

笠間市健康づくり計画

(案)

平成24年 月

笠間市健康増進課

目 次

序章 健康都市かさまの実現に向けて	- 3 -
1. 健康都市づくりの趣旨	- 4 -
2. 健康都市かさま宣言	- 5 -
第1章 計画の考え方	- 6 -
1. 計画策定の背景	- 7 -
2. 計画の趣旨	- 8 -
1) 計画策定の目的	- 8 -
2) 計画の位置づけ	- 8 -
3) 計画の期間	- 9 -
4) 計画の推進管理体制	- 9 -
第2章 健康な都市（まち）をつくる	- 10 -
第3章 健康をとりまく現状と課題	- 14 -
1. 人口・要介護者	- 15 -
(1) 人口	- 15 -
(2) 出生・死亡	- 16 -
(3) 平均寿命	- 17 -
(4) 要介護認定者	- 18 -
2. 疾病及び生活習慣の動向	- 19 -
(1) 死亡の原因	- 19 -
(2) 疾病の状況	- 21 -
3. 食生活の現状	- 26 -
4. 健康課題	- 28 -
第4章 計画の理念・目標	- 29 -
1. 計画の目指す理念	- 30 -

2. 計画の基本目標	- 31 -
【基本目標1】 健康都市づくり市民運動の促進	- 31 -
【基本目標2】 保健・医療の充実	- 31 -
【基本目標3】 食育の推進	- 31 -
第5章 具体的目標及び施策の展開	- 32 -
基本目標1. 健康都市づくり市民運動の促進	- 33 -
施策の方向1) 健康都市講座の推進	- 34 -
施策の方向2) 健康都市づくり運動の連携と交流の促進	- 35 -
施策の方向3) ヘルスリーダーの活動促進	- 36 -
基本目標2. 保健・医療の充実	- 37 -
施策の方向1) 保健事業等の充実	- 39 -
テーマ(1) 健康習慣づくり	- 41 -
テーマ(2) 運動	- 45 -
テーマ(3) 休養・こころの健康	- 49 -
テーマ(4) 喫煙	- 52 -
テーマ(5) 飲酒	- 55 -
テーマ(6) 歯の健康	- 57 -
テーマ(7) 乳幼児の健康	- 61 -
施策の方向2) 安心できる医療の確保	- 64 -
基本目標3. 食育の推進	- 68 -
施策の方向1) 栄養・食生活の充実	- 70 -
施策の方向2) 学校・保育所等における食育	- 77 -
施策の方向3) 地域の食育・食文化をきずく	- 79 -
第6章 計画の推進	- 81 -
1. 計画の推進	- 82 -
2. 計画の評価	- 83 -
施策の成果指標	- 85 -

序章 健康都市かさまの実現に向けて

1. 健康都市づくりの趣旨

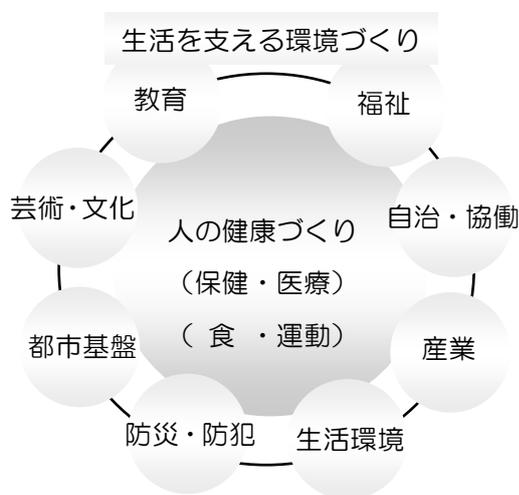
「最高水準の健康に恵まれることは、基本的人権のひとつである」とする世界保健機関（WHO）憲章の精神は、日々の生活を支えるまちづくりを進める上で、非常に重要な考えとなります。

※ 健康＝ここでは、病気ではないとか弱っていないとかではなく、肉体的にも精神的にも、そして社会的にも全てが満たされた状態にあることをいいます。

人口減少、急速な高齢化が進む中で、成熟期にある日本の社会・経済環境には、様々な課題が存在し、社会保障、雇用など将来に対する不安要素も発生している状況にあります。そして、現在の課題を解決していくためには、本市のような地方都市から、地域資源を最大限に活用し、将来に向けて希望と成長を感じる新しいモデルとなるまちづくりを進めていくことが、求められているといえます。

このような状況において、「生涯にわたって健やかに暮らす」という広い意味での「健康」は、持続し成長するまちづくりを進める上でも、非常に重要なテーマとなります。

「健康」は、健康管理といった個人の努力だけではなく、生活水準や生活様式に大きく依存し、福祉、教育、居住、労働、都市環境など個人ではどうにもならない要因が絡み合っただけでつくられています。この都市に生活する人々の身体的、社会的、精神的健康水準を高めるために、都市のいろいろな条件を整えていく仕組みを構築していくことが、世界保健機関（WHO）の「健康都市」の取り組みです。



本市は、健康水準と生活の質の向上を図るため、「人の健康づくり」と「生活を支える環境づくり」を柱として進めていきます。

そのために、保健・医療、福祉、産業、教育、環境など様々な分野の活動を推進するとともに、それらの連携による相乗効果を得る仕組みを構築し、市民と行政が一体となって、安心と安全が確立された「健康な都市づくり」を推進します。

2. 健康都市かさま宣言

「健康都市づくり」は、行政はもとより地域社会、民間企業などのそれぞれの取組みと幅広い連携が必要となります。そのため、分かりやすく確固たる理念の確立した上で、各分野における活動の展開、さらには「健康」によるつながり、ネットワークづくりを構成として進めていきます。

本市が取り組む「健康都市づくり」の理念は、世界保健機関（WHO憲章）を尊重し、また、「安心と安全の確保」という居住の上での前提を、改めて強く推進していく意志を表明するものです。

この理念を、「健康都市かさま」として宣言し、本市に居住、又は関係する方が共有するとともに、広く市外にも発信していきます。

現在、先進国となり成熟期にある日本は、急速な高齢化、地球温暖化、経済成長、社会保障制度など、様々な課題がある中で、停滞や閉塞感を感じ、日々の暮らしや将来に対する不安感が蔓延しています。

この現状を打破していくためには、人の健康増進とそれを支える環境を整えていく「健康な都市づくり」を基礎として、未来に向けて、安心を感じ、かつ成長という希望に満ちた地域づくりを、地方から実践し、発信していくことが必要です。

健康都市かさま宣言

だれもが健康に暮らせるまちをつくることは、いつまでも変わることがないテーマです。

笠間市は、WHO が提唱する健康都市の理念を踏まえながら、市民と行政が一体となって、保健、医療、福祉、教育、産業など都市を構成する全ての分野における活動と連携をとおり、相互に支えあい、健康な生活をおくり続けることができる安心と安全が確立された「健康都市かさま」の構築を目指すことを、ここに宣言します。

第 1 章 計画の考え方

1. 計画策定の背景

① 健康課題

我が国は、戦後の国民生活環境の改善と医学の進歩や国民皆保険制度の普及等によって平均寿命が急速に延伸し、いまや世界有数の長寿国となっています。しかし、急速な高齢化とともに、生活習慣病及びこれに起因した認知症、寝たきり等の要介護状態等になる人の増加は深刻な社会問題となっています。

このような社会的な状況に対して、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするためには、壮年期死亡の減少と健康で自立して暮らすことができる健康寿命の延伸を図ることが重要な課題となっています。

② 健康日本 21

元来、健康の実現は、一人ひとりが主体的に取り組む課題ですが、社会全体で個人の主体的な健康づくりを支援していくことを旨とし、21世紀における国民健康づくり運動を展開するために「健康日本 21」が平成 12 年度に策定されましたが、平成 15 年の「健康増進法」の成立や平成 17 年の「医療制度改革大綱」の決定を踏まえ、平成 20 年 4 月に改定されたところです。

この「健康日本 21」は、「壮年期死亡の減少」「健康寿命の延伸」「生活の質の向上」の実現を目的に、平成 24 年度までの計画期間において、一次予防の重視や健康づくり支援のための環境整備などの基本方針を掲げ、国民が主体的に取り組める健康づくり運動を総合的に支援していく国民運動として位置づけています。

③ 健康いばらき 21 プラン

茨城県では、「健康日本 21」を受け、平成 13 年に「全ての県民が健康で明るく元気にくらす社会の実現」を基本目標として、「健康いばらき 21 プラン」が策定され、平成 20 年には、平成 24 年度までの計画期間として改訂されました。

④ 食育推進計画

国の食育推進基本計画及び茨城県食育推進計画は、平成 17 年に食育基本法が成立したことに伴い、法の趣旨に基づき「食育の施策についての基本的な方針」や「食育の推進の目標に関する事項」「食育の総合的な促進に関する事項」など食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るための基本となる計画として策定されました。

2. 計画の趣旨

1) 計画策定の目的

本市においては、平成 19 年 4 月策定の「笠間市総合計画」に市民の健康に対する意識の高揚や年齢に応じた健康づくりの支援、保健指導体制の充実、さらには食育の推進等を位置づけ、各種保健予防施策等を推進してきたところです。

しかしながら、少子高齢化が急速に進行する中で、生活習慣病やこころの病など日々直面する健康の問題も複雑化し、健康の維持・増進に対する市民の関心は極めて高くなってきている状況にあります。そうした中、市民が生涯にわたり、健康で元気に安心して暮らせる地域社会を実現するため、その行動指針となる「笠間市健康づくり計画」を策定するものです。

2) 計画の位置づけ

本計画は、次のとおり位置づけます。

【総合計画の部門計画】

第一に、笠間市総合計画の部門計画としての位置づけです。食育を含めた健康づくりに関わる取り組みを通じて、基本構想「住みよいまち 訪れてよいまち 笠間」(みんなで創る文化交流都市)に定められた目標の一つである「共に支えあい、健やかに暮らせるまちづくり」の実現に貢献します。

なお、本計画は、市民の健康づくりに関わる計画ですが、健康をとりまく生活や都市環境等については、健康都市づくりを総合的に推進するための「総合計画」が担うこととしています。

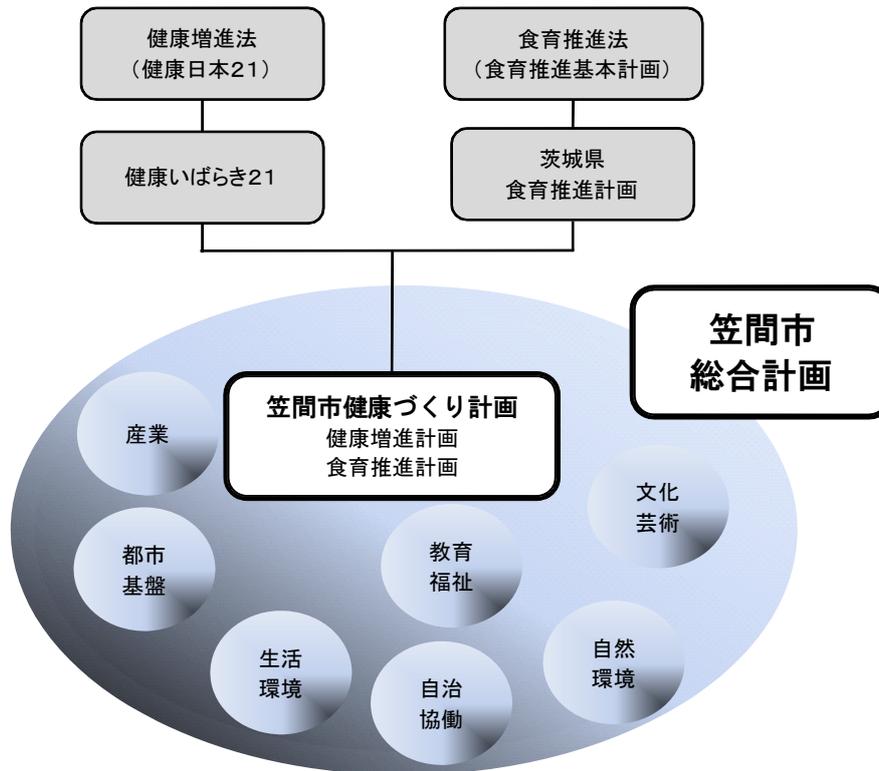
【法定計画】

第二に、健康増進法第 8 条第 2 項に基く市町村健康増進計画及び食育基本法 18 条に規定する市町村食育推進計画として位置づけ、さらに「健康日本 21」、「健康いばらき 21 プラン」、「食育推進基本計画」、「茨城県食育推進計画」を参考としながら、健康増進計画と食育推進計画を複合し、地域特性を踏まえた本市独自の計画とします。

【各行政分野計画との調和】

第三に、既に策定されている各行政分野の計画との調和を図り、少子高齢社会の諸課題の解決を含めた健康に関わる広範な取り組みを通じ、WHO が提唱する健康都市を目指す中核となる計画とします。

<計画の位置づけ>



3) 計画の期間

本計画の計画期間は、平成 24 (2012) 年度から平成 33 (2021) 年度までの 10 年間とし、平成 28 (2016) 年度に中間評価・見直しを行うことを基本としながら、国の施策動向や社会情勢の変化等への対応のために必要が生じた場合は、中途年次であっても、計画を見直すこととします。

年度	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
						(見直し)				
計画 期間	(平成 24 年度～28 年度)					(平成 29 年度～33 年度)				

4) 計画の推進管理体制

本計画は、市民・行政・事業者等の相互連携により推進しますが、計画の推進管理は、健康づくり市民運動を推進する「健康づくり推進協議会」及び事業担当行政部門の代表による「ワーキングチーム」が主に行います。(第6章に記述)