

## 第三章

# 計画の基本的な考え方



江南市マスコットキャラクター  
ふじか  
藤花ちゃん



# 1

## 市のめざすべき姿

第Ⅱ章にある現状を踏まえて、市の10年後のめざすべき姿を設定します。「江南市戦略計画」では、「健康な生活の確保」について以下のような将来像を記載しています。

### <江南市戦略計画における将来像>

(江南市戦略計画【中期】62ページ「Ⅱ健康、福祉分野」「柱4健康な生活の確保【健康づくり】」参照)

- 日頃から正しい食生活や運動を心がけるとともに、生涯を通じて市民自らが健康づくりを行っている。
- 健康診査を定期的に受診し、疾病の予防・早期発見に取り組むという意識が定着し、各地域で健康づくりの教室などが行われている。
- その結果、寝たきりや生活習慣病になる人が少なくなり、市民は長く健康を保持し安心して暮らしている。

### <めざすべき将来像>

第1次計画では、「健康で思いやりと幸せあふれるまち」を基本理念とし、健康寿命の延伸と生活の質の向上などをめざした取り組みを進めてきました。近年では、それに加えて、個人の努力だけでは解決できない社会環境との関係にも着目した健康づくりが必要とされています。そのため、「すべての市民が協力して」健康づくりに取り組んでいくことが必要となってきています。

江南市の現状、江南市戦略計画における将来像などを踏まえ、この計画の将来像を次のように設定します。

**「すべての市民が協力し、**

**健康で思いやりと幸せあふれるまち」**



## 2

## 健康日本 21（第2次）の5つの方向性

国の健康日本 21（第2次）では、10年後のめざすべき姿を「全ての国民が共に支えあい、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会」とし、次の5つの基本的な方向を示しています。

## ＜国の健康日本 21（第2次）の5つの基本方向＞

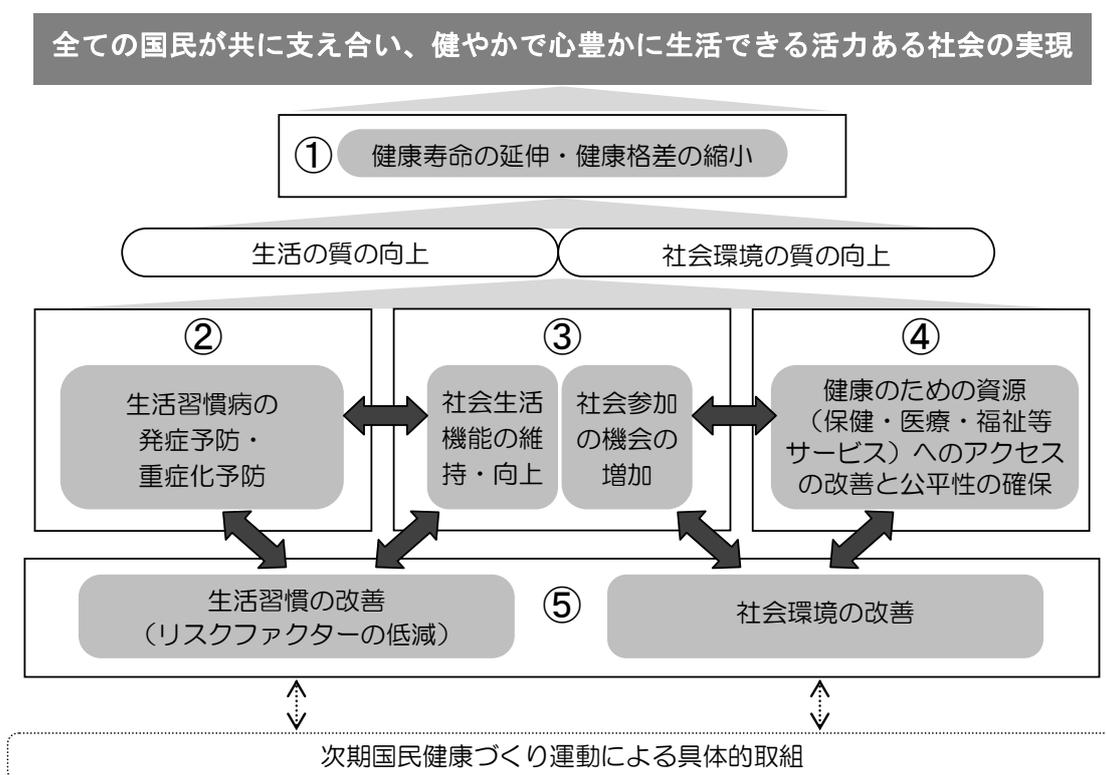
基本的な方向性	内 容
①健康寿命の延伸と健康格差の縮小	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病の予防及び社会生活機能の維持・向上等による健康寿命の延伸</li> <li>健やかな暮らしを支える社会環境の構築による健康格差の縮小</li> </ul>
②生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	<ul style="list-style-type: none"> <li>食生活の改善や運動習慣の定着等による一次予防の推進（NCD*対策の推進）</li> <li>重症化の予防</li> </ul>
③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>働く世代のストレス対策等によるこころの健康づくり</li> <li>子どもの頃からの健康な生活習慣づくり</li> <li>全てのライフステージにおける心身機能の維持・向上</li> </ul>
④健康を支え、守るための社会環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>国民が主体的に行うことのできる健康増進の取り組みを総合的に支援</li> <li>社会が相互に支え合いながら国民の健康を守る環境の整備</li> </ul>
⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康増進の基本要素となる食生活、運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善</li> </ul>

## 用語の説明

※NCD（非感染性疾患）とは、糖尿病、がん、慢性呼吸器疾患、心臓疾患、脳血管疾患など感染しない病気で、食生活、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関係する病気のことです。

国の健康日本 21（第2次）は、個人の生活習慣の改善及び個人をとりまく社会環境の改善・整備を通じて、生活習慣病の発症と重症化の予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持・向上による生活の質の向上、健康のための資源へのアクセスの改善と公平性の確保、社会参加の機会の増加による社会環境の質の向上を図り、健康寿命の延伸と健康格差の縮小をめざす計画となっています。

<国の健康日本 21（第2次）の概念図>



出典：健康日本 21（第2次）の推進に関する参考資料

### 3

## 計画の全体イメージと体系

### (1) 国の方向性を踏まえた本計画の全体イメージ

この計画では、国の方向性を踏まえ、市民「個人の生活習慣の改善」と、市民をとりまく「社会環境の改善」、社会に参加・参画するための「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」、健診や相談等による「生活習慣病の発症と重症化の予防」の4つを柱としていきます。

#### ① 個人の生活習慣の改善

1つめの柱である「個人の生活習慣の改善」では、これまで同様、生活習慣の改善による「1次予防」を重視した健康づくりを推進します。「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養」「喫煙」「飲酒」「歯と口腔の健康」の6つのテーマを掲げ、市民のライフステージを踏まえた施策と行動指針を示します。

#### ② 社会環境の改善

2つめの柱である「社会環境の改善」では、社会環境が市民個人の健康に影響を与える諸要因の改善をめざします。子どもにとっての家庭環境、働く世代にとっての職場環境などは、日常生活を通じて個人の健康にも大きな影響を及ぼします。また、妊娠している女性、病気等で医療サービスを必要としている人などは、地域のサービス資源の量や質の影響を受けると考えられます。さらに、主体的な健康活動機会や有効な健康情報に日常的に触れることができる地域とそうでない地域との格差の問題も、個人の健康に影響すると考えられます。こうした社会的要因は、個人にとっては「健康格差」の問題となります。この健康格差を解消することも、この計画における重要な課題です。

社会環境が個人の健康に与える影響について、国は、ソーシャルキャピタル<sup>※</sup>と呼ばれる社会の絆や結束から生み出される資源の効能に着目しています。人々が信頼しあって協力している社会では健康レベルが高いことが多くの研究で確認されており、そうした社会を実現することが求められています。市民が「社会環境の改善」に積極的に参加・参画していくことを通じて、健康になれるような社会をめざします。

#### 用語の説明

※ソーシャルキャピタルとは、人々の協調行動を活発にすることによってもたらされる、「信頼」「規範」「ネットワーク」などの社会組織の特徴のことです。

### ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

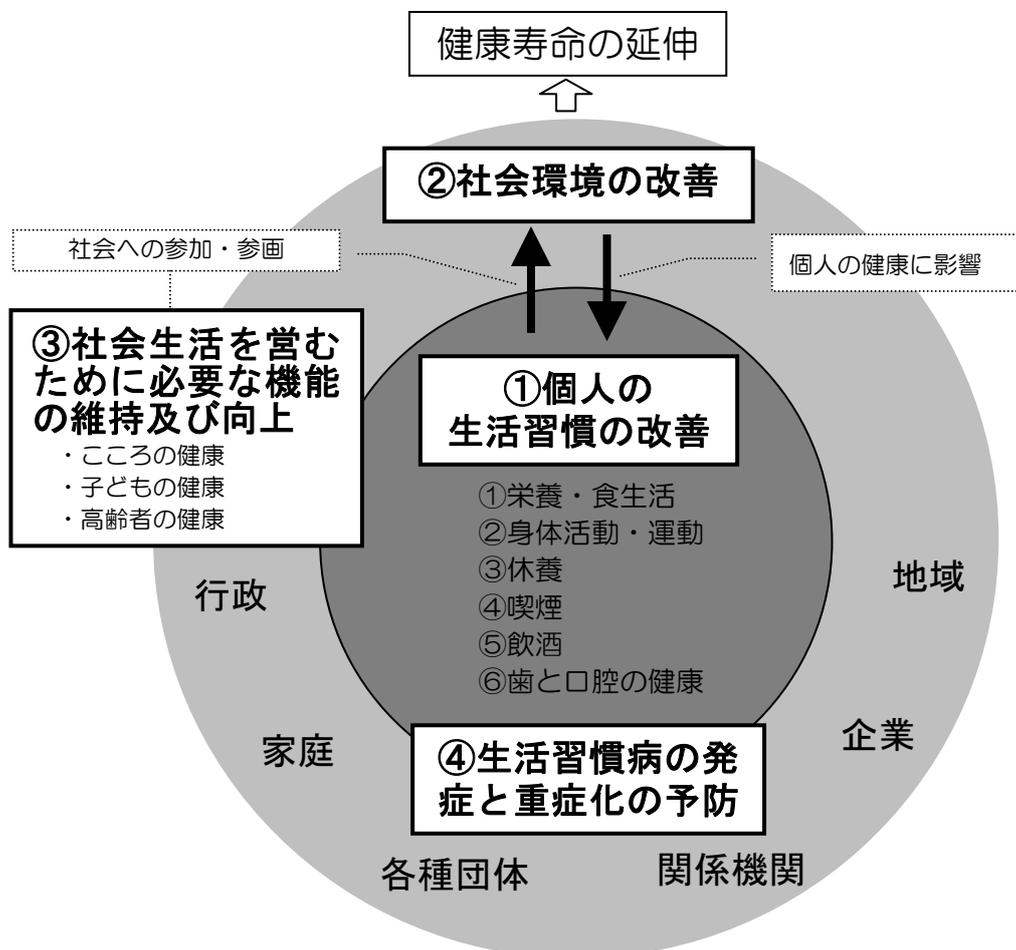
3つめの柱である「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」では、多様な社会参加を可能にする「こころの健康」、「子どもの健康」、「高齢者の健康」をめざします。特に、現役世代や高齢者などの「こころの健康」は、自殺の予防にもつながる重要な課題です。また、「高齢者の健康」では、介護予防や認知症予防などを進めていく必要があります。さらに、次世代の担い手である子どもたちが、早い時期から健康な生活習慣を身につけられる施策を進めていきます。

### ④ 生活習慣病の発症と重症化の予防

4つめの柱である「生活習慣病の発症と重症化の予防」では、健診等による生活習慣病予防や情報提供など、市民の健康を支える公的な支援ネットワークの強化を図ります。

江南市では、以上の4つの柱を中心に健康づくりを進めていきます。

図 計画の全体イメージ（4つの柱）



## (2) 計画の体系

前項の“4つの柱”に沿って、この計画では以下の4つの「基本目標」と13の「施策の方向」を整理して施策を推進します。

＜「4つの柱」⇒「4つの基本目標」との関係＞

①個人の生活習慣の改善 ⇒ 「1 健康な生活習慣を実践しよう！」

②社会環境の改善 ⇒ 「2 健康な社会環境を実現しよう！」

③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上 ⇒ 「3 社会生活を送るために必要な健康づくり！」

④生活習慣病の発症と重症化の予防 ⇒ 「4 生活習慣病を予防しよう！」

めざすべき将来像

基本目標

施策の方向

健康すべての市民が協力し、思いやりと幸せあふれるまち

1

健康な生活習慣を実践しよう！

(1) 栄養・食生活

(2) 身体活動・運動

(3) 休養

(4) 喫煙

(5) 飲酒

(6) 歯と口腔の健康

2

健康な社会環境を実現しよう！

(1) 地域活動の活発化と参加の促進

(2) 健康意識を高めるネットワークの強化

3

社会生活を送るために必要な健康づくり！

(1) こころの健康づくり

(2) 子どもの健康づくり

(3) 高齢者の健康づくり

4

生活習慣病を予防しよう！

(1) 生活習慣病予防対策の推進

(2) 健康に関する正しい理解の促進