



第3次佐久市健康づくり21計画 骨子（案）

令和6年8月

第1章 計画の概要

1 計画策定の趣旨

本市では、市民が主体的に取り組める健康づくりの指針として、平成18（2006）年度に「佐久市健康づくり21計画」を策定後、平成25（2013）年度には、「佐久市新しい保健推進検討委員会」から今後も長期的に健康長寿であり続けるための保健予防活動として「新しい保健の推進」の提言を受けました。

平成28（2016）年度には、第1次計画の取組成果や課題を踏まえ、総合的な健康づくり推進のために取り組むべき行動や目標を設定する、健康増進計画と食育推進計画の両方の性格を併せ持った「第2次佐久市健康づくり21計画」を新たな健康づくりの指針として策定しました。

人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、引き続き、「新しい保健の推進」も踏まえ、更なる健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指し、全世代のための健康づくりと、産官学医による時代に即した取組に重点を置く、「第3次佐久市健康づくり21計画」を策定します。

2 計画の位置づけ（次ページにて計画の概要図掲載）

（1）計画の法的位置づけ

本計画は、健康増進法第8条に基づく市町村健康増進計画として策定します。

また、食育基本法第18条に基づく食育推進計画を計画内に含み、健康増進計画と一体的な計画として策定します。

（2）計画の性格

本計画は、本市の健康増進を取り巻く現状等を踏まえ、国、県の計画や方針、本市の上位計画や関連部門の計画等と整合性を図ります。

（3）計画の期間

令和7年度（2025年）▶ 中間評価 ▶ 令和12年度（2030年）▶ 令和18年度（2036年）

国の健康日本21（第三次）の期間（令和6～17年度）に合わせて、12年間とします。また、国と同様に計画開始後10年である令和16（2034）年度に最終評価を行います。

国の動き：令和15年度 最終評価
令和16年度 健康日本21（第四次）検討

（4）計画とSDGsとの関係

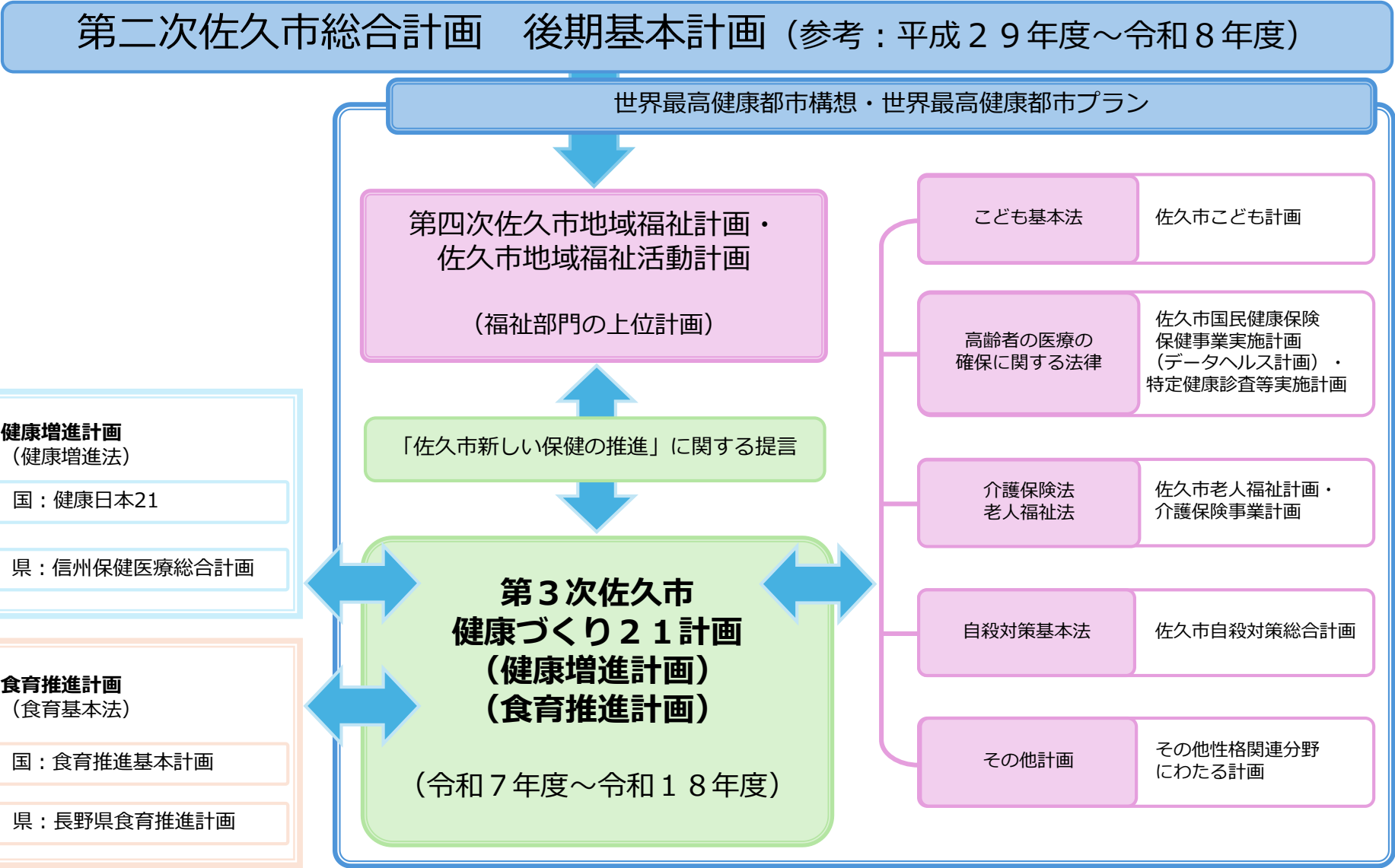
SDGs（持続可能な開発目標）とは、「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された2016年から2030年までによりよい世界を目指す国際目標です。

本市では、最上位計画に当たる「第二次佐久市総合計画」において、各分野における施策を実行することで、SDGsの目標達成に貢献することとしています。健康増進の分野においては、本計画に掲げる取組を進めることで、以下の、「ゴール2・3・4・5・10・16・17」の目標達成に寄与します。



第1章 計画の概要

◆ 計画の概要図

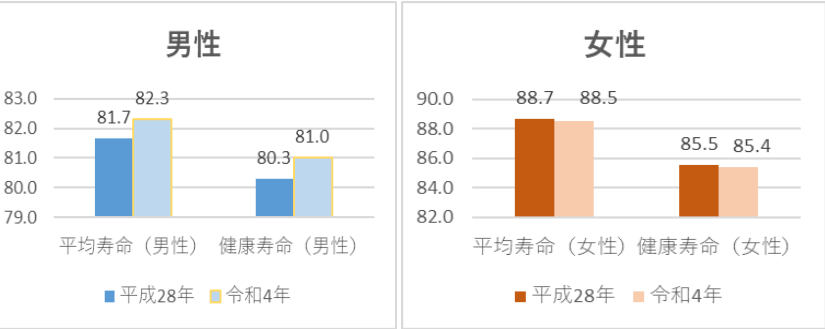


第2章 佐久市の概況と市民の健康を取り巻く現状

素案において、基礎データや人口動態、平均寿命と健康寿命、健（検）診受診率等の統計データ等から現状等を記載予定です。

第3章 第2次計画の評価

◆ 平均寿命と健康寿命



◆ 最終評価の指標の達成が「目標達成」及び「改善傾向」の分野（抜粋）

がん検診 精密検査 受診率向上	飲酒 (男性)	高血圧 メタボ 糖尿病	飲酒 (女性) 喫煙
野菜摂取量 の増加	ストレス (男性)	低栄養傾向 の高齢者	ストレス (女性)
睡眠による 休養	歯磨きを 毎食後行う	朝食欠食 (子ども)	食育の関心 郷土料理の 認知度

◆ 最終評価の指標の達成が「悪化」の分野（抜粋）

◆ 課題となる分野と内容

生活習慣病の発症 予防と重症化予防	● 高血圧者の割合の減少 ● メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 ● 糖尿病性腎症による新規透析導入者数減少
生活習慣及び 社会環境の改善	● 肥満傾向にあるこどもの割合の減少 ● 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合の減少（女性） ● 成人の喫煙率の減少
社会生活を営む ために必要な 機能の維持・向上	● おおいにストレスを感じている市民の減少（女性） ● 朝食を毎日食べているこどもの割合の増加 ● 低栄養傾向の高齢者の割合の増加の抑制
食育の推進	● 食育に関心がある・どちらかといえば関心がある人の割合の増加 ● 佐久地域の郷土料理を知っている児童生徒の増加

令和2（2020）年からの新型コロナウイルス感染症の影響により、外出自粛等による生活習慣への影響や各種事業の中止及び縮小等、様々な変化があったため、このような状況も本計画に反映する必要があります。

第4章 計画の基本理念と目標

1 基本理念

未来へつなぐ 心豊かに暮らせる 健康長寿のまち佐久

人生100年時代を迎え、目まぐるしく変化する社会情勢の中で個人が抱える健康課題の多様化、複雑化が進行する中、誰もが健やかに暮らせる環境の充実のためには、新たな課題に対応していく必要があります。

本市が今まで培ってきた健康長寿の土壌を生かし、これからもすべての市民が、誇りをもって元気にいきいきと暮らせることが、本市の目指す「快適健康都市」にとって重要であることから、本計画の基本理念として定めます。

2 計画の目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

市民が生涯にわたって健康でいきいきと過ごすために、第2次佐久市健康づくり21計画に引き続き「健康寿命の延伸」及び「健康格差の縮小」を目指します。

なお、目標達成の過程においては、「全世代のための健康づくり」と、「産官学医による時代に即した取組」を推進し、各施策に取り組みます。

※健康寿命の延伸・・・健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を伸ばすこと

※健康格差の縮小・・・地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差を縮めること

第5章 各分野の目標と取組

◆施策の方向性 (赤字は2次計画からの変更)

基本理念

未来へつなぐ 心豊かに暮らせる
健康長寿のまち佐久

計画の目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

基本施策1

個人の行動と健康状態の改善

- (1) 生活習慣の改善
- (2) 食育の推進
- (3) 生活習慣病の発症予防・重症化予防
- (4) 生活機能の維持・向上

基本施策2

社会環境の質の向上

- (1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上
- (2) 自然に健康になれる環境づくり
- (3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

基本施策3

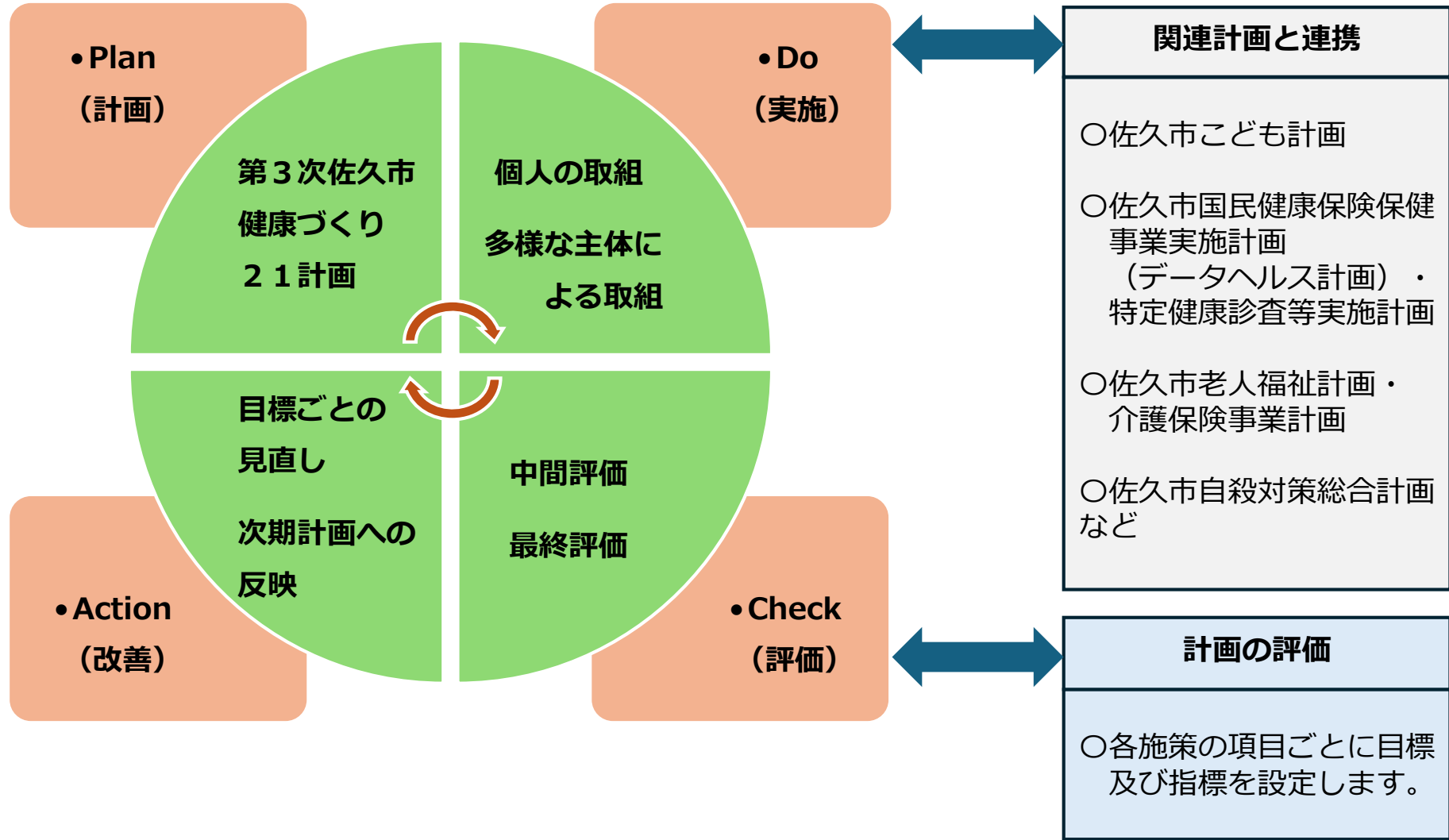
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- (1) こども
- (2) 高齢者
- (3) 女性

第6章 健康指標一覧

※ 健康指標一覧については、素案において設定予定です。

第7章 計画の進行管理と評価体制



資料 2次計画と3次計画の変化

【2次計画】

【3次計画】

