

# 第5期健康ながはま21

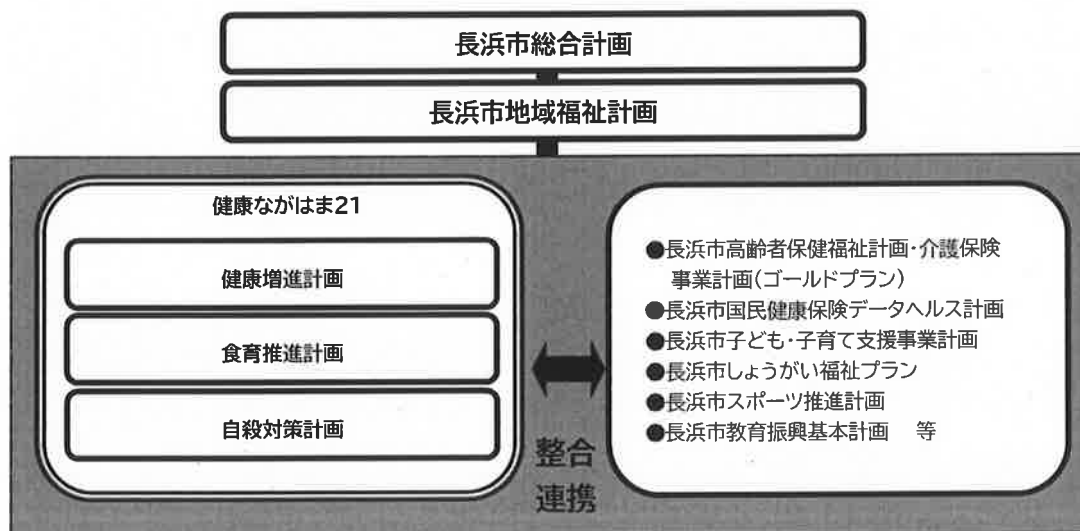
(令和6～12年度(2024～2030 年度))

令和 6 年 3 月  
長浜市

## 4 計画の基本的な考え方



### (1) 計画の位置付け

本計画は健康増進法に規定されている市町村健康増進計画、及び食育基本法に規定されている市町村食育推進計画、改正自殺対策基本法に規定されている市町村自殺対策計画の3つを包含する計画として策定します。策定にあたっては、「長浜市総合計画」「長浜市地域福祉計画」を上位計画とし、関連する計画等との整合性を図り、長浜市の健康づくりの方向性とともに関係機関において行うべき対策を示す健康づくり推進計画です。



### (2) SDGsの理念との整合

SDGs(エス・ディー・ジーズ)は、2015年の国連サミットで採択された2030年までの世界共通の目標です。17の目標があり「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現を目指しています。本計画においても、SDGsの17のゴールのうち、下記の2つを念頭に、市民・地域・行政がともに協力し、全ての市民の健康づくりをすすめ、目標の達成を目指します。

	目 標	内 容
	3 全ての人に健康と福祉を	あらゆる年齢の全ての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する。
	17 パートナリープで目標を達成しよう	持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する。

### (3)計画期間

本計画第5期(食育推進計画、自殺対策計画を包含)は、令和6年度から令和12年度までの7年間です。国や県の動向や本市の現状を受けて、令和12年度に第5期計画の最終評価を行い、次期計画に反映させます。

	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18
健康なが はま21	計画期間(R6～R12 年度)							計画期間(R13～R18 年度)					
				中間評価			最終評価						
健康日本 21(国)	計画期間(R6～R17 年度)												
						中間評価				最終評価			

※国が策定する「健康日本21(第3次計画)」が10年計画から12年計画に変更になりました。健康日本21の中間評価結果(令和11年)を参考に第6期計画を策定するため、第5期の計画期間を7年間とします。  
国・県の動向を受けて策定できるよう第6期以降は計画期間を6年間とします。

### (4)進捗管理体制

本計画の進捗状況管理については、地域の保健医療関係者や関係団体の代表者で組織される市の附属機関である長浜市健康づくり推進協議会で行います。

毎年度、PDCAサイクルを基に本計画に基づいて行われる事業の効果を確認するとともに、各計画で設定した指標の推移を追いながら目標の達成状況を把握し、より効果的・効率的なものになるよう、柔軟な視点で事業を再検討し、目標達成に向けた取組を推進します。

また、令和9年度には中間評価、令和12年度には最終評価を行い、長浜市健康づくり推進協議会から提言を受け、令和13年度以降の次期計画を策定します。



# 5

## 計画の構成

### (1)めざす姿

### 『健康で輝けるまち長浜』の実現

### (2)基本理念

### 『みんなで健康づくりを支え、誰もが健康づくりに取り組み、健康を実感できるまち』

健康づくりは、市民一人ひとりが意識し、主体的に取り組むことが大切です。しかし、近年では多様な健康観・ライフスタイルのほか、個人が置かれている生活環境等による「健康の格差」が問題となっており、健康づくりを個人の努力に任せるだけでは難しい状況があります。

そこで、長浜市では令和元年5月に「長浜市健康都市宣言(健康で輝けるまちながはま宣言)」を行い、家庭・地域・学校・企業・行政等が連携し、個人の健康づくりを守り、支えるまちづくりを進めることを内外に発信し、市民が日常生活の場で健康づくりに取り組めるよう働きかけを行ってきました。

第5期計画においても宣言の趣旨をふまえ、長浜市総合計画にある「健康で輝けるまち長浜」の実現に向け、「みんなで健康づくりを支え、誰もが健康づくりに取り組み、健康を実感できるまち」を基本理念とし、民間活力の活用、各種地域団体との連携により健康づくりを推進していきます。

## ～健康で輝けるまち ながはま宣言～

私たちは、豊かな自然と歴史・文化の薫る長浜市で、いきいきと健やかに暮らし続けることを願っています。

そしてさらなる願いは、未来を生きる子どもたちが、ふるさと長浜に誇りを持ち、心豊かに健康で笑顔あふれる人生を送ることです。

この願いを実現するため、私たち一人ひとりが、よりよい生活習慣を心がけながら日々の暮らしを楽しみ、地域のつながりを大切にして、みんなで健康づくりに取り組む決意を込め、ここに「健康で輝けるまち ながはま」を宣言します。

令和元年5月19日



「健康フェスティバルでの宣言の様子」

## (2)基本方針

### 1. 子ども・若者世代からの健康づくりの推進

生活習慣病は、急に発症するものではなく、運動不足や偏った食事など望ましくない生活習慣の蓄積によって起こるものであり、死亡まで至らずとも後遺症による心身への影響や、就労や介護等、家族や生活に対しても大きな影響を与えます。

生活習慣病予防のためには、子どもの時期に望ましい生活習慣を知り、習慣化し、大人になっても継続することが重要です。

また、次世代の健康づくりの観点からも、妊婦だけでなく将来妊娠する可能性がある世代が自身の健康を守ることが重要であり、プレコンセプションケアを念頭に適正な体重管理、がんのリスクを高める感染症に関する理解、妊婦や20歳未満の喫煙・飲酒対策などについても引き続き進めていく必要があります。

家庭はもちろんのこと、教育現場、子どもや保護者世代と接する機会がある地域や事業所と連携し、子どもの時期からの健康づくりを推進していきます。

### 2. ライフステージに沿った健康づくりの推進

価値観やライフスタイルが多様化するなか、個人の生活環境や生き方、健康に対する関心の度合いは様々であり、世代によって必要な対策は異なります。

子どもや若者を始め、全ての市民が自分にあった健康づくりに取り組むことができるよう、各種統計や調査結果などを基に現状分析を行い、ライフステージに応じた取組を展開します。

### 3. 新型コロナウイルス感染症後の、社会環境・生活習慣をふまえた健康づくりの推進

国の「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動(健康日本21(第二次))」の評価では、メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の増加、子どもの肥満傾向、睡眠不足、飲酒量の増加などが指摘されています。

これらは、年々多様化するライフスタイルの影響などだけではなく、令和2年から始まった新型コロナウイルス感染症による外出自粛に伴う身体活動量の減少、食生活、生活リズムの乱れなども影響していることが考えられます。

本市においても、令和4年度に実施した健康ながはま21アンケート結果などをふまえ、市民の生活習慣の変化を把握し、現状に即した取組を展開していきます。

#### 4. 市民の健康づくりを社会全体で支える仕組みづくり

健康づくりは、市民一人ひとりが主体的に取り組むことが基本です。

しかしながら、個人の健康はそれを取り巻く様々な社会環境の影響を受けることが分かっており、「健康づくりはまちづくり」と言われるように、社会全体で健康づくりに取り組むことも必要です。

現状では、地域のつながりの希薄化、既存の健康づくり関連団体の構成員の高齢化などにより、既存の団体との連携だけでは、今後市民の交流・社会参加、健康づくりを支えていくことが難しくなることが想定されます。

従来の地域住民同士のつながり、地域を基盤とした健康づくりの推進も重視しつつ、将来を見据え、多様化するライフスタイル、社会状況の変化に対応し、持続可能な健康づくりができるよう、まちづくりのあらゆる分野に「健康」の視点を取り入れ、全庁的に健康づくりを進めます。

また、医療関係団体、保険者、NPO法人、事業所、大学等と連携し、新たに民間活力を生かしながら、それぞれが健康づくりを担うメインプレイヤーという認識のもと、市民が日常生活の場で、気軽に健康づくりに触れ、体験し、自然と健康になれる環境づくりに取り組みます。

#### ～京都大学との連携～

長浜市では、平成19年から京都大学大学院医学研究科と共同で「ながはま0次予防健康づくり推進事業」を実施し、通常の健診よりもメニューの多い0次健診を、一万人を超える市民が受診しています。

また、「どのような医学的特徴や体質を持った人が病気にかかりやすいか」を調べる追跡調査も実施しています。

このような、健診結果や付随する調査を基に、様々な個別研究が推進されており、今後データ分析や、市民に向けた健康づくりを進めていきます。

#### ～地域団体・企業との連携～

長浜市では、健康都市宣言のもと、多様な主体と連携して、社会全体で健康づくりを支える取組を進めています。

連携先として、従来からの地域づくり協議会や健康推進員のほか、市内NPO法人、社会福祉協議会、市内量販店など連携対象が広がっています。

令和3年以降、大塚製薬(株)、明治安田生命保険相互会社、中北薬品(株)、第一生命保険(株)と健康づくりに関する連携協定を締結しており、今後民間活力を活用して、より効果的な健康づくりを行っていきます。

## 5. 健康データを活用した健康づくりの推進

より効果的な健康づくりを推進するため、市民意識調査や健診データ等数値で見ることができる健康データを分析・活用し、市民の生活状況、健康レベル等の現状をふまえた取組を実践します。

また、健康データは取組の根拠や評価として活用するだけでなく、市民に対して健康づくりを促す際にも有用です。市民への見せ方、伝え方についても検討し、健康データの有効活用を図ります。

併せて、DX化の観点から、健康づくりに関する取組にデジタル技術を取り入れ、サービス利便性の向上を図り、市民が健康づくりに取り組みやすい環境づくりを進めます。