

第2次まにわ 食育・健康づくり計画

～元気で希望のわく真庭を目指して～

< 概要版 >

施策推進の方向性
市民が主役の健康づくり
健康を支えあう地域づくり



平成28年3月
真庭市

◎計画の位置づけ◎

- 本計画は「健康増進法」に基づく「健康まにわ21」と「食育基本法」に基づく「食育まにわ」を一体的に策定しています。
- 本計画は国の「健康日本21（第2次）」や「第3次食育推進基本計画」、岡山県の「第2次健康おかやま21」や「岡山県食の安全・食育推進計画」に対応しています。
- 本計画は市民の健康づくり及び食育推進に関する基本的方向を定め、様々な分野の取組を総合的・一体的に進めるための計画となっています。

◎計画の期間◎

- 本計画の期間は、平成28年度から平成37年度までの10年間とします。

① 栄養・食生活

重点目標

乳幼児期からの食を通じた健康づくりを、地域をあげて推進する。



施策の方向

- 食を通じた健康づくりに取り組みましょう！
- 食に対して関心を持ち、食生活を見直しましょう！

② 身体活動・運動

重点目標

地域や職域での運動習慣を身につける。



施策の方向

- 運動による健康づくりに取り組みましょう！
- 自分にあった運動を見つけ、習慣づけましょう！

③ 休養・こころの健康

重点目標

- 早寝、早起き、朝ごはんの健康的な生活習慣を親子で取り組む。
- こころの病気についての理解を深める。

施策の方向

- 休養の大切さやこころの健康について学びましょう！
- 悩みやストレスは上手に解消しましょう！
- 家庭や地域、社会での交流をもっと深めましょう！



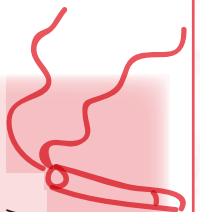
④ たばこ

重点目標

- 小中学生とその保護者にたばこの害を伝えていく。
- 各地域内に禁煙認定施設が増える。

施策の方向

- 喫煙が健康に与える影響について理解を深めましょう！
- 喫煙マナーを守り、禁煙や分煙を広めましょう！



◎市の状況◎

●人口・世帯／年齢別人口構成 (住民基本台帳、平成27年3月末)

人口：48,204人

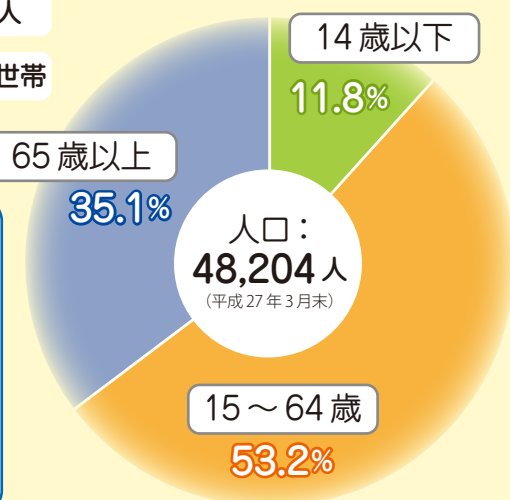
世帯数：17,832世帯

平均寿命

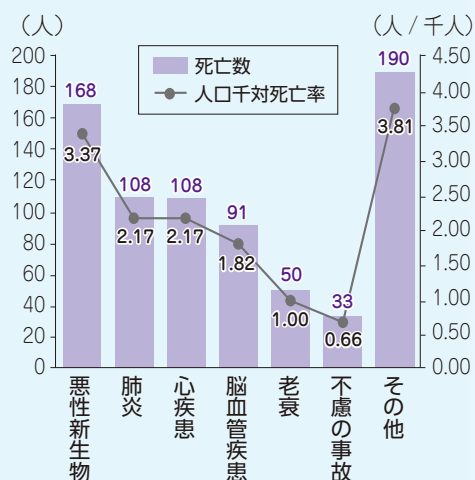
(厚生労働省「市町村別生命表」、平成22年)

男性：79.8歳

女性：86.5歳



●死因別死亡数



資料：人口動態統計 (平成24年)

⑤ アルコール

重点目標

- アルコールの量と節度ある飲酒についての知識を持つ。
- 未成年者にアルコールを飲ませない環境を作る。

施策の方向

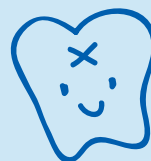
- 飲酒と健康についての正しい知識を持ちましょう！
- 適度な飲酒を心がけましょう！



⑥ 歯と口の健康

重点目標

- 歯の定期健診を受けるよう働きかける。
- 妊婦歯科健診を推進する。



施策の方向

- 歯と口腔ケアについての正しい知識を持ちましょう！
- 定期的に歯科健診を受けましょう！

⑦ 生活習慣病

重点目標

- 健康に関心を持ち、生活習慣病を予防する。
- 健(検)診、保健指導を受け、自身の健康に役立てる。

施策の方向

- 日頃から健康づくりについて関心を持ちましょう！
- 生活習慣病を予防しましょう！
- 定期的に各種健(検)診を受けましょう！
- がんの予防や早期発見についての知識を深めましょう！



⑧ 食育の推進

重点目標

- 食を通じた健康づくりを行う。
- 食を大切にする心を育成する。

施策の方向

- 食育と健康についての知識を深め、実践しましょう！
- 地産地消や食文化を伝承しましょう！



◎計画の推進にあたって◎

庁内推進体制

本計画は、保健・福祉部門をはじめ、子育て支援、学校教育や高齢者福祉部門、農林商工関係などの庁内関係部署との連携を、より一層強化した推進体制の整備を図ります。

地域との協働による推進体制

本計画の推進にあたっては、乳幼児期から高齢者までの市民一人ひとりが主体的に取り組む必要があるとともに、家庭・保育園・こども園・幼稚園・学校・地域等との協働体制の構築が重要です。

そのため、市民に対して本計画の内容の普及・広報に努め、好事例や先進的な取組の紹介などを通じて、市民が積極的に取り組む意識の醸成を図ります。

また、市民や自治会、民生委員・児童委員、愛育委員、栄養委員、親子クラブ、社会福祉協議会、あるいは企業や保育園・こども園・幼稚園・学校・農林関係団体など、地域に関わる人や機関と密接に連携を図り、それぞれの活動や得意分野を生かしながら協働して取組を推進し、「ソーシャルキャピタル^{*}」の考え方に基づくネットワークづくりを目指します。

※ソーシャルキャピタル=「信頼」「規範」「ネットワーク」といった、人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる社会組織の特徴のこと。例えば、隣近所との付き合いの程度、隣近所や地域住民との交流の新密度、地域住民同士の信頼関係、地域活動などへの参加状況などを総合的に評価するもの、とされている。

計画の進行管理

本計画は、取組の進捗状況とその成果をPDC Aサイクルの考え方に沿って、適宜、点検・評価することにより進捗管理を行います。また、庁内関係部署や関係機関・関係団体等の提言・意見等を踏まえ、より実効性のある計画の実現に努め、必要に応じて計画の変更や見直しを検討します。

