

第4章

基本施策別目標と取組

基本目標1 すべての区民の健康づくりの推進

基本施策1 地域と進める健康づくり



健康づくりは、区民一人一人の取組とともに、地域社会全体で取り組む必要があります。

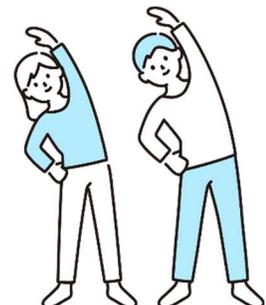
社会的なつながりは健康に良い影響を与えているといわれています。区民一人一人が、より緩やかな関係性も含んだつながりを持つことで、健康への関心や行動の変容を促すことができる環境整備が必要です。そのためには、行政だけでなく、地域の関係者や民間部門の協力が必要です。保健、医療、福祉の関係機関や団体、大学等の研究機関など多様な主体、多分野との連携を図り、区民の健康づくりを進めます。

施策目標

健康づくりに取り組む区民の割合を増やします。

指標

指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和12 (2030)年度	指標の 方向
健康づくりに取り組んでいる区民の割合	葛飾区政策・施策マーケティング調査	70.1%	76.0%	増やす
最近1年間に地域活動に参加した区民の割合	葛飾区政策・施策マーケティング調査	20.1%	25.7%	増やす



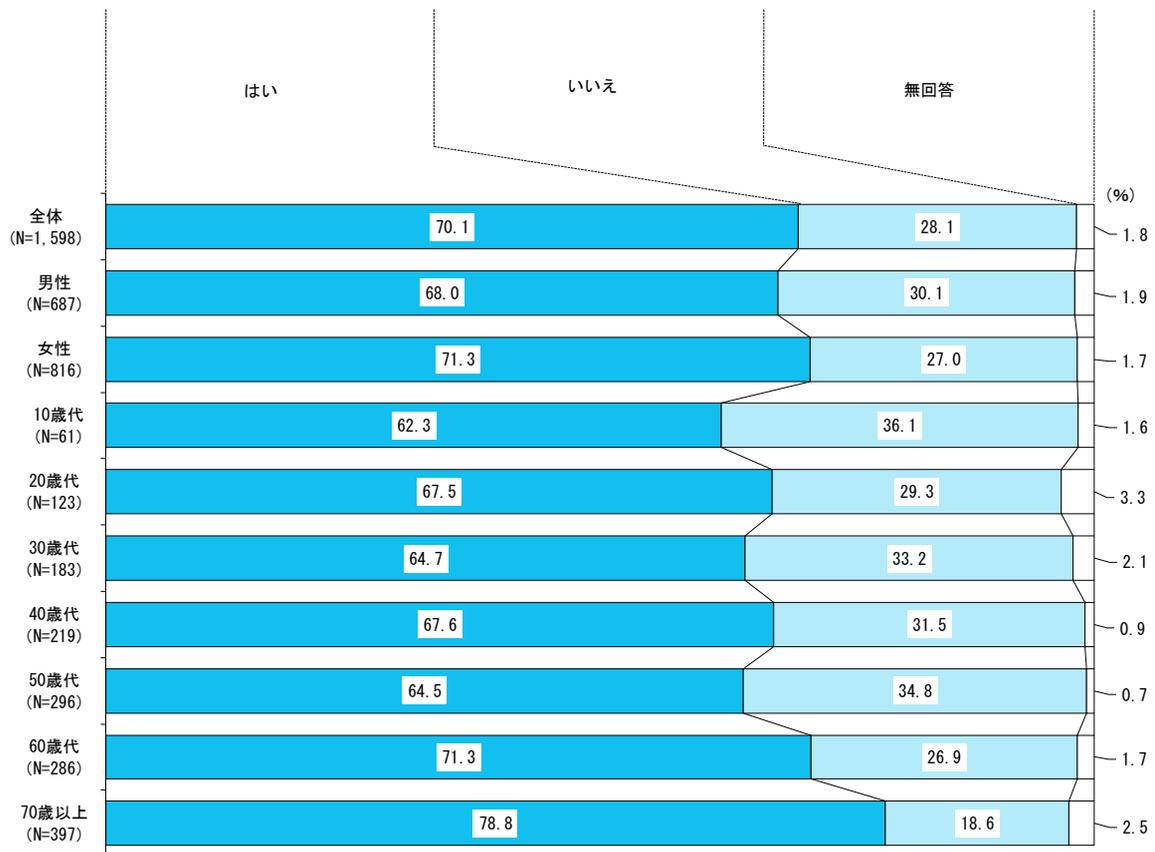
1 現状と課題

(1) 健康づくりに取り組んでいる区民の割合

令和6（2024）年調査によると、健康づくりに取り組んでいる区民は全体で70.1%です。性別にみると、「取り組んでいる」（「はい」の回答率）女性は71.3%で男性の68.0%より3.3ポイント高くなっています。年代別にみると、70歳以上が78.8%で最も高く、高齢者層で高い傾向にあります。

健康づくりに取り組んでいる割合が少ない世代や運動習慣のない方へ、健康づくりのきっかけをつくる必要があります。

健康づくりに取り組んでいる区民の割合（全体・性別・年代別）

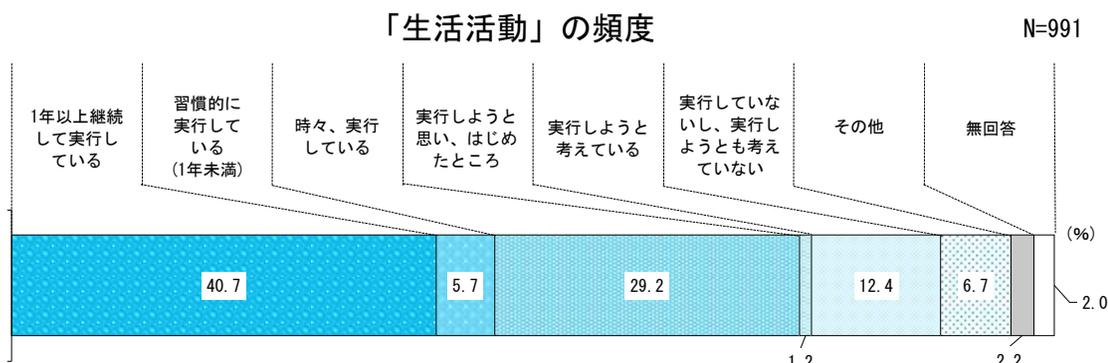


出典：葛飾区「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（令和6（2024）年8月刊行）

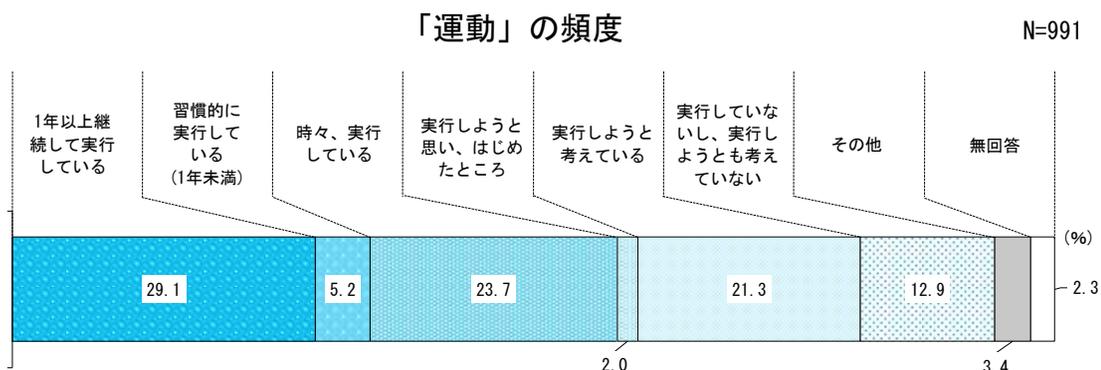
(2) 「生活活動」と「運動」の頻度

令和5（2023）年調査によると、「生活活動※」を「1年以上継続して実行している」区民は40.7%、「運動※」を「1年以上継続して実行している」区民は29.1%となっています。

区民が気軽に外出し、買物や散歩、ウォーキングなどで身体を動かすことができるよう、ウォーキングマップの活用や公園遊具の整備などを進める必要があります。



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）



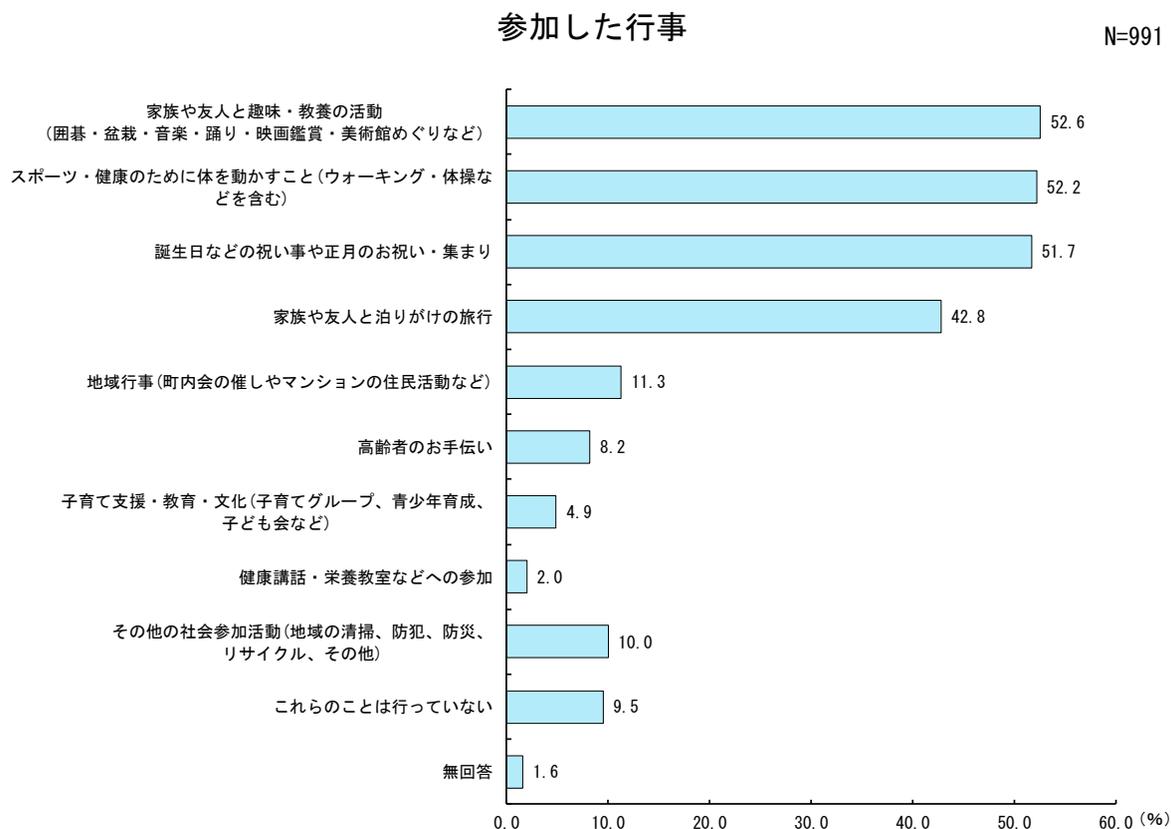
出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

※生活活動：日常生活で毎日合計60分（18歳～64歳。65歳以上は合計40分）くらい身体を動かす（階段を上る、子どもと遊ぶ、そうじをする、歩くなど）生活をする。

※運動：速歩（ウォーキング）、ジョギング、テニス、水泳など1日30分以上の運動を週2日以上実施する。

(3) 参加した行事

令和5（2023）年調査によると、この1年間で参加した行事は「家族や友人と趣味・教養の活動」が52.6%で最も高く、次いで「スポーツ・健康のために体を動かすこと」が52.2%、「誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり」が51.7%、「家族や友人と泊りがけの旅行」が42.8%、「地域行事」が11.3%の順となっています。



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）



△かつしかはつらつ体操（椅子バージョン）の様子

2 区の実施



実施の方向性

- 地域の方と協働しながら、区民が健康づくりに取り組むことができるよう支援します。
- 区民が自らの健康を意識し、健康づくりに取り組むきっかけをつくりまします。
- 健康づくりに取り組みやすい環境を整備します。

重点事業

区民健康づくり支援

(健康推進課、保健センター、生涯スポーツ課)

- ・健康に関する情報に触れ、健康づくりを行う機会が増えるよう、食品衛生、栄養、歯科、こころの健康などの講義・実習を行う「健康大学」や、区内公共施設などで血圧測定や握力測定などを行うとともに、保健師などによる健康相談を実施する「まちかど健康相談」を行います。
- ・ご近所お散歩コース、健康遊具を巡るコース、史跡や名所を巡るコース、花と緑のふれあいコースなど区内全域 20 種類のかつしかウォーキングマップを活用したウォーキングイベントを開催します。
- ・区民の健康づくりの推進のために、健康づくりを目的とした地域のグループ活動を支援します。
- ・保健師、栄養士、歯科衛生士等が、10 人以上のグループを対象に地域に出向いて健康講座や健康教育を実施します。健康講座などの開催を通して、健康づくりに取り組む自主グループの活動を支援します。
- ・地域の健康づくりの担い手である健康づくり推進員と協働した健康づくり事業を実施します。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
健康講座の開設	58 回	60 回	62 回	64 回	66 回	68 回	70 回	増やす
まちかど健康相談参加者数	1,143 人	1,170 人	1,180 人	1,200 人	1,220 人	1,240 人	1,250 人	増やす
健康大学受講者数	155 人	179 人	200 人	200 人	200 人	200 人	200 人	増やす
かつしかウォーキングマップを活用したイベント参加者数	370 人	400 人	400 人	400 人	400 人	400 人	400 人	継続実施

実施事業

事業名	事業内容	担当課
スポーツ指導員養成・育成	高齢者が身近な地域で安全、安心にスポーツに取り組めるように、スポーツ指導員を養成し、活用を図っていきます。	生涯スポーツ課
スポーツボランティアの拡充	高齢者が身近な地域で安全、安心にスポーツに取り組めるように、スポーツボランティアを養成し、活用を図っていきます。	生涯スポーツ課
外出しやすい環境整備	外出しやすい環境を整備するために、歩道の段差や勾配を改善し、歩きやすい歩道の整備を進めるとともに、公共交通の充実に向けて検討を進めていきます。	交通政策課 道路補修課
健康遊具設置事業	130 ページ参照	公園課
かつしかの元気食堂推進事業	119 ページ参照	健康推進課
自動体外式除細動器(AED)*の設置	心肺停止などの緊急時に速やかに AED を使用できる体制を整えることで、区民等の生命を守る環境をつくります。	地域保健課
熱中症予防の普及啓発	広報やホームページ等により、区民の熱中症に対する関心を高め、予防知識を普及啓発します。また、乳幼児等のハイリスク者に各事業を通して予防活動が取れるように働きかけています。	保健センター
クーリングシェルターの指定	176 ページ参照	環境課
区民と事業者の健康活動促進事業(健康アプリ事業)	175 ページ参照	政策企画課 産業経済課 商工振興課 健康推進課
健康・医療情報セミナー	図書館で健康や医療に関するセミナーの開催や関連資料を展示することで、気軽に健康や医療に関する情報を収集できる環境を提供します。	中央図書館

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- 地域の健康づくりに関する活動に積極的に参加しましょう。



関係機関・団体等の取組

- 健康づくりに関する事業に区と協働して取り組みます。
- 健康づくりに関する普及啓発を行います。
- 地域活動への参加を促進します。
- 従業員の健康づくりに努めます。



基本施策2 次世代・親子の健康づくり



子育て世代の健康づくりは、次世代を健やかに育てるために基盤となるものです。安心して子どもを産み育てるために、妊娠期から子育て家庭への継続した支援体制の整備を行います。

あわせて、プレコンセプションケア*（妊娠前からの健康づくり）の視点を取り入れた乳幼児の健やかな発育・発達のための支援や学童期・思春期の健康づくりを支援する環境と体制づくりをしていきます。

施策目標

妊娠・出産・子育てを支える環境を整えます。

指標

指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和12 (2030)年度	指標の 方向
この地域で子育てをしたいと思う親の割合	乳幼児健康診査時のアンケート	96.7%	97.0%	増やす
ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合	4か月児健康診査時のアンケート	87.7%	88.7%	増やす



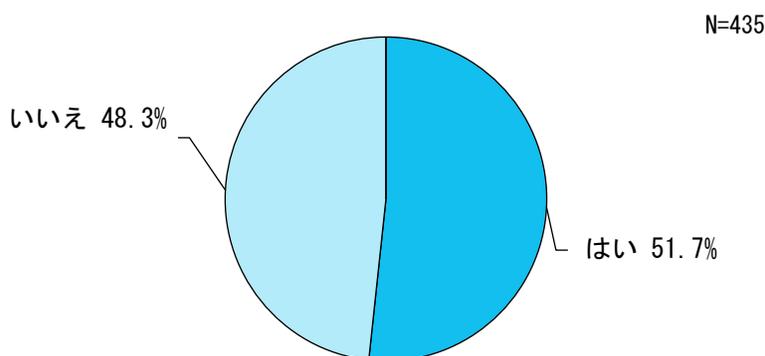
1 現状と課題

(1) 子育てに関して地域で相談できる人や相談先がある区民の割合

令和6（2024）年調査によると、子育てに関して地域で相談できる人や相談先について、「相談先がある」（「はい」の回答率）は51.7%、「相談先がない」（「いいえ」の回答率）は48.3%となっています。

相談できる場の整備や相談場所の周知が必要になっています。

子育てに関して地域で相談できる人や相談先がある区民の割合



出典：葛飾区「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（令和6（2024）年8月刊行）

2 区の実施



実施の方向性

- 妊娠期から子育て期まで、次世代・親子の健康づくりを切れ目なく支援します。

重点事業

ゆりかご葛飾の推進

(保健センター、子育て政策課、子ども家庭支援課)

- ・妊娠初期の面談（ゆりかご面接）から、子どもの就学前までの継続的な支援を行います。
- ・区民に身近な保健センターや子ども未来プラザなどで、プレコンセプションケア（妊娠前からの健康づくり）の視点を取り入れた妊娠・出産・育児に関する情報提供を行う教室や講座などを行い、出産や育児の不安軽減を図ります。
- ・乳幼児健康診査や母子を支える様々な事業を通して、親子の心身の健康の保持増進を図ります。
- ・必要な場合は、医療機関等と連携し継続的な支援を行います。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
ゆりかご面接実施率	89.0%	93.0%	93.0%	94.0%	94.0%	95.0%	95.0%	増やす
妊産婦への相談支援 件数	11,350件	11,400件	11,400件	11,400件	11,400件	11,400件	11,400件	増やす

産後ケア事業の充実

(保健センター、子ども家庭支援課)

- ・産後の健康管理や授乳などに不安を抱える産婦に対して、宿泊型、通所型、訪問型によるケアと産婦健康診査を実施します。
- ・産後ケア事業を利用することで、心身のケアや育児支援などのサポートを受け、産後安心して子育てができるように支援します。
- ・誰もが安心して質の高い産後ケア事業を受けられるよう、実施施設の拡大やサービスの見直しを行います。

※国は里帰り出産時の区市町村間での情報共有の仕組みの構築等を進めています。今後、国の動向を踏まえ、事業目標等を見直す可能性があります。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
産後ケア実施施設数	26か所	34か所	34か所	34か所	34か所	34か所	34か所	増やす
産後ケア事業を利用し ようと思った産婦がサ ービスを利用できな かった割合	26.6%	22.0%	18.0%	14.0%	10.0%	10.0%	10.0%	減らす

実施事業

事業名	事業内容	担当課
母子健康診査事業	妊婦及び乳幼児に対し各種健康診査を実施することで健康管理・疾病の早期発見に努めます。必要に応じて保健指導や相談を行い、精密検査や治療が必要な方には医療機関を受診できるよう指導し、母子の健康づくりを支援します。 <母子健康診査の種類> ① 妊婦健康診査 ② 新生児聴覚検査 ③ 4か月児健康診査 ④ 6か月・9か月児健康診査 ⑤ 1歳6か月児健康診査 ⑥ 3歳児健康診査 ⑦ 5歳児健康診査	子ども家庭支援課 保健センター 健康推進課
健康づくり健康診査	3歳未満の子を持つ親と20歳から39歳の方に、通年での健康診査を実施することで、疾病の早期発見・早期治療を図るとともに、正しい健康習慣を確立して生活習慣病を未然に防止します。	健康推進課
妊婦歯科健康診査	141 ページ参照	健康推進課
親子の歯育てすくすくクラブ（すくすく歯育て支援事業）	141 ページ参照	健康推進課
ハッピーバースデイすくすく歯科健診（すくすく歯育て支援事業）	141 ページ参照	健康推進課
すくすく歯育て歯科健診（すくすく歯育て支援事業）	141 ページ参照	健康推進課
母子保健指導事業	これから親となる方や子育て中のご両親に、母親学級や育児学級等で、親になる心の準備や出産・育児に関する指導を行います。 ① 母親学級等保健指導 ② 親と子の心の健康づくり ③ 訪問指導（こんにちは赤ちゃん訪問） ④ アレルギー相談	子ども家庭支援課 保健センター
乳幼児事故防止対策	乳幼児健康診査の際にチャイルドビジョン*やパンフレットの配布等で知識の普及啓発を行います。また、年齢によって起こりやすい事故に対する予防対策について各種事業を通して健康教育を行います。	保健センター
「早寝・早起き、朝ごはん」推進事業	朝食の摂取状況や就寝時刻などのチェックを通して子どもの基本的な生活習慣の定着を図ります。	地域教育課 教育指導課
親と子の食育推進事業	119 ページ参照	健康推進課 保健センター 保育課
特定不妊治療費（先進医療）助成事業	保険適用された特定不妊治療とともに自費で実施した先進医療に係る医療費に対して一部費用を助成します。	子ども家庭支援課

事業名	事業内容	担当課
母子医療給付事業	2,000g以下の未熟児・児童及び妊娠高血圧症候群等の対象者、精密検査を受ける必要のある乳幼児の検査料、機能回復に必要な医療費等を助成します。	子ども家庭支援課
子ども医療費助成事業	15歳の年度末までの児童が健康保険を利用して医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分を助成します。	子育て応援課
ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親家庭等の父母や養育者、18歳の年度末までの児童（障害がある場合は20歳未満）が医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分の一部又は全部を助成します。	子育て応援課
学校健康診断	身体測定などの定期健康診断を行います。小学校就学予定児童には、就学時健康診断を行います。また、本区独自事業として、小児生活習慣病予防健診、貧血検査、色覚検査を実施します。	学務課
かつしかっ子体カアッププログラム	「かつしかっ子体カアッププログラム」を実施し、学校で子どもが運動する機会を増やします。また、体育の授業の充実により子どもの育成と体力の向上を図ります。さらに、小学校においては外部指導員を活用し、運動の意欲を高める取組を実施します。	教育指導課
学校連携事業	かつしか地域スポーツクラブを通して、学校体育授業などにアスリートを派遣することで、子どもがスポーツの素晴らしさを知るきっかけをつくれます。	生涯スポーツ課
エンジョイスports（ジュニア）	130ページ参照	生涯スポーツ課
キャプテン翼CUPかつしか	130ページ参照	生涯スポーツ課
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」	68ページ参照	地域保健課
高校生等医療費助成事業	15歳に達する日の翌日以後の最初の4月1日から18歳の年度末までの児童が健康保険を利用して医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分を助成します。	子育て応援課



△助産師によるゆりかご面接の様子

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- 妊娠期から子育て期にかけての悩みがある場合は、抱え込まずに相談しましょう。
- 親と子が、健康を保つために必要な生活習慣等について正しく理解し、実践しましょう。
- 様々な健康診査を受診しましょう。



関係機関・団体等の取組

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、次世代・親子の健康づくりを支援します。
- 母子健康診査の実施などに協力します。
- 健康診査の受診勧奨や正しい生活習慣の必要性など、次世代・親子の健康づくりに関する普及啓発を行います。



コラム 早寝早起き朝ごはん

早寝早起き朝ごはんの重要性とは？

- 平成 18（2006）年に「早寝早起き朝ごはん」全国協議会が設立されて以来、子ども、特に幼児期に基本的な生活習慣をしっかり身につけることの重要性が述べられています。
- ヒトは、朝の光とともに目覚め、日中活動し、夜は脳と体を休めるというリズムを持っています。体温の変化やホルモンの分泌なども昼と夜、1日の中でリズムを持っているため、生活リズムを整えることは、生涯にわたって健康な心と体で過ごすための秘訣です。
- 子どもが健やかに成長するためには、『質』『量』ともにきちんと睡眠をとる必要があります。
- 特に子どもの成長に欠かせない大切な脳内物質「メラトニン」は、一生のうち幼児期に大量に分泌されることが分かっており、夜暗くならないと分泌されないことから、寝かしつけの環境づくりも大切なポイントになります。

子どもが早く寝るためのポイント

- ① まずは早起き＋外遊び
- ② 寝付きやすい状態にするために、暗く静かな環境をつくる
- ③ 毎日同じ時間、同じ流れで眠るように促す



出典：「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 「幼児用 早寝早起き朝ごはんガイド」

基本施策3 働く世代の健康づくり



働く世代の人は、仕事や育児、介護など社会的な役割が増え、自分自身のことが後回しになることが多い世代です。女性においては、共働き家庭が増えていても、育児や介護などの役割を担うことが多くなっています。

忙しさなどから、健康診査などが受けにくく、病気に気が付くのが遅れることも多くなります。また、不規則な生活から生活習慣が乱れやすく、特に男性は年齢とともに肥満の割合が増えています。

日頃の生活が忙しくても健康づくりに自然に取り組めるよう、健康アプリなどの活用を促進します。また、ホームページや動画等による健康に関する情報発信に取り組み、定期的な健康診査・検診の受診や健康的な生活習慣の定着につなげます。

施策目標

健康診断などを受診している働く世代の区民の割合を増やします。

BMI*（体格指数）が18.5以上25.0未満（普通）の区民の割合を増やします。

日頃から運動やスポーツをしている区民の割合を増やします。【再掲】

指標

指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和12 (2030)年度	指標の 方向
健康診断や人間ドックなどを年に1回は受診している区民の割合	葛飾区政策・施策マーケティング調査	81.5%	82.6%	増やす
BMIが18.5以上25.0未満の区民の割合 (20～60歳代)	葛飾区健康づくり健康診査及び葛飾区特定健康診査	60.2%	65.0%	増やす
日頃から、運動※やスポーツをしている区民の割合【再掲】	葛飾区政策・施策マーケティング調査	64.6%	73.0%	増やす

※運動：ラジオ体操や散歩、自転車なども含む。

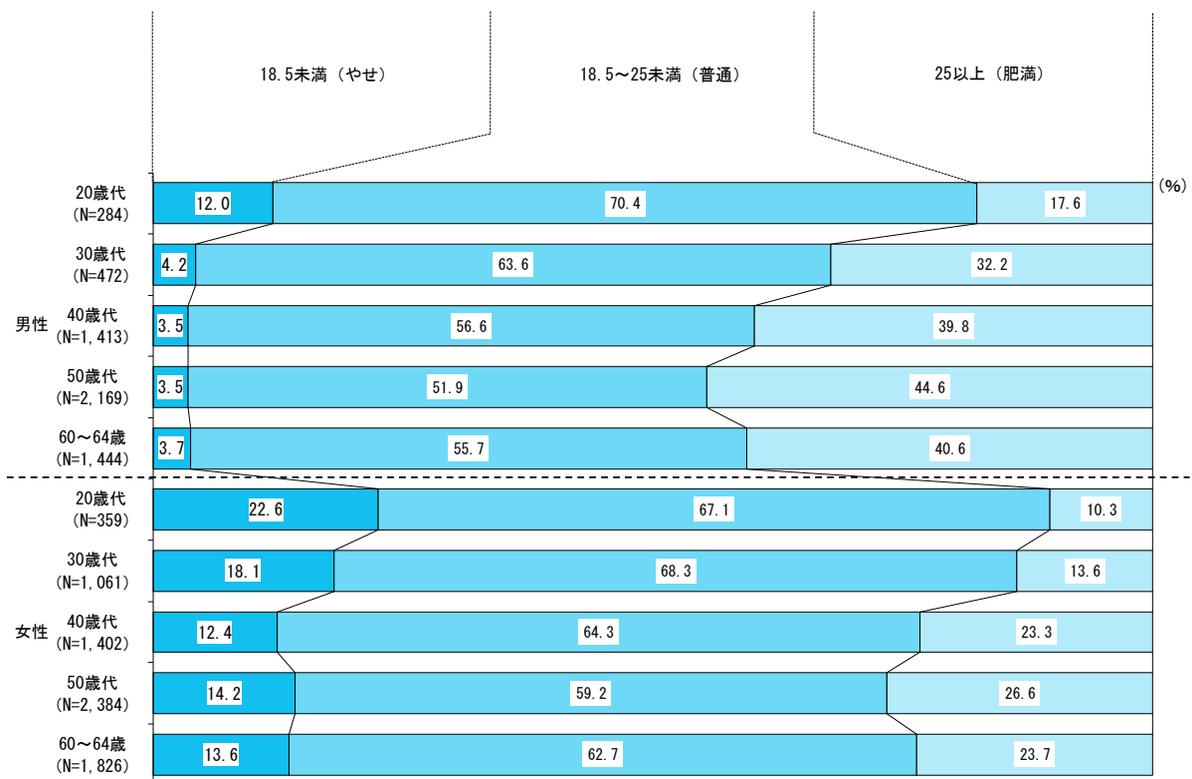
1 現状と課題

(1) BMI (体格指数)

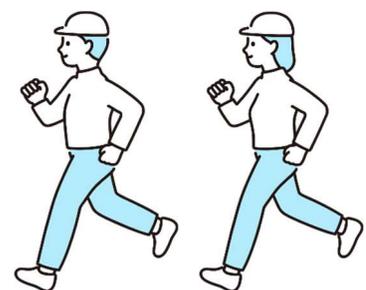
令和5（2023）年度の健康診査の結果によると、BMI25 以上（肥満）の割合は、男性 30 歳代から 60～64 歳において、他の性・年代に比べて高くなっています。

適正な BMI となるよう取り組む必要があります。

BMI の分布（20～64 歳）



出典：葛飾区「葛飾区健康づくり健康診査」（令和5（2023）年度）
葛飾区「葛飾区特定健康診査」（令和5（2023）年度）

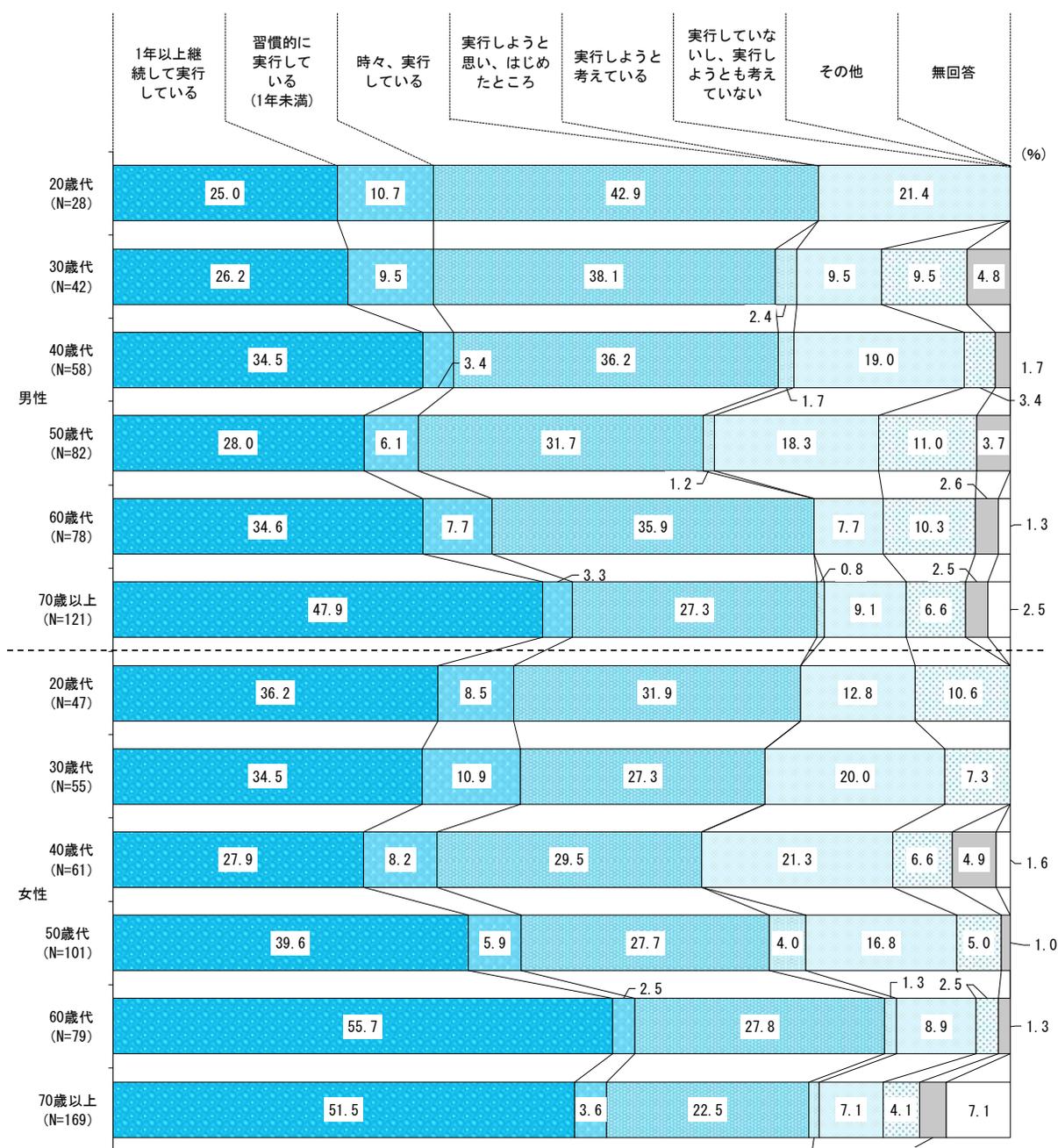


(2) 「生活活動」と「運動」の頻度

令和5（2023）年調査によると、「生活活動」「運動」のいずれも、男女ともに「1年以上継続して実行している」割合は年代が上がるにつれて高くなる傾向にあります。

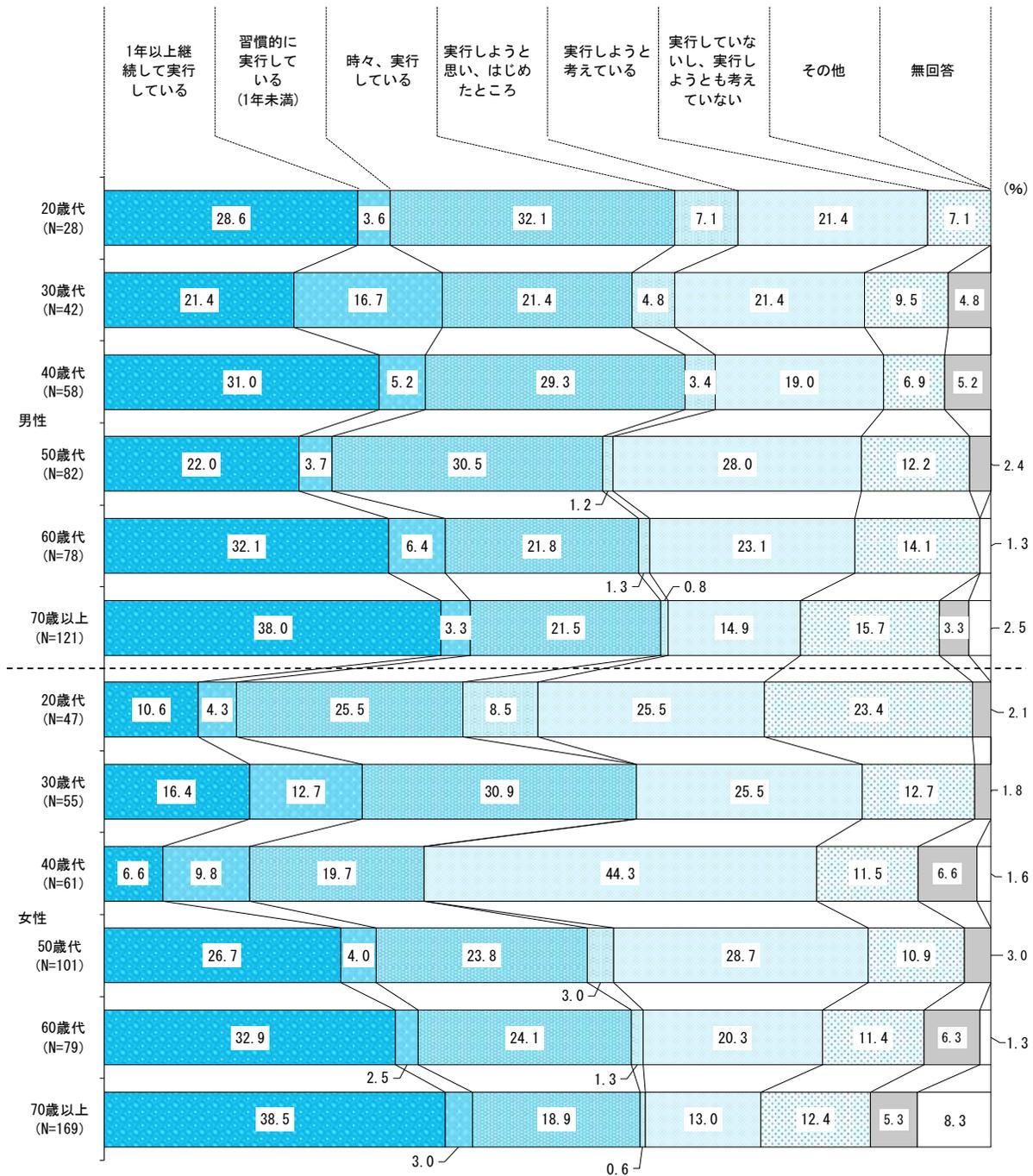
働きながらも「生活活動」や「運動」が継続できるような取組を進めていく必要があります。

「生活活動」の頻度（性・年代別）



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

「運動」の頻度（性・年代別）



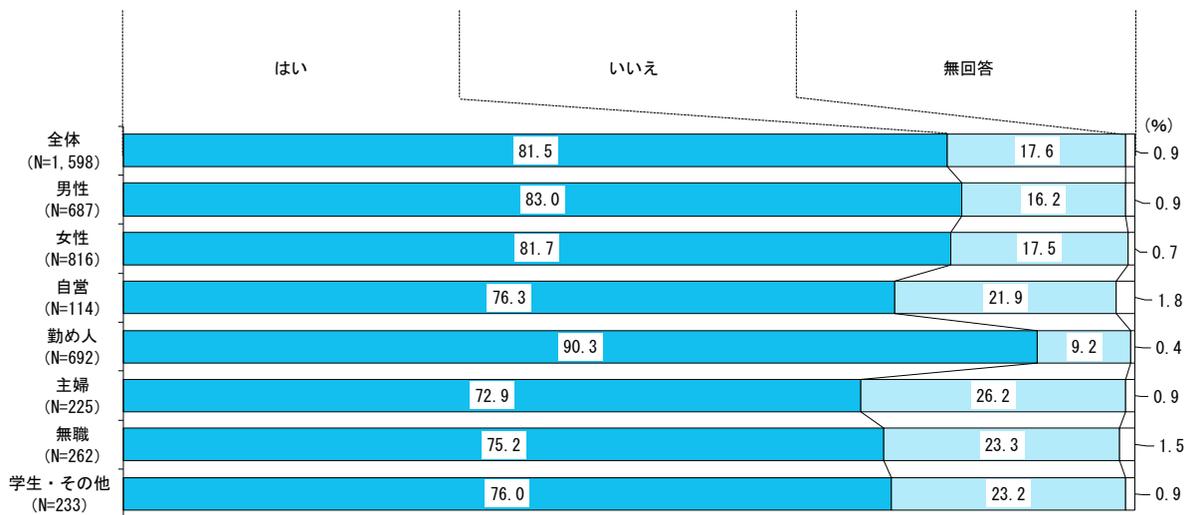
出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(3) 健康診断や人間ドックなどを年に1回は受診している区民の割合

健康診断や人間ドックなどを年に1回は受診している区民の割合は、「受診している」（「はい」の回答率）は81.5%、「受診していない」（「いいえ」の回答率）は17.6%となっています。

職業別にみると、勤め人以外が約7割から8割になっています。

健康診断や人間ドックなどを年に1回は受診している区民の割合（全体・性別・職業別）

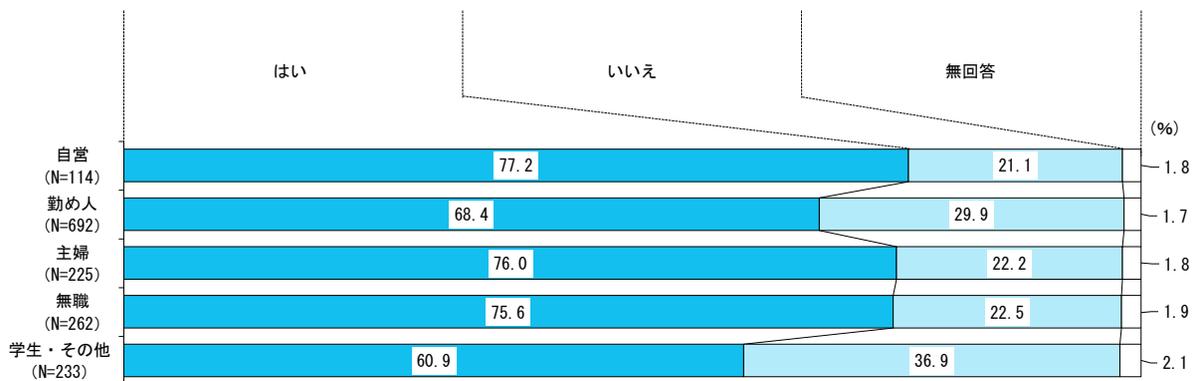


出典：葛飾区「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（令和6（2024）年8月刊行）

(4) 健康づくりに取り組んでいる区民の割合

健康づくりに取り組んでいる区民の割合は、職業別にみると勤め人と学生・その他が少ない傾向にあります。

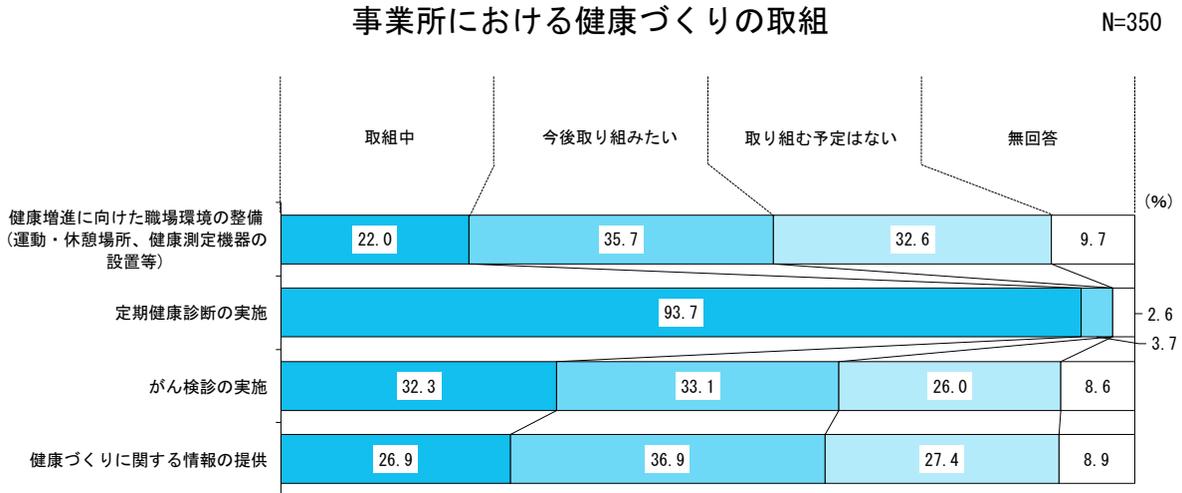
健康づくりに取り組んでいる区民の割合（職業別）



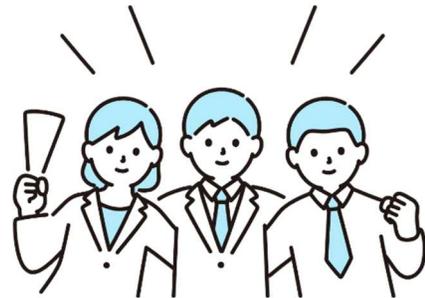
出典：葛飾区「葛飾区政策・施策マーケティング調査報告書」（令和6（2024）年8月刊行）

(5) 事業所における健康づくりの取組

93.7%の事業所で定期健康診断を実施しています。がん検診の実施は「取組中」が32.3%、「今後取り組みたい」が33.1%となっています。健康づくりに関する情報の提供、健康増進に向けた職場環境の整備は「取組中」と「今後取り組みたい」を併せて過半数となっています。



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）



2 区の取組



取組の方向性

- 健康診査・がん検診の受診率向上に取り組めます。
- 特に働き盛りに多い肥満の減少を図るため、食生活や運動を中心とした生活習慣の改善に向けた情報提供や普及啓発の充実を図ります。

実施事業

事業名	事業内容	担当課
健康診査の実施	働く世代の区民に対して、定期的な健康診査の受診を促進します。 ＜健康診査の種類＞ ① 葛飾区健康づくり健康診査 ② 葛飾区基本健康診査 ③ 特定健康診査・特定保健指導 ④ 特定健康診査追加検査 ⑤ 眼科健康診査 ⑥ 骨粗しょう症予防検診	健康推進課
成人歯科健康診査	141 ページ参照	健康推進課
科学的根拠に基づくがん検診の実施	103 ページ参照	健康推進課
生活習慣病予防教室	109 ページ参照	健康推進課
区民と事業者の健康活動促進事業（健康アプリ事業）	175 ページ参照	政策企画課 産業経済課 商工振興課 健康推進課
区民と事業者の健康活動促進事業（健康経営）	180 ページ参照	産業経済課 商工振興課 政策企画課 健康推進課

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- 健康診査やがん検診等を定期的に受診しましょう。
- 日頃から運動や適切な食生活に取り組みましょう。



関係機関・団体等の取組

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、働く世代の健康づくりを支援します。
- 健康診査の実施に協力します。
- 健康診査の受診勧奨、食生活の改善、運動習慣の必要性など、働く世代の健康づくりに関する普及啓発を行います。
- 従業員の健康づくりに努めます。

コラム

できることから健康づくりを！

プラステン

+10から始めて、1日60分以上を目指そう！

- 普段から元気にからだを動かすことで、脳卒中、心臓病、糖尿病、がん、ロコモ、うつなどの病気のリスクを下げることができます。
- 個人差等を踏まえ、強度や量を調整し、可能なものから取り組みましょう。
- 今よりも少しでも多くからだを動かしましょう。

①歩こう！動こう！

- 1日60分以上の身体活動（目安は1日8000歩以上）が推奨されています。



②運動を取り入れよう！

- 1週間に60分以上の運動を取り入れるとさらによいです。
- 運動を楽しんで習慣にしましょう。



③筋力を高めよう！

- 運動の中に週2～3日の筋トレを取り入れましょう。
- けがや体調に注意して無理をしないようにしましょう。



④座りっぱなしを避けよう！

- 長時間座りっぱなしにならないように注意し、少しでもからだを動かしましょう。



出典：厚生労働省「成人版アクティブガイド-健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023-」

基本施策 4 高齢者の健康づくり



高齢期になると、加齢に伴い、筋力や食欲、認知機能などの心身の活力が低下してフレイル*状態になりやすくなります。

また、フレイルは、関節などの運動器の障害で移動が困難になるロコモティブ*症候群や筋肉が衰えるサルコペニア*が影響します。

フレイル状態にならないようにするためには、適切な栄養を摂って身体機能を維持し、地域社会と交流を続けることが大切です。そうすることで認知機能も維持され、健康的な生活を送ることができるという好循環が生まれます。

また、フレイル状態になった場合であっても、早期に適切な取組を行えば、進行を遅らせることや、健康な状態に回復することが可能だと考えられています。

フレイルには、身体的な機能の低下（P：フィジカル）、咀嚼機能の低下や栄養不良（O：オーラル）、意欲や認知機能の低下（B：ブレイン）、地域社会との交流の減少などの社会性の低下（S：ソーシャル）、聞き取る機能の衰え（H：ヒアリング）、目の機能の低下（E：アイ）の6つの要素があります。（6つの要素をまとめて葛飾区では「POBS-HE（ポブス-エイチイー）フレイル」といいます。）

このため、関連する部局が様々な機関と連携しながら、6つの要素それぞれに適した介護・フレイル予防対策などを進めていきます。

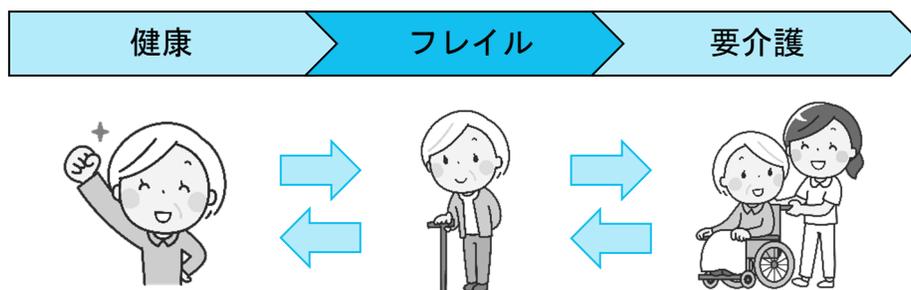
施策目標

地域ぐるみで介護・フレイル予防に取り組みます。
BMI（体格指数）が適正な高齢者を増やします。

指標

指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和12 (2030)年度	指標の 方向
60歳以上のうち、 介護予防に取り組んでいる 区民の割合	葛飾区政策・施策マーケ ティング調査(60歳以上 の割合)	54.0%	58.5%	増やす
65歳以上のうち、BMIが適 正な区民の割合 (BMI20を超え25未満)	葛飾区特定健康診査及 び葛飾区長寿医療健康 診査	52.6%	53.6%	増やす

フレイルの位置付け（イメージ）



POBS-HE フレイル予防のポイント

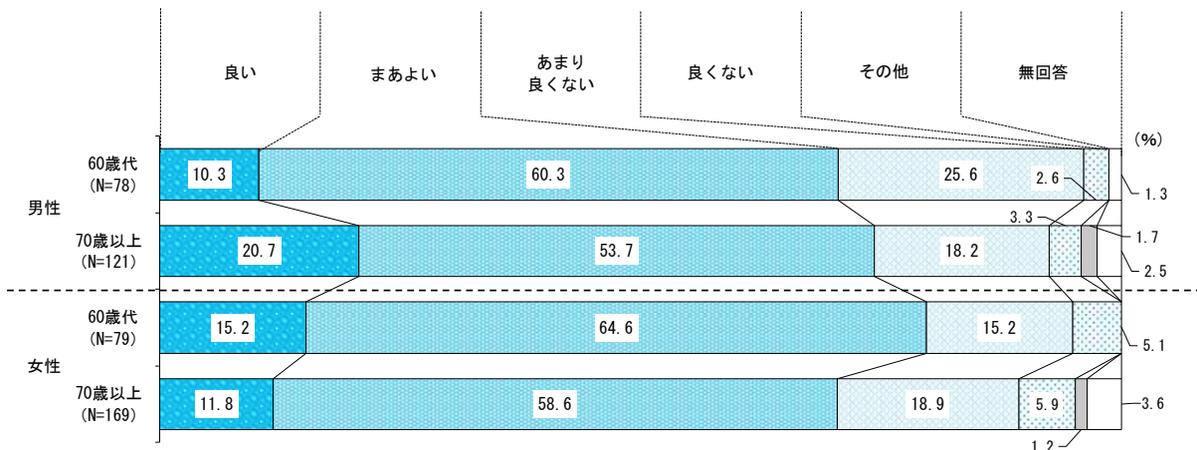
<p>フィジカルフレイル (P) 身体的な機能の低下</p> <p>片足立ちやスクワットなどで、バランス能力や筋力を鍛えることで、転倒・骨折を予防します。</p> 	<p>オーラルフレイル (O) 咀嚼機能の低下や栄養不良</p> <p>頬を膨らませたり、へこませたりするなどして喉や口周りの筋力を鍛えることで、誤えんを予防します。タンパク質やビタミンなどを摂取して、筋肉の低下を予防します。口内を清潔にします。</p> 
<p>ブレインフレイル (B) 意欲や認知機能の低下</p> <p>一人じゃんけんなどの手や指を動かす運動で、脳機能の活性化を進めます。計算やしりとり・会話をしながら歩行する有酸素運動で、認知機能を活性化させます。</p> 	<p>ソーシャルフレイル (S) 地域社会との交流の減少などの社会性の低下</p> <p>集まって運動や体操、昔話や回想をしたり、懐メロのカラオケで発声、コミュニケーションをとることで閉じこもり・孤立予防になります。</p> 
<p>ヒアリングフレイル (H) 聞き取る機能の衰え</p> <p>大きな音と騒音を避けながら、禁煙や糖尿病など生活習慣病の治療を続け、食事や運動など生活習慣を見直します。聴こえにくさがあるときは、耳鼻科の医療機関を受診し、補聴器などを使い、早めに聴こえを改善します。</p> 	<p>アイフレイル (E) 目の機能の低下</p> <p>スマートフォンやテレビなどの長時間の使用は控えます。ストレスを避け、規則正しい生活を送ります。40歳を過ぎたら、定期的に眼科を受診します。糖尿病の人は、血糖コントロールを良好に保つとともに、定期的に眼底検査を受けます。</p> 

1 現状と課題

(1) 60歳代、70歳以上の主観的健康観

令和5（2023）年調査によると、健康状態が「良くない」と「あまり良くない」を合わせた『良くない』の割合は男性の70歳以上で21.5%、女性の70歳以上で24.8%となっています。

60歳代・70歳以上の主観的健康観（性・年代別）

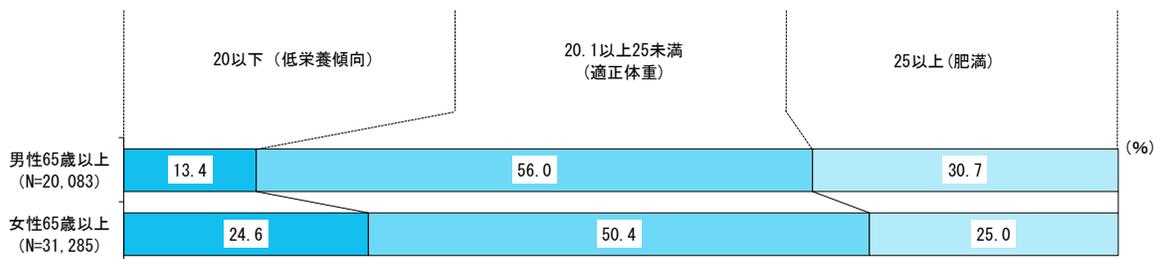


出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(2) 高齢者（65歳以上）のBMI*

令和5（2023）年度の健康診査の結果によると、高齢者（65歳以上）のうち、低栄養*傾向であるBMI20以下の割合は男性が13.4%、女性が24.6%となっています。適正なBMIとなるよう、普及啓発及び栄養指導を行う必要があります。

BMIの分布（65歳以上）



出典：葛飾区「葛飾区特定健康診査」（令和5（2023）年度）
葛飾区「葛飾区長寿医療健康診査」（令和5（2023）年度）

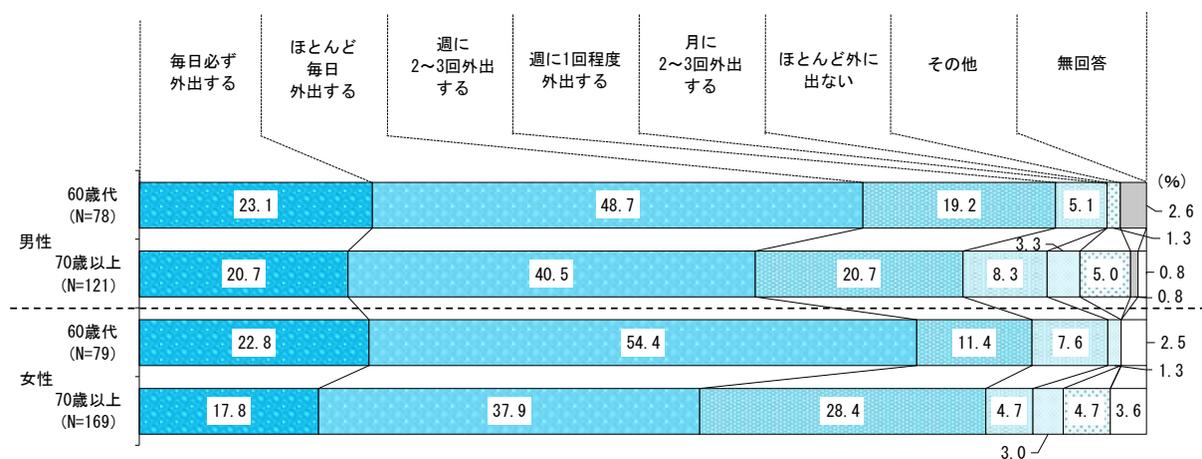
(3) 60歳代、70歳以上の外出頻度及び参加した行事

令和5（2023）年調査によると、70歳以上の「毎日必ず外出する」と「ほとんど毎日外出する」を合わせた『毎日外出する』割合は、男性が61.2%、女性が55.7%となっています。60歳代に比べると、外出する頻度は低下しています。

参加した行事のうち「スポーツ・健康のために体を動かすこと」の70歳以上の割合は男性で59.5%、女性で42.6%、「地域行事」の70歳以上の割合は男性で5.8%、女性で14.2%、となっています。また、「これらのことは行っていない」の70歳以上の割合は男性で19.0%、女性で16.6%であり、約5～6人に1人の70歳以上がどの行事にも参加していません。

外出し、地域との関わりを持つ方が増える取組を進める必要があります。

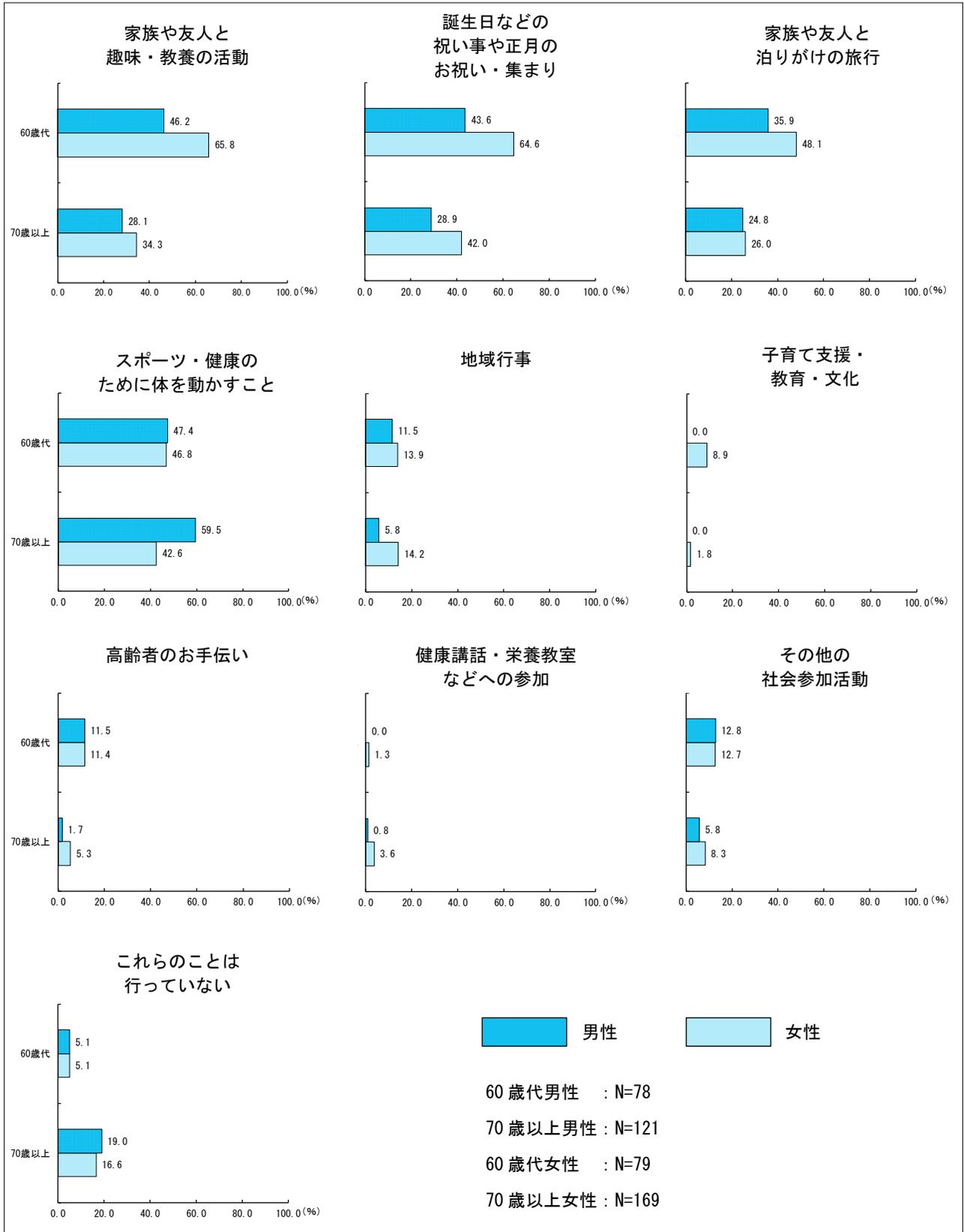
60歳代、70歳以上の外出頻度（性・年代別）



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）



60歳代、70歳以上の参加した行事（性・年代別）



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

2 区の取組



取組の方向性

- 高齢者が住み慣れた地域で、いつまでも元気で心豊かに過ごせるよう、自主的な健康づくりを支援し、介護・フレイル予防、早期発見に取り組めます。
- 高齢者の生きがいづくりや社会参加を促す取組を進めます。

重点事業

高齢者の介護予防事業

(地域包括ケア担当課、国保年金課、健康推進課)

- 身体機能の維持や認知症予防などを目的とした「筋力向上トレーニング」、「脳力トレーニング」、「回想法教室」等、参加した区民が受講後も継続的に介護予防に取り組むことができるよう、自主グループの支援とリーダー養成を行います。また、「うんどう教室」、「ふれあい銭湯」、「シニア版ポニースクール」などの介護予防事業を行うとともに、フィットネスクラブと協働して「運動習慣推進プラチナ・フィットネス事業」を行い、運動習慣の促進と介護予防に取り組む高齢者の増加につなげていきます。
- 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」では、地域の自主グループなどにリハビリ専門職や管理栄養士などを派遣し、フレイル予防に関する講話を行うとともに、長寿医療健康診査の結果から低栄養のおそれがある方や医療受診歴がない方を抽出し、個別に働きかけていく取組を行います。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
介護予防活動に参加した延べ人数	45,202人	46,250人	47,500人	47,500人	48,750人	48,750人	50,000人	増やす
社会参加活動又は介護予防活動につなげた件数	123件	160件	170件	180件	190件	200件	210件	増やす
介護予防・健康長寿講座への専門職の派遣件数	68件	70件	77件	77件	84件	84件	91件	増やす
75歳以上の高齢者のうち、低栄養が懸念される方で、初回面接を行った人数	227人	206人	213人	221人	229人	237人	245人	継続実施



高齢者の保健事業

(健康推進課)

- ・「健康長寿いきいき健康診査」によりフレイルの疑いがある対象者、「健康長寿筋肉元気健康診査」によりサルコペニアの疑いがある対象者を早期に発見し、栄養指導・機能訓練に結び付けます。
- ・また、健康診査の結果、「BMI」「ヘモグロビン(Hb)」が基準以下の方に、栄養指導・機能訓練の受診勧奨を行います。
- ・健康寿命を縮めるフレイル、サルコペニアの改善に重要な栄養指導と機能訓練を行うことにより、低下した身体機能を改善し、転倒や寝たきり・閉じこもりの予防を図ります。
- ・耳の健康診査により、加齢性難聴等を早期発見し、治療及び補聴器使用の対応につなげ、認知症予防及びフレイル予防を図ります。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
フレイルリーフレットの配布枚数	34,102枚	37,900枚	38,200枚	38,500枚	38,800枚	39,100枚	39,400枚	増やす
健康長寿いきいき健康診査の受診者数	2,380人	2,900人	2,600人	3,100人	3,250人	3,050人	3,150人	増やす
健康長寿筋肉元気健康診査の受診者数	417人	820人	840人	840人	850人	860人	870人	増やす
耳の健康診査の受診者数	-	2,500人	2,500人	2,500人	2,500人	2,500人	2,500人	継続実施

認知症施策の推進

(高齢者支援課)

- ・認知症高齢者や家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、幅広い世代に対して認知症に関する正しい理解を広める「普及啓発」、医療機関との連携を図り認知症を早期に発見し、適切な支援につなげる「早期発見・早期支援」、認知症により徘徊する方を早期に発見し、保護することで高齢者の身体・生命の安全を守るとともに、万が一の事故等に備え家族の安心につなげる「認知症高齢者徘徊対策」の3本柱を基に、地域全体で認知症の方を支える仕組みを含め、認知症の方やその家族を支援していく体制を強化します。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
普及啓発事業の実施	実施	実施	実施	実施	実施	実施	実施	継続実施
もの忘れ予防健診延べ受診者数	3,445人	4,400人	4,400人	4,400人	4,500人	4,500人	4,550人	継続実施
おでかけあんしん事業登録件数	987件	1,150件	1,250件	1,350件	1,450件	1,550件	1,650件	増やす

実施事業

事業名	事業内容	担当課
高齢者の健康づくりの推進	128 ページ参照	生涯スポーツ課
エンジョイスports (シニア)	130 ページ参照	生涯スポーツ課
長寿 (後期高齢者) 医療健康診査事業	110 ページ参照	国保年金課
骨粗しょう症予防検診	骨密度を測定し、骨粗しょう症の早期発見、早期治療、生活習慣の改善を進める検診を実施します。	健康推進課
長寿歯科健康診査	141 ページ参照	健康推進課
熱中症予防事業 (高齢者)	気温が高くなる期間に、公共施設及び民間協力事業所に一時涼み所を開設します。また、熱中症の注意喚起を呼びかけるチラシを配布し、高齢者の熱中症予防につなげます。	高齢者支援課
医療連携相談室の機能強化	葛飾区医師会に設置している医療連携相談室の体制について、理学療法士などのリハビリ専門職を配置し、医療機関、その他の関係機関からの介護・フレイル予防に関する相談支援体制を強化します。	地域保健課
在宅療養セミナーの開催	161 ページ参照	地域保健課
区民と事業者の健康活動促進事業 (健康アプリ事業)	175 ページ参照	政策企画課 産業経済課 商工振興課 健康推進課

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- 介護・フレイル予防に積極的に取り組みましょう。
- 定期的に健康診査を受診しましょう。
- 外出して、地域との関わりを持つようにしましょう。
- 自分にあった健康づくりを続けましょう。



関係機関・団体等の取組

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、高齢者の健康づくりを支援します。
- フィットネスクラブと協働し、運動のきっかけづくりを支援します。
- 介護・フレイル予防や認知症予防など、高齢者の健康づくりに関する普及啓発を行います。
- 一時涼み所を開設します。



コラム フレイルリスク度セルフチェックリスト

以下の設問に答えて、「はい」または「いいえ」を選択してください。

体力	① この一年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
	② 1kmぐらいの距離を不自由なく続けて歩くことができますか	はい	いいえ
	③ 目は普通に見えますか（注：眼鏡を使った状態でもよい）	はい	いいえ
	④ 家の中でよくつまづいたり、滑ったりしますか	はい	いいえ
	⑤ 転ぶことが怖くて外出を控えることがありますか	はい	いいえ
	⑥ この一年間に入院したことがありますか	はい	いいえ
栄養	⑦ 最近、食欲はありますか	はい	いいえ
	⑧ 現在、たいいていの物は噛んで食べられますか（注：入れ歯を使ってもよい）	はい	いいえ
	⑨ この6か月間に3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
	⑩ この6か月間に、以前に比べてからだの筋肉や脂肪が落ちてきたと思いますか	はい	いいえ
社会	⑪ 一日中家の外には出ず、家の中で過ごすことが多いですか	はい	いいえ
	⑫ ふだん、2～3日に1回程度は外出しますか （注：庭先のみやゴミ出し程度の外出は含まない）	はい	いいえ
	⑬ 家の中あるいは家の外で、趣味・楽しみ・好きでやっていることがありますか	はい	いいえ
	⑭ 親しくお話ができる近所の方はいますか	はい	いいえ
	⑮ 近所の人以外で、親しく行き来するような友達、別居家族または親戚はいますか	はい	いいえ

グレーがついている項目の合計が4点以上の場合には要注意です。
フレイル予防を始めましょう。（○1つにつき1点）

出典：東京都福祉局「知っておく！からはじめる -介護予防・フレイル予防-」

基本施策5 こころの健康づくり（自殺対策の推進）【葛飾区自殺対策計画】



「こころの健康」を保つことは、いきいきと自分らしく生きるために重要であり、「生活の質」に大きく影響します。

統合失調症*、気分障害（うつ病、双極性障害*）、アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症はこころの病気の代表的なものです。このような病気は、誰でもかかる可能性があり、こころの健康を維持するための生活や、こころの病気への対応を多くの人が理解することが重要です。

区民がこころの健康に関心を持ち、こころの健康の保持増進ができるよう普及啓発を行うとともに、専門家の相談や治療が必要な方が、適切に相談・治療を受けられるように保健所・保健センターで保健師等が相談に応じます。

また、自殺対策についての正しい知識の普及と地域社会や職場の環境づくり、相談体制の整備や自殺未遂者の支援のため、「葛飾区自殺対策計画」を策定し、総合的な自殺対策として推進していきます。

さらに、大麻や危険ドラッグ、覚せい剤など、心身に深刻な悪影響を与える薬物のほか、若い世代の間で市販薬の過剰摂取も問題となっております。保護司会や薬剤師会、薬物乱用防止推進葛飾地区協議会と協働しながら、薬物乱用防止の啓発活動を行っていきます。

施策目標

こころの健康を保ち、支え合う社会を目指します。
自殺死亡率を低下させます。

指標

指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和12 (2030)年度	指標の 方向
自殺死亡率 (人口10万対)	葛飾区における自殺者数／その年の人口×10万	21.8	14.1	減らす

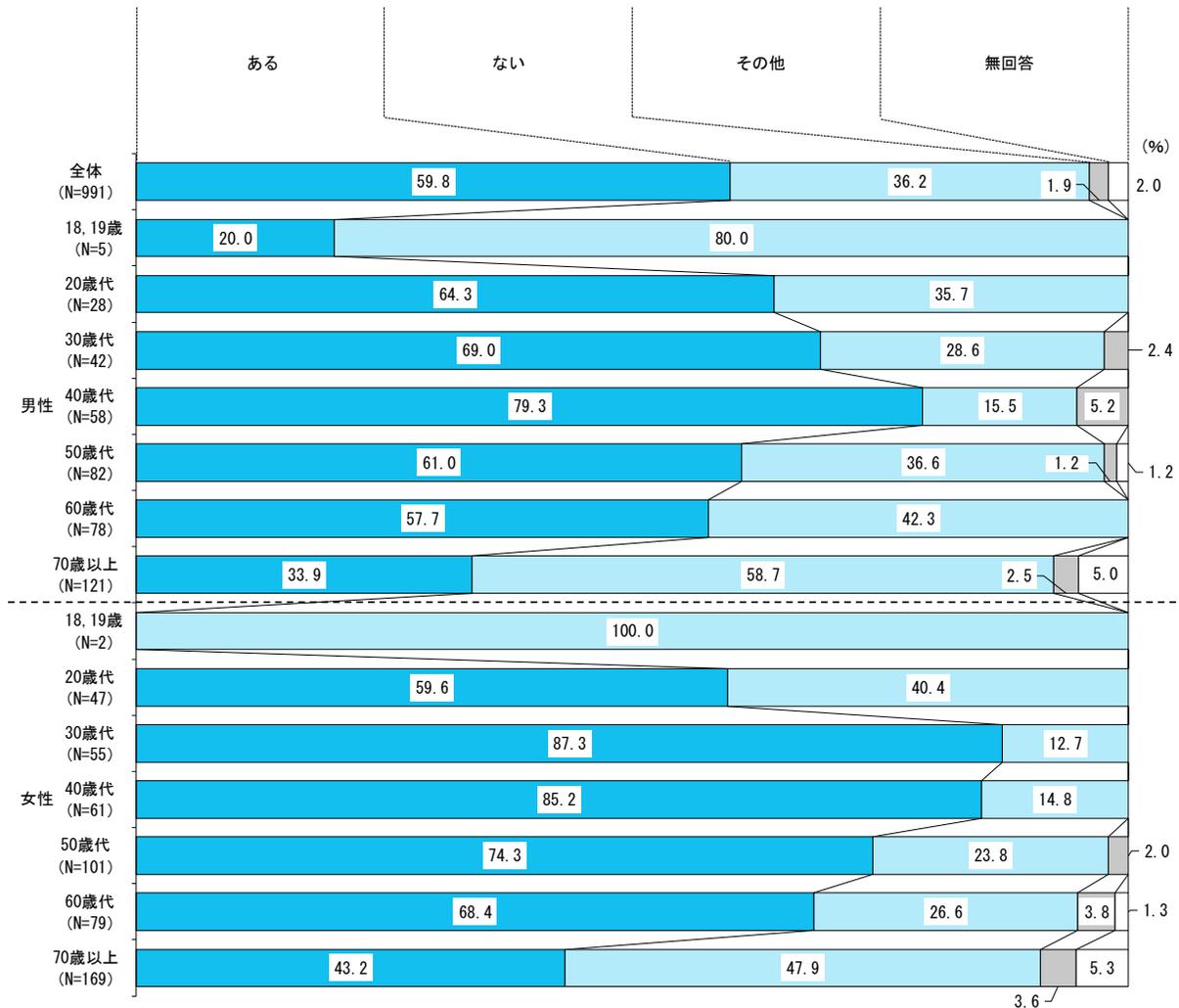
※71 ページ参照

1 現状と課題

(1) 悩みやストレスの有無

令和5（2023）年調査によると、「ある」の割合は59.8%で、6割近くの方が悩みやストレスを抱えています。また、男女ともに30歳代～40歳代で高くなっています。悩みやストレスを一人で抱え込まないよう、適切な相談窓口へつなぐことが必要です。

悩みやストレスの有無（全体・性・年代別）



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(2) 悩みやストレスの原因

令和5（2023）年調査によると、悩みやストレスの原因は年代別で異なっています。男女ともに20歳代から60歳代では「家庭の問題」、「経済的な問題」、「勤務関係の問題」が高く、70歳以上では「自分の健康の問題」が高くなっています。

悩みやストレスの原因（性・年代別）

(%)

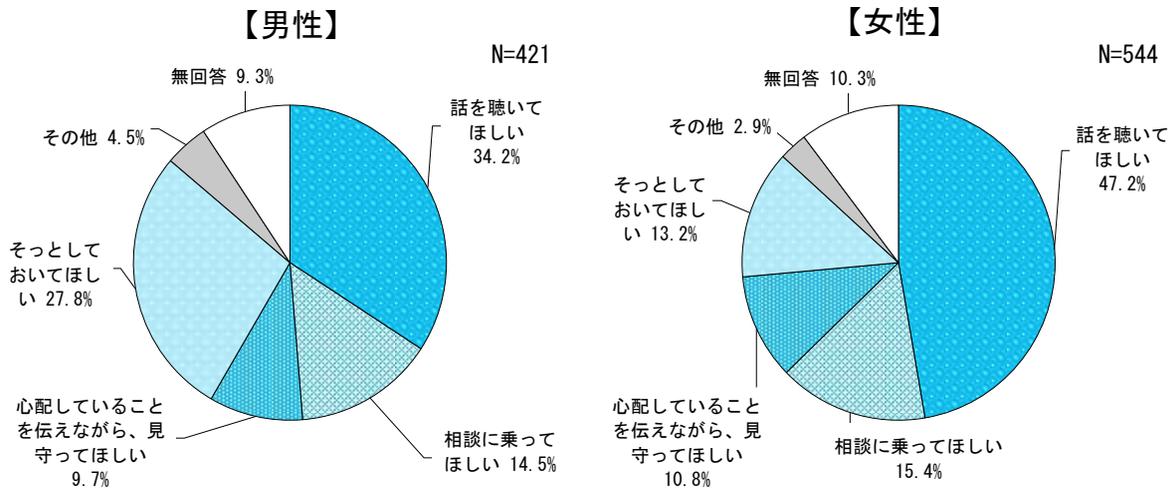
区分		自分の健康の問題	家庭の問題	経済的な問題	勤務関係の問題	恋愛関係の問題	学校の問題	無回答
男性	18,19歳 (N=1)	100.0	—	—	—	—	—	—
	20歳代 (N=18)	38.9	11.1	38.9	77.8	22.2	5.6	—
	30歳代 (N=29)	31.0	27.6	44.8	79.3	24.1	—	—
	40歳代 (N=46)	47.8	39.1	52.2	63.0	6.5	4.3	—
	50歳代 (N=50)	28.0	40.0	46.0	60.0	10.0	4.0	—
	60歳代 (N=45)	51.1	35.6	51.1	44.4	13.3	8.9	—
	70歳以上 (N=41)	75.6	34.1	48.8	17.1	2.4	2.4	2.4
女性	18,19歳 (N=0)	—	—	—	—	—	—	—
	20歳代 (N=28)	39.3	53.6	46.4	64.3	32.1	3.6	—
	30歳代 (N=48)	18.8	64.6	39.6	54.2	14.6	2.1	—
	40歳代 (N=52)	38.5	78.8	46.2	53.8	5.8	7.7	—
	50歳代 (N=75)	40.0	64.0	49.3	49.3	8.0	6.7	1.3
	60歳代 (N=54)	48.1	55.6	46.3	37.0	—	—	3.7
	70歳以上 (N=73)	65.8	41.1	37.0	6.8	—	2.7	1.4

出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(3) 悩みやストレスがある時の周囲の対応への期待

男女で比較すると、男性は「そっとしておいてほしい」の割合が女性と比べて高く、女性は「話を聴いてほしい」の割合が男性と比べて高くなっています。

悩みやストレスがある時の周囲の対応への期待について（性別）



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

コラム

最近、こころや体の疲れを感じていませんか？

「こころの体温計」で簡単にストレスチェック！

- こころの病気は、特別なことではなく、誰にでもいつでも起こり得ることです。一生のうち 5 人に 1 人はこころの病にかかるともいわれています。
- 「こころの体温計」は、スマートフォン等で、いつでも気軽にストレス度や、落ち込み度をチェックできるシステムです。こころの病気も他の病気と同じように、早めに気づいて適切な治療や支援を受けることが大切です。ぜひ活用してみてくださいね！

結果画面（例）

こころの体温計（本人モード）

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

【赤金魚】自分の病気などのストレス

※レベルが上がる毎にウガをしていきます

【水の透明度】落ち込み度

※レベルが上がる毎に水が濁っていきます



←左記の二次元コードを読み取ることで、「こころの体温計」にアクセスできます。

2 区の取組



取組の方向性

- アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症を予防するため、正しい知識の普及と、相談支援体制の構築を図ります。
- 悩みを抱える方や支援者等が相談できる窓口を周知します。
- 悩みを抱える方や支援者等の相談を受け、必要に応じて専門家などの適切な窓口へつなぎます。
- 自殺のリスク要因は精神保健上の問題だけでなく、生活困窮、孤独・孤立、虐待、暴力など、多様な社会的要因が考えられることから、様々な関係機関・部署と連携して施策を推進します。

重点事業

自殺対策事業

(保健予防課)

- ・区民がスマートフォン等で、ストレス度や落ち込み度を気軽にセルフチェックできるようにします。
- ・生活習慣やセルフケアなど、自分や身近な人等がこころの健康を保つために必要な正しい知識の普及啓発を行います。
- ・ゲートキーパー*講座を開催し、悩みを抱える人や自殺の危険がある人に気付き、話を丁寧に聴いて必要な相談窓口につなぐことができる人材を育成します。
- ・SNS や電話、対面、匿名性の有無など、悩みを抱える人や支援者等が自分に合う相談先を見つけられるよう、様々な媒体を通じて周知します。
- ・医療機関と連携し、自殺未遂にいたった方に相談支援を行います。
- ・地域や関係機関と連携し、効果的な自殺対策を検討します。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
こころの体温計年間利用者数	46,648人	46,800人	46,900人	47,000人	47,100人	47,200人	47,300人	増やす
ゲートキーパー講座延べ受講者数	2,755人	2,900人	3,000人	3,100人	3,200人	3,300人	3,400人	増やす

実施事業

※自殺対策関連事業は 81～91 ページに改めて掲載しています。

事業名	事業内容	担当課
精神保健相談	うつ病、統合失調症、依存症など、精神保健や精神障害に関する悩みや不安を解消するため、医師や保健師による相談を実施します。	保健予防課 保健センター
精神保健講演会	区民がこころの健康に関心を持ち、精神的健康の保持増進ができるように、こころの健康づくりに関する知識の普及啓発のための講演会などを開催します。	保健予防課 保健センター
依存症対策事業	依存症に関する精神保健講演会を継続するとともに、区ホームページや広報紙等による周知や、依存症啓発週間に関係部署とともに催しを行うなど、組織横断的に連携して取り組みます。	保健予防課
自殺予防教育	児童・生徒の心の危機のサインに気付き、自殺を防ぐために必要な知識やスキルを身に付けるため、教職員を対象としたゲートキーパー研修を実施します。また、「SOS の出し方に関する教育」に取り組み、児童・生徒が悩みを抱えたときに助けを求めることができるよう支援します。	教育指導課 総合教育センター 教育支援課
健康総合相談「健康ホットラインかつしか」	健康に関する相談を電話で受け付け、医師や看護師等の専門職がきめ細やかに対応します。	地域保健課
産後ケア事業の充実	42 ページ参照	保健センター 子ども家庭支援課
親と子の心の健康づくり	43 ページ参照	子ども家庭支援課 保健センター
訪問指導（こんにちは赤ちゃん訪問）	43 ページ参照	子ども家庭支援課 保健センター
4 か月児健康診査	43 ページ参照	子ども家庭支援課 保健センター 健康推進課
薬物乱用防止啓発	薬物乱用防止推進葛飾地区協議会の活動を支援します。また、区内中学校への薬物乱用防止ポスター・標語の作品募集を通して、啓発を行います。さらに、子どもまつり等のイベントでブースを設置し、クイズや薬物標本を使った啓発などを行います。	地域保健課

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- ストレスの対処法に関する正しい知識を持ち、日常生活で実践しましょう。
- こころの健康について正しい知識を持ちましょう。
- 悩みやストレスを抱え込まずに、身近な人や相談窓口に相談しましょう。
- 必要に応じて医療機関を受診するなど、専門的な支援を受けましょう。



関係機関・団体等の取組

- 必要に応じ専門機関につなげます。
- こころの健康づくりに関する普及啓発を行います。

自殺対策の推進【葛飾区自殺対策計画】

計画の背景と目的

自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立など、様々な社会的要因があります。

自殺を考えている人は「生きたい」気持ちと「死にたい」気持ちの間で揺れ動いています。複数の理由が重なり「死にたい」気持ちになる可能性は誰にでもあります。

そのため、国・東京都・区では、悩みや不安を抱えている時に電話やメール、SNSなどを使って誰でも気軽に相談できる窓口の設置・周知を行っています。相談内容に合わせて、法律・金銭関係などの専門的な相談窓口や、子ども向けの相談窓口、匿名での相談を受け付ける窓口等があります。

あわせて、区では身近な人の悩みの聴き方や、自分の心やセルフケア等に関する正しい知識の普及啓発などを行っています。

これまでの経緯

国の自殺者数は平成 10（1998）年以降年間3万人を超え、その後も高い水準で推移していました。平成 18（2006）年 10 月に「自殺対策基本法」が施行され、それまで「個人的な問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えられるようになり、平成 19（2007）年には、自殺対策を推進するための指針として自殺総合対策大綱が策定されました。

施行から 10 年目の平成 28（2016）年に「自殺対策基本法」が改正され、平成 29（2017）年改正の「自殺総合対策大綱（第3次）」において、都道府県及び市町村による地域自殺対策計画の策定が義務化されました。

自殺総合対策大綱はおおむね5年に一度見直され、令和 4（2022）年の改正では、子ども・若者の自殺対策の更なる推進と強化、女性に対する支援の強化、地域自殺対策の取組強化、総合的な自殺対策の更なる推進・強化がポイントとなっています。

数値目標

国の第4次大綱（自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～）及び東京都の第2次計画（東京都自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～）の数値目標に合わせ、引き続き葛飾区においても、令和8（2026）年までに自殺死亡률을平成27（2015）年と比べて30%以上減少させることを目標として設定します。

また、本計画の計画期間は令和7（2025）年度からの6年間であることから、令和12（2030）年の数値目標についても決めました。

※自殺死亡率…人口10万人当たりの自殺者数

葛飾区の自殺対策の数値目標（自殺死亡率／人口10万対）

	平成27（2015）年	令和5（2023）年	令和8（2026）年	令和12（2030）年
自殺死亡率	23.8	21.8	16.7 （目標値）	14.1 （目標値）

30%以上減少

全国・東京都の自殺対策の数値目標（自殺死亡率／人口10万対）

	平成27（2015）年	令和8（2026）年
自殺死亡率（全国）	18.5	13.0 （目標値）
自殺死亡率（東京都）	17.4	12.2 （目標値）

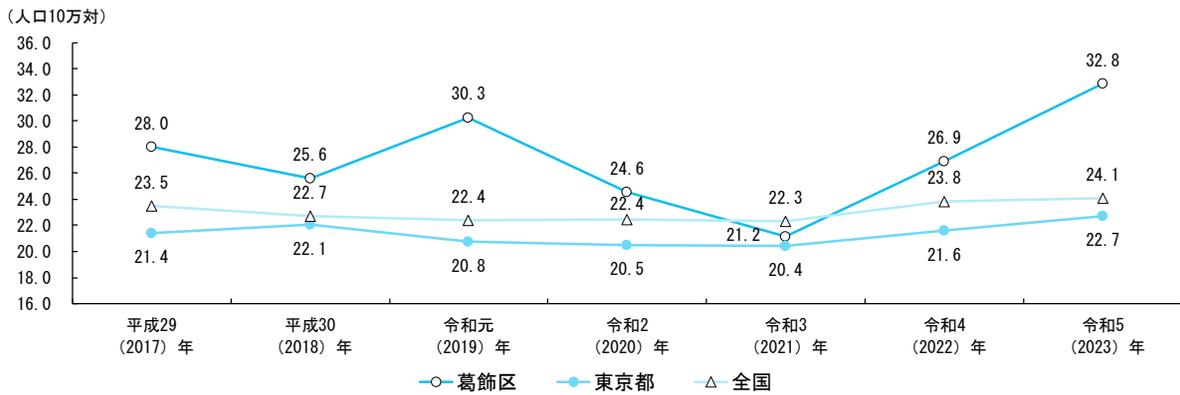
30%以上減少

葛飾区における自殺の現状

(1) 自殺死亡率の推移

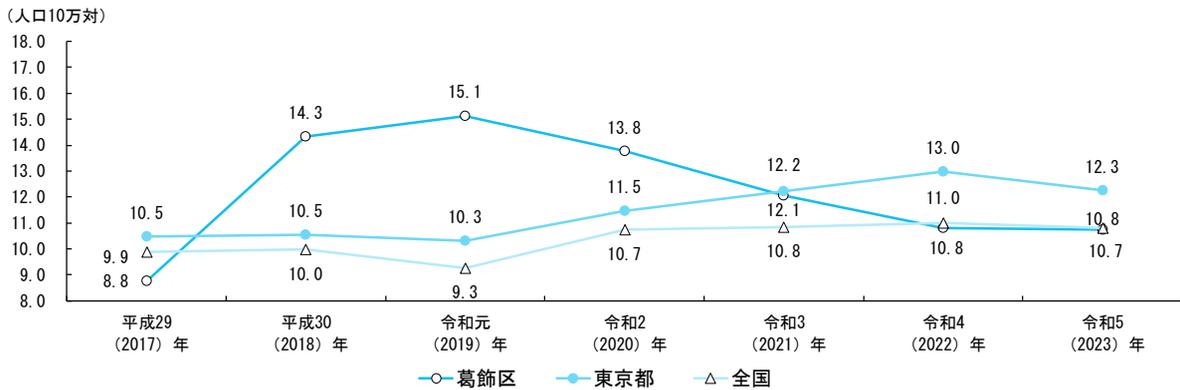
性別の自殺死亡率の推移をみると、葛飾区では、全国・東京都と同様に男性の方が高い傾向となっています。平成29(2017)年から令和5(2023)年の7年間の推移としては、近年、男性は増加傾向、女性は減少傾向にあります。

自殺死亡率の推移（男性）



出典：厚生労働省「自殺の統計」

自殺死亡率の推移（女性）

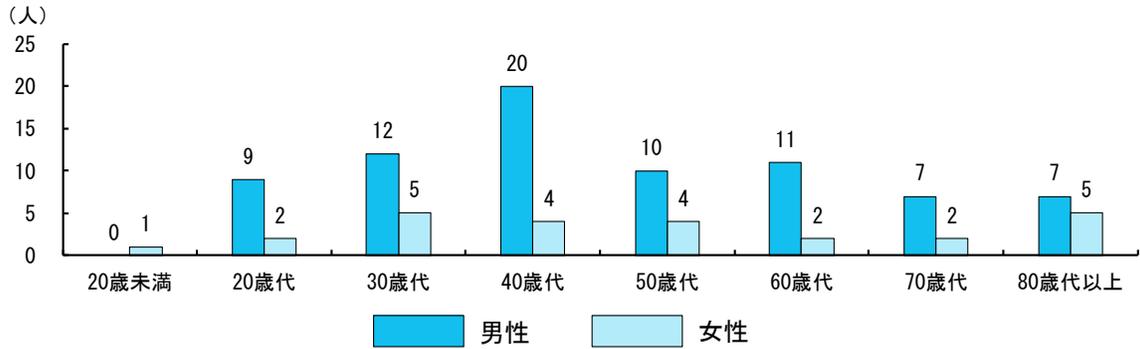


出典：厚生労働省「自殺の統計」

(2) 自殺者の性別・年代

令和5（2023）年の自殺者数は、30歳代～50歳代の働く世代の男性が多い傾向となっています。

自殺者数（性・年代別）

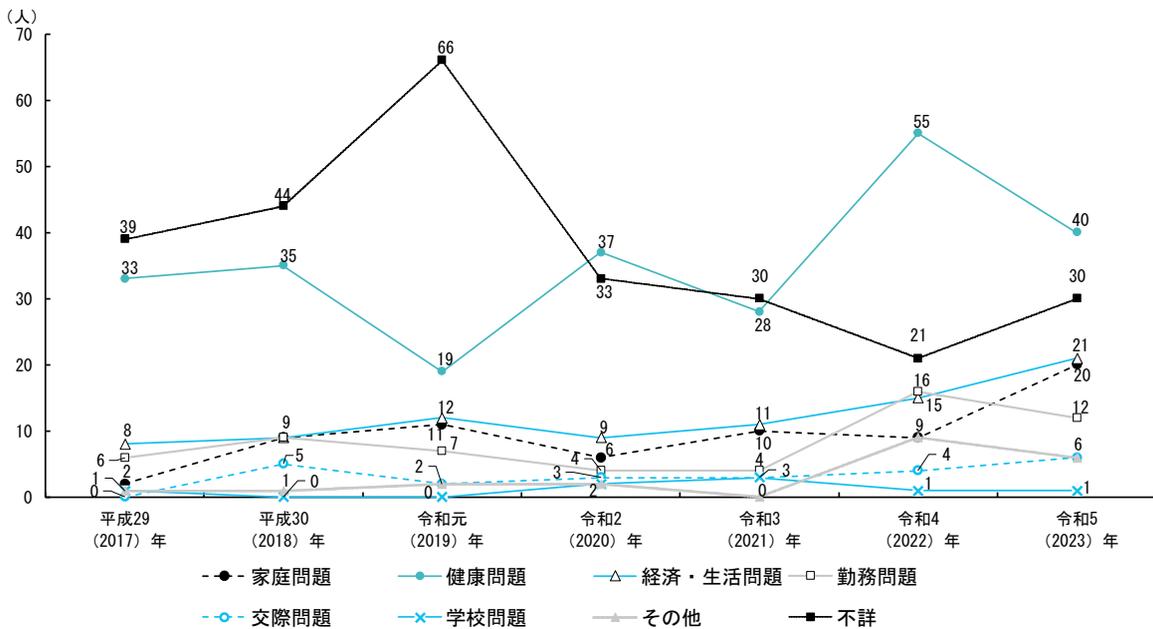


出典：厚生労働省「自殺の統計」（令和5（2023）年）

(3) 自殺の原因・動機

葛飾区の自殺の原因・動機は、「不詳」をのぞくと「健康問題」が最も多く、次に「経済・生活問題」や「家庭問題」、「勤務問題」です。近年、「経済・生活問題」が多くなっている傾向にあります。

自殺の原因・動機の推移



※平成29(2017)年～令和3(2021)年における「男女問題」を、「交際問題」として計上。

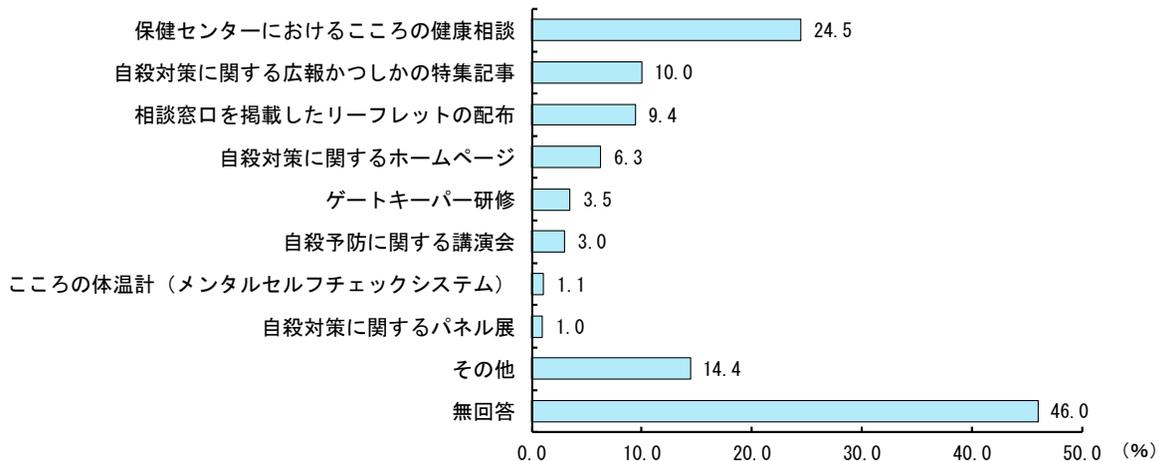
出典：厚生労働省「自殺の統計」

(4) 自殺対策の周知度

葛飾区の自殺対策の各種取組についての認知度は、「保健センターにおけるこころの健康相談」を知っている割合が24.5%、「自殺対策に関する広報かつしかの特集記事」を知っている割合が10.0%である一方で、「無回答」（何も知らない）が46.0%です。

葛飾区の自殺対策の取組についての認知度

N=991



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

コラム

つらい気持ちに「気づき、受け止め、つなぐ」ゲートキーパー

ゲートキーパーとは

- ゲートキーパー（Gatekeeper）を直訳すると、「門番」という意味です。自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守ること）ができる人のことです。
- 葛飾区では、一般区民の方や支援機関の方などを対象に、ゲートキーパーの養成講座を実施しています。

「ゲートキーパー手帳」をご活用ください

- 葛飾区では、「ゲートキーパー手帳」を作成、配布しています。つらい気持ちを抱えた方に安心して話してもらうためのポイントや、相談窓口へのつなぎ方などを具体的に紹介しています。
- 周りの人の悩みに気づいた時、受け止め、適切な関係機関につなげられるよう、ぜひご一読ください。



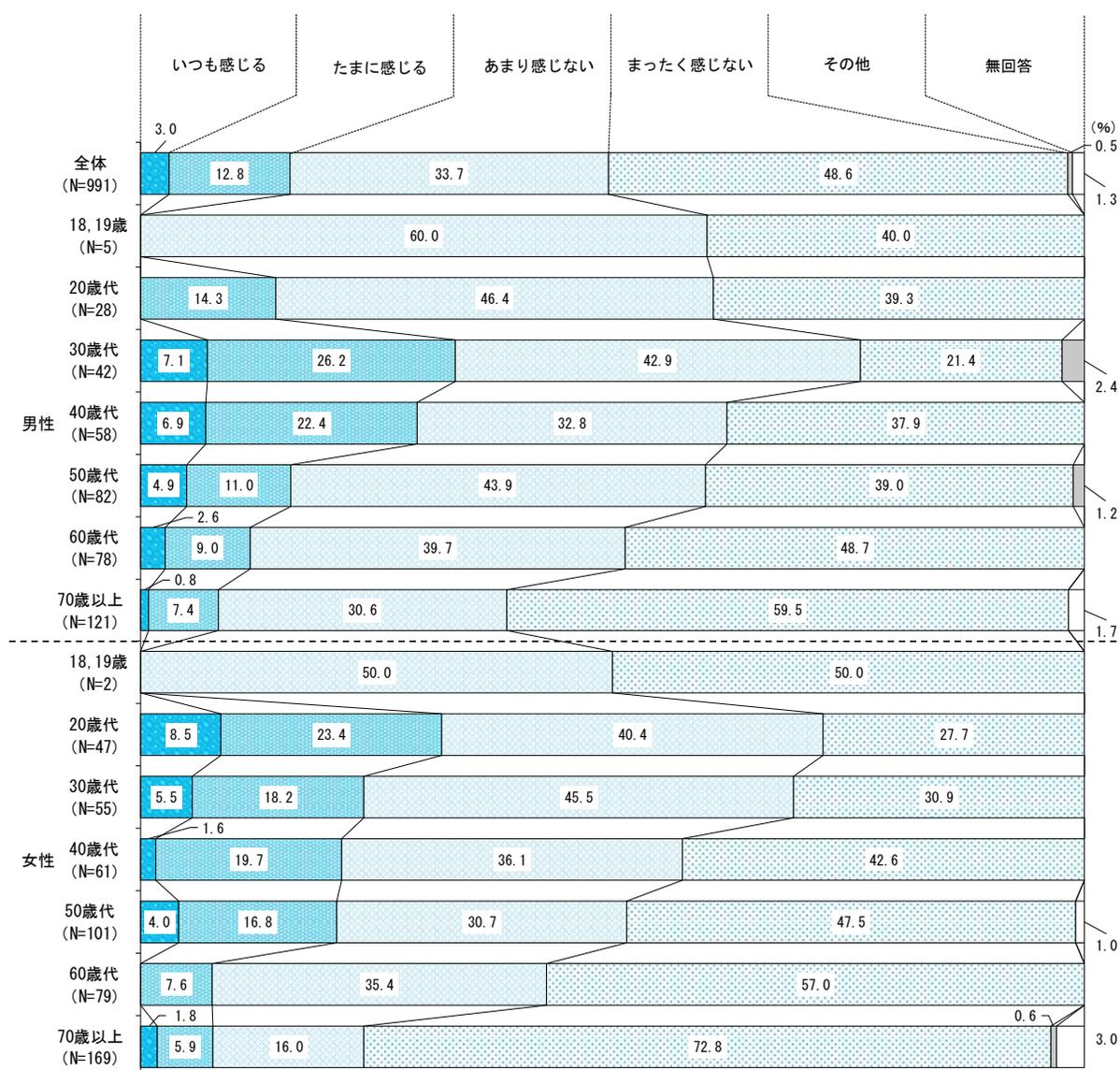
←左記の二次元コードを読み取ることで、葛飾区のホームページから「ゲートキーパー手帳」を閲覧できます。



(5) 「自分の居場所がない」と感じること

「自分の居場所がない」と『感じる』（「いつも感じる」と「たまに感じる」の合計）は 15.8%、『感じない』（「あまり感じない」と「まったく感じない」の合計）は 82.3%です。性・年代別では、「自分の居場所がない」と『感じる』は男性では 30 歳代、女性では 20 歳代で最も高く、年齢が高くなるほど『感じる』割合が低くなります。

「自分の居場所がない」と感じることの有無

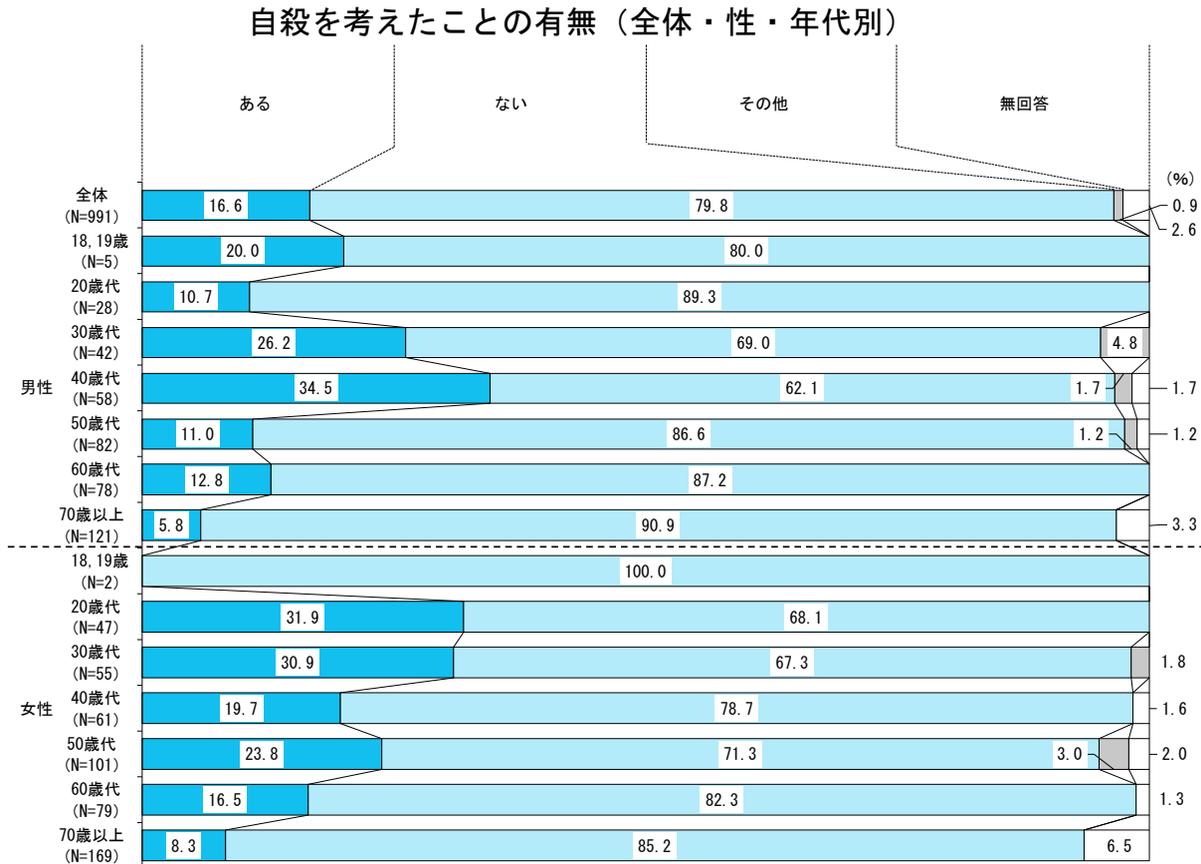


出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和 6（2024）年 3 月刊行）

(6) 自殺を考えたこと

自殺を考えたことが「ある」と回答した人は16.6%、「ない」と回答した人は79.8%です。性・年代別では、自殺を考えたことがあるのは男性では30歳代～40歳代、女性では20歳代～30歳代で高く、男女ともに高齢者層では低くなっています。

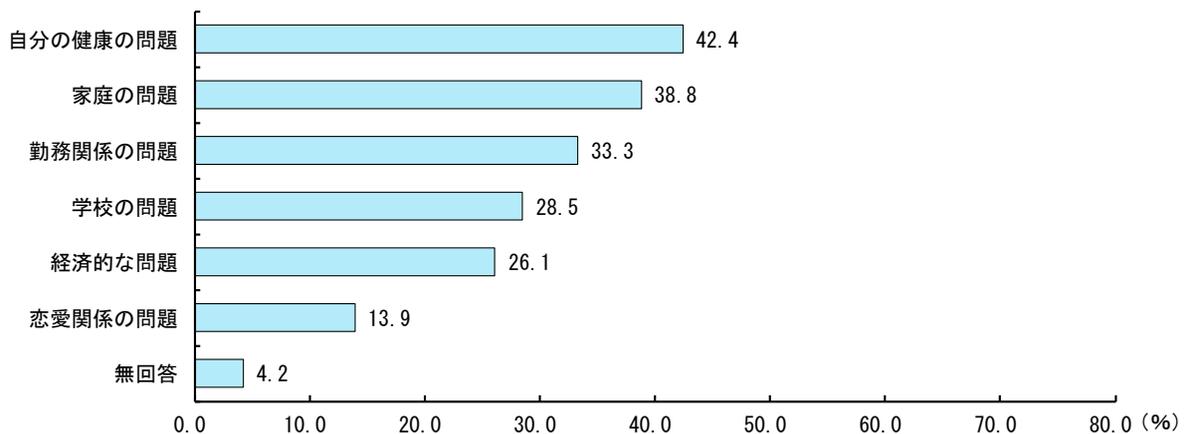
自殺を考えた理由や原因は、「自分の健康の問題」が最も多く42.4%です。「家庭の問題」「勤務関係の問題」も3割を超えています。



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

自殺を考えた理由や原因

N=165



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

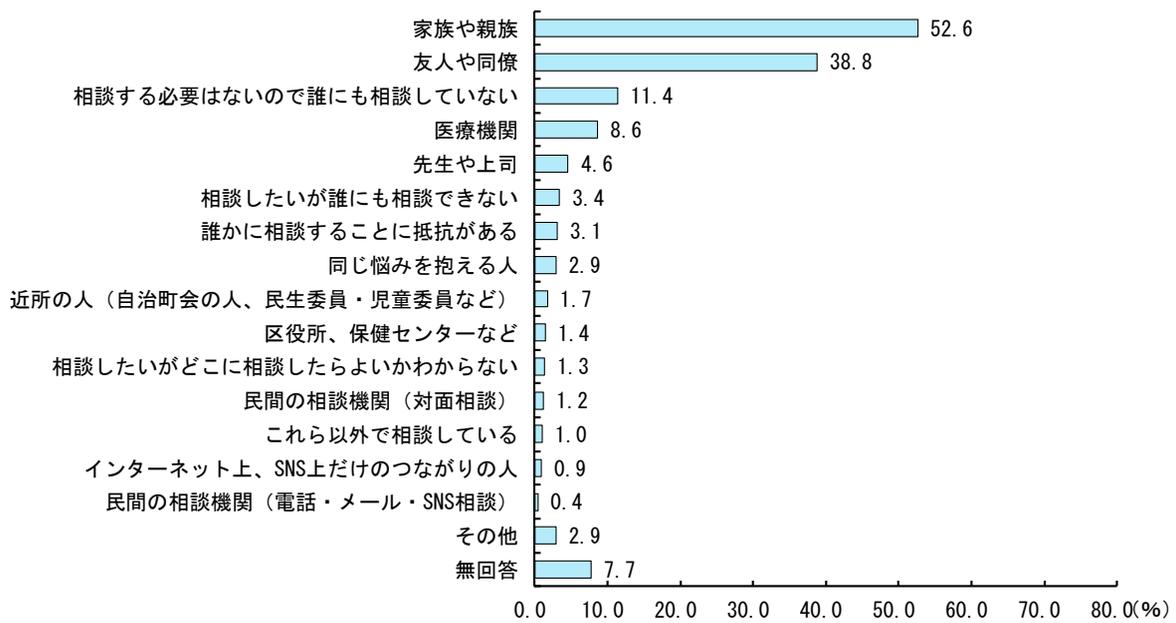
(7) 仮に自殺を考えた時、誰に相談したいと思うか

仮に自殺を考えた時、誰に相談したいと思うかについて、「家族や親族」が52.6%と最も高く、次いで「友人や同僚」が38.8%、「相談する必要はないので誰にも相談していない」が11.4%です。

性・年代別では、「家族や親族」は30歳代～60歳代女性で高い割合となっています。「友人や同僚」は若年層で高く、年代が上がるほど割合が低くなります。

自殺を考えた時誰に相談したいと思うか

N=991



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

自殺を考えた時誰に相談したいと思うか（性・年代別）

区分		家族や親族	友人や同僚	先生や上司	近所の人（自治町会の人、民生委員・児童委員など）	医療機関	区役所、保健センターなど	民間の相談機関（対面相談）	民間の相談機関（電話・メール・SNS相談）	インターネット上、SNS上だけのつながりの人	同じ悩みを抱える人	これら以外で相談している	相談したいが誰にも相談できない	相談したいがどこに相談したらよいかわからない	誰かに相談することに抵抗がある	相談する必要はないので誰にも相談していない	その他	無回答
男性	18, 19歳 (N=5)	60.0	60.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	20.0
	20歳代 (N=28)	57.1	50.0	3.6	—	7.1	—	—	—	3.6	7.1	—	—	3.6	3.6	17.9	3.6	—
	30歳代 (N=42)	50.0	38.1	19.0	—	4.8	—	—	—	—	7.1	—	4.8	4.8	11.9	19.0	2.4	—
	40歳代 (N=58)	48.3	39.7	12.1	1.7	8.6	—	—	—	—	1.7	1.7	5.2	1.7	—	17.2	3.4	—
	50歳代 (N=82)	41.5	31.7	4.9	2.4	2.4	2.4	2.4	1.2	1.2	2.4	—	11.0	—	4.9	20.7	1.2	6.1
	60歳代 (N=78)	46.2	17.9	1.3	—	10.3	2.6	—	—	—	1.3	—	—	2.6	2.6	23.1	3.8	5.1
	70歳以上 (N=121)	42.1	19.8	—	3.3	9.9	—	2.5	—	—	1.7	0.8	1.7	3.3	—	11.6	4.1	23.1
女性	18, 19歳 (N=2)	50.0	50.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	20歳代 (N=47)	57.4	70.2	10.6	—	2.1	—	2.1	—	8.5	2.1	2.1	—	—	8.5	10.6	—	—
	30歳代 (N=55)	63.6	65.5	12.7	1.8	5.5	—	1.8	1.8	3.6	5.5	—	5.5	—	—	3.6	—	1.8
	40歳代 (N=61)	68.9	52.5	9.8	1.6	13.1	1.6	—	1.6	—	3.3	—	—	—	3.3	6.6	4.9	1.6
	50歳代 (N=101)	60.4	54.5	3.0	1.0	9.9	3.0	3.0	—	1.0	2.0	2.0	4.0	—	3.0	5.9	5.0	—
	60歳代 (N=79)	60.8	43.0	1.3	2.5	8.9	—	—	—	—	5.1	2.5	2.5	3.8	3.8	5.1	5.1	3.8
	70歳以上 (N=169)	49.7	28.4	1.2	1.8	13.6	3.0	1.2	0.6	—	2.4	1.8	3.0	—	1.2	9.5	2.4	14.2

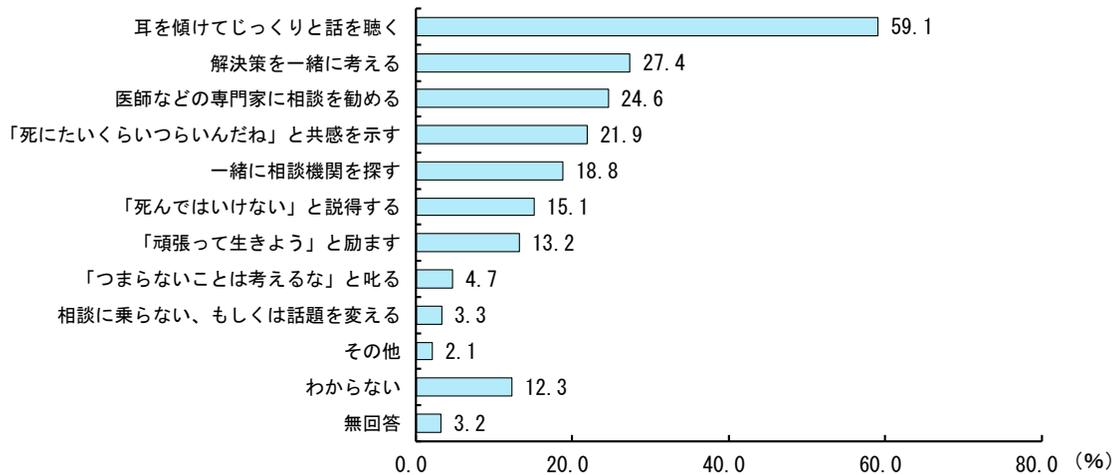
出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

（8） 「死にたい」と打ち明けられた時の対応

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応は、「耳を傾けてじっくりと話を聴く」が59.1%と最も高く、次いで「解決策を一緒に考える」が27.4%です。

「死にたい」と打ち明けられた時の対応

N=991



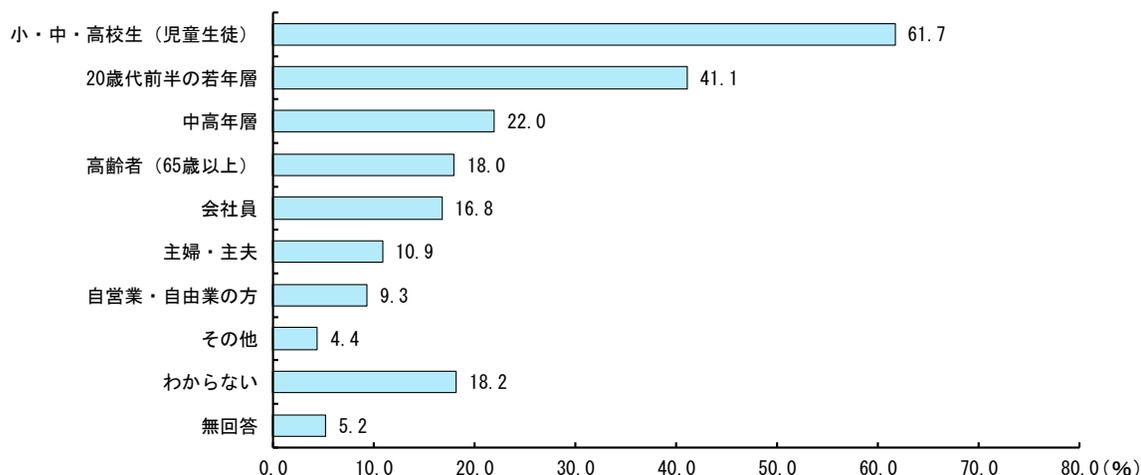
出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(9) 自殺防止対策を推進した方が良いと思う対象（年代等）

自殺防止対策を推進した方が良いと思う対象（年代等）は「小・中・高校生（児童生徒）」が61.7%と最も高く、次いで「20歳代前半の若年層」の割合が41.1%を占めます。

自殺防止対策を推進した方が良いと思う対象

N=991



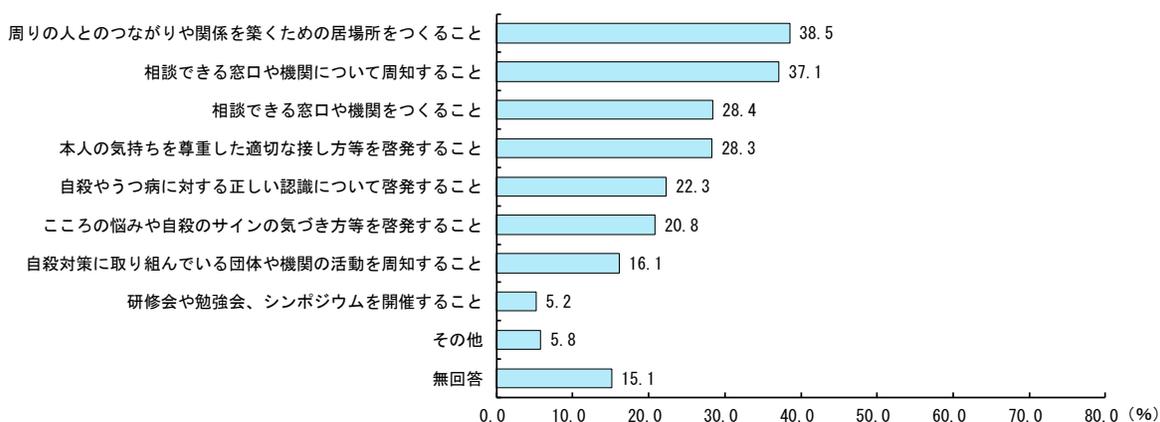
出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(10) 自殺対策の取組として有効と思うもの

自殺対策の取組として有効と思うものは、「周りの人とのつながりや関係を築くための居場所をつくること」が38.5%と最も高く、次いで「相談できる窓口や機関について周知すること」が37.1%です。

自殺対策の取組として有効と思うもの

N=991



出典：葛飾区「葛飾区保健医療実態調査報告書」（令和6（2024）年3月刊行）

(11) 区の現状のまとめ

前出の各種データから、葛飾区の自殺を取り巻く現状について、以下の特徴が挙げられます。

- ① 毎年約 91.8 人の方が自殺で亡くなっています。(出典：厚生労働省「自殺の統計」)
- ② 自殺者数を年代別で見ると、30 歳代～40 歳代の働く世代の男性が多い傾向となっています。
- ③ 自殺死亡率は国や東京都に比べ経年的に高く、特別区の中でも高い状況です。
- ④ 「自分の居場所がない」と『感じる』区民は、男性では 30 歳代、女性では 20 歳代で最も高くなっています。
- ⑤ 「自殺を考えたこと」が『ある』年代は、男性では 30 歳代～40 歳代、女性では 20 歳代～30 歳代で高くなっています。
- ⑥ 「自殺防止対策を推進した方が良いと思う対象（年代等）」は、「小・中・高校生（児童生徒）」の割合が 61.7%と最も高い状況です。

区の実施 【自殺対策関連事業】

葛飾区の自殺対策は次の 11 の分野で、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やす取組を行い、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で実施します。各分野に関連する事業は表のとおりです。

- ① 区民一人一人の気付きと見守りを促す
- ② 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
- ③ 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
- ④ 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
- ⑤ 社会全体の自殺リスクを低下させる
- ⑥ 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
- ⑦ 遺された人への支援を充実する
- ⑧ 民間団体との連携を強化する
- ⑨ 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
- ⑩ 勤務問題による自殺対策を更に推進する
- ⑪ 女性の自殺対策を更に推進する

① 区民一人一人の気付きと見守りを促す

No.	事業名	事業内容	担当課
1	自殺予防週間の啓発活動	国の自殺予防週間や、都の自殺予防月間に合わせ、講演会やパネル展、区のホームページなどで周知を行います。9月と3月の自殺対策強化月間に、広報かつしかなどで自殺対策の紹介を行い、区民への周知・啓発を行います。	広報課 保健予防課
2	区広報媒体を利用した普及啓発	区ホームページで自殺対策専用のコーナーを設け、区民に情報提供を図ります。区ホームページには、気軽にこころの状態をチェックできる「こころの体温計」を利用できるようにしています。	広報課 保健予防課
3	各種講座や事業における普及啓発	人権に関する各種講座、配偶者暴力防止事業、消費者対策推進事業、高齢者虐待防止普及啓発事業、薬物乱用防止啓発事業、区民健康づくり支援事業、救命救急事業、エイズ・性感染症対策事業と連携し、啓発を行います。	人権推進課 産業経済課 高齢者支援課 地域保健課 保健予防課
4	相談窓口一覧リーフレットの配布	区民向けの相談窓口一覧を、区民事務所や図書館に設置するとともに、中学生にも相談窓口一覧を作成し、全員に配布し周知を図ります。	保健予防課
5	自殺対策講演会	自殺に関連の深い、うつ病、依存症、統合失調症などの精神疾患をテーマに、講演会を開催します。	保健予防課
6	精神保健講演会	区民がこころの健康に関心を持ち、精神的健康の保持増進ができるように、こころの健康づくりに関する知識の普及啓発のための講演会などを開催します。	保健予防課 保健センター
7	依存症対策事業	依存症に関する精神保健講演会を継続するとともに、区ホームページや広報紙等による周知や、依存症啓発週間に関係部署とともに催しを行うなど、組織横断的に連携して取り組みます。	保健予防課
8	健康問題に関連するリーフレットの配布	健診の案内に、自殺との関連の深い飲酒や睡眠などの健康問題や相談窓口等の情報提供をすることで、自らの健康問題に気付き、適切に相談できるよう促します。	保健予防課 健康推進課
9	成人期のSOSの出し方に関する支援	自殺対策講演会や各種講座等で、困った時の相談に関する情報提供をします。また、健診の案内などで、相談窓口の情報提供をします。	保健予防課 健康推進課
10	高齢期の見守り体制の充実とSOSの出し方に関する支援	支援の必要な高齢者に、高齢者総合相談センター等が75歳到達者個別訪問などで支援を行います。また、高齢者向けの講習会等で各種相談に関する相談窓口の情報提供をします。	高齢者支援課
11	高齢者虐待防止普及啓発事業	高齢者虐待の未然防止・再発防止強化と見守りに関する普及啓発を行います。	高齢者支援課

No.	事業名	事業内容	担当課
12	おでかけあんしん事業	認知症等の症状により徘徊のおそれのある高齢者の持ち物に、24時間対応のコールセンターの電話番号と登録番号を記載したおでかけあんしんシールを貼ることで、警察等に保護された際、身元の照会による早期帰宅につながります。また、当該高齢者による鉄道事故等に対し、損害賠償責任を補償する保険に加入し、家族の精神的・経済的負担の軽減を図ります。	高齢者支援課
13	地域包括支援センターの運営	もの忘れ相談会を実施し、医療・介護の連携により認知症高齢者を早期に発見し、早期の治療につなげるとともに、認知症カフェや認知症家族会を通し本人及び家族の支援を行います。	高齢者支援課
14	消費者対策推進事業	区民が自立した消費者として行動できるよう、消費者団体の活動支援、消費生活情報の提供、消費生活相談、消費者講座等により、消費者への教育・啓発を行います。	産業経済課

② 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る

No.	事業名	事業内容	担当課
15	支援関係者や相談員への研修	身体障害者相談員、知的障害者相談員、介護支援専門員、高齢者総合相談センターや介護や障害者施設等の職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、相談に対応する中で、必要な場合には適切な支援先につなぐ等、相談員が気付き役、つなぎ役を担えるようにしていきます。	くらしのまると相談課 高齢者支援課 障害福祉課 介護保険課 保健予防課
16	地域の関係者・団体等への研修	介護相談員や配食サービス事業者、理美容事業者にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、高齢者とその家族が抱える問題等に気付くことができ、必要に応じて適切な窓口へつなぐ等、気付き役、つなぎ役を担えるようにしていきます。	福祉管理課 高齢者支援課 生活衛生課 保健予防課
17	一般区民への研修	区民の方にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、身近な人が抱える問題等に気付くことができ、必要に応じて適切な窓口へつなぐ等、気付き役、つなぎ役を担えるようにしていきます。	保健予防課
18	教職員向けゲートキーパー研修	教職員を対象としたゲートキーパー研修を実施し、児童・生徒の心の危機のサインに気付き、寄り添い、受け止めるなど、自殺を防ぐために必要な知識やスキルを身に付けていきます。	教育指導課 総合教育センター 教育支援課 保健予防課

③ 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

No.	事業名	事業内容	担当課
19	高齢者クラブ助成	高齢者の健康づくり、生きがいを高める活動等に対する積極的な取組を推進します。	地域包括ケア担当課
20	難病患者会支援	難病患者・家族同士の交流、社会参加を促進するため、患者交流会を開催し、保健所職員等が療養や生活上の専門的な助言を行います。患者や家族が療養や介護の体験を語り合い（ピアカウンセリング）、地域におけるセルフヘルプ機能を醸成します。	保健予防課
21	精神障害者家族支援	精神障害者の家族同士がピアカウンセリング、ピアサポートを行い、支え合うことで、お互いが抱えている問題に気づき、必要な場合には支援につなげます。	保健予防課
22	難病リハビリ教室	神経難病の方の集団リハビリを行うことで、心身機能や日常生活動作の維持を図ります。同じ疾病による悩みを持つ方々の交流が図られ、療養生活を継続する意欲を増進させます。	保健予防課 保健センター
23	グループ健康づくり支援	区民の健康づくり推進のため自主グループ活動の支援をします。	保健センター
24	子育てひろば事業	子育てひろばで、年齢に応じた遊びや親子の交流を図ることで、育児に関する不安感の解消を図ります。また、親同士の出会いと仲間づくりの場を提供するとともに、育児情報の提供や育児中の孤立感の防止を図ります。	子育て政策課 子育て施設支援課 子ども家庭支援課
25	子ども未来プラザの整備	子育て支援の拠点となる子ども未来プラザを整備し、妊娠期から成人するまでの全ての子どもとその家庭への支援に取り組むとともに、配慮を必要とする子どもや保護者への支援を充実させます。また、今後整備を予定する子ども未来プラザでは、子ども食堂などの地域の子育て団体が活動できる設備も備えることで、地域の子育て力の更なる向上を図ります。	子育て政策課 保育課
26	かつしか教室	知的障害者への社会教育の機会を提供することにより、仲間づくりと社会参加を支援します。	生涯学習課
27	青少年対象講座等	青少年が、学校外において、異なる年代の子どもたちと交流・活動することで、社会性を学ぶとともに、創造力や自己表現力などを育むことができます。	生涯学習課
28	家族等介護支援事業	高齢者を支えている介護者に休息や息抜きの時間を提供するため、介護サービスを利用していない高齢者に「通い」や「泊まり」の介護サービスを提供します。	高齢者支援課
29	保育園運営	保育園等に通園する子どもが心身ともに健やかに成長できる環境を確保します。また、保護者や家庭の状況の把握に努めます。	子育て施設支援課 保育課

④ 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

No.	事業名	事業内容	担当課
30	健康医療推進協議会	保健医療問題や望ましい地域医療、地域保健の在り方などについて協議する中で、自殺対策に関する取組を報告していくことで、自殺対策との連動性を高め、より広い情報の周知や課題共有の場とします。	地域保健課
31	地域医療連携協議会	医療機関の相互の連携について検討する中で、自殺実態に関する情報等も共有し、地域の関係者が気付きの重要性や取組等を知ってもらうことで、自殺対策について理解を深める機会とします。	地域保健課
32	在宅医療の推進	区民が心身の健康維持を図り、疾病を抱えても住み慣れた地域で生活を続けていくことができるよう、医療機関や介護サービス事業所などの関係機関が連携し、在宅医療・介護を一体的に提供できる体制を整備します。 関係者の認識の共有や理解の促進を図ることで、「生きることの包括的支援」に対し、様々な支援機関の連携促進や対象者への包括的なサービスの提供等につなげます。	地域保健課
33	精神保健福祉包括ケア推進協議会	精神障害者やその家族に対する支援に関する課題を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図るとともに、精神保健福祉対策の在り方について協議します。精神障害者の「生きることの包括的支援」につなげます。	保健予防課
34	難病対策地域協議会	難病患者及びその家族に対する支援に関する課題を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図ります。難病対策の在り方について協議し、難病患者の「生きることの包括的支援」につなげます。	保健予防課
35	精神保健相談	精神保健に関する専門医による相談を行い、精神疾患を早期に発見し、適切必要な医療や福祉サービスにつなぎます。	保健予防課 保健センター
36	生活困窮者自立支援事業	生活困窮者に対し、生活困窮者自立相談支援事業や住居確保給付金の支給などの制度を活用し、自立の促進を図り、本人が安心して暮らせるよう支援します。	くらしのまるごと相談課
37	生活保護	「生活保護法」に基づき、生活に困窮する世帯について、訪問調査や来所面接を通じて生活実態を把握します。病気や社会的不適応といった心身的課題や、単身であることによる社会的課題を早期に察知し、深刻な状況に陥ることを予防するとともに関係機関につなげる支援を行います。	西生活課 東生活課
38	中国残留邦人等支援	言葉や文化の違いなどから、孤独感や不安を抱えやすいハイリスク部分があり、それを緩和や早期に察知する予防的効果を相談によって担うことにより、関係機関につなげる支援を行います。	東生活課

No.	事業名	事業内容	担当課
39	ひとり親家庭自立支援（給付金）	ひとり親家庭の母又は父の経済的自立・安定に向けて、就職に有利な資格取得のための給付を行います。 （関連事業「ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金事業」及び「ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金等事業」）	子育て応援課
40	ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親家庭等の父母や養育者、18歳の年度末までの児童（障害がある場合は20歳未満）が医療機関などで診療や調剤を受けた場合、健康保険が適用される医療費の自己負担分の一部又は全部を助成します。	子育て応援課
41	ひとり親家庭への資金の貸付け	母子及び父子家庭の母又は父とその子が、経済的に自立し安定した生活を送るために必要な資金の貸付けを行います。 （関連事業：「母子及び父子福祉資金貸付け」） また、火災・疾病・生活費の困窮などの理由により応急的に資金が必要な場合で他からの借受けが困難な場合にも貸付けを行います。 （関連事業：「母子及び父子福祉応急小口資金貸付け」）	子育て応援課
42	入院助産	経済的に困窮する妊産婦が入院による出産ができない時に、指定助産施設での入院・分娩費用を補助します。出産費用に関する相談を通じて、必要機関と連携して支援を行っていく契機とします。	子育て応援課
43	児童を対象とした手当の支給	児童扶養手当や児童育成手当を支給することにより、ひとり親家庭や障害を持った児童や、重度の障害を持った父又は母がいる世帯の生活の安定と自立の促進に寄与し、児童の福祉の増進を図ります。 （関連事業：「児童扶養手当の支給」「児童育成手当の支給」）	子育て応援課
44	精神科入院患者の退院後支援	医療保護入院、措置入院、医療観察制度等で入院している精神障害者に対して、入院中から退院に向けての支援や在宅療養支援を行います。	保健予防課 保健センター
45	くらしのまるごと相談事業	年齢や収入、障害の有無などに関わらず、生活上の様々な不安や課題を、世帯単位でまるごと受け止め、寄り添いながら支援を行うことで、課題の解決につなげます。	くらしのまるごと相談課
46	ひとり親家庭自立支援（就労支援）	ひとり親家庭の母又は父の経済的な自立を促進するために、就労専門相談員が就職・転職・職業訓練などの就業支援を実施します。	子育て応援課

⑤ 社会全体の自殺リスクを低下させる

No.	事業名	事業内容	担当課
47	児童・生徒のSOSの出し方に関する教育	児童・生徒が不安や悩みを抱えた時に、身近にいる信頼できる大人に相談することの大切さについて、各学校において「SOSの出し方に関する教育」に取り組みます。	総合教育センター 教育支援課

No.	事業名	事業内容	担当課
48	高齢者虐待防止ネットワーク運営委員会	高齢者虐待の防止に関わる関係機関の代表者による協議体として、虐待防止に向けた各種施策の普及啓発を図るとともに、関係機関の職員による多職種の相互連携を強化します。	高齢者支援課
49	かつしかあんしんネット情報登録	ひとり暮らし高齢者や障害者が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう支援します。 緊急の放置できない事態が発生した時に、あらかじめ区・高齢者総合相談センター・民生委員に登録してある緊急連絡先情報を警察・消防等に提供し、迅速な対応を図れるようにします。	高齢者支援課
50	地域包括支援センター一運営委託	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、高齢者総合相談センターが心身の健康の保持及び生活の自立のために必要な援助を行い、高齢者の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援します。 社会的孤立のおそれのある方や認知症の方などを早期に発見し早期支援に努めるとともに、高齢者を地域で見守るために、関係機関との連携を強化します。	高齢者支援課
51	区民相談事務	区民が日常の生活で直面する諸問題に対し各種の相談事業を実施する中で、区政相談員が相談内容を正確に把握し、関連する相談部署や関係機関につながります。	すぐやる課
52	すぐやる活動	どこに相談したら良いか、どの窓口に行けばいいのかわからない相談者に対し、相談内容を正確に把握し、区民の困りごとの早期解決を図るため、関係各課及び関連する相談部署や関係機関につながります。	すぐやる課
53	相談事業（女性の自立支援等）	女性が抱える夫婦や子ども、家庭のことなどの様々な悩みや問題にカウンセラーや弁護士が相談に応じます。 また、人権に関する悩みや問題の解決・軽減を図るため相談を行います。	人権推進課
54	外国人生活相談	相談員が在区外国人からの日常生活全般、各種手続や制度についての相談に応じ、適切な助言を行います。相談員が適切な機関につなぐ等、気付き役としての役割を担います。	文化国際課
55	民生委員関係事務	地域福祉の担い手である民生委員が、地域で主体的活動を行い、地域の最初の窓口として地域で困難を抱えている人に気付き、適切な相談機関につながります。	福祉管理課
56	成年後見制度*を中心とした権利擁護支援の充実	認知症高齢者や知的障害者、精神障害者など権利擁護支援が必要な方を早期に発見し、成年後見制度やその他の支援事業につなげ、本人が安心して生活できるようにします。	福祉管理課 高齢者支援課 障害福祉課 保健予防課
57	精神障害者家族支援	(No. 21 参照)	保健予防課
58	女性相談	問題や悩みを抱える女性からの相談を、面接又は電話により受け付けます。相談に対し、適切な助言・情報提供を行い、各種援助が的確に実施されるよう、関係機関との連絡・調整役を担います。	西生活課 東生活課

No.	事業名	事業内容	担当課
59	健康相談窓口（健康ホットラインかつしか）	区民からの心身の健康や疾病等に関する電話相談を受ける中で、自殺願望、自殺企図のある相談者の電話を受けた際には、保健センターに引き継ぎます。	地域保健課
60	患者相談窓口の運営	医療の安全を確保するために、医療に関する苦情や相談を受け、患者や住民が医療に関する問題を自ら解決するための助言を行い、患者と医療機関等との信頼関係の構築を支援します。	生活衛生課
61	難病等で在宅療養されている家庭への訪問看護	進行性の難病の方や在宅で人工呼吸器を使用しながら療養している難病の方、重症心身障害児（者）の家庭を保健師や看護師等が訪問し、健康管理や看護技術、療育に関する相談を行うことで、在宅療養が適切に行えるよう支援します。	保健予防課 保健センター
62	結核患者の治療成功率向上事業	結核患者が治療を中断することなく、必要な期間適正な医療を受け治癒することを目的に支援します。特に、糖尿病など合併症のある方や治療中断者の経験を持つ方の支援を強化し、治療を中断させないようにします。	保健予防課
63	保健師による家庭訪問・面接、電話などの相談	健康の保持・増進や病気の予防・早期発見・治療の継続支援等、健康管理について、家庭訪問等を行い、困難を抱えている方の健康や生活の問題の解決を図ります。	保健予防課 保健センター
64	ゆりかご葛飾の推進	妊娠届出時のゆりかご面接から就学前までの母子とその家族の心身の健康を支え、誰もが安心して子育てできるよう必要な予防的支援や子育てを孤立させない地域づくりを進めます。妊産婦の伴走型支援や乳幼児健診、プレコンセプションケア（妊娠前からの健康づくり）の視点を取り入れた産前産後の様々な保健事業の充実を図り、健康の保持増進を進めます。	保健センター 子育て政策課 子ども家庭支援課
65	子ども未来プラザの整備	(No. 25 参照)	子育て政策課 保育課
66	産後ケア事業の充実	出産後 1 年未満の母子等に対して心身のケアや育児のサポート等を行い産後も安心して子育てができるよう支援を行います。	保健センター 子ども家庭支援課
67	ひとり親家庭への相談支援	様々な問題や悩みを抱えるひとり親家庭の方の子育て・生活支援、経済的支援、就労専門相談員による就労相談などの相談支援を行います。支援や助言により、子どもが健やかに育ち、生活が安定・向上し、地域で安心して生活できるようにします。 (関連事業：「ひとり親家庭相談」・「ひとり親家庭自立支援（就労支援）」)	子育て応援課
68	私立母子生活支援施設措置	施設入所中は母子の自立促進を図るための就労、家庭生活及び児童の養育に関する相談・助言・指導、また児童への学習や遊びの指導等を行います。施設退所後は地域で経済的に自立し、安定した生活が送れるようになることを目的としています。	子育て応援課

No.	事業名	事業内容	担当課
69	発達相談事業	子どもの発達などに悩む保護者に対する相談体制を充実させるとともに、区内の幼稚園・保育園等職員に対し、子どもの発達の視点による助言を行い、保育のスキルアップを図ります。また、5歳になる子を持つ保護者へアンケート調査を通じ、発達に課題のある子どもの早期発見・支援を行います。	子ども家庭支援課
70	母子保健指導事業	安心して妊娠・出産・育児ができるよう、親と子のこころの相談室等の相談事業を通して、親と子の心身の健康を支えます。	保健センター 子ども家庭支援課
71	児童虐待対策事業	関係機関が連携して、子どもと家庭に関する課題の早期発見・早期対応に取り組みます。また、育児不安や孤独感などに悩む保護者に対する相談体制を充実させることにより、児童虐待などの深刻な事態を未然に防ぎます。	児童相談課 子ども家庭支援課
72	若者支援体制の整備 (若者相談窓口)	長期にわたり就学・就労等の社会参加ができずにひきこもり状態などにある若者や、人間関係・仕事・孤独・将来への不安など、様々な悩みを持つ若者を支援するため、相談窓口において、本人又はその家族等からの相談を受け、関係機関と連携して適切な支援を行います。	子育て政策課
73	公園維持管理	区民に憩いと安らぎを提供し安全で安心して利用でき、地域環境の向上や児童の育成・成長に寄与するための管理運営を適切に行います。巡回等を行う場合、声掛けをして必要な方には支援につなげます。	公園課
74	児童遊園維持管理	区民に憩いと安らぎを提供し安全で安心して利用でき、地域環境の向上や児童の育成・成長に寄与するための管理運営を適切に行います。巡回等を行う場合、声掛けをして必要な方には支援につなげます。	公園課
75	スクールソーシャルワーカー派遣事業	様々な困難を抱える児童・生徒に対し、当該児童・生徒が置かれた環境への働きかけや、関係機関等とのネットワークを活用する等、多様な支援方法を用いて課題解決への対応を図るスクールソーシャルワーカーを派遣し、学校とともに児童・生徒の支援を行います。	総合教育センター 教育支援課
76	スクールカウンセラーの配置	不安や悩みを抱える児童・生徒や子育てに悩む保護者に対するカウンセリング機能の充実を図るため、学校にスクールカウンセラーを配置し、児童・生徒や保護者への支援を行います。	総合教育センター 教育支援課
77	教育相談	学校・家庭生活での悩みごとや子どもの性格・行動・発達などの心配ごとについて、心理専門員や教職経験者等が相談に応じています。	総合教育センター 教育支援課
78	ふれあいスクール明石運営	心理的な要因等により、登校できない児童・生徒に対して、自発的な学習や体験的な学習の場を提供するとともに、心理専門員による相談等を行い、社会的自立に向けた支援を行います。	総合教育センター 教育支援課
79	介護相談員事業	介護相談員が、介護保険サービス提供事業所を定期的に訪問し、利用者の相談に応じるとともに、利用者の不安や悩み等を事業所に伝える橋渡し役として活動を行います。	福祉管理課

No.	事業名	事業内容	担当課
80	配食サービス事業 (高齢者)	食事の準備等が難しい高齢者の自宅にお弁当を配達することで、高齢者の見守り及び健康支援を行います。	高齢者支援課
81	ファミリーサポート センター運営委託	子育て援助を受けたい方が、必要な時に、必要な援助を受けられるようにします。	子育て応援課
82	母子健康診査事業	妊婦及び乳幼児の健康診査を行うことにより、健康管理、疾病の早期発見に努め、母子の健康障害を予防します。 多くの親と子に出会える健康診査の機会を利用し、保護者の育児不安の解消や孤立感の軽減に努めます。また、支援の必要な親と子については関係機関と連携し、継続的に支援します。	保健センター 子ども家庭支援課

⑥ 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

No.	事業名	事業内容	担当課
83	救急医療機関と連携した自殺未遂者支援	区内救急医療機関と連携し、自殺未遂者に対して生きるための支援を行います。	保健予防課 保健センター
84	警察、消防、交通機関と連携した自殺未遂者支援	警察、消防、交通機関と連携して、自殺未遂者に対して支援を行います。	保健予防課 保健センター

⑦ 遺された人への支援を充実する

No.	事業名	事業内容	担当課
85	自死遺族等の相談支援	自死遺族等の各種相談先や支援に関する情報を区ホームページに掲載するとともに、適切な窓口につなぐなどの支援を行います。 また、保健センターにおいて、保健師が自死遺族の悩みや不安について相談を受け、支援につなぎます。	保健予防課 保健センター

⑧ 民間団体との連携を強化する

No.	事業名	事業内容	担当課
86	子ども・若者活動団体支援	社会生活を営む上で、様々な困難を有する区内の子ども・若者を対象に支援を行う地域活動団体に対し、支援に必要な経費の一部を助成することにより活動を支援します。また、地域活動団体との連携を深めるため、連絡会議を開催し、子ども・若者の適切な支援につなげます。	子育て政策課

⑨ 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

No.	事業名	事業内容	担当課
87	子ども・若者支援地域協議会	「子ども・若者育成支援推進法」第19条第1項の規定に基づき、社会生活を円滑に営む上での困難を有する子ども・若者に対する支援を効果的かつ円滑に実施するため協議会を設置し、子ども・若者に対する支援に関する情報交換及び連絡調整、支援に必要な連携及び協力体制の整備等を行います。	子育て政策課
88	子ども未来プラザの整備	(No. 25 参照)	子育て政策課 保育課
89	若者支援体制の整備 (若者相談窓口)	(No. 72 参照)	子育て政策課
90	子ども・若者活動団体支援	(No. 86 参照)	子育て政策課
91	かつしか子ども応援事業	家庭の経済状況や養育環境等、様々な事情を有する子どもが、家庭や学校以外で安心して過ごすことができる場を提供します。また、保護者の子育ての悩み・不安に応じる養育支援や、学習等の意欲を喚起する支援を行うとともに、高校生世代の中途退学未然防止のための支援や就学支援等を行います。	子育て政策課
92	公園維持管理	(No. 73 参照)	公園課
93	児童遊園維持管理	(No. 74 参照)	公園課
94	スクールソーシャルワーカー派遣事業	(No. 75 参照)	総合教育センター 教育支援課
95	スクールカウンセラーの配置	(No. 76 参照)	総合教育センター 教育支援課
96	教育相談	(No. 77 参照)	総合教育センター 教育支援課
97	ふれあいスクール明石運営	(No. 78 参照)	総合教育センター 教育支援課
98	青少年対象講座等	(No. 27 参照)	生涯学習課
99	児童・生徒のSOSの出し方に関する教育	(No. 47 参照)	総合教育センター 教育支援課
100	養育費受け取り支援	子どもの最善の利益を守り、子どもが家庭の事情に左右されずに安定した生活を送ることを目的とし、子どもを現に養育しているひとり親の母又は父に対し、養育費の取り決めに要した費用を助成します。	子育て応援課

⑩ 勤務問題による自殺対策を更に推進する

No.	事業名	事業内容	担当課
101	成人期の SOS の出し方に関する支援	(No. 9 参照)	保健予防課 健康推進課
102	雇用・就労促進事業	就職支援セミナーや合同就職面接会を開催し、地域雇用・就労を支援します。 新規雇用への奨励金の支給により新規雇用の創出及び雇用の安定化を図ります。	産業経済課
103	労働関連講習会	労務管理や就業規則・従業員メンタルヘルスケア等、会社経営に欠かせない事柄をテーマにした講習会を開催することで、健全な企業を育成するとともに働きやすい職場づくりを推進します。	産業経済課
104	仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）応援事業	仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の考え方を普及啓発することで、区民・企業が働き方を変えていくことを推進します。	人権推進課

⑪ 女性の自殺対策を更に推進する

No.	事業名	事業内容	担当課
105	相談事業（女性の自立支援等）	(No. 53 参照)	人権推進課
106	女性相談	(No. 58 参照)	西生活課 東生活課
107	ゆりかご葛飾の推進	(No. 64 参照)	保健センター 子育て政策課 子ども家庭支援課
108	産後ケア事業の充実	(No. 66 参照)	保健センター 子ども家庭支援課
109	私立母子生活支援施設措置	(No. 68 参照)	子育て応援課
110	母子保健指導事業	(No. 70 参照)	保健センター 子ども家庭支援課
111	入院助産	(No. 42 参照)	子育て応援課
112	母子健康診査事業	(No. 82 参照)	保健センター 子ども家庭支援課

基本施策 6 障害や疾病に応じた療養支援



障害や難病、公害など一人一人の障害や疾病に応じた療養支援を行います。

とりわけ精神障害者保健福祉手帳の所持者数は、近年増加傾向にあります。精神障害のある方が、住み慣れた地域で充実した生活を送ることができるよう、医療、福祉・介護、住まい、社会参加、地域の助け合いが包括的に確保された「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の実現を目指します。また、措置入院等で入院した精神障害のある方や長期入院患者が退院後、医療を継続し、住み慣れた地域で生活するための仕組みづくりが課題になっています。

このため、措置入院等で入院した精神障害のある方や精神科長期入院患者が退院して自分らしい生活を送るために、地域における支援体制を構築するとともに、退院に向けた支援を行います。さらに、関係団体や区民などで構成する精神保健福祉包括ケア推進協議会において、葛飾区の実情に見合ったシステムを構築していくための方策を検討します。

また、「公害健康被害の補償等に関する法律」に基づく被認定者や「東京都大気汚染に係る健康障害者に対する医療費の助成に関する条例」に基づく認定患者数は、共に減少傾向にありますが、引き続き、区民に対する正しいぜん息の知識や、新しいぜん息の治療法などを伝える教室の開催やぜん息に罹患している児童・生徒に対して、ぜん息水泳教室などの症状改善事業の充実を図っていきます。

施策目標

障害や疾病に応じた相談や在宅療養支援を行います。

指標

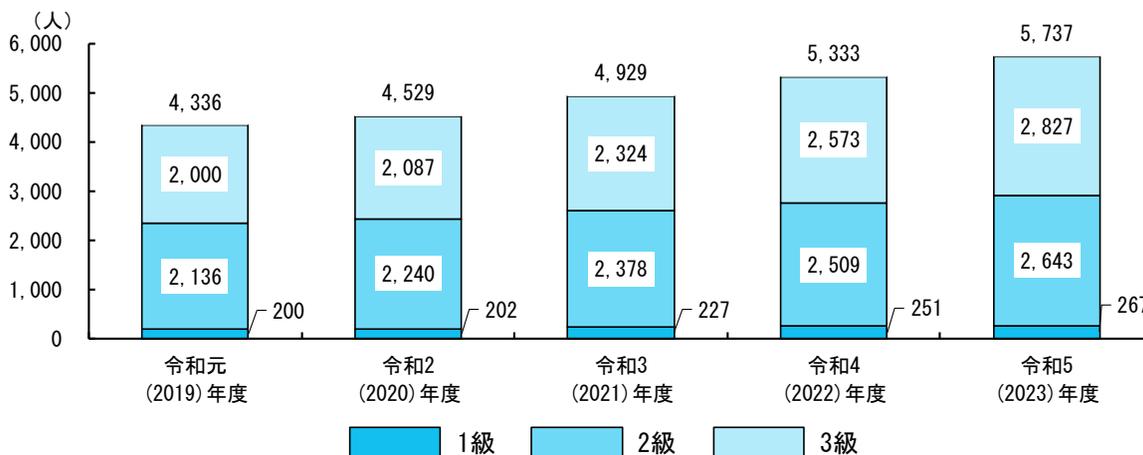
指標	算出方法・説明 又は出典	現状値	目標値 令和 12 (2030) 年度	指標の 方向
精神科の長期入院患者数	地域精神保健医療福祉 社会資源分析データベ ース（厚生労働省）	270 人	218 人	減らす
在宅人工呼吸器使用者の 災害時個別支援計画作成 者数	—	34 人	60 人	増やす

1 現状と課題

(1) 精神障害者保健福祉手帳所持者の推移

精神障害者保健福祉手帳所持者数は年々増加しています。精神障害のある方が住み慣れた地域で過ごせる体制づくりが必要です。

精神障害者保健福祉手帳所持者

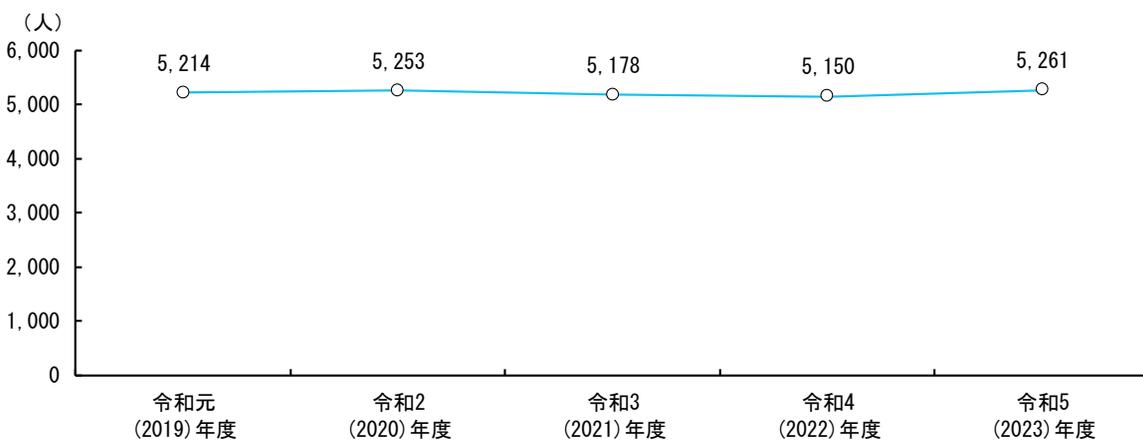


出典：葛飾区「庁内資料」

(2) 難病認定患者数

難病認定患者数の推移は、令和2(2020)年度以降減少したものの、令和5(2023)年度に上昇し5,261人となっています。

難病認定患者数

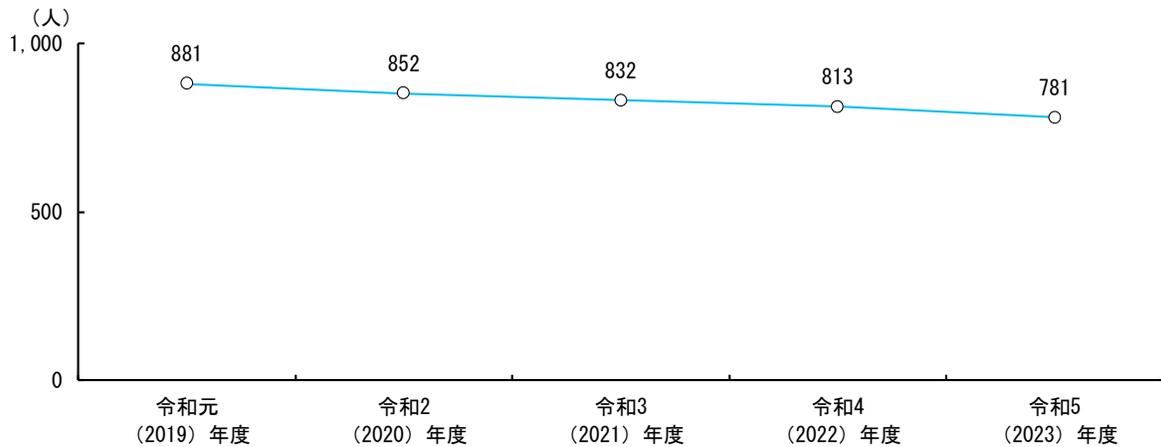


出典：葛飾区「庁内資料」

(3) 公害健康被害認定患者数の推移

「公害健康被害の補償等に関する法律」の施行による第一種地域の指定解除が行われ、昭和 63（1988）年 3 月 1 日以降、被認定者の新規認定はなくなりました。それ以前に認定されていた被認定者には、引き続き補償給付が支給されています。

公害健康被害認定患者数の推移

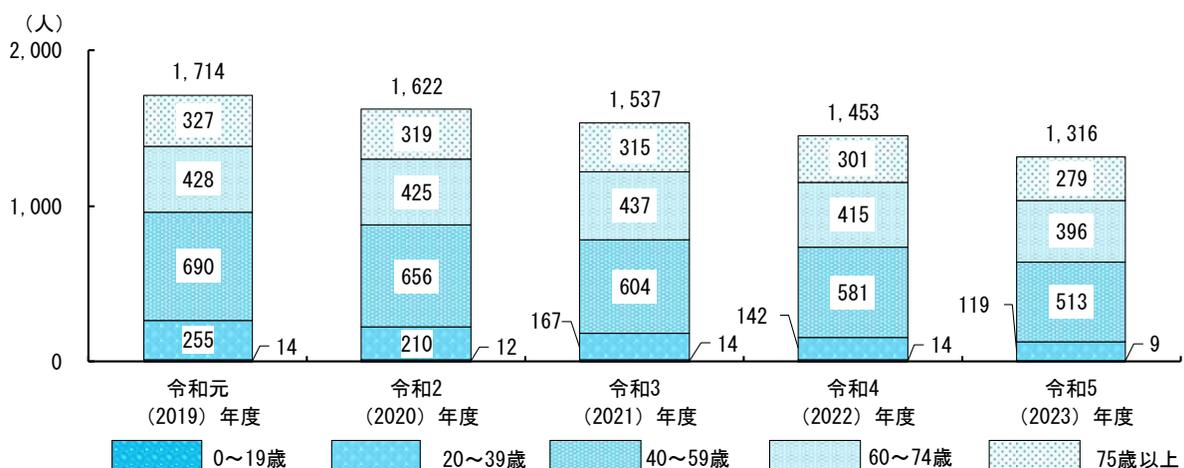


出典：葛飾区「庁内資料」

(4) 大気汚染障害者医療費助成認定患者の推移

大気汚染障害者医療費助成認定患者はどの年代においても減少傾向にあり、令和 5（2023）年度では全体で 1,316 人となっています。

大気汚染障害者医療費助成認定患者の推移

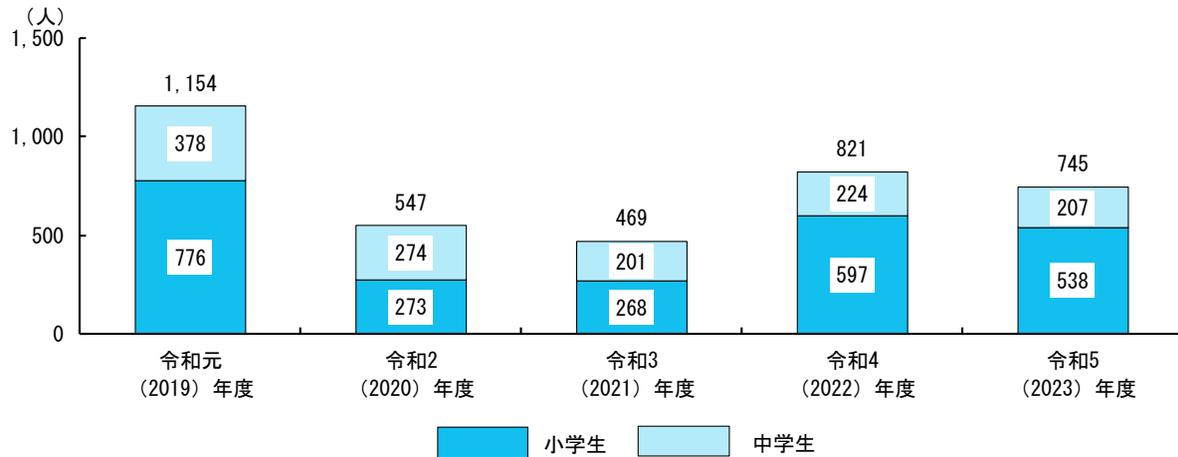


出典：葛飾区「庁内資料」

(5) 小学校・中学校のぜん息罹患者数

定期健康診断における区立小・中学校のぜん息罹患者数は減少傾向にありましたが、小学校、中学校ともに令和3（2021）年度を境に増加傾向に転じています。

小学校・中学校のぜん息罹患者数の推移



出典：葛飾区「庁内資料」

2 区の取組



取組の方向性

- 精神障害のある方が住み慣れた地域で生活を送ることができる体制を整備します。
- 難病患者に対する医療や在宅療養について相談支援を行います。
- 難病患者を支援する関係機関等が連携し、支援体制の強化を図ります。
- ぜん息に関する正しい知識の普及やぜん息の予防・改善に取り組みます。

重点事業

精神保健福祉包括ケアの推進

(保健予防課、保健センター)

①措置入院患者等の退院支援

措置入院患者等に、国が示す精神障害者の退院支援に関するガイドラインに基づき、退院後支援計画を作成し、退院支援を行います。また、精神科長期入院患者が退院して地域での生活を送るために、地域における支援体制を構築します。

②精神保健福祉包括ケア推進協議会の運営

葛飾区における地域精神保健福祉活動を総合的かつ効果的に推進するため、区の精神保健福祉の課題について協議します。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
精神保健福祉包括ケア推進協議会	運営	運営	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施

難病対策地域協議会の運営

(保健予防課)

- ・ 難病患者及びその家族に対する支援に関する課題を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図るとともに、難病対策の在り方について協議します。

事業目標	現状値	令和7 (2025) 年度	令和8 (2026) 年度	令和9 (2027) 年度	令和10 (2028) 年度	令和11 (2029) 年度	令和12 (2030) 年度	指標の 方向
難病対策地域協議会	運営	運営	運営	運営	運営	運営	運営	継続実施

実施事業

事業名	事業内容	担当課
自立支援給付	「障害者総合支援法」に基づく、障害者の自立支援給付制度（障害福祉サービス）の周知や障害支援区分認定及びサービスの支給決定を行います。	障害福祉課 保健予防課
自立支援医療	「障害者総合支援法」に基づき、障害者の医療費の一部を助成します。	障害福祉課 保健予防課
日常生活用具給付	日常生活用具の給付により、障害者の日常生活を支援します。	障害福祉課 保健予防課
移動支援事業	「障害者総合支援法」に基づき、障害者に対し地域活動支援事業に係るサービスを提供します。	障害福祉課 保健予防課
難病患者等訪問相談・指導	難病患者等で療養指導が必要な方に対し、保健師などがその家庭を訪問して、健康問題を総合的に把握し、相談支援を行います。	保健予防課 保健センター
難病医療相談	神経系難病専門医師による総合的な医療相談を実施することにより、相談者の的確な診断と治療の方向付けを行います。	保健予防課
難病等医療費助成	難病医療費助成、小児慢性特定疾病医療費助成制度の周知や受付を行います。	保健予防課
難病患者等福祉手当	難病患者に対して、難病患者福祉手当を支給することにより、福祉の増進を図ります。	保健予防課
在宅難病患者一時入院	難病患者の家族などの介護者が、自身の病気や事故等の理由によって一時的に介護ができなくなった場合に、指定の医療機関への一時入院を行います。	保健予防課 保健センター
在宅人工呼吸器使用者の災害時個別支援計画作成	在宅で人工呼吸器を利用している区民の方を対象に、日頃から準備すべきこと、緊急時の対応などをまとめた災害時個別支援計画の作成を行います。	保健予防課 障害福祉課
在宅人工呼吸器使用難病患者訪問看護	在宅で人工呼吸器を使用しながら療養している難病患者に対し、1日複数回、訪問看護ステーション等の看護師などが訪問看護を行います。	保健予防課 保健センター
医療的ケア児への支援の促進	161 ページ参照	障害福祉課 障害者施設課 地域保健課 保健予防課 保健センター 子ども家庭支援課 保育課 総合教育センター 教育支援課
難病リハビリ教室	パーキンソン病などの神経難病の方に対して、心身の機能の維持回復に必要な機能訓練を実施します。	保健予防課 保健センター
難病患者会支援	パーキンソン病などの患者・家族が長期療養する上で、支えの場となる患者会の利用を促進し、情報提供・交換の場や機会を提供します。	保健予防課
人工呼吸器を使用する在宅患者支援体制の整備	難病や障害等により在宅で人工呼吸器を使用している方に対し、停電時等に必要となる電源を確保し供給します。	地域保健課

事業名	事業内容	担当課
施設通所者健康診査事業	区内の障害者施設の通所者が、適切な健康診査を受診することにより、健康的な生活をするができるようにします。	健康推進課
障害児・者歯科診療	141 ページ参照	健康推進課
音楽訓練教室	音楽療法士がぜん息児に歌や踊り、楽器の使用などの指導を通して腹式呼吸を習得させます。保護者にも、腹式呼吸の方法や効果を説明し、家庭でも取り組むことができるようにします。	地域保健課
ぜん息教室	ぜん息に関する正しい知識を普及し、発作時等における症状の軽減を図ります。	地域保健課
ぜん息児水泳教室	水泳をすることによりぜん息の症状の改善につなげていきます。水泳以外にも定期的に運動を続けるなど継続した体力づくりにつなげます。	地域保健課
公害認定患者インフルエンザ予防接種費支給	インフルエンザに罹患することにより、ぜん息などの症状が悪化しないよう、インフルエンザ予防接種の自己負担金を助成します。	地域保健課
公害認定患者家族療養指導事業	保健師が電話や訪問をすることで近況を把握し、療養に必要な助言・指導を行います。	地域保健課 保健センター

3 区民や関係機関・団体等の取組



区民一人一人の取組

- 障害、難病、ぜん息などに対する正しい知識を持ちましょう。
- 医療機関や相談機関から正しい情報を得て、医療・福祉のサービスを適切に利用しましょう。



関係機関・団体等の取組

- かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局として、障害や疾病に応じた療養を支援します。
- 障害、難病、ぜん息患者の在宅療養を支援するため、関係機関との連携を図ります。