

# 健康すながわ 21 (第2次)

「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動(健康日本 21(第二次))」

(平成25年度～35年度)

## 改定版

砂川市自殺対策計画・砂川市食育推進計画  
(平成31年度～35年度)

砂 川 市

## はじめに

砂川市は、平成 25 年に「健康すながわ 21(第2次)」を策定し、「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目指し、生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点を置きながら、市民が生涯を通じて心身ともに健康で暮らせるまちの実現に向けて健康づくり活動を推進してまいりました。

この間の取組みにより、健康診査を受診する方が増加し、健診結果への理解が深まることで自ら進んで食事や運動等の生活習慣の改善に取り組む方も増えてきており、人工透析などの生活習慣病の重症化予防や重度の要介護認定者の減少など、少しずつではありますが具体的な効果として現れてきているところです。このことは市民一人ひとりの健康寿命の延伸と健康格差の縮小にもつながっているものと考えます。

少子高齢化が進展し生産年齢人口が減少する中、国は、社会保障の支え手を確保する上で求められる全世代型社会保障に向けた新たな方向性を打ち出し、その中で予防・健康づくり対策についても強化することとしており、予防重視型システムへの転換が急速に進められつつあります。

当市においても、全国を上回る速さで少子高齢化が進展しており、団塊世代の全てが 75 歳を迎える 2025 年が間近に迫る中、高齢になっても住み慣れた地域においてできる限り健康で活動的な生活を続けて、QOL(生活の質)の維持・向上を図るため、また、医療費や介護費用の伸びを抑制し、持続可能な社会保障制度の構築へつなげていくためにも、予防・健康づくり活動の取組みを強化していくことが重要な課題となっております。

この度、「健康すながわ 21(第 2 次)」の中間評価にあわせて、自殺対策計画や食育推進計画を包含した改定版を作成しました。健康づくりは、市民一人ひとりが「自らの健康は自らつくる」との意識を持ち、自分自身の生き方として取り組むことが基本となりますが、個人を取り巻く家族、地域、団体、企業、学校、行政等それぞれが役割を理解し連携しながら、その取組みを支えていくことが大切です。

引き続き、市民一人ひとりに寄り添い、生涯を通じた切れ目のない健康づくり活動を進めていく中で、生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点を置き、更なる「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目指してまいります。

最後に、本計画の見直しに当たり、貴重なご意見をいただきました市民の皆様並びに関係機関の皆様へ、心から感謝とお礼を申し上げます。

平成 31 年 3 月

砂川市長 善岡雅文



# 目次

<b>第1章</b>	<b>計画の中間評価及び改定にあたって</b>	1
1.	計画の中間評価及び改定の趣旨	1
2.	計画の性格	2
3.	計画の期間	2
4.	計画の対象	2
<b>第2章</b>	<b>健康に関する概況</b>	3
1.	人口動態	4
2.	死亡の状況	5
3.	要介護認定の状況	6
	(1) 第1号被保険者(65歳以上)	6
	(2) 第2号被保険者(40~64歳)	9
4.	医療の状況	10
	(1) 後期高齢者医療保険	10
	(2) 国民健康保険	11
	(3) 医療費が高額となる疾患(国保)	12
	(4) 人工透析医療費	12
5.	健診・保健指導の状況	14
	(1) 国保加入者の特定健診、保健指導	14
	(2) 国保特定健診以外の健康診査	16
<b>第3章</b>	<b>基本的な方針と推進体制について</b>	17
1.	改定後の「健康すながわ21(第2次)」の基本的な方針	17
2.	計画推進に向けた連携体制	18
<b>第4章</b>	<b>領域別の実態と今後の対策</b>	19
1.	生活習慣病の発症予防・重症化予防	19
	(1) 循環器疾患・糖尿病	19
	(2) がん	39
2.	生活習慣及び社会環境の改善	45
	(1) 栄養・食生活(砂川市食育推進計画)	45
	(2) 身体活動・運動	53
	(3) 飲酒	59
	(4) 喫煙	64
	(5) 歯・口腔の健康	67
	(6) 休養・こころの健康(砂川市自殺対策計画)	70
<b>第5章</b>	<b>目標の設定と評価</b>	75