

# なわて健康プランⅢ

～ 概要版 ～

市民一人ひとりが健やかに心豊かに  
生活できる活力ある社会の実現



## ■ 計画策定の背景と趣旨

これまで本市では、市民一人ひとりが健康の意識を高め、健やかに、心豊かで満足できる生涯を送ることをめざし、「健康なわて 21～人が人をみがくまち」及び「なわて健康プランⅡ」を策定し、取組みを進めてきました。

また、複雑化していく食生活の問題を解決するために、「食育推進計画」を策定し、取組みを進めてきました。

令和5年度末に「なわて健康プランⅡ」及び「第3次食育推進計画」の計画期間の終期を迎えることから、市民の健康を取り巻く環境や急速に進む少子高齢化などの社会情勢が大きく変化していることをふまえ、「四條畷市健康寿命延伸基本方針」及び令和5年（2023）年度に行った市民調査結果を基に、「なわて健康プランⅢ」を策定しました。

本計画では、市民が生涯にわたって健全な心と身体を培い、いきいきと生活できるよう、引き続き、これまでの歩みを止めることのないよう、これまでの取組みに併せて、近年の急速な少子高齢化の進展や疾病構造の変化、平均寿命の延伸等、市民の健康を取り巻く環境が大きく変化していることを踏まえて、基本理念を「市民一人ひとりが健やかに心豊かに生活できる活力ある社会の実現」と定め、健康増進計画に係る基本目標を「健康寿命の延伸」とし、健康寿命のさらなる延伸をめざします。

また、食育推進計画に係る基本目標を「食を通じた健康づくりと豊かな心の育成」として、市民一人ひとりが健康で心豊かな生活を送ることをめざして、取組みを進めてまいります。

## ■ 計画の期間

本計画は、令和6（2024）年度を初年度とし、令和17（2035）年度までの12年間とします。また、社会状況の変化等に対応するため、令和11（2029）年度に中間評価を行い、計画の進捗状況の確認及び目標の修正を行うとともに、令和17（2035）年度に最終評価を行い、次期、健康づくり施策の取組みに反映させまいります。

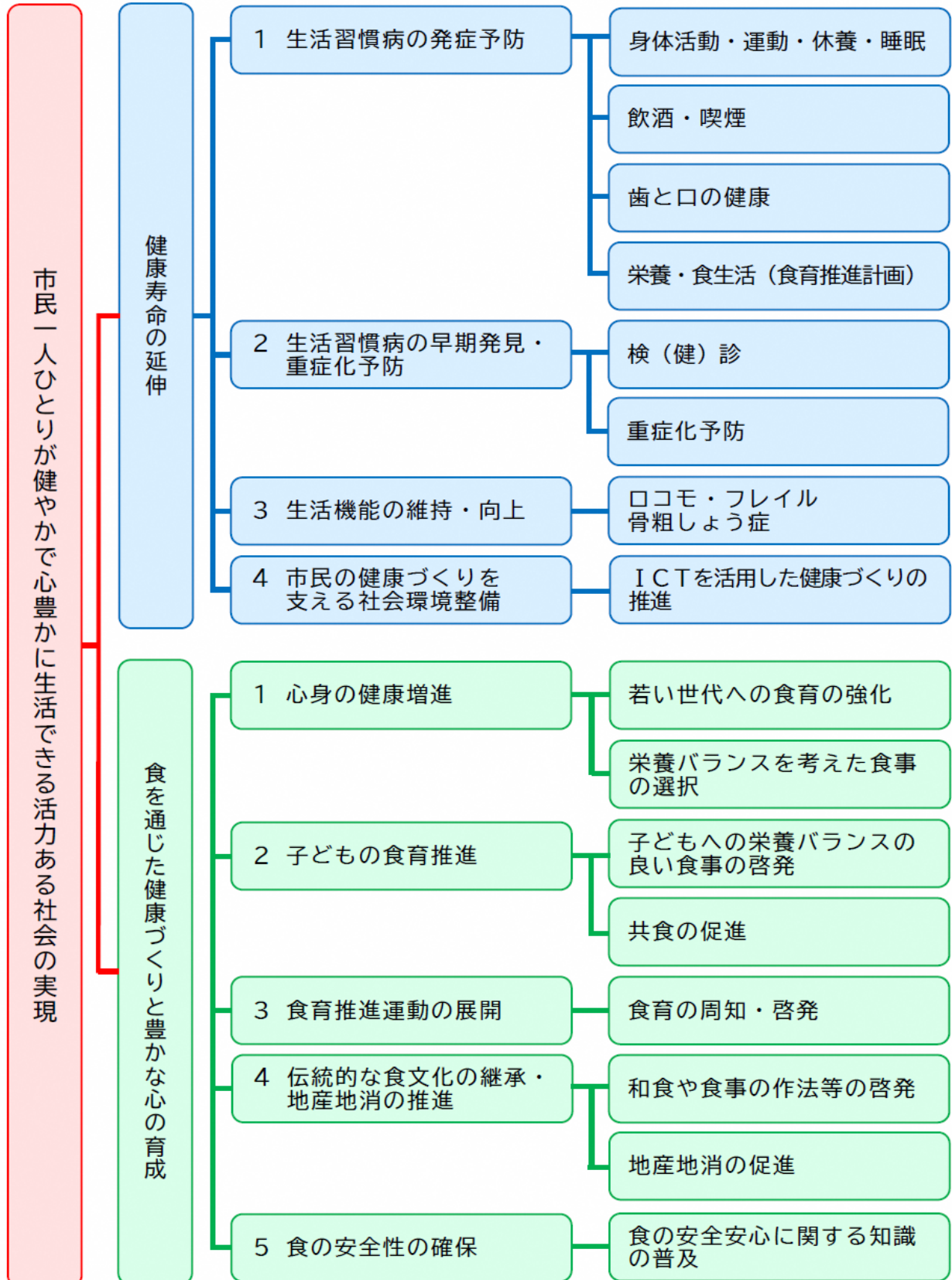
## ■ 施策の体系

基本理念及び基本目標を達成するため、基本方針及び施策の方向を設定しました。

### 【基本理念】【基本目標】

### 【基本方針】

### 【施策の方向】



## ■ 各施策の目標

### 生活習慣病の発症予防

#### 【身体活動・運動・休養・睡眠】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
運動習慣者の増加	43.4%	45.0%
日常生活における歩数の増加	4,000歩未満:36.7% 4,000歩以上6,000歩未満:28.2%	男性:9,000歩 女性:8,300歩 (75歳以上) 男性:6,700歩 女性:5,900歩
意識的に運動するよう心がけている人の増加	27.6%	35.0%
運動不足と感じている人の減少	男性:67.2% 女性:78.1%	男性:50.0%以下 女性:60.0%以下
体力向上	授業カリキュラムを通じて、計画的で安全な体育指導の展開及び体力向上につながる授業づくりを推進する。	授業カリキュラムを通じて、計画的で安全な体育指導の展開及び体力向上につながる授業づくりを推進する。
定例的なイベント実施回数・参加人数	暇歩こう会:11回/年、のべ1,091人、平均参加者99人 レクリエーションスポーツ体験:20回/年、のべ122人の参加者	暇歩こう会:毎月1回開催(雨天時中止)、平均参加者5%向上 レクリエーションスポーツ体験:20回/年、のべ200人以上の参加者
スポーツ推進委員派遣回数	4回/年	6回/年

#### 【飲酒・喫煙】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合	男性:15.8% 女性:25.0%	男性:13.0% 女性:15.0%
20歳以上の喫煙率 妊娠中の喫煙は『健やか子育て(第2次)に関するアンケート』	男性:15.7% 女性:7.2% 【令和4(2022)年度】 妊娠中の喫煙:2.1%	男性:15.0% 女性:5.0% 【令和16(2034)年度】 妊娠中の喫煙:0.0%
禁煙に関心がない人の割合	26.8%	20.0%
最近1か月以内の受動喫煙の経験あり	家庭:14.6% 職場:16.5% 道路や公園等:37.0%	家庭:10.0% 職場:0.0% 道路や公園等:20.0%
世帯喫煙率(『健やか子育て(第2次)に関するアンケート』)	【令和4(2022)年度】 4か月児健診:28.7% 1歳6か月児健診:30.4% 3歳6か月児健診:33.9%	【令和16(2034)年度】 4か月児健診:15.0% 1歳6か月児健診:20.0% 3歳6か月児健診:25.0%
受動喫煙防止宣言認定事業者数	16事業所	50事業所
病気の予防	授業カリキュラムを通じて、飲酒や喫煙が体に及ぼす影響と健康について、啓発実施。	授業カリキュラムを通じて、飲酒や喫煙が体に及ぼす影響と健康について、習得を図る。

## 【歯と口の健康】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
ポピュレーションアプローチの拠点事業の実施	3 圏域年 1 回、各回 20 人、のべ 60 人の参加者	3 圏域年 1 回、各回 20 人、のべ 60 人の参加者
乳幼児むし歯保有率	1 歳 6 か月児健診： 0.6% 3 歳 6 か月児健診： 11.0%	1 歳 6 か月児健診： 0.5%以下 3 歳 6 か月児健診： 10.0%以下
歯科疾患予防教室の参加者、参加率増加	34.8%	45.0%
成人歯科「要医療者」の割合の減少	80.0%	55.0%
成人歯科健診受診率	男性： 8.0% 女性： 13.1%	男性： 15.0% 女性： 20.0%
過去 1 年に歯科健診受診する人	男性： 28.6% 女性： 36.7%	男性： 75.0% 女性： 80.0%
24 本以上残存歯がある人	男性 40 歳代： 29.3% 女性 40 歳代： 55.6%	男性： 85.0% 女性： 95.0%
歯科検診（小中学校）	毎学年 1 回、6 月 30 日迄に小学校 1 年生から中学 3 年生の全生徒を対象に検診を実施する。	毎学年 1 回、6 月 30 日迄に小学校 1 年生から中学 3 年生の全生徒を対象に検診を実施する。

## 【栄養・食生活】（食育推進計画に掲載）

### 生活習慣病の早期発見・重症化予防

#### 【検（健）診】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
がん検診受診率	【令和 4（2022）年度】 胃がん検診： 2.1% 肺がん検診： 6.8% 大腸がん検診： 6.4% 乳がん検診： 11.3% 子宮頸がん検診： 13.0%	胃がん検診： 7.1% 肺がん検診： 11.8% 大腸がん検診： 11.4% 乳がん検診： 16.3% 子宮頸がん検診： 18.0%
特定健診受診率	【令和 4（2022）年度】 特定健診： 31.1%	60.0%
就学時の健康診断	年 1 回、就学前（年長に相当）の児童を対象に、就学年の初めから 4 カ月前までの間に検診を実施。	年 1 回、就学前（年長に相当）の児童を対象に、就学年の初めから 4 カ月前までの間に検診を実施。
児童生徒等の健康診断	毎学年 1 回、6 月 30 日迄に小学校 1 年生から中学 3 年生の全生徒を対象に検診を実施。	毎学年 1 回、6 月 30 日迄に小学校 1 年生から中学 3 年生の全生徒を対象に検診を実施。

【重症化予防】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
特定保健指導の実施率の向上	【令和 3（2021）年度】 23.0%	60%
糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数の減少	【令和 4（2022）年度】 7 人	減少

生活機能の維持・向上

【ロコモ・フレイル、骨粗しょう症】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
なわて健康ラボの開催	原則週 1 回の開催、1 地区	原則週 1 回の開催、1 地区
ロコモティブシンドロームの減少(足腰に痛みのある高齢者)	58.9%	40.0%
拠点実施（体力測定会）の実施	拠点実施：3 圏域で 各回 20 人（体力測定会 1 回）延べ 60 人の参加者	拠点実施：3 圏域で 各回 20 人（体力測定会 1 回） 延べ 60 人の参加者
フレイル等予防栄養相談(低栄養予防)への取組み対象者の増加	令和 4（2022）年度 23 人	35 人
骨粗しょう症検診受診者数の向上	令和 4（2022）年度 受診者：26 人	受診者 35 人
なわて健活講座の開催	参加者（約 30 人）に継続して取り組むことのできる運動方法について指導を実施。 令和 5（2023）年度実績：年 4 回 開催・のべ 101 人参加	参加者（約 30 人）に継続して取り組むことのできる運動方法について指導を実施。

市民の健康づくりを支える社会環境整備

【ICTを活用した健康づくりの推進】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
アプリを使用して健康管理している人の割合	35.6%	50.0%

## 心身の健康増進

### 【若い世代への食育の強化】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
朝食を欠食する人の割合	20～30 歳代 : 37.9% 子ども : 8.9%	20～30 歳代 : 15.0%以下 子ども : 5.0%以下

### 【栄養バランスを考えた食事の選択】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上毎日食べている人の割合	大人 : 49.6% 子ども : 69.8%	大人 : 60.0%以上 子ども : 75.0%以上
食塩を多く取り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人 : 41.7%	大人 : 47.3%以上
脂肪を多く取り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人 : 27.4%	大人 : 35.0%以上
糖質を多く取り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人 : 35.1%	大人 : 60.0%以上
間食を多く取り過ぎない人の割合	大人 : 37.2% 子ども : 25.8%	大人 : 48.8%以上 子ども : 60.0%以上

## 子どもの食育推進

### 【子どもへの栄養バランスの良い食事の啓発】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
早寝早起きを実践している人の割合	子ども : 65.6%	子ども : 80.0%以上
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上毎日食べている人の割合	子ども : 69.8% 【再掲】	子ども : 75.0%以上 【再掲】
間食を多く取り過ぎない人の割合	子ども : 25.8% 【再掲】	子ども : 60.0%以上 【再掲】

### 【供食の推進】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
朝食または夕食を家族と一緒に食べる機会がある人の割合	大人 : 78.3% 子ども : 88.6%	大人 : 83.4%以上 子ども : 100.0%
共食を大切だと感じる人の割合	大人 : 31.5% 子ども : 42.6%	大人 : 46.9%以上 子ども : 47.6%以上

## 伝統的な食文化の継承・地産地消の推進

### 【和食や食事の作法等の啓発】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
食事の挨拶をしている人の割合	大人 : 43.2% 子ども : 70.7%	大人 : 62.9%以上 子ども : 100.0%
箸や食器を正しく持つ人の割合	大人 : 37.7% 子ども : 43.1%	大人 : 53.3%以上 子ども : 60.0%以上
姿勢よく食事をしている人の割合	大人 : 17.2% 子ども : 29.7%	大人 : 44.9%以上 子ども : 60.0%以上

### 【地産地消の促進】

評価項目	策定時	令和 17 年度（目標値）
行事食を取り入れている人の割合	大人 : 31.2%	大人 : 50.0%以上

## ■ 計画の推進体制

### 計画の推進

計画の推進にあたっては、地域住民に密着した総合的な健康づくり対策の推進を目的に設置された「四條畷市健康づくり推進協議会」、「四條畷市健康づくり推進会議」、「四條畷市食育推進会議」及び「四條畷市食育推進プロジェクト会議」等を活用し、本計画の推進に向けて取り組みます。

また、本計画の中間年にあたる令和 11（2029）年度に中間評価を行うことにより、社会情勢の変化や本計画の進捗状況等に対し、必要に応じ見直しを行うなど、本計画後半の取組みに繋がります。

### 計画の進行管理

計画の進行管理については、それぞれの事業課において事業実施状況の確認を行い、なわて健康プランⅢについては、「四條畷市健康づくり推進協議会」及び「四條畷市健康づくり推進会議」において、第 4 次四條畷市食育推進計画については、「四條畷市食育推進会議」及び「四條畷市食育推進プロジェクト会議」において毎年度、評価・検証を行い、計画的な進行管理を行います。

また、計画最終年度にあたる令和 17（2035）年度には、本計画の最終評価を行います。

なわて健康プランⅢ（概要版）

令和6年3月発行

発行：四條畷市健康福祉部保健センター

所在地：〒575-0052

四條畷市中野三丁目5番28号

TEL：072-877-1231

FAX：072-877-6963