

資料

---



## 資料

### 1 庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会設置要綱

令和5年3月31日告示第44号

(設置)

第1条 健康増進法(平成14年法律第103号)第8条第2項に規定する市町村健康増進計画、食育基本法(平成17年法律第63号)第18条第1項に規定する市町村食育推進計画及び自殺対策基本法(平成18年法律第85号)第13条第2項に規定する市町村自殺対策計画(以下「計画」と総称する。)を策定し、及び計画の効果的な推進を図ることに関し、広く地域の関係者等からの意見を聴取するため、庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会(以下「検討会」という。)を設置する。

(検討事項)

第2条 検討会は、次に掲げる事項について意見交換及び意見聴取を行うものとする。

- (1) 計画の策定に関すること。
- (2) 計画の推進に関すること。

(組織)

第3条 検討会は、委員15人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 保健関係者
- (2) 医療関係者
- (3) 福祉関係者
- (4) 農業関係者
- (5) 商工関係者
- (6) 教育関係者
- (7) 自治振興区関係者
- (8) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。

- 2 前項の規定にかかわらず、委員が欠けたときの後任委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 3 前2項の規定にかかわらず、市長が特別な理由があると認めたときは、任期中においても委嘱を解くことができる。

(会長)

第5条 検討会に会長を置く。

- 2 会長は、委員の互選により、これを定める。

- 3 会長は、会務を総理し、検討会を代表する。
- 4 会長に事故あるとき又は会長が欠けたときは、あらかじめ会長が指名する委員がその職務を代理する。

(会議)

第6条 会議は、必要に応じて会長が招集する。

- 2 会長は、必要があると認めるときは、委員以外の者を会議に出席させ、意見を求めることができる。

(庶務)

第7条 検討会の庶務は、生活福祉部保健医療課において処理する。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は、市長が別に定める。

## 附 則

(施行期日)

- 1 この告示は、令和5年4月1日から施行する。  
(庄原市健康づくり計画・自殺対策計画策定推進委員会設置要綱の廃止)
- 2 庄原市健康づくり計画・自殺対策計画策定推進委員会設置要綱(平成18年庄原市告示第82号)は、廃止する。  
(庄原市食育計画策定推進委員会設置要綱の廃止)
- 3 庄原市食育計画策定推進委員会設置要綱(平成20年庄原市告示第111号)は、廃止する。

## 2 庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会委員名簿

氏名	所属等	備考
林 充	庄原市医師会	会長
坂口 洋	庄原市歯科医師会	職務代理者
河野 由美子	広島県北部保健所	
横山 ゆみ子	広島県栄養士会備北支部	
木野谷 幸子	庄原市食生活改善推進員協議会	
小瀧 一樹	庄原市社会福祉協議会	
田村 富夫	庄原市民生委員児童委員協議会	
木下 雅士	庄原市保育所保護者会連絡協議会	R5.6.30 まで
青山 学		R5.7.1 から
生田 幸枝	庄原市老人クラブ連合会	
吉原 市枝	ひろしま農業協同組合庄原地域本部 統括部総務課	
青才 弘江	庄原市農業委員会	
栗部 秀道	庄原商工会議所	
吉岡 浩美	庄原市小学校長会	
柳生 千夏	庄原市小学校教育研究会健康教育部会	
田邊 良三	庄原市自治振興区連合会	

### 3 計画策定の経緯

令和5年3月	部長支所長会議	計画策定の概要について
令和5年5月	第1回ワーキング部会	計画策定の概要と健康意識・生活習慣調査について
令和5年6月	第1回庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会	計画策定の概要について
	健康意識・生活習慣調査の実施	
令和5年7月	関係機関調査の実施	
令和5年8月	第2回ワーキング部会	現状と課題・計画骨子案について
令和5年9月	第1回関係課長会議	現状と課題・計画骨子案について
令和5年10月	第2回庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会	現状の課題・計画骨子案について
	第3回ワーキング部会	計画素案について
令和5年11月	第2回関係課長会議	計画素案について
	部長支所長会議	計画素案について
令和5年12月	第3回庄原市健康づくり推進計画策定推進検討会	計画素案について
令和6年1月	パブリックコメントの実施	

## 4 用語解説

	用語	説明
あ行	悪性新生物	悪性腫瘍のこと。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ある。がんや肉腫などがこれに入る。
	うつ	気分障害の一種であり、抑うつ気分や不安・焦燥、精神活動の低下、食欲低下、不眠症などを特徴とする精神疾患である。
	SNS	ソーシャルネットワーキングの略。Webサイトの会員制サービスのことで、多くは会員登録が必要。
	SOSの出し方教育	命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めたらよいかの具体的かつ実践的な方法を学ぶと同時に、つらいときや苦しいときには助けを求めてもよいということを学ぶ教育のこと。
	SOSミニレター	法務局の人権擁護機関が、全国の小・中学校の児童、生徒に、便箋兼封筒を配布し、これを通じて教師や保護者にも相談できない子どもの悩みごとを的確に把握し、学校及び関係機関と連携を図りながら、子どもをめぐる様々な人権問題の解決にあたる活動のこと。
か行	NPO法人ライフリンク	特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンクのこと。自殺予防や自死遺族ケアなどの自殺対策を行っている全国の団体や個人に対して、活動促進のための必要な実態の調査や関連情報の提供などを行い、誰しものが自殺の危機に陥ることなく、平和的に暮らせる社会の実現に寄与することを目的としている。
	介護支援専門員 (ケアマネジャー)	要介護者等からの相談に応じ、適切な介護サービスが受けられるよう、サービス事業者等との連絡調整を行い、ケアプラン（介護サービス計画）を作成する専門的な知識・技術を有する人。
	学校生活安全相談員	問題を抱えた児童及び生徒に対し、課題把握と解決に向けた計画作成、家庭・友人関係等への働きかけ、関係機関等の連携・調整等専門的な指導及び支援を実施する。
	家庭児童相談員	心身障害や不登校、学校での人間関係、家族関係、性格、生活習慣、発達、言葉の遅れ、非行の問題を抱える児童やその保護者の相談に応じ、助言や指導を行う。
	血圧	血管の壁に及ぼす血液の圧力。
	血中脂質	血液中に含まれる脂質。
	血糖	血液中に含まれるブドウ糖の濃度。
	郷土料理	各地域の産物を活用し、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきた料理。歴史や文化、あるいは食生活とともに受け継がれている。
	共食	家族や友人、職場や地域の人など、誰かと共に食事をする事。

	用語	説明
か行	くうでるうごく	備北圏域で推進する健康づくりの合言葉。フレイル予防・改善の3本柱である「栄養・口腔」＝食う（くう）、「社会参加」＝出る（でる）、「身体活動」＝動く（うごく）を表している。
	健塩応援店	「備北圏域版 健康食生活応援店」の通称。生活習慣病、特に高血圧症の発症予防、重症化予防に配慮した「健塩応援メニュー」（「減塩メニュー」または「野菜たっぷりメニュー」）を提供することにより、市民の健康づくりを応援する店。
	健口	「健やかな口」を意味する造語。「けんこう」と読む。口の健康は、全身の健康や食べる楽しみ・人とのコミュニケーションなど「生きること」に直結している。
	健康日本21	壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸を実現させ、すべての人の生活の質の向上を実現することを目的としている。特に生活習慣病の一次予防に重点をおき、個人が主体的に健康づくりに取り組むことを重視し、科学的根拠に基づき、対象者を明確にしたうえで、地域の実情に即した具体的な目標を設定して取り組もうとする活動。
	QOL	生活の質（Quality of life の略）。一般に、一人ひとりの人生の内容の質や社会的にみた生活の質のことを指し、衣食住といった生活レベルのことだけでなく、生活上の満足・幸福感などこころの豊かさを含めた概念のこと。
	ゲートキーパー	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。
さ行	国民生活基礎調査	保健、医療、福祉、年金、所得等国民生活の基礎的事項を調査し、厚生労働行政の企画及び運営に必要な基礎資料を得るとともに、各種調査の調査客体を抽出するための親標本を設定することを目的としている調査。 国の健康寿命の算出においては、国民生活基礎調査の「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか」という設問に対する「ない」の回答を日常生活に制限なしと定め、基礎情報の一つとしている。
	サロン	住民の孤立を予防・防止する効果的な活動として、人々が気軽に集い、趣味活動、交流活動、地域活動等の生きがい活動を行い、楽しく生きがいのある生活を営んでいくことを目的に設置する集いの場。
	産後うつ	分娩後の数週間、ときに数か月後までの時期にみられる極度の悲観と、それに関連する心理的障害が起きている状態のこと。
	COPD	慢性閉塞性肺疾患。主として長期の喫煙によりもたらされる肺の炎症性疾患。咳、痰、息切れを主訴として、緩やかに呼吸障害が進行する。肺気腫、慢性気管支炎と称されていた疾患が含まれる。
	自己肯定感	「自分は大切な存在だ」、「自分は生きている価値がある」、「自分は必要な人間だ」と思えるこころの状態。
	自殺死亡率	人口10万人あたりの自殺者数。



	用語	説明
さ行	自殺総合対策大綱	自殺対策基本法に基づき、令和4（2022）年10月に閣議決定された政府が推進すべき自殺対策の指針として定めるもの。
	自殺対策強化月間	自殺をめぐる厳しい情勢を踏まえ、様々な悩みや問題を抱えた人々に届く「当事者本位」の施策の展開ができるよう、政府全体の意識を改革し、一丸となって自殺対策の緊急的な強化を図るため、自殺総合対策会議において、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」を決定し、例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めたもの。
	自殺予防週間	「自殺総合対策大綱」において、「自殺や精神疾患についての正しい知識の普及を図るとともに、これらに対する偏見をなくすため、9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年9月10日からの一週間を自殺予防週間として設定し、国、地方公共団体が連携し、幅広い国民の参加による啓発活動を強力に推進し、いのちの大切さとともに自殺の危険を示すサインや危険に気づいたときの対応方法について国民の理解を促進する」としたもの。
	自死遺族	家族・親族を自殺によりなくした人
	歯石除去	プラーク（細菌の塊）が唾液の中のカルシウムやリンなどのミネラル成分と結びついて石のように固くなった歯石を取り除くこと。
	受動喫煙	喫煙しなくても、周囲のたばこの煙を吸わされてしまうこと。
	循環器系の疾患	血液の通り道である血管と、血液を循環させる役割をする心臓などの循環器系に関わる病気のこと。
	庄原減塩の日	毎月17日を、減塩の日とし減塩に対する意識を高め、健康寿命の延伸を目的として設定されている。 市の取組とし、市内の保育所、小・中学校の給食で、2・4・6・9・11・12月（庄原野菜の日以外の月）の17日に、適塩を意識した給食を提供し、減塩について意識する日とするため設定した。
	庄原市企業人権啓発推進連絡協議会	企業の社会的立場と自覚のもとに会員相互の連携を図り、企業内の明るい職場の実現と人権啓発を推進することにより、企業等における就職差別の撤廃等をめざすことを目的とした会のこと。
	庄原食育の日	市の取組とし、市内の保育所、小・中学校の給食で、食育の日である毎月19日に、郷土料理もしくは庄原産農産物を特に使用した給食を提供する。
庄原野菜の日	毎年8月31日を野菜の日とし、栄養豊富な野菜の再認識、野菜のPRを目的に、全国青果物商業協同組合連合会をはじめ9団体の関係組合が設定した。 市の取組とし、市内の保育所、小・中学校の給食で、31日のある月の31日に、普段の野菜を取る基準量より野菜が一割多い給食を提供する。	

	用語	説明
さ行	庄原和食の日	毎年11月24日を和食の日とし、和食文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となるよう和食文化国民会議が設定した。 市の取組とし、市内の保育所、小・中学校の給食で、11月24日にだしの旨味を活かした和食給食を提供する。
	消費生活相談員	地方公共団体が運営する消費者のための相談業務を行う消費生活センターの相談員のこと。悪質商法による被害や商品事故の苦情などの消費生活に関する相談に応じ、相談内容により、問題解決のための助言や各種情報の提供を行う。
	食育	食育基本法では、食育を生きるうえでの基本であり、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとしている。
	食育推進キャラクター「5つのちから」	庄原市が市民から募集して作成した、食を通して身につけてほしい5つのちからを表しているキャラクター。ゲンキン（元気なからだがわかる力）、エラブン（食材を知り、食べ物を選ぶ力）、ツクルン（料理ができる力）、イキルン（食べ物の命を感じる力）、タベルン（おいしさを感じ、味がわかる力）の5つ。
	食育の日	毎月19日。国、地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図るために設定された。
	女性相談員	配偶者からの暴力を受けている者又は受けるおそれがある者等からの相談に応じ、指導や関係機関との連絡調整等を行う。
	シルバーリハビリ体操	関節の運動範囲を維持拡大するとともに筋肉を伸ばすことおよび筋肉を強化することを主眼とする体操であり、立つ、座る、歩くなど日常の生活を営むための動作の訓練になる。道具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでも、どのような状態になっても行える。
	人口10万対	ある疾患に対する死亡者が、人口10万人あたりに換算した場合何人になるかを示した数字。
	心疾患	心臓の疾患の総称。全身へ血液を送るポンプという働き上、重篤な症状を起こすものも多い。
	新生物	正常な組織細胞は、必要以上に分化分裂を行わないように調節を受けているが、そこからはずれ自立的に増殖を始めるようになった組織。良性のものと悪性のものに分けられる。
	生活習慣病	食生活や運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣によって引き起こされる病気の総称。がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満などの病気があげられる。
生活困窮者	就労の状況、心身の状況、地域社会との関係性その他の事情により、現に経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある人のこと。	

	用語	説明
さ行	生命表	ある期間における死亡状況(年齢別死亡率)が今後変化しないと仮定したときに、各年齢の者が1年以内に死亡する確率や平均してあと何年生きられるかという期待値などを死亡率や平均余命などの指標(生命関数)によって表したものの。
た行	WHO	世界保健機関(World Health Organizationの略)。健康を基本的人権の一つと捉え、その達成を目的として設立された国際連合の専門機関(国連機関)である。
	地域デイホーム	地域住民が、ひとり暮らし等の高齢者に健康チェックやレクリエーション、交流など在宅生活支援サービスを提供し、高齢者の生きがいや自立の助長、社会的孤立感の解消等を図ることを目的に設置するもの。
	地産地消	地域で生産された農林水産物を、その生産された地域内において消費する取組のこと。
	地産地消推進店	市内で生産された食材、その食材を使用した料理や加工品を販売、活用する店舗として、市に登録されている店舗。
	DV	ドメスティックバイオレンスの略。配偶者(夫または妻)や恋人など、親密な関係にある相手からの暴力のこと。
	適正体重	BMIが18.5以上25未満となる体重。BMIが18.5未満はやせ、25以上は肥満とされている。 *BMI=体重(kg)÷(身長(m)) <sup>2</sup>
	適正飲酒	1日平均純アルコールで20g程度。20gとは大体「ビール中ビン1本」、「日本酒1合」、「チューハイ(7%)350mL缶1本」、「ウイスキーダブル1杯」などに相当する量の飲酒のこと。
	出前トーク	くらしの身近な問題や関心のある市の事業など、聞いてみたいテーマ(メニュー)を市民の方に選んでもらい、市の担当職員が、直接地域に出向いて説明を行うもの。
	特定健康診査	国のメタボリックシンドローム対策の柱として、平成20(2008)年4月より始まった40歳~74歳までを対象とした健康診断のことで、糖尿病や脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的としている。
	特定保健指導	特定健康診査の結果により、生活習慣病の予防・改善が必要と認められた人に対する生活習慣を見直す支援。発症リスクの程度に応じて動機づけ支援、積極的支援がある。
な行	認知症	正常に働いていた脳の機能が低下し、記憶や思考への影響がみられ、日常生活、社会生活に支障をきたすようになること。
	脳血管疾患	くも膜下出血や脳梗塞、脳出血といった脳の病気の総称であり、三大生活習慣病の一つである。
は行	8020運動	永久歯28本(智歯:親知らずを除く)のうち、自分の歯が20本以上あれば食生活に支障ないという研究報告から、80歳でも20本以上の自分の歯を保ち、自分の歯で食べる楽しみを味わい、こころ豊かに明るく話し笑える毎日をごそうという趣旨の活動。

	用語	説明
は行	ハラスメント	人に肉体的、精神的苦痛や困惑、不快感などを与えること。嫌がらせ。
	PDCA	「Plan（計画）→Do（実行）→Check（評価）→Action（改善）」という一連のプロセスを繰り返し行うことで、業務などの改善や効率化を図る考え方の一つである。
	ひきこもり	長期に渡って自宅や自室に閉じこもり、社会活動に参加しない状態が続くこと。
	標準化死亡比	人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。基準死亡率（人口10万対の死亡数）を対象地域に当てはめた場合に計算により求められる期待される死亡数と、実際に観察された死亡数とを比較するもの。 標準化死亡比が100より大きい場合は全国平均より死亡率が高く、100より小さい場合は全国平均より死亡率が低いことを意味する。
	ピンクリボン	乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進することなどを目的として行われる世界規模の啓発活動のこと。
	フッ素塗布	フッ素を含む化合物を歯面に塗布すること。フッ化物を応用したむし歯予防の方法として、他に、フッ化物洗口、フッ化物配合歯磨剤を使った歯磨きなどがある。
	プラス10運動	今より10分多く体を動かすこと。国が策定した「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」で、身体活動増加のためのメインメッセージとして掲げられている。
	フレイル	加齢とともに筋力や精神面が衰える状態のことで、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味する。
ま行	弁当の日	児童、生徒が自ら「食」の大切さを考え、望ましい食習慣を身に付けるために、各学校が「弁当の日」を設定し、家族と心を通わせながら弁当づくりを行う。弁当づくりを通して、次の3点を行うことを目的としている。 ①生きる力を育む基本となる「食」の知識や「食」を選択する力を習得する。 ②家族で「食」について考え話題にする機会を増やす。 ③自分で作る喜びを実感するとともに家族等へ感謝する心を育む。
	メタボリックシンドローム	内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を合わせもった状態のこと。動脈硬化を引き起こし、心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気を招くこともある。
や行	メンタルヘルス	精神面における健康のこと。こころの健康、精神衛生、精神保健などとも呼ばれる。
や行	要支援・要介護認定者	介護保険制度において、寝たきりや認知症等で常時介護を必要とする状態（要介護状態）、家事や身支度等の日常生活に支援が必要であり、特に介護予防サービスが効果的な状態（要支援状態）と認定され、介護サービスを受けることができる人。

	用語	説明
ら行	レセプト	患者が受けた診療について、医療機関が保険者（市町村や健康保険組合等）に請求する医療費の明細書。
わ行	若者サポートステーション	15歳以上39歳以下の若年無業者（通学・家事を行っていない者）の職業的自立を促すために設置された、厚生労働省が委託する支援機関のこと。
	ワーク・ライフ・バランス	「仕事と生活の調和」の意味。国民一人ひとりがやりがいや充実感を持ちながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できることを指す。



## 表紙の庄原市キャラクターの紹介



### 高血圧予防キャラクター「ショーショー鳥」

塩少々は、塩を指 2 本でつまんだ量のことで、この手の形がショーショー鳥の頭の形となっています。  
ショーショー鳥を見たら「塩少々」を思い浮かべてください！



### 糖尿病予防キャラクター「腹ハッチー」

糖尿病予防に大切な「腹八分目」から生まれた「腹ハッチー」！  
糖尿病予防イメージカラー(青)の八分目腹巻を巻いています。  
また、糖尿病からおこる特徴的な症状が強調されていて、触角と細長い手足は神経障害、大きな目は網膜症、腎臓の形に似た羽は腎症を表しています。

### 食育推進キャラクター「5つのちから」

食を通して身につけてほしい5つのちからを表しているキャラクターです！



イキルン  
食べ物の命を  
感じる力



エラブン  
食材を知り、  
食べ物を選ぶ力



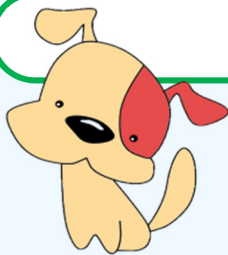
ツクルン  
料理ができる力



タベルン  
おいしさを感じ、  
味がわかる力



ゲンキン  
元気なからだ  
がわかる力



### ゲートキーパー犬「ボク」

いつもそばにいて見守ってくれる存在を表しているキャラクターです。

## 庄原市健康づくり推進計画

発行年月 令和6(2024)年3月  
発行 庄原市  
編集 庄原市生活福祉部保健医療課  
〒727-8501 広島県庄原市中本町一丁目 10 番 1 号  
Tel 0824-73-1255 Fax 0824-75-0195  
ホームページ <http://www.city.shobara.hiroshima.jp/>

