

健康づくり推進計画（行動計画編）の予定

平成 19 年度の「健康町健康づくり推進計画」（基本計画編）に基づき、平成 20 年度は住民主体の健康づくりを効果的に推進するための周知期間・普及期間と位置づけ、次のような考え方にに基づき、行動計画編を策定するものとします。

（１）健康づくり推進計画 行動計画編策定の考え方とポイント

■ 町民主体の計画づくり

健康づくりの実践者は町民一人ひとりであることを踏まえ、多くの町民の声等を計画に反映させるとともに、町民と協働での健康づくりを推進。

■ 「ハイリスク・アプローチ」と「ポピュレーション・アプローチ」による効果的な取り組み

これからの本格的な少子高齢化の時代に向け、住み慣れた地域の中でいきいきとした生活を送ることができるよう、住民サイドからみた「ポピュレーション・アプローチ」の効果的な推進。

■ 住民が取り組みやすい行動の提起

栄養・食生活、身体活動・運動、歯と口腔、生活習慣病の予防、がん対策の重点分野を中心に各領域における具体的な目標数値を達成のために、あらゆる住民が取り組みやすい行動。

■ 組織の連携強化と活性化

健康づくりは、町民一人ひとりの自助努力とともに、家庭や地域、学校、職場等を含めた社会全体でその取組を支援するため、地域、保健・医療関係、企業等の幅広い分野における関係団体等との連携のあり方、支援体制の整備や既存の組織活動の活性化の検討。

■ 健康づくり、食文化創造を通じた地域づくり（文化づくり）

身近な地域（仲間）や組織（学校・自治会・民生委員・健康づくり推進員等）などのかかわりを重視し、「地域づくり」（コミュニティづくり）の視点からの支援のあり方の総合的検討。

(2) 行動計画の考え方

行動計画とは、各分野に健康目標を定め、その達成に向けて町民が主体的に取り組むこと（行動指針）、保育所、学校や地域活動団体、事業所など地域のみんなが取り組むことを記載するとともに、町民及び地域を支援する行政施策（事業）をライフステージごとに整理するものとします。例として次のようなイメージを描きます。

目 標	<ul style="list-style-type: none"> ●バランスのとれた食事を3食とるよう、食生活の改善に取り組みます。 ●自分の適正体重を知る人を増やします。
-----	--

(ア) 目標達成度を測る目安

指 標			町	
			H19	H23
1 朝食を「ほとんど食べない」人の割合の減少	19歳以上	男性	10.9%	5.0%以下
		女性	7.0%	3.3%以下
	12～18歳	男性	10.0%	5.0%以下
		女性	5.9%	3.3%以下
2 脂肪のとり過ぎに注意している人の割合の増加	19～44歳	男性	34.8%	42.8%
3 塩分のとり過ぎに注意している人の割合の増加	19～44歳	男性	38.2%	46.2%
4 糖分のとり過ぎに注意している人の割合の増加	19～44歳	男性	32.6%	40.6%
5 適正体重を知っている人の割合の増加	19歳以上	男性	66.4%	90.0%
		女性	71.7%	90.0%

(イ) 住民の行動

例

主体	行動内容
町民は	<ul style="list-style-type: none"> ■健康に関心を持つために、町主催の「町民健康講座」等に積極的に参加して、意識を高める ■バランスの良い食事（自分の一日分の適量など）について学ぶ ■親と子ども、ともに手作りの料理にこだわる ■食品の安全性についても関心を持つ
地域は	<p>【健康づくり推進委員】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■「食事バランスガイド」の講座を企画・運営する ■一日に摂る野菜の全体量について、一目でわかる資料を作成し、「健康の日」などに展示する <p>【食生活改善推進団体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■正しい生活リズムを身につけるため、親子の調理講習会、子どもだけの調理講習会を行う
	<p>【その他の関係団体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■生活習慣病予防のための講習会や調理実習会の開催、食生活や消費に関する相談、食生活や食育に関する情報提供を実施するなど、関係機関・団体が連携・協力し、家庭に対する効果的な働きかけに努める（生産者団体・栄養士会・消費者団体・婦人団体等）〈食育〉

行動計画

(ウ) 行政の役割

対象	施策	事業内容
幼年期	■ マタニティセミナーの開催	妊娠中の食事、母乳の利点等を推進するとともに、健診結果や「妊産婦のための食生活指針」などに基づき、栄養指導の充実を図る<食育>
	■ 乳幼児健康診査時の栄養指導の充実等	乳幼児健康診査時に実施している栄養指導の充実を図るとともに、朝食を食べることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成し、生活リズムを向上させるため、乳幼児健康診査や健康教育などを通じて、食に対する保護者の関心と理解を促進する<食育>
子ども期	■ 小学校の食に関する教育における学校給食の活用等	小学校の食に関する教育において、生きた教材として学校給食を活用した食育を推進するとともに、献立内容の充実や食物アレルギー等への対応、地場産物の活用を推進する<食育>
	■ ごはん食普及推進事業料理講習会の開催	子どものときから食への関心を持つよう、親子での積極的な参加を促進する
青・壮年期	■ 健康診査にあわせた栄養指導の充実	生活習慣病予防に向けて、健診結果に基づく一人ひとりの健康状態に応じた栄養指導の充実を図る<食育>
	■ 栄養士、保健師の地域と職域との連携	情報交換の場を設定する
高年期	■ ひとり暮らし高齢者等給食サービス事業の実施	一人暮らし世帯等への給食サービスについて、町民のニーズに応じて実施する
	■ 口腔機能の向上事業の実施	要支援・要介護状態になるおそれのある高齢者等を対象に、口腔機能の向上のための教育や口腔清掃の指導、摂食・嚥下機能に関する機能訓練の指導等を実施する
すべてのライフステージ	■ 町民健康講座の開催	健康に関するさまざまなテーマで実施している町民健康講座について、町民ニーズに応じて講座内容の充実を図る
	■ 町民健康相談の実施	食生活改善指導の充実を図る
	■ 食に関する総合的な情報提供の実施	栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践を促進するため、健康づくり推進委員活動や食生活改善推進団体の活動を通じて、米や野菜、果実、牛乳、きのこ類、魚介類等に関する情報提供等を実施するとともに、「食事バランスガイド」などについて、町内の小売店や外食店、職場の食堂等における活用を促進する<食育>



(3) 策定手順

平成 19 年度策定の「健康づくり推進計画」の行動計画編として、以下の内容を行います。

① タウンミーティングの開催

地域に入って、前年度策定した福島町健康づくり推進計画について周知を図りながら、課題を探るとともに、町民が主体的に取り組むこと（行動指針）のタタキ台を提示し、わかりやすさや共感度を探ります。

② 福島町健康づくり地域町民懇談会（仮称）の開催

保育所、学校や企業など多様な地域の構成員による「福島町健康づくり地域町民懇談会」（仮称）を組織し、町民の行動指針を支援する地域の役割を作成するとともに、行動計画の提言書を作成します。

③ 健康づくり推進計画行動計画編にかかる庁内関連事業調査

町民の行動指針並びに地域の役割を受け、行政としてどのような事業が行えるか、庁内関係各課に事業調査を行います（ライフステージごと）。

④ 健康づくり推進計画行動計画編の作成

町民の行動指針、地域の役割、行政の役割を整理し、「福島町健康づくり推進計画行動計画編（案）」としてとりまとめ、庁内外の策定組織に諮り、提言書として作成します。

<タウンミーティング開催概要（案）>

対象年齢	なし	開催場所	2地区程度
参加者数	希望者	所要時間（想定）	約2時間／1回
司会進行	町事務局	記録者	
議題	テーマ1：食生活など重点分野の現状と目標について テーマ2：地域で行われている健康づくり活動のPR方策について		

<福島町健康づくり地域町民懇談会（仮称）開催概要（案）>

対象	健康づくり推進計画策定会議メンバー及び専門部会メンバーの協働	開催場所	役場会議室
参加者数	1グループ5～10名×4グループ	所要時間（想定）	約2時間／2回
	第1回：①テーマの選定（グループで決定） 「栄養・食生活」「身体活動・運動」「生活習慣病の予防、がん対策」「歯と口腔・休養・こころの健康づくり、たばこ、アルコール」の4つのテーマを選定 ②グループごとに各テーマにおける町民の行動指針を検討し、これを支援する地域の団体の役割（案）についても作成する ※地域の役割については、後日、当該団体に照会し、補修正等により最終の了承を得るものとする。 第2回：行動計画の作成・検討 ①テーマ毎の町民の行動指針及び地域の役割の検討 ②その他		