

# 健康いばらき21・食育推進計画(第3次) の取組状況について

## 基本目標 1 お互いにつながり支え合える

施策 みんなで進める健康づくり

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		令和元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 家庭、学校、 地域の関係機 関等と連携し た健康づくり の推進	食育推進ネットワーク	4	47	1	39	1	16	設定なし
	自殺対策ネットワーク連絡会	1	29	1	33	1	23	
	健康づくりネットワーク連絡会	—		—		1	16	
	関係機関への啓発	112	機関	193	機関	43	機関	
	高校・大学	10	校	17	校	11	校	
	民間団体	30	団体	18	団体	16	団体	
	企業	38	社	110	社	5	社	
	その他	34		48		11		
民生委員等	随時		随時		随時			
② 健康に関する 相談の実施	総合健康相談（随時）	911		948		389		設定なし
	栄養と食生活の相談	18	28	12	31	15	25	
	歯と口の健康相談（随時）	18		39		90		
	Eメール相談	—		11 件		14 件		
	離乳食	—		9 件		13 件		
	禁煙	—		2 件		1 件		

### ● 【主な取組】

- 食育推進ネットワーク及び自殺対策ネットワーク連絡会について、令和2年度は書面開催としたが、令和3年度は感染症対策を工夫し、グループワーク等も実施した。
- 関係機関への啓発については、令和2年度に引き続き、コロナ禍で特に心理的な不安や身体の不調を来している若年者への啓発を重点的に行った。

### ● 【評価と課題】

- 関係機関と連携した健康づくりの推進につきましては、令和3年度は当初から新型コロナウイルスワクチン接種業務を最優先としたこともあり、特に企業等との連携・協力件数が減少していることから、今後も感染状況に応じ取組を推進する必要があります。
- Eメール相談については、市広報誌での周知を継続して行っていますが、相談件数は伸びていない状況です。引き続き周知方法の検討が必要です。
- オンライン相談については、自殺対策として効果的な取組方法を検討しています。

## 基本目標2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策（1）食育推進（栄養・食生活）

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標	
		令和元年度		令和2年度		令和3年度			
		回数	人数	回数	人数	回数	人数		
① 家庭における食育の推進	健康づくりセミナー（食育 SAT）	—	—	9	148	9	196	1日2回以上野菜をとる市民の割合増加  減塩に取り組んでいる市民の割合増加  朝食を食べる市民の割合増加	
	出前講座	離乳食・幼児食	8	95	2	7	1		2
		一般	2	39	1	20	0		0
		朝ごはんプロジェクト	—	—	1	59	3		226
	② 保育所（園）、幼稚園、小・中学校における食育の推進	子どもクッキング	2	57	0	0	0		0
食育 SAT（学校）		15	502	1 （貸出）	151	0	0		
③ 地域における総合的な食育の推進	食育推進ネットワーク	29	団体	29	団体	30	団体		
	地方公共団体、教育、保育、社会福祉、医療及び保健等	12	団体	12	団体	12	団体		
	農林漁業等	2	団体	2	団体	2	団体		
	食品の製造、加工、流通、販売、調理等	11	団体	11	団体	12	団体		
	民間団体、ボランティア等	4	団体	4	団体	4	団体		
	食育ネットワーク通信	5,066	部	11,633	部	333	部		
	ポスター展等	—		1	115	5	558		

- 【主な取組】
  - ②の部分の取組は減少となったが、健康づくりセミナーなど、感染対策を講じて実施できる取組の推進に努めた。
- 【評価と課題】
  - 食育推進ネットワークにおいて、「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進について検討する必要があります。

## 基本目標2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策(2) 身体活動(運動)

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標	
		令和元年度		令和2年度		令和3年度			
		回数	人数	回数	人数	回数	人数		
① 身体活動の 必要性に関する 周知・啓発	いばらき健康 マイレージ (登録者数)	4,499人		9,905人		12,658		日常生活に おける歩数 の増加  週1回以上 運動やスポ ーツに取り 組む市民の 割合増加	
	市イベント登録 (アスマイル)	19回		51回		68回 (うち8回中止)			
② 運動の習慣化 への取組	平均歩数 (アスマイル)	男	8,560歩		7,684歩		8,227歩		
		女	5,729歩		5,516歩		5,799歩		
	ICT活用 (アスマイルログイン数)	1,617 (1日平均)		2,411 (1日平均)		3,419 (1日平均)			
	体力向上	—		—		1   10			
	【国保】運動	—		—		28人			
③ 運動が気軽に できる環境の 整備・充実	【国保】フィット ネスクラブと の連携	—		—		(協定締結) 6店舗			

※ 【国保】運動：フィットネスクラブとの連携での利用者数

#### ● 【主な取組】

- ヘルスリテラシーの向上を図るため、おおさか健活マイレージ アスマイルを活用し、三密を避けるための感染症対策が可能な小規模イベントを実施し、健康づくりならびに身体活動に関する情報提供を行った。
- 運動指導を強化するため、茨木市国民健康保険特定保健指導に係る産官連携事業(国保)の取組を始めた。

#### ● 【評価と課題】

- 「いばらき健康マイレージ事業(いばらき健活ポイント)の登録者については、引き続き増加し続けています。今後追加される機能を踏まえ、さらなる利用促進に取り組む必要があります。
- 運動の習慣化への取組につきましては、『新たな日常』を考慮した「家族でも」「一人でも」参加でき、身体活動量が増える取組が必要です。
- コロナ禍の心身のストレスに対する免疫力や抵抗力、環境に適応する能力である防衛体力の向上を目的とした取組が必要です。
- 国保産官連携事業につきましては、市全域で対象者が店舗を選ぶことができ、対象者が通いやすい範囲で店舗を増やす取組が必要です。

## 基本目標 2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策（3）休養・こころの健康

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		令和元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 睡眠や休養の重要性に関する周知・啓発	啓発物品配布	556 部		1,716 部		602 部		睡眠による休養が十分取れている者の割合増加
	リーフレット配布	—		3,723 部		35,899 部		
	ちらし配布	—		—		7,946 部		
	こころのカフェ	—		—		9	218	
③ こころの健康に関する周知・啓発	啓発	中央図書館で自殺予防コーナーを設置 (自殺予防週間・自殺対策強化月間)						
② アルコールに対する正しい知識の周知・啓発	リーフレット配布	14,100 人		10,927 人		10,929 人		
	広報誌等掲載	8 月		8 月、11 月		8 月		
	チェックシート	—		—		1,087 件		
④ 自殺予防	ゲートキーパー養成研修	3	60	1	35	5	399	自殺者数の減少
	こころの相談室	18	24	16	17	—		
	こころのケアセンター	—		137 件		11 件 (6 月まで)		
	こころの健康相談	—		—		128 件		
	推進会議	1	21	0	0	1	20	
	自殺対策ネットワーク連絡会	1	29	1	33	1	23	
		30 団体		31 団体		31 団体		

#### ● 【主な取組】

- 新型コロナウイルス感染症による生活の変化に関する不安等への対応のため、専用電話相談窓口として開設したこころのケアセンターは6月末に終了し、精神保健福祉士等による「こころの健康相談」として来所・電話・訪問対応を拡充した。
- 若年者自殺予防対策として、こころの健康相談窓口リーフレットを市内の小中学校・高校等に配布した。また、大学生にゲートキーパー養成講座を実施した。

#### ● 【評価と課題】

- アルコール・薬物等に対する正しい知識の周知・啓発については、プレコンセプションケアチェックシートを活用し、若年の男女が自身の身を守るための知識とスキルの向上を備えることができるよう引き続き取り組む必要があります。
- 自殺者数は、前年比8人減の状況です。こころの健康の周知・啓発や相談支援を継続する一方で、社会資源との連携や、ゲートキーパー等の育成並びに依存症等の病気に対する正しい知識の普及を図る必要があります。

## 基本目標 2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策（4）たばこ対策

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		令和元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 禁煙の 推進	禁煙相談（健康診査時）	349		191		283		妊娠中の 喫煙率0%
	禁煙相談（Eメール）	—		2件		1件		
	禁煙相談周知・啓発 （連携協定締結企業）	—		—		1	4,205	
② 喫煙防止 対策の 推進	教材貸出	1	141	4	205	2	320	たばこを吸う 市民の割合 減少
	啓発リーフレット配布 （特定健診）	12,117		10,169		10,061		
	啓発リーフレット配布 （若年健診）	896		622		868		
③ 受動喫煙 防止対策 の推進	公共施設敷地内禁煙	60.4%		69.9%		69.9%		敷地内100%
	公共施設建物内 （屋内）禁煙	100%		100%		100%		建物内100%
	第二種施設 （受動喫煙防止対策協力施設）	—		23		23		—
	受動喫煙相談	—		94		15		—

#### ● 【主な取組】

- 受動喫煙のリスクがある店舗等に対して、関係課と連携して受動喫煙に対する理解・啓発を行った。
- 連携協定締結企業と協力し、禁煙相談の周知を行った（Jリーグ観戦時）。

#### ● 【評価と課題】

- たばこを吸う市民の割合の減少については、社会環境整備を進めることが必要であり、「たばこ規制枠組条約（FCTC）」には環境整備はたばこの消費量や喫煙率減少・受動喫煙の防止につながる科学的証拠があるとされています。改正健康増進法や大阪府受動喫煙防止条例による法規制等の強化により喫煙率が効果的に減少するよう、さらなる周知・啓発の強化が必要です。
- 未成年者に対する取組としては、喫煙・受動喫煙が及ぼす健康影響についての知識を啓発し、理解を促すとともに禁煙行動につなげる必要があります。
- 60歳以降にCOPD（慢性閉塞性肺疾患）の罹患者が増えるので、喫煙者に対して、COPDについての知識啓発と、早期診断による治療開始でQOLが維持されることを周知し、重症化予防に努める必要があります。

## 基本目標2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策（5）自己の健康管理

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		令和元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 健康に関する 情報の周知・ 啓発 ④ かかりつけ 医・歯科医・ 薬剤師（薬局） の周知・啓発	健康づくりセミ ナー（若年健診）	13	301	9	210	9	196	適正体重の 市民の割合 増加
	若年健診 情報提供	—	—	—	—	8	108	
	資料提供 （がん検診、 特定健診等）	143	5,292	173	3,355	94	3,495	
② 受診しやすい 健（検）診の 推進	人間ドック、 脳ドックの助成	人：718件 脳：438件	人：568件 脳：293件	人：609件 脳：335件				がん検診 受診率 胃：40% 肺：45% 大腸：40% 子宮：45% 乳：45% 特定健康 診査受診率 35.9%
	健診ガイド配布	132,563部	137,000部	152,681部				
	がん検診 （受診率）	胃：3.0% 肺：8.5% 大腸：8.2% 子宮：18.0% 乳：15.3%	胃：2.5% 肺：6.5% 大腸：6.3% 子宮：16.5% 乳：12.9%	胃：2.3% 肺：7.4% 大腸：7.1% 子宮：16.5% 乳：12.4%				
	特定健康診査 （受診率）	33.3%	25.9%	29.8% （6月末時点）				
③ 健（検）診後 の支援体制の 充実	情報提供	対象者 1,218人		対象者 870人		対象者 917人		特定保健 指導実施率 60%
	特定保健指導	実施率 64.3%		実施率 66.1%		実施率 39.3%		
		終了率 69.5%		終了率 71.6%		終了率 28.7%		
健診結果説明会	25	1,100	20	737	28	1,105		

#### ● 【主な取組】

- ・ 特定保健指導等の家庭訪問は感染状況により中止することもあったが、その他の面談等は感染対策を徹底し実施した。

#### ● 【評価と課題】

- ・ 若年者に対する健康情報の周知について、より効果的な方法を検討する必要があります。
- ・ 健（検）診受診率について、受診率向上のため効果的な取組の検討が必要です。
- ・ 特定保健指導については、令和3年9月から市内フィットネスクラブ（6店舗）と連携し、運動指導を受ける機会の無料提供を実施しており、引き続き取り組む必要があります。

## 基本目標2 健康にいきいきと自立した生活を送る

### 施策（6）歯と口の健康

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		平成元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 歯と口の健康に関する 周知・啓発	歯科出前講座	17	201	2	7	11	77	むし歯のない 幼児の割合増加
	幼児食講習会	3	35	1	2	2	6	
	啓発イベント	4	182	1	182	1	未	
	関係機関ポスター掲示	—		—		1	34	
② 生涯に おける 歯科保健 の推進	むし歯のない幼児 (3.6歳児健診)	89.9%		89.0%		92.3%		60歳で24本以上の 歯を有する市民 の割合増加
	むし歯のない児童(小6)	76.6%		76.2%		78.5%		
	むし歯のない生徒(中1)	68.7%		74.8%		77.2%		
	60歳以上の咀嚼良好者	98.4%		96.7%		55.1%		
	60歳で24本以上の 歯を有する者	82.9%		81.9%		78.0%		
③ 歯科健康 診査 の推進	3.6歳児歯健康診査 受診率	97.2%		91.5%		95.1%		歯科健診受診率 向上
	妊婦歯科健康診査受診率	40.9%		37.8%		7.4%		
	成人歯科健康診査受診率	12.2%		11.4%		7.4%		
	成人訪問歯科健康診査 受診者数	355		295		124		

#### ● 【主な取組】

- 歯科出前講座：つどいの広場で対面及びリモートで実施し、歯科疾患の予防・早期発見の理解を進めるため、出前講座未実施のつどいの広場へも啓発資料を配付しました。
- 民間企業と連携し、歯と口の健康づくりに係る普及啓発の実施を検討しています。
- 成人歯科健診は減少しており、コロナ禍における受診控えの影響があった可能性があります。今後、大学との連携により過去の地域別受診者数の推移を分析したうえで、健診受診勧奨を行い受診率向上に努めます。
- 若い世代（児童期～青年期）は、う蝕予防のための正しい歯磨き習慣の周知啓発を継続する必要があります。
- 働く世代（成人期）は全身の健康に影響がある歯周疾患予防のために、かかりつけ歯科医による定期的な歯科受診や、正しい歯磨き習慣の実践を促します。



### 基本目標3 “憩える・活躍できる”場をつくる

施策：みんなで進める健康づくり

取組事項	実施内容	実施指標						計画目標
		平成元年度		令和2年度		令和3年度		
		回数	人数	回数	人数	回数	人数	
① 地域の関係機関や 企業との連携 ② 自主的に健康づくりに取り組む人材や団体の拡大 ③ 健康づくりの場・機会の拡大	健康フェスタ	427人 (全660人)		中止 <small>(新型コロナウイルス)</small>		中止 <small>(新型コロナウイルス)</small>		市と健康づくりに取り組む大学、企業関係団体数増加
	関係機関への啓発(機関数)	86機関		166機関		36機関		
	健康経営優良法人	—		1法人 (法人数 23)		0法人 (法人数 23)		
	協定機関との連携イベント数	—		0件		6件		

● 【主な取組】

- 健康フェスタやその他のイベントについては、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐための対策として密集を避けることが困難なため、中止とした。

● 【評価と課題】

- 健康フェスタ等のイベントの開催が難しいなかでも、健康無(低)関心層への啓発は重要なことから、多くの市民が利用する市内の運動施設、遊技施設、生活必需品物資販売施設、飲食店等と連携し、健康づくりの周知・啓発に努めました。今後は地域ごとの健康課題を把握し、地域住民等の状況に応じた健康づくりに取り組む必要があります。
- コロナ禍の『新たな日常』に対応したみんなで進める健康づくりとして、健康経営優良法人をはじめ、市民活動団体等との関係機関と協力した健康づくりの体制を整える必要があります。

## 基本目標5 安全・安心で必要な情報が活かされる

施策 健康づくりを支える社会環境整備

取組事項	実施内容	実施指標			計画目標
		令和元年度 回数	令和2年度 回数	令和3年度 回数	
① 健康や食の安全・安心等に関する情報の発信	広報誌	通年	通年	通年	設定なし
	ホームページ	随時	随時	随時	
	いばライフ（アプリ）	随時	随時	随時	
	SNS	随時	通年	通年	
	茨木市ケア倶楽部	不定期	不定期	不定期	
② 関係機関の協力による情報発信（会報誌等）	産官学連携（協定）	—	1回	10回	
	茨木商工会議所	3回	3回	0回	
	JA 茨木市	—	1回	0回	
	市内民間企業	—	—	47回	
	茨木市商業団体連合会	—	1回	1回	
	理容生活衛生同業組合	—	1回	1回	
	受動喫煙防止対策協力施設	—	23店舗	23店舗	

※ 通年：概ね月に1回程度の発信

※ 随時：最新情報に更新し発信

※ 不定期：関係機関への情報提供が必要な場合に発信

### ● 【主な取組】

- コロナ禍により市民への直接的な啓発が困難だったため、健康増進に関する連携協定企業等に情報発信の協力を得た。
- 協定企業に対し、SNS（インスタグラム）での啓発協力や、こころの健康相談窓口リーフレットの配布を依頼した。
- 市内民間企業へ、こころの健康相談窓口リーフレットの配布を依頼した。

### ● 【評価と課題】

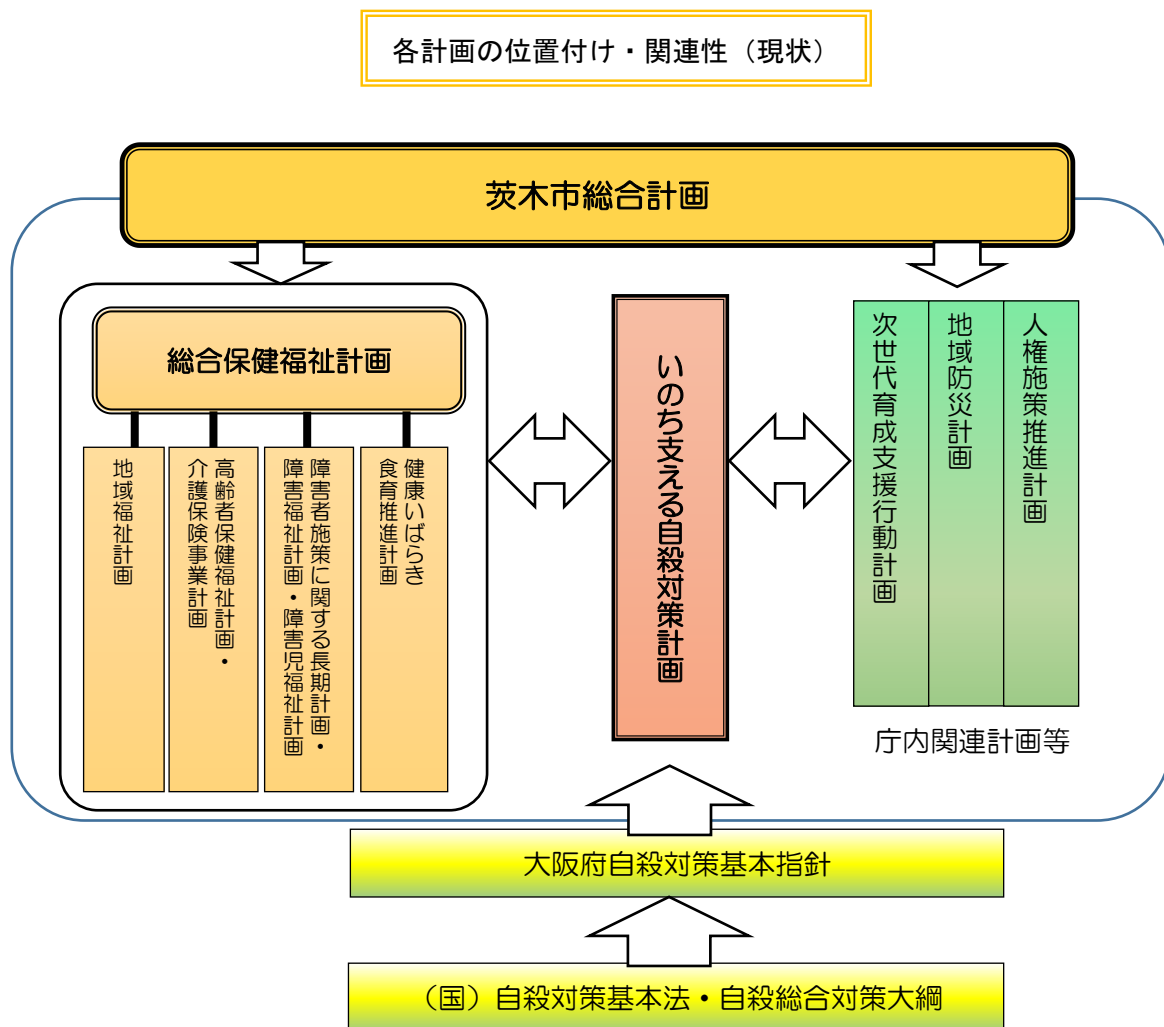
- 民間企業等の協力を得ながら情報伝達ツールを利活用し、健康づくりに関する情報発信をより積極的に行う必要があります。
- コロナ禍による「新たな日常」やデジタル化に対応した健康づくりの推進が求められており、特に健康無（低）関心層への啓発のためには、様々な情報伝達ツールを利用した情報発信が今後も必要です。  
そのため、引き続き関係機関との協力を強化し、より多くの協力を得て効果的な情報発信ができるよう検討してまいります。

# 茨木市いのち支える自殺対策計画について

# 1 茨木市いのち支える自殺対策計画について

本市では、平成 28 年の自殺対策基本法の改正をふまえ、これまでの取組を発展させ全庁的な取組として自殺対策を推進するため、平成 31 年度から令和 5 年度までの 5 年間を計画期間として、「茨木市いのち支える自殺対策計画」を策定しました。

本計画は、本市のまちづくりの基本的な指針である「茨木市総合計画」に基づくもので、国の「自殺総合対策大綱」や大阪府の「自殺対策基本指針」をはじめ、本市の「総合保健福祉計画」を上位計画とする各分野別計画、庁内関連計画とも整合を図り、それぞれの施策と合わせた取組を推進するものとしています。



## 2 次期自殺対策計画について

現在、本市の自殺対策計画は単独で策定しておりますが、自殺対策においては、全庁的な取組として「生きることの包括的な支援」を推進することが求められていることや、国の有識者会議においても、大綱見直しに関する意見として「関連施策及び関係機関の有機的な連携を図り、総合的な対策を推進」することが挙げられていること、また、これまでから本市の健康増進計画である「健康いばらき 21」に基づき、こころの健康対策を推進してきた経過をふまえ、次期総合保健福祉計画の分野別計画の一部として、健康医療分野での「健康いばらき 21 及び食育推進計画」と一体の計画として策定する予定としております。

これまでの健康増進計画・食育推進計画としての位置付けに加え、新たに自殺対策計画を盛り込むことで、関連分野・施策とのより有機的な連携を取りつつ、総合保健福祉計画に包含される他の分野別計画と合わせて自殺対策の推進を図るとともに、総合的に本市の保健福祉の課題解決を図ることとします。

次期計画の策定にあたっては、総合保健福祉審議会ならびに健康医療推進分科会において、「健康いばらき 21 及び食育推進計画」と合わせて審議いただくことといたしますが、取り扱う資料によっては一部非公開となる部分が生じることとなります。

## ● 大綱見直しの趣旨 ～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けた更なる推進～

- ✓ 自殺者数は基本法が成立した平成18年と、コロナ禍以前の令和元年とを比較すると男性は38%減、女性は35%減となっており、関係者によるこれまでの取組みに一定の効果があったと考えられるが、依然として、自殺死亡率は先進国の中で高い水準にあり、また、令和2年はコロナ禍の影響で様々な問題が悪化したことなどにより、11年ぶりに前年を上回る、深刻な状況。
- ✓ これまでの取組みを基本に置きつつ、新型コロナウイルス感染症の影響など喫緊の課題への対応も含め、今後更に取り組むべき課題を検討し、「大綱見直しに関する意見（ポイント）」において、14の論点に沿って議論の成果を整理。

## 大綱見直しに関する意見（ポイント）

### 総論

- ① **関連施策及び関係機関の有機的な連携を図り、総合的な対策を推進**
  - 包括的な対応を図る生活困窮者自立支援制度や孤独・孤立対策、子どもへの支援策、地域共生社会の実現に向けた取組みといった関連施策との連携
  - 地域における関係機関の連携と体制の充実
  - 精神科医療、保健、福祉施策との連携
- ② **新型コロナウイルス感染症の影響も踏まえた支援**
  - 自殺への影響の更なる分析やICTの活用、社会的セーフティネットの強化
- ③ **自殺者及び自殺未遂者、それらの者の親族の名誉及び生活の平穏への配慮**

### 個別施策

- ④ **スティグマの解消**
  - 「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」ことやゲートキーパーの役割等の普及啓発の推進
- ⑤ **相談体制の充実と、支援策や相談窓口情報等の分かりやすい発信**
  - メール・SNS等を用いたインターネット相談窓口の活用、相談員に対する組織的なフォローの実施
  - 個人事業主等への相談支援
- ⑥ **精神科医療につなぐ医療連携体制の強化**
  - 医師等と地方公共団体が連携し、多職種でサポートする体制や、多様な医療機関や診療科の連携を推進
- ⑦ **子ども・若者の自殺対策の更なる推進**
  - 心の健康の保持に係る教育及び啓発等の更なる推進、及び関係機関の連携等による環境・体制整備
- ⑧ **女性に対する支援**
  - コロナ禍における女性支援
  - 妊娠されている方への支援
- ⑨ **勤務問題による自殺対策の更なる推進**
  - 過労死防止対策等との十分な連携、及びテレワークの適切な運用を含めた職場におけるメンタルヘルス対策の更なる推進
- ⑩ **遺された人への更なる支援**
  - 遺族の自助グループなどと連携した課題解決、及び自死遺族の方から学ぶ機会の確保
- ⑪ **インターネット利用への対応**
  - サイバーパトロールや検索連動広告といったICTを活用したアウトリーチの取組みの継続実施、及び誹謗中傷の対策強化の検討
- ⑫ **自殺報道等への対応**
  - 自殺報道ガイドラインを踏まえた対応の要請
- ⑬ **自殺総合対策の更なる推進に資する調査研究等の推進**
  - 疫学的研究や科学的研究も含め、必要なデータやエビデンスの収集の更なる推進

### 施策の推進体制

#### ⑭ PDCAサイクルの更なる推進、数値目標の設定

- 国及び地方公共団体において、エビデンスに基づいた政策となるよう新大綱に基づく施策の実施状況、目標の達成状況等を定量的に把握し、その効果等を評価
- 令和8年までに自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させることとしている現大綱の数値目標を継続（平成27年18.5 ⇒ 令和8年13.0以下）

## 茨木市いのちささえる自殺対策計画

### 1 自殺統計に基づく自殺者数（発見日・住居地） 令和3年：1月～12月まで

各年1～12月	総数	男性	女性
令和3年（暫定値）	30	23	7
令和2年	38	23	15
令和元年	31	21	10

### 2 原因・動機別

	家庭	健康	経済生活	勤務	男女	学校	その他	不詳
令和3年	6	18	8	5	0	6	2	0
令和2年	10	31	2	3	1	3	2	1
令和元年	3	18	8	2	2	1	4	1

※ 明らかに特定できる原因・動機を計上、他の報告と一致しないことがある。

### 3 自殺対策計画進捗

令和3年度

#### ① 自殺対策推進会議

- ・ 令和2年度の自殺対策計画進捗確認 他

#### ② 第1回 自殺対策ネットワーク連絡会

- ・ 令和2年度の府・市の状況報告（保健所）
- ・ 生きる支援に関連する施策の共有 他

#### ③ 第2回 自殺対策ネットワーク連絡会 2月14日（中止 → 7月7日）

- ・ こころの健康づくり講演会  
講師 藍野短期大学 飯田 英晴 教授  
内容 「こころの健康を学ぶ～うつ病と自死の関連、自死遺族支援について～」
- ・ 生きる支援に関連する施策のアイデア報告 他 （配布済）



## 自殺の状況

## 1 自殺の状況(年:1~12月):大阪府資料(発見日・住居地)

令和3年は20歳未満や20歳代の男性が例年より多い傾向です。

原因・動機別では、健康問題、次いで経済・生活問題が多い傾向です。

令和4年は、前年同時期と比較するとプラス1人です。(男性-4、女性+5)

年	H29		H30		R01		R02		R03		R0404	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20歳未満	会議当日資料では、数字記載済のものをお配りいたします。 (持ち帰り不可)											
20~29歳												
30~39歳												
40~49歳												
50~59歳												
60~69歳												
70~79歳												
80歳以上												
不詳												
計	25	18	20	15	21	10	23	15	23	7	10	6
合計	43		35		31		38		30		16	

## 2 自殺統計に基づく自殺死亡率:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

自殺日(A表)・住居地に基づいて作成しています。

年	H29		H30		R01		R02		R03	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
茨木市	18.35	12.47	14.64	10.34	15.36	6.88	16.83	10.29	16.05	4.79
豊中市	18.7	8.51	21.72	16.94	16.55	8.44	19.54	11.68	12.84	7.45
池田市	20.19	13.07	20.08	5.58	16.05	9.29	10.07	5.56	18.13	9.25
吹田市	14.06	4.17	20.25	6.22	15.70	8.27	12.85	12.34	21.09	10.72
高槻市	15.34	7.58	11.82	6.51	16.01	10.34	17.25	7.63	17.27	9.83
箕面市	19.84	7.02	15.16	15.28	16.63	6.92	22.58	8.30	6.03	13.79
摂津市	21.13	2.33	30.54	11.67	18.71	11.60	20.87	6.90	13.93	9.16
大阪府	19.24	9.18	20.12	10.40	19.53	9.70	21.15	11.57	21.12	11.03
全国	23.50	9.87	22.71	9.97	22.39	9.27	22.43	10.74	22.31	10.85

## 3 計画目標値(計画p30):自殺総合対策大綱(H27年→R8年 30%以上減少)

死亡率	H27	H28	H29	H30	R01	R02	R03	R04	R05	R08
目標値	—	—	—	—	—	—	—	—	10.3	9.4
現状値	13.30	11.10	15.32	12.43	10.99	13.46	10.24			

※ 確定値は修正される場合があります。



# 計画策定に向けた市民意向調査の実施 について

## (1) 市民意向調査の目的

市民の健康や福祉、地域での助け合いやボランティアなどに関する意識・実態を調査することで、令和5年度に策定を予定している各計画の基礎データとするとともに、今後の施策を検討するために必要な資料を得ることを目的として実施する。

## (2) 市民意向調査の種類・概要

No.	分野	区分	対象	選定	配布・収集	客体数
1	地域福祉・	一般市民	18歳以上	無作為抽出	郵送	2,250
2	健康	小学生	市内小学生（5年生）	無作為抽出	直接配布	1,100
3		中学生	市内中学生（2年生）	無作為抽出	直接配布	600
4	高齢者・ 介護保険	ニーズ調査	要介護認定を受けていない高齢者及び要支援認定者	無作為抽出	郵送	3,000
5		在宅介護実態調査	在宅介護サービス受給者	無作為抽出	郵送 認定調査員による聴き取り	1,800 200
6		介護保険事業者調査	市内で介護サービスを提供している事業者	無作為抽出	郵送	200
7	障害者・児	身体障害者	手帳所持者	無作為抽出	郵送	600
8		知的障害者		無作為抽出	郵送	600
9		精神障害者		無作為抽出	郵送	600
10		精神障害者（入院患者）	精神科病院に入院されている患者	無作為抽出	直接配布	300
11		就労支援サービス利用者	就労支援事業所利用者	無作為抽出	郵送	400
12		障害児	通所受給者証所持者	無作為抽出	郵送	500

## (3) 市民意向調査の実施時期

令和4年10月～11月を予定

## (4) 調査項目の検討について

地域福祉分野→地域福祉推進分科会の意見を聞き検討(担当課:福祉部地域福祉課)

健康分野→健康医療推進分科会の意見を聞き検討

(担当課:健康医療部健康づくり課)

## (5) 調査項目 (案)【一般市民 (18 歳以上)】

はじめに、あなたのことについてお聞きします。

福祉部地域福祉課が案を作成し、地域福祉推進分科会の意見を聞き、検討します。  
(10問程度を予定)

健康に関する意識や行動についてお聞きします。

【すべての方にお聞きします。】

問11 あなたは健康に関心がありますか。(〇は1つ)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない         |

問12 あなたは、どのくらいの頻度で体重を測っていますか。(〇は1つ)

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1. 毎日         | 2. 週に1回以上  |
| 3. 月に1回以上     | 4. 1年に1回以上 |
| 5. 1年以上測っていない |            |

問13 あなたは、どのくらいの頻度で家庭での血圧測定をしていますか。(〇は1つ)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. 毎日    | 2. 週1～2回 |
| 3. 月2～3回 | 4. 測らない  |

問14 あなたは、病気のことについて気軽に相談できる「かかりつけ医」をお持ちですか。(〇は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問15 あなたは、虫歯などのことについて気軽に相談できる「かかりつけ歯科医」をお持ちですか。(〇は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問16 あなたは、飲み薬などのことについて気軽に相談できる「かかりつけ薬局」をお持ちですか。(〇は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問17 あなたは、週に何日くらい30分以上の運動をしていますか。(〇は1つ)

- |          |        |
|----------|--------|
| 1. していない | 2. 週1日 |
| 3. 週2日   | 4. 週3日 |
| 5. 週4日以上 |        |

**問18 あなたは、1日平均どのくらい歩いていますか。(〇は1つ)**

参考 1,000歩は約10分間の歩行に相当します。 6,000歩→約60分間の歩行

例 散歩20分+買い物30分+掃除10分 で60分 など

- |                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. 8,500 歩以上 (85 分間以上に相当)       | 2. 7,500~8,500 歩未満 (75~85 分間未満) |
| 3. 7,000~7,500 歩未満 (70~75 分間未満) | 4. 6,000~7,000 歩未満 (60~70 分間未満) |
| 5. 6,000 歩未満 (60 分間未満)          |                                 |

**問19 「食育」に関心がありますか。(〇は1つ)**

「食育」とは、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、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です。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない         |

**問20 あなたは、どのくらいの頻度で朝食を食べますか。(〇は1つ)**

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日食べる | 2. 週に4~5日食べる |
| 3. 週に2~3日食べる | 4. ほとんど食べない  |

**問21 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(〇は1つ)**

「主食」とは、ごはん、パン、麺など

「主菜」とは、肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメイン料理

「副菜」とは、野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. ほぼ毎日   | 2. 週に4~5日   |
| 3. 週に2~3日 | 4. ほとんど食べない |

**問22 あなたは、食事をゆっくりよく噛んで食べていますか。(〇は1つ)**

- |                            |
|----------------------------|
| 1. ゆっくりよく噛んで食べている          |
| 2. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている  |
| 3. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない |
| 4. ゆっくりよく噛んで食べていない         |

問23 あなたは、野菜料理（野菜炒め、筑前煮、サラダ、おひたしなど）をどの程度食べていますか。（〇は1つ）

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 毎食とも食べる  | 2. 1日2回は食べる |
| 3. 1日1回は食べる | 4. 食べない     |

問24 生活習慣病の予防や改善のために、あなたは、ふだんから適正体重の維持や減塩に気を付けた食生活を実践していますか。（〇は1つ）

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1. いつも気をつけて実践している  | 2. 気をつけて実践している      |
| 3. あまり気をつけて実践していない | 4. まったく気をつけて実践していない |

問25 あなたは、週に何日くらい食後に歯磨きをしますか。（〇は1つ）

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. ほぼ毎日  | 2. 週3～5日  |
| 3. 週1～2日 | 4. ほとんどない |

問26 あなたは、週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。（〇は1つ）

- |             |           |               |        |
|-------------|-----------|---------------|--------|
| 1. 毎日       | 2. 週5～6日  | 3. 週3～4日      | → 問27へ |
| 4. 週1～2日    | 5. 月に1～3日 |               |        |
| 6. ほとんど飲まない | 7. やめた    | 8. 飲まない（飲めない） |        |

【問26で「1. 毎日」「2. 週5～6日」「3. 週3～4日」「4. 週1～2日」「5. 月に1～3日」と回答された方にお聞きします。】

問27 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。（〇は1つ）

※清酒1合（アルコール度数15度・180ml）は、次の量にほぼ相当します。

- ビール中瓶1本（アルコール度数5度・500ml）
- 焼酎0.6合（アルコール度数25度・約110ml）
- ワイン1/4本（アルコール度数14度・約180ml）
- ウイスキーダブル1杯（アルコール度数43度・60ml）

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 1. 1合（180ml）未満     | 2. 1合以上2合（360ml）未満 |
| 3. 2合以上3合（540ml）未満 | 4. 3合以上4合（720ml）未満 |
| 5. 4合以上5合（900ml）未満 | 6. 5合（900ml）以上     |

【すべての方にお聞きします。】

問28 あなたは、たばこを吸いますか。（〇は1つ）

- |                          |             |
|--------------------------|-------------|
| 1. 毎日吸っている               | 2. 時々吸う日がある |
| 3. 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない | 4. 吸わない     |

問29 あなたは、COPDという病気を知っていますか。(〇は1つ)

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. どんな病気か知っている | 2. 名前は聞いたことがある |
| 3. 知らない        |                |

「COPD」とは、主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、咳・痰・息切れを主訴としてゆるやかに呼吸機能が低下します。(慢性閉塞性肺疾患)

問30 あなたは、健康増進法が改正され、2020年4月からオフィスや飲食店等は原則屋内禁煙となったことを知っていますか。(〇は1つ)

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. 知っている | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

問31 睡眠の質についておたずねします。あなたはこの1か月間に、次のようなことが週3回以上ありましたか。(〇はいくつでも)

- |  |
|--|
| 1. 寝付き(布団に入ってから眠るまでに要する時間)に、いつもより時間がかかった |
| 2. 夜間、睡眠途中で目が覚めて困った                      |
| 3. 起きようとする時刻よりも早く目が覚め、それ以上眠れなかった         |
| 4. 睡眠時間が足りなかった                           |
| 5. 睡眠全体の質に満足できなかった                       |
| 6. 日中、眠気を感じた                             |
| 7. 上記のようなことはなかった                         |

問32 あなたは日頃、特に強い悩みやストレス、不満を感じていますか。また、ある場合は理由を教えてください。

- |                       |
|-----------------------|
| 1. 特に強い悩みやストレス、不満はない。 |
|-----------------------|

日頃、特に強い悩みやストレス、不満がある(〇はいくつでも)

- |                                     |
|-------------------------------------|
| 2. 家庭の問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等)     |
| 3. 病気等の健康問題(自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等)   |
| 4. 経済的な問題(倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等)      |
| 5. 勤務関係の問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等) |
| 6. 男女問題(失恋、結婚をめぐる悩み等)               |
| 7. 学校の問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係等)        |
| 8. その他(具体的に )                       |

問33 あなたの不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、聴いてくれる人または場所はあると思いますか。(〇はいくつでも)

- |                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| 1. 家族や親族                  | 2. 友人・知人              |
| 3. 職場（同僚や上司を含む）           | 4. 近所の人（民生委員等を含む）     |
| 5. 医療機関（医師や職員を含む）         | 6. 公的な相談機関（行政の健康相談など） |
| 7. 民間の相談機関（カウンセリングサービスなど） |                       |
| 8. 同じ悩みを抱える人              |                       |
| 9. その他（具体的に               | ）                     |
| 10. いない・ない                |                       |

問34 あなたは、ゲートキーパーについて以下の事柄を知っていますか。  
(〇は1つ)

- |                 |             |         |
|-----------------|-------------|---------|
| 1. どんな役割かも知っている | 2. 名前は知っている | 3. 知らない |
|-----------------|-------------|---------|

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要に応じて適切な支援につなげ、見守る人のことです。

地域とのつながりや地域での支え合い、助け合い活動の状況についてお聞きします。

福祉部地域福祉課が案を作成し、地域福祉推進分科会の意見を聞き、検討します。  
(20問程度を予定)





(6) 調査項目 (案) 【小中学生】

運動や食事などの日常生活についてお聞きします。

問1 運動（からだを動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。  
（〇は1つ）

- |         |         |
|---------|---------|
| 1. 好き   | 2. やや好き |
| 3. やや嫌い | 4. 嫌い   |

問2 ふだんの一週間についてききます。学校の体育の授業以外で、週に何日くらい30分以上の運動（からだを動かす遊びをふくむ）やスポーツをしていますか。  
（〇は1つ）

- |          |          |        |
|----------|----------|--------|
| 1. していない | 2. 週1日   | 3. 週2日 |
| 4. 週3日   | 5. 週4日以上 |        |

問3 あなたが体重を測ることはどのくらいありますか。（〇は1つ）

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1. 毎日         | 2. 週に1回以上  |
| 3. 月に1回以上     | 4. 1年に1回以上 |
| 5. 1年以上測っていない |            |

問4 あなたは、週に何日くらい朝ごはんを食べますか。（〇は1つ）

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日食べる | 2. 週に4～5日食べる |
| 3. 週に2～3日食べる | 4. ほとんど食べない  |

問5 朝ごはんを家族といっしょに食べることはどのくらいありますか。（〇は1つ）

- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に4～5日 | 3. 週に2～3日 |
| 4. 週に1日程度 | 5. ほとんどない |           |

問6 晩ごはんを家族といっしょに食べることはどのくらいありますか。（〇は1つ）

- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に4～5日 | 3. 週に2～3日 |
| 4. 週に1日程度 | 5. ほとんどない |           |



地域とのつながりについてお聞きします。

福祉部地域福祉課が案を作成し、地域福祉推進分科会の意見を聞き、検討します。  
(2～3問程度を予定)

問13 茨木市に対する意見などがあれば、どのようなことでも良いので、記入してください。