

第2章 計画の基本的な考え方

第2章 計画の基本的な考え方

1 健康づくりの考え方

身体健康づくりだけでなく、人と人とのつながりの中でより充実した人生を送ることができるよう健康づくりを推進していきます。

WHO が提唱するヘルスプロモーションの視点に立った「市民主体の健康づくり」を支援し、生活の中で市民一人ひとりの健康の維持向上につながる環境を、家族、地域の団体、学校や職場、行政等、地域が一体となってつくり出します。

また、近年の社会経済的状況の変化等を背景に、地域とのつながり、経済力、世帯構成等による、健康情報の収集能力や生活習慣の差など健康格差が問題となっています。

社会経済的に不利な立場にある人や何らかの疾病、障害がある人などすべての市民が、自らの健康づくりに取り組むことができる環境づくりを推進します。

[ヘルスプロモーションとソーシャルキャピタルのイメージ]



上の図は、市民が自ら取り組む健康づくりを、人と人とのつながりや、地域の活動などソーシャルキャピタルの醸成による地域の力が支えらるとともに、健康づくりを行いやすい環境づくりを進めることで、市民一人ひとりの豊かな人生を実現することを表しています。

ヘルスプロモーション

市民が、自らの健康をコントロールし、改善できるように、健康づくりを支援する環境づくりを地域が一体となって推進するプロセスです。

ソーシャルキャピタル

地域における個人や組織間のネットワーク、信頼、助け合いの規範などの協調行動が活性化することで「地域の力」となり、様々な課題の解決に役立つという考え方です。地域のソーシャルキャピタルには個人の生活や健康により影響があると考えられています。

エンパワー

市民自身が動き、環境を変えていく力のことです。

2 計画のめざす将来像

すべての市民が健やかに、こころ豊かに暮らせるよう、市民、地域、職場、関係する団体、行政等が一体となって協働による健康づくりを推進し、元気があふれる「いきいき健康日本一のまち」をめざします。

3 計画の基本目標

計画のめざす将来像を実現するため、「健康寿命の延伸！健康格差の縮小！」を基本目標として健康づくりの取組を推進します。

健康寿命は、一生のうち介護が必要だったり、日常生活に支障が出るほどの病気にかかったりする期間を除き、健康に過ごせる期間を示します。

健康格差は、社会的な背景が異なるグループ間の健康状態の違いや、ばらつきのことをいいます。生活に困窮している人は社会的にも孤立しやすく、ソーシャルキャピタルの醸成による地域のつながりづくりが健康格差対策になり、健康感にも影響があります。単に病気であるかどうかにかかわらず、健康だと感じる人ほど長寿の傾向があり、生活の満足度も高いといわれています。

これらのことから、健康な期間をのばすとともに健康だと感じる人を増やすことを、本市としての指標とします。

めざす将来像

いきいき健康日本一のまち

～わたしがつくる！ みんなでつくる！元気があふれるまち みよし～

基本目標

健康寿命の延伸！健康格差の縮小！

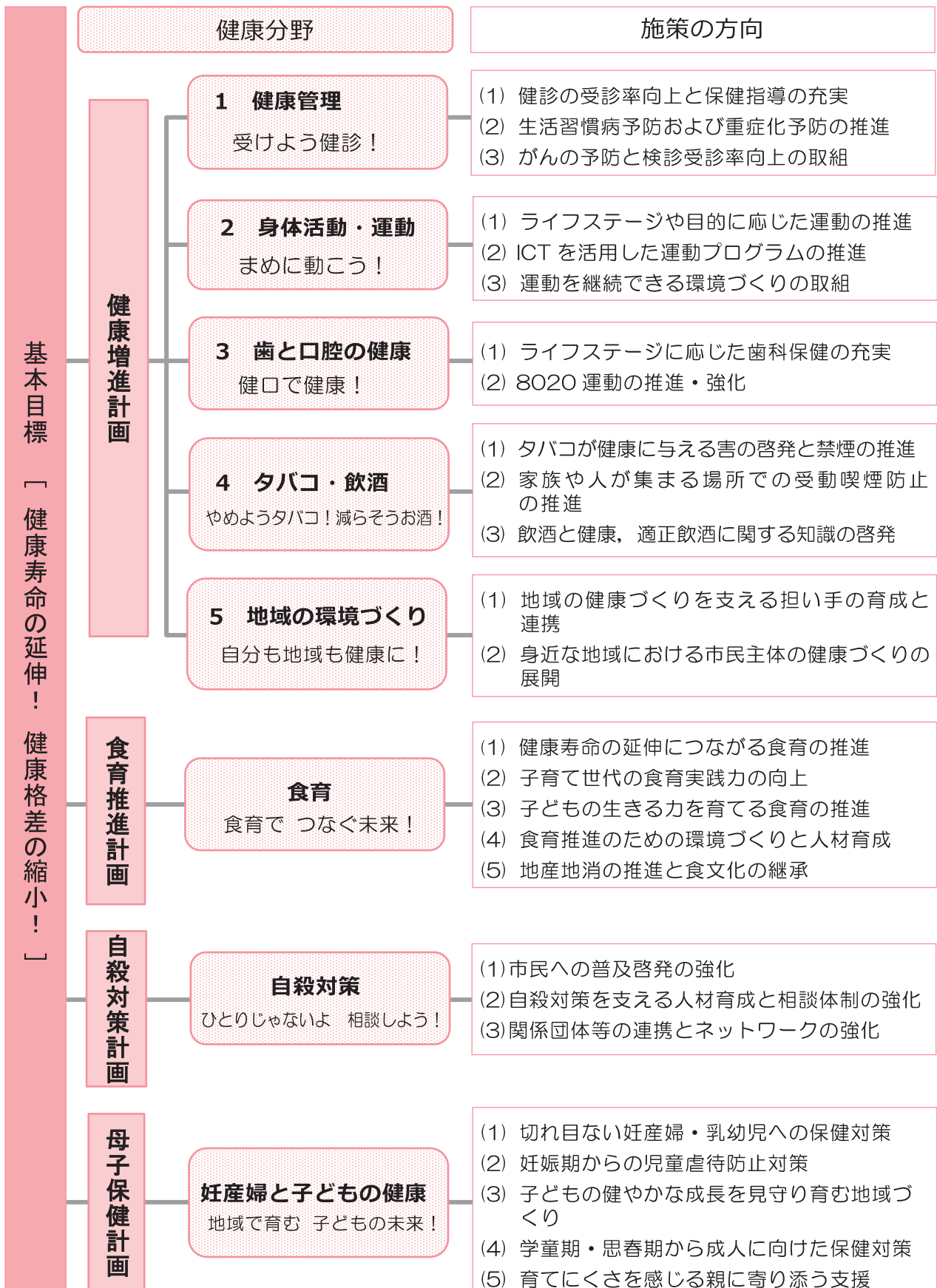
～しっかり動いて きちんと食べて みんな笑顔でくらそう～

[基本目標の評価指標]

指標		実績 (平成 29 年度)	目標値 (平成 35 年度)
健康だと感じる人の割合 ～「健康だと感じる」+「まあまあ健康だと感じる」～ (健康に関するアンケート)		66.9%	80.0%以上
平均寿命	男	79.34 歳	平均寿命の 増加分を上回る 健康寿命の増加
	女	87.57 歳	
健康寿命 (健康な期間の平均)	男	77.91 年	
	女	84.17 年	
不健康な期間の平均	男	1.43 年	
	女	3.40 年	

※平均寿命、健康寿命、不健康な期間の平均は平成 25 年の数値です。

4 計画の体系



■ 計画の推進体制

本計画では、これまで取り組んできたプロジェクトを見直し、新たに健康増進計画の取組を「ウェルネスプロジェクト」、食育推進計画の取組を「健塩プロジェクト」、自殺対策計画の取組を「きずなプロジェクト」、母子保健計画の取組を「ネウボラプロジェクト」の4つのプロジェクトとして構成し、健康寿命の延伸、健康格差の縮小を基本目標として取組を推進します。

めざす将来像

いきいき健康日本一のまち

～わたしがつくる！みんなでつくる！元気があふれるまち みよし～

基本目標

健康寿命の延伸
健康格差の縮小

～しっかり動いて きちんと食べて みんな笑顔でくらそう～

母子保健計画分野
ネウボラプロジェクト
(母子保健)

健康増進計画分野
ウェルネスプロジェクト
(健康づくり)

自殺対策計画分野
きずなプロジェクト
(自殺対策)

食育推進計画分野
健塩プロジェクト
(食育)