

# なめりかわヘルスアップ21推進計画 (第3次)

滑川市

# はじめに



わが国は、防疫対策の推進、医療技術の進歩、生活衛生環境の整備等により、世界最高水準の長寿社会を迎えています。高齢者人口が増える中で、社会の活力を維持し、「全世代型社会保障」を実現するため、高齢者も社会で役割を持って活躍できるよう、健康づくりを強化し、健康寿命の延伸を図ることが求められています。

また、働き盛り世代においては、生活様式や価値観の多様化、健康無関心層の増加により生活習慣病罹患者が増加しており、地域ぐるみや職場ぐるみで予防健康づくりを進めることが重要です。

本市においても、メタボリックシンドロームや認知症など、様々な健康課題があることから、これらの対策に取り組んでいく必要があります。

この「なめりかわヘルスアップ21推進計画（第3次）」は、子どもから高齢者まで共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、それぞれのライフステージに応じて、安心して生活し、元気で幸せを実感できる健康社会を実現するための推進計画として策定したものです。

今後は、この計画の基本理念である「市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」を目指し、計画の推進に積極的に取り組んでまいりますので、皆様のより一層のご理解とご支援を賜りますようお願いいたします。最後に、この計画の策定にあたり多大なご尽力を賜りました滑川市健康づくり推進協議会委員の皆様をはじめ、貴重なご意見、ご提言をお寄せいただきました多くの市民の皆様にご心よりお礼を申し上げます。

令和6年3月

滑川市長 水野達夫

## 第1編 総論

### 第1章 計画の策定について

1	計画策定の趣旨	2
2	計画の位置付け	2
3	計画期間	3

### 第2章 滑川市民の健康に関する現状

1	人口構造	4
2	死亡の状況	5
3	健康寿命と平均寿命	7
4	疾病の状況	7
5	高齢者と要介護の状況	8
6	医療費の状況	8

### 第3章 なめりかわヘルスアップ21（第2次）の評価と課題

1	生活習慣改善の推進	10
2	メタボリックシンドローム対策	12
3	生活習慣病発症予防の推進と重症化予防対策	14
4	次世代と高齢者の健康づくりの推進	16
5	健康を支える環境づくりの推進	17

### 第4章 計画の方向性

1	計画の理念	18
2	計画の目標	18
3	計画の目標体系図	20

## 第2編 健康づくりの推進

### 第1章 生活習慣改善の推進

1	栄養・食生活	22
2	身体活動・運動	24
3	喫煙・飲酒	26
4	心の健康	28
5	歯の健康	30

### 第2章 メタボリックシンドローム対策

### 第3章 生活習慣病発症予防の推進と重症化予防対策

1	がん	34
2	糖尿病	36
3	循環器疾患	38
4	慢性閉塞性肺疾患（COPD）	40

<b>第4章</b>	<b>社会環境の質の向上</b>	
1	社会とのつながり	41
2	自然に健康になれる環境づくり	42
3	健康増進のための基盤づくり	43
<b>第5章</b>	<b>ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり</b>	
1	こどもの健康	44
2	高齢者の健康	46
3	女性の健康	47
<b>第3編</b>	<b>健康づくりの推進体制の整備</b>	
<b>第1章</b>	<b>推進体制の整備</b>	
1	推進体制	49
2	計画の進捗管理	49
3	実施主体の役割	49