

目 次

第 1 編 南魚沼市いきいき市民健康づくり計画《南魚沼市健康増進計画（第 2 次）》

第 1 章 計画策定の趣旨	1
1. 計画策定の背景と目的	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	3
4. 計画策定体制と経緯等	4
（1）市民健康意識調査等の実施	4
5. 計画の基本方針	4
（1）一人ひとりが主役の健康づくり	5
（2）ライフステージごとの健康づくり	5
（3）健康づくり支援の環境整備	5
（4）健康目標の設定と評価の実施	5
第 2 章 南魚沼市の現状と評価	7
1. 人口構成	7
（1）人口の推移	7
（2）年齢構成（現状・推計）	7
2. 平均寿命と健康寿命	9
（1）平均寿命	9
（2）健康寿命	9
3. 出生の状況	10
4. 死亡の状況	11
5. 健康診査の受診状況	14
6. 医療費の状況	16
7. 市民の健康意識	18
8. いきいき市民健康づくり計画（第 1 次）の評価	19
（1）達成できた	19
（2）まあまあ達成できた	20
（3）あまり達成できなかった	20
（4）達成できなかった	21
（5）評価困難	21
（6）分野ごとの達成状況	22

第3章 健康づくりの課題と取組み	31
1. 栄養・食生活	33
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	33
(2) 課題達成に向けた取組み	39
(3) 指標と目標値	40
2. 身体活動・運動	41
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	41
(2) 課題達成に向けた取組み	45
(3) 指標と目標値	46
3. 飲酒	47
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	47
(2) 課題達成に向けた取組み	49
(3) 指標と目標値	50
4. 喫煙	51
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	51
(2) 課題達成に向けた取組み	53
(3) 指標と目標値	54
5. こころの健康・休養	55
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	55
(2) 課題達成に向けた取組み	58
(3) 指標と目標値	59
6. 歯・口腔の健康	60
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	60
(2) 課題達成に向けた取組み	62
(3) 指標と目標値	63
7. 生活習慣病の発症予防・生活習慣	64
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	64
(2) 課題達成に向けた取組み	68
(3) 指標と目標値	70
第4章 ライフステージごとの健康づくり	71
1. 次世代の健康	71
(1) 南魚沼市の現状	71
(2) 課題達成に向けた取組み	75
(3) 指標と目標値	76

2. 働く世代の健康	78
(1) 健康増進アンケート調査、健診等からみた現状	78
(2) 課題達成に向けた取組み	80
(3) 指標と目標値	81
3. 高齢者の健康	83
(1) 基礎健診問診からみた現状	83
(2) 生活と介護の実態調査等からみた現状	83
(3) 課題達成に向けた取組み	86
(4) 指標と目標値	87
第5章 地域の特性を活用した健康づくりの取組み	89
1. 食と食文化活用の健康づくり	89
2. 自然環境を利用した健康づくり	90
3. 冬場の健康づくり	91
4. 地域で健康づくり	92
5. 健康づくりに対する新しい動機づけの推進	93
6. 医療機関と連携した健康づくり	94
第6章 目標値達成のための具体的な事業計画	95
第7章 計画の推進体制	97
1. 計画の推進体制	97
2. 関係機関の役割	98
第2編 南魚沼市健康まちづくり食育推進計画《南魚沼市食育推進計画（第2次）》	
第1章 計画策定の趣旨	101
1. 計画策定の背景と目的	101
2. 計画の位置づけ	102
3. 計画の期間	102
4. 基本理念と基本目標	102
第2章 南魚沼市の食の現状と評価	103
1. 南魚沼市の食をめぐる現状	103
(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状	103
(2) 地産地消の現状	104
2. 南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第1次）の評価	106
3. 推進のための3つの柱と6つの重点施策	107

第3章 具体的な取組みの展開	109
1. 食育で人づくり	109
2. 安全で安心な食環境づくり	111
3. 考えて食べる習慣づくり	113
第4章 目標値達成のための具体的な事業計画	115
第5章 計画の推進体制と評価・見直し	117
1. 計画推進の組織体制	117
(1) 南魚沼市健康まちづくり食育推進会議	117
2. 計画推進のための人材及び育成	117
(1) 栄養教諭等の協働	117
(2) 食育推進に関する人材やボランティアの育成	117
3. 計画の進捗管理と評価見直し	117

資料編

1. 南魚沼市いきいき市民健康づくり計画目標数値一覧	119
(1) 栄養・食生活	119
(2) 身体活動・運動	119
(3) 飲酒	120
(4) 喫煙	120
(5) こころの健康	121
(6) 歯・口腔の健康	121
(7) 生活習慣病	121
(8) 次世代の健康	122
(9) 高齢者の健康	122
2. 南魚沼市健康まちづくり食育推進計画目標数値一覧	123
(1) 食育で人づくり	123
(2) 安全で安心な食環境づくり	123
(3) 考えて食べる習慣づくり	123
3. 市民健康意識調査概要	124
(1) 健康増進アンケート調査について	124
(2) グループフォーカスインタビューについて	125

(3) パブリックコメントの募集について	126
4. 諮問機関	127
(1) 南魚沼市健康づくり推進協議会	127
(2) 南魚沼市健康まちづくり食育推進会議	128
5. スポーツ都市宣言	129
6. 南魚沼市コシヒカリの普及促進に関する条例	130

