

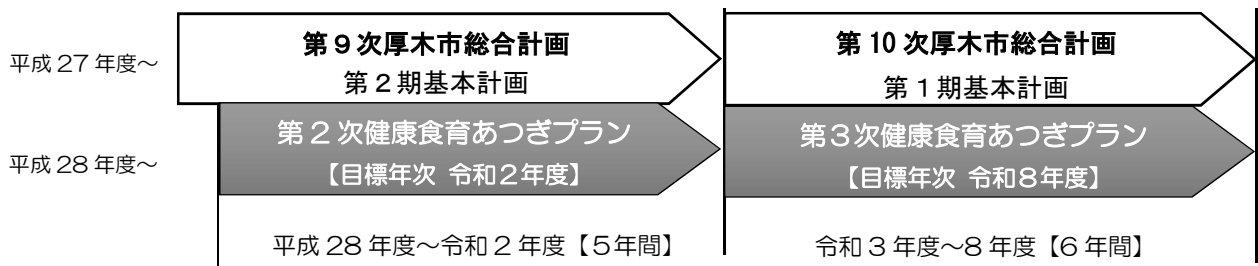
# 第3次健康食育あつぎプランの策定方針について

## 1 計画の趣旨

「生涯現役健康都市」の実現を目指し、健康増進計画と食育推進計画を一体的に策定した「第2次健康食育あつぎプラン」の計画年度の終了に伴い、今後も継続的に取り組み、更なる健康づくりや食育の推進を図るため、「第3次健康食育あつぎプラン」を策定します。

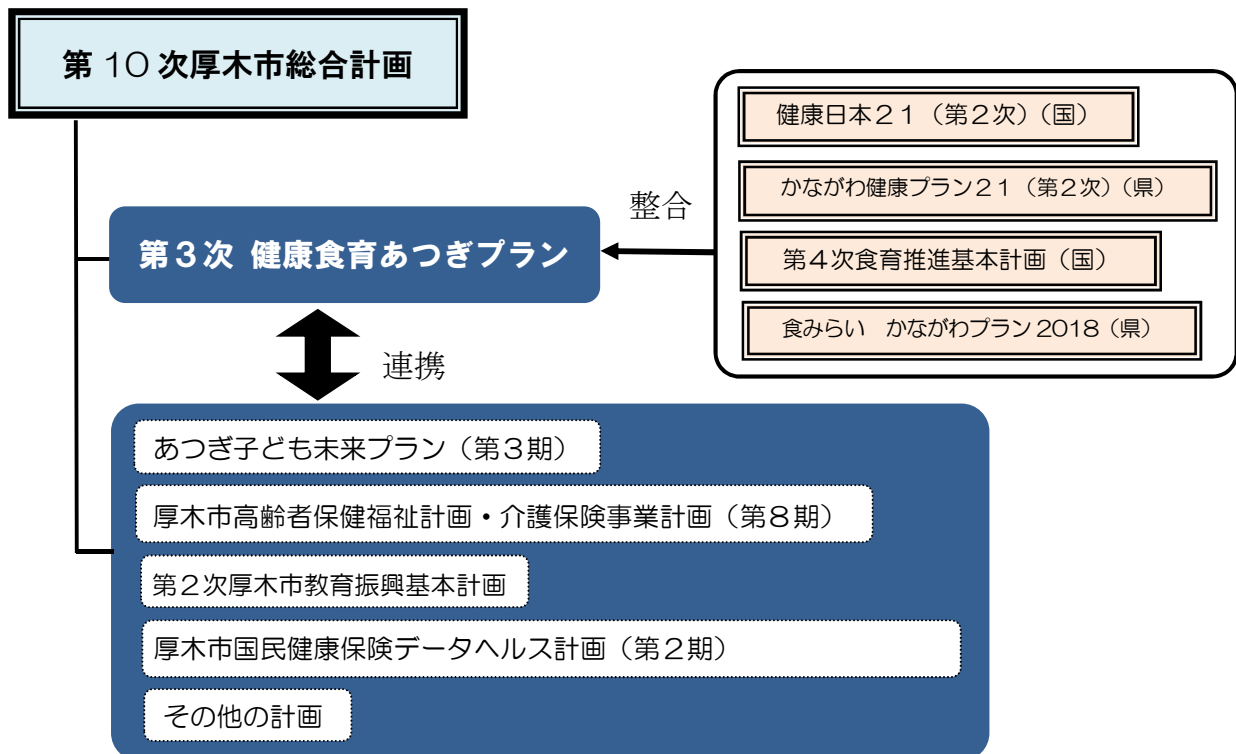
## 2 計画の期間

次期計画の計画期間は、第10次厚木市総合計画第1期基本計画の計画期間と合わせ、令和3年度から令和8年度までの6年間とします。



## 3 計画の位置付け

本計画は「健康増進法」及び「食育基本法」に基づき策定する「市町村健康増進計画・食育推進計画」であり、第10次厚木市総合計画の個別計画として位置付けるとともに、他の個別計画と連携を図るものです。



## 4 現行計画における市の主な取組

「健康寿命の延伸、みんなで描く健幸生活」の実現に向け、「生活習慣病の発症予防と重症化の予防」、「生涯にわたる食育の推進」、「生活習慣及び社会環境の改善」、「市民との協働による健康づくりの推進」の4つを基本方針として掲げ、事業を実施しております。

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化の予防

各種の健診（検診）を受診し、疾病を早期に発見することで早期治療につなげることや、適度な運動による生活習慣病の発症予防などを目的に、がん検診、特定健康診査・特定保健指導、長寿健康診査、生活習慣病予防教室、喫煙者のための健康教育、健康相談、運動器の機能向上事業などを実施しております。

### (2) 生涯にわたる食育の推進

全ての世代において、食育に関する知識の向上や地産地消による食の大切さを知ること、食文化の継承などを目的に、食生活改善推進事業、あつぎ食料自給アップ推進事業、学校給食への地場農産物導入事業、みんなで楽しくたべよう事業などを実施しております。

### (3) 生活習慣及び社会環境の改善

健康増進の基本となる適切な生活習慣を身に付けることや、地域社会の中でお互いに健康を支え合う社会環境の改善などを目的に、あゆコロちゃん GENKI ポイント事業、新あつぎ市民健康体操事業、育児支援家庭訪問事業、公園緑地整備事業、「早寝早起き朝ごはん」啓発推進事業、市民スポーツ推進事業などを実施しております。

### (4) 市民との協働による健康づくりの推進

行政、市民、市民活動団体等が健康づくりに関する情報の共有を図り、連携、協働して取り組んでいくことなどを目的に、認知症サポーター養成講座事業、子育てアドバイザーの育成事業、社会体育指導者養成事業、市民朝市開催事業などを実施しております。

## 5 課題

本市の健康にまつわる課題につきましては、がんや心臓病等の生活習慣病による死亡が高い割合で推移しています。

また、現在、高齢化が進み市民の約4人に1人は高齢者です。加齢に伴って心身が衰え、要介護の状態に陥ることがないように、成人期だけではなく、全てのライフステージにおいて、フレイル<sup>※1</sup>対策が不可欠です。さらに、将来を見据え、地域包括ケア社会の取組を推進し、地域で支え合うことが重要となります。

これらを踏まえ、次期計画については、現行計画を踏まえた本市の健康にまつわる課題や、高齢化に伴う新たな課題を捉えるとともに、厚木市健康食育推進協議会で検討された中間評価の結果から抽出された課題を中心に分析し、課題解消に向けた取組を検討してまいります。

<sup>※1</sup> フレイル：年齢を重ねて心身の活力が低下した状態

### 【中間評価結果】

#### (1) 受動喫煙防止に向けた取組の必要性

受動喫煙に関する認識については、分煙を望む人の割合が高い数値となっています。現行計画においても、未成年者の喫煙防止、喫煙や受動喫煙が及ぼす影響に対する理解を促進する取組を推進しているところですが、健康増進法が令和2年4月に全面施行されたことにより、受動喫煙防止に向けた取組の必要性が高まっていることから、取組の強化が求められています。

(令和元年度健康食育あつぎプラン中間評価アンケート)

指標	中間評価 R1	従前値 H25	従前値 との差	目標値 R2
【分野：飲酒・喫煙】 「人が吸っているたばこの煙について、やめて欲しい・場所を考えて吸って欲しい」小学生	91.1%	92.8%	△1.7	100%
【分野：飲酒・喫煙】 「人が吸っているたばこの煙について、やめて欲しい・場所を考えて吸って欲しい」中学生	75.7%	87.0%	△11.3	100%
【分野：飲酒・喫煙】 「人が吸っているたばこの煙について、やめて欲しい・場所を考えて吸って欲しい」高校生	90.1%	87.9%	2.2	100%
【分野：飲酒・喫煙】 「人が吸っているたばこの煙について、やめて欲しい・場所を考えて吸って欲しい」成人期	81.9%	76.4%	5.5	80%以上

## (2) 食の安全に対する認識の改善に向けた取組の必要性

食品購入時に、食品の安全性（「新鮮さ」、「栄養成分表示」等）を重視する人の割合が低く、食に関する適切な情報を利用する割合も、大きく改善されていません。健康被害を未然に防止するためにも、食の安全に対する認識の改善に向けた取組が求められています。

（令和元年度健康食育あつぎプラン中間評価アンケート）

指標	中間評価 R1	従前値 H25	従前値 との差	目標値 R2
【分野：栄養・食生活】 「食品を購入するときに「新鮮さ」を重視している」成人期	78.3%	86.4%	△8.1	90%以上
【分野：栄養・食生活】 「食品を購入するときに「栄養成分表示」を重視している」成人期	14.1%	17.8%	△3.7	20%以上
【分野：栄養・食生活】 「食に関する適切な情報を利用している」成人期	18.2%	18.0%	0.2	20%以上

## (3) 適切な身体活動・運動の習慣化に向けた取組の必要性

「乳幼児期」、「学童期・思春期」においては、適切な身体運動を示す数値も減少が見られ、「成人期」においては、若干の上昇が見られるものの目標値を下回っており、身体運動の習慣化が根付いていないため、適切な身体活動・運動の習慣化に向けた取組が求められています。

（令和元年度健康食育あつぎプラン中間評価アンケート）

指標	中間評価 R1	従前値 H25	従前値 との差	目標値 R2
【分野：身体活動・運動】 「母親と一緒に遊ぶ」乳幼児期	84.9%	86.2%	△1.3	90%以上
【分野：身体活動・運動】 「父親と一緒に遊ぶ」乳幼児期	67.9%	70.4%	△2.5	75%以上
【分野：身体活動・運動】 「週2回以上の運動を心掛けている」小学生	53.9%	66.6%	△12.7	70%以上
【分野：身体活動・運動】 「週2回以上の運動を心掛けている」中学生	81.8%	76.7%	5.1	85%以上
【分野：身体活動・運動】 「週2回以上の運動を心掛けている」高校生	53.8%	57.8%	△4.0	65%以上
【分野：身体活動・運動】 「週2回30分以上運動をする」成人期（男性）	40.8%	36.2%	4.6	45%以上
【分野：身体活動・運動】 「週2回30分以上運動をする」成人期（女性）	30.5%	22.9%	7.6	35%以上

#### (4) 適切な休養（睡眠）の習慣化に向けた取組の必要性

「乳幼児期」の早寝の習慣は向上しているものの、休養（睡眠）の指標の一つである「すっきりした朝の目覚め」については、目標を下回り、低い数値を示しており、適切な休養（睡眠）の習慣化に向けた取組が求められています。

（令和元年度健康食育あつぎプラン中間評価アンケート）

指標	中間評価 R1	従前値 H25	従前値 との差	目標値 R2
【分野：休養・こころの健康】 「午後9時までに寝る習慣がある」乳幼児	33.0%	28.4%	4.6	65%以上
【分野：休養・こころの健康】 「朝すっきり目覚めることができる」小学生	21.5%	20.2%	1.3	25%以上
【分野：休養・こころの健康】 「朝すっきり目覚めることができる」中学生	14.2%	12.6%	1.6	15%以上
【分野：休養・こころの健康】 「朝すっきり目覚めることができる」高校生	7.7%	9.5%	△1.8	10%以上
【分野：休養・こころの健康】 「朝すっきり目覚めることができる」成人期	17.1%	16.9%	0.2	25%以上

#### (5) 歯・口腔の健康に対する認識の改善に向けた取組の必要性

食による健康に重要な歯・口腔の健康については、いずれの世代においても、目標値を超える数値が見られ、その認識が向上していることが読み取れますが、身体の高齢化に伴って必要となる正しい食生活を送るためには、歯・口腔の健康維持が大変重要であることから、歯・口腔の健康に対する認識の改善に向けたより一層の取組が求められています。

（令和元年度健康食育あつぎプラン中間評価アンケート）

指標	中間評価 R1	従前値 H25	従前値 との差	目標値 R2
【歯・口腔の健康】 「かかりつけ歯科医を持ち定期的に歯科健康診査を受ける」乳幼児	43.1%	35.0%	8.1	40%以上
【歯・口腔の健康】 「フッ素入り歯磨き剤を使用している」小学生	62.8%	51.2%	11.6	55%以上
【歯・口腔の健康】 「フッ素入り歯磨き剤を使用している」中学生	56.1%	32.8%	23.3	35%以上
【歯・口腔の健康】 「フッ素入り歯磨き剤を使用している」高校生	37.4%	21.6%	15.8	35%以上
【歯・口腔の健康】 「歯間部清掃用具を使用している」成人期	54.7%	43.8%	10.9	50%以上
【歯・口腔の健康】 「若いころからかかりつけ歯科医がいる」 20歳代成人期	46.2%	52.3%	△6.1	60%以上

## 6 基本理念、基本目標及び基本方針等

第2次健康食育あつぎプランにおいて指標ごとに目標値を設定し、健康づくりや食育の推進を図ってまいりましたが、目標値を達成できず、未だ課題となっているものがあります。

このことから、現行計画の取組について、今後も継続的に進めていくとともに、超高齢社会の進展を見据え、地域包括ケア社会の実現に向けて、次期計画策定に取り組んでまいります。

### (1) 基本理念

- ア 健康増進計画 「健康で、自分らしい生き生きとした暮らしの実現に向けて、住み慣れた地域でそれぞれのライフステージに応じた健康づくりを進めよう」
- イ 食育推進計画 「食で広がるあつぎの未来 ～いつまでも楽しく食べて、生きる力を育もう～」

### (2) 基本目標

健康寿命の延伸、みんなで描く健幸<sup>※2</sup>生活

### (3) 基本方針

- ア 生活習慣病の発症予防と重症化の予防
- イ 生涯にわたる食育の推進
- ウ 生活習慣及び社会環境の改善
- エ 市民との協働による健康づくりの推進

### (4) ライフステージ

健康や食育について、より効果的に推進するため、一律に施策を展開するのではなく、「乳幼児期」、「学童期・思春期」、「成人期（青年期、壮年期、高年期）」の3つのライフステージごとに目標を定めます。

※2 健幸：健康で幸せであること

## 7 策定において重視すべき視点

第2次健康食育あつぎプランの取組を継続していくとともに、更なる推進を図るため、中間評価の結果から得られた課題に対する取組の強化を図ることが必要です。また、誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを、人生の最期まで続けられるよう、地域包括ケア社会の実現を目指します。

### (1) 健康に関する新たな概念の位置付け

加齢によって生じるフレイルに着目し、フレイル対策として有効とされる食事の推奨や、運動の促進等に係る支援について、計画に位置付けます。

また、現状よりも10分多く体を動かすことで、死亡や生活習慣病の発症等のリスクを低下させることができるプラステン運動の促進に係る支援について、計画に位置付けます。

### (2) 課題に対する具体的な取組の強化

現行計画の中間評価の結果や高齢化の現状から分析された課題の解決に向け、次のとおり具体的な取組を強化します。

#### ア 受動喫煙防止の推進

受動喫煙がもたらすたばこの害について広く周知します。

#### イ 食の安全に対する認識の改善

食の安全に対する認識向上に向けた更なる意識啓発に取り組みます。

#### ウ 適切な身体活動・運動の習慣化（プラステン運動の促進）

運動の習慣化やプラステン運動を促進します。

#### エ 適切な休養（睡眠）の習慣化

休息（睡眠）の重要性に関する意識啓発に取り組みます。

#### オ オーラルフレイル対策

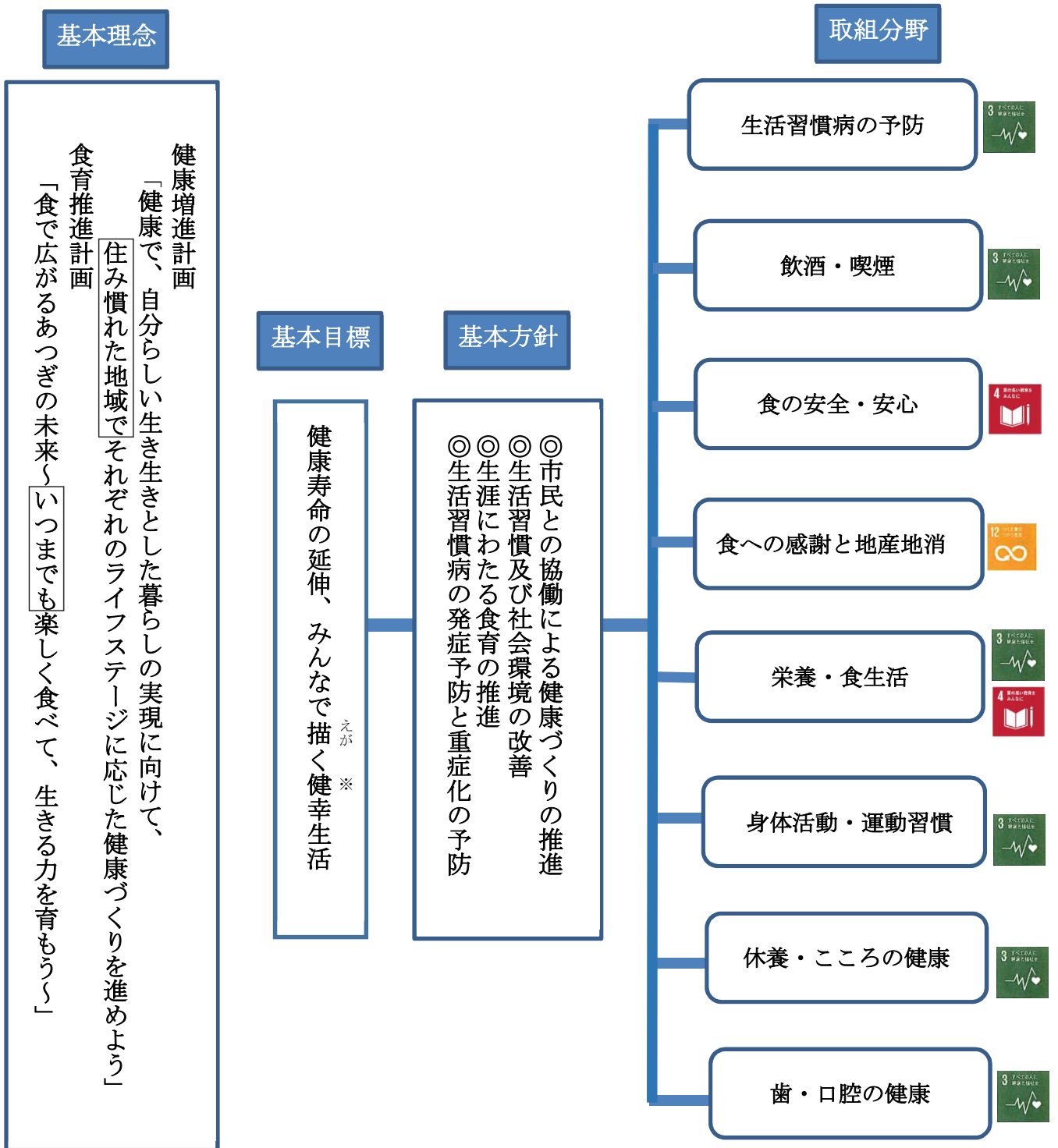
定期的な歯科検診の受診やセルフケアの重要性について意識啓発に取り組みます。

### (3) SDGs（持続可能な開発目標）の取組

「誰一人取り残さない」社会の実現を目指した、2030年を期限とする国際目標の達成に寄与するため、SDGsの理念や目標を踏まえた策定を進めます。

取組むべき SDGs の目標	
	3 すべての人に健康と福祉を
	4 質の高い教育をみんなに
	12 つくる責任 つかう責任

## 8 計画の体系





## 9 計画の策定体制

中間評価の結果を踏まえ、公募市民や学識経験者で構成する附属機関である「厚木市健康食育推進協議会」や部内プロジェクトチーム、庁内推進委員会において策定に向けた検討を進めます。

## 10 スケジュール

令和2年7月～	厚木市健康食育推進協議会で協議（年間5回実施予定）
令和2年7月	部内プロジェクトチーム設置
令和2年9月	意見交換会
令和2年10月	庁内推進委員会で協議
令和2年11月	健康食育推進協議会（諮問）
令和2年11月	健康食育推進協議会（答申）
令和2年11月	計画素案作成
令和2年12月	パブリックコメント実施
令和3年3月	計画策定