

# 第4章

## 計画の推進に向けて

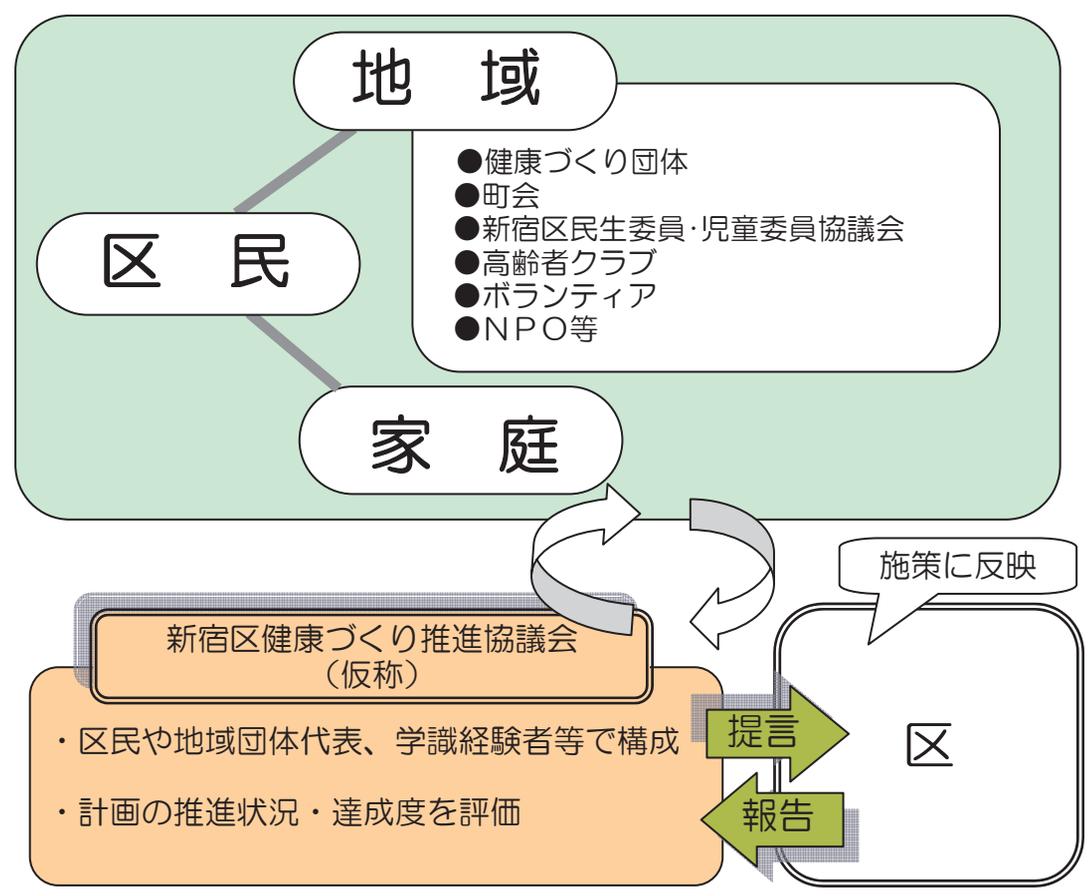
- 1 区民等と連携した「地域ぐるみの健康づくり」  
の実践
- 2 健康づくり推進の考え方・今後の推進体制
- 3 本計画における新宿区第一次実行計画事業

# 1 区民等と連携した「地域ぐるみの健康づくり」の実践

## (1) 健康づくりの協働推進と外部組織の設置

- この計画の理念に基づく、地域ぐるみの健康づくりを推進していくためには、区と区民や地域団体等が、共に健康づくりという目標に向かい、協働による取り組みを進めることが重要です。
- 今後、区は、「心身ともに健やかにくらすまち」を実現させるため、地域や家庭、健康づくり関係団体との協働を推進し、地域ぐるみで健康づくりを実践します。
- また、本計画を確実に推進するため、区民や地域団体、学識経験者等で構成した「新宿区健康づくり推進協議会(仮称)」を設置し、計画の進捗状況や達成度を評価し、社会情勢の変化に応じて内容の修正等を行います。

図表 4-1 地域ぐるみの健康づくりのイメージ



## 2 健康づくり推進の考え方・今後の推進体制

### (1) 健康づくり推進の考え方

- 国の『「健康日本 21」中間評価報告』では、中間評価の総括として「これまでの国民運動としての取組の課題を踏まえた抜本的な充実強化を図り、健やかな生活習慣が爽快で気持ちのいいものとして国民の間に広く文化として定着するよう、「食事バランスガイド\*」、「エクササイズガイド 2006\*」、「禁煙支援マニュアル\*」といったツールを積極的に活用し、メタボリックシンドロームの概念や生活習慣病予防の基本的な考え方を普及するなど、ポピュレーションアプローチを積極的に展開することにより、医療保険者が中心的な役割を担うハイリスクアプローチとの相乗効果によって、国民の健康増進や生活の質(QOL\*)の向上を目指し、生活習慣病対策の成果を着実に上げていくことが求められる。」としています。
- したがって、健康づくりを進めるうえで、ハイリスクアプローチだけではなくポピュレーションアプローチへの積極的な取り組みを行うことにより、両輪で相乗的に予防効果の向上を図ることが重要です。
- この考え方を踏まえ、新宿区においても次ページ以下のような推進体制で取り組みを展開します。

【ハイリスクアプローチ】 健康障害を起こすリスクを有する人に働きかけ、そのリスクを軽減させる方法をいいます。

【ポピュレーションアプローチ】 集団全体に働きかけることによって、集団全体のリスクレベルを下げて、問題となる事象(例えばメタボリックシンドローム)を予防する方法をいいます。

#### 【QOL\*】

「Quality Of Life」の頭文字をとったもので、日本語では「生活の質」「生命の質」「人生の質」などと訳される。人が人として有意義に生きるにはどうしたらよいかというテーマ全般を指す。

## (2) 今後の推進体制

### ① 健康・医療・福祉・教育の連携

- 区民の健康を守り、増進していくためには、それぞれの個人が食事や運動、睡眠等の生活習慣を改善するとともに、それを支える医療や福祉サービスの基盤を整備し、連携を図ることが必要です。
- そのために、区の内部において横断的に連携を図ることはもとより、地域や医療機関、福祉施設、運動施設等とのネットワークを強化し、より効果的な運用を進めていきます。また家庭や地域とともに食育を推進する場である教育との連携についても、これまで進めてきたところですが、今後は食育推進ネットワークの構築など、第2章で示している各種の事業を通して、ネットワークの形成と効果的な運用をさらに進めていきます。

### ② 庁内の推進体制と拠点施設の充実

- 区は本計画の推進のため、「新宿区健康づくり推進委員会(仮称)」を設置し、定期的に委員会を開催することで、庁内の関係部署との情報共有を図ることとします。  
また、この計画に基づく施策の実施状況を把握するため、必要に応じて関係課から取り組み状況を聴取し、目標や指標を見直します。さらに、「新宿区健康づくり推進協議会(仮称)」に見直し案を提示し、意見を聴取します。
- 健康づくり実践の環境整備の一環として、運動実践のきっかけづくりや健康づくり自主活動の場の提供が必要となります。区は、「元気館」「ことぶき館」「保健センター」「新宿スポーツセンター」「新宿コズミックスポーツセンター」などの施設を健康づくり推進のための拠点とし、機能の充実を図ります。

### ③ 計画の評価・見直し

- この計画の3年目の平成22年度を目途に、第2章で掲げた指標の状況を確認することで、目標達成の度合いを点検・評価します。  
評価の結果は、重点的に取り組むべき新たな課題の抽出に活用します。また、計画の最終年度である平成23年度にはこの計画を見直し、次期計画の策定を行います。

- 計画の評価や計画の見直しは、実効性のある施策を進める上での重要なステップです。新宿区健康づくり推進協議会(仮称)は、区民の健康づくりを支援し、「心身ともに健やかにくらすまち」の実現を目指します。

### ～「新宿区健康づくり実践ガイド」を作成します～

「新宿区健康づくり行動計画」の策定に合わせ、健康づくりの基本的な案内書として、「新宿区健康づくり実践ガイド」を作成します。ガイドでは、運動・食事・休養といった、健康的な生活習慣をつくる知識や方法をわかりやすく紹介します。配布は平成20年6月を予定しています。配布場所は元気館、ことぶき館、保健センターなど、区内各施設を予定しています。



### 3 本計画における新宿区第一次実行計画事業

第2章で、本計画の「生活習慣病の予防」「食育の推進」「心の健康づくり」の三つの大目標を達成するための取組み事業を示しました。この中で「新宿区第一次実行計画」として位置付け、計画的・優先的に推進していく事業は、以下のとおりです。

#### ○生活習慣病の予防に係る計画事業（「新宿区第一次実行計画」より一部抜粋）

27	125130	計画事業名	元気館事業の推進	所管部	健康部
事業概要		<p>これまでの元気館事業に加えて、生活習慣病予防（メタボリックシンドローム対策）を実現するため、メタボ講座の開催、シェイプアップ教室における栄養指導講座、運動の重要性に関する普及啓発事業等を実施することで、内容の一層の充実を図ります。また、おおむね65歳以上の介護予防教室修了者等の高齢者を対象に、バランスボール等を使用した運動機能の向上に資するトレーニング（高齢者筋力向上事業）も行います。</p> <p>（拡充内容）メタボ講座等の開催によるメタボリックシンドローム対策を行います。</p>			
19年度末の現況（予定）	当該実行計画期間中（20～23年度）の目標	年度別計画			
		20年度	21年度	22年度	23年度
・健康増進プログラムの利用率 58.9%	・健康増進プログラムの利用率 65%	・健康増進プログラムの充実 ・高齢者筋力向上事業			
事業費（千円）	総事業費 95,116	23,779	23,779	23,779	23,779

74	153110	計画事業名	歩きたくなる道づくり	総事業費	102,414
事業概要		<p>まちの記憶や水とみどりを活かした散歩道や案内施設を整備し、誰もが歩きたくなる道づくりを進めていきます。また、健康いきがづくりのためのウォーキングコースを設定します。</p>			
74②	153112	枝事業名	いきいきウオーク新宿	所管部	健康部
内容		<p>気軽にできるウォーキングや低負荷遊具の活用を通じて、高齢者の健康生きがいがづくりや介護予防を推進します。そのため、これまで行っているウォーキング協会やレクリエーション協会などの地域団体との協働をさらに充実させるとともに、水辺とまちの散歩道等を活用したウォーキングコースの整備や高齢者用の低負荷遊具を公園に設置し「いきいきパーク」として活用します。</p> <p>（拡充内容）ウォーキングコースを2コース、いきいきパークを8公園整備します。</p>			
19年度末の現況（予定）	当該実行計画期間中（20～23年度）の目標	年度別計画			
		20年度	21年度	22年度	23年度
・区全域を対象としたウォーキングイベントの開催 1回	・ウォーキングコースの整備 2コース ・低負荷健康遊具の設置 8公園 ・区全域を対象としたウォーキングイベントの開催 4回	・ウォーキングコースの整備 1コース ・低負荷健康遊具の設置 2公園 ・区全域を対象としたウォーキングイベントの開催 1回	・ウォーキングコースの整備 1コース ・低負荷健康遊具の設置 2公園	・低負荷健康遊具の設置 2公園	・低負荷健康遊具の設置 2公園
事業費（千円）	総事業費 27,374	10,121	7,951	4,651	4,651

5	112210	計画事業名	地域を担う人材の育成と活用	総事業費	38,556	
事業概要		地域における様々な地域活動や社会貢献活動を活性化するためには、そうした活動を支える人材の育成が重要です。このため、幅広い人たちが地域社会を担っていきけるしくみづくりを進めます。				
5③	112213	枝事業名	生涯学習指導者・支援者バンクの充実	所管部	地域文化部	
内容		文化や学習、スポーツなど、生涯学習活動を指導・支援できる地域人材の登録により、区民の生涯学習活動の成果が地域に還元されるしくみであるバンク制度を充実します。現在二つある「文化等学習支援者バンク制度」と「スポーツ指導者バンク制度」を20年度に統合し、登録者の活用が促進されるしくみに再構築するとともに、新たな生涯学習活動の促進につなげます。  (拡充内容) 20年度に、「文化等学習支援者バンク制度」と「スポーツ指導者バンク制度」を統合します。				
19年度末の現況 (予定)	当該実行計画期間中 (20~23年度)の 目標	年度別計画				
		20年度	21年度	22年度	23年度	
・文化等学習支援者バンク制度とスポーツ指導者バンク制度の統合準備 ・新宿区内で活動する個人・団体の登録数 432	・文化等学習支援者バンク制度とスポーツ指導者バンク制度の統合 ・新宿区内で活動する個人・団体の登録数 550	・文化等学習支援者バンク制度とスポーツ指導者バンク制度の統合 ・レベルアップ研修の充実 ・コーディネートの充実	→			
事業費(千円)	総事業費	4,776	1,329	959	1,009	1,479

○食育の推進に係る計画事業 (「新宿区第一次実行計画」より一部抜粋)

26	125120	計画事業名	食育の推進	所管部	健康部 教育委員会事務局	
事業概要		新宿区の目指す「食育」の概念や目標について、必要性や区民参加の重要性を普及啓発するための講演会を開催するとともに、食育ボランティアを育成し、児童館や子ども料理教室等における「食育」活動の支援を行います。 また、学校における食の教育を充実させるため、教員・栄養職員の中に食の教育推進リーダーを育成し、食育推進のための校内指導体制を整備します。				
19年度末の現況 (予定)	当該実行計画期間中 (20~23年度)の 目標	年度別計画				
		20年度	21年度	22年度	23年度	
・食育の内容を知っている人の割合 32.7%  ・食事バランスガイドの内容を知っている人の割合 17.8%	・食育ボランティアの登録者数 80人 ・食育の内容を知っている人の割合 50%以上 ・食事バランスガイドの内容を知っている人の割合 50%以上 ・食の教育推進リーダーを中心とした食に関する指導 100%	・講演会の開催 5回 ・食育ボランティアの育成・活動支援 20人  ・食育フォーラムの開催 1回  ・食の教育推進リーダーの育成  ・事例集の発行	・講演会の開催 7回 ・食育ボランティアの育成・活動支援 20人 (計 40人)	・食育ボランティアの育成・活動支援 20人 (計 60人)	・食育ボランティアの育成・活動支援 20人 (計 80人)  ・食育ボランティア活動報告会 1回	
事業費(千円)	総事業費	6,258	1,298	1,506	1,670	1,784

25	125110	計画事業名	歯から始める子育て支援	総事業費	170,330			
事業概要		子どもの歯科保健の課題は、むし歯予防から歯並びや口腔機能に関するものに変化してきています。そのため、従来のむし歯予防事業を充実させることに加え、健全な口腔機能の発達を目指す事業を展開していきます。						
25①	125111	枝事業名	歯から始める子育て支援体制の構築	所管部	健康部			
内容		<p>子どもと子育て中の保護者の歯科保健を支えるため、区内歯科医療機関従事者や保育士等の子育て支援専門職をデンタルサポーターとして養成します。また、21年度から、2歳児から5歳児までを対象に、身近な歯科医療機関での歯と口の健康チェックと保健指導、無料のフッ化物歯面塗布事業を行います。</p> <p>(拡充内容) 2歳児から5歳児までを対象に、無料のフッ化物歯面塗布事業を開始します。</p>						
19年度末の現況(予定)		当該実行計画期間中(20~23年度)の目標	年度別計画					
			20年度	21年度	22年度	23年度		
-		<ul style="list-style-type: none"> <li>デンタルサポーターの数 90人 (区内歯科医療機関数の20%以上)</li> <li>フッ化物を利用している子どもの率 80%以上</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>デンタルサポーターの養成</li> </ul>			→		
事業費(千円)		総事業費 166,586	182	55,468	55,468	55,468		
25②	125112	枝事業名	もぐもぐごっくん支援事業	所管部	健康部			
内容		乳幼児の保護者からの口腔機能全般に関する相談に応じることで不安を取り除くとともに、適切な指導により健全な母子関係と乳幼児の健やかな発達を促すため、各保健センターにおいて「お口の機能(飲み込み・噛み方・歯並び等)」講習会の開催や個別相談を実施します。						
19年度末の現況(予定)		当該実行計画期間中(20~23年度)の目標	年度別計画					
			20年度	21年度	22年度	23年度		
-		<ul style="list-style-type: none"> <li>講習会参加者数 480人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>講習会の開催 4回</li> <li>個別相談の実施 24回</li> </ul>			→		
事業費(千円)		総事業費 3,744	936	936	936	936		

○心の健康づくりに係る計画事業（「新宿区第一次実行計画」より一部抜粋）

9	121310	計画事業名	ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）の推進	所管部	子ども家庭部	
事業概要		<p>個人の生活を尊重した働き方の見直しが社会の関心を集めています。仕事と生活の調和を図る、ワーク・ライフ・バランスの実現を目指し、推進企業認定制度の実施をはじめ、企業への支援、働きかけを関係部署と連携して推進していきます。</p> <p>ワーク・ライフ・バランスや男女雇用機会均等、次世代育成支援などについて積極的に推進している企業を「ワーク・ライフ・バランス推進企業」として認定します。また、ワーク・ライフ・バランスを推進するために専門的な側面からの助言や指導が必要な企業に対して、コンサルタントを派遣するなど、働きやすい職場環境づくりに向けた取り組みを推進します。</p> <p>（拡充内容）22年度に、「事業者に対するワーク・ライフ・バランスに関する意識・実態調査」を実施し、実態を把握します。</p>				
19年度末の現況（予定）		当該実行計画期間中（20～23年度）の目標	年度別計画			
			20年度	21年度	22年度	23年度
<p>・働きやすい環境・職場づくりに向けた取り組みについて事業者アンケートを実施</p>		<p>・ワーク・ライフ・バランス推進企業認定数40社</p> <p>・コンサルタントを派遣する企業数120社</p>	<p>・推進企業認定数10社</p> <p>・コンサルタント派遣企業数30社</p>	<p>・推進企業認定数10社（計20社）</p> <p>・コンサルタント派遣企業数30社（計60社）</p>	<p>・推進企業認定数10社（計30社）</p> <p>・コンサルタント派遣企業数30社（計90社）</p> <p>・事業者に対するワーク・ライフ・バランスに関する意識・実態調査</p>	<p>・推進企業認定数10社（計40社）</p> <p>・コンサルタント派遣企業数30社（計120社）</p>
事業費（千円）		総事業費 24,594	4,642	4,642	10,668	4,642