

第4章 計画の基本的考え方

1. 計画の基本理念及び基本目標

〈基本理念〉

だれもが住みよく、安心・やすらぎを感じる生活づくり

第3期計画においても引き続き、大田市総合計画の保健分野目標“だれもが住みよく、安心・やすらぎを感じる生活づくり”を計画の基本理念とし、生涯を通じた健康づくりの推進に取り組みます。

〈基本目標〉

健康寿命の延伸

超高齢化社会を迎え、市民が生涯にわたって健康で明るく生活できるよう、生活習慣病の予防や、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上を青壮年期から高齢期の対策として取り組むことはもちろん、幼児期のころから生活習慣病予防に取り組むことにより、健康寿命の延伸を目指します。

〈健康目標〉

- 【が ん】・・・がんによる死亡を減らす
- 【脳 卒 中】・・・脳血管疾患による死亡を減らす
- 【心 疾 患】・・・虚血性心疾患による死亡を減らす
- 【自 死】・・・自死を減らす
- 【糖 尿 病】・・・糖尿病の人を増やさない
- 【歯・口腔】・・・自分の歯を残すようにする

基本目標達成のため、以上の6つの対策を健康目標に設定します。

《重点施策》（6本の柱）

- 運動
- 栄養・食事
- たばこ・アルコール
- 休養・心の健康
- 歯と口腔の健康
- 健康管理

基本目標及び健康目標達成のため、以上の6項目を重点施策（6本の柱）として、それぞれに行動目標を設定し取り組みます。

《基本理念》

だれもが住みよく、安心・やすらぎを感じる生活づくり

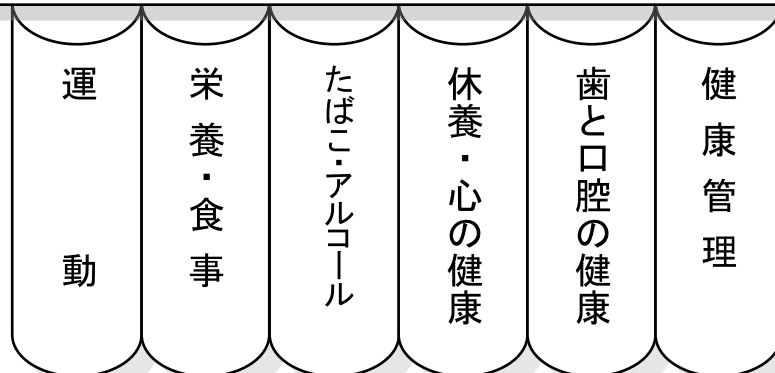
《基本目標》

健康寿命の延伸

《健康目標》

- 【がん】・・・がんによる死亡を減らす
- 【脳卒中】・・・脳血管疾患による死亡を減らす
- 【心疾患】・・・虚血性心疾患による死亡を減らす
- 【自死】・・・自死を減らす
- 【糖尿病】・・・糖尿病の人を増やさない
- 【歯・口腔】・・・自分の歯を残すようにする

《重点施策》
（6本の柱）



2. 重点施策（6本の柱）の取組方針

基本目標及び健康目標達成のための重点施策（6本の柱）の取組については、次の3つの方針に基づいて取り組めます。

《取組方針》

○ライフステージに応じた取組

幼児期・学童期・青壮年期・高齢期 それぞれのニーズにあった取組

がん、心疾患、脳血管疾患が死亡原因の多くを占めており、危険因子である糖尿病、高血圧症、高脂血症が増加している傾向にあります。これらの生活習慣病を予防するためには、子どもの頃から健康な生活習慣づくりに取り組む必要があります。

第3期計画では、幼児期・学童期・青壮年期・高齢期まで、それぞれのライフステージにおいて心身機能の維持向上につながるよう「運動」「栄養・食事」「たばこ・アルコール」「休養・心の健康」「歯と口腔の健康」「健康管理」の6つの重点施策（6本の柱）に取り組めます。

○地域全体で健康づくりを推進する取組

個人の健康は、家庭、学校、地域、職場等の社会環境の影響を受けることから、社会全体として、個人の健康を支え、守る環境づくりに努めていくことが重要です。

健康づくり推進協議会などの健康づくりグループが、地域において主体的な活動ができるよう、地域・住民、医療、保健、職場、学校、保育園・幼稚園、民間、行政が連携しながら、生涯を通じた健康づくりを地域全体で取り組んでいく体制づくりを推進します。

○積極的な健康づくりへの参加を推進する取組

健康づくりは、市民自らが健康に関心を持ち、その必要性を自覚したうえで、生活習慣の行動変容を遂げなければ効果を上げることはできません。しかし市民の中には、仕事や家事で健康づくりに取り組む余裕がない人や、自身の健康づくりに対して関心が低い人も多くいるため、市民の健康づくりに向けた意識を喚起する必要があります。

市民の健康に関する意識向上を図り、全ての市民が健康に関心を持ち、積極的に健康づくりに参加する取組を推進します。

3. 「健康づくり推進事業」の取組

1) 「健康づくり推進事業」の取組の経緯

健康づくりは、市民一人ひとりが正しい知識を持ち、自らがその必要性を認識し、健康的な生活習慣を実践することにより効果を上げることから、第2期健康増進計画では、地域全体で健康づくりの輪を広げ、支え合う環境づくりを目指し、健康づくりを推進する体制の整備として「健康づくりはまちづくり推進事業」を開始しました。

平成24年度からモデル事業として、まちづくりセンターを単位に「健康づくり推進協議会」を設置し、自治会毎に「健康づくり推進員」を配置して、5地区において事業を実施しました。平成27年度からは、市内全域へ広げることを目的に、推進協議会への委託事業として実施し、平成29年3月現在、7地区において、様々な健康づくり活動を実施しています。

【健康づくり推進事業 実施状況】

平成29年3月現在

地区名	実施団体	健康づくり 推進員数	平成28年度 実施事業
宅野	宅野健康づくり 推進協議会	14名	【運動】3B体操教室 【食】生活習慣病予防料理教室 【健康管理】各健(検)診等受診勧奨 ほか
大国	大国健康づくりを すすめる会	11名	【運動】3B体操教室 【食】おふくろの味の継承 母と子の料理教室 【健康管理】各健(検)診等受診勧奨 ほか
湯里	湯里地区健康づくり 推進協議会	17名	【運動】ウォーキング大会、まちづくり センターを活用した運動の普及啓発 【健康管理】体力測定会 ほか
福波	福波健康づくり 推進協議会	19名	【運動】ウォーキング大会、体力測定会、健康体操 グラウンドゴルフ 【食】料理教室 【休養・心】健康講座 ほか
井田	井田健康づくり 推進協議会	14名	【運動】笑ってイキイキ！元気アップ教室 【食】生活習慣病予防料理教室 【休養・心】健康は笑から Part6 開催 【健康管理】健康スタンプラリーの開催(文化祭) ほか
北三瓶	北三瓶健康づくり 推進協議会	15名	【運動】夏休み親子ラジオ体操、 ウォーキング大会(年2回) 【食】男性料理教室、減塩普及料理教室 【休養・心】健康口演開催 【健康管理】家庭血圧測定推進 ほか
川合	川合健康づくり 推進協議会	25名	【運動】各会合でのラジオ体操実践、健康ウォーク 【健康管理】健康相談、家庭血圧測定普及 ほか

2) 「健康づくり推進事業」の成果と課題

この事業による成果は、身近な地域で自主的な健康づくり活動が行われることにより、地域住民が「健康づくり」を地域課題の一つと捉え、地域にあった健康づくり活動を実施することができたことです。

また、健康づくり推進員に選出された住民が、この活動を通して、自らの健康に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組むきっかけとなったことです。

しかし一方で、健康づくり活動に働き盛りや子育て世代の参加者が少ないこと、事業内容や参加者が固定化していることや、高齢化に伴うこの事業の担い手不足などの課題も見えてきています。

また、事業を実施していない地区においては、事業実施による事務負担の増加や、高齢化などにより推進員を担う人がいないこと、高齢者サロンなどですでに健康づくり事業を実施しており、新たにこの事業を実施する必要性を感じない、などの意見がありました。

現在、この事業の実施地区は7地区で、全体の1/4の地区数にとどまっています。これらの課題解決を図り、市全域でこの事業が実施できるよう取り組んでいく必要があります。

3) 今後の「健康づくり推進事業」の取組について

今後『健康づくり推進事業』を拡充するうえで、地域で中心となって事業を推進するリーダーの育成が重要になります。市民一人ひとりが、地域における自主的な健康づくりの必要性を理解するとともに、地域の健康課題を踏まえ、主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、健康づくり講座等を開催し、健康づくりリーダーの育成を推進します。

また、事業実施地区においては、事業内容や参加者の固定化などの課題があり、健康に関する最新情報の提供を含めたスキルアップ講座等を開催し、引き続き事業実施への支援を行っていきます。

今後、仕事や家事で健康づくりに取り組む余裕のない働き盛り世代や子育て世代、また、健康づくりに関心が低い市民に対し、健康づくりに取り組むきっかけづくりとしての対策を、庁内関係部署及び関係機関と連携し、実施に向けた検討を進めていきます。