

第2次健康あさひ21計画

第2次尾張旭市健康増進計画

概要版



平成27年3月
尾張旭市

1 計画策定の趣旨

「第2次健康あさひ21計画」は、これまで尾張旭市で取り組んできた健康づくり活動を引き継ぐとともに、第1次計画の最終評価結果を受け、新たな健康課題への対応などを行い、本市の健康づくりのさらなる発展をめざすものです。

少子高齢化が避けられない状況の中、今後も医療費や介護保険費用等の継続的な増加が見込まれます。市民一人ひとりの健康は、持続可能な社会保障制度の構築にもつながる重要なものであるという認識のもと、本計画の推進により、子どもから高齢者まですべての市民が、健やかで心豊かに生活できるまちづくりに取り組みます。

2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」として位置づけます。

また、本計画の「食育」に関わる部分は、食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけます。

3 計画の期間

本計画の計画期間は、平成27年度から平成36年度までの10年間として定めます。また、中間年度である平成31年度に、中間評価・見直しを行うこととします。

ただし、計画期間中であっても、さまざまな状況の変化により見直しの必要性が生じた場合は、適宜、計画の見直しを行っていくこととします。

4 計画の基本理念

これまで進めてきた、自らが取り組みやすい、そして身近な地域で気軽に取り組める健康づくり活動への支援は、これからも継続していく必要があります。さらにこれからは、特に人と人とのふれあいや、地域の仲間との支えあいといったキーワードを重視して計画を推進していくことが重要になります。

第1次計画策定時の理念を引き継ぎつつ、さらに家族や地域、職場などにおける、支え合い、ふれあいを重視しながら健康づくりに取り組む尾張旭市をめざし、市民の健康寿命の延伸を図ります。



元気いっぱい！幸せいっぱい！
ともにつくる“健康あさひ”



5 施策の体系

基本理念の実現に向け、4つの基本方針を定め、9つの分野における取り組みを推進していきます。なお、市民主体の健康づくりを進めるため、ライフステージごとの取り組み目標も分野別に設定します。

総合計画

基本理念

基本方針

分野別取り組み

健康だと思ふ市民の増加

健康寿命の延伸

元気いっぱい！幸せいっぱい！
健康あさひ

1 生涯を通じた 健康づくり

まち全体で健康づくりの機運を高めるとともに、あらゆる健康づくりの分野において、行動変容につなげるきっかけづくりを支援します。

2 望ましい生活 習慣の定着

子どもの頃から、早寝早起きやバランスのとれた食事、適度な運動など、生活のさまざまな分野で望ましい生活習慣の定着を促進します。

3 病気の発症と 重症化の予防

健（検）診受診による自身の健康状態の確認等に重点をおいた一次予防、二次予防の推進と、「重症化予防」へ向けた取り組みを強化します。

4 コミュニティを中心とした健康づくり活動の推進

市民が主体的に行う健康づくりの取り組みを社会全体で総合的に支え合い、健康を守り、つくることのできる環境を整備します。

1 栄養・食生活

2 身体活動・運動

3 休養・こころの健康づくり

4 たばこ・COPD

5 アルコール

6 歯の健康

7 生活習慣病

8 健やか親子

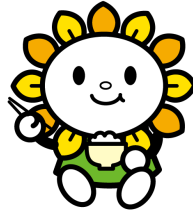
9 食育

- ★市民一人ひとりのライフステージに応じた取り組み
- ★市民、地域・団体・事業者等、行政の連携した取り組み

6 分野別の取り組み

それぞれの分野ごとに、「重点目標」と「取り組みの成果をはかる指標」を設定しています。

栄養・食生活



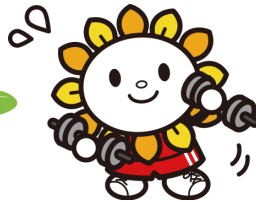
重点目標

- 食の外部化、簡便化を改め、バランスのよい食事を心がけよう！
- 朝ごはんの大切さを広め、朝食欠食者を減らそう！
- 食事をするゆとりや、誰かと一緒に食べることの大切さを広めよう！

主な指標

- ・肥満者・肥満傾向にある子どもの減少
- ・女性のやせ過ぎの人の減少
- ・低栄養傾向にある高齢者の増加を抑制
- ・朝食を欠食する人の減少

身体活動・運動



重点目標

- 「運動」「身体活動」の楽しさを広めよう！
- 高齢者が継続的に取り組める運動・身体活動を促進しよう！
- 市民が運動に取り組みやすい環境を整えよう！

主な指標

- ・意識的に運動している人の増加
- ・運動習慣がある人の増加
- ・地域活動をしている人（60 歳以上）の増加
- ・ロコモティブシンドロームを知っている人の増加

休養・こころの健康づくり



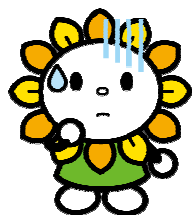
重点目標

- 世代に応じて違うストレスとの上手なつきあい方やストレス解消方法を身につけよう！
- 気軽に悩みを相談できる環境をつくろう！
- 地域コミュニティの中で、こころの健康づくりを進めよう！

主な指標

- ・睡眠による休養を十分にとれていない人の減少
- ・困ったときや心配なことがある時に相談できる人がいる割合の増加
- ・強いストレスを感じている人の減少

たばこ・COPD



重点目標

- 子どもに喫煙の害を伝えよう！
- 「たばこをやめたい」喫煙者への、禁煙支援を充実しよう！
- 施設などの禁煙を進め、受動喫煙の機会を減らそう！

主な指標

- ・成人、未成年者、妊婦の喫煙率の減少
- ・受動喫煙の機会の減少
- ・「COPD」を知っている人の増加

アルコール



重点目標

- 適正な飲酒量の知識を浸透させ、楽しく飲めるようにしましょう！
- アルコールの害や知識について、学校での教育を進めよう！
- アルコールの害を広く市民に伝えよう！

主な指標

- ・ 未成年者の飲酒経験者の減少
- ・ 妊婦の飲酒割合の減少
- ・ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の減少

歯の健康



重点目標

- 子どもの歯の健康づくりに取り組もう！
- かかりつけ歯科医をつくり、定期的に歯と口の健康づくりを進めよう！
- 歯や口腔の健康についての正しい情報を周知しよう！

主な指標

- ・ むし歯のない子どもの増加
- ・ 年1回以上歯の健診を受けている人の増加
- ・ かかりつけ歯科医を持つ人の増加
- ・ 80歳で20本以上の自分の歯がある人の増加

生活習慣病



重点目標

- 自分の健康状態を知り、改善するために健（検）診受診を進めよう！
- 「元気まる測定」のさらなる周知と定着を進めよう！

主な指標

- ・ がん検診受診率の向上
- ・ メタボリックシンドローム該当者（予備群）の減少
- ・ 糖尿病有病者率の減少
- ・ 元気まる測定を知っている人の増加

健やか親子



重点目標

- 子どもの心身の健やかな成長を支援しよう！
- 安心して妊娠・出産ができる環境を整えよう！
- 青少年が、喫煙・飲酒・薬物・性について正しい知識を持ち、自分や周りの人を大切にできるようにしよう！

主な指標

- ・ 乳幼児健診の未受診率の減少
- ・ かかりつけの小児科医を持つ保護者の増加
- ・ 育児に参加する父親の増加
- ・ 子育てにストレスを感じる人がある人の減少

食育



重点目標

- 身近なところから「地産地消」を進めよう！
- 家庭の味や料理の技術などを伝承していこう！
- 食の安全について正しい知識を身につけよう！

主な指標

- ・ 「食育」に関心を持つ市民の増加
- ・ 「地産地消」を知っている市民の増加
- ・ 家族や友人と楽しく食事する人の増加
- ・ 食の安全に不安を感じている人の減少
- ・ 学校給食で地場産物を使用する割合の増加