

第6章 実施計画

1 第1期計画事業、第2期新規提案事業の整理

第1期計画では4ライフステージ7事業を実施した。第2期計画では2部会から5事業が新たに提案された。

第1期計画 既存事業(7事業)

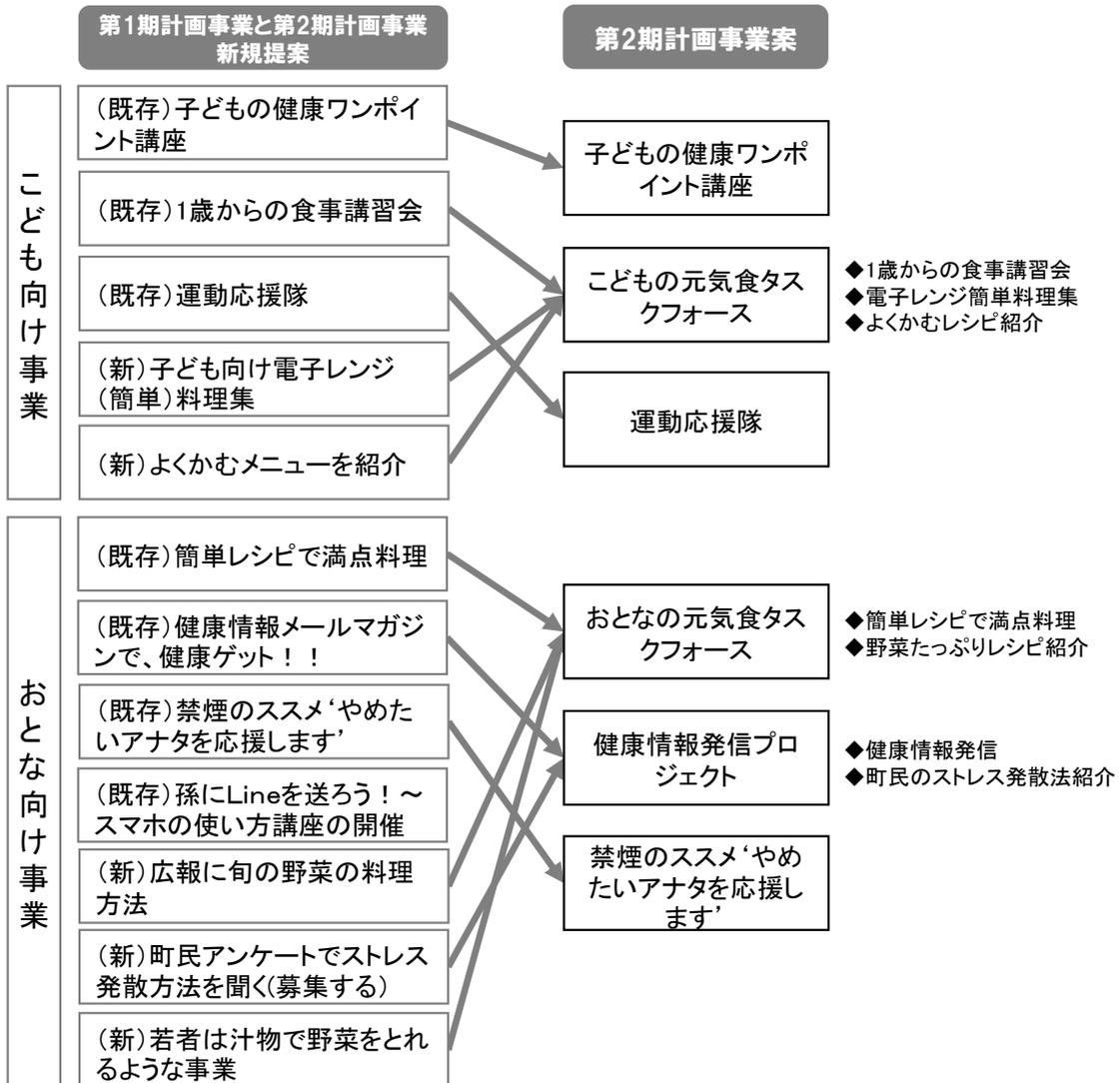
部会	No.	事業名	ライフステージ			
			乳幼児期	学童期・思春期	壮年期・青年期	高齢期
1.乳幼児期	1-1	子どもの健康ワンポイント講座	○		○	
	1-2	1歳児からの食事講習会	○		○	
2.学童期・思春期	2-1	運動応援隊	○	○	○	○
3.青年期・壮年期	3-1	簡単レシピで満点料理			○	○
	3-2	健康情報メールマガジンで、健康ゲット！！		○	○	○
	3-3	禁煙のススメ“やめたいアナタを応援します”			○	
4.高齢期	4-1	孫にLINEを送ろう！ ～スマホの使い方講座の開催				○

第2期計画 新規事業(部会案・5事業)

部会	No.	事業名	ライフステージ			
			乳幼児期	学童期・思春期	壮年期・青年期	高齢期
こども	1-1	子ども向け電子レンジ(簡単)料理集		○	○	
	1-2	よくかむメニューを紹介	○	○	○	
おとな	2-1	広報に旬の野菜の料理方法			○	○
	2-2	町民アンケートでストレス発散方法を聞く(募集する)			○	○
	2-3	若者は汁物で野菜をとれるような事業			○	

第2期計画で部会から提案された事業は、5事業中4事業が「食」に関するものであり、第1期計画の既存事業と一部重複すること、また残りの1事業も健康情報提供であり、既存事業と重複することから、既存事業と、新規事業全体で統廃合を行い、第2期計画では6事業とすることとした。

事業整理案



2 計画の期間

(第1期計画 平成28年度から平成32年度(令和2年度)までの5年間)

第2期計画 令和3年度から令和7年度までの5年間

3 実施計画の概要

第2期計画では6事業（10プログラム）を実施することとした。

健康増進計画 第2期計画事業(6事業)

対象	新 No.	旧 No.	事業名	ライフステージ			
				乳幼児期	思春期・ 学童期	壮年期・ 青年期	高齢期
子ども	1-1	1-1	子どもの健康ワンポイント講座	○		○	
	1-2		こどもの元気食タスクフォース	○	○	○	
		1-2	①1歳児からの食事講習会	○		○	
		新	②電子レンジ簡単料理集	○	○	○	
		新	③よくかむレシピ紹介	○	○	○	
	1-3	2-1	運動応援隊	○	○	○	○
おとな	2-1	3-1	おとなの元気食タスクフォース			○	○
		3-1	①簡単レシピで満点料理			○	○
		新	②野菜たっぷりレシピ紹介			○	○
	2-2		健康情報発信プロジェクト			○	○
		3-2	①健康情報発信			○	
		新	②町民のストレス発散法紹介			○	○
	2-3	3-3	禁煙のススメ‘やめたいアナタを応援します’			○	

1) こども向け事業

こども向け事業では、第1期計画時に好評だった「2-1 子どもの健康ワンポイント講座」を引き続き実施する。また、「食」をテーマとした「1-2 こどもの元気食タスクフォース」では、「①1歳児からの食事講習会」、「②電子レンジ簡単料理集」、「③よくかむレシピ紹介」の3つのプログラムを実施する。しかしながら、実施に当たっては食育サポートなどの協力が必要なため、負荷の軽減を図り、隔年実施にするなど実施年度を検討する。「1-3 運動応援隊」については、第1期計画で体制が構築でき、こどもの参加者も増加しているので引き続き推進する。

No.	事業名	事業の概要	対象者	実施時期
1-1	子どもの健康ワンポイント講座	乳幼児期は、睡眠時間が短い、就寝時間が遅い、食育への関心が低いなど、問題が多い。そのため、保健センター・幼稚園・保育園等が一体となり、乳幼児期の健康増進に必要な知識を普及することで、乳幼児の健康の向上に寄与する。	乳幼児の家族	令和3年度～令和7年度
1-2	こどもの元気食タスクフォース ①1歳児からの食事講習会	離乳食の大切さは周知されているが、離乳食完了後は大人の食事を量を少なくして与えていることも多く、塩分、脂肪分の取りすぎにつながっている。そのため、幼児に適した「幼児食」を普及することにより、幼児の健康の向上に寄与する。	1歳児の保護者(1歳児歯科教室)	令和3年度～令和7年度
	こどもの元気食タスクフォース ②電子レンジ簡単料理集	食に関心がない、食べ物の好き嫌いがある、野菜が苦手、朝食を食べない子が多い、おやつと食事のバランスが取れない等の子どもの食の問題点がある。自ら食事を考えたり調理することを通して、規則正しい食生活、バランスの良い食事を身に付ける。	幼児期、学童期、思春期、および家族	令和3年度～令和7年度
	こどもの元気食タスクフォース ③よくかむレシピ紹介	コンビニやスーパーで手軽に惣菜が購入できることや、食事をする時間がないなどの理由から、咀嚼の容易な柔らかい食を好む傾向にある。よく噛む食事することで、あごの発達を促進し、将来の様々な病気の予防に寄与する。	幼児期、学童期、思春期、および家族	令和5年度～令和7年度
1-3	運動応援隊	学童期・思春期の児童で運動不足の子や、運動が楽しくない子が多いことから、運動の楽しさを体感し、運動習慣をつけさせることにより、ストレス、睡眠不足、肥満の改善を図る。	幼児期、学童期、思春期および全町民	令和3年度～令和7年度

2) おとな向け事業

おとな向け事業としては、「食」をテーマとした「2-1 おとなの元気食タスクフォース」で「①簡単レシピで満点料理」、「②野菜たっぷりレシピ紹介」の2つのプログラムを実施する。こども向け事業の「1-2 こどもの元気食タスクフォース」同様、実施に当たっては食育サポートなどの協力が必要なため、負荷の軽減を図り、隔年実施にするなど実施年度を検討する。「2-2 健康情報発信プロジェクト」では第1期計画から実施している「①健康情報発信事業」のほかに「②町民のストレス発散法紹介」の2プログラムを実施する。また、「禁煙のススメ‘やめたいアナタを応援します’」は第1期計画に引き続き実施する。

No.	事業名	事業の概要	対象者	実施時期
2-1	おとなの元気食タスクフォース ①簡単レシピで満点料理	外食や中食を摂る機会が多く、食事のバランスについて考える機会が少ない。そこで、簡単栄養レシピを作成し普及することで、食事バランスへの関心を高め、青年期・壮年期の健康なからだづくりに寄与する。また食育サポートの活動PRを通して、食育推進団体・食育サポートの組織の強化を図る。	青壮年期、高齢期	令和3年度～令和7年度
	おとなの元気食タスクフォース ②野菜たっぷりレシピ紹介	食の知識不足から「何をどのように食べればいいかわからない」「食生活の課題などないと思っている人が多い」「野菜不足」などの課題がある。野菜を使ったレシピや、1日に必要な野菜の量(350g)、野菜から先に食べるなどの食べ方を情報発信することにより、町民の野菜の摂取量が増え、より健康な生活を送れるようにする。	青壮年期、高齢期	令和5年度～令和7年度
2-2	健康情報発信プロジェクト ①健康情報発信	メールマガジン等で、健康情報や町の教室の周知、検診案内の周知、教室などへの参加者を増やすことにより、町民がより健康な生活を送れるようにする	青壮年期の男女	令和3年度～令和7年度
	健康情報発信プロジェクト ②町民のストレス発散法紹介	「ストレスが高い」「ストレス解消法がわからない」「ストレス解消法がタバコ、飲酒になっている」「ストレス処理ができていない」ことなどから、ストレスコーピングを伝えることにより、他の人のストレス対処法から自分にあったものを選ぶことができ、ストレスの軽減につながる。	青壮年期、高齢期	令和5年度～令和7年度
2-3	禁煙のススメ ‘やめたいアナタを応援します’	湯河原町では喫煙者が多いこと、また禁煙したい人も多いが、禁煙できていないことなどから、禁煙手段の提供、禁煙継続強化をすることにより、喫煙者を減少させ、もって喫煙関連疾患の減少、間接喫煙関連の弊害を減少させる。	青壮年期の喫煙者のうち、禁煙したい人	令和3年度～令和7年度

4 実施計画

1) こども向け事業

No.	事業名	ライフステージ				目的	対象者	手段	方法
		乳幼児期	思春期・学童期	青年期・壮年期	高齢期				
1-1	子どもの健康ワンポイント講座	○		○		乳幼児期は、睡眠時間が短い、就寝時間が遅い、食育への関心が低いなど、問題が多い。そのため、保健センター・幼稚園・保育園等が一丸となって、乳幼児期の健康増進に必要な知識を普及することで、乳幼児の健康の向上に寄与する。	乳幼児の家族	・関係部署とのネットワーク構築 ・チラシの作成 ・母子保健事業(乳幼児健診等)、保育園・幼稚園、子育て支援施設、小児科等でチラシ配布	1 関係部署打合せ 2 課題の整理、各部署の取組み状況の共有、周知内容の検討 3 チラシの作成 4 母子保健事業(健診等)、保育園・幼稚園、子育て支援施設、小児科等へチラシの配布 5 改善策の検討
1-2 ①	こどもの元気食タスクフォース ①1歳児からの食事講習会	○		○		離乳食の大切さは周知されているが、離乳食完了後は大人の食事を量を少なくして与えていることも多く、塩分、脂肪分の取りすぎにつながっている。そのため、幼児に適した「幼児食」を普及することにより、幼児の健康の向上に寄与する。	1歳児の保護者(1歳児歯科教室)	・幼児食レシピの検討 ・調理実習 ・講習会 ・広報	1 関係団体との打合せ 2 調理実習 3 保育園やサロン、保健センターの事業、小児科などでレシピ配布 4 ホームページからレシピをダウンロードできるようにする 5 利用者アンケート 6 改善策の検討
1-2 ②	こどもの元気食タスクフォース ②電子レンジ簡単料理集	○	○	○		・食に関心がない、食べ物の好き嫌いがある、野菜が苦手、朝食を食べない子が多い、おやつと食事のバランスが取れない等の子どもの食の問題点がある。 ・自ら食事を考えたり調理することを通して、規則正しい食生活、バランスの良い食事を身に付ける。	幼児期、学童期、思春期および家族	・保健センター事業(乳幼児健診、教室等)、メルマガ、広報、ホームページでレシピ募集およびレシピ集配布 ・小中学校、図書館、公園の掲示板、町内商業施設、町内運動施設等でレシピ募集およびレシピ集配布	1 ネットワーク構築(栄養士、食育関連職員等) 2 関係部署と調整して実施方法や時期を決める 3 レシピの評価基準を決める 4 関係部署でレシピを募集し、優秀者は広報等で発表、レシピ集を作成・配布する。
1-2 ③	こどもの元気食タスクフォース ③よくかむレシピ紹介	○	○	○		・コンビニやスーパーで手軽に惣菜が購入できることや、食事をする時間がないなどの理由から、咀嚼の容易な柔らかい食を好む傾向にある。 ・よく噛む食事をすることで、あごの発達を促進し、将来の様々な病気の予防に寄与する。	幼児期、学童期、思春期および家族	・関係部署とのネットワーク構築 ・レシピの作成 ・母子保健事業(乳幼児健診等)、保育園、幼稚園、小中学校等でチラシ配布	1 ネットワーク構築(栄養士、食育関連職員等) 2 関係部署打合せ 3 課題の整理、各部署の取組み状況の共有、周知内容の検討 4 レシピの作成 5 母子保健事業(健診等)、保育園、幼稚園、小中学校等へレシピの配布
1-3	運動応援隊	○	○	○	○	学童期・思春期の児童で運動不足の子や、運動が楽しくない子が多いことから、運動の楽しさを体感し、運動習慣をつけさせることにより、ストレス、睡眠不足、肥満の改善を図る。	幼児期、学童期、思春期および全町民	・ラジオ体操の指導(桜木公園・柵口公園・海浜公園で実施) ・学校や保育園・幼稚園へポスター掲示とチラシ配布 ・参加した子どもにはプレゼントでモチベーションアップ	1 関係部署との打合せ 2 広報 3 出席カード、プレゼント、ポスター、チラシの準備 4 公園でラジオ体操を実施(夏休みに子どもたちが参加) 5 参加者アンケート、継続率等で評価

担当部署	関連部署	実施時期・期間	期待効果	概算費用、予算	年度別計画					No.
					令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	
保健センター	こども支援課(栄養士、保育園、子育て支援センター)、社会教育課、福浦幼稚園、私立幼稚園	令和3年度 関係部署打合せ(年3回)、課題の整理、周知内容の検討、チラシ作成・配布(年4回) 令和4年度 情報提供するテーマを1~2年単位で検討、テーマに沿ったチラシの作成・配布を継続	親世代の子育てへの自信の向上により、ストレスの軽減、精神的安定	チラシ用紙代、印刷代、ラミネート代等2万円	関係部署打合せ、課題の整理、周知内容の検討、チラシ作成・配布	情報提供するテーマ検討、テーマに沿ったチラシの作成・配布を継続				1-1
保健センター	湯河原町食育サポート	講習会実施、レシピや講習内容のホームページ掲載、利用者アンケート実施	幼児食の普及により、塩分摂取量の低下、口腔機能の発達に合った食事による咀嚼の発達を促進し、早食い、丸飲みを減少させ、肥満児の減少、ことばの発達を促すことにも寄与する	食育サポート調理委託料6回分3万円、レシピ紙代、印刷代1万円	6回/年実施 食育サポート委託					1-2 ①
保健センター	こども支援課、秘書広報室、学校教育課、小中学校、社会教育課	令和3年度 関係部署とネットワーク構築 令和4年度 関係部署と打合せ、各部署の取り組み状況共有、開催時期・方法検討 令和5年度 レシピ募集、評価、優秀者発表 令和6年度 レシピ集作成・配布、広報・ホームページ等に掲載	規則正しい食生活、栄養バランスのとれた食事への意識向上、偏食や欠食の減少	募集チラシ作成代1万円、レシピ作成材料・レシピ印刷製本代2万円、参加賞等景品代1万円	関係部署とネットワーク構築	関係部署と打合せ、各部署の取り組み状況共有、開催時期・方法検討	レシピ募集、評価、優秀者発表	レシピ集作成・配布、広報・ホームページ等に掲載		1-2 ②
保健センター	こども支援課、秘書広報室、学校教育課、小中学校	令和5年度 関係部署とネットワーク構築 令和6年度 関係部署と打合せ、各部署の取り組み状況共有、開催時期・方法検討 令和7年度 レシピ集作成・配布、広報・ホームページ等に掲載	あご・発語・脳の発達及び、唾液の分泌促進により、むし歯や様々な病気の予防につながる	レシピ作成材料・レシピ印刷製本代2万円			関係部署とネットワーク構築	関係部署と打合せ、各部署の取り組み状況共有、開催時期・方法検討	レシピ集作成・配布、広報・ホームページ等に掲載	1-2 ③
保健センター	社会教育課(体育協会、スポーツ推進員)、学校教育課、健康仲間普及員、老人会	令和3年度 実施場所を増やす検討をスタート 令和4年度 1地区増え、4か所での実施 令和5年度 実施地区増加検討継続	身体を動かすことによる子どものストレス解消、運動不足・睡眠不足の解消、肥満者の低減、自己肯定感の向上、多世代交流	傷害保険の加入5万、のぼり旗の作成費用2万、出席カード・参加者へのプレゼント5万	実施場所を増やす検討をスタート	1地区増え、4か所での実施	実施地区増加検討継続			1-3

2) おとな向け事業

No.	事業名	ライフステージ				目的	対象者	手段	方法
		乳幼児期	学童期・思春期	青年期・壮年期	高齢期				
2-1 ①	おとなの元気食タスクフォース ①簡単レシピで満点料理			○	○	外食や中食を摂る機会が多く、食事のバランスについて考える機会が少ない。そこで、簡単栄養レシピを作成し普及することで、食事バランスへの関心を高め、青年期・壮年期の健康なからだづくりに寄与する。また食育サポートの活動PRを通して、食育推進団体・食育サポートの組織の強化を図る。	青年期、高齢期	・簡単栄養満点レシピ作成(減塩・朝食など) ・試食(健康デー)、普及(健康デー、集団がん検診日、健康増進事業) ・食育サポートの活動PR、チラシ配布、食育サポートメイト養成講座紹介	1 関係団体との打合せ 2 簡単レシピ募集方法・テーマの検討、レシピ試作検討、配布用レシピ作成、食育サポート活動PR資料検討・作成 3 広報手段の検討 4 試食会の実施、レシピ配布、食育PRチラシ配布 5 実施状況評価 6 配布用レシピ改善
2-1 ②	おとなの元気食タスクフォース ②野菜たっぷりレシピ紹介			○	○	食の知識不足から「何をどのように食べればいいのかかわからない」「食生活の課題などない」と思っている人が多い」「野菜不足」などの課題がある。野菜を使ったレシピや、1日に必要な野菜の量(350g)、野菜から先に食べるなどの食べ方を情報発信することにより、町民の野菜の摂取量が増え、より健康な生活を送れるようにする。	青年期、高齢期	・レシピ募集 ・レシピ選定、試作 ・レシピ試食、レシピ集作成 ・レシピ集普及(広報、メールマガジン、ホームページ、町民健康デー、がん検診・乳幼児健診、町内施設で配布)	1 関係団体との打合せ 2 レシピの検討(募集) 3 レシピの試作 レシピ決定 レシピ集作成 4 レシピの配布場所の検討(保健センター事業、町事業、商工会、スーパー、薬局等) 5 情報配信・レシピの配布
2-2 ①	健康情報発信プロジェクト ①健康情報発信			○		メールマガジン等で、健康情報や町の教室の周知、検診案内の周知、教室などへの参加者を増やすことにより、町民がより健康な生活を送れるようにする	青年期の男女	・広報、メルマガ、ホームページでの発信 ・保健センター事業でのチラシ配布	1 関係課と打合せ 2 広報(メルマガ登録促進) 3 各事業担当者メールマガジン作成、配信 4 改善策検討
2-2 ②	健康情報発信プロジェクト ②町民のストレス発散法紹介			○	○	「ストレスが高い」「ストレス解消法がわからない」「ストレス解消法がタバコ、飲酒になっている」「ストレス処理ができていない」ことなどから、ストレスコーピングを伝えることにより、他の人のストレス対処法から自分にあったものを選ぶことができ、ストレスの軽減につながる。	青年期、高齢期	広報にコーナーを設ける メールマガジン、ホームページに掲載	1 関係課と打合せ(広報 記事スペースの確保) 2 ストレス解消法を収集する(食育サポート、健康ゆがわら普及員、がん検診、乳幼児健診(保護者)でアンケートを取る等検討) 3 情報の発信(広報、ホームページ、メールマガジン) 4 改善策の検討
2-3	禁煙のススメ‘やめたいアナタを応援します’			○		湯河原町では喫煙者が多いこと、また禁煙したい人も多いため、禁煙できないことなどから、禁煙手段の提供、禁煙継続強化をすることにより、喫煙者を減少させ、もって喫煙関連疾患の減少、間接喫煙関連の弊害を減少させる。	青年期の喫煙者のうち、禁煙したい人	・禁煙成功体験談「第1集」(働き盛りの男性むけ)の周知・配布方法の検討(掲示依頼場所・周知方法の拡大検討) ・禁煙成功体験談「第2集」以降作成の検討 ・新たな禁煙啓発策の検討、普及	1 検討部会の開催 2 禁煙啓発方法の検討 3 新たな禁煙啓発方法に基づく資料収集等 4 成果物の作成・周知・配布

担当部署	関連部署	実施時期・期間	期待効果	概算費用、予算	年度別計画					No.
					令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	
保健センター	湯河原町食育サポート、湯河原町母子推進員・健康ゆがわら普及員、商工会、町内商業施設、町内運動施設、図書館	令和3年度 打合せ、テーマ検討、募集方法検討、広報手段検討 令和4年度 レシピ試作、レシピ作成、レシピ集作成、レシピ集配布 令和5年度 普及方法の検討および拡大	家庭の食事がバランスのとれたヘルシーなものになることにより、こども世代の健康増進にも寄与する。	調理委託料 4万円(150人分)、レシピ作成材料・レシピ印刷製本代 2万円	打合せ、テーマ検討、募集方法検討、広報手段検討	レシピ試作、レシピ作成、レシピ集作成、レシピ集配布	普及方法の検討および拡大			2-1 ①
保健センター	湯河原町食育サポート、湯河原町母子推進員・健康ゆがわら普及員、商工会、町内商業施設、町内運動施設、図書館	令和5年度 関係機関との打合せ 令和6年度 レシピの検討、レシピ試作、レシピ集作成 令和7年度 レシピ集配布、普及方法の検討・拡大	野菜の摂取量の増加、食への意識の高まり	調理委託料 4万円(150人分)、レシピ作成材料・レシピ印刷製本代 2万円			関係機関との打合せ	レシピの検討、レシピ試作、レシピ集作成	レシピ集配布、普及方法の検討・拡大	2-1 ②
保健センター	地域政策課、秘書広報室	令和3年度 発信方法模索、メルマガ登録促進、メルマガ配信継続 令和4年度 ホームページ上に情報発信ページ増設	青年期・壮年期の人が自ら健康に留意するようになり、家族の健康にも配慮することから、こども世代・高齢者世代の健康の向上にも寄与する。	情報発信チラシ作成代1万円	発信方法模索、メルマガ登録促進、メルマガ配信継続	ホームページ上に情報発信ページ増設				2-2 ①
保健センター	介護課、庶務課、秘書広報室	令和5年度 関係課と打合せ 令和6年度 ストレス解消法を集める 情報配信当番決め 令和7年度 情報配信の実施	ストレスが軽減されることにより、飲酒やタバコなどの生活習慣の改善、虐待やDVの減少などに寄与する。	アンケート用紙代、印刷代2万円			関係課と打合せ	ストレス解消法を集める 情報配信当番決め	情報配信の実施	2-2 ②
保健センター	庶務課、秘書広報室	引き続き禁煙啓発方法の検討、成果の拡大を行う	喫煙率の低下、喫煙関連疾患による医療費の削減	研修参加旅費、リーフレット、禁煙外来の案内チラシ作成代	禁煙啓発方法の検討、成果の拡大					2-3