

第2次越谷市健康づくり行動計画・ 食育推進計画

いきいき越谷21

ひろげよう いきいき すこやか 健康の輪



平成 26 年 3 月

越 谷 市

はじめに

いつまでも健康で、いきいきと心豊かに暮らすことは、私たちの願いです。

本市は平成15年3月に越谷市健康づくり行動計画「いきいき越谷21」を策定し、「すこやか はつらつ 明るいくらし」をスローガンに、市民の皆様・健康に関する団体・行政がともに様々な健康づくり事業を推進してまいりました。

当初の計画期間は平成15年度から平成22年度までの8年間としておりましたが、医療制度改革や国・県の健康増進行動計画が延長されたことに伴い、平成25年度まで延長いたしました。このような経過を踏まえ、このたび、平成26年度から平成35年度までを計画期間とする第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」を策定いたしました。



本計画では、現在の健康課題を明らかにし、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「喫煙」、「歯と口腔」、「こころの健康」、「飲酒」及び「健康診査と健康管理」の7分野においてそれぞれ目標を設定し、「ひろげよう いきいき すこやか 健康の輪」をキャッチフレーズとして健康づくりの喚起を図り、様々な施策を実施してまいります。特に、「食」は健康を維持するための重要な要素であることから、「栄養・食生活」の分野を「越谷市食育推進計画」として体系的に位置づけております。

市民の皆様には本計画の趣旨をご理解いただき、お一人おひとりの取組が広がり、地域全体の健康づくりにつながっていくよう、実践されることをお願い申し上げます。

また、本市では平成27年4月1日の中核市移行に伴い、新たに越谷市立の保健所の開設に向け準備を進めています。市立保健所は、地域保健の安全・安心の拠点として、感染症対策や食品・環境衛生の指導など、さらなる市民の皆様のニーズに即した施策を展開していくことから、市立保健所と連携し、本計画に基づき市民の皆様の健康づくりを総合的に推進してまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提言をいただきました越谷市健康づくり推進審議会の皆様をはじめ関係機関の皆様、そして各種調査やパブリックコメントを通じてご協力いただきました皆様に、心から感謝を申し上げます。

平成26年3月

越谷市長 高橋 努

目 次

第1章 計画策定にあたって	1
1 計画策定の背景	1
(1) 国の動向	1
(2) 県の動向	2
(3) 越谷市の目指す方向	2
2 国の健康日本21（第2次）について	3
3 越谷市の計画の位置付け	4
4 計画の期間	5
5 計画の策定体制	5
(1) 越谷市健康づくり推進審議会	5
(2) 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会	5
(3) 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会作業部会	5
(4) 越谷市・健康と医療についてのアンケート調査の実施	7
第2章 越谷市の現状と課題	8
1 統計から見た現状	8
(1) 越谷市の人口動態	8
(2) 疾病等の状況	13
(3) 要介護等認定者の状況	21
(4) 健康診査	22
2 越谷市・健康と医療についてのアンケート調査結果からの現状	28
(1) 通院について	28
(2) 食生活について	30
(3) 運動について	37
(4) 喫煙について	40
(5) 歯科保健について	43
(6) 心の健康について	48
(7) 飲酒について	52
(8) メタボの予防とがん対策について	54
(9) 健康な生活を送るために心がけていること	58
3 第1次計画の評価	59
(1) 食生活	60
(2) 運動	66
(3) たばこ	69
(4) 歯科保健	73
(5) 心の健康（アルコールを含む）	76
(6) メタボリックシンドロームの予防とがん対策の充実	81

4 今後の課題	84
第3章 計画の基本的考え方	86
1 基本理念	86
2 基本方針	86
3 計画の体系	87
第4章 計画の目標及び施策の展開	90
1 栄養・食生活（越谷市食育推進計画）	91
2 身体活動・運動	99
3 喫煙	105
4 歯と口腔	109
5 こころの健康	114
6 飲酒	119
7 健康診査と健康管理	122
第5章 越谷市の食育（越谷市食育推進計画）	130
1 食育とは	130
2 食育の推進に向けて	131
3 食をめぐる問題	131
4 食育推進の基本目標	133
5 食育を推進する宣言	133
6 ライフステージに応じた取組	134
第6章 計画の推進	138
1 協働による計画の推進	138
(1) 市民の役割	138
(2) 家庭・地域の役割	138
(3) 健康関係機関・団体等との連携	138
(4) 行政の推進体制	138
2 計画の進行管理	139
3 計画の評価方法	139
資料編	140
1 第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」策定経過	140
2 越谷市健康づくり推進審議会条例	141
3 越谷市健康づくり推進審議会委員名簿	143
4 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会設置要領	144
5 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会委員名簿	146
6 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会作業部会員名簿	147
7 事務局名簿	148
8 用語解説	149
9 アンケート調査票	153

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の背景

(1) 国の動向

わが国は、近年の生活環境の改善や医学の進歩により平均寿命が急速に延伸しました。また、感染症が減少し、その一方でがん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病になる人が増加するという疾病構造の変化や、認知症、寝たきりなどで介護を要する人が増加しています。

国においては、この状況を踏まえ、平成12年3月に国民の個々の健康づくりに重点を置き「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康づくり」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」「糖尿病」「循環器病」「がん」の9つの分野で80項目（再掲21項目を含む）の具体的目標を示した「21世紀における国民健康づくり運動」（健康日本21）を策定し、平成15年3月には健康増進法を制定しました。しかしながら、その後の少子高齢化のさらなる進展、共働き世帯や単身世帯の増加など生活スタイルの変化、健康課題としての非感染性疾患（NCD）対策の重要性の増大など、地域保健をとりまく環境は大きく変化し、健康づくり施策は、これまでのような行政による取組だけでは、解決が困難な状況となってきています。このような変化を背景に、地域社会の人と人の繋がりが重要であることが改めて認識され、国は平成24年7月に「21世紀における国民健康づくり運動」（健康日本21）を平成25年度から平成34年度までを計画期間とする「21世紀における第2次国民健康づくり運動」（健康日本21（第2次））として改定し、生活習慣病の予防、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上による健康寿命の延伸とあらゆる世代の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築することによる健康格差の縮小の実現を健康増進推進の基本的な方向として掲げました。

また、国は、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことを目的として、平成17年6月に食育基本法を制定し、食育の総合的かつ計画的な推進を図るため、平成18年3月には「食育推進基本計画」を策定しました。これにより、家庭、学校、保育所等における食育の広がりや、関係団体、行政の取組によって、国民運動としての食育は着実に推進されてきました。

しかしながら、食習慣と関りの深い生活習慣病の増加や、食を通じたコミュニケーションの希薄化など、食をめぐる課題は多く、食育の必要性はむしろ高まっています。

そこで、単なる周知にとどまらず、国民が「食糧の生産から消費にいたるまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めること」を趣旨として、国は平成23年3月に「第2次食育推進基本計画」を策定しました。第2次計画では「周知から実践へ」を食育推進のコンセプトとしています。

(2) 県の動向

埼玉県においては、平成13年10月に「食生活」「身体活動」「休養」「歯科保健」「アルコール」「たばこ」の6つの分野で行動目標を示し、具体的な数値目標を掲げた「すこやか彩の国21プラン」を策定し、「県民一人ひとりがいつまでも健康を実感しながら、いきいきとした生活を送ることができる“すこやか県民の実現”」をめざし健康づくりを推進してきました。「健康日本21（第2次）」の改定に合わせ、平成25年3月に平成25年度から平成34年度を計画期間とする「健康埼玉21」を策定し、その実現のため、埼玉県健康増進計画として3年間を計画期間とした「埼玉県健康長寿計画」を策定しました。

また、県が目指す食育の方向性を示し、施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、平成20年2月に「埼玉県食育推進計画」を、平成25年には第2次計画を策定しました。第2次計画は、国の計画に終期を合わせるため、計画期間を平成25年度から平成27年度までの3年間としています。

埼玉県では、いつまでも健康でいきいきと暮らすことを目指した「健康長寿埼玉プロジェクト」を推進しており、第2次「埼玉県食育推進計画」は、食育の面からこれを推進する計画でもあります。

「食を通じた県民の心身の健康増進と豊かな人間形成を目指すとともに、食への感謝の念と理解を深める」ことを趣旨として、「食育で豊かな健康づくり」を基本理念としています。

(3) 越谷市の目指す方向

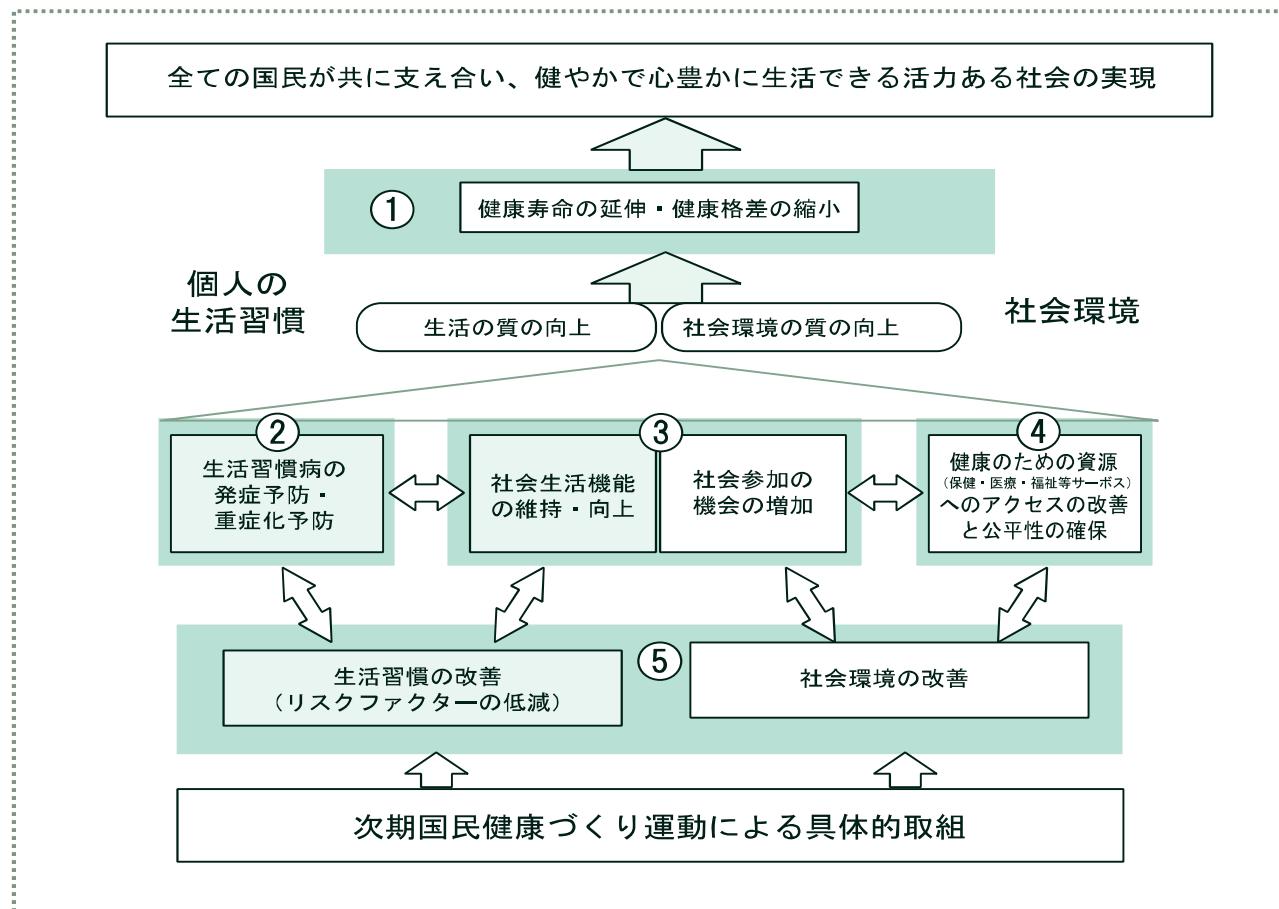
本市においても国・県の動向を受け、平成15年3月に平成15年度から平成22年度までの越谷市健康づくり行動計画「いきいき越谷21」を策定し、「すこやか はつらつ 明るいくらし」をスローガンに「食生活」「運動」「たばこ」「歯科保健」「心の健康（アルコールを含む）」「メタボリックシンドロームの予防とがん対策の充実」の6領域について計画を推進してきました。その後、国の医療制度改革及び国・県の健康増進計画が平成24年度まで延長されたのに伴い、本市においても国や県の動向を見極めるため、平成25年度まで計画期間を延長しました。そして、国・県の第2次計画が平成25年度からの10年間を計画期間とし策定されたことを受け、本市においても第1次計画の評価を行うとともに、現在の市の健康課題を明らかにし、第2次越谷市健康づくり行動計画「いきいき越谷21」として改定を行うものです。この計画では、社会資源を有効に活用し、市民一人ひとりの取組が市民相互の繋がりへと伸展し、地域の健康増進へと導かれる環境づくりにも取り組んでいきます。

また、食育については、これまでライフステージごとに取組を進めてきていますが、越谷市健康づくり行動計画の第2次策定にあたり、食生活が健康に及ぼす影響の大きさなどから、新たに一体的に食育推進計画を策定し、関係する機関・団体との連携を一層強め、市民の健康の保持・増進を図ります。

2 国の健康日本21（第2次）について

国は第2次計画において、10年後の目指す姿を「全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会」としました。そして、国民の健康増進推進の基本的方向として図1-2-1の概念図に示すとおり、①健康寿命の延伸と健康格差の縮小を掲げています。この基本的方向の実現のため、個人の生活習慣の側面における生活の質の向上のため、個人が⑤生活習慣の改善に取り組むことにより、②生活習慣病の発症予防・重症化予防や③社会生活機能の維持・向上が図られます。また、社会環境の側面における社会環境の質の向上のため、⑤社会環境の改善に取り組むことにより、③社会参加の機会の増加や④健康のための資源へのアクセスの改善と公平性の確保が図られます。そして、それらが相互に関連し、全体目標の①健康寿命の延伸・健康格差の縮小の達成が図られるものです。

図1-2-1 健康日本21（第2次）の概念図



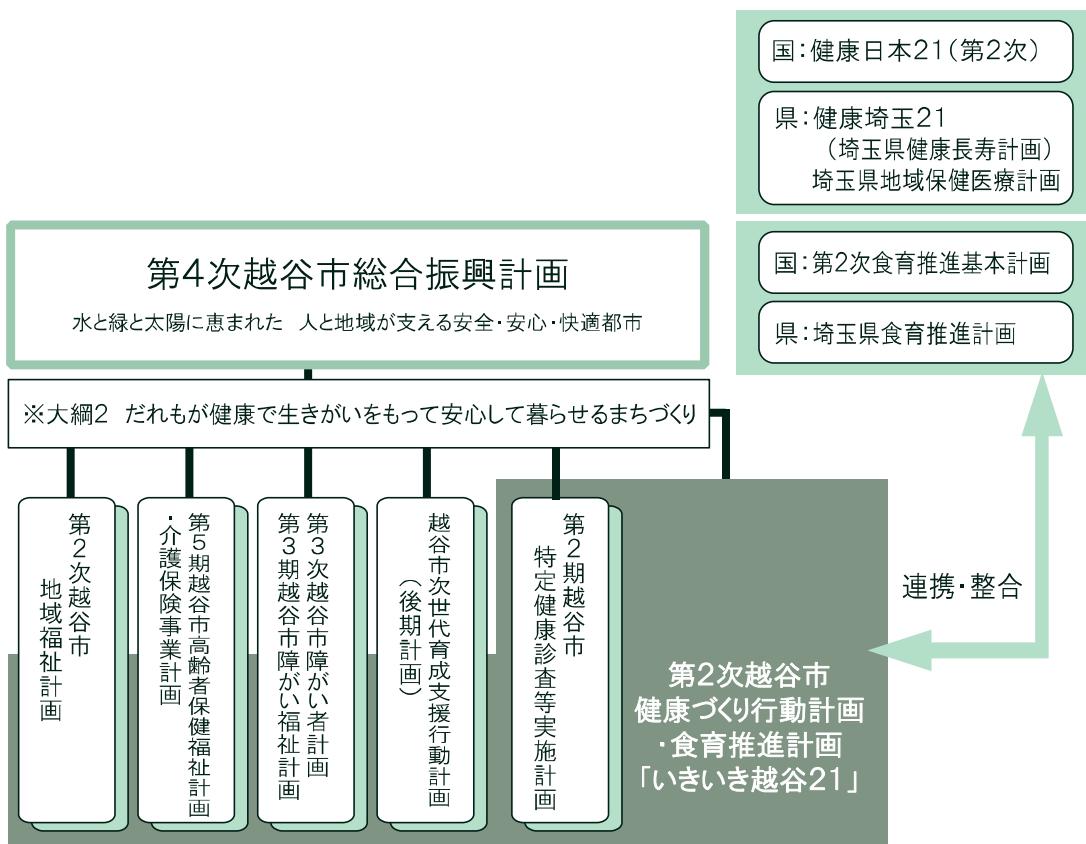
資料：健康日本21（第2次）の推進に関する参考資料

3 越谷市の計画の位置付け

第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」は、健康増進法（平成14年法律第103号）第8条及び食育基本法（平成17年法律第63号）第18条に基づく市町村健康増進計画及び食育推進計画であり、本市の住民の健康増進及び食育推進に関する計画です。

第4次越谷市総合振興計画に掲げている越谷市の将来像である『水と緑と太陽に恵まれた人と地域が支える安全・安心・快適都市』を実現するための分野別計画として位置付け、本市の「第5期越谷市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」「越谷市次世代育成支援行動計画（後期計画）」等の関連計画、その他の市の各種計画との調和を図り策定します。また、国の「健康日本21（第2次）」「第2次食育推進基本計画」、県の「健康埼玉21」「埼玉県食育推進計画」の基本方針などとの整合を図ります。さらに、健康づくり行動計画の一分野である食生活は健康づくりに欠かせないものであり、他の分野と一体的に進めることが重要です。そのため、健康づくり行動計画の中に食育推進計画を体系的に位置付けます。

図1-3-1 第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」の位置付け



第4次越谷市総合振興計画の施策の大綱

大綱1 市民とつくる住みよい 自治のまちづくり	※大綱2 だれもが健康で生きがいをもって安心して暮らせるまちづくり	大綱3 自然と調和し質の高い 都市機能を備えたまちづくり	大綱4 人や環境にやさしく安 全・安心な生活を育む まちづくり	大綱5 安心して働ける環境を 育む持続的で躍動す るまちづくり	大綱6 いきいきとだれもが学 べる心豊かなまちづく り
-------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	--	--	--------------------------------------

4 計画の期間

第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」の計画期間は、平成26年度から平成35年度までの10年間とします。

計画期間の中間に位置する平成30年度には中間評価を実施し、見直しを行います。

また、最終年度である平成35年度には、第2次計画全体の事業の検証や評価を行った後、「第3次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画」として計画策定に取り組みます。

なお、法制度等の改正等があった場合は、その都度、内容を精査することとします。

図1-4-1 第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷21」の期間



5 計画の策定体制

市民の健康づくりと支援のあり方については、広く市民の生活習慣や健康課題、保健医療施策に対するニーズを把握し、それを反映させるよう配慮する必要があります。そこで、計画策定に当たっては、以下のような取組を行いました。

(1) 越谷市健康づくり推進審議会

保健関係団体等から組織された健康づくり推進審議会において、計画案等の調整及び審議を行いました。

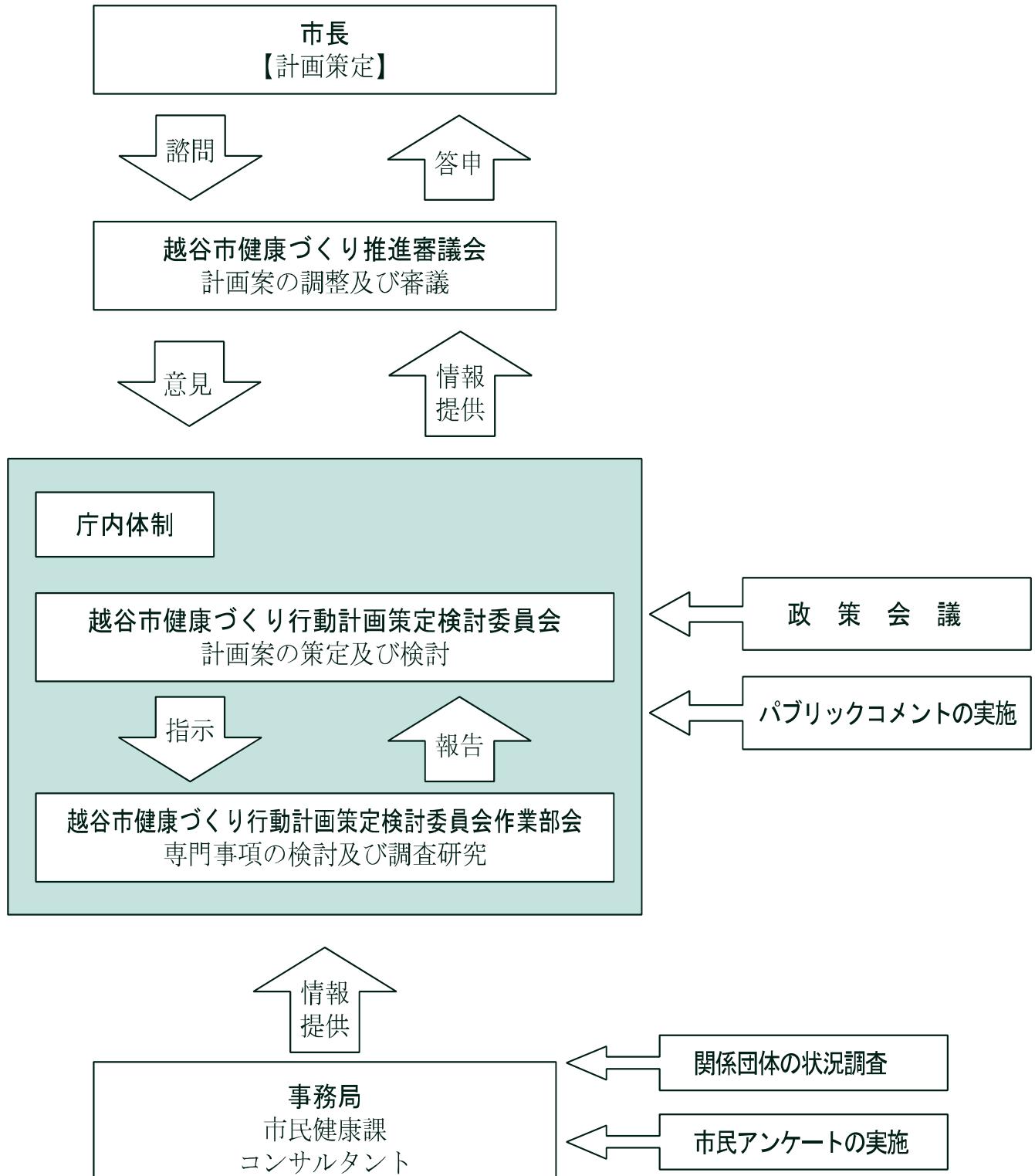
(2) 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会

保健医療部長及び副部長、関係各課長から組織された健康づくり行動計画策定委員会において計画案等の策定及び検討を行いました。

(3) 越谷市健康づくり行動計画策定検討委員会作業部会

関係各課の実務担当者から組織された作業部会において専門事項の検討及び調査研究を行いました。

図 1-5-1 計画策定体制図



(4) 越谷市・健康と医療についてのアンケート調査の実施

市民の食事や運動等の各生活領域に関する生活習慣の現状や健康づくりに対する意識等を把握し、計画策定の基礎資料とするため、平成24年度に越谷市・健康と医療についてのアンケート調査を実施しました。調査概要及び調査項目は下記のとおりです。

表1-5-1 「越谷市・健康と医療についてのアンケート調査」の概要

対象者	調査方法及び調査期間	配布数	回収数	有効回収率
市内に在住の 18歳以上の男女	・住民基本台帳より無作為抽出 ・郵送による配布・回収 ・配布：平成24年9月25日 ・回収：平成24年10月8日	3,000	1,233	41.1%

調査項目

- ① 基本属性
- ② 食生活について
- ③ 運動について
- ④ 喫煙について
- ⑤ 歯科保健について
- ⑥ 心の健康について
- ⑦ 飲酒について
- ⑧ メタボの予防とがん対策について
- ⑨ ご意見・ご要望

28ページ以降に調査結果の特徴的な傾向について掲載しています。