

第1章 計画の概要

1 計画策定の趣旨と背景

今や世界有数の長寿国となった我が国では、生活習慣病やその重症化などにより要介護状態となる人が増加し、健康寿命¹を延ばすことが喫緊の課題となっています。また、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、人と人とのつながりの希薄化やコミュニティの弱体化などがもたらされ、健康格差²は更なる拡大を見せています。

国においては、平成 24 (2012) 年 7 月に「健康日本 21 (第二次)」を策定し、それまでの一次予防を重視した個人レベルの生活習慣改善の取り組みに加え、社会参加機会の増加や社会環境の改善のための取り組みが求められることとなりました。これを受け、本市では、「健康寿命の延伸」を目標とし、平成 28 (2016) 年 3 月、「健康こさい 21 (湖西市健康増進計画)」(平成 28 (2016) 年度～令和 5 (2023) 年度) を策定し、健康づくりの推進に取り組んでまいりました。

一方、国民のライフスタイルや価値観、ニーズの多様化などを背景に、栄養の偏り、不規則な食生活による生活習慣病の増加など、様々な問題が生じており、「食」を取り巻く状況が大きく変化しています。国では、平成 17 (2005) 年 7 月に食育を国民運動として推進していくことを目的とした「食育基本法」を施行し、これに基づき「食育推進基本計画」(平成 18 (2006) 年度～平成 22 (2010) 年度) を策定し、総合的かつ計画的な食育に関する取り組みをスタートさせました。そして、その取り組みは3度の見直しを経て「第4次食育推進基本計画」(令和 3 (2021) 年度～令和 7 (2025) 年度) に引き継がれています。本市においても、平成 23 年 3 月に「湖西市食育推進計画」(平成 23 (2011) 年度～平成 27 (2015) 年度)、平成 28 年 3 月に「第2次湖西市食育推進計画」(平成 28 (2016) 年度～令和 2 (2020) 年度)、令和 3 年 3 月に「第3次湖西市食育推進計画」(令和 3 (2021) 年度～令和 5 (2023) 年度) を策定し、様々な関係機関・団体等と共に食育を推進してきました。

市民の健康づくりと食育は、相互に連携しながら一体的に推進することが必要であり、両計画についても一体的な見直しが効率的かつ有効であると考えられます。

そこで、本市においては、「健康増進計画」「食育推進計画」の両計画を一体的に策定することとしました。

1 健康寿命：健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。(厚生労働省)

2 健康格差：地域や社会経済状況の違いによる集団における健康状態の差。(厚生労働省)

SDGsと健康づくりについて



持続可能な開発目標（SDGs）とは、平成27年9月の国連サミットにおいて、全会一致で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された、平成28年から令和12年までの国際目標です。

そこに含まれるSDGsの17ゴール（目標）・169ターゲット（達成基準）の達成に向けて、世界でも、そして国内でも、誰一人取り残さないための様々な取り組みが進められています。

本計画においても、SDGsのゴールのうち、「1 貧困をなくそう」・「2 飢餓をゼロに」・「3 すべての人に健康と福祉を」・「4 質の高い教育をみんなに」・「8 働きがいも経済成長も」・「10 人や国の不平等をなくそう」・「11 住み続けられるまちづくりを」・「12 つくる責任つかう責任」・「15 陸の豊かさを守ろう」・「17 パートナリシップで目標を達成しよう」の10の目標を念頭に、市民・地域・行政がともに協力し、全ての市民の健康づくりを進め、持続可能で誰一人取り残さないまちの実現を目指します。

世界を変えるための 17の目標

- | | | | |
|--|---|--|--|
|  1 貧困をなくそう | 目標1[貧困]
あらゆる場所あらゆる形態の貧困を終わらせる |  2 飢餓をゼロに | 目標2[飢餓]
飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養の改善を実現し、持続可能な農業を促進する |
|  3 すべての人に健康と福祉を | 目標3[保健]
あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する |  4 質の高い教育をみんなに | 目標4[教育]
すべての人に包摂的かつ公正な質の高い教育を確保し、生涯学習の機会を促進する |
|  5 ジェンダー平等を実現しよう | 目標5[ジェンダー]
ジェンダー平等を達成し、すべての女性及び女児のエンパワメントを行う |  6 安全な水とトイレを世界中に | 目標6[水・衛生]
すべての人々の水と衛生の利用可能性と持続可能な管理を確保する |
|  7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに | 目標7[エネルギー]
すべての人々の、安価かつ信頼できる持続可能な近代的なエネルギーへのアクセスを確保する |  8 働きがいも経済成長も | 目標8[経済成長と雇用]
包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用を促進する |
|  9 産業と技術革新の基盤をつくろう | 目標9[インフラ、産業化、イノベーション]
強靱なインフラ構築、包摂的かつ持続可能な産業化の促進及びイノベーションの推進を図る |  10 人や国の不平等をなくそう | 目標10[不平等]
国内及び各国家間の不平等を是正する |
|  11 住み続けられるまちづくりを | 目標11[持続可能な都市]
包摂的で安全かつ強靱で持続可能な都市及び人間居住を実現する |  12 つくる責任つかう責任 | 目標12[持続可能な消費と生産]
持続可能な消費生産形態を確保する |
|  13 気候変動に具体的な対策を | 目標13[気候変動]
気候変動及びその影響を軽減するための緊急対策を講じる |  14 海の豊かさを増そう | 目標14[海洋資源]
持続可能な開発のために、海洋・海洋資源を保全し、持続可能な形で利用する |
|  15 陸の豊かさも守ろう | 目標15[陸上資源]
陸域生態系の保護、回復、持続可能な利用の推進、持続可能な森林の経営、砂漠化への対処ならびに土地の劣化の阻止・回復及び生物多様性の損失を阻止する |  16 平和と公正をすべての人に | 目標16[平和]
持続可能な開発のための平和で包摂的な社会を促進し、すべての人々に司法へのアクセスを提供し、あらゆるレベルにおいて効果的で説明責任のある包摂的な制度を構築する |
|  17 パートナリシップで目標を達成しよう | 目標17[実施手段]
持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する | | |

2 計画の位置づけ

(1) 健康増進計画

健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」として、本市の健康づくりの推進等に関する基本的な事項を定めるものです。本計画の策定にあたり、国の「健康日本21」及び静岡県「ふじのくに健康増進計画」との整合性を図ります。

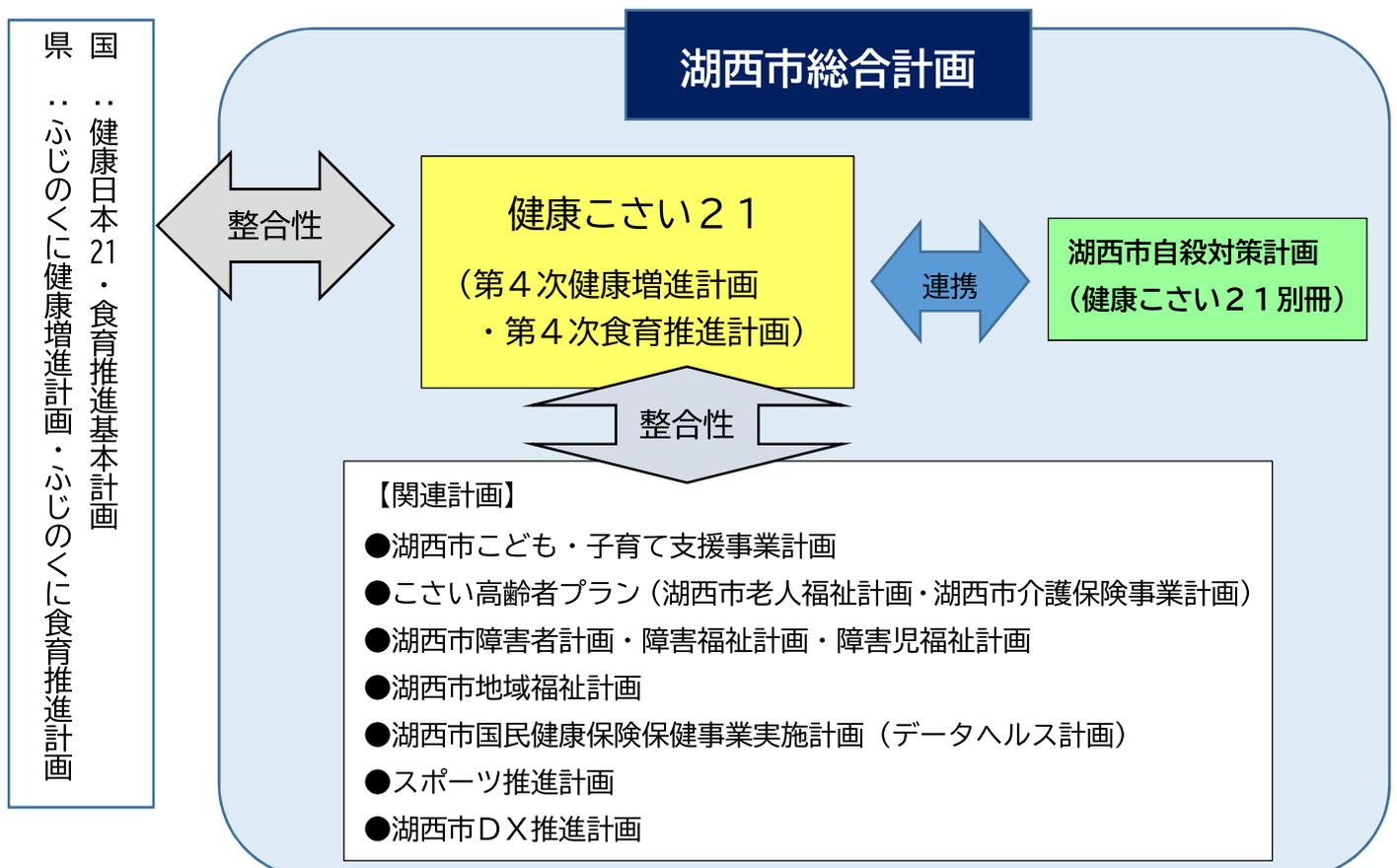
(2) 食育推進計画

食育基本法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」として、本市の食育の推進に関する基本的な事項を定めるものです。本計画の策定にあたり、国の「食育推進基本計画」及び静岡県「ふじのくに食育推進計画」との整合性を図ります。

(3) 他の計画との関係

- 「湖西市総合計画」を最上位計画とする分野別計画です。
- 湖西市自殺対策計画はこころの健康づくりなど一部施策分野に重なりがあるため、健康こさい21の別冊として連携を図ります。
- 「湖西市子ども・子育て支援事業計画」や「こさい高齢者プラン」、「湖西市地域福祉計画」等との整合性を図るとともに、医療保険者として策定する「湖西市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」に基づく保健事業との整合性を図ります。

【関連計画との関係】（図表1-1）



3 計画の期間

本計画の期間は令和6(2024)年度から令和13(2031)年度までの8年間とし、令和9(2027)年度に見直しを行い、令和13(2031)年度に評価を行います。

【計画期間】(図表1-2)



4 計画の基本理念

湖西市総合計画では、『ひと・自然・業（わざ）』がつながり 未来へ続く わがまちKOSAI」をキャッチフレーズに、働くまちから働いて暮らすまちを目指し、「職住近接」を推進しています。本計画においても、本市の2040年の理想の姿である「KOSAI 2040」を目指し、基本理念を以下のとおり定めます。

誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる

生涯を通じた健康づくりのためには、市民一人ひとりが「自分の健康は自分で作り自分で守る」という意識を持つことが重要です。そして、幼少期から日頃の食生活への配慮や運動、ストレスの解消などの健康づくりや食育に取り組み、定期的に健康診査を受診するなど、自分の心身の状態を把握する中で疾病を予防していかなければなりません。また、疾病や障害があっても、より良い健康的な生活を送ることが大切です。

一人では健康づくりを始めたり、継続することが難しくても、周りの支援があれば、きっかけづくりや楽しく取り組む助けとなります。

そして、このような考え方は、食を通じた健全な心身と豊かな人間性の育成を目指す食育の推進についてもそのまま当てはまります。

市民と関係団体、行政等が協働し、健康づくりや食育推進等を一体的に推進することにより、『誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる』湖西市の実現を目指します。



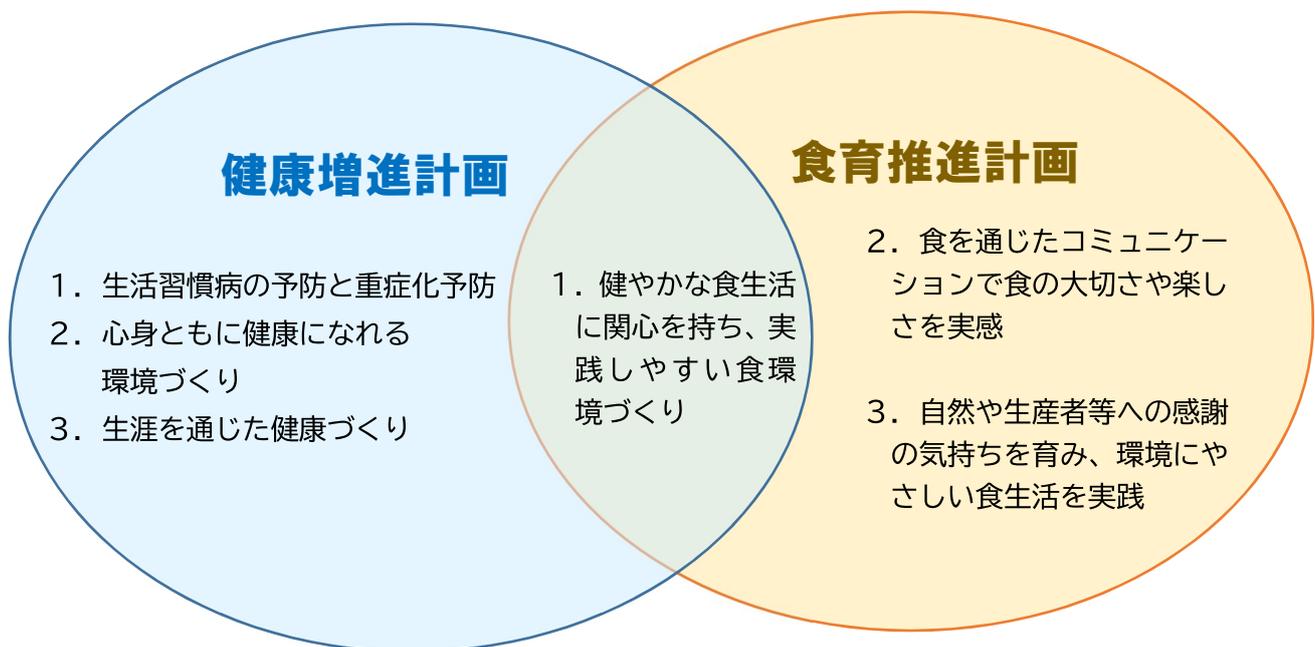
5 計画の全体イメージ

計画全体イメージは、おおよそ下図のようになります。

- 第1章 計画の概要
- 第2章 本市の現状・前計画の評価
- 第3章 健康増進計画
- 第4章 食育推進計画

基本理念	個別計画名	計画が目指すもの (基本目標)	基本方針
誰もが健やかで 心豊かに暮らすことができる	健康増進計画	健康寿命の延伸 健康格差の縮小	1.生活習慣病の予防と重症化予防
			2.心身ともに健康になれる環境づくり
			3.生涯を通じた健康づくり
	食育推進計画	健やかで持続可能な 食の推進	1.健やかな食生活に関心を持ち、実践しやすい食環境づくり
			2.食を通じたコミュニケーションで食の大切さや楽しさを実感
			3.自然や生産者等への感謝の気持ちを育み、環境にやさしい食生活を実践

■計画の全体イメージ図（施策の重なり）



6 各計画の目標と基本方針

(1) 健康増進計画

健康で自立した生活を送ることができる『健康寿命の延伸』は、全ての年代において共通した願いであり、生涯を通じて健康でいきいきと過ごすためには、今後も更なる健康寿命の延伸を目指していく必要があります。

また、湖西市民全体の健康状況の改善を図るためには、あらゆる世代の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築し、『健康格差の縮小』を推進していくことが重要です。

湖西市民一人ひとりのQOL（生活の質）の向上につながる健康政策を積極的に推進し、健康こさい21全体の基本理念に掲げる『誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる』湖西市の実現を目指します。

【基本目標】

健康寿命の延伸・健康格差の縮小



【基本方針と取り組み】

●基本方針1 生活習慣病の予防と重症化予防

生活習慣の改善を促し、生活習慣病の発症予防と重症化予防を推進します。

〈取り組み分野〉

- | | | | |
|---------|----------|--------|-------------------|
| ①栄養・食生活 | ②身体活動・運動 | ③休養・睡眠 | ④飲酒 |
| ⑤喫煙 | ⑥歯・口腔の健康 | ⑦がん | ⑧生活習慣病の早期発見と重症化予防 |

●基本方針2 心身ともに健康になれる環境づくり

自然に健康になれる環境づくり・社会とのつながり、こころの健康の維持及び向上、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備を推進します。

〈取り組み分野〉

- | |
|--------------------------|
| ①自然に健康になれる環境づくり |
| ②社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上 |
| ③誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備 |

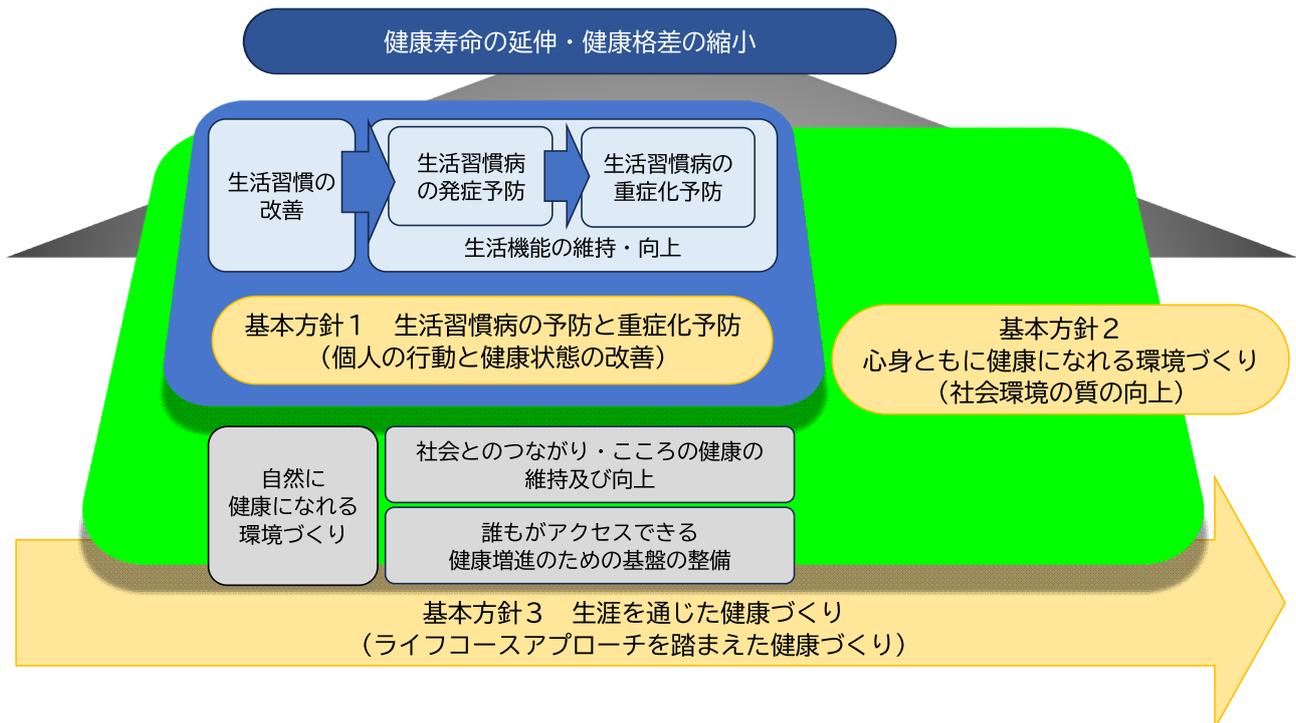
●基本方針3 生涯を通じた健康づくり

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを推進します。

〈取り組み分野〉

- | | | |
|------|------|-----|
| ①こども | ②高齢者 | ③女性 |
|------|------|-----|

【計画概念図】（図表1-3）



(2) 食育推進計画

食は、命の源であり、生きていく上で欠くことのできないものです。その上で、正しく食を選択し、食べていくことは一生涯の健康には欠かせないものであり、おいしく楽しく食べることは心豊かな暮らしの実現に大きく寄与します。

本市では、これまで基本理念を「心も体も健やかな生活を送ること」と定め、食育を推進してきました。

第4次計画においては、健康こさい21全体の基本理念である、『誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる』湖西市の実現を目指し、食育推進計画の新たな基本目標を『健やかで持続可能な食の推進』と定め、健康増進計画の「栄養・食生活」の分野と連動しながら、個人・家庭、地域・団体、幼稚園・保育園・こども園・学校、行政が一体となって取り組みを推進していきます。

【基本目標】

健やかで持続可能な食の推進

【基本方針】

- 基本方針1 健やかな食生活に関心を持ち、実践しやすい食環境づくり
- 基本方針2 食を通じたコミュニケーションで食の大切さや楽しさを実感
- 基本方針3 自然や生産者等への感謝の気持ちを育み、環境にやさしい食生活を実践



【取り組み分野】

(1) 健康寿命の延伸につながる生活習慣や食習慣の定着の推進

- 妊産婦に対する食育の推進
- 乳幼児期に対する食育の推進
- 幼稚園・保育園・こども園における食育の推進
- 学校(学童期・思春期)における食育の推進
- 若い世代(青年期)に対する食育の推進
- 壮年期～高齢期に対する食育の推進

(2) 食を通じた文化の継承や地域づくり

- 家庭での共食³を通じたコミュニケーションの機会の確保
- 幼稚園・保育園・こども園での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- 学校での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- 地域・職場等での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- 食(育)体験の充実
- 食文化の継承活動の推進

(3) 地産地消の推進

- 湖西市の地場産物の活用促進
- 湖西市の地場産物の魅力発信

(4) 食の安心・安全の確保の推進

- 食品表示に関する普及啓発
- 食中毒予防に関する普及啓発
- 非常時の食についての普及啓発

(5) 環境に配慮した食育の推進

- 資源の循環を意識した食行動の推進
- 食品ロス削減の推進
- 生ごみの循環利用の推進

3 共食(きょうしょく): 誰かと一緒に食事を摂ることをいいます。

7 計画の策定体制

(1) 健康についてのアンケート調査の実施

本計画の策定に先立ち、市民の健康意識や日常生活状況、健康づくりに関する意見等を把握し、市の健康に対する取り組みへの基礎資料として活用するために、「湖西市健康についてのアンケート調査」（以下「アンケート調査」という。）を実施しました。

●アンケート調査の実施概要

・調査設計

調査対象	20歳以上74歳以下の市民
対象者数	2,750人（20歳代から60歳代は各500人、70歳代は250人）
抽出方法	無作為抽出
調査時期	令和4年10月5日（水）～11月2日（水）
調査方法	郵送による送付・回収およびインターネットによるWEB回答

・回収結果

配布数	2,750件		
回収数	1,346件	有効回収率	48.9%
うち郵送	921件	うち郵送	33.5%
うちWEB	425件	うちWEB	15.4%

なお、本計画に掲載しているアンケート調査結果のグラフについて、項目ごとの回答者数を「n」で表記しています。例：全体の回答者数・・・n=1,346

また、男女別、年代別などの「n」の合計は、該当設問の無回答者がいるため、全体の回答者数（1,346件）と一致しません。

(2) 健康づくり推進協議会等での協議

本計画の策定にあたっては、市民や保健医療等の関係団体の代表、市民団体の代表などで構成する「湖西市健康づくり推進協議会」及び「湖西市食育推進連絡会」で、計画案等の協議を行いました。

(3) パブリックコメントの実施

令和6年1月に、計画案を公表し、市民からの意見募集を行いました。