

基本理念		生涯を通じて 誰もが健康でいられるまち いぬやま ～健康長寿のまちを目指して～			
基本方針		目指す姿	現状		必要と考えられる施策
基本方針Ⅰ 病気の発症予防と重症化予防に向けた健康管理【39頁～】					
生活習慣病・がんの早期発見・重症化予防	○定期的に健診（検診）を受ける人の増加 ○受診後に生活習慣の見直しをする人の増加	①各種健診とがん検診の受診状況【39 頁】	・就労をしていない人や経営者は、健康診断を受けていない人が多い。【40 頁アンケート】 ・がん検診の受診率は平成 24 年よりも低下しているものが多く、がんは死因の 1 位で 23.2%となっている。【30 頁評価・17 頁統計】		・就労をしていない人や経営者の健康診断の受診率を高めることが必要。 ・がん検診の推奨年齢受診率をさらに上昇させることが必要。
		②疾病の重症化予防【42 頁】	・特定健診受診者のうち H b A 1 c の有所見者が半数以上。【42 頁健診】 ・男性はメタボ予備軍・該当者が愛知県よりも高い。【42 頁健診】		・生活習慣病の発症リスクが高い人の特定保健指導の実施率を高め、生活習慣や健康状態の改善を促すことが必要。
		③女性の骨粗鬆症検診の受診【44 頁】	・女性の骨粗鬆症検診受診者のうち 60 歳代の 30.8%、80 歳以上の 51.2%以上が要検査となっている。【44 頁検診】		・骨粗鬆症予防の啓発や定期的な検診受診による早期対策により骨折を防ぐ取組が必要。
基本方針Ⅱ 健康的な生活習慣の実践【46頁～】					
栄養・食生活【犬山市食育推進計画】					
①食を通じて健康な身体をつくる	○適正体重の人の増加 ○朝食・野菜を摂取する人の増加	①学齢期の肥満度の状況【46 頁】	・小中学生ともに肥満度は「普通」が 8 割弱である。女子はやせ願望がある。【47 頁アンケート】		・適切な体型や、栄養摂取、過度なダイエットによる影響について将来を見据えた正しい情報を発信し、子どもの健やかな成長を促すことが必要。
		②15 歳以上の肥満度の状況【32 頁、47 頁】	・肥満の人は、生活習慣の改善意欲はあるものの、実践には繋がっていない人が多い。【48 頁アンケート】 ・健診の結果より肥満者の割合は全体的に増加しているが、一方女性のやせの割合も増加している。【32 頁評価】		・成人期の肥満者が増加しており、食事や運動をはじめとする個人の生活習慣の改善や定着を促すことが必要。 ・女性のやせは、妊娠出産への影響や、将来的な骨粗鬆症などを引き起こす心配があるため、若年の段階から啓発が必要。
		③朝食の喫食状況【48 頁】	・朝食を「ほとんど毎日食べている」は小学生が 88.4%、中学生が 86.2%。【49 頁アンケート】 ・単身世帯や肥満者は朝食を「ほとんど毎日食べる」割合が低い。【49 頁アンケート】		・基本的な生活習慣を身に付けるために、小中学生に朝食を食べることの重要性を伝えるとともに、親世代に向けた啓発活動が必要。 ・朝食の喫食率を高めるための取組が必要。
		④野菜の摂取・食事バランス【49 頁】	・男性、単身世帯は野菜の摂取量が不足傾向にある。【50 頁アンケート】 ・若年層や男性、単身世帯はバランスのよい食事がとれていない割合が高い。【50 頁アンケート】		・栄養バランスに配慮した食生活ができるように啓発・支援をしていく必要がある。
②食を通じて豊かなこころを育む	○共食の機会がある人の増加 ○食に関する体験をし食に関心を持つ子どもの増加	①共食の状況【51 頁】	・年齢が高くなるにしたがい共食の機会が少なくなる。【52 頁アンケート】 ・家族と朝食や夕食を食べることが「ほとんどない」割合は小学生より中学生に多い。【51.52 頁アンケート】		・望ましい食習慣やコミュニケーションの促進、心の健康保持のために、だれかと食事を共にすることの意義の啓発や、教職の機会や環境づくりが必要。
		②子ども食堂の利用希望【52 頁】	・子ども食堂について、就学前保護者は 58.2%、小学生保護者は 51.2%が利用を希望。【52 頁子ども子育てアンケート】		・市内にある子ども食堂に関する情報発信を行うとともに、子ども食堂の活動支援をすることが必要。
		③学齢期の食に関する体験【53 頁】	・小中学生ともに「家族と一緒に料理をする」割合が最も多い。【53 頁アンケート】 ・食に関する経験をしていない子どもの割合は小学生で 8.2%、中学生で 15.7 である。【53 頁アンケート】		・食に関する体験活動の機会を提供し、食料の生産から消費等に至るまでの食循環の理解や自然への感謝の念を育むことで、食への関心を高めることが必要。
		④食事のことで気をつけていること【53 頁】	・地場産物を活かした郷土料理を次世代に継承すること、地産地消の推進に関しての意識が低い。【54 頁アンケート】		・日本伝統の食文化や地域の郷土料理の継承や地産地消などの意識を高める取組が必要。
③環境と安心・安全に配慮する	○食事の衛生管理や環境に配慮している人の増加	①食事のことで気をつけていること【55 頁】	・環境に配慮しながら食品を選択している人は非常に少ない。【56 頁アンケート】		・食の安心・安全の重要性を発信することが必要。 ・環境への負荷を低減するための取組が必要。
身体活動・運動	○日常生活における歩数の増加 ○運動習慣者の増加	①学齢期の運動時間【57 頁】	・1 週間の総運動時間が〈60 分未満〉なのは、小学生が 19.3%、中学生が 19.4%。【57 頁アンケート】		・子どもの運動不足解消に向けた取組を進めることが必要。
		②運動習慣【58 頁】	・1 日 30 分以上の運動を週 2 回以上 1 年以上継続して行っている「運動習慣者」は 36.3%、年齢別では特に 40 歳代で低い。【58 頁アンケート】		・運動習慣を身につけるための取組が必要。
		③運動する場所【59 頁】	・運動をする場所は、「歩道や河川敷」が 50.2%、「自宅」が 42.0%。【59 頁アンケート】		・ウォーキングコースマップや自宅で気軽にできる運動、スポーツ施設などに関する情報を発信し、継続して運動ができるための支援が必要。
		④高齢者の運動機能【60 頁】	・ウォーキング等の運動を週に 1 回以上行っている後期高齢者の割合は上昇。【60 頁健診フレイル関連問診】		・高齢者の運動機能の低下を防ぐためロコモティブシンドロームやフレイルに関する啓発を行うとともに、適切な運動習慣の定着を促すことが必要。 ・仲間づくりなど運動を継続するための支援などする。
休養・睡眠・こころの健康	○十分な睡眠時間を確保している人の増加 ○相談相手のいる人の増加	①睡眠の状況【62 頁】	・学齢期の 60%前後は平日の睡眠時間が不足している。【63 頁アンケート】 ・15～59 歳の 24.8%は平日の睡眠時間が 6 時間未満となっており、睡眠時間が不足している。60 歳以上の 25.8%は 8 時間以上となっており、長い床上時間が健康リスクになることが懸念される。【63 頁アンケート】		・「早寝早起き朝ごはん」を基本とした規則正しい生活習慣を定着させる取組が必要。 ・日常的に量・質ともに十分な睡眠を確保し、心身の健康を保持するための取組が必要。

基本方針	目指す姿		現状	必要と考えられる施策
		②こころの健康【64 頁】	・過去1か月間にストレスを感じているのは、小学生が42.0%、中学生が48.6%。ストレスが解消できていないのは、小学生が32.2%、中学生が33.9%。【64.65 頁アンケート】	・子どものこころの健康づくりの推進とともに、ストレスの解消方法の啓発や小中学生が相談できる窓口を周知することが必要。
		③スマートフォン・タブレットの利用【66 頁】	・小学生の40.1%、中学生の85%以上がスマートフォンを所持している。【66 頁アンケート】	・子どもたちのSOSのサインに気づくポイントや対処法を周知することが重要。
				・相談窓口の周知や、地域と関わりを持つための取組を進めることが必要。
				・スマートフォンなどの使い過ぎによる健康障害に関する啓発が必要。
飲酒	○生活習慣病のリスクを高める飲酒をする人の減少	①飲酒することへの意識【68 頁】	・飲酒について、小学生の0.6%、中学生の0.7%が「20歳になっていない人でも飲んでよいと思う」と考えている。【68 頁アンケート】	・20歳未満の飲酒が心身に与える影響についての知識を十分に身につけるため、引き続き学校教育や地域保健における健康教育が必要。
		②多量飲酒【69 頁】	・40歳代及び60歳代の男性で「生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人」は20%を超える。【69 頁アンケート】	・特に男性の40歳代及び60歳代や飲酒頻度の高い女性に向けた適切な飲酒量の普及啓発が必要。
		③妊娠中の飲酒【69 頁】	・「ほとんど毎日飲酒する女性の割合」が上昇。【31 頁評価】	
			・平成30（2018）年度以降、妊娠中に飲酒する母親の割合は0～1.9%。【70 頁健診】	・妊娠中の飲酒が及ぼす悪影響を周知・啓発し、妊娠中の飲酒をなくす取組が必要。
喫煙	○喫煙する人の減少 ○受動喫煙の機会を有する人の減少	①喫煙することへの意識【71 頁】	・喫煙について、小学生の88.0%、中学生の86.5%が「20歳以上になっても吸わないほうがよいと思う」と考えている。【71 頁アンケート】	・喫煙が心身に与える影響についての知識を十分に身につけるため、引き続き学校教育や地域保健における健康教育が必要。
		②喫煙率と受動喫煙【72 頁】	・約3人に1人は受動喫煙の機会を有している。【72 頁アンケート】	・職場や家庭内における受動喫煙の危険性についての普及啓発が必要。
		③妊娠中の喫煙【73 頁】	・妊娠中に喫煙する人の割合は非常に低い。【73 頁健診】	・引き続き妊娠中の喫煙をなくすための取組の推進が必要。
歯・口腔の健康	○健全な歯・口腔機能の育成と維持・向上	①歯と口腔の健康状態【74 頁】	・保護者による歯磨きがされていない子どもの割合をみると、令和5年度現在、1歳6か月児は2.3%、3歳児は2.5%。【75 頁健診】	・う歯の予防のために毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣の徹底を促すとともに保護者自身の歯科保健行動の向上が必要。
			・学齢期の永久歯う歯有病者率は、学年があがるにしたがい上昇する傾向。【76 頁統計】	・健全な歯・口腔機能の育成維持のために、乳幼児期、学齢期に良好な生活習慣を身につけ、適切な口腔機能を獲得・維持することが重要。
			・高齢者は「半年前に比べて固い物が食べにくくなった」、「お茶や汁物等でむせることがある」人が緩やかに上昇。【76 頁健診フレイル関連問診】	・生涯を通じた歯科口腔保健の推進が重要。
		②定期的な歯科健診の受診【77 頁】	・15歳以上の歯科健診の受診頻度は「1年に1回以上」が56.4%。年齢が高くなるにしたがい「1年に1回以上」が上昇する傾向にあるものの、80歳以上になると低下。【78 頁アンケート】	・移動が困難な高齢者や障害者、要介護者は定期的な歯科受診が困難であることが多く、定期的に歯科健診が受けられる環境づくりが必要。
基本方針Ⅲ 個人の健康を支える環境の整備【79頁～】				
子どもの健康づくりと子育て環境	○元気な子どもの増加 ○ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の増加	①子どもの健康状態【79 頁】	・健康状態を〈元気ではない〉と答えた小学生が1.5%、中学生が4.7%。【79 頁アンケート】	・子どもの体力低下やメンタルヘルスの低下をはじめとする子どもを取り巻く健康課題が多様化する中、生涯にわたって健康な生活を送るための力の育成が必要。
		②子育ての状況【79 頁】	・令和5年度現在、ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合は、4か月児は90.3%、1歳6か月児は79.2%、3歳児は78.9%。【80 頁健診】	・子育て世帯が安心して子どもを産み育てられる環境づくりが重要。
		③犬山市を子育てしやすいまちにしていくために、市に望む取組【82 頁】	・今後、犬山市を子育てしやすいまちにしていくために、市に望む取組をたずねたところ、「子どもが安心して遊べる場の整備」が最も高い。【82 頁子ども子育てアンケート】	・子どもが遊べる場所の整備、地域全体で子育てをする意識の醸成が必要。
職場における環境づくり	○職場環境の改善	①職場における健康づくりの状況【84 頁】	・残業日数の減少や勤務時間内における相談体制の充実が進んでおり、労働環境は改善傾向にある。【85 頁アンケート】	・労働環境は、職場における立場や年齢などによってもばらつきがあると考えられるため、従業員の健康管理を組織的に行う事業所を増やすことが必要。
		②職場におけるメンタルヘルス【86 頁】	・仕事に関して強い不安やストレスを感じている人が多い。【86 頁アンケート】	・労働者の健康確保対策においては、企業と協働してメンタルの不調や過重労働による健康障害を防ぐことが必要。
社会とのつながりづくり	○地域活動をしている人の増加	①地域との関わり【87 頁】	・70歳以上になると、友人や知人との交流頻度が高くなる。男性は女性に比べて地域とのつながりが希薄である。【88 頁アンケート】	・地域活動に参加している人を増やすことが重要。特に、男性は女性に比べて地域とのつながりが希薄であるため、男性の参加を促すことが必要。
		②高齢者の地域活動への参加意向【89 頁】	・高齢者の過半数が地域活動に参加者としての参加意向がある。約3人に1人は企画・運営としての参加意向がある。【89 頁高齢者アンケート】	・高齢者の活躍の場を職場や家庭から地域へ移行するためのしくみをつくり、高齢者がいつまでも元気にいきいきと暮らし続けるための環境づくりが必要。
			・週1回以上外出している高齢者の割合は上昇。【90 頁健診フレイル関連問診】	・高齢者の外出支援や居場所づくりを進め、外出を促すことが重要。
自然に健康になれる環境づくり	○日常的に健康づくりに取り組んでいる人の増加	①自然に健康づくりに取り組むために必要なこと【91 頁】	・無理なく自然に健康づくりに取り組めるようにするためには、「遊歩道や公園などが整備されている」と良いが45.1%。【91 頁アンケート】	・自然に健康になれる環境づくりの取組を実施し、健康に関心の薄い者を含む幅広い対象に向けた健康づくりを推進することが必要。
		②犬山市が実施する健康増進事業の認知度【92 頁】	・犬山市が実施する健康増進事業に関して「知っているものはない」人が44.9%。【92 頁アンケート】	・市が実施している事業を市民に周知し、健康増進事業への参加を促す必要がある。
基本方針Ⅳ生涯を通じた健康づくりの推進【93頁～】				
ライフステージ毎の視点を持ったアプローチ	①胎児期～乳幼児期②学齢期③成人期④高齢期			