

## 第3章 計画の基本的な考え方

### 1. 計画の基本理念

本市では、平成17年に策定した「ふれあい健康21」の「自分の健康は自分で守る」という基本的考え方に立ち、より健康な状態を目指して、市民が積極的に健康づくりを実践し、継続できるように情報提供や啓発活動、各種保健事業を実施してきました。平成31年の計画見直しでは、市民にアンケート調査を行い、市民の健康実態に加えて、こころの健康やロコモティブシンドロームといった社会的な課題への対処も検討し、見直してきました。本計画の見直しでも、地元の農産物の積極的な購入や自治会・ボランティア活動などの地域活動への参加といった地域とのつながりと、健康に関する調査を行いました。「子どもからお年寄りまで、みんながともにふれあい、市民と行政が一体となって、生き生きと健康で安心して暮らせるまち」を目指すべきまちの姿とし、この考えのもと、市民の健康寿命の延伸を図り、心身ともに生き生きと健康に過ごせるまちを目指して健康づくりの取組を進めています。そのため、本計画においても、前計画に引き続き、下記の基本理念を掲げます。

#### 基本理念

**みんなが生き生き、健康に過ごせるまち いわで**

### 2. 計画の方針

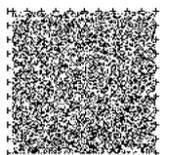
#### (1)前計画の総合評価

前計画においては、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「親子の健康」、「健康管理」の5分野を柱に、健康づくりの取組を進めてきました。

「栄養・食生活」については、1日3食をきちんと食べる、食事は手作りを主としているなど食事のバランスを意識している市民が増えているなど評価できる点がある一方で、若い世代の野菜離れや男性の肥満割合は第二次計画と同様高くなっており、小学生と中学生の朝食を食べる割合が下がるといった新たな課題が見られました。また、今回アンケート調査に加えた国産や地元の農産物などの購入・関心については、市民の関心が高まっていることがわかりました。市でも、食生活改善推進員や岩出市生活研究グループの活動で学校や地域行事に出向き、国産や地場産物の情報提供を積極的に行っています。歯の健康については、60歳の歯周疾患の割合が前回調査より増加しており、若い世代の歯科検診や通院習慣が少ないことも課題として挙げられます。

「身体活動・運動」については、成人の運動習慣者の割合が増加するなど、運動に対する市民の意識は高まっていますが、実際に運動を行っている人はまだまだ少ないなどの課題がみられました。

「休養・こころの健康づくり」については、休養が十分に取れていない割合が増加したり、悩みやストレスの相談先がない人の割合は年齢が上がるほど高いことがわかりました。引き続き、市民のこころの健康に対する理解が深まるよう啓発や相談窓口の周知に取り組むとともに、人と人との繋がりづくりを構築していきます。



「親子の健康」については、関係機関と連携した取組に一定の成果が出ていますが、様々な悩みをもつ保護者の増加や小学生、中学生の「受動喫煙」の認識の低さなどの課題点がみえてきました。

「健康管理」については、本市の死因として最も多い「がん」においては、がん検診を受けていない理由として、「受けに行くのが面倒」に次いで「受ける機会がないから」が高くなっています。検診を定期的に受診する重要性やがんの発症には生活習慣が大きく影響していることなど、がんや生活習慣病に対する知識を広報紙などを活用し、周知するとともに、出前講座の実施や職域との連携により普及・啓発を行います。

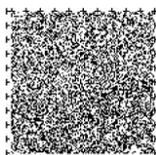
## (2)分野の設定

本市の課題を踏まえ、前調査と同様に、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「親子の健康」「健康管理」の5つの分野に設定しました。

1	栄養・食生活
2	身体活動・運動
3	休養・こころの健康づくり
4	親子の健康
5	健康管理

## (3)目標値の設定根拠

本計画における数値目標の目標値は、厚生労働省の第三次健康日本21や第2次健やか親子21、食育第4次推進基本計画、和歌山県の第三次和歌山県健康増進計画などの目標値を参照し、算出を行いました。また、本市独自の数値目標については、本市の現状を踏まえ、算出を行いました。(詳細は資料編の数値目標一覧を参照。)



### 3. 計画の体系

