

## 「第2次健康むなかた21」および「第2次健康むなかた食育プラン」中間見直し

市では、市の健康づくりの基本となる計画である「第2次健康むなかた21」と、市の食育推進計画である「第2次健康むなかた食育プラン」を策定し、計画の基本理念を「人がいきいき 地域が元気 みんな笑顔で健康づくり」と定めて、市民の皆さんの健康づくりと食育の推進に取り組んでいます。この計画の期間は、2015（平成27）年度から2024（令和6）年度までの10か年で、中間年度である2019年度に、見直しを行うこととしており、今回、中間状況を確認し、国の動き、これまでの実施状況と課題をふまえ、計画の見直しを行いました。

### I. 第2次健康むなかた21

#### 1. 基本方針と施策の柱

本計画は、①がん及び生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進、②健康の維持・増進のための生活習慣の習得、③次世代の健康づくりの推進、④高齢者の健康づくりの推進、⑤こころの健康づくりの推進、⑥地域が元気になる健康づくりの推進の6つの施策（図1）を柱に「健康寿命の延伸」の実現を目指します。

#### 2. 課題と今後の取り組み

施策の柱	課題	今後の取り組み
①がん及び生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進	・がん検診、特定健診の受診率の向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>・若い世代から広く市民に対して、がん予防の啓発を行います</li> <li>・がん検診の種類や実施方法の見直しを行います</li> <li>・より多くの市民が健康診査を受けることができるよう体制を整備するとともに、情報提供を行います</li> </ul> <b>【目標値の見直し】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がん検診受診率の目標値は、国・県の見直しにあわせ、50%にします。また、国・県同様にアンケート調査を指標とします。</li> <li>・生活習慣病の早期発見、発症予防重症化予防の推進についての目標値は、2018（平成30）年に策定した第2期データヘルス計画・第3期特定健診等実施計画と整合を図り、再度設定します。</li> </ul>
②健康の維持・増進のための生活習慣の習得	・健康的な生活習慣づくりに取り組む人の増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ライフスタイルに応じた健康的な食生活や運動を継続でき、より健康的な生活習慣づくりに取り組めるよう、情報提供や体験学習を行います</li> <li>・生活習慣病予防のための学習の場づくりなど、健康的な生活習慣を身に付けるための環境整備を行います</li> </ul>
③次世代の健康づくりの推進	・妊娠期から乳幼児期における切れ目のない母子保健サービス体制の強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>・成長・発達段階に応じて必要な健康診査、健康相談や育児教室、予防接種などの事業を推進します</li> <li>・すべての妊産婦・乳幼児とその家庭に継続的・包括的支援を行います</li> </ul>
④高齢者の健康づくりの推進	・地域における介護予防や健康づくりのための通いの場づくりと参加の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すべての高齢者が定期的に利用可能な自主的な通いの場づくり及び居場所づくりを行います</li> <li>・介護予防活動に取り組む高齢者を増やし、自主グループの育成と交流を通じ、活動を継続できるよう支援します</li> </ul>
⑤こころの健康づくりの推進	・健やかなこころを支える地域づくりを目指して、自殺につながる要因の軽減	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うつ病などの精神疾患に関する正しい知識の普及と相談窓口の周知を行います</li> <li>・こころの病気の早期発見、早期対応に努め、相談しやすい体制の充実を図ります</li> <li>・悩んでいる人に気づき見守ることのできるゲートキーパーなどの人材育成を図ります</li> </ul>
⑥地域が元気になる健康づくりの推進	・住み慣れた地域で安心して健康で暮らし続けるための地域社会全体の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各地区の健康課題を整理し、課題解決に向けた効果的な取り組みなどの情報を提供します</li> <li>・地域住民による自主的な健康づくり活動が、活発化するよう活動を支援します</li> <li>・地域の健康づくりを担う人材を育成します</li> </ul>

図1

### II. 第2次健康むなかた食育プラン

#### 1. 基本方針と施策の柱

本計画は、①次世代に受け継ぐ食育、②生活習慣病予防のための食育、③地域が元気になる食育の3つを施策の柱（図2）に、生涯にわたる食育を推進します。

#### 2. 課題と今後の取り組み

施策の柱	課題	今後の取り組み
①次世代に受け継ぐ食育 ～育て！自らの食を選び楽しむ子どもたち～	<ul style="list-style-type: none"> <li>・適正体重を維持している若年女性の増加</li> <li>・朝食摂取と栄養バランス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ライフスタイルに応じた健康的な食生活、健康的な生活習慣に取り組めるよう、朝食摂取や栄養バランスなどについての情報提供や体験学習を行います</li> </ul>
②生活習慣病予防のための食育 ～食で防ごう！生活習慣病～	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食と運動などによる健康づくりで健康的な生活習慣を身に付けている人の増加</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩や野菜摂取などの健康的な食生活について、学校・家庭・地域で連携して情報提供や体験活動を行います</li> </ul>
③地域が元気になる食育 ～食でつなごう！人と地域～	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食を通じた人のつながりを増やす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食を基本とした心身の健康づくりが行えるよう、市民・地域・学校・生産者・企業などと連携して、食生活に関する正しい知識、郷土料理及び地産地消の普及を図ります</li> <li>・農水産物直売所などを通じ、宗像産の農水産物を使った料理と食生活に関する正しい知識の普及を図ります</li> <li>・地産地消などの地域に根ざした食育を推進する地域の食育リーダーを養成し、活動支援を行います</li> </ul>

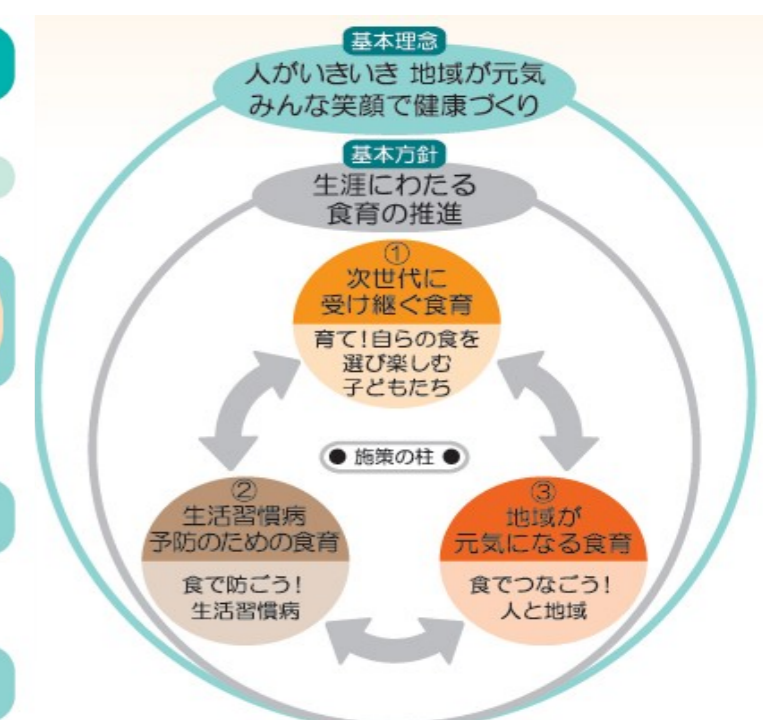
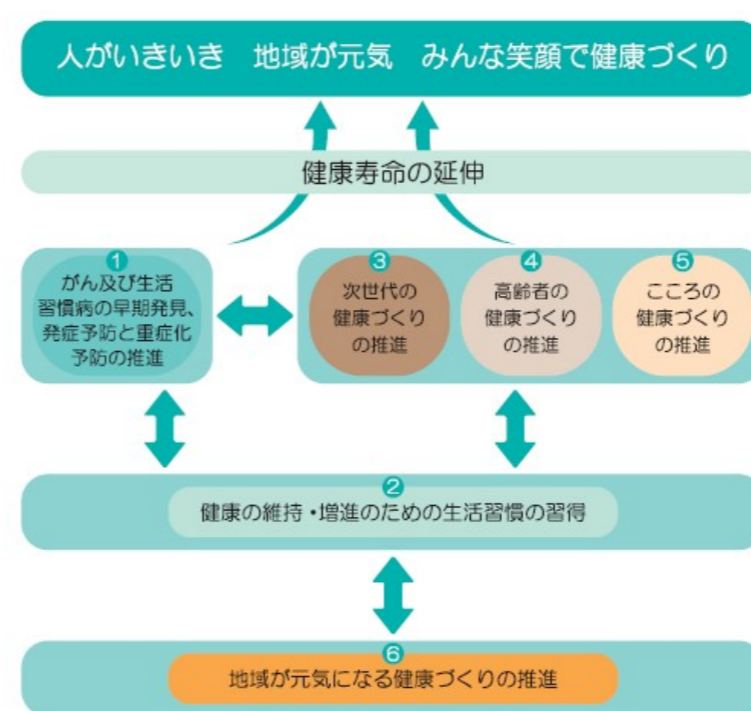


図2