

5 自殺対策の推進

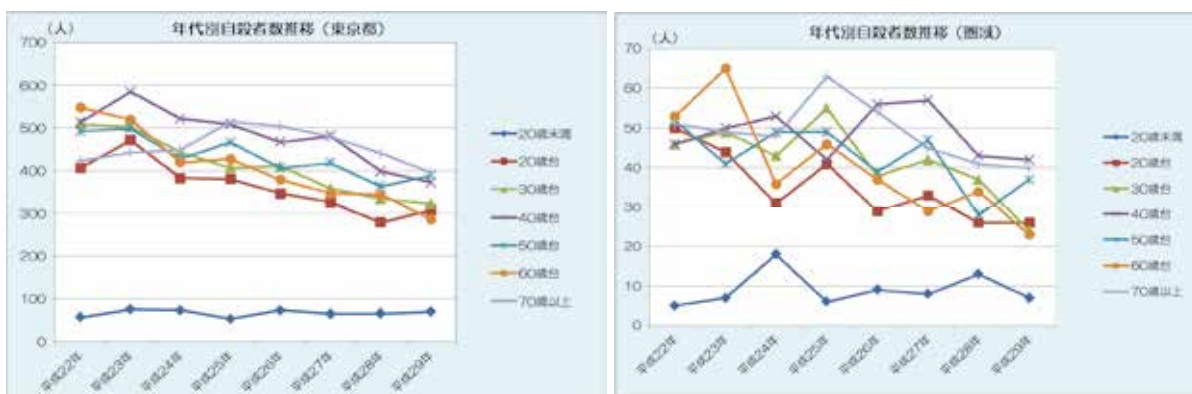
現 状

○ こころの健康は、人が生き生きと自分らしく生きるために重要な条件であり、生活の質に大きく影響します。こころの不調の代表的なものとしてうつ病があり、厚生労働省の「患者調査」によれば、全国のうつ病等の気分障害の総患者数は、平成20年以降、100万人前後の水準で推移しています。

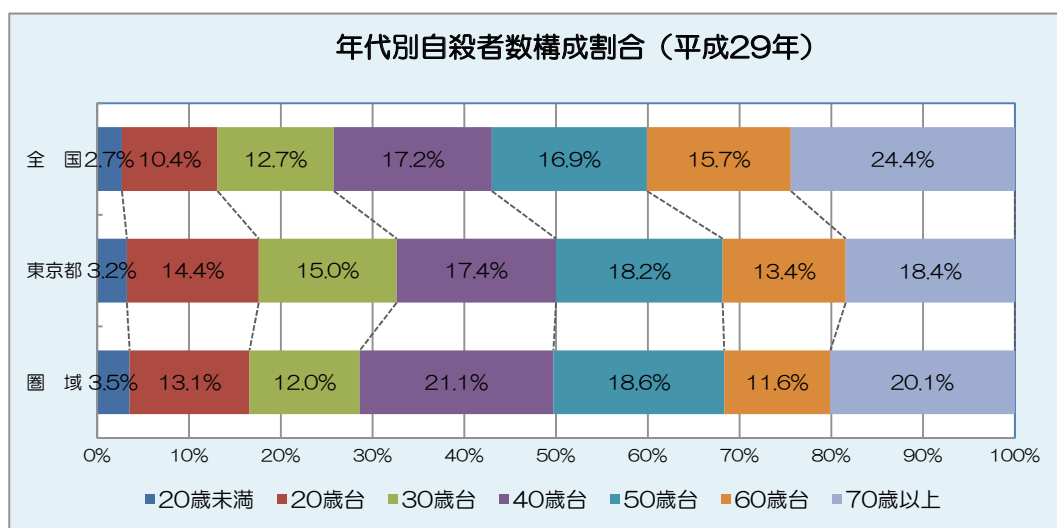
また、自殺の原因のうち、うつ病が背景にある場合も多いとされています。

○ 全国の自殺者数は平成22年から減少傾向にあり、平成24年には15年ぶりに3万人を下回ったものの依然として高い水準が続いています。特に、20歳未満の未成年者の自殺者数・自殺率は横ばいで推移しており、減少していません。

平成29年の東京都の自殺者数は2,147人、南多摩保健医療圏の5市の自殺者数は199人でした。自殺者数の推移は国と同様であり、全体では減少傾向にありますが未成年者の自殺者数は減少していません。また、東京都では、全国と比較して、自殺者数に占める若年層の割合が高いという特徴がみられます。



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

- 自殺は、健康不安、経済・生活状況、家庭環境など様々な要因が複雑に関係していると考え、個人的な問題としてのみ捉えるべきではなく、社会的な要因からの取組や精神保健面からの取組など多角的な対策を講じる必要があります。
- また、警察庁自殺統計によれば、自殺の原因・動機は、全国及び東京都に共通する傾向として、未成年では「学校問題」が多く、年齢が上がるほど「健康問題」の割合が高くなり、「経済・生活問題」や「勤務問題」は男性が大半を占めるなど年代や性別による差異が見られるため、対象者層の特徴に応じたきめ細かな対策を講じていくことも重要です。
- 平成28年4月に改正自殺対策基本法が施行され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」が理念として掲げられるとともに、都道府県・市町村はそれぞれ自殺対策計画を策定することとされました。
また、平成29年には自殺総合対策大綱が改正され、各種の対策を、計画から実施・評価のサイクルを通じて推進することが重要であるとされました。
- 都においては、相談窓口の設置、普及啓発、情報提供、未遂者支援、遺族支援、公立学校へのスクールカウンセラーの配置等の自殺対策に取り組んできており、平成29年4月には、情報提供や区市町村の自殺対策計画策定等の支援のため、地域自殺対策推進センターを設置しました。
また、平成30年6月には、国の自殺総合対策大綱の改正及び地域の実情等を踏まえ、「東京都自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～」を策定しました。
- 南多摩保健医療圏では、地域自殺対策協議会及び圏域5市担当者連絡会の開催をはじめ、3保健所共催で自殺対策推進研修を実施するなど、圏域内のネットワークづくりに取り組んできました。
また、都保健所では、情報紙、ホームページ、リーフレット等による市民及び管内大学への自殺予防の普及啓発や労働関係機関との協働による職域への普及啓発にも取り組んできました。
- 市では、こころの健康の保持や自殺予防に向けて、広報普及活動、インターネットを利用した自己チェックツールの提供、講演会の開催、相談事業、ゲートキーパー養成、遺族支援など様々な施策を実施しており、学校における自殺予防教育への取組も始まっています。
また、国の動きを受け、庁内会議体などを活用し、各市の自殺対策計画の策定や改定に向けた準備が進められています。

課題

- 地域特性を踏まえたきめ細かな自殺対策の実施
- 自殺対策に関わる人材の育成と地域の資源の拡大
- こころの健康づくり、自殺予防に関する普及啓発の充実

今後の取組

1 地域特性を踏まえたきめ細かな自殺対策の総合的な推進

- (1) 都保健所は、都の自殺対策計画に基づき、市は、各市の自殺対策計画を策定し、地域や世代の特徴に応じた総合的な自殺対策を推進します。
- (2) 都保健所は、南多摩地域保健医療協議会等を活用して自殺対策の検討を行い、市は関係機関を含む協議体の設置等により、関係部署、関係機関との連携を強化します。
- (3) 市は、児童生徒に対するこころの健康の保持に係る教育や自殺予防教育に取り組むとともに、学校保健と連携し配慮の必要な児童を支援します。
- (4) 都保健所は、大学生など若い世代への普及啓発を実施します。
- (5) 市及び都保健所は、地域産業保健センター、労働基準監督署等労働分野と連携し、勤労世代のメンタルヘルス対策を推進します。

2 自殺対策に関わる人材の育成及び地域資源の拡大

- (1) 都保健所は、自殺対策推進研修を継続し、保健医療福祉従事者のほか、民間団体や教育等関係者の対応力向上とネットワーク形成を図ります。
- (2) 市は、ゲートキーパー養成研修を継続するなど地域における自殺予防の担い手を育成します。

3 こころの健康、自殺予防に関する普及啓発の充実

- (1) 市及び都保健所は、こころの健康や自殺予防に関する知識・情報の普及啓発を進めます。
- (2) 市及び都保健所は、こころの不調についての相談に対応し、必要な場合は専門機関につなげます。

重点プラン

地域特性を踏まえたきめ細かな自殺対策の総合的な推進

【指標】 自殺対策計画の策定及び計画を踏まえた総合的な自殺対策
⇒ 推進する

自殺予防・防止に係る『いのちを支える！町田キャンペーン』 ～鉄道会社・サッカーチーム等との連携～

町田市では、東京都の自殺対策強化月間（9月・3月）にあわせて、心の健康づくりに関する事業及び取組を市民に広く周知することを目的として、普及啓発キャンペーンを実施しています。

2017年度は、町田駅周辺6か所にて、鉄道会社・サッカーチーム・特別相談実施団体等15団体と連携し、普及啓発クリアファイル・チラシ等3,000セットを配布し、スポーツ選手による自殺予防・防止を訴えるアナウンスを実施しました。

また、配布物は、若年層の視点を取り入れるため、市内大学等と連携してデザインを作成しました。

<連携団体>

【鉄道会社】小田急電鉄株式会社、東日本旅客鉄道株式会社

【スポーツ団体】FC町田ゼルビア、ASVパスカドーラ町田

【特別相談実施団体】NPO法人東京多摩いのちの電話、社会福祉法人いのちの電話、NPO法人グリーンケア・サポートプラザ、NPO法人有終支援いのちの山彦電話、NPO法人メンタルケア協議会、NPO法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター、NPO法人全国自死遺族総合支援センター

【大学等】桜美林大学、サレジオ工業高等専門学校

【自治体】東京都、相模原市



駅員による物品配布



スポーツ選手によるアナウンス



学生デザイン
クリアファイル



キャンペーン本部の様子



集合写真

6 母子保健の充実

現 状

○ 核家族化の進行や地域のつながりの希薄化、ひとり親家庭の増加、子供の相対的貧困率^{*1}の上昇など親子を取り巻く社会環境の変化により、育児の孤立化や子育て不安の増加が顕在化しています。

○ 国は、母子の健康水準を向上させるための様々な取組として、平成13年に「健やか親子21」を策定しました。

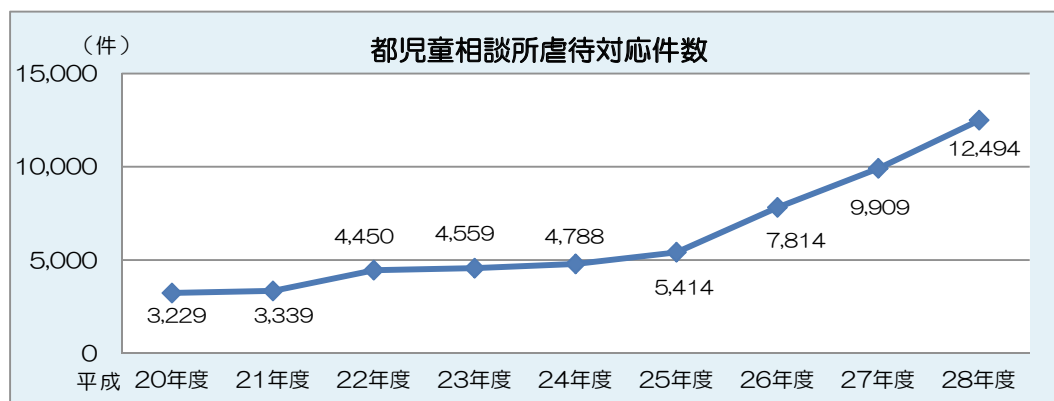
平成27年度から平成36年度（2024年度）までの第二次計画では、全ての国民が地域や家庭環境の違いに関わらず、同じ水準の母子保健サービスが受けられることを目指し、①切れ目ない妊産婦・乳幼児への保健対策、②学童期・思春期から成人期に向けた保健対策、③子供の健やかな成長を見守り育む地域づくりの三点を基盤課題とし、また、①育てにくさを感じる親に寄り添う支援、②妊娠期からの児童虐待防止対策の二点を重点課題としています。

○ 育てにくさの背景には、子供の要因、親の要因、親子関係の要因等様々なものがあり、一部には発達障害等が原因となっている場合もあることから、要支援家庭の早期発見、関係機関の連携、乳幼児期から就学・就労期への切れ目のない支援が必要とされています。

○ 児童虐待については、児童相談所における相談対応件数は、年々増加の一途をたどり、相談内容も深刻なものが多くなってきています。

厚生労働省が都道府県、指定都市及び児童相談所設置市に対する調査により、平成27年度に把握した、子供虐待による死亡事例のうち、心中以外の虐待死では、0歳児が57.7%と最も多く、0歳のうち月齢0か月が43.3%と高い割合を占めています^{*2}。

また、心中による虐待死では、0歳児が18.8%、3歳未満は25%であり、子供の年齢にばらつきが見られました。



出典：都児童相談所における虐待対応件数の年度別推移（2017年版児童相談所のしおり）

- 妊産婦や乳幼児等への健康診査、保健指導等を行う母子保健事業は、児童虐待の予防や早期発見に資するものであり、児童福祉法の一部を改正する法律（平成 28 年 6 月公布）や母子保健法の改正（平成 29 年 4 月）において、児童虐待の発生予防が明記されました。

改正母子保健法の中では、市町村が、妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援を行う子育て世代包括支援センター^{※3}を設置することが、努力義務として明記されました。

- 都では、平成 27 年 3 月、「東京都子供・子育て支援総合計画」（計画期間平成 27 年度～平成 31 年度（2019 年度））を策定し、地域における妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援の仕組みづくりを目標の一つに掲げ、出産・子育て応援事業（ゆりかご・とうきょう事業）を開始しました。各自治体が、専門職による妊婦への全数面接や母子保健サービス等の選定・情報提供、支援プランの策定などを実施できるよう支援を行っています。

- 南多摩保健医療圏では、平成 27 年 8 月に公布された「子ども・子育て関連 3 法」に基づき、各市が子供・子育て支援事業計画等を策定し、妊娠期から青少年期までの子供・青少年とその家庭を含め、子育て支援に取り組んでいます。

また、母子健康手帳の交付から始まり、母親（両親）学級、新生児訪問、こんには赤ちゃん訪問、乳幼児健康診査などの母子保健事業を通じて、要支援家庭の早期発見・早期支援等の取組を推進しています。

妊婦全数面接については、圏域 5 市中 4 市が開始（平成 29 年 6 月現在）し、子育て世代包括支援センターの設置にも順次取り組んでいます。

【圏域各市の子供・子育て支援事業計画等】

八王子市：第 3 次八王子市子ども育成計画「ビジョン すくすく☆はちおうじ」
 町田市：「新・町田市子どもマスタープラン」
 日野市：「新！ひのっすくすくプラン」
 多摩市：「かがやけ！多摩市子ども・子育て・わくわくプラン」
 稲城市：「いなぎみんな子育てプラン」

- 虐待対応においては、市では、子供家庭支援センターが児童虐待の通告先であり、児童虐待発生時の対応や未然防止の取組を関係機関と連携して行っています。関係機関との情報共有・連携が強化できるよう、要保護児童対策地域協議会を設置し、保護や支援を必要とする子供や特定妊婦に適切な対応が図れるよう協議しています。また、児童虐待防止のための啓発活動にも取り組んでいます。

課 題

- 全ての妊婦が、不安のない環境で出産・育児が行えるサポート体制の充実
- 子育て世代のライフスタイルの多様化に合わせた、母子保健サービスの充実

○ 予防を重視した児童虐待対応の充実

今後の取組

1 切れ目のない子育て支援の充実

- (1) 市は、妊婦全数面接など、妊娠届時からの相談体制の充実を図り、安心して子育てができる環境の整備を図ります（子育て世代包括支援センターの設置、産後ケアの実施等）。
- (2) 市は、各市の実情に合わせ、子育てアプリの活用や予防接種のお知らせなど、利用者がより利用しやすい母子保健サービスの充実を図ります。
- (3) 市は、「育てにくさ」を感じる子供と親に対する、乳幼児期から就学・就労までのライフステージごとの支援の充実と支援が途切れないための仕組みづくり（就学支援シートの活用等）や関係機関の連携強化を図ります。

2 要支援家庭の早期把握・早期支援の推進

- (1) 市は、妊婦への面接、新生児訪問、乳幼児健康診査など、母子保健のあらゆる機会を捉えて、支援の必要な家庭の早期把握を行います。特に、乳幼児健康診査未受診者については、その状況を把握し、要支援家庭の早期発見・早期支援に努めます。
- (2) 市及び都保健所は、関係機関との連携強化を推進し、保健分野が持つ知見を活用して、虐待予防及び早期支援を行います。また、要保護児童対策地域協議会の構成機関として要保護児童と要支援家庭への対応に努めます。

重点プラン

切れ目のない子育て支援の充実

【指標】 子育て世代包括支援センターの設置・運営 ⇒ 推進する

※1 相対的貧困率：OECD（経済協力開発機構）では、等価可処分所得（世帯の可処分所得を世帯人数の平方根で割って算出）が全人口の中央値の半分未満の世帯員を相対的貧困者としている。

※2 「子ども虐待による死亡事例の検証結果等について（第13次報告）」平成29年8月

※3 子育て世代包括支援センター：「まち・ひと・しごと創生基本方針」（平成27年6月30日閣議決定）等において妊娠期から子育て期にわたるまでの様々なニーズに対して総合的相談支援を提供するワンストップ拠点とされた。改正母子保健法及び改正児童福祉法での名称は、「母子健康包括支援センター」

八王子版ネウボラの充実 ～保健福祉センターでの妊婦面談の取組～

安心して妊娠・出産・子育てができるよう切れ目のない支援の仕組み（八王子版ネウボラ）を推進するため、平成28年度から、市内3か所（大横・東浅川・南大沢）の保健福祉センターにて「妊婦面談」を開始しました。

妊婦面談率は、平成27年度は13.0%だったところ、事業開始後の平成28年度は66.1%（妊婦面談数2,439件／妊娠届出数3,692件）、平成29年度12月末現在の速報値では80.5%と飛躍的に向上しています。

これは、市内産婦人科の先生方による「妊娠がわかったら、妊娠届と妊婦面談は保健福祉センターで」というお声掛けや関係所管へのポスター掲示、子育てガイドブックや市のホームページ等での周知等がこのような成果に結びついたものだと考えます。

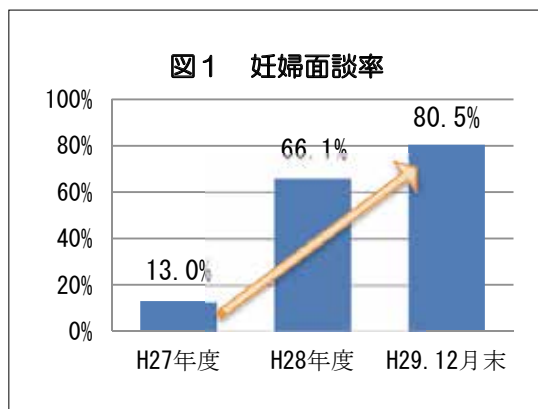
妊婦面談は、保健師・助産師が一人約30～40分間個別に面談を行います。現在の体調面や精神面、出産後のサポートの有無や育児不安に対して相談を行い、様々な地域のサービス・情報を紹介します。

これまでは、妊娠がわかったら妊娠届を市役所市民課、各事務所等へ提出していただき、出産後にあかちゃん訪問をきっかけとして、初めて市の保健師が関わることがほとんどでした。しかし、妊娠早期から妊婦面談を行うことで、妊娠・出産・子育ての悩みや不安をキャッチし、必要な情報提供や支援をスタートすることができるようになりました。

面談の中で、若年妊婦や望まない妊娠、不安定な家庭状況等、継続的なサポートが必要だと判断した場合は、地区担当の保健師が関わり、産婦人科や小児科、子供家庭支援センターと連携を図り、育児不安解消や虐待予防に努めています。

今後も、妊婦面談の周知とともに面談を利用していない方に勧奨をする等、面談率の向上を図るほか、安心して出産・育児に臨めるよう、妊娠期からの丁寧な支援に努めていきます。

※ネウボラ：フィンランドで1920年代から続く母子支援事業のこと。日本でも、妊娠中から就学前までの切れ目のないサポートを目指して導入が推進されている。（「現代用語の基礎知識2018」より）



妊婦面談でプレゼントする 育児パッケージ（はち☆ベビギフト）



出産・子育てしっかりサポート事業 ～ゆりかご・まちだ～

町田市では、全ての妊婦に対して保健師等が面接を行う「出産・子育てしっかりサポート事業」を2016年度から実施しています。

町田市では、市内16箇所で母子手帳を交付しており、その場では面接できないこともあるため、地域の会場や土曜日に面接日を設けて、より多くの妊婦さんに面接できるようにしています。妊娠届出から一定期間面接にお越しにならない方へは、個別に通知や電話による勧奨も行っています。

面接の中では一人一人の御家庭の状況や体調をお聞きし、ニーズに応じて様々なお話をしています。妊娠中の不安を解消してもらうことはもちろんのこと、出産後に不安や相談事が生じた時にも、身近にいる地区の保健師にいつでも相談できることを知ってもらう、利用できる母子保健サービスを知ってもらう、などなど、妊婦さんが安心して出産・子育てができるような、最初のサポートの場にしていきたいと思っています。

これからも全ての妊婦さんの“しっかりサポート”を子育て期に亘るまで切れ目なく続けていきます。



ポスター（医療機関などにも掲示しています）

面接の結果、特に支援が必要な妊婦さんへは「支援計画書」を作成し、地区の担当保健師が電話や訪問などにより切れ目なくサポート

2016年4月から2017年11月末までに
面接を実施した件数：4,764件

◇面接後のアンケート結果◇
「面接を受けて相談できる場所がわかった」
「面接を受けてよかった」と回答：97%以上



面接勧奨のステッカー



面接終了後に母子手帳裏にスタンプ

「出産・子育て応援事業」日野市の取組

日野市健康福祉部健康課
出産・子育て応援事業担当

日野市では、全ての子育て家庭に対して、妊娠期から子育て期に亘って切れ目ない支援を行うことで、妊婦・乳幼児・保護者の心身の健康の保持・増進を図ることに取り組んでいます。

そのひとつとして、平成28年4月から出産・子育て応援事業（ゆりかご・とうきょう事業）を実施しています。

妊娠の届出の受付の機会に、保健師及び助産師が面接を行い、全ての妊婦等の状況を把握し、妊娠・出産・子育てに関する不安軽減を図るとともに、支援を要する家庭については、支援プランを作成し支援を行っています。

本事業を開始するに当たり、妊娠の届出の受付及び母子健康手帳交付窓口を健康課のみ（市内1か所のみ）と変更しましたが、丁寧な面接や情報提供、支援を実施することで、市民からは好評をいただいております。



妊娠期からの切れ目ない支援を目指して

—多摩市の取組—



**出産・子育て応援事業
『ゆりかごTAMA』はじまりました!!**



多摩市では、平成29年4月1日より、妊娠期からの切れ目ない支援を目指して、地域で出産、子育てをサポートする『ゆりかごTAMA』（妊婦面接）を開始しました！

妊娠届出書を提出され母子健康手帳の交付を受けた妊婦のみなさまが安心して、妊娠期を過ごすことができ、出産、子育ての準備ができるよう母子保健、子育て支援に精通した保健師が面接を行います。さらに、継続的なサポートが必要な方には支援プランを作成し、お住いの地区担当保健師が継続的に相談を行い、状況に応じて子育て支援の関係課や地域子育て支援拠点等と連携しつつ、サポートを続けています。

☆面接では…

保健師が、妊娠・出産・子育て、家族のこと等様々な悩みや御相談にお応えするとともに、それぞれに合わせた役に立つ母子保健サービス、子育て支援サービスについて情報提供し、安心して妊娠期、子育て期が迎えられるよう一緒に考えます。

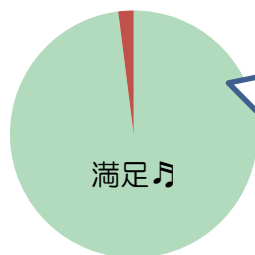
☆さらに…

妊娠のお祝いとして、「ゆりかごTAMA 応援ギフト」をお渡ししています。



面接後のアンケート結果より（面接開始から6か月間の実績）

- ◇ 心配なことを相談して受け止めてもらい、気持ちが楽になった。
- ◇ 病院で聞けないことが聞けた。
- ◇ 活用できるサービスを知ることができ、悩みが一つ減った。
- ◇ 産んでからのことも視野に入れて考えることができた。
- ◇ 必要な情報を紹介してもらえてわかりやすく、満足できた。



☆98.1%の方が、
妊婦面接を受けて
安心できた♪
満足できた♪
役に立った♪
と答えています。

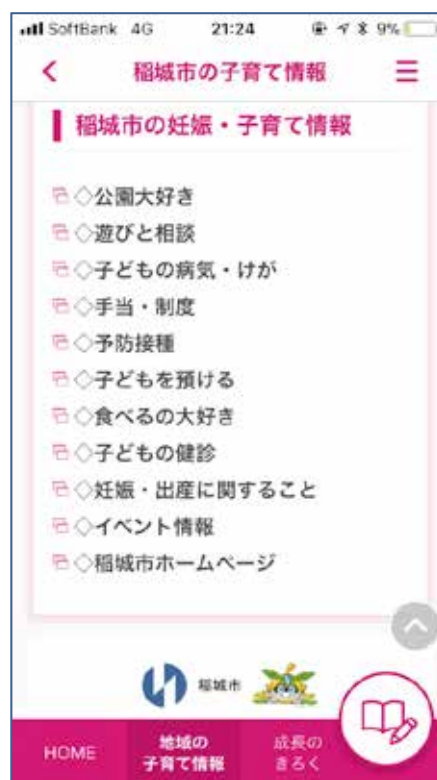


母子保健ナビ「梨の子いなぎ」

「梨の子いなぎ」は妊娠から育児までをサポートする、無料で利用できる母子手帳アプリ・Web サイトです。忙しいママたちが子育て情報を収集しやすいよう、スマートフォンを活用して、妊娠中から出産、子育て中に亘って、その時期に必要な情報が探しやすい構成になっています。妊娠中の体重や子どもの体重をグラフ表示、写真や動画、絵スタンプを付けて、子育て日記として楽しめます。子どもごとに接種時期が重なり、管理が難しい予防接種のスケジュール管理も簡単。日中触れ合う時間の少ないパパや離れた祖父母とも共有でき、子育ての安心感が高まります。

また、市のホームページのお知らせ情報や子育てイベント情報を配信します。

妊娠届出時や新生児訪問、乳幼児健診等で案内チラシを配布し、利用者が増加しています。



7 歯と口腔の健康づくり

現 状

- 国は、乳幼児期からの生涯を通じた歯科疾患の予防、口腔機能の獲得・保持等により、全ての国民が心身ともに健やかで心豊かな生活ができる社会を実現することを目的として、平成 23 年に「歯科口腔保健の推進に関する法律」を制定し、法の規定に基づく「基本的事項」に平成 34 年（2022 年）までの目標を掲げています。
- 厚生労働省が発表した「平成 28 年歯科疾患実態調査結果の概要」によると、幼児期、学齢期、成人期の若い世代でう歯の減少傾向がみられるとともに 8020 達成者は 51.2%となり、目標の 50%を既に超えています。
- 都は、国の目標設定に先駆けて、東京都歯科保健目標「いい歯東京」を定め、歯科保健を推進しています。「東京都歯科保健目標『いい歯東京』達成度調査報告書（平成 27 年 8 月）」に掲載された各調査結果によると、国と同様に都民の口腔の健康状況は順調に向上しています。
- 南多摩保健医療圏においても、幼児期、学齢期のう歯被患率、一人平均う歯数は減少傾向にあり、平成 28 年度 3 歳児歯科健康診査の結果では、う歯のある者の割合は 11.3%、う歯のある者の一人平均う歯数は 3.11 本となっています。
また、健康診査受診者の 12.5%に歯並びや噛み合わせの異常がみられ、う歯の予防と合わせて不正咬合の予防や改善も健全な口腔機能の発達、獲得に向けた課題です。
- 歯周病は、う蝕とともに歯を失う原因となる 2 大疾患であり、近年は、全身疾患に及ぼす影響も注目されています。平成 28 年度の南多摩圏域における歯周疾患検診（40 歳）の結果をみると、進行した歯周病にかかっている者（4 mm以上の歯周ポケットのある者）の割合は 46.7%と多く、歯周疾患検診の受診やかかりつけ歯科医による管理の重要性を普及啓発し、歯周病の予防や改善を図ることが必要です。
- 都は、在宅療養者の歯科ニーズに対応するため、歯科医師、歯科衛生士を対象とした在宅歯科医療に関する知識の習得や在宅医療への関わり方等に関する研修会を実施しています。
また、各市は、歯科医療連携推進事業の取組や地域包括ケアの取組を通じて、市民に対し、かかりつけ歯科医を持つことの必要性を普及啓発するとともに、在宅歯科医療が必要となった市民に対しては、円滑に医療機関につながるよう支援しています。
- 平成 26 年度医療施設調査によると、在宅歯科医療に取り組む歯科診療所は都で

は13.5%、南多摩保健医療圏では14.7%となっています。

高齢化の進展に伴い、今後、ますます在宅療養者の歯科に関するニーズが高まっていくことが予測されており、在宅歯科医療の体制づくりや医療、介護と連携した歯科保健医療の一層の充実が求められています。

- 都保健所及び各市は、口腔の重要な機能である摂食嚥下機能^{※1}について、機能を診断する医師、歯科医師及び摂食嚥下リハビリテーションに関わるメディカルスタッフの育成をはじめ、摂食嚥下機能の低下の見られる者を早期に発見し、必要な支援に結びつけるための体制づくり等の摂食嚥下機能支援事業を実施してきました。

各市では、住民向けリーフレットの作成や講演会の開催、相談の受け皿となる医療機関名簿の作成等を行うとともに、摂食嚥下機能の低下がみられる高齢者を対象に介護予防事業として口腔機能の向上に係る事業を実施しています。

摂食嚥下機能や口腔機能の向上は、フレイル予防^{※2}の一環としても重視されており、多職種連携を図りながら、さらに充実していくことが期待されます。

- 都保健所は、障害者の歯科保健対策として、施設職員を対象とした研修会や、多摩地域の各圏域における先駆的な取組事例を発表し共有する場として「歯ミフェスタ多摩」を開催してきました。

さらに、これらの取組を事例集にまとめ各市や施設に配布すること等により、施設の歯科保健の取組を支援しています。

- 障害者の歯と口の健康を維持するためには、家族や施設職員、かかりつけ歯科医等周囲の支援が必要です。平成27年に南多摩保健所管内で実施した「障害者施設における歯科保健に関する調査」では歯科健診を実施している施設は34.8%、利用者のかかりつけ歯科医の有無を把握している施設は52.2%でした。

障害者施設における歯科保健の取組を推進し、かかりつけ歯科医による障害者の口腔管理を定着させる必要があります。

課 題

- 乳幼児期から学齢期を通じた口腔機能の発達支援
- う蝕多発傾向のみられる児の歯科支援の推進
- 重度の歯周病に罹患している者の割合を下げる取組の強化
- 在宅歯科医療の推進と歯科と医科、介護の連携強化
- かかりつけ歯科医の普及啓発の充実
- 摂食嚥下機能、口腔機能の維持向上を図るための取組とフレイル対策の推進
- 障害者施設における歯科保健の取組の推進

今後の取組

1 生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの推進

- (1) 市は、かかりつけ歯科医をはじめとした多職種との連携により、子供の口腔機能の発達を支援するとともにう蝕多発傾向のみられる児への支援を充実します。
- (2) 市は、学齢期、成人期、高齢期の各ライフステージにおいて、歯周病の予防、改善の重要性を普及啓発します。
- (3) 市及び保健所は、かかりつけ歯科医の機能と重要性を住民に普及啓発するとともに、都保健所は、歯科医師会等と連携を図りながら、かかりつけ歯科医の機能の充実に取り組みます。
- (4) 市は、摂食嚥下機能支援や口腔機能の向上事業に取り組み、フレイル対策や在宅療養者の生活の質の向上に努め、都は、市との役割分担のもと医療体制の充実に努めます。

2 障害者のかかりつけ歯科医定着に向けた更なる推進

- (1) 都保健所は、市と協働して、研修会等を通じて障害者施設に対して歯科保健医療情報を提供し、施設における歯科保健の取組を支援します。
- (2) 市及び保健所は、障害者やその家族に対して、かかりつけ歯科医の機能や重要性を普及啓発します。
- (3) 都保健所は、かかりつけ歯科医や障害者歯科医療に従事する歯科医療従事者、障害者の生活支援にあたる関係者などに対し、積極的に研修情報等を提供し、地域の障害者歯科保健医療体制の充実に支援します。

重点プラン

生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの推進

【指標】かかりつけ歯科医の普及啓発と機能の充実に向けた取組

⇒ 推進する

※1 摂食嚥下機能：口腔機能のうち、食べ物を口に取り込み、噛み砕き、飲み込むという一連の機能を摂食嚥下機能という。

※2 フレイル予防：P88 第2部第1章第2節「1 高齢者への支援」参照

障害者施設における歯科保健の取組

(歯ミフェスタ・多摩 2017 発表施設から)

多摩地域の都保健所では、多摩地域全体で障害者の歯や口の健康づくりを進める気運を高めるため、5つの保健所が協力して、障害者施設における歯科保健の取組の工夫や他の施設の参考になる取組を広く発信する「歯ミフェスタ・多摩」を開催しています。

平成23年度から始まった「歯ミフェスタ・多摩」は、平成29年度に第7回を迎え、南多摩保健所管内からは、通所施設特定非営利活動法人 Filo AROMA が発表しました。



楽しく歯を磨こう

AROMA（アロマ）は多摩市にある利用者25人、スタッフ12人の通所施設（就労継続支援B型）です。

施設では就労支援をしていく中で、利用者の方が自ら気づき、行動するための手法をスタッフ皆で考え支えています。その中で一番身近な歯みがきの習慣化は大変難しい課題でした。

そんな時、一人のスタッフから「歯科衛生士さんに来ていただいたらどうかしら？」というアイデアが発案され、それから数週間後に多摩市の歯科衛生士さんに来ていただき、アロマ初の歯みがき講習会を開くことになりました。

講習会ではイラストや写真で歯みがきが楽しく大切なことだと伝えてもらいました。

そして、動き出した利用者皆の歯みがきに対する熱意。しかし、本人が継続して歯みがきをしなければ意味がありません。そこでスタッフで話し合ったところ、環境、支援、反復、理解、意欲の5つのキーワードが出てきて、それぞれ具体的な取組となりました。



何かと私たちは理屈をつけたがります。美味しく食べるために、歯を磨こう！などがそれです。でも利用者の方は理屈が苦手です。とにかく楽しく歯を磨いて習慣になることが大切だと思いました。足りなければケアしてあげればよい。それが支援する人の役割だと思えばいいのです。自らが進んで歯を磨くためには理屈じゃないんだなと思いました。

参考 歯ミフェスタ・多摩 2017 発表より
特定非営利活動法人 Filo AROMA

周術期の口腔ケアが円滑に行われるために ～医科と歯科の連携～

<周術期の口腔ケアにより、合併症の予防や体力回復等が期待できます>

周術期とは、ある手術をする上で、その手術に関わる入院、麻酔、手術、回復を含めた一連の期間を指します。

この期間に歯科医師や歯科衛生士による口腔ケアが行われることで、合併症の予防や体力回復等が期待でき、病気の治療効果にも良い影響を与えることが明らかになってきました。

しかしながら、手術を受ける病院に歯科の診療科がなかったり、歯科があっても手術日の間際に入院することも多かったりすることから、術前に、かかりつけの歯科をはじめ、地域の歯科診療所で口腔ケアを受けることも必要になってきます。

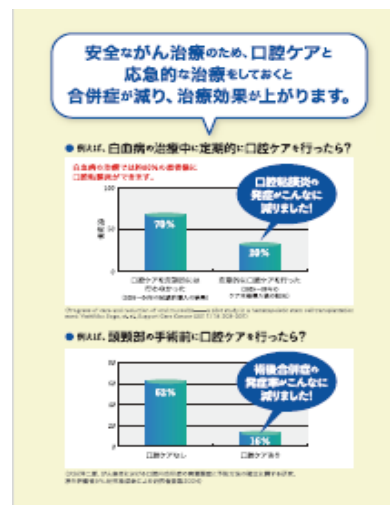
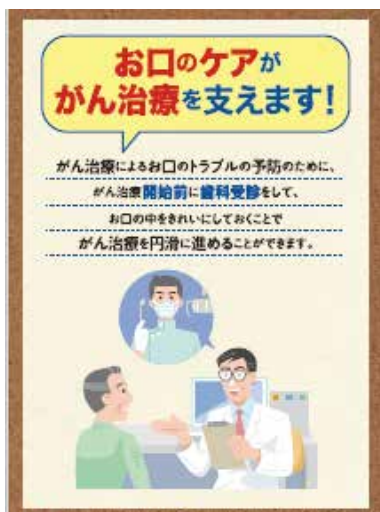
<地区歯科医師会の取組>

八南歯科医師会（八王子市、日野市、多摩市、稲城市）では、東京都の「周術期口腔ケアにおける医科歯科連携推進事業」を受けて、地域で医科と歯科が連携するための体制づくりに取り組んでいます。病院の医師と歯科診療所の歯科医師が連絡をとり、連携して口腔ケアを実施することで病気の治療効果を上げられるよう、合同研修会や連絡会を実施しており、連絡会には、市、保健所も参加しています。

また、町田市歯科医師会においても独自の取組として、市民が良く利用する市内病院や多くの都外近隣病院も含め、病院との体制づくりを始めています。

都の事業の一環として実施されている研修を受講した歯科医師、歯科衛生士がいる歯科医院は、東京都歯科医師会のホームページに掲載されています。

<http://www.tokyo-da.org/cancer.html>



出典：「お口のケアががん治療を支えます」（東京都福祉保健局発行）リーフレットより

8 様々な主体による健康づくり

現 状

- WHO（世界保健機関）では、「健康」を、肉体的、精神的及び社会的に全てが満たされた状態にあること、と定義しています。近年、少子高齢化の進展に加え、単身世帯や共働き世帯の増加などを背景として、地域との結びつきが希薄化し、社会的に孤立する人が増えていると言われていています。地域コミュニティでのつながりの弱まりは、生きがいの喪失をもたらし、健康を損なうことにつながる懸念もあります。
- 平成29年度に内閣府が行った「社会意識に関する世論調査」では、望ましい地域での付き合いの程度について、「住民全ての間で困ったときに互いに助け合う」と答えた人が41.5%、「気の合う住民の間で困ったときに助け合う」と答えた人が26.1%であり、困ったときに助け合うことができる地域が望ましいと考えている人が多いことが伺えます。
- 地域の絆やつながりは、住民の健康状態に影響を及ぼすとも言われており、多くの人々が望むように、人と人が支え合い、助け合う社会を実現することが、心身の健康に資するものと考えられます。健康づくりは、多くの人々が自分らしく生き生きと生活できるよう、住民一人一人の主体的な取組に加え、市や保健所において、地域の人々や関係機関とのつながりを醸成しながら、各世代の健康づくりを推進していくことが重要です。
- 国の「地域保健法第四条第一項の規定に基づく地域保健対策の推進に関する基本的な指針」（平成27年3月27日改正）では、今後、更に高度化・多様化する住民ニーズに添えていくこと、また、支え合う社会を回復するためには、地域に根差した信頼や社会規範、ネットワークといった社会資本等（ソーシャルキャピタル）を活用した住民との協働により、地域住民の健康の保持・増進及び地域住民が安心して暮らせる地域社会の実現を目指した地域保健対策を総合的に推進することが必要とされています。
- 職域においては、近年、従業員の健康保持・増進を行うことは、医療費の適正化や生産性の向上等につながるとの考えのもとで、健康管理を戦略的に実践する「健康経営^{※1}」の取組が重要視されるようになってきました。
平成27年度から「データヘルス計画^{※2}」が開始され、圏域内の職域の健康保険組合では、事業主と協力して、保有するレセプト（診療報酬明細書）や健診データ等の情報を疾病予防や重症化予防等に役立てる取組が始まっています。
- 都保健所は、地域保健・職域保健が連携して地域における健康づくり対策を進め

られるように、圏域内の自治体、事業者、医療保険者、地域産業保健センター、労働基準監督署等で構成する地域・職域連携推進協議会を開催し、情報交換等を行っています。

- この他、都保健所では、大学の保健管理部門とのネットワークを活用した健康づくり支援や小中学校への健康情報等のメール配信等学校保健と連携した健康づくりを推進するとともに、自治会住民等向けの健康情報紙の発行・配布、地域住民や関係機関を対象とした健康教育の実施等に取り組んでいます。
- 各市では、健康づくり推進員によるウォーキングや健康講座、料理教室等の活動を通じて、地域における住民の主体的な健康づくり活動を推進し、健康の保持・増進を図るほか、企業や学校等と連携した事業の実施や健康づくり情報の提供、普及啓発など、各市の実情に応じた健康づくりに取り組んでいます。
- また、元気な高齢者が地域で社会参加できる機会を増やしていくことは、生きがいや介護予防にもつながることから、各市では、平成27年4月の介護保険制度改正を踏まえ、高齢者自身が担い手となって体操等を行う通いの場を運営するなど、住民主体の介護予防活動や地域づくりを推進しています。

課 題

- 住民との協働による施策の推進
- 住民が主体的に健康づくりに取り組むことのできる環境整備
- 住民団体、学校、職域等地域の幅広い主体との連携の推進
- 学校関係者向け健康情報の充実と効果的な発信

今後の取組

1 住民主体の健康づくり活動の推進

- (1) 市は、地域における住民の主体的な健康づくり活動の推進のため、健康づくり推進員や健康づくりにつながる活動を行う自主グループを育成、支援します。
- (2) 市及び保健所は、住民自らの健康への関心を高める意識の啓発を図るとともに、住民間の交流が活発になるような事業の実施や普及啓発等を推進します。

2 地域保健、学校保健との連携の推進

- (1) 都保健所は、健康課題等に関する情報発信やネットワーク会議の開催等を通して、管内大学の保健管理部門との連携を推進します。
- (2) 都保健所は、管内小中学校を対象に、保健衛生等に関する情報発信をより効果的に行います。
- (3) 市及び保健所は、一般住民向けの健康情報紙の内容の充実を図り、より効果的

な情報発信を目指します。

(4) 都保健所は、地域と職域との連携推進を図る地域・職域連携推進協議会を継続して開催します。

重点プラン

住民主体の健康づくり活動の推進

【指標】 地域における健康づくり推進員等活動・住民主体の介護予防活動
及びその活動支援 ⇒ 推進する

※1 健康経営：米国の経営心理学者ロバート・ローゼンが提唱した概念で、企業の持続的成長を図る観点から従業員の健康に配慮した経営手法

※2 データヘルス計画：国の成長戦略として、全ての健康保険組合が医療情報（レセプト）や健診結果の情報等のデータ分析に基づき、PDCA サイクルで効率的・効果的な保健事業を実践する取組

八王子市健康づくりサポーター

八王子市では、平成27年度より健康づくりサポーター（以下「サポーター」という。）養成事業を行っています。

この事業は、市民の皆さんが、住み慣れた地域で笑顔で、心豊かに、健康で、いきいきと生きがいをもって暮らせるようなまちづくりを目指し、地域における健康づくりに関する活動を推進することを目的としています。

サポーターの主な活動は、

①町会・自治会などでの介護予防活動

「八王子けんこう体操」（高齢者いきいき課作成）・認知症予防の脳トレ・体力測定など

②食育に関する活動

小学校での夏休み親子料理教室・シニア向け料理教室のサポートなど

③健康づくりの普及・啓発活動

④市が主催する健康づくりや食育に関するイベント、教室のサポートなどを行っています。

最近では、サポーターどうしの横のつながりも大切にし、交流会なども実施しています。

多くのサポーターの皆さんは、まずは、自分の健康づくりのために、そして誰かのために自分ができることから始めたい、そんな思いを持って活動を始められています。活動している中で、参加者の皆さんの笑顔が増えた、楽しかったと言ってもらえた、逆に自分も元気になった、そんな思いがサポーターの喜びであり、活動の原動力となっています。

健康づくりの取組へのきっかけづくり、地域の中で健康づくりの草の根運動を進めていく、それが「健康づくりサポーター」です。

サポーターは、「広めよう健康づくりの輪」をキャッチフレーズに、日々活動を行っています。



住民主体の健康づくり（健康づくり推進員活動）

生涯に亘って、いきいきと暮らしていくためには、日頃から自らの健康に関心を持ち、より良い生活習慣を身につけることが大切です。市民一人一人が健康の維持・増進を図っていくことができるように、手軽に取り組めるウォーキングや体操、料理などの健康講座を、市から委嘱を受けた健康づくり推進員が中心となって企画、実施します。7つのコミュニティエリアに分かれ、健康に関する情報発信や継続できる健康づくりの活動を実施しています。



秋のウォーキング



男の料理



体操（ヨガ）

住民主体の健康づくり「健康な食事づくり推進員」

稲城市健康な食事づくり推進員会は、偏りのない食生活、適度な運動、十分な休養を柱とした健康づくりを推進するため、健康に関する学習会や食生活、生活習慣に関する講習会や講演会など毎年テーマを決めて活動しています。

【主な活動】

- (1) 調理講習会・講演会
- (2) 健康づくり行事の参加・母親学級の試食作り等
- (3) ポスターやリーフレット・レシピ集の作成、配布

【活動紹介】

健康な食事づくり推進員会 子ども料理教室の様子



4歳、5歳のお子さんがお母さんと一緒にご飯を作りました。
しっかり補助してあげると、包丁も上手に使うことができました。