

元気、長生き、<sup>いい</sup>11プラン  
第3次永平寺町保健計画  
(健康増進計画、自殺対策計画)

令和8年度 ➡ 令和12年度



令和8年3月  
永平寺町



## はじめに

わが国は、生活水準の向上や医療技術の進歩により平均寿命が延伸する一方で、急速な高齢化に伴い、医療・介護負担の増加や生活習慣病の重症化が深刻な課題となっています。こうした中、健康上の問題で日常生活を制限されることなく暮らせる「健康寿命」の延伸が強く求められています。

また、自殺は、健康問題、人間関係など複合的な悩みが重なる「社会的な問題」です。すべての人がかけがえない個人として尊重される「誰も自殺に追い込まれることのない永平寺町」の実現を目指し、地域全体でいのちを支える体制づくりの推進が重要です。

本町ではこれまで「永平寺 元気、長生き、<sup>いい</sup>11プラン」に基づき、健康づくりを推進してまいりました。この度、前計画の期間終了に伴い、これまでの取組を評価・検証し、新たに「第3次永平寺町保健計画」を策定いたしました。本計画では、町民、地域、行政が一体となって連携・協働することで、すべての町民が健康づくりに取り組み、本町が目指す将来像である「健康で心がふれあうやさしいまちづくり」の実現を目指します。

前計画に引き続き、町民の具体的な行動目標である「永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条」の周知啓発に努めるとともに、食生活や運動習慣など健康的な生活習慣やこころの健康づくりなど、心身の健康増進に取り組んでまいります。さらに、新たに加わった「笑顔で人とつながろう」という目標などを通じて、孤立を防ぎ、生きがいを持って健康づくりに参加できる環境を整えることが、健康寿命の延伸、町民の幸福度を高めるまちづくりにつながると考えておりますので、より一層のご理解とご協力をお願いします。

結びに、本計画の策定にあたり、ご尽力を賜りました策定委員会の皆さまをはじめ、アンケートや団体ヒアリングにご意見、パブリックコメントにご協力いただいた町民の皆さま、そして、これからの町を担う小中学生の皆さまに心より感謝申し上げます。

令和8年3月

永平寺町長 河合 永充



## P 1 第1章 計画策定にあたって

- p 1 1 計画策定の背景と趣旨
- p 3 2 計画の位置づけ
- p 4 3 計画の期間
- p 5 4 計画の策定体制
- p 5 5 SDGsとの関係

## P 6 第2章 永平寺町の現状

- p 6 1 人口等の推移
- p 13 2 高齢者の状況
- p 15 3 各種健診の受診状況
- p 18 4 医療費の状況
- p 19 5 歯の健康状態の状況
- p 22 6 こころの健康に関する状況
- p 25 7 アンケート調査結果からみえる分野別の状況
- p 37 8 現計画の振り返り

## P48 第3章 健康増進計画

- p 48 1 基本理念
- p 48 2 基本方針
- p 49 3 健康づくりの戦略「永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条」の改訂
- p 52 4 各分野における目標と実践

# 次

---

## P66 第4章 自殺対策計画

- p 66 1 基本理念
- p 67 2 数値目標
- p 68 3 施策体系
- p 69 4 施策の推進
- p 89 5 自殺対策関係の主な相談先一覧

## P90 第5章 計画の推進にあたって

- p 90 1 計画の推進体制
- p 91 2 計画の進捗管理・評価

## P92 資料編

- p 92 1 策定の経過
- p 93 2 永平寺町保健計画策定委員会運営規則
- p 94 3 永平寺町保健計画策定委員会委員名簿
- p 95 4 用語解説



# 第1章 計画策定にあたって

## 1 計画策定の 背景と趣旨

わが国は、国民の生活水準の向上や社会保障制度の充実、医療技術の進歩等により、平均寿命を延伸してきました。一方で、急速な高齢化の進展により、介護を必要とする人は今後も増加し、医療や介護にかかる負担が年々増加していくことが予測されています。

また、ライフスタイルの多様化とともに、生活習慣を起因とする悪性新生物（がん）や心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の増加及び重症化が深刻化しています。このような背景から健康上の問題で日常生活を制限されることなく生活できる期間である健康寿命の延伸が求められてきました。

国では、健康日本21（第二次）に基づき、生活習慣病予防などライフステージに応じた健康づくりを総合的に推進してきた結果、健康寿命が着実に延伸し、「健康寿命の延伸」という目標を達成しました。一方で、その基盤となる食生活や運動といった生活習慣に関連する指標の悪化や、性・年齢階級別の健康課題の顕在化等、新たな健康課題が指摘されました。

新たな課題を解決するため、国は、令和6年度から令和17年度までの「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第三次）」を開始し、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとして掲げ、「誰一人取り残さない健康づくり」と「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置き、健康寿命の延伸と健康格差の縮小、個人の行動と健康状態の改善、社会環境の質の向上、ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを基本的な方向として、健康づくりの取組を進めることとしています。

加えて、平成18年10月に自殺対策基本法が施行されたことで、「個人的な問題」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、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう、全ての都道府県及び市町村が「自殺対策計画」を策定することになりました。

また、「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～」についても令和3年から見直しに向けた検討が行われ、令和4年10月閣議決定されました。見直し後の大綱では、コロナ禍の自殺の動向も踏まえつつ、これまでの取組に加え、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」「女性に対する支援の強化」「地域自殺対策の取組強化」等を追加し、総合的な自殺対策の更なる推進・強化を掲げています

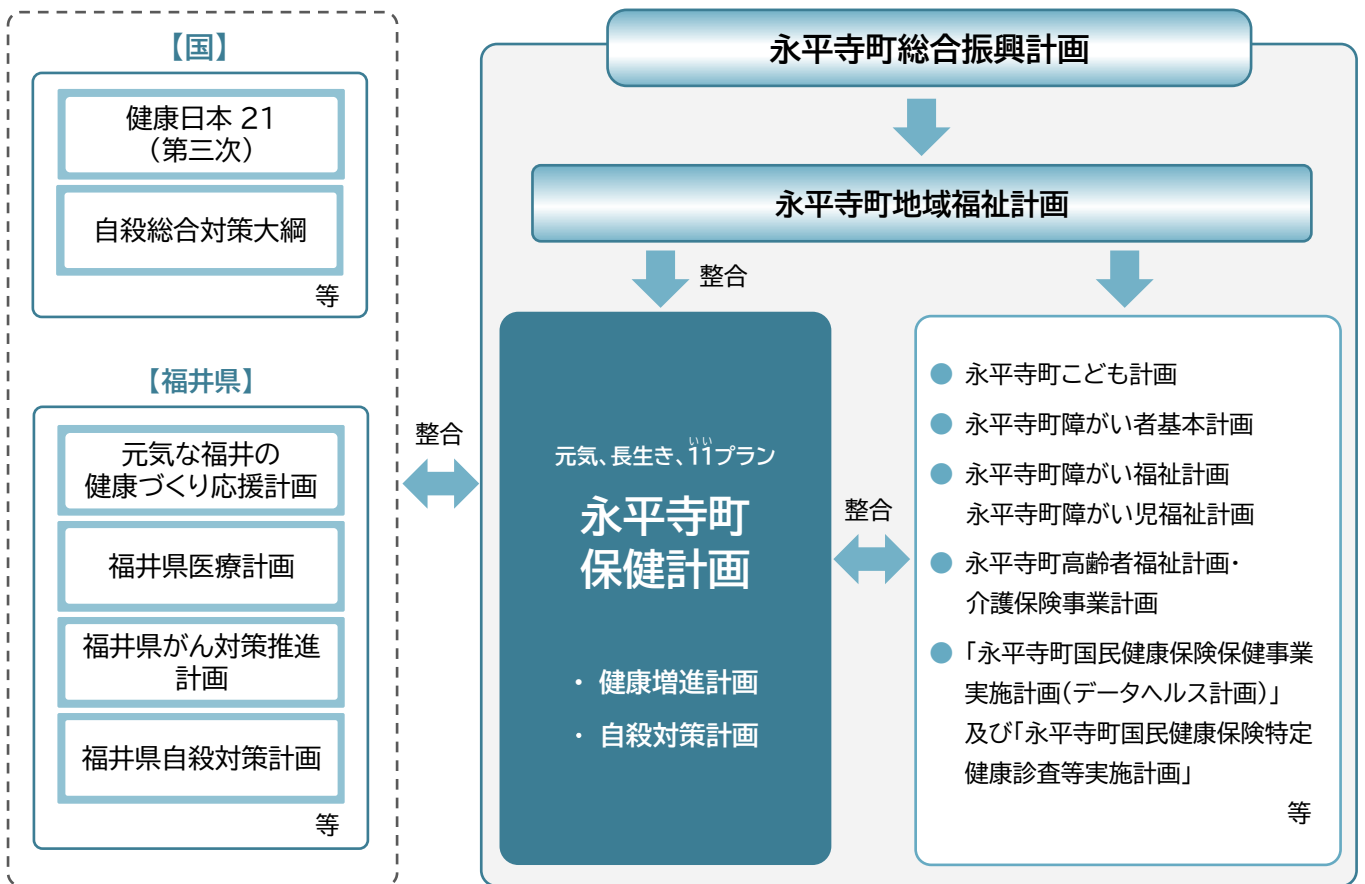
福井県では、令和6年3月に第5次「元気な福井の健康づくり応援計画」を策定しました。特徴として、平成16年4月に始動した第1次計画から、“平均寿命”だけでなく、“健康寿命”の延伸を全体目標としてきました。第5次計画においても、全体目標は第1次計画から引き継いでいる「健康寿命の延伸」を掲げるとともに健康寿命の延伸に必要な「生活習慣の改善」を目指しています。

また、自殺・ストレス防止対策協議会を設置するとともに、平成31年には「福井県自殺対策計画」を策定し、自殺対策に係る機関や民間団体、市町、県民が相互に連携し、自殺対策に取り組んできました。自殺対策の現状と課題を整理し、基本的な施策の方向性を明確にすることによって、「誰も自殺に追い込まれることのない福井」の実現を目指しています。保健、医療、福祉、教育、労働その他が有機的に連携し、「生きることの包括的支援」を推進しています。

本町では、「元気、長生き、<sup>いい</sup>11プラン 第2次永平寺町保健計画」の計画期間が令和7年度をもって終了します。本計画は、現在の社会情勢や国、県の健康増進・自殺対策に関する方向性を踏まえ、継続して町民が健康づくりを実践するために作成するものです。なお、健康増進計画と自殺対策計画を一体的に推進し、取組の相互連携により、効果的かつ効率的な推進を図るため、新たに「元気、長生き、<sup>いい</sup>11プラン 第3次永平寺町保健計画(健康増進計画、自殺対策計画)」として策定します。

## 2 計画の 位置づけ

- 本計画は、すべての町民を対象とします。
- 本計画は、「永平寺町総合振興計画」と「永平寺町地域福祉計画」を上位計画としており、関連計画である「永平寺町こども計画」「永平寺町障がい者基本計画」「永平寺町障がい福祉計画」「永平寺町障がい児福祉計画」「永平寺町高齢者福祉計画・介護保険事業計画」「永平寺町国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)」及び「永平寺町国民健康保険特定健康診査等実施計画」及びその他の取組等との整合を図ります。



### 3 計画の期間

本計画の期間は、令和8年度を改定後の初年度とし、令和12年度を目標年度とする5か年計画とします。計画の推進については周知・啓発から実践へと段階的に取り組みます。また、計画の進捗については、毎年評価・検討を行い、計画の最終年度にあたる令和12年度に最終の評価を行い、効果的な健康づくりの展開を目指します。

	平成 26	27	28	29	30	令和 元	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
国	健康日本21 (第二次)										健康日本21(第三次)						
	第2次 食育推進 基本計画	第3次食育推進基本計画				第4次食育推進基本計画				第5次 食育推進基本計画 (令和8年3月策定予定)							
	自殺総合対策大綱													次期計画			
福井 県	第3次元気な福井の 健康づくり応援計画			第4次元気な福井の 健康づくり応援計画				第5次元気な福井の 健康づくり応援計画				次期 計画					
					福井県自殺対策計画				第2次福井県 自殺対策計画			次期計画					
永平 寺町	総合振興 基本計画		第二次総合振興基本計画										次期計画				
	第2次永平寺町地域福祉計画				第3次永平寺町地域福祉計画				第4次永平寺町 地域福祉計画								
	元気、長生き、 <sup>いい</sup> 11プラン 永平寺町保健計画				元気、長生き、 <sup>いい</sup> 11プラン 第2次永平寺町保健計画				元気、長生き、 <sup>いい</sup> 11プラン 第3次永平寺町保健計画								

## 4 計画の 策定体制

(1) 計画策定に先立ち、町民の心身の健康に関する状況や考えを把握し、今後の取組に活用するため、「福祉と健康のまちづくりに関するアンケート調査」を実施しました。また、町内小学5年生、中学2年生を対象に「健康についてのアンケート」を実施しました。

アンケート調査結果に見られる課題と解決策をもとに、今後の施策を検討し、計画を策定します。

(2) 計画策定にあたって、策定委員会を立ち上げ、心身の健康に関する課題や計画原案等を審議します。また、保健・福祉・医療及び教育、農林業等の各分野の委員から構成される「庁内ワーキンググループ」での検討を経て策定します。

(3) 計画を策定する過程で、アンケート調査や団体ヒアリングの実施に加えて、計画案をホームページ等で公開し、パブリックコメントを募り、広く町民の意見の収集に取り組みます。

## 5 SDGs との関係

SDGs(持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals))は、経済・社会・環境の3つのバランスが取れた社会を目指すための国際目標であり、平成27年9月に国連総会で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に掲げられているものです。

このSDGsは、発展途上国だけでなく、先進国も含めたすべての国々、人々を対象としており、令和12年までに持続可能な世界を実現するための17のゴールと169のターゲットで構成されています。

「誰一人取り残さない」社会の実現を目指し、達成に向けてすべての人々がSDGsを理解し、それぞれの立場で主体的に行動することが求められています。

本計画においても、SDGsの17のゴールを目指し、町民、地域、行政の連携・協働によって、全ての町民の健康づくりに取り組みます。

関連のある目標は、「3. すべての人に健康と福祉を」「11. 住み続けられるまちづくりを」などが挙げられます。

## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



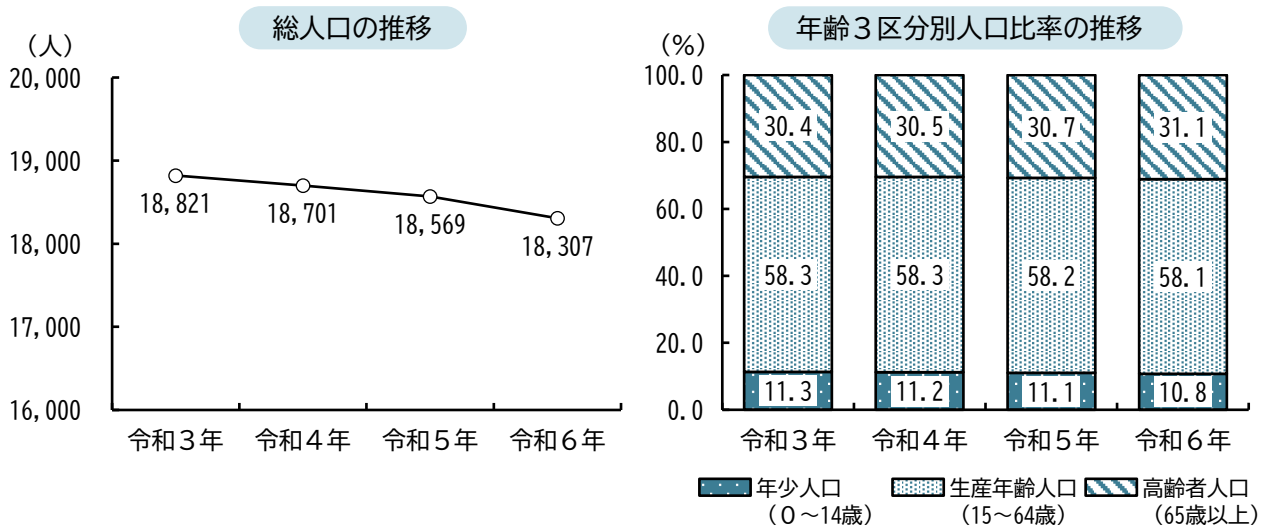
## 第2章 永平寺町の現状

### 1 人口等の推移

#### (1) 人口・世帯の推移

永平寺町の総人口は、年々減少しています。また、年齢3区分別人口比率の推移は、年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）が減少しており、高齢者人口（65歳以上）が増加しています。

令和5年の人口動態は、福井県、永平寺町ともに出生数よりも死亡数の方が上回っています。



資料：福井県の推計人口（各年10月1日現在）

#### 人口動態（令和5年）

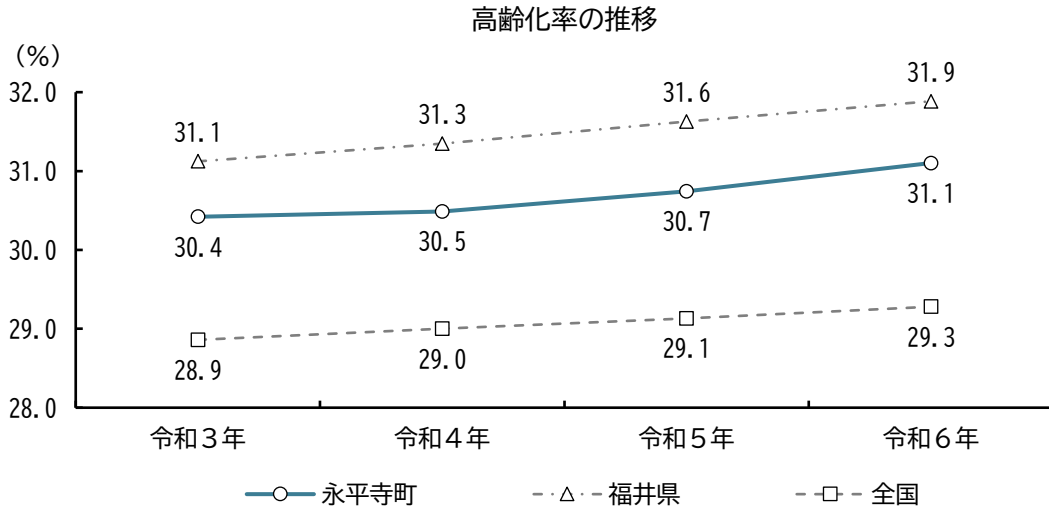
		出生数	死亡数	自然増減
福井県	(人)	4,563	10,426	△5,863
	(人口千対)	6.2	14.3	△8.0
永平寺町	(人)	97	230	△133
	(人口千対)	5.3	12.6	△7.3

資料：人口動態統計

## (2) 高齢化率の推移

永平寺町の高齢化率は年々増加しており、3人に1人が高齢者となっています。

また、全国や福井県と比較すると、令和6年では全国より1.8ポイント高く、福井県より0.8ポイント低くなっています。



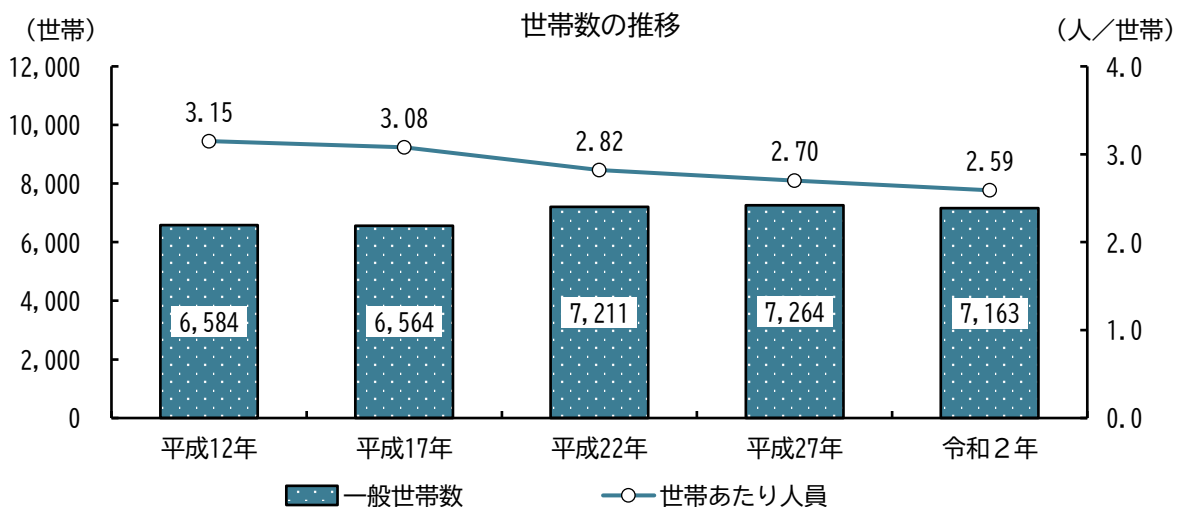
※ 高齢化率は65歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合のことです。

資料：＜全国＞厚生労働省 人口推計（各年10月1日現在）

＜福井県、永平寺町＞福井県の推計人口（各年10月1日現在）

## (3) 世帯数の推移

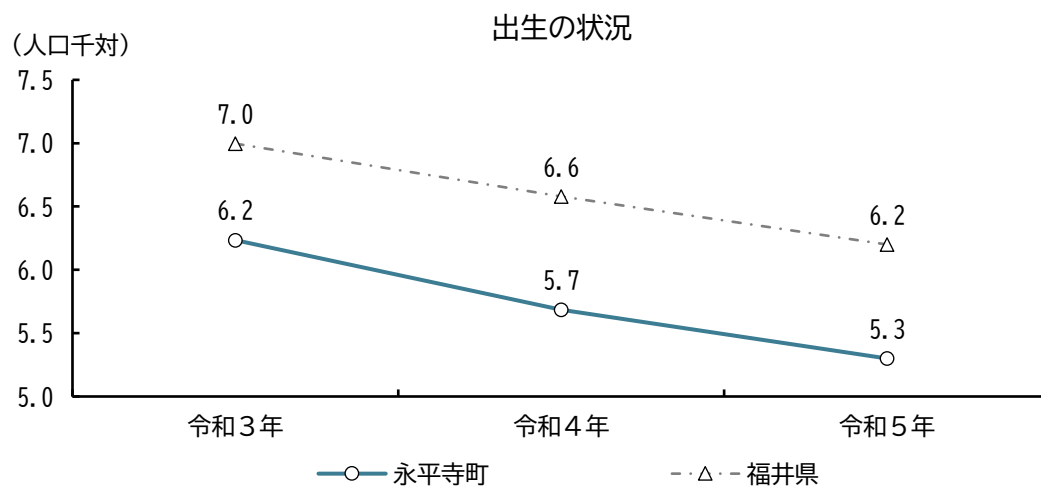
永平寺町の一般世帯数は、平成27年まで増加していましたが、令和2年に減少し7,163世帯となっています。世帯あたり人員は、平成12年には3.15人であったものが、令和2年には2.59人と年々減少しています。



資料：国勢調査

## (4) 出生の状況

出生率の推移は、令和3年以降減少が続いており、令和3年から令和5年にかけて、福井県の出生率を下回って推移しています。

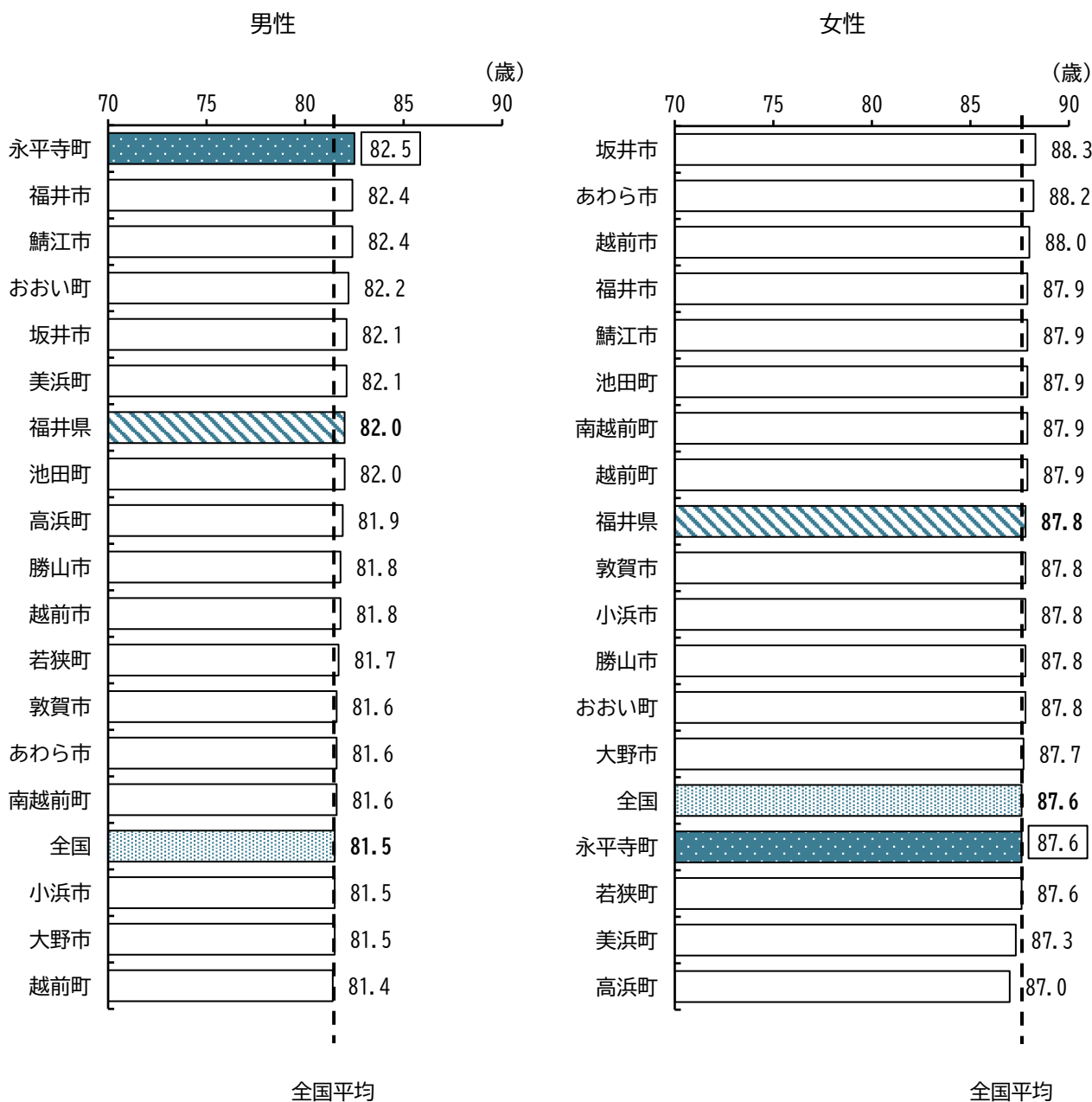


資料：人口動態統計

## (5) 平均寿命・健康寿命

永平寺町の平均寿命は、男性で82.5歳、女性で87.6歳となっています。男性は全国、福井県の平均寿命を上回っています。女性は全国と同じ数値となっていますが、福井県を下回っています。

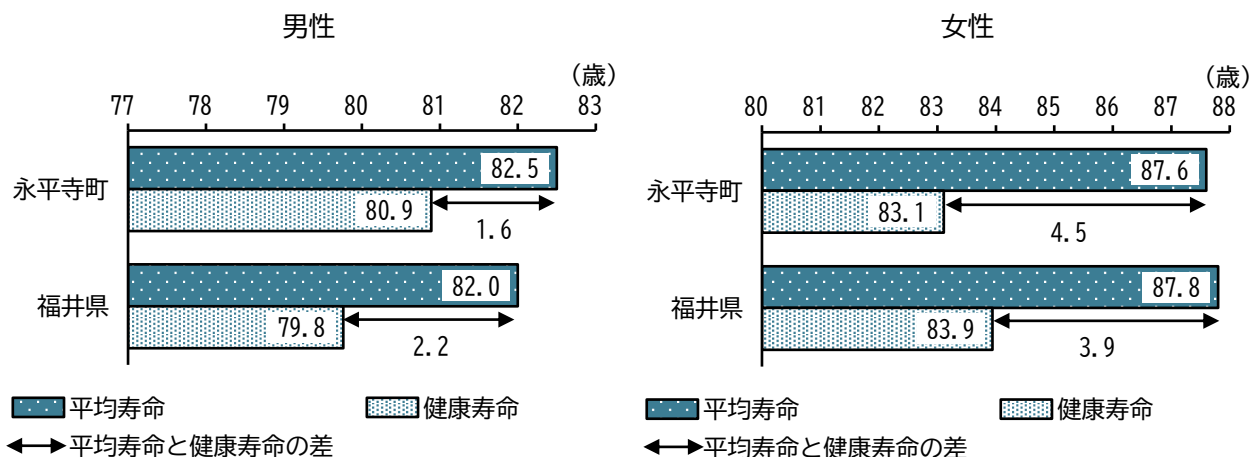
平均寿命（令和2年）



※ 点線は全国平均の値を示しています。  
資料：令和2年都道府県別（市町村別）生命表の概要

男性の健康寿命は80.9歳で、平均寿命との差は1.6年となっています。女性の健康寿命は83.1歳で、平均寿命との差は4.5年となっています。平均寿命と健康寿命の差を県と比べると、男性は小さくなっていますが、女性は大きくなっています。

健康寿命と平均寿命（令和2年）



資料：平均寿命…令和2年都道府県別（市町村別）生命表の概要  
健康寿命…介護保険制度を利用した福井県・各市町の健康寿命（福井県健康政策課試算）

## 健康寿命

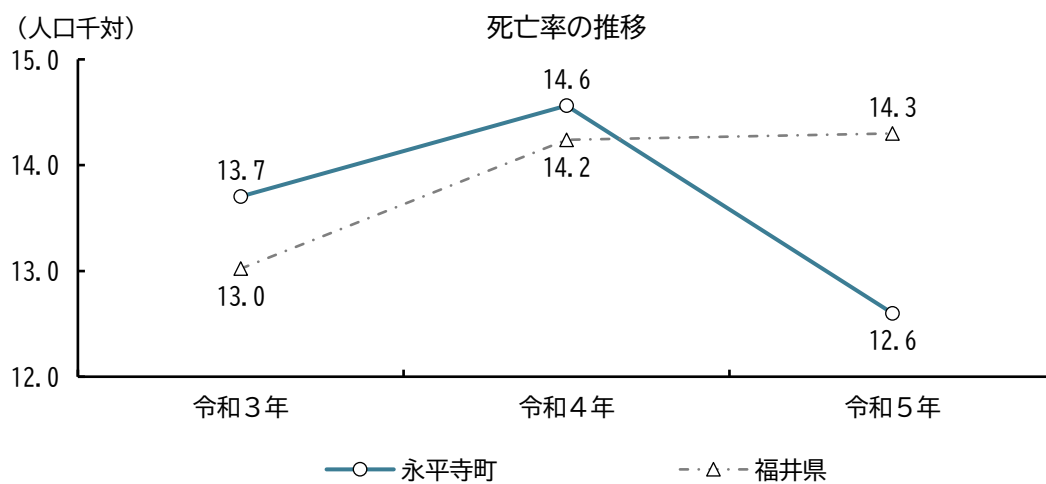
ある健康状態で生活することが期待される平均期間（またはその指標の総称）をいいます。算出の方法は3種類示されていますが、福井県では、介護保険の要介護認定者数を用いて算出される「日常生活に制限のない期間の平均※」を採用しており、永平寺町も同データを使用しています。

※「日常生活に制限のない期間の平均」は、健康な状態を、日常生活動作が自立していることと規定し、介護保険の介護度の要介護2～5を不健康（要介護）な状態、それ以外を健康（自立）な状態とするものです。

## (6) 死亡の状況

永平寺町の死亡率は令和3年から令和4年にかけて上昇していましたが、令和5年に低下し千人当たり12.6となっており、福井県より低い数値となっています。

永平寺町の最も多い死因は、福井県と同様、「悪性新生物」となっており、次いで、「老衰」、「心疾患」の順になっています。



死因別死亡数及び死亡率（人口10万対）（令和5年）

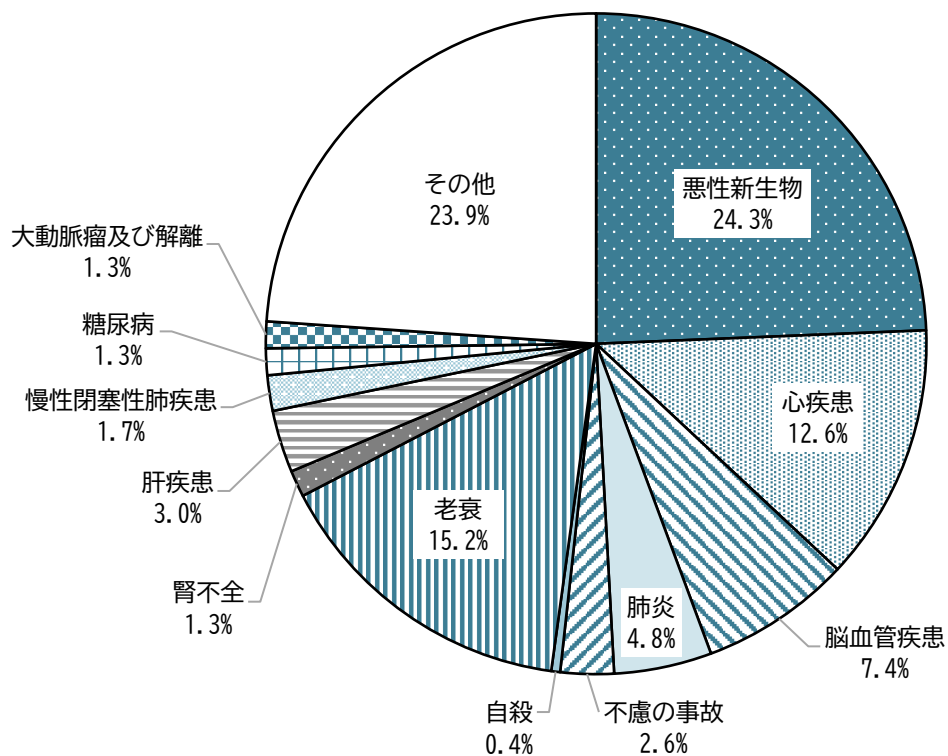
単位：人、人口10万対

	人口	総死亡数	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故
福井県	730,301	10,426	2,367	1,606	725	569	347
		1,427.6	324.1	219.9	99.3	77.9	47.5
永平寺町	18,324	230	56	29	17	11	6
		1,255.2	305.6	158.3	92.8	60.0	32.7

	自殺	老衰	腎不全	肝疾患	慢性閉塞性肺疾患	糖尿病	その他
福井県	99	1,272	213	114	109	109	2,896
	13.6	174.2	29.2	15.6	14.9	14.9	396.5
永平寺町	—	35	3	7	4	3	58
	5.5	191.0	16.4	38.2	21.8	16.4	316.5

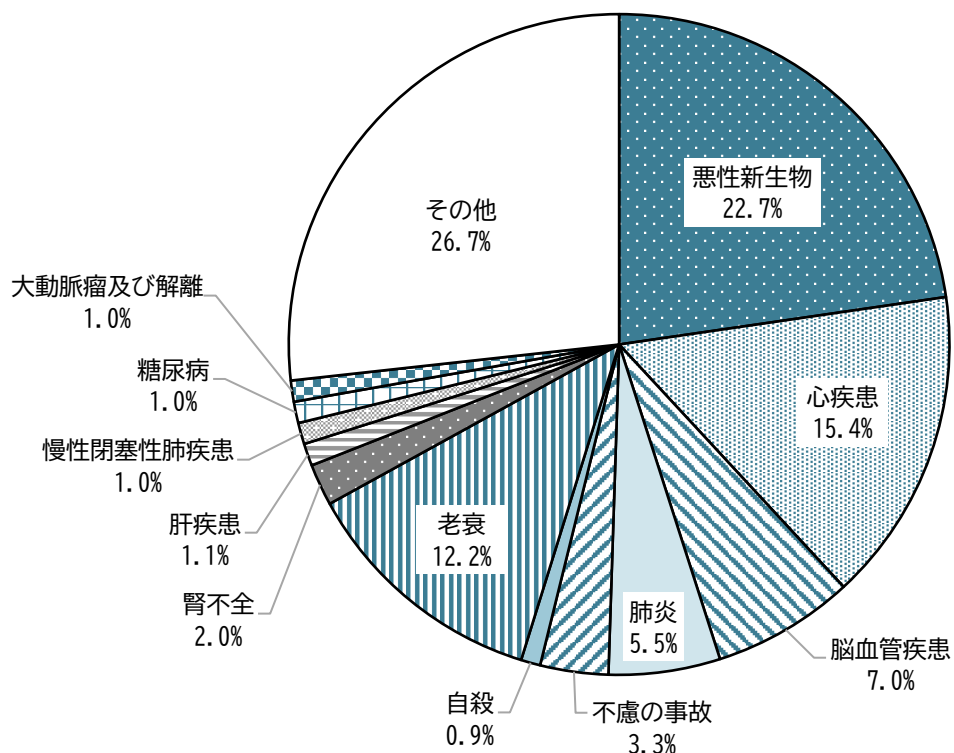
資料：人口動態統計

永平寺町における死因別死亡数の件数割合（令和5年）



資料：人口動態統計

福井県における死因別死亡数の件数割合（令和5年）

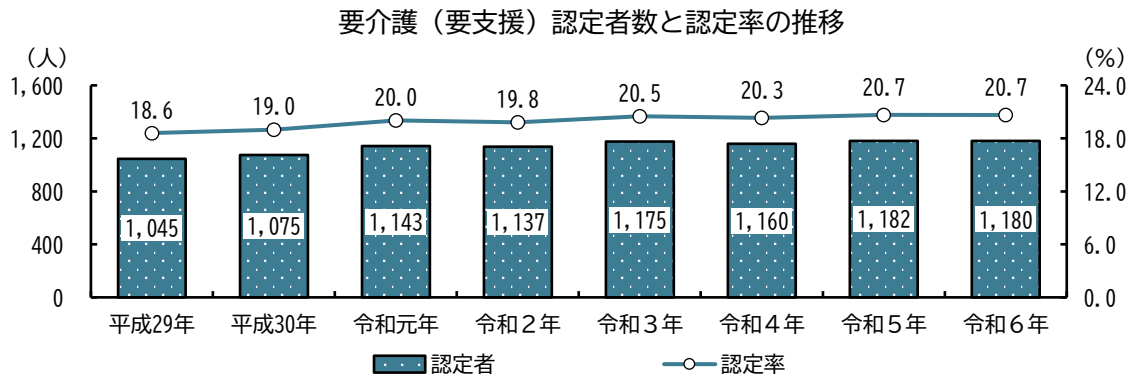


資料：人口動態統計

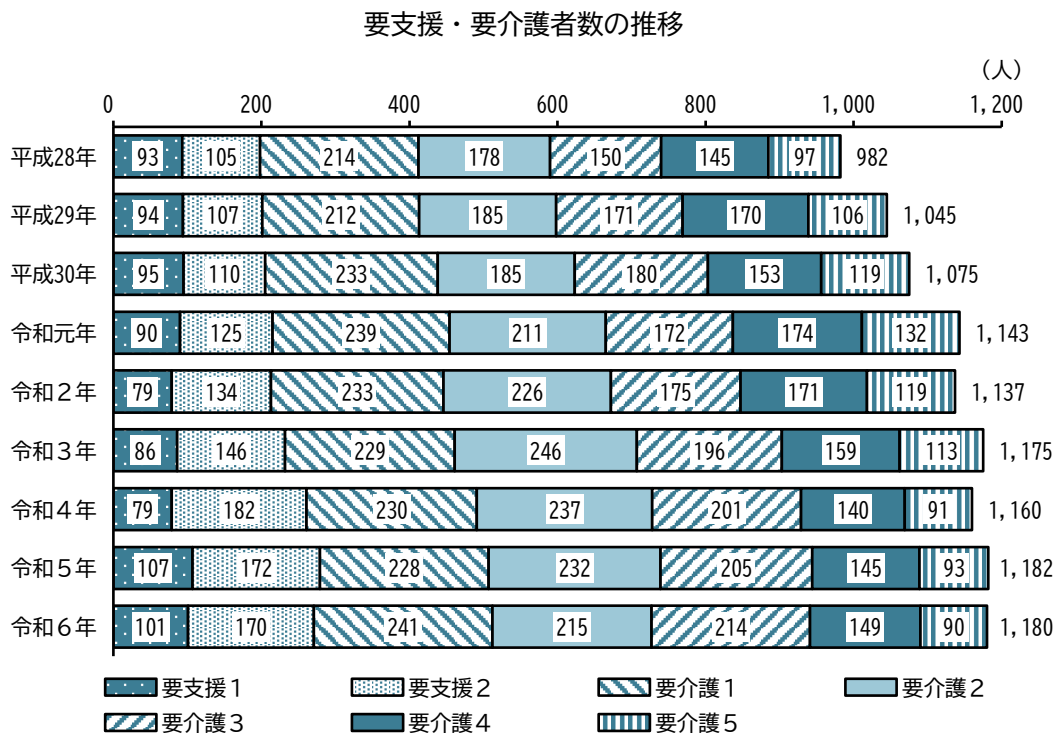
## 2 高齢者の状況

要介護（要支援）認定者数は、令和6年で1,180人となっており、平成29年から135人増加しています。認定率は令和3年以降20%以上で推移しており、わずかながら増加傾向にあります。

介護保険利用原因疾患は、認知症、筋骨格系疾患、心血管系疾患がその多くを占めています。

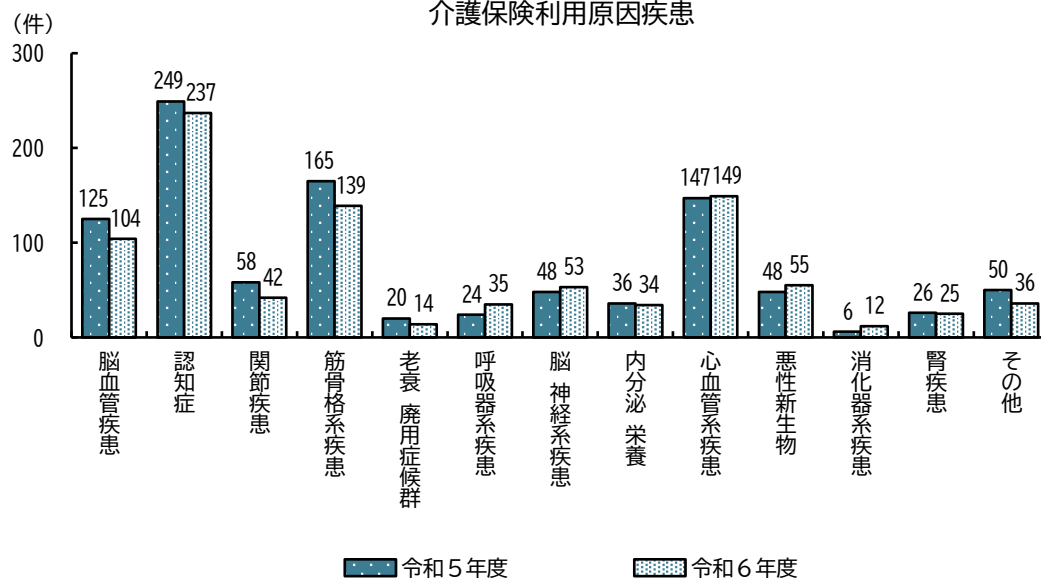


資料：介護保険事業状況報告（各年9月末現在）



資料：介護保険事業状況報告（各年9月末現在）

### 介護保険利用原因疾患



※非該当除く

資料：永平寺町福祉保健課

### 3 各種健診の受診状況

#### (1) 各種健診実施状況

一般健診の受診者数は、令和4年度は14人、令和5年度は19人、令和6年度は17人と同程度で推移しています。

特定健康診査の受診率は、令和4年度は36.8%、令和5年度で37.8%と微増となっています。

後期高齢者健診の受診者率は、令和4年度は10.4%、令和5年度は10.1%でしたが、令和6年度では14.8%と増加しています。

各種健診の受診状況（令和4～6年度）

単位：人

	令和4年度			令和5年度			令和6年度		
	対象者数	受診者数	受診率	対象者数	受診者数	受診率	対象者数	受診者数	受診率
一般健診 (39歳以下)		14			19			17	
特定健診 (40～74歳)	2,204	811	36.8%	2,074	784	37.8%	1,942	793	40.8%
後期高齢者健診 (75歳以上)	2,774	289	10.4%	2,890	292	10.1%	2,968	438	14.8%

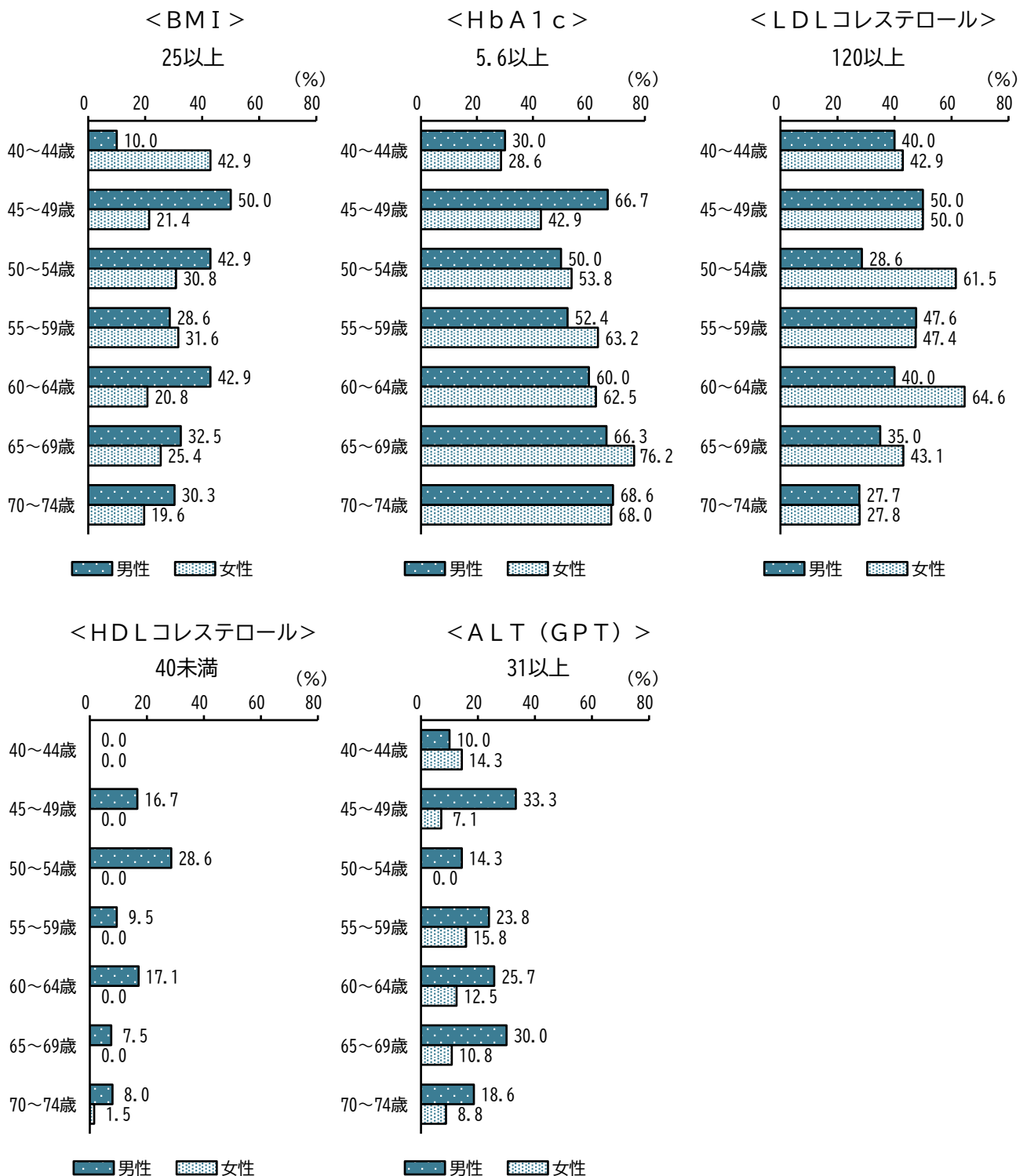
資料：永平寺町住民税務課、永平寺町保健センター

## (2) 特定健康診査結果の状況（性別・年齢別・特定健診項目別有所見者）

令和5年度の特定健康診査における有所見者の割合は、60歳以上では男女ともHbA1cがおおむね高く、50～54歳から年齢が上がるにつれて増加傾向にあります。

また、男性ではBMIやHDLコレステロール、ALT（GPT）、女性ではLDLコレステロールの有所見者の割合が高くなっています。

性別・年齢別・特定健診項目別有所見者状況（令和5年度累計）

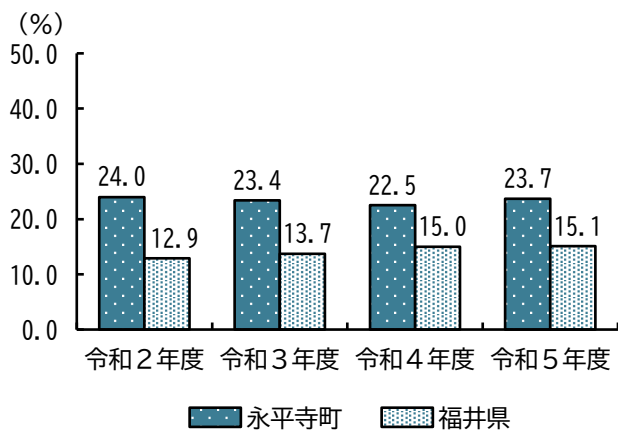


資料：福井県「特定健診項目別有所見者状況 R5年度累計」

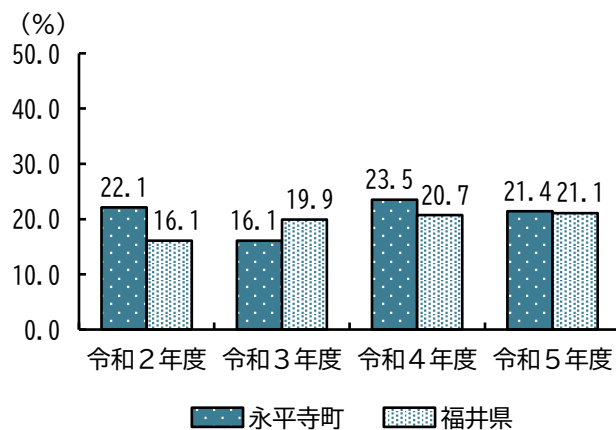
### (3) がん検診の受診状況

がん検診の受診状況について、子宮がん、乳がんといった女性がん検診の受診率は3～4割で推移し、他のがん検診の受診率に比べて高くなっています。令和5年度では、すべてのがん検診の項目において県の数値を上回っています。

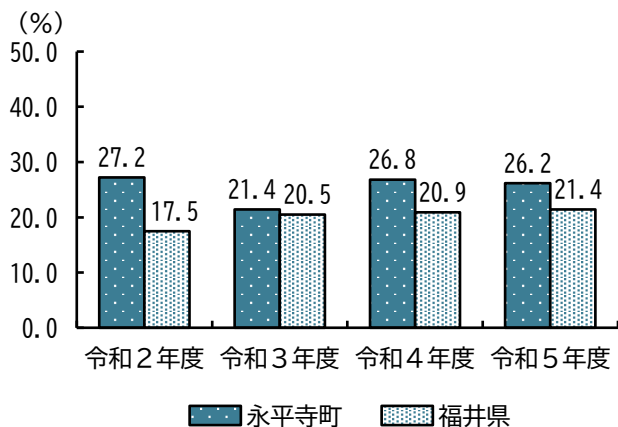
胃がん検診受診率の推移



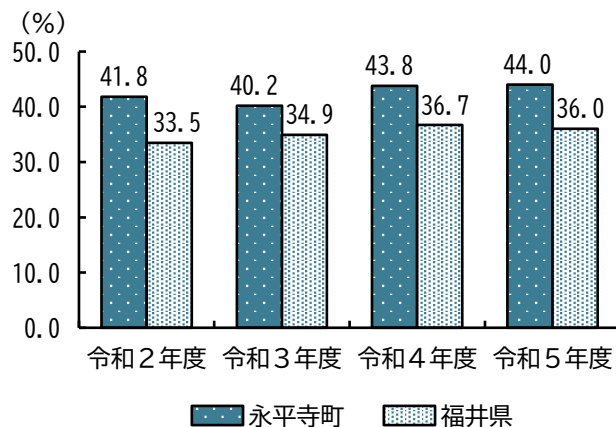
肺がん検診受診率の推移



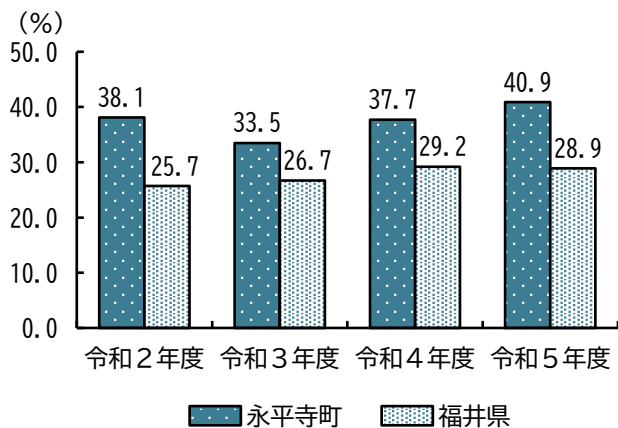
大腸がん検診受診率の推移



子宮がん検診受診率の推移



乳がん検診受診率の推移



資料：市町が実施するがん検診の受診状況

## 4 医療費の状況

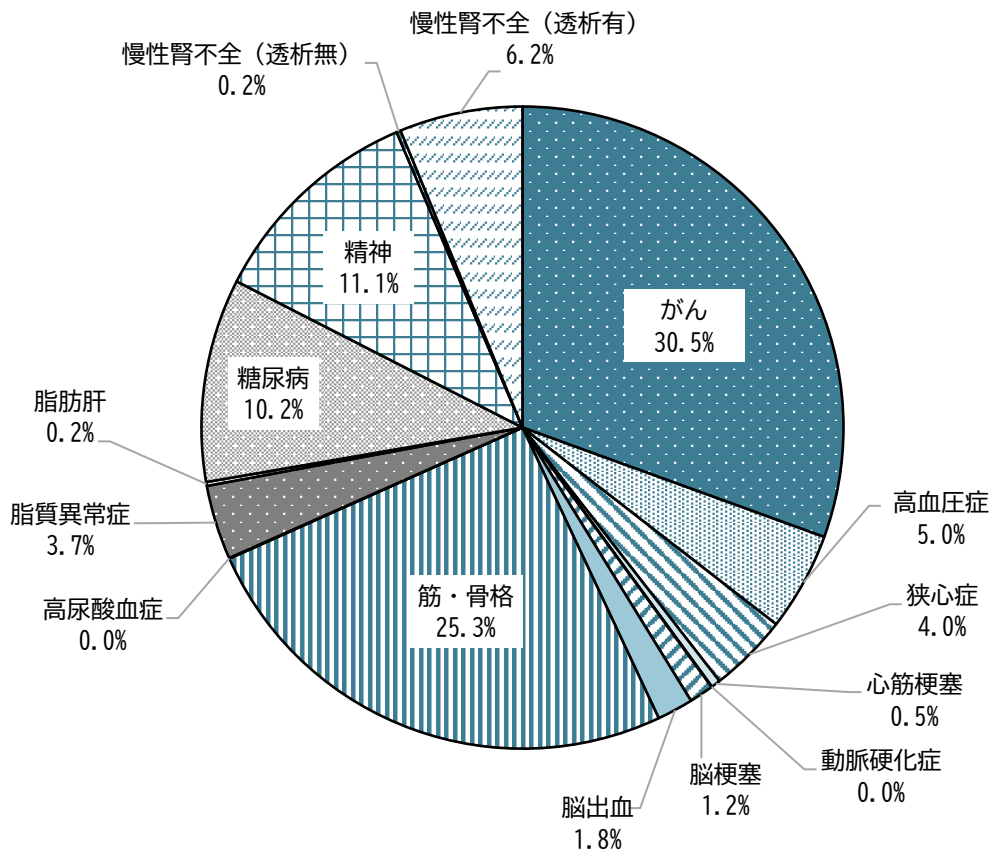
疾病別医療費割合は、永平寺町ではがんが30.5%で最も高く、次いで筋・骨格が25.3%となっています。筋・骨格については福井県を7.8ポイント上回っています。

疾病別医療費割合（令和5年度）

単位：％

	がん	高血圧症	狭心症	心筋梗塞	動脈硬化症	脳梗塞	脳出血	筋・骨格	高尿酸血症	脂質異常症	脂肪肝	糖尿病	精神	慢性腎不全（透析無）	慢性腎不全（透析有）
永平寺町	30.5	5.0	4.0	0.5	0.0	1.2	1.8	25.3	0.0	3.8	0.2	10.2	11.1	0.2	6.2
福井県	35.3	5.0	2.6	0.7	0.2	2.7	0.9	17.5	0.1	3.2	0.1	10.6	13.8	0.6	6.6

永平寺町における死因別死亡数の件数割合（令和5年）



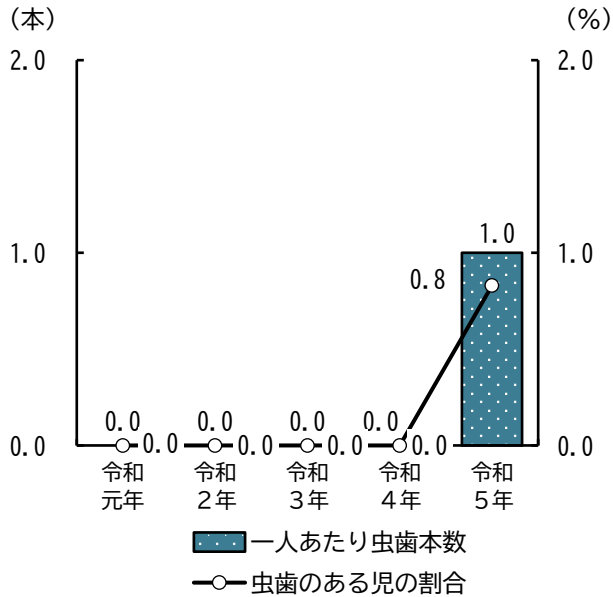
資料：福井県「疾病別医療費割合の推移」

## 5 歯の健康状態の状況

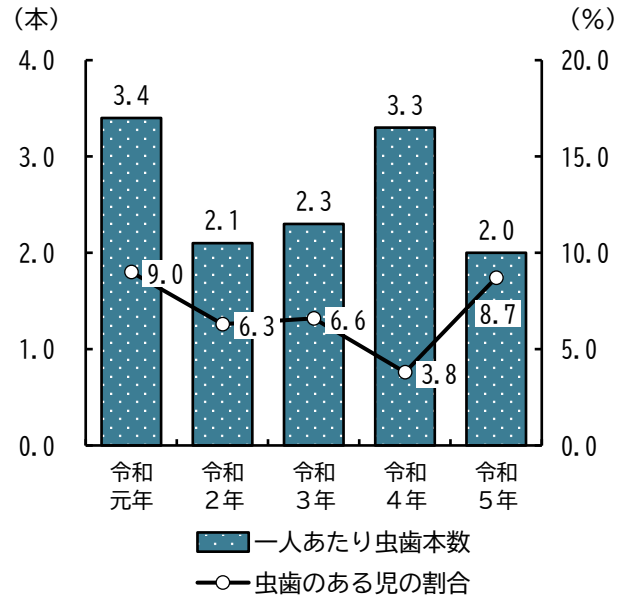
### (1) 1歳6か月児・3歳児の歯科健診の状況

歯科健診で虫歯のある児の割合について、令和5年度では、1歳6か月児では0.8%、3歳児では8.7%となっています。

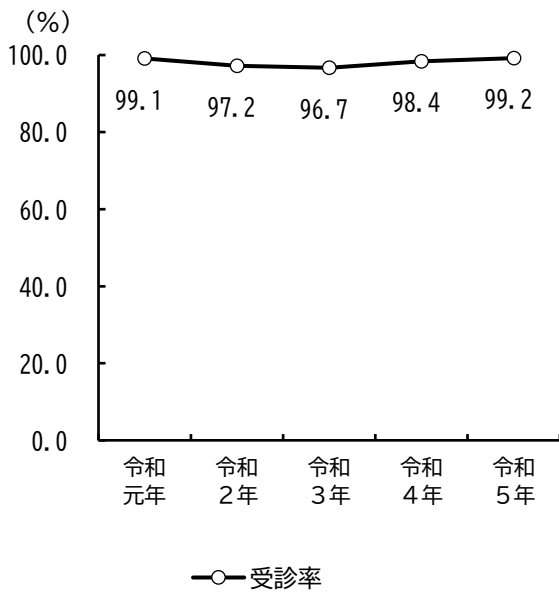
1歳6か月児 むし歯本数・むし歯のある児の割合



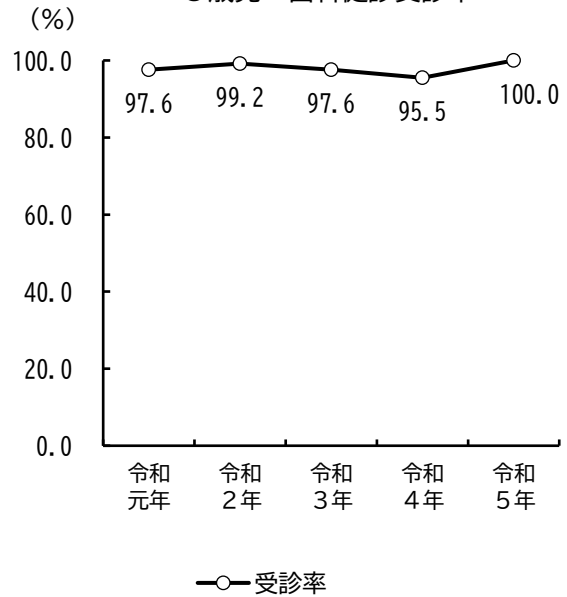
3歳児 むし歯本数・むし歯のある児の割合



1歳6か月児 歯科健診受診率



3歳児 歯科健診受診率

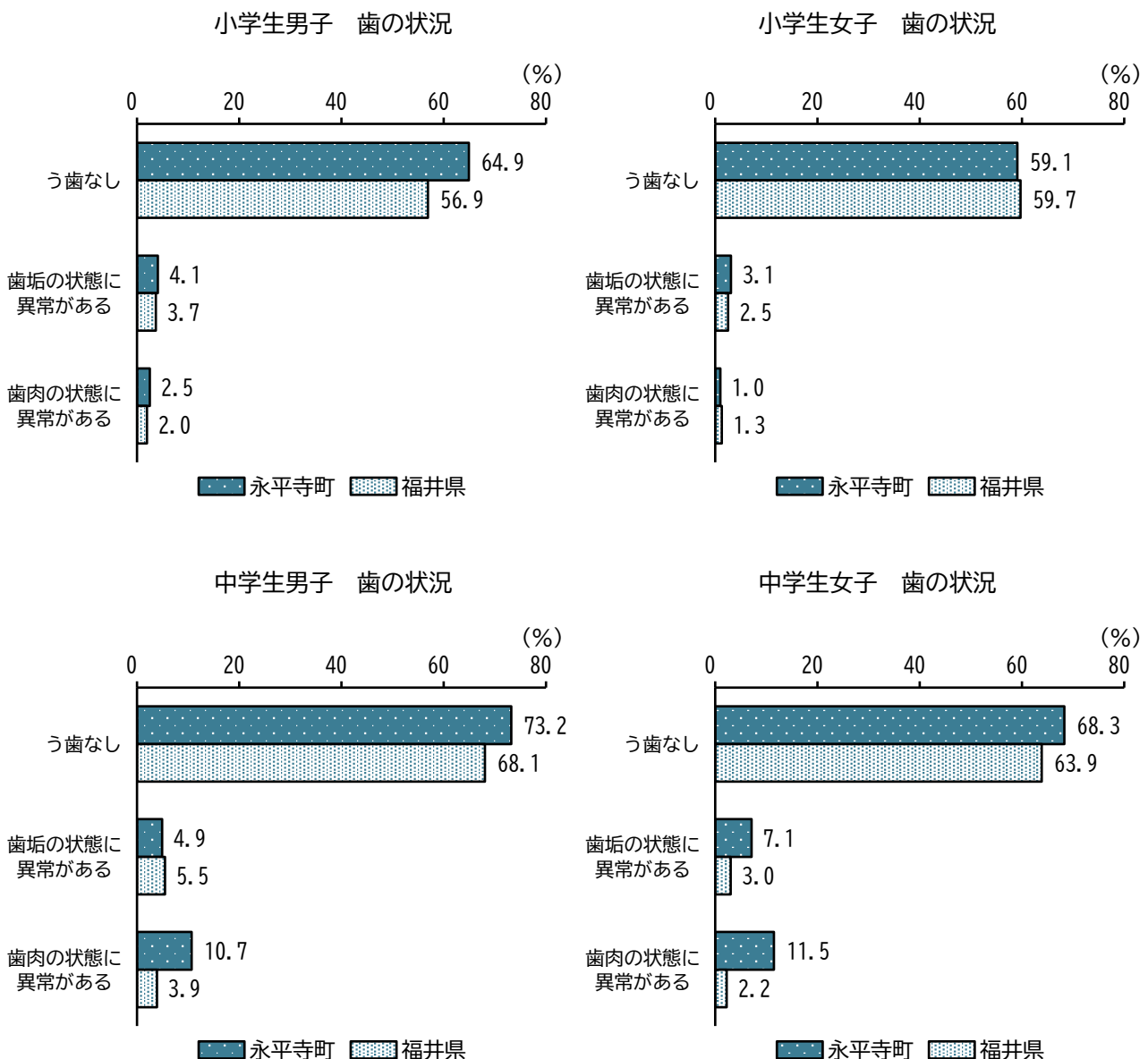


資料：地域保健健康増進報告

## (2) 小学生・中学生の歯科健診の状況

小学生では、男子はう歯なしの割合が福井県の数値を上回っているものの、歯垢の状態や歯肉の状態に異常がある割合が県の数値をわずかながら上回っています。女子はう歯なしの割合が福井県の数値をわずかながら下回っており、歯垢の状態に異常がある割合が県の数値をわずかに上回っています。

中学生では、男女ともう歯なしの割合が福井県の数値を上回っているものの、歯肉の状態に異常がある割合が県の数値を大きく上回っています。また、女子は歯垢の状態に異常がある割合も県の数値を上回っています。



資料：町 令和6年度永平寺町学校保健統計  
 県 令和6年度福井県学校保健統計（健康状態統計）

### (3) 成人歯科相談の状況

歯科相談の相談者数は、令和3年度は517人、令和4年度は455人、令和5年度は578人と、増加傾向にあります。また、歯科医療機関への受診勧奨の対象となった人は、令和5年で99人となっています。

#### 歯科相談の状況

単位：人

	令和3年	令和4年	令和5年
相談者数	517	455	578

資料：永平寺町保健センター

#### 歯科相談結果

単位：人

	令和3年	令和4年	令和5年
受診勧奨者数	34	144	99
歯石の有無	6	3	9

資料：永平寺町保健センター

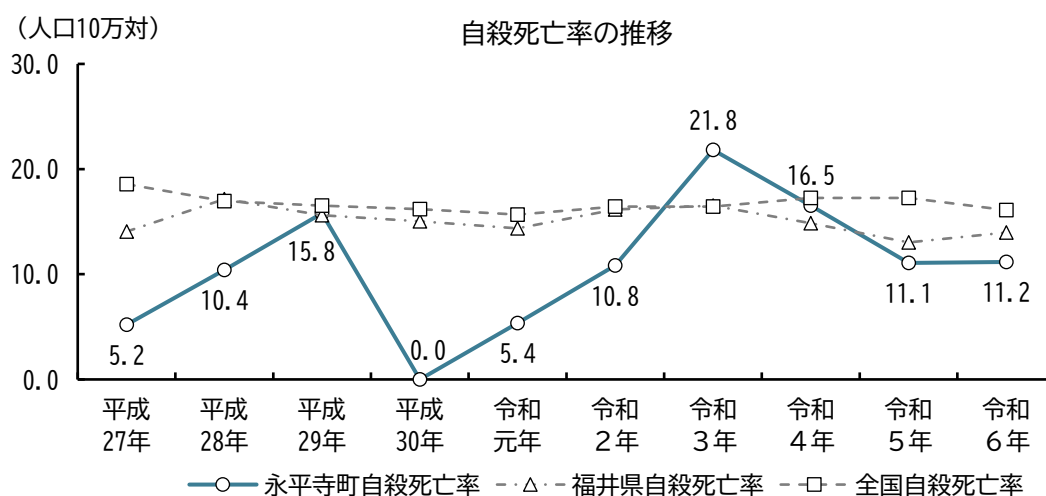
## 6 こころの健康に関する状況

### (1) 自殺死亡率の推移

平成27年から令和6年における永平寺町の自殺者数は10年で20人となっています。

自殺未遂者は自殺者の10倍はいるといわれているため、自殺者の人数だけでなく、自殺未遂者・自殺企図者を視野に入れて自殺対策に取り組む必要があります。

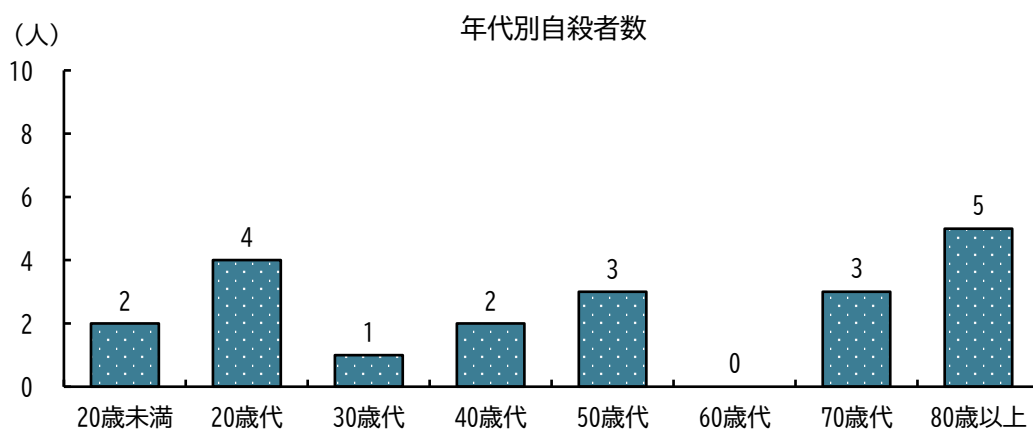
永平寺町の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、令和3年は国や県よりも高い数値、令和4年は県より高い数値となっていますが、それ以外の年は国や県よりも低い数値となっています。



資料：厚生労働省「自殺の統計」

### (2) 年代別自殺者数

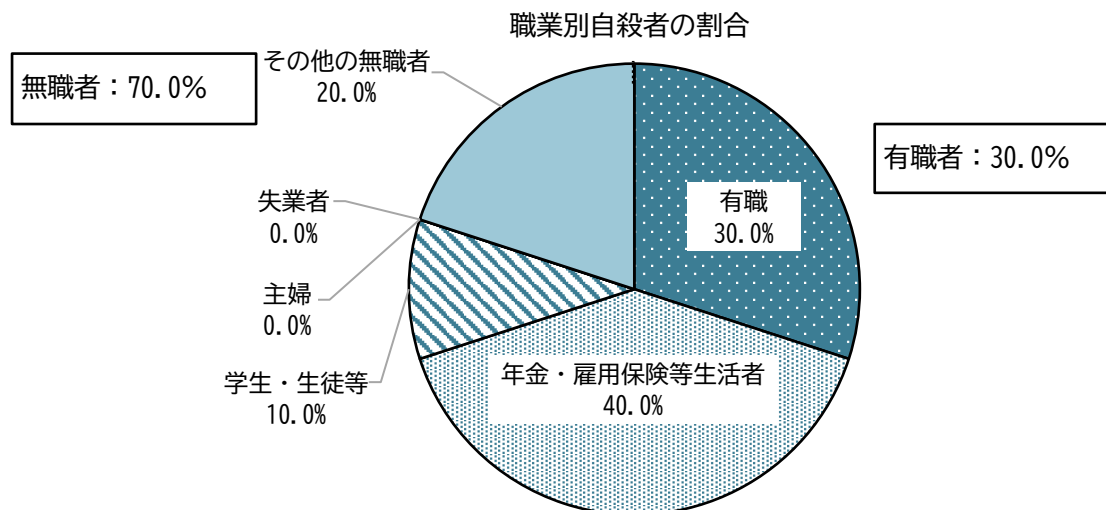
平成27年から令和6年における永平寺町の年代別自殺者数は、80歳以上が5人と最も多く、次いで20歳代が4人、50歳代、70歳代がそれぞれ3人となっています。



資料：厚生労働省「自殺の統計」

### (3) 職業別自殺者の割合

平成27年から令和6年における永平寺町の自殺者の職業は、「有職」「年金・雇用保険等生活者」の割合が高くなっています。



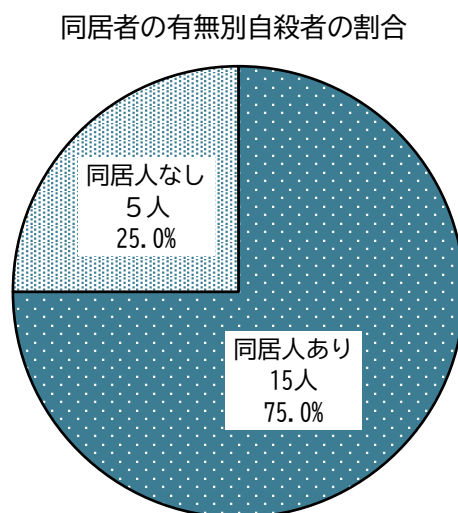
※ 自殺者数が少ない年の統計は公開されていないため、公開されている年の数値から作成しています。そのため、自殺者数の合計等が他のグラフと一致しない場合があります。

※ 平成27年～令和3年までは、「有職」が「自営業・家族従事者」と「被雇用・勤め人」となっていました。

資料：厚生労働省「自殺の統計」

### (4) 同居者の有無別自殺者の割合

平成27年から令和6年における永平寺町の自殺者は、「同居者あり」の割合が75.0%で、ほとんどの自殺者に同居者がいました。

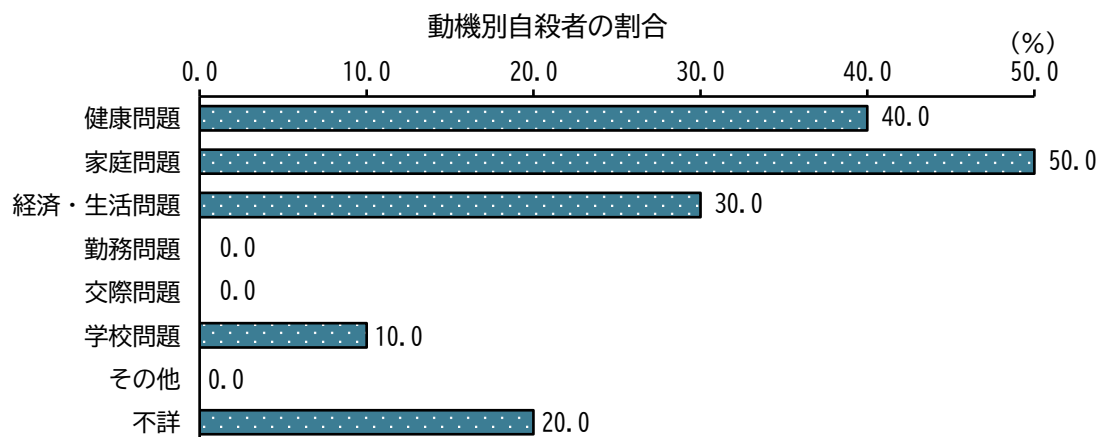


※ 自殺者数が少ない年の統計は公開されていないため、公開されている年の数値から作成しています。そのため、自殺者数の合計等が他のグラフと一致しない場合があります。

資料：厚生労働省「自殺の統計」

## (5) 動機別自殺者の割合

平成27年から令和6年における永平寺町の自殺者の動機は、「家庭問題」が最も高く、次いで「健康問題」「経済・生活問題」となっており、様々な問題が絡み合って自殺に至っているということが伺えます。



※ 自殺の動機については、自殺者1人につき最大3つまで計上可能とされているため、合計が100%を上回ります。

※ 平成27年～令和3年までは、「交際問題」が「男女問題」となっていました。

資料：厚生労働省「自殺の統計」

## (6) 永平寺町の自殺の主な特徴

令和元年から令和5年における永平寺町の自殺は、働き世代・高齢者の自殺が多くなっており、仕事や介護疲れ、将来への不安などが自殺につながっていることが伺えます。

永平寺町の自殺の主な特徴

上位5区分	割合 (%)	背景にある主な自殺の危機経路 (全国的な自殺の危機経路を例示)
1位：男性60歳以上無職独居	25.0	失業（退職）＋死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
2位：女性60歳以上無職同居	25.0	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位：男性20～39歳無職同居	16.7	①【30代その他無職】ひきこもり＋家族間の不和→孤立→自殺 ②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
4位：男性20～39歳有職同居	8.3	職場の人間関係/仕事の悩み（ブラック企業）→パワハラ＋過労→うつ状態→自殺
5位：男性60歳以上無職同居	8.3	失業（退職）＋死別・離別→生活苦＋介護の悩み（疲れ）＋身体疾患→自殺

※ 自殺の特徴の順位は、自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順となっています。

※ 背景にある主な自殺の危機経路では、生活状況別の自殺に多く見られる全国的な自殺の危機経路を例示しています。

※ 自殺対策において、自殺の直前の「原因・動機」のさらに背景にあたる様々な要因に対応することが求められています。

資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2024）」

## 7 アンケート調査結果からみえる分野別の状況

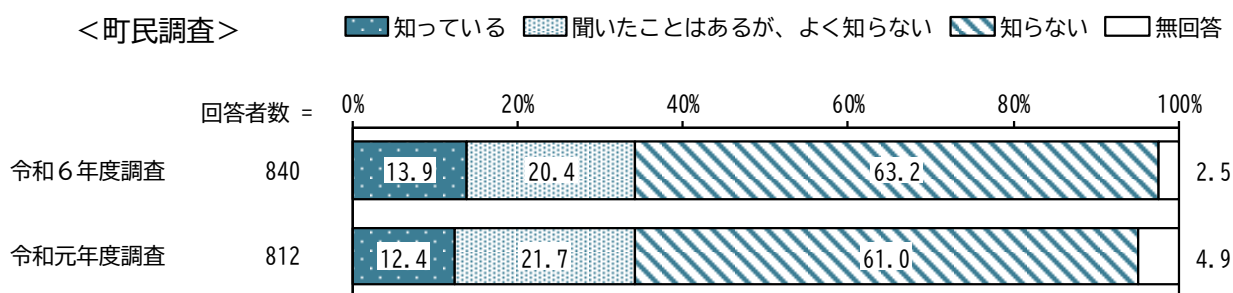
町民の健康づくりに対する意識や健康づくりに関する取組への参加状況等の実態を把握するとともに、ご意見、ご提言を広くお聴きし、計画を策定する基礎資料とするためにアンケート調査を実施しました。

令和6年	福祉・健康のまちづくりに関わるアンケート調査 <町民調査>	健康についてのアンケート調査 <小中学生調査>
調査対象者	永平寺町在住の18歳以上の町民	永平寺町内の小中学校に通う 小学5年生・中学2年生
対象数（配布数）	2,000通	308通
調査期間	840通	263通
調査方法	郵送による配布・回収及びWEBによる回答	
有効回収数 (有効回収率)	840通 (42.0%)	263通 (85.4%)

### (1) 永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条などの健康づくり活動

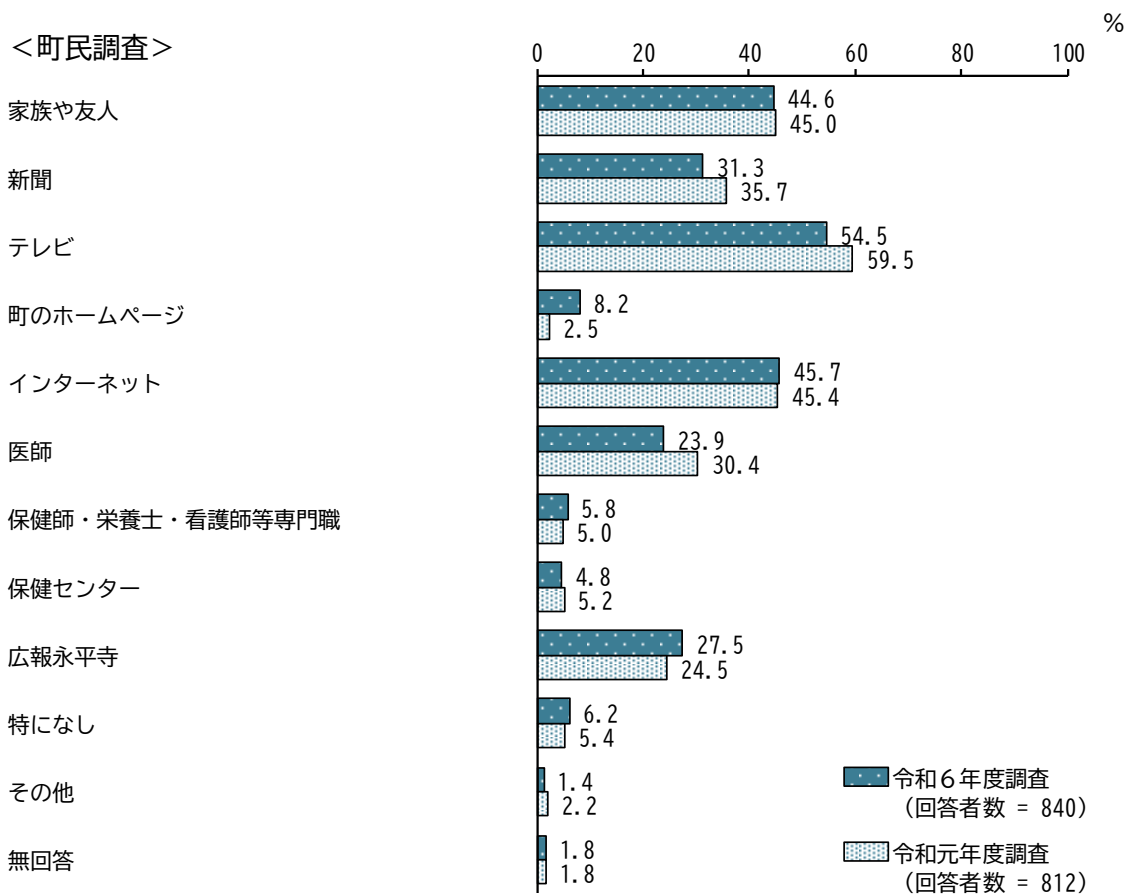
#### ① 永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条の認知度

町民調査では、永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条の認知度について、「知っている」の割合が13.9%、「聞いたことはあるが、よく知らない」の割合が20.4%、「知らない」の割合が63.2%となっています。令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



## ② 健康づくりに関する情報の入手手段

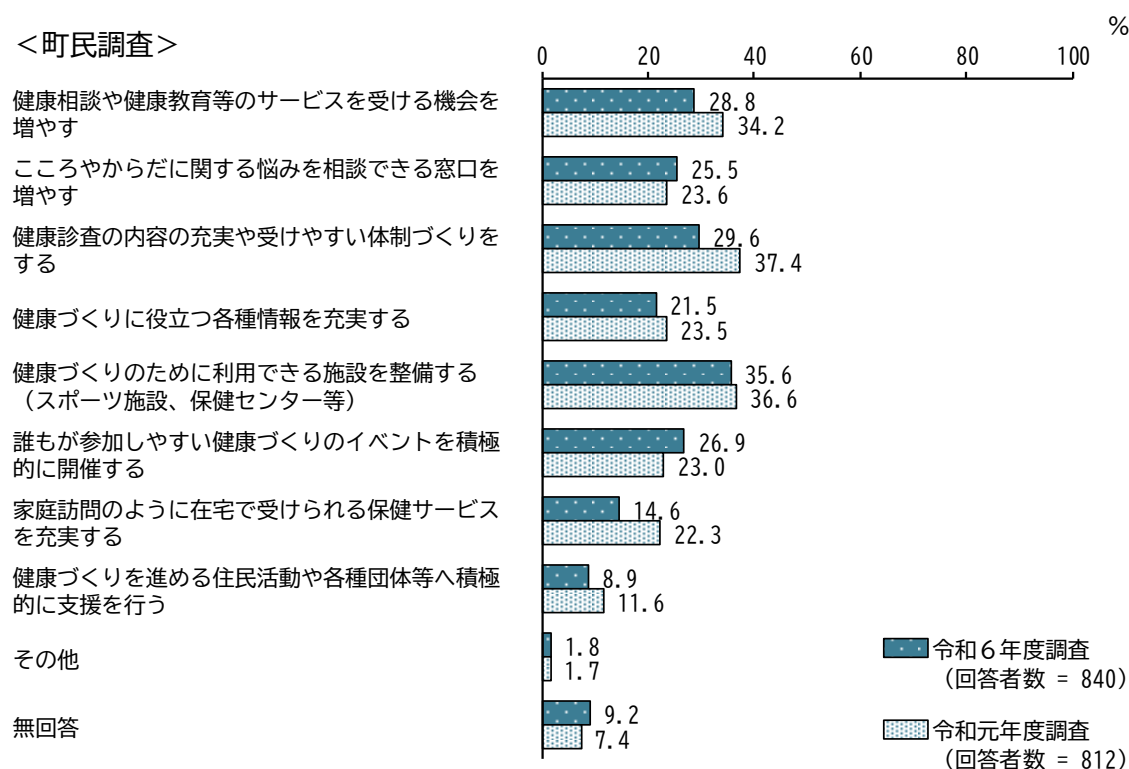
町民調査では、健康づくりに関する情報の入手手段について、「テレビ」の割合が54.5%と最も高く、次いで「インターネット」の割合が45.7%、「家族や友人」の割合が44.6%となっています。令和元年度調査と比較すると、「町のホームページ」の割合が増加しています。



### ③ 健康づくりを充実させていくうえで、重要な取組

町民調査では、健康づくりを充実させていくうえで、重要な取組については、「健康づくりのために利用できる施設を整備する（スポーツ施設、保健センター等）」の割合が35.6%と最も高く、次いで「健康診査の内容の充実や受けやすい体制づくりをする」の割合が29.6%、「健康相談や健康教育等のサービスを受ける機会を増やす」の割合が28.8%となっています。

#### <町民調査>



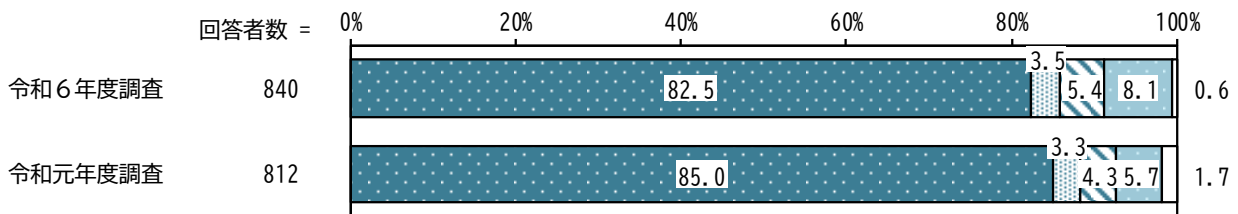
## (2) 栄養・食生活

### ① 朝食の摂取状況

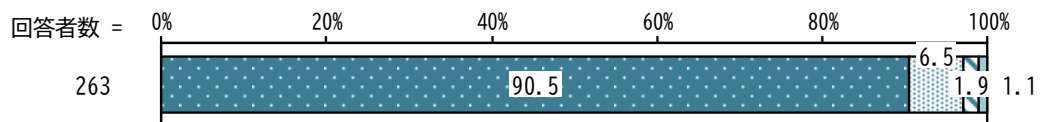
町民調査では、朝食の摂取状況について、「ほぼ毎日とっている」の割合が82.5%と最も高く、次いで「とっていない」の割合が8.1%、「週2～3日とっている」の割合が5.4%となっています。

小中学生調査では、「ほぼ毎日食べている」の割合が90.5%と最も高く、次いで「週4～5日食べている」の割合が6.5%、「週2～3日食べている」の割合が1.9%となっています。また、「食べていない」の割合が1.1%となっています。

<町民調査>      ■ ほぼ毎日とっている      ■ 週4～5日とっている      ■ 週2～3日とっている  
                          ■ とっていない      □ 無回答



<小中学生調査>      ■ ほぼ毎日食べている      ■ 週4～5日食べている      ■ 週2～3日食べている  
                          ■ 食べていない      □ 無回答



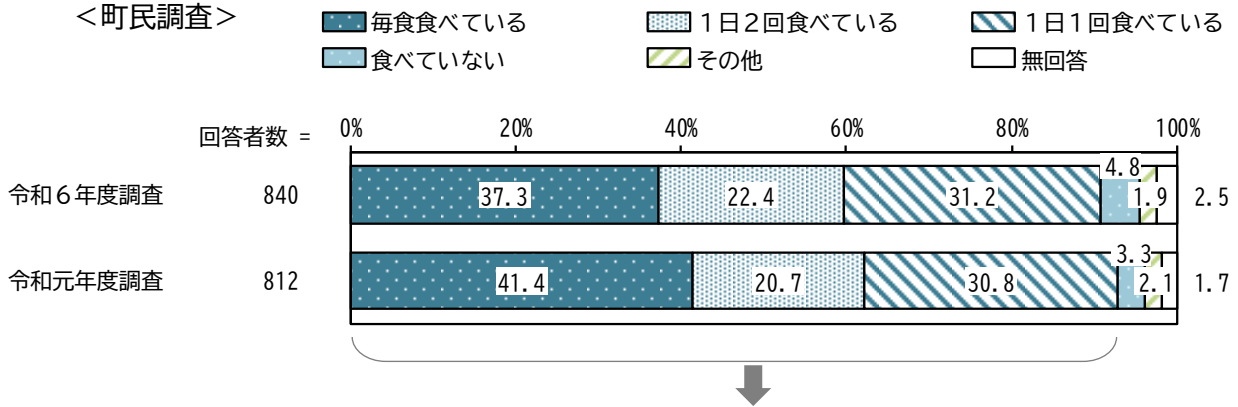
## ② 野菜の摂取状況

町民調査では、野菜の摂取状況について、「毎食食べている」の割合が37.3%と最も高く、次いで「1日1回食べている」の割合が31.2%、「1日2回食べている」の割合が22.4%となっています。また、「食べていない」の割合が4.8%となっています。

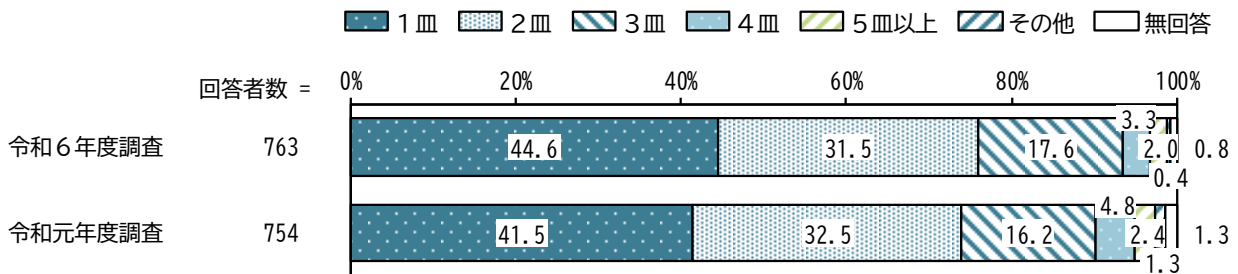
野菜を食べている人のうち、摂取量は「1皿」の割合が44.6%と最も高く、次いで「2皿」の割合が31.5%、「3皿」の割合が17.6%となっています。

小中学生調査では、野菜を「ほぼ毎日食べる」の割合は、朝食で36.5%、昼食で87.8%、夕食で80.6%となっています。

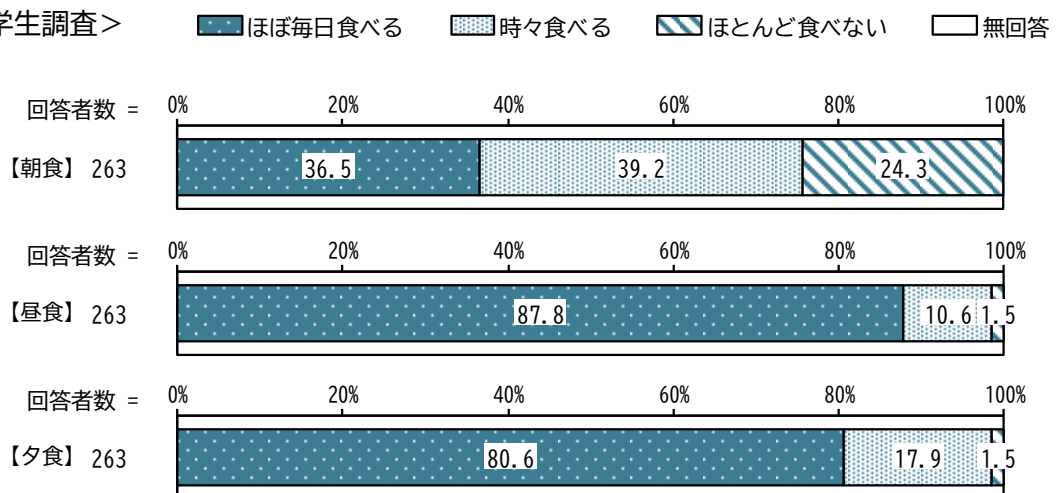
### <町民調査>



### 【野菜の摂取量（1皿の目安：小さな皿（ミニサラダ）か小鉢（おひたし））】



### <小中学生調査>



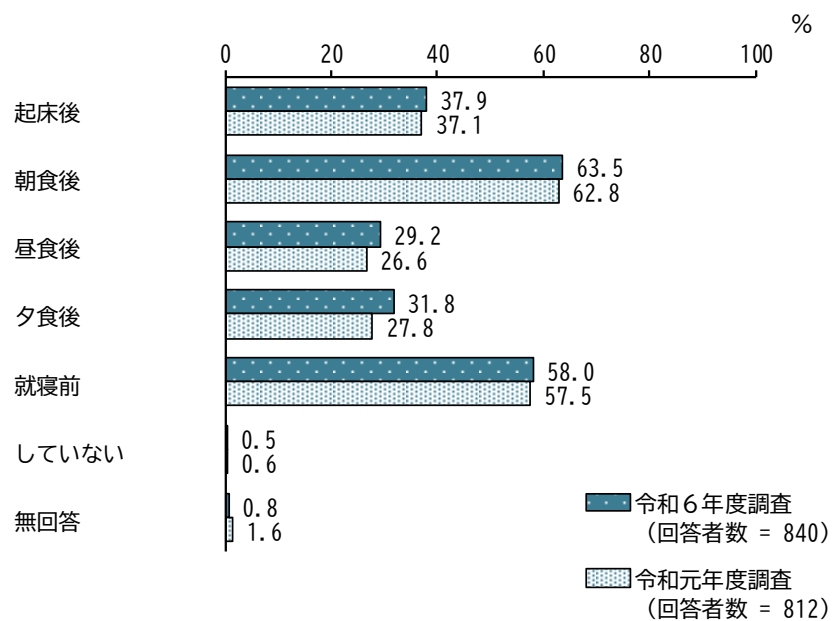
### (3) 歯の健康

#### ① 歯磨きの実施状況

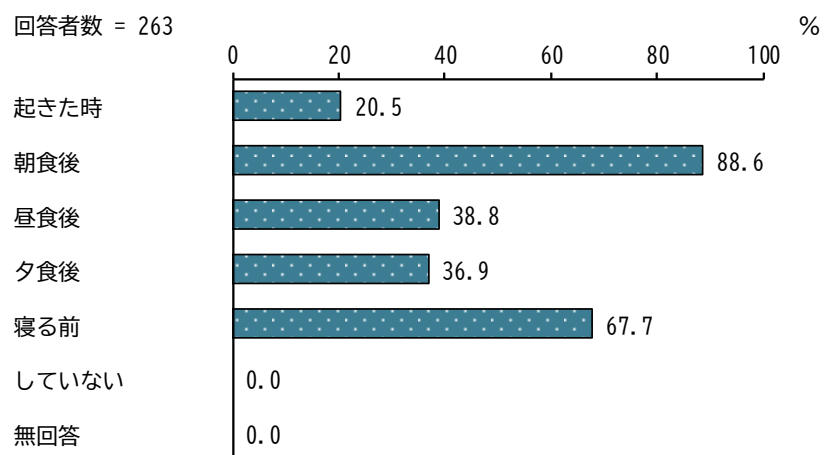
町民調査における歯磨きの実施状況について、「朝食後」の割合が63.5%と最も高く、次いで「就寝前」の割合が58.0%、「起床後」の割合が37.9%となっています。また、「していない」の割合が0.5%となっています。

小中学生調査では、「朝食後」の割合が88.6%と最も高く、次いで「寝る前」の割合が67.7%、「昼食後」の割合が38.8%となっています。

#### <町民調査>

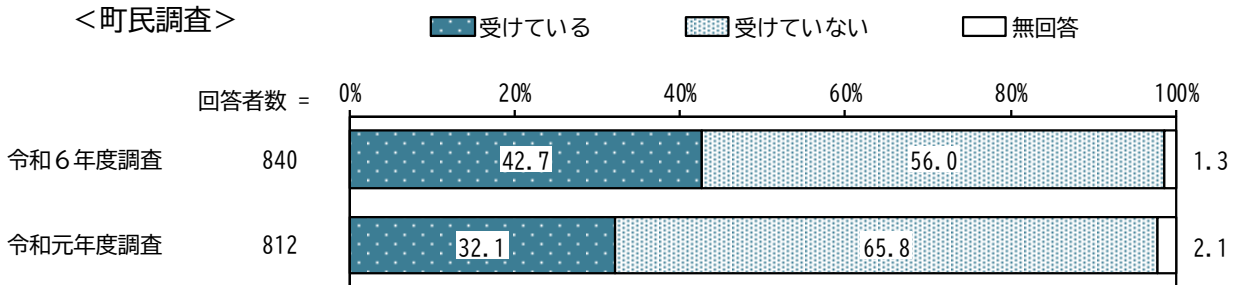


#### <小中学生調査>



## ② かかりつけの歯科医院での定期健診の受診状況

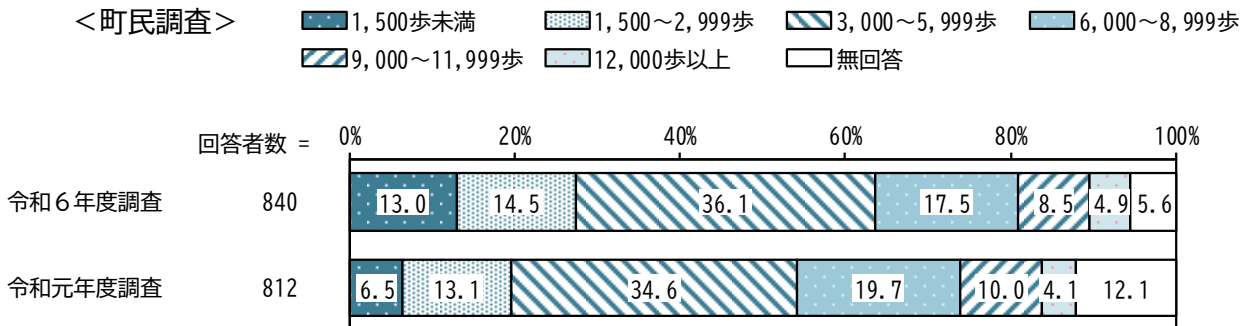
町民調査では、かかりつけの歯科医院での定期健診の受診状況について、「受けている」の割合が42.7%、「受けていない」の割合が56.0%となっています。令和元年度調査と比較すると、「受けている」の割合が増加しています。



## (4) 活動・運動

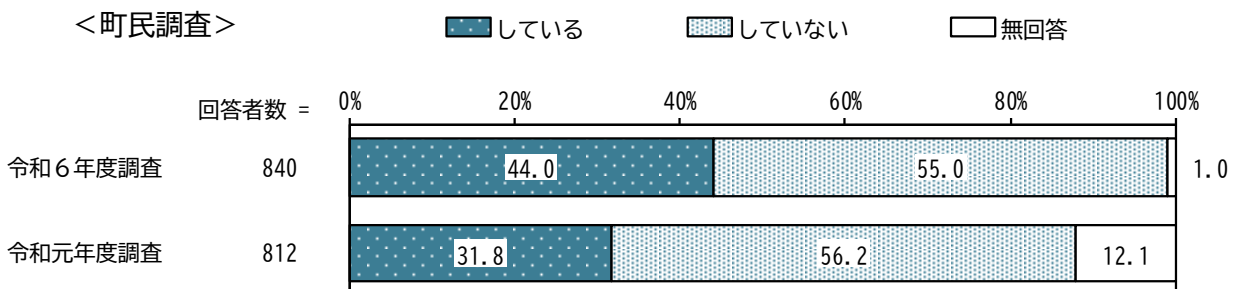
### ① 1日の歩数

町民調査では、1日の歩数について、「3,000～5,999歩」の割合が36.1%と最も高く、次いで「6,000～8,999歩」の割合が17.5%、「1,500～2,999歩」の割合が14.5%となっています。令和元年度調査と比較すると、「1,500歩未満」の割合が増加しています。



### ② 運動の実施状況

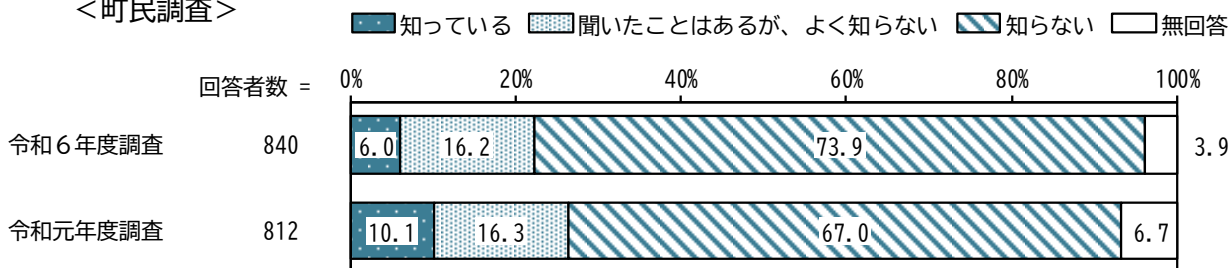
町民調査では、運動の実施状況について、「している」の割合が44.0%、「していない」の割合が55.0%となっています。令和元年度調査と比較すると、「している」の割合が増加しています。



### ③ 永平寺町<sup>いい</sup>11からだ体操の認知度

町民調査では、永平寺町<sup>いい</sup>11からだ体操の認知度について、「知っている」の割合が6.0%、「聞いたことはあるが、よく知らない」の割合が16.2%、「知らない」の割合が73.9%となっています。令和元年度調査と比較すると、「知らない」の割合が増加しています。

<町民調査>

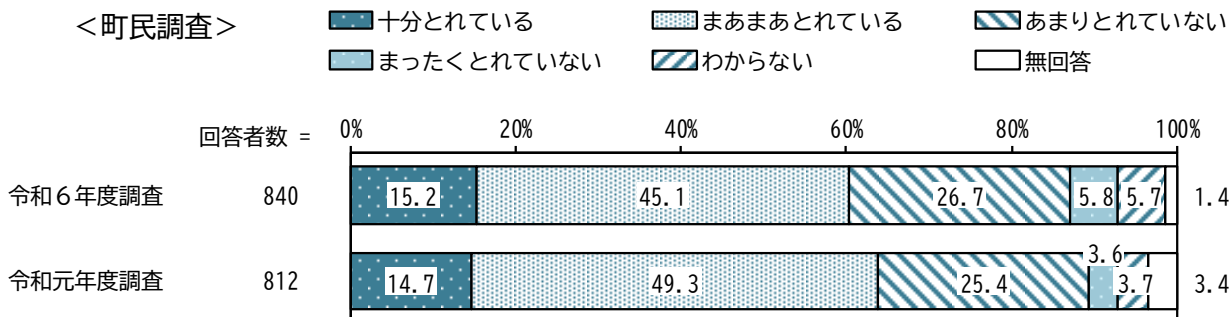


## (5) こころの健康

### ① 睡眠による休養

町民調査では、睡眠による休養がとれているかについて、「十分とれている」と「まあまあとれている」を合わせた割合は60.3%となっています。

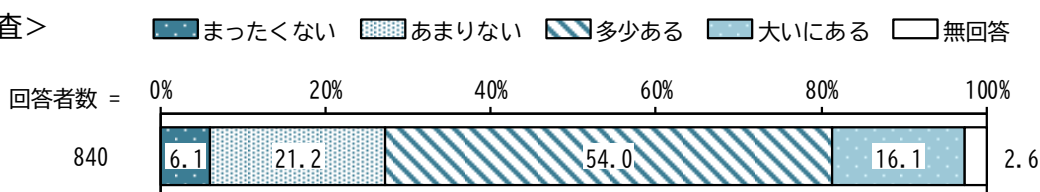
<町民調査>



### ② 最近1ヶ月間のストレスや悩みの有無

町民調査では、最近1か月間のストレスや悩みについて「まったくない」と「あまりない」をあわせた”ない”の割合が27.3%、「多少ある」と「大いにある」をあわせた”ある”の割合が70.1%となっています。

<町民調査>

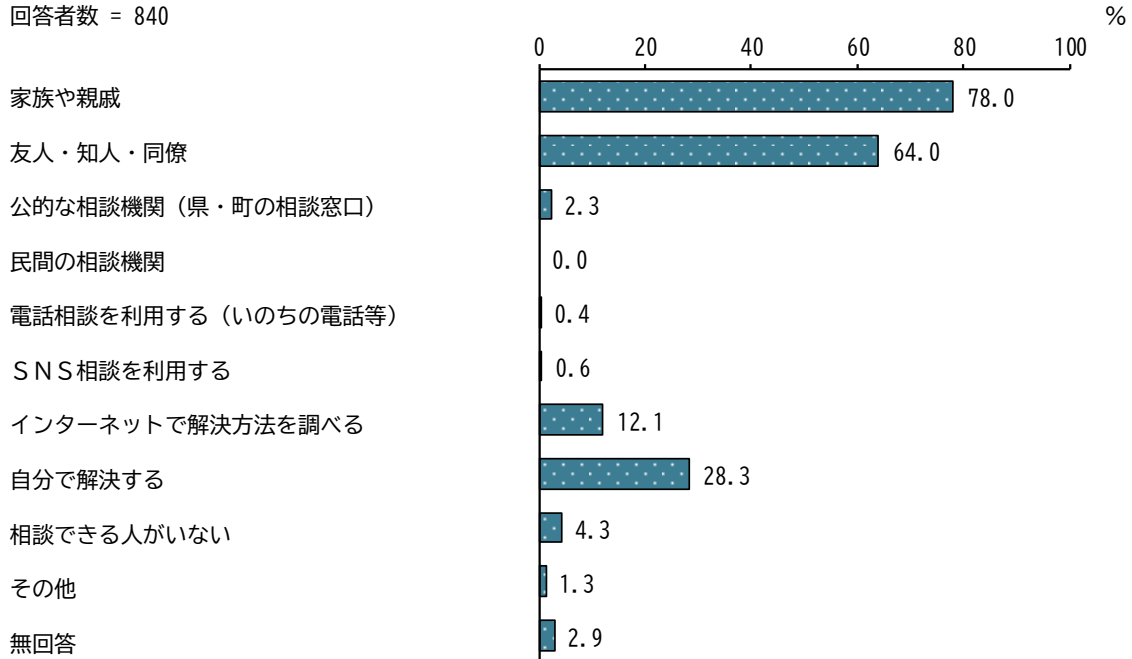


### ③ 不安や悩み、ストレス等がある時の相談相手

町民調査では、相談相手について、「家族や親戚」の割合が78.0%と最も高く、次いで「友人・知人・同僚」の割合が64.0%、「自分で解決する」の割合が28.3%となっています。

#### <町民調査>

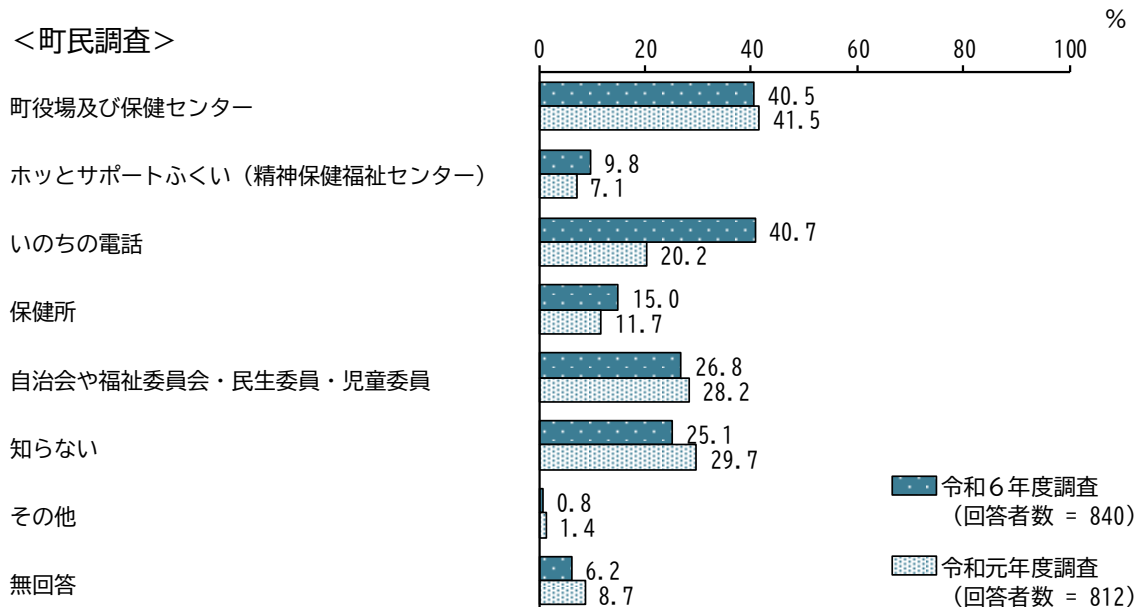
回答者数 = 840



### ④ 相談窓口の認知度

町民調査では、相談窓口の認知度について、「いのちの電話」の割合が40.7%と最も高く、次いで「町役場及び保健センター」の割合が40.5%、「自治会や福祉委員会・民生委員・児童委員」の割合が26.8%となっています。令和元年度調査と比較すると、「いのちの電話」の割合が増加しています。

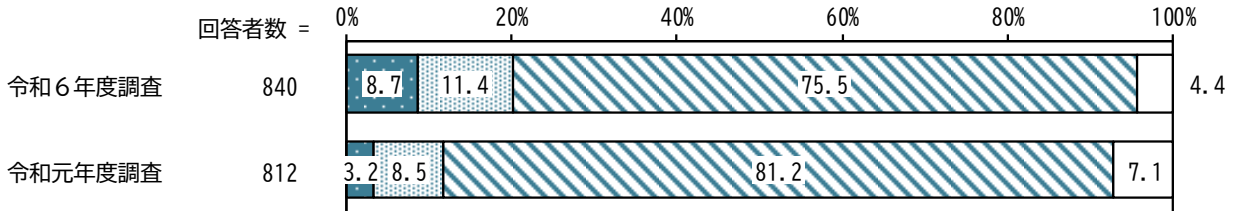
#### <町民調査>



## ⑤ ゲートキーパーの認知度

町民調査では、ゲートキーパーの認知度について、「言葉も内容も知っている」の割合が8.7%、「言葉は聞いたことがある」の割合が11.4%、「知らない」の割合が75.5%となっています。令和元年度調査と比較すると、「言葉も内容も知っている」の割合が増加しており、「知らない」の割合が減少しています。

<町民調査> ■ 言葉も内容も知っている ■ 言葉は聞いたことがある ■ 知らない □ 無回答

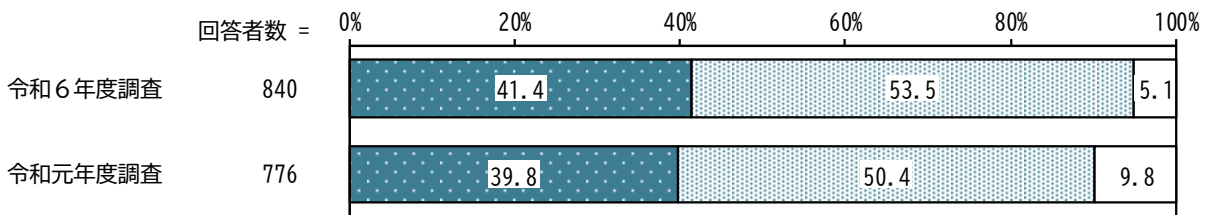


## (6) 飲酒・喫煙

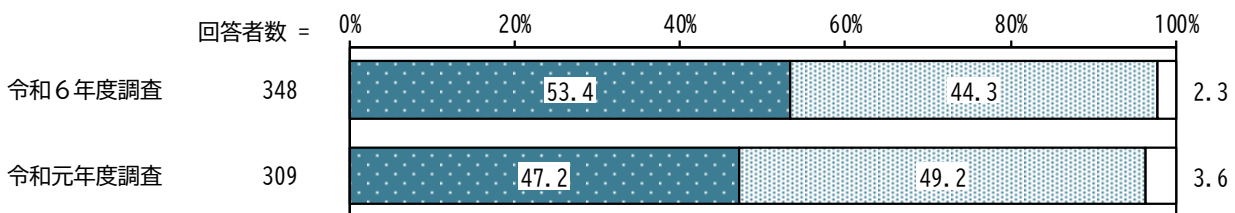
### ① 飲酒状況

町民調査では、お酒を飲んでいるかについて、「はい」の割合が41.4%、「いいえ」の割合が53.5%となっています。また、休肝日について、「休肝日を設けている」の割合が53.4%となっています。令和元年度調査と比較すると、「休肝日を設けている」の割合が増加しています。

<町民調査> ■ はい ■ いいえ □ 無回答

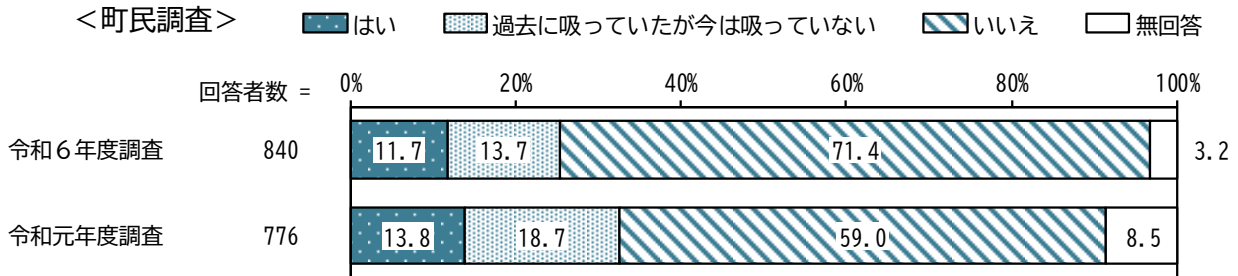


【休肝日について】 ■ 休肝日を設けている ■ 休肝日を設けていない □ 無回答



## ② 喫煙状況

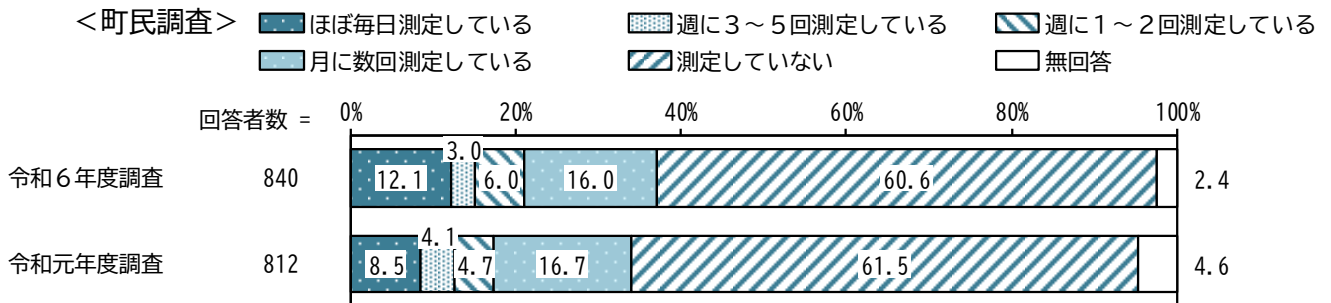
町民調査では、タバコを吸っているかについて、「はい」の割合が11.7%、「過去に吸っていたが今は吸っていない」の割合が13.7%、「いいえ」の割合が71.4%となっています。令和元年度調査と比較すると、「いいえ」の割合が増加しています。



## (7) 健康チェック

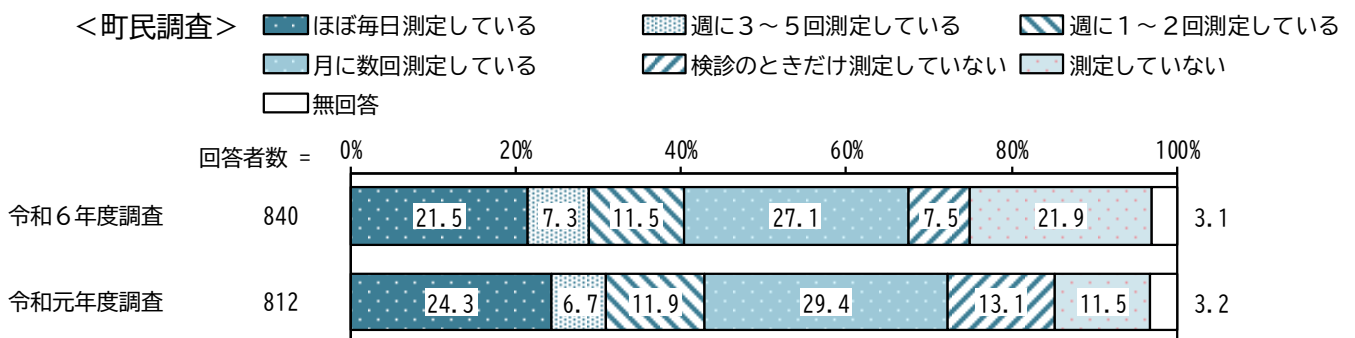
### ① 家庭における血圧測定の状況

町民調査では、家庭で血圧測定をしているかについて、「測定していない」の割合が60.6%と最も高く、次いで「月に数回測定している」の割合が16.0%、「ほぼ毎日測定している」の割合が12.1%となっています。



### ② 体重測定の状況

町民調査では、体重測定について、「月に数回測定している」の割合が27.1%と最も高く、次いで「測定していない」の割合が21.9%、「ほぼ毎日測定している」の割合が21.5%となっています。令和元年度調査と比較すると、「測定していない」の割合が増加しています。

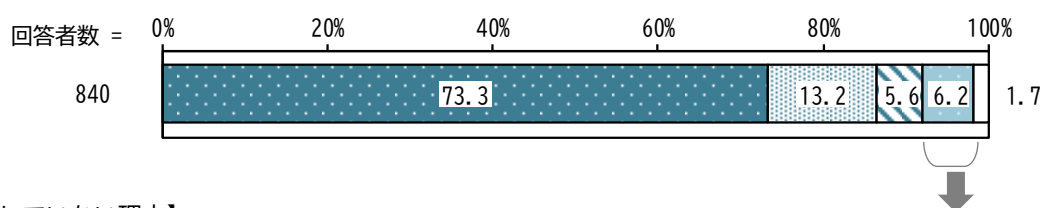


### ③ 健診（検診）の受診状況

町民調査では、健診（検診）の受診状況について、「毎年受けている」の割合が73.3%と最も高く、次いで「受けたり受けなかったりである」の割合が13.2%、「受けなかった」の割合が6.2%となっています。

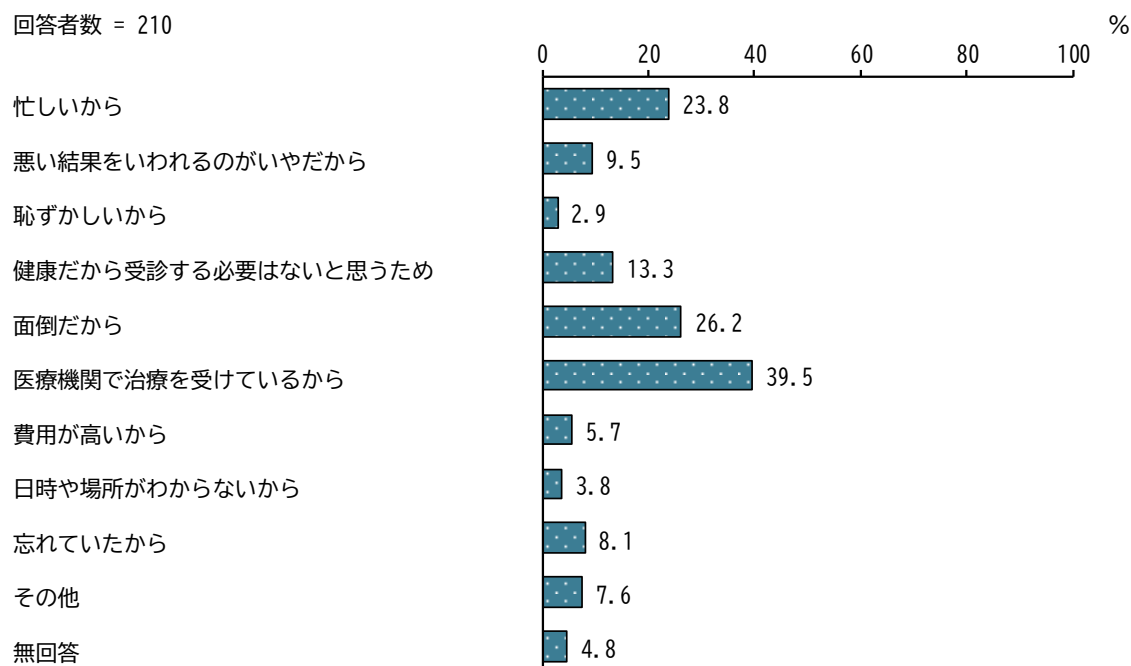
また、受診していない理由については、「医療機関で治療を受けているから」の割合が39.5%と最も高く、次いで「面倒だから」の割合が26.2%、「忙しいから」の割合が23.8%となっています。

<町民調査>



【受診していない理由】

回答者数 = 210



## 8 現計画の振り返り

### (1) 目標指標の評価

計画の評価指標については、第2次策定当初値（2019年）と直近値（2024年）を比較し、以下の基準により判定を行いました。

判定	内容
A	直近値が目標値を達成している
B	直近値が策定当初値より改善したものの (達成率：3ポイント（%）以上)
C	変わらない（達成率：±3ポイント（%）未満）
D	直近値が策定当初値より悪化したものの (達成率：-3ポイント（%）以上)

※ 目標値が実数の場合は、評価算定式（策定当初値から目標値設定の上げ幅を勘案して、策定当初値から直近値に対する改善率を算定）を用いて評価しています。

$$\text{改善率} = \frac{\text{直近値(2024年)調査結果} - \text{策定当初値(2019年)調査結果}}{\text{目標値} - \text{策定当初値(2019年)調査結果}} \times 100$$

#### 第2次永平寺町保健計画（健康増進計画・自殺対策計画）の達成状況

第2次永平寺町保健計画策定時に定めた指標は、合計28指標です。総括的な状況を整理すると、「A」評価が5指標、「B」評価が5指標で、3割程度の指標が改善傾向となっています。分野では、特に、飲酒・喫煙やこころの健康、自殺対策計画での「A」及び「B」評価が多くなっています。一方、「D」評価は計9指標で32.1%となっています。中でも健康チェックにて「D」評価が多く、引き続き各種健診（検診）の受診率向上をめざしていく必要があります。

分野		A	B	C	D	計
すべての分野	指標数	0	0	1	0	1
	割合	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
栄養・食生活	指標数	1	0	3	1	5
	割合	20.0	0.0	60.0	20.0	100.0
歯の健康	指標数	1	0	1	1	3
	割合	33.3	0.0	33.3	33.3	100.0
活動・運動	指標数	1	0	1	1	3
	割合	33.3	0.0	33.3	33.3	100.0
こころの健康	指標数	0	2	0	1	3
	割合	0.0	66.7	0.0	33.3	100.0
飲酒・喫煙	指標数	2	0	0	1	3
	割合	66.7	0.0	0.0	33.3	100.0
健康チェック	指標数	0	1	3	3	7
	割合	0.0	14.3	42.9	42.9	100.0
自殺対策計画	指標数	0	2	0	1	3
	割合	0.0	66.7	0.0	33.3	100.0
計	実数	5	5	9	9	28
	割合	17.9	17.9	32.1	32.1	100.0

※ 判定割合は、四捨五入しているため、合計が100%とならない場合があります。

分野	目標指標		策定当初値	直近値	目標値	出典	評価
			2019年	2024年	2025年		
すべての分野	11からだ条の認知率		12.4%	13.9%	50.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	C
栄養・食生活	毎食野菜を食べる人の割合	子ども	23.9%	32.7%	30.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	A
		大人	41.4%	37.3%	50.0%		D
	1日に食べる野菜の量	大人	1.8皿	1.76皿	3皿		C※
	毎日朝食を食べる人の割合	子ども	93.2%	90.5%	100.0%		C
		大人	85.0%	82.5%	90.0%		C
歯の健康	毎食後の歯みがき実施率	子ども	82.4%	37.6%	90.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	D
	毎食後の歯みがき実施率	大人	25.4%	27.1%	30.0%		C
	歯科健診の年1回受診割合	大人	32.1%	42.7%	35.0%		A
活動・運動	6,000歩以上歩行している人の割合		33.8%	30.9%	41.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	C
	運動をしている人の割合		31.8%	44.0%	37.0%		A
	11からだ体操の認知率		10.1%	6.0%	20.0%		D
こころの健康	睡眠で休養がとれていない人の割合		29.0%	32.5%	25.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	D
	相談場所を知らない人の割合		29.7%	25.1%	25.0%		B
	ゲートキーパーという言葉の認知率		3.2%	8.7%	20.0%		B
飲酒・喫煙	ほぼ毎日飲酒する人		16.8%	20.3%	16.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	D
	休肝日を設けている人の割合		47.2%	53.4%	50.0%		A
	喫煙率		13.8%	11.7%	12.0%		A
健康チェック	胃がん検診受診率		26.7%	23.7%	6.0%増加(2024年度)	市町が実施するがん検診の受診状況	D
	肺がん検診受診率		30.8%	21.4%	6.0%増加(2024年度)		D
	大腸がん検診受診率		36.6%	26.2%	6.0%増加(2024年度)		D
	子宮がん検診受診率		45.5%	44.0%	5.0%増加(2024年度)		C
	乳がん検診受診率		43.6%	40.9%	5.0%増加(2024年度)		C
	毎日体重測定をしている人の割合		24.3%	21.5%	30.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	C
	定期的に血圧測定をしている人の割合		17.3%	21.1%	25.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	B
自殺対策計画	睡眠で休養が取れていない人		29.0%	32.5%	25.0%	保健計画策定のためのアンケート調査	D
	相談場所を知らない人		29.7%	25.1%	25.0%		B
	ゲートキーパーという言葉の認知率		3.2%	8.7%	20.0%		B

## (2) アンケート調査結果からみた現状と課題

### ① 永平寺町健康づくり<sup>しい</sup>11からだ条などの健康づくり活動

本町では、健康づくりの推進に向けて、町民の行動目標として「永平寺町健康づくり<sup>しい</sup>11からだ条」を定めていますが、認知度はとして、「知っている」が6.0%、「聞いたことはあるが、よく知らない」が16.2%となっており、引き続き、永平寺町健康づくり<sup>しい</sup>11からだ条を周知し、健康づくりを推進する必要があります。

また、健康づくりを充実させていくうえで、重要な取組については、「健康づくりのために利用できる施設を整備する（スポーツ施設、保健センター等）」が35.6%と最も高く、「健康診査の内容の充実や受けやすい体制づくりをする」、「健康相談や健康教育等のサービスを受ける機会を増やす」と続いており、健康づくりに取り組みやすい環境整備や、身近で利用しやすいサービスの充実が求められています。

### ② 栄養・食生活

朝食を「食べていない」と回答した人は一般町民で8.1%、小中学生で1.1%となっています。また、「週2～3日食べている」と回答した人も一般町民で5.4%、小中学生で1.9%となっており、朝食が十分に取れていない町民もいます。

野菜摂取の状況については、「毎食食べている」と回答した人が37.3%であり、「1日1回」が31.2%、「食べていない」が4.8%となっており、野菜を継続的に摂取できていない人がみられ、食生活の改善が必要です。

そのため、朝食習慣の定着に向けた支援や、減塩・野菜摂取の重要性を周知する取組が求められます。また、年代に応じた適切な食事量や栄養バランスへの理解を深めることで、肥満や低栄養の防止につなげていくことが重要です。

### ③ 歯の健康

歯磨きを「朝食後」に行う人は一般町民で63.5%、小中学生で88.6%と最も多く、「就寝前」に磨く人は一般町民で58.0%、小中学生で67.7%となっています。一方、定期的に歯科健診を「受けていない」と回答した人は56.0%となっています。その理由としては「歯に不都合がない」が42.6%と最も多く、次いで「面倒である」が34.5%、「時間がない」が24.3%となっています。定期的な歯科健診の受診を促すための啓発が重要です。

また、若年層や高齢者に対しては、8020運動の普及を通じて、生涯を通じた口腔の健康づくりを推進していく必要があります。また、近年注目されている「オーラルフレイル」への理解を深め、そしゃく機能を維持するための取組を進めることが求められます。

#### ④ 活動・運動

運動習慣についてみると、「運動をしていない」と回答した人は55.0%で、その理由として「面倒である」が44.6%、「時間がない」が40.3%となっています。また、年齢が上がるほど「仕事等で十分運動している」と回答する人の割合が増加する傾向がみられました。1日の歩数では「3,000～5,999歩」が36.1%で最も多く、「1,500歩未満」の割合は令和元年度調査と比較して増加しています。

運動習慣を定着させるためには、参加しやすい運動環境の整備や、運動の重要性に関する啓発活動を進めることが求められます。あわせて、町独自の運動プログラムの普及と参加促進にも取り組むことが必要です。

#### ⑤ こころの健康

平日の平均睡眠時間は「6時間」と回答した人が36.3%で最も多く、「睡眠で休養が十分とれていますか」という質問では「あまりとれていない」と答えた人が26.7%となっています。また、ストレスや悩みについては、「多少ある」と「大いにある」を合わせた割合が70.1%にのぼりました。こころの病気予防の対策としては、「交流や趣味の場を充実する」が47.9%で最も重要と考えられ、「相談窓口を充実する」が31.9%となっています。

適切な睡眠習慣の啓発や、ストレス解消方法に関する情報提供に加え、交流の場の充実や悩み相談窓口の整備が求められます。また、深刻なこころの不調者を専門機関につなぐための社会的環境の整備も必要です。

#### ⑥ 飲酒・喫煙

飲酒については、お酒を飲む人が41.4%で、「休肝日を設けていない」と回答した人が44.3%となっており、年齢が上がるほどその割合が高くなる傾向がみられました。喫煙については、喫煙者が11.7%で、「20本以上吸う」と回答した人が41.8%で最も多く、受動喫煙の状況では「職場」が13.6%、「家庭」が12.4%となっています。

過度な飲酒や喫煙の健康リスクについての啓発を進めるとともに、依存症の早期発見の促進や受動喫煙被害の防止に向けた取組が必要です。

#### ⑦ 健康チェック

健康チェックの状況を見ると、血圧を「測定していない」と回答した人は60.6%、体重を「測定していない」と回答した人は21.9%でした。また、「定期健診を受けたことがない」と答えた人は6.2%で、その理由として「医療機関で治療を受けているから」が39.5%、「面倒だから」が26.2%となっています。

定期健診の受診率を高めるためには、受診を促す働きかけや、がん検診における個別通知による受診促進が重要です。あわせて、がん罹患リスクの低減に向けた生活習慣改善に関する啓発活動も進める必要があります。

## ⑧ 自殺対策

「相談できる人がいない」と答えた人が4.3%となっています。相談窓口の認知度は「いのちの電話」が40.7%、「町役場及び保健センター」が40.5%、「自治会や福祉委員会・民生委員・児童委員」が26.8%となっており、地域のネットワークを強化して、町民が相談窓口を利用しやすい環境を整えることが重要です。また、ゲートキーパーの認知度向上や研修の充実、自殺に関する誤解を解き背景理解を促す啓発活動も必要です。

安心して生活していくうえでの課題として「社会から孤立している人の復帰支援」が必要と回答した人は8.5%と、地域で孤立している人もおり、地域の孤立感を減らす施策や、復帰支援、手当や施設サービスの充実が求められます。

また、「ヤングケアラーへの支援」が10.6%、「高齢者、子ども等への虐待防止やDV防止」が8.5%となっているなど、子ども・若者において、ヤングケアラーへの支援や虐待防止の必要性がありますが、小中学生の6.8%が相談相手がないと回答しています。そのため、さらに、子ども・若者が悩みを相談・共有できる環境を整備し、SOSの出し方に関する教育やストレスへの対処能力を高める取組が必要です。

働き世代では、「働きながら子育てできる環境」の整備が29.0%、「生活が苦しい世帯への支援」が18.2%、「仕事に就けない人への就労支援」が13.1%と回答されており、長時間労働の是正、ワーク・ライフ・バランスの確保、職場のメンタルヘルス対策の普及啓発、就労支援や再就職支援体制の整備が重要です。生活困窮者に対しては、経済面だけでなく孤立や精神的問題に対応する包括的アプローチが必要です。

高齢者に関しては、「高齢者のみ世帯の安否確認」が50.8%、「認知症の人や家族への支援」が33.8%であり、孤立防止や生活支援が必要です。そのため、相談しやすい環境の整備、孤立を防ぐ居場所づくり、社会参加への支援、認知症の人や家族への支援を含めた包括的な支援体制の構築が求められます。各機関との連携を強化し、支援を継続的かつ総合的に提供することが重要です。

### (3) 事業評価

健康増進計画、自殺対策計画のそれぞれ計画について、庁内の担当各課に令和2年度から令和6年度の5年間における取組内容や課題を聞き取り、以下の評価を行いました。

また、令和8年度から令和12年度の事業の方向性を確認し、次期計画の立案の参考にしました。

A	計画通り事業を実施できた	B	ほぼ計画通り事業を実施できた	C	事業を実施できなかった	D	事業廃止
---	--------------	---	----------------	---	-------------	---	------

単位：評価事業数

#### 《健康増進計画》

##### ① すべての分野

家族ぐるみで「健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条」に基づいた健康運動やメディアコントロール、ポスター作成に取り組んできましたが、その言葉の浸透は十分とは言えませんでした。いいからだポイントカードを活用し、地区活動や野菜摂取、睡眠などの目標を設定して取り組んできました。広報永平寺やフェイスブックでの周知、健康フェアや町文化祭ブース設置、保健推進員による啓発も行ってきましたが、コロナ禍の影響でイベント実施や直接的な出向活動は減少しました。健康づくり推進協議会では実施報告や評価を通して継続的な事業の改善を進めてきました。

A	10	B	2	C	—	D	—
---	----	---	---	---	---	---	---

##### ② 栄養・食生活

野菜たっぷりに関する研修会や地区活動で健康的なレシピの紹介を行い、野菜摂取の必要性和減塩について周知啓発に取り組んできました。保健計画概要版や「給食のおたより」を活用し家庭での食育を促進しましたが、コロナ禍の影響で調理実習や料理教室の実施は一部制限されました。食改地区活動や公民館での料理教室では、親子食育教室や年数回の料理教室を通じて情報を提供しました。また、減塩研修会で塩分量を提示し、<sup>いい</sup>11からだ条第3条に基づいた啓発活動を進めてきました。

A	10	B	1	C	—	D	—
---	----	---	---	---	---	---	---

### ③ 歯の健康

国民健康保険第3期データヘルス計画の目標に基づき、歯科健診受診者増加に努めてきました。国民健康保険加入者や後期高齢者医療被保険者に節目年齢での健診を実施し、対象年齢の拡大にも取り組みました。健康診査時や健康相談時にかかりつけ歯科や定期健診の重要性を呼びかけ、学校では定期歯科健診を行い、う歯罹患者への治療促進を保護者に伝達しました。健康を守る会では幼児園や小中学校と連携し、コロナ禍の影響を受けながらも歯科健診を推進してきました。

A	8	B	—	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

### ④ 活動・運動

地区体育祭では、開会式時にラジオ体操を取り入れ、町民が参加しやすい環境づくりを進めてきました。また、「<sup>いい</sup>11からだ体操」DVDの配布やケーブルテレビでの放送を行い、運動を広める努力を続けましたが、コロナ禍の影響で教室開催が十分に実現できませんでした。公民館や自主サークル活動では百歳体操やヨガ教室を定期的に実施し、ふれあいサロンではフレイル予防の教室も開催してきました。いいからだポイントカードを活用し、運動の周知や町特産品の景品提供を実施し、取組の促進を図りました。

A	4	B	2	C	1	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

### ⑤ こころの健康

睡眠の大切さを伝えるため、園児向けに紙芝居や絵本を使用して周知し、保護者向け講演会を開催して家庭での取組を促しました。幼児健診や健康相談時にはパンフレットや保健計画概要版（<sup>いい</sup>11からだ条第7条関係）を配布し、睡眠時間確保の推進に努めました。また、小中学生にはアンケート調査を通じて睡眠状況を把握し、「ノーメディアデー」の運用を行いメディアとの適切な関係を啓発しました。働き世代には健康教室で睡眠の重要性をこころの健康と合わせて周知しました。自殺対策については、ゲートキーパー研修会を民生委員など関係団体に実施し、自殺対策週間や月間に広報や図書館コーナー設置で普及啓発を進めました。

A	7	B	—	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

## ⑥ 飲酒・喫煙

妊娠届出時に禁酒・禁煙・受動喫煙防止の推進を行い、胎児への影響についてリーフレットを使用して説明してきました。健康教育では飲酒が身体に及ぼす影響や適正飲酒について周知し、広報永平寺を通じて保健計画（11からだ条第8条、9条関係）を継続的に周知しました。アルコール依存に関する相談窓口を福井県精神保健福祉マップ等で周知し、必要時には個別相談を実施しました。喫煙の有害性については、健康相談や保健体育の学習時に啓発を行い、禁煙を促す活動を進めました。また、令和元年から各公共施設の敷地内全面禁煙を実施し、掲示や職員による注意喚起を継続しています。職員研修を通じて、禁煙への再考のきっかけを提供する取組を進めてきました。

A	6	B	1	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

## ⑦ 健康チェック

文化祭や壮年団の総会・役員会、出前健康教室などの場を活用し、特定健康診査やがん検診の受診勧奨を行ってきました。商工会やシルバー人材センターと連携して、受診勧奨チラシを配布し、職域連携会議では特定健康診査の受診状況を毎年報告しました。保健推進員や食生活改善推進員による地区での活動や研修、ポスター掲示を通じて健康診査の重要性を周知したほか、公民館でのサロンや相談場を設け、受診を促進してきました。さらに、健康相談時やリーフレット、資格確認書発送時に健康チェックやかかりつけ医の必要性を啓発し、血圧計の設置や家庭血圧測定の推奨も行ってきました。

A	5	B	1	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

## 《自殺対策計画》

### 基本施策1 地域のネットワークの強化における体制の基盤整備

永平寺町健康づくり推進協議会を年1～2回開催し、地域の健康課題解決に向けた活動を実施してきました。福井健康福祉センター主催の協議会への参加を通じて、関係機関との連携を深め、自殺予防対策や健康づくり推進に取り組んできました。要保護児童対策地域協議会、自立支援協議会を開催し、関係機関との事例共有や研修会で支援の質向上を図ってきました。また、LINEでの事例報告活用により相談機関への適切な対応が可能となり、永平寺町社会福祉協議会や地域包括支援センターと連携して地域問題解決に努めてきました。

A	8	B	—	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

### 基本施策2 自殺対策を支える人材(ゲートキーパー)の育成

令和2年度から令和5年度にかけて計8回ゲートキーパー研修会を実施し、延べ217名が参加しました。この活動を通じて、ゲートキーパーの認知度向上と自殺対策の推進に取り組んできました。さらに、保健推進員、食生活改善推進員、民生委員・児童委員、障がい事業所を対象とした研修を実施し、関係機関との連携を強化しながら、地域全体での自殺対策の推進に努めました。

A	2	B	—	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

### 基本施策3 町民への啓発と周知による自殺対策への理解の促進

広報永平寺やホームページ等にて、自殺予防週間(9月)・自殺対策強化月間(3月)に情報や相談窓口を掲載し、周知を図ってきました。図書館と連携して、自殺対策のコーナーを設置し、こころの健康や自殺対策に関する書籍の紹介を行いました。さらに、保健計画(11からだ条第7条関係)のリーフレットを窓口や健康相談時に配布、また集団健診や地区の健康相談の場でも概要版を活用し、普及啓発に努めました。加えて、人権相談や啓発活動を通じて命の大切さを伝え、人権尊重思想の普及に取り組みました。

A	6	B	—	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

## 基本施策4 生きることの支援

高齢者への啓発活動や健康相談、福祉支援では地域包括支援センターと連携し、巡回訪問や個別ケア会議を通じた問題解決や支援体制の強化を図ってきました。防犯隊による警戒パトロールや犯罪被害者等支援条例、また交通安全教育や道路設備整備で犯罪や交通事故の予防に取り組みました。子育てにおいては幼児健診や家庭訪問で問題の早期把握に努め、子育て支援課や子ども家庭センターとの連携による育児や経済的支援を実施しました。また、不登校やひきこもりなどの相談では適切なサービスや機関へ繋げ、個別支援を進めました。福井健康福祉センターと連携し、自殺予防や生活困窮支援も推進し、ストレスチェックや相談窓口、研修会を活用して、幅広い分野にわたる支援を行ってきました。

A	20	B	1	C	—	D	—
---	----	---	---	---	---	---	---

## 重点施策1 子ども・若者に関する自殺対策

母子手帳交付時や幼児健診等の面接でアンケートと課題評価シートを活用し、支援につながる取組を実施してきました。保健センターや子育て支援課と連携し、家庭訪問や育児相談を通じて、育児不安やストレスへの対応を進めました。また、Aキッズや子育て相談会を開催し、親子支援や気がかりさを持つ家庭の個別支援を行い、福井県の連携システムを活用した包括的な支援も実施しました。学校ではインクルーシブ教育や子供たちの悩みに向き合い、健やかな成長を支援しました。さらに保育が必要な児童には遊びや学びの場を提供し、保護者の支援にも努めました。

A	17	B	—	C	1	D	—
---	----	---	---	---	---	---	---

## 重点施策2 働き世代に関する自殺対策

健康相談では、必要に応じて関係機関との連携を図り、がんアピランス事業による補整具助成などで経済的支援を行いました。また、特定健康診査やがん検診による疾病の早期発見・早期治療を進めるため、受診勧奨を実施し、自殺リスクの軽減に努めました。商工会や障がい者就労支援などで関係機関と連携し、納税相談や申請の場で複合的な課題を抱えるケースには福祉保健課や保健センターと連携して対応を進めてきました。さらに福井健康福祉センターを拠点に、生活困窮者自立支援制度や住居確保給付金、一時生活支援事業、家計相談、学習支援金など多様な支援を提供しました。

A	14	B	1	C	—	D	—
---	----	---	---	---	---	---	---

### 重点施策3 高齢者に関する自殺対策

高齢者健康診査や窓口相談を通じて疾病の早期発見・治療を推進し、医療機関受診の勧奨を行い、地域包括支援センターと連携して介護や福祉が必要な場合に支援してきました。また、家族介護者交流事業や在宅介護ほっとひといき支援事業を実施し、介護者への負担軽減を進めるとともに、巡回訪問や見守り支援、緊急通報装置整備事業、配食サービスなど在宅福祉事業を通じて高齢者の安心できる生活環境を整備しました。認知症カフェの開催や広報紙の特集記事で認知症予防の理解を促進し、地域サロンや介護予防教室を活用しフレイル予防や健康相談を実施、認知症家族支援に取り組みました。さらに地域包括ケアシステム説明会や在宅医療介護連携研修会の開催を通じて、多職種との連携を図り、高齢者を支援する環境づくりを進めてきました。

A	9	B	1	C	—	D	—
---	---	---	---	---	---	---	---

## 第3章 健康増進計画

### 1 基本理念

本町では、町民一人ひとりが自らの健康を意識し、日常生活の中で実践できる行動目標として「永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条（いいからだじょう）」を定めています。健康寿命の延伸を目標に、第2次永平寺町保健計画の基本理念「元気、長生き、<sup>いい</sup>11からだ～続けよう笑顔に満ちた健康づくり～」を引き継ぎ、町民や関係団体と連携・協働しながら、日常に取り入れやすい健康づくり活動を推進します。

元気、長生き、<sup>いい</sup>11からだ  
～続けよう笑顔に満ちた健康づくり～

### 2 基本方針

本計画では、3つの基本方針を掲げて取組を進めます。

#### 健康的な生活習慣の推進と重症化予防

～正しい生活習慣を身につけ、健康なところとからだづくりへ～

#### こころの健康づくりの推進

～つながり、支えあい、安心して暮らせる社会へ～

#### 健康を支え、守るための社会環境の整備

～生きがいを持って健康づくりに参加できる環境づくり～

### 3 健康づくりの戦略「永平寺町健康づくり11からだ条」の改訂

町民に勧める健康行動目標を第2次保健計画で「永平寺町健康づくり11からだ条」として設定し、周知啓発を進めてきました。第2次保健計画の評価・検証結果を踏まえ、「永平寺町健康づくり11からだ条」の内容を以下のように見直し、本計画の町民の行動目標とし、町民全体への波及を図ります。

## 永平寺町健康づくり11からだ条

### 第1条

両手いっぱい野菜を食べる  
【 栄養・食生活 】

#### 野菜たっぷり 元氣いきいき！

野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維等の重要な供給源です。食後の血糖上昇を抑制するとともに、循環器疾患やがんの予防に効果的です。

### 第2条

塩分を今より控える  
【 栄養・食生活 】

#### 薄味をこころがけよう！

塩分のとりすぎは、血圧を上昇させ、高血圧の原因となり、動脈硬化や腎不全につながります。今よりうす味を心がけ、食べ物そのものの味を感じてみましょう。

### 第3条

食後は歯みがきをする  
【 歯の健康 】

#### からだの健康はお口から！

歯みがきは、生活習慣として口腔衛生を保つうえで必要です。食後は歯みがきをしましょう。子どもたちは仕上げみがきをしてもらいましょう。

### 第4条

自分の身体にあった活動をする  
【 活動・運動 】

#### ほんの少しの心がけ。からだを動かそう！

運動はスポーツだけではありません。ウォーキングやストレッチに加え、家事や畑仕事といった日常の動きも活かしながら、無理なく身体を動かしていきましょう。

### 第5条

十分な睡眠をとる  
【 こころの健康 】



十分な睡眠でこころと身体をリフレッシュしよう！  
心身の疲れをとるためには、十分な睡眠が欠かせません。睡眠の時間を確保するだけでなく、メディア上手に付き合い、生活のリズムを整え、睡眠の質を高めましょう。

## 第6条

悩んだ時の拠り所をつくる  
【 心の健康 】



**悩んだときは相談窓口を活用しよう！**  
心の不調や不安を感じた時に備え、家族や友人、専門機関など、話を聞いてくれる拠り所（相談先）をあらかじめ準備しておくことが大切です。勇気をもって一歩踏み出し、頼れる人に相談しましょう。

## 第7条

週2日は休肝日をつくる  
【 飲酒・喫煙 】

**アルコールとの適切な付き合いをこころがけよう！**  
毎日の飲酒は、様々な病気につながります。週に2日間の「休肝日」を持ち、肝臓を休ませましょう。

## 第8条

たばこは吸わない、煙を吸わせない  
【 飲酒・喫煙 】

**禁煙と受動喫煙を防ぎましょう！**  
たばこの煙には、多くの有害物質が含まれているので、たばこを吸わない人にも影響を及ぼします。受動喫煙を防ぐ取組をみんなで進めましょう。

## 第9条

毎年健康診査を受ける  
【 健康チェック 】

**毎年健診を受けましょう！**  
自分自身の健康状態を正しく知ることは、すべての健康づくりや生活習慣病予防の基本です。定期的な健診受診で自分の健康状態をしっかり把握し、健診結果を健康づくりに活かしましょう。

## 第10条

毎日体重をはかる  
【 健康チェック 】

**自分に合った健康チェックを習慣に！**  
毎日の体重測定から始めてみませんか。自分の身体をこまめにチェックすることで自分に合った食事や運動の内容を考えることができます。将来病気になるリスクを減らす一歩につながります。

## 第11条

笑顔で人とつながろう  
【 社会とのつながり 】

**笑顔の交流でこころも身体も元気！**  
人との関わりや会話は、こころの健康を保ち、生活の質を高めるために不可欠です。孤立を防ぎ、生きがいのある毎日を送るためにも、積極的に笑顔で関わり、会話を楽しみましょう。

引き続き、永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条の波及を図るため、以下の数値目標を設定します。

【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
永平寺町健康づくり <sup>いい</sup> 11からだ条の認知率	13.9%	20.0%

■ 計画の全体像



【 計画が目指すもの 】

【まちの将来像】

未来を創る めぐる感動 心つながる清流のまち  
えいへいじ

(第二次永平寺町総合振興計画後期基本計画 第2章)  
～健康で心がふれあうやさしいまちづくり～

【目標】健康寿命の延伸と健康格差の縮小

【 基本理念 】

元気、長生き、<sup>いい</sup>11からだ  
～続けよう笑顔に満ちた健康づくり～



【 行動目標 】

永平寺町健康づくり<sup>いい</sup>11からだ条  
町民一人ひとりの取組・地域全体としての取組



【 計画の基本方針 】

健康的な生活習慣の推進と  
重症化予防

こころの健康づくりの推進

健康を支え、守るための  
社会環境の整備

## 4 各分野における目標と実践

### ■ 目標の全体像

分野	スローガン	行動目標
 <p>栄養・食生活</p>	1. 野菜たっぷり減塩チョイス	第1条 両手いっぱい野菜を食べる 第2条 塩分を今より控える
 <p>歯の健康</p>	2. 歯と口の健康づくり	第3条 食後は歯みがきをする
 <p>活動・運動</p>	3. からだ楽しむ活発生活	第4条 自分の身体にあった活動をする
 <p>こころの健康</p>	4. 悩みを抱えず、相談しよう	第5条 十分な睡眠をとる 第6条 悩んだ時の拠り所をつくる
 <p>飲酒・喫煙</p>	5. 禁煙と適正飲酒	第7条 週2日は休肝日をつくる 第8条 たばこは吸わない、煙を吸わせない
 <p>健康チェック</p>	6. 健康チェックをしよう	第9条 毎年健康診査を受ける 第10条 毎日体重をはかる
 <p>社会とのつながり</p>	7. 地域の人々とのつながりをはぐくもう	第11条 笑顔で人とつながろう

## (1) 栄養・食生活



### 【 行動目標 】

**第1条：両手いっぱい野菜を食べる**  
**第2条：塩分を今より控える**

### 【 数値目標 】

指標		現状値	目標値
適正体重を維持している人の割合	大人	63.7%	66.0%
毎食野菜を食べる人の割合	子ども	32.7%	40.0%
毎食野菜を食べる人の割合	大人	37.3%	50.0%
1日に食べる野菜の量	大人	1.76皿	3皿
毎日朝食を食べる人の割合	子ども	90.5%	100.0%
毎日朝食を食べる人の割合	大人	82.5%	90.0%
果物を食べている人の割合	大人	79.9%	90.0%
減塩を心がけている人の割合	大人	58.2%	70.0%

### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1日に必要な野菜の量(350g)を知ろう。</li> <li>・ 野菜を1日350g食べよう。(1日5皿を目安に野菜料理を食べよう)</li> <li>・ 食事は野菜から食べよう。</li> <li>・ 減塩を知り、減塩の食事を心がけよう。</li> <li>・ 今より1日2gの減塩をしよう。</li> <li>・ 朝ごはんを毎日食べよう。</li> <li>・ 野菜を食べる量を増やす。</li> <li>・ 主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事をとろう。</li> </ul>
次世代期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 毎食野菜を食べよう。</li> <li>・ 野菜を食べる量を増やそう。</li> <li>・ 1日3食、規則正しい食生活を実践しよう。</li> <li>・ 適正体重に近づこう。</li> <li>・ 家族と食事をする機会を積極的につくり、食べる楽しさを実感しましょう。</li> </ul>

青壮年期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食野菜を食べよう。</li> <li>・野菜を食べる量を増やす。</li> <li>・今より1日2gの減塩をしよう。</li> <li>・夜遅い飲食を控え、夜ふかしをせず、毎日、朝食を食べる。</li> <li>・自炊のほかに、スーパーやコンビニ等のお惣菜等も活用して、バランスに配慮したメニューを選ぼう。</li> <li>・家族や友達と楽しく食事をする機会を増やそう。</li> </ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎食野菜を食べよう。</li> <li>・野菜を食べる量を増やそう。</li> <li>・今より1日2gの減塩をしよう。</li> <li>・しっかり食べることで低栄養や、フレイル、骨折予防を心がけよう。</li> <li>・家族や友達と楽しく食事をする機会を増やそう。</li> </ul>

### 【 地域の取組 】

- 食生活改善推進員が、野菜をたっぷりとれる調理や時短レシピを地区活動で紹介し、1日に必要な野菜摂取の啓発をする。
- 学校や幼稚園と連携し、野菜に関する情報を提供する。
- 食生活改善推進員が減塩のレシピの紹介や調理実習等の地区活動を実施し、減塩の啓発をする。
- 地域において、共食の機会を持つことで孤食に対して取り組む。
- バランスのよい給食を通して、食の楽しさや正しく食べることへの指導により、食生活の基礎を啓発する。

### 【 行政の取組 】

- 野菜350gの媒体を作成し、各地区で健康教室やイベント等で掲示する。
- 減塩の必要性や1日2gの減塩のコツについて健康教育や広報紙等で減塩を推進する。
- 町の一般的家庭の食事の塩分量と減塩の工夫をしたモデル食事の塩分量の違いを示し、具体的な減塩方法を啓発する。
- 乳幼児健診等の機会を利用し、離乳食や幼児食の指導と合わせて正しい食習慣に対する知識の普及について啓発する。
- 成人に対しては、健康教室や保健指導の中で、栄養バランスだけでなく食習慣の見直しが健康につながることを周知する。
- 高齢者に対しては、介護予防等の取組を推進し、低栄養・骨粗しょう症を予防することでフレイル予防につなげる。
- 若い女性には適正な体重の周知啓発を行う。

## (2) 歯の健康



### 【 行動目標 】

#### 第3条：食後は歯みがきをする

### 【 数値目標 】

指標		現状値	目標値
毎食後の歯みがき実施率	子ども	37.6%	90.0%
毎食後の歯みがき実施率	大人	27.1%	30.0%
歯科健診の年1回受診割合	大人	42.7%	65.0%
オーラルフレイルという言葉の認知率	大人	18.0%	30.0%
何でもかんで食べることができる割合	大人	88.6%	95.0%

### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"><li>・毎食後、歯をみがこう。</li><li>・家族でお互いに歯みがきの声かけをしよう。</li><li>・よくかんで、ゆっくり食べよう。</li><li>・間食や飲み物のとり方に気をつけよう。</li><li>・歯や口腔内の健康が生活習慣病の予防になることを知ろう。</li><li>・歯間部清掃用具を用いた適切な口腔ケアを習慣化し、歯科健診の重要性を啓蒙し、定期健診を受けよう。</li></ul>
次世代期	<ul style="list-style-type: none"><li>・乳幼児・小学生は仕上げみがきをしよう。</li><li>・妊婦の人は妊婦歯科健診を受けよう。</li><li>・妊娠中に歯と口の健康について正しい知識を身につけよう。</li></ul>
青壮年期	<ul style="list-style-type: none"><li>・歯周病は全身の健康と深い関係があることを理解して早期に予防しよう。</li><li>・生活習慣病予防のためによく噛んで食べる習慣を身につけよう。</li></ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"><li>・お口の体操を含む口腔ケアを行い、オーラルフレイルを予防し、食事を楽しもう。</li><li>・必要な歯の治療及び義歯を作製し、しっかり噛める状態を維持しよう。</li></ul>

### 【 地域の取組 】

- 幼稚園や小中学校と連携し、虫歯予防等について情報提供する。
- 「仕上げみがき」の徹底を乳幼児健診や育児相談、幼稚園等で周知する。
- 地域サロンや介護予防教室等でお口の体操を推進する。
- 歯科医師会や各機関等と連携し、かかりつけ歯科医を持つことや、歯科健診の重要性を呼びかけ、定期健診の受診を呼びかける。

### 【 行政の取組 】

- 大人の毎食後の歯みがきの必要性について、広報誌、ホームページ、健康教育等で周知する。
- 子どものおやつのとり方とむし歯について保護者等が分かるように広報誌等で周知する。
- 壮年期の健康増進法による歯科健診を実施する。
- 学校や幼稚園とも連携し、歯の健康づくりを推進していく。
- 正しい歯みがき方法や歯周病予防についての普及啓発を行う。
- 育児相談や幼児健診で歯科相談や歯科に関する指導を行う。
- 口腔機能向上教室等でオーラルフレイルの予防等の教室を開催し、正しい知識の普及啓発を行う。

### (3) 活動・運動



#### 【 行動目標 】

#### 第4条：自分の身体にあった活動をする

#### 【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
6,000歩以上歩行している人の割合	30.9%	41.0%
運動をしている人の割合	44.0%	50.0%
<sup>いい</sup> 11からだ体操の認知率	6.0%	20.0%
<sup>いい</sup> 11からだ体操の実施率	12.0%	20.0%

#### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"><li>・10分、身体を動かす時間を増やそう。</li><li>・「<sup>いい</sup>11からだ体操」やラジオ体操等、自分に合った運動を毎日しよう。</li><li>・子どもと家族と一緒に運動する習慣を身につけよう。</li><li>・積極的に運動会等のイベントに参加しよう。</li><li>・自分の健康状態や生活スタイルに応じた運動・身体活動を行おう。</li><li>・座る時間を減らそう。</li><li>・スマホ等を活用し、自分の活動量を知ろう。</li></ul>
次世代期	<ul style="list-style-type: none"><li>・家族や友人と一緒に、体を使った遊びを楽しもう。</li><li>・外遊びや体を動かす様々な活動に継続して取り組もう。</li><li>・運動やスポーツ活動など体を動かす余暇活動に親しもう。</li><li>・スマートフォンやタブレット、ゲーム機、パソコンの適正時間を守り、こまめに体を動かそう。</li></ul>
青壮年期	<ul style="list-style-type: none"><li>・近くへの外出時は徒歩にする等、日常生活の中で意識的に体を動かすよう、心がけよう。</li><li>・今よりも歩行時間を増やそう。</li><li>・運動習慣のない人は自分にあった運動を始めよう。</li></ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"><li>・仲間、地域ぐるみで運動を楽しむ機会をつくろう。</li><li>・無理をせず、自分の健康状態に合わせて体を動かそう。</li><li>・買い物、散歩など積極的に外出しよう。</li></ul>

### 【 地域の取組 】

- 「11<sup>いい</sup>からだ体操」をケーブルテレビでの放送等を利用し推進する。
- 親子体操教室の実施や家族ぐるみの運動習慣の定着を推進する。
- 商工会と協働して職域におけるプラス10の推進方法を検討し、実施する。
- 高齢者が地域ふれあいサロン、健康長寿クラブ等と連携し、健康体操、フレイル予防を実施する。

### 【 行政の取組 】

- 10分間活動を増やすことが運動になることを周知する。なるべく自家用車やエレベーター、エスカレーター等を使わずに体を動かす等、具体的な方法を健康教育やイベント、ケーブルテレビ等で周知する。(プラス10の推進)
- 青年期、壮年期が運動に取り組むための運動施設利用や健康教室の充実を図る。
- 健康教室や健康診査、保健指導の場等を活用し、運動の効果、方法等に関する正しい知識や情報提供を行う。
- 生活習慣病予防や介護予防のための健康相談、健康教育を受ける機会を提供し、個人の年齢や体の状態に応じた個別支援を行います。
- 子育て支援事業等で、親子で遊べる講座等を実施し、身体を動かす楽しさを伝えます。

## (4) こころの健康



### 【 行動目標 】

第5条：十分な睡眠をとる

第6条：悩んだ時の拠り所をつくる

### 【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
睡眠で休養がとれていない人の割合	32.5%	25.0%
睡眠時間が十分に確保できている人の割合	39.9%	60.0%
相談場所を知らない人の割合	25.1%	20.0%
相談できる人がいない人の割合（減少）	4.3%	0.0%
ゲートキーパーという言葉の認知率	8.7%	20.0%
ストレスや悩みがない人の割合（減少）	27.3%	15.0%

### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"><li>・十分な睡眠をとろう。</li><li>・不安や悩みを感じたときは、友人・家族や身近な相談機関に相談しよう。</li><li>・自分に合ったストレス解消方法を見つけよう。</li><li>・家族や身近な人の悩みに気づき、見守り、相談につなげよう。</li><li>・こころの健康について理解を深め、正しい知識を持つように努めよう。</li></ul>
次世代期	<ul style="list-style-type: none"><li>・スマホやテレビ等を使用する時間を決めよう。</li><li>・十分な睡眠をとり、規則正しい生活習慣を身につけよう。</li><li>・悩みを抱え込まず、困ったときは身近な大人に早めに相談しよう。</li></ul>
青壮年期	<ul style="list-style-type: none"><li>・質の良い睡眠を心がけよう。</li><li>・睡眠中に無呼吸症候群がある人は医療機関で相談しよう。</li><li>・職場などでストレスやうつ病に関する正しい知識について理解を深めよう。</li></ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"><li>・質の良い睡眠を心がけよう。</li><li>・睡眠中に無呼吸症候群がある人は医療機関で相談しよう。</li><li>・地域とつながりを持ち、孤立せず、孤立させないようにしよう。</li></ul>

### 【 地域の取組 】

- 幼稚園、小中学校と連携し、子どもの睡眠の大切さについて講演会やパンフレット等で周知する。

### 【 行政の取組 】

- 就寝前のスマホやテレビ等のメディアの使用が成長発達や身体に及ぼす影響について周知し、使用時間等のルールを決めるよう推進する。
- 睡眠の必要性や十分な睡眠は生活習慣病予防に関連することを周知する。
- ホームページや広報紙でストレスやこころの病気に関する情報の提供やこころの相談窓口について情報提供する。
- ストレスチェック票を基に睡眠やストレスの相談を実施する。
- 妊娠・出産期から高齢者まで、ライフステージに合わせたメンタルヘルスに関する情報、睡眠の重要性について、広報やインターネット等を活用して普及啓発を行う。

## (5) 飲酒・喫煙



### 【 行動目標 】

第7条：週2日は休肝日をつくる

第8条：たばこは吸わない、煙を吸わせない

### 【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
ほぼ毎日飲酒する人	20.3%	16.0%
休肝日を設けている人の割合	53.4%	60.0%
妊娠中の飲酒率（減少）	1.8%	0.0%
生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人の割合（減少）	12.3%	5.0%
喫煙率	11.7%	9.5%
妊娠中の喫煙率（減少）	0.8%	0.0%
望まずに自分以外の方が吸っていたタバコの煙を吸う機会（受動喫煙）がある人の割合（減少）	62.8%	50.0%

### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ たばこや受動喫煙が体に与える影響を知ろう。</li> <li>・ 20歳未満の人が喫煙しない環境をつくろう。</li> <li>・ 喫煙が禁止されている区域での喫煙は控え、子どもや妊婦の前でたばこを吸わないようにしましょう。</li> </ul>
次世代期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 未成年者は、お酒を飲まない、たばこを吸わない。</li> <li>・ 妊娠中の喫煙はやめよう。</li> <li>・ たばこの害や受動喫煙についての正しい知識を学ぼう。</li> </ul>
青壮年期 高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 適正飲酒について理解し、適量を心がけよう。</li> <li>・ 飲酒が身体に与える影響について知ろう。</li> <li>・ 「休肝日」を週に2日以上設けよう。</li> <li>・ アルコール依存症等の飲酒に関する悩みは相談窓口にご相談しよう。</li> <li>・ がんや歯周病、心臓病等、喫煙が健康に及ぼす影響について知ろう。</li> <li>・ 禁煙外来を活用する等、積極的に禁煙を心がけよう。</li> <li>・ 喫煙が周囲の人の健康に影響があることを知り、周囲への配慮をしよう。</li> <li>・ 家庭や職場などにおいて受動喫煙の防止に取り組もう。</li> </ul>

### 【 地域の取組 】

- 小中学校にて、飲酒が及ぼす影響や喫煙の危険性についての啓発活動を行う。
- 公民館や集会所で禁煙しやすい環境を整える。
- 20歳未満の人に、たばこやお酒を販売しない。

### 【 行政の取組 】

- 妊娠届出や乳児訪問時に、喫煙や飲酒が胎児や乳幼児に与える影響について説明し、禁酒・禁煙、受動喫煙防止を推進する。
- 健康教育や健康相談を通じて、飲酒が身体に及ぼす悪影響を周知し、適量の飲酒の重要性について普及啓発する。
- 広報紙や壮年期が集まる会合等で、たばこの害や健康への影響に関する正しい知識について普及啓発する。
- アルコールに関する相談窓口について周知する。
- 禁煙外来の周知及び紹介に努めるとともに、保健事業で禁煙を勧める。
- 家庭における受動喫煙防止のため、幼稚園や学校と連携し、保護者に対し受動喫煙防止について啓発する。
- 関係機関と連携して公共施設や人が集まる場所の受動喫煙防止に努め、受動喫煙対策を推進する。
- 個別相談の機会に禁煙への支援を行います。必要な場合は、専門機関を紹介し、援助していきます。

## (6) 健康チェック



### 【 行動目標 】

第9条：毎年健康診査を受ける  
第10条：毎日体重をはかる

### 【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
特定健康診査受診率	40.8%	データヘルス計画に準ずる
後期高齢者健診受診率	14.8%	30.0%
胃がん検診受診率	23.7%	6.0%増加
肺がん検診受診率	21.4%	6.0%増加
大腸がん検診受診率	26.2%	6.0%増加
子宮がん検診受診率	44.0%	5.0%増加
乳がん検診受診率	40.9%	5.0%増加
毎日体重測定をしている人の割合	21.5%	30.0%
定期的に血圧測定をしている人の割合	21.1%	25.0%

## 【 町民の取組 】

次世代期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分にあった康づくりの方法を学習しよう。</li> </ul>
青壮年期 高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 定期的に健診を受診し、自分の健康状態を把握しよう。（1年に1回は健診を受けよう）</li> <li>・ がん検診を受診しよう。</li> <li>・ 健診を受けて自分のからだを振り返り、生活習慣を見直そう。</li> <li>・ 家族や周りの人に健診の受診を呼びかけよう。</li> <li>・ 日頃から自分の健康管理を意識し、生活習慣の改善に努めよう。</li> <li>・ 健診結果から特定保健指導や精密検査が必要とされた場合は、必ず受けよう。</li> <li>・ 健診結果はかかりつけ医に相談しよう。</li> <li>・ 毎日体重をはかり、記録してチェックしよう。</li> <li>・ 必要な人は血圧を毎日をはかり、記録してチェックしよう。</li> <li>・ 健康づくりポイントカードに参加して自分の健康目標を実践しよう。</li> </ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 認知症検診やフレイルチェックを受けよう。</li> </ul>

## 【 地域の取組 】

- 各地区での出前健康教室や、婦人会・壮年会等の集会時での受診勧奨を推進する。
- 商工会や職域と連携し、受診勧奨をする。
- SNSを利用した健診の受診勧奨をする。
- 保健推進員の活動を充実・強化し、地区での受診勧奨の声かけを推進する。

## 【 行政の取組 】

- 定期的に健診（検診）を受診することの重要性について普及啓発する。
- 日頃から体重や血圧の測定やかかりつけ医を持つことの必要性について普及啓発する。
- 有所見者に対し、精密検査への受診勧奨や生活習慣病予防のため、個別に保健指導を実施する。
- 受診日を工夫する等、町民が受けやすい健診（検診）体制をつくる。
- 自覚症状がある場合は、早期に医療機関を受診するよう普及・啓発に取り組む。

## (7) 社会とのつながり



### 【 行動目標 】

## 第11条：笑顔で人とつながろう

### 【 数値目標 】

指標	現状値	目標値
地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等に参加したことがある人の割合	51.3%	60.0%

### 【 町民の取組 】

全世代共通	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 近所の人やさまざまな人たちと交流を持ち、あいさつや声掛けをしよう。</li><li>・ 地域の健康づくり活動に関心を持とう。</li><li>・ 地域のサロンに参加し、孤立を防ぎながら交流の機会を増やそう。</li><li>・ 地域活動等に参加し仲間をつくり、生きがいのある生活をしよう。</li></ul>
-------	--

### 【 地域の取組 】

- サロンや地域のネットワークの中で町民同士の共助を大切にする。
- 地域行事や介護予防の取組等への参加を促し、社会参加を促す。

### 【 行政の取組 】

- 健康づくり組織の普及・啓発に努め、その活動支援を行う。
- 健康教室を開催し、地域住民への情報提供を行う。
- ICTを活用し、正しい知識等の啓発を行う。

---

## 第4章 自殺対策計画

---

### 1 基本理念

本町の自殺対策は、すべての人がかけがえのない個人として尊重される社会、すなわち「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指しています。自殺は、単に瞬間的な行為としてではなく、人が自らのいのちを絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。健康問題や経済・生活問題、家庭や労働の問題、孤立、学校や職場での困難、デジタル空間の影響など、さまざまな要因が複雑に絡み合った結果として起こるものです。

自殺対策では、生きることの包括的な支援、保健・医療・福祉・教育・労働・その他の関連施策との有機的な連携等による総合的な対策の推進が求められており、本計画の基本理念を引き続き「誰も自殺に追い込まれることのない永平寺町～つながり、支えあい、いのちを支える地域へ～」とし、地域全体で支え合う体制づくりを推進します。

**誰も自殺に追い込まれることのない  
永平寺町**

**つながり、支えあい、いのちを支える地域へ**

## 2 数値目標

国は自殺対策の数値目標について、平成29年から令和8年までの10年間で、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を平成27年の18.5と比べて30.0%以上減少（13.0）させるとしています。この考えを踏まえ、福井県は「平成29年の自殺死亡率15.6を、10年後に30.0%以上減少させ、10.9以下にする」ことを目標にしています。

永平寺町においては、自殺対策を通じて自殺者を出さないということを目指し、その達成に向け、「令和7年までの5年平均自殺死亡率を7.7以下（年間1.5人以下）まで減少させる」ことを目標として定めてきました。しかし、令和2年から令和6年までの自殺死亡率が14.3と増加していることから、引き続き「7.7以下（年間1.5人以下）まで減少させる」として設定しました。

### ■ 計画の数値目標

考え方	第1次計画の数値目標を引き続き設定
-----	-------------------

指標	現状値	目標値
睡眠で休養が取れていない人	32.5%	25.0%
相談場所を知らない人	25.1%	15.0%
ゲートキーパーという言葉の認知率	8.7%	20.0%

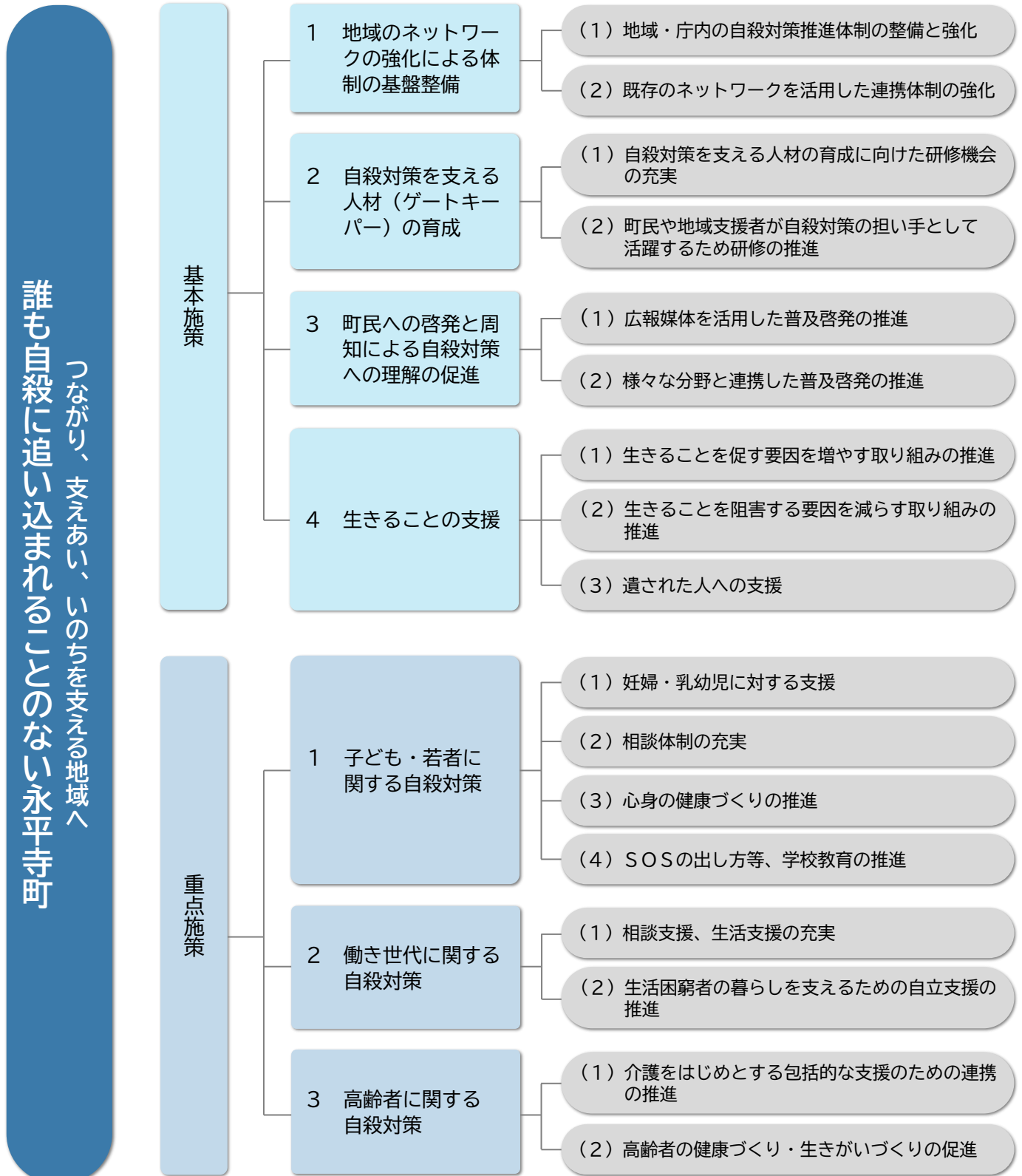
### 3 施策体系

自殺対策計画は、4つの基本施策と3つの重点施策に基づき、基本理念「誰も自殺に追い込まれることのない永平寺町 つながり、支えあい、いのちを支える地域へ」の実現を目指し、それぞれの取組を展開しています。

[ 基本理念 ]

[ 施策 ]

[ 施策の方向性 ]



## 4 施策の推進

### <基本施策>

#### 基本施策1 地域のネットワークの強化による体制の基盤整備

##### 【 施策の方向性 】

自殺予防対策を効果的に推進するためには、地域や庁内の関係機関が連携した支援体制の整備と強化が不可欠です。関係機関との協議や情報共有を通じて、地域や職域での自殺リスクや支援が必要な状況を把握し、適切な機関につなげる体制を整えます。

また、地域の既存ネットワークを活用し、民生委員・児童委員、要保護児童対策や子育て支援機関、社会福祉協議会、地域包括支援センターなどと連携することで、地域住民が孤立せず支援を受けられる体制を推進します。

地域全体で自殺リスクの早期把握や適切な支援につなげる基盤を整え、自殺予防に向けた支援体制の充実を図ります。

#### (1) 地域・庁内の自殺対策推進体制の整備と強化

事業名等	内容	担当課 関係機関
永平寺町健康づくり推進協議会の開催	○保健・医療・福祉・教育などの関係機関や団体で構成する「永平寺町健康づくり推進協議会」を、自殺対策推進の中核組織として位置付け、定期的を開催します。協議会では、自殺対策計画の進捗状況を確認・検証するとともに、関係機関との連携を強化し、計画の着実な推進につなげます。	保健センター
庁内等での連携による支援の推進	○相談業務や窓口業務を通じて、支援が必要な人を見逃さないようにし、庁内関係課や社会福祉協議会などの関係団体と連携して、適切な支援につなげます。また、行政職員を対象とした研修等の機会を活用し、自殺対策計画の内容や支援の流れを共有することで、庁内連携を密にし、継続的な支援体制を強化します。	全課
自殺予防対策協議会	○関係機関が連携し、総合的な自殺予防対策を推進するため、福井健康福祉センターが主催する自殺予防対策協議会に継続して参加します。協議会を通じて、自殺予防に関する情報共有や課題の整理を行い、関係機関との連携を強化しながら、自殺予防対策を推進します。	福井健康福祉センター

事業名等	内容	担当課 関係機関
福井地域・職域連携推進協議会の開催	○地域保健と職域保健、医療関係者が相互に情報を交換し、共通理解のもとで生活習慣病やがん対策などの健康づくりを推進するため、福井健康福祉センターが主催する福井地域・職域連携推進協議会に継続して参加します。協議会を通じて、地域や職域の健康課題を共有し、関係機関との連携を深めながら、生活習慣病対策、がん対策、感染症対策など、地域全体の健康づくりを推進します。	福井健康福祉センター

## (2) 既存のネットワークを活用した連携体制の強化

事業名等	内容	担当課 関係機関
民生委員・児童委員との連携	○地域で困難を抱える人に気づき、適切な相談機関につなげるため、地域の身近な相談窓口である民生委員・児童委員との連携を強化します。定例会や各種会議、LINEなどの情報共有の仕組みを活用し、地域で把握した事例を迅速かつ適切に共有し、相談機関へのつなぎを確実にを行うことで、支援体制を維持・強化します。	福祉保健課
要保護児童対策地域協議会との連携	○要保護児童等に対する支援内容を協議し、育児不安、児童虐待、いじめ、不登校、ひきこもりなど、要保護児童への迅速で適切な支援を行うため、要保護児童対策地域協議会を継続して開催します。代表者会議や実務者会議を通じて関係機関との連携を図り、家庭への支援を強化します。また、令和7年4月に開設したこども家庭センターとも連携し、子育て世帯への支援を一体的に推進します。	子育て支援課
永平寺町社会福祉協議会や地域包括支援センターとの連携	○永平寺町社会福祉協議会や地域包括支援センターと連携し、介護や障がいなど、地域における課題の解決に向けた取組を推進します。高齢者などからの相談に応じて支援につなぐとともに、各種会議や打合せを通じて情報共有と連携を図り、地域の課題に対する支援体制を継続して強化します。	福祉保健課 保健センター

## 基本施策2 自殺対策を支える人材（ゲートキーパー）の育成

### 【 施策の方向性 】

自殺の兆候やリスクに気づき、必要な支援につなぐことができる人材の育成は、自殺対策を進める上で重要です。町職員をはじめ、保健・医療・福祉などの関係分野で活動する人材だけでなく、地域で活動する町民や関係団体も含めた研修や普及啓発により、地域全体での支援力の向上を図ります。ゲートキーパー研修や研修会を通じて、自殺のサインの理解や相談の流れ、関係機関との連携体制を身につけ、早期発見・早期支援につなげます。

### （1）自殺対策を支える人材の育成に向けた研修機会の充実

事業名等	内容	担当課 関係機関
町職員研修の実施	○窓口業務や相談・徴収業務などの場面で自殺のサインに気づき、自殺リスクを抱える人の早期発見と適切な支援につなげられるよう、町職員を対象にゲートキーパー研修を実施します。研修を通じて得られた知識や連携体制を生かし、必要に応じて研修を行い、全庁的な自殺対策の推進につなげます。	全課

### （2）町民や地域支援者が自殺対策の担い手として活躍するため研修の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
関係団体等を対象とする研修会の開催	○民生委員・児童委員、食生活改善推進員、保健推進員、健康長寿クラブなど、日頃から地域で活動する関係団体や町民が、自殺のサインに気づき、適切な相談先につなぐ役割を担えるよう、ゲートキーパー研修会を実施します。関係団体への研修と協力体制を継続し、地域における支援力の向上を図ります。	福祉保健課 保健センター

### 基本施策3 町民への啓発と周知による自殺対策への理解の促進

#### 【 施策の方向性 】

自殺は個人の問題にとどまらず、社会全体で取り組む課題であり、誤った認識や偏見を取り除くことが、自殺対策の第一歩となります。町民一人ひとりが、生活の中で悩みや不安を抱えた人の存在に気づき、寄り添い、必要に応じて適切な相談窓口や支援機関につながるという役割を意識できるよう、普及啓発を進めます。

広報媒体や地域の各種活動の場を活用し、自殺予防やこころの健康に関する正しい知識を周知するとともに、相談先や支援制度を知る機会を提供することで、地域全体で支援力を高め、いのちを支える地域づくりを推進します

#### (1) 広報媒体を活用した普及啓発の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
広報媒体を活用した自殺対策の周知	○広報永平寺や町ホームページなどの広報媒体を活用し、自殺予防週間(9月)や自殺対策強化月間(3月)に合わせて、自殺対策に関する情報や相談窓口を周知します。	保健センター
リーフレットの配布等	○相談窓口や支援制度を分かりやすく示したリーフレットを作成・配布し、自殺対策やこころの健康に関する啓発を行います。窓口対応や健康相談、健康教室の場で配布を継続し、必要な支援につながりやすい環境づくりを進めます。	保健センター

#### (2) 様々な分野と連携した普及啓発の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
健康づくり等の保健事業における普及啓発	○集団健診や地区の健康教育・健康相談などの場を活用し、こころの健康づくりやうつ病への正しい理解、自殺は社会全体で取り組むべき課題であることについて周知します。また、支援先や相談窓口の情報を伝えることで、必要な支援につながりやすい環境づくりを進めます。あわせて健康づくり全般についても広報媒体等を活用して発信し、引き続き健診受診の勧奨に取り組みます。	住民税務課 福祉保健課 保健センター
人権についての啓発	○人権相談の実施や人権の花運動、文化祭や人権週間における啓発活動などを通じて、いのちの大切さや生きることを支える視点について理解を深め、人権尊重の理念を広く周知します。	総務課

事業名等	内容	担当課 関係機関
図書館を通じた啓発	○自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）に合わせて、こころの健康や自殺対策に関する書籍の紹介や特設展示を行い、町民の理解促進や相談先の周知につなげます。	生涯学習課
文化祭や各種イベントを通じた啓発	○文化祭や公民館など地域の交流の場を活用し、自殺問題やこころの健康に関する展示や啓発を行います。国の自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）に合わせて啓発内容を充実させ、町民が正しい知識を身につけ、身近な相談先を知る機会を提供します。	生涯学習課 保健センター

## 基本施策4 生きることの支援

### 【 施策の方向性 】

自殺を防ぐためには、日常生活で抱える悩みや不安など、命を脅かす可能性のある要因を減らす取組と、地域での交流や役割の提供など、生きる意欲を高める取組の両面が重要です。

地域活動や居場所づくり、生涯学習やスポーツなどの機会を通じて、住民が孤立せず支え合える環境を整備するとともに、こころや生活に関する相談体制を充実させます。また、自死遺族への支援や偏見解消の啓発活動を行い、地域全体で生きることを支える体制の強化を図ります。

### (1) 生きることを促す要因を増やす取り組みの推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
まちづくりや地域ふれあいサロン等、生きがいの場づくりの推進	<p>○地域ふれあいサロン、介護予防教室など、地域住民が集い交流できる場の充実を図り、生きがいや役割を感じられる機会を提供します。また、集落センターの建設・改修支援や地域活動団体への補助を通じて、地域コミュニティの活性化を促進します。</p> <p>○地域ふれあいサロンの取組や在宅介護支援センターの巡回訪問、配食サービス、民生委員・児童委員等による見守り活動を通じて、ひとり暮らし高齢者の状況把握や早期支援につなげます。また、サロン活動への訪問による健康教育・健康相談の実施や、集落センターの整備支援など地域活動を後押しする取組を進め、地域とのつながりを深める環境づくりを促進します。</p> <p>○民生委員・児童委員等と連携し、災害発生の恐れがある際の見守り依頼や日常的な情報共有を通じて、地域の見守り体制を強化します。また、必要に応じて関係課と連携し、健康相談や支援につなぐ体制を整えます。</p> <p>○地域の実情に応じた移動手段としてデマンド型交通「近助タクシー」の利用を支援し、移動支援とあわせて地域のつながりの強化につなげます。</p>	総合政策課 福祉保健課 保健センター 社会福祉協議会
保健体育事業等の推進	<p>○地域の人々との仲間づくりや生きがいづくりのため、生涯スポーツやレクリエーションを推進します。スポーツ推進委員等と連携し、アマチュアスポーツの普及や町のイベントを通じて地域住民との交流を深めます。</p>	生涯学習課

事業名等	内容	担当課 関係機関
健康福祉施設を活用した交流の場づくり	○健康福祉施設「永平寺温泉禅の里」を活用し、ミュージックケア健康体操や太極拳講座等のプログラムを実施することで、町民の健康増進や余暇活動、介護予防を図ります。また、施設での交流活動を通じて地域住民間のつながりを深め、自殺リスクの軽減を図ります。	福祉保健課

## (2) 生きることを阻害する要因を減らす取り組みの推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
消費者行政相談の実施	○消費生活に関する相談事業や出前講座を通じて、悪徳商法の事例や防止策、相談窓口の周知を図り、安全で安心な消費生活を支援します。高齢者などを対象とした啓発活動や、町民からの消費生活に関する相談や苦情の受付などを通じ、住みよいまちづくりに資する消費者行政に取り組みます。	総務課
防犯環境の整備	○犯罪被害者や被害者の家族は自殺リスクが高くなる可能性があるため、地域防犯活動を通じて犯罪予防を行い、自殺リスクの軽減に努めます。 ○再犯防止推進計画や犯罪被害者等支援条例に基づき、防犯隊による警戒パトロールや被害者支援などの取組を実施し、安全で安心して暮らせるまちづくりを目指します。	総務課 防災安全課
交通安全や公共交通等の普及	○交通事故の被害者・加害者ともに、事故後には自殺リスクが高まる可能性があるため、交通安全の研修や普及啓発を通じて交通事故を減らし、自殺リスクの軽減に努めます。交通指導員を中心とした交通安全教育や、カーブミラーの設置や規制外道路標示による事故防止などの取組を実施し、安心して暮らせるまちづくりに資します。 ○地域コミュニティバスや近助タクシーにより移動手段を確保することで、社会的交通弱者の行動範囲を広げ、孤立を防ぎます。コミュニティバスのダイヤやルートの見直しによる利便性向上や、デマンド型交通「近助タクシー」等の導入により、高齢者などの移動手段を確保するとともに、ドライバーと利用者との交流や支え合いを通じて地域コミュニティのつながりを促進します。さらに、事業者委託型デマンドタクシーの試験運行などを通じ、地域の実情に応じた交通手段への段階的な転換を図り、移動の利便性向上と住民の活動範囲の拡大を目指します。	総務課 防災安全課 総合政策課

事業名等	内容	担当課 関係機関
地域防災力の向上	<p>○災害時には自殺リスクが高まる可能性があることから、地域防災力の強化を通じて、地域住民の支え合いを促進し、生きることの包括的支援を推進します。各地区が主体的に実施する防災訓練への助言や個別避難計画の作成を通じて、自助・共助の意識を高め、要配慮者への支援体制を整えます。また、消防や消防団による火災・災害対応や予防啓発活動など、地域の消防力・防災力の向上に努めます。</p>	<p>総務課 防災安全課 消防本部</p>
住民窓口業務の充実	<p>○戸籍・住民登録や福祉・子育てなどの各種申請の際、当事者や家族に対面で対応する機会を活用し、問題の早期発見・早期対応に努め、適切な支援先へつなげます。住民窓口では、話しやすい雰囲気づくりを心がけ、相談があった場合には適切な支援先につなぎ、必要な支援を受けられる体制を整えます。</p>	<p>住民税務課 福祉保健課 子育て支援課 地域づくり 応援課 他</p>
保険制度等の適正な運営	<p>○保険や年金等の手続き時に生活や経済的な悩みがある場合には把握し、自殺リスクが高まる可能性がある際には、適切な支援先へつなげます。手続きの際には話しやすい雰囲気づくりを心がけ、相談があった場合には必要な支援が受けられるよう支援先へつなぎます。</p>	<p>住民税務課</p>
障がい等のある人への地域生活支援	<p>○相談や障がい福祉サービス等の支援を通じて、利用者が抱える課題を把握し、対応することで、包括的な問題の解決に向けた支援を推進します。サービス事業所や地域包括支援センター、障がい相談事業所と連携し、課題の共有や支援の調整を行います。また、地域生活支援拠点の整備や複数の相談事業所、短期入所施設の活用を通じて、障がいのある人が地域で安心して生活できる環境の充実を図ります。</p>	<p>福祉保健課</p>
健康増進事業等を通じた疾病の予防と健康づくりの推進	<p>○保健推進員や食生活改善推進員による地域に根ざす健康づくり活動を通じて、住民の健康問題を把握し、自殺リスクの早期発見・早期対応につなげます。地区の保健推進員等と日頃から密にコミュニケーションを取り、健康問題を抱える人が相談できる体制を整えます。</p> <p>○健康相談、教育、訪問事業、がん検診や健診等を通じて、十分で良質な睡眠や休養の重要性を周知するとともに、うつ病などの疾病時に適切な医療や相談機関につながっていない人への支援を強化します。生活習慣病の早期発見・早期治療を行い、住民自身の健康管理につなげます。地区での健康教育や保健事業を通じて、睡眠や休養、適切な医療の受け方などについて支援します。</p>	<p>保健センター</p>
良好な住環境の提供	<p>○生活困窮等の課題を抱える方に対し、町営住宅等居住環境を提供し、生活基盤の確保に努めます。</p>	<p>建設課</p>

事業名等	内容	担当課 関係機関
各種納付等の相談の実施	○水道料金や保険料、税金等を滞納している場合、生活面で大きな問題を抱えていることがあるため、生活困窮等の悩みがある場合には、その人に合った支援先へつなげます。納税相談の際には、相談者の状況を確認し、債権管理以外の悩みについては関係部門と連携し、必要な支援が受けられるよう対応します。申請や面接で相談があった場合も、適切な支援先へつなぎます。	住民税務課 上下水道課 建設課 子育て支援課 福祉保健課
男女共同参画社会の推進	○家庭、学校、地域、職場等において、すべての人が対等な立場で社会参加できるよう意識改革を進めます。また、DVや女性の就労等に関する相談や関係機関へのつなぎを通じて、適切な支援に努めます。住民税務課や子育て支援課など関係部門と連携するとともに、必要に応じて婦人相談所との連携も行います。スーパーなどのトイレに相談窓口リーフレットを設置するなど、周知活動や講演会、総会への参加を通じて支援体制の充実を図ります。	福祉保健課 生涯学習課
ひきこもり状態にある人への支援	○本人や家族からの個別相談を受けるとともに、支援ニーズを把握し、適切な機関と連携して、相談者の状態に応じた支援を行います。広報やホームページで相談窓口の周知を図り、県のひきこもり支援センターやこども家庭センターとの連携体制を活用します。家族や本人の相談に応じ、必要なサービスや相談機関へつなぎ、個別支援を実施します。また、不登校傾向のある生徒に対応するため、相談室や校内サポートルーム、適応指導教室などの居場所を整備し、居場所づくりを含めた支援を充実します。	福祉保健課 子育て支援課 学校教育課
無料法律相談	○弁護士による無料法律相談を社会福祉協議会が実施します。	福祉保健課 社会福祉協議会
権利擁護・差別解消における支援	○判断能力が不十分な認知症のある高齢者や障がいのある人等の権利や財産を守るため、関係機関と連携して相談・支援を行います。嶺北7市町による成年後見センターを活用し、後見が必要な方への支援や市町による申立て・報酬助成などの支援を実施します。	福祉保健課
こころの健康相談によるストレス状態の早期発見	○健康診査において、ストレスに関する自己チェック（心の健康度自己評価票）を実施し、軽度ストレス状態からハイリスク者までを把握します。また、こころに悩みを持つ方やその家族が身近な場所で心理カウンセラーの相談を受けられる機会を提供し、早期支援につなげます。ストレスチェック票やこころの健康相談を実施するとともに、健康診査の受診勧奨を行い、より多くの住民が相談を利用できる体制を整えます。	保健センター 住民税務課

事業名等	内容	担当課 関係機関
精神保健相談	○福井健康福祉センターの精神科嘱託医による個別相談を実施し、こころに悩みを持つ方やその家族が精神科医師の相談を受けることで、早期支援につながります。福井健康福祉センター主催の精神保健相談について、必要な人が利用できるよう連携と調整を行い、健康相談等で支援が必要な住民を精神保健相談につながります。	福井健康福祉センター
悩みごと総合相談会における支援	○法律、依存症、こころの健康、生活困窮等の幅広い悩み事について、弁護士、精神科医師、臨床心理士等の専門職による総合相談会を開催します。生活困窮に関しては、福祉保健課の窓口で随時対応し、必要に応じて生活困窮自立支援制度を活用して支援します。福井健康福祉センター主催の悩みごと相談会についても、必要な人が利用できるよう連携と調整を行い、健康相談等で支援が必要な住民を相談会につながります。	保健センター 福祉保健課 福井健康福祉センター
自殺未遂者の再企図防止に向けての支援	○医療機関や関係機関と連携し、適切な相談支援機関へつなぎ、自殺未遂者の再企図防止に努めます。福井健康福祉センター主催の自殺予防対策協議会の中で、再企図防止の方策を検討し、県と協力して支援体制を整えます。	福祉保健課 保健センター 福井健康福祉センター

### (3) 遺された人への支援

事業名等	内容	担当課 関係機関
自死遺族に対する支援	○自殺等により遺された人から相談を受けた場合には、必要な情報提供や相談支援を行います。ゲートキーパー研修会の中で自死遺族の思いや辛さについて周知するとともに、県と連携して支援体制を整えます。 ○自殺対策研修会を通じ、自死遺族に対する偏見をなくすよう啓発に努めます。	保健センター 福祉保健課 福井健康福祉センター

## <重点施策（ライフステージ別）>

### 重点施策1 子ども・若者に関する自殺対策

#### 【 施策の方向性 】

子どもや若者が自殺に追い込まれる要因として、学校における人間関係や家族との関係など、様々な背景が考えられます。乳幼児期には、子どもの心身の健全な発達や発達に沿った関わり方、生活リズムの習得、子育て支援を行います。学齢期には、児童生徒が困難や悩みに直面したときに信頼できる大人に相談できる環境を整え、仲間とのつながりを深められるよう、学びや交流の機会を豊かにすることが大切です。

また、保健・医療・福祉・教育分野の関係機関が連携し、悩みを抱える子ども・若者やその家族への支援体制を整えるとともに、地域での見守りや支援を推進します。

デジタル社会の進展を踏まえ、インターネット等を通じて流通する自殺に関連する情報が及ぼす影響に対し、適切な支援の強化を図ります。

#### (1) 妊婦・乳幼児に対する支援

事業名等	内容	担当課 関係機関
母子保健事業における支援の充実	<ul style="list-style-type: none"><li>○妊娠届や母子手帳交付、健診等のあらゆる機会を通じ、子育て支援課等と連携し、相談支援を伴走的に行い、対象者への支援を強化します。</li><li>○産後うつ病に陥ることがないように、評価アンケートや面接等を通じて状況を把握し、必要な支援を実施します。子育て支援課等と連携して対象者への支援体制を整備し、支援の強化と周知を図ります。</li><li>○乳幼児健診や育児相談等を通じて、家庭の生活状況や抱える課題を把握します。貧困や虐待等に関する各施策と連携し、幼児だけでなく家族を含め、安心して子育てできる環境を整える支援を行います。子育て支援課等と連携し、家庭訪問や面接を通じて適切なサービスにつなぎます。</li></ul>	子育て支援課 保健センター こども家庭センター

事業名等	内容	担当課 関係機関
子育てに関する支援の充実	<p>○子育てに係る経済的支援を実施し、安心してゆとりを持って子育てできる環境を整えます。幼児健診等で相談があった場合は、子育て支援課等と連携して支援します。また、保育料や保護者負担金の軽減等の経済的支援を充実させ、子育て環境の向上を図ります。</p> <p>○幼稚園・保育園等において乳幼児一人ひとりに適した環境で健全な心身の発達を促進し、子育てができる環境を支援します。幼児健診後に経過観察が必要な場合は、園や子育て支援課、こども家庭センターと連携して支援を行います。</p> <p>○育児不安やストレス、夫婦関係等に悩みを抱える保護者に対して、幼児健診や育児相談、家庭訪問を通じて相談支援を実施します。必要に応じてこども家庭センターと連携し、個別相談やサービスへのつなぎを行い、支援体制を整えます。</p>	子育て支援課 保健センター 福祉保健課
ひとり親家庭等に関する支援	○ひとり親家庭に対する支援を実施し、生活状況や家族の状況を把握するとともに、必要な支援を提供します。	子育て支援課 福祉保健課

## (2) 相談体制の充実

事業名等	内容	担当課 関係機関
障がい児者等支援の必要な人への相談支援の実施	○ひきこもり等の個別相談に対応するとともに、支援ニーズを把握し、適切な機関と連携して相談者の状態に応じた支援を行います。必要に応じて、就労支援等や社会参加を促す取組も関係機関と連携して実施します。地域活動支援センターとの連携を通じ、創作活動や生産活動、社会との交流促進を図るとともに、包括的な支援体制を整えます。	福祉保健課 子育て支援課 保健センター
子育て支援センター等における相談実施	○子育て支援センターや子育て支援事業の機会を活用し、保護者が育児不安や課題を抱え込むことのないよう、相談会や個別相談を実施します。	子育て支援課 保健センター
家庭療育に関する支援	○幼稚園巡回相談事業、子育て相談会、Aキッズ等の機会を通じ、気がかりな幼児や児童生徒とその保護者に対して育児ストレスや療育の課題について相談支援を行います。関係機関と連携して早期支援を実施するとともに、就学前に特化した親子教室を開催します。学校と連携し、個々のニーズに応じたハード面・ソフト面での支援を提供します。	保健センター 福祉保健課 子育て支援課 学校教育課
就学に関する相談の実施	○支援を要する児童生徒に対して、関係機関と連携し、発達の状態に応じたきめ細やかな個別相談を実施します。子育て支援課と学校教育課の連携を強化し、相談活動を密に実施するとともに、支援体制の充実を図ります。	子育て支援課 学校教育課

事業名等	内容	担当課 関係機関
家庭・地域・保健・福祉 ・学校との連携強化	○特定妊婦・要支援児童等、支援が必要な家庭を把握し、要保護児童対策地域協議会等と連携して、養育に困難を抱える家庭への支援を行います。幼児健診や育児相談、家庭訪問等の機会を活用し、子育て支援課等と連携して適切なサービスに繋げ、支援体制の強化を図ります。	子育て支援課 学校教育課 福祉保健課 保健センター
気がかりな妊婦・親子を支援するための連携システムによる支援	○気がかりな妊婦・親子に対して、切れ目のない支援を行うことを目的に、医療機関、町、福井健康福祉センター等の関係機関と情報を共有し、連携して支援を実施します。福井県の連携システムを活用し、子育て支援課等と連携して対象者への支援を強化します。	医療機関 福井健康福祉センター 保健センター 子育て支援課
育児不安解消サポート事業による相談（こあら広場）	○福井健康福祉センターが主催するこあら広場を活用し、必要な対象者に紹介して支援を行い、不安の軽減や育児支援につなげます。	福井健康福祉センター 保健センター

### (3) 心身の健康づくりの推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
いのちの大切さを学ぶ教育の推進	○相談することの大切さを理解し、悩みやストレスに対処できるようになる学習を年間通じて実施します。担任による相談活動やアンケートを活用して生徒の状況を把握し、悩みから立ち直るポジティブ教育を実施します。	学校教育課
学校や地域における交流・学習機会の充実	○家庭や地域において、様々な福祉課題への理解を深める交流や学習の機会を充実させます。地域活動に児童生徒が参加できるようなイベントを企画し、自殺リスクの早期発見・対応に役立てます。	学校教育課
児童館における心身の健康づくりの推進	○児童館を放課後の居場所として活用し、子どもたちに健全な遊びや学びの機会を提供します。長期休暇中も事業を実施し、仲間づくりを通じて社会性・創造性・思いやりのこころを育みます。	子育て支援課
放課後児童クラブにおける児童の心身育成の充実	○放課後及び土曜日に、保護者が昼間に留守となる家庭の児童に対し、適切な遊びや生活の場を提供し、健全な心身の育成を図ります。	子育て支援課
親子でふれあい子育て支援事業による支援	○親子の交流機会の拡充や育児情報の提供に努め、親同士が悩みを共有できる機会を整備します。Aキッズや子育て相談会を活用し、気がかりな子や保護者への支援を実施するとともに、ペアレントトレーニング等の開催により支援の充実を図ります。	子育て支援課 生涯学習課

#### (4) SOSの出し方等、学校教育の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
SOSの出し方に関する教育の推進	○いのちの大切さを実感できる教育を進めるとともに、社会で直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処法を身につけるため、「SOSの出し方に関する教育」を推進します。癌サバイバーの講演会等をPTAと学校が協力して企画し、生きる尊さを実感する学習活動を実施します。	学校教育課
相談機関の周知	○児童生徒や保護者に相談窓口を掲載した資料を配布し、相談先の周知を図ります。電話番号やLINEの紹介、緊急時に保護者や担任と相談できるチャットの活用などにより、相談機会の拡充を図ります。	学校教育課
いじめ予防・虐待予防の推進	○児童生徒のいじめや不登校の未然防止・早期対応に向け、相談体制の充実と家庭・地域との連携強化を推進します。アンケートや個人懇談を通じて児童の状況を把握し、教職員間での情報共有や研修会の開催により対応力を高めます。	学校教育課
教職員に対する支援の推進	○教職員のメンタルヘルスの状態を客観的に把握し、必要に応じて適切な支援につなげます。外部機関によるストレスチェックや管理職による個人懇談、出勤時間の把握などを通じて、支援体制の充実を図ります。	学校教育課

## 重点施策2 働き世代に関する自殺対策

### 【 施策の方向性 】

働き世代は、心身ともに充実し社会生活でも重要な位置を占める時期ですが、職場での人間関係や業務上のストレス、生活困窮などにより、自殺リスクが高まる可能性があります。また、無職や生活困窮に陥った人は、周囲からの支援や理解を得られず、社会的に孤立することもあります。

働き世代が安心して生活できるよう、心身の健康管理や相談支援の体制を強化します。あわせて、就労に困難を抱える人への支援や生活困窮者の自立支援を推進し、地域での見守りや関係機関との連携を通じて社会的孤立を防ぎ、悩みや困難を早期に把握して必要な支援につなげる体制の充実に取り組みます。

### (1) 相談支援、生活支援の充実

事業名等	内容	担当課 関係機関
特定健康診査事業等における心身の健康づくり	<p>○特定健康診査等を通じ、疾病の早期発見・早期治療に取り組み、病気の重症化予防を図るとともに、疾病を理由とした自殺リスクの軽減に努めます。必要に応じて適切な相談機関につなぎ、生活習慣病の予防や健康管理の支援を強化します。特定健康診査及び人間ドックの助成や受診勧奨により、受診率向上を図ります。</p> <p>○健康相談等を通じ、難病やがん患者からの相談を受けた場合には、福井健康福祉センターなど関係機関と連携して支援を行い、不安の解消や軽減を図ります。また、がんアピアランス事業により補整具の助成を行い、経済的支援を実施します。特定健康診査の受診勧奨を通じて、多くの方が健康相談や健診を利用できるように努めます。</p>	福祉保健課 住民税務課 保健センター
商工会との連携や労働に関する適正な環境整備の推進	<p>○経営上の様々な課題や労働者の問題等について、働く人の環境整備に関する取組を通じ、労働環境の改善を図り、労働者の自殺リスクの軽減に努めます。</p> <p>○商工会と連携し、事業者に対して心身の健康管理の必要性について広報や情報提供を行います。商工会ホームページやチラシ等を活用し、事業者への周知を図るとともに、商工会との情報交換会を通じて必要な情報の共有や支援体制の充実に努めます。</p>	商工観光課
就労支援に関する相談	<p>○就労を希望する人や就労に困難さを抱える人に対して、各関係機関と連携し、自立に向けた相談支援を行います。障がい者就労や福祉就労など、それぞれの状態に応じた支援を実施します。</p>	商工観光課 福祉保健課

事業名等	内容	担当課 関係機関
生きづらさを解消するための相談	○疾病、生活困窮、8050問題、虐待、DV、障がい、就労、介護、ひきこもり等、複合的要因が関係する問題について、相談者や家族の状況を把握し、関係機関と連携して地域で孤立せず生活できるよう、必要に応じた支援を実施します。	福井健康福祉センター 福祉保健課 保健センター
林業や農業を通じた支援	○農業経営に関する支援（生産技術の向上や効率化等）を通じて、経済的安定や「やりがい」を創出し、自殺リスクの軽減に努めます。	農林課
債権管理事業における相談	○納税や保険料等の徴収に際し、債務者が生活困窮している場合には、生活再建に向け関係機関と連携し、相談や支援を行います。 ○相談対応の際にリーフレットを配布する等により、相談先情報の周知を図ります。また、自殺リスクの兆候や心のサインが見られる場合は、福祉保健課や保健センターに繋ぐなど、適切に対応します。	債権管理室 上下水道課 住民税務課 建設課 子育て支援課 福祉保健課

## (2) 生活困窮者の暮らしを支えるための自立支援の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
生活保護等における支援の推進	○地域で経済的に困窮したり、社会的に孤立している人への支援に努めます。経済的困窮に伴う納税相談を行い、申請や面接の中で相談があった場合は適切な支援先に繋いで対応します。必要に応じて関係機関と連携し支援を行います。	福祉保健課 福井健康福祉センター
就労支援の推進	○働く意欲はあるものの、就職に困難さを抱える人に対し、保健・福祉・医療など各分野の事業と連携し、個々の状況に応じた相談支援を行います。障がい者就労や福祉就労など、それぞれの状態に応じた支援を実施します。	福祉保健課 福井健康福祉センター
自立相談支援事業における自立の推進	○生活困窮者が抱える多様な問題について相談に応じ、自立支援プランを作成し、自立に向けた支援を包括的に行います。福井健康福祉センターをはじめ関係機関と連携し、生活困窮者の自立促進を図ります。	福祉保健課 福井健康福祉センター
住宅確保型給付金の支給の支援	○離職などにより住居を失った人、または住居を失う恐れのある人に対し、一定期間家賃相当額を支給します。対象者の状況に応じて支援内容を調整し、関係機関と連携して住居の安定確保に努めます。	福祉保健課 福井健康福祉センター
就労準備支援事業の実施	○直ちに就労が困難な人に対し、一般就労に向けた基礎能力を養いながら、就労に向けた支援や就労機会の提供を行います。福井県若者サポートステーションやスクラム福井などの関係機関と連携し、個々の状況に応じた支援を行います。	福祉保健課 福井健康福祉センター

事業名等	内容	担当課 関係機関
一時生活支援事業の実施	○住居のない人に対し、一定期間宿泊場所を提供します。生活状況や必要性に応じて関係機関と連携し、安全・安心な居場所の提供を図ります。	福祉保健課 福井健康福祉センター
家計改善支援事業の実施	○家計状況の課題を把握し、相談者が自ら家計管理できるよう、支援計画の作成や貸付の斡旋などを通じて早期の生活再生を支援します。福井健康福祉センターをはじめ関係機関と連携し、個々の状況に応じた支援を行います。	福祉保健課 福井健康福祉センター
学習支援事業の実施	○生活に困窮している世帯やひとり親家庭の子どもに対し、学習機会を提供します。福井健康福祉センターと連携し、学習支援金の支給や学習環境の整備を通じて、子どもたちの学びを支えます。	福祉保健課 福井健康福祉センター
生活福祉資金の貸付の実施	○低所得者等の生活を経済的に支えるとともに、在宅福祉や社会参加の促進を図ります。	社会福祉協議会 福井健康福祉センター

### 重点施策3 高齢者に関する自殺対策

#### 【 施策の方向性 】

高齢者が抱える健康問題や生活上の困難、社会的孤立は、日常生活の安全や安心に大きく影響し、自殺リスクにもつながります。そのため、介護・医療・福祉の各機関が連携し、個々の状況に応じた包括的な支援体制を整備します。住み慣れた地域で安心して暮らし、生きがいのある生活を送るためには、一人ひとりの力や経験を活かし、地域とのつながりを維持し、互いに支え合える環境づくりを推進します。

#### (1) 介護をはじめとする包括的な支援のための連携の推進

事業名等	内容	担当課 関係機関
地域包括支援センターとの連携	○地域包括支援センターが中心となり、介護・保健・医療・在宅福祉サービスの調整や関係機関へのつなぎなどを行い、高齢者の生活を包括的に支援します。高齢者健診などの支援の中で介護や福祉の必要がある場合には、地域包括支援センターと連携し、個々の状況に応じた支援を実施します。	福祉保健課 社会福祉協議会 保健センター
地域ケア会議の充実	○地域包括ケアシステムを推進し、高齢者支援の充実と生活基盤の整備を図るため、課題の検討や支援体制の強化を行います。自立支援ケア会議や事例検討会を通じ、地域で活躍する多職種が課題解決策を検討し、ケアマネジャーの振り返りや気づきにつなげます。また、個別ケア会議により多職種間の共通理解や相互連携を深め、支援チームとしての役割分担を確認し、地域課題の整理や解決に向けた方策の検討、地域づくりや資源開発への政策形成につなげます。	福祉保健課
高齢者の健康診査等による健康づくりの推進	○後期高齢者健診により、疾病の早期発見・早期治療につなげ、病気の重症化予防を図るとともに、疾病を理由とした自殺リスクの軽減を目指します。集団健診時のこころの健康相談や必要時の医療機関への受診勧奨を通じ、不安の軽減や関係機関との連携を図ります。また、75歳到達時の資格確認書送付時に健診受診券を送付し受診につなげるとともに、脳ドックの助成を行い、高齢者の健康づくりを支援します。  ○マイナ保険証や限度額認定証等の交付時には、体調等の状況を確認し、必要に応じて適切な機関につなげる支援を行います。	住民税務課 保健センター

事業名等	内容	担当課 関係機関
在宅生活における支援	<p>○家族介護者の心身の負担軽減を図るため、家族介護者交流事業や在宅介護ほっとひといき支援事業を通じて、介護に伴う不安や負担の軽減に努めます。</p> <p>○在宅介護支援センター等と連携し、ひとり暮らし高齢者への巡回訪問や見守り体制の充実を図ることで、地域との関わりを深め、孤立させない地域づくりを推進します。配食サービスや民生委員・児童委員、福祉委員等による見守り支援も実施します。</p> <p>○緊急通報装置整備事業や配食サービス、外出支援サービス等の在宅福祉事業を通じ、高齢者が安心して生活できる環境の充実や負担軽減を図ります。</p>	福祉保健課 社会福祉協議会
在宅医療と介護の連携	<p>○医療・介護・福祉の連携を強化し、住み慣れた地域で安心して暮らせる支援を行います。在宅医療・介護連携推進協議会の設置や、地域包括支援センターとの協力による介護事業所・医療機関を対象とした在宅医療介護連携研修会の開催などを通じて、連携体制の強化を図ります。</p>	福祉保健課 地域包括支援センター
介護保険サービスや介護予防事業の利用促進	<p>○介護が必要な高齢者に対し、ケアマネジャーによる調整の下で介護保険サービスの提供を行い、高齢者や家族が地域で安心して生活できる支援を実施します。また、地域ふれあいサロンや百歳体操、筋力トレーニング等の介護予防事業を提供し、高齢者の暮らしを支えます。</p>	福祉保健課 社会福祉協議会 地域包括支援センター
総合相談事業の充実	<p>○高齢者やその家族等から生活全般に関する相談を受けるとともに、その背景にある課題を把握し、必要に応じて関係機関へつなぐ等の支援を行います。窓口相談や在宅介護支援センターの巡回による実態把握により、相談内容の複雑化や困難化に対応できる体制の強化を図ります。</p>	福祉保健課 社会福祉協議会 地域包括支援センター
認知症関係事業との連携	<p>○認知症サポーター養成を通じて、認知症のある人や家族介護者を地域で温かく見守り、自殺リスクの早期気づきに役立てます。学校（小学生を含む）やイベント会場、地域ふれあいサロンでサポーター養成講座を実施し、広報紙で認知症予防や介護に関する情報を提供します。また、認知症を支える家族や当事者に健康相談の機会を設けます。</p> <p>○認知症カフェ等を通じて、認知症の当事者や家族、介護従事者が悩みを共有し情報交換できる場を設け、支援者相互の支え合いを推進します。カフェの開催日や場所は広報紙で周知し、地域包括支援センターが適宜訪問するとともに、各地区サロンで当事者や介護者の健康相談を行います。</p> <p>○認知症初期集中支援推進事業等により、認知症高齢者とその家族が安心して安全に生活できるよう、関係者の連携を強化します。各地区サロンで当事者や家族の健康相談を行い、居場所づくりの一環としてチームオレンジの機能強化を図ります。</p>	福祉保健課 地域包括支援センター (保健センター)

## (2) 高齢者の健康づくり・生きがいの促進

事業名等	内容	担当課 関係機関
高齢者の就労機会の創出	<p>○高齢者に地域に密着した多様な就業機会を提供し、就業を通じて健康で生きがいのある社会生活を送る支援を行います。シルバー人材センターを中心に就業機会を推進するとともに、登録や活動を通じて地域社会への貢献と参加を促します。また、シルバーセンターの健全かつ円滑な運営に資するため、活動事業や運営に係る費用の補助を行います。</p>	福祉保健課
高齢者の健康や生きがいづくりの推進	<p>○高齢者が健康で生きがいのある日常生活を送れるよう、健康長寿クラブ活動やふくい健康長寿祭、ねんりんピック参加支援など、地域に根ざす活動の充実と参加促進に努めます。健康長寿クラブと連携し、オーラルフレイルや低栄養予防の教室を実施します。</p> <p>○地域でのボランティア活動、生涯学習、スポーツ、自治会活動、子育て支援、大学との連携を通じ、世代間交流活動の推進に努めます。シニア元気フェスタや各関係機関、ボランティア団体、学生ボランティアとの連携を通じて、世代間交流活動を実施します。</p> <p>○高齢者の閉じこもり予防、認知症予防、介護予防のため、地域ふれあいサロン事業等を通じて健康や生きがい、居場所づくりの支援を行います。地域サロンや介護予防教室、認知症カフェ等でフレイル予防のための健康教室や健康相談を実施します。</p> <p>○ひとり暮らし高齢者や家族の支援が得られない高齢者に対して、入所措置等により衣食住の確保を支援します。入所者の生活費や介護サービス費の扶助もを行います</p>	福祉保健課 保健センター 地域包括支援センター 社会福祉協議会 地域づくり 応援課

## 5 自殺対策関係の主な相談先一覧

	相談場所	担当課	電話	受付時間
健康	身体とこころの相談 (妊娠・子どもから高齢者まで)	永平寺町保健センター (自殺対策担当部局)	0776-61-0111	月～金 8:30～17:15
	こころの相談	福井健康福祉センター	0776-36-3429	
		ホッとサポートふくい	0776-26-4400	月～金 9:00～17:00
子ども	妊娠から出産・子育て等に関する相談	永平寺町こども家庭センター えいぷらっと	0776-61-1165	月～金 8:30～17:15
		永平寺町子育て支援課	0776-61-7250	
		永平寺町保健センター	0776-61-0111	
	子育て、ひとり親世帯、児童虐待、子ども医療等の相談	永平寺町こども家庭センター えいぷらっと	0776-61-1165	
		永平寺町子育て支援課	0776-61-7250	
	児童・生徒の不登校、いじめ等、学校教育に関する相談	永平寺町学校教育課	0776-61-3937	
子どもに関する相談	福井県総合福祉相談所	0776-24-5135		
労働	労働に関する相談	永平寺町商工観光課	0776-61-3921	月～金 9:00～17:00
	職業紹介、各種雇用支援に関する相談	ハローワーク福井	0776-52-8155	
	若者等の就職に関する相談	サポステふくい	0776-21-0311	
人権	人権に関する相談	永平寺町総務課	0776-61-3941	月～金 8:30～17:15
消費	消費生活に関する相談	福井県消費生活センター	0776-22-1102	9:00～17:00 (祝日・年末年始は休館)
福祉	高齢者の介護、福祉、権利擁護、高齢者虐待等の相談	永平寺町 地域包括支援センター	0776-61-6166	月～金 8:30～17:30
	身体・知的・精神障害等の福祉サービス等、権利擁護、障害者虐待等に関する相談	永平寺町福祉保健課	0776-61-3920	月～金 8:30～17:15
	DV等に関する相談			
	ひきこもり、生活困窮、生活保護等に関する相談			
	生活困窮、ひとり親、生活保護等に関する相談	福井健康福祉センター	0776-36-2857	
	ひきこもりに関する相談	福井県ひきこもり 地域支援センター	0776-26-4400	月～金 9:00～17:00
	福祉全般(高齢者、障害者、生活困窮、無料法律相談等)に関する相談	永平寺町社会福祉協議会	0776-64-3000	月～金 8:30～17:30
経済	納税等に関する相談	永平寺町住民税務課	0776-61-3944	月～金 8:30～17:15

# 第5章 計画の推進にあたって

## 1 計画の推進体制

本計画の推進にあたっては、町民一人ひとりが日常生活の中で積極的な健康づくりの取組や悩みを抱える人への声かけ・支えあいができるよう、計画の周知を徹底します。

さらに、行政や地域の関係団体・機関はそれぞれの役割を認識し、相互に連携を図りながら、協働で取り組んでいきます。

### ■ 永平寺町健康づくり推進協議会

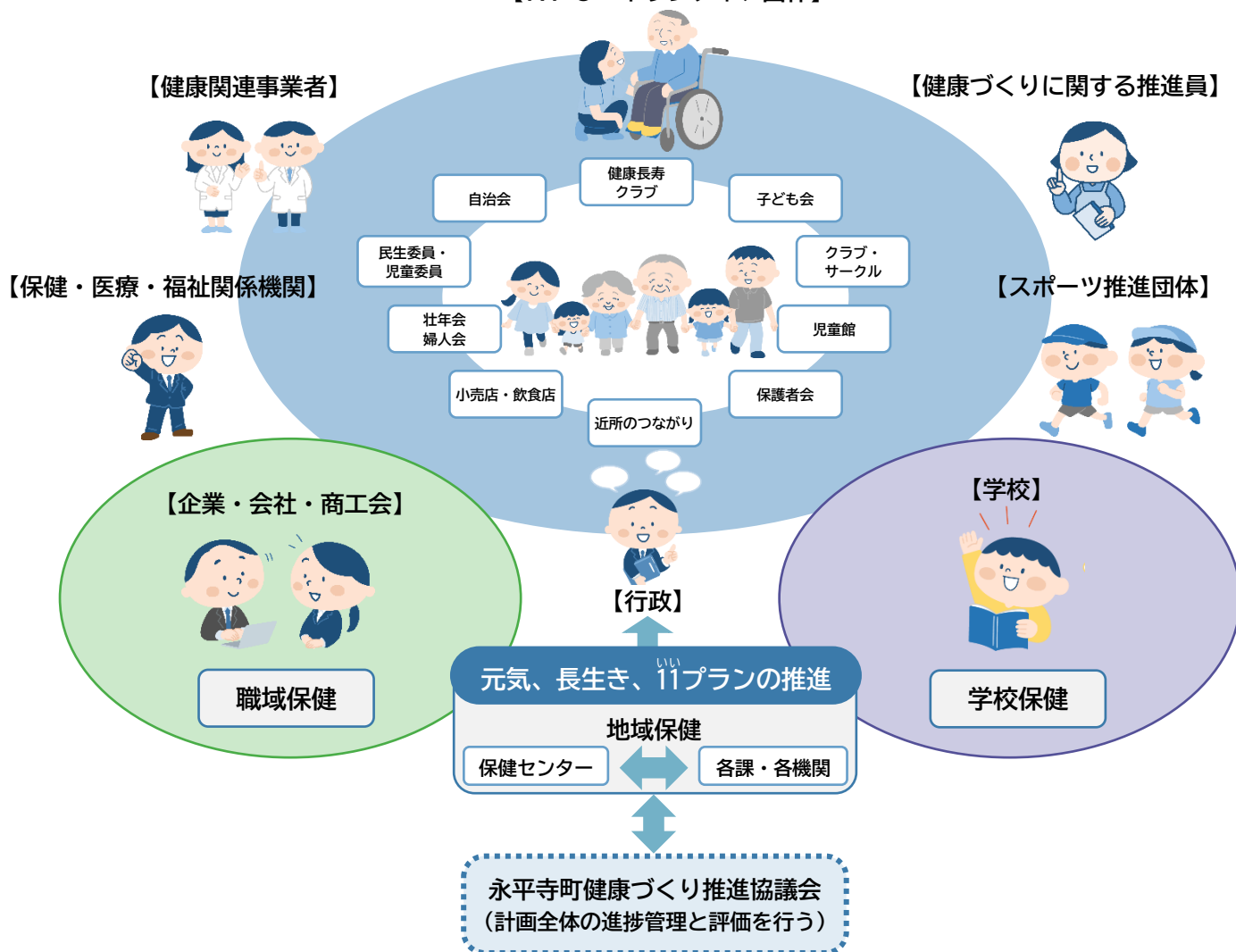
計画全体の進行管理と評価等を中心的に行い、また、協議会委員の属する団体とも連携を図ります。

### ■ 計画の周知

広報誌やホームページ等を通じて周知することはもとより、各関係団体と連携をとりながら町民に啓発します。

### 【 計画の推進体制 】

【NPO・ボランティア団体】

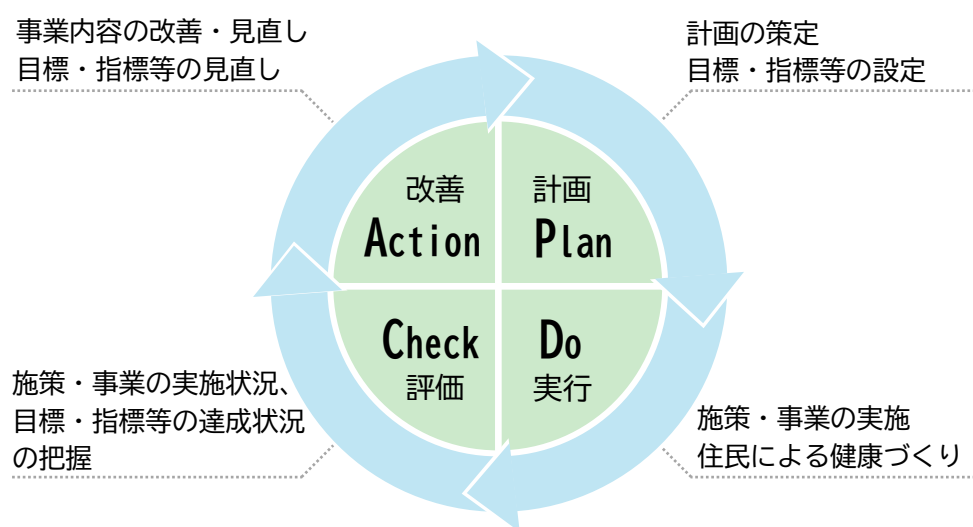


## 2 計画の進捗管理・評価

本計画を総合的かつ計画的に展開していくため、取組の検証を行い、さらなる展開に反映させていくことが必要です。そのため、計画に掲げた目標の達成に向けて、「PDCAサイクル」の考え方に基づき、進捗状況を毎年度チェックし、定期的に見直していくことで、着実な計画の推進を図ります。

また、計画期間の中間時点である3年を目途にアンケート調査等により進捗状況の確認をします。

PDCAサイクルのイメージ



# 資料編

## 1 策定の経過

開催年月日	開催事項	概要
令和7年 1月16日～2月6日	永平寺町地域福祉計画・保健計画 (健康増進計画・自殺対策計画) 策定のためのアンケート調査の実施	町民： 町内在住の満18歳以上の方2000通 小中学生： 町内の小中学校に通う小学5年生、 中学2年生を合わせた308通
8月25日～8月28日	団体ヒアリングの実施	保健推進員及び食生活改善推進員各代表 者を対象に実施
9月4日	第3回永平寺町保健計画策定委員 委嘱状交付式 第1回永平寺町保健計画策定委員会	(1) 第3次永平寺町保健計画(健康増 進計画・自殺対策計画)について (2) 策定委員会のスケジュールに ついて
10月20日～11月14日	<sup>いい</sup> 11からだ条項検討委員会	
12月18日	第2回永平寺町保健計画策定委員会	(1) 第3次永平寺町保健計画(健康増 進計画・自殺対策計画)について
令和8年 1月16日～1月31日	パブリックコメントの実施	
2月26日	第3回永平寺町保健計画策定委員会	(1) 第3次永平寺町保健計画(健康増 進計画・自殺対策計画)について

## 2 永平寺町保健計画策定委員会運営規則

(趣旨)

第1条 この規則は、永平寺町附属機関設置条例(令和元年永平寺町条例第13号)第2条に規定する永平寺町保健計画策定委員会(以下「委員会」という。)の組織及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次の事項について協議を行う。

- (1) 計画案の策定に関する事項
- (2) その他計画の策定に関し、町長が必要と認める事項

(委員の構成)

第3条 委員会の委員の定数は15名とし、永平寺町健康づくり推進協議会委員をもって構成する。また、自殺対策計画策定に伴い、学校保健関係者及び精神保健福祉関係者を加え、委員は町長が委嘱し、又は任命する。

2 委員の任期は、委嘱又は任命の日から計画を策定し、町長に報告が完了した日までとする。

(委員長及び副委員長)

第4条 委員会に委員長及び副委員長それぞれ1人を置く。

- 2 委員長及び副委員長は委員の互選により定める。
- 3 委員長は、会務を総括し、委員会を代表する。
- 4 副委員長は委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けているときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 委員会の会議(以下「会議」という。)は、委員長が必要に応じ招集する。ただし、委員長及び副委員長が定まっていないときは、町長が招集する。

- 2 委員長は、町長から諮問があったとき、又は委員の半数以上から審議すべき事項を示して会議の招集の請求があったときは、速やかに会議を招集しなければならない。
- 3 委員長は、議長となる。
- 4 委員長は、第3条第1項に掲げる委員の数の過半数以上の出席がなければ、会議を開くことができない。
- 5 会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは議長の決するところによる。
- 6 会議は、原則公開とする。ただし、委員長が特に必要と認めるときは、この限りでない。

(意見の聴取及び資料提出等の要求)

第6条 委員長は、必要があると認めるときは、委員の過半数以上の同意を得た上で委員以外の者の出席を求めて意見等を聴き、又は必要な資料の提出を求めることができる。

(会議録)

第7条 委員長は会議録を調製し、これを保存しなければならない。

(計画書等の提出)

第8条 委員長は、保健計画の策定が完了したときは、その成果をすみやかに町長に報告するものとする。

(庶務)

第9条 委員会の庶務は、永平寺町役場福祉保健課において処理する。

(委任)

第10条 この規則に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

附 則

この規則は、公布の日から施行する。

### 3 永平寺町保健計画策定委員会委員名簿

(順不同・敬称略)

委嘱期間：委嘱日から令和8.3.31

番 号	分 野	氏 名	役職等
1	学識経験者	中谷 芳美	福井県立大学看護福祉学部看護学科 名誉教授
2	医療機関	嶋田 明彦	福井市医師会代表
3		内山 雅樹	福井市歯科医師会理事
4	保健関係団体	堀江 俊子	永平寺町食生活改善推進員会長
5		水野 久美	永平寺町保健推進員会長
6	保険審議団体	出藏 桂子	永平寺町国民健康保険運営協議会代表
7	福祉関係団体	吉田 謙治	永平寺町社会福祉協議会長
8		古田佐知子	永平寺町民生委員児童委員協議会代表 R7.11.30まで
9		飛驒 貴子	永平寺町民生委員児童委員協議会代表 R7.12.1～
10		浅野 勉	永平寺町男女共同参画推進員会長
11	高齢者代表	山元 攝	永平寺町健康長寿クラブ連合会 保健体育部会長
12	スポーツ関係	伊藤 透	永平寺町スポーツ推進員会長
13	永平寺町議会	清水 紀人	教育民生常任委員会委員
14	行政機関	尾崎 厚志	福井健康福祉センター医幹
15	学校保健関係	出口 玉美	永平寺町小中学校養護教諭部会代表
16	精神保健福祉関係	三嶋 一輝	福大附属病院医療ソーシャルワーカー

## 4 用語解説

### 【あ行】

#### ◆悪性新生物

悪性の腫瘍のこと。細胞が何らかの原因で変異して増殖を続け、周囲の正常な組織を破壊する腫瘍で、がんや肉腫等が該当する。悪性新生物には、胃がん、結腸がん、直腸がん、肝がん、膵がん、肺がん、乳がん、子宮がん等の他に、血液腫瘍（血液のがん）である白血病や急性リンパ腫等が含まれる。

#### ◆うつ病

うつ病は気分障害とも呼ばれ、気分の落ち込みと意欲の低下がみられる。また、物事のすべてを悲観的、否定的に考えてしまう認知のゆがみが生じる。

#### ◆LDLコレステロール

悪玉コレステロールのこと。必要以上に多くなると、血管壁にコレステロール等がたまり、血管壁が厚くなることで動脈硬化の原因となる。

#### ◆オーラルフレイル

加齢とともに口のまわりの筋肉が衰えたり、唾液の量が減少したりすることで、滑舌の低下、わずかなむせ、食べこぼし、口の乾燥が起きるなど、歯や口の機能が低下することをいう。

### 【か行】

#### ◆介護予防

要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、更には軽減を目指すこと。

#### ◆共食

一人で食事をする（孤食）に対して、誰かと一緒に食事をする。

#### ◆ゲートキーパー

自殺対策のため、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守る）を図ることができる人のこと。

#### ◆健康格差

地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差のこと。

#### ◆健康増進法

「健康日本21」を推進し、健康づくりや疾病予防に重点を置く施策を進めるための法的基盤として、栄養改善法を廃止して平成14年8月に公布、平成15年5月に施行された法律。その内容は、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な方針を定めること、保健指導等の実施に関すること、受動喫煙の防止に関すること等である。

平成30年7月には改正健康増進法が公布され、令和2年4月の全面施行に向けて、「望まない受動喫煙」の防止を図るための取り組みが示された。

#### ◆健康日本21

健康増進法に基づき策定された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」のこと。

#### ◆口腔機能

噛む（咀嚼）、飲み込む（嚥下）、話す（発声）、唾液の分泌、味覚などのお口の機能をいう。

#### ◆口腔ケア

歯みがきなどで口の中をきれいに保つだけでなく、健康保持や口腔機能向上のためのお口の体操や嚥下のトレーニングなどを含んだ幅広い内容のこと。

### 【さ行】

#### ◆自殺死亡率

その年の人口10万人当たりの自殺者数のこと。人口が異なる自治体間や国同士の自殺者数を比較する際に用いる。

#### ◆自殺総合対策大綱

自殺対策基本法に基づき、政府が定める自殺対策の指針のこと。2007年6月に初めての大綱が策定された後、平成20年10月に一部改正、平成24年8月に初めて全体的な見直しが行われた。

#### ◆自殺対策基本法

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、平成18年10月21日に施行された。自殺対策に関する基本理念、国や地方自治体の責務、自殺対策の基本となる事項が定められている。

#### ◆脂質異常症

血液中に含まれる脂質が過剰、もしくは不足している状態。

#### ◆歯周病（歯周疾患）

歯肉、歯槽骨、歯根膜及びセメント質等の歯周組織に起こる病気の総称で、歯周疾患とも呼ばれており、歯肉炎と歯周炎に大別される。

#### ◆受動喫煙

平成30年に公布された改正健康増進法第25条の4において、「人が他人の喫煙によりたばこから発した煙にさらされること」と定義されている。

改正健康増進法では、「望まない受動喫煙」の防止を図るため、国や地方自治体の責務等や多数の者が利用する施設等における喫煙の禁止が示された。

#### ◆食育

食育基本法（平成17年法律第63号）において、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎と位置づけ、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることとされている。

#### ◆身体活動

仕事、家事、子育て、スポーツ、体を動かす遊び、余暇活動、移動などの生活活動のすべてを指す。

#### ◆生活習慣病

「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾病群」のこと。代表的な生活習慣病としては、がん、高血圧、糖尿病、肥満、脂質異常症、循環器疾患等がある。

### 【た行】

#### ◆地域包括ケアシステム

重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供していく体制と手法のこと。

#### ◆適正体重

身長（m）×身長（m）×22で算出することができる。

#### ◆特定健康診査

糖尿病等の生活習慣病予防の目的で、メタボリックシンドロームの状態を早期に発見するため、各医療保険者に義務付けられた健康診査。40歳以上74歳以下の被保険者及びその扶養者を対象に行われる。

#### ◆特定保健指導

特定健康診査の結果により、生活習慣病のリスクが一定程度高いと判断されたものに対し行われる保健指導。保健指導に関する専門的知識及び技術を有する医師、保健師、栄養管理士により行われる。

## 【な行】

### ◆認知症

脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態のこと。認知症にはいくつかの種類がある。

### ◆認知症サポーター

認知症に対する正しい理解と知識を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けをする人。自治体等が実施する講座を受講することで認知症サポーターになることができる。

### ◆脳血管疾患

脳の血管のトラブルによって、脳細胞が破壊される疾患の総称。主な脳血管疾患には、脳の血管が破れて出血することから起こる「出血性脳血管疾患」と、脳の血管が詰まることによって脳への血流が悪くなり、脳細胞が酸素不足・栄養不足に陥る「虚血性脳血管疾患」の2つのタイプがある。脳卒中のこと。

## 【は行】

### ◆フレイル

加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉。身体的要因（筋力の低下、口腔機能の衰え、低栄養など）、精神・心理的要因、社会的要因などが重なって生じ、筋肉量や心身の活力の低下は高齢期に達する前から注意が必要。

### ◆平均寿命

平均寿命は0歳の平均余命のことであり、すべての年齢の死亡状況を集約したもので、保健福祉水準を総合的に示す指標として活用されている。

## 【ま行】

### ◆メンタルヘルス

精神面における健康のこと。また、こころの健康の回復・増進を図ること。

## 【や行】

### ◆ヤングケアラー

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子どものこと。

### ◆要介護状態

入浴・排泄・食事などの日常生活における基本的な動作について、常時介護が必要と見込まれる状態のこと。

## 【ら行】

### ◆ライフコース

人の一生の成長・成熟の度合いに応じた移り変わりのことで、「次世代期」「青壮年期」「高齢期」などに分けたそれぞれの段階をいう。

### ◆ライフステージ

年齢に伴って変化する生活段階のこと。年齢別の生活状況。人間の一生における出生から、就学、就職、結婚、出産、子育て、退職等、人生の節目において生活スタイルが変わることや、これに着目した考え方のこと。

## 【英数単語】

### ◆BMI

肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数のことで、 $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)}^2]$ で求められる。

計算方法は世界共通だが、肥満の判定基準は国によって異なり、日本肥満学会の定めた基準では18.5未満が「低体重（やせ）」、18.5以上25未満が「普通体重」、25以上が「肥満」となっている。

### ◆HbA1c

過去約1～2か月間の血糖値の平均を示す指標。検査値により糖尿病と判定される。

### ◆ICT

情報通信技術（Information and Communication Technology）のこと。

#### ◆SDGs

Sustainable Developmental Goals（持続可能な開発目標）の略で、平成27年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された平成28年から令和12年までの国際目標のこと。「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成されている。

#### ◆SNS

ソーシャルネットワーキングサービス（Social Networking Service）の略で、登録された利用者同士が交流できるWebサイトの会員制サービスのこと。

元気、長生き、<sup>いい</sup>11プラン  
第3次永平寺町保健計画  
(健康増進計画、自殺対策計画)

---

令和8年3月発行

発行者：永平寺町（編集：福祉保健課 保健センター）

〒910-1127 福井県吉田郡永平寺町松岡吉野堺 15-44

TEL 0776-61-0111

FAX 0776-61-1358

URL：<http://www.town.eiheiji.lg.jp/>

e-mail：[e-hoken@town.eiheiji.lg.jp](mailto:e-hoken@town.eiheiji.lg.jp)



