

第4編

施策の方向

- 展開図 ●
- 生涯健康づくりの推進 ●
- まちの健康づくり ●
- 健康づくり推進体制の整備 ●

**基本
目標**

健康づくり・
生きがいづくり
(一次予防)

病気などの
早期発見・早期対応
(二次予防)

病気や障害の改善・
重症化の予防
(三次予防)

世代別目標

健康づくり・ 生きがいづくり (一次予防)	妊娠期～思春期	・適正な生活習慣の確立 ・豊かな心身の成長を支援
	成人期	・毎日の生活で継続できる健康づくり支援
	高齢期	・生活機能の維持増進
病気などの 早期発見・早期対応 (二次予防)	妊娠期～思春期	・健診や支援体制の充実 ・育児不安への早期の対応
	成人期	・健(検)診、相談の充実
	高齢期	・生活機能低下の早期発見・早期対応
病気や障害の改善・ 重症化の予防 (三次予防)	妊娠期～思春期	・療育体制の充実
	成人期	・病気の進行予防
	高齢期	・要介護状態の改善・重度化の予防

<まちの健康づくり(地域づくりと環境整備)>

- ◇ 身近な地域を中心とした健康づくり(福祉ひろば・公民館等)
- ◇ 地域で支える子育て支援(こんにちは赤ちゃん事業など)
- ◇ 地域で取り組む健康づくり(運動推進リーダー育成・食と健康応援隊事業)

<推進体制>

- ◇ 関係機関との連携
- ◇ 情報の拠点整備、多様な情報発信の推進

松本市自殺予防対策推進協議会
松本市新型インフルエンザ対策協議会
松本市健康づくり推進連合会
公民館、地区福祉ひろば
医療機関、障害者関係団体、保険者等

事業の展開

①新生児訪問の充実 ②地域の育児支援体制の充実
③こどもの生活習慣改善 ④未成年者への喫煙・薬物対策

①働き盛り世代への啓発 ②身近な地域での体力づくり
③禁煙支援の充実

①活動的な時期からの介護予防事業の充実
②認知症予防の充実 ③生きがいつくりの推進

①妊娠・乳幼児健診体制の充実
②親子関係づくりや要保護児童への支援 ③感染症予防対策の拡充

①こころの健康・自殺予防対策の充実 ②生活習慣病予防の充実
③がん検診の充実

①介護予防対象者の早期発見、早期対応の充実

①発達障害児への支援体制の充実

①患者会の支援 ②自死遺族への支援 ③訪問指導の充実

①訪問指導の充実

- ◇ 健康づくりのための環境整備（歩道整備や公園整備等）
- ◇ 自殺予防・こころの健康のための人材育成

松本市エイズ・HIV等性感染症予防啓発推進協議会
松本市地域包括医療協議会、松本市三献運動推進協議会
松本市食生活改善推進協議会、松本地区健康管理推進会議
保育園、幼稚園、学校、町会他地区組織、社会福祉協議会

目標達成

健康寿命の延伸

壮中年期死亡の減少

生活の質の向上

だれでもが健康でいきいきと暮らすまち
1人ひとりが輝き大切にされるまち

施策の概要

生涯健康づくり の推進

健康づくり・生きがいがづくり
(一次予防)

妊娠期から高齢期までの
健康づくり

生きがいがづくり

病気や障害の改善・重症化の予防
(三次予防)

重症化の予防

病気などの早期発見・早期対応
(二次予防)

健診・検診体制の充実

こころの健康の推進

まちの健康づくり

健康づくり支援のための
環境整備

保健環境の基盤整備

地域における健康づくり
の推進

健康づくり 推進体制の整備

健康推進関係機関との
連携

健康情報システムの構築

第1章

生涯健康づくりの推進

健康寿命の延伸を目指すため、あらゆる年代における健康の維持・増進を図る一次予防施策を重点に事業を進めていきます。

第1節 妊娠期から高齢期までの健康づくり

1 妊娠・出産支援の充実

【所管部：健康福祉部】

(1) 妊婦相談の充実

妊娠期の不安や健康について及び出産後の育児などについて、妊娠届出時に全妊婦を対象に実施している妊婦相談を充実するとともに、禁煙支援にも力を入れていきます。

(2) 両親学級（ママとパパの教室）の充実

禁煙対策や妊婦への栄養についての個別教育、ママパパクッキングをさらに進めるとともに、妊婦の個別相談を充実します。

2 乳幼児期の健康づくり

【所管部：健康福祉部・こども部】

(1) 新生児訪問の充実

不安の多い時期にある新生児及び産婦に対する早期からの支援として、保健師や助産師による新生児及び産婦訪問の充実を図ります。

はじめての出産である第1子の新生児については、全数訪問を目指します。

(2) こんにちは赤ちゃん事業の連携強化

各地区民生・児童委員や主任児童委員が訪問する「こんにちは赤ちゃん事業」との連携を強化し、産後うつ傾向のみられる母親や支援の必要な家庭への早期の援助を行い、家庭における孤立化を防ぐと共に、虐待の防止、早期発見に努めます。

(3) 育児支援事業の充実

ア 育児学級などの充実

親子の健やかな関係づくりや成長発育のために必要な授乳・離乳に関する適切な支援、口腔ケア、むし歯予防及び生活リズムの大切さについて育児学級などを充実します。

イ 乳児期の育児支援教室（どんぐり教室）の拡充

生まれて間もない時期から育まれる親子の愛着形成を促し、虐待予防にもつなげるための母子支援教室を充実します。

ウ 幼児期から就園までの母子支援教室の拡充

子育てに不安や孤独感を感じている就園までの親子に対し、親子関係を豊かにするための母子支援教室の拡充を目指します。

エ 地域における育児支援

安心して地域で子育てができるため、育児学級や訪問事業の充実、地区育児サークルなどへの支援を積極的に行います。

また、子育て支援ネットワーク事業を通じて、それぞれの地区の子育て支援活動の充実を目指します。

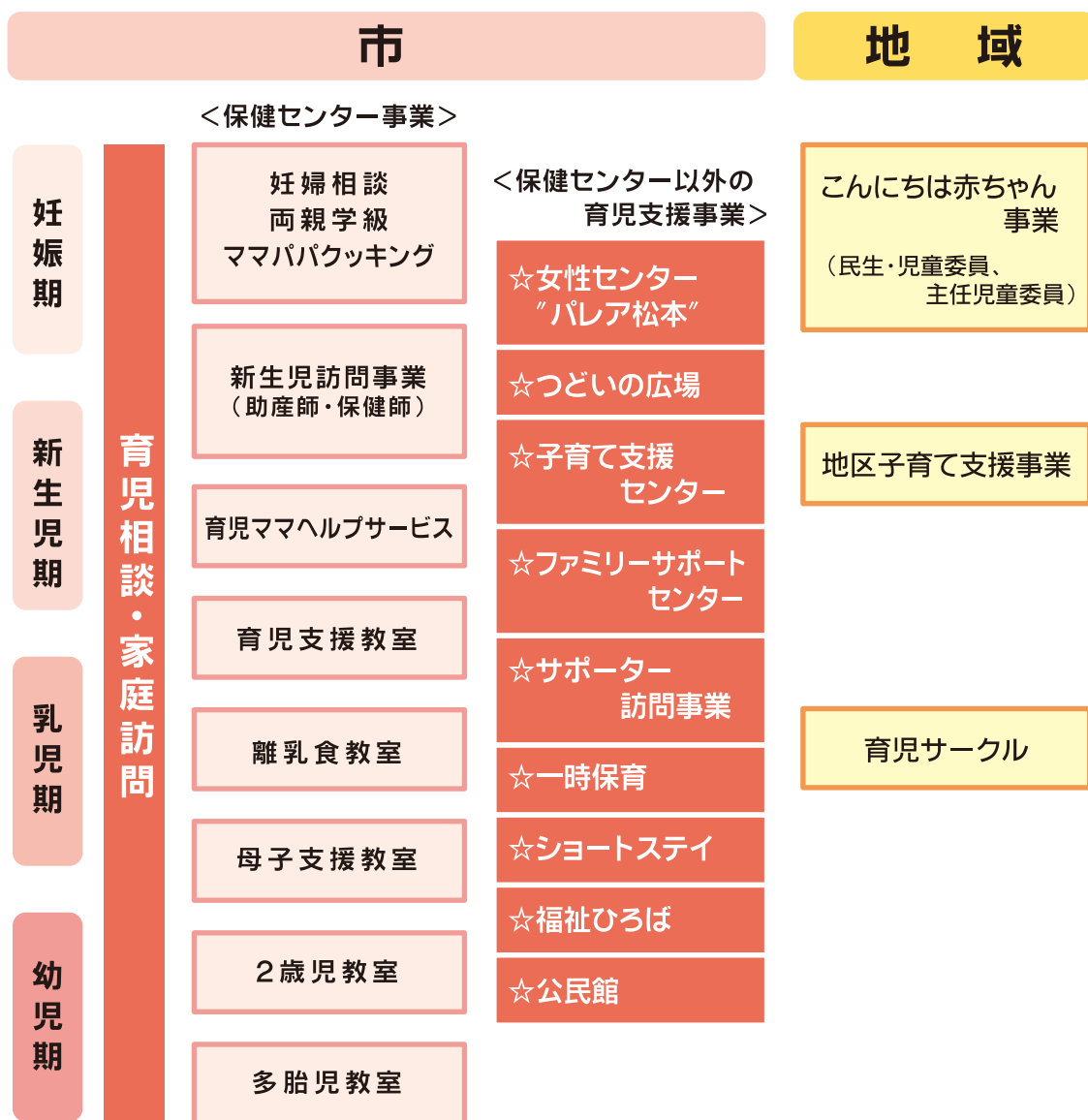
オ 子育てコミュニティサイト運営事業〈新規事業〉

子育て環境をよりよくするため、官民両者の情報を総合的に提供する、子育て支援情報専用のインターネットサイト「松本市子育てコミュニティサイト」を、市と市民による協働で制作、運営していきます。



離乳食教室

妊娠期から乳幼児期の育児支援



<今後の取組み>

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
新生児訪問 第1子訪問率	件数	85%	100%	100%
育児支援教室	教室数	3教室	4教室	5教室

3 世代を通じた生活習慣の改善

【所管部：健康福祉部・農林部・教育部】

(1) こどもの生活習慣改善事業

生活習慣病予防の視点と、望ましい生活習慣の形成を目指し、「早寝 早起き 朝ごはん」の啓発、適正な体重、運動や食生活について新たに児童・生徒やその保護者への啓発を推進します。

ア こどもの体力・健康づくり講座 《新規事業》

児童・生徒の運動指導や食生活指導を、信州大学や松本大学と協働で、地区こども会育成会やPTA連合会などの協力を得ながら推進します。

イ 食と健康応援隊事業 《新規事業》

こどもの頃からの望ましい食生活習慣の形成を目的に、地区の要望に応じ食生活改善推進協議会と協働で、親子を対象とした料理・健康教室を行います。

ウ 青少年の巣立ちクッキング

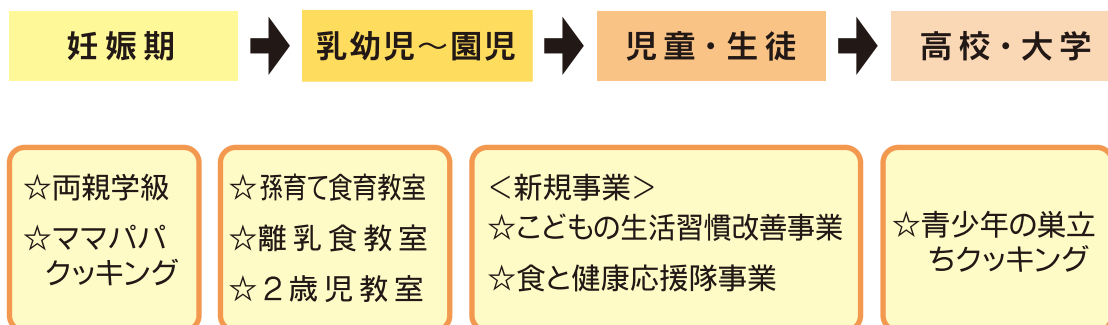
近い将来、一人暮らしや親になる世代の高校生や大学生が、健康は自らの手でつくるという意識を持ち、自分に合った健康的な生活ができるよう、調理実習等の実践的な内容の教室を行っていきます。

エ 食育・地産地消食育推進事業

平成19年度に策定された松本市食育推進計画「すこやか食プランまつもと」に基づき、学校や農業団体などと協力し、健康づくりの取り組みとしても「食育」を推進していきます。



青少年期までの生活習慣の改善事業



食育関連・地産地消食育推進事業

＜今後の取組み＞

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
こどもの生活習慣病予防講座	参加数	—	100人	200人
食と健康応援隊事業	開催数	—	35回	70回



(2) 働き盛り世代を中心とした生活習慣改善事業

【所管部：健康福祉部・教育部】

ア 働き盛り世代への啓発と健康講座

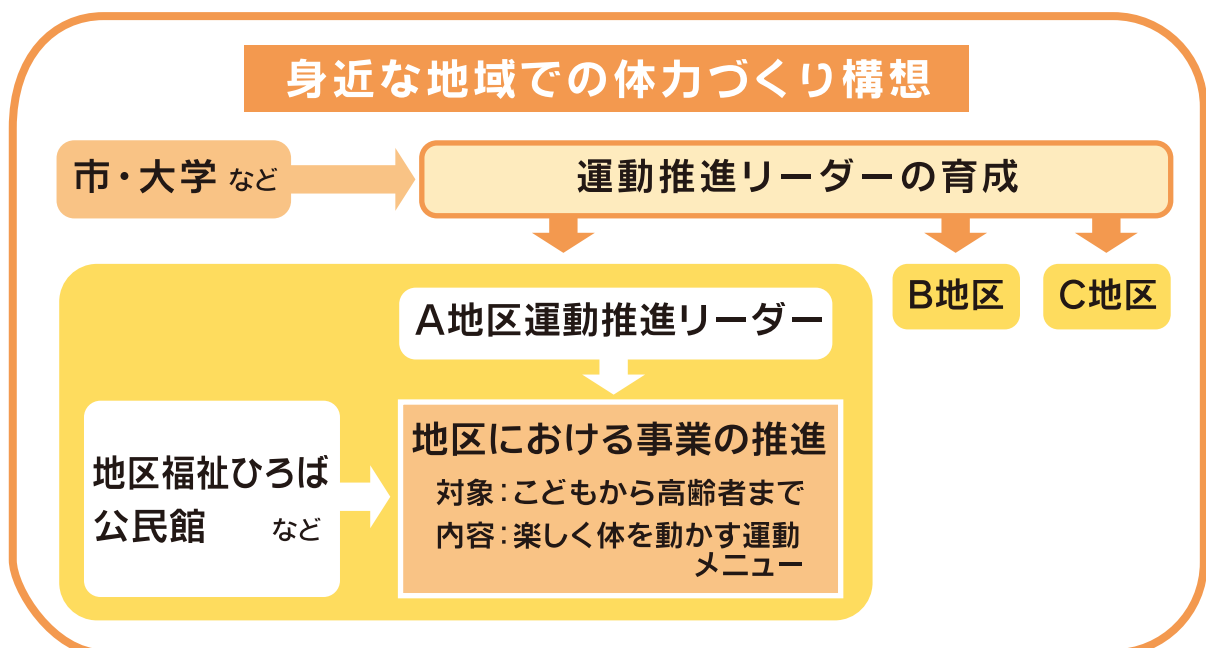
仕事などで忙しい働き盛りの世代への実情にあった生活習慣改善のための支援の必要性が増しています。健康管理部門のない市内事業所などの要望に応じ、生活習慣病予防及びびこころの健康に関する講座を、出前形式で推進していきます。

また、市民が多く集まるイベントなどにあわせた「まちかど健康相談」により、生活習慣を見直す機会を増やしていきます。

イ 身近な地域での体力づくり 《新規事業》

身体活動量を増加させるには、手軽に継続的に実践できるための環境づくりが必要です。

各地区において運動推進リーダーを育成し、身近な地域でこどもから高齢者まで幅広い年代で体を動かす機会を増やし、地域全体で身体活動量の増加を目指します。



ウ 市民歩こう運動の推進

こどもから高齢者まで歩くことによる健康づくりを図るため、市内35地区ごと、身近に歩けるマップづくりを通じて、歩く習慣を定着してもらおうと各種事業を展開しています。

今後は、啓発事業を継続するとともに、地区の自主的な事業への支援を重点的に推進していきます。

エ 地域における健康づくり

平成16年度から、地域や団体の要望に応じ、様々な内容の講座を出前講座「いい街つくろうパートナーシップまつもと」として市民に提供しています。今後も、メニューを増やすなど拡充に努めていきます。

オ 公民館における健康づくり講座

地区公民館事業の一環として、「市民歩こう運動」や球技大会など健康づくりの事業を展開しています。今後も地区内の関係団体と連携を図りながら、年齢・性別に関わらずより多くの市民が参加できる事業を展開していきます。

<今後の取組み>

項 目	単 位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
運動推進リーダーによる運動講座	開催数	—	20回	70回
働き盛り世代への啓発と健康講座	受講人数	2,400人	5,000人 (20~59歳 人口の5%)	7,000人

(3) 禁煙支援及び薬物乱用防止の支援の充実

【所管部：健康福祉部・こども部】

ア 喫煙及び受動喫煙の健康被害を防止するため、事業所などへのステッカーや妊婦へのマタニティマークを入れたタグの配布、禁煙相談などを行ってきました。最近の研究では、乳幼児期からの受動喫煙の健康被害も指摘されています。

今後は、妊娠期からの喫煙及び受動喫煙防止の啓発、学校や職場への出前講座などを重点に、禁煙対策を推進していきます。

イ 児童生徒への薬物乱用防止教育の充実のため、学校や学校薬剤師などと連携して取り組んでいきます。

特に「いのちの大切さ」や「健康」に関する横断的・総合的な課題についての学習活動なども活用しながら、学校の教育活動全体を通じて指導していきます。

(4) 性感染症予防対策の充実

【所管部：健康福祉部・教育部】

本市では、エイズ・HIV等性感染症の正しい理解や予防啓発を目指し、平成18年度からエイズ・HIV等性感染症予防啓発推進協議会を設置し、市民や学校での出前講座・出前教室など啓発事業に取り組んでいます。

今後は、エイズ患者の高齢化に伴う課題を踏まえた啓発事業を、市民や関係機関に重点的に取り組んでいきます。

<今後の取組み>

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
エイズ・性感染症予防出前講座事業	開催数	60回	80回	100回

4 高齢期の健康づくり（介護予防）

【所管部：健康福祉部】

（1）介護予防に関する講座・教室の新設 《新規事業》

要介護状態の要因となる脳血管疾患、骨折、転倒、関節疾患の予防に早期から取り組む講座を開催して、多くの高齢者の健康維持を支援をします。

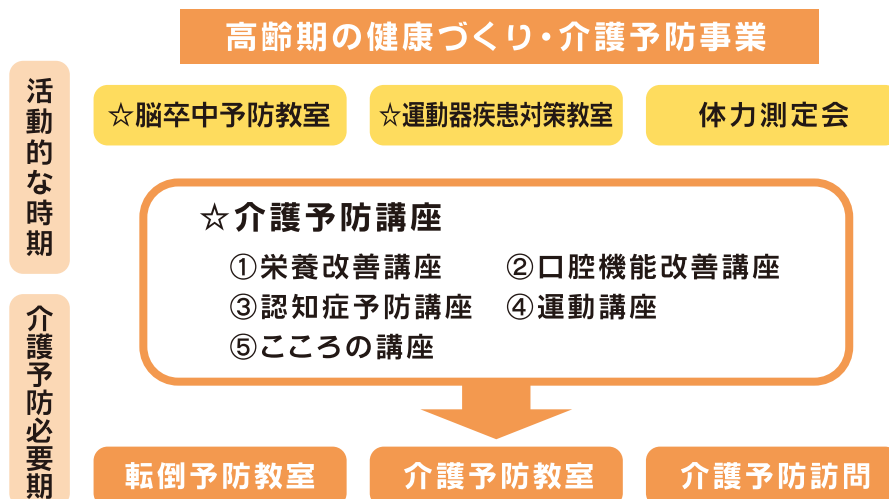
さらに、介護予防の重点プログラムとして、運動機能・低栄養・口腔機能・認知症予防に関する講座を積極的に行います。

（2）体力測定会

高齢期の生活機能を確認し、健康・体力づくりにつなげるための体力測定会を各地区で開催します。

（3）介護予防相談

地域包括支援センター、保健センターを中心に介護予防に関する相談の窓口を充実します。



<今後の取組み>

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度	
運動器疾患対策教室	教室回数	—	48	48	
体力測定会		9	40	40	
脳卒中予防教室		—	10	20	
介護予防講座	栄養改善講座	講座数	—	20	30
	口腔機能改善講座				
	認知症予防講座				
	運動講座				
	こころの講座				



体力測定会

5 相談体制の充実

【所管部：総務部・健康福祉部・こども部・教育部】

(1) 相談窓口の充実

健康、育児相談は、保健センターを中心に女性センター、身近な支所・出張所、福祉ひろばなどで気軽に相談できる窓口を充実します。

(2) 相談体制の整備

育児相談、一般健康相談・栄養相談、歯科相談、理学療法士相談、高齢者相談など様々な相談に対応できる体制を整えます。

特に、自殺予防専用相談などこころの健康に関する相談は、庁内外の相談機関と十分に連携し対応します。

相談名	担当・所在地	電話番号
子育て全般	こどもプラザ	29-3400
	つどいの広場	各児童館・児童センター
	保育園	各保育園
	家庭児童相談室 (こども福祉課内)	33-4767
ひとり親相談	あるぷキッズ支援室 (こども福祉課内)	33-4767
児童相談		
発達相談	あるぷキッズ支援室 (こども福祉課内)	
学校教育相談	学校教育課指導室	33-4397
発達・就学相談	教育相談室 (教育文化センター内)	34-6850
適応相談(不登校)	山辺中間教室	33-1845
	鎌田中間教室	29-1275
	あかり教室	92-4932
青少年相談	こども育成課	34-3291
ヤング キャリアメンター (35歳未満の勤労 青少年の相談)	勤労青少年ホーム	26-1083
女性相談	女性センター“パレア松本”(予約制)	39-1105
	家庭児童相談室(こども福祉課内)	33-4767

相談名	担当・所在地	電話番号
健康相談・育児相談 (各支所・出張所は 月1回実施)	健康づくり課	34-3217
	南部保健センター	27-3455
	北部保健センター	38-7677
	中央保健センター	39-1119
	西部保健センター	92-8001
歯科・栄養相談	各保健センター	
禁煙相談	中央保健センター(予約制)	39-1119
理学療法士相談	各保健センター(予約制)	
こころの相談	南部保健センター(予約制)	27-3455
自殺予防専用相談 (いのちのきずな松本)	松本市役所	34-3600
勤労者心の健康相談	勤労者福祉センター	35-6286
高齢者福祉・介護に 関する相談	高齢福祉課・包括支援センター	34-3214
障害者福祉に関する 相談	障害・生活支援課	34-3212
	障害者総合相談支援センターWish	26-1313



4カ月児健診

6 認知症予防の推進

【所管部：健康福祉部】

(1) 身近な地域での支援者の育成

認知症を正しく理解し認知症の人や家族を見守る応援者となってもらう認知症サポーター養成講座や、認知症サポーター養成講座の講師を養成するキャラバンメイト養成研修を開催し啓発活動を充実します。

(2) 認知症と関連が深い生活習慣病予防の推進

認知症の発症と関連の深い生活習慣病について、生活習慣病予防が認知症予防につながることを啓発し、若い世代から関心が持てるような取組みを推進します。

(3) 高齢期における啓発

高齢者クラブ、ふれあい健康教室、一人暮らし高齢者会食会など、地区事業を利用し、認知症予防の啓発活動に取り組めます。

7 熟年体育大学・生涯スポーツの推進

【所管部：教育部】

(1) 熟年体育大学の充実

平成9年度から熟年者を対象に健康の保持・増進を目的に、「松本市熟年体育大学」を開校し、運動の必要性の学習と、運動の実践を推進しています。卒業生も2,000人を超え、市民の健康・体力づくりに成果を上げています。

今後も熟年体育大学を継続するとともに、増え続ける卒業生が地域においても活動を継続し、地域のスポーツ振興の中心的存在になれるような支援をしていきます。

(2) 生涯スポーツの推進

ライフステージに応じたスポーツ教室の開催や、個人の体力にあわせたプログラムの提供を行っています。

今後も、各年代に対応したスポーツ教室を開催していくとともに、市民の要望を調査などにより取り入れ、市民が望む理想的なスポーツ環境を構築していきます。

第2節 生きがいつくりの推進

健康でいきいきと暮らすことのできる期間を伸ばすためには、生きがいをもって生活することが重要です。

そこで、若い年代から取り組める、スポーツ、レクリエーション、文化活動を促進するとともに、地域における生きがいつくりを支援します。

1 生涯学習の推進

【所管部：教育部】

地区公民館（35館）、町内公民館、老人福祉センター、老人大学、高齢者クラブなどでは、文化の継承、趣味、教養講座、地域の課題に関する学習など、ライフスタイルや、ニーズに応じた多様な学習機会を提供し、誰もがいつでもどこでも学べる生涯学習を推進します。

2 地区福祉ひろば事業の推進

【所管部：健康福祉部】

(1) ひろば事業の充実

閉じこもり予防・生きがいつくりとして、「ふれあい健康教室」や「出張ふれあい健康教室」が各地区で定着しています。男性や新規参加者が増えるように内容を充実し、地区の住民と協力して各地区の特色ある事業を実施していきます。特に地域との連携を図りながら「出張ふれあい健康教室」の開催に力を入れています。

(2) 自主サークル活動の支援

太極拳、健康麻雀、手づくりの会など自主サークル活動を支援します。

(3) 人材の育成

地域ボランティアなど埋もれた人材を掘り起こし、活動の場や情報の提供をします。

3 高齢者の社会参加支援

【所管部：健康福祉部】

高齢者の健康づくりや生きがいつくりの促進を目的に、多様な活動への支援や公共交通機関による交通手段の確保・充実を図ってきました。

- ＜主な内容＞
- ・高齢者クラブへの支援
 - ・老人大学への支援
 - ・福祉100円バスの助成

現在、高齢者クラブ数及び会員数、福祉100円バス利用者の減少が続いており、今後は積極的な啓発や組織の強化を図っていきます。

4 就業機会の確保と社会活動の参加促進

【所管部：市民環境部・農林部】

(1) 就業機会の確保

シルバー人材センターでは、働く意欲のある高齢者の就業機会を確保し、生きがいの増進を図るとともに社会参加の場を提供します。

(2) ボランティアの育成、支援

社会福祉協議会のボランティアセンターでは、ボランティア登録、ボランティア紹介、情報提供を行い、ボランティアを育成するためのボランティア講座を開催します。

また、地域活動やサークル活動、NPO活動などの支援や団体登録を行う市民活動サポートセンターでは、プラチナ世代（55歳以上の元気なシニア）を対象とした「とまり木」を開設し、情報提供、相談業務、支援セミナーなどを行い社会活動への参加の促進を図ります。

(3) 農業分野における生きがいつくりの推進

生涯を通じて取り組むことができる農業分野において、農業体験を通じた生きがいつくりや人材育成を推進していきます。

ア ふるさと・まつもと楽農体験事業

イ 「まつもと農村女性虹の橋プラン」推進事業

ウ 松本熟年農業大学

エ 親子農業体験教室



第3節 健（検）診体制の充実

1 妊婦・乳幼児期の健診体制の充実

【所管部：健康福祉部】

(1) 妊娠期の健康診査

ア 妊婦一般健康診査の充実

安心して出産を迎えるため、妊婦一般健康診査の公費助成の回数や内容を国の補助を受け、増額して対応してきています。

今後も、健全な妊娠期を支援するため、健康診査の充実を図っていきます。

イ 妊婦歯科健診の充実

妊娠期の歯周病は、安定的な妊娠を妨げる要因になります。

妊娠期の歯科健診については、現在両親学級の参加者に対し実施しています。今後は全ての妊婦が歯科健診を受けられるような健診体制を構築していきます。

(2) 乳幼児健診の充実

ア 乳幼児の成長発達を確認し、むし歯の有無、疾病や近年増加傾向にある発達障害などの早期発見のため、乳幼児健診の一層の充実を図ります。

イ 適切な生活習慣や親子のかかわりを身につけることができるように、二次乳幼児健診や専門相談などの支援体制を充実し、不安の軽減に努めます。

また、虐待予防の観点から健診未受診者への支援体制を確立していきます。

＜乳幼児健診＞

健 診	内 容	会 場
4カ月児健診	<ul style="list-style-type: none"> ・小児科医診察 ・発達観察 ・保健師相談 	南部保健センター 北部保健センター 中央保健センター 西部保健センター
10カ月児健診	<ul style="list-style-type: none"> ・小児科医診察 ・発達観察 ・ブックスタート事業 ・保健師、管理栄養士、歯科衛生士相談 	
1歳6カ月児健診	<ul style="list-style-type: none"> ・小児科医診察 ・歯科診察 ・発達観察 ・保健師、管理栄養士、歯科衛生士相談 	
3歳児健診	<ul style="list-style-type: none"> ・小児科医診察 ・歯科診察 ・視力検査 ・発達観察 ・保健師、管理栄養士、歯科衛生士相談 	

＜二次乳幼児健診・専門相談＞

二次乳幼児健診	小児神経科医による診察	南部保健センター 中央保健センター
発達相談	作業療法士による発達相談	南部保健センター 中央保健センター
言語相談	言語聴覚士による相談	南部保健センター 中央保健センター 西部保健センター
心理相談	臨床心理士による相談	南部保健センター 中央保健センター 西部保健センター
こころの相談	精神科医による相談	南部保健センター

2 生活習慣病予防の健（検）診体制の充実 【所管部：健康福祉部・教育部】

(1) 特定健診・特定保健指導の強化

平成20年度の医療制度改革により開始した特定健診・特定保健指導は、平成21年度までの実績で健診受診率、保健指導実施率ともに目標を下回る現状にあります。

「松本市特定健康診査等実施計画」に基づき、松本市健康づくり推進員による受診勧奨の強化など周知方法の工夫や保健指導プログラム内容の充実を図り、健診受診率及び保健指導の実施率向上を目指します。

(2) 小中学校における血液検査及び生活指導

児童生徒の血液検査（貧血検査、小児生活習慣病予防検診）を実施し、保護者にも食習慣の見直しや、生活習慣の改善について指導を行っています。

また、検査内容の充実や、肥満・やせについては生徒の発達段階に応じた指導を行っています。



肺がんCT検診

(3) がん検診の充実

【所管部：健康福祉部】

ア 各種がん検診の受診率の向上

平成18年度に「がん検診5カ年計画」を策定し、がん検診の受診率向上を進めてきました。

平成23年度からの新たながん検診5カ年計画を本計画で定め、更なる受診率向上に努めます。

< 具体案 >

- ・ 精度の高い検診に焦点をあてた、節目年齢の市民への個別受診勧奨の実施（乳がんマンモグラフィ検診、子宮がん検診、肺がんCT検診）
- ・ がんの発見率など実績に基づいたがん検診の効果やがん発見者の体験談など市民への啓発の強化
- ・ 集団検診で託児サービスを設け、子育て世代が受診しやすい環境を整備

イ がん検診の精度管理の強化

がん検診の精度管理については、主な委託先である松本市医師会と協議し、精度管理の向上に努めています。

特に、要精密検査者への受診勧奨を重点に行っています。

< がん検診の種類 >

検診名		対象者
胃がん検診		30歳以上の市民
大腸がん検診		
肺がん	CT検診	40歳以上の市民
	医療機関（レントゲン直接撮影＋喀痰）	
	検診車（レントゲン間接撮影＋喀痰）	
乳がん	マンモグラフィ検診	40歳以上の女性
	超音波検診	30歳以上の女性
子宮がん	頸がん検診	20歳以上の女性
	頸がん＋体がん検診	概ね50歳以上の女性
前立腺がん検診		50歳以上の男性

(4) 骨粗しょう症検診と保健指導の充実 【所管部：健康福祉部】

本市における寝たきりの原因の第3位を占める「骨折・転倒」の主な原因である骨粗しょう症を予防することは、健康寿命延伸を目指すうえで重要な対策です。

主に女性の要介護状態の原因である骨粗しょう症予防のために、国の定める節目年齢の女性に、個別勧奨による骨粗しょう症検診を充実していきます。

さらに、検診で指導が必要となった受診者に対し食生活・運動等骨粗しょう症予防プログラムを新規に実施し、活動的な高齢者を対象に新たに計画している介護事業と連動させながら重点的に取り組んでいきます。

<健康増進法に基づく健康診査及び本市独自の検診>

検 診 名	対 象
骨粗しょう症検診	30歳以上の市民 *個別勧奨による骨粗しょう症検診 40歳～70歳の5歳節目年齢の女性に実施
歯周疾患検診	40・50・60・70歳の節目年齢の市民
肝炎ウイルス検診	40歳以上の一度も検査をうけたことのない市民
緑内障検診 (本市独自の検診)	40歳以上の市民

<今後の取り組み>

項 目	単 位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
がん検診 休日検診日の増加	日数	8日	20日	20日
骨粗しょう症予防教室	教室数	—	4教室	8教室

3 介護予防対象者の早期発見・早期対応

【所管部：健康福祉部】

(1) 対象者の把握

特定健診（65歳以上）、後期高齢者健診、健康相談、訪問から要介護状態になる恐れのある高齢者の把握に努めます。

(2) 介護予防事業の充実

運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能向上、閉じこもり予防、うつ予防、認知症予防などの介護予防プログラムに沿った、介護予防訪問、介護予防教室の充実を図ります。

(3) 認知症予防相談の充実

認知症予防相談を、身近な地区で気軽に受けられるように、地域包括支援センター、保健センターなどで行います。また、必要に応じて、かかりつけ医や、専門医の相談につなげます。

<今後の取組み>

項 目	単 位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
転倒予防・介護予防教室	教室数	13	19	19



介護予防教室

4 感染症予防対策

【所管部：健康福祉部】

(1) 予防接種事業の充実

予防接種法に基づき、定期予防接種の接種率向上に努めています。
今後は、市民の健康を守るため有効性の高い新たな予防接種について、国の動向や科学的根拠に基づき、適切な年齢に積極的な接種勧奨を行っていきます。

子宮頸がんワクチンの開始にあたっては、対象年齢の生徒への性教育も併せて行います。

<定期予防接種及び市が補助をする予防接種>

ワクチン名	対 象
BCGワクチン	生後6カ月未満
ポリオワクチン	生後3カ月～7歳6カ月未満
三種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風）ワクチン	生後3カ月～7歳6カ月未満
麻疹・風疹混合ワクチン	1期：1歳～2歳未満 2期：5歳～7歳未満 （保育園・幼稚園の年長児に相当する年齢） 3期：中学1年生に相当する年齢の者 4期：高校3年生に相当する年齢の者 ※3期・4期は、H24年度までの経過措置
日本脳炎ワクチン	1期：3歳～7歳6カ月未満 2期：9歳～13歳未満
ヒブワクチン	生後2カ月～5歳未満
小児肺炎球菌ワクチン	生後2カ月～5歳未満
子宮頸がん予防ワクチン	中学校1年～高校1年生相当
インフルエンザワクチン	市県民税非課税世帯 65歳以上の市民 60歳～64歳の身体障害者1級程度

(2) 新型インフルエンザなど新興感染症^(※)対策

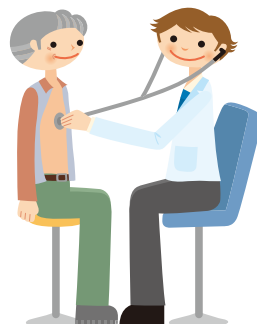
国の動向を受け、松本市においても平成17年度に新型インフルエンザ対策協議会を設置し、関係機関と協議を重ね対策を推進してきました。今後も、情勢を踏まえ新型インフルエンザなど新興感染症の予防対策に取り組んでいきます。

<今後の取組み>

項 目	単 位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
ヒブ・小児肺炎球菌	%	—	100%	100%
子宮頸がん	%	—	100%	100%
B C G	%	99%	100%	100%
ポリオ	%	93.4%	100%	100%
三種混合	%	98.5%	100%	100%
麻しん・風しん	1期	%	96.5%	100%
	2期	%	90%	100%
	3期	%	93.6%	—
	4期	%	86.4%	—
日本脳炎	%	—	100%	100%

※ 新興感染症

WHO（世界保健機構）では「かつて知られていなかった、この20年間に新しく認識された感染症で、局部的に、あるいは国際的に公衆衛生上の問題となる感染症」と定義しています。SARS（重症急性呼吸器症候群）や高病原性鳥インフルエンザなど、新たに出現した感染症で30種類以上が挙げられています。



第4節 こころの健康づくり

各世代においてストレスや悩みを抱える市民が増えている傾向にあります。本計画は、「松本市自殺予防対策推進計画」との整合を図りながら、積極的なこころの健康づくりの取り組みを推進します。

1 相談・訪問機能の強化

【所管部：総務部・健康福祉部・商工観光部】

自殺予防専用相談をはじめ、各種相談窓口と連携して、専門相談や保健師・精神保健福祉士などの対応に結びつけます。

- ＜専門相談＞
- ・臨床心理士による親子の心理相談
 - ・精神科医によるこころの相談
 - ・女性センター“パレア松本”のカウンセリング相談
 - ・勤労者心の相談

2 親子関係づくりと要保護児童の支援

【所管部：健康福祉部・こども部】

こころの健康の起点となる豊かな親子関係づくりができるよう、支援の充実を図ります。

(1) 親子関係を豊かにする支援の充実

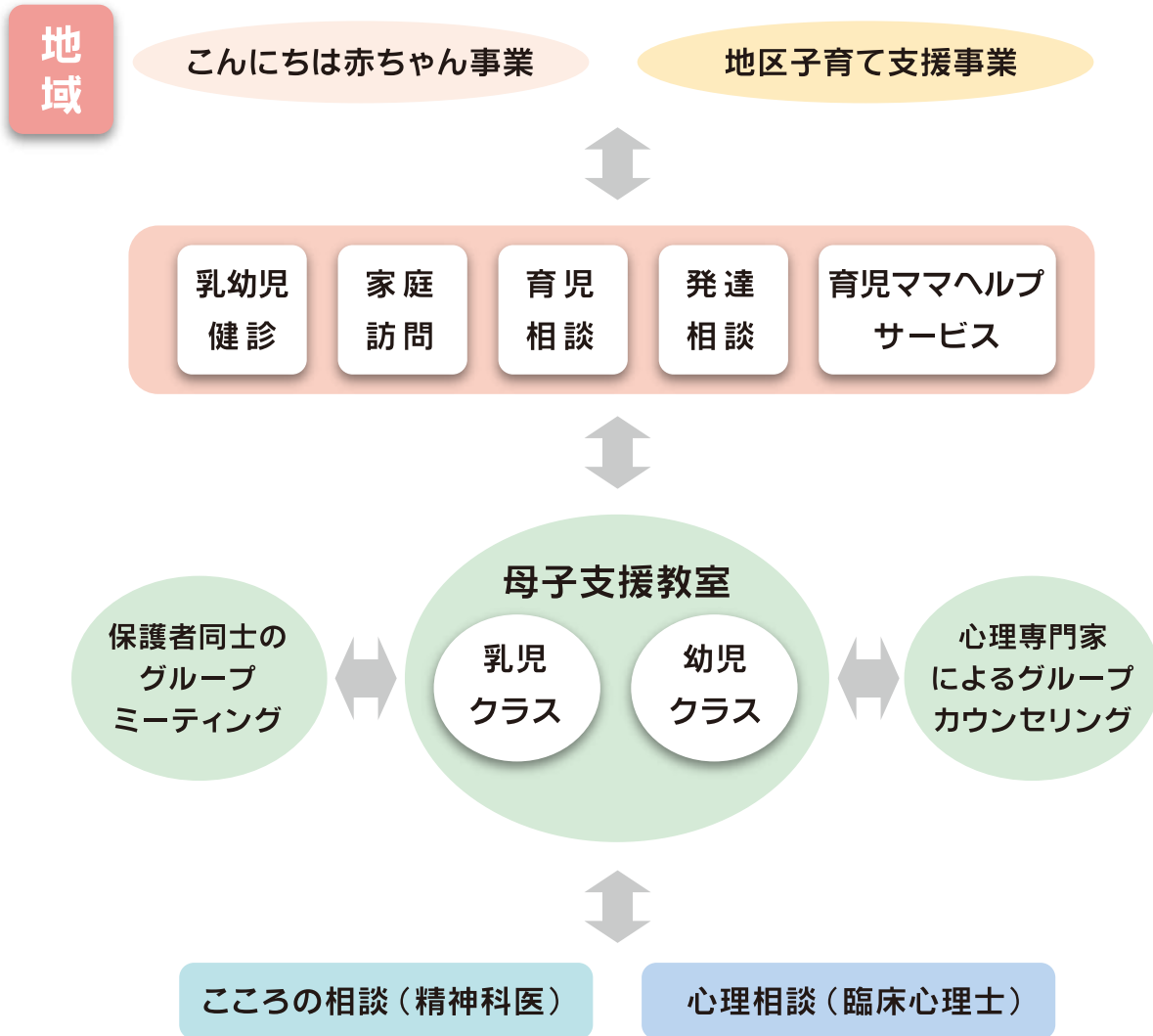
- ア 母子支援教室の拡充（乳児教室・幼児教室）
- イ 心理相談やこころの相談の拡充
- ウ 臨床心理士による育児不安の強い親へのグループカウンセリングの新設《新規事業》
- エ 育児不安や虐待危機にある保護者のグループミーティングの充実

(2) 要保護児童への支援

継続的に複数の機関による支援が必要な場合、「松本市要保護児童対策地域協議会」を中心に情報共有を行い、援助方針や役割を確認しながら要保護児童を支援していきます。

また、乳幼児健診をはじめ母子保健事業を通じて、虐待が疑われるこどもの早期対応のネットワークの構築を図っていきます。

親子関係を豊かにする支援体制



3 自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」の充実

【所管部：健康福祉部】

専用相談は、周辺市町村に先駆けて、平成22年10月から開始しています。

今後は、相談状況に応じ相談員や電話回線を増やして相談の充実を図っていきます。

また、相談から迅速に対応するため、庁内関係窓口で組織する庁内サポートチームとの連携強化を進めていきます。

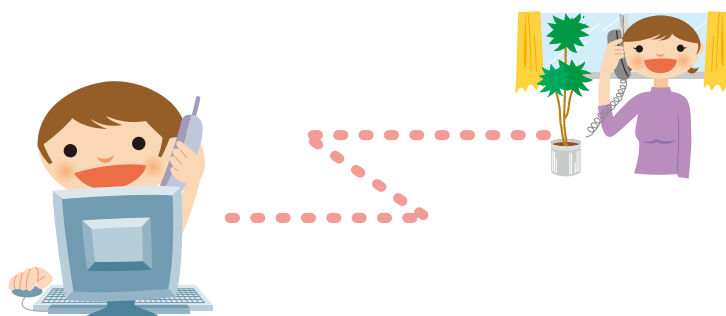
松本市自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」

- 受付 平日 市役所開庁日
午前9時～午後4時
- 相談方法 電話相談 34-3600
来所相談 市役所東庁舎4階
- 相談担当者 ・専門相談員（臨床心理士・看護師等）
・保健師

4 学校における健康に関する教育

【所管部：教育部】

「こころの健康」に重点を置いた事業として、「適応指導・学習指導改善事業」、「特別支援教育支援事業」により専門教員数、支援員配置時間を増やし推進していきます。



5 自殺予防における地域支援者の育成

【所管部：健康福祉部】

地域の中で身近な人のうつや自殺傾向の早期の気づきや、必要な見守りができる体制を目指し、地区の様々な機会に広く市民にうつ病や自殺予防の理解を得るための研修や啓発を行い、身近な地域での見守りの体制整備を行います。

6 庁内サポートチームなど関係職員の研修・連携の強化

【所管部：健康福祉部】

相談窓口を担当する職員へ、こころの健康に関する対応力向上のための研修を重点的に行います。

さらに、自殺予防事業で組織された「庁内サポートチーム」において、ケース会議などを通じ様々な相談窓口との連携強化を図ります。

<今後の取組み>

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
母子支援教室	教室数	3教室	4教室	5教室
グループカウンセリング	講座数	—	2講座	5講座



第5節 重症化の予防

1 発達障害児の支援（あるぷキッズ支援事業）

【所管部：こども部】

発達障害児や発達につまづきを持つこどもとその保護者を、継続して総合的に支援していきます。

- (1) 発達相談窓口の充実（あるぷキッズ支援室）
- (2) 保育園・幼稚園・学校への巡回支援の充実
- (3) あるぷキッズサポート手帳の配布
- (4) あそびの教室の充実
- (5) ペアレントトレーニングなど、保護者支援の拡充

2 障害者・要介護者への支援

【所管部：健康福祉部】

(1) 相談体制の充実

病気等で介護が必要となったとき介護保険制度、自立支援制度などの各種サービスが適切に利用できるように相談体制の充実を図ります。

(2) 訪問指導事業の充実

身体機能が低下している在宅療養者や、精神疾患による在宅療養者などへ、保健師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、歯科衛生士などの訪問体制を充実し、必要に応じて、医療、福祉と連携し、在宅生活の支援を行います。

3 患者会・家族会への支援

【所管部：健康福祉部】

自主的に活動している発達障害や先天性疾患の親の会、また、がんや依存症の患者会や家族会に対する相談や支援を積極的に行っていきます。

また、自殺予防対策推進計画との整合を図りながら、自死遺族の会への支援も積極的に行っていきます。

<今後の取組み>

項目	単位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
保育園・幼稚園・学校への巡回支援（あるぷキッズ支援事業）	実施のべ数	155回 (H22予定)	400回	400回
保健師等訪問数	件	3,325	4,500	5,000