

●● ● 第1章 ●●

計画の策定にあたって





第1節 計画の趣旨

「健康」は、私たちが毎日の生活を送る上で、かけがえのない財産です。

また、それぞれの人生の目標を充実させ豊かなものにするために資するものとして「健康」があります。

そのため、本市では平成11年3月に、生きていることの幸せをみんなが実感できるまちづくりを誓う「健康都市宣言」を行い、その実現に向けて、市民の健康づくりに関する具体的な目標を掲げ、施策の方向性を明らかにした「八千代市健康まちづくりプラン」（以下、「第1次プラン」という。）を平成16年3月に策定しました。その後、平成19年度から20年度にかけて指標を含めた中間見直しを行い、平成21年度に「改訂版」を策定しました。

第1次プランの主な成果として、市民と共に取り組む中で、「八千代市思春期保健ネットワーク会議」など4つの個別プロジェクトが立ち上がり、目標に向かって着実に推進することができました。

平成25年度からの新たな計画となる「八千代市第2次健康まちづくりプラン」（以下、「本プラン」もしくは「第2次プラン」という。）は、第1次プラン同様に、多くの市民と共に「ライフステージにおけるめざす健康の姿（目標）」などの話し合いを重ね、国が平成24年7月に制定した「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」の全部改定（いわゆる「健康日本21（第2次）」）や本市の健康実態などを踏まえ策定しました。

目標に向けた取り組みとして、健康的な生活習慣のための乳幼児期から高齢期までライフステージごとの健康づくりの推進と、新たに各世代における「こころの健康づくり」にも取り組んでいきます。

また、個人の健康は、家庭、学校、地域、職場等社会環境の影響を受けることから、時間的または精神的なゆとりが確保できない人や健康づくりに関心のない人等も含めて、地域全体で相互に支え合いながら、市民の健康を守る環境づくりに努めます。

さらに、こうした取り組みを市民一人ひとりに着実に情報提供できる工夫に努めます。

本プランは、今後10年を見据えた市民の生涯を通じた健康づくりの推進をめざします。

健康都市宣言

私たち八千代市民は、新川のようにおだやかなまちの中で、だれもが生きがいをもち、安心して自分らしく、心豊かに暮らせることを望んでいます。

私たちは健康について考え、家族や地域の人たちと学び合い、ふれあいの輪を広げながら、地球市民であることを自覚し、健康的な環境づくりに努めます。

ここに市民一人ひとりが、愛と夢、勇気をもって、生きていることの幸せを実感できるまちづくりを誓い、「健康都市」を宣言します。

平成11年3月19日

～「八千代市第2次健康まちづくりプラン」推進のためのキャッチコピー～

本計画の基本理念・基本目標の実現の姿をイメージし、市民と共に進むべき方向を示したキャッチコピーを作りました。

世代を超えて、心も体も健康なまちづくりをめざしていくという思いが込められています。



世代を超えたまちづくり 心も体も健康に



八千代市第2次健康まちづくりプラン策定委員会委員
平成24年度第2回策定委員会にて撮影（策定委員22名中14名）



このキャッチコピーは、本プランを広く市民の皆様
知っていただき、推進していくために活用していきます。





第2節 計画の概要

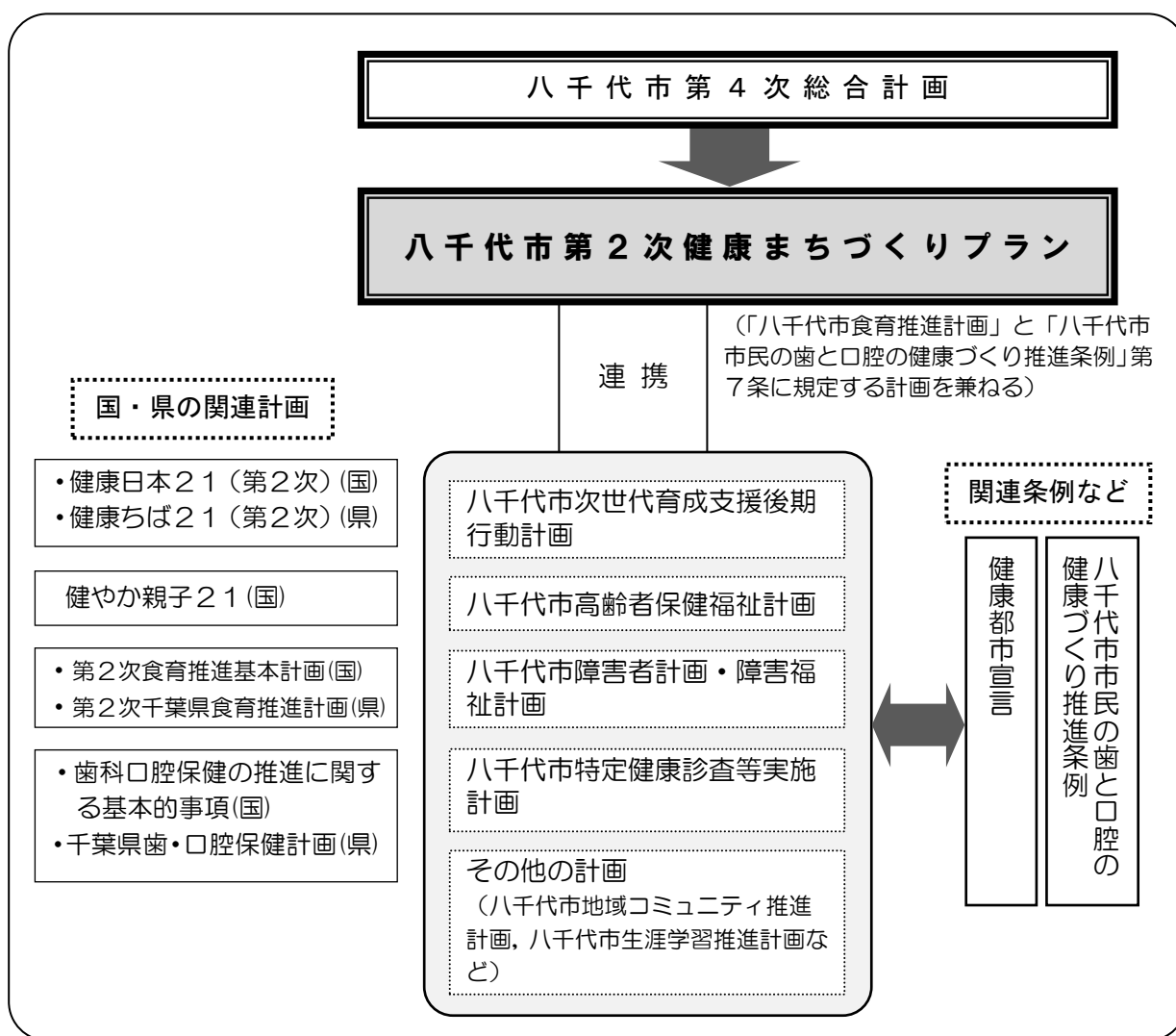
1 計画の位置づけ

本プランは、健康増進法に基づく市町村健康増進計画であり、八千代市第4次総合計画を上位計画とした市民の健康づくりのための基本計画です。

また、八千代市食育推進計画と平成24年6月に制定した「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」第7条に規定する計画を兼ねたものとなっています。さらに、八千代市次世代育成支援後期行動計画などの他計画と連携しながら推進していきます。

さらに、国の「健康日本21（第2次）」「健やか親子21」と県の「健康ちば21（第2次）」などとの整合性も図っています。

■計画の位置づけ



2 計画期間

計画の期間は、平成 25（2013）年度から平成 34（2022）年度までの 10 年間で
す。計画の中間年にあたる平成 29（2017）年度には、指標を含めた中間の見直しを行
います。なお、八千代市総合計画との整合性及び社会情勢の変化などによって見直しが
必要になった場合には、適宜見直すものとします。

平成 25 (2013) 年度	平成 26 (2014) 年度	平成 27 (2015) 年度	平成 28 (2016) 年度	平成 29 (2017) 年度	平成 30 (2018) 年度	平成 31 (2019) 年度	平成 32 (2020) 年度	平成 33 (2021) 年度	平成 34 (2022) 年度	
八千代市第 2 次健康まちづくりプラン										
				見直し						
八千代市第 4 次総合計画（基本構想）										
前期基本計画			後期基本計画							
八千代市次世代育成支援後期行動計画										
八千代市高齢者保健福祉計画										
第 6 次老人保健 福祉計画 第 5 期介護保険 事業計画		第 7 次老人保健福祉計画 第 6 期介護保険事業計画			第 8 次老人保健福祉計画 第 7 期介護保険事業計画					
八千代市障害者計画・障害福祉計画										
第 3 次障害者計画			第 4 次障害者計画							
第 3 期 障害福祉計画		第 4 期 障害福祉計画			第 5 期 障害福祉計画					
八千代市特定健康診査等実施計画										
第 2 期					第 3 期					



3 計画策定の経緯と体制

(1) 市民参画による策定

本プランは、市民参画のもと策定・推進・評価を行うことを基本方針とし、第2次プラン策定に向けて、平成22年度を準備期、平成23年度・24年度を本格始動の年とし、市民や関係団体の方々と共に策定しました。

●平成22年度 準備会及び作業部会の開催

平成22年度には、第1次プランの策定に携わった部会長等で組織した「準備会」を3回と「作業部会」を7回開催しました。

準備会では第1次プランの評価方法の検討や、第2次プランに向けての意見交換などを行いました。

作業部会においては、関係団体の代表や市民等30名と職員が、乳幼児期・思春期・青壮年期・高齢期の4つの世代に分かれ、各世代における「健康な暮らしの姿（理想の姿）」や、そのために必要となる条件について意見を出し合いました。



～「八千代市民の健康な暮らしの姿」についての話し合い～ 平成22年度作業部会に参加した方々の感想

言葉にまとめてるのは難しかったが、全員が活発にいろいろな議論ができてよかった。

行政のやっていることが分からず、バラバラに感じていた。話し合いを通して市民の意見を聞いてもらえることは嬉しい。



働き盛りで自分の健康に気を遣わないといけないが、実際は健診などを受けられていない。今後は自分自身の健康も見直し、健康の普及もしていきたい。



違う年代の人と話す機会が少ないので、この機会に多くの方の意見を聞くことができ、次の世代の人の考えも聞けてよかった。

今までは話し合いの対象であった中学生について考える機会がなかったので、新鮮な気持ちになった。今後、中学生に注目し声かけの仕方も変わるかもしれない。





●平成 23 年度～24 年度 策定委員会及び部会の開催

平成 23 年度は、第 2 次プランの策定及び第 1 次プランの推進・評価をするために、地域医療担当者や市民代表などで構成する「八千代市第 2 次健康まちづくりプラン策定委員会」を設置しました。

策定委員会の下に、「すこやか親子部会」「はつらつ成年部会」「いきいき高齢者部会」の 3 部会を置き、平成 22 年度の準備会や作業部会で協議した事項を参考に、各世代の健康づくりにおいて「めざすべき姿（目標）」の協議や、アンケート調査項目の検討等を行いました。

平成 24 年度は、第 1 次プランの総括評価と第 2 次プランの策定を行いました。

部会においては、各世代の目標に対する具体的な取り組みの検討や、3 部会共通の大目標について協議しました。部会での検討を踏まえ、策定委員会では、具体的な取り組みについて、現状値と目標値、市民・地域・行政の役割を確認しました。

(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」の実施

市民の健康の考えや生活習慣に関する現状を把握し、計画を策定する基礎資料を得るため、平成 23 年 11 月に「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」（以下、「第 2 次プラン調査」という。）を行いました。（資料編 136～137 頁参照）

(3) 計画素案についてパブリックコメントの実施

計画の素案については、平成 24 年 12 月にホームページ及び市役所情報公開室や保健センター等の公共機関において公開し、パブリックコメントにより広く市民の意見を募集しました。



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

1 第1次プランの体系図

第1次プランでは、ライフステージにおける3つの専門部会「健やか親子」「生活習慣病予防」「いきいき高齢者」において、めざす姿（大目標）・中・小目標を設定しました。さらに、プラン全体を先導する取り組みとして、重点取り組みを推進してきました。

推進期間：平成16年4月～平成25年3月

平成19～20年度に指標を含めた見直しを行い、平成21年12月に改訂版を作成しました。

★が重点取り組み

基本理念	基本目標	専門部会	めざす姿（大目標）	中目標	小目標
生まれていることの幸せをみんなが実感できるまちを目指して	健康な暮らしの環境づくりをすすめるまち・やちよ 三世代みんないきいき暮らしを応援しあうまち・やちよ	健やか親子	子どもと過ごす毎日楽しいと感じている乳幼児の母親の割合の増加	1 親のゆとりといいき子育て	①家庭・地域ぐるみの子育て参加で、不安を軽減させながら子育てができる ②子育て以外に自分の時間を持つことで、ゆとりを持って子育てしていく ③子育てを通じて社会とのつながりを持ち、親も子どもと一緒に成長する ④子どもが健やかに成長発達する
				★2 食を通じた子どものことと身体づくり	①家族団らんを通じて家族関係をつくり、また家族の食文化を受け継いでいく ②料理を通じて食への関心を持ち、身体によいものを選び取る力を身につける ③農業体験を通じて食べ物の育ちを知り、食べ物を大切にすることを身につける ④地産地消の学校給食と食教育の推進
				3 遊びを通じた子どものことと身体づくり	①友達との遊びを通じて、しなやかな身体、ゆたかな人間関係と充実感を得る
				★4 思春期の健やかな性と生	①思春期の子が性の問題について適切に判断し、行動する
		生活習慣病予防	健康面に支障がなく、育児・仕事・家事などができていると思う人の割合の増加	★1 食事はおいしく楽しく、そしてバランスよく	①適正なカロリーと栄養のバランスがとれた食事をする ②健康によい食事をする・作る・選ぶことができる
				2 自分にあった気軽な運動	①自分にあった運動を無理なく続ける
				★3 たばこの害を防ごう	①たばこを吸わない・やめられる ②受動喫煙防止の環境整備を推進する
				4 お酒と上手につきあう	①飲酒を控えめにする
				5 健やかな毎日は歯の健康から	①歯と口腔の健康づくりを実践する
				6 生活習慣病を悪化させないために	①生活習慣病の早期発見と相談体制
		いきいき高齢者	毎日を健やかに充実して暮らしていると思う高齢者の割合の増加	1 生きがいに満ちた生活	①高齢者誰もが、趣味や役割を持って活動する
				2 身近な場所でのふれあい、外出	①近所の人や子どもたちとの交流のある生活を送る
				★3 心身機能の維持	①転倒骨折の予防に取り組む





2 3 専門部会の総括評価と第2次プランへの課題

「第2次プラン調査」及び行政・関係機関に対して実施した「平成23年度八千代市健康まちづくりプラン取組状況調査」をもとに、第1次プランの総括評価*を行い、課題を導き出しました。

*第1次プランの総括評価の詳細は資料編（138頁～177頁）で述べています。

(1) 健やか親子専門部会

「食育」と「思春期の性と生」について、それぞれ推進のための個別プロジェクトをつくり、多くの機関や市民と協働・連携のもと、プランの推進を図ってきました。その結果、食育は、平成24年度から市内の全公立小学校3年生に、農業生産者が学校を訪問する授業を実施することができるようになりました。また、性教育については、中学3年生の保健体育の授業で活用できる八千代市オリジナルのDVD教材作成を行うなど、目標に向け着実に推進してきました。その結果、大目標に掲げた自己肯定感や親子の会話・友だちや周囲の大人との関係など調査全般のデータが改善してきたものと考えます。

《第2次プランに向けて》

第2次プランでは、学齢期・思春期世代に向けての事業の定着や進展に向けて、引き続き取り組む必要があると考えます。それに加え、第1次プラン時も積極的に推進をしてきたものの、育児の中でよくイライラすることがある親の割合等のデータ改善がみられないこと、また、不適切な養育状況の家庭も増加している傾向からも、妊娠期から乳幼児期にかけての切れ目ない支援の一層の充実を家族支援のみならず、地域づくりの観点からも図っていく必要があると考えます。

(2) 生活習慣病予防専門部会

生活習慣病に関連がある6つの中目標の中で「食を通じた健康づくり」「たばこ対策」の取り組みを重点に大目標の達成をめざしました。

「食を通じた健康づくり」の取り組みは、食に関する健康情報のホームページへの掲載、JA八千代市協力のもと農産物直売所でのチラシの配布等を行ってきました。第2次プラン調査では、外食・中食*を利用していない人は3.4%にとどまり、多くの人が利用していると推測できることから、今後も新たなアプローチの検討が必要です。

「たばこ対策」の取り組みは、喫煙防止教育が市内の全保育園まで広がり、平成24年度から、すべての市立小中学校が敷地内禁煙となりました。また、喫煙率も減少しています。

「たばこ対策」の更なる推進に向け、禁煙支援や受動喫煙防止対策についても検討が必要です。

*中食：家庭外で調理された食品を購入して、家庭の食卓で食べること



《第2次プランに向けて》

第1次プランの中目標を継承するほか、新たな課題である、こころの健康づくりにも取り組むとともに、地域の情報を得て自分の住む地域に関心を持てるように働きかけることが大切です。

推進にあたっては、食生活、飲酒、こころの健康状態等が、相互に影響し合っていると考えられることから、総合的なアプローチができるように検討します。

(3) いきいき高齢者専門部会

「心身機能の維持(転倒予防)」をきっかけに、生きがいや交流が促進されるように、やちよ元気体操応援隊(以下、「応援隊」という。)の養成とその自主活動の支援などに取り組みました。

成果としては、応援隊による体操グループの増加(13グループ:平成23年度末)、過去1年間に転倒したことがある高齢者の減少、地域活動に参加する高齢者の増加、自宅以外の場所で集える場がある高齢者の増加がありました。

一方、地域活動に参加しない高齢者のうち、どのような活動が行われているのか知らないと答えた高齢者の増加や、近所の人と親しい付き合いをしている高齢者が2割程度であること、運動習慣のある高齢者の減少など、いくつかの課題が残りました。

《第2次プランに向けて》

応援隊による運動をきっかけとした住民主体の健康づくりや、地域活動への参加、地域交流を引き続き推進します。また、地域活動などの情報提供の方法を検討すると共に、運動だけではなく食生活、歯と口腔、休養に関する取り組みをさらに推進する必要があります。





3 個別プロジェクトの活動

第1次プランでは、重点取り組みを中心に推進する中、以下の4つの個別プロジェクトが立ち上がり、活発な活動を進めてきました。この間、活動を通じて、多くの市民や組織との連携を深めることができました。各プロジェクトは、推進経過の中で、必要に応じて活動の目的に合った組織に再編成し、第2次プランにおいても引き続き、活動を進めます。

八千代市思春期保健ネットワーク会議

「思春期の性と生」の取り組みを推進することを目的に平成18年8月に発足した組織です。行政、教育委員会、学校関係者、医師会・助産師会などの関係団体、保護者などを委員として、子どもたちが自分の性と生を大切にできるよう性教育の取り組みを推進しています。

やちよ食育ネットワーク協議会

「食育」の取り組みを推進することを目的に平成15年6月に発足した組織です。「やちよ食育ネット運営委員会」として、子どもの食を通じた健康づくりのため、NPO・市民活動団体や農業生産者などと共に、食育事業の企画・立案等の活動をしてきました。そして、平成23年6月1日には食育の更なる推進のため「やちよ食育ネットワーク協議会」へと組織を再編成し、行政、学校関係者、保護者などを委員として、農業生産者と連携した食育の充実を図っています。

八千代市歯科保健推進協議会

歯科保健に関する施策を推進・評価することを目的に平成18年度に設置した組織です。子どもの頃から、生涯にわたる歯や口腔の健康の基盤づくりが重要であることから、歯科医師会や保育園・幼稚園・小中学校関係者などからなる委員により、歯科保健活動に関する協議検討を行い、妊娠期から乳幼児期・学齢期と継続した取り組みを推進してきました。

なお、平成23年度末の委員委嘱期間満了に伴い本会を廃止し、平成25年度から新たに全ライフステージを対象とした「八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議」を設置し、「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」に掲げた基本的施策を推進します。

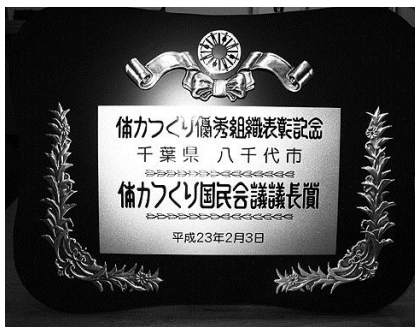
やちよ元気体操応援隊

「心身機能の維持（転倒予防）」の取り組みを推進することを目的に平成18年度から、やちよ元気体操応援隊養成講座を開催し、応援隊を養成しています。高齢者が楽しみながら運動を継続し転倒等を予防できるように、応援隊は、やちよ元気体操の普及と地域に根付いた住民主体の健康づくりを推進しています。

コラム

～平成22年度 体力づくり優秀組織表彰～ 国民会議議長賞受賞

文部科学省では、地域や職場における保健・栄養の改善及びスポーツ・レクリエーションの普及運動（体力づくり運動）を推進し、顕著な成果を上げている組織を「体力づくり優秀組織」として表彰しています。



八千代市は平成22年度の体力づくり優秀組織「国民会議議長賞」を受賞しました。これは、「八千代市健康まちづくりプラン」を推進する中で、「やちよ食育ネット運営委員会」「八千代市思春期保健ネットワーク会議」「八千代市歯科保健推進協議会」「やちよ元気体操応援隊」の4つの個別プロジェクトが立ち上がり、市民の健康づくりのために活発に活動していることが認められたものです。