

八王子市健康医療計画

令和 6 から令和 11 年度(2024 から 2029 年度)

【素案】

令和5年(2023 年)12 月 八王子市

市長挨拶

目 次

第1章 計画の策定にあたって

- 1 計画策定の背景と趣旨
- 2 計画の位置付け及び計画の性格
- 3 計画の期間
- 4 計画の策定体制
 - (1) 八王子市保健医療計画推進会議及び八王子市保健医療計画
庁内連絡会の設置
 - (2) 市民意識調査の実施
 - (3) パブリックコメントの実施

第2章 八王子市の現状と課題

- 1 八王子市の健康と保健医療の現状
 - (1) 第3期保健医療計画の評価
 - (2) 八王子市の人口動態
 - (3) 八王子市民の健康等の状況
 - (4) 第4期八王子市保健医療計画に係る市民意識調査の結果
- 2 八王子市の健康と保健医療の課題

第3章 本計画の目指すもの

- 1 基本理念
- 2 計画の視点
- 3 計画の体系

第4章 施策の展開

- 視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために
- 基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進
- 基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進
- 視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために
- 基本目標1 日常の医療体制の整備
- 基本目標2 緊急時の医療体制の整備
- 基本目標3 在宅療養体制の整備

第5章 ライフステージ等に応じた取組

第6章 計画の円滑な推進

- 1 計画の推進
 - (1) 推進体制
 - (2) 評価体制
 - (3) 進行管理

資料編

- 1 市民意識調査結果の概要
- 2 用語集
- 3 八王子市保健医療計画推進会議開催要綱
- 4 八王子市保健医療計画推進会議 委員名簿
- 5 策定経過

第1章

計画の策定にあたって

1 計画策定の背景と趣旨

我が国では、急速な少子高齢化の進展等により、保健・医療を取り巻く課題が多様化・複雑化しています。さらには、新型コロナウイルス感染症の流行による市民の行動や生活様式の変化も相まって、心身の健康に大きな変化をもたらしています。

国では、令和6年度を計画開始とする健康日本 21(第3次)が策定されており、第2次より「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を引き継ぎ、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、「ライフコース」を加えた4つを基本的な方向とすることが示されています。また、第8次医療計画に関して、医療連携体制に関する事項等について取りまとめられております。

本市では、「自分で、家庭で、地域で笑顔あふれる健康なまちづくり」を基本理念とし、平成 30 年4月に「第3期八王子市保健医療計画」を策定し、9つの重点分野、6つのライフステージに応じた様々な健康づくりに関する取組を推進してきました。

今回策定する「八王子市健康医療計画」は、国や都の関連する法令や計画との整合を図り、かつこれまでの本市の取組みに関する評価、市民意識調査の集計結果や分析内容、近年の社会情勢の変化等を踏まえ、これからの本市の健康医療分野における施策の方向性を示すものです。

市民の健康の維持・増進は地域づくり・まちづくりの根幹になるものです。市民自らの行動につながる「自然に健康になれる環境づくり」を推進する姿勢をわかりやすく伝えるため、計画の名称を「保健医療計画」から「健康医療計画」に変更し、「八王子市健康医療計画」を策定することとしました。

2 計画の位置付け及び計画の性格

(1) 計画の位置付け

本計画は、健康増進法第8条第2項に定める「市町村健康増進計画」として位置付け、国の「健康日本 21(第3次)」及び東京都の「東京都健康増進プラン 21(第3次)」、国の「第8次医療計画」との整合を図るものとします。

(2) 計画の性格

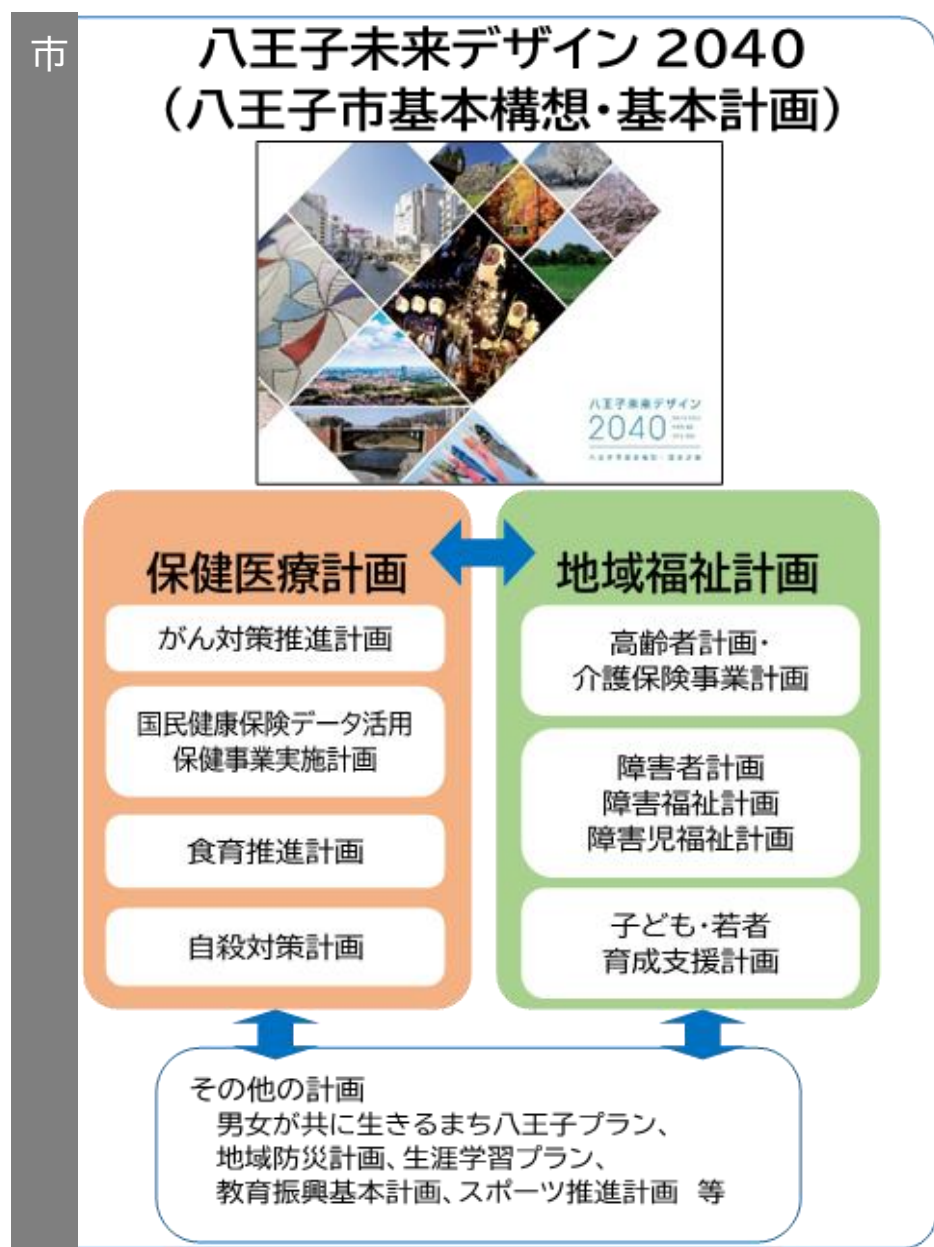
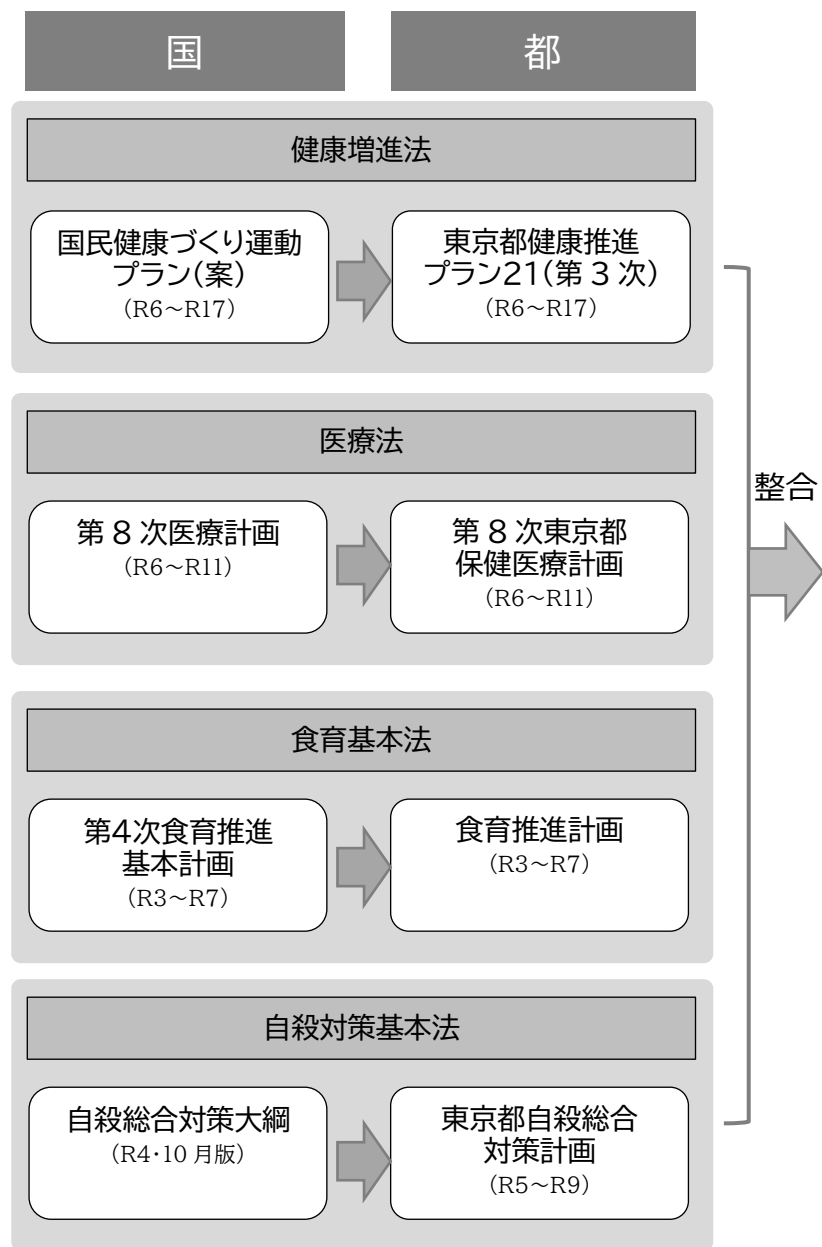
本計画は八王子市基本構想・基本計画「八王子未来デザイン2040」を上位計画とし、福祉分野の総合的・包括的な計画である「八王子市地域福祉計画」との整合を図るものとします。

また、持続可能な社会を実現するための重要な指針として国連で採択されたSDGs(持続可能な開発目標 Sustainable Development Goals)、国内実施と国際協力の両面において推進していくために策定された「SDGsアクションプラン2023」に基づき、「誰一人取り残さない」という基本的理念について、政府が優先課題に取り組む際、主要原則の1つとして、分野を問わず適用することとしています。

市の基本構想に掲げる6つの都市像(私たちが目指すまち)は、SDGsの理念と共通しており、「八王子未来デザイン 2040」は SDGsと関連づけて策定されています。その中でも以下の4つが本計画と特に関連の強い目標となっています。

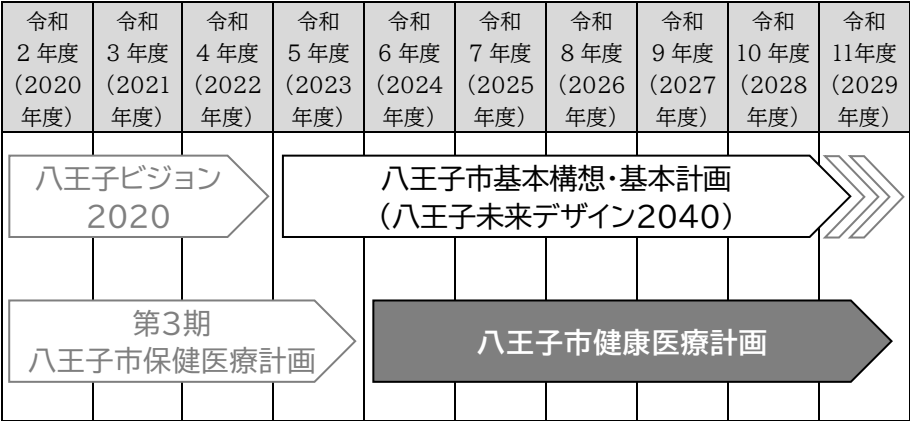
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS





3 計画の期間

本計画は、令和6年度(2024 年度)から令和 11 年度(2029 年度)の6年間を計画期間とします。なお、社会情勢の変化などにより、必要に応じて本計画を改定する場合があります。



4 計画の策定体制

(1) 八王子市保健医療計画推進会議及び八王子市保健医療計画庁内連絡会の設置

本計画の策定や進行管理を行うため、学識経験を有する者、保健医療・福祉・教育関係者などに加え、公募による市民委員で構成する八王子市保健医療計画推進会議を設置しています。

また、本市関係部署にかかる横断的な検討・調整を行うため、本市職員で構成する八王子市保健医療計画庁内連絡会を設置しています。

(2) 市民意識調査の実施

本計画の策定にあたって、市民の健康に関する基礎資料を得ることと市民の声を計画に反映することを目的として、令和4年 10 月 11 月にかけて、無作為抽出により市内居住の 18 歳から 74 歳までの男女 5,000 名を対象に「第4期八王子市保健医療計画策定に係る市民意識調査」(以下「令和4年度市民意識調査」という。)を実施しました。

(3)パブリックコメントの実施

未実施のため、文章未作成

第2章

八王子市の現状と課題

1 八王子市の健康と医療の現状

(1) 第3期保健医療計画の評価

①評価の概要

第3期保健医療計画における取組の進捗状況について、ここでは令和4年度の評価の結果について説明します。

評価にあたっては、23の施策に基づいた64の取組、231の評価対象事業について、事業を実施した部署が進捗状況を4段階で評価しています。

231事業のうち、「S 目標以上に進捗している」が1.7%、「A 順調に進捗している」が94.8%、「B 取組に遅れがある」が3.5%となっています。なお、「C 達成困難」に該当する事業はありませんでした。

基本目標ごとで見ると、Sは視点1ー1「生涯を通じた健康づくりの推進」、視点2ー1「日常の医療体制の整備」、視点2ー2「在宅療養体制の整備」に分布しています。

一方、Bの評価は、視点1ー1「生涯を通じた健康づくりの推進」の特に「生活習慣病予防の発症と重症化予防」及び視点2ー1「安全な生活を安心して送れる環境づくりの推進」で割合がやや高くなっています。

表 第3期 保健医療計画の進捗状況（令和4年度評価）

視点	基本目標	施策	通し番号	取組数	評価対象事業数	進捗状況			
						S:目標以上に進捗している	A:順調に進捗している	B:取組に遅れあり	C:達成困難
視点1	(1) 生涯を通じた健康づくりの推進	1 健全な生活習慣の確立 〈取組みNo1～No4〉	1～24	4	24	1	23	0	0
		2 生活習慣病予防の発症と重症化予防 〈取組みNo5～No8〉	25～49	4	25	0	22	3	0
		3 妊娠期からの切れ目のない支援の充実 〈取組みNo9～No10〉	50～52	2	3	0	3	0	0
		4 こころの健康づくり 〈取組みNo11～No12〉	53～59	2	7	0	7	0	0
		5 自殺対策の推進 〈取組みNo13〉	60～63	1	4	0	4	0	0
		6 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進 〈取組みNo14～No16〉	64～73	3	10	1	9	0	0
		7 女性の健康づくりと女性特有の疾病予防に対する支援 〈取組みNo17～No19〉	74～85	3	12	0	12	0	0
		8 がん予防と早期発見の推進 〈取組みNo20～No22〉	86～99	3	14	0	14	0	0
		9 地域で支える健康づくり 〈取組みNo23～No24〉	100～105	2	6	0	4	2	0
	(2) 安全な生活を安心して送れる環境づくりの推進	10 安全・安心で快適な環境衛生づくり 〈取組みNo25～No29〉	106～130	5	25	0	25	0	0
		11 薬の安全、薬物乱用防止対策、家庭用品の安全確保 〈取組みNo30～No31〉	131～138	2	8	0	8	0	0
		12 感染症の予防と対応 〈取組みNo32～No36〉	139～164	5	26	0	26	0	0
		13 人と動物が共生するまちづくりの推進 〈取組みNo37～No39〉	165～172	3	8	0	7	1	0
		14 健康を支える環境整備 〈取組みNo40～No41〉	173～176	2	4	0	3	1	0

視点		基本目標		施策	通し番号	取組数	評価対象事業数	進捗状況			
								S:目標以上に進捗している	A:順調に進捗している	B:取組に遅れあり	C:達成困難
視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために	(1)	日常の医療体制の整備	15	かかりつけ医・歯科医・薬局の普及定着 〈取組みNo42～No43〉	177～185	2	9	0	8	1	0
			16	中核病院を主体とした医療機関相互の連携強化 〈取組みNo44～No46〉	186～189	3	4	0	4	0	0
			17	小児・妊産婦に対する医療などの体制整備 〈取組みNo47～No48〉	190～192	2	3	0	3	0	0
			18	安心して医療にかかるための相談体制整備 〈取組みNo48～No50〉	193～195	2	3	0	3	0	0
			19	看護人材の育成・確保 〈取組みNo51〉	196～197	1	2	1	1	0	0
	(2)	在宅療養体制の整備	20	障害者・難病患者・がん患者などの療養体制の整備 〈取組みNo52～No56〉	198～209	5	12	0	12	0	0
			21	地域包括ケアシステムの推進 〈取組みNo57～No60〉	210～222	4	13	1	12	0	0
	(3)	緊急時の医療体制の整備	22	救急医療体制の充実 〈取組みNo61～No63〉	223～228	3	6	0	6	0	0
			23	災害時の医療体制の充実 〈取組みNo64〉	229～231	1	3	0	3	0	0

表 第3期 保健医療計画の成果指標の達成状況（令和4年度評価）

視点1-1

成果指標	策定時の値（H29年）	目標値（R5年）	現状値	達成状況
朝食をほぼ毎日食べている人の割合（男性）（市民意識調査）	79.1%	90.0%	73.1%	未達成
朝食をほぼ毎日食べている人の割合（女性）（市民意識調査）	85.1%	90.0%	81.1%	未達成
週一回以上運動している成人の割合（市政世論調査）	63.4%	67.0%	65.9%	未達成
★特定健康診査受診率（実績）	45.5%	60.0%	42.5%	未達成
★特定保健指導実施率（実績）	23.1%	60.0%	26.5%	未達成
妊婦面談率（実績）	66.1%	100.0%	88.1%	未達成
3～4か月児童健康診査受診率（実績）	97.7%	100.0%	97.7%	未達成
★こころの健康に関する普及啓発数（実績）	1,357人	2,000人	7,925人	達成
自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺死亡者の割合）	16.0	11.2	18.3	未達成
★毎日1回5分以上の時間をかけて歯磨きをする市民の割合（市民意識調査）	39.2%	50.0%	42.3%	未達成
★むし歯のない3歳児の割合（実績）	87.8%	93.0%	92.9%	未達成
★年1回以上歯科検診を受診している者の割合（市民意識調査）	30.3%	50.0%	32.1%	未達成
★乳がん検診受診率（実績）	28.7%	50.0%	26.9%	未達成
★子宮頸がん検診受診率（実績）	25.9%	50.0%	23.0%	未達成
胃がん検診受診率（69歳まで）（実績）	4.0%	40.0%	13.4%	未達成
肺がん検診受診率（69歳まで）（実績）	8.7%	40.0%	9.9%	未達成
大腸がん検診受診率（69歳まで）（実績）	18.1%	40.0%	15.0%	未達成
★健康づくりサポーター登録者数（実績）	64人	150人	156人	達成
★65歳平均障害期間（男性）（保健所年報）	1.60年	1.50年	1.50年	達成
★65歳平均障害期間（女性）（保健所年報）	3.38年	3.20年	3.19年	達成

視点1-2

成果指標	策定時の値（H29年）	目標値（R5年）	現状値	達成状況
公衆浴場及びプールの監視率の維持（実績）	100.0%	100.0%	100.0%	達成
食中発生件数（実績）	6件	0件	2件	未達成
薬品、毒物及び劇物取扱業者への監視件数（実績）	38.0%	40.0%	42.9%	達成
★結核罹患率（人口10万人）（実績）	10.2	9.8	6.4	達成
狂犬病予防注射接種率（実績）	76.6%	80.0%	82.4%	達成
子猫の殺処分数（実績）	26頭	10頭以下	0頭	達成
細菌検査検体数	19検体	25検体	8検体	未達成

視点2

成果指標	策定時の値（H29年）	目標値（R5年）	現状値	達成状況
★かかりつけ医療機関を決めている人の割合（市政世論調査）	82.1%	85.0%	82.8%	未達成
中核病院新規外来患者数における紹介率（実績）	74.6%	80.0%	76.9%	未達成
中核病院及び南多摩病院の小児病床数の維持（実績）	68床	68床	68床	達成
医療安全支援センターへの相談実績	918件	700件	806件	未達成
八王子市立看護専門学校における看護師国家試験合格率（実績）	97.1%	100.0%	97.1%	未達成
八王子市立看護専門学校における卒業生の市内就職率（実績）	58.8% H24～28年度の平均	70%以上	81.5% H30～R4年度の平均	達成
★障害者歯科診療所の延べ利用者数（実績）	1,598人	1,800人	1,450人	未達成
★訪問歯科医紹介件数（実績）	35件	50件	54件	達成
★在宅医療当番医による在宅療養救急患者対応件数（実績）	305件	500件	388件	未達成
★市内の救急搬送における市内医療機関への収容率（実績）	80.4%	82.0%	75.9%	未達成
★緊急医療救護所における防災訓練の回数（実績）	年4回	年7回	年2回	未達成

	R元年度	R2年度	R3年度	R4年度
S=目標以上	4	3	4	4
A=順調	214	214	213	219
B=遅れあり	13	14	14	8
C=達成困難・要見直し	0	0	0	0

②成果指標の達成状況

視点 1-1

20 項目ある成果指標のうち、「目標達成」が4項目(20%)、向上しているものの目標値に達していない「未達成」が9項目(45%)、基準年よりも低下している「未達成」が7 項目(35%)となっています。

未達成となっている項目のうち、3～4 か月児童健康診査や大腸がん検診、特定健康診査等をはじめとする各種検診の受診率となっていることから、新型コロナウイルス感染症拡大による検診控えが大きく影響していることが考えられます。

視点 1-2

7 項目ある成果指標のうち、「目標達成」が5 項目(72%)、向上しているものの目標値に達していない「未達成」が1 項目(14%)、基準年よりも低下している「未達成」が1 項目(14%)となっています。

未達成となった「食中毒発生件数」については、目標値の達成は及ばないものの件数は減少しており、また、「細菌検体件数」については、新型コロナウイルス感染症が検体持ち込みに影響しています。

視点2

11項目ある成果指標のうち、「目標達成」が3項目(27%)、向上しているものの目標値に達していない「未達成」が5項目(45%)、基準年よりも低下している「未達成」が3項目(27%)となっています。

未達成となっている項目は、「かかりつけ医療機関を決めている人の割合」や「中核病院新規外来患者数における紹介率」、「医療安全支援センターへの相談実績」など、適切な医療機関への受診にかかる内容のほか、「市内の救急搬送における市内医療機関への収容率」や「在宅医療当番医による在宅療養救急患者対応件数」など、医療体制の整備にかかる内容となっています。

③評価詳細

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

基本目標(1)生涯を通じた健康づくりの推進

<進捗状況評価>

本項目には、9つの施策と、24の取組、105の評価対象事業があります。

2つの事業は「S 目標以上に進捗している」、98の事業は「A 順調に進捗している」、5つの事業は「B 取組に遅れがある」と評価しました。

<成果と次期計画への見通し>

「規則正しい食生活の推進」において、市民食育イベントを庁内関係部署のみならず、関係団体と横断的に連携し、商業施設を会場に多くの出展ブースで様々な体験や測定を行うことで、子どもから大人まで幅広い年代に食育に関する情報を発信することができました。

また、重点施策である口腔保健では、「口腔疾患の予防と機能の維持向上支援」において、受診者確保に向け、年度末年齢 40～70 歳の全市民に受診券の事前送付を行い、目標値の受診者数を上回る結果となりました。

一方、遅れがあったとした取組は、「生活習慣病などの疾病予防の推進」(特定保健指導等の実施)、「飲酒に対する正しい知識の普及啓発」(講演会の開催)、「人と地域とのつながりによる健康づくりの推進」(健康教室を市内の銭湯内の開催、親子料理教室等の健康づくり講習会の実施)等、いずれも新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため未実施あるいは利用控えのあったものとなっています。

特に生活習慣病などの疾病の予防に関しては、成果指標である特定健康診査受診率が未達成であることを踏まえ、受診率の向上と、特定保健指導の利用率向上をはかる必要があります。飲酒に関する普及啓発については、大学等から飲酒習慣が始まることを見越した取組が必要です。また、健康的な食生活を送るための実践力を育てるとともに、家庭での食育推進や地域における取組が必要です。

基本目標(2)安全な生活を安心して送れる環境づくりの推進

<進捗状況評価>

本項目には、5つの施策と、17の取組、71の評価対象事業があります。

69の事業は「A 順調に進捗している」、2つの事業は「B 取組に遅れがある」と評価しました。「S 目標以上に進捗している」の事業はありませんでした。

<成果と次期計画への見通し>

重点施策である感染症対策については、「HIV/エイズを含む性感染症の予防のための普及啓発と早期発見の推進及び感染者に配慮した地域づくり」において、関係機関へのポスターやリーフレット類の配布、街頭キャンペーンの実施、市内大学生向けの広報誌に HIV 検査の情報を掲載するほか、市医師会報に HIV/性感染症の記事を掲載するなど、各方面に情報提供を行いました。

一方、取組に遅れがあったとした事業は、「市民と動物の安全確保の推進」(災害時における動物対応マニュアルの作成)、「動物飼養管理施設の充実」(動物飼養管理施設の整備に向けた調整)の2つとなっており、いずれも作成や整備に至らなかったものです。今後、ガイドラインや保健所等、既存の資料や施設も活用しながら取組を進める必要があります。

また、引き続き、行政はもちろんのこと、薬物乱用防止推進サポーターや大学等、地域の多様な担い手との連携による安全の確保や環境整備が求められます。

視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

基本目標(1)日常の医療体制の整備

<進捗状況評価>

本項目には、5つの施策と、10の取組、21の評価対象事業があります。

1つの事業は「S 目標以上に進捗している」、19の事業は「A 順調に進捗している」、1つの事業は「B 取組に遅れがある」と評価しました。

<成果と次期計画への見通し>

「かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着」については、転入者を中心に「医療機関ガイド」の配布やかかりつけ医の重要性の周知を進めたことなどにより、かかりつけ医を決めている市民の割合が上昇しました。しかし、成果指標として目標値に達成しなかったことから、無関心層や働き盛り世代にも響くような、多様な手法による積極的な普及啓発が求められます。

「看護人材の育成・確保」について、修学支援金支給事業を活用し、本校学生に対する市内就職率の向上と市内定住の促進を図った結果、市内就職率が目標値を上回りました。

一方、遅れがあったとした取組は、「効果的な医療情報の提供」(多言語対応可能な医療機関のリストの作成)となっています。今後は、東京都が提供するサービスの活用・周知も行うなど、引き続きすべての市民に医療情報が届くような取組が求められます。

基本目標(2)在宅療養体制の整備

<進捗状況評価>

本項目には、2つの施策と、9つの取組、25の評価対象事業があります。

1つの事業は「S 目標以上に進捗している」、24の事業は「A 順調に進捗している」となっています。「B 取組に遅れがある」の事業はありませんでした。

<成果と次期計画への見通し>

重点施策である地域包括ケアシステムの推進については、「在宅医療と介護の連携強化」において、在宅介護の要となる介護支援専門員向けの研修会の開催のほかに、オンラインでのライブ配信や、YouTube に動画を一定期間公開し、いつでも受講ができる研修形態としました。

一方、成果指標の達成状況では、「在宅医療当番医による在宅療養救急患者対応件数」が目標値に達していないという点を踏まえ、専門職等の育成のほかに、医療や介護等の関係機関の連携強化、在宅療養救急体制に向けた仕組みづくりなどが必要です。

併せて、市民に対し、在宅医療に関する情報発信や相談機能の充実が引き続き求められます。

基本目標(3)緊急時の医療体制の整備

<進捗状況評価>

本項目には、2つの施策と、4つの取組、9つの評価対象事業があります。

9つの事業すべてを「A 順調に進捗している」と評価しました。

<成果と次期計画への見通し>

重点施策である救急医療に関して、「小児初期救急医療の実施」において、電話相談事業の実施により、適切な医療機関への受診を図るとともに、中核病院である東京医科大学八王子医療センター及び東海大学医学部附属八王子病院並びに南多摩病院の小児科に対して運営経費の一部を助成することで、小児二次救急機関を確保しました。

重点施策である災害時の医療に関して、「大規模災害時における医療救護体制の充実」において緊急医療救護所訓練を行うほか、市総合防災訓練では、4 師会と医療救護活動拠点の連携についての訓練等を実施しました。

一方、成果指標の達成状況では、「市内の救急搬送における市内医療機関への収容率」が未達成であったことから、引き続き救急医療を的確に提供できるようにするため、市内の救急病院の体制整備を図るとともに、救急搬送を適正に利用するための普及啓発を図るほか、市民に対し救急医療情報や知識を周知する必要があります。

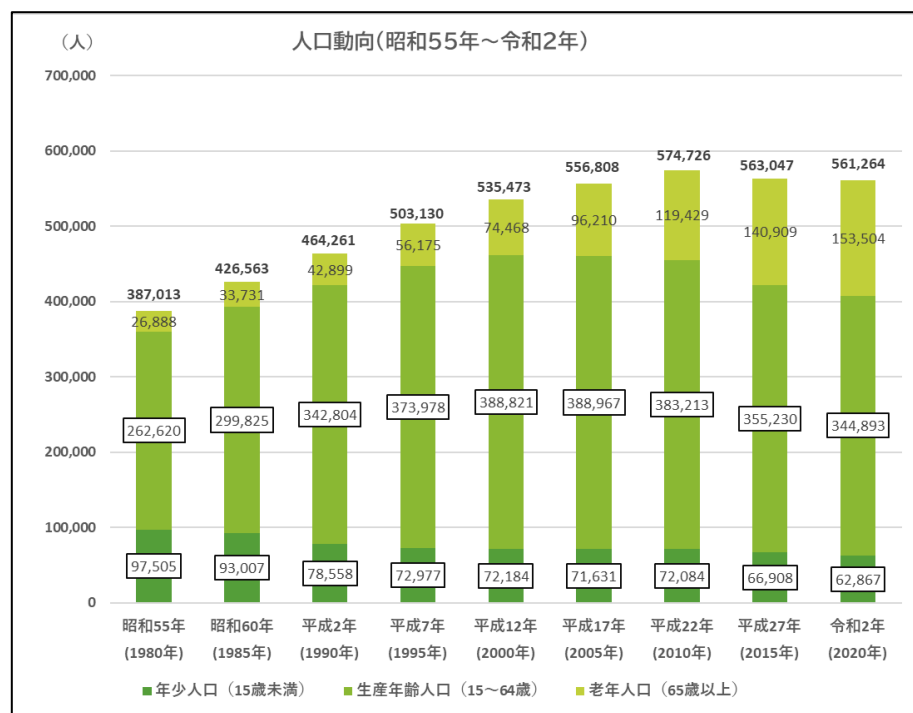
また、緊急医療救護所における防災訓練について、訓練の実施を行うとともに、大規模災害を想定した具体的な課題に関する協議や体制の充実が求められます。

(2) 八王子市の人口動態

①人口動向

本市の人口の推移は、総人口が平成 22 年まで増加していますが、平成 27 年に減少に転じた後、令和2年に再び増加しました。一方で、老年人口の割合は増加しています。

図 人口動向

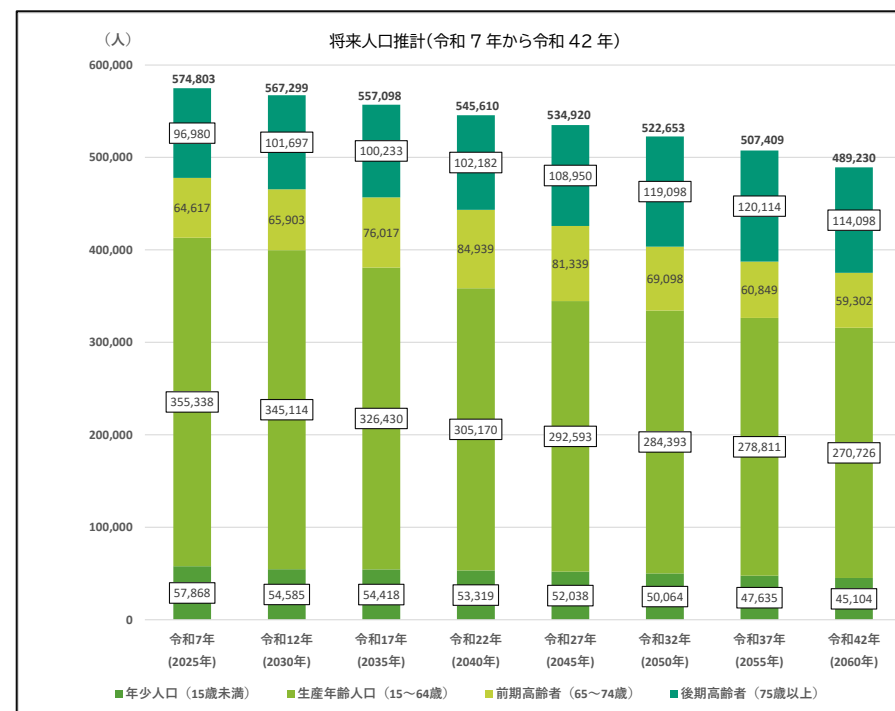


資料：人口ビジョン（人口推移）

②将来人口推計

今後の人口推計では生産年齢の割合が大きく減少しており、さらに少子高齢化が進行するほか、高齢者、特に後期高齢者の割合が増加することが見込まれます。

図 将来人口推計

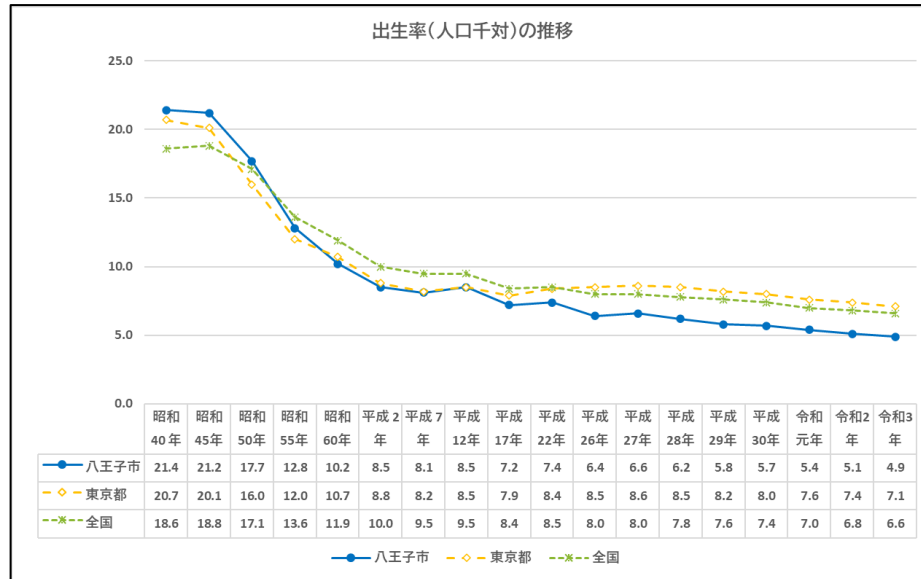


資料：人口ビジョン（将来人口推計）

③出生率

昭和40年から令和3年における出生率は以下のとおりです。増減を繰り返しながら減少が続いています。国・都と比較すると本市の出生率は低くなっています。

図 出生率（人口千対）の推移

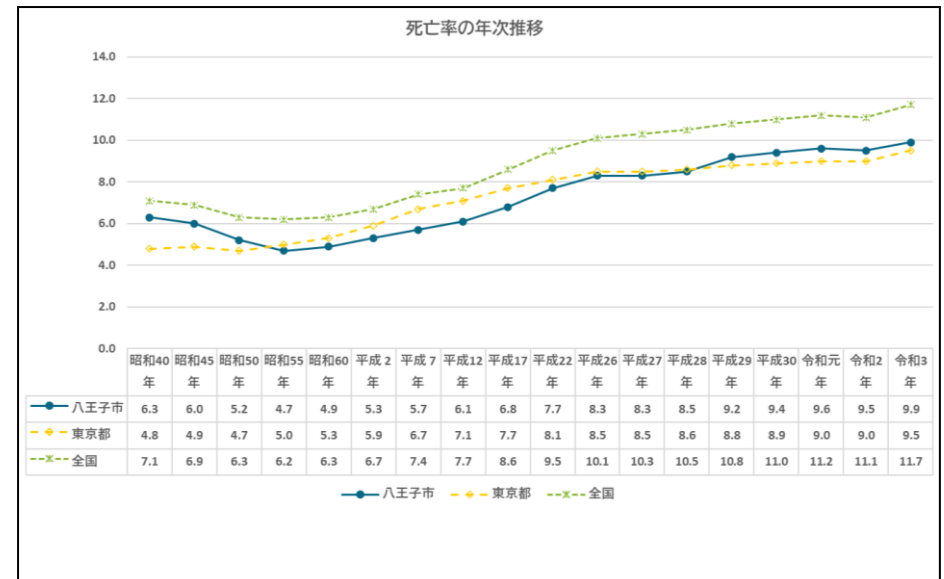


資料：人口ビジョン（出生率と出生者数の推移）

④死亡率

本市の死亡率は増加傾向になっていますが、全国値を下回っている状況です。

図 死亡率の年次推移



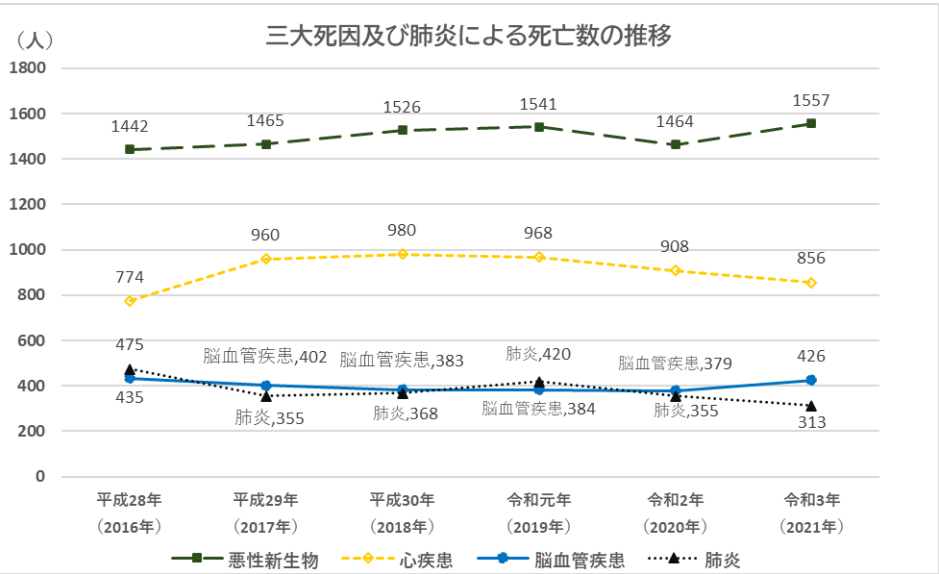
資料：八王子市保健所年報統計編 令和4年度版：死亡率の年次推移

(3) 八王子市民の健康等の状況

①主な死因別死亡数

本市の死亡原因は、「悪性新生物」が最も多くなっており、次いで、「心疾患」となっています。

図 三大死因及び肺炎による死亡数の推移



資料：八王子市保健所年報統計編 令和4年度版：主要死因の年次推移

②主要死因の年次推移

平成29年～令和3年累計でのライフステージ別の死因順位は、女性の少年期、男女ともに青年期、男性の壮年期では「自殺」が1位となっています。また、女性の壮年期及び男女ともに中年期以降は「悪性新生物」が1位となっています。

図 ライフステージ別死因順位

ライフステージ別死因順位(平成29～令和3年)

年代 順位	幼年期(0～4歳)		少年期(5～14歳)		青年期(15～24歳)		壮年期(25～44歳)		中年期(45～64歳)		高年期(65歳以上)		総数		
	男性 n=25	女性 n=14	男性 n=12	女性 n=7	男性 n=76	女性 n=29	男性 n=269	女性 n=131	男性 n=1530	女性 n=737	男性 n=12636	女性 n=11972	全体 n=27439	男性 n=14549	女性 n=12890
第1位	不慮の事故	心疾患	不慮の事故	自殺	自殺	自殺	自殺	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物
	8.0%	14.3%	25.0%	42.9%	59.2%	58.6%	32.3%	38.2%	34.3%	54.1%	31.5%	21.3%	27.5%	31.3%	23.3%
第2位	心疾患/肝疾患	不慮の事故	自殺	悪性新生物	不慮の事故	心疾患	悪性新生物	自殺	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患
	4.0%	7.1%	16.7%	28.6%	14.5%	10.3%	16.4%	28.2%	17.8%	8.1%	16.5%	18.4%	17.0%	16.4%	17.7%
第3位			悪性新生物/心疾患		悪性新生物	不慮の事故	心疾患	心疾患	脳血管疾患	自殺	肺炎	老衰	老衰	肺炎	老衰
			8.3%		6.6%	6.9%	9.7%	5.3%	8.8%	6.9%	8.6%	15.7%	9.2%	7.8%	14.6%
第4位					心疾患	悪性新生物	脳血管疾患/不慮の事故	不慮の事故	自殺	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患
					3.9%	3.4%	7.4%	3.8%	7.1%	6.1%	6.8%	7.7%	7.2%	6.9%	7.5%
第5位					肺炎		肝疾患	肝疾患	肝疾患	不慮の事故	老衰	肺炎	肺炎	老衰	肺炎
					1.3%		3.7%	2.3%	4.9%	2.6%	5.1%	5.5%	6.6%	4.4%	5.3%
第6位							大動脈瘤及び解離	脳血管疾患	不慮の事故	肺炎	不慮の事故	腎不全	不慮の事故	不慮の事故	不慮の事故
							3.0%	1.5%	3.2%	1.9%	2.3%	2.1%	2.3%	2.6%	2.0%
第7位							肺炎	肺炎	肺炎	肝疾患	慢性閉塞性肺疾患/腎不全	不慮の事故	腎不全	自殺	腎不全
							1.9%	0.8%	2.2%	1.9%	1.9%	1.9%	1.8%	2.2%	2.0%
第8位							糖尿病	喘息	大動脈瘤及び解離/糖尿病	糖尿病	大動脈瘤及び解離/糖尿病	大動脈瘤及び解離/糖尿病	自殺	慢性閉塞性肺疾患	自殺
							1.1%	0.8%	2.1%	0.8%	1.1%	1.0%	1.7%	1.7%	1.2%
以下	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他	その他
	84.0%	78.6%	41.7%	28.6%	14.5%	20.7%	16.7%	19.1%	17.2%	16.4%	21.3%	22.9%	21.6%	20.9%	22.5%

資料：八王子市保健所年報統計編 H29～R3 各年：主要死因別死亡数

※平成29年から令和3年の各年における死因別死亡数を足し合わせ、ライフステージごとに死亡数の多い順に順位付けしている。

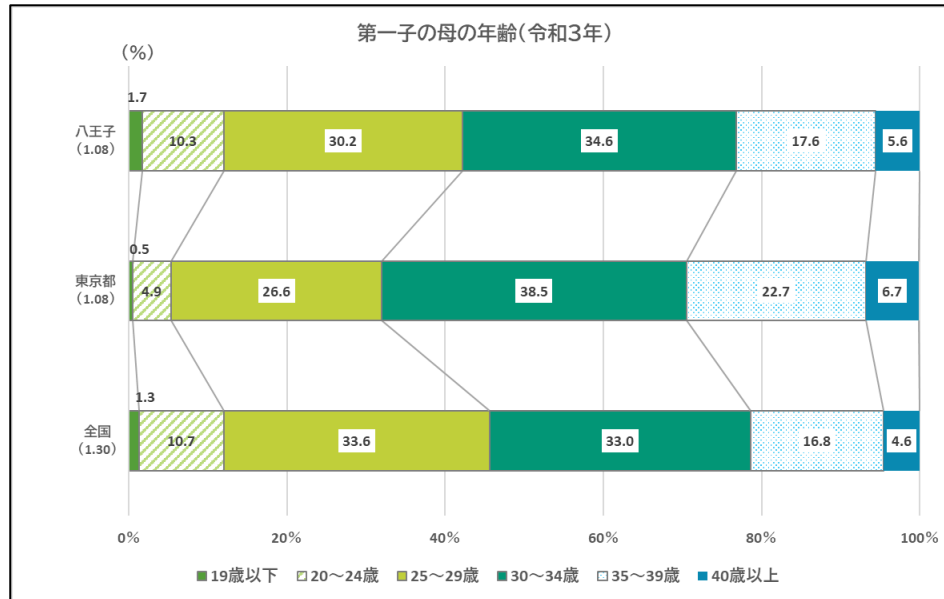
※nは該当する性別・ライフステージの死亡総数

※死因の種別は、厚生労働省が定めている死因簡単分類によるもの。

③出産年齢の状況

出産時の母親の年齢は、東京都と比べて、本市は 30 歳未満の割合が高くなっており、全国に近い傾向となっています。

図 第一子の母の年齢（令和 3 年）



資料：八王子市保健所年報統計編 令和 4 年度版：第 1 児の母の年齢年次推移

人口動態統計 令和 3 年：出生数、性・出生順位・母の年齢階級別

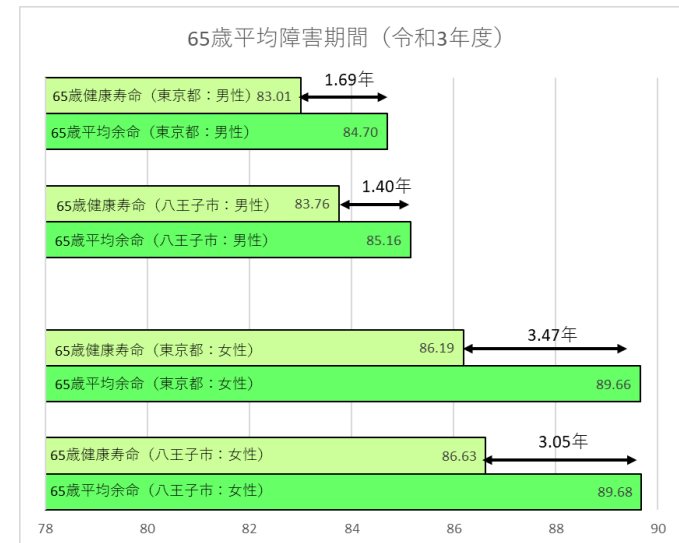
令和 3 年人口動態統計の概況：母の年齢（5 歳階級）・出生順位別にみた出生数

※（ ）内は、当該年の合計特殊出生率

④高齢者の健康/65 歳健康寿命

要介護2になるまでの健康寿命について、令和3年度で男性は 85.16 歳、女性は 89.68 歳となっており、それぞれ平均障害期間は 1.40 年、3.05 年であり、女性の障害期間が長くなっています。東京都と比較した場合、男女ともに平均障害期間は短くなっています。

図 65 歳平均障害期間（令和 3 年度）



資料：八王子市保健所年報統計編 令和 4 年度版：65 歳平均障害期間

(4) 第3期八王子市保健医療計画に係る市民意識調査の結果

①調査の概要

調査の目的	令和6年度からを計画期間とする『第4期八王子市保健医療計画』及び『第2期八王子市がん対策推進計画』の策定に先立ち、各計画の基礎資料となる市民意識調査を実施する。現行計画における目標達成度や事業実施の進捗状況、また、最近の社会状況を踏まえた市民の意識・行動・満足度等を把握することにより、次期計画の策定骨子、施策展開に反映することを目的とする。
調査対象	市内に居住する18歳以上75歳未満の男女約5,000名を無作為抽出
調査期間	令和4年10月20日から令和4年11月4日（回答期限経過後の回収分も有効とした） ※回答者に対する協力御礼兼督促をはがきにて実施
調査方法	郵送調査（調査票の郵送配付・郵送回収）※設問49問、枝問含め67問
回収状況	R4年度調査配付数:5,000通、有効回収数:2,660通、有効回収率:53.2% （H28年度調査配付数:5,000通、有効回収数:2,357通、有効回収率:47.1%）

②結果概要

1 基本情報

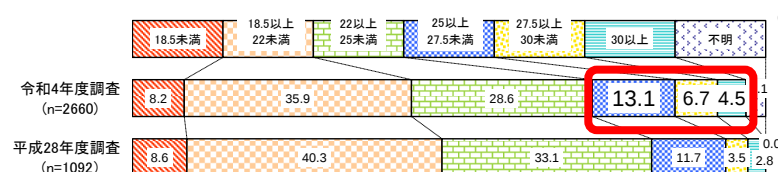
【BMI(体格指数)】

全体で BMI25 以上（肥満傾向）が増加、20歳代女性で BMI18.5 未満（やせ）が多い

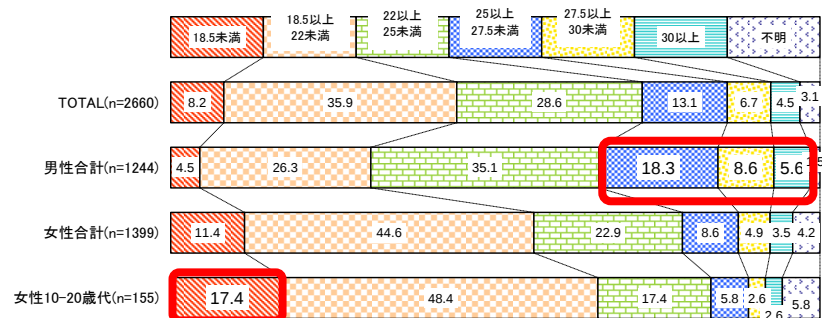
全体では BMI18.5 以上 25 未満の普通体重が多くなっていますが、平成28年度調査と比較すると、BMI25 以上の割合が6.3ポイント増加しています。

性別・年代別で見ると、女性よりも男性が BMI25 以上の割合が高くなっています。一方、女性については、特に10-20歳代で BMI18.5 未満が17.4%と割合が高くなっています。

【BMI 経年比較】



【BMI 性・年代別（抜粋）】



2 健康づくり

【栄養・食生活】

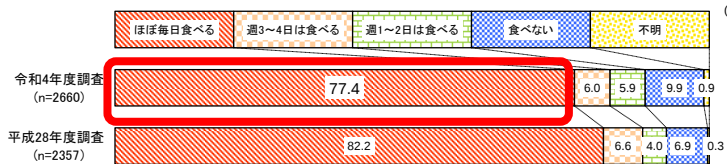
朝食を『食べない』人の割合が前回調査から増加

全体では 77.4%が『ほぼ毎日食べる』と回答していますが、平成 28 年調査と比較すると、『食べない』人の割合が 6.9%から 9.9%に約3ポイント増加しています。

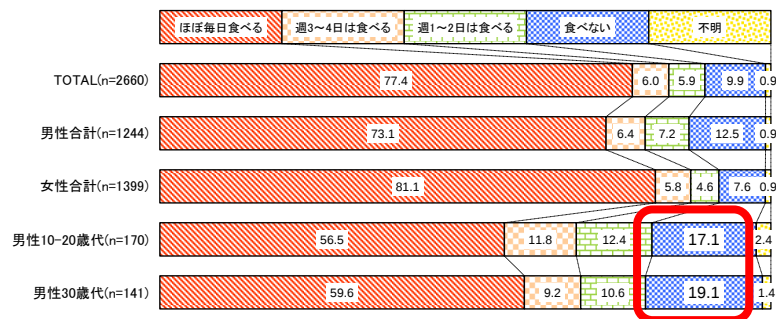
性別で比較すると、女性よりも男性が『食べない』の割合が高くなっています。特に 10～30 歳代男性については、2 割弱が朝食を『食べない』と回答しており、食べない人の割合が多くなっています。

また、朝食を食べない理由として、「食べないことが習慣化しているから」が最も多くなっています。

【朝食摂取状況 経年比較（抜粋）】



【朝食摂取状況 性・年代別（抜粋）】

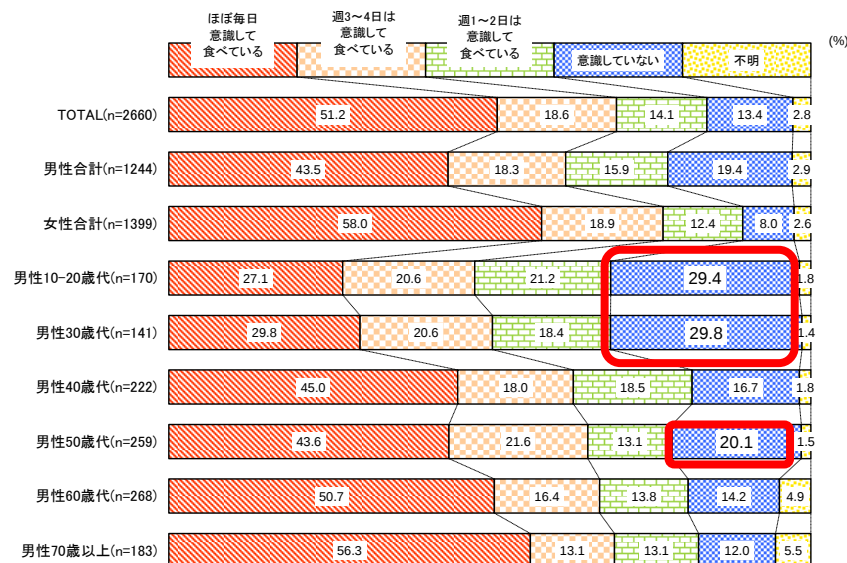


野菜を『ほぼ毎日意識して食べている』割合は半数程度

全体では 51.2%が『ほぼ毎日意識して食べている』と回答していますが、平成 28 年調査と比較すると、5.6 ポイント減少しています。

性・年代別に見ると、男女ともに年齢が上がるほど『ほぼ毎日意識して食べている』の割合が増える傾向にあります。一方で、特に 10～30 歳代及び 50 歳代男性については、2～3 割近くが『意識していない』と回答しています。

【野菜摂取状況 性・年代別（抜粋）】



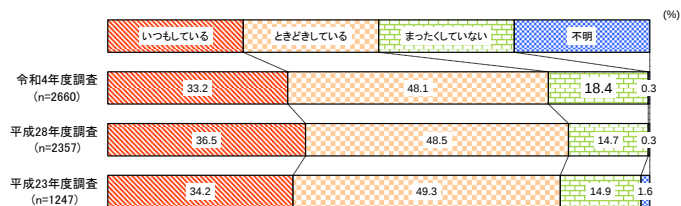
【身体活動の状況】

生活の中で日常的に運動や活動をしている人の割合は前回調査より減少。特に女性で身体活動のない人の割合が高い

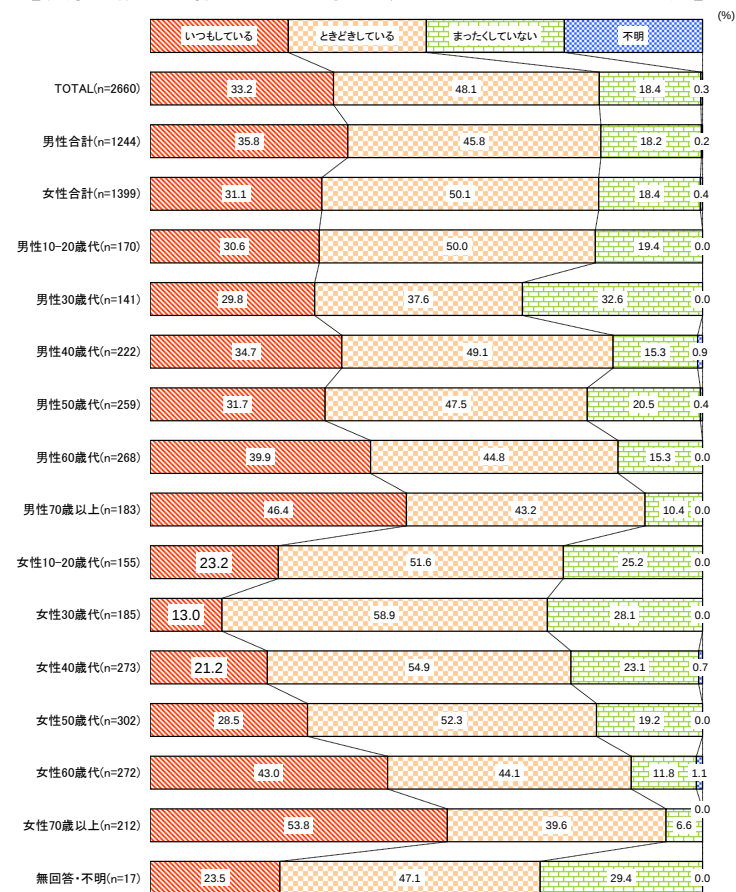
日頃から、健康の維持・増進のために体を動かしているかについては、平成28年度調査と比較すると、『いつもしている』の割合が3.3ポイント減少している一方で、『まったくしていない』割合が3.7ポイント増加し、18.4%となっています。

また、性・年代別に見ると、男女ともに年代が上がるにつれて『いつもしている』の割合が高くなっています。一方、10～40歳代女性は『いつもしている』が、7.9～18.1ポイント低いと同時に、『まったくしていない』の割合が高くなっています。

【健康の維持・増進のために体を動かしているか 経年比較】



【健康の維持・増進のために体を動かしているか 性・年代別】



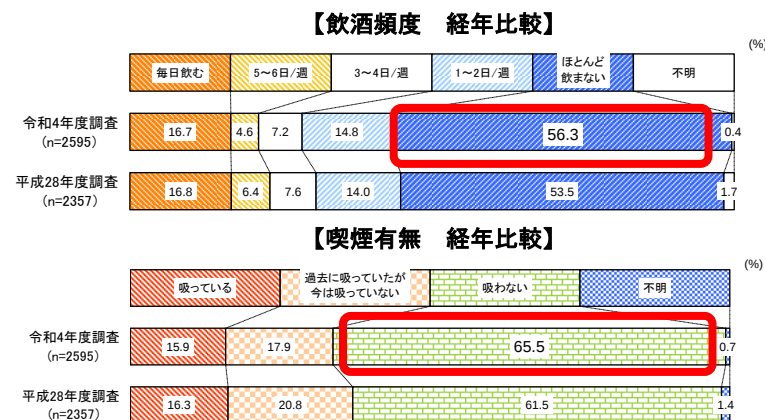
【飲酒・喫煙】

飲酒・喫煙をしている人の割合はともに減少傾向

お酒を飲む頻度について、『ほとんど飲まない』人の割合が 56.3%と、平成 28 年調査と比較すると 2.8 ポイント高くなっています。

喫煙についても『吸わない』の割合が高くなっています。

飲酒・喫煙に共通して、男女ともに若い年代ほど『ほとんど飲まない』、『ほとんど吸わない』という回答が多くなっています。

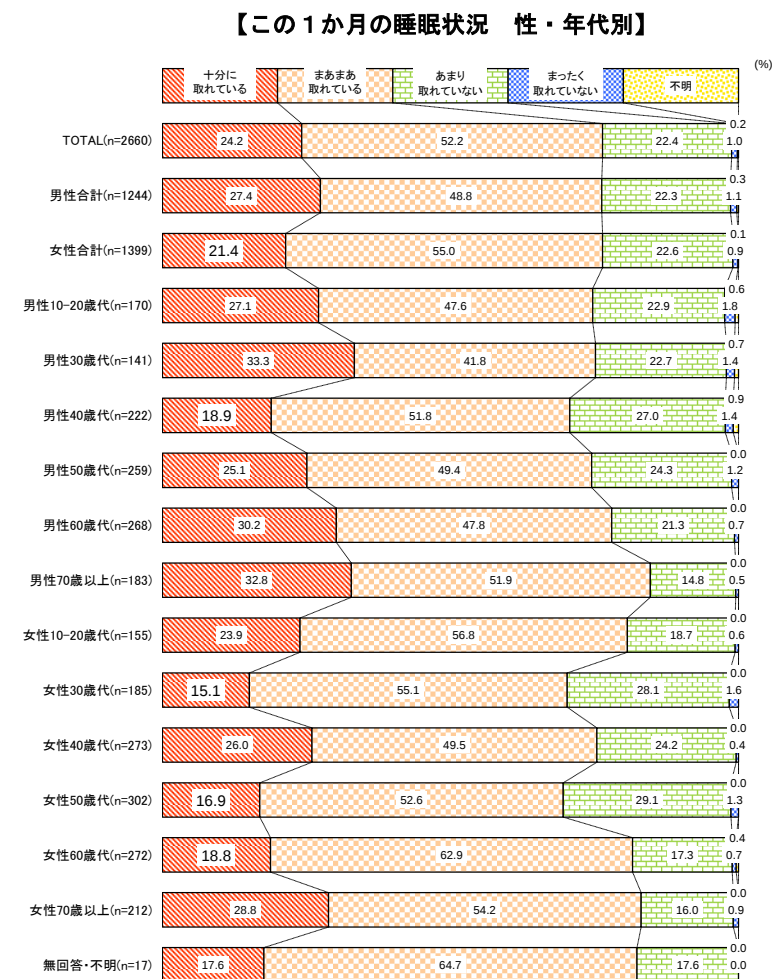


【休養】

特に就労や子育て、家事などを担っていると思われる性別や年代等において、睡眠時間が『十分に取れている』人の割合が低い

この 1 か月の睡眠状況について、全体では『まあまあ取れている』の割合が 52.2%と高くなっています。

性別で見ると、女性が『十分に取れている』の割合が 21.4%と、男性より 6.0 ポイント低くなっています。

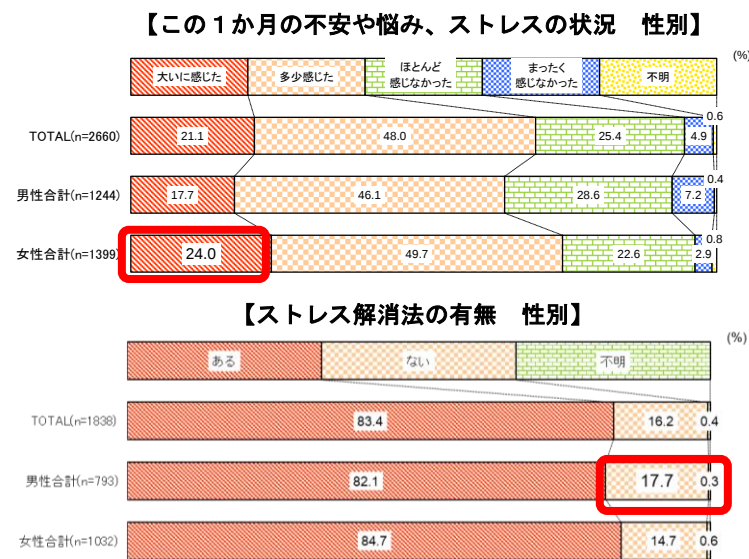


【こころの健康づくり】

- ・ストレスを『感じた』割合は女性のほうが多い
- ・男性よりも女性のほうがストレス解消法が『ある』人の割合が高い

この1か月の不安や悩み、ストレスについて『大いに感じた』『多少感じた』を合わせると69.1%となっています。性別で見ると、女性のほうが『感じた』傾向が高くなっています。

一方で、ストレス解消法の有無については、男性のほうが『ない』割合が3ポイント高くなっており、特に60歳以上の男性については、約2～3割が『ない』と回答しています。

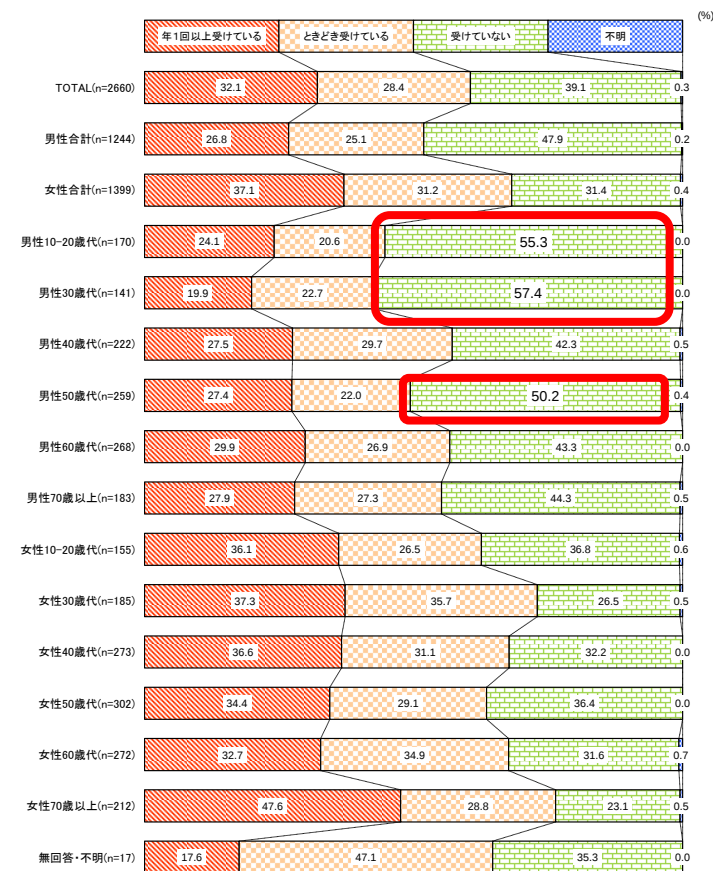


【歯・口腔】

歯科健診については、『受けていない』人の割合が高い

『受けていない』の割合が39.1%と最も高くなっています。性別で見ると、女性より男性の方が16.5ポイント高くなっています。性・年代別では、10～30歳及び50歳代男性で『受けていない』の割合が5割以上となっています。

【歯科検診の受診状況 性・年代別】



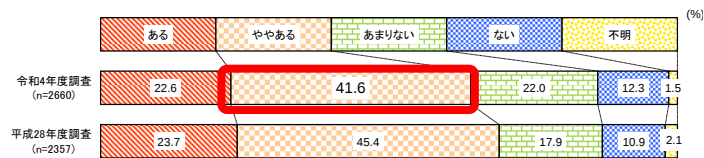
3 保健・医療

【健康に関して気になること】

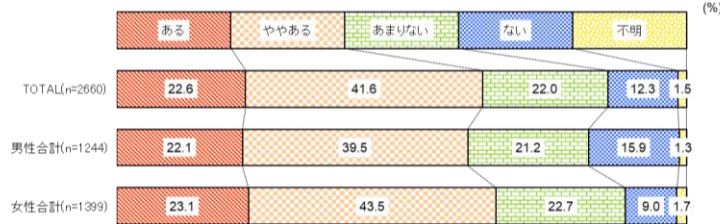
- ・健康に関して気になることがある人の割合は前回から減少
- ・気になっていることは性別や年代によって異なる

健康に関して気になることの有無については、平成28年度調査と比較すると、『ある』と『ややある』の合わせた割合が4.9ポイント減少しています。性別で見ると、男性のほうが『ない』の回答が女性よりも6.9ポイント高くなっています。

【健康に関して気になることの有無 経年比較】

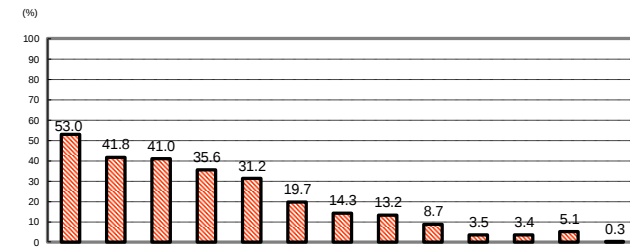


【健康に関して気になることの有無 性別】



健康に関して気になっていることについて、全体では『体力が衰えてきた』が最も多く、次いで、『ストレスがある・精神的に疲れる』となっています。性・年代別で見ると、男性10-20歳代及び女性10-30歳代で『運動をしていない』が、男性30歳代で『ストレスがある・精神的に疲れる』、男性60歳代で『持病がある』がそれぞれ最も多くなっています。

【健康に関して気になっていること 性・年代別】



		体力が衰えてきた	精神的に疲れるがある・	運動をしていない	持病がある	体型が変わってきた	睡眠がとれていない	食習慣が乱れている	健康づくりのための時間がない	健康診断を受けていない	わからない	健康のために何をしたらよいかわからない	健康について相談できる人がいない	その他	不明
	n=														
TOTAL	1707	53.0	41.8	41.0	35.6	31.2	19.7	14.3	13.2	8.7	3.5	3.4	5.1	0.3	
男性合計	766	51.7	34.2	36.0	39.2	24.7	17.6	15.4	12.8	7.2	3.5	4.0	4.7	0.4	
女性合計	932	54.2	47.7	45.1	32.5	36.8	21.4	13.4	13.5	9.8	3.4	2.9	5.5	0.2	
男性10-20歳代	81	23.5	39.5	44.4	9.9	28.4	18.5	43.2	14.8	11.1	4.9	4.9	7.4	0.0	
男性30歳代	79	38.0	50.6	40.5	20.3	40.5	22.8	30.4	21.5	11.4	7.6	6.3	5.1	0.0	
男性40歳代	145	53.1	49.7	37.9	29.0	33.1	17.9	16.6	22.1	7.6	2.1	3.4	2.8	0.0	
男性50歳代	156	60.3	41.7	41.7	36.5	30.8	16.7	13.5	14.7	7.1	3.2	3.8	3.2	0.0	
男性60歳代	187	54.5	17.6	31.6	55.1	14.4	19.3	4.8	6.4	4.3	1.6	4.3	5.9	1.1	
男性70歳以上	117	63.2	17.1	24.8	62.4	9.4	12.0	4.3	1.7	6.0	5.1	2.6	5.1	0.9	
女性10-20歳代	87	21.8	55.2	60.9	8.0	26.4	21.8	42.5	20.7	11.5	6.9	2.3	4.6	0.0	
女性30歳代	116	50.0	62.1	62.9	16.4	45.7	18.1	23.3	25.0	15.5	4.3	0.9	4.3	0.0	
女性40歳代	190	55.8	48.4	46.8	29.5	47.9	22.1	13.7	15.8	11.6	3.7	4.2	4.7	0.0	
女性50歳代	226	64.2	48.2	52.2	27.9	45.1	24.3	8.8	13.7	7.1	3.1	3.1	4.4	0.0	
女性60歳代	185	54.1	45.4	31.4	50.3	25.4	19.5	4.9	5.9	8.6	2.7	2.2	5.9	1.1	
女性70歳以上	128	60.2	31.3	22.7	50.8	21.1	20.3	4.7	5.5	7.0	1.6	3.9	9.4	0.0	

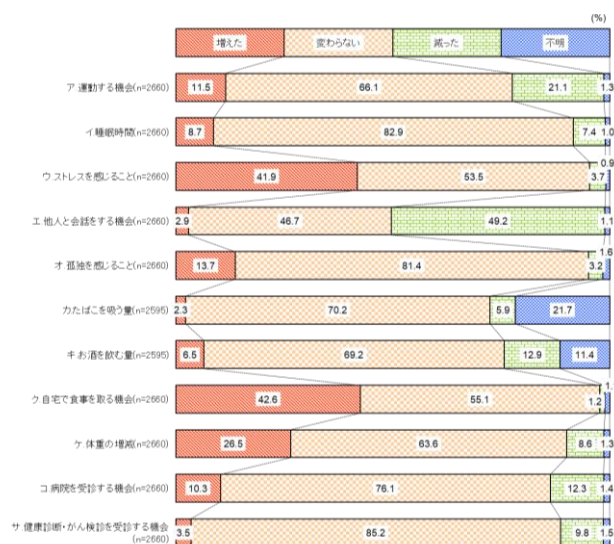
【コロナ禍による健康面の変化】

生活習慣が改善された項目がある一方で、『体重』や『ストレスを感じる』の増加などの健康面が悪化した項目もある

『増えた』の割合は、「ク 自宅で食事を取る機会」が最も高く、次いで「ウ ストレスを感じる」が 41.9%、「ケ 体重の増減」が 26.5%となっています。

一方、『減った』の割合は、「エ 他人と会話をする機会」が 49.2%と最も高く、次いで「ア 運動する機会」、「キ お酒を飲む量」がとなっています。

【新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比較した健康面での変化】



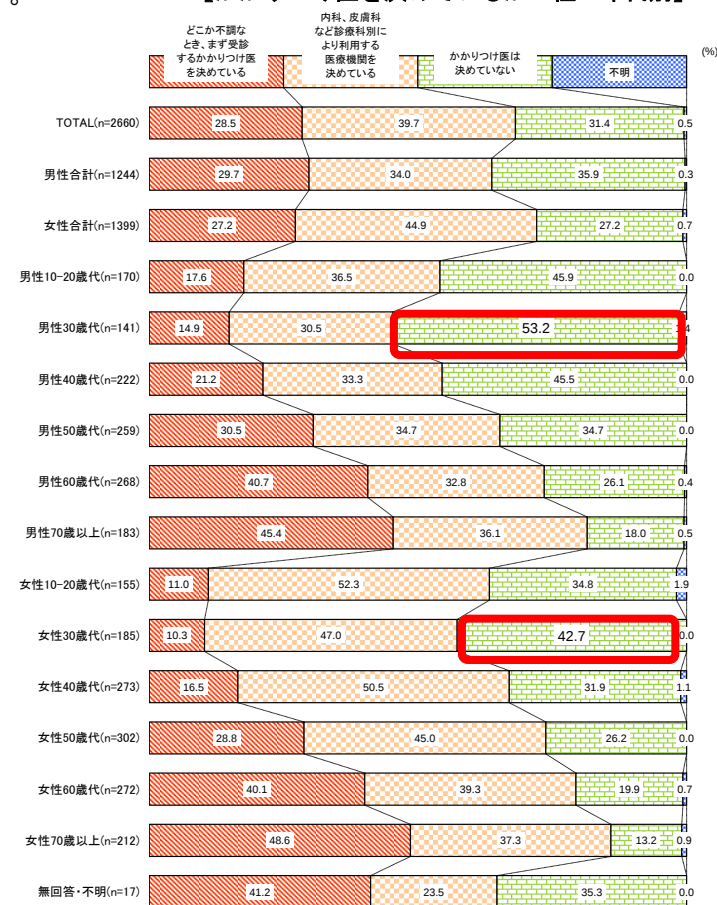
【かかりつけ医の有無】

全体ではかかりつけ医を決めている割合が高いが、30 歳代は『決めていない』割合が高い

全体では、『内科、皮膚科など診療科別により利用する医療機関を決めている』の割合が 39.7%と最も高く、次いで『かかりつけ医は決めていない』、『どこか不調なとき、まず受診するかかりつけ医を決めている』となっています。

性・年代別で見ると、男女ともに年代が上がるにつれ、『どこか不調なとき、まず受診するかかりつけ医を決めている』の割合が高くなっています。一方で、男女ともに 30 歳代で『かかりつけ医は決めていない』の割合が最も高くなっています。

【かかりつけ医を決めているか 性・年代別】

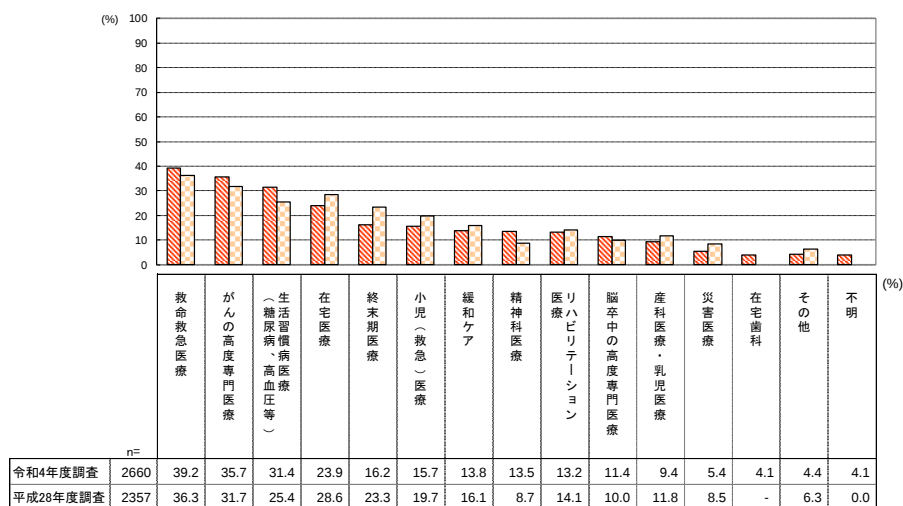


【充実を望む医療】

『生活習慣病医療(糖尿病、高血圧等)』等への需要が高まっている

『救命救急医療』が最も多くなっていますが、平成 28 年度調査と比較すると、『がんの高度専門医療』、『生活習慣病医療(糖尿病、高血圧等)』を望む割合が増加しています。

【今後、充実を望む医療（3つまで） 経年比較】



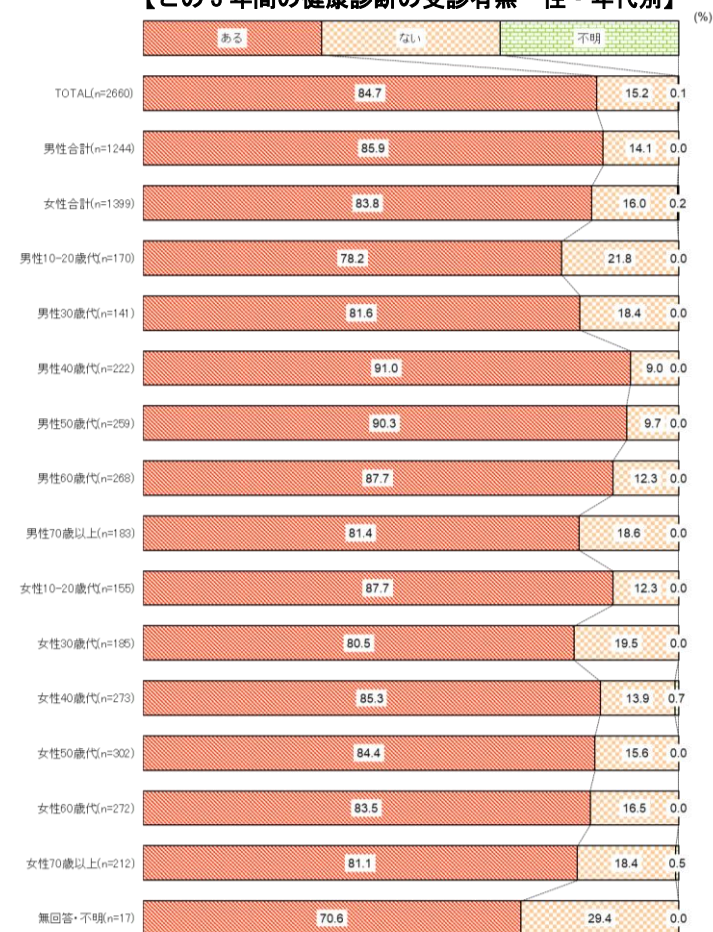
【健康診断①】

男女ともに若い年代の受診状況が、他の年代と比較すると落ち込んでいる

この3年間の健康診断の受診有無について、全体では84.7%が『ある』となっています。

性・年代別で見ると、男性 10-30 歳代と、女性 30 歳代で『ない』の割合が約 2 割と高くなっています。

【この3年間の健康診断の受診有無 性・年代別】

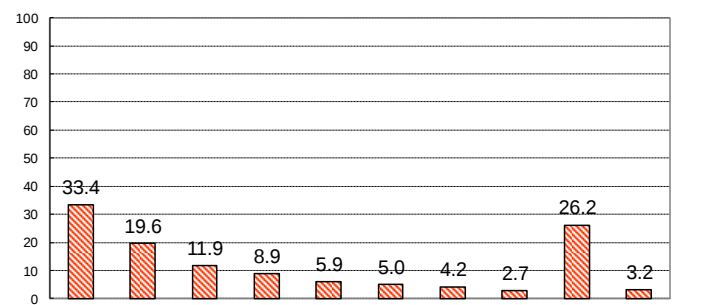


【健康診断②】

時間的制約、あるいは結果が悪いことへの恐怖などを理由とした未受診が見受けられる

健康診断を受けていない理由として、男女ともに『受ける時間がなかったから』が最も多く、次いで『通院していたから』となっていますが、男性で『健康に自信があるから』、女性で『結果が悪いと怖いから』への回答も高くなっています。

(%) 【健康診断を受けていない理由 性別】



	n=	受ける時間がなかった	通院していたから	結果が悪いと怖いから	健康に自信があるから	健康項目に魅力がない	健康診断が行われていないから	年齢に達していないから	健康診断が受けられないから	入院していたから	その他	不明
TOTAL	404	33.4	19.6	11.9	8.9	5.9	5.0	4.2	2.7	26.2	3.2	
男性合計	175	31.4	22.3	11.4	15.4	6.9	6.3	5.1	3.4	14.9	3.4	
女性合計	224	34.8	17.0	12.5	4.0	5.4	4.0	3.1	2.2	34.4	3.1	

【がん検診】

検診の受けやすさ向上のほかに、受診の必要性を感じるための情報や周知が求められている

がん検診の受診推進に必要なこととして、『土日・祝日でのがん検診の実施』の割合が 43.8%と最も高く、次いで『わかりやすいがん検診の個別案内』の割合が 41.0%、『がん検診の自己負担金額が一覧できる情報』の割合が 30.9%となっています。

性別で見ると、男性で、『わかりやすいがん検診の個別案内』、女性で『土日・祝日でのがん検診の実施』がそれぞれ最も多くなっています。

【八王子市のがん検診を受けやすくするために必要なこと 性別】



	n=	土日・祝日でのがん検診の実施	わかりやすいがん検診の個別案内	がん検診の自己負担金額が一覧できる情報	がん検診施設数の増加	医学的根拠に基づいた、効果のあるがん検診の実施	正確な医療情報に関するがん検診の実施	同性医師によるがん検診の実施	相談窓口に関するがん検診に関する	がん検診の重要性の啓発	その他	不明
TOTAL	2660	43.8	41.0	30.9	26.4	18.0	17.7	17.0	14.3	10.7	5.9	4.8
男性合計	1244	44.0	45.5	29.7	22.5	17.8	19.9	3.5	17.4	12.9	4.8	3.5
女性合計	1399	43.6	37.0	31.7	29.7	18.2	15.9	28.8	11.6	8.9	6.9	5.8

3 八王子市の健康と医療の課題

国・東京都の動向や市民意識調査、現計画進捗等を踏まえて、八王子市の課題を抽出しました。

(1) 分野横断的な課題

▶年代や環境の特性(ライフコース)に応じた施策推進

市民意識調査では、若い世代で、望ましい食生活や運動を実践していない傾向となっており、さらに性別においても、生活習慣や意識に違いがあります。健康や医療に関連する課題、望ましい生活習慣の形成や改善に向けたアプローチは、それぞれライフステージにより異なるため、乳幼児期から高齢期にわたる、年代の特性に応じた、途切れることのない健康づくりを支援する必要があります。

また、ライフステージにおける年齢・性別だけでなく、地域別、世帯構成別、さらには多様な生活様式、価値観、病気・障害の有無などの特徴を踏まえた施策を進める必要があります。

▶データの分析と活用による施策推進

各種統計・記録やデータ等の情報を収集・分析し、施策の見直しや、新規施策の展開に活用することで、より効果的で持続可能な取組の推進が必要です。

(2) 施策推進における課題

①健康づくりについて

▶情報の「見える化」等によるヘルスリテラシー・セルフケア能力の向上

市民自らの意識と行動の変容、また、生涯にわたり、自らの健康への関心や知識の習得意欲につなげるため、根拠に基づく正確な情報への平等なアクセシビリティの確立、デジタル技術等の活用により健康情報をだれでも入手・活用できるような仕組みづくりが必要です。

▶「豊かさ」や「生きがい」の実感につながる健康推進

市民意識調査では、健康状態と幸福度に関わりが見られたことから、身体・心の健康とこころの健康を一体的に支援するほか、地域福祉の観点から健康状態を向上するという視点が求められます。

運動習慣や生活のリズムの獲得、外出促進、介護予防、こころの健康の維持等を行うためには、地域の人々とのつながりづくりや社会参加の促進が必要です。

②環境づくりについて

▶自然に健康になれる「まちづくり」等の視点の導入

健康に関心が薄い層として、市民意識調査では子育てや働き盛りの世代の割合が高い傾向となっております。忙しい方・運動習慣のない方でも、健康の維持・向上をしたいと思えるよう、身近な地域で手軽に身体を動かすことを促す環境づくりが必要です。

▶多様な連携による体制整備

市内民間事業者・団体等との連携を通じて、どこへ行っても、いつでも、望ましい生活習慣や運動を無意識のうちに選択してしまうような視覚情報やあらゆる場所にいきわたらせた仕掛け等、自然と健康になれるような環境づくりも必要です。

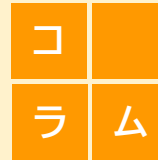
③医療体制について

▶上手な医療のかかり方の普及・啓発

市民意識調査では、かかりつけ医を決めていないという回答が第3期計画策定時よりも減少したものの、依然として、主に若い世代においてかかりつけ医を決めていない割合が高くなっています。医療資源をより有効に活用するため、市民が医療にかかる際、医療機関への選択や受診に関して適切な判断ができるよう、情報提供が求められています。

▶医療における連携強化

高齢化の進展等により、在宅医療の充実、生活習慣病の治療・がんとの共生などの需要も高まっていることから、引き続き医療人材の確保のほか、医療における連携体制の充実が必要です。



「セルフケア」・「セルフケア能力」とは？

セルフケアとは、「医療機関や専門家など他者からの援助を受けずに、自分自身で行う健康維持や病気予防のための心身のケア」のことをいいます。

例えば、ちょっと体の具合が悪い。でも、薬を飲んだり、お医者さんに行ったりするほどでもない。そんなとき、みなさんはどうしますか？温かくて、消化のよいもの食べたり、ゆっくりと湯船につかったり、夜更かししないで早めに寝たりといった、対応をしていますか？

このように“自分のできる範囲で自分の面倒を見る”こと。これが「セルフケア」の基本となります。セルフケアは、体はもちろん、こころが疲れたときも、有効な手段で早めに実践すると効果があるといわれています。

《参考》

厚生労働省「こころもメンテしよう～若者を支えるメンタルヘルスサイト～」ホームページより

第3章

本計画の目指すもの

1 基本理念

2040年を展望した本市の基本構想・基本計画「八王子未来デザイン2040」。基本構想では、基本理念である「人とひと、人と自然が響き合い、みんなで幸せを紡ぐまち八王子」に基づき 6 つの都市像を定めており、その中の 1 つの都市像として「健康で笑顔あふれる、ふれあい、支えあいのまち」が位置付けられています。

このことから、本計画は、「健康で笑顔あふれる、ふれあい、支えあいのまち」を健康医療の分野から実現するため、国及び東京都の方向性や考え方、健康医療を取り巻く現状を踏まえつつ、ヘルスプロモーションの理念に基づき第 3 期保健医療計画の目標や視点、考え方を踏襲します。

健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指し、誰もが住み慣れた地域で互いに支えあい、健康でいつまでも元気に生きがいを持って暮らしていけるよう、本計画の基本理念は、前計画に引き続き「自分で、家庭で、地域で、笑顔あふれる健康なまちづくり」と定めます。

自分で、家庭で、地域で、 笑顔あふれる健康なまちづくり

*前段はヘルスプロモーションの理念を、後段は「八王子未来ビジョン2040」の都市像 2 を表しています。

- | | |
|---------|---------------------------|
| 「個人」 | (自助)市民が自ら行うこと |
| 「地域・団体」 | (共助)その取組を支援する地域、関係団体が行うこと |
| 「行政」 | (公助)行政が行うこと |



「ヘルスプロモーション」とは？

ヘルスプロモーションとは、「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである（1986年、世界保健機関）」とされています。様々な主体が知識や技術の提供、組織活動、環境づくり、それらにかかわる政策の側面からサポートすることによって、市民自らの主体的な取組による健康づくりがより効果的に、より容易に達成できるようにするプロセスです。

人の一生を坂道にたとえると、人々は幸福な人生を実現するために、一步一步、坂道を登っていきます。その人生の坂道を「健康の玉」を押し上げながら登って行くこととすると、ヘルスプロモーションは、健康的な公共政策により、「知識や技術の提供」と「組織活動」により坂道で玉を押すことを手伝い、「健康を支援する環境づくり」をすすめることで坂道そのものの勾配を緩くして登りやすくすることといえます。



2 計画の視点

(1) 視点

本計画は、「自分で、家庭で、地域で、笑顔あふれる健康なまちづくり」を基本理念とし、第3期保健医療計画と同様に2つの視点から取り組むこととします。

【視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために】

市民一人ひとりが、年代や性別、その他個人をとりまく条件・状況に合った健康づくりをすすめるために、家庭や地域、学校、職場において、総合的に支援を行とともに、日常生活の中で健康になれる環境づくりを推進します。

またセルフケア能力を高める支援を通して一人ひとりの健康を育みます。

成果指標

健康のために「こころと身体にいいこと」をしている市民の割合

初期値	目標値
89.4%	95.0%

基本目標1-1 ライフステージや環境の特性(ライフコース)に合わせた健康づくりの推進

働きかけや環境整備により、切れ目なく、取り残されることもなく施策が浸透し、市民の健康状態が改善することを目指します。

基本目標1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる環境づくりの推進

保健所としての機能を発揮するとともに、市内全域に健康増進に向けた取組が広がることを目指します。

【視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために】

市民が住み慣れた地域で、安心して生活が継続できるよう、日常の医療体制及び在宅療養体制を充実します。

また、救急時や災害時等に適切な医療を提供するため、緊急時の医療体制を充実します。

成果指標

安心して医療を受けられるまちと感じている市民の割合

初期値	目標値
69.2%	85.0%

基本目標2-1 日常の医療体制の整備

市民が上手に医療機関を選ぶとともに、医療人材を育成し、役割分担による連携体制を充実することで、安心して医療を受けられる地域を目指します。

基本目標2-2 緊急時の医療体制の整備

体制の整備及び市民への周知を通して、市民が安心して救急医療や治療・災害時の医療等を受けられることを目指します。

基本目標2-3 在宅療養体制の整備

医療と介護の連携や相談支援体制の整備などにより、住み慣れた地域や自宅で生活できることを目指します。

(2) 施策推進のキーワード

POINT 1 切れ目ない・取り残さない

家族構成の変化(単身者の増加や核家族化の進行)に伴い、孤立・孤独の問題が深刻化する中で、すべての年代において、生活する環境、社会経済状況や障害の有無等に関わらず切れ目ない支援に努めます。

POINT 2 オール八王子で

各施策の部署を明確にするとともに、本計画に関わる職員が理解し、業務を円滑に推進できるよう周知を図ります。

また、関係機関及び医療関係団体、市民、事業者等が連携して、社会全体で健康づくりを支援できる計画とします。

POINT 3 伝える・つなげる

特定健診の結果やレセプト、その他市民の健康等に関わるデータを活用し、わかりやすい情報発信・周知を行うほか、適切な支援につなげます。

また、SNS 等を活用した健康情報の積極的な発信や対面だけでなくオンラインによる相談等、市民により便利な方法での支援を図ります。

POINT 4 根拠づける・成果と連動させる

現計画における施策の目的を整理の上、市民意識調査結果等の主観的評価、現計画の達成状況及びその他のデータ分析などの客観的評価の両方に基づき、現計画における施策のうち、今後取り組むべき課題を抽出し、第4期計画において必要な対策を整理しています。

また、事業・施策において、アプリや各種データを連携させ、効果の評価や推計を実施することにより、根拠をもって効果的に推進します。

コラム 「EBPM(根拠に基づく政策立案)」とは？ 等

EBPM は「根拠に基づく政策立案」と訳され、確かなエビデンスにもとづいて政策の決定や実行、効果検証を行うことを意味します。

エビデンスにもとづく政策を実践するためには、行政が資源として持っているデータの活用が必要不可欠です。行政が資源として持っているデータの一例に、「国保データベース(KDB)システム」(以下、「KDB システム」)があります。KDB システムとは、国保保険者や後期高齢者医療広域連合における保健事業の計画の作成や実施を支援するため、国保連合会が「健診・保健指導」「医療」「介護」の各種データを利活用して、統計情報や個人の健康に関するデータを作成するシステムです。

EBPM による政策の効果を高めるためには、単にエビデンスを収集するだけでなく、政策の手段や目的を整理し、評価をどのように行うのか段階的に考えて設計することが大切です。KDB システムから提供されるデータを分析することにより、地域住民の健康課題を明確化し、確かなエビデンスにもとづいた政策立案が可能になります。

(3) 八王子市健康医療計画のコンセプト

自分で、家庭で、地域で、笑顔あふれる健康なまちづくり



下支えとなる考え

視点1 基本目標1【健康増進】
疾病を発症させないため
疾病の重症化をさせないため

視点1 基本目標2【保健所機能】
公衆衛生の向上などの観点から、市民の健康の保持増進のため

視点2 基本目標1.2.3【医療体制】
万一、健康を損なったとき、健康回復に向けた医療支援等を実施する体制を整備するため

3 計画の体系

(1)八王子市健康医療計画の体系

基本理念	視点	基本目標	施策
笑顔あふれる健康なまちづくり 自分で、家庭で、地域で、	視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために	基本目標1-1 ライフステージや環境の特性(ライフコース)に合わせた健康づくりの推進	1-1-1 生活習慣の改善と生活機能の維持、向上
			1-1-2 生活習慣病の発症と重症化の予防
			1-1-3 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進
			1-1-4 がん予防と早期発見
			1-1-5 地域とつながる健康づくりの推進
			1-1-6 こころの健康づくりと自殺対策の推進
			1-1-7 健康になれるまちづくりの推進
			1-1-8 女性特有の疾病予防に対する支援と女性の健康づくり
			1-1-9 妊娠期からの切れ目のない支援の充実
		基本目標 1-2 安全で健康的な生活を安心して送れる環境づくりの推進	1-2-1 安心・安全な衛生環境づくり
			1-2-2 薬の安全、薬物乱用防止対策、家庭用品の安全確保
			1-2-3 感染症の予防と対応
			1-2-4 人と動物が共生するまちづくりの推進
	視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために	基本目標 2-1 日常の医療体制の整備	2-1-1 かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着
			2-1-2 中核病院を主体とした医療機関相互の連携強化
			2-1-3 小児・妊産婦に対する医療等の体制整備
			2-1-4 安心して医療にかかるための相談体制の整備
			2-1-5 医療人材の育成・確保
		基本目標2-2 緊急時の医療体制の整備	2-2-1 救急医療体制の充実
			2-2-2 災害時の医療体制の充実
		基本目標 2-3 在宅療養体制の整備	2-3-1 地域包括ケアシステムの推進
			2-3-2 障害者・難病患者・がん患者などの療養体制の整備

切れ目のない・
取り残さない

オール
八王子で

伝える・
つなげる

根拠づける・
成果と連動
させる

(2)第 4 期八王子市地域福祉計画との連携

健康医療計画の基本目標と施策

基本目標1-1 ライフステージや環境の特性 (ライフコース)に合わせた 健康づくりの推進	1-1-1	生活習慣の改善と生活機能の維持、向上
	1-1-2	生活習慣病の発症と重症化の予防
	1-1-3	生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進
	1-1-4	がん予防と早期発見
	1-1-5	地域とつながる健康づくりの推進
	1-1-6	こころの健康づくりと自殺対策の推進
	1-1-7	健康になれるまちづくりの推進
	1-1-8	女性特有の疾病予防に対する支援と女性の健康づくり
	1-1-9	妊娠期からの切れ目のない支援の充実
基本目標1-2 安全で健康的な生活を安心 して送れる健康づくりの推進	1-2-1	安心・安全な衛生環境づくり
	1-2-2	薬の安全、薬物乱用防止対策、家庭用品の安全確保
	1-2-3	感染症の予防と対応
	1-2-4	人と動物が共生するまちづくりの推進
基本目標2-1 日常の医療体制の整備	2-1-1	かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着
	2-1-2	中核病院を主体とした機関相互の連携強化
	2-1-3	小児・妊産婦に対する医療等の体制整備
	2-1-4	安心して医療にかかるための相談体制の整備
	2-1-5	医療人材の育成・確保
基本目標2-2 緊急時の医療体制の整備	2-2-1	救急医療体制の充実
	2-2-2	災害時の医療体制の充実
基本目標2-3 在宅医療体制の整備	2-3-1	地域包括ケアシステムの推進
	2-3-2	障害者・難病患者・がん患者などの医療体制の整備

第4期地域福祉計画の施策と細施策

1-1-1	地域住民が地域生活課題などを知る「学びの機会」の提供	1-1 誰もが地域の力になれる仕 組みづくり
1-1-2	住民主体による地域活動の活性化に向けた取組の強化	
1-1-3	ボランティアセンター等による多様な参加支援	
1-1-4	多様な主体と連携して解決する「共創」の推進	
1-1-5	孤独・孤立対策の強化	
1-1-6	「市民力」「地域力」を活かした地域づくりの推進	
1-2-1	生きがい・やりがい生まれる社会参加や交流の促進	1-2 福祉と健康づくりが日常に なる環境づくり
1-2-2	自分らしく社会とつながる多様な居場所の充実	
1-2-3	公共の場を活用した地域の「つながり」づくり	
1-2-4	誰でもできる「つながり」の普及啓発	
1-2-5	地域福祉の活動を支える「つなぎ手」の充実	
1-2-6	地域の「つながり」で守る「安全・安心な暮らし」	
2-1-1	民生委員・児童委員が活躍しやすい環境づくり	2-1 福祉関係者などとの連携強 化と新たな担い手づくり
2-1-2	医療や福祉の専門職と地域の「つながり」づくり	
2-1-3	大学とのつながりで進める地域福祉	
2-1-4	地域生活課題に連携して取り組む専門職の確保	
2-2-1	多機関連携の強化による専門職の有効活用	2-2 様々な専門職との連携と包 括的な支援体制の強化
2-2-2	専門職との連携によるアウトリーチ支援体制の強化	
2-2-3	福祉関係者などの分野横断的な「つながり」強化	
2-2-4	相談対応力を向上する機会の充実	
2-2-5	福祉人材の育成	
3-1-1	多様な媒体を活用した情報提供	3-1 一人ひとりに知りたい情報 が届くしくみの充実
3-1-2	福祉情報のわかりやすい発信	
3-2-1	はちまるサポートの機能強化	3-2 隙間のないサービスの提供 と効果的なサービス運用体 制の充実
3-2-2	複雑化・複合化した地域生活課題に対応する支援スキームの共通化	
3-2-3	自分らしい生活を継続する支援へのつなぎと環境整備	
3-2-4	民間事業者が地域生活課題解決の担い手となるしくみの構築	
3-2-5	社会福祉法人との連携による地域福祉の推進	
3-2-6	地域福祉を推進する「包括的な地域福祉ネットワーク会議」の充実	
3-2-7	効果的なサービス運用に向けた評価	



ライフコースと八王子市ブランドメッセージ

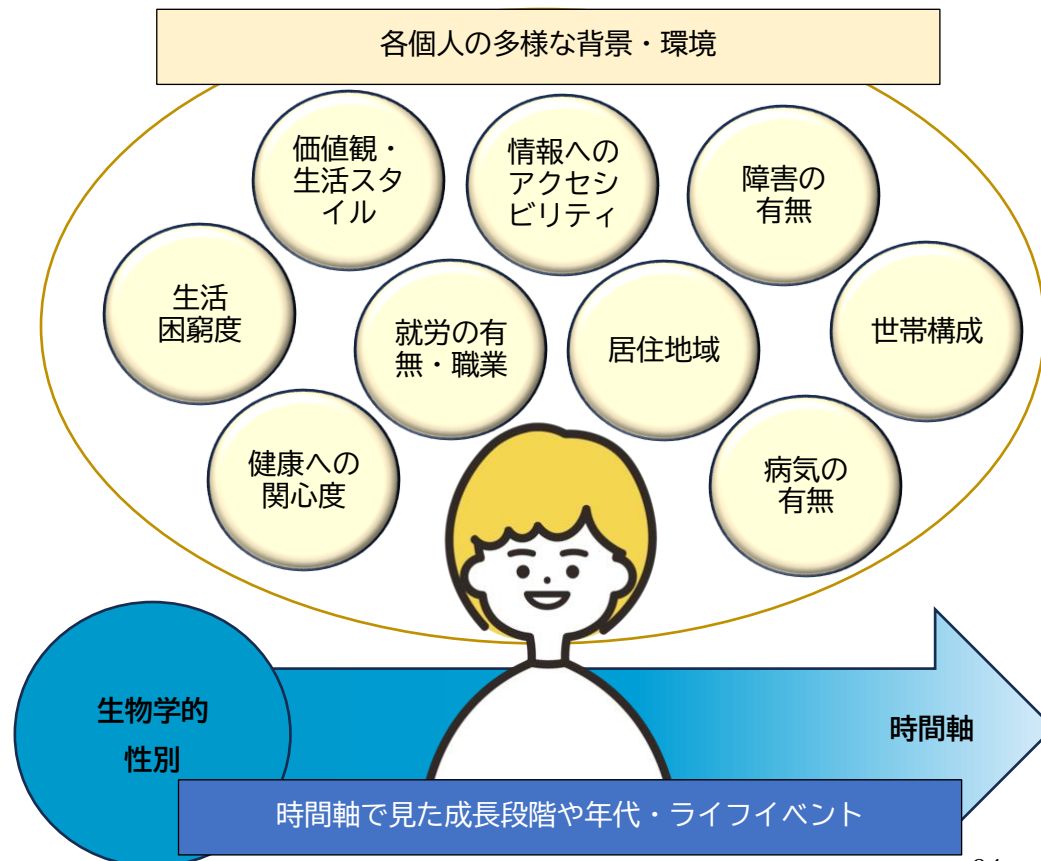


ライフステージとは、人の一生における、加齢に伴う諸段階を表す言葉であり、性別を含めた生物学的なものとなっています。

一方、ライフコースは、その個人を取り巻く生活環境のほかに、地域、職域、または学校など、多様な人生の進み方といった概念も含みます。

「あなたのみちを、あるけるまち。八王子」は、だれかのみちではなく、あなた自身のみちをあるいていけるまち八王子を表すブランドメッセージ。

本計画においては、自分の好きなことを追求したり、地域で活躍して暮らしたり、生き生きとした人生を送るためにはライフコースの視点を踏まえて、計画の理念「自分で、家庭で、地域で、笑顔あふれる健康なまちづくり」を目指します。



具体的実践例

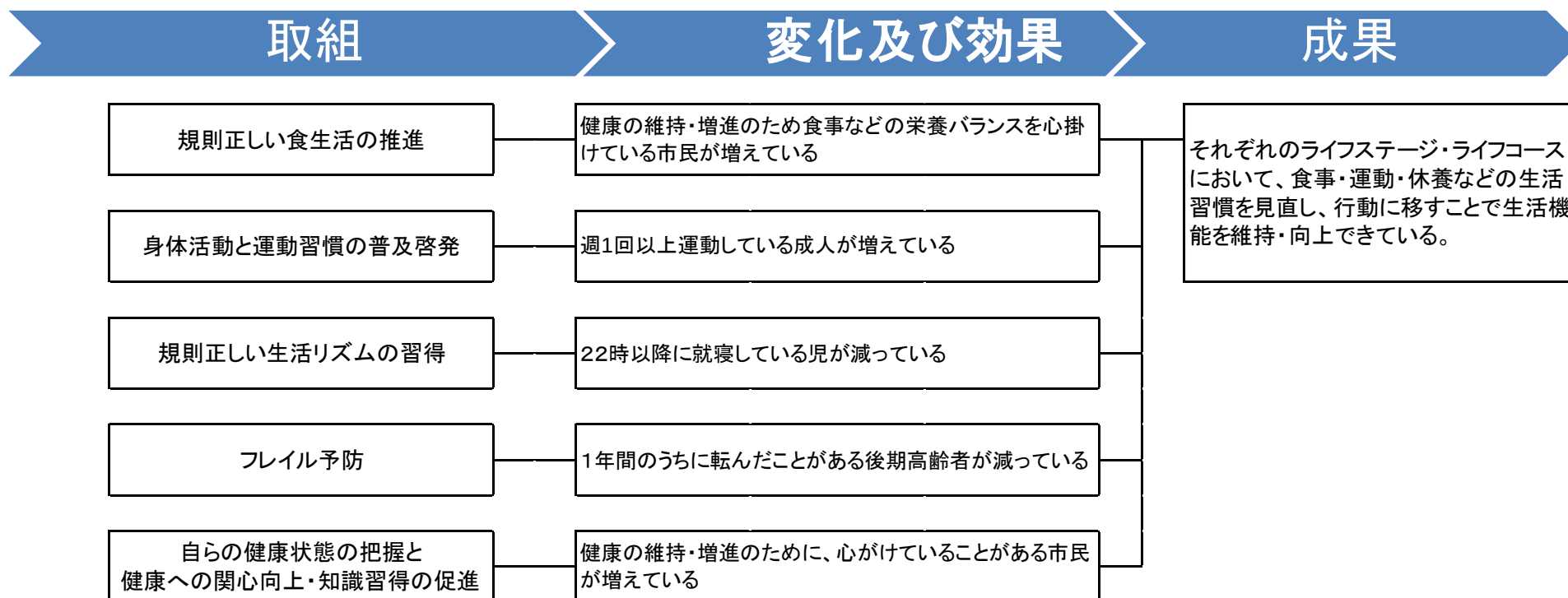
第4章

施策の展開

施策 1-1-1 生活習慣の改善と生活機能の維持、向上

現状と課題

- 朝食欠食や野菜の摂取について、食べない人の割合が前回市民意識調査から増加しているほか、特に 10～30 歳男性で食べない人の割合が高くなっています。また、子どもの生活実態調査において、朝食を摂らないお子さんが、一定数いることも判明しております。
- 大人になってからの食生活習慣は、子どもの頃からの食生活習慣が少なからず影響していると考えられるため、妊産婦への啓発及び子どもの頃から望ましい食習慣や食生活を身につける必要があります。
- 運動習慣(階段を意識的に利用する等の生活運動)のある人の割合は前回市民意識調査より減少しており、特に女性で運動習慣のない人の割合が高くなっています。生涯にわたる運動習慣を身につけることにより、フレイルの予防等を行う必要があります。



▶ 基本目標 1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

それぞれのライフステージ・ライフコースにおいて、食事・運動・休養などの生活習慣を振り返り、行動に移すことで生活機能を維持・向上できています。

指標名	現状値	目標値
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合（食事などの栄養バランス）	57.1%	70.0%
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合（適度な運動）	67.1%	70.0%

「食育推進計画」とは？

八王子市食育推進計画は、食育基本法に基づく市町村の計画として位置付けられ、市民の食育活動の推進に向けて、本市の関連する計画と連携し合うものとして策定されています。

生涯にわたり健康で生き生きと生活するためには、望ましい食生活を送ることが大切です。また、八王子の恵まれた環境を活かしながら、農業や伝統的な食文化にふれ、人々のつながりを深め、広げていくことも必要な要素であると考えております。

このことから、計画の将来像である「食を大切にする人々を育むまち」を実現するため、市内の飲食店や惣菜店へ協力を得て、野菜摂取・減塩・食事量といった健康に配慮したメニューや健康情報を提供する「はちおうじ健康応援店」や、産官学の連携による健康に配慮したお弁当の開発など様々な取組を実施しています。



施策の目標を達成するための取組み

① 規則正しい食生活の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	● 食育推進計画に基づき生活リズムを整え、身体や日々の活動に見合った食事を1日3食きちんと食べ、望ましい食生活が送れるよう、全てのライフステージに応じた取組を健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、食の大切さをより多くの市民へ普及啓発します。	保健総務課
2	保健事業を通じた普及啓発	● 各種母子保健事業、成人保健事業、高齢者保健事業を通じて、乳幼児期から適正な食生活を送れるよう支援を行います。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
3	保育園における普及啓発	● 園児に、食物を作る喜び、収穫の喜び、食べる喜びを経験させ、食の大切さを伝えていきます。また、保護者には、「給食だより」や「献立表」などの配付を通じて、各園で食育に関する情報提供を行います。 ● 子育て家庭に、食育イベントや給食の試食により食育を啓発していきます。また、保育園ひろば事業を通じて、離乳食や幼児食についての情報提供を行います。	子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
4	小学校・中学校における普及啓発	● 給食施設を整備し、中学生のころと身体を育む給食の提供を行うとともに、食でつながる場所として、関係機関と連携し地域の食育活動を推進します。 ● 食育推進計画に基づき各校での指導体制を整備し、教育活動の中で推進をはかります。また、市立小・中学校で「食育の日」を設け、毎日の食を大切にすところや、自らの健康につながる知識を身につけるため取組を実施します。	学校給食課、教育指導課
5	安全・安心な地元産農作物の提供	● 道の駅などで農産物に市内生産者を表記するなど安全・安心な地場農作物を提供に努めることにより、市民の地場農産物の購買意欲を高め、地産地消を推進します。	農林課



個人の取組み

- 朝食を食べましょう。
- 1日3食バランス良く食べましょう。
- 家族や友達と楽しみながら食事をしましょう。



地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、望ましい食習慣の大切さを伝えましょう。
- 地元産の食材を使う「地産地消」を広めましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶ 基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

② 身体活動と運動習慣の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、身体活動や運動の大切さを市民へ普及啓発します。	保健総務課
2	保健事業を通じた普及啓発	●保健事業において、運動習慣の大切さの普及啓発と運動習慣の確立に向けた支援を行います。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
3	歩行やサイクリング等の運動習慣の普及啓発	●ヘルシーウォーキングを市民健康の日にあわせて開催します。また、環境にやさしく、健康づくりにも取り組めるサイクリング等を推進します。	スポーツ振興課



個人の取組み

- 週に1回以上運動をしましょう。
- 子どもの頃から体を動かす習慣を身につけましょう。
- 日常的に意識して歩くようにしましょう。



地域・団体の取組み

- 身近な場所で、気軽に参加できる運動の機会をつくりましょう。
- 運動を通じての自主グループ、地域活動を行いましょう。

③ 規則正しい生活リズムの習得

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどを通じて、休養の重要性など生活習慣に関する正しい知識の情報提供を実施します。	保健総務課
2	保育園における普及啓発	●「園だより」や「ほけんだより」を通じて、各園で生活習慣確立の必要性を周知します。 ●各園で園児に、生活習慣、生活リズムの大切さを指導します。	子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
3	小学校・中学校における普及啓発	●体力向上推進計画に基づく、健康に関する取組を実践するため、各校での指導体制を整備し、全教育活動の中で推進をはかります。	教育指導課
4	妊産婦等への指導・啓発	●母子保健事業や地域での出前講座等を通じて、親子の規則正しい生活リズムに関する啓発、改善への働きかけを実施します。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）



個人の取組み

- 親子で望ましい生活リズムの大切さを知り、生活リズムを整えましょう。



地域・団体の取組み

- 地域で季節の行事などを開催し、一年間を通した生活リズムを整えましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶ 基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

④ フレイルの予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	イベントを通じた普及啓発	●健康づくりサポーターと連携し、健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、ロコモティブシンドロームの認知度調査などの健康情報を提供します。	保健総務課
2	健康づくりサポーターの養成	●健康づくりサポーターを養成します。	保健総務課
3	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業事業の実施	●高齢者計画・介護保険事業計画に基づき、平均自立期間の延長を目指し各種介護予防事業を実施します。	高齢者いきいき課、 保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
4	運動指導の実施	●市内の各地域にて、年齢や体力に合わせた運動指導を行います。	スポーツ振興課
5	健康づくりに関する講座の実施	●社交ダンスや健康体操など、高齢者の健康づくりに役立つ講座を実施します。	学習支援課
6	骨粗鬆症予防の普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、普及啓発を実施します。 ●骨密度測定会を実施します。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、 保健総務課



個人の取組み

- 人生の目標や生きがいを持って、積極的に地域などでの活動を継続して行いましょう。
- 自分の骨の状態を把握するとともに、骨粗鬆症の予防について知りましょう。



地域・団体の取組み

- 運動やレクリエーション、生涯学習などの機会や場所の提供について充実をはかりましょう。
- 骨粗鬆症の予防について、周知しましょう。

「フレイル」とは？

フレイルとは、高齢者の健康な状態と介護が必要な状態の間にある「虚弱状態」を指します。まだ介護は必要ないけれど、なんとなく体調が優れない、足腰や口周りに不安がある、人付き合いがおっくう…など、年齢とともに生じる心身の衰え、それがフレイルです。フレイルには「身体的フレイル」「オーラルフレイル」「心理的・認知的フレイル」「社会的フレイル」と呼ばれるさまざまな側面があります。これらは単独で起こるのではなく、生活習慣や身体・心の状態によって複雑に絡み合いながら進行していきます。ある程度の衰えは高齢になれば自然なことです。しかし、運動不足・栄養不足、刺激の低下などによる急速な衰えは、普段の心がけて予防・改善することができます。本市では、健康フェスタ・食育フェスタやいちょう祭りなどのイベントや出前講座を通してフレイルの予防について普及啓発を行っています。

（公益財団法人 健康・体力づくり事業財団：サルコペニア・フレイルを予防して健康寿命をのばそう）



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶ 基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

⑤ 自らの健康状態の把握と生涯にわたる健康への関心向上・知識習得の促進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	市民への情報提供	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて、市民が主体的に健康づくりをできるような、きっかけづくりの場を提供するとともに、健康情報の提供を行います。	保健総務課
2	健康状態の把握支援	●データ改善相談、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業など、自らの健康状態を把握し、生活機能の維持向上を目指します。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
3	生涯にわたる健康に関する知識や健康づくりへの関心向上	●ヨガやストレッチ、社交ダンス、健康体操など、概ね60歳以上の方を対象とした健康づくりに役立つ講座を実施します。 ●高齢者のセルフマネジメントの向上、健康意識の向上、社会参加機会に資する「八王子てくてくポイント事業（てくポ）」を実施します。	高齢者いきいき課、学習支援課



個人の取組み

- 自分の身体の状態や健康状態を把握するヘルスチェックの習慣を身につけましょう。
- 健康に関する正しい知識を習得しましょう。
- 関心のある健康づくりを実践してみましょう。

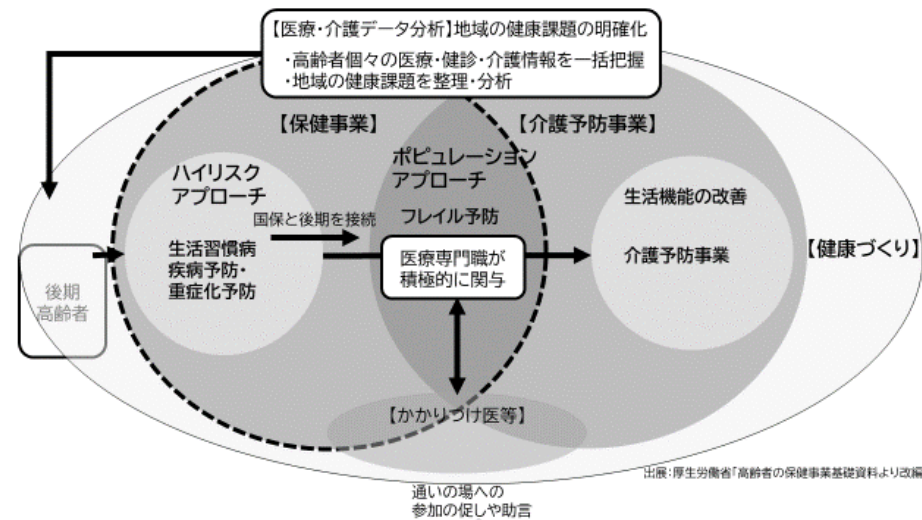


地域・団体の取組み

- 市民が知識習得や健康づくりに取り組めるよう支援しましょう。

「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」とは？

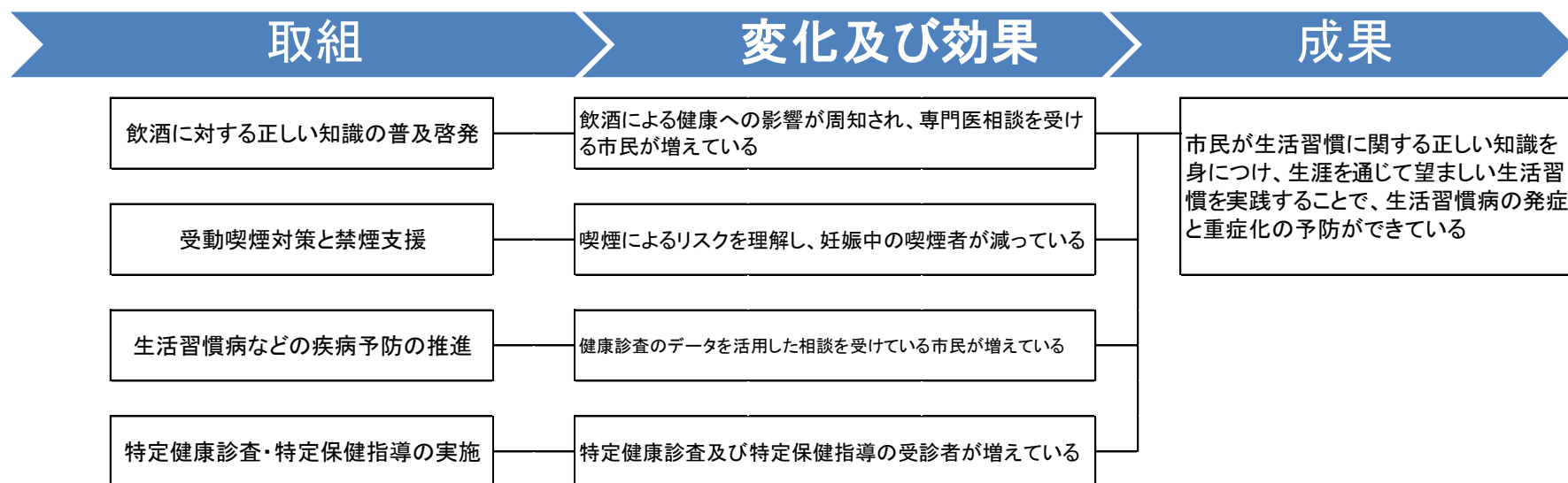
健康寿命の延伸の右の図のように、医療保険側の保健事業と介護保険側の介護予防事業、
かかりつけ医等による医療を組み合わせ、高齢者を包括的に支援していく事業です。



施策 1-1-2 生活習慣病の発症と重症化の予防

現状と課題

- 市民の死因別死亡率について、令和 3 年度で第2位が心疾患、第4位が脳血管疾患となっています。
- 第 3 期計画において、特定健康診査、特定保健指導等の実施における受診率が目標に達していない状況です。一方、市民意識調査で、充実を望む医療として、『生活習慣病医療（糖尿病、高血圧等）』等への需要が高まっていることから、発症予防及び重症化予防に向けた生活習慣改善の働きかけを行う保健指導の充実と利用率向上を図ることが課題となっています。
- 市民意識調査において高齢者の喫煙や飲酒が多い状況となっています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶ 基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

市民が生活習慣病に関する正しい知識を身につけ、毎年健診を受け、自分の健康様態を振り返ることで、生活習慣病の予防ができています。

指標名	現状値	目標値
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合（各種定期健診（検診）の 受診）	49.0%	60.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 飲酒に対する正しい知識の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	講演会の実施	● 飲酒による健康への影響について、講演会等を通じて広く普及啓発します。	保健対策課
2	専門医相談の実施	● アルコールに関する専門医相談を実施します。	保健対策課
3	妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝える	● 母子保健事業や子育て支援事業を通じ、妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝えます。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
4	未成年向けの普及・啓発	● 青少年に対して飲酒による健康への影響に関する知識を普及啓発します。 ● 学校保健計画に基づき市立小・中学校において飲酒による健康への影響などの講習会や啓発事業を実施します。	青少年若者課、教育指導課



個人の取組み

- 飲酒による健康への影響について知しましょう。
- 妊婦や授乳中の女性は、胎児や乳児への健康影響について正しい知識を持ち、飲酒をやめましょう。
- 未成年者は飲酒をしない。周囲の大人は未成年者による飲酒を防止しましょう。
- 節度ある適度な飲酒を心掛け、休肝日をつくりましょう。



地域・団体の取組み

- 未成年者にお酒を売らない、提供しないようにしましょう。

② 受動喫煙対策と禁煙支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	喫煙及び受動喫煙による健康への影響に関する周知啓発	●慢性閉塞性肺疾患(COPD)の予防について普及啓発を行います。 ●受動喫煙に関する法に基づき、関係部署と連携し、引き続き喫煙に関する健康への影響について周知啓発します。 ●妊婦面談やパパママクラス、乳幼児健診、成人相談の中での、喫煙、受動喫煙の健康影響について普及啓発を実施します。	保健福祉センター(大横、東浅川、南大沢)、保健総務課
2	禁煙支援	●肺がん検診などの際、喫煙者に対し、禁煙指導・禁煙外来支援を行います。	成人健診課
3	未成年向けの普及・啓発	●青少年に対してたばこの影響を理解し、適切な行動ができるよう支援します。 ●学校保健計画に基づき市立小・中学校において喫煙が及ぼす健康影響についての講習会や啓発事業を実施します。	青少年若者課、教育指導課
4	喫煙マナー向上に向けた取組み	●喫煙マナー向上のため、市民・事業者と協働してマナーアップキャンペーンを実施します。	環境政策課

個人の取組み

- 喫煙や、受動喫煙が及ぼす健康影響について正しい知識を持ちましょう。
- 妊婦や授乳中の女性は、胎児や乳幼児への健康影響について正しく理解し、喫煙をやめましょう。
- 周囲に子どもや喫煙をしない人がいるときは喫煙をやめましょう。
- 喫煙マナーを守りましょう。周囲にやけどなどをひきおこさないよう、歩きたばこは絶対やめましょう。
- 喫煙ががん発症のリスクとなることを知りましょう。
- 喫煙が肺の生活習慣病である慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因となることを知りましょう。

地域・団体の取組み

- 喫煙、受動喫煙による健康影響についての知識を普及しましょう。
- 未成年者にたばこを売らない、与えないようにしましょう。
- 敷地内禁煙など受動喫煙防止対策に協力しましょう。
- 喫煙者へのマナーアップ活動に協力しましょう。
- がん発症のリスクとなる喫煙についての知識を普及しましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

③生活習慣病などの疾病予防の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	糖尿病やメタボリックシンドロームの予防	●イベントやSNSなどにおける普及啓発により、糖尿病やメタボリックシンドロームなどを予防する生活習慣について推進します。 ●特定保健指導等の実施により、糖尿病等生活習慣病の発症予防を推進します。	成人健診課、保健総務課
2	飲食店の協力による減塩・野菜摂取の促進	●関係部署と連携し、飲食店に向けた減塩や野菜摂取の重要性を普及啓発します。	保健総務課
3	給食施設の栄養の向上	●給食施設における栄養管理の質の向上を支援します。	生活衛生課
4	生活習慣病に関するデータの活用	●健診データ、レセプト情報を活用し、生活習慣病の重症化予防に取り組みます。 ●データ改善相談、生活習慣病予防の講演会、測定会等を実施し、生活習慣病予防の普及啓発をはかります。 ●特定健康診査のデータを活用するなど関係機関と連携し、糖尿病重症化予防を重点的に実施します。	成人健診課、保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
5	子どもの生活習慣の確立支援	●市立小・中学校における定期健康診断を継続して実施し、適切な生活指導と子どもたちの健康増進に努めます。	教育指導課



個人の取組み

- 規則正しい生活リズム、バランスの良い食生活、適度な運動を取り入れましょう。
- 喫煙や飲酒が生活習慣病のリスクを高めていることを知り、禁煙や節度ある適度な飲酒を心掛けましょう。
- 定期的に健診を受け、健診結果を正しく理解しましょう。
- 自分の健康に関心を持ちながら適正体重を知り、体重のコントロールをしましょう。



地域・団体の取組み

- 地域活動や団体活動を通じて生活習慣病予防の大切さを普及しましょう。

④ 特定健康診査・特定保健指導の実施

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	特定健康診査及び特定保健指導の実施	●国民健康保険データ活用保健事業実施計画（及び特定健康診査等実施計画）に基づき、特定健康診査及び特定保健指導を実施します。	成人健診課
2	特定健康診査及び特定保健指導の受診促進	●広報への掲載や個別通知の発送、健康フェスタへの参加などを通じて、特定健康診査の必要性を普及啓発します。 ●市民が受けやすい健康診査、保健指導体制を整え、受診率や実施率の向上を目指します。	成人健診課
3	特定保健指導の質向上	●保健指導の質を向上させ、さらなる検査値改善や脱出率の向上を目指します。	成人健診課



個人の取組み

- 特定健康診査を積極的に受診し、自分の健康状態を把握しましょう。
- 健診結果で精密検査や治療が必要と判断された人は、早期に医療機関を受診しましょう。
- 特定保健指導を積極的に利用し、健康診査結果に応じた生活習慣の改善、疾病予防に役立てましょう。



地域・団体の取組み

- 特定健康診査、特定保健指導の受診や利用について普及啓発しましょう。
- 生活習慣の改善や疾病予防の大切さを周知しましょう。

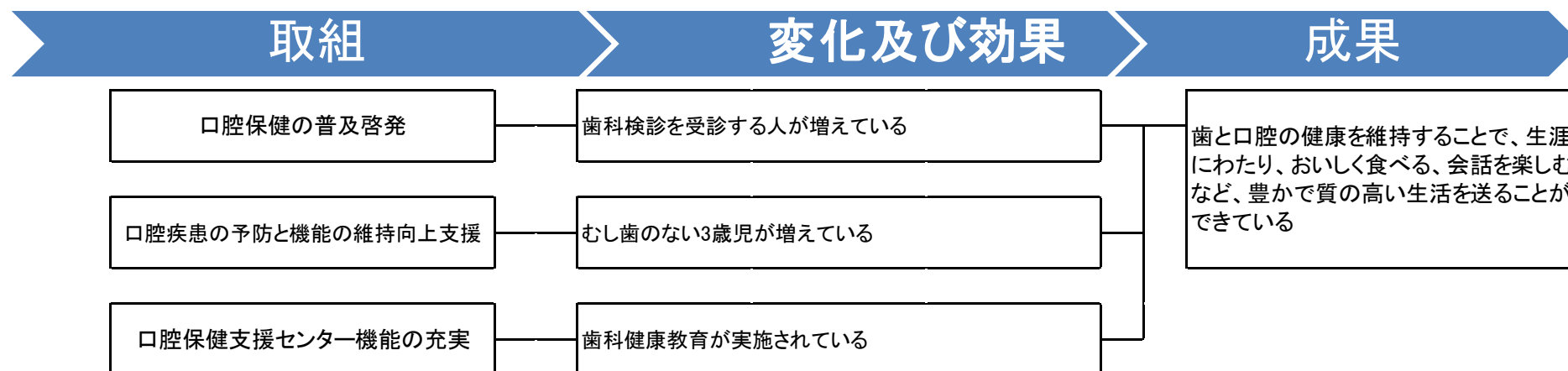
「国民健康保険データ活用保健事業実施計画」とは？

国民健康保険データ活用保健事業実施計画は、健康寿命の延伸と医療費適正化を目的とした計画です。レセプト（診療報酬明細書）や健診情報等のデータ分析に基づき地域の健康課題を明確化し、地域の健康課題を解消するためPDCAサイクルによる特定健康診査や重症化予防などを実施するためにまとめた保健事業計画です。

施策 1-1-3 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進

現状と課題

- 全国的に「8020（ハチマルニイマル）運動」が展開されていますが、市民意識調査において、歯科健診については、『受けていない』人の割合が39.1%と高くなっています。特に10～30 及び 50 歳代男性で『受けていない』の割合が5割以上となっています。介護予防やフレイル予防の観点から、引き続き講座等による普及を行うほか、若い頃からの歯科健診推奨が必要です。
- 高年期における、摂食・嚥下障害や誤嚥性肺炎等のリスク回避、高齢者の虚弱（「フレイル」）対策など、介護予防の観点からも口腔機能を向上させる必要があります。
- 歯周病が全身の健康に影響することの認知度は、81.9%と高くなっています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

歯と口腔の健康を維持することで、生涯にわたり、おいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送ることができています。

指標名	現状値	目標値
年1回以上歯科検診を受診している者の割合（意識調査）	32.1%	50.0%
むし歯のない3歳児の割合（実績）	93.7%	↑

「歯周病が健康に与える影響」とは？

歯周病は細菌感染症です。

歯周病はお口の健康だけでなく、歯周病の進行により歯周病菌や歯周病菌が産生する炎症物質が歯ぐきの血管から全身に入り、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くさせる糖尿病・早産・低体重児出産・肥満・血管の動脈硬化（心筋梗塞・脳梗塞）にも関与しています。さらに、認知症の発症にも関与しているという報告もあります。

また、歯周病菌の中には、誤嚥により気管支から肺にたどり着くものもあり、高齢者の死亡原因でもある誤嚥性肺炎の原因となっています。

歯周病の予防・治療を行うことで、全身の様々な病気のリスクを下げる事が可能です。

本市では、40・50・60・70歳の方を対象に、かかりつけ歯科医を持つことの促進及び歯周疾患の早期発見、早期治療へつなげることを目的として「歯と口腔・歯周病検診」を実施しています。

さらに、各保健福祉センターで実施している歯科相談や歯周病予防教室等の健康教育を通じて、歯周病についての正しい知識の習得に向けた普及啓発に努めています。

施策の目標を達成するための取組み

① 口腔保健の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科教育、歯科相談を通じた普及啓発	●若い世代から高齢者まで、より多くの市民に口腔歯科衛生の重要性を理解していただき、行動変化につながるようにします。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
2	口腔ケアに関する出前講座の実施	●高齢者団体や介護事業者に対して、口腔ケアに関する出前講座を実施します。	高齢者いきいき課



個人の取組み

○口の中の健康に関心を持ち、歯や口腔機能を維持するための正しい知識を身につけましょう。



地域・団体の取組み

○地域活動、団体活動を通じて、口の中の健康と機能の重要性を伝えましょう。

② 口腔疾患の予防と機能の維持向上支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科検診受診の受診促進	●対象年齢となる市民への検診を実施し、成人の歯周疾患を早期発見・予防することにより、市民の健康保持増進をはかります。 ●検診対象者全員へ個別に受診券を送付し、確実な周知と受診勧奨をはかります。	成人健診課
2	むし歯・歯周病予防に向けた取組みの実施	●母子保健事業、成人保健事業を通じて、むし歯や歯周病の予防を推進します。 ●保育の中で歯磨きの習慣を修得できるよう、各園で年齢に応じた歯磨き指導を行います。 ●「ほけんだより」を通じて各園で歯の健康の大切さを周知するとともに、歯科検診による早期発見、早期治療をすすめます。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
3	小学校・中学校における普及啓発	●学校歯科医や関連機関と連携し、市立小・中学校における歯科衛生指導の支援を行います。	教育指導課

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

個人の取組み

- 口の中の健康に関心を持ちましょう。
- 正しい口腔清掃習慣を身につけましょう。
- 定期的に歯科検診を受診しましょう。

地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、口の中の健康と機能の重要性を伝えましょう。

③ 口腔保健支援センター機能の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	歯科医療等従事者の専門性向上	●歯科医療等に従事する者等に対する研修会を実施します。	保健総務課
2	多職種の連携	●多職種及び関係機関、庁内歯科担当部署と連携をはかり、口腔保健支援センターとしての役割を充実します。	保健総務課

個人の取組み

- かかりつけ歯科医で定期的に歯科検診を受けましょう。
- 歯周病が全身の健康に影響することを理解しましょう。
- 口腔機能を維持し毎日の「食」を楽しみましょう。

地域・団体の取組み

- 口腔医療従事者は、さらなる良質かつ適切な医療の提供を行うよう、努めましょう。
- 地域活動・団体活動を通じて、口腔保健の重要性を伝えましょう。

「口腔保健支援センター」とは？

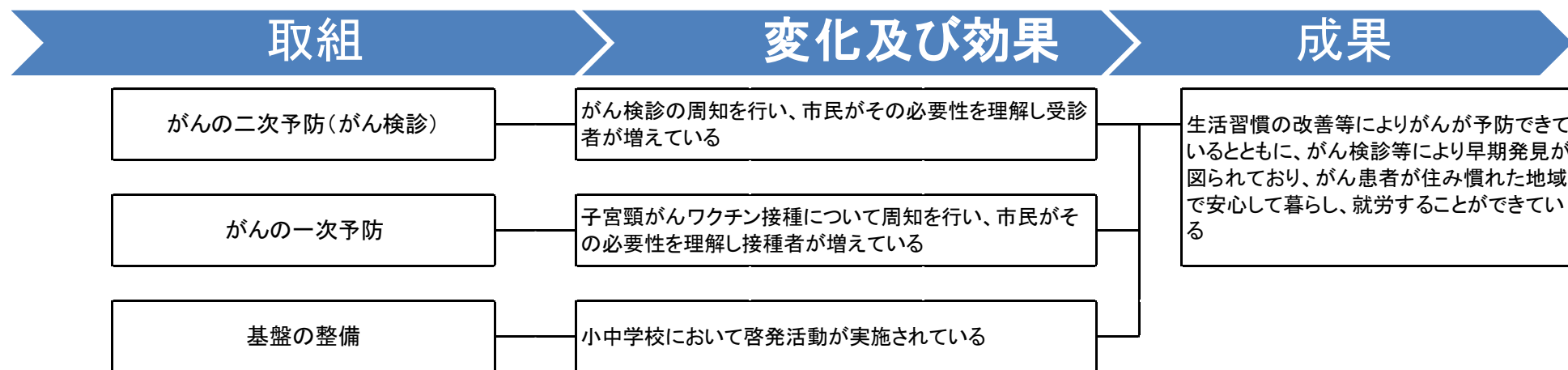
歯科口腔保健の推進に関する法律第15条の規定に基づき、都道府県、保健所設置市及び特別区が任意設置するもので、本市は平成28年4月に八王子市保健所内に設置しました。

当センターでは、歯科口腔保健に関する正しい知識の普及啓発や定期的に歯科健診を受けること等を促進するため、歯科医療業務に従事する方々へ情報の提供、研修の実施等の支援を行っています。また、八王子市独自の取組として、保育園向け講習会、市民向け講座を開催しているほか、特定給食施設の管理者及び栄養管理者等を対象とした栄養管理講習会において口腔機能についての講義を行うなど、乳幼児における正しい口腔機能の獲得やオーラルフレイル予防に関する理解を図り、市民の歯科疾患予防や生涯を通じた口腔機能の維持向上に努めています。

施策 1-1-4 がん予防と早期発見

現状と課題

- 健康日本21(第3次)において、生活習慣の改善、生活習慣病の発症予防・重症化予防等の個人の行動の改善が謳われています。
- また、本市では、令和6年度から令和11年度までを計画期間とする第2期八王子市がん対策推進計画が策定され、がんの予防(がん検診等)、がんとの共生、基盤の整備の取組を示しています。
- 市民意識調査の結果から、市が実施している胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんのいずれのがん検診においても、継続的に受診している方が3割程度いる一方、継続受診につながらなかった方が一定数おり、継続受診の向上に向けた取組が必要です。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

生活習慣の改善等によりがんが予防できているとともに、がん検診等により早期発見が図られています。
また、がん患者が住み慣れた地域で安心して暮らし、就労することができています。

指標名	現状値	目標値
がん検診精密検査受診率 (上限 69 歳)	胃がん 100.0%	各 100% (国の目標値 90.0%以上)
	肺がん 95.4%	
	大腸がん 82.8%	
	乳がん 98.8%	
	子宮頸がん 97.2%	
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合(各種定期健診(検診)の受診)【再掲】	49.0%	60.0%

施策の目標を達成するための取組み

① がんの二次予防(がん検診)

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がん検診の受診促進	●「がん対策推進計画」に基づき、「がんによる早すぎる死を防ぐ」ことを主眼に、科学的に根拠のある有効ながん検診を、より確かな質で、多くの人が受診することを目指します。	成人健診課
2	がん検診に関する普及啓発	●生活習慣病としてのがんを予防するため、市民が「自分の健康は自分で守る」という意識を醸成することについて普及啓発を行います。	成人健診課



個人の取組み

○各種検診を積極的に受け、疾病の早期発見や自分の健康状態の把握に努めましょう。



地域・団体の取組み

○検診の必要性や定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑な検診の実施に協力しましょう。

② がんの一次予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	たばこ対策	●受動喫煙に関する法改正の動きに対応しながら関係部署と連携し、喫煙による健康への影響について周知啓発します。 ●肺がん検診の際、喫煙者に対しては、医師から勧奨資材リーフレットや禁煙外来医療機関マップを手渡し、禁煙支援を行います。（再掲） ●健康相談の中で、必要に応じて禁煙相談に対応します。 ●青少年に対して喫煙や受動喫煙の健康影響を理解し、適切な行動ができるよう支援します。 ●学校薬剤師等関係機関と連携し、市立小・中学校で行われる啓発事業の支援を行うとともに、喫煙が及ぼす健康影響についての理解をすすめます。	成人健診課、 保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、 保健総務課、青少年若者課、教育指導課
2	生活習慣の改善	●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、食の大切さをより多くの市民へ普及啓発します。（再掲） ●園児に、食物を作る喜び、収穫の喜び、食べる喜びを経験させ、食の大切さを伝えていきます。（再掲） ●健康フェスタ・食育フェスタなどのイベントを通じて推進し、身体活動や運動の大切さを市民へ普及啓発します。（再掲） ●保健事業において、運動習慣の大切さの普及啓発と運動習慣の確立に向けた支援を行います。（再掲） ●飲酒による健康への影響について、講演会等を通じて広く普及啓発します。（再掲） ●母子保健事業や子育て支援事業を通じ、妊婦・授乳中の女性の飲酒による健康への影響について伝えます。（再掲）	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、 保健総務課、保健対策課、 子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課
3	感染症対策	●がんの発症にかかわるウイルス対策について正しい情報発信を行います。 ●肝炎ウイルス検診受診勧奨をがん検診受診勧奨とあわせて行います。	成人健診課

個人の取組み

- がん発症のリスクとなる、生活習慣、喫煙、ウイルスについて知りましょう。
- がん検診や肝炎ウイルス検診等の積極的な受診により、疾病の早期発見や早期治療に努めましょう。

地域・団体の取組み

- がん発症のリスクとなる、生活習慣、喫煙、ウイルスについての知識を普及しましょう。
- 疾病の予防や早期発見、早期治療につなげるため、生活習慣の改善、禁煙、肝炎ウイルス検診等についての知識を普及しましょう。

③ 基盤の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がん教育の実践	●市立小・中学校において、医師やがん経験者によるがん教育を実践します。	教育指導課
2	普及啓発の推進	●市立小・中学校において、がんの予防について啓発活動を行います。 ●八王子市医師会と連携し、市内大学生看護学部の生徒を有する市内の大学生に対し婦人科系疾患(がんを含む)に関する講義を実施します。【再掲】	保健総務課、教育指導課

個人の取組み

○家庭でがんについて考え、予防行動や検診の重要性を理解しましょう。

地域・団体の取組み

○がんの予防対策やがん検診の必要性、定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑ながん検診の実施に協力しましょう。

「第2期がん対策推進計画」とは？

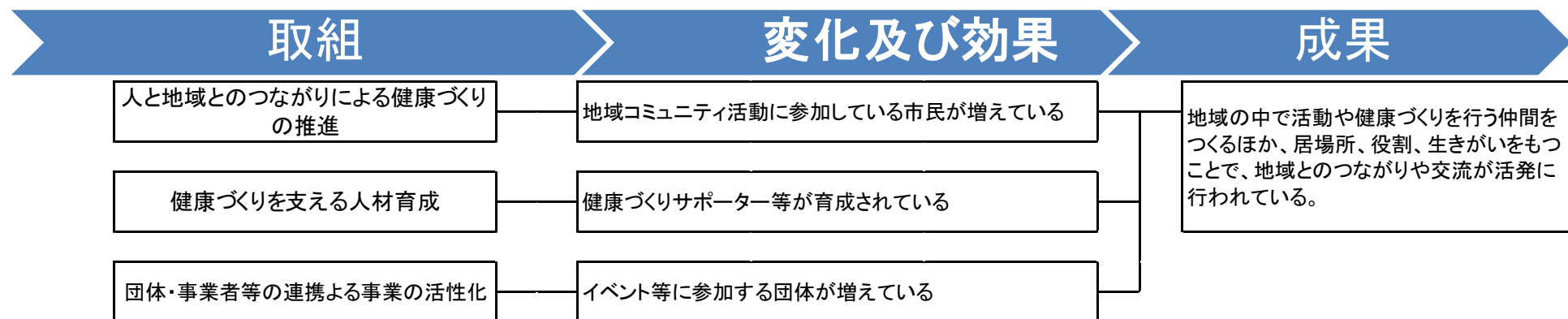
本市は、平成25年（2013年）3月に「がん予防推進計画」を策定し、「がん予防」、「がんの早期発見」、「がんの教育・啓発活動」について、積極的に施策を展開してきました。また、平成30年（2018年）3月、がん予防推進計画の改定においては、国のがん対策基本法の改正内容に合わせ、計画名称を「がん対策推進計画」に変更し、がん対策の取組を行ってきました。

ここで、令和6年（2024年）3月、健康医療計画を上位計画とした「第2期がん対策推進計画」を策定しました。基本理念は、第1期計画から引き継いだ『「がん」による早すぎる死を防ぐ』と並列に、『「がん」になっても住み慣れた地域で自分らしく生きる』を新たに掲げ、がん予防とともにがんとの共生も新たな柱として施策を展開していきます。

施策 1-1-5 地域とつながる健康づくりの推進

現状と課題

- 健康づくりは一人で行うよりも地域の中で仲間と行うことで継続性が高まり、より高い成果を得ることができると言われており、地域のつながりが希薄化する傾向にある中で、地域で健康づくりの活動などをともに実践できるような関係を築いていくことが重要です。
- 本市では、健康寿命の延伸に向け、市民が主体的に健康づくりに取り組めるような場を増やす支援や情報の提供を行っています。また、地域の健康づくりを推進していくために必要な人材の育成に取り組んでいます。
- さらに、地域福祉計画と連携を図りながら、本計画では施策 06 のところと身体・健康づくりの観点から、市民の外出を促し、地域とつながることで孤立の防止を図ります。



あるべき
姿

地域の中で活動や健康づくりを行う仲間をつくるほか、居場所、役割、生きがいをもつことで、地域とのつながりや交流を生むとともに、こころと身体の健康につながっています。

指標名	現状値	目標値
65 歳平均障害期間(男性)	1.40 年	↓
65 歳平均障害期間(女性)	3.05 年	↓
地域の人と交流したり、地域の活動に参加したりすることで、充実感や生きがいを感じる市民の割合	32.0%	40.0%

「地域福祉計画」とは？

地域福祉計画（第4期八王子市地域福祉計画）は、社会福祉法第107条に基づく「市町村地域福祉計画」です。また、本市の基本構想・基本計画である「八王子未来デザイン 2040」を上位計画とする福祉の分野別計画であり、かつ、高齢、障害、子どもの各対象者別計画の上位計画に位置付けられており、地域福祉の推進に関する対象者別計画の分野横断的な施策を示しています。

健康医療計画は地域福祉計画と密に連携し、施策同士の有機的な連携やデータ活用を意識したものとしています。（健康医療計画と地域福祉計画との連携は32ページに掲載）

施策の目標を達成するための取組み

① 人と地域とのつながりによる健康づくりの推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	地域情報の提供	●健康フェスタ・食育フェスタなどを通じて、市民が主体的に健康づくりのできるような場やきっかけづくりの支援を行うとともに、情報を提供します。	保健総務課
2	地域との連携による取組の推進	●ボランティアセンターと連携し、ボランティア活動したい人と活動とのつながりを進め、多様な社会参加へのつながりができる仕組みを充実します。 ●地域と連携した地産地消を推進するため、地場産物を活用した学校給食の充実をはかるとともに、親子料理教室等の健康づくり講習会を実施し、家庭への啓発を推進する取組を拡充します。 ●総合型地域スポーツクラブなどが行う地区運動会や各種スポーツ教室の開催を支援します。 ●沿道集落地区における耕作放棄地の再生等のまちづくり活動を推進します。	福祉政策課、土地利用計画課、学校給食課、スポーツ振興課



個人の取組み

- 自らの健康状態を理解し、地域の仲間と楽しく健康づくりを続けましょう。
- 簡単な体操や、栄養について学び、健康を維持管理しましょう。



地域・団体の取組み

- 地域活動や団体活動を通じて、健康づくりが地域に根ざした活動になるよう広めましょう。

② 健康づくりを支える人材育成

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	健康づくりサポーターの養成	●食育分野の視点も取り入れた健康づくりサポーターを養成し、地域で健康づくりを推進する人材を育成します。	保健総務課



個人の取組み

- 積極的に情報を得て、地域活動をししましょう。
- 健康づくりサポーターとともに、健康づくりを行いましょう。
- 健康づくりサポーターとして、活動しましょう。



地域・団体の取組み

- 地域において協力し合い活動しましょう。
- 体験学習などを通じて、みんなで行う健康づくりの楽しさを伝えましょう。
- 既存の健康づくりの団体などと連携をはかり、健康づくりを地域に広げましょう。

③ 団体・事業者等の連携による事業の活性化(職域連携を含む)

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	地域と職域の連携 及び情報提供	●市内中小企業や事業所を訪問し、健康づくりや食育に関する情報提供を実施します。	保健総務課
2	地域における 民間事業者との連携	●成人相談・教育事業、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業について民間事業者と連携しながら健康教育を行います。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)



個人の取組み

○職場などで実施されている健康づくりについて知りましょう。



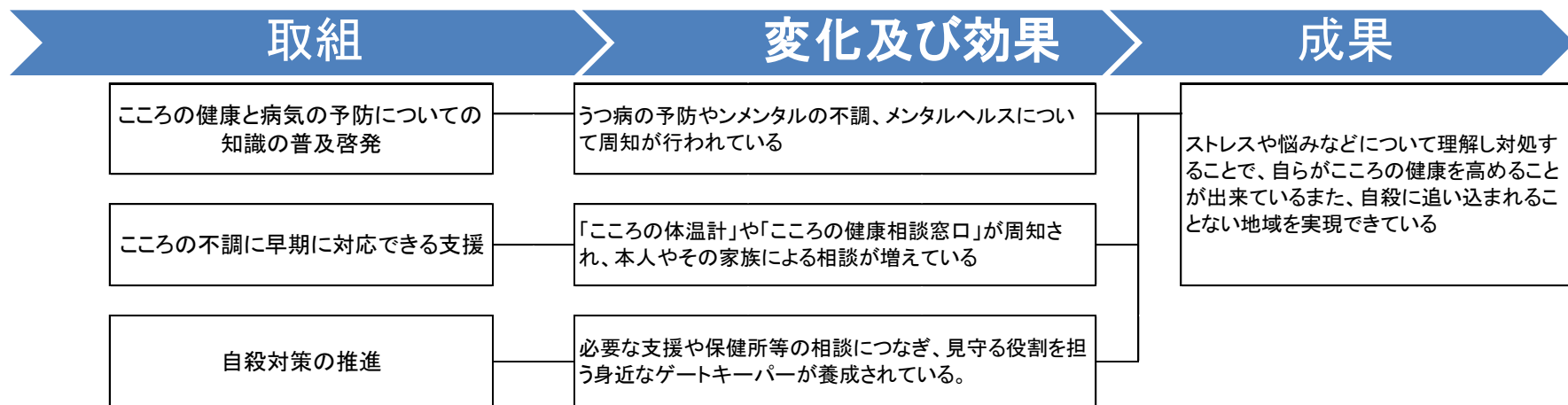
地域・団体の取組み

○行政の行う健康づくりや介護予防事業について理解を深め、連携・協力できることを探りましょう。

施策 1-1-6 こころの健康づくりと自殺対策の推進

現状と課題

- 健康的な生活を維持するためには、身体健康だけでなく、心の健康も大切です。ストレス社会といわれる現代において、うつ病はこころの病気の代表的なものとされ、自殺の主な原因ともいわれています。
- こころの不調は、周囲から気づかれにくく、自分でも無理しすぎて体調の悪化を招く場合もあります。本人や家族、周囲の人が専門の機関に相談し対応等について知る必要があります。
- 市民意識調査において、この1か月の不安や悩み、ストレスについて『大いに感じた』『多少感じた』を合わせると 69.1%となっています。性別で見ると、女性のほうが『感じた』傾向が高くなっています。
- 一方で、ストレス解消法の有無については、男性のほうが『ない』割合が3ポイント高くなっており、特に60歳以上の男性については、約2～3割が『ない』と回答しています。
- 令和5年度から計画期間となっている東京都自殺総合対策計画において、男性に加え、子ども・若者及び女性の自殺対策について記載されています。また、本市では、「誰も自殺に追い込まれることのない 八王子の実現を目指して」を基本理念とした第2期八王子市自殺対策計画が令和6年度に策定され、自殺対策を推進しています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

ストレスや悩みなどについて理解し対処することで、本人自らがこころの健康を高めることが出来ています。
誰も自殺に追い込まれることない地域を実現できています。

指標名	現状値	目標値
居場所があると感じている市民の割合	59.8%	75.0%

施策の目標を達成するための取組み

① こころの健康（ストレス、睡眠、適正飲酒など）と病気の予防についての知識の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	講演会の実施	●こころの健康づくりについて講演会等を通じて普及啓発します。	保健対策課
2	イベント等を通じた啓発	●うつ病の予防やメンタルの不調、メンタルヘルスについてイベント等の機会等で周知をはかります。	保健対策課
3	小学校・中学校における普及啓発	●市立小・中学校において、こころの健康の重要性について啓発する取組を支援します。	教育指導課



個人の取組み

- 休養や睡眠時間を十分に取しましょう。
- 自分なりのストレス解消法を持ちましょう。
- こころの病気について正しい知識を習得するように努めましょう。



地域・団体の取組み

- 地域活動、団体活動を通じて、こころの健康の大切さについて普及をはかりましょう。
- 職場などでこころの健康に配慮しましょう。

「必要な睡眠時間」とは？

複数の調査研究から、成人においておよそ6～8時間が適正睡眠時間と考えられています。しかしながら、適正な睡眠時間には個人差があり、6時間未満でも睡眠が充足する人もいれば、8時間以上の睡眠時間を必要とする人もいます。こうした個人差や、年齢や日中の活動量による補正を考慮すると、20歳～59歳の成人世代では、8時間より1時間程度長い睡眠時間も適性睡眠時間の範疇と考えられるでしょう。睡眠充足の個人差を把握する目安として、朝目覚めたときの睡眠休養感（睡眠で休養がとれている感覚）が役に立つこともわかってきました。まずは、「1日3食バランスの良い食事を決まった時間に食べる」、「決まった時間に寝起きする」というように、規則正しい生活を送ることが快眠への近道です。日頃の生活にちょっとしたコツを取り入れることで、睡眠の質は上がります。（東京都福祉保健局：眠り方改善ガイドブック、厚生労働省：良い睡眠の概要）

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

② こころの不調に早期に対応できる支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	相談体制の充実	●こころの不調を抱える本人やその家族に対し、こころの健康相談を実施します。 ●「精神障害にも対応した包括ケアシステム」と連動して身近な相談先を充実させると共に、支援者に対する支援ができる体制整備を行う。	保健対策課
2	地域関係機関との連携	●医療・福祉等の地域関係機関と連携して、支援体制の強化をはかります。	保健対策課
3	妊娠期・子育て期の親のこころの健康支援	●妊娠期や子育て期の親が安心して育児ができるよう、メンタルヘルスチェックとその早期支援を充実させるなど、こころの健康の支援を充実します。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
4	小学校・中学校におけるこころの健康支援	●精神科学校医によるこころの健康相談を継続実施するほか、学校医による教職員向けの講演会を実施します。	教育指導課

個人の取組み

○自分や家族のこころの不調に気付いたときは、早めの相談や医療機関へ受診しましょう。

地域・団体の取組み

○職場などで周囲の人へのこころの健康状態に気を配り、不調の人に気付いたときは、早めの相談や医療機関への受診を勧めましょう。

「精神障害にも対応した包括ケアシステム」とは？

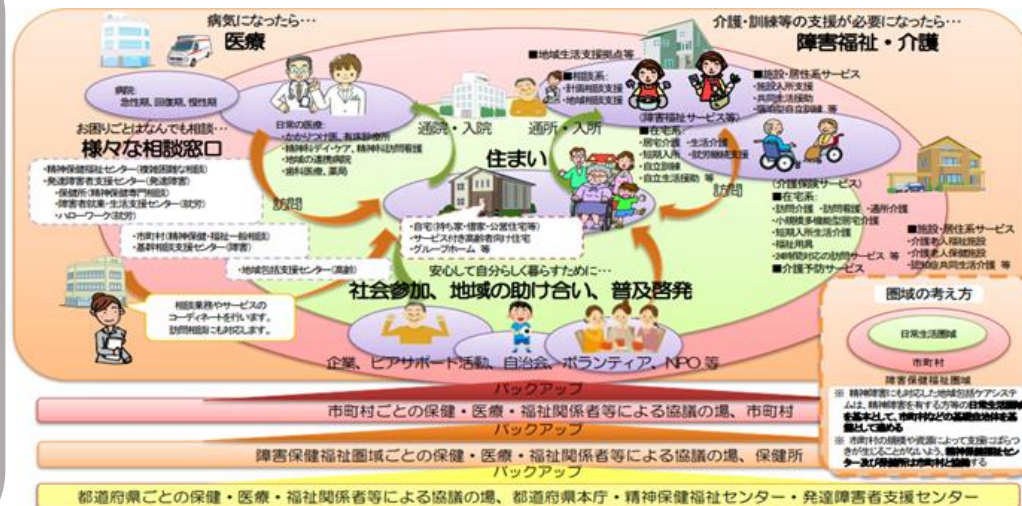
「にも包括」とはこれまで支援が届きにくかった「精神障害『にも』」様々な保健福祉の手が届く事により、精神障害の有無に関わらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができる社会を実現するための取り組みです。

八王子市では、これまで保健師が精神科医等と共に対象者宅へ出向く「八王子市精神障害者早期訪問支援事業」（保健対策課）や、ピアサポーターが病院を訪問する等のピアサポート活動（障害者福祉課）などに取り組んできました。

令和4年度には、市内精神科医療機関の精神保健福祉士等と共に、にも包括ワーキンググループを立ち上げました。

その検討過程で、本市には豊富な精神科医療機関や福祉事業所、支援可能な人材がいるね＝「あるね」という気付きから、にも包括事業の愛称を「あるね八王子」と決め、にも包括実現のため具体策の協議を進めてきました。

今後、この取り組みを進めることで地域共生社会の実現を目指してまいります。



③ 自殺対策の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	庁内の連携強化	●自殺対策庁内連絡会を通じて庁内の連携強化をはかります。	保健対策課
2	八王子市自殺対策計画の策定・推進	●自殺対策検討会議を通じて、八王子市自殺対策計画の策定及び進行管理を行います。 ●八王子市自殺対策計画に基づき自殺対策の取組を推進します。	保健対策課
3	小学校・中学校における対策	●八王子市教育委員会いじめの防止等に関する基本的な方針に基づく取組をすすめていきます。	教育指導課

個人の取組み

- 悩みがある時は一人で抱えず、誰かに相談しましょう。
- うつ病に対する正しい知識を得よう努め、早期に対応しましょう。

地域・団体の取組み

- 悩みを抱えている人がいたら、まず話を聴き、身近な相談機関につなぎましょう。
- 関係団体や各事業所が働き盛りのうつ病について理解し、適切な対応策を講じましょう。

「自殺対策計画」とは？

全国の自殺者数は、平成10年（1998年）以降、年間3万人を超え高い水準が続いていました。そのため、国は平成18年（2006年）自殺対策基本法（平成18年法律第85号）を施行、自殺を「社会的な問題」と捉え、施策を展開しています。

具体的には、国は平成19年（2007年）に自殺総合対策大綱を定めたほか、各都道府県及び市町村が自殺対策計画を定めるなど、地域の実情を踏まえた取組みを進めています。

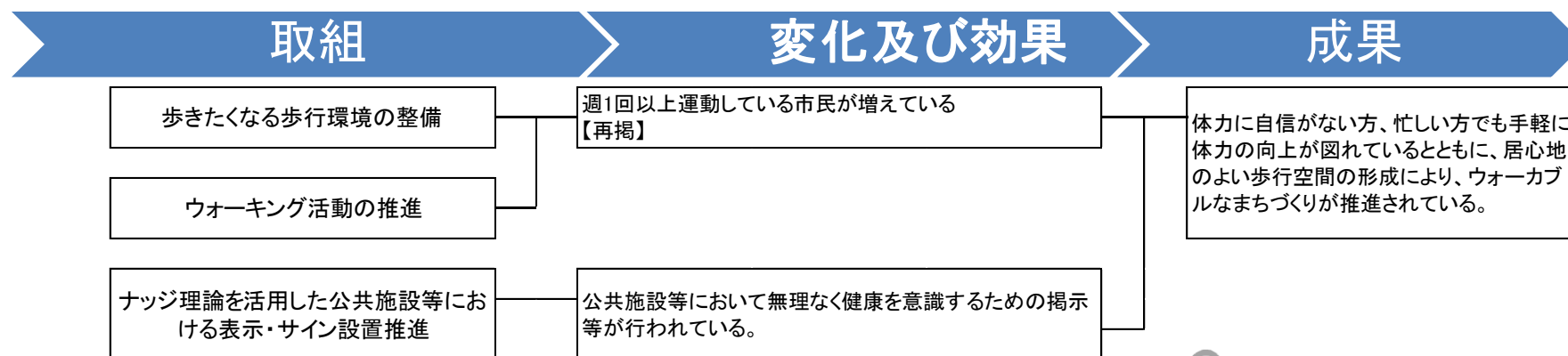
本市では、平成31年度に「八王子市自殺対策計画」を策定し、自殺未遂者支援やゲートキーパー養成、普及啓発活動などに力を入れてきました。近年、自殺者数は減少傾向でしたが、新型コロナウイルス感染症の流行に伴う生活環境の変化などの影響により令和2年から増加、特に若年層、女性の比率が高い状況が続いています。

その現状を受け、令和6年度から開始する「第2期八王子市自殺対策計画」では、特に子ども・若者や働き盛りの方、コロナ禍で顕在化した女性への支援を強化します。さらに、依然として自殺死亡率が高い高齢者への支援を継続すると共に、経済的困窮にやジェンダーの問題など、様々な生きづらさを抱えた方々への支援にも取り組んでいきます。

施策 1-1-7 健康になれるまちづくりの推進

現状と課題

- 歩きやすい環境や交通インフラの整備を行うと、人は自然と行動に移すといわれています。八王子未来デザイン2040において、「あるきたくなるまち」やウォーカブルなまちづくりを提唱しており、地域医療の推進及び健康増進の実現に向け、都市づくりとの連携を示しています。



「ウォーカブル」

「walk（歩く）」と「able（できる）」を組み合わせた造語で、「居心地が良く歩きたくなる」ことを意味します。

現在、世界のいたるところで、“まちなか”を車中心からひと中心の場所へと転換し、人々が集まりやすく、くつろぎやすく、多様な活動を行うことができる場所へと変えようとする取組が進められています。

これらの取組は、ひと中心の豊かな生活空間を実現させるだけでなく、地域の活性化や健康の促進につながると考えられています。

国土交通省の「居心地が良く歩きたくなる」空間づくりを促進し、魅力的なまちづくりを推進する「ウォーカブル推進都市」に本市も登録されており、中心市街地の「まちなか休憩所 八王子宿」・「まちの駅」の整備等を通じて、ウォーカブルなまちづくりを進めています。

《参考》国土交通省「「居心地が良く歩きたくなるまちなか」づくりに取り組みませんか？」ホームページ



「まちなか休憩所 八王子宿」

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

体力に自信がない方、忙しい方でも手軽にできる体力アップができているとともに、居心地のよい歩行空間の形成により、自然とあるきたくなくなっています。

指標名	現状値	目標値
居心地が良くあるきたくなるまちと感じている市民の割合	59.6%	75.0%
健康の維持・推進に心がけている市民の割合（適度な運動）【再掲】	67.1%	70.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 歩きたくなる歩行環境の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	ウォーカブルなまちづくりの推進	●計画的なまちづくりを推進します ●地域公共交通の確保に努めます	土地利用計画課、交通企画課



個人の取組み

○日常的に外出をし、歩行又は身体活動を心がけましょう。



地域・団体の取組み

○歩行環境を活用した活動をしましょう。

② ウォーキング活動の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	ウォーキングマップの作成・配付	●身近なウォーキングコースが紹介されているウォーキングマップを作成し、配付します。	保健総務課
2	八王子てくてくポイント事業（てくポ）の実施	●高齢者のセルフマネジメントの向上、健康意識の向上、社会参加機会に資する「八王子てくてくポイント事業（てくポ）」を実施します。（再掲）	高齢者いきいき課
3	ヘルシーウォーキングの実施	●ヘルシーウォーキングを市民健康の日にあわせて開催します。また、環境にやさしく、健康づくりにも取り組めるサイクリング等を推進します。（再掲）	スポーツ振興課



個人の取組み

○身近な場所でウォーキング、筋力アップなどをしましょう。



地域・団体の取組み

○ウォーキング活動の周知や推奨をしましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

③ ナッジ理論を活用した公共施設等における表示・サイン設置推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	公共施設におけるナッジ理論の活用	●公衆衛生の向上に関連した掲示等を促進することで、感染症予防等につなげ、市民の健康維持を推進します。 ●公共施設の階段を使った消費カロリーの表示や、床や壁を使った歩幅測定の表示等を行います。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、保健総務課
2	ナッジ理論を活用した市内事業者との連携	●関係部署と連携し、飲食店等に向けて、思わず減塩や多くの野菜摂取を消費者が選択するような「はちおうじ健康応援店」等の取組みを支援します。	保健総務課

個人の取組み

○健康づくりのために、施設内ではなるべく階段を使いましょう。

地域・団体の取組み

○職場でも歩くことやより健康的な生活を促すためのサインや表示の設置、ナッジ理論を活用した健康づくりの取組みを検討しましょう。

「ナッジ理論」

ナッジ（nudge）は「そっと後押しする」という意味の英語で、ナッジ理論とは「人々がより良い選択肢を自発的に選択できるように後押しする手法」のことです。

平成29年、理論の提唱者である行動経済学者セイラー教授がノーベル経済学賞を受賞したことを皮切りに、幅広い場面で活用されています。

身近な例としては、レジ待ちの並び位置に貼られた足跡のマーク等があります。

本市においては、令和4年度に階段へ消費カロリーを記載したステッカーや健康づくりに関するサインを設置したことで、階段利用率が5.8%から8%に増加し、市民の運動習慣の改善及び健康増進につながりました。

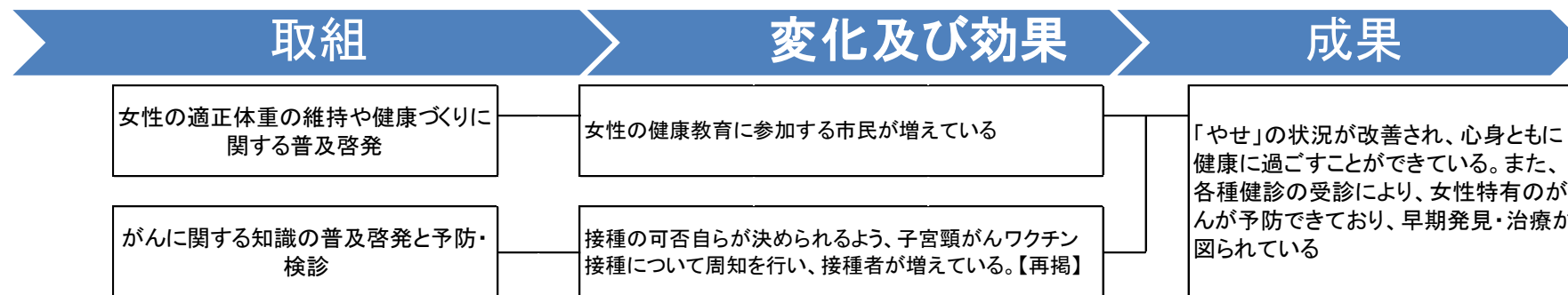


施策

1-1-8 女性特有の疾病予防に対する支援と女性の健康づくり

現状と課題

- 女性の身体には、各ライフステージにおいて特有の変化が現れます。
- 若い女性の中には標準体重であったとしても「やせ願望」を持ち、ダイエットを繰り返す場合がみられますが、誤ったダイエットは、骨粗鬆症や貧血などを招く恐れがあります。市民意識調査の結果から、本市においても、若い年代の女性ほど、「やせ」の割合が高い傾向がみられます。
- 30～40 歳代は子宮頸がんが、40 歳代以降では乳がんが多く発生する年代といわれています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

女性に多く見られる「やせ」の状況が改善され、心身ともに健康に過ごすことができます。
各種健診の受診により、女性特有のがんが予防できているとともに、早期発見・治療が図られています。

指標名	現状値	目標値
女性のやせの割合（意識調査）	17.4%	↓
健康の維持・推進に心がけている 市民の割合（各種定期健診（検診）の受診）【再掲】	49.0%	60.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 女性の適正体重の維持や健康づくりに関する普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	女性の健康に関する普及啓発	●健康フェスタ・食育フェスタや女性の健康週間等のイベントを通じて、女性特有の疾病や婦人科疾患への理解及びがん検診の重要性、がん予防に関する普及啓発を行います。また、当事者だけでなく周囲の理解を深められる機会を創出します。	男女共同参画課、成人健診課、保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、保健総務課

個人の取組み

- 女性の健康づくりに関する情報を得ましょう。
- 各種検診を積極的に受診しましょう。

地域・団体の取組み

- 地域の健康講座などで、女性の健康づくりに関する情報を提供しましょう。

～女性のやせと健康～

近年、肥満だけでなく「やせ」も健康リスクを高めることが指摘されています。特に女性の場合は、体脂肪が不足すると女性ホルモン分泌にも支障をきたすことから、妊娠や出産等に影響が及ぶことが懸念されます。厚生労働省が展開する国民健康づくり運動「健康日本21」において、20歳代女性の「やせ」の者の割合を15%以下とする目標値を定めていますが、令和元年国民健康・栄養調査結果では、20歳代女性の「やせ」の者（BMI 18.5未満）の割合は20.7%と報告されています。

本市では、令和4年（2022年）8月に適正体重維持のための啓発活動の一環として、市内大学等の協力のもと、女子学生を対象に、健康講座「大学生女子に必要な食量や手軽にとれる健康的な食事」を開催しました。

《参考》厚生労働省「e-ヘルスネット」ホームページ



② がんに関する知識の普及啓発と予防・検診

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がんに関する普及啓発	●関係部署等と連携し、10月の乳がん月間に実施するピンクリボンキャンペーンを通じて、広く乳がん検診の大切さなどについて普及啓発を行います。 ●女性の健康週間に合わせ、婦人科系疾患（がんを含む）に関する講義を実施します。 ●子宮頸がん予防接種ワクチンの有効性とリスクについての適切な情報提供及びワクチン接種を行います。 ●乳がん、子宮頸がんに関する正しい知識の普及啓発を行います。 ●ピンクリボンキャンペーンへの協力、女性の健康週間におけるパネル展示や講座等の企画を実施します。 ●乳幼児健診における乳がん検診や子宮頸がん検診の普及啓発及び受診勧奨を行います。	成人健診課 保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）、 保健総務課
2	がん検診の有効性向上	●科学的根拠のあるがん検診を推進する中で、国の指針に示された乳がん、子宮頸がん検診を高い質で実施し、受診率、精密検査受診率向上に取り組めます。	成人健診課

 個人の取組み

○各種検診を積極的に受診し、疾病の早期発見や自分の健康状態の把握に努めましょう。

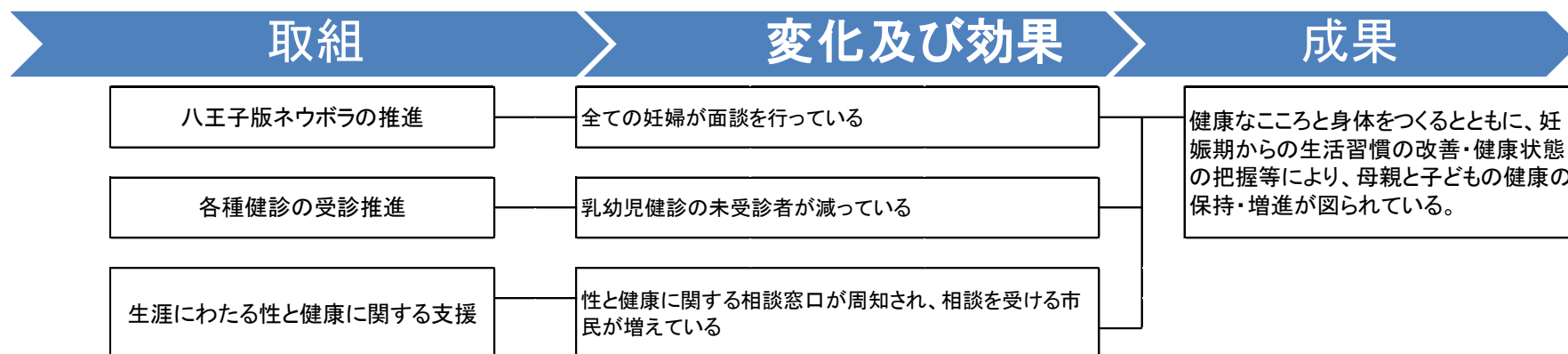
 地域・団体の取組み

○検診の必要性や定期的な受診の意義を普及させるとともに、円滑な検診の実施に協力しましょう。

施策 1-1-9 妊娠期からの切れ目のない支援の充実

現状と課題

- 少子高齢化や核家族化、地域におけるつながりの希薄化等により、出産・子育てに対する不安や負担感は大きくなっています。このことから本市では、妊娠期からの切れ目のない子育て支援を行うため、フィンランドの「ネウボラ」の仕組みをモデルとした、「八王子版ネウボラ」に取り組んでいます。
- 国では、母子保健に関する国の法令として、令和 3 年(2021 年)に母子保健法改正により、出産後 1 年以内の母親とその子を対象に、産後ケア事業が位置づけられました。八王子市では平成 30 年度(2018 年度)より産後ケア事業を実施しています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

あるべき
姿

妊娠期からの生活習慣の改善・健康状態の把握等により、健康なこころと身体をつくることができます。

指標名	現状値	目標値
子育てを支える環境が整っていると 感じている子育て世帯の割合	54.3%	70.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 八王子版ネウボラの推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	八王子版ネウボラの実施	●八王子版ネウボラとして、全ての妊婦に面談を実施するとともに、産婦人科医や小児科医との連携会議を開催し、連携をはかります。また、伴走型支援と経済的支援を一体的に実施します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
2	出産前後の相談実施	●妊娠期や子育て家庭に寄り添う相談を実施します。	子ども家庭支援センター

個人の取組み

○妊娠届を早期に提出し、妊婦面談を利用しましょう。

地域・団体の取組み

○不安が大きい等の妊産婦には、必要に応じ関連部署と連携をはかり支援しましょう。

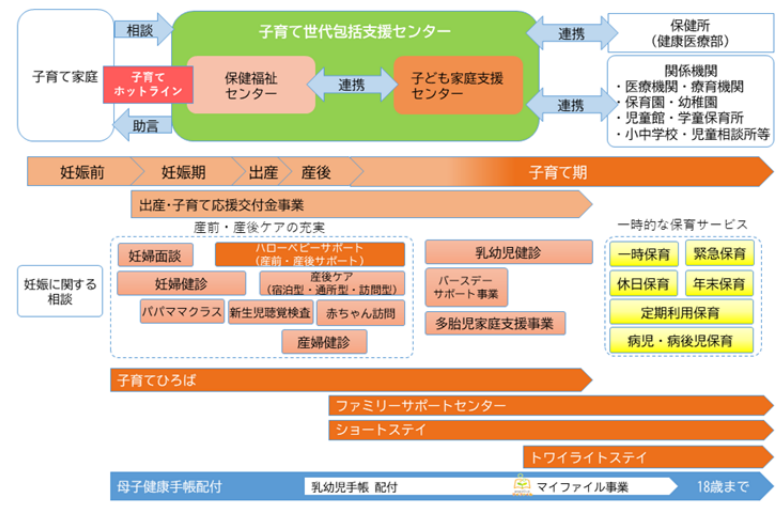
～八王子版ネウボラ～

ネウボラとはフィンランド語で「アドバイスの場」を意味することばです。

八王子市では、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、身近な相談場所の拠点として市内3か所に保健福祉センターがあります。それぞれが担当エリアをもち、保健師等が寄り添いながら切れ目のない支援を行う、「八王子版ネウボラ」を目指しています。

各保健福祉センターでは保健師、栄養士、歯科衛生士、心理相談員などの専門職が、不安や悩み事などのご相談をお受けし、相談内容により、必要に応じて関係部署と連携しながら支援しています。

八王子版ネウボラの全体像



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標1 ライフステージや環境の特性（ライフコース）に合わせた健康づくりの推進

② 各種健診（妊産婦、乳幼児健康診査含む）の受診推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	未受診者への受診促進	●乳幼児健診の未受診者に訪問や電話等による受診勧奨を行うことで、受診率向上をはかるとともに未受診状況の把握に努めます。また、関係機関と連携し、全ての乳幼児の健康状態を把握します。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）



個人の取組み

- 定期的に健診を受けましょう。
- 必要に応じて、精密検査や治療を受けましょう。



地域・団体の取組み

- 健康診査の必要性を周知しましょう。

③ 生涯にわたる性と健康に関する支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	学生に対する普及啓発	●八王子市医師会と連携し、看護学生に対して講演、ワークショップを実施することで、女性の健康について普及啓発を行います。	保健総務課
2	性と健康に関する相談窓口の実施	●電話等による相談を受け、必要に応じて医療機関や関係機関につなげます。	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
3	生命（いのち）の安全教育の推進	●市立小・中学校において各学校の性教育全体計画に基づく、性に関する取組を実践するため、各校での指導体制を整備し、全教育活動の中で推進をはかります。	教育指導課



個人の取組み

- 女性の健康やリプロダクティブヘルスなどについて知識を得よう努めましょう。



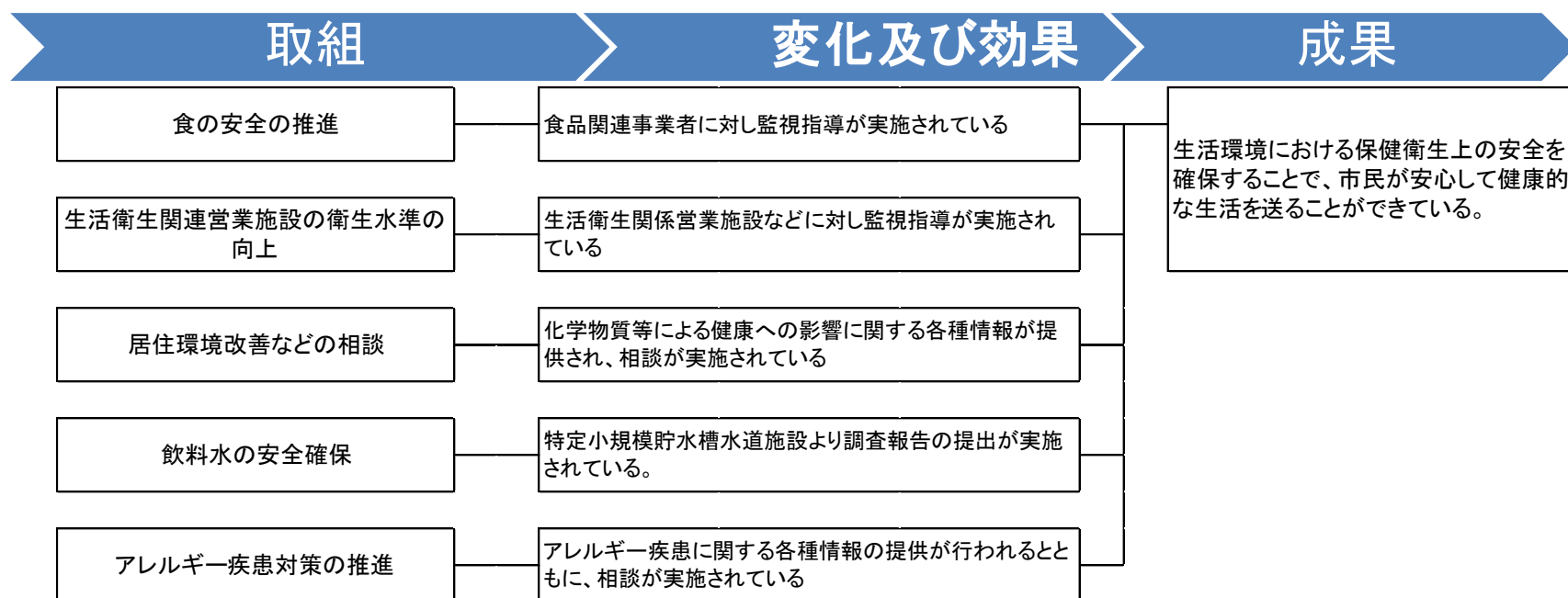
地域・団体の取組み

- 関係団体や各事業所が性や健康について理解し、情報提供を行うほか、必要に応じて支援につなげましょう。

施策 1-2-1 安心・安全な衛生環境づくり

現状と課題

- 健康的な生活を送るためには、生活環境における保健衛生上の安心と安全を確保することが求められます。そのため、食の安全や住まいの環境を衛生的に保つための対策を推進する必要があります。
- 本市では、食品衛生監視指導や、環境衛生関係施設監視指導、飲料水に関する衛生管理指導などを実施しています。また、近年増加しているアレルギー疾患対策については、個別に相談対応を行っています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

あるべき
姿

生活環境における保健衛生上の安全と安心を確保することで、市民が健康的な生活を送ることができています。

指標名	現状値	目標値
食品衛生監視指導計画に基づく監視実績	64.5%	↑
環境衛生監視指導計画に基づく監視実績	100.0%	維持

施策の目標を達成するための取組み

① 食の安全の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	食品衛生監視指導の実施	●食品衛生監視指導計画に基づき、食品関連事業者に対し監視指導を実施します。	生活衛生課
2	講習会等による情報提供	●講習会等により知識の普及と情報提供を行います。	生活衛生課



個人の取組み

○食品衛生の正しい知識を持ち、行動しましょう。



地域・団体の取組み

○食品取扱事業者は、正しい知識を持ち、衛生管理を徹底しましょう。
○食の安全に地域ぐるみで取り組みましょう。

② 生活衛生関連営業施設の衛生水準の向上

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	生活衛生関係営業施設等の監視指導	●年間監視計画に基づき、生活衛生関係営業施設などの監視指導を実施します。	生活衛生課
2	公衆浴場施設等の水質検査の実施	●公衆浴場、プール、旅館の公衆浴場施設等で水質検査を行い、レジオネラ属菌発生防止対策を指導し、安全をはかります。	生活衛生課
3	特定建築物の環境衛生管理基準の管理	●立入検査により、特定建築物の環境衛生管理基準に基づく適切な維持管理を指導します。	生活衛生課
4	講習会等による情報提供	●講習会等により知識の普及と情報提供を行います。	生活衛生課



地域・団体の取組み

○生活衛生同業組合による自主管理を推進しましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

③ 居住環境改善などの相談

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	居住環境改善などの相談対応及び正しい知識の普及啓発	●住まいのダニやカビ、ホルムアルデヒドなどの健康への影響に関する相談に対応します。 ●衛生害虫などの予防、防除について正しい知識の普及を行います。	生活衛生課



個人の取組み

○居住環境や衛生害虫などに関する正しい知識を身につけましょう。

④ 貯水槽を介した飲料水の安全確保

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	貯水槽を介した飲料水の相談対応及び正しい知識の普及啓発	●貯水槽を介した飲料水に関する相談に対応するとともに、適切な知識の普及啓発を行います。	生活衛生課
2	調査・指導等	●特定小規模貯水槽水道施設の把握の徹底をはかるため、同貯水槽水道施設の調査報告の提出状況を確認し、報告のない施設や管理者が不明の場合は再調査します。 ●その他の貯水槽、井戸水を利用している施設に対して監視指導を実施します。	生活衛生課



個人の取組み

○施設の維持管理の知識を身につけ、適切な管理に努めましょう。



地域・団体の取組み

○施設管理者などは検査機関との連携をはかりましょう。

⑤ アレルギー疾患対策の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	アレルギー疾患対策	●東京都と連携して、花粉飛散数調査を実施するとともに、より分かりやすく情報提供します。 ●室内環境を改善するため相談に対応します。	生活衛生課、保健対策課
2	疾患に関する相談対応・知識習得支援	●気管支ぜんそくを含むアレルギー疾患の相談に対応し、疾患に対する不安をやわらげます。 ●健康相談の中で、必要に応じてアレルギー相談に対応します。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、保健対策課
3	保育園等におけるアレルギー疾患への対応の推進	●市内全ての幼児教育・保育施設を対象に、令和3年度より位置付けられている毎年9月に行われる「八王子市幼児教育・保育施設における子どもの安全・安心月間」において普及啓発を図ります。 ●保育所職員に対するアレルギー疾患の正しい知識の普及啓発を行い、園全体での適切な対応を支援します。 ●食物アレルギーについては、マニュアルの内容を順守し、適切な対応が行えるよう普及啓発を図ります。 ●園児・保護者に対し正しい知識の普及啓発をはかります。 ●保護者からの相談に応じ、アレルギー疾患対応が必要な園児への対応を各園で行います。	子どもの教育・保育推進課
4	学童保育所におけるアレルギー疾患への対応の推進	●学童保育所指導員への研修等を情報提供します。 ●学童保育所指導員に対するアレルギー疾患の正しい知識の啓発を行い、学童保育所全体での適切な対応を支援します。 ●利用児童、保護者への正しい知識の普及啓発を行います。	放課後児童支援課
5	小学校・中学校におけるアレルギー疾患への対応の推進	●小学校及び中学校への給食において、アレルギー除去食について収去検査を行います。 ●教職員に対するアレルギー疾患の正しい知識の啓発を行い、学校全体での適切な対応を支援します。 ●児童、生徒、保護者に対する正しい知識の普及を行います。 ●配慮を必要とする子どもたちに対する周囲の理解を深めます。	生活衛生課、学校給食課、教育指導課

個人の取組み

- アレルギー疾患を正しく理解しましょう。
- アレルギー疾患がある人は、自己管理の方法を身につけ、適切な医療を受けましょう。

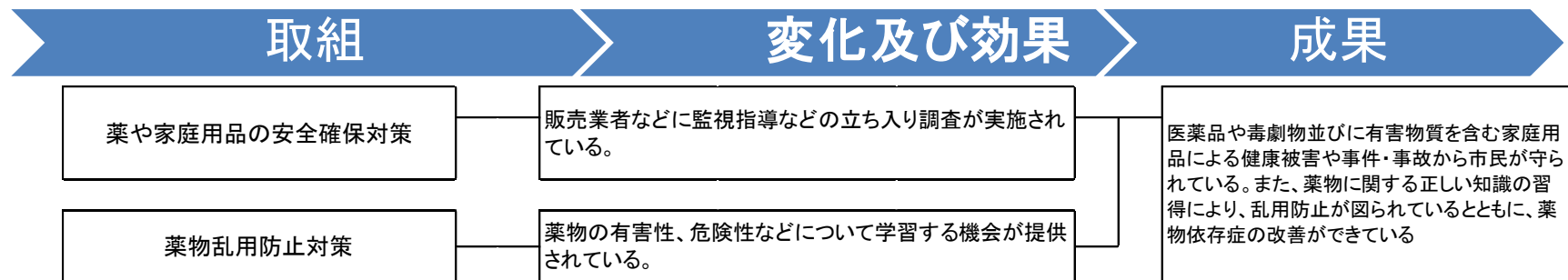
地域・団体の取組み

- アレルギー疾患を正しく理解しましょう。
- 医療機関や関係機関が連携し、患者の生活指導や疾患管理の支援を行いましょう。

施策 1-2-2 薬の安全、薬物乱用防止対策、家庭用品の安全確保

現状と課題

- 令和元年 12 月 4 日に医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律等の一部を改正する法律が公布され、国民のニーズに応える優れた医薬品、医療機器等をより安全・迅速・効率的に提供するとともに、住み慣れた地域で患者が安心して医薬品を使うことができる環境を整備するため、制度の見直しが図られました。
- 薬物の乱用や不正な薬物の使用は、脳障害や意識障害を引き起こすほか、心身の健康を損ない、家庭や社会生活に大きな影響を及ぼすことから、薬物乱用の危険性や、薬に関する正しい知識の普及を図ることが必要です。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

あるべき
姿

医薬品や毒劇物並びに有害物質を含む家庭用品による健康被害や事件・事故から市民が守られています。
薬物に関する正しい知識の習得により、乱用防止が図られているとともに、薬物依存症の改善ができています。

指標名	現状値	目標値
薬局への監視実績	80.2%	↑

施策の目標を達成するための取組み

① 薬や家庭用品の安全確保対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	薬や家庭用品の安全確認	●薬や繊維製品、洗剤等の検査を実施します。	生活衛生課
2	適正な販売管理の推進	●販売業者に対し、一斉監視指導等、立入調査を実施します。	生活衛生課

個人の取組み

- 薬は用量を守って正しく使いましょう。
- 毒劇物や家庭用品の使用にあたっては、正しい知識を持ち、細心の注意を払い取り扱いましょう。

地域・団体の取組み

- 消費者に対する知識の普及をはかりましょう。

視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

② 薬物乱用防止対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	薬物乱用防止意識の啓発・知識向上	- 東京都薬物乱用防止推進八王子地区協議会が実施している市内中学生からの薬物乱用防止啓発のためのポスター及び標語の募集事業のサポートを実施するとともに、本市独自の啓発チラシを作成します。 - 薬物乱用防止推進サポーターの育成など、関係団体等と連携をはかりながら積極的に薬物乱用防止対策に取り組みます。	生活衛生課
2	未成年の薬物乱用防止対策	- 青少年健全育成キャンペーンや青少年対策地区委員会連絡会などにおいて、情報提供及び啓発を行い、関係機関・団体と連携し、未成年の薬物乱用防止に努めていきます。 - 学校保健計画に基づき市立小・中学校において薬物の有害性、危険性などについての正しい知識の普及を行います。	青少年若者課、教育指導課
3	精神科医の相談対応	アルコールを含めた依存症患者に関する相談を実施します。	保健対策課

個人の取組み

- 違法、脱法ドラッグやシンナーなどの乱用の危険性について正しい知識を持ちましょう。
- 薬物に絶対に手を出さないという強い意志を持ちましょう。

地域・団体の取組み

- 地域として薬物乱用防止対策に協力しましょう。
- 薬物乱用防止関係機関が連携して啓発活動を行いましょう。

「市内中学生による薬物乱用防止啓発のためのポスター及び標語 会長賞作品」

令和5年度



松木中学校2年

令和4年度



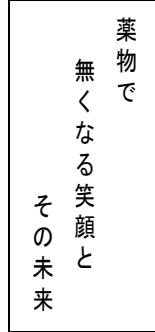
南多摩中等教育学校3年

令和3年度



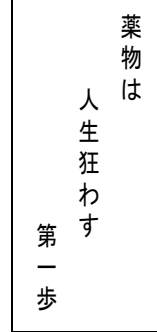
第五中学校2年

令和5年度

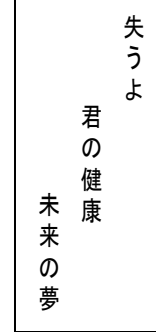


元八王子中学校2年

令和4年度



令和3年度

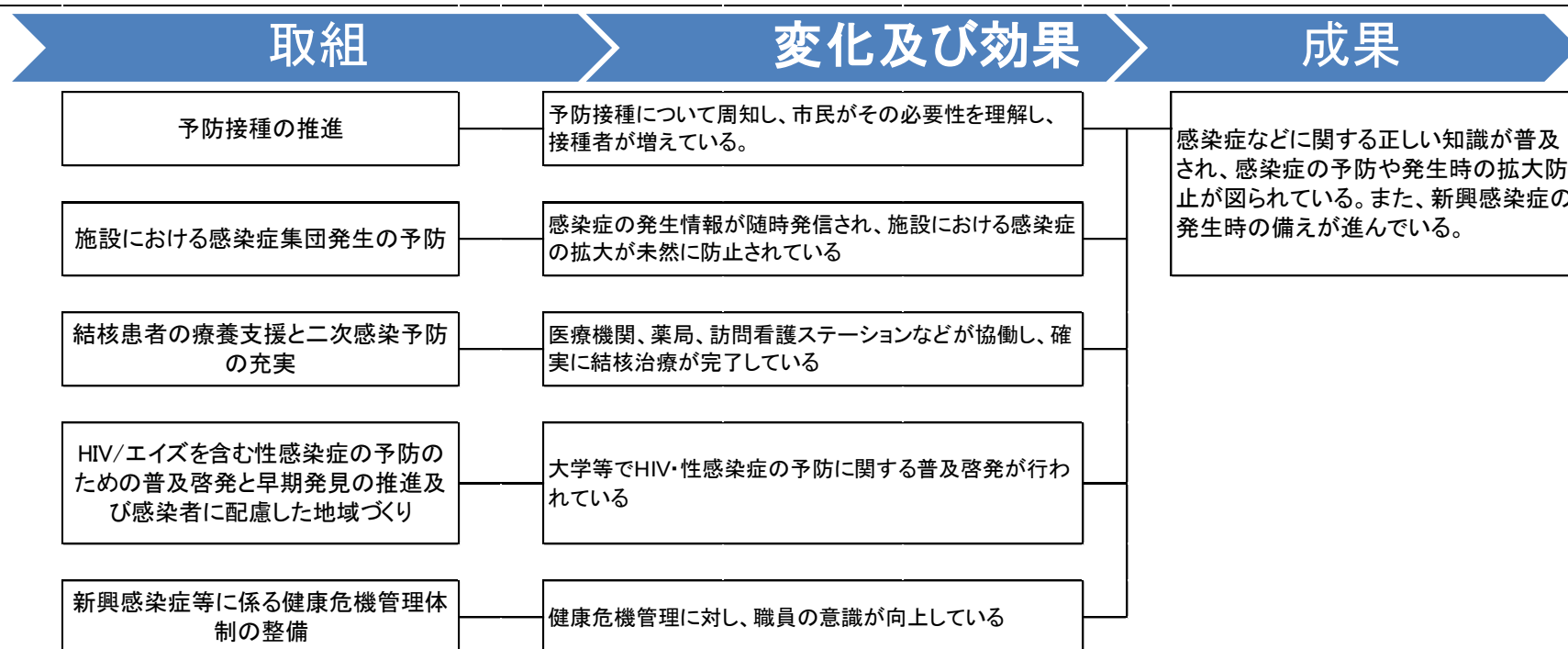


浅川中学校1年

施策 1-2-3 感染症の予防と対応

現状と課題

- 医療技術の進歩や衛生水準の向上により、多くの感染症が克服されてきましたが、新型インフルエンザや未知の感染症が発生する可能性があります。新たな健康危機が生じた際に、迅速な対応を行う体制の整備が必要です。
- 新型コロナウイルス感染症や鳥インフルエンザ等の動物由来の感染症等の蔓延を防ぐ必要があります。
- また、HIV(エイズ)や梅毒といった性感染症などは、正しい知識の普及や罹患しないための意識啓発活動により、蔓延を防ぐ必要があります。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

あるべき
姿

感染の予防や発生時の拡大防止がはかられています。
感染症などに関する正しい知識が普及できています。

指標名	現状値	目標値
健康危機管理に関する研修を受講した職員の割合	-	100.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 予防接種の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	接種体制の整備	● 予防接種について接種体制を整備し、事業の推進をはかります。	保健総務課
2	未接種者に対する接種促進	● 未接種者に対して相談・啓発活動を行います。	保健総務課
3	予防接種に関する周知・啓発	● 就学時健康診断や年度の切り替え時などに学校や保護者へ予防接種の周知を行います。 ● 市立小・中学校において感染症に対する啓発活動を行います。	保健総務課、教育指導課

個人の取組み

○ 予防接種を積極的に受けましょう。

「予防接種」

予防接種は、子どもと高齢者を対象にしたものがあります。

子どもについては、感染症のまん延防止と子ども自身の感染予防、高齢者については、個人の重症化予防を目的としています。子どもの予防接種は種類が多いため、計画的に接種することが大切です。ただ、子どもは体調を崩しやすいことから、計画的に接種をすることが難しいこともあります。

接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められており、遅らせると免疫がつくのが遅れ、重い感染症になる危険性が高まるため、子どもの体調に気を付けながら適切なタイミングで接種できるようにしましょう。

本市では、予防接種について保護者あての通知や「すくすく☆メール」（右記のとおり）でお知らせをしています。大切なお子さんを病気から守るため、早めの接種を心がけましょう。



②施設における感染症集団発生の予防

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	感染症に関する情報発信	●感染症についての情報を関係施設等に周知します。 ●新規指定時の現地調査等の際に、適切な衛生管理について確認し、感染症の予防及びまん延の防止を図ります。 ●市内及び都内等の感染症の発生にかかわる情報をホームページ等を通じて発信します。 ●感染症の発症などにかかわる情報を迅速に発信するとともに、予防に関する情報を周知啓発します。 ●保健所等から送付される感染症についての情報を各子ども・若者育成支援センターや学童保育所へ周知します。	高齢者いきいき課、障害者福祉課、保健対策課、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課、青少年若者課、教育指導課、放課後児童支援課
2	感染症の集団発生・蔓延予防	●年齢に応じた手洗い、うがい、咳エチケットなどの指導を行い、集団発生を予防します。 ●学校保健連絡会や研修会の開催を通じて、養護教諭を中心に感染症についての研修や情報提供を行い、市立小・中学校における感染症の予防及び拡大防止に努めます。 ●感染発症時には、感染症法に基づく疫学調査や健康診断を行い、感染の拡大防止をはかります。	保健対策課、子どもの教育・保育推進課、保育幼稚園課、教育指導課



個人の取組み

○感染症に対する情報を活用し、正しい知識を身につけ予防行動を実践しましょう。



地域・団体の取組み

○高齢者や障害者施設、保育園、幼稚園、学校などは感染症に関する正しい知識や情報を得よう努め、連携、協力をはかりながら、感染症に対する予防及び対策を実践しましょう。

③ 結核患者の療養支援と二次感染予防の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	内服・治療の支援	●確実に結核治療が完了するよう、直接内服確認を医療機関、薬局、訪問看護ステーションなどと協働して取り組みます。	保健対策課
2	二次感染者の早期発見	●感染源の調査及び二次感染者の早期発見のために適切な接触者健診を実施します。	保健対策課

個人の取組み

- 結核についての正しい知識を持ち、感染予防に努めましょう。
- 長引く咳や痰など身体の不調に気づいたら早めに受診しましょう。
- 結核を発病した場合は、確実に服薬しましょう。

地域・団体の取組み

- 結核の正しい知識を持ちましょう。
- 患者支援体制を確立し、感染症関係機関との連携をはかりましょう。

④ HIV/エイズを含む性感染症の予防のための普及啓発と早期発見の推進 及び感染者に配慮した地域づくり

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	HIV・性感染症検査の実施	●匿名・無料で受けられる HIV・性感染症検査を実施します。	保健対策課
2	HIV・性感染症予防に関する 情報提供・普及啓発	●HIV や性感染症予防の普及啓発を行います。 ●関係機関職員を対象に HIV に関する講演会等を行い、安心して地域で支援できる情報提供を行います。	保健対策課
3	HIV・性感染症の感染拡大防止対策	●大学や医療機関、NPO 団体などと協働し、効果的な感染拡大防止対策に取り組みます。	保健対策課

個人の取組み

- HIV／エイズを含む性感染症の正しい知識を持ち行動しましょう。
- 「HIV・性感染症検査」を受けましょう。
- 自主活動やネットワークづくりに参加しましょう。

地域・団体の取組み

- 感染予防の理解を深めるとともに、感染者が安心できる環境づくりを、教育、医療、NPO団体などの立場で取り組みましょう。

⑤ 新興感染症等に係る健康危機管理体制の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	迅速な対応に向けた体制整備	●感染症予防計画に基づき、東京都や関係機関と連携して感染症対策体制の構築・推進を図ります。 ●感染症予防計画等に基づき、感染症対策に関する市の体制強化及び人材の養成等を図ります。 ●新型インフルエンザ等の発生に備え、普及啓発、情報収集及び対応準備等を行います。 ●感染拡大の状況に応じて、健康医療部保健総務課と共同で危機管理本部や新型インフルエンザ等対策本部を設置します。 ●鳥インフルエンザ等の動物由来の感染症にかかる健康危機管理体制として、市内及び都内等での発生時の関係者への調査、健康観察等の事業を行います。	防災課、保健総務課、保健対策課



個人の取組み

- 平常時から自らできる手洗い、マスク着用、咳エチケットなど感染症予防対策を行いましょう。
- 発生時には、適切に情報を得て行動しましょう。



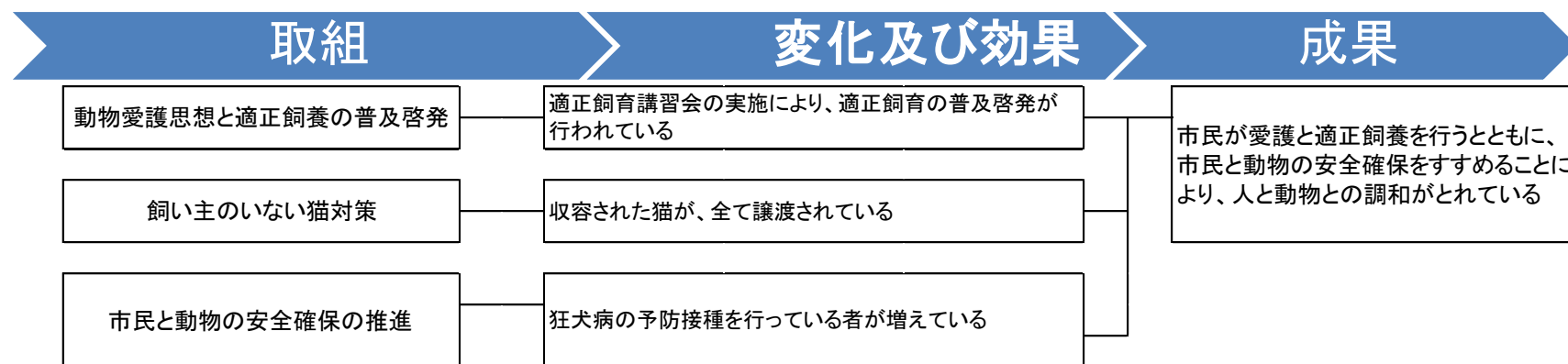
地域・団体の取組み

- 関係機関などは正しい情報を得て、連携、協力をはかりながら、感染症予防に取り組みましょう。
- 事業者は平常時から感染予防策を実施し、利用者の健康管理に努めましょう。また、発生時には必要な事業調整を行い、利用者の健康被害が最小限に留まるようにしましょう。

施策 1-2-4 人と動物が共生するまちづくりの推進

現状と課題

- ペットとしての動物は、家族の一員として考えられ飼養者にとってかけがえのない存在になっています。その一方で、適正な飼養がなされていないケースが存在します。
- 中核市である本市では、「八王子市動物の愛護及び管理に関する条例」を定め、「人と動物との調和のとれた共生社会の実現」に向け、動物飼養にかかわる指導、相談、苦情対応及び犬・猫などの引取り、保護収容を実施しています。



視点1 いつまでも元気で健康的な生活を送るために

▶基本目標2 安全で健康的な生活を安心して送れる健康づくりの推進

あるべき
姿

市民が愛護と適正管理を行うとともに、市民と動物の安全確保をすすめることにより、人と動物との調和がとれています。

指標名	現状値	目標値
子猫の殺処分数(実績)	0 件(匹)	維持
狂犬病予防注射接種率(実績)	73.4%	↑

施策の目標を達成するための取組み

① 動物愛護思想と適正飼養の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	狂犬病予防の推進	●適切な犬の登録や狂犬病予防注射の接種について周知啓発を図ります。	生活衛生課
2	動物愛護の情操教育及び適正飼育の推進	●動物の収容や苦情相談を行うとともに、適正飼養講習会などを開催します。	生活衛生課



個人の取組み

- 動物飼養者はもとより飼養していない人も、動物に関する知識を深め、動物を愛護しましょう。
- 最期まで適正に飼養しましょう。



地域・団体の取組み

- 動物愛護団体や動物愛護推進員は地域住民へ動物愛護と適正飼養に関して普及啓発しましょう。

② 飼い主のいない猫対策

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	飼い主のいない猫に関する普及啓発	● 飼い主のいない猫との共生について普及啓発をはかるとともに、地域住民の活動を支援します。	生活衛生課
2	猫の不妊去勢	● 飼い主のいない猫の不妊去勢手術助成金制度を実施します。	生活衛生課
3	猫の譲渡	● 収容した猫について、譲渡の取組を推進します。	生活衛生課



個人の取組み

- 猫は放し飼いをしないようにしましょう。
- 飼い猫を捨てないようにしましょう。
- 無責任な餌やりはしないようにしましょう。



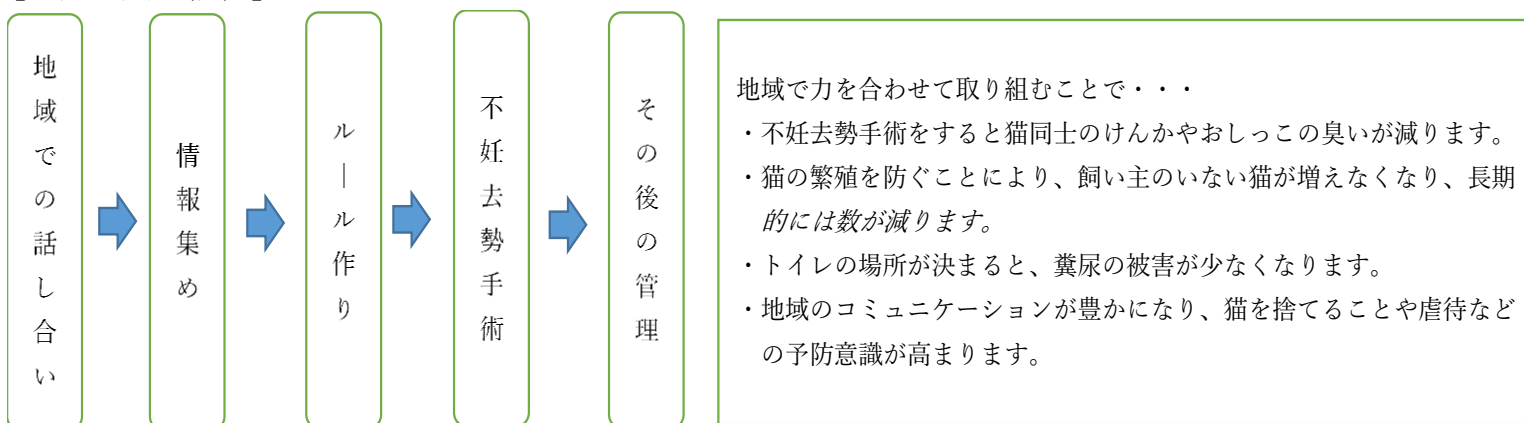
地域・団体の取組み

- 飼い主のいない猫を排除するのではなく、共存できるルールづくりを地域住民が主体になって推進し、猫による被害の減少や不幸な猫の繁殖を防止しましょう。
- 動物愛護団体や動物愛護推進員は知識及び技術の提供を行いましょう。

「地域猫活動」

地域にいる猫の困りごとを減らすための取組のひとつが地域猫活動です。これは、地域のみなさんで協力して、行政やボランティアの支援を得ながら、飼い主のいない猫（野良猫）を増やさないようにして被害を少なくする取組です。

【取組の手順（例）】



③ 市民と動物の安全確保の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	災害時における適切な飼育	●災害時における動物対応について啓発に努めます。	生活衛生課
2	動物由来感染症の蔓延防止	●狂犬病をはじめとした動物由来感染症対策について普及啓発をはかります。	生活衛生課
3	動物管理施設の充実	●動物管理施設の整備に向け、調整を行います。	生活衛生課



個人の取組み

- 飼養者は動物の飼養に関する知識を身につけましょう。
- 日頃から災害時の対応について、準備しておきましょう。



地域・団体の取組み

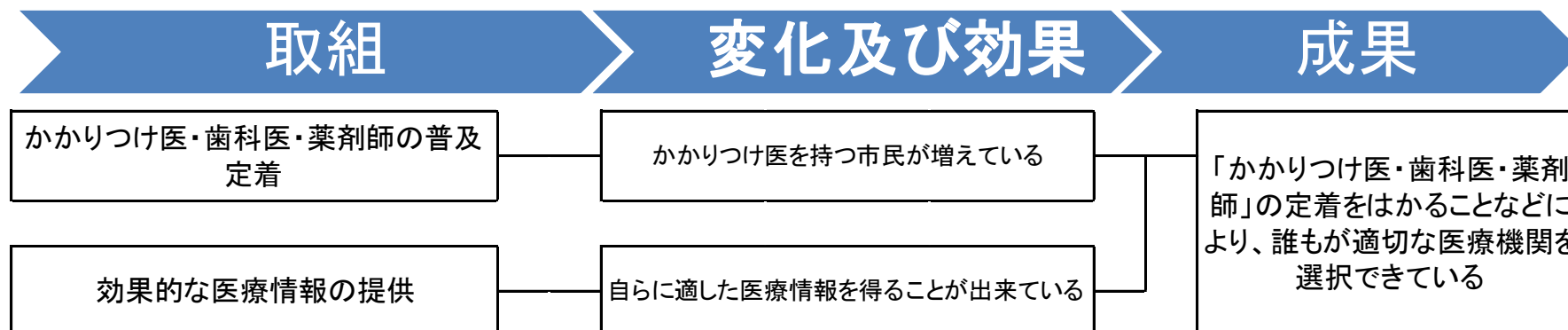
- 獣医師会及び動物愛護推進員は、飼養者に対する避難時の正しい知識の普及啓発及び支援を行いましょう。
- 地域での防災対策の一環としてペットの防災対策について検討しましょう。

施策

2-1-1 かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着

現状と課題

- 市民意識調査において、かかりつけ医の有無について、全体では、『内科、皮膚科など診療科別により利用する医療機関を決めている』の割合が39.7%と最も高くなっており、前回調査から割合が増加しています。一方、性・年代別で見ると、男女ともに30歳代で『かかりつけ医は決めている』の割合が高くなっています。
- 本市では中核病院と市内の他の医療機関相互の連携強化を図り、かかりつけ医を通じて適切な医療が受けられるよう取り組んでいます。高齢化の進行やコロナ禍を経て、改めてかかりつけ医の重要性が認識されています。



あるべき
姿

「かかりつけ医・歯科医・薬剤師」の定着をはかることなどにより、誰もが適切な医療機関を選択できています。

指標名	現状値	目標値
かかりつけ医療機関を決めている人の割合（市政世論調査）	83.6%	85.0%

「かかりつけ医を持ちましょう！」

健康に関することを何でも相談でき、必要な時には専門の医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる地域医療を担う医師のことを言います。かかりつけ医は、どの世代の方にとっても健康をサポートする頼もしい存在になります。

かかりつけ医を持つことで、日頃の健康状態を知ってもらえ、ちょっとした体調の変化に気づきやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療につながります。

また内科医だけでなく、どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。

施策の目標を達成するための取組み

① かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	パンフレットの作成	●八王子市医療連携による早期医療対応(精密検査・専門外来・入院)ネットワーク事業を通じて、医師会と協働でパンフレットを作成します。	健康医療政策課
2	かかりつけ医・かかりつけ医機能の普及啓発	●かかりつけ医・歯科医・薬剤師など、上手な医療のかかり方に関する普及啓発をすすめます。	健康医療政策課

個人の取組み

○日頃から健康管理のために、かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。

地域・団体の取組み

○八王子市医療連携による早期医療対応(精密検査・専門外来・入院)ネットワーク事業で作成したパンフレットを活用し、かかりつけ医の普及定着をはかりましょう。

② 効果的な医療情報の提供

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	相談対応・医療情報の提供	●相談内容に応じた医療情報の提供を行います。 (母子療養相談、難病療養相談、こころの健康相談など)	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)、保健対策課
2	医療機関情報の周知・提供	●市内の病院、診療所、歯科医院、薬局についての所在地、電話番号などの情報を適切に提供します。 ●「小児救急のかかり方」を母子手帳とあわせて配布します。	健康医療政策課

個人の取組み

○市が提供する医療機関情報などを活用し、かかりつけ医・歯科医・薬剤師をみつけましょう。

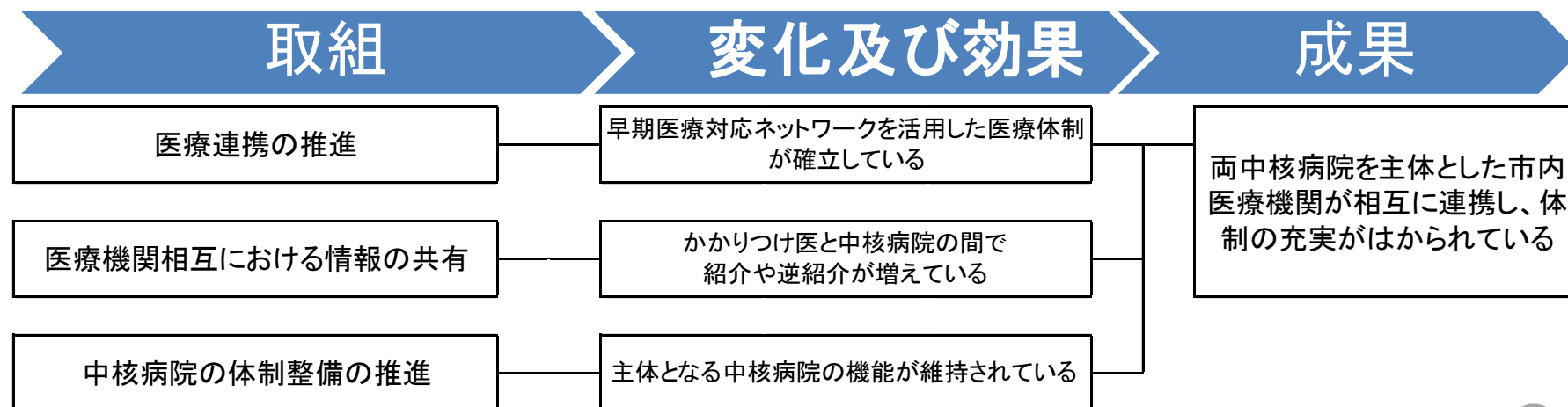
地域・団体の取組み

○日頃から病診連携、病院連携をはかり、適切な医療機関での受診を促しましょう。

施策 2-1-2 中核病院を主体とした医療機関相互の連携強化

現状と課題

- 本市では、市民が適切に医療を受けられるよう、病院と診療所の連携（病診連携）、市内の病院相互の連携（病病連携）をすすめてきました。また、診療所から中核病院などに患者を紹介する「八王子市医療連携による早期医療対応（精密検査・専門外来・入院）ネットワーク」を構築しています。



中核病院（東京医科大学八王子医療センター・東海大学医学部附属八王子病院）の役割

「八王子市医療連携による早期医療対応（精密検査・専門外来・入院）ネットワーク」により、市内の診療所はより、詳しい検査や入院、手術などの専門的な医療が必要と紹介された患者さんを中核病院に紹介しています。

また、両中核病院は都から「地域医療支援病院」としても承認されており、地域の病院や診療所、クリニック等への逆紹介も行っています。病院の設備も整っており、救急医療にも対応しているほか、病院で働くスタッフだけでなく、院外の医療従事者への研修にも力を入れています。

このように、先進的な医療を受けることができる中核病院との連携により、かかりつけ医・かかりつけ歯科医等を支援することで、効率的な医療提供体制の構築を図ることができています。

視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標1 日常の医療体制の整備

あるべき
姿

本市の中核病院である、東京医科大学八王子医療センター及び東海大学医学部附属八王子病院を主体として市内医療機関が相互に連携し、体制の充実がはかられています。

指標名	現状値	目標値
中核病院新規外来患者数における紹介率(実績)	76.9%	83.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 医療連携の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	早期医療対応ネットワーク事業の推進	●「八王子市医療連携推進懇談会」及び「八王子市障害者等歯科診療・歯科医療連携推進懇談会」を開催し、病診連携、病病連携の推進をはかります。	健康医療政策課



個人の取組み

- 身近な診療所等のかかりつけ医療機関とし、高度な治療や精密検査が必要な時に適切な病院を紹介してもらいましょう。
- 子どもの急な病気などで対応に迷う時は、市が配布した「小児救急のかかり方」や#7119(東京消防庁救急相談センター)を活用しましょう。



地域・団体の取組み

- 各種協議会等を通じて、病診連携、病病連携の強化をはかりましょう。

② 医療機関相互における情報の共有

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	医療機関間の情報共有の促進	●中核病院の診療科案内を作成し、医師会を通じて各診療所へ配付します。 ●定期的な Web ミーティングを行うなど医療機関同士の顔の見える関係構築をはかります。	健康医療政策課、保健対策課



個人の取組み

○病診連携、病病連携を理解しましょう。



地域・団体の取組み

○医療機関の相互の連携及び情報の共有化をはかりましょう。

③ 中核病院の体制整備の推進

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	先進・救急医療・地域医療ネットワーク医療体制の確保	●中核病院における先進・救急医療体制及び地域医療ネットワークの核としての役割を担う医療体制を確保します。	健康医療政策課



個人の取組み

○病診連携、病病連携を理解しましょう。

○身近な診療所などのかかりつけ医療機関とし、高度な治療や精密検査が必要な時に適切な病院を紹介してもらいましょう。



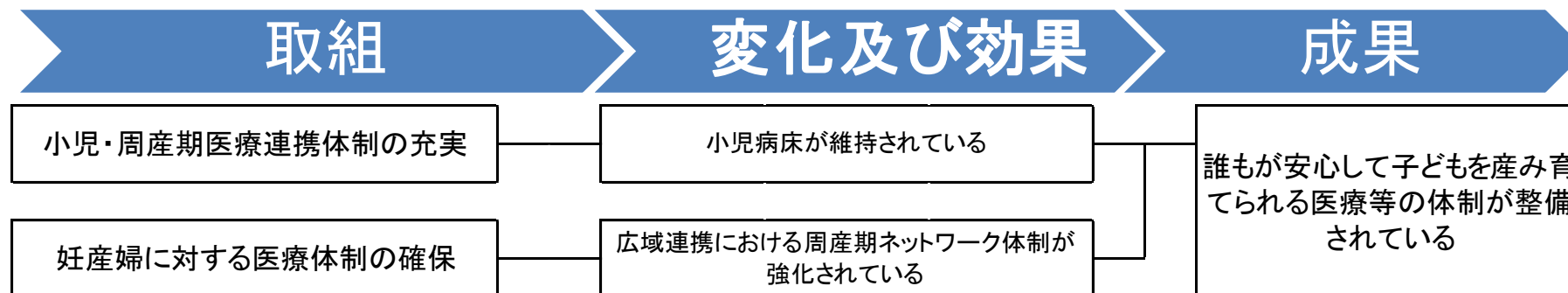
地域・団体の取組み

○医療機関の相互の連携及び情報の共有化をはかりましょう。

施策 2-1-3 小児・妊産婦に対する医療等の体制整備

現状と課題

- 成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦に対し必要な成育医療等を切れ目なく提供するために成育基本法(2019 年 12 月施行)が施行されました。
- 本市では、中核病院等における小児病床の確保等、小児医療体制の充実に努めてきました。
- 出生数は減少する一方、リスクの高い低出生体重児の割合、ハイリスク妊産婦は増加傾向にあるとされています。限りある医療資源を有効活用するため、リスクに応じた機能分化と広域での連携が課題となっています。



視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標1 日常の医療体制の整備

あるべき
姿

誰もが安心して子どもを産み育てられる医療等の体制が整備されています。

指標名	現状値	目標値
中核病院及び南多摩病院の小児病床数の維持(実績)	68床	維持

施策の目標を達成するための取組み

① 小児・周産期医療連携体制の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	小児医療の連携体制の確保	●中核病院及び南多摩病院などにおける小児医療の連携体制を確保します。	健康医療政策課
2	「小児救急のかかり方」の配付	●「小児救急のかかり方」を母子手帳とあわせて配布します。(再掲)	健康医療政策課



個人の取組み

- かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。
- 子どもの急な病気などで対応に迷う時は、市が配布した「小児救急のかかり方」や #8000 子どもの健康相談(小児救急相談)、#7119(東京消防庁救急相談センター)を活用しましょう。



地域・団体の取組み

- 医師会、中核病院、小児総合医療センター等との連携を維持し、本市における小児・周産期医療体制の充実をはかりましょう。

② 妊産婦に対する医療体制の確保

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	安心して出産できる医療体制の確保	●妊産婦に対する医療体制を確保します。	健康医療政策課



個人の取組み

- かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。
- #7119(東京消防庁救急相談センター)を活用しましょう。



地域・団体の取組み

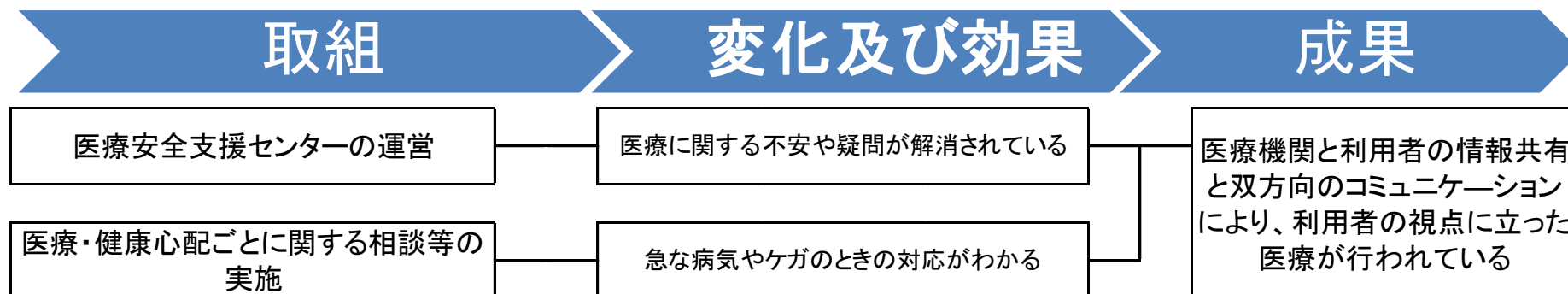
- 多摩地域における周産期ネットワークグループにおいて、リスクに応じた役割分担と体制を強化しましょう。

施策

2-1-4 安心して医療にかかるための相談体制の整備

現状と課題

- 医療の高度化、多様化が進む中、利用者の視点に立った医療が行われるよう、医療機関と利用者の双方向によるコミュニケーションが重要となっています。
- 医療に関する患者や家族等の方からの御意見・心配や相談への迅速な対応、医療安全に関する助言及び情報提供を行い、医療の安全と信頼を高めることや、医療に対する不安を抱く市民が減ることが必要であることから、八王子市では「医療安全支援センター」を、平成 24 年度から保健所内に設置しています。



あるべき
姿

医療機関と利用者の情報共有と双方向のコミュニケーションにより、利用者の視点に立った医療が行われています。

指標名	現状値	目標値
医療安全支援センターへの相談件数 (実績)	806 件	700 件

医療安全支援センター

医療法第6条の13の規定に基づき、都内では都庁と本市を含む9か所の保健所に設置されています。医療に対する信頼の確保を目的として、医療に関する苦情、心配、相談に対応するとともに、医療機関、患者さんに対して医療安全に関する助言、情報提供等を行っています。

八王子市では、市内の医療機関（診療所等）に対する相談・苦情に対応するため、医療安全相談窓口（専用電話 042-645-5118）を開設しています。相談内容によっては、問題解決に向けて中立な立場から提案や助言を行い、適切な専門機関等を案内しています。

例えばこんなとき、御相談ください。

- ・受けた医療の説明を受けたいがどのように聞いたらいいかわからない。
- ・治療の内容に疑問があります。
- ・職員の対応が気になりました。

このほか、市内の医療従事者等を対象に研修会や講習会を実施し、医療安全に関する知識・技術の習得等を支援しています。

施策の目標を達成するための取組み

① 医療安全支援センターの運営

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	相談対応等の実施	●市民からの相談等に対して適切に対応します。	保健総務課
2	研修会の開催	●医療従事者等に対する研修会を開催します。	保健総務課

個人の取組み

- かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。
- 受診するときは自分の症状を具体的に伝えましょう。

地域・団体の取組み

- 医療従事者は、良質で安全な医療を提供しましょう。

② 医療・健康心配ごとに関する相談等の実施

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	救急時の相談対応	●夜間救急診療室及び中核病院において電話相談事業を実施します。 ●東京都が実施する#8000「子どもの健康相談室(小児救急相談)」などの各種相談窓口の周知をはかります。	健康医療政策課
2	乳幼児の事故等に関する普及啓発	●乳幼児の事故防止や応急処置に関する知識の普及啓発をはかります。	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)

個人の取組み

- 応急手当講習会などの機会を積極的に活用し、応急処置についての知識を身につけましょう。

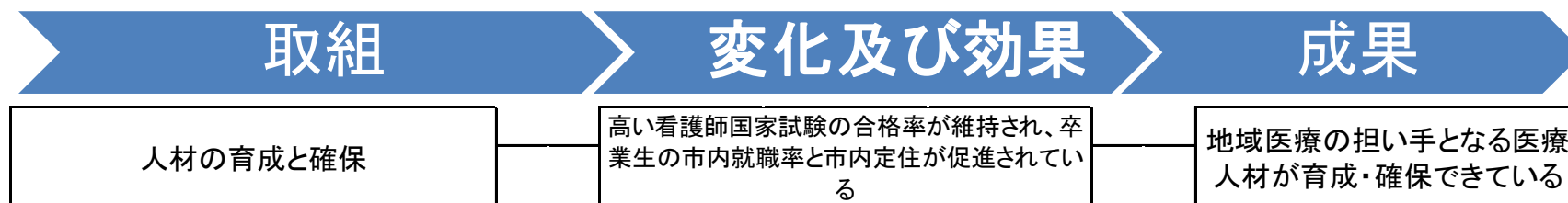
地域・団体の取組み

- 市民の不安解消をはかるため、相談体制を確保しましょう。

施策 2-1-5 医療人材の育成・確保

現状と課題

- 本市では八王子市立看護専門学校を運営し、看護師を育成しています。本学校の卒業生は、市内の各病院などに就職し、地域医療の支え手となっています。
- 将来の医療需要の増加スピードに対応するためには、医療人材の確保が市内医療機関共通の課題となっています。



あるべき
姿

地域医療の担い手となる医療人材が育成・確保できています。

指標名	現状値	目標値
八王子市看護専門学校における看護師国家試験合格率(実績)	97.1%	100.0%
八王子市看護専門学校における卒業生の市内就職率(実績)	78.8%	70%以上

施策の目標を達成するための取組み

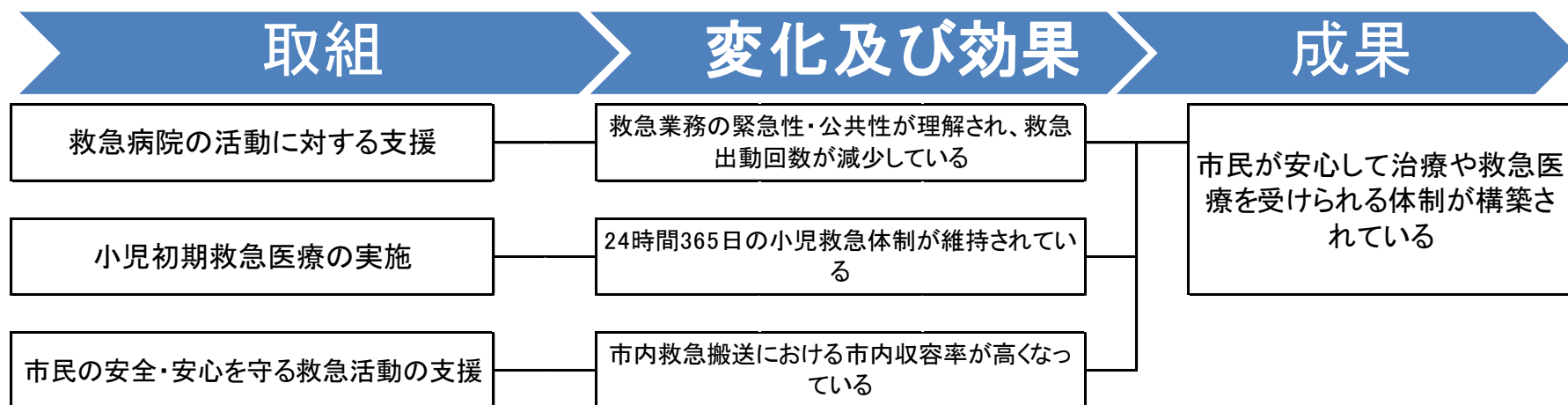
① 人材の育成と確保

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	医療人材の育成	●看護専門学校の運営を行い、地域医療に貢献できる看護師育成に努めます。	看護専門学校総務課
2	医療人材の確保・定住促進	●修学支援金支給事業を活用し、本校学生に対する市内就職率の向上と市内定住の促進を図ります。 ●市内の医療機関等の医療人材の確保策を促進します。	健康医療政策課、看護専門学校総務課

施策 2-2-1 緊急医療体制の充実

現状と課題

- 市内の救急告示医療機関は13か所(令和5年2月1日現在)となっています。患者のより迅速な搬送・治療体制を構築するためには、関係機関の連携強化が必要なことから、本市では、喫緊の課題である高齢者の救急搬送への対応体制を強化するため、八王子市高齢者救急医療体制広域連絡会に参加し、消防署や病院等と連携をはかっています。



視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標2 緊急時の医療体制の整備

あるべき
姿

市民が安心して治療や救急医療を受けられる体制が構築されています。

指標名	現状値	目標値
市内救急搬送における市内医療機関への収容率(実績)	75.9%	82.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 救急病院の活動に対する支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	救急医療体制の確保	●中核病院、二次救急病院における本市の救急医療体制を確保します。	健康医療政策課
2	医療救急電話相談の実施	●夜間救急診療室及び中核病院において電話相談事業を実施し、救急受診者数の減少をはかります。	健康医療政策課

個人の取組み

○救急業務の緊急性及び公共性について理解を深め、救急医療機関、救急車を適正に利用するよう努めましょう。

地域・団体の取組み

○回復期・慢性期病院、介護、高齢者施設と連携し、救急病院が患者を受け入れやすい体制を整えましょう。

それって本当に119番でOK?かける前に電話相談を活用しましょう。～＃7119知ってますか～

病气やけがをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのかな?」「医療機関の案内や応急手当のアドバイスがほしいな」など、判断に迷ったことはないでしょうか。そんな時に活用したいのが「＃7119」です。東京消防庁救急相談センターでは、相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間・年中無休で対応しており、適切なアドバイスや判断をしてくれます。また、自ら緊急性の判断ができる「東京版救急受診ガイド」を東京消防庁ホームページ上で提供しています。パソコン、スマートフォン、携帯電話から利用することができますので、ぜひご利用ください。

視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標2 緊急時の医療体制の整備

② 小児初期救急医療の実施

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	小児休日・全夜間救急医療の実施	●夜間救急診療室において小児準夜救急診療を実施するとともに、中核病院及び南多摩病院において小児休日・全夜間救急医療を実施します。	健康医療政策課

個人の取組み

- かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。
- 子どもの急な病気などで対応に迷うときは、「小児救急のかかり方」や#8000 子どもの健康相談室(小児救急相談)、#7119(東京消防庁救急相談センター)を活用しましょう。

地域・団体の取組み

- 中核病院及び医療機関との連携により、小児の休日・全夜間の救急医療体制を構築しましょう。

③ 市民の安全・安心を守る救急活動の支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	医療連携の促進	●急性期・回復期病院の連携を強化します。	健康医療政策課
2	救急病院、救急車の適正利用促進	●救急病院、救急車の適正利用の普及啓発を行います。	健康医療政策課
3	救急医療情報の活用に関する周知	●八王子市高齢者救急医療体制広域連絡会の一員として、「救急医療情報」の活用について周知します。	健康医療政策課
4	AED の管理	●救命率の向上を図るため、コンビニエンスストア等に設置した AED の適切な管理を行います。	健康医療政策課

個人の取組み

- 救急業務の緊急性及び公共性について理解を深め、救急医療機関、救急車を適正に利用するよう努めましょう。
- 「救急医療情報」をお薬手帳と一緒に活用し、緊急時に備えましょう。
- 応急手当講習会などに参加し、AED の使い方などの知識を身につけましょう。

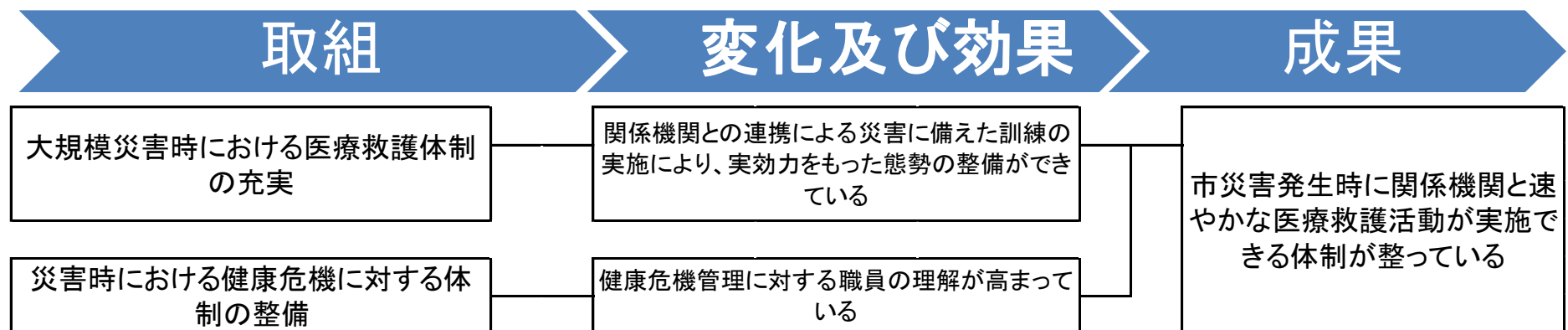
地域・団体の取組み

- 回復期・慢性期病院、介護・高齢者施設と連携し、救急病院が患者を受け入れやすい体制を整えましょう。

施策 2-2-2 災害時の医療体制の充実

現状と課題

- 本市では地震などの災害が発生したときに、市災害医療コーディネーターの助言を受け、緊急医療救護所を開設します。緊急医療救護所を設置する施設では、災害時に使用する医療資機材を備蓄しています。4師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会、柔道整復師会）等と協働して医療救護活動を行う体制を整備する必要があります。
- 保健師等の各専門職が、健康危機発生時に超急性期から復興期までの各フェーズにおいて適切に対応できる体制づくりが求められています。



視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標3 在宅療養体制の整備

あるべき
姿

市民一人ひとりが災害時の備えを充実することができています。
災害発生時に関係機関と速やかな医療救護活動が実施できる体制が整っています。

指標名	現状値	目標値
災害に備えた各種訓練の実施数(実績)	年6回	年9回
健康危機管理に関する研修を受講した職員の割合(再掲)	-	100.0%

施策の目標を達成するための取組み

① 大規模災害時における医療救護体制の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	緊急医療救護所運営訓練等の実施	●4師会と連携し、緊急医療救護所や医療救護活動拠点の設置・運営訓練等を実施します。	健康医療政策課
2	人員体制・資器材等の整備	●医療救護活動が円滑に行えるよう、人員体制や備蓄資器材をはじめとした様々な課題について、災害医療(薬事)コーディネーターや健康危機管理アドバイザー、4師会、その他関係機関と協議を行い、体制の充実を図ります。	健康医療政策課



個人の取組み

- 大規模災害を想定し、日ごろから避難場所や避難方法について知り、準備をしておきましょう。
- 災害時に、常備薬やお薬手帳を持ち出せるよう、準備をしておきましょう。



地域・団体の取組み

- 町会・自治会は平素から地域で協力して避難対応の準備や訓練をしておきましょう。
- 医師会、歯科医師会、薬剤師会等と協働して医療救護活動を実施するための体制整備をしましょう。

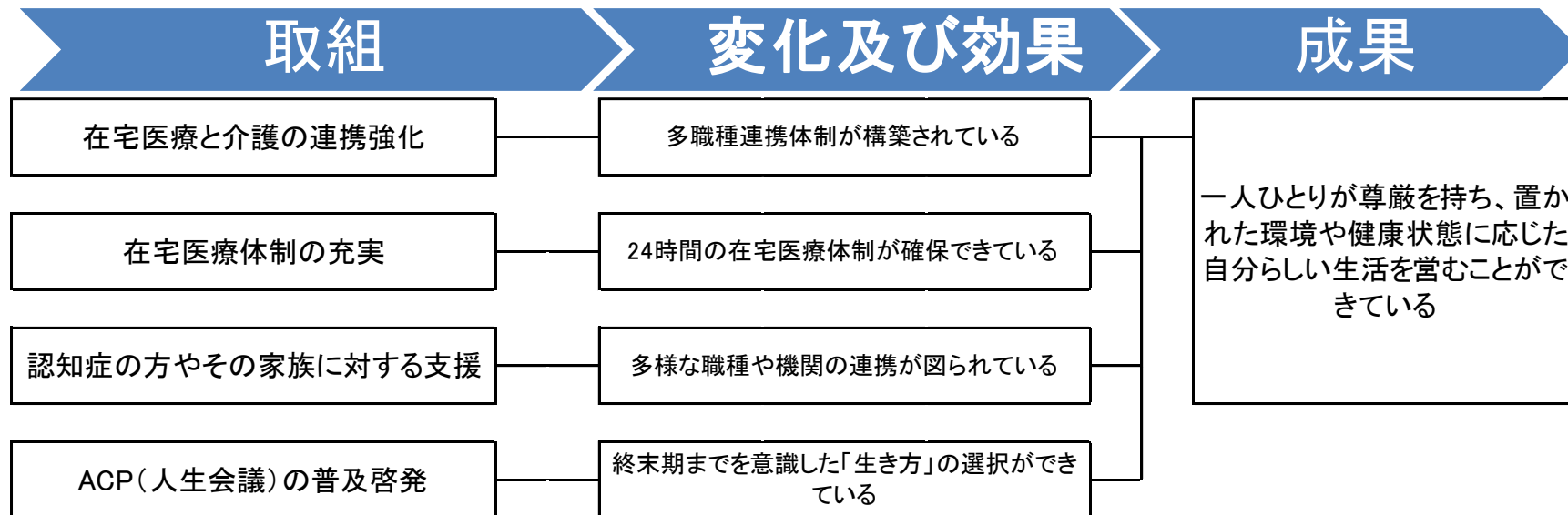
② 災害時における健康危機に対する体制の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	保健衛生活動の充実	●災害時における保健衛生活動マニュアルを整備します。 ●マニュアルに基づいた訓練・研修を行います。	保健総務課

施策 2-3-1 地域包括ケアシステムの推進

現状と課題

- 高齢者が尊厳を保持し、自立生活のための支援を受けながら、重度な要介護状態となっても、可能な限り住み慣れた地域で生活を継続できるよう「予防・介護・医療・生活支援・住まい」を一体的、継続的に提供する仕組みである「地域包括ケアシステム」の充実が求められています。
- 在宅医療については、在宅療養に必要な在宅医療相談窓口を開設しています。また、八王子市医師会が構築した、デジタル技術を活用した多職種連携ネットワークの運用のほか、在宅当番医による24時間診療体制の確保や、かかりつけ医からの要請で在宅療養患者を医療機関に搬送する体制整備への支援を行っています。
- 2040年問題を見据え、今後受けたい医療やケア、暮らし続けたい場所などについて、本人が選択できるよう、在宅療養生活に重要なACP（人生会議）を普及させることが求められています。
- 認知症に関しては、認知症の人の意思が尊重され、住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、市内4か所に認知症初期集中支援チームを設置しました。また、認知症ケアパスを活用し、多職種が連携する仕組みづくりと認知症の普及啓発をすすめています。



視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標3 在宅療養体制の整備

あるべき
姿

一人ひとりが尊厳を持ち、置かれた環境や健康状態に応じた自分らしい生活を営むことができます。

指標名	現状値	目標値
在宅医療当番医による救急患者対応件数(実績)	388 件	500 件

施策の目標を達成するための取組み

① 在宅医療と介護の連携強化

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	安心して在宅療養できる体制の整備	●医療・介護等の関係機関や市民からの相談を受け、必要な支援を行う在宅医療相談窓口を運営します。 ●在宅医療について、八王子市医師会と連携し、在宅当番医による 24 時間診療体制の確保や、デジタル技術を活用した多職種連携ネットワークの構築・運用のほか、かかりつけ医からの要請で在宅療養患者を医療機関に搬送する体制整備への支援を行います。	健康医療政策課
2	多職種連携に向けた取組み	●多職種連携を円滑に行うため、事例検討会や研修会を開催します。 ●高齢者あんしん相談センターで開催する地域ケア会議などを活用し、医療関係者など多職種の連携体制の構築をすすめます。 ●高齢者あんしん相談センター職員向けに、多職種連携に向けた研修等を実施し、職員のスキルアップによる相談体制の強化をはかります。	高齢者福祉課、健康医療政策課
3	専門職員向けの研修の実施	●在宅介護の要となる介護支援専門員向けの研修を実施し、適切なサービスが提供されるよう支援します。	介護保険課



個人の取組み

○高齢者あんしん相談センターが行っている事業や在宅療養サービスを適切に活用しましょう。



地域・団体の取組み

○医療機関と介護保険事業者の連携を強化し、情報の共有化をはかりましょう。

在宅医療相談窓口を知っていますか

高齢者が、介護や医療が必要となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために、地域における介護・医療が連携し、安心して在宅療養を受けられる環境を整えることが大切です。

「家族が退院することになったが今後の医療に関する情報を知りたい、訪問での診療・看護・介護を頼みたい。」

このようなニーズに対応するため、市では在宅医療に関する相談を受ける窓口を用意しています。相談員が、在宅での医療・介護を希望する方やそのご家族、また在宅医療に関わる医療・介護関係者の皆さんからの相談をお受けして、医療と介護の連携を推進し、市民の皆さんの在宅療養生活のお手伝いをしています。

視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標3 在宅療養体制の整備

② 在宅医療体制の充実

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	在宅医療相談窓口の運営	●医療・介護等の関係機関や市民からの相談を受け、必要な支援を行う在宅医療相談窓口を運営します。(再掲)	健康医療政策課
2	多職種連携に向けた取組み	●多職種連携を円滑に行うため、事例検討会や研修会を開催します。(再掲)	健康医療政策課
3	搬送・診療体制の充実	●在宅医療について、24時間の診療体制を確保するため、支援を行うとともに、医療や介護等の関係機関の連携を支援する情報システムの運用や、かかりつけ医からの要請で在宅療養患者を医療機関に搬送する仕組みづくりを支援します。	健康医療政策課
4	訪問時における駐車場所の確保	●訪問医療・介護者の駐車場確保のため、市民部事務所や、市民センター、市営住宅駐車場等を提供するとともに、提供箇所の拡大をはかります。	高齢者いきいき課、健康医療政策課、住宅政策課



個人の取組み

○かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。



地域・団体の取組み

○在宅医療相談窓口の周知をはかりましょう。

③ 認知症の方やその家族に対する支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	連携体制の強化	●市内全ての高齢者あんしん相談センターに配置された認知症地域支援推進員を中心に地域の医療・介護・福祉の連携体制を構築します。 ●認知症初期集中支援チームによる認知症の早期対応を行い、速やかに適切な医療や介護につなげる体制の強化をはかります。	高齢者福祉課
2	地域への認知症の理解促進	●「八王子市認知症まるとガイドブック(認知症ケアパス)」の普及啓発をすすめ、地域における認知症への理解を深めます。	高齢者福祉課



個人の取組み

○「八王子市認知症まるとガイドブック(認知症ケアパス)」を活用しましょう。



地域・団体の取組み

○認知症の方やその家族が地域で安心して暮らし続けることができるよう、応援者になりましょう。

④ ACP(人生会議)の普及啓発

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	ACP(人生会議)の普及啓発	●在宅療養生活を送るうえで重要となる、人生の最終段階における ACP(人生会議)について、関係機関に対する研修や市民に対する啓発を行います。	高齢者福祉課、健康医療政策課
2	「救急医療情報」の周知	●「救急医療情報」を周知し、窓口で配布するとともに、ホームページで公開します。	健康医療政策課

個人の取組み

○八王子市高齢者救急医療体制広域連絡会が作成した、もしもの時に医師に伝えたいことの記入ができる「救急医療情報」を、お薬手帳と共に活用しましょう。

地域・団体の取組み

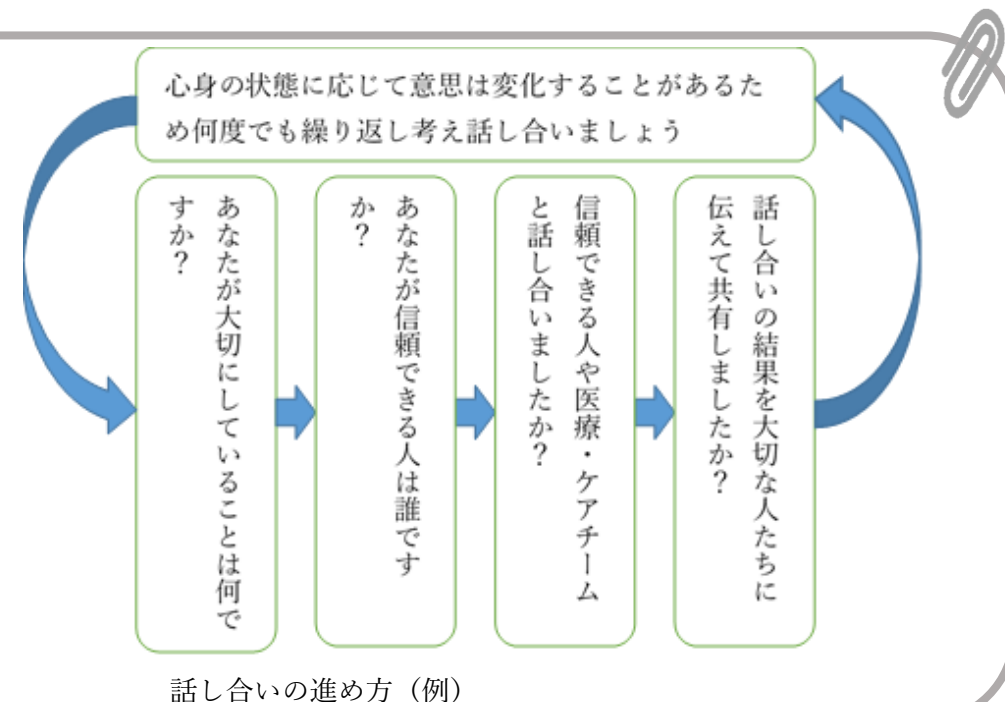
○「救急医療情報」を広く周知しましょう。

ACP(人生会議)とは

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは、将来の変化に備えどのような医療や介護を受けて最期を迎えたいのか、患者さんを主体に、その考えをご家族や近い人、医療やケアの担当者と繰り返し話し合いを行い、あらかじめ表しておく取り組みのことです。愛称として「人生会議」と呼びます。

ACPはご家族や医療やケアの担当者と話し合って確認するという行為が大事な点です。

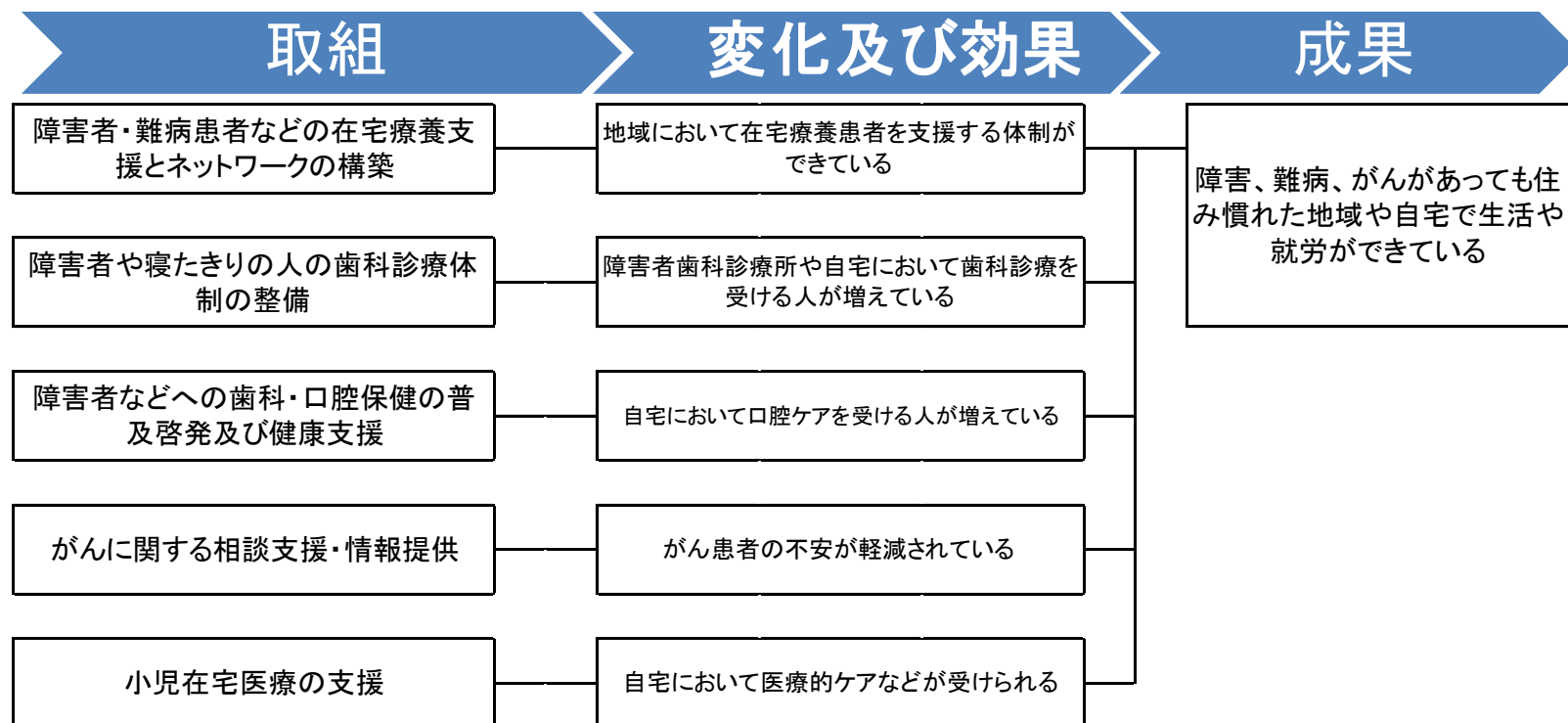
住み慣れた、自ら望むまちでいつまでも暮らし続けるために、少し立ち止まって、ご自身のこと、これからのことを今から考えてみませんか。



施策 2-3-2 障害者・難病患者・がん患者などの療養体制の整備

現状と課題

- 手厚いケアを必要とする方が必要な支援を受けながら住み慣れた地域で安心して暮らすことができる体制づくりが必要です。
- また、国民の2人に1人ががんにかかる現在、がんと診断されたときから切れ目のない医療の提供が必要です。がん診療連携拠点病院である東京医科大学八王子医療センター及び東海大学医学部附属八王子病院をはじめ、医療機関・関係機関と連携して情報提供や相談支援体制の整備を図っています。



視点2 住み慣れた地域で安心して医療を受けられるために

▶基本目標3 在宅療養体制の整備

あるべき
姿

障害、難病、がんがあっても住み慣れた地域や自宅で生活や就労ができています。

指標名	現状値	目標値
障害者歯科診療所の延利用者数 (実績)	1,450 人	1,800 人
在宅医療相談窓口の相談件数 (実績)	330 件	360 件

施策の目標を達成するための取組み

① 障害者・難病患者などの在宅療養支援とネットワークの構築

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	地域ケア・ネットワークの充実	●関係者会議や個別支援会議などを通じて難病、重症心身障害児等の地域ケア・ネットワークを充実します。	保健対策課
2	医療的ケア児コーディネーター事業の実施	●医療的ケア児に関する相談窓口を設置するとともに関係機関との連絡調整、地域での支援体制づくりを行います。	障害者福祉課
3	在宅医療相談窓口の運営	●医療・介護等の関係機関や市民からの相談を受け、必要な支援を行う在宅医療相談窓口を運営します。(再掲)	健康医療政策課
4	ホームヘルプサービス・日常生活用具の給付	●現代社会における高齢化に伴う障害者数の増加や、対象疾病拡大に伴う指定難病患者の増加に対応するため、引き続きホームヘルプサービスや日常生活用具の給付を行います。	障害者福祉課



個人の取組み

- 障害や難病等があっても、関係者の支援を受けながら地域で生き活きと暮らしましょう。
- かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。



地域・団体の取組み

- 難病講演会やネットワーク会議などに、障害者や難病患者の在宅支援に係る関係者が参加する機会をつくりましょう。

② 障害者や寝たきりの人の歯科診療体制の整備

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	診療体制の充実	●障害者歯科診療所における診療体制の充実をはかります。(再掲)	健康医療政策課
2	歯科医の紹介	●東京都八南歯科医師会八王子支部と連携し、障害や寝たきりで歯科診療所へ行くことが困難な人に、訪問歯科診療が可能な歯科医を紹介します。	健康医療政策課



個人の取組み

○かかりつけ歯科医を持ちましょう。



地域・団体の取組み

○医療従事者は、研修等に参加し、障害者歯科や在宅歯科医療に関する知識や技術を学びましょう。

③ 障害者などへの歯科・口腔保健の普及啓発及び健康支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	診療体制の充実	●障害者歯科診療所における診療体制の充実をはかります。	健康医療政策課
2	口腔保健の普及啓発	●東京都八南歯科医師会八王子支部と連携し、障害や寝たきりで歯科診療所へ行くことが困難な人や家族等に、口腔保健の普及啓発をはかります。	健康医療政策課



個人の取組み

○歯磨きなど、日頃から口の中の健康に関心を持ち、急速に悪化しないよう注意をしましょう。
○かかりつけ歯科医で定期的に歯科検診を受診しましょう。



地域・団体の取組み

○医療従事者は、研修等に参加し、食べる力を支援するための知識や技術を学びましょう。

④ がんとの共生

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	がん相談支援センターの周知	●がんと診断された方への支援・サービスについて、ホームページ等で周知を図ります。 ●がん相談支援センターと連携し、相談体制の強化・充実をはかります。	保健総務課
2	企業への周知	●がんと診断された方が就労を継続できるよう、ホームページ等で、市内事業所周知します。	産業振興推進課
3	アピアランスケアの普及啓発	●イベントの開催や、外見の変化・アピアランスケアに関する情報を市ホームページに掲載します。 ●アピアランスケアに関する知識を提供します。	保健対策課



個人の取組み

- がんと診断されて、今後のことで不安になったり、相談したいことがあるときは、がん相談支援センターを活用しましょう。
- 正しい知識、情報を得るため、相談センターやかかりつけ医に相談しましょう。



地域・団体の取組み

- がん患者の不安を少しでも軽減するため、相談窓口の周知啓発をしましょう。
- がんについての正しい知識を普及しましょう。
- 治療しながら就労できる環境について考え、その取組に積極的に協力しましょう。

「アピアランスケア」とは？

「アピアランスケア」とは、国立がん研究センター中央病院の外見関連支援チームが提唱した造語で、「医学的・整容的・心理社会的支援により、外見の変化を補完することで、外見の変化に起因する、がん患者の苦痛を軽減するケア」と定義されています。

アピアランスケアには、ウィッグ・化粧・被服などを使い整容的ケアをする「外見への介入」、外見・事故・社会についての捉え方の変化を促す「心理的な介入」、外見変化後の対人行動やコミュニケーション方法を助言する「社会的な介入」があります。

がん治療に伴う外見の変化については、包括的なアピアランスケアによって、単なる美容的な問題の解決ではなく、学校や会社、家族を含む人間関係の中で、いままで通りその人らしく、いきいきとすごすことができるよう、人と社会をつなぐ支援なのです。

⑤ 小児在宅医療の支援

No.	事業・活動名	取組内容	担当部署
1	在宅医療相談窓口の運営	●医療や介護等の関係機関や市民からの相談を受け、必要な支援を行う在宅医療相談窓口を運営します。(再掲)	健康医療政策課
2	小児科の医療体制確保	●中核病院及び南多摩病院において小児科の医療体制を確保します。(再掲)	健康医療政策課
3	小児療育診療体制の確保	●小児・障害メディカルセンターにおいて小児療育診療体制を確保します。	健康医療政策課
4	医療的ケア児コーディネーター事業の実施	●医療的ケア児に関する相談窓口を設置するとともに関係機関との連絡調整、地域での支援体制づくりを行う。(再掲)	障害者福祉課



個人の取組み

○かかりつけ医・歯科医・薬剤師を持ちましょう。



地域・団体の取組み

○専門者向けの研修会などに参加し、小児在宅医療を支援するための知識や技術を学びましょう。

第5章

ライフステージ等に応じた取組

幼年期(0 歳～4 歳)

健康課題 **妊娠期からの切れ目のない支援**

【母子保健事業】【乳幼児健康診査】
【口腔保健】【子育て支援事業】など

壮年期(25 歳～44 歳)

健康課題 **心身の健康の維持・増進**

【がん検診】【働き盛りのこころの健康づくり】
【食生活・運動・休養などの生活習慣の見直し】など

少年期(5 歳～14 歳)

健康課題 **健康的な生活習慣の確立**

【こころの健康相談】【がん教育の推進】
【飲酒・喫煙の健康影響に関する普及・啓発】など

中年期(45 歳～64 歳)

健康課題 **心身の健康の保持**

【がん検診】【働き盛りのこころの健康づくり】
【生活習慣病の発症予防・重症化予防】など

青年期(15 歳～24 歳)

健康課題 **健康的な生活習慣の定着**

【こころの健康相談】【がんや生活習慣病に関する普及啓発】
【喫煙・飲酒の健康影響に関する情報提供】など

高年期(65 歳以上)

健康課題 **生活の質の保持**

【介護予防事業】【地域包括ケアシステムの推進】
【在宅療養支援】【日常医療体制の整備】など

幼年期(0～4歳)

健康課題 妊娠期からの切れ目のない支援

妊娠期は、出産を控え母体の変化が著しい時期であるほか、親の生活習慣が胎児や乳幼児の成長発達に大きく影響する時期です。

幼年期は、生理的機能が次第に自立する時期であるほか、人格や習慣を形成するのに重要な時期であり、健康なこころと身体を作る上で大切な時期となります。

また、幼年期の健康づくりは、保護者や家庭の影響が大きいいため、妊娠期から子育て期に至るまで、乳幼児やその家庭に対する切れ目のない支援が必要です。

▼ 妊産婦の方を対象とした主な取組

- ・【栄養・食生活】 八王子版ネウボラの実施 → p●
- ・【生活リズム】規則正しい生活リズムの習得に向けた母子保健事業・出前講座を通じた指導・啓発 → p●
- ・【飲酒】妊娠・授乳中の方の飲酒防止 → p●
- ・【たばこ】妊婦面談やパパママクラス、乳幼児健診、成人相談を通じた喫煙及び受動喫煙に関する周知啓発 → p●
- ・【こころ】妊娠期・子育て期の親のこころの健康支援 → p●
- ・【相談・伴走】八王子版ネウボラの実施 → p●
出産前後の相談実施 → p●
- ・【健康診断・セルフチェック】乳幼児健診の未受診者への受診促進 → p●
- ・【医療】安心して出産できる医療体制の充実 → p●

▼ 乳幼児のいる家庭を対象とした主な取組

- ・【栄養・食生活】保健事業を通じた普及啓発 → p●
保育園における食育の啓発 → p●
親子料理教室等の健康づくり講習会の実施 → p●
- ・【生活リズム】保育園における普及啓発 → p●
- ・【歯・口腔】むし歯・歯周病予防に向けた保育での歯磨き指導 → p●
保育園・幼稚園における「ほけんだより」を通じた歯の健康の大切さの周知、歯科検診の実施 → p●
- ・【健康診断・セルフチェック】乳幼児健診の未受診者への受診促進 → p●
- ・【アレルギー】保育園等におけるアレルギー疾患への対応の推進 → p●
- ・【感染症予防】保育園において、年齢に応じた手洗い、うがい、咳エチケットなどの指導を通じた集団発生の予防 → p●
- ・【医療】乳幼児の事故等に関する普及啓発 → p●
小児医療の連携体制の確保 → p●

少年期(5歳～14歳)

健康課題 健康的な生活習慣の確立

社会参加の準備の時期であり、生活習慣を確立する大切な時期です。
疾病や障害の大幅な増加は見られませんが、歯科では、むし歯の急増期となります。
この時期の健康づくりは、学校や家庭を通じたものが重要となります。

▼ 主な取組

- ・【栄養・食生活】教育活動における食育の推進 → p●
給食を通じた食育活動の推進 → p●
親子料理教室等の健康づくり講習会の実施 → p●
- ・【生活リズム】各校で全教育活動の中で推進 → p●
- ・【飲酒】飲酒による健康への影響などの講習会や啓発事業の実施 → p●
- ・【たばこ】喫煙が及ぼす健康影響についての講習会や啓発事業の実施 → p●
- ・【薬物】未成年の薬物乱用防止対策 → p●
- ・【生活習慣病】子どもの生活習慣の確立支援 → p●
- ・【歯・口腔】市立小・中学校における歯科衛生指導 → p●
- ・【がん】市立小・中学校において、がんの予防について啓発活動 → p●
- ・【こころ】市立小・中学校におけるこころの健康の重要性に関する啓発 → p●
精神科学校医によるこころの健康相談の実施 → p●
いじめ対策 → p●
- ・【アレルギー】学校におけるアレルギー疾患への対応の推進 → p●
- ・【感染症予防】学校における感染症の集団発生・蔓延予防 → p●
- ・【医療】予防接種に関する周知・啓発 → p●
市立小・中学校における感染症の予防及び拡大防止 → p●

青年期(15歳～24歳)

健康課題 健康的な生活習慣の定着

生殖機能が完成し、子どもから大人へ移行する時期です。障害や疾病の罹患は極めて少ないものの、自殺による死亡が見られるようになります。
学生生活や単身生活で、生活習慣に問題がある場合も多く、壮年期以降の生活習慣の出発点として重要な時期です。

▼ 主な取組

- ・【栄養・食生活】成人保健事業を通じた普及啓発 → p●
- ・【身体活動・運動】ヘルシーウォーキングやサイクリングの運動習慣の普及啓発 → p●
- ・【飲酒】未成年向けの普及・啓発 → p●
- ・【たばこ】未成年向けの普及・啓発 → p●
- ・【薬物】未成年の薬物乱用防止対策 → p●
- ・【生活習慣病】生活習慣に関するイベントや SNS などによる普及啓発 → p●
- ・【歯・口腔】成人保険事業を通じたむし歯・歯周病予防に向けた取組みの実施 → p●
- ・【がん】がん検診の受診促進 → p●
がんの予防 → p●
がんに関する知識の普及啓発と予防、検診 → p●
- ・【こころ】こころの健康(ストレス、睡眠、適正飲酒など)と病気の予防についての知識の普及啓発 → p●
- ・【感染症予防】大学や医療機関、NPO 団体などとの協働による HIV・性感染症の感染拡大防止対策 → p●

壮年期(25～44 歳)

健康課題 心身の健康の維持・増進

就職、結婚、出産等により生活スタイルが大きく変化する時期です。
生活習慣の乱れによる生活習慣病やストレス等によるうつ病の発症が増加し始めるのもこの時期です。
自分の身体や健康に関心をもつことが重要です。

▼ 主な取組

- ・【**栄養・食生活**】成人保健事業を通じた普及啓発 → p●
- ・【**身体活動・運動**】ヘルシーウォーキングやサイクリングの運動習慣の普及啓発 → p●
- ・【**飲酒**】アルコールに関する専門医相談の実施 → p●
- ・【**たばこ**】喫煙及び受動喫煙による健康への影響に関する周知啓発 → p●
- ・【**生活習慣病**】飲食店の協力による減塩・野菜摂取の促進 → p●
- ・【**歯・口腔**】成人保健事業を通じたむし歯・歯周病予防に向けた取組みの実施 → p●
- ・【**がん**】がん検診の受診促進 → p●
 - がんの予防 → p●
 - がんに関する知識の普及啓発と予防、検診 → p●
- ・【**こころ**】こころの健康(ストレス、睡眠、適正飲酒など)と病気の予防についての知識の普及啓発 → p●
 - こころの不調に早期に対応できる支援 → p●
- ・【**健康診断・セルフチェック**】特定健康診査、特定保健指導の受診促進 → p●
- ・【**感染症予防**】HIV・性感染症検査の実施 → p●
- ・【**医療**】かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着 → p●

中年期(45～64 歳)

健康課題 心身の健康の保持

高年期への準備期であり、身体機能が徐々に低下していく時期です。身体障害の増加も多くなってきます。
高年期における疾病や生活の質を視野に入れ、自分の健康を考える必要があります。

▼ 主な取組

- ・【**栄養・食生活**】成人保健事業を通じた普及啓発 → p●
- ・【**身体活動・運動**】ヘルシーウォーキングやサイクリングの運動習慣の普及啓発 → p●
- ・【**飲酒**】アルコールに関する専門医相談の実施 → p●
- ・【**たばこ**】喫煙及び受動喫煙による健康への影響に関する周知啓発 → p●
- ・【**生活習慣病**】飲食店の協力による減塩・野菜摂取の促進 → p●
- ・【**歯・口腔**】歯科検診受診の受診促進 → p●
- ・【**がん**】がん検診の受診促進 → p●
 - がんの予防 → p●
 - がんに関する知識の普及啓発と予防、検診 → p●
 - がん患者が就労継続できる環境づくり → p●
- ・【**こころ**】こころの健康(ストレス、睡眠、適正飲酒など)と病気の予防についての知識の普及啓発 → p●
- ・【**健康診断・セルフチェック**】特定健康診査及び特定保健指導の実施 → p●
- ・【**医療**】かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着 → p●

高齢期(65 歳以上)

健康課題 生活の質の保持

身体的に老化が進み、健康問題が大きくなる時期です。寝たきりなどの介護を必要とするケースも現れるほか、歯の喪失による咀嚼の機能障害など、生活の質にかかわる症状があらわれることもあります。

生活の質を保持し、住み慣れた地域で生活を送れるよう、地域や保健・医療・福祉の専門家による支援が必要となります。

また、保健事業では、高齢者の特性を捉え、高齢者の虚弱(「フレイル」)の進行を予防する取組へと転換することが必要となります。

▼ 主な取組

- ・【栄養・食生活】介護予防事業を通じた普及啓発 → p●
- ・【身体活動・運動】フレイルの予防 → p●
「八王子てくてくポイント事業(てくポ)」の実施 → p●
- ・【飲酒】アルコールに関する専門医相談の実施 → p●
- ・【たばこ】禁煙支援 → p●
- ・【生活習慣病】飲食店の協力による減塩・野菜摂取の促進 → p●
- ・【歯・口腔】口腔ケアに関する出前講座の実施 → p●
歯科検診受診の受診促進 → p●
寝たきりの人の歯科診療体制の整備 → p●

- ・【がん】がん検診の受診促進 → p●
がんの予防 → p●
がんに関する知識の普及啓発と予防、検診 → p●
- ・【こころ】まちづくり活動、スポーツなどを通じた外出促進・地域とのつながり支援 → p●
こころの不調に早期に対応できる支援 → p●
- ・【健康診断・セルフチェック】特定健康診査、特定保健指導の受診促進 → p●
健康状態の把握支援 → p●
- ・【医療】終末期医療の普及啓発 → p●
在宅療養支援 → p●
在宅医療と介護の連携強化 → p●
- ・【包括ケア】認知症患者に対する支援 → p●

「八王子てくてくポイント事業(てくポ)」

スマートフォンアプリを使って、歩いたり、バランスよく食べたり、ボランティアしたり、脳や体にいいことをして、ポイントをためる仕組みです。ためたポイントは市内の店舗で使うことができます。八王子市では、市民の皆様の健康づくりを応援するため令和 3 年 10 月にてくポをスタートし、6000 名を超える方(令和 5 年 10 月時点)が参加しています。アプリ利用者の活動データには、平均歩数の増加や、歩行速度および脳トレ成績の向上といった健康効果が見られています。



八王子てくてくポイント

第6章

計画の円滑な推進

1 計画の推進

(1) 推進体制

本計画の推進にあたっては、行政のみならず、民間団体や保健医療・福祉・介護・防災などにかかわる各機関との連携が必要です。従って、関係機関や市民、地域団体に計画の趣旨や内容の周知をはかり、連携の強化、協力体制づくりをすすめていきます。

市内では、機動力と柔軟性を持って、多様化するニーズに応える市内の連携体制の構築を図り、目標の共有と施策レベルでの実行体制を確保していきます。

(2) 評価体制

本計画の進行管理については、「(仮称)八王子市健康医療計画推進会議」を始め、市内各部署とも協議し、進行状況について把握しながら評価・改善を行います。

また、計画期間内に市民意識調査等を実施し、事業が効果的に行われていたか評価するとともに、本計画の最終年度である令和 11 年度には、計画期間全体の評価を行い、次期計画策定に反映します。

(3) 進行管理

本計画の進行管理は「PDCAサイクル」の考え方に基づいて行います。「PDCA サイクル」とは、「計画(Plan)」「実行(Do)」「評価(Check)」「見直し(Action)」それぞれの頭文字を取ったもので、業務やプロジェクトをすすめる上での進行管理を効率化し、質を向上するための考え方です。

この「評価(Check)」にあたっては、各種統計やデータ等により現状分析を行ったうえで施策の評価(指標の測定)を実施し、「見直し(Action)」につなげていくことで、基本目標ごとに設定した市民の望ましい状態(あるべき姿)の実現を目指します。

八王子市健康医療計画（素案）

発行：八王子市

編集：健康医療部健康医療政策課・保健総務課

〒192-8501

東京都八王子市元本郷町 3 丁目 24 番 1 号

TEL 042-620-7292 Fax 042-621-0279（健康医療政策課）

E-mail b660100@city.hachioji.tokyo.jp