

# 健康で笑顔あふれる くらしをめざして

第2期訓子府町健康増進計画  
(平成27～36年度)



平成27年3月  
訓子府町

## はじめに

少子高齢化社会を迎え、健康寿命を延伸して豊かな人生を送ることは、社会全体の共通した願いであり、本町でも町民の皆様が老後も住み慣れた地域で、安心して生活し続けることができるよう、平成20年3月に「第1期 健康増進計画」（平成20年度～平成26年度）を策定し、現在、健康づくりの推進を行っております。

こうした中、国において、平成24年7月に「第4次国民健康づくり対策」として、「健康日本21（第二次）」を推進することとなったことから、町では第1期の計画策定から変化している社会情勢等を考慮して健康課題の見直しを行い、町民の皆様の健康寿命の延伸及び生活の質の向上の実現を目指すために、「第2期 健康増進計画」（平成27年度～平成36年度）を新たに策定いたしました。

計画策定にあたりましては、北見保健所を始め関係機関、団体、町民の皆様のご協力をいただき、町民の皆様が健康でいきいきと暮らせるよう、第1期の計画の評価をし、特定健診等におけるアンケート調査、既存データの分析、グループインタビューの実施等を通じて課題整理を行い、町が取り組む具体策の提示を行っております。

本町の第5次訓子府町総合計画では、まちづくり施策の大綱のひとつとして、「健康で笑顔あふれるまちづくり」を掲げており、今後とも、町民の皆様と行政、地域、関係団体などが協働しながら、老いても安心して暮らすことができるまちとなるよう、「第2期 健康増進計画」の推進に取り組んでまいります。

計画策定にあたり、ご意見、ご提言をいただきました多くの町民の皆様をはじめ、策定委員、関係機関、団体、関係者の皆様に厚くお礼を申し上げます。

平成27年3月

訓子府町長 菊池 一 春

# 訓子府町健康増進計画 目次

## 第 1 章 訓子府町健康増進計画策定にあたって

1.	計画策定の趣旨と背景	1
2.	計画の位置づけ	2
3.	計画の期間	2
4.	計画の対象者	3
5.	計画のめざすものと基本理念	3
6.	基本方針	4
7.	計画の体系図	5
8.	計画策定の流れ	6

## 第 2 章 訓子府町の現状と課題

1.	人口動態	7
	（1）人口の推移	7
	（2）出生の状況	8
	（3）死亡の状況	9
2.	介護の状況	11
	（1）介護認定者の状況	11
	（2）健康寿命・平均寿命	12
3.	国保医療費の状況	14
4.	健康診断の状況	16
	（1）特定健康診査の状況	16
	（2）特定保健指導の状況	17
	（3）町民健康診査、後期高齢者健診の状況	17
	（4）がん検診の状況	18
	（5）乳幼児健診の状況	19
5.	生活習慣の様子	
	（1）栄養・食生活	20
	（2）運動・身体活動	27

(3) 健康管理	35
(4) 休養・こころの健康	38
(5) 飲酒・喫煙	40
(6) 歯の健康	43
6. 第1期健康増進計画の評価	46
7. 各領域における現状のまとめ	48
(1) 栄養・食生活	48
(2) 運動・身体活動	49
(3) 健康管理	50
(4) 休養・こころの健康	51
(5) 飲酒・喫煙	51
(6) 歯の健康	52
<b>第3章 健康づくりをすすめるための具体的な提案</b>	
1. 栄養・食生活	53
2. 運動・身体活動	56
3. 健康管理	59
4. 休養・こころの健康	62
5. 飲酒・喫煙	64
6. 歯の健康	66
<b>第4章 計画の推進と評価</b>	
1. 計画の推進	68
2. 計画の評価	69
<b>第5章 資料</b>	
1. グループインタビューの結果	70
2. 訓子府町民の健康意識・行動に関するアンケート調査結果	79
3. 青年期における健康意識に関するアンケート調査結果	94
4. 第1期計画の評価について	97
5. 計画策定までのあゆみ	102
6. 健康増進計画策定委員名簿	104