

第1章 計画策定の趣旨

1 計画策定の背景と目的

南魚沼市では、平成19年3月に「生涯を通じてだれもが健やかでいきいきとくらせる地域」を基本理念として「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第1次）」を策定し、「栄養・食生活」「運動」「喫煙」「飲酒」「こころの健康・休養」「歯の健康」「糖尿病・循環器疾患・がん」「介護予防」の8分野に分け、ライフステージに応じた健康づくりに取り組んできました。

また、健康づくりは「地域づくり」と考え、健康推進員、筋力づくりサポーターの会、食生活改善推進員等の地区組織と協働し、生活習慣病からつながる認知症予防、介護予防の推進に努めてきました。

しかしながら近年の偏った食生活と不適切な生活習慣の積み重ねから子どもにも生活習慣病予備群が増え、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病*が疾病全体の多くを占めるようになっていきます。

また、生活環境の改善や医学・医療の進歩等によって平均寿命は年々延びているものの、急速な高齢化の進行により、認知症や寝たきり等の要介護状態となる人が増加しています。

このような現状の中、市民一人ひとりが実り豊かな生涯を過ごすためには、生活習慣による疾病の発症予防と重症化予防、生活習慣病予備群を減少させ、健康寿命の延伸を図ることが重要です。また、社会が複雑化し、地域力が希薄化する中、地域におけるソーシャルキャピタル*の醸成を図りつつ、市民が自分の健康に関心を持ち、自らが健康づくりに積極的に取り組めるような環境づくりが必要です。

平成24年7月に国が策定した「健康日本21（第2次）」において生活習慣病の一次予防と重症化防止、健康寿命の延伸に加え、新たに健康格差*の縮小に向けた取り組みが示されたことから、新潟県においても平成26年3月に「健康にいがた21（第2次）」を策定しています。これらを基本に、市では平成27年度をもって計画期間が満了する「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第1次）」の成果を検証し、新たな課題等に対応するために見直しを行い、「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）」を策定することとしました。また、「南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第1次）」を同時に見直し、総合的に健康づくりを推進していくこととしています。

「健康づくり」は、一人ひとりが自分にあわせた「生涯づくり」であるとも言われています。乳幼児期からすべての世代を通じて健康づくりに取り組むとともに、社会全体で取り組むことで、健康格差を縮小し市民全体の健康の底上げを図り、「生涯を通じてだれもが健やかでいきいきとくらせる地域」を目指します。

* 生活習慣病：食習慣、運動習慣、休養のとり方、嗜好等の生活習慣によっておこされる病気。

* ソーシャルキャピタル：人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる、「信頼」「規範」「ネットワーク」といった社会組織の特徴

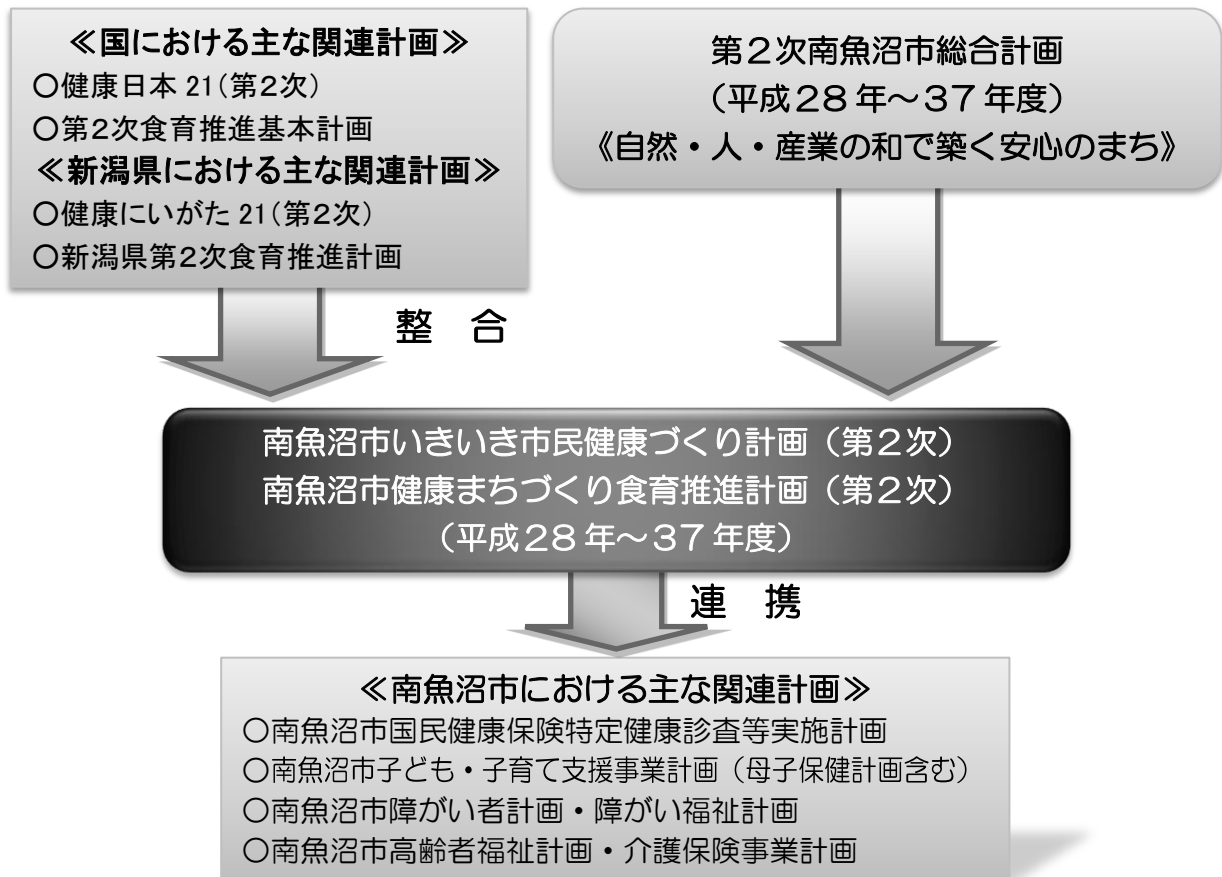
* 健康格差：地域、職業、経済力、世帯構成等による健康状態や疾病の発生頻度、死亡率の差

2 計画の位置づけ

第1編の「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）」では、第2次南魚沼市総合計画（平成28年3月策定）を上位計画として、食育基本法（平成17年6月17日法律第63号）第18条第1項に基づく「南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第2次）」及び高齢者の医療の確保に関する法律（昭和57年8月17日法律第80号）に基づく「特定健康診査等実施計画」、介護保険法（平成9年12月17日法律第123号）に基づく「介護保険事業計画」、障害者基本法（昭和45年5月21日法律第84号）に基づく「障がい者計画」等関連する単体計画と連携し、国の「健康日本21*（第2次）」及び新潟県の「健康にいがた21*計画（第2次）」を参考に、総合的に「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）」を推進していきます。

また、第2編の「南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第2次）」では、食育基本法（平成17年6月17日法律第63号）第18条「市町村食育推進計画」の規定に基づく計画として位置づけ、「第2次南魚沼市総合計画」をはじめとする各分野における個別計画との整合性を図っています。「食」の多様な分野と関係機関等の活動それぞれが、市民の豊かな地域生活と健康の実現を図ることを願って、食育推進の基本的な考えを示すとともに、市民が楽しく実践するための指針として位置づけます。

《市の各計画との関連体系》



* 健康日本21：「21世紀における国民健康づくり運動」で生活習慣病の予防や生活習慣改善のための目標を示しています。

* 健康にいがた21：健康増進法第8条に規定する県の健康増進計画として県民一人ひとりが、積極的に健康づくりに取り組み、すこやかで生きがいに満ちた生活のできる社会の実現を目指した指針。

3 計画の期間

「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）」「南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第2次）」ともに、計画期間は平成28年度から平成37年度までの10年間とします。

なお、本計画策定後の社会的状況の変化等に伴い、本計画の改定等の必要が生じた場合には、適宜改定を行うものとします。



●関連計画の計画期間

計画年度	平成28年	平成29年	平成30年	平成31年	平成32年	平成33年	平成34年	平成35年	平成36年	平成37年
南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第2次）	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
南魚沼市歯科保健計画	→	→	→	→	→	→				
第2期特定健診等計画	→	→								
第6期高齢者福祉計画・介護保険事業計画	→	→								
第4期南魚沼市障がい者計画	→	→								
南魚沼市子ども・子育て支援事業計画	→	→	→	→						

4 計画策定体制と経緯等

本計画の策定にあたっては、事務局を保健課に置き、関係機関等で組織する「南魚沼市健康づくり推進協議会」「南魚沼市健康まちづくり食育推進会議」で審議を行いました。

（1）市民健康意識調査等の実施

本計画の策定にあたっては、前計画の評価と具体的な健康づくりの目標を設定する基礎資料とするため 19 歳から 74 歳の住民 2,200 人を無作為に抽出してアンケート調査を実施し、957 人（43.5%）から回答を得ました。

また、ライフステージにおいて異なる健康課題を把握し、計画に反映することを目的として、グループフォーカスインタビューを実施しました。

5 計画の基本方針

市民一人ひとりが自らの健康づくりに取り組むとともに、家庭や身近な地域、世代、関係機関や団体等が、健康づくりに関わるあらゆる場面で手を携えて

「安心してらせる食と自然の^{まち}地域」

「すこやかできらきら輝く^{まち}地域」

「生きがいに満ちあふれた^{まち}地域」

をこの計画の中目標として、次の4つの方針を設定し、達成する事を目指します。

(1) 一人ひとりが主役の健康づくり

健康観は、年代や個人の価値観によって異なります。一人ひとりの個性と健康観を重視し、自分に合った方法で、1次予防*に重点を置いた健康づくりに取り組めます。

(2) ライフステージごとの健康づくり

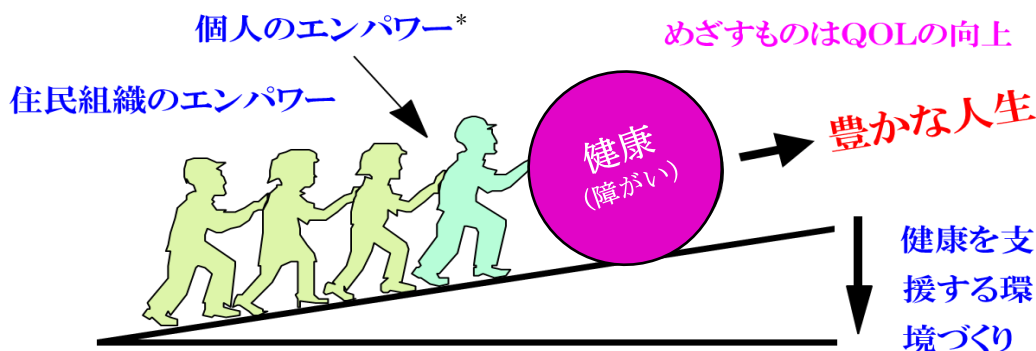
健康づくりは生涯にわたる取り組みが必要なことから、子どもから大人まで、全ての年代別にその年代に応じた健康づくりに取り組めます。

(3) 健康づくり支援の環境整備

一人ひとりが生活習慣を改善し、健康増進のために主体的に取り組めるように、地域や行政がそれぞれの役割で支援し、市民の健康づくりを効果的に進めるための環境整備に取り組めます。

(4) 健康目標の設定と評価の実施

健康づくりを効果的に推進するため、各種データや情報に基づいた現状、課題の分析を行い取り組み目標を明確に設定し、健康づくりに反映するとともに、継続的評価と指標の見直しにより効果的な成果の達成に取り組めます。



* 1次予防：健康的な生活習慣や環境改善、外傷の防止等により健康を増進し、病気や怪我の発生そのものを抑える対策。
2次予防：健康診査等を通して病気を早期に発見し、早期に治療することにより、病気が進行しないうちに治す病気の対策。
3次予防：病気にかかった後の対応として、治療、機能回復、機能維持を図り、病気や障がいの進行をとめる対策。

* エンパワー：人々が自分たちの健康に影響を及ぼす意思決定や行動をコントロールできるプロセスを支援すること。

■計画の体系

<大目標>
生涯を通じて だれもが健やかでいきいきとくらせる^{まち}地域

<中目標>

- ◎「安心してくらせる食と自然の^{まち}地域」
- ◎「すこやかできらきら輝く^{まち}地域」
- ◎「生きがいに満ちあふれた^{まち}地域」

<基本方針>

- (1) 一人ひとりが主役の健康づくり
- (2) ライフステージごとの健康づくり
- (3) 健康づくり支援の環境整備
- (4) 健康目標の設定と評価の実施

