

しんしろ健康づくり21計画(第3次) 概要版

第1章 計画の策定にあたって

- 本計画は健康増進法に基づく市町村健康増進計画として策定。第3次計画では、新たに「新城市自殺対策計画」を計画内に位置づけ、健康づくりと自殺予防の取り組みを総合的に推進する。また、第2次計画では、関連施策である「健やか親子21」を計画内に位置づけ一体的に策定していたが、近年の子ども・子育てに関する法・制度等の動向を踏まえ、「健やか親子21」については、今後、市の子どもに関する計画に関連づけて推進することとする。
- 国及び県の計画の方向性を踏まえ、本市の総合計画をはじめ、他の関連する計画との調和を図りつつ策定する。また、SDGsの理念を踏まえ、持続可能なまちづくりの視点をもって、計画の推進に取り組む。
- 計画期間は、令和7(2025)年度から令和18(2036)年度までの12年間。

第2章 新城市の状況

- 人口は令和6年4月1日現在で42,784人と減少傾向が続いている。
- 出生数、出生率ともに減少し、一方で高齢者数、高齢化率は増加が続く。
- 死亡原因は、県と比較して悪性新生物の死亡割合は少なく、脳血管疾患の死亡割合が高い。
- 平均寿命は伸び、平均寿命と平均自立期間(要介護2以上)の数値の差は短くなり健康寿命も伸びている。
- 国民健康保険被保険者1人当たりの医療費用額は、脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病、高血圧性疾患で県平均を大きく上回っている。

第3章 第2次計画の評価

- 最終評価(令和5年度)の分野別の指標では5割以上の指標で現状値が策定時より改善。一方で「変化なし、または「悪化している」と評価した指標も約4割あった。



21計画マスコットキャラクター
かぶちゃん

第4章 計画の基本的な考え方

基本目標 健康長寿しんしろの実現（健康寿命の延伸と健康格差の縮小）
誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現

キャッチフレーズ 「からだも心も元気！みんなが笑顔の健やかしんしろ」

4つの柱での働きかけ

- (1) 生活習慣病の発症予防及び重症化予防
- (2) 生活習慣の改善
- (3) 地域社会で支える健康づくり
- (4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

分野（10分野）

- (1) 生活習慣病の発症予防及び重症化予防
- ①がん ②循環器疾患・糖尿病
- (2) 生活習慣の改善
- ③栄養・食生活 ④身体活動・運動
- ⑤休養・こころの健康 ⑥たばこ・COPD
- ⑦飲酒 ⑧歯・口腔の健康
- (3) 地域社会で支える健康づくり
- ⑨社会とのつながり ⑩自然に健康になれる環境づくり

- (4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり
- ①子ども ②女性 ③働く世代 ④高齢者

【分野の構成】

基本的な考え方
これまでの経過と課題
目標・指標
個人の取り組み
行政の取り組み

【構成】

基本的な考え方 指標
市の取り組みの方向性

自殺対策計画

重点施策

- ①勤務・経営対策
- ②高齢者対策
- ③生活困窮者対策
- ④子ども・若者対策

基本施策

- ①地域におけるネットワークの強化
- ②自殺対策を支える人材の育成
- ③住民への啓発と周知
- ④生きることの促進要因への支援
- ⑤児童生徒のSOSの出し方に関する教育

第5章 分野別目標と取り組み

1 生活習慣病の発症予防及び重症化予防

分野1 がん

【目標】 ①がんで亡くなる人の減少 ②がん検診の受診率向上 ③がん検診の精密検査受診率向上

【個人の取り組み】

- がんについて正しい知識を身につけます
 がん検診を定期的を受診します

【行政の取り組み】

- がん予防の推進
 がんの早期発見の推進
 がん患者の支援の充実

分野2 循環器疾患・糖尿病

【目標】①循環器疾患で亡くなる人の減少 ②高血圧の人の減少 ③脂質異常症の人の減少
④糖尿病の合併症の減少 ⑤メタボリックシンドロームの該当者の減少
⑥特定健康診査・特定保健指導等の実施率の向上

【個人の取り組み】

- 毎日の生活習慣をより良く工夫して生活習慣病予防に努めます
- 健診を受けて健康状態・生活習慣をチェックします
- 治療は医師の指示に従い、合併症の発症を予防します

【行政の取り組み】

- 生活習慣病及び循環器疾患・糖尿病に関する知識の普及啓発
- 健診の受診勧奨及び特定保健指導の利用勧奨を強化
- 若い世代からの循環器疾患・糖尿病の発症予防及び重症化予防

2 生活習慣の改善

分野3 栄養・食生活

【目標】①適正体重を維持している人の増加 ②朝食を毎日食べている人の増加
③野菜を毎食食べている人の増加 ④バランス良く食事を摂る人の増加
⑤健康増進法における骨粗しょう症検診の受診率の向上

【個人の取り組み】

- 適正体重を維持します
- 主食・主菜・副菜がそろった食事をします
- 朝食を食べて生活リズムを整えます
- 減塩を心がけます

【行政の取り組み】

- 望ましい食習慣に向けた取り組みの推進
- 適正体重に関する啓発
- 高齢者の低栄養対策の推進

分野4 身体活動・運動

【目標】①肥満者の減少 ②運動習慣のある者の増加 ③高齢者の転倒の減少

【個人の取り組み】

- 運動習慣の必要性を認識し、自身の生活を振り返ります
- 自分らしく行える運動や活動を見つけ、継続します

【行政の取り組み】

- 運動習慣の必要性を啓発
- 運動習慣向上に向けた取り組みの推進

分野5 休養・心の健康

【目標】①休養が十分にとれている人の増加 ②ストレスへの対処ができていない人の増加
③悩みを抱えたときに相談できる人がいる人の増加
④こころに関する授業に取り組む小中学校の増加
⑤メディアコントロールができていない子どもの増加

【個人の取り組み】

- ストレスへの対処方法を身につけます
- 子どものメディアの使い方について家族と約束を決めて守ります
- 睡眠や休養を十分にとります
- 周りの人や相談機関を活用し悩みや不安に対処します
- 悩んでいる人がいたら声をかけます

【行政の取り組み】

- こころの健康に関する正しい知識の普及啓発
- 相談機関の周知と支援者の人材育成

分野6 たばこ・COPD

【目標】 ①喫煙率の減少 ②望まない受動喫煙の機会の減少

【個人の取り組み】

- 喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす影響を正しく理解します
- 家族や地域で、禁煙・受動喫煙の防止に取り組めます
- 禁煙をみんなで支援します

【行政の取り組み】

- 若い世代や妊産婦に対する普及啓発
- 受動喫煙対策の推進
- 禁煙希望者への支援

分野7 飲酒

【目標】 ①生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人を減少 ②妊娠中の飲酒をなくす

【個人の取り組み】

- 適切な量の飲酒をします
- 妊娠中・授乳中はお酒を飲みません
- 20歳未満はお酒を飲みません！勧めません！

【行政の取り組み】

- 飲酒が身体に及ぼす影響や適切な飲酒量についての普及啓発
- 妊婦・産婦への知識の普及啓発

分野8 歯・口腔の健康

【目標】 ①むし歯のない子どもの増加 ②幼児期の仕上げ磨きの確立 ③歯周疾患検診受診率の増加
④歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備

【個人の取り組み】

- かかりつけ歯科医をもってむし歯の予防をします
- 定期的に歯科検診を受診します
- オーラルフレイルを予防します

【行政の取り組み】

- むし歯(う蝕)予防の推進
- 歯周病予防の推進
- オーラルフレイル予防の推進

3 地域社会で支える健康づくり

分野9 社会とのつながり

【目標】 ①社会活動への参加者の増加 ②地域で支えあう人の増加

【個人の取り組み】

- 地域活動など積極的に社会参加をします
- 周りの悩んでいる人に気づいたら、声掛けをします

【行政の取り組み】

- 地域活動・社会参加に対する支援
- 継続したゲートキーパーの養成

分野10 自然に健康になれる環境づくり

【目標】 ①健康増進に取り組む人の増加 ②健康情報の発信者の増加 ③健康を意識した行動の促進
④健康経営に取り組む事業者の増加

【個人の取り組み】

- 健康マイレージに参加し、自主的に健康づくりに取り組みます
- 友人やパートナーなど仲間と誘い合って、健康づくりを楽しく継続します

【行政の取り組み】

- 健康マイレージ等を通じ、日常的に健康を意識できる環境の整備
- 地域における健康づくり活動の人材の育成
- 市民活動の情報発信・周知
- 健康経営の推進

第6章 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

○現在の健康状態が、これまでの自らの生活習慣や社会環境等に影響を受けている可能性があることや、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることを認識し、胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れることが、「誰一人取り残さない健康づくり」を進めるために重要。

こうした観点を踏まえ、特に「子ども」「女性」「働く世代」「高齢者」に関する指標について、第5章の分野別指標をライフコースごとに整理した。

第7章 第2次新城市自殺対策計画

○「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて、国の自殺総合対策大綱を踏まえ、本市では目標値を自殺死亡率(人口10万人あたりの自殺者数)13.0以下とする。

○本市の自殺者数は、10人未満で推移しており、男性に多い。

○過去5年間の自殺の状況を性・年齢別で見ると、「30～40代男性」「80歳以上男性」の自殺死亡率が特に高く、20歳未満の自殺もある。

○第1次計画であげた成果指標の自殺死亡率は、目標値の13.0以下に届いていないが、死亡率は減少。

○自殺対策の取り組みは、5つの基本施策「①地域におけるネットワークの強化」「②自殺対策を支える人材の育成」「③住民への啓発と周知」「④生きることの促進要因への支援」「⑤児童生徒のSOSの出し方に関する教育」の5項目を挙げ推進する

○重点施策としては、「①勤務・経営対策」「②高齢者対策」「③無職者・失業者・生活困窮者対策」「④子ども・若者対策」について本市の自殺の特徴を踏まえ推進する。

第8章 計画の推進体制

○庁内での健康増進、自殺対策の推進体制を確立するため、庁内関係課が横断的に参画する「庁内健康づくり対策ネットワーク会議」で、計画の進行管理と関連施策との有機的な連携を図るとともに、「新城市健康づくり推進協議会」で計画の推進状況等を報告・協議し計画を推進する。



【目標・指標一覧】

目標	指標	現状値		目標値	
		データソース			
分野1 がん					
①がんで亡くなる人の減少	標準化死亡比(SMR)	男性	88.7	88.7以下	
		女性	90.5	90.5以下	
		人口動態統計特殊報告(H30~R4)			
②がん検診の受診率向上	各がん検診の受診率	胃	4.3%	15%以上	
		子宮	15.5%	20%以上	
		乳	13.1%	20%以上	
		肺	10.5%	20%以上	
		大腸	21.5%	21.5%以上	
		地域保健報告(R4)			
③がん検診の精密検査受診率向上	がん検診の精密検査受診率	胃	64.2%	70%以上	
		子宮	50.0%	60%以上	
		乳	85.4%	90%以上	
		肺	66.7%	70%以上	
		大腸	56.6%	60%以上	
		がん結果報告(R4)			
分野2 循環器疾患・糖尿病					
①循環器疾患で亡くなる人の減少	脳血管疾患の標準化死亡比(SMR)	男性	129.3	129.3以下	
		女性	194	194.0以下	
		人口動態統計特殊報告(H30~R4)			
②高血圧の人の減少	高血圧性疾患の有病率(国民健康保険)	33.0%		24%以下	
		あいち国保レポート(R4)			
③脂質異常症の人の減少	脂質異常症の有病率(国民健康保険)	26.0%		19%以下	
		あいち国保レポート(R4)			
④糖尿病の合併症の減少	新規透析導入患者数(年間)	12人		11人以下	
		あいち国保レポート(R4)			
⑤メタボリックシンドロームの該当者の減少	メタボリックシンドロームの該当者の割合	23.6%		17%以下	
		特定健診・特定保健指導法定報告(R4)			
⑥特定健康診査・特定保健指導等の実施率の向上	特定健康診査受診率	44.4%		50%以上	
	特定保健指導実施率(終了率)	40.8%		50%以上	
	特定健診・特定保健指導法定報告(R4)				
分野3 栄養・食生活					
①適正体重を維持している人の増加	肥満傾向の児童・生徒の割合	小学5年生	男子	11.9%	11%以下
			女子	10.8%	10%以下
		中学2年生	男子	15.5%	15%以下
			女子	10.4%	10%以下
	「児童・生徒の発育と健康状態」統計調査(R3)				
	肥満者の割合(BMI25以上または腹囲基準値以上)	男性	51.9%		35%以下
		女性	25.9%		15%以下
		特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価(R3)			
6か月で2~3kg以上の体重減少があった人の割合(75歳以上)	12.1%		10%以下		
		後期高齢者医療健診問診(R5)			
②朝食を毎日食べている人の増加	朝食を毎日食べている子どもの割合	1歳6か月児	95.9%		100%
		3歳児	93.2%		100%
		1歳6か月児健診・3歳児健診問診(R4)			
		小学6年生	90.2%		100%
		中学3年生	83.5%		100%
	全国学力・学習状況調査(R6)				
朝食をほぼ毎日食べている人の割合	88.0%		95%以上		
		健康に関する意識調査2024			
③野菜を毎食食べている人の増加	野菜をほぼ毎食食べている人の割合	53.0%		65%以上	
		健康に関する意識調査2024			
④バランス良く食事を摂る人の増加	1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べている人の割合	91.0%		91%以上	
		健康に関する意識調査2024			
⑤健康増進法における骨粗しょう症検診の受診率の向上	骨粗しょう症検診受診率	15.5%		25%以上	
		新城市保健業務のまとめ(R5)			

目標	指標	現状値		目標値
		データソース		
分野4 身体活動・運動				
①肥満者の減少	BMI 25以上または腹囲基準値以上	男性	51.9%	45%以下
		女性	25.9%	22%以下
特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価 (R3)				
②運動習慣のある者の増加	放課後や週末にスポーツをしている子どもの割合	小学6年生	51.8%	52%以上
		中学3年生	40.4%	41%以上
		全国学力・学習状況調査 (R6)		
	1回30分以上で週2回以上の運動を1年以上継続している人の割合 (40~74歳)	男性	32.6%	35%以上
		女性	27.6%	35%以上
特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価 (R3)				
③高齢者の転倒の減少	この1年間に転んだと回答した人の割合 (75歳以上)	57.4%		60%以上
		後期高齢者医療健診問診 (R5)		
	以前に比べて歩く速度が遅いと回答した人の割合 (75歳以上)	20.3%		15%以下
後期高齢者医療健診問診 (R5)				
分野5 休養・こころの健康				
①休養が十分にとれている人の増加	睡眠により「休養が十分にとれている」、「まあまあとれている」と答えた人の割合	71.0%		80%以上
		健康に関する意識調査2024		
②ストレスへの対処ができていない人の増加	ストレスを十分処理できている人の割合	44.0%		50%以上
		健康に関する意識調査2024		
③悩みを抱えたときに相談できる人がいる人の増加	悩みを抱えたときに相談できる人がいる人の割合	65歳未満	71.70%	80%以上
		65歳以上	73.80%	80%以上
	健康に関する意識調査2024			
	悩みがある時に、先生や学校にいる大人にいつでも相談できる子どもの割合	小学6年生	59.2%	70%以上
		中学2年生	59.9%	70%以上
全国学力・学習状況調査(R6)				
④こころに関する授業に取り組む小中学校の増加	こころに関する授業に取り組む小中学校の割合 (睡眠・メディア含む)	36.80%		80%以上
⑤メディアコントロールができていない子どもの増加	携帯電話・スマートフォンやコンピューターの使い方について、家の人との約束を守っている子どもの割合	小学6年生	69.3%	80%以上
		中学2年生	68.0%	80%以上
		全国学力・学習状況調査(R6)		
分野6 たばこ・COPD				
①喫煙率の減少	喫煙をしている人の割合	男性	31.0%	25%以下
		女性	5.3%	3.5%以下
		妊婦	0.6%	0%
		母子保健報告(R4)		
②望まない受動喫煙の機会の減少	乳幼児の同居家族 (父) の喫煙率	4か月児	21.1%	15%以下
		1歳6か月児	29.7%	25%以下
		3歳児	29.2%	25%以下
	母子保健報告 (R4)			
	受動喫煙の機会のある方の割合	14.0%		0%
集団がん検診問診票集計				
分野7 飲酒				
①生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人を減少	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合 ※ (男性2合、女性1合以上)	男性	16.7%	15%以下
		女性	17.1%	12%以下
		特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価 (R3)		
②妊娠中の飲酒をなくす	妊婦の飲酒率	0.6%		0%
		母子保健報告 (R4)		

目標	指標	現状値		目標値
		データソース		
分野8 歯・口腔の健康				
①むし歯のない子どもの増加	むし歯のない子どもの割合	3歳児	88.3%	90%以上
		5歳児	73.9%	90%以上
		小学6年生	88.8%	90%以上
		中学3年生	81.7%	90%以上
		地域歯科保健業務状況報告 (R5) (保健所まとめ)		
②幼児期の仕上げ磨きの確立	親が仕上げ磨きをする割合	1歳6か月児	81.0%	100%
		3歳児	88.1%	100%
		1歳6か月児健診・3歳児健診問診 (R4)		
③歯周疾患検診受診率の増加	歯周疾患検診 (デンタルドック) 受診率	14.2%	20%以上	
	妊産婦歯科検診の受診率	36.1%	50%以上	
	新城市保健業務のまとめ (R5)			
	1年に1回以上、定期的に歯の健診を受けている人の割合	57.0%	70%以上	
④歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備	給食後の歯磨きにフッ化物入り歯磨き剤を全学年で取り入れている小中学校の割合	47.4%	100%	
	フッ化物洗口を実施するこども園、小学校の割合	61.5%	100%	
	地域歯科保健業務状況報告 (R5) (保健所まとめ)			
分野9 社会とのつながり				
①社会活動への参加者の増加	自分から積極的に外出する割合 (買い物・散歩含む)	60%	70%以上	
	健康に関する意識調査2024			
	週に一回以上外出する者の割合 (75歳以上)	87.2%	90%以上	
	後期高齢者医療健診問診 (R5)			
②地域で支えあう人の増加	地域や社会をよくするために何かしてみたいと思う子どもの割合	小学6年生 77.30%	85%以上	
		中学3年生 75.10%	85%以上	
	全国学力・学習状況調査 (R6)			
	ゲートキーパー養成者数	350人	800人以上	
③健康を意識した行動の促進	健康に関するアプリを利用している人の割合	40.0%	60%	
	健康に関する意識調査2024			
	健康づくりリーダーの自主的な活動回数	768回	768回以上	
④健康経営に取り組む事業者の増加	健康経営について聞いたことがあると回答した企業数	34企業	50企業以上	
	健康経営の認定を受けている企業数	12企業	30企業以上	
分野10 自然に健康になれる環境づくり				
①健康増進に取り組む人の増加	しんしろ健康マイレージ参加者数	40人	300人以上	
	新城市保健業務のまとめ (R5)			
②健康情報の発信者の増加	健康に関するアプリを利用している人の割合	40.0%	60%	
	健康に関する意識調査2024			
③健康を意識した行動の促進	食生活改善推進員登録者数	25人	25人以上	
	新城市保健業務のまとめ (R5)			
④健康経営に取り組む事業者の増加	健康づくりリーダーの自主的な活動回数	768回	768回以上	
	健康づくりリーダー活動報告 (R5)			
⑤健康を意識した行動の促進	栄養成分の表示を参考にしている人の割合	29.0%	40%	
	健康に関する意識調査2024			
⑥健康経営に取り組む事業者の増加	健康経営について聞いたことがあると回答した企業数	34企業	50企業以上	
	健康経営の認定を受けている企業数	12企業	30企業以上	
働く世代の健康に関するアンケート調査				

しんしろ健康づくり21計画(第3次)(概要版)

令和7年3月 発行
 新城市健康福祉部健康課 (新城保健センター)
 〒441-1301 愛知県新城市矢部字上ノ川1番地8
 電話 0536-23-8551 FAX 0536-24-9008
 E-mail hoken@city.shinshiro.lg.jp