

参考資料

1 目標の設定について

計画全体の進捗状況を評価するため、成果目標を設定します。

平成 28 年度中にさらに目標に係る指標を検討し加えたうえで、実態調査を行い、現状・目標の値を把握し設定する予定です。

1) 計画全体の成果目標

項目	現状	目標値 (H34 年度)
健康づくりに取り組んでいる人の割合	調査予定	調査後決定
新規介護認定の平均年齢	83 歳	87 歳
脳血管疾患の年間発症者数 (国保) (現状値：平成 22～26 年国保平均)	3.8 人	1.0 人
脳血管疾患の発症平均年齢 (国保) (現状値：平成 22～26 年国保平均)	65.2 歳	74 歳

2) 目的の達成に関わる目標ごとの目標値

※現状値は特に記載ない場合、平成 28 年度の値

【目標】 楽しく美味しく健康に食べることができる		
項目	現状値	目標値 (34 年度)
家族や地域の人と一緒に食事をする週の回数	調査 予定	調査後 決定
3 食必ず食べるように気を付けている人の割合		
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上ほぼ毎日食べている人の割合		
野菜を毎日食べる人の割合		
塩分を控えている人の割合		
夕食後の間食を週 2 回以下に控えている人の割合		

子どもの食事で気をつけていることのある親の割合（現状値 平成 26 年度）	幼稚園	63%	90%
	小学校	51%	90%
	中学校	35%	90%

【目標】 生涯を通じて歯・口と心身の健康づくりができる

項目		現状値	目標値 (34 年度)
むし歯のある子どもの割合 (現状値 平成 26 年度)	3 歳 (有病率)	29%	10%
	幼稚園 (被患率)	43%	10%
	小学校 (被患率)	14%	10%
	中学校 (被患率)	40%	10%
おやつ時間を決め、2 回以下にしている人の割合		調査 予定	調査後 決定
よく噛んでゆっくり食べる人の割合			
定期的に、歯科検診又は歯科医療機関を受診している人の割合			
60 歳で 24 本以上の歯をもつ人の割合			
80 歳で 20 本以上の歯をもつ人の割合			

【目標】 お酒を末永く楽しみ、喫煙の影響を減らし、健康な生活を送ることができる

項目	現状値	目標値 (34 年度)
お酒を 1 日平均 1 合（ビール 500ml）以下で抑えている人の割合	調査 予定	調査後 決定
お酒の上手な飲み方（適正飲酒）を理解している人の割合		
タバコを吸わない人の割合		
タバコの心身への影響を理解している人の割合		

【目標】 ライフステージに応じて日常的に楽しく体を動かすことができる

項目		現状値	目標値 (34年度)
1日30分以上の軽く汗をかき運動を週2日以上続けている人の割合	続けている期間が1年未満	調査 予定	調査後 決定
	続けている期間が1年以上		
日常生活で歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上している人の割合			
歩数計を持って歩いている人の割合			
日常生活における1日の歩数			
運動や外遊びを週に3日以上する子どもの割合			
運動が好きな人の割合			

【目標】 身体の状態を判断し、健康管理をすることができる

項目		現状値	目標値 (34年度)
30歳代健診、特定健診（国保又は社保）を受ける人の割合		調査予定	調査後決定
がん検診を受ける人の割合 (現状値 平成26年度)	胃がん	31.8%	60%
	肺がん	46.6%	60%
	大腸がん	42.5%	60%
	乳がん	27.1%	60%
	子宮がん	21.9%	60%

【目標】 心も体も休養できる

項目	現状値	目標値 (H34年度)
睡眠による休養を充分に取れている人の割合	調査予定	調査後決定

【目標】 心の元気を保つことができる		
項目	現状値	目標値 (H34年度)
強い不安や心配ごとがある人の割合	調査 予定	調査後 決定
ストレス解消の方法を持つ人の割合		
生きがいや好きな運動、趣味のある人の割合		

【目標】 人と人のつながりをつくることできる		
項目	現状値	目標値 (H34年度)
家族や地域で「助け合っている」「つながりがある」と感じている人の割合	調査 予定	調査後 決定
地域活動に参加している実感のある人の割合		

2 施設一覧

種別	施設名	数
保育・教育	西栗倉村託児所	1
	放課後児童クラブ	1
	つどいの広場 バンビ	1
	西栗倉幼稚園	1
	西栗倉小学校	1
	西栗倉中学校	1
	こども図書館	1
保健・福祉	国保総合保健施設いきいきふれあいセンター	1
	西栗倉村社会福祉協議会	1
	通所介護施設 ゆうゆうハウス	1
	小規模多機能型居宅介護施設 ひだまり	1
	よりみちサロン	1
医療	西栗倉村国民健康保険診療所	1

3 取組団体一覧

「7 取組一覧表」の「健康にしあわくら21計画 取組一覧」に掲載した取組（事業）の主管課・機関の一覧を次に挙げました。

種別	名称
行政	西粟倉村総務企画課
	西粟倉村産業観光課
	西粟倉村建設課
	西粟倉村保健福祉課
	西粟倉村教育委員会
	美作保健所
	美作保健所勝英支所
	津山児童相談所
医療	西粟倉村国民健康保険診療所
保育・教育	西粟倉村託児所
	西粟倉幼稚園
	西粟倉小学校
	西粟倉中学校
	西粟倉村放課後児童クラブ
	西粟倉村つどいの広場 バンビ
	あわくら会館こども図書館
福祉	西粟倉村社会福祉協議会
	勝英地域自立支援協議会
企業	西粟倉村内企業
地区	西粟倉村地区・自治会
ボランティア・自主活動団体	若杉会
	西粟倉村PTA連絡協議会
	西粟倉村学校支援ボランティア
	西粟倉村民生・児童委員会
	西粟倉村ヘルスボランティア委員会
	読み聞かせボランティア「ピッピの会」
地区サロン	

	西粟倉村老人クラブ
	西粟倉村社会福祉協議会 生活応援センター 楽々
	西粟倉村スポーツ推進委員会
	西粟倉村租税教育推進協議会
	西粟倉村安全協会
	あわくらにこにこキッズチア HONEY S
西粟倉村 文化協会	川柳
	囲碁
	茶道
	あわくら太鼓
	押し花
	カラオケ
	古文書を楽しむ会
	自力整体教室
	西粟倉村歴史探訪クラブ
西粟倉村 体育協会	西粟倉村スポーツ少年団
	バレーボール (男子)
	バレーボール (女子)
	ゲートボール
	ゴルフ
	スキー
	フットサル
	西粟倉村グラウンド・ゴルフ協会【西粟倉会】
	あわくらウォーク同好会

4 策定経過について

本計画の策定委員会は全5回（平成27年度～28年度）、作業部会は全22回（平成26年度～28年度）行いました。

第1回策定委員会	
日 時	平成27年10月7日（水）
場 所	いきいきふれあいセンター
参加人数	28名
内 容	<p>計画策定の目的を確認。特色についての説明。</p> <p>①「健康な人ってどんな人」②「皆さんの夢はなんですか」というテーマで話し合った。</p> <p>①よく笑う、無病息災、生きがいを持っていて行動的、食事をしっかり食べる、地域に貢献している、等</p> <p>②ピンピンコロリでいきたい、自分の歯で何でも食べたい、子や孫の幸せな姿、等</p> <p>次回は西栗倉村の実態を確認し、子ども、働き盛り、高齢者それぞれの年代の健康を考えていく。</p>
第2回策定委員会	
日 時	平成27年11月4日（水）
場 所	いきいきふれあいセンター
参加人数	25名
内 容	<p>村の現状を確認。1グループ（栄養・食事・酒・たばこ）、2グループ（運動・休養）、3グループ（こころ・社会参加）に分かれて、自分たちの夢の実現のためには何をしたらいいか話し合った。</p> <p>【1グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・孤食や外食が多く、肥満、あごの力がない、箸が持てない、姿勢の悪い子どもがいる。 ・働き盛りは仕事为中心で食事がストレスの発散になっている。 ・仕事が優先で、まだ健康であるため体のことをあまり考えない。 ・高齢者は気力が下がり買い物、歯科受診しなくなる。 ・窒息や肺炎、低栄養や自炊能力が低い人がいる。 <p>【2グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・村の子どもは体力がなく体が硬いので、しっかり遊ばせる

	<p>機会や環境を作る。・働き盛りは仕事・育児等で忙しく余力がない。・スポーツフェスタを開催し子どもと一緒に参加するとともに、労働条件の改善が必要。前期高齢者は社会参加できているが、後期高齢者は下肢筋力低下等見られる。・生きがいを増やし、子どものころからコツコツと運動する仕組みづくりがあったら長生きできるのではないか。</p> <p>【3グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもは悩みを相談できる相手が必要だが、親は忙しい。 ・祖父母が相談役となってコミュニケーション能力を育てる。 ・働き盛りは仕事と休みのバランスが大事。高齢者は畑づくりなど生きがいがあるといい。・子どもの頃から孤立しないこと、みんなで生きがいを持てることが大事。
第3回策定委員会	
日 時	平成 27 年 12 月 16 日 (水)
場 所	いきいきふれあいセンター
参加人数	25 名
内 容	<p>1グループ(食事、栄養、口腔、たばこ)、2グループ(運動・休養)、3グループ(こころ、社会参加)に分かれ、目標に沿った具体的な取り組みを検討した。</p> <p>【1グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの孤食を共食に。・子どもが作れるメニューを考える。 ・働き盛りは子どもに家の味や郷土料理を引き継ぐ。 ・塩分やカロリーに対する意識改革が必要(特に男性)。 ・休肝日の看板設置。高齢者は足りない栄養を補うためにサプリメントの利用も考慮。・地域で食事する機会を作る。 <p>【2グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動をするきっかけとして、ラジオ体操を流す、スポーツフェスティバルを開催する。 ・しっかり休養するためには、子どもは思いっきり体を動かし、大人はストレス解消、高齢者は心配事・悩みをなくすことが必要。 ・どの年代でも家庭は安心して休める場であり、そのためには感謝の心が必要。 ・ありがとう運動をすすめて村内に看板を設置する。 <p>【3グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもと一緒に家事をしたりイベントに参加したりする。

	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の旅行、消防団や祭りも地域のつながりができる場。 ・子どものために仕事の効率化をはかり仕事と家庭のバランスを保つ。
第4回策定委員会	
日 時	平成28年2月10日（水）
場 所	いきいきふれあいセンター
参加人数	29名
内 容	<p>第3回同様、1グループ（食事、栄養、口腔、たばこ）、2グループ（運動・休養）、3グループ（こころ、社会参加）に分かれて話し合った。</p> <p>【1グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・働き盛りと子どもを巻き込んで、父と一緒に料理づくりをする取組。 ・二次予防として健診を受診する。 ・三次予防として病気にかかった時は好きなものや旬のものを食べて、塩分を控える。 <p>【2グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の案として、乳幼児と母親と一緒に体を動かす機会、またそのための学びの機会、声かけをして外出、専門家による指導の導入、みまチャンネルの活用、「歩く」をテーマにしたフェスの開催。 ・休養の案として、心地よい睡眠のための取組、ありがとう運動の実施。 <p>【3グループ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスと上手に付き合う取組の推進、心の健康をチェックし互いを支え合う取組の推進。 ・案として、広報誌へストレスチェック表掲載、早寝の推奨、ほめる条例の策定。
第5回策定委員会	
日 時	平成28年6月22日（水）
場 所	いきいきふれあいセンター
参加人数	28名
内 容	<p>計画の素案、取組の修正及び今後の進め方について1グループ（食事、栄養、口腔、たばこ）、2グループ（運動・休養）、3グループ（こころ、社会参加）に分かれて話し合い、案を出し合った。</p>

【1グループ】

・健診の結果を活かすために、職場にリーフレット・パンフレット設置する。・文字放送に映像・画像を使用し、健康づくりをわかりやすく伝える。・喫煙・飲酒の害を目に見える形で伝えていく。禁煙外来を広める。・歯科健診を健診メニューに組み込み、PR方法も工夫する。

【2グループ】

・多様な運動ができる機会や場所づくり。・トレーナーの配置。・よりみちに錘の体操用具を置いて、いつでも使用できるようにする。・学校林を使った自然公園や森の学校裏のツリーハウスなど誰でも使えるような施設を作る。・よりみちの鍵を役場に置き、誰でも使えるようにする。・子どもの歩く距離を増やす工夫をする。

【3グループ】

・全てのことに對して日々感謝。・家族と一緒に過ごす時間を持ち、家庭内のコミュニケーションを大切にする。・毎日子どもを抱きしめて愛情表現をする。・お酒やたばこの量に気を付ける。・家庭で野菜を作ることで食べる喜びを感じ、近所とのコミュニケーションも取れる。・あいさつを大切にする。



家族一緒に食事をつくり、一緒に食
べると、食事が楽しくなるなあ。



金澤委員長



宮崎副委員長

みなさんと一緒に、計画を
いいものにしていきます。

みなさんの意見が
計画書にまとめり
よかったです。



人への感謝とコミュニケーションが、
人とのつながりをつくれます。



いろいろな運動ができる
場をほしいなあ。



健康にしあわくら21計画策定委員会

5 策定委員要綱

健康にしあわくら21計画策定委員会設置要綱

平成27年10月 2日要綱第24号

(趣旨)

第1条 この要綱は、健康にしあわくら21計画策定委員会の設置、組織及び運営に関し、必要な事項を定めるものとする。

(設置)

第2条 健康づくり施策の総合的かつ計画的な推進のため、西粟倉村総合振興計画のもと、健康増進法第8条第2項に位置づけられた「市町村健康増進計画」を「健康にしあわくら21計画」として策定するため、健康にしあわくら21計画策定委員会（以下「策定委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第3条 策定委員会の所掌事項は、次の各号に掲げるとおりとする。

- (1) 健康にしあわくら21計画の策定に関すること。
- (2) その他、計画の策定に必要な事項

(組織)

第4条 策定委員会は、25人以内の委員をもって組織し、次の号に掲げる団体、個人又は機関の代表者（当該団体又は機関からの推薦を受けた者を含む。）のうちから村長が委嘱する。

- (1) 住民ボランティア
- (2) 学校PTA
- (3) 若杉会
- (4) ヘルスボランティア委員会
- (5) 民生委員・児童委員会
- (6) 地区区長・自治会長会
- (7) 地区サロン
- (8) 学校関係職員
- (9) 西粟倉村社会福祉協議会
- (10) 西粟倉村内企業

- (1 1) 勝英歯科医師会
- (1 2) 岡山県歯科衛生士会
- (1 3) 岡山県美作保健所勝英支所地域保健課
- (1 4) 西粟倉村国民健康保険診療所
- (1 5) 総務企画課
- (1 6) 産業観光課
- (1 7) 建設課
- (1 8) 保健福祉課
- (1 9) 教育委員会事務局
- (2 0) 前各号に掲げるものの他、村長が必要と認めた者
(任期)

第5条 委員の任期は、委嘱の日から計画策定までの日とする。

(委員長)

第6条 策定委員会に、委員長及び副委員長それぞれ1名を置く。

- 2 委員長、副委員長は、委員の互選により定める。
- 3 委員長は、会務を総理し、策定委員会を代表する。
- 4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故ある時は、その職務を代理する。

(会議)

第7条 策定委員会の会議は、委員長が招集する。

- 2 委員長は、必要に応じ委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

(庶務)

第8条 策定委員会の庶務は、保健福祉課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、策定委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が策定委員会に諮って定める。

附則

この要綱は、平成27年10月 2日から施行する。

6 策定委員名簿

健康にしあわくら21計画策定委員

所 属	職 名	名 前	備 考
一般		清水 早苗	
中学校 PTA	前研修部委員	林 祐子	PTA 研修部委員：H28年3月まで
幼稚園 PTA	前会長	白旗 ちえみ	PTA 会長：H28年3月まで
若杉会	会員	渡部 和美	
ヘルスボランティア委員会	前栄養改善協議会代表	福島 久子	栄養改善協議会代表：H28年3月まで
ヘルスボランティア委員会	愛育委員会代表	宮崎 直子	計画策定委員会副委員長
民生・児童委員会	副会長	新田 太	
筏津地区サロン	リーダー	金澤 利男	計画策定委員会委員長
西栗倉小学校	校長	岸本 一二三	
西栗倉中学校	校長	芦谷 武司	
西栗倉村社会福祉協議会	主任	神原 美千子	
株式会社あわくらグリーンリゾート	取締役統括本部長	山本 真樹	
一般社団法人 勝英歯科医師会	八尾歯科 医院長	八尾 広	
一般社団法人 岡山県歯科衛生士会	地域歯科保健部委員	兼本 郷美	
岡山県美作保健所 勝英支所	副参事（保健師）	植月 英子	

所 属	職 名	名 前	備 考
岡山県美作保健所 勝英支所	技師（栄養士）	永易 あゆ子	
村国民健康保険診療所	所長・医師	久野村 仁嗣	
教育委員会（前保健 福祉課）	教育長	関 正治	前保健福祉課長
産業観光課	主任	白簾 佳三	
総務企画課	主任	清水 宏隆	
教育委員会	主事	藤川 達也	策定委員：H28年3 月まで
教育委員会	主事	安妻 泰良	策定委員：H28年4 月から
建設課	主事	向原 大充	

健康にしあわくら21計画策定アドバイザー

所 属	職 名	名 前	備 考
岡山県精神保健福 祉センター	地域コーディネー ター	大谷 美佐恵	前岡山県美作保 健所勝英支所長

健康にしあわくら21計画策定作業部会

所 属	職 名	名 前	備 考
教育委員会	教育長	関 正治	前保健福祉課長 部会：H28年3月まで
保健福祉課	課長	神原 徹	部会：H28年4月から
保健福祉課	主幹	佐藤 理	
保健福祉課	主幹	高木 都子	

所 属	職 名	名 前	備 考
保健福祉課	主任	中野 治	
保健福祉課	主任	萩原 眞幸光	
保健福祉課	保健師	井上 万里子	
保健福祉課	保健師	平田 きよえ	部会：H28年3月まで
保健福祉課	看護師	山本 淳子	
村国民健康保険診療所	看護師	桐山 千鶴子	
岡山県保健所勝英支所	副参事（保健師）	植月 英子	
岡山県美作保健所勝英支所	技師（栄養士）	永易 あゆ子	
保健福祉課	保健師	神原 千比呂	部会：H28年4月から
保健福祉課	保健師	上野 恵里	部会：H28年4月から

健康にしあわくら21計画策定事務局

所 属	職 名	名 前
保健福祉課	主幹	佐藤 理
保健福祉課	主任	中野 治

7 取組一覧表

計画の「取組の柱」につながる「取組」のうち、公共機関の取組（事業）を次に挙げました。

なお、この一覧表で記載した取組は、「既存（既におこなっているもの）」及び「既に予定（新規の取組として既に予定されているもの）」を挙げています。