



各 論 Ⅱ

【健康格差の縮小】
多様な背景の市民に対応する健康づくり

【基本目標Ⅱ】

■施策の方向1 子どもや働く世代の健康を守るための支援

本市では健康づくり実態調査や健診受診状況等から次世代を担う若い世代や働く世代に健康課題が集中しています。また、所属する団体や保護者等により健康づくり活動への参加の機会や健診受診の機会に差が見られることがわかりました。今後、本市の健康寿命を延伸し、社会保障を持続可能性の高いものにするためには課題の集中する世代や集団への健康づくりを強化するための支援が重要と考えます。

〈基本施策1〉 質のよい生活習慣を身に付けることを目的とした子どもの頃からの健康づくり

健康づくり実態調査等により、家庭の暮らし向きや所属する集団によって野菜や朝食の摂取状況、喫煙率、むし歯の有無、健康観等に差があることが明らかになりました。家庭での生活環境が子どもの健康状態を左右し、健康づくりに対する意識を醸成すると考えられるため、家庭環境による子どもの健康への影響を出来るだけ少なくするために、乳幼児期からのむし歯予防、野菜の摂取やバランスの取れた食事などより良い生活習慣の定着を目指して、保育所、幼稚園、こども食堂等と連携して、子どもの健康課題解決に向けた活動を実施します。



No.	事業名（担当課）	事業概要
再掲 12	食を通じた生活習慣病予防 （保健福祉局 健康推進課）	正しい栄養知識の普及と生活習慣病予防のための食生活改善を目的に、講演会や個別相談、体験型の教室等を行うことで、市民の自主的・継続的な食生活改善を図ります。
再掲 13	地域食育講座 （保健福祉局 健康推進課）	地域における食に関する課題や希望内容に合わせたテーマについて、栄養士等の講話や調理実習・実演等を行い、望ましい食習慣の定着及び「食」を通じた生涯にわたる健全な心身の育成を図ります。
再掲 19	健康診査（若者・基本健診） （保健福祉局 健康推進課）	職場等で受診する機会のない者（18歳～39歳）や生活保護世帯の者に対し、糖尿病等の生活習慣病予防のための若者（基本）健診を実施します。また、出産後の母親についても健康を維持していくため、若者健診の受診促進や、健診をより受けやすい体制づくりを検討します。
21	親子ですすめる食育教室 （子ども家庭局 子育て支援課）	乳幼児期からの正しい食事の仕方や望ましい食習慣の定着のために、保育所や幼稚園等において、就学前児童の保護者を対象に、幼児期の食育について、栄養士の講話や調理実演などを行います。
22	母子健康診査 （子ども家庭局 子育て支援課）	妊婦や乳幼児に対する健康診査や新生児のスクリーニング検査等を公費助成することで、経済的な負担を軽減するとともに、母子の健やかな発育を支援します。
23	保育所を通じた食育推進事業 （子ども家庭局 保育課）	保育所において、入所児童やその保護者、地域の子育て家庭に対して、食事に関する体験や相談、講演会等の充実を図ります。
24	小児肥満対策事業 （子ども家庭局 保育課）	肥満傾向のある児童を適正体重に近づけることにより、将来の生活習慣病罹患のリスクを減少させるために保育所、幼稚園の職員及び保護者に対し、小児肥満の知識、予防の啓発を図ります。
再掲 4 ⑧	口腔保健支援センター事業 （保健福祉局 健康推進課）	関係機関・団体と連携し、歯科口腔保健に関する知識の普及啓発や情報提供、市民の歯科疾患の予防等に取り組み、本市の状況に応じた歯科口腔保健施策を推進します。また、子どもの保護者や子どもにかかわる関係職種、子どもたちを対象に、歯科健診や歯科保健指導等の場を通して、本市の重要な健康課題の1つであるむし歯予防に取り組みます。

トピックス⑪ 食育キャンペーン



▲食に関するゲームや栄養相談などを実施

～子どもから大人まで毎日プラス一皿の野菜～

8月31日（やさいの日）に合わせて開催し、「食」についての理解を深め、生活習慣病の予防に努めています。食育担当4局（保健福祉局・子ども家庭局・産業経済局・教育委員会）、区役所、食育関連15団体（北九州市食生活改善推進員協議会・タニタ食堂・西南女学院大学・北九州市立大学・北九州青果㈱等）が連携して開催しています。

〈基本施策2〉働く世代の健康格差解消に向けた健康づくりの推進

健康づくり実態調査等により、青年期から壮年期の働く世代においては、加入している保険者によって、がん検診の受診の機会や健康づくり活動の参加しやすさに差がみられます。喫煙、飲酒、肥満等、健康課題が集中するこれらの世代の健康格差の縮小に向け、保険者や企業等との連携により、がん検診や歯科検診等の受診促進並びに受診しやすい環境づくりの整備、生活習慣病予防等についての周知・啓発の充実・強化を図っていきます。

No.	事業名（担当課）	事業概要
25 ⑨	協会けんぽとの連携 （保健福祉局 健康推進課）	協会けんぽの被扶養者の特定健診と北九州市のがん検診とのセット検診（同時実施）を行うとともに協会けんぽ加入事業所での健康教室等に講師を派遣するなど、協会けんぽと連携した健康づくりを推進します。
再掲 8	健康診査（がん検診等） （保健福祉局 健康推進課）	がんなどの生活習慣病予防対策の一環として、これらの疾患の疑いのある者や危険因子を持つ者をスクリーニングするため、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんなどの各種がん検診や、骨粗しょう症検診を実施します。
再掲 10 ⑨	がん予防プロジェクト （保健福祉局 健康推進課）	企業や保険者団体等と連携し、がん予防の啓発、がん検診の受診促進活動や事業所での健康教育の講師派遣等を実施します。また、福岡県と共同でがん検診受診率向上に向けた事業を実施します。
再掲 4 ⑨	口腔保健支援センター事業 （保健福祉局 健康推進課）	関係機関・団体と連携し、歯科口腔保健に関する知識の普及啓発や情報提供、市民の歯科疾患の予防等に取り組み、本市の状況に応じた歯科口腔保健施策を推進します。また、歯周病（歯周疾患）検診や歯周病予防講座等を通して、歯を失う主要な原因である歯周病予防に取り組みます。

トピックス⑫

健康格差を縮小するために



▲健康格差対策には部局間の連携やNPO、地域団体とのつながりが不可欠です。

～健康格差とは、社会的背景が異なるグループ間の健康状態の違いのこと～

健康日本21（第2次）では健康寿命（日常生活に制限のない期間）の都道府県間の格差縮小を目指しています。本市においても、加入している健康保険による健康状態の違いや、暮らし向きによる生活習慣や健康感の違い等があり、今後はそのような健康格差に考慮した健康づくり活動が求められます。本市においても部署横断的に取組むとともに企業、保険者、民間団体等と連携して健康づくりを推進します。

■施策の方向2 ライフステージを通じた切れ目のないところとからだの健康づくり

妊娠中の胎児の発育環境は出生後の健康状態を左右するため、大変重要です。低出生体重児の学童期、青年期における肥満は、生活習慣病の発症につながりやすいことから、妊娠期からの適切な生活習慣の維持・増進、乳幼児期の健やかな発育は大きな課題です。

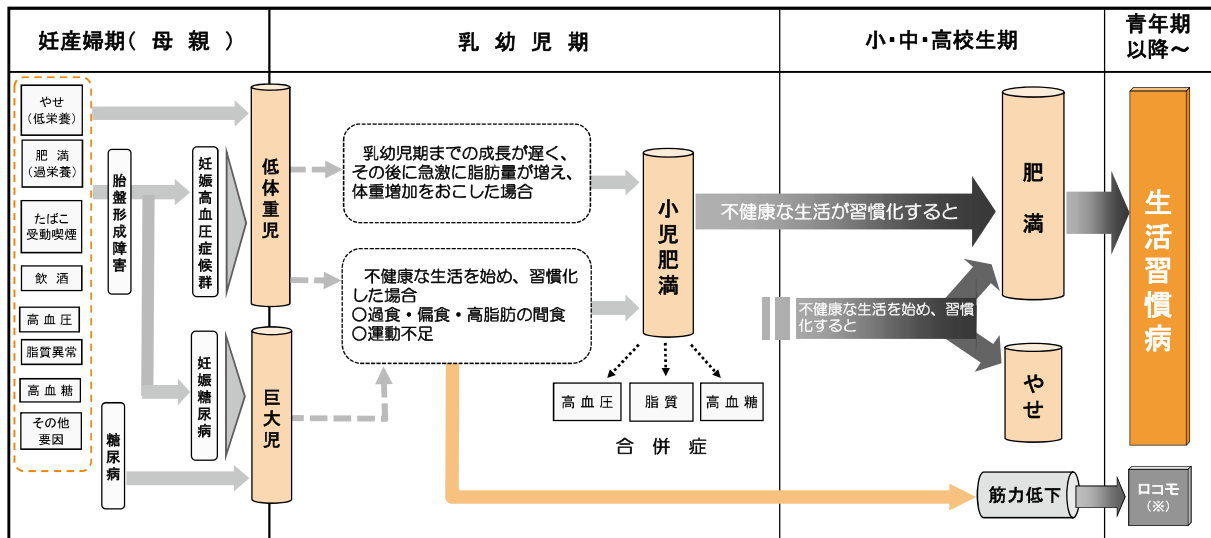
また、働く世代の健康を守り、生活習慣病による入院や早世を防ぐためにも、乳幼児期、学童期からの適切な運動、栄養、受動喫煙防止などの適切な生活習慣の維持、自分の健康は自分で守るという意識の醸成が大切です。認知症、ロコモティブシンドローム、フレイル、COPDの発症も若い時からの生活習慣（食生活、喫煙、飲酒、身体活動、睡眠、口腔ケア等）と密接に関係することから、全ての世代を通じて、切れ目のない継続的な「ところとからだの健康づくり」を推進することが必要です。さらに、不適切な飲酒、薬物の使用、スマートフォン等の電子機器の使い過ぎ等はこころの健康を害することにつながります。こころの健康づくりについては、全ての世代において、ストレス、うつ、依存症などのこころの不調、虐待、暴力、いじめ、自殺等に関する正しい知識を持ち、適切な睡眠、休養の確保、相談ができる環境、支援体制の整備などを実施することにより、こころの不調を予防し、早期発見、早期対応、回復支援を行うことが重要です。

〈基本施策1〉乳幼児期から学童期までの健康づくり

妊娠期から乳幼児期では、妊産婦に対する喫煙や飲酒、妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病、歯周病等についての保健指導や健康教育、学童期における食育や適切な生活習慣の学習等を引き続き実施します。学童期の体力向上の取組みや肥満・痩身対策として受診勧奨支援等を実施することにより、学童期における健康課題を明らかにし、適切な食生活や活動量増加のための働きかけなど、子どもの健康に対する意識を高めます。

また、学童期の健康課題を地域保健と共有し、連携を強化することにより、家庭、学校、地域の切れ目のない健康づくりができるしくみを検討していきます。

乳幼児期から学童期までの健康づくり



※ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の略

No.	事業名（担当課）	事業概要
26	母子健康手帳の交付 (子ども家庭局 子育て支援課)	母子の健康状態を記録するとともに、妊娠・出産・育児に関する正しい知識を提供するなど、母子の健康の保持及び増進を図ります。また、妊婦健診の早期受診の勧奨やマタニティマーク等の情報を効果的に提供し、安心して妊娠・出産ができる環境づくりを推進します。
27	母親学級等の実施 (子ども家庭局 子育て支援課)	母子の健康に関する知識を普及するため、妊娠中の健康管理、育児等に関する講義や、妊婦体操などの実習を取り入れた母親学級を開催します。また、夫婦が協力して出産・育児に取り組む大切さを学ぶため、沐浴や妊婦疑似体験等の実習を取り入れた両親教室を開催します。土・日曜日など父親も参加しやすい日に行います。
再掲 22	母子健康診査 (子ども家庭局 子育て支援課)	妊婦や乳幼児に対する健康診査や新生児のスクリーニング検査等を公費助成することで、経済的な負担を軽減するとともに、母子の健やかな発育を支援します。
28	乳幼児健康診査 未受診者フォローアップ事業 (子ども家庭局 子育て支援課)	虐待につながりやすい状況を早期に把握し予防するため、乳幼児健康診査未受診者に対して、家庭訪問等を実施し、受診勧奨するとともに、養育に関する相談に応じます。また、妊婦や乳幼児の健康診査をデータ管理し、受診結果に応じて、保健指導を行います。

29	産後うつ対策 (子ども家庭局 子育て支援課)	産後のうつ状態等を早期に把握し、きめ細かに支援するため、生後4か月までの家庭訪問等において、全ての産婦に産後うつを発見するための質問票を用いるとともに、医療機関と行政が連携し、産後うつに対して早期に対応します。
30	子育て支援 総合コーディネーターの配置 (子ども家庭局 保育課)	「子育て支援サロン“びあちえーれ”」に子育て支援総合コーディネーターを配置し、面接、電話、インターネット(メール)による子育てに関する相談の対応を行うとともに利用者に必要な関係機関との連絡、調整等の支援を行います。
31	子育て支援員の養成・ 配置(保育所) (子ども家庭局 保育課)	北九州市社会福祉研修所で「子育て支援員養成研修」を実施します。保育士を「子育て支援員」として養成し、子育て相談や育児サークルの支援等、地域に根ざす保育所として子育て家庭支援の中心的役割を担います。
32	保育所における 定期健康診断の実施 (子ども家庭局 保育課)	保育所入所児童の健康の保持増進を図るため、児童福祉施設の設備及び運営に関する基準第12条第1項に基づき、入所時の健康診断、年2回の定期健康診断を実施するとともに、疾病異常が認められる子どもについては、保護者に対し、治療の勧奨や子どもの生活についての指導を行います。
33	保育所、幼稚園、小学校の連携 (子ども家庭局 幼稚園・こども園課) (子ども家庭局 保育課) (教育委員会 指導第一課)	保育所、幼稚園、認定こども園での就学前教育から小学校教育へと子どもの発達や学びの連続性を保障するために、情報伝達を行う仕組みとして、保育所児童保育要録や幼稚園幼児指導要録等を作成・活用します。
34	育児教室等の実施 (子ども家庭局 子育て支援課)	乳幼児の子育てや基本的な生活習慣等に関する知識の普及を図るため、子どもの心と身体の発達・しつけなど育児に必要な知識を中心とした講義や交流会を取り入れた教室を開催します。また、土・日曜日開催や託児を設けるなど、開催方法等を検討し、参加しやすい教室を実施します。
再掲 21	親子ですすめる食育教室 (子ども家庭局 子育て支援課)	乳幼児期からの正しい食事の仕方や望ましい食習慣の定着のために、保育所や幼稚園等において、就学前児童の保護者を対象に、幼児期の食育について、栄養士の講話や調理実演などを行います。
35	食を通じた乳幼児等の 健康づくり事業 (子ども家庭局 子育て支援課)	妊産婦や乳幼児の食事や栄養について、知識の普及と不安や悩みの軽減を図るため、実習形式で学べる教室の開催及び相談対応を行います。また、参加できない対象者については、リーフレットの配布等で啓発を行います。

36	生後4か月までの 乳児家庭全戸訪問事業 (子ども家庭局 子育て支援課)	生後4か月までの乳児がいる家庭を訪問し、子育ての孤立化を防ぐために、様々な不安や悩みを聞き、子育て支援に関する必要な情報提供を行います。また、支援が必要な家庭に対して適切なサービス提供に結びつけるなど、地域の中で子どもが健やかに育成できる環境整備を図ります。
37	妊産婦・乳幼児なんでも相談の実施 (子ども家庭局 子育て支援課)	育児不安の軽減を図るため、市民センター等地域の身近な場所で、保健師による相談を定期的実施し、出産や育児、子どもの成長発達についての個別相談や保健指導を行います。また、講話などにより子育てに関する情報提供を行います。
38	乳幼児発達相談指導事業 (わいわい子育て相談) (子ども家庭局 子育て支援課)	心身の発達が気になる乳幼児について、医師・臨床心理士・保育士等がチームで相談に応じ、発達障害等を早期に発見し、乳幼児の健やかな発達を支援します。
再掲 23	保育所を通じた食育推進事業 (子ども家庭局 保育課)	保育所において、入所児童やその保護者、地域の子育て家庭に対して、食事に関する体験や相談、講演会等の充実を図ります。
再掲 24	小児肥満対策事業 (子ども家庭局 保育課)	肥満傾向のある児童を適正体重に近づけることにより、将来の生活習慣病罹患のリスクを減少させるために保育所、幼稚園の職員及び保護者に対し、小児肥満の知識、予防の啓発を図ります。
39	家庭・地域への啓発事業 (市民文化スポーツ局 生涯学習課) (教育委員会 指導第二課)	核家族世帯や共働き世帯の増加等により、家庭を取り巻く環境が大きく変化している中で、従来の取組みに加え、小学校入学前の早い段階からの基本的な生活習慣の定着を促す保護者への啓発を通じて、家庭の教育力向上に取り組んでいきます。
40	学校における食育推進事業 (教育委員会 指導第一課)	子どもが発達の段階に応じて、食に対する知識や食を適切に選択する力を身につけるとともに、調理に関する基本的技能を習得し、健全な食生活を実践することができるよう、食育の指導体制と体系的な指導内容の充実を図ります。
41	学校給食による食育の推進 (教育委員会 学校保健課)	小中学校9年間を通じ、給食を「生きた教材」として教育活動の様々な場面で活用し、学校における食育を推進するとともに、献立表の家庭配布、保護者試食会の開催、家庭教育学級における食育をテーマにした学習会開催の働きかけ等により、家庭・地域での食育の推進を図ります。

42	食育を通じた児童生徒等の肥満・ 痩身対策事業 (教育委員会 学校保健課)	食育を通じて、適切な食生活など基本的な生活習慣を習得させることにより、肥満・痩身傾向児を減少させ、将来に向けて児童生徒等の健康を確保します。
43	体力アップ推進事業 (教育委員会 学力・体力向上推進室)	「北九州市学力・体力向上アクションプラン」の3つの柱に沿った取組みを継続して徹底していき、各学校・園の実情に合わせた運動機会の増大と運動習慣の定着に向けた取組みを推進します。
44	定期健康診断の実施 (教育委員会 学校保健課)	学校保健安全法に基づき、児童生徒及び幼児の定期健康診断を実施します。また、健診結果に基づき、治療勧奨、保健指導等を合わせて行います。
45	学校の定期健康診断に基づく 治療勧奨(学校病)に係る 医療費の助成 (教育委員会 学校保健課)	学校保健安全法に基づき、義務教育諸学校の要保護又は準要保護児童生徒が学校病(伝染性または学習に支障を生ずるおそれのある疾病)にかかり、学校において治療するようにすすめたとき、その疾病の治療に要する費用について必要な援助を実施します。
46	小学2・3年生へのフッ化物塗布 (教育委員会 学校保健課)	児童のう歯予防を目的として、イオン導入法によるフッ化物塗布を小学校・特別支援学校小学部の2・3年生の希望者を対象に、年2回実施します。
47	就学時健康診断 (教育委員会 学校保健課)	学校保健安全法に基づき、就学予定の子どもの健康状態を把握し、疾病を有する子どもに入学までに必要な治療を行うよう治療勧告を行うとともに、障害のある子どもについては、状況に応じた就学指導を行うことを目的に、入学予定者の健康診断を実施します。
再掲 4 ⑧	口腔保健支援センター事業 (保健福祉局 健康推進課)	関係機関・団体と連携し、歯科口腔保健に関する知識の普及啓発や情報提供、市民の歯科疾患の予防等に取り組み、本市の状況に応じた歯科口腔保健施策を推進します。また、子どもの保護者や子どもにかかわる関係職種、子どもたちを対象に、歯科健診や歯科保健指導等の場を通して、本市の重要な健康課題の1つであるむし歯予防に取り組みます。

〈基本施策2〉生活習慣病予防と介護予防を中心に展開する健康長寿を目指した健康づくり

高齢化が進む本市においては、できるだけ長く自立した生活を維持する介護予防や健康づくりの取組みは、個人の生活の質を向上させるだけでなく、介護保険制度の安定的な運営の視点からみても重要な課題です。

本市においては、健康寿命と平均寿命の差（日常生活に制限のある「不健康な期間」）が男性は10.39年、女性は14.0年あり、全国値男性：9.17、女性12.73と比較して長くなっています。この期間は介護と医療を活用した生活となり、本人や家族に大きな負担となるだけでなく、介護費や医療費の増加につながるため、この期間をできるだけ短くすることは重要な課題です。

そのためには、適切な生活習慣によって、生活習慣病を予防し、血管・脳・心臓・腎臓などの器官を守ることに併せて、「ロコモティブシンドローム（運動症候群）」や「フレイル（心身の活力が低下し、生活機能障害などの危険が高くなった状態の総称）」についての理解を深め、仕事や趣味などに積極的に取り組むなどアクティブな生活をするのが大切です。

介護予防を中心とした取り組みとして、認知症支援・介護予防センターを拠点として、身近な地域での介護予防活動のけん引役となる実践者の養成や専門職が地域に出向いて活動を支援する地域リハビリテーション活動支援事業など多彩な事業を実施します。

また、介護予防、認知症予防と生活習慣病予防とのつながりを重視し、総合的に事業を実施することで市民の健康寿命の延伸を目指します。

認知症支援・介護予防センターの取組みの様子



No.	事業名（担当課）	事業概要
再掲 1	北九州市国民健康保険特定健診・ 特定保健指導 (保健福祉局 健康推進課)	北九州市国民健康保険に加入する40歳～74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。
再掲 2	特定保健指導非対象者への 保健指導 (保健福祉局 健康推進課)	北九州市国民健康保険特定保健指導の対象外（メタボリックシンドローム非該当）となる、「痩せているが血圧の高い者」「受診中であるが糖尿病の改善が図られていない者」など、心房細動、高血圧、高血糖、脂質異常、腎機能低下の者を対象に保健師や栄養士等が家庭訪問等を行い、生活習慣の改善や治療の継続を支援し、重症化を予防します。
48	介護予防に関する普及啓発事業 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	介護予防の重要性や生活習慣病を含む正しい知識を広く周知することで、その関心を高めるとともに、高齢者が主体的に介護予防に取り組む契機となることを目的に、講演会やリーフレット、様々なメディアなどを活用したPR活動を行います。また、地域主体の介護予防を促進するため、健康づくり推進員等の活動支援やスキルアップ研修を実施します。
49	高齢者の低栄養予防に関する 普及・啓発 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	食生活改善推進員が地域の高齢者宅を訪問し、食事に関する状況確認や助言をすることで、高齢者の低栄養予防の普及啓発を行います。また、食品摂取状況を自分で確認できるチェックシートなどを、公的機関や民間事業所などを通して高齢者に幅広く配布し、普及啓発を図ります。
50	健康づくり推進事業 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	生活習慣病をはじめ、筋力や体力の衰え及び低栄養などからくる老年症候群へ自発的な対処ができるよう「高齢者のための筋力向上トレーニング啓発教室」や「元気で長生き食卓相談」を開催し、高齢期における介護予防の機能強化を図ります。
51	地域介護予防活動実践者支援事業 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	健康づくりや介護予防を目的とした「きたきゅう体操」「ひまわりタイチー」「公園で健康づくり事業」等の普及教室の開催・普及員の養成を行い、運動のきっかけづくりや運動の自主化・継続を推進するとともに、フレイルやロコモティブシンドロームの普及啓発及び予防を図ります。

52	地域リハビリテーション活動 支援事業 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	地域における介護予防の取組を推進するために、サロンなど住民主体の活動の場等に運動・栄養・口腔の専門職を派遣し、効果的な介護予防に関する知識や技術の伝達や人材の育成等を行います。
53	地域認知症・介護予防活動 支援事業 (保健福祉局 認知症支援・ 介護予防センター)	認知症予防や介護予防の活動を支援することを目的とし、住民主体の介護予防・認知症予防に資する運動教室やとじこもりがちな高齢者などを対象に地域住民との交流を図ります。
54 ⑧	自立支援・重度化防止に向けた 介護予防支援・ 介護予防ケアマネジメント (保健福祉局 地域福祉推進課)	高齢者が地域で、自立した日常生活を送ることができるよう、地域包括支援センター等において、自立支援・重度化防止に向けた介護予防ケアマネジメントを実施します。その中で生活習慣病重症化予防の視点を入れ、生活習慣病の受診勧奨や治療継続の支援を推進し、介護予防に取り組めます。
再掲 4 ⑧	口腔保健支援センター事業 (保健福祉局 健康推進課)	関係機関・団体と連携し、歯科口腔保健に関する知識の普及啓発や情報提供、市民の歯科疾患の予防等に取り組み、本市の状況に応じた歯科口腔保健施策を推進します。特に健康寿命の延伸に重要な口腔機能の重要性や、かかりつけ歯科医の普及・啓発に取り組みます。

〈基本施策3〉 健やかで活力ある暮らしのためのこころの健康づくり

自殺対策基本法（平成 18 年）の成立以来、全国的に自殺対策の取組が進み、本市の自殺者数も全国同様、減少傾向です。しかし、年間200名近くの方が自殺で亡くなられており、政令指定都市の中でも高い自殺率となっています。

「こころの健康に関する実態調査（H27年）」、「健康づくり実態調査（H28年）」において、壮年期は高齢期に比べて、「ストレスが多い」と感じている人の割合が高いことやアルコール依存症の可能性のある人が多いことが明らかになりました。平成 26 年にアルコール健康障害対策基本法が施行され、本市においてもアルコールに関する正しい知識の普及啓発や飲酒運転違反者への適正飲酒指導などアルコール健康障害対策を実施しています。

また、こころの健康は子どもから高齢者まで、全ての世代の市民を対象に実施することが大切であり、今後も引き続き、いのちの大切さ、メンタルヘルス、自殺予防、アルコールや薬物、ギャンブル等の依存症予防など、こころの健康の維持・増進のための知識の普及啓発、相談体制づくりを実施します。

健やかで活力ある暮らしのためのこころの健康づくり

	乳幼児	小・中・高校生	青年期	壮年期	高齢期
こころの危険因子	●産後うつ(母子)、いじめ・不登校、ひきこもり		●うつ病など精神疾患	●生活習慣病・慢性疾患	
	●いじめ・虐待体験、事件・事故等の体験による心的外傷(PTSD、トラウマ)など			●依存症に陥りやすい要因(アルコール・薬物など)	
	認知症、高齢者のうつ要介護状態など				
	<p>学校・職場のストレス、失業・借金等の経済問題 家庭問題など社会環境の危険因子</p> <p>さまざまな要因が重なり、自殺のリスク増大</p>				
健やかで活力ある暮らしのためのこころの健康づくり	●小・中・高等学校等における児童・生徒の心の育ちの推進		●うつ病など精神疾患に関する正しい知識の普及啓発		
	●いじめ・不登校、ひきこもりの相談支援		●依存症(アルコール・薬物等)予防のための正しい知識の普及啓発		
	●うつ病など精神疾患に関する相談支援		●うつ病など精神疾患に関する相談支援		
	●危険が重なっている人たちへの相談支援(いじめ、虐待体験、心的外傷(PTSD、トラウマ)、自殺未遂等)		●依存症(アルコール・薬物等)の相談支援		

No.	事業名 (担当課)	事業概要
55	心の教育推進事業 (教育委員会 指導第一課) (教育委員会 指導第二課)	<p>伝統文化や異年齢・地域交流など豊かな体験を通して、児童生徒が自己の生き方についての考えを深める道徳教育を教育活動全般を通じて推進します。また、郷土の先人の生き方や歴史などに触れる学習を通して郷土への愛着を深めます。さらに、学校、家庭、地域と連携したあいさつ運動を推進します。</p>
56	人権教育推進事業 (教育委員会 指導第一課)	<p>生命の大切さを学び、自尊感情や他の人とよりよく生きようとする意識、集団生活での規範を尊重し、義務や責任を果たす態度など生きる力を育む教育活動を推進します。</p>
57	思春期保健連絡会 (子ども家庭局 子育て支援課)	<p>思春期の心身の変化を正しく理解し、自分自身のこころと体を大切にする健康教育を推進するため、医療・学校・地域・行政等の関係者による連絡会を開催し、現状の把握や課題の共有及び連携強化を図るとともに、思春期保健の対策等について協議します。また、協議の結果等を踏まえ、思春期の健康教育を効果的に実施します。</p>
58	子ども・保護者の メディアリテラシー向上や ネット監視対策に向けた取り組み (子ども家庭局 青少年課)	<p>コミュニティサイト等をはじめとするインターネット・携帯電話を通じたトラブルが問題になっていることから、各種教室や出前講演の実施など、広報・啓発を中心とした取り組みを推進します。</p>
59	薬物乱用防止に向けた広報・啓発 (子ども家庭局 青少年課)	<p>薬物乱用防止に向けた広報・啓発などの取り組みを、行政と地域が一体となり推進します。</p>
60	こころの健康教育・人材育成事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	<p>市民のこころの健康に関する意識向上を図り、問題解決力を向上させるため、リラクゼーションやストレスケアなど、メンタルヘルスに関わる知識の普及啓発・健康教育を行います。また、うつ病やアルコール問題などの正しい知識の普及啓発のほか、早期発見・早期対応ができる人材を育成する「ゲートキーパー研修」や、児童・生徒の相談できる力を育てるための「教員等自殺対策支援者研修」、こころの問題を市民に広く啓発するための「自殺対策啓発講演会」などを実施します。</p>
61	インターネットによる情報提供・ 相談支援事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	<p>こころの病の早期発見・早期対応につながるように、日頃からのこころの健康管理が行えるメンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」や、必要な支援情報へ簡単に辿り着ける専用ホームページなど、インターネットを活用した情報提供・相談支援を行います。</p>

62	セルフヘルプグループ支援 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	北九州市内及びその近郊で活動するセルフヘルプ・グループの支援や毎年秋頃に行う「セルフヘルプ・フォーラム」を支援し、同じような悩みを抱える者の出会いの場の提供に努めます。
63	社会的ひきこもり対策事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	様々な要因によって社会参加の場面が狭まり、自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態をいう「ひきこもり」の中でも、特に、背景に精神疾患がない「社会的ひきこもり」について、支援者向けの研修・連絡会、市民向けの講演会、家族教室、自助グループの側面的支援等の事業を実施します。
64	24時間子ども相談ホットライン (子ども家庭局 子ども総合センター)	いじめ・虐待・不登校などの子どもに関する様々な相談に対応するため、24時間・365日体制の電話相談を実施します。また、子ども総合センター閉庁時における児童虐待等緊急相談に対応することで、早期発見及び早期対応を図ります。
65	Eメール相談 (子ども家庭局 子ども総合センター)	電話では相談しづらい不安や悩み、疑問などをEメールで受け、相談内容に応じて適宜アドバイスや適切な関係機関を紹介するなど、相談者の気持ちに立って、不安や悩みの軽減、疑問の解消に努めます。
66	長期欠席・不登校対策及び いじめ対策の充実 (教育委員会 指導第二課)	長期欠席・不登校の未然防止を図るとともに、関係機関と連携しながら多様な支援を行います。また、いじめ防止に取り組むとともに、いじめを適切に認知し、早期発見・早期解決を図ります。
67	スクールカウンセラーの配置 (教育委員会 指導第二課)	不登校やいじめ等に対応するため、「心の専門家」であるスクールカウンセラーを配置し、学校におけるカウンセリング機能を充実させることで解決を図ります。
68	スクールソーシャルワーカーの 活用事業 (教育委員会 指導第二課)	不登校や暴力行為などに対応するため、「福祉の専門家」であるスクールソーシャルワーカーを配置し、関係機関と連携を図りながら、家庭環境への働きかけ等を行うことで解決を図ります。
69	子ども・若者応援センター 「YELL」の運営 (子ども家庭局 青少年課)	ひきこもりやニート、不登校など社会生活を円滑に営む上で困難を有する子ども・若者を総合的にサポート（コーディネート）する総合相談窓口として、自立を支援します。

70	男女共同参画センター相談事業 (総務局 男女共同参画推進課)	男女共同参画社会を目指して互いに自立し、生きがいのある人生を送ることができるよう、ジェンダーの視点からの問題の解決を支援するために、一般相談、人権侵害相談、法律相談等を実施します。
71	精神保健福祉相談 (保健福祉局 障害者支援課)	イライラする、眠れない、ストレスが溜まるなど、こころの健康に関する問題、酒害（アルコール）に関する問題、老人性認知症等に関する問題を抱える本人や家族に対して、各区役所においての専門の精神科医や相談員が面接し相談に応じます。
72	ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」の設置・運営 (保健福祉局 障害者支援課)	ひきこもりの問題を抱えた当事者や家族等の電話相談や来所相談、訪問相談、フリースペースなどを実施することで、ひきこもり当事者が社会に参加し、生き生きと自分らしく暮らせることを目指します。
73	北九州市障害者基幹相談支援センター (保健福祉局 障害者支援課)	障害のある人が地域で安心して生活できるよう、ウエルとばた内に基幹相談支援センターを設置し相談窓口の一元化を図ることで相談者の利便性を向上させます。併せて出前相談など丁寧な相談支援方法をとることにより、障害のある方が自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう体制を整備します。
74	うつ病等の精神疾患に関する支援事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	うつ病についての正しい知識や本人への対応の仕方などの情報を提供することを中心に、同じ問題をもつ家族同士が語り合い、わかちあう場を提供するための教室を実施します。
75	依存症に関する相談支援事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	薬物乱用・依存などの問題を抱える家族に対し、正しい知識や接し方を学び、同じ問題を抱える者同士のわかち合いの場を提供するための家族教室の実施や、薬物依存・ギャンブル依存問題等に関する個別相談を行います。
76	自殺予防に関する相談支援事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	こころの健康を損なった者、自殺の危険性が高い者への相談支援を行うため、傾聴を主としながら必要に応じ適切な情報を提供する「自殺予防こころの相談電話」や、自死で家族を亡くした方の個別相談など「自死遺族支援」、官民一体となって総合的な相談支援体制の連携を図るため「自殺対策連絡会議・庁内連絡会議」などを実施します。

77	いのちとこころの支援事業 (保健福祉局 精神保健福祉センター)	本市の自殺対策をさらに強化するため、こころの健康教育・人材育成事業をはじめ、専門家による自殺の危険性が高い者への相談支援や、専門家による関係機関・窓口支援など、きめ細かな相談支援が実現できるよう、いのちとこころの情報センターを中心に総合的な支援体制を整備します。
78 ⑧	福岡県飲酒運転撲滅条例に 基づく適正飲酒指導 (保健福祉局 健康推進課)	平成27年2月に改正された福岡県飲酒運転撲滅条例に基づき、初回飲酒運転違反者を対象にアルコール健康障害の予防・早期発見を目的に「知事が指定する方法による飲酒行動に関する指導」を実施しています。

トピックス⑬ アルコール健康障害を知っていますか

～アルコールの心とからだへの影響～

アルコールは上手に飲めばコミュニケーションを潤滑にし、暮らしを楽しくしてくれますが、強い依存性があり、不適切な飲酒をすることにより、心や身体にさまざまな問題を生じさせます。生活習慣病や健康へのリスクが少ない適正飲酒の基準量は1日、純アルコール量は男性約40g以下、女性は20g以下です。がん、生活習慣病、アルコール依存症等の予防のために適正飲酒量を守りましょう。



▲アルコールの心とからだの影響

【出典】福岡県アルコール健康障がい対策推進計画



▲純アルコール量20gのめやす