

第3章 計画の基本的な考え方

【1】基本理念

「東大和市第二次基本構想(改訂)」(平成14年度～平成33年度(令和3年度))及び「東大和市第四次基本計画」(平成25年度～平成33年度(令和3年度))においては、「健康であたたかい心のよいうまちづくり」を基本目標とし、WHO(世界保健機関)が提唱する「ヘルスプロモーション」の考えを基本に、「東大和市健康増進計画」(平成27年度～平成32年度(令和2年度))を策定し、健康づくり施策を推進してきました。

当市においては、健康寿命の更なる延伸を図り、「健康」と「幸せ」は、全ての人の願いであるとの考えによる健幸都市の実現を目指すため、「健幸都市の実現に向けた東大和市健康寿命延伸取組方針」を策定しました。また、その取組を確実に進めていくため「アクションプラン」を策定しました。「健幸都市」は、個人による健康づくりと社会的な支えが結びついて、はじめて実現することから、個人が自助努力をしやすい環境を整えるとともに、市だけではなく、市民、企業、団体などの様々な関係者が協力して健康寿命の延伸に取り組んでいく契機とするため、東大和市を健幸都市として宣言しました。

これらのことから、本計画の基本理念を次のとおり定めます。

基本理念

一人ひとりが協力して 限りある命を大切にし、
健康で幸せに暮らせるまち
健幸都市 東大和

※ヘルスプロモーション:WHO(世界保健機関)が1986年のオタワ憲章において提唱した 21 世紀の健康戦略。「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である」と定義されている。「すべての人びとがあらゆる生活舞台で健康を享受することのできる公正な社会の創造」を健康づくり戦略の目標としている。

目標実現のための活動方法として、「健康な公共政策づくり」、「健康を支援する環境づくり」、「地域活動の強化」、「個人技術の強化」、「ヘルスサービスの方向転換」を柱としている。活動の大きな特徴は、「住民や当事者の主体性を重視していること」、「各個人がよりよい健康のための行動をとることができるような政策等も含めた環境を整えること」に重点が置かれている。

<参考資料:地域における健康日本21実践の手引きより>

[2]中・長期目標と総合目標

◆中・長期目標◆

令和 22[2040]年までに 65 歳健康寿命を3年以上伸ばす
男性 86.24 歳 女性 89.41 歳
 ～健幸都市の実現 多摩 26 市での健康寿命1位～

※「65歳健康寿命」とは、65歳の人が何らかの障害のために要介護認定を受けるまでの状態を健康と考え、その障害のために認定を受ける年齢を平均的に表すものをいう。

※第1次東大和市健康増進計画においては、「65歳健康寿命」を『「要支援1以上」の認定を受けるまでの平均自立期間で算出した値』としているが、国の「健康日本21(第二次)」、東京都の「健康推進プラン21(第二次)」において、「要介護2以上」による基準を用いている。このため、「第2次東大和市健康増進計画」では、「要介護2以上」の認定を受けるまでの状態を健康と考えた場合で中・長期目標を設定する。

◆総合目標◆

総合目標		対象者	現状値	目標年度令和8年度
				目標値
1	健康寿命の延伸 指標:65歳健康寿命(要介護2以上)	男性	83.2歳	84.39歳
		女性	86.4歳	87.58歳
2	健康格差の縮小 指標:自分の健康状態を良いと感じている人の割合	20歳以上	77.6%	82.2%以上

1 健康寿命の延伸	
現状値	北多摩西部保健医療圏保健医療福祉データ集平成 29 年数値(令和元年度版) (要介護2以上の認定を受けるまでの平均自立期間で算出した値)
目標値	市による独自設定
目標値 検証資料	北多摩西部保健医療圏保健医療福祉データ集(令和 7 年度版) (要介護2以上の認定を受けるまでの平均自立期間で算出した値)
2 健康格差の縮小	
現状値	東大和市民の健康に関する意識調査結果報告書(平成 31 年度) 「とても良好」、「良好」、「ふつう」と回答した割合の合計
目標値	東京都健康推進プラン21(第二次)ベースライン(平成 24 年)
目標値 検証資料	東大和市民の健康に関する意識調査結果(見直し時)

【3】基本目標

以下のとおり、4つの基本目標を定め、目標達成に向け、取組を推進していきます。

基本目標 1 生活習慣の改善の推進

健康寿命には、生活習慣をはじめとする様々な状況が影響するとされています。多くの市民に、負担感なく生活習慣を変えることができる工夫を示し、健康づくりの実践を推進します。

基本目標 2 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

個人の健康は、家庭、学校、地域、職場等の地域・社会環境の影響を受けるため、生涯にわたり、個人の健康を支え、守る地域・環境づくりを推進します。

基本目標 3 主な生活習慣病の発症予防と重症化予防

生活習慣病対策においては、生活習慣の改善とともに、これまで取り組んできた発症予防、早期発見、早期治療に加え、重症化予防の観点からも対策を推進します。

基本目標 4 健全な食生活を実践するための食育の推進

子どもをはじめあらゆる世代の人々が、様々な経験を通じて「食」に対する知識と「食」を選択する力を習得し、生涯にわたって健全な食生活を実践できるよう、食を通じた健康づくりや食の安全について取り組みます。また「持続可能な食事・食生活」のために、生産から消費までの一連の食の循環を意識しつつ、環境にも配慮することで食品ロス削減に関する取組等を推進します。