

第3部 計画の体系

1. 基本方針

健康は、市民の暮らしに直結した身近なテーマであり、市民の関心は高く、健康への願いは市民共通のものといえます。

市では、健康であるということは、「単に病気や障がいの有無にかかわらず、地域でいきいきとその人らしい生活を送るための基盤」であり、健康自体を人生の目的とするのではなく、前向きな人生を歩むための手段であるという考え方に共感し、これまでの計画を推進してきました。

近年、少子高齢化と人口減少という、これまでに経験したことのない状況に対応するため、家庭で、職場で、地域で、あらゆる場で、誰もが包摂され活躍できる「一億総活躍社会」が目指されています。

これまで推進してきた計画では、市民主体による健康づくりの実践と併せ、市民、地域、行政がみんなの力を生かし、誰もが健康づくりに取り組みやすい環境を整えることをめざして、『自分らしく元気に みんなで力を合わせる健康づくり』を基本方針に掲げてきました。この基本方針は、これからの時代の要請にも十分応えられるものと考え、本計画でも引き続き基本方針として掲げます。

基本方針

自分らしく元気に みんなで力を合わせる健康づくり

2. めざす姿及び施策の方向性

本計画では、基本方針である「自分らしく元気にみんなで力を合わせる健康づくり」の実現に向けて、市の現状や課題を踏まえ、法律根拠の異なる4つの計画を位置づけました。また、4つの計画のめざす姿と合計17の施策の方向性を設定し、計画を体系的に展開していきます。

めざす姿	基本方針の実現に向け、計画期間にみんなが目標とする姿
施策の方向性	めざす姿を達成するためのより具体的な目標として、市民をはじめ健康づくりに携わるすべての関係者が共有する取り組みの方向性を示すもの

健康増進計画のめざす姿

いきいき元気！ 未来につなげる健康づくり

年齢や病気の有無などに関わらず、自分自身の生活習慣を見直し、改善することは、一人ひとりの健康の増進に結びつきます。

第2次プランの評価や市民の健康を取り巻く状況などから、身体活動・運動、飲酒・喫煙、休養・睡眠といった全体的な健康づくりの情報提供は進んだものの、幼児期向けの情報提供や支援といったライフステージに着目した取り組みは強化する必要があります。また、生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みを重点的取り組みとして推進したものの、大幅に市民の行動変容が改善したかという点はまだ道半ばです。

今後も高齢者数は増え続け、単独世帯や夫婦のみ世帯の増加も見込まれることから、地域のつながりが重要性を増すと考えられる反面、地域の人たちとのつながりの強さの実感は5年前と大きく変化していません。

また、取り組みの推進にあたっては、新型コロナウイルス感染症に関連する新しい生活様式への適応も考慮する必要があります。

こうしたことから、引き続き多様な取り組みを充実・強化するとともに、生涯を通じて途切れることなく健康づくりに取り組むための社会環境を整備することで、市民一人ひとりが、いつまでも健康でいきいきと元気に過ごせるよう、みんなで予防や改善に取り組んでいきます。

施策の方向性	1. 生活習慣の改善 2. 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上 3. 生活習慣病の発症予防と重症化の予防 4. 健康を支え、守るための社会環境の整備
--------	---

食育推進計画のめざす姿

いっしょに食べよう 心も体もおいしい食事

「食」は、命と健康、豊かな生活を支える源です。そして「食育」は、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、身体の健康の維持増進はもとより、人と人とのつながりにより心の豊かさをはぐくみ、心身の健全な成長に大きな影響を及ぼします。

第2次プランで取り組んだ結果、共食など食を通じたコミュニケーションは改善がみられたものの、バランスよく食べることや生活習慣病予防の食生活の実践などには課題がみられました。

こうしたことから、改めて食育に関する情報発信を強化し、関係団体やしろい食育サポート店等と連携して市民が自然に食育に取り組める環境を整えることで、望ましい食習慣を身に付け、心にも体にも健康的でおいしい食事がとれるように、みんなで取り組んでいきます。

施策の方向性	1. 食と健康づくりの推進 2. 食を通じたコミュニケーション 3. 食育を推進するための食環境の整備
--------	---

歯科口腔保健推進計画のめざす姿

歯でつくる 食べる楽しみ はつらつ生活

歯と口腔は、おいしく食べるために欠くことのできない役割を担うと同時に、会話を楽しみ、豊かな表情をつくるものです。また、生活習慣病との関連が強いことから、身体的、精神的、社会的な健康に大きく関与しています。

第2次プランで取り組んだ結果、多くの取り組みで着実に成果がみられました。しかし、第1次プランで成果のみられた乳幼児期や青年期の良さが鈍化したり、成人期以降のかかりつけ歯科医の定着や、歯科健診受診率の向上を継続してめざす必要があることなど、関係機関等とも連携しながら各種取り組みを強化していく必要があります。

こうしたことから、正しい歯科口腔保健の普及・啓発を行い、自分自身の歯と口腔の状態を把握し、セルフケアを進められる環境を整えることで、生涯食事をおいしく食べ、はつらつとした生活が送れるように、みんなで歯と口の健康づくりに取り組んでいきます。

施策の方向性	1. 歯科口腔保健の意識と生活習慣の改善 2. 歯科疾患の予防 3. 生活の質の向上に向けた口腔機能の維持獲得 4. 定期的に歯科健診または歯科医療を受けることが困難な人に対する歯科口腔保健 5. 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備
--------	---

自殺対策計画のめざす姿

誰も自殺に追い込まれることのない白井市の実現

自殺はその多くが心理的に「追い込まれた末の死」であり、自殺の背景には「複数の原因」があるといわれています。そのため、自殺対策を進めるにあたっては、かかわる人が、そのことを理解し、共通の認識で対応する必要があります。

このことから、ネットワークの構築や情報の共有を図り、自殺予防に関わる正しい知識の普及啓発を行うなど、「生きることの包括的な支援（＝自殺対策）」に、市民と地域、行政などが互いに協力しながら取り組んでいきます。

施策の方向性	1. 地域におけるネットワークの強化 2. 自殺対策を支える人材の育成 3. 市民への啓発と周知 4. 生きることの促進要因への支援 5. 児童生徒のS O Sの出し方に関する教育
--------	--

※「自殺対策計画」は、平成31年3月に、令和8年度までを計画期間として別冊で策定しています。

3. 到達目標

本計画では、計画全体に対するアウトカム指標として、次のとおり到達目標を定めます。

到達目標

健康寿命を延ばす

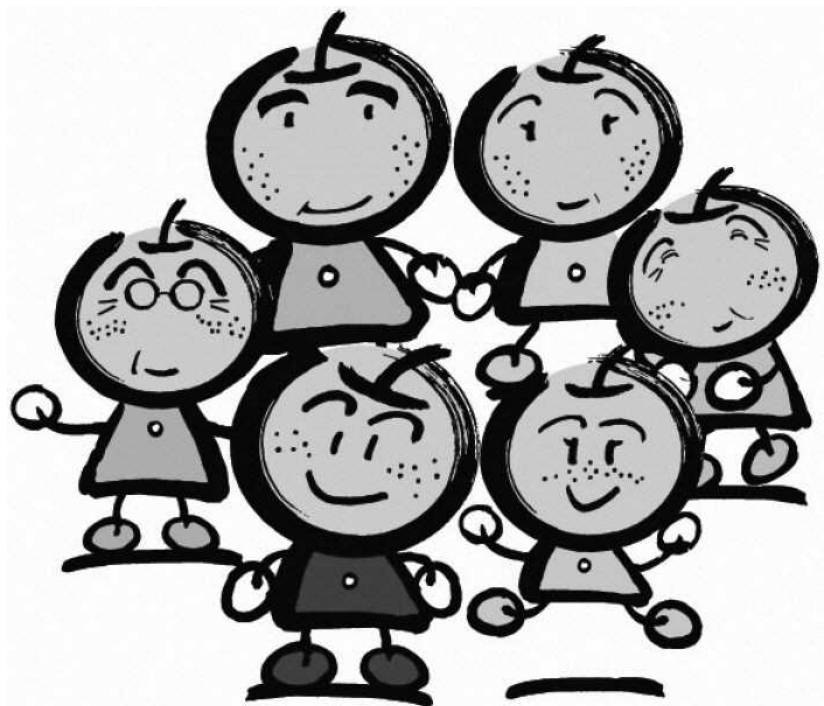
現状値	目標値
平成29年10月1日時点	令和5年10月1日現在
男性 80.7歳	男性 81.3歳
女性 83.8歳	女性 84.4歳

当市の健康寿命は、健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究班による「健康寿命の算定方法の指針」をもとに、要介護2以上の人を日常生活に制限があるとして算出しました。

その結果、市の健康寿命の現状値（平成29年10月1日）は、男性80.7歳、女性83.8歳となりました。

到達目標については、男女共に平成25年から29年の健康寿命の伸びが、1年間でおよそ0.2歳でありつつも今後の予測域を勘案し、男女共に平成29年度の数値に0.6を加え、男性は81.3歳、女性は84.4歳を目標とします。

（注）市の健康寿命の算定については、25ページを参照してください。



4. 計画の体系図



施策の方向性		具体的な取り組み	
1. 生活習慣の改善	▶	(1) 望ましい生活習慣獲得のための情報提供及び行動化を促す取り組みの強化	
		(1) こころの健康の普及啓発と支援の充実	
		(2) 幼児期から健康的な生活習慣を身につけられるような情報提供と支援の充実	
		(3) 高齢者が自立して生活するため、成人期と高齢期の介護予防と健康づくりの充実	
2. 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上	▶	(1) 生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みの充実	
		(1) 地域における支え合いや、地域での活動を通じた健康づくりなど、子どもから高齢者までがいいきぎと暮らせる地域づくりの推進	
3. 生活習慣病の発症予防と重症化の予防	▶	(2) 市民の健康づくりを支援する体制の充実	
		(1) 生涯にわたるライフステージに応じた食育の推進	
4. 健康を支え、守るための社会環境の整備	▶	(2) 食育による生活習慣病の予防及び改善	
		(1) 食を通じたコミュニケーションの推進	
1. 食と健康づくりの推進	▶	(2) 食の循環や環境を意識した食育の推進	
		(1) 食育に関わる人材育成とネットワークづくり	
2. 食を通じたコミュニケーション	▶	(2) まちをあげた食育推進の取り組み	
		(1) 歯科口腔保健の正しい知識の普及	
3. 食育を推進するための食環境の整備	▶	(2) 自ら進んで歯科口腔保健に関心を持ち、むし歯や歯周病予防に取り組む意識の向上	
		(1) 生涯を通じた歯科疾患重症化予防に対する取り組みの強化	
1. 歯科口腔保健の意識と生活習慣の改善	▶	(2) 歯科疾患と全身の健康のかかわりについての普及啓発	
		(1) 生涯を通じてよく噛んで食べることや、口腔機能の向上に向けた歯の喪失防止の取り組みの充実	
2. 歯科疾患の予防	▶	(1) 障がいのある人、介護を必要とする人などへの適切な歯科口腔保健の提供	
		(2) 障がいのある人、介護を必要とする人などに対する歯科医療情報の提供の充実	
3. 生活の質の向上に向けた口腔機能の維持獲得	▶	(1) 定期歯科健診受診率向上に向けた取り組みの充実	
		(2) 歯科口腔保健の推進に関する連携体制の構築	
4. 定期的に歯科健診または歯科医療を受けることが困難な人に対する歯科口腔保健	▶	(1) 地域における自殺対策関係団体・機関との連携の強化	
		(1) 様々な分野でのゲートキーパー（命の門番）の養成	
5. 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備	▶	(2) 自殺対策の連携調整を担う人材の育成	
		(1) 自殺予防週間と自殺対策強化月間における啓発活動の推進	
1. 地域におけるネットワークの強化	▶	(2) 自殺や自殺対策関連事業などに関する正しい知識の普及啓発	
		(1) 自殺のリスクを抱える可能性のある人への支援	
2. 自殺対策を支える人材の育成	▶	(2) 自殺未遂者などへの支援の充実	
		(3) 遺された人への支援の充実	
3. 市民への啓発と周知	▶	(1) SOSの出し方に関する教育の推進	
		(2) インターネットやSNSの利用など、若者の特性に応じた支援の充実	
4. 生きることの促進要因への支援	▶		
5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	▶		