

／つながろう 笑顔で取り組む 健康なまち／

志布志市健康増進計画

第3次健康しぶし21

令和7年度 ▶ 令和16年度

* ひとりの取組
みんなが元気 *



はじめに

わが国は、生活環境の向上や医学の進歩などにより世界有数の長寿国となり、国民の平均寿命は延び、高齢化が進みました。

一方、ライフスタイルや価値観が多様化したことから、食事バランスの乱れや睡眠・運動不足などにより、がんや糖尿病といった生活習慣病が増加し、こころの病気も増えています。また、認知症や寝たきりなど介護を必要とする人が増加し、医療・介護の社会的負担は深刻な問題となっており、心身ともに健やかに過ごせる健康寿命をいかに延伸するかが大きな課題となっています。



人生100年と言われる時代において、市民一人ひとりが心豊かに過ごせるまちづくりを進めるためには、これらの課題を見据えた上で、自分自身の健康意識の向上を図る必要があります。社会や地域が相互に連携し、機運を高めていくことが求められています。

本市においても、これまでの国や県の動向を踏まえ、平成26年度に「第2次健康しぶし21」を策定し、令和元年度に中間評価を行い、市民の健康増進、生活の改善等に取り組んできました。令和6年度をもって現行計画の計画期間が満了することから、これまでの施策の進捗、目標の達成状況の検証を行い、国が示した「健康日本21（第三次）」の考え方を基本に、社会情勢の変化に伴う課題を見据え、この度、「第3次健康しぶし21」を策定いたしました。

本計画の推進にあたっては、市民の皆様をはじめ、地域や各関係機関・団体と連携・協働し、健康で笑顔があふれる、誰もが安心して暮らせるまちづくりを実現するために健康づくりに積極的に取り組んでいきたいと考えています。また、目標の達成に向けて、更なる健康寿命の延伸を目指し、本市の健康づくりの施策に取り組んでまいりますので、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが、この計画の策定にあたり、熱心にご協議いただきました健康づくり推進協議会委員の皆様をはじめ、グループインタビューやアンケート調査等を通じて貴重なご意見やご提言をいただきました市民の皆様に心から感謝申し上げます。

令和7年3月

志布志市長 下平 晴行

目次

第1章 計画の基本的事項 1

- 1 計画の背景と趣旨 1
 - (1) 国の動向 1
 - (2) 県の動向 1
 - (3) 志布志市の動向 1
- 2 健康増進計画の策定について 2
 - (1) 我が国における健康づくり運動 2
 - (2) 健康増進法に基づく基本方針と健康増進計画 3
 - (3) 健康日本21（第3次）のビジョン ... 4
 - (4) 健康日本21（第3次）の全体像 ... 5
- 3 計画の位置づけ 6
- 4 計画の期間 6
- 5 計画の策定体制 7
 - (1) 志布志市健康づくり推進協議会 7
 - (2) 健康に関する生活習慣調査 7
 - (3) グループインタビュー 8
 - (4) パブリックコメント 8
- 6 SDGs に対する考え方 9

第2章 市民の健康を取り巻く現状 10

- 1 人口の動向 10
- 2 平均寿命と健康寿命 11
- 3 子どもの状況 12
 - (1) 出生数 12
 - (2) 合計特殊出生率 12
 - (3) 低出生体重児 13
 - (4) 肥満児 14
- 4 主要死因について 15
 - (1) 生活習慣病等による死亡の状況 15
 - (2) SMR（標準化死亡比） 16
 - (3) 65歳未満の死亡状況 16
- 5 各種健診・検診の受診状況及び結果 17
 - (1) 特定健康診査・特定保健指導の実施状況 17
 - (2) 高血圧の状況 18
 - (3) 糖尿病の状況 18

- (4) 脂質異常症の状況 19
- (5) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況 19
- (6) がん検診の受診状況 20
- (7) 歯科に関する疾患等の状況 21
- 6 要介護者の状況 22
 - (1) 要介護認定の状況 22
 - (2) 要介護者の日常生活自立度 23
 - (3) 要介護状態になった主な理由 23
- 7 自殺の状況 24
- 8 医療費について 25

第3章 第2次計画の最終評価と今後の課題. 26

- 1 第2次計画の最終評価 26
 - (1) 栄養・食生活 27
 - (2) 身体活動・運動 27
 - (3) 休養・こころの健康 28
 - (4) たばこ・アルコール 28
 - (5) 歯の健康 29
 - (6) 生活習慣病 29
- 2 今後の課題 30

第4章 基本理念及び基本的な視点 40

- 1 基本理念 40
- 2 基本的な方針 40
 - (1) 健康寿命の延伸・健康格差の縮小 ... 41
 - (2) 個人の行動と健康状態の改善 41
 - (3) 社会環境の質の向上 41
 - (4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり 41
- 3 体系図 42

第5章 施策の展開 43

- 1 健康寿命の延伸・健康格差の縮小 45
 - (1) 健康寿命の延伸 45

(2) 健康格差の縮小	48
(3) 主観的健康観の向上	48
2 個人の行動と健康状態の改善	50
(1) 生活習慣の改善	50
(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防	62
(3) 生活機能の維持・向上	67
3 社会環境の質の向上	70
(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び 向上	70
(2) 自然に健康になれる環境づくり	74
(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基 盤の整備	75
4 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり....	76
(1) 子どもの健康	76
(2) 高齢者の健康	80
(3) 女性の健康	82

第6章 推進体制の強化..... 84

1 推進体制の強化	84
(1) 健康づくり運動の展開	84
(2) 市民、関係団体などとの連携強化	84
(3) 庁内の推進体制の整備・充実	84
2 進捗管理・評価、周知と啓発	84
(1) P D C Aサイクルの活用	84
(2) 周知と啓発	84

資料編 85

志布志市健康づくり推進協議会設置要綱	85
令和6年健康づくり推進協議会委員名簿	87
用語解説	88