

基本理念

誰もすこやかにいきいきと暮らせるまちづくり
～未病※1 予防対策先進都市をめざして～

基本目標

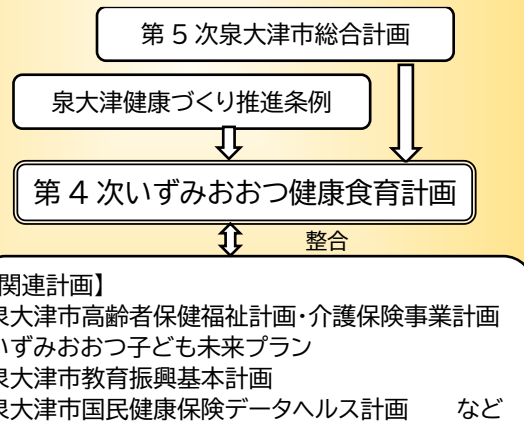
- ①生活の質（QOL）を高め、健康寿命を延ばす
- ②ヘルスリテラシーを高め、健康づくりの気運醸成を図る

計画の位置付け

- 「健康増進法」第8条に基づく市町村健康増進計画、「食育基本法」第18条に基づく市町村食育推進計画として位置付けられる。

踏まえて策定

国 府
第4次食育推進計画
第4次大阪府健康増進計画
第4次大阪府食育推進計画
第4次大阪府健康増進計画
第4次大阪府食育推進計画
第4次大阪府健康増進計画
第4次大阪府食育推進計画
第4次大阪府健康増進計画
第4次大阪府食育推進計画



計画の期間

- 令和7年度から令和12年度までの6年間

泉大津市の現状（計画策定時）

市民全体の現状

- ・健康寿命は、男性（79.6歳）女性（83.7歳）で共に全国に比べて短く、女性の不健康な期間（3.2年）は男性の約2倍
- ・身体に不調がある人は年代が上がるほど割合が高くなり、壮年期では約3割、高齢期で約4割を占める
- ・特定健康診査の有所見率は、空腹時血糖、中性脂肪、LDLコレステロール、ALT（GPT）が全国より高い
- ・特定健康診査受診者のうち男性の約半数がメタボ及び予備群に該当
- ・市国民健康保険加入者1人あたり疾患別医療費は、高血圧性疾患・虚血性心疾患・腎不全・関節症が全国平均を大幅に上回る
- ・後期高齢者医療加入者（75歳以上）の1人あたり医療費は、市国民健康保険加入者（75歳未満）に比べ、骨折では約4.8倍、脳梗塞・その他の心疾患では約3.7倍
- ・要支援・要介護認定率が増加傾向で全国より高い
- ・主な死因は、生活習慣と関わりが深いがん、心疾患、脳血管疾患で半数以上を占め、心疾患の割合は全国より高い

ライフステージ※2別の現状

○妊娠・出産・乳幼児期（0～5歳）

- ・妊婦の喫煙率が全国平均より高い
- ・朝食を食べていない子どもの割合が5年前と比べ減少していない
- ・むし歯のある乳幼児の割合が全国・大阪府より高い

○青・壮年期（20～64歳）

- ・約7割に運動習慣がなく、特に女性は運動習慣がない人の割合が高い
- ・年齢が低いほどバランスの良い食事を摂れている人の割合が低い
- ・野菜を350g/日以上食べているのは約1割
- ・男性は女性に比べ肥満（BMI25以上）の割合が高く約3割

○学童・思春期（6～19歳）

- ・約1割の子どもが朝食を食べていない
- ・肥満度20%以上の小中学生が増加
- ・普通体重にも関わらず太っていると思っている中学生が約3割

○高齢期（65歳以上）

- ・約半数に運動習慣がない
- ・約7割は地域活動に参加していない
- ・やせ・低栄養（BMI20以下）が青・壮年期に比べ増加し、女性では約2割
- ・噛めない食べ物がある人は約3割

現状から見えてきた課題

課題に対する取り組み

- 身体の不調などの自覚があっても健康づくりの実践ができていない人が多いことから、病気になる前から心身の状態を整える「未病予防」の取り組みが必要
- 朝食欠食や野菜摂取量不足など、バランスの良い食生活ができていない人が多いことから、成長段階に応じた望ましい食習慣を身につけられるよう食育の推進が必要
- 肥満・高血糖等生活習慣病発症リスクの高い人が多いことから、けんしんの定期受診、生活習慣の改善、適切な治療の継続による重症化予防が必要
- 年代により健康課題が異なることから、各年代の課題に応じた健康づくりの取り組みが必要
- 女性は、月経トラブルや更年期症状、骨密度の低下など女性ホルモンの変化による健康課題が生じやすい特性があり、高齢期には骨折が増加し、男性に比べ不健康な期間も長いことから、生涯を通じた女性の健康づくりの取り組みが必要

未病予防対策の推進

（第4次計画からの新たな取組）

食育の推進

病気の早期発見と重症化予防

ライフステージに応じた取組

女性の健康づくりの推進

（第4次計画からの新たな取組）

未病予防対策の推進

- ・未病状態の気づきの促す
- ・学びの場の提供

食育の推進

- ・「選ぶ力・作る力・食べる力」＝「生きる力」を育む

病気の早期発見と重症化予防

- ・けんしんで早期発見
- ・生活習慣の改善
- ・適切な治療の継続・重症化予防

ライフステージに応じた取組

○妊娠・出産・乳幼児期

望ましい生活習慣など正しい知識の普及と母子保健を通じた健康づくりの取り組み

○青・壮年期

定期的な運動習慣やバランスのとれた食生活、健康状態の見える化による気づきのサポートなど未病予防の取り組み

○学童・思春期

規則正しい生活習慣の普及や食習慣への関心を高める取り組み

○高齢期

介護予防や認知症予防、社会とのつながりを推進する取り組み

女性の健康づくりの推進

ライフコースアプローチ※3を踏まえた健康づくりと食育を支える環境づくり

※1 未病：心身の状態を「健康か病気か」という2つに分けず、健康と病気の間を連続して変化するものとして捉え、この変化の過程を表す概念のこと。

※2 ライフステージ：人の生涯を妊娠・出産期・乳幼児期、学童・思春期、青・壮年期、高齢期などに区切ったそれぞれの段階を指す。

※3 ライフコースアプローチ：健康状態や病気のリスクは現在だけでなく過去の生活習慣や環境が大きく関係しているため、胎児期から高齢期までの生涯を通じた健康づくりを点ではなく線で捉える考え方のこと。