

境港市健康づくり推進計画 (第2期)

令和7年(2025年)3月
鳥取県境港市

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	境港市健康づくり推進計画とは	4
4	計画の期間	6
5	施策の体系	7

第 2 章 健康づくり推進計画（第 1 期）の評価

1	健康づくり推進計画（第 1 期）の統括的評価	9
2	健康づくり推進計画（第 1 期）の目標達成状況	21

第 3 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	40
2	境港市の概況	43
	（1）人口動態	43
	（2）平均寿命・健康寿命	44
	（3）死亡と疾病	46
	（4）国民健康保険（国保）医療費の状況	48
	（5）介護保険の認定状況	48
3	分野別の健康実態	50
	（1）食生活・栄養	50
	（2）運動・身体活動	55
	（3）こころ・休養	60
	（4）飲酒・喫煙	71
	（5）歯・口腔	77
	（6）生きがい・社会参加	83
	（7）疾病の発症・重症化予防	85

第 4 章 分野別の目標と対策

1	食生活・栄養（食育推進計画）	97
2	運動・身体活動	101
3	こころ・休養（自死対策計画）	104
4	飲酒・喫煙	110

5	歯・口腔・・・・・・・・・・・・・・・・	113
6	生きがい・社会参加・・・・・・・・	117
7	疾病の発症・重症化予防・・・・・・・・	120

第5章 計画の推進体制

1	推進体制・・・・・・・・	129
2	市民・関係機関などの役割・・・・・・・・	129
3	行政と関係機関の連携・・・・・・・・	130
4	進捗管理と評価・・・・・・・・	130
	（1）計画の進捗管理・・・・・・・・	130
	（2）評価指標一覧・・・・・・・・	131
	（3）評価の考え方とスケジュール・・・・・・・・	141

第6章 資料

1	計画策定の経過・・・・・・・・	143
2	境港市健康づくり推進計画策定委員会設置要綱・・・・・・・・	144
3	境港市健康づくり推進計画策定委員会委員名簿・・・・・・・・	146
4	用語解説（50音順）・・・・・・・・	147
5	境港市の健康づくりの主要な事業一覧・・・・・・・・	150

第 1 章 計画策定の基本的事項

1 計画策定の趣旨

我が国は、医療技術の進歩や生活水準の向上、生活環境の改善などを背景に平均寿命が延伸し、世界有数の長寿国となっています。

しかしながら、高齢化の進展やライフスタイルの多様化などに伴い、生活習慣病や認知症、寝たきりの要介護者の増加、フレイルへの対策などが社会的な課題となっています。

国においては、「健康日本21（第三次）」において、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を基本的な方向性とし、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性をもつ取り組みの推進を通じ、健康増進の総合的な推進を図っています。

鳥取県においては、「鳥取県健康づくり文化創造プラン（第四次）」において、県民一人ひとりがライフステージにあわせて自らの健康づくりを進められるよう、地域や職域など社会全体で健康づくりを強力に推進する環境を整備するとともに生活習慣病の発症予防を進め、また、早期発見・早期治療による重症化予防を図ることを重点事項として取り組んでいます。

本市では、健康寿命の延伸のために、市民の健康づくり全般における将来ビジョン、健康目標達成のための数値設定や具体的な行動内容等を定めた「境港市健康づくり推進計画」を平成31年2月に策定し、6年が経過しました。本件に関連する諸計画が改訂されたことをふまえ、第2期健康づくり推進計画を策定いたしました。

本計画の推進にあたっては、市民の声を反映し、各ライフステージに応じた取り組みを関係機関・団体等と協力・連携を図りながら進めていきます。

2 計画の位置づけ

国の「健康日本21（第三次）」や鳥取県の「鳥取県健康づくり文化創造プラン（第四次）」等の内容を踏まえながら、市政運営の指針となる「境港市まちづくり総合プラン（第10次総合計画）」と「境港市地域福祉計画（第4期）」を上位計画として、「境港市データヘルス計画（第3期）・特定健診等実施計画（第4期）」「境港市高齢者福祉計画・介護保険事業計画（第9期）」、「境港市子ども・子育て支援事業計画（第三期）」、「境港市障がい児者プラン」など、関連するその他の計画との整合性を図りながら、市民の健康づくりを総合的に推進するための計画となります。

3 境港市健康づくり推進計画とは

本計画は、健康増進法に基づく「健康増進計画」と食育基本法に基づく「食育推進計画」及び自殺対策基本法に基づく「自殺対策計画」を一体的に策定したものです。

(イメージ図)

境港市まちづくり総合プラン

〈基本理念〉

心豊かに、共に生き、支えあうまち

〈基本目標1〉

誰もが安心して元気に暮らす支え愛のまちづくり

境港市地域福祉計画

境港市
子ども・
子育て
支援事業
計画

境港市
健康づくり
推進計画

健康増進

自死対策

食育推進

境港市
データヘル
ス計画・特
定健康診査
等
実施計画

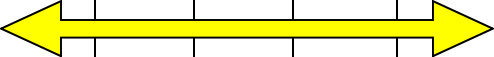
境港市
高齢者福祉
計画・境港
市介護
保険事業
計画

境港市
障がい児者
プラン

※なお、鳥取県が、法律名など一部の用語を除き、原則として「自殺」という言葉に代えて「自死」という言葉を用いることになったことに合わせ、境港市でも、平成25年度から「自殺」を「自死」と表記しています。

4 計画の期間

計画期間は、令和7年度から令和12年度までの6年間を基本とし、社会状況などの変化や関連計画との整合性を確認しながら必要に応じて見直しを行うこととします。

	2025 (R7)	2026 (R8)	2027 (R9)	2028 (R10)	2029 (R11)	2030 (R12)	2031 (R13)
境港市健康づくり推進計画							県の計画 期間を勘 案
境港市まちづくり総合プラン (第10次境港市総合計画)	2022~ 						
境港市地域福祉計画 (第4期)	2023~ 						~2032
鳥取県健康づくり文化創造 プラン(第四次)	2024~ 						~2035

5 施策の体系

基本目標を「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」とし、7分野において取り組みの方向性を定め、ライフステージに応じた健康づくりを推進します。ライフステージの考え方は、生活習慣に影響する4つのステージ（妊娠期・乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期）に設定します。また、市民一人ひとりが自己の選択に基づいて、主体的に健康づくりに取り組むとともに、地域全体でこれを支援する環境を整備し、個人と地域の健康づくりを推進します。

