

# 第1章

## 計画の基本的な考え方

## 1 計画策定の背景と趣旨

超少子高齢社会での人口減少や社会経済の不安定さ、地球温暖化が原因とされる気候変動による環境の変化など、私たちを取り巻く環境は、今まで経験したことがないような大きな変化に直面しています。

また、食生活の変化などによる、がんや糖尿病等を始めとする生活習慣病や、高齢化に伴う認知症の増加、これらの介護の負担や疾病による経済的・精神的負担の増大も見込まれています。

さらに、平成31年末に確認された新型コロナウイルス感染症は、瞬く間に全世界に広がり、社会及び経済活動へ大きな影響を及ぼしました。重症化するリスクは年齢等によって異なり、高齢者や基礎疾患を有する方では高く、若年層では低い傾向にあります。効果的な治療薬がない現時点では、感染の拡大を防止するため、ワクチン接種体制の確立と共に在宅勤務や外出自粛等、日常生活を制限せざるを得ない状況となっています。様々な制限は、ストレスを高め、生活習慣の乱れや運動不足等、心身ともに「健康」への影響も想定されます。

新型コロナウイルス感染症に限らず、様々な感染症に対する「新しい生活様式」が求められるとともに、今後は、今まで以上に運動や食事、生活習慣、感染症予防に対する正しい知識の習得と実践が必要となります。

このような状況からも、市民一人ひとりが生活習慣を見直し、自身の健康増進を図ること、子どもから高齢者まで全ての市民が支え合いながら希望や生きがいを持ち、健やかで心豊かに生活できる地域社会の実現に向けた取組が求められます。

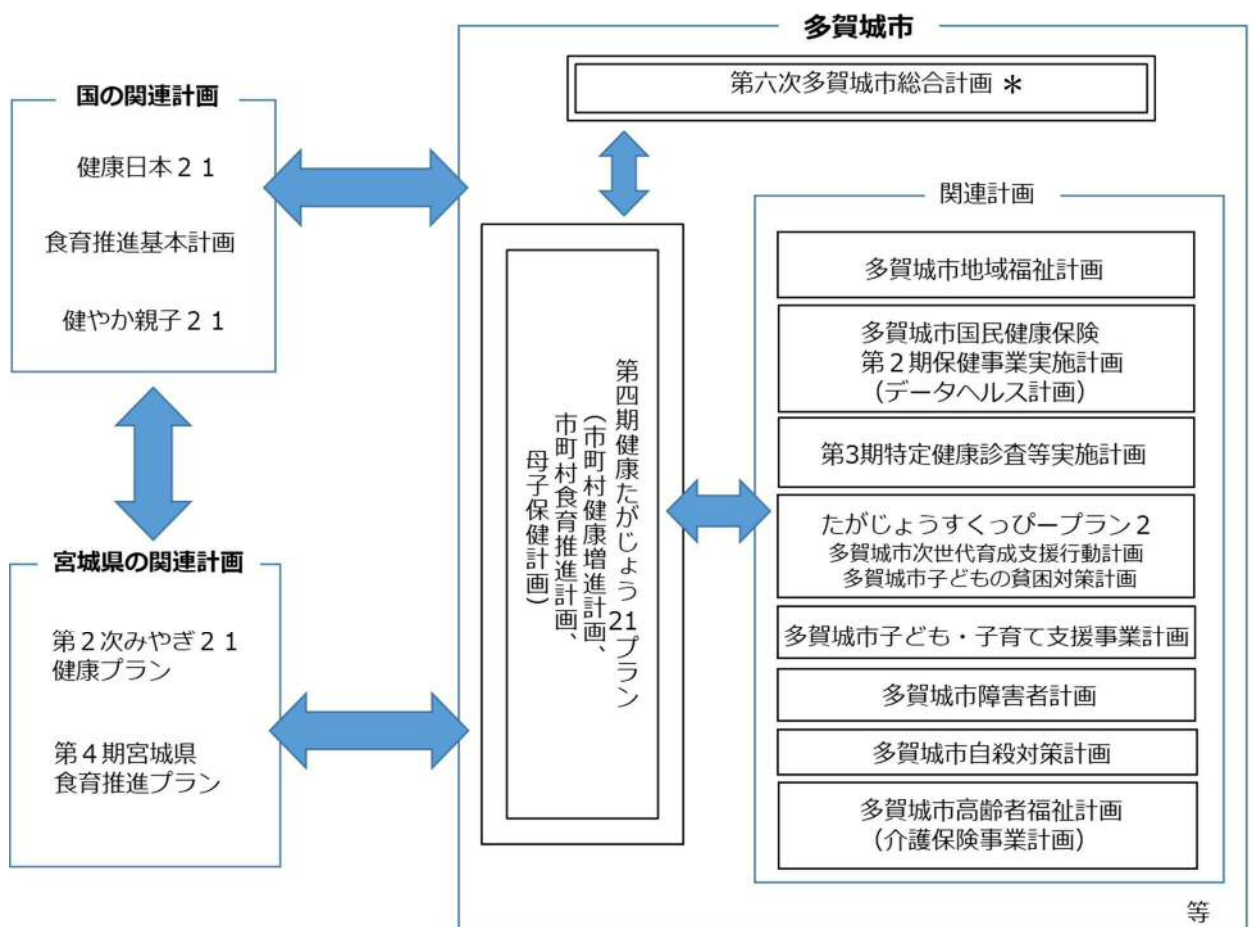
国（健康日本21）、県（みやぎ21健康プラン）の健康増進計画を踏まえ、本市では平成18年に多賀城市健康増進計画「健康たがじょう21プラン」を策定しました。平成23年に第二期計画、平成28年には第三期計画を策定し、計画に基づき市民が「気づき」、「認識」することで、自らが主体性をもって取り組む健康づくりを推進してきました。

第三期計画からの健康課題や健康を取り巻く社会情勢を踏まえ、市民が主体的に取り組むための行動指針として、第三期計画と同様に健康増進計画、食育推進計画、母子保健計画が一体化した「第四期健康たがじょう21プラン」を策定します。

## 2 計画の位置づけと期間

### (1) 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法\*第8条第2項の規定により、国の基本方針（健康日本21\*）及び宮城県健康増進計画（第2次みやぎ健康プラン）を勘案して定める「市町村健康増進計画」、及び食育基本法第18条第1項の規定により国の食育推進基本計画及び宮城県食育推進計画（宮城県食育推進プラン）を基本として定める「市町村食育推進計画」並びに国による「健やか親子21」を踏まえた母子保健計画であり、さらに本市においては、実施に当たり関連計画と整合・連携を図りながら推進していきます。



\*健康増進法…国民の健康増進を図るための法律

\*健康日本21…21世紀における国民健康づくり運動

\*第六次多賀城市総合計画…本市におけるまちづくりの方針と方向性、そして基本的な行政の取組を定めた計画

(2) 計画の期間

本計画は、令和3年度から令和7年度までの5か年の計画とし、健康増進に係る状況の変化や国・県の動向をふまえ、随時見直していくこととします。

	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31 (R1)	R2	R3	R4	R5	R6	R7
国	健康日本21（第二次） 【平成25（2013）～平成34（2022）年度】														
	第3次食育推進基本計画 【平成28（2016）～平成32（2020）年度】						第4次食育推進基本計画 【令和3（2021）～令和7（2025）年度】								
	健やか親子21（第2次） 【平成27（2015）～平成36（2024）年度】														
宮城県	第2次みやぎ21健康プラン 【平成25（2013）～平成34（2022）年度】														
	第3期宮城県食育推進プラン 【平成28（2016）～平成32（2020）年度】						第4期宮城県食育推進プラン 【令和3（2021）～令和7（2025）年度】								
多賀城市	第五次多賀城市総合計画 【平成23（2011）～平成32（2020）年度】										第六次多賀城市総合計画 前期基本計画 【令和3（2021）～令和7（2025）年度】				
	第二期健康たがじょう21プラン 【平成23（2011）～平成27（2015）年度】					第三期健康たがじょう21プラン 【平成28（2016）～平成32（2020）年度】					第四期健康たがじょう21プラン 【令和3（2021）～令和7（2025）年度】				

### 3 計画の目指すもの

#### (1) 基本理念

市民が生涯にわたって自ら健康づくりに  
取り組み、<sup>みずか</sup>健やかにいきいきと暮らす

#### (2) 基本方針

4つの基本方針に基づき、健康づくりを推進します。

##### 健康寿命の延伸と 健康格差の縮小

生活習慣病の予防や介護  
予防等に取り組み、身体  
も心も自立して生活する  
また、健やかな暮らしの  
ために社会環境を整える

##### 市民主体の 健康づくりの推進

地域において市民が  
主体的に健康づくりに  
取り組む

##### 健康な心身を 育む食育の推進

健康的な食生活を送る  
ための知識を学び、  
実践する

##### すべての子が 健やかに育つ 環境づくり

妊娠から育児まで切れ目  
なく、生涯を通じた健康  
づくりに取り組む

### (3) 各分野の目指す姿

第四期では9つの分野で健康づくりのための取組を進めていきます。

分野は国、宮城県の関連計画や本市の課題を踏まえて、9つの分野としました。

#### 1 親と子の健康

■安心して妊娠、出産を迎え、親子が孤立することなく健やかに成長します

■子どもの個性や成長段階を理解しながら、よりよい親子関係を築きます

#### 2 食育（栄養・食生活）

■食の大切さを知り、自らの食生活を見直し、行動します

■食を楽しみ、食を通して豊かな心を育みます

#### 3 身体活動・運動

■運動の必要性を理解し、日ごろから運動する習慣を身につけます

■自分に合った運動方法を身につけます

#### 4 休養とこころの健康

■息抜きをして、ストレスと上手につき合います

■悩んでいる人がいたら声を掛け合います

#### 5 たばこ対策

■喫煙（または受動喫煙）による健康への影響を正しく理解します

■妊婦・未成年者が喫煙の影響を正しく理解し、妊婦の喫煙をなくします

#### 6 アルコール対策

■飲酒による健康への影響を正しく理解し、1日当たりの飲酒量を守って楽しく健康的に飲酒します

■妊婦・未成年者が飲酒の影響を正しく理解し、妊婦の飲酒をなくします

#### 7 歯の健康

■保護者が乳幼児の口腔の健康の重要性を理解し、歯科保健行動を励行します

■フレイル\*予防に努め、80歳で20本以上自分の歯を保持し、生涯自分の歯で食べる楽しみを味わいます

#### 8 糖尿病・循環器病

■年に1回は、健康診断や人間ドックを受けて自分の健康状態を把握し、生活習慣病についての正しい知識を知り、行動します

■自分の血圧の状態を知り、生活習慣を見直すために定期的に血圧測定をします

#### 9 がん

■がん予防に取り組み、がん検診を受診します

■がん検診の精密検査対象者が医療機関を受診します

\*フレイル…日本老年医学会が2014年に提唱した概念で、「Frailty（虚弱）」の日本語訳

加齢により心身が老い衰えた状態を指す