

# 第 1 章 計画の基本的事項



## 1 計画策定の背景と趣旨

本市では、平成 19 年 3 月に健康増進計画「健康だて 2 1 計画」を策定し、本市に住む誰もが健康で心豊かに生活できるまちづくりを進めるため、運動、食事、休養の基本的三要因をベースに、「生活習慣病予防の推進」、「気軽に身体活動・運動ができる環境づくり」、「栄養と食生活の充実と歯の健康維持」、「心の健康と休養を大切にできる環境づくり」の 4 つの基本目標を立て、特に“からだを動かす”ことに力点を置いて取り組んできました。

その後、平成 23 年度には国における「第 2 次食育基本計画」の策定や、本市「総合計画・後期基本計画」の策定、平成 23 年 3 月に発生した東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故の影響による生活環境等の変化や放射能リスクのもとでの健康管理を含めた「健康だて 2 1 計画」の中間見直しを行いました。さらに、平成 23 年 11 月には「健幸都市宣言」を採択し、市民誰もが安心して子育てができ、安心して歳がとれるまち「健幸都市」の実現をめざし、健幸なまちづくりをすすめてきました。

国においては、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」を全部改正し、平成 25 年度から平成 34 年度までの 21 世紀における第 2 次国民健康づくり運動「健康日本 2 1（第 2 次）」を推進しているところです。

福島県においても、『すこやか、いきいき、新生ふくしま』の創造」を基本目標とする「第 2 次健康ふくしま 2 1 計画」を平成 25 年 8 月に策定しています。

本計画は、これまでの基本目標を継承しつつ、国の「基本的方針」をふまえ、生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底を図りすべてのライフステージ（人の一生における幼年期、児童期、青壮年期、老年期などのそれぞれの段階）において市民一人ひとりの健康維持・増進への意識と行動変容を支援し「市民一人ひとりがいつまでも心身ともに健康ですごす伊達市」をめざします。これらの点を踏まえ、誰もが健康でいきいきと暮らすことができる本市の実現をめざし、伊達市健康増進計画「健康だて 2 1（第 2 次）」（以下「健康だて 2 1（第 2 次）」とする。）を策定するものです。

## 2 計画のめざす姿と基本方針

### (1) めざす姿

市民一人ひとりがいつまでも心身ともに健康で過ごす

### (2) 基本目標

健康寿命をのばす

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義づけられています。

平成 27 年の全国の平均寿命は、男性 80.79 歳、女性 87.05 歳と報告されています。

平均寿命と健康寿命の差が拡大すれば、医療費や介護給付費の多くを消費する期間が延びることが予測されています。疾病予防と健康増進、介護予防などによって、平均寿命と健康寿命の差を短縮することができれば、個人の生活の質の低下を防ぐとともに社会保障費負担の軽減も期待できるため、高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、市民の「健康寿命をのばす」ことをめざします。

### (3) 基本方針

目標を達成するために、以下の3点を基本的な取り組み方針とします。

また、市民一人ひとりが取り組む姿を世代ごとに設定し、主体的に取り組めるように示します。

#### 【基本方針1 次世代の健康をつくる】

生涯を通じ健やかで心豊かに生活するためには、妊娠中や子どもの頃からの健康、つまり次世代の健康が重要です。妊娠期からの心身の健康づくりを行うとともに、乳幼児期の早寝早起きをはじめとする生活リズムが整うように支援し、基本的な生活習慣の確立をめざします。また、乳幼児期のみでなく、学校保健や関係機関との連携により次世代の健康づくりを推進します。

#### 【基本方針2 働き盛り世代の健康を守る】

20代から50代は、身体機能が充実し、働く・家庭を持つ・子どもを育てるなど、極めて活動的な時期であるとともに、家庭・職場・地域で中心的な役割を担う時期を経て身体機能が徐々に低下する高齢期へと向かう時期です。より良い生活習慣を獲得維持する、健診・がん検診を定期的に受ける、病気の予防や必要な治療をする、質の良い睡眠を心がけ疲労回復を図る、など日々の積み重ねが大切です。

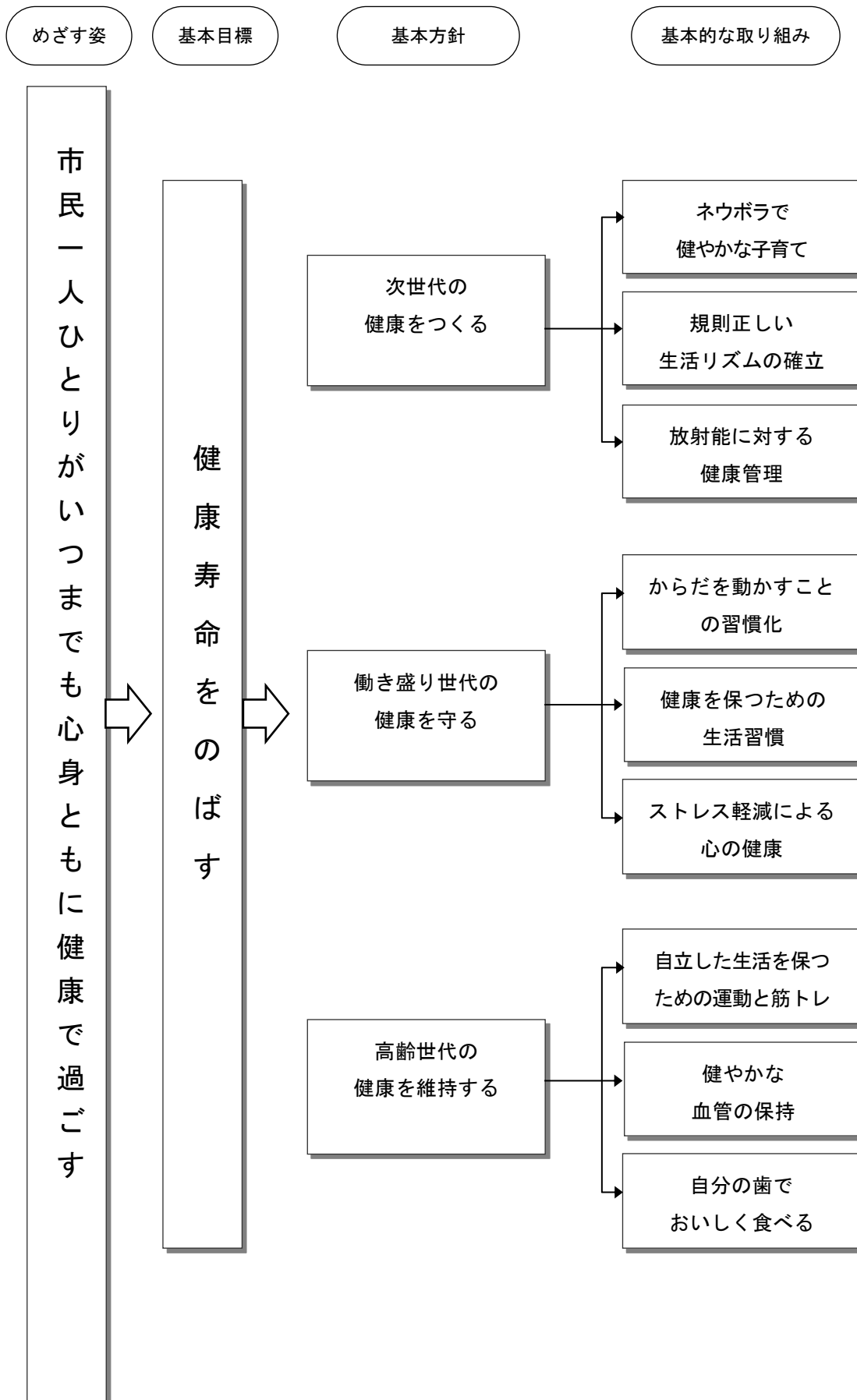
特に本市の主要な死因のがん、循環器疾患、有所見率の高い糖尿病等の重症化予防の取り組みとして、運動の習慣化やバランスの取れた食生活、適正体重の維持をめざすなど健康で生き生きと働ける健康づくりを推進します。

#### 【基本方針3 高齢世代の健康を維持する】

本市の高齢化率は32.5%（平成27年国勢調査）と急激に進んでおり、今後もその傾向は増加していくものと予想されます。

地域社会と交流し、心身の機能を維持し豊かに過ごせるよう、歩くことや筋力をつけるなどの運動習慣の継続と生活習慣病の重症化を予防し、健康寿命を延伸するため、個々の高齢者の特性に応じた健康づくりを推進します。

### 3 計画の体系



## 4 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法(平成14年法律第103号)第8条第2項に定める「市町村健康増進計画」として策定するもので健康増進法第8条に基づく市民の健康増進の推進に関する施策についての計画です。

また、本計画の策定にあたっては、国の「健康日本21(第2次)」を参考とし、「第二次健康ふくしま21計画」との整合性、「伊達市第2次総合計画」や「健幸都市基本計画」、「伊達市保健事業実施計画」、「伊達市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」、「伊達市障がい者計画及び障がい福祉計画」、「伊達市子ども・子育て支援事業計画」、「伊達市地域福祉計画」などの保健・福祉等関連計画との連携を図るものとします。

## 5 計画の期間

本計画の計画期間は、「健康日本21(第2次)」との整合性を図るため、平成29年度から平成34年度までの6年間とします。なお、施策の成果や社会情勢の変化に的確に対応するため、随時見直しを行うものとします。

## 6 計画の進行管理

計画の進行管理にあたっては、市民の健康状態の把握に努めるとともに、中間年度である平成31年度に中間評価と内容の見直しを行い、計画の最終年度である平成34年度に最終評価を実施します。