



みんな健康でいきいきと暮らせる富士市を目指して!

「健康ふじ21計画」

中間評価
結果報告

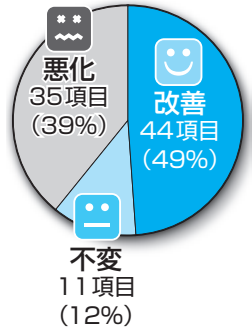
市は、平成14年度から平成22年度を目標に「健康ふじ21計画」を実施しています。この計画は、健康のために市民一人一人が毎日の暮らしの中で何を行えばよいのか、世代別に健康増進のための行動目標を数値で示したものです。今回は、平成18年度に実施した中間評価の結果についてお知らせします。



重点項目の中間評価結果

「健康ふじ21計画」では、156項目の目標値を設定しています。その中でも生活習慣病にかかわることや、死亡減少に必須である健診などの重点項目を90項目抜粋しました。その重点項目を、計画中間期の平成18年度に、平成13年度と比較して中間評価をしました。その結果、子どもの歯の健康、若者の喫煙、高齢者の運動習慣などに改善が見られました。しかし、親子の食生活、大人のストレスなどが悪化していて、特に壮年期は、重点項目の半数が悪化をしていました。

重点項目90項目の中間評価の結果



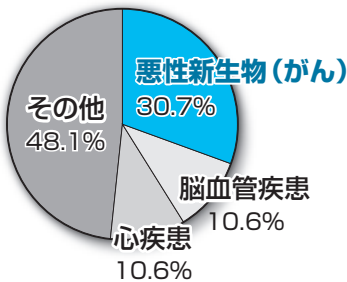
改善のポイント「壮年期」

計画の中で重点世代である「壮年期（30歳～64歳）」の健康状況については、下記の世代別中間評価結果を見てもわかるように、まだまだ改善が必要です。また、壮年期の死因の約3割が「がん」であることもわかりました。

今後は、壮年期を中心とした生活習慣病、特にがん予防の強化、こころの健康づくりの推進を、職場・企業との連携をとりながら行っていきます。

壮年期の死因の約3割が「がん」

死因別死亡数割合(30歳～59歳)



世代別の中間評価（抜粋）

世代	改善した項目	基準値	中間評価	目標値	悪化した項目	基準値	中間評価	目標値
		(H13)	(H18)	(H22)		(H13)	(H18)	(H22)
子ども (0～19歳)	むし歯のない子ども (3歳)	66.0%	78.2%	80.0%	朝食の欠食をする子ども (中高生)	9.8%	13.0%	0.0%
若者 (20～29歳)	喫煙する若者 (男性)	44.5%	38.2%	減少	ストレスを感じる若者 (女性)	74.1%	94.4%	66.0%
壮年期 (30～44歳)	体重管理のために食事の量や内容に気をつけている人 (壮年期)	48.3%	57.1%	70.0%	肥満者の割合 (男性・壮年期)	24.5%	25.6%	15.0%
	” (中年期)	48.6%	65.5%	70.0%	” (女性・中年期)	7.1%	14.3%	減少
中年期 (45～64歳)	日ごろから健康の維持・増進のために意識的に運動している人 (壮年期)	40.4%	48.2%	60.0%	ストレスを感じる人 (壮年期)	76.9%	81.2%	70.0%
	” (中年期)	57.5%	64.6%	68.0%	” (中年期)	57.0%	74.9%	51.0%
高齢者 (65歳～)	日ごろから健康の維持・増進のために意識的に運動している高齢者 (男性)	72.5%	79.8%	83.0%	定期的に歯科検診を受けている高齢者	20.0%	14.0%	40.0%

健康ふじ21アクションプランの取り組み

～10分野とキャッチフレーズ～

1 元気なまちづくり



2 健やか親子



3 健康診断、脳血管疾患 糖尿病・肝臓疾患 がん



5 食生活・栄養



6 運動



7 たばこ・飲酒



8 こころ



9 歯



10 骨折・認知症(痴呆)



平成22年度に向けて「健康づくり」にチャレンジ!

「健康ふじ21計画」をより効果的に進めるため、健康課題を10の分野に分け、具体的な取り組みを掲げた「健康ふじ21アクションプラン」を進めています。

今回、平成22年度の目標達成を目指し、右表のとおり、新たに各分野にキャッチフレーズをつくりました。

皆さんもキャッチフレーズを覚えて、まずはできることから健康づくりにチャレンジしてください。

また、市では市民全体への普及啓発、効果的な健康診査と保健指導の実施、健康推進員・食生活推進員の育成など、さまざまな取り組みを進めていきます。

問い合わせ

中間評価の詳細については、「健康ふじ21計画中間評価概要版」にまとめてあります。冊子が欲しい人は、お問い合わせください。

健康対策課

☎(64)60263

☎(64)7172

🌐 <http://fujishi.jp/cityhall/>

📧 fukusi-b/kenkou/



健康ふじ21推進会議
代表
佐野 義夫 さん
(富士市医師会医師)

まずは家庭からの健康づくりが大切です!

「健康ふじ21計画」は、壮中年期の死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的とした健康づくり計画です。現在、9年間の計画期間中で、今回中間評価を実施しました。

その結果、壮中年期では、仕事が忙しく、定期健康診断で「要診察」になっても受診しないこと。富士市は3交代制の勤務が多く、食生活が不規則になりやすいこと。さらに、ストレスからうつ病となり、自殺者がふえていることなどが見受けられました。

このような現状を踏まえて、定期健康診断の受診と早期診察を推進し、ストレス相談なども実施しています。また、今年度は「食生活」に重点を置き、バランスのよい食事を推進するための取り組みを強化しています。

まずは家族全員で食事をすることから、健康づくりに取り組んでほしいですね!