

「ひと」のチカラを育むまち ～輝く人づくり～

3 健康づくり

1 10年後に目指したい将来像

市民一人ひとりが、生涯にわたって主体的に自分にあわせた健康づくりに取り組み、身近な人や地域とのゆるやかなつながりの中、健やかで心豊かに生活することができる包容力のあるまちが実現しています。

2 10年後に避けたい三田の状況

3 10年後に目指したい三田の状況

取り組み

<p>A 生活習慣病が重症化する人が増えるなど、多くの人が健康管理に取り組めていません。</p>	➔	<p>定期的に各種健(検)診をうけ、望ましい生活習慣が普及し、多くの人が主体的に健康管理に取り組んでいます。</p>	①③
<p>B 高齢化が進む中、支援や介護を必要とする人が増えています。</p>	➔	<p>高齢になっても健康を維持し、社会を支える担い手として活躍しています。</p>	①②
<p>C 健康づくりに無関心な人が増え、地域のつながりの希薄化がすすみ、健康づくりに取り組む機会も少ない状態です。</p>	➔	<p>市民が自身の健康に関心を持ち、家庭や地域の中で仲間とともに気軽に楽しく健康づくりに取り組んでいます。</p>	③
<p>D 過労、生活困窮、介護疲れなど様々な社会的要因により、心身に支障をきたし、自殺に追い込まれる人がいます。</p>	➔	<p>人の変化に気づく人が増え、相談支援体制が充実し、心身の健康が保たれ、誰も自殺に追い込まれることのない社会が実現できています。</p>	④
<p>E 高齢者や若年女性のやせや低栄養と壮年期の肥満など、栄養状態の二極化が広がっています。</p>	➔	<p>地域の特性にあった食育が進められ、ライフステージや自身に合わせた健康的な食習慣を身につけています。</p>	⑤
<p>F 感染症等の発生・拡大時において、健康危機管理対策が不十分であり、健康被害が拡大しています。</p>	➔	<p>感染症等の発生・拡大時において、迅速に健康被害の発生予防、拡大防止ができる体制が整えられています。</p>	⑥

5 成果指標

新規・継続	取り組み	指標名	単位	指標の目指す方向性	累計・単年度	基準値(基準年)	目標値(R8)	指標の算出方法・算出根拠
継続	①	特定健診受診率	%	↑	単年度	35.4 (R元)	60	基準値は、兵庫県国民健康保険団体連合会の法定報告値で、令和2年度基準値は、令和3年11月上旬に確定値が報告されるため令和元年度とした。
新	②	後期高齢者基本健診受診率	%	↑	単年度	16.76 (R2)	27.6 (R5)	基準値は、兵庫県後高齢者医療広域連合報告値。目標値は広域連合データヘルス計画の目標値 ※次回R6年度改定を予定、改定に合わせ目標値調整
新	②	健康寿命の延伸	歳	↑	累計	男81.19 女85.23 (H27)	男82.0 女87.7	基準値は、5年ごとに県が公表する健康寿命「日常生活動作が自立している期間の平均」。R2はR4.10月末、R7はR9.10月末に公表。目標値はH27平均寿命
新	③	健康づくりに取り組んでいる人の割合	%	↑	単年度	64.0 (R2)	71.0	市民意識調査より。基準年に健康づくりに「大いに取り組んでいる」「少しは取り組んでいる」40歳代の人の割合(全年齢区分で最も低い)
新	③	健康づくりに取り組んでいる人の割合	%	→	単年度	80.3 (R2)	80.3	市民意識調査より。基準年に健康づくりに「大いに取り組んでいる」「少しは取り組んでいる」70歳代の人の割合(前期から後期高齢へ移行する年齢区分)
新	⑤	後期高齢者のやせの割合	%	→	単年度	7.6 (R2)	7.6	兵庫県後高齢者医療広域連合報告値

◆主要な条例・規則◆

◆関連計画◆

第2次健康さんだ21計画(三田市自殺対策計画)、三田市食育推進計画、三田市国民健康保険保健事業実施計画・特定健診実施計画、三田市新型インフルエンザ対策行動計画

4 取り組み

市民

- ◆自らの健康に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組むとともに、家族や身近な人にも健康づくりの輪を広げます。
- ◆適度な運動やバランスのよい食事、質の良い睡眠、適切な口腔ケアなどの健康的な生活習慣を身につけます。
- ◆健康診査・各種がん検診・歯科口腔健診などを定期的に受診します。

事業者・団体等

- ◆こころと体の健康づくりに取り組み、活力向上と生産性向上の両立を目指します。
- ◆全ての労働者に「ストレスチェック」を実施し、うつなどのメンタルヘルスの不調を未然に防ぎます。
- ◆健康に関する正しい情報を発信、提供し、自分たちと地域住民の健康づくりを支援します。

行政

① 各種健診・検診の実施と重症化予防事業等の充実

各種健(検)診の必要性、早期発見・早期治療の重要性の啓発と、受診しやすい健(検)診の体制づくりに努めるとともに、CKD(慢性腎臓病)や糖尿病、高血圧などの生活習慣病の早期発見から重症化予防まで、段階に応じた保健指導を実施します。

② 生涯を通じた健康づくり・介護予防の推進

市民が生涯健康で自立した生活を送ることができるよう、ICT等を有効活用したヘルスケアの取り組みを進めます。個人・地域の課題に応じた疾病予防、重症化予防とともに、フレイル予防に着目した保健事業と介護予防を一体的に実施し、健康寿命の延伸に向けた取り組みを推進します。

③ 健康なまちづくりの推進と普及啓発

市民が主体的に取り組めるよう日常的支援を行うとともに、意識が高く意欲のある人が健康づくりを支えるリーダーとなるよう育成を図ります。また、健康づくりの輪を広げるため、教育や職域など様々な取り組みを通じ活動を支援するとともに、一人ひとりが楽しみながら生活習慣の改善や健康増進ができる仕組みづくりや環境づくりを進めます。

④ こころの健康づくりの推進

自殺対策計画に基づき、ライフステージに応じたこころの健康づくりの普及啓発や相談支援体制の強化、ゲートキーパーの養成、職域と連携したメンタルヘルスに関する情報提供や研修会など、様々な手法で継続的な取り組みを進めます。

⑤ 食育の推進

三田市食育推進計画に基づき、生涯を通じた心身の健康を支え、持続可能な食を支えるための食育を推進します。また、デジタル化に対応できるよう、ICT等を有効活用して効果的な情報発信を行うとともに、行政、学校、事業所、地域住民等が情報を共有し、連携を図りながら食育を推進します。

⑥ 感染症等への対応の強化

新興感染症などの健康危機に際し、迅速かつ的確に対応できるよう、関係機関との情報の共有や共同で訓練を実施します。また、感染症の発生やまん延を防止するための予防接種の実施、必要な医療の確保など市民の安全と安心に資する取り組みを進めます。