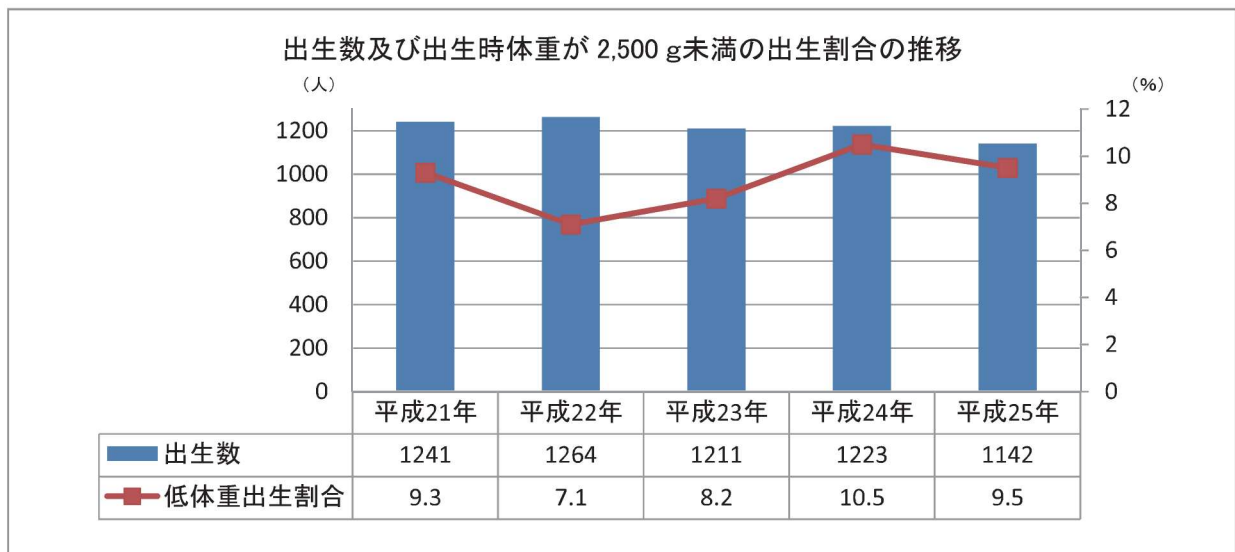


7 次世代の健康

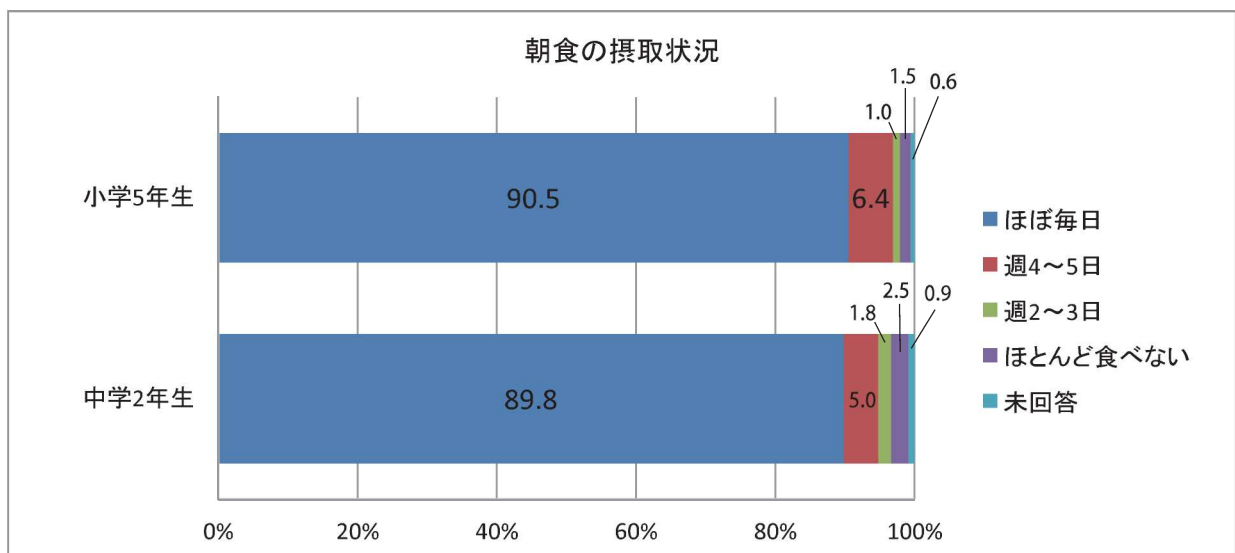
生涯を通じて心身ともに健康で自立した生活を送るためには、妊娠中や子どもの頃からの健康づくりが必要です。子どもの頃から望ましい生活習慣を身につけ、健やかに育つことで、生活習慣病を予防し、成人期、高齢期にわたる将来の健康につなげることができます。

現 状

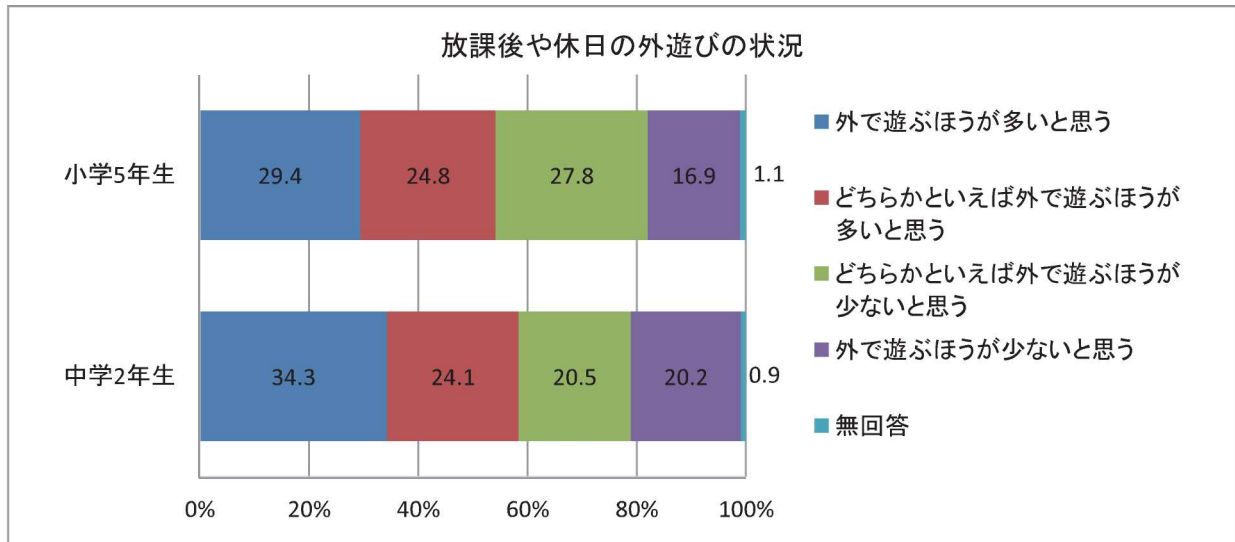
- 出生時体重が、2,500 g未満の低出生体重児の割合は、全出生数の約1割を占める。
- 小学5年生及び中学2年生の朝食の摂取状況をみると、朝食を毎日食べる習慣がない人の割合が、1割を占めている。朝食を食べない理由として、「朝食を食べている時間がないから」が、小学5年生では、42.5%、中学2年生では、46.6%と最も多く、他の理由として、「朝食がほしくないから」「朝食が用意されていないから」となっている。
- 「放課後や休日に外で遊ぶことが少ない」又は、「どちらかといえば少ない」と、回答した小学5年生が、44.7%、中学2年生では、40.7%であった。



資料：周南市保健事業の概要



資料：H25 周南市子ども・子育て支援に関するアンケート調査



資料:H25 周南市子ども・子育て支援に関するアンケート調査

課題

- 低出生体重児の出生要因には、妊娠中の喫煙や家族からの受動喫煙が考えられることから、禁煙を勧める必要がある。
- 妊娠中の健康管理についての意識づけが必要である。
- 正しい食生活は、健やかな心身を育むうえで不可欠であり、子どもの頃からの食習慣は、成人してからの食習慣に影響を及ぼすことから、食育に関する取り組みが必要である。
- 運動習慣の確立に繋げるためには、児童、生徒の運動の習慣化を図り、心身の健康の保持・増進や体力の向上につなげる必要がある。

主な施策

- 妊婦の健康管理と禁煙の推進
- 子どもの頃からの生活習慣の確立

行動目標

- ①妊婦やその家族は、禁煙に取り組ましましょう。
- ②妊婦は、健康管理に努めましょう。
- ③子どもの頃から、毎日朝食を摂り生活リズムを身につけましょう。
- ④子どもの頃から運動習慣を身につけましょう。

取組

●一人ひとりの取組

- ・妊婦及びその家族は、禁煙に取り組めます。
- ・妊婦健康診査を定期的を受診し、妊娠中の健康管理に努めます。
- ・乳幼児健康診査を適切な時期を受診します。
- ・子どもの頃から、早寝・早起き・朝ごはんを実践します。
- ・子どもの頃から体を動かす習慣を身につけます。

●地域・関係団体の取組

- ・母子保健推進員は、妊婦健康診査や乳幼児健康診査の重要性について周知し、受診勧奨を行います。
- ・母子保健推進員は、子育てや母子の健康づくりに必要な情報提供を行います。
- ・食生活改善推進員は、関係機関と連携して、朝食の大切さや食習慣についての普及啓発を行います。
- ・保育所、幼稚園、学校、関係団体は、連携して子どもの頃から健康的な生活習慣を身につけることができるよう、乳幼児、児童、生徒に対して食事や運動などの生活習慣について正しい知識の普及啓発を行います。

●市の取組

- ・妊娠期からの喫煙・受動喫煙に関する正しい知識の普及啓発を図り、低体重児出生の防止につなげ、安心して、妊娠・出産できるよう支援をします。
- ・妊娠・出産に関する必要な情報を提供するとともに、妊婦健康診査の受診勧奨を行います。
- ・関係機関と連携し、保育所、幼稚園、学校を対象にした食事や運動などの生活習慣に関する知識の普及啓発に努めます。
- ・乳幼児健康診査を実施し、健康づくりに取り組めます。
- ・朝食の大切さについて啓発します。
- ・育児相談や育児学級等の保健事業の場を活用し、食習慣を初めとした健康づくりへの取り組みについて普及啓発を行います。

主な事業

事業等	概要
妊娠届出時の保健指導	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中の健康管理、健康的な生活習慣のための指導を個別に行います。
妊婦健康診査	<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦の健康管理、疾病の早期発見及び早期治療につなげるため健康診査を実施します。
乳幼児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> ・1か月児、3か月児、7か月児、1歳6か月児、3歳児を対象に、健康管理、疾病や障害の早期発見及び早期治療につなげるために、健康診査を実施します。 ・心身の発育・発達状況により、専門職が適正な指導を行います。
育児相談	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児の保護者を対象に、専門職が個別相談に応じ保健指導を実施します。
両親・育児学級	<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦とその家族を対象に、妊娠中の健康管理や育児に関する啓発のための教室を開催します。 ・乳幼児とその保護者を対象に子育てや子どもの食生活等に関する教室を開催します。
家庭訪問による保健指導	<ul style="list-style-type: none"> ・保健師、助産師が家庭訪問により、対象者に応じた健康管理や健康づくりのための保健指導を行います。
母子保健推進員の育成・支援	<ul style="list-style-type: none"> ・子育てに関する身近な相談者であり、地域での子育てサークル活動や家庭訪問を行う母子保健推進員の活動を支援します。
食生活改善推進員の育成・支援	<ul style="list-style-type: none"> ・食育の推進を図るため、関係団体である食生活改善推進員の活動を支援します。
次世代の健康づくりに関する健康教育、出前講座	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関、地域と協力し、保護者や園児・児童・生徒への健康教育に取り組みます。



評価指標

指 標	対 象	現 状 (H 26)	目 標	出 典
妊婦健康診査受診率	妊婦	98.9%	99.0%	周南市保健事業の概要
低出生体重児（2,500 g未満）の出生割合	出生時体重 2,500 g未満の児	9.5%	減らす	
乳幼児健康診査受診率	1 か月児	97.6% (H 25)	99.0%	
	3 か月児	97.3% (H 25)	99.0%	
	7 か月児	98.8% (H 25)	99.0%	
	1 歳 6 か月児	99.4% (H 25)	100%	
毎日朝食をとっている子どもの割合	小学 5 年生	90.5%	95.0%	周南市子ども・子育て支援に関するアンケート
	中学 2 年生	89.8%		
放課後や休日に外遊びが少ない又はどちらかといえば少ないと回答した子どもの割合	小学 5 年生	44.7%	減らす	
	中学 2 年生	40.7%		



子育て講座の様子