

市民の健康実態、目指す指標

市民の健康実態

現状と課題	施策の方向性
▲男女ともに肥満者の割合が増加している ▲肥満傾向にある小学生の割合は男女ともに増加している ▲児童生徒の心身の健康問題は複雑・多様化している ▲慢性閉塞性肺疾患（COPD）死亡率は全国及び県を上回っている ▲脳血管疾患、虚血性心疾患の基礎疾患は、高血圧症、脂質異常症、糖尿病である ▲妊婦一般健康診査（後期）の「所見あり」の割合が高い状況である	●若い世代からの生活習慣病予防に対する関心を高めるための支援 ●運動意識の向上を図るために、ライフステージ別の支援 ●悩みや不安を抱える人への対応に向けて、関係機関との連携及び人材育成 ●禁煙及び受動喫煙対策 ●重症化予防の対策 ●妊娠期からの生活習慣改善の支援

市民みんなで目指す健康指標

目標項目		基準（令和6年度）	目標（令和17年度）
平均寿命の延伸及び男女差の縮小		男性：80.6歳（国：81.5歳） 女性：87.2歳（国：87.6歳） 男女差：6.6歳（国：6.1歳） 【令和2年】	平均寿命を国の平均に近づける 男女差の縮小
健康寿命（お達者度）の延伸		男性：17.15年（国：18.21年） 女性：20.69年（国：21.21年） 【令和元年】	お達者度を国の平均に近づける
周産期死亡率※2の減少		5.5（国：3.5 県：4.1） 【平成27～令和元年5年間の平均】	県の数値に近づける
三大疾病死亡比の減少（標準化死亡比※3）	急性心筋梗塞の死亡比	男性：216.5 女性：147.5 【平成25～平成29年】	死亡比が100を超えるものについて100に近づける 100を下回るものについてはより一層の減少を目指す
	脳血管疾患の死亡比	男性：127.9 女性：131.1 【平成25～平成29年】	
	胃がんの死亡比	男性：99.5 女性：112.1 【平成25～平成29年】	
自殺の死亡比の減少（標準化死亡比※3）		男性：122.4 女性：111.4 【平成25～平成29年】	死亡比が100を超えるものについて100に近づける

※2 周産期死亡率：妊娠22週以後の死産と早期新生児死亡の総数の出産千対割合。

※3 標準化死亡比：異なった年齢構成を持つ地域別の死亡率をそのまま比較することができないため、標準的な年齢構成にあわせて地域別の死亡率を算出して比較する。全国で地域別の年齢階級別死亡率を算出し、国の平均を100として、死亡比が100を上回る場合はその地域の死亡率は国より高く、100を下回る場合は国より低くなる。

第四次健康きたかた 21

【令和6年度～令和17年度】 概要版

目的	市民の健康増進を総合的かつ効果的に推進する
位置づけ	健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画及び母子保健対策を一体化した計画

基本理念

心身ともに健やかに、元気に
暮らし続けることができるまち 喜多方

基本目標

健康寿命（お達者度※1）の延伸・健康格差の縮小

基本方針1	こころ豊かで健康な生活習慣を身につけた「将来をになう ひとづくり」 子どもの頃から基本的な生活習慣を身につけ、心とからだの健康について正しい知識と判断力を養い、将来において主体的に健康管理を行うことができるよう、親や家族、そして地域と連携した取り組みを行い、「将来をになう ひとづくり」を推進します。
基本方針2	現役世代の生活習慣病発症予防と改善、重症化予防の推進 一人ひとりが心豊かに健康な生活習慣の形成を支援するとともに、特定健診等を契機として、自己の健康管理と健康づくりに取り組めるよう支援体制の強化を図ることにより、本市の重要な健康課題である「循環器疾患」を中心とする生活習慣病の発症及び重症化予防の対策を推進します。

※1 お達者度：65歳で要介護2以上にならず、健康的に過ごせる平均的な期間

各年齢層（ライフステージ）における健康づくり

	ライフステージ	妊娠期・乳幼児期（0～6歳）	学童期・思春期（7～19歳）	青年期（20～39歳）	壮年期（40～64歳）	高齢期（65歳以上）
	ライフステージのテーマ 	大人が育む子どもの健康 子どもの成長と健康的な生活習慣の形成には、親や家族の生活習慣が大きな影響を与えます。改めて生活習慣を見直しましょう。	健康な心と身体の基本づくり 基本的な生活習慣と望ましい食習慣や食に関する適切な判断力を身につけましょう。	自分で確立するよい習慣 健診を通して健康チェックをし、自ら心身の健康管理を行いましょう。	いきいき充実健康生活 がん検診や特定健診を通して、改めて生活習慣を見直しましょう。こころの健康を保つため、上手にストレスを解消しましょう。	地域とふれあい心豊かな生活 がん検診や特定健診及び後期高齢者健診を通して、自らの生活習慣を見直しましょう。地域社会と交流を持ち、生活の質を維持することで健康寿命を延ばしましょう。
市民の取り組み	栄養・食生活・食育	生活リズムや規則正しい食事時間が大切であることを理解し、良い食習慣を定着させましょう	望ましい食習慣を身につけましょう	望ましい食習慣を実践しましょう	健康的な食生活を維持しましょう	健康を維持し、食事を楽しみましょう
	身体活動・運動	楽しみながら体を動かしましょう	運動習慣の形成に努めましょう	家庭や職場で意識して運動を取り入れましょう	生活習慣病予防のため、生活に運動を取り入れましょう	自分に合った運動を継続しましょう
	休養・こころの健康	不安を抱え込まず、楽しく子育てしましょう	一人で悩まずに誰かに相談しましょう	ストレスを感じたら、自分に合った解消法を見つけましょう	悩みや不安を抱え込まず、相談しましょう	趣味や生きがいを持ち、社会参加をしましょう
	喫煙	母体や子どものために、喫煙はやめましょう	喫煙をしない、させないようにしましょう	たばこが及ぼす健康への影響について考え行動しましょう		
	飲酒	母体や子どものために、飲酒はやめましょう	飲酒をしない、させないようにしましょう	適正な飲酒を心がけましょう		
	歯・口腔の健康	う歯のない子に育てましょう	正しい歯磨きの方法を身につけるとともに、口腔ケアの必要性を学びましょう	歯周病予防の正しい知識を持ち実践しましょう		
	主な生活習慣病	生活習慣を見直し、子どもの健やかな成長を見守りましょう	自分のからだや生活習慣、病気の関係を学びましょう	すすんで、がん検診を受けましょう	積極的に健(検)診を受けて、自己の健康管理に生かしましょう	かかりつけ医を持って健康管理を行いましょう
	感染症予防	予防のための知識を身につけ実践しましょう				
市の主な取り組み		● 安心・安全な妊娠・出産の確保 ● 健やかな発育・発達の支援 ● 育児の不安と負担を軽減する支援 ● こども園等での食育の推進 ● 家庭の育児力を高める支援 ● 禁煙の啓発	● 学校における食育推進 ● 学校での歯科健診・歯科指導 ● 不登校児童生徒への支援 ● 思春期保健対策 ● 喫煙防止の啓発 ● 飲酒防止の啓発	● がん検診事業 ● がん検診精密検査未受診者対策 ● 歯と口腔の健康増進 ● こころの健康づくり事業 ● 禁煙の啓発 ● 適正飲酒に関する啓発	● 生活習慣病の発症予防と重症化予防事業 ● がん検診事業 ● がん検診精密検査未受診者対策 ● 歯と口腔の健康増進 ● こころの健康づくり事業 ● 禁煙の啓発 ● 適正飲酒に関する啓発	● 生活習慣病の発症予防と重症化予防事業 ● 後期高齢者健診 ● 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 ● もの忘れ検診 ● 介護予防普及啓発事業 ● 地域介護予防活動支援事業 ● 禁煙の啓発 ● 適正飲酒に関する啓発
		(共通) ● 予防接種事業 ● スポーツに親しむ機会の提供 ● 食育の普及啓発及び食環境の整備 ● 所内健康相談 ● 受動喫煙防止の周知 ● 感染症等の流行や対策についての情報提供				