

ライフコースアプローチ

児童生徒期（小学生～高校生）



行動目標

- ① 栄養・食生活
- ② 歯・口腔の健康

1. 背景

幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えることから、健やかでこころ豊かな社会生活を営むためには、こどもの健康を支える取組を進めることは重要です。こどもが成長し、やがて親となり、その次の世代を育む中で、こどもの時期からの健やかな発育が、その礎となる大切なものです。

健全な成長と学習のためにバランスの取れた食事がが必要です。特に家庭での食事が重要な役割を果たします。

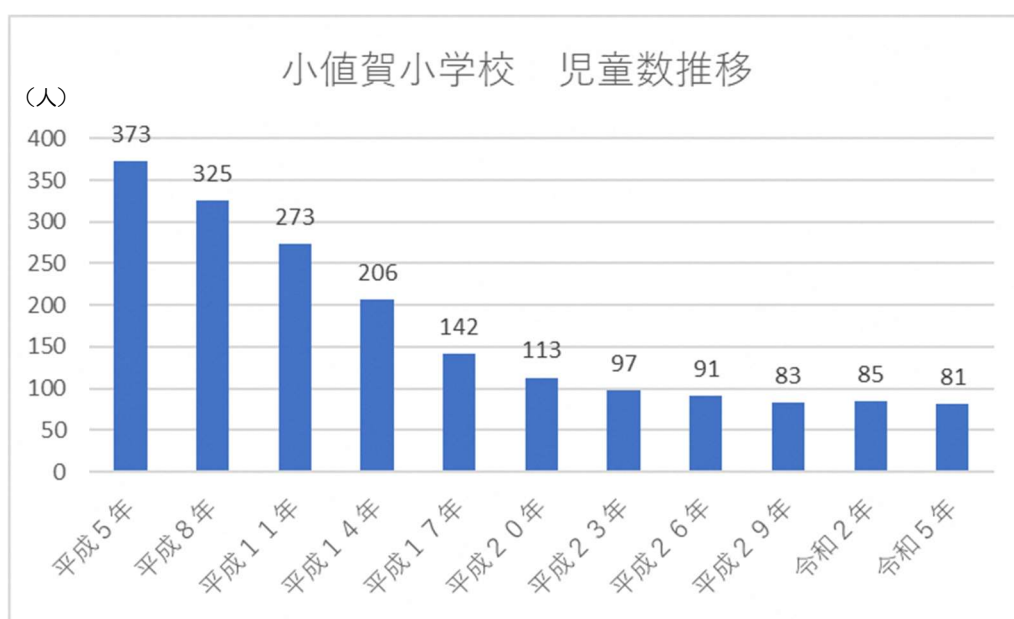
定期的な運動は、体力の向上だけでなく、精神的な健康にも寄与します。体育の授業やクラブ活動、家での運動が推奨されます。

ストレスや不安を軽減するために、友人関係や家族とのコミュニケーションが重要です。

十分な睡眠が学業成績や情緒の安定に寄与します。規則正しい生活習慣が重要です。

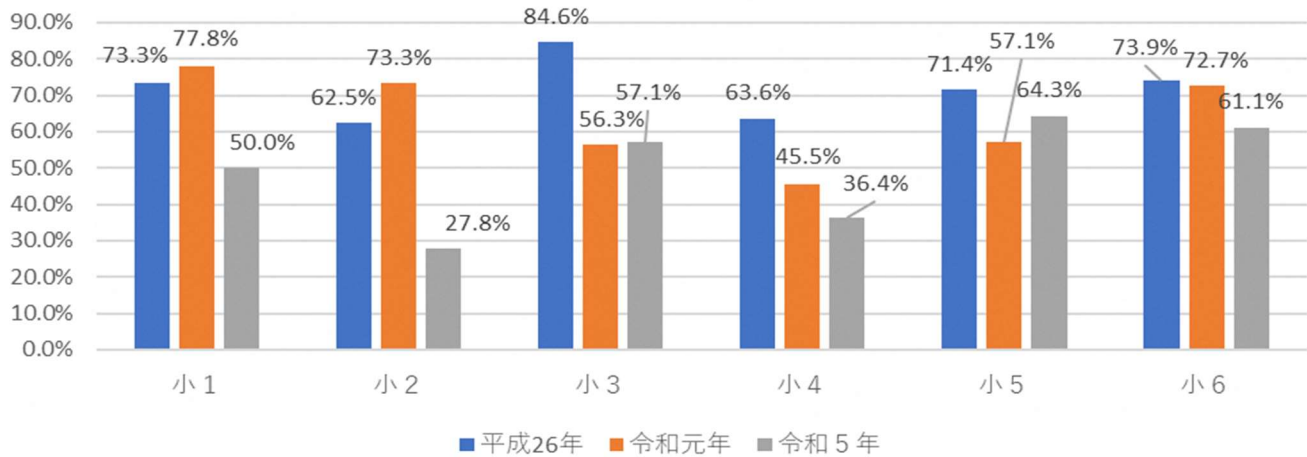
2. 現状

小値賀町の小学校の児童数は、年々減少しています。今後も少子化の傾向は続いています。



(学校基本調査より)

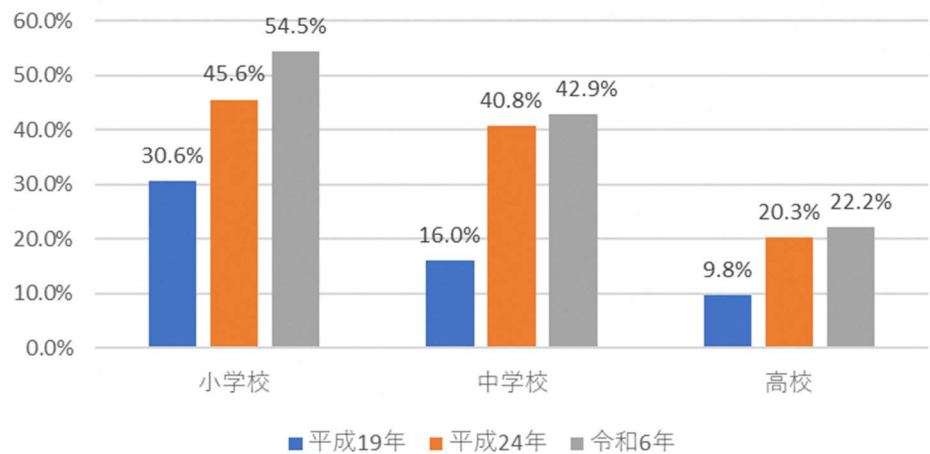
小値賀小学校児童の虫歯保有率



(長崎県う蝕状況調査より)

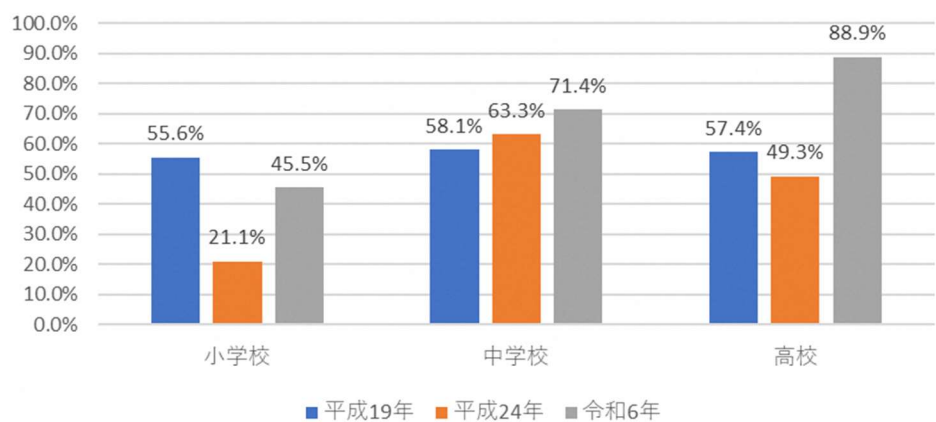
虫歯の保有率は、各学年ともほぼ減少傾向にあります。検診を受けるこどもの数も増加傾向にあり、歯に対する理解度が高くなっています。

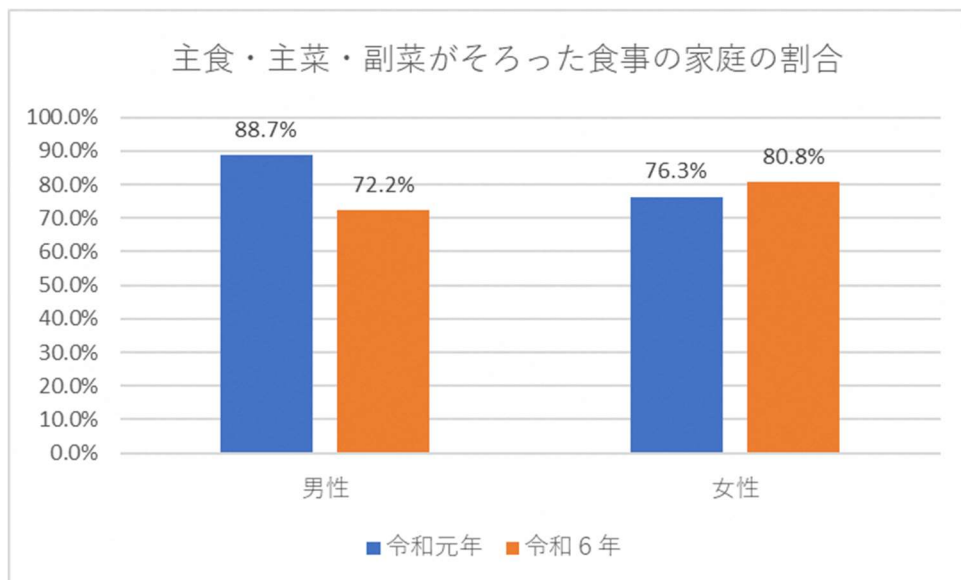
年に1回定期検診に行く児童生徒の割合



ストレスを感じるこどもの割合は、増加傾向にあります。特に高校生がストレスを感じている割合が高くなっています。

ストレスを感じることがある児童生徒の割合





主食・主菜・副菜がそろった食事を毎日している家庭の割合は、男子では減少し、女子は増加しています。バランスの良い食事をとることが、成長時期のこどもにとって、一番大事なことです。

第3次計画の指標の評価

健康指標	目標値	現状値	策定時（R1）	評価＊
小学校肥満児童の割合	7%	0%	9.2%	A
中学校肥満生徒の割合	5%	28.5%	8.0%	D
BMI25以上の高校生生徒の割合	9%	0%	9.0%	A
質・量ともにきちんとした食事をするこどもの割合	70%	76.1%	なし	A
朝食欠食率	0%	2.2%	なし	D
ゲームをする時間を決めている家庭の割合	60%	28.2%	50%	D
テレビを見る時間を決めている家庭の割合	60%	28.2%	25%	D
小学5年生むし歯保有率	30%	64.3%	57.1%	D
中学1年生むし歯保有率	30%	40.0%	35.7%	D
高校1年生むし歯保有率	30%	20.0%	50.0%	A
年に一度歯の定期検診を受ける小学生の割合	65%	54.5%	56.5%	C
年に一度歯の定期検診を受ける中学生の割合	65%	42.9%	44.4%	C

＊評価：A達成 B改善傾向 C変わらず D悪化

3. 目標と指標

(1) バランスの良い食事を摂っている者の増加

分 野	栄養・食生活
指 標	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合
現状値	76.1% (R6 アンケート結果による)
目標値	80%

(2) 朝食を食べない者の減少

分 野	栄養・食生活
指 標	児童生徒の朝食の欠食率
現状値	2.2% (R6 アンケート結果による)
目標値	0%

(3) 児童・生徒における肥満傾向児の減少

分 野	栄養・食生活
指 標	i 肥満傾向にあるこども（小学生）の割合 ii 肥満傾向にあるこども（中学生）の割合
現状値	i 0% (R6 アンケート結果による) ii 28.5% (R6 アンケート結果による)
目標値	i 0% ii 10%

(4) 歯科健（検）診の受診者の増加

分 野	歯・口腔の健康
指 標	過去1年間に歯科健（検）診を受診した者の割合
現状値	43.5% (R6 アンケート結果による)
目標値	65%

保健行動（町民が取るべき行動）

① 栄養・食生活

- ・朝食を毎日食べよう
- ・いろんな食材をバランスよく（主食主菜副菜）与えよう
- ・減塩に心掛けよう
- ・好き嫌いなく何でも食べよう
- ・おやつ時間を決めよう

② 歯・口腔の健康

- ・歯科検診に行こう
- ・歯ブラシだけでなく、フロスや歯間ブラシを使用しよう

4. 実施事業

上記目標達成のために、本計画策定期間において実施する事業

	事業名	内容	対象	関係団体
既存事業へ活かす	親子料理教室	親子で料理をすることにより、料理をする力や楽しさ、創造力、集中力を育てる。また、正しい生活習慣への関心を高め、生活習慣病の予防へとつなげる。	小学生 保護者	かーちゃんの味・ ふるさとの味つた えよー会 産業振興課
	子育て講演会・ファミリープログラム	子育てを担う親世代を対象に、子育ての必要性や注意点を学ぶ「子育て講演会」、様々な悩みやアイデアを共有する「ファミリープログラム」を実施し、こどもの健やかな成長へと繋げる。	保護者	教育委員会
新規事業	無料歯科検診	町民が自身の口腔内の状況を把握し、歯科への関心を持つ・受診行動をとることができるようにするために実施する。 ※現在、成人向けの無料検診しか実施していない。	町民	健康管理センター 住民課