

おおた健康プラン | 第三次

平成31(2019)年度～平成35(2023)年度

概要版



大田区

おおた健康プラン(第三次) 概要版

平成31年度～平成35年度
(2019年度～2023年度)

平成31年3月

【発行】大田区 健康政策部 健康医療政策課
〒144-8621 大田区蒲田5-13-14
TEL: 03-5744-1682 (直通)
FAX: 03-5744-1523

※本計画策定時点において元号が改められていないため、元号表記を平成のまま用いています。



理念

「区民一人ひとりが生涯を通して、健康で生きがいを持ち、安心して暮らせるまちをつくります」

基本目標

基本目標1 生涯を通じた健康づくりを推進します

基本目標2 健康に関する安全と安心を確保します

基本目標3 医療や特別な支援を必要とする人が安心して暮らせるまちをつくります

総合指標

指標項目			現状値		目標値	
			数値	測定年度	数値	測定年度
65歳健康寿命	男性	要支援1	80.67歳	H28年度	延伸(※)	H34年度
		要介護2	82.22歳			
	女性	要支援1	82.30歳			
		要介護2	85.36歳			

(※) 65歳平均余命の延伸分を上回る65歳健康寿命の延伸

計画期間・計画の位置づけ

本計画の計画期間は、平成31年度から平成35（2023）年度までの5か年計画です。

本計画は、「大田区基本構想」の実現を目指した個別計画で、健康寿命の延伸に向け、あらゆる世代の健康づくりと健康増進のための行動計画として位置づけます。

また、健康増進法（平成14年法律第103号）に規定する「市町村健康増進計画」として位置づけるとともに、「市町村母子保健計画」「市町村食育推進計画」「市町村自殺対策計画」の3つの計画を内包するものとします。

計画の特徴

(1) 区民一人ひとりの健康づくりを推進

子どもから高齢者まであらゆる世代の区民一人ひとりが、ライフステージに応じた健康づくりを行えるよう、「(仮称) おおた健康プロジェクト」の考えのもと、様々な取組を実施します。

インセンティブを活用した健康ポイント制度など、健康への関心が低い人も健康づくりを始めたいなる仕組みづくり、楽しく続けられる仲間づくりの支援、日常生活の中で意識しなくても身体を動かしたくなるまちづくりを推進します。

(2) 地域や企業と連携した取組の推進

ソーシャルキャピタルを活用するとともに、区民、自治会・町会、商店街、区内事業者など地域の様々な主体と連携し、効果的な取組を進めます。

また、大田区には中小企業が集積しており、区内の企業に勤めている区民も多くいます。働き盛り世代の区民の健康増進を図るため、健康経営®に取り組み区内企業を認定するなど、企業による従業員の健康づくりの取組を支援します。

(3) 地域の特性に応じた取組の推進

大田区は、大きく4つの地域に分かれており、それぞれに特徴を有しています。また、健康面においても特徴があるため、健康における地域毎の課題や重点的に取り組むべき内容を定めました。これにより、地域の特性を踏まえた取組を行います。

(仮称) おおた健康プロジェクト



国が掲げる健康寿命延伸のための国民運動「スマート・ライフ・プロジェクト」に連動し、区は「(仮称) おおた健康プロジェクト」として、4つのアクション（①適度な運動、②適切な食事、③休養、④喫煙・飲酒のリスクの理解と行動）と健康診断・がん検診の受診を推奨します。

①適度な運動	②適切な食事	③休養	④喫煙・飲酒のリスクの理解と行動
④例 毎日プラス10分の運動	毎日プラス一皿の野菜	十分な睡眠	受動喫煙に配慮する 飲酒は節度をもって



健康診断・がん検診の受診
定期的に受診し、自分のからだの状態を知る

計画の体系

基本理念

区民一人ひとりが生涯を通して健康で生きがいを持ち、

安心して暮らせるまちをつくります

基本目標1 生涯を通じた健康づくりを推進します

施策名	施策の目標	今後の取組の方向性
1 身体活動・運動	○運動習慣のある人の増加	①運動や身体活動の有効性等に関する啓発 ②区民の自主的な健康づくりの動機づけや継続につながる取組の実施 ③身近な場所で身体を動かしたくなる環境の整備 ④短時間で実践できる運動や日常の身体活動量を高める取組の推進 ⑤高齢者に対するフレイル予防や介護予防の推進 ⑥障がい者スポーツの推進
2 喫煙・飲酒	○喫煙率の減少 ○受動喫煙の機会を有する人の減少 ○生活習慣病リスクを高める量を飲酒する人の減少	①喫煙による健康被害の周知啓発 ②禁煙を希望する喫煙者に対する禁煙支援 ③受動喫煙防止対策の推進 ④飲酒が健康に及ぼす影響に関する啓発
3 がん対策	○がんで亡くなる人の減少 ○がん患者の生活の質の向上	①正しいがん知識の効果的な啓発 ②がんの早期発見に向けたがん検診の受診率向上 ③がん患者の生活の質向上のための環境整備
4 糖尿病・循環器疾患など生活習慣病の予防	○生活習慣病の発症予防と重症化予防	①望ましい生活習慣の普及啓発 ②健診受診率の向上 ③重症化予防
5 歯と口腔の健康	○むし歯のない子どもの増加 ○生涯にわたり自分の歯で食べられる区民の増加	①子どもの健全な口腔機能の発育やむし歯予防の推進 ②若年層からの歯周病予防の推進 ③高齢期における口腔機能の保持・増進
6 親と子の健康づくり 大田区母子保健計画	○すべての子どもが健やかに育つ地域の実現	①妊娠・出産・育児へとつながる切れ目ない支援の推進 ②子どもが主体的に取り組む健康づくりの推進 ③継続支援が必要な子どもへの支援体制の強化 ④情報発信と健康教育の充実
7 食育の推進 大田区食育推進計画	○食を通してこころも身体も健康に保ち、豊かな生活を送れる地域の実現	①地域と連携した健康的な食習慣の普及啓発 ②子どもや若い世代への食育の強化 ③働き盛り世代への食育の推進 ④高齢者に対するフレイル予防 ⑤食文化の継承と食を通じた国際交流 ⑥食の循環や環境を意識した食育の推進 ⑦人材育成
8 こころの健康づくりと自殺対策の推進 大田区自殺対策計画	○誰も自殺に追い込まれることのない社会（大田区）の実現	①こころの健康づくり ②こころの病気や依存症の啓発と相談体制の充実 ③からだの健康づくり ④自殺対策の啓発と周知 ⑤自殺対策を支える人材育成 ⑥地域におけるネットワークの強化 ⑦高齢者への支援 ⑧生活困窮者への支援 ⑨勤務・経営問題に悩む人への支援 ⑩子どもへの支援 ⑪若年者やひきこもりの方への支援 ⑫妊産婦への支援 ⑬自殺未遂者への再企図防止 ⑭自死遺族等への支援

基本目標2 健康に関する安全と安心を確保します

1 感染症対策の強化	○感染症の予防と感染拡大防止	①感染症情報の収集や分析、普及啓発 ②結核対策の充実 ③性感染症対策の拡充 ④新型インフルエンザ・新興感染症等への対策強化
2 災害時医療体制の整備	○災害時における医療体制の整備	①緊急医療救護所等の体制強化 ②災害時の医療体制に関する普及啓発活動 ③災害時の状況に応じた活動体制の整備
3 安全な生活環境の確保	○医療の安全、食の安全、生活環境の衛生の確保	①医薬品、食品、生活環境等に関する情報の発信 ②医療施設・医薬品等の安全性の確保 ③食の安全・安心を推進するための支援 ④室内環境・衛生害虫に関する調査と対応

基本目標3 医療や特別な支援を必要とする人が安心して暮らせ

るまちをつくります

1 地域医療体制の充実	○地域における医療体制の充実	①医療・介護・福祉の連携による地域包括ケアシステムの構築 ②在宅医療に関する区民の理解促進 ③地域医療体制等の充実
2 精神障がい者、難病患者ひきこもりの方への支援	○精神障がい者や難病患者が安心して暮らせる地域の実現 ○ひきこもりの方や家族が孤立しない地域の実現	①精神障がい者に対する支援の充実 ②難病患者への支援の充実 ③ひきこもりの方への支援の充実

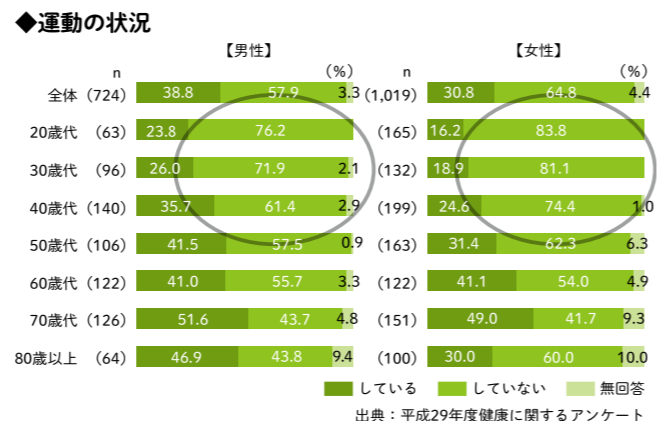
基本目標 1 - (1) 身体活動・運動

1 施策の目標

運動習慣のある人の増加

2 現状と課題

- 若年層を中心に運動習慣のない人が多い
- 運動していない理由は時間を確保できないが多い



3 今後の取組の方向性

- 運動や身体活動の有効性や健康づくりの情報を啓発します
商業施設やスポーツ事業と連携した啓発
- 健康づくりの動機づけや継続につながる取組を実施します
健康ポイント事業、新スポーツ健康ゾーン活性化
- 身近な場所で身体を動かしたくなる健康まちづくりを進めます
快適な自転車利用環境の整備、健康遊具の設置
- 日常身体活動量を高める取組を啓発します
毎日プラス10分の運動の推進
- 高齢者のフレイル*予防や介護予防を推進します
- 障がい者スポーツを推進します



*フレイル：心身機能の低下によって、要介護に陥る危険性が高まっている状態

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
運動習慣のある区民(※)	34.2%	H29年度	44.0%	H34年度
健康ポイント利用者数	-	-	5万人	H35年度

(※) 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上

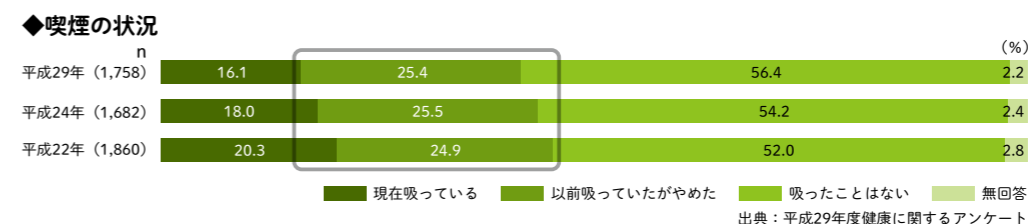
基本目標 1 - (2) 喫煙・飲酒

1 施策の目標

- 喫煙率の減少
- 受動喫煙の機会を有する人の減少
- 生活習慣病リスクを高める量を飲酒する人の減少

2 現状と課題

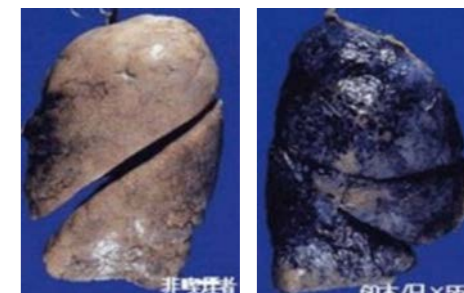
- 喫煙者の割合は減少したが喫煙をやめた人は横ばい



- 適正飲酒量の認知度は約5割

3 今後の取組の方向性

- 喫煙による健康被害の周知啓発を強化します
小中学校のがん教育、若者・妊婦・喫煙者への啓発強化
- 禁煙を希望する喫煙者に対し、禁煙支援を実施します
たばこセミナーの開催、禁煙外来医療機関マップの作成
- 受動喫煙防止対策を推進します
受動喫煙による健康への影響の周知、制度概要の周知
屋外公共の場における対策（ルールの周知・指導）
- 飲酒が健康に及ぼす影響について啓発します
若年層・妊婦への啓発強化、適正飲酒量の啓発



健康な人の肺 喫煙により健康を害した人の肺

4 数値目標

指標項目	現状	目標	目標年度
たばこを吸っている区民	16.1%	12.0%	H34年度
受動喫煙を経験した区民の割合	路上 71.7%	減少	H34年度
	飲食店 65.8%		
生活習慣病のリスク高める量を飲酒している区民(※)	男 20.6%	減少	H34年度
	女 17.0%		

(※) 日本酒にして男性は2合以上、女性は1合以上

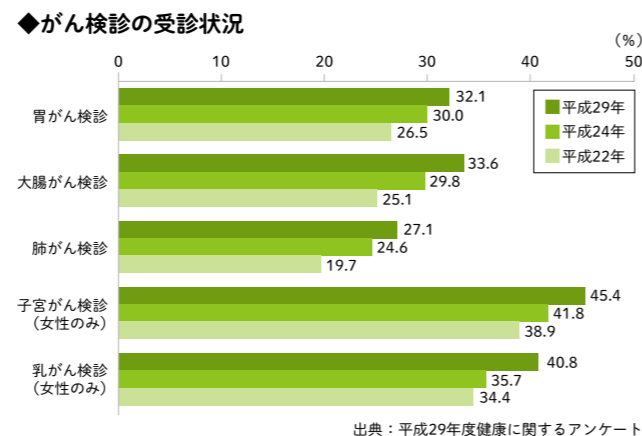
基本目標 1 - (3) がん対策

1 施策の目標

がんで亡くなる人の減少
がん患者の生活の質の向上

2 現状と課題

- 区民の死因の第1位（約3分の1）
- 検診受診率は上昇したが、目標50%は未達成
- がん患者の生存率が向上し、治療しながら自分らしく生活できることが求められている



3 今後の取組の方向性

- 科学的根拠に基づくがんに関する知識を啓発します
がんを予防する生活習慣などをスポーツイベントや検診案内時に周知、小中学校におけるがん教育
- がんの早期発見に向けがん検診の受診率向上に取り組みます
地域との連携や健康ポイント事業による啓発、検診機会の充実、精密検査未受診者への受診勧奨、企業における健康経営の推進
- がん患者の生活の質の向上に取り組みます
暮らしに寄り添う相談支援の充実、就労と治療の両立支援（講演会による理解促進、健康経営の推進）

4 数値目標

指標項目	現状	目標
75歳未満がん死亡率(※)	男性 100.4	H28年度 減少 H33年度
	女性 67.3	
検診受診率	胃がん 32.1%	H29年度 50.0% H34年度
	大腸がん 33.6%	
	肺がん 27.1%	
	子宮がん 45.4%	
	乳がん 40.8%	
がんになっても地域で安心して暮らせると思う人の割合	40.9%	H29年度 増加 H34年度

(※) 年齢調整死亡率（人口10万対）

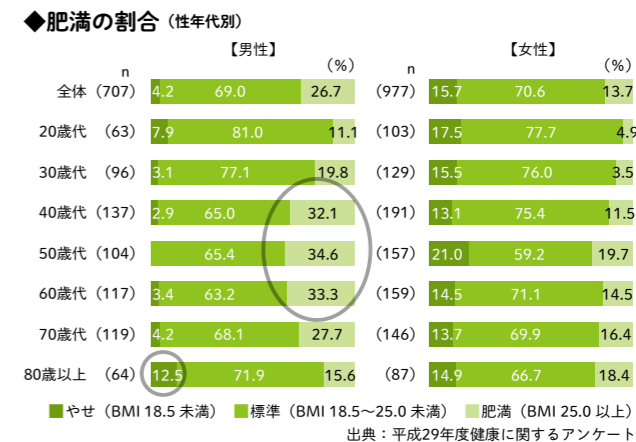
基本目標 1 - (4) 糖尿病・循環器疾患など生活習慣病の予防

1 施策の目標

生活習慣病の発症予防と重症化予防

2 現状と課題

- 男性40～60歳代で肥満多く、80歳代以上でやせが増加
- 20歳代の健診受診率6割台
- 国保被保険者の生活習慣病有病率3割超



3 今後の取組の方向性

- 望ましい生活習慣について普及啓発します
健康ポイント事業、健康経営（従業員の健康づくり）、小中学校の健康教室、高齢者のフレイル予防
- 健診受診率の向上に取り組みます
健診の重要性の周知、個別受診勧奨、健康経営の推進（受診しやすい職場環境等）
- 生活習慣病の重症化を予防します
特定保健指導、糖尿病等の生活習慣病と歯周病の高い関連性の啓発、医科・歯科連携による受診勧奨



4 数値目標

指標項目	現状	目標
男性の肥満	40歳代 32.1%	H29年度 減少 H34年度
	50歳代 34.6%	
(国保)特定健康診査受診率	36.9%	H29年度 50.0% H35年度
(国保)特定保健指導実施率	11.0%	H29年度 35.0% H35年度

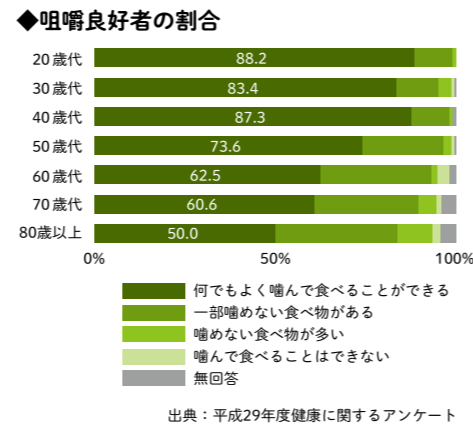
基本目標 1 - (5) 歯と口腔の健康

1 施策の目標

むし歯のない子どもの増加
生涯にわたり自分の歯で食べられる区民の増加

2 現状と課題

- むし歯のない3歳児は88.8%
- 治療が必要な歯周病の人は40歳で約6割、50歳で約7割
- 咀嚼良好者は60歳代で約6割、80歳以上で約5割



3 今後の取組の方向性

- 子どもの健全な口腔機能の発育やむし歯予防を推進します
健康診査や育児学級等での相談・情報提供、保育園や学校等の健康教育、むし歯の多い子どもと保護者に対する支援
- 若年層からの歯周病予防を推進します
糖尿病等の生活習慣病と歯周病の高い関連性の周知、定期的な予防処置の啓発、歯周病予防教室等の健康教育
- 高齢期における口腔機能を保持・増進します
口腔機能の低下予防・口腔ケアの重要性や誤えん性肺炎の予防方法について介護予防事業等で周知、歯科健康診査の充実

4 数値目標

指標項目	現状	目標
むし歯のない子ども(3歳児)	88.8%	H29年度 増加 H34年度
進行した歯周病にかかっている人の割合	40歳 63.1%	H29年度 減少 H34年度
	50歳 66.2%	
	60歳 71.1%	
咀嚼良好者の割合(60歳代)	62.5%	H29年度 70.0% H34年度
口腔ケアが誤えん性肺炎を予防することを知っている区民	31.4%	H29年度 増加 H34年度

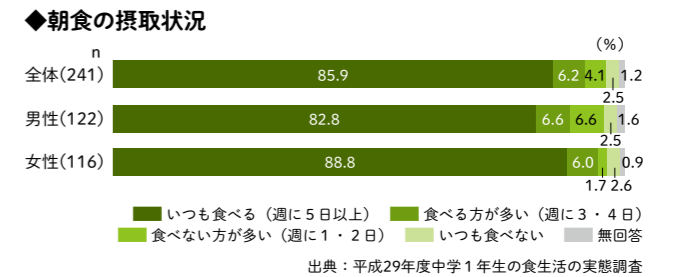
基本目標 1 - (6) 親と子の健康づくり 「大田区母子保健計画」

1 施策の目標

すべての子どもが健やかに育つ地域の実現

2 現状と課題

- 特に支援が必要な妊婦は年間400人程度
- 朝食を食べない子どもが一定数いる
- 発達の遅れのある子や、医療的ケアを必要とする子ども等への支援の充実が必要

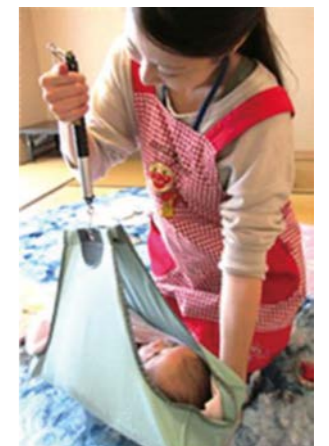


3 今後の取組の方向性

- 妊娠・出産・育児へとつながる切れ目ない支援を実施します
妊婦面接、産後ケアの拡充、育児学級、LINEの情報発信等による不安軽減や孤立防止
- 子どもが主体的に取り組む健康づくりを推進します
学校における健康教育・体力向上の取組、喫煙の害や望まない妊娠の防止に関する正しい知識の周知
- 継続支援が必要な子どもへの支援体制を強化します
健診時における発達の遅れの早期発見と早期支援、医療的ケア児の短期入所や保育園受入等の推進、関係機関が連携した虐待防止の取組の充実
- 情報発信と健康教育の充実を図ります

4 数値目標

指標項目	現状	目標
妊婦面接実施率	72.3%	H29年度 90.0% H34年度
妊婦の喫煙率	1.7%	H29年度 0% H34年度
きずなメール登録数	1,743件	H30年10月 3,400件 H34年度
朝食を欠食する中学生の割合	6.6%	H29年度 減少 H34年度



基本目標 食育の推進

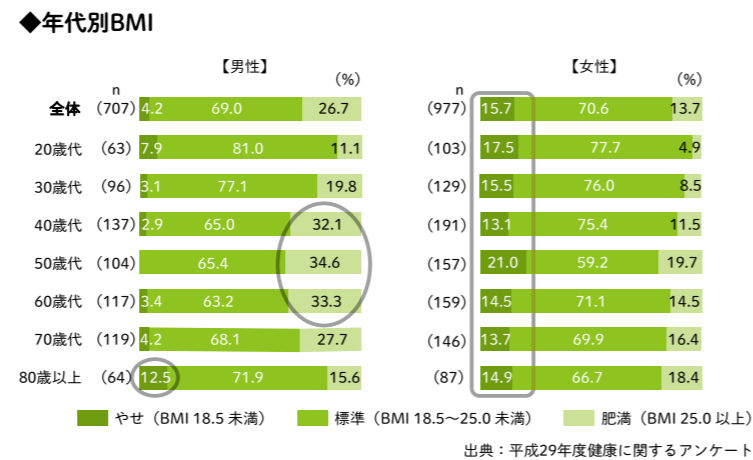
1-(7) 「大田区食育推進計画」

1 施策の目標

食を通してこころも身体も健康に保ち、豊かな生活を送れる地域の実現

2 現状と課題

- 40～60歳代男性の肥満が多く80歳以上でやせが増加、女性は全年代でやせが1割以上
- 20、30歳代で朝食を食べない人の割合が多い



3 今後の取組の方向性

- 地域と連携した健康的な食習慣を普及啓発します
飲食店やコンビニ等と連携した啓発、健康ポイント事業の活用
- 子どもや若い世代への食育を強化します
学校等で栄養バランスなど正しい食生活の啓発
- 働き盛り世代への食育を推進します
健康経営（企業による従業員の健康づくり）
- 高齢者のフレイルを予防します
- 食文化の継承と食を通じた国際交流を推進します
- 食の循環や環境を意識した食育を推進します
- 地域で食育を推進する人材を育成します



4 数値目標

指標項目	現状		目標	
男性の肥満(40歳代男性)	32.1%	H29年度	減少	H34年度
適性体重(20歳代女性)	77.7%	H29年度	増加	H34年度
高齢者のやせ(80歳以上)	13.7%	H29年度	減少	H34年度

基本目標 こころの健康づくりと自殺対策の推進

1-(8) 「大田区自殺対策計画」

1 施策の目標

誰も自殺に追い込まれることのない社会（大田区）の実現

2 現状と課題

- 自殺者数は年100人程度、40～50歳代の男性が多い
- 高齢者の自殺率が高い（特に無職男性）
- 19歳以下自殺率が増加、10～30歳代死因の1位
- 原因・動機について、男性は「健康問題」「経済・生活問題」が多く、女性は「健康問題」「家庭問題」が多い
- 自殺者の6人に1人は未遂歴がある

3 今後の取組の方向性

I 基本施策

- こころの健康づくり
- 依存症対策
- からだの健康づくり
- 啓発
- ゲートキーパーの養成
- ネットワークの強化

II 重点施策

- 高齢者への支援
 - 生活困窮者への支援
 - 勤務・経営問題に悩む人への支援
 - 子どもへの支援
 - 若年者やひきこもりの方への支援
 - 妊産婦への支援
 - 自殺未遂者への再企図防止
 - 自死遺族等への支援
- 総合相談、見守りネットワークの充実
JOBOTA*による相談や訪問型支援
中小企業におけるメンタルヘルス対策への支援
SOSの出し方に関する教育
ICTを活用した相談
産後うつスクリーニング
救急医療機関等との連携
気持ちを分かち合う場の提供

* JOBOTA：大田区生活再建・就労サポートセンターの愛称

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
自殺死亡率(人口10万対)	15.0	H27年	11.9以下	H34年

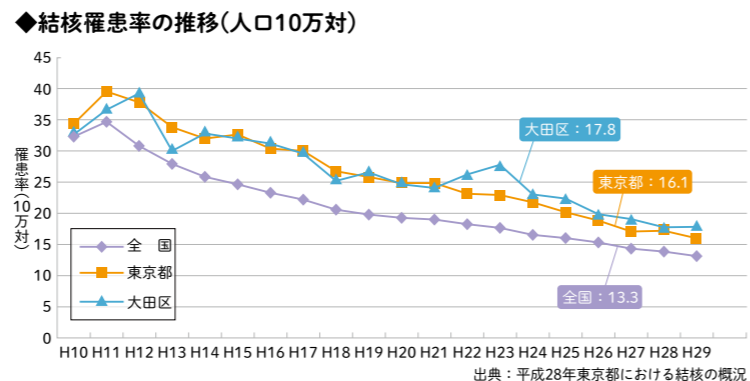
基本目標 2 - (1) 感染症対策の強化

1 施策の目標

感染症の予防と感染拡大防止

2 現状と課題

- 区の結核り患率は都や国よりやや高く結核の認知度は十分でない
- 区内 HIV 感染者は約400人、AIDS患者は100人弱で横ばい
- 区内の梅毒患者数が急増 (H20: 205人 ⇒ H29: 1,788人)



3 今後の取組の方向性

- 感染症情報の収集や分析、普及啓発を行います
発生動向の把握、疫学調査の実施・分析・情報提供、知識や予防方法の周知、定期予防接種の接種率向上の取組
- 結核対策の充実を図ります
正しい知識の周知、ハイリスク者の検診、服薬指導や生活指導、接触者健診によるまん延防止
- 性感染症対策を拡充します
知識や予防方法の周知、性感染症検査体制の充実
- 新型インフルエンザ・新興感染症等への対策を強化します
対応マニュアルに沿った訓練の実施、情報収集



新型インフルエンザの対策訓練

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
予防接種率の向上 (MRワクチン)	I期 93.6%	H29年度	95.0%	H34年度
	II期 90.3%			
結核り患率(人口10万対)	17.8	H29年	12.4	H32年
結核の症状の認知度	68.2%	H29年度	70.0%	H34年度
保健所の HIV 無料検査の認知度	46.4%	H29年度	50.0%	H34年度

基本目標 2 - (2) 災害時医療体制の整備

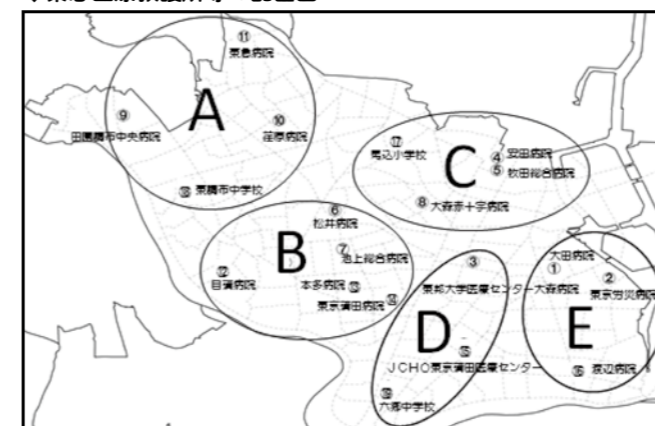
1 施策の目標

災害時における医療体制の整備

2 現状と課題

- 災害時における円滑な医療救護活動の確保
- 緊急医療救護所の認知度が低い

◆緊急医療救護所等の配置図(平成30年4月1日現在)



区内中小企業と共同開発した車輪付担架(歩けない傷病者の運搬に使用)

3 今後の取組の方向性

- 緊急医療救護所等の体制を強化します
緊急医療救護所のグループ単位での連携強化、各種図上訓練や研修等による人材育成と実践力向上、登録制医療職等ボランティアの確保
- 災害時の医療体制に関する普及啓発を実施します
様々な媒体を活用した外国人・障がい者・高齢者にもわかりやすい広報、住民参加による訓練・講演会
- 災害時の状況に応じた活動体制を整備します
概ね発災から72時間以降の医療提供体制や医薬品供給体制の整備、被災者の心のケアを含む保健予防活動、公衆衛生活動等の実施体制の構築

4 数値目標

指標項目	現状		目標		
緊急医療救護所を知っている区民の割合	日本人	16.2%	H29年度	60.0%	H34年度
	外国人	11.9%		30.0%	
災害時医療職(看護師)ボランティアの登録数	21名	H29年度	50名	H34年度	

基本目標 2 - (3) 安全な生活環境の確保

1 施策の目標

医療の安全、食の安全、生活環境の衛生の確保

2 現状と課題

- 医薬品のインターネット販売や偽造医薬品の流通
- ノロウイルスやカンピロバクターなどによる食中毒が多く発生
- 肉の生食をしない区民は約6割
- 区民が感じる生活衛生上の問題は、衛生害虫の発生や室内の環境被害

3 今後の取組の方向性

- 医薬品、食品、生活環境等に関する情報を発信します
 医薬品、食品、生活環境等に関する情報を様々な広報媒体や講演会等で周知
- 医療施設・医薬品等の安全性を確保します
 透析診療所等の院内感染防止のための立入調査、
 セルフメディケーションの支援（市販薬の正しい使い方の周知）
- 食の安全・安心を推進するための支援を充実します
 食中毒の発生予防に向けた講習会の実施、
 給食施設等における国際的な衛生管理手法の導入、支援
- 室内環境・衛生害虫に関する調査等を実施します
 ねずみや蚊等による被害防止対策、室内環境や衛生害虫の生息状況等の調査や相談対応の充実



児童館での手洗い講習会

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
保健所メールの登録数	1,425件	H29年度	2,500件	H34年度
肉の生食に注意している人の割合	59.0%	H29年度	75.0%	H34年度
ねずみ対策指導を有効と感じた人	68.0%	H29年度	75.0%	H34年度

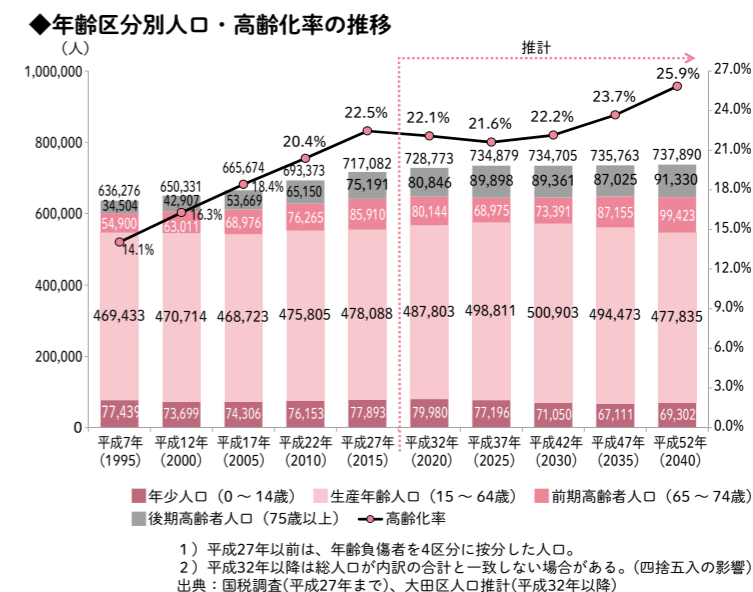
基本目標 3 - (1) 地域医療体制の充実

1 施策の目標

地域における医療体制の充実

2 現状と課題

- 2025年には団塊の世代が全て75歳以上
- 人生の最終段階を迎えたい場所は自宅が多い
- 耐震化が必要な病院がある
- 在宅医療や周産期医療等の充実度評価が低い



3 今後の取組の方向性

- 医療・介護・福祉の連携による地域包括システムを構築します
 地域のネットワークを活用して支援策を検討・整備、
 多職種研修の充実などによる医療・介護・福祉の連携推進
- 在宅医療に関する区民の理解を促します
 パンフレットやシンポジウムによる周知啓発、
 在宅医療相談窓口の機能充実
- 地域医療体制の充実を図ります
 区内病院の耐震化の支援、看護師等の人材確保、
 分娩に対応できる医療機関の拡充



在宅医療ガイドブック

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
在宅医療の制度や仕組みの認知度	—	—	30.0%	H34年度
かかりつけ医がいる区民の割合	62.5%	H29年度	65.0%	H34年度
かかりつけ歯科医がいる区民の割合	67.5%	H29年度	70.0%	H34年度
かかりつけ薬局がある区民の割合	48.3%	H29年度	52.0%	H34年度

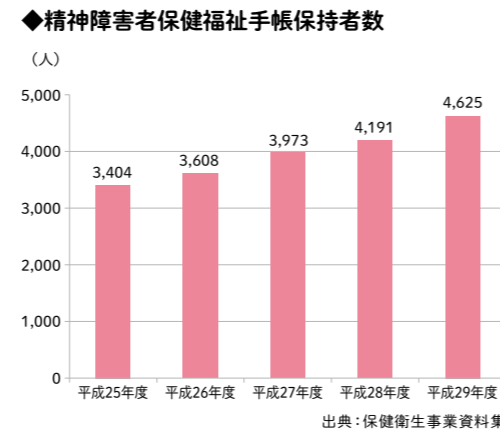
基本目標 3 - (2) 精神障がい者、難病患者、ひきこもりの方への支援

1 施策の目標

精神障がい者や難病患者が安心して暮らせる地域の実現
ひきこもりの方や家族が孤立しない地域の実現

2 現状と課題

- 精神障がい者の手帳保持者数は増加しており、相談内容は複雑・多様化
- 難病患者に対する情報提供の工夫が必要
- ひきこもりの方の現状把握と、支援の充実が必要



3 今後の取組の方向性

- 精神障がい者に対する支援を推進します
未治療、治療中断者に対するアウトリーチ支援*の強化
- 難病患者への支援の充実を図ります
わかりやすい情報提供、生活の質の向上を支援
- ひきこもりの方への支援を充実します
本人や家族が集える場の設定、寄り添う支援

*アウトリーチ支援：精神障がい者の地域生活の安定化を目指して、医師・看護師等の様々な職種がチームを組んで行う訪問型支援

4 数値目標

指標項目	現状		目標	
精神疾患で1年以上入院している区民(※)	465人	H29年度	減少	H34年度

(※) 大田区に元住所のある患者の、全国の精神科病院への入院数

がんを防ぐための新12か条

がんの原因の多くは、たばこや飲酒、食事など日常生活習慣に関連していることがわかっています。

「がんを防ぐための新12か条」で、あなたのライフスタイルを見直してみましょう！

- 1条 たばこは吸わない
- 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3条 お酒はほどほどに
- 4条 バランスのとれた食生活を
- 5条 塩辛い食品は控えめに
- 6条 野菜や果物は不足にならないように
- 7条 適度に運動
- 8条 適切な体重維持
- 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10条 定期的ながん検診を
- 11条 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- 12条 正しいがん情報でがんを知ることから

出典：公益財団法人 がん研究振興財団



地域の特性に応じた重点的な取組

大森地域

1 がん対策・喫煙

- 現状：肺がん死亡率、喫煙者の割合が区全体より高い
- 取組：様々な機会を活用したがん検診の受診勧奨、禁煙支援の取組周知、商店街や企業等と連携したがん予防に関する知識の普及啓発

2 若い世代の食育の推進

- 現状：若い世代の肥満や朝食を欠食する人の割合が区全体より高い
- 取組：様々な広告媒体の活用や、商店街・飲食店・企業等と連携した若い世代への食の啓発

調布地域

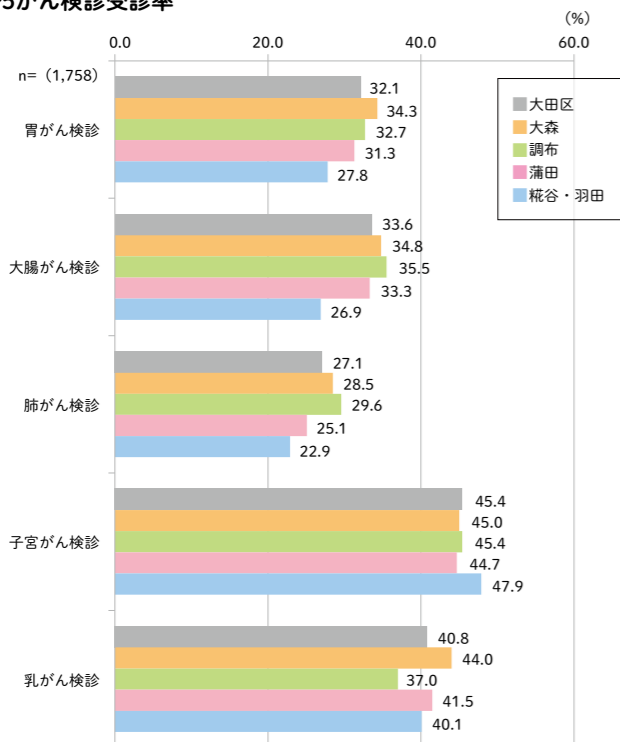
1 がん対策

- 現状：乳がんの検診受診率が区全体より低い
- 取組：がん予防に関する知識の普及啓発、様々な機会を活用したがん検診の受診勧奨

2 食育の推進

- 現状：女性のやせ・男性の肥満の人の割合が区全体より高い
- 取組：健康教育、商店街・飲食店・コンビニエンスストア等と連携した健康的な食の情報提供

◆5がん検診受診率



出典：平成29年度健康に関するアンケート



健診会場での乳がん自己検診法の指導

蒲田地域

1 がん対策・喫煙

- 現状：大腸・肺がん死亡率、喫煙者の割合が区全体より高い
- 取組：地域と連携したがん予防・検診・禁煙の啓発

2 飲酒

- 現状：生活習慣病リスクを高める飲酒量の女性割合が区全体より高い
- 取組：妊娠届出や健診時等に若い世代を中心に啓発

3 子どもの歯と口腔の健康

- 現状：むし歯のある3歳児の割合が区全体より高い
- 取組：育児学級や保育園等の健康教育で啓発



乳幼児歯科相談

梶谷・羽田地域

1 がん対策・喫煙

- 現状：胃・肝臓・肺がん死亡率、喫煙者の割合が区全体より高い
- 取組：地域と連携したがん予防・検診・禁煙の啓発

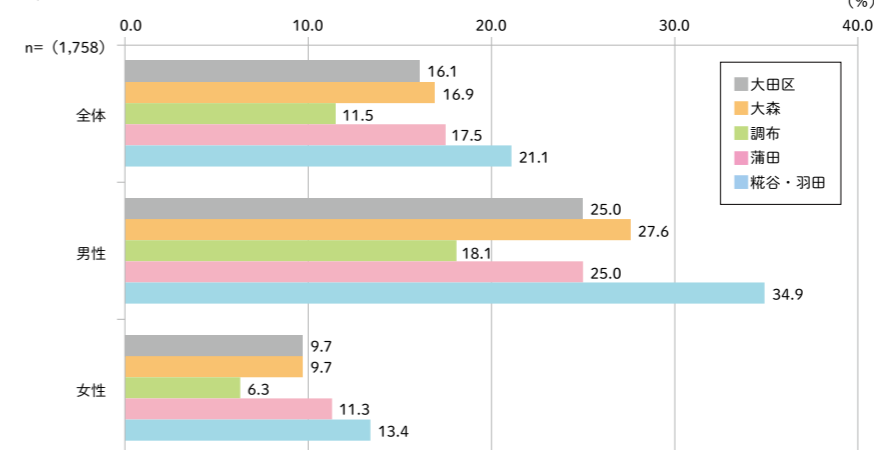
2 飲酒

- 現状：生活習慣病リスクを高める飲酒量の男性割合が区全体より高い
- 取組：両親学級、地域会議等で健康への影響を周知

3 歯と口腔の健康

- 現状：76歳で自分の歯が19本以下の割合が区全体より高い
- 取組：歯周病予防や口腔ケアの周知、出張健康教育

◆喫煙者の割合



出典：平成29年度健康に関するアンケート

ライフステージ別区民の取組例

施策	乳幼児期 (6歳以下)	学童・ 思春期 (7歳～ 19歳)	青年期・壮年期 (20歳～64歳)	高齢期 (65歳以上)
1 身体活動・運動	●遊びを通して、身体を動かす楽しさを知る	●普段から体を動かすことを意識し、運動習慣を身につける		●運動や社会参加で、筋力や体力を維持する
2 喫煙・飲酒	●保護者などは、子どもに受動喫煙させないよう配慮する	●喫煙・受動喫煙や飲酒による健康への影響を理解する	●喫煙者は、他の人に受動喫煙させないよう配慮する ●禁煙希望者は、必要に応じて禁煙外来やアプリなどを利用して禁煙を成功させる ●生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしない	
3 がん対策	●保護者などは、子どもに受動喫煙させないよう配慮する	●がんに関する正しい知識とがんを予防する生活習慣を身につける	●定期的ながん検診を受診し、必要に応じて医療機関を受診する ●がんになった人が自分らしく生活できるよう支え合う	
4 糖尿病・循環器疾患など生活習慣病の予防	●規則正しい生活習慣を身につける	●バランスのとれた食事や運動の重要性について理解を深め、習慣化する ●定期的に健康診断を受診し、必要に応じて医療機関を受診する		
5 歯と口腔の健康	●よく噛んで食べる ●正しい歯磨き習慣を身につける（必要に応じて保護者が仕上げ磨きをする） ●定期的に歯科健診を受ける		●食後に必ず歯を磨くとともに、歯間清掃用具を使用する ●かかりつけ歯科医を決め、定期的に健診を受ける	
6 親と子の健康づくり 大田区母子保健計画	●規則正しい生活習慣を身につける ●定期的に健診を受ける ●親子で過ごす時間を大切にする（保護者）	●バランスのとれた食事について理解を深め、 ●妊娠・出産に関する正しい知識を身につける	●子育てグループや各種相談先を利用しひとりで不安を抱え込まない ●父親も主体的に育児を行う	
7 食育の推進 大田区食育推進計画	●規則正しい食習慣を身につける ●家族や友人などと一緒に食事を楽しむ時間をもつ	●1日3食、主菜・副菜をそろえてバランスの良い食事をとる		●フレイルを予防する
8 こころの健康づくりと自殺対策の推進 大田区自殺対策計画	●規則正しい生活習慣を身につける	●自分に合ったストレス解消方法を身につける ●身近な大人に悩みを相談できる	●こころの不調を感じた時にひとりで抱え込まず、家族や友人、相談機関にためらわずに相談する	