

平成24年度 第1回

生きがい・介護予防分科会

資料 3

5 報告事項

(1) 次期健康増進計画について

「(仮称)北九州市健康づくり推進プラン」(素案) に対する意見の募集について

北九州市は、糖尿病や高血圧など生活習慣病にかかっている人も多く、がんや心疾患等で死亡する方も他都市と比べ高い状況です。さらに、ストレスや不安を感じている人も多く、今後これらの健康課題を解決していく必要があります。そこで、今後の健康づくりを推進するために「(仮称)北九州市健康づくり推進プラン」(素案)を作成しました。この計画をより良いものとするため、市民の皆さんのご意見を募集します。

いただいた意見に対して個別の回答は行いませんので、あらかじめご了承ください。

< 意見募集要領 >

1. 意見募集期間

平成24年11月22日(木)から平成24年12月21日(金)まで

2. 閲覧・配布場所

保健福祉局健康推進課(市・本庁舎9階) 市民文化スポーツ局広聴課(市・本庁舎1階)

各区役所総務企画課 各出張所 各市民センター

市ホームページ <http://www.city.kitakyushu.lg.jp/>

3. 意見の提出方法

住所・氏名・年齢・性別・意見をご記入の上、次のいずれかの方法で提出してください。

電子メール

電子メールアドレス: ho-kenkou@city.kitakyushu.lg.jp (市・保健福祉局・健康推進課アドレス)

郵送

〒803-8501 北九州市小倉北区城内1番1号9階

北九州市保健福祉局健康推進課 健康づくり推進プラン担当あて

ファクシミリ

FAX番号: 093-582-4997 保健福祉局健康推進課 健康づくり推進プラン担当あて

指定場所への持込

・保健福祉局健康推進課 ・市民文化スポーツ局広聴課 ・各区役所総務企画課

4. 意見提出様式

様式は自由です。 巻末の様式を参考にしてください。

5. 問い合わせ先

〒803-8501 北九州市小倉北区城内1番1号

北九州市保健福祉局健康推進課(企画係)

TEL: 093-582-2018 FAX: 093-582-4997

E-mail: ho-kenkou@city.kitakyushu.lg.jp

1. 計画の策定にあたって

(1) 計画策定の趣旨

本市では、全国平均を上回る速さで高齢化が進んでおり、平成24年3月現在の高齢化率は25.5%と、市民の4人に1人が高齢者となっています。

また、少子化については、平成22年の出生数が8,302人で、合計特殊出生率は1.48と全国平均より若干高いものの、依然として人口は減少傾向にあります。

そのような中で、本市の健康を取り巻く状況は、がんや心疾患、脳血管疾患などの死亡率が政令指定都市と比較しても高い現状にあり、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の有病者も多く、これら生活習慣病が重症化して介護が必要となる高齢者も増加しています。

さらに、長引く景気の低迷による経済問題や健康問題、学校や職場、家庭での人間関係など、様々な要因でストレスや不安を感じる人が増加し、自殺者も後を絶たない中で、こころの健康についても対策の強化が求められています。

このように少子高齢化が進展し、経済不況が続く状況下においては、医療や介護などの社会保障制度の維持自体が難しい状況となります。

そこで、本市では、山積する健康課題を着実に解決することにより、すべての市民の健やかで心豊かな生活の実現を目指して、「北九州市健康づくり推進プラン（以下、本プラン）」を策定します。

(2) 計画の位置づけ

本プランは、本市の基本構想・基本計画である「元気発進！北九州」プランに基づく、分野別計画であり、健康増進法第8条第2項の規定により策定する「市町村健康増進計画」です。

(3) 計画の期間

本プランの期間は、平成25年度から平成29年度までの5年間とします。

計画の策定経過

北九州市健康づくり実態調査の実施

平成23年12月～平成24年1月（回答者：7,175人/13,300人）

北九州市健康づくり懇話会の開催

関係団体、市民団体、有識者及び公募市民で構成する健康づくり懇話会をこれまでに6回開催し、本プランの策定にかかる幅広い意見を聴取。

計画素案に関するパブリックコメントの実施

平成24年11月22日～平成24年12月21日

2．今後取り組むべき重点項目

これまで取り組んできた様々な施策の成果と課題、そして、各種統計データや実態調査等から明らかになった本市の現状を踏まえ、本プランでは次の項目について重点的に取り組みます。

(1) 生活習慣病予防・重症化予防の強化

健康な生活習慣の維持・増進を目的として、健康知識の普及啓発や、自発的な健康学習の支援を行うとともに、特定健診の結果から生活習慣病を発症する危険性の高い人などへの生活習慣の改善や服薬管理などに関する個別指導を強化します。

また、歯・口腔の健康が全身の健康に影響を及ぼすことから、歯の早期喪失の防止対策や歯周病等の歯科疾患の予防・重症化予防を推進します。

(2) 乳幼児から高齢者までのライフステージを通じた健康づくりの推進

子どものころと体の健康や生活習慣に大きな影響を与える母親や父親など子育てに関わる大人の健康意識の向上や、家庭や保育所、幼稚園、学校等での健康教育などにより、子どもの健やかな生活習慣の定着と自らの健康を管理する力を育みます。

また、年齢を重ねても、できるだけ長く自立した活力ある社会生活を営むことができるように、高齢者の健康づくりや生きがいづくり、社会参加を推進します。

(3) こころの健康づくりの推進

心豊かに活力ある社会生活を維持するためには、体の健康づくりとともに、こころの健康づくりが大変重要です。

そのため、子どもから高齢者までのライフステージを通じて、こころの健康に関する知識の普及啓発や相談・支援体制の整備などにより「自殺予防対策」の重要な柱として、こころの健康づくりを推進します。

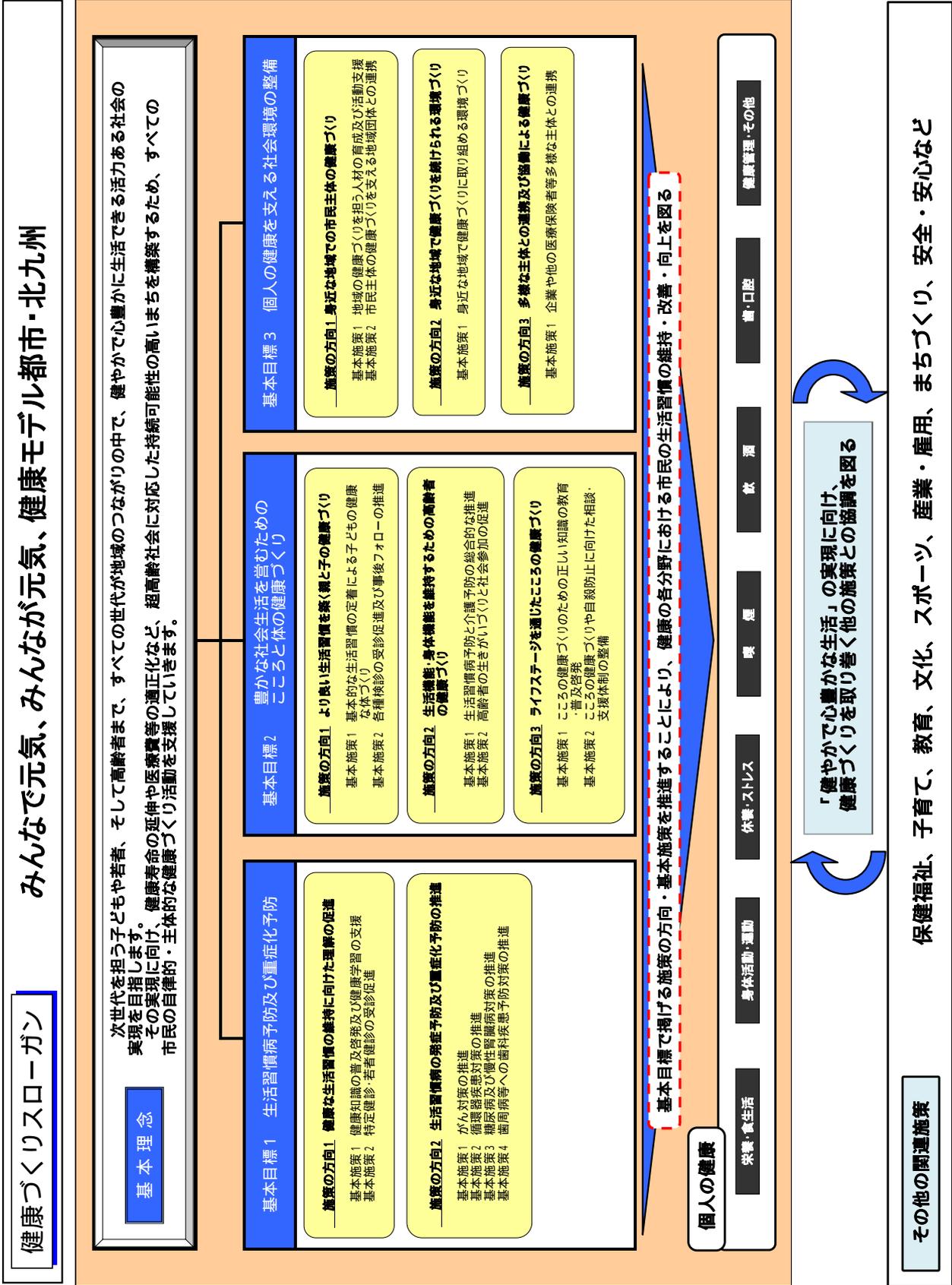
(4) 個人の健康づくりを支える環境の整備

健康づくりは本来、個人の健康観やライフスタイルに応じて、個人の責任で取り組むべきものですが、超高齢社会においても活力ある地域社会を実現するためには、健康づくりは社会全体の課題でもあります。

そのため、今後は、関係機関や企業、NPO、地域のボランティア等と行政との協働により、市民の健康づくりの気運をさらに高め、支える仕組みづくりを推進します。

(5) 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調

(11ページ参照)



4 . 主な取り組み

基本目標 1 生活習慣病予防及び重症化予防

施策の方向 1 健康な生活習慣の維持に向けた理解の促進

食生活や運動、休養・ストレス、喫煙、飲酒、歯・口腔などの健康分野で、正しい知識を普及することにより、市民の健康意識の向上を図ります。

また、地域における自主的な健康学習の支援や、各種健康診査の受診促進などにより、自らの健康を維持・増進するために自律的・主体的に行動する市民の育成・支援を目指します。

【基本施策 1】 健康知識の普及啓発及び健康学習の支援

健康教育

メタボリックシンドローム非該当のため特定保健指導の対象外となるが、高血圧症や糖尿病等のため生活習慣の改善が必要な者への個別保健指導や、区役所や市民センター等で様々な健康課題をテーマとする集団教育を行います。

健康相談

市民センター等における定期的な「健康なんでも相談」や、区役所における随時の電話や面接相談、また各種集団健康教室への来所者に対する個別相談など、対象者の心身の健康に関する総合的な助言・指導を行います。

食を通した生活習慣病予防

正しい栄養知識の普及と生活習慣病予防のための食生活改善を目的に、講演会や個別相談、体験型の教室等を行うことで、市民の自主的・継続的な食生活改善を図ります。

【基本施策 2】 特定健診・若者健診の受診促進

北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導

北九州市国民健康保険に加入する40歳～74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。

健康診査（若者健診）

職場等で受診する機会のない者（18歳～39歳）や生活保護世帯の者に対し、糖尿病等の生活習慣病予防のための若者（基本）健診を実施します。また、出産後の母親についても健康を維持していくため、若者健診の受診促進や、健診をより受けやすい体制づくりを検討します。

施策の方向 2 生活習慣病の発症予防及び重症化予防の推進

がんの早期発見・早期治療に向けて、がん検診を受診しやすい環境を整備するとともに、各種広報手段の活用や関係機関等との連携により、検診の重要性について普及啓発します。

また、特定健診等の結果から、高血圧や脂質異常、高血糖等の症状があり、生活習慣病の発症の危険性が高い者等を把握して、医師や保健師、栄養士等が個々人の生活状況に応じた保健指導を実施することにより、生活習慣病の発症及び重症化を予防します。

さらに、本市では糖尿病患者・慢性腎臓病患者が多く、さらに重症化して人工透析が必要となる者も多いことから、「慢性腎臓病（CKD）予防連携システム」の運営や、「（仮称）糖尿病の重症化予防連携システム」の構築を検討します。

これらに加え、歯周病が糖尿病や循環器疾患との関連性を指摘されていることから、歯・口腔と全身の健康の關係に着目した歯科疾患の予防対策を推進します。

【基本施策 1】 がん対策の推進

健康診査（がん検診等）

がんなどの生活習慣病予防対策の一環として、これらの疾患の疑いのある者や危険因子を持つ者をスクリーニングするため、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんなどの各種がん検診や、骨粗しょう症検診を実施します。

【基本施策 2】 循環器疾患対策の推進

特定保健指導対象外の者への保健指導

北九州市国民健康保険特定保健指導の対象外となる、例えば、「痩せているが血圧の高い者」「受診中であるが糖尿病の改善が図られていない者」など、高血圧、高血糖、脂質異常、腎機能低下の者を対象に保健師や栄養士等が家庭訪問等を行い、生活習慣の改善や治療の継続を支援し、重症化を予防します。

【基本施策 3】 糖尿病及び慢性腎臓病対策の推進

慢性腎臓病（CKD）予防連携システム

慢性腎臓病から人工透析への移行抑制に焦点をあて、かかりつけ医を核として、特定健診から、かかりつけ医、腎臓専門医までを一体的につなぐ連携システムにより、慢性腎臓病（CKD）の予防及び重症化予防と、心血管疾患の発症抑制を目指します。

【基本施策 4】 歯周病等への歯科疾患予防対策の推進

成人歯科保健事業

成人期における歯周病の早期発見・早期対応を行い、重症化の予防を図るとともに歯と口の健康づくりに対する意識を向上させるため、歯周疾患検診や妊産婦歯科検診を実施します。また、口腔と全身の健康との關係に着目した歯周病予防に関する啓発活動を行います。

基本目標 2 豊かな社会生活を営むためのこころと体の健康づくり

施策の方向 1 より良い生活習慣を築く親と子の健康づくり

乳幼児期の適切な生活習慣の定着には、子どもを生き育てる親の生活習慣が大きな影響を及ぼすことから、妊婦や親を対象とした健康教育や健康相談を実施するとともに、地域における市民主体の健康学習を支援します。

また、家庭や保育所・幼稚園、学校等との連携により、バランスのよい食事や、適切な身体活動・運動、早寝早起き、適切な歯みがきなど、健康の基礎となる生活習慣の重要性について学ぶことで、子どもが自らのこころと体を健やかに保つ力を育みます。

さらに、母子健康診査や各種健診の実施や、保健指導、健康相談等の事後フォローを行うとともに、未受診者に対する受診勧奨を実施します。

【基本施策 1】 基本的な生活習慣の定着による子どもの健康な体づくり

食を通じた乳幼児等の健康づくり

妊産婦や乳幼児の食事に関する悩みや不安を解消するために、ニーズに応じた母子栄養教室の内容の充実や、参加しやすい教室を開催し、栄養指導・啓発を行います。

家庭・地域への啓発事業

家庭における子どもとの接し方や、子どもへの教育上の留意点など、家庭教育上の様々な問題を解決する知識や能力を、保護者等が相互学習の中から習得できるような学習機会を提供するとともに、子どもに基本的な生活習慣を身に付けてもらうための家庭教育リーフレットを配布するなど、家庭教育に対する意識の向上を図ります。

食育を通じた児童生徒等の肥満・痩身対策事業

食育を通じて、適切な食生活など基本的な生活習慣を習得させることにより、肥満・痩身傾向児を減少させ、将来に向けて児童生徒等の健康を確保します。

【基本施策 2】 各種検診の受診促進及び事後フォローの推進

母子健康診査事業

妊婦や乳幼児に対する健康診査を公費助成することで、子育て世帯の経済的な負担を軽減するとともに、母体の健康維持や胎児の健やかな発育を支援します。

親子歯科保健事業

妊産婦、乳幼児やその養育者を対象とした様々な歯科保健事業（歯科健診、歯科保健指導、フッ化物塗布等）を実施し、むし歯等の歯科疾患の予防や適切な生活習慣の確立への支援を行い、健全な歯・口腔の育成と口腔機能の獲得を目指します。

乳幼児健康診査未受診者フォローアップ事業

虐待につながりやすい状況を早期に把握し予防するため、乳幼児健康診査未受診者に対して、家庭訪問等を実施し、受診勧奨するとともに、養育に関する相談に応じます。また、妊婦や乳幼児の健康診査をデータ管理し、受診結果に応じて保健指導を行います。

保育所、幼稚園、小学校の連携

保育所、幼稚園での就学前教育から小学校教育へと子どもの発達や学びの連続性を保障するために、情報伝達を行う仕組みとして、保育所児童保育要録や幼稚園幼児指導要録を作成・活用します。

施策の方向2 生活機能・身体機能を維持するための高齢者の健康づくり

年齢を重ねても、できるだけ長く自立した活力ある生活を営むために要支援・要介護状態の主な原因疾患であるロコモティブシンドローム（運動器症候群）や、脳血管疾患、認知症などの予防対策を総合的に推進します。

また、高齢者が人と人とのつながりの中で、生き生きと心豊かな社会生活を送ることができるよう、教養・文化、スポーツに親しむことのできる環境の整備とともに、ボランティア活動や就業など、それぞれの知識や経験、ライフスタイルに応じた社会参加ができる環境づくりを推進します。

【基本施策1】 生活習慣病予防と介護予防の総合的な推進

介護予防に関する普及・啓発事業

介護予防への関心を高め、その重要性や正しい知識を広く周知するため、講演会や新聞・リーフレットなどを活用したPR活動を行います。また、地域主体の介護予防を促進するため、健康づくり推進員等の活動支援やスキルアップ研修を実施します。

認知症発症予防の推進

保健・医療・福祉などの関係機関や地域住民等との連携による認知症予防のための講演会・教室の開催や軽度認知障害（MCI）に関する啓発・スクリーニング検査の実施、認知機能の向上を目的とした教室など、認知症予防に向けた取り組みを推進します。

健康マイレージ事業

「生涯を通じた健康づくり」を推進するため、介護予防・生活習慣改善等の取り組みや健康診査の受診等をポイント化し、そのポイントを健康グッズ等と交換することで健康づくりの重要性を広く普及啓発するとともに、市民の自主的かつ積極的な健康づくりへの取り組みを促進します。

【基本施策2】 高齢者の生きがいづくりと社会参加の促進

高齢者いきがい活動支援事業

高齢者の社会貢献や生きがいづくりを促進するため、高齢者の参加しやすいボランティア活動、生涯学習、仲間づくり情報の収集や情報提供を行う高齢者いきがい活動ステーションを設置、運営します。

まちの森プロジェクト～環境首都100万本植樹～

未利用市有地や公園の一部を、自治会やまちづくり協議会、老人クラブ、子ども会などの地域団体に無償で貸し付け、花壇・菜園や植樹用の苗木の育成などに活用してもらうことで、街なかの緑を増やし、高齢者の生きがいや健康づくり、多世代交流等を促進します。

施策の方向3 ライフステージを通じたこころの健康づくり

学校や職場、家庭等社会生活を送る様々な場面で生じる不安やストレスに対処し、自らと人の生命を大切に、力強く生き抜く力を育むための教育や知識の普及啓発を推進します。

また、本市では、働く世代にストレスを感じる人が多い現状を鑑み、産業界等との連携によって、ストレスケアやメンタルヘルスなどによるこころの健康づくりに努めます。

さらに、強い不安やストレスからうつ傾向やアルコール・薬物などへの依存のある者、あるいはこうした症状が重症化して自殺につながる危険性の高い者などへの相談支援体制も強化します。

【基本施策1】 こころの健康づくりのための正しい知識の教育・普及啓発

こころの健康教育・人材育成事業

市民のこころの健康に関する意識向上を図り、問題解決力を向上させるため、リラクゼーションやストレスケアなど、メンタルヘルスに関わる知識の普及啓発・健康教育を行います。また、うつ病やアルコール問題などの正しい知識の普及啓発のほか、早期発見・早期対応ができる人材を育成する「ゲートキーパー研修」や、児童・生徒の相談できる力を育てるための「教員等自殺対策支援者研修」、こころの問題を市民に広く啓発するための「自殺対策啓発講演会」などを実施します。

【基本施策2】 こころの健康づくりや自殺防止に向けた相談・支援体制の整備

うつ病等の精神疾患に関する相談支援事業

うつ病についての正しい知識や接し方などの情報を提供することを中心に、同じ問題を持つ家族同士が語り合い、わかち合う場を提供するための教室を実施します。

依存症に関する相談支援事業

薬物乱用・依存などの問題を抱える家族に対し、正しい知識や接し方を学び、同じ問題を抱える者同士のわかち合いの場を提供するための家族教室の実施や、薬物依存・ギャンブル依存問題等に関する相談窓口で個別相談を行います。

いのちとこころの支援事業

本市の自殺対策をさらに強化するため、こころの健康教育・人材育成事業をはじめ、専門家による自殺の危険性が高い者への相談支援や、専門家による関係機関・窓口支援など、きめ細かな相談支援が実現できるように、(仮称)地域自殺予防情報センターの設置など総合的な支援体制の整備を検討します。

トピックス



～セルフヘルプフォーラム～

市や近郊の自助(相互援助)グループが集まり、体験発表やモデルミーティングなどを行うセルフヘルプフォーラムが毎年11月に行われています。市も精神障害等の同じ課題を抱えた者同士の相互援助をサポートしています。

基本目標 3 個人の健康を支える社会環境の整備

施策の方向 1 身近な地域での市民主体の健康づくり

市民が身近な地域で気軽に、人と人とのふれあいの中で、楽しく健康づくりを続けることができるように、地域で健康づくりを牽引するボランティアの育成や活動を支援します。

また、まちづくり協議会や自治会、校（地）区社会福祉協議会、NPO・ボランティア団体などの多様な主体の様々なまちづくり活動と健康づくり活動が連携・協働することにより、市民一人ひとりのさらなる健康の維持・増進につながるよう支援します。

【基本施策 1】 地域の健康づくりを担う人材の育成及び活動支援

健康づくり推進員養成・活動支援事業

地域における健康づくり・介護予防を推進するリーダーとなる健康づくり推進員を、運動・栄養・休養に関する研修を行い、養成します。また、健康づくり推進員が行う地域での健康づくり・介護予防に関する情報発信や知識の普及、ウォーキング教室などの自主活動を支援します。

食生活改善推進員養成・活動支援事業

食を通じた健康づくり・介護予防活動を推進するリーダーの育成のため、食生活と生活習慣病などに関する研修を行い、食生活改善推進員を養成します。また、食生活改善推進員が行う地域での食と健康等に関する情報発信や、健康料理普及講習会、ふれあい昼食交流会などの活動を支援します。

【基本施策 2】 市民主体の健康づくりを支える地域団体との連携

市民センターを拠点とした健康づくり事業（地域でGO！GO！健康づくり）

市民センター等を拠点として、市民が主体となった話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を、まちづくり協議会、健康づくり推進員の会、食生活改善推進員協議会、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、行政（保健師等）などの連携により行います。

トピックス



～地域住民の交流拠点・サロン活動～

サロンとは歩いていけるような身近な場所で、高齢者と地域住民、ボランティア、事業所などが一緒になって企画・運営する地域交流の場です。おしゃべりを楽しむ休憩場所であるほか、健康に関するプログラムやレクリエーション、生活相談等、地域の状況や参加者の希望に応じて、様々な活動が行われています。

施策の方向2 身近な地域で健康づくりを続けられる環境づくり

すべての市民が自らの体力や嗜好(しこう)、ライフスタイルに応じて、身近な公園や園路、スポーツ施設などの既存施設や社会資源を活用して、気軽に健康づくりを続けることのできる環境づくりを推進します。

【基本施策1】 身近な地域で健康づくりに取り組める環境づくり

健康づくりを支援する公園整備事業

医学・運動学の観点から、健康遊具を効果的に配置し、高齢者の健康づくりが行える公園を整備します。また、設置する健康遊具は高齢者に優しく、高齢者の身体や運動機能の改善につながる仕様とします。

施策の方向3 多様な主体との連携及び協働による健康づくり

市民のこころと体の健康の維持・増進に資する活動に取り組む企業やNPO等との連携や支援、ネットワークの構築などにより、社会全体で市民の健康づくりを支援し、気運を高める取り組みを推進します。

【基本施策1】 企業や他の医療保険者等多様な主体との連携

健康づくり活動推進事業

職域や地域における健康づくり・介護予防に関する優れた取り組みを表彰することで、健康づくり・介護予防の気運を醸成し、職域から地域まで切れ目のない市民の健康づくりを推進します。また、受賞した企業・団体に協議会を構成し、健康づくりについて情報発信を行う仕組みを構築することで、継続的な普及啓発を図ります。

元気な食生活・食環境整備

食を通じた健康づくりを支えるため、給食施設に対して、利用者への栄養・食生活に関する情報提供の支援、指導を行います。また、「(仮称)健康づくり応援店」として、飲食店等、食関連事業者による健康・食育情報の提供やヘルシーメニューの提供、受動喫煙防止対策等を支援し、食環境整備を推進します。

トピックス



～NPO法人等による健康ウォーク～

市内各地の名所を歩く「無法松ツーデーマーチ」が、NPO法人や企業、行政等の連携により開催され、まちのにぎわいづくりや市民の健康づくりに寄与しています。

5. 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調

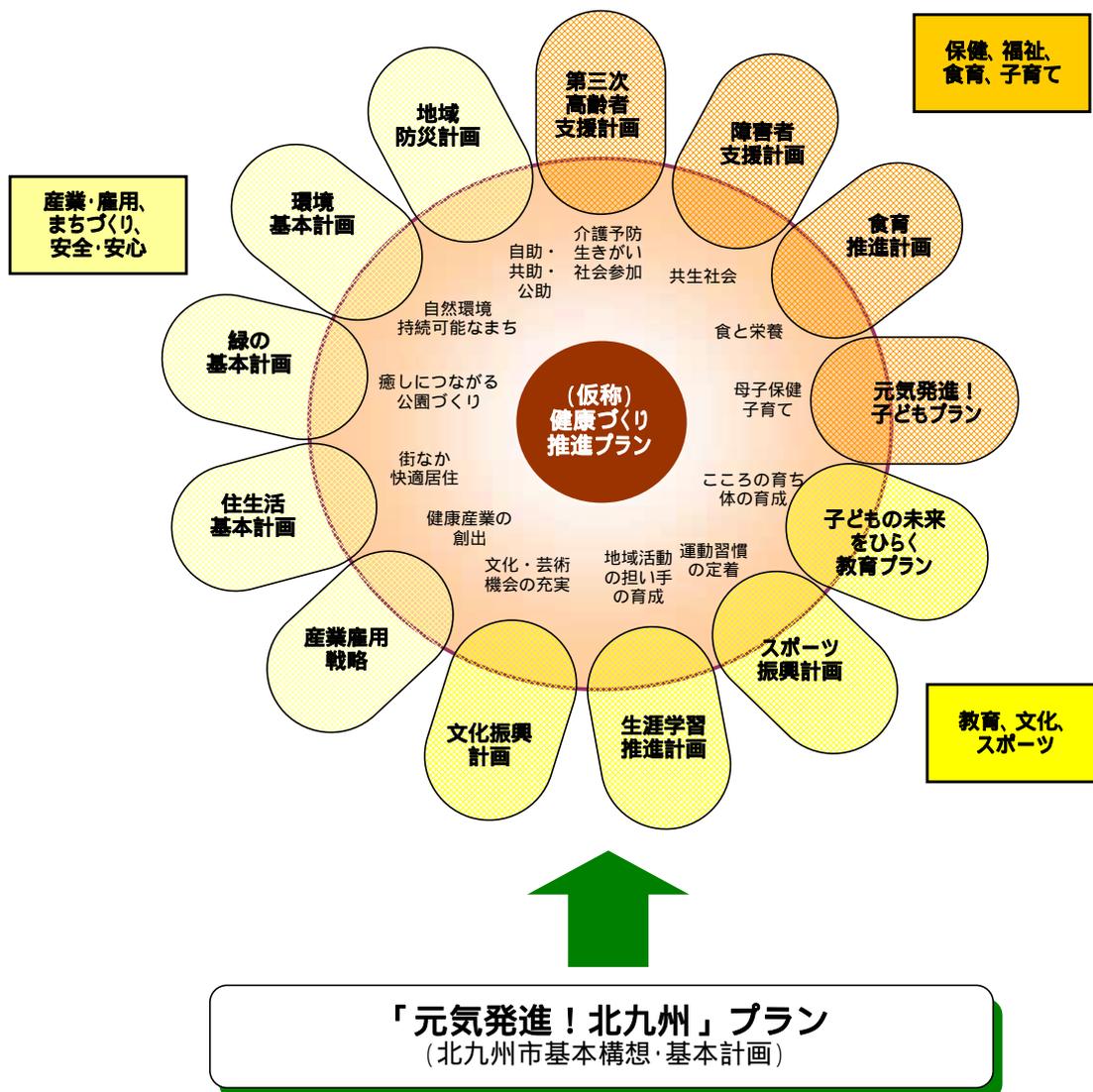
本プランでは、「今後取り組むべき重点項目」の一つに、「健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調」を掲げています。

WHO（世界保健機構）憲章においても、“健康”とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることとされています。

本市では、「健やかで心豊かな生活」を送ることのできるまちづくりを目指して、「保健、福祉」をはじめ、「食育」「子育て」「教育」「文化」「スポーツ」「産業・雇用」「まちづくり」「安全・安心」といった様々な分野ごとに計画を定め、各種の施策を推進しています。

今後も、すべての市民が健やかで心豊かな生活を送ることができるよう、本プランの着実な実行に努めるとともに、関連施策を所管する部署と連携し、協調を図っていきます。

本市の各分野別計画と健康づくりの関連について



6 . 主な計画の指標

本プランで掲げる基本目標の達成度を判断するため、各健康分野において指標と目標値を設定します。

【各健康分野における指標】

栄養・食生活

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|----------------------------|-------------------------------------|----------|
| 適正体重を維持している者の増加 (肥満、やせの減少) | 20～60 歳代男性の肥満者の割合 (BMI:25 以上) 23.7% | 減少傾向 |
| | 40～60 歳代女性の肥満者の割合 (BMI:25 以上) 17.3% | 減少傾向 |
| | 20 歳代女性のやせの者の割合 (BMI:18.5 未満) 19.7% | 減少傾向 |

BMI:身長(kg)÷(身長(m)×身長(m)) 標準・・・18.5 以上 25 未満

身体活動・運動

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|---|-----------------|----------|
| 運動習慣者の増加 (30分以上運動する人の割合) | 20～64 歳男性 26.3% | 31.0% |
| | 20～64 歳女性 22.5% | 28.0% |
| | 65 歳以上男性 45.2% | 50.0% |
| | 65 歳以上女性 32.5% | 38.0% |
| ロコモティブシンドローム (運動器症候群)を認知している市民の割合の増加 | | 50.0% |

休養・ストレス

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|-----------------|----------------------|----------|
| 心理的苦痛を感じている者の減少 | K6における10点以上 14.7% | 13.0% |

K6:うつや不安障害などの精神疾患に関する簡便な調査方法。精神状態に関する6つの質問を5段階で点数化、合計点が高いほど精神的な問題がより重い可能性がある。

喫煙

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|-----------|----------|----------|
| 喫煙者の割合の減少 | 男性 28.1% | 22.0% |
| | 女性 10.4% | 7.0% |

飲酒

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|--------------|-----------------------------|----------|
| 過度な飲酒をする者の減少 | 男性 37.7% (40g (基準量2倍)以上) | 32.0% |
| | 女性 43.1% (20g (基準量)以上) | 38.0% |

歯・口腔

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|---------------------------|----------|----------|
| 3歳児でう蝕のない者の割合の増加 | 69.7% | 80% |
| 60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 | 57.5% | 61.0% |
| 80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 | 37.8% | 47.0% |

健康管理・その他

| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|----------------------------------|-------------------------|----------|
| 特定健診・特定保健指導の実施率の向上 | 特定健診の受診率 (暫定値) 30.3% | 60.0% |
| | 特定保健指導の実施率 27.5% | 60.0% |
| がん検診の受診率の向上 (北九州市が実施する検診の受診率) | 胃がん 2.1% | 5.0% |
| | 肺がん 3.5% | 5.0% |
| | 大腸がん 6.7% | 12.0% |
| | 乳がん 14.2% | 22.0% |
| | 子宮頸がん 22.9% | 33.0% |
| 市民主体の健康づくり(地域でGO!GO!健康づくり)実施数の増加 | 97 団体 | 136 団体 |

「(仮称)北九州市健康づくり推進プラン」(素案)への意見提出用紙

様式は「参考」ですが、このまま使っていただいてもかまいません。(用紙が不足する場合、様式は問いませんので、ご自分でご用意ください。)

いただいたご意見は、住所、氏名を除き公表することがあります。

いただいたご意見に対して個別の回答は行いませんので、あらかじめご了承ください。

ご意見

住所(所在地)

氏名(団体・法人名)

年齢(どれかひとつに)

10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代以上

性別(どちらかに)

男・女

(仮称) 北九州市健康づくり推進プラン
【素案】

平成24年11月
北九州市保健福祉局

< 目 次 >

総論

総論 計画の策定にあたって

| | |
|------------------------------|---|
| <u>1. 計画策定の趣旨</u> | 3 |
| (1) 本市の状況と地域の課題 | |
| (2) これまでの取り組み | |
| (3) 次期計画の策定に向けて | |
| <u>2. 計画の位置づけ</u> | 5 |
| (1) 「元気発進！北九州」プランの各分野別計画との連携 | |
| (2) 法定計画として策定 | |
| <u>3. 計画の期間</u> | 6 |

総論 計画を取り巻く状況と課題

| | |
|-------------------------------------|----|
| <u>1. 少子高齢化の状況</u> | 7 |
| (1) 高齢化率の推移 | |
| (2) 75歳以上の高齢者（後期高齢者）の増加 | |
| (3) 介護保険要支援・要介護認定者数の推移 | |
| (4) 少子化の推移 | |
| <u>2. 死因や疾病からみる健康状況</u> | 9 |
| (1) 主要死因の割合 | |
| (2) 主要死因の年次推移 | |
| (3) 主要死因の性別・年代別の割合と人数 | |
| (4) 悪性新生物（がん）の性別・部位別の死亡割合 | |
| (5) 主要な悪性新生物（がん）の性別・部位別の死亡率推移 | |
| (6) 主要な悪性新生物（がん）の性別・年代別死亡者数 | |
| <u>3. 健康診査・各種検診の受診状況</u> | 13 |
| (1) 母子健康診査 | |
| (2) 妊産婦・乳幼児歯科健診 | |
| (3) 歯周疾患検診 | |
| (4) 北九州市がん検診 | |
| (5) 北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導 | |
| (6) 生活習慣病の予備群・有病者率（北九州市国民健康保険特定健診） | |
| <u>4. 医療費の状況</u> | 16 |
| (1) 医療・調剤報酬明細書（レセプト）の現状（北九州市国民健康保険） | |
| (2) 北九州市国民健康保険の医療費（政令指定都市比較） | |
| (3) 北九州市国民健康保険の保険料（政令指定都市比較） | |
| <u>5. 市民の生活習慣の状況</u> | 18 |

- (1) 食生活
- (2) 適正体重
- (3) 運動
- (4) 喫煙
- (5) 飲酒
- (6) 歯・口腔
- (7) 睡眠
- (8) こころの健康

総論 計画の基本的な考え方

| | |
|--------------------------------------|----|
| <u>1. 今後取り組むべき重点項目</u> | 27 |
| (1) 生活習慣病予防・重症化予防の強化 | |
| (2) 乳幼児から高齢者までのライフステージを通じた健康づくりの推進 | |
| (3) こころの健康づくりの推進 | |
| (4) 個人の健康づくりを支える環境の整備 | |
| (5) 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調 | |
| <u>2. 基本理念と計画の構成</u> | 28 |
| (1) 基本理念 | |
| (2) 計画の構成 | |
| <u>3. 計画の体系図</u> | 29 |

各論

各論 生活習慣病の予防及び重症化予防【基本目標 1】

| | |
|-------------------------------------|----|
| <u>施策の方向 1 健康な生活習慣の維持に向けた理解の促進</u> | 36 |
| < 基本施策 1 > 健康知識の普及啓発及び健康学習の支援 | |
| < 基本施策 2 > 特定健診・若者健診の受診促進 | |
| <u>施策の方向 2 生活習慣病の発症予防及び重症化予防の推進</u> | 39 |
| < 基本施策 1 > がん対策の推進 | |
| < 基本施策 2 > 循環器疾患対策の推進 | |
| < 基本施策 3 > 糖尿病及び慢性腎臓病対策の推進 | |
| < 基本施策 4 > 歯周病等への歯科疾患予防対策の推進 | |

各論 豊かな社会生活を営むためのこころと体の健康づくり【基本目標 2】

| | |
|---|----|
| <u>施策の方向 1 より良い生活習慣を築く親と子の健康づくり</u> | 50 |
| < 基本施策 1 > 基本的な生活習慣の定着による子どもの健康な体づくり | |
| < 基本施策 2 > 各種検診の受診促進及び事後フォローの推進 | |
| <u>施策の方向 2 生活機能・身体機能を維持するための高齢者の健康づくり</u> | 58 |

| | | |
|------------------------------------|------------------------------|----|
| <基本施策1> | 生活習慣病予防と介護予防の総合的な推進 | |
| <基本施策2> | 高齢者の生きがいづくりと社会参加の促進 | |
| 施策の方向3 ライフステージを通じたこころの健康づくり | | 64 |
| <基本施策1> | こころの健康づくりのための正しい知識の教育・普及啓発 | |
| <基本施策2> | こころの健康づくりや自殺防止に向けた相談・支援体制の整備 | |

各論 個人の健康を支える社会環境の整備【基本目標3】

| | | |
|--------------------------------------|------------------------|----|
| 施策の方向1 身近な地域での市民主体の健康づくり | | 74 |
| <基本施策1> | 地域の健康づくりを担う人材の育成及び活動支援 | |
| <基本施策2> | 市民主体の健康づくりを支える地域団体との連携 | |
| 施策の方向2 身近な地域で健康づくりを続けられる環境づくり | | 78 |
| <基本施策1> | 身近な地域で健康づくりに取り組める環境づくり | |
| 施策の方向3 多様な主体との連携及び協働による健康づくり | | 80 |
| <基本施策1> | 企業や他の医療保険者等多様な主体との連携 | |

計画の指標

| | | |
|-------|--------------------------|----|
| 基本目標1 | 生活習慣病の予防及び重症化予防 | 85 |
| 基本目標2 | 豊かな社会生活を営むためのこころと体の健康づくり | 88 |
| 基本目標3 | 個人の健康を支える社会環境の整備 | 91 |

資料

| | | |
|----|--------------------------|-----|
| 1. | 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調 | 95 |
| 2. | 北九州市健康づくり懇話会 | 105 |
| 3. | 市民・学校調査概要 | 107 |
| 4. | 用語解説 | 110 |

トピックス

| | | |
|-------|-------------------------------------|----|
| トピックス | むすぼうや！ピンクリボン ～がん検診の受診促進～ | 40 |
| トピックス | 正しく知って糖尿病予防 ～糖尿病フェスタ～ | 43 |
| トピックス | 「森のチカラ」で認知症ケア ～もりフォーラム～ | 61 |
| トピックス | 簡単な大工仕事などをボランティアがお手伝い～腕自慢おまかせサービス～ | 63 |
| トピックス | 回復は仲間と一緒に！ ～セルフヘルプフォーラム～ | 67 |
| トピックス | 地域の健康づくりの牽引役 ～健康づくり推進員～ | 75 |
| トピックス | 正しい食生活の伝道師 ～食生活改善推進員～ | 76 |
| トピックス | 健康の輪を広げ、地域の絆を深めよう！ ～地域でGO!GO!健康づくり～ | 77 |
| トピックス | 身近な地域で生き生き健康づくり ～地域住民の交流拠点・サロン活動～ | 78 |
| トピックス | 楽しく歩いて健康づくり ～NPO法人等による健康ウォーク～ | 80 |

總論

総論 計画の策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

(1) 本市の状況と地域の課題

本市では、全国平均を上回る速さで高齢化が進んでおり、平成24年3月現在の高齢化率は25.5%と、市民の4人に1人が高齢者となっています。

今後もさらに高齢化は進行し、平成27年には市民のおよそ3.4人に1人が高齢者になると予測されています。

また、少子化については、本市の平成22年の出生数は8,302人、合計特殊出生率は1.48で全国平均より若干高いものの、依然として人口は減少傾向にあります。

こうした少子高齢化の進行に加え、個人の価値観やライフスタイルの多様化などによって、地域のつながりは希薄化しており、住民相互の見守りや支え合い機能の低下といった課題も顕在化しています。

さらに、長引く経済不況により、現状のままでは医療や介護などの社会保障制度の維持自体が難しい状況となってきています。

(2) これまでの取り組み

これまで、本市では、平成18年3月に策定した「健康福祉北九州総合計画（健康づくり部門）」及び平成21年3月に策定した同計画改訂版に基づき、生涯を通じて市民一人ひとりが健康で生き生きと心豊かに満足して暮らすことができる『健康で元気なまちづくり』の実現に向け、様々な取り組みを進めてきました。

市民のライフステージや健康状態に応じた情報や学習・相談機会を提供したほか、身近な地域で市民が主体的に健康づくりに取り組むための人材育成や環境整備に努めてきました。

また、死因の約3割を占めるがんの早期発見・早期治療や、増加する糖尿病や心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病予防及び重症化予防を目的として、各種健康診査の実施及び受診促進に努めるとともに、健診の事後フォローの充実などに取り組んできました。

(3) 次期計画の策定に向けて

しかしながら、本市においては、がんや心疾患、脳血管疾患などの死亡率は政令指定都市と比較しても依然高い状況にあり、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病有病者も多く、これらが重症化して介護が必要となる高齢者も増加しています。

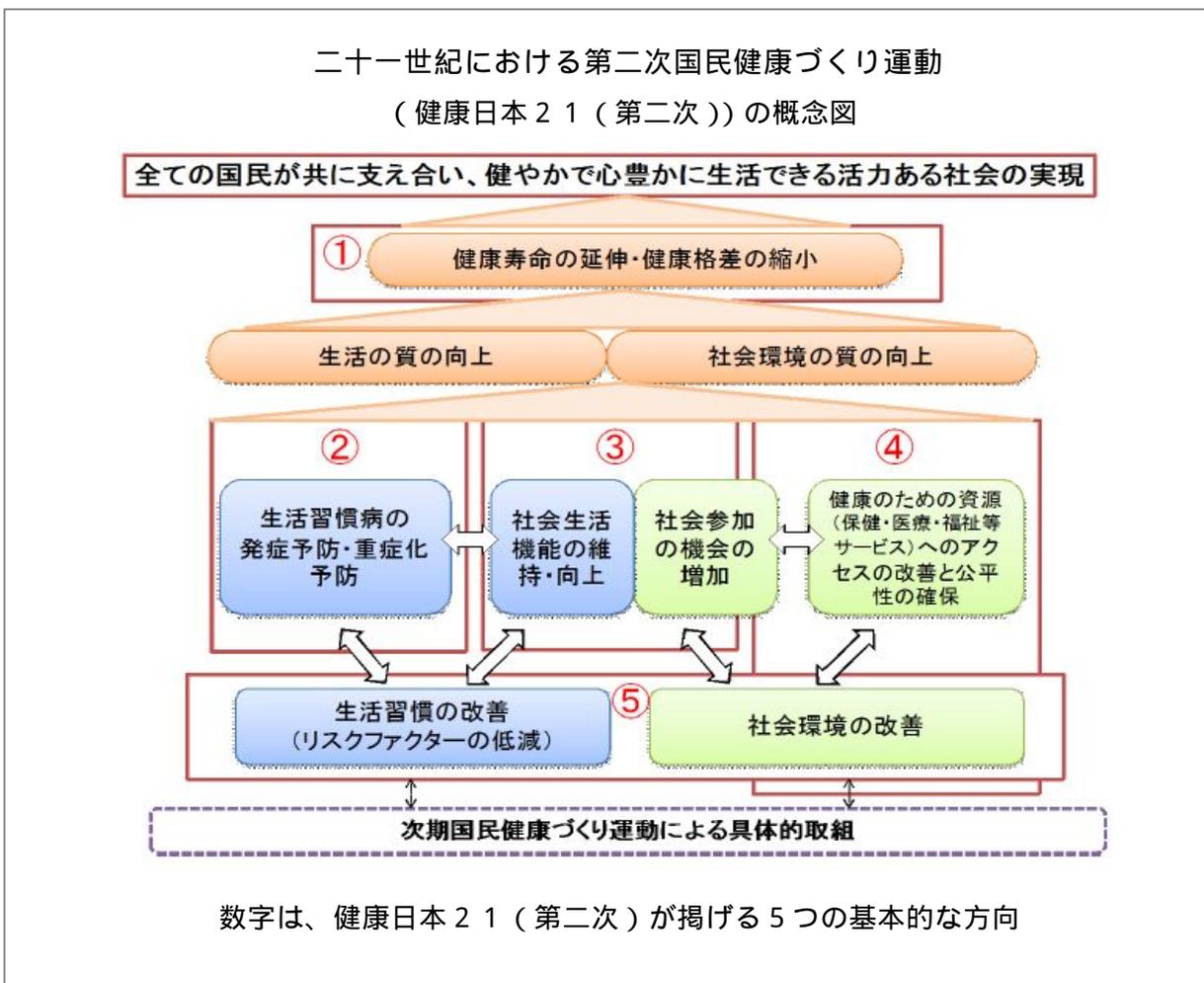
また、平成23年度の本市国民健康保険の1人当たりの医療費は、政令指定都市の中でも2番目に高い状況となっています。

さらに、長引く景気の低迷による経済問題や健康問題、学校や職場、家庭での人間関係

など、様々な要因でストレスや不安を感じる人が増加し、自殺者も後を絶たない中、こころの健康についても対策の強化が求められています。

国においては、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標に掲げ、平成25年度から34年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次）」を推進することとしており、平成24年7月に、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（大臣告示）」が示されました。

本市では、こうした国の動きも踏まえ、山積する健康課題を着実に解決することにより、すべての市民の健やかで心豊かな生活の実現を目指して、新たな「北九州市健康づくり推進プラン」を策定しました。



2. 計画の位置づけ

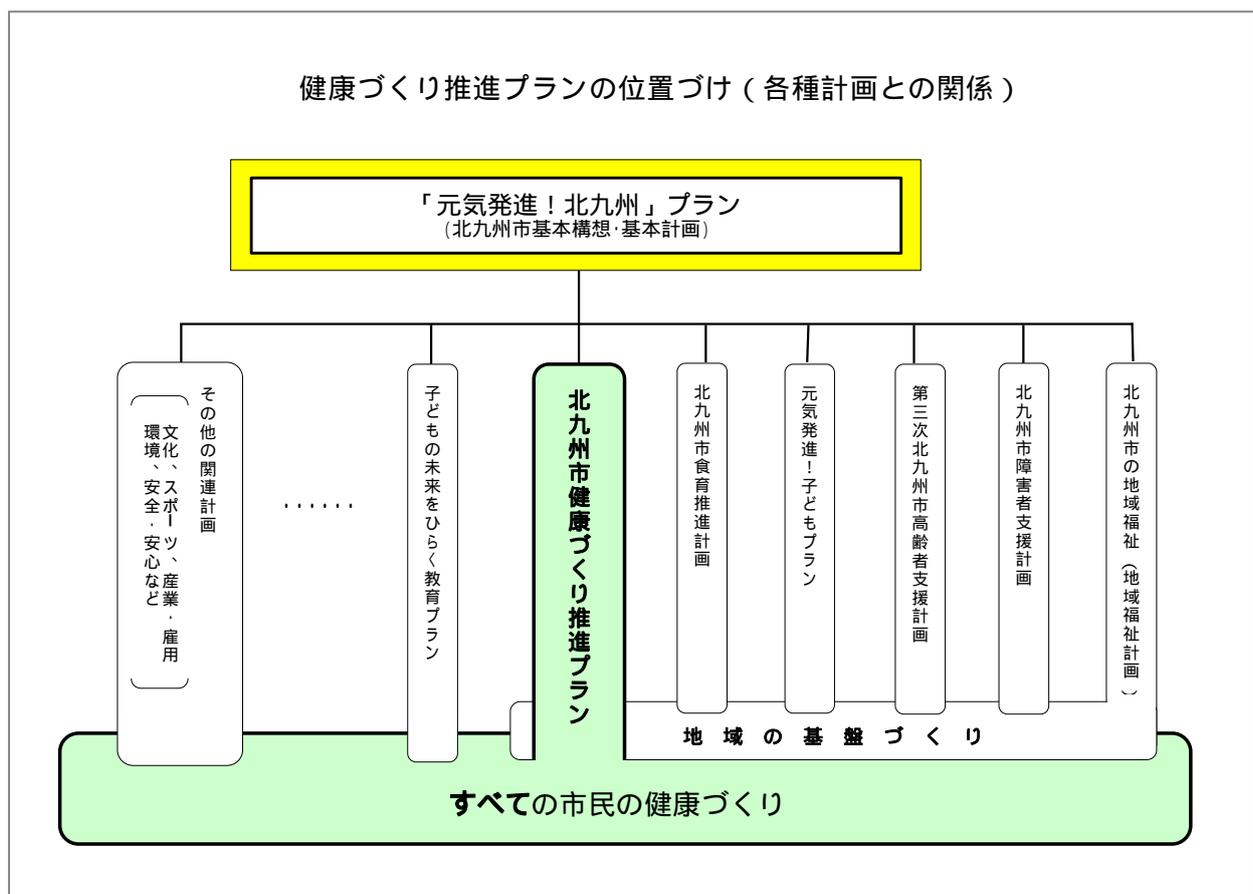
(1) 「元気発進！北九州」プランの各分野別計画との連携

本市では、急速な超高齢・少子化や厳しさを増す社会経済情勢の中で、直面する様々な課題に対応し、誰もが安心して生活し、地域社会の一員として生き生きと活躍できる、活力と魅力あるまちを次世代に受け継ぐため、市の基本構想・基本計画である「元気発進！北九州」プランを策定しています。

このプランに基づき、保健・医療・福祉をはじめ、教育、文化、スポーツ、産業・雇用、環境など、様々な分野別計画を策定して「まちづくり」を進めています。

「北九州市健康づくり推進プラン（以下、本プラン）」で目指す市民の「健康」は、単に病気でないということではなく、こころも体も健やかで、地域で人と人とのつながりを楽しみながら、心豊かにその人らしく生き生きとした生活を送ることのできる状態です。

そのため、本プランの推進にあたっては、市民の「健康」の実現に関わる様々な分野別計画と相互に連携を図ることが重要と考えています。



(2) 法定計画として策定

健康増進法第8条第2項では、市町村は、国の「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」や県の「健康増進計画」を勘案して、市民の健康の増進の推進に関する施策についての計画を定めるように努めることとされており、本プランは、同法に規定する「市町村健康増進計画」として策定しました。

3. 計画の期間

本プランの期間は、平成25年度から平成29年度までの5年間とします。

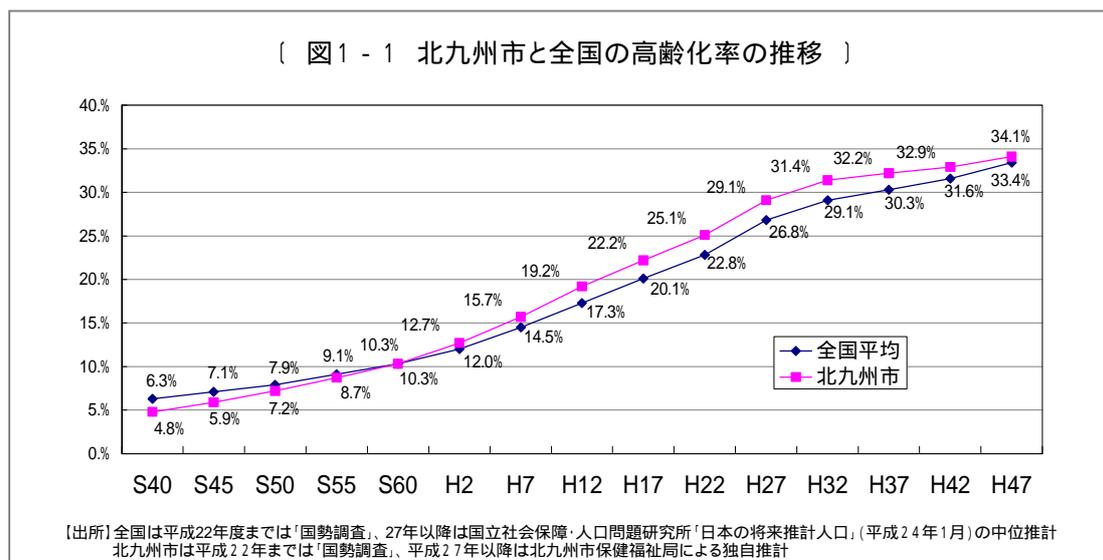
| 分野 | 年度 | H18年度 | H19年度 | H20年度 | H21年度 | H22年度 | H23年度 | H24年度 | H25年度 | H26年度 | H27年度 | H28年度 | H29年度 |
|------------------|----|--|-------|-------|------------------------------------|-------|-----------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|
| 市基本構想・基本計画 | | 北九州市ルネッサンス構想まちづくり推進計画2010 | | | 「元気発進！北九州」プラン (平成20年12月～平成32年度) | | | | | | | | |
| 健康増進計画 | | 健康福祉北九州総合計画 (健康づくり部門) (平成18年度～平成22年度 ～平成24年度(延長)) | | | | | 国に合わせて 2年間延長 | | 北九州市健康づくり推進プラン (平成25年度～平成29年度) <5年間> | | | | |
| 国の健康増進を図るための基本方針 | | 健康日本21 (21世紀における国民健康づくり運動) (平成12年～平成22年度 ～平成24年度(延長)) | | | | | 2年間延長 | | 健康日本21～第2次～ (平成25年度～平成34年度) <10年間> | | | | |

1. 少子高齢化の状況

(1) 高齢化率の推移

本市の高齢化率（総人口に占める65歳以上の人口の割合）は、国勢調査の行われた平成22年で25.1%と、政令指定都市の中で最も高く、人口の約4人に1人が高齢者という状況で、今後もさらなる高齢化の進展が確実視されています。

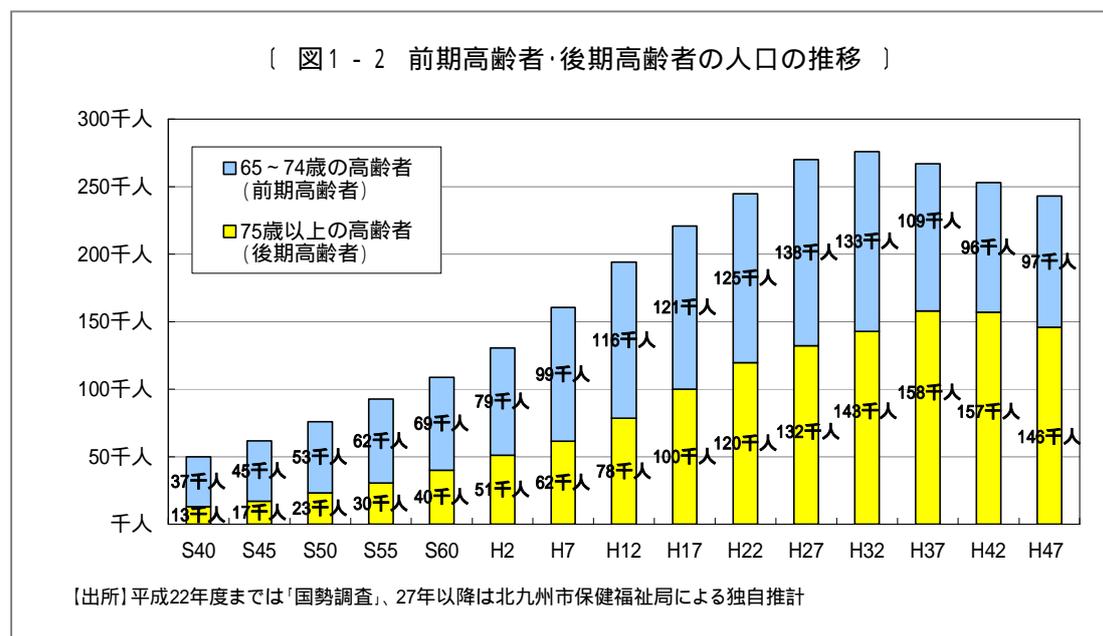
〔図1-1 北九州市と全国の高齢化率の推移〕



(2) 75歳以上の高齢者（後期高齢者）の増加

高齢者のうち75歳以上の人の割合は、国勢調査の行われた平成22年で48.9%と半数近くに達し、全国値48.2%をやや上回っています。75歳以上の高齢者の増加に伴い、認知症や寝たきりなどの要支援・要介護高齢者が増加するとともに、介護する家族などの負担や医療費等の増加が考えられます。

〔図1-2 前期高齢者・後期高齢者の人口の推移〕



(3) 介護保険要支援・要介護認定者数の推移

高齢化に伴い、平成19年から平成23年にかけて要支援・要介護認定者数、介護サービス利用者数ともに1.13倍に増加しています。

[図1-3 介護保険要支援・要介護認定者数の推移]

(単位:人)

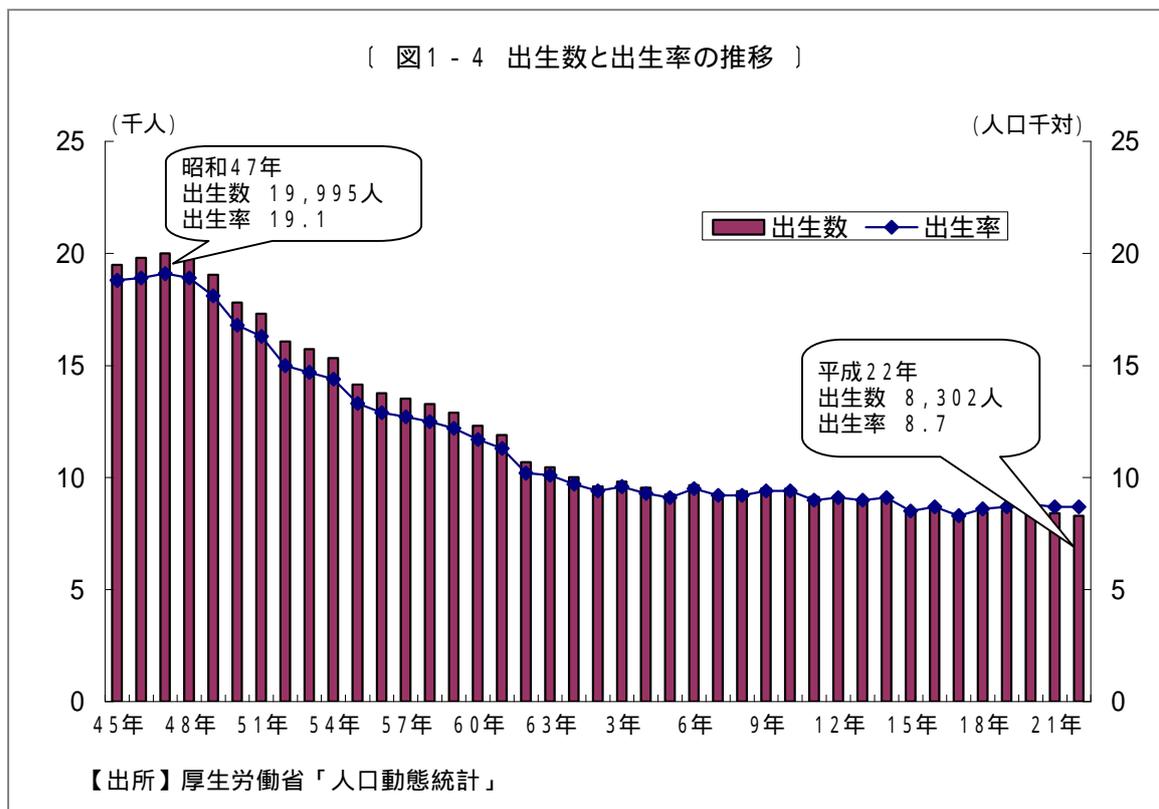
| | 平成19年 | 平成20年 | 平成21年 | 平成22年 | 平成23年 |
|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 要支援・要介護認定者数 | 46,472 | 47,046 | 48,574 | 50,372 | 52,500 |
| 要支援1 | 7,662 | 6,399 | 6,255 | 6,431 | 7,319 |
| 要支援2 | 6,339 | 6,558 | 6,534 | 6,544 | 6,439 |
| 要介護1 | 8,826 | 9,302 | 10,070 | 11,177 | 12,157 |
| 要介護2 | 8,226 | 8,451 | 9,136 | 9,008 | 9,182 |
| 要介護3 | 6,227 | 6,751 | 6,844 | 6,623 | 6,529 |
| 要介護4 | 5,059 | 5,311 | 5,396 | 5,813 | 5,864 |
| 要介護5 | 4,133 | 4,274 | 4,339 | 4,776 | 5,010 |
| 介護サービス利用者数 | 34,881 | 35,702 | 36,759 | 37,836 | 39,355 |

【出所】保健福祉局介護保険課調べ(各年4月末の認定者数・4月分利用者数)

(4) 少子化の推移

本市の出生数は、昭和47年のピーク時には19,995人でしたが、平成22年には、8,302人と約6割減少しています。同様に人口千人当たりの出生数を表す出生率も昭和47年の19.1をピークに減少し、平成22年には8.7(全国値8.5)となっています。

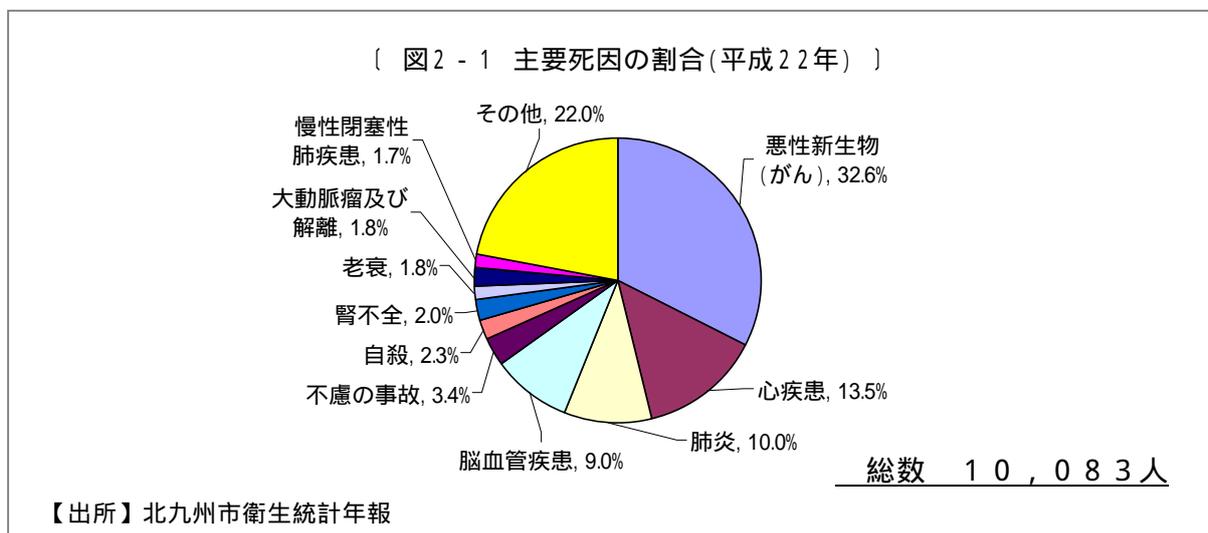
[図1-4 出生数と出生率の推移]



2. 死因や疾病からみる健康状況

(1) 主要死因の割合

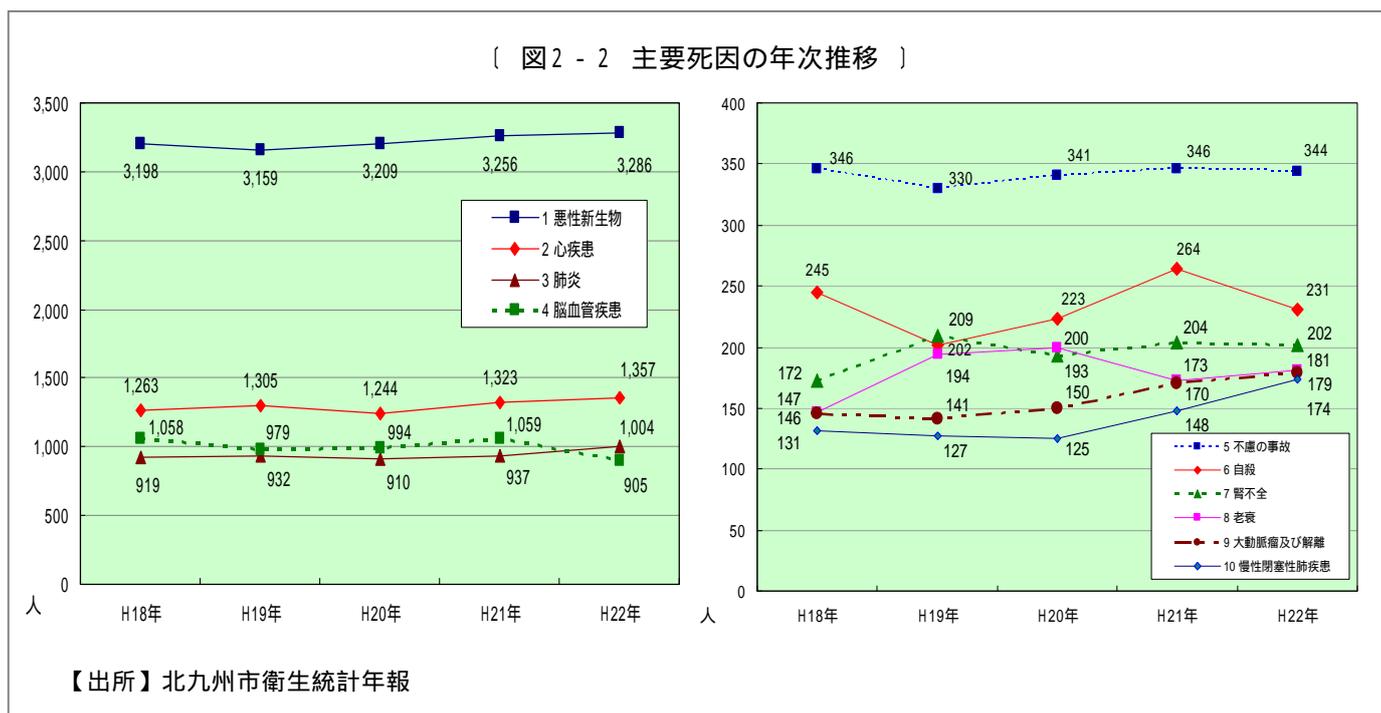
本市の主要死因を見ると、「悪性新生物（がん）」「心疾患」「脳血管疾患」のいわゆる生活習慣病の三大疾患が全死亡者数の55.1%を占めています。特に、悪性新生物（がん）は他の死亡率を大きく引き離しており、全国と比較しても高い状況です。



(2) 主要死因の年次推移

年次推移を見ると、平成22年は「脳血管疾患」が減少したため、「肺炎」が死因の第3位、「脳血管疾患」は第4位となりました。その他の疾患では、「大動脈瘤及び解離」「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」に増加の兆しがうかがえます。

「自殺」による死亡者数は、依然として200人を超え、人口10万人当たりの自殺率は、政令指定都市の中でも高い状況といえます。



(3) 主要死因の性別・年代別の割合と人数

死因の第1位の「悪性新生物(がん)」は、男性の割合が高く、第2位の「心疾患」は女性の割合が高くなっています。

「自殺」については、男性が第6位、女性が第9位で、人数では男性が女性の2倍以上となっています。

また、男性では「慢性閉塞性肺疾患(COPD)」が第7位になっており、女性より喫煙者が多いことが原因と思われます。世界保健機構(WHO)の試算では、COPDによる死亡者は今後世界的にも増えることが予測されています。

一方、女性では、糖尿病と関連する「腎不全」や、高血圧症を主因とする「大動脈瘤及び解離」がそれぞれ、第7位、第8位となっており、三大疾患と合わせて、生活習慣病による死因が主要死因の5つを占めています。

年代別に見ると「悪性新生物(がん)」による死亡者数は、50歳代で3ケタになっています。また、「自殺」による死亡者数は、20歳代から2ケタとなっており、早世の原因となっています。

[図2-3 主要死因の性別・年代別の割合と人数(平成22年)]

【男性】

| 順位 | 第1位 | 第2位 | 第3位 | 第4位 | 第5位 | 第6位 | 第7位 | 第8位 | 第9位 | 第10位 | その他 | 合計 |
|-------|-----------|-------|-------|-------|-------|------|----------|------|----------|------|-------|--------|
| | 悪性新生物(がん) | 心疾患 | 肺炎 | 脳血管疾患 | 不慮の事故 | 自殺 | 慢性閉塞性肺疾患 | 肝疾患 | 大動脈瘤及び解離 | 腎不全 | | |
| 0~9歳 | | 1 | 1 | | 2 | | | | | | 13 | 17 |
| 10歳代 | 3 | 2 | 1 | | 4 | 1 | | | | | 2 | 13 |
| 20歳代 | 3 | 1 | 1 | | 8 | 20 | | 1 | | | 4 | 38 |
| 30歳代 | 6 | 7 | | 4 | 7 | 24 | | 2 | 1 | | 7 | 58 |
| 40歳代 | 21 | 15 | 4 | 14 | 8 | 24 | | 7 | | 1 | 21 | 115 |
| 50歳代 | 151 | 35 | 12 | 32 | 16 | 37 | 2 | 20 | 3 | 2 | 47 | 357 |
| 60歳代 | 423 | 95 | 38 | 56 | 34 | 30 | 11 | 23 | 15 | 15 | 132 | 872 |
| 70歳代 | 679 | 170 | 121 | 119 | 45 | 22 | 32 | 31 | 25 | 19 | 269 | 1,532 |
| 80歳以上 | 661 | 269 | 358 | 214 | 75 | 6 | 81 | 14 | 42 | 41 | 484 | 2,245 |
| 合計 | 1,947 | 595 | 536 | 439 | 199 | 164 | 126 | 98 | 86 | 78 | 979 | 5,247 |
| 割合 | 37.1% | 11.3% | 10.2% | 8.4% | 3.8% | 3.1% | 2.4% | 1.9% | 1.6% | 1.5% | 18.7% | 100.0% |

【女性】

| 順位 | 第1位 | 第2位 | 第3位 | 第4位 | 第5位 | 第6位 | 第7位 | 第8位 | 第9位 | 第10位 | その他 | 合計 |
|-------|-----------|-------|------|-------|------|-------|------|----------|------|------|-------|--------|
| | 悪性新生物(がん) | 心疾患 | 肺炎 | 脳血管疾患 | 老衰 | 不慮の事故 | 腎不全 | 大動脈瘤及び解離 | 自殺 | 敗血症 | | |
| 0~9歳 | | 1 | 1 | | | | | | | | 10 | 12 |
| 10歳代 | 1 | | | | | | | | 2 | | 3 | 6 |
| 20歳代 | | 2 | | | | 4 | | | 11 | | 4 | 21 |
| 30歳代 | 10 | 2 | | 2 | | 2 | | | 10 | | 8 | 34 |
| 40歳代 | 24 | 3 | 1 | 7 | | 4 | | | 7 | | 9 | 55 |
| 50歳代 | 108 | 10 | 2 | 9 | | 4 | | 1 | 8 | 1 | 23 | 166 |
| 60歳代 | 214 | 32 | 7 | 30 | | 10 | 5 | 7 | 11 | 5 | 79 | 400 |
| 70歳代 | 349 | 101 | 48 | 55 | 4 | 36 | 16 | 25 | 11 | 9 | 234 | 888 |
| 80歳以上 | 633 | 611 | 409 | 363 | 146 | 85 | 103 | 60 | 7 | 43 | 794 | 3,254 |
| 合計 | 1,339 | 762 | 468 | 466 | 150 | 145 | 124 | 93 | 67 | 58 | 1,164 | 4,836 |
| 割合 | 27.7% | 15.8% | 9.7% | 9.6% | 3.1% | 3.0% | 2.6% | 1.9% | 1.4% | 1.2% | 24.1% | 100.0% |

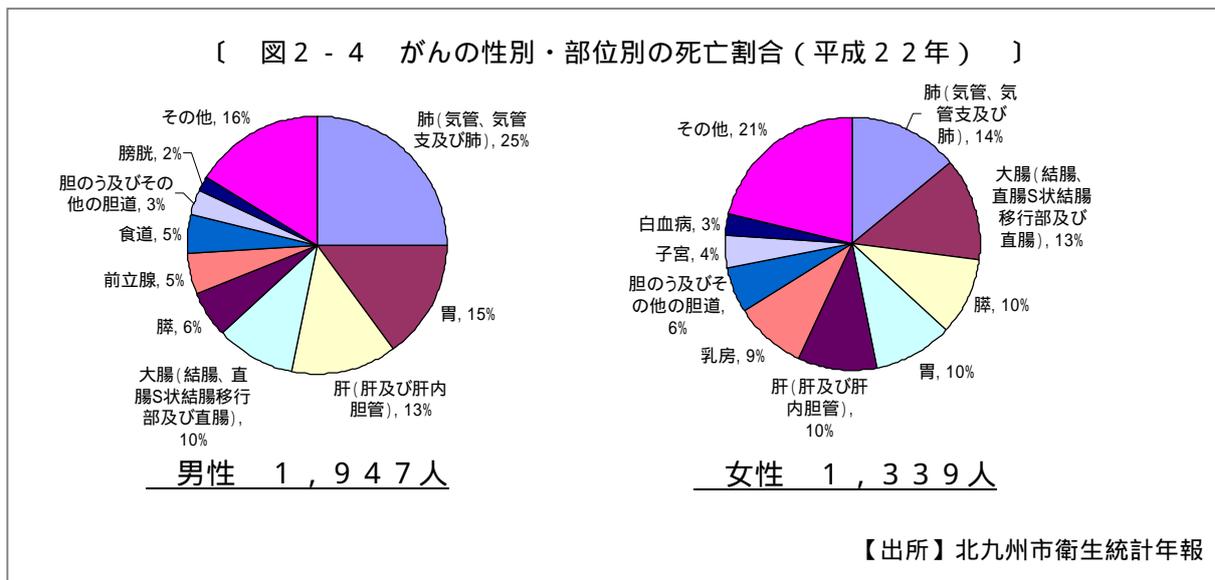
【出所】北九州市衛生統計年報

(4) 悪性新生物(がん)の性別・部位別の死亡割合

性別にかかわらず、第1位は「肺がん」です。肺がんの主な原因は、喫煙(受動喫煙を含む)であり、喫煙率が高い男性の方が、割合も高くなっています。

また、男性では、高食塩・高脂肪などの食習慣が影響する「胃がん」「大腸がん」が第2位、第4位に、飲酒との関連が強い「肝がん」が第3位となっています。

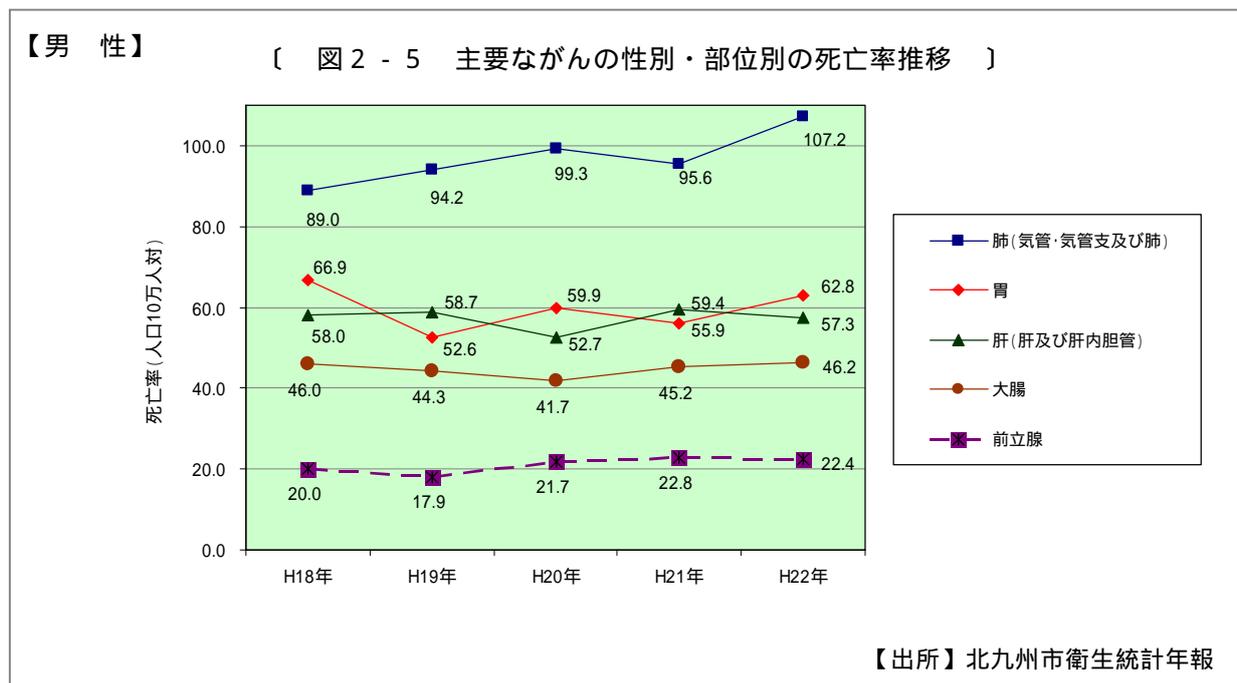
一方、女性は「大腸がん」が第2位、「乳がん」が第6位となっています。



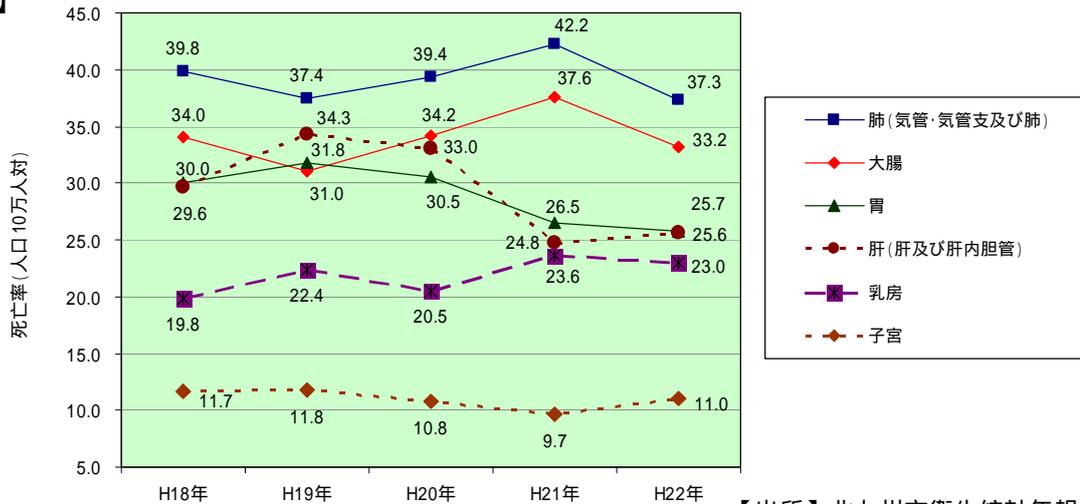
(5) 主要な悪性新生物(がん)の性別・部位別の死亡率推移

年次推移を見ると、男性では「肺がん」が増加傾向にあり、全国と比較しても高い状況です。

また、女性では「乳がん」が増加傾向にあることがうかがえる一方、増加傾向にあった「肺がん」と「大腸がん」は、平成22年は減少しています。



【女 性】



【出所】北九州市衛生統計年報

(6) 主要な悪性新生物 (がん) の性別・年代別死亡者数

性別を見ると、悪性新生物(がん)による死亡者数は、男性が女性より多い状況です。

また、男性では、前立腺を除く各部位で50歳代から2ケタの死亡者数となり、「肺がん」は60歳代で3ケタとなっています。

一方、女性は「乳がん」「子宮がん」「大腸がん」が、50歳代で2ケタの死亡者数となっています。

[図 2 - 6 主要ながんの性別・年代別死亡者数 (平成 2 2 年)]

【男 性】

| | 肺 (気管、気管支及び肺) | 胃 | 肝 (肝及び肝内胆管) | 大腸 (結腸、直腸S状結腸移行部及び直腸) | 前立腺 |
|-------|---------------|-----|-------------|-----------------------|-----|
| 30歳代 | 1 | | | 1 | |
| 40歳代 | 7 | | 1 | 3 | |
| 50歳代 | 29 | 24 | 23 | 21 | |
| 60歳代 | 109 | 63 | 66 | 45 | 10 |
| 70歳代 | 167 | 99 | 101 | 73 | 29 |
| 80歳以上 | 170 | 97 | 67 | 65 | 62 |
| 合計 | 483 | 283 | 258 | 208 | 101 |

【女 性】

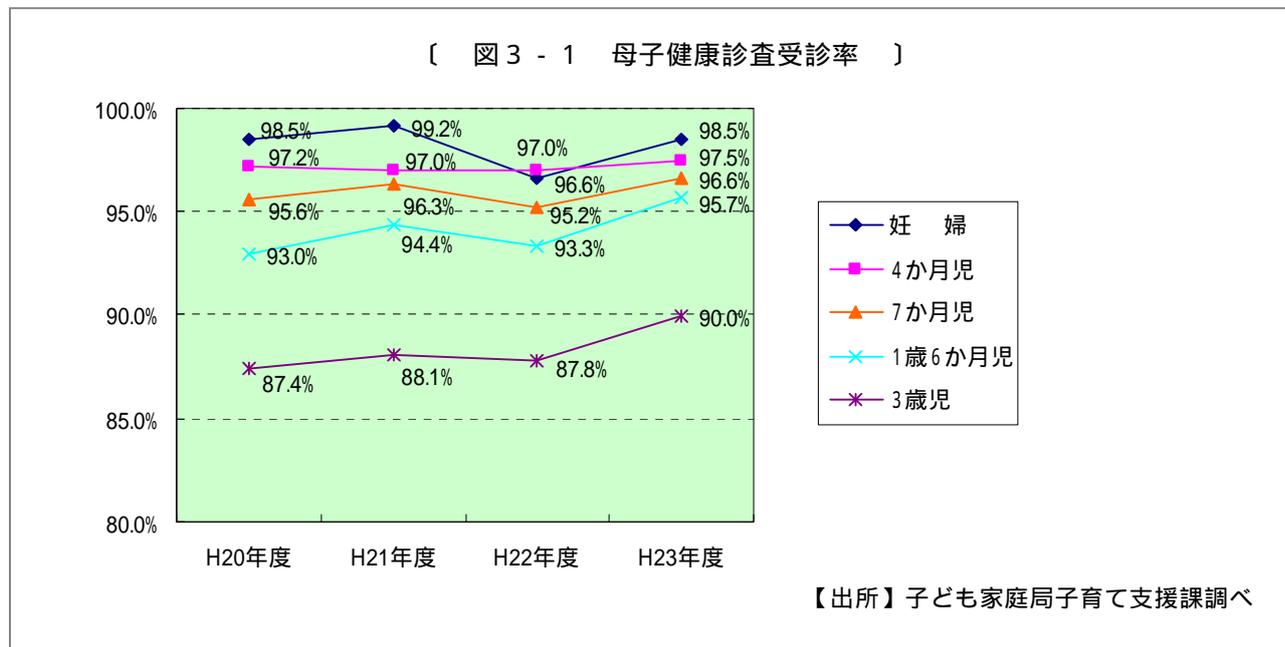
| | 肺 (気管、気管支及び肺) | 大腸 (結腸、直腸S状結腸移行部及び直腸) | 胃 | 肝 (肝及び肝内胆管) | 乳房 | 子宮 |
|-------|---------------|-----------------------|-----|-------------|-----|----|
| 30歳代 | | | 3 | | 2 | 2 |
| 40歳代 | | 1 | 3 | | 4 | 5 |
| 50歳代 | 9 | 17 | 4 | 2 | 25 | 11 |
| 60歳代 | 19 | 30 | 16 | 23 | 42 | 13 |
| 70歳代 | 56 | 39 | 23 | 49 | 22 | 10 |
| 80歳以上 | 106 | 82 | 82 | 56 | 22 | 15 |
| 合計 | 190 | 169 | 131 | 130 | 117 | 56 |

【出所】北九州市衛生統計年報

3. 健康診査・各種検診の受診状況

(1) 母子健康診査

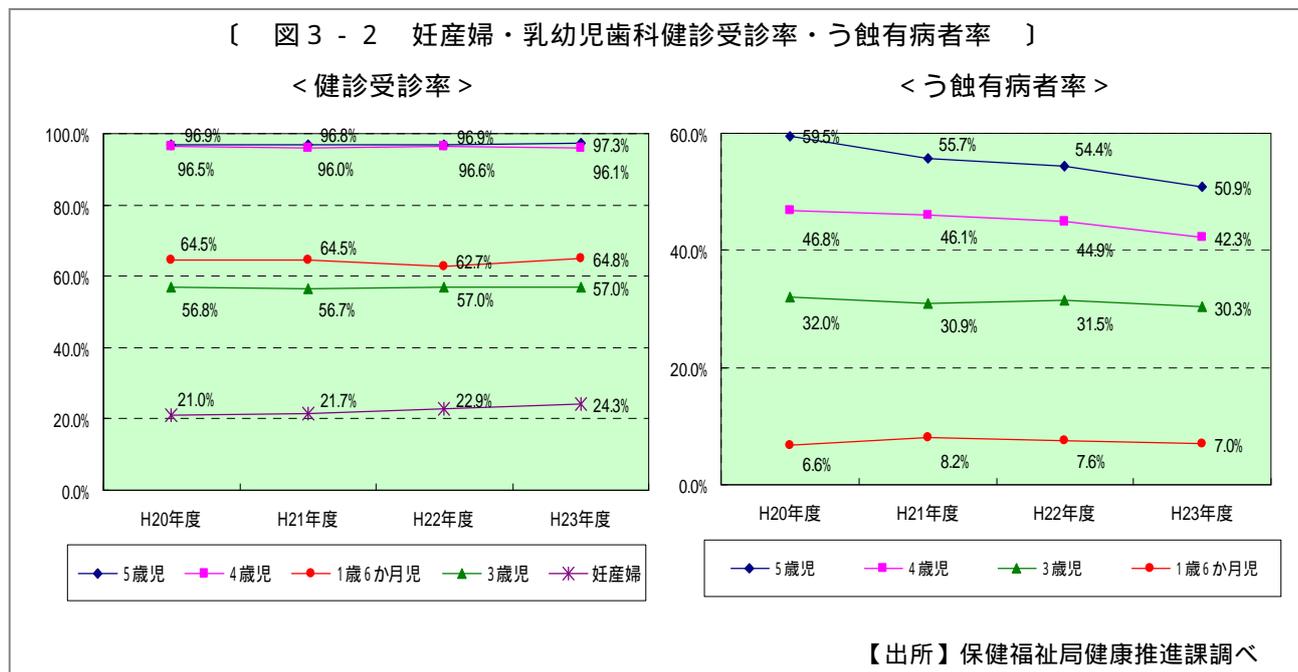
受診率は、年次推移に大きな変化は見られませんが、月齢が上がるほど低くなっています。



(2) 妊産婦・乳幼児歯科健診

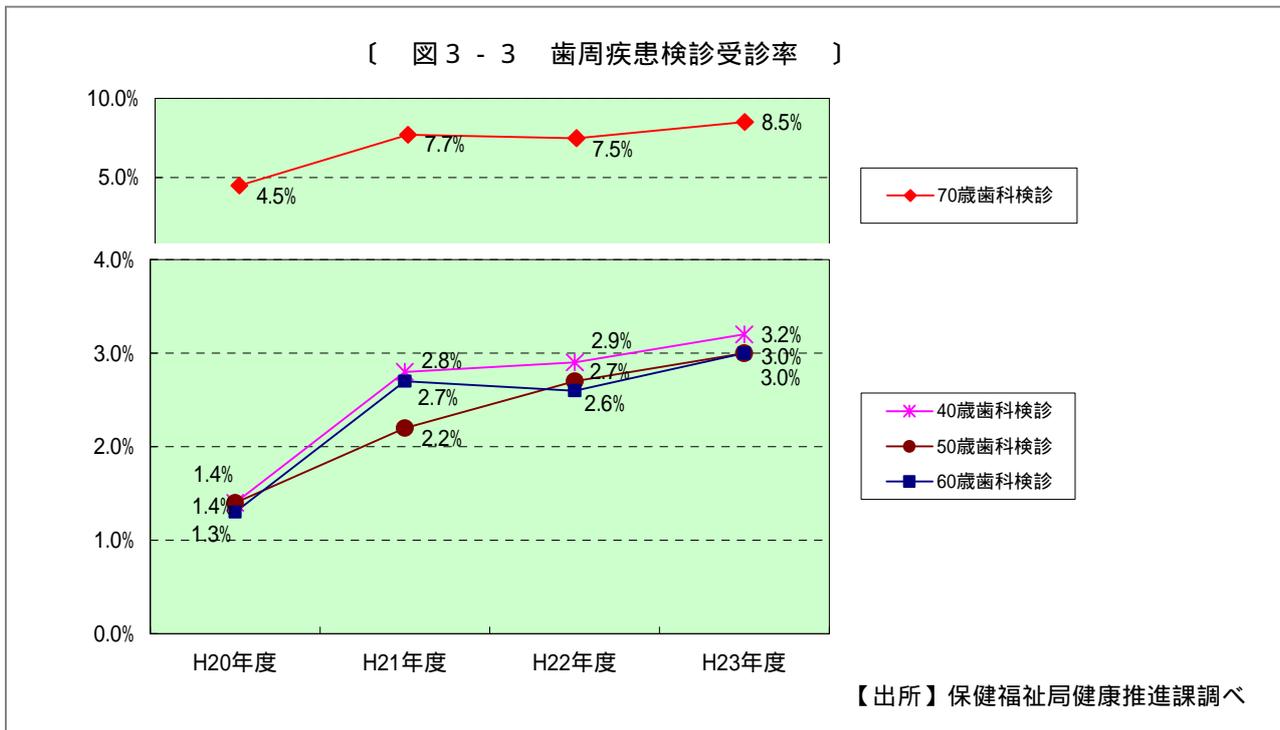
歯科健診の受診率は、年次推移に大きな変化はなく、妊産婦が最も低い状況です。子どもについては、1歳6か月児・3歳児ともに一般の母子健康診査(上記(1))と比較してかなり低くなっています。

また、う蝕(むし歯)有病者率については、4歳児・5歳児では年々減少していますが、年齢が上がるほど高くなっています。1歳6か月児・3歳児ともに政令指定都市の中で最下位です。



(3) 歯周疾患検診

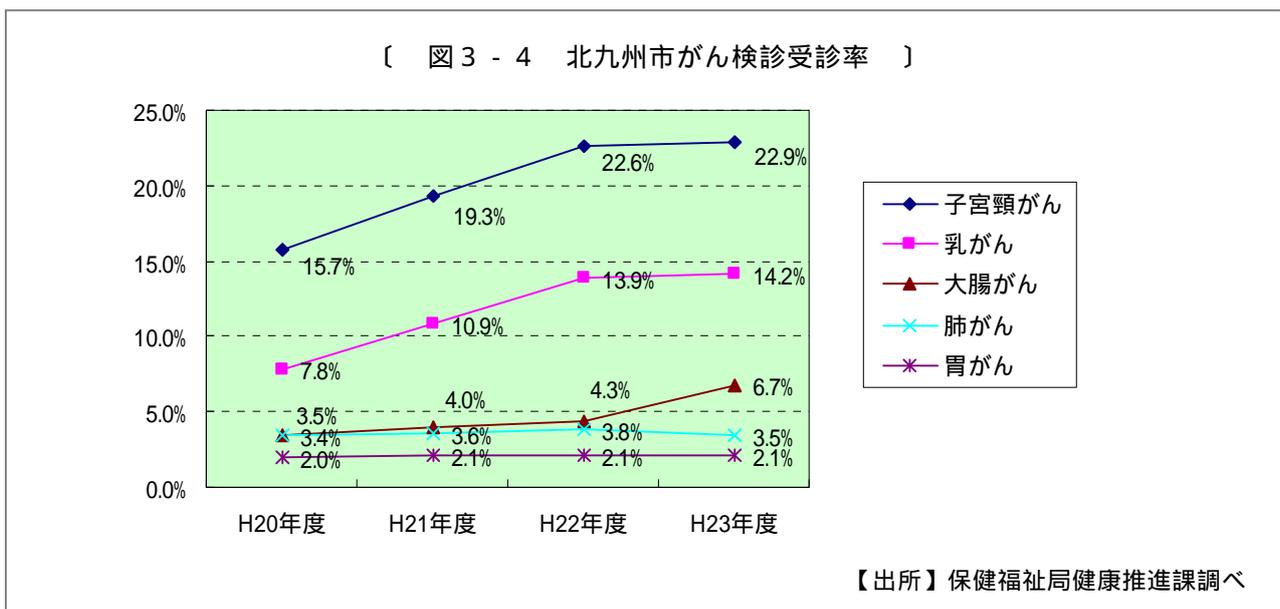
40歳・50歳・60歳の節目年齢で実施している歯周疾患検診の受診率は、70歳が8.5%と最も高く、40歳・50歳・60歳は約3%となっています。



(4) 北九州市がん検診

本市が実施するがん検診は、胃がん・肺がん検診の受診率が2%～3%強で推移するなど、政令指定都市の中でも非常に低い状況です。

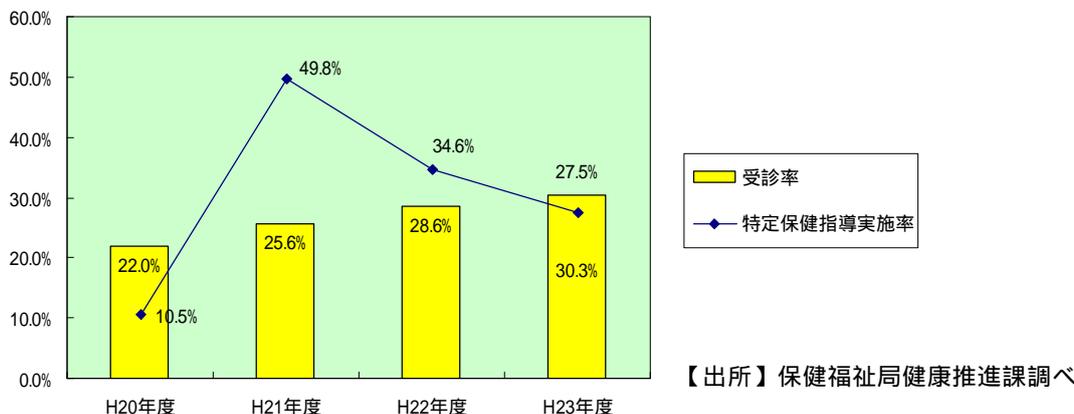
一方、大腸がんと乳がん、子宮頸がんの検診受診率は、上昇傾向にあります。



(5) 北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導

本市の国民健康保険特定健診の受診率は、制度が始まった平成20年度から増加傾向にあり、平成23年度には30.3%（暫定値）、政令指定都市で第5位となっています。

〔 図3-5 北九州市国民健康保険特定健診受診率・特定保健指導実施率 〕



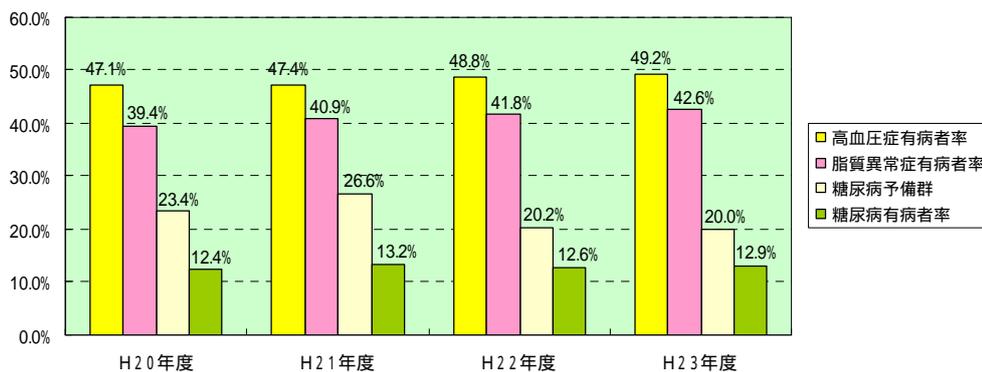
H23年度の人数は法定報告対象者数・受診者数と異なる(法定報告は、年度途中加入者及び年度途中脱退者を除いた人数)

(6) 生活習慣病の予備群・有病者率（北九州市国民健康保険特定健診）

「高血圧症」が最も高く49.2%、続いて「脂質異常症」が42.6%となっており、年次推移を見るといずれも微増傾向にあります。

「糖尿病」は12.9%ですが、糖尿病予備群と合わせると30%を超えています。

〔 図3-6 市国保特定健診受診者に占める生活習慣病の予備群・有病者率 〕



| 項目 | 定義 |
|----------|---|
| 高血圧症有病者 | 収縮期血圧が140mmHg以上、または拡張期血圧90mmHg以上の者、または、血圧を下げる薬服用者(40歳～74歳) |
| 脂質異常症有病者 | 中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロールが40mg/dl未満、または、コレステロールを下げる薬服用者(40歳～74歳) |
| 糖尿病予備群 | 空腹時血糖110mg/dl以上126mg/dl未満、随時血糖140mg/dl以上180mg/dl未満、またはHbA1c5.5%以上HbA1c6.1%未満の者(40歳から74歳)ただし、インスリン注射または血糖を下げる薬服用者を除く |
| 糖尿病有病者 | 空腹時血糖126mg/dl以上、随時血糖180mg/dl、またはHbA1c6.1%以上であるか、インスリン注射または血糖を下げる薬服用者(40歳～74歳) |

【出所】保健福祉局健康推進課調べ

4. 医療費の状況

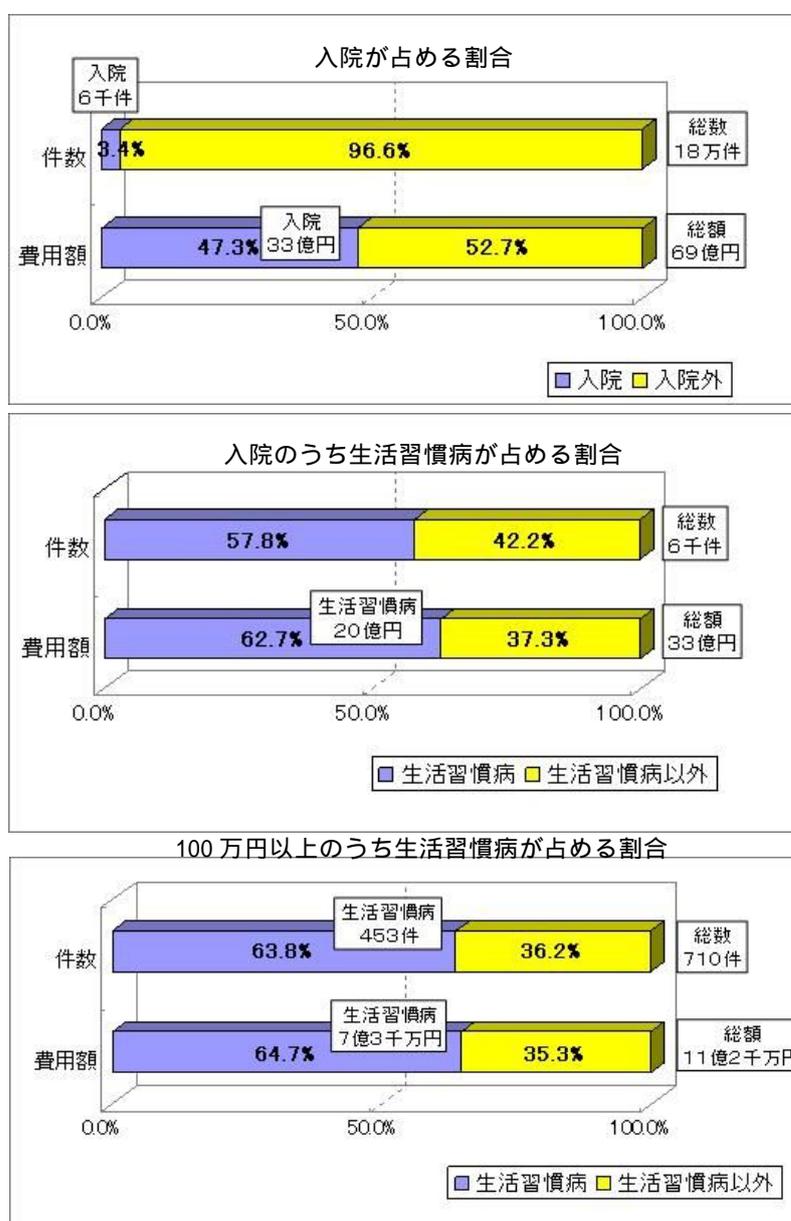
(1) 医療・調剤報酬明細書(レセプト)の現状(北九州市国民健康保険)

北九州市国民健康保険の平成24年5月分のすべての医療・調剤報酬明細書のうち、入院にかかる件数は3%ほどですが、費用割合では約47%を占めています。入院に占める生活習慣病の割合は、件数、費用ともに約60%となっています。

また、1件が100万円以上の高額な医療・調剤報酬明細書のうち、生活習慣病が占める割合は、件数、費用ともに約60%となっています。

これらのことから、生活習慣病が、医療費を上げる1つの要因となっていることがうかがえます。

(図4-1 レセプトの現状(平成24年5月診療分))

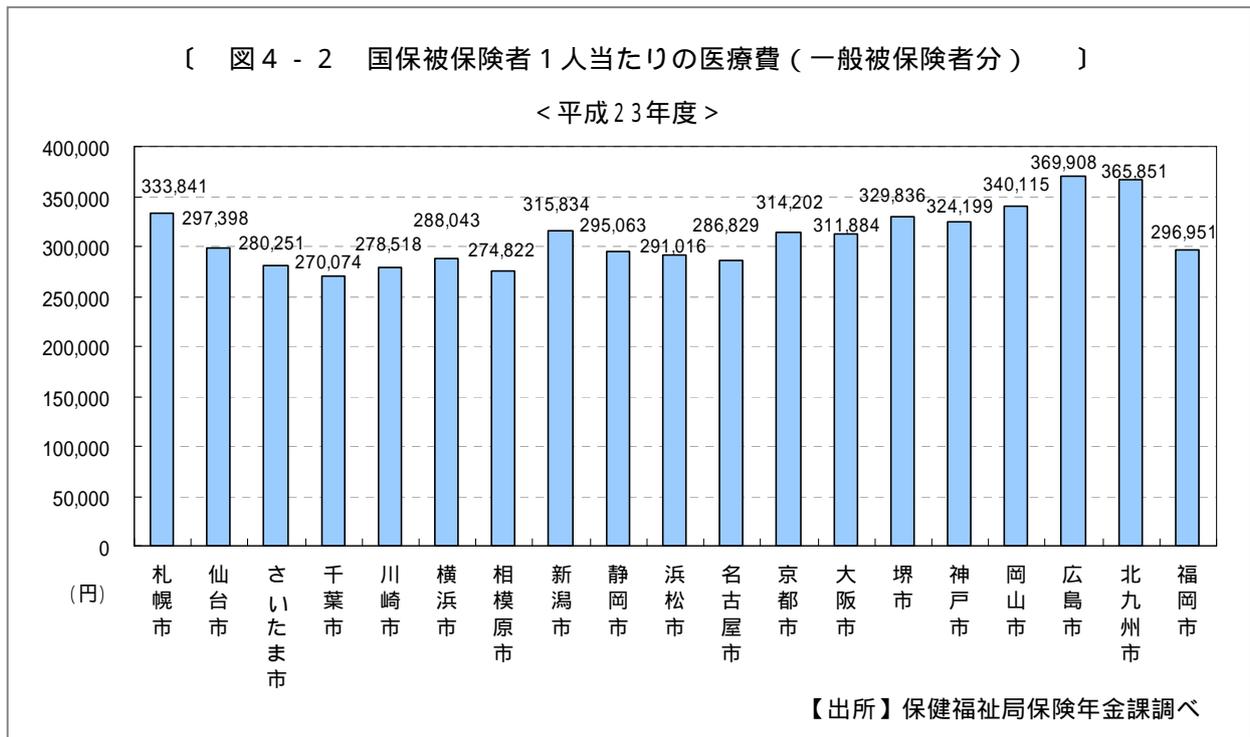


なお、当グラフの生活習慣病には「がん」は含まれていない。

【出所】保健福祉局健康推進課調べ

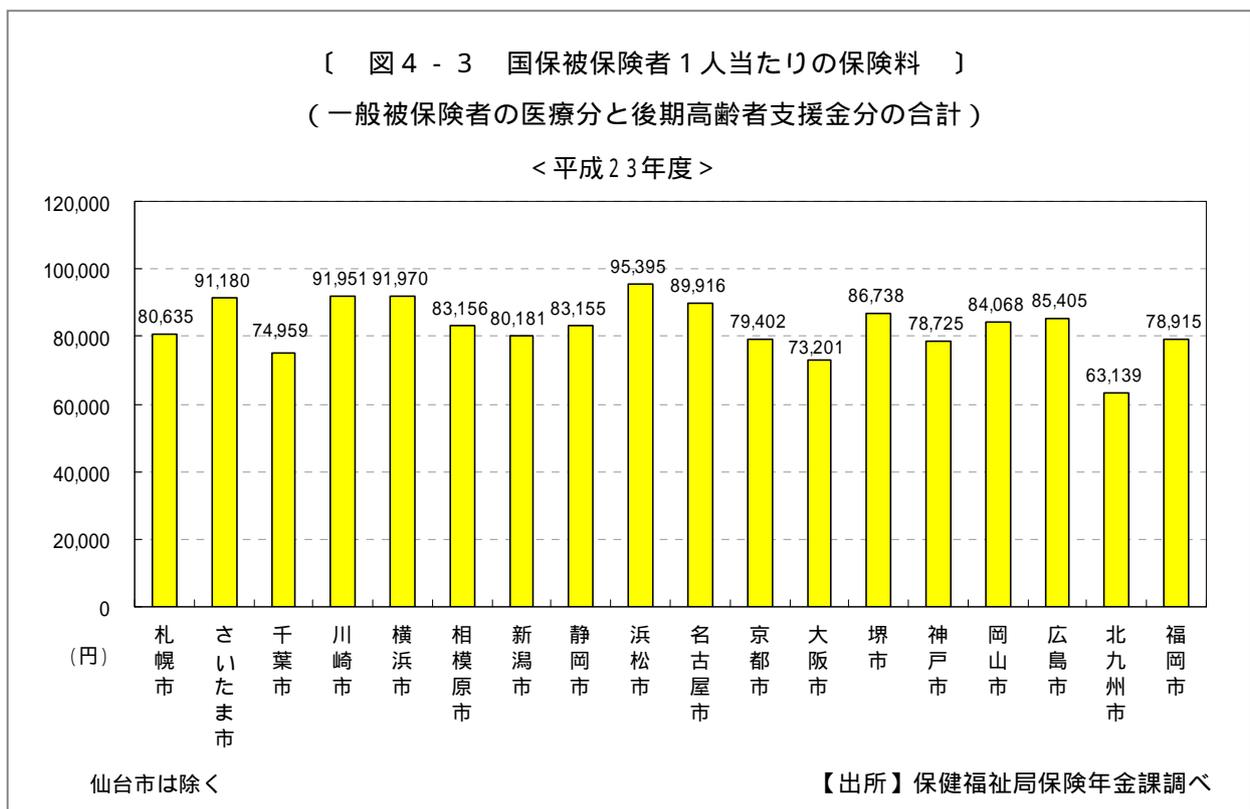
(2) 北九州市国民健康保険の医療費（政令指定都市比較）

平成23年度現在、被保険者1人当たりの医療費は、政令指定都市で2番目に高い状況です。これは、高齢化率が高いことなどが要因と考えられます。



(3) 北九州市国民健康保険の保険料（政令指定都市比較）

平成23年度現在、被保険者1人当たりの保険料は、政令指定都市で1番低い状況です。

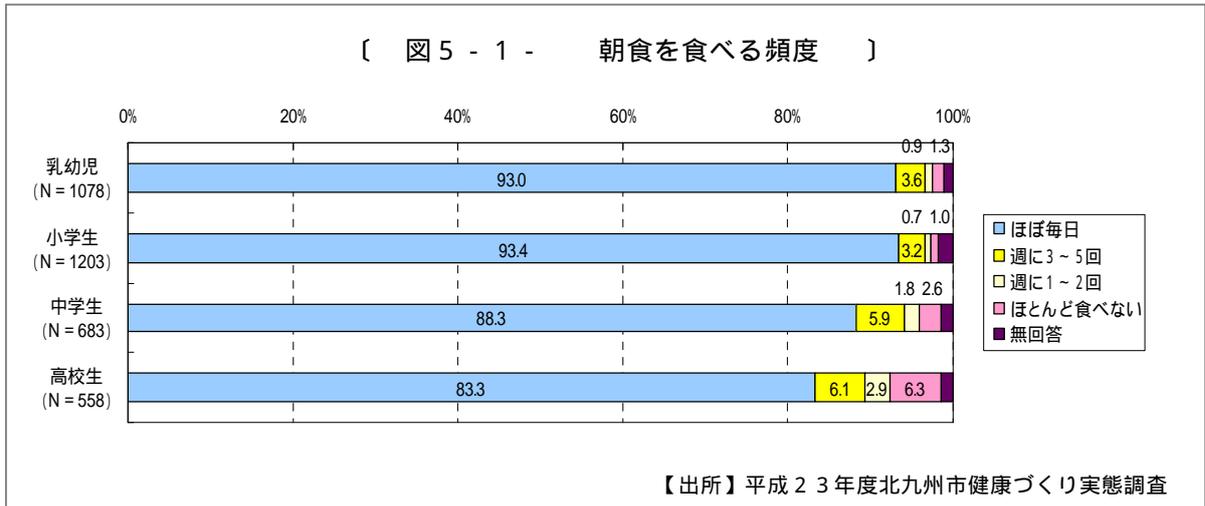


5. 市民の生活習慣の状況

(1) 食生活

朝食を食べる頻度【乳幼児、小・中・高校生】

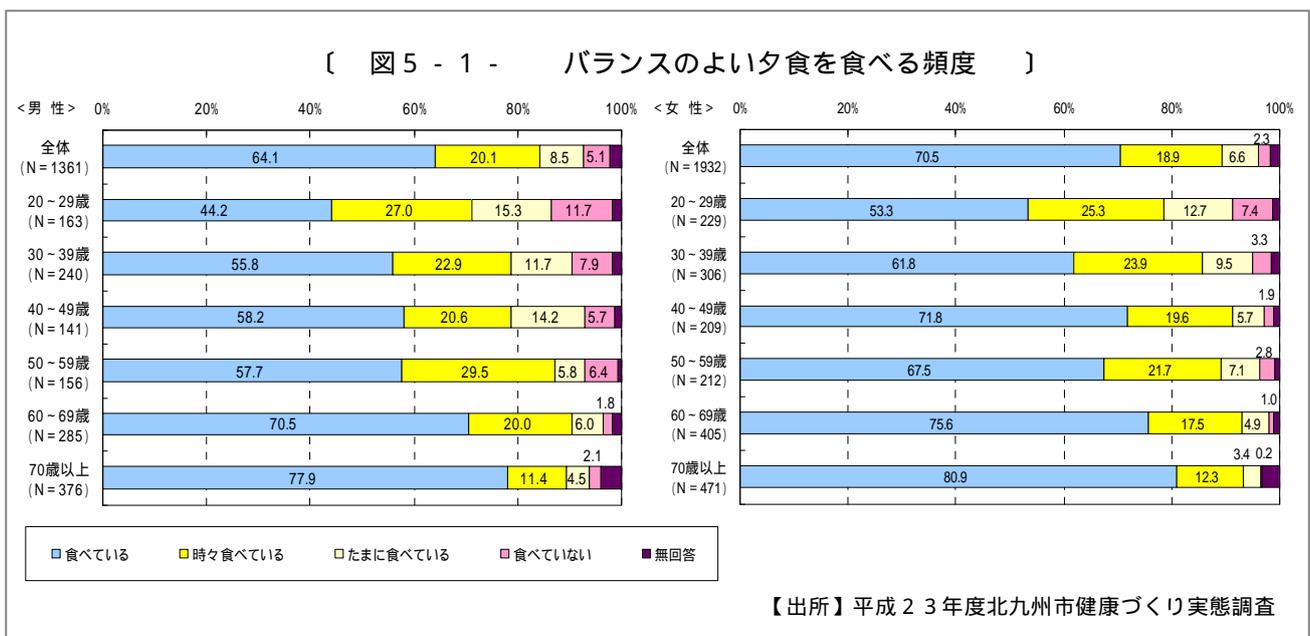
朝食をほぼ毎日食べている割合は、小学生までは90%を超えています、高校生になると80%前半まで減少しています。



バランスのよい夕食を食べる頻度【青年期～高齢期】

夕食に主食（ご飯、パン、めん）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品を材料にしたおかず）、副菜（野菜を材料にしたおかず）をバランスよく食べている割合は、女性よりも男性が低くなっています。

年齢構成では、若い年代ほど低く、男性の20歳代では50%を下回っています。



(2) 適正体重

子どもの肥満・瘦身の傾向【小・中・高校生】

肥満傾向にある子どもの割合は学年が上がるにつれて高くなり、高校3年生で11.3%となっています。一方、瘦身傾向にある子どもの割合は、中学1年生の4.19%が最も高い値となっています。肥満・瘦身ともに全国の状況と大きな差はありません。

〔 図5-2 - 子どもの肥満・瘦身の傾向 〕

< 肥満傾向児の割合 >

| 学年 | 男女計 | 内訳 | |
|-------|--------|-------|--------|
| | | 男 | 女 |
| 小学1年生 | 3.91% | 3.96% | 3.87% |
| 小学2年生 | 4.85% | 4.80% | 4.90% |
| 小学3年生 | 6.33% | 6.87% | 5.78% |
| 小学4年生 | 8.70% | 8.61% | 8.78% |
| 小学5年生 | 8.84% | 9.96% | 7.54% |
| 小学6年生 | 10.21% | 9.49% | 11.03% |
| 中学1年生 | 8.76% | 9.53% | 7.92% |
| 中学2年生 | 6.75% | 7.56% | 5.90% |
| 中学3年生 | 7.85% | 9.81% | 5.90% |

< 瘦身傾向児の割合 >

| 学年 | 男女計 | 内訳 | |
|-------|-------|-------|-------|
| | | 男 | 女 |
| 小学1年生 | 1.00% | 0.89% | 1.12% |
| 小学2年生 | 0.68% | 0.41% | 0.98% |
| 小学3年生 | 1.12% | 1.21% | 1.03% |
| 小学4年生 | 1.80% | 1.32% | 2.27% |
| 小学5年生 | 3.25% | 3.80% | 2.62% |
| 小学6年生 | 2.55% | 2.40% | 2.73% |
| 中学1年生 | 4.19% | 3.16% | 5.30% |
| 中学2年生 | 3.18% | 2.75% | 3.64% |
| 中学3年生 | 2.92% | 2.69% | 3.15% |

【出所】平成23年度市立学校における児童生徒の肥満度調査
対象施設(人数)...小学校36校(12,063人) 中学校23校(8,983人)

| 学年 | 男女計 | 内訳 | |
|-------|-------|-------|------|
| | | 男 | 女 |
| 高校1年生 | 9.0% | 11.7% | 6.0% |
| 高校2年生 | 10.1% | 14.9% | 3.8% |
| 高校3年生 | 11.3% | 13.8% | 8.0% |

| 学年 | 男女計 | 内訳 | |
|-------|------|------|------|
| | | 男 | 女 |
| 高校1年生 | 2.7% | 2.1% | 3.0% |
| 高校2年生 | 1.7% | 0.0% | 3.8% |
| 高校3年生 | 2.3% | 2.1% | 2.3% |

【出所】平成23年度北九州市健康づくり実態調査
対象人数...高校1年生:188人 高校2年生:178人 高校3年生:177人

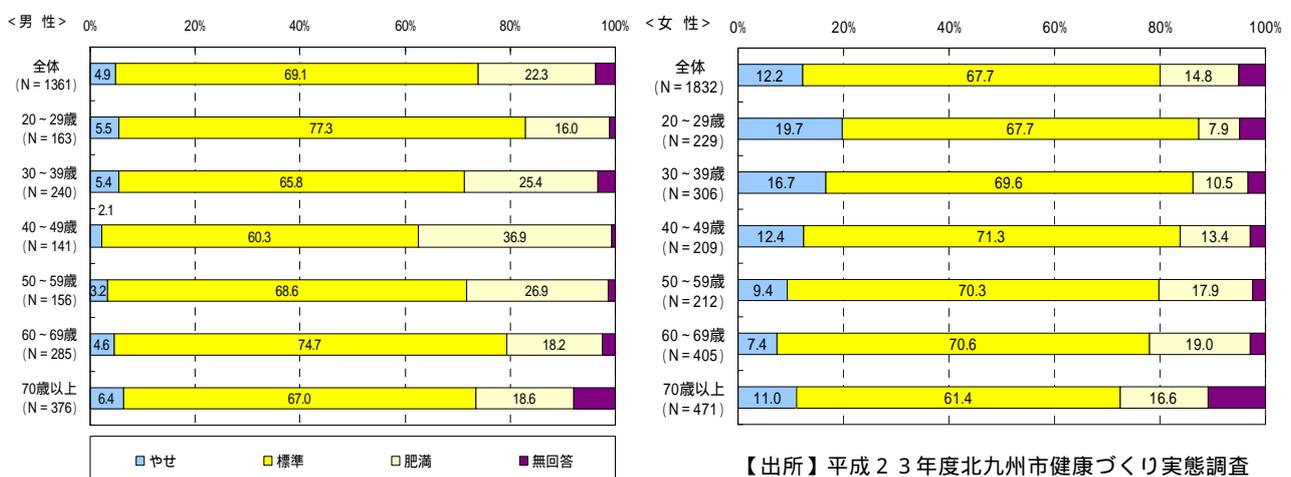
肥満度(%) = 100 × (体重 - 標準体重) / 標準体重 (肥満傾向児:肥満度 20%以上、瘦身傾向児:肥満度 - 20%以下)

大人の肥満・瘦身の状況【青年期～高齢期】

BMIによる肥満の割合は加齢とともに上昇し、男性では40歳代で最も高く36.9%、女性では60歳代が19.0%となっています。

一方、瘦身の割合は、男性の20歳代～30歳代は5%ほどですが、女性の20歳代では19.7%となっています。

〔 図5-2 - 大人の肥満・瘦身の状況 〕



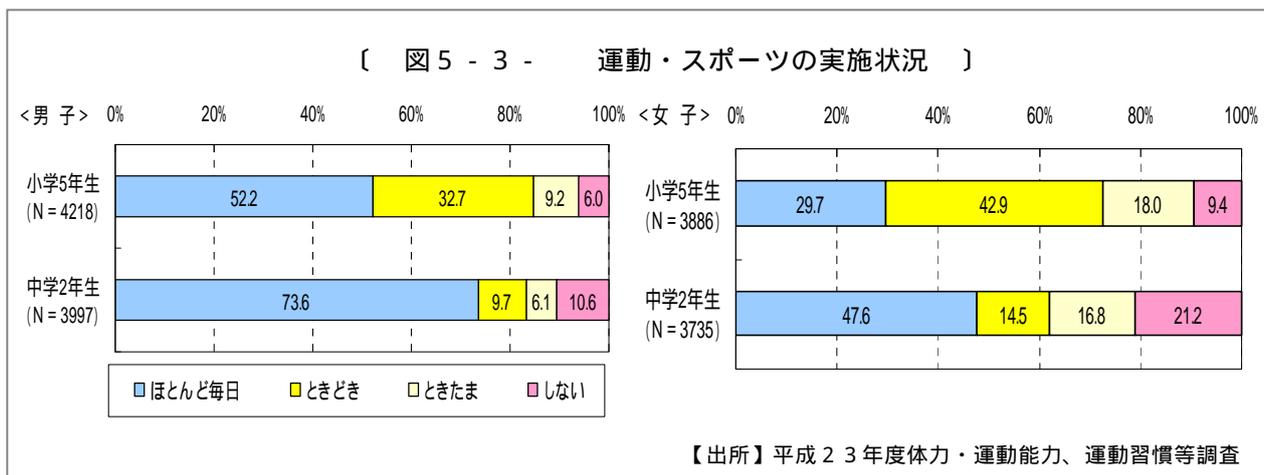
BMI = 体重(kg) / (身長(m) × 身長(m)) [瘦身:18.5未満 標準:18.5以上25未満 肥満:25以上]

(3) 運動

運動・スポーツの実施状況（学校の体育の授業を除く）【小・中学生】

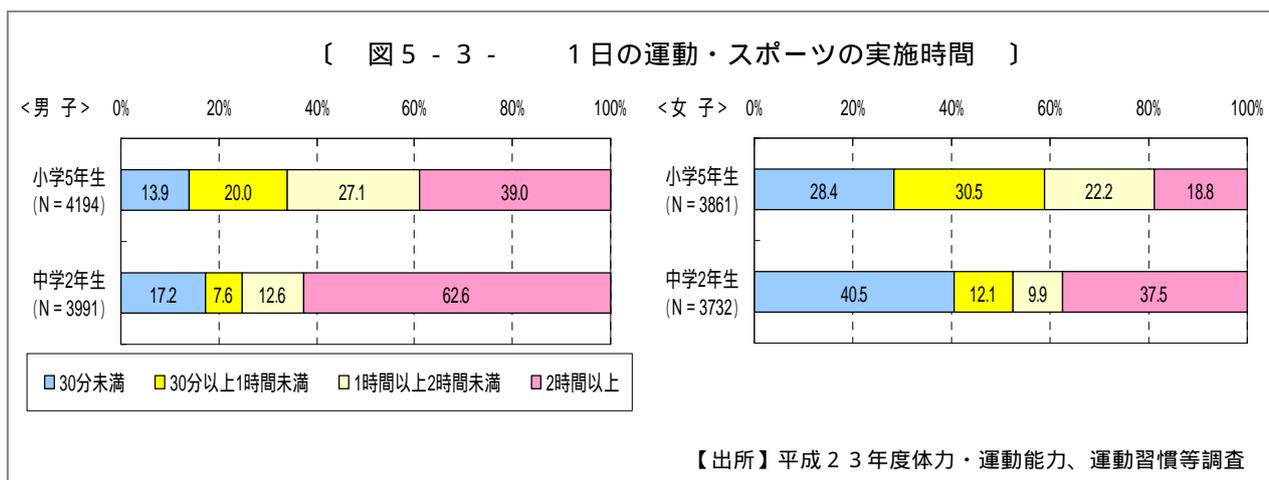
「ほとんど毎日」「ときどき」運動・スポーツをする子どもの割合は、小・中学生ともに女子よりも男子の方が高くなっています。

中学生では、ほとんど毎日運動・スポーツを「する」「しない」割合ともに、小学生と比べると高くなっています。特に女子では、運動・スポーツを「しない」子どもの割合が約20%となり、「する」子ども「しない」子どもの二極化の傾向がうかがえます。



1日の運動・スポーツの実施時間（学校の体育の授業を除く）【小・中学生】

男子は「1時間以上」実施する子どもの割合が高くなっていますが、女子は「1時間未満」の子どもの割合が高くなっています。

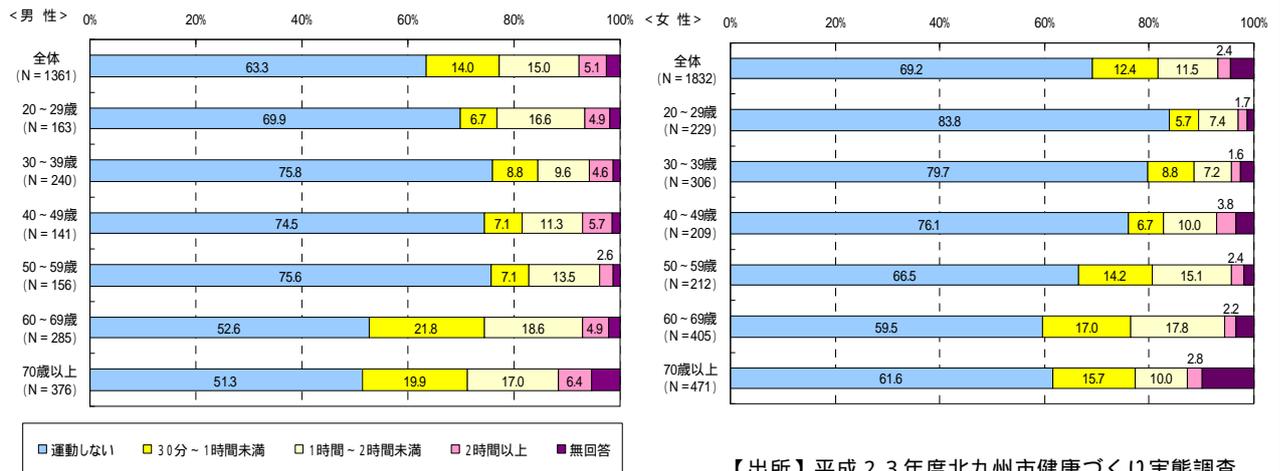


運動の実施状況（30分以上を運動とする）【青年期～高齢期】

男性の「運動をする」割合は30歳代が最も低く23.0%ですが、加齢とともに高くなり、60歳代では45.3%となっています。一方、女性は20歳代が最も低く14.8%、最も高いのが60歳代で37.0%となっています。

若い世代ほど「運動をする」割合は低く、男女ともに、高齢期を迎える60歳代で運動に取り組む者が増える傾向がうかがえます。

〔 図5-3 - 運動の実施状況 〕



【出所】平成23年度北九州市健康づくり実態調査

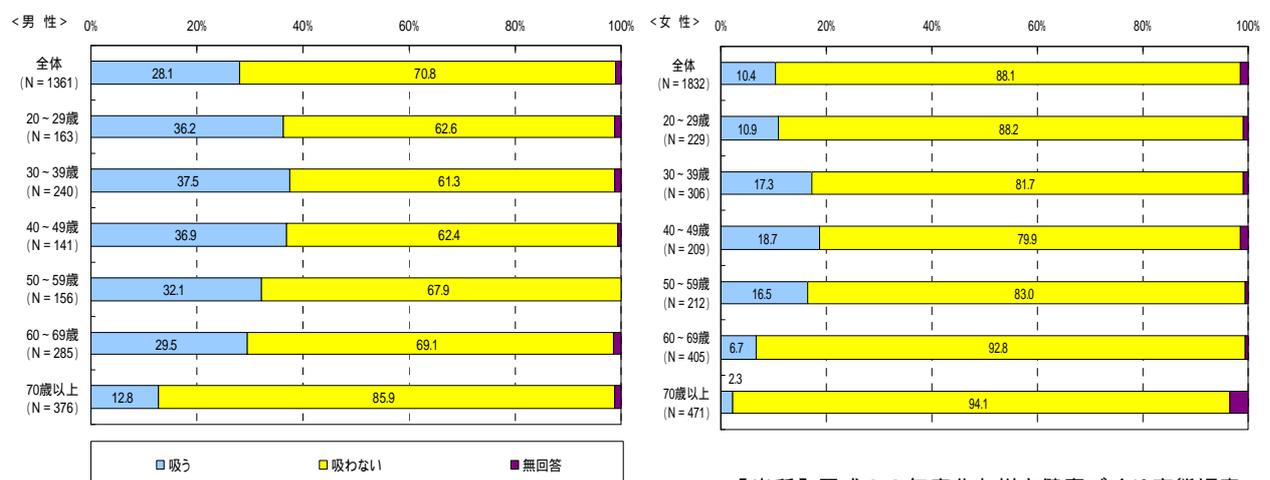
(4) 喫煙

喫煙率【青年期～高齢期】

男女を合わせた、たばこを習慣的に「吸う」者の割合は17.6%で、平成22年の全国値の19.5%より少し低い状況です。

男性の喫煙率は、20歳代～40歳代が高く、40%弱となっています。一方、女性の喫煙率は40歳代が最も高く18.7%となっており、これは全国値の13.6%と比べても5.1ポイント上回っています。

〔 図5-4 - 喫煙率 〕

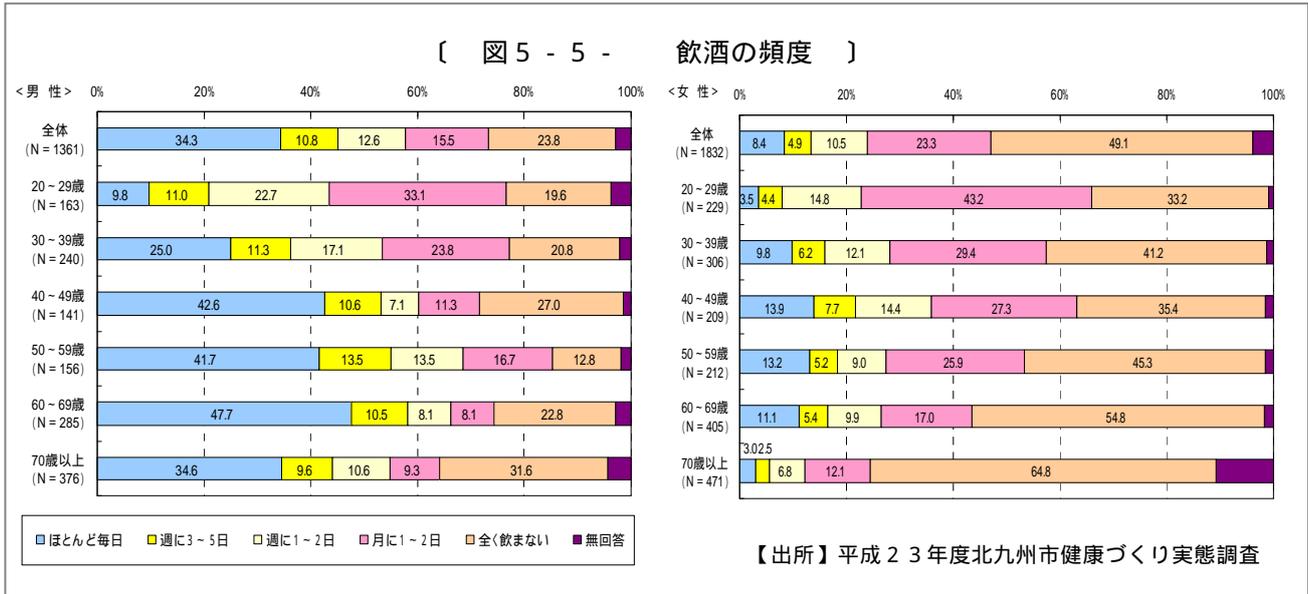


【出所】平成23年度北九州市健康づくり実態調査

(5) 飲酒

飲酒の頻度【青年期～高齢期】

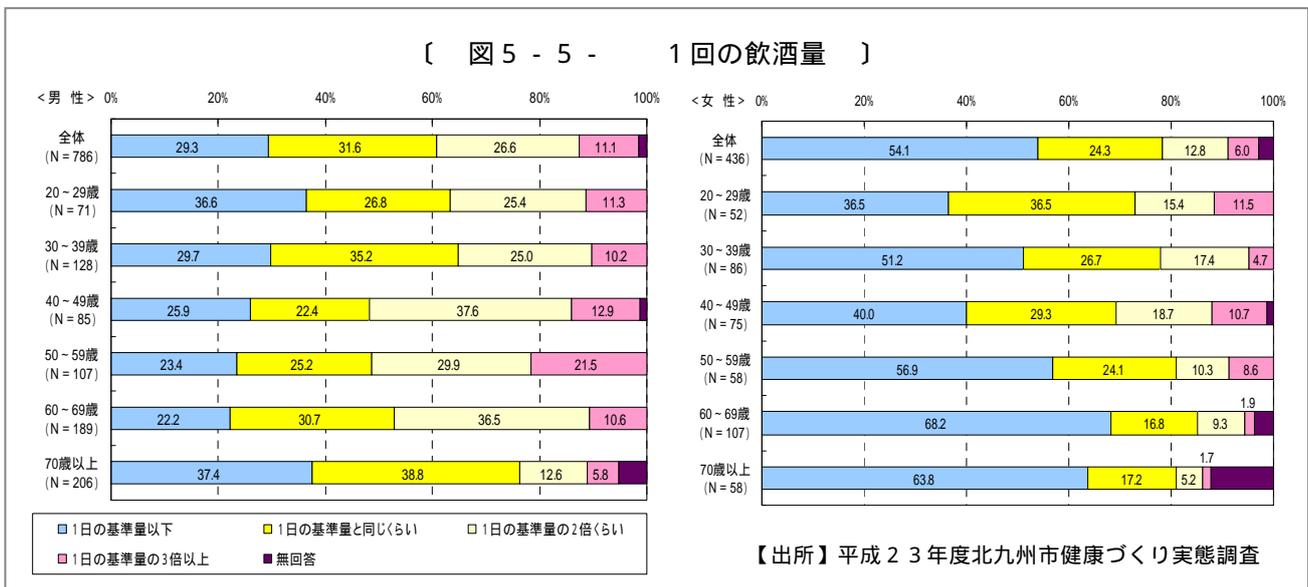
「ほとんど毎日」「週に3～5日」飲酒する者の割合は、男性が45.1%、女性が13.3%で、平成22年の全国値（男性48.5%、女性14.1%）と概ね変わりません。年齢構成では、性別を問わず、40歳代～60歳代は飲酒する頻度が高く、20歳代では飲酒する頻度は低くなっています。



1回の飲酒量【青年期～高齢期】

1日の基準量 = 純アルコール量約20g〔例〕ビール中瓶1本・焼酎お湯割り1杯・日本酒1合

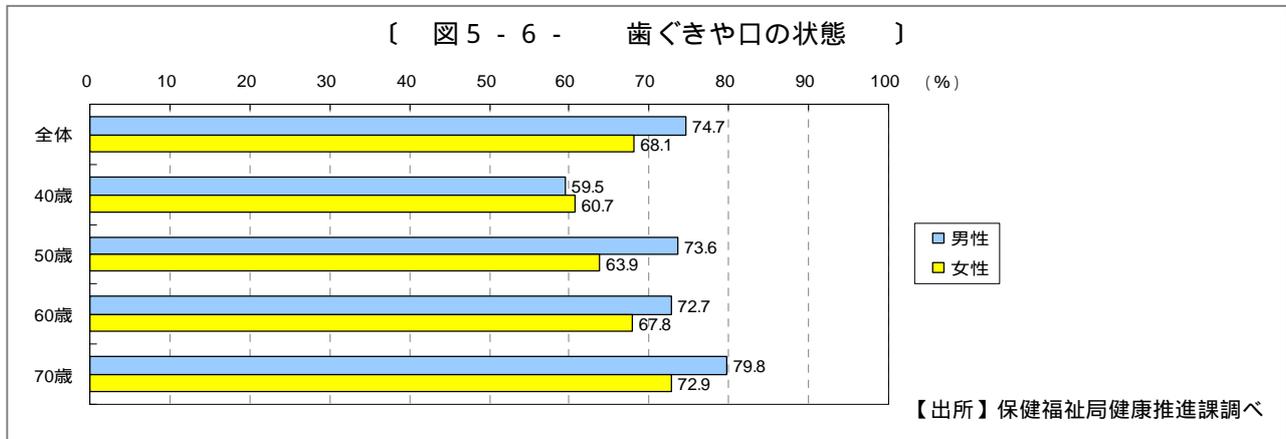
週1日以上飲酒する者のうち、1回に「1日の基準量の2倍以上を飲む」割合は、男性37.7%、女性18.8%と、平成22年の全国値（男性32.7%、女性14.1%）と比べ高く、男性では50歳代の51.4%、女性では40歳代の29.4%が最も高い状況です。なお、「1日の基準量以上を飲む」割合では、男性では60歳代、女性では20歳代が高くなっています。



(6) 歯・口腔

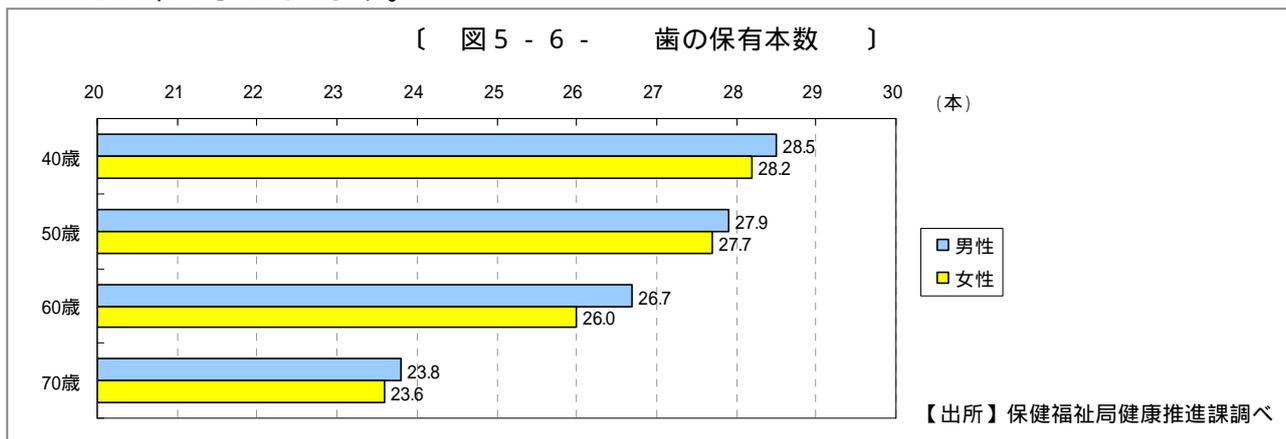
歯ぐきの状態【青年期～高齢期】

歯周疾患検診を受診した者のうち7割程度の人が進行した歯周炎をもっており、男性のほうが女性よりもかなり多くなっています。



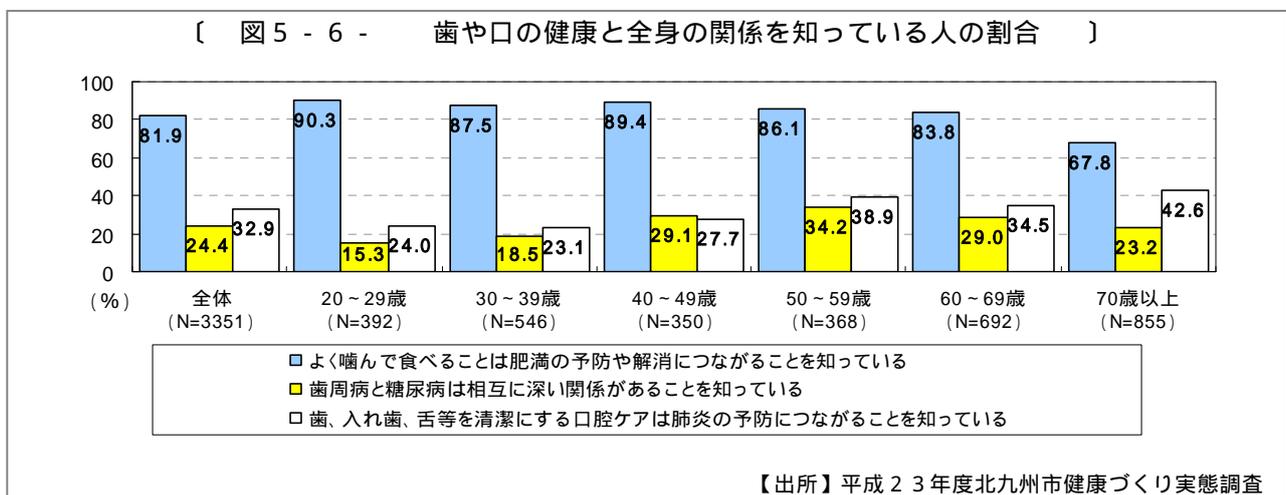
歯の保有本数【青年期～高齢期】

一人平均の歯の保有本数は、加齢とともに減少し、60歳で約26本、70歳で約24本となっています。



歯や口の健康と全身の健康との関係【青年期～高齢期】

咀嚼^{そしゃく}と肥満の関係は8割程度の者が知っていますが、歯周病と糖尿病の関係や口腔ケアが肺炎の予防につながることを知っている者は2～3割となっています。

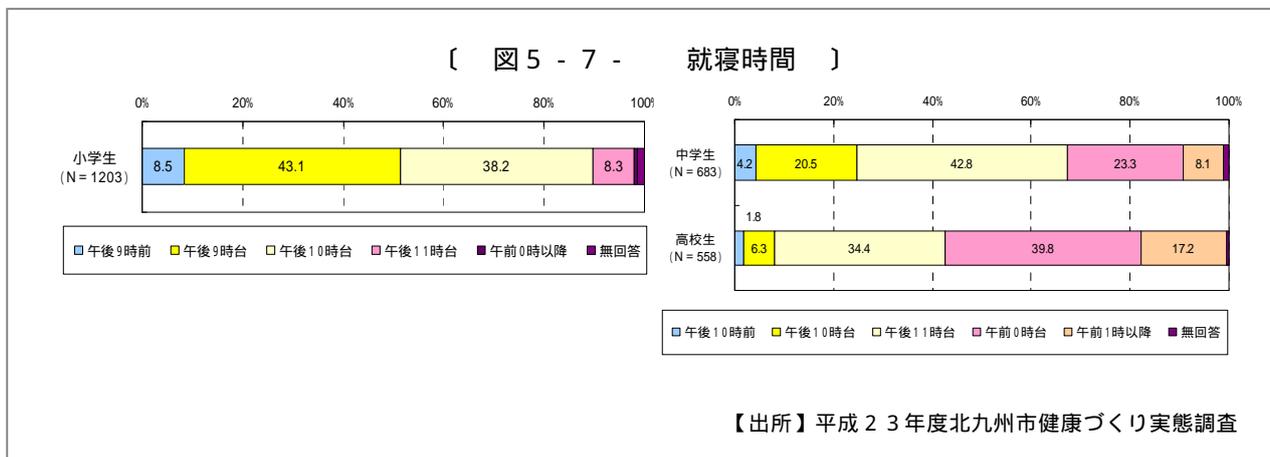


(7) 睡眠

就寝時間【小・中・高校生】

小学生は、午後9時台までに寝る子どもの割合は51.6%となっていますが、中学生になると、42.2%まで減少しています。

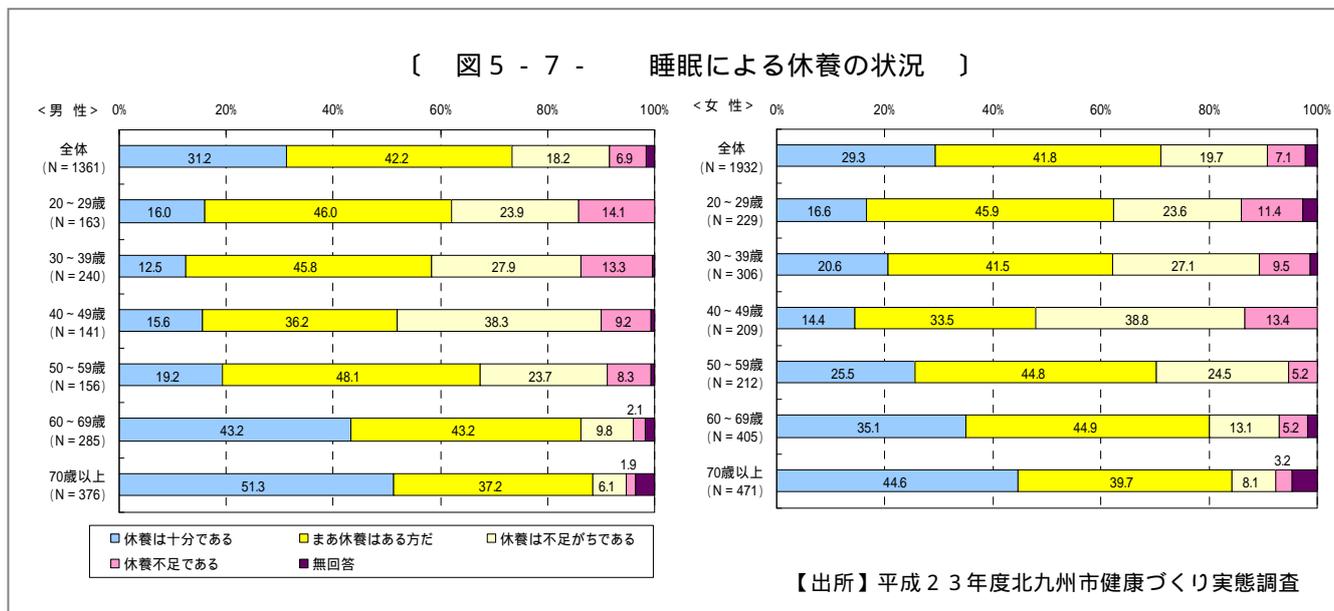
学年が上がるにつれて、就寝時間は遅くなり、高校生では17.2%の生徒が、深夜1時以降に就寝しています。



睡眠による休養の状況【青年期～高齢期】

「睡眠による休養は十分である」「まあまあ休養はある」割合は、男女ともに40歳代が最も低く、約50%となっており、それ以降は加齢とともに上昇しています。

この結果から、働き盛りの世代の睡眠による休養が不足していることがうかがえます。



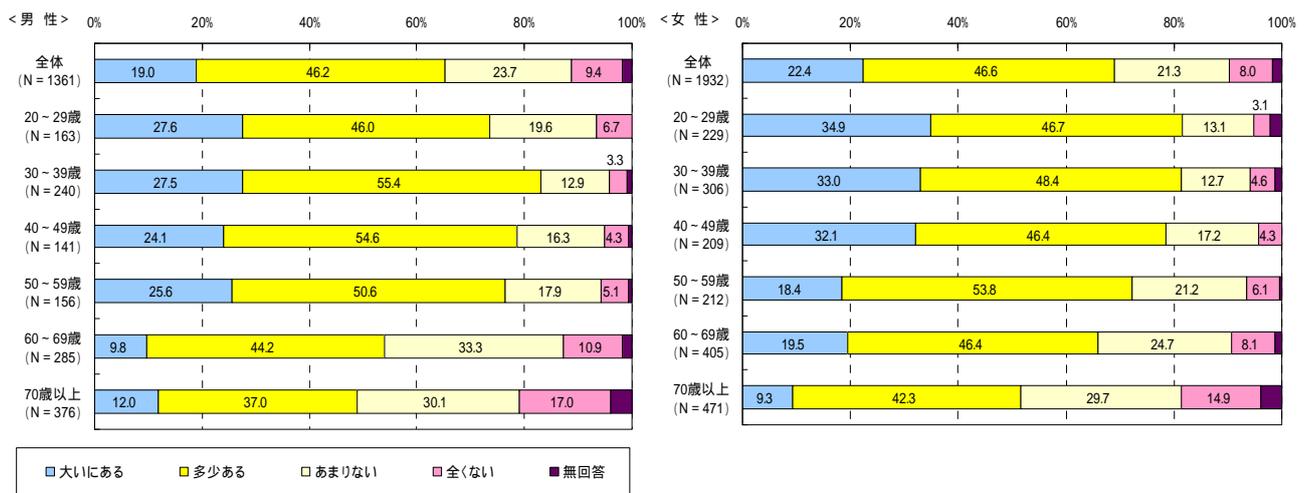
(8) こころの健康

ストレスの状況【青年期～高齢期】

男性で「ストレスが大いにある」割合は、20歳代～50歳代で20%を超えています。一方、女性で「ストレスが大いにある」割合は、20歳代～40歳代で30%を超えており、男性に比べてストレスを抱えている割合が高いことがうかがえます。

また、年齢構成で見ると、「ストレスが大いにある」割合は、男女ともに20歳代が最も高く、加齢とともに低下しています。

〔 図5 - 8 - ストレスの状況 〕

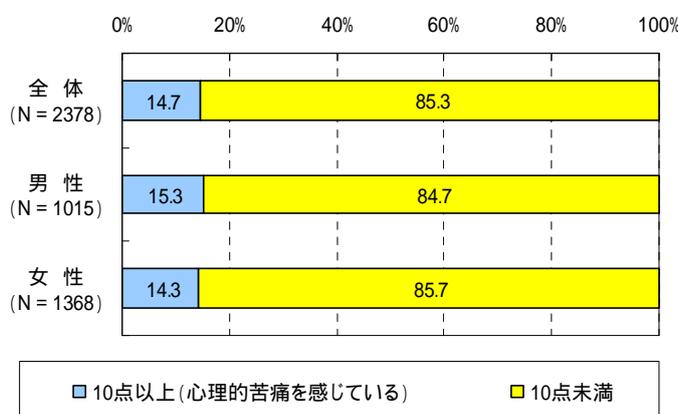


【出所】平成23年度北九州市健康づくり実態調査

心理的に苦痛を感じている者の状況 (K6: 10点以上)【青年期～高齢期】

「うつや不安障害にかかっているか」を測る尺度である「K6」を用いると、「心理的に苦痛を感じている」者の割合は14.7%となっており、平成22年の全国値の10.4%と比べて、4.3ポイント上回っています。

〔 図5 - 8 - 心理的に苦痛を感じている者の状況 〕



K6 (うつや不安障害の罹患をはかる尺度)

神経過敏に感じる
 絶望的に感じる
 そわそわしたり、落ち着かなく感じる
 気分が沈みこんで、何が起こっても気が晴れないように感じる
 何をしても骨折れだと感じる
 自分は価値のない人間だと感じる

いつも(4点) たいてい(3点) ときどき(2点)
 少しだけ(1点) まったくない(0点)

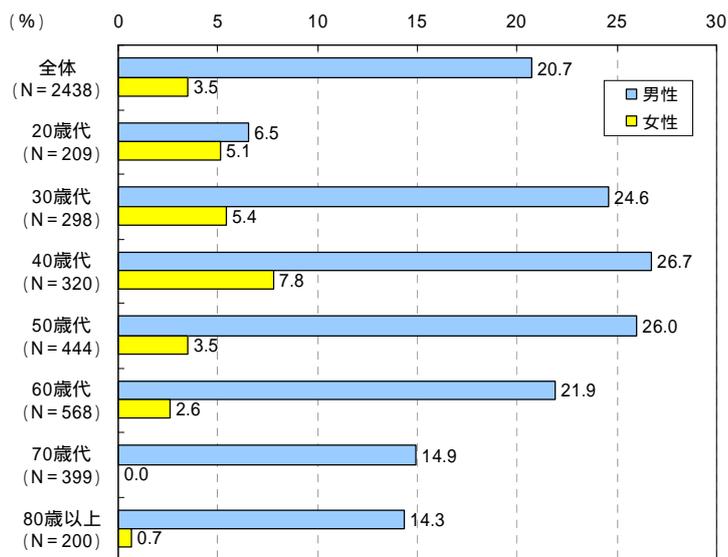
【出所】平成22年度こころの健康に関する実態調査

アルコール依存症の可能性のある者の状況【青年期～高齢期】

アルコール依存症の可能性を測る方法「CAGE(ケージ)」を用いると、アルコール依存症の可能性のある者の割合は、男性で20.7%、女性で3.5%と男性の割合が非常に高くなっています。また、全国と比較しても男女ともにその割合は高い状況です。

飲酒の頻度が高く、飲酒量も多い男性の30歳代～60歳代の割合が、他の年代に比べ高くなっています。

〔 図5 - 8 - アルコール依存症の可能性のある者の状況 〕



CAGE(アルコール依存症のスクリーニング法)
 あなたは今までに、飲酒を減らさなければならぬと思ったことがありますか？
 あなたは今までに、飲酒を批判されて腹が立ったり苛立ったことがありますか？
 あなたは今までに、飲酒に後ろめたい気持ちや罪意識を持ったことがありますか？
 あなたは今までに、朝酒や迎え酒を飲んだことがありますか？
 上記4項目の2個以上に該当するものは、スクリーニング上のアルコール依存症とされる

【出所】平成22年度こころの健康に関する実態調査

総論 計画の基本的な考え方

1. 今後取り組むべき重点項目

これまで「健康福祉北九州総合計画（健康づくり部門）」及び改訂版に基づき取り組んできた様々な施策の成果と課題、そして、各種統計データや実態調査等から明らかになった本市の現状を踏まえ、本プランでは次の項目について重点的に取り組みます。

（１）生活習慣病予防・重症化予防の強化

健康な生活習慣の維持・増進を目的として、健康知識の普及啓発や、自発的な健康学習の支援を行うとともに、特定健診の結果から生活習慣病を発症する危険性の高い人などへの生活習慣の改善や服薬管理などに関する個別指導を強化します。

また、歯・口腔の健康が全身の健康に影響を及ぼすことから、歯の早期喪失の防止対策や歯周病等の歯科疾患の予防・重症化予防を推進します。

（２）乳幼児から高齢者までのライフステージを通じた健康づくりの推進

子どものころと体の健康や生活習慣に大きな影響を与える母親や父親など子育てに関わる大人の健康意識の向上や、家庭や保育所、幼稚園、学校等での健康教育などにより、子どもの健やかな生活習慣の定着と自らの健康を管理する力を育みます。

また、年齢を重ねても、できるだけ長く自立した活力ある社会生活を営むことができるように、高齢者の健康づくりや生きがいづくり、社会参加を推進します。

（３）こころの健康づくりの推進

心豊かに活力ある社会生活を維持するためには、体の健康づくりとともに、こころの健康づくりが大変重要です。

そのため、子どもから高齢者までのライフステージを通じて、こころの健康に関する知識の普及啓発や相談・支援体制の整備などにより「自殺予防対策」の重要な柱として、こころの健康づくりを推進します。

（４）個人の健康づくりを支える環境の整備

健康づくりは本来、個人の健康観やライフスタイルに応じて、個人の責任で取り組むべきものですが、超高齢社会においても活力ある地域社会を実現するためには、健康づくりは社会全体の課題でもあります。

そのため、今後は、関係機関や企業、NPO、地域のボランティア等と行政との協働により、市民の健康づくりの気運をさらに高め、支える仕組みづくりを推進します。

(5) 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調

健やかで心豊かな生活を送るためには、豊かな自然や緑の中で、地域の絆や人の温もりを感じながら、次世代を担う子どもたちを安心して生み育てるとともに、高齢者も障害者も、すべての市民が安全に暮らせることが重要です。

さらには、若者や女性、中高年齢者等が生き生きと働き、文化・芸術やスポーツを楽しむなど、人々の暮らしに活力とうるおいを与えることのできるまちづくりが必要となってきます。

健康づくりを取り巻くこうした関連施策については、本市の基本構想・基本計画である「元気発進！北九州」プランに基づき、「保健福祉」「子育て」「教育」「文化」「スポーツ」「産業・雇用」「まちづくり」「安全・安心」などをテーマに、それぞれ分野別計画を策定して多種多様な取り組みを展開しています。

本プランの実施に際しても、こうした関連施策と相互に連携を図るとともに、それぞれが各計画の目標の実現に向けた取り組みを着実に進めることにより、真に「健やかで心豊かな生活」の実現を目指します。

2. 基本理念と計画の構成

本プランを推進するにあたり、「基本理念」を掲げます。

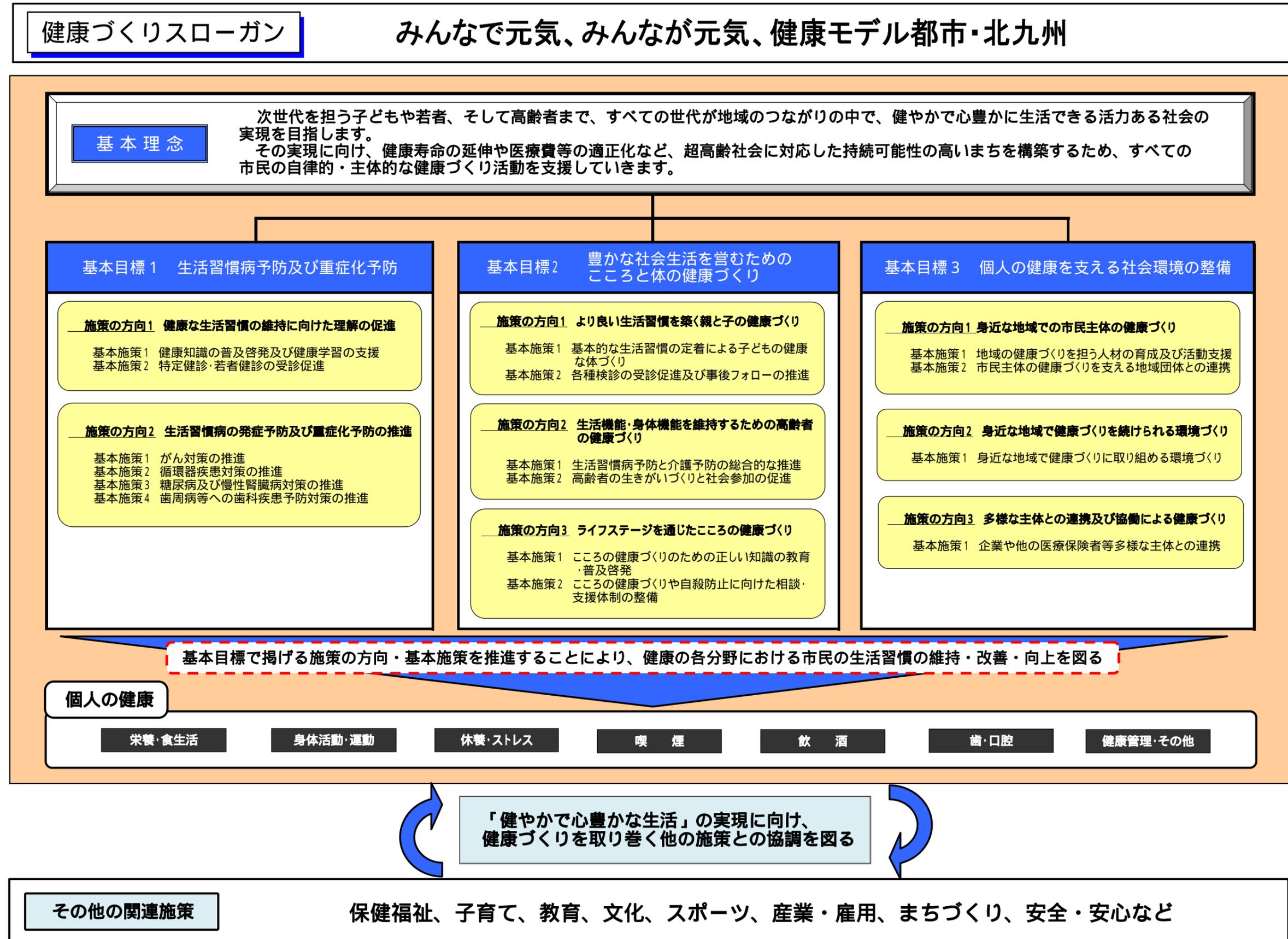
(1) 基本理念

次世代を担う子どもや若者、そして高齢者まで、すべての世代が地域のつながりの中で、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指します。その実現に向け、健康寿命の延伸や医療費等の適正化など、超高齢社会に対応した“持続可能性の高いまち”を構築するため、すべての市民の自律的・主体的な健康づくり活動を支援していきます。

(2) 計画の構成

「基本理念」のもとに3つの「基本目標」を掲げ、それぞれの基本目標を達成すべく、「施策の方向」と「基本施策」を定めます。

3. 計画の体系図



各論

各論 I

生活習慣病の予防及び重症化予防
【基本目標1】

各論 生活習慣病の予防及び重症化予防【基本目標1】

本市における死因の約6割は、がんや心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病で、これらは、エネルギーや食塩の摂り過ぎ、運動不足や喫煙、過度な飲酒などの不健康な生活の積み重ねによって引き起こされます。

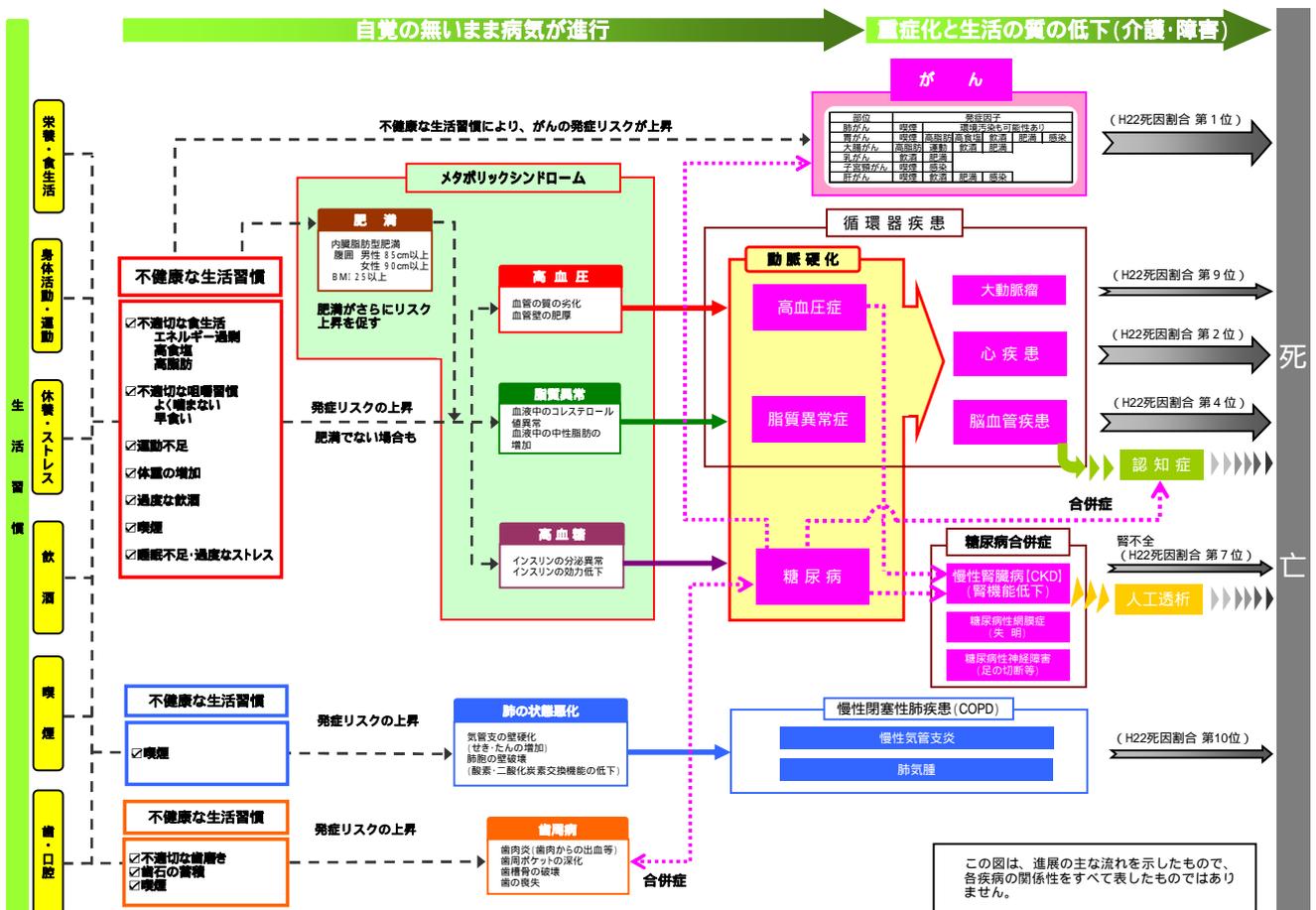
また、高血圧症や糖尿病などは自覚症状があまりないため、気づかずにそのままの生活を続けると、脳梗塞や心筋梗塞、慢性腎臓病などの重篤な状態に進行する可能性が高くなります。

そして、脳血管疾患等の後遺障害や糖尿病が重症化して失明や人工透析が必要となった場合には、個人の生活の質が低下するだけでなく、医療や介護に要する費用も増加します。

一方、最近では全国的に、長年の喫煙習慣などに起因する慢性閉塞性肺疾患（COPD）による死亡が増えており、今後も患者の増加が予測されています。

こうしたことから、市民一人ひとりの健やかで活力ある生活を支援し、増大する医療や介護に要する費用の適正化を図るため、生活習慣病予防及び重症化予防を推進します。

生活習慣病の進展フロー



施策の方向1 健康な生活習慣の維持に向けた理解の促進

高齢になっても、できるだけ長く自立した生活を続けるためには、市民一人ひとりが若い頃から健康な生活を維持し、その増進に努めることが重要です。

そのため、食生活や運動、休養・ストレス、喫煙、飲酒、歯・口腔などの健康分野で、不適切な生活習慣を積み重ねることが体にどのような影響を及ぼすのか、またその結果、生活習慣病を発症して、重症化すると、体にどのような変調が現れるのかなどについての正しい知識を普及することにより、市民の健康意識の向上を図ります。

また、地域における自主的な健康学習の支援や、各種健康診査の受診促進などにより、自らの健康を維持・増進するために自律的・主体的に行動する市民の育成・支援を目指します。

<基本施策1> 健康知識の普及啓発及び健康学習の支援

適切な生活習慣の維持・増進のために必要な情報提供や、保健師や栄養士等による健康相談を実施するとともに、地域の健康課題の解決に向けた学習会などの取り組みを支援することにより、市民の健康づくりに関する正しい理解を促進します。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-------------|---------------------------------------|---|
| 1 | 【重点】 健康教育 （保健福祉局 健康推進課） | メタボリックシンドローム非該当のため特定保健指導の対象外となるが、高血圧症や糖尿病等のため生活習慣の改善が必要な者への個別保健指導や、区役所や市民センター等で様々な健康課題をテーマとする集団教育を行います。 |
| 本 掲 2 | 健康相談 （保健福祉局 健康推進課） | 市民センター等における定期的な「健康なんでも相談」や、区役所における随時の電話や面接相談、また各種集団健康教室への来所者に対する個別相談など、対象者の心身の健康に関する総合的な助言・指導を行います。 |
| 3 | 健康手帳の交付 （保健福祉局 健康推進課） | 自らの健康管理と適切な医療の確保に資するため、健康診査等の記録、その他健康保持のために必要な事項及び各種の保健情報等を記載した健康手帳を配布します。 |
| 4 | 【重点】 食を通した生活習慣病予防 （保健福祉局 健康推進課） | 正しい栄養知識の普及と生活習慣病予防のための食生活改善を目的に、講演会や個別相談、体験型の教室等を行うことで、市民の自主的・継続的な食生活改善を図ります。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----------|--|---|
| 5 | 地域食育講座 （保健福祉局 健康推進課） | 地域における食に関する課題や希望内容に合わせたテーマについて、栄養士等の講話や調理実習・実演等を行い、望ましい食習慣の定着及び「食」を通じた生涯にわたる健全な心身の育成を図ります。 |
| 再掲 14 | 成人歯科保健事業 （保健福祉局 健康推進課） | 成人期における歯周病の早期発見・早期対応を行い、重症化の予防を図るとともに歯と口の健康づくりに対する意識の向上を図るため、歯周疾患検診や妊産婦歯科検診を実施します。また、口腔と全身の健康との関係に着目した歯周病予防に関する啓発活動を行います。 |
| 再掲 100 | 生涯スポーツ振興事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 生涯スポーツの振興を図るため、ニュースポーツ大会・ファミリースポーツ大会・教室などを実施するとともに、ニュースポーツ用具の整備を行います。 |
| 再掲 94 | 市民センターを拠点とした健康づくり事業 （地域でGO!GO!健康づくり） （保健福祉局 健康推進課） | 市民センター等を拠点として、市民が主体となった話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を、まちづくり協議会、健康づくり推進員の会、食生活改善推進員協議会、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、行政（保健師等）などの連携により行います。 |

<基本施策 2> 特定健診・若者健診の受診促進

生活習慣病予防には、市民一人ひとりが若い頃から適切な生活習慣の維持・増進に努めるとともに、定期的な健診の受診によって自らの健康状態を確認し、必要な場合は、生活習慣の改善や医療を受けることが重要です。

そのため、多様な広報手段の活用や、地域のボランティア、関係機関及び他の医療保険者等との連携、さらには個人商店等で働く稼働層の受診に結びつくきめ細かい情報提供により、生活習慣病予防のための特定健診や若者健診の受診率の向上を図ります。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-------------|--|--|
| 本 掲 6 | 【重点】 北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導 （保健福祉局 健康推進課） | 北九州市国民健康保険に加入する40歳～74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。 |
| 7 | 健康診査（若者健診） （保健福祉局 健康推進課） | 職場等で受診する機会のない者（18歳～39歳）や生活保護世帯の者に対し、糖尿病等の生活習慣病予防のための若者（基本）健診を実施します。また、出産後の母親についても健康を維持していくため、若者健診の受診促進や、健診をより受けやすい体制づくりを検討します。 |
| 再 掲 9 | 健康診査受診促進事業 （保健福祉局 健康推進課） | 健康診査のチラシの配布や啓発イベントなど、市民へのPRを通じて健康診査についての知識を普及するとともに、がん検診などの健康診査受診の動機づけを行うことで受診率の向上を図ります。 |

施策の方向2 生活習慣病の発症予防及び重症化予防の推進

がんの早期発見・早期治療に向けて、がん検診を受診しやすい環境を整備するとともに、各種広報手段の活用や関係機関、NPO、ボランティア等との連携により、市民にがん検診の重要性について普及啓発します。

また、特定健診等の結果から、高血圧や脂質異常、高血糖などの症状があり生活習慣病を発症する危険性が高い者等を把握して、医師や保健師、栄養士等が個々人の生活状況に応じた保健指導を実施することにより、生活習慣病の発症及び重症化を予防します。

さらに、本市では糖尿病患者と、それに起因する慢性腎臓病患者が多く、さらに重症化して人工透析が必要となる者も多いことから、「慢性腎臓病（CKD）予防連携システム」の効果的な運営を図るとともに、「（仮称）糖尿病の重症化予防連携システム」の構築についても検討します。これらに加え、歯周病が糖尿病や循環器疾患との関連性を指摘されていることから、歯・口腔と全身の健康の関係に着目した歯科疾患の予防対策を推進します。

<基本施策1> がん対策の推進

がんは本市の死因の第1位で、市民のおよそ3人に1人、毎年3千人以上ががんで死亡しており、全国と比べてもがんによる死亡者数は多くなっています。

がんは生活習慣病の一つであり、塩分の摂り過ぎや過度な飲酒を控える、あるいは禁煙することなどによって予防ができるがんもあるため、健康教育や健康学習の機会を活用してがん予防についての正しい理解を促進します。

また、がんは早期に発見して治療することで、9割近くが完治するといわれており、自覚症状がなくても定期的ながん検診を受診することが大変重要です。

そのため、がんの死亡率低下に効果のあるとされる検査方法を用いたがん検診を市民が受診しやすい体制に整備するとともに、チラシやポスター等の活用に加え、地域で健康づくりを推進するボランティアやNPO、がん患者や家族の会、企業や関係機関・団体等との連携によってがん検診の受診を促進します。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-------------|--------------------------------------|--|
| 8 | 【重点】 健康診査（がん検診等） （保健福祉局 健康推進課） | がんなどの生活習慣病予防対策の一環として、これらの疾患の疑いのある者や危険因子を持つ者をスクリーニングするため、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんなどの各種がん検診や、骨粗しょう症検診を実施します。 |
| 本 掲 9 | 健康診査受診促進事業 （保健福祉局 健康推進課） | 健康診査のチラシの配布や啓発イベントなど、市民へのPRを通じて健康診査についての知識を普及するとともに、がん検診などの健康診査受診の動機づけを行うことで受診率の向上を図ります。 |

むすぼうや！ピンクリボン



ピンクリボンデーでは、乳房模型を使った自己検診やマンモグラフィ検診予約の受け付けを実施

～がん検診の受診促進～

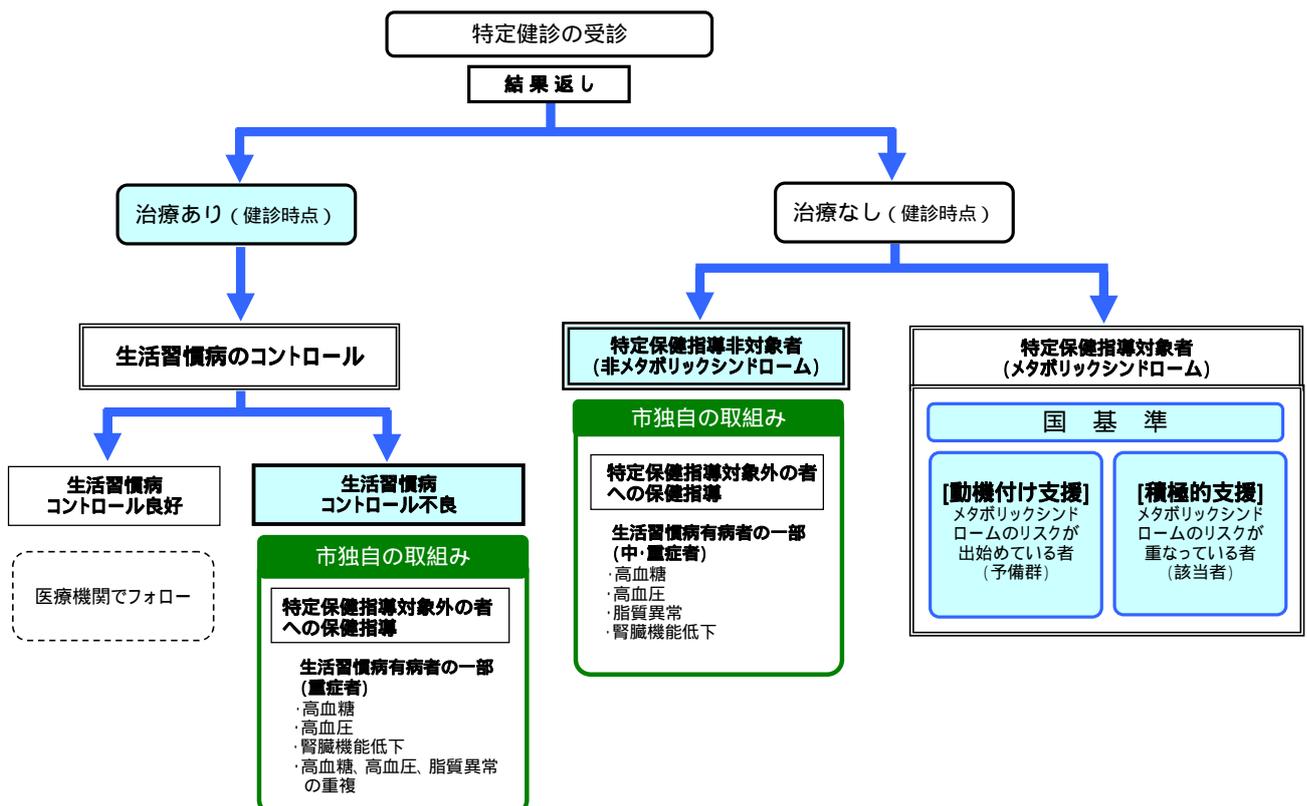
10月の乳がん月間には、医師や放射線技師、乳がん患者会等で組織するボランティア団体により、乳がん検診の受診を呼びかけるイベント「むすぼうや！ピンクリボンデー」が市内の主要スーパー等で開催されています。市では、これらボランティア団体やNPO法人・企業等が実施する啓発イベント等を支援・協働することにより、各種がん検診の受診促進を図っています。

<基本施策2> 循環器疾患対策の推進

心疾患や脳血管疾患などの循環器疾患は、がんに続き本市の死因の上位を占めています。また、発症すると介護が必要な後遺障害が残ることも多く、個人の生活の質や医療費、介護給付費等への影響からも、その予防は本市の健康づくりを推進する上で大きな課題です。

そのため、特定健診の結果、高血圧や脂質異常等で循環器疾患を発症する危険性の高い者を対象として、保健師や栄養士等による適切な食事や運動、禁煙、服薬管理等に関する保健指導を実施して、生活習慣の改善を促すことにより、発症予防・重症化予防に取り組みます。

北九州市国民健康保険「特定健診・特定保健指導」



| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|--------------|--|---|
| 本 掲 10 | 【重点】 特定保健指導対象外の者への保健指導 （保健福祉局 健康推進課） | 北九州市国民健康保険特定保健指導の対象外となる、例えば、「痩せているが血圧の高い者」「受診中であるが糖尿病の改善が図られていない者」など、高血圧、高血糖、脂質異常、腎機能低下の者を対象に保健師や栄養士等が家庭訪問等を行い、生活習慣の改善や治療の継続を支援し、重症化を予防します。 |
| 11 | げん（減）きにエン（塩）ジョイ！うす味生活プロジェクト （保健福祉局 健康推進課） | がんや高血圧などの生活習慣病予防のために、ライフステージに応じて、幼児期から減塩の必要性や減塩方法について広く市民に普及啓発を行うことで、継続的な食生活改善を図ります。 |
| 12 | 健康づくりセンター各種事業 （保健福祉局 健康推進課） | 生活習慣の改善を目的とした運動や栄養等に係るプログラム及びその実践の場を提供するとともに、専門スタッフによる実践指導を行うことにより、市民の自主的な健康づくりを専門的かつ技術的に支援します。 |
| 再 掲 6 | 北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導 （保健福祉局 健康推進課） | 北九州市国民健康保険に加入する40歳から74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。 |
| 再 掲 2 | 健康相談 （保健福祉局 健康推進課） | 市民センター等における定期的な「健康なんでも相談」や、区役所における随時の電話や面接相談、また各種集団健康教室への来所者に対する個別相談など、対象者の心身の健康に関する総合的な助言・指導を行います。 |

<基本施策3> 糖尿病及び慢性腎臓病対策の推進

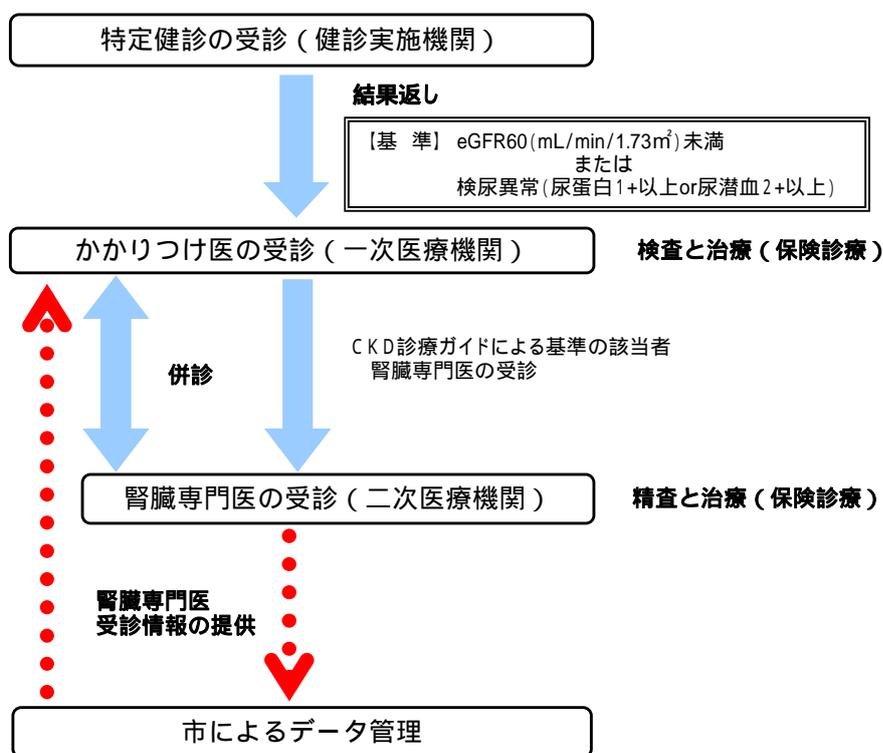
社会環境やライフスタイルの変化に伴い、高脂肪食やエネルギーの摂り過ぎ、過度な飲酒や運動不足などの積み重ねによる糖尿病患者が増えています。

糖尿病は不健康な生活を続けたり、未治療で放置したりすると、重症化して失明や足の切断、慢性腎臓病、さらには人工透析が必要となるなど、生活の質が著しく低下するだけでなく、高額な医療費等が必要となります。

そのため、腎臓の機能の低下を防ぐことを目的として、かかりつけ医を核に、特定健診の結果からかかりつけ医、腎臓専門医までを一体的につなぐ「慢性腎臓病（CKD）予防連携システム」を推進します。

また、今後は、糖尿病の悪化による慢性腎臓病の発症を防ぐため、「（仮称）糖尿病の重症化予防連携システム」の構築についても検討を進めます。

慢性腎臓病（CKD）予防連携システム



| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|--|
| 13 | 【重点】 慢性腎臓病（CKD）予防連携システム （保健福祉局 健康推進課） | 慢性腎臓病から人工透析への移行抑制に焦点をあて、かかりつけ医を核として、特定健診から、かかりつけ医、腎臓専門医までを一体的につなぐ連携システムにより、慢性腎臓病（CKD）の予防及び重症化予防と、心血管疾患の発症抑制を目指します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|----------|--|---|
| 再掲 6 | 北九州市国民健康保険特定健診・特定保健指導 （保健福祉局 健康推進課） | 北九州市国民健康保険に加入する40歳から74歳を対象に、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的として、メタボリックシンドロームに着目した特定健診を実施します。また、健診の結果、生活習慣の改善が必要な対象者への特定保健指導を実施します。 |
| 再掲 10 | 特定保健指導対象外の者への保健指導 （保健福祉局 健康推進課） | 北九州市国民健康保険特定保健指導の対象外となる、例えば、「痩せているが血圧の高い者」「受診中であるが糖尿病の改善が図られていない者」など、高血圧、高血糖、脂質異常、腎機能低下の者を対象に保健師や栄養士等が家庭訪問等を行い、生活習慣の改善や治療の継続を支援し、重症化を予防します。 |
| 再掲 14 | 成人歯科保健事業 （保健福祉局 健康推進課） | 成人期における歯周病の早期発見・早期対応を行い、重症化の予防を図るとともに歯と口の健康づくりに対する意識の向上を図るため、歯周疾患検診や妊産婦歯科検診を実施します。また、口腔と全身の健康との関係に着目した歯周病予防に関する啓発活動を行います。 |
| 再掲 2 | 健康相談 （保健福祉局 健康推進課） | 市民センター等における定期的な「健康なんでも相談」や、区役所における随時の電話や面接相談、また各種集団健康教室への来所者に対する個別相談など、対象者の心身の健康に関する総合的な助言・指導を行います。 |

トピックス

正しく知って糖尿病予防



相談コーナーでは、医師や専門家から直接指導が受けられ、糖尿病の理解が深まる

～糖尿病フェスタ～

11月14日の世界糖尿病デーに合わせて、毎年11月に「北九州市民糖尿病教室～糖尿病フェスタ～」を開催しています。北九州糖尿病療養指導士の会、患者会、行政等の関係団体により企画され、当日は、専門医、栄養士、看護師、薬剤師、検査技師等による相談コーナーや検診コーナー等を設けています。糖尿病についての理解を深め、糖尿病予防に努めています。

<基本施策4> 歯周病等への歯科疾患予防対策の推進

歯を失う大きな原因である歯周病は、歯と歯ぐきの境目にたまる歯垢中の細菌により引き起こされる感染症ですが、日常の歯みがき、食生活や咀嚼習慣、喫煙、ストレスといった生活習慣も、その発症や進行に大きく関係していることから生活習慣病としても位置づけられています。

歯を失うことは「噛む」、「話す」等の日常生活に大きな支障をもたらして生活の質を低下させるだけではなく、歯の喪失と寿命の間に関連性があること等、歯の数の減少が健康状態に悪影響を与えることが報告されています。

さらに、歯周病が糖尿病や循環器疾患を悪化させたり、喫煙や糖尿病が歯周病を進行させたりするなど、歯周病と全身疾患との様々な関連性が報告されており、歯周病対策は成人期における歯科口腔保健上の重要な健康課題です。

そのため、歯周病の予防、歯周病と全身疾患との関係性について普及啓発を図ることや、歯周病等の歯科疾患の予防・重症化予防を目指し、歯みがきや適切な食生活、禁煙等への取り組み支援をさらに推進するとともに、かかりつけ歯科医等による口腔管理(定期的なチェック、歯石除去等)を受ける習慣の定着を促進していきます。

| No. | 事業名(担当課) | 事業概要 |
|----------|--|---|
| 本掲 14 | 【重点】 成人歯科保健事業 (保健福祉局 健康推進課) | 成人期における歯周病の早期発見・早期対応を行い、重症化の予防を図るとともに歯と口の健康づくりに対する意識を向上させるため、歯周疾患検診や妊産婦歯科検診を実施します。また、口腔と全身の健康との関係に着目した歯周病予防に関する啓発活動を行います。 |
| 再掲 34 | 親子歯科保健事業 (保健福祉局 健康推進課) | 妊産婦、乳幼児やその養育者を対象とした様々な歯科保健事業(歯科健診、歯科保健指導、フッ化物塗布等)を実施し、むし歯等の歯科疾患の予防や適切な生活習慣の確立への支援を行い、健全な歯・口腔の育成と口腔機能の獲得を目指します。 |
| 再掲 53 | 高齢者等歯科保健事業 (保健福祉局 健康推進課) | 高齢期における歯と口の健康を維持増進するために、高齢者を対象とした相談会や出前講演などを実施し、口腔機能の維持・向上の重要性や正しい知識・技術について普及啓発を行います。また、要介護高齢者等の口腔健康状態の維持・改善のため、歯科医師をはじめ多職種が連携を深め、事業を実施します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|----------|---------------------------|--|
| 再掲 54 | 8020推進事業 （保健福祉局 健康推進課） | 8020（80歳で20本以上自分の歯を保つ）を目指し、かかりつけ歯科医の定着促進を図るとともに、歯科医師会等の関係機関と連携した啓発事業を行い、歯と口の健康づくりを推進します。 |

各論Ⅱ

豊かな社会生活を営むためのこころと体の健康づくり
【基本目標2】

各論 豊かな社会生活を営むためのところと体の健康づくり【基本目標2】

市民一人ひとりが豊かな社会生活を営むためには、子どもの頃から自らのところと体を健やかに保つ力を身につけ、青年期以降の社会生活に必要な心身の機能を高め、それをできるだけ高く維持するとともに、加齢による機能の衰えを抑制していくことが重要です。

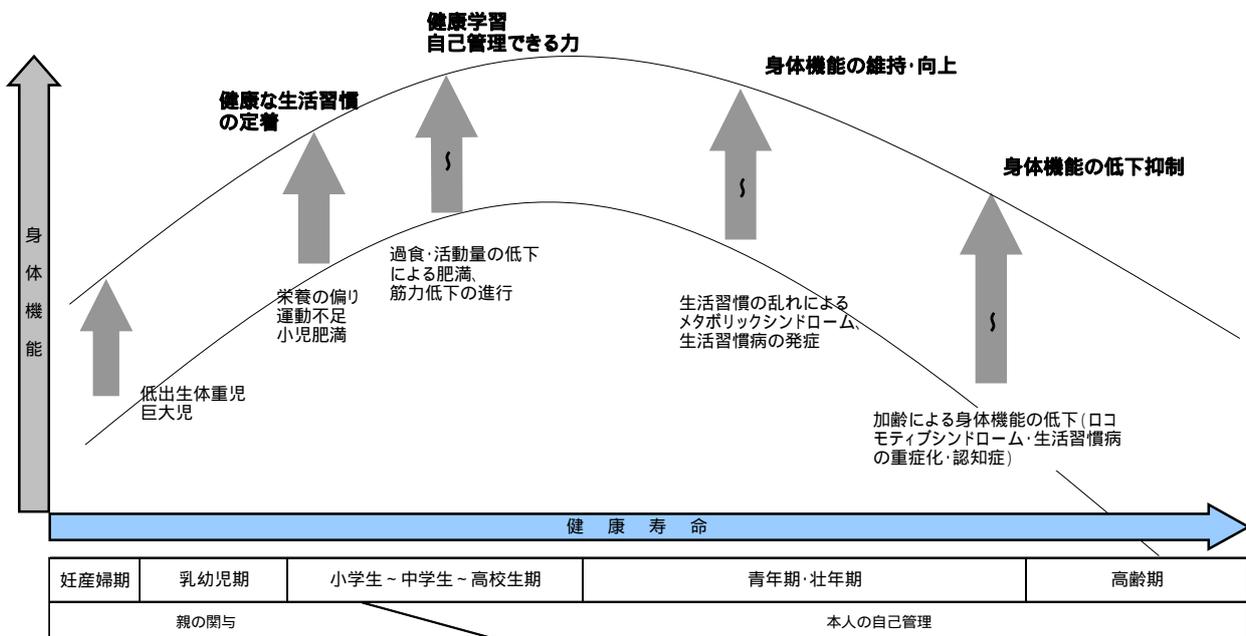
そのため、家庭や保育所・幼稚園、学校等との連携により、心身の健やかな発育と適切な生活習慣の定着に取り組むとともに、子どもを生み育てる親の健康づくりも進めます。

また、年齢を重ねても、心豊かに活力ある生活を維持することができるように、高齢者の生きがいづくりや社会参加を支援し、自立を妨げる要因となっている脳血管疾患や運動器症候群（ロコモティブシンドローム）、認知症などの予防対策を推進します。

一方、社会環境の変化や、厳しい経済情勢が続く中、職場や家庭などにおけるストレスにより、うつや不安からアルコールや薬物に依存する者が増え、自殺者も後を絶たない状況が続いており、こころの健康問題も重要なテーマです。

そのため、体の健康づくりと合わせ、子どもの頃から命の大切さやこころの健康に関する教育や知識の普及に努めるとともに、自殺予防のための相談支援体制を整備するなど、こころの健康づくりを推進します。

健康づくりによる身体機能の維持・向上イメージ



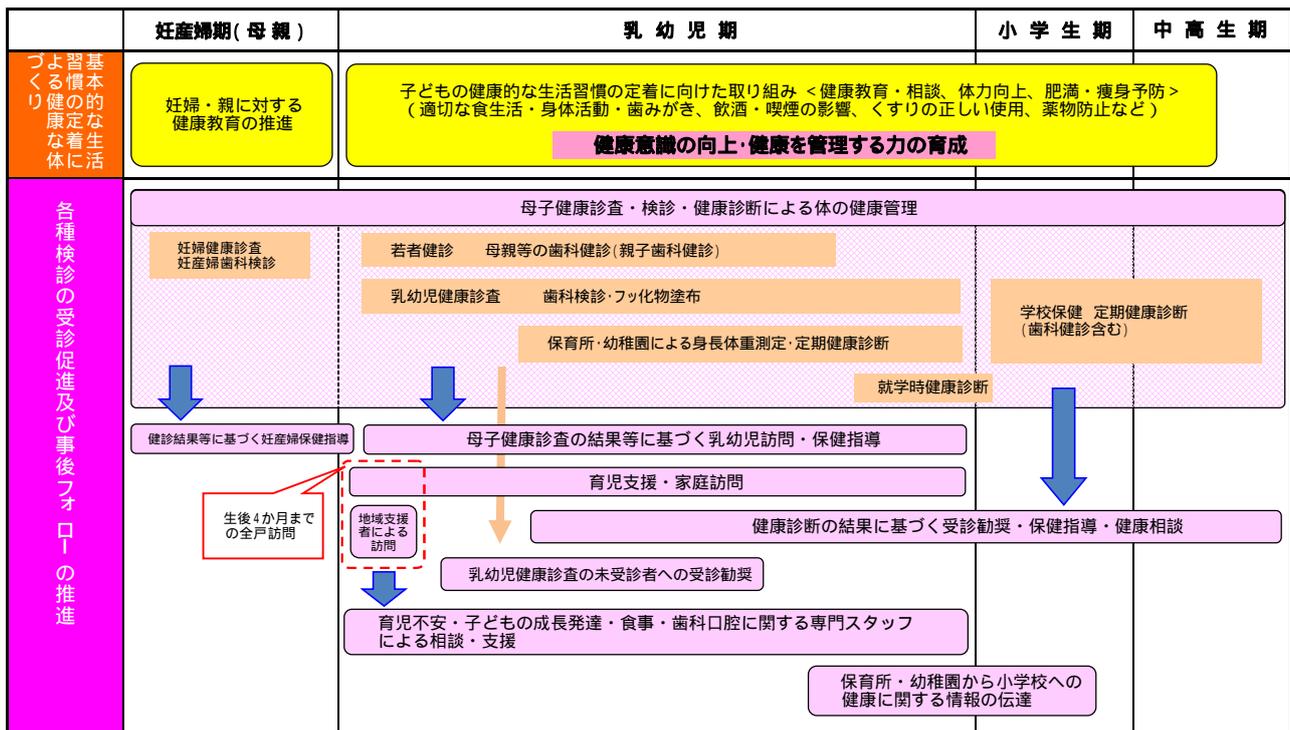
施策の方向1 より良い生活習慣を築く親と子の健康づくり

乳幼児期の適切な生活習慣の定着には、子どもを生み育てる親の生活習慣が大きな影響を及ぼすことから、妊婦や親を対象とした健康教育や健康相談を実施するとともに、地域における市民主体の健康学習を支援します。

また、家庭や保育所・幼稚園、学校等との連携により、バランスのよい食事や、適切な身体活動・運動、早寝早起き、適切な歯みがきなど、健康の基礎となる生活習慣の重要性について学ぶことで、子どもが自らのこころと体を健やかに保つ力を育みます。

さらに、妊産婦の健康維持及び子どもの健やかな発育を支援するため、母子健康診査や各種健診を実施し、健診の結果を受けての医療機関への受診勧奨や、保健指導、健康相談等の事後フォローを行うとともに、未受診者に対する受診勧奨を実施します。

より良い生活習慣を築く親と子の健康づくり 概要図



<基本施策1> 基本的な生活習慣の定着による子どもの健康な体づくり

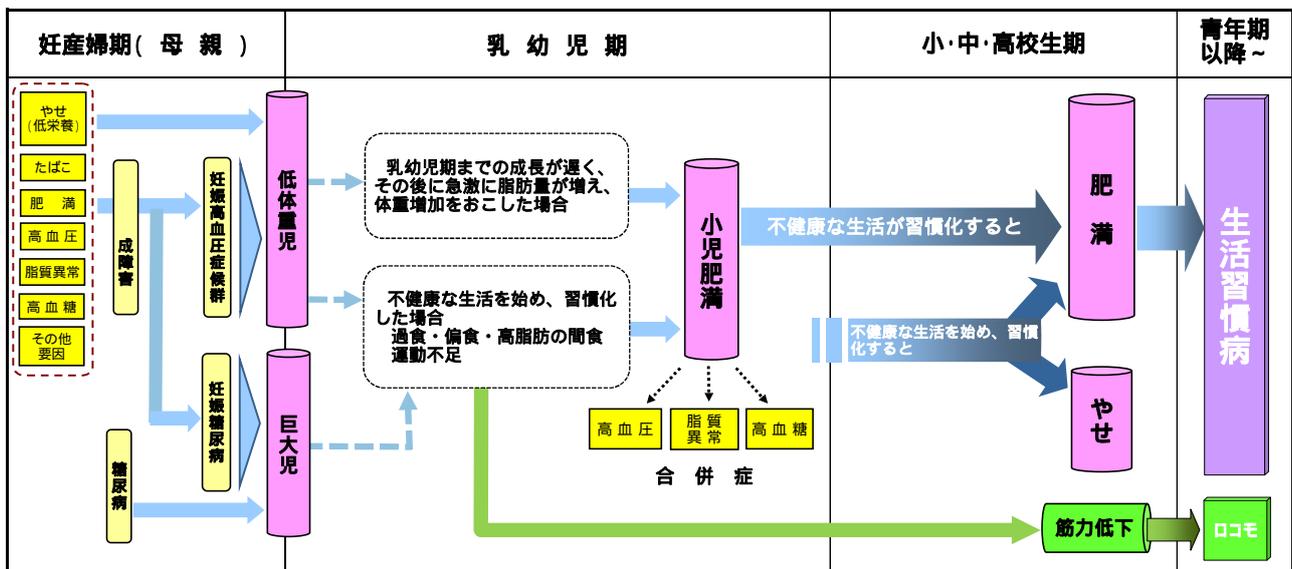
食生活の乱れや喫煙などの不健康な生活習慣の積み重ねは、妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病の発症リスクを高めます。こうした妊婦からは2,500g未満の低体重児や4,000g以上の巨大児が生まれる可能性が高くなり、その後の小児肥満につながりやすいことから、母親の適切な生活習慣の維持・増進は、子どもの健やかな発育の観点からも大きな課題の一つとなっています。

そのため、妊産婦を対象とした健康教育や健康相談を通して、喫煙や飲酒、妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病、歯周病などが母体や胎児に及ぼす影響や、産後の母子の生活習慣病の発症リスクなどについての理解を促します。

また、適切な生活習慣の定着には、乳幼児期が大変重要であることから、子育てを担う親などを対象に、食事や運動、歯みがき、喫煙や飲酒などが健康に及ぼす影響等について、啓発や健康教育、健康相談を実施します。

さらに、保育所・幼稚園、小中学校においては、子どもの成長に合わせて、食育を通じた健康教育や肥満・痩身予防、体力の向上に向けた身体活動・運動への取り組み、さらには、歯・口腔と体の健康の関係、薬の正しい飲み方や薬物・喫煙の体への影響など、子どもの健康に対する意識を高め、自らの健康を維持する力を養うための健康教育に取り組みます。

母子の生活習慣の乱れによる生活習慣病への進展



| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|--|
| 15 | 母子健康手帳の充実 （子ども家庭局 子育て支援課） | 母子の健康状態を記録するとともに、妊娠・出産・育児に関する正しい知識を提供することで、母子の健康の保持及び増進を図ります。また、妊婦健診の早期受診の勧奨やマタニティマーク等の情報を効果的に提供し、安心して妊娠・出産ができる環境づくりを推進します。 |
| 16 | 両親学級 （子ども家庭局 子育て支援課） | 夫婦が協力して出産・育児に取り組む大切さを学ぶため、土・日曜日など父親の仕事が休みの日に沐浴や妊婦疑似体験等の実習を取り入れた教室を開催します。 |
| 17 | 育児教室等の充実 （子ども家庭局 子育て支援課） | 乳幼児の子育てや基本的な生活習慣等に関する知識の普及を図るため、土日開催や託児を設けるなど、開催方法等を検討し、参加しやすい教室を実施します。 |
| 18 | 親子ですすめる食育教室 （子ども家庭局 子育て支援課） | 乳幼児期からの正しい食事の仕方や望ましい食習慣の定着のために、保育所や幼稚園等において、入所児童の保護者を対象に、幼児期の食育について、栄養士の講話や調理実演などを実施します。 |
| 19 | 【重点】 食を通じた乳幼児等の健康づくり （子ども家庭局 子育て支援課） | 妊産婦や乳幼児の食事に関する悩みや不安を解消するために、ニーズに応じた母子栄養教室の内容の充実や、参加しやすい教室を開催し、栄養指導・啓発を行います。 |
| 20 | 生後4か月までの乳児家庭全戸訪問事業の充実 （子ども家庭局 子育て支援課） | 生後4か月までの乳児がいる家庭を訪問し、子育ての孤立化を防ぐために、様々な不安や悩みを聞き、子育て支援に関する必要な情報提供を行うとともに、支援が必要な家庭に対しては適切なサービス提供に結びつけることにより、地域の中で子どもが健やかに育成できる環境整備を図ります。 |
| 21 | 妊産婦・乳幼児なんでも相談の実施 （子ども家庭局 子育て支援課） | 育児不安の軽減を図るため、市民センター等、地域の身近な場所で、保健師による相談を定期的実施し、出産や育児、子どもの成長発達についての個別相談や保健指導を行います。また、子育てに関する知識の普及と啓発のために講話等を開催します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|--|
| 22 | 乳幼児発達相談指導事業（わいわい子育て相談）の拡充 （子ども家庭局 子育て支援課） | 心身の発達が気になる乳幼児について、医師・臨床心理士・保育士等がチームで相談に応じ、保護者の育児不安に対応することで、発達障害等を早期に発見し、乳幼児の健全な発達を支援します。 |
| 23 | 保育所を通じた食育推進事業 （子ども家庭局 保育課） | 保育所において、入所児童やその保護者、地域の子育て家庭に対して、食育に関する体験や相談、講演会等の充実を図ります。 |
| 24 | 小児肥満対策事業 （子ども家庭局 保育課） | 肥満傾向のある児童を適正体重に近づけることにより、将来の生活習慣病罹患のリスクを減少させるために保育所、幼稚園の職員及び保護者に対し、小児肥満の知識、予防の啓発を図ります。 |
| 25 | 【重点】 家庭・地域への啓発事業 （教育委員会 生涯学習課） | 家庭における子どもとの接し方や、子どもへの教育上の留意点など、家庭教育上の様々な問題を解決する知識や能力を、保護者等が相互学習の中から習得できるような学習機会を提供するとともに、子どもに基本的な生活習慣を身に付けてもらうための家庭教育リーフレットを配布するなど、家庭教育に対する意識の向上を図ります。 |
| 26 | 学校における食育推進事業 （教育委員会 指導第一課） | 子どもが発達の段階に応じて、食に対する知識や食を適切に選択する力を身につけるとともに、調理に関する基本的技能を習得し、健全な食生活を実践することができるよう、食育の指導体制と体系的な指導内容の充実を図ります。 |
| 27 | 学校給食による食育の推進 （教育委員会 学校保健課） | 小中学校9年間を通じ、給食を「生きた教材」として教育活動の様々な場面で活用し、学校における食育を推進するとともに、献立表・食育だよりの家庭配布、保護者試食会の開催、家庭教育学級における食育をテーマにした学習会開催の働きかけ等により、家庭・地域での食育の推進を図ります。 |
| 28 | 【重点】 食育を通じた児童生徒等の肥満・痩身対策事業 （教育委員会 学校保健課） | 食育を通じて、適切な食生活など基本的な生活習慣を習得させることにより、肥満・痩身傾向児を減少させ、将来に向けて児童生徒等の健康を確保します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|----------|--|---|
| 29 | 体力アップ推進事業 （教育委員会 指導第一課） | 本市小・中学校における新体力テストの項目毎の平均値は、依然として、ほとんどの項目で全国平均値を下回っています。子どもの体力向上を図るため、各学校・園の実情に合わせた運動機会の増大と運動習慣の定着に向けた取り組みを推進します。 |
| 30 | 北九っ子パワーアップ事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 小中学生を対象にジュニアスポーツ体験教室やジュニアスポーツステップアップ・フェスタを実施し、様々なスポーツに接する機会を与え、運動する楽しさを体感することにより、子どもに運動をする習慣を身につけさせます。 |
| 31 | 「わくわく体験」スポーツ教室 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 市内の小学1年生及び2年生を対象に、冬季の運動不足の解消、バランス感覚や柔軟性の向上を図るため、アイススケート教室を学校授業の一環として実施します。 |
| 32 | 学校健康教育の推進 （教育委員会 指導第一課） （教育委員会 指導第二課） | くすりの正しい使用や薬物乱用、喫煙による健康への害についての正しい知識と判断力を身につけさせるため、小中学校での保健学習の充実や保護者と共に学ぶ薬物乱用防止教室等の保健指導の取り組みを推進します。 |
| 再掲 34 | 親子歯科保健事業 （保健福祉局 健康推進課） | 妊産婦、乳幼児やその養育者を対象とした様々な歯科保健事業（歯科健診、歯科保健指導、フッ化物塗布等）を実施し、むし歯等の歯科疾患の予防や適切な生活習慣の確立への支援を行い、健全な歯・口腔の育成と口腔機能の獲得を目指します。 |
| 再掲 94 | 市民センターを拠点とした健康づくり事業 （地域でGO！GO！健康づくり） （保健福祉局 健康推進課） | 市民センター等を拠点として、市民が主体となった話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を、まちづくり協議会、健康づくり推進員の会、食生活改善推進員協議会、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、行政（保健師等）などの連携により行います。 |

<基本施策 2> 各種検診の受診促進及び事後フォローの推進

母体の健康維持や胎児の健やかな発育及び出産後の母親の健康の維持・増進と、子どもの健やかな発育を支援するため、妊婦健診、若者健診、妊産婦歯科検診、乳幼児健診・歯科健診及び保育所・幼稚園、学校での各種健康診断を実施するとともに、未受診者に対する受診勧奨を行います。

健診の結果、治療や生活習慣の改善などが必要な者に対しては、保健師や栄養士等が保健指導を実施するとともに、子どもの健康への不安や子育てに対する不安などについても相談体制を整備することにより、母と子のこころと体の健康づくりを推進します。

さらに、乳歯が生えそろう咬み合わせも完成する乳幼児期において、本市のむし歯のない幼児の割合が、全国平均と比べかなり低率である状況を鑑み、妊産婦、乳幼児やその養育者を対象としたむし歯予防対策に一層取り組みます。

また、成長著しい乳幼児期から小学生期の子どもの健康について、保育所・幼稚園から小学校へ健康に関する情報を伝達し、きめ細かい対応ができるように努めます。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|--------------|---|--|
| 33 | 【重点】 母子健康診査事業 （子ども家庭局 子育て支援課） | 妊婦や乳幼児に対する健康診査を公費助成することで、子育て世帯の経済的な負担を軽減するとともに、母体の健康維持や胎児の健やかな発育を支援します。 |
| 本 掲 34 | 【重点】 親子歯科保健事業 （保健福祉局 健康推進課） | 妊産婦、乳幼児やその養育者を対象とした様々な歯科保健事業（歯科健診、歯科保健指導、フッ化物塗布等）を実施し、むし歯等の歯科疾患の予防や適切な生活習慣の確立への支援を行い、健全な歯・口腔の育成と口腔機能の獲得を目指します。 |
| 35 | 乳幼児健康診査未受診者フォローアップ事業 （子ども家庭局 子育て支援課） | 虐待につながりやすい状況を早期に把握し予防するため、乳幼児健康診査未受診者に対して、家庭訪問等を実施し、受診勧奨するとともに、養育に関する相談に応じます。また、妊婦や乳幼児の健康診査をデータ管理し、受診結果に応じて、保健指導を行います。 |
| 36 | 産後うつ対策の充実 （子ども家庭局 子育て支援課） | 産後のうつ状態等を早期に把握し、きめ細かに支援するために全産婦に産後うつを早期に発見するための質問票を用いるとともに医療機関と行政が連携し、産後うつに対して早期対応する体制を整備します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|---|
| 37 | 子育て支援総合コーディネーターの配置 （子ども家庭局 保育課） | 「子育て支援サロン”ぴあちえーれ”」に子育て支援総合コーディネーターを配置し、面接、電話、インターネット（メール）による子育てに関する相談の対応を行うとともに利用者に必要な関係機関との連絡、調整等の支援を行います。 |
| 38 | 地域子育て支援センター事業 （子ども家庭局 保育課） | 保育所等を拠点とした地域子育て支援センターを設置し、育児相談や情報提供、親同士の交流などの場を設け、地域の子育て家庭の支援等を行います。 |
| 39 | 保育所における地域活動事業 （子ども家庭局 保育課） | 保育所における世代間交流事業や、異年齢児交流事業など幅広い活動を通して、子どもたちの社会性を培います。また、保育所が持つ専門的知識やノウハウを生かし、子育て相談や育児講座の開催及び子育て情報の提供を行うなど、地域の子育ての核として子育て家庭への支援を行います。 |
| 40 | 子育て支援員の養成・配置（保育所） （子ども家庭局 保育課） | 北九州市社会福祉研修所の研修の充実を図り、保育所の保育士を子育てに関する相談や育児サークルの支援等に対応できる「子育て支援員」として養成します。「子育て支援員」は各区役所や市民センター等と連携しながら、地域に根ざす保育所の子育て家庭支援の中心的な役割を担います。 |
| 41 | 保育所における定期健康診断の実施 （子ども家庭局 保育課） | 市内の全保育所では、入所児童の健康の保持増進を図るため、児童福祉施設最低基準第12条第1項に基づき、入所時の健康診断、年2回の定期健康診断を実施しており、疾病異常が認められる子どもについては、保護者に対し、治療の勧奨や子どもの生活についての指導を行います。 |
| 42 | 【重点】 保育所、幼稚園、小学校の連携 （子ども家庭局 保育課） （教育委員会 企画課） | 保育所、幼稚園での就学前教育から小学校教育へと子どもの発達や学びの連続性を保障するために、情報伝達を行う仕組みとして、保育所児童保育要録や幼稚園幼児指導要録を作成・活用します。 |
| 43 | 定期健康診断の実施 （教育委員会 学校保健課） | 学校保健安全法に基づき、児童生徒及び幼児の定期健康診断を実施します。また、健診結果に基づき、治療勧奨、保健指導等を合わせて行います。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|---------|---|--|
| 44 | 学校の定期健康診断に基づく治療勧奨（学校病）に係る医療費の助成（学校保健安全法） （教育委員会 学校保健課） | 学校保健安全法第24条の規定に基づき、義務教育諸学校の要保護又は準要保護児童生徒が学校病（伝染性または学習に支障を生ずるおそれのある疾病）にかかり、学校において治療するようにすすめたとき、その疾病の治療に要する費用について必要な援助を実施します。 |
| 45 | 小学2・3年生へのフッ化物塗布 （教育委員会 学校保健課） | 児童のう歯予防を目的として、イオン導入法によるフッ化物素塗布を小学校・特別支援学校小学部の2・3年生の希望者を対象に、年2回実施します。 |
| 46 | 学校保健 就学時健康診断 （教育委員会 学校保健課） | 就学予定の子どもの健康状態を把握し、疾病を有する子どもに入学までに必要な治療を行うよう治療勧告を行うとともに、障害のある子どもについては、状況に応じた就学指導を行うことを目的に、学校保健安全法第11条に基づき、入学予定者の健康診断を実施します。 |
| 再掲 7 | 健康診査（若者健診） （保健福祉局 健康推進課） | 職場等で受診する機会のない者（18歳～39歳）や生活保護世帯の者に対し、糖尿病等の生活習慣病予防のための若者（基本）健診を実施します。また、出産後の母親についても健康を維持していくため、若者健診の受診促進や、健診をより受けやすい体制づくりを検討します。 |

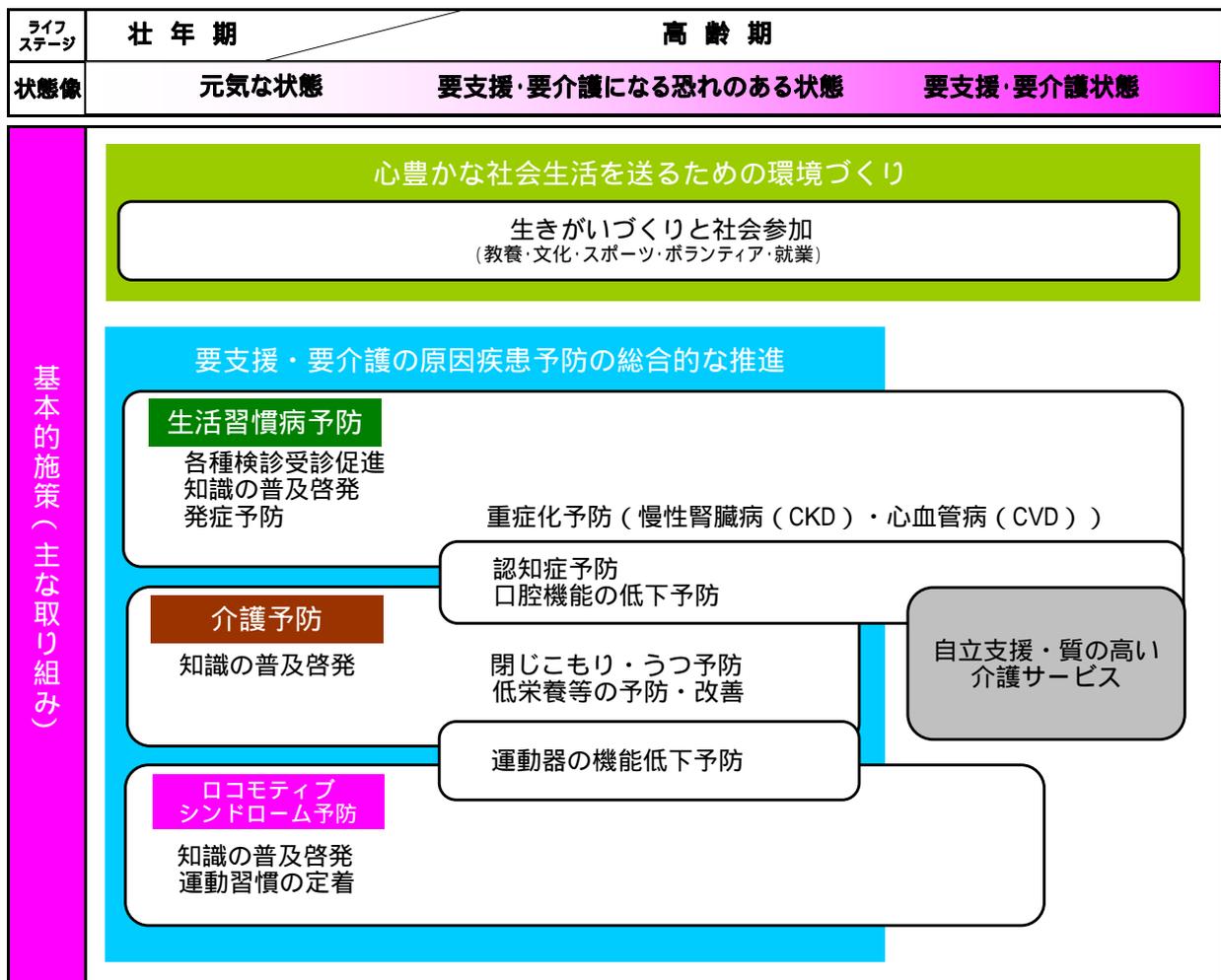
施策の方向2 生活機能・身体機能を維持するための高齢者の健康づくり

年齢を重ねても、できるだけ長く自立した活力ある生活を営むためには、高齢者の生きがいづくりや社会参加の支援とともに、要支援・要介護状態の主な原因疾患であるロコモティブシンドローム（運動器症候群）や、脳血管疾患、認知症などの予防対策が重要です。

本市はこれまでも、脳梗塞や心筋梗塞などを予防する生活習慣病予防や、運動機能の低下や低栄養、口腔機能低下、認知症などを予防するための介護予防の取り組みを行ってきました。今後は、これらの対策を総合的に推進することにより、さらなる健康寿命の延伸を目指します。

また、高齢者が人と人とのつながりの中で、生き生きと心豊かな社会生活を送ることができるよう、教養・文化、スポーツに親しむことのできる環境の整備とともに、ボランティア活動や就業など、それぞれの知識や経験、ライフスタイルに応じた社会参加ができる環境づくりを推進します。

生活機能・身体機能を維持するための高齢者の健康づくり 概要図



<基本施策 1> 生活習慣病予防と介護予防の総合的な推進

政令指定都市で最も高齢化が進み、4人に1人が高齢者という本市の現状から、できるだけ長く自立した生活を維持するための介護予防の取り組みは、個人の生活の質を向上させるだけでなく、介護保険制度の安定的な運営の視点からも重要な課題です。

そのため、生活習慣病や介護予防の必要性についての普及啓発や、要支援・要介護状態となるおそれの高い高齢者を対象とした運動器や口腔機能の向上及び栄養改善などに引き続き取り組みます。高齢者は飲み込む力が衰え、誤嚥性肺炎を起こしやすいので、本市の主要死因で「肺炎」が第3位に浮上したことも踏まえ、誤嚥性肺炎の予防を目指した口腔ケアを推進していきます。

また、認知症予防教室の開催や、認知機能の低下がみられる者を早期に発見するための脳の健康度テストの実施、認知症の進行を遅らせる薬に関する情報提供など、認知症予防及び重症化予防にも取り組みます。

さらに、加齢に伴う運動器の衰えや障害の状態を総称する「ロコモティブシンドローム」に関する知識を広く市民に普及し、適度な運動やバランスの取れた食事の必要性について市民の理解を深めることにより、ロコモティブシンドロームの予防についても推進します。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|--|
| 47 | 【重点】 介護予防に関する普及・啓発事業 （保健福祉局 健康推進課） | 介護予防への関心を高め、その重要性や正しい知識を広く周知するため、講演会や新聞・リーフレットなどを活用したPR活動を行います。また、地域主体の介護予防を促進するため、健康づくり推進員等の活動支援やスキルアップ研修を実施します。 |
| 48 | 介護予防事業（二次予防事業） （保健福祉局 健康推進課） | 二次予防事業対象者（要介護状態等となるおそれの高い高齢者）を把握し、対象者に運動機能向上、口腔機能の向上、栄養改善を目指したプログラム（通所型介護予防事業）の提供と、保健師、看護師等による生活機能に関する問題の相談・支援のための訪問（訪問等による介護予防支援事業）を行います。 |
| 49 | 高齢者食生活改善事業 （保健福祉局 健康推進課） | 高齢者の食生活改善を目的とした個別栄養相談や集団栄養指導（講義や実技指導）を対象者のニーズに合わせて実施し、正しい食生活の知識と技術を普及啓発することで、「食べること」を通じた栄養改善を図ります。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|--------------|---------------------------------------|---|
| 50 | 高齢者の低栄養予防に関する普及・啓発事業 （保健福祉局 健康推進課） | 偏った食品ばかり食べるなどバランスの悪い食生活を続けると低栄養のリスクが高くなるため、毎日多様な食品を組み合わせる食べることが重要です。そのため、食品摂取状況を自分で確認できるチェックシートなどを公的機関や民間事業所などを通して高齢者に幅広く配布することで、高齢者の低栄養予防の普及啓発を図ります。 |
| 本 掲 51 | 運動器の機能低下予防事業 （保健福祉局 健康推進課） | 健康づくりや介護予防を目的とした「きたきゅう体操」「ひまわりタイチー」等の普及教室の開催・普及員の養成を行い、運動のきっかけづくりや運動の自主化・継続化を推進するとともに、ロコモティブシンドロームの普及啓発や予防を図ります。 |
| 本 掲 52 | 公園で健康づくり事業 （保健福祉局 健康推進課） | 高齢者の健康づくりに効果的な健康遊具を設置した公園で、健康遊具の適切な利用法や運動方法を学ぶ教室の開催や普及員の養成を通じて、身近な公園を活用した市民の自主的かつ継続的な健康づくり活動を推進します。 |
| 本 掲 53 | 高齢者等歯科保健事業 （保健福祉局 健康推進課） | 高齢期における歯と口の健康を維持増進するために、高齢者を対象とした相談会や出前講演などを実施し、口腔機能の維持・向上の重要性や正しい知識・技術について普及啓発を行います。また、要介護高齢者等の口腔健康状態の維持・改善のため、歯科医師をはじめ多職種が連携を深め、事業を実施します。 |
| 本 掲 54 | 8020推進事業 （保健福祉局 健康推進課） | 8020（80歳で20本以上自分の歯を保つ）を目指し、かかりつけ歯科医の定着促進を図るとともに、歯科医師会等の関係機関と連携した啓発事業を行い、歯と口の健康づくりを推進します。 |
| 55 | 高齢者尿失禁予防事業 （保健福祉局 健康推進課） | 閉じこもりなどの生活機能の低下を招く原因の1つである尿失禁に関する正しい知識の普及啓発や尿もれ予防体操の実技指導、医師の個別相談などを行うことで、日常生活習慣の改善や生活の質（QOL）の向上を図ります。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--------------------------------------|---|
| 56 | 【重点】 認知症発症予防の推進 （保健福祉局 高齢者支援課） | 保健・医療・福祉などの関係機関や地域住民等との連携による認知症予防のための講演会・教室の開催や軽度認知障害（MCI）に関する啓発・スクリーニング検査の実施、認知機能の向上を目的とした教室など、認知症予防に向けた取り組みを推進します。 |
| 57 | 【重点】 健康マイレージ事業 （保健福祉局 健康推進課） | 「生涯を通じた健康づくり」を推進するため、介護予防・生活習慣改善等の取り組みや健康診査の受診等をポイント化し、そのポイントを健康グッズ等と交換することで健康づくりの重要性を広く普及啓発するとともに、市民の自主的かつ積極的な健康づくりへの取り組みを促進します。 |
| 58 | 元気でハツラツ健康アップ教室 （保健福祉局 健康推進課） | 介護予防のために、地域で市民が主体的に行う高齢者の健康づくり・生活機能低下の予防教室の実施を支援します。 |

トピックス

「森のチカラ」で認知症ケア ～もりフォーラム～



森先案内人や介護ボランティアと一緒に森を散歩し、自然の音や匂い、風を感じとる

認知症のことを正しく知って、「認知症になっても安心して暮らせるまち」をつくろう！を合言葉に、認知症の方の家族の会や介護、福祉、環境など様々な分野で活躍するボランティア、NPOの方々が中心となって「もりフォーラム」を開催しています。木々を吹き抜ける涼しい風、小川のせせらぎの音、草や土のにおい…。この「森のチカラ」で認知症の方もサポーターもみんな優しい笑顔になります。

<基本施策2> 高齢者の生きがいがづくりと社会参加の促進

今後もさらなる高齢化の進展が確実視される中、高齢者が人と人とのつながりの中で、個々のライフスタイルや、それまでに培った知識や経験を生かし、地域社会の担い手として社会参加することは、活力ある地域社会を維持するためにも大変重要です。

そのため、各種講座の実施や活動へのきっかけづくり、社会貢献活動に関する情報提供、活動の場の提供などにより、高齢者が生涯現役として活躍できる環境づくりを進めます。

また、教養や文化を学び、スポーツ活動などに取り組むことにより、高齢者が仲間とふれあひながら、生き生きと心豊かな社会生活を営むことができる環境づくりにも取り組みます。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---------------------------------|---|
| 59 | 年長者研修大学校運営事業 （保健福祉局 高齢者支援課） | 年長者研修大学校の講座を通じ、高齢者の教養、健康、趣味、レクリエーション等の生きがいがづくりや健康づくりを促進するとともに、地域活動を担う高齢者の人材育成を図ります。また、これから高齢期を迎える者などを対象に、産業活動や地域活動等の社会貢献活動を担う人材の発掘、育成を進めます。 |
| 60 | 高齢者の健康づくり支援事業 （保健福祉局 高齢者支援課） | 北九州市老人クラブ連合会が各校区で行う健康づくりに関する講習会等に対して助成することで、高齢者を対象とした健康づくりに関する実践活動、健康に関する知識等についての普及啓発を図ります。 |
| 61 | 高齢者いきがい活動支援事業 （保健福祉局 高齢者支援課） | 高齢者の社会貢献や生きがいがづくりを促進するため、高齢者の参加しやすいボランティア活動、生涯学習、仲間づくり情報の収集や情報提供を行う高齢者いきがい活動ステーションを設置、運営します。 |
| 62 | シルバースポーツ振興 （保健福祉局 高齢者支援課） | スポーツを通じた高齢者の生きがいがづくりを推進するため、60歳以上の高齢者が過半数参加する全市的なスポーツ大会の経費の一部を助成します。 |
| 63 | 高齢者の水中歩行教室 （保健福祉局 高齢者支援課） | 高齢者を対象に、水中歩行を中心とした教室を開催することで、高齢者の生きがいや健康づくりを促進します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|---|
| 64 | 介護支援ボランティア事業 （保健福祉局 介護保険課） | 高齢者による社会参加・地域貢献を積極的に奨励・支援するため、高齢者が介護保険施設等において、要介護者等に対する介護支援ボランティアを行った場合に、その活動実績を評価してポイント化し、ポイントを換金することができる「介護支援ボランティア事業」を実施します。 |
| 65 | 【重点】 まちの森プロジェクト～環境首都100万本植樹～ （環境局 環境未来都市推進室） （財政局 財産活用推進課） （建設局 緑政課） （保健福祉局 高齢者支援課） | 未利用市有地や公園の一部を、自治会やまちづくり協議会、老人クラブ、子ども会などの地域団体に無償で貸し付け、花壇・菜園や植樹用の苗木の育成などに活用してもらうことで、街なかの緑を増やし、高齢者の生きがいや健康づくり、多世代交流等を促進します。 |

トピックス

簡単な大工仕事などを
ボランティアがお手伝い

特技を生かして大工仕事。お困りの高齢者宅をお助け中

～腕自慢おまかせサービス～

社会福祉協議会では、高齢者世帯や障害者のいる世帯を対象に、ボランティアが簡単な大工仕事などのお手伝いをする「腕自慢おまかせサービス」を行っています。企業のグループや市民のみなさんが、社会参加や地域に根ざした社会貢献活動として、趣味や特技を生かし、窓や戸の修理、家具の移動、包丁とぎなどのボランティア活動に取り組んでいます。

施策の方向3 ライフステージを通じたこころの健康づくり

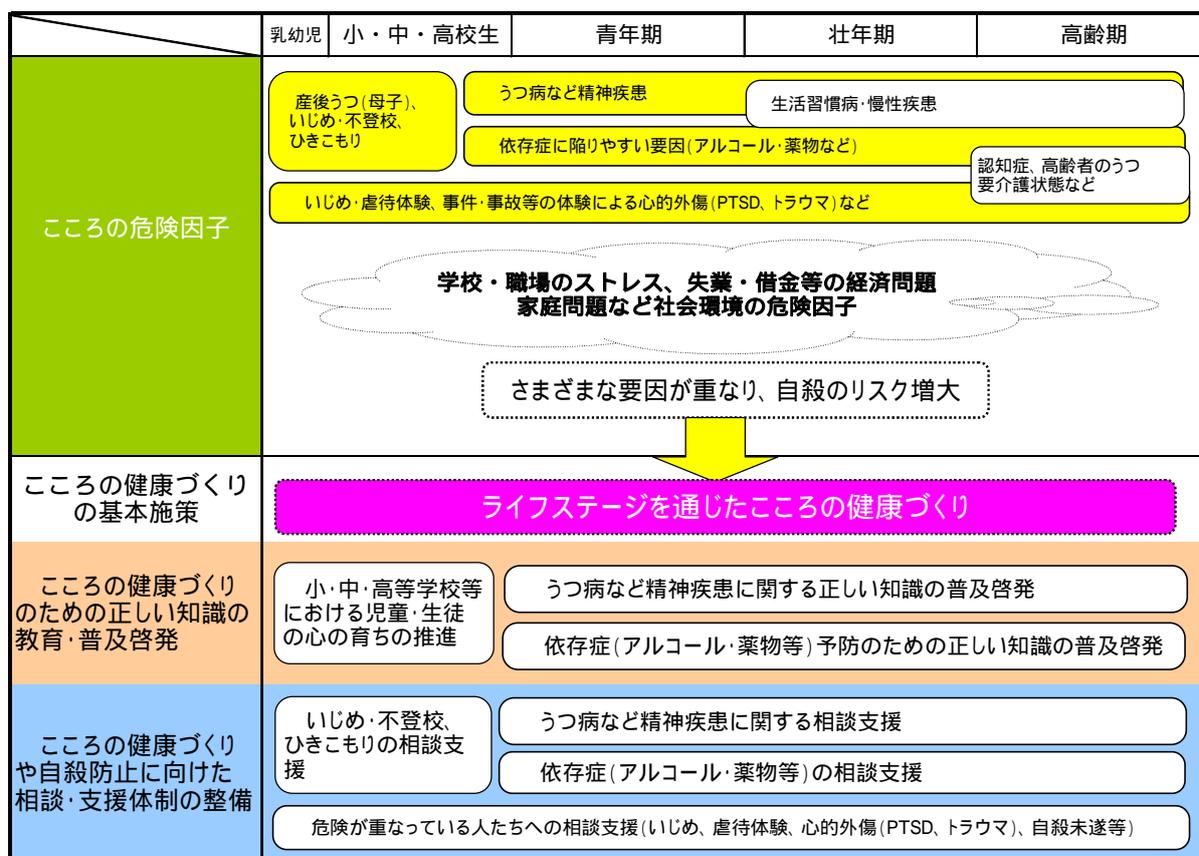
豊かな社会生活を営むためには、体の健康とともにこころも健康であることが大変重要です。

そのため、学校や職場、家庭など社会生活を送る様々な場面で生じる不安やストレスに対処し、自らと人の生命を大切に、力強く生き抜く力を育むための教育や知識の普及啓発を推進します。

また、こころの健康は、個人の生活の質を大きく左右するだけでなく、その不調は社会経済活動へも大きな影響を与えます。本市では、働く世代にストレスを感じる人が多い現状を鑑み、産業界等との連携によって、ストレスケアやメンタルヘルスなどによるこころの健康づくりに努めます。

さらに、強い不安やストレスからうつ傾向やアルコール・薬物などへの依存のある者、あるいはこうした症状が重症化して自殺につながる危険性の高い者などへの相談支援体制も強化します。

ライフステージを通じたこころの健康づくり 概要図



<基本施策 1> こころの健康づくりのための正しい知識の教育・普及啓発

全国の自殺者数は年間 3 万人を超え、本市でも毎年 2 0 0 人以上の市民が自殺する状況が続いています。また本市は、心理的に苦痛を感じてうつや不安障害に陥っていると思われる者や、アルコール依存の可能性のある者が、男性を中心に全国と比べても大変多い状況にあります。

そのため、子どもから高齢者まで、すべての市民を対象に、生命の大切さやストレスケア、メンタルヘルス、アルコールや薬物への依存症予防など、こころの健康の維持・増進のための健康教育や知識の普及啓発に取り組みます。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|---|
| 66 | 心の教育推進事業 （教育委員会 指導第一課） （教育委員会 企画課） | 伝統文化や異年齢・地域交流など豊かな体験を通して、児童生徒が自己の生き方についての考えを深める道徳教育を教育活動全般を通じて推進します。また、郷土の先人や歴史などを通して郷土への愛着を深めます。さらに、子どもの自尊感情を高めるとともに、基本的生活習慣の定着を図るため、学校、家庭、地域を挙げたあいさつ運動を推進します。 |
| 67 | 人権教育推進事業 （教育委員会 指導第二課） | 生命の大切さを学び、自尊感情や他の人とよりよく生きようとする意識、集団生活での規範を尊重し、義務や責任を果たす態度など生きる力を育む教育活動を推進します。 |
| 68 | 「思春期保健連絡会」の運営 （子ども家庭局 子育て支援課） | 思春期の心身の変化を正しく理解し、自分自身のこころと体を大切に健康教育を推進するため、医療・学校・地域・行政等の関係者による連絡会を開催し、現状の把握や課題の共有及び連携強化を図るとともに、思春期保健の対策等について協議します。協議の結果等を踏まえ、思春期の健康教育を効果的に実施します。 |
| 69 | 子ども・保護者のメディアリテラシー向上やネット監視対策に向けた取り組み （子ども家庭局 青少年課） | 出会い系サイト等をはじめとするインターネット・携帯電話を通じたトラブルが問題になっていることから、各種教室や出前講演の実施など、広報・啓発を中心とした取り組みを推進します。 |
| 70 | 薬物乱用防止に向けた広報・啓発 （子ども家庭局 青少年課） | 薬物乱用防止に向けた広報・啓発などの取り組みを、行政と地域が一体となり推進します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|--|
| 71 | <p>こころの健康教育・人材育成事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター）</p> | <p>市民のこころの健康に関する意識向上を図り、問題解決力を向上させるため、リラクゼーションやストレスケアなど、メンタルヘルスに関わる知識の普及啓発・健康教育を行います。また、うつ病やアルコール問題などの正しい知識の普及啓発のほか、早期発見・早期対応ができる人材を育成する「ゲートキーパー研修」や、児童・生徒の相談できる力を育てるための「教員等自殺対策支援者研修」、こころの問題を市民に広く啓発するための「自殺対策啓発講演会」などを実施します。</p> |
| 72 | <p>インターネットによる情報提供・相談支援事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター）</p> | <p>こころの病の早期発見・早期対応につながるように、日頃からのこころの健康管理が行えるメンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」や、必要な支援情報へ簡単に辿り着ける専用ホームページなど、インターネットを活用した情報提供・相談支援を行います。</p> |
| 73 | <p>セルフヘルプグループ支援 （保健福祉局 精神保健福祉センター）</p> | <p>北九州市内及びその近郊で活動する自助グループの支援や毎年11月に行う「セルフヘルプ・フォーラム」を支援し、同じような悩みを抱える者の出会いの場の提供に努めます。</p> |
| 74 | <p>社会的ひきこもり対策事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター）</p> | <p>様々な要因によって社会参加の場面が狭まり、自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態をいう「ひきこもり」の中でも、特に、背景に精神疾患がない「社会的ひきこもり」について、支援者向けの研修・連絡会、市民向けの講演会、家族教室、自助グループの側面的支援等の事業を実施します。</p> |

トピックス

回復は仲間と一緒に！

～セルフヘルプフォーラム～



フォーラムでは、地域の子どもの太鼓の演奏など幅広い交流を図る

市や近郊の自助（相互援助）グループが集まり、体験発表やモデルミーティングなどを行うセルフヘルプフォーラムが毎年11月に行われます。精神障害など、同じ課題を抱えた者同士の相互援助を市も側面的にサポートしています。当事者や家族だけでなく多くの方の手が繋がるよう支援しています。

<基本施策2> こころの健康づくりや自殺防止に向けた相談・支援体制の整備

ライフスタイルの変化により人と人との絆が薄れ、また厳しい社会経済状況が続く中、強度の不安やストレスによりこころの健康が損なわれる者が増えています。

こうした、うつ病などを発症した者やアルコール・薬物に依存するようになった者、何らかの心的外傷によりストレス障害に陥った者などへのこころのケア対策を進めることにより、自殺を予防することも重要です。

そのため、こころの健康づくりや自殺予防に対応できる専門人材を育成するとともに、自殺につながる危険性の高い者やその家族に対する相談窓口を充実させ、総合的な支援体制を整備することで、自殺予防を推進します。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---------------------------------------|---|
| 75 | 24時間子ども相談ホットライン （子ども家庭局 子ども総合センター） | いじめ・虐待・不登校などの子どもに関する様々な相談に対応するため、24時間・365日体制の電話相談を実施します。また、子ども総合センター閉庁時における児童虐待等緊急相談に対応することで、早期発見及び早期対応を図ります。 |
| 76 | Eメール相談 （子ども家庭局 子ども総合センター） | 電話では相談しづらい不安や悩み、疑問などをEメールで受け、相談内容に応じて適宜アドバイスや適切な関係機関を紹介するなど、相談者の気持ちに立って、不安や悩みの軽減、疑問の解消に努めます。 |
| 77 | 不登校いじめ対策の充実 （教育委員会 指導第二課） | 不登校やいじめの問題について、事案の早期発見・早期解決や、児童生徒の社会性の育成を含む多様な支援を行うことで問題解決に取り組みます。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|---|
| 78 | スクールカウンセラーの配置 （教育委員会 指導第二課） | 不登校やいじめ等の児童生徒及び保護者への対応のため、臨床心理士等をスクールカウンセラーとして、すべての中学校に配置及び小学校への派遣を行い、小中学校等におけるカウンセリング等の機能の充実を図ることで、生徒指導上の諸問題の解決を図ります。 |
| 79 | スクールソーシャルワーカーの活用事業 （教育委員会 指導第二課） | 不登校やいじめ、虐待などの問題行動等の解消のため、スクールソーシャルワーカーを教育委員会に配置し、児童生徒への働きかけとともに家庭環境への働きかけにより支援活動に取り組みます。 |
| 80 | 子ども・若者応援センター「YELL」の運営 （子ども家庭局 青少年課） | 社会生活を円滑に営む上で「困難」を抱える子どもや若者を総合的にサポート（コーディネート）していく総合相談窓口として、自立支援に取り組みます。 |
| 81 | 男女共同参画センター相談事業 （子ども家庭局 男女共同参画推進課） | 男女共同参画社会を目指して互いに自立し、生きがいのある人生を送ることができるよう、ジェンダーの視点からの問題の解決を支援するために、一般相談、人権侵害相談、法律相談、就労応援相談等を実施します。 |
| 82 | 勤労婦人センター相談事業 （子ども家庭局 男女共同参画推進課） | 東部及び西部勤労婦人センターにおいて、こころや体、家族、職場の人間関係など、女性が抱える様々な悩みや問題に専門の相談員が応じる一般相談、仕事や家庭のトラブルなどの法律的な問題を抱える女性のために、弁護士が面接に応じる法律相談を実施します。 |
| 83 | 精神保健福祉相談 （保健福祉局 障害福祉課） | イライラする、眠れない、ストレスが溜まるなど、こころの健康に関する問題、酒害（アルコール）に関する問題、老人性認知症などに関する問題を抱える本人や家族に対して、各区役所において専門の精神科医や相談員が面接し、相談に応じます。 |
| 84 | ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」の設置・運営 （保健福祉局 障害福祉課） | ひきこもりの問題を抱えた当事者や家族等の電話相談や来所相談、訪問相談、フリースペースなどを実施することで、ひきこもり当事者が社会に参加し、生き生きと自分らしく暮らせることを目指します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|--|
| 85 | 北九州市障害者基幹相談支援センター （保健福祉局 障害福祉課） | 障害のある人が地域で安心して生活できるよう、ウエルとばた内に基幹相談支援センターを設置し、相談窓口の一元化を図ることで相談者の利便性を向上させます。併せて出前相談など丁寧な相談支援方法をとることにより、障害のある方が自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう体制を整備します。 |
| 86 | うつ病等の精神疾患に関する相談支援事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター） | うつ病についての正しい知識や接し方などの情報を提供することを中心に、同じ問題を持つ家族同士が語り合い、わかち合う場を提供するための教室を実施します。 |
| 87 | 依存症に関する相談支援事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター） | 薬物乱用・依存などの問題を抱える家族に対し、正しい知識や接し方を学び、同じ問題を抱える者同士のわかち合いの場を提供するための家族教室の実施や、薬物依存・ギャンブル依存問題等に関する相談窓口で個別相談を行います。 |
| 88 | 自殺予防に関する相談支援事業 | こころの健康を損なった者、自殺の危険性が高い者への相談支援を行うため、傾聴を主としながら必要に応じ適切な情報を提供する「自殺予防こころの相談電話」や、自死で家族を亡くした方の個別相談など「自死遺族支援」、官民一体となって総合的な相談支援体制の連携を図るため「自殺対策連絡会議・庁内連絡会議」などを実施します。 |
| 89 | 【検討中】 いのちとこころの支援事業 （保健福祉局 精神保健福祉センター） | 本市の自殺対策をさらに強化するため、こころの健康教育・人材育成事業をはじめ、専門家による自殺の危険性が高い者への相談支援や、専門家による関係機関・窓口支援など、きめ細かな相談支援が実現できるように、（仮称）地域自殺予防情報センターの設置など総合的な支援体制の整備を検討します。 |

各論Ⅲ

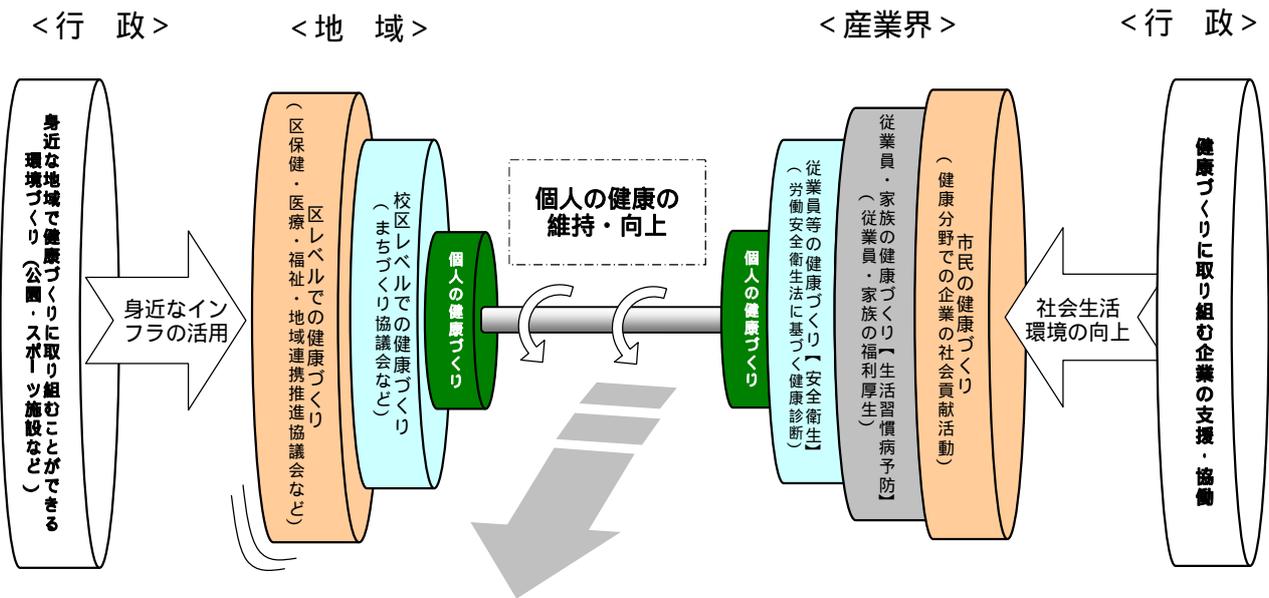
個人の健康を支える社会環境の整備
【基本目標3】

各論 個人の健康を支える社会環境の整備【基本目標3】

健康づくりは、市民一人ひとりが自らの責任において主体的に取り組むことが基本ですが、家庭や学校、地域、職場等の社会環境も個人のこころと体の健康に多大な影響を及ぼすことから、個人を取り巻く社会全体で、個人の健康を支え、守る環境をつくる必要があります。

そのため、身近な地域での健康づくりを支援するボランティア等の人材育成やネットワークの構築、公園やウォーキングコース等のハード面の整備のほか、企業や関係機関・団体等との連携など、市民の健康づくりの気運を高め、社会全体で健康づくりを推進する環境整備に取り組めます。

個人の健康を支える社会環境の整備 概要図



施策の方向1 身近な地域での市民主体の健康づくり

市民が身近な地域で気軽に、人と人とのふれあいの中で、楽しく健康づくりを続けることができるように、地域で健康づくりを牽引するボランティアの育成や活動を支援します。

また、地域では、まちづくり協議会や自治会、校（地）区社会福祉協議会、NPO・ボランティア団体などの多様な主体が、子育て支援や独居高齢者等の見守り、安全・安心の確保など住み良いまちづくりを進めるための重要な役割を担っています。こうした様々なまちづくり活動と健康づくり活動が連携・協働することにより、市民一人ひとりのさらなる健康の維持・増進につながるよう支援します。

<基本施策1> 地域の健康づくりを担う人材の育成及び活動支援

市民センターや公園などを拠点として、市民の健康づくりや介護予防、食生活の改善を推進するため、健康づくり推進員や食生活改善推進員、ひまわりタイチー普及員、スポーツ推進委員など多くの地域ボランティアが活動しています。

こうしたボランティアの育成や活動を支援するため、運動やスポーツ、栄養、生活習慣病予防等についての知識や技術の習得を目的とする研修会を開催するとともに、活動の機会や情報提供などに積極的に取り組みます。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|---|
| 90 | 【重点】 健康づくり推進員養成・活動支援事業 (保健福祉局 健康推進課) | 地域における健康づくり・介護予防を推進するリーダーとなる健康づくり推進員を、運動・栄養・休養に関する研修を行い、養成します。また、健康づくり推進員が行う地域での健康づくり・介護予防に関する情報発信や知識の普及、ウォーキング教室などの自主活動を支援します。 |
| 91 | 【重点】 食生活改善推進員養成・活動支援事業 (保健福祉局 健康推進課) | 食を通じた健康づくり・介護予防活動を推進するリーダーの育成のため、食生活と生活習慣病などに関する研修を行い、食生活改善推進員を養成します。また、食生活改善推進員が行う地域での食と健康等に関する情報発信や、健康料理普及講習会、ふれあい昼食交流会などの活動を支援します。 |
| 92 | 生涯スポーツの指導者育成事業 (市民文化スポーツ局 スポーツ振興課) | 生涯スポーツの振興を図るため、生涯スポーツに関する専門的な知識と技術を学ぶための「生涯スポーツリーダー養成講座」を実施します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|----------|-------------------------------------|---|
| 93 | 地域保健推進職員研修 （保健福祉局 総合保健福祉センター管理課） | 地域保健職員としての資質向上、社会情勢の変化に対応した人材育成を目的とした職員研修等を実施します。併せて、保健医療系学生実習及び新医師臨床研修制度における地域保健・医療研修の受け入れを行います。 |
| 再掲 51 | 運動器の機能低下予防事業 （保健福祉局 健康推進課） | 健康づくりや介護予防を目的とした「きたきゅう体操」「ひまわりタイチー」等の普及教室の開催・普及員の養成を行い、運動のきっかけづくりや運動の自主化・継続化を推進するとともに、ロコモティブシンドロームの普及・啓発や予防を図ります。 |
| 再掲 52 | 公園で健康づくり事業 （保健福祉局 健康推進課） | 高齢者の健康づくりに効果的な健康遊具を設置した公園で、健康遊具の適切な利用法や運動方法を学ぶ教室の開催や普及員の養成を通じて、身近な公園を活用した市民の自主的かつ継続的な健康づくり活動を推進します。 |

トピックス

地域の健康づくりの牽引役



年々、健康づくり推進員も増え続け、地域の健康づくり活動のリーダーとして活躍中

～健康づくり推進員～

地域で健康づくり活動を推進するために、市民センター等で地域住民の方々と協力して、ウォーキングイベントや健康教室などを実施しています。また、市内で行われる各種イベント等の機会に、健康診査の受診勧奨や健康マイレージ事業のPRも行うなど、市民主体の健康づくりの牽引役として幅広く活躍しています。

正しい食生活の伝道師



おいしい食事と楽しい 会話でふれあいのひと
時を過ごす「ふれあい昼食交流会」

～ 食生活改善推進員 ～

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に市内で約1,700人の会員がボランティアとして、食を通じた市民の健康づくりのために、地域に根ざした活動を続けています。市民センターなどを拠点とし、バランスのとれた食事やおいしい減塩料理を普及するために、「おやこの食育教室」「男性料理教室」「健康料理普及講習会」「ふれあい昼食交流会」などを行っています。

< 基本施策 2 > 市民主体の健康づくりを支える地域団体との連携

まちづくり協議会を中心に、北九州市医師会・歯科医師会・薬剤師会などの関係機関や保健師などとの連携により、地域における健康課題の解決に向けて健康学習や実践に取り組む「市民センターを拠点とした健康づくり事業(通称:地域でGO!GO!健康づくり)」のさらなる展開を図り、子どもから高齢者まで幅広く、市民主体の健康づくりを促進します。

また、各地域で展開されている様々な取り組みに関する情報交換や特色あるイベント等を通じて、市民主体の健康づくりのさらなる活性化につながるよう、各区の「保健・医療・福祉・地域連携推進協議会」などの活動促進と連携強化に努めます。

さらに、社会福祉協議会が、地域住民相互の支え合いのまちづくりを目的に福祉協力員を配置して取り組んでいる「ふれあいネットワーク活動推進事業」と、地域における健康づくり活動との連携や活動支援により、より地域に根ざした健康づくりを促進します。

| No. | 事業名(担当課) | 事業概要 |
|--------------|--|---|
| 本 掲 94 | 【重点】 市民センターを拠点とした健康づくり事業 (地域でGO!GO!健康づくり) (保健福祉局 健康推進課) | 市民センター等を拠点として、市民が主体となった話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を、まちづくり協議会、健康づくり推進員の会、食生活改善推進員協議会、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、行政(保健師等)などの連携により行います。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---|---|
| 95 | 保健・医療・福祉・地域連携システム推進事業 （保健福祉局 いのちをつなぐネットワーク推進課） | 子どもから高齢者まで誰もが住みなれた地域で安心して暮らせるまちづくりを進めるため、地域住民、地域団体、保健・医療・福祉関係者、行政機関等で構成される区保健・医療・福祉・地域連携推進協議会を通じて、相互に連携・協働して支援の必要な人を地域で支えていく取り組みを推進します。 |
| 96 | 地域保健活動事業 （保健福祉局 いのちをつなぐネットワーク推進課） | 地域で支えあう地域福祉のネットワークづくりや地域住民の自主的な活動を支援するため、市民センターなどを拠点として、保健師を中心とする保健福祉関係職員が、健康づくり・介護予防活動や子育て支援活動等を通して、地域住民や関係機関と連携し、地域の実情に応じた保健福祉活動を協働で行います。 |
| 97 | 総合型地域スポーツクラブ育成・支援事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 子どもから大人まで地域の住民誰もが、いつでも・どこでも・いつまでもスポーツに親しむことができる住民の主体的な運営による総合型地域スポーツクラブの育成を目指し、市内で設立あるいは設立準備をしているクラブへの育成・支援を行います。 |

トピックス

健康の輪を広げ、地域の絆を深めよう！



子どもも高齢者も、いっしょに歩いて自分の地域を探索中！

～地域で GO!GO!健康づくり～

市民センター等を拠点にまちづくり協議会と医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、保健師等が連携し、市民が主体となった健康づくり事業に取り組んでいます。住民のみなさんと話し合い、地域の特性を生かしたプログラムにすることで、ウォーキングする人が増えたり、多世代交流が進んだりするなど地域の中に健康づくりの輪が広がるとともに、住民同士の絆も深まっています。

身近な地域で生き生き健康づくり



プログラムは、参加者同士で相談して、みんなが楽しめるものならば何でも OK

～地域住民の交流拠点・サロン活動～

サロンとは、市民センターやいこいの家、介護保険施設など歩いていけるような身近な場所で、高齢者と地域住民、ボランティア、事業所などが一緒になって企画・運営する地域交流の場です。「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」参加でき、おしゃべりを楽しみながらの休憩場所としてだけでなく、健康に関するプログラムやレクリエーション、介護等の生活相談など、地域の状況や参加者の希望に応じて、様々な活動が行われています。

施策の方向2 身近な地域で健康づくりを続けられる環境づくり

本市では、若い世代ほど日頃から運動をしている者が少ない状況にあり、こうした働き盛りの世代が健康づくりや体力向上のために運動を習慣化するためには、身近な地域で気軽に運動できる環境が求められます。

また、高齢者は若い世代に比べて運動している者は多いものの、生活習慣病や膝・腰痛など何らかの健康課題を有している者も多いため、それぞれの体の状態や体力に応じた適度な運動が続けられる環境整備も必要です。

そのため、すべての市民が自らの体力や嗜好、ライフスタイルに応じて、身近な公園や園路、スポーツ施設などの既存施設や社会資源を活用して、気軽に健康づくりを続けることのできる環境づくりを推進します。

<基本施策1> 身近な地域で健康づくりに取り組める環境づくり

市民に身近な公園については、健康遊具の設置やウオーキングコース（園路）の整備など、誰もが気軽に健康づくりに取り組めるとともに、多世代交流やコミュニティづくりの場となるよう、地域住民のニーズを踏まえた整備を進めます。

また、小・中学校の運動場等については、学校教育に支障のない範囲での開放を行い、体育館等のスポーツ施設については、民間企業や大学等からの借地・借用も視野に入れたスポーツ施設の整備などにより、健康づくり活動の場の充実を図ります。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|---------------|---|--|
| 98 | 【重点】 健康づくりを支援する公園整備事業 （建設局 緑政課） | 医学・運動学の観点から、健康遊具を効果的に配置し、高齢者の健康づくりが行える公園を整備します。また、設置する健康遊具は高齢者に優しく、高齢者の身体や運動機能の改善につながる仕様とします。 |
| 99 | 自転車利用環境の整備 （建設局 道路維持課） | 環境にやさしく、膝への負担も少なく適度な運動効果とリフレッシュ効果のある自転車の利用を促進するため、都心部における自転車専用道などの環境を整備します。 |
| 本 掲 100 | 生涯スポーツ振興事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 生涯スポーツの振興を図るため、ニュースポーツ大会・ファミリースポーツ大会・教室などを実施するとともに、ニュースポーツ用具の整備を行います。 |
| 101 | スポーツ施設ユニバーサルデザイン事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | スポーツ施設の利便性向上を考慮し、年齢や性別、身体的状況などの違いに関係なく誰もが利用しやすい施設とすることを目的に、設備のユニバーサルデザイン化を図ります。 |
| 102 | 戸畑D街区スポーツ施設整備事業 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 戸畑まちづくり構想の主要地区である戸畑区役所周辺地区内のD街区において、戸畑区内に点在し老朽化したスポーツ施設を集約整備することで、施設の効率的な運営を進めるとともに、スポーツ環境の充実を目指し、市民の健康増進や地域の活性化を図ります。 |
| 103 | 学校施設開放事業 （教育委員会 生涯学習課） | 児童の安全な遊び場の確保及び地域スポーツの普及のために、学校教育に支障のない範囲で、小学校及び中学校の体育施設を市民に開放します。 |

施策の方向3 多様な主体との連携及び協働による健康づくり

市民一人ひとりの健康には、家庭はもちろん、保育所や幼稚園、学校、職場、地域などのあらゆる社会環境が影響を及ぼすことから、市民の健康の維持・増進には、こうした個人を取り巻くあらゆる主体との連携・協働が欠かせません。

そのため、市民のこころと体の健康の維持・増進に資する活動に取り組む企業やNPO等との連携や支援、ネットワークの構築などにより、社会全体で市民の健康づくりを支援し、気運を高める取り組みを推進します。

<基本施策1> 企業や他の医療保険者等多様な主体との連携

協会けんぽなど医療保険者や企業、NPO・地域のボランティア、保育所・幼稚園・学校等との連携・協働により、各種健康診査の受診率向上や、こころと体の健康に関する正しい知識の普及啓発などに取り組みます。

また、従業員やその家族、あるいはすべての市民の健康づくりに積極的に取り組む企業やNPO等を支援することにより、職域におけるさらなる健康づくりの取り組みを喚起します。

さらに、市民自らが、外食を通じて自分に必要なエネルギー量や組み合わせなどを理解・学習し、バランスのよい食生活を送ることができるよう、給食施設や飲食店等食関連事業者との連携や人材育成支援を推進するほか、受動喫煙防止対策など快適な食環境づくりに取り組む飲食店等を支援します。

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|---------------------------------------|---|
| 104 | 【検討中】 健康づくり活動推進事業 （保健福祉局 健康推進課） | 職域や地域における健康づくり・介護予防に関する優れた取り組みを表彰することで、健康づくり・介護予防の気運を醸成し、職域から地域まで切れ目のない市民の健康づくりを推進します。また、受賞した企業・団体に協議会を構成し、健康づくりについて情報発信を行う仕組みを構築することで、継続的な普及啓発を図ります。 |
| 105 | 北九州市民体育祭 （市民文化スポーツ局 スポーツ振興課） | 市民誰もが参加できるスポーツ・レクリエーション大会として年間を通じて各競技大会を実施します。 |

| No. | 事業名（担当課） | 事業概要 |
|-----|--|---|
| 106 | 【重点】 元気な食生活・食環境整備 （保健福祉局 総合保健福祉センター管理課、健康推進課） | 食を通じた健康づくりを支えるため、給食施設に対して、利用者への栄養・食生活に関する情報提供の支援、指導を行います。また、「（仮称）健康づくり応援店」として、飲食店等、食関連事業者による健康・食育情報の提供やヘルシーメニューの提供、受動喫煙防止対策等を支援し、食環境整備を推進します。 |

トピックス

楽しく歩いて健康づくり



秋の風物詩「無法松ツーデーマーチ」では、ウォーキングしながら市内の名所を楽しむ

～ NPO法人等による健康ウォーク～

市内各地の名所を歩く「無法松ツーデーマーチ」が、NPO法人や企業、行政等の連携により開催され、まちのにぎわいづくりや市民の健康づくりに寄与しています。また、校区を中心に行われるウォーキング教室等も、保健・医療・福祉・地域連携推進協議会など地域団体により開催され、地域住民のふれあいや健康づくりの一翼を担っています。



計画の指標

計画の指標

本プランで掲げる基本目標の達成度を判断するため、栄養・食生活、身体活動・運動、休養・ストレス、喫煙、飲酒、歯・口腔、健康管理・その他のそれぞれの分野ごとに「指標と目標値」を設定しました。

基本目標 1：生活習慣病の予防及び重症化予防

| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|----------|
| 栄養・食生活 | 適正体重を維持している者の増加 (肥満、やせの減少) | 20～60歳代男性の肥満者の割合 (BMI:25以上) 23.7% | 減少傾向 |
| | | 40～60歳代女性の肥満者の割合 (BMI:25以上) 17.3% | 減少傾向 |
| | | 20歳代女性のやせの者の割合 (BMI:18.5未満) 19.7% | 減少傾向 |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい食事(夕食)の摂取者の増加 | 20歳以上の男女の合計 67.7% | 74.0% |
| 身体活動・運動 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 運動習慣者の増加 (30分以上運動する人の割合) | 20～64歳男性 26.3% | 31.0% |
| | | 20～64歳女性 22.5% | 28.0% |
| | | 65歳以上男性 45.2% | 50.0% |
| | | 65歳以上女性 32.5% | 38.0% |
| ストレス・休養 | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
| | 心理的苦痛を感じている者の減少 【再掲】 | K6における10点以上 14.7% | 13.0% |
| 喫煙 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 喫煙者の割合の減少 | 男性 28.1% | 22.0% |
| | | 女性 10.4% | 7.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 受動喫煙の機会を有する者の割合の低下(20歳以上) | 家庭 17.1% | 13.0% |
| | | 飲食店 28.9% | 15.0% |
| | 指 標 | - | 目標 (H29) |
| 慢性閉塞性肺疾患(COPD)の認知度の向上 | - | 55.0% | |

| | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|---------|
| 飲酒 | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 過度な飲酒をする者の減少 （1日あたりの純アルコール摂取量） | 男性 37.7% （40g（基準量2倍）以上） | 32.0% |
| | | 女性 43.1% （20g（基準量）以上） | 38.0% |
| 歯・口腔 | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 20歳代における歯肉に炎症所見を有する者の割合の減少 | 27.3% | 25.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 40歳で喪失歯のない者の割合の増加 | 85.1% | 増加傾向 |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 40歳で未処置歯を有する者の割合の減少 | 51.4% | 40.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 40歳における進行した歯周炎を有する者の割合の減少 | 60.4% | 56.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 | 57.5% | 61.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 60歳で未処置歯を有する者の割合の減少 | 36.6% | 27.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 60歳における進行した歯周炎を有する者の割合の減少 | 69.3% | 65.0% |
| | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| 80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 【再掲】 | 37.8% | 47.0% | |
| 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） | |
| 歯周病と糖尿病の関係を知っている者の割合の増加 | 29.1% | 50.0% | |
| 健康管理・その他 | 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| | 特定健診・特定保健指導の実施率の向上 | 特定健診の受診率 （暫定値）30.3% | 60.0% |
| 特定保健指導の実施率 27.5% | | 60.0% | |

| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
|------------------------------------|--|-----------|
| 若者健診の受診者数の増加 | 若者健診 1,412 人 | 4,300 人 |
| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
| がん検診の受診率の向上 (北九州市が実施する検診の受診率) | 胃がん 2.1% | 5.0% |
| | 肺がん 3.5% | 5.0% |
| | 大腸がん 6.7% | 12.0% |
| | 乳がん 14.2% | 22.0% |
| | 子宮頸がん 22.9% | 33.0% |
| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
| 歯科検診の受診率の向上 | 妊産婦 24.3% | 30.0% |
| | 40 歳・50 歳・60 歳・70 歳検診の合計 4.5% | 10.0% |
| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
| 高血圧症の減少(市国保健診) | 収縮期血圧 180mmHg 又は 拡張期血圧 110mmHg 以上 の者の割合 1.0%(547 人) | 0.8% |
| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
| 脂質異常症の減少(市国保健診) | L D L コレステロール 160mg/dl 以上の者の割合 13.2%(7,113 人) | 11.9% |
| 指 標 | 現 状 (H23) | 目 標 (H29) |
| 血糖コントロール不良者の割合の減少 (市国保健診) | H b A 1 c 8.0%以上の者 の割合 1.3%(716 人) | 1.2% |
| 指 標 | 現 状 (H22) | 目 標 (H29) |
| 年間新規透析導入患者数の減少 (市国保健診) | 204 人 | 減少傾向 |
| 指 標 | 現 状 (H22) | 目 標 (H29) |
| 75 歳未満のがんの年齢調整死亡率の 減少(10 万人当たり) | 92.6 | 74.4 |
| 指 標 | 現 状 (H22) | 目 標 (H29) |
| 脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少 (10 万人当たり) | 男性 47.4 | 42.8 |
| | 女性 23.0 | 21.7 |
| 指 標 | 現 状 (H22) | 目 標 (H29) |
| 虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少 (10 万人当たり) | 男性 36.3 | 35.0 |
| | 女性 14.8 | 13.9 |
| 指 標 | 現 状 (H22) | 目 標 (H29) |

| | | | |
|---|----------|-------|----------|
| 糖尿病の年齢調整死亡率の減少 (10万人当たり) | 男性 | 9.0 | 減少傾向 |
| | 女性 | 3.0 | 減少傾向 |
| 指 標 | 現状 (H23) | | 目標 (H29) |
| 市民主体の健康づくり(地域でGO!GO! 健康づくり)実施数の増加 【再 掲】 | | 97 団体 | 136 団体 |

基本目標 2 : 豊かな社会生活を営むためのこころと体の健康づくり

【施策の方向 1】より良い生活習慣を築く親と子の健康づくり

| | | | | |
|--|---|---|----------|--------|
| 栄養・食生活 | 指 標 | 現状 (H21) | 目標 (H29) | |
| | 出生数中の低出生体重児の割合の減少 | 10.5% | 9.5% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 適正体重を維持している者の増加 (肥満傾向児の減少・女子の痩身傾向児の減少) | 5 歳児 | 2.1% | 減少傾向 |
| | | 小学 5 年生 男子 肥満傾向児の割合 (肥満度 20%以上) 10.0% | | 減少傾向 |
| | | 小学 5 年生 女子 肥満傾向児の割合 (肥満度 20%以上) 7.5% | | 減少傾向 |
| | | 中学生 女子 痩身傾向児の割合 (肥満度 -20%以下) 3.8% | | 減少傾向 |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 朝食をほぼ毎日食べる子どもの割合の増加 | 乳幼児 | 93.0% | 100.0% |
| | | 小学生 | 93.4% | 100.0% |
| | | 中学生 | 88.3% | 100.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい夕食を摂取する子どもの割合の増加 | 小学生 | 74.4% | 87.0% |
| | | 中学生 | 77.0% | 87.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| 食事を 1 人で食べる子どもの割合の減少 (ほぼ毎日 1 人で食べる子どもの割合) | 乳幼児 (1 日 1 食家族そろっての食事をほとんどしない割合) | 4.6% | 減少傾向 | |
| | 朝食 小学生 | 7.7% | 減少傾向 | |
| | 朝食 中学生 | 19.6% | 減少傾向 | |
| | 夕食 小学生 | 3.6% | 減少傾向 | |

| | | | |
|--------------|---|-------------------------|----------|
| | | 夕食 中学生 5.9% | 減少傾向 |
| 身体活動・運動 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 週3回以上、運動・スポーツを行っている子どもの増加(学校の授業除く) 週3日以上:ほとんど毎日~ときどき | 小学5年生 男子 84.9% | 増加傾向 |
| | | 小学5年生 女子 72.6% | 増加傾向 |
| | | 中学2年生 男子 83.3% | 増加傾向 |
| | | 中学2年生 女子 62.1% | 増加傾向 |
| 喫煙 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 妊娠中の喫煙をなくす | 6.5% | 0.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 未成年者の喫煙をなくす | 喫煙経験のある未成年の割合(男子) 8.2% | 0.0% |
| | | 喫煙経験のある未成年の割合(女子) 2.6% | 0.0% |
| 飲酒 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 妊娠中の飲酒をなくす | 2.5% | 0.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 未成年者の飲酒をなくす | 飲酒経験のある未成年の割合(男子) 25.8% | 0.0% |
| | | 飲酒経験のある未成年の割合(女子) 22.9% | 0.0% |
| 歯・口腔 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 乳幼児・学齢期でう蝕のない者の割合の増加 | 3歳児でう蝕のない者の割合 69.7% | 80.0% |
| | | 12歳児でう蝕のない者の割合 50.4% | 56.2% |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
| | 中学生における歯肉に炎症所見を有する者の割合の減少 | 21.4% | 20.0% |
| 健康管理 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 母子健康診査の受診率の向上 | 4か月児 97.5% | 100.0% |
| | | 3歳児 90.0% | 90.0% |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 歯科健康診査の受診率の向上 | 妊産婦 24.3% | 30.0% |
| | | 1歳6か月児 64.8% | 75.0% |
| | | 3歳児 57.0% | 70.0% |
| 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| 若者健診の受診者数の増加 | 若者健診 1,412人 | 4,300人 | |

【再 掲】

【施策の方向2】生活機能・身体機能を維持するための高齢者の健康づくり

| | | | | |
|---------------------------|---|-------------------------------|----------|-------|
| 栄養 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 低栄養傾向の高齢者の割合の増加の抑制 | B M I : 20 以下の高齢者の割合 17.8% | 20.0% | |
| 身体活動・運動 | 指 標 | - | 目標 (H29) | |
| | ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を認知している市民の割合の増加 | - | 50.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 運動習慣者の増加 (30分以上運動する人の割合) | 65歳以上男性 45.2% | 50.0% | |
| | 【再掲】 | 65歳以上女性 32.5% | 38.0% | |
| 歯・口腔 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 【再掲】 | 57.5% | 61.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 60歳で未処置歯を有する者の割合の減少 【再掲】 | 36.6% | 27.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 60歳における進行した歯周炎を有する者の割合の減少 【再掲】 | 69.3% | 65.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 | 37.8% | 47.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 咀嚼良好者の増加 | 60歳代における咀嚼良好者の割合 60.3% | 63.0% | |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| 口腔ケアの重要性の認知度の増加 | 口腔ケアが誤嚥性肺炎を予防することを知っている者の割合(65歳以上) 40.1% | 70.0% | | |
| その他 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) | |
| | 中・重度要介護高齢者の平均年齢の延伸 | 男性 | 79.9歳 | 81.1歳 |
| | | 女性 | 85.9歳 | 87.4歳 |
| | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H26) | |
| 軽度認知障害(認知症予備群)の検査を受ける者の増加 | 209人 | 500人 | | |

| 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
|----------------------------------|--------------|----------|
| この1年間地域活動・ボランティア活動へ参加した高齢者の割合の増加 | 地域活動 40.9% | 48.0% |
| | ボランティア 27.4% | 35.0% |

【施策の方向3】ライフステージを通じたこころの健康づくり

| | | | |
|-------------------|--|--------------------------------|----------|
| 休養・ストレス | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 睡眠による休養を十分とれていない者の減少 | 26.1% | 25.0% |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
| | 心理的苦痛を感じている者の減少 | K 6 における 10 点以上 14.7% | 13.0% |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
| | 悩みやストレスを相談することが恥ずかしいと思う者の減少 | 男性 19.6% | 減少傾向 |
| | | 女性 11.6% | 減少傾向 |
| 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) | |
| 自殺者の減少 (10 万人当たり) | 23.5 | 19.7 | |
| 飲酒 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 過度な飲酒をする者の減少 (1日あたりの純アルコール摂取量) 【再 掲】 | 男性 37.7% (40g (基準量 2 倍) 以上) | 32.0% |
| | | 女性 43.1% (20g (基準量) 以上) | 38.0% |

基本目標3 個人の健康を支える社会環境の整備

| | | | |
|----------------------------|---------------------------------------|----------|----------|
| その他 | 指 標 | 現状 (H23) | 目標 (H29) |
| | 地域との交流を楽しんでいる者の増加 | 43.5% | 51.0% |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H29) |
| | 市民主体の健康づくり (地域で GO! GO! 健康づくり) 実施数の増加 | 97 団体 | 136 団体 |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H26) |
| | 健康マイレージ参加者数の増加 | 9,440 人 | 20,000 人 |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H26) |
| | 健康づくり推進員を複数配置する市民センター数の増加 | 114 センター | 129 センター |
| | 指 標 | 現状 (H22) | 目標 (H26) |
| 食生活改善推進員が活動拠点とする市民センター数の増加 | 120 センター | 129 センター | |

| 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
|---|---------|---------|
| 健康づくりを推進する飲食店等、食関連事業者の増加 | 100 店舗 | 200 店舗 |
| 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| 利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している給食施設の増加 | 70.0% | 75.0% |
| 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| 栄養・食生活情報を提供する給食施設の増加 | 85.0% | 100.0% |
| 指 標 | 現状（H23） | 目標（H29） |
| 健康づくりを推進する企業・地域団体の増加 | - | 増加 |

資料

1. 健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調

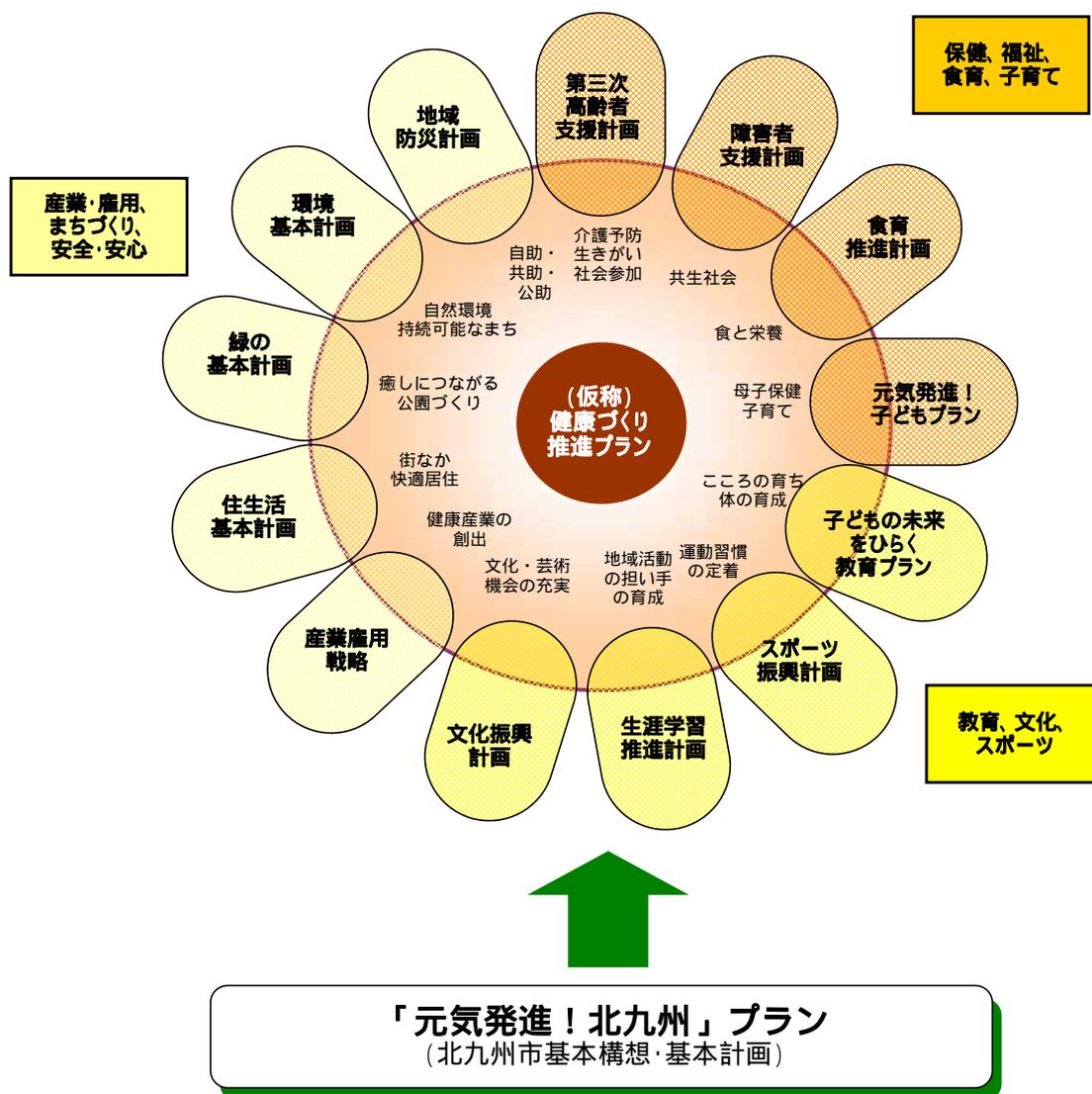
本プランでは、「総論 計画の基本的な考え方」の「1. 今後取り組むべき重点項目」の一つに、「健やかで心豊かな生活の実現に関わる他施策との協調」を掲げています。

WHO（世界保健機構）憲章においても、“健康”とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることとされています。

本市では、「健やかで心豊かな生活」を送ることのできるまちづくりを目指して、「保健、福祉」をはじめ、「食育」「子育て」「教育」「文化」「スポーツ」「産業・雇用」「まちづくり」「安全・安心」といった様々な分野ごとに計画を定め、各種の施策を推進しています。

今後も、すべての市民が健やかで心豊かな生活を送ることができるように、本プランの着実な実行に努めるとともに、関連施策を所管する部署と連携し、協調を図っていきます。

本市の各分野別計画と健康づくりの関連について



(1)「保健、福祉、食育、子育て」に関する計画

「第三次高齢者支援計画」では、高齢者の福祉や生きがい、社会参加に関することや、介護保険のサービスや保険料に関することなど、本市の高齢社会対策の基本的な方向性について定めています。本計画の基本目標の1つに、「高齢者が生き生きと生活し、積極的に社会参加できるまち」を掲げ、生涯を通じた自主的な健康づくり・介護予防の取り組みを促進することにより、高齢者が長年培った知識や経験を活かし社会参加できるまちづくりを推進しています。

また、障害があっても一人の市民として、自分らしく生活できる地域社会の実現に向けて、「障害者支援計画」に基づき、相談システムの構築や充実した福祉サービスの提供、社会参加の促進など様々な施策を展開しています。障害のある人が、気軽に生涯学習やレクリエーション、文化・芸術・余暇活動に親しむことで、健康づくりにつなげていきます。

子育て関連では、「元気発進！子どもプラン」を策定し、子育て日本一を実感できるまちの実現を目指して、子どもを安心して生み育てることができる環境づくりや、子どもや若者の健やかな成長や自立を支える環境づくりなど各種施策に取り組んでいます。特に、母子の健康づくりや基本的な生活習慣の定着、青少年の健全育成といった取り組みは、本プランと深く関連しています。

「食育推進計画」は、市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむことができる社会の実現に向けて策定しています。食の大切さや食の乱れから生じる様々な問題について、気づき、学び、健全な食生活の実践につなげていくことを目指し、食を通じた健康づくりや食の安全確保、地産地消の推進などの取り組みを行っています。

(2)「教育、文化、スポーツ」に関する計画

「子どもの未来をひらく教育プラン」は、「心の育ち」や「体力」などの課題に対応した学校教育の充実を目指すとともに、子どもの基本的な生活習慣の課題に対して、学校・家庭・地域が一体となって取り組むことをねらいとしています。

また、市民の生涯にわたる学習活動を支援するため、「生涯学習推進計画」を定め、市民が生き生きと学び合える環境の整備や、地域活動をリードする人材の育成、学校・家庭・地域との連携強化に取り組んでいます。

一方、音楽や演劇、美術といった文化・芸術やスポーツは、こころと体の健康に良い影響を及ぼすだけでなく、生活に豊かさや潤いを与えてくれます。

本市では、「文化振興計画」を定め、市民が文化・芸術に接する機会の充実・拡大を図ることや、市内で行われる文化・芸術イベントの発信力を高めることなどにより、「文化・芸術」に関わるあらゆる世代、ジャンルの人が交流・融合できる環境づくりを進めています。

また、「スポーツ振興計画」では、「ライフステージに応じたスポーツ機会の創造と、スポーツを通じた元気なまちづくりの推進」を基本理念に、市民のスポーツ活動機会の拡大や運動習慣の定着などに取り組んでいます。

(3)「まちづくり、安全・安心、産業・雇用」に関する計画

本市では、「環境基本計画」に基づき、経済・物質的な豊かさだけでなく、多様性、公平性、安心、希望や感動や生きがい、優しさや誇りなど精神的な豊かさの総合である、「真の豊かさ」にあふれた持続可能なまちづくりを進めています。環境施策には、大気や水、土壌、緑などの自然環境から廃棄物や地球温暖化の問題など市民の健康と直結するテーマが多々ありますが、一方で、「心豊かで持続可能なまちづくり」という大局的な面からも、健康づくり施策との関係は非常に深いと言えます。

また、「緑の基本計画」では、豊かな自然を生かし、さらに充実させることで、健やかな暮らしと生きがいのある緑豊かなまちづくりを進めており、緑の先導的プロジェクトとして健康づくりや癒しにつながる公園づくりなどにも取り組んでいます。

「安全・安心」なまちづくり関連では、「地域防災計画」を定め、自らの命は自らが守る「自助」を基本としながら、日頃から隣近所の付き合いを大切にされた地域づくりを進めることで、災害時に支援が必要な高齢者や障害者などを地域で支える「共助」による防災対策を促進し、効果的な防災施設の整備や避難計画の策定・周知など実効性のある「公助」の取り組みも推進しています。

また、本市では、「人と環境にやさしく、元気あふれる北九ライフ」を目指して「住生活基本計画」を策定し、多様な世帯のニーズに対応する居住支援の充実を図るため、子どもから高齢者まで誰もが安心して安全に住み続けられるよう住宅バリアフリー化の促進や、生活利便性の高い“街なか居住”の促進などに取り組んでいます。

さらに、誰もが生き生きと生活を送るためには、地域経済に活力があることも重要です。本市では、「産業雇用戦略」に基づき付加価値の高いものづくりや商業・サービス業などの振興によって新たな雇用創出と市民所得の向上を目指して様々な施策を展開しています。その中で、生産年齢人口の減少をにらんだ高齢者や女性の活躍の場の拡大や、医療や健康・福祉分野での新たなサービス産業の創出も期待されています。

(4) 分野別計画の主たる施策概要

まちづくりの基本構想、基本指針である3計画(「元気発進!北九州」プラン、環境未来都市、地域福祉計画)を除く。

| 政策分野 | 分野別計画 | 地域での生活を支える様々な施策 | | | | |
|----------------------|---|--|---|--|--|---|
| | | 子育て・教育・生涯学習 | 地域・人との絆 | スポーツ・文化振興 | 産業・雇用・まちづくり | 安全・安心 |
| 「保健、福祉、食育、子育て」に関する計画 | 第三次 高齢者支援計画 (H24~26) 【保健福祉局】 | 生涯学習の支援 | 多様な地域活動の支援 世代間交流の促進 認知症に対する理解の促進 見守り・支援のネットワーク 保健・医療・福祉・地域の連携 住民主体の地域づくりの支援 | 教養・文化活動などの機会提供 と活動支援 スポーツ活動の機会提供と活動 支援 | 高齢者の就労支援・雇用促進 介護人材の確保・育成 生活環境の整備 | 認知症の発症予防、早期発見・ 早期対応、安全確保 家族介護者への相談等の充実 高齢者の権利擁護・虐待防止 相談・支援体制の強化 介護サービス等の充実 防災対策等 |
| | 障害者支援計画 (H24~29) 【保健福祉局】 | 福祉、教育の連携による一貫した 支援体制の整備 インクルーシブ教育システムへの 構築検討 | 市民啓発の推進 (障害のある人の人権の尊重) 情報提供とコミュニケーション 支援の充実 外出支援の充実 | レクリエーション、芸術・文化・ 余暇活動の推進 障害者スポーツの振興 障害のある人の当事者活動、 ボランティア活動の促進 | 雇用促進による就労支援等 (障害者しごとサポートセンター の就労支援など) 地域の住まいの整備 バリアフリーのまちづくり | 基幹相談支援センターを中心と した相談体制の確立 医療機関、障害児施設、保育所 等の連携による支援 障害福祉サービスの提供等 障害者の虐待防止、権利擁護の 推進 防災対策等 |
| | 元気発進! 子どもプラン (H22~26) 【子ども家庭局】 | 保育サービスの充実 (適正配置、特別保育、質の向上など) 放課後児童クラブ (全児童化の実現、魅力向上など) 母子保健 母子医療 保育所、幼稚園における就学前教 育の充実、保幼小連携の充実 社会的養護が必要な子どもへの支援 (児童養護施設、里親等) ひとり親家庭への支援 児童虐待への対応 障害のある子どもへの支援 (発達の気になる子どもの早期支援など) | 地域が一体となったワーク・ライ フ・バランスの推進 男女共同参画への理解促進 地域における子育て支援の環境 づくり 青少年の健全育成 (不登校、ひきこもり等への対応) 若者の自立を支援する環境づく り 家庭の教育力の向上 | 青少年への社会体験活動等の 機会や場の提供 (体験活動、ボランティア、スポ ーツ、文化・科学体験、 環境・農業体験など) | 企業等のワーク・ライフ・バラ ンス推進に対する支援 公園・遊び場の整備 都市環境、住環境の整備 | 子育ての悩みや不安への対応 (市民が利用しやすい相談体制 など) 防犯や防災など安全・安心な まちづくりの推進 交通安全の推進 |
| | 食育推進計画 (H21~25) 【保健福祉局】 | 保育所、幼稚園、学校における食 育の推進 (指導体制の充実、体験活動、 給食を通じた指導等) | 家庭、地域における食育の推進 (家庭への支援、学習の機会の 充実、関係者の連携等) | 食文化の伝承 (日本型食生活の情報提供、学校 や地域での取り組み等) | 地元農林水産業への理解促進、 地産地消の推進 (生産者と消費者の交流、体験 活動等) | 食品の安全の確保と情報発信 (安全確保の取り組み、安全性に 関するリスクコミュニケーション の推進等) |

| 政策分野 | 分野別計画 | 地域での生活を支える様々な施策 | | | | |
|--------------------|--|--|---|---|--|--|
| | | 子育て・教育・生涯学習 | 地域・人との絆 | スポーツ・文化振興 | 産業・雇用・まちづくり | 安全・安心 |
| 「教育、文化、スポーツ」に関する計画 | 子どもの未来をひらく教育プラン (H21~25) 【教育委員会】 | 《学校の教育力》 心の育ちの推進(道徳教育) 確かな学力の向上 (わかる授業の推進) 特別支援教育の充実 信頼される学校・園経営 (教員が子どもと向き合う時間の確保) 《家庭の教育力》 家庭における教育・生活習慣づくりの充実 | 《地域の教育力》 地域と連携した学校運営 (スクールヘルパーの活用) 地域における教育活動の充実 | 《学校の教育力》 健やかな体の育成 (身体を動かすことの重視) | 《学校の教育力》 子どもの意欲を高め、特性を伸ばす教育の推進 (キャリア教育) | 《学校の教育力》 教育環境の整備 (安全で快適な学校施設の整備) |
| | 生涯学習推進計画 (H23~27) 【教育委員会】 | 学習機運の醸成・情報提供と相談体制の整備 市民一人ひとりに対する多様な学習機会の充実 (ライフステージに応じた学習機会の提供、充実) 学習を支える体制づくりと環境整備 (市民の学びを支える体制づくり、生涯学習関連施設の充実) 学校教育・家庭教育への支援や学校、家庭、地域の連携強化 (家庭教育支援の充実) | 市民一人ひとりに対する多様な学習機会の充実 (地域課題解決に向けた地域における学習活動・交流活動の促進) 地域活動をリードする人材の育成・学びの成果の活用 (人材育成、ボランティア活動など学習成果の活用等) 学校教育、家庭教育への支援や学校、家庭、地域の連携強化 (学校との連携促進、地域での子どもの体験活動の推進) | 市民一人ひとりに対する多様な学習機会の充実 (地域スポーツの振興・地域文化の振興) | - | - |
| | 文化振興計画 (H22~32) 【市民文化スポーツ局】 | 文化・芸術の担い手の育成 (人材の育成、ボランティア育成など) | 地域における伝統文化の発掘・継承 (伝統文化の保存等) 近代化遺産などの文化財の保存・継承 (文化財の保護、情報発信等) | 市民の芸術・文化活動の促進 (市民活動への支援等) 市民が文化・芸術に接する機会の拡大(事業の実施等) | 発信力の高い文化・芸術の振興 (劇場文化の創造、文化施設の運営・支援等) 文化・芸術によるまちづくり | - |
| | スポーツ振興計画 (H23~32) 【市民文化スポーツ局】 | 生涯・競技スポーツの普及・振興 (高齢者及び障害のある人のスポーツ活動、生きがいづくり支援) 学校体育等の連携・充実 (学校体育の充実) | 生涯・競技スポーツの普及・振興 (地域スポーツクラブの支援、市民のスポーツ活動機会の拡大等) 学校体育等の連携・充実 (家庭・地域との連携) 指導者の育成と有効活用 (指導者、ボランティア等の育成) | 生涯・競技スポーツの普及・振興 (トップアスリートの育成と競技スポーツの支援) 学校体育等の連携・充実 (部活動の支援・強化) スポーツ施設・情報基盤の整備 (身近な施設の充実、情報の充実等) | スポーツによるまちの活性化 (みるスポーツの機会創出、プロスポーツチーム等の支援、大規模施設の整備) スポーツ施設・情報基盤の整備 (中核施設づくり) | - |

| 政策分野 | 分野別計画 | 地域での生活を支える様々な施策 | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------|----------------------|--|--|--|--|
| | | 子育て・教育・生涯学習 | 地域・人との絆 | スポーツ・文化振興 | 産業・雇用・まちづくり | 安全・安心 |
| 「産業・雇用、まちづくり、安全・安心」に関する計画 | 産業雇用戦略 (H20～24) 【産業経済局】 | - | - | - | ものづくり産業の振興 商業・サービス業の振興 人材育成と就業支援 | - |
| | 住生活基本計画 (H20から概ね10年間) 【建築都市局】 | - | 多様な世帯のニーズに対応する 居住支援の充実 (少子高齢社会に対応した住まい とまちの形成) 街なかで快適に居住できる住宅 供給の促進 (地域の個性を活かした住まい づくり) | - | 多様な世帯のニーズに対応する 居住支援の充実 (人口定住や地域活性化のための 環境整備) 街なかで快適に居住できる住宅 供給の促進 (街なか活性化に寄与する住まい づくり) 良質な住宅ストックの形成と市 場の活性化 (環境と共生する低炭素な住まい づくりの促進) | 住宅セーフティネット機能の 充実 (市営住宅の管理の適正化、住宅 困窮者への緊急対応等) 良質な住宅ストックの形成と市 場の活性化 (超長期にわたって循環利用され る住宅ストックの形成) |
| | 緑の基本計画 (H23～32) 【建設局】 | 子どもや子育てに配慮した公園 整備 | 健康づくりや癒しにつながる緑 と公園づくり 地域に役立つ緑と公園の活用 多様な主体による活用と管理 環境首都100万本植樹の推進 民有地の緑化の推進 | 地域の緑や生き物を知り、育て るしくみづくり 花の名所や良好な緑を知り、 楽しむ仕組みづくり 歴史や文化と一体となった緑の 保全と活用 | 環境首都を印象づける緑の景観づくり 低炭素モデル地区の形成 山・海の自然や景観の保全 生き物との共生を楽しむまち づくりの推進 花と緑のまちづくり 都市のニーズに対応した体系的 な公園の整備、有料公園の充実 | 地域防災計画と連動した防災 機能の充実 保水機能を持つ山間部の緑の 保全 防犯機能の充実とバリアフリー 化の推進 公園施設の長寿命化と再整備の 推進 |
| | 環境基本計画 (H24～28) 現在策定中 | 優れた環境人財の育成 | 環境活動と地域コミュニティ 活性化の好循環 環境情報の共有と発信 | - | 国際的な協働・ビジネスの推進 低炭素社会を実現するストック 型社会への転換 低炭素化に貢献する産業クラス ターの構築 次世代エネルギー拠点の総合的な形成 環境産業拠点都市の形成 生物多様性を大切にしまちづくり 都市の資産(たから)を活かし たまちづくり | 最適な「地域循環圏」の構築 低炭素社会、自然共生社会への 貢献 安心して暮らせる快適なまち づくり 開発事業における環境配慮の 推進 |
| | 地域防災計画 (期間の定めなし) | 防災知識等の普及 文教対策 | 地域における自主防災組織の 育成 災害ボランティアとの連携 | - | 産業災害予防 石油コンビナート地帯災害対策 | 風水害の予防 高潮災害の予防 地震に強いまちづくりの推進 津波災害予防 原子力災害予防 避難者の受入対応 こころのケア対策 |

2. 北九州市健康づくり懇話会

本プランの策定にあたり、幅広い意見を聴取するため、関係団体、市民団体、有識者及び公募市民で構成する「北九州市健康づくり懇話会」を開催し、内容の検討を行いました。

(1) 構成員名簿

(50音順・敬称略)

| 構成員名 | 所属・役職名 |
|---------|---|
| 安部 高子 | 北九州商工会議所 女性会 副会長 |
| 伊藤 直子 | 西南女学院大学 保健福祉学部 看護学科長(教授) |
| 上村 達雄 | 北九州市健康づくり推進員の会 会長 |
| 緒方 芙佐子 | 市民構成員(公募) |
| 小畑 由紀子 | 北九州市食生活改善推進員協議会 副会長 |
| 香月 きょう子 | 社団法人 北九州市医師会 理事 |
| 坂本 博子 | 生涯現役 夢追塾 同窓会 |
| 白水 京子 | 公益社団法人 北九州市薬剤師会 理事 |
| 住吉 育代 | 公益社団法人 福岡県栄養士会 理事(北九州支部長) |
| 高橋 八十弥 | 特定非営利活動法人 日本健康運動指導士会 理事(福岡県支部副支部長) |
| 田中 あや子 | 社会福祉法人 北九州市戸畑区社会福祉協議会 事務局長 |
| 田中 裕 | 若松区保健・医療・福祉・教育・地域連携推進協議会 健康づくり部会 部会長 |
| 中谷 淳子 | 産業医科大学 産業保健学部 准教授 |
| 橋元 隆 | 九州栄養福祉大学 リハビリテーション学部 学部長(教授) |
| 松田 晋哉 | 産業医科大学 医学部 教授 |
| 森高 久恵 | 社団法人 北九州市歯科医師会 理事 |
| 力久 生子 | 社団法人 福岡県歯科衛生士会 理事 |

は座長、 は副座長

(2) 計画策定に関する検討状況

| 開催日 | 検討内容 |
|-------------------|--|
| 平成 24 年 1 月 31 日 | 第 1 回 北九州市健康づくり懇話会 次期計画の策定スケジュール 健康福祉北九州総合計画（健康づくり部門） 関連事業実施状況 国の次期国民健康づくり運動プラン（案） 次期計画の策定に向けて（健康づくりに係わる北九州市の状況） |
| 平成 24 年 5 月 15 日 | 第 2 回 北九州市健康づくり懇話会 現計画の検証による課題 次期健康増進計画の体系（案） |
| 平成 24 年 6 月 26 日 | 第 3 回 北九州市健康づくり懇話会 次期健康増進計画 基本目標 1 「生活習慣病の予防及び重症化予防」 |
| 平成 24 年 7 月 24 日 | 第 4 回 北九州市健康づくり懇話会 次期健康増進計画 基本目標 2 「豊かな生活を営むためのこころと体の健康づくり」 |
| 平成 24 年 8 月 29 日 | 第 5 回 北九州市健康づくり懇話会 次期健康増進計画 基本目標 3 「個人の健康を支える社会環境の整備」 次期健康増進計画と各種計画との連携 市民啓発スローガン |
| 平成 24 年 10 月 15 日 | 第 6 回 北九州市健康づくり懇話会 次期健康増進計画「（仮称）北九州市健康づくり推進プラン」の試案 |

3. 市民・学校調査概要

(1) 平成23年度北九州市健康づくり実態調査

調査目的

就学前の子どもから高齢者までのライフステージごとに健康に関する意識や生活習慣などを調査し、今後の健康づくり施策について具体的に検討、推進していくための参考資料を得ることを目的に実施したものの。

調査対象・方法

市内在住の13,300人を無作為抽出し、郵送による調査票の配布及び回収

調査期間

平成23年12月12日～平成24年1月31日

回収状況

| ライフステージ | 発送数 | 有効回収数 | 有効回収率 |
|-------------|--------|-------|-------|
| 就学前の子どもの保護者 | 2,000 | 1,284 | 64.2% |
| 小学生の保護者 | 2,000 | 1,264 | 63.2% |
| 中高生 | 2,700 | 1,276 | 47.3% |
| 青年期 | 2,600 | 1,032 | 39.7% |
| 壮年期 | 2,000 | 1,030 | 51.5% |
| 高齢期 | 2,000 | 1,289 | 64.5% |
| 合計 | 13,300 | 7,175 | 53.9% |

調査担当課

保健福祉局健康推進課

(2) 平成22年度こころの健康に関する実態調査

調査目的

市民のこころの健康についての意識と実態を把握するために実施。また、こころの健康に影響を与える諸要因に対する課題を抽出し、今後の精神保健行政の基礎資料として、施策構築に寄与することを目的に実施したものの。

調査対象・方法

市内在住の20歳以上を対象に、市内を24地区に分け、それぞれ200名ずつ合計4,800人に郵送による調査票を配布及び回収

調査期間

平成22年7月15日～平成22年8月上旬

回収状況

有効回収数2,468人 有効回収率51.4%

調査担当課

保健福祉局精神保健福祉センター

(3) 平成23年度市立学校における児童生徒の肥満度調査

調査目的

食育を通じた児童生徒等の肥満・痩身対策ガイドラインによる予防指導、改善指導を実施するにあたり、肥満度調査を実施し、肥満・痩身傾向児の実態把握を行うとともに、効果的な対策事業を検討するための基礎資料とする。

調査対象・方法

市立学校213校のうち61校（幼稚園2園、小学校36校、中学校23校）を抽出し、健康診断における身体測定結果をもとに肥満・痩身傾向児の出現率を調査したものを。

調査人数

21,081人 抽出率28.0%

（幼稚園35人、小学校12,063人、中学校8,983人）

調査担当課

教育委員会学校保健課

(4) 平成23年度体力・運動能力、運動習慣等調査

調査目的

・子どもの体力が低下している状況に鑑み、国が全国的な子どもの体力調査を把握・分析しており、本市でも、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るために、全校調査を実施したものを。

・全国的な状況との関係やこれまでの本市の状況を把握することによって、子どもの体力の向上に係る取組の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立するもの。

・各学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体力・健康に関する指導などの改善に役立てるもの。

調査対象

・小学校第5学年、特別支援学校小学部第5学年

・中学校第2学年、特別支援学校中学部第2学年

調査方法

< 児童生徒に対する調査 >

・実技に関する調査（小中学校ともに8種目）

・運動習慣、生活習慣、食習慣に関する質問紙調査

< 学校に対する質問紙調査 >

・学校における体育・保健体育の指導及び特別活動等に関する質問紙調査

調査実施日

平成23年4月から7月までの期間

調査参加校・人数

< 学校数 >

・小学校 130校

- ・中学校 62校
- ・特別支援学校 8校 合計200校

<児童生徒>

- ・小学5年生 男子4,557人 女子4,228人 合計8,785人
- ・中学2年生 男子4,310人 女子3,930人 合計8,240人

調査担当課

教育委員会指導第一課

4 . 用語解説

| | | |
|---|----------------------|--|
| い | 医療・調剤報酬明細書(レセプト) | 患者が受けた診療について、医療機関が保険者(市町村や健康保険組合等)に請求する医療費の明細書。 |
| う | 運動器症候群(ロコモティブシンドローム) | 骨、関節、筋肉といった運動器の障害により、要介護状態や要介護リスクが高い状態となること。 |
| え | NPO | 営利を目的とせず公益的な市民活動を行う民間団体の総称。 (NPO: Non Profit Organization) |
| き | 巨大児 | 出生時の体重が4,000g以上の新生児。 |
| け | CAGE(ケージ) | アルコール依存症の可能性のチェックする簡便なスクリーニングテスト(or 調査法) |
| け | 健康寿命 | 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。 |
| け | 健康格差 | 地域や社会経済状況の違いなどによる集団における健康状態の差。 |
| け | K6 | うつや不安症障害などの精神疾患に関する簡便なスクリーニングテスト(or 調査法) |
| け | 健康づくり推進員 | 北九州市健康づくり推進員養成研修を修了した、市民ボランティア団体である北九州市健康づくり推進員の会の会員。 |
| け | 協会けんぽ | 中小企業で働く会社員とその家族が加入する健康保険制度を運営している全国健康保険協会のこと。 |
| ご | 合計特殊出生率 | 1人の女性が一生の間に生む子どもの数。 |
| ご | 誤嚥性肺炎 | 食べ物や唾液などが食道ではなく誤って気道(気管)に入ることを誤嚥(ごえん)といい、それによって起こる肺炎のこと。予防のためには、口の中を清潔、健康にする口腔ケアが大切である。 |
| し | 心疾患 | 心筋梗塞・狭心症・慢性リウマチ性心疾患・心不全などの心臓の病気の総称。 |
| し | 心筋梗塞 | 心疾患の1つで、心筋に酸素を供給する血管(冠動脈)の動脈硬化が進行し、血のかたまりが冠動脈の内側をふさぐことで、心筋への血液がとどこおり、心筋細胞が壊死(えし)する状態のこと。 |
| し | 脂質異常症 | 血液中にある脂質であるLDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が、増えすぎる病気。又はHDL(善玉)コレステロールが不足している病気。 |

| | | |
|---|-------------|--|
| し | 子宮頸がん | 子宮の下方にある子宮頸部に発生するがん。ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が原因。 |
| し | 食生活改善推進員 | 食生活改善推進員養成教室を修了した、市民ボランティア団体である北九州市食生活改善推進員協議会の会員。 |
| じ | 持続可能性 | 人間の営みが将来にわたって持続できるかどうかを表す概念。 |
| じ | 循環器疾患 | 心不全・心筋梗塞・大動脈瘤・動脈硬化などの心臓や血管に関わる病気の総称。 |
| じ | 腎不全 | 腎臓の働き（糸球体ろ過量）が健康な人の30%以下に低下した状態のこと。 |
| じ | 人工透析 | 腎臓が十分に機能しなくなったときに、透析膜の物理化学的性状を利用して、腎臓の機能を人工的に代用させる治療法。 |
| じ | 受動喫煙 | 他人の吸ったタバコの煙を周囲の人が吸わされること。 |
| す | スポーツ推進委員 | 市から委嘱された非常勤の公務員として、地域のスポーツ・レクリエーションに関する行事の企画・立案、運営及び指導を行う北九州市スポーツ推進委員のこと。 |
| ぜ | 前立腺 | 膀胱の真下にあり、尿道を取り囲むかたちである男性のみに存在する器官で、主な働きは前立腺液の分泌。 |
| そ | 早世 | 早く世を去ること。 |
| だ | 大動脈瘤及び解離 | 心臓から血液を体の各部に運ぶ大きな血管である大動脈の一部がこぶのように膨らんだり、裂けたりすること。 |
| て | 低体重児 | 出生時の体重が2,500g未満の新生児。 |
| と | 特定健診 | 生活習慣病の増加に伴い、平成20年度に始まった40歳～74歳を対象としたメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病予防のための健康診査。 |
| に | 妊娠高血圧症候群 | 妊娠20週以降、分娩後12週までに血圧の上昇がみられる、あるいは高血圧と尿にタンパク（蛋白尿）が出る状態のこと。 |
| に | 妊娠糖尿病 | 妊娠中に血糖値が高くなったり、血糖値が高い状態が初めて現れたりすること。 |
| の | 脳血管疾患 | 脳梗塞・脳出血・クモ膜下出血に代表される脳の病気の総称。脳の血管がつまったり、破れたりすることで、血液が送れなくなり脳細胞が壊死（えし）する状態のこと。 |
| ひ | ひまわりタイチー普及員 | 北九州市武術太極拳連盟の協力を得て開発した、北九州市オリジナルの介護予防を目的とした太極拳「ひまわりタイチー」を普及する市民ボランティアのこと。 |

| | | |
|---|-------------------------|---|
| び | B M I | 体重と身長の関係から算出される肥満度を表す体格指数。 (計算式 = 体重(kg) ÷ {身長(m) × 身長(m)}) (BMI : Body Mass Index) |
| ま | 慢性腎臓病 (C K D) | 腎臓の働き (糸球体ろ過量) が健康な人の 6 0 % 以下に低下するか、あるいはタンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態のこと。(CKD : Chronic Kidney Disease) |
| ま | 慢性閉塞性肺疾患 (C O P D) | 長年にわたる喫煙習慣を主な原因とし、空気の通り道である気道 (気管支) や酸素の交換を行う肺 (肺胞) が慢性の炎症を起こし、酸素の取り入れ、二酸化炭素の排出に障害が起きる病気。 (COPD : Chronic Obstructive Pulmonary Disease) |
| ま | まちづくり協議会 | 小学校区単位を基本に、自治会・社会福祉協議会・婦人会・老人クラブ等の地域団体や、学校、企業、行政機関等、地域の様々な団体などで構成する地域づくりを進める団体。 |
| め | メンタルヘルス | 精神面における健康のこと。主に精神的な疲労・ストレス・悩みなどを軽減・緩和することを指す。 |
| よ | 要支援・要介護高齢者 | 介護保険法に基づき、日常生活において見守りや支援を必要とする状態を意味する「要支援」認定、介護を必要とする状態を意味する「要介護」認定を受けた高齢者のこと。 |
| ら | ライフスタイル | 生活の様式、または、人生観・価値観・習慣などを含めた個人の生き方。 |

