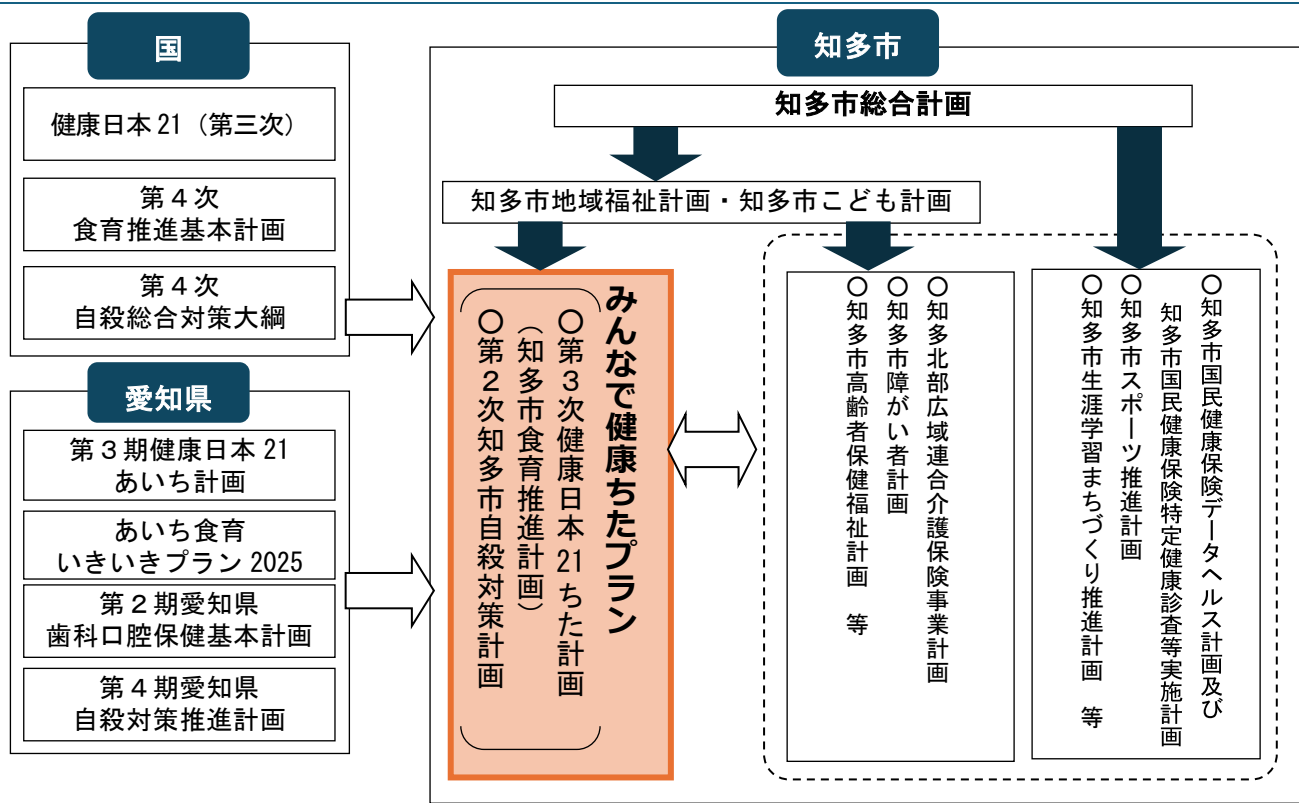


みんなで健康ちたプラン【概要版】

1 計画の背景

知多市では、平成 25 年 3 月に「知多市食育推進計画」を包含した「第 2 次健康日本 21 ちた計画～みんなで健康ちたプラン～」を策定し、市民の健康づくりに向けた取組を推進してきました。また、平成 31 年 3 月に「第 1 次知多市自殺対策計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて取り組んできました。令和 6 年度をもって、これらの計画期間が終了するため、新たに「第 3 次健康日本 21 ちた計画」及び「第 2 次知多市自殺対策計画」を策定します。なお、自殺対策は心身の健康づくりとも密接に関係するものであり、重複する内容も含まれることから、「第 3 次健康日本 21 ちた計画」と「第 2 次知多市自殺対策計画」を一体的に策定するものです。

2 計画の位置付け



3 計画の期間

計画期間は令和 7 年度～令和 18 年度の 12 年間とし、中間年度にあたる令和 12 年度に計画の中間評価と内容の見直しを行います。

4 第 2 次健康日本 21 ちた計画と第 1 次知多市自殺対策計画の評価

■第 2 次健康日本 21 ちた計画の評価

「高齢者の要介護者増加率」は、目標を達成しましたが、「介護サービス受給率」については達成しませんでした。全ての市民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向けて、一人ひとりが自分に合った健康づくりや介護予防に取り組む必要があります。

項目	指標	基準値 (H23)	最終評価		目標値
			R1	目標 達成度	
健康寿命 の延伸	高齢者の要介護者増加率	5.3%/年	3.6%/年	A	5%/年 以下
	介護サービス受給率	11.0%	13.3%	D	現状 維持

■第 1 次知多市自殺対策計画の評価

令和 3 年度の自殺者数は 17 人となり、平成 29 年度から増加し、自殺死亡率も増加しました。誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けて、自殺対策を生きることの包括的な支援として取り組む必要があります。

項目	指標	基準値 (H29)	最終評価		目標値
			R3	目標 達成度	
自殺者数の減少	自殺者数	13 人/年	17 人/年	D	10 人/年 以下
	自殺死亡率 (人口 10 万人対)	15.5	20.3	D	12.2 以下

5 基本理念と基本目標

【基本理念】共に支え合い、からだ、こころ、いのちを大切にするまち

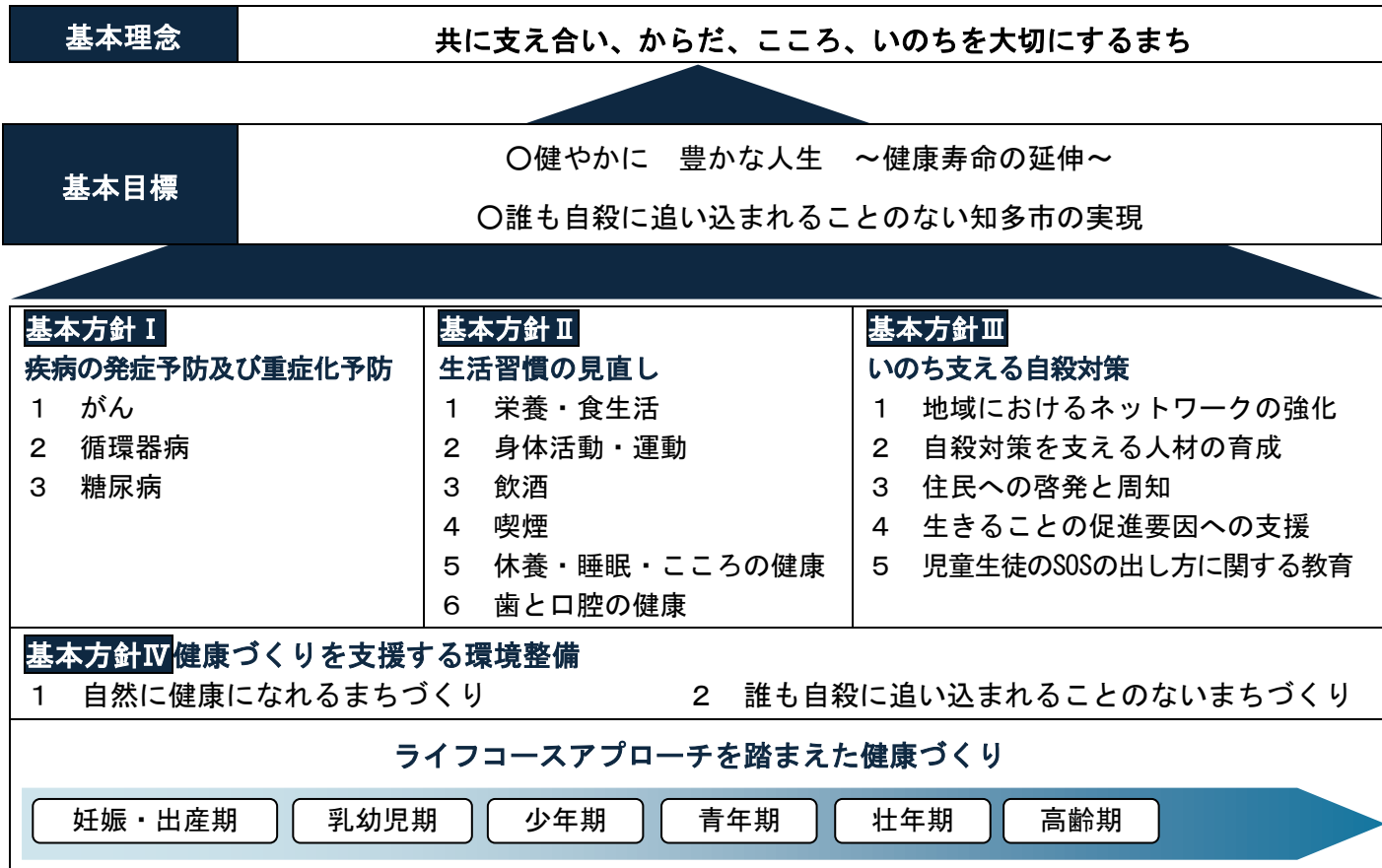
〈基本目標 1 健やかに 豊かな人生 ～健康寿命の延伸～〉

項目	指標	基準値 (R5)	目標値 (R17)	資料
健康寿命の延伸	平均寿命 (年)	男性 : 82.1 女性 : 87.6	平均寿命の延伸分を上回る健康寿命の延伸	国保データベース (KDB)
	平均自立期間 (年)	男性 : 80.8 女性 : 84.6		

〈基本目標 2 誰も自殺に追い込まれることのない知多市の実現〉

項目	指標	基準値 (R5)	目標値 (R17)	資料
自殺者数の減少	自殺死亡率 (人口 10 万対)	16.7 (平成 30～令和 4 年の平均値)	13.0 以下 (令和 13～令和 17 年の平均値)	地域における自殺の基礎資料

6 施策の体系



7 施策の展開

〈基本方針Ⅰ 疾病の発症予防及び重症化予防〉	
1 がん	
取組	■がんの発症予防に効果的な生活習慣について啓発します。 ■がん検診の必要性について啓発するとともに、受診しやすい環境を整備します。
目標	○がん検診の受診率向上 ○がん検診の精密検査受診率向上
2 循環器病	
取組	■循環器病の予防に効果的な生活習慣について啓発します。 ■特定健康診査の受診の必要性を啓発するとともに、受診しやすい環境を整備します。 ■効果的な保健指導の実施と適切な受診勧奨を推進します。
目標	○循環器疾患有病者の減少 ○循環器病のリスクを抱える人の減少 ○循環器病のリスクの早期発見
3 糖尿病	
取組	■糖尿病の発症・重症化の予防に効果的な生活習慣について啓発します。 ■特定健康診査の受診の必要性を啓発するとともに、受診しやすい環境を整備します。 ■効果的な保健指導の実施と適切な受診勧奨を推進します。
目標	○糖尿病有病者の減少 ○血糖コントロール指標における不良者の減少 ○糖尿病のリスクの早期発見
〈基本方針Ⅱ 生活習慣の見直し〉	
1 栄養・食生活	
取組	■保育所等、幼稚園、小中学校で食育を推進します。 ■ボランティア団体などと市が協働して、健康づくり教室を開催します。 ■農業体験や料理教室を通じた食育を推進します。 など
目標	○適正体重を維持している人の増加 ○望ましい食生活を送っている人の増加 ○地産地消の推進
2 身体活動・運動	
取組	■安全に日常生活での身体活動を増やす工夫について情報提供します。 ■様々な世代の人が体を動かすきっかけづくりに取り組みます。
目標	○運動習慣者の増加 ○日常生活における歩数の増加
3 飲酒	
取組	■20歳未満の人や妊娠中における、飲酒の健康への影響について啓発します。 ■20歳未満の人にお酒を飲ませない環境づくり（売らない、勧めない）を行います。 ■生活習慣病のリスクを高める飲酒量を情報提供します。
目標	○妊娠中の飲酒をなくす ○生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の減少
4 喫煙	
取組	■20歳未満の人や妊娠中における、喫煙の健康への影響について啓発します。 ■がん、循環器病、糖尿病、COPD、歯周病など、喫煙が健康に与える影響について情報提供します。 ■公共施設、職場、飲食店における受動喫煙防止対策を推進します。 など
目標	○妊娠中の喫煙をなくす ○喫煙者の減少
5 休養・睡眠・こころの健康	
取組	■休養、睡眠、こころの健康に関する知識を啓発します。 ■働く人のこころの健康づくりを、企業や商工会などと連携して行います。 ■妊娠期から子育て期にわたり、切れ目のない支援ができるよう相談支援の充実を図ります。 など
目標	○睡眠で休養が取れている人の増加 ○うつ傾向にある人の減少 ○ゆったりとした気分で子どもと接することのできる人の増加

6 歯と口腔の健康	
取組	■乳児期や学童期に対し、歯みがき指導や生活習慣の指導を行います。 ■幼児期からのフッ化物の応用やフッ化物の知識の普及を行います。 ■歯科口腔保健や定期健診受診の必要性について啓発します。
目標	○歯周病を有する人の減少 ○むし歯のない子どもの増加 ○咀嚼良好者の増加
〈基本方針Ⅲ いのち支える自殺対策〉	
1 地域におけるネットワークの強化	
取組	■庁内外の関係機関、関係団体との連携を強化します。
目標	○関係機関とのネットワークの強化
2 自殺対策を支える人材の育成	
取組	■ゲートキーパーをはじめとする、地域で悩みを抱える人を支える人材を育成します。 ■悩みを抱える人を支える家族、友人、ゲートキーパーなどの支援者を支援します。
目標	○ゲートキーパーの増加
3 住民への啓発と周知	
取組	■教室や講座などを開催し、自殺に関する知識の普及を図るとともに、相談窓口や地域の居場所に関する情報を発信します。
目標	○こころの体温計の認知度の向上
4 生きることの促進要因への支援	
取組	■相談支援体制の充実を図ります。 ■様々な困難を抱えている人を支援します。 ■居場所づくりを促進し、孤独を感じる人を支援します。
目標	○相談先がある人の増加 ○自己肯定感が高い子どもの増加
5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	
取組	■小中学校や家庭と連携して、命の大切さ・尊さを実感できる教育やSOSの出し方に関する教育を通して、子どもが自ら相談することができる環境を整備します。
目標	○児童生徒の自殺対策に資する教育の実施
〈基本方針Ⅳ 健康づくりを支援する環境整備〉	
1 自然に健康になれるまちづくり	
取組	■市民が健康づくりに取り組みやすい環境を整備します。 ■地域で健康づくりに取り組む団体・個人の活動を支援します。 ■保育所等、幼稚園、小中学校において、子どもたちの体力づくりや食育、心身の成長に合わせた健康づくりを推進します。 ■職場における健康づくりを推進します。 など
目標	○社会参加をしている人の増加 ○健康づくりを支える環境の拡大
2 誰も自殺に追い込まれることのないまちづくり	
取組	■地域の居場所づくりを推進し、孤立を防ぎます。 ■働く人のこころの健康づくりを、企業や商工会などと連携して行います。 ■子どもが楽しく過ごせる小中学校の環境の充実を図ります。 など
目標	○職場環境の充実 ○小中学校の環境の充実 ○多様な居場所の充実

8 計画の進行管理

本計画は、PDCA サイクルによる考え方を基本とし、その評価を反映することで進捗管理を行います。

また、本計画をより実効性のあるものとするために、毎年度、知多市健康づくり推進会議で指標の達成状況や施策の進捗状況を検証し、知多市保健福祉審議会等に報告します。