

八尾市健康まちづくり計画

～健康日本 21 八尾第4期計画及び八尾市食育推進第3期計画～

令和4(2022)年3月

八尾市

ごあいさつ

わが国は、生活環境の変化や医療技術の進歩に伴い、平均寿命が延びる一方、高齢化の進展に加えて、生活習慣や食生活の変化などから、生活習慣病を引き起こす割合が増加し、疾病構造が変化しています。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います。

本市では、平成 28（2016）年度以降、『健康日本 21 八尾第 3 期計画及び八尾市食育推進第 2 期計画』のもと、健康寿命の延伸と健康を支え守る地域社会の実現に向け、健康増進と食育推進施策に取り組んでまいりました。

また、大阪大学大学院医学系研究科及び大阪がん循環器病予防センターと「健康づくり事業の推進に関する協定」を締結し、専門的な知見や技術を取り入れた保健・福祉・医療の連携による効果的な健康づくり施策に取り組んできました。

このたび、本市の健康施策の推進のため、令和 3（2021）年 4 月に設置した「健康まちづくり科学センター」が中心となり、「健康寿命の延伸」と「健康コミュニティづくりの推進」を基本目標とする『八尾市健康まちづくり計画～健康日本 21 八尾第 4 期計画及び八尾市食育推進第 3 期計画～』を策定いたしました。本計画は、循環器疾患やがん、糖尿病等の生活習慣病予防のための望ましいライフスタイルを掲げるとともに、健康寿命に影響するフレイルの予防や新型コロナウイルス感染症のまん延期における新しい生活様式での健康づくり、そして市民の健康を支える地域づくりの推進に向けた行動目標を明記いたしました。

市民のみなさまにおかれましては、ぜひとも、本計画でお示した生涯を通じた健康づくりについて、本市とともに地域ぐるみで取り組んでいただき、本市の健康施策にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、本計画の策定にあたり、アンケート調査等にご協力を賜りました市民のみなさまをはじめ、貴重なご意見をいただきました審議会委員、関係者のみなさまに心からお礼を申し上げます。

令和 4 年（2022 年） 3 月

八尾市長 **大松 桂右**



目次

第1章 計画策定にあたって	
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間及び構成	4
第2章 八尾市の現状と課題	
1 統計からみる八尾市の現状	5
2 健康日本 21 八尾第 3 期計画及び八尾市食育推進第2期計画における主な取り組みの実績と課題	18
(1) 健康日本 21 八尾第3期計画における各取り組みの主な実績と課題	20
① 健康コミュニティの構築、地域における健康づくり	20
② 栄養・食生活	22
③ 運動・身体活動	26
④ 休養・こころの健康	29
⑤ 歯・口腔の健康	33
⑥ たばこ	36
⑦ アルコール	40
⑧ 健康管理	43
(2) 八尾市食育推進第2期計画における各取り組みの主な実績と課題	47
① 食で元気になる	47
② 食に関心を持つ	51
③ 食を知る・学ぶ	53
(3) 新型コロナウイルス感染症による影響と課題	56
第3章 基本計画	
1 計画の基本理念	57
2 計画の基本目標	58
3 計画の基本方針及び基本項目	59
基本方針1 一人ひとりの主体的な健康づくりの推進	59
【健康日本 21 八尾第4期計画における基本項目】	59
① 栄養・食生活	59
② 身体活動・運動	60
③ 休養・こころの健康	60
④ 歯と口腔の健康	61
⑤ たばこ	61
⑥ アルコール	62
【八尾市食育推進第3期計画における基本項目】	63
① 食で元気になる	63
② 食に関心を持つ	63
③ 食を知る・学ぶ	64
基本方針2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進	65
① 悪性新生物(がん)	65
② 循環器疾患(心疾患・脳血管疾患)	66

基本方針3 市民の健康を支える地域づくりの推進	69
① 地域の特性に応じた健康づくりの支援.....	69
② 新しい生活様式に対応した健康づくりの推進.....	72
4 新たなテーマ:健康寿命に影響するフレイル予防の推進	73
5 計画の体系.....	75
第4章 行動計画	
行動計画の策定について	76
基本方針1 一人ひとりの主体的な健康づくりの推進.....	77
1 健康日本 21 八尾第4期計画における基本項目.....	77
(1) 栄養・食生活.....	77
(2) 身体活動・運動	80
(3) 休養・こころの健康	82
(4) 歯と口腔の健康.....	85
(5) たばこ.....	87
(6) アルコール.....	90
2 八尾市食育推進第3期計画における基本項目	92
(1) 食で元気になる	92
(2) 食に関心を持つ.....	94
(3) 食を知る・学ぶ	96
基本方針2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進.....	98
1 悪性新生物(がん)	98
2 循環器疾患(心疾患・脳血管疾患).....	100
基本方針3 市民の健康を支える地域づくりの推進	102
1 地域の特性に応じた健康づくりの支援	102
2 新しい生活様式に対応した健康づくりの推進	104
第5章 計画の推進体制	
1 計画の推進体制について	106
2 計画の進捗管理・評価について.....	109
資料編	
1 数値目標一覧.....	111
2 計画の策定経過	115
3 八尾市健康日本 21 八尾計画及び食育推進計画審議会規則	116
4 八尾市健康日本 21 八尾計画及び食育推進計画審議会委員名簿	118
5 八尾市健康日本 21 八尾計画及び食育推進計画審議会専門部会の設置及び運営に関する要綱 ..	119
6 八尾市健康日本 21 八尾計画及び食育推進計画審議会 行動計画部会委員名簿.....	121