

小田原市健康増進計画



小田原市



はじめに

「健康」は人々の人生を豊かにし、活力ある社会を築きます。生涯を通じて心と身体の健康を保ち、生きがいを持ちながら生活を送ることは市民の誰もが願うことではないでしょうか。

しかし、近年は生活環境やライフスタイルの多様化に伴って、がんや高血圧、糖尿病、肥満などの生活習慣病が増加しており、その改善が求められております。

また、小田原市民の健康課題としては、県内 19 市で脳血管疾患の死亡率が最も高いことなどがあげられます。

小田原市では、総合計画「おだわらTRYプラン」の推進に向け、「新しい小田原」への第2ステージとして、これまでの取り組みを補強し、強化しております。特に、「市民が主役の小田原」にとって、地域に存在する様々な課題を解決していくためには、それぞれの分野や地域に精通した市民の皆さんと行政がともに力をあわせて取り組む、「協働」が不可欠です。これまでも小田原では、「ケアタウン構想」のもとに地域で支えあう仕組みづくり等を進めてまいりました。

今回策定いたしました健康増進計画を推進するためにも「ケアタウン構想」は、重要な位置を占めております。

健康づくりをすすめていくためには、市民一人ひとりが自らの生活習慣に目を向け、主体的に取り組むとともに、地域との連携や支え合いにより支援する仕組みが必要です。

本計画では、「支え合い、喜びとともに希望や生きがいを持ちながら健やかに暮らせる小田原をめざして」を基本理念に掲げ、個人・家庭、学校、地域、職域、医療及び行政が一体となった取組の方向性を示しました。

本市といたしましても本計画に沿って健康増進施策の充実に努めてまいりますが、市民の皆様には、ますます高まる健康づくりの重要性にご理解をいただきますとともに、本計画を市民の力、地域の力によって積極的に取り組んでいただきますようお願い申し上げます。

最後に、本計画を策定するにあたり、小田原市健康増進計画策定委員の皆様をはじめ、多くの貴重な意見やご提案をお寄せいただいた皆様から感謝申し上げます。

目 次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3
第2章 市民の健康を取り巻く現状と課題	4
1 市民の健康状態	4
(1) 人口の推移	4
(2) 高齢者の状況	6
(3) 健康寿命・平均余命	7
(4) 死亡状況	8
(5) 疾病状況	10
(6) 特定健康診査の状況	10
2 市民の健康意識と健康行動	12
(1) 健康状態	12
(2) 健康のために心がけていること	13
(3) 気になる病気	14
(4) 健康診査状況	15
(5) 健康診査を受けない理由	16
(6) 今後の健康状態	17
3 市民の健康課題	18
第3章 計画の理念・基本方針	19
1 基本理念	19
2 基本目標	21
3 基本方針	21
(1) 生活習慣病の予防を中心とした健康づくり	21
(2) 生涯を通じた健康づくり	21
(3) 市民と協働した健康づくり	22
4 12分野における目標	24
5 目標項目	25
6 計画の体系図	28

第4章 行動計画	29
1 重点的に取り組む事業	29
(1) 脳血管疾患予防プロジェクト	29
(2) 歯科保健の推進強化	35
2 行動計画	43
(1) 栄養・食生活	43
(2) 身体活動・運動	50
(3) 休養	54
(4) 喫煙	57
(5) 飲酒	62
(6) 歯・口腔の健康	65
(7) がん	70
(8) 循環器疾患	74
(9) こころの健康	79
(10) 親と子の健康	85
(11) 高齢者の健康	88
(12) 地域	92
第5章 計画の推進	94
1 周知	94
(1) 広報紙・ホームページなど情報メディアの活用	94
(2) 健康に関する情報発信	94
2 推進体制	94
(1) 関係団体との連携・協働	94
(2) 行政の推進体制の強化	94
3 進行管理	94
資料編	95
1 小田原市健康増進計画策定委員会設置要綱	95
2 小田原市健康増進計画策定委員会委員名簿	96
3 市民アンケートについて	97
4 計画策定までの経過	98
5 小田原市健康増進計画（素案）についてのパブリックコメント実施結果	99
6 年齢別の平均余命表	100
7 用語の説明	101