

9 中間評価のまとめと今後の方向性

平成 25 年 3 月に策定した本計画は、「健康寿命の延伸を目指して ～地域と共に 一人ひとりが健康づくり～」を基本方針とし、3つの基本的視点を定め、具体的な施策や事業の展開を図ってきたところです。

基本的視点

1 生活習慣病の発症
予防と重症化予防

2 生活習慣の改善に
向けた取組みの推
進

3 健康を支え、守る
ための社会環境
の整備の推進

また、前計画の最終評価を踏まえ、若い世代から一つでも多く健康的な生活スタイルを身につけていくことを重点的に取り組んできました。

特に課題となった若い世代の朝食の欠食、働き盛りの世代における運動不足とストレス解消、未成年者の喫煙、飲酒、高齢化の進展により増加が予測される生活習慣病による死亡や要介護を予防する取組などを重点プログラムとして定め、市民に分かりやすいメッセージ性のある取組を展開してきました。

具体的な取組を展開するうえでは、各区の課題を分析し、区毎の目標を定めて事業展開しており、この 5 年間では、若い世代や親子を対象とした取組や、大型商店や企業、商工会議所や全国健康保険協会埼玉支部などとの協働した取組が増加してきました。

これは個人の取組をベースにしながらも、ライフステージを通じて継続していくために、家庭や近隣など身近な人との仲間づくり、地域や学校、職場など生活の場での健康づくりを意識した取組みが拡大してきているものです。

また、地域に愛着をもって健康づくりが継続できるよう、ウォーキングコースやウォーキングイベントなど市内各地域で実施されているほか、健康マイレージや新たな介護予防事業を開始し、若い世代からの健康づくりと介護予防に資する事業拡大を行ってきたところです。

平成 29 年度に実施した中間評価では、「目標値に達した」項目は 20.2%、「目標値は達成していないが大きな変化ないもの」の項目は 44.7%であり、約 6 割強が順調な推移を示していることから、これまでの取組の方向性を今後も継承していくものです。

一方で悪化している項目は 35.1%で、20～60 歳代男性の肥満者の増加や働き盛り世代の朝食の欠食など、前計画から課題となっている項目もあることから、成果の見える取組が必要です。

特に本市では糖尿病有病者や予備軍の標準化該当比が県内でも有意に高いことから、若い頃からの健康的な食生活や運動習慣の定着に向けた取組を強化することが必要です。

● ● ● ● ● 今後の重点対策について ● ● ● ● ●

1 肥満者の増加

- ・ウォーキングが幅広い世代に定着していることから、更に多くの人に日常生活で歩くことを意識できるよう「さいたま市健康マイレージ」を拡大していきます。また、事業所単位の参加の機会を増やしていきます。
- ・自分の身体に関心を持ち、生活習慣を変えるきっかけとなる体組成測定の手続きの機会を増やすため、今後も継続して市民活動団体、地域包括支援センター等の団体向けに体組成計の貸出しを行います。

2 糖尿病の有病者および予備軍の増加

- ・埼玉県や埼玉県国民健康保険団体連合会と協働で糖尿病重症化予防事業を継続し、実態に応じた支援を展開していきます。

3 働き盛り世代の朝食の欠食者の増加

- ・バランスのとれた食事を実践するため、関係機関、各種団体、食品関連事業者等と行政が多様な連携・協働を図りながら、食環境の整備に取り組みます。

4 睡眠による休養が「とれていない」人の増加

- ・適切な睡眠は身体および精神面の安定だけではなく、うつ病や高血圧の予防、身体の代謝機能の低下による肥満と密接な関係があることから、若者や働き盛り世代、壮年期女性に向け、睡眠の重要性について啓発していきます。

これらの重点対策とすべき点は密接に関連しており、特に働き盛り世代にアプローチが必要なことから、事業者や各種関係機関との連携を進めていきます。

