

✿✿✿概要版✿✿✿

太宰府市健康増進計画・食育推進計画

～一人ひとりがいきいきと健やかに～

令和6年度～令和11年度



太宰府市

✦✦✦計画策定にあたって✦✦✦

○計画策定の背景・趣旨

国の「健康日本21」・「食育推進基本計画」及び県の「福岡県健康増進計画(いきいき健康ふくおか21)」・「福岡県食育・地産地消推進計画」を勘案し、健やかで活力ある太宰府市の実現をめざして策定します。

○計画の位置づけ

- 健康増進計画：健康増進法第8条第2項に基づいて策定します。
- 食育推進計画：食育基本法第18条第1項に基づいて策定します。

○計画の期間

令和6(2024)年度から 令和11(2029)年度までの6年間とします。

✦✦✦計画の基本的な方向✦✦✦

○計画の方針

太宰府市まち・ひと・しごと創生総合戦略（通称 まちづくりビジョン）」の主な取組である「健康寿命の延伸」を目指し、市民一人ひとりが、いきいきと健やかに暮らすことが出来る社会の実現を目指します。

○計画の基本的な取り組み

健康寿命の延伸を推進するため、以下の5つの基本的な方向に基づき、各分野において施策を展開します。

- 1 ライフステージ及びライフコースアプローチに応じた健康づくりの推進
- 2 生活習慣病の発症・重症化予防
- 3 生活習慣の改善
- 4 健康を支える環境の整備
- 5 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

❖❖❖健康増進計画❖❖❖

1 ライフステージ及びライフコースアプローチに応じた健康づくりの推進

○次世代の健康～親と子の健康支援～

次世代を担う子どもたちの健やかな成長のため、妊娠期から乳幼児期にかけての心身の健康づくりを支援します。
妊娠期からの教室や講座、相談事業のほか、ケースに応じて、電話や訪問による継続的な支援をおこなっています。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
赤ちゃん訪問実施率	98.7% (平成29年度)	99.1% (令和4年度)	100% (令和11年度)
乳幼児健診受診率	97.7% (平成29年度)	99.4% (令和4年度)	100% (令和11年度)

○高齢者の健康

高齢者が可能な限り住み慣れた地域で暮らすことができるよう、加齢に伴う心身の機能低下を予防し、高齢者の状態に応じた健康づくり及び介護予防を推進します。

2 生活習慣病の発症・重症化予防

○健康診査・がん検診

がんや糖尿病、心疾患などの生活習慣病は、死因の6割を占めます。生活習慣病の予防と早期発見・早期治療に重要な、健康診査・がん検診の受診を促進します。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
特定健診受診率	31.7% (平成29年度)	34.6% (令和4年度)	42% (令和11年度)
1年以内に健診を受診した人の割合	66.3% (平成29年度)	65.6% (令和4年度)	70% (令和11年度)

○保健指導

生活習慣病の発症リスクが高い人に、生活習慣を見直すサポートをします。

保健師や管理栄養士が、対象者の状況に合わせた保健指導を実施し、疾病の発症予防と重症化予防につなげることを目的としています。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
特定保健指導終了率	55% (平成29年度)	70.6% (令和4年度)	79% (令和11年度)

3 生活習慣の改善

○飲酒・喫煙

過度の飲酒や喫煙は、多くの生活習慣病などの要因となります。また妊婦の喫煙は、胎児の発育を妨げることにもつながります。適切な情報の提供や啓発、支援に努めます。

○こころの健康

こころの健康は、生活の質を大きく左右するものであり、個人の心身の健康づくりに加え、地域で支え合う体制づくりを目指します。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
自殺死亡率 (人口10万対)	19.1 (平成24年度～ 平成29年度)	16.7 (令和4年度)	15.4 (令和11年度)

○歯と口腔

歯と口腔は全身の健康と深い関わりがあります。日常的な歯と口腔ケアや定期健診の重要性について、知識・意識の普及に努めます。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
3歳児でむし歯 のない子どもの割合	87% (平成29年度)	92.1% (令和4年度)	92% (令和11年度)

○運動

継続的に、適度な運動に取り組みやすい環境整備に努めます。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
ロコモティブシンド ロームの認知度	30.6% (平成29年度)	24.2% (令和4年度)	70% (令和11年度)

4 健康を支える環境の整備

○健康づくりを進めるリーダーの育成

【健康推進員】

各自治会から推薦され、健康増進に関する知識や情報を学習会等で習得し、地域に普及する役割を担います。



フレイル予防のための運動



講義

【食生活改善推進員】

食生活改善の推進のため、健康料理教室などを開催し、食を通じた地域での健康づくりをおこなっています。



夏休み親子クッキング



地域健康フェスタ

○地域コミュニティによる健康づくりの支援

6つの自治協議会それぞれで、毎年行われる、自主的な健康づくり事業を支援し、さまざまな面からの健康増進に関する啓発をおこなっています。



体成分測定

✧✧✧食育推進計画✧✧✧

【食生活に関する現状】

市民アンケート調査結果より、「若年女性のやせ」、「男性の肥満」、「高齢者のやせ」が多い傾向があります。

「肥満」は生活習慣病のリスクが上がるため適正体重を目指す必要がありますが、「やせ」も出産時低体重児の割合増加、また骨折や認知症を原因とした要介護状態となるリスクもあり対策が必要です。

1 新たな取り組み目標

本市の新たな取り組み目標として下記項目を追加します。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
バランス良く食事をとる人の割合 ※	-	59.4%(全体) (令和5年度)	各年代で50% (令和11年度)

※1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度が、「毎日」と回答する人の割合

2 食育推進の3つの方向性

(1) 次世代における食育の推進

妊娠・乳幼児期

妊娠期には、規則正しい食生活やバランスの良い食事を摂り、適正な体重維持をすることが重要です。乳幼児期は、最も成長が著しい時期で成長に必要な栄養素の供給が重要です。教室や講座、相談事業の定期的な実施のほか、必要に応じて保健指導などをおこなっています。

学童・思春期

健康な心身をはぐくむために健全な食生活を推進します。将来の食習慣の形成に大きく影響するため、健やかに生きる基礎を培うことを目的としています。

評価指標	計画策定時	現状値	目標値
朝食を毎日食べている子どもの割合	85.6% (平成29年度)	86.5% (令和4年度)	100% (令和11年度)



料理コンクール



太宰府市学校給食研究会

（２）生活習慣病の予防および改善につながる食育の推進

青壮年期

生活習慣病の発症だけではなく、重症化予防や改善も視野に、健全な食生活の実現に向け、栄養の偏りや食生活の乱れを改善することが重要です。教室や相談、講座、保健指導などを通じ、食を通じた健康づくりに関する知識や情報の普及啓発をおこないます。

高齢期

急速な高齢化の進展の中で、健康寿命の延伸の観点から、肥満に加えて、やせや低栄養が大きな課題となっています。健康で自立した生活を持続するため、バランスの良い食事の摂取などが重要です。相談や講座、訪問などで、食生活や栄養状態の改善の推進を図ります。

（３）地域における食育の推進

食を通じた健康づくりを実践する食生活改善推進会の活動を支援し、地域全体での取り組みの充実を図ります。各ライフステージの市民に必要な啓発情報を発信するために取り組みます。