



越前おおの

報道資料

【発信日】 令和4年3月2日

【問合わせ先】

越前おおの健康づくり計画 第4次健幸おおの21

結とびあ（1階 2番窓口）

健康福祉部 健康長寿課 担当 井上・森永・本多

電話 健康長寿課 0779-65-7333 内線 4120

大野市スポーツ推進計画

大野市エキサイト広場総合体育施設

健康福祉部 スポーツ推進課 担当 横井・長崎

電話 0779-65-5592 内線 80-12

「越前おおの健康づくり計画 第4次健幸おおの21」及び
「大野市スポーツ推進計画」の策定について

市民の健康づくりに関し、運動に重点を置いた計画とするため、両計画の中にスポーツと健康づくり活動の連携を盛り込み、「越前おおの健康づくり計画 第4次健幸おおの21」と「大野市スポーツ推進計画」の策定を同時に行いましたので、広く周知くださいますようお願いいたします。

記

計画の名称 ○越前おおの健康づくり計画 第4次健幸おおの21
及び計画期間 【令和4年度から令和8年度までの5年間】

○大野市スポーツ推進計画 【令和4年度から概ね10年間】

各計画の内容については、別添概要版のとおり。

「越前おおの健康づくり計画 第4次健幸おおの21」について

健幸福社部健康長寿課

I 第1章 計画の概要

1 策定の趣旨 「健康日本21(第2次)」(平成25～令和5年度)の理念、方策を基礎とする。

国民の健康づくり対策である「健康日本21(第2次)」(計画期間：平成25～令和5年度)において、少子化・高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な事項が示されています。

大野市は平成29年3月に策定した、「第3次健康おおの21」を見直すとともに、「健康日本21」の理念、方策を基礎として大野市の特性を生かした、越前おおの健康づくり計画「第4次健幸おおの21」を策定します。

健康日本21(第2次) 基本的な方向

- ①健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ②生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- ③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ④健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

健幸…今回の計画改定にあたり、必要に応じてこれまでの「健康」に代わって「健幸」という言葉を使用することとしました。「健幸」とは「健康」+「幸福」の造語で、身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れることを意味する言葉です。

2 基本理念 ～生涯活躍、元気な^{おおのびと}大野人をめざそう～

大野市が目指す将来像「人がつながり地域がつながる 住み続けたい結のまち」を実現できるよう、市民が、元気で心豊かに、安心して暮らすことができるように、「一次予防」に重点をおいた健康づくりを推進します。また、市民の健康づくりを個人の努力に加え、行政のみならず、企業や団体、学校などが協力し、社会が一体となって「生涯活躍、元気な^{おおのびと}大野人」を目指すことを基本理念とします。

3 基本方針 「第3次健康おおの21」を継続

- ① 身体活動、② 栄養・食生活、③ たばこ・アルコール、④ 休養・こころの健康、⑤ 歯・口腔の健康を具体的推進項目の5本の柱とします。

4 計画の期間 令和4年度から8年度までの5年間

5 関連計画

「第六次大野市総合計画」を上位計画とし、「第2期大野市子ども子育て支援事業計画」、「越前おおの高

「高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画」などの関連計画と整合性を図ります。特に、運動による健康づくりを進めていく上で、「大野市スポーツ推進計画」との連携を重視します。

6 計画の推進方法

今計画からはSDGsの視点を踏まえ、健康づくりの主体となる個人や大野市保健対策推進協議会の構成団体などと行政が目標を共有し、それぞれの役割を果たしながら相互に連携、協働して健康づくりの取り組みを進めていきます。

Ⅱ 第2章 健康に関する大野市の現状と特性

★高齢化の状況…計画書 P.4

R3.4.1 現在（総人口 32,083 人：住民基本台帳）

高齢化率	36.8%	（65 歳以上 11,811 人）	75 歳以上人口	6,177 人（19.3%）
前回 H28.4.1	〃	33.2%（〃 11,489 人）	〃	6,279 人（18.1%）

★主要死因の状況…計画書 P.5

男性 ①悪性新生物（31.4%） ②心疾患（10.6%） ③脳血管疾患（9.5%）

女性 ①悪性新生物（19.5%） ②心疾患（17.1%） ③老衰（15.7%） ④脳血管疾患（10.8%）

※悪性新生物の割合は、男性は高く、女性は低い。男女とも脳血管疾患や心疾患などの循環器疾患、悪性新生物など、生活習慣病に起因する疾患が多くなっている。「老衰」が女性の死因の3番目に登場。

（令和元年「人口動態統計（福井県）」より 率：人口10万対）

★平均寿命・健康寿命…計画書 P.7

* 令和元年（大野市） 福井県が介護度などから算定

○男性 80.75 歳（健康寿命 79.26 歳）○女性 87.69 歳（健康寿命 83.98 歳）

令和元年（福井県）

○男性 81.12 歳（健康寿命 79.63 歳）○女性 87.10 歳（健康寿命 83.84 歳）

※前計画時に比べて平均寿命、健康寿命ともに延びている。

★大野市国民健康保険の医療費（令和2年5月診療分）の状況…計画書 P.8

① 循環器系の疾患 17.4% ② 悪性新生物 14.8% ③ 筋骨格系及び結合組織の疾患 11.4%

④ 内分泌、栄養及び代謝疾患 9.9% ⑤ 精神及び行動の障害 8.4%

※前計画時と比較すると、精神及び行動の障害が3番目から5番目になった。

協会けんぽ加入者、後期高齢者のデータは含まない。

★特定健診の状況（令和2年度国保データベースシステムより）…計画書 P.9

各検査項目で異常がある人の割合

腹囲 男性 52.6% 女性 18.8%

収縮期血圧 男性 55.3% 女性 47.1%

H b A 1 c (血糖値検査) 男性 54.5% 女性 54.6%

※数値に若干の差がみられるが、上記3点が高いというのは、県、国と同様の傾向である。

原因疾患となり得る高血圧や糖尿病の重症化予防対策が大野市にとって重要な課題といえる。

★各種がん検診の結果、保健事業の取組み状況など…計画書 P.10～12

省 略

★要介護認定者の状況（令和2年度末）…計画書 P.13

認定者数 2,186人（認定率18.8%） 平成27年（5年前）度末 2,173人（19.3%）

*高齢者の約5人に1人が認定。認定者数は横ばい気味。

Ⅲ 第3章 「第4次健幸おおの21」の推進目標と5本の柱

脳卒中、心疾患、がん、糖尿病などは、生活習慣の改善や一次予防の推進によって、発症や重症化を予防することができます。そこで、疾病の減少にむけて、「身体活動」「栄養・食生活」「たばこ・アルコール」「休養・こころの健康」「歯・口腔の健康」の5本を柱として健康づくりの取り組みを推進します。

これまでの取り組みの現状・課題と第4次計画の目標

(1) 身体活動

市民アンケート調査によると、週1回以上運動する人の割合は、順調に増加し目標に近づいていましたが、今回調査では減少に転じ、目標に届きませんでした。また、BMI25以上の人の割合の減少、20～30歳代の女性のやせの人の割合を減らすという目標にも届いていません。

令和2年度から実施している「今より1,000歩！おおのヘルスウォーキングプログラム」は、参加者に活動量計を身に付けてもらい、普段より多く歩いてもらう事業です。初年度の集計によれば、平均で男2,016歩、女1,322歩、多く歩いたという結果がでました。1,000歩歩くことが10分程度の運動に相当すると試算されていますので、男性で約20分、女性で約13分運動時間が増えた計算になります。

これまで以上に体を動かすことによる健康づくりの効果を重視し、習慣化するためのメニューやプランを整え、運動が適切に、継続的に行われるような仕組みづくりに、関係課と連携をとりながら努めています。

推進項目① 身体活動

—いつもより少し多めに体を動かしてみましよう、散歩で1,000歩！—

目指す姿	継続して体を動かすことで生活習慣病の予防を図る				
	第3次計画 目標値	H22年度 実績値	H27年度 実績値	R2年度 実績値	第4次 目標値
① 週に1回以上運動する人を増やす	45%以上	34.2%	41.1%	40.6%	45%以上

② 生活習慣病検診受診者で BMI が 25 以上の人の割合を減らす	男	25%以下	23.7%	26.1%	29.2%	25%以下
	女	12%以下	19.9%	13.3%	16.3%	12%以下
③ 20～30歳代女性のやせの人を減らす *BMI が 18.5 以下の人の割合	20%以下		—	—	22.6%	20%以下
④ 1 日当たりの歩数を 1,000 歩増やす (新)	—		—	—	—	男 6,600 歩以上 女 6,000 歩以上

※**身体活動**とは、安静にしている状態より多くのエネルギーを消費するすべての動作を指し、「**運動**」とは、身体活動のうち、体力の維持・向上を目的として計画的・意図的に実施し、継続性のある活動と定義されている。ここでいう「**運動**」には徒歩による買物や掃除など、生活していく上で必要な動きである**生活活動**は含めない。

(2) 栄養・食生活

市民アンケートの結果には、食生活の改善がなかなか難しいことである部分が表れています。掲げた 4 つの指標のすべてで、目標を上回ることができませんでした。

最近の食を取り巻く環境は大きく変化しています。食品の形態や機能が多様化することで、個人の食生活も多様化してきました。何も意識せずにただ食べるだけの食事は、健康づくりの妨げになりかねず、健康な生活を営む大切な一部分としてバランスの良い食事を無理なく継続させることが必要です。気楽に考え、多彩な食材を入手したり、調理方法にひと手間かけたりと、できることから始め、取り組みを続けていくことが大切です。食を取り巻く環境が多様化する中であっても普段から塩分や脂肪の摂取量を減らし、野菜の摂取量を増やすなど、意識して栄養バランスに配慮し、同時に、意識して体を動かすことによって適正なエネルギー量を消費すれば、疾病を予防し、健康を維持していくことができます。

推進項目② 栄養・食生活

— 食事は野菜たっぷり、味付けは薄めにしましょう！ —

目指す姿	栄養バランスのとれた食生活でこころと身体を健康を維持する				
	第 3 次計画 目標値	H22 年度 実績値	H27 年度 実績値	R2 年度 実績値	第 4 次 目標値
① 塩分摂取量要改善者の割合	15%以下	23.1%	17.2%	16.6%	15%以下
② 甘い飲食物を多く摂る人の割合	30%以下	34.4%	33.3%	34.1%	30%以下
③ 緑黄色野菜を毎日食べる人の割合	55%以上	51.8%	49.0%	42.2%	55%以上
④ 栄養バランスなどに配慮した人の割合	65%以上	—	36.0%	29.1%	65%以上

(3) たばこ・アルコール

市民アンケート調査の結果では、成人の喫煙率は男性が 27.1%、女性は 6.6%でした。前回調査時より男性は減少しましたが女性は増加しています。たばこに含まれるニコチンは依存性が強く、自分の意志だけではやめにくい特性があることから、禁煙希望者に対する専門的支援や興味本位で未成年者が喫煙する

ことを防ぐため周知啓発を強化していく必要があります。ただ、たばこを吸わなくなった理由に「健康のため」を挙げた人が最も多く（55.9%）、健康意識の高まりがうかがえます。

一方、アルコール対策は、今回の計画で追加されました。「酒は百薬の長」という言葉にみられるように、適度な飲酒は健康によいといわれてきましたが、その後に「されど万病の元」と続くように、限度を過ぎる飲酒は病気の元になります。適度な飲酒量を知ることが重要だとの認識に立ち、機会をとらえて適正な飲酒量に対する理解と啓発を続けていくこととします。

推進項目③ たばこ・アルコール

—禁煙と適度な飲酒であなたと周りの健康を守りましょう！—

(4)休養・こころの健康

市民アンケート調査によると、最近1か月でストレスを感じた人の割合は、38.9%で目標値は達成していますが、周囲にこころの病気にかかっている人はいるかの問いに、約3分の1の人が「多くいる」または「いる」と答えており、前回に比べてこの数値はあまり変わっていません。こころの病気は特別な人がかかるのではなく、誰がかかる可能性があり、しかもそれが外からはわかりにくい病気であることなどを正しく理解する必要があります。

大野市が地域健康づくり事業として実施している「こころの健康教室」は、コロナウイルス感染症拡大の影響により実施回数、参加人数とも減少しています。さまざまな機会をとらえてこころの健康に関する普及啓発、奥越健康福祉センターなど関係機関と連携した相談体制の充実など、こころの健康づくりを推進する取り組みが必要です。

推進項目④ 休養・こころの健康

—質の良い睡眠で休養をとり、よく笑ってストレスを解消しましょう！—

目指す姿	程よい休養で身体だけでなく、こころも充実する生活を送る				
	第3次計画 目標値	H22年度 実績値	H27年度 実績値	R2年度 実績値	第4次 目標値
① 最近1か月でストレスを感じた人の割合	40%以下	40.5%	46.9%	38.9%	35%以下

② こころの健康に関する講座の啓発回数（新）	—	—	—	—	2回以上
③ 事業所ストレスチェックの周知・啓発回数（新）	—	—	—	—	1回以上

※網掛けになっている実績値は目標を達成している。

(5) 歯・口腔の健康

市民アンケート調査によると、55歳から64歳の人で24本以上の残存歯がある人の割合は、60.3%、定期的に歯石除去している人の割合についても30.1%と、目標値を達成しています。自らの歯、口腔の健康に関心を持ち、歯を大切に考える意識の向上が表れています。ただ、むし歯になり、歯を失ってしまう仕組みから考えると、個人による口腔清掃だけでは限界がありますので、専門家（歯科医）による歯石除去や歯面清掃、予防処置を合わせて行うことが重要です。

乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期の歯と口腔の状態や疾患の特性に応じた、予防の取組や疾患の早期発見・治療を促進し、今後も6024・8020運動の取り組みを推進するとともに、歯周病予防は生活習慣病の予防にもつながるため、健診会場で歯科検診を実施するなど、効果的に歯科口腔保健を推進していく必要があります。

※6024運動…60歳になっても24本以上自分の歯を保とうという運動

8020運動…80歳になっても20本以上自分の歯を保とうという運動

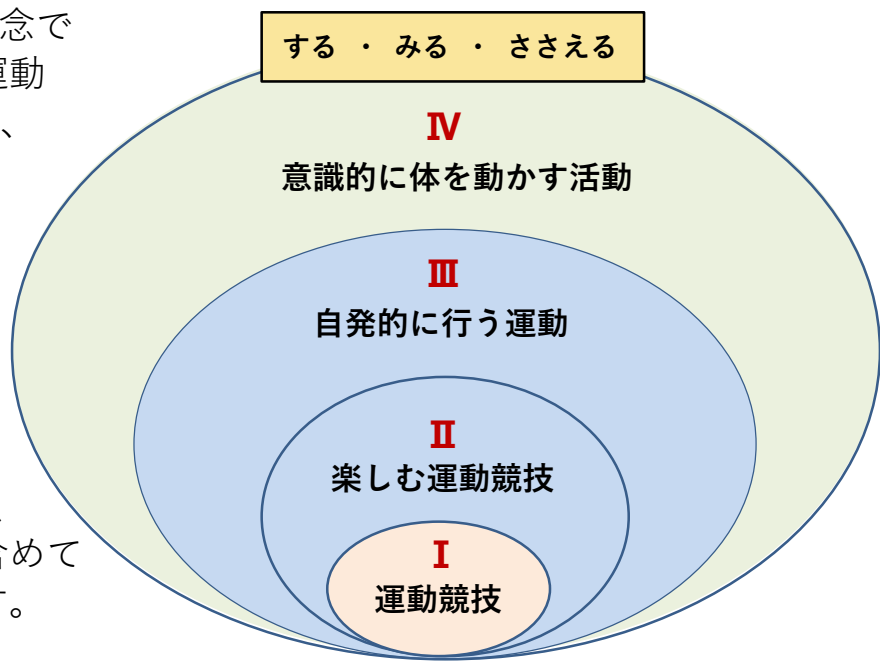
推進項目⑤ 歯・口腔の健康

お口の中の健康に関心を持ち、生涯を通じて健康な歯・口腔を目指しましょう！

目指す姿	専門家の助言を得て歯・口腔の疾患を予防し、ずっと大切な歯を守る				
	第3次計画 目標値	H22年度 実績値	H27年度 実績値	R2年度 実績値	第4次 目標値
① 55～64歳の残存歯が24本以上ある人の割合	60%以上	48.2%	55.9%	60.3%	65%以上
② 専門家による支援と定期管理を受けている人の割合	30%以上	15.9%	23.4%	30.1%	35%以上
③ 3歳児でむし歯がない者の割合（新）	—	—	—	—	85%以上

本計画におけるスポーツとは

スポーツを通常より幅広い概念で捉え、ルールに基づいて競う運動競技(右記図内Ⅰ)だけではなく、健康づくりのための体操や気分転換に行う散歩、自然に親しむ野外活動、介護予防のためのトレーニングなど自発的に楽しむ運動活動(右記図内Ⅲ)、日常生活において意識的に体を動かす活動など、「する」にスポーツを「みる」、「ささえる」といった活動も含めて全てをスポーツと捉えています。



計画の期間は令和4(2022)年度から概ね10年間

本計画は、令和4(2022)年度から概ね10年間で実現すべき目標を設定し、5年後を目途に検証を行い、社会情勢の変化に応じ内容を見直すこととします。

数値目標

- ・市民一人当たりの体育施設利用回数
現状：7.66回(令和元年度) 目標：9回
- ・週1回以上スポーツ(運動)を実施している市民(20才以上)の割合
現状：40.6%(令和元年度) 目標：50.0%
- ・スポーツ指導者公認資格の新規取得者数
目標：80人(累計数)
- ・スポーツイベントの開催や誘致
目標：50回(累計数)
- ・市民対象のスポーツ教室や各種スポーツ大会の実施
現状：137回(令和元年度) 目標：200回(年間延べ数)

(注)「健幸」について：「健幸」+「幸福」の造語で、身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れることを意味しています

発行 令和4年2月
編集 大野市健幸福祉部スポーツ推進課
〒912-0044 大野市桜塚町601番地
(大野市エキサイト広場総合体育施設)
電話 0779-66-1111(代表) 0779-65-5592(直通)
FAX 0779-66-6308

大野市スポーツ推進計画

【概要版】

市民が、
それぞれのライフステージでスポーツを楽しみ、
健康の増進と競技力の向上が図られ、
豊かで充実した生活を送るまち



「大野市スポーツ推進計画」は、大野市が目指す将来像「人がつながり地域がつながる 住み続けたい結のまち」実現のため、大野市のスポーツの推進に関する施策を体系化し、今後のスポーツ施策の基本的な方向性を定めた計画です。

令和4年2月
福井県大野市



4つの基本目標に沿って
展開する施策の体系

○本市が目指す将来像

人がつながり地域がつながる 住み続けたい結のまち

○将来像実現のための基本目標

健幸で自分らしく暮らせるまち

○目指す姿

市民が、それぞれのライフステージでスポーツを楽しみ、健康の増進と競技力の向上が図られ、豊かで充実した生活を送るまち

○目指す姿実現のための4つの基本目標

基本目標 1
基本目標 2
基本目標 3
基本目標 4

スポーツ参画人口の拡大
スポーツを通じた健康の増進
レベルの高い競技者の育成
子どものスポーツ活動の充実

『大野市スポーツ推進計画』を進めるために、市民や行政だけではなく、各地区や各種スポーツ団体、スポーツ推進委員がそれぞれ主体的にスポーツを推進しながら、連携、協働して取り組みを進めます。

また各主体が行う取り組みと、「する」、「みる」、「ささえる」の3つのスポーツの関わり方は右記の表「基本目標ごとの施策と取り組み」に記載しています。



基本目標ごとの施策と取り組み

基本目標	施策	施策に対する取り組み	主体（市以外）				各主体のスポーツとの関わり方		
			市民	地区	スポーツ団体等	スポーツ推進委員	する	みる	ささえる
1 スポーツ参画人口の拡大	(1) スポーツ活動に親しむきっかけづくり	① スポーツ教室の開催		○	○		○		
		② ニューススポーツなどの発掘・推進		○		○	○		○
		③ 越前大野名水マラソンの開催	○	○	○	○	○	○	○
		④ 観光資源を活用したスポーツ活動の推進		○	○		○	○	○
		⑤ スポーツ観戦の機会の創出			○			○	○
		⑥ 企業などとの包括連携協定			○		○	○	○
	(2) 子育て・働き盛り世代のスポーツ活動の推進	① 子育て世代のスポーツ活動への参加推進		○	○	○	○		
		② 働き盛り世代の運動活動への参加推進		○	○	○	○		
		③ 夜間のスポーツ活動の推進		○	○	○	○		
	(3) 高齢者のスポーツ活動の推進	① 高齢者向けスポーツ教室の開催		○					