

## 会 議 録

会議の名称	令和4年度第1回健康づくり推進協議会		
開催日時	令和4年(2022年)7月28日(木) 開会 15:00 閉会 16:30		
開催場所	つくば市消防庁舎 多目的ホール		
事務局(担当課)	保健部健康増進課		
出席者	委 員	小林委員、小倉委員、武田委員、萩原委員、中島委員、野田委員、太原委員、大林委員、後藤委員、齋藤委員、佐藤委員、中野委員	
	事 務 局	保健部：小室部長、中根次長 健康増進課：木本課長、中嶋課長補佐、青木統括保健師、永井保健係長、小池係長、江幡管理栄養士、野元管理栄養士、菅原主任主査、中野保健師、植村保健師、古田主事、小嶋主事 健康増進施設いきいきプラザ：津野館長、小野保健師 谷田部保健センター：川崎所長 桜保健センター：糸井所長 大穂保健センター：山田所長、石田保健係長、箭内保健師	
公開・非公開の別	<input checked="" type="checkbox"/> 公開	<input type="checkbox"/> 非公開	<input type="checkbox"/> 一部公開
傍聴者数	0人		
非公開の場合はその理由			
議題	・第4期つくば市健康増進計画について (令和4年度活動計画及び令和3年度活動報告について) ・つくば市自殺対策計画の中間評価について		
会議次第	1 開会 2 委嘱状交付		

	<p>3 部長挨拶</p> <p>4 委員紹介</p> <p>5 事務局紹介</p> <p>6 会長及び副会長の選任</p> <p>7 会長及び副会長挨拶</p> <p>8 協議事項</p> <p style="padding-left: 20px;">(1)第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」</p> <p style="padding-left: 40px;">・概要説明</p> <p style="padding-left: 40px;">・令和4年度活動計画及び令和3年度活動報告について</p> <p style="padding-left: 20px;">(2)つくば市自殺対策計画の中間評価について</p> <p>9 その他</p> <p>10 閉 会</p>
<p>&lt;協議事項&gt;</p> <p>(1)第4期つくば市健康増進計画「健康つくば 21」 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">資料1、2</span></p> <p style="padding-left: 40px;">概要説明・令和4年度活動計画及び令和3年度活動報告について</p> <p style="padding-left: 40px;">資料について、事務局より説明。</p>	
<p>小倉委員</p> <p>事務局</p> <p>小倉委員</p>	<p>分野7「健康づくり・健康管理の支援」の市の取組み(1)適正な受診の支援について、ジェネリック医薬品のシェア率が78.7%という数値は、多いと判断してよいのでしょうか。</p> <p>後発医薬品シェアにつきまして、目標値 80%と設定しております、それに近づく努力しているところでございます。</p> <p>ありがとうございます。もう少し、というところですね。</p>
<p>(2)つくば市自殺対策計画中間評価について <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">資料3～5</span></p> <p style="padding-left: 40px;">資料について、事務局より説明。</p>	
<p>小倉委員</p>	<p>いろいろな自殺対策事業の中で、自殺の気がある方を発見した場</p>

事務局	<p>合、その先の医療にどう結びつけるか、検討されていますか。</p> <p>自殺対策計画の各施策の中で、精神保健相談といったものがあり、相談者の対応をさせていただいています。また、こころの健康相談という、精神科の先生を年間12回呼び出して、相談に乗っていただく事業もごございます。そういった相談の中で、必要な医療に繋げる支援を行っており、実施体制がある現状となっています。</p>
小倉委員	<p>ありがとうございます。</p>
小林会長	<p>他に何かございますか。</p>
大林委員	<p>自殺対策ということで、つくば市だとやはり、大学生の自殺が問題にあると思うのですが、大学との連携はあるのでしょうか。</p>
事務局	<p>自殺対策におきましては、年2回有識者の先生をお呼びして、自殺対策の連携会議というものを行っております。会長を筑波大学の太刀川先生にお願いしており、筑波大学保健管理センターの白鳥先生にも委員をお願いしております。その中で、筑波大学だけに限りませんが、学生さん向けの自殺対策については、委員の皆様からもご意見いただき、対応しているところでございます。</p>
大林委員	<p>ありがとうございます。</p>
小林会長	<p>他に何かございますか。</p>
萩原委員	<p>私の方からは、計画全体の事業の取組み方についての意見です。例えば資料1の9ページ、「分野4休養・こころの健康」の5年間の最重点目標で、「メンタルセルフケアの推進を図る」とありますが、セルフケアという点に関しては、おそらく全ての項目で共通することだと思います。個人個人が必要を感じ、教室やイベントに参加をする。スポーツでいえば、ウォーキング大会に参加をする。そこで、参加をするだけでなく、参加することによってセルフコントロールをしようと思ったら、自分で何かをする習慣をつけなければいけない。そういった個人</p>

	<p>個人の意識づくりの形成は、すべての分野で共通することだと思えます。そういった意識づくりにアプローチをする施策や事業の進め方を、今後考えてもらいたい。参加をした一回二回だけで終わりではだめで、皆さんが続けてやらなければいけないと思うので、そういった投げかけをしていっていただきたい。またイベントを開催して、その参加数だけで評価をされるのではなく、そこに参加した皆さんが将来的に続けていったらどうなるかというところに、大きな意味があると思う。</p> <p>また、例えば「分野2栄養・食生活」では、子どもが自分でバランスの良い食事を作るわけではありませんから、両親の方針にかかっているわけです。そこで、子ども達には今何を伝えていくことが、将来大人になった時に有効か、そういうことを議論しながら計画を進めていただきたい。</p> <p>まとめ方や皆さんの説明も極めて分かりやすいですし、すごいと思います。そこまできているのだったら、そこに参加した方が、将来にわたって続けていこうと思えるような取組みをしていただきたい。ウォーキングでしたら、ウォーキングを続けていくことが、結果的に医療費の削減に繋がったりします。そういった見通しを立てながら事業を展開していただけたら、計画がもっと生きてくると思います。是非そういったところまで勘案しながら、計画や事業を推進していただければと思います。</p> <p>貴重なご意見ありがとうございます。今後、中間評価や計画策定の段階で、市民へアンケート調査等も行いまして、調査結果を反映させながら、計画にフィードバックさせ、施策に活かしていきたいと思えます。</p> <p>ご意見いただきました内容につきまして、中間評価等へ反映すると</p>
事務局	
小林会長	

	<p>ということで、事務局の方で進めていただきたいと思います。</p> <p>他に何かございますか。</p> <p>以上で、協議事項すべて終了いたしましたので、議長の任を解かせていただきます。ありがとうございました。</p>
<p>&lt;その他&gt;</p> <p>次回、協議会開催について、事務局より説明。</p> <p>自殺対策計画の中間評価があることから、臨時開催として、12月頃に開催を予定。会長と日程調整を行い、決まり次第連絡する。</p>	

# 第4期つくば市健康増進計画

## 令和4年度活動計画

分野1	生活習慣病の発症と重症化予防	1
分野2	栄養・食生活	3
分野3	生活活動と運動	6
分野4	休養・こころの健康	9
分野5	喫煙・飲酒	11
分野6	歯と口腔の健康	13
分野7	健康づくり・健康管理の支援	15

	5年間の最重点目標	年度別（令和4年度）重点目標
分野1 生活習慣病の 発症と重症化予防	健（検）診の受診率を向上させ重症化を予防する。	健（検）診受診率の向上、健康経営視点での健康支援の準備
分野2 栄養・食生活	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす。	適塩の食事の普及啓発
分野3 生活活動と運動	意識して身体を動かしている人を増やす。	ながら運動の啓発
分野4 休養・こころの健康	メンタルセルフケアの推進を図る。	関係機関との連携強化
分野5 喫煙・飲酒	喫煙者の割合を減らす。	年代・対象別に対する喫煙による影響についての正しい理解の促進
分野6 歯と口腔の健康	年1回歯の定期健診の受診者を増やす。	年代別歯科検診の受診率向上
分野7 健康づくり・ 健康管理の支援	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす。	適正受診、医療費適正化の推進

# 分野 1 生活習慣病の発症と重症化予防

【スローガン】	受けよう健（検）診 防ごう重症化
【5年間の最重点目標】	健（検）診の受診率を向上させ重症化を予防する。
年度別重点目標	
令和3年度	健（検）診受診率の向上、健康経営視点での健康支援の検討
令和4年度	健（検）診受診率の向上、健康経営視点での健康支援の準備
令和5年度	
令和6年度	
令和7年度	

市の主な取り組み内容 1. 健康診査の充実と定期的な受診への支援		
<p>○ 健康診査及び各種がん検診の充実と受診しやすく、わかりやすい健診に努めます。</p> <p>○ 未受診者対策を進め、受診率の向上に努めます。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
受けやすい健（検）診の実施	<p>(1) 基本健診（20～39歳）、特定健康診査（40～74歳）、後期高齢者健診（75歳以上）、がん検診の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・医療機関での基本健診を開始。</li> <li>・エレベーターのある市役所を会場にして集団健診を実施する。</li> <li>・集団でのレディース検診では、保育協力員を配置し、子どもがいても受診できるようにする。</li> </ul>	健康増進課 国民健康保険課 医療年金課
未受診者対策	<p>(1) 国民健康保険加入者への受診勧奨通知（年2回）と電話勧奨（年1回）の実施。</p> <p>(2) 後期高齢者に対して、ハガキ等で受診勧奨を行う。</p>	国民健康保険課 医療年金課

市の主な取り組み内容 2. 生活習慣病の重症化予防の推進		
<p>○ 特定保健指導の推進に努めます。</p> <p>○ 糖尿病を中心とした生活習慣病の重症化予防の推進を図ります。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
健診事後指導の充実	<p>(1) ヘルシー教室で脂質異常症・高血糖をテーマに年24回実施。</p> <p>(2) 検査高値者に対して、電話・訪問等でフォローを実施する。</p> <p>(3) 生活習慣の改善が必要な方へ成人健康相談・ヘルシー教室の案内をする。</p>	健康増進課 健康増進課 健康増進課
糖尿病治療中断者への受診勧奨	<p>(1) 国民健康保険加入者で、糖尿病治療を中断している方に医療機関受診勧奨通知を送付する。</p>	国民健康保険課
糖尿病治療継続者への保健指導	<p>(1) 国民健康保険加入者で、糖尿病治療中で希望する方に保健指導を実施する。</p>	国民健康保険課

市の主な取り組み内容		3. 生活習慣病の早期対応と健康経営視点での健康支援
<p>○ 20～40歳代の子育て世代の健康に関する支援を図ります。</p> <p>○ 国民健康保険加入者以外の保険組合、中でも中小企業等と協力し、働き世代へ健康支援を推進します。</p>		
令和4年度重点目標に対する 事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
保険種別にかかわらず、働き世代への健康支援	<p>(1) つくば市商工会等と協力し、健康経営に取り組む企業への支援を検討する。</p> <p>(2) ヘルシー教室や健康アップ講演会のチラシを配布する。</p> <p>(3) 企業や商工会に、がん検診の案内を配布する。</p>	<p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p> <p>健康増進課</p>



## 分野2 栄養・食生活

【スローガン】	みんなで食べるとたのしいよ
【5年間の最重点目標】	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす。
年度別重点目標	
令和3年度	野菜豊富なバランスの良い食事の習慣づくり
令和4年度	適塩の食事の普及啓発
令和5年度	継続
令和6年度	つくば市の学校における地産地消ガイドライン改定
令和7年度	

### (i) 生活習慣病予防につながる食育の推進

市の主な取り組み内容		1. 生活習慣病予防につながる食生活の推進
<p>○ 朝食の大切さを伝え、毎日朝食を食べることを推進します。</p> <p>○ 1日350gの野菜を摂取することを普及啓発し、レシピの提供等、「あと1品野菜を増やす」ための取組に努めます。</p> <p>○ 1日に必要な塩分量について普及啓発し、適塩の食事を推進します。</p> <p>○ 1日3食規則正しく、主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事をとるための知識や技術を普及します。</p> <p>○ 噛ミン30（カミングサンマル）を推進します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
チラシ等による普及啓発	(1) 給食だより、給食時の放送、学校掲示資料での普及啓発。 (2) 健診事業、各種教室、イベントでのチラシ配布。 (3) 介護予防・日常生活支援総合事業「訪問型サービスC栄養・口腔機能向上プログラム」の周知。 (4) 食育に関する市公式ホームページの充実。	健康教育課 健康増進課 地域包括支援課 健康増進課
対象別食育教室の開催	(1) 調理講習会、出前健康教室、ウエルカフェの開催。 (2) 脳元気アップ教室の開催。	健康増進課 地域包括支援課
集団教育・個別指導	(1) 食育教室での野菜摂取やバランスの良い食習慣についての講話の実施。 (2) 栄養教諭等による食育指導の実施。 (3) 保育所でのパネルシアターを使用し、よく噛むことの大切さについての教育。 (4) 給食サンプルの掲示。	健康増進課 地域包括支援課 健康教育課 幼児保育課 幼児保育課
レシピの提供	(1) 市役所1階レストランにて月に1度、食育バランスランチの提供をする。 (2) 給食レシピの紹介。	健康増進課 幼児保育課
食事調査の実施	(1) 食生活に関する実態調査の実施。(5年生・8年生・その保護者対象)	健康教育課

(ii) 子どもの頃からの基本的な食習慣の形成

市の主な取り組み内容 2. 子どもの頃からの基本的な食習慣の形成の推進		
<p>○ 望ましい食事のバランスや食べ方について普及啓発します。</p> <p>○ 食事や食材に触れることで興味関心を持つような活動を実施します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
講座の開催	(1) 食育普及講座を開催し、朝食や野菜の大切さについて講話。 (2) 食育講演会を開催。(テーマ:子どもの頃からの食習慣づくり)	健康増進課 健康増進課
各種事業での食育講話	(1) マタニティサロン、あかちゃんランド等の各種事業での講話。 (2) つくっこ!すくすくアプリで離乳食や幼児食のポイント紹介。	健康増進課 健康増進課
子どもへの食育	(1) クッキング保育で食材に触れ、材料や作り方を知る。 (2) 野菜の栽培を通じた食への興味関心の向上。 (3) 生産者等の食の専門家による学校訪問。 (4) 栄養教諭等による食育指導。	幼児保育課 幼児保育課 健康教育課 健康教育課

市の主な取り組み内容 3. 共食の推進		
<p>○ 家庭において食育に関する理解が進むよう、食事を一緒に楽しく食べる「共食」の大切さを普及啓発します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 広報つくばに食育特集を掲載。 (2) 給食だより、給食時の放送、学校掲示資料での普及啓発。 (3) 苦手なものも食べられるような給食中の雰囲気づくり。	健康増進課 健康教育課 幼児保育課
食事調査の実施	(1) 食生活に関する実態調査。(あいさつ、食事マナーについて、5年生・8年生の保護者対象)	健康教育課

(iii) 食育を広げるための環境づくり

市の主な取り組み内容 4. 食生活改善推進員活動の推進		
<p>○ 食生活改善推進員の養成・育成を行い、活動の活性化を推進します。</p> <p>○ 市民が身近なところで健康づくりができるよう、食生活改善推進員の活動を支援します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
食生活改善推進員の活動支援	(1) 新規食生活改善推進員の養成。 (2) 会員の研修会の実施。 (3) 地域密着で食生活を改善する活動を支援。	健康増進課 健康増進課 健康増進課

市の主な取り組み内容		5. 地域全体での食育の推進
<p>○ 食育スローガン及び食育の日をはじめとした普及啓発に努めます。</p> <p>○ 地域・学校・保育所・家庭などのそれぞれの場所で、食に関わることができる体制を整えます。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	<p>(1) 給食日より、給食時の放送、学校掲示資料での普及啓発。</p> <p>(2) 食育の日について、献立表への掲載。</p> <p>(3) 食育の日に市役所1階レストランにて食育バランスランチの提供をする。</p>	健康教育課 幼児保育課 健康増進課
地域密着型の食育	<p>(1) ウエルシア薬局において、栄養講話を行う。(ウエルカフェ)</p> <p>(2) 市内の施設を会場とした調理講習会の開催。</p> <p>(3) 食生活改善推進員による地域での食育活動。</p>	健康増進課 健康増進課 健康増進課
地場産物の活用	<p>(1) 学校給食での「つくば地産地消の日」「つくば市民の日」の献立の提供。</p> <p>(2) 地場産物を学校給食に活用するための体制づくりと関係団体との連携。</p> <p>(3) 地場産物を活用した加工品の開発。</p>	健康教育課 健康教育課 健康教育課

## 分野3 生活活動と運動

【スローガン】	ながら運動で 身体づくり
【5年間の最重点目標】	意識して身体を動かしている人を増やす。
年度別重点目標	
令和3年度 令和4年度 令和5年度 令和6年度 令和7年度	運動普及推進員を中心とした地区でのウォーキングの推進 ながら運動の啓発

市の主な取り組み内容 1. 身体を動かす習慣づくり		
<p>○ 働く世代には、健診や相談の機会に、「ながら運動」などで身体を動かすことの啓発に努めます。また成人期・高齢期には、健康体操教室・運動教室等で継続的な運動の場の提供をします。</p> <p>○ 運動が好きな子どもを育てるために、スポーツ少年団の育成・スポーツ教育等を通じ、学童期・思春期から様々なスポーツを体験し、継続的な運動習慣づくりを推進します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
健康教育	<p>(1) 出前型の教室（健康体操教室）の開催。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新規団体を増やすため、企画教室の開催や区会回覧や市ホームページ、市報等によって周知を行う。</li> <li>・身体を動かす習慣づくりとして、物品の貸し出しを行い、自主活動を支援する。</li> </ul> <p>(2) 運動教室の開催。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動教室について周知するため、市公式ホームページや市報へ掲載し、他事業等でチラシを配布し、周知する。</li> </ul> <p>(3) ながら運動の啓発。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健診や相談の機会に、「ながら運動」について市でチラシを作成し周知する。</li> </ul> <p>(4) 介護予防教室（脳元気アップ教室）の開催。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動機能についての講話と助言を行う。</li> <li>・介護保険認定者のうちサービス未利用者に介護予防事業の案内をする。</li> </ul>	健康増進課       地域包括支援課
学校教育	<p>(1) 業間休みに対して、外遊びを奨励。</p> <p>(2) 運動部活動に専門的な知見をもつ指導員が参加。</p> <p>(3) 県事業のスポーツチャレンジへの積極的参加。</p>	学び推進課 学び推進課 学び推進課
子どものスポーツ活動の推進	<p>(1) 各種スポーツ大会・スポーツ教室を開催し、スポーツに参加する機会を提供する。</p> <p>(2) スポーツ少年団の母体であるつくば市スポーツ協会への補助金交付や施設使用料の減免。</p>	スポーツ振興課 スポーツ振興課

市の主な取り組み内容 2. ウォーキングの普及		
<p>○ 日常に、手軽にできるウォーキングを取り入れる動機付けを行います。</p> <p>○ 「ウォーキングマップ」をPRするとともに、つくばウォークの日等を通して楽しみながら実践できる身近なヘルスロードを市民に周知します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) チラシの配布、ホームページや市報、情報誌への掲載。 (2) ウォーキングマップをイベント参加者へ配布し、日常的なウォーキングコースの活用を図る。 (3) <u>つくばウォークの日で、ウォーキングの定着を促進するために、茨城県公式アプリ「元気アップ!りいばらき」について参加者に周知する。</u>	健康増進課 健康増進課
イベントの開催	(1) イベントウォークの開催。 (2) つくばウォークラリー大会、つくば国際ウォーキング大会の開催。	健康増進課 スポーツ振興課
地域でのウォーキングの推進	(1) 運動普及推進員による地区でのウォーキングの推進。(地区ウォーク)	健康増進課

市の主な取り組み内容 3. 運動普及推進員活動の推進		
<p>○ 運動普及推進員の養成・育成を行います。</p> <p>○ 日常にウォーキングが定着するよう、運動普及推進員が主体となる「地区ウォーク」の場を増やします。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
運動普及推進員の活動支援	(1) 運動普及推進員養成講座の実施。 (2) 健康体操教室、つくばウォークの日、地区ウォーク等でのスタッフ協力を支援する。	健康増進課 健康増進課

市の主な取り組み内容 4. 習慣的に運動に取り組やすい環境の整備		
<p>○ 中高年者が運動を継続する場として、市内で活動している運動活動グループに対し、活動しやすい環境への支援を行います。</p> <p>○ 利用できる運動施設や地域の運動グループなどの情報を提供します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
運動活動グループ支援	(1) 自主活動のチラシの掲示や紹介を行う。 (2) 自主活動団体に対し、物品の貸し出し、健康講話の実施、活動場所の確保等の支援を行う。	健康増進課
スポーツ関連の情報提供	(1) 市公式ホームページ、市報及びSNS等を活用し、スポーツ関連イベント及びスポーツ施設の情報を発信する。	スポーツ振興課
体育施設の適正な維持管理	(1) 市内の体育施設の修繕及び維持管理を行う。	スポーツ施設整備室

安全・安心な公園施設の提供	(1) 施設の状況を把握し、施設修繕及び施設改修を実施。 (2) 公園施設長寿命化計画に基づき、公園施設の更新工事を実施。	公園・施設課 公園・施設課
自転車利用の推進	(1) つくば市シェアサイクル実証実験事業「つくチャリ」の運営 (2) つくば市自転車施策Facebookページ「つくバサイクル」で、自転車利活用を推進する情報発信。 (3) 自転車のまちつくば推進委員会の開催	サイクルコミュニティ推進室 サイクルコミュニティ推進室 サイクルコミュニティ推進室

市の主な取り組み内容 5. 高齢者を対象とした介護予防運動の普及啓発		
○ 市民自らが進んで健康づくりを行うことができるよう、シルバーリハビリ体操・運動を普及します。 ○ シルバーリハビリ体操指導士の養成を行います。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
シルバーリハビリ体操指導士の養成と支援	(1) 3級指導士の養成。 (2) シルバーリハビリ出前体操教室の支援。	健康増進課 健康増進課

## 分野4 休養・こころの健康

【スローガン】	こころの悩みは早めの相談を
【5年間の最重点目標】	メンタルセルフケアの推進を図る。
年度別重点目標	
令和3年度	相談窓口の明確化と相談体制の充実
令和4年度	関係機関との連携強化
令和5年度	
令和6年度	
令和7年度	

市の主な取り組み内容 1. 相談体制の充実		
○ 身近で気軽に相談できる窓口のPRを図ります。		
○ 関係各課や保健所、医療機関と連携し、適切な相談が受けられるように努めます。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
相談窓口の周知	(1) 「こころといのちの相談窓口一覧」、「ひきこもり相談窓口一覧」のチラシを配布。 (2) 障害者福祉ガイドブック等の配布。障害者が相談できる各種相談窓口について市公式ホームページに掲載。	健康増進課 障害者地域支援室
精神保健相談	(1) 保健師、精神保健福祉士等による電話相談・訪問・面接による相談対応。 (2) こころの健康相談（精神科医による無料相談、月1回。）の実施。 (3) 必要に応じて、関係各課と連携。適切な相談先につなげる。 (4) 庁内連携フローの活用。 (5) <u>自殺未遂者支援事業を通じて、自殺の再企図を防ぐ支援体制を確立していく。</u>	健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課 健康増進課
障害のある方への支援	(1) 障害者相談支援事業所等との連携に関する会議や連絡を密にし、市内全域での相談に対応する。	障害者地域支援室
高齢者支援	(1) 保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が連携して相談に対応。	地域包括支援課



**市の主な取り組み内容 2. 精神保健についての教育事業の推進**

- 睡眠による休養、ストレスやこころのケアについての知識の普及啓発を推進します。
- うつ病等に関する知識の啓発を行い自殺予防のためのゲートキーパーの養成に努めます。

令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」	(1) こころの体温計の利用拡大に向けて、特に若い世代への周知を図る。	健康増進課
ゲートキーパー養成講座	(1) ゲートキーパー養成講座を実施し、自殺リスクに気づき、相談窓口を紹介できる人材を増やす。 (2) 自殺予防に関する正しい知識を普及。	健康増進課 健康増進課

**市の主な取り組み内容 3. 児童及び生徒に対する相談・教育事業**

- 児童・生徒の悩みに対し、「スクールカウンセラー」、「教育相談員」等による相談・支援事業を推進します。
- 保健教育を通して、児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」に取り組みます。

令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
相談支援	(1) 学校生活アンケートの実施。 (2) iチェックの実施。 (3) 定期的な個別面談の実施。	学び推進課 学び推進課 学び推進課

**市の主な取り組み内容 4. 子育て支援事業の推進**

- 妊産婦及び家族に対する相談・教育・訪問を充実します。
- 各事業を利用して、子育て等につき気軽に相談できる場の充実を図ります。
- 子育て支援の場を整備し、育児期の相談を充実させます。

令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
母子健康包括支援センター事業	(1) 妊娠届出時からの産前産後の育児相談・支援に関する情報提供。	健康増進課
マタニティサロン（両親学級）	(1) 産後うつの講話による啓発、DVD鑑賞、育児相談事業の紹介。	健康増進課
産後健康診査、産後ケア事業	(1) EPDSによる産後うつスクリーニングの実施と支援が必要な産婦に対する支援体制の確保。	健康増進課
あかちゃん訪問	(1) EPDSによる産後うつのスクリーニング実施と育児支援事業紹介。	健康増進課
地域子育て支援事業	(1) 子育て総合支援センター、子育て支援拠点について、ホームページ等での周知。 (2) 定期的な拠点会議の開催。 (3) 新規拠点の進出について模索。	こども政策課 こども政策課 こども政策課



## 分野5 喫煙・飲酒

【スローガン】	禁煙・適度な飲酒で 元気にいきいき
【5年間の最重点目標】	喫煙者の割合を減らす。
年度別重点目標	
令和3年度 令和4年度 令和5年度 令和6年度 令和7年度	年代・対象別に対する喫煙による影響についての正しい理解の促進 継続

市の主な取り組み内容 1. たばこの煙による健康リスクの普及啓発		
<p>○ COPD等、喫煙の影響を広報やイベント等の様々な機会を利用して普及啓発します。</p> <p>○ 児童生徒に対しては、小中学校において正しい知識の教育を実施します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 市報、ホームページに喫煙の影響に関する記事を掲載。 (2) 集団健診会場での世界禁煙デーのポスターの掲示。禁煙・COPDに関する資料の配布。	健康増進課 健康増進課
児童生徒への正しい知識の教育	(1) 薬物乱用防止教室等の充実。 (2) 養護教諭の有効活用による学習指導。 (3) 各種たより、懇談会、ホームページ等を活用した保護者への啓発。	学び推進課 学び推進課 学び推進課

市の主な取り組み内容 2. 未成年、妊産婦に対する禁煙・飲酒防止の推進		
<p>○ 妊娠届出時・マタニティサロン等で妊婦への喫煙・飲酒の影響について啓発します。</p> <p>○ 小中学校における喫煙・飲酒防止教育の充実を図ります。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 母子保健事業（妊娠届出時、マタニティサロン）にて喫煙の影響や飲酒に関する資料を配布する。 (2) 喫煙をする妊婦やその家族へ禁煙外来についての情報提供。	健康増進課 健康増進課
児童生徒への正しい知識の教育	(1) 薬物乱用防止教室等の充実。 (2) 養護教諭の有効活用による学習指導。 (3) 各種たより、懇談会、ホームページ等を活用した保護者への啓発。	学び推進課 学び推進課 学び推進課

市の主な取り組み内容 3. 禁煙したい人の禁煙支援		
○ 禁煙希望者に対し、「禁煙外来治療費助成事業制度」の案内をし、禁煙の方法や禁煙外来の紹介を行います。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
個別相談	(1) 禁煙をしたい人へ禁煙外来治療実施医療機関や受診方法等に関する情報提供・相談を行う。	健康増進課
禁煙外来助成	(1) 子どものいる家庭の喫煙者に対し、禁煙外来の助成を実施。	健康増進課

市の主な取り組み内容 4. 受動喫煙防止の推進		
○ 妊娠届出時・赤ちゃん訪問時・乳幼児健診時等を利用して、子供への受動喫煙防止を普及啓発します。		
○ 茨城県禁煙認証制度による取組を普及します。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 母子保健事業（妊娠届出時、あかちゃん訪問、1歳6か月健診、離乳食教室等）での受動喫煙防止の資料配布。 (2) つくっこ！すくすくアプリ（母子健康手帳アプリ）での情報配信。	健康増進課 健康増進課
児童生徒への正しい知識の教育	(1) 薬物乱用防止教室等の充実。 (2) 養護教諭の有効活用による学習指導。 (3) 各種たより、懇談会、ホームページ等を活用した保護者への啓発。	学び推進課 学び推進課 学び推進課

市の主な取り組み内容 5. 適正飲酒の普及啓発		
○ 飲酒の適量や多量飲酒の害について、集団健診時、イベント等を利用して普及啓発します。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 総合健診（春・秋）、基本健診、成人健康相談、特定保健指導等での資料配布と媒体展示。	健康増進課
個別相談	(1) 成人健康相談、特定保健指導等にて適正飲酒の保健指導の実施。	健康増進課

## 分野6 歯と口腔の健康

【スローガン】	歯が大事 食べる楽しみ いつまでも
【5年間の最重点目標】	年1回歯の定期健診の受診者を増やす。
年度別重点目標	
令和3年度	年代別歯科検診の受診率向上
令和4年度	継続
令和5年度	
令和6年度	
令和7年度	

市の主な取り組み内容 1. むし歯予防・歯周病予防の推進		
<p>○ 幼児の歯科検診・歯科保健指導の充実を図ります。</p> <p>○ むし歯予防のための正しい歯みがき方法や知識を普及します。</p> <p>○ 歯周病と生活習慣病との関連や歯周病予防についての知識を普及します。</p>		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 各種事業(出前講座、妊娠届出時、マタニティサロン等)での啓発。 (2) 市報への掲載。	健康増進課 健康増進課
歯科検診の実施	(1) 1歳6か月歯科検診(医療機関)、3歳健診での歯科検診の実施。 (2) 保育所での歯科検診の実施。(年2回) (3) 就学時及び終焉時健康診断時における歯科検診の実施。 (4) 学校での定期歯科検診の実施。(4~6月) (5) 成人歯科検診(30・40・50・60・70歳)の実施。	健康増進課 幼児保育課 健康教育課 健康教育課 健康増進課
歯科保健指導・相談	(1) 歯科検診有所見者への受診勧奨。 (2) 各種事業(成人健康相談、訪問等)での個別相談。	健康増進課、幼児保育課、健康教育課 健康増進課
歯磨き指導	(1) 保育所での3歳以上への歯磨き指導。 (2) 学校等での歯磨き指導。	幼児保育課 健康教育課
実施状況調査	(1) 保育所歯科健康診断実施状況調査(4歳児・5歳児)による集計。	幼児保育課

市の主な取り組み内容 2. 定期歯科検診（かかりつけ歯科医）の推進		
○ かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の健診を受けることの重要性を普及啓発し、歯科検診の受診者を増やします。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 定期受診について、各種事業での啓発。 (2) 市報、ホームページへの掲載。	健康増進課 健康増進課
成人歯科検診の助成	(1) 30・40・50・60・70歳の方を対象に、検診費用の助成。	健康増進課

市の主な取り組み内容 3. 介護予防のための口腔機能の維持・向上		
○ 口腔機能向上のための口腔ケアを普及し、高齢者の口腔機能の向上を図ります。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 各種事業（シニア健康教室、出前教室、集団健診、イベント等）での啓発。 (2) 介護予防。日常生活支援総合事業「訪問型サービスC栄養・口腔機能向上プログラム」の周知。	健康増進課 地域包括支援課
後期高齢者への歯科検診の実施	(1) 76歳・81歳・86歳となる方に無料の歯科検診を実施。 (2) 実施主体である茨城県後期高齢者医療広域連合との連携。	医療年金課 医療年金課
介護予防教室等での講話	(1) 出前教室での講話。 (2) 脳元気アップ教室での歯科衛生士による講話と助言。	健康増進課 地域包括支援課

## 分野7 健康づくり・健康管理の支援

【スローガン】	家族・地域・みんなできいき健康づくり
【5年間の最重点目標】	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす。
年度別重点目標	
令和3年度	適正受診、医療費適正化の推進
令和4年度	継続
令和5年度	
令和6年度	
令和7年度	

市の主な取り組み内容 1. 適正な受診の支援		
○ 休日や夜間救急、電話相談、救急車の利用方法など適切な情報を提供します。		
○ 保健や医療に関する情報提供と、市民が情報を入手しやすい環境づくりを行います。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) 市ホームページ、市報、子育てハンドブック等へ掲載。 (2) イベント時のチラシ配布。 (3) 母子保健事業（あかちゃん訪問、1歳6か月健診、3歳健診）において、「上手なお医者さんのかかり方」のチラシ配布。	健康増進課 健康増進課 健康増進課
ジェネリック医薬品の使用推進	(1) 国民健康保険加入者にジェネリック医薬品の使用推進通知を年4回送付。	国民健康保険課
医療費通知	(1) 国民健康保険加入者に医療費通知を年6回送付。受診履歴の確認、振り返りの機会を提供。	国民健康保険課

市の主な取り組み内容 2. 安心して生活するための医療体制づくり		
○ かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持つことを推進します。		
○ 安心して出産できるよう出産場所に関して、つくば市バースセンター等についての情報提供を行います。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
普及・啓発活動	(1) つくっこ！すくすくアプリ（母子健康手帳アプリ）、バースセンター事業について、ホームページ、市報等に掲載。 (2) 母子保健事業（あかちゃん訪問、1歳6か月健診、3歳健診）において、「上手なお医者さんのかかり方」のチラシ配布。	健康増進課 健康増進課

市の主な取り組み内容 3. 健康づくりの支援		
○ 食生活改善推進員・運動普及推進員・シルバーリハビリ体操指導士の組織運営を支援し、市民が身近なところで手軽に健康づくりに取り組めるよう支援します。		
令和4年度重点目標に対する事業または取組内容	令和4年度事業予定 (重点目標への具体的な取り組み内容)	担当課
地域組織活動の支援	(1) 食生活改善推進員、運動普及推進員、シルバーリハビリ体操指導士を養成し、組織運営を支援。	健康増進課
健康マイレージ事業	(2) 健康づくりのきっかけに、健康マイレージ事業の周知を行う。	健康増進課

# 第4期つくば市健康増進計画

## 令和3年度活動報告

分野1	生活習慣病の発症と重症化予防	1
分野2	栄養・食生活	2
分野3	生活活動と運動	3
分野4	休養・こころの健康	4
分野5	喫煙・飲酒	5
分野6	歯と口腔の健康	6
分野7	健康づくり・健康管理の支援	7

	5年間の最重点目標	年度別（令和3年度）重点目標
分野1 生活習慣病の発症と重症化予防	健（検）診の受診率を向上させ重症化を予防する。	健（検）診受診率の向上、健康経営視点での健康支援の検討
分野2 栄養・食生活	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす。	野菜豊富なバランスの良い食事の習慣づくり
分野3 生活活動と運動	意識して身体を動かしている人を増やす。	運動普及推進員を中心とした地区でのウォーキングの推進
分野4 休養・こころの健康	メンタルセルフケアの推進を図る。	相談窓口の明確化と相談体制の充実
分野5 喫煙・飲酒	喫煙者の割合を減らす。	年代・対象別に対する喫煙による影響についての正しい理解の促進
分野6 歯と口腔の健康	年1回歯の定期健診の受診者を増やす。	年代別歯科検診の受診率向上
分野7 健康づくり・健康管理の支援	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす。	適正受診、医療費適正化の推進



# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野1	生活習慣病の発症と重症化予防	5年間の最重点目標	健(検)診の受診率を向上させ重症化を予防する
		スローガン	受けよう健(検)診 防ごう重症化

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価			
				主な指標	その他実施状況と実績					
(1)健康診査の充実と定期的な受診への支援	1	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康診査および各種がん検診の充実と受診しやすい健診に努めます。</li> <li>未受診者対策を進め、受診率の向上に努めます。</li> </ul>	<b>各種がん検診受診率</b> 胃がん検診 2.9% 大腸がん検診 4.8% 肺がん検診 3.5% 子宮がん検診 19.3% 乳がん検診 19.2%	・がん検診受診者数 R2年度 → R3年度 胃がん検診 1,166人 → 3,920人 大腸がん検診 7,815人 → 10,232人 肺がん検診 3,190人 → 7,101人 子宮がん検診 10,344人 → 11,253人 乳がん検診 5,581人 → 6,567人	・がん検診の受診勧奨・再受診勧奨を継続し、受診者数増加を図る。また、受診方法や受診可能な検診項目等の煩雑さを改善し、住民が健(検)の必要性を理解し、継続して受診しやすい健診の運営体制を再構築する必要がある。	計画通りに進んでいる			
	2	国民健康保険課		<b>国保特定健診受診率</b> 23.6% ※R3.12.27時点の速報値。 確定はR4.11の国からの法定報告による。				・基本健診(医療機関健診) 令和2年度 57人→令和3年度 769人  ・令和4年度春の集団健診の変更点 基本健診・社会保険加入者が受診可能に。令和4年に40歳になる方に対して1月に受診勧奨通知発送。	・新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年の春の集団健診から完全予約制・人数制限を実施し、令和4年には人数制限を緩和したが、受診控えにより受診者数が停滞する可能性がある。	計画に遅れが生じている
	3	医療年金課		<b>後期高齢者健診受診率</b> 22%						
(2)生活習慣病の重症化予防の推進	4	健康増進課	<b>特定保健指導利用率</b> 令和2年度積極的支援 終了率5.3% 令和2年度動機づけ支援 終了率16.5% 令和3年度動機づけ支援 40.4% (4月12日時点)	・ヘルシー教室参加者92人(11回)	・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、積極的に訪問が実施できず、電話不在者については保健指導や教室等への参加を勧奨することができなかった。	計画通りに進んでいる				
	5	国民健康保険課	<b>血糖コントロール不良者の割合</b> 10.1% (R4.3.18時点)				・検査高値者411人のうち188人(46%)が受診 ・生活習慣改善レベル者280人のうち生活改善した者が115人	・治療中断者が受診勧奨通知により医療機関受診を再開するが、継続しないケースが増えている。 ・保健指導の対応で、つくば市医師会やかかりつけ医との連携強化。	計画通りに進んでいる	
	6	医療年金課	<b>教室参加者数</b> 25							・毎年、同じ受診者が対象となることが多く、また案内通知を発送しても申込が少なく、参加者確保が難しい。
(3)生活習慣病の早期対応と健康経営視点での健康支援	7	健康増進課	<b>商工会健診でのチラシ配布数</b> 308	・つくば市商工会及び消防団における健診時にがん検診勧奨資料配布 ・働く世代が受診しやすいように、春・秋の集団健診通して13日間、土日開催	・つくば市商工会に限らず、社会保険加入の方が受診する健診会場に赴き、つくば市が実施するがん検診等に関する啓発活動をする必要がある。	計画通りに進んでいる				
			・20～40歳代の子育て世代の健康に関する支援を図ります。 ・国民健康保険加入者以外の保険組合、中でも中小企業等と協力し、働く世代へ健康支援を推進します。							



# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野2	栄養・食生活	5年間の最重点目標	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合を増やす
		スローガン	みんなで食べると たのしいよ

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1)生活習慣病予防につながる食生活の推進	8	健康増進課	・朝食の大切さを伝え、毎日朝食を食べることを推進します。	手計チラシ配布数 1500枚	・庁舎レストランにて食育バランスランチを提供 提供頻度 1回/月 準備数 20食/回 ・保育所給食の食塩量を設定 昼食+おやつ 1.5g~1.6g/日	・調理講習会の参加者が固定化されている。 ・食育バランスランチの認知度が低い。	計画通りに進んでいる
	9	健康教育課	・1日350gの野菜を摂取することを普及啓発し、レシピの提供等、「あと1品野菜を増やす」ための取組に努めます。 ・1日に必要な塩分量について普及啓発し、適塩の食事を推進します。	給食たよりに掲載 5月の給食たより「朝食の大切さ」 2月「食べ物の働き」を掲載 給食サンプル展示保育所数		・コロナ感染予防のため、給食時訪問は行うことができなかった。	計画に遅れが生じている
	10	幼児保育課	・1日3食規則正しく、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事をとるための知識や技術を普及します。	23		・月平均塩分1.5g未満にならない月もあったが、引き続き減塩を念頭に献立内容の見直しを行う。	計画通りに進んでいる
	11	地域包括支援課	・嗜ミング30(カミングサンマル)を推進します。	教室参加者延数 28		・客観的に指標である地区診断から、ニーズの高い地域及び対象者への事業啓発を推進していく必要がある。	計画通りに進んでいる
(2)子どもの頃からの基本的な食習慣の形成	12	健康増進課	・望ましい食事のバランスや食べ方について普及啓発します。	母子栄養相談延人数 966人	・食育講演会を動画配信(3本) 申込者88人 視聴数425回(合計) ・つくっこ！すくすくアプリで食育通信を毎月配信 配信数 10回 ・生産者等の食の専門家による学校訪問 実施回数 13回	・食育普及講座で参加する子どもの年齢に幅があり、講話内容の焦点を定めにくい。 ・食育講演会の事後アンケートの回収率が低い。 ・「つくっこ食育通信」の満足度アンケートを実施したところ、「つくっこ食育通信」を知っている割合が15%、知らない割合が85%であった。(集計期間R4.2月~3月)	計画通りに進んでいる
	13	健康教育課	・食事や食材に触れることで興味関心を持つような活動を実施します。	学校での食育授業の実施 生産者等の食の専門家による学校訪問:13回実施		・コロナウイルス感染予防のため、生産者の学校訪問を中止したことがあった。	計画に遅れが生じている
	14	幼児保育課		野菜の栽培実施保育所数 23		・コロナ禍のためクッキング保育を実施する保育所が少なかった。	計画に遅れが生じている
(3)共食の推進	15	健康増進課		食育普及講座の参加者延数 68人	・広報つくば11月号で、共食推進の特集記事を掲載 ・共食についての食育実施保育所数 23箇所	・こ食の問題性を含めて共食の大切さについて周知・啓発を行う等の工夫が必要である。	計画通りに進んでいる
	16	健康教育課	・家庭において食育に関する理解が進むよう、食事を一緒に楽しく食べる「共食」の大切さを普及啓発します。	給食たよりに掲載 10月の給食たより「みんなで食べる学校給食の日」について掲載		・みんなで食べる学校給食の日を継続及び拡大していくための、事業内容の見直し	計画通りに進んでいる
	17	幼児保育課		料理の話についての食育実施保育所数 23		・食事中、飛散防止のため会話を控えるようにしていた。	計画通りに進んでいる
(4)食生活改善推進員活動の推進	18	健康増進課	・食生活改善推進員の養成・育成を行い、活動の活性化を推進します。 ・市民が身近なところで健康づくりができるよう、食生活改善推進員の活動を支援します。	伝達活動の会員稼働率 42%	・食生活改善推進員を養成 入会者数 8人 ・中央研修会を実施 実施回数 17回 参加延人数 192人	・新規食生活改善推進員の養成講座を修了しても入会しなかったり、入会しても活動につながらない会員がいる。	計画通りに進んでいる
(5)地域全体での食育の推進	19	健康増進課		出前の栄養相談件数 361件	・食育スローガンの普及啓発 手計チラシ(食育スローガン記載) 配布数 1500枚 ・学校給食における地産地消の推進 つくば市産食材を使用した給食用商品開発 ・食育の日の普及啓発 保育所給食だよりの配布 15枚	・ウエルカフェや食育バランスランチの認知度が低い。 ・調理実習を伴わない伝達活動の内容を検討する必要がある。	計画通りに進んでいる
	20	健康教育課	・食育スローガン及び食育の日をはじめとした普及啓発に努めます。 ・地域・学校・保育所・家庭などのそれぞれの場所で、食に関わることができる体制を整えます。	つくば市産の地産地消率 18.8%		・新型コロナウイルス感染拡大防止により、市内学校の休校及び学級閉鎖等の理由により、食材キャンセルが発生したため、地産地消率の維持が難しい。	計画に遅れが生じている
	21	幼児保育課		献立表配布数 12		・ご家庭での食に関する悩みや不安を、保護者と連携し食育を進めていく必要がある。	計画通りに進んでいる

# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野3	生活活動と運動	5年間の最重点目標	意識して身体を動かしている人を増やす
		スローガン	ながら運動で 身体づくり

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価			
				主な指標	その他実施状況と実績					
(1) 身体を動かす習慣づくり	22	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>働く世代には、健診や相談の機会に、「ながら運動」などで身体を動かすことの啓発に努めます。また成人期・高齢期には、健康体操教室・運動教室等で継続的な運動の場の提供をします。</li> <li>運動が好きな子どもを育てるために、スポーツ少年団の育成・スポーツ教育等を通じ、学童期・思春期から様々なスポーツを体験し、継続的な運動習慣づくりを推進します。</li> </ul>	健康体操教室実施回数(回)/健康体操教室延参加者数(人)	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康体操教室 事業啓発: 民生委員協議会で事業説明・HP・各事業でチラシ配布、区会回覧。</li> <li>新規申込団体 5団体</li> <li>運動教室 事業啓発: HPや広報、各事業でチラシ配布。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活圏域で活動できる場がないところがある。</li> <li>新型コロナウイルス感染症の影響や参加者の高齢化などによって、運動教室の参加者が減少しているクラスがある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる			
	666/5503									
	23	地域包括支援課		教室参加者延数				28	<ul style="list-style-type: none"> <li>客観的に指標である地区診断から、ニーズの高い地域及び対象者への事業啓発を推進していく必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	24	スポーツ振興課		スポーツ少年団数				92	<ul style="list-style-type: none"> <li>新型コロナウイルス感染症の影響により中止した大会や教室があった。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
25	学び推進課	業間休みの外遊び奨励校	45	<ul style="list-style-type: none"> <li>部活動指導員については、指導者の確保が毎年課題である。また、コロナの影響が大きくあるため、仕方のない部分があるが、できる範囲での運動機会を作っていく。</li> </ul>	計画に遅れが生じている					
(2) ウォーキングの普及	26	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>「つくばウォークの日」参加人数(人)</li> <li>「ウォーキングマップ」をPRするとともに、つくばウォークの日等を通して楽しみながら実践できる身近なヘルスロードを市民に周知します。</li> </ul>	847	<ul style="list-style-type: none"> <li>つくばウォークの日 チラシ・ウォーキングマップ配布・HP・広報等に掲載。</li> <li>イベントウォーク2回実施/5回予定</li> <li>地区ウォーク5回実施/6回予定</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>イベントウォークは悪天候の場合中止となるため、実施開催日が多い地区ウォークを促進していく必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる			
	27	スポーツ振興課		ウォークラリー大会参加者数				0	<ul style="list-style-type: none"> <li>新型コロナウイルス感染症の対策を講じながら大会を開催する必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
(3) 運動普及推進員活動の推進	28	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動普及推進員の養成・育成を行います。</li> <li>日常にウォーキングが定着するよう、運動普及推進員が主体となる「地区ウォーク」の場を増やします。</li> </ul>	運動普及推進員の活動回数	239	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動普及推進員事業協力者数 延904人</li> <li>うち地区ウォーク協力174人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>イベントウォークや地区ウォークを行う運動普及推進員は限られているため、つくばウォークの日に参加する運動普及推進員を増やす必要がある。</li> <li>養成講座において応募者数が少なく、養成講座が開催できなかった。また、養成講座の内容に見直しが必要とされている。</li> </ul>	計画に遅れが生じている		
(4) 習慣的に運動に取り組みやすい環境の整備	29	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>中高年者が運動を継続する場として、市内で活動している運動活動グループに対し、活動しやすい環境への支援を行います。</li> <li>利用できる運動施設や地域の運動グループなどの情報を提供します。</li> </ul>	自主活動支援団体数(回)	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動活動グループ支援 参加者募集のためチラシ掲示</li> <li>運動活動グループへの支援として、健康講話や体力測定、フレイル予防のチラシを配布。</li> <li>運動活動グループ参加延べ人数 11,845人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>荃崎地区において活動場所の確保</li> <li>新型コロナウイルス感染症の影響で、参加者数が減少している。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
	30	スポーツ振興課・スポーツ施設整備室		施設利用者数	516,186				<ul style="list-style-type: none"> <li>使用している発信ツールが固定化しているため、より多様な情報発信方法がないか検討する必要がある。</li> <li>施設の老朽化により突発的な修繕が増えており、修繕規模も拡大している。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	31	公園・施設課		施設修繕数	299				<ul style="list-style-type: none"> <li>施設の状況を正確に把握し、引き続き施設の修繕・改修を実施する。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	32	サイクルコミュニティ推進室		シェアサイクル利用回数	5,678				<ul style="list-style-type: none"> <li>シェアサイクルの利用者増加が見込まれるため、ステーションの増設等利用者拡大への対応。</li> <li>情報発信の頻度・質の向上</li> <li>自転車活用推進計画の策定及び自転車利用環境の整備</li> </ul>	計画通りに進んでいる
(5) 高齢者を対象とした介護予防運動の普及啓発	33	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民自らが進んで健康づくりを行うことができるよう、シルバーリハビリ体操・運動を普及します。</li> <li>シルバーリハビリ体操指導士の養成を行います。</li> </ul>	活動回数	428回	<ul style="list-style-type: none"> <li>シルバーリハビリ出前教室 延428回実施</li> <li>実施期間: 11月8日～1月24日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>活動ができるシルバーリハビリ体操指導士数を増やすことが必要。</li> <li>シルバーリハビリ出前教室は、講師も高齢者のため、新型コロナウイルス感染症の影響は大きい。</li> <li>1級指導士を2名養成できることになったが、高齢化の課題は解決にはいたらない。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		

# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野4	休養・こころの健康	5年間の最重点目標	メンタルセルフケアの推進を図る
		スローガン	こころの悩みは早めの相談を

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価		
				主な指標	その他実施状況と実績				
(1)相談体制の充実	34	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>身近で気軽に相談できる窓口のPRを図ります。</li> <li>関係各課や保健所、医療機関と連携し、適切な相談が受けられるように努めます。</li> </ul>	精神保健 相談件数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひきこもりや不登校に関する相談が増えているため、ひきこもり対策会議で支援方法などを事例を用いて検討的確な支援が行えるようにしていく。</li> <li>・必要市民へ相談窓口の周知ができるように、チラシの配布対象者を再度検討していく。</li> </ul>	計画通りに進んでいる			
	35	障害者地域支援室		相談件数			<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひきこもり対策会議実施回数 年6回</li> <li>・相談ツール(安否不明高齢者情報の対応、65歳からのサービス・制度一覧等)を作成し、業務の効率化を図った。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族等が高齢で支援が行き届かない世帯について、支援の取り組みで他機関との連携等に課題がみられる。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	36	地域包括支援課		相談件数			<ul style="list-style-type: none"> <li>・「こころといのちの相談窓口チラシ配布 36,360部</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市と委託包括センターの連携促進のため、市の機能や委託包括センターの役割、総合相談・高齢者虐待対応における役割分担等について共通認識を持つ必要がある。</li> <li>・各委託包括センターが対象者支援を迅速に対応するため、普段から関係機関や関係各課と連携できる体制整備が必要である。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
(2)精神保健についての教育事業の推進	37	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠による休養、ストレスやこころのケアについての知識の普及啓発を推進します。</li> <li>・うつ病等に関する知識の啓発を行い自殺予防のためのゲートキーパーの養成に努めます。</li> </ul>	ゲートキーパー養成講座受講者数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人向けゲートキーパー養成講座受講数 13人(全体数428人)</li> <li>・こころの体温計アクセス数 31,103件</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲートキーパー養成講座では、職員やボランティア団体への講座開催は、順調に行われている。現在は、個人で受講希望の問い合わせが多く、その対応をしていく必要がある。</li> <li>・こころの体温計のアクセス数が横ばいのため、周知方法の検討が必要である。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
(3)児童及び生徒に対する相談・教育事業	38	学び推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童・生徒の悩みに対し、「スクールカウンセラー」、「教育相談員」等による相談・支援事業を推進します。</li> <li>・保健教育を通して、児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」に取り組みます。</li> </ul>	SOSの出し方に関する教育の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校生活アンケートの実施数 年2回(6月、11月)</li> <li>・「SOSの出し方に関する教育」実施率 100%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校生活アンケートは、次年度全てオンラインによる実施とし、集計等を円滑に行えるようにする。</li> <li>・SOSの出し方については、年間計画に位置付け、長期休業前などの効果的な教育委活動につなげたい。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
(4)子育て支援事業の推進	39	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊産婦及び家族に対する相談・教育・訪問を充実します。</li> <li>・各事業を利用して、子育て等につき気軽に相談できる場の充実を図ります。</li> </ul>	すこやか健康相談件数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マタニティサロン参加者 506人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠期から産後、子育て期において、相談事業はそれぞれ用意されているため、対象者の情報を各事業で共有しながら、切れ目のない支援を行っていくことが重要である。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
	40	こども政策課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育て支援の場を整備し、育児期の相談を充実させます。</li> </ul>	拠点利用者数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新たにつくば駅のBiViに出張子育て広場の開設を行った。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・研究学園地区への拠点(出張広場含む)の進出について、いくつかの可能性は出てきたが、具体的な設置に向けて今後検討する。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		



# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野5	喫煙・飲酒	5年間の最重点目標	喫煙者の割合を減らす
		スローガン	禁煙・適度な飲酒で 元気にいきいき

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1) たばこの煙による健康リスクの普及啓発	41	健康増進課	・COPD等、喫煙の影響を広報やイベント等の様々な機会を利用して普及啓発します。	集団健(検)診での普及啓発数 9,537	・たばこによる健康リスクについてのチラシを作成し、集団健診(春・秋・基本健診)にて、チラシ配布や保健師等による教育を実施した。 チラシ配布 延9,537人 ・児童生徒とその保護者に対して授業の実施や保健だより等での啓発を行った。	・たばこによる健康リスクを広く周知するために、ホームページやSNS等を活用し、啓発する。	計画通りに進んでいる
	42	学び推進課	・児童生徒に対しては、小中学校において正しい知識の教育を実施します。	お便り、HP等で啓発した件数 全校(45校)			
(2) 未成年、妊産婦に対する禁煙・飲酒防止の推進	43	健康増進課	・妊娠届出時・マタニティサロン等で妊婦への喫煙・飲酒の影響について啓発します。	母子保健事業での普及啓発数 7,983	・母子保健事業(母子手帳発行時、1歳6か月健診、アプリ等)にて、チラシ配布や情報配信にて啓発を実施した。 チラシ配布 延7,983人 ・市内の小中学校全校にて、たばこの煙による健康リスクの授業と薬物乱用防止教室を実施した。	・特になし。	計画通りに進んでいる
	44	学び推進課	・小中学校における喫煙・飲酒防止教育の充実を図ります。	薬物乱用防止教室の実施数 全校(45校)			
(3) 禁煙したい人の禁煙支援	45	健康増進課	・禁煙希望者に対し、「禁煙外来治療費助成事業制度」の案内をし、禁煙の方法や禁煙外来の紹介を行います。	治療費助成制度報告者数 17	・成人保健事業(集団健診、保健指導、健康相談等)において、禁煙を希望する方への禁煙指導を実施した。	・禁煙補助薬の出荷停止があったため、流通状況についても情報収集していく必要がある。	計画通りに進んでいる
(4) 受動喫煙防止の推進	46	健康増進課	・妊娠届出時・赤ちゃん訪問時・乳幼児健診時等を利用して、子供への受動喫煙防止を普及啓発します。 ・茨城県禁煙認証制度による取組を普及します。	乳幼児健診時の保護者の喫煙者数 乳児健診 父21.5% 母21.8% 1.6健診 父22.1% 母3.5% 3歳健診 父22.9% 母4.3%	・母子保健事業(母子手帳発行時、1歳6か月健診、アプリ等)にて、チラシ配布や情報配信を実施した。 チラシ配布 延7,983人 ・市内の小中学校全校にて、たばこの煙による健康リスクの授業を実施した。	・受動喫煙の機会の減少のために、広く普及啓発していく必要がある。	計画通りに進んでいる
	47	学び推進課		養護教諭の活用件数 全校(45校)			
(5) 適正飲酒の普及啓発	48	健康増進課	・飲酒の適量や多量飲酒の害について、集団健診時、イベント等を利用して普及啓発します。	特定保健指導での飲酒指導 47名	・妊婦やメタボとその予備軍等、健康リスクの高い人に対し、禁酒や減酒、適性飲酒の指導を実施した。	・健康リスクが高いにも関わらず、適正飲酒に取り組めない人に対して支援していく必要がある。	計画通りに進んでいる

# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野6	歯と口腔の健康	5年間の最重点目標	年1回歯の定期健診の受診者を増やす
		スローガン	歯が大事 食べる楽しみ いつまでも

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価			
				主な指標	その他実施状況と実績					
(1)むし歯予防・歯周病予防の推進	49	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼児の歯科検診・歯科保健指導の充実を図ります。</li> <li>・むし歯予防のための正しい歯みがき方法や知識を普及します。</li> <li>・歯周病と生活習慣病との関連や歯周病予防についての知識を普及します。</li> </ul>	健(検)診受診者数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1歳6か月歯科検診の受診者数2073人(受診率85%)</li> <li>・3歳健診受診者数2398名</li> <li>・就学前健診と定期歯科検診を実施</li> <li>・歯と口の予防週間時期に合わせ、年2回歯科検診と予防習慣の周知啓発を年齢別に趣向を変え実施。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1歳6か月歯科検診は未受診通知により、受診率が向上した。集団健診と比較すると低いため引き続き受診勧奨を行っていく。</li> </ul>	計画通りに進んでいる			
	50	健康教育課		受検者数(園児)				623	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナウイルスの影響により、一部の学校において、歯磨き指導が実施できなかった。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	51	幼児保育課		歯科検診率				97	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯科受診率向上のために、継続して歯科検診の啓発や受診勧奨を行う。継続受診と虫歯予防習慣の必要性を含め周知・啓発を行っていく。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
(2)定期歯科検診(かかりつけ歯科医)の推進	52	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の健診を受けることの重要性を普及啓発し、歯科検診の受診者を増やします。</li> </ul>	成人歯科検診受診者数	1,299	<ul style="list-style-type: none"> <li>・成人歯科検診事業受診者数1299名 受診率8.3%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・R3年度より受診期間が4月からとなったが、受診率向上にはつながらなかったため、受診開始時期について、あらためて検討する必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
(3)介護予防のための口腔機能の維持・向上	53	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口腔機能向上のための口腔ケアを普及し、高齢者の口腔機能の向上を図ります。</li> </ul>	啓発活動人数	12,248	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団健診時に歯科啓発チラシを配布(12,248名)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団健診が感染症対策のため予約制となり、啓発活動人数が令和元年度18,722人と比較し、大幅に減少している。今後の集団健診も予約制での実施が見込まれること、感染症の流行状況により各種事業での啓発ができない可能性があることから、新たな啓発方法を検討する。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
	54	地域包括支援課		元気アップ教室参加者延数	28	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区教室参加者に、歯科口腔ケアの周知・啓発を行った。</li> <li>・無料歯科検診時に、継続受診・口腔ケアの必要性の周知・啓発を行った。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・客観的な指標である地区診断から、ニーズの高い地域及び対象者への事業啓発を推進していく必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる		
	55	医療年金課		無料歯科検診受診者数	499	<ul style="list-style-type: none"> <li>・継続受診の必要性を含めてさらなる周知・啓発を行う等の工夫が必要である。</li> </ul>	計画通りに進んでいる			

# 令和3年度活動実績(第4期つくば市健康増進計画「健康つくば21」)

分野7	健康づくり・健康管理の支援	5年間の最重点目標	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持っている人を増やす
		スローガン	家族・地域・みんなできいき健康づくり

## 1. 取組み内容

## 2. 事業の実績・課題・評価

※各課の取組み内容詳細については、資料1(活動計画)をご参照ください。

市の主な取組み	通しNo.	担当課	具体的な基本施策	実 績		実績に対する課題等	評価
				主な指標	その他実施状況と実績		
(1) 適正な受診の支援	56	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>休日や夜間救急、電話相談、救急車の利用方法など適切な情報を提供します。</li> <li>保健や医療に関する情報提供と、市民が情報を入手しやすい環境づくりを行います。</li> </ul>	休日緊急診療患者数	<ul style="list-style-type: none"> <li>適正受診周知: ライフプランすこやか、HP、広報誌、子育てハンドブック掲載</li> <li>「上手なお医者さんのかかり方」チラシ配布: 6,931枚</li> <li>ジェネリック医薬品の差額通知を対象者に送付(年4回): 1946通</li> <li>医療機関受診者に医療通知送付(年5回): 102,516通</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>引き続き、休日夜間救急対応病院への受診方法について、機会をとらえて市民に普及啓発を図る必要がある。</li> <li>ジェネリック医薬品(後発医薬品)使用推進通知による効果が見えない。</li> <li>令和3年11月からマイナンバーカードの健康保険証利用によりマイナポータルで医療費利用実績を閲覧することが可能となったが、まだ十分に浸透していない。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
	57	国民健康保険課		後発医薬品シェア			
(2) 安心して生活するための医療体制づくり	58	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持つことを推進します。</li> <li>安心して出産できるよう出産場所に関して、つくば市パースセンター等についての情報提供を行います。</li> </ul>	かかりつけ医師を持つ割合(3歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ歯科医を持つ割合(3歳): 61.6%</li> <li>つくっこすくすくアプリ登録者数: 累計2,866件(新規2,098件)</li> <li>「パースセンター」のチラシ配布: 2513枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今後も、かかりつけ医や歯科医、薬局をもつことのメリットについて、継続して周知を図っていく必要がある。</li> <li>つくっこすくすくアプリの新規登録数が伸びており、今後もアプリを活用した周知を図っていくことが効果的である。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
				91.1%			
(3) 健康づくりの支援	59	健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>食生活改善推進員・運動普及推進員・シルバーリハビリ体操指導士の組織運営を支援し、市民が身近なところで手軽に健康づくりに取り組めるよう支援します。</li> </ul>	地区組織活動員数	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康マイレージ事業周知: ライフプランすこやか、広報誌、HPに掲載</li> <li>健康マイレージ応募: 1,107人</li> <li>地区組織活動員428人(食生活改善推進員163人、運動普及推進員110人、シルバーリハビリ体操指導士155人)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康マイレージは、一定の効果があり、次年度より県のヘルスケアアップ事業に移行する。</li> <li>コロナ禍の影響もあり、地区組織活動員は、新たに増加しなかったこと、活動員の高齢化に伴う退会などもあり、若干減少している。コロナ禍で、活動が減少しているが、オンライン開催など、工夫をして実施した団体もある。地区活動支援員の定期的な養成をしていく必要がある。</li> </ul>	計画通りに進んでいる
				428人			

事業別評価一覧(令和3年度)

事業番号	事務事業名	実施内容	担当課	実施状況		達成度	次年度計画
					数値評価		
1	つくば総合インフォメーションセンター(交流サロン)管理運営事業	つくば総合インフォメーションセンター交流サロンに30枚、イーアスつくば4階市民プラザ(つくば市情報スペース)に10枚ずつ、市役所1階情報コーナーに30枚、「こころといのちの相談窓口一覧」を配架した(2021年8月)。	広報戦略課	チラシを配架することで、交流サロン利用者、市役所を訪れる市民、イーアスの買い物客等へ、相談窓口について周知することができた。	チラシ配布数 74枚	1.実施	引き続き実施。
2	ACCS・ラヂオつくば広報活用事業/市民べんり帳作成事業/広報つくばの編集・発行事業	ACCS「つくば市広報タイム」(2021/5/10~17)、市公式Youtubeチャンネル「世界のあしたが見えるまち。」にて講演会の動画を限定公開(2022/3/1~3/21)と、その周知をSNSにて発信。広報つくば3月号紙面にて自殺予防に関する取り組みをお知らせした。	広報戦略課	全戸配布を行う広報紙、市内で視聴可能なケーブルテレビと、SNSと動画の身近な情報発信をすることで、より多くの市民に自殺対策関連の取り組みを周知することができた。	広報をした媒体数 4	1.実施	引き続き実施。
3	市長へのたより・メール等広聴事業	自殺に発展するリスクがあると考えられる相談はなかったが、同居親族の体調面、精神面を心配する相談があったため、市関係機関へつないだ。	広聴室	相談窓口等を案内することはなかったが、相談できる体制について室内で常に共有し、いつでも案内できる体制を維持した。	つないだ件数 0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
4	職員研修事業	新任職員研修受講者61名に、動画配信によりゲートキーパー養成講座を実施した。令和4年度の実施について、2月に大穂保健センターに確認を行った。	人事課	動画配信による研修を実施し、感染症対策に配慮した形式で実施することができた。	ゲートキーパー研修受講者数 61人	1.実施	新任職員研修、主任級研修及び課長補佐級研修において、ゲートキーパー研修を実施し、受講者名簿の管理を行う。

5	職員の労働安全衛生事務	一般職向け（主任級研修受講者：43人）、管理職向け（新任課長補佐級研修受講者：46人）研修として、研修動画視聴により実施した。 ※R2の実施状況について、「一般職向け（主任級研修受講者48人）、管理職向け（新任課長補佐級研修受講者：36人）研修として、研修動画視聴により実施した。」「研修受講者数84人」に訂正をお願いします。	ワークライフバランス推進課	新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、特に女性の自殺問題が深刻化していたことから、自殺対策に関する正しい知識と理解を深め、ゲートキーパーの役割を担うことができる人材を育成することができた。	研修受講者数	89人	1.実施	令和4年度は、令和3年度同様の職層に向け研修を実施する予定。実施方法については、新型コロナウイルス感染症の感染状況を踏まえ、決定していく。
6	総合案内・電話交換委託業務	7名（総合案内1人×2か所、電話交換5人）の委託職員が、適宜市報の内容を確認したり、庁内イベントの把握を行い、速やかに適切な部署へ取り次いだ。併せて「こころといのちの相談窓口一覧」についても配布した。	管財課	市民の話をよく聞き、速やかに適切な部署に取り次ぐことができた。	チラシ配布数	13枚	1.実施	総合案内において情報を必要とする人に対して、担当部署を案内すると共に、適宜「こころのいのちの相談窓口一覧」を配布し、配布数を計上する。
7	徴収業務	納税相談を実施した中で、適宜社会福祉課、法テラス、消費生活センター、ハローワーク等関係機関の情報提供をした。今年度に紹介した人数は0人であった。	納税課	課内職員で「つくば市自殺対策計画」における基本施策及び重点施策について情報共有できた。関係機関に紹介したケースについて、作成した台帳に計上することとした。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。なお、関係機関を紹介した人数については、作成した台帳をもとに計上する。
8	窓口センター事務	市民窓口課カウンター及びフロアと市内6か所の窓口センターに「こころといのちの相談窓口一覧」のキャンペーンチラシを9月、3月に配架し、市民への周知と情報提供に努めた。	市民窓口課 窓口センター	チラシの配架場所について健康増進課に情報提供し、啓発活動に努めた。	チラシ配布数	680枚	1.実施	引き続き実施。
9	窓口センター事務	人事課主催によるゲートキーパー養成講座の受講で新任者研修(3名)、主任級職員(3名)及び3月に動画配信で行われた自殺対策講演会への参加(5名)を推奨した。	市民窓口課 窓口センター	市民窓口課職員6名は、人事課主催によるゲートキーパー養成講座を受講し、職員5名は3月に自殺対策講演会の動画を視聴し、知識習得を図った。	ゲートキーパー研修受講者数	11人	1.実施	引き続き実施。
10	地区相談事務	市民の相談に対応する中で、必要な場合には、適切な相談機関や支援窓口につないだ。	地区相談課 相談センター	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	つないだ件数	3件	1.実施	引き続き実施。なお、令和4年度も「つないだ件数」は保健部、福祉部につないだ数を集計する。



11	人権擁護事業	小中学生を対象に人権擁護委員を講師とした人権教室を実施した。	市民活動課	法務局からの人権啓発教材等を利用して、児童・生徒が人権尊重について考える機会を持つことができた。参加者に人権擁護委員の紹介や相談窓口の案内について記載されている法務局作成パンフレットを配布した。	教室実施学校数	3校	1.実施	引き続き実施。
12	女性のための相談室運営事業	女性のための相談室で対応したDV相談は71件あった。また、相談時に希死念慮がみられた場合は、関係課（健康増進課等）と連携し、必要な情報提供等を行った。	男女共同参画室	相談者の状況や相談内容に応じて、自殺対策担当課（健康増進課等）と連携・対応するなど、適切な関係窓口につなぐことができた。	つないだ件数	3件	1.実施	引き続き、女性のための相談室において、DV問題をはじめ女性が抱える様々な悩みや問題に対し、関係課と連携を図りながら必要な情報提供等を行う。
13	女性のための相談室運営事業	1/14（金）自殺対策関係者等を対象とした研修に、職員がオンライン参加し、女性のための相談員と情報共有を行った。	男女共同参画室	相談員が様々な相談に対応できるよう、社会資源について随時収集・共有することが必要である。	ゲートキーパー研修受講者数	0人	2.実施体制あり	健康増進課主催のゲートキーパー研修等に参加し、相談時の希死念慮の気づきや対応のスキルを身につける。
14	消費生活相談事業	相談業務の中で自殺リスクを抱える可能性のある方がいた場合には、関係機関や他の相談窓口につなぐ体制を取り業務にあたった。	消費生活センター	女性の相談や社会福祉課等適宜必要な相談窓口へつなぐことができた。	つないだ件数	13件	1.実施	引き続き、自殺リスクを抱える可能性のある相談者がいた場合には、関係機関や他の相談窓口につなぐ。なお、計上は①女性の相談につないだ件数、②社会福祉課につないだ件数、③社会福祉協議会につないだ件数、④保健所につないだ件数、⑤多重債務に関することで他機関へつないだ件数について計上することとする。
15	消費者教育・啓発推進事業	高齢者や若者を対象とした出前講座を実施した。また、こころといのちの相談窓口一覧チラシをを施設にある啓発チラシ等の案内棚に設置した。	消費生活センター	今年度も新型コロナウイルスの影響があったが、12回の講座を実施し、トラブル防止につなぐことができた。	講座実施回数	12回	1.実施	引き続き実施。
16	消費者教育・啓発推進事業	大学事務局にチラシを配布し、窓口への設置を依頼した。	消費生活センター	学生課の窓口にチラシを設置し、相談先の周知につなぐことができた。	チラシ配布数	20枚	3.一部実施	引き続き、大学事務局への配布を実施。
17	消費者生活相談事業	新型コロナウイルスの影響により消費生活相談員へのGK研修は実施しなかった。	消費生活センター	新型コロナウイルスの感染状況等を考慮し、消費生活相談員へのGK研修の受講機会を事業担当者とも相談し検討していたが実施には至らなかった。	ゲートキーパー研修受講者数	0人	3.一部実施	新型コロナウイルスの感染状況等を考慮し、消費生活相談員へのGK研修の受講機会を検討する。
18	民生委員児童委員協議会運営事務	市内1か所の地区定例会において、ゲートキーパー研修の実施を予定していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となった。	社会福祉課	民生委員・児童委員の任期（3年）において少なくとも全委員が1回はゲートキーパー研修を受講することが望ましい。	ゲートキーパー研修受講者数	0人	4.未実施	令和4年度は市内3か所の地区において実施予定。

19	民生委員児童委員協議会運営事務	市内の民生委員・児童委員に、日常の相談業務において、生きる支援に該当する対象者がいなかった。	社会福祉課	コロナ禍で訪問活動が制限される中、対象者の拾い上げには至らなかった。引き続き研修を実施し、相談支援の充実に努めていく。	つないだ件数 0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
20	生活保護受給者の生活相談・指導/生活困窮者自立支援事業	継続して生活困窮者自立支援事業を社会福祉協議会に委託し、社会福祉課内に相談窓口を設置して生活保護と生活困窮者に対する相談支援を一体的に実施した。	社会福祉課	新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、生活保護と生活困窮者に対する相談支援を一体的に実施することで迅速かつ適切な制度利用につなげることができた。	相談件数 5033 件	1.実施	引き続き実施する。
21	弁護士による法律相談	通年の相談事業を実施する中で、生きる支援に該当する対象者がいなかった。	社会福祉課	事業を実施する社会福祉協議会職員はゲートキーパー研修を受講済み。弁護士等の相談で該当する事例があれば対応可能。	つないだ件数 0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
22	ボランティア活動推進事業	市内1か所の地区定例会において、ゲートキーパー研修の実施を予定していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となった。そのため、パンフレットや相談窓口案内の配布が実施できなかった。	社会福祉課	民生委員・児童委員の任期（3年）において少なくとも全委員が1回はゲートキーパー研修を受講することが望ましい。	チラシ配布数 0 枚	4.未実施	令和4年度は市内3地区においてゲートキーパー研修を受講予定。その場にて自殺対策に関するパンフレットや相談窓口案内を配布する。
23	子どもの未来支援事業	つくばこどもの青い羽根学習会（無料学習塾）16か所、青い羽根のいえ（こどもの居場所）及びみんなの食堂（子ども食堂）7か所において情報把握を行ったが該当者はいなかった。	こども未来室	対象者の状況把握に努めており、相談内容等については所定の様式でこども未来室へ報告する体制ができている。話を聞くことで解決するケースが多いと感じる。	つないだ件数 0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
24	子どもの未来支援事業	つくば子供の青い羽根学習会（無料学習塾）16か所、青い羽根のいえ（こどもの居場所）、みんなの食堂（子ども食堂）7か所に配布・掲示を行った	こども未来室	実施団体及び利用者へ相談先を周知することができた。	チラシ配布数 400 枚	1.実施	引き続き実施

25	精神通院医療給付事業/身体障害者手帳認定交付事業/身体障害者(児)補装具費(交付・修理)支給事業/重度障害者(児)住宅リフォーム助成事業	申請などで窓口に来庁した時など、聞き取り等により状況把握に努めているが、今年度、該当はなかった。	障害福祉課	窓口で相談を受けた職員が相談担当や相談支援員につなげるという認識を課内で共有できており、対象者が来庁した時には適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
26	生活新事業	委託先であるほびき園と連携し、状況把握に努めているが、今年度、該当はなかった。	障害福祉課	報告のあった情報に対し、相談担当や相談支援員につなぐという認識はできおり、適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
27	障害者日中一時預かりサービス利用費助成事業	サービス提供事業所と連携し、利用者並びにその介助に係る家族の状況把握に努めている。令和4年3月末現在で371名にサービス利用費を助成した。	障害福祉課	事業所から相談を受けた担当者が相談担当や相談支援員につなげるという認識を共有できており、適切な対応ができる体制は整っている。	助成件数	371件	1.実施	次年度も引き続き実施していく。
28	地域活動支援センターI型事業/III型事業	それぞれの委託先である社会福祉法人(ライフサポートセンター、わかば)と連携し、利用者の状況把握に努めているが、今年度、該当はなかった。	障害福祉課	報告のあった情報に対し、相談担当や相談支援員につなぐという認識はできおり、適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
29	福祉相談支援事業	面接や電話相談等の福祉相談があった際に、聞き取り等により状況把握に努めているが、今年度、該当はなかった。	障害福祉課	各種相談機関や相談支援員と連携し、適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
30	福祉相談支援事業	今後の研修について健康増進課担当と協議をした。	障害福祉課	令和4年以降の研修について健康増進課担当と協議できた。	ゲートキーパー研修受講者数	0人	3.一部実施	コロナ感染症の状況を見ながら、適切に研修を案内する。
31	障害者虐待防止事業	障害者虐待への対応を行う中で、生きる支援に該当すると思われる対象者がいなかった。	障害福祉課	虐待対応を行う担当職員間で、「こころといのちの相談窓口一覧」等についての情報を共有しており、必要時に連絡することができる体制が整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
32	発達障害相談支援事業	相談を受ける中で児童や保護者の状況を注意深く確認し、必要に応じて適切な相談機関につなぐような体制はできているが、今年度は該当するケースはいなかった。	障害福祉課	対象者の状況把握を十分に行い、心配なケースについては相談を最終せず、継続相談をしながら他の相談機関につなぐということは職員間で共有できており、適切な対応ができるような体制は整っている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。

33	福祉相談事業	各相談員と連携し支援対象者の把握に努め、必要に応じて適切な相談機関につなぐような体制はできているが、今年度は該当するケースはいなかった。	障害福祉課	障害種別に応じて相談支援員につなげるという認識を共有できており、適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
34	重度身体障害者訪問入浴サービス利用費助成事業	サービス提供事業所と連携し、利用者並びにその介助に係る家族の状況把握に努めているが、該当者はいなかった。	障害福祉課	事業所から相談を受けた担当者が相談担当や相談支援員につなげるという認識を共有できており、適切な対応ができる体制は整っている。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
35	老人ホーム入所措置事業	養護老人ホームへの入所相談を実施する中で、「生きるための支援」に該当すると思われる対象者がいなかった。	高齢福祉課	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
36	ひとり暮らし高齢者等緊急通報システム設置事業	事業の利用者で、自殺リスクを抱える可能性のある方への支援、生きるための支援に該当すると思われる方はいなかった。	高齢福祉課	ひとり暮らしの高齢者に緊急通報機器を貸与し、急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図り、高齢者の不安を解消するとともに生活の安全を確保できた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
37	ひとり暮らし高齢者愛の定期便事業/宅配食事サービス事業	乳製品や夕食の訪問配達を通して、利用者の状況を把握した。「生きるための支援」に該当すると思われる利用者はいなかった。	高齢福祉課	配達時、利用者に気になる様子がある場合には、業者から市に連絡してもらうよう体制は整っている。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
38	いきいきサロン事業	各会場で週1回程度、高齢者が自由に参加できる各種講座を開催した。また、10名以上のグループからの依頼により講師を派遣し、出前講座を開催した。	高齢福祉課	高齢者の仲間づくりや生きがい活動を行うことにより、自立と社会参加を促進することができた。	サロン数	4 か所	1.実施	引き続き実施。
39	シルバークラブ育成事業	年間を通じてシルバークラブ連合会の事務局として、事務処理、会計処理、事業の企画・運営等を行い、シルバークラブの活動を支援した。自殺関連のチラシを配布予定であったシルバークラブ総会及びその他大人数が集まるイベントが新型コロナウイルス感染症の影響により中止となり、配布は実施できなかった。	高齢福祉課	チラシ配布の実施はできなかったが、趣味活動やスポーツ等のシルバークラブの活動を支援し、高齢者の社会参加や生きがいづくりを促進した。	チラシ配布数	0 枚	3.一部実施	引き続き実施。

40	高齢者地域ふれあいサロン	高齢者憩いの広場活動を10か所で実施した。憩いの広場では体操等の活動を行った。新型コロナウイルス感染拡大の状況に配慮して活動の自粛要請をする期間があった。	高齢福祉課	高齢者憩いの広場にて体操等の活動を行うことで、高齢者の憩いの場を確保し、社会参加を促すことができた。新型コロナウイルス感染拡大の影響により活動のさらなる拡充は難しかった。	高齢者いこいの広場数	10 か所	1.実施	新型コロナウイルス感染拡大の状況に配慮しつつ、引き続き実施。
41	生活支援サポーター養成研修事業	新規生活支援サポーターが集まらないため休止。	高齢福祉課	今後は感染状況を見ながら検討する必要がある。	ゲートキーパー研修受講者数	0 人	4.未実施	休止継続中
42	各老人福祉センター等管理運営事業	老人福祉センター3か所に「こころといのちの相談窓口一覧」を10部ずつ計30部配架し、市民に対して啓発をした。	高齢福祉課	老人福祉センター利用者の目につくところ（入口付近）にチラシを配置することで、啓発ができた。	チラシ配布数	15 枚	1.実施	引き続き実施。
43	保健事業	頻回・重複受診者への訪問する中で、生きる支援に該当するとおられる対象者はいなかった。	国民健康保険課／健康増進課	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	訪問件数	1 件	2.実施体制あり	引き続き実施
44	特定健診事業	集団健診時に「こころといのちの相談窓口一覧」等のチラシを配布しているが、自殺等のリスクを抱える可能性のある方はいなかった。	国民健康保険課／健康増進課	集団健診の受付時に健診受診者へ直接渡すことにより、待ち時間等にチラシを見ていた様子が見られた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
45	特定保健指導に関する業務	特定保健指導において、生きる支援に該当すると思われる対象者はいなかった。	国民健康保険課／健康増進課	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
46	医療福祉費支給事業/後期高齢者医療事務	11月にオンラインで行われたゲートキーパー養成講座へ参加した。	医療年金課	オンラインで受講した内容について職場内で共有できた。	ゲートキーパー研修受講者数	1 人	1.実施	人事課より研修の命令があった際には、窓口職員の研修受講を推奨する。
47	医療福祉費支給事業	窓口での相談該当者なし。	医療年金課	相談窓口について課内職員で情報共有できた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
48	後期高齢者医療事務	窓口での相談該当者なし。	医療年金課	相談窓口について課内職員で情報共有できた。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
49	介護認定調査事業	窓口で対応する中で、「生きるための支援」に該当すると思われる対象者がいなかった。	介護保険課	窓口や電話の対応において、該当する方に対し適切に対応できる体制は整っている。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
50	介護保険料賦課徴収事業	窓口で対応する中で、「生活困窮者に対する生きる支援」に該当すると思われる対象者がいなかった。	介護保険課	窓口や電話の対応において、該当する方に対し適切に対応できる体制は整っている。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。

51	介護認定調査事業	窓口職員・認定調査員を対象としたゲートキーパー研修の受講機会がなかった。	介護保険課	次年度以降のゲートキーパー研修受講機会について健康増進課職員と検討できた。	ゲートキーパー研修受講者数	0人	2.実施体制あり	人事課より研修命令があった場合や健康増進課より研修案内があった場合に窓口職員等に対して研修受講を推奨する。
52	こころとからだの健康教室	教室の参加者で、「生きるための支援」に該当する者はいなかった。	地域包括支援課	コロナ禍において、高齢者の社会的交流を図るため、配信型教室を実現した。また、市協定先である第一生命による「コグニ体操」をHPや広報等で啓発することで、高齢者の閉じこもり予防に努めた。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	継続
53	在宅介護支援センターの運営指導事務	地域における身近な相談窓口である地区担当の地域包括支援センターに対して（同行）訪問や情報提供等の支援することが役割であるため、現状は直接市民からの相談に対して主体的に動く役割がない。	地域包括支援課	市民の相談窓口は、在宅介護支援センターではなく、地域包括支援センターが中心的な役割を担っている。	対応件数	0件	1.実施	在宅介護支援センターが令和4年3月末で委託契約が終了した。令和4年度以降は市と6地域包括支援センターで共同で事業を展開していく。
54	総合相談・支援事業	ケースに応じて、保健センターと連携し支援を実施した。	地域包括支援課	ケース対応の相談や大穂保健センターで実施している「こころの健康相談」に繋ぐ等、連携対応することができた。	つないだ件数	10件	1.実施	引き続き実施。
55	包括的・継続的ケアマネジメント支援事業	圏域別に地域ケア会議を開催し、支援困難事例に対して指導、助言を行った。また、個別事例から、地域課題を見出し、会議出席者で共有した。	地域包括支援課	事例対象者のみならず、その者が生活を送る家庭における状況を考察し、リスクの有無について確認し、個別事例の課題解決のみならず、支援方法等の助言が得られるように実施する必要がある。	会議開催数	36回	1.実施	引き続き継続。
56	権利擁護事務	地域包括支援課相談件数（虐待防止も含） 延31件（R3.3.31） つくば市虐待防止ネットワーク運営委員会1回 つくば市虐待防止ネットワーク実務者会議1回 虐待対応研修 講師2回 民生委員児童委員協議会高齢者虐待対応研修 6地域	地域包括支援課	予防と早期発見の対応を重点的に進めるため、介護保険サービス事業者や民生委員児童委員協議会等で虐待対応研修を実施し、周知啓発を図った。	—	0—	1.実施	引き続き実施。

57	実態把握事業	訪問の対象者の中で、自殺企図のある方に受診勧奨を行った。また、すでに医療につながっている方だったが、「在宅」での支援が必要であったため、関係機関と情報共有し、介護保険サービスの導入支援を行った。	地域包括支援課	必要時、受診勧奨や介護保険サービスの導入支援、相談先の周知をしていくことができた。また、管轄の地域包括支援センターと連携を強化し、継続的な支援に向けて活動することができた。	つないだ件数	2 件	1.実施	継続
58	認知症サポーター養成事業	配布なし。	地域包括支援課	新型コロナウイルス感染拡大の影響で、認知症サポーター養成講座の実施数が減少しており、ゲートキーパー養成研修関連のチラシの配布ができなかった。	ゲートキーパー研修受講者数	0 人	4.未実施	ゲートキーパー研修や自殺対策講演会のチラシを認知症サポーターに対して配布する。
59	介護予防支援事業	ケアマネジャーがケアマネジメントを行うにあたって、困難なケース等については相談を受け、対応方法について一緒に検討したり、適宜情報提供を行った。	地域包括支援課	8050問題に関連し、精神障害のある子供との同居や介護疲れ等、対象者だけでなく家族が抱える問題について対応が必要な場合においては、ケアマネジャーへの支援が必要であると思われる。	CM相談支援件数	0 件	1.実施	引き続き継続実施
60	認知症総合支援事業	市内6か所で開催	地域包括支援課	新型コロナウイルス感染対策を講じて実施した。中止になった場合は、参加者へのフォローアップを行い、認知症の方やその介護者の負担軽減に努めた。	カフェ開催回数	40 回	1.実施	新型コロナウイルス感染予防対策を講じ開催する。中止になった場合には、参加者のフォローアップを実施する。
61	健康増進計画事業 (健康つくば21策定・推進事業)	第4期健康増進計画の初年度の活動計画を作成し、分野4 休息・こころの健康では、令和3年度の目標を「相談窓口の明確化と相談体制の充実」とした。	健康増進課	計画通りに推進できている。	—	0 —	1.実施	第4期健康増進計画を推進する。
62	健康づくり推進協議会	健康づくり推進協議会を1回開催し、第4期健康増進計画について、令和3年度の活動計画を報告した。分野4 休息・こころの健康についても質疑があり、意見交換を行った。	健康増進課	初年度の活動計画や重点目標について、協議会委員と意見交換を行い、専門的な知識や考えを取り入れることができた。	協議回数	1 回	1.実施	健康づくり推進協議会を2回開催予定。自殺対策計画の中間評価について協議予定。
63	健康フェスタ・つくばフェスティバル	感染症拡大防止の観点からイベントは中止となった。	健康増進課	中止のため、イベント時の周知啓発はできなかった。	チラシ配布数	0 枚	4.未実施	イベント開催時に実施する。

64	母子健康診査事業	あかちゃん訪問担当者に、ゲートキーパー講座を実施。(3回 14人) ※母子健診事業説明会(会計年度職員対象)は短時間開催のため講座は未実施。	健康増進課	対象者への支援に活かすことができた。	ゲートキーパー研修受講者数	14人	1.実施	母子保健事業に携わる各団体や会計年度任用職員に、 2～3年に1回ゲートキーパー研修を実施する。 講座未実施の場合は、事例検討や産後うつ等の伝達研修を実施する。
65	母子健康教育事業	マタニティサロン参加者数282人(実)、うちフォロー23人 あかちゃんランド参加者数258人、うちフォロー45人	健康増進課	新型コロナウイルス感染拡大により、実施方法の変更もあり参加者数の減少は見られたが、フォロー者に対しては個別対応できた。	フォロー人数	68人	1.実施	引き続き実施していく。 フォロー者に対して個別対応していく。
66	あかちゃん訪問事業	あかちゃん訪問の際、母親(産婦)にEPDS質問票を記入してもらい、産後の精神状態(産後うつ傾向)を把握した。こころといのちの相談窓口一覧チラシは、出生届時の配布に変更した。	健康増進課	母親(産婦)の精神状態を把握し、産後うつや育児負担感に対する、支援を速やかに行うことができた。出生時に相談窓口のチラシを配布することで、早期に適切な窓口を周知することができた。	実施者数	2037人	1.実施	引き続き、あかちゃん訪問の際、母親(産婦)にEPDS質問票を実施する。また、感染対策を行いつつ、支援が必要と思われるケースに対しては速やかな状態把握と支援を実施する。
67	母子健康相談事業	妊娠届出時の保健師等による全数面接2513件や、妊娠中の電話フォロー636件、乳児全戸訪問2170件や育児相談等により、妊娠期から育児期にかけて不安や問題を抱える妊産婦に対する支援を図っている。	健康増進課	面接や訪問等により、ハイリスク要因をもつ者をアセスメントし、早期に支援が必要と思われる妊産婦について、医療機関や関係課に情報提供をすることができた。	—	0	1.実施	妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援のため、今年度妊娠期～出産期支援プラン様式を作成したので、実際に活用する。
68	母子健康手帳発行	妊娠届出時の保健師等による全数面接によって、妊婦の抱えている問題や養育環境等を明らかにし、必要な情報を提供している。ハイリスク要因のある妊婦を医療機関や関係課に情報提供している。	健康増進課	ハイリスク要因のある妊婦を地区担当につなぎ、確認した内容をもとに相談に応じたり情報提供や保健指導を行ったり、必要時適切な相談機関につなぐことができた。	情報提供件数	291件	1.実施	全ての妊婦の状況を管理できる台帳を作成し、さらに要支援妊産婦情報も一元化することで、保健センターと情報共有し、早期に支援が必要と思われる妊婦は関係機関と情報共有を図る。
69	つくばde子育てすくすくメール	「つくっこ!すくすくアプリ」において、3月に2回「自殺対策講演会」ののお知らせを配信した。また個別のお知らせとして36週の妊婦と2か月児をもつ親へ「こころの相談」のお知らせを配信した。	健康増進課	妊娠期や、子育て期の保護者に対して、タイムリーに相談機会や、コロナ禍におけるメンタルヘルスについての講演会を周知することができた。産後利用できる相談先について更に周知していく必要がある。	配信回数	4回	1.実施	「つくっこ!すくすくアプリ」にて、日付指定配信の回数制限がない機能に変更したので、必要時情報の啓発活動や周知を行っていく。



70	養育支援訪問事業	出生全戸にあかちゃん訪問2170件を行った結果、継続が必要な産婦等に対して養育支援訪問915件を実施した。また、乳児健診の事後として、必要な方に限定して実施し、17件の電話フォローを行った。	健康増進課	産後うつ傾向や精神疾患等がみられる母親（産婦）に対して、掲示区的に養育支援訪問を行うことにより、母親の育児への不安や負担を軽減することができた。	—	0	1.実施	引き続き養育支援訪問や電話フォローを行い、必要な方へ支援を行う。
71	不妊治療費助成事業/ 養育医療給付事業	両事業において健康情報管理システムへ情報を入力し地区担当者も閲覧できるようになっており、必要時支援に役立てることができている。養育医療給付事業においては申請の度に、地区担当者に児の状況を情報共有し、支援に役立てている。不妊治療849件、養育医療35件	健康増進課	今年度開始した不育症助成についても健康管理システムに情報入力し、地区担当者と情報共有を行い、必要時に支援につなげる体制が整っている。	つないだ件数	35 件	2.実施体制あり	次年度より特定不妊と一般不妊助成は経過措置を残して終了する。経過措置申請、不育症申請時の相談は引き続き実施。
72	39歳以下の健（検） 診事業	個人通知、ライフプランすこやか、広報、ホームページ等でわかりやすい案内を行った。医療機関でも基本健診が無料であることについても周知を行ったり、集団健診の申込方法を電話、Web、はがきから選べるようにしたりする等、受診しやすい体制を整えた。	健康増進課	新型コロナウイルス感染症の影響により集団健診が予約人数を減らし実施したが、医療機関で基本健診を受診できるようにし、受診率向上を図った。	—	—	1.実施	引き続き実施。基本健診の無料化、医療機関でも受診可能により、更なる検診受診率の向上を図る。
73 (1)	40歳から64歳の健 （検）診事業	個人通知、ライフプランすこやか、広報、ホームページ等でわかりやすい案内を行った。医療機関検診についても周知を行ったり、集団健診の申込方法を電話、Web、はがきから選べるようにしたりする等、受診しやすい体制を整えた。	健康増進課/国民 健康保険課	健診の周知、受診しやすい健診体制の確保、申込方法の工夫のほか、新型コロナウイルス感染防止対策を行いながら、集団健診を実施した。昨年度、40歳で健診が無料で受けられなかった方を対象に、今年度健診費用を無料にし、健診の案内を行った。	—	0	1.実施	引き続き実施。医療機関での受診可能期間の拡大により、更なる健診の受診率向上を図る。
73 (2)	40歳から64歳の健 （検）診事業	新型コロナウイルスの影響により春の集団健診から受診者数に上限を設け実施した。また、統計データ活用推進室と連携し、ナッジを活用した受診勧奨通知を送付した。	健康増進課/国民 健康保険課	ナッジを活用した受診勧奨通知を送付した40～50歳代からの問い合わせが増えた。	—	—	1.実施	特定健診無料化の周知を実施する。また、39歳の方に40歳から特定健診受診勧奨通知を送付し、受診率向上を目指す。

74 (1)	65歳以上の健（検）診事業	個人通知、ライフプランすこやか、広報、ホームページ等でわかりやすい案内を行った。医療機関でも基本健診が無料で行えることについても周知を行ったり、集団健診の申込方法を電話、Web、はがきから選べるようにしたりする等、受診しやすい体制を整えた。	健康増進課/国民健康保険課/医療年金課	健診の周知、受診しやすい健診体制の確保、申込方法の工夫のほか、未受診者への検診受診勧奨通知を行い、受診率向上に向けて取り組んだ。	—	0	—	1.実施	引き続き実施。医療機関での受診可能期間の拡大により、更なる健診の受診率向上を図る。
74 (2)	65歳以上の健（検）診事業	新型コロナウイルス感染症の影響により、集団健診の受診者数に上限を設定することを春と秋の集団健診のお知らせに記載し、安心して受診していただけるようにした。	健康増進課/国民健康保険課/医療年金課	新型コロナウイルス感染症対策を行った上で、集団健診を実施することができた。集団健診の受診勧奨通知を送付し、受診率向上の取り組みを行った。	—	—	—	1.実施	特定健診無料化の周知を実施することで、受診率向上を目指す。
74 (3)	65歳以上の健（検）診事業	個人通知や広報への掲載等で健診について案内した。健診事後フォローとして異常値放置者への通知等は広域連合が実施。	健康増進課/国民健康保険課/医療年金課	高齢化により75歳以上の健診対象者は年々増加しており、高齢者の健康意識についても年々高まっていると感じる。74歳までの特定健診受診者が増加することに伴い、そこから移行する後期高齢者健診受診者も自ずと増加する考えから、国民健康保険課と連携し事業を進めることが重要と考えている。	—	—	—	1.実施	引き続き実施。
75	39歳以下生活習慣病予防教育事業	基本健診時相談（290件）、成人相談（6件）、成人電話相談（107件）、成人訪問（1件）、基本健診事後フォロー（生活習慣改善381件・検査高値49件）で、相談者の状況把握を行い、健康相談を行った。基本健診を受けた方の事後フォローで、該当と思われる方（1件）へ精神事業の案内を行った。	健康増進課	20～30歳代の若い世代の方に対して、基本健診時相談などで、健康相談に応じることができた。	つないだ件数	1	件	1.実施	引き続き、基本健診時相談・成人相談・教室等で相談者の状況把握に努め、必要に応じて相談窓口につなぐ。
76	40歳以上生活習慣病予防教育事業	教室、健診時相談、成人相談等で健康や疾病について相談支援を行った。教室の利用の利用勧奨の電話時に統合失調症がある方より、「死にたい」との発言あり。地区担当が介入し、継続フォローとなった。	健康増進課	事業を通して、地区担当へつなぎ、継続的な支援を行うことができた。	つないだ件数	1	件	1.実施	引き続き、教室・健診時相談・成人相談等で相談者の状況把握に努め、必要に応じて相談窓口につなぐ。併せて、感染対策をしながら相談しやすい環境づくりにも配慮する。

77	40歳以上生活習慣病 予防相談事業	糖尿病性腎症重症化予防事業を行う中で、生活困窮状況を把握を行った。また、出前体操教室参加者においては、こころの健康（ねむりところ）について講話を行い、相談できる窓口の周知を行った。今年度は、該当となるケースはいなかった。	健康増進課	事業への参加をとおして、他者と関わる機会となり、孤立を防ぎ、相談窓口への周知が行えたことで、知識の普及につながった。	つないだ件数 0 件	2.実施体制あり	教室や健診時相談・成人相談等で相談者の状況把握に努め、必要に応じて適切な窓口につなぐ。
78	栄養改善事業	中央研修会（大穂、荃崎、豊里、筑波地区）、養成講座で実施した。	健康増進課	食生活改善推進員、食生活改善推進員養成講座受講者にゲートキーパーの知識を広めることができた。	ゲートキーパー研修受講者数 54 人	1.実施	次年度も引き続き中央研修会（谷田部、桜地区）と養成講座で実施する。
79	自殺対策事業	【9月】中央図書館：9月1日(水) から9月30日(木) 1階展示スペースにてポスター及び関連図書、各種相談窓口チラシ（若者向け含む）の掲示、啓発グッズの設置（200個） 庁舎：9月1日（水）から9月30日（木）1階ロビー展示コーナーにてポスター及び各種相談窓口チラシ（若者向け含む）の掲示、啓発グッズの設置（300個） 総合案内カウンター：啓発グッズの設置（50個×2箇所） 窓口センター：啓発グッズの設置（50個×6箇所） 健康増進課窓口：啓発グッズの設置（200個） 保健センター：啓発グッズの設置（30個×3箇所） いのちのSOSキャンペーン：市内商業施設や薬局、スーパーなどに啓発グッズ設置（820個）	健康増進課	若者や女性への啓発を強化するため、自殺予防キャンペーンでの啓発グッズ設置場所を検討し、変更した。商業施設での啓発が順調だったので、次年度は啓発グッズの設置数を検討していきたい。	チラシ配布数 3200 枚	1.実施	本市の自殺者の詳細を分析しながら、啓発の対象や効果的な方法を検討しながら、実施していきたい。
80	自殺対策事業	、9月の自殺予防週間、3月の自殺防止月間では、新たに相談窓口などを掲載し周知した。こころの健康相談に関しては、最新の相談日が掲載されるように更新を行った。	健康増進課	こころの健康相談や精神保健相談では、ホームページを見ての相談が多く、適切な掲載内容になっていると考えられる。	掲載ページ数 11 頁	1.実施	次年度も引き続き中央研修会（谷田部、桜地区）と養成講座で実施する。

81	自殺対策事業	一般市民向けに30人、ボランティア団体向けに133人、職員等向けに265人（新任職員：61人、主任級：43人、課長補佐級：47人、消防職員：80人等）実施した。新任職員、主任級、課長補佐級に対しては感染対策のため動画視聴型で実施した。その他、若い世代での自殺者数の増加があるため、若者を対象に自殺対策講演会を動画配信した。4つの内容に分けて配信し、合わせて857回の再生数となった。	健康増進課	初めて個人向けの講座を開催し、団体で受講できない方への適切な支援につながった。一般市民へは、様々な教室が時間短縮や中止となり、予定道理の受講者数には達することができなかった。自殺対策講演会では、予約なしで、配信期間中に何度でも動画を視聴できる方法にしたため、視聴者数が予想以上であった。	ゲートキーパー研修受講者数	428人	1.実施	様々な市民にゲートキーパー養成講座を受講してもらえるように、開催方法を工夫し、次年度も個人向け講座なども企画していく必要がある。また、講演会も、どのような生活スタイルの方にも聞いてもらえるような工夫をしていきたい。
82	自殺対策事業	健康増進課に精神保健福祉士が配属になり、他課からも自殺関連の相談が多く入るようになり、地区担当保健師とともに支援を行ってきた。	健康増進課	精神保健福祉士とともにケースワークすることで、円滑な支援を行うことができ、地区担当保健師のスキルアップにもつながった。	相談件数	21件	1.実施	次年度は自殺未遂者支援事業「こころといのちの相談支援事業」が開始され、新たな取り組みとして自殺未遂者支援を実施していく。
83	自殺対策事業	6/18、1/28の計2回開催。自殺未遂者に対して、関係各機関が連携して支援する具体的な方法や連携体制について協議した。	健康増進課	関係各機関において、自殺未遂者支援の具体的な取り組み内容と今後の課題などを共有できた。	会議開催数	2回	1.実施	令和4年度より開始する未遂者支援（つくば市こころといのちの相談支援事業）の実施状況を基に、より実務的な内容を協議できるものとしていく。
84	自殺対策事業	地域包括支援課、子育て相談室よりアルコール依存に関する相談先について問合せがあり、保健所や医療機関について情報提供を行った。	健康増進課	今年度も保健所と連携して対応したケースはなし。家族会などの情報提供に留まる。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	必要時保健所と連携する。
85	自殺対策事業	つくば市ふるさとハローワーク 30部 つくば市医師会 1520部（152機関） つくば市歯科医師会 1040部（104機関） つくば薬剤師会 910部（91機関）	健康増進課	市民が多く利用する医療機関や相談機関にチラシを配架することで、相談先の周知ができた。また、各機関と配布方法を相談し、連携しながら配架できた。	チラシ配布数	3500枚	1.実施	次年度版のチラシが出来次第、各機関に連絡を取り、配架の準備を行う。なお、掲載内容について必要に応じて見直しを図っていく。

86	自殺対策事業	つくば市工業団地企業連絡協議会については産業振興課、筑波研究学園都市交流協議会については科学技術振興課に依頼し、12月の自殺対策講演会の案内と併せてこころといのちの相談窓口一覧についてメールリングリストを活用して配信し周知を図った。(各1回ずつで計2回)	健康増進課	こころといのちの相談窓口一覧チラシを配信したが、周知度を評価することはできなかった。	メール配信数 2回	1.実施	周知の効果などを検証する方法を検討していく。
87	自殺対策事業	「こころといのちの相談窓口一覧」のチラシに、SNS相談窓口を掲載し周知した。出生届時(2500)、母子健診(3歳健診(2100))マタニティ講演会(100)、成人健診(8760)・基本(1760)にて配布。また、市民が多く利用する交流センター17ヶ所(170)中央図書館(9月200、3月200)、消費生活センター(20)、イノベーションプラザ(10)、市民活動センター(10)にチラシを配架した。市ホームページにも掲載し、周知を図った。	健康増進課	健康増進課の事業参加者や健(検)診受診者にチラシを配布する他、子育て支援拠点とすることで、子育て期や働き盛り世代等の若い世代に周知できた。	チラシ配布数 15660枚	1.実施	引き続き実施。より効果的な周知方法を検討していく。
88	自殺対策事業	つくば市で看護実習をした2大学の看護学生と栄養士学生に対し、4回15人に、ゲートキーパー養成講座を実施した。	健康増進課	DVDの視聴だけでなく、養成講座を実施することで、ゲートキーパーの役割や必要性を理解することができたことが、アンケートより伺えた。	ゲートキーパー研修受講者数 15人	1.実施	継続して実施。
89	自殺対策事業	人事課の階層別研修にゲートキーパー養成講座を盛り込んだことで、新任保健師がゲートキーパー養成講座を受講できた。	健康増進課	人事課の階層別研修の中でゲートキーパー養成講座を受講する機会を設けることで、新任期から自殺対策の視点を学ぶことができた。	ゲートキーパー研修受講者数 3人	1.実施	継続して実施
90	精神保健相談	2月末現在 精神保健相談 236件のうち10歳代から30歳代の若者 89件 相談を受ける中で、生きる支援に該当すると思われる者は10件※精神相談集計で「自殺関連」件数 【全体の傾向】 精神保健相談数も増加し、内容的には学生の不登校やひきこもりの相談件数が増えている。	健康増進課	こころの健康相談を受けたケースで、在籍しているスクールソーシャルワーカーを交えて支援を行った。学校関係の専門家とも連携して支援できたことは有意義だった。	連携件数 1件	1.実施	特定の関係機関だけでなく、教育関係の専門職とも連携し、若者支援を実施していく必要がある。

91	精神保健相談	2月末現在 精神保健相談 236件のうち 40歳代から50歳代の中年者 69件 相談を受ける中で、生きる支援に該当する と思われる者は24件※精神相談集計で 「自殺関連」件数 【全体の傾向】 コロナ禍により他者や家族間の人間関係の トラブルや煩わしだからくる相談が増えて いる。ひきこもりに関する相談を増えている。	健康増進課	中年者からのこころの悩みに対し、相 談に適切に応じ、必要な方は相談先に 紹介できた。	つないだ件数 3件	1.実施	引き続き実施。
92	精神保健相談	2月末現在 精神保健相談 236件のうち 60歳代から80歳代の高齢者 27件 相談を受ける中で、生きる支援に該当する と思われる者は8件※精神相談集計で「自 殺関連」件数 他部署との連携件数は0件※精神相談集計 で「庁内連携」件数 【全体の傾向】 アルコール問題の相談が目立った。	健康増進課	高齢者からのこころの悩みに対し、相 談に適切に応じ、必要な方は相談先に 紹介できた。	つないだ件数 0件	1.実施	引き続き実施。。
93	こころの体温計	●2月末現在アクセス数28,182件 ●こころといのちの相談窓口一覧チラシの 表面の目立つ場所に掲載し、利用勧奨し た。 ●こころの体温計をを利用した方からの相 談があった。	健康増進課	昨年に引き続き、コロナ感染症の影響 でイベントでの周知ができないため、 アクセス数の大幅な凶化は見込めな かった。	アクセス数 28182件	1.実施	引き続き、こころの体温計について、若 者や働き盛りの世代、子育て世代など に対して啓発を工夫して行う。
94	こころの健康相談	こころの健康相談来所者18名のうち 10歳代から30歳代の若者 10人 40歳代から50歳代の中年者 6人 60歳代から80歳代の高齢者 2人	健康増進課	医師による適切な指導により今後の方 向性が示され、精神的健康状態が保持 増進きた。また、必要に応じて適切な 相談先に紹介できた。継続支援が必要 なケースは地区で支援した。	相談件数 18件	1.実施	次年度も市報や市ホームページ、こころ の体温計のトップページでの周知をして いく。また、健康増進課所属の精神保健 福祉士とも連携し、予約枠には入れな かった相談者の対応をしていく。

95	健康長寿推進事業	9月に緊急事態宣言があったため、10月以降に出前健康教室で自殺予防講話を実施した。参加者に該当するような人はいなかった。宣言が解除後間もなかったため、キャンセルも多く昨年度よりも実施回数と延参加人数は減少した。47回実施 延364人参加	健康増進課	出前健康教室参加者に対して、自殺対策や相談先を周知することができた。コロナの影響が続いているため、引き続き講話を実施していく。	つないだ件数	0 件	2.実施体制あり	今後も継続して講話を実施する。
96	出前教室事業	新型コロナウイルス感染症対策のため、教室を1時間に短縮しており、教室以外の目的で時間を確保することが難しく、今年度はゲートキーパー研修を実施することができなかった。	健康増進課	コロナ対策で時間を延長することは難しいため、ゲートキーパー研修の在り方について検討する必要がある。	ゲートキーパー研修受講者数	0 人	3.一部実施	ゲートキーパー担当者と来年度の体制について検討していく。
97	アクティブ・いきいき・元気はつらつ運動教室	運動教室の参加者に、コロナによる影響を踏まえて一人で悩みを抱え込まないように伝え、チラシの配布を実施した。教室全体では、昨年度よりもチラシ配布数が増加した。	健康増進課	チラシに興味深く見ている方が多かった。	チラシ配布数	187 枚	1.実施	引き続き運動教室参加者に、相談窓口や心の持ち方について周知する。
98	いきいき・元気はつらつ運動教室	運動教室の参加者に、コロナによる影響を踏まえて一人で悩みを抱え込まないように伝え、チラシの配布のみ実施した。コロナや加齢による影響で退会や欠席した方もおり、チラシの配布数が前年度よりも減少した。	健康増進課	チラシに興味深く見ている方が多かった。	チラシ配布数	154 枚	1.実施	引き続き運動教室参加者に、相談窓口と心の持ち方について周知する。
99	シルバーリハビリ体操指導士定例会	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、定例会の実施がほとんどできなかった。開催した場合も、時間短縮することで、ゲートキーパーの研修は、見合わせた。	健康増進課	令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大のため定例会自体が少なかったが、自殺対策の重要性については認識できているため、今後の実施方法について検討していく。	ゲートキーパー研修受講者数	0 人	2.実施体制あり	感染拡大の状況を見ながら、実施とその方法について、シルバーリハビリ体操指導士会と協議を行う。
100	運動普及推進員養成講座・継続講座	運動普及推進員継続講座において保健センター保健師が講師となり、年1回ゲートキーパー研修を実施した。(運動普及推進員35人、職員インストラクター5人)運動普及推進員養成講座は、応募者が少なく令和4年開催に延期した。	健康増進課	新型コロナウイルス感染症の影響で、継続講座において、2年ぶりにゲートキーパー講習会を開催できた。初めての受講者もおり、関心をもって聞くことができた。	ゲートキーパー研修受講者数	40 人	2.実施体制あり	令和4年度は、運動普及推進員養成講座にて、ゲートキーパー講習会を計画していく。
101	ひとり親家庭支援事業	各種受付・申請時に対象者の個々の状況を把握し、必要に応じて関係機関に繋いでいます。	こども政策課	対象者の状況把握に努め、必要に応じて関係機関に繋ぐことができた。	つないだ件数	6 件	1.実施	引き続き実施。

102	子育て支援事業	健康増進課保健師を講師としたゲートキーパーの情報提供と併せて専門家の講演等の情報提供をした。	こども政策課	ゲートキーパーに対する理解を深めることができた。	ゲートキーパー研修受講者数	16人	1.実施	引き続き実施。
103	子育て支援事業	子育て支援団体の活動の中で、自殺リスクを抱えた保護者等の早期発見に努めた。	こども政策課	つないだ件数はないが、少し様子がおかしいと感じる保護者等に対し、窺う等積極的に対処できた。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。
104	子育て支援事業	地域子育て支援拠点を10か所、出張広場を6か所開設して、親子が交流できる場所を提供した。（新型コロナの影響により拠点が1か所休止となった。）	こども政策課	子育て親子の交流の場の提供や子育て相談、情報提供を行うことで、子育てへの不安感や負担感の緩和に繋げることができた。	交流できる場所の数	16か所	1.実施	引き続き、親子が集い交流できる場を増やしていくことについて検討していく。
105	家庭児童相談事業	ケース会議を開催したケース1件を含め自殺に関わる相談が合計7件あった。内訳は、関係機関との連携により相談支援を継続し精神的安定を図った3件、入院につないだ1件、受診につないだ2件、障害者相談支援事業所につないだ1件となります。	子育て相談室	関係機関との連携を密にし、必要な支援体制の確保に努めた。	ケース会議開催回数	1回	1.実施	相談内容が多岐に渡るため、関係機関と適切に情報連携し、ケースの状況に応じた支援・見守り体制を構築していく。
106	放課後児童クラブ事業	人事課によるゲートキーパー養成講座(主任級及び課長補佐級)を受講した。(新採1人・主任級1人・課長補佐級2人)	こども育成課	こども育成課・児童館職員が講座を受講し、内容について職場内の共有ができた。	ゲートキーパー研修受講者数	4人	3.一部実施	次年度においても、感染症対策等を行いながら、研修を受講していく。
107	放課後児童クラブ事業	18児童館、3児童クラブに「こころといのちの相談窓口一覧」を20部ずつ配架した。	こども育成課	児童館職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	チラシ配布数	211枚	1.実施	引き続き実施。
108	放課後児童クラブ事業	放課後児童クラブ利用者に対応する中で、生きる支援に該当すると思われる対象者がいなかった。	こども育成課	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。虐待に関する相談等、何かあれば子育て相談室につなぐ体制が取れている。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。次年度以降、虐待に関する相談も含め、他課または他機関へつないだ件数について計上する。
109	児童入所事業	11月に行われた自殺対策講演会への参加を推奨した。	幼児保育課	11名の新規採用職員が自殺対策講演会を研修として受講した。	ゲートキーパー研修受講者数	11人	1.実施	引き続き実施。
110	児童入所事業	認可保育施設に関する申請の際や保育に関する相談の際に、生きる支援に該当すると思われる対象者がいなかった。	幼児保育課	課内職員で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有し、対応する体制を整えることができた。	つないだ件数	0件	2.実施体制あり	引き続き実施。



111	雇用促進対策事業	保育施設の企業説明会及び面接会 参加企業3社、参加15名、採用4名	産業振興課	新型コロナウイルス感染症の影響により、保育所ツアーは行えなかったが、保育施設の企業説明会及び面接会を行	参加人数	15人	3.一部実施	新型コロナウイルス感染状況を考慮しながら、実施もしくは代替の就労支援を実施。
112	雇用促進対策事業	つくば市ハローワークでの就労支援実績 紹介人数：2,218人、採用人数：567人	産業振興課	つくば市ハローワークにおいて、職業相談及び職業紹介を実施することで、求職者の就労を支援することができた。	採用人数	567人	1.実施	引き続きハローワーク土浦と連携して、求職者に対し就労支援を行います。
113	雇用促進対策事業	市主催就職フェア：参加企業44社、参加者136名 県主催就職面接会：参加企業18社、参加者32名	産業振興課	様々な就職イベントを開催したことで、若者等の就労支援及び地域定着化を図ることができた。	参加人数	168人	1.実施	引き続き実施。
114	雇用促進対策事業	国の啓発チラシの学校配付（対象：中学3年生）	産業振興課	各学校を通して対象者に個別配布することで、若者サポート事業の周知啓発を図ることができた。	—	0	1.実施	引き続き幅広く周知・啓発を行っていく。
115	市営住宅使用料徴収事業	市営住宅使用料の徴収業務及び市営住宅の案内を実施する中で、支援に該当すると思われる対象者を生活保護及び住宅確保支援の窓口につないだ。	住宅政策課	窓口対応を実施する中で、必要に応じて相談窓口につなぐことができた。	つないだ件数	7件	1.実施	引き続き実施。
116	市営住宅使用料徴収事業	住宅政策課及び業務委託先（茨城県住宅管理センター）の窓口に「こころといのちの相談窓口一覧」を配架した。また、1団地について、チラシの各戸配布を行った。	住宅政策課	市営住宅の入居者及び入居希望者に対して相談先を周知することができた。	チラシ配布数	72枚	1.実施	市営住宅の入居相談及び家賃納付相談窓口にチラシを配架し、相談先窓口の周知を行う。
117	住宅政策事業	住宅確保要配慮者に対して安定した居住確保のための情報提供を実施した。	住宅政策課	市営住宅の入居案内と併せて、希望により低額な民間賃貸住宅の情報提供が実施できた。	情報提供件数	17件	1.実施	引き続き実施。
118	上下水道料金徴収業務委託事業	水道料金の滞納者から生活困窮の訴えや相談があれば、話を聞き状況に応じて担当課につなぐ。	水道業務課	滞納者の事情を把握することで、生活困窮の支援が可能となることがある。	つないだ件数	3件	1.実施	引き続き実施。
119	教育広報事業	教育広報誌が廃刊になったことから、教育局が管理するホームページ（ <a href="https://www.tsukuba.ed.jp/">https://www.tsukuba.ed.jp/</a> ）において、令和4年2月24日付けで教育相談窓口一覧の記事を公開した他、同ホームページにおいて教育相談窓口一覧を常時公開し、市民への周知を行った。	教育総務課	市内全域へ周知することができた。	掲載回数	1回	1.実施	令和3年度は実施状況に一部変更があったものの、令和4年度においても令和3年度と同様に引き続き実施。

120	SOSの出し方に関する教育	新型コロナウイルス感染症による臨時休校があり、ストレスを抱えている児童生徒が増加した。そのため、担任だけではなく学校全体で心のケアに取り組み、その中で「SOSの出し方に関する教育」を実施した。	教育指導課	県の情報提供を受け、全校で実施した。今後は実施方法について、はより効果的な実施方法を含め検討していきたい。	—	0	—	1.実施	次年度も市内全校で年に1回は「SOSの出し方に関する教育」を実施予定である。また、専門医等を活用し効果的な実施方法を目指す。
121	学校図書館協力員配置事業/学校図書館司書教諭補助員配置事業	学校図書館司書教諭補助員を対象とした研修では、図書館関係の内容が盛りだくさんとなり、時間的にも内容的に呼びかける機会を設けることができなかった。	教育指導課	年1回の研修で、本来の業務内容の研修じかんしか確保が難しい。	ゲートキーパー研修受講者数	0	人	4.未実施	自主研修への案内だけでも行えるよう、研修内容や時間を見直していく
122	教育相談事業	教育相談員8名を配置し、電話相談及び面接相談を実施した。面接相談は、保護者担当を教員経験者、児童生徒担当を心理職が行い、状況によっては、学校などと連携をとりつつ、支援を実施した。	教育相談センター	教育上の諸問題の相談窓口で、不登校の相談が多いが、自傷行為などを発見することがあり、問題の深刻化を未然に防ぐ役割を果たしている。また、幼稚園児・児童生徒及びその保護者や教員等の心理的な負担の軽減に役立っている。	—	0	—	1.実施	引き続き実施。
123	適応指導教室運営事業	つくしの広場担当の教育相談員を2名配置し運営している。登校できない状態になっている児童生徒に集団生活の体験を通して自主性や適応力を伸ばすような援助を行っている。	教育相談センター	入級生の適応指導教室での出席日数は新型コロナウイルスの影響もあり、昨年度より若干減少した。しかし、問い合わせや見学の申し込みは依然として多く、今後も需要は高まっていくものと判断される。	—	0	—	1.実施	引き続き実施。
124	スクールサポーター配置事業	つくば市内の中学校及び義務教育学校を対象に、悩み相談や学習援助等の活動を行う。1校あたり450時間とし、2名で活動している。	教育相談センター	つくば市独自の事業であり、スクールカウンセラーや養護教諭などが対応しきれないところをフォローしている。学校生活サポーターと信頼関係を構築する生徒もおり、必要性は高い。	相談件数	8349	件	1.実施	引き続き実施。 ただし、教育局の他制度との混乱を避けるため、名称を「学校生活相談員」に変更。
125	スクールカウンセラー配置事業	県配置によるスクールカウンセラー12名では対応できない状況にあり、市費によるスクールカウンセラーを2名配置することで、市内小中学校及び義務教育学校の児童生徒等へのカウンセリングの機会を増やしている。	教育相談センター	県のスクールカウンセラー配置制度との兼ね合いを考慮し、学校等からの要望を確認しながら、市費によるスクールカウンセラー利用について検討する必要がある。	スクールカウンセラー配置数	2	人	1.実施	市費によるスクールカウンセラー活動費を2名分から7名分に大幅増で実施。県配置スクールカウンセラーも12名から14名に増加。

126	スクールソーシャルワーカー配置事業	秀峰筑波義務教育学校、春日学園義務教育学校、荃崎中学校に1名ずつ、スクールソーシャルワーカーを配置し、学校からの要請に応じ活動する。3名での総活動実績は2270時間で、前年度並みとなった。	教育相談センター	学校単独で対応が困難な事例の支援や連携を行うことができた。活動時間が増えたことで、より細やかな支援の実施ができた。また、学校や関係機関との連携や周知が進み、昨年度より効果的な活動実施ができた。	スクールソーシャルワーカー配置数	3人	1.実施	スクールソーシャルワーカー活動費を4名分から8名分に倍増し実施。
127	つくば市教育相談センター運営事業	教育相談センター入口および情報冊子置き場の2か所の利用者の目につきやすい箇所に設置している。また、教育相談員に配布することで、相談内容に応じて案内できる体制を確認した。	教育相談センター	教育相談センターの利用者・来庁者に一定枚数持ち帰りがある状況から、周知活動に寄与した。また、教育相談員の相談にも活用しており、未然の防止としての役割を果たしたと思われる。	チラシ配布数	35枚	1.実施	引き続き実施。
128	家庭教育学級支援事業	各市立幼・小・中・義務教育学校で行っている家庭教育セミナーの資料として配付。	生涯学習推進課	家庭教育セミナーで配付することにより、参加者への周知を図ることができた。	チラシ配布数	1902枚	1.実施	引き続き実施。
129	成人式開催事業	成人式の際に配布した。	生涯学習推進課	参加者への周知を図ることができた。	チラシ配布数	60枚	1.実施	健康増進課より二十歳の集いでのチラシ配布について依頼を受けた際には、チラシを配布する。
130	読書推進事業	9月の自殺予防デーに合わせて、展示スペースに図書やパンフレットを配置を行った。3月に第2回を実施。30冊程度図書を展示した。	中央図書館	自殺防止につながるテーマに関する図書を展示した。	展示期間	67日	1.実施	前年度と同様に、9月と3月の自殺予防週間に合わせ、展示スペースに図書を展示する。合わせてパンフレットも置く。
131	救急講習会開催事業	健康増進課より配布された「こころといのちの相談窓口一覧」は、庁内に掲示するとともに各消防署に配布した。	警防課	消防職員間で「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有できた。	チラシ配布数	10枚	3.一部実施	健康増進課より「こころといのちの相談窓口一覧」10部を受け取り、各署に振り分け庁舎に掲示するよう伝えた。
132	-	課員2名がゲートキーパー養成講座を受講した。	警防課	ゲートキーパー研修2名の課員が未受講であったが、課員全員が受講済みとなった。	ゲートキーパー研修受講者数	257人	1.実施	定期異動等により、救急課にゲートキーパー未受講者が配属された場合は、研修を受講させる。
133	-	救急隊により 名にサンキューカードを配布した。救急課への相談連絡はなかった。	警防課	職員に「こころといのちの相談窓口一覧」について情報共有ができた。引き続きサンキューカードの配布を実施していく	サンキューカード配布数	14枚	1.実施	引き続きサンキューカード配布を実施し、必要時にこころのケアなどを行う。

134	小口資金貸付事業	新型コロナウイルス感染症の影響で減収・失業した世帯が増加し、年間6,700件を超える相談件数となり、自立相談支援機関と連携しながら相談対応を行っていた。行政へ繋いだ件数について具体的な件数を計上することができない。	つくば市社会福祉協議会	相談があった場合には必要な支援を行い、必要に応じて他の相談窓口につなぐことができた。	つないだ件数 1 件	1.実施	引き続き実施
135	生活福祉資金貸付制度	新型コロナウイルス感染症の影響で減収・失業した世帯が増加し、年間6,700件を超える相談件数となり、自立相談支援機関と連携しながら相談対応を行っていた。行政へ繋いだ件数について具体的な件数を計上することができない。	つくば市社会福祉協議会	相談があった場合には必要な支援を行い、必要に応じて他の相談窓口につなぐことができた。	つないだ件数 1 件	1.実施	引き続き実施
136	地域見守りネットワーク事業/ふれあい相談員養成	ふれあい相談員研修において、令和2年7月委嘱（8名）、令和3年4月委嘱（11名）、令和3年5月委嘱（4名）に、「今日からはじめよう！ゲートキーパー」を配布した。	つくば市社会福祉協議会	「地域で見守りが必要な人とは…？」をテーマに説明をいただき、つくば市における現状等をわかりやすく周知できた。これにより、ふれあい相談員の見守り活動が、自殺防止の一助になる可能性を高めている。	ゲートキーパー研修受講者数 23 人	1.実施	引き続き実施。なお、次年度は6月中旬頃にふれあい相談員向けのゲートキーパー研修を実施予定
137	地域見守りネットワーク事業/ふれあい相談員養成	見守り活動の中で、要支援者がいる場合は、行政・専門機関等へ繋いでいる。今年度は該当ケースがなかった。	つくば市社会福祉協議会	3か月に1度懇談会にて見守りの状況について共有する中で、ふれあい相談員が対応に迷うケース等については社協職員に相談する体制ができています。	つないだ件数 0 件	2.実施体制あり	引き続き実施。
138	ふれあいサロン	身近な場所で交流を深めることで、お互いに助け合える関係づくりや生きがいがいづくりとなる地域交流の居場所づくりを支援した。	つくば市社会福祉協議会	高齢者や障害者、子育て中のお母さん等、身近な仲間が集まることのできる居場所づくりを支援することで、孤独感の解消や心身の健康維持につながった内容を考え地域の特性を活かした活動を支援できた。	ふれあいサロン数 90 か所	1.実施	引き続き実施。
139	-	地域見守りネットワーク事業（ふれあい相談員研修）担当職員も研修に参加し、ゲートキーパーに関する知識を習得した。	つくば市社会福祉協議会	「地域で見守りが必要な人とは…？」をテーマに説明をいただき、つくば市における現状等をわかりやすく理解できた。	ゲートキーパー研修受講者数 2 人	1.実施	地域見守りネットワーク事業担当以外の職員については、一般向けのゲートキーパー研修について案内があった際に、業務に支障のない範囲内で受講を推奨する。

## つくば市自殺対策計画 中間評価について

## 1. 評価の手順

- (1) つくば市自殺対策計画の各実施メニュー進捗状況（主に令和3年度）を4段階で評価する。
- (2) 各実施メニューの評価結果を踏まえて、5つの基本施策と3つの重点施策について、評価を数値化する。施策ごとに達成率に基づく中間評価を行うとともに進捗の課題を確認する。
- (3) 達成率に加え、直近の取り組み状況を加味し、中間評価を行う。

各実施メニュー評価	A：目標値をすべて達成もしくは実施	3点
	B：一部目標値に届かないものの概ね達成もしくは実施体制あり	2点
	C：目標値に届かないが、施策を実施（一部実施）	1点
	D：未着手・検討段階	0点
	直近の事業進捗状況や取り組み内容を考慮する。	

## 2. 施策の評価

各実施メニューの評価をもとに、各施策の評価を点数化

評価区分	A	B	C	D
評価点	3点	2点台	1点台	1点未満

※A、Bについては引き続き、事業メニューを継続して実施。

Cについては事業メニューを充実、Dについては、計画目標時（令和7（2025）年）に事業メニューを再検討することとする。

## つくば市自殺対策計画の進捗状況及び中間評価について

(1) 基本施策評価指標について

表 1

計画における項目	評価指標	目標値 (2025年度 R7)	R1		R2		R3	
			実績	目標値	実績	目標値	実績	目標値
基本施策1 地域におけるネットワークの強化	自殺対策に関する有識者会議	必要に応じて開催する体制をとる	2回 開催	2回 開催	2回 開催	2回 開催	2回 開催	2回 開催
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	一般市民向けゲートキーパー研修受講者数	延べ1,000人	延べ 507人	延べ 150人	延べ 204人	延べ 300人	延べ 632人	延べ 450人
基本施策3 住民への啓発と周知	相談先があることを知っている人の割合 (健康つくば21アンケート「相談先一覧チラシ」 認知)	15%以上	9.7%	—	—	—	—	—
基本施策4 生きることの促進要因への支援	1年以内に自殺を考えたことのある人の割合 (健康つくば21アンケート)	5%以下	4.2%	—	—	—	—	—
基本施策5 児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」	公立小中学校・義務教育学校において「SOS の出し方教育」の授業を実施している学校	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

(2) 基本施策別状況 (34課・室・センター139項目 (延べ142項目) ※担当部署が複数該当する項目については、担当部署ごとに評価) 表 2

基本施策	該当事業数	達成度※				平均点	評価
		実施	実施体制あり	一部実施	未実施		
1 地域におけるネットワークの強化	4	4 100%	0 0%	0 0%	0 0%	3	A
2 自殺対策を支える人材の育成	25	13 52%	4 16%	4 16%	4 16%	2	B
(1) 様々な職種を対象とする研修の実施	14	10	2	2	0	2.6	B
(2) 一般市民を対象とする研修の実施	9	3	2	1	3	1.6	C
(3) 学校教育に関わる人材の育成	2	0	0	1	1	1	C
3 住民への啓発と周知	27	22 82%	3 11%	0 0%	2 7%	2.6	B
(1) リーフレット・相談窓口案内の作成と周知	18	14	3	0	1	2.6	B
(2) 市民向け講演会・イベント等の開催	5	4	0	0	1	2.4	B
(3) メディアを活用した啓発活動	4	4	0	0	0	3	A
4 生きることの促進要因への支援	84	51 61%	32 38%	1 1%	0 0%	2.6	B
(1) 自殺リスクを抱える可能性のある方への支援	66	38	28	0	0	2.6	B
(2) 児童・生徒や家族に対する相談体制の充実とこころの健康	11	8	3	0	0	2.7	B
(3) 自殺未遂者への支援	1	1	0	0	0	3	A
(4) 若者の就労支援	3	2	0	1	0	2.3	B
(5) 支援者支援等の推進	3	2	1	0	0	2.7	B
5 児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」	2	2 100%	0 0%	0 0%	0 0%	3	A
全体	142	92 65%	39 27%	5 4%	6 4%	2.5	B

※達成度について

実施体制あり：実施できる体制はあるが、該当がなかった場合

一部実施：実施内容について一部実施した※準備中も含む

- 基本施策別でみると全体の65%の事業が計画に定めた実施内容を実施することができた。実施体制ありを合めると90%以上の事業で実施内容について実施または実施できる体制があったという結果である。
- 基本施策1 地域におけるネットワークの強化と、基本施策5 児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」で実施の割合が高かった。基本施策2 自殺対策を支える人材の育成については、担当課のみで実施が難しい部分があったため、組織開発室と連携し、新任職員や管理職向け等にゲートキーパー研修を受けてもらうように改善したため、受講数は目標値より高い推移で移行している。一方で、一般市民を対象としたゲートキーパー研修については、新型コロナウイルスの影響で予定されていた研修がキャンセルになったため、基本施策2(2)、(3)は評価がCとなっている。

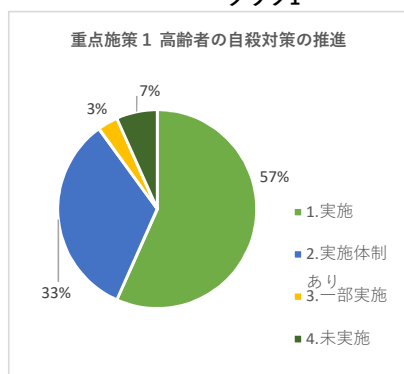
表 3

数値項目	実績	該当 事業数	1事業あたり平均
・ゲートキーパー研修受講者数 (延べ全数)	632人	1	632人
・人事課研修受講者数	265人	1	265人
・チラシ配布数 (全数)	26,193枚	1	26,193枚
・つないだ件数 (進捗管理の実施状況でつないだ件数をあげているもの)	77件	45	1.7件

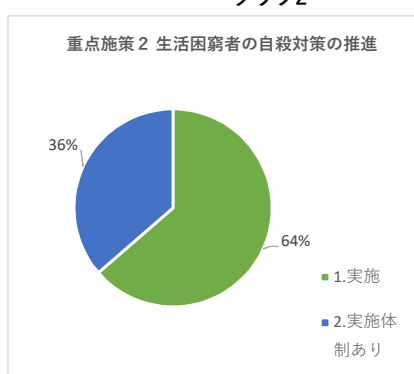
(4) 重点施策状況 (16課・室・センター62項目 (延べ64項目) ※担当部署が複数該当する項目については、担当部署ごとに評価) 表 4

重点施策	該当事業数	達成度				平均点	評価
		実施	実施体制あり	一部実施	未実施		
<b>1 高齢者の自殺対策の推進</b>	<b>30</b>	<b>17</b> 57%	<b>10</b> 33%	<b>1</b> 3%	<b>2</b> 7%	<b>2.5</b>	<b>B</b>
(1) 高齢者への「生きるための支援」の充実と啓発、連携体制の充実	22	13	8	1	0	2.5	B
(2) 高齢者の健康づくり、社会参加及び居場所づくりの促進	3	3	0	0	0	3	A
(3) 高齢者支援に携わる人材の養成	5	1	2	0	2	1.4	C
<b>2 生活困窮者の自殺対策の推進</b>	<b>11</b>	<b>7</b> 64%	<b>4</b> 36%	<b>0</b> 0%	<b>0</b> 0%	<b>2.6</b>	<b>B</b>
(1) 生活困窮者自立支援事業との連携	2	2	0	0	0	3	A
(2) 生活困窮者に対する生きる支援の推進と連携の強化	9	5	4	0	0	2.6	B
<b>3 若者向け自殺対策</b>	<b>23</b>	<b>19</b> 83%	<b>4</b> 17%	<b>0</b> 0%	<b>0</b> 0%	<b>2.8</b>	<b>B</b>
(1) 若者が相談しやすい相談窓口の周知	7	6	1	0	0	2.7	B
(2) 妊産婦・子育てをしている保護者への支援の充実	14	11	3	0	0	2.8	B
(3) 若者が利用しやすい就労相談窓口の周知	2	2	0	0	0	3	A
<b>全体</b>	<b>64</b>	<b>43</b> 67%	<b>18</b> 28%	<b>1</b> 2%	<b>2</b> 3%	<b>2.6</b>	<b>B</b>

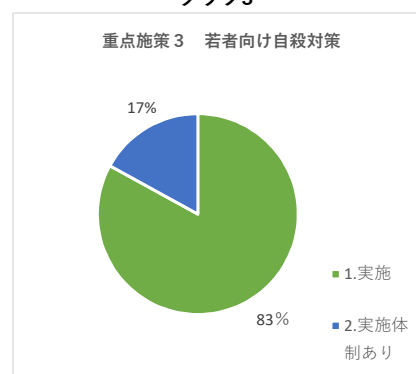
グラフ1



グラフ2



グラフ3



○重点施策別で見ると、生活困窮者については64%、若者向けの支援は83%が実施しているが、高齢者への施策は57%実施に留まっている。背景としては、新型コロナウイルスの影響で、ゲートキーパー研修が開催できなかったり、中止になったことが大きい。

今後、各事業を実施する中で、感染状況に配慮した施策を引き続き実施するとともに、各事業担当者が支援の必要な人に気づき、適切な相談先へつなぐことができるよう、体制の理解と情報共有を行っていく必要がある。

#### (5) 今後の取り組み

- ・中間評価において、A及びBと評価された項目については引き続き事業を継続する。また、C評価のものについては、支援体制を充実させる。D評価のものはなかったが、自殺対策基本法や、自殺総合対策大綱の改正など、国の動向も鑑み、適宜令和7年度の計画策定時に改編を行う。
- ・人口の8%に上ると想定されるLGBTQ+の自殺を図るリスクは、通常の約6倍になるとの調査結果もあることから、ハイリスク層として適切な相談窓口につなぐ等の支援を強化していく。

## 会 議 録

会議の名称	令和4年度第2回つくば市健康づくり推進協議会		
開催日時	令和4年(2022年)12月22日(木) 開会 15:00 閉会 17:00		
開催場所	つくば市消防庁舎 多目的ホール		
事務局(担当課)	保健部健康増進課		
出席者	委 員	小林委員、武田委員、山海委員、萩原委員、中島委員、鷹巣委員、太原委員、井砂委員、大林委員、後藤委員、齋藤委員、佐藤委員	
	事 務 局	健康増進課:木本課長、中嶋課長補佐、青木統括保健師、永井保健係長、小池係長、江幡管理栄養士、菅原主任主査、中野保健師、植村保健師、古田主事、小嶋主事 健康増進施設いきいきプラザ:倉持係長 谷田部保健センター:川崎所長 桜保健センター:糸井所長 大穂保健センター:山田所長、箭内保健師	
公開・非公開の別	<input checked="" type="checkbox"/> 公開 <input type="checkbox"/> 非公開 <input type="checkbox"/> 一部公開	傍聴者数	0人
非公開の場合はその理由			
議題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第4期つくば市健康増進計画の令和5年度中間評価について</li> <li>・つくば市自殺対策計画の中間評価について</li> </ul>		
会議次第	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 開会</li> <li>2 会長挨拶</li> <li>3 課長挨拶</li> <li>4 協議事項 <ul style="list-style-type: none"> <li>(1) 第4期つくば市健康増進計画の令和5年度中間評価</li> </ul> </li> </ol>		



	<p>について</p> <p>(2) つくば市自殺対策計画の中間評価について</p> <p>5 その他</p> <p>6 閉 会</p>
<p>&lt;協議事項&gt;</p> <p>(1) 第4期つくば市健康増進計画の令和5年度中間評価について資料1、2</p> <p>資料について、事務局より説明。</p>	
斎藤委員	<p>資料1の 2.調査方法の表中配布数の合計数について、男性が1,725、女性が1,275の配布ですが、この差には何か理由があるのでしょうか。</p>
事務局	<p>前回平成30年度に実施した本調査アンケートの回収率をもとに、今回の配布数を算出しております。前回男性の回収率が低かったため、男女の回収率が同じになるように、今回男性の配布数が多くなりました。</p>
萩原委員	<p>これからのアンケート調査は電子申請が増えるかと思いますが、前回調査時の統計を見ると、高齢者の方々が、全体的に回収率が高い結果になっています。今回、電子申請にする年代(20～50代)との因果関係はあるのでしょうか。</p> <p>電子申請で回答することに、若い方はまだ慣れてないのだと思います。紙で送られてきたものの方が印象に残るし、これを書かなきゃと思う方が多いと思います。いずれにせよ今後は色々なものが電子申請に移っていくわけですから、電子申請を行うことに対して、インフォメーションや宣伝をしていくことが回答率を高めるために必要だと思います。</p>
事務局	<p>アンケート調査を行うにあたりましては、広報誌やつくスマというよ</p>

<p>後藤委員</p>	<p>うなSNSなどのシステムも活用して、対象者には回答を促すような周知も合わせて検討して参りたいと存じます。</p> <p>SNSを通じてとのことですが、具体的にはどのような方法で宣伝するとお考えですか。</p>
<p>事務局</p>	<p>一つはつくば市の広報誌です。こちらは紙でのポスティングで、ご自宅に届くものです。その他には、市のホームページ、それ以外にツイッターやフェイスブックでの配信が可能です。また、つくスマという市が運営しているアプリの利用を昨年度から進めております。つくスマはプッシュ型の通知システムで、アプリにご登録いただいている方限定にはなりますが、そのプッシュ型通知で情報が受け取ることができます。そういったものを活用して広く周知を行って参りたいと存じます。</p>
<p>小林会長</p>	<p>現在ちょうど過渡期になるかと思いますので、現存の周知の仕方、またSNSを利用した周知の仕方を含めて事務局と私の方で検討させていただきます。そのほかに、何かご意見ありますか。</p>
<p>斎藤委員</p>	<p>電子で答えるアンケートの際に、回答がその他だった場合、自分でその他の内容を打ち込まなくてはならないですよ。私達ぐらいの年齢だとなかなか慣れなくて、打ち込む時間が長くなってしまい、面倒になってしまうのですが、その辺のところはどのようになりますか。</p>
<p>事務局</p>	<p>60歳以上の方につきましては、紙面でのアンケート回答と電子申請の2通りから選べるようにさせていただきました。電子申請での回答は今回初めての試みですので、その他の記述の箇所も入力していただく予定です。その他の項目の記述に関しては、今後、回答方法も含めて、検討をしていきたいと思っております。また、紙面での回答と電子申請での回答率も含めまして、委員の皆様には、来年度こちらの調査を行った結果を、ご報告をさせていただきたいと考えております。</p>

山海委員	<p>問3のあなたの職業を選択してくださいという欄がありますが、こちらの(1)常勤職員(研究職を除く)、(2)研究職となっていますが、なぜ研究職を別に抽出するような形にされたのでしょうか。</p>
事務局	<p>つくば市特有の地域柄、研究職が非常に多く、以前調査を行ったときに、研究職の方では認知度のところで違いがあるのではないかとご指摘をいただいたことがありましたので、そのときからこの研究職という項目を入れている状況でございます。ただ、こちらにつきましては、計画の中に盛り込む段階では大きな差異はなかったのですが、計画冊子中には職業別の細かい分析までは入れておりませんが、粗集計の段階で、違いがないかどうか使わせていただいている項目になります。</p>
山海委員	<p>職業について、(4)専業農家という項目がありますが、農家の方は、(3)自営業には入らないのでしょうか。選択肢を、前回調査と同じにしなければならないのであれば仕方がないですが、記述しやすいかどうかということもご検討いただけるとありがたいです。</p>
事務局	<p>その点も含めて検討させていただきたいと思います。ご指摘ありがとうございます。</p>
小林会長	<p>問24につくば市地区組織活動団体を知っていますかという項目がありますが、本日、食生活改善推進員協議会の会長でいらっしゃいます鷹巣委員や、運動普及推進員の副会長でいらっしゃいます中島委員にご出席いただいております。ご意見等ございますか。</p>
鷹巣委員	<p>アンケートについては特に質問はありません。よくできていると思います。ありがとうございます。</p>
中島委員	<p>私たち運動普及推進員はつくば市で行っているイベントウォークに出ておりまして、ユニフォームが真っ赤なんですよね。それが一番皆さんにわかっていただけるものじゃないかなと思っています。年6回ほどイベントウォークとして歩いておりますが、まだまだ認識されていない</p>

小林会長	<p>方もいらっしゃると思いますので、皆さんにもう少し知っていただく方法として、現在いろいろな地区ウォークを進めている次第でございます。以上です。</p> <p>イベントウォークなどの市民に対する周知も含めて、いただきましたご意見等につきまして、事務局と再度検討した後、私の方に承認を一任いただき、皆様に結果をお知らせさせていただくということでよろしいでしょうか。ありがとうございます。</p>
<p>(2)つくば市自殺対策計画中間評価について <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">資料3、参考資料</span> 資料について、事務局より説明。</p>	
小林会長  事務局	<p>事前質問を委員の方からいただいておりますので、まず大林委員からの事前質問に対して、事務局の方から説明とご回答の方お願いいたします</p> <p>大林委員よりいただいている事前質問について説明、回答いたします。一般市民を対象とする研修の実施について、飲食店を対象とした研修はないでしょうか。家でも職場でもない、第3の居場所としての効果も期待される飲食店側がゲートキーパー研修を受けていると、お客と接する際に、研修効果が発揮されるのではないかと、という質問をいただいております。</p> <p>ご質問ありがとうございます。質問に対しての回答を述べさせていただきます。対象を飲食店に特化、限定した研修というわけではないですが、ゲートキーパーという考えを広く市民に浸透させるという目的で、つくば市では、関心のある市民に向けて、個人申し込みの講座を行っております。今年度は9月30日、3月22日の2回に分けて、各30名の定員で行う予定となっております。参考までに、9月の講座では、30名の枠が埋まる参加がございました。今後も市民に向けて、</p>

	<p>同様の講座を行うとともに、個人や関心のある団体等から問い合わせがあった場合には、別途日程を設けるなどして、柔軟に対応してゲートキーパー養成を行っていく予定です。現在は同じ内容でも、対象者ごとに項目が細分化しているようなこともあります。こういった部分も含めて次回策定時には、再構成を検討する予定となっております。</p>
<p>大林委員</p>	<p>ありがとうございました。個人申し込みの枠があるということですが、その参加した方々の職業としては、どういった方々が申し込んでいるのかなとすごく興味があるのですが、いかがでしょうか。</p>
<p>事務局</p>	<p>年代と性別は聞いているのですが、職業までは統計を取っていないので、職業はわかりかねる部分ではあります。ご意見いただいた点については意識し、個人で申し込まれた方には、積極的に推進していく方向で、進めて参りたいと思います。</p>
<p>大林委員</p>	<p>ありがとうございました。</p>
<p>小林会長</p>	<p>続きまして、後藤委員からも質問をいただいておりますので、事務局より説明と回答をお願いします。</p>
<p>事務局</p>	<p>ご質問をいくつかいただいております。まず一つ目の質問について説明、回答させていただきます。資料3の2ページの、女性の自殺対策をさらに推進するという重点施策に関連して、ご質問をいただいております。つくば市自殺対策計画の38ページをご覧ください。つくば市では、80歳以上の女性の自殺死亡率が全国を上回っているとありますが、その原因をどう捉えて、どのように計画に反映させているのでしょうかというご質問になります。</p> <p>これに関しましては、まず、今回国の言うところの女性の自殺対策のさらなる推進というのは、先ほど参考資料でご説明させていただきましたように、妊産婦への支援の充実や、就労支援、配偶者からの暴</p>

力相談支援の整備などが挙げられます。これらについては、自殺対策計画の 45、46 ページ、重点施策3.若者向け自殺対策の推進における、母子の相談事業、雇用促進事業が当たります。そのほか、自殺対策計画の 32 ページの基本施策4.生きることの促進要因への支援における、女性のための相談室運営事業などがこれに当たります。また、ご質問にありました、80 歳以上の女性の死亡率につきましては、自殺対策計画の 13 ページをご覧くださいと思います。13 ページの表3にありますように、自殺総合対策推進センターの分析によりますと、11)支援が優先されるべき対象群、第3位の女性 60 才以上の無職同居という項目については、身体疾患から病気になって、うつ状態になり、自殺というようなルートが多いという分析結果になっております。支援を優先すべき対象として示されているわけですが、それらを計画として落とし込んだものが、自殺対策計画の 38 ページ下部に記載されている部分になります。高齢者の自殺を防止するためには、支援先の情報の周知や、自殺リスクの高い高齢者を早期に発見し、支援につなぐことが挙げられます。こちらに関しましては、39から42ページの各施策に反映させております。なお、ゲートキーパーにつきましては、ほかの支援者の主なものとして、民生委員やケアマネージャーなども挙げられるかと思っておりますので、そういった方々にも養成講座を受けていただいているという現状がございます。

小林会長

回答について、後藤委員いかがでしょうか。

後藤委員

ありがとうございました。この質問を書いたときには、なぜつくば市は全国に比べて、80 歳以上の女性の自殺率が高いのかというところで、何か対応策を持ってらっしゃるかなと思ったのですが、全体的にいろいろな計画を立てられて実践させられていること、特に民生委員やゲートキーパーの方が働いていらっしゃると思いますので、そちら

<p>小林会長</p>	<p>の対策をぜひ進めていただきたいと思います。ありがとうございます。</p> <p>続きまして、事務局より二つ目の質問の説明と回答をよろしく願います。</p>
<p>事務局</p>	<p>資料3の6ページ、4.指標の達成状況に関してご質問をいただいております。後藤委員からのご質問を読み上げさせていただきます。基本施策3・4の評価指標における、健康つくば 21 アンケートは、資料2のアンケート案と同じ内容でしょうかというご質問でした。</p> <p>基本施策3・4の評価指標中の健康つくば 21 アンケートとは、次の第5期健康増進計画策定時に向けた、令和6年度に行う本調査アンケートのことを指しております。来年の令和5年度に実施予定の、資料2の中間評価アンケートとは別のものになります。なお、評価指標にあります、「相談先があることを知っている人の割合(健康つくば 21 アンケート相談先一覧チラシの認知)」や、「1年以内に自殺を考えたことがある人の割合」にあたる質問は、令和6年度に行う本調査アンケートにて設問に設定する予定です。また、自殺対策計画の中間評価が今年度、健康増進計画の中間評価が来年度と1年のずれが生じており、分かりにくくなっております。現在、自殺対策計画と健康増進計画が別々の計画であることから、策定期間や中間評価の時期がずれてしまっていることが原因ですが、第5期健康増進計画からは、自殺対策計画が吸収されますので、中間評価や策定期間のずれは解消される予定です。以上になります。</p>
<p>小林会長</p>	<p>ありがとうございます。後藤委員いかがでしょうか。よろしいですか。では次の質問について、説明と回答をお願いいたします。</p>
<p>事務局</p>	<p>引き続き、後藤委員からの資料3の6ページについての質問となります。基本施策 139 項目とは、前回協議会の資料4の 139項目と同じものですか、という確認事項としてご質問いただいております。お見</p>

<p>小林会長</p>	<p>込みの通りでございまして、評価方法については前回の協議会で同意いただいた資料と同様のものとなります。</p> <p>後藤委員よろしいでしょうか。それでは続きまして、次の質問についてお願いいたします。</p>
<p>事務局</p>	<p>もう一つ、後藤委員から資料3の8ページに関連したご質問となります。重点施策3の3.若者向け自殺対策、(1)若者が相談しやすい窓口の周知について、つくば市自殺対策計画 44 ページでは、国が行っている SNS 相談を、チラシを通じて周知するとありますが、SNS 等での周知は行わないのでしょうかというご質問になります。こちらに關しましては、常時市のホームページで広報している他に、自殺関連施策として、自殺予防週間である毎年9月 10 日から 16 日までの期間と、自殺防止月間である毎年3月に、市のフェイスブックやツイッターのほか、つくば市の公式アプリのつくスマや、子育て情報の発信アプリであるつくっこすくすくアプリなど、各媒体でのプッシュ配信等も行っている状況となります。以上です。</p>
<p>小林会長 後藤委員</p>	<p>ありがとうございます。後藤委員いかがでしょうか。</p> <p>ありがとうございます。具体的なものを教えていただき、理解いたしました。私の姪も子育て中なのですが、子育てすくすくアプリについて聞いたところ知らないと言っていたんですね。こういった配信をたくさんやられているけれども、若者への周知がどうなのか、私もつくば市のツイッターはフォローしておりますが、やっぱりタイムラインではなく、自分で必要があるときにちょっと見に行く程度です。若い方は Tik Tok や YouTube など、そういうものは見てらっしゃるようなので、いろんな機会を捉えて周知していただいた方が良いのではないかと、私は個人的に思っております。</p>
<p>事務局</p>	<p>ありがとうございます。参考にさせていただいて、広報の方に努め</p>



て参りたいと思います。

もう一つ、後藤委員から事前質問をいただいておりますので、そちらについてもご説明させていただきます。資料3の12ページをご覧ください。こちらの中間評価以降の行政の取り組みに関して、いくつかご質問いただいております。すべて関連する質問となりますので、まとめてお答えさせていただきたいと思っておりますので、ご了承ください。

まず、性的マイノリティの方からの相談があった場合には、必要に応じて、専門相談や適切な相談窓口に繋がりますとありますが、それら相談機関はどのようなところか具体的なところをご説明くださいとご質問いただいております。こちらは相談内容によって繋ぐ先が異なりますが、必要に応じて、県の性的マイノリティ専門相談窓口や、民間の相談窓口である LGBTQ+のいのちの相談窓口、よりそいホットライン、専門の SNS チャットなどが想定されます。その他、もちろん市の相談窓口で対応すべきこと、例えば問題となっているのが生活困窮であれば、市の担当部署の方でお話を伺うなどの対応をすることとなります。

続きまして、そういった相談は今までにどのような場所でどのぐらいの相談がありましたかというご質問をいただいております。こちらにつきましては、実際に性的マイノリティの方の相談について、統計を取りはじめたのが、今年度からの取り組みになります。保健センターでは1件、こころの相談という形で相談を受けております。実際には相談者が開示していないだけで受けている可能性もあると考えているため、実際の数字では把握が困難な部分があるのが現状です。しかし今後、相談対象になると計画にも位置づけることで、必要な支援や相談につなぐことができる機会が広がると考えられるため、国でも推奨しているという背景がございます。

	<p>またもう一つ、パートナーシップ宣誓制度をつくば市、もしくは茨城県がとっているということを、今回初めて知りましたということで、市民の認知度、周知度や利用者数はどうなっていますかというご質問をいただいております。パートナーシップ宣誓制度とは、茨城県全域で県が行っている制度となります。これらの宣誓を受けていると、今まで家族しか認められなかった、公営住宅の入居申し込みや公立病院での手術の同意等の際に、証明として利用できるようなものとなります。なお、県全体では11月末時点で、77件の登録があるとのこと。つくば市の登録数は県に問い合わせたところ、アウトティングの関係で数字は公表できないということでしたが、実際につくば市でも申請者自体はいるとの回答をいただいております。また、市でも当制度については、ホームページはもとより、年4回発行している、男女共同参画室だよりでも毎回記事として掲載するなど、広報を行っています。実際に申請があるということなので、ある程度の周知は図られているのかなと推察されます。説明は以上となります。</p>
<p>小林会長 後藤委員</p>	<p>後藤委員いかがでしょうか。</p> <p>ありがとうございます。県の方まで問い合わせいただき、ありがとうございました。実はLGBTを考えたときに、そういう方々が本当に普通であり、結婚もでき、悩むことが少なくなればいいなとずっと思っていました。パートナーシップ宣誓自体は知っていたのですが、つくば市でも行っているということを今回調べて初めて知ったので、どんな状況なのかなと思いました。ホームページや男女共同参画室だよりなどでお知らせしているとのことですが、これも広く多くの方に知っていただき、悩むことが少なくなり、さらにもっと、そういった方々が生きやすい世の中になったらいいなと思っております。</p>
<p>小林会長</p>	<p>ありがとうございます。他に質問、ご意見等ございますか。</p>

<p>山海委員</p>	<p>自殺連携協議会にもご出席いただいている山海委員の方から何かご意見等ございますか。</p> <p>ありがとうございます。資料3を見させていただいて、大変よくまとまっていて、説明もわかりやすく、どうもありがとうございました。問題点も今後推進すべき点も、よくまとめられていると思います。私自身は、自殺連携協議会で非常に細かく、どのように連携をするかというところも伺ってはいるので、そちらでまた今後どのように進めていくか拝見させていただき、また意見を述べたいと思います。私からは、以上になります。</p>
<p>小林会長</p>	<p>ありがとうございました。私の方から個人的な意見失礼します。</p> <p>先ほど大林委員からゲートキーパーについての設問の中で、職業を聞いていますかという内容がありましたが、様々な検討に対して今後のヒントになるかと思しますので、私としてはやはり職業も聞いた方がよろしいのではないかと思います。そちらも検討いただければと思います。</p>
<p>事務局</p>	<p>ご意見ありがとうございます。今後の施策の方で、考えて参りたいと思います。</p>
<p>小林会長</p>	<p>ありがとうございます。よろしく願いいたします。他には何かございますか。</p>
<p>萩谷委員</p>	<p>資料3の 14 ページ、つくば市健康づくり推進協議会内の、体育協会の名称が変わっておりますので、スポーツ協会に変更をお願いします。</p>
<p>事務局</p>	<p>かしこまりました。大変失礼いたしました。つくば市スポーツ協会という名称でよろしいでしょうか。こちらに変更いたします。</p>
<p>小林会長</p>	<p>その他よろしいでしょうか。ありがとうございます。全体をとおして、いただいたご質問やご意見等については修正部分がそれほど大きく</p>

はないかと思しますので、私と事務局の方で修正させていただき、委員の皆様へ後日お送りするという形でよろしいでしょうか。

それでは、協議事項について終了させていただきたいと思ひます。皆様へご協力いただき、滞りなく進行することができました。ありがとうございます。ここで、議長の任を解かせていただきます。

<その他>

今後について、事務局より説明。

本協議会へいただいたご意見について、会長と相談のうえ修正し、委員の皆様へ資料をお送りする。また、前述の書面をもって、第4期つくば市健康増進計画の中間評価の方針及びつくば市自殺対策計画中間評価の内容について、委員の皆様へご了承をいただく形とさせていただきます。

## 令和 5 年度 第 4 期つくば市健康増進計画中間評価の概要

## 1. 目的

第 4 期つくば市健康増進計画の中間年度である令和 5 年度に評価を行うことで、第 4 期後半及び次期計画における活動方針の基礎資料とする。

## 2. 調査方法

市民に対し、個別に回答依頼を郵送通知。いばらき電子申請システムおよび紙面でのアンケート調査を行う。

- ・ 20-50代：ハガキ郵送、いばらき電子申請システムによる回答
- ・ 60-80代：アンケート郵送、紙面による回答（電子申請も可能なようQRコードをつける）

実施期間（予定）：令和 5 年 6 月 1 日から 7 月 31 日まで（2 か月間）

調査対象者：20歳以上の市民（無作為抽出）

年代	(A) R4.10.1現在 対象者数	(B) 統計上最低限 必要な数（誤 差5%）	R5中間評価（予定）														
			調 査 法  (年代)	(C)目標回収数		(D)回収率(R元)%		(E)配布数			(F)回収数(想定)						
				男性	女性	男性	女性	男性	女性	合計	男性	女性	合計	合計			
一 般	20～39歳	67,962	382	電 子 申 請	20代	50	50	18	29	560	350	910	100.8	101.5	202.3	405.8	
					30代	50	50	33	44	310	230	540	102.3	101.2	203.5		
	40～59歳	71,737	383		40代	50	50	32	49	320	210	530	102.4	102.9	205.3	410.8	
					50代	50	50	43	62	240	165	405	103.2	102.3	205.5		
	60歳以上	60,058	382		郵 送	60代	50	50	63	66	100	100	200	63.0	66.0	129.0	382.2
						70代	50	50	76	72	85	90	175	64.6	64.8	129.4	
80代				50		50	57	47	110	130	240	62.7	61.1	123.8			
計	199,757	1,147								1,725	1,275	3,000	599	599.8	1,198.8	1,198.8	

※ 統計上最低限必要な数は、算定式にあてはめ算出（統計・データ活用推進室よりアドバイス）。

※ R元年(本調査)時と、回答方法が異なる20-50代について、回答率の低下を見込み、配布数を増量した。

## 3. 中間評価のまとめ方

第 4 期つくば市健康増進計画「健康つくば 2 1」の概要にある各分野ごとの目標値（市）に沿って評価を行う。

分野	健康に関する主要課題と令和 7 年度の目標値（市）	R元年度実績値
分野 1：生活習慣病の発症と重症化予防	特定健診の受診率（つくば市国民健康保険加入者） 60%以上	38.9%
分野 2：栄養・食生活	1日3食主食・主菜・副菜をそろえて規則正しく食べている人の割合 すべての年代：60%以上	省略（概要版参照）
分野 3：生活活動と運動	運動習慣のある成人の割合 男性：37%、女性：29%	男性：28.1%、女性：20.7%
分野 4：休養・こころの健康	ストレスや悩みを感じた時に相談する相手がいる人の割合 成人全体：85%以上	77.7%
分野 5：喫煙・飲酒	成人喫煙者の割合 男性：15%以下、女性：3%以下	男性：16.4%、女性：5.1%
分野 6：歯と口腔の健康	年に1回程度、歯の定期検診を受けている成人の割合 65%以上	50.3%
分野 7：健康づくり・健康管理の支援	かかりつけ医・歯科医・薬局を持っている成人の割合 それぞれ85%以上	65.3%、65.6%、40.7%

# 令和5年度 つくば市健康増進計画「健康つくば21」中間アンケート(案) 御協力をお願い

一般用:20歳以上

つくば市では、健康増進計画「健康つくば21」を作成しています。今年度は、計画の中間評価の年となっております。

このアンケートでは、皆さんの健康への意識等についてお聞きし、各ライフステージにおける健康づくり支援のための事業や、計画に活かしていこうと考えています。

ご多用のところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨を御理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

※この調査の実施にあたりましては、市内にお住いの20歳以上の皆さんから、令和5年〇月〇日現在の住民基本台帳をもとに、無作為に3000名を選ばせていただきました。調査の結果はすべて統計的に処理し、回答者のお名前などを公表するようなことは一切ありません。

## ◆回答方法

①ご記入後、調査票は、**令和5年〇月〇日(〇)までに、同封の返信用封筒(切手は不要です)に入れて、郵便ポストにご投函ください。**

②右のQRコードの読み取りにて、**電子申請での回答も可能です。**  
(①か②どちらか一方の回答を選択ください)



## ◆問合せ先

つくば市 保健部健康増進課 健康総務係 TEL:029-883-1111(代表)

## あなた自身のことについて

問1. あなたの性別を教えてください  (1) 男性  (2) 女性  (3) 回答を控える

問2. あなたの年齢をご記入ください  歳

問3. あなたの職業を選択してください

- (1) 常勤職員(研究職を除く)  (2) 研究職  (3) 自営業  (4) 専業農家  
 (5) パート・アルバイト  (6) 学生  (7) 家事専業  (8) その他  (9) 無職

問4. 現在、あなたが加入している健康保険を選択してください

- (1) 協会けんぽ  (2) 組合保険  (3) 共済組合  (4) 国民健康保険  
 (5) 後期高齢者医療保険  (6) その他(わからない、加入していない含む)

問5. 自分を健康だと思いますか

- (1) 健康である  (2) まあ健康である  (3) やや不健康である  (4) 不健康である

問6. 健康に関心をもっていますか

- (1) 関心がある  (2) 少し関心がある  (3) あまり関心がない  (4) 関心がない

問7. <女性にお聞きします>現在、妊娠中、または産後1年以内ですか

- (1) 妊娠中  (2) 産後1年以内  (3) 該当しない

## 1. 生活習慣病の発症と重症化予防

問8. どのくらいの頻度で健康診断(がん検診以外)を受けていますか

- |                             |           |             |
|-----------------------------|-----------|-------------|
| (1) ほぼ毎年                    | (2) 2年に1回 | (3) 3~4年に1回 |
| (4) 5年以上受けていない(受けたことがないも含む) |           |             |



問8-2. 問8で「(1)ほぼ毎年 (2)2年に1回 (3)3~4年に1回」と答えた方へ  
どのような健診(健康診断)ですか

- |                                |           |            |
|--------------------------------|-----------|------------|
| (1) つくば市の健診(特定健診・基本健診・後期高齢者健診) | (2) 学校の健診 |            |
| (3) 職場の健診                      | (4) 人間ドック | (5) その他( ) |



問8-3. 問8で「(2)2年に1回 (3)3~4年に1回 (4)5年以上受けていない(受けたことがないも含む)」と答えた方へ

毎年健診を受診していない理由を教えてください (あてはまるものすべてに○)

- |                          |                               |
|--------------------------|-------------------------------|
| (1) 健診を受けられることを知らなかった    | (2) 時間がとれなかった                 |
| (3) 場所が遠い                | (4) 費用が高い                     |
| (5) めんどく                 | (6) 健康状態に自信がある                |
| (7) 結果が不安                | (8) 検査等(採血、胃カメラ)に不安がある        |
| (9) 医療機関で検査を受けた・医療機関に通院中 | (10) 心配なときはいつでも医療機関を受診できる     |
| (11) 毎年受ける必要性を感じない       | (12) 新型コロナウイルス感染症の影響で受診を控えている |
| (13) うっかり忘れた             | (14) その他( )                   |

問9. 定期的に受けているがん検診を教えてください

\*定期的とは、ほぼ毎年、または2年に1回受診している場合とする (あてはまるものすべてに○)

- |                 |        |       |         |        |        |
|-----------------|--------|-------|---------|--------|--------|
| (1) 胃           | (2) 大腸 | (3) 肺 | (4) 前立腺 | (5) 子宮 | (6) 乳房 |
| (7) がん検診は受けていない |        |       |         |        |        |



問9-2. 問9で「(7)がん検診は受けていない」と答えた方へ

がん検診を受けない理由は何ですか (あてはまるものすべてに○)

- |                       |               |            |              |            |
|-----------------------|---------------|------------|--------------|------------|
| (1) 忙しい               | (2) 受け方が分からない | (3) お金がかかる | (4) 受ける必要がない |            |
| (5) 医療機関にかかっているので受けない |               |            |              | (6) その他( ) |

## 2. 栄養・食生活

問10. 1日3食、主食(ごはん、パン、麺など)、主菜(肉、魚、卵など)、副菜(野菜、きのこなど)を  
そろえて規則正しく食事をしていますか

- |        |         |
|--------|---------|
| (1) はい | (2) いいえ |
|--------|---------|



問11. 食育に関心がありますか \*食育とは健康的な食習慣形成のための力を養うことです。

- (1) はい (2) いいえ

### 3. 生活活動と運動

問12. あなたは、少し息が弾む程度の運動(30分以上)をどのくらいしていますか

- (1) 1年以上継続(週2回以上) (2) 1年以上継続(週1回程) (3) 1年未満(週1回以上)  
(4) その他 (5) していない

問13. あなたは、市の運動教室やスポーツイベントに参加したことがありますか

- (1) はい (2) いいえ



問13-2. 問13で「(1)はい」と答えた方へ

教室やイベントに参加したことで、運動に対する意識の変化や、運動習慣に変化はありましたか

- (1) はい (2) いいえ

### 4. 休養・こころの健康

問14. 睡眠で休養が充分とれていますか

- (1) はい (2) いいえ

問15. あなたは、最近1ヶ月の間にストレスや悩みはありましたか

- (1) まったくない (2) あまりない (3) 多少ある (4) 大いにある

問16. あなたは、ストレスや悩みを感じたときに相談する相手はいますか

- (1) いる (2) いない

問17. あなたは、相談できる機関があることを知っていますか

- (1) 知っている (2) 知らない



問17-2. 問17で「(1)知っている」と答えた方へ

あなたは、相談できる機関に相談しようと思ったことはありますか

- (1) ある (2) ない



問17-3. 問17-2で「(2)ない」と答えた方へ

相談しようと思わない理由は何ですか (あてはまるものすべてに○)

- (1) 信頼できる相談先かわからない  
(2) 行ったことがないので行きにくい  
(3) 面倒くさい  
(4) 今は相談したいことがない  
(5) その他( )



## 5. 喫煙・飲酒

問18. あなたは、現在たばこを吸っていますか

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| (1) 主に紙巻たばこを吸っている | (2) 主に加熱式たばこを吸っている |
| (3) 以前に吸っていたことがある | (4) もともと吸わない       |

問19. 慢性閉塞性肺疾患(COPD)について知っていますか

- |           |                 |          |
|-----------|-----------------|----------|
| (1) 知っている | (2) 名前は聞いたことがある | (3) 知らない |
|-----------|-----------------|----------|

問20. お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度はどれくらいですか

- |            |            |            |            |
|------------|------------|------------|------------|
| (1) ほぼ毎日   | (2) 週に3~5回 | (3) 週に1~2回 | (4) 月に1~2回 |
| (5) 飲んでいない |            |            |            |



問20-2. 問20で「(1)ほぼ毎日 (2)週に3~5回 (3)週に1~2回 (4)月に1~2回」と答えた方へ  
飲酒日の1日当たりの飲酒量はどれくらいですか

<清酒1合(180ml)の目安>



ビール中瓶1本  
(約500ml)



焼酎35度  
(80ml)



ウイスキーダブル1杯  
(60ml)



ワイン2杯  
(240ml)

- |          |            |            |          |
|----------|------------|------------|----------|
| (1) 1合未満 | (2) 1~2合未満 | (3) 2~3合未満 | (4) 3合以上 |
|----------|------------|------------|----------|

## 6. 歯と口腔の健康

問21. 定期的に歯の検診を受けていますか

- |                |                      |
|----------------|----------------------|
| (1) 年1回以上受けている | (2) 2~3年に1度くらいは受けている |
| (3) 3年以上受けていない | (4) 受けたことがない         |

問22. 歯周病などの口腔の病気が、体の健康(感染症・糖尿病等)に影響することを知っていますか

- |        |         |
|--------|---------|
| (1) はい | (2) いいえ |
|--------|---------|

## 7. 健康づくり・健康管理の支援

問23. あなたは次のかかりつけを持っていますか (○はそれぞれにひとつ)

- |              |        |         |
|--------------|--------|---------|
| (ア) かかりつけ医   | (1) はい | (2) いいえ |
| (イ) かかりつけ歯科医 | (1) はい | (2) いいえ |
| (ウ) かかりつけ薬局  | (1) はい | (2) いいえ |

問24. あなたは、次のつくば市地区組織活動団体を知っていますか (○はそれぞれにひとつ)

- |                   |        |         |
|-------------------|--------|---------|
| (ア) 食生活改善推進員      | (1) はい | (2) いいえ |
| (イ) 運動普及推進員       | (1) はい | (2) いいえ |
| (ウ) シルバーリハビリ体操指導士 | (1) はい | (2) いいえ |

ご協力いただき、ありがとうございました。

# つくば市自殺対策計画中間評価（案）

令和5年〇月

つくば市

# 第 1 章 中間評価の概要

## 1. 中間評価の趣旨

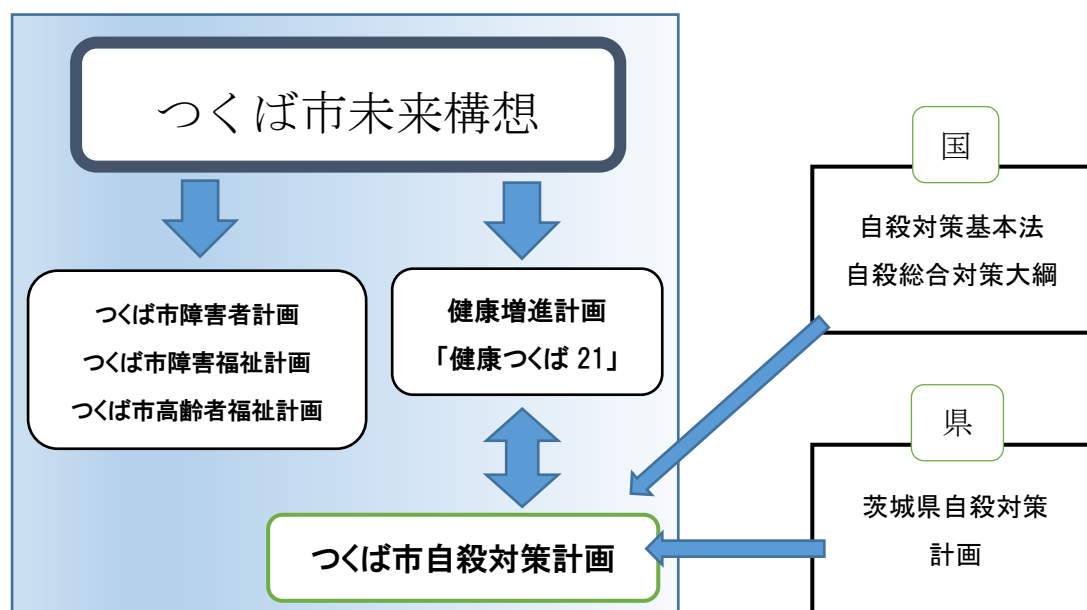
我が国の自殺者数は平成 10 年（1998 年）以降、年間 3 万人を超え、その後も高い水準で推移していました。このような中、平成 18 年（2006 年）10 月に自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）が施行され、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えられるようになり、社会全体で自殺対策が進められるようになりました。施行から 10 年目の平成 28 年（2016 年）には、自殺対策をさらに強化するため、自殺対策基本法が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し、すべての都道府県と市町村において「地域自殺対策計画」を策定することになりました。

本市では、このような自殺対策を取り巻く社会的情勢を鑑み、改正自殺対策基本法に基づいて作成された「市町村自殺対策計画策定の手引」（厚生労働省）の内容を踏まえて、全庁的な取組として更に総合的に自殺対策を推進するため、令和元年（2019 年）に「つくば市自殺対策計画」を策定しました。

この度の、中間評価では、これまでの第 1 期計画の基本的な考え方はそのままに、計画の進捗状況の中間評価を実施することで、計画策定から 3 年間で計画がどれだけ推進されたか、新たな課題は何かを洗い出し、今後 3 年で取り組むべき課題や方向性を示しました。

## 2. 計画の位置づけ

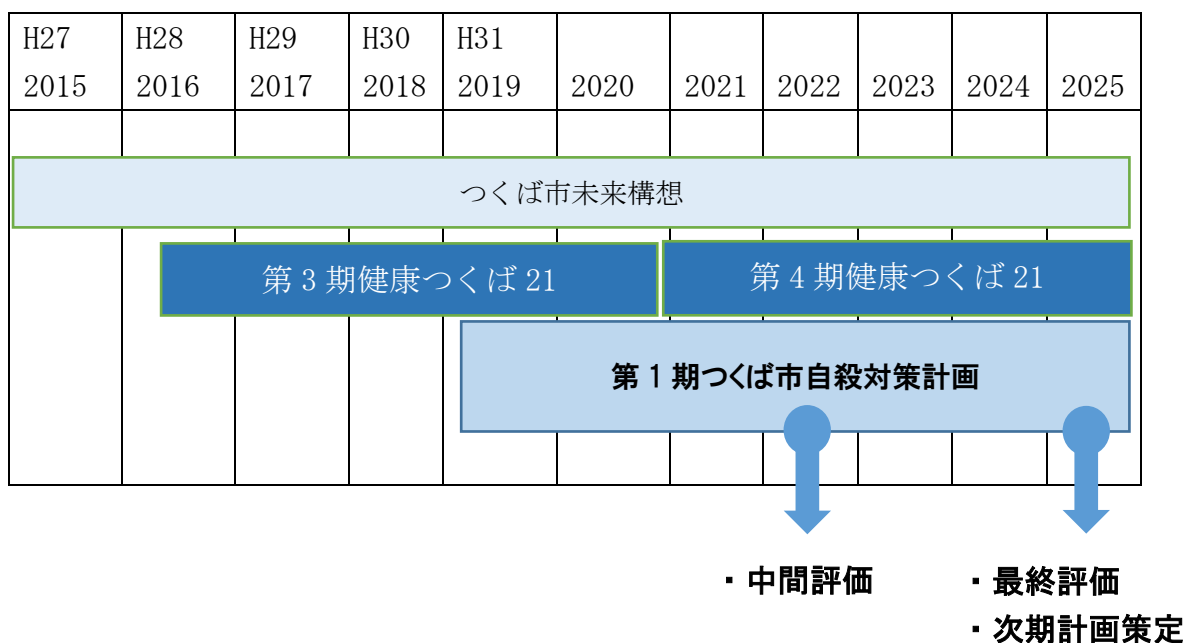
本計画は、平成 28 年に改正された自殺対策基本法に基づき、国が定めた「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～（以下「自殺総合対策大綱」という。）」の趣旨を踏まえて、同法第 13 条第 2 項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。本計画は、市の最上位計画「つくば市未来構想」を基とし、健康増進計画「健康つくば 21」と整合性を持ち、自殺対策に関連するほかの計画と連携を図るものです。



### 3. 計画の期間

国の自殺対策の指針を示した自殺総合対策大綱は、平成 19 年 6 月に策定された後、平成 20 年 10 月に内容の一部が改正され、平成 24 年 8 月には全体的な見直しがされました。また、令和 4 年 10 月には、我が国の自殺の実態や社会情勢を踏まえて、自殺対策の基本理念や基本方針等が整理されるとともに、当面の重点施策として「女性の自殺対策を更に推進する」等が新たに追加された、自殺総合対策大綱が閣議決定されました。このように自殺総合対策大綱は、これまでおおむね 5 年に一度を目安として、改訂が行われています。

こうしたことからつくば市の計画も、国の動きや自殺の実態、社会状況の変化等を踏まえる形で 7 年計画となっており、今回の中間評価は中間年度における見直しとなります。なお、本計画はその後、健康増進計画「第 5 期健康つくば 21」に盛り込みます。



#### 4. 計画の数値目標

自殺対策基本法に示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」です。そのためには、対策を通じて実現を目指す具体的な数値目標等を定めるとともに、各々の取組がどのような効果を挙げたかという、個々の取組の成果についても検証と評価を行い、必要に応じて取組内容の見直しを図っていくことが求められます。

国は、平成29年7月に閣議決定した自殺総合対策大綱において、令和8年（2026年）までに、自殺死亡率を平成27年と比べて10年間で30%以上減少させることを、国が進める自殺対策の目標として定めています。

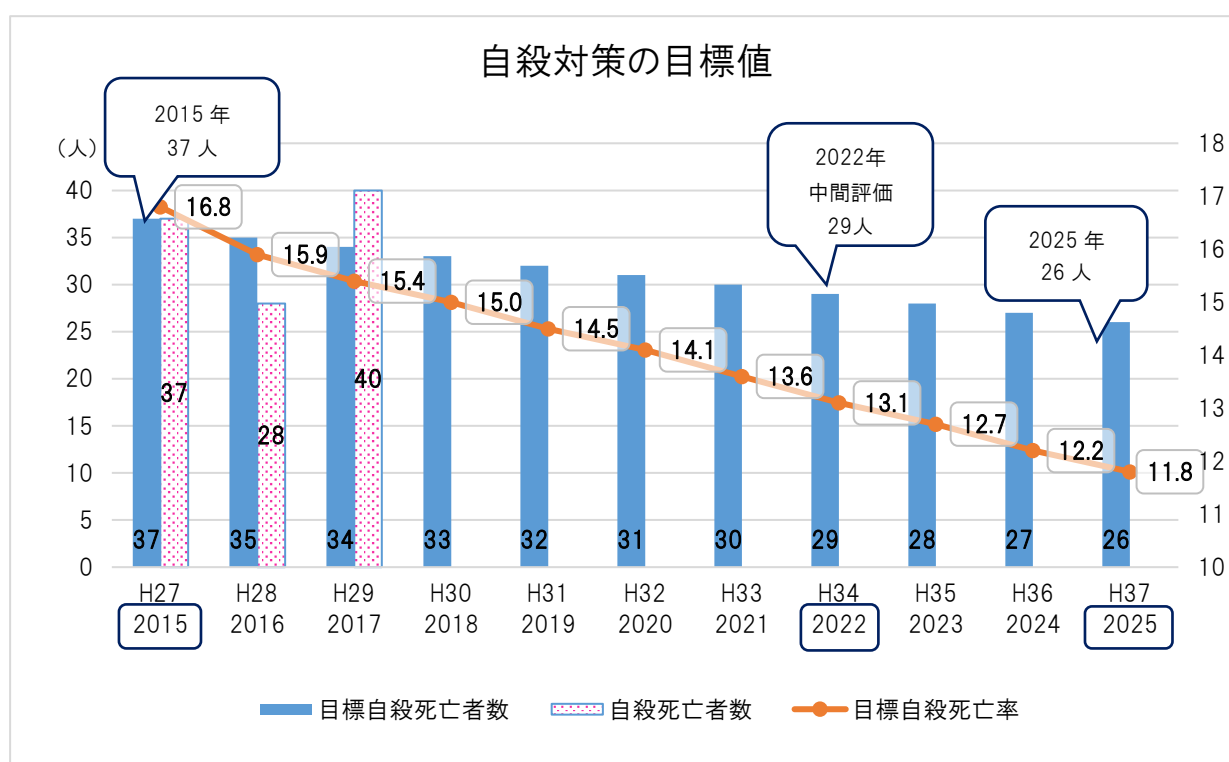
こうした国の方針を踏まえつつ、つくば市では自殺者ゼロを目指す中での当面の目標として7年後の2025年までに自殺死亡率を11.8以下（年間自殺者数26人）に減少させることを目指します。

##### 自殺対策を通じて達成すべき目標値

	計画当初 2015年	現状値 2021年	目標値 2025年	最終目標
自殺死亡率（人口10万対）	16.8	12.41	11.8	0
年間自殺死亡者数（※1）	37人	30人	26人（※2）	0人

（※1）自殺死亡者数及び自殺死亡率は自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル」による

（※2）2025年の年間自殺者数は、目標の自殺死亡率と平成27年1月1日現在住民基本台帳を基準に算出



## 5. 施策の体系

つくば市の自殺対策は、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、すべての市町村が共通して取り組むべきとされている、5つの「基本施策」と、本市における自殺の現状を踏まえてまとめた、3つの「重点施策」で構成しています。

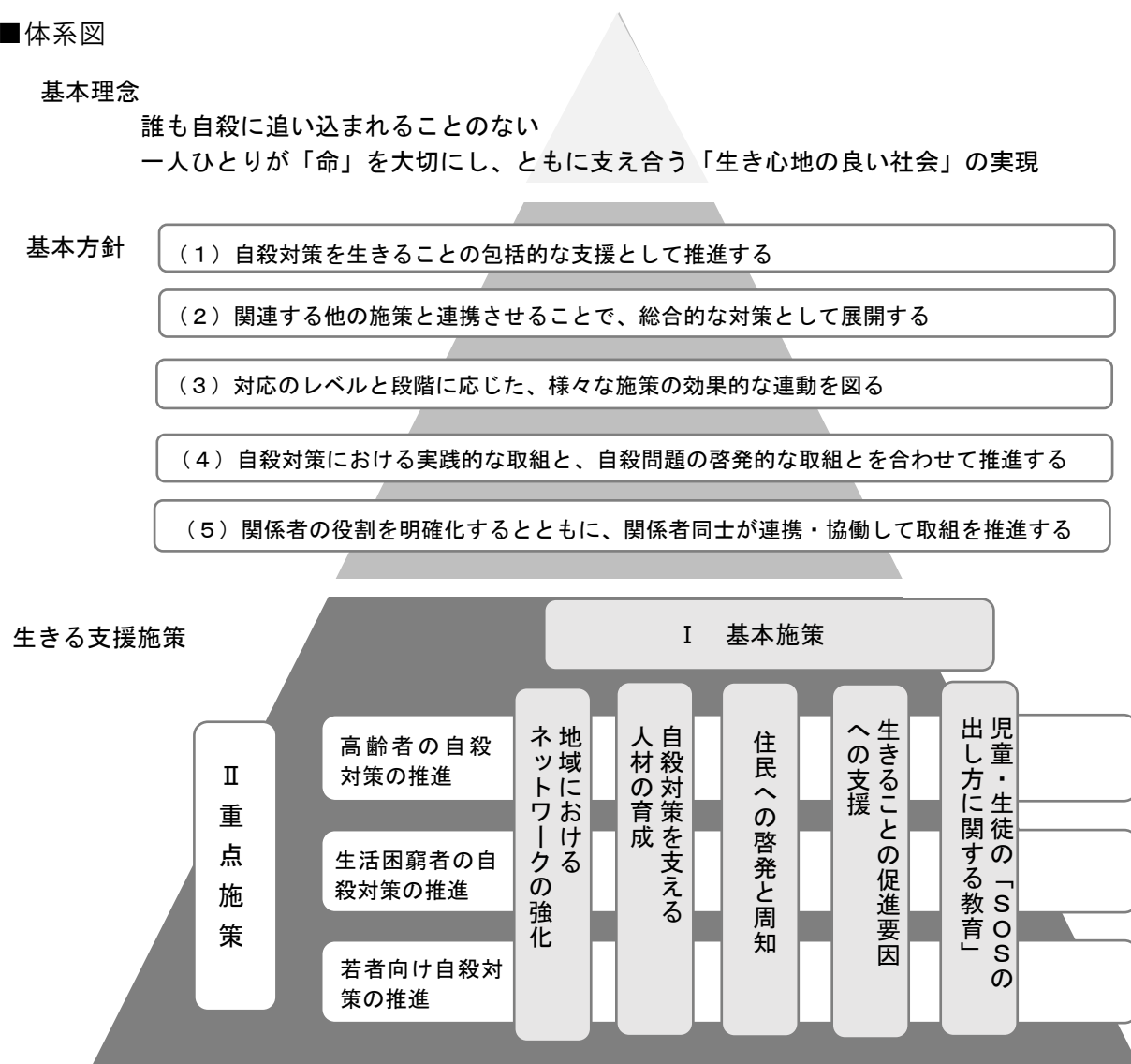
### I 基本施策

自殺総合対策大綱に基づいて、地域で自殺対策を推進するに当たり、欠かすことのできない基盤的な取組として定められています。

### II 重点施策

本市における自殺のハイリスク群である「高齢者」「生活困窮者」「若者」に重点を絞った取組です。

#### ■体系図



## 第 2 章 中間評価について

### 1. 中間評価の考え方、方法

第 1 期計画に掲げている目標について、策定時と中間評価時との比較を行い、その達成状況を次の評価基準により評価しました。

またつくば市では、第 1 期計画の推進に関する取り組みは、自殺対策庁内 WG において、年度単位の評価と進捗管理を行い、健康づくり協議会で意見聴取を行いました。

### 2. 評価の手順

つくば市自殺対策計画の各実施メニュー進捗状況（主に令和 3 年度）を 4 段階で評価しました。

各実施メニューの評価結果を踏まえて、5 つの基本施策と 3 つの重点施策について、評価を下記の表の通り数値化し、達成率に基づく中間評価を行うとともに進捗の課題を確認しました。

各実施 メニュー 評価	A：目標値をすべて達成もしくは実施	3 点
	B：一部目標値に届かないものの概ね達成 もしくは実施体制あり	2 点
	C：目標値に届かないが、施策を実施（一 部実施）	1 点
	D：未着手・検討段階	0 点
	直近の事業進捗状況や取り組み内容を考慮する。	

### 3. 施策の評価

各実施メニューの評価をもとに、各施策の評価を点数化しました。A、Bについては引き続き、事業メニューを継続して実施します。また、Cについては事業メニューを充実、Dについては、計画目標時（令和 7（2025）年）に事業メニューを再検討することとします。

評価区分	A	B	C	D
評価点	3 点	2 点台	1 点台	1 点未満

#### 4. 指標の達成状況

自殺対策計画では、5つの基本施策においてそれぞれ評価指標を設けています。計画策定時から中間評価時にかけては、ほぼ目標値を達成している状況にあります。(表1)

表1：基本施策評価指標と目標値について

計画における項目	評価指標	目標値 (2025年度)	2021年	
			実績	目標値
基本施策1 地域におけるネットワークの強化	自殺対策に関する有識者会議	必要に応じて開催する体制をとる	2回開催	2回開催
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	一般市民向けゲートキーパー研修受講者数	延べ1,000人	延べ632人	延べ450人
基本施策3 住民への啓発と周知	相談先があることを知っている人の割合(健康つくば21アンケート「相談先一覧チラシ」認知)	15%以上	—(※)	—(※)
基本施策4 生きることの促進要因への支援	1年以内に自殺を考えたことのある人の割合(健康つくば21アンケート)	5%以下	—(※)	—(※)
基本施策5 児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」	公立小中学校・義務教育学校において「SOSの出し方教育」の授業を実施している学校	100%	100%	100%

(※)2021年度においてはアンケート未実施。2025年の計画策定時に実施予定。

中間評価では、計画策定時にある基本施策139項目(延べ142項目)及び重点施策62項目(延べ64項目)について、評価手順により施策ごとに評価しました。結果は基本施策別状況と評価(表2)及び重点施策別状況と評価(表3)のとおりです。

基本施策では、全体の92%が実施及び実施体制ありという結果でした。特に、基本施策1「地域におけるネットワークの強化」と、基本施策5「児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」では実施率100%」でした。「A」及び「B」評価だった基本施策については、引き続き事業メニューを継続することとします。



表2：基本施策別状況と評価

基本施策	該 当 事 業 数	達成度※				平 均 点	評 価
		実施	実施体制 あり	一部 実施	未 実 施		
1 地域におけるネットワークの強化	4	4 100 %	0 0%	0 0%	0 0%	3	A
2 自殺対策を支える人材の育成	25	13 52%	4 16%	4 16%	4 16%	2	B
(1) 様々な職種を対象とする研修の実施	14	10	2	2	0	2.6	B
(2) 一般市民を対象とする研修の実施	9	3	2	1	3	1.6	C
(3) 学校教育に関わる人材の育成	2	0	0	1	1	1	C
3 住民への啓発と周知	27	22 82%	3 11%	0 0%	2 7%	2.6	B
(1) リーフレット・相談窓口案内の作成と周知	18	14	3	0	1	2.6	B
(2) 市民向け講演会・イベント等の開催	5	4	0	0	1	2.4	B
(3) メディアを活用した啓発活動	4	4	0	0	0	3	A
4 生きることの促進要因への支援	84	51 61%	32 38%	1 1%	0 0%	2.6	B
(1) 自殺リスクを抱える可能性のある方への支援	66	38	28	0	0	2.6	B
(2) 児童・生徒や家族に対する相談体制の充実とこころの健康	11	8	3	0	0	2.7	B
(3) 自殺未遂者への支援	1	1	0	0	0	3	A
(4) 若者の就労支援	3	2	0	1	0	2.3	B
(5) 支援者支援等の推進	3	2	1	0	0	2.7	B
5 児童・生徒の「SOS の出し方に関する教育」	2	2 100%	0 0%	0 0%	0 0%	3	A
全 体	142	92 65%	39 27%	5 4%	6 4%	2.5	B

重点施策では、全体の95%が実施及び実施体制ありという結果でした。施策別にみると、重点施策1「高齢者の自殺対策の推進」では90%、重点施策2「生活困窮者の自殺対策の推進」では100%、重点施策3「若者向け自殺対策」では100%が実施及び実施体制ありでした。「A」及び「B」評価だった基本施策については、引き続き事業メニューを継続することとします。

表3：重点施策別状況と評価

重点施策	該当事業数	達成度				平均点	評価
		実施	実施体制あり	一部実施	未実施		
<b>1 高齢者の自殺対策の推進</b>	<b>30</b>	<b>17</b> <b>57%</b>	<b>10</b> <b>33%</b>	<b>1</b> <b>3%</b>	<b>2</b> <b>7%</b>	<b>2.5</b>	<b>B</b>
(1) 高齢者への「生きるための支援」の充実と啓発、連携体制の充実	22	13	8	1	0	2.5	B
(2) 高齢者の健康づくり、社会参加及び居場所づくりの促進	3	3	0	0	0	3	A
(3) 高齢者支援に携わる人材の養成	5	1	2	0	2	1.4	C
<b>2 生活困窮者の自殺対策の推進</b>	<b>11</b>	<b>7</b> <b>64%</b>	<b>4</b> <b>36%</b>	<b>0</b> <b>0%</b>	<b>0</b> <b>0%</b>	<b>2.6</b>	<b>B</b>
(1) 生活困窮者自立支援事業との連携	2	2	0	0	0	3	A
(2) 生活困窮者に対する生きる支援の推進と連携の強化	9	5	4	0	0	2.6	B
<b>3 若者向け自殺対策</b>	<b>23</b>	<b>19</b> <b>83%</b>	<b>4</b> <b>17%</b>	<b>0</b> <b>0%</b>	<b>0</b> <b>0%</b>	<b>2.8</b>	<b>B</b>
(1) 若者が相談しやすい相談窓口の周知	7	6	1	0	0	2.7	B
(2) 妊産婦・子育てをしている保護者への支援の充実	14	11	3	0	0	2.8	B
(3) 若者が利用しやすい就労相談窓口の周知	2	2	0	0	0	3	A
<b>全体</b>	<b>64</b>	<b>43</b> <b>67%</b>	<b>18</b> <b>28%</b>	<b>1</b> <b>2%</b>	<b>2</b> <b>3%</b>	<b>2.6</b>	<b>B</b>

## 5. 「C」評価となった施策について

各施策において、「C」評価となったのは以下の項目になります。これらについては、新型コロナ等の感染状況に応じて、研修が開催できなかつたり中止になったりした影響が大きく関与しています。今後は、感染状況に配慮し、場合によっては動画配信や開催形式の検討等を行うことで、状況に応じた施策を実施し、最終評価時に目標値が達成できるよう、積極的な取り組みを行っていきます。

### 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成 (2)一般市民を対象とする研修の実施

事務事業名	課等名	自殺対策の視点から見た事業内容
民生委員児童委員協議会運営事務	社会福祉課	民生委員・児童委員にゲートキーパー研修を実施します。
栄養改善事業	健康増進課	食生活改善推進員を対象としたゲートキーパー研修を実施します。
出前教室事業	健康増進課	出前教室の講話の中で、ゲートキーパー研修を実施します。

### 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成 (3)学校教育に関わる人材の育成

事務事業名	課等名	自殺対策の視点から見た事業内容
放課後児童クラブ事業	こども育成課	放課後児童クラブの職員を対象とした研修会で、ゲートキーパー研修の受講を推奨します。
学校図書館協力員配置事業/学校図書館司書教諭補助員配置事業	教育指導課	学校図書館協力員、学校図書館司書教諭補助員へのゲートキーパー研修の受講を推奨します。

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成 (2)一般市民を対象とする研修の実施

(および重点施策1 高齢者の自殺対策の推進 (3)高齢者支援に携わる人生の養成)

事務事業名	課等名	自殺対策の視点から見た事業内容
生活支援サポーター養成研修事業	高齢福祉課	生活サポーター養成研修のカリキュラムの中で、ゲートキーパー研修を実施します。
認知症サポーター養成事業	高齢福祉課	認知症サポーターにゲートキーパー研修のちらしを配布し受講を推奨します。
シルバーリハビリ体操指導士定例会	健康増進課	シルバーリハビリ体操指導士に、ゲートキーパー研修を実施します。
運動普及推進員養成講座・継続講座	健康増進課	運動普及推進員養成講座・継続講座のカリキュラムの中で、ゲートキーパー研修を実施します。
地域見守りネットワーク事業ふれあい相談員養成	つくば市社会福祉協議会	地域で「見守り」活動を行うふれあい相談員にゲートキーパー研修の受講を推奨します。

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成 (2)一般市民を対象とする研修の実施

(および重点施策3 若者向け自殺対策 (2)妊産婦・子育てをしている保護者への支援の充実)

事務事業名	課等名	自殺対策の視点から見た事業内容
子育て支援事業	こども政策課	ファミリーサポート会員にゲートキーパー研修の情報提供をします。

## 第 3 章 今後の取り組みについて

今回の中間評価の結果等に基づき、事業内容について検討し、以下の取り組みを進めてまいります。

### 1. 性的マイノリティの現状

令和4年の自殺総合対策大綱の見直しにおいて、社会全体の自殺リスクを低下させるための施策の一環として、性的マイノリティに対する支援の充実があげられています。性的マイノリティの方々は、自殺念慮の割合が高いことが指摘されており、その背景には周囲の無理解や偏見、自身の性的指向や性自認を理解されないことへの不安があると考えられます。

自殺リスクの高さを証拠づけるものとして、ゲイ・バイセクシャル男性を対象にした1999年(1,025人)と2005年(5,731人)の全国的な調査がありましたが、それによると回答者全体の65%前後に自殺念慮経験があり、15%前後に自殺未遂経験があったとの結果が明らかになっています。

また、2016年実施の性的マイノリティの方をはじめとした全国インターネット調査結果(有効回答数15,064人)によれば、特に「刃物で自分の体を傷つけた」という自傷行為の経験に関しての質問項目においては、若者層に集中しており、10代に限定するとトランス男性50%、トランス女性42.9%と高率になっています。首都圏の男子中高生における自傷行為の経験率が7.5%(Matsumoto T, Imamura F, 2008)であり、比較すると特に10代の自傷率は6倍以上高くなっている現状があります。

つくば市では自殺総合対策大綱の内容の反映も鑑み、自殺対策計画の事業内容の変更を行います。

出典：日高康晴.LGBT当事者の意識調査～いじめ問題と職場環境等の課題～(2016年調査)

Hidaka Y, Operario D(2006)Attempted suicide, psychological health and exposure to harassment among Japanese homosexual, bisexual or men questioning their sexual

日高康晴(2016)ゲイ・バイセクシャル男性の健康レポート2015

## 2. 事業内容の変更について

中間評価に際して、以下の項目について事業内容の変更を行い、計画に基づき取り組みを進めてまいります。

計画策定時	中間評価以降の行政の取り組み	計画頁
出前教室の講話の中で、ゲートキーパー研修を実施します。	シルバークラブを対象とした、ゲートキーパー研修を実施していきます。	P28
配偶者やパートナーから暴力を受けている方等への相談を実施し、必要に応じて他の相談支援につなぎます。	配偶者やパートナーから暴力を受けている方等への相談を実施し、必要に応じて他の相談支援につなぎます。 また、性的マイノリティの方からの相談があった場合には、必要に応じて専門相談につなぎます。	P32
中年者のこころの悩みの相談に対し、状況把握に努め、必要に応じて適切な相談窓口につなぎます。	中年者や、性的マイノリティの方からのこころの悩みの相談に対し、状況把握に努め、必要に応じて適切な相談窓口につなぎます。	P34
自殺念慮や自殺未遂の相談に対し、障害福祉課や保健所等、関係機関と連携し支援にあたります。	自殺念慮や自殺未遂の相談に対し、障害福祉課や保健所等、関係機関と連携し支援にあたります。 <b>また、自殺未遂者を対象として、警察、消防、救急医療機関と連携し、再企図の予防を目的として必要な制度等につなげ、見守る支援を実施します。</b>	P36
高齢者のこころの悩みの相談に対し、状況把握に努め、必要に応じて適切な相談窓口につなぎます。	高齢者や、性的マイノリティの方のこころの悩みの相談に対し、状況把握に努め、必要に応じて適切な相談窓口につなぎます。	P40
若者の様々なこころの悩みやひきこもり等の相談に対し、関係機関と連携し支援にあたります。	若者の様々なこころの悩みやひきこもり、性的マイノリティ等の相談に対し、関係機関と連携し支援にあたります。	P44

### 3. 事業内容の追加について

現在、学校では SOS の出し方教育の一環として、生徒の状況把握のための定期的なアンケートや、生徒が相談できる窓口の周知なども計画的に実施しております。また、友人関係作りの大切さや他者を思いやることの大切さを学んでいく学校の教育活動の一環として、年齢によっては、より高度な内容でのメンタルヘルスの普及啓発も可能と考えられます。

令和4年改定の「自殺総合対策大綱」において、子ども・若者の自殺対策の更なる推進と強化が重点的に取り組む課題として明言され、若者を含めたゲートキーパーの養成も推奨されていることから、中間評価に際して、以下の項目を追加し、取り組みを進めてまいります。

#### 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成 (2) 一般市民を対象とする研修の実施

事務事業名	課等名	自殺対策の視点から見た事業内容	計画項
自殺対策事業	健康増進課	中学生等、若者を対象としたゲートキーパー研修を実施していきます。	P28

## 第 4 章 推進体制

つくば市自殺対策計画に基づく各事業は、引き続き次の体制により推進していきます。

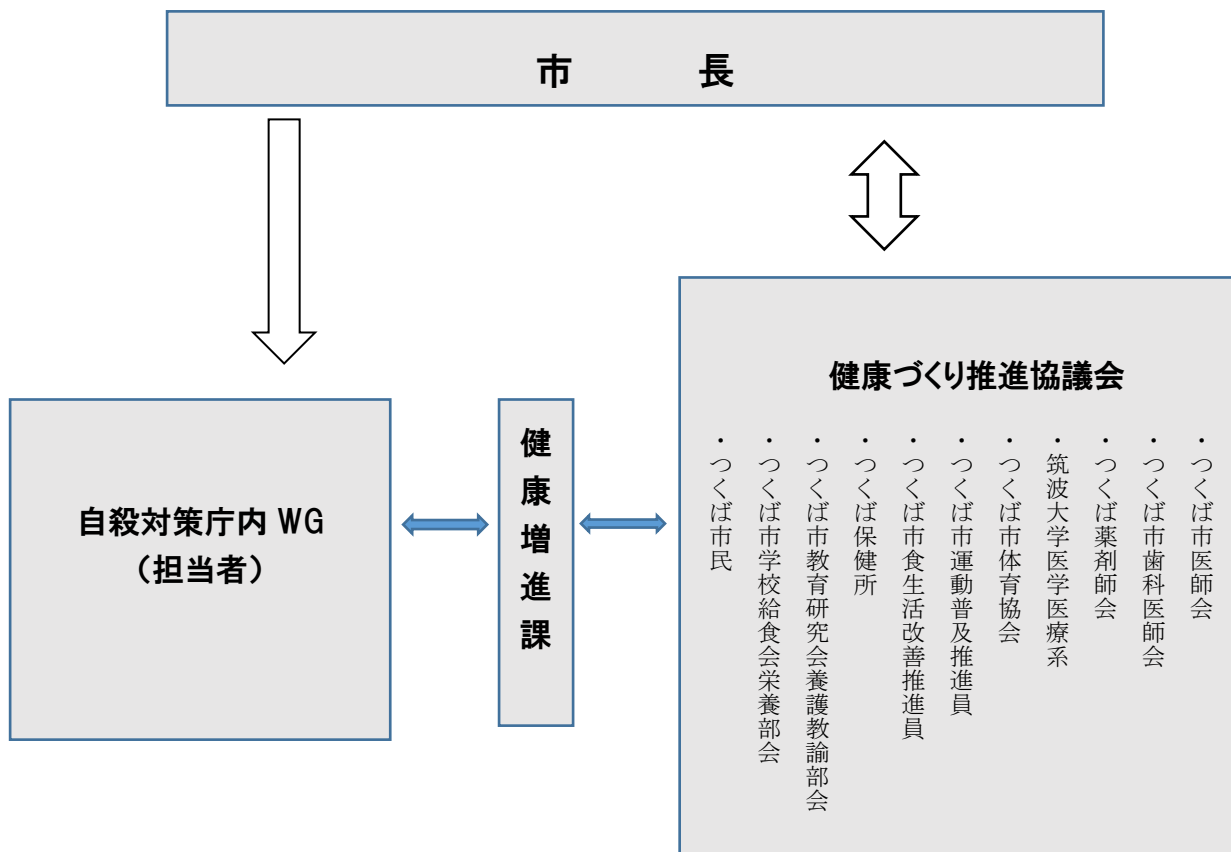
### 1. 健康づくり推進協議会

庁内外の関係機関や民間団体等との緊密な連携を図るとともに、様々な関係者の知見を生かして自殺対策を総合的に推進するため、庁内外の関係機関や専門家等を構成員としています。自殺対策事業や自殺対策計画の内容等についてご意見をいただきます。

### 2. 自殺対策庁内WG

本計画における基本施策、重点施策及び関連する生きる支援については、自殺対策庁内ワーキンググループを中心としたPDCAサイクルによる年度単位の評価を実施し、併せて健康づくり推進協議会での意見を取り入れることで目標の達成に向けた自殺対策の着実な推進を図ります。

## つくば市自殺対策事業の推進体制





# 「自殺総合対策大綱」 第4章 自殺総合対策における当面の重点施策の概要

## 1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

- 地域自殺実態プロファイル、地域自殺対策の政策パッケージの作成
- 地域自殺対策計画の策定・見直し等の支援
- **地域自殺対策推進センターへの支援**
  - ・地域自殺対策推進センター長の設置の支援
  - ・全国の地域自殺対策推進センター長による会議の開催に向けた支援
- 自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

## 2. 国民一人ひとりの気つきと見守りを促す

- 自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- **児童生徒の自殺対策に資する教育の実施**
  - ・命の大切さ、尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
- **自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及、うつ病等についての普及啓発**
  - ・「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「自殺対策とは、生きることの包括的支援である」という認識の普及
  - ・メンタルヘルスの正しい知識の普及促進

## 3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- **自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用**
  - ・相談機関等に集約される情報の活用を検討
- **子ども・若者及び女性等の自殺調査、死因究明制度との連動**
  - ・自殺等の事案について詳細な調査・分析
  - ・予防のための子どもの死に検証(CDR; Child Death Review)の推進
  - ・若者、女性及び性的マイノリティの生きづらさ等に関する支援一体系の実態把握
- **コロナ禍における自殺等の調査**
- **うつ病等の精神疾患の病態解明等**につなげる学際的研究

## 4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る

- 大学や専修学校等と連携した自殺対策教育の推進
- 連携調整を担う人材の養成
- かかりつけ医、地域保健スタッフ、公的機関職員等の資質向上
- 教職員に対する普及啓発
- 介護支援専門員等への研修
- **ゲートキーパーの養成**
  - ・若者を含めたゲートキーパー養成
- **自殺対策従事者への心のケア**
  - ・スーパーバイザーの役割を果たす専門職の配置等を支援
- **家族・知人、ゲートキーパー等を含めた支援者への支援**

## 5. 心の健康を支援する環境と心の健康づくりを推進する

- **職場におけるメンタルヘルス対策の推進**
  - ・パワーハラスメント対策の推進、SNS相談の実施
- 地域における心の健康づくり推進体制の整備
- 学校における心の健康づくり推進体制の整備
- 大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

## 6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

- 精神科医療、保健、福祉等の連携性の向上、専門職の配置
- **精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等**
  - ・自殺の危険性の高い人を早期に発見し確実に精神科医療につなげるよう体制の充実
- **子どもに対する精神保健医療福祉サービスの提供体制の整備**
  - ・子どもの心の診療体制の整備
- うつ病、依存症等うつ病以外の精神疾患等によるハイリスク者対策

## 7. 社会全体の自殺リスクを低下させる

- **相談体制の充実と相談窓口情報等の分かりやすい発信、アウトリーチ強化**
- **ICT（インターネット・SNS等）活用**
  - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進。
- **インターネット上の誹謗中傷及び自殺関連情報対策の強化**
  - ・自殺の誘引・勧誘等情報についての必要な自殺防止措置・サイバーパトロールによる取組を推進
  - ・特定個人を誹謗中傷する書き込みの速やかな削除の支援や人権相談等を実施
- ひきこもり、児童虐待、性犯罪・性暴力の被害者、生活困窮者、ひとり親家庭に対する支援
- **性的マイノリティの方等に対する支援の充実**
- 関係機関等の連携に必要な情報共有
- **自殺対策に資する居場所づくりの推進**
  - ・オンラインでの取組も含めて孤立を防ぐための居場所づくり等を推進
- **報道機関に対するWHOガイドライン等の周知**
- **自殺対策に関する国際協力の推進**



# 「自殺総合対策大綱」 第4章 自殺総合対策における当面の重点施策の概要

## 8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

- 地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備
- 救急医療機関における精神科医による診療体制等の充実
- 医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化
  - ・自殺未遂者を退院後に円滑に精神科医療につなげるための医療連携体制の整備
  - ・自殺未遂者から得られた実態を分析し、匿名でのデータベース化を推進
- 居場所づくりとの運動による支援
- 家族等の身近な支援者に対する支援
  - ・傾聴スキルを学べる動画等の作成・啓発
- 学校、職場等での事後対応の促進

## 9. 遺された人への支援を充実する

- 遺族の自助グループ等の運営支援
- 学校、職場等での事後対応の促進
  - ・学校、職場、公的機関における遺族等に寄り添った事後対応等の促進
- 遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等
  - ・遺族等が直面する行政上の諸手続や法的問題等への支援の推進
- 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- 遺児等への支援
  - ・ヤングケアラーとなっている遺児の支援強化

## 10. 民間団体との連携を強化する

- 民間団体の人材育成に対する支援
- 地域における連携体制の確立
- 民間団体の相談事業に対する支援
  - ・多様な相談ニーズに対応するため、SNS等を活用した相談事業支援を拡充
- 民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

## 11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

- いじめを苦にした子どもの自殺の予防
- 学生・生徒への支援充実
  - ・長期休業の前後の時期における自殺予防を推進
  - ・タブレット端末の活用等による自殺リスクの把握やブッシュ型の支援情報の発信を推進
  - ・学校、地域の支援者等が連携して子どもの自殺対策にあたることのできる仕組みや緊急対応時の教職員等が迅速に相談を行える体制の構築
  - ・不登校の子どもへの支援について、学校内外における居場所等の確保
- SOSの出し方に関する教育の推進
  - ・命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
  - ・子どもがSOSを出しやすい環境を整えるとともに、大人が子どものSOSを受け止められる体制を構築
- 子ども・若者への支援や若者の特性に応じた支援の充実
  - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進
- 知人等への支援
  - ・ゲートキーパー等を含めた自殺対策従事者の心の健康を維持する仕組みづくり
- 子ども・若者の自殺対策を推進するための体制整備
  - ・子ども家庭庁と連携し、体制整備を検討

## 12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

- 長時間労働の是正
  - ・勤務時間管理の徹底及び長時間労働の是正の推進
  - ・勤務時間インターバル制度の導入促進
  - ・コロナ禍で進んだテレワークを含め、職場のメンタルヘルス対策の推進
  - ・「過労死等の防止のための対策に関する大綱」に基づき、過労死等の防止対策を推進
  - ・副業・兼業への対応
- 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ハラスメント防止対策
  - ・パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント、妊娠・出産等に関するハラスメントの防止

## 13. 女性の自殺対策を更に推進する

- 妊産婦への支援の充実 (新設)
  - ・予期せぬ妊娠等により身体的・精神的な悩みや不安を抱えた若年妊婦等について性と健康の相談センター事業等による支援を推進
- コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援
  - ・子育て中の女性等を対象にきめ細かな就職支援
  - ・配偶者等からの暴力の相談体制の整備を進める等、被害者支援の更なる充実
  - ・様々な困難・課題を抱える女性に寄り添ったきめ細かい相談支援等の地方公共団体による取組を支援
- 困難な問題を抱える女性への支援