

第3次 大洲市健康づくり計画

令和6年度～令和17年度



いきいきと心ふれあいながら
自分らしく暮らすことができる おおず

令和6年3月
愛媛県大洲市

はじめに



わが国は、目覚ましい経済発展と医学の進歩により、国民の平均寿命は延び、高齢化が進みました。また、ライフスタイルが多様化したことなどから、食事バランスの乱れや睡眠・運動不足などにより、がんや糖尿病といった生活習慣病が増加するのと併せて、こころの病気も増えています。

また、認知症や寝たきりなど、介護を必要とする人が増加し、医療・介護の社会的負担は深刻な問題となっており、心身ともに健やかに過ごせる健康寿命をいかに延伸するかが大きな課題となっています。

人生 100 年と言われる時代、市民一人ひとりが心豊かに過ごせるまちづくりを進めるためには、これらの課題を見据えた上で、自分自身の健康意識の向上と実践を図る必要があり、社会や地域が相互に連携し、機運を高めていくことが求められています。

大洲市では、平成 25 年度に本市の第 2 次健康づくり計画となる「あなたが城主！健康おおず」を策定し、健康づくりは市民の皆さんが主役であることをスローガンとして、取組を進めるとともに、令和 3 年 4 月には、市民、関係団体及び市の協働により、健やかに暮らせるまちづくりの実現を目指し、「大洲市健康基本条例」の制定を行い、同年 8 月には、「健康都市宣言」を行うなど、健康づくり及び健康寿命の延伸に向けた取組を進めてきました。

令和 5 年度をもって第 2 次健康づくり計画の期間が満了することから、これまでの施策の進捗、目標の達成状況の検証を行い、国が示した「健康日本 21（第三次）」の考え方を基本に、社会情勢の変化に伴う課題を見据え、この度、「第 3 次大洲市健康づくり計画」を策定いたしました。

本計画の推進にあたっては、市民の皆様をはじめ、地域や関係団体と行政が一体となって積極的に健康づくりに取組んでいくことが重要となります。皆様と力を合わせて、更なる健康寿命の延伸に向け、本市の健康づくりの施策に取り組んでまいりますので、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、熱心にご審議いただきました「大洲市健康づくり推進協議会」委員の皆様、ご協力いただきました全ての皆様に心から感謝とお礼を申し上げます。

令和 6 年 3 月
大洲市長 二宮隆久

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨・背景	1
2 健康づくりの考え方	2
3 計画の位置づけと期間	3
4 計画の策定体制等	4
5 健康増進計画と持続可能な開発目標（SDGs）	5
第2章 大洲市の現状	6
1 統計からみる現状	6
2 前回計画からみる現状	19
第3章 計画の理念と方針	24
1 計画の基本理念	24
2 目標	25
3 計画の基本方針	26
4 計画の体系	27
第4章 基本方針に基づいた取組	28
基本方針1 市民一人ひとりの主体的な健康づくりの推進	28
基本方針2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進	50
基本方針3 まち全体（みんな）で、誰もが自然に健康になれる健康づくり	64
第5章 計画の推進	75
1 計画の推進体制	75
2 計画の進行管理と評価	78
第6章 資料編	79
1 健康づくりに関する取組一覧	79
2 参考資料 アクションプランアンケート調査からみる現状	90
3 用語解説	101
4 大洲市健康づくり推進協議会設置要綱	104
5 策定体制と経過	106