

第5章 うるま市健やか親子 21（母子保健計画）

1. 計画策定の趣旨

少子化や核家族化の進展、共働き世帯の増加、地域との関係の希薄化など、親子を取り巻く環境が変化している中、地域で親子が安心して暮らせる環境づくりが求められています。その中で、母子保健はすべての子どもが健やかに成長していくうえでの健康づくりの出発点であり、次世代を担う子ども達が心身ともに健やかに生涯を過ごすための基盤となります。

国においては、平成 13 年度に 21 世紀の母子保健対策の主要な取り組みを示すビジョンとして「健やか親子 21（第 1 次）」が策定されました。平成 27 年度にはこの計画の評価及び新たな課題を踏まえ、「すべての子どもが健やかに育つ社会」をめざす姿とした「健やか親子 21（第 2 次）」が始まっています。

また、沖縄県も平成 13 年度に「沖縄県のすべての親と子が健やかでたくましく成長する」ことを基本理念とした、県の母子保健計画「健やか親子おきなわ 2010」が策定されました。平成 27 年度からは「健やか親子おきなわ 21（第 2 次）」として前計画と同じ基本理念のもと、3つの基盤課題として、①「切れ目のない妊産婦への保健対策と地域づくり」、②「子どもへの保健対策と地域づくり」、③「思春期からの保健対策と地域づくり」、また重視すべき課題を④「のびのびと心豊かに子育てができる地域づくり」として「児童虐待予防対策」、「発達障害を含む子どもの支援体制や子育てに悩む親支援」を盛り込み、対策を推進していくことが位置付けられています。

うるま市においては、これまで市の母子保健に関する施策をうるま市健康増進計画「健康うるま 21」と「うるま市次世代育成支援行動計画」の中に位置づけ、妊娠期、乳幼児期、学童・思春期を通じた健康づくりを推進してきました。

このたび、「健康うるま 21」の計画期間満了にあたり、国の「健やか親子 21（第 2 次）」並びに県の母子保健計画である「健やか親子おきなわ 21（第 2 次）」で示された課題に基づき、本市の現状と目標を明らかにした「うるま市健やか親子 21（母子保健計画）」を策定しました。

これまでと同様、「第 2 次 健康うるま 21」として健康増進計画、食育推進計画と一体的に次世代の健康を育み、生涯を通じた健康づくりを推進します。

2. 基本理念（めざす姿）

『すべての親と子どもが地域の中で安心して、健やかに過ごせる』

母子保健の取り組みは、親にとっては健康を意識し、これまでの生活習慣を振り返る大きなきっかけであり、子どもにとっては、健やかに成長していくうえでの健康づくりの出発点になります。

また、子どもの誕生を祝福し、子どもを慈しみ、守り育てることを行政や地域など社会全体で支えることが求められています。子どもを家族が育み、その家族を地域が支える、子どもと家庭が孤立しない社会づくりに取り組んでいきます。

すべての親と子どもが健やかに過ごせる環境は、経済格差や社会とのつながりの有無を含む複雑な健康課題に対する究極の予防策と捉え、様々な取り組みを提示し、市民とともに推進していきます。

3. 基本的方向性

「すべての親と子どもが地域の中で安心して、健やかに過ごせる」うるま市を実現するため、4つの主要課題及び基本目標を設定します。

基盤課題1 切れ目のない妊産婦への保健対策

基盤課題1では、「すべての妊産婦が安心・安全に過ごし、赤ちゃんが元気に生まれ育つ」を基本目標とします。

すべての妊婦とその家族に対して、妊娠・出産に関する情報提供や正しい知識の普及、相談対応など、育児期を見据えた切れ目のない支援を展開します。

基盤課題2 乳幼児への保健対策

基盤課題2では、「乳幼児期から望ましい生活習慣を身につけ、親子ともに成長し、笑顔で過ごせる」を基本目標とします。

すべての乳幼児が健やかに育つために、親が望ましい生活習慣について学び、健康意識を高めるための支援を充実します。

また、予防接種による感染症予防、事故防止対策の強化など、乳幼児の健やかな成長・発達と、安心・安全な子育てを支える地域・環境づくりに取り組みます。

基盤課題3 学童・思春期への保健対策

基盤課題3では、「地域に守られながら、児童・生徒が自分のところと体の健康に関心を持ち、行動できる力が身につく」を基本目標とします。

生涯を心身ともに健やかに過ごすための基礎となる生活習慣を身につけ、親子とも

に主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、学習の機会を充実します。

将来親となり、新しい生命を生み育てるために、自らの心身の状態に関心を持ち、男女が互いに尊重しあうことや生命を大切にすることを育てるための保健教育を推進します。

また、児童・生徒が悩み・問題を抱えた時に SOS を発信する力を育てるとともに、気軽に相談できる環境づくりに努めます。

重視すべき(すべてに共通する)課題 のびのびと心豊かに子育てができる社会の実現

本計画では、基盤課題のすべてに共通し、より重点的に取り組む必要がある課題として、「重視すべき課題」を設定しました。

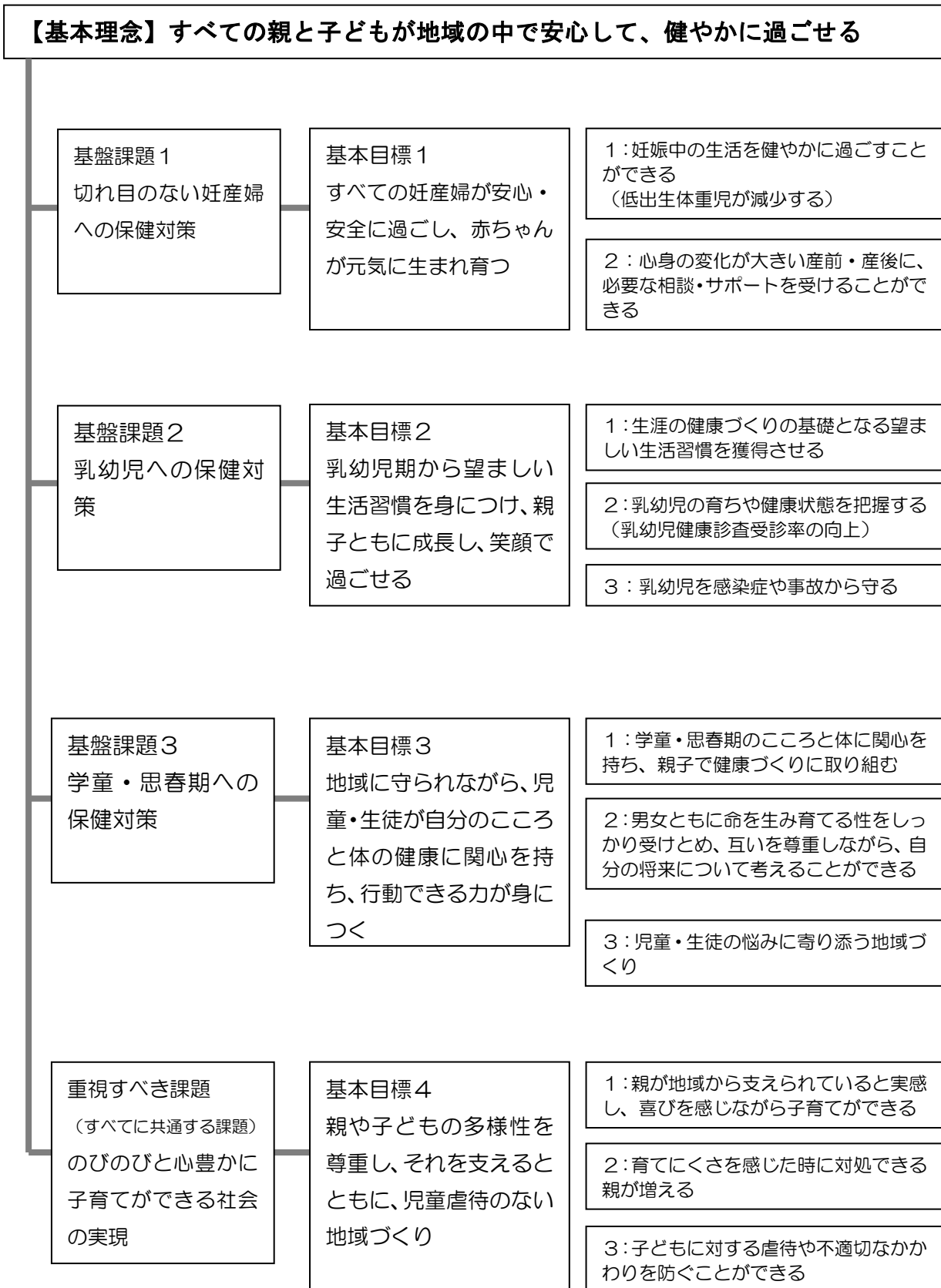
重視すべき課題では、「親や子どもの多様性を尊重し、それを支えるとともに、児童虐待のない地域づくり」を基本目標とします。

妊娠期から乳幼児期をとおして、不安や問題を抱える親子を早期に発見し、気になる親子に対しては、関係機関と連携しながら適切な支援につなげます。また、子どもの育ちや子どもへの関わり方等に不安を持つ親と子どもに寄り添い、適切な支援を包括的に提供できる連携体制を充実させ、安心して子育てができる環境づくりに取り組みます。

うるま市健やか親子21 イメージ図



うるま市健やか親子21体系図



指標及び目標値

①指標の考え方

指標は、国の「健やか親子21（第2次）」及び「健やか親子おきなわ21（第2次）」を参考に、「健康水準の指標」「健康行動の指標」「参考とする指標」の3つに分類しました。

具体的目標の達成水準を図る基本の指標を健康水準の指標とし、健康水準の指標が設定できない場合には、健康行動の指標をもとに評価します。

また、参考とする指標は、具体的な目標は掲げないものの、各主要目標の達成のためにその推移を継続的に確認する指標として位置づけます。

	指標の概要
健康水準の指標	<ul style="list-style-type: none"> ・目標に向けた全体的な評価指標（アウトカム指標）で、「健康行動の指標」の改善の結果を示すものである（例：保健統計やQOL）。 ・うるま市全体で改善を目指す指標。
健康行動の指標	<ul style="list-style-type: none"> ・健康を促進、又は阻害する個人の行動や環境要因（自然環境、社会環境など）に関する指標。
参考とする指標	<ul style="list-style-type: none"> ・目標を設定しないが、今後も継続して経過を見ていく必要があるもの。 ・現段階では目標を含めた指標化は困難であるが、「参考とする指標」として取り組みを促し、中間評価以降において、目標を掲げた指標として設定を目指すものも含む。

基盤課題1 切れ目のない妊産婦への保健対策

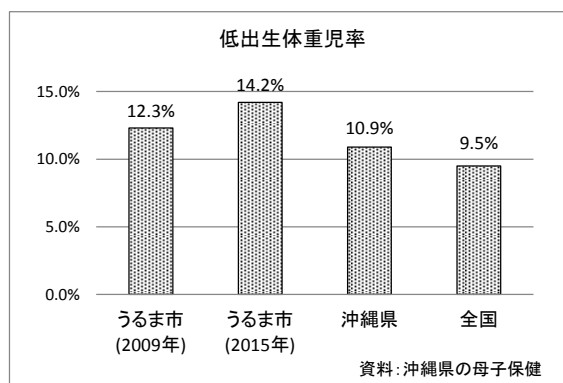
基本目標1

すべての妊産婦が安心・安全に過ごし、赤ちゃんが元気に生まれ育つ

（1）現状・課題

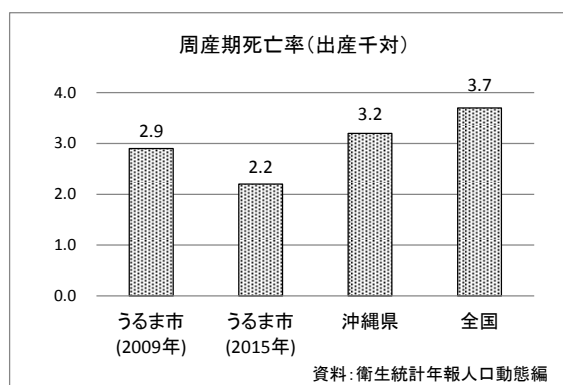
- 出生数に占める低出生体重児率は、2015(平成 27)年度沖縄県の母子保健において、14.2%となり、2009(平成 21)年度の12.3%より増加しています(再掲)。沖縄県、全国と比較しても高い傾向があります。

図 5-1



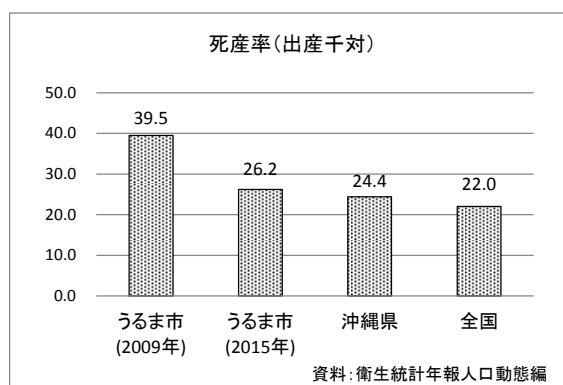
- 周産期死亡率（出産千対）は、2015(平成 27)年衛生統計年報人口動態編において 2.2 となり、2009（平成 21）年の 2.9 より減少しています。

図 5-2



- 死産率（出産千対）は、2015(平成 27)年衛生統計年報人口動態編において 26.2 となり、2009（平成 21）年の 39.5 より減少しています。

図 5-3

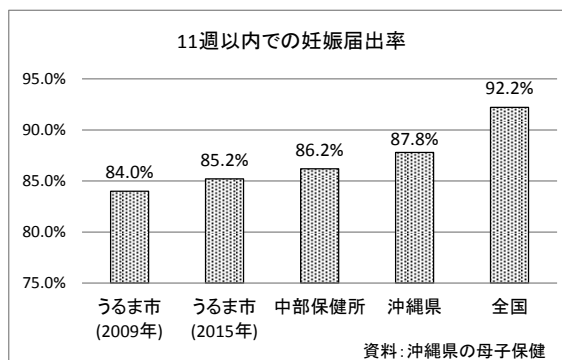


第5章 うるま市健やか親子 21（母子保健計画）

- 妊婦の痩身傾向者（非妊娠時 BMI18.5 未満）の割合は、2016(平成 28)年うるま市マタニティカードにおいて、14.8%となっています。

図 5-4

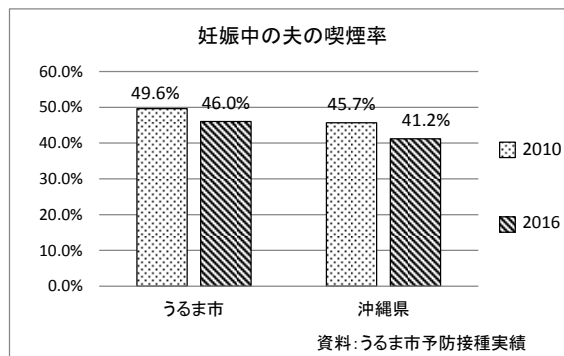
- 11 週以内の妊娠届出率は、2015(平成 27)年度沖縄県の母子保健において 85.2%となり、2009(平成 21)年度の 84.0%より増加していますが、中部保健所、沖縄県、全国と比較すると低い傾向があります。



- 妊娠届出時に『飲酒している』と答えた妊婦の割合は、2016(平成 28)年うるま市マタニティカードにおいて、0.3%となり、2010(平成 22)年の 4.1%より減少していますが、目標の 0%には達していません（再掲）。
- 妊婦の喫煙率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、3.2%となり、2010(平成 22)年度の 7.0%より減少していますが、目標の 0%には達していません（再掲）。

図 5-5

- 妊娠中の夫の喫煙率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、46.0%となり、2010(平成 22)年度の 49.6%より減少していますが、沖縄県と比較すると高い傾向があります。



- 妊娠中や産後に気分が滅入ったり、落ち込んだ時に相談できた妊婦の割合は、2017(平成 29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、98.4%となり、2011(平成 23)年度の 92.4%よりも増加しています。相談相手でも多かったのは「夫・パートナー」の 73.6%でした。

図 5-6

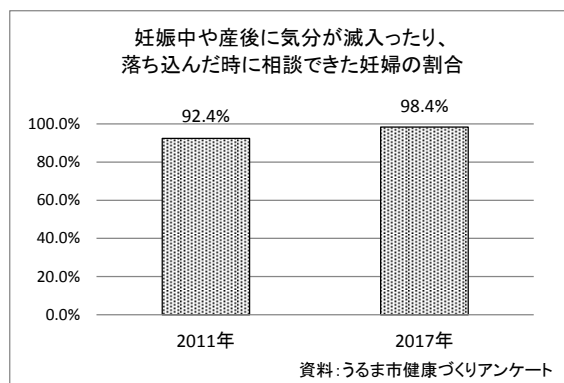
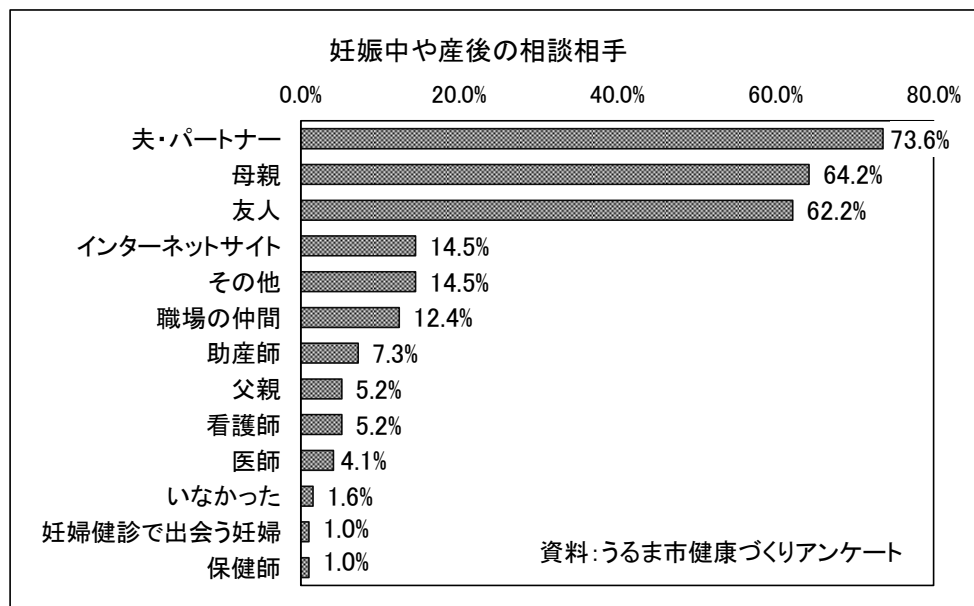
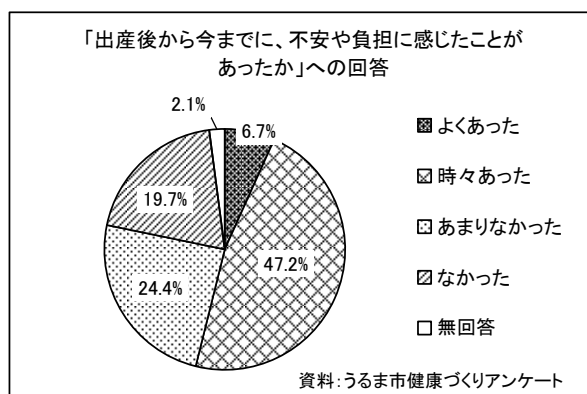


図 5-7



- 2017(平成 29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、乳幼児の母親へ「出産後から今までに、不安や負担に感じたことがあったか」たずねたところ、「よくあった」は 6.7%、「時々あった」は 47.2%、「あまりなかった」は 24.4%、「なかった」は 19.7%でした。

図 5-8



(2) 具体的取り組み

具体的目標 1

妊娠中の生活を、健やかに過ごすことができる（低出生体重児が減少する）

うるま市で暮らすすべての妊産婦が、安心・安全に妊娠・出産・育児に向き合えることは、子どもの生涯の健康リスクを減らすことにつながります。

周産期の健康水準を表す指標のひとつとして、低出生体重児（2500g 未満）の出生率があげられますが、本市は県及び全国と比較して高く、母子保健における課題となっています。低出生体重児の要因分析から、妊婦の喫煙や痩せ傾向との関係が示されています。

安心して出産を迎えるために、妊婦健康診査で自身と赤ちゃんの健康状態をしっかり把握し、必要な相談・助言を受けることが重要です。

妊娠早期から保健指導や相談を通して正しい知識の普及を図るとともに、産科医療機関等と連携し、健康づくりを推進します。

市民一人ひとりの取り組み

- 妊娠が分かったら早めに受診し、11週以内に届け出をします。
- 妊婦は、心身の健康が保てるような生活を送ります。
⇒定期的な妊婦健康診査の受診、栄養バランスのとれた食生活、望ましい体重管理、禁酒、禁煙、休養、適度な運動を心がけます。
- 妊婦健康診査で母体や胎児の健康保持等について受けた指導を、母性健康管理指導事項連絡カードを活用して、職場に的確に伝達します。
- 妊婦・家族・地域・事業所は、安心・安全な妊娠・出産ができる環境づくりを心がけます。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 11週以内の届け出、妊婦健康診査の公費負担について周知します。
- 母子（親子）健康手帳の交付時等、安心・安全な出産をするために妊婦自身の健康管理について啓発します。
- 妊娠中のタバコの害について啓発します。
- 母性健康管理指導事項連絡カードの利用について周知します。

具体的目標2

心身の変化が大きい産前・産後に、必要な相談・サポートを受けることができる

妊娠・出産は、短期間に心身の状況が変化します。産前・産後の様々な変化（ホルモン、身体、生活環境など）が影響して、一時的に情緒が不安定になることがあります（マタニティーブルー）。赤ちゃんのお世話や新しい環境に慣れていくうちに自然と解消されていくことが多いのですが、なかには気分の落ち込みが回復せず、症状が強くなることがあります（産後うつ）。家族及び周りの人は、妊産婦を心身ともにサポートすることが大切です。

妊産婦が笑顔で心穏やかに過ごすことで、赤ちゃんにもその心地よさが伝わります。産前・産後をゆとりをもって過ごせるよう、支援体制の強化が必要です。

妊娠初期から子育て期において、それぞれの段階に応じたサポートやサービスに関する情報提供、気軽に相談できる体制の整備など、すべての子育て家庭が孤立することのない（切れ目のない）環境・体制づくりに取り組みます。

市民一人ひとりの取り組み

- 妊産婦は心の安定に努め、上手に休息や気分転換の時間をとります。
- 不安や悩みは一人で抱えず、家族や友人、必要に応じて専門家の相談を受けます。
- 妊婦健康診査やマタニティ教室、子育てサークル等で情報を得ます。
- 家族や周りの人は、妊産婦を心身ともに支えます。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 妊娠期から乳幼児期にかけての健康に関する知識や子育て情報を周知するため、うるま市こどもの健康応援 BOOK「だいすき」を、子育て家庭に配布します。
- マタニティ教室など、妊産婦が相談を受ける機会を提供します。
- 子育て世代包括支援センターを設置し、すべての妊産婦に対して切れ目のない支援を行います。
- 母子保健推進員の確保、並びに活動内容を周知します。
- 児童館や子育て支援センターと連携し、すべての子育て家庭が孤立しない環境づくりに取り組みます。
- 医療機関や関係機関との連携を強化し、問題を抱える妊産婦に対する適切な保健指導を行います。

表 5-1

【指標・目標値】

基盤課題	指標の分類	指標名	2017年直近値	2023年度目標値	把握方法
基盤課題1	健康水準	低出生体重児率	14.2 (H27)	減少	沖縄県の母子保健
		周産期死亡率(出産千対)	2.2 (H28)	減少	衛生統計年報人口動態編
		死産率(出産千対)	26.2 (H28)	減少	衛生統計年報人口動態編
		妊婦の痩身傾向者の割合	14.8% (H28)	減少	マタニティカード
	健康行動	11週以内の妊娠届け出率	85.2% (H27)	91.4	沖縄県の母子保健
		朝食を欠食する妊婦の割合	18.7%	減少	アンケート
		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(妊婦)	33.2%	増加	アンケート
		妊娠届出時に「飲酒している」と答えた妊婦の割合	0.3% (H28)	0%	マタニティカード
		妊婦の喫煙率	3.2% (H28)	0%	乳幼児健診報告書
		妊娠中の夫の喫煙率	46% (H28)	減少	乳幼児健診報告書
		妊娠中や産後に気分が減入ったり、落ち込んだり相談できた妊婦の割合(妊娠中や産後の相談相手が「いなかった」を除いた割合)	98.4%	増加	アンケート
		参考指標	妊娠期の貧血者の割合(36週以降)	23.9% (H28)	-
	妊娠高血圧症候群の割合(20週以降)妊娠高血圧		0.4% (H28)	-	
	妊娠高血圧症候群の割合(20週以降)妊娠高血圧腎症		0.1% (H28)	-	
	妊娠高血糖及び妊娠糖尿病の割合(24~28週)(空腹時血糖・境界型)		33.1% (H28)	-	
	妊娠高血糖及び妊娠糖尿病の割合(24~28週)(随時血糖・OGTT対象)		58% (H28)	-	
	出産後から今までに不安や負担に感じた母親の割合		53.9%	-	アンケート
	妊娠中仕事を続けることに対して職場から配慮されたと思う就労妊婦の割合		-	-	乳幼児健診報告書

基盤課題2 乳幼児への保健対策

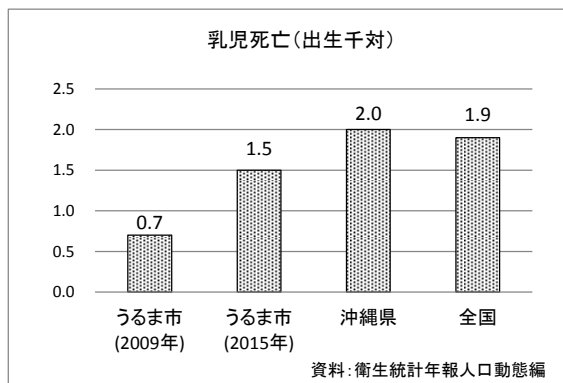
基本目標2

乳幼児期から望ましい生活習慣を身につけ、親子ともに成長し、笑顔で過ごせる

（1）現状・課題

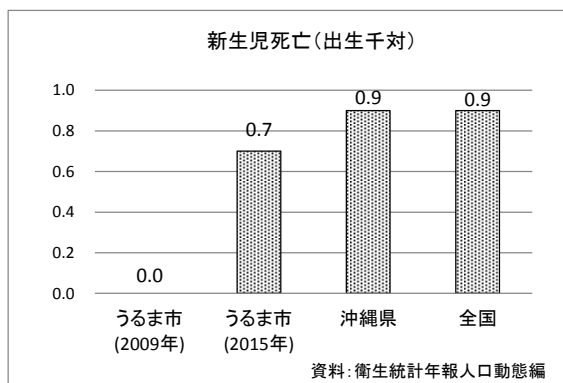
- 乳児死亡（出生千対）は、2015(平成 27)年衛生統計年報人口動態編において、1.5 となり、2009(平成 21)年の0.7 より増加しています。

図 5-9



- 新生児死亡（出生千対）は、2015(平成 27)年衛生統計年報人口動態編において、0.7 となり、2009(平成 21)年の0 より増加しています。

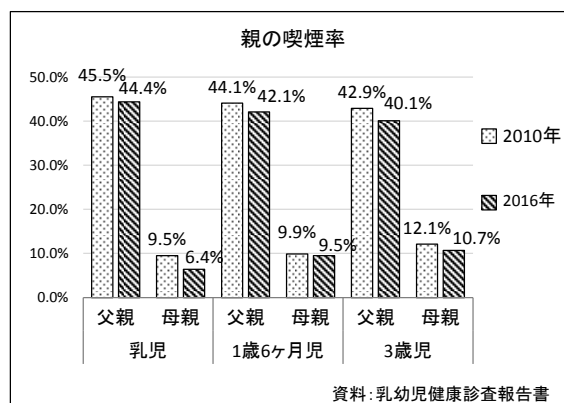
図 5-10



- 3歳児の肥満率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、男子 2.5%、女子5.9%です。2010(平成 22)年と比較すると、男子は3.3%より減少し、女子は4.5%より増加しています（再掲）。
- 3歳児のう蝕有病率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において 28.4%です。2010(平成 22)年の37.0%より減少しています（再掲）。

- 親の喫煙率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児の父親 44.4%、同母親 6.4%、1歳6ヶ月児の父親 42.1%、同母親 9.5%、3歳児の父親 40.1%、同母親 10.7%です。2010(平成 22)年度と比較すると、いずれも減少しています。

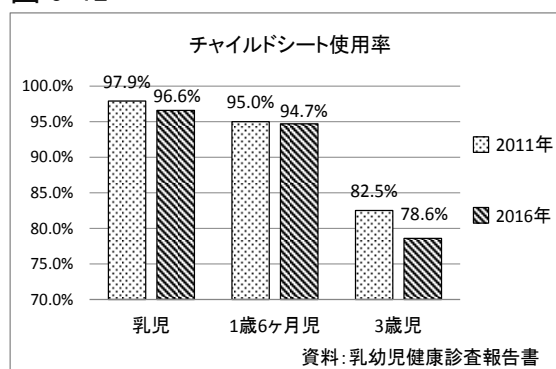
図 5-11



- 朝 7 時までには起床する乳幼児の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、1 歳 6 か月児は 39.2%、3 歳児は 33.2%です。2010(平成 22 年)度の 1 歳 6 か月児 33.7%、3 歳児 30.9%と比較すると、いずれも増加しています（再掲）。
- 夜 9 時までには就寝する乳幼児の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、1 歳 6 か月児は 17.6%、3 歳児は 6.1%です。2010(平成 22)年度と比較すると、1 歳 6 か月児の 14.1%より増加し、3 歳児の 6.9%より減少しています（再掲）。
- 乳幼児健康診査受診率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児 87.7%、1 歳 6 か月児 89.0%、3 歳児 81.0%です。2010(平成 22)年度の乳児 79.3%、1 歳 6 か月児 81.2%、3 歳児 72.9%と比較すると、いずれも増加していますが、沖縄県平均より低い傾向にあります（再掲）。
- MR（麻しん・風しん）の予防接種率は、2016(平成 28)年本市予防接種実績において、1 期 95.6%、2 期 93.2%となり、沖縄県平均と比較すると 1 期・2 期ともに上回っています。2011(平成 23)年の本市 1 期 92.9%、2 期 96.3%と比較すると、1 期は増加、2 期は減少しています（再掲）。感染症の蔓延防止及び個人の発症予防・重症化を防ぐためには 95%以上の接種率確保が必要となります。

- チャイルドシート使用率は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児 96.6%、1 歳 6 か月児 94.7%、3 歳児 78.6%となり、2010(平成 22)年度と比較すると、すべての年代で減少しています。

図 5-12



（2）具体的取り組み

具体的目標1

生涯の健康づくりの基礎となる望ましい生活習慣を獲得させる

乳幼児期は、望ましい生活習慣の基礎を身につける大切な時期であり、親の生活習慣や健康に対する意識のあり方に大きく影響を受けます。

子どもは「健康的な生活習慣」や「遊びを通じた学び」、「親や周囲との関わり」などの経験から、多くのことを身につけています。乳幼児期に培われた生活習慣の基礎（強く豊かな健康の根っこ）は、生涯にわたる「生きる力」となっています。

乳幼児を持つ親が望ましい生活習慣について学べる機会を提供し、親自らが健康意識を高めていけるよう、地域、保育所、関係機関等と連携を図りながら取り組みを進めます。

市民一人ひとりの取り組み

- 親は乳幼児の豊かな成長を導くため、早寝早起きで一日のリズムを整えます（朝は7時まで起きて朝日を浴び、夜は9時まで寝ます）。
- 食事は、月齢・年齢に応じて、3食バランスよくとります。
- 乳幼児期の遊びが、身体やこころ、脳の成長に関係することを知り、月齢・年齢に応じた遊びを実践します。
- 毎日1日合計60分以上体を動かして遊びます。
- むし歯予防のために、時間を決めて食事やおやつをとります。
- 食事の後の歯磨きや親の仕上げ磨きの習慣をつけます。また、フッ化物やフロスを上手に利用します。
- 喫煙者は、妊婦や乳幼児のそばでタバコを吸いません。
- 乳幼児を酒の席に連れて行きません。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 望ましい生活リズムの重要性について啓発します。
- 月齢・年齢に応じた食事の進め方が学べる機会を提供します。
- 遊びや運動の大切さについて啓発します。
- むし歯予防の充実に向け、仕上げ磨きの重要性、フッ化物やフロスの利用等について啓発します。
- 親などに対して、禁煙について啓発します。
- 親などに対して、酒の席に乳幼児を同席させないよう啓発します。

具体的目標 2

乳幼児の育ちや健康状態を把握する（乳幼児健康診査受診率の向上）

乳幼児期は、身体の発達を促し、機能を高める重要な時期です。乳幼児が運動・遊び・親や周囲との関わりなどを、「楽しい！」と感じながら経験することで、より良いところと体の育ちにつながります。

乳幼児健康診査を通して、お子さんの発育・発達を確認し、各種相談に応じながら、健やかな子育てを応援しています。

乳幼児健康診査の重要性について周知を図り、健康診査受診率向上に努めます。

市民一人ひとりの取り組み

- 親は乳幼児の豊かな成長を導くため、乳幼児健康診査、歯科検診を受け、乳幼児の発育・発達について理解を深めます。
- 乳幼児の育ちには多様性があることをふまえて、その子自身の育ちやより良い関わりを知る機会をつくります。
- 乳幼児の頑張りをみつけてほめる、言葉やふれあいで「だいすき」の気持ちを伝える等、乳幼児の健やかな育ちにつながる愛着形成に努めます。
- 悩みや不安は抱えこまず、家族や専門の人に相談します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 保育所や子育て支援センター、母子保健推進員等と連携し、乳幼児健康診査の受診を勧奨します。
- 乳幼児の発育・発達や遊びについて周知します。

具体的目標 3

乳幼児を感染症や事故から守る

乳幼児は抵抗力（免疫）が未発達であり、感染症に対する防御力が低い状況にあります。予防接種を通じて、十分な感染防御能力を身に付け、乳幼児を感染症から守ることができま

す。
また、乳幼児の不慮の事故については、その多くが家庭内で発生しており、事故防止対策を知り、実践することが重要です。

乳幼児を感染症や不慮の事故から守るため、予防接種の重要性及び事故予防対策の周知を図り、すべての乳幼児の健やかな成長・発達と安心・安全な子育てを支える環境・地域づくりに取り組みます。

市民一人ひとりの取り組み

- 親は予防接種や体調管理などにより感染症の発症及び重症化を予防します。
- 乳幼児の周囲にある危険な場所をチェックし、事故を防ぐ対策を講じます。危険な場所では乳幼児から目を離さないようにします。
- チャイルドシートを正しく使用します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 予防接種の重要性について周知します。
- チャイルドシート使用、事故予防対策について啓発します。

表 5-2

【指標・目標値】

基盤課題	指標の分類	指標名	2017年度 直近値	2023年度 目標値	把握方法		
基盤課題2	健康水準	乳児死亡(出生千対)	1.5 (H28)	減少	衛生統計年報人口動態編		
		新生児死亡(出生千対)	0.7 (H28)	減少	衛生統計年報人口動態編		
		3歳児の肥満率	男子	2.5% (H28)	減少	乳幼児健康診査報告書	
			女子	5.9% (H28)			
		う蝕有病者率	3歳児	28.4% (H28)	17.7%	乳幼児健康診査報告書	
	健康行動	朝食を毎日食べる者の割合	1歳6か月	93.6% (H28)	98%	乳幼児健康診査報告書	
			3歳児	97.1% (H28)	98%		
			栄養バランスを考えて食事を作る保護者の割合	3歳児	53.7%	増加	アンケート
		毎日仕上げ磨きをしている保護者の割合	1歳6か月	74.5% (H28)	85%	乳幼児健康診査報告書	
			3歳児	79.5% (H28)			
		両親の喫煙率	乳児(父親)	乳児(父親)	44.4% (H28)	20%	乳幼児健康診査報告書
				乳児(母親)	6.4% (H28)	4%	
			1歳6か月(父親)	1歳6か月(父親)	42.1% (H28)	20%	
				1歳6か月(母親)	9.5% (H28)	4%	
			3歳児(父親)	3歳児(父親)	40.1% (H28)	20%	
				3歳児(母親)	10.7% (H28)	4%	
		朝7時までに起床する子どもの割合	1歳6か月	39.2% (H28)	増加	乳幼児健康診査報告書	
			3歳児	33.2% (H28)			
		夜9時までに就寝する子どもの割合	1歳6か月	17.6% (H28)	増加	乳幼児健康診査報告書	
			3歳児	6.1% (H28)			
			毎日1日合計60分以上体を動かして遊んでいる者の割合	1歳6か月	72.2%	増加	アンケート
			乳幼児健診受診率	乳児	87.7% (H28)	95%	乳幼児健康診査報告書
				1歳6か月	89.0% (H28)	94%	
				3歳児	81.0% (H28)	91%	
			定期予防接種の接種率	MR1期	95.6% (H28)	95%	うるま市予防接種実績
		MR2期		93.2% (H28)			
		チャイルドシートの使用率	乳児	96.6% (H28)	100%	乳幼児健康診査報告書	
			1歳6か月	94.7% (H28)			
			3歳児	78.6% (H28)			
		小児救急電話相談(#8000)を知っている者の割合		-	90%	乳幼児健康診査報告書	
		子どものかかりつけ医(医師・歯科医師等)を持つ保護者の割合	乳児(医師)	65.8% (H28)	85%	乳幼児健康診査報告書	
			1歳6か月(医師)	82.7% (H28)	95%		
	3歳児(医師)		83.5% (H28)	95%			
	3歳児(歯科医師)		32.6% (H28)	50%			

基盤課題3 学童・思春期への保健対策

基本目標3

地域に守られながら、児童・生徒が自分のところと体の健康に関心を持ち、行動で
できる力が身につく

（1）現状・課題

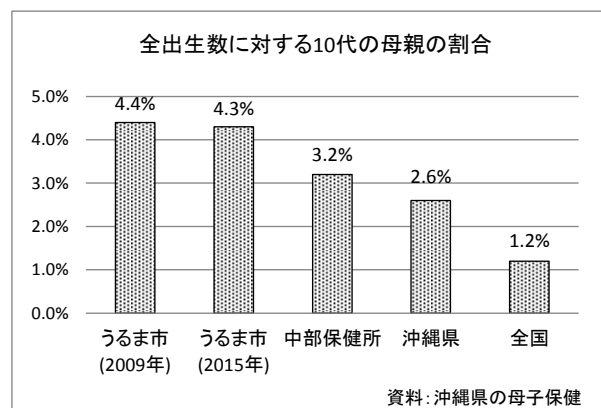
- 2016(平成 28)年度小中学生の痩身傾向者の割合は、学校健診データにおいて、小学生男子 1.0%、同女子 1.1%、中学生男子 2.8%、同女子 2.1%です。同年の沖縄県平均は、小学生男子 1.0%、同女子 1.2%、中学生男子 4.4%、同女子 3.8%であり、小学生女子、中学生男子、同女子では低い傾向があります。（再掲）。
- 2016(平成 28)年度小中学生の肥満傾向者の割合は、学校健診データにおいて、小学生男子 10.3%、同女子 9.4%、中学生男子 11.2%、同女子 13.4%です。同年の沖縄県平均は、小学生男子 10.7%、同女子 9.4%、中学生男子 10.4%、同女子 13.4%であり、小学生男子、中学生男子で高い傾向があります（再掲）。
- う蝕有病者率の割合は、2016(平成 28)年度学校健診データにおいて、小学生男子 68.6%、同女子 63.8%、中学生男子 68.1%、同女子 70.6%です。2010(平成 22)年度の小学生男子 78.4%、同女子 75.7%、中学生男子 73.6%、同女子 80.8%と比較すると、いずれも減少しています（再掲）。
- 12 歳児の永久歯の1人あたり平均う蝕歯数(DMFT 指数)は、2016(平成 28)年度学校健診データにおいて、2.10 本です。2010(平成 22)年度の 2.75 本より減少しています（再掲）。
- 飲酒経験者の割合は、2017(平成 29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、小学生 23.1%、中学生男子 14.9%、中学生女子 8.6%、高校生男子 8.5%、高校生女子 6.2%です。2011(平成 23 年)の小学生 27.2%、中学生男子 15.6%、同女子 25.9%、高校生男子 26.9%、同女子 32.1%と比較すると、いずれも減少しています（再掲）。
- 喫煙経験者の割合は、2017(平成 29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、小学生で 1.5%、中学生男子で 2.8%、中学生女子で 1.9%、高校生男子で 1.9%、高校生女子で 2.6%となり、2010 年(平成 22 年)の小学生 2.1%、中学生男子 5.4%、同女子 6.9%、高校生男子 17.2%、同女子 4.8%と比較すると、いずれも減少しています。

第5章 うるま市健やか親子21（母子保健計画）

- 朝7時までに起床する児童・生徒の割合は、2016(平成28)年度基本的生活習慣調査において、小学生78.3%、中学生75.1%となり、2011(平成23)年の小学生74.0%、中学生72.3%と比較すると、いずれも増加しています（再掲）。
- 夜9時(中学生10時)までに就寝する児童・生徒の割合は、2016(平成28)年度基本的生活習慣調査において、小学生12.4%、中学生21.9%となり、2011(平成23)年の小学生12.0%、中学生16.0%と比較すると、いずれも増加しています（再掲）。
- 悩んだときに相談相手がいる者の割合は、2017(平成29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、小学生77.8%、中学生男子70.1%、同女子86.9%、高校生男子84.9%、同女子95.9%です。2011(平成23)年の小学生78.0%、中学生男子75.5%、同女子78.9%、高校生男子69.9%、同女子77.4%と比較すると、小学生・中学生男子は減少し、中学生女子・高校生男子・同女子は増加しています（再掲）。

図 5-13

- 全出生数に対する十代の母親の割合は、2015(平成27)年沖縄県の母子保健において、4.3%となっており、2009(平成21)年4.4%と比較すると減少していますが、中部保健所3.2%、沖縄県2.6%、全国1.2%と比較すると高い傾向があります。



(2) 具体的取り組み

具体的目標1

学童・思春期のころと体に関心を持ち、親子で健康づくりに取り組む

学童・思春期は、身体的、精神的に著しく発達し、生活習慣が確立される大事な時期です。この時期に生活習慣が乱れると、将来の健康へ大きな影響を与えます。親だけでなく、子どもも、自身のころと体に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組む力をつけることが大切です。

すべての児童・生徒が健康な心と体を育むことができるよう、生活リズムを整え、タバコや酒の害について学べる機会を充実します。

市民一人ひとりの取り組み

- 早寝早起きで一日のリズムを整えます（朝は7時までに起きて朝日を浴び、夜は小学生は9時までに、中学生は10時までに寝ます）。
- 1日3食の食事は、時間を決めて、バランスよくとります。
- 思いっきり遊び、楽しく積極的に身体を動かします（1日60分以上）。
- 食事の後の歯磨きの習慣をつけます。また、フッ化物やフロスを上手に利用し、むし歯予防のために定期的に歯科受診をします。
- 学校健診の結果を把握し、精密検査や治療が必要な場合は受診します。
- 交通ルールを守るなど、事件や事故から自分の身を守る方法を学びます。危険な場所には近づかないようにします。
- 酒やタバコの害を知り、手を出しません。
- 大人は、酒の場に未成年者を同席させない、未成年者の飲酒や禁煙を見逃さない環境・地域づくりに努めます。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 自分の健康を知り興味を持てるように、健康管理や生活リズムの重要性について啓発します。
- 児童・生徒に対して、酒やタバコ、薬物に手を出させない、近づかせないための学習機会を提供します。

具体的目標2

男女ともに命を生み育てる性をしっかり受けとめ、互いを尊重しながら、自分の将来について考えることができる

次世代を担う思春期の児童・生徒が、健康や性行動、性感染症などについての正しい知識を身につけるとともに、自尊感情を高めながら自分や周囲の人を大切にするところを育て、心身ともに健康な大人になれることが大切です。

家庭・学校・地域が連携し、一体となって「生＝性」の教育、相談体制の強化に努めます。

市民一人ひとりの取り組み

- 児童・生徒やその親も、思春期の身体とところについて正しく知り、不安なときは相談します。
- 産み育てられる年齢になるまで、安易な性行動は避けます。
- 性感染症に関する知識や避妊方法について正しく知り、不安なときは相談します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 思春期の身体とところについて正しい知識が持てるよう学習の機会を提供します。
- 男女が互いに尊重しあうことやいのちを大切にすることを学べる機会を提供します。
- 思春期に妊娠した際の影響（周産期トラブルの危険性、学業の中断等）など、ライフプランを考える機会を提供します。
- 性に関する悩みや不安への相談体制について、関係機関の連携を強化します。

具体的目標3

児童・生徒の悩みに寄り添う地域づくり

児童・生徒を取り巻く環境は近年大きく変化しています。ICT の進歩並びに携帯端末の普及は、SNS によるいじめや事件に巻き込まれるなど、問題が複雑化し、大人がみえないところで悩みを抱える児童・生徒が増えています。

悩み・問題を抱えた児童・生徒が自ら SOS を発信する力を育てるとともに、気軽に相談できる環境・体制づくりに努めます。

市民一人ひとりの取り組み

- 自分の良いところ、自慢できることをみつけます。打ち込めるもの、夢中になれるものを持ちます。
- 自分の思っていることを人に伝えます。
- 一人で悩まず、悩みがあったら相談します。大人は児童・生徒が悩みを話しやすい環境をつくり、意識して声をかけます。
- 親は児童・生徒の頑張りを見つけてほめたり、言葉やふれあいで「だいすき」の気持ちを伝えます。
- 心の悩みを抱えたら、専門機関に相談します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 児童・生徒の頑張りを見つけほめることや、親子の会話の大切さなどについて、啓発します。
- 自己肯定感を育むこと、夢や希望をもち、それに向かって進んでいくことの大切さについて啓発します。
- 悩みを一人で抱え込まず、相談することの大切さを周知します。
- 学童・思春期における相談窓口を周知します。
- スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー等と連携し、相談対応を充実します。

表 5-3

【指標・目標値】

基盤課題	指標の分類	指標名	2017年度 直近値	2023年度 目標値	把握方法		
基盤課題3	健康水準	痩身傾向者の割合	小学生(男子)	1.0% (H28)	減少	学校健診データより算出	
			小学生(女子)	1.1% (H28)			
			中学生(男子)	2.8% (H28)			
		肥満傾向者の割合	小学生(男子)	10.3% (H28)	減少	学校健診データより算出(肥満度)	
			小学生(女子)	9.4% (H28)			
			中学生(男子)	11.2% (H28)			
		う蝕有病者率	小学生(男子)	68.6% (H28)	50.6%	学校健診データより算出	
			小学生(女子)	63.8% (H28)	47.2%		
			中学生(男子)	68.1% (H28)	36.3%		
		健康行動	12歳児のDMFT	小学生(男子)	2.10本 (H28)	0.84本	学校健診データより算出
				小学生(女子)	2.10本 (H28)	0.84本	
				中学生(男子)	2.10本 (H28)	0.84本	
	朝食を毎日食べる者の割合		小学生	82.6% (H28)	87%	基本的な生活習慣調査	
			中学生	75.4% (H28)	83%		
	食事で赤黄緑がほとんど毎日そろっている者の割合		小学生(朝食)	31.3%	増加	アンケート	
			中学生(朝食)	37.0%			
	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		小学生(夕食)	59.6%	増加	アンケート	
			中学生(夕食)	60.9%			
	運動やスポーツを週3日以上実践している者の割合 ※学校の体育の授業を除く		小学生(男子)	63.3%	増加	アンケート	
			小学生(女子)	42.5%			
	飲酒経験者の割合	小学生	23.1%	減少	アンケート		
		中学生(男子)	14.9%				
	喫煙経験者の割合	小学生	1.5%	減少	アンケート		
中学生(男子)		2.8%					
朝7時までには起床する子どもの割合	小学生	78.3% (H28)	増加	基本的な生活習慣調査			
	中学生	75.1% (H28)					
夜9時までには就寝する子どもの割合	小学生	12.4% (H28)	増加	基本的な生活習慣調査			
	中学生	21.9% (H28)					
夜10時までには就寝する子どもの割合	小学生	12.4% (H28)	増加	基本的な生活習慣調査			
	中学生	21.9% (H28)					
悩んだ時に相談相手がいる者の割合	小学生(男子)	69.3%	増加	アンケート			
	小学生(女子)	85.2%					
悩みを相談できるところを知っている者の割合	小学生(男子)	20.1%	増加	アンケート			
	小学生(女子)	17.7%					
参考指標	全出生数に対する十代の母親の割合	小学生(男子)	4.3% (H27)	-	沖縄県の母子保健		
		小学生(女子)	6.9% (H28)	-	衛生行政報告例		
ゲーム(スマホも含む)を2時間以上使用している割合	小学生(男子)	18.0% (H28)	-	基本的な生活習慣調査			
	小学生(女子)	6.6% (H28)	-				
携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットを1日2時間以上するものの割合	小学生(男子)	-	-	基本的な生活習慣調査			
	小学生(女子)	-	-				
	中学生(男子)	-	-	アンケート			
	中学生(女子)	-	-				
	高校生(男子)	45.3%	-	アンケート			
	高校生(女子)	64.0%	-				

重視すべき(すべてに共通する)課題 のびのびと心豊かに子育てができる社会の実現

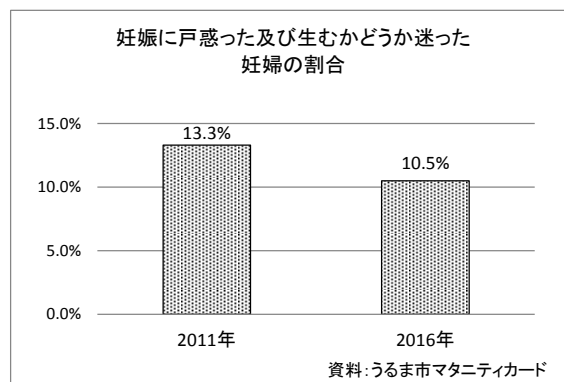
基本目標4

親や子どもの多様性を尊重し、それを支えるとともに、児童虐待のない地域づくり

(1) 現状・課題

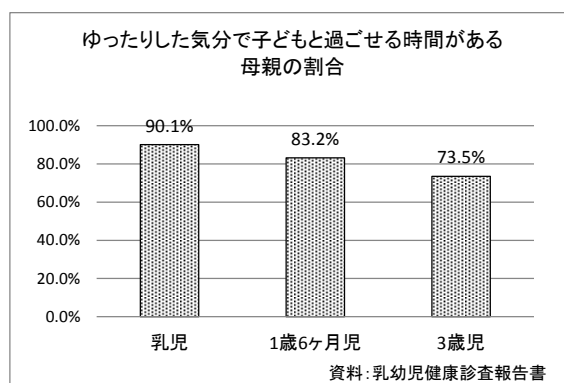
- 妊娠に戸惑った及び生むかどうか迷った妊婦の割合は、2016(平成 28)年うるま市マタニティカードにおいて 10.5%となり、2011(平成 23)年の 13.3%より減少しています。

図 5-14



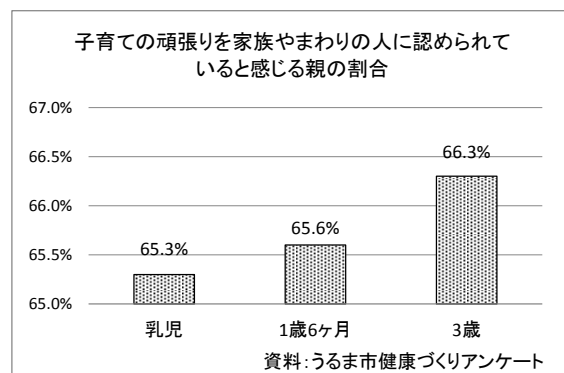
- ゆったりした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児の母親 90.1%、1歳6か月児の母親 83.2%、3歳児の母親 73.5%です。

図 5-15



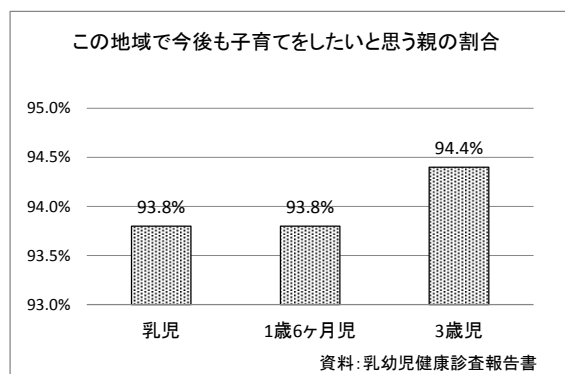
- 子育ての頑張りを家族やまわりの人に認められていると感じている親の割合は、2017(平成 29)年うるま市健康づくりアンケートにおいて、乳児の親 65.3%、1歳6ヶ月児の親 65.6%、3歳児の親 66.3%です。

図 5-16



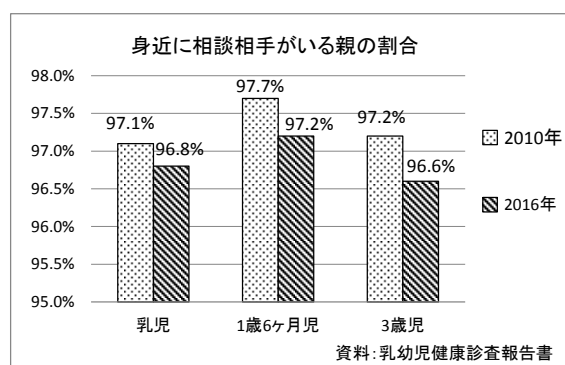
- この地域で今後も子育てをしたいと思う親の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳幼児の親 93.8%、1 歳 6 ヶ月児の親 93.8%、3 歳児の親 94.4%です。

図 5-17



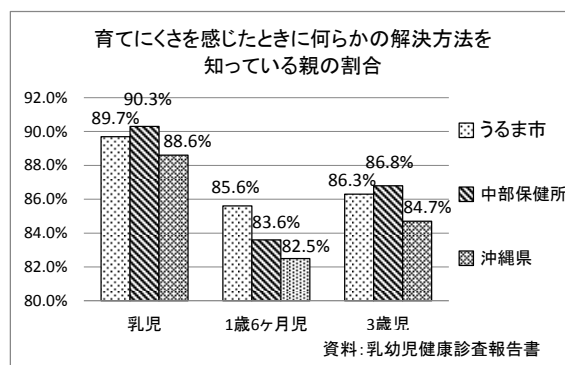
- 身近に相談相手がいる親の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児の親 96.8%、1 歳 6 か月児の親 97.2%、3 歳児の親 96.6%です。2010(平成 22)年と比較すると、いずれも減少しています。

図 5-18



- 育てにくさを感じたときに何らかの解決方法を知っている親の割合は、2016(平成 28)年度乳幼児健康診査報告書において、乳児の親 89.7%（中部保健所 90.3%、沖縄県 88.6%）、1 歳 6 ヶ月児の親 85.6%（中部保健所 83.6%、沖縄県 82.5%）、3 歳児の親で 86.3%（中部保健所：86.8%、沖縄県：84.7%）です。

図 5-19



（2）具体的取り組み

具体的目標 1

親が地域から支えられていると実感し、喜びを感じながら子育てができる

少子化や核家族化が進み、地域との関係の希薄化も見られるなか、子育てを体験しないまま親になり、不安やストレスを抱えながら孤立している親も見られます。子育ての負担や不安を家族だけで抱え込まず、地域のサポートを求めることも必要です。

親が地域で支えられながら、子育てに楽しさと喜びを実感できるよう、母子保健推進員をはじめとする地域の子育て家庭への見守り体制の充実、地域の子育て支援力の向上に取り組みます。

市民一人ひとりの取り組み

- ゆとりをもって出産・子育てができるよう、母子（親子）健康手帳交付時や、マタニティ教室、児童館や子育て支援センター等を活用し、情報を得ます。
- 地域の子育て支援サービスを知り、積極的に活用します。
- 不安や悩みはひとりで抱えず、家族や専門の人に相談します。
- 日頃から、地域住民や近所の方とあいさつを交わす等、地域とのつながりを心がけます。
- 母子保健推進員など、地域の子育て支援者と顔なじみになります。
- 周りの人は、子育てを見守り、労いの声をかける等、子育て家庭への関わりを心がけます。
- 子育て家庭を地域全体で見守り、積極的に労いの言葉をかけます。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 母子（親子）健康手帳の交付をスタートに、子育てに関する情報提供ならびに支援に努めます。
- うるま市こどもの健康応援 BOOK「だいすき」を通じて、子育てに関する情報を提供します。
- 関係課や関係機関との連携を強化し、子育て家庭を支援します。

具体的目標 2

育てにくさを感じたときに対処できる親が増える

子育てを取り巻く環境が変化するなか、子どもの成長発達や子供へのかかわり方等に不安を持つ親も増える傾向にあります。子どもの発達段階や特性について理解できるよう、正しい知識の普及に努めるとともに、不安や問題を抱える親子に寄り添い、適切な支援を包括的に提供できる連携体制の強化に努めます。

市民一人ひとりの取り組み

- 子どもの発達段階や特性を知る機会を積極的に活用します。
- 子育てについて一人で悩まず、誰かに相談します。
- 子育てについて相談を受けたときは一緒に考えます。必要なときは専門機関を紹介します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 乳幼児健康診査の受診率向上に努めるとともに、健康診査未受診者への訪問・連絡を行います。
- 親が安心して子育てを楽しむことができるように、子どもの発達段階や特性、より良い関わり、地域にある資源や制度について周知し、学べる機会を提供します。
- 臨床心理士などによる相談体制を充実します。

具体的目標 3

子どもに対する虐待や不適切なかかわりを防ぐことができる

子どもに対して、不適切なかかわりがあった親が、乳児健康診査で 8.0%、1 歳 6 か月で 18.2%、3 歳児で 39.6%見られました。またすべての年齢において「身近に相談できる人がいない」、「子育てをサポートしてくれる人がいない」親が少なからず見られます。子育ての悩みや負担を家庭だけで抱え込むと、問題が重度化する危険性があり、不安や問題を抱える親を早期に把握し、親を孤立させないための地域の見守り体制や、虐待の防止・早期発見のための関係機関との連携を強化します。

市民一人ひとりの取り組み

- 妊娠前や妊娠中から、子育てのイメージが持てるように、子育てに関する情報を得て、学びます。
- 地域の妊娠・出産・子育てに関する相談機関や支援サービスを知り、積極的に活用します。
- 夫や家族は妊娠・出産・子育てについて日頃からよく話し合い、積極的に協力します。
- 周りの人は、日頃から子育て家庭の様子を見守り、積極的に声をかけます。また、気になる家庭に対しては、相談先を紹介し、関係機関へ情報提供します。

■市民の健康づくりを支える取り組み

- 身体的、精神的、経済的、社会的な支援が必要な世帯を妊娠期から把握し、適切な支援を包括的に提供できるよう努めます。
- 母子保健事業を通して支援が必要な世帯を把握し、早期に対応します。
- 地域、保育所や学校、医療機関等と連携し、児童虐待の予防及び早期発見、早期対応に努めます。

表 5-4

【指標・目標値】

基盤課題	指標の分類	指標名	2017年度直近値	2023年度目標値	把握方法	
重視すべき課題	健康水準	妊娠に戸惑った及び産むかどうか迷った妊婦の割合	10.5% (H28)	減少	マタニティカード	
		ゆったりした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合	乳児	90.1% (H28)	増加	乳幼児健康診査報告書
			1歳6か月	83.2% (H28)		
			3歳児	73.5% (H28)		
		子育ての頑張りを家族や周りの人に認められていると感じる保護者の割合	乳児	65.3%	増加	アンケート
			1歳6か月	65.6%		
			3歳児	66.3%		
		この地域で今後も子育てしたいと思う保護者の割合	乳児	93.8% (H28)	95%	乳幼児健康診査報告書
	1歳6か月		93.8% (H28)			
	3歳児		94.4% (H28)			
	健康行動	身近に相談相手がいる保護者の割合	乳児	96.8% (H28)	増加	乳幼児健康診査報告書
			1歳6か月	97.2% (H28)		
			3歳児	96.6% (H28)		
			乳児	94.7% (H28)		
		1歳6か月	94.7% (H28)			
		3歳児	94.0% (H28)			
		父親が育児に参加している割合	乳児	92.3% (H28)	増加	乳幼児健康診査報告書
		1歳6か月	91.5% (H28)			
		3歳児	91.2% (H28)			
		育てにくさを感じたときに、相談先を知っている等、何らかの解決する方法を知っている保護者の割合	乳児	89.7% (H28)		
1歳6か月		85.6% (H28)				
3歳児		86.3% (H28)				
乳幼児揺さぶられ症候群(SBS)を知っている親の割合	乳児	99.0% (H28)	100%	乳幼児健康診査報告書		
参考指標	子育てが楽しいと感じる保護者の割合	乳児	96.8% (H28)	-	乳幼児健康診査報告書	
		1歳6か月	95.9% (H28)			
		3歳児	97.0% (H28)			
	子どもの社会性の発達過程を知っている親の割合	乳児	94.3% (H28)	-	乳幼児健康診査報告書	
		1歳6か月	97.6% (H28)			
		3歳児	90.4% (H28)			
	子どもに対して不適切な関わりがあった保護者の割合	乳児	8.0% (H28)	-	乳幼児健康診査報告書	
		1歳6か月	18.2% (H28)			
3歳児		39.6% (H28)				