

令和5年11月8日

「知ってよかった！精神保健に関する相談支援体制の整備と普及啓発 ～法改正施行に役立つ最新情報と取組事例」

精神障がいにも対応した地域包括ケアシステム構築に向けて 『健康増進の取り組みから 顔の見える相談支援体制へ』

“市民力”でつくる未来へ続くふるさと 志木市



みんなで進める
健康寿命日本一のまちづくり

志木市 福祉部共生社会推進課
保健師 貫井なおみ

本日の内容

- ①市の概要
- ②保健師の配置と顔の見える連携
- ③保健事業を通じたメンタルヘルスへのアプローチ
- ④志木市オリジナル「にも包括」の取組み

志木市の概要

■都心から25km圏

交通アクセス

池袋駅まで東武東上線で約20分
東京メトロ有楽町線・副都心線で、
永田町駅・渋谷駅・横浜駅まで直通



市制施行 昭和45年10月26日
面積 9.05km² (全国6番目に小さい市)
(令和5年9月1日現在)

人口 76,489人 (36,443世帯)

65歳以上人口 18,976人【高齢化率 24.81%】
65歳～74歳 8,117人【高齢化率 10.69%】
75歳以上人口 10,799人【高齢化率 14.21%】

指定特定相談支援事業所 市内7か所
基幹福祉相談センター 1か所
委託相談センター1か所
地域生活支援拠点(面的整備) 令和5年度整備中

朝霞保健所管内(6市1町)

朝霞市・志木市・和光市・新座市
富士見市・ふじみ野市・三芳町

朝霞地区医師会(4市)

朝霞市・志木市・和光市・新座市

自立支援医療(精神通院) 1,349件
精神保健福祉手帳 840件



志木市ふれあいアートマップ

SHIKI City Illustration Map



荒川

柳瀬川

新河岸川

市役所



市域を流れる3本の川が特色



夢境に魅せられて志木市水産のつっぴ

地区別高齢者数(率)と介護認定率

※介護認定率は65歳以上で算出



市全体18,976人
高齢化率24.81%
認定率17.18%

上宗岡2,407人
高齢化率28.62%
認定率17.45%

中宗岡2,691人
高齢化率27.23%
認定率17.84%

柏町3,117人
高齢化率21.22%
認定率18.14%

館3,494人
高齢化率47.97%
認定率11.65%

本町3,679人
高齢化率21.17%
認定率16.63%

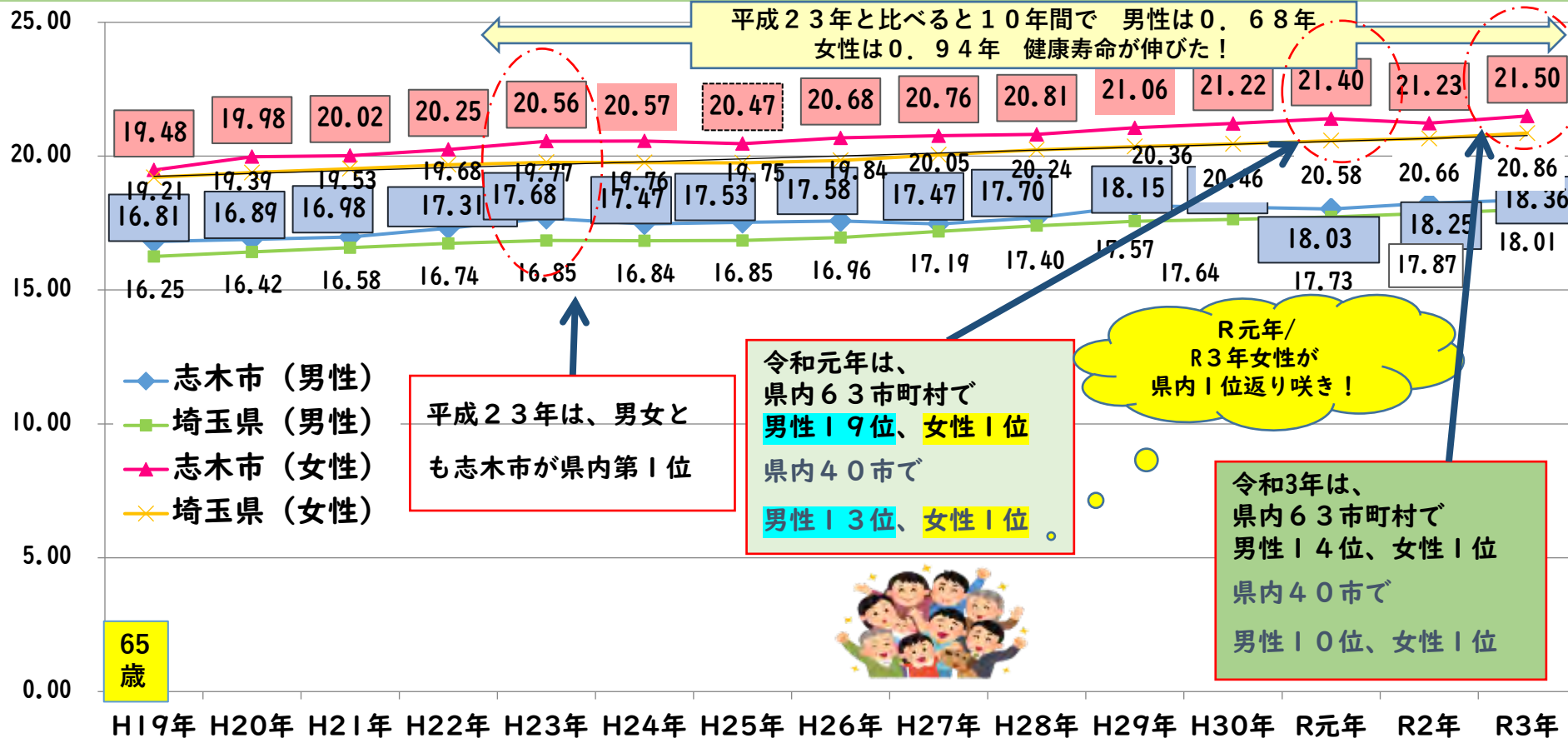
下宗岡1,355人
高齢化率23.58%
認定率17.10%

幸町2,233人
高齢化率18.80%
認定率18.04%

R5.9.1現在

志木市の65歳健康寿命(令和3年 女性が県内1位!)

(単位:年)



計画策定



種類	健康増進計画	自殺総合対策大綱 自殺対策計画	保健事業実施計画 (データヘルス計 画)	特定健康診査等 実施計画
名称	・いろは健康21プラン (第5期) ・食育推進計画(第4 期) ・歯と口腔の健康プラン (第4期)	市民のこころと命を守る ほっとプラン(第2 期)	第3期志木市国民健康保 険保健事業実施計画	第4期志木市特定健康診 査等実施計画
目的	◆市民の健康寿命の延 伸及び健康格差の縮小 の実現 ◆生活習慣病の発症や 予防 ◆社会保障制度を維持 可能とするための生活 習慣の改善及び社会環 境の整備	◆誰も自殺に追い込ま れることのない社会の 実現を目指す ◆生きることの包括的 な支援 ◆関連施策との有機的 な連携の強化	◆国民健康保険被保険 者の健康寿命の延伸 ◆メタボリックシンド ロームに着目し、生活 習慣病の発症予防と重 症化の抑制 ◆医療費適正化 ◆財政基盤強化	◆国民健康保険被保険 者の健康寿命の延伸 ◆メタボリックシンド ロームに着目し、生活 習慣病の発症予防と重 症化の抑制 ◆医療費適正化
対象者	全ての市民	全ての市民	国民健康保険 被保険者(0歳~74歳)	国民健康保険 被保険者(40歳~74歳)
現行計画 の 主な内容	◆健康意識・健康管理 ◆栄養・食生活 ◆歯と口腔の健康 ◆身体活動・運動 ◆栄養・こころの健康 ◆喫煙(COPD)・アル コール ◆地域での取組(環境 整備)	◆住民への普及啓発 ◆こころの健康づくり ◆相談支援体制の整 備・連携	◆生活習慣・健康状態 の把握 ◆生活習慣の改善 ◆介護予防の推進 ◆こころの健康づくり 対策	◆特定健康診査・保健 指導の取組み状況 ◆特定健康診査・保健 指導受診率向上施策 ◆特定健康診査・保健 指導の実施方法
担当課	健康政策課	健康増進センター	健康政策課	健康政策課

・健康づくり市民推進協議会

いろは健康21プラン
食育推進計画
歯と口腔の健康プラン
市民のこころと命を守るほっとプラン

【庁内検討会議】

市民活動推進課・産業観光課・共生社会推進課・長寿応援課・健康政策
課・保険年金課・健康増進センター・子ども支援課・都市計画課・道路
課・生涯学習課・学校教育課

全庁的に
「健康な
まちづくり」
として検討

・国民健康保険運営協議会

データヘルス計画
特定健康診査等実施計画

【データヘルス作業部会】

福祉部：共生社会推進課・生活援護課・長寿応援課
子ども・健康部：保健年金課(国保・後期)健康増進セン
ター・健康政策課

担当者が実際に
感じた内容と
データを結びつ
ける!

地域診断と健康政策→まちづくり

- 健康課題の明確化→地域診断
- 到達すべき具体的な数値目標の設定
- 取組み
- 評価
- 見直し

個人<世帯<地域を
見る視点
予防的な視点



各プロジェクトを通じた顔の見える連携

健康寿命伸ばし
マッスル
プロジェクト
市民3400人参加

志木っ子げんき！子どもの
健康づくりプロジェクト
市内8小学校で展開

志木まるごと
地域支援
プロジェクト

医療的ケア児支援
プロジェクト



フレイル予防
プロジェクト

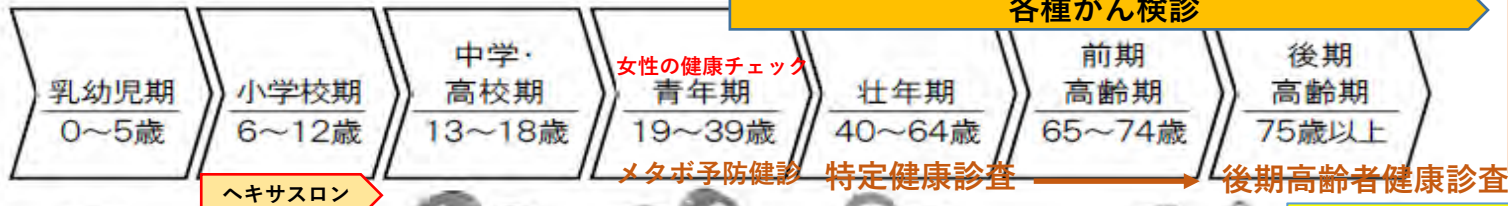
おいしく『減塩』！
減らソルト
プロジェクト

しきっ子
あんしん子育て
サポート事業

地域包括ケア
プロジェクト

地域包括ケアに位置づけし、市民の健康リーダーの担い手づくり

各種がん検診



高齢者の保健事業と介護予防の一体的事業
保険年金課・長寿応援課・健康政策課



子育て支援センター
あそびの広場

志木っ子元気！
子どもの健康づくり
プロジェクト

働く世代の健康づくり

健康寿命のばしマッスルプロジェクト 健康ポイント事業

おいしく減塩！減らソルトプロジェクト

しょく場づくり担い手づくり育成事業

サークル活動 NW 3 団体

おいしく減塩！



<p>〈保育課〉 ◆公立保育園において月1～2回の減塩給食を実施 ◆保育園で提供する汁物の塩分チェック (0.5%に設定)</p>	<p>〈学校教育課〉 ◆市内全小学校・中学校において月1回の減塩給食を実施 ◆広報に学校の減塩メニューを掲載 ◆栄養教諭による減塩教育を実施</p>	<p>〈健康増進センター〉 ◆みそ汁塩分チェックキャンペーンの実施 〈健康政策課〉 ◆市内公共施設10か所に自動血圧計の設置 ◆国民健康保険・集団健診に推奨摂取食塩量検査を実施</p>
---	--	--

ライフステージ別健康増進事業

加 齢		
健康	フレイル	身体機能障害
<p>【国保】 (健康政策課) (40歳から74歳) ①生活習慣病重症化予防対策事業 ②リスク保有者運動教室 ③節酒支援プログラム ③重複頻回多剤併用訪問事業</p>	<p>①シニア体操、脳リフレッシュ教室 ②カッビー体操 (社協)</p>	<p>⑨からだづくり教室 ⑩通所トレーニング ⑪自宅でできる運動教室</p>
<p>【全市民】 (増進センター) (40歳から74歳) ①生活習慣改善指導 ②ステップアップ講座</p>	<p>③フレイル予防プロジェクト ④栄養改善・口腔機能向上訪問事業 ⑤シニアボランティアスタンプ制度 ⑥いろは百歳体操サポーター、フレイルサポーター養成</p>	<p>⑫短期集中予防サービス (身体機能向上・栄養改善・口腔機能向上) ※要支援相当 ⑬介護サービス ※介護認定者</p>
		<p>高齢者 (65歳以上) 健康づくり・介護予防施策 (長寿応援課)</p>
	<p>⑦いろは百歳体操 ⑧サロン事業</p>	

母子保健事業一覽



妊娠前

早期不妊検査費・治療費の助成

○検査費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に、夫婦が共に受けた不妊検査費を上限2万円まで助成します。

○治療費

妻が行う特定不妊治療費において、妻の年齢が35歳未満の夫婦を対象に初回治療時に上限10万円まで上限を助成します。

不育症検査費・治療費の助成

○検査費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に不育症の検査費を上限2万円まで助成します。

○治療費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に不育症の治療費を補助率1/2で上限5万円まで助成します。



子育て・孫育てをするパパママと祖父母の方に向けた「いっしょに子育て・孫育て」のリーフレットを配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。



配布場所

志木市役所
第1庁舎子ども支援課・健康増進センター



妊娠期

妊婦課(予約制)

○母子健康手帳の交付

○妊婦健康診査助成券の交付
妊婦しているかなど思ったら早めに医療機関を受診しましょう。妊婦が確定したら、妊婦健を出しましょう。届出時に助産師又は保健師による面接・相談があります。事前に健康増進センターへご予約ください。
TEL 048-473-3811

受付時間

子ども支援課 月～金曜日 9時～16時
健康増進センター 月～金曜日 9時～16時
第2・第4土曜日 9時～16時
ホドちらも、年末年始・祝休日を除く

パパママ学級

赤ちゃんの誕生、育児の手助けとなるように、パパママ学級を行います。

妊婦・出産相談

保健師・助産師による妊婦や出産の相談などを行います。

妊婦健科検診

妊娠中に、1回無料(全額公費助成)で産科検診を受けることができます。妊娠中はホルモンバランスの変化などから歯周病になりやすく、早産や低出生体重児のリスクを高めます。

母子保健推進員による妊婦訪問

市より依頼を受けた母子保健推進員が妊婦訪問を行います。

「いっしょに子育て・孫育て」リーフレットの配布

ラフパブ(多胎児サークル)

多胎児の親子や妊婦さんを対象にした交流会を行っています。

出産直後

産科健診検査費用の助成

産科健診の費用を上限5,000円まで助成します。助成券は妊婦健康診査助成券と一緒にあります。

こんにちは赤ちゃん訪問

安心して子育てができるように、生後4か月までの赤ちゃんがいる全ての家庭を訪問しています。保健師・助産師による新生児訪問と、母子保健推進員による乳児訪問があります。新生児訪問では、体重測定、ママのメンタルチェック、育児や授乳の相談などを行います。

おっぱいケア訪問

出産から90日以内でおっぱいや授乳に関する心配や不安のある親子を対象に、助産師が家庭訪問し、おっぱいケアや授乳に関する相談を行います。

自己負担 1回500円(生活保護世帯の人は自己負担なし)
利用回数 2回まで

育児サポート事業

出産から1年以内で、心身に不調があり、育児に不安等がある産婦へ助産師やヘルパーが育児のサポートを行います。事前に審査がありますので、詳しくは、健康増進センターへお問い合わせください。
(自己負担あり) ※生活保護世帯の人を除く

新生児健診検査費用の助成

検査費用を上限3,000円まで助成します。助成券は妊婦健康診査助成券と一緒にあります。

子育て期

はじめて赤ちゃん学級

生後2か月の第1子のお子さんがいるママを対象に、子育て支援センターと共催で、保健師による講話、子育て支援サービス紹介、交流会を行います。(対象となる人には、予防接種の通知にお知らせもいたします)
問い合わせ先、健康増進センター TEL 048-473-3811

子育て支援センター

就学前のお子さんと保護者が気軽に立ち寄り、自由に遊べる場です。子育て親子の交流や心配ごとの相談もできます。子育てに関する情報の発信もしています。

ファミリーサポートセンター

子育ての援助をしてほしい人と子育てを手助けする人が会員となり、センターが条件や要望に合った会員同士を組み合わせて紹介し、子育て支援を支援するシステムです
TEL 048-473-1125

子育てに関する相談

子ども家庭課の相談室 TEL 048-476-2330
(フリーダイヤルTEL 0120-455-874)
お子さんへの対応など子育てに関することならなんでも相談できます。
児童発達相談センター すきっ子 TEL 048-486-5511
ことばが通じ、落ち替さないなど、お子さんの発達について気軽に相談できます。

子育て当・高齢者の助成

児童手当、子ども医療費の助成等

保育費・幼稚園の利用

※上記事業の問い合わせ先、子ども支援課・保育課 TEL 048-473-1111

乳幼児健診費(3か月、9か月、1歳6か月、3歳)	定期予防接種	乳幼児健診検診料助成
周産ケア(初期、中期、後期)	むし歯予防費	5歳児親子いっしょに検科検診

母子保健推進員の活動

母子保健推進員は、町内会員より選出され、市原の委嘱を受けて、健康増進センターと連絡をとりながら、妊婦さんやお子さんのいるご家庭の訪問、乳幼児健診など保健事業への協力、各地域での三世帯・子育て支援交流会の開催などを行っています。

精神保健相談

・個別相談

状況に応じ、保健師が相談に応じる。

・こころの相談（精神科医・心理カウンセラー）

こころの病気やさまざまな悩みを持つ市民や家族の相談を受け、問題解決のための支援を行う。また、問題点の把握、保健師の相談技術向上を図る。

普及啓発

・いのちの支え合いを学ぶ授業

中学1年生を対象にストレスに直面した時の対処能力を高め、自殺を未然に防ぐことを目的に実施する。

・ゲートキーパー養成講座

周囲の人を相談機関につなげるつなぎ手を育てる。

・精神保健家族教室

精神疾患に関する正しい知識と対応の仕方を伝える。



自殺対策関連

・自殺対策庁内連絡会議

関係機関の相互連携、情報交換などを行う。

（連絡会議、まちなか保健室、相談技術指導等）

・自殺予防啓発キャンペーン

東武鉄道や朝霞保健所と連携し、啓発物資の配布等を啓発を行う。

・まちなか保健室

相談に応じ適当な専門職で対応し、支援や各種相談窓口へのつなぎを行う。

・相談技術指導（スーパーバイズ）

スーパーバイザーを招き、事例検討、自殺予防研修を行う。自殺対策庁内連絡会議担当者出席を依頼する。

母子保健事業
産後うつケア推進事業

その他

・ソーシャルクラブ

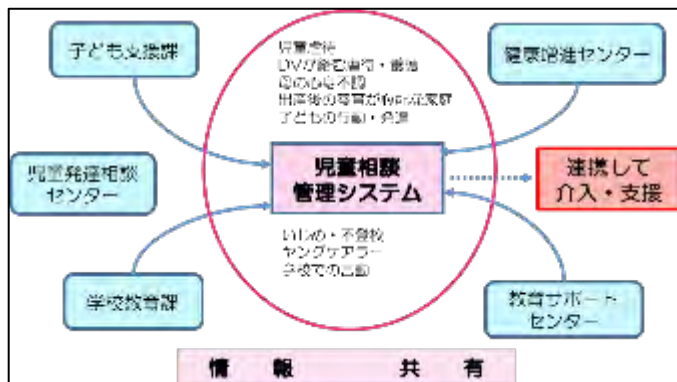
主に慢性期、回復期にある精神疾患の方の社会参加の場としてグループ活動を行う。

保健事業を通じた メンタルヘルスへのアプローチ



①しきっ子あんしん子育てサポート事業 (妊娠中からのハイリスク者支援)

妊娠届出時に全ての妊婦への面接を実施。妊娠中・出産前後に電話などで、様子の確認することで精神疾患や精神科受診歴のある妊婦さんを支援機関で共有し、早期に支援を検討。児童相談管理システムでの共有。



②児童発達相談事業

発達障がい等の早期発見、早期支援のため、健康増進センターや児童発達相談センターとの連携で、保護者が子どもの特性を理解し、必要な知識を身につけ、適切に対応できるよう支援。

発達相談事業、幼稚園保育所等への巡回相談、教育サポートセンターとの連携、児童発達支援等の障がい福祉サービスの利用へつなげている。

保健事業を通じた メンタルヘルスへのアプローチ



③節酒支援プログラム

特定健診の結果より、血糖の高い者、問診項目より飲酒習慣・飲酒量の多い者を抽出し、案内を送付。

アルコールの健康への影響、お酒を減らすコツ、節酒をつづけるコツの講義。

飲酒習慣の振り返りや目標の設定をグループワークで共有。

節酒カレンダーの活用で、参加者のほとんどが一定期間節酒を継続、節酒開始前後でAUDIT平均が減少。



④健康ポイント事業アラート機能の活用

参加者全員に歩数計を無償で貸与し、歩数や体組成など定期的に測定した数値や、健康増進につながる行動をした場合にポイントが獲得でき、商品券と交換できるもので、楽しみながら、健康づくりが継続できる事業。

歩数計データにアラート機能を設定。

活動量が急激・緩やかに低下した対象者を抽出し、電話・手紙等で早期に介入。

うつや認知症リスクの早期発見。



スマホアプリも導入



保健事業を通じた メンタルヘルスへのアプローチ



⑤シニアの社会参加・リーダー育成

「健康になりまっする教室」で参加者それぞれの生活や健康状態に合わせ、「歩くこと、筋力アップトレーニング、食事コントロール」の三位一体の指導をきめ細やかにを行い、健康づくりに取り組む事業。終了後は地域のサークル活動へ展開。

自殺対策計画で重点取組
→中高年男性の社会参加を目的。



⑥各種サポーター養成から「市民力」の向上

認知症サポーター、いろは百歳体操サポーター、フレイル予防サポーター、ゲートキーパー養成、スマートウォーカー養成を通し、市民が地域での健康づくりに担い手となっている。
地域活動、交流を通し、市民同士が見守り、声かけを行う。

市民も相談支援
の担い手
です！



志木市なりの地域包括ケアシステム



保健・医療・福祉の「横串し」「のりしろ」に 志木まるごと地域支援プロジェクトの取組み

①地域移行支援 ②地域定着支援 ③ひきこもり支援 の3つの柱で
対象者を把握、追跡、評価。

年2～3回、精神科病院にて会議を開催。必要に応じて、精神科医や臨床心理士からも助言を受ける。

志木市地域自立支援協議会（暮らし部会）のプロジェクトとして位置づけられている。

・メンバー構成：埼玉県精神保健福祉センター、保健所、精神科病院、共生社会推進課（障がい福祉担当課）、保健センター（健康増進センター）、障害者相談支援事業所、基幹相談支援センター、自立支援協議会暮らし部会長

- ①地域移行支援 13件 ②地域定着支援 27件 ③ひきこもり支援 25件
- ・支援状況を把握、共有し、相互に助言し合い、支援者のスキルを高める。
 - ・個別支援から見えてくる地域課題や、必要な体制整備についても協議。

志木まるごと地域支援プロジェクト ～ひとりひとりに合わせた支援の提供をチームで～

志木市版「にも包括」
支援メニュー

ひきこもり支
援

受診・通院・入院

地域移行支援

地域定着支援

おしながき

保健（普及啓発、メンタルヘルス、自殺予防）
医療（訪問診療・訪問看護）
福祉サービス、介護サービス
生活困窮
権利擁護（後見制度・虐待）
就労支援
ピアサポート、家族支援
居場所づくり



志木市オリジナルの「にも包括」を目指して

「にも包括」の対象⇒広義のメンタルヘルスの対象者（あらゆる住民）

対象者が、保健・医療・福祉含め、どこの窓口にも相談をしても支援につながるよう、風通し良くチーム連携を深めながら、地域の相談支援体制を整えてきたいと思えます。

ご清聴ありがとうございました。

