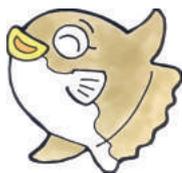


境港市健康づくり推進計画



平成31年2月
鳥取県境港市



はじめに

生活環境の改善や医学の進歩などにより、我が国の平均寿命は、世界でも高い水準で推移している一方で、高齢者人口の増加とともに生活習慣病を発症する人や介護を必要とされる人も増えており、単に平均寿命の延伸を図るだけでなく、心身の健康を保持し、健康寿命を延ばすことが重要となってきました。

本市では、「自分たちの住むまちは、自分たちで考え、自分たちで創り上げていく」という住民自治の原点に立ち返り、市民の皆様と行政とが一緒になってまちづくりに取り組む「協働のまちづくり」を進めているところであり、健康づくりに関しても「自分の健康は自らが守る」という意識をもって、市民一人ひとりが主体的に取り組むことが大切であるとともに、それを行政も含めた関係機関や地域・団体等が協力し、地域全体で支えあう環境の整備を進めることも必要であります。

これまで「境港市まちづくり総合プラン（第9次総合計画）」の基本理念である「心豊かに、安心して暮らせるまちづくり」に基づいて、市民の健康づくりに関する施策を実施してまいりましたが、この度、市民の健康づくりに関する取り組みをより一層推進していくために、「心身ともに元気でいきいきと暮らし 健康寿命をのばそう」を基本目標に掲げ、健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画を一体的に包括した「境港市健康づくり推進計画」を策定いたしました。

本計画において、健康づくり全般における目標や、具体的な取り組みなどを定め、関係機関や地域・団体等とも連携を図りながら、心身ともに健康で安心して暮らせるまちづくりを推進してまいりたいと考えております。

最後に、本計画の策定にあたり、様々な視点からご審議いただきました境港市健康づくり推進計画策定委員会委員の皆様をはじめ、アンケート調査や市民ワークショップなどで貴重なご意見等をいただきました多くの市民の皆様、関係各位に心からお礼申し上げますとともに、今後もより一層のご理解、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

平成31年2月

境港市長 中村勝治

境港市健康づくり推進計画

境港市役所福祉保健部健康推進課

〒684-8790 鳥取県境港市上道町3000番地

電 話 0859-47-1043

ファクシミリ 0859-47-1112

電 子 メール kenko@sakaiminato.lg.jp

目 次

第 1 章	計画策定の基本的事項	
1	計画策定の趣旨	4
2	計画の位置づけ	4
3	計画の期間	6
4	施策の体系	7
第 2 章	境港市の現状と課題	
1	境港市の現状と課題の要約一覧	9
2	境港市の概況	10
	（1）人口動態	10
	（2）平均寿命・健康寿命	12
	（3）死亡と疾病	13
	（4）国民健康保険（国保）医療費等の状況	14
	（5）自立支援医療（精神通院）の状況	15
	（6）介護保険の認定状況（要介護認定者数の推移）	16
3	分野別の健康実態	17
	（1）食生活・栄養	17
	（2）運動・身体活動	21
	（3）こころ・休養	24
	（4）飲酒・喫煙	33
	（5）歯・口腔	36
	（6）生きがい・社会参加	38
	（7）疾病の発症・重症化予防	39
第 3 章	分野別の目標と対策	
1	食生活・栄養（食育推進計画）	50
2	運動・身体活動	53
3	こころ・休養（自死対策計画）	55
4	飲酒・喫煙	59
5	歯・口腔	61
6	生きがい・社会参加	63
7	疾病の発症・重症化予防	65
第 4 章	計画の推進体制	
1	推進体制	68
2	市民・関係機関などの役割	68
	（1）自助	68
	（2）互助・共助	68

	(3) 公助	69
3	行政と関係機関の連携	69
4	進捗管理と評価	69
	(1) 計画の進捗管理	69
	(2) 評価指標一覧	70
	(3) 評価の考え方とスケジュール	76

第5章 資料

1	計画策定の経過	78
2	境港市健康づくり推進計画策定委員会設置要綱	79
3	境港市健康づくり推進計画策定委員会委員名簿	80
4	用語解説（50音順）	81
5	境港市の健康づくりの主要な事業一覧	84