

第四次伊東市保健計画



- ▶ 伊東市母子保健計画 ◀
- ▶ 伊東市健康増進計画 ◀
- ▶ 伊東市歯科口腔保健計画 ◀
- ▶ 伊東市食育推進計画 ◀

計画策定の背景及び趣旨

国においては、人生100年時代を迎え、健康課題の多様化する中で「誰一人取り残さない健康づくり」を推進し、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をビジョンに掲げた「第三次健康日本21（令和6（2024）年度～令和17（2035）年度）」が策定されました。母子保健では「全ての子どもが健やかに育つ社会」を目指す姿とした「健やか親子21（平成27（2015）年度～令和6（2024）年度）」が策定され、食育では「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」などの重点事項を掲げた「第4次食育推進基本計画（令和3（2021）年度～令和7（2025）年度）」が策定されています。

静岡県においては、国の指針に基づき「第4次静岡県健康増進計画」が策定され、県民の健康づくりへの施策が進められており、歯科に関しては「第3次静岡県歯科保健計画」が、食育に関しては「第4次静岡県食育推進計画」が策定され、計画に基づく取組が進められています。

本市においては、「第三次伊東市保健計画」（母子保健計画・健康増進計画・歯科口腔保健計画・食育推進計画）（平成23（2011）年度～令和5（2023）年度）を策定し「すこやか・あったか・健康プラン伊東」の基本理念のもと、市民とともに健やかな出産・子育て支援の推進から健康寿命の延伸を目指す健康づくりを推進してまいりました。

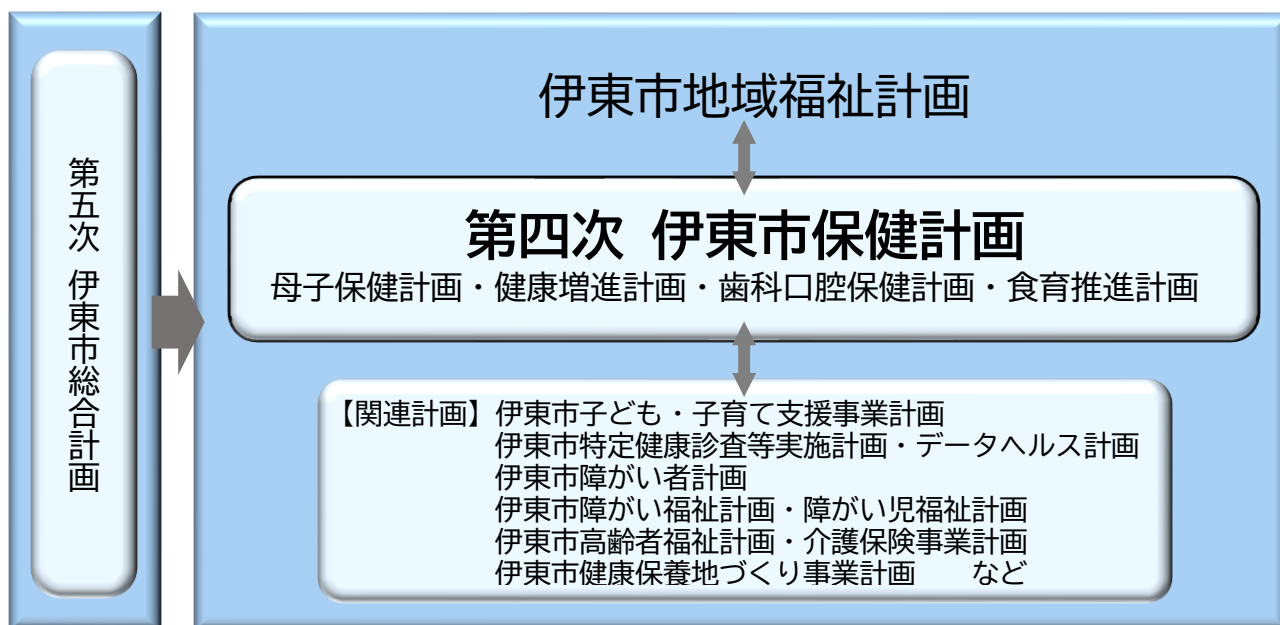
この度、国・県から新たな計画や指針などが示され、本市の健康づくりについて、計画的かつ総合的に進めていくことが必要であることから、「母子保健計画」、「健康増進計画」、「歯科口腔保健計画」、「食育推進計画」で構成される「第四次伊東市保健計画」を策定しました。

計画の位置づけ

『第四次伊東市保健計画』は、「母子保健計画」、「健康増進計画」、「歯科口腔保健計画」、「食育推進計画」の4計画を一体的に策定するものです。計画の名称及び法令根拠等は以下のとおりです。

- 母子保健計画：母子保健計画について厚生労働省通知（平成26（2014）年6月）に基づく「母子保健計画」
- 健康増進計画：健康増進法（第8条第2項）に基づく「市町村健康増進計画」
- 歯科口腔保健計画：歯科口腔保健の推進に関する法律に基づく「歯科口腔保健計画」
- 食育推進計画：食育基本法（第18条）に基づく「市町村食育推進計画」

本計画は、国や県、伊東市の上位計画及び個別関連計画との整合性を図りながら推進していきます。



計画の期間

国が策定する「健康日本21」、静岡県が策定する「ふじのくに健康増進計画」・「ふじのくに食育推進計画」の期間が1年延長されることを受け、国や県の計画に対応した計画を策定するため、伊東市保健計画も計画期間を令和5（2023）年度まで延長し、各種施策や事業を展開してきました。

「第四次 伊東市保健計画」は、国・県の計画期間に合わせて、令和6（2024）年度から令和17（2035）年度までの12か年を計画期間とします。国の動向や社会情勢の変化などへの対応が必要となった場合は、適宜見直しを行います。

和暦	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17
西暦	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035
総合計画	第五次 伊東市総合計画														
保健計画	第三次 伊東市保健計画		第四次 伊東市保健計画												

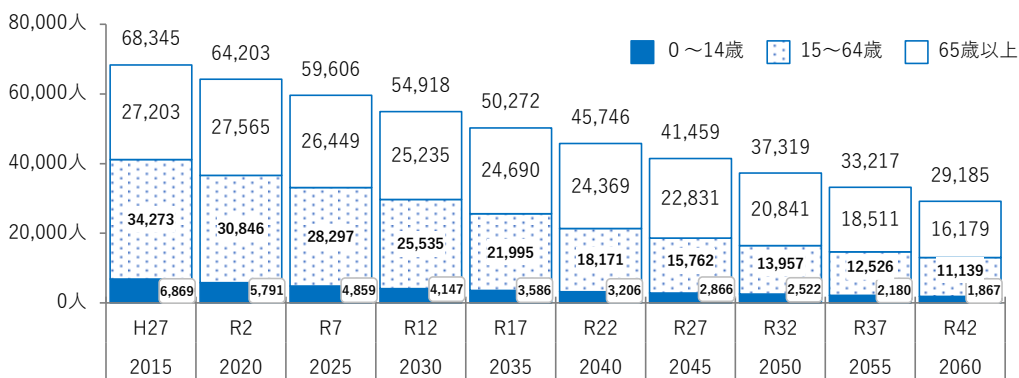
健やかに 心豊かに

健康づくり推進プラン

こころもからだも健康であれば、自然にやさしさと笑顔があふれ「健やか」で「心豊か」な「健康づくり」が推進されるまちになります。

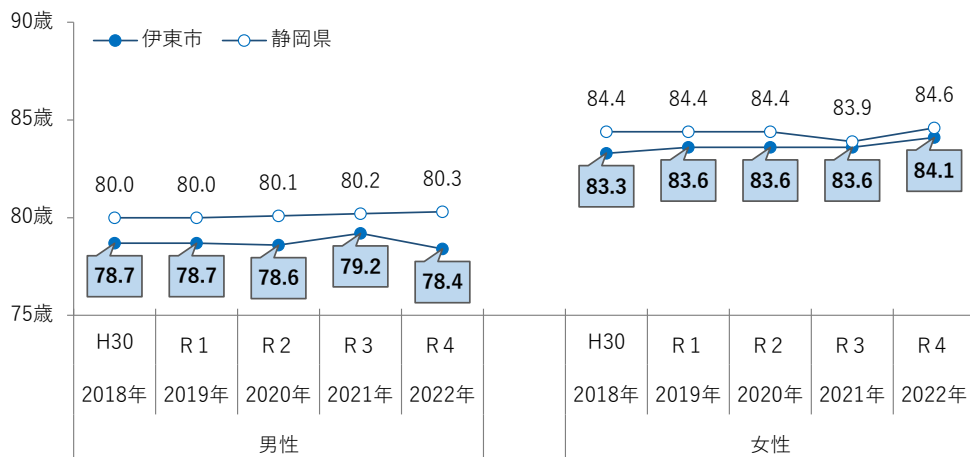
伊東市の概況

人口の推移



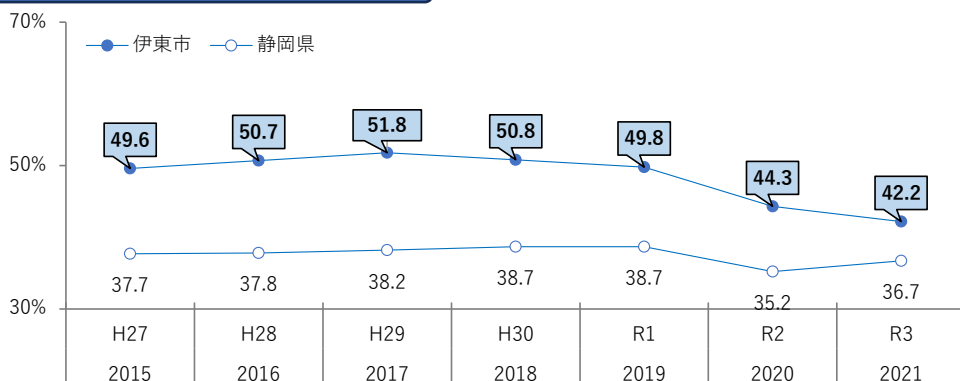
人口推計による今後の伊東市の人口は、減少傾向が継続するものと予測されています。年齢3区分で見ると、いずれの年齢層も減少傾向で予測されています。

健康寿命の推移



伊東市の健康寿命は、全国平均や静岡県平均と同様に高まっていますが、県に比べやや低い値で推移しています。

特定健診受診率（国保）の推移



国保加入者の一人当たり年間医療費は、県全体と同様に年々増加傾向にあります。特定健診の受診率は、ほぼ横ばいで推移しています。

母子保健計画

目指す姿

すべての親と子が、健やかで豊かに育つことができる

基本的な考え方

本市では、すべての親と子が、健やかで豊かに育つまちを目指す姿とし、子どもの健やかな育ちと子育てを支える環境や地域づくりに向け、本市の母子保健を取り巻く状況と国民運動計画「健やか親子 21(第2次)」を踏まえ、掲げられている基盤課題や重点課題に基づき本計画を策定し、母子保健施策の推進に取り組んでいきます。

・安心して子どもを産み、健やかに育てる環境づくり

すべての子どもたちが健やかに成長することを目指し、妊娠期より関係機関と連携し、安心して子どもを産み育てるため、母子を中心とした家族への切れ目のない支援を実施します。また、親子に寄り添い、健やかな子どもの発育・発達の支援に努めるとともに、次世代を担う子どもたちを育てるための思春期支援を進めます。

→切れ目のない妊産婦・乳幼児への保健対策／育てにくさを感じる親に寄り添う支援／

妊娠期からの児童虐待防止対策／学童・思春期から成人期に向けた保健対策

・子どもの健やかな育ちを支援する地域づくり

子ども一人ひとりが尊重され、子どもの健やかな育ちを守るとともに、地域の人子どもや子育て家庭への関心と理解を深め、子どもや子育てを支え合うことのできる地域づくりを目指します。

→子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり／妊娠期からの児童虐待防止対策

健康増進計画

目指す姿

自分のからだやことを知り、健やかな生活をおくることができる

基本的な考え方

- ・健康上の制限がない日常生活を送ることができる期間である健康寿命の延伸を図るため、生涯を通じて望ましい生活習慣を目指した健康づくりを推進します。
- ・地域や社会経済状況の違いによって生じる健康格差の縮小を図るため、誰一人取り残さない社会環境の質の向上に取り組めます。

1 身体活動・運動

3 飲酒

5 生活習慣病

7 感染症

2 休養・睡眠

4 喫煙

6 生活機能の維持向上

歯科口腔保健計画

目指す姿

生涯にわたり、自分の歯で噛むことができる

基本的な考え方

・健康で質の高い生活のための歯科口腔保健の実現

むし歯や歯周病を予防し、できるだけ歯を残し、咀嚼^{そしゃく}や嚥下^{えんげ}といった口腔機能の維持向上により健康寿命の延伸につなげます。また、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科検診を推奨することで、「歯の本数の維持」や「むし歯や歯周病の予防・早期治療」につなげます。

歯科疾患、主に歯周病は、糖尿病などの様々な全身の健康に影響を及ぼします。そのため歯科疾患の予防から全身の健康づくりを推進します。

・歯と口腔に関する健康格差の縮小

誰もが生涯にわたり、歯と口腔の健康を維持できるよう、社会環境の整備や継続的支援により、健康格差の縮小を目指します。

食育推進計画

目指す姿

市民が、伊東の食を楽しみ元気に健全な食生活を実践することができる

基本的な考え方

健康で心豊かな生活を送るためには、市民一人ひとりが健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることが重要です。しかし、高齢化の進行や個々のライフスタイルの多様化など、欠食や過食、偏食、孤食等の様々な課題を抱えています。本市では、すべての市民の健康寿命の延伸と生活の質の向上による豊かな人生の実現に向けて、市民一人ひとりが主役となって、自分の体に合った「食」に関する意識の向上を図り、心身の健康増進につながる健全な食生活を実践することができるように、家庭を中心に、学校や地域、関係団体、行政等の協働による食育を推進していきます。

・生涯を通じた一人ひとりの心身の健康を支える食育の推進

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、家庭、学校・保育所、職場、地域等の各場面において、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。

・持続可能な食を支える社会全体での食育の推進

食育に取組みやすい食環境づくりを進めていくとともに、基盤となる社会参加へのきっかけづくりやつながりを促進していくことで、市民一人ひとりが主体的に食育を推進できるように支援していきます。

・「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

「新しい生活様式」に対応し、「新たな日常」においても、市民による主体的な運動となるよう、ICT等のデジタル技術を有効活用して効果的な情報発信を行うなど、デジタル化に対応した食育を推進します。

第四次伊東市保健計画は、4つの計画において、以下の体系をもとに、目指す姿の実現に取り組めます。

第四次伊東市保健計画

母子保健計画

■ 切れ目のない妊産婦・乳幼児への保健対策

- 妊娠期からの切れ目のない相談等支援体制の整備
- 女性や家族の不妊・不育の悩みへの相談等支援体制の充実
- 乳幼児期の健やかな発育・発達の支援体制の充実

■ 学童・思春期から成人期に向けた保健対策

- ころとからだの健康に関する知識の普及・啓発、相談体制の充実
- 自己肯定感を育むための健康教育

■ 子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり

- 地域の子育て支援団体との協働

■ 育てにくさを感じる親に寄り添う支援

- 支援が必要な乳幼児の早期発見、支援の早期介入ができる体制の維持・構築
- 関係機関と連携した継続的な親子の支援

■ 妊娠期からの児童虐待防止対策

- 虐待の予防・早期発見・継続的支援
- 虐待予防の普及啓発
- 各関係機関との連携、体制強化の整備

健康増進計画

■ 個人の行動と健康状態の改善

1 身体活動・運動

- 習慣的に運動する人の増加
- 子どもの運動習慣者の増加

2 休養・睡眠

- 良好な休養・睡眠に関する普及啓発

3 飲酒

- 妊娠中や20歳未満の人の飲酒に関する啓発
- 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人の減少

4 喫煙

- 正しい知識の普及啓発
- 喫煙率低下
- 女性の喫煙者を減らす

5 生活習慣病

①がん

- がん検診の実施
- 受診率の向上
- がん患者支援の充実

②循環器疾患

- 高血圧・脂質異常症の人の減少
- 循環器疾患予防に関する情報提供及び普及啓発
- 途切れることのない健康づくり支援の展開

③糖尿病

- 糖尿病に関する知識の普及啓発
- 糖尿病及びその予備群の早期発見・早期改善
- 糖尿病の重症化予防

④慢性閉塞性肺疾患（COPD）

- COPDの知識普及啓発
- COPD患者、家族への支援

6 生活機能の維持向上

- ロコモティブシンドロームの減少
- 骨粗しょう症検診受診率の向上等
- 心理的苦痛を感じている人の減少

7 感染症

- 定期予防接種の個別勧奨
- 予防接種の実施
- 感染症についての情報発信

■ 社会環境の質の向上

1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

- 地域のつながりの強化、社会活動参加への支援
- こころの健康のサポート体制の充実

2 自然に健康になれる環境づくり

- 身体を動かしたいと思える環境づくり
- 受動喫煙のない環境づくり

3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

- ICTを活用した健康づくりの取組の推進

歯科口腔保健計画

■ 歯科疾患の予防と生活の質を上げるための口腔機能の獲得・維持・向上

- むし歯予防
- 歯周病予防
- 口腔機能の獲得、維持、向上
- 検診の受診勧奨
- 喫煙と歯科疾患に関する知識の普及啓発

■ 分野別に見た歯科口腔保健

- 障害者支援施設での歯科保健指導
- 施設職員向け正しい知識の普及啓発

■ 歯科口腔保健を推進するために必要な体制と社会環境の整備

- 8020 住民会議の開催

食育推進計画

■ 栄養・食生活

- 適正体重を維持するための支援
- 栄養バランスの良い食事についての知識の普及啓発
- 共食の推進

■ 食育の推進

1 家庭における食育の推進

- 子どもの基本的な生活習慣の形成
- 望ましい食生活の実践
- 妊産期、授乳期の食育の推進

2 学校、保育所等における食育の推進

- 食に関する指導の充実
- 就学前の子どもに対する食育の推進

3 地域における食育の推進

- 健康寿命の延伸に向けた食育の推進
- 地域における共食の推進
- 様々な団体等と連携した食育の推進

4 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等

- 地産地消の推進
- 農林漁業体験活動の促進

5 食文化の継承のための活動への支援等

- 和食文化についての学習機会の提供

SDGs (持続可能な開発目標)

SDGs (持続可能な開発目標)とは Sustainable Development Goals の略称で、平成 27 (2015) 年 9 月の国連サミットで、令和 12 (2030) 年に向けて持続可能な社会の実現を目指す「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」の一部として、加盟国の全会一致で採択されました。SDGs は、全ての国々に普遍的に適用される 17 の目標と 169 のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない (leave no one behind)」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現に取り組むことを誓っています。

伊東市保健計画の取組に該当する SDGs の開発目標

 <p>1 貧困をなくそう</p> <p>あらゆる場所のあらゆる形態の貧困を終わらせる</p>	 <p>8 働きがいも経済成長も</p> <p>包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用 (ディーセントワーク) を促進する</p>
 <p>2 飢餓をゼロに</p> <p>飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を推進する</p>	 <p>9 産業と技術革新の基盤をつくろう</p> <p>強靱 (レジリエント) なインフラ構築、包摂的かつ持続可能な産業化の促進及びイノベーションの推進を図る</p>
 <p>3 すべての人に健康と福祉を</p> <p>あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する</p>	 <p>10 人や国の不平等をなくそう</p> <p>各国内及び各国間の不平等を是正する</p>
 <p>4 質の高い教育をみんなに</p> <p>すべての人々への包摂的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する</p>	 <p>11 住み続けられるまちづくりを</p> <p>包摂的で安全かつ強靱 (レジリエント) で持続可能な都市及び人間居住を実現する</p>
 <p>5 ジェンダー平等を達成しよう</p> <p>ジェンダー平等を達成し、すべての女性及び女児の能力強化を行う</p>	 <p>12 つくる責任 つかう責任</p> <p>持続可能な生産消費形態を確保する</p>
	 <p>17 パートナリシップで目標を達成しよう</p> <p>持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する</p>

計画の推進体制

本計画を推進するためには、市民、関係機関、地域、企業及び行政が連携し、誰もが健康づくりに取り組むことができる環境を整備することが重要です。庁内各課の連携はもちろんのこと、伊東市全体で協力して各種の取組が進められるよう、連携を強化して本計画を推進します。

