

令和2年度第3次健康日本21狭山市計画・第2次狭山市食育推進計画支援策関係部局取組状況

3. 休養・こころの健康

【基本目標3】 こころからだを上手に休め活力を養います。

(取り組み7) 相談する相手が出て、さらにふれあいのある暮らしを送ります。(「◎」は重点支援策です。)

ライフ ステージ	No.	私たち一人ひとりが行うこと (市民の行動目標)	健康づくりのための支援策 (市の支援策)	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和元年度評価		令和2年度評価		アンケート の実施 (令和2年度評価)	関係部局
					R元年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点	令和2年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
全体	60	・相談相手や仲間をもち、一人で悩まないようにします。 ・地域の人、様々な世代の人との関わりや交流を大切にします。 ・気の合う仲間をもち、家族との楽しい時間や気の合う仲間との楽しい時間を大切にします。 ・家の外に出て、人と会って話をしよう努めます。	・コミュニケーションの大切さを啓発していきます。	各教室や講座を通じて、人との交流やコミュニケーションの大切さを伝え、心の安定が健康度アップにつながることを伝える。こころの健康に関する相談を随時実施し、個々にあった方法で伝える。	・健康はなまる講座で休養についての講座を実施。 ・精神保健相談5回11件 ・こころの相談日6回14件	4	・健康はなまる講座で休養についての講座を実施。 ・精神保健相談6回15件 ・こころの相談日6回13件	4	実施していない	保健センター
	61		・公園、こども動物園、キャンプ場など、ふれあいの場の情報を提供します。	公園の利用やイベント等に参加し、自然や動物へのふれあいを通じ心身共に休養してもらうため、ふれあいの場となる施設の内容や行事・イベント等をホームページ等で情報提供をする。	ホームページ・広報紙・チラシ等での情報提供:随時	4	ホームページ・広報紙・チラシ等での情報提供:随時	4	実施した	みどり公園課
	62		・親子や家族単位で楽しめるイベントや講座を開催します。	狭山市青少年育成推進員会において、親子、家庭の絆を深めるのを目的に親子参加型の事業を開催する。	天体望遠鏡を作って、星を見よう 対象:親子 参加者数:親子25組50名	4	新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため令和2年度は中止	コロナ未実施	実施していない	社会教育課
				親子での共同作業や参加する家庭間のコミュニケーション作りの場として、関係機関と連携して、講座を実施する。	家族ふれあい講座 R1年9月実施 12組30人	4	家族ふれあい講座	コロナ未実施	実施していない	中央公民館
				乳幼児と保護者を対象に、情報交換の場を提供するとともに、様々な遊び等を通じて交流し、子育ての悩みや孤立感解消の一助とする。	対象:就学前の子と親 事業名:べんぎんルーム 全17回 参加者数:346名	4	新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、事業の実施は見送った。	コロナ未実施	実施していない	入曽公民館
				親子で茶摘を体験して、とれた茶の葉を使ってんぶらを試食する。	親子でお茶摘み体験講座 23名	5	親子でお茶摘み体験講座:講座中止	コロナ未実施		堀兼公民館
				情操教育と参加者相互の交流を図る。	年3回(夏・春・冬)おはなし会を開催 幼児～一般対象 参加者数のべ81名	5	年2回(春・冬)おはなし会を開催 幼児～一般対象 参加者数のべ90名	5	実施した	狭山台公民館
				親子のふれあい遊びを学ぶとともに、乳幼児を持つ親やその子供たち同士が、気軽に交流を図れる場を提供することを目的に実施する。	対象者:小さな子どもを持つ親等 事業名:子育て広場「プチ・クレヨン」、子育て広場「あいあい」 実績:50回程度開催予定 延べ参加者数:414人程度	5	対象者:小さな子どもを持つ親等 事業名:子育て広場「プチ・クレヨン」、子育て広場「あいあい」 実績:18回開催 延べ参加者数:239人 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止回あり	3	実施していない	柏原公民館
				講座、イベントのうち、土・日曜等開催のものを設けることで、家族揃って参加しやすい企画を行う。	ドッジビー講習会 1回/年 市民文化祭、体験コーナー・模擬店 1日/年	5	ドッジビー講習会 ※中止 市民文化祭、体験コーナー・模擬店 ※中止。オンラインでの代替事業実施	コロナ未実施		水富公民館
				親子でスポーツに親しむ場の提供としてイベントを開催し、スポーツの振興を図る。	・クロスカントリーin Sayama 対象:小学1・2年生の親子 参加者数:182人	5	・クロスカントリーin Sayama	コロナ未実施	実施していない	スポーツ振興課
育児学級を開催し、親子遊びや地域の子育て支援機関について情報提供する。両親学級を開催し、育児の楽しさについて情報提供する。	・すくすくベビー12回延べ153人 ・両親学級6回延べ144人	4	・すくすくベビー10回延べ62人 ・両親学級7回延べ184人	4		保健センター				
63	・地域での朝の体操会、ウォーキングなどで地域の人たちが気軽に来えるよう、各地区のすこやか推進員の活動を支援します。	自治会より選出されるすこやか推進員に、地域の運動づくりや健康維持に関する企画を実施していただき、地域の交流を図りながら市民の健康づくりを図れるよう支援する。	すこやか推進員による事業を実施 委嘱人数 99人 体操・ウォーキング等の参加人数 37,941人	5	すこやか推進員による事業を実施 委嘱人数 95人 体操・ウォーキング等の参加人数 24,134人	5	実施していない	健康づくり支援課		

令和2年度第3次健康日本21狭山市計画・第2次狭山市食育推進計画支援策関係部局取組状況

3. 休養・こころの健康

【基本目標3】 こころからだを上手に休め活力を養います。

(取り組み7) 相談する相手が出て、さらにふれあいのある暮らしを送ります。(「◎」は重点支援策です。)

ライフステージ	No.	私たち一人ひとりが行うこと (市民の行動目標)	健康づくりのための支援策 (市の支援策)	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和元年度評価		令和2年度評価		アンケート の実施 (令和2年度評価)	関係部局
					R元年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点	令和2年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
全体	64	・悩みごとについて相談します。	◎狭山市自殺予防対策庁内連絡会議※等により、関係機関が連携し、相談機関の周知、相談スタッフのスキルアップなどを図り、相談支援体制を充実させ、相談しやすい環境をつくります。  ※狭山市自殺予防対策庁内連絡会議: 自殺予防対策における庁内ネットワークの構築及び事業の推進を目的に、狭山市と埼玉西部消防組合 狭山消防署で構成され、相談機関のPR、講演会、ゲートキーパー養成研修(支援者向け研修)などを 実施している。	精神保健相談やこころの相談日などを実施し、相談支援体制を充実させます。さらに広報やホームページ、啓発用ポケットティッシュなどの広告媒体を使い普及啓発する。  狭山市自殺対策会議(平成29年度に狭山市自殺予防対策庁内連絡会議から呼称変更)を開催するなど、民間も含めた相談支援機関同士の情報共有や連携を密にし、相談支援環境を整備する。  市職員及び福祉関連機関職員が、自殺に至る要因に対する動きかけを学び、市の自殺対策事業の支援者としての資質の向上を図ることを目的として、職員向けの自殺対策研修会を実施する。	・精神保健相談5回11件、こころの相談日6回14件 ・広報9月号:自殺対策の記事、広報3月号:自殺予防月間の記事を掲載 ・狭山市自殺対策会議 1回、実務者会議 2回 ・職員向け自殺対策研修会(ゲートキーパー研修)R1.8.21 対象:市職員及び関係機関職員74人 ・自殺対策講演会(市民向け)「あなたが大切な人になれること〜うつ蔓延社会をうつ円満社会へ〜」R1.9.25 110人 ・「職場や生活の中でできるストレスマネジメント〜こころの余裕の作り方〜」R1.10.29 58人 ・「人はなぜ依存症になるのか〜アルコール、ギャンブル、インターネットなど〜」R2.1.30 56人 ・こころの健康講座「ひきこもりの問題を抱える家族のつらい」R1.10.4 6人、R1.12.13 8人 ・市民向け自殺対策研修会は、新型コロナウイルス感染予防のため中止	4	・精神保健相談6回15件、こころの相談日6回13件 ・広報9月号:自殺対策の記事、広報3月号:自殺対策強化月間の記事を掲載、ホームページ、SNSを通じてメッセージの発信を行った。 ・3月の月間に合わせ、自殺対策普及啓発のぼり旗を作成し、保健センター及び庁内に設置(保健センターは通年設置) 関係機関窓口 ・狭山市自殺対策会議 1回(書面開催)、実務者会議1回 ・研修会、講演会は新型コロナウイルス感染予防のため中止	3	実施していない	保健センター
乳幼児期	65	・子育てサークルの育成・支援をします。	・子育てサークルの育成・支援をします。	各地域の子育てサロン、ボランティアその他の団体または個人の活動状況を把握し、子育て家庭と地域資源をつなぐコーディネートをおこなう。また活動が活性化できるようスタッフ派遣依頼に応じたり、広報活動もおこなう。	子育て支援団体への保育士派遣13回延べ27人派遣	5	子育て支援団体への保育士派遣 4回延べ11人派遣	4	実施していない	総合子育て支援センター
				子育て中の親子が活動するサークルの自主性を尊重し、育児の孤立化防止や育児負担の軽減し、楽しい育児を促進するようにする。また、情報提供の場、掲示版の活用を行う。	子育て応援、お楽しみ会など各子育てプレイスで月1回以上実施	4	子育て応援、お楽しみ会など各子育てプレイスで月1回以上実施	4	実施していない	子育てプレイス
	66	・親も子ども気の合う仲間をつくりたい。	講座、イベントを通し育児の孤立化、育児不安を軽減するとともに、地域とのつながりを促し、外に出るきっかけ作り、子育て仲間作り、交流を促せる場を提供する。  子育て中の親子を対象に定期的に子育てに関する講座などを開催し、安心して子育てできる環境の整備と家庭における子育て力の向上を図る。  両親学級・マタニティスクール、育児学級を開催し、交流や仲間づくりの機会をつくる。	子育て応援講座(年2回)延べ129人 おたのしみ会(月1回)延べ331人 ワイワイ広場23回452人・あかちゃんワイワイ広場15回277人	5	子育て応援講座(年1回)延べ39人 ワイワイ広場11回150人・あかちゃんワイワイ広場4回24人	4	実施した	総合子育て支援センター	
				子育て応援講座、お楽しみ会など各子育てプレイスで月1回以上実施	4	子育て応援講座、お楽しみ会など各子育てプレイスで月1回以上実施	4	実施していない	子育てプレイス	
				マタニティスクール7コース延べ129人、両親学級6回延べ144人、すくすくベビー12回延べ153人	4	マタニティスクール5コース延べ139人、両親学級7回延べ184人、すくすくベビー10回延べ82人	4		保健センター	

令和2年度第3次健康日本21狭山市計画・第2次狭山市食育推進計画支援策関係部局取組状況

3. 休養・こころの健康

【基本目標3】 こころからだを上手に休め活力を養います。

(取り組み7) 相談する相手が出て、さらにふれあいのある暮らしを送ります。(「◎」は重点支援策です。)

ライフ ステージ	No.	私たち一人ひとりが行うこと (市民の行動目標)	健康づくりのための支援策 (市の支援策)	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和元年度評価		令和2年度評価		アンケート の実施 (令和2年度評価)	関係部局
					R元年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点	令和2年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
乳幼児期	67	・相談相手や気の合う仲間をもち、一人で悩まないようにします。	・各種教室や相談活動を通じて、子育てを支援します。	子育てに関する相談、助言、情報提供、講座などを実施することにより、育児ストレスや負担感の軽減、子どもの虐待の発生予防、早期発見・対応できるよう間接的支援、予防的支援をおこなう。	電話・面接相談(日～土) 子育て応援講座(NP講座・年2回各6回)延べ129人 おしゃべり会(随時)37回122人	5	電話・メール・フロア・面接相談(日～土) 子育て応援講座(NP講座) 延べ39人	4	実施した	総合子育て支援センター
				子育てに関する様々な悩みや相談に応じ、育児ストレスや不安感を軽減し、健全な親子を育成する。	随時、子育てに関する相談を受ける	4	随時、子育てに関する相談を受ける	4	実施していない	子育てプレイス
				各保育所では保護者からの相談を随時行っている。家庭との連絡ノートを通して情報交換したり、懇談会等で保護者同士が思いを共有する場も設ける。また、市内民間保育所で地域子育て支援拠点事業を行い、地域の子育て支援家庭の相談を随時実施する。	・公立保育所で随時実施。 ・公立保育所の園庭解放時に子育て相談を実施。 ・子育て支援拠点事業3か所 ・子育て支援拠点事業3か所	5	・公立保育所で随時実施した。 ・子育て支援拠点事業3か所において相談を随時実施した。	3	実施していない	保育幼稚園課 全保育所
				毎週水曜日に相談日を設けるほか、登降園時の保護者の様子を見て随時、声をかけ悩みが深くないように支援する。個人面談を行い、全保護者と話す機会を設ける。	全保護者対象 登後園時相談日 毎週水曜日 個人面談年1回	5	全保護者対象、登降園時相談日 毎週水曜日 個人面談年1回	5	実施していない	入間川幼稚園
				毎月相談日を設け、保護者に手紙を配布し、希望者の相談に応じる。個人面談や懇談会、降園時間に保護者の子育ての悩みについて聞き、保護者のサポートを行う。	全園児保護者対象 懇談会年4回 個人面談年1回 さわやか相談日10回	5	全園児保護者対象 懇談会4回 個人面談年1回 さわやか相談年10回(希望者)	5	実施していない	水富幼稚園
				乳幼児健康相談、電話や訪問等での育児相談を実施する。	乳幼児健康相談12回延べ745人	4	乳幼児健康相談10回延べ468人	4		保健センター
学童・思春期	68	・困ったとき、悩んだとき、相談できる人がいることを知り、一人で悩まず相談します。	・さやまっ子相談員、さやまっ子相談支援員による相談活動を充実します。	各中学校のさわやか相談室に、「さやまっ子相談員」、「さやまっ子相談支援員」を配置することによって、生徒、保護者、また、関連する小学校の児童等の教育相談活動の充実を推進する。	全小中学校で実施、推進	5	全小中学校23校で推進	5	実施していない	教育指導課
			各中学校のさわやか相談室に「さやまっ子相談員」、「さやまっ子相談支援員」を配置することによって、生徒、保護者、また関連する小学校の児童等の教育相談活動の充実を推進する。	相談件数2,925件	5	相談件数2,400件	5	実施していない	教育センター	
	69	・教育センターの教育相談室における相談活動を充実します。	知り得た情報について、教育センターへ迅速に伝える。また、各小中学校と連携を図りながら、教育センターにおいて、電話相談、来所相談を実施することによって、子どもに関する様々な悩みの教育相談活動の充実を推進するよう、サポートするよう努める。	全小中学校で実施、推進	5	全小中学校23校で推進	5	実施していない	教育指導課	
			教育センターにおいて、電話相談、来所相談を実施することによって、子どもに関する様々な悩みの教育相談活動の充実を推進する。	相談件数1,715件	5	相談件1,754件	5	実施していない	教育センター	

令和2年度第3次健康日本21狭山市計画・第2次狭山市食育推進計画支援策関係部局取組状況

3. 休養・こころの健康

【基本目標3】 こころからだを上手に休め活力を養います。

(取り組み7) 相談する相手が出て、さらにふれあいのある暮らしを送ります。 (「◎」は重点支援策です。)

ライフ ステージ	No.	私たち一人ひとりが行うこと (市民の行動目標)	健康づくりのための支援策 (市の支援策)	支援策(もしくは事業)の目的及び具体的実施内容	令和元年度評価		令和2年度評価		アンケート の実施 (令和2年度評価)	関係部局
					R元年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点	令和2年度の対象者、事業名、参加者数や事業実施回数等の実績数	達成度 5点満点		
学 童 ・ 思 春 期	70	・困ったとき、悩んだとき、相談できる人がいることを知り、一人で悩まず相談します。	・教育センター「けやき」(適応指導教室)において社会的自立、学校復帰をめざした支援をします。	知り得た情報について、教育センターへ迅速に伝える。また、各小中学校と連携を図りながら、教育センターでの不登校児童生徒に関する教育相談から、適応指導教室「けやき」の入級へつなげ、学校復帰を目指した支援のサポートを行う。	全小中学校で実施、推進	5	全小中学校23校で推進	5	実施していない	教育指導課
				各小中学校と連携を図りながら、教育センターでの不登校児童生徒に関する教育相談から、適応指導教室「けやき」の入級へつなげ、社会的自立、学校復帰を目指した支援を推進する。	延べ利用児童生徒数800人	5	延べ利用児童生徒数1,129人	3	実施していない	教育センター
高 齢 期	71	・様々な年代の人との関わりや交流を大切にします。 ・家族との時間や気の合う仲間との楽しい時間を大切にします。	・老人クラブ活動を支援します。	単位老人クラブの活動支援のため補助金を交付する。	補助対象単位老人クラブ数40クラブ	4	補助対象単位老人クラブ数38クラブ	4	実施していない	長寿安心課
	72		・高齢者の憩いの場などを提供します。	高齢者が気軽に集える場所として老人福祉センターを運営する。	3か所(宝荘、寿荘、不老荘)	4	3か所(宝荘、寿荘、不老荘)	4	実施していない	長寿安心課
	73	・豊かな経験をボランティア活動などで、地域のために活かします。	・シルバー人材センターの活動を支援します。	シルバー人材センターへの活動支援のため補助金を交付する。	活動支援のための補助金を交付	4	活動支援のための補助金を交付	4	実施していない	長寿安心課