

はじめに

近年、生活環境の改善、医療の進歩により平均寿命が急速に伸びている中、健康寿命とは未だ差があり生活習慣病の増加、認知症などの要介護状態となる方も急増してきております。

本市においても少子高齢化が進み介護を必要とする人などが増加しています。こうした中、平成23年4月から第四次総合計画において、「ともに織りなす 活力と個性 きらめくまち」を目指し、平成17年7月には「健康文化都市宣言」を宣言し、第四次総合計画基本構想との整合性を図りながら、市民、地域、行政が一体となり市民一人ひとりが、健康なまちづくり事業の基本方針となる「ざま健康なまちづくりプラン」を策定し、ライフステージに基づき健康づくりに取り組んできました。

今回の「ざま健康なまちづくりプラン（第2次）」は、前計画の評価等をするとともに国、県の基本方針「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」を推進し、新たに「健康文化都市宣言」の3項目について、健康寿命を延ばすことを目標に市民一人ひとりがライフステージに合わせ、この計画を実践されることによって、「健康文化都市ざま」が実現されることを願っております。

結びに、本計画の改定策定にあたり貴重な御意見をいただき御尽力いただきました健康なまちづくり推進委員会の各委員をはじめ、多くの市民皆様方に心からお礼申し上げます。



平成30年4月

座間市長 遠藤 三紀夫

目 次

第1章 計画策定の趣旨

1 計画策定の背景と趣旨	2
2 計画の位置付け	3
3 計画の期間	3
4 計画における目標	4

第2章 市民の健康状態

1 人口	6
2 合計特殊出生率	8
3 平均寿命	9
4 高齢化率	11
5 主要死因別死亡率	12

第3章 市民が目指す健康目標

1 前プランにおける目標値の達成状況	14
2 ざま健康文化都市宣言からの行動目標	16
3 各宣言の様々な取組	17

第4章 計画の推進と評価

1 計画の推進	32
2 健康なまちづくりの評価	34

第5章 各団体の役割

1 それぞれの役割	36
-----------	----

用語集	39
-----	----

資料編	43
-----	----

本文中「*」付きの文言については、用語集にて解説しています。

第1章

計画策定の趣旨



1 計画策定の背景と趣旨

現在、我が国は世界でも有数の長寿国となっていますが、一方で少子高齢化や核家族化の進行などの社会情勢の変化や、生活習慣病*や心の病に苦しむ人の増加など、新たな問題に直面しています。

このような問題に取り組むため、国は、壮年期死亡の減少や健康寿命*の延伸などを目的とし、平成12年3月に「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）*」を策定し、平成24年7月には「健康日本21（第2次）」を策定し、国民健康づくり運動の指針を明らかにしました。また、神奈川県では県民の健康づくりの基本方針となる「かながわ健康プラン21*」を策定し、平成25年3月に「かながわ健康プラン21（第2次）」を策定し健康づくり運動を推進しています。さらに、平成27年10月に「未病サミット神奈川宣言」が採択され、その実現に向け、平成29年3月に「かながわ未病改善宣言」をし、全ての世代の方々が未病を自分のこととして考え、行動していかれるよう、新たなステージの取組みを展開しています。

本市においても県の未病サミット神奈川に参画し、健康寿命の延伸に向けて健康づくり事業の充実を図るものです。

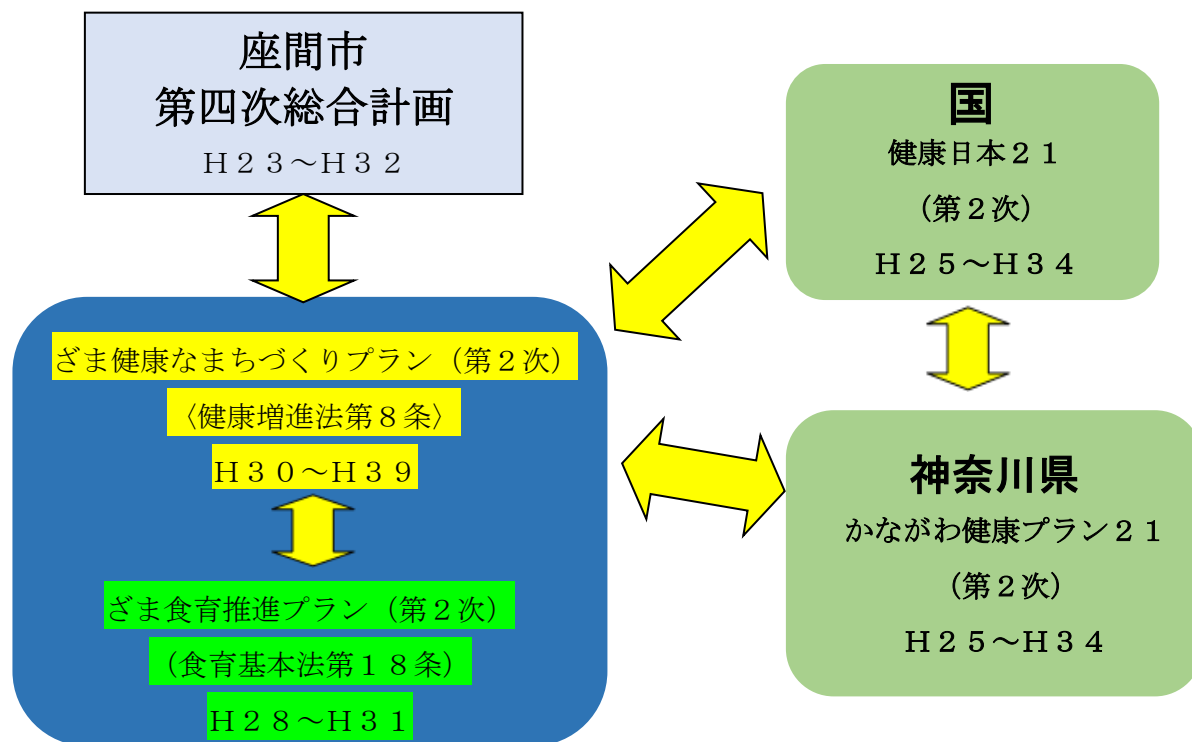
また、こうした問題に対処するため個人の健康だけでなく、それを取り巻く環境の面からも健康を考えるヘルスプロモーション*の考え方を取り入れ、平成12年9月に健康づくり研究懇話会（現在の健康なまちづくり推進委員会）を設置しました。この取組をさらに推進していくために、平成17年7月10日には、「健康文化都市宣言*」を行い、その目標を達成するため、「ざま健康なまちづくりプラン」（以下「前プラン」といいます。）を策定しました。

今回の改定は、このプランの期間満了に伴い、社会状況や地域の変化などに対応し、本市における健康づくりを更に推進するために策定するもので、本市の健康なまちづくり*の基本方針として位置付けるものです。



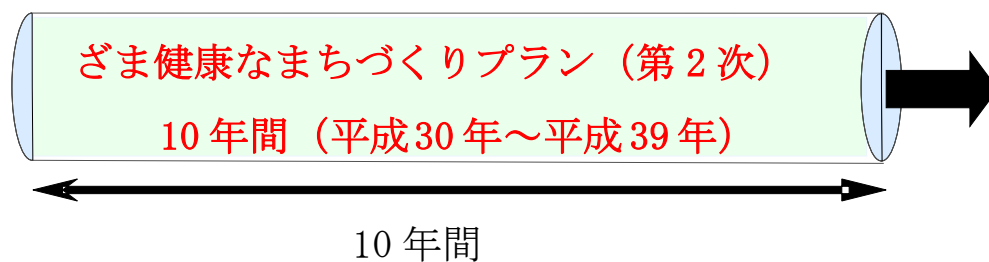
2 計画の位置付け

改定後のプランである「ざま健康なまちづくりプラン（第2次）」（以下「本プラン」といいます。）は、第四次総合計画基本構想との整合をとりつつ、市民、地域、行政が一体となり実践することによって、「健康文化都市ざま」を実現しようとするものです。



3 計画の期間

本プランの実施期間は平成30年度から10年間とします。また、社会情勢の変化などに応じて、随時見直しを行います。



4 計画における目標

前プランでは、健康文化都市宣言を念頭に市民一人一人の健康づくりと地域で取組む健康づくりの目標として「ざま健康なまちづくり10か条」を定め様々な事業や啓発活動などを実施してきました。

本プランでは、健康文化都市宣言をより確実に実行するため、この宣言の三つの目標についての項目を立て、各項目に必要な行動目標とライフステージ*に合わせた行動目標の主な取組を設定し、各行動目標の達成状況を確認するための指標を設定しました。

ざま健康なまちづくり10か条

- 第1条 バランスの良い食事を摂りましょう
- 第2条 体重を適正に保ちましょう
- 第3条 積極的に身体を動かしましょう
- 第4条 十分な睡眠を取りましょう
- 第5条 上手にストレスを解消しましょう
- 第6条 タバコはやめましょう
- 第7条 飲酒は適量を心がけましょう
- 第8条 歯の健康を心がけましょう
- 第9条 日頃から健康チェックをしましょう
- 第10条 市民による健康なまちづくり活動を推進しましょう

第2章

市民の健康状態

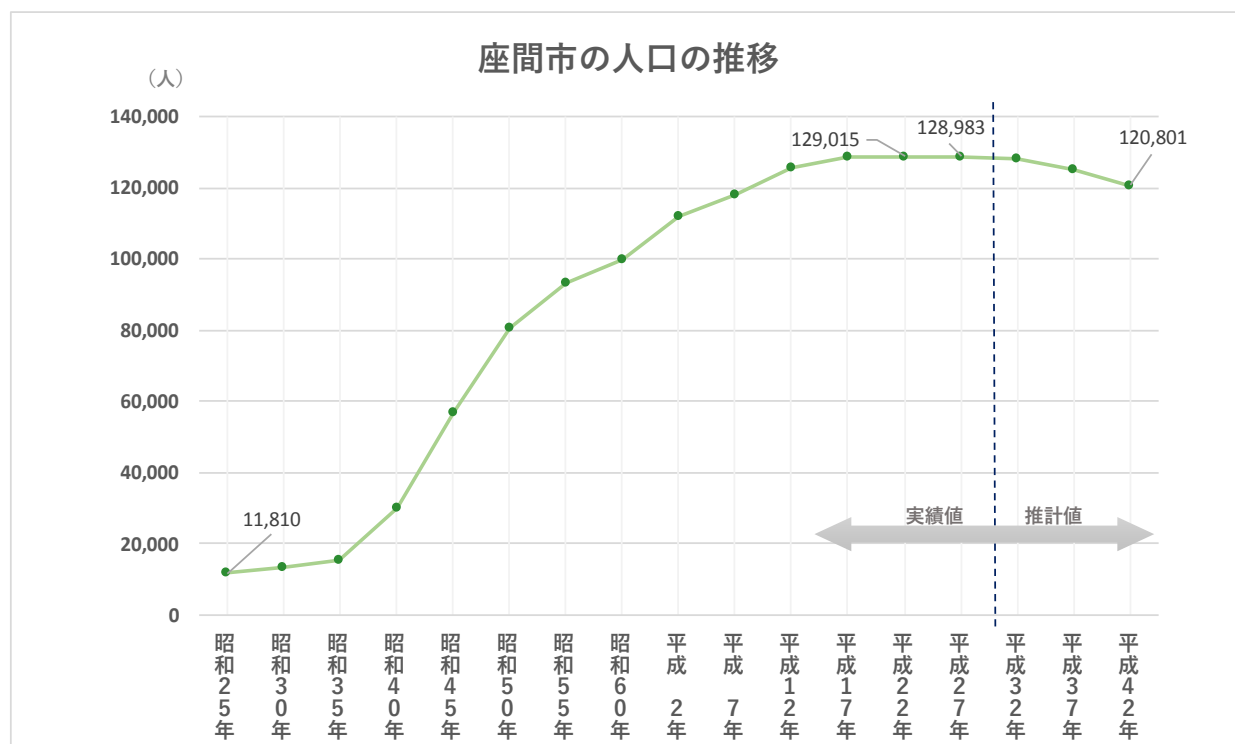


1 人口

1 座間市の人口の推移

本市の人口は昭和37年までは1万人台でしたが、その後急激に増加し、昭和46年の市制施行時に人口が62,740人となりました。その後も人口は増え続け、平成22年には129,015人まで増加しましたが、平成27年度には128,983人に減少し、平成29年度には129千人台に回復したものの今後は人口が減少していくことが予想されます。

図表 1



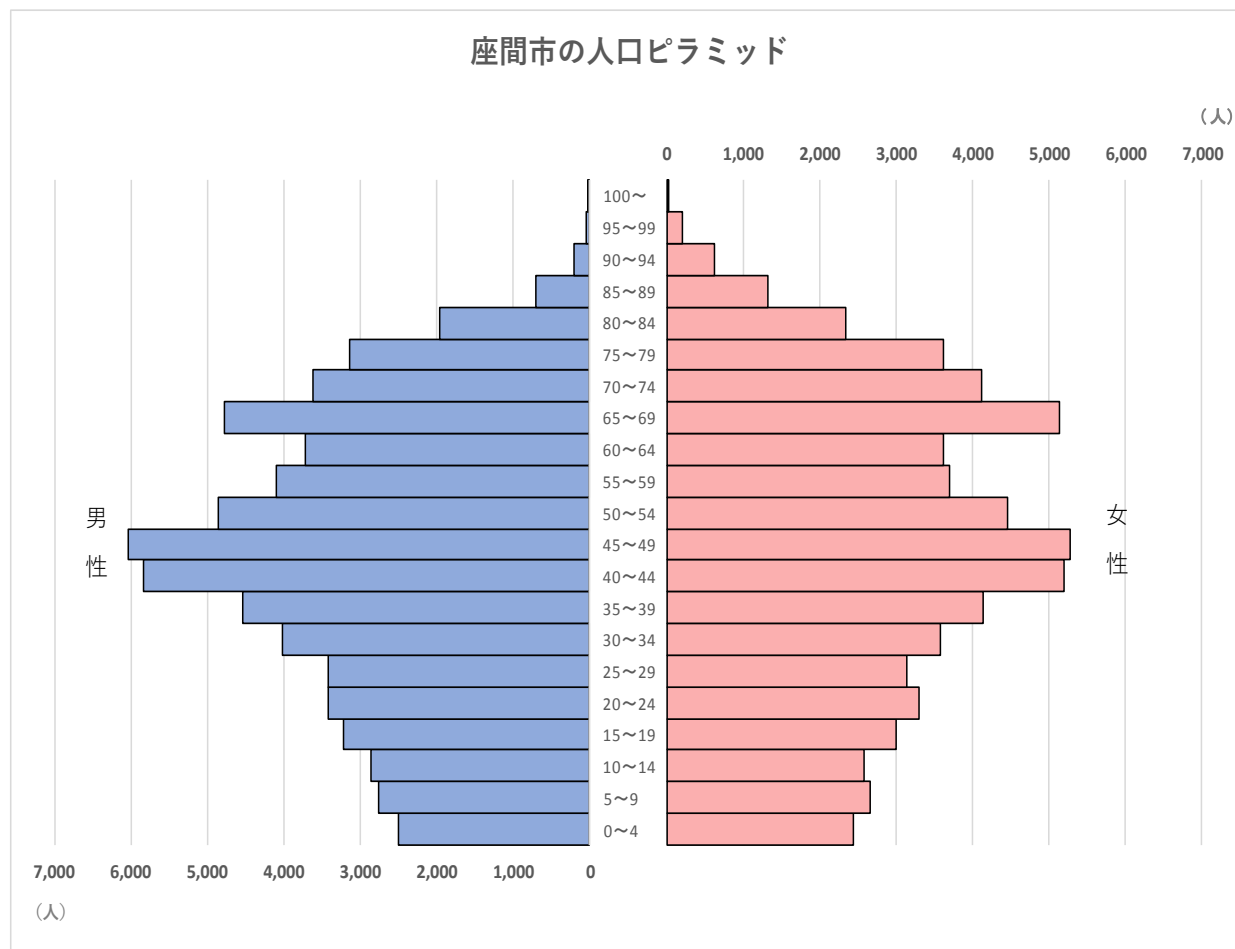
平成12年までの数値は座間市「平成28年版統計要覧」より

それ以降の数値については「座間市の人口及び世帯数の将来推計」（平成29年7月推計）より

2 座間市の人口構成

本市の平成29年4月時点の人口構成は、近年の年少人口の減少に伴い、ひし形のような形になっています。今後も年少人口の減少が続き、老年人口が増加することによって将来的には、逆ピラミッド型に変化していくことが予想されます。

図表2



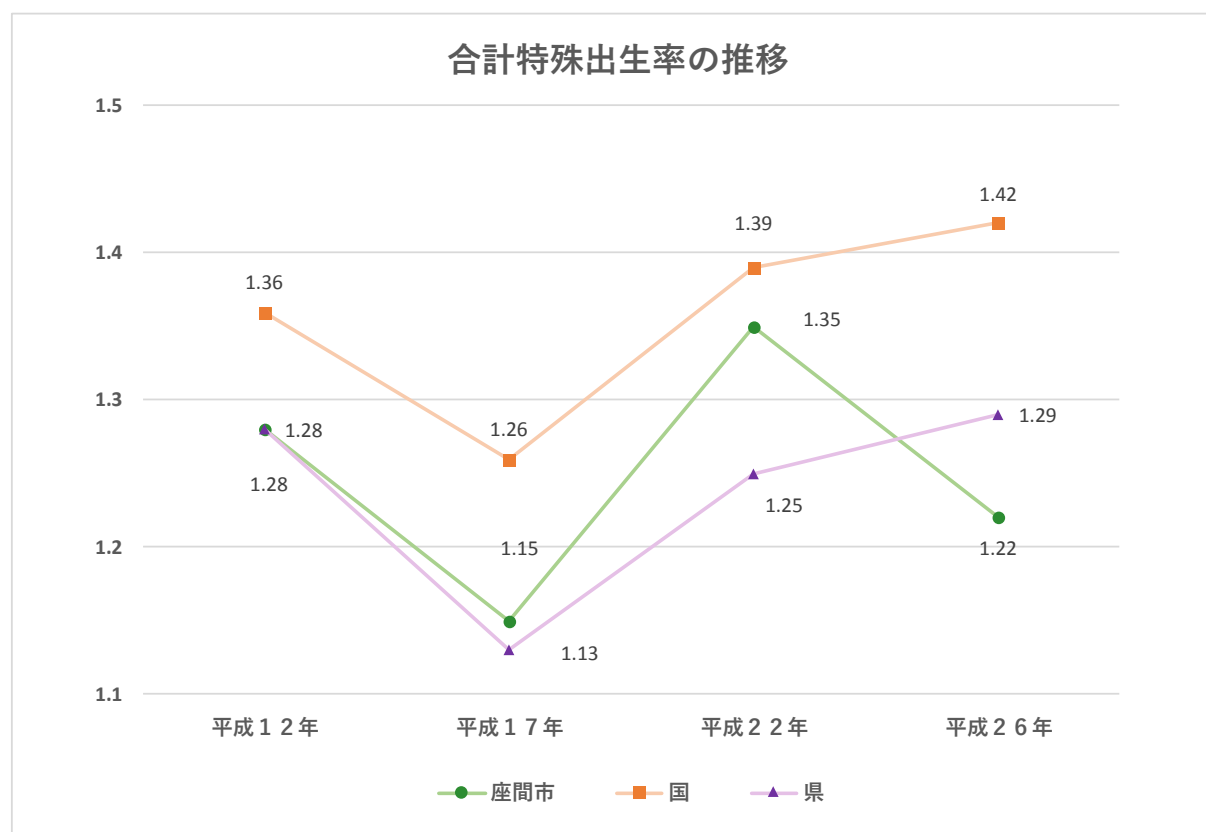
住民基本台帳法、外国人登録法および戸籍法に定める届け出による（平成29年4月1日現在）

2 合計特殊出生率

合計特殊出生率*とは人口統計上の指標で、一人の女性が一生に産む子供の数に相当するとされ、将来人口の増減の目安となるものです。

本市は国平均と比べると、わずかに低い数値になっています。平成22年度には1.35に上がりましたが、平成26年度には1.22に下がりました。

図表 3



「座間市の人口及び世帯数の将来推計」（平成28年7月推計）より

3 平均寿命

1 平均寿命の推移

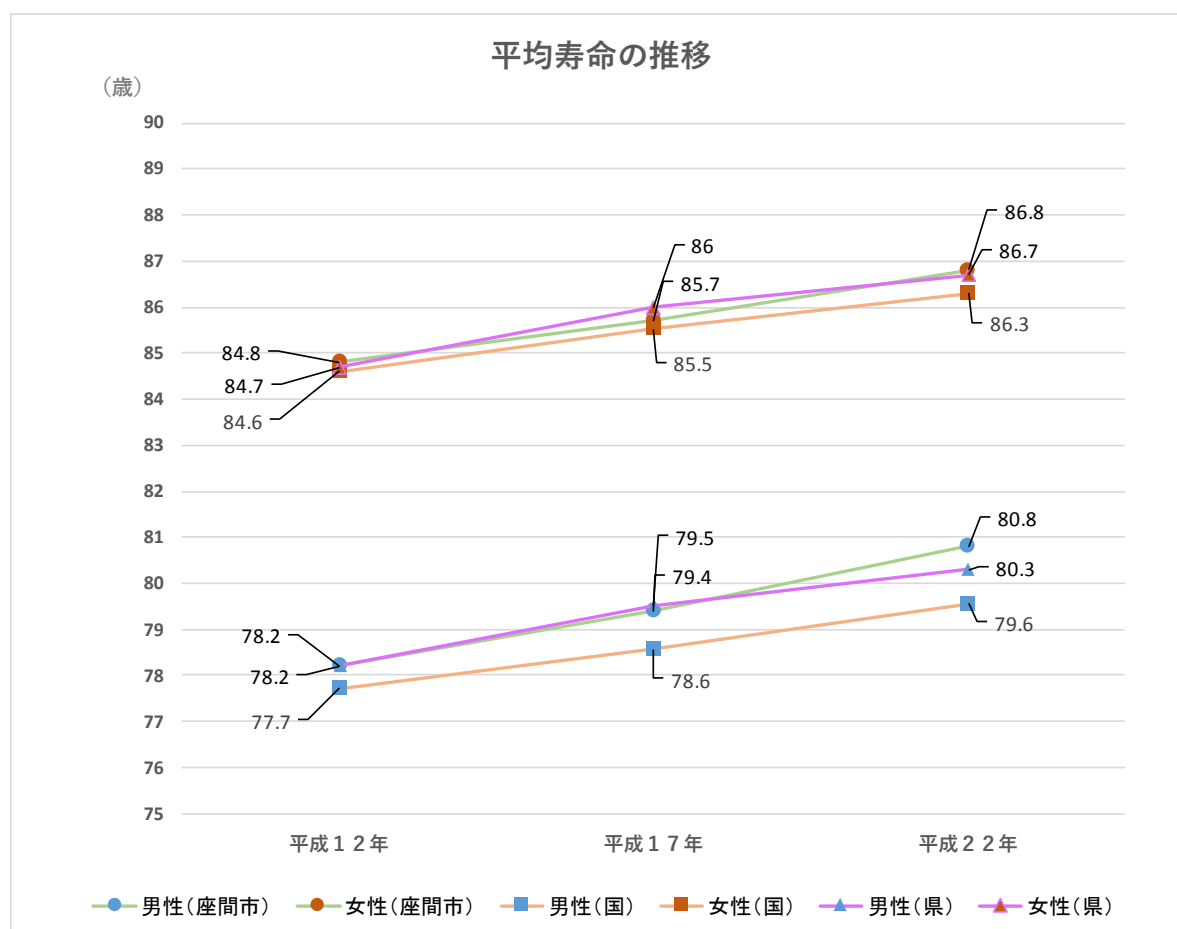
平均寿命*とは、0歳児が平均してどれくらい生きられるかという期待値のことをいいます。図表4を見ても分かるように、日本の平均寿命はこれまで一貫して延び続けてきました。

本市の平均寿命は全国1，898市区町村の中では、男性が80.8歳（全国119位）、（神奈川県33市町村中5位）で、女性が86.8歳（全国485位）、（神奈川県33市町村中9位）であり、全国平均の男性79.6歳、女性86.4歳よりもそれぞれ若干長くなっています。（平成22年12月31日時点）

なお、日本の平均寿命は世界でも上位にあり、特に女性の平均寿命は86.8歳で世界1位、男性については80.5歳で世界6位となっています。（平成28年時点）

「World Health Statistics 2016」（WHO）より

図表4



厚生労働省「第22回生命表」より

・健康寿命と平均寿命

健康寿命とは健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。神奈川県においては男性70.9歳、女性74.36歳が健康寿命で男性平均寿命の80.36歳、女性平均寿命の86.74歳と比べると男性で9.46歳、女性で12.38歳の差があります。

また、神奈川県では「未病」*についての取組を行っています。

図表5 平成22年「平均寿命と健康寿命」

	男性			女性		
	健康寿命	平均寿命	差	健康寿命	平均寿命	差
神奈川県	70.9歳	80.36歳	9.46歳	74.36歳	86.74歳	12.38歳
全国	70.42歳	79.64歳	9.22歳	73.62歳	86.39歳	12.77歳

平成24年度 厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」より

図表6 平成26年「65歳からの平均自立期間」

	男性			女性		
	平均自立期間	平均余命	差	平均自立期間	平均余命	差
神奈川県	82.56歳	84.3歳	1.74歳	85.44歳	89.08歳	3.64歳
座間市	82.07歳	83.52歳	1.45歳	85.15歳	88.45歳	3.3歳

神奈川県 平成26年「65歳からの平均自立期間」より算出

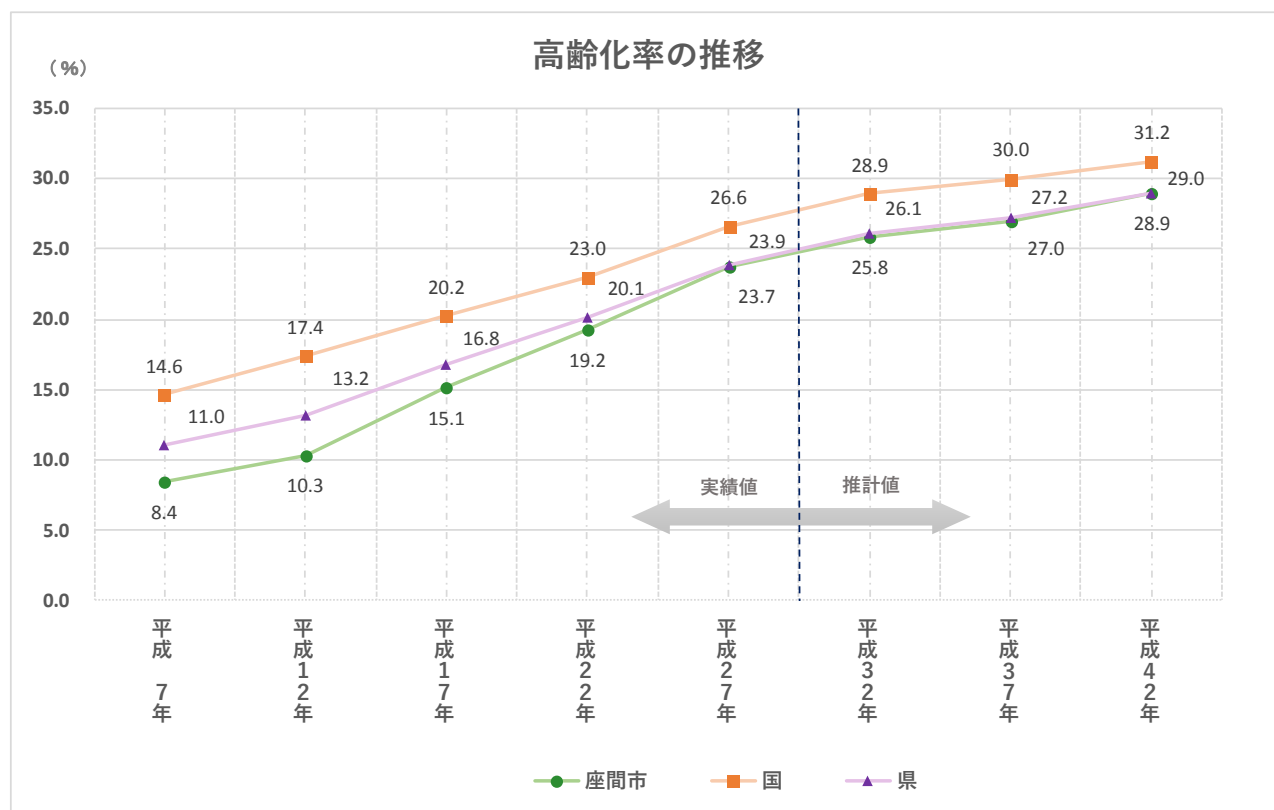
座間市としての健康寿命の数値は算出されていないため、参考のため掲載します。

4 高齢化率

高齢化率*とは、65歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合のことをいいます。

図表7は、本市、神奈川県、国の高齢化率の推移です。平成7年の時点で全国平均の高齢化率は14.6%でしたが、本市の高齢化率は8.4%であり、高齢化率の低い市であったことが分かります。しかし、全国的に高齢化が進むのと同様に、本市の高齢化率も上がっていき、平成27年には高齢化率が23.7%に達しました。今後さらに急速な高齢化が進み、平成42年には28.9%が65歳以上の高齢者となる見込みです。

図表7



実績値は「平成27年神奈川県福祉統計」より 座間市、県の数値

「平成27年国勢調査人口等基本集計結果の概要」より 国の数値

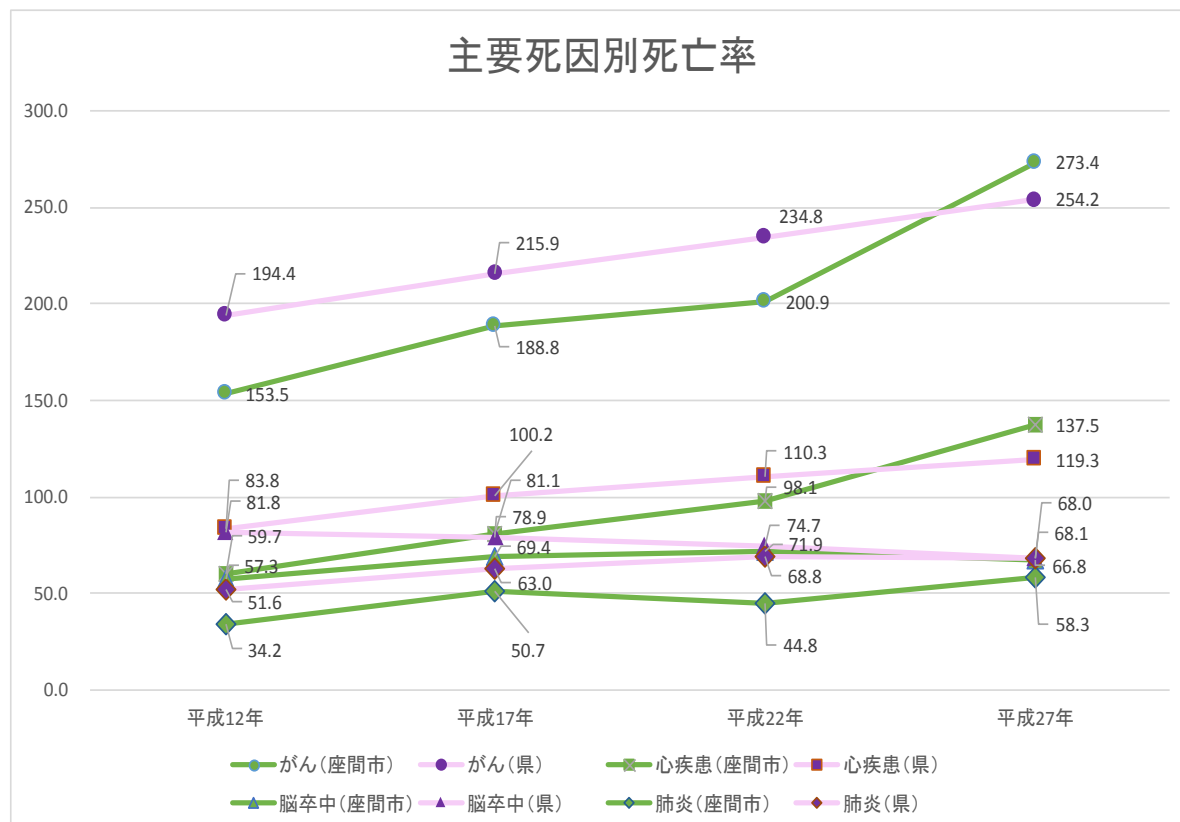
推計値は国立社会保障・人口問題研究所『日本の地域別将来推計人口（平成25年3月推計）』及び『日本の将来推計人口』（平成29年推計）より

5 主要死因別死亡率

図表8は、本市と神奈川県の実死因上位（がん、心疾患、脳卒中、肺炎）の人口10万人当たりの死亡率の推移を表したものです。

平成22年までは、全ての死因で本市の死亡率が神奈川県の死亡率より低くなっていましたが、平成27年では、がん及び心疾患の死因において本市の死亡率が神奈川県の死亡率よりも高くなっていることが分かります。

図表8 （人口10万人当たりの死亡率）



「神奈川県衛生統計年報」より

第3章

市民が目指す健康目標



1 前プランにおける目標値の達成状況

前プランでは、市民一人一人の健康づくり及び健康環境づくりの取組の目標として、ざま健康なまちづくり10か条を定め、事業に取り組んできました。

前プランの達成状況については、以下のとおりです。

目標未達成の項目もありますが、運動習慣や肥満の人の割合などが目標値に近づいています。各指標及び目標値に対する達成状況を踏まえ、本プランでは、健康文化都市宣言の各項目も踏まえ引き続き取り組むべき行動目標を整理します。

【ざま健康なまちづくり10か条】

指 標		評価	策定時 (H20)	評価時 (H29)	目標値 (H29)
第1条 バランスの良い食事を摂りましょう					
	脂肪エネルギーの比率*	未達成	男 25.7%	男 26.4%	男女とも 25%以下
			女 27.1%	女 28.0%	
	1日の食塩摂取量	前進	男 11.9 g	男 10.9 g	男 10 g 未満
			女 10.5 g	女 9.3 g	女 8 g 未満
第2条 体重を適正に保ちましょう					
	肥満の人の割合	前進	男 27.6%	男 20.1%	男女とも 15%以下
			女 20.9%	女 12.3%	
	20歳代女性のやせの割合	前進	29.6%	25.4%	15%以下
	メタボリックシンドロームの認知度*	達成	79.3%	97%	85%以上
第3条 積極的に身体を動かしましょう					
	運動習慣を持つ人の割合	前進	男 33.2%	男 46.9%	男女とも 50%以上
			女 28.5%	女 39.0%	
	1日の歩数	未達成	男 8,663 歩	男 8,330 歩	男 9,700 歩
			女 7,913 歩	女 7,354 歩	女 8,900 歩
第4条 十分な睡眠を取りましょう					
	睡眠時間が6時間未満の人の割合	未達成	男 35.6%	男 42.2%	男女とも 25%以下
			女 37.8%	女 43.4%	
	目覚めた時に疲労感が残る人の割合	前進	男 25.9%	男 25.1%	男女とも 20%以下
			女 22.9%	女 22.5%	

指 標		評価	策定時 (H20)	評価時 (H29)	目標値 (H29)
第5条 上手にストレスを解消しましょう					
	最近1か月間にストレスを感じた人の割合	未達成	男 57.4%	男 57.8%	男 52%以下
			女 65.5%	女 64.5%	女 60%以下
第6条 タバコは止めましょう					
	喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及率 肺がん等の疾患になると思う人の割合	—	—	データなし	全て100%に
	分煙の実施率	—	—	データなし(※1)	100%
	未成年の喫煙経験率	前進	男 26.0%	男 8.3%	男女とも0%
女 7.7%			女 5.3%		
第7条 飲酒は適量を心がけましょう					
	1日平均3合以上飲む人の割合	未達成	男 13.1%	男 15.3%	男 10%以下
			女 5.2%	女 7.6%	女 4%以下
	未成年の飲酒経験率	前進	男 56.0%	男 20.8%	男女とも0%
			女 51.3%	女 15.8%	
第8条 歯の健康を心がけましょう					
	80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合	達成	21.1%	44.2%	30%以上
	12歳児1人の平均むし歯数	前進	0.52本	0.42本	0.35本以下
第9条 日頃から健康チェックをしましょう					
	健康診査を受ける人の割合(※2)	—	45.3%	28.9% 40~74歳対象者	68%以上
第10条 市民による健康なまちづくり活動を推進しましょう					
	健康文化都市宣言の認知度	前進	—	30%	50%以上

※ 数値は、神奈川県「県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査」、「かながわ健康プラン21（第2次）」、「歯科疾患実態調査」、「食育プラン」より

(※1) 分煙の実施率については、官公庁施設における対策状況に関する調査がないためデータがありません。

神奈川県内の官公庁施設は、平成22年4月から県条例によって禁煙が義務付けられています。

(※2) 健康診査の変更のため、策定時(H20)については、基本健康診査受診率、評価時(H29)については、特定健康診査受診率の数値となっています。

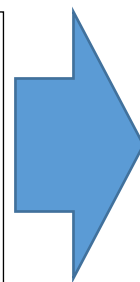
2 ざま健康文化都市宣言からの行動目標

平成17年7月10日に、ざまの豊かな自然・文化・歴史のもと市民一人ひとりが互いに尊敬しあえる温かく、心のかよいあったまちをつくりあげるとともに、健康で幸福な生活をおくることは、すべての市民の共通の願いです。

わたくしたちは「すこやかでやすらぎに満ちた地域社会」を目指して次の目標を掲げ市民と行政が一体となって健康なまちづくりを進めます。

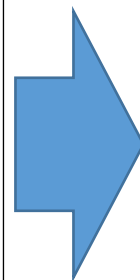
【ざま健康文化都市宣言 1】

市民一人ひとりが、心身ともに健やかな生活が送れるよう、健康なまちづくりについて学び認識を深め、互いに健康環境整備に努めます。



【ざま健康文化都市宣言 2】

市民一人ひとりが、スポーツ・レクリエーションを通して、健康保持・健康増進への意識の向上を図り、人と人との交流を深め、健康づくり・体力づくりの輪を広げます。






【ざま健康文化都市宣言 3】

市民一人ひとりが、ざま文化を伝承して健康なまちづくりを實踐できるよう、地域社会全体が支援します。



3 各宣言のさま「ざま」な取組

本プランでは、ざま健康文化都市宣言、前プランのざま健康なまちづくり10か条を踏まえ、宣言ごとに関連する項目と行動目標を設定します。

項目	行動目標	主な指標
<p>健康環境整備 での健康づくり</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種健(検)診を受診しよう ・自分の健康状態を知ろう 	<p>各健(検)診受診率 各歯科健(検)診受診率 各種相談業務など</p>
<p>身体活動 での健康づくり</p> 	<p>積極的に身体を動かそう</p>	<p>健康サマーフェスタ参加者数 WE LOVE ZAMA!健康体操参加者数 健康まつり参加者数 その他市が主催する運動講座の参加人数など</p>
<p>地域社会 での健康づくり</p> 	<p>地域社会とかかわろう</p>	<p>健康文化都市大学卒業生数等 健康ざま普及員会 講座、教室の参加など</p>

項目 1

【 健 康 環 境 整 備 】

での健康づくり

【現状と課題】

国等の調査では、健（検）診受診率の高い地域では、医療費の低い地域にもあげられており、本市でもより多くの市民が定期的に健康診断等を受診できるよう啓発し、自分自身の健康状態を知ることが課題です。

★ 第 2 次 の 指 標 ・ 取 組

疾病予防については、「各種健診を受診しよう」、また「自分の健康状態を知ろう」を行動目標として掲げます。

前プランから引き続き、各種健診の受診率の向上、自分の健康状態を知る上でバランスの良い食事、体重、睡眠などについての各健康教室及び各健康事業の参加者を増やすことを指標として設定します。

病気の早期発見のための、各種健診の大切さを啓発し、健診事業への参加を促す取組を進めます。

行動目標：各種健診を受診しよう。自分の健康状態を知ろう。

◆ 主な指標

指 標	H 2 8 実績値	1 0 年 後 目標値
◆成人歯科健診の受診率	678 人	毎年 600 人以上
◆健康相談の開催回数	16 回	維持
◆ヘルスセミナーの参加人数	96 人	維持
◆禁煙個別健康相談の参加人数	1 人	増加

指 標		H 2 8 実績値	1 0 年後 目標値
◆特定保健指導の実施率		3.2%	10%（座間市国民健康 保険保健事業実施計画 平成 35 目標）
◆がん検診の受診率（※1）	大腸がん	10.10%	19%（座間市国民健康 保険保健事業実施計画 平成 35 目標）
	胃がん	3.6%	5.0%
	肺がん	12.7%	18.0%
	前立腺がん	25.6%	31.0%
	子宮がん	11.8%	17.0%
	乳がん	4.7%	10.0%
	胃がんリスク検診	5.5%	16.0%
◆妊婦健康診査の受診延べ数		11,184 人	13,064 人（子ども子育て 支援計画目標値）
◆妊婦歯科健康診査の受診率		16.6%	20.0%
◆育児相談の開催回数		28 回	維持
◆特定健康診査（40～74歳）の受診率		29.3%	35%（座間市国民健康 保険保健事業実施計画 平成 35 目標）
◆国保健康診査の受診率		7.8%	増加
◆就学時健康診断の各種検診受診人数		1,050 人	対象者全員
◆定期健康診断の各種検診受診人数		18,569 人	対象者全員
◆児童生徒定期健康診断の各種検診受診人数		11,366 人	対象者全員
◆各種相談（子供・暮らし・地域健康・青少年）の 延べ相談件数		628 人	維持

（※1）神奈川県がん対策推進計画では、主な目標受診率として、胃、大腸、肺がんはそれぞれ40%以上、子宮、乳がんは50%以上としている。本市では、社保の数を差し引いた一定数の係数（過去に県より提示）を利用し抽出した対象者数と、地域保健・健康増進事業報告で報告された受診者実数を元に算出された受診率を用いている。そのため、生活基礎調査（市町村がん検診、職域検診、人間ドッグをすべて含む受診者数）を元に算出する県の受診率とは乖離がある。

※ 各事業の概要は、P58以降の事業一覧表を御覧ください。

◆ライフステージに合わせた行動目標の主な取組

●乳幼児期（0～6歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：乳幼児健診で発育・発達状態を確認しましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・乳幼児健診を積極的に受けましょう。
- ・不安に思ったことは、相談しましょう。

■地域（関係団体等）

- ・地域ぐるみで子供の発達を見守りましょう。

■市（行政）

- ・育児支援及び虐待予防に視点を置いた健康診査の実施に努めます。

●学童・思春期（7～19歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：自分自身の体に関心を持ち正しい知識を身に付けましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・体の成長や健康について関心を持ちましょう。
- ・過度なダイエット等による体への影響について学びましょう。

■地域（関係団体等）

- ・地域ぐるみで子供の発達を見守りましょう。

■市（行政）

- ・学校等や関係機関と連携し、正しい知識を学ぶ機会の実施に努めます。

●青年期（20～39歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：定期的に健康診断、がん検診を受診しましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・健康診断等を受診し、生活習慣病や改善につなげましょう。

■地域（関係団体等）

- ・健康に関する情報等を職場等で積極的に周知、啓発を図りましょう。

■市（行政）

- ・各種健康診断等の必要性を周知し、受診率の向上に努めます。

●壮年期（40～64歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：防ごう、メタボと生活習慣病。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・健康診査の結果によっては、生活習慣や食生活を見直しましょう。
- ・各種がん検診を受けましょう。
- ・健康の維持増進を心掛けましょう。

■地域（関係団体等）

- ・健康診査を受けるよう地域でもPR活動を行いましょう。

■市（行政）

- ・健診の受診率の向上に努めます。
- ・健康診査等の受けやすい環境づくりに努めます。
- ・健診結果に沿って、保健指導を行います。
- ・健康維持、生活習慣病予防について、講座等を充実します。

●高齢期（65歳以上）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：健康診断で健康状態を把握しましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・健康診査の結果を基に、生活習慣や食生活を改善しましょう。
- ・退職後、定期的に受診する機会がない方も年に1度は受診しましょう。
- ・元気なうちから介護予防に取り組みましょう。

■地域（関係団体等）

- ・健康診査を受けるよう地域でも啓発活動を行いましょう。

■市（行政）

- ・健康診断を行い、高齢者の健康状態の把握に努めます。
- ・介護予防の方法を学べる講座等を開催し、介護予防を推進します。



項目 2

【 身 体 活 動 】

での健康づくり

【現状と課題】

身体活動や運動量の多い人は、少ない人より生活習慣病の発症リスクが少ないことが実証されています。生活習慣病予防のため、身体活動の活性化等、生活機能の低下を防ぐための取組を推進する必要があります。

★ 第2次の指標・取組

「積極的に身体を動かそう」を行動目標として掲げます。

前計画から引き続き、運動習慣を持つ人の割合、体重を適正に保つ人などを増やすことを目標とします。また、第2次プランについては、誰もが気軽に身体活動できるよう充実した事業等を指標に設定し、身体活動のしやすい環境のもと体を動かすきっかけづくりを推進します。

行動目標：積極的に身体を動かそう。

◆主な指標（値については各事業の参加人数）

指 標	H 2 8 実績値	1 0 年後 目標値
◆チャレンジデーの参加人数	47,313 人	40%増加
◆健康サマーフェスティンざまの参加人数	1,500 人	30%増加
◆WE LOVE ZAMA! 健康体操講座の参加人数	2,496 人	30%増加
◆健康まつりの参加人数	5,680 人	10%増加
◆健康ウォーキングの参加人数	98 人	20%増加
◆市駅伝競走大会の参加人数	457 人	20%増加
◆市民健康マラソン大会の参加人数	865 人	20%増加
◆体力年齢ウォッチングの参加人数	319 人	10%増加
◆介護予防教室・イベント	1,446 人	15%増加
◆青少年フェスティバルの参加人数	1,815 人	30%増加

※各事業の概要は、P58以降の事業一覧表を御覧ください。

◆ライフステージに合わせた行動目標の主な取組

●乳幼児期（0～6歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：親子でたくさん遊んで元気に育てましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・年齢に応じた遊びを通して心身を発達させましょう。
- ・友達や周りの人と遊ばせ、社会性を身に付けさせましょう。

■地域（関係団体等）

- ・サークル等、親子で楽しめる場を提供しましょう。

■市（行政）

- ・子供がのびのび遊べる場、講座などの充実に努めます。

●学童・思春期（7～19歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：身体を動かす機会を増やしましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・楽しく取り組める運動やスポーツに参加し、積極的に身体を動かしましょう。
- ・将来の健康づくりの基礎となるスポーツ等を見付けましょう。

■地域（関係団体等）

- ・地域で遊びやスポーツを体験する機会を与えましょう。

■市（行政）

- ・関係機関と連携を取り、学校、地域でのスポーツ振興を推進します。

●青年期（20～39歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：定期的に運動するよう心掛けましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・仕事や家事の中で身体を動かすようにしましょう。
- ・休日には、仲間とスポーツなどで身体を動かしましょう。
- ・小さな子供がいる場合は、子供と遊んで身体を動かしましょう。

■地域（関係団体等）

- ・職場での体力、健康づくりを行えるよう、運動やスポーツを推進しよう。

■市（行政）

- ・身近な運動施設の情報を提供します。
- ・運動習慣が身に付くよう、年代に合わせた講座の開催に努めます。

●壮年期（40～64歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：生活の中で意識して身体を動かしましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・自分に合った運動を見付け、身体を動かしましょう。
- ・日常生活の中で工夫して運動量を増やすようにしましょう。

■地域（関係団体等）

- ・みんなが参加できるサークル、イベントを開催しましょう。

■市（行政）

- ・健康づくり等の講座を開催し、運動の場の提供やきっかけづくりに努めます。
- ・関係団体と連携し、スポーツ指導者の育成等スポーツの振興に努めます。

●高齢期（65歳以上）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：自分に合った運動を無理なく行いましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

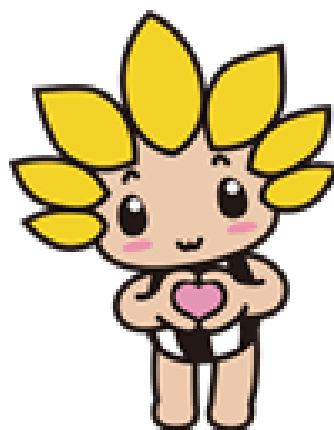
- ・無理なく運動量を増やすためウォーキングを心掛けましょう。
- ・家事や庭仕事、スポーツなどで無理なく身体を動かしましょう。

■地域（関係団体等）

- ・高齢者が参加しやすい体操やウォーキングのサークルなどの環境を地域につくりましょう。

■市（行政）

- ・各種教室や講座を開催し、筋力、体力を維持し、充実した生活を送れるよう支援します。



項目3

【 地 域 社 会 】

での健康づくり

【現状と課題】

健康は社会環境の影響を受けることが分かっています。そのため、市民による地域のつながりを増やし、社会的な側面から健康の状態を把握することが重要です。

★ 第2次の指標・取組

「地域社会とかかわろう」を行動目標として掲げます。

市民の健康意識を高揚させるには、地域全体での取組も必要で、本プランでは、健康に関するイベント等を積極的に開催し、市民が地域貢献する場をつくることで地域力を育みます。行動目標を具体化したものとして、主体性が発揮できる事業の参加人数を指標として設定します。

行動目標：地域社会とかかわろう。

◆主な指標

指 標	H 2 8 実績値	1 0 年後 目標値
◆健康文化都市大学延べ卒業生人数	延べ 727 人	延べ 1,000 人
◆健康ざま普及員会延べ参加人数	延べ 540 人	維持
◆介護予防ボランティア講座延べ参加人数	延べ 249 人	延べ 250 人
◆四十雀倶楽部事業延べ参加人数	延べ 3,324 人	延べ 6,000 人
◆ざま生涯学習宅配便延べ参加人数	延べ 12,024 人	延べ 15,000 人
◆郷土料理講座の延べ参加人数	延べ 139 人	延べ 175 人
◆各種教室（お赤飯作り・お菓子）の延べ参加人数	延べ 23 人	延べ 25 人

※各事業の概要は、P57以降の事業一覧表を御覧ください。

◆ライフステージに合わせた行動目標の主な取組

●乳幼児期（0～6歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：親子で子育ての輪を広げましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・年齢に応じた遊びを通して心身を発達させましょう。
- ・友達や周りの人と遊ばせ、社会性を身に付けさせましょう。

■地域（関係団体等）

- ・子育てサークル等、親子で楽しめる場を提供しましょう。

■市（行政）

- ・育児に対する不安や悩みを安心して相談できる場や機会を充実します。

●学童・思春期（7～19歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：集団生活に慣れ社会性を学びましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・悩みを相談できる人をつくりましょう。
- ・心の健康問題等の相談窓口を知ろう。

■地域（関係団体等）

- ・地域ぐるみで温かく見守りましょう。

■市（行政）

- ・関係機関と連携を取り、相談しやすい環境の整備に努めます。
- ・相談窓口を充実します。

●青年期（20～39歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：ライフスタイルに合わせた地域社会づくりをしましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・悩みを相談できる人をつくりましょう。
- ・自分に合った地域活動等を知ろう。

■地域（関係団体等）

- ・地域活動での参加を推進しよう。

■市（行政）

- ・気軽に相談できる窓口等の情報提供をします。
- ・関係機関と連携を取り、相談しやすい環境に努めます。

●壮年期（40～64歳）・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：積極的に地域活動に参加しましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・悩みを相談できる人をつくりましょう。
- ・自分に合った地域活動、ボランティアを見付けましょう。

■地域（関係団体等）

- ・みんなが参加できる地域活動等を開催しましょう。

■市（行政）

- ・相談窓口を充実します。
- ・地域活動についての相談機関や職域と連携しながら、情報提供の場ができるよう努めます。

●高齢期（65歳以上）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

行動目標：外出する機会を増やしましょう。

【行動目標実現に向けた主な取組】

■個人・家庭

- ・地域活動やボランティアに参加しましょう。
- ・自分に合った方法で、楽しく活動しましょう。

■地域（関係団体等）

- ・閉じ籠りがちの高齢者を地域のイベント等に誘うなど、お互い声を掛け合いましょ

■市（行政）

- ・社会参加ができるような、充実した生活を送れるよう支援します。



第4章

計画の推進と評価

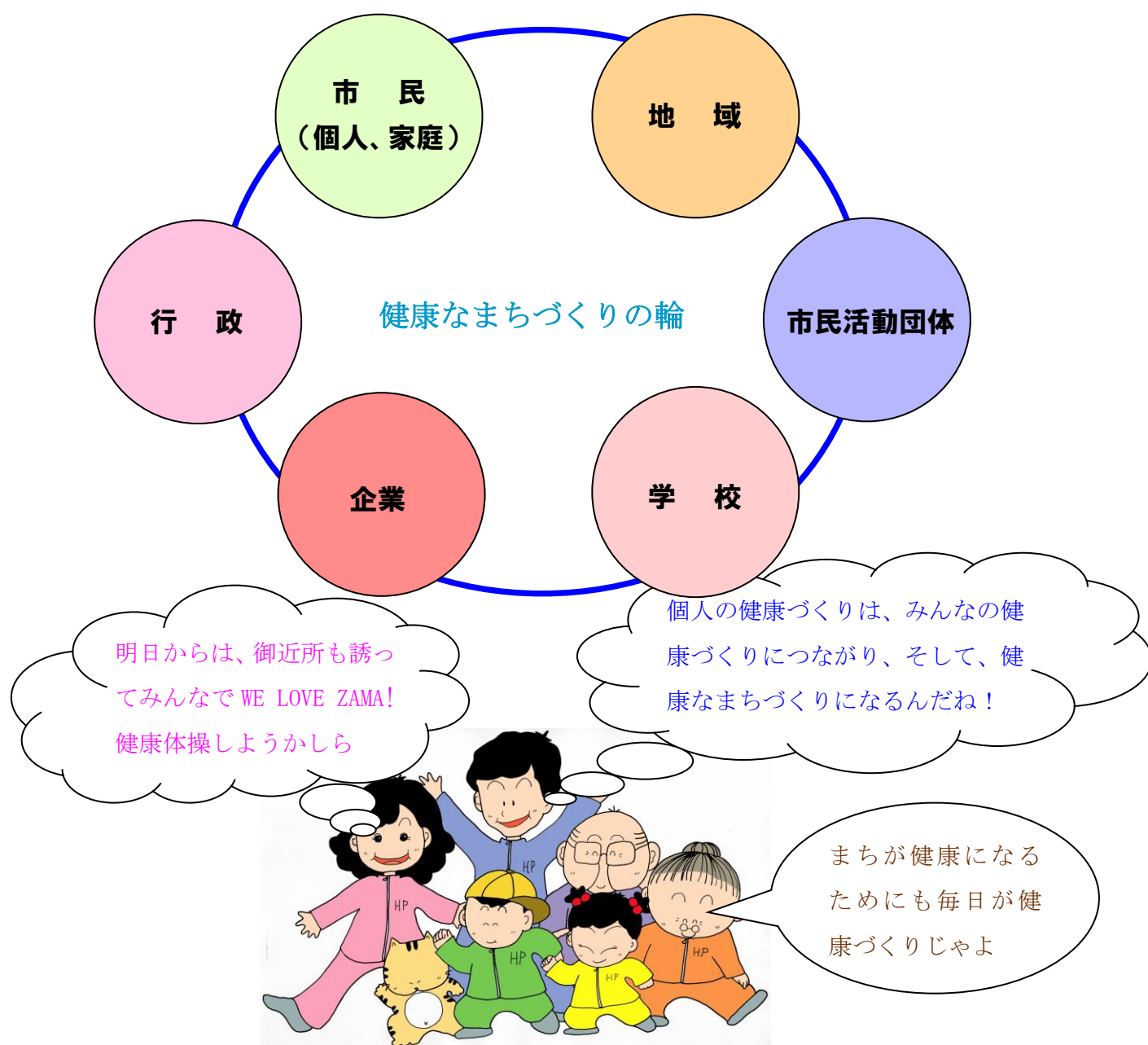


1 計画の推進

(1) 計画の実施に向けて

一人の健康づくり活動は、個人の責任や意思に左右され、その活動を継続することはなかなか難しいものですが、個人を取巻く環境からの支援や協力があれば、情報を共有でき効果的な健康づくり活動ができるようになります。そこで、広報紙、市のホームページ、回覧板、コミュニティ紙等で、身近な健康活動案内や結果報告を積極的に市民の皆さんに周知できるように努めます。

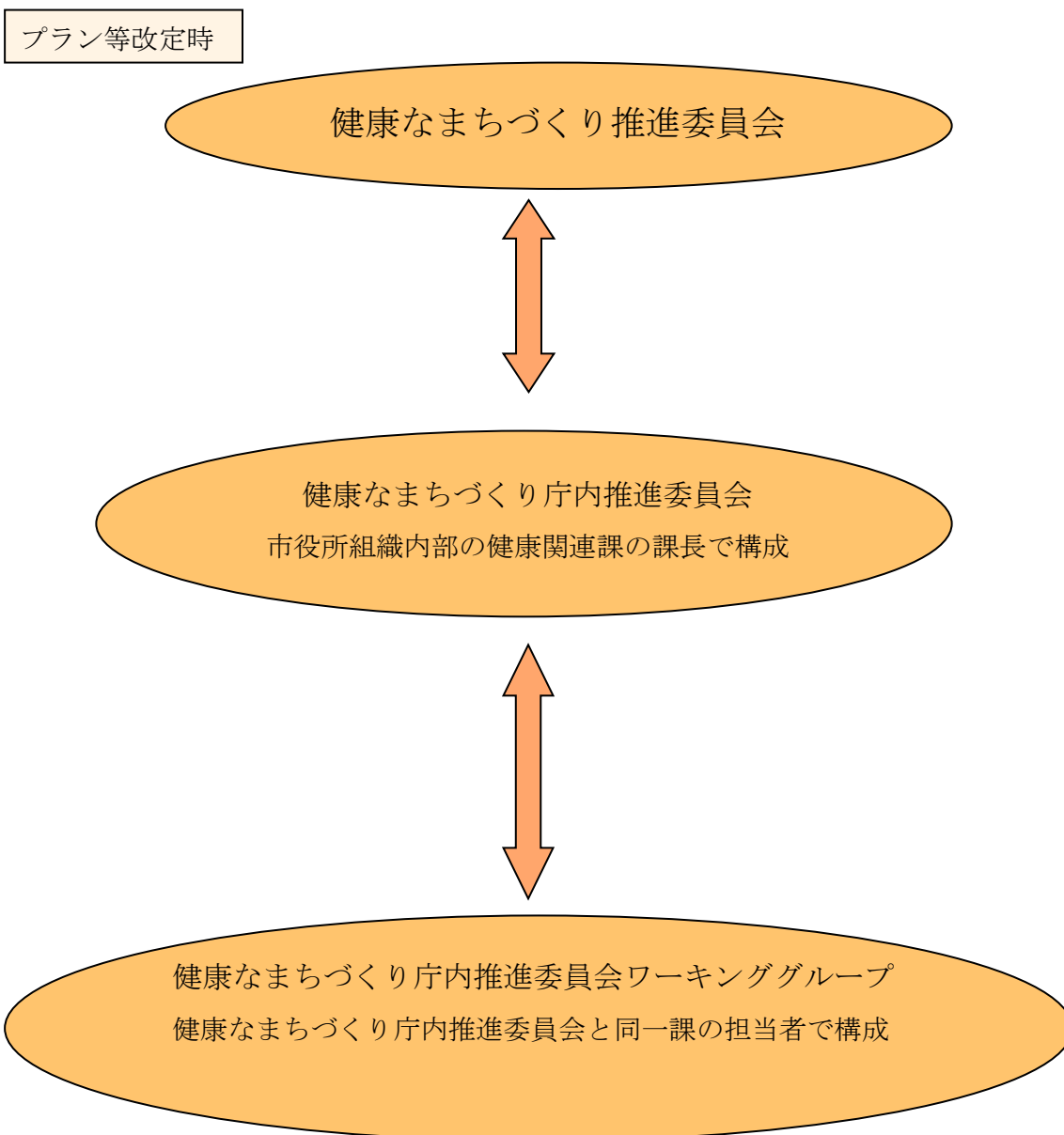
また、計画の実行には、市民（個人、家庭）、地域、市民活動団体、学校、企業、行政が一体となり計画を推進することが必要となるため、相互に連携、協力できるように努めます。



(2) 健康なまちづくり推進体制

健康なまちづくり推進体制

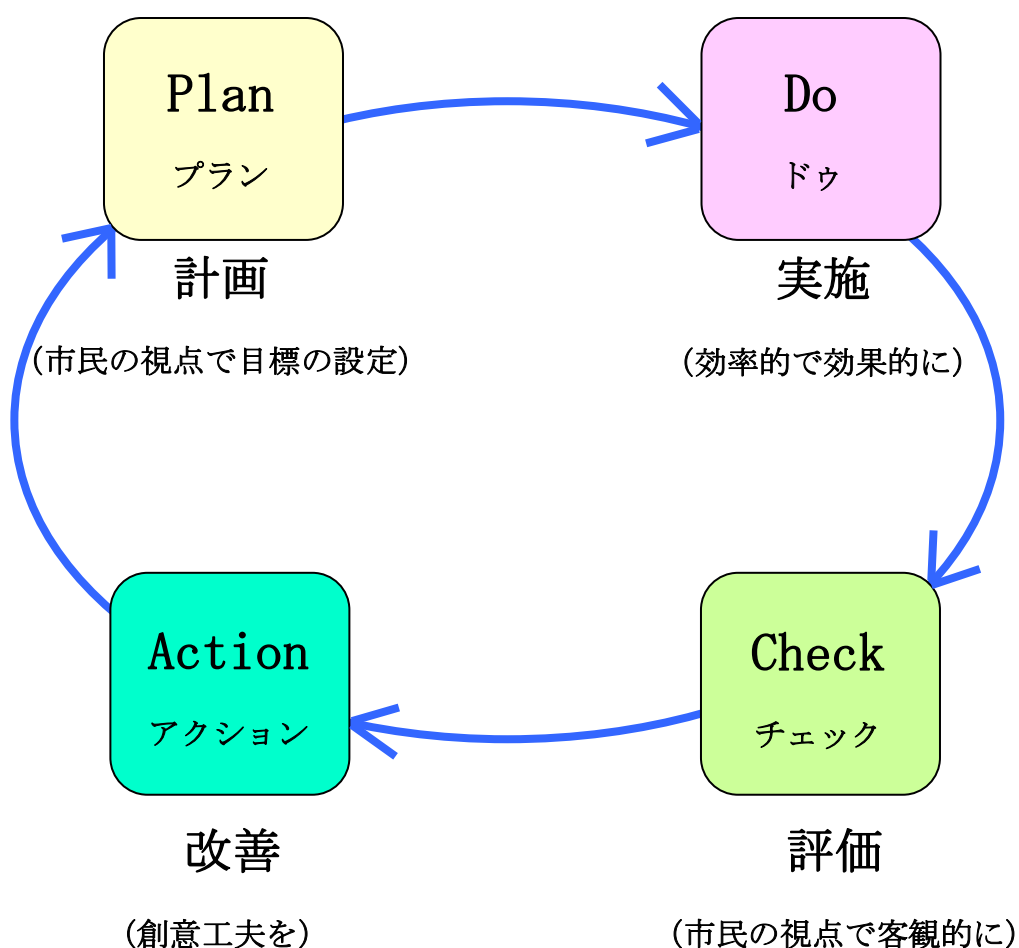
市民団体等の皆さんで構成されている健康なまちづくり推進委員会では、学校、県、市民団体等からの様々な健康施策に対する情報や意見等を踏まえ、本市の健康なまちづくり事業の検討、検証を行います。また、プラン等改定時については下図のように市役所の内部に組織する健康なまちづくり庁内推進委員会及びワーキンググループで検討し、その結果をフィードバックする体制で、健康なまちづくり事業を市民の皆さんの視点で実施するよう努めます。



2 健康なまちづくりの評価

本プランでは、目標期間を10年間としています。本プランの推進状況を客観的に評価するため、目標値を設定していますが、単なる数値的な目標値の設定にとどまらず、市民の健康意識や健康づくり環境等の変化を含め、今後の健康づくり活動に対する課題を把握し、適切な健康施策を推進します。この評価は、市民の皆さんが自ら行うことが大切であることから、市民主体の評価組織である健康なまちづくり推進委員会で実施します。

評価のサイクル



このような評価サイクルにより、市民の健康ニーズに適合した健康施策の展開ができるようになります。

第5章

各団体の役割



健康なまちづくりを実現するためには、市民一人一人が自分にあった個人の生活習慣を身に付け、健康づくりに取り組むことが必要です。また、個人だけではなく、これを支援する地域社会全体（個人・家庭、地域、市民活動団体、学校、企業、行政）がそれぞれの役割を自覚し、協働による健康なまちづくりに取り組むことが必要です。

1 それぞれの役割

(1) 個人・家庭の役割

個人は、健康づくりについて意識の高揚を図り、一人一人がその重要性を認識し、生活習慣を見直し、自分にあった健康づくりに取組ましましょう。

家庭では、生涯を通して正しい生活習慣を身に付けるため、健康づくりについての意識を高め、互いに助け合い一緒に取り組むことが大切です。

（取組の例）

- ・一人一人が健康づくりのための知識を身に付け実行する。
- ・コミュニティセンターや公民館等で行われる健康づくり活動に気軽に参加する。
- ・家族全員が環境に配慮した生活を送る。
- ・ボランティアに関心を持ち参加する。
- ・家族が必ず朝食をとるようにする。
- ・家族が団らんの場を持つように努める。

(2) 地域の役割

地域では、自治会、老人クラブ、子ども会、住民活動団体などの組織が健康なまちづくりに対し、積極的に取り組むことが大切です。

（取組の例）

- ・地域活動などを通して、健康な地域づくりを進める。
- ・隣近所で挨拶を交わして交流する。
- ・世代間交流の場を設け、お互いを思いやり、支え合う地域づくりに努める。
- ・地域ぐるみで子供たちを見守り育てる。

(3) 市民活動団体の役割

ボランティア団体、NPO法人（非営利活動法人）などの市民活動団体は、健康づくり、保健、福祉、環境、まちづくりなど多分野での幅広い活動が期待されます。健康なまちづくりを進めるため、それぞれの団体と連携、協働を図ることが期待されます。

（取組の例）

- ・健康づくりに関する研修会や交流の場を設け、知識と実践に関する情報を提供する。
- ・各種イベントやレクリエーション活動などを通して健康づくりを推進する。
- ・地域社会や自然環境に配慮した行動に努める。

(4) 学校等の役割

幼年期・少年期の多くの時間を過ごす保育園、幼稚園、学校では、食生活に関する教育をはじめとする健康教育が重要な役割を果たすことから、家庭や地域との連携を深め生活習慣を身に付けるための健康教育を行うことが大切です。

（取組の例）

- ・健康の大切さを教え、心身ともに健康的なライフスタイルを学ばせる。
- ・食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう食育を推進する。
- ・家庭や地域社会との連携を深め、高齢者などとの交流の機会（ちょっぴり先生等）を設ける。
- ・環境教育やボランティア活動を推進する。
- ・地域や関係団体、各家庭と連携し、薬物使用、喫煙、飲酒等を防止する教育を推進する。

(5) 企業の役割

青年期から壮年期に掛けて多くの時間を職場で過ごしており、職場内での環境が人々の健康に多くの影響を与えるため、健康診断の実施や健康づくりのための正しい知識の普及など、従業員の健康づくりや健康管理に配慮することを求めています。

(取組の例)

- ・安全で衛生的な職場環境づくりに努める。
- ・健康診断や健康相談を実施し、事後指導の充実に努める。
- ・男女が共に尊重し合える職場環境づくりに努める。
- ・分煙などの喫煙対策に取り組む。
- ・心の病による長期休職者の増大などの現状を考え、メンタルヘルスのケアに取り組む。

(6) 行政の役割

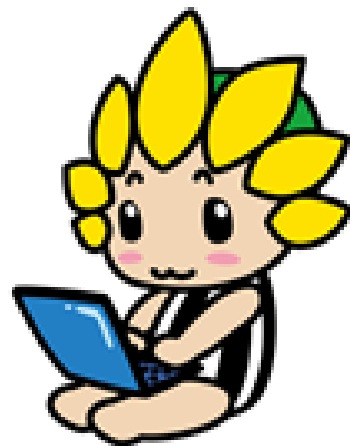
各行政機関、学校、地域、市民活動団体、企業等と連携し、健康なまちづくりを支援、推進していきます。

また、プランを推進していくために、健康なまちづくり推進委員会及び健康なまちづくり庁内推進委員会において、健康なまちづくり事業についての情報収集や分析をし、事業の進捗状況等の検証、検討を行い、必要に応じて計画や事業の見直しを行っていきます。

(取組の例)

- ・市民の健康状態の把握や分析を行い、保健事業を充実させる。
- ・健康ざま普及員活動、食生活改善推進事業等を支援し、地域の健康づくりを推進する。
- ・コミュニティセンターや市公民館などで実施している各種講座や自主グループ活動を通して世代を超えた交流を推進する。
- ・男女共同参画社会づくりを推進する。
- ・ハンディキャップのある方や高齢者等が活動できるように、バリアフリー化を進めるなど健康環境に配慮したまちづくりに努める。
- ・家庭における料理力の向上を支援する。(料理力とは食の知識や調理技術の習得を通して「五感」を磨き、「食の自立」を促すことにより身に付く、「安心・安全・健康」な食生活を送るための力のことをいう。)

用語集



○ 生活習慣病（２ページ）

がんや心臓病、脳卒中、糖尿病など、長年の生活習慣が深く関与していると考えられる病気の総称。これまでは、これらの病気は加齢とともに発症すると考えられていたため、「成人病」と呼称されてきたが、生活習慣を改善することにより疾病の発症・進行が予防できるという認識を国民に醸成し、行動に結び付けていくため、平成８年１２月に当時の厚生省「公衆衛生審議会」により「生活習慣病」という概念が導入された。

○ 健康寿命（２ページ）

日常的に介護を必要とせず、自立して元気に過ごすことのできる期間のこと。本プランでは、ヘルスプロモーションの考えに基づき健康なまちづくりを推進していくことで、結果として健康寿命の延伸を実現しようとしている。

○ ２１世紀における国民健康づくり運動（２ページ）

通称「健康日本２１」疾病を予防する一次予防に重点を置いた対策を強力に推進することにより、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸等を目的として平成１２年３月に当時の厚生事務次官通知により策定された。

○ かながわ健康プラン２１（２ページ）

平成１３年２月に策定された神奈川県健康づくりの指針となるプラン。県民の目指す健康目標を「かながわ健康づくり１０か条」として示している。

○ ヘルスプロモーション（２ページ）

１９８６年（昭和６１年）WHO（世界保健機関）の国際会議で発表されたオタワ憲章で「人々が自らの健康をコントロールし、改善できるようにするプロセスである」と定義され、健康を生きることの目的ではなく、生活の資源と位置付けている。

○ 健康文化都市宣言（２ページ）

本市が「すこやかでやすらぎに満ちた地域社会」を目指し平成１７年７月１０日に行った宣言。ヘルスプロモーションを取り入れた本市の健康づくりの基本理念を明らかにしたもの。

○ 健康なまちづくり（２ページ）

健康なまちづくりとは、健康づくりを一人一人の力だけで進めていくのではなく、市民、企業、地域、行政等が一体となって、私たちが暮らす「まち」そのものの環境を整備し、まち全体が健康になることで、より多くの人々が容易に健康づくりを実現できるようにする考え方や手法のことをいう。

○ ライフステージ（３ページ）

人生の各年代のことをライフステージというが、本プランでは乳幼児期（０～６歳）、学童・思春期（７～１９歳）、青年期（２０～３９歳）、壮年期（４０～６４歳）、高齢期（６５歳以上）の五つにライフステージに分類している。

○ 合計特殊出生率（８ページ）

１５～４９歳を出産可能な年齢と仮定し、各年齢の出生率（出生数÷女性の人口）を足し合わせることで求められる数値のことをいい、一人の女性が一生に産む子供の数を示す。

○ 平均寿命（９ページ）

ある年齢の人々があと何年生きられるかの期待値を平均余命というが、０歳児のそれを特に平均寿命といい、国や地域の医療・衛生水準を示す指標の一つとして用いられる。

○ 未病（１０ページ）

健康と病気の状態を明確に区別できるものとはせず、健康と病気の間を連続的に変化する状態と捉える概念。

○ 高齢化率（１１ページ）

６５歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合。出生数の低下と平均寿命の延伸により近年急速に上昇している。

○ 脂肪エネルギー比率（１４ページ）

総摂取エネルギーのうち、脂肪エネルギーの占める割合を言う。脂肪量（グラム）×９カロリー÷総エネルギー（カロリー）×１００＝脂肪エネルギー比率（％）の計算式で求められる。疫学的な研究によれば２０％以上、３０％以下が好ましいとされる。

○ **メタボリックシンドローム（14ページ）**

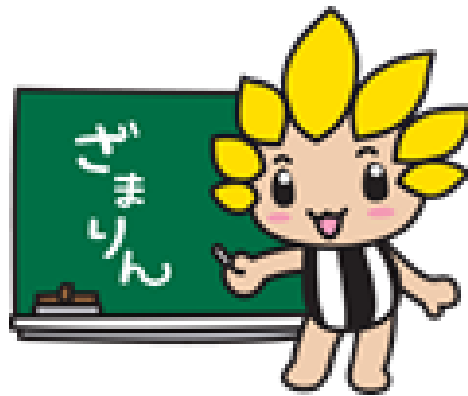
内臓脂肪型肥満に加え、高血圧、高血糖、高脂血症のうち二つ以上を合併した状態をいう。高血圧や高血糖は単独でも健康上の危険因子となり得るが、これらの因子が重なることにより心臓病等の発症率が飛躍的に高くなることから、メタボリックシンドローム対策の必要性が説かれている。

○ **一次予防、二次予防（44ページ）**

一次予防とは健康的な生活習慣づくりや、生活環境の改善などによって、疾病や障害を未然に防ぐこと。

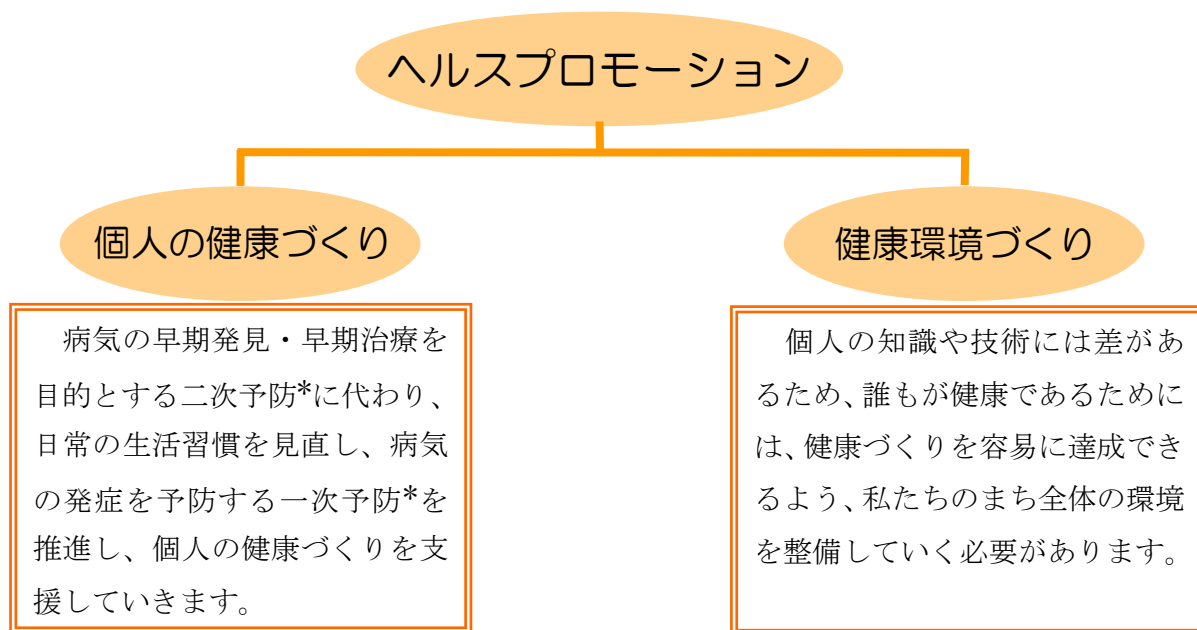
二次予防とは発生した疾病や傷害を検診等によって早期に発見し、さらに早期に治療や保健指導などの対策を行い、疾病や傷害の重症化を防ぐ対策のこと。

資料編



1 ヘルスプロモーション

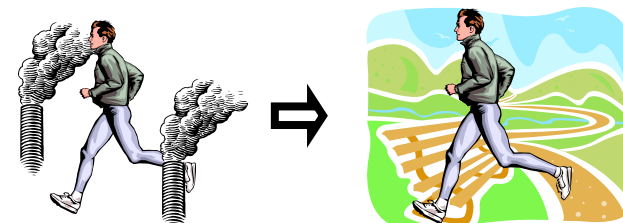
本市では、ヘルスプロモーションを健康づくり施策の基本とし、個人の健康づくりと健康環境づくりの両面から健康づくり施策を展開していきます。



健康環境づくりとは？

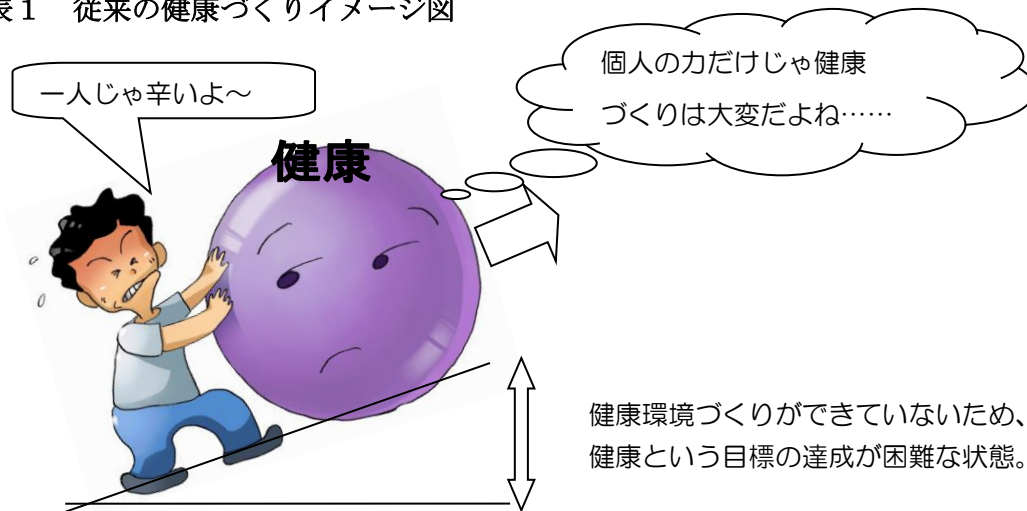
一つの例として、健康に良いはずのジョギングも排煙が立ち込める環境で行っては逆効果になってしまいます。

ヘルスプロモーションでは、このような環境問題や、市民の健康づくり活動を行政・企業・地域がサポートする体制づくりにも着目した健康なまちづくりを目指します。

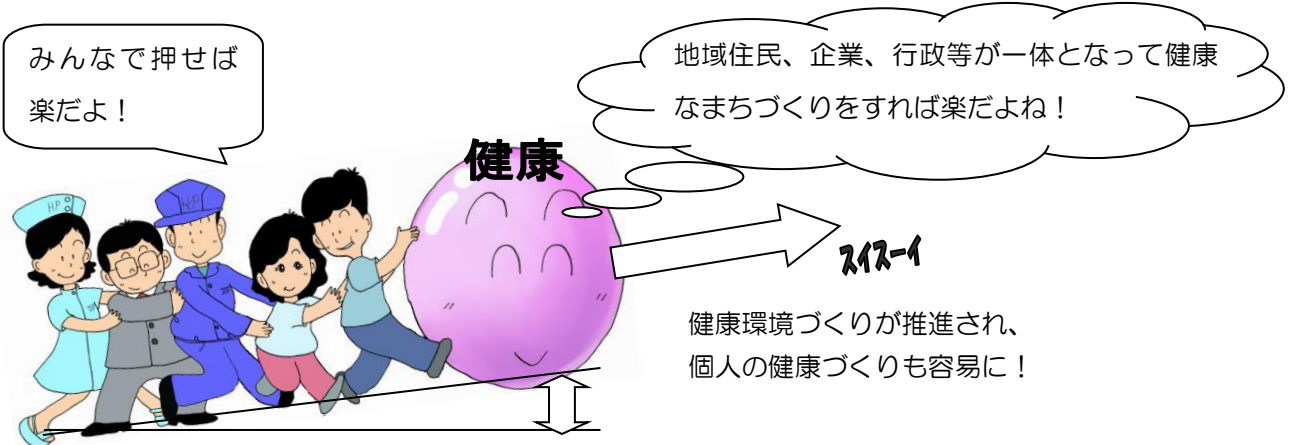


地域住民による毎朝の健康体操風景

図表1 従来の健康づくりイメージ図



図表2 新しい健康なまちづくりイメージ図



(島内憲夫 1987 を改編)

2 関係法令等(抜粋)

(1) 健康増進法

第1章 総則

(目的)

第1条 この法律は、我が国における急速な高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が著しく増大していることにかんがみ、国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的とする。

(国民の責務)

第2条 国民は、健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない。

(国及び地方公共団体の責務)

第3条 国及び地方公共団体は、教育活動及び広報活動を通じた健康の増進に関する正しい知識の普及、健康の増進に関する情報の収集、整理、分析及び提供並びに研究の推進並びに健康の増進に係る人材の養成及び資質の向上を図るとともに、健康増進事業実施者その他の関係者に対し、必要な技術的援助を与えることに努めなければならない。

(健康増進事業実施者の責務)

第4条 健康増進事業実施者は、健康教育、健康相談その他国民の健康の増進のために必要な事業（以下「健康増進事業」という。）を積極的に推進するよう努めなければならない。

(関係者の協力)

第5条 国、都道府県、市町村（特別区を含む。以下同じ。）、健康増進事業実施者、医療機関その他の関係者は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るため、相互に連携を図りながら協力するよう努めなければならない。

中 略

(都道府県健康増進計画等)

- 第8条 都道府県は、基本方針を勘案して、当該都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画（以下「都道府県健康増進計画」という。）を定めるものとする。
- 2 市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。
- 3 都道府県及び市町村は、都道府県健康増進計画又は市町村健康増進計画を定め、又は変更したときは、遅滞なく、これを公表するものとする。

中 略

第25五条 学校、体育館、病院、劇場、観覧場、集会場、展示場、百貨店、事務所、官公庁施設、飲食店その他の多数の者が利用する施設を管理する者は、これらを利用する者について、受動喫煙（室内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされることをいう。）を防止するために必要な措置を講ずるように努めなければならない。

(2) 神奈川県公共施設における受動喫煙防止条例

(目的)

第1条 この条例は、受動喫煙による県民の健康への悪影響が明らかであることにかんがみ、県民、保護者、事業者及び県の責務を明らかにするとともに、禁煙環境の整備及び県民が自らの意思で受動喫煙を避けることができる環境の整備を促進し、並びに未成年者を受動喫煙による健康への悪影響から保護するための措置を講ずることにより、受動喫煙による県民の健康への悪影響を未然に防止することを目的とする。

(定義)

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- (1) 受動喫煙 室内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこ（たばこ事業法（昭和59年法律第68号）第2条第3号に規定する製造たばこ（喫煙用に供し得る状態に製造されたものに限る。）をいう。以下同じ。）の煙を吸わされることをいう。
- (2) 公共的空間 不特定又は多数の者が出入りすることができる室内又はこれに準ずる環境（居室、事務室その他これらに類する室内又はこれに準ずる環境であつて、専ら特定の者が出入りする区域及び喫煙所を除く。）をいう。
- (3) 公共的施設 公共的空間を有する施設（車両、船舶、航空機その他の移動施設を含む。以下同じ。）のうち、次に掲げる施設をいう。
 - ア 特に受動喫煙による健康への悪影響を排除する必要がある施設として別表第1に掲げるもの（以下「第1種施設」という。）
 - イ 受動喫煙による健康への悪影響を排除する必要がある施設として別表第2に掲げるもの（以下「第2種施設」という。）
- (4) 施設管理者 公共的施設の管理について権限を有する者をいう。
- (5) 喫煙 たばこに火をつけ、又はこれを加熱し、その煙を発生させることをいう。
- (6) 禁煙 公共的施設における公共的空間の全部を喫煙することができない区域（以下「喫煙禁止区域」という。）とすることをいう。
- (7) 分煙 第2種施設における公共的空間を、規則で定めるところにより、喫煙することができる区域（以下「喫煙区域」という。）と喫煙禁止区域とに分割することをいう。
- (8) 喫煙所 専らたばこを吸う用途に供するための区域をいう。
- (9) 事業者 施設を設けて事業を営む者をいう。
- (10) 保護者 親権を行う者、未成年後見人、児童福祉法（昭和22年法律第164号）第7条第1項に規定する児童福祉施設の長その他の者で未成年者を現に監督保護する者をいう。

中 略

(公共的施設における措置)

第9条 第1種施設の施設管理者は、その管理する第1種施設について、禁煙の措置を講じなければならない。

中 略

別表第1 (第2条関係)

(1)

幼稚園、小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、中等教育学校、特別支援学校、大学、高等専門学校、専修学校、各種学校その他これらに類するもの

(2)

ア 病院、診療所又は助産所

イ 薬局

ウ あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師又は柔道整復師の施術所

(3)

劇場、映画館又は演芸場

(4)

観覧場

(5)

ア 集会場又は公会堂

イ 火葬場又は納骨堂

ウ 神社、寺院、教会その他これらに類するもの

(6)

展示場

(7)

体育館、水泳場、ボーリング場その他の運動施設

(8)

公衆浴場

(9)

百貨店、マーケットその他の物品販売業を営む店舗

(10)

銀行その他の金融機関

(11)

郵便事業、電気通信事業、水道事業、電気事業、ガス事業又は熱供給事業の営業所

(12)

ア 公共交通機関を利用する旅客の乗降、待合いその他の用に供する施設

イ 旅客の運送の用に供する電車、自動車その他の車両又は船舶(運行する路線又は就航する

航路の起点及び終点が県内にあるものに限る。)

(13)

図書館、博物館、美術館その他これらに類するもの

(14)

動物園、植物園、遊園地その他これらに類するもの

(15)

老人ホーム、保育所、福祉ホーム、老人福祉センター、児童厚生施設、身体障害者福祉センターその他これらに類するもの

(16)

官公庁施設

(17)

前各項又は別表第2の各項に掲げる公共的施設が所在する建築物又は工作物(出入口、廊下、階段、エレベーター、便所その他の一般公共の用に供される区域に限る。)

備考 この表に掲げる公共的施設には、風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律第2条第6項に規定する店舗型性風俗特殊営業及び同条第9項に規定する店舗型電話異性紹介営業(以下「店舗型性風俗特殊営業等」という。)を営む店舗を含まないものとする。

3 座間市健康なまちづくり推進委員会の設置及び運営に関する要綱

(趣旨)

第1条 この要綱は、座間市健康なまちづくり推進委員会に関し必要な事項を定めるものとする。

(設置)

第2条 市長は、広範囲、かつ、専門的な観点から市の健康なまちづくりに関する事業を検討及び検証するために座間市健康なまちづくり推進委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第3条 委員会は、市が行っている健康なまちづくりに関する事業を検証し、市が目指す健康づくりの推進の実現に向け検討をし、市長に対して結果を報告する。

2 委員会は、特に必要と認めるときは、市長に提言をすることができる。

(委員会の委員)

第4条 委員会の委員は、13人以内とし、市民団体等のうちから市長が委嘱する。

(会長及び副会長)

第5条 委員会に会長及び副会長を置く。

2 会長及び副会長は、委員の互選により選出する。

3 会長は、会務を総理し、会議の議長をつとめる。

4 会長に事故あるとき又は会長が欠けたときは、副会長がその職務を代理する。

(委員の任期)

第6条 委員の任期は、委嘱した日から2年目の3月31日までとする。ただし、当該委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会議)

第7条 委員会は、会長が招集し、議長となる。

(関係者の出席)

第8条 委員会は、特に必要と認めるときは、関係者の出席を求めて意見を聞くことができる。

(アドバイザーの設置)

第9条 委員会にアドバイザーを置く。

2 アドバイザーは、専門知識を有する教授等、並びに会長が必要と認める保健師及び栄養士とし、委員会の目的達成のため必要な助言を行う。

(事務局)

第10条 委員会の事務を処理させるため、委員会に事務局を置く。

2 事務局は、健康づくり課に置く。

(委任)

第11条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関して必要な事項は、その都度委員

会で協議して定める。

附 則

この要綱は、平成14年11月15日から施行する。

附 則

この要綱は、平成15年5月20日から施行する。

附 則

この要綱は、平成16年6月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成18年6月29日から施行する。

附 則

この要綱は、平成20年6月26日から施行する。

附 則

この要綱は、平成21年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成23年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

別表 1

座間市健康なまちづくり推進委員会

No.	所 属 名	委 員 名	備 考
1	座間市スポーツ指導者協議会	渡邊 洋子	会 長
2	神奈川県厚木保健福祉事務所 保健福祉課	細田トシ子	副会長
3	座間市レクリエーション協会	佐藤 節子	
4	座間市スポーツ推進委員協議会	近山 光代	
5	座間市立小中学校長会	泉田 裕	
6	座間市自治会総連合会	吉岡 昭一	
7	座間市医師会	佐藤 大三	
8	座間市食生活改善推進団体ひまわり会	神代 京子	
9	座間市障害者団体連合会	鈴木 孝幸	
10	座間市老人クラブ連合会	高垣 雄二	
11	座間市地域婦人団体連絡協議会	芥川とよ子	
12	座間市健康文化都市大学実行委員会	早川 勉	
13	健康ざま普及員会	増山 昭男	

任期：平成28年4月1日～平成30年3月31日

4 座間市健康なまちづくり庁内推進委員会の設置及び運営に関する要綱

(趣旨)

第1条 この要綱は、座間市健康なまちづくり庁内推進委員会の設置及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(設置)

第2条 座間市における健康なまちづくりの施策の更なる充実を図るため、座間市健康なまちづくり庁内推進委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第3条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 健康なまちづくり施策・検証に関すること。
- (2) 「座間市健康なまちづくり推進委員会」の活動支援に関すること。
- (3) その他委員長が必要と認めること。

(組織)

第4条 委員会は、委員長、副委員長及び委員をもって組織し、別表1に定めるとおりとする。

(委員長等の職務)

第5条 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、会議の議長となる。

2 委員会の会議は、委員の過半数の出席がなければ開くことができない。

3 委員会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、委員長の決するところによる。

4 委員長は、必要があると認めるときは、次条に定めるワーキンググループの委員及び関係部課等に対し出席を求め、意見を聴取し、又はその者に資料の提出及び説明を求めることができる。

(ワーキンググループ)

第7条 委員会は、第3条に掲げる事項について必要な調査研究をさせるため、ワーキンググループを設置する。

2 ワーキンググループは、グループリーダー及び委員をもって組織し、別表2に定める課の事務担当の職員を持って構成する。

3 グループリーダーは、次に掲げる職務を行う。

- (1) ワーキンググループを掌理すること。
- (2) 調査研究事項に関する計画等を委員会に提出すること。
- (3) 前号の計画等の進ちょく状況について、委員会で報告すること。

(庶務)

第8条 委員会及びワーキンググループの庶務は、健康づくり課において処理する。

(庶務)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会及びワーキンググループに関し必要な事項は、委員会で協議して定める。

附 則

この要綱は、平成23年 4月1日から施行する。

この要綱は、平成27年10月1日から施行する。

この要綱は、平成28年 4月1日から施行する。

この要綱は、平成29年 8月10日から施行する。

別表 1

	区 分	部 局 名	職 名
1	委員長	健康部	健康づくり課長
2	副委員長		医療課長
3	委員		スポーツ課長
4	〃		国保年金課長
5	〃		介護保険課長
6	〃	市長室	市政戦略課長
7	〃	市民部	市民協働課長
8	〃	環境経済部	商工観光課長
9	〃		農政課長
10	〃	福祉部	福祉長寿課長
11	〃	子ども未来部	子ども政策課長
12	〃		子ども育成課長
13	〃		保育課長
14	〃	教育部	学校教育課長
15	〃		教育指導課長
16	〃		生涯学習課長

別表 2

	区 分	部 局 名	職 名
1	グループリーダー	健康部	健康づくり課
2	委員		医療課
3	〃		スポーツ課
4	〃		国保年金課
5	〃		介護保険課
6	〃	市長室	市政戦略課
7	〃	市民部	市民協働課
8	〃	環境経済部	商工観光課
9	〃		農政課
10	〃	福祉部	福祉長寿課
11	〃	子ども未来部	子ども政策課
12	〃		子ども育成課
13	〃		保育課
14	〃	教育部	学校教育課
15	〃		教育指導課
16	〃		生涯学習課

5 健康なまちづくり事業一覧表

市民の皆さんに直接関わりの深い健康に関する事業の一覧を掲載します。ここに記載しました事業につきましては平成28年度の事業ですので、最新情報につきましては、広報紙やホームページ等でお知らせしますが、希望の講座等がある場合は、担当課へお問い合わせください。

○健康づくり課 ☎046 (252) 7995

	事業名	事業概要
1	健康文化都市大学	健康なまちづくりについて幅広く学ぶため複数回（17講座）の多彩な講座を開催します。
2	健康サマーフェスタ インざま	市の夏祭りの的な位置づけで健康に関するイベントを開催します。
3	メンタルヘルス講座	ストレスなどに対処するための方法を医師、臨床心理士等から学びます。
4	WE LOVE ZAMA!健康体 操講座	年に数回、市民の歌「WE LOVE ZAMA!」に合わせたリズム体操の講座を開催します。また、地域のコミュニティセンター等でも月に数回講座を開催します。
5	WE LOVE ZAMA!健康体 操マニュアルビデオ 販売	WE LOVE ZAMA!健康体操のビデオを健康づくり課、各出張所で販売（1本300円）しています。
6	健康まなび事業	生活習慣病対策が必要な年代の方に運動習慣を持っていただくことを目的とし、ボクシングエクササイズ、体幹トレーニングの講座を開催します。
7	健康まつり	市民ふるさとまつりと同時開催。市内の保健衛生関係団体等で実行委員会を組織し、健康づくりのイベントを実施します。内容は、体力測定、歯の相談、骨健康度測定、献血、各種相談、展示等。
8	妊婦健康診査	妊婦の健康管理のため14回分の妊婦健康診査についての費用を一部助成します。
9	妊婦歯科健康診査	妊婦の健康管理のため、むし歯の早期発見と歯周病予防を推進します。（平成27年10月から実施）
10	幼児歯科健康診査	1歳6か月児歯科健診、2歳児歯科健診、3歳6か月児歯科健診
11	乳幼児健康診査	4か月児健診、8～10か月児健診、1歳6か月児内科健診、3歳6か月児健診

	事業名	事業概要
1 2	育児相談	保健師、栄養士、歯科衛生士による育児相談
1 3	ハローベビークラス (母親父親教室)	初妊婦とその夫に対する出産・育児・仲間づくりのための教室
1 4	赤ちゃん教室	おおむね5～6か月児の離乳食初期教室
1 5	もぐもぐ教室	おおむね7～8か月児の離乳食中期教室
1 6	ぱくぱく幼児食教室	対象は3～4歳児と親。望ましい食習慣を身に付けるための動機付けをする。また、調理を体験し、食への興味を広げる。
1 7	ヘルスセミナー	医師、歯科医師、歯科衛生士等によるセミナー
1 8	楽うま！ちゃちゃっ とおかずづくり	栄養士による生活習慣予防のための調理実習
1 9	禁煙個別健康相談	喫煙に対する生活習慣改善のための長期個別指導
2 0	食生活改善推進員養成講座	食生活改善のための取組を推進するため、地域の核となり活動する人材を育成します。
2 1	食生活改善推進事業	食生活改善のための事業を委託、会員の育成
2 2	健康ざま普及員活動	市民が自ら健康を守り育てる市民活動として、地域に根ざした健康づくりを推進します。
2 3	健康相談	40歳以上を対象に健康に関する相談（身体計測、尿検査、血圧測定、健康・栄養相談）
2 4	歯科啓発事業	歯科衛生士による歯周病予防に関する正しい知識の普及
2 5	骨健康度測定会	骨健康度測定を実施し、その結果に基づいた保健師と栄養士による健康、栄養の指導
2 6	ストップ！メダボ ～今日から始まる運動習慣～	健康運動指導士による家庭でも続けられるストレッチ、コアトレーニングなどの講話と実技の講座
2 7	後期高齢者健康診査等、肝炎ウイルス検診	後期高齢者健診は、後期高齢者医療制度加入者を対象に実施します。生活保護受給者の方の健診も申請があった場合当課で実施します。 肝炎ウイルス検診は、40歳以上で過去に受診したことのない方を対象に実施します。
2 8	がん検診	胃がん、大腸がん、肺がん、前立腺がん、子宮がん、乳がん、口腔がん、胃がんリスク検診
2 9	成人歯科健診	40歳以上の方が対象の歯周疾患健診

○スポーツ課 ☎046(252)8177

	事業名	事業概要
1	健康ウォーキング	ウォーキングをすることにより「豊かな自然」と「人」との触れ合いを通して、市民の健康増進及び体力づくりを図ります。
2	市駅伝競走大会	市内周回コースの駅伝大会、市内外から参加できる健康増進及び体力づくりを図ります。
3	市民健康マラソン大会	市民の健康増進・体力づくりを図るとともに、市民のスポーツへの意識の高揚を図ります。
4	体力年齢ウォッチング	「体力測定」、「健康体操」を行い、健康運動指導士が結果に基づいた運動相談を行います。
5	健康水中ウォーキング	足腰への負荷が少ない水中でのウォーキングをすることで、健康への維持及び増進を図ります。
6	チャレンジデー	1日15分以上継続して運動した人数（人口の何%）を同規模市との対戦で競います。地域コミュニティの活性化、健康意識と郷土愛の高揚を図ります。

○国保年金課 ☎046(252)7672

	事業名	事業概要
1	特定健康診査	当該年度4月1日現在国民健康保険加入者のうち、40歳から74歳までを対象として、生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドロームに着目した健診を行います。
2	特定保健指導	特定健康診査の結果に基づいて階層化を行い、生活習慣病のリスクが高い者に対し、保健師等がサポート等を行います。
3	国保健康診査	当該年度4月1日現在国民健康保険加入者のうち、35歳から39歳までを対象として、生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドロームに着目した健診を行います。
4	人間ドック費用助成事業	特定健康診査の実施項目を含む人間ドック等を受検した者に対して、費用の一部助成を行います。
5	座間市保健指導	特定健康診査の結果に基づいて階層化を行い、生活習慣病のリスクが高い方のうち服薬している方に対し、保健師等がサポート等を行います。
6	CKD保健指導 (腎臓を守るための保健指導)	特定健康診査の結果に基づいて、尿たんぱく及びeGFR値から抽出した者に対し、保健師等がサポート等を行います。

○介護保険課 ☎046 (252) 7084

	事業名	事業概要
1	介護予防普及啓発事業	いつまでもいきいきと元気に暮していくための「介護予防」の話をする職員を派遣しています。
2	介護予防ボランティア講座	地域で介護予防の知識を広め、介護予防ボランティア活動に関わる方々のための講座を行います。
3	配食サービス	おおむね65歳以上の一人暮らしの方、おおむね65歳以上の方のみで構成される世帯の方、身体に障害がある方などのうち、虚弱で食事の支度をするのが困難な方について、食生活の維持向上、健康保持、安否確認のために、食生活等の実態を把握、月曜日から金曜日までの夕食のうち必要となる回数分を届けます。
4	介護予防教室	運動や人との交流を通して、身体機能と認知機能の低下予防及び機能向上を図ります。

○福祉長寿課 ☎046 (252) 7127

	事業名	事業概要
1	四十雀倶楽部事業	65歳以上の在宅高齢者で、聴き取りにより今後要介護状態になるおそれがあると認定された方を対象に、介護予防、健康維持、仲間づくりを目的として、市内各所でゲームやレクリエーションを通じた体力づくり、実用的な小物づくり等を実施します。

○障がい福祉課 ☎046 (252) 7978

	事業名	事業概要
1	障がい者スポーツ教室	年に数回、体育館で身体・知的・精神障害者を対象として運動不足の解消を目的に卓球、バドミントン、風船バレー等を実施
2	乳幼児発達支援事業	発達の遅れに疑いのある乳幼児に対する個別相談、グループ活動、幼稚園・保育園巡回訪問
3	2市合同の運動会	海老名市と合同で年1回身体・知的・精神障害者の運動会実施
4	運動発達相談	理学療法士による運動発達の相談
5	リハビリ専門職個別相談事業	リハビリ専門職員による相談
6	自殺対策事業	自殺予防の相談、広報、人材育成等

○学校教育課 ☎046 (252) 8749

	事業名	事業概要
1	就学時健康診断事業	来年度の就学予定者の内科、耳鼻科、歯科等の健康診断を行います。
2	定期健康診断事業	各学校において、児童生徒の結核予防検診及び内科、耳鼻科、眼科、歯科の定期健康診断を行います。
3	児童生徒定期健康診断事業	各学校において、児童生徒の尿検査、心臓病検査、結核予防検診を行います。

○教育指導課（教育研究所） ☎046 (252) 8460

	事業名	事業概要
1	教育相談	子供の教育について電話相談・面談相談を行います。 専用電話（046-259-2164）

○生涯学習課 ☎046 (252) 8472

	事業名	事業概要
1	郷土の食文化講座	座間の郷土料理などを実習紹介します。
2	ごま生涯学習宅配便	市で行っている事業等について職員が出向き講義や実習を行います。

○座間市公民館 ☎046 (255) 3131

	事業名	事業概要
1	親子で郷土料理教室	地場産の大豆を使い、伝統的な造り方で味噌づくりを体験します。
2	暮らしと健康講座	「食工場から見えてくる健康」をテーマに工場見学を行い、毎日欠かすことのできない食事の食材がどのような工程ででき上っていくのか、安全管理は確実のものかを学習します。

○北地区文化センター ☎042 (747) 3361

	事業名	事業概要
1	地域健康講座	北地区文化センター、相模が丘コミュニティセンター、興生会相模台病院の三者が協力し、相模が丘地域健康講座を開催しています。1回はドラッグストアクリエイティブSDと協力。

○東地区文化センター ☎046 (253) 0781

	事業名	事業概要
1	地域福祉講座	特に高齢者が「自分たちで健康管理をする」健康診断方法を学習します。
2	お赤飯作り教室	蒸し器で作るお赤飯の調理法を学びます。
3	保育付きお菓子づくり教室	子育て中でも自宅で簡単に作れるお菓子作りを学びます。

○青少年課 ☎046 (253) 8411

	事業名	事業概要
1	青少年フェスティバル	主に各中学生を対象にした、各種イベントの開催
2	青少年相談	青少年（小学生から29歳未満まで）の身上問題や非行問題等についての相談