

- いろは健康21プラン（第4期）
- 志木市食育推進計画（第2期）
- 志木市歯と口腔の健康プラン（第2期）

みんなが進める 健康寿命日本一のまちづくり

～人生100年時代！健康で心豊かに暮らせるまち 志木市～



2019（平成31）年3月 志木市

はじめに

2007年に日本で生まれた子どもの半数は、107歳よりも長く生きると見込まれる昨今、本市においても100歳以上の元気な市民の皆さまが、年々増加傾向にあり、まさに「人生100年時代」が訪れようとしています。

今後、平均寿命のさらなる延伸が予測されるなか、次世代を担う子どもから高齢者まで、全ての世代の市民が地域の中で健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現するためには、市民や関係団体、行政が一体となって、健康づくりに取り組みながら、健康寿命を延ばすことが、ますます重要になってきます。

健康寿命を延ばすためには身体活動・運動、社会参加などさまざまな要素が重要となりますが、本計画では「子どもから高齢者」をキーワードに、ポイントが3つあります。

1つ目は、「子ども」の頃から健やかな生活習慣を身につける次世代の健康づくり、2つ目は、仕事や家庭での生活の多忙さに追われる「働く世代」の健康づくり、そして、3つ目は、生涯にわたり活躍できる「高齢者」の健康づくり、として志木市は健康寿命の延伸に向けて、この3つのポイントを強く意識して進めていきます。

また、人々が生命を維持し、健康で幸福な生活を送るために欠くことのできない「食」、そして食べる喜び、話す楽しみを保つ上でも重要な「歯と口腔の健康」は身体的のみならず、精神的、社会的な健康にも大きく影響します。ともに健康で質の高い生活を営む上では重要な役割を果たしていることから、「志木市食育推進計画(第2期)」及び「志木市歯と口腔の健康プラン(第2期)」の計画を同時に策定し、「みんなで進める健康寿命日本一のまちづくり～人生100年時代！健康で心豊かに暮らせるまち志木市～」を理念とする市の健康増進計画「いろは健康21プラン(第4期)」を総合的かつ効率的に策定いたしました。

志木市民の健康寿命は、平成23年では、男女とも埼玉県内第1位でしたが、平成28年現在、男性16位、女性5位と残念ながら順位を下げている状況にあることから、今後は、これらの計画に基づき、総合的かつ一体的な健康づくり施策を積極的に展開することで、子どもから高齢者がいつまでも健康で過ごせるまちづくりを推進しつつ、さらなる健康寿命の延伸を目指していきます。

結びに、本計画の策定にあたり、市民健康意識調査にご協力をいただきました市民の皆さま、また、貴重なご意見やご提案を賜りました志木市健康づくり市民推進協議会の皆さまに深く感謝申し上げます。

平成31年3月

志木市長

香川 武文



目次

第1章 計画の基本的な考え方	1
1 策定にあたって.....	1
2 計画の概要.....	9
第2章 健康づくりを取り巻く現状と課題	13
1 志木市の健康づくりを取り巻く情勢の変化.....	13
2 市民健康意識調査の結果.....	26
3 第3期計画の評価・判定.....	38
4 本計画に向けた課題.....	40
第3章 健康づくりに向けた目標と取組	45
1 基本目標別の行動目標一覧.....	45
2 ライフステージの設定.....	46
3 各分野の行動目標と指標.....	46
(1)健康意識.....	46
(2)健康管理.....	50
(3)栄養・食生活.....	54
(4)歯と口腔の健康プラン(第2期)(分野:歯と口腔の健康).....	58
(5)身体活動・運動.....	64
(6)休養・こころの健康.....	67
(7)喫煙(たばこ).....	70
(8)飲酒(アルコール).....	73
(9)地域での取組(環境整備).....	76
4 地区別にみた健康課題.....	84
(1)人口特性及び健康課題.....	84
(2)各地区における健康課題.....	88
第4章 志木市食育推進計画(第2期)	99
1 食育推進計画の位置づけ・計画期間.....	99
2 志木市の栄養・食生活、食育の現状と課題.....	100
3 第1期計画の評価と達成状況.....	103
4 本計画に向けた課題.....	104
5 各分野の行動目標と指標.....	105
(1)栄養・食生活.....	106
(2)食育推進項目.....	110

第5章 計画の推進体制	113
1 庁内推進体制	113
2 市民、団体との連携による推進	113
3 進行管理と評価	113
参考資料	115
1 第3期計画の評価	115
2 計画策定に係る会議の設置要綱	126
3 計画策定までの経過	130
4 志木市健康づくり市民推進協議会委員名簿	133
5 志木市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例	134

～本書を読むにあたって～

本計画は、健康づくりと食育、歯と口腔の健康対策を総合的かつ効率的に進めていくために、「いろは健康21プラン(第4期)」、「志木市食育推進計画(第2期)」、「志木市歯と口腔の健康プラン(第2期)」の3つの計画を一冊にまとめたものです。

「第4章 志木市食育推進計画(第2期)」は、健康づくりに関わる「栄養・食生活」の項目と、食を通じた家族や地域との交流などの「食育推進項目」で構成されています。「(1) 栄養・食生活」の項目は、第3章の「3 各分野の行動目標と指標」における「(3) 栄養・食生活」と、内容は重複していますが、第4章を食育推進計画として個別に取り出しても活用できるよう、同じ内容をそのまま掲載しています。

なお、「志木市歯と口腔の健康プラン」は、第3章の「3 各分野の行動目標と指標」における「(4) 歯と口腔の健康プラン(第2期)(分野: 歯と口腔の健康)」に位置づけつつ、前計画において具体化していたリスクの高い対象者別に取組を盛り込み、他の分野より掲載内容を厚くしています。