

資料 1



# 令和6年度第2回 柏市保健衛生審議会健康増進部会

---

令和6年10月10日  
柏市健康医療部 健康増進課



# 〈目次〉



1. 計画の概要	P. 2
2. 前回の健康増進部会の振り返り	P. 5
3. 第2次計画策定の方針	P. 6
4. 協議事項 1 ①基本理念, ②基本方針	P. 7
5. 協議事項 2 第2次計画の構成案 ライフステージと重点分野	P.10
6. 協議事項 3 施策の展開 (各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)	P.14
7. 参考 今後のスケジュール	P.19



# 計画の概要①（国・県・市の計画期間）

R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18
----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----





# 計画の概要②（関連計画との連動）

市の様々な計画では、それぞれのアプローチから健康に向けた事業が展開されている。これらの事業を効果的に連動させることにより、市民の健康づくりを総合的に推進する。

## 柏市第六次総合計画



一体的策定



# 計画の概要③（1次計画の概要）

計画の方向性：まちを構成する行政・地域・企業等の全ての組織及び全ての市民が連携・協働し、生涯健康で元気に暮らせる社会形成を目指す

基本目標：①健康寿命の延伸 ②生活習慣病の発症予防及び重症化予防の徹底

重点項目	栄養・食生活	身体活動・運動	休養・こころの健康	喫煙	飲酒	歯・口腔の健康	糖尿病	循環器疾患	がん
↓ライフステージ									
乳幼児期	親が子どもの成長に合わせた育児に取り組み、子どもが家庭での基本的な生活習慣を身につけられるような取り組み・支援								
学童期	家庭、地域、学校生活を通じて、望ましい生活習慣を獲得し、生活習慣病を防ぐ知識を学べるような取り組み・支援								
思春期	規則正しい生活習慣を確立し、生活習慣病等を防ぐ知識を学び、生活習慣病等を防ぐ能力を身につけられるような取り組み・支援								
成年期	生活習慣病を防ぐため、より具体的な生活習慣の取り組みに関心を高め、実践できるような取り組み・支援								
壮年期	健康増進のため、健康的な生活習慣を保持し、定期的に特定健康診査を受診できるような取り組み・支援								
高齢期	生活の質の維持・向上、健康の維持・増進、必要な治療による生活習慣病の悪化や合併症発症の予防が図れるような取り組み・支援								

乳幼児期（概ね 0～5歳） 学童期（概ね 6～12歳） 思春期（概ね 13～19歳）  
 成年期（概ね 20～39歳） 壮年期（概ね 40～64歳） 高齢期（概ね 65歳～）

## 第1次計画の構成

基本目標達成のため、  
**9つの重点分野**  
**6つのライフステージ**を定め  
 各々に健康目標を掲げ、  
 146項目の健康目標値を設定

**国の方針に基づき策定したため、  
 網羅的な内容で幅広く展開**



# 前回の健康増進部会の振り返り

## 課題

1. **青壮年期**（20～64歳）の生活習慣が悪化している
2. 特に**未就学児を育てている女性**は、**自身の健康**に関心を向ける**余裕がない**状況がある
3. **地域**（日常生活圏域）により健康意識や行動、生活習慣に**差が生じている**

## 方向性

4. **多様な背景**があることを前提に、**様々な選択肢**を提示する必要がある
5. **個人の努力**にまかせてきた今までのやり方から、「**環境**」に働きかける必要がある
6. **生活の質（QOL）向上**への視点での取組が必要である
7. 健康づくりに、行政・市民・関係機関の「**総力戦**」で取り組むことが重要である



## 第2次計画策定の方針

### 方針

- 市の最上位計画で現在策定中の「**柏市第六次総合計画**」との**整合性**を重視する
- 各種調査結果に基づく最終評価から**課題を整理したうえで「基本方針」**を定める
- **長期の計画期間（12年）**となるため、社会情勢やトレンドを踏まえて、**柔軟に対応**できるよう取組の**方向性**を明記する形とした
- 実効性を考慮して、「**市民**」と「**市・関係機関**」の取組に**分けて整理**した

資料2・3へ反映





**【案】 柏にかかわるすべての人が健やかで心豊かに暮らせるまちをめざします  
～一人ひとりが主役になれる，未来へつながる健康づくりの実践へ～**

## 事前意見

- 総合計画の基本構想・基本計画が示す方向性と整合性が取れている。
- 柏市第六次総合計画（案）の基本理念と，本計画の基本理念の言い回しが，同じことを別な言葉で表現しているように見えますが，意図があつてのことでしょうか。どちらも言葉いじり感があつて，この手の計画の表現は具体性を見せない理念にないといけないルールがあるのかと思う。





## 【案】基本方針

### 1. 若い世代からの健康づくり

- ・生活習慣の課題がみられた青壮年期への取組を拡充する
- ・自分自身の健康を後回しにしがちな子育て世代への取組を拡充する
- ・「職場」へのアプローチを工夫し、就労世代の健康づくりへの関心度を上げる

### 2. 多様化する価値観や地域特性を踏まえた健康づくり

- ・個々人の価値観やライフスタイルに合わせたアプローチを工夫する
- ・コミュニティエリアごとの環境や特性を踏まえた健康づくり活動を進める
- ・多様な主体との連携により、多方面から健康へアクセスできる環境を整備する

### 3. 楽しく、無理なく継続できる健康づくり

- ・成果の共有により、「楽しい」に見える化して発信する
- ・取組のハードルを下げて、最初の一步を踏み出すきっかけを作る
- ・無理なく継続できるように、ICTツールを有効活用する

### 4. 「オール柏」体制で取組み、健康づくりの機運醸成

- ・市民の主体的な健康づくりを「オール柏」でバックアップする
- ・産学官・健康・医療・介護・福祉等の多職種連携を推進する
- ・全ての政策に「健康」の視点を取り入れて、幅広い事業で健康づくりの環境整備に取り組む



事前意見	
3. 楽しく, 無理なく 継続できる健康 づくり	<ul style="list-style-type: none"><li>「自然と健康になれる環境づくり」に対応する文言が入ってもよいのではないか。</li><li>「成果の共有により, 『楽しい』を見える化して発信する」について, 成果の共有以外にも手法はあると思うので, 排他しない方がよいのではないか。</li></ul>
4. 「オール柏」体制で 取組み, 健康づくり の機運醸成	<ul style="list-style-type: none"><li>「オール柏体制」の取組は特に重要だと考えます。</li></ul>

# 協議事項 2 第 2 次計画の構成案 ライフステージと重点分野

## 第 1 次計画

### 変更点 1 ライフステージの構成

#### ライフステージ

乳幼児期	0～5歳
学童期	6～12歳
思春期	13～19歳
成年期	20～39歳
壮年期	40～64歳
高齢期	65歳～

### 変更点 2 重点分野の構成

#### 重点 9 分野

栄養・食生活
身体活動・運動
休養・こころの健康
喫煙
飲酒
歯・口腔の健康
糖尿病
循環器疾患
がん

## 【案】第 2 次計画

#### ライフステージ

乳幼児期 学童期 思春期	0～19歳
青年期 壮年期	20～64歳
高齢期	65歳～

#### 重点 6 分野

栄養・食生活
身体活動・運動
睡眠・休養・こころの健康
喫煙・飲酒
歯・口腔の健康
発症予防・健診・重症化予防 (糖尿病・循環器疾患・がん)



**New**  
ライフコース（胎児期～高齢期）  
**女性の健康**



構成案	事前意見
1. ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくりは一生を通した取り組みが求められること，若いうちからの生活習慣が影響を及ぼすことなど，ライフコースの観点を取り入れたものと理解します。</li> <li>思春期までは土台作りとして健康づくりに関する知識の習得と実践，青年期以降は生活習慣病予防・重症化予防にむけた知識のアップデートと知識を活用した実践が求められることから，「市民の取り組み」とそれを支援する「市・関係機関の取組の方針」が整理されていると思います。</li> <li>心の健康・成長など，ライフステージごとの特徴も視野に入れた取組も必要と考えます。</li> </ul>
2. 重点分野	<ul style="list-style-type: none"> <li>「発症予防・健診・重症化予防」に「生活習慣病の」と追記したほうが内容が分かりやすいのではないかと。</li> <li>「栄養・食生活」は、「睡眠・休養・こころの健康」，「喫煙・飲酒」，「歯・口腔の健康」の影響を受けることから、分野間のつながりという視点も必要と考えます。</li> <li>フレイル予防を加えてはどうか。</li> </ul>
3. 女性の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>胎児期という分類でよいか，女性目線では妊娠期・授乳期ではないかと。</li> </ul>

# 【参考】第2次計画の構成案



## 【第1章】計画の策定にあたって

- ・趣旨, 位置づけ, 期間, 体制

## 【第2章】柏市の健康を取り巻く状況

- ・柏市に係るデータ  
(人口・人口動態・医療費の状況など)
- ・各種調査結果の概要
- ・評価と課題

## 【第3章】計画の基本的な考え方

- ・基本理念
- ・基本目標
- ・基本方針

## 【第4章】施策の展開（各論）

- (各分野ごとの)
- ・現状と課題, 目標, 目標値,  
市民の取組, 市・関係機関の取組の方針

## 【第5章】目標数値一覧

## 【第6章】計画の推進に向けて

## 【第7章】柏市食育推進計画

## 【資料編】



## 資料 4 参照

# 協議事項 3 施策の展開(各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)

資料 3 参照



重点分野	事前意見	
1. 栄養・食生活	市民の取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 孤食を減らすことは全世代に必要なことなので, 全世代に入れるべき。</li> <li>• 「楽しい食事をとれるようにする」というワードを入れてほしい。</li> <li>• 「朝食をしっかり食べる」ため関連分野とのつながりも必要と考えます。 →睡眠時間をしっかりとる(若い世代ではスクリーンタイムを減らす), 遅い時間の夕食を避ける, 歯・口腔内を清潔にする</li> </ul>
	市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>• お子さんに食物アレルギーがあることが分かれると落ち込まれる保護者も多い。「食育」と共に周知してはどうか。</li> <li>• 「地域ごとの食習慣に応じて, より健康になるための食事内容・方法を提案します」など, 地域性を意識した項目を追加してはどうか。</li> </ul>



# 協議事項 3 施策の展開(各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)

資料 3 参照



重点分野	事前意見	
2. 身体活動・運動	市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>市内には様々なスポーツにかかわる団体があるが、競技や対象によって、個々の活動になりがちです。スポーツ推進やそれに伴う健康づくりを目指している点、子育て世代の女性が集まりにくいなどの課題も共通しているので連携した取組をしていきたい。交流により外部からの刺激を入れることで各団体の活性化につながると思う。</li> <li>「歩きたくなる」「出かけたくなる」環境づくりはとてもよい試みだと考えます。</li> <li>「地域ごとの環境に応じて、日常生活に取り入れられる身体活動を提案します」など、地域性を意識した項目を入れてはどうか。</li> <li>「(仮称) わたしの健康法」のようなタイトルで、SNSに市民が提案を発信できる仕掛けを考えられないか。</li> </ul>

# 協議事項 3 施策の展開(各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)

資料 3 参照



重点分野	事前意見	
3. 睡眠・休養・ こころの健康	市民の取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齡期の「地域活動に参加するなど, 人との交流を図りましょう」について, 高齡期以外の方でも, 生きがいやその価値を認めることが多いと感じるので, 全ての世代に必要なだと考えます。</li> </ul>
	市・関係機関の 取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>こころのバランスを崩す時は, 最初に睡眠障害に出やすい。この段階で相談できるよう, 周知の工夫や気軽に相談できるような働きかけができればよいと考えます。</li> <li>「各地域ごと, 分野ごとの人のつながりづくりを進めます」について, 地域ごと, 分野ごと, という括りは必要ないのでは。つながりはどこでどうつながっていくか分からないからこそ, その価値が大きい。</li> <li>自分の趣味や特技を活かした社会参加の仕組みづくりを加えてはどうか(社会福祉協議会では「(仮称) できるの貯金箱(できちょ)」の登録・活動制度を検討している)。</li> <li>日本人は上手に休憩をとることが難しい。睡眠時間も短い。小学生からその傾向がある。「よく寝て, よく食べる」ことの大切さを広める必要がある。</li> </ul>

# 協議事項 3 施策の展開(各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)

資料 3 参照



重点分野	事前意見	
4. 喫煙・飲酒	市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 喫煙率の更なる低下のためには、強力な逆インセンティブを考えていく必要があるのではないか。</li> <li>• 未成年の喫煙・飲酒も問題になっています。また、妊娠前からを含む「女性の健康」にも関係しています。</li> <li>• 小中学生への薬物乱用防止教室の徹底を加えてはどうか。</li> </ul>
5. 歯・口腔の健康	市民の取組／市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 全体としてまとまっている。</li> </ul>
6. 発症予防・健診・重症化予防	市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>• コロナ以前にあったマラソン会場や駅前での血圧測定・健康相談ブースでの活動など、市民講座・イベントを再開したい。</li> </ul>

# 協議事項 3 施策の展開(各論) (市民の取組, 市・関係機関の取組の方針)

資料 3 参照



重点分野	事前意見	
7. 女性の健康	市民の取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>「パートナーの健診の受診や健康づくりを応援しましょう」について、男女問わずということを分かりやすく記載してほしい。</li> </ul>
	市・関係機関の取組の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>小学校で行われる性教育の講座等への保護者の参加者を増やせるよう声掛けを行いたい。</li> <li>更年期障害は人により差があるが、退職やこころの健康を害する場合もある。更年期障害との付き合い方や相談窓口の周知ができればよい。</li> <li>妊娠・出産期のフォローの更なる充実を図ってほしい。</li> <li>「子ども」×「母親」をターゲットとするのは、単発的なイベントだけでなく継続的な「事業」を含むように記載してほしい。</li> </ul>
全体の取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域・職域連携の推進は、長期戦の覚悟で粘り強く取組を継続することが大切だと考える。</li> <li>基本理念である「皆が主役」を実現するためにはノーマライゼーションを市民に知ってもらう取組が重要だと考える。小学生のころからこの概念を学習に取り入れて欲しい。</li> </ul>	

## 【参考】今後の予定



令和5年 12月19日(木)	第3回健康増進部会（素案提示，最終確認）
令和5年 12月末～1月末	パブリックコメント
令和6年 2月6日(木)	第4回健康増進部会 （パブリックコメントの意見確認，答申：第2次柏市健康増進計画確定）