

ふみ みやこ  
「文の京」ハートフルプラン  
文京区地域福祉保健計画  
保健医療計画

平成30年度～平成35年度

概要版

## 第1章 策定の考え方

### 1 計画の目的

近年、わが国の平均寿命は毎年、過去最高を更新しています。長寿社会となった現在、生涯にわたって健やかに心豊かに生活できるよう、健康的な生活習慣の確立、生活習慣病の予防や介護予防活動など、ライフステージに応じた支援や死因順位第1位のがんへの対策などが必要となります。

一方、文京区の出生数は平成25年から平成28年まで年々増加しています。このような中、妊娠から出産、子育て期にわたり、切れ目ない支援を行い、安心して子どもを産み、健やかに育てるための家庭や地域の環境づくりが重要となります。

また、文京区では現在、65歳以上の方が人口の約5分の1を占めています。こうした高齢化の進展に伴い、高齢者が自分らしくいきいきと生活し、住み慣れた地域で安心して暮らすための支援として、在宅療養体制の構築や、今後、患者数の増加が見込まれる認知症の対策が重要となります。

さらに、食中毒や感染症の予防など、日々の生活を送る上での安全・安心の確保を図ることも重要です。

このような課題に的確に対応するため、「健康づくりの推進」、「地域医療の推進と療養支援」、「健康安全の確保」を柱とした保健医療施策全般にわたる総合的な計画として「保健医療計画」を策定します。

## 2 計画の性格・位置づけ

保健医療計画は、全ての区民等を対象とする計画として、健康増進法に基づく「市町村健康増進計画」及び食育基本法に基づく「市町村食育推進計画」を一体的に策定するものです。

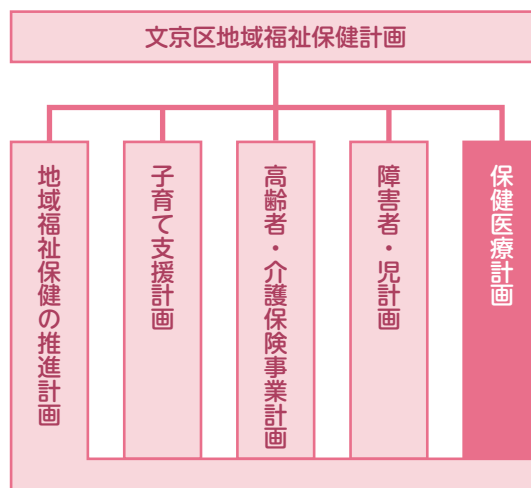
### ■計画名と根拠法令

法律に基づく計画名	根拠法令	本区における計画名
健康増進計画	健康増進法第8条第2項	保健医療計画
食育推進計画	健康増進法第18条	

また「文京区基本構想」に基づき、その基本理念、将来像等を踏まえて策定する、本区の福祉保健施策を推進するための基本となる総合計画である文京区地域福祉保健計画の分野別計画の1つです。

さらに、国の「健康日本21(第二次)」の地方計画の性格を有するものとして、都の「東京都健康増進プラン21(第二次)」を、国の「第3次食育推進基本計画」の地方計画の性格を有するものとして、都の「東京都食育推進計画」を踏まえるとともに、医療法に基づく都の「東京都保健医療計画」とも調和・整合を図って策定したものです。

### ■地域福祉保健計画の構成



## 3 計画改定の検討体制

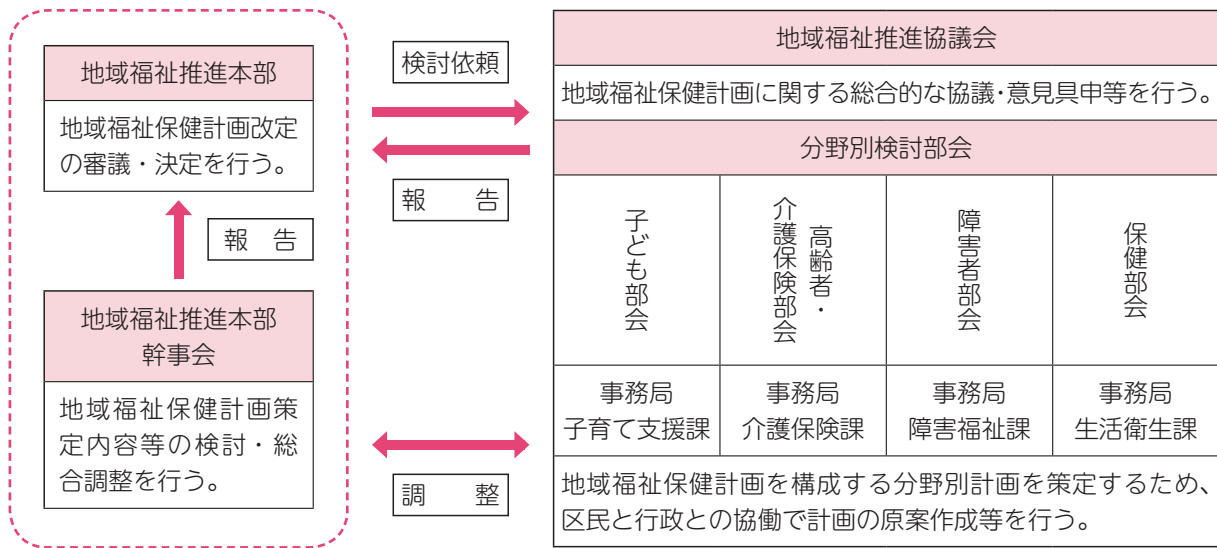
本計画の改定に当たっては、学識経験者、福祉保健関係団体の代表者、公募区民等で構成する地域福祉推進協議会及びその検討部会である地域福祉推進協議会保健部会における検討を踏まえて、改定を行いました。

なお、これらの会議は全て公開とし、広く区民に開かれた審議を行いました。

計画の検討経過については、ホームページで公表するとともに、パブリックコメント(区民意見公募)の実施や区民説明会の開催により、区民の意見・要望を十分に把握し、計画への反映を図りました。

また、区の庁内組織である地域福祉推進本部及び地域福祉推進本部幹事会において、福祉保健に関連する部署間の緊密な連絡調整等を図り、計画の組織横断的な検討・総合調整を行いました。

■ 計画改定の検討体制



4 計画の期間

本計画は、医療法の改正後(平成26年6月改正)に、初めて策定する予定の都の次期「東京都保健医療計画」の計画期間とも整合を図るため、平成30年度から平成35年度までの6年間の計画として策定しました。

■ 計画の期間

平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度	平成 34 年度	平成 35 年度
文京区基本構想								
文京区基本構想実施計画			文京区基本構想実施計画					
文京区地域福祉保健計画 保健医療計画			文京区地域福祉保健計画 保健医療計画			文京区地域福祉保健計画 (予定) 保健医療計画		

## 5 計画の推進に向けて

### (1) 推進体制

本計画は、「健康増進計画」と「食育推進計画」を一体的に策定しており、保健、福祉、介護、教育など多岐にわたる関係各部署が、情報の共有と連携を深めて、ともに実施することによって推進していきます。

また、「計画事業」を着実に推進するため、区民主体による健康づくりの実践と併せ、区民、関係団体、行政が一体となって取り組みます。

### (2) 計画の周知

本計画は、だれもが気軽に閲覧できるよう、区のホームページに掲載し、区内の公共施設等に設置します。

また、計画事業等についての具体的な情報は、区報、インターネットやソーシャルメディアの活用や、対象者への個別通知等を行うほか、関係団体等の多様な経路を用いて幅広く周知を進めていきます。

### (3) 計画の評価

本計画を着実かつ効果的に実施し、総合的な事業の点検・評価を行うため、進行管理対象事業及び行動目標を掲げています。

また、区民、学識経験者等で構成する地域福祉推進協議会において、区民等の意見を検討・反映させながら、進行管理を行っていきます。

#### 進行管理対象事業

本計画において、区が取り組むべき特に重要な事業については、計画目標を掲げ進行管理を行っていきます。

また、計画期間が平成30年度から平成35年度であるため、進行管理対象事業の計画内容は平成35年度末に設定しています。

#### 行動目標

本計画では、進行管理対象事業のほかに、健康づくりの分野において行動目標を掲げています。

健康づくりの推進は、区民の意識と行動の変容が必要であることから、望ましい状態を行動目標として設定し、区民に周知するとともに、区民の主体的な健康づくりの取組を支援していくものです。

また、行動目標の評価及び次期計画の策定資料とするため、健康に関するニーズ調査を平成34年度に実施します。そのため、行動目標は平成34年度に設定しています。

#### 庁内体制

本計画の推進に当たっては、区の庁内組織である地域福祉推進本部において計画の進捗状況を集約し、総合的及び体系的に推進していきます。

## 第2章 計画の基本理念・基本目標

### 1 基本理念

#### 人間性の尊重

だれもが、個人として尊ばれ、人間性が活かされるとともに、人権が尊重される地域社会を目指します。

#### 自立の支援

だれもが、自分の意思に基づき、自らの選択のもとに自立した生活を営み、自己実現できるよう支援します。

#### 支え合い認め合う地域社会の実現

ノーマライゼーション<sup>\*1</sup>やソーシャルインクルージョン<sup>\*2</sup>の理念に基づき、だれもが、主体的に社会参加でき、相互に人格と個性を尊重し、支え合い、ダイバーシティ<sup>\*3</sup>を推進する地域社会の実現を目指します。

#### 健康の保持・増進

だれもが、健康で安全な生活を享受でき、生涯を通じて健康を保持・増進することができる地域社会を目指します。

#### 協働による地域共生社会の実現

だれもが、地域の課題を把握し、解決するための活動に、当事者意識を持って、主体的に参画・協働し、分野を超えてつながる地域づくりを推進します。

#### 男女平等参画の推進

一人ひとりが互いに人権を尊重し、喜びも責任も分かち合いつつ、性別に関わりなく、その個性と能力を十分に発揮していきいきと暮らせる地域社会を目指します。

### 2 基本目標

- だれもが、いきいきと自分らしく、健康で自立した生活を営める地域社会を目指します。
- だれもが、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、必要な福祉保健サービスを自らの選択により利用でき、互いに支え合う地域社会を目指します。
- だれもが、地域、暮らし、生きがいとともに創り、互いに高め合い、役割を持つことができる地域社会を目指します。

※1 ノーマライゼーション (normalization) : 障害のある人もない人も、子どもも高齢者も、すべての人が地域で普通 (ノーマル) の生活を送ることを当然とし、共に支え合って普通の生活ができる社会を創造すること。また、その考え方をいう。

※2 ソーシャルインクルージョン (social inclusion) : すべての人々を孤独や孤立、排除や摩擦から援護し、健康で文化的な生活の実現につなげるよう、社会の構成員として包み支え合うという理念をいう。

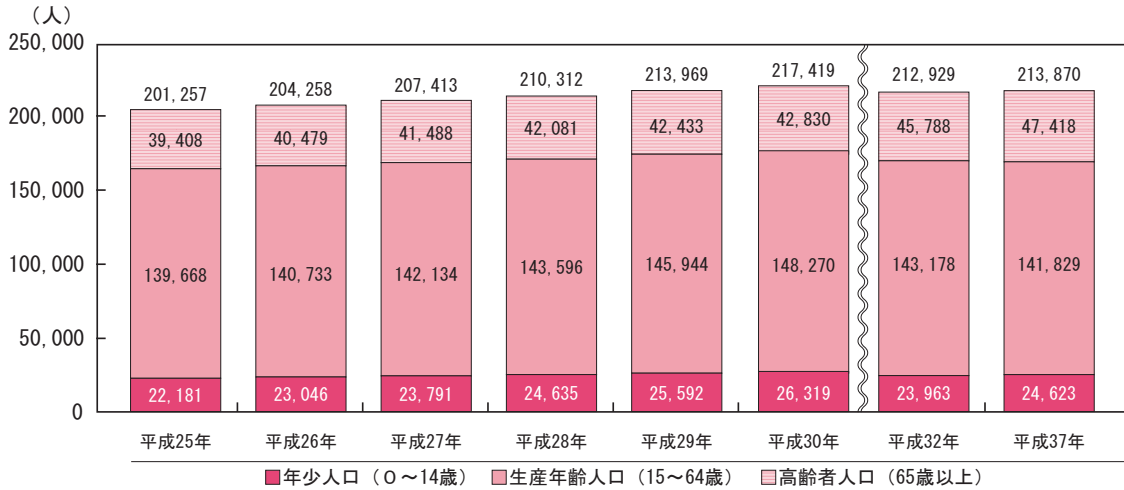
※3 ダイバーシティ (diversity & inclusion) : 性別 (性自認及び性的指向を含む。)、人種、国籍、宗教、経歴、障害の有無など人それぞれの「違い」を「多様性」として認め合い、互いを尊重し、誰もが暮らしやすい社会の実現を目指す考え方をいう。

## 第3章 保健医療を取り巻く現状と課題

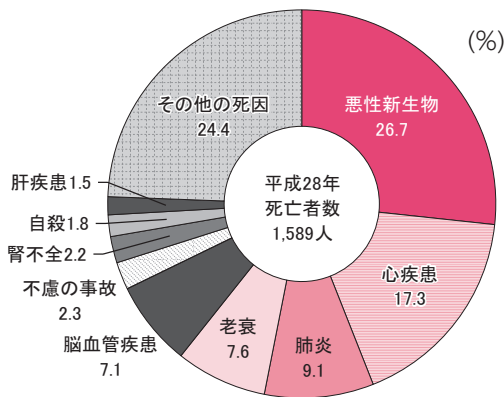
### 1 区民の健康動向等

#### (1) 統計データ等より

##### ■年齢3区分別人口の推移と推計

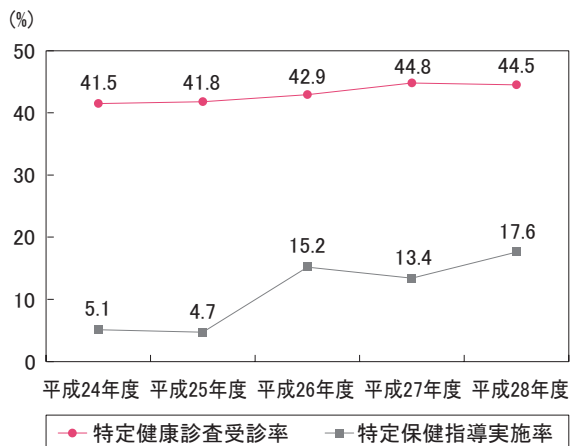


##### ■主要死因別死亡の状況

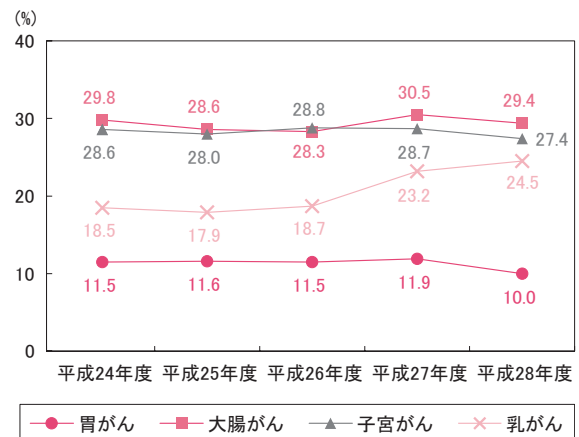


年次	65歳健康寿命	
	男性	女性
平成23年	82.2歳	85.1歳
平成24年	82.3歳	85.1歳
平成25年	82.5歳	85.4歳
平成26年	82.8歳	85.6歳
平成27年	82.9歳	85.7歳

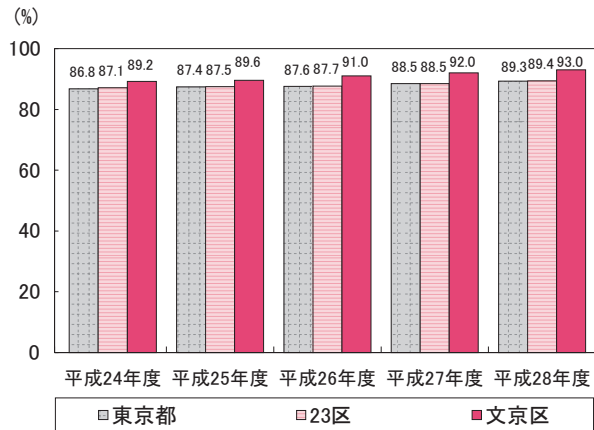
##### ■特定健康診査・特定保健指導の推移



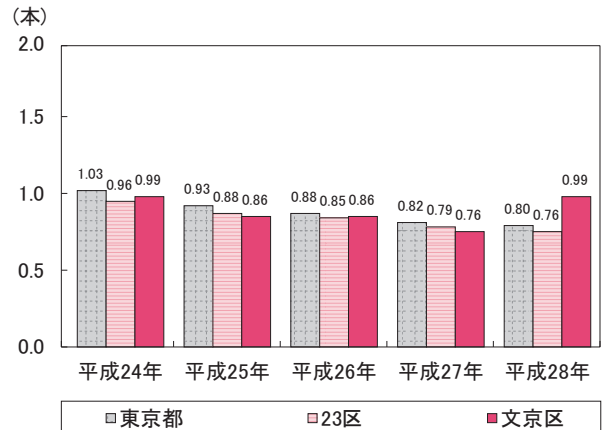
##### ■各種がん検診の受診状況



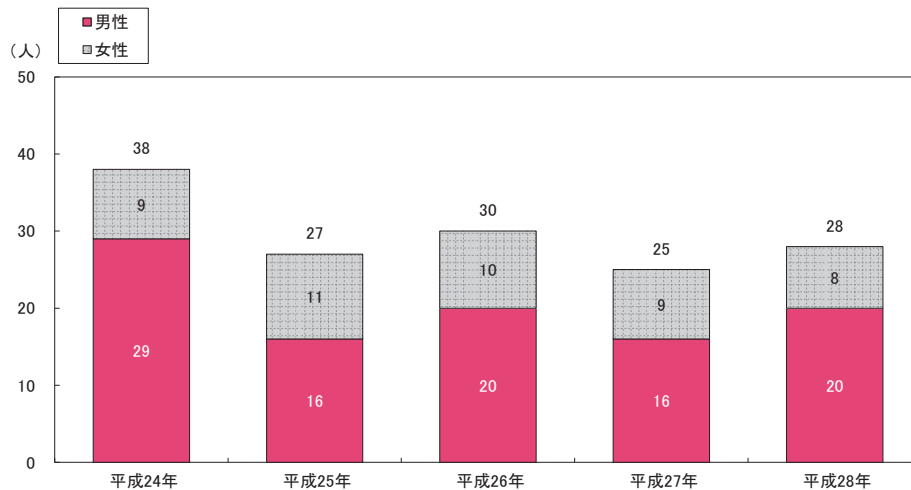
■ 3歳児でむし歯のない児の割合の推移



■ DMFT指数の推移(中学校第1学年)



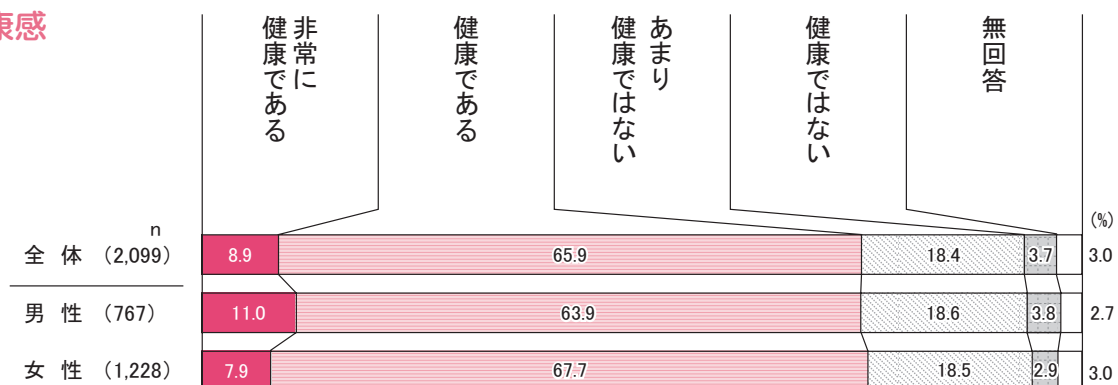
■ 自殺者数の推移



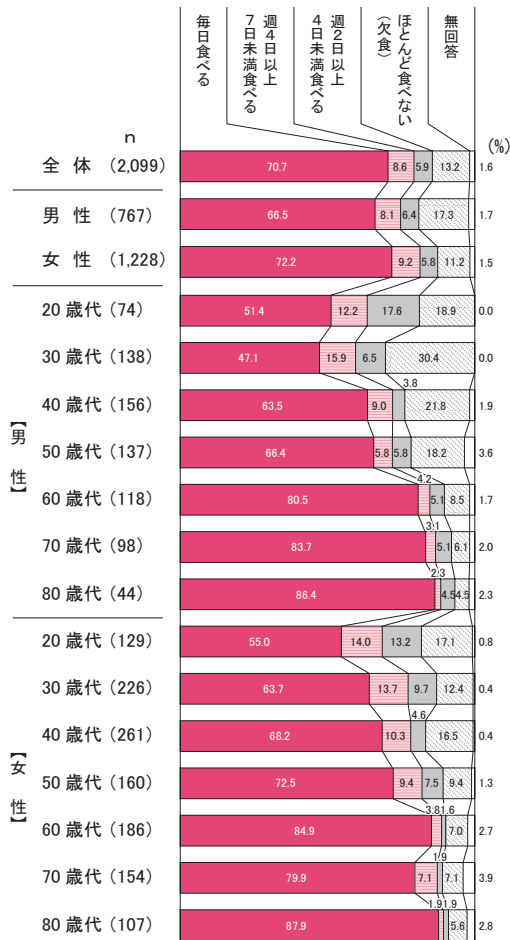
(2) 健康に関するニーズ調査結果

本計画の改定に先立ち、平成28年度に、区民の健康状態や健康管理の方法、健康づくりに関する要望等を把握するための調査を実施しました。調査の対象は、20歳以上89歳以下の文京区在住者4,800人で、有効回答数は2,099件、有効回答率は43.7%となっています。以下に主な調査結果について示します。

■ 健康感



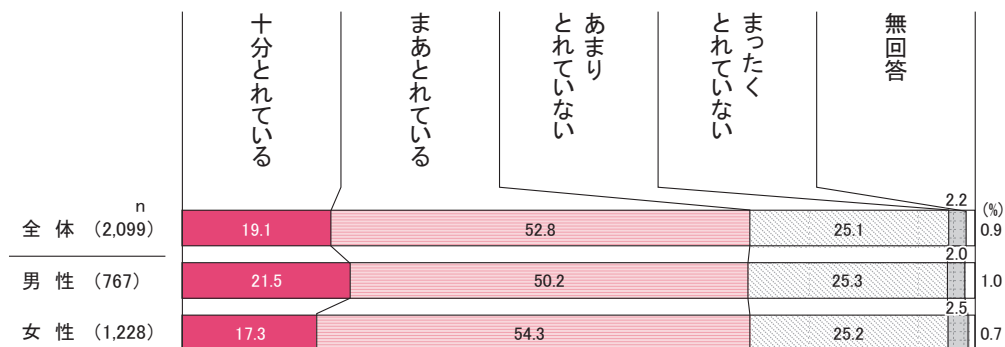
■朝食の摂取頻度



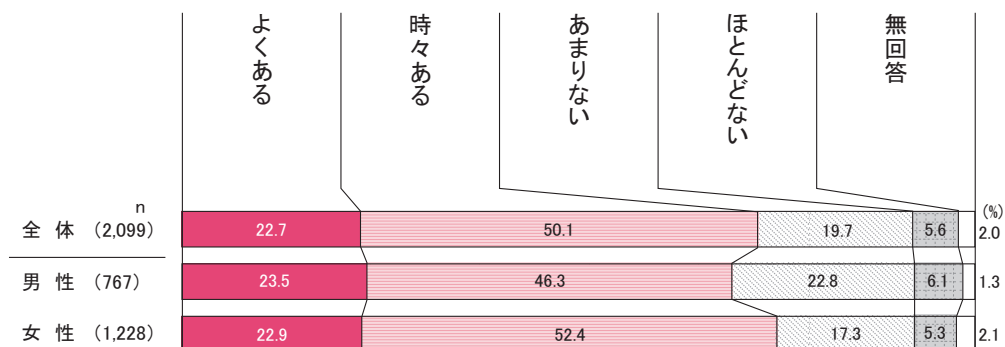
■健康のために食生活で実践していること

	n	朝食晩と1日3回規則正しく食べる	1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする
	(人)	(%)	(%)
全体	2,099	49.2	33.7
男性	767	45.9	29.1
女性	1,228	50.6	36.5
男性 / 20歳代	74	35.1	32.4
/ 30歳代	138	29.7	21.7
/ 40歳代	156	40.4	22.4
/ 50歳代	137	46.7	35.0
/ 60歳代	118	56.8	28.0
/ 70歳代	98	61.2	39.8
/ 80歳代	44	65.9	29.5
女性 / 20歳代	129	38.0	21.7
/ 30歳代	226	41.6	37.6
/ 40歳代	261	45.6	34.5
/ 50歳代	160	45.6	34.4
/ 60歳代	186	64.0	37.6
/ 70歳代	154	60.4	45.5
/ 80歳代	107	66.4	45.8

■睡眠による休養の充足感

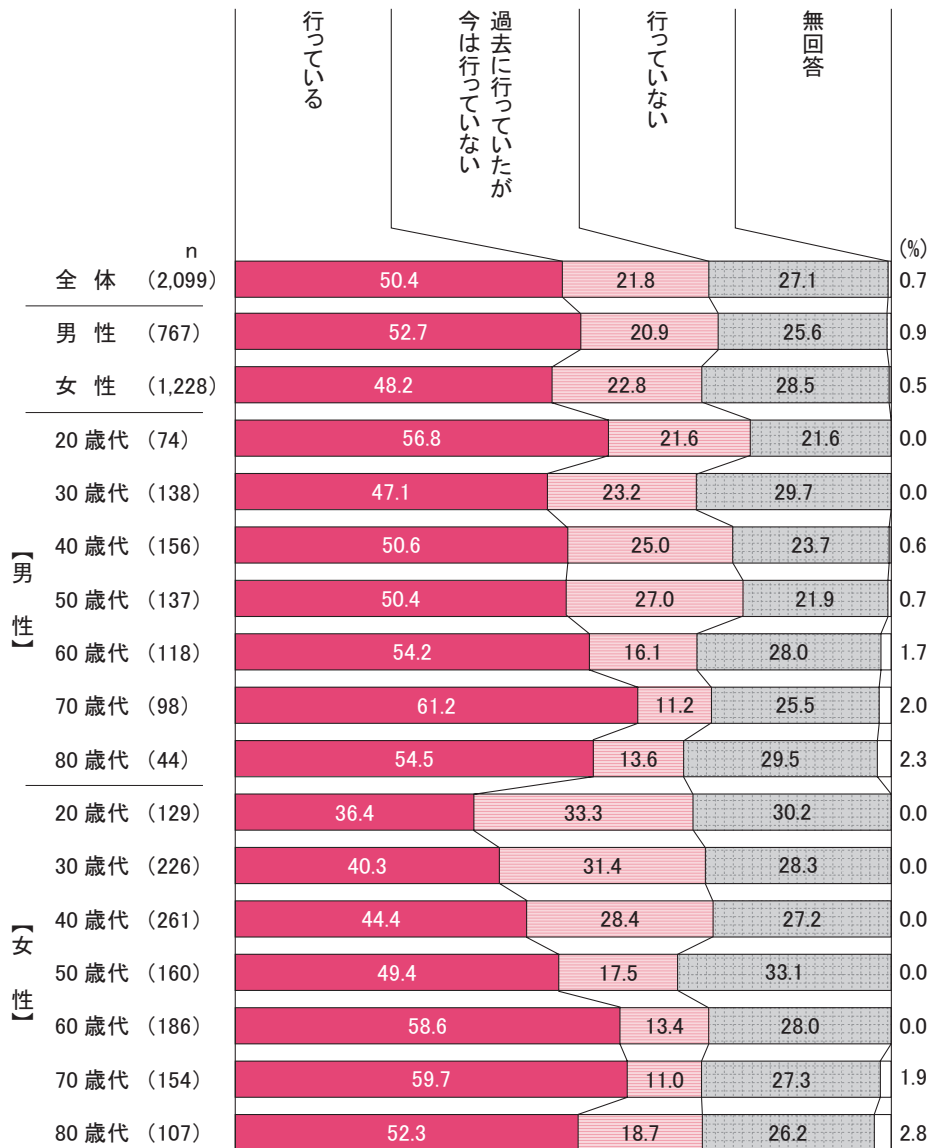


■悩みやストレスの状況

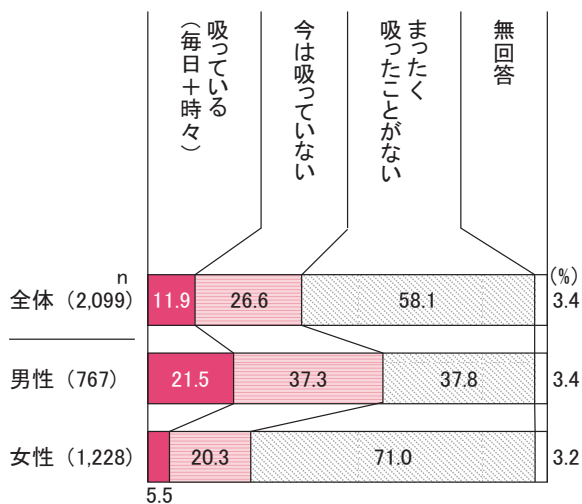




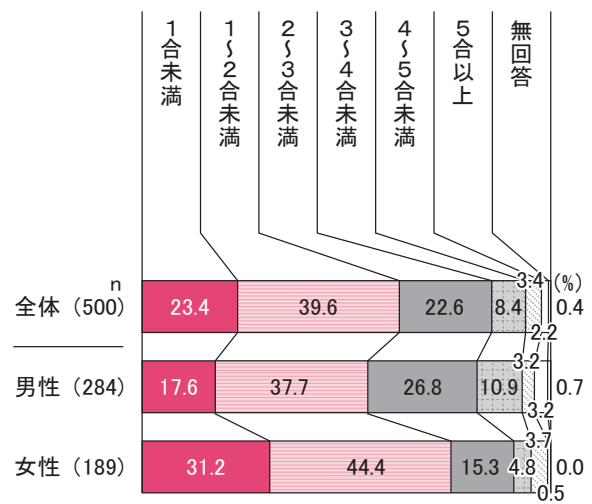
■運動の実施状況



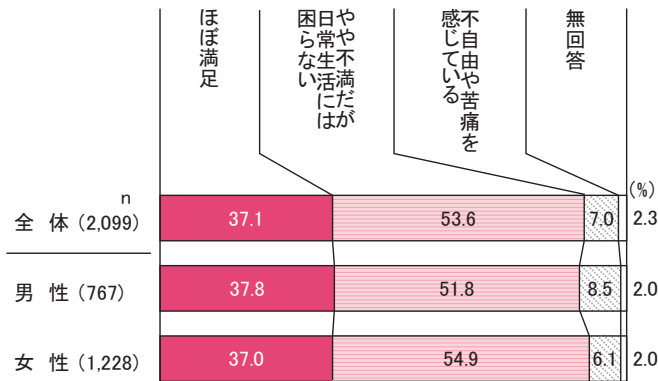
■喫煙状況



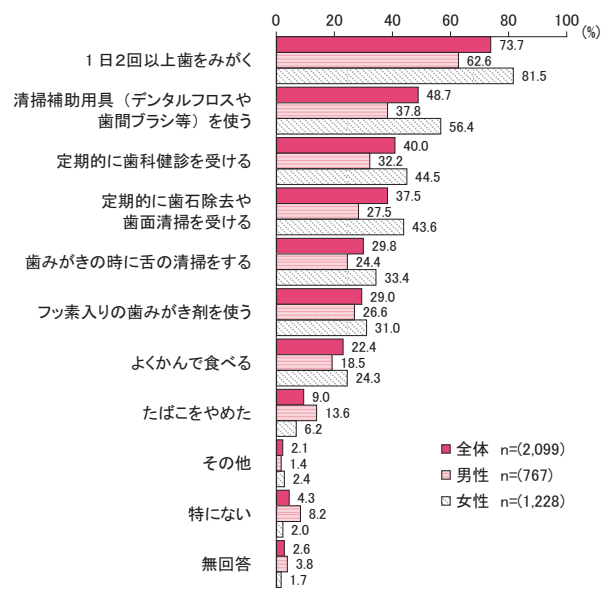
■週5日以上飲酒する人の1日あたりの飲酒量



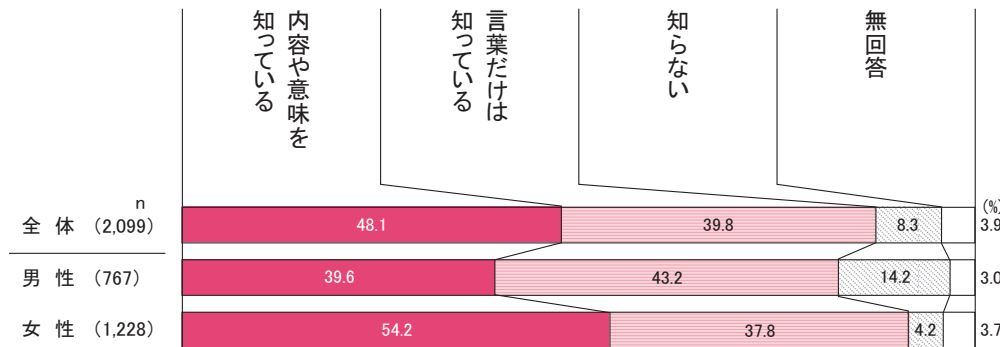
■歯や歯肉、口腔状態の満足度



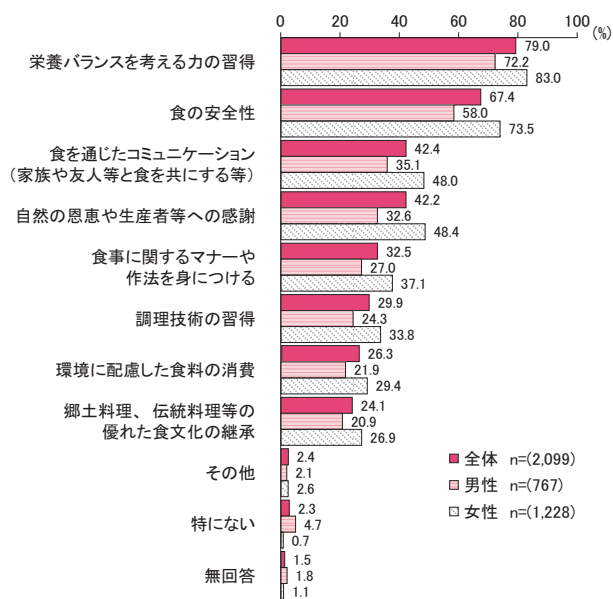
■歯や歯肉、口腔の健康のために実践していること



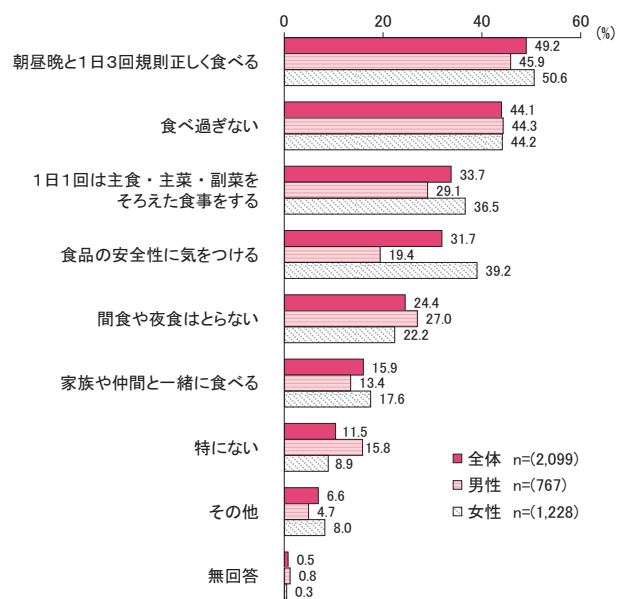
■食育の認知状況



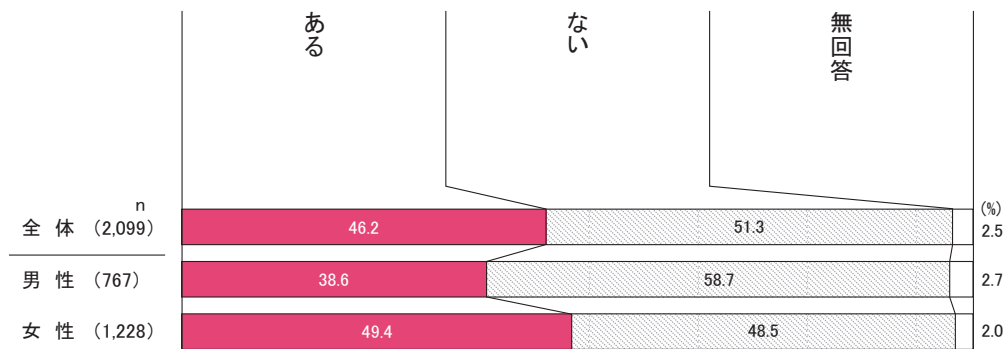
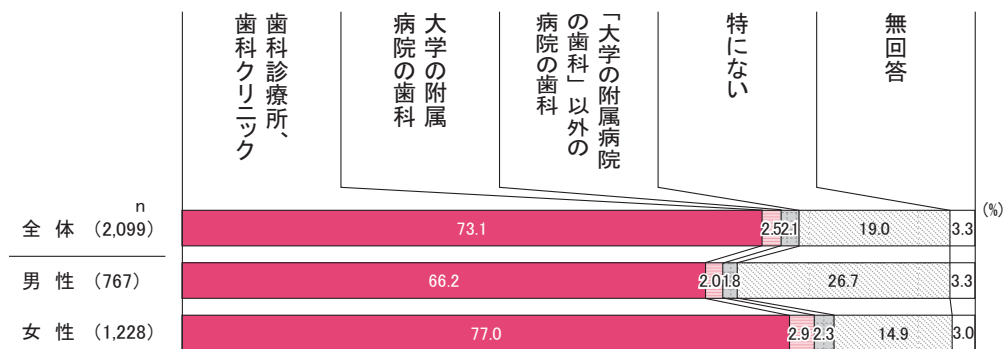
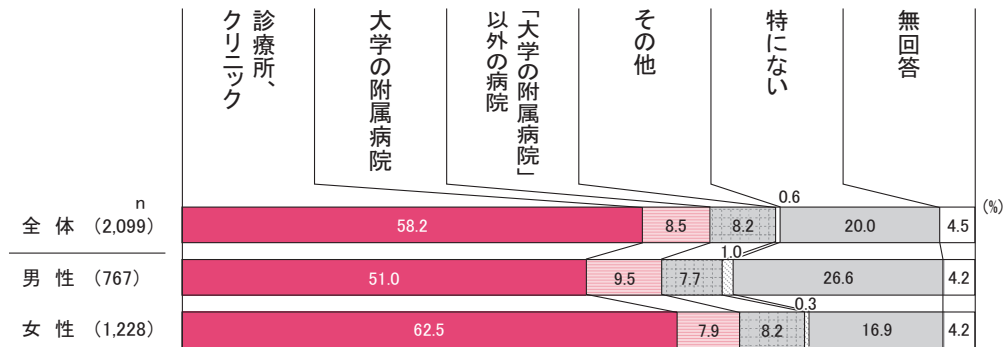
■食に関して重要だと思うこと



■健康のために食生活で実践していること



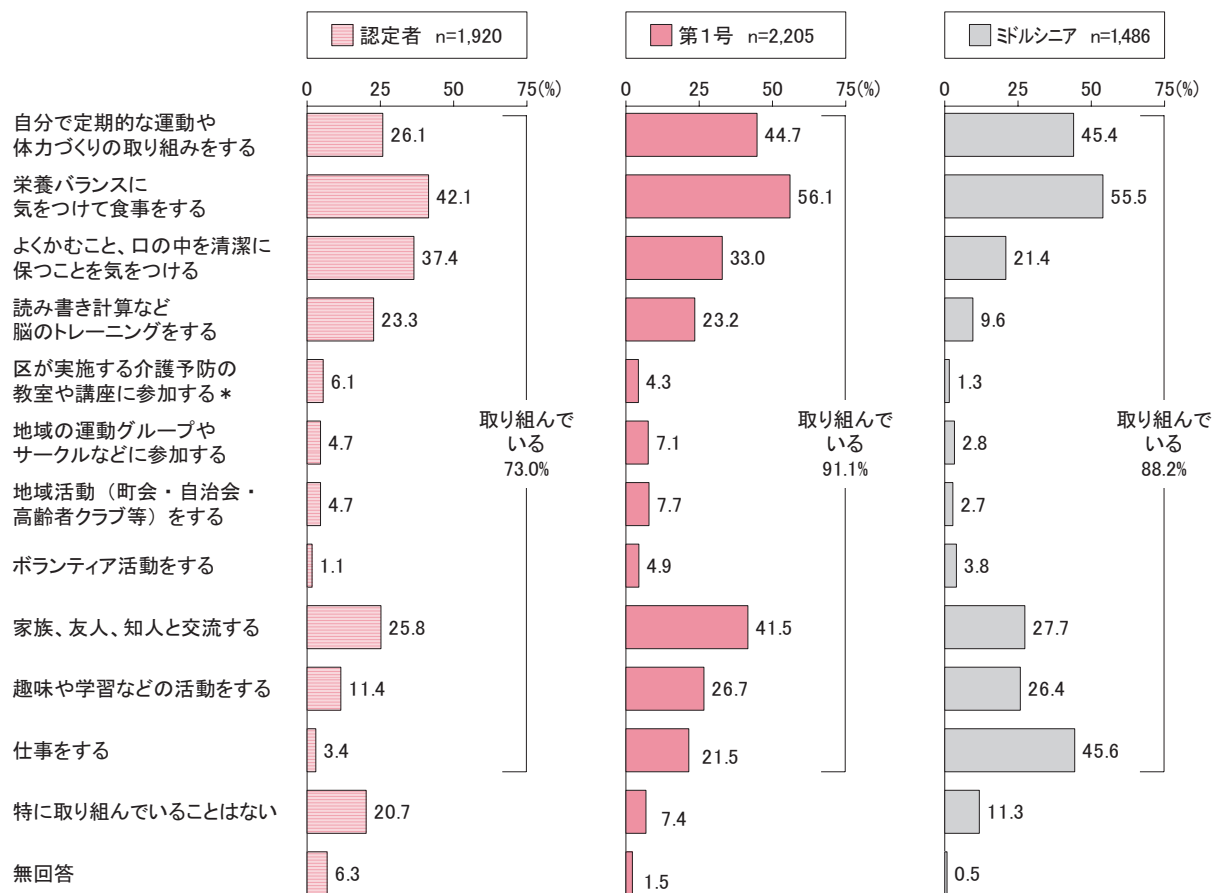
■かかりつけ医療機関・歯科医療機関・薬局の有無



### (3) 高齢者等実態調査結果

区では平成28年度に、高齢者の日常生活の実態、介護予防や健康への取組及び在宅生活の継続等を把握するため、要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の介護保険被保険者を対象とした「第1号被保険者調査」、要介護・要支援認定を受けていない50～64歳の介護保険被保険者を対象とした「ミドル・シニア(50～64歳)調査」、要介護・要支援認定を受けている65歳以上の介護保険被保険者を対象とした「要介護・要支援認定者調査」を実施しており、その中から健康に関連する結果を以下に示します。

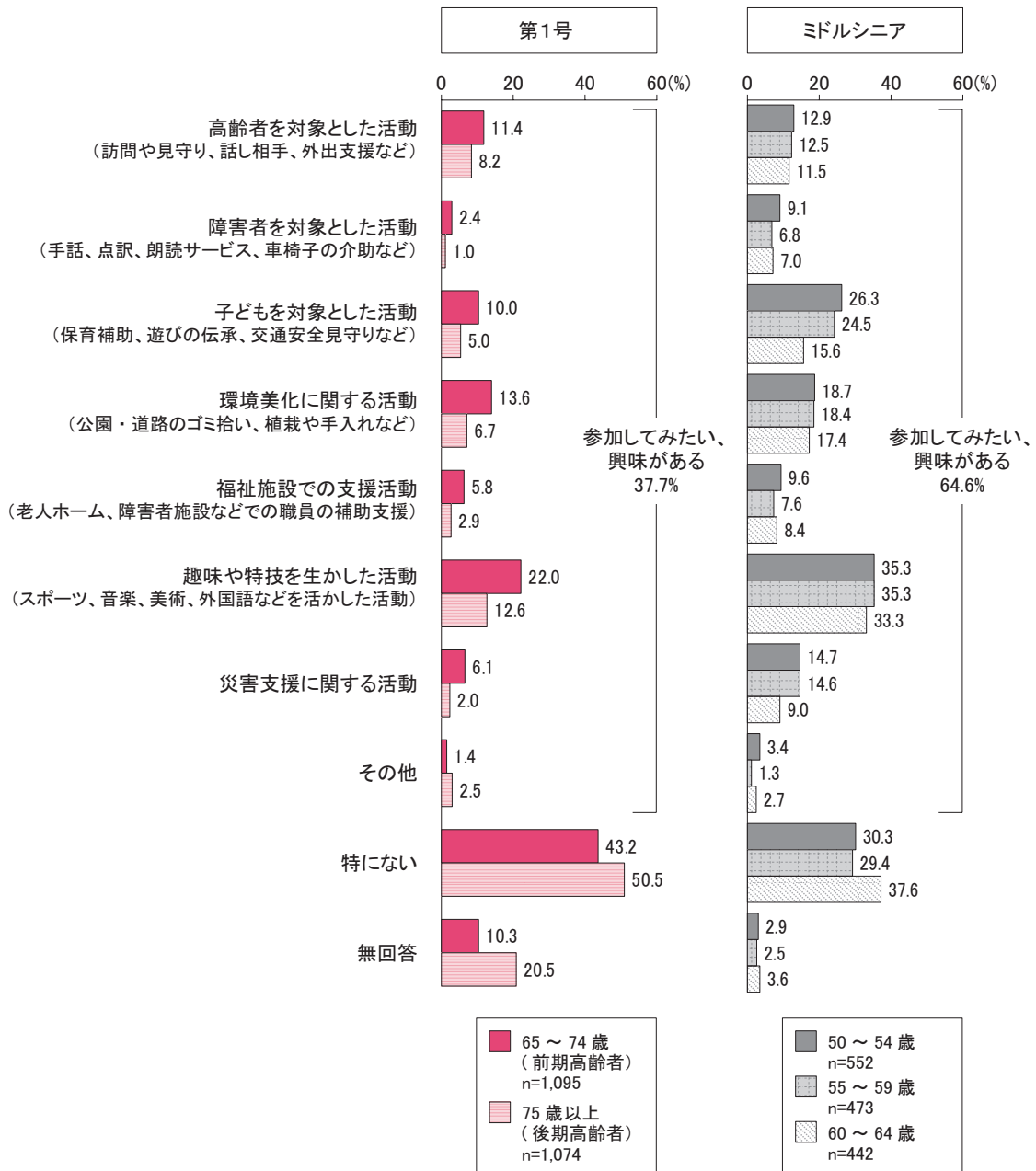
#### ■健康の維持・増進や介護予防等のために取り組んでいること



\*ミドル・シニアは「区が実施する健康づくりの教室や講座に参加する」

※「取り組んでいる」= 100% - 「特に取り組んでいることはない」 - 「無回答」

■参加してみたい、興味があるボランティア活動



## 2 保健医療の現状

### (1) 健康づくりの推進

- 区民の主要死因は、「がん(悪性新生物)」が第1位、「心疾患」が第2位、「肺炎」が第3位、「老衰」が第4位、「脳血管疾患」が第5位となっています。また、「肝疾患」、「腎不全」、「大動脈瘤及び解離」、「慢性閉塞性肺疾患」、「糖尿病」、「高血圧性疾患」といった生活習慣に起因する疾患は、死亡者全体の58.5%となっています。
- メタボリックシンドロームの予防対策として、40歳以上の国民健康保険加入者に対して区が実施している特定健康診査の平成28年度の受診率は44.5%、特定保健指導の実施率は17.6%と低い状況にあります。
- 区の各種がん検診の受診率は、平成28年度において胃がん検診が10.0%、大腸がん検診が29.4%、子宮がん検診が27.4%、乳がん検診が24.5%となっています。(受診率は、都において採用されている対象人口率を用いて算出しています。)
- 区の出生数は、近年増加の傾向にあり、出生率(人口千対)も、平成25年以降は全国や都を上回って推移しています。
- 65歳健康寿命(東京保健所長会方式。要介護2以上の認定を受けるまでの平均自立期間で算出した場合)は、近年、男性は都全体を上回って推移し、女性も平成25年から都全体を上回るようになりました。
- ニーズ調査で、食に関して重要だと思うことは、「栄養バランスを考える力の習得」、「食の安全性」、「食を通じたコミュニケーション(家族や友人等と食を共にする等)」、「自然の恩恵や生産者等への感謝」が高く、特に、女性の方が男性よりも興味・関心が高くなっています。ただし、「家族や仲間と一緒に食べる」が実践されているのは、全体で15.9%にとどまっています。

## (2) 地域医療の推進と療養支援

- ニーズ調査で、かかりつけ医がいる割合は74.9%、かかりつけ歯科医がいる割合は77.7%、かかりつけ薬局は46.2%となっています。
- 大規模災害発生の際に、医療救護活動を行う医師等の名簿を作成・更新しているほか、災害用医療資材・医薬品の備蓄及び管理や医師等を対象としたトリアージ研修を実施しています。また、災害時に医療救護活動を行う医師等が円滑に活動できるよう、防災課が実施する避難所総合訓練に参加しています。
- 精神保健医療施策は、入院医療中心から地域生活中心へと転換していることから、地域で安心して生活できるよう、管内の精神保健福祉に関する実態把握、精神保健福祉相談、患者家族会などの活動に対する助言や支援などのほか、居住の場や活動の場を整備し、精神障害者の保健、医療、福祉に関する施策の総合的な取組を進めています。

## (3) 健康安全の確保

- 平成26年6月に、「文京区新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました。区では、区内で疑似症患者が発生した場合を想定した対応訓練を医療機関等と連携のもと実施するなどし、健康危機管理対策に取り組んでいます。
- 区では平常時における感染症発生動向調査、感染症発生時の防疫措置、各種予防接種等を実施し、感染症の予防に努めています。麻しん・風しんワクチンの接種率は、近年、第1期は95%以上で推移していますが、第2期は95%に至らず推移しています。
- 動物の飼養指導員・犬猫の正しい飼い方普及員制度を継続して取り組み、飼い主のモラル向上のための普及啓発活動に努めるほか、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術の推進を行い、動物との共生社会の構築を目指しています。

### 3 保健医療の課題

#### (1) 健康づくりの推進

- 健康の保持増進のため、区民一人ひとりに、適切な食習慣や運動習慣など健康的な生活習慣の必要性を周知し、意識的な生活習慣改善を促す必要があります。  
また、歯と口腔の健康が全身の健康と密接にかかわっていることを周知し、ライフステージに応じた口腔ケアの普及や歯周疾患検診の受診率向上を図るとともに、かかりつけ歯科医の定着を図っていく必要があります。
- 生活習慣病予防は、発病予防、早期発見・早期治療、そして重症化予防が大切であることから、区民が健康管理に努められるよう、健康に寄与する様々な機会を提供するとともに、特に、特定健康診査や特定保健指導のさらなる受診率及び実施率の向上を図る必要があります。
- がんの早期発見を図るために、より一層受診率の向上を図っていく必要があります。また、生涯のうち2人に1人ががんにかかるといわれており、がんになっても自分らしく地域で生活できるような取組を広げる必要があります。
- 妊娠、出産、乳幼児期は、母親にとって慣れない子育てに不安や戸惑いを強く感じやすい時期であることから、引き続き母子の身体的・精神的・社会的状況等を確認しながら、母親の心身の負担や育児不安の軽減を図っていく必要があります。
- 後期高齢者が急増する2025年を見据え、健康寿命の延伸に向け、早い時期からの生活習慣の改善、介護予防などに取り組める環境を整備するとともに、高齢者自らが主体的な取組が行えるような支援が必要です。
- 食についての意識や実践状況は性別や世代によっても異なり、それぞれの立場で自分に適した食生活を送ることが重要であるため、イベントや講習会をはじめ、情報提供等を通じて普及・啓発を行う必要があります。



## (2) 地域医療の推進と療養支援

- 地域での在宅療養生活を支えていくための医療情報の理解や地域資源の把握と連携の推進が必要です。
- 災害時の医療救護活動を的確かつ迅速に行うため、今後とも、医師等の名簿の毎年度更新や災害用医療資材・医薬品の計画的な備蓄及び管理、避難所総合訓練への参加を継続します。
- 精神疾患に関する誤解や偏見をなくし、暮らしやすい地域づくりを進める必要があります。  
また、こころの不調や病を抱える人たちに対しては、様々な機会を通じて相談に応じ、必要な医療に結びつけ、治療を継続できるよう支援する必要があります。
- 難病や公害健康被害による患者等に対して、関係機関との連携を一層進め、療養支援及び相談支援体制の充実を図る必要があります。

## (3) 健康安全の確保

- 区民生活の安全確保に向け、国や都、関係機関と連携して、総合的な健康危機管理対策を構築していく必要があります。
- 区民が正しい知識を持って感染症を予防できるよう、日常の衛生管理意識や予防行動の啓発を進めるとともに、予防接種の積極的な接種勧奨を行い接種率の向上を図る必要があります。
- 獣医師会や関係団体との連携を強化し、人と動物との共生に向け、地域主体の取組を支援するとともに、予防注射接種の推進等狂犬病発生予防の啓発、ペット及び飼い主のいない猫の糞尿被害防止に努める必要があります。

## 第4章 目標と計画事業

### 1 主要項目及びその方向性

#### (1) 健康づくりの推進

子どもから高齢者まで、全ての区民が生涯にわたって主体的に健康づくりに取り組み、健やかで心豊かに生活できるよう、ライフステージに応じた区民一人ひとりの身体とこころの健康づくりを支援するため、食生活の改善や運動習慣の定着等及び、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康等に関する正しい知識の普及と定着を推進します。

妊娠・出産・子育て期では、切れ目ない支援の更なる充実と、各機関との連携体制の強化を図り、安心して子どもを産み、健やかに育てるための家庭や地域の環境づくりを進めます。

成人への取組では、疾病の早期発見・早期治療に向け、特定健康診査・特定保健指導やがん検診等の充実と受診率向上を図り、生活習慣病の発生予防と重症化予防の徹底を目指します。

また、高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らせるよう、高齢期の健康課題に沿った健康の維持・増進及び健康づくりの支援と、介護予防活動の定着を推進し、健康寿命の延伸を図ります。

さらに、食育については、性別や世代に合った自分らしい食と健康づくりの実践と共に、食を通じたコミュニケーションや食を大切に作る心、食の安全について普及啓発を進めていきます。

#### (2) 地域医療の推進と療養支援

医療と介護を必要とする区民が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるよう、在宅療養の体制の構築を進め、新たに介護保険法に位置づけられた「在宅医療・介護連携推進事業」に取り組むとともに、誰もが身近な「かかりつけ医・歯科医・薬剤師」を持つことを区民に推奨していきます。また、東京都と連携し、医療法において定められた「地域医療構想」により、誰もが質の高い医療を受けられ、安心して暮らせる地域の実現を推進します。今後増大する認知症の方に対しては、高齢者あんしん相談センターや認知症サポート医等との連携により、相談・支援体制の推進に努めます。

大規模災害に備え、医薬品等の更新やトリアージ研修の実施等、災害医療救護体制の整備充実を図ります。

精神保健医療対策では、入院医療中心から地域生活中心への移行を促進するために、当事者や家族等が地域で安定した生活を送ることのできる支援体制を充実していきます。また、自殺対策を推進します。

難病や公害健康被害による患者等に対しては、関係機関との連携により療養支援及び相談・支援体制の充実を図ります。

### (3) 健康安全の確保

2020年に東京オリンピック・パラリンピックが開催されるほか、近年、海外との往来が盛んになっていることから、新型インフルエンザ等の新興感染症や再興感染症<sup>※4</sup>及び食中毒などの健康危機から区民の健康を守るための迅速で的確な健康危機管理対策を、国や東京都と連携して構築していきます。

感染症対策については、発生予防のための啓発を推進し、発生時の迅速な対応及び蔓延防止に努めます。特に、予防接種は防ぐことができる病気を予防し、命と健康を守っていくために非常に重要な手段であることから、定期予防接種<sup>※5</sup>の接種率向上に取り組むとともに、任意予防接種の費用助成を行うなど、適正に予防接種事業を進めていきます。

また、区民が日常利用する診療所や薬局等の医療機関、飲食店等食品取扱施設、理容・美容・クリーニング施設、公衆浴場、特定建築物<sup>※6</sup>など、区民の健康に影響を与える事業者の自主的衛生管理が適切に実施できるよう情報提供や監視・指導に努めます。

あわせて、区民及び事業者に対して、食品の安全について、適切に情報提供を行っていくとともに、区民を対象にした住まいの衛生に関する啓発・相談事業を行っていきます。

さらに、動物の適正飼養指導により、動物に対する住民の理解と知識を深め、人と動物が共生できる地域社会を目指します。

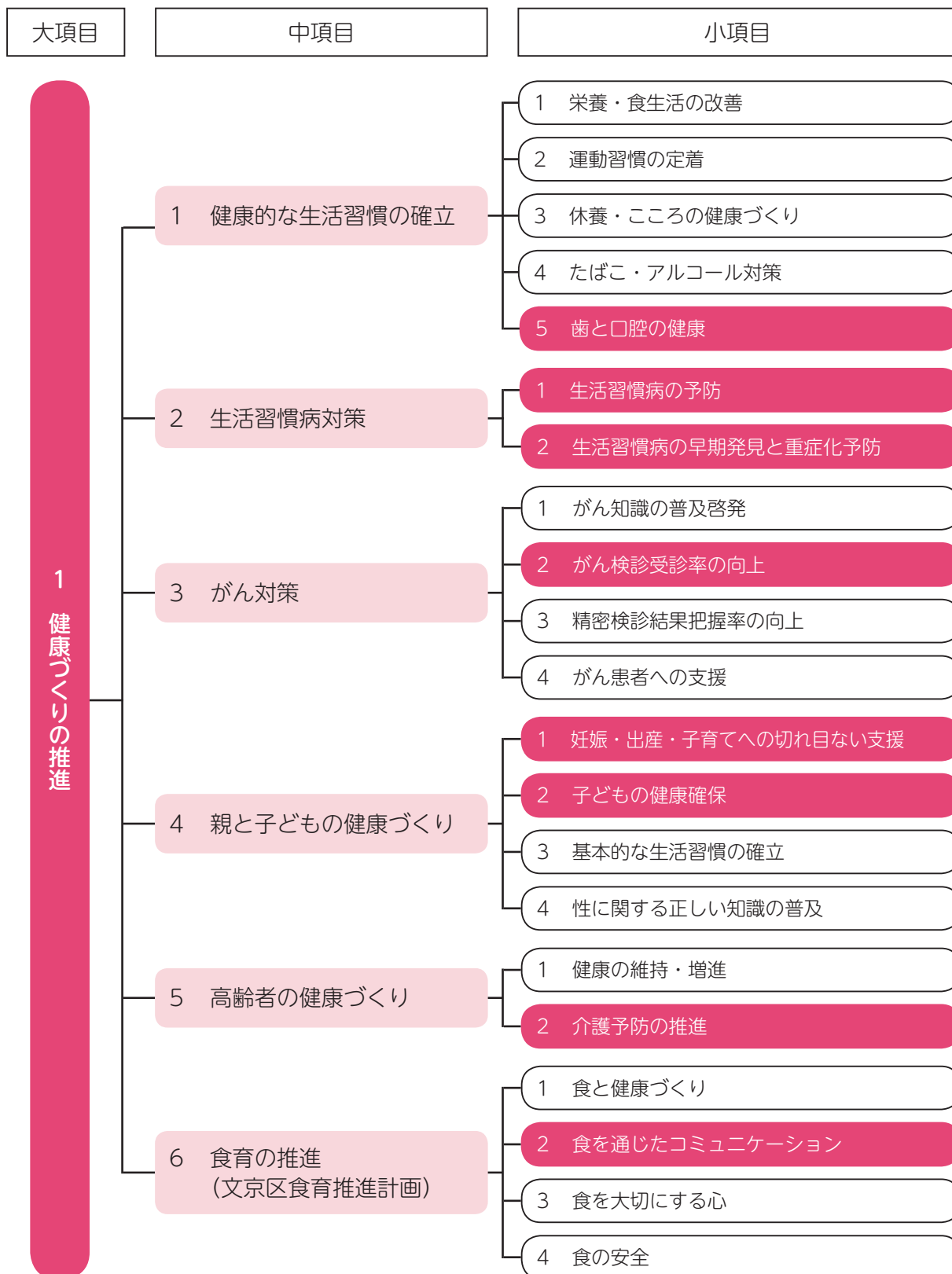
---

※4 **新興感染症・再興感染症**：新興感染症とは、これまで知られていなかった新しい感染症（新型インフルエンザ、エボラ出血熱等）をいい、再興感染症とは、既に克服したと考えられていたにもかかわらず、再び猛威を振るい始めた感染症（結核・デング熱等）をいう。

※5 **定期予防接種**：予防接種法によって対象疾病、対象者及び接種期間などが定められた予防接種のこと。集団予防と個人予防の観点から特に重要と思われる疾病（ポリオ、麻しん、風しん、高齢者インフルエンザなど）が対象となる。それに対し、予防接種法の対象となっていないものを、任意予防接種という。

※6 **特定建築物**：建築物における衛生的環境の確保に関する法律に規定する建築物で、興行場、店舗、事務所、学校等、多数の人が利用する相当程度の規模を有するものをいう。

## 2 計画の体系



【凡例】・小項目の      表示事業は、計画目標を掲げ、進行管理の対象とする事業です。  
 ・他の分野別計画に掲載のある事業は、計画事業名の後に各分野別計画の頭文字と事業番号を掲載しています。

子：子育て支援計画

高：高齢者・介護保険事業計画

障：障害者・児計画

大項目	中項目	小項目	
2 地域医療の推進と療養支援	1 地域医療の推進	1 地域医療連携の充実	
		2 「かかりつけ医・歯科医・薬剤師」の定着	
		3 初期救急医療の充実	
		4 認知症支援施策	
	2 災害時医療の確保	1 災害時医療の確保	
		2 要医療援護者の災害時の支援	
	3 精神保健医療対策	1 相談支援体制の充実	
		2 精神障害者の地域生活支援体制の充実	
		3 自殺対策の推進	
	4 在宅療養患者等の支援	1 難病患者等の療養支援の充実	
		2 公害患者等の療養支援の充実	
	3 健康安全の確保	1 健康危機管理体制の強化	1 健康危機管理の総合的な推進
			2 新型インフルエンザ対策の体制整備
		2 感染症対策	1 感染症予防対策と蔓延防止
			2 結核患者の療養支援と接触者健診の充実
			3 HIV・性感染症予防の普及啓発
4 予防接種率の向上			
3 医療安全の推進と 医務薬事		1 医療安全の推進	
		2 医療監視の充実	
		3 医薬品等の安全対策の推進	
4 食品衛生の推進		1 食中毒の未然防止	
		2 食のリスクコミュニケーション	
		3 食品衛生関係施設の衛生確保	
5 環境衛生の推進		1 自主管理を推進する人材の育成	
		2 効果的な監視・指導の充実	
		3 特定建築物の衛生の確保	
6 動物衛生の推進		1 狂犬病予防の普及啓発	
		2 動物の適正飼養の推進	
		3 飼い主のいない猫の去勢・不妊手術の推進	

### 3 計画事業

#### 1 健康づくりの推進

##### 1-1 健康的な生活習慣の確立

生涯にわたり主体的に健康づくりに取り組めるよう、対象集団ごとの特性やニーズ、健康課題等の把握を十分に行い、健康増進のための基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関して、日常生活の中で開始・継続が可能な健康的な望ましい生活習慣の確立を促します。

##### 1-1-1 栄養・食生活の改善

【行動目標】
適正体重（BMI 18.5～25.0未満）の人の増加
40歳代・50歳代男性の肥満（BMI 25.0以上）の減少
30歳代女性のやせ（BMI 18.5未満）の減少
肥満傾向にある子どもの減少
食生活に気を付けている人の増加
1日3回規則正しく食べる人の増加
1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする人の増加
野菜を食べる人の増加
朝食を毎日食べる人の増加

##### 1-1-2 運動習慣の定着

【行動目標】
運動習慣を持つ人の増加

##### 1-1-3 休養・こころの健康づくり

【行動目標】
睡眠による休養が十分とれていない人の減少
50～64歳で趣味や学習などの活動をする人の増加
ストレスを感じている人の減少
ストレスを解消できている人の増加

##### 1-1-4 たばこ・アルコール対策

【行動目標】
喫煙率の低下
妊婦の喫煙の防止
乳幼児がいる家庭での喫煙率の低下
飲酒をする人の内、多量飲酒者（週5日以上1日3合以上飲酒する人）の割合の減少
妊娠中の飲酒の防止

## 1-1-5 歯と口腔の健康

【行動目標】	
幼児期・学齢期のむし歯のない児の増加	
	3歳児でむし歯がない児の増加
	12歳児1人平均う歯数（DMFT指数）の低下
歯周疾患を有する人の割合の減少	
	40歳における進行した歯周炎を有する人の減少
	60歳における進行した歯周炎を有する人の減少
歯の喪失防止	
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の増加
	40歳で喪失歯のない人の増加
口腔機能の維持・向上	
	60歳代における咀嚼良好者の増加
健全な口腔状態の維持	
	定期的に歯科健診を受ける人の増加
	かかりつけ歯科医を持つ人の増加
	丁寧に歯を磨く（1日2回以上磨く・清掃補助用具を使う）人の増加
	8020運動についての認知度の増加
	口腔機能低下についての認知度の増加
	全身疾患とむし歯や歯周病の関連性についての認知度の増加

## 進行管理対象事業

## 歯周疾患検診

全身の健康に大きく関係のある歯周疾患を予防し、生涯における口腔機能の維持・向上へつなげるために、30歳～81歳までの基本的に5歳刻みの方を対象に歯周疾患検診を実施し、かかりつけ歯科医を持つ機会を提供します。

## 1-2 生活習慣病対策

生活習慣病を予防するための取組として、食生活の改善や運動習慣の定着等による一次予防に重点を置いた対策を推進します。また、生活習慣病の早期発見のために特定健康診査等の受診率の向上及び特定保健指導の実施率の向上と重症化予防を図っていきます。

## 1-2-1 生活習慣病の予防

## 進行管理対象事業

## 生活習慣病予防教室

生活習慣病予備群を対象に医師・栄養士・運動指導士による講習会（講義・実技）を実施します。また、運動のきっかけづくりとなる講習会等を開催します。

### 1-2-2 生活習慣病の早期発見と重症化予防

進行管理対象事業	
健康診査・保健指導	40歳以上の国民健康保険の被保険者及び後期高齢者医療制度に加入する区民等を対象として、メタボリックシンドロームに着目した、特定健康診査・特定保健指導を継続実施し、生活習慣病の発症や重症化を予防します。

### 1-3 がん対策

がんは死因の第1位で主要死因別死亡の約3割を占めるため、がんに関する正しい知識の普及啓発、国の指針に基づく科学的根拠のある効果的な検診の実施と受診率の向上を図っていきます。また、がんになっても安心して地域生活を送ることができるよう、がん患者や家族に対する相談や情報提供を行っていきます。

#### 1-3-2 がん検診受診率の向上

進行管理対象事業	
各種がん検診	胃がん（男女）、大腸がん（男女）、子宮がん（女）及び乳がん（女）検診を実施します。

### 1-4 親と子どもの健康づくり

全ての子どもが健やかに育つ社会の実現に向けて、妊娠・出産・子育て期の切れ目ない保健体制の充実と安心して子どもを産み、健やかに育てられる家庭や地域の環境づくり、子どもの多様性を尊重し、親に寄り添う支援に取り組みます。また、保健、医療、福祉、教育等の連携をさらに強化し、妊娠期からの児童虐待発生予防の取組を推進していきます。

#### 1-4-1 妊娠・出産・子育てへの切れ目ない支援

進行管理対象事業	
妊婦全数面接	保健師等専門職が、全ての妊婦に対し面接を行い、妊娠中の不安の軽減、出産に向けた準備を案内するとともに、支援を要する家庭を把握し、関係機関と連携して適切な支援を実施します。
乳児家庭全戸訪問事業	生後4か月までの乳児のいる全ての家庭を対象に、保健師・助産師が訪問し、母子の健康管理や子育てに関する情報提供を行います。支援が必要な家庭に対しては、保健師による相談を継続し、関係機関と連携して適切な支援を行います。



## 1-4-2 子どもの健康確保

進行管理対象事業	
乳幼児健康診査	4か月から3歳までの乳幼児を対象に、発育・発達の状態を確認するとともに、疾病を早期に発見し、適切な治療や療育につなげます。子育てのストレスや育児不安をもつ等子育てが困難な家庭を把握し、関係機関と連携して支援します。
乳幼児家庭支援 保健事業【子1-3-2】	育児不安や育児ストレスを抱え、支援が必要な養育者に対し、個別相談やグループ支援を継続的に行い、虐待の発生を予防します。講演会等で広く乳幼児の発達や育児に関する知識を啓発することで、養育者の不安や心配の解消を図ります。

## 1-5 高齢者の健康づくり

高齢になっても健康を維持し、住み慣れた地域の中でつながりと生きがいをもって生活できるよう、健康相談や健康診査など的高齢者の健康維持・増進につながる取組や、生活機能の維持・向上を図る介護予防のための取組を推進していきます。

## 1-5-2 介護予防の推進

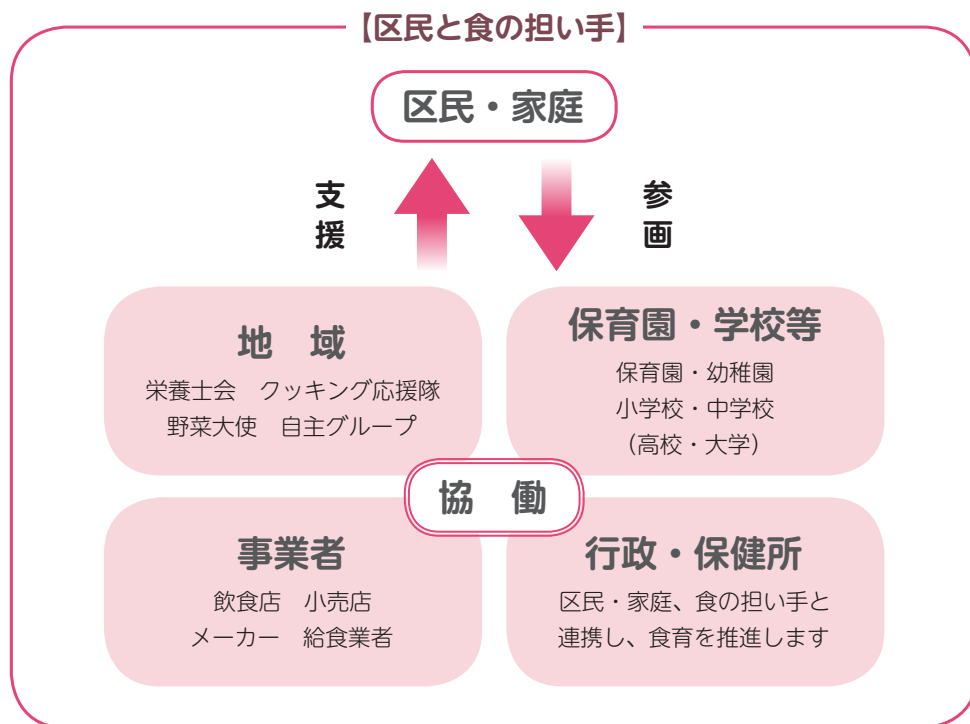
進行管理対象事業	
介護予防普及 啓発事業	文の京介護予防体操、介護予防教室、介護予防講演会、出前講座、介護予防展等を実施して介護予防の重要性を周知するとともに、全ての高齢者が介護予防に取り組むきっかけづくりと取組の機会を提供します。

### 1-6 食育の推進(文京区食育推進計画)

区民一人ひとりが食に関する意識を高め、生涯にわたって健全な心身を培うことができるよう、区民・家庭、保育園・学校、事業者、地域団体、行政がそれぞれ食の担い手として協働し、ライフステージに応じた自分らしい食と健康づくりを实践できるよう取組を進めてまいります。

#### 【文京区の食育目標】

区民が食を楽しみながら心身ともに健康で豊かな生活を送ること



【行動目標】	
食育についての認知度の増加	
食に関して次のことが重要だと思う人の増加	
食を通じたコミュニケーション	
食事に関するマナーや作法を身につける	
食文化の継承	
1日3回規則正しく食べる人の増加	【再掲】 1-1-1栄養・食生活の改善
1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする人の増加	
	【再掲】 1-1-1栄養・食生活の改善
野菜を食べる人の増加	【再掲】 1-1-1栄養・食生活の改善
朝食を毎日食べる人の増加	【再掲】 1-1-1栄養・食生活の改善

#### 1-6-2 食を通じたコミュニケーション

##### 進行管理対象事業

##### 食育サポーター

区とともに食育を推進していく食育サポーターを育成するため、講習会等を実施します。

## 2 地域医療の推進と療養支援

### 2-1 地域医療の推進

区民が適切に医療及び介護サービスを利用できるよう情報提供に努めるとともに、地域医療連携推進協議会・検討部会では、在宅医療の推進等について、区の実情や国等の動向を踏まえた検討を進め、地域の医療・介護関係者の連携を強化していきます。

#### 2-1-1 地域医療連携の充実

進行管理対象事業	
地域医療連携推進協議会・検討部会の開催	区内大学病院、都立病院、地区医師会・歯科医師会・薬剤師会等で構成する協議会及び検討部会での協議・検討を通じて、地域の現状把握、課題を抽出・整理し、その解決策・対応策の協議・検討を進めます。

### 2-2 災害時医療の確保

大規模災害の発生に備え、区内避難所に設置する医療救護所に参集する医療従事者を確保し、備蓄している医療資材・医薬品の更新等を行うとともに、医療救護活動を円滑に行うための取組を推進します。また、在宅人工呼吸器使用者等の災害時の安全を確保するための支援を行い、災害時医療救護体制の整備充実を図ります。

#### 2-2-1 災害時医療の確保

進行管理対象事業	
災害用医療資材・医薬品の更新	災害用に備蓄している医療資材・医薬品の更新等を関係団体と連携して行います。

#### 2-2-2 要医療援護者の災害時の支援

進行管理対象事業	
在宅人工呼吸器使用者災害時個別支援計画の作成支援	在宅人工呼吸器使用者に対し、災害時に備え具体的な支援方法を盛り込んだ個別支援計画の作成・見直しを進めます。

### 2-3 精神保健医療対策

精神保健医療対策は、入院医療中心から地域生活中心への移行を促進するため、精神疾患に対する誤解や偏見をなくし、当事者や家族等が地域で安定した生活を送ることのできる支援体制を充実していきます。

また、自殺は多様かつ複合的な原因及び背景を有しているため、関係機関と連携し包括的な取組を推進します。

### 2-3-2 精神障害者の地域生活支援体制の充実

進行管理対象事業	
地域安心生活支援事業 【障2-1-10】	地域で安心して生活ができるよう、専門相談員による夜間や休日も含めた24時間365日の緊急時相談支援や居宅での生活が一時的に困難になったときの宿泊場所の提供、家族等から離れて暮らしていく準備のための一定期間の生活体験支援を行います。

### 2-4 在宅療養患者等の支援

難病や公害健康被害による患者等の支援は、長期に及ぶ療養を伴うため、関係機関との連携により継続的な相談体制や療養支援の充実を図ります。

## 3 健康安全の確保

### 3-1 健康危機管理体制の強化

近年の国際化の進展などにより海外から侵入する感染症の増加や新興・再興感染症、食中毒などの健康危機管理対策を国や東京都と連携して構築していきます。

新型インフルエンザ等感染症の発生時に対応する医療体制等については、関係機関と相互に情報交換を行いながら、連携して対策を推進します。

#### 3-1-2 新型インフルエンザ対策の体制整備

進行管理対象事業	
感染症患者移送等訓練	防護服の着脱や患者移送についての訓練を実施します。

### 3-2 感染症対策

感染症に対する知識の啓発を推進するとともに、発生時の迅速な対応及び蔓延防止に取り組みます。

また、結核患者に対する療養支援、HIV・性感染症予防の普及啓発等を実施します。予防接種については、効果や副反応等の周知と接種勧奨を行い、接種率の向上に努めます。

#### 3-2-4 予防接種率の向上

進行管理対象事業	
定期予防接種の勧奨	予防接種法によって対象疾病、対象者及び接種期間などが定められた予防接種を実施します。特に麻しん・風しんについては、国の予防指針に基づきMR（麻しん・風しん混合）ワクチン第1期及び第2期の接種率95%以上を目指します。

### 3-3 医療安全の推進と医務薬事

区民の医療に対する安全・安心を確保するために、患者や家族への医療機関案内や医療安全に関する相談に専任看護師が応じる「患者の声相談窓口」を開設しています。同時に診療所や薬局等の医療機関に対する監視指導において相談窓口との連携を強化することにより、患者と医療関係者との信頼関係の確保を図ります。

### 3-4 食品衛生の推進

文京区における食品等に起因する衛生上の危害の発生を防止し、区民の食生活の安全を確保するため、食品関係施設の自主管理の推進、監視指導を行うとともに、食品関係事業者・区民・区の連携による情報共有を図ります。

### 3-5 環境衛生の推進

理容所、美容所、クリーニング所等の環境衛生関係施設への適切な監視指導と自主的衛生管理の推進によって衛生水準の確保・向上を図ります。

また、多数の人が利用する特定建築物を健康的で快適な環境で利用できるよう、空調・給排水・清掃・廃棄物処理・ねずみ害虫等について適正に管理するよう指導助言を行います。

### 3-6 動物衛生の推進

人・動物・環境の健康を維持していくには、どのひとつの健康も欠かすことができないという「One Health」の観点から、人と動物が穏やかに共生できる社会の実現が必要です。そのため、狂犬病の発生予防対策事業やペットの適正な飼養を啓発する事業、飼い主のいない猫を減らすための事業を推進します。

ふみ みやこ  
「文の京」ハートフルプラン  
文京区地域福祉保健計画

## 保健医療計画 概要版

平成 30 年度～平成 35 年度

平成 30 年(2018 年) 3 月発行

発行／文京区

編集／保健衛生部生活衛生課

〒 112-8555 文京区春日一丁目 16 番 21 号

電話 03-5803-1223(直通)

URL <http://www.city.bunkyo.lg.jp/>

印刷物番号 F0117085