

第3次四国中央市健康づくり計画「健康でいこや！四国中央」（概要版）

1. 計画の位置づけ

市民の健康増進を総合的に推進することを目的とした健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項に基づく市町村健康増進計画で、国の「健康日本21」及び県の「えひめ健康づくり21」を勘案して策定する。

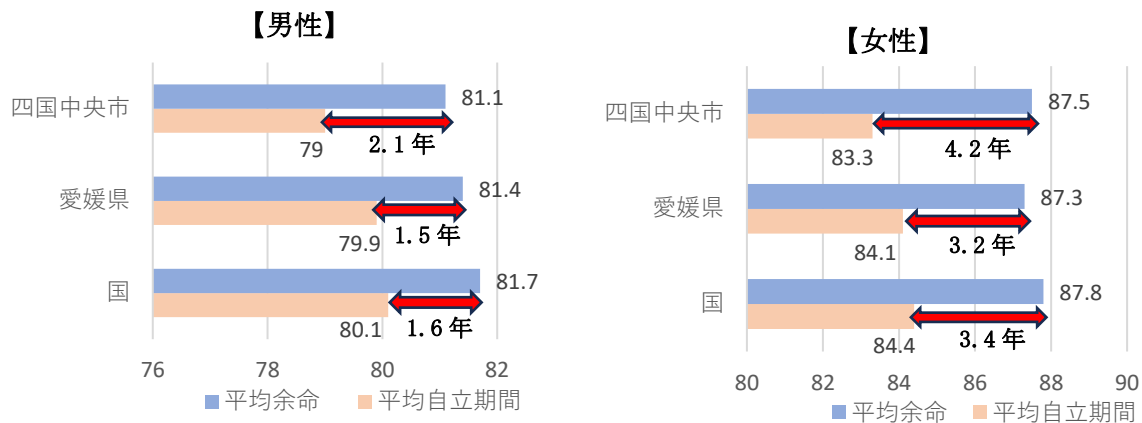
2. 計画期間

令和7年度～令和18年度（12年間）

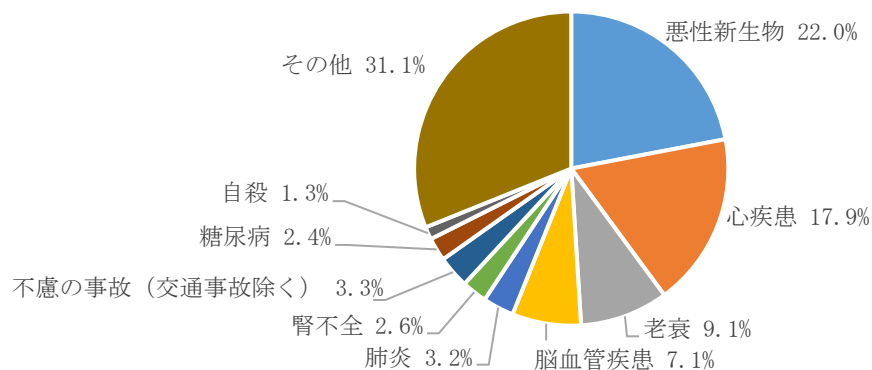
中間年である令和12年度に中間評価を、令和18年度に最終評価を行う。

3. 四国中央市の健康を取り巻く状況と課題

(1) 平均余命と平均自立期間 <令和4年度>



(2) 主な死因の構成割合 <令和3年度>



(3) 特定健康診査受診者(国保・協会けんぽ)における有所見者の状況 <令和3年度>

健診項目		肥満	メタボ	高血圧	脂質異常症	糖尿病
男性	四国中央市	55.3%	29.3%	51.2%	57.7%	13.9%
	愛媛県	53.9%	27.7%	49.3%	58.7%	14.0%
女性	四国中央市	27.5%	10.0%	39.2%	55.0%	6.9%
	愛媛県	26.1%	8.6%	35.9%	54.0%	6.6%

4. 計画の体系

基本理念	次世代につなごう～誰もがすこやかに自分らしく暮らせるまち～
基本目標	健康寿命の延伸

基本方針	基本施策	テーマ	主要な取組
Ⅰ 個人の行動と健康状態の改善	1. 生活習慣の改善	1. 食生活	(1)栄養バランスのとれた食事に関する情報提供 (2)ライフステージに応じた食生活支援 (3)食文化の継承と地産地消の推進
		2. 身体活動・運動	(1)身体活動・運動に関する正しい知識の普及啓発 (2)運動習慣の定着のための支援 (3)身体活動や運動を取り巻く環境整備
		3. 歯の健康	(1)歯や口腔の健康づくりに関する教育や啓発 (2)歯科健診の実施、充実
		4. たばこ	(1)喫煙や受動喫煙の害に関する普及啓発 (2)妊婦・授乳中の女性の喫煙についての情報提供 (3)20歳未満の喫煙防止の取組
		5. こころの健康	(1)こころの健康や休養に関する知識の普及啓発 (2)関係機関との連携による相談支援の強化 (3)自殺対策の推進
		6. 飲酒	(1)適正飲酒の普及啓発 (2)妊婦・授乳中の女性の飲酒についての情報提供 (3)20歳未満の飲酒防止の取組
	2. 生活習慣病の発症予防と重症化予防	生活習慣病・がん	(1)生活習慣病の早期発見、早期対応、重症化予防 (2)がんの早期発見、早期対応 (3)健康管理意識の向上
	3. 生活機能の維持・向上	ロコモティブシンドローム	(1)ロコモティブシンドロームの予防対策 (2)骨粗しょう症の予防、早期対応
Ⅱ 社会環境の質の向上	1. 社会とのつながりづくり	社会活動への参加	(1)社会参加の促進 (2)健康づくりを支える人材の育成
	2. 健康へと導く基盤づくり	自然に健康になれる環境づくり	(1)企業、民間団体等と連携した環境づくり (2)ICTを活用した健康づくりの推進
Ⅲ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり(次世代・働く世代・高齢世代・女性の健康)			