

第6章 参考資料

1 松戸市が実施する健康づくり関連事業の一覧

(平成 30 年 4 月 1 日現在)

○：事業の対象年齢 △：事業対象者が乳幼児のため、保護者へ実施 ●：事業が関連する分野

事業名	事業内容	対象年齢							関連する分野							担当		
		乳幼児期	学童期	思春期	成年期	壮年期	高齢期 I	高齢期 II	健診・検診・指導	ロコモティブシンドローム	栄養・食生活	身体活動・運動	休養	飲酒	喫煙		歯・口腔の健康	こころの健康づくり
		0～5歳	6～12歳	13～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳	75歳以上										
健康手帳の交付	健康診査等の記録を記載し、自らの健康管理に役立てるため健康手帳を交付する					○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	健康推進課
食生活講座	生活習慣病予防のための食生活についての講話と、調理実習（運動体験）を通して生活習慣病予防の知識の普及啓発を行う					○	○			●	●	●						健康推進課
健康推進員育成	市民の立場で行政と共に地域住民の健康づくりを展開できる人材を育成する	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	健康推進課
がん検診	がんの早期発見・早期治療のためがん検診（胃、乳、子宮、肺、大腸）を行う					○	○	○	○	●								健康推進課
女性の健康診査	35～39歳の女性を対象に健康診査を行う					○				●		●	●	●	●	●	●	健康推進課
パートナー講座「生活習慣病を防いで元気ライフ」	メタボリックシンドロームやがん、高血圧・糖尿病・歯周病などの生活習慣病の予防・解消のポイントについての知識の普及啓発を行う		○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	健康推進課
パートナー講座「健康づくりを楽しみにかえよう～まっど健康マイレージ～」	『健康松戸 21Ⅲ』の目指す方向性とまっど健康マイレージ事業の目的やしくみについての講話を行う					○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	健康推進課
高齢者の食生活講座	健康づくりの食生活についての講話と、調理実習を通して健康長寿の食生活について知識の普及啓発を行う						○	○	○			●		●				健康推進課
食生活改善推進員育成	食生活改善推進員が、食を通じた健康づくりについて学び、地域に対して食生活改善の輪を広げるための活動を支援する					○	○	○	○									健康推進課
食育ボランティア活動支援	食を通じた健康づくりをすすめていくために、食生活改善推進員の任期終了者で構成されるボランティアグループの活動を支援する					○	○	○	○									健康推進課
健康コンテスト「ご長寿ハッピーコンテスト」「グラウンド・ゴルフ大会」	高齢者の「自分の健康は自分でつくる」という意識の向上を図ることを目的に「川柳」「健脚」「グラウンドゴルフ」を実施する						○	○	○									健康推進課

事業名	事業内容	対象年齢						関連する分野								担当		
		乳幼児期	学童期	思春期	成年期	壮年期	高齢期Ⅰ	高齢期Ⅱ	健診・検診・指導	ロコモティブシンドローム	栄養・食生活	身体活動・運動	休養	飲酒	喫煙		歯・口腔の健康	こころの健康づくり
		0～5歳	6～12歳	13～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳	75歳以上										
個別禁煙教育	喫煙者で禁煙に関心のある人、禁煙の意思のある人を対象に、個別相談を中心として、3か月間禁煙をサポートする				○	○	○	○							●		健康推進課	
パートナー講座「肺の健康とCOPDについて」	COPD（慢性閉塞性肺疾患）や受動喫煙、禁煙方法についての講話を行う				○	○	○	○							●		健康推進課	
妊婦歯科健康診査	妊婦を対象に、医療機関で個別に口腔診査、歯科相談を実施する			○	○	○									●		子ども家庭相談課	
離乳食教室	生後4～5か月児（第一子）の保護者に対し、離乳食の意義や進め方についての話と、作り方の実演、保護者による試食を通して離乳食について学ぶ。希望者には個別栄養相談も実施する	○			△	△				●					●		子ども家庭相談課	
わんぱく歯科くらぶ	幼児のむし歯予防を目的に、むし歯菌の検査、ブラッシング指導、フッ化物塗布等を実施する。保護者に対しては、歯周病予防を目的にブラッシング指導、歯間清掃用具の実習を実施する	○			○	○									●		子ども家庭相談課	
フッ化物洗口事業	4～5歳児を対象に保育園等の施設でフッ化物洗口を実施し、子どもの虫歯を予防する	○													●		健康推進課	
成人歯科健康診査	20歳からの市民を対象に、医療機関で個別に口腔診査、歯科相談を実施する				○	○	○	○							●		健康推進課	
歯と口の健康週間	口腔内診査、歯科相談、口腔ケア指導等を実施する	○	○	○	○	○	○	○							●		健康推進課	
パートナー講座「大切にしたい心の健康～ゲートキーパー養成研修」	心の健康について理解し、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守るゲートキーパーを養成する				○	○	○	○								●	健康推進課	
パートナー講座「ロコモ予防元気な未来へ自己投資」	骨や関節の運動器が衰えるロコモティブシンドロームの予防についての知識の普及啓発を行う		○	○	○	○	○	○		●		●					健康推進課	
パートナー講座「がまんしないで！イキイキ更年期」	更年期症状や身体の変化、対処方法についての知識の普及啓発を行う					○	○	○		●		●	●		●	●	健康推進課	
パートナー講座「食事で防ごう生活習慣病」	生活習慣病を予防するための食事のポイントについて等の知識の普及啓発を行う		○	○	○	○	○	○		●	●	●					健康推進課	
健康づくりサポーター育成	健康推進員として学んだ知識や経験を生かし、地域に根差した健康づくりの担い手として健康づくり活動を進展させる	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	健康推進課	
ロコモ予防イベント	ロコモ予防推進のため、ラジオ体操講演会や普及啓発イベントの開催、立ち上がりテストやロコチェックなどを行う		○	○	○	○	○	○		●		●					健康推進課	

事業名	事業内容	対象年齢						関連する分野								担当		
		乳幼児期	学童期	思春期	成年期	壮年期	高齢期Ⅰ	高齢期Ⅱ	健診・検診・指導	ロコモティブシンドローム	栄養・食生活	身体活動・運動	休養	飲酒	喫煙		歯・口腔の健康	こころの健康づくり
		0～5歳	6～12歳	13～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳	75歳以上										
妊婦健康診査	妊娠中の心身の異常を早期発見するために、委託医療機関において健康診査を行い、母性の健康の保持増進を図る			○	○	○			●	●	●	●	●	●				子ども家庭相談課
乳児家庭全戸訪問事業	生後4か月までの赤ちゃんのいる全ての家庭に保健師・助産師等が訪問し、育児の相談を受けたり、子育て支援の情報提供をする（未熟児訪問指導、新生児訪問指導を併せて実施）	○		△	△	△			●	●	●	●	●	●			●	子ども家庭相談課
養育支援訪問事業	養育支援が特に必要であると判断した家庭に対し、保育士・助産師等がその居宅を訪問し、養育に関する指導・助言を行うことにより、当該家庭の適切な養育の実施を確保する	○	○	△	△	△			●	●	●	●	●	●			●	子ども家庭相談課
乳児健康診査	3～4か月児、6～7か月児、9～11か月児を対象とし、乳児期の心身の異常を早期発見するために、委託医療機関において健康診査を行い、乳児の健康の保持増進を図る	○		△	△	△			●	●		●	●	●			●	子ども家庭相談課
赤ちゃん教室	概ね1歳までの赤ちゃんとお親を対象に、育児・健康情報の提供や、健康相談や子育てについて話し合い、仲間づくりをする	○		△	△	△			●	●	●	●		●	●		●	子ども家庭相談課
幼児健康診査	1歳6か月児、3歳児を対象とし、心身の発育、発達について健康診査を実施するとともに、生活習慣の自立など健康の保持・増進を図るための指導を行う	○		△	△	△			●	●	●	●		●	●		●	子ども家庭相談課
乳児股関節健診	股関節の異常について、早期発見・早期治療するために委託医療機関において健康診査を行う	○		△	△	△			●	●								子ども家庭相談課
パートナー講座「早寝・早起き・朝ごはん（乳幼児の生活リズム）など」	乳幼児の成長発達過程に大切な生活リズムを整えることを通じた、乳幼児の健康づくりについての講座を行う	○		△	△	△				●	●	●					●	子ども家庭相談課
一般介護予防教室	元気な高齢者を対象に体操教室や認知症予防教室等を実施する						○	○		●	●							高齢者支援課
パートナー講座「認知症サポーター養成講座」	市民団体の依頼に応じ、地域に向いて講座を開き、認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を見守り支援する「認知症サポーター」を養成する		○	○	○	○	○	○				●					●	高齢者支援課
保育所（園）の保育（健康診査）	医師による内科健診、歯科検診、健（検）診後異常等があれば、保護者へ受診勧奨、看護師等による個別相談を実施する	○							●								●	幼児保育課
保育所（園）の保育	乳幼児の発達過程に応じた適切な食事や休息をとったり、身体活動を行ったりすることで、正しい生活リズム、生活習慣が身に着くよう支援する	○									●	●	●					幼児保育課
総合型地域スポーツクラブ	地域の各世代がスポーツや文化活動を通じて交流しあうクラブの設立や活動支援を行う	○	○	○	○	○	○	○				●						スポーツ課

事業名	事業内容	対象年齢						関連する分野								担当		
		乳幼児期	学童期	思春期	成年期	壮年期	高齢期Ⅰ	高齢期Ⅱ	健診・検診・指導	ロコモティブシンドローム	栄養・食生活	身体活動・運動	休養	飲酒	喫煙		歯・口腔の健康	こころの健康づくり
		0～5歳	6～12歳	13～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳	75歳以上										
スポーツ推進委員活動支援	各地域においてスポーツ指導活動を行うスポーツ推進委員の活動支援を行う	○	○	○	○	○	○	○				●						スポーツ課
学校健診	児童生徒の健康診査を実施する		○	○					●		●							保健体育課
学校歯科健康診査	児童生徒の歯科健康診査を実施する		○	○					●							●		保健体育課
学校教育(飲酒関連)	飲酒に関する授業を行う		○	○										●				保健体育課
学校教育(喫煙関連)	喫煙に関する授業を行う		○	○											●			保健体育課
学校教育(こころの健康関連)	こころの健康づくりに関する授業を行う		○	○													●	保健体育課
学校教育(こころの健康関連)	教育相談の実施		○	○													●	保健体育課
学校教育(歯・口腔の健康関連)	歯みがき教室の開催、日頃の歯みがき指導		○	○												●		保健体育課
学校教育(身体活動・運動、休養関連)	心と体の成長及び健康の保持増進に関する授業を行う		○	○								●	●				●	保健体育課
学校教育(身体活動・運動関連)	運動に親しむ資質や能力の育成と体力の向上のための活動を実施する		○	○								●						保健体育課
学校給食	食育の観点を踏まえ、安全でおいしい給食を実施する		○	○							●							保健体育課
学校教育(家庭科:食に関する指導)	小学校高学年より衣食住に関して日常生活に必要な基礎的知識技能(日常の食事と調理の基礎)を実施する		○	○							●							保健体育課指導課
学校教育(保健体育:食に関する指導)	生涯を通じて健康的な生活をおくるための基礎を培う観点から地域の食文化、産業等の理解を含めた食に関する指導を実施する			○							●							保健体育課
学校教育(特別活動:食に関する指導)	食育の観点を踏まえた学校給食を基に、望ましい食習慣の形成を図るための指導を行う		○	○							●							保健体育課指導課
学校給食(食事に関するアンケート)	3年ごとに食事に関するアンケートを実施し、その結果から食に関する指導を実施する		○	○							●							保健体育課
学校教育「いのちの尊さ・認知症」	松戸市医師会による健康やいのちに関する「出前授業」を市内小中学校で実施する		○	○													●	保健体育課
庁舎(関係施設)における受動喫煙防止対策	庁舎(関係施設含む)の受動喫煙防止対策を推進する	○	○	○	○	○	○	○							●			健康福祉政策課
ゆうまっどこころの相談	自分の性格や生き方、夫婦や異性の関係、職場の人間関係などで悩んでいる方に専門のカウンセラーが相談にあたる(対象:男性、女性)			○	○	○	○	○									●	男女共同参画課

事業名	事業内容	対象年齢						関連する分野								担当				
		乳幼児期	学童期	思春期	成年期	壮年期	高齢期Ⅰ	高齢期Ⅱ	健診・検診・指導	ロコモティブシンドローム	栄養・食生活	身体活動・運動	休養	飲酒	喫煙		歯・口腔の健康	こころの健康づくり		
		0～5歳	6～12歳	13～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳	75歳以上												
公園健康遊具設置事業	市内の公園に健康遊具の設置を進める				○	○	○	○		●		●								公園緑地課
市民大学講座	口腔管理の大切さを学ぶ				○	○	○	○	●		●							●		生涯学習推進課
成人講座	日常生活における衝突や葛藤を少なくし、よりよい生活を送る 他				○	○	○	○	●		●						●			生涯学習推進課
まつど生涯学習大学講座(入門)	「生きるためにがんを知ろう」他					○	○	○	●	●									●	生涯学習推進課
まつど生涯学習大学講座(創年コース)	「生活習慣病予防と健康コミュニケーションづくり」他					○	○	○		●		●							●	生涯学習推進課
市民自主企画講座	健康寿命を豊かにする「今からできる」肺活 他				○	○	○	○		●		●							●	生涯学習推進課

2 取り組みの分野の指標一覧

	指標	現状値の出典元	目標値の根拠
がん検診・健康診査・保健指導	肺がん検診受診率	平成 29 年度 松戸市健康推進課事業概要	健康日本 21(第 2 次)
	大腸がん検診受診率	平成 29 年度 松戸市健康推進課事業概要	健康日本 21(第 2 次)
	胃がん検診受診率	平成 29 年度 松戸市健康推進課事業概要	健康日本 21(第 2 次)
	子宮頸がん検診受診率	平成 29 年度 松戸市健康推進課事業概要	健康日本 21(第 2 次)
	乳がん検診受診率	平成 29 年度 松戸市健康推進課事業概要	健康日本 21(第 2 次)
	松戸市特定健康診査受診率	平成 28 年度実績(法定報告)	松戸市国民健康保険第 3 期特定健康診査等実施計画
	松戸市特定保健指導実施率	平成 28 年度実績(法定報告)	松戸市国民健康保険第 3 期特定健康診査等実施計画
シンドロームの予防	ロコモティブシンドロームの認知状況	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次) COPD (慢性閉塞性肺疾患) の認知度にならない独自に設定
	女性の関節疾患、骨折・転倒による新規要介護認定者割合	平成 29 年度松戸市介護保険認定審査会会議(主治医意見書)	現状値に基づいて独自に設定
栄養・食生活	朝食を食べている(毎日・週 4～5 日)人の割合 ①20～40 歳代女性 ②20～40 歳代男性 ③小学 2 年生・小学 5 年生・中学 2 年生	①②平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査 ③平成 27 年度食事に関するアンケート調査	①②健康日本 21(第 2 次) ③第 2 次松戸市食育推進計画
	一日に二食以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	適正体重の維持ができている人の割合 ①20 歳代女性のやせ ②40～60 歳代女性の肥満 ③20～60 歳代男性の肥満	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	独自に設定
身体活動・運動	意識して体を動かしている人の割合	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	独自に設定
	運動習慣のある人の割合	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	独自に設定

	指標	現状値の出典元	目標値の根拠
休養	睡眠による休養が十分に取れていない人の減少	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
飲酒	適正飲酒を知っている人の割合	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	常に目指す値として独自に設定
	多量飲酒者の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	未成年の飲酒経験率	平成 29 年度千葉県生活習慣に関するアンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	妊婦の飲酒率	平成 29 年度松戸市への妊娠届時の状況	健康日本 21(第 2 次)
喫煙	喫煙率 男性・女性	平成 29 年度 健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)にならない独自に設定 健康日本 21(第 2 次)
	妊婦	平成 29 年度松戸市への妊娠届時の状況	常に目指す値として独自に設定
	妊婦の家族	平成 29 年度松戸市への妊娠届時の状況	
	公共施設での敷地内禁煙実施率	公共施設の受動喫煙防止対策実施状況調査(平成 29 年度)	健康日本 21(第 2 次) (行政機関での受動喫煙 0%)
	受動喫煙の機会のある人の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	未成年で喫煙を開始した人の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	COPD(慢性閉塞性肺疾患)について知っている人の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
	歯・口腔の健康	3 歳児でむし歯がない者の割合	平成 29 年度 3 歳児歯科健康診査結果
12 歳児の 1 人平均むし歯数		平成 29 年度児童生徒定期健康診査結果	独自に設定
20 歳代、30 歳代における歯肉出血がある者の割合		平成 29 年度歯科保健に関するアンケート調査	独自に設定
過去 1 年間に歯科健診を受診した者の割合		平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	健康日本 21(第 2 次)
60 歳における 24 歯以上自分の歯を有する者の割合		平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	独自に設定
60 歳代における何でも噛んで食べることができる者の割合		平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	独自に設定
健康づくり	悩みやストレスがあったときに相談できる機関を知らない人の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	常に目指す値として独自に設定
	自分なりのストレス解消法がある人の割合	平成 29 年度健康づくりに関する市民アンケート調査	常に目指す値として独自に設定

「健康づくり」に関する市民アンケート調査

- ・このアンケートには、ご本人(あて名の方)がご自身の判断によりお答えください。
- ・質問には、回答の番号に1つだけ○をつける場合、指定した数だけ○をつける場合、あてはまるものすべてに○をつける場合がありますので、各質問の説明を読んでご記入ください。
- ・ご記入の際は、黒色のえんぴつまたはボールペンをご使用ください。

【A. 医療機関への受診状況について】

【質問 1】 過去 1 ヶ月間に医療機関等を受診しましたか。あてはまる番号を選んで○をつけてください。

1 受診した 2 受診していない ⇒【質問 2 へ】



【質問 1-1】 <質問 1 で「1 受診した」と回答した方>

受診した医療機関等をすべて選んで○をつけて、その際の受診方法と場所について、あてはまる選択肢を選んで○をつけてください。

	受診方法	場所
1 病院 (入院ベッドが 20 床以上)	外来(通常・時間外・救急)・往診・訪問診療	／ 松戸市内・松戸市外
2 診療所 (医院、クリニック)	外来(通常・時間外・救急)・往診・訪問診療	／ 松戸市内・松戸市外
3 歯科診療所	外来(通常・時間外・救急)・往診・訪問診療	／ 松戸市内・松戸市外
4 その他(整骨院、鍼灸、あんま、柔道整復師、マッサージほか)		松戸市内・松戸市外

【質問 1-2】 <質問 1 で「1 受診した」と回答した方>

どのような病気で受診しましたか。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

1 高血圧症	14 その他の循環器系の病気	30 肩こり症
2 糖尿病	15 急性鼻咽頭炎(かぜ)	31 腰痛症
3 脂質異常症 (高コレステロール、高中性脂肪)	16 アレルギー性鼻炎	32 骨粗しょう症
4 肥満	17 喘息	33 腎臓の病気
5 甲状腺の病気	18 その他の呼吸器系の病気	34 前立腺肥大症
6 うつ病やその他こころの病気	19 うしょく(むし歯)	35 閉経期または閉経後障害 (更年期障害等)
7 認知症	20 歯肉炎及び歯周疾患	36 骨折
8 パーキンソン病	21 入れ歯等の調整	37 骨折以外のけが、やけど
9 その他の神経の病気 (神経痛・麻痺など)	22 胃・十二指腸の病気	38 貧血・血液の病気
10 眼の病気	23 肝臓・胆のうの病気	39 悪性新生物(がん)
11 耳の病気	24 その他の消化器系の病気	40 妊娠・産褥(さんじょく) (切迫流産、前置胎盤など)
12 脳卒中 (脳出血、脳梗塞など)	25 アトピー性皮膚炎	41 不妊症
13 狭心症・心筋梗塞	26 その他の皮膚の病気	42 その他
	27 痛風	43 不明
	28 関節リウマチ	
	29 関節症(肘、膝など)	

【B. COPDとロコモティブシンドロームについて】

【質問2】あなたは「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」という言葉やその意味を知っていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 言葉も意味もよく知っている | 4 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない |
| 2 言葉も知っているし、意味も大体知っている | 5 言葉も意味も知らない |
| 3 言葉は知っているが、意味はあまり知らない | |

【質問3】あなたは「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」という言葉やその意味を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 言葉も意味もよく知っている | 4 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない |
| 2 言葉も知っているし、意味も大体知っている | 5 言葉も意味も知らない |
| 3 言葉は知っているが、意味はあまり知らない | |

【C. 健康づくり、身長、体重、腹囲、生活習慣(食生活・身体活動)について】

【質問4】あなたが健康のために行っている(気をつけている)ことのうち、特に行っている(気をつけている)番号を3つまで選んで○をつけてください。

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1 食事や栄養に気をつけている | 8 仕事や家事などで疲れすぎないようにしている |
| 2 体を動かしたり運動をするようにしている | 9 たばこを減らした(やめた)・吸わない |
| 3 休養や睡眠を十分とるようにしている | 10 飲酒の量を減らした(飲酒をやめた)・飲まない |
| 4 ストレス解消を心がけている | 11 体重や血圧を測るなど健康チェックをしている |
| 5 定期的に健康診断を受けるようにしている | 12 よく噛んで食べる |
| 6 定期的ながん検診を受けるようにしている | 13 その他(具体的:) |
| 7 歯科健診を受けるようにしている | 14 特に何もしていない |

【質問5】あなたはご自身の身長、体重、腹囲(へそまわり)を知っていますか。知っている場合は1に○をつけ数値をご記入ください。(注・この設問で回答していただいた数値は、BMI《体格指数》の算出等、統計的に処理します。)

- | | |
|-----------|---------------------------|
| 身長 | 1 知っている(_____cm) ・ 2 知らない |
| 体重 | 1 知っている(_____kg) ・ 2 知らない |
| 腹囲(へそまわり) | 1 知っている(_____cm) ・ 2 知らない |

【質問6】あなたは定期的に体重測定をしていますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 ほぼ毎日 2 週に1~2回 3 月に1~2回 4 年に1~2回 5 していない

【質問7】あなたはご自身の体格についてどのように感じていますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 太っている 2 少し太っている 3 ふつう 4 少しやせている 5 やせている

【質問8】ふだん朝食はとりますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

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

【質問9】日頃から日常生活の中で、健康の維持増進のために意識的に体を動かしていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

1 いつもしている
2 時々している

3 以前はしていたが現在はしていない
4 まったくしていない

＜質問9で「1あるいは2」と回答した方＞

【質問9-1】あなたは1回30分以上の運動（ウォーキング（ゆっくりした歩行を除く）、ジョギング、水泳、ゴルフ、テニス、サッカー、ゲートボール、ストレッチ、ヨガなど）を週2回以上実施し、1年以上継続していますか。あてはまる番号を選んで○をつけてください。

1 はい 2 いいえ

【質問9-2】日常生活において歩行などの身体活動を1日1時間以上実施していますか。
あてはまる番号を選んで○をつけてください。

1 はい 2 いいえ

【質問9-3】運動を継続できるよう支援してくれる協力者はいますか。
あてはまる番号を選んで○をつけてください。

1 はい 2 いいえ

＜質問9-3で「1 はい」と回答した方＞

【質問9-4】それは誰ですか。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

1 家族 2 友人・仲間 3 スポーツ指導者 4 その他

＜質問9で「3あるいは4」と回答した方＞

【質問9-5】体を動かしていない理由は何ですか。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

1 めんどうだから 2 時間が取れない 3 場所、施設がない 4 体の具合が悪い 5 協力者（家族や仲間など）がない 6 その他（具体的に：)

【質問10】あなたが食生活で特に注意していることの番号をすべて選んで○をつけてください。

1 必ず朝食をとる 2 1日3食食べる 3 食事は決まったときにとる 4 間食をしない 5 食事は腹八分目におさえる 6 野菜を十分とる 7 いろいろな種類の食品をバランスよくとる 8 脂肪や糖分量を取り過ぎない 9 塩分を取り過ぎない 10 その他（具体的に：) 11 気をつけていることはない

【質問11】あなたの普段の食事は、主食（ごはん、パン、麺類などの炭水化物）・主菜（肉、魚、卵、大豆製品などのたんぱく質）・副菜（野菜、きのこ、いも、海藻、貝が多い味噌汁など）がそろっていますか。朝食、昼食、夕食についてそれぞれあてはまる番号を選んで○をつけてください。

- | (1)朝食について | (2)昼食について | (3)夕食について |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| 1 ほぼ毎日そろっている | 1 ほぼ毎日そろっている | 1 ほぼ毎日そろっている |
| 2 週4～5日そろっている | 2 週4～5日そろっている | 2 週4～5日そろっている |
| 3 週2～3日そろっている | 3 週2～3日そろっている | 3 週2～3日そろっている |
| 4 そろっていないことが多い | 4 そろっていないことが多い | 4 そろっていないことが多い |
| 5 食べない（ ____歳頃から） | 5 食べない（ ____歳頃から） | 5 食べない（ ____歳頃から） |

【D. ストレス、睡眠について】

【質問12】あなたは毎日の生活の中で、悩みやストレスなどがありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 よくある 2 たまにある 3 あまりない 4 ほとんどない

↓
<質問12で「1 あるいは2」と回答した方>

【質問 12-1】悩みやストレスをどなたに相談していますか。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|-----------------|--|
| 1 家族 | 7 公的機関(保健所、精神保健福祉センター等)の電話や窓口 |
| 2 友人・知人 | 8 民間機関の電話やメール、窓口 |
| 3 職場の上司・同僚 | 9 テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナー |
| 4 病院・診療所の医師 | 10 相談する人がいない |
| 5 職場の相談窓口等 | 11 相談機関を知らない |
| 6 インターネットを通じた交流 | 12 その他() |

【質問 13】自分なりのストレス解消法がありますか。あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 ある 2 ない

↓
<質問 13で「1 ある」と回答した方>

【質問 13-1】どのような解消法ですか。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|------------------------|--|
| 1 家族や友人とおしゃべりする(電話を含む) | 11 仕事に打ち込む |
| 2 買い物をする | 12 外食をする |
| 3 散歩をする | 13 お菓子を食べる、間食する |
| 4 スポーツなどで体を動かす | 14 飲酒をする |
| 5 ドライブをする | 15 たばこを吸う |
| 6 旅行に行く | 16 パチンコや麻雀をする |
| 7 カラオケをする | 17 競輪、競馬、競艇をする |
| 8 映画を見る | 18 ゲームをする |
| 9 テレビやビデオなどをみる | 19 寝る |
| 10 音楽鑑賞や読書 | 20 その他() |

【質問14】睡眠による休養が十分にとれていると思いますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | |
|-----------|--------------|--------------------|
| 1 十分とれている | 3 あまりとれていない | 5 わからない(意識したことがない) |
| 2 まあとれている | 4 まったくとれていない | |



<質問14で「3あるいは4」と回答した方>

【質問14-1】睡眠による休養を十分にとれない原因は何ですか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| 1 仕事が忙しい | 6 交代勤務や深夜勤務など生活が不規則 |
| 2 家事が忙しい | 7 インターネットやゲームなどをしていて寝るのが遅くなる |
| 3 子どもや介護など人の世話がある | 8 テレビやビデオなどを見て寝るのが遅くなる |
| 4なんとなく寝付けない | 9 その他(具体的に:) |
| 5 夜中にトイレなどで睡眠が中断される | |

【質問15】眠るために、睡眠薬や安定剤などのお薬を使うことがありますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 まったくない 2 年に1~2回 3 月に1~2回 4 週に1~2回 5 ほぼ毎日

【質問16】眠るために、飲酒をすることがありますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 まったくない 2 年に1~2回 3 月に1~2回 4 週に1~2回 5 ほぼ毎日

【E. 飲酒について】

【質問17】平均して週に何日くらい飲酒しますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | |
|---------|---------|------------------|
| 1 毎日 | 3 週1~3日 | 5 ほとんど飲まない(飲めない) |
| 2 週4~6日 | 4 月1~3日 | 6 やめた(1年以上やめている) |



<質問17で「1から4」のいずれかを回答した方(月に1日以上飲酒する方)>

【質問17-1】飲酒する日には、1日に平均してどのくらいの量を飲みますか。飲酒するお酒の種類番号をすべて選んで○をつけて、1日に平均して飲む量を記入してください。

- | | |
|---|-------------------------|
| 1 日本酒()合(1合=180ml) | 4 酎ハイ()ml |
| 2 ビール・発泡酒()ml
(普通缶=350 ml、ロング缶=500ml) | 5 ワイン()ml(グラス1杯=120ml) |
| 3 焼酎()合(1合=180ml) | 6 ウイスキー()ml(シングル=30ml) |
| | 7 その他 種類()()ml |

【質問18】一般的な1日の適正飲酒量はどのくらいだと思いますか。

日本酒に換算した量を数字で記入してください。

<換算表>日本酒1合相当:ビール・発泡酒500ml、ウイスキーダブル1杯、酎ハイ350ml、ワイン2杯

日本酒で 合相当

【F. 喫煙について】

【質問19】 現在、たばこを吸いますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけて、
“1 吸う”方は喫煙開始年齢を“2 やめた”方は喫煙年数をご記入ください。

1 吸う→(_____ 歳から) 2 やめた→(喫煙年数 _____ 年) 3 もともと吸わない

↓
<質問19で「1 吸う」と回答した方>

【質問19-1】 あなたは禁煙することにどのくらい関心がありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 関心がない
- 2 関心はあるが、今後6ヶ月以内に禁煙しようとは考えていない
- 3 今後6ヶ月以内に禁煙しようと考えているが、直ちに(1ヶ月以内に)禁煙する考えはない
- 4 直ちに(1ヶ月以内に)禁煙しようと考えている

↓
<質問19で「2 やめた」と回答した方>

【質問19-2】 禁煙したいと思った理由は何ですか。
あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- 1 かかえている健康の問題のため
- 2 健康に良いから
- 3 経済的な理由
- 4 医師からやめるように言われた
- 5 家族や友人からやめるように言われた
- 6 妊娠したため
- 7 喫煙によって起こる病気の危険性が減るから
- 8 自分の子どもへの影響を心配して
- 9 喫煙場所が少ないなど吸いにくい環境になった
- 10 なんとなく
- 11 その他(_____)

【質問19-3】 どのような方法で禁煙しましたか。
あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- 1 何も使わず自分の力で禁煙した
- 2 本を読んだり調べた情報を参考に禁煙した
- 3 会社や地域の禁煙プログラムに参加した
- 4 ニコチンガムを使った
- 5 医療機関で薬を使わず禁煙指導を受けた
- 6 医療機関でニコチンパッチ(貼り薬)を処方してもらった
- 7 薬局・薬店でニコチンパッチを購入した
- 8 医療機関で飲み薬(チャンピックス)を処方してもらった
- 9 なんとなく
- 10 その他(_____)

【質問20】 たばこを吸うことで、影響を受けると思う病気などの番号をすべて選んで○をつけてください。

- 1 すべてのがん
- 2 肺がん
- 3 喘息
- 4 気管支炎
- 5 COPD
(慢性閉塞性肺疾患)
- 6 高血圧
- 7 動脈硬化
- 8 心臓病
- 9 脳卒中
- 10 糖尿病
- 11 胃潰瘍
- 12 歯周病
- 13 不妊・流産・早産
- 14 腰痛
- 15 認知症

【質問21】受動喫煙（喫煙しない人が喫煙者のたばこの煙を吸うこと）をすることで、影響を受けると思う病気などの番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | | | |
|----------|------------------|--------|--------------------|
| 1 すべてのがん | 5 COPD(慢性閉塞性肺疾患) | 9 脳卒中 | 13 不妊・流産・早産 |
| 2 肺がん | 6 高血圧 | 10 糖尿病 | 14 腰痛 |
| 3 喘息 | 7 動脈硬化 | 11 胃潰瘍 | 15 認知症 |
| 4 気管支炎 | 8 心臓病 | 12 歯周病 | 16 乳幼児突然死症候群(SIDS) |

【質問22】過去1ヶ月間に受動喫煙の機会がありましたか。

あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 はい 2 いいえ

↓
<質問22で「1 はい」と回答した方>

【質問22-1】受動喫煙を受けたのはどこでしたか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| 1 家庭内 | 8 飲食店 |
| 2 職場 | 9 百貨店(大型商業施設、スーパーも含む) |
| 3 学校・幼稚園などの教育機関 | 10 遊技場(パチンコ、カラオケ、劇場、展示場など) |
| 4 医療機関 | 11 駅前広場や道路などの公共のスペース |
| 5 官公庁 | 12 公園などの公共のスペース |
| 6 市民センター、運動公園など市の施設 | 13 集合住宅などの隣の家のベランダなどから |
| 7 町会・自治会会館など地域の施設 | 14 その他(具体的に:) |

【G. 健康診断・がん検診について】

【質問23】あなたはこの1年間に健康診断を受けましたか。

あてはまるものに○をつけてください。

- はい ⇒
- | | |
|----------------|-----------------|
| 1 松戸市の健康診査 | 4 学校で受けた(学生の場合) |
| 2 職場の健康診査・家族健診 | 5 その他(具体的に) |
| 3 個人的に医療機関で受けた | |
- いいえ ⇒ 【質問23-2】へ

↓
<質問23で「はい」と回答した方>

【質問23-1】特定保健指導を受けましたか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | |
|-----------------|------------|---------|
| 1 積極的支援の指導を受けた | 3 情報提供を受けた | 5 わからない |
| 2 動機づけ支援の指導を受けた | 4 受けなかった | |

↓
<質問23で「いいえ」と回答した方>

【質問23-2】健康診断を受けなかったのはなぜですか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| 1 めんどうだったから | 6 仕事があつて時間がとれなかったから |
| 2 治療中だったから | 7 健康診断の場所や日時を知らなかったから |
| 3 病気が見つかるのが恐かったから | 8 毎年同じことを言われており、わかりきっているから |
| 4 体の具合が悪くて外出できないから | 9 その他(具体的に) |
| 5 健康だったから | |

【質問24】 あなたはこの2年間に次のがん検診を受けましたか。

受けたがん検診の番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | | |
|---------|----------|----------|
| 1 胃がん検診 | 3 大腸がん検診 | 5 乳がん検診 |
| 2 肺がん検診 | 4 子宮がん検診 | 6 口腔がん検診 |

7 受けていない ⇒ 【質問24-2へ】

＜質問24で「1から6」のいずれかを回答した方＞

【質問24-1】 検診を受けたのはどこですか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1 松戸市のがん検診(受診券を使用) | 3 個人的に医療機関で受けた |
| 2 職場の検診 | 4 その他(具体的に) |

＜質問24で「7 受けていない」と回答した方＞

【質問24-2】 がん検診を受けなかったのはなぜですか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| 1 めんどうだったから | 6 仕事があつて時間がとれなかったから |
| 2 治療中だったから | 7 がん検診の場所や日時を知らなかったから |
| 3 病気が見つかるのが恐かったから | 8 毎年同じことを言われており、わかりきっているから |
| 4 体の具合が悪くて外出できないから | 9 その他(具体的に) |
| 5 健康だったから | |

【質問25】 健康診断・がん検診をより受けやすくするにはどのようにすれば良いと考えますか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1 健康診断・がん検診を同日に受けられる | 5 集団健診会場での保育サービスを充実する |
| 2 平日の早朝や夜間に受けられる | 6 広報を増やす |
| 3 休日に受けられる | 7 健診・がん検診実施機関を増やす |
| 4 自己負担額を軽減する | 8 その他() |

【H. かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬剤師（調剤薬局）について】

【質問26】 あなたには「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬剤師（調剤薬局）」がいますか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | |
|------------|-----------|-----------|-------|
| 【かかりつけ医】 | 1 松戸市内にいる | 2 松戸市外にいる | 3 いない |
| 【かかりつけ歯科医】 | 1 松戸市内にいる | 2 松戸市外にいる | 3 いない |
| 【かかりつけ薬剤師】 | 1 松戸市内にいる | 2 松戸市外にいる | 3 いない |

【I. 歯の健康について】

【質問27】 あなたの歯の数は現在何本ですか。 _____ 本

※成人の歯は、親知らずが4本はえている人は全部で32本です。なお、かぶせた歯(金歯、銀歯など)、さし歯、根だけ残っている歯は含みますが、入れ歯などの歯根がない部分は除きます。

【質問28】 この1年間に歯科健診を受けたことがありますか。

あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 はい 2 いいえ

＜質問28で「1 はい」と回答した方＞

【質問28-1】 それは、どの歯科健診ですか。あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 松戸市の成人歯科健診 2 松戸市の妊婦歯科健診 3 それ以外の健診

【質問29】あなたは何でも噛んで食べることができますか。

あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 はい 2 いいえ

【質問30】歯間ブラシまたはデンタルフロス（糸ようじ）を使っていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 毎日使う 2 時々使う 3 使わない

【質問31】健口（けんこう）体操（口や舌の体操：下図）を知っていますか。

あてはまる番号を選んで○をつけてください。

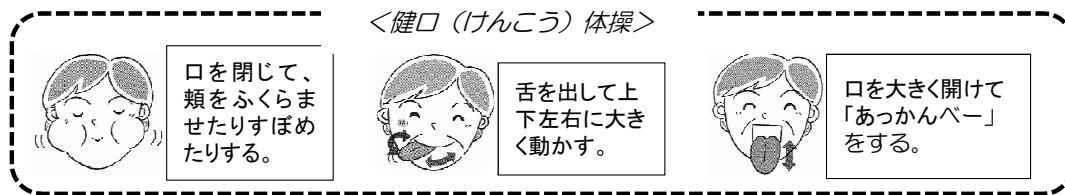
- 1 はい 2 いいえ

↓
<質問31で「1 はい」と回答した方>

【質問31-1】健口（けんこう）体操（口や舌の体操）をしていますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 毎日する 2 時々する 3 やらない



【J. 松戸市の保健・医療サービスについて】

【質問32】松戸市の保健・医療サービスなどで、知っているものの番号をすべて選んで○をつけてください。

- | | | |
|-----------|---------------------|------------------|
| 1 医療機関マップ | 6 フッ化物洗口事業 | 11 まつど健康マイレージ |
| 2 市民健康相談室 | 7 特定健診・特定保健指導 | 12 夜間小児救急センター |
| 3 がん検診 | 8 スポーツ推進委員 | 13 休日土曜日夜間歯科診療所 |
| 4 成人歯科健診 | 9 健康推進員や食生活改善推進員の活動 | 14 救急医療テレフォンサービス |
| 5 妊婦歯科健診 | 10 健康松戸21応援団 | |

【K. 健康状態について】

【質問33】過去1ヶ月間の下記の各質問について、あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

【質問33-1】全体的にみて、あなたの健康状態はいかがでしたか。

- | | | | | | |
|-------|-------|----|---------|------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 最高に良い | とても良い | 良い | あまり良くない | 良くない | ぜんぜん良くない |

【質問33-2】体を使う日常活動（歩いたり階段を昇ったりなど）をすることが身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。

- | | | | | |
|------------------|---------------|-------------|--------------|---------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぜんぜん
妨げられなかった | わずかに
妨げられた | 少し
妨げられた | かなり
妨げられた | 体を使う日常活動が
できなかった |

【質問33-3】仕事(家事も含む)をすることが、身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。

- | | | | | |
|------------------|---------------|-------------|--------------|-------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぜんぜん
妨げられなかった | わずかに
妨げられた | 少し
妨げられた | かなり
妨げられた | いつもの仕事
ができなかった |

【質問33-4】体の痛みはどのくらいありましたか。

- | | | | | | |
|--------------|------------|------|-------------|------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ぜんぜん
なかった | かすかな
痛み | 軽い痛み | 中くらいの
痛み | 強い痛み | 非常に
激しい痛み |

【質問33-5】どのくらいの元気でしたか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | | |
|--------------|--------------|-------------|---------------|-----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 非常に
元気だった | かなり
元気だった | 少し
元気だった | わずかに
元気だった | ぜんぜん
元気でなかった |

【質問33-6】家族や友人とのふだんのつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、どのくらい妨げられましたか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | | |
|------------------|---------------|-------------|--------------|-----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぜんぜん
妨げられなかった | わずかに
妨げられた | 少し
妨げられた | かなり
妨げられた | つきあいが
できなかった |

【質問33-7】心理的な問題(不安を感じたり、気分が落ち込んだり、イライラしたり)に、どのくらい悩まされましたか。

- | | | | | |
|------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぜんぜん
悩まされなかった | わずかに
悩まされた | 少し
悩まされた | かなり
悩まされた | 非常に
悩まされた |

【質問33-8】日常行う活動(仕事、学校、家事などのふだんの行動)が、心理的な理由で、どのくらい妨げられましたか。

- | | | | | |
|------------------|---------------|-------------|--------------|-------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぜんぜん
妨げられなかった | わずかに
妨げられた | 少し
妨げられた | かなり
妨げられた | 日常行う活動
ができなかった |

【L. あなたの性別や年齢などについて】

【質問34】あなたの性別にあてはまる番号を選んで○をつけてください。

- 1 男 2 女 3 その他または答えたくない

【質問35】あなたの年齢区分にあてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|------------|
| 1 20歳～24歳 | 4 35歳～39歳 | 7 50歳～54歳 | 10 65歳～69歳 |
| 2 25歳～29歳 | 5 40歳～44歳 | 8 55歳～59歳 | 11 70歳～74歳 |
| 3 30歳～34歳 | 6 45歳～49歳 | 9 60歳～64歳 | 12 75歳以上 |

【質問36】あなたの職業にあてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | |
|-------|-------------|--------|---------------|
| 1 会社員 | 3 公務員 | 5 専業主婦 | 7 無職 |
| 2 自営業 | 4 パート・アルバイト | 6 学生 | 8 その他(具体的に:) |

【質問37】あなたが現在同居しているご家族の構成は次のうちどれにあたりますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | |
|----------------|----------------|---------------|
| 1 単身世帯(ひとり暮らし) | 3 二世帯世帯(親と子) | 5 その他(具体的に:) |
| 2 一世帯世帯(夫婦だけ) | 4 三世帯世帯(親・子・孫) | |

【質問38】あなたが現在同居しているご家族のうち、以下の人がいますか。

それぞれ、あてはまる番号を選んで○をつけてください。

- | | |
|--------------|------------------|
| 未就学児(幼稚園児まで) | (1 いる ・ 2 いない) |
| 小学生 | (1 いる ・ 2 いない) |
| 中学生 | (1 いる ・ 2 いない) |
| 介護を必要とする人 | (1 いる ・ 2 いない) |

【質問39】あなたが加入している健康保険の種類は次のうちどれにあたりますか。

あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | |
|---------------|-------------|----------|-------------|
| 1 国民健康保険 | 3 協会けんぽ | 5 共済組合保険 | 7 その他 |
| 2 国民健康保険(退職者) | 4 後期高齢者健康保険 | 6 組合健康保険 | 8 わからない・未加入 |

【質問40】あなたの世帯の昨年1年間の年間収入はだいたいどれくらいになりますか。

近い番号を1つ選んで○をつけてください。

- | | | | |
|-----------|------------------|-----------|---------|
| 1 200万円未満 | 2 200万円以上600万円未満 | 3 600万円以上 | 4 わからない |
|-----------|------------------|-----------|---------|

【質問41】現在お住まいの家から、距離がもっとも近い市役所・支所を選んで○をつけてください。

- | | | | | |
|---------|--------|---------|--------|--------|
| 1 松戸市役所 | 3 馬橋支所 | 5 小金原支所 | 7 六実支所 | 9 矢切支所 |
| 2 常盤平支所 | 4 小金支所 | 6 新松戸支所 | 8 東部支所 | |

【M. 自殺について】 松戸市では、自殺対策の計画を策定いたします。

質問に負担を感じる方は、質問にお答えいただくなくてもかまいません。

【質問42】あなたは松戸市の相談窓口や事業を知っていますか。

知っているものすべてに○をつけてください。

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 1 ゆうまつどこころの相談 | 10 松戸市自立相談支援センター |
| 2 一般民事相談 | 11 基幹相談支援センターCoCo |
| 3 法律相談 | 12 ふれあい相談室 |
| 4 まつど地域若者サポートステーション | 13 ハートオン相談室 |
| 5 労働相談 | 14 いじめ相談専用ダイヤル |
| 6 松戸市消費生活センター | 15 教育相談 |
| 7 高齢者総合相談窓口 | 16 家庭児童相談 |
| 8 高齢者あんしん100番 | 17 婦人相談 |
| 9 生活保護相談 | 18 保健福祉センター |

【質問43】あなたが自殺対策について必要だと思うことはどんなことですか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

※「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人のことを言います。

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 1 自殺予防に関する講演会の実施 | 7 孤立化しやすい人を地域で見守る環境づくり |
| 2 広報やポスターによる呼びかけや啓発 | 8 相談窓口(電話を含む)のわかりやすさ |
| 3 ゲートキーパーの人材育成 | 9 債務相談の充実 |
| 4 学校での「いのちの教育」の充実 | 10 自死遺族の相談の充実 |
| 5 働く世代のこころの健康づくりの推進 | 11 自殺未遂者の支援の充実 |
| 6 高齢者対象の生きがい事業の促進 | 12 その他() |

4 松戸市健康づくり推進会議委員及び健康松戸 21Ⅲ 推進部会委員一覧

平成 30 年度 松戸市健康づくり推進会議委員名簿 《50 音順・敬称略》

氏名	役職名等
○東 仲宣	松戸市医師会 副会長（平成 30 年 6 月退任）
池田 紀子	松戸健康福祉センター 地域保健課長
石川 涼子	松戸市 P T A 連絡協議会 副会長
入江 和彦	松戸商工会議所 事務局長
小沢 邦昭	松戸市社会福祉協議会 常務理事
小田 清一	前千葉県病院事業管理者
梶原 栄治	松戸市民生委員児童委員協議会 副会長
斎藤 浩一	千葉いのちの電話 事務局次長
○笹田 和裕	松戸市医師会 副会長（平成 30 年 7 月新任）
田蓑 健太郎	流通経済大学スポーツ健康科学部 教授
藤内 圭一	松戸歯科医師会 副会長
馬場 敦	北松戸ぼぷらクリニック 院長
藤井 敦	松戸市スポーツ推進委員連絡協議会 会長
古畑 公	和洋女子大学大学院家政学群 教授
丸田 敏雅	聖徳大学保健センター 教授
◎水嶋 春朔	横浜市立大学医学部 教授
三好 浩美	一般市民
元川 智栄	松戸市健康推進員協議会 副会長
吉田 貴行	松戸市薬剤師会 常務理事
和田 勲	松戸市はつらつクラブ連合会 副会長

◎会長 ○副会長

平成 30 年度 健康松戸 21Ⅲ推進部会委員名簿 《50 音順・敬称略》

氏名	役職名等
東 仲宣	松戸市医師会 副会長（平成 30 年 6 月退任）
小田 清一	前千葉県病院事業管理者
笹田 和裕	松戸市医師会 副会長（平成 30 年 7 月新任）
田蓑 健太郎	流通経済大学スポーツ健康科学部 教授
○藤内 圭一	松戸歯科医師会 副会長
藤井 敦	松戸市スポーツ推進委員連絡協議会 会長
◎古畑 公	和洋女子大学大学院家政学群 教授
❖水嶋 春朔	横浜市立大学医学部 教授
三好 浩美	一般市民
元川 智栄	松戸市健康推進員協議会 副会長
吉田 貴行	松戸市薬剤師会 常務理事
和田 勲	松戸市はっらっクラブ連合会 副会長

◎部会長 ○職務代理 ❖オブザーバー（松戸市健康づくり推進会議会長）

5 松戸市健康づくり推進会議及び健康松戸 21Ⅲ推進部会 会議開催一覧（平成 30 年度）

松戸市健康づくり推進会議

	開催日	時間	会場
1	平成 30 年 5 月 31 日（木）	14 時～16 時	松戸市中央保健福祉センター
2	平成 31 年 2 月 7 日（木）	14 時～16 時	松戸市衛生会館

健康松戸 21Ⅲ推進部会

	開催日	時間	会場
1	平成 30 年 10 月 4 日（木）	14 時～16 時	松戸市衛生会館