

市健康づくり21プラン(第4次)を紹介

これまで取り組んできた項目に加え、新たに掲げた取り組みや、さらに力を入れて推進していく項目をピックアップして紹介します。計画全文は市ウェブサイトで確認できます。



健康増進計画(第4次)

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

ライフコースアプローチとは、胎児期から高齢期にいたるまで継続的に健康づくりに取り組むという考え方です。

女性は、女性ホルモンの分泌の変化によって、ライフステージごとにかかりやすい病気や症状が変わります。また、働き続ける人が増加していることで新しい健康課題も出てきています。女性自身が、健康に関する正しい知識や情報を入手・活用し、充実した日々を過ごせるよう各種事業を推進します。

目標

- 骨粗しょう症予防検診受診率を上げる
現状値：12.8%⇒目標値：14%
- 毎日3合以上飲酒している女性の割合を減らす
現状値：1.4%⇒目標値：1%

目標を達成するための取り組み

区分	取り組み
市民	<ul style="list-style-type: none"> 各種検診を受診し、自らの健康状態を確認する 各種検診の結果で精密検査の対象となった場合には、医療機関を受診する
健康づくりサポーター	<ul style="list-style-type: none"> 各種検診の受診勧奨 各種検診に係る協力
行政	<ul style="list-style-type: none"> 女性の健康に関する悩みをオンラインで専門家に相談できる体制の整備 各種検診の受診勧奨、精密検査対象者への受診勧奨 骨粗しょう症や子宮頸がん、乳がんに関する情報提供や知識の普及啓発 飲酒や喫煙に関する情報提供や知識の普及啓発

食育推進計画(第3次)

食育推進の拡大

市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、多様な暮らしに対応した食育を推進することが重要です。

全ての市民が健全で充実した食生活を実現することを目指し、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ生涯を通じた食育を推進します。

目標

- 食育ということばを知っている人の割合を増やす
現状値：62.7%⇒目標値：75%
- 普段家族や仲間と楽しく食事をしている人の割合を増やす
現状値：73.7%⇒目標値：85%

目標を達成するための取り組み

区分	取り組み
市民	<ul style="list-style-type: none"> 家族での食事を大切に、家族一緒に食卓を囲み楽しい雰囲気ですぐに食事ができるような心掛ける 食育イベントに積極的に参加する
健康づくりサポーター	<ul style="list-style-type: none"> 地区、地域での栄養教室などの開催、参加勧奨 共食の場づくり 食育月間、食育の日の普及啓発
行政	<ul style="list-style-type: none"> 食生活改善推進員養成教室の開催 食生活改善推進員連絡協議会の活動支援 各団体との連携支援 食育月間、食育の日の普及啓発

自殺対策計画(第2次)

働き盛り世代への対策

働き盛り世代は、心理的・社会的にも負担を抱えることが多く、こころの健康を損ないやすいとされています。

仕事と生活を調和させ、健康で充実した生活を送ることができるよう、メンタルヘルスに関する啓発活動や事業所訪問などを推進します。

事業・取り組み

- ▼事業所訪問を行いリーフレット配布や健康教育を実施
- ▼働く人向けニュースレターを発行し、情報提供を行う
- ▼市内事業所でメンタルヘルスに関する研修会を実施
- ▼関係機関と連携し、相談窓口を周知

女性への対策

女性の自殺者数が全国で増加傾向にあるため、妊産婦への支援をはじめ、女性特有の視点を踏まえ対策を講じます。

事業・取り組み

- ▼妊娠期から子育て期までのさまざまな相談を受け付け
- ▼助産師などが母親への産後ケアを行う
- ▼新生児訪問などにおいて産後うつスクリーニングを実施
- ▼妊産婦などがいつでもオンライン相談できる体制を整備
- ▼DVなどといった女性の多様な問題の相談支援を実施

健やかで、心豊かな生活を送るために



市健康づくり21プラン(第4次)を策定

本市の健康増進、食育推進、自殺対策を一体的に推進する「八幡平市健康づくり21プラン(第3次)」の計画期間が6年3月で終了しました。市はこれまでの成果と課題を踏まえ、引き続き市民の健康づくりを推進するために、第4次の「八幡平市健康づくり21プラン」を策定したのでお知らせします。

■問い合わせ先 健康福祉課(☎・内線1090)

市はこれまで「健やかで心豊かに生きる 八幡平市」を基本理念にかかげ、第3次の健康づくり21プラン(平成30年度から令和5年度までの計画期間)に基づき健康づくりに取り組んできました。5年度までのプランの達成状況を見ると、71の数値目標のうち達成は20項目、改善傾向にあるのは22項目と、約半数の項目で取り組みの成果が見られました。一方で、16の項目では第3次プラン策定時と比べ、数値の悪化が見られました。

見えてきた本市の現状

数値目標に掲げた71の項目のうち、平成30年の「八幡平市健康づくり21プラン(第3次)」策定時と比べて現状値が悪化した項目は次のとおりです。

健康増進計画

- ▼がん検診(胃がん・乳がん・子宮頸がん)受診率の低下
- ▼メタボリックシンドロームの該当者および予備群の割合の増加
- ▼糖尿病有病者の増加
- ▼肥満傾向の子どもの割合の増加
- ▼朝食を毎日食べる子どもの割合の減少

食育推進計画

- ▼食育という言葉、食生活改善推進員を知っている人の割合の減少
- ▼普段、家族や仲間と楽しく食事をしている機会がある人の割合の減少
- ▼身近な郷土食を知っている人の割合の減少

自殺対策計画

- ▼十分な睡眠をとれていない、熟睡できていない人(60〜80歳代)の割合の増加
- ▼身近に相談相手がない人の割合の増加

市はこれまでの取り組み内容や現状を総合的に検証し、令和6年度から11年度まで取り組む「八幡平市健康づくり21プラン(第4次)」を策定しました。今後は地域、事業者、関係団体などそれぞれの立場で市民の健康づくりを支援する健康づくりサポーターと連携、協働しながら、プランの推進に取り組んでいきます。



1歳6か月児健診の様子(4月16日、市役所多目的ホール棟)