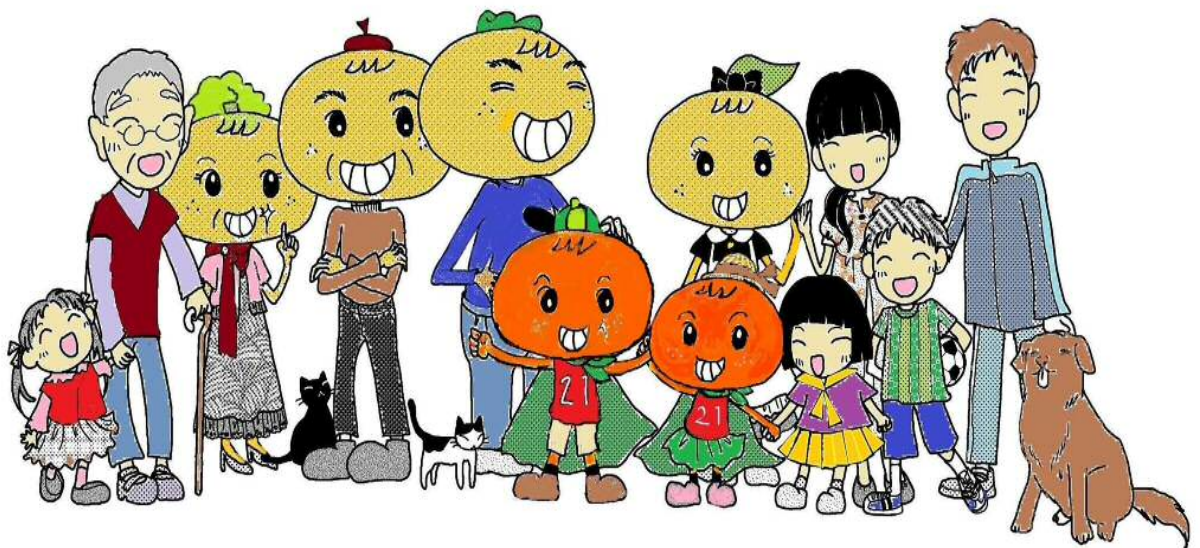


みんなではつらつまちづくり

美浜町第2次健康づくり計画

元気ばんざい！みはま21計画



「けんこっちゃんま」

元気ばんざいみはま21計画推進キャラクター

平成27年3月

美 浜 町

～健康に輝くまちづくり～  
健康長寿をめざして



ごあいさつ

生涯を通じて健やかで幸せに暮らし続けることは、誰もが望む共通の願いです。また、人生の目標に向かって自分らしくいきいきと毎日を送ることは誰もが目指したい姿でもあります。

わが国の平均寿命は、食生活の改善や医療の進歩により飛躍的に伸び、今や世界有数の長寿国となりました。その一方、少子高齢化や人口減少が急激に進行するほか、健康面では「生活習慣病」が増加し、それに伴う「寝たきり」や「認知症」などが増加する傾向がみられています。「誰もが安心して安全に暮らせるまち」の実現に向け、生涯にわたる健康づくりを推進するためには町民一人ひとりが実践できる健康づくりを総合的に推進していく必要があります。

本町では、平成17年に「健康日本21」の地方計画である健康増進計画「元気ばんざい！みはま21（第1次）」を策定し、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸を図り、生活の質の向上を目指して、運動、栄養、こころの分野を中心に事業を展開してきました。

しかし、変化する社会情勢と健康課題に対応し、さらなる健康づくりの基本方針として国が「健康日本21（第2次）」を掲げたことを受け、本町においても計画の見直し、評価を行い、「元気ばんざい！みはま21（第2次）」を策定いたしました。

本計画では、「生涯現役！めざそう100歳、健康長寿みはま」をスローガンとして、健康寿命の延伸やライフステージに応じた健康づくりの実現を目指し、個人が生活する地域に焦点を当て、健康を守る環境整備や元気ある取り組みなど、地域の関係機関や団体組織、町が協働して一体的に推進していく方向性を示しています。

今後におきましても本町の持つ豊かな自然環境や人間環境を活かし、第5次総合計画にも掲げた「ひと・まち・自然、健康に輝くまち」を目指して、町民の皆様が積極的に健康づくりに取り組めるよう推進してまいりますのでご理解とご協力をお願いいたします。

最後に、本計画の策定にあたり、「美浜町第2次健康づくり計画策定委員会」の委員の皆様を始め、「健康づくり応援団」の皆様や貴重なご意見やご提言をいただいた皆様に心から厚くお礼申し上げます。

平成27年（2015年）3月

美浜町長

山下 浩夫



## 目次



### 第1章 第2次計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨	1
2. これまでの健康づくり計画	1
3. 計画策定の体制と手法	2
4. 関連計画との整合性	3
5. 計画の期間	4

### 第2章 町の現状と健康課題

1. 人口動態	5
2. 健康寿命と平均寿命	7
3. 死亡統計	8
4. 介護	11
5. 医療	12
6. 各種健診	13

### 第3章 第1次計画評価と町民の生活習慣の現状

1. 「元気ばんさい21計画」最終評価	
(1) 第1次計画「元気ばんさいみはま21計画」の最終評価（分野別目標の達成度）	16
(2) 判定区分・基準・指標数	16
2. 各分野の取り組みと評価	21
(1) 町民アンケート	21
(2) 栄養分野	22
(3) 運動分野	28
(4) こころの分野	33
(5) たばこの分野	37
(6) 歯の分野	40
(7) 広報分野(計画周知)	43

### 第4章 第2次計画の目指す姿

1. 推進項目体系図	44
目指す姿	44

計画推進の柱	44
2. 分野別目標および施策の展開	
1) 健康管理	45
2) 食生活・食習慣	48
3) 運動習慣	50
4) ころ・生きがい	52
5) 環境整備	54
3. ライフスタイルにおける健康づくりへの取り組み目標	56

## 第5章 地区別（小学校区域）特性

地区別の健康づくり推進への取り組み

美浜町全体の健康課題トピックス	57
布土地区	59
河和地区	60
北方地区	61
南部地区	62
上野間地区	63
奥田地区	64
野間地区	65

## 第6章 事業紹介

1. 健康づくり事業一覧	66
2. 健康づくり応援団活動（元気ばんざいみはま 21 計画推進）	69

資料

- \* アンケート素集計
- \* 用語解説
- \* 地区別アンケート集計