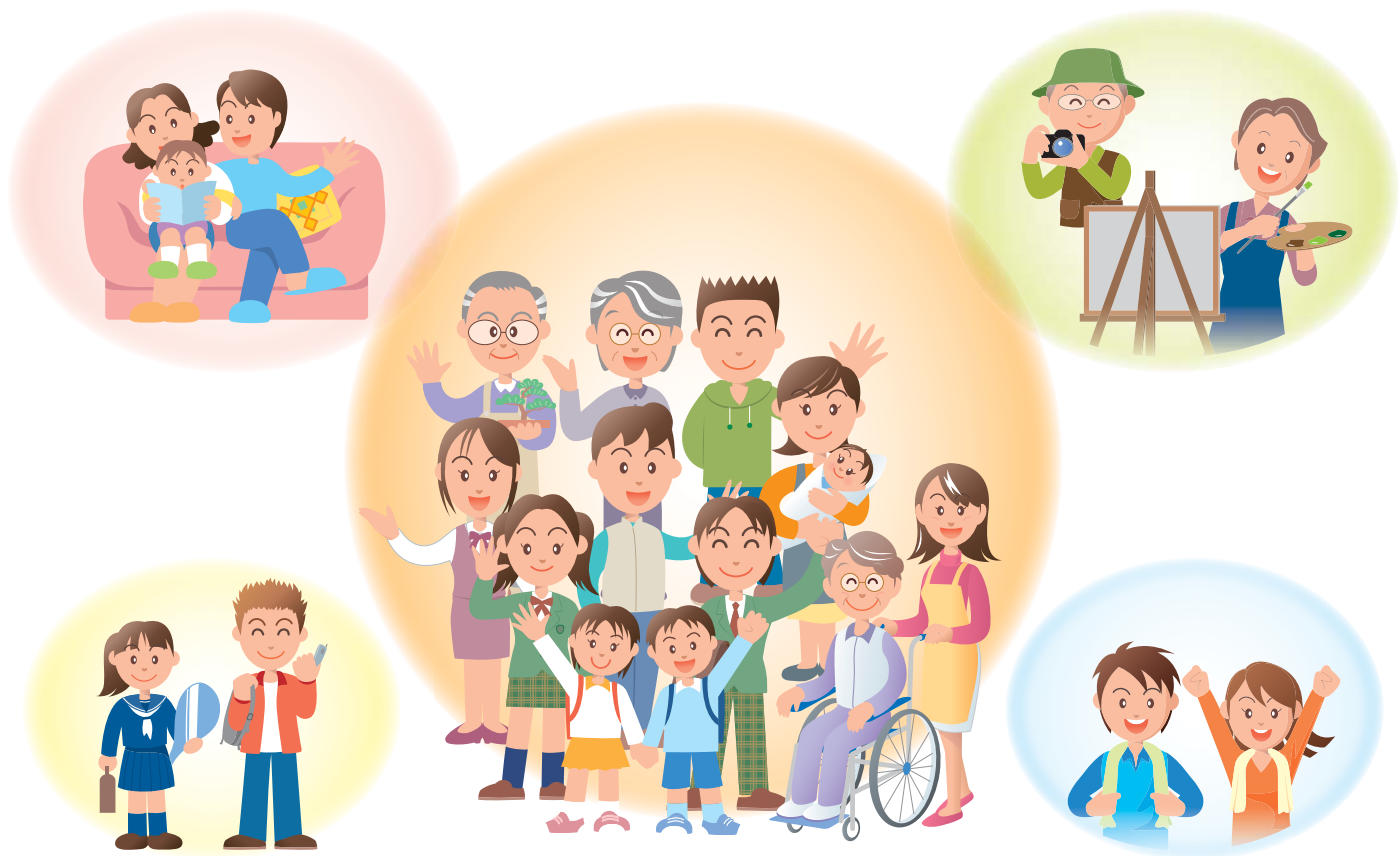


# 八千代市 第2次健康まちづくりプラン

平成25(2013)年度～平成34(2022)年度

世代を超えたまちづくり  
心も体も健康に



「やっち」

平成25年3月  
八千代市



## はじめに



我が国の平均寿命は、生活環境の改善や医学の進歩などによって、世界でも最高水準となりました。今日、健康のめざす姿として、平均寿命の維持に加え、健康で自立した生きがいのあふる豊かな生活を送る「健康寿命」の延伸、そして、生きがいや幸福感などを含め、一人ひとりが望む生活の質を高めることが求められています。

国は、平成 25 年度からの健康日本 21（第 2 次）において、「子どもから高齢者まで全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現をする」ことを目的に、健康増進の推進を図ることとしています。

本市におきましては、平成 16 年度から推進してきた「八千代市健康まちづくりプラン（第 1 次プラン）」の総括評価と、国の「健康日本 21（第 2 次）」及び千葉県の「健康ちば 21（第 2 次）」を踏まえたうえで、このたび、市民の生涯にわたる健康づくりのための基本計画として「八千代市第 2 次健康まちづくりプラン」を策定いたしました。

本計画では「生きていることの幸せをみんなが実感できるまちをめざして」を基本理念に、健康的な生活習慣のための乳幼児期から高齢期までのライフステージごとの健康づくりと、新たに各世代における「心の健康づくり」を進めてまいります。

計画の推進に当たりましては、市民一人ひとりが自分にあった健康づくりを主体的に進めていただくとともに、キャッチコピーである「世代を超えたまちづくり 心も体も健康に」の実現に向け、市民と地域、行政・関係機関等が密接に協力し、世代を超えて相互に支え合いながら、社会全体で健康づくりに取り組むことが重要となります。

市民の皆様におかれましては、積極的に健康づくり活動にご参加いただくとともに、本計画へのご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査等を通して貴重なご意見、ご提案をいただきました多くの市民の皆様をはじめ、八千代市第 2 次健康まちづくりプラン策定委員会委員の皆様に対しまして心より御礼申し上げます。

平成 25 年 3 月

八千代市長 豊田 俊郎



## 市民の皆様へ

ヒトの幸福（しあわせ）の原点は健康であり、幸せは全てのヒトの願いでもあります。今回の「八千代市第2次健康まちづくりプラン」策定にあたり、市民参画による第1次プランの総括評価と市民アンケート調査、及び平成24年7月に策定された「健康日本21（第2次）」の5大目標や、平成25年3月に策定の「健康ちば21（第2次）」の4本柱との整合性などを踏まえて、協議検討してきました。また、策定委員が基本理念や基本目標の実現に向け、3つのライフステージ（すこやか親子、はつらつ成年、いきいき高齢者）部会に分かれ、各世代の健康課題、めざす姿と行動目標について真剣に取り組んできました。

その間、遺伝子工学の飛躍的進歩による「長寿遺伝子サーチチェーン」の発見、「iPS細胞（人工多能性幹細胞）」樹立があり、サーチチェーンの活性化、再生医療や新薬の開発により、日本はどの国も経験したことのない少子超高齢社会の人口構成に拍車がかかるとも言われています。最新のOECD Health Dataによると、病気により健康寿命を全うできなかった損失生存可能年数は、先進国の中では低く、医療水準が高いと評価されていますが、一方「あなたは健康と感じていますか？」の問いに対して、全国民において、アメリカ89.8%、フランス68.4%、ドイツ64.7%、日本30.0%となっています。一見すると「先進国の中で一番健康的に長生きできるのに、健康感が低い」とみられますが、日本は謙遜する国民性で自己効力感が低いことが影響しているという見方をする人もいます。健康は目標ではなく、ヒトそれぞれの人生の目標を確かなものにする必要条件だと思えます。

正月の日経新聞の春秋欄に、「子どもの定義を年齢ではなく、『親と生きる人』とするなら、今、『子ども』は赤ん坊から大人まで約8,700万人、総人口の約7割となる。そうすると少子高齢化とは『総子化』だと位置づけることができる。『親と生きる人』と定義した『子ども』の平均年齢は現在33歳で、大人の親子が多いことになる。高齢化を嘆くより、家族の力を生かす前向きな発想で生きたい」とありました。この意見に甚く（いたく）共感できたこともあり、今回の策定の話し合いの際には、故J.F. ケネディの「国が君に何をしてくれるかを問うのではなく、君が国に何ができるのかを問う」という姿勢で話し合いを進めました。市民の市民による市民のためのこころと体の健康づくりを目指します。

この第2次プランでは全ライフステージを3つに分けていますが、各々のコミュニケーション能力を醸成しながら、協働による健康づくりをすすめます。また、ヒトの健康を家族力と地域力（コミュニティの力）で支え合うことで、全ての市民が「健幸」になり、文字通りの「健幸都市」になることを念じています。

結びに、第1次プランから引き続いてご指南ご教唆戴いている田中良明先生（東京大学客員研究員）をはじめ、本プランの策定に日夜ご尽力頂いた委員諸兄姉と市健康福祉部、子ども部の皆さんに満腔の謝辞を申し上げます。

平成25年3月

八千代市第2次健康まちづくりプラン策定委員会会長 杉岡 昌明



# ● ● ● 目 次 ● ● ●

## 第1章 計画の策定にあたって

第1節 計画の趣旨.....	3
第2節 計画の概要.....	5
1 計画の位置づけ.....	5
2 計画期間.....	6
3 計画策定の経緯と体制.....	7
第3節 第1次プランの総括評価と第2次プランへの課題.....	9
1 第1次プランの体系図.....	9
2 3専門部会の総括評価と第2次プランへの課題.....	10
3 個別プロジェクトの活動.....	12

## 第2章 計画の基本的な考え方

第1節 基本理念と基本目標.....	17
第2節 基本方針.....	18
第3節 計画の特徴.....	20
第4節 計画の推進体制.....	21

## 第3章 計画の推進

第1節 計画の推進に関する基本的な考え方.....	27
第2節 施策の体系図.....	28
第3節 重点取り組み.....	29
第4節 全世代を通じた大目標.....	32
第5節 ライフステージごとの目標と取り組み.....	33
1 「すこやか親子世代」の目標と取り組み.....	33
2 「はつらつ成年世代」の目標と取り組み.....	73
3 「いきいき高齢者世代」の目標と取り組み.....	99
第6節 八千代市食育推進計画の目標と取り組み.....	122
第7節 八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例に関わる目標と取り組み.....	125

## 資料編

1	統計からみる八千代市の健康実態.....	129
2	八千代市第2次健康まちづくりプラン策定のためのアンケート調査結果 ....	136
3	第1次プラン総括評価.....	138
4	第2次プラン策定までの経過.....	178
その他資料		
1	八千代市第2次健康まちづくりプラン策定委員会設置要領.....	181
2	八千代市健康まちづくりプラン庁内調整会議設置要領.....	184
3	八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例.....	186
4	健康づくりに関する国・県及び八千代市の動向.....	188