

1 計画の趣旨と見直しの背景

本市は、市民の健康寿命の延伸を目指し、平成16(2004)年度に前橋市健康増進計画「健康まえばし 21 (第1次計画)」を策定しました。この計画は、平成16(2004)年度から平成25(2013)年度までの10か年計画とし、「栄養・食生活」、「運動」、「休養・こころの健康」、「たばこ」、「アルコール」、「歯と口の健康」の6分野について、それぞれ目指すべき目標と推進方策等を掲げました。

平成20(2008)年度の間評価において、「健康診査」を加えた7分野とし、第1次計画の期間満了に伴い、平成26(2014)年4月には、「健康まえばし 21 (第2次計画)」を策定しました。

この間、健康や地域保健をめぐる状況は大きく変化し、平成27(2015)年には団塊の世代が65歳以上となり、本格的な人口減少社会、超高齢社会を迎えました。平成37(2025)年には団塊の世代全てが75歳以上の後期高齢者となり、その後も急激に少子高齢化が進行し、平成52(2040)年には高齢者数がピークを迎えると予測されています。それに伴い、医療・介護ニーズの増大が見込まれます。

こうした中、市民の健康づくりをより一層支援・促進していくため、計画後期である平成31(2019)年度からの取組に向け、これまでの健康づくりの進捗状況を点検し、今後取り組むべき課題を明らかにしていくことが求められます。

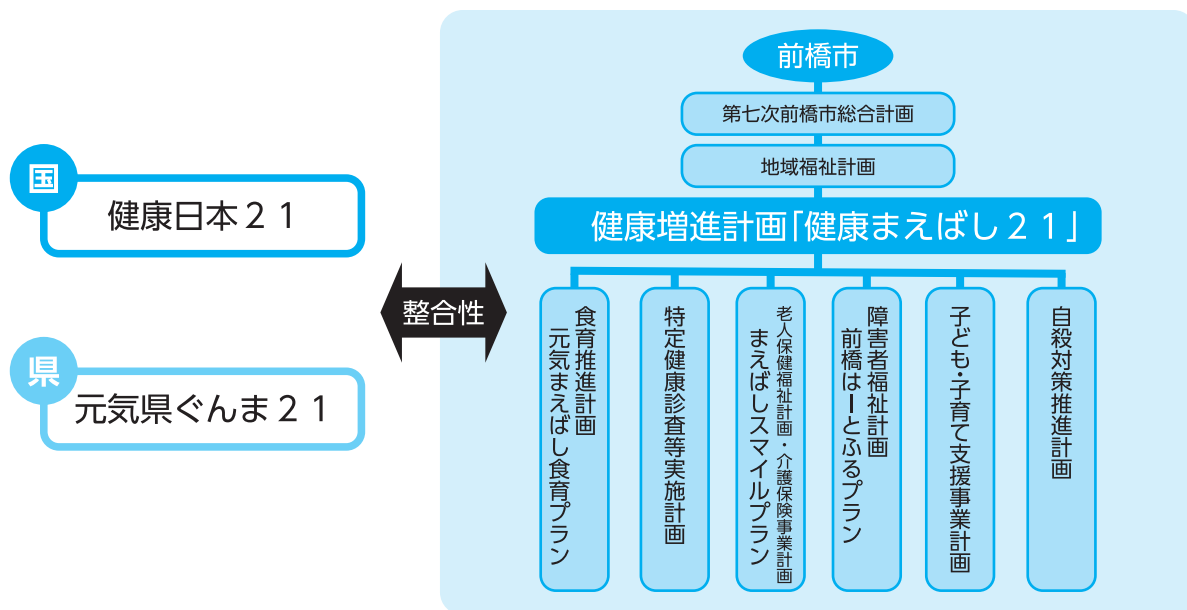
こうした背景から、蓄積している事業の実績や健診等のデータをもとに計画期間の中期において当初目標の進捗状況等の評価を行いました。結果は、後期計画における重点課題や目標値の再検討のための基礎資料とします。

2 計画の位置づけと計画期間

市民を対象とした「健康まえばし21」は、国民を対象とした国の健康増進計画である「健康日本21」や県民を対象とした群馬県健康増進計画「元気県ぐんま21」との整合性に配慮するとともに、本市の上位計画である「第七次前橋市総合計画」や、保健福祉分野の各種計画と調和したものとしていきます。

計画の期間は、平成26(2014)年度から平成35(2023)年度までの10か年であり、国と同様に5年後である平成30(2018)年度に中間評価を実施し、平成35(2023)年度に最終評価を行います。

図表 I-1 健康まえばし21(第2次計画)の位置づけ



図表 I-2 計画の期間

各計画	平成24 (2012) 年度	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
健康 まえばし 21	平成16～25年度 第1次計画		平成26～35年度 第2次計画				中間 評価
健康 日本 21	平成12～24年度 第1次計画		平成25～34年度 第2次計画				中間 評価
元気 県 ぐんま 21	平成12～24年度 第1次計画		平成25～34年度 第2次計画				中間 評価

3 後期計画の策定方針

この計画では、現行計画における健康目標である「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「生活習慣病の予防・重症化予防」を継承します。

加えて、中間評価において、改善が見られなかった指標や国の動向を加味し、以下の5つの重点課題に戦略的に取り組みます。

具体的には、市民一人一人が主体的に健康づくりに取り組めるよう、各年代の取組を示します。そして、健康課題の「見える化」を図り、家庭、地域、職域、行政等が協働し、第2次計画において推進している「地域ぐるみ みんなでとりくむ 健康づくり」を目指します。

(1) 糖尿病対策

糖尿病患者数の増加は、全国的な傾向ですが、本市も例外ではありません。糖尿病の有所見者率は増加しており、国・県よりも高い傾向にあります。また、中間評価においては、全ての年代で肥満者の割合が増加傾向であり、適正体重の維持を強化することが、糖尿病をはじめとする生活習慣病対策として有効と考えます。

また、運動習慣者の割合も、中間評価において明確な改善が認められませんでした。全てのライフステージにおいて、身体活動を活発化させる取組を強化し、糖尿病の予防・重症化予防に取り組むことが、喫緊の課題です。加えて、糖尿病患者の多くが高血圧により病状を悪化させるため、高血圧対策にも取り組み、糖尿病性腎症の発症予防に努めます。

そして、対策をより推進するために、主体的な健康づくりの動機付けとなるよう、糖尿病等の健康データを地域住民に還元していきます。また、保健推進員をはじめとする地区組織と協働し、課題意識を持っていただけるよう、各地区において積極的に周知・啓発を図ります。

(2) 企業連携による環境づくり

健康づくりの中核、分岐点である働く世代は、運動習慣者の割合が低く、また、喫煙率も他の年代よりも高い等、多くの健康課題を有します。心も体も健康で働くことができるということは、全ての人にとって切なる願いに違いありません。健康の大切さを自覚しながらも、健康づくりに取り組む時間やきっかけがない人々でも、日常の生活の中で無理なく健康づくりに取り組める環境整備が重要であり、その実現のためには企業との連携が欠かせません。

働く人々が多くの時間を過ごす職場において、健康づくりの土壌が整うことで、その人自身だけでなく、その家族の健康増進も期待できます。少子高齢社会において人材確保は非常に大きな課題であり、従業員の健康増進を図る健康経営*に取り組むことは企業においても大きなメリットがあると思われます。

国は、健康寿命の延伸を目指し、幅広い企業連携を主体とした取組である「スマート・ライフ・プロジェクト」*を推進するとしています。本市においては、まえばしウエルネス企業及びウエルネス応援企業への登録を推進し、健康経営に向けた情報提供等、企業の取組を支援し、企業が働く人々とその家族の健康づくりに積極的に取り組めるよう連携を強化します。

※健康経営とは

従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながると期待される。(経済産業省ホームページより)

「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標

※スマート・ライフ・プロジェクトとは

「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした厚生労働省の国民運動です。運動、食生活、禁煙の3分野を中心に、具体的なアクションの呼びかけを行っています。これらのアクションの他、健診・検診の受診を新たなテーマに加え、更なる健康寿命の延伸を、プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携しながら推進しています。

(スマート・ライフ・プロジェクト事務局ホームページより)

(3) 良好な食習慣の獲得

食事を1人で食べる子どもの割合は、増加傾向にあります。ライフスタイルは多様化しており、常に共食をすることが難しくなっています。今後は、食事の準備や片付けをともにしたり、食事に関する情報を交換し合うことも「共食」ととらえ、食育を推進していきます。

また、家族のみならず、集団教育の場や仲間と一緒に食卓を囲める機会を大切に、貴重な機会に各家庭や地域において、食文化や良好な食習慣を伝承できるよう、啓発に努めます。啓発に当たっては、従来からの幼稚園、保育所(園)、認定こども園等や小中学校との連携に加え、高校や大学等とも連携し、食の大切さを伝えていきます。

(4) 歯周病対策

歯を喪失する者の割合は減少傾向ですが、歯周病を有する者の割合は全ての年代で増加傾向です。歯周病と糖尿病等の全身疾患との関連も指摘されており、通常の歯みがきに加え、歯間ブラシや糸ようじ等の歯間清掃用具を使用したセルフケアとともに、定期的な歯科受診によるプロフェッショナルケアの重要性を啓発します。

また、肥満者における食べる速度が速い者の割合は有意に高いことが分かっており、口腔機能の衰えに起因するオーラル・フレイル*も注目されています。生涯を通じて「よくかんで食べる」ことができるよう、歯周病対策をはじめとする口腔機能向上対策を強化します。

※オーラル・フレイルとは

口の中の機能が低下していくと、滑舌が悪くなったり、食べることができない物が増え、食欲低下やバランスの良い食事を摂ることができず、かむ力や舌の動き、食べる量が低下し、低栄養、代謝量の低下、サルコペニア（加齢に伴う筋力の低下や筋肉量が減少した状態）を引き起こす要因となり、ひいては要介護状態に陥りやすくなる。

（日本歯科医師会ホームページより要約）

(5) こころの健康づくり

全国の自殺者数は、平成10(1998)年に年間3万人を超え、以後横ばいで経過してきました。平成22(2010)年からは減少傾向にあり、本市もほぼ国と同様の傾向にあります。しかしながら、39歳以下においては横ばいであり、全国的には依然として2万人を超える人が自殺により尊い命を絶っています(厚生労働省「自殺者統計(地域における自殺の基礎資料)」より)。

国は平成18(2006)年に自殺対策基本法を施行し、平成29(2017)年7月には「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」を策定しました。それを受け、前橋市は平成30(2018)年3月に「前橋市自殺対策推進計画」を策定しています。乳幼児期・学齢期から各ライフステージに応じた「こころの健康づくり」に取り組むとともに、市全体に「自殺に追い込まれることのない社会を目指そう」という気運を高めます。

