

第5章 計画の推進に向けて

1 各主体の連携

本計画は、市民一人一人が自らの健康づくりに取り組むことを基本としながら、その活動を家庭、地域、職域、保健医療専門家、医療保険者、教育関係者、行政等が、それぞれの主体性・自発性のもとに、「健康づくり」という共通の目的に向け協働し、推進していきます。

また、本計画を推進するにあたり、一人一人が生涯を通じて必要な行動目標を自ら選択する力を身につけていくことが大切であり、計画内容を、総合的かつ効果的に推進するため、それぞれの役割を明確にし、連携を図って取り組みを進めます。

(1) 個人・家庭の役割

市民一人一人が「自分の健康は自分でまもる」という気持ちで主体的に自らの生活習慣を見直し、健康的な生活習慣を身につけることから、健康な心身を保ち、疾病の予防に努めます。

さらに、定期的に健（検）診を受診することにより、疾患の早期発見・早期治療をめざします。

また、子どもの頃から生涯を通じて望ましい生活習慣を継続させることが大切です。家庭は、個人の生活の基礎的単位であり、食をはじめ基本的な生活習慣を育む場としての役割があります。

(2) 地域、学校・幼稚園・保育所（園）等の役割

乳幼児から高齢者まで、すべての市民が豊かな人生を実現するため、地域のさまざまな団体・機関等が、それぞれの特性を活かし、市民への知識や技術を提供するとともに、地域活動を通じて市民が取り組みやすく支援することが大切です。

地域の各種団体やNPO、ボランティア等による場づくりと仲間づくりが期待されます。また、専門的な観点から身近なかかりつけ医・かかりつけ薬局には、病気の治療だけでなく、病気の予防についても役割を担うことが期待されます。

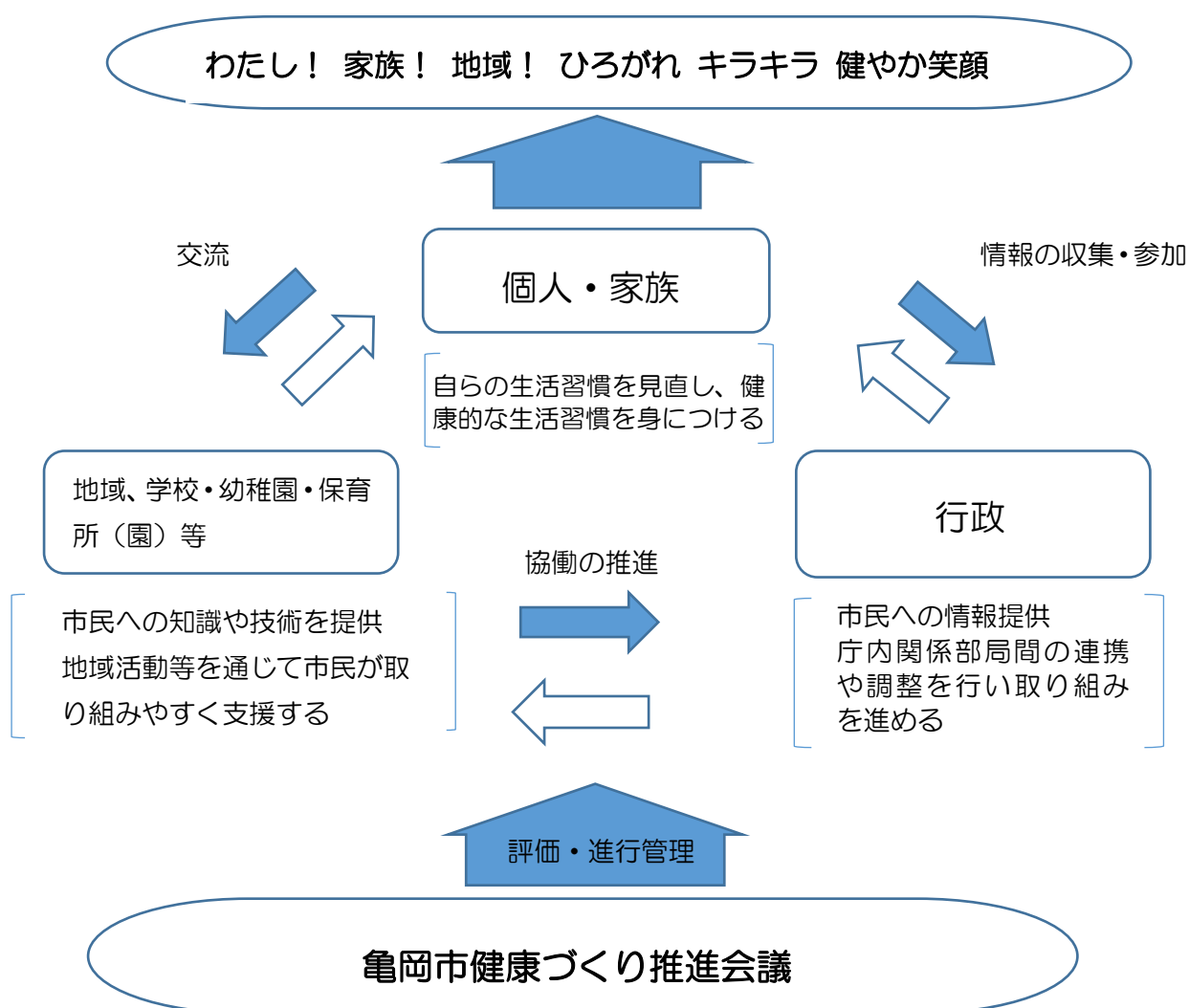
学校・幼稚園・保育所（園）では、子どもたちが好ましい生活習慣を身につけることができるよう家庭と連携するとともに、自ら健康について考え、学び、健康な心身と豊かな人間性の基礎をつくる教育の場として担う役割があります。

（３）行政の役割

本計画を推進するにあたり、市民の健康づくり等の推進を支援するため、地域の関係団体等と情報の共有や取り組みの連携を図り、健康づくりに関する市民への情報提供や事業を実施します。

施策を総合的かつ効果的に推進するため、保健・福祉・医療・教育をはじめ、あらゆる行政分野を「健康増進」の観点から横断的にとらえ、すでに行われている疾病の発症や重症化予防等の取り組みをはじめ、関係各課における事業実績の把握・分析、課題の抽出、事業の推進方策において相互に情報の共有化を図り、市民の総合的な健康づくりを推進します。

【計画の推進体制】



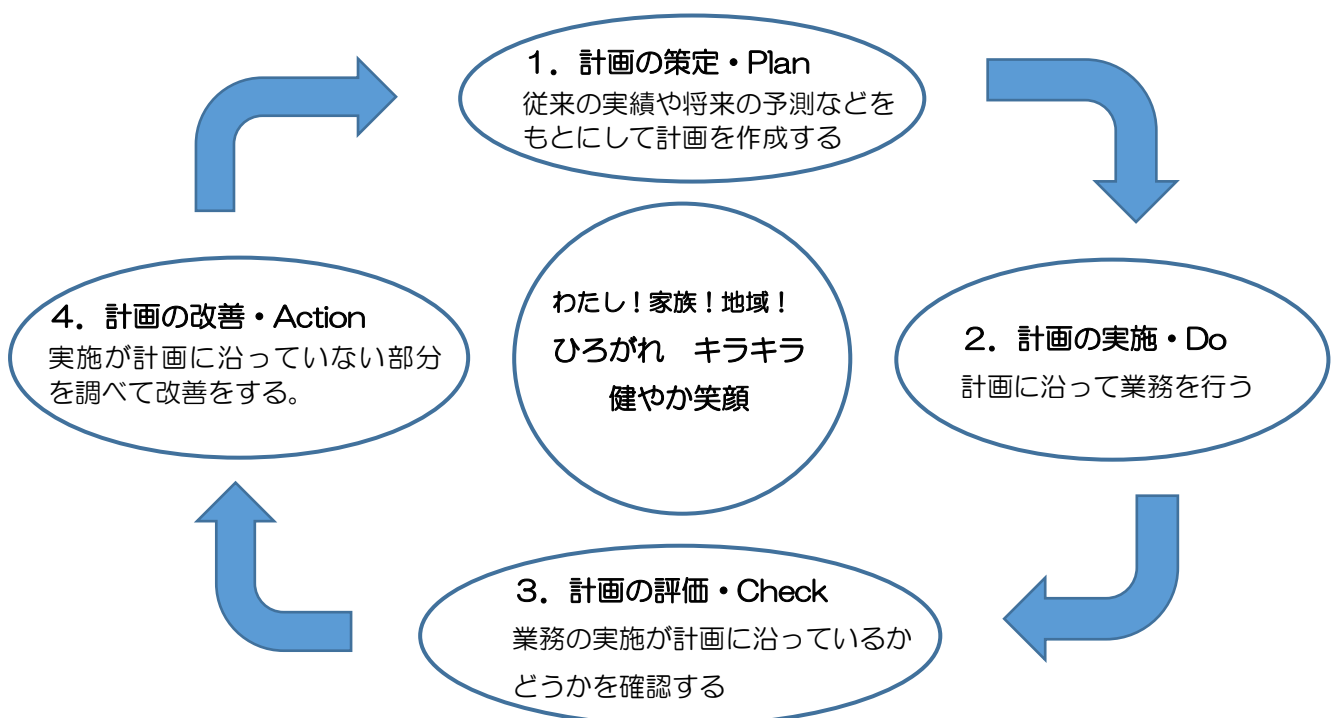
2 評価・進行管理

本計画を実行性のあるものにするため、適正な進行管理と評価を行う必要があります。進行管理にあたっては、まず、計画における目標と具体的な取り組みを設定します（Plan）。計画の際には、領域別、ライフステージ別の課題について関係機関が情報共有し、検討します。次に、計画に従って、それぞれの主体性・自発性のもとに、共通の目的を達成するため、連携・協働しながら具体的な取り組みを進めていきます（Do）。そして、市民代表、学識経験者、保健・医療・教育・福祉関係者、地域の各種団体、行政関係者等で構成する「亀岡市健康づくり推進会議」において、情報の共有化を図り、実施した事業などを点検、評価します（Check）。評価にあたっては、量的評価のみならず、取り組みの過程をみるなどの質的評価も的確に把握します。最後に、評価の結果等に基づき、事業の見直しなどを行い、健康づくりの施策に反映させます（Action）。

このように、本計画は、国・府の目標や指標を含め、市独自の指標として、数値目標を設定し、年次ごとに PDCA サイクル（下図「PDCA サイクルによるマネジメント」を参照）による実効性のある健康づくりの取り組みを進めていきます。

また、本計画は、社会経済情勢の変化により、計画内容等に見直しが必要となった場合には、随時適切に見直しを行いながら、最終年度である令和 7 年度に、総合的な評価として「めざす姿」が実現できたかを評価します。それを以後の健康づくり施策に反映させ、「わたし！ 家族！ 地域！ ひろがれ キラキラ 健やか笑顔」のあふれるまちづくりを進めていきます。

【PDCA サイクルによるマネジメント】



3 数値目標一覧

類型	項目	策定時 アンケート 結果等	ベース ライン値※	中間評価時		現目標値		5年後の目標値	
【栄養・食生活】									
行動目標	1日2食以上バランスを考えた食事を食べる人の割合	—	—	81.8%		80.0%			
行動目標	野菜摂取量(適正350g／日以上)	120.4g	121.6g	181.6g		350.0g			
行動目標	朝食を毎日食べる中学生の割合	78.0%	78.0%	78.5%		90.0%			
健康指標	適正体重の人（やせや肥満でない人）の割合	—	—	69.4%		70.0%			
【身体活動・運動】									
行動目標	運動習慣のある人（1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続）の割合	—	—	20～64歳 男性：30.8% 女性：23.4% 65歳以上 男性：55.2% 女性：53.4%	30.0%	20～64歳 男性：35.0% 女性：25.0% 65歳以上 男性：60.0% 女性：55.0%			
行動目標	65歳以上で週3回以上、外出する人の割合	88.4%	88.1%	74.1%		95.0%			
知識・満足目標	“ロコモ”を知っている人の割合	—	—	23.6%		70.0%			
【休養・こころの健康】									
QOL目標	過剰なストレスを感じている人の割合	男性：65.8% 女性：78.2%	男性：69.8% 女性：80.5%	男性：66.8% 女性：77.3%		50%			
QOL目標	目覚めたととき十分に眠れた感覚がある人の割合	70.6%	68.9%	65.5%		85.0%			
知識・満足目標	ゆったりとした気分で乳幼児と過ごす時間がもてる保護者の割合（3歳児健診）	69.0%	69.0%	64.8%		80.0%			
【タバコ】									
行動目標	未成年者の喫煙率（高校生）	0.7%	0.7%	0.0%		0.0%			
行動目標	妊婦の喫煙率	4.1%	4.1%	3.2%		0.0%			
行動目標	乳幼児のいる保護者の喫煙率（3歳児健診）	男性：30.1% 女性：4.4%	男性：30.1% 女性：4.4%	男性：33.0% 女性：8.0%		減少			
知識・満足目標	“COPD”を知っている人の割合	—	—	21.2%		70.0%			
【歯・口腔の健康】									
健康指標	う蝕有病者の割合（3歳児） う蝕有病者の割合（12歳児）	—	—	3歳児：20.6% 12歳児：25.4%		30.0%	20.0% 25.0%		
健康指標	12歳児のう歯数（DMFT指数）	0.3本	0.3本	0.29本		0.2本			
行動目標	フッ素塗布の乳幼児の割合（3歳児健診）	74.8%	74.8%	77.3%		80.0%			
行動目標	歯間部清掃用器具の使用人の割合	53.7%	45.0%	49.0%		70.0%			
行動目標	定期的に歯科健診を受ける人の割合（20歳以上）	47.2%	41.9%	46.7%		60.0%			
健康指標	60歳代で24本以上の歯がある人（6024）の割合	男性：47.6% 女性：53.1%	男性：47.6% 女性：53.1%	男性：55.2% 女性：64.7%		60.0%			
【健康管理】									
行動目標	朝8時までに起床する乳幼児の割合（1歳6カ月児健診）	92.7%	92.7%	81.6%		増加			
行動目標	夜9時までに就寝する乳幼児の割合（1歳6カ月児健診）	72.9%	72.9%	71.9%		80.0%			
行動目標	定期的に健（検）診を受ける人の割合	73.3%	69.5%	73.8%		80.0%			
健康指標	メタボリックシンドローム該当者の割合	男性：24.7% 女性：10.6%	男性：24.7% 女性：10.6%	男性：29.5% 女性：10.9% （令和元年データ）		減少			
知識・満足目標	「かめおか健康プラン21」（第2次亀岡市健康増進計画）を知っている人の割合	—	—	13.0%		80.0%			

※年齢構成の違いをなくし、条件をそろえた値。