

むつ市健康増進計画
第2次健康むつ21

平成26年3月
むつ市

「第2次健康むつ21」策定にあたって

少子高齢化や疾病構造の変化が急速に進んでいく中で、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小の実現に向け、生活習慣病の発症予防や重症化予防への取り組みが、今、大きな課題となっております。

市では、平成15年度に「健康むつ21」を策定し、各ライフステージにおける健康づくりの望ましい方向と目標を定め、健康づくりに関する各種施策を展開してきました。

このたび、計画の最終年度を迎え、国においても「健康日本21（第2次）」の中で、新たな健康づくり運動の基本方針を示したところであります。

県では、平成25年度から始まる「健康あおもり21（第2次）」を策定し、健康寿命の延伸に向け、新たな基本的方向を示したところであり、さらに、下北地域県民局でも、現在「I LOVE 下北健康21（第2次）」を策定中であり、むつ下北圏域をモデル地域として、「肥満」「喫煙」「健（検）診受診率の低迷」などの健康課題に取り組んでいくこととしております。

このような背景のもと、当市においても「健康むつ21」の最終評価及びこれまでの課題を踏まえ、今後10年間の健康づくり運動の指針となります「第2次健康むつ21」を策定いたしました。

本計画では、「市民一人ひとりが主体的に取り組む健康づくりと健康寿命の延伸」を全体目標に掲げ、その目標達成に向け、「肥満予防対策」「たばこ・アルコール対策」「こころの健康づくり」の3つを重点課題と定め、各ライフステージにおける施策に取り組んでいくこととしております。

市民の皆様の健康増進に向け、下北地域県民局をはじめとする各関係機関・団体とも連携を図りながら、また、保健協力員や食生活改善推進員などの地域リーダーの御協力をいただきながら、市民の皆様に振り向いていただける健康施策に取り組んでまいりますので、なお一層の御理解と御協力をお願い申し上げます。

終わりに、本計画の策定にあたり御尽力を賜りました「むつ市健康増進計画策定委員会」の委員の皆様をはじめ、貴重な御意見を賜りました関係各位に対し深く感謝申し上げます。

平成26年3月

むつ市長 宮下 順一郎

目次

第1章 むつ市健康増進計画（第2次健康むつ21） の概要

第1節	計画策定の趣旨	1
第2節	計画の概要	1
・第1項	基本的な方向	1
第2項	ライフステージ各期における基本目標	2
第3項	計画の期間	2
第4項	計画の位置づけ	2
第5項	ライフステージの名称と年代区分	3

第2章 市民の健康の現状と課題

第1節	保健統計	5
第1項	人口動態総覧	5
第2項	人口・世帯	5
第3項	産業構造	6
第4項	平均寿命	6
第5項	出生	7
1	出生数	
2	合計特殊出生率	
第6項	死亡	8
1	死亡数・死亡率	
2	死因	
3	乳児死亡等	
第7項	受療動向	11
1	通院の受療動向	
2	入院の受療動向	
第2節	ライフステージ別の市民の健康の現状と課題	12
・第1項	乳幼児期（妊産婦含む）	12
1	妊娠・出産に関する安全性と快適さの確保と不妊への支援 （「健やか親子21」課題2）	
2	小児保健医療水準を維持・向上させるための環境整備 （「健やか親子21」課題3）	
3	子どもの心の安らかな発達促進と育児不安の軽減 （「健やか親子21」課題4）	
第2項	児童・思春期	27
1	思春期の保健対策の強化と健康教育の推進 （「健やか親子21」課題1）	
第3項	青年期	32
1	自分の健康状態を理解し適切な情報を選択して健康づくりに 生かせるよう支援	

第4項	壮年期	38
1	生活習慣病の一次予防の推進	
2	たばこ対策の推進	
3	歯や口腔内の健康に関する知識の普及	
4	こころの健康づくり（自殺予防、うつ予防）の推進	
5	生活習慣病対策の二次予防、三次予防の推進（早世予防）	
6	メタボリックシンドロームの対策の推進	
第5項	高齢期	57
1	高齢者の健康づくりや介護予防の推進	
2	健康づくりや体力づくりの推進	
3	生きがいづくりの推進	
4	地域で支える体制づくりの推進	
第6項	病気や障がいを持ち、何らかの支援が必要な人々	63
1	病気や障がいを持った人々の自立と社会復帰の支援	
2	障がいがあっても、社会の構成員として地域の中でともに生活が送れるような地域づくりの推進	
3	病気や障がいを持った人やその家族が安心して在宅ケアを受けられる体制づくりの推進	
第3章 最終評価報告		
第1節	最終評価の目的	66
第2節	最終評価結果	66
第1項	評価項目の推移	66
第2項	最終評価の方法と評価項目の見直しについて	66
第3項	評価項目の達成状況	67
第3節	評価指標の達成度一覧	68
第4節	各ライフステージの目標達成状況	82
第1項	乳幼児期（妊産婦含む）	82
第2項	児童・思春期	82
第3項	青年期	82
第4項	壮年期	83
第5項	高齢期	83
第6項	病気や障がいを持ち、何らかの支援が必要な人々	83

第4章 今後の取り組み

第1節	ライフステージ別施策の方向性	85
第2節	目標設定の考え方	85
第1項	評価項目	85
第2項	目標値	85
第3項	ライフステージ別施策の取り組み	86

第5章 重点課題への取り組み

第1節	重点課題の設定及び対策の推進	128
第2節	重点課題の取り組み	129
第1項	肥満予防対策	129
第2項	たばこ・アルコール対策	131
第3項	こころの健康づくり	133

参考資料

○「むつ市健康増進計画（第2次健康むつ21）」策定の経緯	136
○むつ市健康増進計画庁内検討委員会委員名簿	137
○むつ市健康増進計画策定委員会委員名簿	138
○むつ市健康増進計画策定委員会条例	139
○評価項目一覧	141

