

《計画の体系》

I 日常生活における生活習慣病の予防

- ①栄養・食生活 ②身体活動・運動 ③こころの健康
- ④喫煙 ⑤飲酒 ⑥歯・口腔の健康

II 生活習慣病の早期発見と重症化予防

- ⑦糖尿病 ⑧がん

III 生活機能の維持・向上

- ⑨フレイル予防

9つの分野からなる3つの項目を柱とし、健康づくりに向けた取り組みを推進していきます。



©湯梨浜町

《分野別の主な課題》

栄養・食生活

- 朝食を欠食する成人割合が増えている。
- 間食する女性割合が国平均よりも高い。
- 高血圧の該当者が多い。

身体活動・運動

- 運動習慣のない割合が国平均よりも高い。
- 運動教室などの参加者が固定化している。

こころの健康

- 2割以上が睡眠で休養がとれていない。
- ストレスや不安を感じる人が増加傾向にある。

喫煙

- 加熱式を含むタバコの有害性の啓発が必要。
- 呼吸器系のがんで亡くなる割合が県平均よりも高い。

飲酒

- 毎日飲酒したり、目安量を超えて飲酒したりする男性割合が高い。
- 適正飲酒の啓発が必要。

歯・口腔の健康

- 歯周疾患検診の受診率が低い。
- 食事の際に「噛みにくい」と感じる人が増えている。

糖尿病

- 糖尿病にかかる医療費の割合が高い。
- 高血圧症や脂質異常症の割合が増えている。

がん

- がん検診の受診率や、精密検査の受診率が低下している。
- がん死亡率の上位は、消化器系と呼吸系。

フレイル予防

- 65歳以上の約2割が、運動・認知機能にフレイルリスクがある。
- 後期高齢女性の医療費1位が「骨折」である。

第4次
健康ゆりはま21

『健康ゆりはま21』は、健康寿命の延伸と健康格差の解消を目指して、子どもから高齢者までのあらゆる世代が主体的に健康づくりに取り組み、まちのげんきを推進していく計画です。

計画の理念

- (1) 個人が主体的に取り組む健康づくり
- (2) 個人の健康づくりへの取り組みを支援するための環境整備
- (3) 町民と行政、関係機関等との協働の健康づくり
- (4) 湯梨浜町らしい健康づくり

計画の位置付け

- 健康増進法に基づく市町村健康増進計画
- 食育基本法に基づく市町村食育推進計画
- 自殺対策基本法に基づく市町村自殺対策計画

計画の期間

- 2024（令和6）年度から2029（令和11）年度までの6年間

健康習慣を心がけよう！



湯梨浜町天女キャラクター
ゆりちゃん