

## 第3次健康りつとう21（R6実績・R7計画案）

### 基本目標1 健康を支える生活習慣の改善

【目指す方向性】◆家庭や地域、職域等において、こころの健康について正しく理解し、こころの不調に気づき、早期に適切な対応ができるよう、関係機関と連携し相談支援体制を整えます。

◆十分な睡眠や休養の確保等、こころの健康を保つための知識を啓発します。

### 3. 休養・こころの健康

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗状況	R7(2025)年度 計画 (昨年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
うつ病G-Pネット	草津栗東医師会において、うつ病G-Pネット（一般医、精神科医ネットワーク）づくりを推進します。	医師会	●草津栗東医師会において、うつ病G-Pネット（一般医、精神科医ネットワーク）を推進する。 ●日常診療や産業医活動を通じて、うつ病対策をすすめる。 ●産業医活動、ストレスチェックを通じて、メンタルヘルスの推進を図る	●草津栗東医師会において、うつ病G-Pネット（一般医、精神科医ネットワーク）講演会を実施した。 ●日常診療や産業医活動を通じて、うつ病対策をすすめた。 ●産業医活動、ストレスチェックを通じて、メンタルヘルスの推進を図った。	B	医師会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）	●睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少 男性 15歳以上 30.4% 女性 15歳以上 34.2%  ●ストレスや不満、悩み等を感じている者の割合の減少 男性 15歳以上 25.7% 女性 15歳以上 26.5%	↙
うつ病患者の発見と専門医への受診の勧め	うつ病患者の発見と専門医への受診指導に努めます。	薬剤師会	前年度と同じ ●「不眠症」、「子育て」、「心の病気」等ごとに、声掛け方法や啓発資料を分類して啓発。関係機関からの関連資料のご提供・ご提案を頂きながら勧奨を実施	主に服薬指導時に実施 近年では健康サポート薬局だけでなく通常の薬局の取組として健康相談会を実施する機会が多くなっている。実施回数は任意のため把握せず。	D	薬剤師会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）	↙	↙
退職後の自主活動グループの支援	退職後に活躍する場づくりとして、自主活動グループの支援を行います。	社会福祉協議会	●地域の退職シニアを中心とした人材の発掘 ●退職シニア等への活動の場の紹介と啓発 ●退職世代向けボランティア養成講座の開催 ●「栗東ふあざ～ず俱楽部」活動支援	①おやじ+塾の活動支援。ボランティアグループとして自主的な活動を目指す。月1回の定例行事の実施を通して自身の地域活動への取り組みを考えてもらえる機会となった。大学講師による応援講座を実施。 ②ボランティアグループとして栗東ふあざ～ず俱楽部の活動支援を実施	B	社会福祉協議会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入） ・おやじ+塾の活動支援	↙	↙
高齢者サロン・子育てサロンの開催の支援	高齢者の生きがいづくり、子育て不安の解消や情報交換の場として、小地域で行うサロン活動等を支援します。	健康推進員連絡協議会 民生委員児童委員協議会 社会福祉協議会	(健康推進員) ●各学区・自治会において、対象者へ生きがいづくりの啓発活動を実施。 ●各学区・自治会で実施されているサロン活動の支援を実施。 (民生委員・社会福祉協議会) ●各地域で、高齢者サロンや、老人クラブの開催や協力 ●サロン活動等運営支援 ・助成事業による支援 ・出前講座による支援 ・サロン交流会の実施等 ●子ども食堂を通じた地域のつながりづくりの推進	(健康推進員) 週1～月1回実施  (社会福祉協議会) ①サロン、老人クラブ等地域活動出動件数70件。 ②サロン助成事業41件。 ③出前講座33件。 ④サロン交流会3/18実施予定。 ⑤子ども食堂助成7件。 以上11月末現在	B B	健康推進員連絡協議会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）  民生委員児童委員協議会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）  社会福祉協議会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）	↙	↙
児童の放課後の居場所づくりの支援	平日の放課後に地域の協力を得て、小学校区ごとに放課後子ども教室を開催します。遊びやスポーツ等を通して、異学年の交流、地域住民との交流を推進します。	栗東市地域教育協議会		8小学校区で概ね6月から2月まで開催。 スタッフ登録数 81名 開催回数 199回	B	(栗東市地域教育協議会) 令和6年度同様実施予定だが、回数等変更あり	●「学校が楽しい」と答えた児童生徒の増加 小学生6年生 84.3% 中学生3年生 76.9%	↗
あいさつ運動の推進	見守り活動および各学校の校門において、あいさつ運動を支援します。	民生委員児童委員協議会	●挨拶運動の推進と見守り活動	・ほぼ毎日実施	B	民生委員児童委員協議会 ■令和6年度（実績）と同じ □新規事業や、内容の変更がある（下記に記入）	↗	↗

## 3. 休養・こころの健康

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (昨年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和6年)
高齢者ゆうあい訪問の実施	定期的または個別に安否確認や状況の変化の把握のために、家庭訪問を実施します。	民生委員児童委員協議会	●高齢者ゆうあい訪問の実施	・高齢者ゆうあい訪問 年1回実施 ※ただし個別訪問は各自で随時行っている。	A	民生委員児童委員協議会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少 男性 15歳以上 30.4% 女性 15歳以上 34.2%  ●ストレスや不満、悩み等を感じている者の割合の減少 男性 15歳以上 25.7% 女性 15歳以上 26.5%	↙
「くりちゃん元気いっぱい運動」の推進	「くりちゃん元気いっぱい運動」(早寝・早起き・朝ごはん)を推進します。	小中学校 幼稚園・保育所・幼児園・こども園	(養護教諭部会) 小学校 ●朝食摂取状況調査の実施。 ●学校便りや保健だより等で家庭との連携が図れるように発信。また、基本的な生活習慣が身につくように発達段階に合わせて集団や個別で指導。  中学校 ●「早寝・早起き・朝ごはん」啓発週間の実施	予定通り実施できた。 例年各校で実施している学校保健委員会を今年度単発で、中学校区での拡大学校保健委員会として開催した。児童生徒の生活習慣等の実態を報告するとともに、講師に睡眠の大切さについての講演を依頼した。(参加者:各校職員・保護者・学校三師・健康増進課) 参加者からは、9~11時間の睡眠時間が必要だということに驚いた、睡眠を改めて大事にしたいという感想があった。	A	養護教諭部会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)  幼稚課 □令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●「学校が楽しい」と答えた児童生徒の増加 小学生6年生 84.3% 中学生3年生 76.9%	↗
体験学習の充実	異学年交流や福祉体験、職場体験などの体験的な学習、こころの健康やいのちの大切さを学ぶ学習の充実に努めます。	小中学校	小学校(養護教諭部会) ●居住地交流の実施 ●縦割り活動の実施 ●保育小交流の実施 ●福祉体験などの体験的な学習の実施。 ●助産師による「いのちの大切さ」の学習を参観日に実施する。 ●話し方や伝え方を身につけるための学習や自尊感情を高めるための学習をする。 ●スマイルウイークを毎月実施し、スマイル委員会主催で全校児童が笑顔になれる活動を呼びかける。 ●障がいのある方との交流会を計画を行う。(2年・5年) ●聾話学校との交流会(各学年)を計画を行う。 ●「うみのこ」での他の学校との交流 中学校 ●職場体験学習の実施 ●助産師の先生による性教育講演会の実施 ●班別に滋賀県のいろいろな地域に出向き、郷土の良いところを知る ●ふれあい体験学習(幼児園との交流) ●ボランティア活動への参加 ●障害者理解学習の実施 ●こころの健康や命の大切さを学ぶ学習の実施。	予定通り実施できた。	B	養護教諭部会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		

## 3. 休養・こころの健康

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (昨年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和6年)
教育相談やアンケートの実施	児童生徒に対する定期的な教育相談やアンケートを実施し、いじめ等の早期発見に努めます。	小中学校	<p>小学校(養護教諭部会)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●教育相談週間(担任と児童一人ずつの面談)を年2回実施</li> <li>●月2回、保護者相談を実施する。</li> <li>●いじめや教育相談に関するアンケートを実施する。</li> <li>●市教育委員会主催の「ココロの健診日」を月2回実施予定。児童や保護者相談に活用する。</li> <li>●スクールカウンセラーによる児童のアセスメントや保護者懇談の実施。</li> <li>●保護者が担任や担任外の教師に相談できる機会を設け、SCとの希望面談を設定し、支援室にもつなげる。(児童の面談も設定)</li> </ul> <p>中学校</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●いじめアンケートを実施する。(年3回)</li> <li>●必要時、SCとの相談を実施する。</li> <li>●定期的に健康相談を実施する。</li> <li>●講師を迎えて、人権について学ぶ。</li> <li>●生活アンケートの実施(7月・10月・1月)</li> <li>●担任と生徒一人ずつの面談</li> </ul>	予定通り実施できた。	B	<p><b>養護教諭部会</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul>		
こころの健康づくりの啓発	自殺予防週間および自殺対策強化月間にあわせてこころの健康、自殺予防の啓発を行います。	障がい福祉課 健康増進課	<p>●自殺予防週間(9月10日～9月16日)にあわせ、啓発品を配布。広報や市Facebookなどでも啓発記事を掲載。</p>	(障がい福祉課)	B	<p><b>障がい福祉課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul> <p><b>健康増進課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●睡眠による休養を十分とれない者の割合の減少 男性 15歳以上 30.4% 女性 15歳以上 34.2%</li> <li>●ストレスや不満、悩み等を感じている者の割合の減少 男性 15歳以上 25.7% 女性 15歳以上 26.5%</li> </ul>	↗
	精神疾患や自殺についての正しい知識の普及や市の相談窓口の周知のためのリーフレットの配布、広報「りっとう」での情報提供、研修会の開催など、こころの健康づくりの啓発を行います。	障がい福祉課 健康増進課	<p>(障がい福祉課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●自殺対策月間(3月)にあわせ、相談機関等を掲載したチラシを広報りっとう3月号に折込み</li> <li>●こころの健康づくり研修会を開催商工観光労政課と連携し、企業等を対象に実施。</li> </ul> <p>(健康増進課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●こころの健康づくり研修会を開催</li> </ul>	(障がい福祉課)	B	<p><b>障がい福祉課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul> <p><b>健康増進課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul>		↘
ゲートキーパー研修の実施	ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守る人です。自殺対策として、相談窓口職員や地域の相談を担う人等を対象としたゲートキーパー研修を実施します。	障がい福祉課	<p>●市職員、関係機関を対象に自殺予防研修会を実施</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●民生委員児童委員向けゲートキーパー研修を実施。(治田、治田西学区)</li> <li>●保健所、県自殺対策推進センターの協力で、葉山中学校教員向けゲートキーパー研修を実施。</li> <li>●市職員向けゲートキーパー研修の実施予定(2月頃)</li> </ul>	B	<p><b>障がい福祉課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul>		
「栗東子育て教育Nextプロジェクト」の推進	「自分を高める力」や「自分と向き合う力」、「他者とつながる力」などの非認知能力を身につけられるよう、家庭・地域・学校園が連携して市全体で取り組みます。	学校教育課 幼稚園	<p>(学校教育課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・非認知能力の育成に向けて、中学校区での共通実践など、家庭・地域・学校園が連携して取り組む。(幼稚園)</li> <li>・「遊び」を通した非認知能力の育ちを家庭、地域と共に支える連携を行う。</li> </ul>	(学校教育課)	B	<p><b>学校教育課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul> <p><b>幼稚園</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■令和6年度(実績)と同じ</li> <li>□新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「学校が楽しい」と答えた児童生徒の増加 小学生6年生 84.3% 中学生3年生 76.9%</li> </ul>	↗

## 3. 休養・こころの健康

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (昨年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和6年)
「子育てのための12か条」の推進	子どもたちが良好な人間関係を築くための力を身につけられるよう、家庭・地域・学校園・企業と連携して推進します。	生涯学習課 学校教育課 幼稚課	(生涯学習課) ●家庭・地域・学校園・企業と連携して推進していく。 (学校教育課) ・子どもたちが良好な人間関係を築くための力を身につけられるようにする取組の一つとして、家庭・地域などと連携して取り組む。	(生涯学習課) 入園式、入学式にてチラシと取組趣旨書を配布。また在園生、在校生にチラシを配布した。 8月に推進会議を開催し、賛同団体への取組の協力を行った。 (学校教育課) 学校等にポスターを掲示し、子どもたちが良好な人間関係を築くための力を身につけられるよう、学校、家庭、地域で「子育てのための12か条」を連携して取り組んだ。 「栗東子育て教育Nextプロジェクト」の推進の中でも、12条のいくつかに焦点を当て、各中学校区で共通実践した。 (幼稚課) ・年度当初に「よりよくするために12か条」のパンフレット啓発・配布。 ・「ふだんの生活習慣アンケート」を実施し、取り組みの推進状況を把握。	B	<b>生涯学習課</b> <input type="checkbox"/> 令和6年度(実績)と同じ ■新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 今後の方向性を検討するため変更の場合もあり  <b>学校教育課</b> <input checked="" type="checkbox"/> 令和6年度(実績)と同じ <input type="checkbox"/> 新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)  <b>幼稚課</b> ■令和6年度(実績)と同じ <input type="checkbox"/> 新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		
いじめ防止の取り組み	いじめ防止のための対策を総合的・効果的に推進するため、「栗東市いじめ防止基本方針」に基づいた取り組みを推進します。	学校教育課	栗東市いじめ防止基本方針に則り、いじめ防止対策を実現する。 ・各学校を訪問し、いじめ問題への取組進捗を確認することでいじめ問題への意識の高揚を図る。	栗東市いじめ防止基本方針に則り、各学校がいじめ防止対策を実現のため努力しました。 ・教育委員会より、各学校を訪問し、いじめ問題への取組進捗を確認することでいじめ問題への意識の高揚を図ることができました。	B	<b>学校教育課</b> <input checked="" type="checkbox"/> 令和6年度(実績)と同じ <input type="checkbox"/> 新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		
子どもの居場所づくり	小学校の体育館やコミュニティセンター等を活用し、地域の多様な人々の参画を得て、放課後子ども教室を開催し、学習やスポーツ・文化活動、地域住民と子どもたちの交流に取り組みます。	生涯学習課	全小学校区で開催できるよう働きかけを行う。また、保護者や様々な機会を通じて呼びかけを行いスタッフの増加に努める。	未実施の小学校区においては、開催の依頼を継続的に行い、実施に向けての説明を行った。立ち上げについて今後協議を進めていく予定。	B	<b>生涯学習課</b> ■令和6年度(実績)と同じ <input type="checkbox"/> 新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		
児童館事業を行い、放課後や夏休みなどの長期休業中の子どもたちの仲間づくりや居場所づくりに取り組みます。	子育て支援課	小学生が利用しやすい環境を整えるとともに、長期休業中には小学生を対象とした活動を実施します。また、子どもたちへの声かけや遊んでいる様子にも気を配り、児童館が子どもたちにとっての居場所になるよう努めます。	児童の放課後に、安心して遊べる遊び場や遊びの提供をしました。また、長期休暇中に小学生対象の事業を実施しました。  小学生以上の児童で児童館を利用した延べ人数(見込) R6 19,300人(R5実績 10,928人)		B	<b>子育て支援課</b> <input checked="" type="checkbox"/> 令和6年度(実績)と同じ <input type="checkbox"/> 新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		