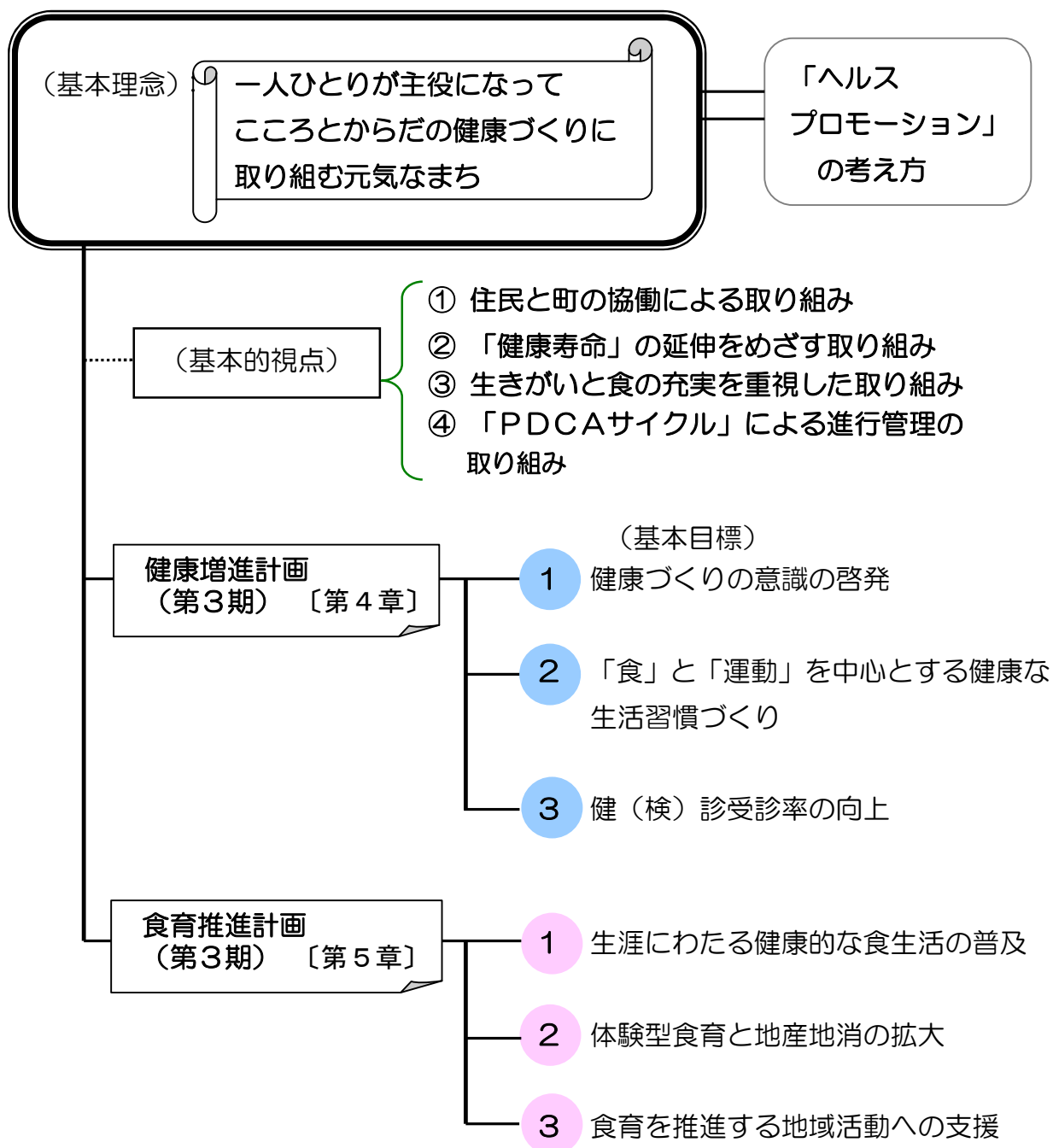
本町では、この考え方に基づき、生活の質を高めることを目標として、住民一人ひとりが主体となって自らの健康づくりを進めていくことを町や地域など周囲が協力して支援し、協働による健康づくりを図ることとしています。

『ヘルスプロモーション』に基づく町民一人ひとりが主役の健康づくり・食育のイメージ図



(WHO「ヘルスプロモーションに関するバンコク憲章」2005年)

2 計画の展開（体系図）



3 計画の数値目標（重点目標）

本町では、町に暮らすすべての人々が、何歳になっても健康で、地域の中で生き生きと暮らし続けることができるよう、食事や口腔ケアを通じた食生活の見直し（「食育推進計画」）と生活習慣の見直しや運動習慣の確立（「健康増進計画」）等による健康な生活づくりの各種事業を通じて町民の「健康づくり」を支援・促進し、健康寿命の延伸をめざします。

《重点目標》

総合的な健康づくり～ 「健康寿命」の延伸

□数値目標

項目	ベースライン値 (平成 24 年度)	実績値 (平成 28 年度)	目標値 (2024 年度)
65 歳健康寿命 A (男性)	80.35 歳	80.33 歳	83 歳
65 歳健康寿命 A (女性)	83.86 歳	84.42 歳	85 歳
65 歳健康寿命 B (男性)	79.88 歳	79.76 歳	82 歳
65 歳健康寿命 B (女性)	82.96 歳	83.07 歳	84 歳

* 東京都保健所長会方式による。

目標値は、第 5 期奥多摩町長期総合計画における指標。

* 「65 歳健康寿命」(東京保健所長会方式)とは：

現在 65 歳の人が何らかの障害のために要介護・要支援認定（「要支援 1」または「要介護 2」の認定）を受けるまでの状態を“健康”と考え、その障害のために認定を受ける年齢を平均的に表したものです。（65 歳健康寿命＝65（歳）＋65 歳平均自立期間（年））

東京都では、現在、要介護 2 以上（「65 歳健康寿命 A」）、要支援 1 以上（「65 歳健康寿命 B」）の 2 つのパターンで「健康寿命」を算出しています。なお、「要介護 2」、「要支援 1」の状態の目安は、下記のようになっています。

〈要介護 2〉・身だしなみや居室の掃除などの身のまわりの世話の全般に何らかの介助（見守りや手助け）を必要とする。・立ち上がりや片足での立位保持などの複雑な動作に何らかの支えを必要とする。・歩行や両足での立位保持などの移動の動作に何らかの支えを必要とする。・排せつや食事に何らかの介助を必要とすることがある。・混乱や理解低下がみられることがある。

〈要支援 1〉・居室の掃除や身のまわりの世話の一部に何らかの介助を必要とする。・立ち上がりや片足での立位保持などの複雑な動作に何らかの支えを必要とすることがある。・排せつや食事はほとんど自分ひとりでできる。

第4章

健康増進計画（第3期）

第1節 基本目標

次の3つを「健康増進計画」の基本目標に定め、具体的な施策の展開を図ります。

基本目標 1 健康づくりの意識の啓発

健康づくりの基本理念を実現するため、町民一人ひとりが生涯を通じて「自分の健康は自らつくり・守る」という意識と力を身に付けることをめざします。

基本目標 2 「食」と「運動」を中心とする健康な生活習慣づくり

健康づくりの取り組みは、日頃の生活の中で継続し、習慣となることが成功への鍵であることから、町民一人ひとりが日常生活のなかで健康な食生活を送り、適度な運動を取り入れ、生きがいを持つことなどにより健康な生活習慣をつくっていくことをめざします。

基本目標 3 健（検）診受診率の向上

健（検）診体制等の充実・強化に努めるほか、20歳～70歳の町民を対象とする「成人歯科健康診査」（歯周疾患検診）が不十分であることから、従来の各種健（検）診も含め積極的に受診を促していきます。

第2節 計画の具体的内容

1 健康づくりの意識の啓発

【現状と課題】

町民一人ひとりが心身ともに健やかな生活を送るためには、「自らの健康は自らが責任を持って守る」という意識が大切です。

本町では、自治会の推薦に基づいて町が委嘱した「保健推進員」が、地域住民の健康意識の向上をめざし自治会ごとに保健活動を行っているほか、保健師や管理栄養士などの専門職員が「健康相談事業」をはじめ機会あるごとに地域に出向き、講話や相談対応などを通して健康意識の啓発を行っています。平成29年度は、「全体会」を3回開催したほか、地区別では、自治会ごとに年間各1～2回の事業（イベント、講座など）を実施（合計17件）し、延べ750人の住民が参加しました。

今後は、若年層や無関心層への啓発活動と、人口の半数近くを占める高齢者を対象にした啓発活動に重点を置き、さらなる健康意識の底上げを図っていくことが大切になります。

保健推進員全体会 年間活動内容（平成29年度）

活動日	内容	活動場所
平成29年5月29日	保健推進員全体会① 「保健推進活動について」	奥多摩町役場
10月20日	保健推進員全体会② 健康ミニ講座「かしこい患者はきき方上手」	保健福祉センター
平成30年3月1日	保健推進員全体会③ 講習会「体験！ヘルシー体操」	福祉会館

数値目標

項目	基準値 (平成25年度)	目標値 (2024年度)
「健康の自己管理意識の普及・啓発」の満足度	63.0%	80.0%
※「奥多摩町まちづくり住民アンケート」調査結果に基づく。		

* 目標値は、第5期奥多摩町長期総合計画における指標。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①健康に関する情報の発信	○すべての町民が自らの健康に関心を持って、健康づくりに積極的に取り組むように、リーフレットなどの配付やイベントなどを活用した健康教育の実施、町広報や防災行政無線、保健師などの専門職による訪問などを通して広く情報を発信し、健康意識の啓発に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康づくり」に関連した情報に関心を持ちましょう。 ・自分に合った活動を見つけて参加しましょう。
②若年層、健康無関心層への意識啓発	○自らの健康への関心が薄い方や、現状で特に健康的な問題の少ない若年層へ、健康の大切さと今から少しずつでも取り組むことの重要性を、地域ぐるみで伝えていきます。	<ul style="list-style-type: none"> ・自らの健康状態に関心を持ち、生活習慣の維持・改善に努めましょう。 ・自分の周囲に健康に関心の薄い人がいたら、健康の大切さを伝えましょう。
③高齢者への意識啓発	○人口の半数以上を占める高齢者が、高齢になってもいつまでも元気であることにより、地域の活力はより高まります。 「フレイル対策」の考えを取り入れた啓発活動を、高齢者施策所管部署と連携しながら、広く実施していきます。	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢になっても健康への関心を持ち、積極的に情報を得て、健康的な生活習慣づくりに努めましょう。
④保健推進員への支援	○保健推進員の地域における活動の推進と支援に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の地域の保健推進員の活動に積極的に参加しましょう。

column

□「健康相談事業」

地域の「生活館」等に専門職（保健師・管理栄養士等）が出向いて、参加者の健康チェックや相談対応、健康教育などを実施しています。

年間を通して、町内 13 か所で実施しています。1 か所につき年間5～8プログラム、合計で約 100 プログラムを実施しています。

1 プログラムは半日単位で、栄養講話（塩分、脂質、糖分など）、健康診査結果による指導、体操等レクリエーションなどの内容です。

登録者数は、平成 29 年 12 月時点で 225 名、年齢別では 65 歳以上の高齢者が 83%と、大部分を占めています。

2 「食」と「運動」を中心とする健康な生活習慣づくり

(1) 栄養バランスの取れた食生活に関する知識の普及

【現状と課題】

食生活は、健やかな成長や生命の維持・健康を保つだけでなく、生活の満足感や幸福感など人々の「生活の質」とも深く関係しています。

しかし、近年、偏食や摂取過剰に加え、「孤食」や朝食抜きなどが問題として指摘されるようになってきました。生活習慣病の予防や「生活の質」の向上、子どもたちの健やかな成長等を図るためには、現在の食生活を見直し、健全で良好な食生活の一層の推進に取り組むことが必要となっています。

アンケート調査の結果では、“食事のカロリー・栄養バランスを気にする”、“よく噛んでゆっくり食べる”については「ときどき」とどまるという回答が多く、また、“食事は減塩にするよう心がけている”、“間食、夜食を控えているか”では「ほとんどない」が2割を超えて多くなっており、課題を示しています。

町では、福祉保健課の管理栄養士等により「食育講習会」を実施しており、平成29年度における実績は、町内5か所の会場で計9回の開催、延べ112人の参加となっています。そのほか、下記のイベントも実施しました。

食育講習会（平成29年度）

開催日	実施内容	実施場所	参加者数
10月28日～ 29日	「奥多摩ふれあいまつり」 砂糖水飲み比べ・ジュースの砂糖の量あてクイズ	奥多摩総合運動公園	143

数値目標

項目	実績値 (平成30年度)	目標値 (2024年度)
朝食をいつも摂る人の割合	88.5%	維持
栄養バランスやカロリーを日常的に意識する人の割合	37.4%	50.0%
食事を減塩にするよういつも心がけている人の割合	46.2%	60.0%
毎食、野菜を食べる人の割合	68.8%	80.0%
主食、主菜、副菜がすべてそろった食事を、ほぼ毎日2食以上摂る人の割合	60.0%	70.0%

* 実績値は、町民アンケート調査による。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①朝食欠食者への指導	<p>○『広報おくたま』等を通じて「朝食は1日の活動の源である」という啓発活動を行い、朝食欠食者の減少を図ります。</p> <p>また、小学校・中学校と連携し、朝食の大切さについて啓発します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日きちんと朝昼晩3回食事を摂りましょう。 ・1日に1回は、家族そろって30分以上かけて食事するようにしましょう。
②栄養バランスの確保	<p>○「食育講習会」や「健康相談事業」等を通じて、食物繊維やカルシウムなど必要な栄養を毎日摂取することや、塩分、糖分、脂肪分などの過剰摂取についての注意を喚起し、町民のバランスの取れた食生活を促進します。</p> <p>また、高齢者への「フレイル対策」の観点を取り入れた食の知識の普及に努めます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養バランスに配慮した食生活を送りましょう。 ・肥満、痩せすぎ（無理なダイエット等）に注意しましょう。 ・野菜は1日当たり350gの摂取を心がけましょう。 ・適度な塩分量「適塩」の食事をいつも心がけましょう。

(2) 適切な運動に関する知識の普及と体験の場づくり

【現状と課題】

適度な運動を習慣的に行うことは、体力の向上や肥満、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の予防、ストレスの軽減など種々の効果があると言われ、健康づくりの重要な要素となっています。

しかし、生活様式が変化し、生活全般においても身体を動かすことが減少しており、体力の低下への対応や筋力の維持も課題となってきています。

町民アンケート調査の結果では、「運動習慣者」の要件とされる「1日30分以上の運動を週に2回以上実施し、それを1年以上続けていくこと」について、「していない」という回答が半数を超えています。健康を維持、増進していくためにも、日常生活の中での活動量を増やしたり、定期的に運動を続けたりすることが大切になります。

本町では、町民の運動習慣づくりに資する事業として、「ヘルシー体操（生活習慣病予防運動教室）」や「森林セラピー健康づくり事業」を実施しており、これらの事業をより効果的に実施するとともに、より広く事業周知を行うことで、町民による利用の促進を図っていく必要があります。

◇ヘルシー体操

広く全町民から参加者を募り、古里・氷川の2会場で月2回ずつ、計4回開催しています。健康運動指導士の指導のもと、大きな部屋で、参加者全員で1時間半ほどの体操を行っています。

年度	回数	1回平均人数	年間利用実人数	1人あたり平均参加回数
平成27	全45回	15人	62人	11回
平成28	全46回	14人	59人	11回
平成29	全45回	15人	65人	10.5回
合計	136回	15人	—	—

回数多く実施している事業ですが、参加者集計では、平均参加者数が約15人、参加実人数1人あたりの平均参加回数は年間10回ほどに留まっています。

より広く、より効果的に町民の運動習慣づくりに資する事業としていく必要があります。

◇森林セラピー健康づくり事業

奥多摩の豊かな自然を町外にPRするための「森林セラピー事業」を、町民の生活習慣病予防と健康増進のため、町民向けに活用している事業です。

広く全町民から参加者を募り、1 ツアー20 名程度を上限としています。ツアーはガイド付きの1 日ツアーで、半日はガイドウォーク、半日は各種体験を行います。年間24 回実施し、一般社団法人おくたま地域振興財団が町の委託を受けて実施しています。

年度	回数	1 回平均人数	年間利用実人数	1 人あたり平均参加回数
平成 27	全 24 回	17 人	200 人	2.1 回
平成 28	全 24 回	17 人	116 人	3.5 回
平成 29	全 24 回	14.5 人	148 人	2.3 回
合 計	136 回	16.3 人	—	—

全24回中1回以上参加する人が年間100名以上と、ある程度広く利用されている事業ですが、事業の性質上、年間24回、1 ツアーの参加者数が20名程度となっているため、参加実人数1人あたりの平均参加回数は少なくならざるを得なくなっています。

より多くの町民の運動習慣づくりに効果的な事業とするにはどうあるべきか、検討の必要があります。

数値目標

項 目	実績値 (平成 30 年度)	目標値 (2024 年度)
「運動習慣」のある人の割合(男性)	46.5%	50.0%
「運動習慣」のある人の割合(女性)	34.8%	50.0%

* 実績値は、町民アンケート調査による。

* 「運動習慣」とは、1日30分以上の運動（軽く汗ばむ程度の軽い運動含む）を週に2回以上実施し、それを1年以上続けていることとする。

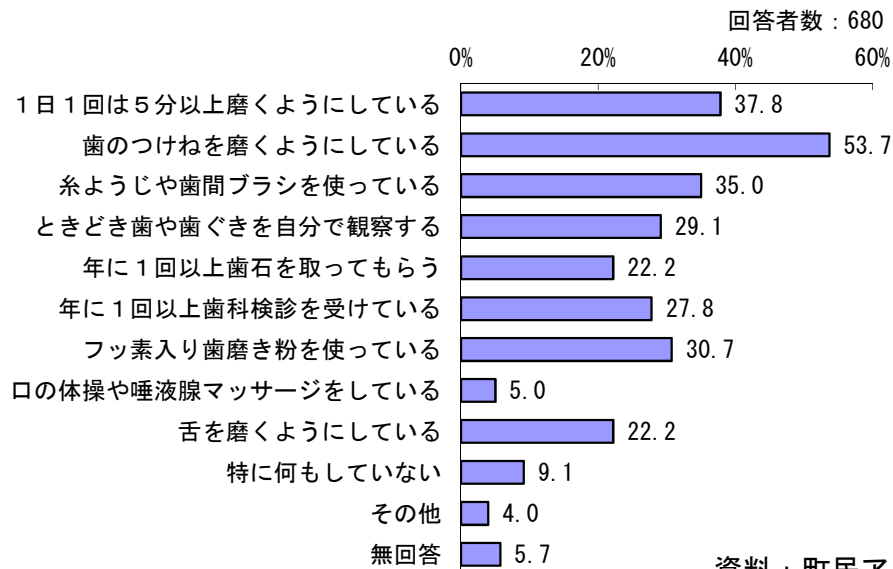
目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①運動習慣の確立	○既に運動習慣のある方や健康への関心が高い方については、主体的な取り組みを支援します。運動に関心の薄い方については、運動の意義と楽しさを知り、意識的に運動をする習慣が身に付くよう、啓発活動に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> ・大人は日頃から運動する習慣を身に付けましょう。 ・子どもが外で元気に遊ぶ習慣を身に付けられるよう、大人が配慮していきましょう。
②運動環境の整備	○運動する仲間づくりや気軽に運動できる場所や設備、器具の提供を図り、町内における運動環境の整備に努めます。特に、空き地などを有効活用した身近な場所での活動の場づくりについて検討します。	<ul style="list-style-type: none"> ・一緒に運動を行う仲間をつくり、楽しんで運動する習慣をつくりましょう。

(3) 歯と口に関する知識の普及

【現状と課題】

「歯・口」の働きは、食べ物を味わう・会話を楽しむ・笑う・歌う・表情を豊かにするなど、日常生活をいきいきと送るうえで大切な役割を果たしています。また、歯や口の健康が全身の健康にも影響を及ぼすことが分かっています。歯と口の健康には、生活習慣が大きく影響することから、乳幼児期から高齢期までの、年齢に応じた口腔の健康づくりが重要です。

町民アンケート調査の結果では、“現在歯や口の健康のためにしていること”としては、「歯のつけねを磨くようにしている」という回答が過半数に達して最も多く、「1日1回は5分以上磨くようにしている」、「糸ようじや歯間ブラシを使っている」等が続く一方で、「特に何もしていない」という人も約9%みられ、課題を示しています。



資料：町民アンケート調査

また、高齢になっても自分の歯で食べられるように、定期的な歯科健診の重要性についても、引き続き周知に努めていく必要があります。町民アンケート調査結果では、かかりつけの歯科医がいるとした町民は、町内外を合わせて7割弱となっています。

数値目標

項目	実績値 (平成30年度)	目標値 (2024年度)
1日1回5分以上歯磨きをする人の割合	37.8%	40.0%
年に1回以上歯石を取ってもらう人の割合	22.2%	40.0%
年に1回以上歯科健診を受けている人の割合	27.8%	40.0%

*実績値は、町民アンケート調査による。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策）	町民にできること
①「歯育」の推進	○歯磨き習慣の確立や歯周病予防の重要性の周知など、東京都の歯科保健目標「いい歯東京」に基づいて、ライフステージごとの取り組みを推進します。歯科衛生士による「歯磨き教室」の開催などを通して、歯の健康に関する「歯育」の推進を図ります。	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日歯を丁寧に磨きましょう。 ・デンタルフロスや歯間ブラシを使って口腔清掃をしましょう。 ・歯科健康診査を定期的に受診しましょう。 ・フッ化物配合歯磨き剤を選択して使いましょう。 ・歯周病を予防するために、たばこは吸わないようにしましょう。
②乳幼児への取り組みの推進	○乳歯のう蝕（虫歯）予防を図るため、1歳6か月児・3歳児歯科健康診査の充実を図るとともに、保育園におけるフッ化物洗口を実施します。	
③学齢期の児童への取り組みの推進	○永久歯のう蝕予防、歯周疾患予防、「食べる機能」の健やかな発達を図るため、小中学校におけるフッ化物洗口を実施します。 また、日頃から毎日1本ずつ丁寧に歯を磨き、ゆっくりよく噛んで食べる習慣を身に付けるよう、小中学校と連携して指導を行います。	
④成人への取り組みの推進	○「8020 運動」の普及、歯周疾患の予防、歯の喪失の抑制を図るため、20歳以上の方を対象に成人歯科健康診査を実施するとともに、糖尿病、喫煙と歯周病との関連等について普及啓発を行います。	
⑤高齢者への取り組みの推進	○「8020」の実現・歯と口腔の満足度の向上を図るため、歯科口腔健診を実施するとともに、口腔ケアによる誤嚥性肺炎予防の普及啓発に努めます。	

* 「8020（はちまるにいます）運動」とは：

「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。

20本以上の歯が残っていれば、ほとんどの食べ物はよく噛んで美味しく食べることができ、日常生活をいきいきと送ることができます。

(4) 心と身体の健康に関する知識の普及

【現状と課題】

心身の疲労の回復を図り充実した生活を送るためには、十分な休養と心のバランスを保つことが必要です。現代は、社会状況が複雑さを増していく中で、仕事や対人関係、育児・介護、将来への不安・悩みなど、あらゆることがストレスの要因になっています。それらのストレスを軽減するためには、まず十分な睡眠・休養・バランスの良い食事をしっかり摂り、体調を整えることが大切です。また、ストレスへの対応の方法への理解や、ストレスをため込まずに相談できる人や場所が重要になります。

また、本町は、町民だけではなく町外からやって来て自殺に及ぶ方も多く、単位人口当たりの自殺数が多い状況が近年、続いています。本計画とは別途、平成30年度に『奥多摩町自殺対策計画』を策定しており、当該計画の取り組みと連携・協働しながら対策・予防に努めていくことが重要になります。

「心の健康」と密接に関連する事項として、喫煙や飲酒など気持ちを和らげてくれる嗜好品への依存の問題もあります。

喫煙は、肺がんをはじめ各種のがん、動脈硬化、胃・十二指腸潰瘍、歯周病など多くの疾病と深い関係があります。たばこの煙には多くの有害物質が含まれているため、喫煙者のみならず周囲の非喫煙者が、自分も吸ったのと同様になってしまう「受動喫煙」が問題になっており、予防のために、公共の場所、職場、交通機関やレストラン等では分煙・禁煙が実施されるようになっています。

一方、飲酒は、適量であれば心身をリラックスさせるなどの効果も期待できますが、慢性的な過度の飲酒は、肝機能障害や循環器系疾患、糖尿病などの発症要因となるほか、アルコール依存症のように、家族などにも大きな問題を起こす可能性があります。そうしたことを踏まえて平成25年に「アルコール健康障害対策基本法」が制定されました。節度ある飲酒の習慣と、定期的な“休肝日”の実施が求められています。

町民アンケート調査の結果では、「1日の適度な飲酒量」の知識を持っている人が前回調査時よりも減少しており、特に高齢の男性を対象に、飲酒に関する正しい知識の普及・啓発活動を一層進めていくことが重要になります。

町民一人ひとりが「心と身体の健康づくり」の大切さを認識し、日常生活の中で自分に合ったストレスへの対処法を身に付けるとともに、睡眠・休養を積極的に摂るなどして「生活の質（QOL）」の向上を図っていくことも重要です。

数値目標

項目	実績値 (平成 30 年度)	目標値 (2024 年度)
睡眠による休養を十分とれていない人の割合	18.2%	10.0%
毎日飲酒している人の割合 (60 歳代男性)	42.0%	30.0%
毎日飲酒している人の割合 (70 歳以上男性)	37.9%	25.0%
「1日の適度な飲酒量」の知識を持っている人の割合 (男性)	41.3%	50.0%
「1日の適度な飲酒量」の知識を持っている人の割合 (女性)	34.5%	40.0%

* 実績値は、町民アンケート調査による。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと (施策の方向)	町民にできること
①相談体制の充実等	○「心の健康」に関する知識の普及を図るとともに、相談体制等の充実に努めます。必要に応じて関係機関との連携を図り、より適切な相談対応ができるよう努めていきます。 また、心の相談はデリケートな相談であり状況によっては町外の相談機関を利用したいと思う方もいるため、各種リーフレットの展示や他の相談機関への橋渡しも行います。	・悩みはひとりで抱え込まず相談しましょう。 ・ストレスを解消できるような趣味や生きがいを持ちましょう。
②自殺予防の推進	○「自殺対策計画」の取り組みとの連携・協働に努め、自殺の予防等を推進していきます。	・周囲の人の悩みや不安のサインを見逃さないようにしましょう。
③禁煙に関する啓発の推進	○たばこが健康に与える影響について正しい知識の普及を図るとともに、医療機関における禁煙外来との連携による禁煙希望者への支援、分煙の徹底による受動喫煙の防止に取り組めます。	・たばこが健康に与える影響について、正しい知識を知るよう努めましょう。
④節度ある飲酒の周知	○節度ある適度な飲酒を徹底するため、飲酒率の高い高齢の男性を中心に、アルコールに関する知識の普及に努めます。	・節度ある飲酒を心がけ、毎週「休肝日」を設けましょう。 ・適度な飲酒量や、飲酒が健康に与える影響について、正しい知識を知るよう努めましょう。

3 健（検）診受診率の向上

【現状と課題】

町民一人ひとりが「自らの健康は自らつくり・守る」という意識を持ち実践していくためには、各自が自身の心と身体の現状を把握することができる環境・仕組みが整備されていることが前提条件になり、重要です。定期的に健康診査を受診し、その結果をもとに食生活や運動習慣を見直し、必要な改善をしていくことが大切になります。

平成 20 年度から、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づいて新たな対策として特定健康診査・特定保健指導の実施が各医療保険者に義務付けられ、本町においても、40 歳から 74 歳までの奥多摩町国民健康保険被保険者を対象に実施しています。特定健康診査の受診状況をみると、平成 29 年度の受診者数は 551 人、受診率は 40.0%で、町の目標値を 10 ポイント下回っています。また、75 歳以上の後期高齢者医療被保険者対象の健康診査等も実施しています。

本町においても、糖尿病、心臓病、脳卒中等の生活習慣病の増加は大きな課題となっています。生活習慣病は、長年の偏った生活習慣に起因するところが大きく、特定保健指導をはじめとして、相談体制の充実や、より若い年齢層の受診促進等の対策が求められているところです。

平成 19 年 4 月にはがん対策基本法が施行され、平成 20 年度からは、「がん検診」は町の事業として健康増進事業に位置付けられ、がん検診の充実も求められるようになりました。がんは、早期に発見し治療すれば完治できる可能性が高まっていることから、今後も一層、要精検者への指導など、がん検診の勧奨に努めていくことが必要です。

町民アンケート調査の結果では、自由記入式回答の中で「人間ドック」等受診の費用支給を求める声が多く、実施について検討を行う必要があります。

数値目標

項目	実績値 (平成 29 年度)	目標値 (2023 年度)
がん検診受診率 胃がん	6.0%	1 割以上増加
大腸がん	17.8%	同上
肺がん	6.9%	〃
子宮頸がん	5.6%	〃
乳がん	13.2%	〃

【参考】（『奥多摩町国民健康保険 第 3 期特定健康診査等実施計画』より）

- ・ 特定健康診査 受診率の目標値…平成 35(2023)年度 60.0%
- ・ 特定保健指導 利用率の目標値…平成 35(2023)年度 60.0%

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①健（検）診の受診率の向上など	<p>○各種健康診査及び検診等について、対象者への勧奨通知の送付、広報おくたまや防災行政無線での周知等による受診勧奨に努めます。</p> <p>さらに、受診率向上のため、健（検）診実施機関の拡大、人間ドック受診費用助成の導入を検討します。</p> <p>また、特定保健指導の利用を勧奨し、継続して自己管理ができるよう支援を行います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査、がん検診等を受診して、自らの健康状態を把握しましょう。 ・健（検）診等の結果に基づき、必要な精密検査を受診しましょう。
②がん予防、糖尿病・メタボリックシンドローム予防の強化	<p>○『東京都がん対策推進計画』や『東京都健康推進プラン21（第二次）』などと整合を図りながら、予防や早期発見・早期治療の体制を強化するとともに、特定健康診査の対象とならない40歳未満の方への健康診査・がん検診受診の普及啓発に努めます。</p>	

第5章

食育推進計画（第3期）

第1節 基本目標

次の3つを「食育推進計画」の基本目標に定め、具体的な施策の展開を図ります。

基本
目標

1 生涯にわたる健康的な食生活の普及

本町では生涯にわたる切れ目のない食育を推進していきませんが、胎児期・乳幼児期から高齢期まで、ライフステージの特徴に合わせて取り組めるよう、町民（個人・家庭）・地域・行政が役割分担を行いつつ、連携・協働して食育の推進に取り組んでいきます。

基本
目標

2 体験型食育と地産地消の拡大

自分で実際に食材を育てて料理を作り、「食」に関わるさまざまな人々とのふれあいを通して食の大切さへの理解や“感謝の心”を持つことができるように、交流を推進します。

また、自然に恵まれた本町の伝統的な食文化を次世代に伝えることにより、子どもたちの食生活を充実させるとともに、自分たちの郷土を知ってもらい郷土愛を育みます。さらに、給食や「総合的な学習」の時間などを通じて、食材の「地産地消」にもつなげていけるように努めます。

基本
目標

3 食育を推進する地域活動への支援

町内に所在する食育活動団体やグループが行う食育事業に補助金を交付することで、町の食育の底上げと食育人材の育成を図ります。

第2節 計画の具体的内容

1 生涯にわたる健康的な食生活の普及

【現状と課題】

「食」は生活の基本であり、町民一人ひとりが長く健やかな生活を送るためには、全世代にわたって「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を送ることが重要です。

しかし、近年、全国的に栄養の偏りや不規則な食事などによる肥満や、それらが原因と考えられる生活習慣病の増加、高齢者の低栄養傾向など食に関する健康面での問題が指摘されています。

本町でも、脳血管疾患や心疾患による死亡率が他地域に比べて高く、生活習慣病の問題が以前から指摘されており、また、高齢者の要介護等認定率の上昇など、食が原因のひとつと考えられる健康面での課題を抱えています。

一方、町民アンケート調査の結果では、食生活の偏りや乱れまでは感じないものの、奥多摩の自然と地元産食材を生かした料理やそれらに触れる機会が少なくなっていること、それも含めて食に関する知識を学べる場が減っていることを、町民も課題として感じていることがうかがえます。

本町では、これらの町の健康課題に対する「食」の観点からの施策として、本計画第4章の健康増進計画において、『食』と『運動』を中心とする健康な生活習慣づくりの部分に記載した「栄養バランスの取れた食生活に関する知識の普及」の取り組みを実施するとともに、各ライフステージごとに、将来を見据えた食育施策を関係機関と連携して推進していきます。

(1) ライフステージ各時期の「食」に関するテーマ

<乳幼児期> …0～6歳

- ・ 美味しく楽しく食べる意欲を育て、基本的な「食行動」を身に付けること

<学童・思春期> …7～18歳

- ・ 学童：食の基本的な知識を養い、体験を拡げ、食を大切にする心を育てること
- ・ 中高生：食に関する基本的な習慣を固め、食に関する判断力、自己管理能力を身に付けること

<青年・成人期> …19～64歳

- ・ 食生活を確立し、自分に合った食生活や健康の管理を実践すること
- ・ 身体の変化に対応し、望ましい食習慣を再度確立して、次世代に食の大切さを伝えること

<高齢期> …65歳以上

- ・ 元気に長生きするために食事バランスに配慮（“フレイル”対策）し、次世代に食に関する知識や経験を伝えること

(2) 町が取り組んでいくこと（施策の方向）

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	対応するライフステージ
①食に関する正しい知識の普及	<p>○町の広報やパンフレット等を通じて正しい食習慣について周知を行うとともに、地域での食生活に関する講習会や調理実習の実施などにより、全世代を対象に正しい食の知識の普及を図ります。</p> <p>また、町内の飲食店に、「食事バランスガイド」の配置や「野菜メニュー店」への登録依頼などを行い、健康的なメニューの開発とメニューへのカロリーの表示の依頼を行うなど、食に関する意識の向上を図ります。</p>	乳幼児期、学童・思春期、青年・成人期、高齢期

	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	対応するライフステージ
②保育園での食育の推進	○町内保育園では、各園が独自に立てる食育計画に基づき、園児の年齢ごとの食育目標を設定した上で、成長の度合いに合わせた指導や給食を行っています。 今後もその取り組みを継続して実施し、園児たちに食の楽しさ、大切さや食事マナーを伝えていきます。	乳幼児期
③小・中学校での食育の推進	○町内小・中学校では、各校がそれぞれ「食に関する指導の全体計画」を立て、各教科、特別活動、総合的な学習の時間の中で食に関する授業や体験学習を行い、食の重要性を伝え、感謝の心、食を選択する能力や自ら健康であろうとする意識を育てます。 また、学校給食センターは、給食に奥多摩の地場産物を活用するほか、栄養士による食育授業を実施します。	学童・思春期
④成人に対する食育の推進	○町は、広く町民を対象とした「食育講習会」や、栄養士が地域に赴いて実施する栄養講話などを通して、町民の健康的な食習慣の確立をめざします。	青年・成人期
⑤高齢者に対する食育の推進	○町は、地域包括支援センターや、町内特別養護老人ホームなどの介護保険サービス提供事業者と連携し、「フレイル予防」、介護予防の観点から、配食サービスや個別訪問、地域における栄養士講話等を通じて、在宅高齢者の低栄養、偏食を防ぎ、健康的な食習慣の維持に努めます。	高齢期
⑥関係機関との連携の推進	○各ライフステージごとの町民にそれぞれ密接に関わり食育推進を担う関係機関同士が、情報を共有し、互いに有機的に連携して町全体の食育を進めていけるよう、町は、「食育推進協議会」や「給食施設連絡会」（栄養士連絡会）等を活用して、町と関係機関同士の連絡調整を行います。	乳幼児期、学童・思春期、青年・成人期、高齢期

(3) 町民にできること

<乳幼児期、学童・思春期>

- ・食生活に関心を持ち、自分の身体に何がどれだけ必要か考える力を養いましょう。
- ・親と一緒に、正しい食習慣を実践しましょう。
- ・体験学習を通じて地域の食材についての理解を深め、感謝の心を育てましょう。
- ・毎日きちんと3回食事を摂りましょう。
- ・お菓子を食べ過ぎないようにしましょう。
- ・家族みんなで食事をとるように心がけましょう。
- ・食に感謝し、食べ残したり、粗末にしたりしないようにしましょう。

<青年・成人期>

- ・正しい食習慣を実践し、子どもの見本となりましょう。
- ・自らの食生活を見直し、野菜の摂取増に努めカロリーに注意しましょう。
- ・子どもに食事の基本的な作法を教えましょう。
- ・1日に1回は家族そろって食事するようにしましょう。また、家族みんなで食事をとるように呼びかけましょう。
- ・地域の伝統的な食生活を再認識し、日常の食事に取り入れましょう。
- ・地域みんなでカロリーや栄養のバランスなど、食についての意識の向上を図りましょう。
- ・地域の高齢者からの知識の継承に努めましょう。
- ・できるだけ手づくりで調理し、家庭の味を子どもに伝えましょう。

<高齢期>

- ・主食・主菜・副菜を基本に、自分の健康状態に合った食事を選びましょう。
- ・地域の伝統的な食材や食文化に関する知識や経験を広く伝えましょう。
- ・それぞれの家庭の味、地域の伝統的な調理法等を伝えましょう。
- ・毎日、3回の食事を摂り、いろいろな物を食べるようにしましょう。

数値目標

項目	実績値 (平成 30 年度)	目標値 (2024 年度)
朝食をいつも摂る人の割合	88.5%	維持
栄養バランスやカロリーを日常的に意識する人の割合	37.4%	50.0%
食事を減塩にするよういつも心がけている人の割合	46.2%	60.0%
毎食、野菜を食べる人の割合	68.8%	80.0%
主食、主菜、副菜がすべてそろった食事を、ほぼ毎日 2 食以上摂る人の割合	60.0%	70.0%

*実績値は、町民アンケート調査による。

*本計画「第 4 章 健康増進計画」「第 2 節 計画の具体的内容」「2 『食』と『運動』を中心とする健康な生活習慣づくり」「(1) 栄養バランスの取れた食生活に関する知識の普及」における取り組みの数値目標と同内容。

2 体験型食育と地産地消の拡大

(1) 地産地消の推進

【現状など】

特産品の山葵以外にも、本町ではジャガイモ、大根、白菜、きゅうり、トマトなど多くの野菜を栽培しており、しいたけやしめじは市場にも出荷されています。特にジャガイモは、「治助イモ」として商標登録し、消費拡大に努めています。

また、農産物以外では、大型のヤマメ『奥多摩やまめ』の普及にも努めています。

町では、町内の小中学校についていずれの学校でも完全給食を実施しており、有機農産物を使用して、町内産もしくは東京都内産の食材の使用などに取り組んでいます。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①郷土への愛着の養成	○地元の食材を活用した学校給食や「ふれあいまつり」などにおいて地場産物についての啓発を行い、「地産地消」に取り組むことで、子どもたちをはじめ町民が郷土への愛着を育めるように努めます。	・地域や家庭の食文化に関心を持ちましょう。
②地元産食材の活用の促進	○地元産の食材を使ってその持ち味や食べ方、旬の味・採れたての味を体験し、食材の活用法を学ぶ機会をつくり、地元産食材の活用を促進します。	・地元の食材を積極的に利用しましょう。

(2) 生産者との交流の促進、(3) 農業体験の機会の拡充

【現状など】

実際に「食」のできる現場を身近に感じることができないことが「食に対する感謝」や「もったいない」といった基本的な認識を持つことを妨げていることから、保育園、小学校、中学校などでの体験学習ができるよう、関係者が連携・協力して生産体験の場の整備を推進していく必要があります。

本町では、都市部住民と町民との交流促進を目的に、『おくたま海沢ふれあい農園』を開設し、「奥多摩型グリーンツーリズム事業」の拠点として整備しています。「おくたま海沢ふれあい農園運営委員会」を中心に、『楽農倶楽部』、『三つ釜工房』、『籬の会』の3部会で構成され、農園利用者に提供する講習会の実施、農園の景観維持活動、イベントを企画しての地域と利用者の交流促進、町や地域のイベントへの出店協力を行っています。

体験イベントでは、利用者向けの交流イベント、農園音楽祭、町内小学校の児童による農作業体験を実施しています。また、農園収穫祭や農園で作った野菜苗・花苗の販売会といった町内に向けたイベントも企画し、海沢地域住民だけではなく多くの町民が参加し、地元と利用者、来園者との交流を図っています。

◇おくたま海沢ふれあい農園

【利用状況(平成29年度)】

滞在型	日帰り型	ボランティア	一般 来園者	行事	視察・見学・取材	合計
1,610人	407人	180人	3,370人	72回 1,291人	18回 82人	7,370人

資料：奥多摩町事務報告書（平成29年度）

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①「奥多摩型グリーンツーリズム」の推進	○町は、「奥多摩型グリーンツーリズム事業」の拠点である『おくたま海沢ふれあい農園』において、運営委員会と連携し、収穫と試食会を組み合わせた魅力的な活動を実施して、町内外への周知に努め、利用促進を図ります。	・奥多摩型グリーンツーリズムを利用し、都市住民と交流を図りましょう。
②生産者との交流の促進	○町は、「おくたま海沢ふれあい農園」を中心に、「農園収穫祭」や農園で作った野菜苗・花苗の販売会などのイベントを企画し、多くの町民の参加と、地元と利用者、来園者との交流を図っていきます。	・土とふれあう機会を持ち、生産者と交流しましょう。

<p>③農業体験等の 推進</p>	<p>○子どもの頃から食への理解と関心を深めるため、学校、保育園などにおける子どもたちの農業体験、収穫体験等を推進します。</p>	<p>・子ども達の農業体験の場を積極的に活用しましょう。</p>
-----------------------	---	----------------------------------

数 値 目 標

項 目	実績値 (平成 29 年度)	目標値 (2023 年度)
おくたま海沢ふれあい農園利用者数	7,370 人	7,500 人

3 食育を推進する地域活動への支援

【現状など】

町では、平成 28 年度新たに、「食育推進サポーター」の制度を創設しました。これは、食に関する活動に興味のある方が町に登録して「サポーター」となり、町や関係機関が実施する食育事業をサポートしていくものです。

今後は、この「食育推進サポーター」を活用するとともに、食育推進に資する活動を行う団体に補助金を交付して支援することなどにより、町の食育を担う人材の積極的な活用と育成を図ることも重要になります。

目標の実現に向けた取り組み		
	町が取り組んでいくこと（施策の方向）	町民にできること
①「食育推進サポーター」の活用	○町に登録した「食育推進サポーター」を、町・関係機関が食育事業を行う際に活用し、町内の食育人材の育成と活用に努めます。	・食や料理に関心のある方は、町内の団体やグループに積極的に参加してみましよう。
②食育推進活動団体への補助	○町内で食育推進活動に取り組む団体に補助金を交付することで、町内の食育人材の育成と活用に努めます。	

第6章

計画の推進と進行管理

1 計画の基本的視点（推進・進行管理の考え方）

（1）住民と町の協働による取り組み

これまでも推進してきた町民一人ひとり、地域、グループ、行政による「健康づくり」・「食育」の活動の輪を拡げ、相互に協力し合いながら進めていきます。

町は町民の“やる気”を引き出し、町民は「自分の健康は自分でつくる」という意識を持って取り組みを進めます。

（2）「健康寿命」の延伸をめざす取り組み

町民一人ひとりが、生涯を通じた健康づくり等に楽しく参加し、個人・家庭・地域・学校・職場が一体となって、健やかに日常生活を送ることができる「健康寿命」の延伸をめざします。

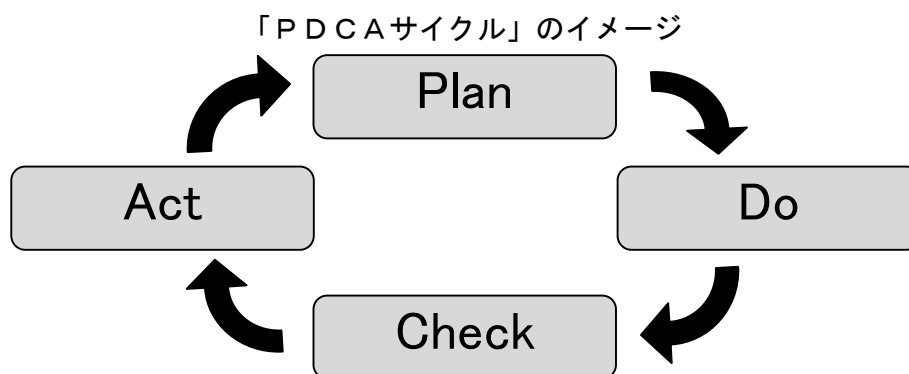
（3）生きがいと食の充実を重視した取り組み

健康を維持・増進していくためには何か一つを心掛ければ良いというものではないことから、町で、町民の主体的な取り組みを重視し、生きがいのある充実した暮らしや適度な運動と健全な「食」をめざす食育などの自主的な活動を支援していきます。

（4）「PDCAサイクル」による進行管理の取り組み

計画を具体的・効率的に推進していくために、“PDCAサイクル”を通じた計画の進行管理を行います。

進捗・達成状況の管理について、具体的な状況を点検・把握し、評価等を行っていくとともに、必要に応じて目標達成に向けた課題の整理と取り組み内容の見直し・改善を行います。計画の最終年度には「最終評価」を行い、設定した数値目標の達成状況を把握して、次にめざしていくべき方向性を見出し、次期の計画策定作業に活かしていきます。



Plan（計画）	目標を設定し、目標達成に向けた活動を立案する
Do（実行）	計画に基づき活動を実行する
Check（評価）	活動を実施した結果を把握・分析し、考察する（学ぶ）
Act（改善）	考察に基づき、計画の目標、活動などを見直しを行う

2 推進・進行管理の具体的方法

◎ 町・関係機関等の連携・協働による推進

健康づくり・食育を町民、地域、商店・企業、関係団体、町の連携・協働で推進するため、有識者を初め保健関係や医療機関、学校関係者等、子ども福祉関係者、保健推進員、農業関係者、地域における関係機関・団体の代表等で構成する「奥多摩町健康づくり推進協議会」、「奥多摩町食育推進協議会」により総合的な協議・検討を行っていくほか、町民とふれあう町の各事業等のさまざまな機会を通じて普及啓発を図っていき、計画内容の実践につなげていくこととします。

〔参考〕各推進協議会の年間活動内容等（平成 29 年度）

□健康づくり推進協議会

開催年月日	内 容
平成 29 年 5 月 29 日	保健推進活動事業費補助金の審査・報告等について、健康づくり関係事業等について
10 月 20 日	保健推進活動事業費補助金の審査・報告等について、健康づくり関係事業等について、『ウエルネスおくたま』編集・発行、保健推進活動事業費補助金における補助金交付要領について
平成 30 年 3 月 1 日	保健推進活動事業費補助金の審査・報告等について、健康づくり関係事業等について、『ウエルネスおくたま』編集・発行、奥多摩スポーツフェスティバルについて

□食育推進協議会

開催年月日	内 容
平成 29 年 4 月 24 日	・委嘱状交付・正副会長の選出 ・「食育推進サポーターの会」活動内容について ・各委員情報交換
8 月 23 日	「食育推進サポーターの会」活動 進捗状況報告・情報交換 他
10 月 31 日	「食育推進サポーターの会」活動 進捗状況報告・情報交換 他
平成 30 年 3 月 5 日	・「食育推進サポーターの会」活動 活動報告・今後の方向性について ・『奥多摩町食育推進計画』について

第7章

付属資料

資料 1 「健康づくり推進協議会」設置要綱

○奥多摩町健康づくり推進協議会設置要綱

昭和60年3月14日

要綱第1号

直近改正 平成19年3月9日要綱第6号

(設置)

第1条 町民の健康の維持、増進を図ることを目的として、奥多摩町健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 協議会は、前条の目的を達成するため、おおむね次の事項を協議し、町長に対し意見を述べることができる。

- (1) 健康づくりに関すること。
- (2) 町保健推進活動事業費補助金の審査に関すること。
- (3) その他健康づくりのために必要と認められる事項

(組織)

第3条 協議会は、委員7名をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから、町長が委嘱する。

- (1) 町議会議員 1名
- (2) 医療関係者 1名
- (3) 社会体育関係者 1名
- (4) 東京都西多摩保健所職員 1名
- (5) 町立学校関係者 1名
- (6) 一般住民 2名

(任期)

第4条 委員の任期は2年とし、再任を妨げない。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長1名を置き、委員の互選によって定める。

- 2 会長は協議会を代表し、会務を総理する。
- 3 副会長は会長を補佐し、会長に事故あるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会は会長が招集し、会長が議長となる。

2 協議会は、委員の半数以上の出席がなければ開くことができない。

3 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(情報紙)

第7条 保健推進員の活動状況及び健康づくりの啓蒙や情報提供又は意見交換の情報紙として、ウェルネス・おきたま（以下「情報紙」という。）を発行する。

2 情報紙は、必要の都度発行し、全世帯に配布する。

3 発行責任者は、会長とする。

(編集委員会)

第8条 情報紙を発行するため編集委員会を組織し、委員は、協議会委員及び保健推進員から選出する。

(関係者の参加)

第9条 会長は、必要があると認めたときは、協議会及び編集委員会に関係者の出席を求め、提言、意見又は説明を聴くことができる。

(庶務)

第10条 協議会の庶務は、福祉保健課で行う。

附 則

1 この要綱は、公布の日から施行する。

2 第3条の規定により、新委員が委嘱された後、最初に招集すべき協議会は、第6条の規定にかかわらず町長が招集する。

(・以下中略。)

附 則（平成19年3月9日要綱第6号）

この要綱は、平成19年4月1日から施行する。

資料2 「健康づくり推進協議会」委員名簿

平成31年3月1日時点

区 分	所属団体等・備考	氏 名
町議会議員	平成29年12月1日～	村木 征一
医療関係者	奥多摩病院院長 平成30年4月1日～	井上 大輔
社会体育関係者	スポーツ推進委員 平成29年4月1日～	大野 まどか
保健所職員	東京都西多摩保健所 平成27年4月1日～	小林 啓子
町立学校関係者	氷川小学校副校長 平成29年4月1日～	山根 祐哉
一般住民	平成25年4月1日～	○堀口 静江
	昭和60年4月1日～	◎宇佐美 隆子

※「氏名」欄の「◎」印：会長、「○」印：副会長

資料3 「食育推進協議会」設置要綱

○奥多摩町食育推進協議会設置要綱

平成22年9月14日

要綱第26号

改正 平成28年3月9日要綱第10号

(設置)

第1条 食育基本法（平成17年法律第63号）に基づき、町の食育推進計画の策定及び総合的な食育の推進を図るため、奥多摩町食育推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(協議事項)

第2条 協議会は、次の事項について協議する。

- (1) 町の食育推進計画の策定に関すること。
- (2) 食育推進計画の推進及びその評価に関すること。
- (3) 食育に関する情報収集、共有、並びに町民への周知に関すること。
- (4) 関係機関、関係団体等との連携に関すること。
- (5) 前号に定めるもののほか食育の推進に関すること。

(委員)

第3条 協議会の委員は、12名以内をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから、町長が委嘱する。

- (1) 町保健推進員 1名
- (2) 農業関係者 3名
- (3) 子ども福祉関係者 2名
- (4) 町立学校関係者 1名
- (5) 給食施設関係者 2名
- (6) 一般住民 2名
- (7) 東京都西多摩保健所職員 1名

(委員の任期)

第4条 委員の任期は2年とし、再任を妨げない。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に、会長及び副会長各1名を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。
 - 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときは、その職務を代理する。
- (協議会)

第6条 協議会は会長が招集し、会長が議長となる。

- 2 協議会は、委員の半数以上の出席がなければ開くことができない。
- 3 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは議長の決するところによる。
- 4 会長は、必要があると認めたときは、協議会に関係者の出席を求め、提言、意見又は説明を聴くことができる。

(報酬)

第7条 委員には、報酬は支給しない。ただし、協議会に出席した者に対しては、旅費として議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例（昭和31年条例第11号）に規定する旅費相当額を支給する。

(関連組織)

第8条 協議会の関連組織として、町内の給食施設に所属する職員により組織する奥多摩町給食施設連絡会、町の食育推進に賛同する者により組織する奥多摩町食育推進サポーターの会をそれぞれ設置する。

- 2 前項に規定する関連組織の設置に関して必要な事項は、福祉保健課において別に定める。

(庶務)

第9条 協議会の庶務は、福祉保健課において処理する。

(委任)

第10条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関して必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

- 1 この要綱は、平成22年10月1日から施行する。
- 2 この要綱の施行の日以後最初に招集される協議会は、第6条第1項の規定にかかわらず、町長が招集する。

附 則（平成28年3月9日要綱第10号）

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

資料4 「食育推進協議会」委員名簿

平成31年3月1日時点

区 分	所属団体等・備考	氏 名
農業関係者	おくたま海沢ふれあい農園 平成22年12月1日～	堀 隆 雄
	観光産業課農林水産係長 平成27年4月1日～	杉山 裕 司
子ども福祉関係者	子ども家庭支援センター 相談員 平成28年12月1日～	◎河村 貴子
	古里保育園 栄養士 平成26年12月1日～	未住野 聡美
町立学校関係者	町立古里小学校 副校長 平成29年4月1日～	小野 愛 美
給食施設関係者	学校給食センター 栄養士 平成29年4月1日～	岡部 梨 菜
	グリーンウッド奥多摩 栄養士 平成22年12月1日～	○荒井 優里奈
一般住民	平成28年12月1日～	河村 勝子
保健所職員	東京都西多摩保健所 平成26年4月1日～	山田 五 月

※「氏名」欄の「◎」印：会長、「○」印：副会長

資料5 計画策定までの経過

年 月 日	事 項	内 容
平成30年5月18日	第1回健康づくり推進協議会	・「健康増進計画」策定に係る今後の予定について
5月24日	第1回食育推進協議会	・「食育推進計画」策定に係る今後の予定について
7月31日	第2回健康づくり推進協議会	・健康増進計画の策定について（町民意識調査の内容について）
8月22日	第2回食育推進協議会	・食育推進計画の策定について（町民意識調査の内容について）
9月～10月	町民アンケート調査の実施	
11月22日	第3回健康づくり推進協議会	・「健康増進計画」の策定について（町民意識調査の結果等について）
平成31年3月20日	第4回健康づくり推進協議会	・「健康増進計画」の策定について（計画書の最終確認について）
3月29日	第3回食育推進協議会	・「食育推進計画」の策定について（計画書の最終確認について）

第3期奥多摩町健康増進計画・食育推進計画

平成31年3月

発行 奥多摩町

編集 福祉保健課

〒198-0212 奥多摩町氷川 1111

奥多摩町保健福祉センター

TEL 0428-83-2777 (直通)