

資料

令和4年度  
健康うらやす21(第2次)  
推進検討委員会

令和4年7月5日(火)

# 1. 浦安市のコロナ感染状況 について

# 浦安市 コロナ月別感染者数の推移

R3.7月～R4.6月

患者の発生について（千葉県ホームページ）

都内の最新感染動向

（東京都新型コロナウイルス感染症対策サイト）

6月27日更新



## 浦安市 医療体制の状況のまとめ（浦安市HPより）

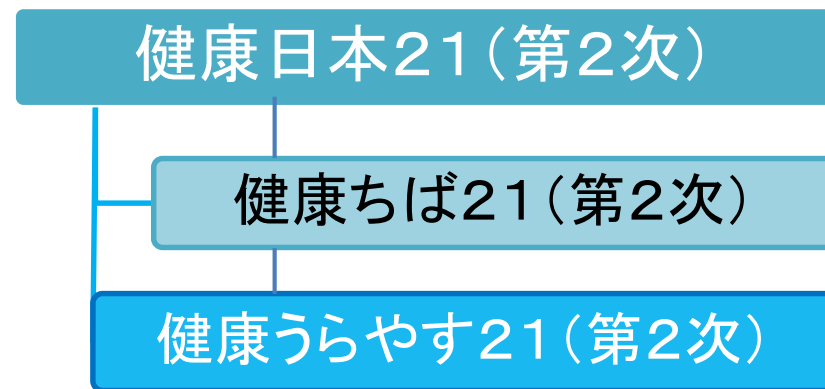
6月27日更新

浦安コロナモニタリング指標		6月2日	6月9日	6月16日	6月23日	傾向	警戒レベルの目安	
							黄色	赤色
感染状況	市内の直近7日間での10万人当たりの新規感染者数	70人	55人	45人	54人	増加傾向	500人以上	緊急事態宣言発令中またはまん延防止等重点措置期間中
	10万人当たりの入院・自宅などでの療養者数	79人	59人	55人	64人	増加傾向	900人以上	
医療提供体制状況	県の病床確保のフェーズ（県の病床確保使用率）	「2A」 (11.3%)	「1」 (9.5%)	「1」 (8.2%)	「1」 (8.7%)	増加傾向	県の病床確保のフェーズが「2A・2B」または「3」	
	直近7日間での救急出動件数（新型コロナウイルス感染症関連）	24件	11件	14件	22件	増加傾向	55件以上	

## 2. 健康うらやす21(第2次)の 推進について

# 健康うらやす21 (第2次)とは

- 健康増進法の規定による「市町村健康増進計画」
- 「健康日本21 (第2次)」 「健康ちば21 (第2次)」の考え方に  
基づいた市民の健康づくりを推進するための計画



- 平成26年度～令和5年度の10か年計画
- 平成30年度に、中間評価及び計画の見直し

1年延長



# 市の計画の位置づけ

## 浦安市総合計画

### 浦安市地域福祉計画

浦安市高齢者保健福祉計画・浦安市介護保険事業計画

### 浦安市障がい者福祉計画

### 浦安市子ども・子育て支援総合計画

### 健康うらやす21(第2次)中間年改訂版

#### (浦安市第2次健康増進計画)

浦安市母子保健計画

浦安市食育推進計画

浦安市自殺対策計画

『ウェルネスライフ・うらやす』の推進  
～元気あふれ、みんながつながる `健康都市、～

### その他関連個別計画

教育

生涯学習

都市整備

市民協働

環境

防災

### 国

- 健康日本21 (第2次)
- 健やか親子21 (第2次)
- 第3次食育推進基本計画
- 自殺総合対策大綱

### 千葉県

- 健康ちば21 (第2次)
- 第3次千葉県食育推進計画
- 第2次千葉県自殺対策推進計画

# 浦安市いのちとこころの支援対策協議会

会長

協議会設置要綱  
平成30年4月1日現在

## 庁外委員

浦安市医師会  
千葉いのちの電話  
千葉県弁護士会  
浦安警察署  
市川健康福祉センター  
市川児童相談所  
船橋労働基準監督署  
浦安商工会議所  
浦安市社会福祉協議会  
浦安市自治会連合会  
浦安市老人クラブ連合会  
浦安市民生委員児童委員協議会  
浦安市青少年相談員

## 庁内委員

男女共同参画センター所長  
地域振興課長  
協働推進課長  
商工観光課長  
社会福祉課長  
障がい福祉課長  
障がい事業課長  
高齢者福祉課長  
高齢者包括支援課長  
健康こども部長  
健康こども部次長  
こども課長  
青少年課長  
健康増進課長  
母子保健課長  
こども家庭支援センター所長  
指導課長  
青少年センター所長

浦安市いのちとこころの支援対策協議会実務者会議  
庁内庁外委員

### <これまでの主な取り組み>

#### 協議会・実務者会議の開催

- 総合的な取り組みの連携
- 関係機関との連携

#### ゲートキーパー養成講座の開催

- 悩みを持つ人を必要な支援につなぐことができる  
職員・市民を増やす活動

#### 支援者の支援

- 活動団体どうしをつなぐ
- 相談窓口担当者等向け研修会の開催

#### 周知活動

- 相談先機関の周知
- いのちとこころの講演会開催

# 計画の基本理念

## 健康都市（ウェルネス・ライフうらやす） 基本理念図

### 主観的な健康

- 精神的な豊かさ  
(満足感や充実感)
- 家族・地域など  
人とのつながり

<個人の健康>

こころ からだ

<家族・友人の健康>

<地域・社会の健康>

### 客観的な健康

- 病気になるしない心と体  
健康を維持増進するた  
めの生活習慣

人生や生活全体の  
健康

主観的評価  
(健康満足度)

客観的評価  
(因子・公衆衛生的視点)

「ウェルネス・ライフ うらやす」の実現



# 施策の展開：健康分野別の取り組み

## 1. 栄養・食事及び歯・口腔の健康

～ 浦安市食育推進計画 ～

## 2. 身体活動(運動)

## 3. 健康管理・予防

## 4. こころの健康

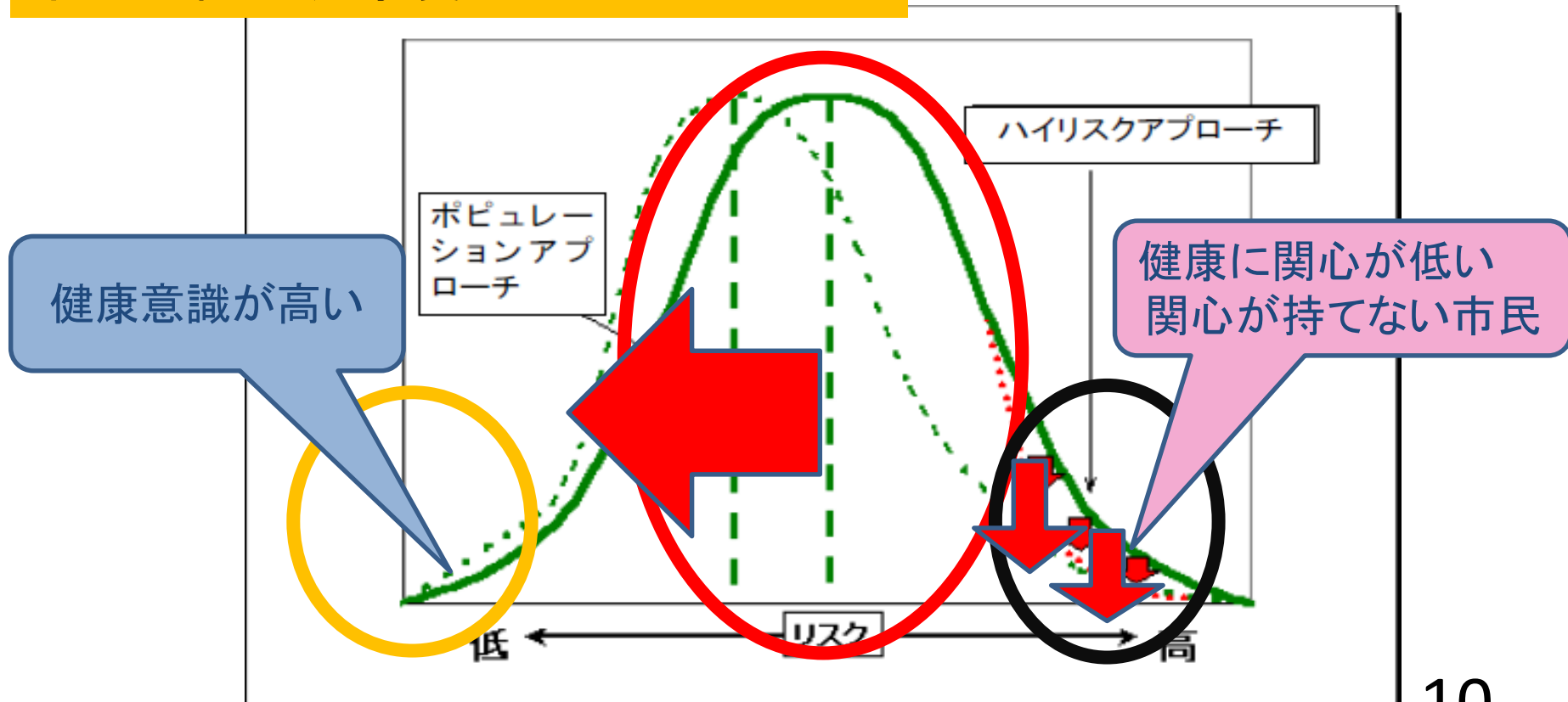
～ 浦安市いのちとこころの支援計画(自殺対策計画) ～



# 計画推進の基本的な視点

## ハイリスクアプローチと ポピュレーションアプローチの融合

市民全体の健康度を上げるには



# 目標に向けた推進

つなげて、動かして、広げる

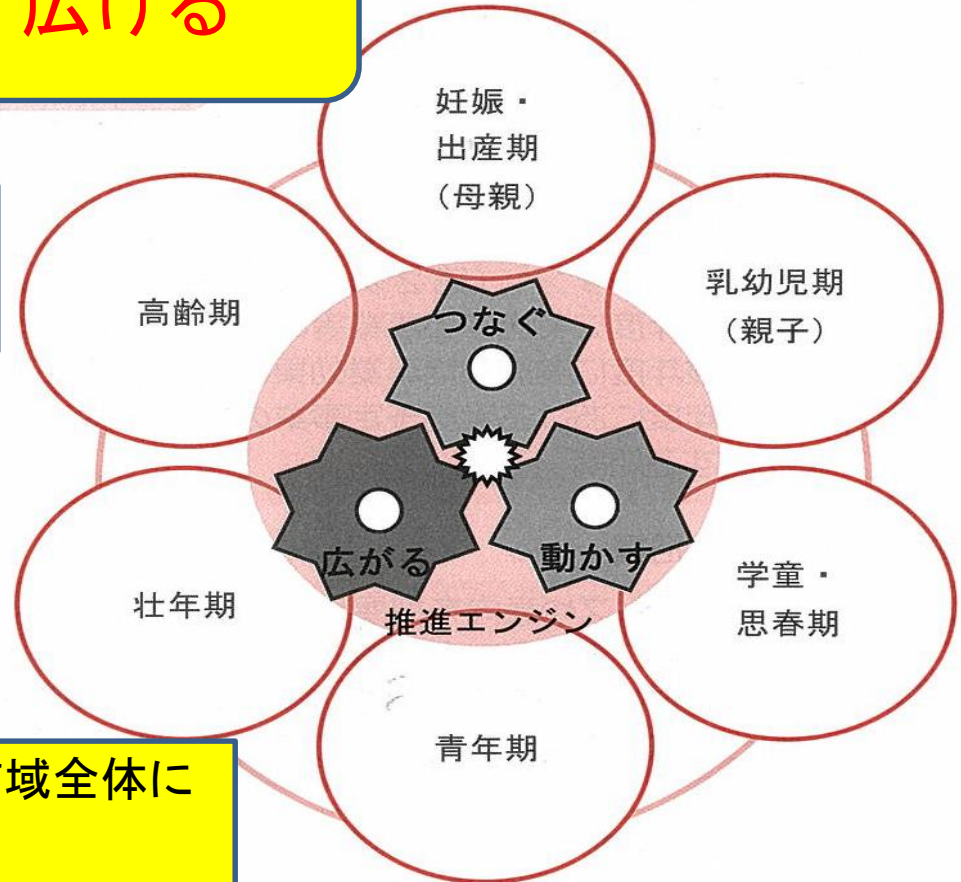
共通口を通して部署間の事業を  
**つなぐ**

企業・学校・団体・市民活動など  
多様な活動を巻き込んで  
**動かす**

広がる

自助・互助・共助への支援も含めて市域全体に  
**広げる**

自然に健康になれる環境づくり



健康無関心層も含めた健康づくりに推進

# 健康寿命の延伸

がん対策

生活習慣病対策

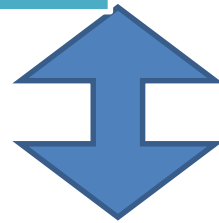
循環器疾患・  
糖尿病

介護予防

転倒・骨折、  
認知症

自殺対策

こころの健康



## 生活習慣の改善

食生活・栄養

歯・口腔

身体活動

喫煙

飲酒

こころ

子どもを含めたすべての人の健やかな生活習慣の形成

健康無関心層も含めた健康づくりに推進

自然に健康になれる環境づくり

# 中間見直しにおける 健康うらやす21(第2次)の健康課題

# ライフステージ別死因順位 (H24～H28年の人口動態統計)

死亡率 (構成比)

	幼年期 (0～4歳)	少年期 (5～14歳)	青年期 (15～24歳)	壮年期 (25～39歳)	中年期 (40～64歳)	高齢期 (65～74歳)	長寿期 (75歳以上)	総数
第1位	周産期に特異的な呼吸障害及び心血管障害	悪性新生物	自殺	自殺	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物
	26.1%	22.2%	35.0%	30.6%	47.4%	50.6%	24.4%	32.9%
第2位	染色体異常, 他に分類されないもの	その他の神経系の疾患	不慮の事故	悪性新生物		心疾患 (高血圧性を除く)	心疾患 (高血圧性を除く)	心疾患 (高血圧性を除く)
	17.4%	22.2%	25.0%	18.1%		13.5%	16.8%	14.9%
第3位	その他の先天奇形及び変形	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患 (高血圧性を除く)	脳血管疾患	脳血管疾患	老衰	脳血管疾患
	13.0%	22.2%	15.0%	16.7%		4.9%	11.4%	7.2%

40～64歳の死亡原因の約50%はがん



## 10代～30代の死因の1位は自殺

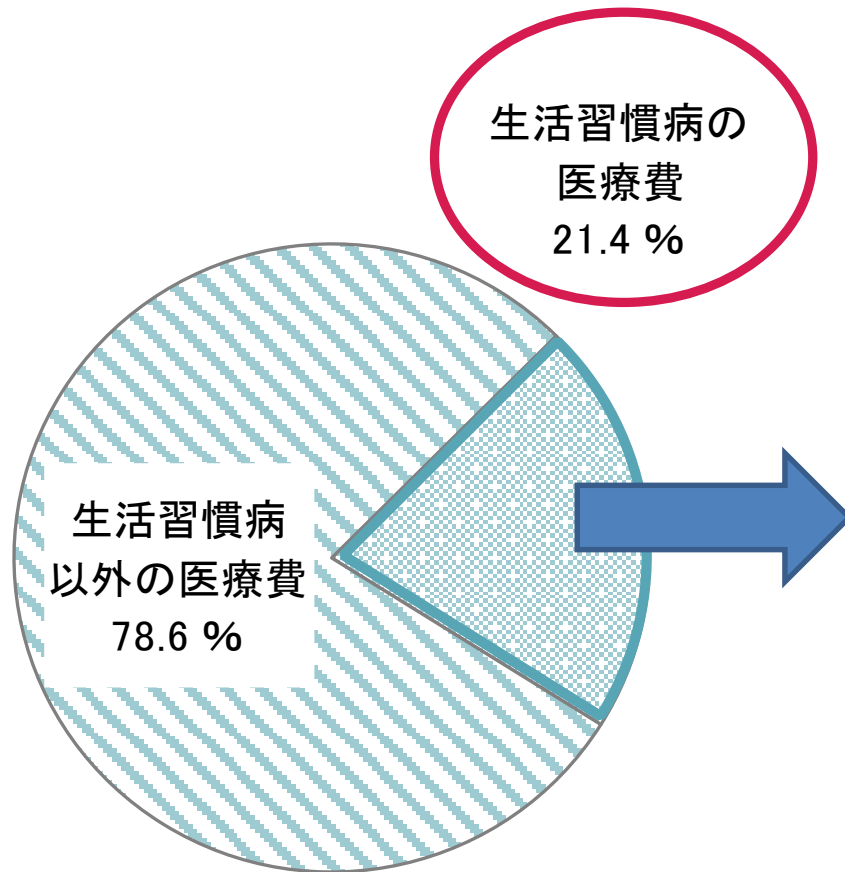
H21～H28年の人口動態統計

	幼年期 0～4歳	少年期 5～14歳	青年期 15～24歳	壮年期 25～39歳	中年期 40～64歳	高齢期 65～74歳	長寿期 75歳以上	全体
第1位	心疾患	<b>自殺</b>	<b>自殺</b>	<b>自殺</b>	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物
第2位	敗血症	脳血管疾患	不慮の事故	悪性新生物	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患
第3位	悪性新生物	不慮の事故	悪性新生物	心疾患	<b>自殺</b>	脳血管疾患	肺炎	肺炎

浦安市は、20歳未満の死亡率が高い



# 医療費に占める生活習慣病の医療費と内訳



資料：浦安市国民健康保険  
第2期データヘルス計画



## 朝食欠食・塩分

朝食を「ほとんど毎日食べている」人の割合の減少

【H25】 85.1% → 【H30】 80.4%

浦安市民の健康意識に関する調査(平成25年)

減塩に気をつけている人の割合が低い

61.6% (国:70.7%)

特に 20歳代男女、30～40歳代男性で低くなっている

健康意識調査、Uモニアンケート(食育)、食育に関するアンケート  
※国:食育に関する意識調査(平成30年3月)

# 生活習慣病に関する浦安市の課題

## 飲酒

週5日以上飲酒している割合

浦安市 26.4%

千葉県 22.3%

週3日以上は市 34.3%

県 28.9%

生活習慣病のリスクを高める量（男性40g以上、女性20g以上）を飲酒している人の割合が高い

浦安市 男性：14.2% 女性：10.9%

国 男性：14.6% 女性：8.6%

## 運動不足

- 運動していない人の割合が**増加**  
【H25】27%→【H30】**30.3%**  
※特に20～50歳代女性の運動習慣がない人の割合が高い

健康意識調査より

【学童・思春期】(平成30年度の浦安市小・中学生生活実態調査結果)

1週間のうち4日以上運動する割合

小学生で**約6割**、中学生で**約7割**

前回調査と比べ、全学年とも「毎日運動する」割合が減少

# 浦安市民の要介護要因

転倒・骨折・・・18.5%

脳血管疾患・・・16.6%

認知症・・・16.6%

※「高齢による衰弱」除く

(H28年度浦安市日常生活圏域ニーズ調査)

# R3健康うらやす21推進ための取組 (庁内事業)

## R2年度と比較した事業の実施状況

	事業数	内 容
予定以上	7 (5%)	30代・40代を対象とした、「立ち上がり筋力テスト」や「カルシウムチェック」などのロコモ・フレイル早期予防など
予定通り	104 (70%)	・こころの健康に関する事業 ・こどもに関する事業
やや下回っている	36 (24%)	・老人福祉センター(Uセンター)など、 高齡者施設の利用者数など ・こどもに関する事業 (予約制にしたことによる定員減)
非常に下回っている	2 (1%)	・市民大学などの開催中止

21

栄養口腔7、身体活動8、健康管理16、こころ46、妊娠出産14、乳幼児25  
学童思春期10、青年期6、壮年期12、高齡期14、その他:廃止5事業 合計158事業

# R3食育推進計画推進ための取組 (庁内事業)

## R2年度と比較した事業の実施状況

	事業数	内 容
予定以上	5 (8%)	・食事の調理が困難な高齢者への給食サービス事業など
予定通り	33 (50%)	・地域新聞やSNSなどの媒体を利用した情報発信など
やや下回っている	14 (21%)	・高齢者を対象とした食の教室など
非常に下回っている	14 (21%)	・調理を行う教室 ・飲食を伴う交流イベントなど

健全な食生活20事業、食を楽しむ37事業、食でつながる14事業  
その他:廃止事業5事業 合計71事業

## 妊娠・ 出産期



### 感染状況により困難な点

- 友達づくりなどの交流
- 実技や体験
- 父親教育(教室の参加、入院中の面会、立ち合い出産等の制限)
- 行政⇄関係機関との関係性構築

### 感染状況にかかわらず実施した事業

- 妊産婦健診 → 受診控えは見られなかった
- 子育てケアプラン
- 赤ちゃん訪問
- 産後ケア
- 不妊妊活相談
- 予防接種



- ➡ 父が出産・子育てへのイメージがつきにくく、家庭でのサポートの準備が不足する。
- ➡ 実家からの支援が得られにくい状況

適切な時期に  
支援を紹介できた



# 乳幼児期

健康センターでは・・・



## 感染状況にかかわらず実施した事業

- 乳幼児健診の実施 → 受診控えは見られなかった
- 予防接種
- 子育て応援ルームでの体重測定 (R3より毎日)
- 予防接種
- 子育てケアプラン
- 母子保健推進員による訪問
- 育児相談 (月1回)
- 産前産後サポート事業

支援を必要とする家庭への支援は可能だった

## 感染状況により困難な点

- 友達づくりなどの交流
- 実技や体験
- 育児モデルに触れる機会
- 行政⇔関係機関との関係性構築

知識の普及、交流は制限があった



## 認可保育園

保護者が成長を確認できるイベントは最低限実施した。  
保護者は就労しているため、休園とならないように常に考え努力した。

## 私立幼稚園

幼稚園は集団生活の始まりであり、そこを大切にしたい。  
子どもたちの経験が大切、行事も省かず対策しながら実施。

## 子育て支援センター

支援センターの利用をきっかけに外出できるんだと、活動の幅を広げていってもらえたらうれしい。

## つどいの広場(堀江)

助産師相談(月1)とお誕生日会

(月1)だけは実施した「予約制にしない」ことにこだわった。母ふらっと寄れる、急にきたくなったりそういうのに対応したい。

閉所中でも「赤ちゃんホットステーション」として開所。  
0歳児は公園で遊ぶわけにはいけないので、このような場が必要。



# 学童・ 思春期

## 感染状況にかかわらず実施した事業

- まちづくり出前講座...手洗い指導(新規)
- いのちの教育・ゲートキーパーの育成
- 健康診断
- いじめ相談・法律相談
- 薬物乱用防止教室(たばこ・薬物)の実施
- 予防接種

## 感染状況により困難な点

- 公共施設・学校での仲間と食事をする機会
- 心身の基礎体力増進活動の機会
- 「安全基地」となる居場所・友達づくりなどの交流
- 実技やふれあい体験の機会
- 食文化に触れる機会
- イベント中止(スポーツ・文化)
- 行政⇄関係機関との関係性構築

➡集団生活の中で心身の自我が形成される重要な時期に  
学校内外での活動自粛により、  
基礎体力の低下や社会性の希薄になりやすい状況

緊急事態宣言下でも形  
を工夫し、必要な相談  
の場は確保できた。

オンラインによる  
イベントの継続





# 青年・壮年期

## 生活様式が変化

在宅勤務実施率(国)

56.4%(R2.5月第4週)

38.4%(R3.3月第1週)

### 感染状況にかかわらず実施した事業

- がん健診の実施
- 特定健診・後期高齢者健診
- 歯科口腔健診
- 健康(禁煙)相談・こころの相談・家庭訪問
- 予防接種
- オンラインでのがん講演会  
目的:アピアランスケア  
(外見の変化に対するケア)理解の普及
- 30代40代の集まる場所での  
カルシウムチェック・立ち上がり筋力テスト
- 健康知識普及活動(SNS・TV・情報誌等)
- 安心看護支援事業

### 感染状況により困難な点

- まちづくり出前講座の機会
- 学校行事の機会
- 公共施設・学校での仲間と交流の機会
- オンライン授業・在宅勤務によるコミュニケーションと身体活動の低下
- 在宅による生活習慣の乱れやアルコール摂取や喫煙の機会の増加



外出自粛や勤務形態の変化、経済的な影響などから、  
ストレスを抱えやすいがコントロールができず心の不調を生じやすい。

病気の早期発見と支援が必要な人が繋がれる環境の確保

オンラインによる新たな層へのアプローチ

時間ができたことで新たな自分探索(生活習慣の見直し)

# 高齢期



## 感染状況にかかわらず工夫して実施した事業

- 健康診断
- 予防接種(コロナ・肺炎球菌・インフルエンザ)
- 介護・給食サービス
- 総合相談支援
- 介護予防推進協働事業(傾聴・運動教室)
- シニアいきいきサロン(ウォーキング、パークゴルフ、映画鑑賞サロン)
- 認知症サポーター養成講座
- オンラインによる推進イベントの開催



## 感染状況により困難な点

- 介護予防推進協働事業(口腔機能向上教室・クッキングひろば)
- 老人クラブのカラオケ活動自粛  
(マニュアル作成、R4.4月～活動再開へ)
- シニアいきいきサロン
- 認知症カフェなどの交流の場の延期
- ふれあいサロンの中止など交流の場がなくなった。

各地域包括支援センターで  
本人・家族からの相談を受け  
止め、つなぐことができた。

アカデミアによる  
傾聴活動ができた。

社会福祉協議会ではコロナに  
よる外出自粛の感染リスク軽減  
よりも筋力低下のリスクのほうが  
深刻だと周知

外出自粛により身体機能が低下しやすい。

在宅療養が選択肢へ。 ➡

生きがいを無くし活気がなく閉じこもり傾向の方が

一定数いる。悩みやストレスを外へ吐き出せない。 ➡

# 健康寿命の延伸

がん対策

生活習慣病対策

循環器疾患・  
糖尿病

介護予防

転倒・骨折、  
認知症

自殺対策

こころの健康

市民の皆様のウェルネスライフの実現をめざします。

## 生活習慣の改善

食生活・栄養

歯・口腔

身体活動

喫煙

飲酒

こころ

子どもを含めたすべての人の健やかな生活習慣の形成

健康無関心層も含めた健康づくりに推進

自然に健康になれる環境づくり