

# 加東市健康増進計画

---

## 第1回委員会資料

平成26年1月16日  
加東市 市民安全部 健康課

# 1

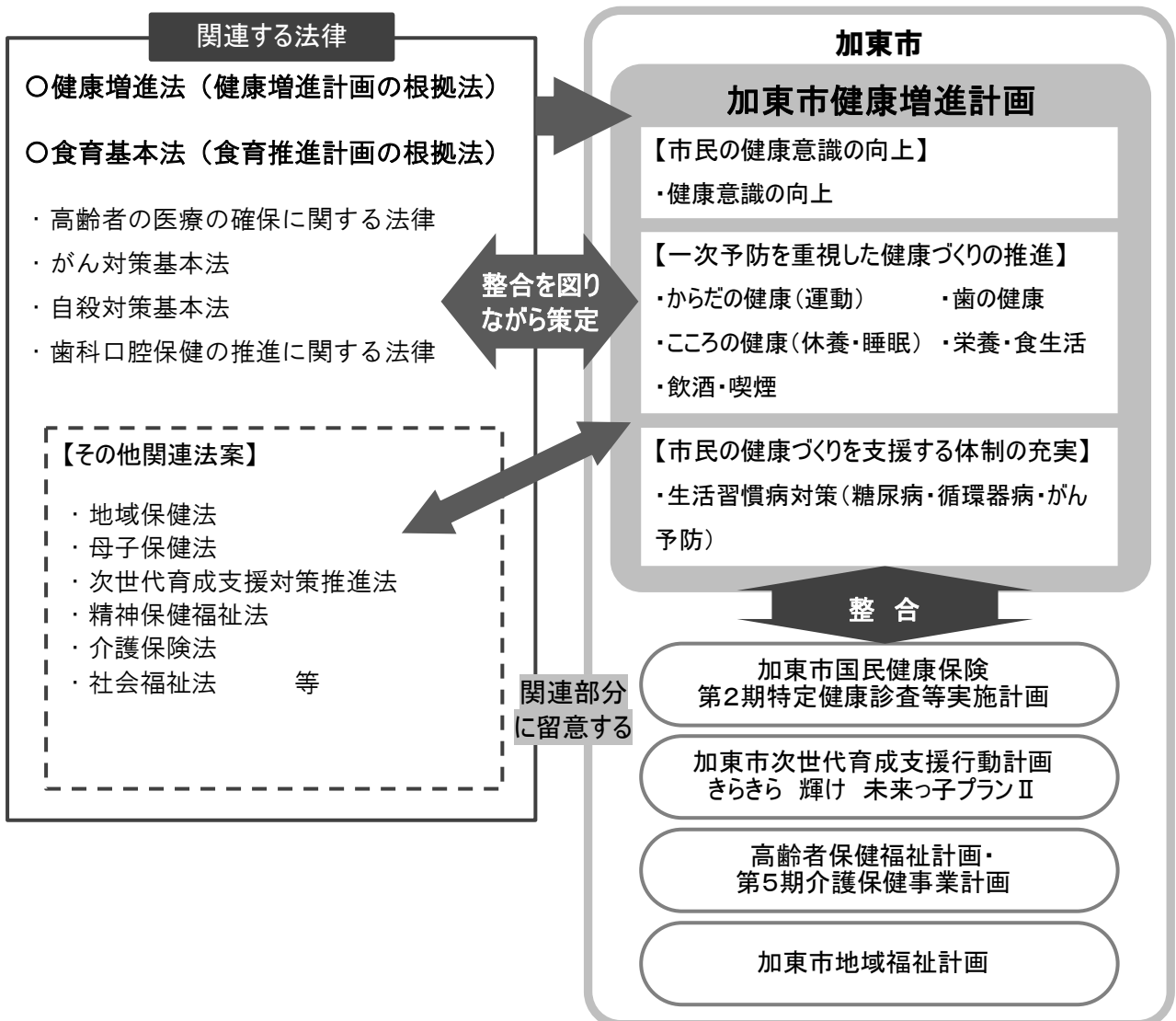
## 加東市健康増進計画策定にあたって

### ○加東市健康増進計画の見直しを行います

加東市では、加東市総合計画の基本目標の一つである「『安心』健やかで心がふれあう やさしいまち」の実現を目指し、平成22年度から5年間を期間とする「加東市健康増進計画」を策定し、健康づくり事業に取り組んできました。しかし、策定から5年が経過し計画期間が満了するため、法律の制定・改正、国・県の流れ、アンケートの結果等をふまえ、計画の見直しを行うこととなりました。

今回策定する「加東市健康増進計画」では、一人ひとりが自らの健康をみつめ直し、健康づくりを積極的に実践するための具体的な目標と取り組みを掲げ、家庭や地域、行政や関係機関・団体など市全体で、市民の健康生活を支え、誰もが健康づくりを実践できるまちの実現を目指します。

### 計画と関係法の関連



# 2

## 健康増進計画における国と県の動向

### 健康日本 21（第2次）の概要

#### 「健康日本 21（第2次）」の方向性及び課題

##### 1 社会経済の変化への対応

- 家族・地域の絆の再構築、助け合い社会の実現
- 人生の質（幸せ・生活満足度等）の向上
- 健康を守るための環境への積極的な働きかけの実現 …等

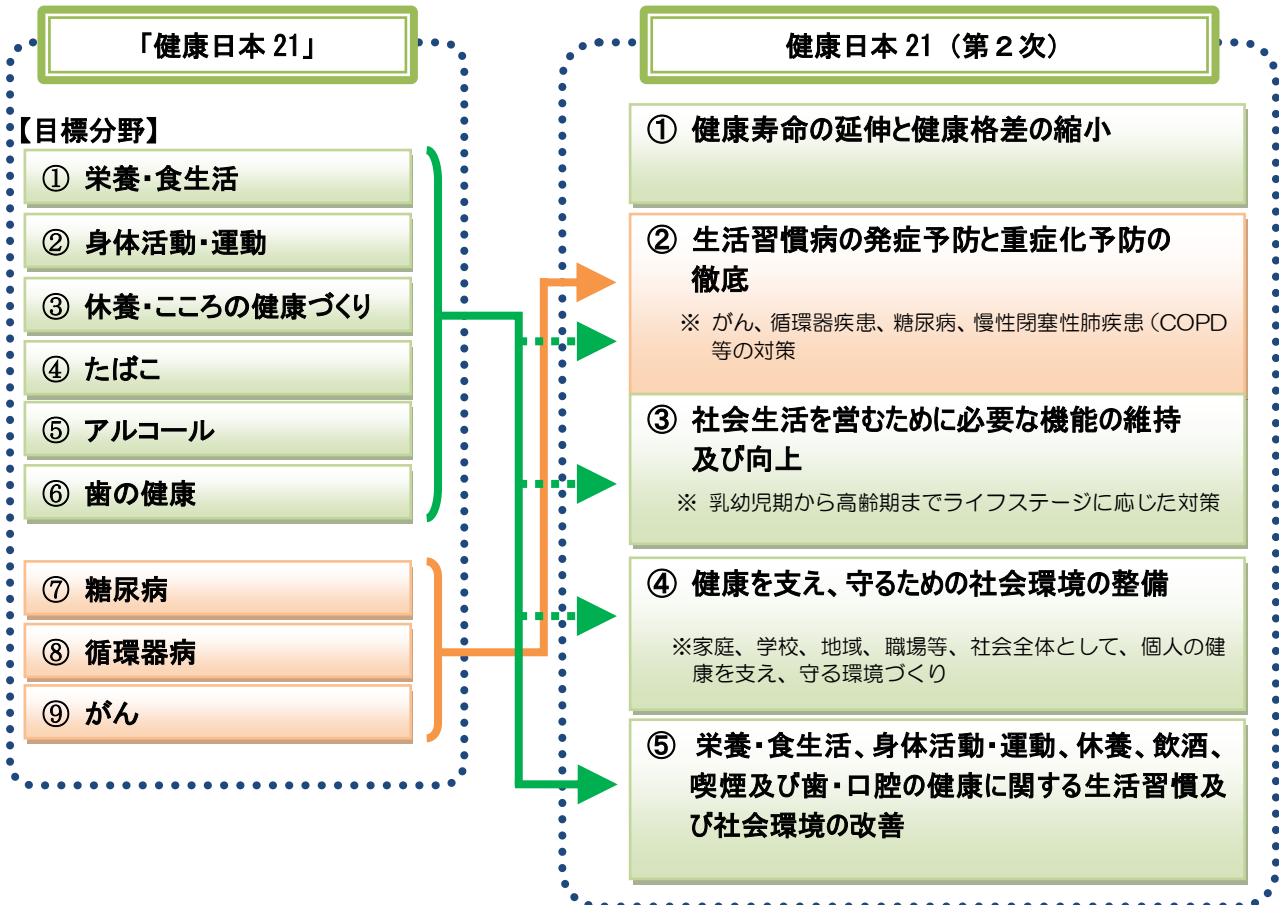
##### 2 科学技術の進歩を踏まえた効果的なアプローチ

- 個々の健康データに基づき地域・職域集団に応じた効果があがるアプローチ …等

##### 3 今後の新たな課題

- 休養・こころの健康づくり（睡眠習慣の改善、働く世代のうつ病の対策）
- 将来的な生活習慣病発症の予防のための取り組みの推進
- 健診データに基づく一人ひとりの自己健康管理の積極的な推進 …等

#### 「健康日本 21（第2次）」の目標



## 兵庫県健康づくり推進実施計画の概要

### 健康寿命の延伸に向けた、県民の健康づくりを支え・促進する 社会環境整備の充実

#### ライフステージ別の取り組みの充実

各ライフステージにおける健康の状況や健康課題を明らかにするとともに、健康状態に応じた個人の取り組みを示す

#### 民間企業との協働による社会環境の整備

民間企業の取り組みを一層促進する仕組みに再編し、働き盛り世代の健康づくりを促進する

#### 健康寿命の延伸

県民へ各ライフステージにおける健康課題を周知し、健康づくりに率先して取り組んでいただくとともに、社会全体で個人の健康づくりを支援する

#### 健康危機の種類別に必要な取り組みの推進

大規模災害による二次的な健康被害の予防や集団食中毒、感染症の発生予防・拡大防止などに取り組む

#### 主な推進施策

- ①健康ひょうご 21 大作戦の展開
- ②健全な食生活や適度な運動等健康づくりを実践するための環境の整備
- ③身近に相談できる場の設置促進
- ④受動喫煙の防止等に関する普及啓発及び支援
- ⑤県民の健康づくりを支援するための健康づくり関係者等の連携の強化
- ⑥健康づくりを推進するために必要なデータの収集・分析の実施
- ⑦健康づくりを推進するための人材の育成
- ⑧健康づくり推進期間に合わせた積極的な取り組み

### 分野別計画

#### ●生活習慣病予防等の健康づくり

○乳幼児健診等母子保健事業の充実 ○食育の推進 など

#### ●歯及び口腔の健康づくり

○妊婦歯科健診・歯科保健指導の実施支援 ○8020 運動推進員の養成、活動支援 など

#### ●こころの健康づくり

○うつチェック、ストレスチェックの実施促進 ○職場におけるメンタルヘルス対策の推進 など

#### ●健康危機における健康確保対策

○災害等に備えた健康意識の向上に関する普及啓発 など

圏域計画：各圏域の重点的取組事項を掲げて取組を推進

## 加東市健康増進計画

### ①健康意識の向上

<目標>

- 意識的に運動を心がけている人の割合 ●ほぼ毎日、体重測定している人の割合
- メタボリックシンドロームの言葉も意味も知っている人の割合

<推進施策> ・情報提供、啓発事業の推進 ・学校等を通じた健康意識の醸成 など

### ②からだの健康(運動)

<目標>

- 1日あたりの歩数(20~64歳) ●週3回以上外出している人の割合(65歳以上)
- 1回30分以上の運動を週2回以上・1年以上続けている人の割合(20~64歳)

<推進施策> ・健康運動を推進する関係者の交流と連携強化 ・高齢期の運動機能の維持 など

### ③栄養・食生活

<目標>

- 朝食をほとんど毎日食べる人の割合
- 夕食後に間食をとることが週3回以上ある人の割合(20~64歳)
- 食育に関心がある人の割合(非常に関心がある+どちらかといえば関心がある)(20~64歳)

<推進施策> ・「早寝・早起き・朝ごはん」運動の普及 ・男性を中心とした食育の推進 など

### ④飲酒・喫煙

<目標>

- 習慣的に喫煙している人の割合
- 1日あたりの飲酒の適量を「知っている」人の割合

<推進施策> ・受動喫煙のない環境づくり ・女性の喫煙リスクについて啓発の推進 など

### ⑤歯の健康

<目標>

- 自分の歯を有している人の割合(55~64歳で24歯以上)
- う蝕(虫歯)有病率(20歳以上) ●歯周炎有病率

<推進施策> ・家庭を中心とした口腔ケアの推進 ・「歯の健康」の普及啓発 など

### ⑥こころの健康(休養・睡眠)

<目標>

- 日常生活でストレスや不安を感じている人の割合 ●1日6時間以上睡眠する人の割合
- 睡眠の確保のためにアルコール、睡眠剤、安定剤などを飲む人の割合

<推進施策> ・学齢期における相談体制の推進 ・地域活動の充実 など

### ⑦生活習慣病対策(糖尿病・循環器病・がん予防)

<目標>

- がん検診受診率 ●特定健康診査受診率 ●成人肥満者(BMI25以上)の割合

<推進施策> ・乳幼児時期からの生活習慣病予防の推進 ・望ましい生活習慣の普及・実践の推進 など

# 3

## 今後の予定

**第1回策定委員会： 計画策定概要について(平成 26 年1月 16 日)**

- (1) 計画見直し、策定の趣旨説明
- (2) 策定スケジュールの説明
- (3) 健康増進計画策定にかかるアンケート調査について



**第2回策定委員会： アンケート結果報告(平成 26 年 3 月 6 日開催予定)**

- (1) アンケート結果報告
- (2) 加東市における健康課題の検討



**第3回策定委員会： 計画骨子案の検討 (平 26 年 6 月頃開催予定)**

- (1) 計画骨子の検討



**第4回策定委員会： 計画素案の検討 (平成 26 年 9 月頃開催予定)**

- (1) 計画素案の検討



**第5回策定委員会： 計画案の承認 (平成 26 年 12 月頃開催予定)**

- (1) パブリックコメントの結果報告
- (2) 計画案の承認