

## 上越市第2次健康増進計画（案）の概要について

### 1 計画の概要

#### (1) 計画改定の趣旨・目的

近年、当市を取り巻く社会経済環境は大きく変化し、それに伴う価値観やライフスタイルの多様化により、市民の暮らしに様々な影響を及ぼしている。そこで、当市では令和4年度に策定した上越市第7次総合計画において、ありたい姿を「人生100年時代において、子どもから高齢者まで全ての世代の誰もが生涯を通じてこころと体の健康が保たれ、健康寿命が延伸し、自立した暮らしを送っています」とし、市民の健康増進を総合的に推進している。

上越市第2次健康増進計画は、引き続き「健康寿命の延伸と」「健康格差の縮小」を健康づくりの基本方針と定め、取組の重点を生活習慣病の発症予防と重症化予防に置き、市民が生涯を通じて心身ともに健康で暮らせるまちの実現を目指す。

#### (2) 計画の位置付け

本計画は、国の健康増進法第8条に基づき策定する健康増進計画であり、また、上位計画となる上越市第7次総合計画とともに、当市が目指す健康づくり活動の基本的な方向性を示す。

また、国や県の基本的視点を参考に「上越市第2次歯科保健計画」、「上越市第2期自殺予防対策推進計画」からなる本計画の領域別計画並びに「上越市第3次地域福祉計画」、「上越市国民健康保険第3期保険事業実施計画（データヘルス計画）・第4期特定健康診査等実施計画」、「上越市第9期介護保険事業計画・第10期高齢者福祉計画」、「上越市子ども・子育て支援総合計画」、「上越市第3次総合教育プラン」等との整合性を図りながら、総合的な対策を推進する。

#### (3) 計画の期間

現在の「上越市健康増進計画改定版」は、平成30年度から令和4年度を計画期間としていたが、国の計画である「健康日本21（第2次）」が医療費適正化計画等と計画期間を一致させるため、終期を令和5年度まで1年延長した。これを受け、「上越市健康増進計画」についても国の計画期間と合わせ、1年延長し令和5年度までとした。

そのため、本計画の計画期間は、国の「健康日本21（第3次）」を受け、令和6年度から令和17年度までの12年間とし、中間年に当たる令和11年度に中間評価を行う。

### 2 計画の基本方針と目標

#### (1) 計画の基本方針

##### 【基本方針】

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

#### (2) 計画の目標

##### ▼目標1 個人の行動と健康状態の改善を図ります

健康寿命の延伸に向けて、個人の行動と健康状態の改善は重要であり、そのため生活習慣の改善を推進するための基本要素として、「栄養・食生活」、「身体活動運動」、「休養・睡眠」、「飲酒」、「喫煙」、「歯・口腔の健康」の6つの領域に分け、様々な活動に取り組む。

生活習慣病の発症予防・重症化予防として、「循環器疾患」、「糖尿病」、「がん」の3つの領域の取組を推進する。

##### ▼目標2 社会環境の質の向上を図ります

##### ①こころの健康

自殺死亡率の減少を目指す。

##### ②健康になれる環境づくり

市民が無理なく健康づくりに取り組むことができるよう環境整備を推進する。

##### ③地域ぐるみで健康増進に取り組むための基盤整備

行政や企業、民間団体といった多様な主体による健康増進に取り組む環境整備を推進する。

##### ▼目標3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを推進します

妊娠（胎児）期から高齢期に至るまでの生涯を通じたライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを進めていくため、当市の健康課題である「肥満」「高血圧」「働き盛り世代の健康づくり」を重点取組と定める。

### 3 施策の方向性

