

第2次

芦屋市健康増進・食育推進計画

みんなで健やか 元気なあしや



平成25年3月

芦屋市

芦屋市民憲章

わたくしたち芦屋市民は、国際文化住宅都市の市民である誇りをもって、わたくしたちの芦屋をより美しく明るく豊かにするために、市民の守るべき規範として、ここに憲章を定めます。

この憲章は、わたくしたち市民のひとりひとりが、その本分を守り、他人に迷惑をかけないという自覚に立って互いに反省し、各自が行動を規律しようとするものであります。

- 1 わたくしたち芦屋市民は
文化の高い教養豊かなまちをきずきましょう。
- 1 わたくしたち芦屋市民は
自然の風物を愛し、まちを緑と花でつつみましょう。
- 1 わたくしたち芦屋市民は
青少年の夢と希望をすこやかに育てましょう。
- 1 わたくしたち芦屋市民は
健康で明るく幸福なまちをつくりましょう。
- 1 わたくしたち芦屋市民は
災害や公害のない清潔で安全なまちにしましょう。

はじめに



心身ともに健康で、生涯を通じて健やかな生活を送ることは、すべての市民の願いです。健康上の問題で日常生活が制限されることなく、自分らしくいきいきと過ごすことができるよう、一人ひとりが積極的に健康増進に向けた取組を実践することが必要です。

また、「食」を通じて健康増進を図ることや食べ物に対する感謝の気持ちをもつことなども、からだの健康、こころの健康を保持増進させるために必要なことです。

わが国は、生活水準の向上や医療技術の進歩等により平均寿命が大幅に延び、世界有数の長寿国となりました。その一方で、急速な高齢化に伴う疾病構造の変化により、「がん」・「心疾患」・「脳卒中」などの生活習慣病が増加し、それらを原因とする寝たきりや認知症など、介護を必要とする人の増加も大きな社会問題となっています。

また、「食」は、命の源であり人が生きていくためには欠かせないものです。しかし、近年では個人の好みに合わせた食生活スタイルや食の多様化がさらに進展し、栄養バランスの偏りや不規則な食生活による肥満や生活習慣病の増加など様々な問題が生じています。

このような背景を踏まえ、「妊娠・出産期」、「乳幼児期」から「高年期」までのライフステージごとの健康づくりや食育活動の施策を総合的、計画的に推進するため、「第2次芦屋市健康増進・食育推進計画」を策定いたしました。

この計画では、市民一人ひとりが健康づくりや食育活動を積極的に実践するため、第1次計画の取組を維持しつつ、新たに基本目標を掲げ、家庭や地域、行政や関係機関等市全体で市民の健康を支え、誰もが手軽に健康づくりができるまち「みんなで健やか 元気なあしや」の実現をめざしています。

今後、市ではこの計画の達成に向け、きめ細かな施策を推進してまいりますので、より一層のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、計画策定にあたりましては、熱心にご審議いただきました計画策定委員会の委員各位と、健康づくり・食育に関するアンケート等を通じて貴重なご意見・ご提案をいただきました皆様に厚くお礼を申し上げます。

平成25年3月

芦屋市長 山中 健

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	3
3 計画の策定体制	4
4 推進・評価体制	4
第2章 芦屋市の現状	5
1 人口・世帯等の状況	5
2 出生の状況	8
3 死亡の状況	12
4 健診の状況	15
5 医療の状況	19
第3章 第1次計画の評価	24
1 評価の概要	24
2 「すこやか親子21計画」の評価	26
3 「いきいき暮らす元気計画」の評価	30
4 「食育推進計画」の評価	34
第4章 第2次計画の基本的な考え方	36
1 計画がめざすもの	36
2 基本目標	37
3 健康増進計画・食育推進計画の体系	39

(注) 本文中で※印を付した用語については、巻末に用語解説を50音順で掲載しています。

第5章 健康増進計画	40
基本目標Ⅰ 親と子の健康づくりの推進	40
(1) 母とこどもの健康の確保	40
(2) 小児医療・思春期保健対策の強化	47
基本目標Ⅱ 生活習慣病予防対策の推進	52
(1) 運動習慣の確立と実践	52
(2) 禁煙と適正飲酒の推進	61
(3) こころの健康	70
(4) 歯及び口腔の健康づくり	77
基本目標Ⅲ 一人ひとりの健康管理の支援	82
(1) がん・循環器疾患・糖尿病・COPDの対策	82
第6章 食育推進計画	91
基本目標Ⅳ 健全な食生活の推進	91
(1) 健康を維持する食習慣の確立と実践	91
(2) 食文化の継承	104
(3) 食品に関する正しい知識の普及	107
(4) 食育推進の取組	112
参考資料	118
1 数値目標	118
2 計画の策定体制（設置要綱，委員会名簿等）	123
3 計画策定の経過	128
4 用語解説	129



第 1 章

計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

(1) 健康や食を取り巻く社会環境の変化

わが国は、生活水準の向上や医療技術の進歩等により平均寿命*が大幅に延び、世界有数の長寿国となりました。その一方で、急速な高齢化に伴う疾病構造の変化により、疾病全体に占めるがんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病*の割合が増加しています。また、これらの疾病の増加は、寝たきりや認知症など介護を要する人を増加させるとともに、医療費を増大させ、財政を圧迫する要因ともなり、深刻な社会問題となっています。

また、かつての米を中心として多様な副食からなるいわゆる「日本型食生活*」を基本とした食生活スタイルから、個人の好みに合わせた食生活スタイルへと食の多様化がさらに進展し、その結果、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏り、朝食の欠食など食習慣の乱れに起因する肥満や生活習慣病*の増加、過度の痩身等様々な問題が引き起こされています。

(2) 健康づくりの推進に向けた国や県の動向

国では、平成 12 年度より展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本 21*」について、平成 23 年度に最終評価が行われ、「健康寿命*の延伸」「健康格差の縮小」「重症化予防」「社会全体として相互に支え合いながら健康を守る環境の整備」を新たに盛り込んだ「健康日本 21*（第 2 次）」として、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」が平成 24 年 7 月に公表されました。

兵庫県においては、県民の主体的な健康づくりへの取組を支援するため、平成 12 年に県民一人ひとりの健康づくりの道しるべとなる「ひょうご健康づくり県民行動指標」が定められました。その後、平成 20 年には「兵庫県健康増進計画」が、平成 24 年 3 月には「兵庫県健康づくり推進プラン」が策定され、県民の安全・安心を守り、生涯にわたり自らの健康を高め、健康づくりと疾病の予防を図るための取組が進められています。

(3) 食育の推進に向けた国や県の動向

国では、平成 17 年に「食育」を国民運動として推進していくために「食育基本法」を施行し、これに基づいて平成 18 年には「食育」の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、「食育推進基本計画」を策定しました。これを契機として、あらためて「食」のあり方を方向づけ、国民が生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むことのできる社会づくりに取り組むことが求められています。平成 23 年3月には、過去5年間の食育に関する取組の成果と課題を踏まえ、新たに①生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進、②生活習慣病^{*}の予防及び改善につながる食育の推進、③家庭における共食^{*}を通じた子どもへの食育の推進、の3つを重点課題に定めた「第2次食育推進基本計画」が策定されています。

兵庫県では、全国で初めて定められた「食の安全安心と食育に関する条例」に基づき、平成 24 年3月には「食育推進計画（第2次）」が策定され、食育の周知から「実践と連携」をコンセプトとした取組が進められています。

(4) 芦屋市の健康づくり・食育の推進に向けて

本市においても、少子化の進行や核家族化、女性の社会進出、ライフスタイル^{*}の多様化等、親子を取り巻く社会環境の変化により、保護者の育児不安や育児負担が増加し、母子保健の推進や子育て支援の充実などが重要となっているとともに、若い頃からの生活習慣病^{*}予防や、健康寿命^{*}の延伸による生活の質の向上のため、市全体での生涯を通じた健康づくりの取組が重要となっています。

このような中、本市における健康づくりや食育活動の施策を総合的、計画的に推進するため、平成 21 年に「芦屋市健康増進・食育推進計画（第1次計画）」を策定し、健康と食育の分野の取組を相互に進めてきました。平成 25 年3月末の第1次計画の計画期間終了に伴い、社会経済の変化への対応や今後の新たな課題など、時代の変化へ対応した新たな計画策定が求められています。

本計画は、第1次計画の進捗状況の評価を行いつつ、第1次計画に引き続き、「健康増進計画」に国の「健やか親子21計画」を包含するとともに、健康と食育の分野が相関関係にある計画として、「第2次芦屋市健康増進・食育推進計画」を策定するものです。

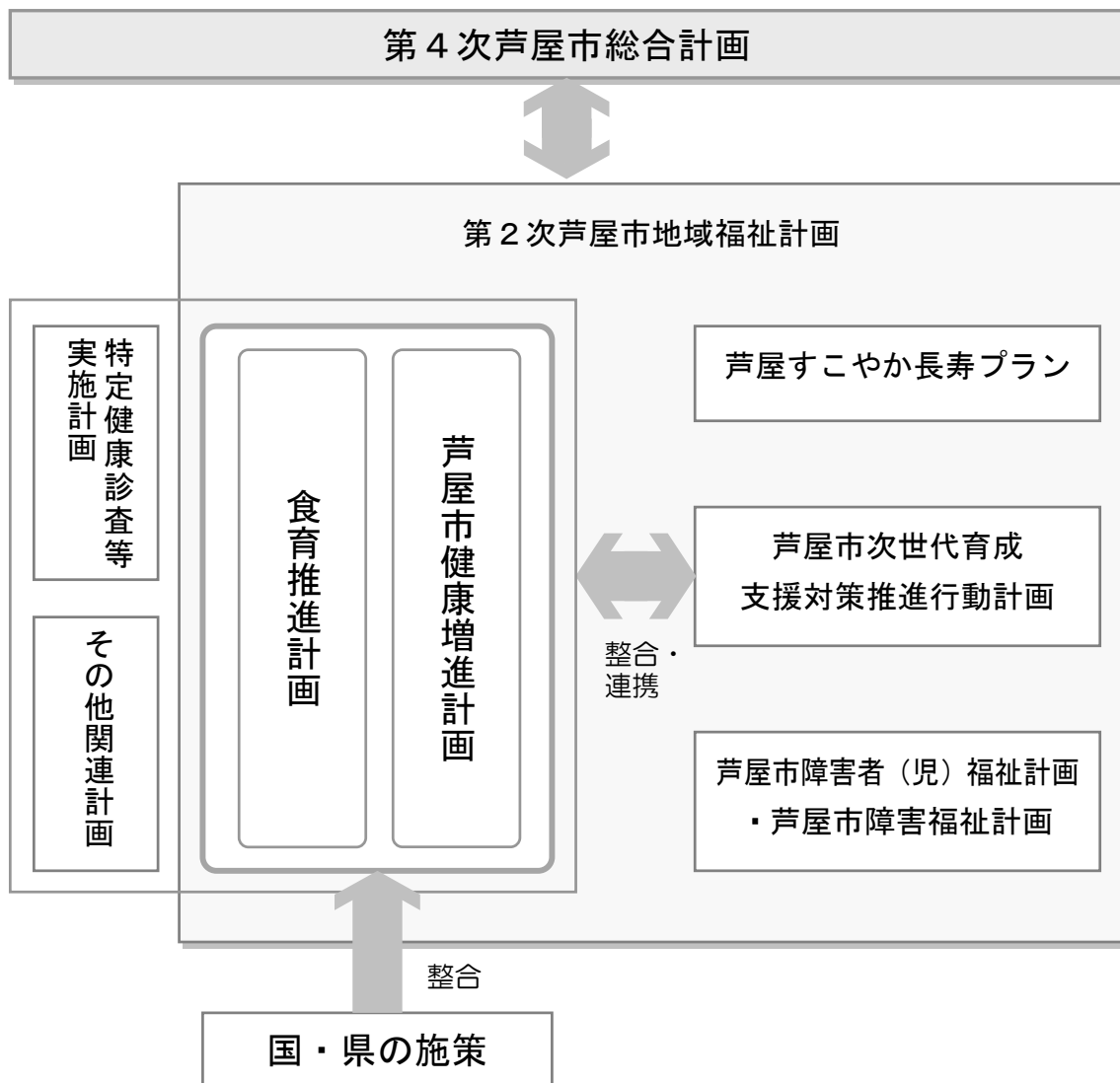




2 計画の位置づけ

本計画は、「健康増進計画」「食育推進計画」を一体的に策定したものです。「第4次芦屋市総合計画」の「人と人がつながって新しい世代につなげる」「人々のつながりを安全と安心につなげる」の基本方針を受けて、市民や行政、関係機関・団体等が一体となって健康づくりに取り組むための行動計画です。

本計画の計画期間は、平成25年度を初年度とし、平成29年度を目標年度とする5年間の計画です。



3 計画の策定体制

(1) 芦屋市健康増進・食育推進計画策定委員会の設置

本計画の策定にあたっては、学識経験者、芦屋健康福祉事務所、医師会、歯科医師会等医療関係団体、芦屋栄養士会、芦屋いずみ会、民生児童委員協議会、老人クラブ連合会、社会福祉協議会、公募市民、行政関係者で構成される「芦屋市健康増進・食育推進計画策定委員会」を設置し、計画内容の検討を行いました。

(2) 芦屋市健康増進・食育推進計画推進本部及び幹事会の設置

庁内においては、「芦屋市健康増進・食育推進計画推進本部」及び「芦屋市健康増進・食育推進計画推進本部幹事会」を設置し、計画内容の検討及び調整等を行いました。

4 推進・評価体制

本計画は、市民や地域、学校、団体、企業、行政など社会全体が一体となり、食育と併せた健康づくりを進めていく指針となるものです。本計画の計画内容を、総合的かつ効果的に計画を推進するため、それぞれの役割を明確にするとともに、連携を図って取組を進めていくことが求められます。

また、「芦屋市健康増進・食育推進計画推進本部」及び「芦屋市健康増進・食育推進計画推進本部幹事会」を中心に、関係機関や関係各課との調整を図り、財政状況を勘案しながら、計画の実現をめざす施策を総合的に推進します。

計画の最終年度には市民意識調査を実施し、次期計画の策定時に設置する計画策定委員会において進捗状況の把握や評価を行います。

