

第Ⅱ章 健やかな親子づくりの取り組み

◆概要

国では、平成13年度から母子の健康水準を向上させるための様々な取り組みを進めるため、国民運動計画「健やか親子21」を開始しましたが、平成27年度からは「すべての子どもが健やかに育つ社会」を目指して「健やか親子21（第2次）」がスタートしました。

「健康さくら21（第2次）」では、「妊娠・出産・周産期」、「健康管理」、「育児」、「思春期」の4項目に目標を分類し、佐倉市の実情にあわせて指標を設けていましたが、国の「健やか親子（第2次）」の取り組みに準じて、一部の指標や取り組み内容を追加、修正しました。

◆主な課題

平成29年度に行われた市民健康意識調査の結果等から、次の2点が主な課題としてあげられました。

・育児への不安を抱える母親が多く、特に、産後1か月間は育児不安の高まる時期である。

・「子育てに自信が持てない保護者」や「虐待をしていると思う保護者」が増えており、母親の育児負担・不安や孤立、「育てにくさ」を感じた時の対処等が、母子関係に影響を与えている可能性がある。

Ⅱ-1

妊娠・出産・周産期

～充実した出産・育児の環境づくりの取り組み

めざす姿

心豊かに、安心して出産・育児ができる環境をつくろう！

趣旨

安心して出産を迎え心安らかに子育てするためには、妊娠中から妊娠・出産・育児に関する知識を得る機会をもち、夫や家族等、周囲からの協力が得られる環境づくりが必要です。

平成29年度の市民健康意識調査では、育児に参加する父親の割合は増加傾向にあり、父親の育児に関する意識に変化がみられています。

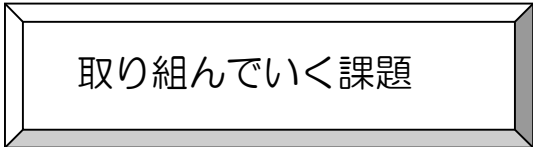
しかしながら、就労している妊婦が増えていることから、妊娠中に母親になるための準備を整える時間が十分にもてないまま出産を迎え、不安を抱えながら育児にあたっている方が少なくありません。

また、精神疾患の治療中に妊娠、出産を迎えたり、精神疾患の既往歴がない方でも、産後にホルモンのバランスの崩れや慣れない育児から「産後うつ」を発症するなど、メンタルヘルスに問題を抱える妊産婦への支援の必要性も高まっています。

このような現状から、佐倉市では、平成28年度に子育て世代包括支援センターを開設し、新たに産後ケア事業を始める等妊娠・出産・周産期から育児期にわたる切れ目のない支援に取り組んでいます。

今後も、出産・育児に関する知識の普及に努め、母親が周囲の育児協力を得ながら、安心して心豊かに、子どもを産み育てられる地域づくりをより一層推進していきます。





取り組んでいく課題

◆市が取り組むこと

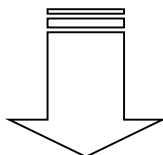
- 健やかな妊娠・出産を迎えるための支援を行います。
- 産前産後をサポートします。
- 支援を必要とする家族への対応を行います。
- 産後うつ等の早期発見・支援のために、医療機関との連携を図ります。

◆市民が取り組むこと

- 妊娠・出産・育児について家族で積極的に学びます。
- 妊娠中の健康管理に気をつけます。
- 妊娠中・育児中に、困った時や不安になった時には相談します。
- 妊娠中・授乳中は、飲酒・喫煙をしません。

◆地域や社会が取り組むこと

- 妊婦とその家庭を、職場や地域で応援します。
- 妊娠中・育児中の親子を孤立させないよう地域で声をかけあいます。



市民の皆様への提案 … “こんなことからやってみよう！”

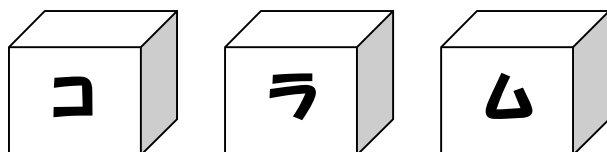
- マタニティクラスやパパママクラスに参加してみましょう。
- 妊娠中・授乳中の禁酒・禁煙に家族みんなで取り組みましょう。
- 妊婦健康診査を定期的に受け、検査の結果に関心を持ち、健康管理に役立てましょう。
- 出産前から、産後のイメージを家族で共有しておきましょう。
- 父親・家族は、育児や家事に積極的に参加しましょう。
- 困った時や不安になった時には子育て世代包括支援センターに相談しましょう。

健康増進課では、こんなことに取り組みます！

- 健やかな妊娠・出産のための知識の普及啓発や、教育の場を提供します。
(マタニティクラス、パパママクラス、妊娠届出、転入時別冊交換時の妊婦面接)
- 妊娠・出産に関する相談を充実させます。
(妊娠届出・転入時別冊交換時の妊婦面接、妊産婦訪問、電話相談・支援、不妊・不育や望まない妊娠に関する相談)
- 妊娠中・授乳中の方に、飲酒・喫煙の健康への害や禁煙の知識について普及啓発します。(妊娠届出・転入時別冊交換時の妊婦面接、妊産婦・乳児家庭訪問、乳児家庭全戸訪問事業、マタニティクラス・パパママクラス、乳児相談)
- 医療機関等と連携し、支援を要する家族にタイムリーな対応を行います。
(妊産婦訪問、乳児家庭訪問、未熟児訪問、乳児家庭全戸訪問事業、医療機関に特定妊婦の情報提供について依頼、産婦健康診査)
- 妊産婦が妊娠中及び産後に受診する健康診査について、公費助成を行い必要性を啓発します。
(妊婦一般健康診査受診票の交付、産婦健康診査受診票の交付、妊娠届出、転入時別冊交換時の妊婦面接、マタニティクラス)
- 産前・産後サポート事業を実施します。

市役所関係課・関係機関では、こんなことに取り組みます！

- 産後ケア事業、ママのこころの相談等を実施します。(子育て支援課)
- 一時預かり事業を継続して実施します。(子育て支援課)
- 「子育て支援ガイドブック」を作成し、配布します。(子育て支援課)
- 公立保育園において、妊娠期の保護者対象の保育体験を実施します。
(子育て支援課)
- 公民館親子教室にて育児への理解の推進を図ります。
(公民館)
- 中学生を対象とした早期の子育て理解講座を開催します。
(社会教育課)
- 子育て中の方も、市の事業に参加しやすくなるよう、託児サービスを充実します。(自治人権推進課)



子育て世代包括支援センターを知っていますか？

子育てに関する総合相談窓口です。実施場所には、保健師や保育士などの専門家を配置し、妊娠から子育てまでの確かなアドバイスをすることで、必要な支援（サービス）につなげます。

また、妊娠の届出時や転入の手続きの際には、すべての妊婦さんに面接し、一人ひとりの困りごとの相談に応じながら「ケアプラン」を提示し、必要に応じて産後ケア事業を勧める等、健やかに出産が迎えられるよう支援します。

【実施場所】

市役所子育て支援課、健康管理センター、西部保健センター、南部保健センター、志津北部地域子育て世代包括支援センター

働きながらお母さんになる方へ

働きながら子育てをする女性が増えています。「赤ちゃんが生まれる！」という嬉しい気持ちがある一方、仕事を続けながら妊娠・出産・育児を迎えることの不安を抱えながら過ごしているかと思います。

産前産後休業や育児休業等、働く女性の制度は色々あります。妊娠をしたら、出産予定日や休業の予定を早めに職場に伝えましょう。立ち仕事などからだに負担がかかる場合は、職務内容を相談してみましょう。

◎「母性健康管理指導事項連絡カード」を知っていますか？

医師等から、つわりやむくみなどの症状に対応して勤務時間の短縮や作業の制限が必要と言われた場合、指導事項を会社にきちんと伝えることができるよう、医師等に記入をしてもらい、会社に提出するものです。ほとんどの母子健康手帳に様式が記載されているので、それをコピーして使用できます。

Ⅱ－1 妊娠・出産・周産期の現状と目標

No.	目標項目	策定時の値(H24)	策定時の目標値(H34)	現状値(H29)	達成度※	新たな目標値(H34)	
1	育児に参加する父親の割合	83.0%	増加	84.0%	◎	新規指標2に変更	
2	夫の育児協力が満足している人の割合	79.6%	増加	79.2%	▼	新規指標2に変更	
3	新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問を受けた人の割合	87.3%	94.0%	93.5%	○	—	
4	妊娠11週以下での妊娠届け出の割合	87.6%	95.0%	91.4%	○	—	
5	妊娠中の飲酒と喫煙の割合	妊娠中飲酒していた母親	13.3%	0%	5.0%	○	—
		妊娠中の母親の前で吸っていた家族	21.4%	0%	12.4%	○	—
		妊娠中に喫煙していた母親	5.4%	0%	2.4%	○	—
6	市または病院のマタニティクラスを受講した人の割合	83.6%	増加	78.3%	▼	—	
新1	妊娠・出産について満足している人の割合	—	—	81.1%	—	86.0%	
新2	積極的に育児をしている父親の割合	—	—	61.1%	—	66.0%	

※達成度

「◎」…現状値が目標値に達した

「○」…現状値が目標値に達していないが改善が見られた

「△」…現状が変わらない

「▼」…現状値が悪化している

「—」…現時点では評価できない

II-2

健康管理

～生活習慣の改善と事故予防対策

めざす姿

栄養・運動・事故防止に心がけて、
健やかに子どもを育てよう！

趣旨

子どもが健やかに育つためには、健康な生活習慣（栄養・運動・休養）を身につけると同時に、安心・安全な環境づくりが重要です。

佐倉市では、「健康さくら21（第2次）」の中で「肥満傾向にある子どもの割合を減らす」という目標を掲げ、取り組んできました。その結果、女子では改善がみられましたが、男子においては、肥満傾向にある子どもの割合が増加している傾向にあります。

また、夜10時以降に就寝する小学生が年齢の上昇に伴って大幅に増えていることや、外遊びをしない幼児・小学生の割合が増加していることなど、生活習慣に関する問題や健康づくりの意識を高めることが重要になっています。

風呂場における事故防止をしている家庭の割合については、改善してきていますが、35.4%とまだ半分にも満たない状況です。今後も啓発を続けていく必要があります。

これら、食生活の充実や、子どもの事故防止対策、生活習慣の改善、健康づくりの意識を高める取り組みを進めていくことで、健やかに子どもを育てることのできる地域・家庭環境を実現します。



取り組んでいく課題

◆市が取り組むこと

- 乳幼児期から食の体験を積み重ねていけるよう支援するとともに、適切な栄養をとるために必要な知識、技術について情報を発信します。
- 風呂場での溺水等、事故防止対策について、普及啓発します。
- 子どもの健康管理の支援を行います。
- 正しい生活習慣を身につけるために必要な知識を広めます。

◆市民が取り組むこと

- 家族そろって食事をする機会を増やします。
- 幼児期から、正しい生活習慣を身につけます。
- 子どもの疾病や治療、健康診査についての理解を深め、小児医療機関を適切に利用するようにします。
- 適切な時期に予防接種を受けます。
- 幼児期から外遊びを増やし、健康な運動習慣を意識的に身につけます。
- かかりつけ医をもち、健康に関する相談先を適切に利用できるようにします。
- 風呂場のドアにはカギを付ける等の事故防止の対策を実行します。

◆地域や社会が取り組むこと

- 食生活改善推進員とともに、自主サークル等の活動で勉強会や調理実習を行い、子どもの食についての知識向上に努めます。
- 地域開催のイベントでは、子どものスポーツの機会を増やします。
- 各種イベントに出前健康講座を活用し、地域での健康づくりの意識を高めます。
- 公共の場所等での事故防止の対策を実行します。

市民の皆様への提案 … “こんなことからやってみよう！”

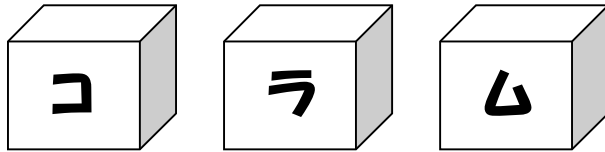
- 親子一緒に食事を作ったり準備したり、食卓づくりをしましょう。
- 親子で、生活リズムを意識して整えましょう。
- かかりつけの小児科医をもちましょう。
- 「こうほう佐倉」、ホームページ、ケーブルテレビを活用し予防接種、健康診査等の健康情報を入手しましょう。
- 家庭内の事故予防対策を実践しましょう。
- 地域のスポーツ活動に、子どもと積極的に参加しましょう。
- 予防接種で予防できる病気を知り、接種の必要性を理解しましょう。

健康増進課では、こんなことに取り組みます！

- 子どもの食に関する情報を発信します。
(マタニティクラス、乳児相談、もぐもぐ教室、幼児健診、出前健康講座)
- 子どもの健康管理について学ぶ機会を提供し、正しい知識を普及します。
(マタニティクラス、乳児相談、もぐもぐ教室、幼児健診、出前健康講座)
- 健診・相談体制を整えるとともに、未受診者への勧奨を行います。
(乳児一般健康診査、乳児相談、幼児健診、未受診者への勧奨)
- 予防接種に関する正しい知識を普及し、勧奨を行います。
(マタニティクラス、乳児相談、幼児健診、広報等への掲載、未接種者への勧奨)
- 医療機関について情報を提供し、かかりつけ医制を推奨します。
(健康カレンダーの配布、広報等への掲載、乳児家庭全戸訪問事業、乳児相談、幼児健診)
- 家庭における事故予防に関する学習の機会と情報を提供します。
(乳児相談、もぐもぐ教室、幼児健診、出前健康講座)

市役所関係課・関係機関では、こんなことに取り組みます！

- 外遊びが安心してできるための環境整備を行います。
(公園緑地課)
- 安心して学び遊べる場所や機会についての情報提供と「子育て支援ガイドブック」を作成し、配布します。
(子育て支援課)
- 学校開放の推進、各学校で実態に応じた日常的な体力づくりを行います。(指導課、社会教育課)
- 早寝・早起き・朝ごはん運動の推進を図ります。(指導課)
- 保育園の給食レシピの紹介や育児相談を実施します。(子育て支援課)



「早寝早起き朝ごはん」で生活リズムづくり

ライフスタイルの多様化などにより、子どもたちの生活習慣の乱れが、体力・気力の低下や肥満の要因としてあげられています。「早寝早起き朝ごはん」の効果を知って実践しましょう！

早寝 = 睡眠の効果

睡眠には心身の疲労を回復させる働きのほかに、脳やからだを成長させる働きがあります。午後9時ごろには就寝させるように心がけましょう。

早起き = 朝の光の効果

朝の光を浴びると、脳の覚醒を促す脳内ホルモンであるセロトニンが活発に分泌されます。セロトニンは集中力を上げ、活動に適したからだにしてくれます。セロトニン分泌は、夜寝ているときにはなく、朝起きると始まるので、陽の光を浴びてからだを起こしましょう。

朝ごはん = 脳のエネルギー効果

脳のエネルギー源はブドウ糖です。ブドウ糖は体内に大量に蓄えておくことができず、すぐ不足してしまいます。また寝ている間もエネルギーを使っているため、朝にはエネルギーや必要な栄養素が少なくなっています。

朝ごはんではブドウ糖をはじめとする様々な栄養素を補給し、脳が元気に働けるようにしましょう。



かかりつけ小児科医をもちましょう

何でも遠慮なく相談できるかかりつけの小児科医をもちましょう。赤ちゃんの病気は急に発症することがほとんどなので、近所であればなお安心です。健診や予防接種もかかりつけの小児科で受けましょう。「その子のいつもの状態」を知っている医師であれば、病気の程度の判断も、よりの確にできます。

Ⅱ-2 健康管理の現状と目標

No.	目標項目		策定時の 値(H24)	策定時の 目標値 (H34)	現状値 (H29)	達成度 ※	新たな 目標値 (H34)
1	健康づくりのために栄養や食事について考えていない保護者の割合	幼児の保護者	2.2%	0%	0.4%	○	—
		小学生の保護者	5.6%	0%	0.3%	○	—
2	朝食を食べない幼児・小学生の割合	幼児	0.4%	0%	0.4%	△	—
		小学生	0.6%	0%	0.3%	○	—
3	おやつを目的を理解している幼児の保護者の割合		20.4%	増加	22.7%	◎	—
4	夜10時までに就寝する幼児・小学生の割合	幼児	93.5%	100%	97.5%	○	増加
		小学生	94.1%	100%	90.4%	▼	増加
5	肥満傾向にある子どもの割合	男子	3.3%	減少	4.5%	▼	—
		女子	3.4%	減少	2.5%	◎	—
6	外遊びをしない幼児・小学生の割合		11.5%	減少	13.8%	▼	—
7	運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合	男子	81.1%	増加	—	—	新規指標 1に変更
		女子	67.8%	増加	—	—	
8	風呂場の事故防止のために、子どもがドアを開けられないように工夫している家庭の割合(1歳児)		30.8%	増加	35.4%	◎	—
9	心肺蘇生法を実施できる保護者の割合	習った経験のある乳幼児の保護者	59.6%	増加	70.2%	◎	—
		うち、心肺蘇生法を行う自信のある乳幼児の保護者	10.9%	増加	7.3%	▼	—
10	チャイルドシート着用の割合		97.2%	100%	97.3%	△	—
11	かかりつけの小児科医をもつ人の割合		94.3%	100%	92.6%	▼	—
12	BCGを1歳までに受ける人の割合		95.7% (事業実績値)	100%	101.4% (事業実績値)	◎	—

No.	目標項目		策定時の 値 (H24)	策定時の 目標値 (H34)	現状値 (H29)	達成度 ※	新たな 目標値 (H34)
13	麻疹・風しんの 予防接種を終 了している人の 割合	第1期	97.9% (事業実績値)	100%	102.3% (事業実績値)	◎	新規指標 3に変更
		第2期	95.7% (事業実績値)	100%	94.3% (事業実績値)	○	
14	1歳6か月児健診、3歳児健診に 満足している保護者の割合		64.4%	増加	74.8%	◎	—
新 1	学校の運動部や 地域のスポーツ クラブに入っ ている子ども の割合(スポー ツ少年団を含 む)	男子	—	—	76.6%	—	増加
		女子	—	—	62.8%	—	増加
新 2	1歳6か月までに四種混合(ジフ テリア・百日せき・破傷風・ポリ オ)の予防接種(1期初回)を終 了している人の割合		—	—	97.2%	—	増加
新 3	1歳6か月までに麻疹風しんの 予防接種を終了している人の割合		—	—	88.9%	—	増加

※達成度

「◎」…現状値が目標値に達した

「○」…現状値が目標値に達していないが改善が見られた

「△」…現状が変わらない

「▼」…現状値が悪化している

「—」…現時点では評価できない

Ⅱ-3 育児

～育児の負担・不安の軽減

めざす姿

負担・不安を減らして、みんなで育児を楽しもう！

趣旨

都市化や核家族化が進み、子育て経験の継承が難しくなったり、子育てを支える環境が大きく変化しています。また、共働き世帯の増加や働き方が変化しているにもかかわらず、依然として“育児は母親の役割”とする意識が残っているため、育児に対する母親の負担感が増しています。

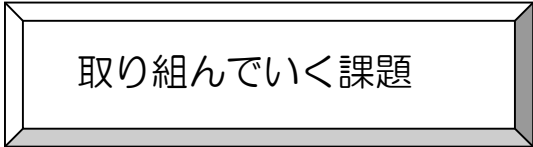
さらに、育児情報が氾濫する中で、正しい情報、自分に合った情報を取捨選択することができずに、悩んでいる母親は少なくありません。

こうした状況のもと、佐倉市では、育児に自信がもてない保護者の割合が、48.1%と高く、また、“近所に育児について話し合える友人がいる”とする保護者の割合が、減少傾向にある（平成23年度市民健康意識調査75.5%→平成29年度65.8%）など、育児不安の軽減、母子の孤立防止が課題となっています。

このことを踏まえ、育児に関する正しい情報を伝達し、孤立しない育児のための交流の場を提供したり、必要な方には保健師が継続支援を行うなど、育児の不安感や負担感を軽減する取り組みを進めていきます。

併せて、障害のある保護者や経済的困窮など様々な問題を抱える家庭には、関係機関が連携を図りながら支援を行い、児童虐待の防止に努めます。





取り組んでいく課題

◆市が取り組むこと

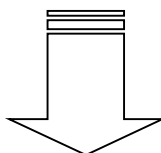
- 孤立しない育児のための知識の普及啓発や、交流の場を提供します。
- 育児に関する情報を積極的に収集し、配信します。
- 育児に関する地域活動への支援を行います。
- 虐待予防を推進します。
- 育てにくさを感じる保護者の相談に応じ、必要な支援を行います。

◆市民が取り組むこと

- 父親が積極的に育児に参加します。
- 育児に関する不安や悩みを一人で抱え込まないようにします。
- 地域で親子が孤立しないよう、声をかけたり、サポートをします。

◆地域や社会が取り組むこと

- 親子が孤立しないように声をかけるなど、サポートをします。
- 世代間で交流できる機会づくりに努めます。



市民の皆様への提案 … “こんなことからやってみよう！”

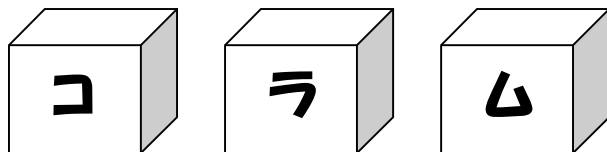
- 夫婦で育児について話し合う機会をもつように心がけましょう。
- 夫婦は互いの声に耳を傾け、ねぎらいの言葉をかけ合いましょう。
- ご近所にママ友をもちましょう。
- 児童センターや保育園の園庭開放に顔を出してみましょう。
- パパやママが子育てサークルに参加してみましょう。
- 一人で悩まずに、まずは保健センター等の相談機関を利用してみましょ

健康増進課では、こんなことに取り組みます！

- パパ・ママが参加できる事業を開催し、知識の普及啓発や、育児の仲間づくりを支援します。(パパママクラス、ハッピーママスタイル、ビーンズサークル、タイニーエンジェル)
- 体験型学習や相談を通じて、育児に関する不安の軽減を図ります。(マタニティ・パパママクラス、4か月児乳児相談、もぐもぐ教室、幼児健診)
- 子育てサークルへの出前健康講座など、地域の子育ての活動を支援します。(出前健康講座・育児相談)
- 訪問や健診を通じて、児童虐待の早期発見と悪化の防止に努めます。(乳幼児家庭訪問、産婦健康診査、乳児家庭全戸訪問事業、幼児健診、健診未受診者への受診勧奨)
- 育てにくさを感じた時の対処法について、相談に応じ、啓発に努めます。(乳児相談、幼児健診、出前健康講座)
- 発育・発達に課題のある乳幼児を早期に発見し、専門的に対応します。(幼児健診、すくすく発達相談、ことばと発達の相談室、親子教室、5歳児子育て相談)

市役所関係課・関係機関では、こんなことに取り組みます！

- 保育園に地域子育て拠点を整備し、子育て情報の提供・相談と交流の場を設けます。(子育て支援課)
- 児童センター等で親子向け事業を実施します。(子育て支援課)
- 一時預かり事業を実施します。(子育て支援課)
- 地域において、子育てを相互に援助するボランティア団体を応援します。(子育て支援課)
- 家庭教育学級、公民館親子教室などで育児への理解の推進を図ります。(社会教育課、公民館)
- 世代間交流(子どもと高齢者)の場を提供します。(子育て支援課、社会教育課)
- 「子育て支援ガイドブック」を作成し配布します。(子育て支援課)
- 家庭教育に関する情報の提供を行います。(社会教育課)
- 市民公益活動団体の支援を行います。(自治人権推進課)
- 児童虐待防止ネットワーク機能を強化・充実させます。(児童青少年課)
- 小中学校において虐待の早期発見・早期対応に努めます。(指導課)
- 就学時健診における入学説明会の場を活かし、家庭教育について学習する機会を提供します。(社会教育課)



聞き上手のパパになろう！

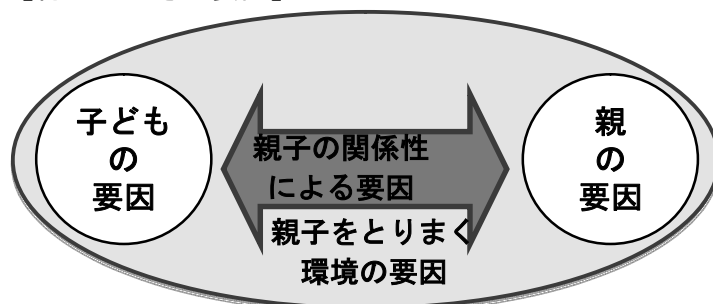
ママが「孤育て」にならないように話をよく聞いてあげましょう。
 つわりでなかなか外出ができなかったり、赤ちゃんが生まれた後も自宅に
 いる時間が長いママにとっては、パパが一番の話し相手になります。
 うなずく、テレビの音を小さくする、目をみる…など理解しようとする
 気持ちは態度や声などのリアクションに表れます。

「うちの子、育てにくいのかも」と思ったら…

子育ては、楽しい時もあれば、つらい時もあるもの。子育てがうまくい
 かない時に、「うちの子、育てにくいのかも…」と思うことはありません
 か。そんな時、親自身が自分のせいではと思ったり、子どものせいでは？
 と思うこともあるかもしれません。

育てにくさとは、子育てに関わる者が感じる育児上の困難感で、その
 背景として、子どもの要因、親の要因、親子関係に関する要因、支援状
 況を含めた環境に関する要因など様々な要素を含みます。育てにくさの
 概念は広く、一部には発達障害等が原因となっている場合等もあります。
 育てにくさを感じた時、一番大事なことは、1人で抱え込まず、どこか
 に相談することです。お住まいの地区の保健センターでは随時相談を受け
 付けています。ぜひご相談ください。

【育てにくさの要因】



育てにくさに寄り添う母子保健のあり方検討ワーキンググループ報告：岡明（東京大学）、小枝達也（鳥取大学）、
 秋山千枝子（あきやま子どもクリニック）、安梅勲江（筑波大学）、水主川純（聖マリアンナ医科大学）

Ⅱ-3 育児の現状と目標

No.	目標項目	策定時の値(H24)	策定時の目標値(H34)	現状値(H29)	達成度※	新たな目標値(H34)
1	子育てに自信がもてない保護者の割合	46.7%	23.0%	48.1%	▼	—
2	子どもを虐待していると思う保護者の割合	9.6%	0%	10.3%	▼	—
3	ゆったりと過ごせる時間がもてる保護者の割合	81.5%	増加	78.9%	▼	—
4	子どもをかわいいと思える保護者の割合	97.4%	100%	98.9%	○	—
5	〔再掲〕育児に参加する父親の割合(Ⅱ-1 妊娠・出産・育児 1)	83.0%	86.0%	84.0%	○	新規指標1に変更
6	〔再掲〕夫の育児協力が満足しているひとの割合(Ⅱ-1 妊娠・出産・育児 2)	79.6%	増加	79.2%	▼	新規指標1に変更
7	育児についての相談相手のいない保護者の割合	1.8%	0.7%	3.5%	▼	—
8	近所に育児について話し合える友人のいる保護者の割合	75.5%	84.0%	65.8%	▼	—
新1	〔再掲〕積極的に育児をしている父親の割合(Ⅱ-1 妊娠・出産・周産期 新2)	—	—	61.1%	—	66.0%
新2	育てにくさを感じたときに対処できる親の割合	—	—	90.2%	—	95.0%

※達成度

「◎」…現状値が目標値に達した

「○」…現状値が目標値に達していないが改善が見られた

「△」…現状が変わらない

「▼」…現状値が悪化している

「—」…現時点では評価できない

Ⅱ-4

思春期

～次世代の健全な育成

めざす姿

若者がいきいきとのびやかに育つ環境をつくろう！

趣旨

子どもから大人への過渡期である「思春期」は、子どもが、精神的・身体的に成長・発達していく重要な時期であるとともに、内面では大人と子どもの両面をもっている時期でもあります。保護者をはじめとして周囲の大人たちが、思春期の特性を十分理解したうえで接することが大切な時期です。

平成23年度の市民健康意識調査では、中・高校生に対して、自己肯定感に関する質問をしたところ、自分のことを好きかという質問に、「とても好き」、「まあまあ好き」と答えた割合は、男子42.0%、女子28.7%であり、平成29年度の市民健康意識調査では、男子50.6%、女子43.8%と男女とも増加しています。

自尊感情、自己肯定感の低い子どもたちは、自尊感情を保とうとして、自分より弱い立場の他者に対する『いじめ』という形に向かったり、自分を守るために、不登校やひきこもりなどによって、社会との接点をもたなくなることもあります。自尊感情が高められないまま成人し、繰り返し問題を起こしてしまう可能性や、親になった時に子育てに自信が持てなくなってしまう可能性もあります。

こうしたことを踏まえ、次世代を担う若者たちが、自分のよさに気付き、自信をもって、失敗や挫折を恐れず前向きに生き抜いていけるよう、いきいきと輝き、のびやかに育つ地域づくりを目指します。



取り組んでいく課題

◆市が取り組むこと

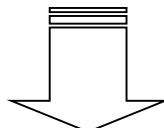
- 生命を尊重し、自分のところとからだを大切にする人を増やします。
- 保護者など大人向けに性に関する正しい知識の普及に努めます。
- 小・中学生を対象に薬物乱用の有害性について正しい知識をもち、自ら正しい判断ができるよう普及啓発します。

◆市民が取り組むこと

- 命の大切さについて考えて、自分や周りの人を大切にします。
- 未成年者には、ぜったい酒をすすめません。
- 子どもの前では、タバコは吸いません。
- 性感染症や薬物使用の有害性について学びます。

◆地域や社会が取り組むこと

- 近隣・顔見知り同士、顔を合わせたらあいさつを交わします。
- 未成年者の飲酒、喫煙は法律で禁止されていることを社会全体で認識します。
- 未成年者に酒、タバコを販売しないことを徹底します。
- 地域や学区住民による、あいさつ運動、登下校時のパトロールを通して、子どもたちを見守る環境をつくれます。



市民の皆様への提案 … “こんなことからやってみよう！”

- 普段から家族みんなで食事をし、子どもとの会話を楽しみましょう。
- 大人は、地域の子どもの関心をもって見守り、普段から挨拶をし、声をかけるようにしましょう。
- 子どものやる気を育み、子ども自身の自己評価を高めるために、「ありがとう」「うれしい」などの気持ちを言葉で素直に伝え、褒めて育てましょう。
- 未成年者は、飲酒、喫煙、シンナーや薬物には、絶対に手を出さない固い意思をもち、誘われても毅然とした態度できっぱり断りましょう。
- 子どもも大人も、性感染症とその予防に関心を持ちましょう。

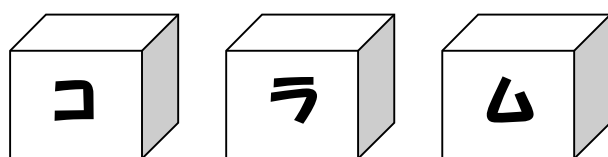
健康増進課では、こんなことに取り組みます！

- 健康増進課と教育委員会の連携を強化し、思春期保健対策を推進します。（養護教諭研修会への出席）
- 養護教諭、教員と協力し、親子の結びつき、生命の大切さについて、普及啓発に努めます。（保健授業の協働実施）
- 子宮がんに関する正しい知識について普及啓発します。
（出前健康講座、健康教育）
- 妊婦ジャケットや沐浴人形など、健康教育教材の活用を推進します。
（健康教育教材の貸与、健康教育）
- 思春期の健康問題に対処するための相談機関を広く周知します。
（大学での啓発、予期せぬ妊娠の相談窓口を周知、広報等への掲載）
- 飲酒、喫煙、薬物の健康への影響について、正しい知識を普及啓発します。
（出前健康講座、健康教育、広報等への掲載、リーフレットの配布）
- NPO法人、ボランティア団体、市民公益活動団体等、幅広く地域組織への普及啓発に取り組みます。
（健康教育、地区組織との情報共有）

市役所関係課・関係機関では、こんなことに取り組みます！

- 中学生を対象とした早期の子育て理解講座を開催します。
（社会教育課）
- 青少年に対し、薬物の危険性などに関する普及啓発活動を行い、薬物の乱用防止に努めます。
（児童青少年課、社会福祉課、指導課）
- 小中学校で、飲酒・喫煙の健康への影響について正しい知識を普及啓発します。（指導課）
- 中学校で、性感染症や妊娠について正しい知識を普及啓発します。
（指導課）
- 小学校で、生命を大切に身近な人々との交流や自分に自信をもって生活できるよう努めます。（指導課）

- 自治会などの地域活動、親子行事への側面支援を行います。
(自治人権推進課)
- 地域で子どもたちの安全を見守る「アイアイプロジェクト活動」を推進します。(学務課)
- 小中学校に講師を派遣し、児童生徒、保護者、地域住民と一緒に『人権』について考え、自分自身の行動に生かせるような「出前人権講座」を実施します。(自治人権推進課)



「自尊感情・自己肯定感」って、なあに？

自尊感情とは、自分自身をどれだけ、価値ある優れた存在としてとらえているのか、その感情や態度を意味します。「よいところも悪いところも含めて、自分が好き」という感情です。

自己肯定感とは、自分の考えや行為を肯定的にとらえることです。どちらも、子ども自身が、自分のよさに気づき、自信をもつことによって、新たなことや困難なことにも挑戦しようとする意欲を高めることにつながります。

危険な薬物乱用！大人も子どもも断る勇気をもとう！

薬物乱用とは、社会のルールからはずれた方法や目的で、薬物を使うことです。病気などの治療に使う医薬品も、治療の目的以外に使えば乱用になります。覚醒剤などの違法薬物は、1回だけの使用であっても犯罪です。

厚生労働省では、『薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」』と呼びかけています。なぜ、薬物乱用が「ダメ」なのかというと、からだにもこころにも有害だからです。薬物を乱用すると、脳をはじめ内臓や神経の働きが壊れます。依存性があり、繰り返し使いたくなります。一度、ダメージを受けた脳は、決して元の状態には戻りません。

私たちの脳は、20歳頃まで成長するといわれています。とくに、小学生、中学生、高校生の時期は、心身ともに発達する時です。この時期に薬物を乱用すると、脳やからだの成長がストップし、感情のコントロールができなくなるなど、心身の発達がそこなわれ、周囲とのコミュニケーションもできなくなってしまいます。

大人も子どもも、薬物についての正しい知識をもつことがその乱用防止の第一歩です。薬物に近づかないこと、そして、薬物が近づいてきても断る勇気もちましょう。

参考：厚生労働省『薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」』

Ⅱ-4 思春期の現状と目標

No.	目標項目	策定時の値(H24)	策定時の目標値(H34)	現状値(H29)	達成度※	新たな目標値(H34)	
1	シンナー・薬物使用を勧められたとき、断る自信のある中・高校生の割合	79.9%	100%	78.0%	▼	増加	
2	シンナー・薬物使用の有害性について、知っている中・高校生の割合	習慣性中学生男子	96.3%	100%	95.8%	▼	増加
		習慣性中学生女子	98.4%	100%	95.8%	▼	増加
		習慣性高校生男子	94.4%	100%	96.8%	○	増加
		習慣性高校生女子	98.3%	100%	98.5%	○	増加
		脳や肝臓を破壊中学生男子	83.9%	100%	84.5%	○	増加
		脳や肝臓を破壊中学生女子	95.1%	100%	93.8%	▼	増加
		脳や肝臓を破壊高校生男子	85.9%	100%	94.2%	○	増加
		脳や肝臓を破壊高校生女子	91.7%	100%	93.4%	○	増加
		幻覚・幻聴中学生男子	92.5%	100%	90.1%	▼	増加
		幻覚・幻聴中学生女子	98.4%	100%	89.6%	▼	増加
		幻覚・幻聴高校生男子	94.4%	100%	96.8%	○	増加
		幻覚・幻聴高校生女子	98.7%	100%	98.5%	▼	増加
		3	避妊法を正確に知っている高校生の割合	「知っている」高校生男子	65.0%	増加	85.3%
「知っている」高校生女子	82.2%			増加	91.2%	◎	—

No.	目標項目	策定時の値(H24)	策定時の目標値(H34)	現状値(H29)	達成度※	新たな目標値(H34)	
4	性感染症を正確に知っている高校生の割合	エイズ	96.8%	増加	93.9%	▼	—
		クラミジア	51.4%	増加	47.7%	▼	—
		梅毒	18.4%	増加	32.4%	◎	—
		淋病	22.1%	増加	17.4%	▼	—
		性器ヘルペス	34.6%	増加	22.9%	▼	—
		尖形コンジローム	13.8%	増加	9.5%	▼	—
5	性についてオープンに話せる家庭の割合	32.9%	増加	31.6%	▼	—	
6	子どもから性に関する悩みや質問を受けたときにきちんと答えられる保護者の割合	幼児保護者	34.7%	増加	40.3%	◎	—
		小学生保護者	44.2%	増加	48.8%	◎	—
7	自己肯定感をもてる中・高校生の割合	男子	42.0%	増加	50.6%	◎	—
		女子	28.7%	増加	43.8%	◎	—
8	育児に関して肯定的な意見をもつ中・高校生の割合	男子	64.2%	増加	67.8%	◎	—
		女子	76.6%	増加	75.2%	▼	—
9	子育ては地域ぐるみで行うべきだと考える成人の割合	85.2%	増加	82.4%	▼	—	
10	近所の人と会ったときに挨拶をする中・高校生の割合	93.0%	増加	90.7%	▼	—	

※達成度

「◎」…現状値が目標値に達した

「○」…現状値が目標値に達していないが改善が見られた

「△」…現状が変わらない

「▼」…現状値が悪化している

「—」…現時点では評価できない