

第1章 計画の基本的な考え方

I 計画策定の背景と目的

国では、急速な人口の高齢化や生活習慣の変化による生活習慣病の割合の増加、またそれらに伴う認知症や介護を要する人の増加などに対応し、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするために、国民が主体的に取り組める新たな国民の健康づくり運動として、平成11年度に「健康日本21」が策定されています。

さらに、平成 24 年度にはこれまでの健康づくり計画の評価等から、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を上位の目標に掲げた「健康日本21(第2次)」が策定されました。

本市でも平成 14 年度に、心豊かに安心して暮らせる十和田市をめざし、健康づくりを推進していくため、メインテーマを「一人ひとりの生命をお互いに大切にしよう」とし、「市民一人ひとりが自ら健康増進に努め、心身ともに充実感を持ち、お互いに支え合っていける十和田市」の実現のために「健康とわだ21」を策定し、主たる健康づくり対策を①こころ・休養 ②栄養・食生活 ③生活習慣病の予防 ④たばこ・アルコールの4領域とし推進してきました。

今年度、これまでの計画の推進・取組状況を評価し、その結果を基に、さらに取組みを進めていくために、本市の健康づくり基本計画として「第2次健康とわだ21」を策定しました。

II 健康づくりに関連する法令・施策等

計画の策定にあたり、以下の計画・施策との整合性に留意しました。

- ・第1次十和田市総合計画「感動・創造推進プラン 十和田」（平成 19 年4月策定）
- ・十和田市老人福祉計画・十和田市介護保険事業計画（平成 24 年3月策定）
- ・十和田市国民健康保険特定健康診査等実施計画（平成 20 年3月策定）
- ・十和田市障害者基本計画（平成 24 年3月策定）
- ・十和田市母子保健計画（平成 14 年4月策定）
- ・十和田市次世代育成支援行動計画（平成 22 年3月策定）
- ・十和田市食育推進計画（平成 20 年3月策定）
- ・十和田市セーフコミュニティ推進計画（平成 21 年 6 月策定）

<主な法令・施策>

- ・健康日本21(第2次)（平成 24 年7月）
- ・健康増進法（平成 15 年5月施行）
- ・健康フロンティア戦略（平成 16 年5月取りまとめ）
- ・たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約（平成 17 年2月発効）
- ・食育基本法（平成 17 年 7 月施行）
- ・自殺対策基本法（平成 18 年 10 月施行）
- ・がん対策基本法（平成 19 年4月施行）
- ・高齢者の医療の確保に関する法律（平成 20 年4月施行）
- ・医療制度改革（平成 20 年4月施行）
- ・歯科口腔保健の推進に関する法律（平成 23 年8月施行）

Ⅲ 計画の位置づけ

この計画は、国が策定した「健康日本21（第2次）」及び青森県が策定した「健康あおもり21」を踏まえた具体的な計画とします。

また、第1次十和田市総合計画「感動・創造推進プラン 十和田」を上位計画として、総合的に健康づくりを推進するための計画とします。

Ⅳ 基本理念

すべての市民が、こころ豊かに安心して暮らせる十和田市をめざした健康づくりを推進していく上で、第1次計画に引き続き「一人ひとりの生命をお互いに大切にしよう」という理念のもとに、「市民一人ひとりが健康で充実感を持ち、お互いに支え合っていける十和田市」の実現のために、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標に、生活習慣病の予防とこころの健康の2つの柱で推進し、生活の質の向上をめざします。

Ⅴ 基本方針

基本理念の実現のため、次の通り基本方針とします。

1 生涯を通じた健康づくりの推進

めざす姿を実現するために、健康状態の実態を把握し、課題を明確にして、健康づくりを推進します。

2 健康的な生活習慣づくりを中心とした「一次予防」の重視

自らの健康は、自らつくることを基本とし、食生活や運動習慣・休養など健康的な生活習慣を身につけ、病気になるようにする「一次予防」を重視し、健康増進に向けた取組を積極的に進めます。

3 社会全体での健康づくりの推進

市民一人ひとりの健康づくりに対する取組に加えて、家庭や地域・行政・団体などの関係機関が支え合うことにより、個人の健康づくりを社会全体で支援し、推進していきます。

4 具体的な計画目標の設定と評価

個人と健康づくりに関わる多くの関係者が共通の認識を持てるよう、取り組むべき健康課題を明確にして、具体的な健康改善の目標を設定することが必要です。目標値を適切に評価しながら、健康づくりに反映させ、計画を推進していきます。

VI 計画の体系

理念

一人ひとりの生命をお互いに大切にしよう

市民一人ひとりが健康で充実感を持ち、お互いに支え合っている十和田市

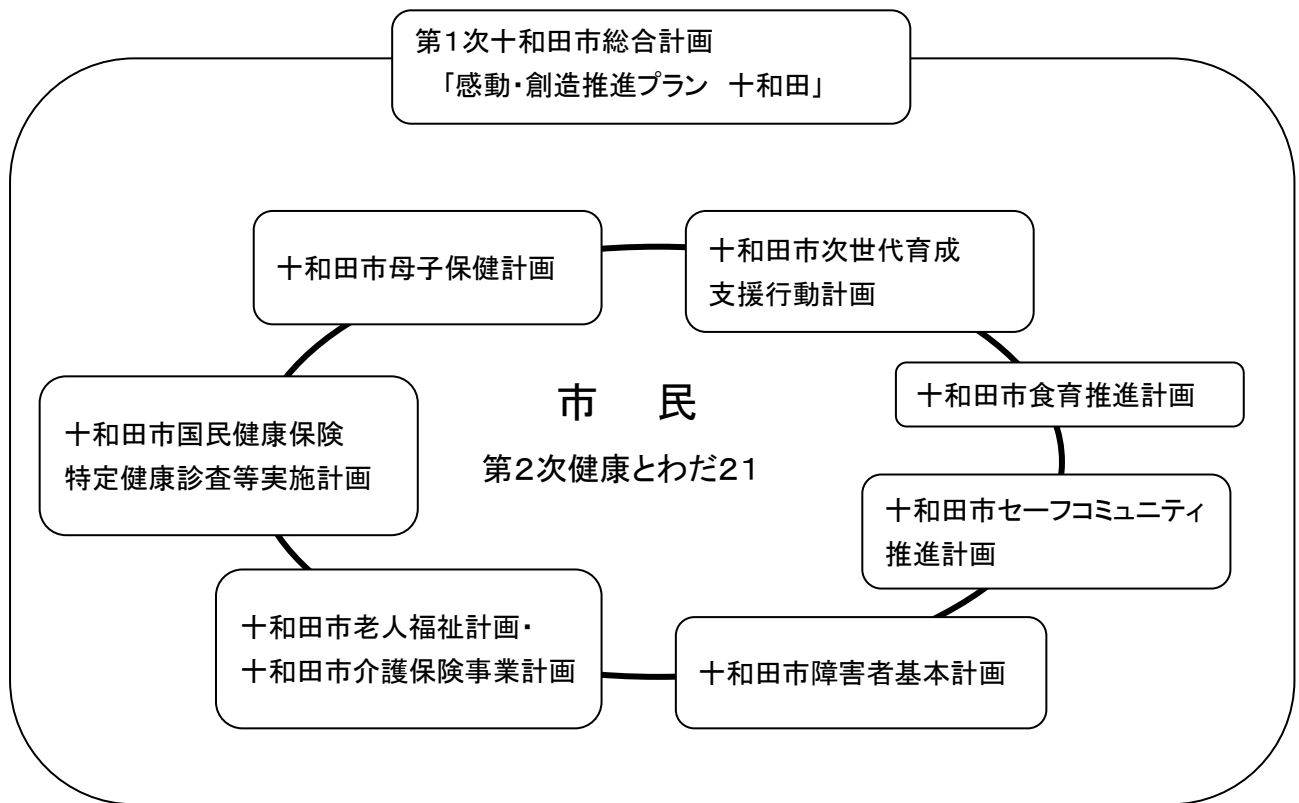
目標 : 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

1 生活習慣病の予防

健康的な生活習慣 (一次予防)	○ 栄養・食生活	・望ましい食習慣の確立 ・学齢期の肥満対策・朝食摂取の推進 ・生活習慣病の予防・適正体重の維持の推進
	○ 身体活動・運動	・運動習慣の定着化 ・日常生活における活動量の増加 ・自立した生活を維持する体力づくり
	○ 歯と口の健康	・健全な口腔状態の維持 ・口腔機能の維持・向上
	○ たばこ	・未成年者に対する喫煙防止対策 ・妊産婦に対する喫煙防止対策 ・受動喫煙防止対策 ・喫煙者への禁煙支援 ・職域における受動喫煙防止対策
疾病の早期発見 ・早期治療 (二次予防)	○ がん	・がん検診受診率の向上 ・がん検診精密検査受診率の向上
	○ 生活習慣病	・特定健康診査受診率の向上・特定保健指導実施率の向上 ・重症化予防 ・介護予防
保健医療体制の充実 (三次予防)		・保健医療体制の充実

2 こころの健康

こころの健康づくり (一次予防)	・こころの健康づくり普及啓発 ・人、地域とのつながりの推進 ・正しい知識の普及と行動変容の推進
早期発見・ 早期対応 (二次予防)	・身近に相談できる環境づくり ・相談体制の充実 ・職域の対策推進 ・障害等があっても暮らしやすい環境づくり ・虐待対策の充実
自殺対策 (三次予防)	・自殺対策の推進 ・包括的対策の推進



この計画は、妊産婦・乳幼児期から高齢期に至るまで一連の流れの中で、連携・連動し合いながら市民の健康づくりを進めていくものです。

VII 計画の期間

平成 25 年度を初年度とし、平成 34 年度を目標年次とする 10 カ年の計画とします。

平成 29 年度には、中間評価を実施し、必要に応じて計画の見直しを実施していきます。