

◆計画の概要

1 計画策定の背景と趣旨

- わが国では、平均寿命が延長した一方、国民誰もがより長く元気に暮らしていくための基盤として、健康の重要性は高まってきており、個人の心身の健康を保つため、健康づくりの取組を強化していくことが求められています。
- さらに、少子化・高齢化による総人口・生産年齢人口の減少、独居世帯の増加、女性の社会進出、労働移動の円滑化、仕事と育児・介護との両立、多様な働き方の広まり、高齢者の就労拡大等による社会の多様化、あらゆる分野におけるデジタルトランスフォーメーション（DX）の加速、次なる新興感染症も見据えた新しい生活様式への対応の進展等の社会変化が予想されています。
- これらを踏まえ、国では令和6年度から令和 17 年度までの「二十一世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本 21（第三次）」が策定されました。
- 本市においては、令和5年度に第3次健康きさらづの期間が終了することから、社会や市の状況の変化をふまえ、新たに第4次健康きさらづ 21 を策定することとなりました。

2 計画の位置づけ

- 木更津市基本構想を上位計画として、木更津市が目指す健康づくり計画の基本的な方向を示しています。
- 計画の推進にあたっては、国の「健康日本 21（第3次）」の考え方を踏まえ、木更津市第3次基本計画、木更津市国民健康保険保健事業計画（第2期データをヘルス計画）、第2期木更津市国民健康保険特定健康診査等実施計画、木更津市食育推進計画、木更津市自殺対策計画、木更津市高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画、第2期木更津市子ども・子育て支援事業計画、学校教育「新木更津プラン」、第3期木更津市教育振興基本計画、第2次木更津市スポーツ推進計画等と整合性を図っています。

3 計画期間

令和6年度から令和 17 年度までの 12 か年を計画期間とします。

◆ 計画の策定体制

本計画の策定にあたり、保健医療関係者や健康づくりの団体、住民組織の団体の代表で構成する「健康づくり推進協議会」にて検討を行いました。また、市民の健康に関する意識や生活習慣等を把握するため、20 歳以上の市民 2,000 名に対しアンケート調査を実施しました（回収数 749 件、回収率 37.5％）。

◆ 計画の推進

1 計画の推進体制

本計画は、「健康寿命の延伸」「健康格差の縮小」を目指し、市民・市・関係機関等が一体となって健康づくりを進めていくものです。この計画を推進していくためには、関係団体等が協力し合い健康づくりを進めていく必要性があることから、「健康づくり推進協議会」を中心とした推進を図っていきます。

健康づくり推進協議会
保健医療関係者や健康づくりの団体、住民組織の団体の代表で組織し、「健康きさらづ 21」の進捗管理や評価を行います。
健康きさらづ21推進連絡会議
健康づくりを推進していく庁内関係各課の職員で組織します。計画の進捗管理について評価・検討を行います。

2 進行管理の仕組み

市民の健康づくりに関わる機関等が課題を共有できるよう、客観性のある指標を使い、進行管理をしていきます。
また、本計画を実行性のあるものとして推進していくために、PDCA サイクルによる進行管理を行います。

◆基本理念 高めよう健康意識 実践しよう健康づくり つかもう健康長寿

◆重点課題

1 肥満対策の強化	4 心疾患、慢性腎臓病予防対策
2 次世代に向けた規則正しい生活リズム獲得の推進	5 成人期における歯科疾患（むし歯・歯周病）予防の推進
3 がん検診受診率向上による早期発見・治療	

◆計画の体系

方向性		施策の分野	施策の方向性
個人の行動と健康状態の改善	1 生活習慣の改善（リスクファクターの低減）	（1）栄養・食生活	①適正体重の維持に向けた支援 ★ ②バランスの良い食事を摂取することの推進
		（2）健康な体づくり	①胎児期、乳幼児期からの健康な体づくり ②適切な生活リズムを整える支援の充実 ★
		（3）身体活動・運動	①体を動かす環境づくりの推進 ②体を動かす大切さの普及啓発
		（4）休養・睡眠・こころの健康	①睡眠、休養の大切さの普及啓発 ②こころの健康の保持増進に向けた支援
		（5）飲酒	①飲酒に関する正しい知識の普及 ②適切な飲酒に関する支援
		（6）喫煙	①喫煙、受動喫煙に関する正しい知識の普及 ②禁煙に関する支援
	2 生活習慣病の発症予防・重症化予防	（7）歯・口腔の健康（木更津市歯科保健計画）	①適切なセルフケアに関する知識の普及啓発 ★ ②適切なセルフケアに関する環境整備 ★ ③定期歯科健診やプロフェッショナルケアの重要性の普及啓発 ★ ④歯科健診を受けられる体制づくり ★
			①がん検診の受診率向上 ★ ②がんに関する知識の普及
			①高血圧、糖尿病、脂質異常症等を防ぐ ★ ②心疾患、慢性腎臓病を防ぐ ★
	3 生活機能の維持・向上	（1）ロコモティブシンドローム予防に関する知識の普及啓発 （2）骨粗鬆症予防に関する知識の普及啓発	
4 社会環境の質の向上		（1）社会とのつながりの維持向上 （2）自然に健康になれる環境づくり （3）誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備	

★印は関連する重点課題に関連する取組を示しています。