

## 4 たばこ

### 現状と課題

喫煙割合は、女性に比べて、男性のほうが圧倒的に高く、年代別では男性の30～40代で特に高くなっています。たばこは、がんや循環器疾患、COPDを含む呼吸器疾患、糖尿病、歯周病など、さまざまな生活習慣病のリスク要因となっています。また、受動喫煙により、周りの人へも悪影響を及ぼします。妊娠中の女性の場合、早産や死産、低出生体重児などの危険もあります。すべての世代で、喫煙による健康への影響を理解することが必要です。

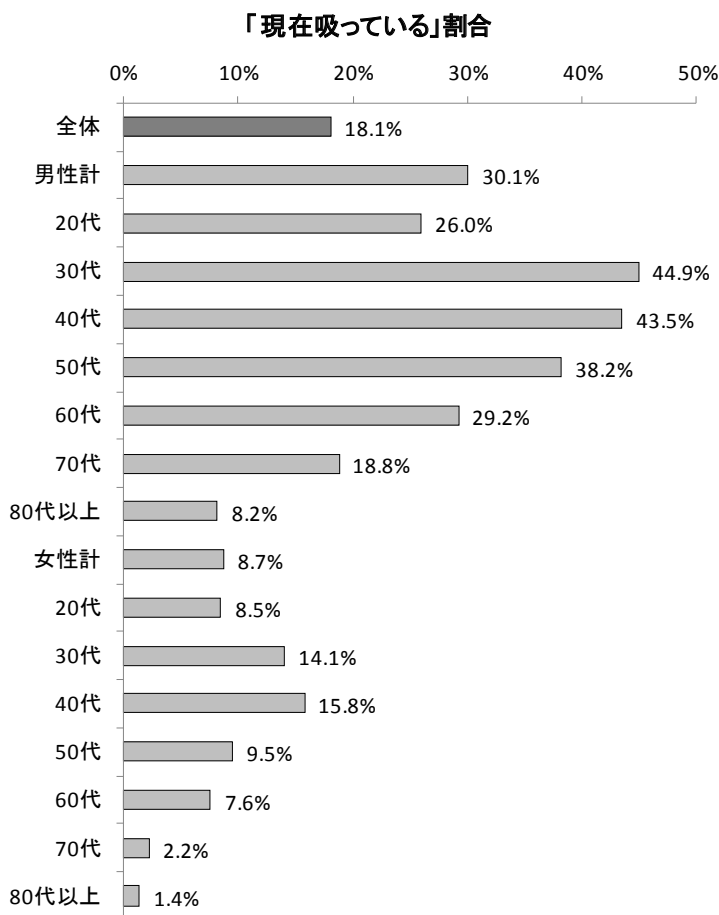
#### 【性別・年代別に見た健康づくりの傾向（成人のみ）】

項目	20代		30～50代		60代以上	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
喫煙割合	●		●		●	

●：比較的割合の高い層

資料：平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査報告書（H28.3矢板市）より加工

#### ■喫煙習慣



資料：平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査報告書（H28.3矢板市）

<b>目標</b>	
-----------	--

**【目標イメージ】**

○たばこが自身や周辺に健康に与える影響を理解し、禁煙や分煙に努めること。

**【めざそう値（数値目標）】**

指標	現状値 (H27)	目標値 (H38)	現状値の出所
喫煙割合			
成人男性	30.1%	15.1%	平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査
成人女性	8.7%	4.4%	
妊娠中の喫煙割合	3.7%	0%	妊娠届出書アンケート

<b>施策の展開</b>	
--------------	--

喫煙はがんや循環器疾患、糖尿病、COPDといった生活習慣病の危険因子となることから、喫煙・受動喫煙に関する学習機会をつくとともに、情報提供や相談支援体制を進めます。また、公共の場等での禁煙・分煙化を進めます。

■ 施策1：喫煙・受動喫煙に関する普及啓発

**【市の主な取り組み】**

施策・事業名	内容・ねらい	担当課等 (連携機関)
健康まつり等での健康づくり意識の啓発	来場者に体組成チェック、健康相談を継続的に実施します。	健康増進課
地域での健康教室の開催(講話等)	各種教室時に個別相談で継続的に実施します。	高齢対策課 健康増進課
児童生徒や保護者に対する喫煙防止教育の推進	市内小中学校において保健体育や総合学習の時間に学校医・保健師による講話を継続的に実施します。	教育総務課
専門医等派遣事業による講演会の開催	市内小中学校において保健体育や総合学習の時間に学校医・保健師による講話を継続的に実施します。	教育総務課
飲食店の分煙化	分煙店の表示及び公表を通じて、飲食店の分煙化を推進します。	健康増進課 商工観光課

■施策2：喫煙・受動喫煙に関する情報提供・相談支援

【市の主な取り組み】

施策・事業名	内容・ねらい	担当課等 (連携機関)
乳幼児健診(3か月児・4か月児・10か月児・1歳6か月児・2歳児・3歳6か月児)	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
健康相談(乳幼児・児童生徒・妊婦・一般)	個別対応を継続的に実施します。	子ども課 健康増進課
母子健康手帳交付時の妊婦への健康相談	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
家庭訪問・電話による相談	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
健診結果説明会	特定健診等受診者全員を対象として継続的に実施します。	健康増進課
育児支援家庭訪問	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
「広報やいた」「矢板市ホームページ」による情報提供	喫煙に関する記事を掲載し、健康づくり意識の啓発を行います。	秘書広報課

■施策3：公共の場等での禁煙・分煙の推進

【市の主な取り組み】

施策・事業名	内容・ねらい	担当課等 (連携機関)
庁舎・公共施設での禁煙、分煙化の推進	庁舎建物内の全面禁煙を実施します。庁舎・公共施設での分煙化推進のため、受動喫煙に配慮した喫煙スペースを設置します。	総務課
公園内の禁煙の推進	公園内は原則禁煙のため、灰皿は設置しません。	都市整備課

行動や取り組み × ライフステージ

	行動や取り組み	ライフステージ						
		妊娠期	乳幼児期 (0~5)	学童期 (6~11)	思春期 (12~17)	青年期 (18~39)	壮年期 (40~64)	高年期 (65~)
市民	<input type="checkbox"/> たばこが自身や周辺の健康に与える影響を理解する	→		-----		-----		-----
	<input type="checkbox"/> 喫煙をやめたい人はやめる	→				-----	-----	-----
	<input type="checkbox"/> 未成年者は喫煙しない			-----		-----		-----
市	<input type="checkbox"/> 健康まつり等での健康づくり意識の啓発			-----		-----		-----
	<input type="checkbox"/> 地域での健康教室の開催(講話等)				-----			-----
	<input type="checkbox"/> 児童生徒や保護者に対する喫煙防止教育の推進			-----		-----		-----
	<input type="checkbox"/> 専門医等派遣事業による講演会の開催				-----			-----
	<input type="checkbox"/> 飲食店の分煙化	-----						-----
	<input type="checkbox"/> 乳幼児健診(3か月児・4か月児・10か月児・1歳6か月児・2歳児・3歳6か月児)		→					
	<input type="checkbox"/> 健康相談(乳幼児・児童生徒・妊婦・一般)							-----
	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳交付時の妊婦への健康相談	→						
	<input type="checkbox"/> 家庭訪問・電話による相談	-----	-----					
	<input type="checkbox"/> 健診結果説明会					-----		-----
	<input type="checkbox"/> 育児支援家庭訪問		-----			-----		
	<input type="checkbox"/> 「広報やいた」「矢板市ホームページ」による情報提供	→		-----		-----		-----

第4章 健康づくりの取り組み

行動や取り組み		ライフステージ						
		妊娠期	乳幼児期 (0~5)	学童期 (6~11)	思春期 (12~17)	青年期 (18~39)	壮年期 (40~64)	高年期 (65~)
市	□庁舎・公共施設での禁煙、 分煙化の推進							→
	□公園内の禁煙推進							→

-----> 実施      **—————>** 特に力を入れて実施

## 5 アルコール

### 現状と課題

飲酒習慣（成人）では、【週3日以上飲む】割合は、男性で44%、女性で約12%となっており、男性の50～60代で特に高くなっています。週1日以上の飲酒をしている人の1回あたりの飲酒量は、男性で「2合くらい」、女性で「1合未満」で、男性のほうが高くなっています。また、未成年者の場合、【飲酒をしている】割合は、中学男子で4.9%、中学女子で3.7%となっています。すべての世代で、アルコールによる健康への影響や適度な量を理解することが求められています。

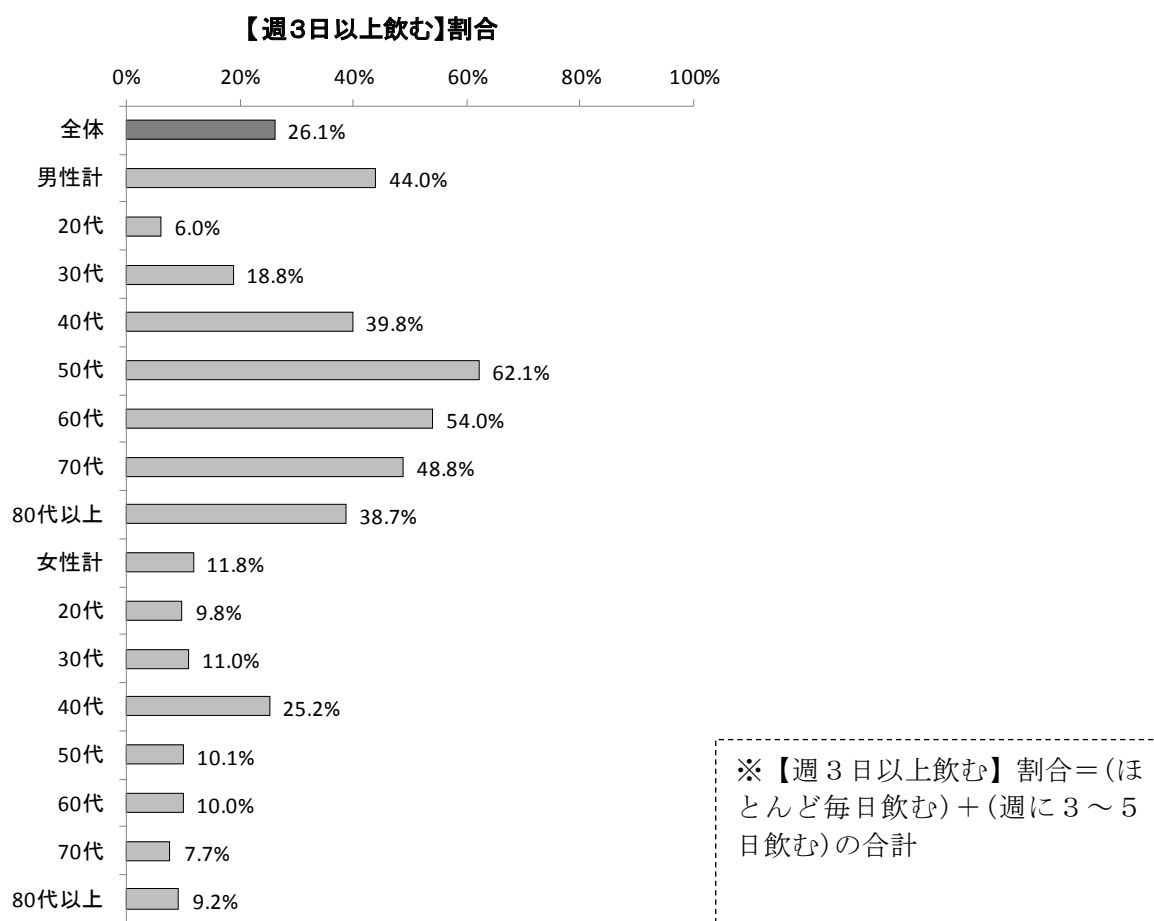
#### 【性別・年代別に見た健康づくりの傾向（成人のみ）】

項目	20代		30～50代		60代以上	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
週3日以上飲む割合			●		●	

●：比較的割合の高い層

資料：平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査報告書（H28.3矢板市）より加工

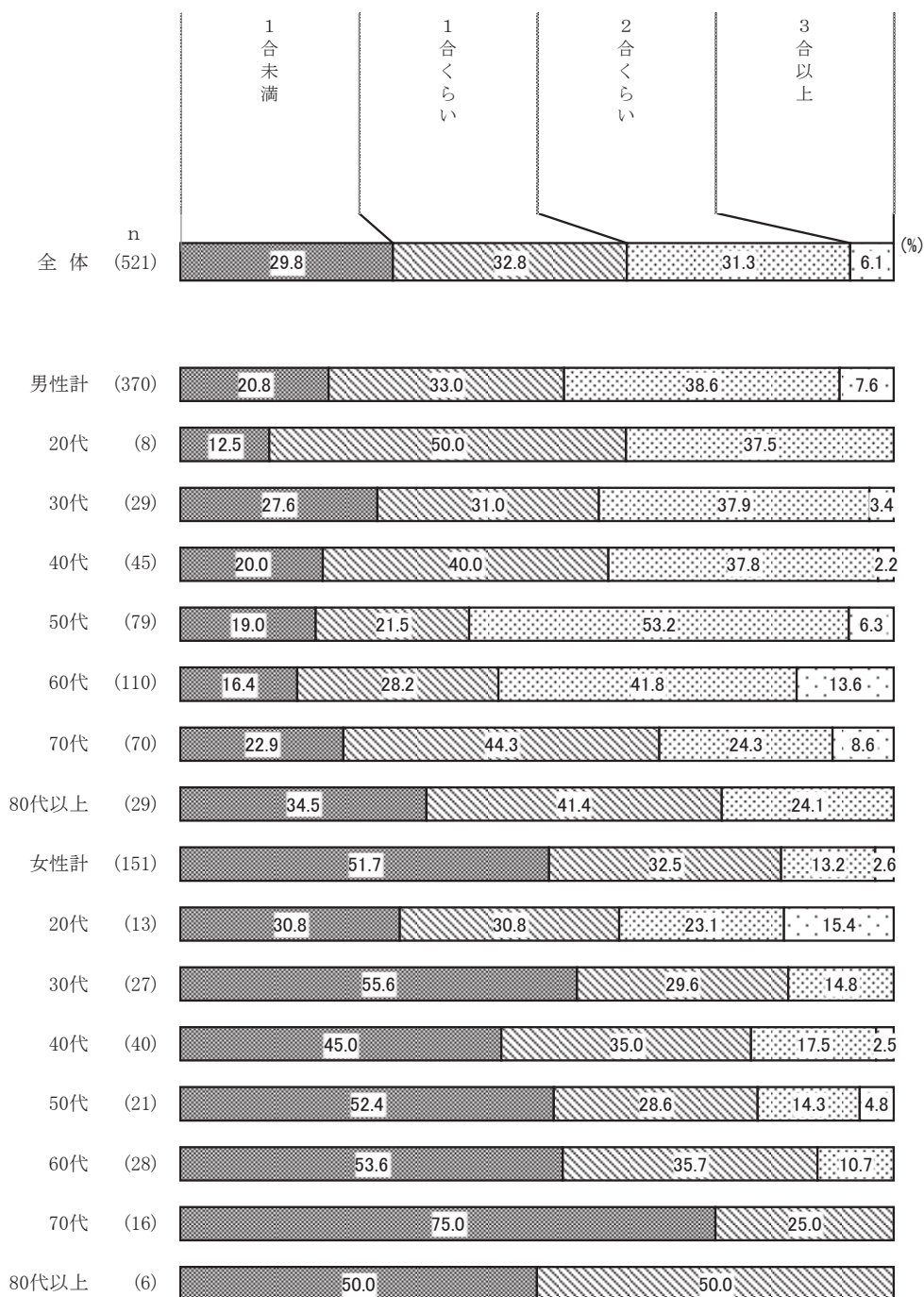
#### ■ 飲酒習慣（成人）



資料：平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査報告書（H28.3矢板市）

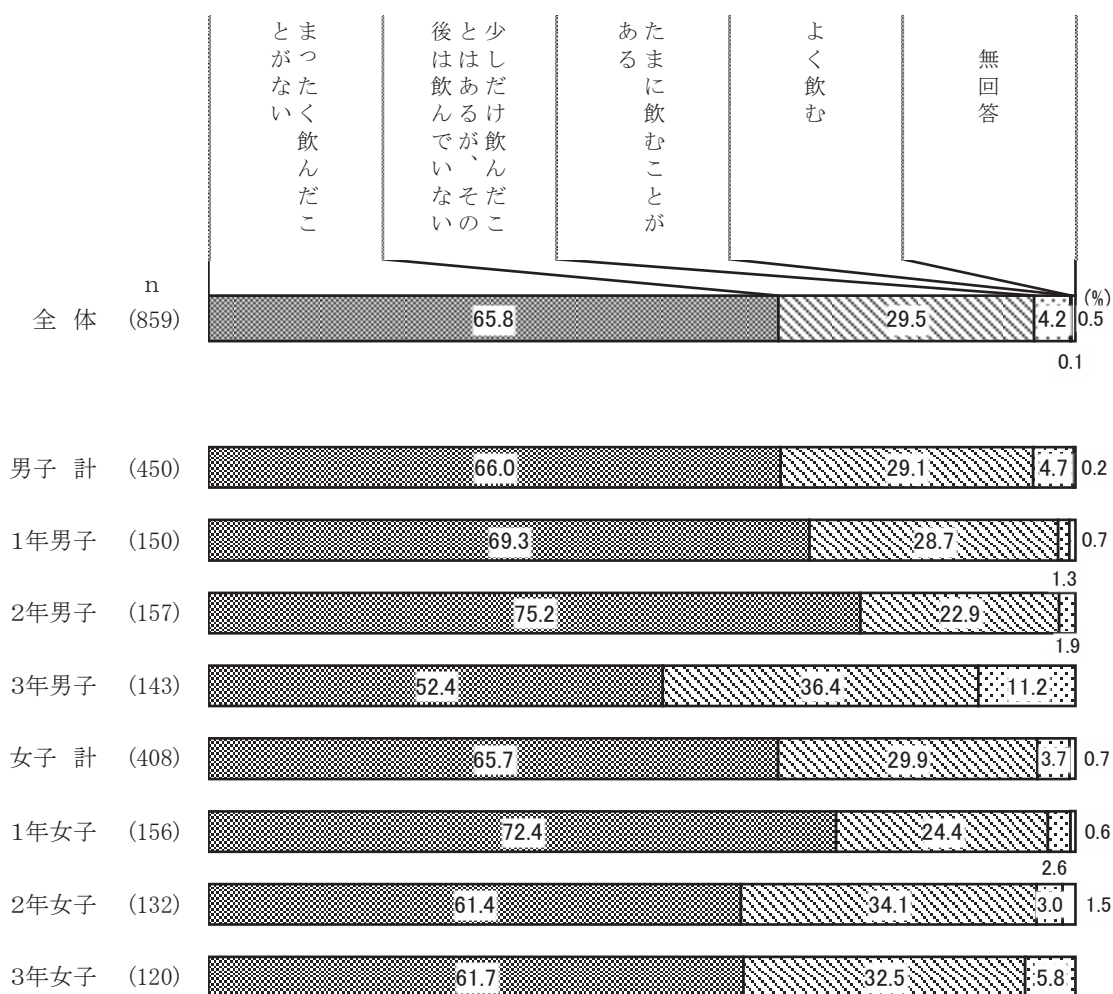
第4章 健康づくりの取り組み

■週1日以上飲む人の1回あたりの飲酒量



資料：平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査報告書（H28.3矢板市）

■飲酒状況（中学生）



資料：平成27年度中学生アンケート調査報告書（H28.6矢板市）

トピックス

アルコール摂取量の基準とされるお酒の1単位とは

純アルコールに換算して20gのことです。各種アルコール飲料に換算すると、ビールは中ビン1本（500ml）、日本酒1合（180ml）、ウィスキーはダブル1杯（60ml）、焼酎0.6合（110ml）が目安です。



**目標**

**【目標イメージ】**

○多量飲酒が健康に与える影響を理解し、成人が飲酒する場合、節度ある飲酒に心がける。

**【めざそう値（数値目標）】**

指標	現状値(H27)	目標値(H38)	現状値の出所
週に1日以上飲む人で1回につき、3合以上飲む人の割合			平成27年度暮らしと健康に関するアンケート調査
成人男性	7.6%	5.1%	
成人女性	2.6%	1.7%	
妊娠中の飲酒割合	3.0%	0%	妊娠届出書アンケート

**施策の展開**

過度な飲酒は、身体の問題や睡眠障害、うつ病といったところの問題を招く危険性もあることから、飲酒の健康への影響、胎児への影響等、正しい知識の啓発を図るとともに、情報提供・相談支援体制を進めます。

■施策1：飲酒に関する意識啓発

**【市の主な取り組み】**

施策・事業名	内容・ねらい	担当課等 (連携機関)
健康まつり等での健康づくり意識の啓発	来場者に体組成チェック、健康相談を継続的に実施します。	健康増進課
地域での健康教室の開催 (講話等)	健康教室等を通じて、適正節酒への意識を高めます。	高齢対策課 健康増進課

## ■施策2：情報提供・相談支援

## 【市の主な取り組み】

施策・事業名	内容・ねらい	担当課等 (連携機関)
乳幼児健診(3か月児・4か月児・10か月児・1歳6か月児・2歳児・3歳6か月児)	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
健康相談(乳幼児・児童生徒・妊婦・一般)	個別対応を継続的に実施します。	子ども課 健康増進課
母子健康手帳交付時の妊婦への健康相談	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
家庭訪問・電話による相談	個別対応を継続的に実施します。	子ども課
健診結果説明会	特定健診等受診者全員を対象として継続的に実施します。	健康増進課
「広報やいた」「矢板市ホームページ」による情報提供	飲酒に関する記事を掲載し、健康づくり意識の啓発を行います。	秘書広報課

行動や取り組み × ライフステージ

	行動や取り組み	ライフステージ						
		妊娠期	乳幼児期 (0~5)	学童期 (6~11)	思春期 (12~17)	青年期 (18~39)	壮年期 (40~64)	高年期 (65~)
市民	<input type="checkbox"/> 飲酒が健康や胎児に与える影響を理解する	→		-----			-----	→
	<input type="checkbox"/> 節度ある適度の量（1日平均純アルコール摂取量20g程度）に心がける					-----	-----	→
市	<input type="checkbox"/> 健康まつり等での健康づくり意識の啓発			-----		-----	-----	→
	<input type="checkbox"/> 地域での健康教室の開催（講話等）					-----	-----	→
	<input type="checkbox"/> 乳幼児健診（3か月児・4か月児・10か月児・1歳6か月児・2歳児・3歳6か月児）		→					
	<input type="checkbox"/> 健康相談（乳幼児・児童生徒・妊婦・一般）	-----	-----	-----	-----	-----	-----	→
	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳交付時の妊婦への健康相談	→						
	<input type="checkbox"/> 家庭訪問・電話による相談	-----	-----	-----	-----			
	<input type="checkbox"/> 健診結果説明会					-----	-----	→
<input type="checkbox"/> 「広報やいた」「矢板市ホームページ」による情報提供	-----	-----	-----	-----	-----	-----	→	

----- → 実施      → 特に力を入れて実施