



第2次健康いんざい21

～印西市健康増進・食育推進計画～

平成 26 年 3 月

印西市



はじめに

わが国では、近年、急速な高齢化や生活習慣の変化により疾病構造が変化し、がんや糖尿病をはじめとする生活習慣病の増加が深刻な問題となっております。本市においては、平成25年4月現在の高齢化率が17.5%と県内では2番目に低い市町村ですが、今後は急速に高齢化が進むことが懸念されます。

このような状況のなか、平成16年に『印西市健康都市宣言』を行うとともに、健康づくりの総合計画であり、健康増進計画にあたる『健康いんざい21』を策定し、健康で明るく元気に生活できるまちを目指して、健康づくり対策を進めてまいりました。

また、市民が健全な食生活を実践し、地産地消の推進や食文化の継承を行うことによって、食を楽しみ、食の大切さを享受できるような生活の実現を目指すため、平成21年に『印西市食育推進計画』を策定し、総合的な食育の推進も図ってきたところでございます。

今回の第2次計画では、健康増進と食育推進の目指す方向が同じであること、また、健康づくりについて計画的かつ総合的に進めていくことが必要であることから、これら2つの計画を一つにまとめ、母子保健や歯科口腔保健の分野についても計画に含めて総合的に推進していくことといたしました。

なお、本計画は、市民を対象とした『生活習慣と食育に関する調査』を実施し、これまでの計画の評価と問題点や課題を抽出するとともに、医師や有識者、市民公募委員で構成された、印西市健康づくり推進協議会の委員の皆様からご意見をいただき策定したものでございます。

今後も本計画の基本理念である『めざす健康 大切に作る食 みんないきいき 健やか笑顔』を基に、市民の皆様と一丸となって健康づくりに取り組み、市民誰もが明るくいいきした笑顔で過ごせるまちづくりを進めてまいりますので、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に、ご協力いただきました市民の皆様、並びに貴重なご意見をいただきました印西市健康づくり推進協議会委員の皆様には厚くお礼申し上げます。

平成26年3月

印西市長 板倉 正直

目次

第1章 計画策定の趣旨	1
第1節 計画の背景.....	1
第2節 計画の位置付け.....	3
第3節 計画の期間.....	5
第4節 第2次計画の策定経過.....	6
第5節 進捗状況の確認、評価.....	6
第2章 印西市の健康や食をめぐる現状	7
第1節 印西市の概況.....	7
第2節 印西市の健康・食育・歯に関する現状.....	10
第3節 第1次計画の評価.....	21
第3章 第2次計画の目標と体系図	30
第1節 第2次計画の基本理念.....	30
第2節 第2次計画の基本目標.....	30
第3節 目標の体系図.....	31
第4章 健康増進分野の行動計画	32
【健康1】 身体活動量の増加と運動習慣の確立.....	34
【健康2】 喫煙予防と適正飲酒.....	38
【健康3】 心の健康を保つ.....	42
【健康4】 歯と口腔の健康を保つ.....	46
【健康5】 健康管理の実践.....	50
【健康6】 健康的な食生活を送る.....	55
第5章 食育推進分野の行動計画	56
《食育1》 望ましい食習慣の実践 ～取り組もう～.....	56
《食育2》 正しい知識で食品選択 ～選ぼう～.....	62
《食育3》 豊かな食生活と食体験 ～つながろう～.....	66
資料編	72
1. 印西市健康づくり推進協議会設置規則.....	72
2. 印西市健康づくり推進協議会委嘱者名簿.....	74
3. 印西市健康増進計画及び食育推進計画推進会議設置要綱.....	75
4. 策定経過.....	77
5. 本編補足データ.....	79



第 1 章 計画策定の趣旨

第 1 節 計画の背景

生活環境の改善や医学の進歩等により平均寿命が延びる一方、生活習慣の変化や高齢化、ライフスタイルの多様化などに伴い、がん・心臓病・脳卒中・糖尿病などの生活習慣病が増加してきています。市民一人ひとりが生涯にわたって健康で心豊かな生活を送るためには、生活習慣の改善及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者までのすべての市民が積極的に健康づくりを行う必要があります。

そこで、健康づくり、食育、歯科口腔保健の分野の取り組みを総合的・計画的に推進するために、国や県の動向や本市の健康実態なども踏まえて第 2 次計画を策定します。

(1) 国・県の動向

近年の「健康づくり」「食育」「歯科口腔保健」を取り巻く主な国や県の動向は、次のとおりとなります。

①健康づくり

国	平成 12 年策定の『21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）』、その実現のために健康増進法が施行され、その後平成 25 年に『第 2 次健康日本 21』が策定されました。健康寿命の延伸及び健康格差の縮小の実現に向けて、生活習慣病の発症予防や重症化予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上を目指し、これらの目標達成のために、生活習慣の改善及び社会環境の整備に取り組むことを目標としています。
千葉県	平成 14 年から始まった『健康ちば 21』は、平成 25 年に第 2 次計画が策定され、「県民が健康でこころ豊かに暮らす社会の実現」を基本理念とし、総合目標に「健康寿命の延伸」及び「健康格差の実態解明と縮小」が掲げられています。

②食育

国	平成 17 年に食育基本法が施行され、平成 18 年には『食育推進基本計画』が策定されました。その後、平成 23 年に策定された『第 2 次食育推進基本計画』では、「周知」から「実践」へをコンセプトとしています。
千葉県	平成 20 年から始まった『千葉県食育推進計画』は、平成 25 年 1 月に第 2 次計画が策定され、『ちばの恵み』を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり』を基本目標とし、県民一人ひとりの食育の実践を進め、食育について「知っている」から「できる」そして「している」県民を増やし、総合的な施策の推進が示されています。

③歯科口腔保健

国	平成 23 年に『歯科口腔保健の推進に関する法律』が施行され、平成 24 年には『歯科口腔保健の推進に関する基本的事項』が制定されています。
千葉県	平成 22 年に『千葉県歯・口腔の健康づくり推進条例』が施行され、この条例に基づき平成 23 年に『千葉県歯・口腔保健計画』が策定されています。この計画では、むし歯の地域格差の解消や 80 歳で 20 本以上の自分の歯を有する者の割合の増加を目標とし、乳児期から高齢期までライフステージを通じて、継続的に県民の歯・口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進することがうたわれています。

(2) 印西市の状況

①健康づくり

印西市健康増進計画である「健康いんざい21」は、平成16年に「健康日本21」「健やか親子21」両方の観点を取り込んだ計画としてスタートしましたが、中間評価時に健やか親子にあたる分野を次世代育成支援行動計画に引き継ぐ形となり、健康日本21にうたわれる分野に集約しています。

中間評価を反映した「健康いんざい21改訂版」については、基本理念「市民一人ひとりが、『自分の健康は自分でつくる』という基本的考えに立ち、より健康な状態を目指して、積極的に実践し、継続しよう」を達成するために、6つの基本目標を柱として取り組んできました。

②食育

印西市食育推進計画は平成21年に策定し、食育の定義に基づき、基本理念「食で育む心と身体！！～食の大切さと素晴らしさを感じましょう～」を達成するために、健康的な食生活の実践、地産地消の推進、食文化の継承の観点から3つの基本目標を柱として取り組んできました。

③歯科口腔保健

「健康いんざい21」の中の基本目標の1つとして、これまでも歯科保健の取り組みを進めてきました。また、国や県の動向を踏まえ、「印西市歯と口腔の健康づくり推進条例」を平成25年に施行しました。

(3) 第2次計画の捉え方

第2次計画では、子どもから高齢者まですべての市民の健康づくりを進めるため、母子保健を進める「健やか親子21」(国において、平成13年度から平成26年度までの国民運動計画として策定されているもの)の観点も踏まえて計画にいかしていきます。

また、「健康いんざい21」と「印西市食育推進計画」とは、健康的な食生活の実践という点で同じ方向をめざしていることと、健康と食育を総合的かつ計画的に進めることが必要であることから、計画を1つにまとめ、章を分ける形で構成します。

さらに、「印西市歯と口腔の健康づくり推進条例」第7条に基本計画の策定を定めていることから歯科口腔保健の計画についても、引き続き「健康いんざい21」の内容に含み、第2次計画を総合的に推進していきます。



第 2 節 計画の位置付け

(1) 法令等の根拠

本計画は、『健康増進法』（第 8 条第 2 項）、『歯科口腔保健の推進に関する法律』（第 3 条第 2 項）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「市町村食育推進計画」に相当する計画です。

《健康増進法》（抜粋）

（都道府県健康増進計画等）

○第 8 条 都道府県は、基本方針を勘案して、当該都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画（以下「都道府県健康増進計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。

《食育基本法》（抜粋）

（市町村食育推進計画）

○第 18 条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

《歯科口腔保健の推進に関する法律》（抜粋）

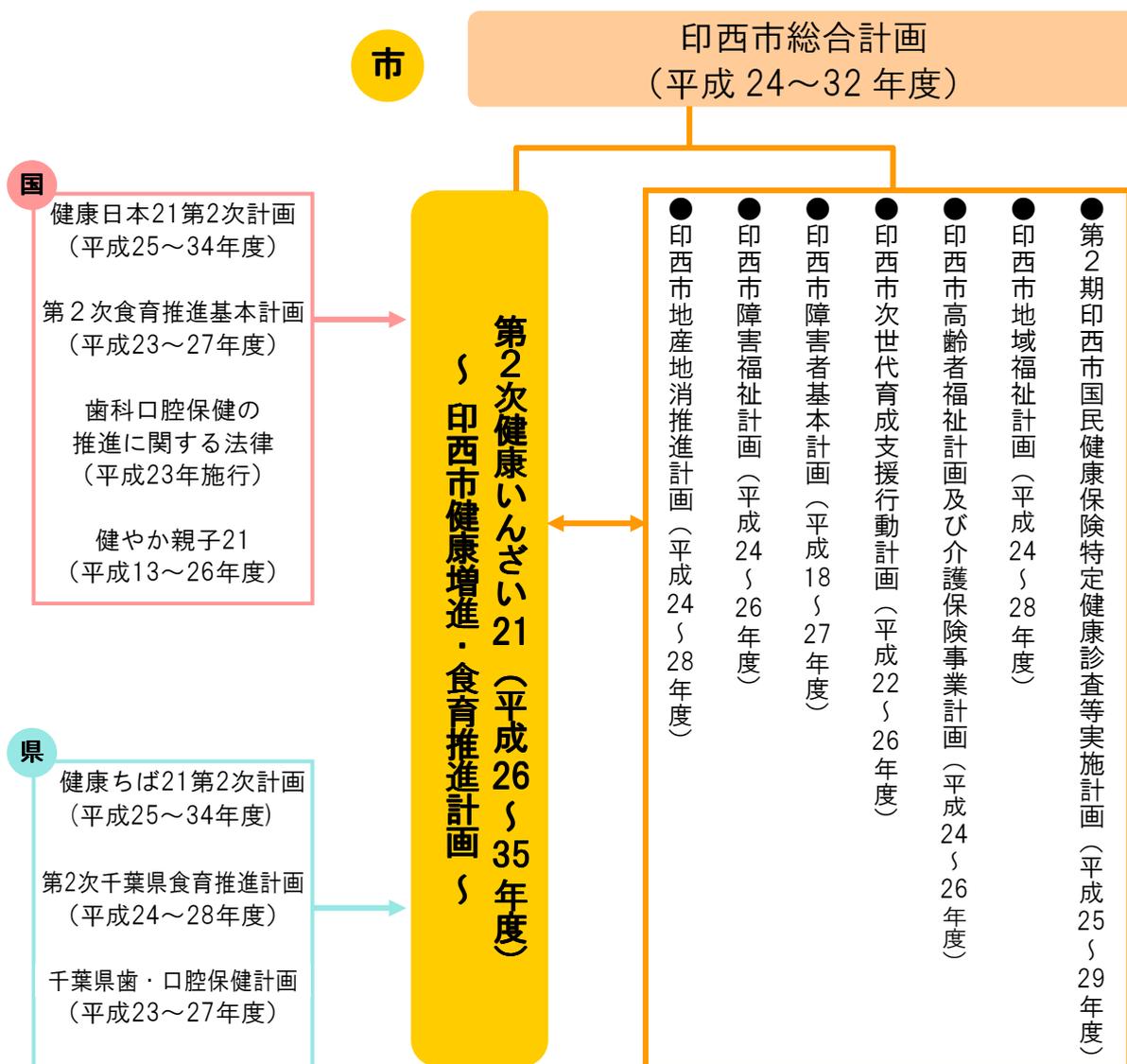
（国及び地方公共団体の責務）

○第 3 条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、歯科口腔保健の推進に関する施策を策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、歯科口腔保健の推進に関する施策に関し、国との連携を図りつつ、その地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

(2) 関連諸計画等との位置付け

本計画は、印西市総合計画の分野別計画として位置付けるとともに、国・県・市内の各種関連計画と整合を図り策定します。

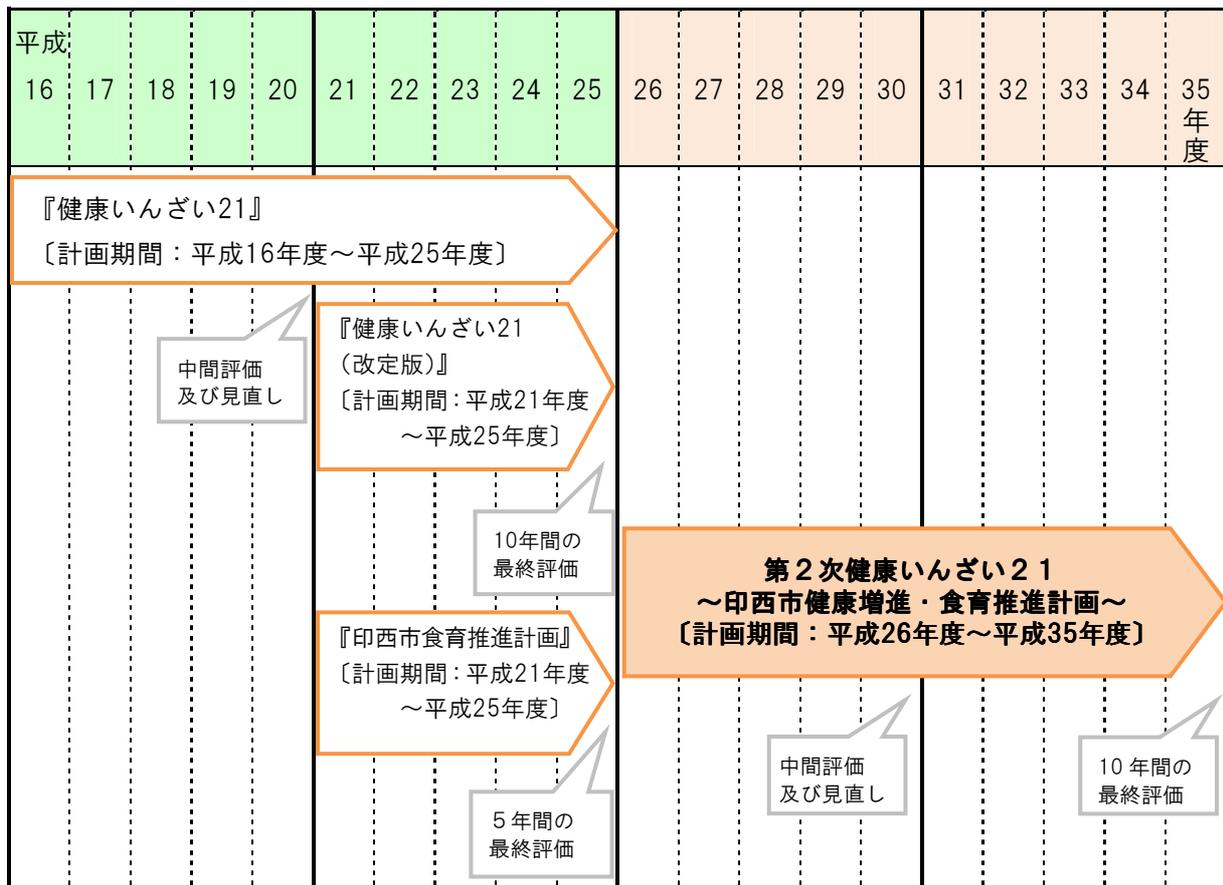




第 3 節 計画の期間

本計画の計画期間は、平成 26 年度を初年度とし、平成 35 年度を最終目標年度とする 10 年計画とします。

ただし、5 年後の平成 30 年度に中間評価及び見直しを行うとともに、計画期間中に社会環境の変化などが生じた場合には、適宜必要な見直しを行うこととします。



第4節 第2次計画の策定経過

本計画策定にあたっては下記のとおり市民の意見をいただきました。

■平成25年印西市生活習慣と食育に関する調査（平成25年6～8月）

下記のとおり市民を対象とした生活習慣と食育に関する調査を実施しました。

	調査対象	調査方法	配布・回収数（率）
①就学前児の保護者	平成25年度で満5歳に達する子どもの保護者	郵送 配布・回収	972件配布 418件回収 (43.0%)
②小学生及び保護者	市内公立小学校に通う 小学4年生の子どもと保護者	学校にて 配布・回収	889件配布 814件回収 (91.6%)
③中学生及び保護者	市内公立中学校に通う 中学2年生の子どもと保護者	学校にて 配布・回収	810件配布 675件回収 (83.3%)
④成人	市内在住の20歳以上の方	郵送 配布・回収	2,500件配布 823件回収 (32.9%)

■関連機関調査（平成25年9～10月）

コミュニティセンター、私立保育園・幼稚園を対象とし、健康づくり・食育に関する取り組み状況についての調査を実施しました。

■市民意見公募（平成26年1月）

本計画の素案に対する市民意見公募手続き（パブリックコメント）を実施しました。

第5節 進捗状況の確認、評価

計画の進捗状況については、公募市民、保健所職員、市医代表、市歯科医代表、市薬剤師代表、市学校関係者、知識経験を有する者などで構成する「印西市健康づくり推進協議会」において、進行管理を行い、事業の運営状況を把握し、進捗状況の評価、課題の抽出をしていきます。

また、計画の評価については、平成30年度に中間評価、平成35年度に最終評価を行うものとします。