

# 健康すいた 21 (第3次) 計画素案 (概要)

## 第1章 計画の策定に当たって

### (1) 計画の位置づけ

以下の3計画を一体的に策定

- ・健康増進法第8条の2に基づく「健康増進計画」
- ・食育基本法第18条に基づく「食育推進計画」
- ・吹田市歯と口腔の健康づくり推進条例に基づく「歯と口腔の健康づくり推進計画」

上記に加え、次世代の健康づくりの支援充実を図るうえで、「健やか親子 21 (第2次)」における母子保健の取組や方向性も包含した内容とします。

### (2) 計画期間

国・大阪府の計画や、本市における関連計画との整合性を図るため、**5年計画**(令和4年度(2022年度)～令和8年度(2026年度))とします。また、令和6年度(2024年度)に、関連計画の見直し等を受け、中間評価を行います。

### (3) 第3次計画における新たな視点

社会動向や本市の状況を踏まえ、以下の視点から施策を推進します。

- ア アフターコロナを踏まえた人々の健康意識・生活様式の変化
- イ 中核市移行に伴う、より身近な保健施策の展開
- ウ 次世代の健康づくりの支援充実

## 第2章 吹田市を取り巻く現状

### (1) 統計データからみられる現状

#### ア 平均寿命と健康寿命

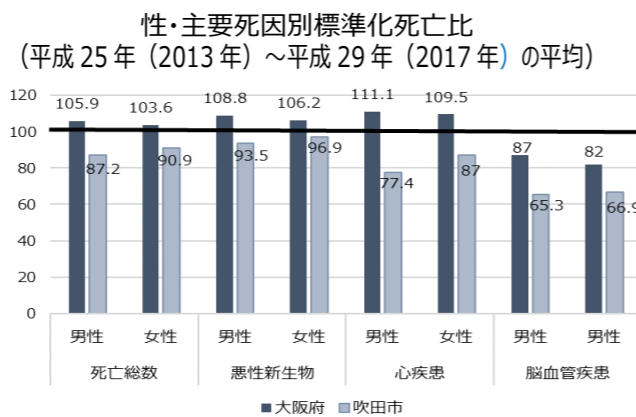
本市は、国・府と比べて、健康寿命・平均寿命が長いです。

健康寿命と平均寿命  
(平成27年(2015年))

	男		女	
	健康寿命	平均寿命	健康寿命	平均寿命
国	79.22歳	80.75歳	83.64歳	86.99歳
大阪府	78.11歳	80.23歳	82.52歳	86.73歳
吹田市	80.19歳	81.20歳	83.89歳	87.20歳

#### イ 死亡の状況

顕著な課題と言える部分はありません。



### (2) 健康すいた 21 (第2次) の評価

8つの取組分野のうち、5分野で改善傾向です。一方、「**栄養・食生活**」「**運動・身体活動**」は策定時から変化なく、「**健康管理**」は悪化しており、第3次計画において、改善に向けて特に取り組むべき課題であると言えます。

分野	策定年度と最終評価年度の分野別比較一覧
栄養・食生活	現状維持 →
たばこ	改善傾向 ↑
運動・身体活動	現状維持 →
休養・こころの健康	改善傾向 ↑
歯と口腔の健康	改善傾向 ↑
アルコール	改善傾向 ↑
健康管理	悪化 ↓
食を通じた豊かな人間形成	改善傾向 ↑

## 第3章 基本的な考え方

### 計画のめざすもの 「自分らしく、笑<sup>しょうがい</sup>涯、輝く」

基本目標

健康寿命の延伸

QOL (生活の質) の向上

### 基本方針 1 全ての世代の健康づくりと生活習慣病等の発症・重症化予防

#### ① 暮らしにとけこむ健康づくり

健康づくり: ②食べる ③動く・出かける ④眠る・癒す ⑤歯と口腔の健康 ⑥たばこ ⑦アルコール  
健康管理: ⑧診てもらおう

### 基本方針 2 ライフステージ別の課題に応じた取組

・次世代 ・就労世代 ・高齢世代

### 基本方針 3 「楽しむ・輝く」をベースとした「暮らし」ととけこむ健康づくり

・産学官民連携 ・データの活用 など様々な視点による暮らしにとけこむ仕掛けや取組の推進

### 第3次計画のキーワード: 暮らしにとけこむ健康づくりの推進

「健康無関心層を含む全ての市民」を対象として、「**楽しみながら自然と健康になれるまちづくり**」を進めます。更に、市民自身が健康づくりの取組を行いやすくするために、知識や技術の提供、社会環境整備などの「**市民の主体的な健康づくりを支える取組**」を、特に「**健康に関心はあるが、多忙等、何らかの理由により健康づくりの取組ができていない市民**」を重点ターゲットとして進めます。

取組の推進に当たっては、地域団体や企業・研究機関等との連携や、データの活用、行動経済学を活用した仕掛けづくりなどを通じて、暮らしにとけこむ健康づくりを推進します。

### ■暮らしにとけこむ健康づくりの推進に当たっての基本的な考え方

健康寿命延伸に係る市内基本方針で示す8つのライフスタイルを取り入れた取組を行うことで、自然と「健康」になれる仕掛けづくりを進めます。

#### ▼生活に取り込む8つのライフスタイル

「楽しむ・輝く」「知る」「診てもらおう」「食べる」「眠る・癒す」「動く」「出かける」「人とつながる」



### (2) KPI の設定

計画全体の達成度を進捗管理するために、重要業績評価指標 (KPI) を2種類設定し、令和8年度(2026年度)時点の目標を定めます。

重要業績評価指標 (KPI)	現状値	目標値/令和8年度(2026年度)
①健康寿命	健康寿命 男81.0歳 女84.8歳 【平成30年度(2018年度)実績】	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
②健康上の問題による日常生活への影響について「ない」と回答した人の割合	75% 【令和元年度(2019年度)実績】	増加

## 第4章 分野別の取組 (裏面)

## 第4章 分野別の取組

健康すいた21（第3次）においては、下記の8つの分野別で、施策を推進していきます。

将来像	基本目標	基本方針	取組分野	市民のめざす姿	行政・地域団体等の取組	成果指標	取組の評価指標
自分らしく、笑涯、輝く	健康寿命の延伸	<ul style="list-style-type: none"> <li>全ての世代の健康づくりと生活習慣病の発症・重症化予防</li> <li>ライフステージ別の課題に応じた取組</li> <li>「楽しむ・輝く」をベースとした「くらし」にとけこみ健康づくり</li> </ul>	くらしにとけこみ健康づくり	1 自分でできる健康づくりに取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>楽しみながら自然と健康になれるまちづくり</li> <li>市民の主体的な健康づくりを支える取組</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣を改善するつもりはない人の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康経営に取り組む企業数</li> </ul>
			食べる	1 おいしく楽しく、バランスよく食べる～元気なからだづくり～ 2 自然の恵みや食を支える人々に感謝し、食べることを大切にす	<ul style="list-style-type: none"> <li>ライフステージに応じた食育の取組</li> <li>全世代に共通する食育の取組</li> <li>食べることを大切にする意識を育てる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小・中学生の肥満傾向の割合</li> <li>朝食を毎日食べる人の割合</li> <li>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上毎日食べている人の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食塩を多くとる傾向がある人の割合</li> <li>食事を一人で食べることがよくある子供の割合</li> <li>食育に関心を持っている人の割合</li> </ul>
			動く・出かける	1 日常生活で体を動かす 2 自分でできる運動を見つけ、楽しみながら継続する	<ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活で体を動かすことの大切さについての啓発</li> <li>自然と体を動かすことにつながるハード面の整備</li> <li>出かけたくなる魅力あふれる場の創出</li> <li>ライフステージに応じた運動習慣形成に向けた取組</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>定期的に運動をしている人の割合</li> <li>定期的に運動をしている子供の割合</li> <li>短い距離（徒歩10分程度）なら歩く人の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健都で実施する各種プログラムの実施数</li> <li>何らかの地域活動をしている高齢者の割合</li> <li>運動やスポーツが好きな子供の割合</li> <li>フレイルの認知度</li> </ul>
			眠る・癒す	1 自分に合った方法でこころの健康を保つ 2 こころの不調に早期に気づき、対応する	<ul style="list-style-type: none"> <li>こころの健康維持のための知識の周知啓発</li> <li>こころの健康維持を支える日常的な取組の推進</li> <li>不調のサインや対応に関する知識の普及啓発</li> <li>相談体制の充実・強化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ストレスを常に感じている人の割合</li> <li>睡眠時間を規則正しく取れる人の割合</li> <li>自己肯定感のある子供の割合</li> <li>ゆったりした気分で子供と過ごせている人の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>育てにくさを感じたときに対処できる親の割合</li> </ul>
			歯と口腔の健康	1 定期的に歯科健診を受診する 2 自分に合ったセルフケアの方法を身につける	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯科健診の実施</li> <li>歯科健診の受診勧奨</li> <li>ライフステージに応じた指導及び周知啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3歳児歯科健診におけるおし歯のない幼児の割合</li> <li>12歳（中学1年生）における永久歯のおし歯経験歯数</li> <li>成人歯科健診における進行した歯周病にかかっている人の割合</li> <li>80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯科健診受診率</li> <li>歯間部補助清掃用具の使用人の割合</li> <li>食生活においてよく噛むことを重視している人の割合</li> <li>75歳以上で口腔機能の維持向上の方法を知っている人の割合</li> <li>歯周病と糖尿病の関係について知っている割合</li> </ul>
			たばこ	1 喫煙をしない、受動喫煙をさせない	<ul style="list-style-type: none"> <li>たばこが吸いにくい雰囲気醸成</li> <li>喫煙者への禁煙支援</li> <li>未成年者の喫煙防止のための教育</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙率</li> <li>受動喫煙の機会がないと答えた割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スモークフリーを知っている人の割合</li> <li>スモークフリー協賛企業数</li> <li>妊婦の喫煙率</li> <li>COPD認知度</li> <li>禁煙チャレンジ申請人数</li> <li>将来喫煙したくないと思う子供の割合</li> </ul>
			アルコール	1 未成年や妊婦は飲酒をしない 2 アルコールの害を理解し、適量飲酒を心がける	<ul style="list-style-type: none"> <li>未成年者への教育及び妊婦への周知啓発</li> <li>多量飲酒による体への影響についての周知啓発</li> <li>多量飲酒者への支援</li> <li>アルコール依存症に関する周知啓発及び相談支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>妊婦の飲酒率</li> <li>多量飲酒者の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>アルコール関連事業の実施回数</li> </ul>
			診てもらう	1 健（検）診を定期的に受診する 2 健（検）診結果に基づき、医療機関の受診や生活習慣改善につなげる 3 生活習慣病等の重症化予防のために定期受診や自己管理をする	<ul style="list-style-type: none"> <li>健（検）診の実施 ・健（検）診の受診勧奨</li> <li>要治療者への受診勧奨や各種保健指導</li> <li>データヘルスの推進</li> <li>重症化予防のための支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>受診勧奨判定者における未治療者の割合（血圧、血糖、脂質）</li> <li>国保健診におけるメタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ医を持つ人の割合</li> <li>かかりつけ歯科医を持つ人の割合</li> <li>かかりつけ薬局を持つ人の割合</li> <li>子供のかかりつけ医を持つ親の割合</li> <li>健診・人間ドック受診率</li> <li>がん検診受診率</li> </ul>