

第2回健康日本21安城計画 策定委員会

- 議題
- (1)各調査結果について
 - (2)自殺対策計画について

(1)各調査結果について

アンケート調査

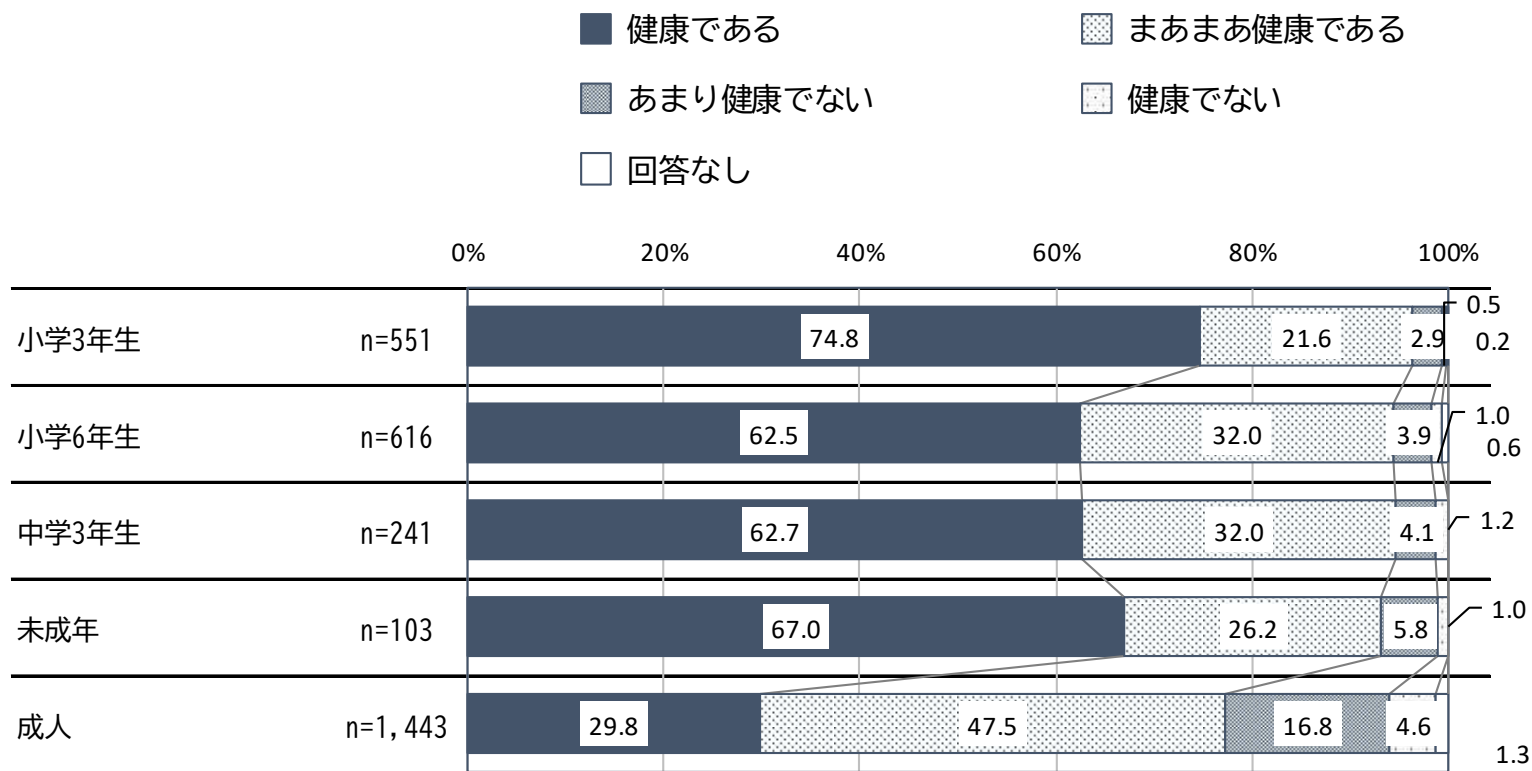
調査概要(P1~2)

アンケート調査の結果

- ①健康に関する主観的評価(自分は健康かどうか・判断基準)
- ②個人の行動と行動していない理由の把握
- ③ICTの活用
- ④社会とのつながり(孤独感)や暮らしぶりの状況
- ⑤こころの健康

アンケート調査の結果

1. 健康に関する主観的評価(自分は健康かどうか・判断基準)(P4) 自分は健康だと思いますか。(1つに○)



アンケート調査の結果

1. 健康に関する主観的評価(自分は健康かどうか・判断基準)(P5)
「健康である」と判断する際に重視する項目はどれですか(あてはまるものすべてに○)

中学3年生(本人)

第1位「病気がないこと」89.2% 第2位「身体が丈夫なこと」66.8%
第3位「ぐっすり眠れること」65.1%

未成年

第1位「病気がないこと」88.3% 第2位「身体が丈夫なこと」69.9%
第3位「ぐっすり眠れること」59.2%

成人

第1位「病気がないこと」81.1% 第2位「おいしく飲食ができること」72.2%
第3位「身体が丈夫なこと」59.2%

アンケート調査の結果

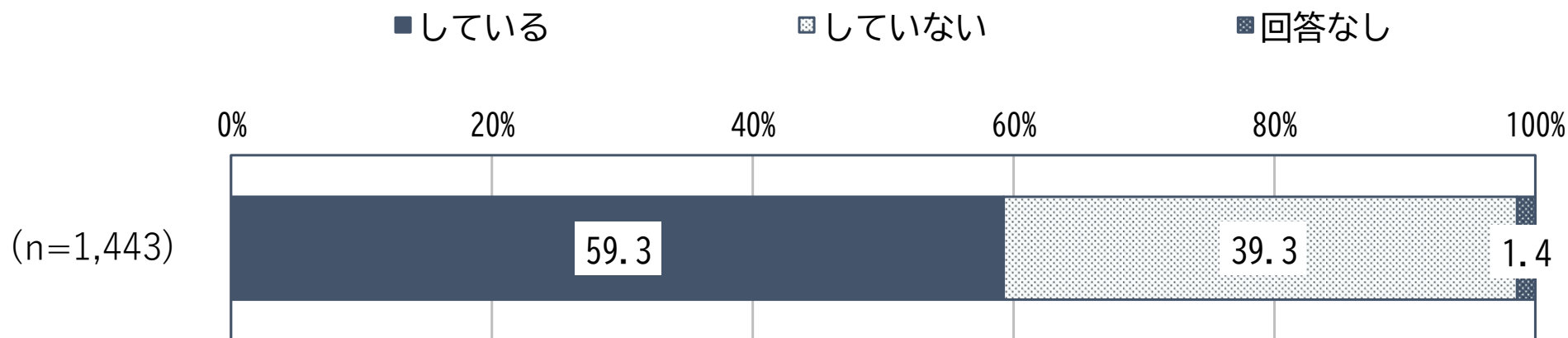
1. 健康に関する主観的評価(自分は健康かどうか・判断基準)(P7~8) お子さんの健康について、特に関心のあるものは何ですか(3つまで○)

	1位	2位	3位
0歳4か月保護者	成長・発達(83.3%)	食事・栄養(73.1%)	生活リズム(34.0%)
1歳6か月保護者	食事・栄養(80.3%)	成長・発達(77.3%)	運動(39.5%)
3歳保護者	食事・栄養(69.7%)	成長・発達(69.1%)	心(36.5%)
5歳保護者	食事・栄養(61.8%)	成長・発達(51.0%)	心(49.0%)
小学3年生保護者	食事・栄養(59.7%)	心(49.9%)	成長・発達(40.4%)
小学5年生保護者	食事・栄養(55.8%)	心(52.7%)	成長・発達(50.0%)
中学3年生保護者	食事・栄養(63.4%)	心(53.7%)	生活リズム(50.0%)

アンケート調査の結果

2. 個人の行動と行動していない理由の把握(P8)

成人 あなたは日々の生活の中で健康のために行動していますか。(1つに○)



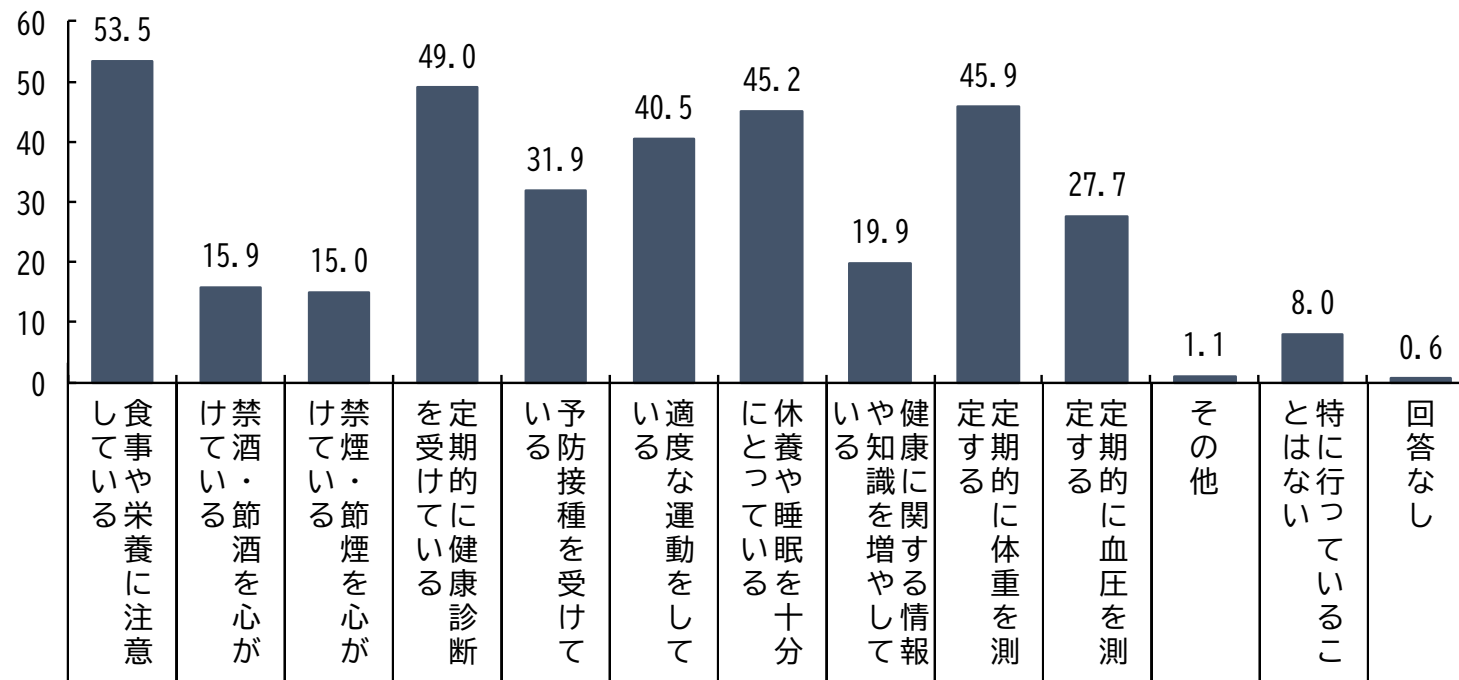
アンケート調査の結果

2. 個人の行動と行動していない理由の把握(P8)

成人 現在、健康のために行っていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

(n=1,443)

(%)

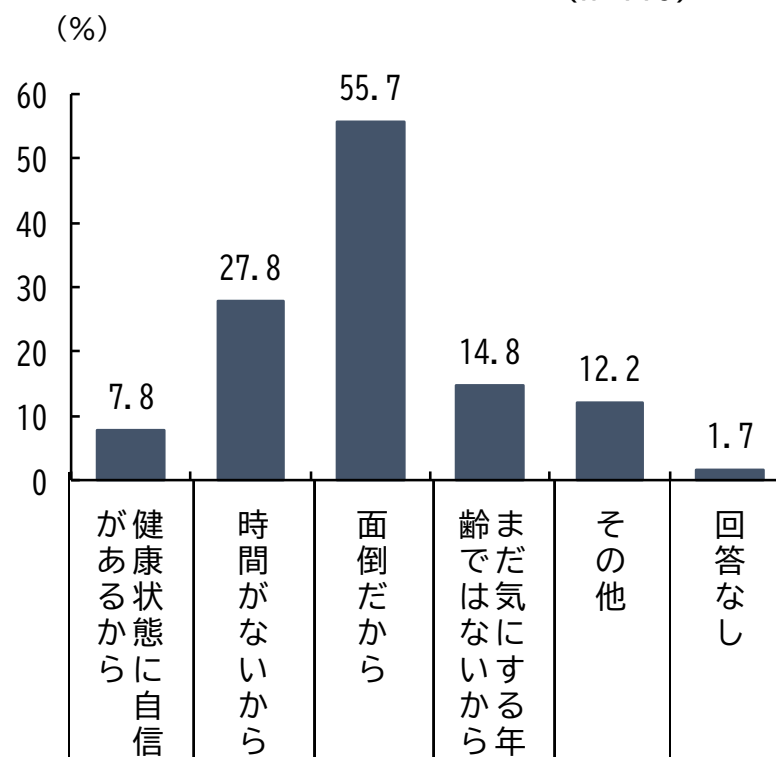


アンケート調査の結果

2. 個人の行動と行動していない理由の把握(P9)

成人「特に行っていることはない」理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

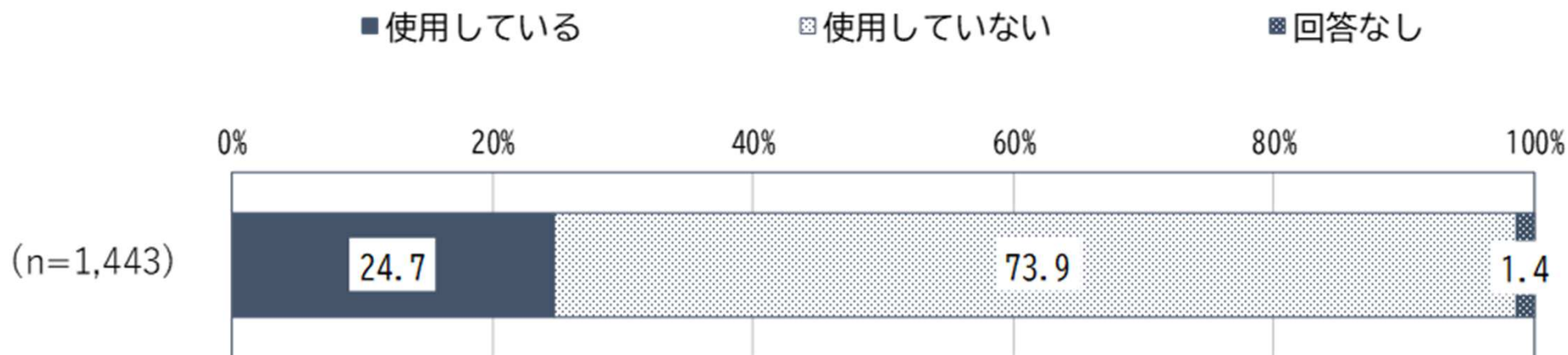
(n=115)



アンケート調査の結果

3. ICTの活用(P9)

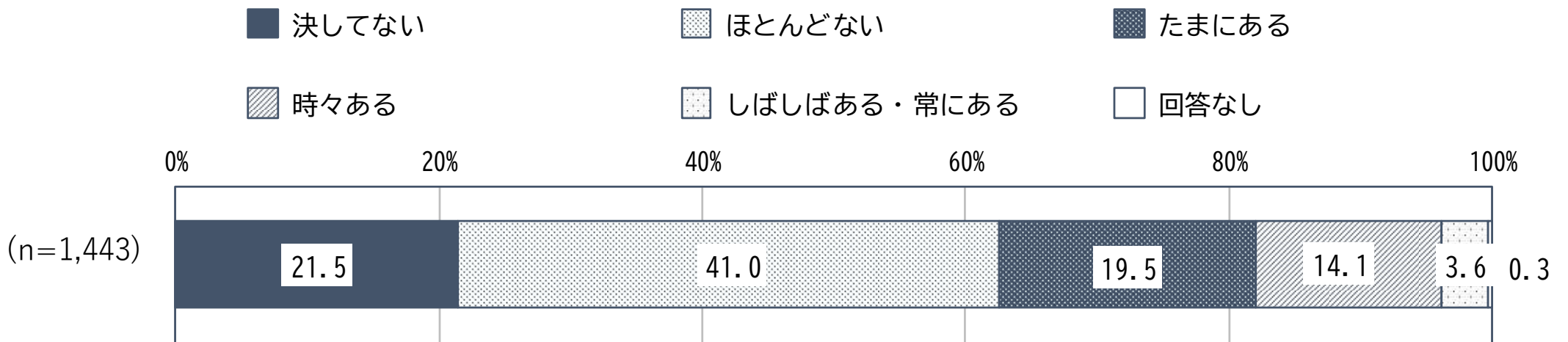
成人 健康管理のためにスマートウォッチやスマホアプリを使用していますか。(1つに○)



アンケート調査の結果

4. 社会とのつながり(孤独感)や暮らしぶりの状況(P11)

成人 あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。(1つに○)

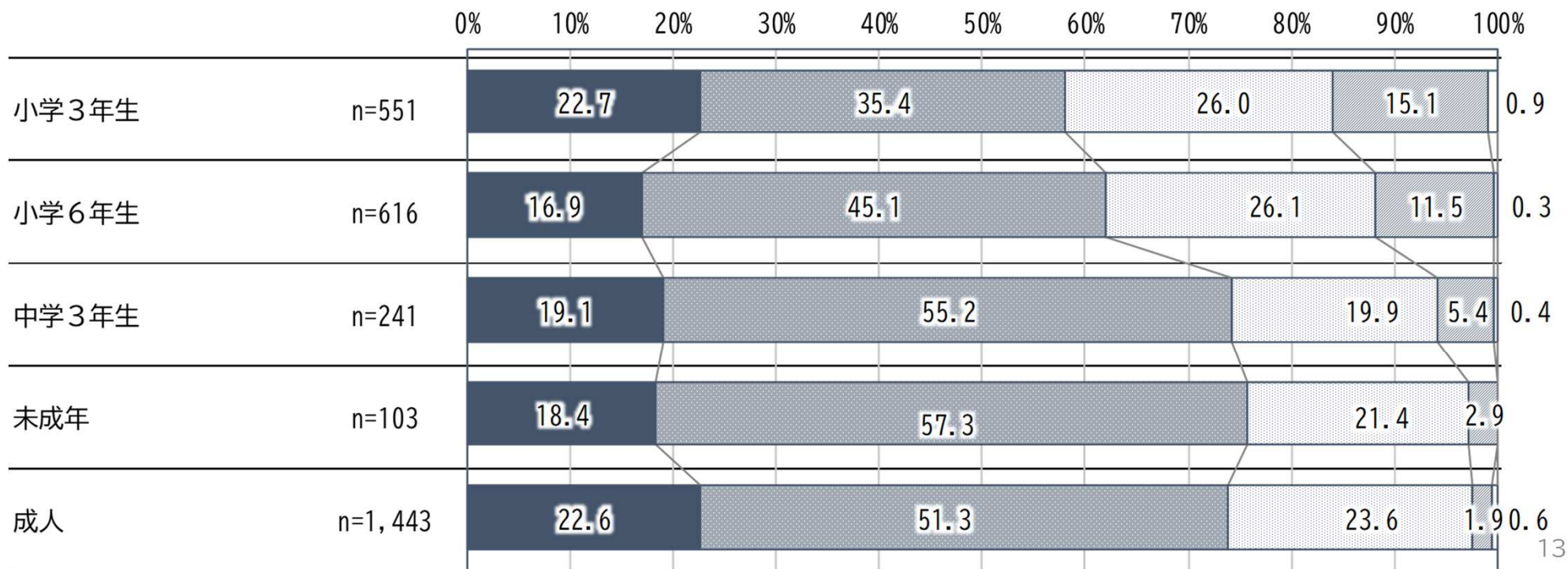


アンケート調査の結果

5. こころの健康(P12)

ストレスを感じることがありますか。(小学3年生にはストレスを“イライラ、モヤモヤ”と表現)
(1つに○)

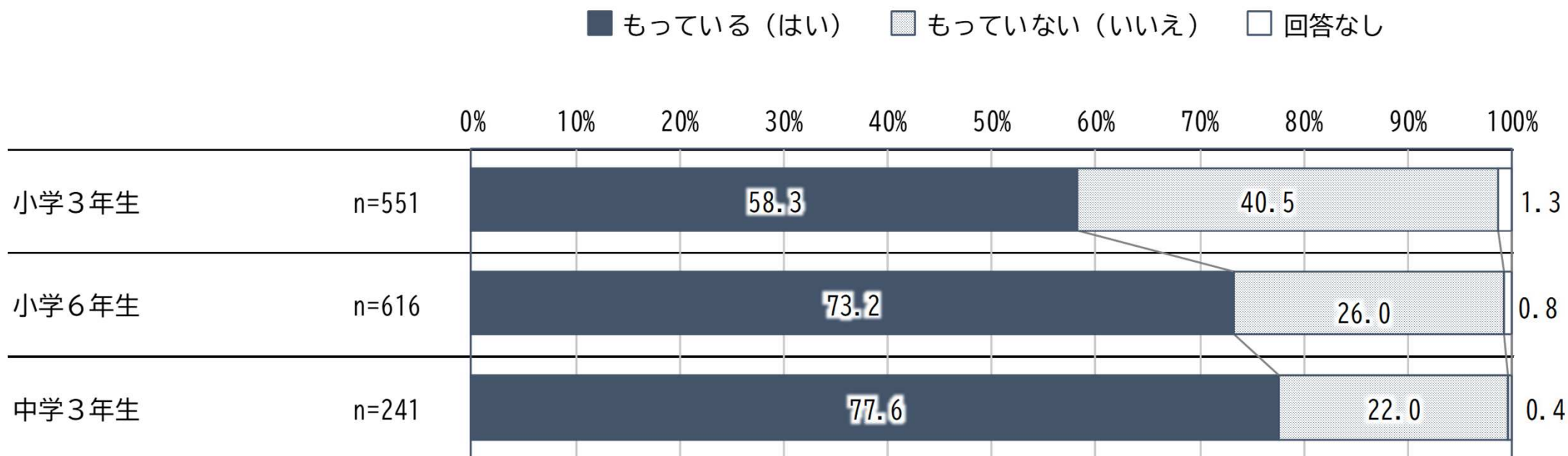
■ おおいに感じる ■ 多少感じる ■ あまり感じない ■ まったく感じない □ 回答なし



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P12)

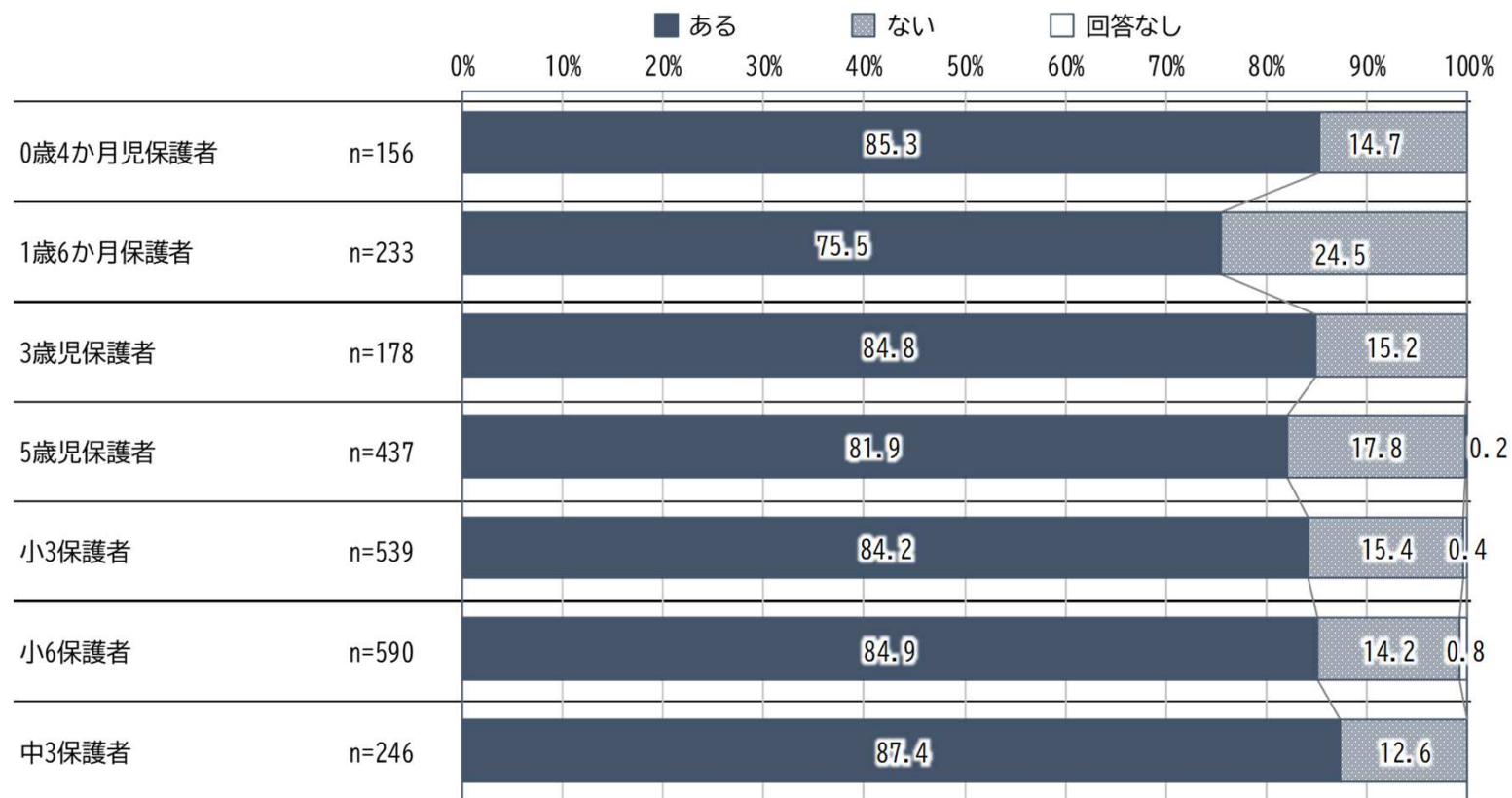
自分なりのストレスの発散方法をもっていますか。(小学3年生には、“イライラやモヤモヤした気持ちを減らす方法がありますか”と質問)(1つに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P12)

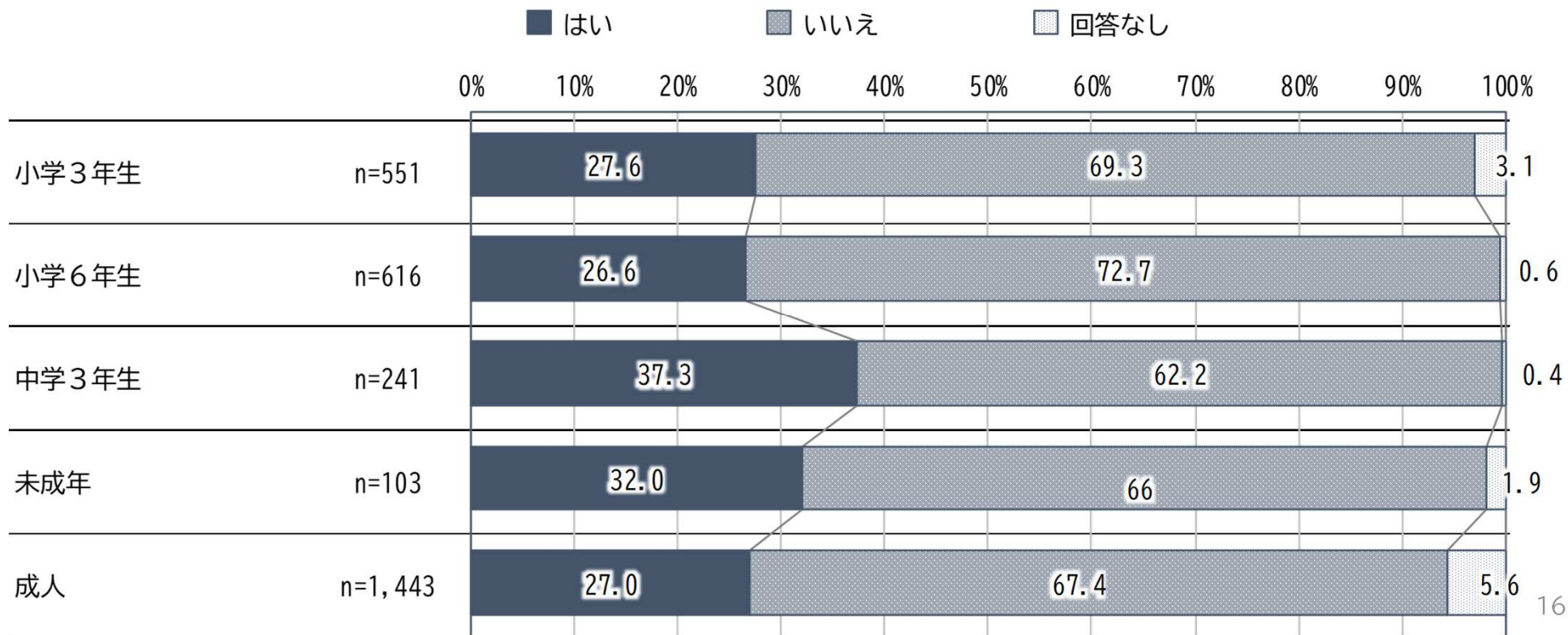
子育てをする中で、ストレスを解消する方法をもちえていますか。(1つに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P13)

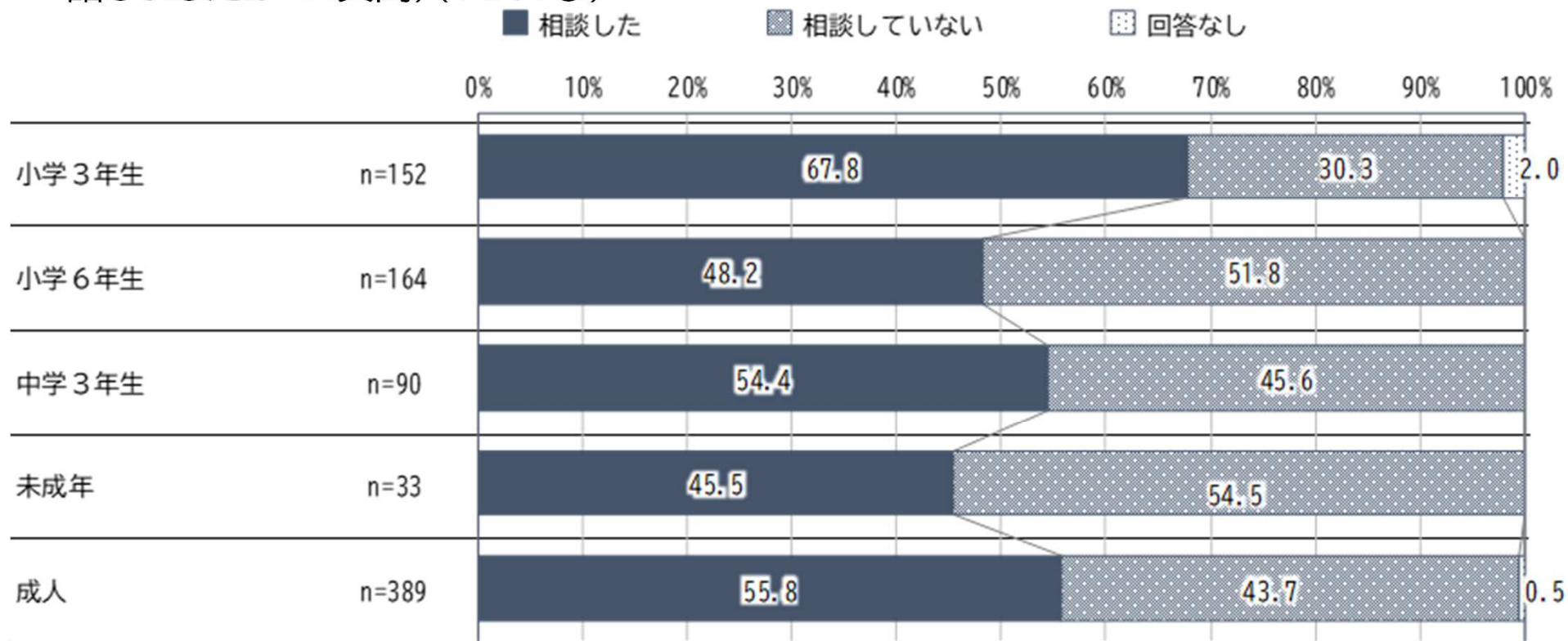
ストレスが大きくて逃げ出したいと思うことがありますか。(小学3年生には“イライラやモヤモヤした気持ちが大きくてこまったことはありませんか”と質問)(1つに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P13)

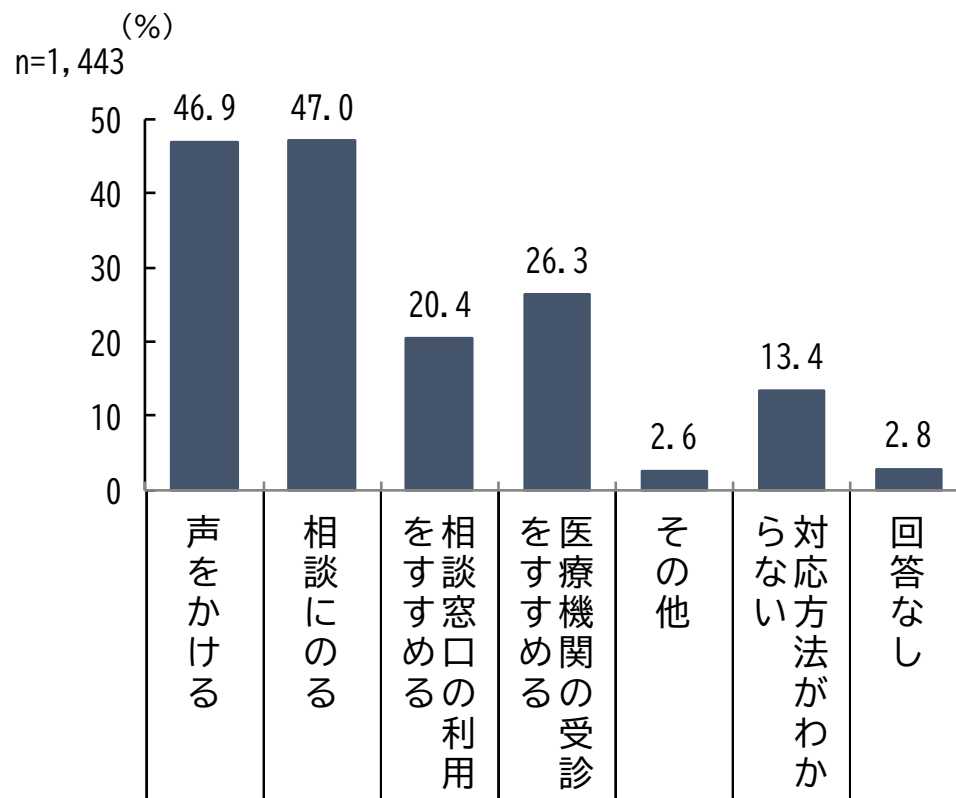
そのことを誰かに打ち明けたり、相談したりしましたか。(小学3年生には“こまったときにだれかに話しましたか”と質問)(1つに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P14)

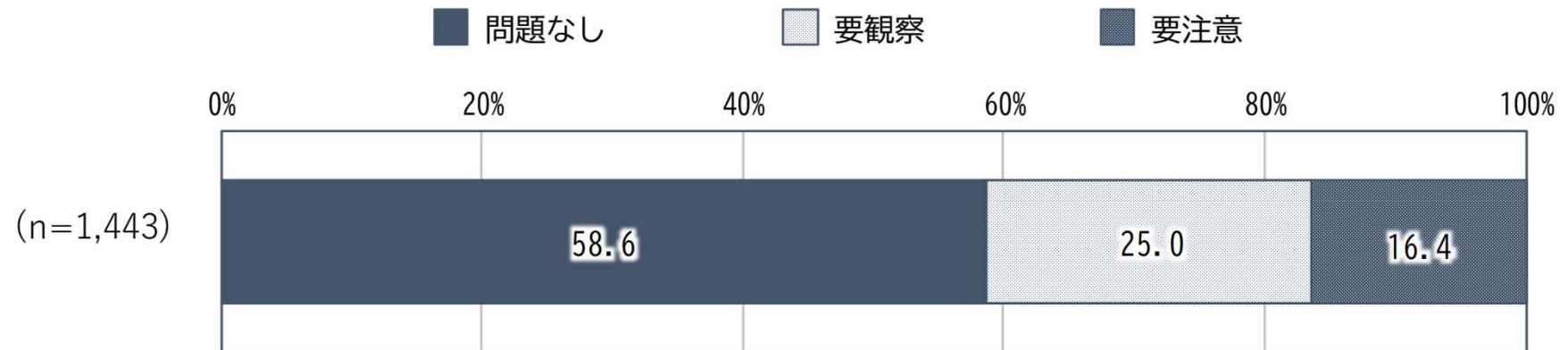
身近にこころのケアが必要な人がいたら、どう対応しますか。(あてはまるものすべてに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P14)

K6



※K6とは、うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的とし、心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として利用されている。

6つの質問に対して、選択肢を点数化し、その合計点数が、

5点未満:問題なし 5～10点未満:要観察 10点以上:要注意

アンケート調査の結果

5. こころの健康(P15)

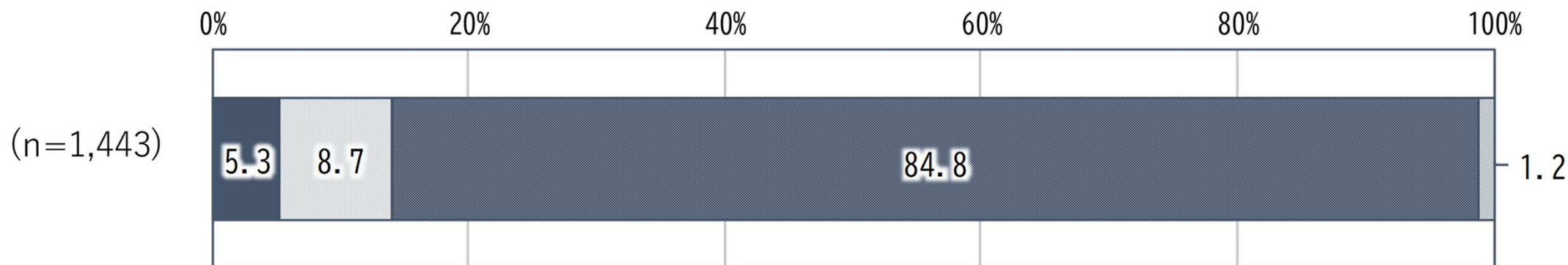
成人 あなたは、ゲートキーパーを知っていますか。(1つに○)

■ 名前も内容も知っている

□ 名前は知っているが内容は知らない

■ 名前も内容も知らない

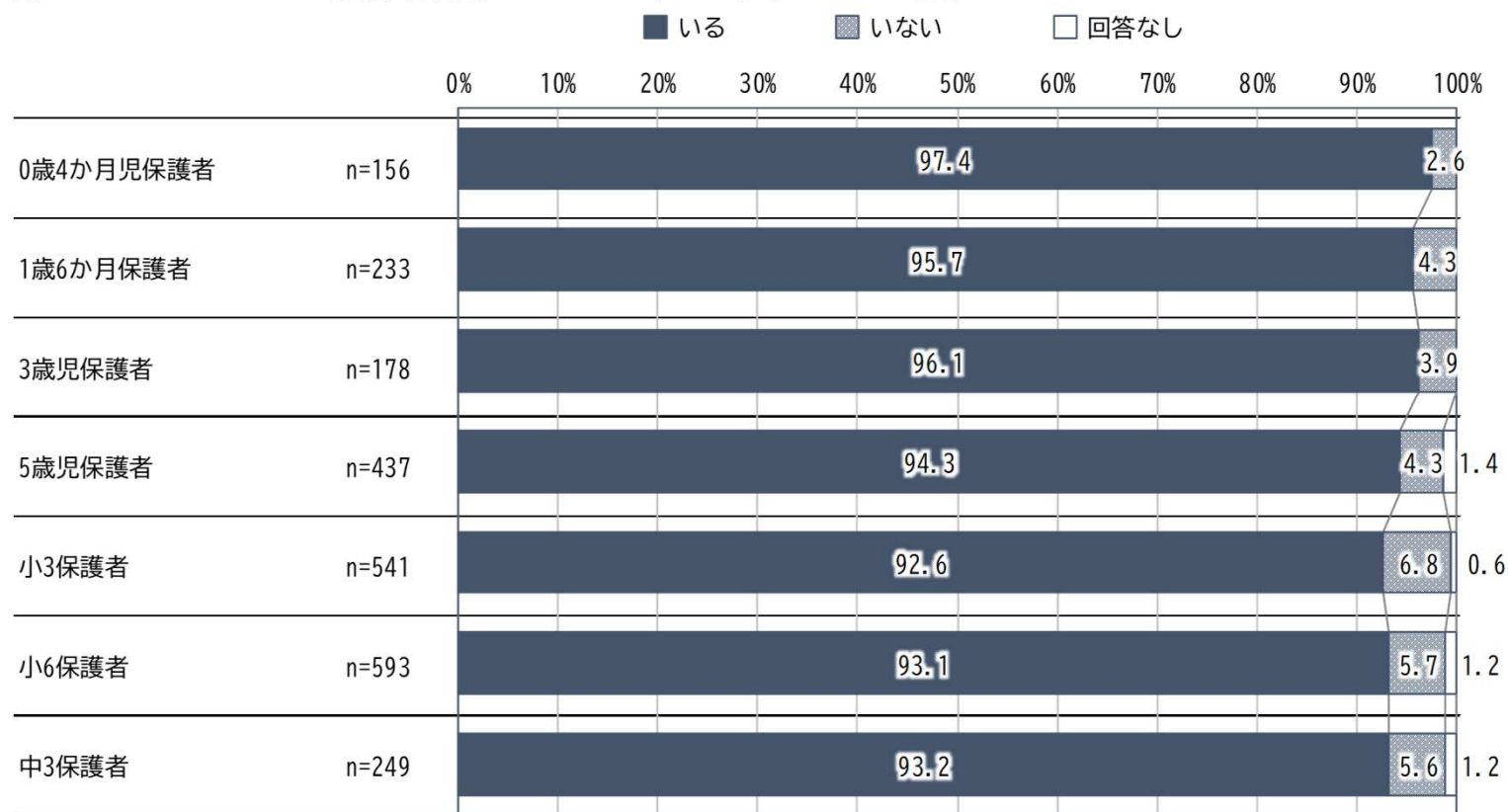
□ 回答なし



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P18)

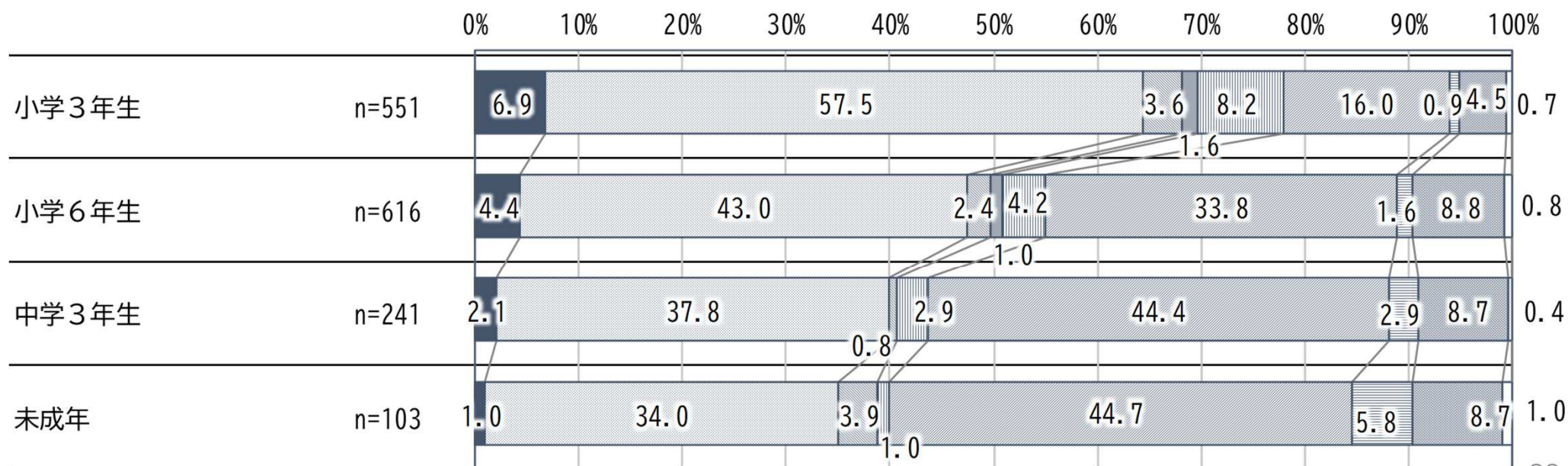
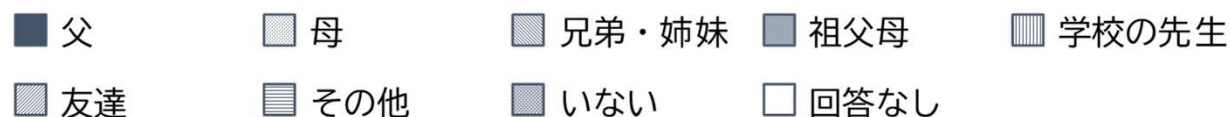
子育てについての相談相手はいますか。(1つに○)



アンケート調査の結果

5. こころの健康(P18)

最初に悩みを相談する相手はだれですか。(1つに○)



アンケート調査の結果

指標の達成状況(P21)

指標	目標値	対象	今回調査(%)
栄養バランスに配慮している人の割合を増やす	68%以上	成人	63.5
8020達成者を増やす	50%以上	75～84歳	50.2
栄養バランスに気をつけている人を増やす	79%以上	1歳6か月児、 3歳児保護者	82.0 79.2
からだを使った遊びや運動をさせている人を増やす	93%以上	0歳4か月児、 1歳6か月児、 3歳児保護者	80.1 86.7 84.3
朝食を欠食する子を減らす	2.7%以下	小学6年生	5.0
運動をしていない子を減らす	34%以下	高校生	33.0
未成年者の喫煙をなくす	0.0%	中学3年生	0.8
未成年者の飲酒をなくす	0.0%	中学3年生	8.3
相談できる人がいない子をなくす	0.0%	小学6年生	8.8
過度のストレスを抱える子を減らす	22%以下	高校生	17.6
子育てに関する相談相手のいない人を減らす	3.9%以下	小学3年生保護者	6.9
過度のストレスや悩みを相談できる人の割合を増やす	男性47 女性77以上	成人(男・女)	男 37.3 女 70.3
地域の活動に参加している人を増やす	40%以上	成人	29.8

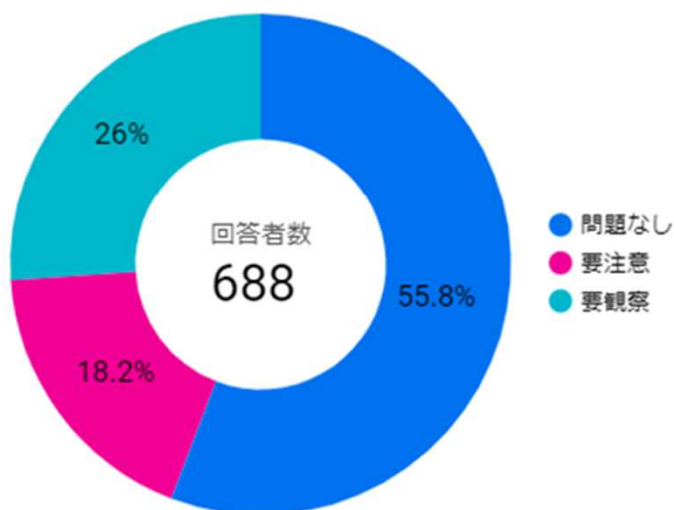
eモ二夕一調査



eモニター調査の結果

K6(P23)

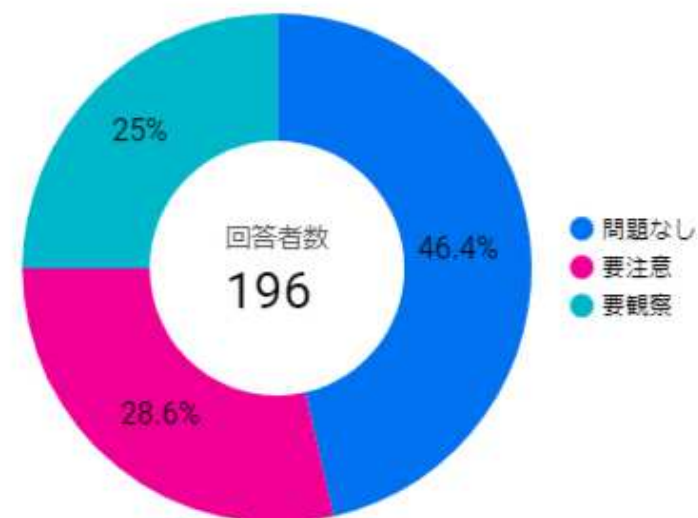
■ Kessler 6 scale (こころの健康チェック)



K 6 とは・・・6項目の設問の合計値による尺度
「いつも」 4点
「たいてい」 3点
「ときどき」 2点
「少しだけ」 1点
「まったくない」 0点

【30歳代以下】

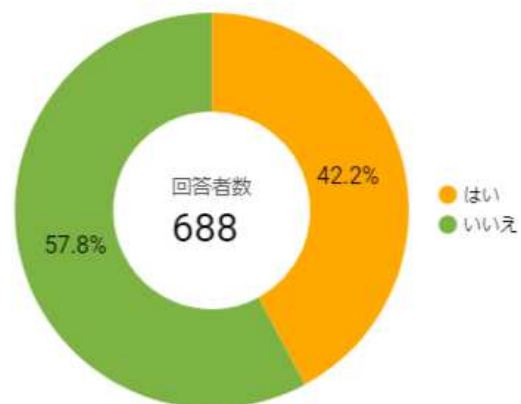
■ Kessler 6 scale (こころの健康チェック)



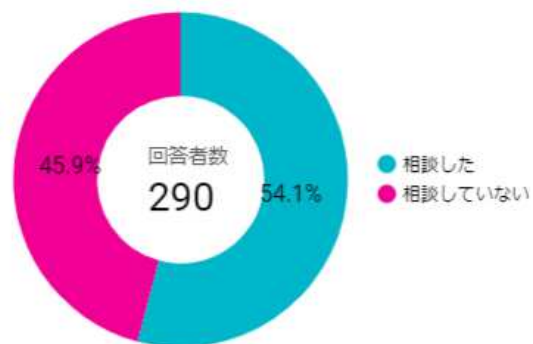
eモニター調査の結果

1. ストレスについて(P24)

■ ストレスが大きくて逃げ出したいと思うことがありますか。

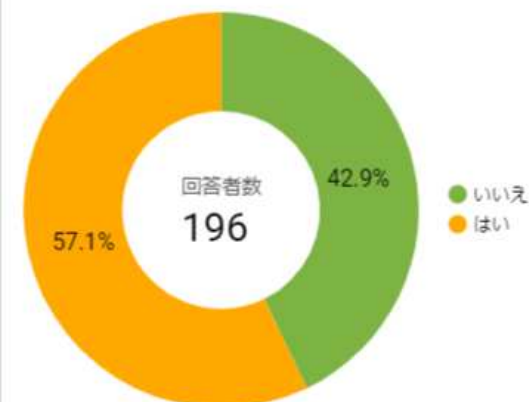


■ 「はい」と回答した方
そのことを誰かに打ち明けたり、相談したりしましたか。



【30歳代以下】

■ ストレスが大きくて逃げ出したいと思うことがありますか。



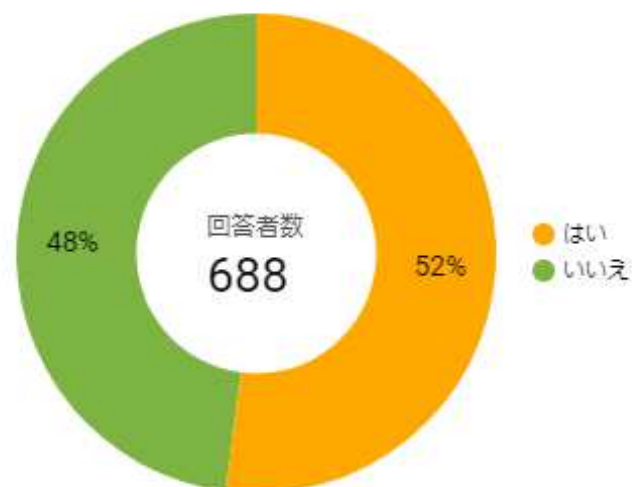
eモニター調査の結果

2. 健康のための睡眠や休養(P26)

■ 普段の生活において、健康のために睡眠や休養を取る必要があると思いますか。



■ 日頃の睡眠は、あなたにとって十分だと思えますか。



ヒアリング調査

ヒアリング調査の概要

1. 調査の目的(P27)

関係機関、企業等の健康やメンタルヘルス等における現状と課題を把握し、今後効果的な保健事業を推進していくための課題を把握するため

2. 調査対象(P27)

- ①事業所ヒアリング:3か所
- ②児童クラブ:2か所
- ③児童クラブ支援員の会議:1か所
- ④母子保健担当者情報交換会:1か所

3. 調査期間(P27)

- ①～③令和5年8月
- ④令和5年9月

4. 調査方法(P27)

対面ヒアリング

ヒアリング調査の結果(事業所)

株式会社近藤工作所(P28)

現状	<ul style="list-style-type: none">・従業員の日々の健康管理は朝礼で実施。睡眠状況など、体調の変化を把握・従業員同士のコミュニケーションを大切にした健康づくりを継続・2年ほど前から女性従業員はバディ制度を導入(この10年間女性社員の離職率0%達成。「あいち女性輝きカンパニー」認定)・外部相談機関を設置したり、スマホでアンケートを実施するなど、相談や意見が伝えやすい環境づくりに配慮している。・ストレスチェックの実施・100円で購入できるお弁当にヘルシーメニューを取り入れ、食事面をサポート
目標	<ul style="list-style-type: none">・喫煙率低下の取り組みを推進し、将来的には健康経営優良法人「ブライト500」の認定を目指す
今後の取組	<ul style="list-style-type: none">・業種や年齢に関わらず、同じ目的に向かって取り組むなど風通しのよい環境づくりを目指す

ヒアリング調査の結果(事業所)

新英金属株式会社(P28)

現状	<ul style="list-style-type: none">・禁煙を促すため、非喫煙者を対象に「健康手当」の導入・外部機関の協力のもと、アンケート・プログラムの実施、メンタルヘルスサポート窓口、会社契約カウンセラーを設置し、意識付けている・女性に対しては会社負担で、乳がん・子宮がん検診を補助・健康教育の実施、動画配信、ICT(運動、健康促進アプリ)の活用で興味付けている・働き方改革(フレックスタイムの導入)により残業時間が削減。プライベートが充実し、離職率減少に繋がっている
目標	<ul style="list-style-type: none">・健診実施機関や上司と協力し、健診結果で要再検査となった者の受診率向上を目指す
今後の取組	<ul style="list-style-type: none">・参加型の健康セミナーやイベントを行い、自身の健康を見直すきっかけづくりを目指す

ヒアリング調査の結果(事業所)

株式会社デンソーエレクトロニクス(P28)

現状	<ul style="list-style-type: none">・健康推進課として、保健師、看護師、人事経験者などで構成され、専門知識と人事制度を合わせて従業員の健康をサポート・社内で女性検診を業務時間内で行い、女性の受診率UP・復職支援プログラムを導入し、メンタル不調者の再発の軽減・再検査の報告を義務付け、再検査受診率は100%・特定保健指導にICTを導入(実施率50%から80%に上昇)・委託会社の協力のもと、ヘルシーメニューを取り入れ、食事面をサポート
目標	<ul style="list-style-type: none">・若手従業員へ健康意識を高める支援の検討・ICT保健指導を導入し、指導実施数は増加したので、指導効果が表れるまで継続を促す・楽しく健康づくりに取り組める様な教室、イベントを開催し、一人ひとりの行動変容を促す
今後の取組	<ul style="list-style-type: none">・各部署に「健康づくり」のリーダーを配置し、健康づくりに対する意識を高める・市や他の企業と連携して事業展開したり、各種教室の運営、検討を目指す

ヒアリング調査の結果(児童クラブ)

児童クラブ支援員(P29)

現状	<ul style="list-style-type: none">・過剰に心配しすぎる保護者と、子どもに関心がない保護者の二極化が進んでいる・「児童クラブの先生」という気兼ねない関係で相談し易いと感じている保護者もいる・子どもの変化に気付いて親に伝えるが、理解を得られないこともある・子どもの年齢によりストレス反応やSOSの出し方が違うので細やかな観察が必要・低年齢な児ほど、悩みやストレスに気付きにくい。困っていることが上手く言葉で伝えられず、身体的な訴えとして表れることもあるため、変化を見逃さないよう配慮している・中学年以上でも支援員へのスキンシップを求める児は多い・好きな支援員には心を許し、相談をしてくる子どももいる・気になる状況に応じて、市や学校と連携を取りながらケアしている
課題	<ul style="list-style-type: none">・相談を受けても1対1になれる環境が作れない・保護者が働いており、支援員の勤務時間も短く、タイミングよく話ができない・問題を抱える家庭の状況がそれぞれ違うので、十分配慮した関わりが必要

ヒアリング調査の結果(児童クラブ)

児童(P29)

現状	<ul style="list-style-type: none">・低学年になるほど、悩みがどのようなものかもわからないような子どもが多い・何を「悩み」と考えるかは子どもによってとても差があった・困っている子や悩んでいそうな子へ「声をかける」といった回答が多かった・一方で「そっとしておく」という回答もあり、学年によって差があった
課題	<ul style="list-style-type: none">・困り感を持ったことに気付ける環境、声をあげやすい環境づくりが必要・友達のSOSに気付いた後の行動について伝えていく必要がある・低学年と高学年とでは悩みの内容やレベル、ストレスへの反応など全く違うため、それぞれの発達過程に合った細やかな対応が必要

ヒアリング調査の結果(母子保健担当者情報交換会)

(P30)

現状	<ul style="list-style-type: none">・育休については、だいが取る方が増えてきたが、経済的格差もできて、必ずしも育休が取れない人も増えてきている。・以前よりは、退院直後から産後ケアに、父親も一緒に来院されることが増えた・高齢での妊娠や出産は親も高齢のため支援が受けられないことや、男性の育休取得などで夫婦のみで育児をする家庭が増えている様に感じている・不妊治療による多胎の増加傾向、メンタル的な弱者の表面化傾向、精神疾患をもった妊婦・育児支援者の高齢化で育児支援者不足となる可能性が上がる
課題	<ul style="list-style-type: none">・夫婦で助け合いながら育児に取り組むことは、女性の産後鬱の予防につながるので、今後も、男女問わずに、育児休暇が取得しやすい環境の整備が進んでほしい・低年齢からのカリキュラムの元で、命の教育・自分の身体を知る、守るの性教育・男性に対する育児支援者としての知識が少ないため、育休を取る意味について、何が自分にできるか、やるべきかを知る必要がある・更年期は30代後半から40代前半の方、症状や対処方法など知る機会があるといい。
今後の取組	<ul style="list-style-type: none">・マタニティ・産位ヨガ、ベビーサイン、ベビーマッサージ、子育て井戸端会議などを実施。・学校の養護教員、企業や自治体の保健師、産婦人科、助産院の連携・保育・教育機関などと連携・妊婦の通院後のフォロー・産後ケアとして、周産期のメンタルヘルスと育児指導