

4 保健計画

(1) 計画の目標

すべての区民の健康づくりを進め、区民が安心して健康に暮らすためには、こころや身体の発達や成長、維持にとって良好な環境が必要です。保健計画では、区民一人ひとりが、生涯を通じて健康で安心して、いきいきと暮らし続けることができるように、ライフステージに応じた保健サービスの提供を目指します。

(2) 基本的考え方

- 区民誰もが生涯を通じていきいきと健康に暮らし、また、積極的に社会参加のできる活力ある社会を維持、発展させていくために、健康の意義がますます重要となっています。

生活習慣病は食事や運動など生活習慣の改善によって、発症を予防し、進行を抑えることが可能と言われています。生活習慣を改善して疾病の発症を予防するなどの「一次予防」の重視と、単に疾病がないというだけでなく、より質の高い健康づくりを目指した施策を進めていくにあたって「健康ふんきょう21」を策定します。

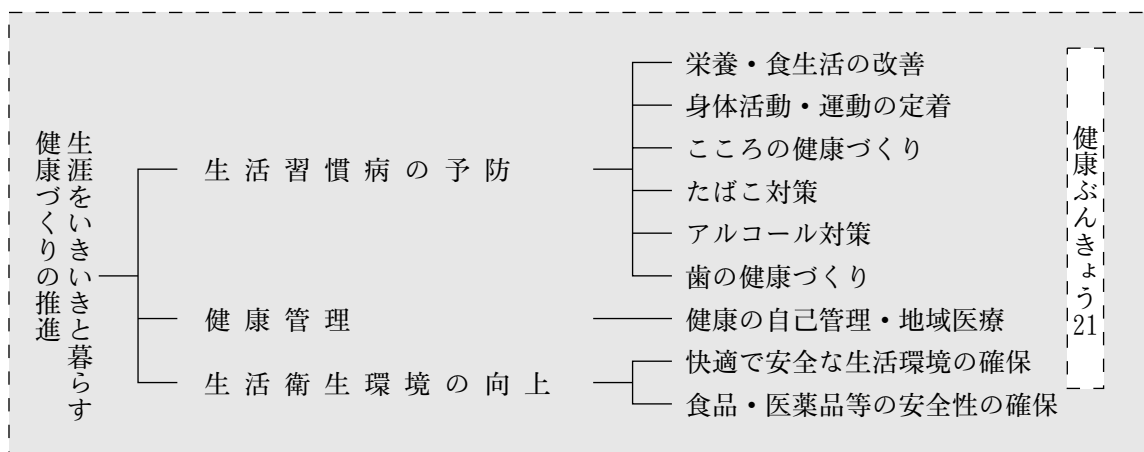
- これまでも、疾病の早期発見、早期治療という「二次予防」に重点を置いたがん検診などの健康診査を行ってきましたが、今後も引き続き継続していきます。更に、結核、エイズ、感染症等に対する予防や知識の普及啓発の充実を目指すとともに、保健医療機関や各種団体、学校、企業、ボランティア、区民等が連携を図りつつ、地域全体で健康の保持・増進に取り組むことができるように、地域における仕組みづくりを進めます。
- 人生80年時代を迎え、単に長く生きることから、高齢期になっても、自立し、いきいきと暮らし、寝たきりにならずに社会に参加する意欲を持って生活することが重要です。高齢になっても適切な予防対策をとることにより、疾病や障害があっても自分らしく生活ができるよう、「三次予防」の施策の充実を図ります。
- 家庭や社会での子どもとのかかわりの希薄化、育児不安から起こる児童虐待などや家庭を取り巻く環境に大きな変化が生じています。こうした、新たな事態に対処し、子育て世代を支援し、すべての子どもの心身

が健やかに成長をするような支援施策を実施します。

- 精神障害者のための施策は、自立と社会参加の促進へと転換しており、障害者の生活の場も可能な限り地域社会に確保することが求められています。今後、精神障害者の生活の場であるグループホームや地域での生活を支援するショートステイ、ホームヘルプ事業などの施策を進めます。

(3) 計画の体系

保健計画



※小項目中□表示したものは、個表において計画目標を掲げています。

※体系図上[]で網掛けされている部分については、健康ぶんきょう21として作成しています。

(4) 計画事業

1 ライフステージに応じた保健サービスの提供

母子保健、成人保健、老人保健等各分野において利用者が必要に応じた保健サービスが受けられるように事業の充実を図ります。

1-1 出産・子育てのための保健サービスの充実

妊産婦、乳幼児の健康診査、保健師による訪問指導などを実施して、健康の保持・増進を図ります。

1-1-1 出産前及び出産後小児保健指導

現況（平成13年度末）	目 標
・小石川・文京区医師会が厚生労働省と日本医師会のモデル事業として実施（78件）	産婦人科医・小児科医が地域で連携して、妊産婦の育児不安を軽減し、より良い育児環境をつくりだし、子どもの健全育成を図るために支援をする。

1-1-2 子育てグループ等支援

現況（平成13年度末）	目 標
・乳幼児をもつ保護者を対象に保健師等による育児相談を実施（1,493人） ・多胎児保護者交流会（3回） ・文京区かかりつけ医事業運営協議会において子育て支援セミナーを実施（18回）	子育てグループの育成を図り、地域で自主的な活動ができるように支援する。 文京区かかりつけ医事業運営協議会との情報交換等の連携を図る。

1-2 成人期から高齢期のための保健サービスの充実

疾病の早期発見、早期治療のための健診事業の推進と高齢者が寝たきりにならないように、予防策を講じます。

1-2-1 成人歯科相談・高齢者歯科相談

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 健康センターでは毎週水曜・金曜の2回成人歯科健診を実施（92日214人） 	<p>成人歯科健診は、歯科医師会と協議の上、40歳、45歳の節目健診と合わせて実施する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 48回/年、750人 <p>高齢者歯科相談は小石川・本郷保健サービスセンターでの実施を検討する。</p> <p>各種教室で高齢者の歯と口の健康を指導する。</p>

1-2-2 介護予防

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 虚弱高齢者とその家族を対象に「寝たきり、閉じこもり予防教室」を開催、転倒骨折予防教室（5会場延べ108回/年）いきいきヘルス教室（2会場延べ24回/年） 介護保険対象外者に家庭訪問を通じ、要介護状態になることの予防や家庭における療養方法に関する指導 介護保険対象外で寝たきり状態にある者への訪問指導 	<p>虚弱高齢者とその家族を対象に、閉じこもり、転倒骨折予防を中心とした教室を充実する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 転倒骨折予防教室8会場延べ192回/年、いきいきヘルス教室2会場延べ24回/年 <p>介護保険非該当者に家庭訪問を通じて、要介護状態になることの予防や家庭における療養方法に関する指導を行う。</p> <p>介護保険対象外で寝たきり状態にある者へ訪問指導をする。</p>

1-2-3 生活習慣改善指導

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 節目健診、成人健診で糖尿病要指導と判定された人のうちで希望する人に対して、個別に継続的な指導を実施（節目健診指導44回115人、成人健診指導9人） 節目健診受診者、禁煙希望者を対象に「禁煙教室」を実施（10回63人） 節目健診受診者、一般区民を対象に運動習慣の動機づけとなる教室を開催（23回204人） 	<p>糖尿病要指導と判定された人が、要医療にならないように生活習慣の改善を支援する。節目健診での指導は継続、成人健診での指導は平成16年度に見直しする。</p> <p>禁煙希望者のための支援を行う。（平成16年度に見直し）</p> <p>ウォーキング教室、運動教室、自主グループの育成などにより運動の習慣化を図る。</p>

1-3 世代を通じての保健サービスの充実

結核・感染症の拡大防止、性感染症の早期発見体制の確立と対応、更に、心身に障害のある人が社会の一員として共に生活のできるような施策を充実します。

1-3-1 健康相談

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> ・健康相談に来所した区民を対象に、異常や疾病を早期に発見するとともに、健康増進のための援助・助言の実施（1,188人） ・保健師による相談・支援を実施（11,938件） ・精神保健相談事業で痴呆相談を月2回行うとともに、訪問も実施 	<p>異常や疾病の早期発見から、適切な医療につながるよう支援するとともに、相談者が問題解決できるよう援助する。</p> <p>保健師が、家庭訪問、電話相談等に対応し、必要に応じて相談・支援を継続する。</p> <p>保健師による訪問指導を充実する。</p>

1-3-2 健康教育

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> ・精神保健福祉講演会（2回、41人） ・家庭看護教室（4回、140人） ・出張健康教育（7回、69人、79組） ・栄養教室、栄養指導講習会（8回） ・離乳食講習会（6回） 	<p>地域、時代のニーズに合わせたテーマを設定し、講習会や講演会等を実施する。</p> <p>地域からの依頼による出張健康教育にも積極的に参加する。</p> <p>食教育の充実を図るため、講演会、調理実習などを含む教室等を各センターで実施する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦年7回 <p>月齢に合わせた離乳食の講習会を開催する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦年6回

1-3-3 難病患者生活支援

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> ・難病療養相談（5回33人） ・保健師による家庭訪問 ・看護師による訪問指導 ・難病講演会（2回48人） 	<p>保健、医療、福祉と連携し、難病患者が地域で安心して暮らすことができるような支援体制をつくる。</p> <p>パーキンソン体操教室等を開催する。</p>

1-3-4 精神障害者地域生活支援

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 精神障害者回復途上者デイケア事業を実施 精神保健講演会、精神保健相談を行い、区民に対して普及啓発活動を実施 平成13年度からグループホームを実施（1か所） 	<p>精神障害者が地域で安心して暮らすことができるような支援体制をつくる。精神障害回復途上者デイケア事業、精神障害者共同作業所通所訓練事業補助、グループホーム、保健師による家庭訪問などを実施する。</p> <p>精神障害者ホームヘルプ事業を実施する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 平成14年度ホームヘルプ養成研修実施、平成15年度3世帯に実施予定、平成16年度10世帯に実施予定 <p>精神障害者のショートステイについて、地域精神保健福祉連絡協議会の報告（平成14年度末）を具体化する。</p>

1-3-5 障害者歯科

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 毎週土曜日に健康センターで歯科医師会の協力を得て障害者歯科治療を実施（診療者36人） 	<p>障害者歯科保健計画を策定して、研修、予防、治療など障害者に対する総合的な歯の健康づくりを進める。</p> <ul style="list-style-type: none"> 策定年度平成16年度

1-3-6 健康情報の提供

現況（平成13年度末）	目 標
<ul style="list-style-type: none"> 広報紙などで区民に情報を提供（月2回） 保健サービスセンターに健康情報コーナーを設置し、健康づくりの情報を提供（2か所） 健康づくり協力店（登録2店舗） 	<p>ホームページの作成、広報紙紙面を活用し、区民の求める情報を的確に提供する。</p> <p>外食、配給サービスを利用する際に、個人の必要量に見合ったメニューを選択できるように、栄養表示をした健康づくり協力店の普及を図る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 年10店舗 <p>ヘルシーメニューが提供できるように調理師の研修を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> 年1回 <p>在宅栄養士*の育成を通して広く区民に健康・栄養情報を普及する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 在宅栄養士向け講習会 年1回

在宅栄養士 栄養士・管理栄養士の有資格者で、現在、仕事に従事していない者をいう。