

東大和市健康増進計画

生涯にわたって 健康でいきいきと

豊かな人生をおくれるまち 東大和



計画期間：平成27年度～平成32年度

東 大 和 市

健康でいきいきと豊かな人生を おくれるまちをめざして



わが国の平均寿命は、飛躍的に進展し、世界一の長寿国となりました。それは、医学の進歩や公衆衛生の対策などにより、結核等の感染症による死亡率の急減や生活環境の改善等によるものと言われております。その一方で、がんや脳卒中、心臓病、糖尿病などの生活習慣病が増加しており、心身ともに健康で、いきいきとした豊かな生活を送ることが、今後ますます重要になってくるものと思われま

す。そのためには、私たち一人ひとりが自身の健康に関心を持ち、食生活や運動等の生活習慣の改善を図るとともに、その取組を地域社会が一体となって支えることが大切です。

今回策定いたしました「東大和市健康増進計画」では、「生涯にわたって 健康でいきいきと豊かな人生をおくれるまち 東大和」を基本理念とし、「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を総合目標に掲げ、市民、関係機関、教育機関、行政の役割をお示しし、市全体で健康づくりに取り組むこととしております。また、本計画を総合的な健康づくりの指針とするため、「食育推進計画」と「母子保健計画」を包含しております。

本計画の策定にあたりまして、市民の皆様をはじめ、東大和市議会並びに関係者の皆様より、多くの貴重なご意見を賜りましたことを、この場をお借りして改めて厚く御礼申し上げます。

本計画が、市民の皆様に親しまれ実践されることにより、市民の皆様の健康増進がさらに図られることを願っております。

結びに、市では、本計画に盛り込んだ事業の実現のため、関係機関の皆様と連携を図りながら、着実に事業を実施してまいりますので、引き続きのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成27年3月

東大和市長 尾崎保夫

目 次

第1章 計画の策定にあたって	1
第1節 計画策定の背景・趣旨	1
第2節 計画の性格・位置づけ	4
第3節 計画の期間	7
第2章 市の健康をとりまく現状	8
第1節 市の人口・世帯の推移	8
第2節 人口動態	11
第3節 要介護認定者及び生活習慣病の状況	14
第4節 健康づくり事業の実施状況	16
第5節 市民の健康意識	21
第3章 計画の基本的な考え方	22
第1節 計画の基本理念	22
第2節 計画の目標	23
第4章 分野別目標の取組	25
第1節 生活習慣の改善の推進	26
1 栄養・食生活、食育の推進（東大和市食育推進計画）	26
2 身体活動・運動	32
3 休養	35
4-1 飲酒	37
4-2 喫煙（「COPD」慢性閉塞性肺疾患対策を含む）	40
5 歯と口腔の健康づくり	43
第2節 ライフステージを通じた健康づくりと健康を支える社会環境の整備	47
1 こころの健康・働く世代の健康づくり	47
2 次世代の健康：母子保健対策の推進（東大和市母子保健計画）	50
3 高齢者の健康	60
4 社会環境整備	63
第3節 主な生活習慣病の発症予防及び重症化予防	65
1 がん対策の推進	65
2 糖尿病・メタボリックシンドローム予防対策の推進	68
3 循環器疾患の対策	72
4 COPD（慢性閉塞性肺疾患）の対策（第4章第1節4-2掲載）	75
第5章 計画の推進	76
第1節 計画の推進体制	76
第2節 計画推進における役割分担	76
第3節 計画の進行管理（計画の評価と見直し）	76
資料編	
1 健康増進法（抄）	77
2 食育基本法（抄）	94
3 母子保健法（抄）	101
4 東大和市地域福祉審議会条例	109
5 東大和市健康づくり推進会議設置要綱	111
6 （仮称）東大和市健康増進計画策定会議設置要綱	113