

部長会議付議事案書（報告）

（令和6年2月6日）

提案課名 健康づくり課

報告者名 渋谷ちづる

<p>事案名</p>	<p>第5期秦野市健康増進計画（健康はだの21）（案）について</p>	<p style="text-align: center;">(有)</p> <p>資料</p> <p style="text-align: center;">無</p>
<p>提案趣旨</p>	<p>健康増進法第8条に規定される市町村健康増進計画である「健康はだの21」の計画期間が令和5年度で終了することから、秦野市健康増進計画検討委員会（以下「検討委員会」という。）において協議し、次期健康増進計画を作成したので、報告するものです。本計画案は、国の「健康日本21（第3次）」や神奈川県「かながわ健康プラン21（第3次）」の趣旨を踏まえ、第4期秦野市健康増進計画（健康はだの21）の取組を継続し、人生100年時代を迎えた生涯にわたり、心身ともに健康で、市民の誰もがいきいきと生活できるよう、秦野市全体で健康なまちづくりを推進します。</p>	
<p>概要</p>	<p>1 計画期間 令和6年度～令和12年度（7年間）</p> <p>2 計画の構成</p> <p style="margin-left: 20px;">第1章 計画の策定に当たって</p> <p style="margin-left: 20px;">第2章 秦野市の健康に関する現状</p> <p style="margin-left: 20px;">第3章 前計画の評価</p> <p style="margin-left: 20px;">第4章 目指す方向性</p> <p style="margin-left: 20px;">第5章 計画の展開</p> <p>3 計画の特徴（第4期計画に追加した視点）</p> <p style="margin-left: 20px;">(1) 社会の多様化や人生100年時代の到来を踏まえ、ライフステージごとの行動目標を設定し、ライフコースに沿った特有の健康づくりを意識すること</p> <p style="margin-left: 20px;">(2) 第4期計画の取組分野「生活習慣病の重症化予防」に、歩くなどの運動器の障害（ロコモティブシンドローム）、体格指数におけるやせや肥満、メンタル面の不調の予防など、生活機能の維持・向上を含めること</p>	
<p>経過</p>	<p>令和4年11月 計画策定に向けた意識調査（市民向け健康状況アンケート調査） 配布数5,100通、有効回答1,913通（有効回答率37.5%）。</p> <p>令和5年6月～11月 検討委員会 計3回</p> <p>同 11月 庁内各課に意見聴取</p> <p>令和6年 1月 検討委員会より答申</p>	
<p>今後の進め方</p>	<p>令和6年1月22日 庁内各課に意見聴取（2月16日まで）</p> <p style="margin-left: 20px;">" 2月16日 議員連絡会報告（意見聴取：3月26日まで）</p> <p style="margin-left: 20px;">" 2月17日 パブリックコメント実施（3月17日まで募集。広報はだの2月15日掲載）</p> <p style="margin-left: 20px;">" 3月 下旬 第5期計画策定</p>	

秦野市健康増進計画「健康はだの21 第5期計画」案について

令和6年2月6日

こども健康部健康づくり課

1 策定の趣旨

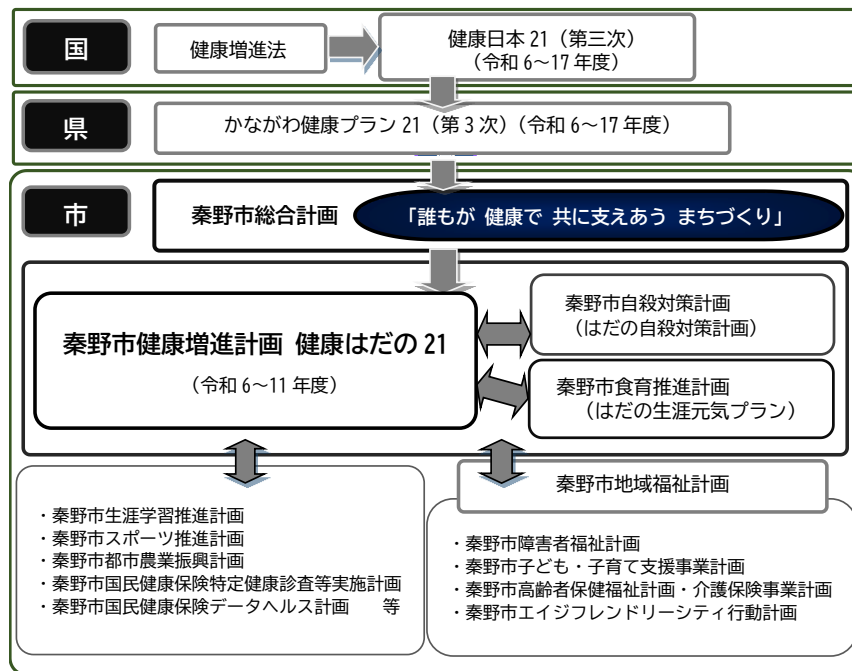
誰もが生涯を通じて、自分らしくいきいき暮らすためには、『健康』は欠かせません。そのためには、市民一人ひとりが生涯にわたり、自分のからだやこころに関心を持ち、健康づくりに取り組むことが必要です。これまでの取組を継続し、国や県の動向を踏まえ、健康はだの21 第5期計画を策定します。

2 計画期間

令和6年度から令和12年度までの7年間

3 位置付け

健康増進法第8条第2項に規定される市町村健康増進計画として、国の「健康日本21（第3次）」や神奈川県「かながわ健康プラン21（第3次）」の趣旨を踏まえ、策定します。



4 秦野市の健康に関する現状

秦野市の平均余命は、令和3年度で男性が82.6年、女性が87.2年で、県と同程度となっています。

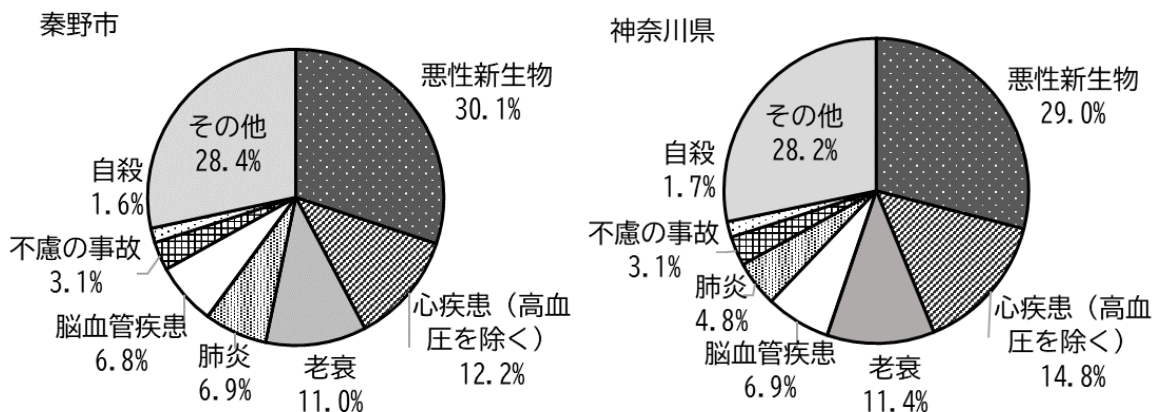
図表 平均余命と平均自立期間

		平均余命	平均自立期間	平均余命と平均自立期間の差
秦野市	男性	82.6	80.7	1.9
	女性	87.2	83.6	3.6
神奈川県	男性	82.4	80.6	1.8
	女性	88.1	84.4	3.7

出典：秦野市国民健康保険データベース（令和3年度）

本市の主要死因別死亡割合では、県と同様に、上位から、悪性新生物、心疾患、老衰、肺炎、脳血管疾患となり、生活習慣病に関連した死亡が全体の49.2%を占めます。

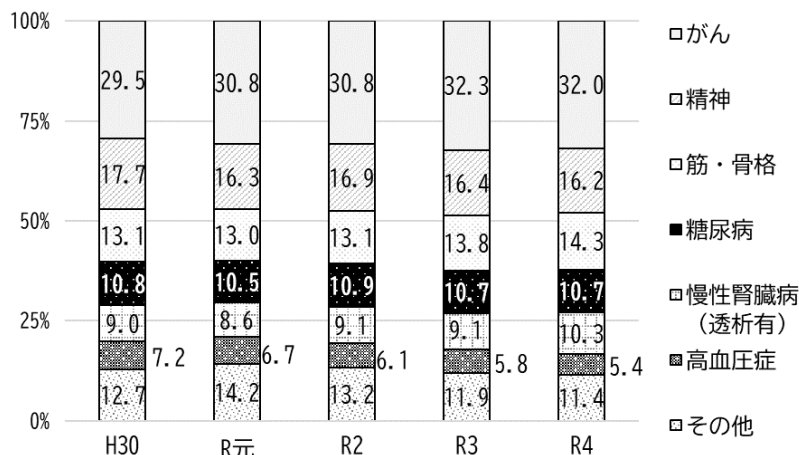
図表 主要死因別死亡割合



出典：R2 神奈川県衛生年報

また、医療費の疾病別割合では、「がん」(32.0%)、「精神」(16.2%)、「筋・骨格」(14.3%)、「糖尿病」(10.7%)、「慢性腎不全」(10.3%)、「高血圧症」(5.4%)となっています。

図表 医療費の疾病別割合



出典：秦野市国民健康保険データベース

5 目指す方向性

本市では、がんや循環器疾患などの生活習慣病による死亡が高い割合で推移しています。がんや生活習慣病の早期発見のため、日常における健康的な生活習慣を身に付け、定期的な健康診断の受診など、健康づくりの実践を支援します。

【基本理念】

基本理念

誰もが健康で 人とつながり 地域とつながり
共に支えあうまち「はだの」

【基本目標】

基本目標

市民との協働による
「健康寿命の延伸」「生活の質の向上」

6 計画の展開

基本目標を達成するために、健康づくりの3大要素である、「社会的つながり」「栄養・食生活」「身体活動・運動」に、「こころの健康・休養」「たばこ・お酒」「歯・口腔」「感染症予防」「生活習慣病・がん」を加えた取組分野で推進します。

【基本方針Ⅰ：健康を支援する環境整備】

1 社会的つながり

「声掛け あいさつから始まる 楽しい地域づくり」
「地域の仲間と健康づくり」

【基本方針Ⅱ：健康の維持向上のための生活習慣の改善と個人の行動変容】

1 栄養・食生活

「おいしいね 食べ物は 私のからだをつくっている」

2 身体活動・運動

「毎日こまめに動いて プラス10」
「1回30分以上 週に2回の運動習慣」

3 こころの健康・休養

「ぐっすり眠って スッキリ目覚める」
「悩んだら 言葉にして 相談しよう」

4 たばこ・お酒

「よく知ろう！ たばことお酒の本当のこと」

5 歯・口腔

「歯磨きは 優しく細かく 丁寧に」
「定期的 歯科検診を 受けに行こう」

6 感染症予防

「手洗い 換気 感染予防の第一歩」

【基本方針Ⅲ：生活習慣病の発症予防と重症化予防】

1 生活習慣病・がん

「健康診査 受けて始まる 健康づくり」
「がん対策は リスク回避（予防）とがん検診」

さらに、6つのライフステージ、乳幼児期(0～6歳)、学童期(7～12歳)、思春期(13～19歳)、青年期(20～39歳)、壮年期(40～64歳)、高齢期(65歳以上)での行動目標を設定し取組を推進します。

各ライフステージの行動目標：例【壮年期(40～64歳)】

行動目標
<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族や仲間と一緒に、健康づくりに取り組もう ・ 家族や仲間と、健(検)診について話してみよう ・ 生活の中で楽しみや熱中できることを見つけよう ・ 適正体重を知り、やせすぎ、太りすぎに気をつけよう ・ 野菜を多く含む、バランスの良い適塩の食事をしよう ・ ロコモティブシンドローム予防のために、運動習慣を身につけよう、または、運動習慣を継続しよう(30分以上の運動を週2回) ・ 日常での活動や運動において、今より10分多く体を動かそう ・ 適度な睡眠時間を確保しよう ・ 自分に合ったストレス対処方法を実践しよう ・ 悩んだり困ったら相談しよう ・ たばこによる害やニコチン依存について知ろう ・ 飲酒は適量内でとどめよう ・ 喫煙者は喫煙以外のストレス解消法を見つけよう ・ 喫煙をやめたい人は、禁煙外来などを活用しよう ・ 年1回以上歯科検診を受けよう ・ 歯間清掃用具(デンタルフロスや歯間ブラシ等)の使用を習慣化しよう ・ 感染症に関する正しい知識を持とう ・ 適切に感染予防行動をとろう ・ 1年に1回胃がん・大腸がん・肺がん検診を受けよう、また、女性は2年に1回子宮頸がん・乳がん検診を受けよう ・ がん検診で要精密検査になったら、精密検査を受診しよう ・ 健康診査を受け、生活習慣病のリスクを早期発見し、重症化予防に努めよう

秦野市健康増進計画（第5期） 改定の要旨（新旧対照表）

1. 基本理念、計画の期間

現計画（H30～R5年度）	新計画（R6～12年度）	主な改定内容
【基本理念】 健康寿命の延伸、壮年期死亡の減少、生活の質（QOL）の向上	【基本理念】 市民との協働による「健康寿命の延伸」「生活の質（QOL）の向上」	計画の推進は市民及び関係団体との協働が欠かせないため表記変更。平均寿命の延伸等動向を踏まえ壮年期死亡については削除。
【計画の期間】 平成30年度～令和5年度まで （当初令和4年度までだったが 新型コロナウイルスの影響で1年延長）	【計画の期間】 令和6年度～令和12年度まで	国、神奈川県が計画期間を12年間に延長することを踏まえ、本市も計画期間を7年間に変更。

2. 計画の構成について

現計画（H30～R5年度）	新計画（R6～12年度）	主な改定内容
第1章 計画の策定に当たって	第1章 計画の策定に当たって	PDCAサイクルに基づく事業評価の実施を強化。
第2章 秦野市のデータから見る現状	第2章 秦野市の健康に関する現状	
第3章 計画の基本的な考え方	第3章 前期計画の評価	
	第4章 目指す方向性	これまでの健康づくりに加え、ライフコースの観点を追加。
第4章 取組分野別具体的な取組	第5章 計画の展開	個人の健康づくりに加えて、健康を支援する環境整備を強化した。
I 健康を支援するコミュニティの実現	I 健康を支援する環境整備	
1 社会的つながり	1 社会的つながり	生涯を通じた健康づくりのため、ライフステージ毎の行動目標を設定した。
II 健康維持向上のための生活習慣の改善と環境づくり	II 健康の維持向上のための生活習慣の改善と個人の行動変容	前計画の取組を継続し、ロコモティブシンдрーム、メンタル面への予防的支援、やせの観点を追加した。
1 栄養・食生活	1 栄養・食生活	身体活動・運動に、熱中症対策を追加した。
2 身体活動・運動	2 身体活動・運動	
3 こころの健康・休養	3 こころの健康・休養	
4 喫煙	4 たばこ・お酒	
5 歯・口腔	5 歯・口腔	
6 感染症	6 感染症予防	
III 生活習慣病の重症化予防	III 生活習慣病の発症予防と重症化予防	
1 がん	1 生活習慣病・がん	
2 生活習慣病		
第5章 本計画における市の主な取組		
資料編	資料編	健康状況アンケート調査を追加

本計画における本市の取組（関連事業）

基本目標

健康寿命の延伸・生活の質の向上

基本の方向性	取組分野	重点目標	評価指標
I 健康を支援する環境整備	1 社会的つながり	人とつながりながら、地域で健康に過ごすことができるよう、多機関での連携を図る	自分が健康だと思う人の割合
			地域活動参加の割合（65歳以上）
II 健康維持向上のための生活習慣の改善と個人の行動変容（疾病予防と健康増進）	1 栄養・食生活	楽しくバランスの良い食生活を送る人を増やす	朝食を週4日以上食べている人の割合（40歳～59歳）
			主食・主菜・副菜をそろえた食事を毎食している人の割合
			野菜を毎食食べる人の割合
			30～60歳代男性の肥満者の割合（BMI25.0以上） 40～60歳代女性の肥満者の割合（BMI25.0以上）
	2 身体活動・運動	心身の健康のため、体を動かす人を増やす	日常生活において1時間以上の歩行と同等の活動を行っている人の割合（40～74歳の年齢別・男女別）
			運動習慣のある人の割合（40～74歳の年齢別・男女別）
	3 こころの健康・休養	適切な睡眠時間の確保と睡眠の質の改善により、こころと体の健康づくりができる人を増やす	睡眠で休養がとれていると感じる人の割合
			ストレスに対処できる人の割合
			ゲートキーパーの人数
	4 たばこ・お酒	たばこやお酒に関する正しい知識を持つ人を増やす	非喫煙者の割合（男女別）
			妊娠中の非喫煙者の割合
			男性の1日飲酒量2合未満の割合
女性の1日飲酒量1合未満の割合			
5 歯・口腔	いくつになっても自分の歯でおいしく食べられる人を増やす	3歳6か月児でむし歯がある幼児のうち重症の割合	
		年に1度以上、歯科健診を受けている人の割合	
		歯間清掃用具の使用して口腔内のセルフケアをしている人の割合	
		80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	
6 感染症予防	感染症に関する正しい知識をもつ人を増やす	麻疹・風しん（混合・単独 一期）予防接種率	
		高齢者インフルエンザ予防接種の接種率	
III 生活習慣病の発症予防と重症化予防	1 生活習慣病・がん	定期的に健康診査・がん検診を受け、生活習慣病の発症及び重症化を防ぎ、がんの早期発見・早期治療への行動がとれる人を増やす	特定健康診査受診率
			特定保健指導終了者割合
			血糖有所見者割合
			子宮頸がん（20～69歳）検診受診率
			乳がん（40～69歳）検診受診率
			大腸がん（40～69歳）検診受診率
			精密検査受診率（大腸）

各種健康教育、各種健康相談、若い世代への健康情報の発信、大学との協働事業の実施、地域での体操会、さわやか体操出張講座、各公民館での講座の開催
各種健康にかかわるボランティアの養成・育成及び活動支援、ゲートキーパーや認知症サポーターなど見守る市民の養成、元気高齢者の就労・活動支援
子どもの居場所づくりへの支援、安全で快適な道路づくり
食生活改善推進員の養成・活動支援、幼小中保護者向け健康講座の開催、メタボリックシンドローム予防・改善のための栄養講座、病態別の栄養講座、地産地消推進事業、市公式YouTubeによる料理動画の配信
食育推進事業、親子食育推進事業、乳幼児健康診査の実施、子どもの居場所づくりへの支援、介護予防普及啓発事業の実施、地域介護予防活動支援事業
メタボリックシンドローム予防・改善のための栄養講座、地産地消推進事業の実施、親子地産産物野菜教室開催、はだの産農産物応援サポーターの拡充
幼小中保護者向け健康講座、大学との協働事業の実施、生活習慣病予防事業、重点健康相談事業、運動普及員養成・育成、体操会の開催、身体活動・運動の普及啓発事業
生活習慣病予防事業、一般介護予防事業の実施、森林セラピー事業の実施、3033運動の推進、スポーツ・レクリエーションイベントの充実
健康づくりのための情報が受け取れる場の提供（未病センター）
市内公立中学校及び高校へのこころの健康に関するリーフレットの配布、職域などでの相談窓口の情報提供、ゲートキーパー養成講座（再掲）、「こころの体温計」の運用、幼小中保護者向け健康講座の開催、自殺対策計画の推進
妊産婦のこころのケア対策事業の実施、介護者支援
悩みを持つ児童・生徒への支援、市内企業の管理職向けメンタルヘルス対策の研修開催
市内小中学校での喫煙防止及び適正飲酒教育の実施、適正飲酒及び受動喫煙防止の普及啓発事業
周産期からの禁煙支援の実施、乳幼児健康診査での禁煙支援
特定健康診査及び特定保健指導（禁煙及び適正飲酒支援）
お酒や画面視聴など、依存に関する教育の実施
歯周病検診、歯と口の健康週間事業（口腔ケア講演会）、口腔がん検診の実施
妊婦歯科健康診査、乳幼児健康診査における歯科検診及び歯科相談、幼児食と歯のセミナー、一般介護予防事業の実施
歯と口の健康週間事業（フッ化物塗布事業）
感染症などについての正しい知識の普及啓発事業、65歳以上の季節性インフルエンザ予防接種事業、高齢者用肺炎球菌予防接種事業
乳幼児やその保護者への感染症予防に関する普及啓発事業、乳幼児期から20歳未満の者に対する予防接種事業の実施
巡回型健康測定事業（健康バス事業）、病態別の栄養講座（再掲）、日常生活動作を増やすための講座
特定健康診査に関する普及啓発事業（未受診者受診勧奨、特定保健指導、健康ポイントプログラム事業、イベントや健康相談会）
生活習慣病重症化予防事業（HbA1c.6%以上の未受診者に対する受診勧奨、かかりつけ医と連携した生活習慣改善プログラム）
生活習慣病予防対策事業の実施（血管いきいき生活のすすめ、病態別料理講座、グッバイ内臓脂肪からだづくり応援講座）
がん検診の実施、受診率向上のための普及啓発、受診勧奨事業の実施、がん検診の精密検査受診率の向上
高齢者の介護予防事業と保険事業の一体的実施