

「山口市健康づくり計画」の概要(案)

第1章 計画の概要 [P1~3]

1 計画の趣旨

市民一人ひとりが心身ともに健やかで、生涯にわたりいきいきと暮らしている「健康都市やまぐち」の実現に向け、市民の健康づくりと食育の推進に係る施策を、総合的に推進する一体的な計画として策定するもの。

2 計画の位置付け

健康増進法第8条に基づく「市町村健康増進計画」及び食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」を一体化した計画

3 計画の期間

令和6~17年度(12年間)

第2章 本市を取り巻く現状 [P4~7]

- 死因の第1位はがん(悪性新生物)で、三大生活習慣病(がん、心疾患、脳血管疾患)が、全死亡数の半数近くを占める。
- 介護や介助が必要になった原因は、高齢による衰弱が最も多く、以降、骨折・転倒、脳卒中、関節の病気、心臓病の順となっている。

第3章 前計画の取組と評価 [P8~15]

【取組】

- 個人だけでなく地域や職域を対象として、地域・事業所等との協働による取組や地域資源を活用した取組等を実施し、健康づくりを総合的に推進してきた。

【評価】

- 「健康的な生活習慣の確立」については、健康寿命の延伸を妨げる生活習慣病の発症、重症化を予防するため、性差や年齢を踏まえ取り組む必要がある。
- 「食育の推進」については、引き続き、様々な媒体、機会を通じ、食への関心をもってもらえるよう取り組む必要がある。
- 「生活習慣病の発症予防と重症化予防」については、引き続き、検(健)診受診率の向上に取り組むとともに、健康への関心が薄い層を含む幅広い世代に働きかけていく必要がある。
- 「地域医療体制の充実」については、二次救急病院の機能の維持及び向上、へき地における医療体制の維持及び確保に、引き続き取り組む必要がある。
- 日常生活動作が自立している期間の平均(健康寿命)は男女ともに伸びており、「自分が健康だと思う市民の割合」は高率を維持していることから、これまでの取組には一定の成果があったと言える。

第4章 計画の基本的な考え方 [P16~19]

1 基本理念

「健康都市やまぐち」の実現

市民一人ひとりが心身ともに健やかで、生涯にわたりいきいきと暮らすため、国の目指す「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」の視点も踏まえ、前計画に引き続き「健康都市やまぐち」の実現を目指す。

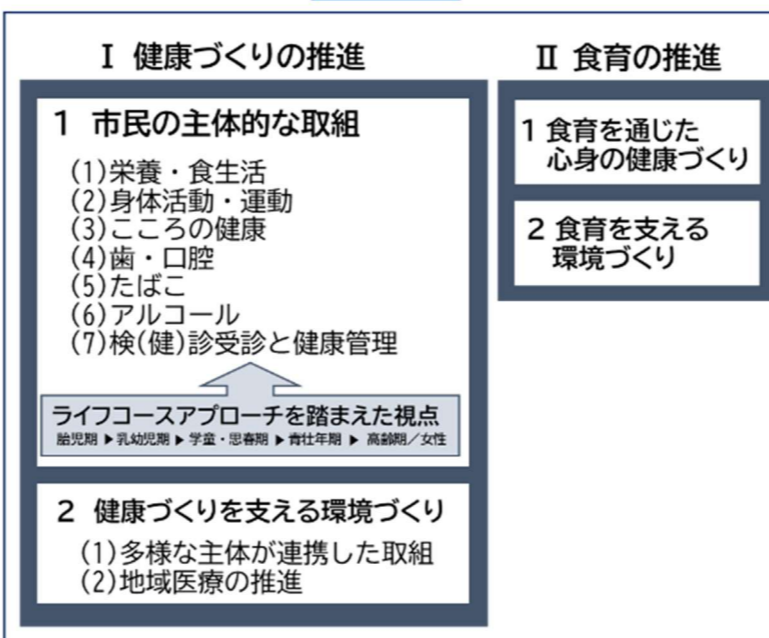
2 基本方針

- (1) 市民の主体的な健康づくり…胎児期から高齢期に至るまで生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れ、性別や年齢等、様々な属性に応じたきめ細やかな取組により、健康の保持・増進につながる個人の行動と健康状態を改善する。
- (2) 健康づくりを支える環境づくり…健康づくりに関心の薄い人も含めて、社会全体が互いに支え合い、市全体で健康づくりに取り組む意識や機運の醸成が図られるよう、行政だけでなく地域、職域、関係団体等の多様な主体が連携し、個人の取組を支援する。
- (3) 生涯にわたる食育の推進…個人の健全な食生活を支え、自然に健康になれる食環境づくりについて、ライフステージ等に対応した、切れ目のない食育を進める。

3 計画の取組体系

山口市総合計画
めざすまちの姿 あらゆる世代が健やかに暮らせるまち

基本理念 「健康都市やまぐち」の実現



第5章 取組の展開 [P20~47]

I 健康づくりの推進

1 市民の主体的な取組

- (1) 栄養・食生活…朝食摂取や主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスの良い食事をとることの重要性の周知と実践支援等
- (2) 身体活動・運動…世代やライフスタイルの特徴に応じた身体活動・運動の実践支援、習慣化への支援等
- (3) こころの健康…睡眠による休養の必要性や様々なストレスとその対処法、生きがいづくりの重要性についての周知啓発等
- (4) 歯・口腔…むし歯や歯周疾患の予防、口腔機能向上のための歯・口腔ケアの実践、歯科健康診査受診の必要性についての周知等
- (5) たばこ…禁煙、受動喫煙防止に向けた取組の普及啓発等
- (6) アルコール…多量飲酒が心身に及ぼす影響や、適正飲酒についての周知啓発等
- (7) 検(健)診受診と健康管理…健康づくりに関する意識づくりのための情報発信、がん検診等の有効性と受診方法等の分かりやすい周知等

2 健康づくりを支える環境づくり

- (1) 多様な主体が連携した取組…人と人との絆やつながりによる健康づくり、地区組織や関係団体、民間事業所との連携、健康づくりの機運醸成のための戦略的な情報発信
- (2) 地域医療の推進…医療と健康に関する情報発信、救急医療体制の維持・確保、へき地医療体制の充実等

II 食育の推進

1 食育を通じた心身の健康づくり

…日々の生活における食育についての実践支援、朝食摂取や主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスの良い食事をとることの重要性の周知と実践支援

2 食育を支える環境づくり

…「デジタル食育」の推進、多様な主体が連携した取組

第6章 計画の推進に向けて [P48~50]

1 計画の推進体制

地域や職域、関係団体等の多様な主体との、より一層の連携、関係する担当課との連携、協力により、市民の健康づくりを進める。

2 計画の進行管理

(1) 計画の評価

「山口市健康づくり推進協議会」の意見も踏まえた幅広い視点で、毎年度の進捗状況を指標の達成度で評価する。

(2) 計画の指標

令和16年度までに、「自分は健康だと思う市民の割合」が80%以上となるよう目指す。