

令和5年度第1回恵那市健康づくり推進協議会次第

日時 令和5年7月4日(火)

午後5時～

場所 恵那市保健センター

1. 委員の委嘱

2. あいさつ

3. 議事

(1) 恵那市いきいきヘルシープラン2について **【資料1】**

(2) 恵那市健幸のまちづくり行動計画について **【資料2】**

(3) 恵那市いきいきヘルシープラン3の策定スケジュールについて **【資料3】**

(4) 第2期恵那市健幸のまちづくり基本計画及び行動計画の
策定スケジュールについて **【資料4】**

(5) 恵那市健康づくり推進協議会追加委員の選出について **【資料5】**

4. 閉会

恵那市健康づくり推進協議会委員名簿

任期:令和4年4月1日～令和6年3月31日

番号	団体名	氏名	備考
1	恵那医師会	松下博文	会長
2	(公財) 恵那市体育連盟	勝滋幸	副会長
3	恵那歯科医師会	藤岡幹久	
4	恵那薬剤師会	山田康志	
5	岐阜県恵那保健所	樋田安美	令和5年4月1日～令和6年3月31日
6	恵那市食生活改善連絡協議会	山本さちよ	
7	恵那市教育委員会	安藤善和	
8	恵那市地域自治区会長会議	石原甲喜	

事務局

所 属	氏 名
医療福祉部長	鷹見健司
医療福祉部次長	古山小百合
健幸推進課長	瀬瀬雄二
スポーツ課長	服藤知晃
スポーツ課スポーツ振興係長	足立大輔
健幸推進課課長補佐兼健康増進係長	高垣亜也
健幸推進課母子保健係長	今井典子
健幸推進課健幸企画係長	後藤昭彦
健幸推進課健幸企画係総括主査	足立美津代

3. 議事

(1) 恵那市いきいきヘルシープラン2について

「恵那市いきいきヘルシープラン2」計画（健康増進計画）

1. 計画の趣旨

平成12年度より展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本21」は、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的とし、健康増進と生活習慣病の発症を予防する「一次予防」を重視した取組を推進してきました。

今回の健康日本21（第二次）では、高齢化の進展による医療や介護の負担を抑えていくために、生活習慣病（がん、循環器疾患、脳血管疾患、糖尿病）の一次予防のみならず重症化予防を重視した取組を推進することとし、下記の5つの方向性が示されました。

＜基本的な方向＞

- ① 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ② 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ④ 健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑤ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

恵那市ではこれらの基本的な方向を達成するため、健康増進計画「いきいきヘルシープラン」に引き続き「いきいきヘルシープラン2」をライフステージに応じた取組として考え推進しています。

2. 計画の性格

この計画は、恵那市総合計画後期を上位計画とし、市民の健康の増進を図るための基本的事項を示し、推進に必要な方策を明らかにするものです。この計画の推進にあたっては、国の「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」を参考としました。また、保健事業の効率的な実施を図るため、医療保険者として策定する「高齢者の医療の確保に関する法律」に規定する恵那市特定健康診査等実施計画と一体的に策定し、医療保険者として実施する保健事業と事業実施者として行う健康増進事業との連携を図ります。

同時に、今回の目標項目に関連する法律及び各種計画との十分な整合性を図るものとします。（表1）

表1

法律	岐阜県が策定した計画	恵那市が策定した計画
健康増進法	ヘルスプランぎふ21	恵那市いきいきヘルシープラン
子ども・子育て支援法 次世代育成支援対策推進法 子どもの貧困対策推進法	岐阜県少子化対策基本計画	恵那市子ども・子育て支援事業計画
高齢者の医療の確保に関する法律	岐阜県医療費適正化計画	保健事業実施計画(データヘルス計画)及び特定健康診査等実施計画
がん対策基本法	岐阜県がん対策推進計画	恵那市いきいきヘルシープラン
歯科口腔保健法 口腔保健条例	岐阜県歯・口腔の健康づくり計画	恵那市いきいきヘルシープラン
老人福祉法 介護保険法	岐阜県高齢者安心計画	恵那市高齢者福祉計画・介護保険事業計画
障害者基本法 障害者総合支援法 児童福祉法	岐阜県障がい者総合支援プラン	恵那市障がい者計画・恵那市障がい福祉計画・恵那市障がい児福祉計画
食育基本法 健康増進法	岐阜県食育推進基本計画	恵那市いきいきヘルシープラン

3. 計画の期間

この計画期間は、平成25年度から令和4年度までの10年間としていましたが、令和3年1月21日、医療費適正化計画等の期間と一致させるため健康日本21（第二次）の期間が1年間延長されました。このため、本計画についても令和5年度までの11年間に変更します。なお、5年を目途に中間評価を行いました。

4. 計画の対象

この計画は、乳幼児期から高齢期までライフステージに応じた健康増進の取組を推進するため、全市民を対象とします。

恵那市の死亡状況

図1 脳血管疾患の年齢調整死亡率

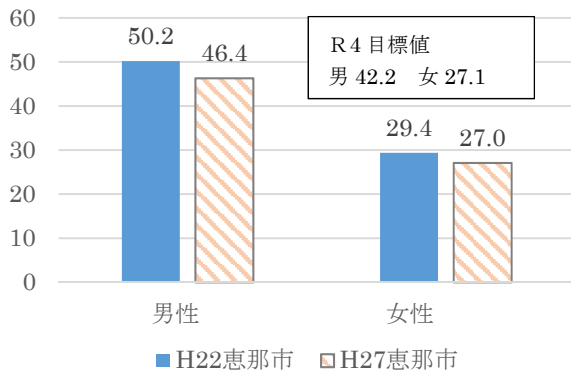


図2 虚血性心疾患の年齢調整死亡率

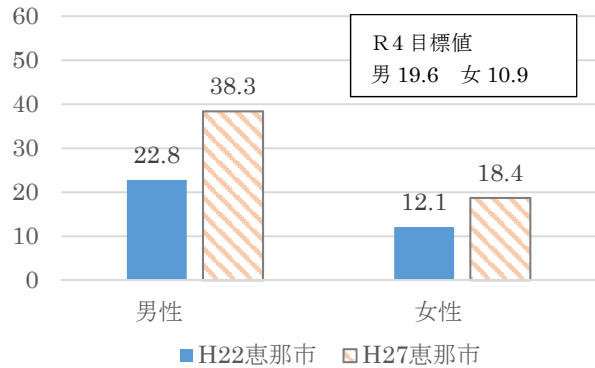
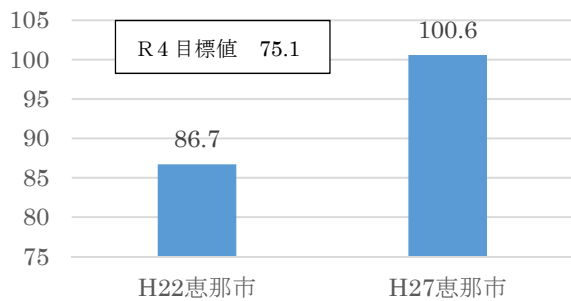


図3 75歳未満がんの年齢調整死亡率



※ 図1～図3は「恵那の公衆衛生」に上がっている指標疾患の死亡者数より算出

【課題】

高齢化の影響しない年齢調整死亡率でみると、虚血性心疾患、がんの死亡の割合が増加している。
(市で検診を行っている胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん死亡については増加していない。)

【対策】

各種健（検）診の周知や受診勧奨により受診率を向上させる。
重症化予防保健指導による生活習慣の改善や適切な治療開始により重症化を防ぐ。

がん検診の実施状況

- 目的 がんの早期発見、早期治療により、がんの死亡率の減少を図る。
- 対象 恵那市民
胃・肺・大腸・乳がん：40歳以上、子宮頸がん：20歳以上、前立腺がん：50歳以上
- R4実績 胃がん 899人、肺がん 2,462人、大腸がん 1,764人、前立腺がん 550人、子宮頸がん 849人、乳がん 905人
- 健診方法 集団 6月～10月（13回 6会場）で実施。各がん検診を同時に受診可能。休日4回実施。
個別 5月～3月
 - ・特定の年齢の方に、国の制度による無料クーポンを発行し個別勧奨を実施。
乳がん：41歳女性、子宮頸がん：21歳女性

胃がん検診は：50歳、54歳、58歳、62歳は個人負担金無料（県補助事業 R5で終了）
 ・検診実施機関に対して、国の指針に基づき「事業評価のためのチェックリスト」を用いた精度管理を行い、検診の質が確保されるよう努めている。

胃・肺・大腸がん R4 目標値 40%

図4 胃がん検診受診率 (%)

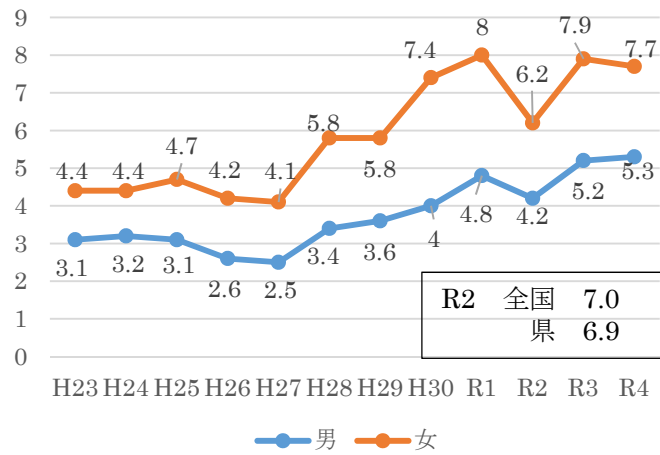


図5 肺がん検診受診率 (%)

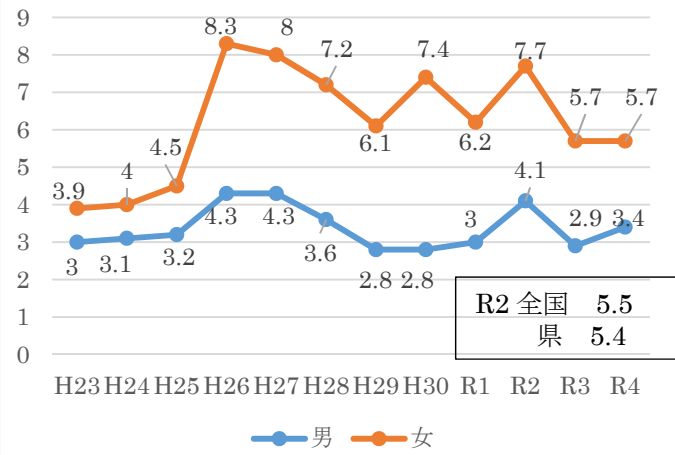
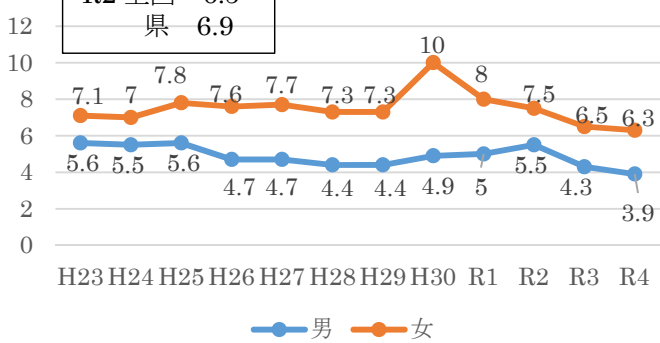


図6 大腸がん検診受診率 (%)



子宮頸・乳がん R4 目標値 50%

図7 子宮頸がん検診受診率 (%)

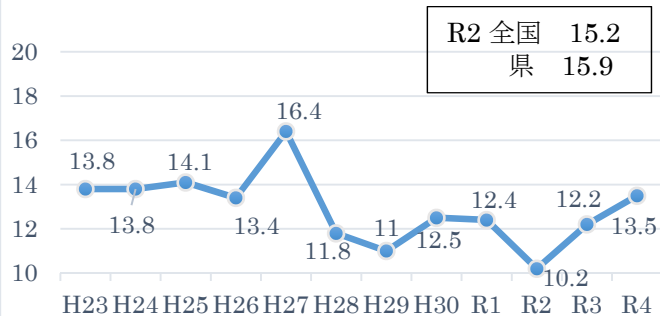
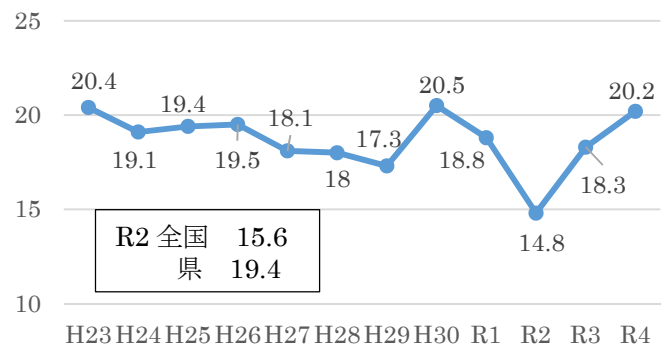


図8 乳がん検診受診率 (%)



※ 図4～図8のがん検診受診率は、H27に算出方法が変更になったため、全ての年度において新たな算出方法で示しています（地域保健報告）。

【課題】

受診率が低い

胃がん(女)・肺がん(女)、乳がん以外は、全国・県の平均より低い。

【対策】

令和4年度

受診勧奨の実施

- ・令和4年度は40～69歳の国保加入者に個別案内を送付(約4,200人)
- ・過去4年の乳・子宮頸がん検診受診者へがん検診受診券を配布(約1,600人)
- ・集団特定健診とがん検診のセット検診日(特定健診と胃がん検診必須)を設けた。
- ・子宮がん・乳がん・胃がん検診クーポン対象者、40代と50代の胃がん検診の未受診者へ、再勧奨・再々勧奨を実施(4,400人)
- ・広報、健康カレンダー、ホームページ、市民メールによる周知の実施
- ・協会健保や生命保険会社からの周知依頼(協定締結)
- ・各地区壮健クラブにて検診の周知実施

その他

- ・検診日の予約状況に合わせて胃がん検診バスを2台に追加
- ・ウェブサイトをリニューアルし、より簡単な予約受付を整備

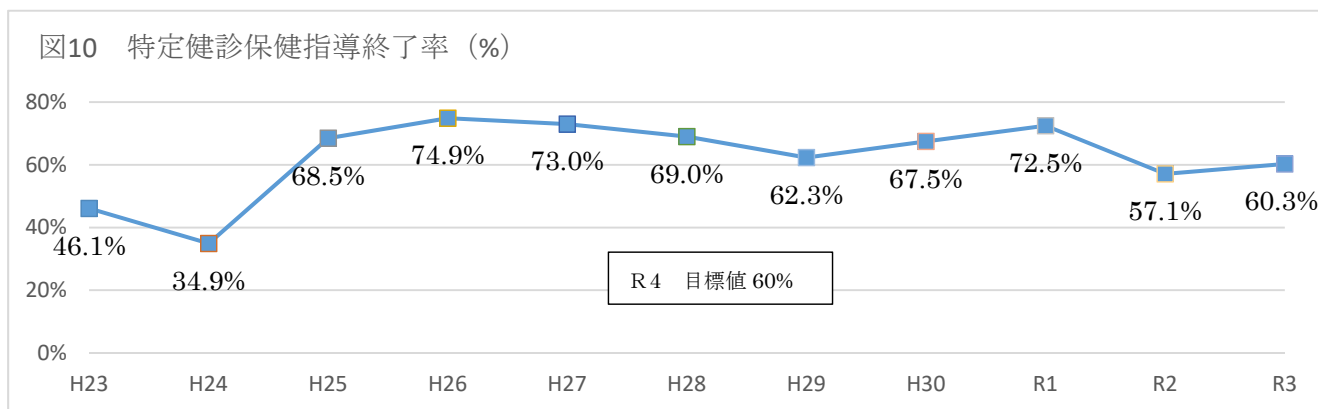
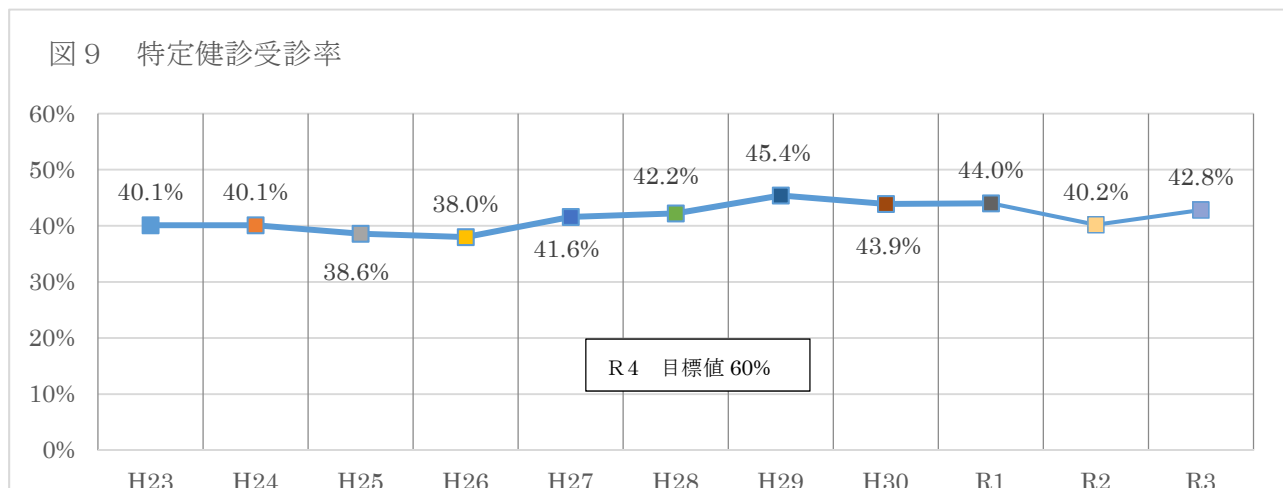
令和5年度の取組

- ・集団がん検診の胃がん検診で内視鏡検査を導入。50～74歳の方を対象に実施する。10月に会議棟で3日間実施する予定。
- ・集団がん検診の実施日を令和4年度から1日追加した。
- ・告知放送でこまめに受診勧奨の周知を行っていく。

国保特定健診・保健指導の実施状況

- 目的 生活習慣病の予防及び重症化予防のため、保健指導対象者を早期に発見し、生活習慣の改善と適切な医療機関受診により重症化疾患の発症を予防する。
- 対象 40歳以上74歳以下
- 実地主体 医療保険者
- 恵那市国保特定健診
 - R3実績：3,293人(人間ドック、結果提出含む) 受診率42.8%
 - R4健診方法：集団 6月～2月 19回 8会場で実施。 休日3回実施。
個別 5月～2月
 - (R4健診受診率は未確定)
- 恵那市国保特定保健指導
 - R3実績：保健指導終了率 60.3%
 - ・該当者に対し健診結果返却時に家庭訪問等を行い、個別に特定保健指導を実施。
 - ・肥満割合は増加傾向にあるため、栄養指導と運動支援事業を活用した取り組みを推進。

R4 保健指導終了率は確定値未



※ 図9～図10は恵那市国保特定健診報告より

【課題】

特定健診受診率、特定保健指導率のさらなる向上が必要

【対策】

令和4年度

- ・成人健康カレンダー全戸配布を継続
- ・健診対象者全員へ受診券を送付し個別に受診を勧奨
- ・未受診者には勧奨ハガキを送付(2回実施、地域開催日に合わせてこまめに受診勧奨ハガキを送付)
- ・治療中者を健診受診につなげる、国保連合会の情報提供事業の対象者を拡大して実施した
- ・広報媒体による受診の周知(市民メール、市ウェブサイト、告知放送など)
- ・協会健保や生命保険会社からの加入者への周知を依頼(協定締結あり)

令和5年度の強化している取組

- ・情報提供事業の実施率を上げていく(医療機関へ協力依頼、協力者へ粗品の提供)
- ・職場からの特定健診結果提出者を増やす(協力者へ粗品の提供)
- ・集団特定健診日に健康相談ブースを設け健診の利用者満足度を上げる
- ・新型コロナウイルスが5類感染症に引き下げられたことにより、訪問や面接による保健指導を積極的に実施する

図11 メタボの該当者・予備群の減少 (%)

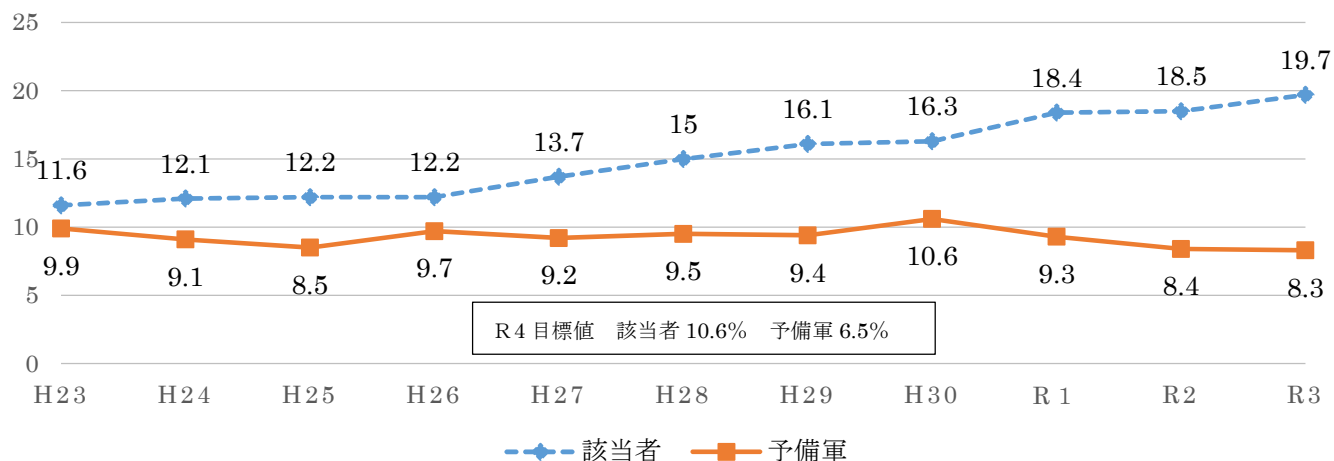


図12 脂質異常症の減少
(LDLコレステロール160mg/dl以上の割合)

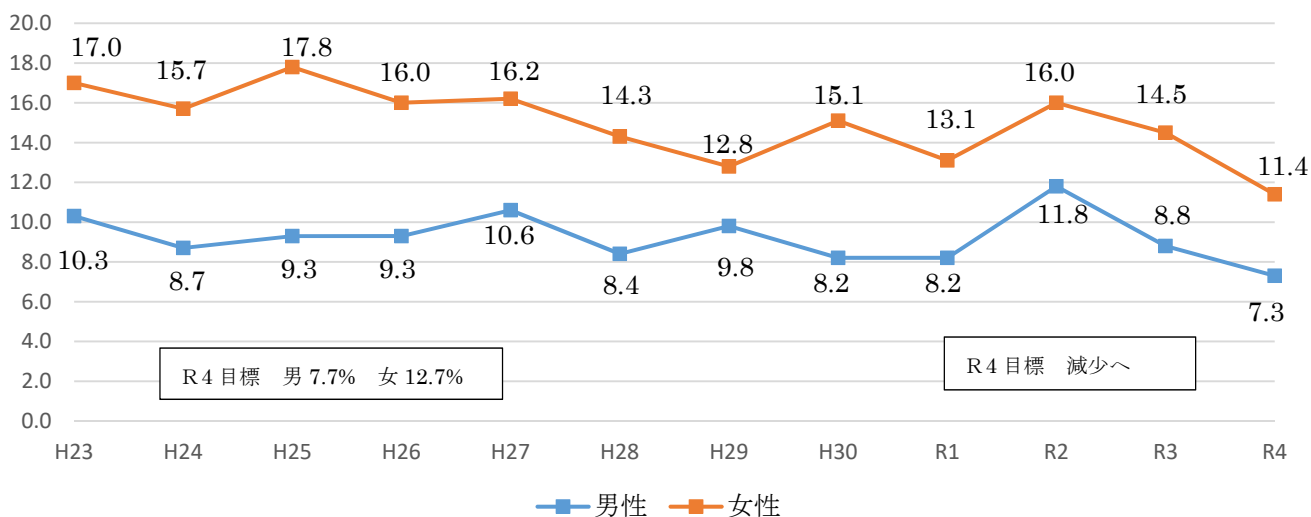
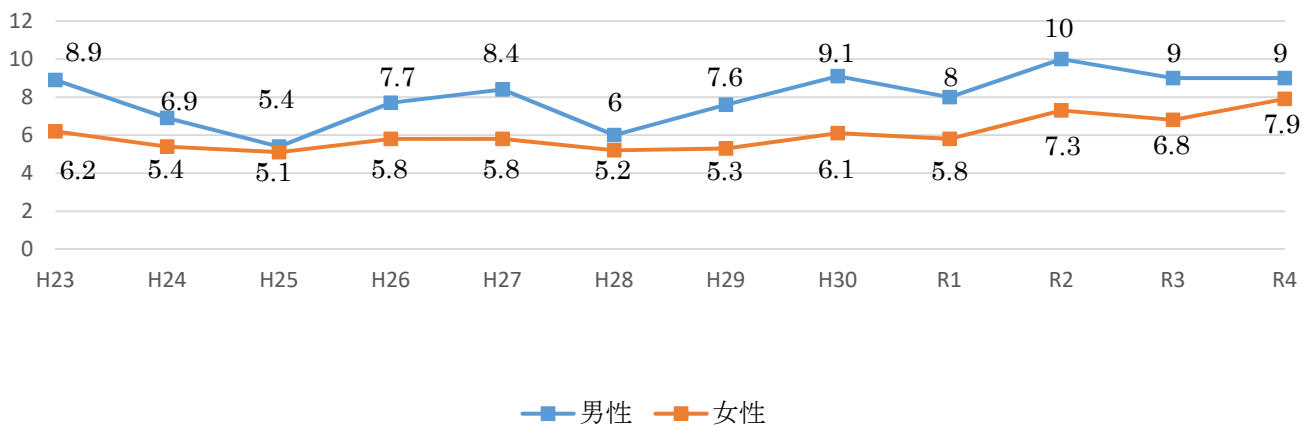


図13 高血圧の改善 (%)
(160/100mmHg以上の割合)



●糖尿病性腎症重症化予防

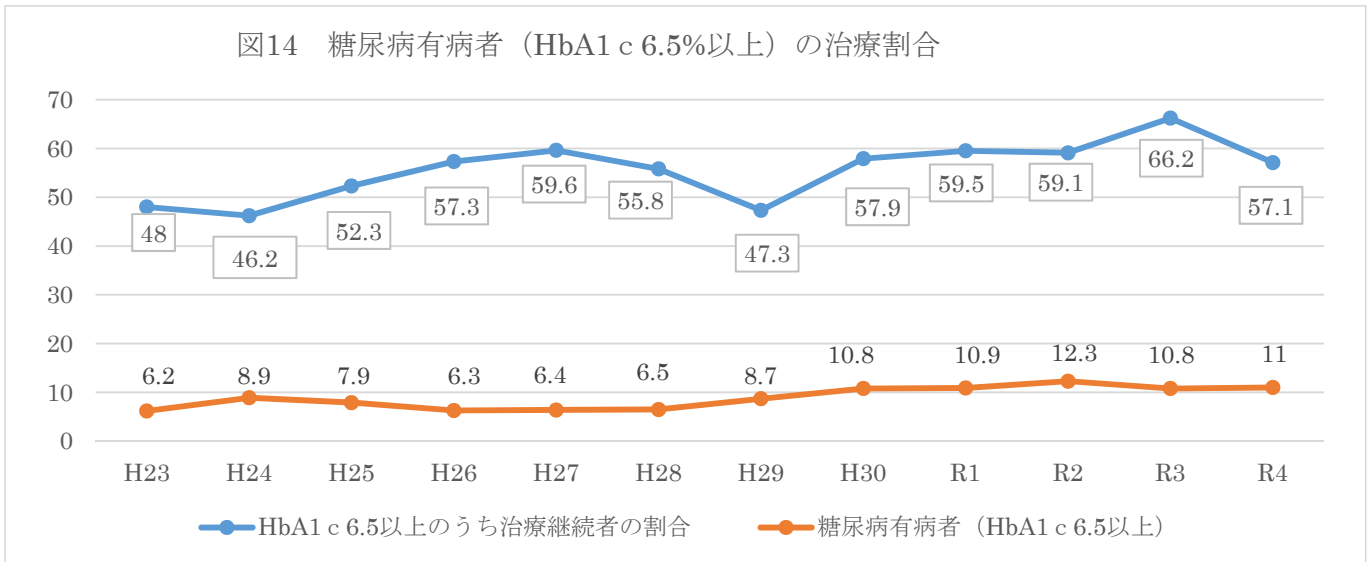
「恵那市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を H29 に策定し展開している。

R5 から慢性腎臓病対策も含めた取組を実施

目的：生活習慣病による人工透析への移行を防止するため、医療機関と連携して保健指導を行い、住民の健康増進と医療費の増加抑制を図る。

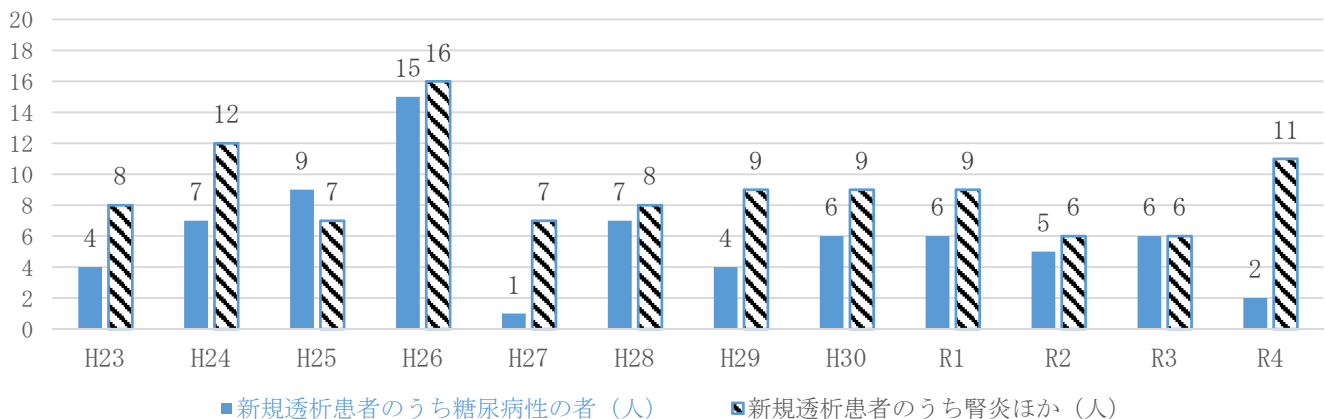
取組内容

- ・糖尿病管理台帳（過去 5 年分の健診データに基づき作成）を作成し、対象者の重症化を予防に取組む（R4 管理対象者数 730 人）
 - 個別に保健指導や栄養指導等を実施（R4 管理台帳対象者の実施率 31%）
 - 受診が必要な人には受診につなげるための保健指導を実施。
 - 治療中断者には定期的な医療機関受診を行うよう保健指導を実施。
 - 糖尿病連携手帳を活用し、医療機関との連携を図っている。
- ・中津川・恵那糖尿病性腎症重症化予防プログラム連携会議において、関係機関と取組の充実に向けた協議を継続的に実施している。
- ・健診で腎臓の機能低下が現れている人に対し保健指導の実施や医療機関受診勧奨を行う。



※ 図 11～図 14 は恵那市国保特定健診結果より

図15 人工透析新規導入患者（人）



【課題】

- ・メタボの該当者は年々増加傾向にある
- ・高血圧該当者割合が増加している
- ・糖尿病以外の原因疾患からの新規透析患者が増加している

【対策】

- ・特定保健指導の充実実施。
- ・検査値が受診勧奨値で未治療者を治療に繋げていく
- ・重症化リスクの高い人には栄養指導を積極的に実施していく
- ・中津川・恵那糖尿病性腎症重症化予防連携会議での取組内容を充実させていく
- ・生活習慣病予防健診の受診勧奨に合わせて、生活習慣病重症化予防の啓発を強化していく
- ・R3年度から中学校3年生へのHbA1c検査を学校健診に追加実施。R4からは若いひと健診対象者を15歳に引き下げ、若年からの生活習慣病予防対策を実施している
- ・市内各医療機関に健診、保健指導、糖尿病重症化予防についての市の取組の説明と協力を依頼
- ・岐阜県慢性腎臓病医療連携ツールの積極的な活用を進める
- ・重症化予防を目的として、R4年度健診データでHbA1c7.0%以上または血圧160/100mmHg以上の方の治療状況等を確認。未治療者・中断者は治療に繋げる

●高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

少子高齢化社会の中で社会保障制度が安定的に運営され、高齢者が安心して暮らせるよう高齢者の健康づくりを推進する。後期高齢者医療保険から市への委託事業（R6からは全市町村で実施）

【目的】

- ・健康寿命の延伸により、生涯現役で過ごせる元気な高齢者を増やす。
- ・生活習慣病により要介護状態となることを防ぎ、社会保障費の抑制を図る。

【具体的な取組内容】

- ・国保の方に実施している保健事業を後期高齢者まで拡大して実施している。
- ・包括支援センターで実施している介護予防事業に、医療専門職が関与し生活習慣病の重症化予防等を取り入れて実施している。

【R4実績】

- ・R3に引き続きすこやか健診の受診率向上に向けて個別受診勧奨を行った結果、受診率16%（R3 14.8%）であった。
- ・「恵那市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」に基づき保健指導実施…実施人数 95人
- ・一般介護予防事業において、新たにすこやか健診結果等に基づいた個別健診結果の説明等を行った。4会場 4回 72人が参加した。
- ・通いの場における健康教育 管理栄養士、保健師による健康講話及び血圧管理手帳の配布及び説明等を行った。18会場 18回 253人が参加した。
- ・一般介護予防事業参加者への健康教育 管理栄養士、保健師による健康講話、教室前後の体力・体組成測定及び結果説明等を行った。6会場 16回 235人が参加した

【R5 取組】

- ・「恵那市糖尿病性腎症重症化予防プログラム」に基づき対象者へ保健指導を実施
- ・すこやか健診受診結果で高リスク者に対し重症化予防のための保健指導を実施
- ・すこやか健診受診結果で低栄養者に対しフレイル予防のための保健指導を実施
- ・すこやか健診受診者を対象とした「健診結果説明会」を開催
- ・通いの場等での生活習慣病重症化予防の健康教育等を実施

生活習慣の改善

栄養・食生活

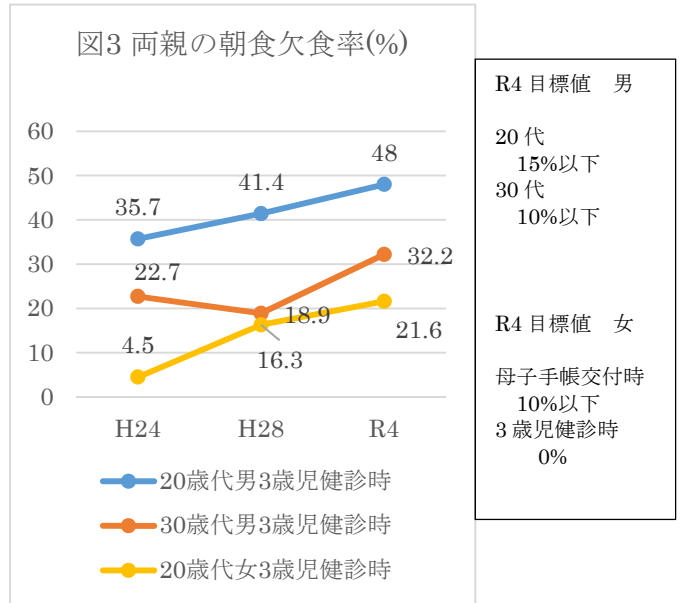
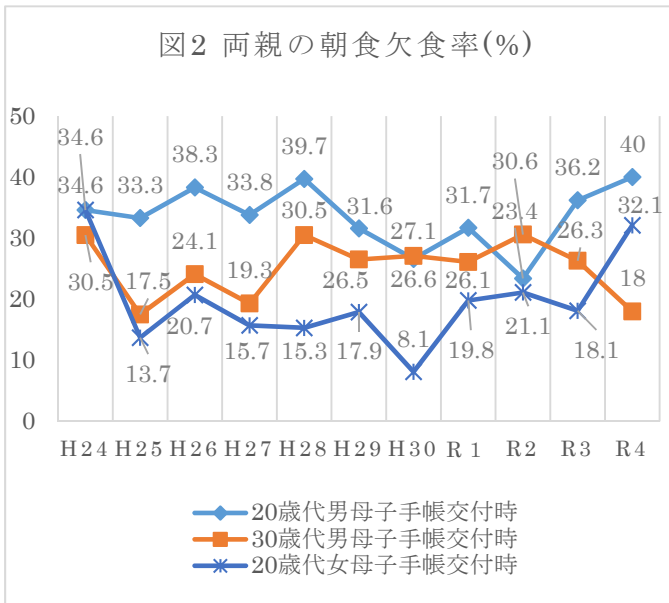
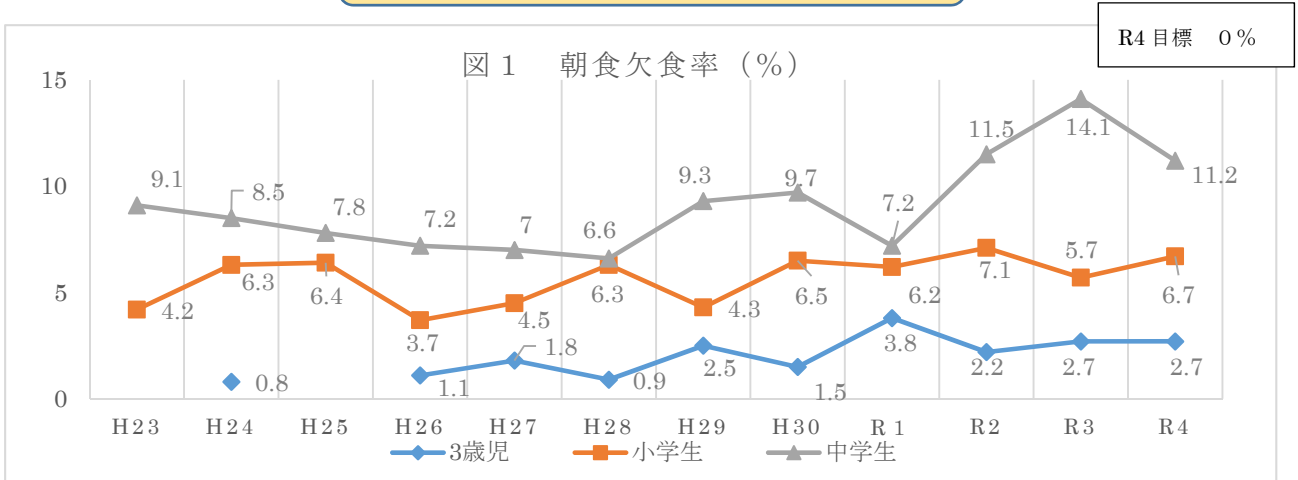


図1、3 3歳児の食生活実態調査・恵那市学校保健統計生活調査

図2 母子手帳交付時朝食アンケート

- 目的 朝食欠食率の減少、3食食べる習慣づけ
- 対象 3歳児、小学生、中学生
母子手帳交付時の20歳・30歳代男性、20歳代女性
3歳児健診時の20歳・30歳代男性、20歳代女性
- 調査方法 3歳児健診、母子手帳交付時の食事アンケート
- 質問項目 ①毎日食べる ②週に4、5日食べる ③週に2、3日食べる ④ほとんど食べない
(①以外を欠食とする)

※小中学生は学校保健統計より「いつもご飯をたべますか → はい、ときどき、いいえ

(ときどき、いいえを欠食とする)

●状況 小中学生は、学年が上がるにつれて朝食欠食率が高い。中学生の朝食欠食率は減少傾向だったが近年増加傾向にある。小学生もわずかに増加傾向にある。3歳児の朝食欠食率も以前に比べ増加傾向にある。

保護者は、女性よりも男性の方が、欠食率が高い。母子手帳交付時の欠食率は、30代男性は減少傾向にあるが、20代は男女ともに増加している。また、3歳児の保護者の欠食率も増加している。

【課題】

・子ども、保護者ともに朝食欠食率が増加している。子どもの欠食率を増加させないためにも、保護者の欠食率を減少させる取り組みが必要である。

【対策】

- ・朝食欠食が増え始める時期の2歳児教室にて朝食の大切さについて啓発する
- ・3歳児健診で、毎日食べていない児には個別指導を実施する
- ・各健診・教室等にて継続的に啓発していく

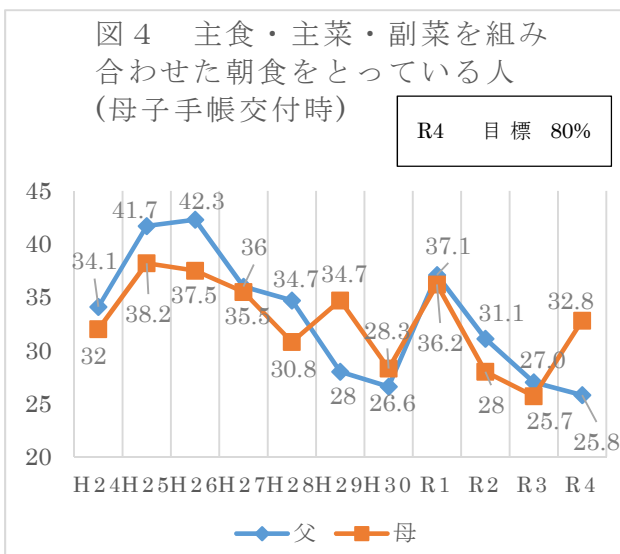


図4 母子手帳交付時朝食アンケート

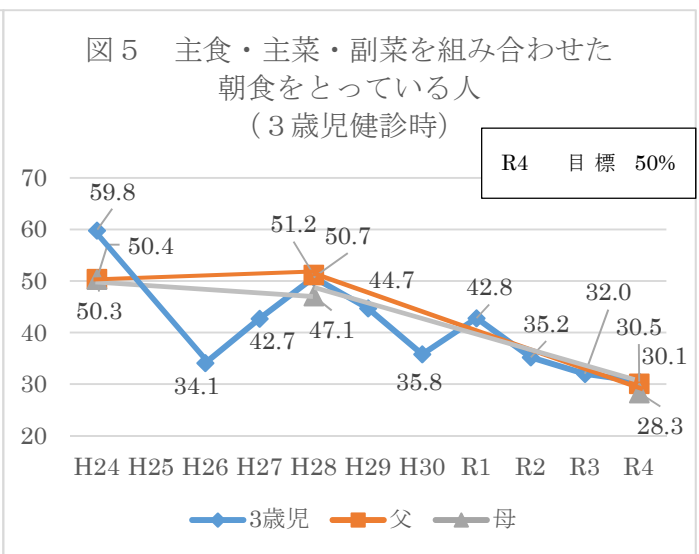


図5 3歳児の食生活実態調査

- 目的 バランスのとれた朝食の摂取
- 対象 3歳児とその保護者
- 調査方法 3歳児健診での食事アンケート
- 質問項目 食べたものを記入。主食・主菜・副菜を分類
- 状況 3歳児健診時の食事内容は悪化傾向にある。3歳児のみならず父・母ともに同じ推移を示していることから、家庭の食事バランスが悪化している。

【課題】

主食・主菜・副菜がそろった朝食を摂っている人が年々減少している。

【対策】

主食・主菜・副菜がそろった食事を摂ることができるように、バランスについて栄養素のことも踏まえながら指導を行う。主食のみの人が増えているため、手軽にバランスを整える方法やメニューなど具体例をあげながら指導を行う。

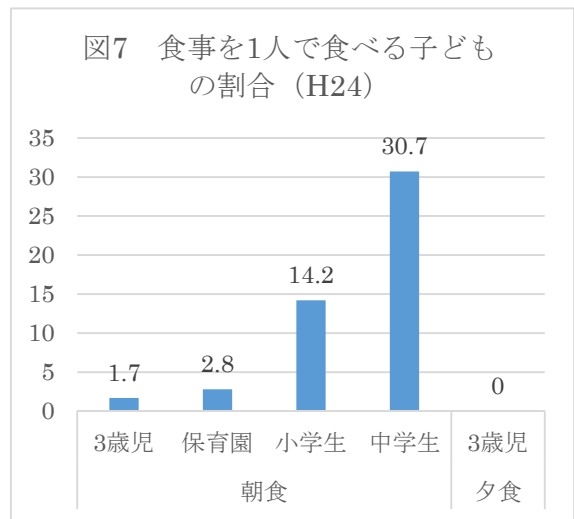
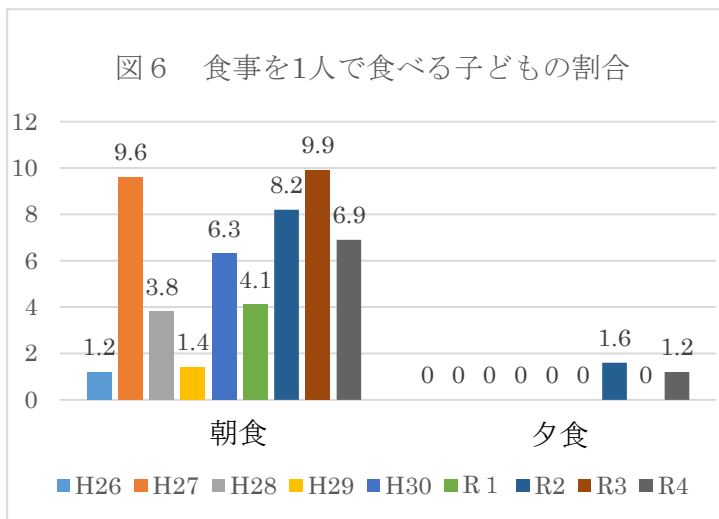


図6、7 3歳児の食生活実態調査

図7 食に関するアンケート（市内保育園・幼稚園）、小学生、中学生のデータは県より

- 目的 食事を1人で食べる子どもの割合の減少
- 対象 3歳児
- 調査方法 3歳児健診での食事アンケート
- 質問項目 誰と一緒に食事をしますか→「ひとりで」の回答を集計
- 状況 3歳児健診で夕食はひとりで食べる児はほぼいないが、朝食をひとりで食べる児の割合は増加傾向にある。

【課題】

朝食については、保護者が朝食欠食である、または保護者が食べている場合でも、ひとりで食べている児がいる。

【対策】

2歳児教室において、共食の大切さについての啓発・指導を行う。

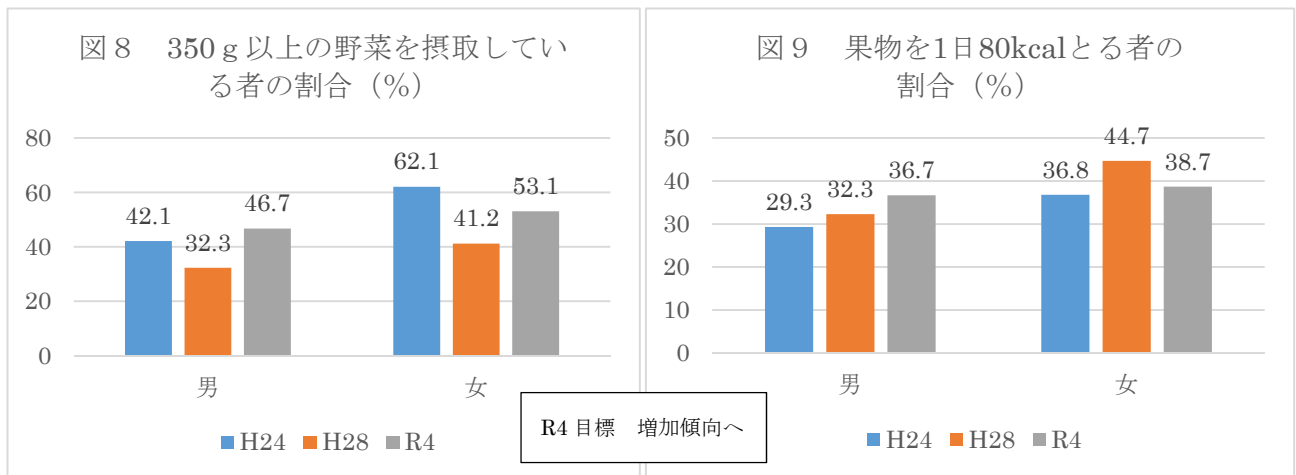


図8、9 特定健診時食事アンケート

- 目的 適量である野菜 350g・果物 80kcal を摂取している人の増加。ビタミン・食物繊維・カリウム等の栄養素摂取の増加。
- 対象 H28年度・R4年度：6月～10月の特定健診受診者
- 調査方法 フードモデルを使った食事アンケート
- 質問項目 フードモデルで適量である野菜 350g・果物 80kcal を示し、普段の食事量と比較して摂取量を把握する。
- 状況 350g以上の野菜を摂っている者の割合は男性より女性が高いが、男性も増加傾向にある。果物を適量摂っている者の割合も男女ともに増加している。

【課題】

350gより野菜が少ない人が49.1%と、約半数の人が不足している。

【対策】

えな野菜ファースト事業として、特に朝食・昼食での摂取量が少ないため、朝食・昼食での「+1皿の野菜」、また「まず野菜」から食べることで手軽にできる生活習慣病予防になることを普及啓発していく。

身体活動・運動

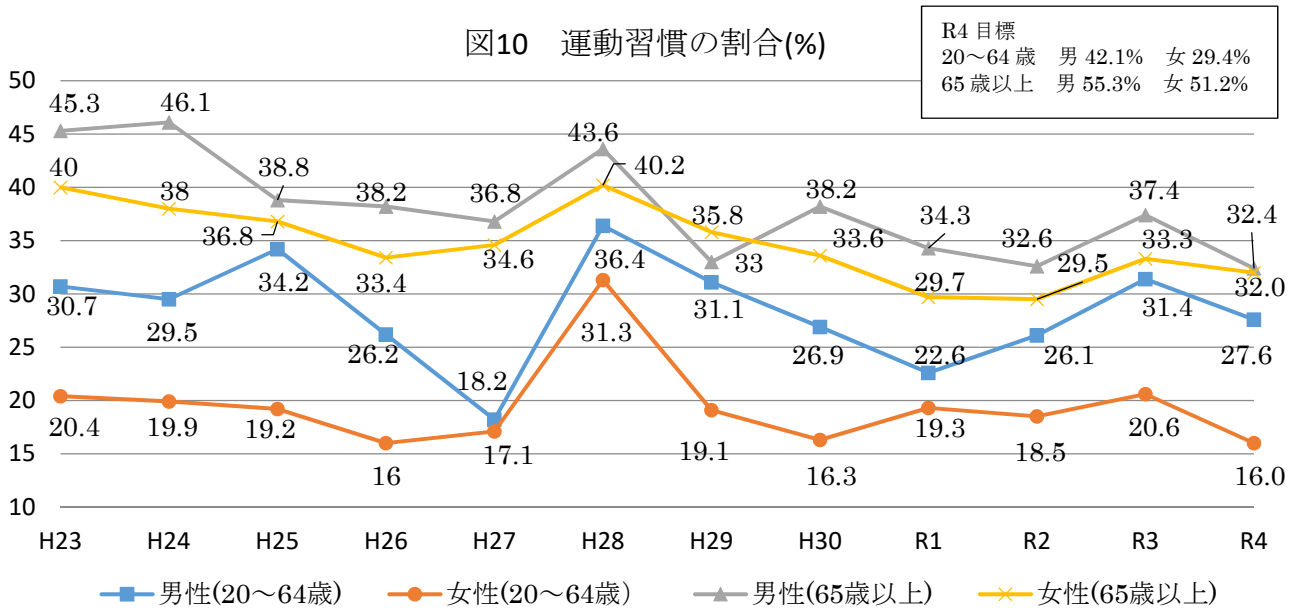


図 10 市特定健診結果より

【課題】

- ・ 20～64歳の運動習慣の割合が65歳以上に比べ低い。
- ・ どの年代においても運動習慣の割合は減少傾向にある。

【対策】

- ・ 健診結果により運動が必要な方には運動を習慣づけるよう各種教室等の情報提供を行う。
- ・ 生活習慣病予防やフレイル予防のための運動支援事業を対象者へ積極的に周知。
- ・ 健幸ポイントの周知により運動のきっかけづくりを行う。

飲酒・喫煙

図11 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合

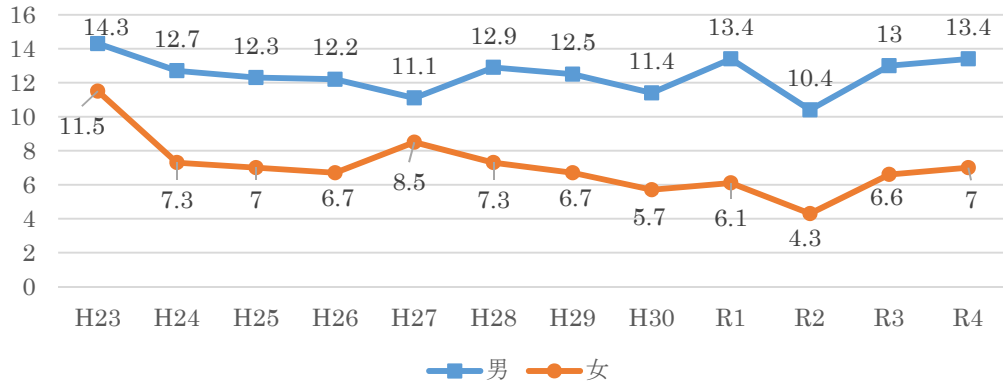


図12 喫煙している者の割合 (%)

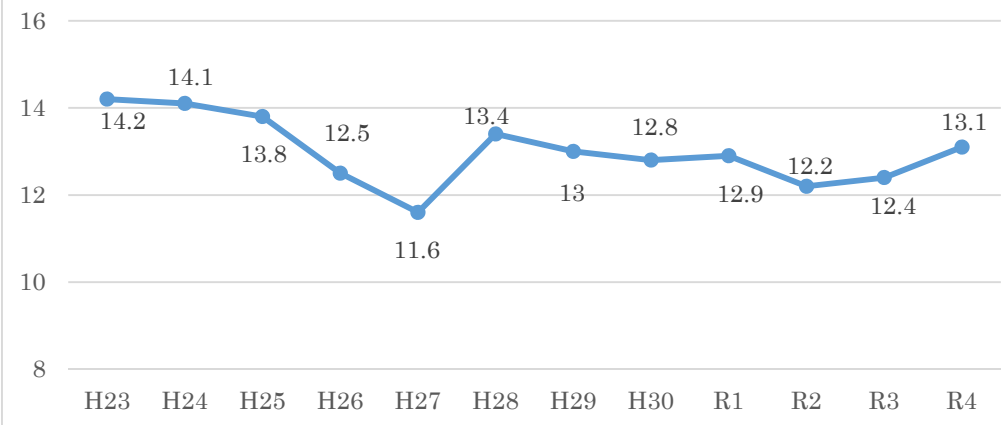


図 11、12 市特定健診結果より

【課題】

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合は男性が目標値より高い
喫煙者の割合は国の目標に到達していない。

【対策】

- ・ 飲酒に関しては、特定健診結果説明時や母子手帳交付時に、飲酒によるリスクに関する情報提供を行う。
 - ・ 健診受診者の肝機能の低下などある方には、アルコール健康障害とならないように、アルコールの適正量を示す。
 - ・ アルコール依存の相談などは恵那保健所のこころの相談会を紹介する。市としても月1回、飲酒や禁煙等、生活習慣に関する相談日を設定している。
 - ・ たばこの害について、母子保健事業をはじめ保健事業時に情報提供を行う。
- ※現在、市の施設は施設内禁煙としている。

休養・心の健康

図13 自殺者の死亡率（人口10万対）

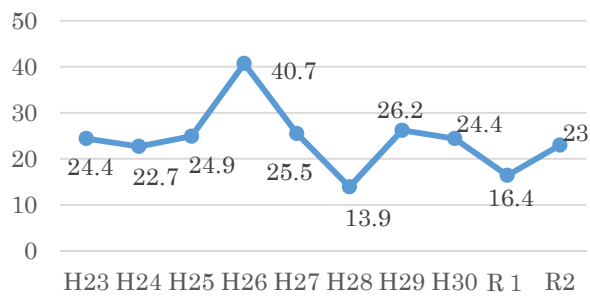


図 13 恵那の公衆衛生より

図14 睡眠による休養を十分とれていない者の割合（%）

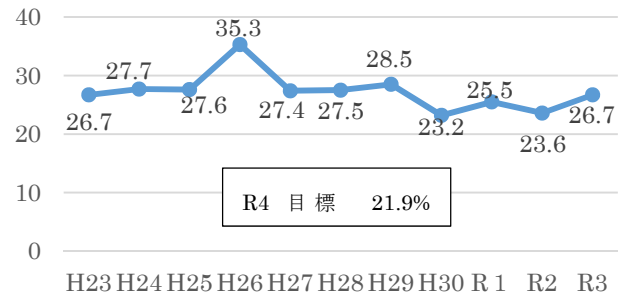


図 14 特定健診結果より

【課題】

- ・睡眠による休養がとれていない者の割合は国の目標値には達していない。

【対策】

- ・特定健診結果説明時に、うつ病の既往等がある者にはレセプト等で受診状況を確認。
- ・本人、家族からの相談があった場合、地区担当が個別に対応する。
- ・こころの相談等について広報やポスター等で周知していく。

歯・口腔の健康

図15 進行した歯周炎を有する者の割合(%)

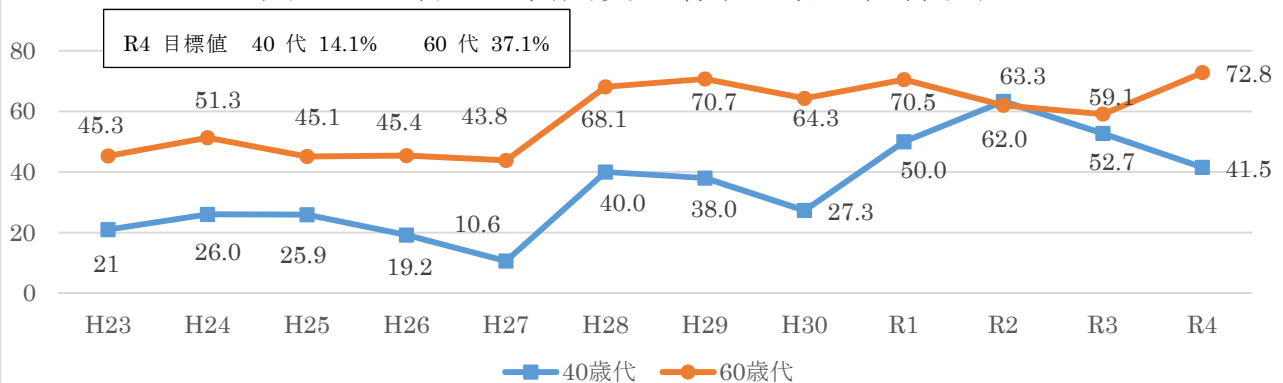


図 15 市成人歯科健診結果

- 実施方法 成人歯科健診で歯科検診と合わせてセルフケア指導を実施している。
H25年度までは特定健診と同時実施、H26年度以降は成人がん検診と同時に実施。
対象年齢を設定せず、集団方式で実施。
令和元年度からは市内歯科医院での個別検診とを実施。対象年齢を設定（40.50.60.70歳）し個別で案内することにより受診者が増加した。令和3年度からは、30歳も対象とし若い頃から受診できるようになっている。
健診時、セルフケア指導の徹底を行うことで、歯周炎の進行を防ぐことが期待される。
※平成28年度から健診票が変更され、歯科健診の判定項目が詳細になったことにより、進行した歯周病を有する者の割合が増加した。

【課題】

- ・ 進行した歯周病を有する者の割合の増加傾向にある

【対策】

- ・ 歯周病についての知識の普及
- ・ 若い世代へ健診の重要性を周知
- ・ 歯科健診時のセルフケア指導を徹底する
- ・ 歯の健康に関するポスター等の周知

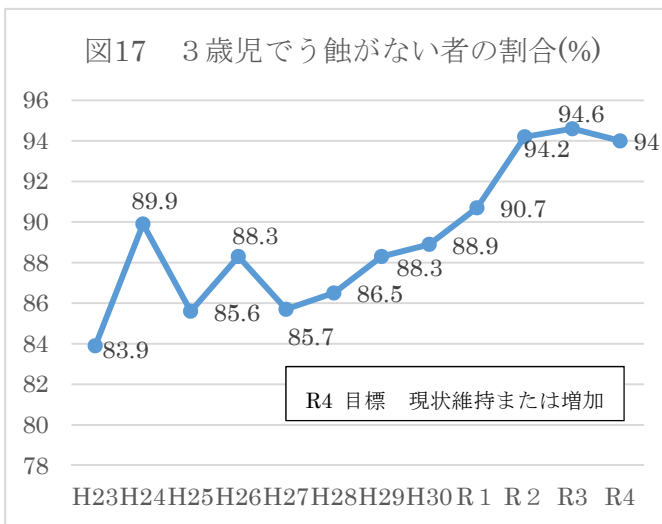


図17 母子保健事業報告

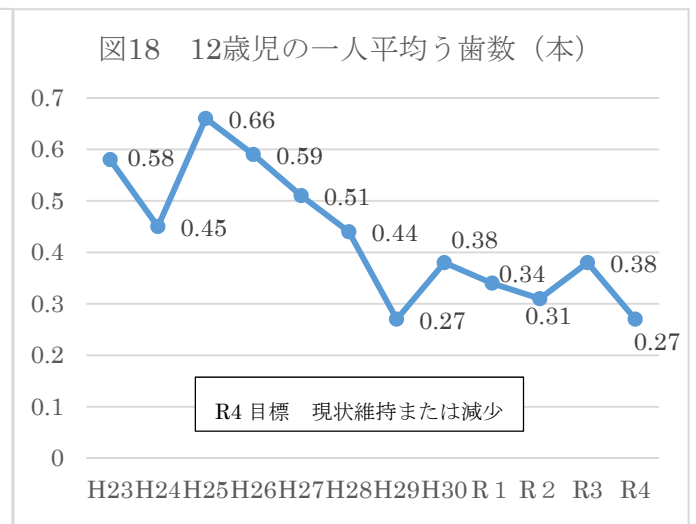


図18 学校保健統計

- 現状 3歳児でう蝕がない者は、岐阜県平均を上回り増加がみられるが、R4はやや減少している。
12歳児の一人平均う歯数は、年度によってばらつきはあるが、岐阜県平均を下回り経年的に

少しずつ減少している。

次世代の健康

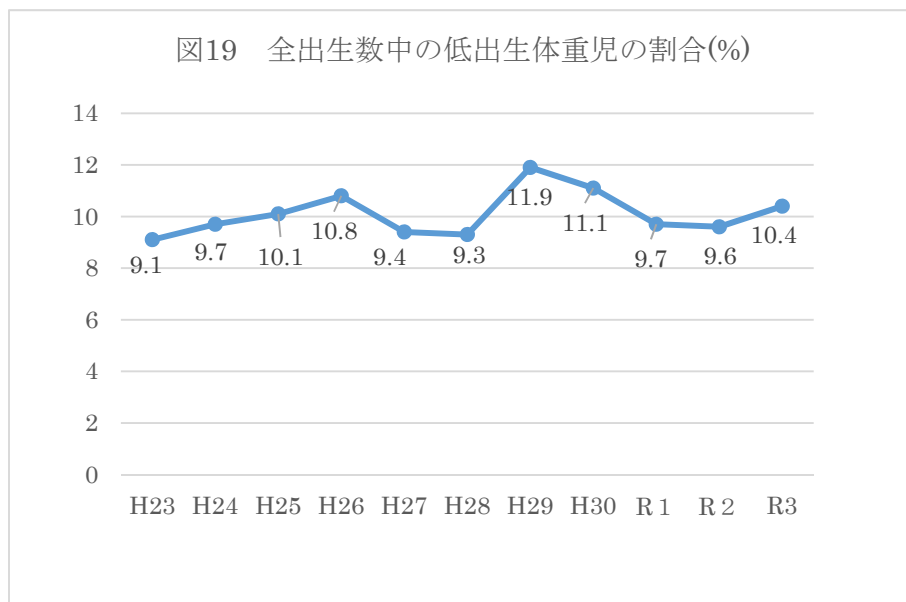


図 19 恵那の公衆衛生

【課題】

H29 から R2 までは減少していたが R3 は微増している。

【対策】

妊娠中の体重管理等が児の体重増加に影響するため、母子健康手帳交付時や、たまご（妊婦）学級で妊娠中の食事についての栄養指導を行う。

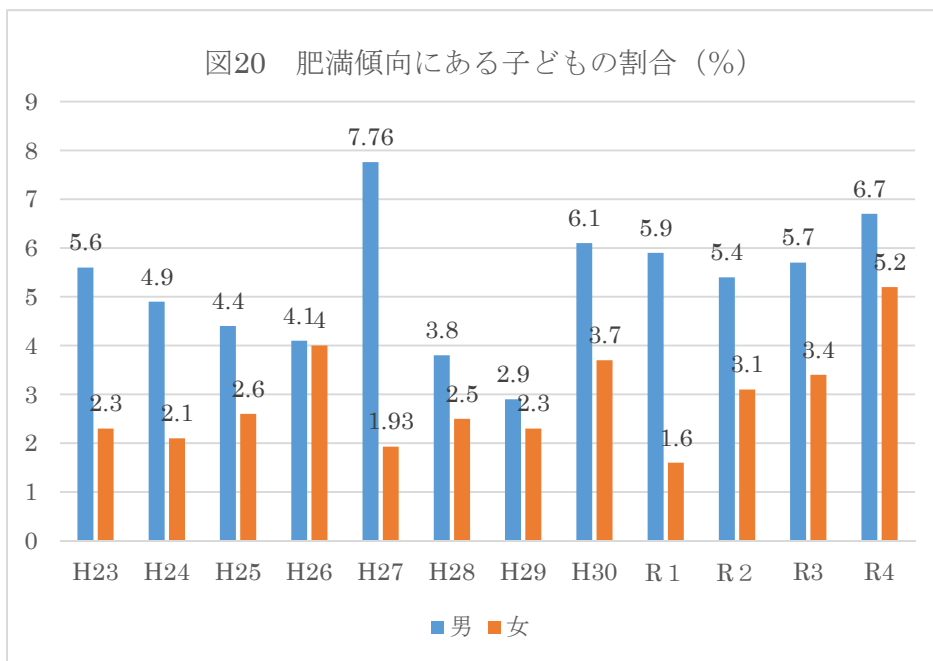


図 20 恵那市学校保健統計生活調査 (対象：小学5年生)

【課題】

男児の肥満傾向にある者が多い
R2以降は男女共に肥満傾向の者が増加している。

【対策】

- ・教育委員会 養護教諭部会と情報を共有し、対策を検討していく。
- ・健幸ポイント事業「こども運動コース」を周知し、身体を動かすきっかけづくりを行う。

3. 議事

(2) 恵那市健幸のまちづくり行動計画について

「健幸のまちづくり行動計画」

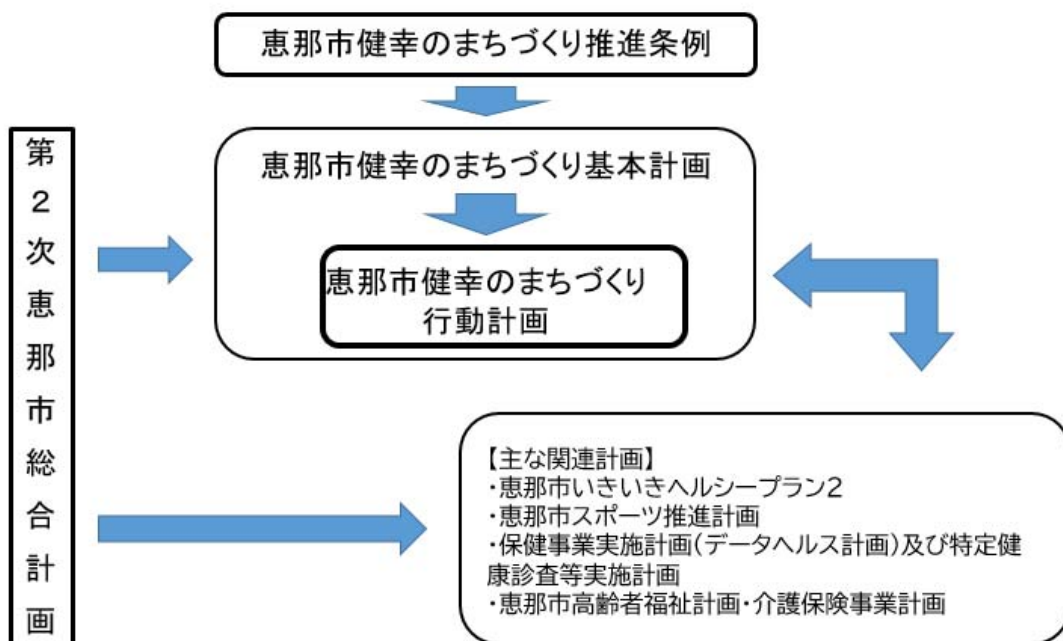
1. 計画の趣旨

高齢化社会の進展や多様化する生活環境などに伴い、運動と食生活を通じた健康づくりが重要視される中、平成27年3月に「恵那市健幸まちづくり推進条例」を制定し、健幸都市宣言を行いました。

この条例に基づき、健康への関心と健康づくりの取り組みを推進し、市民が健やかで幸せに過ごすことを願い、健幸のまちづくり行動計画を策定しました。

2. 計画の位置づけ

この計画は、推進条例及び基本計画に基づく「健幸都市えな」の実現に向けた具体的な取組内容を定めるものであり、関連計画との整合を図っています。



3. 計画の期間

この計画期間は、平成28年度から令和6年度までの9年間とします。

恵那市健幸のまちづくり行動計画の進捗状況について【第2章 健幸施策の展開（P5～19）】

2-1【創る健康】運動・スポーツ

「健康ウォーキング」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
健幸ウォーキング事業	H29	○目的 身近な場所で、誰でもすぐできる運動としてウォーキングがある。各地域にある四季折々の自然や歴史・文化に触れることができるウォーキングコースを利用し、健康づくりに取り組みやすい環境を整え、地域の魅力の再確認、地域コミュニティの活性化を促進する。	R2・ノルディックウォーキング、歩き方教室の開催 6回、参加人数51人 ・オクトーバー・ラン&ウォーク（10月のみ）参加 参加人数 ランニング40人、ウォーキング 143人、計183人 R3・ノルディックウォーキング、歩き方教室の開催 7回、参加人数35人 ・オクトーバー・ラン&ウォーク（10月のみ）参加 参加人数 ランニング34人、ウォーキング 211人、計245人 ・市ウェブサイトにて各地域に設置されている20 コースのウォーキングコースを紹介 R4・ノルディックウォーキング、歩き方教室の開催 5回、参加人数39人 ・岐阜県健康ポイント事業「1ヶ月（11月）ウォー キングチャレンジ」を市ウェブサイトにて紹介		※ウォーキング、歩き方教室は、コロナによる中止有り

「えな健幸ポイント」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
エーナ健幸ポイント事業	H28	○目的 市民の健康づくりに関する取組み、健（検）診の受診などにポイントを付与し、一定以上のポイントを取得した者に特典を与えることにより、市民の健康づくりに対する関心を高めるとともに、健康的な生活習慣の定着を推進することにより健康寿命日本一の実現を目指す。	H28：応募総数574枚 参加実人数 91名 H29：応募総数889枚 参加実人数123名 H30：応募総数364枚 参加実人数169名 R1：応募総数537枚 参加実人数164名 R2：応募総数495枚 参加実人数208名 R3：応募総数603枚 参加実人数349名 R4：応募総数609枚 参加実人数339名		継続

その他の運動・スポーツ施策

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
プロと一緒に運動チャレンジ	R1	○生活習慣病重症化予防を目的に20歳以上で健診結果に基づき支援が必要な方、メタボリックシンドローム、糖尿病のリスク等がある方を対象に運動型健康増進施設に3ヶ月間継続して通い運動を行った者に補助金を交付する	R1：参加人数34名 R2：参加人数 7名 R3：参加人数18名 R4：参加人数 2名		※コロナによる参加減少有り

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
筋力アップで健幸づくり講座	R 1	○生活習慣病予防を目的に生活習慣病のリスクがある方を対象に運動施設にて効果的な筋力アップの運動講座の実施	まきがね R2：参加人数10名 R3：らっぽへ集約 らっぽ R2：参加人数9名 R3：中止 R4：参加人数0名	継続	※コロナによる中止有り
ココトレチャレンジ	R 2	○健康増進センターに健康運動指導士を派遣し生活習慣病のリスクのある方等に運動プログラムを紹介、運動指導をし、有効的に施設を活用してもらう	9月から開始予定（第2・4金曜日講師派遣） R2：参加人数70名 R3：参加人数96名 R4：参加人数94名	継続	

2-2【創る健康】食生活

「いい塩梅づくり」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
減塩チャレンジ (健幸ポイント事業)	R 1	○事業内容 塩分測定器を使用し、家庭の汁物の塩分を測定し減塩に繋げる	R1：参加人数80名 R2：参加人数44名 R3：参加人数90名 R4：参加人数54名	継続	
エーナ健幸レシピ募集	H28	○事業内容 市民の野菜摂取増加・減塩を目的としたレシピを募集し、レシピの周知を行う。	H28：100件 レシピブックを公共施設に配布 H29：106件 エーナ健幸野菜活用BOOK作成 H30：137件 レシピカードを市内大型店舗に設置。か んてん館で金賞レシピを1ヶ月間メニューとして提 供。 R1：252件 レシピカード、レシピ集を作成。市内小 中高生に配布。乳児健診、特定保健指導で活用。 R2：252件 レシピカードを作成し、えなえーるなど で配布。 R3：10件 漬物を使った減塩レシピ（壮健クラブ配 布） R4：18件 クックパッドでのレシピ募集を利用	継続	※減塩レシ ピ募集中

「えな野菜を食べよう」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
えな野菜ファースト事業	R 4	○事業内容 「+1皿の野菜」「まず野菜」をキーワードに野菜を最初に食べることで手軽に生活習慣病予防につながることを周知し、市民の野菜摂取に対する意識づけを行う。 ○対象 小中学生、高校生、事業所（食堂）など	R3：事業計画、試行（ポスター作成） R4：実施（農政課と協力し、たべとるマルシェで啓発を行った。また、えなえーるでレシピやポストカードの配布による啓発も実施。）	新規	

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
たべるサポーター事業	R 1	○事業内容 ①4ヶ月児健診 試食提供 離乳食へのだしの活用の推進(減塩) ②こども園 エーナ体操キャラバン エーナ体操と食育の話 ③プロの料理人による料理教室でのサポート ④乳幼児学級での野菜を使ったおやつを試食提供 ⑤健幸フェスタ 試食提供と野菜摂取・減塩の啓発	H30：サポーター養成 R1：各種事業にてサポート活動 ①実施：24回 ②実施：市内16園 ③実施：一般・妊婦・小学生親子6回、中学校14回 ④実施：7地区 ⑤試食：300食提供 R2：エーナ体操キャラバン 5回(こども園) R3：エーナ体操キャラバン 9回(こども園) R4：エーナ体操キャラバン 11回(こども園)	継続	※コロナによる活動制限有り

2-3【創る健康】生活習慣

「マイ健幸づくり宣言」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
恵那市食生活改善連絡協議会による活動		○事業内容 市民の生活習慣病や健康寿命延伸に向けた健康づくり活動や食育活動を実施	(会員数 76名) H30：1,354回 11,193人 R1：1,474回 17,815人 R2：434回 2,373人 R3：899回 3,275人 R4：864回 5,007人	継続	※コロナによる活動減少あり

2-4【守る健康】健(検)診

「健(検)診の大切さを知ろう」プロジェクト

事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
若いひと健診の年齢を拡大	R 4	○目的 生活習慣と社会環境の変化に伴い、小児肥満が増え、生活習慣病が低年齢化してきている。恵那市学校保健統計においても生活習慣の乱れ等がみられている。そのため早期に介入し、正しい知識の普及等を行い、生活習慣病の発症を防ぐ。 ○対象年齢 15歳～39歳(現在) ○実施内容 現行の若いひと健診と同じ	R3：中学3年生全員にHbA1c検査を開始。生活習慣を見直すきっかけとし、その後の健康管理に繋げていく。 R4：対象を高校生(15歳)以上に拡大。高校生27名が受診	新規	

2-5【守る健康】健康相談

「身近に気軽に健康相談」プロジェクト



事業名	開始時期	事業実施状況	実績		備考
健康相談	H27	○事業内容 健康に関する相談全般 ○対象年齢 市民	毎月、恵那市保健センター・岩村保健センター各1日開催している日程を、成人健康カレンダー、ウェブサイトに掲載している。また、健診結果に案内を同封し健康管理のために利用勧奨を行っている。健康相談は適宜対象者の希望に合わせて別日にも開催している。	継続	
健幸フェスタ	H27	○目的 市民一人一人が健康に関心を持ち、自分に合った健康づくりに取り組むことで健やかで幸せな生活を送り、市民全体の健康寿命を延ばす。 ○実施部門 健康、福祉、スポーツ	○参加人数 H27：報道発表10,000人 H28：報道発表10,000人 H29：報道発表 8,000人 H30：報道発表 8,000人 R1：報道発表 8,000人 R2：中止 R3：中止 R4：報道発表 2,000人 R5：報道発表 7,000人	継続	※コロナによる中止有り

3. 議事

- (3) 恵那市いきいきヘルシープラン3の策定
スケジュールについて

「恵那市いきいきヘルシープラン3」策定スケジュール(案)

計画期間	いきいきヘルシープラン	いきいきヘルシープラン2	いきいきヘルシープラン3
	平成17年度～平成22年度	平成25年度～令和5年度	令和6年度～
進捗確認		中間評価	中間評価
		平成30年度	

年 月	R5 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R6 1月	2月	3月
計画策定			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 現行計画の評価 次期計画作成 </div>				<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 素案完成 </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 議会報告 </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> パブリックコメント </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 完成・公表 </div>
												
健康づくり推進協議会 (諮問機関)				第1回協議会		第2回協議会		第3回協議会			第4回協議会	
							<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 修正 </div>					

3. 議事

- (4) 第2期恵那市健幸のまちづくり基本計画及び
行動計画の策定スケジュールについて

第2期 恵那市健幸のまちづくり基本計画・行動計画策定スケジュール(案)

年 月	R5 7月	8月	9月	10月	11月	12月	R6 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R7 1月	2月	3月		
基本計画			現行計画の評価 次期計画作成			素案完成													議会報告		パブリックコメント	完成・公表	
			←→																←→				
行動計画			現行計画の評価								次期計画作成								議会報告		パブリックコメント	完成・公表	
			←→				←→													←→			
健康づくり推進協議会 (諮問機関)	R5 第1回協議会		R5 第2回協議会		R5 第3回協議会			R5 第4回協議会			R6 第1回協議会			R6 第2回協議会			R6 第3回協議会					R6 第4回協議会	

3. 議事

(5) 恵那市健幸づくり推進協議会追加委員の選出について

計画の策定年に伴い、協議会委員を増員。(8名から12名程度)

候補団体：壮健クラブ連合会

スポーツ推進委員連絡協議会

民生委員児童委員協議会

市民三学のまち推進委員会

全国健康保険協会岐阜支部

○恵那市健幸のまちづくり推進条例（平成27年3月20日条例第2号）

（目的）

第1条 この条例は、市民が健やかで幸せにとの願いを込めた「健幸」という理念のもと、市の責務を明らかにするとともに、市民の健康づくりの推進に関する基本的な事項を定め、並びに市、市民、地域団体及び事業者が協働することにより、子どもからお年寄りまで生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことのできる健幸都市の実現に寄与することを目的とする。

（定義）

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- （1） 健幸 市民が健やかで幸せに暮らし続けることをいう。
- （2） 地域団体 市内で活動を行う公共的団体をいう。
- （3） 事業者 市内に事業所を置き事業活動その他の活動を行うものをいう。

（基本理念）

第3条 健幸のまちづくりは、次に掲げる事項を基本理念として行うものとする。

- （1） 健幸のまちづくりは、自らの健康に積極的に関心をもち、健幸づくりに主体的に取り組むことができるよう、推進されなければならない。
- （2） 健幸のまちづくりは、市、市民、地域団体及び事業者が心を通わせながら、互いに支え合い、協力及び連携することによって、推進されなければならない。

（市の責務）

第4条 市は、前条の基本理念にのっとり、健幸のまちづくりを推進するために必要な計画を策定し、及び推進するものとする。

（市民の役割）

第5条 市民は、基本理念にのっとり、自らの健康状態に応じた健康づくりに主体的に取り組むよう努めるものとする。

（地域団体の役割）

第6条 地域団体は、基本理念にのっとり、地域の健幸のまちづくりを推進するため、健康づくりに関する活動に取り組むよう努めるとともに、市が実施する健幸のまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

（事業者の役割）

第7条 事業者は、基本理念にのっとり、健幸のまちづくりについての理解と関心を深め、健康づくりに関する活動に取り組むよう努めるとともに、市が実施する健幸のまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

(計画の策定)

第8条 市は、健幸のまちづくりに関する施策の計画的な推進を図るため、健幸のまちづくりの推進に関する計画を定めるものとする。

2 市は、前項の計画を策定するときは、市民、地域団体及び事業者の意見を反映するよう努めるものとする。

(健幸のまちづくりの推進に関する基本施策)

第9条 市は、健幸のまちづくりを推進するため、市民、地域団体及び事業者と連携して、市民の健康づくりに関する意識を高め、市民の自発的な行動を促すための取組を行うものとする。

(普及活動の推進)

第10条 市は、市民、地域団体、事業所等に対し、健幸のまちづくりの推進に関する理解を深めるため、その普及活動を行うものとする。

(委任)

第11条 この条例に定めるもののほか、必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、公布の日から施行する。

○恵那市健康づくり推進協議会設置規程（平成16年10月25日訓令第25号）

（設置）

第1条 市民の健康づくりに対する意識の高揚を図るため、関係機関、団体等が相互に緊密な連絡を保ち、総合的、かつ、効果的な健康づくり対策を樹立し、これを推進することを目的とし、恵那市健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

（業務）

第2条 協議会は、次に掲げる業務を行う。

- (1) 健康づくりを推進するための基本的事項及び総合調整に関する事項の審議並びに計画の策定に関すること。
- (2) 計画の進行管理及び計画の見直しについての提言に関すること。
- (3) その他市長が必要と認める事項

（組織）

第3条 協議会の委員は、市長が委嘱する委員若干人で組織する。

- 2 委員の任期は、2年とする。ただし、委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 3 委員は、再任されることができる。

（会長及び副会長）

第4条 協議会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長は、委員の互選とし、副会長は委員の中から会長が選任する。
- 3 会長は、会務を総理し、協議会を代表する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第5条 協議会の会議は、会長が招集し、会長が議長となる。ただし、委員の委嘱後最初の協議会は、市長が招集する。

（庶務）

第6条 協議会の庶務は、医療福祉部健幸推進課において処理する。

（その他）

第7条 この規程に定めるもののほか、必要な事項は、別に定める。

附 則 （略）