

倉吉市いきいき健康・食育推進計画（概要版）

倉吉市いきいき健康・食育推進計画の概要

【計画策定の背景と趣旨】

我が国では、生活習慣の変化により疾病全体に占める生活習慣病の割合が増加し、疾病構造が大きく変化しています。

本計画は、前計画の最終評価において示された課題等を踏まえた上で、国が「健康日本21（第三次）」において掲げる『全ての国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』というビジョン実現のため、「個人の行動と健康状態の改善」「社会環境の質の向上」「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」を推進することで『健康寿命の延伸』を図ることを目標としています。

【計画の期間】

本計画は、令和6年度（2024年度）から令和17年度（2035年度）を最終年度とする12ヵ年計画とします。

また、計画の評価は、令和11年度（2029年度）を目途に、中間評価を行い、必要に応じて見直しを行います。

【計画の位置づけ】

本計画は、「倉吉市総合計画」を上位計画とし、倉吉市における健康増進に係る施策を総合的にとらえた部門別計画に位置づけられるものです。

また、本計画は、健康増進法、食育基本法に基づく市町村行動計画に位置づけられるものです。

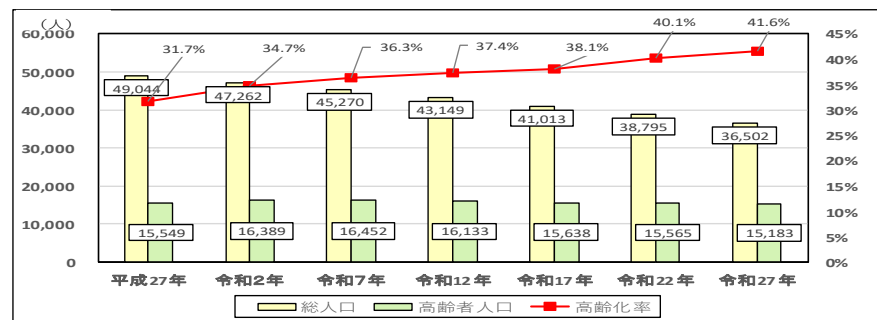
なお、自殺対策基本法の一部を改正する法律が、平成28年4月1日に施行され、市町村は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、自殺対策についての計画を定めることとなったことから、本計画は、自殺対策基本法に基づく、本市の自殺対策計画を包含した計画としました。

倉吉市の概況

【人口動態の状況】

少子高齢化の進行により人口は減少し続けており、9年間で5,000人の減少となっており、今後も少子高齢化は加速し、人口減少が続くと推計されています。

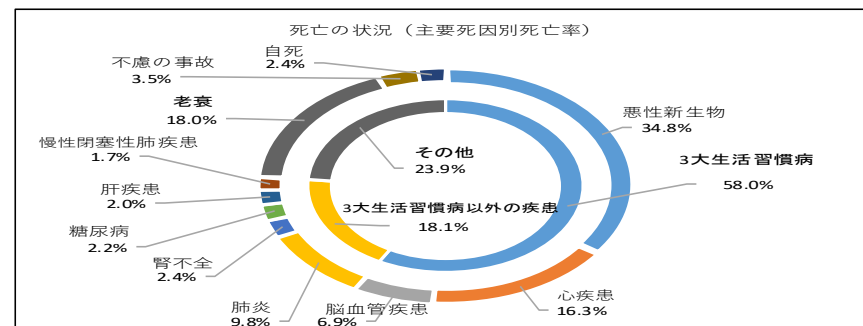
これまで高齢者人口が増加傾向にありましたが、総人口の減少に伴い、高齢者層においても減少傾向がみられますが、高齢化率は増加しています。



【市民の健康状況】

死亡者数が出生数を大きく上回り、自然減が続いています。

死亡の原因として、3大生活習慣病（悪性新生物、心疾患、脳血管疾患）による死亡率が、6割近くを占めています。



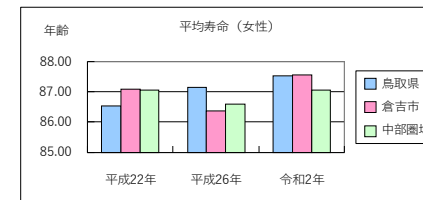
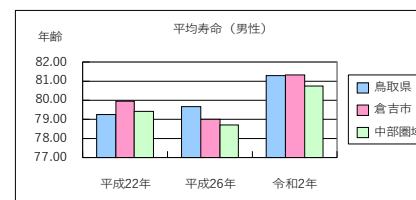
【基本目標】

健康寿命の延伸

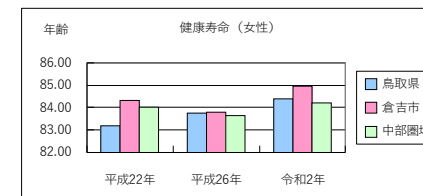
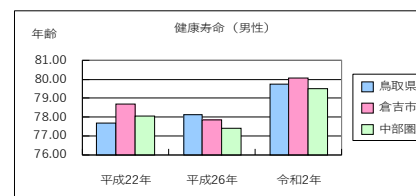
＜目標＞ 健康寿命を令和11年（2029年）までに1年以上延伸させる

＜目指す方向性＞ 生活習慣病の発症と重症化を予防する

（平均寿命）



（健康寿命）



推進体制

【取組方針】

本市は、子どもから高齢者まで全ての年代における市民の総合的な健康づくりを進めるために、地域・保育・教育機関、団体、企業など社会全体と一体となり取り組みます。

取り組みにあたっては、本市が設置する「倉吉市健康づくり推進協議会」とともに「倉吉市いきいき健康・食育推進計画」に基づき健康づくりを推進していきます。

【推進体制】

地域、職域、専門団体等で構成する「倉吉市健康づくり推進協議会」において「倉吉市いきいき健康・食育推進計画」に基づいた施策の検討や評価などの進行管理を行います。

また、本市は、健康づくりの施策に関わる関係機関と連携を図りながら、本計画を推進していきます。

健康づくりの方向性

基本目標	区 分		倉吉市が目指す方向性
健康寿命の延伸	個人の行動と健康状態の改善	生活習慣の改善	栄養・食生活（食育）
			適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少）
			必要な食材及び食事を適時摂取している者の増加
			減塩、野菜摂取を意識した食事を摂っている者の増加
			楽しく食事をする者の増加
			家庭または地域で共食している者の増加
			地域で共食することのできる場の増加
			食育推進に関わるボランティア数の増加
			環境に配慮した、安全な食品を選ぶ者の増加
			食に関する体験をしたことのある者の増加
			災害に備えローリングストックを実践している者の増加
			身体活動・運動
			日常生活で意識的に運動する者の増加
			休養・こころの健康
			十分な睡眠・休養の確保によるこころの健康の維持
			相談できる場所の周知
			喫煙
			喫煙率の減少
			飲酒
			適正飲酒を心がける人の増加
			歯・口腔の健康
			むし歯、歯周病の罹患率の減少
			歯科健診（検診）受診者の増加

基本目標	区 分		倉吉市が目指す方向性
健康寿命の延伸	個人の行動と健康状態の改善	生活習慣病の発症予防／重症化予防	がん
			がん検診受診率の向上
			がん死亡者数の減少
		循環器病・糖尿病	特定健診受診の促進（リスクの早期発見と治療）
			生活習慣病（高血圧症、脂質異常症、糖尿病）の発症予防
			糖尿病の適切な初期治療と治療の継続による重症化の予防
		COPD（慢性閉塞性肺疾患）	COPD（慢性閉塞性肺疾患）による死亡率の減少
	社会環境の質の向上	健康づくりを支える環境	地域全体で取り組む健康づくり活動の推進
		ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	乳幼児期から高齢期にかけ、切れ目のない健康づくりの実践・健康意識の向上
			働き盛り世代が「心身ともに健康」と思え、自身の健康に気を配り、適切な予防、治療を行うことができる環境の実現
			地域全体で相互に助け合いながら、支えあって生きていくことが出来る社会の実現

