

「第4次・健康たかつき21」(素案)の概要

【1】計画策定に当たって

(1)計画策定の趣旨

少子高齢化が更に進行する中で、誰もがより長く健やかに暮らしていくための基盤として健康づくりの重要性はより高まっています。個人及び社会全体として、健康の維持・増進を図るため、今後更に取組を推進していくことが求められています。

前計画の評価をもとに、健康を取り巻く社会環境や疾病構造の変化、これまでの本市の取組の成果や課題を踏まえた上で、市民、行政、関係機関・団体など多様な主体が一体となって、本市における「健康づくり」と「食育」を総合的かつ計画的に推進するため、本計画を策定します。

(2)計画の位置づけ

健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」、食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」として、本市における健康づくり・食育の基本的な計画となるものです。

(3)計画の期間

令和6(2024)年度から令和17(2035)年度までの12年間の計画期間とします。

(4)計画の策定方法

庁内関係部署で検討を行った上で、市議会議員、学識経験者、各関係団体の代表者、公募市民等を委員とする「高槻市保健医療審議会」に諮り、意見聴取しながら、審議を行いました。

また、市民の健康や食育に対する意識や関心、日常生活習慣の実態等を把握するため、20歳以上の市民、小学5年生とその保護者、中学2年生とその保護者、高校2年生、就学前児童の保護者を対象としたアンケート調査を令和4(2022)年度に実施しました。

【2】計画の基本的な考え方

(1)基本理念(目指すべき姿)

『全ての市民が健やかで心豊かに暮らせるまち・たかつき』

(2)全体目標

「健康寿命の延伸」

基本理念を実現するためには、市民一人ひとりが健康で、毎日を元気にいきいきと暮らせることが必要であり、健康づくり・食育の取組全てが「健康寿命の延伸」につながることから前計画に引き続き、本計画の全体目標とします。

(3)基本視点

<視点1> 市民主体で推進する健康づくり

健康づくりの主体は「市民」です。「自らの健康は自らが守る」という考えのもと、市民一人ひとりの意識と行動の変容が重要です。

<視点2> ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

各ライフステージ(子ども期、成壮年期、高齢期の人の生涯における各段階)等に応じた健康づくり・食育を推進するとともに、「ライフコースアプローチ(胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた考え方)」を踏まえた切れ目のない、生涯を通じた取組を推進します。

<視点3> 健康づくりを支える社会環境の整備

健康づくりは、個人の努力だけで成し遂げることは難しく、地域をはじめとする個人を取り巻く社会環境から大きな影響を受けるため、健康づくりを支える社会環境の質の向上を図ることが重要です。

さらに、意識しなくても健康につながる食環境、身体活動・運動を促す環境など、そこに生活しているだけで自然に健康になれる環境づくりを進めることが重要となります。

(4)取組体系

基本理念及び全体目標の実現に向けて、基本視点を踏まえた具体的な取組を①～④に整理し「健康を築き上げていく」過程を城に見立てて、体系図にしました。(右図)

- ①生活習慣の改善
- ②生活習慣病の発症予防及び重症化予防
- ③ライフステージ及びライフコースアプローチを踏まえた取組
- ④健康づくりを支える社会環境

<ライフステージの区分>



<計画の取組体系イメージ図>



(5)推進体制・評価体制

①推進体制

本計画では、市民一人ひとりが日常生活の中で積極的に健康づくりに取り組むとともに、地域、教育関係機関、保健医療関係団体、医療保険者、企業・職域関係機関、マスメディア、ボランティア・NPO、行政などの多様な主体がそれぞれの特性を活かした役割分担のもと、連携・協働して健康づくり・食育を推進します。

②進行管理と評価

本計画の目標達成に向け、PDCAマネジメントサイクルを運用し、効果的・効率的に施策・事業を推進します。

【3】 計画の取組内容

基本理念の実現に向けて、各分野における「目指す姿」、「目標項目と目標値」、「市民(ライフステージ別)・地域・関係機関・関係団体・行政の取組」を示し、各事業、施策等に取り組みます。

【全体目標】 健康寿命の延伸

【生活習慣の改善】

(分野1) 栄養・食生活・食育

＜目指す姿＞ 自分の適正体重を知り、バランスのよい食生活を実践し、家族や周りの人と一緒に食を楽しむ。

(分野2) 身体活動・運動

＜目指す姿＞ 日常生活でこまめに体を動かし、自分に合った無理のない運動習慣を身につける。

(分野3) 休養・こころ

＜目指す姿＞ 十分な睡眠・休養や自分なりのストレス解消法により、こころの健康を保つ。

(分野4) 歯・口腔の健康

＜目指す姿＞ 定期的に歯科健診を受診し、自分に合った口腔ケアを行い、生涯にわたって自分の歯で食べることができる。

(分野5) たばこ(喫煙)

＜目指す姿＞ 禁煙に取り組み、受動喫煙をさせない。

(分野6) アルコール(飲酒)

＜目指す姿＞ 過度の飲酒が及ぼす健康への影響を知り、適量飲酒ができる。

【生活習慣病の発症予防・重症化予防】

(分野7) がん

＜目指す姿＞ がんに関する正しい知識を身につけ、定期的ながん検診を受診する。

(分野8) 循環器疾患

＜目指す姿＞ 循環器疾患に関する正しい知識を身につけ、望ましい生活習慣を実践し、発症を予防する。

(分野9) 糖尿病

＜目指す姿＞ 糖尿病に関する正しい知識を身につけ、望ましい生活習慣を実践し、発症を予防する。

【健康づくりを支える社会環境】

(分野10) 健康づくりを支える社会環境

＜目指す姿＞ 市民の健康づくりを支える社会環境が整っている。