

## 市長あいさつ

人生100年時代を迎え、すべての市民が健やかで心豊かに生活でき、また、幸せを追求し、生きがいを持ち続けることができる持続可能なまちづくりの実現に向け、誰一人取り残さない市民一人ひとりの健康づくりの方向性を示した第3次健康こなん21計画を策定しました。

このたびの計画は、密接に関わる「からだ」と「こころ」における健康づくり施策を効果的・効率的かつ包括的に推進するために、個別に策定していました健康こなん21計画(健康増進計画・食育推進計画)と自殺対策計画を統合しました。また、計画に関する基本体系の抜本的な見直しとともに、多くの市民の皆様にご協力いただいたアンケート調査等により施策立案の根拠を積み重ねて作り上げたものになります。

また、本計画の特色である「こなんまちイロの地区計画」では、取組をより身近に感じていただくために、保健師の思いや活動を交えて奮闘する姿を地区計画のオリジナルストーリーとして描いています。このストーリーの中で、「ここ10年の社会環境の変化は、生活スタイルにも大きな影響が出ていて価値観も多様化している。でも、いつの時代も「健康」というテーマは、人間にある共通の価値観であり普遍的なものだ。」と統括保健師の視点で語られています。この共通の価値観は、健康のまちづくりに対する共感を生み出す原動力となるものであり、地域はもとより、家庭、職場、園、学校、関係機関・団体等とこころを通い合わせ「オールこなん」の取組として、機動力を高め、計画の基本理念である「生涯を通じて人が輝ける健康なまちづくり」の実現に向け邁進してまいります。

結びになりましたが、本計画の策定にあたりご尽力いただきました健康こなん21計画および自殺対策計画の策定委員会の委員の皆様をはじめ、本計画に関わっていただいた多くの皆様に、心より感謝申し上げます。

市民笑顔率世界一!

湖南市長

松浦加代子



# 目次

<b>第1章 策定の趣旨</b>	1
1 計画策定の目的	2
2 計画の位置づけ	2
(1)法的根拠	2
(2)国の方向性	2
(3)総合計画等との整合	3
3 計画期間	4
4 計画の進捗管理	4
5 SDGsの理念に基づく健康のまちづくり	4
<b>第2章 湖南省の健康状況</b>	7
1 市の概況	8
(1)地理的・自然的条件	8
(2)歴史的・文化的条件	8
(3)保健医療圏域	8
(4)人口の推移	9
(5)出生の状況	10
(6)外国人人口の推移	10
(7)就業構造	11
2 市民の健康状態	12
(1)死亡の状況	12
(2)医療費からみた疾病構造	14
(3)健康寿命の推移	15
3 前計画の最終評価	17
(1)健康増進計画・食育推進計画	17
(2)自殺対策計画	19
<b>第3章 第3次健康こなん21計画の基本的方向性</b>	21
1 基本理念・計画のめざす姿	22
2 基本目標	23
3 基本方針	24
(1)市民を「支える」健康づくり	24
(2)地域を「育む」健康づくり	24
(3)仕組みで「つなぐ」健康づくり	24
4 施策方針	25

5 計画の基本的な考え方	27
(1)各種計画の施策分野の位置づけを再構築します	27
(2)ライフステージ別の健康づくり施策を展開します	27
(3)ライフコースアプローチの観点による取組を推進します	29
(4)自然に健康になれるまちづくりの観点を取り入れます	30
(5)「オールこなん」の取組と連携により計画を推進します	30
(6)数値目標	32
第3次健康こなん21計画 <計画の基本体系図>	34
第3次健康こなん21計画 基本的方向性のイメージ	35

## 基本計画

### 第4章 生活習慣の改善

第4章 生活習慣の改善	39
◎ポピュレーションアプローチ編	41
■「からだ」の健康づくり <湖南省健康増進計画(第3次)>	41
(1)健康管理	42
(2)身体活動・運動	44
(3)休養・睡眠	46
(4)たばこ	48
(5)アルコール	50
(6)歯・口腔の健康	52
◎ポピュレーションアプローチ編	55
■「食育」の健康づくり <湖南省食育推進計画(第3次)>	55
(7)栄養・食生活	57
(7)-1 健全な食生活	58
(7)-2 持続可能な食環境	62
◎ポピュレーション・ハイリスクアプローチ編	65
■「こころ」の健康づくり <湖南省自殺対策計画(第2次)>	65
(8)こころの健康	76
(8)-1 包括的な支援	78
(8)-2 連携体制	81

<b>第5章</b>	<b>生活習慣病の発症・重症化予防</b>	83
◎ハイリスクアプローチ編		84
(1)-1	循環器疾患	85
(1)-2	糖尿病	86
(1)-3	がん	87
(2)	生活習慣病予防に関する施策の方向性	88
<b>第6章</b>	<b>こなんまちイロの地区計画</b>	89
	健康こなん地区計画	90
(1)	日枝中学校区	94
(2)	石部中学校区	98
(3)	甲西北中学校区	102
(4)	甲西中学校区	106
<b>関係資料</b>		111
	湖南省自殺対策計画(第2次)における関連施策の具体的事業内容	112
<b>参考資料</b>		123
1	湖南省健康づくりアンケート調査の結果	124
2	第2次計画の目標指標の評価実績について	202
3	策定にかかる資料	206
4	用語集	213