堺市健康増進計画「健康さかい２１（第２次）」2019-2023 計画（案）　概要

第１章　基本的な考え方

見直しの経緯

・堺市健康増進計画「健康さかい 21」(H14～H25)策定
・堺市健康増進計画「健康さかい 21（第 2 次）」(H26～H30) 策定
・堺市健康づくりに関するアンケート調査（H29）
・次期計画（計画期間：5 年間　2019 年～2023 年 ）
国の方針と調査結果等を踏まえて改訂

・健康日本 21（H12～H24）
・健康日本 21（第 2 次）（H25 ～H34）
・健康日本 21(第 2 次)中間評価における方針 (H29～)
生活習慣病の予防等により健康寿命の延伸を実現することが重要

【計画の位置づけ】

・健康増進法に基づく市町村健康増進計画

【基本理念　(H14 から継続)】

・市民主体の健康づくり
・ヘルスプロモーション[1] に沿った活動

ヘルスプロモーションに沿った活動
・個人の健康づくり
（意識・知識の向上）
・市民組織活動の強化
・健康を支える地域社会づくり

これまでの取り組み実績

○**各指標の達成状況**：83 指標のうち、56 指標で、改善傾向を認めた。
○**市民による地域づくり**：健康づくり自主活動グループ等の活動を支援した。
○**企業における健康づくり**：企業で従業員の健康管理の取り組みが増加した。
○**市内の事業所・団体との連携**:「健康づくりパートナー」登録事業所等と啓発した。
○**庁内関係課との連携**：庁内関係課と連携し、市民へ健康情報を提供した。
○**健康づくりを支える体制整備**：検診を受診しやすいよう環境を整備した。

健康を取り巻く状況から見えてくる課題

・死亡原因の上位を占める疾患の予防や早期発見
生活習慣病を予防する一次予防の推進と健康状態の把握が必要。
主な死亡原因（H28)は、(第 1 位)悪性新生物、(第 2 位)心疾患、(第 3 位)肺炎
運動習慣者の男性の割合が、37.5%（H24）→28.5%（H29）
男性の喫煙率は 27.5(H24)→22.7%(H29)
30 歳代から 50 歳代の男性の喫煙率は約 3 割

・一人ひとりの主体的な健康づくり
自分の健康状態を把握し健康課題に応じた健康づくりに取り組むことが必要。
朝食を毎日食べる子ども(小学 5 年)の割合が、87.3%（H24）→85.2%(H28)
朝食を毎日食べる子ども(中学 2 年)の割合が、79.8%（H24）→79.6%(H28)
特定健康診査受診率(堺市国民健康保険加入者)26.4%（H25）→27.1%（H28)

・健康を支える地域社会づくり
地域のつながりづくりを深め、事業所などの自発的取り組みの推進が必要。
仕事をしているもしくは地域活動に参加したことがある高齢者
(60 歳以上の男性)の割合は、53.2%（全国 62.4%）

目標：健康寿命の延伸

【健康寿命：日常生活に制限のない期間の平均　男性：71.46 年（H28）→73.19 年、女性：73.60 年（H28）→76.19 年】

将来像　元気でともに生きる「健康都市・堺」をめざして(H26 から継続)

第２章　分野別の取り組み

取り組み方針

重点的取り組み
○主要な生活習慣病の発症予防と重症化の予防
一次予防の取り組みと健康状態を把握することの重要性を伝える。
生活習慣病を発症する危険性の高い者の生活習慣が改善するよう取り組む。

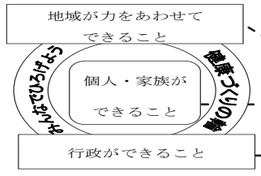
継続的に進めていく取り組み
○一人ひとりの主体的な健康づくり
主体的に生活習慣を改善し、健康増進に取り組めるよう施策を行う。
○健康を支える地域社会づくり
健康を守るための環境整備に取り組む。

法律に合わせて強化する取り組み
○健康増進法：受動喫煙対策の徹底
○アルコール健康障害対策基本法：アルコール健康障害の知識の普及・支援体制づくり

		重点的取り組み目標	主な指標	目標値
健康チェック		自ら健康管理を行い、定期的に健(検)診を受ける	がん検診受診率の増加 （肺）	55%
			がん検診受診率の増加 （胃・大腸・子宮・乳）	50%
			特定健康診査受診率（堺市国民健康保険加入者）	60%
分野別の取り組み	栄養・食生活	減塩を考慮したバランスのよい食事	朝食を毎日食べる子どもの割合	100%
			成人1日あたりの平均食塩摂取量	8g未満
	身体活動・運動	今より10分多く体を動かす	運動習慣者の割合(男性)	47.5%
			運動習慣者の割合(女性)	45%
	こころの健康	質量ともによい睡眠で、からだもこころも健康に	夜11時までに就寝している子どもの割合	増加
			ストレスが多いと感じる者の割合	25%
	たばこ	まずは禁煙を実行、そして受動喫煙をなくす	喫煙率（男性）	18%
			受動喫煙の機会を有する者の割合（飲食店）	15%
	アルコール	生活習慣病のリスクを高めるような飲酒をしない	妊婦の飲酒率	0%
			多量飲酒している者の割合(男性)	4.1%
	歯と口の健康	口腔ケアに取り組み、歯科疾患を予防し、口腔機能を維持・向上する	40歳で喪失歯のない者の割合	75%
			誤嚥性肺炎予防を意識して口腔ケアを行っている者の割合	35%

第３章　健康を支える地域社会づくり

行政、地域社会、家庭、市民一人ひとりが、それぞれの役割を担い、互いに連携し、社会全体で総合的な健康づくりに取り組む。



＜みんなで進める健康づくり＞
→ 健康づくり自主活動グループや食生活改善推進員等、仲間づくり。
→ 定期的に健(検)診を受けるなど、自らの健康づくりに取り組む。
→ 健康につながる施策を実施する。

第４章　推進体制

毎年度事業実績を把握し評価点検を実施。
総合的な進捗状況の把握、健康課題の解決のための方策など外部から意見を聴取。

[1] ヘルスプロモーション：健康に関する個人の生活習慣の改善等の努力にとどまらず、幅広く社会や環境を整えることで、人々が健康でいられるようにすること。