

# 士別市健康長寿推進計画 健康しべつ21（第2期）の概要

## 1 計画の概要

健康増進法に基づき平成27年3月に「健康長寿推進計画 健康しべつ21」を策定し、生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点を置き、健康づくりの各種取り組みを進めています。令和元年度には、自殺対策基本法に定める「市町村自殺対策計画」を内包し、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざし、既存のあらゆる事業を「生きる支援」として認識し施策を行っています。

令和5年度が現計画の最終年度となることから「健康づくりに関する意識や生活習慣に関する市民アンケート調査」の結果で明らかになった課題や目標の達成状況等を評価し、さらなる健康の増進を推進することができるよう、関連する法律および関連計画の状況も踏まえて、第2期計画を策定します。

## 2 計画期間

令和6（2024）年度～令和17（2035）年度の12年間 ※令和11（2029）年度に中間評価実施

## 3 目標の設定

現計画の構成を基本とし、国の基本的な方針ならびに健康日本21（第3次）を参考に、健康寿命の延伸に向け、個人の行動と健康状態の改善に直接寄与する項目について対策を推進するとともに、市の主な死亡原因であるがん、循環器病、臓器障害などの合併症を引き起こす糖尿病に加え、社会的損失となる自殺について数値目標を設定します。

目標の設定の詳細は、計画（案）のP69で確認してください。

## 4 計画推進の主な取り組み

計画を推進するための主な取り組みは次のとおりとします。

### ◇ 生活習慣病の発症予防・重症化予防の取り組み

#### ◆がん

検診受診率向上のため、受診しやすい体制づくりを進めていきます。

#### ◆循環器病

健康診査受診率・保健指導実施率を向上し、脳血管疾患や心疾患の発症予防を目指します。

#### ◆糖尿病

血糖コントロールを良好に維持し、合併症の発症・進展の抑制を目指します。

### ◇ 生活習慣の改善・生活機能の維持向上

#### ◆栄養・食生活

#### ◆身体活動・運動

#### ◆休養・睡眠

#### ◆飲酒

#### ◆喫煙

#### ◆歯・口腔の健康

◇ 自殺対策

◆ 基本施策

- ・ 地域におけるネットワークの強化
- ・ 自殺対策を支える人材の育成
- ・ 市民への啓発周知
- ・ 生きることの促進要因への支援
- ・ 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

◆ 重点施策

- ・ 高齢者への支援
- ・ 生活困窮者・無職者への支援
- ・ こども・若者への支援

## 5 第1期計画の課題と第2期計画の主な改正点

第1期計画の評価を行い、令和4年度に実施した市民アンケート調査の結果を踏まえ、課題と対策を整理しました。

**課題1 がん検診受診率が低い。特に、胃・肺・大腸がん検診では働きざかり世代の受診者、子宮頸がん検診では若年世代の受診者が少ない。**

- がん検診受診率向上を目指し、がん検診 Web 予約対象範囲の拡大します。Web 予約の活用について周知するため、分かりやすい検診ガイドの作成を行います。

R5 乳・子宮がん → R6 胃・肺・大腸・乳・子宮がん、特定健診、骨粗しょう症検診等

**課題2 メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合の増加。その背景として、若年世代からの男性の肥満が多い。**

- 健康診査受診率の向上、保健指導実施率の向上に努め、内臓脂肪を減らすことで血管内皮障害から動脈硬化への進展を防ぎ、心血管・脳血管疾患への移行を防ぎます。

→ 目標値 30.3%

**課題3 ゲートキーパーの認知度が低い。**

- 一人一人が周りの人の変化に気づいた時には、身近なゲートキーパーとして行動できるよう、研修受講者を増やします。 → 目標値新設 年間 50 人