



## 第3次

# 健康くまとり21

(計画年度：2019～2024年度)

健康増進計画

食育推進計画

自殺対策計画

平成31(2019)年3月

熊取町



## はじめに

熊取町は、豊かな自然と良好な住宅地が調和した大都市近郊の住宅都市です。町のめざすべき将来像として、『住みたい 住んでよかった ともにつくる“やすらぎ”と“ほほえみ”のまち』を掲げ、まちづくりを進めています。



日本は今や世界有数の長寿国であり、国民の平均寿命は男女ともに 80 歳を超えています。本町におきましても、4万4千人の人口のうち、65 歳以上の高齢者が1万2千人を超え、高齢化が進んでいますが、元気な高齢者が比較的多く、活発に活動されている様子も見られ、まちの活性化が図られています。

この計画では、住民の健康寿命を延ばすため、住民一人ひとりが自分の健康のためにできることを実践しつつ、みんながいきいきと豊かに暮らせるよう地域全体で支えながら、健康まちづくりを進めるための取り組みについて定めるとともに、子どもころからの望ましい食生活の習慣づけや生活習慣病の予防、地域の食文化の継承など食育推進の取り組みや住民の尊い命を守り支える取り組みについても定めています。

計画の推進にあたりましては、健康まちづくりの主役である住民一人ひとりへの働きかけが重要であり、行政はもとより健康づくり住民活動グループとの協働を通じて、また、自治会や長生会、地区福祉委員会など地域コミュニティ組織、さらには町内大学をはじめ各種団体、関係機関などとも広く連携して、まち全体で健康機運を高めてまいりたいと考えています。今後とも、みなさまのより一層のご理解とご協力をお願い申し上げる次第です。

最後に、この計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提案をいただきました保健対策推進協議会委員ならびに関係各位に対しまして心より厚くお礼申し上げます。

平成31年3月

熊取町長 藤原 敏司

# 目 次

## 第1章 計画の概要

1. 計画策定の背景と経緯	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画期間	4
4. 計画の策定方法	4
5. 基本目標	5
6. 計画推進におけるそれぞれの役割	6

## 第2章 健康づくりにむけた現状と課題

1. 統計数値からみる熊取町の状況	7
1-1. 人口動態	7
1-2. 世帯の状況	11
1-3. 平均寿命と健康寿命	12
1-4. 死因別死亡数	14
1-5. 自殺の状況	16
2. 各種健診・検診の実施状況	18
2-1. 特定健診・特定保健指導の実施状況	18
2-2. がん検診の受診状況	19
2-3. 乳幼児健診の受診状況	20
3. アンケート調査結果等からみる住民の健康状態や意識	21
3-1. 食生活・食育	22
3-2. 運動習慣	32
3-3. たばこ・アルコール	33
3-4. 睡眠	37
3-5. 歯科	40
3-6. 健康管理	44
3-7. 日常生活	49
3-8. 「いきいきくまとり高齢者計画 2018」より	55
3-9. アンケート結果から見た変化と特徴	58
4. 第2次計画期間（5年間）の取り組みの評価	61
4-1. すくすくステーションの取り組み	61
4-2. 食育の取り組み	62
4-3. 重症化予防事業の取り組み	64
4-4. 「くまとりタピオ元気体操」の取り組み	66
4-5. 「熊取ぴんぴん元気！ポイントアップ事業」の取り組み	68
4-6. 自殺対策の取り組み	70
4-7. 「健康くまとり21」における評価指標と取り組み	73

5. 今後の健康課題	76
5-1. 妊娠期からの望ましい生活習慣の確立	76
5-2. 食育の推進	76
5-3. 検（健）診受診率の向上（生活習慣病の早期発見と重症化 予防）	76
5-4. 住民一人ひとりの健康を支え、守るための社会環境の整備	77
5-5. いのちを支える社会の実現	77
第3章 計画がめざす健康づくり・食育推進・自殺対策	
1. 基本理念	79
2. 施策体系図	80
3. 基本目標	81
3-1. 妊娠期からの望ましい生活習慣の確立	81
3-2. 食育の推進	81
3-3. 生活習慣病の発症予防と重症化予防	82
3-4. だれも自殺に追い込まれることのない、いのちを支える 社会の実現	82
3-5. 環境整備・ヘルスプロモーション	82
第4章 目標達成にむけた取り組みと評価指標	
1. 栄養・食生活（食育推進計画）	83
2. 身体活動・運動	91
3. 休養・睡眠・（こころの健康）	96
4. たばこ	98
5. アルコール	101
6. 歯・口腔の健康	103
7. 健康チェック	106
8. 地域とのつながり（絆）	111
9. いのちを支える取り組み（自殺対策計画）	116
10. 薬物・ギャンブル依存症予防	120
第5章 計画の推進にむけて	
1. 推進体制	123
2. 推進状況の点検・評価／計画の進捗管理	125
<資料編>	
■資料1：計画策定までの経過	127
■資料2：保健対策推進協議会規則	128
■資料3：保健対策推進協議会委員名簿	129
■資料4：熊取町食育推進担当者連絡会議名簿	130
用語集	131

