



さかい健康プラン

～健康寿命の延伸をめざして～

2024(令和6)年度～2035(令和17)年度



概要版



堺市

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

本プランは、「堺市健康増進計画（健康さかい21）」「堺市食育推進計画」「堺市歯科口腔保健推進計画」の3つの計画について、市民の健康寿命を延伸するための施策を総合的かつ計画的に推進する計画として、一体的に策定した。

2 計画の位置づけ

「堺市基本計画2025」「堺市SDGs未来都市計画」に加え、「堺市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」等の関連計画との調和を図る。

3 計画の期間

2024（令和6）年度～2035（令和17）年度の12年。

計画開始後6年（2029（令和11）年）を目処に中間評価と見直しを行い、計画開始後11年（2034（令和16）年）を目処に最終評価を行う。

4 ビジョンと基本的な方向

ビジョン：すべての市民がいくつになっても、心身ともに健康で、充実した生活を送ることができる社会の実現。

基本的な方向：「個人の行動と健康状態の改善」「社会環境の整備と質の向上」を図り、「ライフステージやライフコースアプローチを踏まえた健康支援の展開」により、健康寿命の延伸をめざす。

※ライフコースアプローチ：胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（健康日本21（第三次）より）

第2章 堺市の現状と課題

市民の健康を取り巻く状況と各計画の評価の結果、健康寿命の延伸への寄与が大きく、改善の余地がある等の観点から「健康寿命の延伸に向けた主要な健康課題」を選定。

- ① がんのリスク要因の改善
- ② 循環器疾患のリスク要因（高血圧・糖尿病等）の改善
- ③ フレイル対策
- ④ 生活習慣病による早世の減少
- ⑤ 適正体重・体格を維持する者の増加
- ⑥ 喫煙・受動喫煙の減少
- ⑦ 進行した歯周炎の改善
- ⑧ 現役世代のメンタルヘルス対策（睡眠・休養・アルコール）
- ⑨ 朝食喫食者の増加（食育の推進）

第3章 計画の推進（具体的な取組内容）

ライフステージやライフコースアプローチを踏まえた健康支援の展開。

「次世代」「現役世代」「セカンドライフ」の3つのステージとし、ライフコースアプローチを踏まえた健康支援に取り組む。

1 個人の行動と健康状態の改善

○生活習慣の改善（一次予防）

栄養・食生活、食育、身体活動・運動、こころの健康、たばこ、アルコール、歯と口の健康、健康チェック

○生活習慣病の発症予防・重症化の予防（二次予防）

がん・循環器疾患対策

○生活機能の維持・向上（二次予防）

フレイル予防

2 社会環境の整備と質の向上

社会とのつながりの維持・向上（つながる機会の確保、もしもの備え）、自然に健康になれる環境整備、受動喫煙対策、個人の生涯にわたる健康情報の活用、事業者等の多様な主体と協働した取組、事業所による従業員への主体的な健康増進活動の推進ごとに、社会環境の整備と質の向上を図る。

第4章 推進体制

堺市健康施策推進協議会、堺市健康づくり推進庁内委員会と連携を図り、エビデンスに基づく横断的な視点から施策を推進。

本プランで掲げるKGIやKPIの達成に向けて、施策・事業、関係団体等の取組をより効率的・効果的に推進するため、戦略的な計画立案（Plan）、事業の実施（Do）、成果の評価（Check）、改善策の検討実行（Action）からなるPDCAマネジメントサイクルを機能させ、本プランの進捗管理を実施。

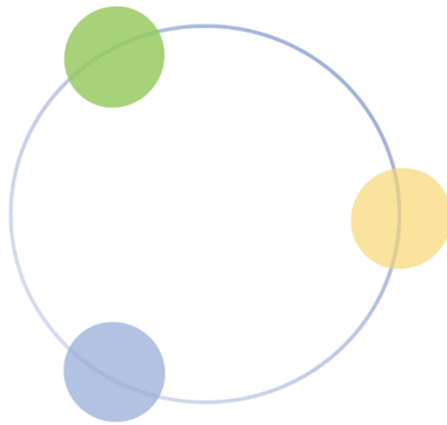
第5章 計画の評価

長期的なゴールとしてKGI（重要目標達成指標）を設定。

KGI達成に向けた主要な健康課題に対する取組の成果指標であるKPI（重要業績評価指標）を設定し、関連指標も加え評価。

KGI（重要目標達成指標）

指標	計画策定時	目標値
健康寿命（男性）	72.82年（R1）	74.00年（R12）
健康寿命（女性）	74.46年（R1）	77.00年（R12）



さかい健康プラン
～健康寿命の延伸をめざして～
(概要版)

本編



堺市 健康福祉局 健康部 健康推進課
〒590-0078 堺市堺区南瓦町3番1号
電話:072-222-9936 FAX:072-228-7943
2024(令和6)年3月