



跳ベ
TOBE
健康プラン

砥部町

第2次健康づくり計画・

食育推進計画

〈中間評価・見直し〉

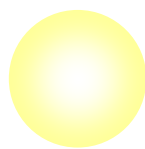
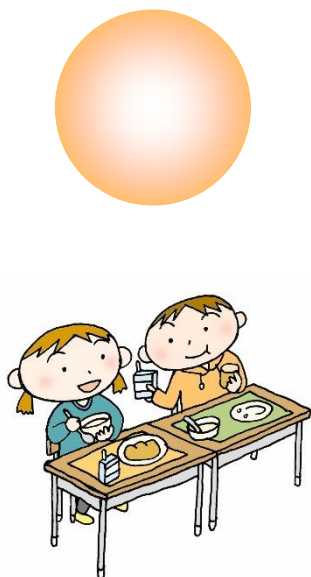
令和2年3月

砥部町

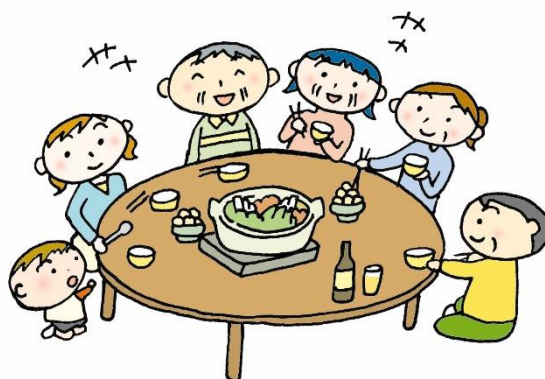
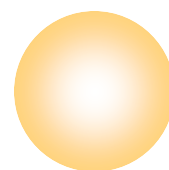
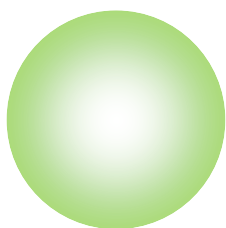
目 次

総 論.....	1
STEP 1 計画について.....	2
1 中間評価・見直しの趣旨	2
2 計画の期間と評価.....	2
3 計画の位置づけ	3
STEP 2 基本的な考え方	4
1 基本的な方向性	4
2 計画見直しのプロセス.....	5
3 施策体系（重点目標・基本目標）	9
健康づくり計画.....	11
重点目標 1 ころの健康を守る	12
重点目標 2 子育てを楽しむ.....	14
重点目標 3 交流・地域活動を推進する.....	16
重点目標 4 体力をつける	18
重点目標 5 生活習慣を改善する	20
重点目標 6 生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組む.....	23
食育推進計画	25
重点目標 1 食は命の源（＝病気を予防する）	26
重点目標 2 食を楽しむ.....	30
重点目標 3 食で町おこし.....	31
重点目標 4 食の安全性の確保	32
重点目標 5 連携をもつ.....	32





総論



STEP 1

計画について

1 中間評価・見直しの趣旨

砥部町では、健康増進法第8条第2項の規定に基づき、平成16年に「砥部町健康づくり計画『跳べ TOBE 健康プラン21』（平成17年度～平成26年度）」を策定し、平成27年3月に「砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画」を策定しました。この計画は令和6年度を最終年度とする10年計画で、住民一人ひとりが地域で自立していきいきと暮らせるように、住民・地域・行政などが一体となり具体的な施策や目標指標を定めた計画となっており、計画に基づいて住民の健康づくりや食育の実践を支援する様々な取組を進めているところです。

こうしたなか計画策定から5年が経過し、住民アンケートを実施して中間年度となる平成31年度(令和元年度)にこれまでの取組を評価し、最終年度に向けた後期の重点的な取組を検討し、見直しました。

2 計画の期間と評価

本計画の計画期間は、平成27年度から令和6年度までの10年間です。平成31年度(令和元年度)に中間評価を行い、再度ワーキングと策定委員会を実施し、計画の見直しを行いました。

また、砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会の場において毎年度、事業の進捗管理を行います。

年度	～平成26	27	28	29	30	31 (令和元 年度)	令和 2	3	4	5	6
砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画	策定	実施									
						→ 中間評価 見直し					→ 最終 評価

3 計画の位置づけ

- 「砥部町第2次健康づくり計画」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に位置づけるものです。
- 「砥部町食育推進計画」は、食育基本法第18条に基づく市町村食育推進計画として、健康づくり計画と整合性を図り策定するものです。
- 「砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画」は町政の基本指針となる「砥部町総合計画」の部門計画として定め、住民と行政の協働の取組を一体的に推進するものです。

砥部町総合計画

健康・福祉分野目標

だれもが地域で幸せに暮らすことができるまちを実現します

生涯を通じた
健康づくりの
推進

住み慣れた地域で
安心して暮らせる
地域づくりの推進

高齢者がいきいき
と暮らせる
地域社会の推進

障がいの有無に関わらず
互いに尊重し合える
地域社会の推進

砥部町健康づくり計画 砥部町食育推進計画

国民健康保険事業実施計画
特定健診等実施計画

自殺対策計画

子ども・子育て
支援事業計画

データヘルス計画

高齢者福祉計画
介護保険事業計画

障害者計画
障害福祉計画

教育大綱

関連する計画

STEP 2

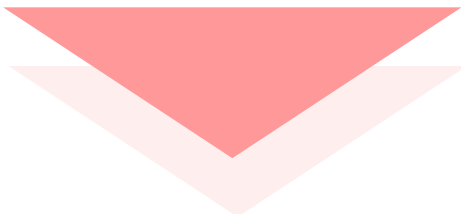
基本的な考え方

1 基本的な方向性

「砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画」は、住民が住み慣れた地域で健やかに暮らし
ていくための健康づくり・食育推進のための柱となる計画です。

また、第1次健康づくり計画では、子どもから高齢者まで健康で明るくいきいきと輝く活気あ
るまちの実現に向けて目標を設定し、様々な取組を推進してきました。そのなかで改善されたも
のもありますが、今後も継続して取組が必要なことや新規課題として対応すべきことも出てきて
います。

そうしたことを踏まえながら、以下のことを大切に、本計画を推進していきます。



大切にしたいこと

住民と関係団体・
行政が膝を突き
合わせて話し合い、
住民ニーズを確認

豊かな人生を
過ごすため、
健康なまちや
個人が目指すものを
共有

健康づくり・食育
推進活動の評価が
できる計画の策定

行政職員が課の
枠を超えて、
健康づくり・
まちづくり政策を
考える

2 計画見直しのプロセス

健康づくり計画・食育推進計画の策定組織体制

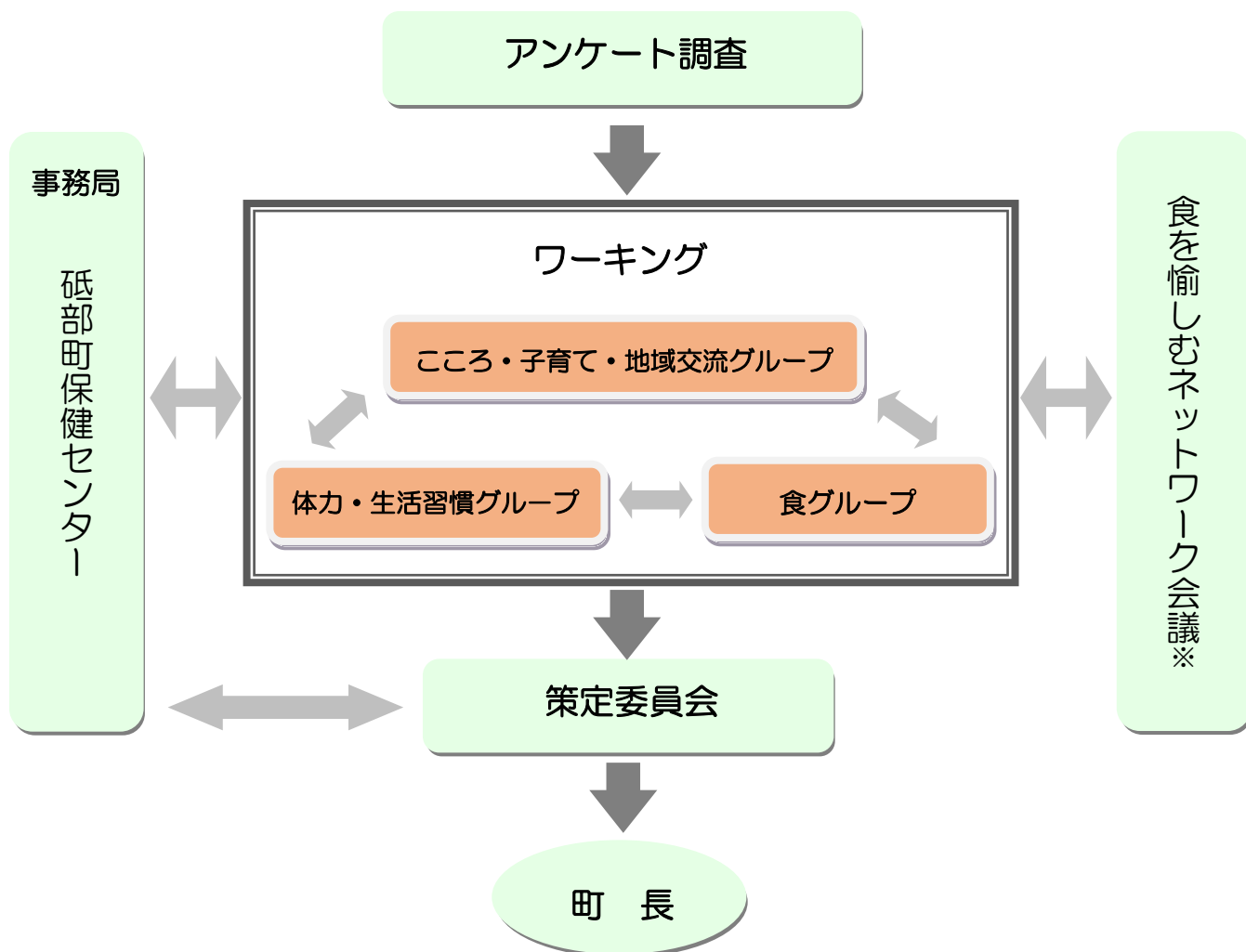
本計画の見直しにあたっては、平成 26 年度作成「砥部町第 2 次健康づくり計画・食育推進計画」をもとに、一般成人、幼児保護者、小学 6 年生本人、中学 3 年生保護者へのアンケート調査及びその他の統計資料により現状の分析を行い、調査結果及び分析結果を砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会で検討を行いました。

また、健康づくりに関する住民の意見を聴くためワーキングを実施しました。

＜ 策 定 委 員 ＞ 15 名

＜ワーキング構成員＞ 住民 6 名、専門職 5 名、行政職員 12 名

■策定体制イメージ



※食を愉しむネットワーク会議とは、関係機関が集まり食育を推進することを検討する会議

アンケート調査の実施

住民の健康に関する生活実態、要望・意見などを把握することを目的に、アンケート調査を実施し、この結果をもとに健康づくり計画と食育推進計画の評価を行いました。

- 調査期間 平成30年7月9日～7月31日（一般）
令和元年5月10日～5月31日（一般以外）

●調査対象

- 【一般】 町内在住で20歳から74歳までの住民
- 【幼児の保護者】 町内在住の幼稚園・保育所・認定こども園に通う幼児の保護者（以下「幼児」と表記）
- 【小学6年生】 町内在住の小学6年生（以下「小6」と表記）
- 【中学3年生保護者】 町内在住の中学3年生の保護者（以下「中3」と表記）

	配布数	回収数	回収率
一般	2,200	807	36.7%
幼児	373	342	91.7%
小6	221	220	99.5%
中3	185	184	99.5%
合計	2,979	1,553	52.1%

ワーキングの風景

令和元年10月



ワーキング構成員 名簿 ※職名・敬称略

ご協力ありがとうございました！

＜こころ・子育て・地域交流グループ＞

所 属	氏 名	所 属	氏 名
区長会	梅木 建也	砥部消防署	水口 学
砥部町立小中学校校長会	川崎 ひとみ	松山南警察署	東 宏幸
NPO法人とべ子育て支援団体 ぽっかぽか	村上 明子	砥部町社会福祉協議会	井上 若葉
町内小児科医	小泉 光江	子育て支援課	岩田 恵子
砥部町ふれあい・いきいきサロン 連絡協議会	水口 武史		

＜体力・生活習慣グループ＞

所 属	氏 名	所 属	氏 名
砥部町PTA連絡協議会	吉岡 和哉	愛媛県立医療技術大学看護学科	奥田 美恵
民生児童委員	的場 善行	小学校養護教諭	井上 智珠
伊予医師会	木谷 伸治	社会教育課	千崎 夏代
愛媛県中予保健所	三木 優子	中央公民館	谷口 佳子

＜食グループ＞

所 属	氏 名	所 属	氏 名
砥部町食生活改善推進協議会	山田 幸美	町立幼稚園長会	大野 敏子
伊予歯科医師会	稲田 雅仁	町立保育所長会	中村 聖子
宮内小学校	向井 千春	子育て支援課	松田 志穂



策定委員会の風景

令和元年10月～令和2年2月

ワーキングでの住民の意見、行政としての意見を踏まえて、健康づくりと食育推進を考えながら、まちづくり計画としての内容を吟味し、計画書の素案を作り上げていきました。（計3回実施）



ご協力ありがとうございました！

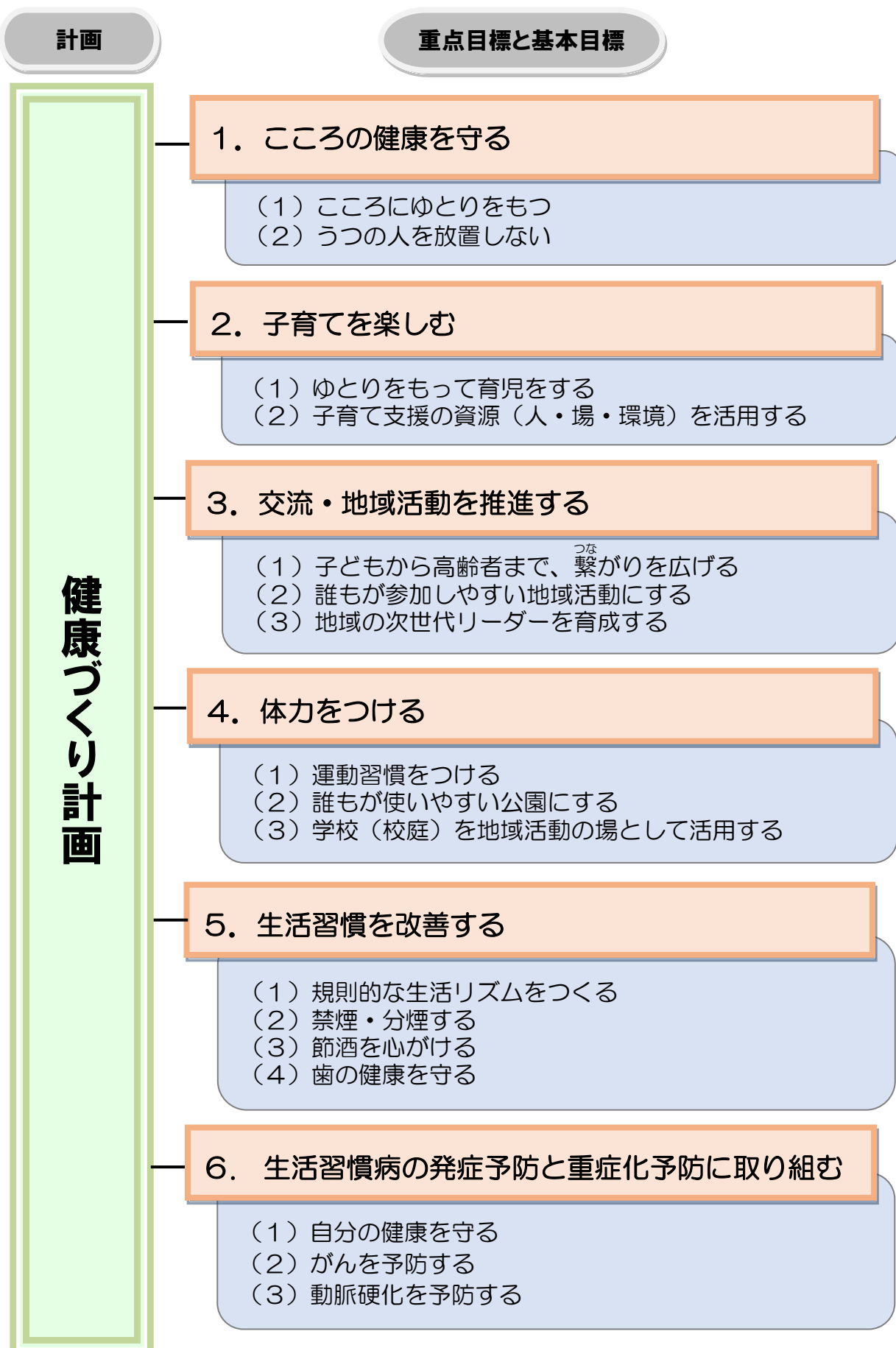


資料をもとに、熱心に議論していただきました。

＜策定委員＞ ※敬称略

団体名・役職	氏 名	団体名・役職	氏 名
町内医師会 代表	木谷 伸治	砥部町PTA連絡協議会 会長	吉岡 和哉
町内小児科医 代表	小泉 光江	砥部町ふれあい・いきいきサロン 連絡協議会 会長	水口 武史
町内歯科医師会 代表	稲田 雅仁	砥部町食生活改善推進協議会 会長	山田 幸美
愛媛県立医療技術大学 講師	奥田 美恵	砥部町立小中学校校長会 代表	川崎 ひとみ
愛媛県中予保健所 所長	三木 優子	松山南警察署 生活安全課上席係長	東 宏幸
区長会 代表	梅木 建也	砥部消防署 主査	水口 学
民生児童委員 代表	的場 善行	砥部町栄養教諭 代表	向井 千春
NPO法人とベ子育て支援団体 ぽっかぽか 代表	村上 明子		

3 施策体系（重点目標・基本目標）



食育推進計画

1. 食は命の源（＝病気を予防する）

- (1) バランスをとる
- (2) 規則的な生活リズムをつくる★
- (3) 薄味を心がける★
- (4) 野菜を食べる★
- (5) 口から食べる★
- (6) 男性も食に参加する
- (7) 高齢者の食が豊かになる
- (8) 自分に合った食事を知る
- (9) 給食の大切さが浸透する
- (10) 手づくりを推進する

2. 食を楽しむ

- (1) 食事の時間を楽しむ
- (2) 食マナーを育む★
- (3) 食を伝承する

3. 食で町おこし

- (1) 地域が活性化する★
- (2) 地産地消する
- (3) 食生活に砥部焼を取り入れる

4. 食の安全性の確保

食の安全に関心をもつ

5. 連携をもつ

関係者が交流をもつ

★は重点的に取り組む目標



健康づくり計画



重点目標 1 こころの健康を守る

基本目標 1 こころにゆとりをもつ

- 個人を尊い存在とする意識啓発
- 自分を大切にし、経験を増やす
- 虐待の予防、早期発見
- いじめをなくす教育、意識啓発
- ストレス解消の糸口となる情報を提供

基本目標 2 うつの人を放置しない

- うつに対する正しい知識の普及
- 良眠をとるための啓発
- 出産前後の母親のうつ傾向について、父親へ啓発

◆指標（取組の目指すところ）◆

基本 目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年	平成 31・令和元年		令和 6 年
					目標	実績	目標
1	ストレスの解消手段をもっているおとなの割合	アンケート	76.2%	67.8%	75%	59.2%	75%
	ストレスを感じたりイライラしたりするときに相談相手がいる児童の割合	アンケート	36.0%	37.8%	50%	51.4%	55%
	日常の気持ちや悩みを打ち明けたり、相談に乗ってくれる相手がいるおとなの割合	アンケート	81.6%	82.9%	85%	82.7%	85%
	生きがいがあるおとなの割合	アンケート	89.3%	82.2%	90%	81.7%	90%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出



目標設定に至るプロセス

参考となるデータ

図1 ストレスを感じたりイライラしたりする時に相談相手がいる小学6年生の割合
(平成31年度 アンケート調査より) 【基本目標1】

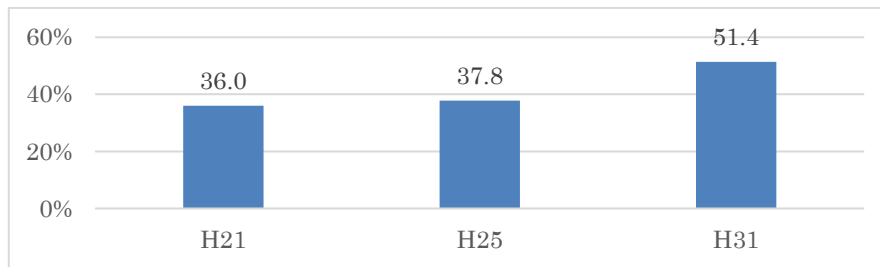


図2 スマートフォンを持っている小学6年生の割合
(平成31年度 アンケート調査より) 【基本目標1】

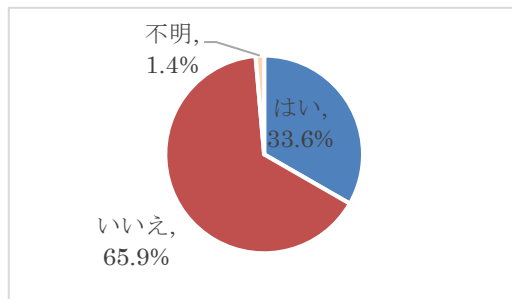
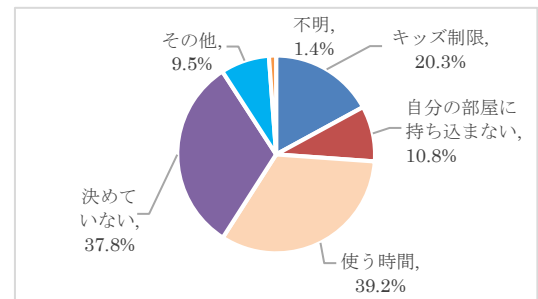


図3 スマートフォンを使うルールを決めている小学6年生の割合
(平成31年度 アンケート調査より) 【基本目標1】



ワーキングでの意見

- 学校で、SNS の問題やゲームの依存・トラブルがある
- 親子で考えるスマートフォン・ゲームの教室があればいい
- SNS の被害から守る方法を思春期教室に取り入れたらいい
- 学校にハートなんでも相談室やスクールソーシャルワーカーの配置など、相談できる体制が整っているので、もっと子どもに活用してほしい
- こころの健康講座を各小・中学校で開催している
- 問題行動のある児童への指導を家庭でしっかり取り組んでほしい

推進する事業

- 思春期教室（町内全小学校・中学校）
- 幼児期からの心を育む性教育（保育所との連携）
- 職員メンタルヘルス研修
- ゲートキーパー養成講座
- こころの健康講座（若年層）（SNS・いじめ対策：啓蒙普及）
- こころの健康相談（若年層からの相談周知）



※ 推進する事業のうち黄色の網かけの事業は、新規または今後重点的に取り組む事業等

重点目標 2 子育てを楽しむ

基本目標 1 ゆとりをもって育児をする

- 育児ストレスを緩和する
- 親子関係への支援

基本目標 2 子育て支援の資源 (人・場・環境)を活用する

- 子育てに関わる活動を支援
- 関係機関の情報伝達を密にする
- 一人一人の状況に応じた支援
- 地域資源(場所・人)の活用
- 子育て相談窓口の周知徹底



目標設定に至るプロセス



参考となるデータ

図4 子どもを連れて子どもや親が集まる場に出て行くことが大事だと思う人の割合
(平成30年度 1歳6か月児健診アンケートより) 【基本目標1.2】

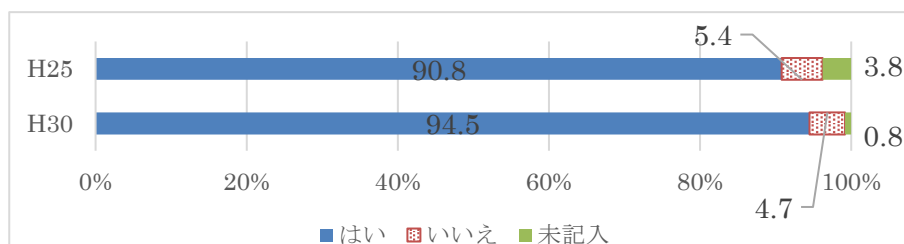
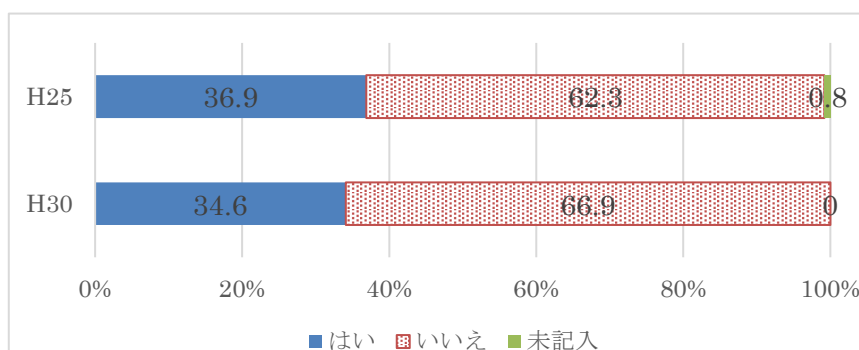


図5 幼児クラブ、育児サークル等子どもを連れて出かける場に行く人の割合
(平成30年度 1歳6か月児健診アンケートより) 【基本目標2】



ワーキングでの意見

- 子育てのつどいのひろば・出張ひろばを活用してほしい
- 育児サークル（おしゃべり恐竜くらぶ）を周知したい
- 働くお母さんが増加しているため、子育て世代包括支援センターができれば、子どもやお母さんの子育てのサポートがより充実してほしい
- 新設された麻生児童館（令和元年度～）の利用が増えてほしい
- 地域の交流が活発になっているので、地域ぐるみで子育てを応援する仕組みにつながってほしい

推進する事業

- 産前産後ケア充実事業（ほっとママひろば：妊娠期から1歳児までの赤ちゃんと保護者対象の教室）
- 妊婦への電話相談・栄養相談・訪問
- 子育て世代包括支援センター・子育て支援センター 開設
- 子ども家庭総合支援拠点 設置





重点目標3 交流・地域活動を推進する

基本目標1 子どもから高齢者まで、 繋(つな)がりを広げる

- すべての人が交流できる場を推進
- サロン等既存資源の継続
- 地域で助け合うネットワークづくり

基本目標2 誰もが参加しやすい 地域活動にする

- 参加者に得るものがある、地域活動を推進

基本目標3 地域の次世代リーダーを育成する

- 地域活動リーダーを育成

◆指標（取組の目指すところ）◆

基本 目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年		平成 31・令和元年		令和 6 年
						目標	実績	目標
1	近隣の独居高齢者の世話を してあげたいと思うおとな の割合	アンケート （「非常に思う」 「どちらかとい えば思う」）	58.7%	50.2%		70%	49.8%	70%
2	地域行事に参加している子 どもの割合	アンケート	—	幼児	72.0%	80%	66.7%	80%
				小 6	78.4%		91.4%	
				中 3	72.9%		74.5%	
	地区巡回健康教室開催地区数		21 地区	32 地区		維持、又は増加	26 地区	維持、又は増加
	いきいきサロン開催地区数		17 地区	21 地区		維持、又は増加	27 地区	維持、又は増加
	老人クラブ活動地区数		35 地区	27 地区		維持、又は増加	24 地区	維持、又は増加
3	町内会や自治会の世話を頼 まれたとき、引き受けてもよ いと思うおとなの割合	アンケート （「非常に思う」 「どちらかとい えば思う」）	48.2%	34.4%		50%	32.3%	50%
	地域の人々と何かをすること は自分の生活を豊かにす ると思うおとなの割合	同上	78.9%	74.7%		80%	72%	80%
	地域の人々と何かをすること は自分の子どもの生活を 豊かにすると思う保護者の 割合	同上	—	幼児	82.6%	85%	85.1%	87%
				中 3	73.5%	80%	80.4%	82%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

目標設定に至るプロセス

参考となるデータ

図6 地域の行事に参加している子どもの割合（平成31年度 アンケート調査より）【基本目標1.2】

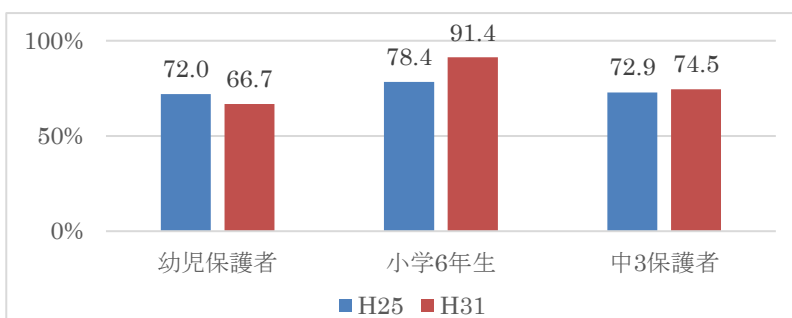
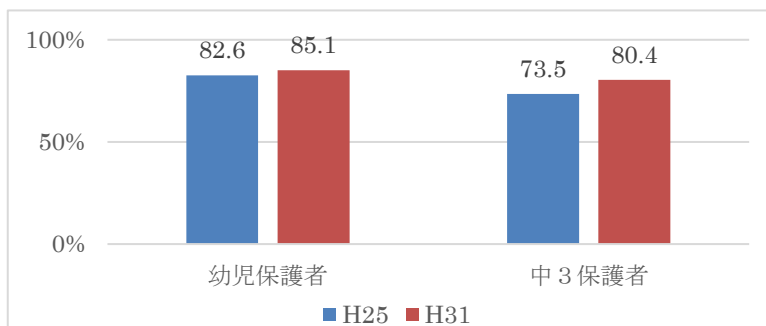


図7 地域の人々と何かをすることは、自分の子どもの生活を豊かにすると思う保護者の割合（平成31年度 アンケート調査より）【基本目標1】



ワーキングでの意見

- 木育のイベントを開催し、子どもと木に触れ合う機会ができた
- とべキッズカフェ（町社会福祉協議会）があり、老人クラブと子どもが交流できている
- 地域で開催される防災訓練に参加している
- 地域の若者有志でイベントを企画・運営している
- 夏祭りや運動会などが復活した地区もあり、三世代交流が活発である
- さんぱつカフェ（広田）が始まり、地域での見守りにつながっている
- 地域ごとに自主防災組織が増えて、活動が活発になっている
- 独居高齢者への声かけをし、地域の横のつながりを作りたい
- 地域で高齢者への見守りをしているため、信頼関係ができている

推進する事業

- 地域福祉活動推進懇談会（町社会福祉協議会）・地域での集まり（カフェなど）
- 自主防災組織の普及
- 次世代シニア（50～60歳代）に対する調査
- アクティブシニアボランティア養成講座
- 食生活改善推進協議会・健康運動推進リーダー（元気でおり隊）の育成の強化



重点目標4 体力をつける

基本目標1 運動習慣をつける

- 運動指導者を発掘
- 遊びを通じた体験交流
- スポーツをする場、資源の周知

基本目標2 誰もが使いやすい公園にする

- 福祉の視点を取り入れた公園整備
- 公園の管理方法の見直し

基本目標3 学校（校庭）を地域活動の 場として活用する

- 学校施設と地域活動の融合

◆指標（取組の目指すところ）◆

基本 目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年	平成 31・令和元年		令和 6 年
					目標	実績	目標
1	体力づくりをしているおとなの割合	アンケート	45.2%	36.4%	50%	35.3%	50%
	運動不足だと「非常に思う」おとなの割合	アンケート	24.6%	34.7%	20%	36.0%	20%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出



目標設定に至るプロセス

参考となるデータ

図8 体力づくりをしている大人の割合【基本目標1】
(平成30年度 アンケート調査より)

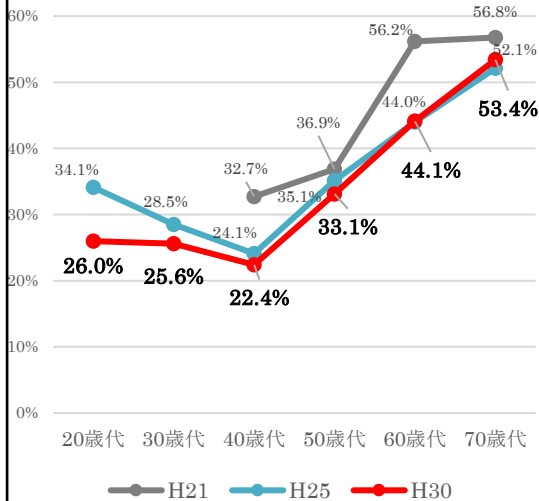
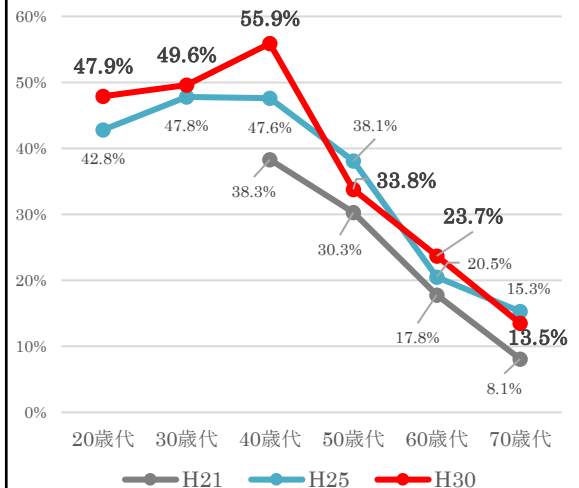


図9 運動不足だと思う大人の割合【基本目標1】
(平成30年度 アンケート調査より)



ワーキングでの意見

- 若い世代（20～40 歳代）が、体力づくりをしておらず、運動不足だという実感もある。健診の結果でも50 歳代の摂取エネルギーが過剰であり、腹囲や中性脂肪の数値が上がっている傾向がある
- 若い世代は仕事や趣味などにより、生活時間が一定しない傾向がある
- 若い世代向け体力づくり事業は、参加しやすい時間帯や内容を考える必要がある。例えば、子どもと保護者が一緒に参加できる内容で、休日開催の事業企画も良さそう

推進する事業

- ノルディックウォーク普及事業（平成28年度から5か年計画）
- 若い世代（40 歳代まで）を対象とした体力づくり事業の開始



重点目標 5 生活習慣を改善する

基本目標 1 規則的な生活リズムをつくる

- 規則正しい生活習慣をつくる
- 運動・栄養・休養のバランスの重要性を周知

基本目標 3 節酒を心がける

- 適度な飲酒量を周知
- 断酒会など支援の場を周知

基本目標 2 禁煙・分煙する

- 喫煙によるメリット・デメリットを周知
- 禁煙手法や禁煙外来を周知
- 副流煙による健康被害から守る

基本目標 4 歯の健康を守る

- 乳幼児期からのむし歯予防
- 学童期のむし歯予防
- おとなのむし歯・歯周病予防



◆指標（取組の目指すところ）◆

基本目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年	平成 31・令和元年		令和 6 年
					目標	実績	目標
2	禁煙または分煙している町内公共施設の割合	施設聞きとり	—	92%	禁煙 100%	禁煙 100%	禁煙 100%
	禁煙または分煙している町内地区集会所の割合	区長聞きとり	—	67.3%	分煙 100%	分煙 100%	分煙 100%
	タバコを吸っているおとなの割合	アンケート	16.7%	16.0%	12%	14.4%	12%
	それぞれの家庭が分煙している割合	アンケート	—	妊婦 41.8%	100%	77.8%	100%
				幼児 85.3%		83.5%	
				小 6 58.7%		65.6%	
				中 3 63.0%		75.9%	
	慢性閉塞性肺疾患に対する認知度	アンケート	—	—	80%	79.3%	80%
3	飲酒している妊娠中の女性の割合	アンケート	—	0.9%	0%	0%	0%
4	1歳6か月児健診でむし歯がない児※1の割合	健診結果	91.3%	98.1%	100%	99.3%	100%
	3歳6か月児健診でむし歯がない児※1の割合	健診結果	62.1%	69.6%	80%	74.8%	80%

※1 児とは対象年齢の幼児です

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

目標設定に至るプロセス

図 10 3食規則正しく食べている子どもの割合（平成 31 年度 アンケート調査より）【基本目標 1】

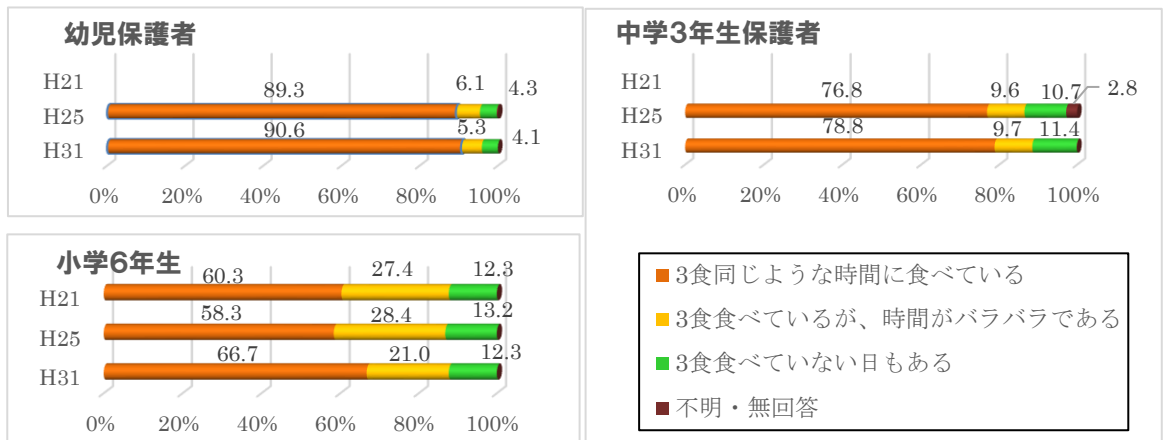
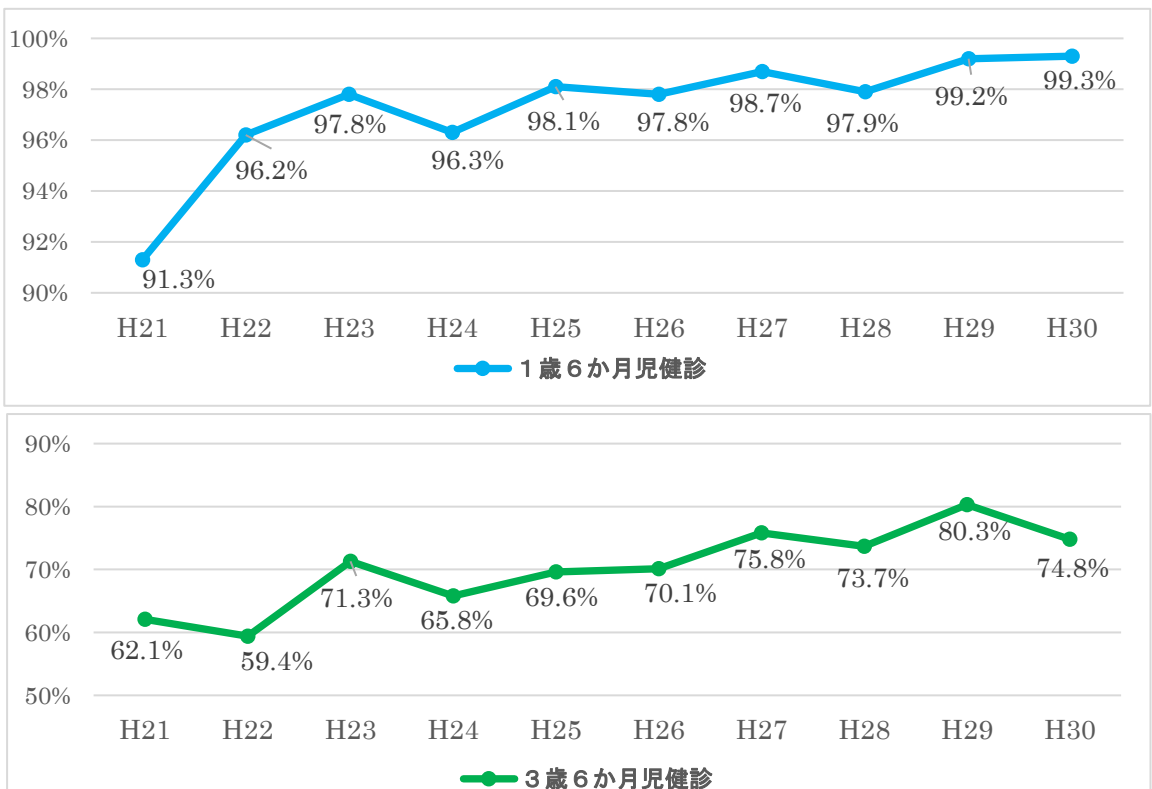


図 11 乳幼児と同居している保護者の喫煙率（乳幼児相談及び健診時のアンケート調査より）【基本目標 2】

	4か月児相談		1歳6か月児健診		3歳6か月児健診	
	母親	父親	母親	父親	母親	父親
H28	0.9%	38.4%	4.9%	39.2%	5.8%	28.1%
H29	2.4%	36.4%	5.1%	39.1%	5.2%	37.4%
H30	1.4%	38.4%	3.5%	36.8%	2.9%	33.3%

図 12 1歳6か月児健診、3歳6か月児健診でむし歯がない幼児の割合【基本目標 4】





ワーキングでの意見

- 3～5歳でむし歯が増えるのは自然なことだが、間食のとり方だけでなく、食事と食事の時間間隔がしっかり空いているかということも影響する。3食規則正しく食べることの啓発が大事である
- 3食規則正しく食べるためには、毎日の生活リズムを整えることにもつながってくる
- 本町は柑橘類の産地であり消費も多いだろうから、果物とむし歯の関係性も気になる
- 全国的に喫煙率が下がっているなかで、砥部町は乳幼児がいる家庭の父親の喫煙率が高く、心配である

推進する事業

- 慢性閉塞性肺疾患に関する周知啓発
- 乳幼児がいる家庭に対し、家庭内分煙の普及啓発〔実態調査から実施〕
- 乳幼児のむし歯予防対策



重点目標 6 生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組む

基本目標 1 自分の健康を守る（健診）

- なぜ健康診断が必要か周知
- 住民同士の情報共有の場を推進
- 健康づくりの意識啓発

基本目標 3 動脈硬化を予防する

- 高血圧予防の知識を普及啓発
- 糖尿病予防の知識を普及啓発
- 脂質異常防止の知識を普及啓発

基本目標 2 がんを予防する

- がん検診受診率の向上



◆指標（取組の目指すところ）◆

基本 目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年	平成 31・令和元年		令和 6 年
					目標	実績	目標
1	特定健診受診率	健診結果	36.6%	32.3%	60%	33.4%	60%
	特定保健指導実施率	健診結果	61.2%	47.2%	60%	54.0%	60%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

推進する事業

- 健診未受診者への電話勧奨
- 女性がん検診の受診促進（検診会場での託児導入）
- とべっち健康ドック
- 健診結果にもとづく重症化予防対象者への個別訪問指導
- ナッジ※ 理論を応用した受診勧奨
- ICTを活用した総合健診予約システムの導入
- 重症化予防に関する歯科医院との連携



※ ナッジとは、対象者に選択の余地を残しながらも、よりよい方向に誘導する手法

重点目標	基本目標	事業実施				事業計画					
		平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31・令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
こころの健康を守る	こころにゆとりをもつ	・幼児期からの性教育（広田地域等） ・思春期教室（町内全小学校・中学校）				・思春期教室（SNS対策も含む）	・幼児期からの性教育（保育所との連携）				
	うつの人を放置しない	・自殺対策強化事業（平成24年度から継続中） こころの健康出前講座 → 平成29年度～町内小・中学校で実施 こころの健康相談 ゲートキーパー養成講座(平成29年度休止)				・職員メンタルヘルス研修開始	・こころの健康講座（若年層）（SNS・いじめ対策：啓蒙普及） ・こころの健康相談（若年層からの相談周知） ・職員メンタルヘルス研修 ・ゲートキーパー養成講座＜再開＞				
子育てを楽しむ	ゆとりをもって育児する	・生後1か月までに母子の状態を把握				・妊婦への栄養相談	・子育て世代包括支援センター開設 ・子育て支援センター開設		・子ども家庭総合支援拠点設置		
		・妊婦への電話相談・訪問 ・産前産後ケア充実事業									
	子育て支援の資源（人・場・環境）を活用する										
交流・地域活動の推進	子どもから高齢者まで、繋がりを広げる		・地域福祉活動推進懇談会（町社会福祉協議会）			・地域の集まり（カフェ等）					
	誰もが参加しやすい地域活動にする										
	地域の次世代リーダーを育成する	・自主防災組織の普及 ・次世代シニアに対する調査 ・アクティブシニアボランティア養成講座（介護福祉課） ・食生活改善推進協議会、健康運動推進リーダー（元気でおり隊）の育成の強化									
体力をつける	運動習慣をつける		・ノルディックウォーク普及事業（5か年計画）					・若年層（40歳代まで）対象とした体力づくり事業			
	誰もが使いやすい公園にする										
	学校（校庭）を地域活動の場として活用する										
生活習慣を改善する	規則的な生活リズムをつくる										
	禁煙・分煙する	・公共施設の完全禁煙化 ・地区集会所の完全分煙化 ・慢性閉塞性肺疾患に関する周知活動				・健康増進法改正により禁煙・分煙化100％達成	・乳幼児がいる家庭に対し、家庭内分煙の普及啓発〔実態調査から実施〕				
	節酒を心がける	・適正飲酒量の周知活動（健診時）				・断酒会（自主組織）設立 ・広報PR					
	歯の健康を守る	・9～11か月児を対象にむし歯予防教室を開催				・幼児保護者のブラッシング技術習得率を調査	・乳幼児のむし歯対策〔むし歯と生活・食事リズムとの関係調査から実施〕				
生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組む	自分の健康を守る（健診）	・健診未受診者への電話勧奨					・ナッジ理論を応用した受診勧奨				
	がんを予防する	・保健センター検診日に託児開始	・とべっちによる受診勧奨動画配信	・とべっち健康ドック導入（国保加入者） ・女性がん検診対象者への電話勧奨	・とべっち健康ドックに後期高齢者を追加	・国保加入者へのがん検診無料クーポン事業	・ICTによる総合健診予約システム導入				
	動脈硬化を予防する	・健診結果に基づく重症化予防対象者（国保加入者）への個別訪問指導				・後期高齢者へも重症化予防訪問 ・歯科連携の体制整備	・重症化予防に関する歯科医院との連携				

策定5年経過住民アンケート実施



食育推進計画



重点目標 1 食は命の源（＝病気を予防する）

基本目標 1 バランスをとる

- バランスのとれた食事をする
- 食の知識を伝達する

基本目標 6 男性も食に参加する

- 男性も台所に立つ
- 食に関心をもつ

基本目標 2 規則的な生活リズムをつくる★

- 食習慣が定着する
- 早寝早起き朝ごはんの実践

基本目標 7 高齢者の食が豊かになる

- 高齢者や山間部の食を支援する
- 食材調達の充実を図る

基本目標 3 薄味を心がける★

- 病気を予防する
- 減塩食を心がける
- 素材のおいしさを引き出す

基本目標 8 自分に合った食事を知る

- 食物アレルギーに対応できる

基本目標 4 野菜を食べる★

- 野菜を食べる
- 手軽な野菜料理を普及する

基本目標 9 給食の大切さが浸透する

- 給食の大切さを実感する
- 好き嫌いしないように努力する
- 災害時の給食について考える

基本目標 5 口から食べる★

- 口から食べる
- 噛むことの大切さを知る

基本目標 10 手づくりを推進する

- 手づくり料理を心がける
- 手づくりおやつを心がける

◆指標（取組の目指すところ）◆

基本 目標	指標項目	根拠	平成 21 年		平成 25 年		平成 31・令和元年		令和 6 年
							目標	実績	目標
1	バランスのよい食事を整え、食品を選ぶために困らない程度の知識や技術があると思うおとなの割合	アンケート （“ある”及び“まあまあある”人）	男性	49.8%	47.6%		60%	45.3%	60%
			女性	73.0%	71.6%		80%	67.4%	80%
			子育て中	74.6%	78.4%		85%	77.9%	85%
2	朝食を毎日食べている割合	アンケート	幼児	93.9%	90.9%		100%	93.0%	100%
			小6	87.1%	83.8%		100%	82.2%	100%
			中3	87.1%	80.8%		100%	84.8%	100%
			一般	88.4%	78.3%		100%	80.4%	100%
	毎日3食、規則正しく食べている子どもの割合	アンケート	幼児	—	89.3%		100%	90.6%	100%
			小6	61.0%	58.3%		70%	66.3%	70%
			中3	—	76.8%		85%	78.8%	85%
4	毎日野菜を食べているおとなの割合	アンケート	40歳以上(男)	64.5%	20歳以上(男)	62.8%	100%	44.1%	100%
			40歳以上(女)	76.3%	20歳以上(女)	77.8%	100%	64.2%	100%
	毎日野菜を食べている子どもの割合 （平成 25 年は夕食のみ）	アンケート	幼児	86.6%	65.6%		100%	67.0%	100%
			小6	79.0%	58.3%		100%	60.5%	100%
			中3	79.6%	66.1%		100%	69.6%	100%
	よく噛んで味わって食べていると思う人の割合	アンケート	—		幼児	67.2%	80%	72.5%	80%
					小6	79.9%	80%	83.0%	85%
					中3	65.0%	80%	64.1%	80%
					一般	64.4%	80%	61.3%	80%
9	給食の前におなかがいっぱいになっている子どもの割合 ※平成 24 年食生活調査（愛媛県学校栄養士協議会）	アンケート	—		小4	※55.6%	60%	—	60%
					中1	※64.5%	70%	—	70%
	給食を残さずに食べている子どもの割合 ※平成 24 年食生活調査（愛媛県学校栄養士協議会）	アンケート	—		小4	※60.9%	97%	50.7%	97%
					中1	※74.9%	97%	—	97%
10	食事づくりへの興味がある7か月児をもつ親の割合	7か月児健診アンケート	—		77.7%		100%	87.1%	100%
	食事づくりへの興味がある1歳6か月児をもつ親の割合	1歳6か月児健診アンケート	—		93.5%		100%	91.5%	100%
	食事づくりへの興味がある3歳6か月児をもつ親の割合	3歳6か月児健診アンケート	—		90.7%		100%	91.5%	100%
	ベビーフードだけをあたえる7か月児をもつ親の割合	7か月児健診アンケート	—		2.3%		0%	5.4%	0%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

目標設定に至るプロセス

参考となるデータ

図 13 朝食を食べない主な理由（平成 31 年度 アンケート調査より）【基本目標 2】

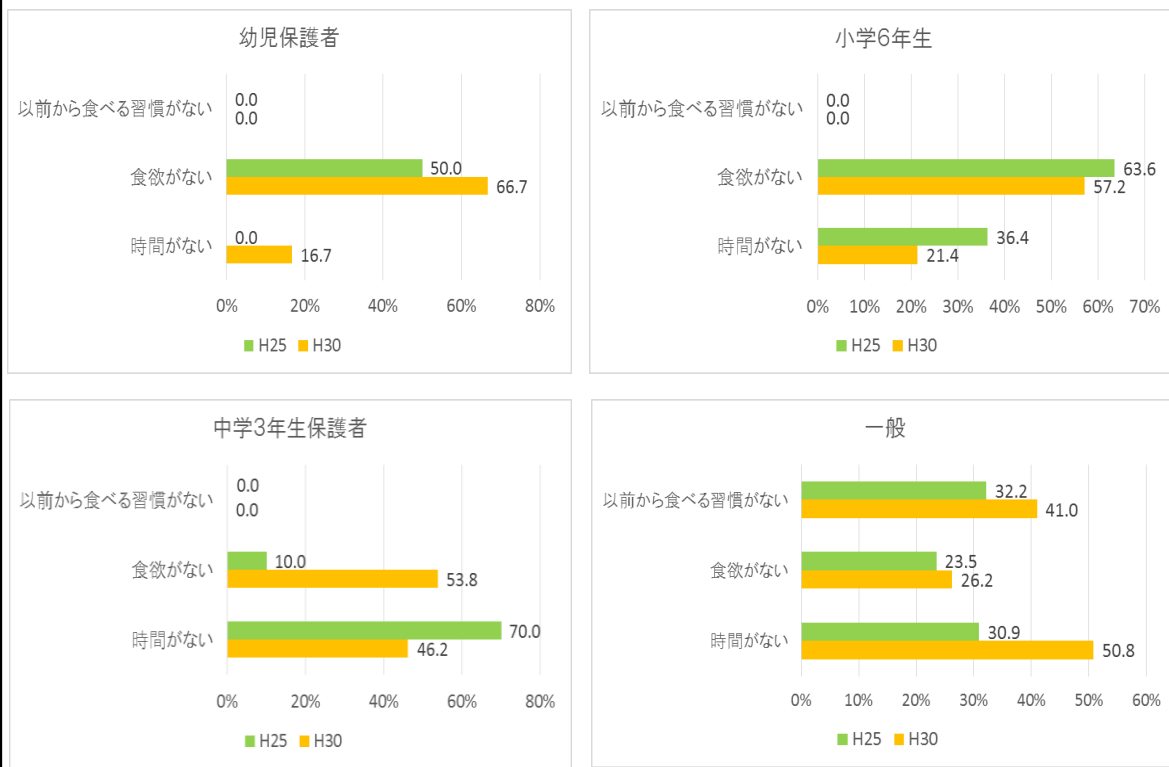
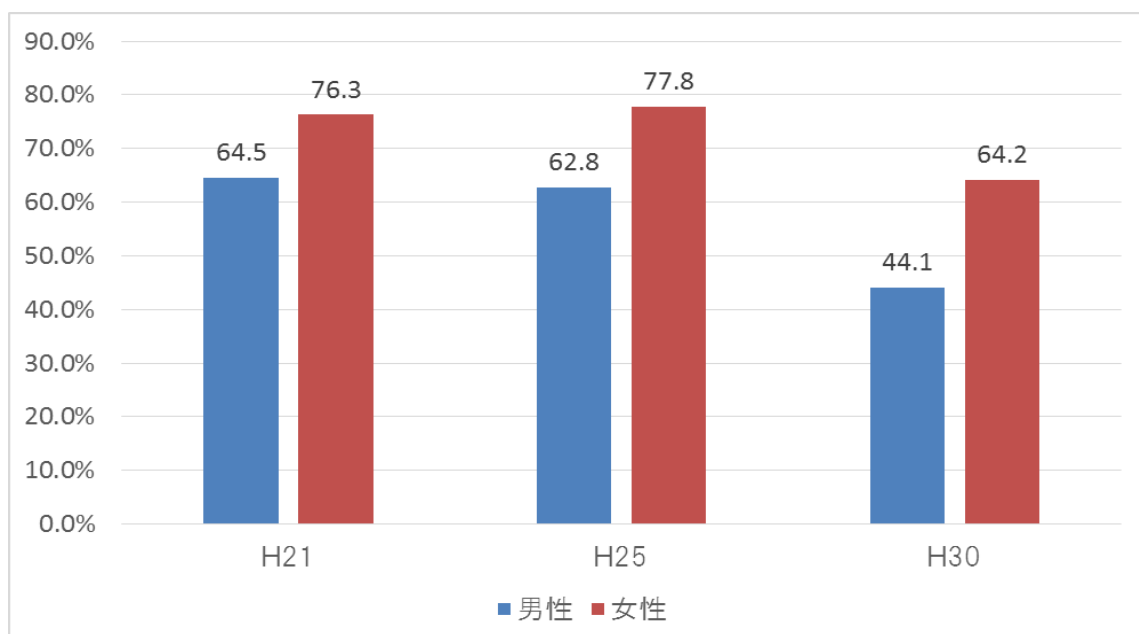


図 14 毎日野菜を食べている大人の性別割（平成 31 年度 アンケート調査より）【基本目標 4】



ワーキングでの意見

規則的な生活リズムをつくる★ 基本目標2

- 保育所の保護者は忙しそう
- 保護者の就業時間が影響している
- 子どもが起きて朝食を食べる時間を逆算して朝、起こしていた
- 保育所の給食を食べているから十分と思っている人もいる
- 子どものころに祖父母と関わっていたら、自分が親になった時に祖父母を頼れるのでは？
- 子どもから家族に食生活を改善するきっかけを発信する
- 子どもが料理をしたがる時期に、お手伝いをさせてあげてほしい
- 食の理想を伝え続ける必要がある

野菜を食べる★ 基本目標4

- 野菜は調理が手間である
- 保護者が忙しい
- 野菜料理をおとなが知らない
- 健康のことを考えたら、野菜は高価ではない
- 毎食野菜を食べないと 350g とれない
- カット野菜や冷凍食品野菜などを上手に活用したらいい
- 時短レシピは喜ばれる
- 家族の協力も必要
- 自分で野菜を育てると食べる傾向がある
- 食育だよりをもっと読んでほしい

推進する事業

規則的な生活リズムをつくる★ 基本目標2

- 子どもの食サポーター事業
- おしゃべり恐竜くらぶでの親子のおやつづくり講習
- 病態栄養相談
- レベルアップ講習会
- 妊婦への栄養相談
- 若者・働き世代への食育教室
- 町主催イベントでの朝食の大切さの普及・啓発



野菜を食べる★ 基本目標4

- 食生活改善推進協議会（伝達講習会、リーダー育成事業）
- 男性料理教室
- 栄養学級
- 地区巡回健康教室
- 病態栄養相談
- 妊婦への栄養相談
- 若者・働き世代への食育教室
- 定期事業等で時短レシピの献立紹介
- カット野菜、冷凍食品野菜の活用例の紹介

重点目標 2 食を楽しむ

基本目標 1 食事の時間を楽しむ

- 食体験を積む
- 感謝の気持ちをもつ
- 手伝いをする
- 共食の機会を増やす
- ゆとりをもつ

基本目標 2 食マナーを育む★

- マナーの大切さを知る
- 感謝の気持ちをもつ
- 食べ物を無駄にしない

基本目標 3 食を伝承する

- 郷土料理を知り、伝える

◆指標（取組の目指すところ）◆

基本目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年		平成 31・令和元年		令和 6 年
						目標	実績	目標
1	1 日最低 1 食は家族と食事をしている子どもの割合	アンケート	—	幼児	99.7%	100%	99.7%	100%
				小 6	94.1%	100%	96.4%	100%
				中 3	94.9%	100%	96.2%	100%
	食事を楽しみにしている子どもの割合	アンケート	—	幼児	84.5%	90%	80.7%	90%
				小 6	66.7%	70%	68.1%	70%
				中 3	85.9%	90%	83.7%	90%
2	「いただきます」などのあいさつをする割合	アンケート	—	幼児	68.9%	70%	93.9%	95%
				小 6	90.4%	100%	96.4%	100%
				中 3	88.7%	100%	76.6%	100%
				一般	75.7%	80%	73.4%	80%

※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

推進する事業

- 乳幼児健診の個別指導での保護者向け啓発
- 親子の食育教室や料理教室
- おしゃべり恐竜くらぶでの親子のおやつづくり講習、食育教室
- 幼稚園・保育所・認定こども園での野菜の栽培・収穫体験・食マナー・礼儀教室やクッキング体験
- 幼稚園・保育所・認定こども園・小中学校での行事食
- 幼稚園・小中学校でのお弁当の日の取組
- 公民館事業での食を通じた世代間交流

重点目標 3 食で町おこし

基本目標 1 地域が活性化する★

- イベントに出店する
- 地域で集まる

基本目標 2 地産地消する

- 地産地消を心がける

基本目標 3 食生活に砥部焼を取り入れる

- 家庭で砥部焼を使う

◆ 指標（取組の目指すところ） ◆

基本目標	指標項目	根拠	平成 21 年	平成 25 年	平成 31・令和元年		令和 6 年
					目標	実績	目標
2	「地産地消」という言葉もその意味も知っているおとなの割合	アンケート	82.8%	86.7%	90%	87.4%	90%
	砥部町で採れた野菜や果物を「毎日食べている」「よく食べている」おとなの割合	アンケート	64.9%	58.5%	70%	55.8%	70%
	学校給食で地場産物（町内産）を使用する割合	愛媛県教育委員会調査	—	14.2%	20%以上	19.9%	20%以上
3	砥部焼を家の食器として使っているおとなの割合	アンケート	—	85.5%	100%	80.7%	100%

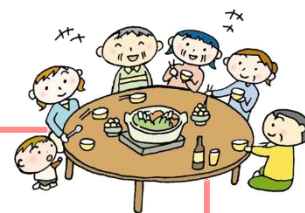
※ 指標の一部は平成 30 年度アンケート調査より算出

推進する事業

- 地区巡回健康教室
- 給食で地産地消（幼稚園・保育所・認定こども園・小中学校）
- 親子食育教室で町内産の野菜を使用した献立紹介
- 親子食育教室で砥部焼の食器の使用



重点目標 4 食の安全性の確保



基本目標
食の安全性に関心をもつ

- 食の安全性に関心をもつ

推進する事業

- 既存事業等における食の安全性についての普及啓発
- 広報紙等での普及啓発

重点目標 5 連携をもつ

基本目標
関係者が交流をもつ



- 連携をもつ

推進する事業

- 食を愉しむネットワーク会議
- 町内栄養士連絡会
- 保育所給食検討会

重点目標	基本目標	事業実施					事業計画					
	★…重点的な取組	平成２７年度	平成２８年度	平成２９年度	平成３０年度	平成３１・令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度	令和６年度	
食は命の源（病気を予防する）	バランスをとる				・若者・働き世代への食育教室（食生活改善推進協議会主催）	策定５年経過 住民アンケート実施	・妊婦への栄養相談					
	★規則的な生活リズムをつくる	・広報（６月号）に掲載して啓発			・若者・働き世代への食育教室（食生活改善推進協議会主催）		・妊婦への栄養相談					
		・子どもの食サポーター事業 ・おしゃべり恐竜くらぶでの親子のおやつづくり講習 ・病態栄養相談 ・レベルアップ講習会（ファミサポ） ・乳幼児健診の個別指導での保護者向け啓発						・町主催イベントで朝食の大切さの普及啓発				
	★薄味を心がける	・広報（８月号）に掲載して啓発			・若者・働き世代への食育教室（食生活改善推進協議会主催）		・妊婦への栄養相談					
		・だし・薄味推進運動 ・親子料理教室の開催 ・定期事業での薄味レシピの推進										
	★野菜を食べる	・広報（１０月号）に掲載して啓発			・若者・働き世代への食育教室（食生活改善推進協議会主催）		・妊婦への栄養相談					
		・食生活改善推進協議会（伝達講習会、リーダー育成事業） ・男性料理教室 ・栄養学級 ・地区巡回健康教室 ・病態栄養相談 ・レシピ集の配布・活用 ・親子料理教室の開催 ・定期事業での野菜摂取の推進						・定期事業での時短レシピの献立紹介				
	★口から食べる	・広報（１２月号）に掲載して啓発					・地区巡回健康教室での咀嚼力チェックの実施					
		・噛め噛め運動の推進 ・親子食育教室での啓発、体験										
	男性も食に参加する											
	高齢者の食が豊かになる						・フレイル※予防をテーマとした地区巡回健康教室での調理実習 ・講話					
	自分に合った食事を知る											
	給食の大切さが浸透する											
	手づくりを推進する											

※フレイルとは、加齢により心身の機能が低下した虚弱的状態

重点目標	基本目標	事業計画					事業計画					
	★…重点的な取組	平成２７年度	平成２８年度	平成２９年度	平成３０年度	平成３１・令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度	令和６年度	
食を楽しむ	食事の時間を楽しむ	・おしゃべり恐竜くらぶでの親子のおやつづくり講習、食育教室 ・幼稚園、保育所、認定こども園での野菜の栽培・収穫体験・食マナー・礼儀教室・クッキング体験					策定５年経過 住民アンケート実施		・公民館事業での食を通じた世代間交流			
	★食マナーを育む	・広報（２月号）に掲載して啓発										
		・幼稚園、保育所、認定こども園での野菜の栽培・収穫体験・食マナー・礼儀教室・クッキング体験 ・幼稚園、小中学校でのお弁当の日の取り組み ・乳幼児健診の個別指導での保護者向け啓発 ・親子の食育教室や料理教室										
	食を伝承する	・幼稚園、保育所、認定こども園、小中学校での行事食										
食で町おこし	★地域が活性化する	・地区巡回健康教室										
	地産地消する	・給食で地産地消（幼稚園、保育所、認定こども園、小中学校） ・親子食育教室で町内産の野菜を使用した献立紹介										
	食生活に砥部焼を取り入れる	・親子食育教室で砥部焼の食器の使用										
食の安全性の確保	食の安全性に関心を持つ	・既存事業等における食の安全性についての普及啓発 ・広報紙等での普及啓発										
連携を持つ	関係者が交流を持つ	・食を楽しむネットワーク会議 ・町内栄養士連絡会 ・保育所給食検討会										

策定5年経過 住民アンケート実施

砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画 中間評価・見直しのおもな流れ

～平成30年3月まで	
毎年、砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会を行い、評価指標や事業の見直しを実施	
平成30年5～6月	
計画書を作成する基礎資料となる住民アンケート（一般）を作成	
平成30年7月	
住民アンケート実施	一般成人に対して実施しました
平成30年8月	
集めたデータの分析を行い、計画書の指標となるデータを作成	
平成31年4月	
計画書を作成する基礎資料となる住民アンケート（一般以外）を作成	
令和元年5月	
住民アンケート実施	幼児保護者・小学6年生・中学3年生保護者に対して実施しました
令和元年6～7月	
事務局ミーティング 集めたデータの分析を行い、計画書の指標となるデータを作成	計画の評価・見直しについて、事務局の意識を統一し、分析等を始めました
令和元年8～9月	
プロセス評価（事業を実施した結果のみでなく、その過程を評価するもの）を作成	事務局がこころ・子育て・地域交流、体力・生活習慣、食の3つのグループに分かれて、作業をすすめました
令和元年10月	
10月2日 第1回 策定委員会開催	アンケート結果や現状・指標の達成度について事務局から説明したあと、計画について意見をいただきました
10月2日 第1回 ワーキング開催	こころ・子育て・地域交流、体力・生活習慣、食の3グループに分かれ、日頃の取り組み状況や「改善のために、こんなことをしたらいいね」等について、様々な意見をいただきました
10月31日 第1回 食を愉しむネットワーク会議開催	食グループのワーキングでいただいた意見を基に具体的な取り組みについて意見をいただきました
策定委員会・ワーキング・食ネットワーク会議の意見を基にプロセス評価仕上げ	
令和元年10～11月	
各目標に対する指標検討、計画中間評価・見直し（案）の作成	皆さんからいただいた意見をもとに5年後に計画を評価する時の指標となるデータを選出し、計画書中間評価・見直し（案）をつくりました
11月27日 第2回 策定委員会開催	第2次健康づくり計画・食育推進計画の中間評価・見直し（案）について確認していただき、質疑応答しました
令和元年12月	
計画書中間評価・見直し（案）の完成	
令和2年1～2月	
砥部町ホームページ等によるパブリックコメント実施	

令和2年3月
第3回 策定委員会開催（書面会議）
令和2年3月頃
計画書概要版原稿の作成→完成
令和2年4月以降
計画書及び概要版の印刷
令和2年4月以降
概要版の各戸配布・砥部町ホームページに掲載

第2次砥部町健康づくり計画・食育推進計画 中間評価・見直し 令和2年3月

編集・発行：砥部町 保険健康課 健康増進係（保健センター）

〒791-2120 愛媛県伊予郡砥部町宮内 1368 番地

TEL：089-962-6888 FAX：089-962-6891

<http://www.town.tobe.ehime.jp/>