

### 第3次ながおかヘルシープラン21 策定・推進連絡会議検討結果一覧

#### 【栄養・食生活】

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【子ども・子育て課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1.6歳児健診、3歳児健診では生活リズムの話を取り取りする。赤ちゃん相談では栄養士への相談もでき、悩み解決の場にもなっている。</li> <li>・家庭の事情は様々で、共働き世帯も多く夜9時までに寝れない子も多い。</li> <li>・妊婦や0歳児対象のままナビを10か所に委託している。ままのまカフェなど、栄養士の講話や生活リズム・離乳食についての相談が多い。</li> </ul> <p><b>【健康づくり認定サポーター】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童クラブに勤務しており、週末はスポーツジムに通い、こどもと走れる体力づくりをしている。</li> <li>・児童館で子どもたちを見ていて、食が細い女の子が多い印象を持つ。体が細い子も多い。家ではゲームなどをして過ごすことが多いようで、おなかが空きにくい生活リズムもあるのかもしれない。</li> </ul> <p><b>【析尾支所】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・赤ちゃんの栄養・離乳食相談から、大人の健診後の相談まで受ける。70～80代が多い。</li> <li>・健診などに来ない人には訪問指導も実施している。母推は基本の離乳食、食推では地域講座を行う。</li> <li>・コミセンでは運動や栄養などヘルスアップセミナーが人気。骨測定イベントなどでは、若いママに悪い結果が多くみられる。家族の食生活にも繋がるため、啓発が必要。</li> </ul> <p><b>【食生活改善推進委員】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市からの委託事業である食育推進料理教室をコミセンで実施。全国組織であるため、国や県からの委託事業も協力している。(骨太料理、男性、郷土料理など)</li> <li>・自主活動として、血管年齢測定や骨密度測定など、イベントでの適塩みそ汁の試飲など高齢者向けに出前減塩PRを実施している</li> </ul> <p><b>【健康増進課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食推さんの委託事業の依頼や、研修のサポートなど行うほか、市民向けの料理教室や保育園講座、児童館講座などの実施。今後は減塩と青壮年期への啓発に力を入れたい。</li> <li>・健康出前講座などを実施している。意識が高い人が集まりがちで、若い人の集客など、SNSの活用など、どのように周知して広げるのがいいのか模索している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各団体ともに、共通の悩みが青壮年期や男性への働きかけに苦慮している。(優先課題となる)</li> <li>親子や青壮年期における多忙感があるので、講座の時間や曜日、SNSの活用など検討が必要。</li> <li>高齢男性の地域との繋ぎの薄さ、コミュニケーションのきっかけをどう作るかが課題。</li> <li>若年層も機会があれば聞いてくれる。どのように出向くか、入り込むかが課題。</li> <li>・食推会員の新規入会者に若い人が入らないため、世代交代とならない。会を維持継続していきたい。</li> <li>・認定サポーターから、食生活改善推進委員養成教室の拘束時間の長さについて指摘があった。半日開催にするなど、工夫が必要。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校給食献立商品化について、知らずに買って食べていけば健康に繋がるような取組や商品開発に期待がもたれていた。(適塩だしパックの販売など)</li> </ul>

【身体活動・運動】

日頃の取組について	課題	その他
<p>①青年期の女性の運動習慣の低さ ②高齢期の転倒経験者の増加 体を動かしていても効果的な運動ができていない この2点を重点に意見交換。</p> <p>【学校教育課】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学校単位で自校の取り組みをしている。体力テストは全国、新潟県よりも上回っているが、前年に比べると下がっている。コロナ禍の影響も大きい。種目別ではシャトルラン、50m走は少し回復しているが俊敏性は下がっている。今後、急激な少子化の進展によるスポーツ環境の変化により、スポーツをする子が減り、運動習慣の減少や、体力低下が考えられる。元気な体の基盤作りを小中学校でしていく必要がある。</li> </ul> <p>【スポーツ協会】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>小・中でスポーツをしている子は微減で、運動習慣のある子どもの数は変化していない。</li> <li>部活で運動を選択する理由として友達と一緒になどがあ。中学校の卓球部員は450～500名うち「部活でなかったら選択していたか」との問いに「選択する」と答えたのは40人程度と少なかったことから学校での部活が運動の習慣化には必要。</li> <li>女性の場合、中学生で部活がなくなると高校でも運動部を選択することは少ない、すると運動習慣がなくなる。</li> </ul> <p>【健康増進課】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>地区に行くとも運動をする女性は高齢になってまた増える印象。逆に男性は高齢になると運動習慣がなくなる傾向がある印象。現状・課題として青年期の女性の運動習慣の低さについてはどんな取り組みをしているか。</li> </ul> <p>⇒（スポーツ振興課）20～30代の女性の運動については子育て、働き盛りの年代、託児付きイベントを実施する。子供がいても気軽に楽しめるように、ヨガ・ピラティスなどで身体を戻す、整えるようなプログラムを考えている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>急激な少子化の進展によるスポーツ環境の変化により、スポーツをする子が減り、運動習慣の減少や、体力低下が考えられる。</li> <li>小学生の遊び場の確保。公園の有効活用とそのために見守りができる体制づくり。集団遊びの重要性</li> <li>こどもの頃から運動習慣を身に着けるとしても、送迎できる家庭・できない家庭、経済的に通わせられる家庭・そうでない家庭など、きっかけを与えられる・与えられないの差がある。そこが健康格差となっているが部活動が移行することでそこが広がる可能性がある。</li> <li>青年期の女性の運動習慣について、女性の場合は高校生で運動人口が減り、高齢期になるとグッと増える傾向がある。</li> <li>近いから行ってみよう</li> </ul>	<p>【連携できそうなこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体育館の利用者として高齢者にスポットをあてて、体育館を会場に健康づくりについて教室を開催する。</li> <li>スポーツ協会から講師の紹介をしていただき、転倒予防のコーディネーショントレーニング方法を介護予防講師や運動指導員が学ぶことで広く啓発することができる。</li> <li>休日の中学校部活動の地域移行に加え、子どもたちの多様なニーズに応えるため、ジュニア活動環境の全体構想をまとめ、層の厚い様々な活動環境を整備します。</li> </ul>

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【中之島支所地域振興・市民生活課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・男性がなかなかイベントは来ない。性差か、男性は黙々と一人で体育館のジムに行って運動している。体育館の利用率はどうか。</li> </ul> <p>⇒（スポーツ振興課）年代別、性別など細かい分析は現在できておらず利用者の増減のみ。細かい分析は今後必要だが、体育館ごとで分析データの情報収集の仕方が異なり、すぐには難しい。・個の時代、近いからだけで人が集まらなくなった。自分にメリットがあるかどうか。楽しみとして捉えてもらえるか、周知の仕方にも工夫が必要。高齢者は体育館の場所も知らない人もいる。体育館とコラボして体育館で何ができるかを知ってもらい健康づくりをして行けたら、そこでスポ協さんなどと連携したい。楽しさはスポ協さんに提供してもらい、健康づくりは健康課が担当するなど</p> <p>⇒（スポーツ協会） スポーツレクリエーションは強い。やれることはたくさんある</p> <p><b>【長岡市出雲崎町小・中学校 PTA 連合会】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者のソフトボール・インディアカの大会は今年で最後となった。保護者の交流の機会として良いものだったが、参加チーム数も年々減少してきた。今年所属校 83 校中ソフトボール大会 27 校、インディアカ大会 25 校が出場した。参加チーム数の減少、参加するチームの地域の偏り、時間の調整がなかなか難しいこと等が廃止の理由。</li> <li>・部活動の地域移行の取組は、子どもにとって自分がやりたいことを選択肢が広がり良いことだが、活動場所への送迎の問題は大きい。</li> <li>・運動に取組む環境としては学校の役割も大きく、例えば表町小学校では、海の学校で伝統行事として遠泳があるので、練習を重ね自然と泳げるようになる。</li> <li>・中学の部活動での経験も勝つだけでなく体験することが大切。+αができるかは家庭環境によることが大きくなり、健康格差が生まれる可能性がある。</li> </ul> <p><b>【健康づくり認定サポーター】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京の公園は子供たちでにぎわっているが長岡の公園は子供がいない気がする。</li> <li>・高齢者は自分の事は自分でやればいけれど、子供についてはもっとなんとかしないと。</li> <li>・7、8 月は暑いので運動を休むことが多い。食べ物はタンパク質の取り方を 3 食まんべんなく食べるとか、運動は週 1 回はするようにしているが、情報が入らないと実践できない。情報共有の仕方足りないところもあるのではないかと。</li> <li>・転倒しても骨折しない体づくりが大切。</li> </ul>	<p>はなく、自分にメリットがあるかどうか、楽しいかどうかイベント参加の判断基準になっている。いかに楽しさをアピールして健康につなげていくか。それぞれの課の強みを生かして横に繋がって実施する企画が必要。</p>	

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【スポーツ協会】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 児童クラブも建物に対して子供の人数が多かったり、遊べる場所が限られて思い切り遊ぶ事は難しい。安全の確保と大胆な運動の境界が難しい。見守るサポーターがいて、公園で遊ぶ環境があればもっと公園を活用できるのかもしれない。</li> <li>・ 落ち着きのない子供が多い。小1ギャップを作っているのは、じゃれあい遊び、外遊びが少なくなったことが原因。それは研究されエビデンスもある。子供のころに前庭や三半規管にたくさん刺激が入らないと落ち着きがなくなってしまう。</li> <li>・ 高齢者はコーディネーショントレーニングで転倒予防ができる。研究されている先生がいらっしゃる。介護予防の指導者の養成などでお手伝いできるかもしれない。</li> </ul>		

【休養・睡眠、飲酒・喫煙】

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【助産師会】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ぐんぐんのままのまカフェで双子ママの相談会を実施している。双子の育児は小刻み睡眠が多く睡眠時間4～5時間の方が多い。</li> <li>・無料育児相談やパパママサークルでは家族構成を聞いて祖父母の支援を受けるのも方法の一つだとアドバイスしている。</li> <li>・ままのまカフェなどで祖父母に向けた育児講座を開くこともある。</li> <li>・国が進めている産後ケア事業について、各家庭を訪問する形であるアウトリーチ型を、長岡市内の希望されたすべての妊産婦に実施できるよう、要望書を提出している。</li> <li>・妊娠届で妊婦の飲酒歴を聞き1.9%と数値が出ているが妊産婦訪問では飲酒をしていると聞いたことはない。実態はどうか不明。</li> <li>・喫煙については入院中でもやめられず吸っている妊産婦はいる。</li> </ul> <p><b>【長寿はつらつ課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・休養、睡眠をしっかりとるには日中の活動が大切。日中に出る場や自分の役割を持てるよう総合事業等を展開している。元気な高齢者が増えることで妊産婦や育児の支援ができるとよいと思う。</li> <li>・子どもと高齢者の相性はよい。社福法人などで子どもと高齢者が触れ合う機会を作っているところもあると聞いている。</li> </ul> <p><b>【山古志支所】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・山古志支所は高齢化率55%。高齢者が高齢者を見守っている状況。人の世話になることに抵抗のある人や外に出ることに抵抗のある人が多い。</li> <li>・若者のIターンを促すためにデジタルアートを活用して東京などの若者と山古志の住民が実際に交流することもあるが、若者の定住は難しい。</li> <li>・山古志の保育園は休園、学校は生徒数が少ない。医療機関も少ない。</li> </ul> <p><b>【健康増進課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の通いの場に助産師も従事し今どきの子育て事情等の健康講座をするのもよいかもかもしれない。</li> <li>・飲酒や喫煙等は習慣なので妊婦になったからとスパッと止められない人も多い。妊娠前からの教育が必要。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・少子化で子どもの数は減っているがワンオペ育児や子育てに悩んでいる母は多い。一方、高齢化で元気な高齢者は増えているが時間を持って余していたり生きがいを持ってない高齢者も多い。</li> <li>・子育て世代を高齢者が支援するなどマッチングができるWinWinだが双方の意識の差（実親にも頼らない子育て世代や遠慮する高齢者等）があり難しい。</li> <li>・現時点では子育て支援を子ども・子育て課や助産師会などで手厚く、また高齢者支援は長寿はつらつ課、健康増進課や社福法人等で健康寿命の延伸に向け展開されているが、今後、何かの折に多世代でコラボできるとよい。</li> <li>・飲酒、喫煙は子ども世代からの健康教育が必要。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・産後ケアとして低料金、月額制の助産師訪問事業が採択されるよとい。</li> <li>・子どもと高齢者が触れ合う機会を多くするよう企画や他機関にも呼びかける。</li> <li>・通いの場で助産師も従事し、今どきの子育て事情などの健康講座を高齢者にする。</li> <li>・飲酒、喫煙の教育はどの世代にも必要であり繰り返し行う。</li> <li>・山古志小・中をオープンスクールなど特色性を出しPRするなど工夫する。</li> </ul>

【歯・口腔】

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【歯科衛生士会】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1歳6か月児・3歳児健診の介助・指導、子育て支援センターや学校での歯科保健指導、企業に出向いて指導を行ったりしている。高齢期においては、介護予防事業やくらし元気アップ事業にて口腔機能向上を目的とした講話を実施している。また、在宅歯科医療連携室は通院が困難な方の相談窓口であり、訪問歯科診療につなぐ役割を担っている。</li> <li>・ 1歳6か月児・3歳児健診においてむし歯有りの場合はハイリスクであり個別指導が必要。</li> </ul> <p><b>【保育課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保育園では年2回歯科健診を実施している。フッ化物洗口は約半数の園で実施（公立は全園実施）。園児への歯科保健指導や保護者への啓発も行っている。</li> </ul> <p><b>【南部地域事務所】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 越路地域では平成24年度から「かむちゃん事業」を実施。「噛むことから良い生活習慣を身につける」ことを目標とし、保健師と学校が情報交換を行いながら取り組んでいる。また、噛むことの大切さを周知するため、給食やおやつによく噛むメニューを取り入れて提供している。</li> <li>・ 高齢者を対象に口腔機能向上講座や糖尿病と口腔ケアについての講座を実施している。</li> </ul> <p><b>【学務課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ フッ化物洗口は小学校では全校実施、中学校は2校が未実施という状況。未実施の理由としては、歯磨きを実施していることや施設面の問題があるとのこと。来年度以降も実施の見込みがなく、実施に向けてどのように話を進めていけばよいのか苦慮している。</li> <li>・ 歯科健診は春と秋に2回実施。また、6月の歯の衛生月間や11月のいい歯の日に合わせて啓発を行っている。</li> </ul> <p><b>【健康増進課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地区講座では、コミセンと協力し歯っぴー講座を実施。歯科衛生士や保健師が講話を行う。</li> <li>・ 令和7年度から20歳と30歳が歯周病検診の対象年齢に追加される。長岡市では、すでに30歳は実施している。</li> <li>・ 歯科健診については、高齢者は通知が届くと受診する傾向がある。</li> <li>・ 65歳以上の高齢者を対象に介護予防事業を行っている。地域のサークルや老人会にて歯科衛生士が口腔機能向上講座を実施。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 口腔の話となると地区講座で人が集まらない。</li> </ul> <p>⇒口の中を見るわけではないことを伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 60歳未満の歯科健診受診率が低い。</li> </ul> <p>⇒働き盛り世代はフッ素塗布の効果によりむし歯が少ないため受診しないのでは。口の中をきれいに保つことや口臭対策等を切り口にはどうか。</p> <p>また、大学生や専門学生に効果的なアプローチができるかよい。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 医療費の援助・助成制度があっても受診しないことが課題。</li> </ul> <p>⇒口腔の問題は保護者の優先順位が低いのでは。子どもに知的な問題等があり、しっかり磨けていない場合もあると思われる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 小国地区と川口地区は小千谷市に通院している方が多いため、小千谷市歯科医師会との連携も必要。</li> <li>・ 乳幼児健診でむし歯があり保護者に受診するよう促しても経済的な問題等で受診しないことが多いため、歯科衛生士が自宅に訪問する等の対応が必要と考えている。</li> <li>・ 高齢者で低栄養のリスクがある方はお口の問題で食べられない場合もあるため、保健師や栄養士だけでなく歯科衛生士も介入できるとよい。</li> </ul>

【生活習慣病の発症予防・重症化予防】

日頃の取組について	課題	その他
<p>【新潟県栄養師会長岡支部】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・9月14日にアオーレで開催されたすこやか・ともしびまつりに体験コーナーを設け、子どもを対象とした食育クイズを実施した。また、糖尿病を知るつどい、実践的な料理教室、介護予防の講演会など、幅広い年齢層を対象とし生活習慣改善に向けた取組を行っている。</li> </ul> <p>【長岡地域振興局地域保健課】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスや減塩などを軸に、食生活の改善を実践していただけるように多世代に働きかけに取り組んできたが、改善がされておらず、肥満、やせ、糖尿病、高血圧など課題が多くある。特に、働き世代に介入するために事業所との連携を検討したが、全ての事業所に介入することは難しい。そこで、糖尿病は運送業の方が多く実態に着目し、陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）の事務局とタイアップすることになった。陸災防で実施されている勉強会への出席や、経営者の実態調査として、ヘルスリテラシーや従業員に対する健康意識などの調査を実施している。</li> </ul> <p>【北部地域事務所】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特定保健指導や、異常値放置など、リストアップされた方のフォローや栄養指導をおこなっている。</li> <li>・寺泊地域では、健診の必要性を感じているため受診はするが、その後保健指導の時間はつくってもらえない課題があった。そこで、健診のなかで20分程度保健指導をする時間を設けた際に、受け入れてくださる方が多かった。しかし、その後電話をすると、実践していないことがあった。</li> <li>・健康行動に変えるのは難しい。例えば運送業は、トラック内で汁を捨てることができないため、カップ麺の汁を飲みほさなければならなかったり、漁業では食べやすいおにぎりしか持っていないため野菜の摂取が難しい。</li> <li>・寺泊地域では生活保護の相談が増えている。そういった方は、栄養バランスではなく、価格に重点を置いて食事を考えている（半額シールのものなど）ため、特定保健指導の対象となってしまう。</li> </ul> <p>【健康増進課】 （成人保健担当）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・業務として、住民健診のなかで病気・異常値を早期発見することを重点としている。特に40～74歳の方に着目し、すぐに保健指導につながるように努めている。健診の受診率は44%と受診率は上昇しており、特定健診（身長、体重、血液検査など）と各種がん検診を合わせて年間260コマ実施している。受診者の特徴として、集団健診で受診される方が多い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・支所地域は医療機関が限られており、路線も減少しているため、車の免許を返納した方は大きい病院へのアクセスがない。また、若い世代には頼れない、頼りたくないという声もあり、倒れるまで受診しない恐れがある。</li> </ul>	<p>Q 漁業では水分とおにぎりしか持っていないとのことだったが、バランス良くする話をした際に実行したのか</p> <p>A 実際にあった例として、身内に糖尿病の人がいる漁師の方が不安になり、保健指導を受けた（栄養士と3回面接）。もともと関心があったこともあり、船上でのおにぎりを減らし、陸に帰ってから足りないものを食べるという行動変容がみられた。</p> <p>水分は持っているということは、熱中症予防の大切さを分かっていると思われるため、熱中症対策から食生活の改善につなげることができるのではないかと。熱中症対策には、水分と塩分だけではなく、栄養バランスの良い食事が大切であることをもっと伝えるようにする。「野菜は水分が多いから食事のな</p>

日頃の取組について	課題	その他
<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診者を増加させるための工夫として、申込があった方だけではなく、健診の対象者すべてに受診票を送付し、健診についての詳しい概要が記載されている健康カレンダーは全戸配布している。また、健康カレンダーやチラシを作成するなかで、ナッジ論も活用することで、受けてみようかなと思ってもらえる工夫を入れている。</li> <li>・女性限定デーや保育サービスなどを取り入れることで受診しやすい工夫がある。また、書類の書き方や誘導では、市の職員が丁寧に説明をし、忘れ物や当日キャンセルなどの対応も丁寧に最後まで行っている。</li> </ul> <p>(生活習慣病予防担当)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年データヘルス計画を策定した。そのなかで、医療費の伸びの抑制を目的としている。それに向けた目標として、「高血圧性疾患による疾病負荷の軽減」と「糖尿病の発症と重症化予防」があり、健診受診率の向上や特定保健指導の利用率向上などを短期目標としている。</li> <li>・特定保健指導では、何度も引っかかるが改善されない人に対して寄り添った指導を実施している。また、壮年期の方が特定保健指導を受けやすいようにオンライン保健指導を昨年から実施した。夜間や休日でも面接ができるメリットがあるにも関わらず、申込みは12人と伸びず、課題となっている。40～64歳でもオンラインはハードルが高いのかもしれない。市民への周知も大切であり、メリットをもっと伝えることが必要。また、ハイリスクの方だけを追うのではなく、全体的に底上げをしていく。</li> </ul>		<p>かを取り入れよう！」など。</p> <p>Q 健診でナッジ論を取り入れたとのことだったが、手ごたえはあったのか</p> <p>A あった。新しいことを取り入れるのではなく、今までやっていたことを変えることが大切。また、数値で健診の必要性を見せることで、自分ごととして捉えてもらえる。市の職員が当たり前だと思っていることが、市民にとって当たり前ではないことがあるため、直球だけではなく切り口を変えて介入している。</p>

【社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上】

日頃の取組について	課題	その他
<p>【健康増進課 こころの健康づくり担当】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭や職場、人間関係など、様々なストレスや悩みから心身の不調を抱える人が増えている。長岡市の自殺者数は、男性は働き世代に、女性は高齢期に多い。一人一人の悩みに沿った対策を立てていくことが必要である。</li> <li>・健康増進課では、直接の相談だけでなく、講演会や研修など、様々な視点からこころの健康づくりを推進している。</li> </ul> <p>【長岡市母子保健推進員協議会】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・母子保健推進員は「ままのまカフェ」を通じ、子育てについての相談や情報共有ができる場を提供している。今はパパママが分担して協力するのが当たり前の時代なので、パパ同士のグループワークなど、父親向けの取り組みも積極的に行っている。少子化によって参集人数が減少しているが、必要としている方は必ずいるため、無くすことはできない。これからは、周知に力を入れていくことが重要と考えている。</li> </ul> <p>【長岡市シルバー人材センター】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の多様な就業及び社会参加活動を行う機会を確保するための事業を行っている。高齢者は社会との繋がりが希薄になりがちなので、つながりの維持のためのサークル活動を推進したり、関係団体と連携し、説明会の実施や相談窓口の設置を行っている。</li> <li>・その他、家庭内の気になることを職員が打ち明けられることもあり、悩みを抱える高齢者の不安を聞くことで、こころの健康の維持の一助になればと考えている。</li> </ul> <p>【人権・男女共同参画課】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・年間約二千件の一般相談のうち、9割以上が女性からの相談であり、家族や夫婦についての悩みが多い。家族や夫婦の悩みは他に相談できる機関が無く、人権・男女共同参画課がその受け皿となっているため、常にある程度の需要がある。女性からの相談が多いとはいえ、最近ではモラハラやDVの被害を受けた男性からの相談もある。</li> <li>・健康増進課とも連携して行っている出前講座は、相談件数自体は少ないが、市内中心部まで出てこれない人のためにも続けていく意味があると考えている。</li> <li>・専門相談は職場のパワハラからキャリアアップに至るまで、仕事・職場の悩み相談を受け付けている。以前まではリピーターが多かったが、今年度市政だよりにて専門相談の周知をしたところ、一気</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者の減少や、固定化などが課題であり、周知の工夫が必要。</li> <li>・計画の中では中小企業におけるメンタルヘルス対策が課題とされているため、今後個人への対応だけでなく、組織全体を通じた取組にも力を入れていく。</li> </ul>	

日頃の取組について	課題	その他
<p>に予約が増えた。</p> <p><b>【福祉課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心身障害者の身体機能の向上や社会参加を目的にスポーツを行っている。現在はテニススクールを行っており、テニスを通じた繋がりを生むことが出来ている。その他、ボッチャやフライングディスクなどのパラスポーツ体験会も行っており、障害の有無にかかわらず誰でも楽しめる場を提供している。今後も続けていきたいが、参加者が固定化されてきているという課題があるため、周知を工夫する必要があると考えている。</li> </ul> <p><b>【長岡市社会福祉協議会】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活の中での心配事から福祉に関する悩みまで、幅広い相談を専門機関と連携して実施している。</li> <li>市内の小中学校、特別支援学校、高等学校等を対象として、助成金を交付している。これは福祉教育の充実を目的としており、同事業内で社会福祉の会議や研修会も実施している。</li> </ul> <p><b>【子ども家庭センター】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「子供の虐待防止ネット・にいがた学習会・講座」では、子育てや家庭の悩みの相談だけでなく、各種プログラムや親同士のコミュニケーションによって、自分に合った子育て方法を学ぶことが出来る。10人程度の小グループを作り、親同士がLINE等で繋がるきっかけを生み出すことが出来ている。</li> <li>「児童虐待防止ネットワークの構築」では、虐待の相談等を行っており、虐待のおそれがある児童に迅速な支援を行うことを目的としている。</li> </ul> <p><b>【文化振興課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>長岡市人材登録バンク「まちの先生」により、個々が自分の得意なことを登録してもらい、各種講座等で講師として活用してもらった。以前までは、職をリタイアされた方の登録が大半を占めていたが、最近は若い女性の登録も多く、ママ向けや子供と参加できる講座の先生が増えており「ままのまカフェ」での活用もあった。</li> <li>現在、「生涯学習ガイドブック」に約600団体が登録しており、何かを学びたいと思った際に、近場かつ安価で学ぶための土台が出来ている。紹介実績が多くはないため、今後は周知が重要と考えている。オンラインが発展したため、直接集まらずとも活動を行うことが出来るようになったが、サークル等集まって行う学習活動も大切だと考えているので、今後も支援を続けていきたい。</li> </ul>		

【誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備】

日頃の取組について	課題	その他
<p><b>【市民協働センター】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なんでも相談窓口として年末年始除き通年対応。海外在中の方から市内に住む家族の為の相談や、海外からの移住者へコミュニティの紹介・活動の情報発信をする方法や法人格を取得するための相談など、市内で生活・活動するための多様化する相談に対応。</li> <li>・自分にあった市民団体を見つけることができるようマッチングリストやHP・冊子で情報を発信している。</li> </ul> <p><b>【市民協働課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニティ推進会議で地域の方の意見を反映し、地域の実情を踏まえ、子供から高齢者までを対象としたコミュニティ作りのための講座等を計画・実施。Instagram等SNSを活用し地域の情報を発信する取り組みを始めている。</li> </ul> <p><b>【道路管理課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「除雪」についての部分でヘルシープランに一番関わっている。通学路の除雪が状況に合わせて出来ているか管理。また、除雪が難しい地域や道路等についても消雪パイプ設置の補助金事業、除雪機の無償貸与を行なっている。</li> </ul> <p><b>【農水産政策課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消推進店「ばくばくさんのお店」として100店舗登録。地場産の安心安全なものをより消費してもらえようブランド化等の推進を図り、生産拡大及び、消費需要の拡大に努めている。</li> </ul> <p><b>【環境業務課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・リサイクルの推進において、10月から羽毛布団の無料回収（粗大ごみでは200円）を開始。（※リサイクル業者が買取）また、中之島信条クリーンセンターの火災事故を受け、11月からリチウムイオン電池等を環境業務課と各支所の窓口でも回収する予定。</li> </ul> <p><b>【都市政策課】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・誰もが使いやすい公共交通機関の維持を行っている。ノンステップバスは増加しているが、現状としてバスの運転手不足の問題があり中山間地等の過疎地域においてはそれに伴い路線が減少。学生・高齢者・障害者が困ることが多い。そういうところはタクシー会社等を活用し公共交通として維持を図っている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冬場は車移動が主となるために歩数が減少する。目標歩数8000歩達成のためには冬場の道路整備は必要。</li> <li>⇒市道の除雪は全地域はできない（朝に実施する）。全ての人に同じように歩きやすい街づくりは少し難しい。生活使用の多い所は積極的に除雪している。細い道には町内へ除雪機の貸与を行なっている。</li> <li>また町内で除雪をするために除雪機の操作講習会や、町内で活動するための一体感を持つ為に着用するビブスの購入等に充てたい等の意向があり市民協働センターの補助金を活用してもらっている例もある。</li> <li>・中年期の男性の健康づくりへの関心を高めるためどう取り込んでいくのか</li> <li>⇒日中は働いているため、</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ながおか健康アプリを通じ、農産物販売や、食のイベントなどの情報を発信していくなどし情報にアクセスしやすくなるとよい。</li> <li>・拠点回収においては、コミュニティセンターなどと協働していくことができたらい。</li> <li>・ながおか健康アプリでどこの道が除雪してあるかなどの情報発信ができるとよい。</li> <li>・長岡市のごみの排出について、近隣に比べてごみの排出量は少ないが、ごみの分別において、ピンクの袋（生ごみ用）を出す利点・必要性をもっと市民に伝えるべき。</li> <li>・SNSを利用した情報を発信について</li> <li>⇒各部署でLINE等活用し情報発信を行っている。</li> <li>高齢者へのスマホ普及に伴い、コミセンで高齢者向</li> </ul>

日頃の取組について	課題	その他
<p>【福祉総務課】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バリアフリーのまちづくりを条例に基づき他課にまたがり管理。</li> <li>・R6からながおかウェルネス事業を展開。高齢者センターみやうちを拠点とし誰でも日頃から健康づくりを続けられる環境作りを健康増進課と協働し実施。また、「健康づくり認定サポーター」を養成。有償ボランティアとして健康活動の場で活躍してもらう予定。</li> </ul>	<p>夜に歩きやすい環境を整備していく。</p> <p>企業単位で健康に取り組んでもらえる仕組み作りや実際に取り組んでいる人がどのようにしているか等の情報発信を行う。</p> <p>地区単位のウォーキングマップをもっと活用し地域ならではの情報の入ったものを作成したり、多世代に活用してもらえるよう働きかけを工夫する。</p>	<p>けのスマホ教室を行っている。高齢者でも見やすく活用しやすいSNSの活用方法を検討していかなくてはならない。</p> <p>★健康増進のための基盤整備についてはどこの部署でも必ずつながっている部分はある。協力できるところは適宜連絡を取り合い、計画・実施していく必要がある。</p>