



第 **1** 章

計画の基本的な考え方

## 1 計画策定の趣旨

現在、我が国において少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣及び社会環境の改善を通して、全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージ（生涯における乳幼児期・学齢期・成人期・高齢期の各段階をいう。）に応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現することが求められています。

本市では、平成19年度から平成22年度までを期間とする「きらり☆あいさい21（愛西市健康日本21計画）」を策定し、市民が自らの意思で生涯を通じた健康づくりを実践するための具体的な取り組みを示し、健康づくりの施策を市民と行政の協働により推進してきました。その後、国、愛知県の推進期間が平成24年度まで延長されたことに伴い、本市も平成24年度まで期間を延長しました。また、食育については、平成21年度から平成24年度までを期間とする「愛西市食育推進計画」を策定し、食育に対する取り組みを積極的に推進してきました。

こうした中、国において第4次国民健康づくり対策として、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」「健康を支え、守るための社会環境の整備」「栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善」の健康増進に関する5つの基本的な方向を盛り込んだ「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第2次）」（以下「健康日本21（第2次）」という。）が平成24年7月に公表されました。

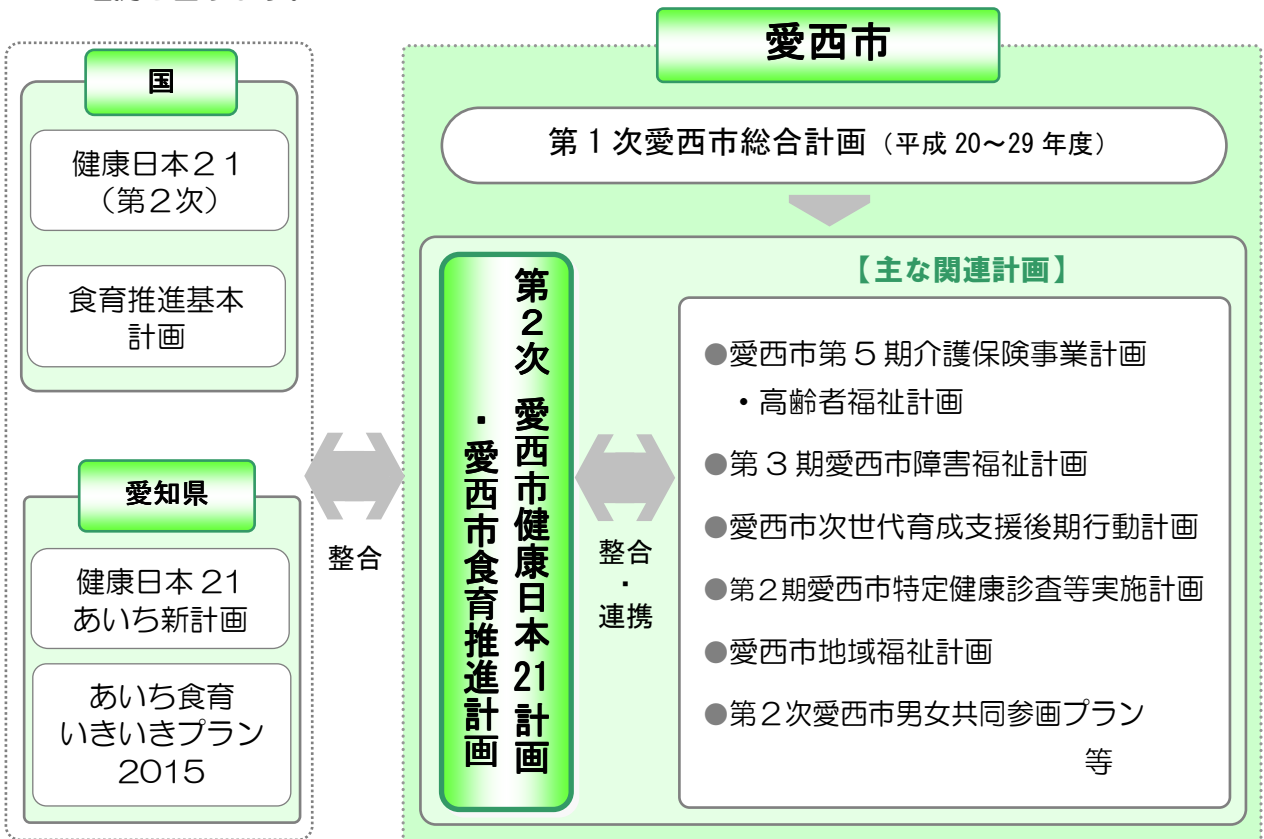
愛知県においては、国の「健康日本21（第2次）」の理念を取り入れた「健康日本21 あいち新計画」が平成25年3月に策定されました。また、食育については、「啓発から実践へ」を基本コンセプトに平成23年5月に「あいち食育いきいきプラン2015」が策定、推進されています。

本計画は、愛西市健康日本21計画、愛西市食育推進計画の平成25年3月末の計画期間終了に伴い、社会状況の変化に伴う新たな健康課題や地域特性からみられる課題等に対応し、愛西市のさらなる健康づくり・食育を推進するため、第1次計画の進捗状況の評価等を行い、相関関係にある健康と食育の分野を一冊の計画書にまとめ、「第2次愛西市健康日本21計画・愛西市食育推進計画」を策定するものです。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画及び食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進基本計画に位置づけられます。

また、本計画は、「第1次愛西市総合計画」を上位計画とし、関連諸計画との整合・連携を図ります。



## 3 計画の期間

本計画は、平成26年度から平成35年度の10年間を計画期間とします。

なお、平成30年度に中間評価を行うとともに、社会状況の変化や法制度・計画等の改定に伴い、必要に応じて適宜改定を行うものとします。

																	(年度)
H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31	H32	H33	H34	H35	
第1次愛西市総合計画																	
第1次 愛西市健康日本21計画						第2次計画策定	第2次 愛西市健康日本21計画 ・ 愛西市食育推進計画										
第1次 愛西市食育推進計画																	
											中間評価					最終評価	

## 4 計画の基本理念

### 【基本理念】

## みんなでつくろう 笑顔あふれる『健康あいさい』

健康とは、病気や障がいの有無だけを指すのではなく、心身のバランスがとれた良好な状態であり、かつ社会的な充実も得られている状態です。自分の人生をいかに充実して心豊かに過ごすか、という生活の豊かさが深く影響していると考えられます。すべての人が、健康寿命<sup>※1</sup>を可能な限り延伸すること、そして、地域や社会経済状況の違いにより市民の健康格差<sup>※2</sup>が生じないようにすることが重要です。

そのために、市民一人ひとりが健康についての正しい知識をもち、主体的に健康づくりに取り組むことにより、生活習慣病の発病・重症化予防と介護予防に努め、人生の各ライフステージにおける生活の質を高めていくことが重要となります。そして、市民の健康づくり運動を効果的に推進するためには、市民が健康づくりを支援する担い手となること、さらにはまち全体で支援していく社会環境づくりが重要です。

第1次愛西市総合計画では「人々が和み、心豊かに暮らすまち」をまちの将来像として、「健やか」を6つの基本理念のひとつとし、「一人ひとり生涯を通じた健康づくりを推進する」ことを基本施策に位置づけています。

本計画では、「みんなでつくろう 笑顔あふれる 『健康あいさい』」を基本理念に市民一人ひとりが自発的・自立的に自分に合わせた健康づくりに取り組むとともに、地域との協働による健康づくりを進め、生涯を通じていきいきと心豊かに健康に暮らし続けられるまちを目指します。

#### 用語説明

- ※1 健康寿命：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
- ※2 健康格差：地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差



## 5 計画の基本方針

### (1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

健康寿命とは、言うまでもなく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されています。今後、平均寿命の延伸に伴い、健康寿命との差が拡大すれば、医療・介護等の負担が大きくなるとともに、個人の生活の質の低下をまねきます。健康増進、介護予防等によって、健康寿命の延伸を図っていきます。

また、健康格差の存在が指摘され、今後さらに拡大していくことが懸念されています。健康への関心や意識はありながらも生活が忙しく時間がとれない、必要な情報が得られない等によって健康になるための行動がとれない人々に対して、実践的で役立つ取り組みや社会環境の整備により、健康格差の縮小を図っていきます。

### (2) 健康的な生活習慣の実践

本市の人口は、ゆるやかな減少傾向にあり、年齢3区分別人口<sup>※3</sup>の構成をみると、65歳以上の高齢者人口の割合が増加しており、高齢化による生活習慣病の増加が考えられます。

そのような中、健康で心豊かに過ごすためには、健康増進の基本となる「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康」、「たばこ」、「アルコール」、「歯と口腔の健康」を市民が主体的に実践できるように取り組むことが重要です。

一人ひとりが望ましい生活習慣を実践できるよう、健康増進に向けた取り組みを積極的に進めます。

#### 用語説明

※3 年齢3区分別人口：年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）、高齢者人口（65歳以上）に分けた人口。

### (3) 生活習慣病予防と重症化予防

本市の疾病状況をみると、悪性新生物や心疾患、脳血管疾患といった生活習慣病が死因の5割を超え、特に、脳血管疾患の死亡率が増加しています。また、男女ともに「急性心筋梗塞」「脳内出血」の標準化死亡比<sup>※4</sup>が高い現状です。

また、本市の糖尿病性腎症等による血液透析患者数は増加傾向にあり、人口1万人対で見ると、愛知県内の町村を除く市部で第1位です。そのため、主要な死亡原因であるがん、循環器疾患に加え、重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病への対策が重要となります。

生活習慣病の発病予防と重症化予防には、健康的な生活習慣の実践を推進するとともに、健康診査によって自分の健康状態を知り、生活習慣の改善や医療機関への受診等必要な保健行動をとることが重要です。がんをはじめ、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）<sup>※5</sup>の発病・重症化予防に重点を置いた対策を進めます。

#### 用語説明

※4 標準化死亡率：基準死亡率（人口10万対の死亡数）を対象地域に当てはめた場合に、計算により求められる期待される死亡数と実際観測された死亡数を比較するもの。全国平均を100としており、標準化死亡率が100以上の場合は全国平均より死亡率が高いと判断され、100以下の場合は死亡率が低いと判断される。

※5 COPD（慢性閉塞性肺疾患）：主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、かつて肺気腫、慢性気管支炎と称されていた疾患が含まれる。

## （4）市民の健康を支え、守る環境づくり

個人の努力だけでは難しい健康づくりも、みんなで協力、連携することで進めやすくなります。健康づくりの推進には、ヘルスプロモーション<sup>※6</sup>の考え方に基づき、行政機関のみならず、さまざまな関係機関との連携を強め、ソーシャルキャピタル<sup>※7</sup>の豊かなまちづくりを目指し、個人の健康づくりを総合的に支援する環境づくりが必要です。

また、積極的な社会活動への参加が、個人の健康状態や生活の質に深く影響すると指摘されており、地域のつながりを深め、社会参加を促進することが求められています。

ボランティア団体や関係機関、事業者等の市民の生活にかかわるさまざまな組織・団体が特性を活かした連携をすることにより、健康づくりを支える人材の育成や体制の充実、ネットワークの構築を図っていきます。

#### 用語説明

※6 ヘルスプロモーション：人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスのこと。

※7 ソーシャルキャピタル：人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる、「信頼」、「規範」、「ネットワーク」といった社会組織の特徴。（アメリカ政治学者 ロバート・パットナムの定義）

## （5）生涯を通じた健康づくり

生涯にわたりいきいきとした生活を送るためには、各ライフステージにおいて、健康な生活を維持することが重要です。子どもの頃から生活習慣の基礎を作り、生涯に

わたって健康な生活を営めるよう、健康づくりの取り組みが切れ目なく進められることが必要です。

次世代の健康については、核家族化の進行等も影響し、母親が育児不安に陥ることが懸念されるため、母子保健サービスの水準を維持し、次の世代を健やかに生み育てる取り組みと、子どもの頃からのよりよい生活習慣を形成するための取り組みが求められます。

成人期の健康については、生活習慣の積み重ねが健康や身体機能に影響することから、若い年代から定期的に健康診査を受け、自分の健康状態を正しく認識し生活習慣を振り返ることで、生活習慣病の発病や重症化を予防していくことが不可欠です。そのため、多様なライフスタイルに合わせて健康づくりに取り組めるよう環境の整備を進めます。

高齢期の健康については、加齢による変化や脳血管疾患が要介護状態の要因となっていることから、疾病や老化等による身体機能や生活機能の低下を防ぎ、社会的なかわりを維持することが大切です。そのため、個々の高齢者の特性に応じた健康づくりや介護予防の取り組みを進めます。

\*本計画でのライフステージの定義

乳幼児期 (0～5歳)	学齢期 (6～19歳)	成人期 (20～64歳)	高齢期 (65歳以上)
次世代の健康		成人期の健康	高齢期の健康

## (6) 食育の推進

「食」は命の源であり、私たち人間が生きていくためには欠かせないものです。

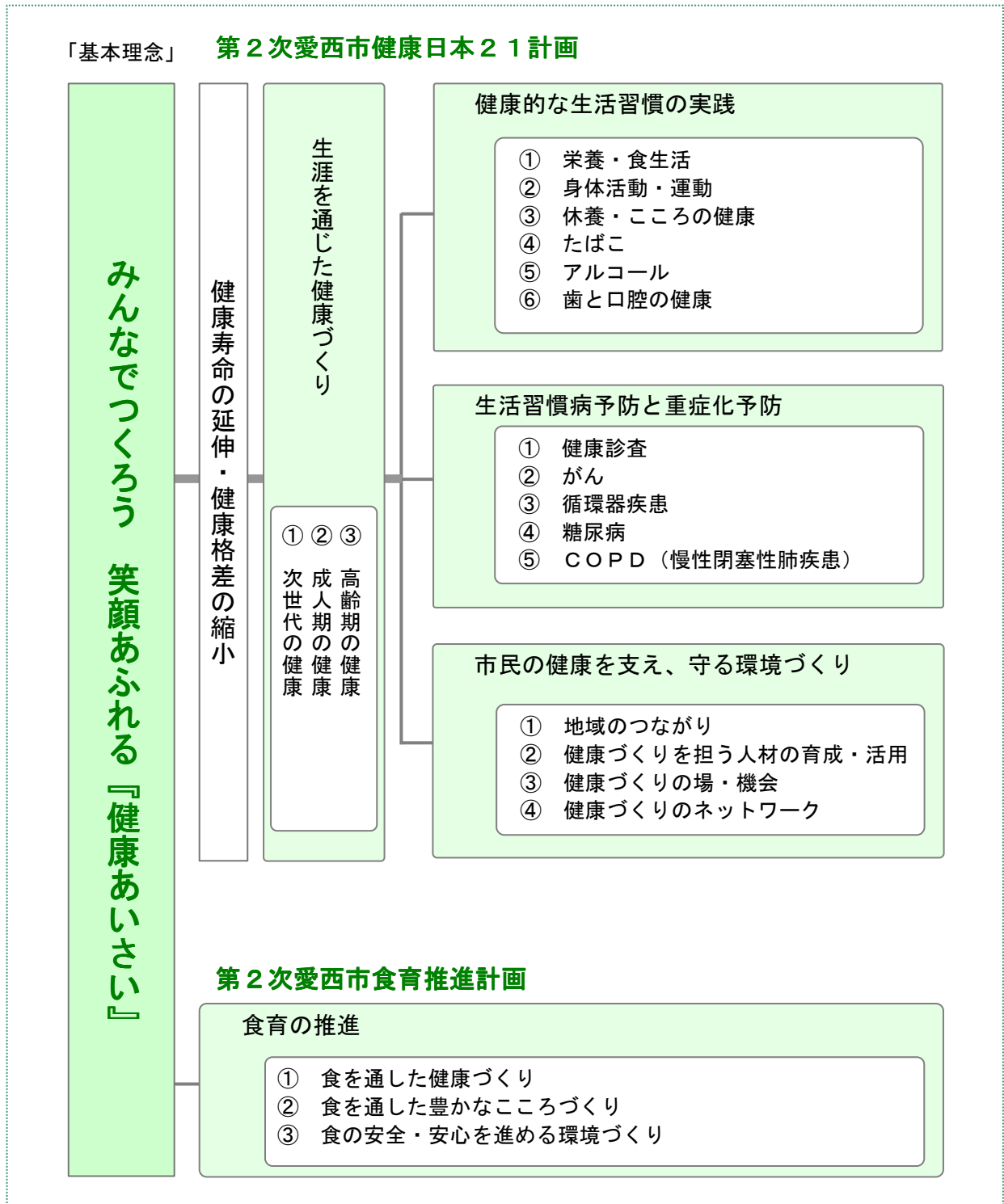
しかし、近年社会情勢の変化が著しい中、日々忙しい生活を送り、食の大切さに対する意識が希薄になり、健全な食生活が失われつつあることが指摘されています。また、私たちの周りには、食に関する情報があふれ、情報の受け手である一人ひとりが食に関する正しい情報を適切に選別し、活用することが重要となっています。

アンケート調査結果をみると、子どもの食事のあいさつや食事の手伝い等、食に関する意識は十分とは言えず、今後も食を通じた子どもの心身の健康づくりが求められます。

本市では、市民の一人ひとりが健全な食生活を実践するため「食を通じた健康づくり」「食を通じた豊かなこころづくり」「食の安全・安心を進める環境づくり」を掲げ、食への関心をもち、自然への恩恵や生産者や料理を作ってくれた人への感謝の気持ちをもつ豊かな心と、健やかな体をはぐくむ取り組みを進めます。

そして、市民一人ひとりが健全な食生活を実践し、豊かな人間性をはぐくむために、健康の増進、安全な食の確保、食文化の継承、地産地消の推進を家庭はもとより、地域、学校、事業所等、食に関わる関係団体と連携・協働して取り組みを進めます。

## 6 計画の体系





## 7 計画策定の流れ

本計画の策定にあたっては、既存データやアンケート調査を整理・分析し、これまでの取り組み実績の評価、国・愛知県の政策動向、健康づくり・食育をめぐる環境変化等を踏まえ、課題や取り組みを整理・分析しました。そして、「市民へのグループインタビュー」、「パブリックコメント」を実施し、多くの市民の意見の反映に努めました。

また、「愛西市健康日本21計画策定委員会作業部会」及び「愛西市食育推進計画専門部会」において現状・課題を踏まえ、今後の方向性や具体的な取り組みについて協議、検討を進めました。健康づくりや食育に関する学識経験者、関係する市民の代表者、地域活動団体の代表者等で構成する「愛西市健康日本21計画策定委員会」を設置して計画を策定しました。

計画策定の流れ

