

# 子どもの健康教育に係る市民健康部のこれまでの取組について

(市民健康部)

## 新しい保健活動

「新しい保健」＝これから 20 年後、30 年後も健康長寿であり続けるための保健予防活動を  
中心に展開すること

各世代に見えてきた課題を克服する取り組みや手法を新しい視点で組み立てて  
いくこと

(壮年期や高齢期に偏りがちであった保健活動をすべての世代へバランスよく  
提供する)

目標：市民が生涯を通して「豊かな心」と「健やかな身体」を育てるための行動がとれ、20 年後  
30 年後も世界に誇れる「健康長寿都市」であり続けること

### 1 経過

平成 25 年度 「新しい保健推進検討委員会」から佐久市の目指す新しい保健活動についての  
提言を受ける

平成 26 年度 「佐久市における新しい保健活動」事業化

### 2 事業概要（学校教育部以外の事業について）

#### (1) 基本事項

##### ○課題の整理と事業展開キーワード

- ・地域の健康に関する実態を分析することにより、課題を明確化
- ・課題解決に向け、事業展開キーワードを設定し保健事業を実施

##### ○ライフステージに応じた保健活動

- ・ライフステージごとの特徴に応じた保健事業を切れ目なく展開。

#### (2) 生活習慣病対策・・・学童・思春期世代への健康アプローチ強化

##### ○「さくさく食育応援隊」の育成と食育活動

- ・食育のボランティアを育成し、保育園や子育てサロン等で活動

##### ○小中学校における「ぴんぴんキラリ給食」の配食

- ・佐久市の健康長寿の元となっている「ぴんころ食」を子どもたちにも知ってほしい  
名称・・・児童生徒向けには「キラリと輝く学校生活・人生を送ってほしい」という  
願いを込めている
- ・小学 5 年生にはミニ講話を実施し、食の成り立ちや食べるポイントをお伝えする。
- ・各家庭へぴんころ食についてのチラシを配布。

○小中学校フッ素洗口

- ・フッ化ナトリウム水溶液を用いて洗口を実施することで、う歯予防をはかる。  
保育園・幼稚園では、0.05%水溶液により週5回  
小中学校の児童・生徒は、0.2%水溶液により週1回

(3) 安全・安心の確保・・・住み心地の良い地域とするための心の相談機能の拡充・強化

○中学生向け自殺予防啓発事業「SOSの出し方に関する教育」

- ・ねらい・・・子ども自身が、思春期の悩みを理解し、心を落ち着ける方法を実行できるようになる。  
困ったときに、大人や相談機関へ相談できるようになる。  
友人など周囲の人の変化に気づき、適切な行動（大人へのつなぎ）がとれるようになる。
- ・中学1～3年生へパンフレットを配布。希望により市保健師によるSOS講話を実施。
- ・保護者向けチラシの配布
- ・スクールメンタルアドバイザー及び地区担当保健師周知ポスター掲載

○中学生のための相談直通電話「陽だまりハート♡ライン」

(電話番号は一般公開せず、SOSパンフレットとポスターにのみ掲載)

○フリーダイヤルによる相談直通電話「こころのほっとライン・佐久」