

第2次健康こうか21計画

(健康増進計画・食育推進計画)

地域で共に支え合い
生きがいをもって
健康長寿で幸せに暮らせるまち 甲賀

平成28年3月

甲賀市

ごあいさつ

近年は、急速な少子高齢化による社会構造の変化、偏りのある栄養・食生活や運動不足等による生活習慣病の増加等、私たちの健康を取り巻く環境は多様化しております。このような状況においては、自分の健康に関心を持ち、自分にあった健康づくりを主体的に進めていただくことが重要です。



そこで、このたび、健康寿命の延伸を目指して市民お一人おひとりの健康づくり、そして皆様の健康づくりを支援できる社会の実現のために『地域で共に支え合い生きがいをもって健康長寿で幸せに暮らせるまち甲賀』を基本理念に、今日までの「健康増進計画」に、新たに「食育推進計画」を一体化した「第2次健康こうか21計画」を策定いたしました。

本計画では、4つの基本方向を定め、地域の人と人とのつながりの強化による健康なまちづくりを推進し、健康づくりに対する社会的な環境を整えるとともに、生活習慣病の発症予防の取組を地域における活動等で実施できるしくみをつくっていきます。

また、和食の良さを見直した「日本型食生活」を推進し、地域における新鮮な農作物等をバランスよく食べることを基本に、地域で培われた食文化、郷土料理等の伝統を次世代に継承していきます。

今後、この計画をもとに健康づくりを核とした人と人とのつながりを大切にするまちづくりを継続し、希望に満ちた未来につながる甲賀の国づくりを実現したいと考えております。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提案をいただきました甲賀市健康づくり推進協議会の委員の皆様をはじめ、意識調査にご意見をいただきました多くの市民の皆様、関係機関、関係団体の方々に心から感謝申し上げますとともに、今後とも一層のご理解、ご協力をお願い申し上げます。

平成28年3月

甲賀市長 中嶋 武嗣

甲賀市市民憲章

わたしたちは「みんながつくる住みよさと活気あふれる甲賀市」
を目指して、この憲章を定めます。

あふれる愛に
いろどる山河と
こぼれる笑顔に
うみだす活力
かがやく未来に
あなたも仲間
生きいき文化
応える安心
受けつぐ伝統
鹿深の夢を

第2次健康こうか21計画
(健康増進計画・食育推進計画)

目次

序章 計画策定の趣旨	1
1 計画の趣旨	
2 計画の位置づけ	
3 計画の期間	
4 計画の構成	
5 計画の策定体制	
第1章 甲賀市を取り巻く状況	5
1 統計からみた市民の状況	
2 目標指標の達成状況	
第2章 計画の基本的な考え方	19
1 基本理念	
2 基本方向	
基本方向1 健康づくりを支える環境整備	～みんなでつくる健康なまち～
基本方向2 生活習慣病の発症予防と重症化予防	～健康をつくる生活習慣～
基本方向3 分野別の健康づくりの推進	～人生を楽しむ健康なくらし～
基本方向4 健康な心と身 ^{からだ} を育む食の推進	～心と身 ^{からだ} を育むふるさとの食文化～
第3章 協働による取組	
第1節 健康づくりを支える環境整備 ～みんなでつくる健康なまち～	25
1 地域のつながりによる健康づくりの推進	
2 健康を支える環境整備・活用	
第2節 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ～健康をつくる生活習慣～	28
1 がん	
2 循環器疾患	
3 糖尿病	
4 慢性閉塞性肺疾患（COPD）	
第3節 分野別の健康づくりの推進 ～人生を楽しむ健康なくらし～	38
1 栄養・食生活・食育（生活習慣病予防のための食育）	
2 身体活動・運動	
3 休養・こころの健康	
4 たばこ・アルコール	
5 歯と口腔の健康	
6 子育て・思春期	
第4節 ふるさとの食の推進 ～心と身 ^{からだ} を育むふるさとの食文化～	59
1 風土を活かした食育 ～日本型食生活の推進と食に関する知識・文化の普及～	
2 みんなでつくる食育 ～家族や地域での交流を通じた食育の推進～	

第4章 計画の推進	62
1 計画の推進体制	
2 計画の進行管理	

資料編	64
1 目標・指標一覧	
2 第2次健康こうか21計画 策定経過	
3 甲賀市健康づくり推進協議会設置要綱	
4 甲賀市健康づくり推進協議会委員名簿	

序章 計画策定の趣旨

1 計画の趣旨

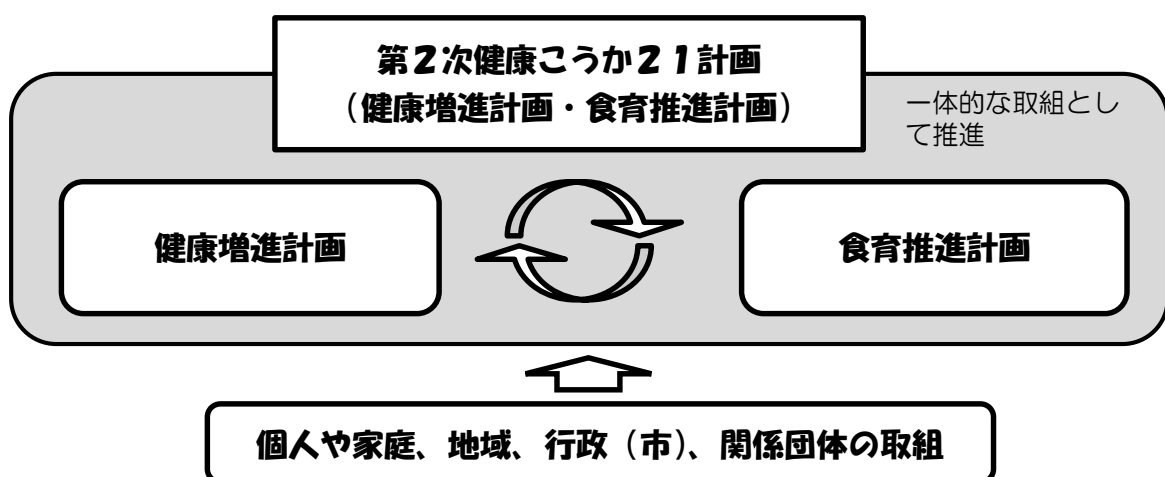
少子・高齢化の社会を迎え、社会環境や人々の生活様式は大きく変化し、健康課題も多様化するなか、市民の健康寿命※を延ばし、活力ある持続可能な社会を築くことが求められています。また、市民の誰もが生活の質を高め、幸せを追及し生きがいを持ち続けることができる社会を目指す必要があります。

甲賀市では、平成17年度に「健康こうか21計画（平成18年度～平成22年度）（前計画）」を、そして平成22年度に「見直そう 生活習慣 みんなでつくろう 健康でいきいきと暮らせるまち」を基本理念とする「健康こうか21計画（平成23年度～平成32年度）」を策定し、市民のみんなが生活習慣を見直し、自ら健康づくりに主体的に取り組み、健康でいきいきと暮らせるようなまちを目指して、各分野における健康づくり施策を推進しています。

また、平成20年度には「甲賀市食育推進計画（平成21年度～平成27年度）」を策定し、ライフステージごとの食育の取組を推進してきました。

このたび「健康こうか21計画」が中間年次を迎えるとともに、「甲賀市食育推進計画」が目標年次を迎えることから、これまでの健康づくりや食育の取組を検証し、新たに「第2次健康こうか21計画（健康増進計画・食育推進計画）」を策定することとしました。

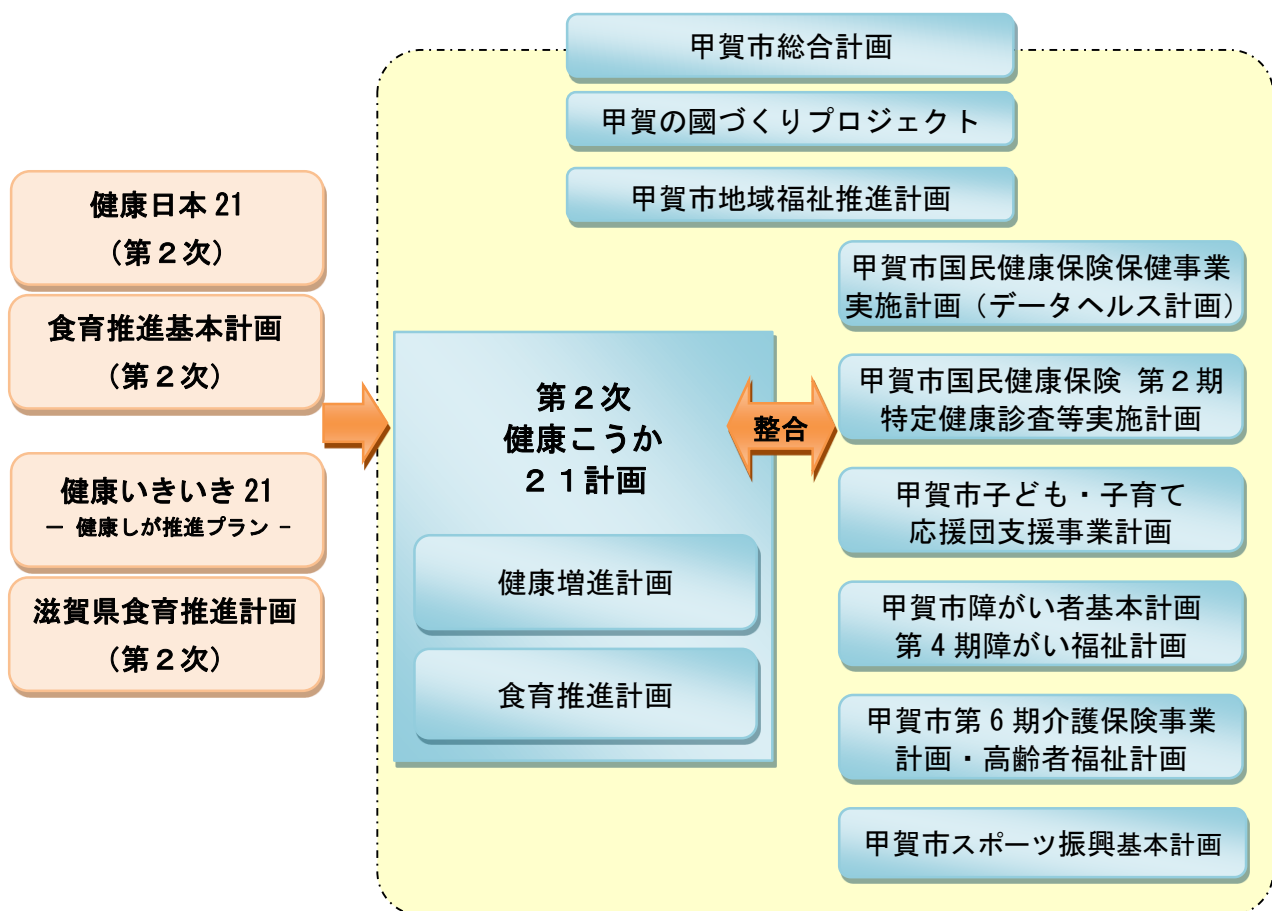
今回策定する「第2次健康こうか21計画（健康増進計画・食育推進計画）」は、健康増進法に規定する市町村健康増進計画と、食育基本法に規定する市町村食育推進計画を一体的な計画として定め、市民との協働により推進していくものです。



※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 計画の位置づけ

- 甲賀市において取り組むべき市民の健康の増進施策及び食育の推進施策を総合的かつ計画的に推進するための計画です。
- 甲賀市政の最上位計画である甲賀市総合計画をはじめ、甲賀の國づくりプロジェクト等、市が策定する他の構想・計画・指針と整合を図った計画です。
- 健康増進法第8条第2項に規定される市町村健康増進計画及び食育基本法第18条に規定される市町村食育推進計画の位置づけを含む計画です。



3 計画の期間

計画の期間は、平成28年度～平成32年度までの5か年とします。なお、社会情勢の変化等によって見直しが必要になった場合には、適切に見直すものとします。

4 計画の構成

計画の構成は、以下のとおりとします。

◆計画の構成

第2次健康こうか21計画

(健康増進計画・食育推進計画)

序章 計画策定の趣旨
第1章 甲賀市を取り巻く状況
第2章 計画の基本的な考え方 1 基本理念 2 基本方向 基本方向1 健康づくりを支える環境整備 基本方向2 生活習慣病の発症予防と重症化予防 基本方向3 分野別の健康づくりの推進 基本方向4 健康な心と身 ^{からだ} を育む食の推進
第3章 協働による取組 第1節 健康づくりを支える環境整備 ～ みんなでつくる健康なまち ～ 1 地域のつながりによる健康づくりの推進 2 健康を支える環境整備・活用 第2節 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ～ 健康をつくる生活習慣 ～ 1 がん 2 循環器疾患 3 糖尿病 4 慢性閉塞性肺疾患（COPD） 第3節 分野別の健康づくりの推進 ～ 人生を楽しむ健康な暮らし ～ 1 栄養・食生活・食育（生活習慣病予防のための食育） 2 身体活動・運動 3 休養・こころの健康 4 たばこ・アルコール 5 歯と口腔の健康 6 子育て・思春期 第4節 ふるさとの食の推進 ～ 心と身 ^{からだ} を育むふるさとの食文化 ～ 1 風土を活かした食育 2 みんなでつくる食育
第4章 計画の推進 1 計画の推進体制 2 計画の進行管理

5 計画の策定体制

① 健康づくり推進協議会

本計画の策定にあたって、学識経験者、医療関係者、健康づくり等関係団体の代表等から構成される「健康づくり推進協議会」を設置し、計画内容についてご意見をいただきました。

② 検討会議

庁内の関係課で構成する「検討会議」を設置し、計画（案）の調整と検討にあたりました。

③ 市民アンケートの実施

平成 26 年度において計画の基礎資料を得るために市民 2,500 人を対象にアンケート調査を実施し、調査結果の整理・分析を行いました。

<調査概要>

- ・調査対象：16 歳以上 64 歳以下の市民 2,500 人
- ・調査方法：郵送による配布・回収
- ・回収率等：回収数 930 人、回収率 37.2%

◆ 計画の策定体制

