

第3章 基本的な方向性

1》基本理念

本計画の基本理念は、「春日部市健康づくり推進条例」及び「自殺対策基本法」に基づき、以下のとおりとします。

- (1) 健康づくりは、市民一人ひとりの心身の状態等に合わせ、生涯にわたり心身ともに健やかで充実して暮らすことができるよう継続的に行うこと。
- (2) 健康づくりは、市民一人ひとりの健康寿命※の延伸及び生活の質の向上に不可欠であることを認識すること。
- (3) 健康づくりは、市及び市民等がそれぞれの責務等を認識し、相互に協力すること。
- (4) 誰も自殺に追い込まれることのない市の実現を目指すこと。

2》基本目標

市民が生涯にわたり、心身ともに健やかで充実して暮らすことができる社会の実現のため、健康づくり計画、食育推進計画、自殺対策計画の基本理念をふまえ、健康で自立した生活を送ることができる期間（健康寿命）の延伸を目指します。

「健康寿命の延伸」

成果指標

65歳健康寿命

現状値（R4）

男	17.88
女	20.55



目標値（R12）

男	18.24
女	20.86

第2次春日部市総合振興計画
（後期基本計画）の令和9年目標
値から伸び率を設定

3》基本方針

◇健康づくり計画

- ・生活習慣病予防の推進
- ・社会環境の質の向上
- ・ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

※ライフコースアプローチについては「4 ライフコースアプローチ」を参照

◇食育推進計画

- ・生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ・持続可能な食を支える食育の推進

◇自殺対策計画

- ・生きることの包括的な支援の推進
- ・相談支援に関わる機関とのネットワークづくり
- ・安心して暮らせる地域づくりの推進

4》ライフコースアプローチ

ライフコースアプローチは妊娠（胎児）期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのことを指します。

現在の健康状態は、これまでの生活習慣の影響を受ける可能性があり、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるため、本計画は、ライフコースアプローチを踏まえた計画とします。

本計画では、ライフステージの区分を以下のように定めます。

妊娠（胎児）期	乳幼児期	学童・思春期	青年期	壮年期	高齢期
—	0～6 歳	7～18 歳	19～39 歳	40～64 歳	65 歳以上

5》計画の体系

本計画では、基本理念に基づき、「健康づくり計画」は7つの分野、「食育推進計画」は4つの分野、「自殺対策計画」は4つの分野を掲げ、それぞれ分野別の目標を設定して推進していきます。

健康づくり計画

- ① 妊婦及びこどもの健康
- ② 栄養・食生活
- ③ 生活習慣病の発症・重症化予防
- ④ 休養・こころの健康
- ⑤ がん対策
- ⑥ 高齢者の健康
- ⑦ 歯と口の健康

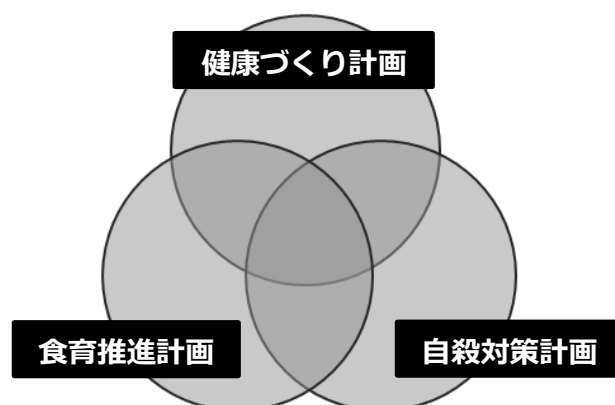
食育推進計画

- ① 食に関する正しい知識の普及
- ② 「共食※」の推進
- ③ 食への感謝と食文化の継承
- ④ 食の安全・安心と情報発信

自殺対策計画

- ① 地域におけるネットワークの構築
- ② 必要な支援につなげる人材の育成と相談支援体制の整備・充実
- ③ こころの健康及びSOSの出し方に関する啓発
- ④ リスクの軽減と「生きること」の促進

《計画の概念》



指標の設定は、前計画の最終評価値（2023 年度（令和5年度））を現状値とし、数値目標は、国の「健康日本 21（第三次）」や県の「埼玉県地域保健医療計画」において設定されている数値等を参考として設定しています。

目標

理念

方針

方向性

健康寿命の延伸

◆健康づくりは、市民一人ひとりの心身の状態等に合わせ、生涯にわたり心身ともに健やかで充実して暮らすことができるよう継続的に取り組むこと。
 ◆健康づくりは、市民一人ひとりの健康寿命の延伸及び生活の質の向上に不可欠であることを認識すること。
 ◆健康づくりは、市及び市民等がそれぞれの責務等を認識し、相互に協力すること。
 ◆誰も自殺に追い込まれることのない市の実現を目指すこと。

健康づくり計画

・生活習慣病予防の推進
 ・社会環境の質の向上
 ・ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

すべてのこどもが健やかに育つ
環境整備の推進

ライフステージに応じた
総合的な健康づくりの推進

がん予防と共生の推進

高齢者に特化した健康づくりの推進

口腔の健康づくりの推進

食育推進計画

・生涯を通じた心身の健康を支える
食育の推進
・持続可能な食を支える食育の推進

豊かなこころとからだを育む
総合的な食育の推進

地域と連携した食育の推進

自殺対策計画

・生きることの包括的な
支援の推進
・相談支援に関わる機関との
ネットワークづくり
・安心して暮らせる
地域づくりの推進

地域と人材を活かした
包括的支援の推進

教育・啓発の推進

施策体系

1 妊婦及びこどもの健康

1. 妊娠期からの子育て期にわたる切れ目ない支援
2. 妊婦とその家族への支援
3. 健やかな心の発達と思春期の健康教育の推進

2 栄養・食生活

1. 正しい食習慣の確立と実践に向けての支援
2. 食品や栄養に関する正しい知識の普及

3 生活習慣病の発症・重症化予防

1. 健康の自己管理に向けた普及・啓発の充実と支援の強化
2. 各種健康診査の充実、受診率の向上等
3. 運動の機会の提供
4. 受動喫煙防止・飲酒対策

4 休養・こころの健康

1. 「こころの健康」に関する知識の普及

5 がん対策

1. 各種がん検診の充実、受診率の向上等
2. 健康の自己管理に向けた普及・啓発の充実と支援の強化

6 高齢者の健康

1. 高齢者の健康づくり支援
2. 高齢者の生きがいづくり支援

7 歯と口の健康

1. 歯と口の健康に関する知識の普及
2. 歯科健（検）診受診の促進
3. ライフステージに応じた歯と口の健康づくり

1 食に関する正しい知識の普及

1. 生活習慣病予防に向けた食育の推進
2. 多様な暮らし及びライフステージに応じた食育の推進
3. 食育推進にかかわる人材育成

2 「共食」の推進

1. 保育所・学校における「共食」の推進
2. 「共食」についての啓発等の推進

3 食への感謝と食文化の継承

1. 様々な場所や機会、自発的に食育に取り組むための支援
2. 食の循環への理解と地産地消の推進
3. 食文化の掘り起しと継承

4 食の安全・安心と情報発信

1. 食の安全に関する理解の促進
2. 環境保全型農業の推進

1 地域におけるネットワークの構築

1. 一人ひとりの気づきと見守りを促す
2. 各主体における相互連携の構築

2 必要な支援につなげる人材の育成と相談支援体制の整備・充実

1. 自殺対策に係る人材の確保、育成及び資質向上
2. 相談支援体制の整備・充実

3 こころの健康及びSOSの出し方に関する啓発

1. こころの健康づくり及び精神保健福祉の充実
2. SOSの出し方に関する教育及び窓口の情報提供

4 リスクの軽減と「生きること」の促進

1. 社会全体の自殺リスクの低下
2. 「生きること」の促進支援

6 計画の推進

《計画推進の体制》

本計画を推進し、本市の健康づくりに向けた理念を実現していくためには、行政が中心となり、市民、関係団体、事業者がそれぞれの役割を認識し、相互の協力によって推進していく必要があります。

■各主体の役割

市民	家庭・市民	家庭は人々が暮らしていく上で最も基本的な単位であり、一人ひとりの健康を生涯にわたって育む場です。家庭は、食事、運動、睡眠、休養など正しい生活習慣を身につける上で最も重要な場であり、健康的な生活習慣を親から子へ伝えていくことは、生涯を通じた健康づくりを実践する第一歩として大切な役割を担っています。
	地域	地域では、様々な活動を通じて健康づくりや食育が実践されており、住み慣れた地域の中での支え合い、助け合い、声かけ、見守りなどを通じて心身の健康が育まれているという側面もあります。様々な組織・グループや自治会が連携し、市民一人ひとりの健康づくり・食育や自殺を未然に防ぐための支援を担っています。
関係団体		食生活改善推進員※、母子保健推進員※、民生委員・児童委員※等の関係団体は市民の身近で健康づくりを応援する立場です。関係団体同士や行政と連携し、市民一人ひとりの健康づくり・食育や自殺を未然に防ぐための支援をする役割も担っています。
事業者	教育機関	保育所（園）、幼稚園、小・中学校、義務教育学校、高等学校等は、乳幼児期から思春期のこどもたちが、家庭に次いで多くの時間を過ごしている場であり、生涯にわたって自己の健康を管理し改善していくための資質や能力が養われる場です。健康教育・指導の充実に努め、家庭と連携して生涯にわたる健康づくりや食育の意識形成、思春期特有のこころの健康づくりにつなげていきます。 大学では、その専門性を活かし、行政と連携しながら健康づくりへの支援等を行っていきます。
	医療機関	従来からの病気の治療に加え、健康を増進し病気を予防するために、専門的な立場から市民の健康づくり等を支える役割を担っています。健診結果を活かして患者の状態に合わせた生活習慣改善の指導を充実させるなど、生活習慣病の発症・重症化予防に取り組んでいきます。
	事業所	働く人にとって職場は、家庭に次いで一日の大半を過ごし、健康に大きな影響を及ぼす場です。健康経営の実践に努め、そのメリットを理解し、職場全体で従業員の心身の健康を実現し、活力ある職場づくりを推進していきます。

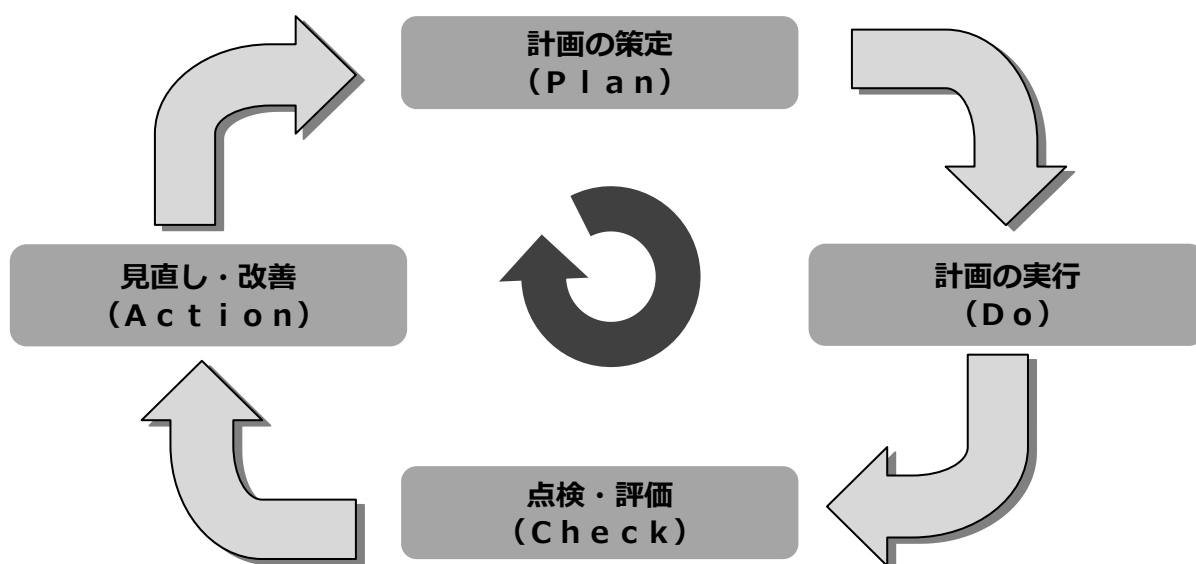
■市の責務

市	市は、健康づくりの推進に関する施策を策定し、実施するとともに、健康づくりの推進のために必要な事項を把握し、施策に反映します。 また、市民の健康づくりの推進に関する施策を実施するため、市民、関係団体及び事業者と相互に協力するとともに、様々な媒体を活用して、情報の提供及びその他必要な支援を行います。
---	--

《計画の進行管理》

進行管理は、PDCAサイクルにより、計画（Plan）を立て、それを実行（Do）し、実行の結果を評価（Check）して、さらに計画の見直し（Action）を行うという一連の流れを活用し、課題や取組の改善点を明らかにし、今後の施策の充実に活かします。

■PDCAサイクルに基づく計画の推進



◇1年ごとの進行管理

毎年、関係各課において本計画に定める施策・事業の進捗管理を行い、その結果を春日部市健康づくり推進審議会に諮り、その評価と必要な見直しに向けた改善策を検討しながら進行管理を行っていきます。

◇最終評価

計画に掲げている指標について、アンケート調査等により検証を行います。それまでの取組の結果、成果があがったのか、まだ成果が見られない場合は取組が適切であったのか等、調査結果の分析を実施し、「最終評価」として、次期計画に反映させ、新たな目標や指標を設定していきます。

〔SDGs と春日部市〕

春日部市では、「春日部市 SDGs 未来都市計画」を策定しており、SDGs（持続可能な開発目標）の考え方を取り入れた取り組みを進めています。SDGs は、2030 年までに達成すべき 17 の国際的な目標で、健康や福祉、環境保護など、持続可能な社会を実現するための課題を含んでいます。

「第2次春日部市総合振興計画（後期基本計画）」では、特にSDGsの目標3「すべての人に健康と福祉を」や目標11「住み続けられるまちづくりを」を中心に、市民の健康づくりやまちづくりに力を入れています。たとえば、市民が健康を保つためのサポートや医療サービスの充実、地域のつながりを強化する活動を進めています。

これからも春日部市は、SDGs を踏まえ、全ての世代が健康で安心して暮らせる「健康未来都市」の実現に向けた取り組みを続けていきます。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



〔食育ピクトグラム〕

春日部市では、市民の健康を支えるために、食育の促進に力を入れています。食育とは、正しい食生活を学び、健康な体と心を育むための教育です。特に、全世代が健康な食習慣を身につけることが重要と考え、市では「食育ピクトグラム」を活用した取り組みを推進しています。

食育ピクトグラムは、食に関する情報をイラストでわかりやすく伝えるツールです。春日部市では、このピクトグラムを使って、バランスの良い食事や適切な栄養摂取を市民にわかりやすく伝え、健康的な食生活を促しています。市内の学校や地域イベントでも、こどもから高齢者まで、楽しく食育を学べる場を提供しています。

今後も春日部市は、食育ピクトグラムを活用し、全世代が健康でいられるための取り組みを進めていきます。



1 みんなで楽しく
食べよう

共食

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。



2 朝ごはんを
食べよう

朝食欠食の改善

朝食を食べて生活リズムを整え、健康的な生活習慣につなげましょう。



3 バランスよく
食べよう

栄養バランスの良い食事

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活につなげましょう。また、減塩や野菜・果物摂取にも努めましょう。



4 太りすぎない
やせすぎない

生活習慣病の予防

適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防しましょう。



5 よくかんで
食べよう

歯や口腔の健康

口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。



6 手を洗おう

食の安全

食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養いましょう。



7 災害に
そなえよう

災害への備え

いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。



8 食べ残しを
なくそう

環境への配慮(調和)

SDGsの目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。



9 産地を
応援しよう

地産地消等の推進

地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することで、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につなげましょう。



10 食・農の
体験をしよう

農林漁業体験

農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。



11 和食文化を
伝えよう

日本の食文化の継承

地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図りましょう。



12 食育を
推進しよう

食育の推進

生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を推進しましょう。