

「第2次健康うつのみや21」計画【概要版】

I 第2次計画の策定にあたって

1 現行計画の「概要」

- 趣 旨：・市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むための指針
・地域、行政、学校、企業等が一体となって、市民の健康づくりを支援するための指針
- 期 間：平成14年度～平成24年度
- 特 徴：発病を予防する「一次予防」に重点を置いた対策を推進

2 第2次計画策定の「社会背景」

〔宇都宮市〕

- 人口の減少・・・平成27年にピークを迎え、以降は減少
- 少 子 化・・・合計特殊出生率はほぼ横ばいで、15歳未満の人口割合は減少
- 高 齢 化・・・平成32年に後期高齢者が前期高齢者の割合を超過
- 世帯の状況・・・「単身者世帯」、「核家族世帯」は年々、増加の傾向
- 東日本大震災・・・家族の絆や地域での支えあい、人と人とのつながり、他人への思いやりや社会との協調等の重要性を再認識

- 目 的：人口減少、少子高齢化等の社会背景を踏まえ、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むとともに、家庭、学校、地域、企業、行政等が一体となり、より一層市民の健康づくりを推進する必要があるため。
→ **（仮称）「第2次健康うつのみや21」計画を策定**
- 期 間：平成25年4月～平成34年3月（平成29年度に中間評価）

【参 考】国・県の動向

〔国における課題〕

- ◎ 非正規雇用の増加など雇用基盤の変化、家族形態・地域の変化等がある中で、健康における地域格差縮小の実現が重要
- ◎ 超高齢社会の中で、重症化を予防する観点や、年代に応じた健康づくりを行うことにより社会生活機能を維持する観点が重要
- ◎ 健康の意識はありながら、生活に追われて健康が守れない者や、健康に関心が持てない者も含めた対策も必要

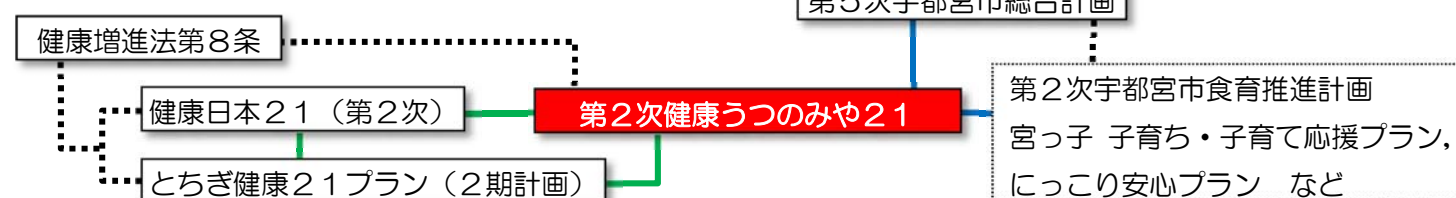
〔県における課題〕

- ◎ 次期計画策定においては、生活習慣病予防のための普及啓発を行うとともに、若い世代からの生活習慣病の発症予防・重症化防止を念頭に置いた施策や取組の展開にも留意が必要

「健康日本21（第2次）」策定

「とちぎ健康21プラン（2期計画）」策定

◎ 計画の位置付け



II 市民の健康を取り巻く現状と課題

1 現行計画の「最終評価」

	目 標	評 価	
基本目標	健康寿命の延伸	概ね目標達成	
	壮年期死亡の減少	概ね目標達成	
	生活の質の向上	改善とはいえない	
重点9分野	栄養・食生活	目標未達成だが改善	
	身体活動・運動	改善とはいえない	
	休養・こころの健康	改善とはいえない	
	歯の健康	目標未達成だが改善	
	たばこ	目標未達成だが改善	
	アルコール	目標未達成だが改善	
	循環器病・糖尿病・がん	目標未達成だが改善	
	中間評価時に設定	メタボリックシンドローム・肥満	目標未達成だが改善
		健康づくり実践活動	目標未達成だが改善
	関係機関との連携	目標未達成だが改善	

● 指標の評価（目標項目60、指標98）

評 価	細項目数	構成比（%）
A 目標値に達した	20	20.4%
B 目標値に達していないが、策定時に比べて上回っている	43	43.9%
C 変わらない（目標値±1.0%以内）	7	7.1%
D 悪化している	15	15.3%
E 評価が困難である（制度変更・データ収集不可能等により）	13	13.3%
合 計	98	100%

〔課題〕「身体活動・運動」分野の停滞や成人男性の肥満の悪化などがみられたことから、生活習慣病の予防対策の継続・強化とともに、引き続き、「休養・こころの健康」分野における取組が必要である。

2 宇都宮市民の健康の「現状と課題」

① 平均寿命と健康寿命（平成22年度）

※ 健康寿命は介護認定ベースで算出

	性 別	平均寿命 (A)	健康寿命 (B)	不健康な期間 (A) - (B)
宇都宮市	男 性	79.81	78.47	1.34
	女 性	86.06	83.16	2.90
栃木県	男 性	79.19	77.90	1.29
	女 性	85.77	82.88	2.88

〔課題〕平均寿命を延ばすとともに、その増加分を上回る健康寿命の延伸に向けた取組が必要である。

② 本市の3大死因別死亡率の推移と主な死因（平成22年度）

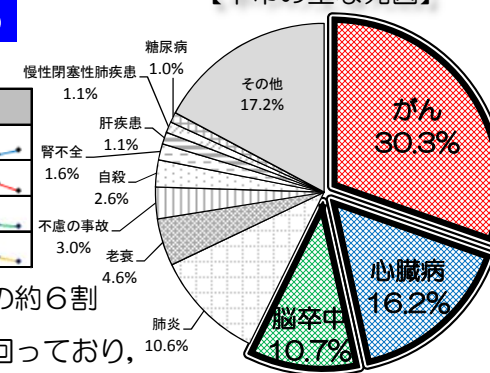
※ 死亡率は、平成22年度の値と過去5年間の推移を記載

区分	が ん	心臓病	脳卒中
男性（宇都宮市）	180.1	81.5	56.2
女性（宇都宮市）	96.4	41.0	28.8
男性（全国）	182.4	74.2	49.5
女性（全国）	92.2	39.7	26.9

・ 死因の第1位はがん（全体の約3割）で、3大死因が全体の約6割

〔課題〕依然として3大死因による年齢調整死亡率は全国を上回っており、引き続き、生活習慣の改善を図ることが必要である。

【本市の主な死因】



3 “市民健康等意識調査”の結果

最終評価にあたり、「一般市民」「中学・高校生」「幼児・小学生」の区分で生活習慣や健康に対する意識についてアンケート調査を実施

- ・ 自分の生活習慣をよく思う市民 → 策定時51.8%⇒中間48.3%⇒最終53.0%
- ・ 朝食を食べない、運動をほとんどしない理由 → 「時間がない」30%以上
- ・ 地域の健康づくり活動に参加する条件 → 「身近な場所で参加できる」50.3%

〔課題〕健康づくりに取り組みたくても時間がなく取り組めない人や、身近な場所で健康づくりの機会がなく取り組めない人がいると考えられるので、健康づくりを支援する環境を整備することが必要である。

4 これまでの“推進体制”

- 健康づくりの核となる人材の育成・支援
→ 健康づくり推進員養成講座の修了者数 1,061人（平成23年度）
 - 地域における健康づくり推進部会の設立
→ 健康づくり推進組織は、39地区中36地区で設立
 - 関係機関・団体との連携
→ 健康づくり推進組織との連携、宇都宮市保健衛生審議会への報告
- 〔課題〕職域との連携が不十分であり、働き盛り（壮年期）の健康に課題があるため、職域における健康づくりの推進が必要である。

III 第2次計画の基本的な考え方

1 第2次計画の“基本的な考え方”

① 基本理念の設定

「ともに支え合う、健康で幸せなまちづくり」の実現

※ 現行計画の『健康で幸せなまちづくり』の実現に“ともに支え合う”を追加

② 基本目標の設定

基本理念の実現に向け、超高齢社会を迎えるに当たり、市民が支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会をつくるには、**健康寿命の延伸**が必要であるため、基本目標に設定する。

③ 基本方向の設定

「市民の健康を取り巻く現状と課題」を踏まえ、基本目標の達成に向けた基本方向を設定する。

2 基本方向設定の“理由”

- ◎ 現行計画の最終評価において、「身体活動・運動」分野の一層の推進や成人男性の肥満の改善の必要性などがみられたことや、依然として3大死因による年齢調整死亡率が全国を上回っていることなどから、生活習慣の改善を図り、生活習慣病の発症や重症化を予防する必要がある。
⇒ 基本方向1『生活習慣の改善』、基本方向2『生活習慣病の発症予防・重症化予防』を設定
- ◎ 少子高齢化、単身世帯の増加等の社会背景を踏まえ、将来を担う次世代の健康を支え、次世代における健康づくりを推進し、また、高齢化による生活機能の低下の抑制や、生活の質の向上のために高齢者の健康づくりを推進する必要がある。
⇒ 基本方向3『社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上』を設定
- ◎ 市民健康等意識調査の結果より、時間がなく健康づくりに取り組めない人や、身近な場所で健康づくりの機会がなく取り組めない人がいると考えられるため、健康づくりを支援する環境を整備する必要がある。
⇒ 基本方向4『健康を支え、守るための社会環境の整備』を設定

基本目標	基本方向	分野	健康目標（市民の行動指針となる目標）
「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」を目指します。	基本方向1 生活習慣の改善 （市民の健康増進を形成・維持するための基本要素となる生活習慣を改善するために設定）	① 栄養・食生活	栄養のバランスのよい食事を3食規則正しく食べる食習慣を身につけます。
		② 身体活動・運動	日常生活の中で、自分に合った運動を、気軽に楽しみながら継続して実践します。
		③ 休養・こころの健康	十分な休養の確保とストレスへの対応力を身につけることで、こころの健康を維持します。また、自分や周囲の人のこころのSOSに気づき、対応することで、自殺者を減少させます。
		④ 歯・口腔の健康	むし歯や歯周病を予防し、80歳で20本の健康な自分の歯を保ちます。
		⑤ たばこ	未成年者・妊婦の喫煙をなくすとともに、禁煙・受動喫煙防止を積極的に行います。
		⑥ アルコール	アルコールに関する正しい知識を持ち、節度ある適度な飲酒を実践するとともに、未成年者・妊婦の飲酒をなくします。
	基本方向2 生活習慣病の発症予防・重症化予防 （NCD〔非感染性疾患〕に対処するため、一次予防に加えて、合併症や症状の進展などの重症化を予防するために設定）	⑦ NCD（非感染性疾患）	日ごろから健康的な生活習慣を心がけ、年に1回は必ず健康診査を受診し、定期的ながん検診も受診することでNCDの「発症予防」と「重症化予防」に努めます。
		⑦-1 循環器疾患	日ごろから健康的な生活習慣を心がけ、肥満に気をつけ、年に1回は必ず健康診査を受診することで循環器疾患の「発症予防」と「重症化予防」に努めます。
		⑦-2 糖尿病	日ごろから健康的な生活習慣を心がけ、肥満に気をつけ、年に1回は必ず健康診査を受診することで糖尿病の「発症予防」と「重症化予防」に努めます。
		⑦-3 がん	女性は20歳、男性は40歳になったら、定期的ながん検診を受け、自分自身の健康を見直します。
		⑦-4 COPD（慢性閉塞性肺疾患）	COPDの原因や症状について理解し、喫煙者は自ら禁煙に努めます。また、COPDと診断されたら、症状を悪化させないように、自ら禁煙や受動喫煙防止に努め、継続して治療を受けるよう心がけます。
⑦-5 CKD（慢性腎臓病）	日ごろから健康的な生活習慣を心がけ、年に1回は必ず健康診査を受診することでCKDの「発症予防」と「重症化予防」に努めます。		
基本方向3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上 （将来を担う次世代の健康を支えるため、また、高齢化による機能の低下を抑制し、生活の質の向上などを目指すために設定）	⑧ 次世代の健康	バランスのよい食事をし、楽しく遊びながら、毎日を元気に過ごします。また、健康な大人になるための、心と身体の準備をします。	
	⑨ 高齢者の健康	みんなで支え合いながら、余暇を楽しむなど、望ましい生活習慣を心がけ、健康で生きがいのある心豊かな生活を目指します。	
基本方向4 健康を支え、守るための社会環境の整備 （社会全体で市民の健康づくりを支える必要があるため、また、健康づくりを支援する企業や団体の積極的な参加を促すために設定）	⑩ 地域のつながり・支え合い	誰もが「健康」に関心を持ち、健康づくりに取り組めるよう健康を支える環境をつくります。	
	⑪ 企業・団体等の積極参加の促進	企業・団体等は、働く人の健康を支え、守ります。また、地域や行政などと連携・協力しながら、社会全体で、市民が健康づくりに取り組みやすい環境をつくります。	

別紙

IV ライフステージの設定

1 設定の“趣旨”

市民がわかりやすく、取組を実践しやすいよう、ライフステージに応じた健康づくりの推進のため設定

①乳幼児期 (0歳～5歳)	②小学校期 (6歳～11歳)	③中学・高校期 (12歳～17歳)	④青年期 (18歳～39歳)	⑤壮年期 (40歳～64歳)	⑥高齢期 (65歳以上)
生活習慣の基礎が作られる時期	生活習慣が定着する時期	身体的・精神的な発達が進む時期	身体的な発達が完了し、体力の維持・増進が重要となる時期	身体機能が徐々に低下し、健康や体力への不安や生活習慣病の発症が増える時期	機能低下が身体の随所に現れ、個人個人の健康状態の差が大きくなる時期

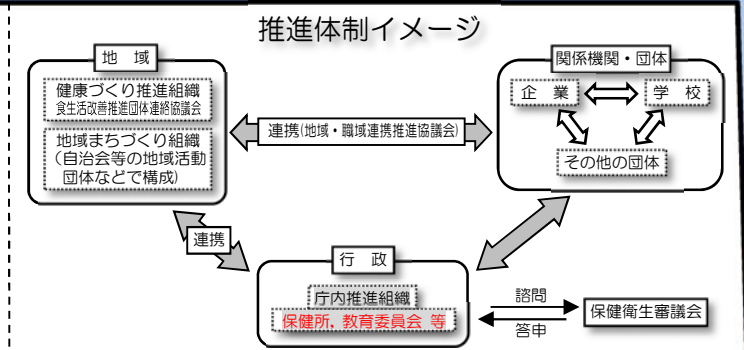
2 ライフステージの設定における“特徴”

ライフステージごとに健康づくりに取り組む際のポイントを示す。

V 推進体制

1 第2次計画の推進体制の“考え方”

地域における健康づくり活動への参加人数は年間約28,000人にもものぼるが、依然として、自分の生活習慣をよく思う市民の割合が停滞しており、地域の健康づくり活動に参加する条件として「身近に参加できる」が多いことなどから、健康づくり推進員などを通して、今まで以上に市民に近い場所での健康づくり活動の推進が必要である。
また、忙しくて時間がなく、健康づくりに取り組めない市民もいることから、職域への連携をより一層強化し、職域での健康づくりを推進する必要がある。



重点取組・行政の支援（施策事業）・重点目標について

重点取組 目標の達成に向けて、特に重要となる市民の具体的な取組

重点目標 健康づくりを推進するうえで、市民が理解しやすく、取り組みやすいものとなるよう、健康目標を具体化する各分野の目標項目の代表項目

分野	重点取組	主な行政の支援（施策事業）	重点目標	現状値	目標値	
基本方向1	① 栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスについての相談・普及啓発 食事マナーなどの食育の取組を推進 食育に関する講座・催しの開催 ⇒ 【拡充】食育に関する出前講座の充実 ヘルシー地産地消メニューの開発・普及 ⇒ 【拡充】宮っこ食育応援団等との協働によるヘルシー地産地消メニューの開発及び地域・職域や家庭での普及、健診での試食会の実施 	朝ごはんを毎日食べる人の割合	幼児 93.8% 小学6年生 95.8% 中学3年生 93.3% 高校生 85.2% 20代 57.8% 30代 76.7%	幼児 100% 小学6年生 100% 中学3年生 100% 高校生 100% 20代 85.0% 30代 85.0%	
			食事バランスガイド等を参考に食生活を実践する人の割合	36.2%	60.0%	
			食育に取り組んでいる人の割合	幼児・小学生の保護者 51.5% 成人 28.9%	幼児・小学生の保護者 90.0% 成人 62.0%	
	② 身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> いろいろな機会を利用して体力をチェックし、自分に合った無理のない運動を継続します。 多種多様な運動を経験し、楽しくできる運動習慣を身につけます。 	<ul style="list-style-type: none"> 運動に関する講座の開催 運動を行う場所の情報提供 身体活動・運動の習慣化に向けた取組 ⇒ 【拡充】日常生活における手軽な運動の推進に向けた「健康づくりのための運動指針（エクササイズガイド）」やウオーキングマップ等を活用した運動事業の充実 	息が少し弾む程度の運動を週2回以上実施する人の割合	中学生 70.0% 高校生 52.6% 18～64歳男性 36.3% 18～64歳女性 29.4% 65歳以上男性 63.2% 65歳以上女性 49.7%	中学生 80.0% 高校生 63.0% 18～64歳男性 47.0% 18～64歳女性 40.0% 65歳以上男性 74.0% 65歳以上女性 60.0%
				睡眠による休養がとれていない成人の割合	33.4%	25.0%
	③ 休養・こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> 十分な休養を積極的にとるよう努めます。 睡眠及び休養の重要性を理解します。 自分自身のストレス状態を正しく理解します。 こころの不調を感じたら、家族や友人に相談したり、早めに専門家に相談したり、うつ病などのこころの病気の早期発見・早期対応に努めます。 	<ul style="list-style-type: none"> こころの健康づくりに関する知識や重要性の情報提供・普及啓発 こころの不調を感じている人が気軽に相談できる体制の整備・充実 こころの健康づくりを推進する地域に対する支援 イベント等を通じたストレスへの早期対応の推進 自殺対策の推進 ⇒ 【拡充】自殺未遂者の支援 	自殺死亡率（人口10万人あたり）	20.5	17.8 (H28)
80歳で20本以上自分の歯がある人の割合				35.7%	55.0%	
④ 歯・口腔の健康	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児期から正しい歯みがきの習慣を身につけるとともに、保護者による仕上げみがきを徹底します。 6024、8020運動について正しく理解します。 定期的に歯科健診や歯石除去、歯みがき指導を受け、自分の歯や口腔の状態にあったセルフケアを身につけます。 	<ul style="list-style-type: none"> 6024、8020運動及び歯ミグ30の普及 むし歯や歯周病予防のための、昼食後の歯みがきの促進とフッ化物応用の推進 歯・口腔の健康管理のため、歯科健診の実施 年代に応じた歯科健診の機会の提供 歯・口腔に関する相談の実施 歯・口腔の健康づくりの推進 ⇒ 【新規】歯科口腔保健の総合的、計画的な推進に向けた「(仮称)宇都宮市歯科口腔保健基本計画」の策定 歯科疾患と全身の健康の関係性についての普及啓発 ⇒ 【新規】全身の健康の維持と、歯・口腔の健康の関連性の情報提供・普及啓発 	4mm以上の歯周ポケットのある人の割合	40歳 39.0% 50歳 54.2%	40歳 29.0% 50歳 41.0%	
			定期的に歯科健診を受ける人の割合	26.6%	50.0%	
			中学・高校生の喫煙者（月1回以上の割合）の割合	中学生 1.2% 高校生 3.0%	中学生 0% 高校生 0%	
⑤ たばこ	<ul style="list-style-type: none"> 未成年者は喫煙しません。 喫煙者は、喫煙マナーを守るとともに、禁煙を実践します。 妊娠中や子育て中は喫煙しません。 	<ul style="list-style-type: none"> たばこの害についての正しい知識の普及啓発と情報提供 未成年者の喫煙防止のための普及啓発や環境づくり 禁煙・分煙の推進 禁煙を希望する市民に対する支援 ⇒ 【新規】関係団体と連携した禁煙支援 	喫煙している成人の割合	成人全体 15.7% 男性 26.8% 女性 7.2%	成人全体 10.0% 男性 17.3% 女性 4.5%	
			妊娠中喫煙している成人の割合	4.9%	0%	
⑥ アルコール	<ul style="list-style-type: none"> 多量飲酒や生活習慣病のリスクを高める飲酒が健康に与える害について正しく理解します。 「節度ある適度な飲酒」を理解し実践します。 未成年者は飲酒をしません。 家庭では酒類の保管などに配慮し、未成年者が飲酒をしない環境を作ります。 妊娠中や授乳中は飲酒をしません。 	<ul style="list-style-type: none"> 「節度ある適度な飲酒」の普及啓発 未成年者の飲酒防止に向けた普及啓発及び環境づくり アルコール問題を抱える個人・家族に対する相談体制の整備 禁酒・断酒についての自助グループの育成・支援 妊娠中や授乳中の飲酒防止に向けた普及啓発及び環境づくり 	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している成人の割合	男性 15.9% 女性 9.5%	男性 13.5% 女性 8.1%	
			飲酒経験のある中学・高校生の割合	中学生 24.6% 高校生 37.0%	中学生 0% 高校生 0%	
			妊娠中飲酒している成人の割合	1.6%	0%	

※ 「太字」のものは新規・拡充となる具体的な事業

重点取組 目標の達成に向けて、特に重要となる市民の具体的な取組

重点目標 健康づくりを推進するうえで、市民が理解しやすく、取り組みやすいものとなるよう、健康目標を具体化する各分野の目標項目の代表項目

分野	重点取組	主な行政の支援（施策事業）	重点目標	現状値	目標値	
基本方向2	⑦ NCD (非感染性疾患)	<ul style="list-style-type: none"> 定期的に健康診査（健康診断）、がん検診を受診します。 特定健診の結果、「メタボリックシンドローム」の予備群及び基準該当と判定された場合は、今までの生活習慣を振り返り、生活習慣の改善に取り組みます。 肥満または肥満症と言われたら、食生活や運動などの日常生活を見直し、NCDの発症予防・重症化予防に努めます。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病の予防に関する普及啓発・情報提供 生活習慣を改善するための健康教育・相談を実施 健診後の事後指導（保健指導）の充実 受けやすい健診体制の充実 <p>⇒ 【拡充】託児付き検診、早朝健診、夜間健診、関係団体と共催健診等の充実</p>	特定健康診査受診率 肥満または肥満症と言われたが、治療や取組をしていない人の割合 特定健康診査のメタボ該当者及び予備群の割合	23.1% 男性 42.8% 女性 39.9% 該当者割合 15.3% 予備群割合 10.8%	60.0% 男性 37.0% 女性 35.0% 該当者割合 11.3% 予備群割合 8.0%
	⑦-1 循環器疾患	<ul style="list-style-type: none"> 循環器疾患について正しく理解し、血圧を定期的に測るなど、自己の健康管理に努めます。 年に1回、定期的に特定健康診査・健康診査を受診します。 健診の結果、「要指導」の場合は保健指導を受け、生活習慣を改善し、「要医療」の場合は早めに医療機関を受診します。 循環器疾患と診断されたら、継続して治療を受け、病気の進行を防ぎ、合併症を予防します。 	<ul style="list-style-type: none"> 循環器疾患に関する講座等の開催 循環器疾患の予防に関する普及啓発・情報提供 受診結果に基づいた、要医療者への（医療）受診の勧奨 	血圧値が高いが、治療や取組をしていない人の割合 コレステロール値、中性脂肪値が高いが、治療や取組をしていない人の割合	男性 17.8% 女性 8.1% 男性 38.8% 女性 26.9%	男性 7.0% 女性 3.0% 男性 33.0% 女性 20.0%
	⑦-2 糖尿病	<ul style="list-style-type: none"> 太りすぎに注意し、適正体重を維持するよう努めます。 年に1回、定期的に特定健康診査・健康診査を受診します。 健診の結果、「要指導」の場合は保健指導を受け、生活習慣を改善し、「要医療」の場合は早めに医療機関を受診します。 糖尿病と診断されたら、継続して治療を受け、病気の進行を防ぎ、合併症を予防します。 	<ul style="list-style-type: none"> 糖尿病に関する講座等の開催 糖尿病の予防に関する普及啓発・情報提供 受診結果に基づいた、要医療者への（医療）受診の勧奨 	糖尿病または血糖値が高いと言われたが、治療や取組をしていない人の割合	男性 11.6% 女性 8.7%	男性 6.0% 女性 4.0%
	⑦-3 がん	<ul style="list-style-type: none"> 定期的ながん検診の必要性を理解し、女性は20歳、男性は40歳になったら、年に1回がん検診を受け、がんの早期発見に努めます。 がん検診の結果、精密検査が必要と判定されたときには、必ず精密検査を受けます。 	<ul style="list-style-type: none"> がんに関するイベント、講座等の開催 「がんを防ぐための新12か条」など、がんの予防に関する普及啓発・情報提供 検診の精度向上のための体制づくり 検診結果に基づいた、要精密検査者への（医療）受診の勧奨 	がん検診受診率 （40歳～69歳） ※子宮頸がん、乳がんは20歳～69歳	胃 男性 14.7% 女性 15.7% 肺 男性 26.7% 女性 26.7% 大腸 男性 25.0% 女性 25.7% 子宮頸 37.3% 乳 32.9%	胃 男性 40.0% 女性 40.0% 肺 男性 40.0% 女性 40.0% 大腸 男性 40.0% 女性 40.0% 子宮頸 50.0% 乳 50.0%
	⑦-4 COPD (慢性閉塞性肺疾患)	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙が健康に及ぼす影響について正しく理解します。 	<ul style="list-style-type: none"> COPDの予防に関する普及啓発・情報提供 	COPDによる死亡率（人口10万人あたり）の増加抑制	8.4	10.9以下
	⑦-5 CKD (慢性腎臓病)	<ul style="list-style-type: none"> CKDの予防方法について正しく理解し、生活習慣の改善に努めます。 年に1回、定期的に特定健康診査・健康診査を受診します。 健診の結果、「要指導」の場合は保健指導を受け、生活習慣を改善し、「要医療」の場合は早めに医療機関を受診します。 CKDと診断されたら、継続して治療を受け、病気の進行を防ぎ合併症を予防します。 	<ul style="list-style-type: none"> CKDに関する講座等の開催 CKDの予防に関する普及啓発・情報提供 受診結果に基づいた、要医療者への（医療）受診の勧奨 	CKDの認知度	（今後調査）	（平成29年度の中間評価時に設定）
	基本方向3	⑧ 次世代の健康	<ul style="list-style-type: none"> 朝食を必ず毎日食べます。 やせすぎの健康影響を理解し、適正体重を維持します。 	<ul style="list-style-type: none"> 食事マナーなどの食育の取組の推進 小中学校での体力向上の取組 身体活動・運動の習慣化に向けた取組⇒（※「身体活動・運動」の再掲） 次世代の食育実践の支援の充実 <p>⇒ 【拡充】保健センターや子育てサロン利用者へのヘルシーメニューの試食提供及びレシビ配布</p> <ul style="list-style-type: none"> 妊婦やその家族に対する健康情報提供 <p>⇒ 【拡充】母子手帳交付時等を通じた食生活、飲酒、喫煙等に関する健康情報提供</p>	朝ごはんを毎日食べる子どもの割合（※再掲） 週2回以上運動・外遊びしている子どもの割合	幼児 93.8% 小学6年生 95.8% 中学3年生 93.3% 高校生 85.2% 幼児 86.9% 小学生 81.8%
⑨ 高齢者の健康		<ul style="list-style-type: none"> 食事は、量より質を大切に、栄養のバランスのよい食事に努めます。 買物や散歩等、積極的に外出する機会をもつようにします。 自分の知識や経験などを活かして、ボランティア活動や地域活動に参加していきます。 	<ul style="list-style-type: none"> 社会参加促進のため、地域活動等の情報提供及び地域活動の場の拡大 身体活動・運動の習慣化に向けた取組⇒（※「身体活動・運動」の再掲） 高齢者のライフスタイルに応じた身体活動・運動の推進 <p>⇒ 【新規】健康運動指導士等の地域への派遣による運動事業の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> 高齢者の健康づくりの推進 <p>⇒ 【拡充】大学との共同研究による高齢者の健康づくりの推進</p>	低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合の増加抑制 健康のために意識して身体を動かす高齢者の割合	16.4% 男性 72.0% 女性 61.3%	17.5%以下 男性 80.0% 女性 68.0%
⑩ 地域のつながり・支え合い		<ul style="list-style-type: none"> 自分の健康に関心を持ち、地域における健康づくり活動を知り、身近な場所での健康づくり活動に積極的に参加します。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくり推進員の育成・支援及び健康づくり推進組織との連携 地域での健康づくり活動への参加の促進 <p>⇒ 【新規】健康づくり体験事業を通じた地域での健康づくり活動への新規参加者の拡大</p>	地域で健康づくり活動に参加する市民の増加	27,991人	33,000人
基本方向4	⑪ 企業・団体等の積極参加の促進	<ul style="list-style-type: none"> 行政が主催する健康づくり活動のイベント等に積極的に参加します。 企業は、従業員の健康を守るため、健診の実施、禁煙・分煙などの取組を実践します。 社会全体で市民の健康づくりを支え合うため、企業や民間団体等との連携・協働による健康づくり活動を展開します。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域・職域の連携・協働による健康づくりの推進 企業・団体等と連携した健康づくりの推進 <p>⇒ 【拡充】地域・職域連携推進協議会等との連携による地域や職域への実践につながる健康情報の提供</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康づくりに取り組む企業等を増やすためのインセンティブの創出 <p>⇒ 【新規】健診PR応援団事業による健診受診の推進</p>	働いている人のうち、自分の生活習慣をよく思っている人の割合 健康づくりに関する取組を行っている事業所の割合	44.8% 働いていない人 62.3% 23.9%	働いていない人と同値 50.0%

※ 「太字」のものは新規・拡充となる具体的な事業