

【 案 】

健康若さ21（第3次）計画

～ 地域ぐるみで取り組む健康づくり

笑って元気な町をめざして ～

平成30年2月

鳥取県若桜町

はじめに



健康は、疾病や障がいの有無に関わらず、健やかに生き生きと暮らすために最も基本となるものであり、心身ともに健康で、生涯幸福な生活を送っていくことは市民の共通の願

いです。

若桜町では、市民が生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことができる、活力ある地域社会の実現を目指して、平成29年4月に「若桜町健康づくりの推進に関する条例」を制定しました。その条文において、健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施するため、健康づくりの推進に関する基本方針、目標、施策等に関する計画を策定すると定めています。

市民、地域団体、事業者、保健医療関係者及び町が連携し、地域社会全体で市民個々の健康づくりは食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持、その他の生活習慣全般に関わるものであることから、あらゆる分野、組織の領域を超えた総合的な健康づくりを展開していきたいと考えます。

終わりにになりましたが、計画の策定にあたり、貴重なご意見をいただきました「若桜町健康体力づくり推進協議会 健康づくり部会」の皆さんをはじめ、関係機関、団体、アンケートやパブリックコメントで貴重なご意見・ご提言をいただいた市民の皆さまに心よりお礼を申し上げます。

若桜町長 小林昌司



このたび「健康若さ21（第3次）計画」を策定しました。これは市民の健康状態や生活習慣などのアンケート結果をふまえて健康づくり部会で検討し、今後5年間の若桜町が目

指す目標を分野別に数値目標を記載したものです。

今後は、計画のままで終わることがないように、子どもから100歳以上の高齢者、病気や障がいを持つ人も含めた“全世代参加の健康づくり”、そして家族や周りの人にも働きかけて楽しく明るく生きる若桜を作るために“積極的な健康感”を持って実践する事が求められます。

早稲田大学の研究班が「ピンピンコロリ！農業者は元気で長寿である」と発表しました。「農作業は、身体を動かす、頭を使う、交流の場になる、達成感がある、人から感謝されて喜びを感じる。などから健康寿命を伸ばし医療費を減らした」との内容でした。納得です。

「若桜町でも、山間地で畑の顔をみながら暮らしている高齢者の経験と知恵を活かし、農業を活性化（ピンピンコロリ畑？）することが健康づくりにつながる取り組みだ」と健康づくり部会で話題になりました。これは次世代の大人や子どもたちにとって、家族のあり方や生まれ育った地域を見直す契機にもなります。

小さな田舎町からキラッと輝く“オール若桜の健康づくり”に成長させていきたいと思います。

若桜町健康体力づくり推進協議会
健康づくり部会長 守山 泰生

目次

第1章 計画策定にあたって

第1節 計画策定の趣旨	1
第2節 健康の概念	2
(1) 健康づくりの考え方	2
(2) ヘルスプロモーション	2
第3節 計画の位置づけ	3
第4節 計画の期間	3
第5節 計画の策定体制	3

第2章 健康を取り巻く現状

第1節 人口及び人口動態の状況	4
(1) 年齢区分別人口の推移	4
(2) 自然動態・社会動態の推移	5
(3) 死亡原因の状況	6
第2節 健診・検診の状況	8
(1) 特定健診及び健康診査の状況	8
(2) がん検診の状況	8
(3) 乳幼児歯科健診の状況	9
第3節 町民アンケートからみる状況	10
(1) 栄養・食生活の状況	11
(2) 休養・こころの健康の状況	12
(3) 生活習慣病予防の状況	13
(4) 歯と口腔の健康の状況	15
(5) たばこの状況	16

第3章 計画の基本的な考え方

第1節 若桜町がめざす姿と施策の体系	17
--------------------	----

第4章 分類別の取り組み

第1節	栄養・食生活	18
第2節	休養・こころの健康	21
第3節	生活習慣病予防	23
第4節	がん	25
第5節	歯・口腔の健康	27
第6節	たばこ	29

第5章 計画の推進に向けて

第1節	計画の推進体制	31
第2節	計画の進行管理・評価	32

第6章 資料編

第1節	数値目標一覧	33
	(1) 施策毎の目標値	
第2節	健康に関する意識・実態調査	34
第3節	若桜町健康体力づくり推進協議会 健康づくり部会員	42
第4節	若桜町健康づくりの推進に関する条例	43

第1章 計画策定にあたって

第1節 計画策定の趣旨

わが国では、ライフスタイルが大きく変化し、食生活の乱れや運動不足などからくる生活習慣病の増加、社会環境からくるストレスなど、健康課題の多様化が進んでいます。また、健康指標である平均寿命は世界最高水準を示していますが、急速に少子高齢化が進行しており、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる2025年以降も必要な医療・社会保障が持続可能な社会を実現するための対策が必要となってきています。

国においては、平成24年7月に「健康日本21（第2次）」を策定しました。この計画では「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」「健康を支え、守るための社会環境の整備」「栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣病及び社会環境の改善」という5つの基本的な方向性が示されています。

鳥取県では、平成25年4月「鳥取県健康づくり文化創造プラン（第二次）」を策定し、「健康づくり文化」の定着と「健康寿命」の延伸を目指し、「日常生活における生活習慣病の発生予防」「生活習慣病の早期発見と早期治療、重症化予防」「社会環境の整備」の3つの基本的な方向を定め、施策展開しています。

こうした背景の中、本町においても、平成29年4月に「若桜町健康づくりの推進に関する条例」を制定し、町民が生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことができる活力ある地域社会の実現を目指して、町民、地域団体、事業者及び町が一体となって健康づくりを考えていく体制づくりを進めています。この健康づくりの推進に関する条例の基本理念は、①町民一人ひとりが生涯にわたり健やかで心豊かに生活できるよう全世代を通じて継続的に行われるとともに、健康が生活の質を高めるために不可欠であることを認識して推進すること、②町民、地域団体、事業者及び町がそれぞれの役割を認識し、相互に協力して、地域全体で推進すること、としています。

本町では、「若桜町健康づくりの推進に関する条例」の基本理念に則り、今後、健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施するため、健康づくりの推進に関する計画「健康わかさ21（第3次）」を策定します。

本計画では、生活習慣を見直して、食生活の改善や運動習慣の定着などによる一次予防に重点を置いた対策を推進するとともに、疾病や介護、障がい有していても、活動的で生きがいを持てる健康寿命の延伸を目指して、各ライフステージに応じた取り組みを推進していきます。

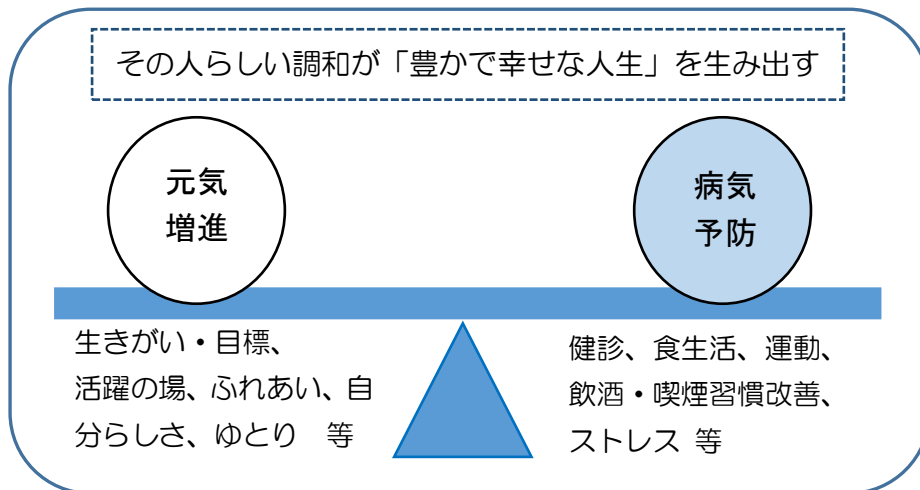
なお、平成30年2月に策定された「若桜町食育推進(第2次)計画」との整合性を図ります。

第2節 健康の概念

(1) 健康づくりの考え方

「健康」を考えると、「病気」などの心身のマイナス要因が少ないことに加え、「元気」という心身のプラス要因の2つのバランスが大事であり、両方の調和がとれるような健康づくりを進めていくことが大切です。

■健康づくりを考える視点



(2) ヘルスプロモーション

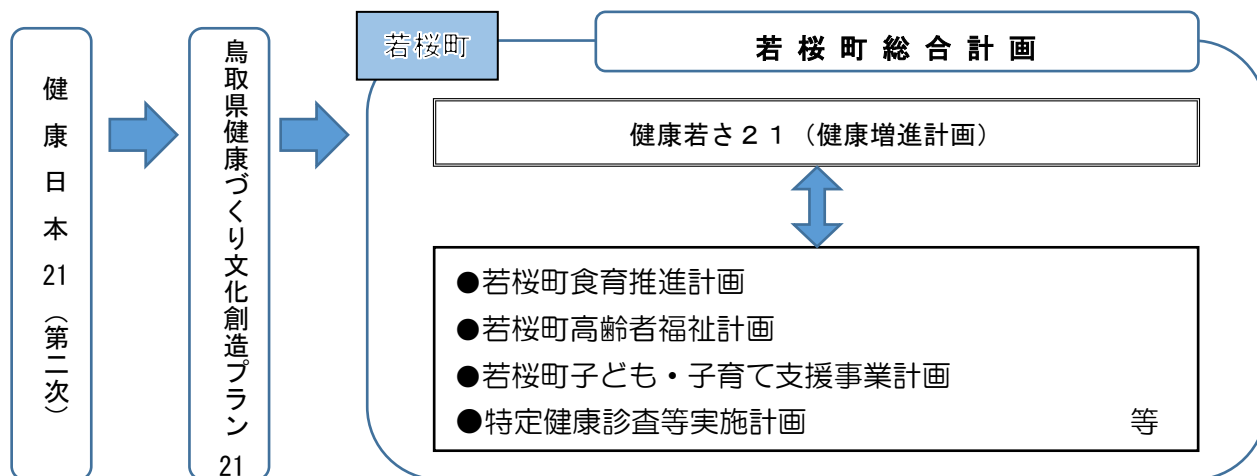
これまでの健康づくりは、病気にならないようにする知識や技術を提供し、後は個人の努力に任せているところがありました。しかしこれからは、従来の活動に加え、「豊かな人生」を送ろうとしている個人に対して、健康づくりをしやすいとする支援的な環境をみんなでつくっていくことが大切です。WHO(世界保健機構)が提唱したこのような考え方を「ヘルスプロモーション」と呼びます。

「健康若さ21」を効果的に進めるために、この計画は「ヘルスプロモーション」の考え方を基にします。



第3節 計画の位置づけ

本計画は、「健康増進法」第8条に基づく「市町村健康増進計画」及び「若桜町健康づくりの推進に関する条例」第9条に基づく「健康増進計画」です。また、若桜町総合計画を上位計画とし、「若桜町食育推進計画」「若桜町高齢者福祉計画」「若桜町子ども・子育て支援事業計画」等、各種計画との整合を図りながら、町の健康施策を展開していくための計画です。



第4節 計画の期間

本計画の期間は平成30年度から平成34年度までの5年間とします。

第5節 計画の策定体制

(1) 町民アンケート調査の実施

町民の健康状態や生活習慣に関する現状を広く把握し、計画策定に向けた基礎資料とすることを目的にアンケート調査を実施しました。

(2) 健康体力づくり推進協議会（健康づくり部会）による審議

本計画の策定にあたっては、地域医療関係者や社会福祉関係者、学校関係者、学識経験者などからなる「健康体力づくり推進協議会（健康づくり部会）」を開催し、計画内容の審議を行いました。

(3) 庁内関係機関との連携

本計画の策定にあたっては、町の関係各課等から意見を徴収し、各課の方向性や活動計画と整合性を図りました。今後、計画の推進に向けて相互に連携を図り、協働していきます。

(4) パブリックコメントの実施

計画について事前に内容を公表して、町民の皆さまからご意見を募り、いただいたご意見を計画策定の参考としました。

第2章 健康を取り巻く現状

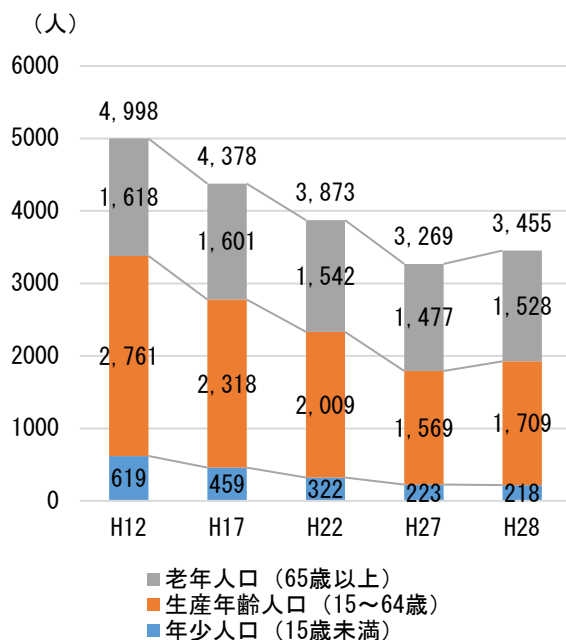
第1節 人口及び人口動態の状況

(1) 年齢区分別人口の推移

人口の推移をみると、平成12年の4,998人から平成28年の3,455人と、人口は減少しています。

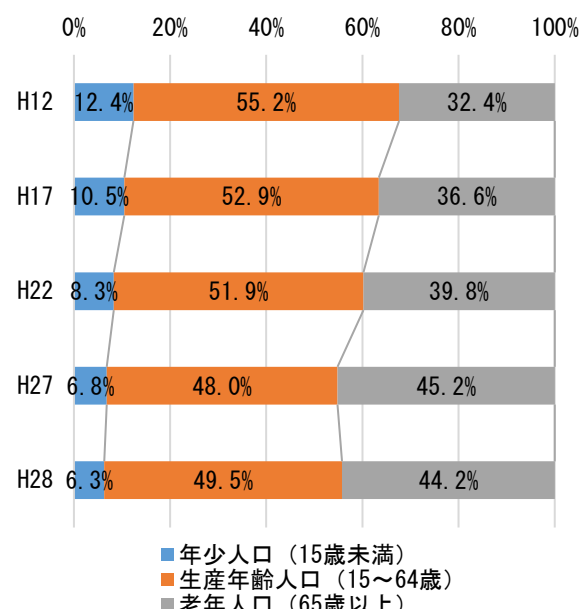
人口構成比の推移をみると、平成12年と比較して平成28年では老年人口比44.2%と増加していますが、年少人口比は半減しています。

■年齢3区分別の人口の推移



【資料】 H12~H27は国勢調査、
H28は住民基本台帳

■年齢3区分別の人口構成比の推移



【資料】 H12~27は国勢調査、
H28は住民基本台帳

■高齢者世帯の状況

年	総世帯	高齢者のいる世帯		内、高齢者単独世帯		内、高齢者夫婦世帯	
		世帯数	比率	※1	比率	※2	比率
H7年	1,587	1,032	65.0%	141	8.9%	224	14.1%
H12年	1,545	1,064	68.9%	177	11.5%	254	16.4%
H17年	1,487	1,042	70.1%	215	14.5%	247	16.6%
H22年	1,403	1,004	71.6%	222	15.8%	246	17.5%
H27年	1,543	1,064	69.0%	177	11.5%	254	16.5%

【資料】 国勢調査

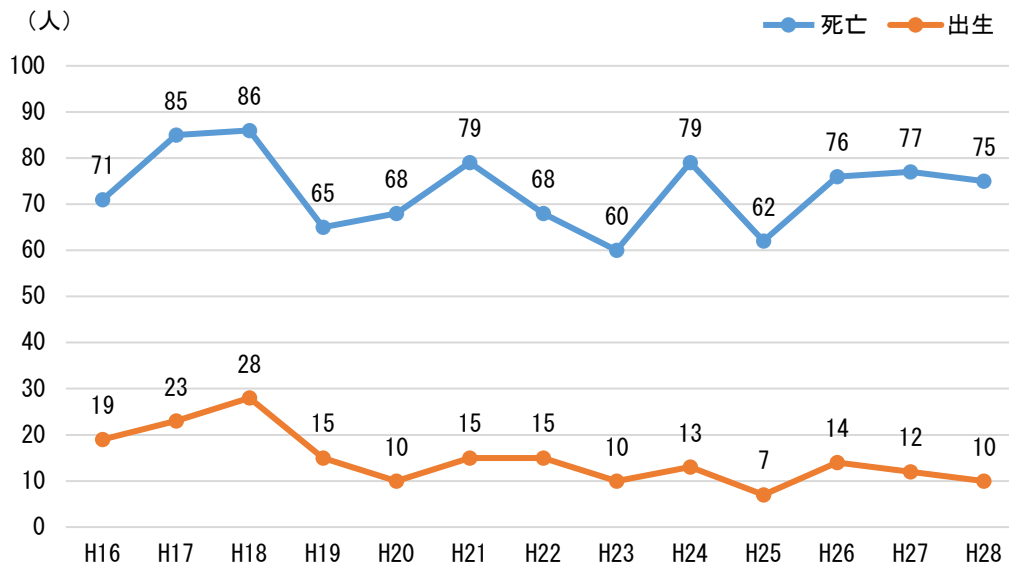
※1 高齢者単独世帯とは、65歳以上のひとり暮らし世帯。

※2 高齢者夫婦世帯とは、60歳以上の夫婦で、かついずれかが65歳以上である世帯。

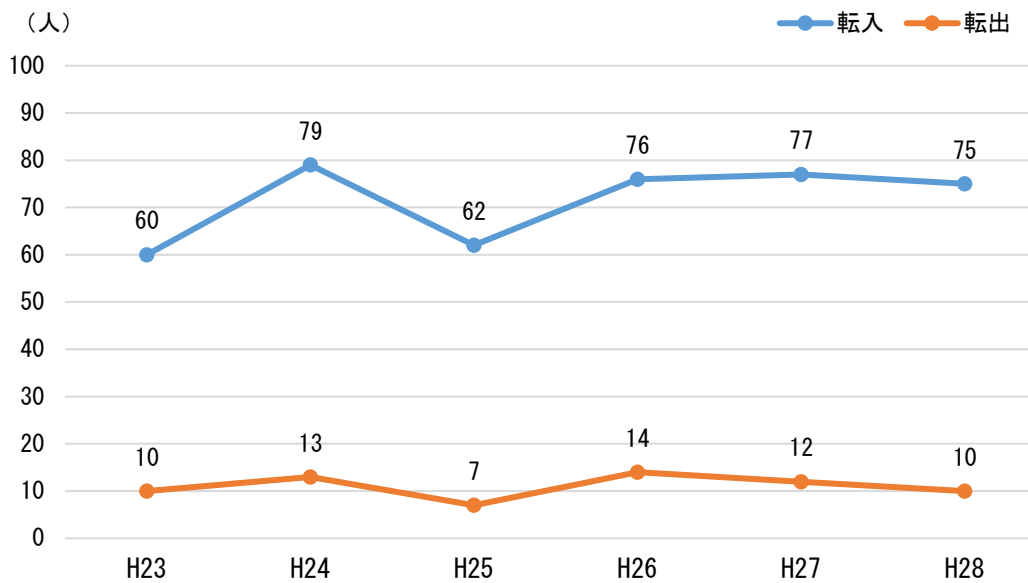
(2) 自然動態・社会動態の推移

自然動態の推移をみると、出生数に対し死亡数が上回っている状況となっています。

■ 出生数・死亡数（自然動態）推移



■ 転入数・転出数（社会動態）の推移

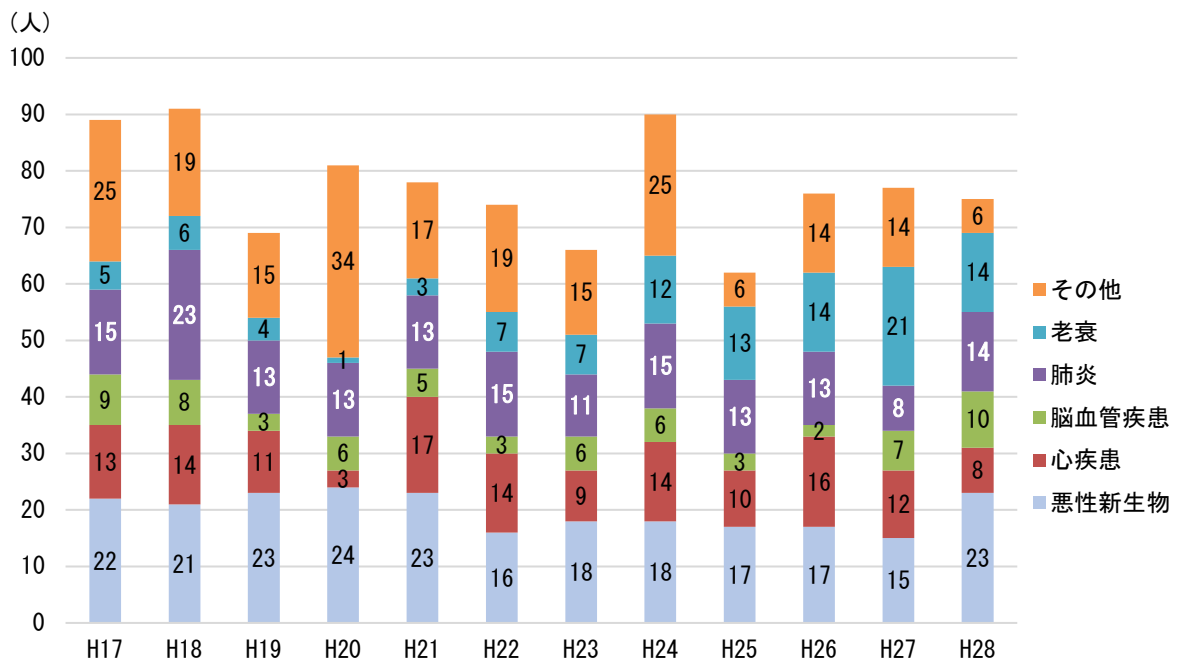


(3) 死亡原因の状況

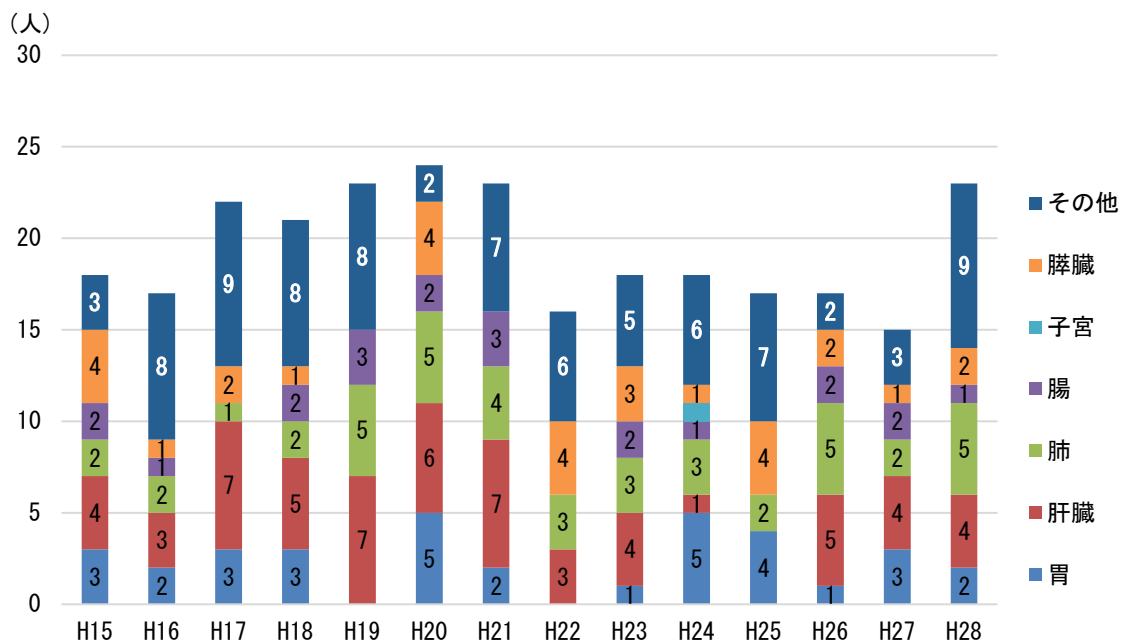
平成 28 年では悪性新生物を原因とする死亡が 23 人と最も多くなっています。また、平成 22 年以降では肺炎と老衰で亡くなる人が増加傾向にあります。

悪性新生物の部位別死亡をみると、肝臓がんと肺がんで亡くなる人が多いことがわかります。また、毎年平均 5 人程度肝臓疾患で亡くなっています。若桜町の C 型肝炎ウイルス検査における陽性率 13.28% (H7~H25 累計) と県内で 1 位となっています。

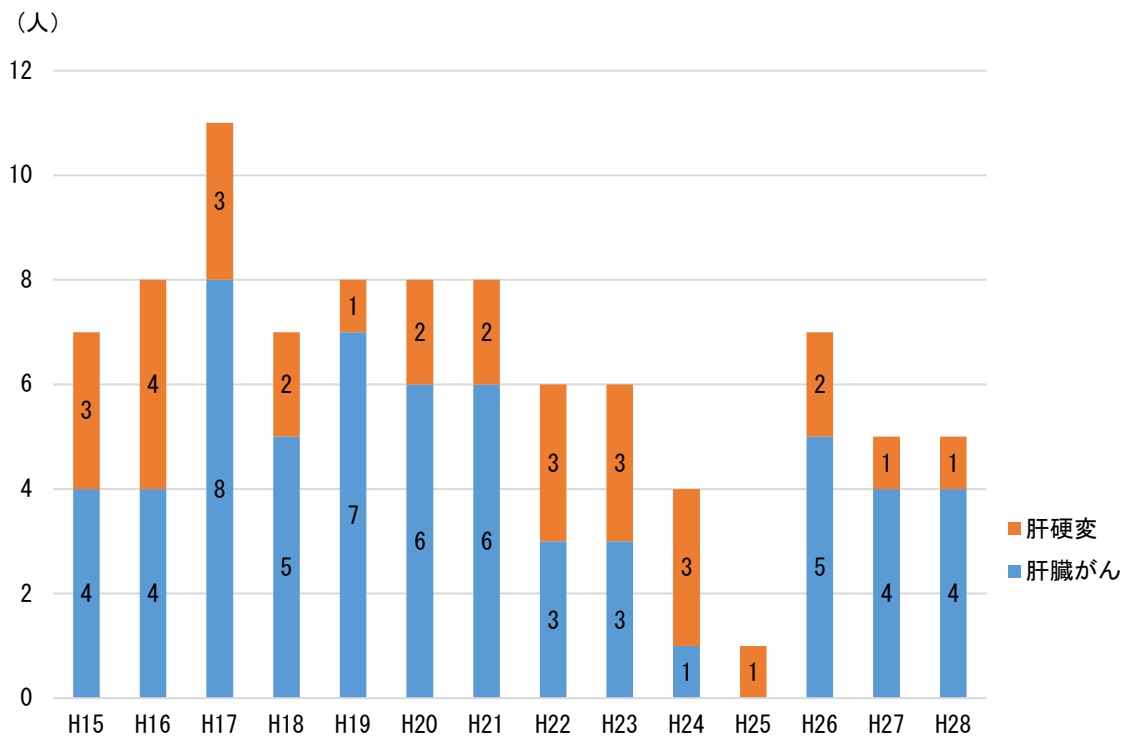
■死因別状況



■悪性新生物の死亡部位別内訳の状況



■肝臓疾患死亡の内訳



第2節 健診・検診の状況

(1) 特定健康診査（40～74歳・国保）及び健康診査（75歳以上）の状況

特定健康診査の受診率は平成24年度を境に増加し、現在は50%弱となっています。近年は横ばいが続いており、受診率は伸び悩んでいます。健康診査の受診率は、平成28年度県全体（31.4%）に比べ高くなっていますが、近年は横ばいです。

■特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率

(%)

	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度
健診受診率	39.0	46.5	48.6	49.6	47.6	47.7
特定保健指導 実施率	0.0	30.0	20.0	25.0	30.3	21.4

■健康診査受診率

(%)

	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度
健診受診率	34.6	45.4	54.2	56.4	48.4	45.7

(2) がん検診の状況

各種がん検診受診率は、個別検診での胃カメラ検診が年々増加していますが、全体的には減少傾向しており、受診者数も減っています。県は受診率50%を目指していますがなかなか伸びていません。

しかし、精密検査については、受診勧奨をすることで受診率が伸びています。

■がん検診受診率比較

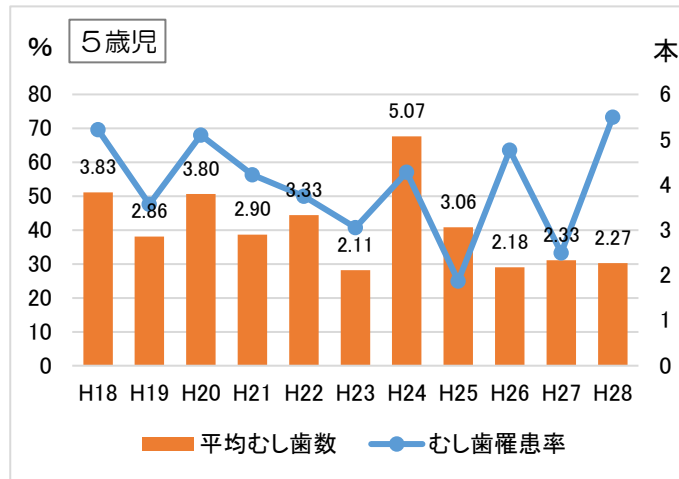
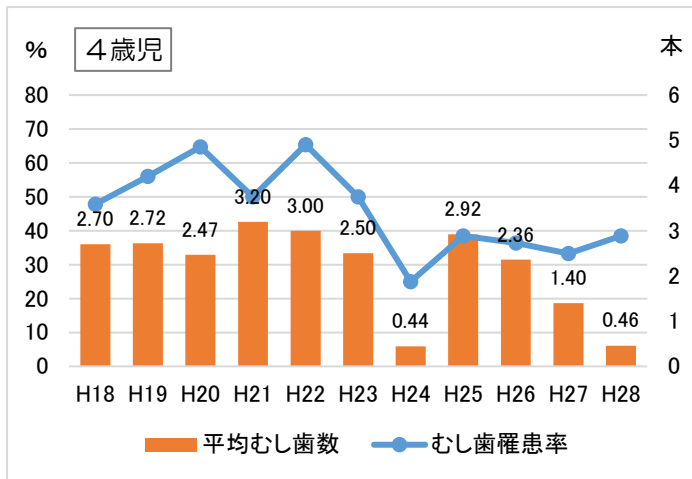
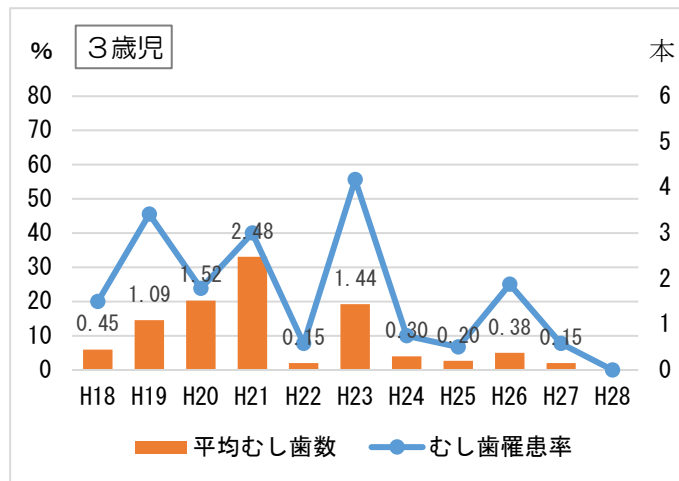
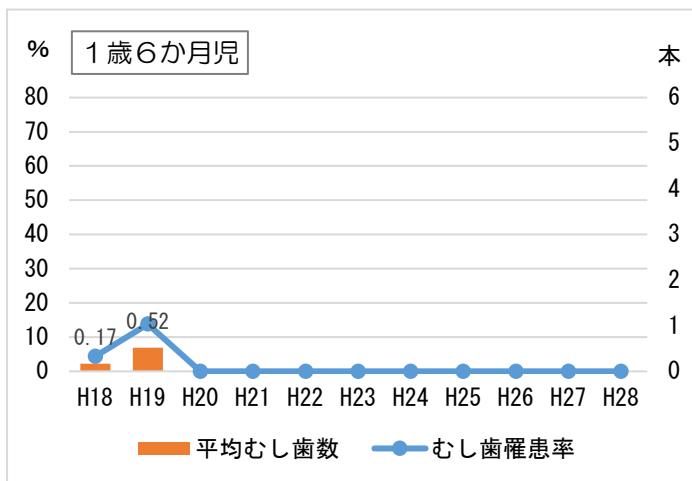
(%)

	H24年度	H28年度
胃がん	27.4	(↑) 31.1
肺がん	37.7	(↓) 35.5
大腸がん	43.1	(↓) 42.0
子宮がん	32.6	(↓) 30.4
乳がん	21.2	(↓) 20.3
精密検査受診率	79.1	(↑) 89.6

(3) 乳幼児歯科健診の状況

う歯罹患率は、どの年代も年々減ってきていますが、4歳児以降になると罹患率は高くなっています。また、出生数が少ないことから、1人の子どもが占める割合が高いため、年毎にばらつきがでてしまい、評価しにくくなっています。

■乳幼児歯科健診結果（年度毎集計）



(人)

		H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28
1歳 6か月児	対象者	23	29	14	12	11	14	9	10	12	10	10
	むし歯無	22	24	13	10	10	14	8	10	12	10	10
3歳児	対象者	20	22	21	25	13	10	10	15	8	13	12
	むし歯無	16	12	16	15	12	4	9	14	6	12	12
4歳児	対象者	23	27	18	19	28	16	18	13	11	15	13
	むし歯無	12	13	7	11	11	8	14	8	7	10	8
5歳児	対象者	24	23	29	16	19	27	15	16	11	12	15
	むし歯無	8	13	12	7	10	16	7	12	4	8	4

第3節 町民アンケートからみる状況

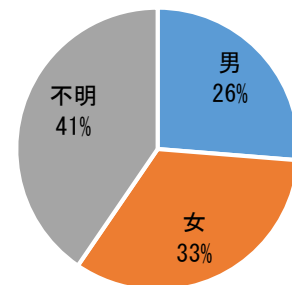
本計画の策定に当たっては、町民の健康状態や生活習慣・健康に関する状況を把握・分析するために、町民に対してアンケート調査を実施しました。

■アンケート概要

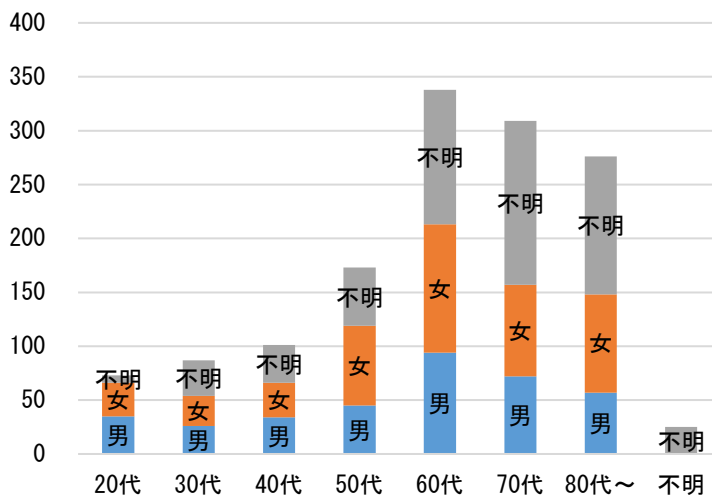
調査対象者	平成28年10月1日現在、若桜町に住所のある20歳以上の方		
調査数	2,918人		
調査方法	郵送による配布・回収		
調査時期	平成28年10月中旬～平成28年12月末		
調査票回収数	1,382人	回収率	47.36%

	男性	女性	無回答	合計
20代	35人	31人	7人	73人
30代	26人	28人	33人	87人
40代	34人	32人	35人	101人
50代	45人	74人	54人	173人
60代	94人	119人	125人	338人
70代	72人	85人	152人	309人
80代	57人	91人	128人	276人
無回答	0人	0人	25人	25人
合計	363人	460人	559人	1,382人

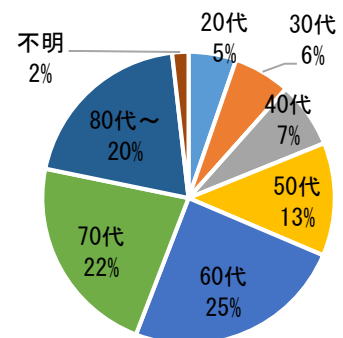
回答者の性別割合



回答者の年齢・性別



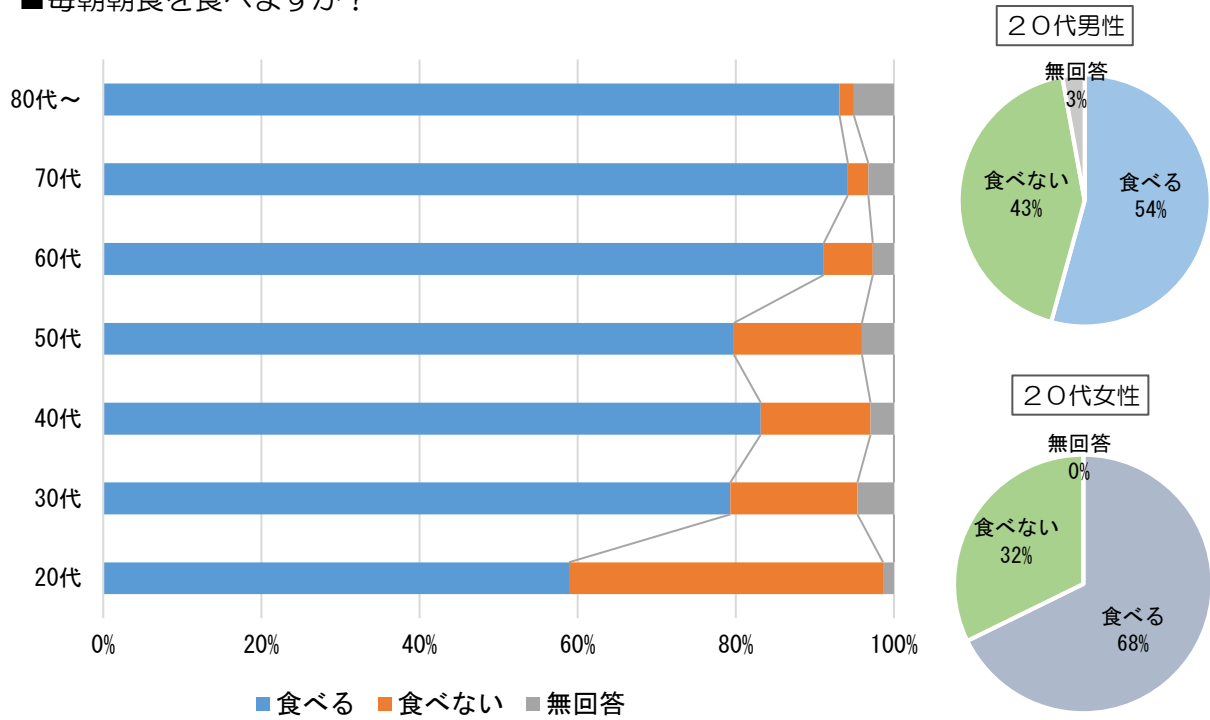
回答者の年齢割合



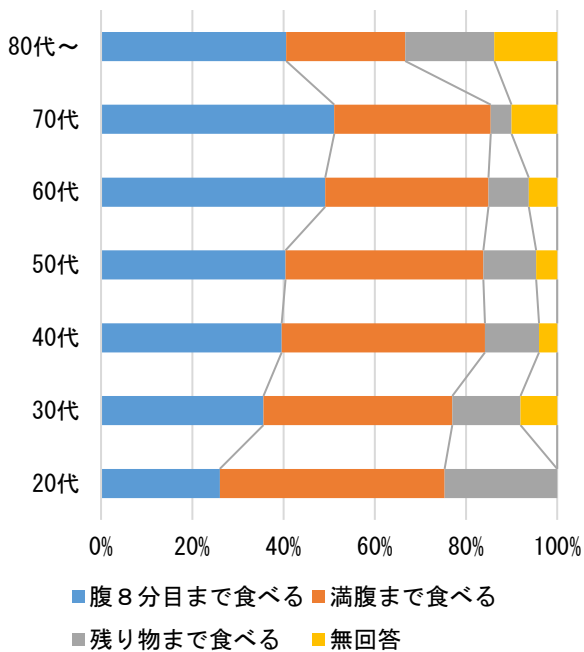
(1) 栄養・食生活の状況

普段の朝食について、若い年齢層（特に男性）で欠食する人の割合が高くなっています。町民の健康状態を維持するためにも、若い年代に向けた朝食の重要性についてさらに啓発していく必要があります。

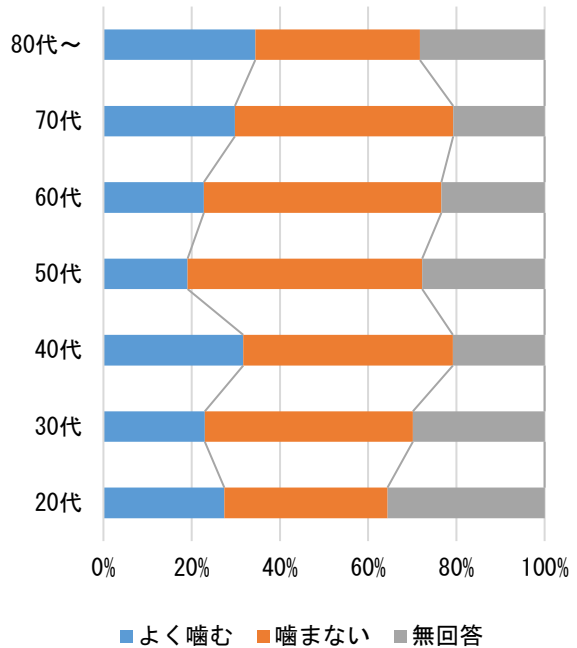
■ 毎朝朝食を食べますか？



■ 食事の量はどのくらいですか？



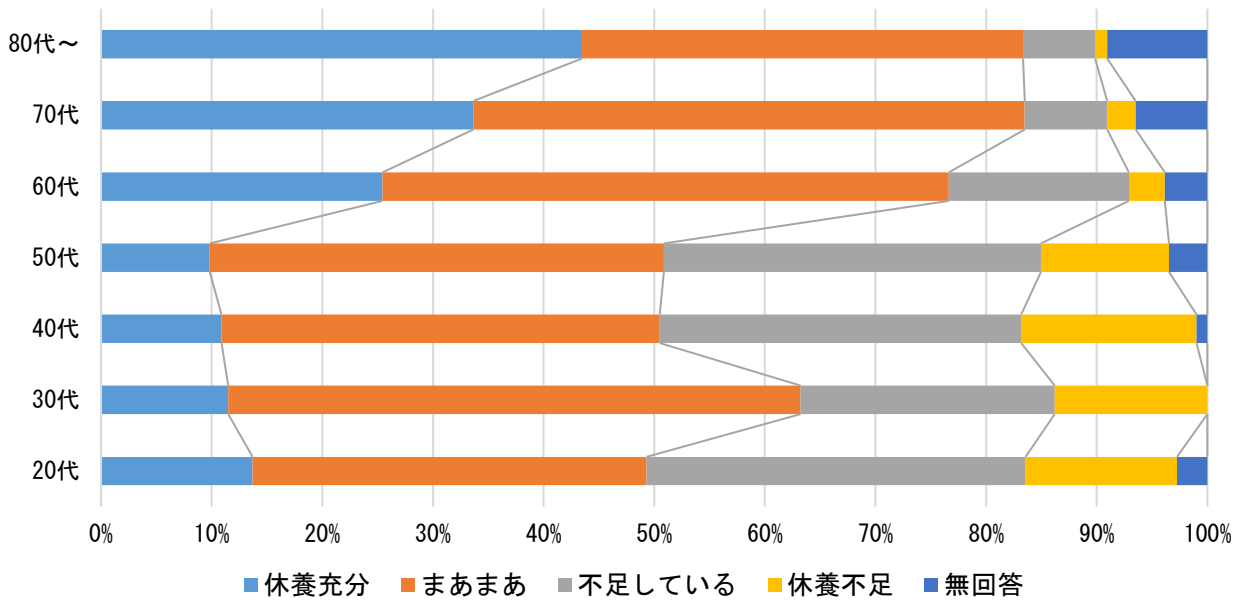
■ よく噛んで食べていますか？



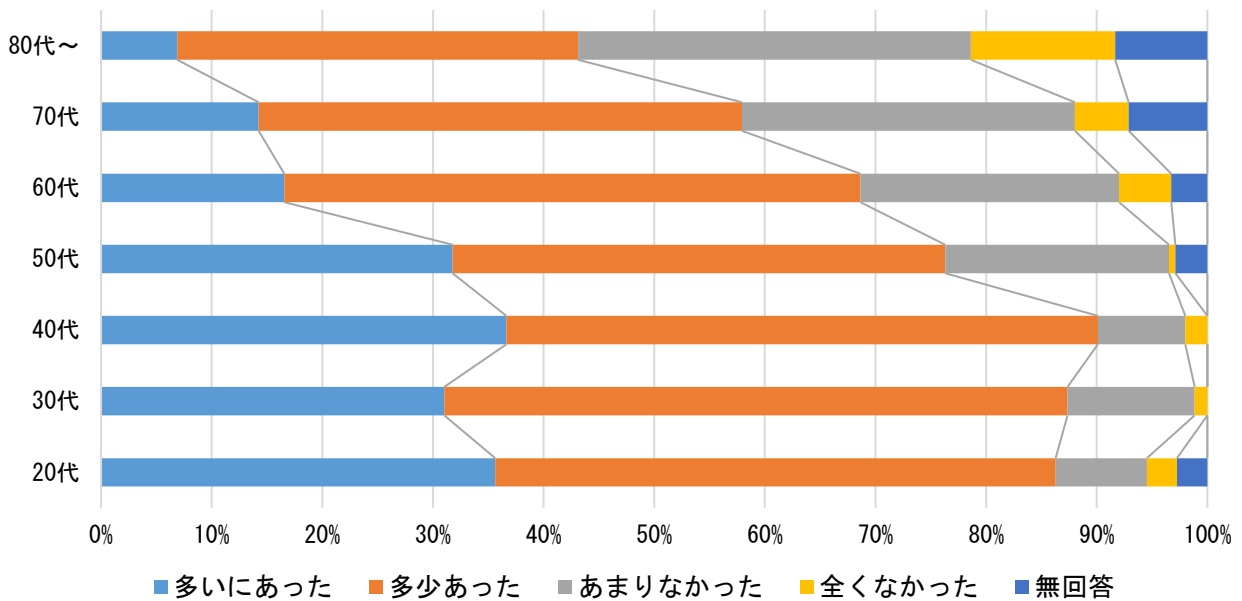
(2) 休養・こころの健康の状況

50代以下の年齢層で休養が不足していると感じている人が多く、それに比例してストレスを感じている人も多くなっています。働く世代に対するこころの健康の情報提供や相談支援等の充実が必要です。

■ 休養は十分とれていますか？



■ この1か月間ストレスがありましたか？



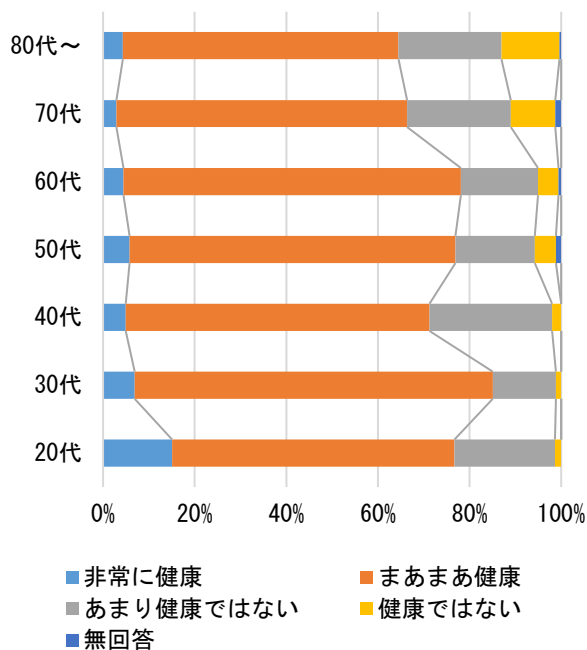
(3) 生活習慣病予防の状況

自分で健康だと感じている人の割合が全体で 72.2%と、年齢が上がるにつれて健康ではないと感じている人の割合が高くなっています。また、適正体重を維持するための努力をしている人の割合が全体で 43.4%と前回調査（H24）時より 8.6%減少しています。

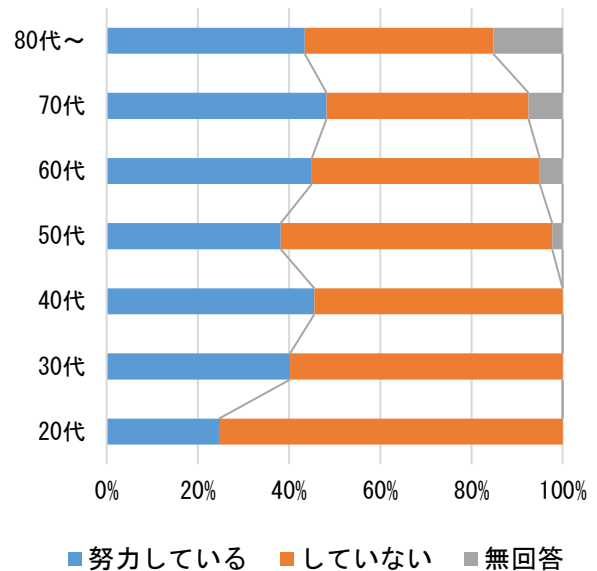
日頃から意識的に運動している人が全体の 43.6%で、60 歳代以降ではいつも運動している人の割合が多くなっています。

また、甘いものを好んで食べる人が全年齢で多く、脂肪分の多いもの・濃い味のものを好んで食べる人は、若い年齢層で多くなっています。

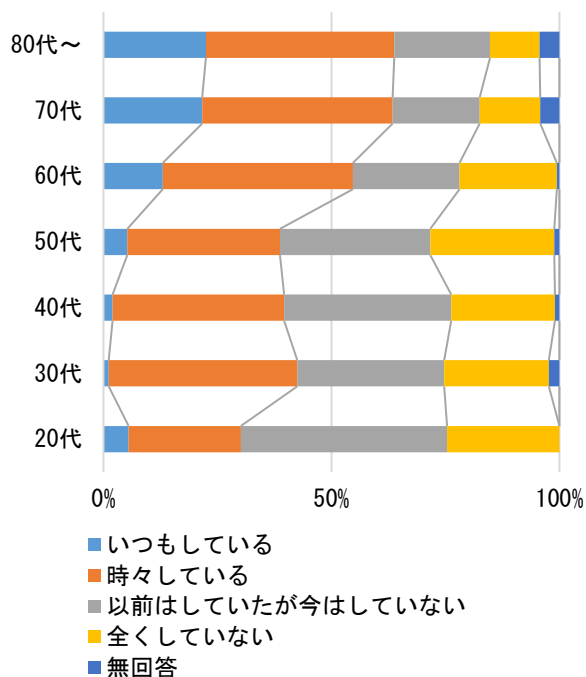
■自分で健康だと感じていますか？



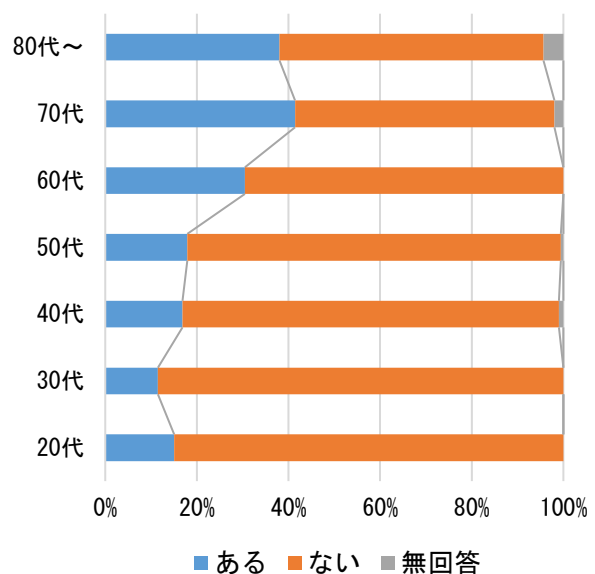
■適正体重（BMI）を維持する努力をしていますか？



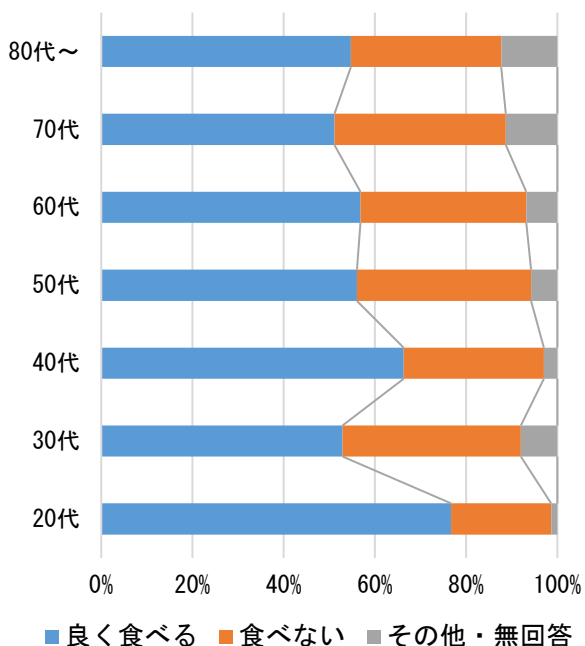
■日ごろから意識的に運動をしていますか？



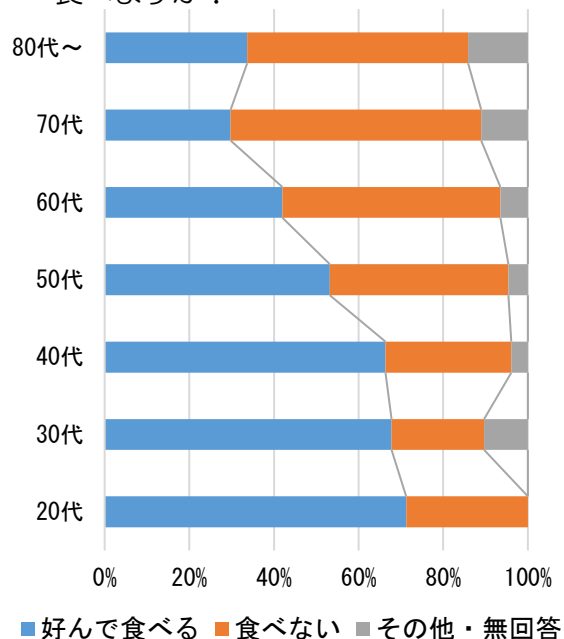
■運動習慣がありますか？



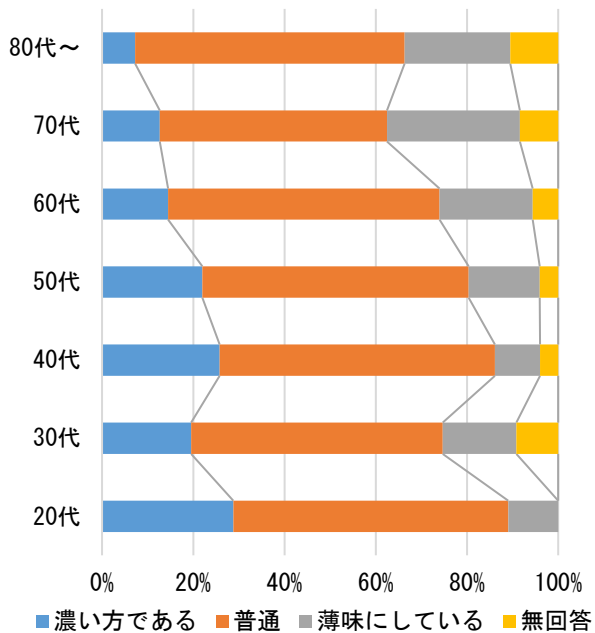
■ 甘いものを良く食べますか？



■ 脂肪分の多いものを好んで食べますか？



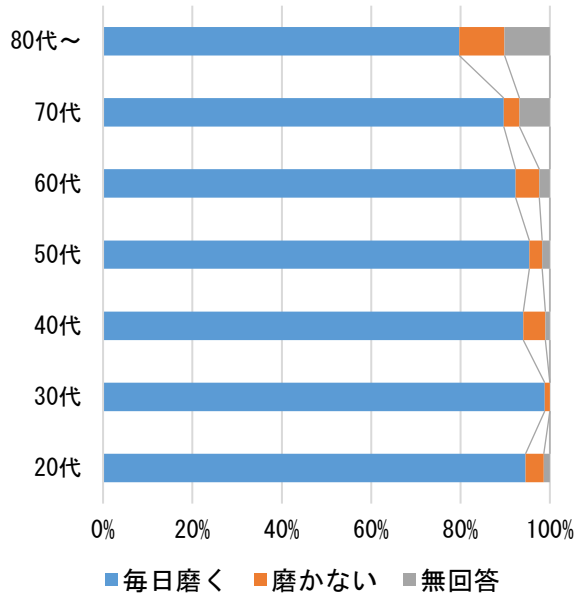
■ 味付けについて（塩味）



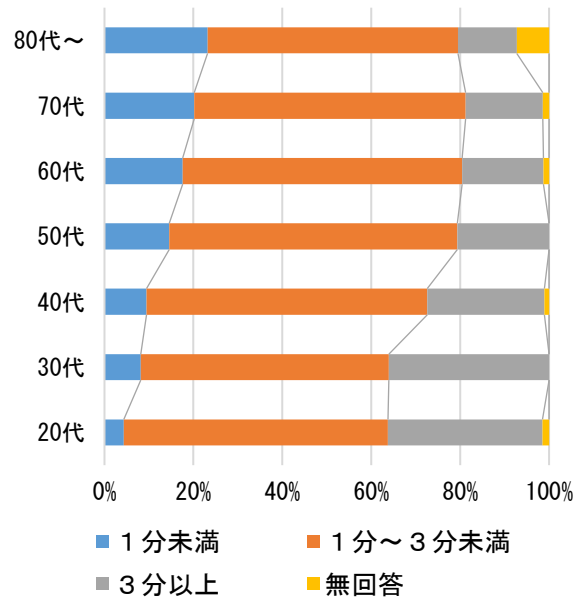
(4) 歯と口腔の健康の状況

どの年代でも毎日の歯磨き習慣が身についています。若い年齢層ほど時間をかけて歯を磨く傾向があり、歯への関心の高さがうかがえます。また、80歳以上で20本以上歯がある人は18%となっています。

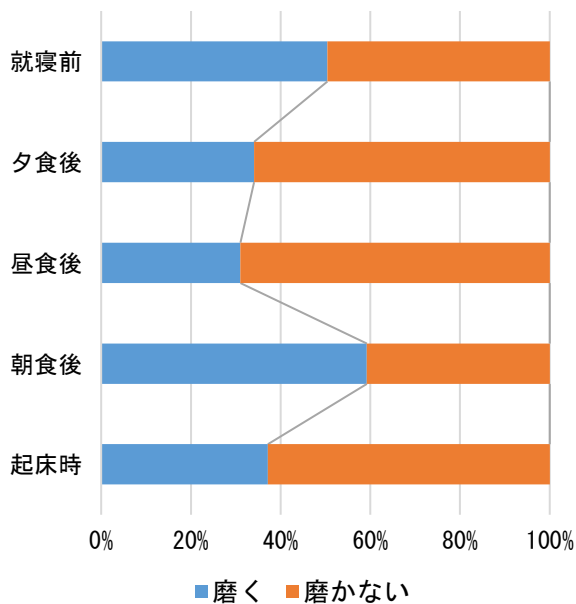
■ 毎日歯を磨きますか？



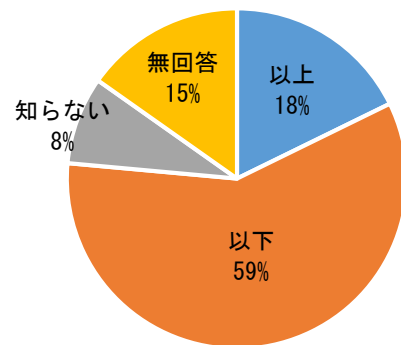
■ 何分磨きますか？



■ いつ磨きますか？

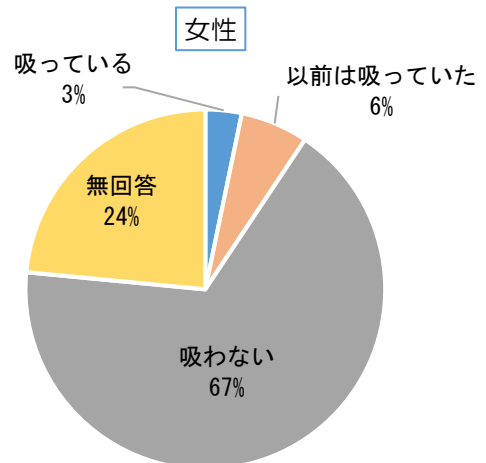
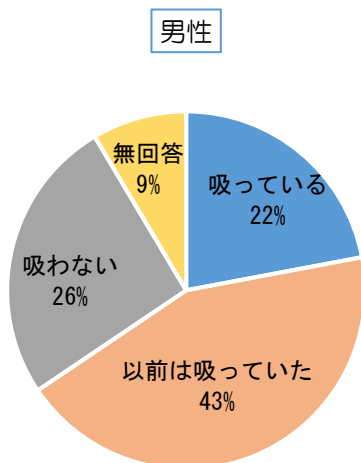
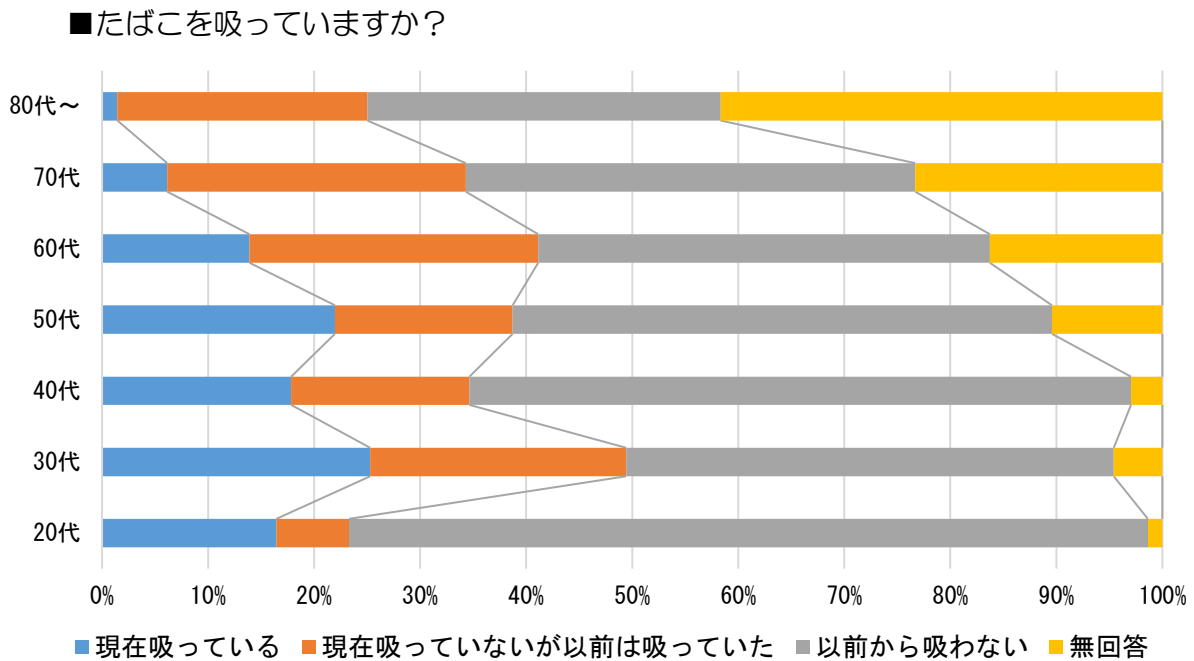


■ 80歳以上の方のうち歯が20本以上ある人の割合



(5) たばこの状況

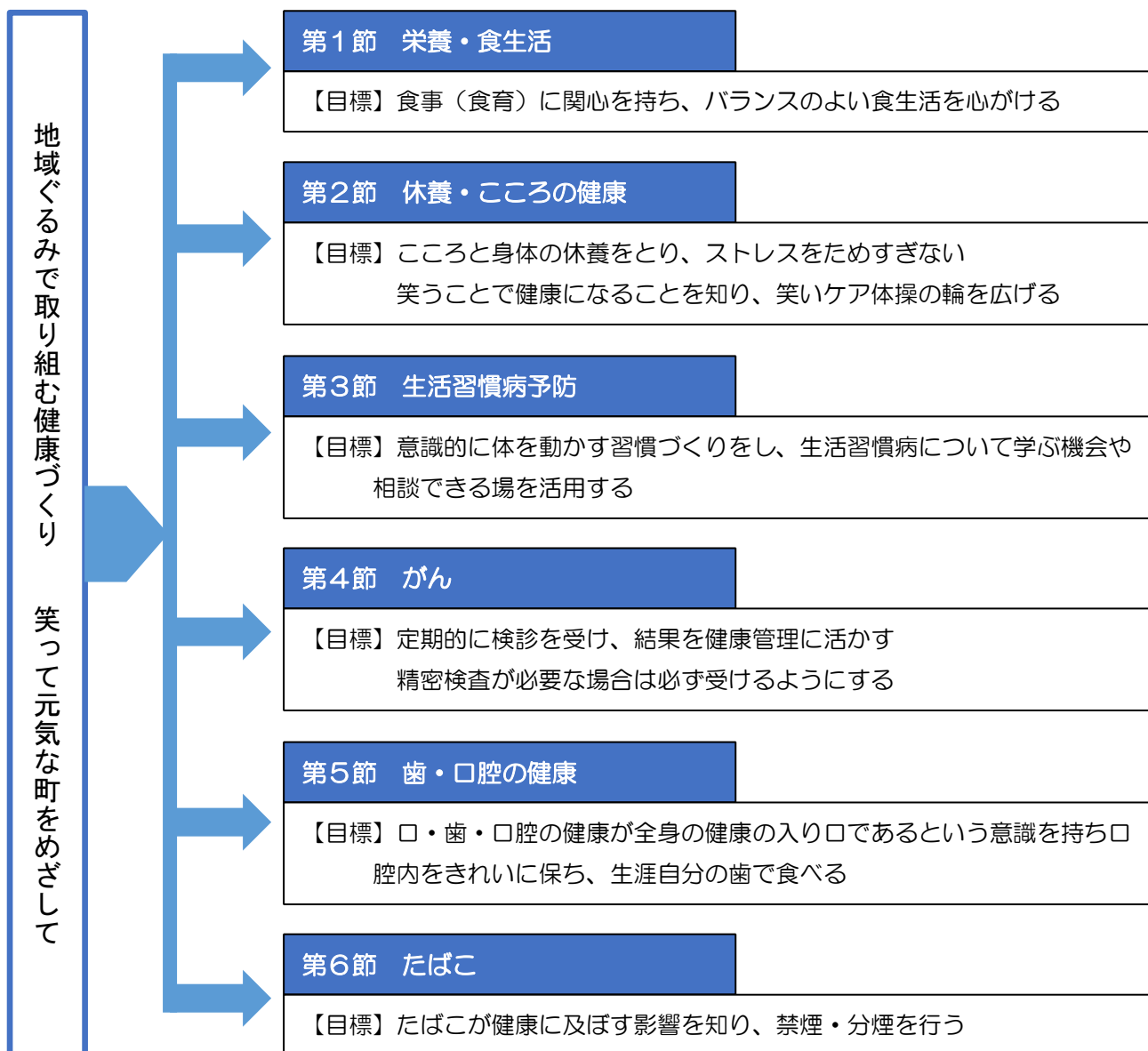
現在たばこを吸っている方を性別にみると、男性が22%、女性が6%と、男性の喫煙率が女性に比べ高くなっています。一方たばこの吸わない男性のうち、半数以上は以前吸っていたが現在はやめた方で、禁煙への関心も高くなっています。年齢別にみると、30代の喫煙率が最も高く、約4人に1人となっています。



第3章 計画の基本的な考え方

第1節 若桜町がめざす姿と施策の体系

「若桜町健康づくりの推進に関する条例」に掲げる、町民が健やかで心豊かに生活できる地域社会の実現をめざし、町民一人ひとりの健康寿命の延伸に向けて、次のスローガンを基に健康づくりの施策に取り組みます。



第4章 分類別の取り組み

第1節 栄養・食生活

目 標	朝食欠食者の割合を減らす 腹八分目を守る者の割合を増やす 甘いものをよく食べる者の割合を減らす 塩味が濃い方である者の割合を減らす 脂肪分の多い物を好んで食べる者の割合を減らす 1日のうち1食は主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている者の割合を増やす 野菜を350g以上摂取している人の割合を増やす 楽しく食べている者の割合を増やす よく噛んで食べる者の割合を増やす
-----	---

◆現状◆

- ・朝食欠食者の割合が少し増えており、20代（特に男性）に欠食する者の割合が高いです。
- ・腹八分目を守る者の割合は47.7%で以前より少し増えているものの、目標値の80%以上に達していません。
- ・甘いものをよく食べる者の割合は少し減っていますが、目標値の30%以下には達していません。
- ・塩味が濃い方である者の割合は15.6%で目標値の5%以下に達していません。年代別に見ると高齢になるほど薄味を意識している傾向があります。
- ・脂肪分の多い物を好んで食べる者の割合が以前より増えています。
- ・1日のうち1食は主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている者の割合は91.2%で目標値の90%以上に達しています。
- ・野菜を350g以上摂取している人の割合が少ないです（1皿70gとして2～3皿が多い）。
- ・楽しく食べている者の割合は目標値80%以上に達していません。
- ・1口に10回程度噛んでいる人の割合が多く、全体的に噛む回数が少ないです。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳幼児期	学齢期	青年・壮年期	高齢期
1日3食規則正しく食べる	○	○	○	○
自分の適性摂取エネルギーを知る		○	○	○
腹八分目を守る			○	○
減塩の工夫と薄味習慣を身に付ける		○	○	○
主食・主菜・副菜の揃った食事を摂る	○	○	○	○
1日3食意識して野菜を摂る	○	○	○	○
身近で採れた野菜をできるだけ使う			○	○
旬の食材等を使い味覚や料理を楽しむ	○	○	○	○
家族や友人と一緒に食事を楽しむ	○	○	○	○
間食の内容や量に気をつける	○	○	○	○
市販のお菓子や飲み物の栄養成分表示を見るようにする		○	○	○
よく噛んで食べる	○	○	○	○

地域全体の取り組み
朝食の大切さについての知識の普及啓発
朝食を豊かにするための普及啓発
栄養成分についての知識の普及啓発
減塩の工夫の普及啓発
日本型食生活（1汁3菜）の普及啓発
1日350g以上の野菜摂取の普及啓発
身近な食材を使った料理の普及
地産地消の普及
家族や友人と一緒に食事をする事の大切さの啓発
独居者同士の食を通じた交流の場をつくる
市販のお菓子や飲み物の栄養成分表示について正しく理解する

行政や関係機関の取り組み	
離乳食講習会 乳幼児健診・乳幼児相談 こども園との連携（給食献立作成会等） 学園との連携（学校保健委員会等） 食生活改善推進員との連携事業 伝達講習・高齢者の料理講習会 男性のための料理講習会 親子の食育教室 特定保健指導・健康相談 高齢者の料理講習会 出張健康教室・各種健康教室 広報活動（広報紙・ＩＰ端末・防災無線等） イベント等での啓発活動（鬼っこまつり等）	保健センター わかさこども園 若桜学園 食生活改善推進員連絡協議会 包括支援センター 職域

第2節 休養・こころの健康

目 標	ストレスを多く感じた者の割合を減らす 休養が十分とれている者の割合を増やす 自殺者をゼロにする こころの健康窓口を知っている者の割合を増やす うつ病の症状について知っている者の割合を増やす 笑いケア体操（※1）実践者を増やす 笑いケア体操サポーターを増やす
------------	--

◆現状◆

- ・働く世代（主に50歳代）が十分な休養が不足していると感じているストレスを多く感じています。
- ・自殺者は過去10年間で9人、壮年期の男性や老年期が多くを占めています。
- ・特に高齢者の閉じこもりやうつ病対策が必要です。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳 幼 児 期	学 齢 期	青 年 ・ 壮 年 期	高 齢 期
規則正しい生活を心がける	○	○	○	○
十分な睡眠をとる	○	○	○	○
うつ病について正しく理解する		○	○	○
笑いケア体操を家庭で実践する	○	○	○	○
ノーテレビデーの実践、家族の会話を増やす	○	○	○	○

地域全体の取り組み
うつ病について正しく理解する 相談しやすい体制整備 こころの悩みを抱えている人に気づき声をかける

行政や関係機関の取り組み	
こころの相談窓口の普及 啓発グッズの作成・IPや広報を利用したPR こころの健康づくり教室の実施（地域・職域）など普及啓発 こころの健康相談の実施 ゲートキーパー（※2）の養成 笑いケアサポーターの養成 笑いケア体操の普及	保健センター わかさこども園 若桜学園 包括支援センター 職域 若桜町笑いクラブ

(※1) 笑いケア体操とは・・・

笑いヨガとはだれでもできる笑いの健康法です。おもしろいから笑うのではなく体操として理由なく笑うという方法です。笑いの体操とヨガの呼吸法をあわせているので、全身に酸素をたくさん取り込むことができ健康効果も実感できます。仲間と笑っているとおもしろくなくても笑いが伝染していきだんだん楽しくなっていくので無理なく続けられる運動です。

笑いケア体操は笑いヨガの考え方を日本人向きに再構築されたもので、面白いから笑うのではなく体操として笑うことで健康の効果を得るものです。「笑いのある生活習慣づくり」をめざし、笑いの体操が習慣化して「ひとりひとり」「家族」「地域」「介護現場や職場」が心も体も元気になるための方法の一つです。

☆ 笑いの効果 ☆

- 心が落ち着き幸せな気分になる（ストレスホルモン減少）
- よく眠れる（自律神経を整える）
- 免疫力を高める
- 血圧や血糖値が下がる
- 全身の血流がよくなる
- 内臓や筋肉（グラグラ筋）が鍛えられる
- 人間関係がうまくいく

体操として笑っても、健康への効果は同じであることが認められています！



(※2) ゲートキーパーとは・・・

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことです。（厚生労働省引用）

第3節 生活習慣病予防

目 標	自分で健康だと感じる者の割合を増やす 適正体重を維持する努力をしている人の割合を増やす 特定健診を受診する者の割合を増やす 高血圧薬を服用する者の割合を減らす 糖尿病予備軍・糖尿病有病者の割合を減らす 1日平均20分以上歩く人の割合を増やす 脳血管疾患・虚血性心疾患による死亡者の割合を減らす
------------	--

◆現状◆

- ・自分で健康だと感じる者の割合が前回調査時（H24）と比べ10%減少しています。
- ・適正体重を維持する努力をしている人の割合が減少しています。
- ・脳血管疾患や虚血性心疾患による死亡者の割合は横ばいです。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳幼児期	学齢期	青年・壮年期	高齢期
車・自動車の使用は控えるべく外を歩くようにする	○	○	○	○
自分に合った運動を続ける	○	○	○	○
食事・間食の量や食事内容に気をつける	○	○	○	○
定期的に体重管理・血圧測定をする	○	○	○	○
観察中・治療中疾患は継続的に診てもらう		○	○	○
家族で誘い合って健診を受ける		○	○	○

地域全体の取り組み
意識的に身体活動をする声かけと環境の整備 日常生活の中に意識的に体を動かす習慣づくり 町内サークル・同好会・集会などの活動の推進 集落や職域ごとの健康づくり活動 生活習慣病について学ぶ機会をつくる 個人にあった運動や食事について相談できる場の提供

行政や関係機関の取り組み	
特定健診・後期高齢者健診・国保人間ドック・国保脳ドック・ 国保外ドックの実施 動機付け支援・積極的支援対象者への特定保健指導 健診のPR活動や受診勧奨(協会けんぽや後期高齢広域連合と の協力) 健康教室の開催(講話・運動指導など) 成人健康相談・指導、栄養相談・指導、運動相談・指導 脳ドック事後教室 若桜町健康ポイント事業の実施 わかさの保健医療を考える集いの開催	保健センター 包括支援センター 食生活改善推進員連絡協議会 職域 協会けんぽ 後期高齢者医療広域連合 町内医療機関 (東部医師会) 社会福祉協議会 町内介護事業所

第4節 がん

目 標	がん（胃・肺・大腸・子宮・乳がん）検診受診率を上げる がん（胃・肺・大腸・子宮・乳がん）検診精密検査受診率を上げる 肝臓がん肺がんによる死亡者を減らす（がん標準化死亡比を下げる） B型・C型肝炎ウイルス保有者の定期検査者の割合を増やす
-----	--

◆現状◆

- ・各種がん検診受診率は全体的に減少傾向しており、受診者数も減っています。
- ・精密検査については、個別に受診勧奨をすることで受診率が伸びています。
- ・肝臓がんや肺がんによる死亡者が毎年4～5人ずつありなかなか減っていません。
- ・肝臓超音波検診(平成26年度開始)で毎年数名ずつ肝臓がんなどが早期に発見され、早期治療につながっています。
- ・近年老衰や肺炎で亡くなる人が増加傾向にあります。
(死亡時の平均年齢 老衰89.8歳、肺炎85歳)
- ・肝炎ウイルス陽性者の定期観察者の割合(定期検査報告あり)が、B型肝炎ウイルスで78.8%
(26人/33人中) C型肝炎ウイルスで70.6%(53人/75人中)でした。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳幼児期	学 齢 期	青 年 ・ 壮 年 期	高 齢 期
がん予防に関心を持つ		○	○	○
家族でがん検診を受けるよう声を掛け合う		○	○	○
精密検査の必要性を知る			○	○
がん死亡の実態を知る		○	○	○
肝臓病に関する正しい知識を知る			○	○
感染症(インフルエンザ・肺炎)予防の方法を知る	○	○	○	○

地域全体の取り組み
がん検診を受けやすいような職場体制の整備を図る 保健委員による受診勧奨を行う 肝臓病に関する正しい知識を知る

行政や関係機関の取り組み	
集団健診と個別検診の実施 がん検診を受けやすい体制整備 （自己負担金の軽減・検診機関の拡大・休日検診の実施） がん予防健康教室の実施 IPや広報等による普及啓発活動 成人式での子宮がん検診PRパンフレットの配布（女性のみ） 乳がん自己検診の普及啓発 要精密者への受診勧奨 前立腺がん検診の実施（50～74歳男性） 肝炎ウイルス（B型・C型）検査の実施（職場検診への導入） 肝炎ウイルスキャリアの定期検査受診勧奨 肝臓病教室の実施 肝臓超音波検診の実施（40歳以上）	保健センター 職域 協会けんぽ 後期高齢者医療広域連合 町内医療機関 （東部医師会） 鳥取大学医学部

第5節 歯・口腔の健康

目 標	自分の歯を保有する者の割合を増やす （80代 20 本以上、60代 24 本以上、30～50代 25 本以上） 子どもの仕上げ磨きを毎日する保護者の割合を増やす 子どものむし歯罹患率の割合を減らす フッ化物洗口を行う子どもの割合を増やす 定期的歯科健診の受診者の割合を増やす 歯間部清掃器具を使用する者の割合を増やす
------------	--

◆現状◆

- ・ 80歳で自分の歯を20本以上有する者の割合は18%で目標値20%に達していません。
- ・ 若桜町における乳幼児のむし歯罹患率は、1歳6か月児、3歳児ともに0%、4歳児38.5%、5歳児73.3%（H28）で就園後のむし歯罹患率が県平均より高い傾向にあります。
- ・ 子どもの仕上げ磨きを毎日する保護者の割合は93.3%です。
- ・ 平成22年度より年長児を対象にフッ化物洗口をこども園で実施しているが学齢期での取り組みに至っていません。
- ・ 定期的歯科健診の受診者の割合は16.4%で目標値30%以上に達していません。
- ・ 妊婦歯科健診を平成15年度より実施しているが受診者は少ない（平成28年は1人）。
- ・ 歯間部清掃器具を使用する者の割合は31.7%で目標値50%以上に達していません。
- ・ 毎日の歯磨きをする人の割合は90%で、朝食後に磨く人が多く1分～3分未満の人が多くです。
- ・ 高齢者へ口腔機能向上の普及啓発を実施しています（講話・口腔体操）。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳幼児期	学齢期	青年・壮年期	高齢期
毎食後、おやつ後、就寝前の歯みがきを習慣づける	○	○	○	○
入れ歯のある人は入れ歯の適正な管理をする			○	○
子どもは一人できれいにみがけるようになるまで保護者が仕上げみがきをする	○	○		
歯磨きと一緒に口の中も観察する	○	○	○	○
フッ化物について正しい知識を持つ	○	○	○	
定期的に歯科健診を受ける	○	○	○	○
糸ようじ、歯間ブラシなどを活用する	○	○	○	○

地域全体の取り組み
歯科健診の機会や情報の共有する むし歯・歯周病予防の原因を学習する むし歯・歯周病の予防方法や口腔内清掃方法のPRを行う 口腔機能へ関心を持つような機会をつくる 学校・職場などで、食後の歯みがきができる環境を整備する 食事・間食の取り方について考える機会を提供する

行政や関係機関の取り組み	
乳幼児歯科健診（1歳6か月、3歳） 1歳6か月児・2歳児へのフッ素塗布（希望者のみ） 2歳児歯科教室 乳幼児健診での歯科衛生士による個別相談 フッ化物洗口の普及啓発（年中・年長児～学齢期） こども園での口腔機能向上を目指した遊びの活用 妊婦歯科健診の実施 成人期の歯科健診の実施（後期高齢者歯科検診含む） 訪問歯科健診の実施 口腔機能に関する健康教室（食事・間食・ブラッシング指導等） 歯科に関する実態調査の実施（成人期の実態把握） 高齢者向けの健口づくり教室	保健センター 包括支援センター わかさこども園 若桜学園 職域 協会けんぽ 後期高齢者医療広域連合 町内歯科医院 （東部歯科医師会） 食生活改善推進員連絡協議会

第6節 たばこ

目 標	喫煙する者の割合を減らす（特に男性） 喫煙が及ぼす健康影響について知識を持っている者の割合を増やす 敷地内禁煙を実施する施設の割合を増やす 分煙を実施する施設の割合を増やす 妊婦の喫煙率を減らす 妊婦の同居家族の喫煙率を減らす
-----	--

◆現状◆

- ・喫煙者の割合は減っています。
- ・妊婦の喫煙率は0%で減少し、目標値に達しています。
- ・妊婦の同居の家族の喫煙率は26.7%と減少しています。
- ・敷地内全面禁煙を実施している町内施設は12.2%と減少しています。
- ・施設内全面禁煙を実施している町内施設は85.7%です。
- ・施設内分煙を実施している町内施設は91.8%です。
- ・禁煙施設届けをしている施設の割合14.3%です。
- ・禁煙ステッカーの提示をしている施設の割合は32.7%です。

◆取り組み◆

個人や家庭での取り組み	乳幼児期	学 齢 期	青 年 ・ 壮 年 期	高 齢 期
喫煙や受動喫煙が及ぼす健康影響を知る	○	○	○	○
家族間で禁煙に必要性について話し合う	○	○	○	○
一人でも多く禁煙する		○	○	○

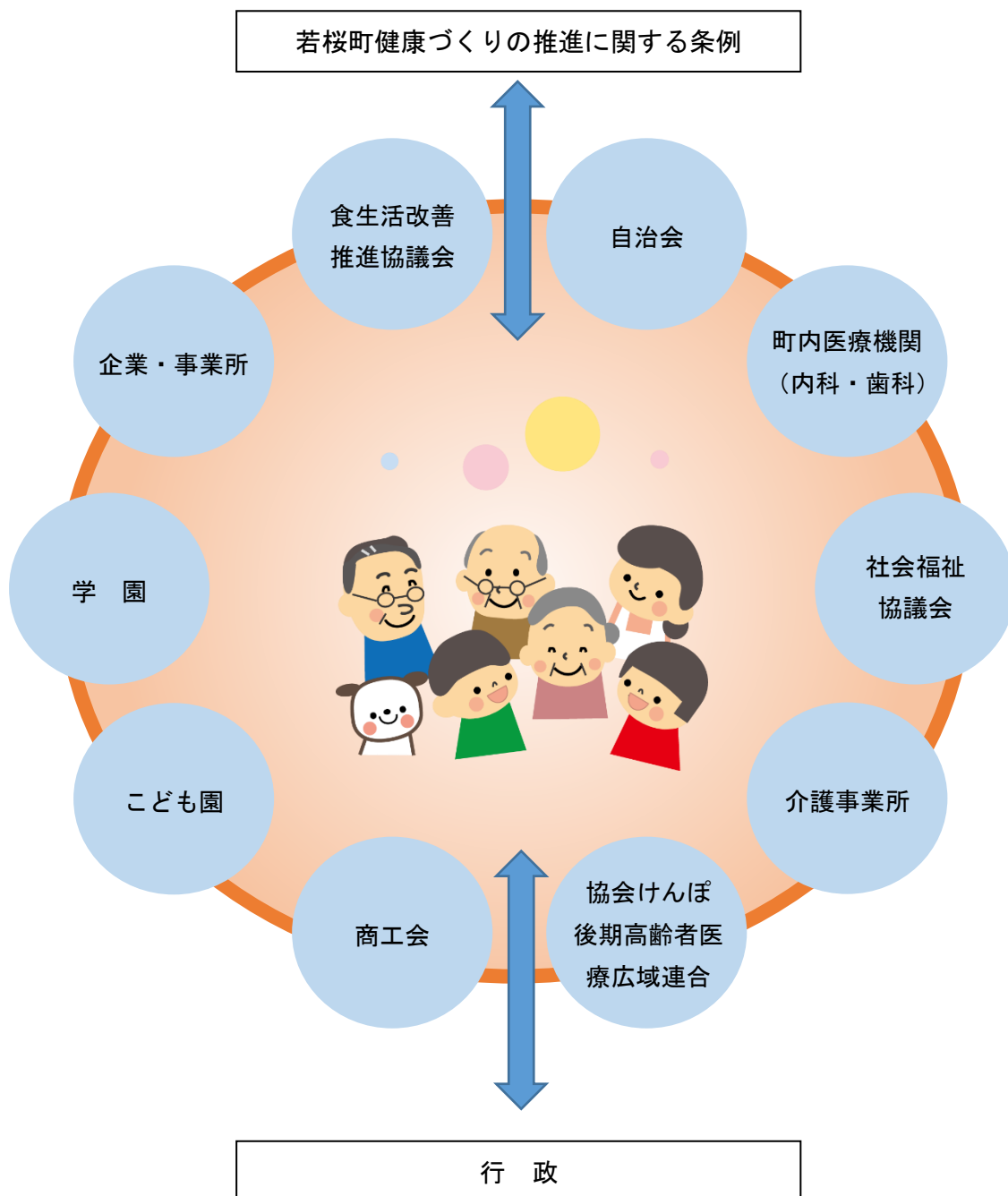
地域全体の取り組み
喫煙が及ぼす健康影響についての知識を深める機会をつくる 禁煙への取り組みを推進する 受動喫煙について正しく理解をする

行政や関係機関の取り組み	
禁煙外来の情報提供 子どもの禁煙教室 世界禁煙デーの普及・啓発 町内事業所対象の禁煙に関する研修会 妊婦健康相談（母子手帳交付時） 1日禁煙デーの実施 禁煙ゾーンの設置（若桜駅周辺など）	保健センター 包括支援センター わかさこども園 若桜学園 職域 協会けんぽ 後期高齢者医療広域連合 町内医療機関 （東部医師会） 食生活改善推進員連絡協議会 町内公共施設や事業所

第5章 計画の推進に向けて

第1節 計画の推進体制

町民一人ひとりが自分の健康について関心を持ち、健康づくりに取り組んでいけるように、行政や地域、関係団体、事業所、学校、医療機関等の健康づくりに関わる全ての人、団体の理解と協力を得て、連携しながら健康づくりを推進します。



第2節 計画の進行管理・評価

本計画は、町民が健康づくりに主体的に取り組み、地域・行政が一体となって環境整備を行うことを目的としています。そのため、平成34年度までに達成すべき数値目標を掲げており、計画の最終年度にはアンケート調査等による目標の達成状況の評価を行います。

また、毎年「若桜町健康体力づくり推進協議会」において、本計画の施策体系に基づき、行政が、地域が行う健康づくりに関する取り組みや施策について実況状況を把握して、取り組みの進捗状況を確認・評価を行います。

第6章 資料編

第1節 数値目標一覧

(1) 施策毎の目標値

健康指標		区分	平成14年 現状値(%)	平成24年 現状値(%)	平成29年 現状値(%)	平成34年 目標値(%)
栄養・食生活	朝食を欠食する者の割合	全年代	13.6	5.7	8.8	0%
		(20代男性)	44.9	—	42.9	0%
	腹八分目を守る者の割合		52.4	34.9	47.7	80%以上
	甘いものをよく食べる者の割合		50.1	62.2	56.3	30%以下
	脂肪分の多いものを好んで食べる者の割合		24.1	27.7	43.8	15%以下
	塩味が濃い方である者の割合		14.9	16.4	15.6	5%以下
	楽しく食べている者の割合		69.4	62.1	62.8	80%以上
	1日のうち1食は主食・主菜・副菜を組み合わせさせた食事をしている者の割合		—	(県全体90%)	91.2	90%以上
1日の野菜の摂取量		—	(県全体282.5g)	152g	350g以上	
こころの健康	ストレスを多く感じた者の割合		19.9	13.9	19.2	10%以下
	休養が十分とれている者の割合		23.8	22.8	26.5	30%以上
	自殺者数		2人	1人	0	なくす
	こころの相談窓口を知っている者の割合		—	(県全体35.1%)	43.6	50%以上
	うつ病の症状について知っている者の割合		—	(県全体23.9%)	71.3	80%以上
(主に循環器病と糖尿病) 生活習慣病予防	自分で健康だと感じる者の割合		74.6	82	72.2	90%以上
	適正体重を基本健診でBMI25以上の者の割合		23.5	23.9	75歳～17.5 ～74歳 7.8	20%以下
	適正体重を維持する努力をしている人の割合		23.5	51.1	43.4	60%以上
	特定健診受診する者の割合		—	39	41.5	60%以上
	降血圧薬を服用する者の割合		—	37.2	(H27) 40.4	20%以下
	糖尿病予備軍の割合を減らす		—	9.3	(H27) 6.2	増やさない
	糖尿病有病者の割合を減らす		—	10.9	(H27) 8.5	増やさない
	一日平均20分以上歩く人の割合		42.9	35.7	43.6	50%以上
	脳血管疾患・虚血性心疾患による死亡者の割合		—	25	24.0	15%以下
がん	がん検診受診率	胃がん	39.3	27.4	31.1	50%以上
	(H14とH24の対象者数の算出方法が異なる)	肺がん	53.3	37.7	35.5	50%以上
		大腸がん	54.3	43.1	42.0	50%以上
		子宮がん	27.6	32.6	30.4	50%以上
		乳がん	27	21.2	20.3	50%以上
	がん検診精密検査受診率(胃・肺・大腸・子宮・乳がん)	全がん	80.2(H15)	79.1	89.6	100%
がん標準化死亡率(平均100とする)	全がん	—	128.4((H18～H22)	(H20～H24) 男性 136 女性 95	100以下	
B型C型肝炎ウイルス保有者の定期検査者の割合		—	—	85.6	100%	
歯と口腔の健康	自分の歯を有する者の割合	80歳代で20歯以上	5.1	16.7	17.4	20%以上
		60歳代で24歯以上	26.7	25	24.6	45%以上
		50歳代で25歯以上	35.1	34.8	18.5	65%以上
		30歳代で25歯以上	73	—	43.7	80%以上
	定期的歯科検診の受診者の割合		—	—	16.4	30%以上
	歯間部清掃器具を使用する者の割合		16.1	34.1	31.7	50%以上
	子ども(就学前幼児)の仕上げ磨きを毎日する保護者の割合		78.4	87	93.9	100%
	子ども(就学前児)のむし歯罹患率の割合	1歳6か月児	0	0	0	0%
		3歳児	17.4	66.7	0	25%以下
		5歳児	—	57.1	40.0	25%以下
フッ化物洗口を行う子どもの割合		—	年長児に実施	年長児に実施	学齢期まで拡大	
たばこ	喫煙する者の割合	男性	41.1	25.6	11.8	10%以下
	喫煙が及ぼす健康影響について知識をもっている者の割合		24.6	56.4	—	80%以上
	敷地内禁煙を実施する施設の割合		—	19.5	12.2	80%以上
	分煙を実施する施設の割合		—	17.4	91.8	100%
	妊婦の喫煙率		0	8.3	0	0%
	妊婦の同居家族の喫煙率		—	33.3	26.7	0%

※H29年現状値はH28年データを基に算出

健康に関する意識・実態調査

該当する番号をそれぞれ○で囲んでください。

性別	1 男	2 女						
年齢	1	20~24歳	2	25~29歳	3	30~34歳	4	35~39歳
	5	40~44歳	6	45~49歳	7	50~54歳	8	55~59歳
	9	60~64歳	10	65~69歳	11	70~74歳	12	75~79歳
	13	80~84歳	14	85歳以上				

【健康づくりについて】

- ① あなたは、自分で健康だと感じていますか？
1. 非常に健康 2. まあまあ健康な方
3. あまり健康ではない 4. 健康ではない
- ② 適正体重（BMI）を維持するために努力していますか？
1. はい → (1)へ 2. いいえ → 次頁③へ

「BMI」とは、体重(kg)÷(身長(m))²で表す指標です

(例) 55(kg)÷(1.65(m))²=20.2

※「はい」と答えた方にお尋ねします

(1) 努力をしているのはなぜですか？（ひとつだけ）

1. 体重が変化し始めたから 2. 病気を指摘されたから
3. 健康でありたいから 4. きれいで(かっこよく)ありたいから

【食生活について】

- ① 毎日朝食を食べていますか？ 1. はい 2. いいえ
- ② 1日最低1食、家族等2人以上で、楽しく30分以上かけて食べていますか？
1. はい 2. いいえ

- ③ 一口にどのくらい噛んで食べていますか？
1. 5回程度
 2. 10回程度
 3. 15回程度
 4. 20回以上
 5. わからない
- ④ 食事の量はどのくらいですか？
1. 満腹でも残り物まで食べてしまう
 2. 満腹まで食べる
 3. 腹8分目まで食べる
- ⑤ 甘いものをよく食べますか？
1. 食べる
 2. 食べない
- ⑥ 脂肪分の多いもの（揚げ物・炒め物等）を好んで食べますか？
1. 食べる
 2. 食べない
- ⑦ 塩味について
1. 濃い方である
 2. ふつう
 3. 薄味にしている
- ⑧ 主食（ごはん・パンなど）、主菜（肉や魚などのおかず）、副菜（野菜のおかず）をそろえて食べていますか？
1. 朝・昼・夕の3回とも食べている
 2. 1日のうち2回だけ食べている
 3. 1日のうち1回だけ食べている
 4. 全く食べない
- ⑨ 1日にどのくらいの野菜を摂っていますか？（1皿約70g）
1. 5皿以上
 2. 4皿程度
 3. 3皿程度
 4. 2皿程度
 5. 1皿程度
 6. 全く食べない

【運動について】

① 日頃から健康の維持・増進のため意識的に運動をしていますか？

1. いつもしている
2. 時々している
3. 以前はしていたが、現在はしていない
4. まったくしたことがない

② あなたには運動習慣がありますか？

1. はい → (1) へ
2. いいえ → (2) へ

「運動習慣」とは、おおよそ週2回、1回30分以上の運動を1年以上継続している場合をいいます

※ 「はい」と答えた方にお尋ねします

(1) 具体的には主に何をしていますか？ (いくつでも)

1. ウォーキング
2. ジョギング
3. 体操 (テレビ体操、ストレッチなど)
4. グラウンド・ゴルフ
5. 水中ウォーキング、スイミング
6. スポーツ (具体的に：)
7. その他 ()

→ ③へ

※ 「いいえ」と答えた方にお尋ねします

(2) 運動をしていない理由は何ですか？ (いくつでも)

1. 家事・育児・仕事が忙しいから
2. けが・病気のため
3. 一緒に運動する仲間いないから
4. 運動が好きではないから
5. 運動よりほかのことに興味があるから
6. 身近に運動をする場所がないから
7. 特に理由はない
8. その他 ()

→ ③へ

③ 生活の中で1日平均どれくらい歩いていますか？

1. 20分未満
2. 40分未満
3. 60分未満
4. 1時間以上
5. 歩かない

「生活の中で」とは、通勤時駅まで歩く、買い物時歩くなどのことをいいます



【歯の健康について】

① 現在、自分の歯は何本ありますか？

1. () 本 2. 知らない

② 毎日歯を磨きますか？

1. はい → (1) へ 2. いいえ → ③へ

※「はい」と答えた方にお尋ねします

(1) いつ磨きますか？ (いくつでも)

1. 朝起きた時
2. 朝食後
3. 昼食後
4. 夕食後
5. 就寝前

(2) 何分磨きますか？

1. 1分未満 2. 1～3分未満 3. 3分以上

③ 歯の健康のためにどのようなことをしていますか？ (いくつでも)

1. 毎日歯磨きをする
2. 歯科医院で定期検診を受ける
3. 歯ごたえのあるものを食べるようにしている
4. 果物や野菜を食べる
5. その他 ()

④ 歯間部清掃用器具を使用していますか？

1. はい → (1) へ 2. いいえ → 次頁【酒・たばこ】へ

※「はい」と答えた方にお尋ねします

(1) 具体的にどんなものを使っていますか？ (いくつでも)

1. デンタルフロス (糸ようじ)
2. 歯間ブラシ
3. その他 ()

【酒・たばこについて】

① お酒を飲みますか？

1. はい → (1) へ
2. いいえ → ②へ

※「はい」と答えた方にお尋ねします

(1) お酒を飲む頻度はどのくらいですか？

1. 毎日
2. 週に3～4日
3. 週に1～2日
4. 月に1～2日

(2) 1回あたり、どのくらい飲みますか？

- 酒 ()
- ビール () ml
- ウイスキー () 杯
- その他 _____ () ml

② たばこを吸いますか？

1. 吸っている → (1) へ
2. 以前は吸っていたが今は吸っていない → 次頁【その他】へ
3. 以前から全く吸っていない → 次頁【その他】へ

※「吸っている」と答えた方にお尋ねします

(1) 1日平均何本吸いますか？ () 本



【その他】

- ① あなたは休養が充分とれていると思いますか？
1. 休養は充分である
 2. まあ休養をとっている方だ
 3. 休養は不足がち
 4. 休養不足である
- ② あなたの平均睡眠時間はどれくらいですか？ () 時間
- ③ あなたはこの1か月間に、不満、悩み、苦勞、ストレスなどがありましたか？
1. 多いにあった
 2. 多少あった
 3. あまりなかった
 4. まったくなかった
- ④ あなたは、ストレスや悩みを相談したい時、相談できる人がいますか？
1. いる → (1) へ
 2. いない → ⑤へ

※「いる」と答えた方にお尋ねします

(1) どのような人・ところに相談しますか？ (いくつでも)

1. 家族
 2. 友人
 3. 職場
 4. 医療機関
 5. 保健所などの専門機関
 6. 保健センターなど身近な行政機関
 7. その他 ()
- ⑤ あなたは、こころの相談窓口があることを知っていますか？
1. 知っている
 2. 知らない
- ⑥ うつ病の症状を知っていますか？
1. 知っている
 2. 知らない

(うつ病の主な例) 以前に比べてやる気が起こらない、何をしても楽しめない、2週間以上眠れない日が続く、些細なことにイライラするなど

健康づくりについてご意見がありましたらご自由にお書きください

～ 質問は以上です ご協力ありがとうございました ～

※ アンケートご記入後は、同封の返信用封筒にお入れいただき、12月末までに保健センターまで返送してください。
よろしくお願いたします。



第3節 若桜町健康体力づくり推進協議会 健康づくり部会員

団 体 名	役 職 名	氏 名
若 桜 町	若 桜 町 長	小 林 昌 司
地 域 医 療 機 関	内 科 医 師	守 山 泰 生
〃	内 科 医 師	柿 坂 紀 武
〃	歯 科 医 師	中 尾 淳 司
若 桜 町 商 工 会	代 表	丹 松 正 信
国 保 運 営 協 議 会	代 表	福 田 浩 子
民 生 児 童 委 員	代 表	長 尾 正 重
老 人 ク ラ ブ 連 合 会	代 表	上 原 幸 穂
食生活改善推進員連絡協議会	代 表	田 中 圭 子
わ か さ こ ど も 園	園 長	矢 部 紀 子
学 校 給 食 セ ン タ ー	学 校 栄 養 教 諭	池 田 和 子
若 桜 町 笑 い ク ラ ブ	代 表	西 本 正 敏

第4節 若桜町健康づくりの推進に関する条例

(目的)

第1条 この条例は、本町における健康づくりの推進に関する施策について基本的な事項を定めることにより、町民、地域団体、事業者、保健医療関係者及び町の協働による健康づくりのための施策を総合的かつ計画的に推進し、もって町民が健やかで心豊かに生活できる地域社会の実現に寄与することを目的とする。

(定義)

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- (1) 町民 町内に居住又は勤務する者をいう。
- (2) 地域団体 町内で活動を行う団体及び町民が自主的に参加し、その総意及び協力により住みよい地域社会をつくることを目的として構成された集団をいう。
- (3) 事業者 町内で事業活動を営む者をいう。
- (4) 保健医療関係者 町内で保健及び医療に関する職務に従事する者をいう。

(基本理念)

第3条 健康づくりは、次に掲げる事項を基本理念として行うものとする。

- (1) 健康づくりは、町民一人ひとりが生涯にわたり健やかで心豊かに生活できるよう全世代を通じて継続的に行われるとともに、健康が生活の質を高めるために不可欠であることを認識して推進されなければならない。
- (2) 健康づくりは、町民、地域団体、事業者及び町がそれぞれの役割を認識し、相互に協力して、地域全体で推進されなければならない。

(町の責務)

第4条 町は、前条に規定する基本理念にのっとり、健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進しなければならない。

2 町は、前項に規定する施策の策定及び実施にあたり、町民、地域団体、保健医療関係者及び事業者の意見を反映させるなど連携に努めるものとする。

(町民の役割)

第5条 町民は、健康づくりに関する知識及び理解を深め、健康診査及び健康診断並びに各種検診（以下「健診等」という。）を積極的に受診することにより自らの健康状態を把握し、健康状態に応じた健康づくりに主体的に取り組むとともに、地域、職場及び学校等における健康づくりの推進に関する活動に参加するよう努めるものとする。

(地域団体の役割)

第6条 地域団体は、地域の健康づくりを推進するため、健康づくりに関する活動に積極的に取り組むとともに、他の地域団体等が行う健康づくりに関する活動及び町が実施する健康づくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

(事業者の役割)

第7条 事業者は、当該事業者の行う事業に従事する者に対し、受動喫煙の防止、健診等の受診及び休暇の取得の促進、その他心身の健康に配慮した職場環境の整備に努めるとともに、地域団体等が行う健康づくりに関する活動及び町が実施する健康づくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

(保健医療関係者の役割)

第8条 保健医療関係者は、保健指導、健康診断、治療その他の保健医療サービスを町民が適切に受けられるよう配慮するとともに、健康づくりに関する普及啓発に努めるものとする。

(健康増進計画の策定)

第9条 町は、健康づくりに関する施策を推進するため、健康増進法(平成14年法律第103号)第8条第2項の規定に基づき、健康増進計画を策定するものとする。

2 健康増進計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

(1) 健康づくりの推進に関する基本方針

(2) 健康づくりの推進に関する目標

(3) 前2号に掲げるもののほか、健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に実施するために必要な事項

3 町長は、健康増進計画を策定するときは、若桜町健康体力づくり推進協議会の意見を聴くとともに、町民、地域団体及び事業者の意見を反映させるために必要な措置を講じなければならない。

4 町長は、健康増進計画を策定したときは、速やかに、これを公表しなければならない。

5 前2項の規定は、健康増進計画の変更について準用する。

(重点的配慮事項)

第10条 町は、健康づくりの推進に関する施策の実施にあたっては、次に掲げる事項に配慮するものとする。

(1) 栄養及び食生活に関すること

(2) 運動習慣の普及に関すること

(3) こころの健康に関すること

(4) 喫煙及び飲酒に関すること

(5) 歯及び口腔の健康に関すること

(6) がんの予防、早期発見及び早期治療に関すること

(7) 生活習慣病の予防に関すること

(8) 前各号に定めるもののほか、健康づくりの推進に必要な事項

(情報提供等)

第11条 町は、町民、地域団体及び事業者に対して、健康づくりの推進に関する情報の提供その他必要な支援を行うものとする。

2 町は、町民、地域団体及び事業者に対して、健康づくりの推進のために必要な情報を提供できるよう求めることができるものとする。

3 町は、町民、地域団体及び事業者が行う健康づくりの推進に関する活動で、他の者が行う健康づくりの推進に関する活動に有益かつ先駆的な役割を果たすと認めるものについて、当該町民、地域団体及び事業者の同意を得て、これを公表及び顕彰することができるものとする。

(体制整備)

第 12 条 町は、健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施するために必要な体制を整備するものとする。

(財政上の措置)

第 13 条 町は、健康づくりの推進に関する施策の実施に関し、必要な財政上の措置を講ずるよう努めるものとする。

(委任)

第 14 条 この条例に定めるもののほか、健康づくりの推進に関し必要な事項は、町長が別に定める。

附 則

この条例は、平成 29 年 4 月 1 日から施行する。

若桜町健康づくり計画 「健康若さ21（第3次）」

策 定：平成30年2月

編集・発行：若桜町保健センター

〒680-0792

鳥取県八頭郡若桜町大字若桜801番地5

TEL：0858-82-2214 FAX：0858-82-0134