

相模原市母子保健計画

～「すこやか親子さがみはら21」～

母子保健は、生涯を通じた健康の出発点であると同時に、次の世代をすこやかに産み育てるための基礎となります。

近年の少子化や核家族化、女性の社会進出の増加等により、親と子をめぐる様々な環境の変化に伴い、地域に即した母子保健対策の推進が重要となってきています。

20世紀に達成しきれなかった乳幼児の事故死や予防接種の問題、深刻化が予想される児童虐待や思春期の問題など新たな課題を盛り込み、安心して子どもを産み、すべての親と子がすこやかに暮らせる社会の実現に向けて、平成15年3月に相模原市母子保健計画「すこやか親子さがみはら21」を策定しました。

計画の期間は、平成15年～22年までの8年間です。

基本理念

～すべての親と子が すこやかで
ゆたかに育つまち さがみはら～



妊娠・出産・育児を通して、すべての親と子が心身ともにすこやかに成長を重ね、ゆたかな人生を送ることは、地域社会の願いであり、母子保健事業を展開していく上での基本理念となります。

基本目標



計画の策定に向けて、次の五つを基本目標として掲げます。

この基本目標は、それぞれ国の「すこやか親子21」の四つの主要な課題に本市独自の「乳幼児期からの生活習慣病の予防の推進」を加え、五つの主要課題としそれぞれに対応したものです。

基本目標	主要な課題
基本目標Ⅰ 女性や家族が自らの心身の状態を十分に知り、こころ安らかに過ごすことができるようにします	妊娠・出産に関する安全性と快適さの確保と不妊への支援
基本目標Ⅱ すべての子どもたちが、安全で健康に過ごすことができるようにします	小児保健医療水準を維持・向上させるための環境整備
基本目標Ⅲ 親も子も笑顔で生活することができるようにします	子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減
基本目標Ⅳ 乳幼児期から生活習慣病の予防に取り組み、健やかに成長することができるようにします	乳幼児期からの生活習慣病の予防の推進
基本目標Ⅴ 子どもたち自らが自分のこころとからだの健康を意識し、行動することができるようにします	思春期保健対策の強化と健康教育の推進

計画の体系図



基本理念

～すべての親と子が すこやかで ゆたかに育つまち さがみはら～

基本目標Ⅰ

女性や家族が
自らの心身に
十分な余裕を
知り、ここに
安心して過ごす
ことができるよ
うにします

基本目標Ⅱ

すべての子ども
たちが、安全
で健康に過
ごすことが
できるように
します

基本目標Ⅲ

親も子も笑顔
で生活するこ
とができるよ
うにします

基本目標Ⅳ

乳幼児期から
生活習慣病の
予防に取り組
み、健やかに
成長できるよ
うにします

基本目標Ⅴ

子どもたち自
らが自分のこ
ころとからだ
の健康を意識
し、行動する
ことができる
ようにします



基本目標 I

女性や家族が自らの心身の状態を十分に知り、
こころ安らかに過ごすことができるようにします



女性が一生の間に産む子どもの数（合計特殊出生率）は年々減少し続けている現状の中、妊娠・出産に関する情報を的確に得ることができ、こころ安らかに過ごし、女性自らが出産方法等を自由に選択できる環境を整えることが必要です。

また、一方では不妊治療など不妊への関心が高まってきており、不妊の不安を抱えている人は多いと推測されます。適切な情報提供と情報交換などにより不妊の悩みが軽減できるような取り組みが必要となっています。

今後の方向と具体的事業

1. 妊婦やその家族が妊娠してから出産まで安全・快適に過ごすことができる

- 妊娠・出産に関して必要な情報を得ることができ、選択することができる
- 妊娠から出産まで家族が協力し、不安なく安全に過ごすことができる
- 働く女性の妊娠・出産について職場できめ細やかな配慮がある

具体的事業	
	<ul style="list-style-type: none">● 妊娠 11 週までの妊娠届の勧奨● 来所・電話による健康相談の充実● 妊娠・出産に関する情報提供の充実● 母子健康手帳の妊娠・出産に関する情報提供の充実● 広報さがみはらやリーフレット、ホームページ等による情報提供の充実● 家族が参加できる教室等による妊娠・出産に関する情報提供の充実
新	多胎児教室における先輩ママとの交流の実施
	<ul style="list-style-type: none">● 多胎育児に関する情報提供の充実● たばこ・アルコール等の情報提供の充実● 働く妊婦の健康支援● 妊婦及び事業主への母性健康管理指導事項連絡カードの普及・啓発● 通勤等での快適な生活環境の確保

2. 女性や家族が不妊等の悩みを解消することができる

- 不妊について情報を得ることができるとともに、気軽に相談ができる窓口がある
- 不妊に悩む人が共に情報交換しあえる場がある

具体的事業	
新	不妊に関する情報提供の実施
新	リーフレット・ホームページ等による情報提供の実施
新	「不妊相談」の実施
新	不妊に悩む人同士の交流の場の確保と交流促進の支援

今年度の取り組み

去る10月25日の健康づくりのつどいにおいて、現在多胎児を妊娠中の妊婦さんと、育児に奮闘中のお母さん達が情報交換できる場として「ビーンズクラブ」を開催いたしました。

取組の目標

	指標	現状（ベースライン）	平成22年の目標
I-1	妊娠11週以下での妊娠の届出率	70.2%①	80%
I-2	妊娠・出産について満足をしている母親の割合	73.0%	90%
I-3	母性健康管理指導事項連絡カードを知っている妊婦の割合	11.0%	100%
I-4	喫煙をしている妊婦の割合	11.0%	なくす
I-5	飲酒をしている妊婦の割合	16.2%	なくす
I-6	全出生中の極低出生体重児の割合（1,500g未満）	0.83%①	減少へ
I-7	全出生中の低出生体重児の割合（2,500g未満）	9.7%①	減少へ
I-8	不妊相談窓口	0か所	3か所

● 現状（ベースライン）の数値

現状（ベースライン）の数値のうち記載の無いものは「母子保健計画アンケート調査」における数値。①は「平成13年度相模原市保健所年報」の数値

基本目標Ⅱ

すべての子どもたちが、

安全で健康に過ごすことができるようにします



生まれた子どもたちが健やかに育つためには、乳幼児を事故から守ることが大切です。1歳以上の子どもの死因をみると第1位は不慮の事故で、そのほとんどは日常生活上の注意で未然に防げるといわれています。

また、欧米諸国で効果をあげているSIDS（乳幼児突然死症候群）予防についても、保護者の理解はまだ不十分です。これらのことから、生まれた直後から発達段階に応じた事故やSIDSの予防について実践できるようになることが重要です。

子どもの死亡の減少に貢献している予防接種については、まだ接種率が低く、地域における接種率が95%を超えると感染抑止効果が大きいといわれていることから、予防接種の安全性等について保護者が正しく理解し、適切に接種することが重要です。

平成13年6月から本市において小児急病診療事業が始まり、休日や夜間に小児科医の受診が可能になりました。子どもが適切な保健医療サービスが受けられるよう、それらの内容を充実し、周知に力を入れていく必要があります。

今後の方向と具体的事業

1. 感染症や事故などから子どもを守り、すべての子どもたちが健康に過ごせる

- 子どもの発達段階に応じた事故予防ができ、子どもが安全に生活できる
- SIDS 予防について理解し、実践できる
- 適切な時期に予防接種を受け、病気の予防ができる

具体的事業	
●	母親・父親教室、乳幼児健康診査等による事故予防、SIDS 予防に関する情報提供の充実
●	新生児訪問等における個別支援の充実
●	広報さがみはらやリーフレット、ホームページ等による情報提供の充実
新	心肺蘇生法の普及・啓発
●	救急法（応急手当）講習会の充実
●	母子健康手帳の事故予防、SIDS 予防に関する情報提供の充実
新	事故防止モデルコーナーの設置
●	予防接種の必要性や安全性等に関する情報提供の充実
新	未接種児への受診勧奨
新	麻疹の早期接種の推進

2. 適切な保健医療サービスを受けることができる

- 誰もがどんなときでも安心して医療にかかることができる
- 子どもの成長や発達の確認ができ、育児に安心と自信がもてる満足した乳幼児健診を受けることができる

具体的事業	
●	小児急病診療事業に関する情報提供の充実
●	小児医療援護事業等の小児医療に関する情報提供の充実
●	かかりつけ医（医科・歯科）の普及と定着
●	市内の医療機関の情報提供の充実
●	乳幼児健康診査における育児支援の充実
新	乳幼児健康診査の他市町村との相互乗り入れの推進



平成16年4月から麻疹の予防接種率の向上を目指し、「お誕生前健康診査」を「1歳児健康診査」に変更します。

対象は1歳から1歳2か月になる前日までで、健康診査と麻疹の予防接種を同時に受けることができます。

平成15年4月1日以降に生まれたお子さまから対象になります。

取組の目標

	指標	現状（ベースライン）	平成22年の目標
Ⅱ-1	子どもから目を離す時、ベビーベットの柵をいつも上げている親の割合	4か月児 75.3%	100%
Ⅱ-2	子どもが1人で浴室に入れないよう工夫している親の割合	1歳6か月児 36.0%	100%
Ⅱ-3	チャイルドシート（ジュニアシート）に座らせている親の割合	72.3%	100%
Ⅱ-4	けがや事故で入通院した子どもの割合	16.8%	減少へ
Ⅱ-5	SIDSの予防について知っている親の割合	仰向け寝が良い 92.6% 喫煙が一因 81.9% 母乳育児が良い 69.1%	100%
Ⅱ-6	子どもと同室で喫煙する親の割合	21.6%	なくす
Ⅱ-7	予防接種が必要と思う親の割合	89.0%	95%
Ⅱ-8	1歳までにBCGの接種を終了している子どもの割合	83.3% ②	95%
Ⅱ-9	1歳6か月までに麻疹・三種混合（Ⅰ期）の予防接種を終了している子どもの割合	麻疹 72.3% 三種混合 86.5% ②	95%
Ⅱ-10	かかりつけの小児科医をもつ親の割合	61.7%	70%
Ⅱ-11	休日、夜間に病気になった時、受診の仕方を知っている親の割合	84.4%	100%
Ⅱ-12	心肺蘇生法を知っている親の割合	32.2%	100%
Ⅱ-13	乳幼児健診に満足している親の割合	69.8%	80%

●現状（ベースライン）の数値

現状（ベースライン）の数値のうち記載の無いものは「母子保健計画アンケート調査」における数値。②は平成13年9月20日現在1歳6か月の幼児の接種状況の数値

基本目標Ⅲ

親も子も笑顔で生活することが
できるようにします



子どもの心の発達は、一番身近な養育者である母親の心の状態と深く関係していることから、育児を楽しめるような環境づくりが大切です。

特に外国籍の親子、未熟児や多胎児、病気をもつ子どもたちのいる家庭などについては、より積極的な育児支援が必要になります。

近年、乳幼児の虐待が大きな社会問題となっていますが、虐待は誰にでも起こり得る問題で、育児の仕方がわからない、社会から孤立しているなどいくつかの要因が重なったときに起こると言われています。

親子が心豊かに生活することができ、虐待につながるものがないよう育児不安が強い親にはきめ細かな個別的支援を行うなど、地域全体でこれらの親子を見守り支援していく体制を整えていく必要があります。

今後の方向と具体的事業

1. 親が安心して楽しく育児ができる

- 育児期の親がストレスを上手に解消し、健康に過ごすことができる
- 家族が協力をして育児を行うことができる
- 育児に必要な情報を得ることができ、選択することができる

具体的事業	
<ul style="list-style-type: none">● 来所・電話による育児相談・栄養相談の充実● 訪問指導(妊産婦・新生児訪問指導等)の充実● 母乳育児の推進地域の資源(※1)の活用● 父親や家族の育児参加の促進● 母親・父親教室などの教室の充実● 広報さがみはらやリーフレット、ホームページ等による情報提供の充実● 乳幼児健康診査時の情報提供の充実● 乳幼児の食生活等育児教室の充実	
新	未熟児・多胎児教室の実施と参加者間の交流の場の確保

2. 地域ぐるみで子どもを大切に育てる

- 気軽に集い、情報交換ができる
- 育児不安や困った時に身近な地域で相談や支援が受けられる

具体的事業	
<ul style="list-style-type: none">● 地域における「ふれあい親子サロン」等の交流の場の確保と充実● 地域情報誌・リーフレット等の活用● コミュニティ保育等育児サークルへの参加の促進と自主グループ活動支援● 育児相談窓口の情報提供の充実● 育児支援者(※2)の連携とネットワークづくり● 地域の資源(※1)の活用	

※1 ファミリーサポート事業、地域育児センター(一時保育・地域交流)、こどもセンター(各種事業)等

※2 保健師、保育士、主任児童委員、健康づくり運動普及員、こどもセンター指導員、母親クラブ、医療機関、先輩ママ、その他育児支援にかかわる人

3. すべての子どもが安心して生活できる環境がある

- 外国籍の親子、未熟児や多胎児、病気をもつ子どもたちが生き生きと暮らすことができる
- 虐待を未然に防ぎ、親子が心豊かに生活することができる

具体的事業	
●	病気の知識や対応方法などの育児の情報提供の充実
●	保健師等の訪問指導による個別支援の充実
●	育児相談の充実
●	育児教室での学習と参加者間の交流の促進
●	外国語版の健康診査票の充実
新	専門心理相談の実施
●	虐待予防事業の推進
●	医療機関やNPOとの連携
●	乳幼児健康診査における育児支援の充実
●	地域における見守り活動の促進

取組の目標

	指標	現状（ベースライン）	平成22年の目標
Ⅲ-1	家事や育児に参加する父親の割合	70.0%	90%
Ⅲ-2	ゆったりとした気分で子どもと楽しく過ごせる時間のある母親の割合	91.0%	95%
Ⅲ-3	子どもと一緒に遊ぶ父親の割合	90.0%	95%
Ⅲ-4	子育てで不安な気持ちをもつ母親の割合	58.7%	25%
Ⅲ-5	生後1か月時に母乳をあげていた母親の割合	86.0%	90%
Ⅲ-6	子どもを虐待しているのではないかと思う親の割合	13.2%	減少へ
Ⅲ-7	児童虐待件数	201件 ③	減少へ

● 現状(ベースライン)の数値

現状(ベースライン)の数値のうち記載の無いものは「母子保健計画アンケート調査」における数値。③は「平成13年度事業概要(神奈川県)」より抽出した数値

基本目標Ⅳ

乳幼児期から生活習慣病の予防に取り組み、
健やかに成長することができるようにします



生活習慣病の予防には、食習慣や睡眠、運動などの生活習慣を乳幼児期からきちんと身につけることが好ましいとされています。

さらに、乳幼児期から歯の健康を守ることで適切な食習慣を身につけ、子どもの発育や発達を促すことができます。単に歯みがきの習慣を身につけるだけでなく、積極的にフッ化物を利用しむし歯予防に取り組むことが重要です。

今後の方向と具体的事業

1. 乳幼児期から適切な生活習慣を身につけることができる

- 乳幼児期の生活習慣の大切さを知り、規則正しく生活することができる
- 親子で食事をおいしく、楽しく、きちんと食べることができる
- 親子で楽しく身体を動かし、体力づくりができる
- 幼児の肥満を予防し、改善することができる

具体的事業	
●	乳幼児の生活習慣病予防事業の推進
●	規則正しい生活習慣の確立に関する情報提供の充実
●	乳幼児健康診査、育児相談での個別支援と情報提供の充実
●	育児教室の充実と体制の整備
●	栄養相談の充実
●	育児教室や育児相談、乳幼児健康診査での食生活に関する情報提供の充実
●	規則正しい食習慣の確立の推進
新	親子で参加できる育児教室の実施
新	幼児の運動習慣の普及・啓発
●	個別栄養相談の充実
新	幼稚園、保育園との連携
●	肥満傾向の幼児への個別支援と情報提供の充実



2. 歯の健康を守ることができる

- 歯みがきの習慣を身につけるとともに、積極的にむし歯の予防ができる

具体的事業

- 幼児歯科健康診査の充実
- むし歯予防に関する育児教室の充実
- 歯の衛生週間保健事業での歯科保健に関する情報提供の充実
- フッ化物利用の普及・啓発
- かかりつけ歯科医の普及と定着



取組の目標

	指標	現状（ベースライン）	平成22年の目標
IV-1	朝食を食べている幼児の割合	89.0% ④	95%
IV-2	薄味で塩分を控えた食事をしている幼児の割合	58.1% ④	70%
IV-3	栄養バランスのとれた食事をしている幼児の割合	65.5% ④	75%
IV-4	散歩などで体を動かしている親子の割合	53.2% ④	65%
IV-5	肥満度15%以上※の3歳6か月児の割合	3.2% ⑤	減少へ
IV-6	寝る前に子どもの歯磨きをする1歳6か月児の親の割合	71.5% ⑤	80%
IV-7	フッ化物配合歯磨剤を使っている3歳6か月児の割合	53.6% ④	80%
IV-8	むし歯のない3歳6か月児の割合	66.9% ⑤	80%
IV-9	むし歯のある3歳6か月児のうち重症むし歯のある子どもの割合	36.3% ⑤	20%

※ 肥満度 15%以上
幼児肥満判定基準により「要注意」として個別指導を行う数値

$$\text{肥満度}(\%) = \frac{\text{実測体重}(\text{kg}) - \text{標準体重}(\text{kg})}{\text{標準体重}(\text{kg})} \times 100$$

● 現状(ベースライン)の数値

現状(ベースライン)の数値のうち④は「平成12年市民生活習慣実態調査」の数値⑤は「平成13年度乳幼児健康診査結果」の数値

基本目標Ⅴ

自分のこころとからだの健康を意識し、
行動することができるようにします



思春期は、ライフサイクルの中で最も身体的、精神的発達が目ざましく、この時期を健康に過ごすことは本人の現在の問題に留まらず、生涯にわたる健康に大きな影響を与えることから、生命の尊さを自覚し、自分自身を大切にすることを理解し、行動することが重要です。

近年、性行動の低年齢化により、10代の人工妊娠中絶や性感染症が著しく増加し、また薬物乱用、喫煙、飲酒等の問題行動が健康をむしばんでいることが指摘されています。また、不登校や引きこもり等の心の問題も深刻化し、社会問題となっていることから早急な対策が求められています。

避妊の方法や性感染症を予防する方法を正しく知っている高校生は決して多くなく、正しい性の情報を子ども達自身に伝え、その情報が仲間から仲間へ正しく伝わるような取組が必要となっています。

今後の方向と具体的事業

1. 生命の大切さを知り、自分を大切にすることができる

- 生命の誕生(妊娠・出産)から赤ちゃんの成長や子育てについて学ぶことができる
- 生命を大切にすることが自分を大切にすることだとわかる

具体的事業
<ul style="list-style-type: none">● 学校と連携した性教育の推進● 乳幼児とのふれあいの場(赤ちゃんとのふれあい体験教室、ふれあい親子サロン)の確保と充実● 生命尊重など学校と連携した教育の推進● 乳幼児とのふれあい体験の推進



2. 将来の健康を意識し、自ら健康管理ができる

- 性についての正しい知識をもち、行動することができる
- 薬物乱用の有害性を理解し、薬物の誘いを断ることができる
- 喫煙や飲酒が成長期の健康を害することを理解し、経験しないで過ごすことができる
- 正しい食生活ができる

具体的事業

- ホームページ・リーフレット等による性に関する情報提供の充実
- 新** 性感染症予防事業の実施
- 新** ピア・カウンセラーの育成
- 新** ピア・カウンセリング（※）の実施
- 新** 「思春期相談」の実施
- 薬物乱用防止に関する教育の推進
- ホームページ・リーフレット等による薬物乱用、たばこ・アルコール、食生活に関する情報提供の充実
- 薬物乱用防止に関する啓発キャンペーンの強化
- たばこ・アルコールに関する教育の実施
- 新** 学校と連携した食教育の実施
- 乳幼児期からの生活習慣の確立の推進

※ ピア・カウンセリング

思春期の仲間による相談活動。性について正しく学んだ若者が、間違った知識をもっている仲間に正しい情報を提供し、正しい行動が取れるように相談支援をする手法の一つ。

今年度の取り組み

- ・ 「赤ちゃんとふれあい体験教室」が7月28日・29日（Aコース）と8月5日（Bコース）に行われたました。
- ・ Aコース2日目は、県内初の試みとして、「ピア・カウンセリング講座」を開催いたしました。北里大学看護学部の10名の学生がピア・カウンセラーになり、高校生を対象に正しい性の知識を伝えるためのクイズやディベートを行ないました。
- ・ エイズ・性器クラミジア・梅毒に関する抗体検査・相談を平成15年4月から週1回ウェルネスさがみはらで実施しています。
費用は無料でまた匿名でうけることができます。
予約は保健予防課（769-8346）へ

3. 家族やまわりの大人が、子どもの健康を守ることができる。

○日頃から子どもの考えを聞き、語り合うことができる。

○親も子も気軽に思春期の心や身体の相談ができ、支援を受けることができる

具体的事業	
●	思春期に関する情報提供の充実
●	思春期に関する相談（※）の周知と強化
●	思春期に関する講演会の実施
●	思春期担当者のネットワークづくりの推進
●	学校・医療機関等関係機関との連携の強化

取組の目標

	指標	現状（ベースライン）	平成22年の目標
V-1	赤ちゃんを抱っこしたことがある小・中・高校生の割合	81.6%	90%
V-2	自分を好きと言える小・中・高校生の割合	35.4%	45%
V-3	10代の人工妊娠中絶者数	230件 ①	減少へ
V-4	避妊の方法を正確に知っている高校生の割合	50.2%	100%
V-5	性感染症を予防する方法を正確に知っている高校生の割合	30.5%	100%
V-6	薬物乱用の有害性について正確に知っている中・高校生の割合	67.1%	100%
V-7	成人後にたばこを吸ってみたいと思う中・高校生の割合	14.5% ④	なくす

● 現状（ベースライン）の数値

現状（ベースライン）の数値のうち記載の無いものは「母子保健計画アンケート調査」における数値。

①は「平成13年度相模原市保健所年報」の数値、④は「平成12年度市民生活習慣実態調査」の数値。