

# 第2次滝沢市母子保健計画「すこやか親子たきざわ」 概要版

## 1 計画の基本的事項

### 計画策定の趣旨

子どもたちがすこやかに安心して暮らせるように、地域、学校、行政、関係団体が一体となって母子保健施策を総合的に推進することを目的として策定します。

### 計画の位置付け

この計画は、国の「健やか親子21（第2次）」、県の「いわて子どもプラン」に基づき作成し、「滝沢市地域福祉計画」を上位計画とした母子保健分野の実施計画として位置付けます。また、「滝沢市地域保健計画」や「滝沢市子ども・子育て支援事業計画」等保健福祉関係諸計画と整合性と連携を図り策定しています。

### 計画の期間

令和5年度～9年度（5年間）です。

## 2 第1次滝沢市母子保健計画の評価から見えてきた現状と課題（抜粋）

### 思春期

○朝食を毎日摂っている割合が減少⇒思春期だけでなく、すべての年代に対する望ましい生活習慣の定着に向けた取組が必要です。

### 妊娠期

○妊娠前に夫婦間で家族計画について話し合っている割合が減少⇒妊娠中から子育て期まで家族で協力していくためにも、妊娠前から夫婦・家族で良好なコミュニケーションをとることが重要です。

○妊婦同士の交流ができた人の割合が減少⇒コロナ禍でも感染対策を講じながら交流できたり情報が得られるような工夫を行い、妊娠期から必要なサービスやケアにつながり、産後までゆとりを持って過ごせるような切れ目のない支援が重要です。

### 子育て期

○かかりつけ医のある人の割合が減少、乳幼児健診の受診率が横ばい⇒子どもの体調や子育てに不安が生じた時、必要な支援やケアにつながるよう、乳幼児健診の受診率向上やかかりつけ医定着に向けた取組を継続していく必要があります。

○甘い飲み物を毎日飲んでいる割合が横ばい、毎日朝食を食べる親の割合が減少⇒妊娠前から親子ともに健康意識が持てるよう、母子健康手帳交付時健康相談や乳幼児健診などで望ましい生活習慣について伝えていく必要があります。

### 地域とのかかわり

○子育て中の親が近所との交流があると回答した割合が横ばい⇒地域において、子育て中の親子に関心を持ち、あいさつや声掛けができるよう啓発が必要です。

## 3 基本理念

「子どもたちがすこやかに安心して暮らせるまちづくり」を計画の基本理念とします。

計画の名称は、「母子保健」とありますが、目指すものは父親や祖父母、広く地域も含め、親と子がすこやかに暮らせるまちづくりにあります。

## 4 基本目標と施策目標

計画の基本理念を踏まえ、これまで市が取り組んできた母子保健施策について一層の充実を目指すとともに、「思春期」「妊娠期から子育て期」「子育て環境」の3つの基本目標の下に5つの施策目標を掲げて展開していきます。

## 5 計画の策定方法

この計画は、前回策定時と同様に「住民参加型・目的設定型アプローチ」の考え方をを用いて策定しています。市民ニーズから導き出された「母子保健のあるべき姿（目標）」の実現のための具体的目標や条件・評価指標・施策の展開・各種事業の推進、各々の役割など、市民の皆様や関係者と共有・協働し策定しました。

### <ニーズ調査>

市の乳幼児健診等で市民の皆さんのご意見を頂きました

### <アンケート調査>

0歳～5歳までのお子さんをお持ちの父親と母親、中学3年生の回答を頂きました

### <計画策定懇談会>

妊婦さん、子育て中の父親、母親、子育て支援関係者など9名の方に意見を頂きました

## 6 施策目標と取組（抜粋）

### 基本理念 子どもたちがすこやかに安心して暮らせるまちづくり

#### 目指す姿

#### 市民の皆さんが取り組むこと

#### 市や関係機関が取り組むこと

### 基本目標1：すこやかな成人期を迎えることができる

～自らの心とからだの健康を意識し、行動できるようにします～

<p><b>施策目標 (1)</b> 学童期・思春期において心身の健康づくりに取り組むことができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の心とからだに関心を持ち、健康に関する正しい知識を身に付け、適切な行動をとることができる</li> <li>○いのちの大切さを知り、自他共に大切にし、周囲と良好なコミュニケーションをとれる</li> <li>○心やからだの悩みがあるときは、誰かに相談できる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇思春期に見られる心身の変化を知りましょう</li> <li>◇望ましい生活習慣を学び規則正しい生活を心がけましょう</li> <li>◇いのちの大切さを知り、周囲と優しい気持ちでコミュニケーションをとりましょう</li> <li>◇あいさつや声かけを率先して行いましょう</li> <li>◇悩みを相談できる人や場所を見つけて相談しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆思春期の心身の変化について学ぶ機会を提供します</li> <li>◆良い生活習慣について学ぶ機会を提供します</li> <li>◆いのちの大切さや心の健康について学ぶ機会を設けます</li> <li>◆コミュニケーションの大切さについて啓発します</li> <li>◆相談機関の情報提供と、相談できる場を設けます</li> </ul>
---	---	---	---

### 基本目標2：妊娠期から子育て期まで安心して過ごすことができる

～安心して妊娠・出産・子育てができるよう切れ目のない支援を行い、親子のすこやかな成長を促します～

<p><b>施策目標 (1)</b> 安心して妊娠できる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○母体が健康であるための知識を持ち、健康づくりのための行動をとることができる</li> <li>○夫婦で家族計画について相談し、妊娠についての相談や手続きができる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇健康づくりのための生活習慣を見直しましょう</li> <li>◇妊婦健診、妊産婦歯科健診を受けましょう</li> <li>◇夫婦で話し合う時間を大切にしましょう</li> <li>◇妊娠届は11週までに届け出ましょう</li> <li>◇悩みを解消したり、相談できる場所を見つけましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆妊娠前から妊娠中に必要な健康づくりに関する情報を提供します</li> <li>◆妊婦健診・妊産婦歯科健診を実施します</li> <li>◆夫婦のコミュニケーションの大切さについて啓発します</li> <li>◆早期の妊娠届出を推奨します</li> <li>◆妊娠に関する悩みや不安を抱える方への支援を行います</li> </ul>
<p><b>施策目標 (2)</b> 安心して出産し、産後をすこやかに過ごすことができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○妊娠期から産後にかけての心身の状態を知り、正しい知識や情報が得られる</li> <li>○必要な時に相談でき、不安が軽減できる</li> <li>○妊婦とその家族同士が情報交換できる</li> <li>○妊婦・産婦とその家族が妊娠経過について理解し、協力していくことができる</li> <li>○妊娠期から産後にかけて必要なサポートや経済的支援を受けられる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇妊娠期から産後について知識や情報が得られる場に参加しましょう</li> <li>◇産婦健診を受け、産後の心身の状態を知りましょう</li> <li>◇相談できる相手や相談機関を見つけましょう</li> <li>◇妊婦・産婦とその家族は心身の状況を理解して協力しましょう</li> <li>◇利用できる制度・サービスの情報を集め、活用しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆子育て世代包括支援センターの役割として、妊娠期から産後まで切れ目のない支援体制を整えます</li> <li>◆妊娠期から産後に関する知識の普及を行います</li> <li>◆産婦健診・産後ケアを実施します</li> <li>◆産婦・乳児訪問により早期に関わりを持ち不安の軽減に努めます</li> <li>◆産後の不安について相談機会を提供し、早期の相談・利用を勧めます</li> <li>◆妊婦やパートナー同士が交流できる機会を設けます</li> <li>◆家族の理解や協力の重要性について周知します</li> </ul>
<p><b>施策目標 (3)</b> 安心して育てることができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもがすこやかに成長するための知識や習慣を身に付けることができる</li> <li>○育児について身近な人や相談窓口で相談できる</li> <li>○育児について必要な情報を得ることができる</li> <li>○病気や事故の対応や予防ができる</li> <li>○子どもの成長発達を知り、育てにくさを感じた時に必要な相談・支援を受けることができる</li> <li>○育児のサポートを受け、親子のふれあいを楽しみながら、心身ともにゆとりをもって子育てができる</li> <li>○同年代の子どもをもつ親や子ども同士で交流し、子育てを楽しむことができる</li> <li>○働きながら子育てがしやすいよう、保育体制が整い、周囲の理解や協力がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇「早寝・早起き・朝ごはん」を実行しましょう</li> <li>◇減塩やバランスを意識した食事を身に付けましょう</li> <li>◇相談できる人・場の情報を集め、不安があった時や育てにくさを感じた時には早めに相談しましょう</li> <li>◇かかりつけ医をもちましょう</li> <li>◇病気の予防や事故防止に気を配りましょう</li> <li>◇子どものすこやかな成長発達のため、健診を受けましょう</li> <li>◇家族で子育てについて話し合い理解・協力しましょう</li> <li>◇親子でふれあう時間を作りましょう</li> <li>◇ゆったりとした気持ちで子育てを楽しみましょう</li> <li>◇親同士・子ども同士が交流や情報交換できる場の情報を集め、利用しましょう</li> <li>◇利用できる制度や育児に必要な情報を集め、活用しましょう</li> <li>◇働く親が子育てしやすいよう、周りの人は理解・協力しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆望ましい生活習慣が定着するよう情報提供を行います</li> <li>◆育児について相談できる機会を設けます</li> <li>◆育児に関する情報提供の充実を図ります</li> <li>◆かかりつけ医をもつことを勧めます</li> <li>◆病気や事故の予防、災害対応に関する知識を普及します</li> <li>◆受診しやすい健診を実施します</li> <li>◆育てにくさや発達障がいについての周知と、育てにくさを感じる親への早期支援を行います</li> <li>◆親子のふれあいや、その大切さについて情報提供を行います</li> <li>◆親同士・子ども同士が交流できる場について情報提供を行います</li> <li>◆育児支援事業・サービスの情報提供を行います</li> <li>◆保育制度や病児保育に関する情報提供を行います</li> </ul>

### 基本目標3：地域で安心して子育てをすることができる

～安心して子育てができるよう、子育てしやすい環境を整え、地域での見守り、支援を推進します～

<p><b>施策目標 (1)</b> 地域みんなで子育てを支えることができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○近所の人と世代をこえた交流が図られ、地域で子育て家庭を見守ることができる</li> <li>○安心して子育てができる環境がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇子育て中の親子に関心を持ち、積極的にあいさつや声掛けをしましょう</li> <li>◇地域での見守り体制を継続しましょう</li> <li>◇子どもの健康や安全が心配される場合は身近な相談機関へ相談しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆近所の人とのあいさつや声掛けの重要性について啓発します</li> <li>◆現在の子育て事情などの情報提供を行います</li> <li>◆親子で遊べる場や子育て家庭に優しい施設の情報提供を行います</li> <li>◆関係機関との連携強化を図ります</li> </ul>
--	--	---	---

## 7 現状と令和9年度の目標（抜粋）

評価指標		平成27年度実績 28年度アンケート	令和3年度実績 4年度アンケート	令和9年度目標
思春期	毎日朝食を摂っている割合（中学3年生）	91.2%	81.6%	90%
	悩みを相談できる人がいる割合（中学3年生）	80.2%	81.6%	85%
妊娠～ 子育て	夫婦で家族計画について話し合える割合	80.9%	77.2%	80%
	妊娠中の飲酒率	毎日0%時々0.6%	毎日0%時々0.8%	0%
	妊娠期から産後にかけて相談ができた人の割合	67.8%※妊娠中のみ	71.5%	75%
	産後、助産師等からの指導・ケアを十分にうけることができた人の割合	88.1%	90.5%	92%
	週4日以上朝食を食べている子の割合	96.3%	96.2%	100%
	育児について相談相手のいる親の割合（3歳児）	96.5%	98.9%	98%以上
	むし歯がない割合（3歳児）	81.6%	88.3%	90%
	かかりつけ小児科医のある人の割合（3歳児）	97.3%	91.6%	95%
	かかりつけ歯科医のある人の割合（3歳児）	70.5%	70.9%	72%
子育てが楽しいと感じている人の割合	91.4%	93.3%	94%	
環境	今後もこの地域で暮らしていきたいと感じている親の割合（3歳児）	93.3%	93.4%	95%

## 8 取組の重点事項

★すべての世代における望ましい生活習慣の定着に向け、「早寝・早起き・朝ごはん」などの健康づくりに関する知識の普及・啓発を行います。

★妊婦やその家族が、妊娠期から出産・子育て期まで必要な相談や支援を受けられるよう、切れ目なく寄り添う支援体制を整備します。

★子どもたちがすこやかに育まれる環境づくりを目指し、子育て家庭が抱える多様な悩みや不安に対応できるよう、関係機関と連携を強化します。

## 9 大切にしたい「正しい生活習慣とこころの健康」

### すこやかな体づくりのため、小さい頃から適切な生活習慣を身に付けましょう

- ・「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう
- ・減塩やバランスを意識した食事を身に付けましょう
- ・乳幼児期のおやつは、第4の食事として、甘いお菓子・スナック菓子以外のものを与えましょう
- ・仕上げ磨きを習慣化し、定期的に歯科健診を受けましょう
- ・スマホやゲームだけでなく、自然に触れ合ったり、体を使って楽しく遊びましょう
- ・お父さん、お母さんも生活習慣を見直しましょう



### 子どもの生きる力を育みましょう



- ・自己肯定感（自分はこれでいいんだという自分の存在を肯定的に受け止められる感覚）は、ストレスを上手に回避したり、失敗しても頑張る気持ちを育みます
- ・スキンシップを大切に家族団らんの時間をもちましょう
- ・家庭内であいさつをしたり、よく会話をし、子どもの気持ちに寄り添い、成長を見守りましょう
- ・子どもの良いところをみて、ほめるようにしましょう
- ・育児で悩みや不安があるときは、抱え込まずに相談しましょう

### 思春期は、将来の妊娠、出産、育児に影響するとても大事な時期です

- ・生涯を通じて、喫煙しないようにしましょう
- ・20歳になるまでは飲酒をしないようにしましょう
- ・健康な体づくりのために、朝食を食べることや規則正しい生活を心がけましょう
- ・自分の心とからだに関心を持ち、お互いを尊重し、悩みを抱えて苦しい時は、誰かに相談しましょう



### 子育て世代を地域で支えるために、「あいさつ」からはじめましょう

- ・子育て中の親子に関心を持ち、あいさつ・声掛けをしましょう
- ・地域での見守り体制を継続しましょう



発行：岩手県滝沢市健康福祉部健康推進課  
 岩手県滝沢市中鶴飼55 電話019-684-2111（代）  
<https://www.city.takizawa.iwate.jp>（令和5年3月）