

最終目標と総合目標

(1) 最終目標

○健康寿命の延伸

健康寿命(健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間)の延伸を目指します。
健康寿命の延伸に向け、総合目標として、「平均寿命の延伸」、「65歳以上の健康寿命の延伸」、「標準化死亡比の減少」、「糖尿病有病率の減少」を設定します。

○健康格差の縮小

地域や社会経済状況の違いにより集団間の健康状態の差(男女差、地域差、ライフステージ差)の縮小を目指します。

健康格差の縮小に向け、総合目標として「要介護認定率の男女差の縮小」、「特定健診受診率のライフステージ差の縮小」、「喫煙率のライフステージ差の縮小」、「小学生のむし歯所有率の地区差の縮小」を設定します。

(2) 総合目標

○健康寿命の延伸

総合目標	現状値 (平成22年度)		中間値 (令和2年度)	目標値 (令和9年度)
平均寿命の延伸	男性	79.2年	80.9年	81.3年
	女性	85.4年	86.5年	87.4年

総合目標	現状値 (平成28年度)		中間値 (平成31年度)	目標値 (令和9年度)
65歳以上の健康寿命の延伸	男性	17.08年	18.21年	平均寿命の伸びを上回る伸び
	女性	19.87年	21.53年	

○健康格差の縮小

総合目標	現状値 (平成28年度)		中間値 (令和4年度)	最終目標 (令和9年度)
要介護認定率の男女差の縮小	男性	8.5%	8.44%(参考値)	12.9%
	女性	16.1%	15.66%(参考値)	22.9%

(男女比 1.89倍) (男女比 1.86倍) (男女比 1.78倍)

○地区差

総合目標	現状値 (平成28年度)		中間値 (令和3年度)	最終目標 (令和9年度)
小学生のむし歯所有率の地区差の縮小	結城地区	52.7%	41.4%	全地区 48%以下
	絹川地区	48.1%	31.5%	
	上山川地区	63.4%	39.8%	
	山川地区	64.8%	49.3%	
	江川地区	61.3%	53.9%	

第2次結城市健康増進計画(後期計画)

【概要版】

令和6年度～令和9年度

1 計画の基本理念

心と体が調和して元気いっぱい健康のまち

～共に支えあい健やかで心豊かに生活できる活力あるまちの実現～

2 計画策定の背景

我が国では、急速な高齢化が進む中、悪性新生物(がん)・心疾患・脳血管疾患・糖尿病・歯周病等に代表される生活習慣病の割合が増加しており、生活習慣病予防や重症化予防、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上などにより、健康寿命の更なる延伸や生活の質(QOL)の向上を実現するための取り組みが一層求められています。

また、令和2年からは新型コロナウイルス感染症の影響を、家庭や学校、職場をはじめとするあらゆる生活環境の変化によるストレスや運動不足等、これまでの課題に加えて新たな健康に関する問題が課題となっています。

この計画は、現計画の計画期間の中間見直し予定時期が令和4年度でしたが、健康日本21の延長に伴い、前期期間を令和5年度に延長し、これまでの取組及び目標に対する達成状況を評価するとともに、課題を整理し、令和6年度を初年度とする「第2次結城市健康増進計画(後期計画)」を策定して取組を充実、推進していきます。

3 結城市民の健康の状況

☆男女ともに平均寿命は、茨城県、全国平均に比べ短くなっています。

☆茨城県を1.0とした標準化死亡比では、男女ともにくも膜下出血が最も高くなっています。

☆医療費は減少傾向にありますが、一人あたりの医療費は増加傾向にあります。なお、医療費の上位疾患としては、新生物、循環器系の疾患、内分泌・栄養及び代謝疾患となっています。

☆特定健康診査の受診率は、令和2年度以降上昇傾向にありますが、令和4年度では平成30年度と比べ、やや減少しています。

☆各種がん検診の受診率は令和2年度で減少しましたが、以降は全てのがん検診で受診率が上昇しています。

～心と体が調和して元気いっぱい健康のまち～

健康のまち ゆうき

- けん 健康寿命を伸ばすため、生活習慣を改善します
- こ 子どもが健やかに成長し、のびのび子育てを楽しみます
- う 運動と歯・口腔ケアに励みます
- ゆうき ゆうきの農産物を取り入れた、日本型食生活を実践します
- き 気分転換、こころの健康を保つため、ひとりで悩まず相談します

第2次結城市健康増進計画(後期計画)【概要版】

令和6年3月



〒307-8501

企画・編集 結城市保健福祉部健康増進課

茨城県結城市中央町二丁目3番地 TEL: 0296-32-1111

URL: <http://www.city.yuki.lg.jp/>

〈基本理念〉心と体が調和して元気いっぱい健康のまち

最終目標／健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の改善

1 生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防

【がん】

- ・年に1回はがん検診を受けます。



【循環器系疾患】

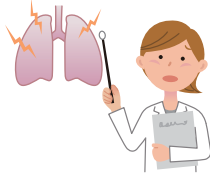
- ・循環器疾患について正しく理解し、血圧を定期的に測ります。
- ・循環器疾患と診断されたら、継続して治療を受けます。

【糖尿病】

- ・糖尿病の発症及び重症化を予防するため、糖尿病について正しく理解し、適正体重を維持します。
- ・糖尿病と診断されたら、継続して治療を受けます。

【慢性閉塞性肺疾患（COPD）】

- ・慢性閉塞性肺疾患について正しく理解し、禁煙します。



【歯周疾患】

- ・歯周病について正しく理解し、一生自分の歯で食べます。



【健康管理】

- ・自分の身体に関心を持ち健康診査を受けます。



2 生活習慣を改善し健康保持・増進

【栄養・食生活】

- ・バランスのよい食生活を実践します。



【身体活動・運動】

- ・積極的に身体を動かし、自分に合った運動習慣を身につけます。



【休養】

- ・睡眠による休息を十分とります。
- ・余暇活動を充実させ、心身のリフレッシュをはかります。



【飲酒】

- ・妊娠期、授乳期の飲酒はしません。
- ・アルコールについて正しく理解し、自分や家族のために適正な飲酒に努めます。

【喫煙】

- ・たばこの害について理解し、たばこの害を受けない、受けさせないようにします。
- ・自分や周りの人のために、たばこは吸いません。

重点①

【歯・口腔の健康】

- ・歯と口の健康に関心を持ち、6424、8020運動を目指します。

3 生涯にわたる健康づくりの推進

【こころの健康】

- ・親子のスキンシップを楽しむ、家族のだんらんを大切にします。
- ・趣味や遊びを楽しむ、ストレス解消法を身につけます。
- ・1人で悩まず相談します。

重点②

【次世代の健康】

- ・地域の中で、安心、安全な妊娠・出産・子育てをします。
- ・子供の頃から健康的な生活習慣を身につけ健やかな体をつくれます。

【働く世代の健康】

- ・心身の健康に気を配り、生きがいをもって充実した毎日を送ります。



【高齢者の健康】

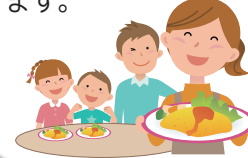
- ・住み慣れた地域の中で、生きがいをもっていきいきと生活します。



4 生涯にわたる食育の推進

【家庭における食育の推進】

- ・望ましい食習慣を身につけ、家族で食卓を囲みます。



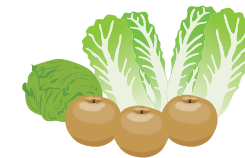
【学校・保育所等における食育の推進】

- ・食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につけます。



【食文化の継承活動の推進】

- ・特産物を取り入れた郷土料理を継承します。



【地産地消、生産者と消費者の交流の促進】

- ・生産者の顔が見える食材を使った献立を心がけます。



5 健康を支え守るための社会環境の整備

【地域資源の整備】

- ・健康づくりのために地域資源を活用します。

【生活環境の整備】

- ・快適に暮らせるための環境づくりに取り組みます。

【職場・学校環境の整備】

- ・一人ひとりが、学校・職場内での健康づくりを推進します。

【地域住民の相互の支え合い】

- ・人と人とのつながりを大切にし、行事等に積極的に参加します。

① 歯・口腔の健康

〇むし歯予防、歯周病予防、口腔機能の維持向上等について、ライフステージに応じた情報提供を行い、歯・口腔の健康に関する意識づくりに取り組みます。

〇特に青年期、壮年期の歯・口腔の健康づくりをすすめるため、かかりつけ医の重要性について啓発し、定期的に歯科健診や予防指導を受けられる環境づくりに努めます。

重点的に取り組む事項

② 次世代の健康

〇妊娠期から家庭に寄り添い、身近で相談に応じ、様々なニーズに即した支援につなぐ「伴走型支援」の充実に取り組みます。

〇子どもが望ましい生活習慣を身につけるため「健康三原則（食事、運動、休養・睡眠）」を提唱し、家庭を中心に学校、地域と連携して支援に取り組みます。