

第4次

健康づくりとね21

令和7(2025)年度～令和12(2030)年度

いつまでも健康で元気あふれるまちづくり

1 計画策定の趣旨

利根町では、これまで「第3次健康づくりとね21（令和2年度～6年度）」のもとに健康づくりを推進してきましたが、この計画が終期を迎えることとなりました。そのため、これまでの取組で改善すべき課題に対応していくとともに、国の「21世紀における第三次国民健康づくり運動など、健康づくりに係る新たな指針を踏まえ、誰一人取り残さない健康づくりを展開し、地域での健康づくりの輪を広げる取組を通じて「まちの元気」を高めていくことを目指して、「第4次健康づくりとね21」を策定しました。

2 計画の位置づけ

町の最上位計画である「第5次利根町総合振興計画」の基本構想及び後期基本計画と整合・調和した計画であり、基本方針「いつまでも健康で元気あふれるまちづくり」の実現を目指すものです。また、本計画では「利根町食育推進計画」「利根町歯科保健計画」「利根町自殺対策行動計画」を内包しています。

なお、健康づくりはすべてのライフステージにおいて推進していくべきものですが、乳幼児、親と子ども、思春期の健康づくりに関しては「利根町子ども・子育て支援事業計画」に、介護予防や認知症対策などの高齢者施策に関しては「利根町高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」に盛り込み、本計画では主に青壮年期の施策を展開します。ただし、「利根町食育推進計画」「利根町歯科保健計画」「利根町自殺対策行動計画」に関しては、すべてのライフステージを網羅しつつ本計画で展開していきます。

〈主な計画との関連〉

出産期	0～5歳	小学生・中学生	青壮年期	高齢期
母子保健		学校保健	成人保健	高齢者保健福祉
利根町地域福祉計画				
利根町子ども・子育て支援事業計画		健康づくりとね21計画 (本計画)	利根町高齢者保健福祉 計画・介護保険事業計画	
		利根町国民健康保険特定健康診査等実施計画・ 利根町国民健康保険データヘルス計画		
利根町障がい者プラン				

3 計画の基本的方向

本計画は、3つの基本的視点を踏まえ、7つの大目標に基づく課題に対応した施策の展開を図ります。

基本理念

〈 本計画の概念図 〉

いつまでも健康で元気あふれるまちづくり

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

基本的視点

町民一人ひとりの行動と
健康状態の改善

身体やこころの健康を守る
ための社会環境の質の向上

ライフコースアプローチを
踏まえた健康づくり

大目標

- 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防を推進します
- 2 生活習慣の改善を図りやすい環境整備を推進します
- 3 休養とこころの健康を大切にします
- 4 生きがいづくりと介護予防を推進します
- 5 生涯を通じた心身の健康を支え、持続可能な食を支える食育を推進します
- 6 歯科口腔の健康を推進します
- 7 誰も自殺に追い込まれることのない利根町の実現を目指します

4 計画の目標

本計画では、以下の目標を成果指標として設定し、施策を展開します。

計画全体の目標	基準値	目標値 (R12)	現状値の出所
平均自立期間	男性 80.6年	男性 80.6年	KDB帳票
	女性 84.9年	女性 84.9年	

5 目標ごとの取組

大目標1 生活習慣病の発症予防と重症化予防を推進します

中目標1 生活習慣病の予防のために健康管理を推進します

メタボリックシンドロームの予防・改善や、健診等を活用した健康管理の推進、健診を受けやすい体制づくり、保健指導の充実、循環器病の発症及び重症化予防など

中目標2 糖尿病の発症と重症化を予防します

糖尿病に対する正しい知識の普及啓発、保健指導の充実、医療機関との連携など

中目標3 がん予防・早期発見・早期治療を推進します

がんに対する正しい知識の普及啓発、がん検診の受診率と精密検査受診率の向上など

大目標2 生活習慣の改善を図りやすい環境整備を推進します

中目標1 運動・スポーツ活動の習慣化を推進します

運動習慣の定着促進、運動に親しむ環境整備、スポーツ団体等の活動推進や指導者の育成強化など

中目標2 適正飲酒の推進、喫煙者の減少及び受動喫煙の防止に取り組みます

適正飲酒や喫煙・受動喫煙に関する正しい知識の普及啓発、禁煙及び受動喫煙の防止対策の推進など

中目標3 個人の健康づくり・健康管理を支援します

保健・医療に関する情報入手環境の整備、かかりつけの医師・歯科医師・薬局等に関する普及啓発、ボランティアの育成・地域活動の推進など

大目標3 休養とこころの健康を大切にします

中目標1 休養とこころの健康づくりを支援します

ストレスを軽減するための休養の確保の重要性に関する普及啓発、こころの病気に関する知識の普及、ストレスマネジメントの促進など

中目標2 うつ病や精神疾患に関する知識の普及啓発と相談、個別支援を充実します

こころの健康度に関する自己診断力の向上、身近で気軽に相談できる環境整備など

大目標4 生きがいつくりと介護予防を推進します

中目標1 高齢者がいきいきと生きがいを持って暮らせる環境を目指します

健康・生きがいつくり活動の支援、介護予防、フレイル予防等の推進、介護予防ボランティアの活動支援など

大目標5 生涯を通じた心身の健康を支え、持続可能な食を支える食育を推進します

中目標1 食育を通して望ましい食習慣の形成と健康づくりを推進します

規則正しい食生活の支援、自立した食生活を送るための知識や技術の向上など

中目標2 地産地消の推進と食文化を継承していきます

食文化の継承のための活動支援、生産者と消費者との交流促進・環境との調和など

中目標3 食育を広げる環境づくりを推進します

食育運動の啓発、食育ボランティアの育成と活動支援など

大目標 6 歯科口腔の健康を推進します

中目標 1 生涯にわたる歯科疾患を予防します

歯や口の健康を保つための知識の普及啓発、各ライフステージに応じた歯科保健指導の充実、定期的な歯科健康診査の普及啓発など

中目標 2 口腔機能の維持・向上を目指します

歯と口腔の健康を支える環境の充実、口腔機能の獲得・維持・向上など

大目標 7 誰も自殺に追い込まれることのない利根町の実現を目指します

中目標 1 町民一人ひとりの気づきと見守りを促します

教育活動、広報活動等を通じた啓発事業、うつ病等についての普及啓発など

中目標 2 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に取り組みます

ゲートキーパーをはじめ自殺を予防するための人材養成など

中目標 3 こころの健康づくりを支援する環境整備を推進します

地域、学校、家庭におけるこころの健康づくりの支援や居場所づくりの推進など

中目標 4 適切な精神保健医療福祉サービスを提供します

精神科医療や保健・福祉等の各施策の連動性を高めた支援の充実など

中目標 5 社会全体の自殺リスクを低減させ、再度の自殺企図を防ぎます

孤立を防ぐ居場所活動の支援、関係機関と連携した支援の充実、家族等の支援充実など

中目標 6 遺された人への支援の充実を図ります

遺族のための自助グループ等の支援など

中目標 7 こども、若者、女性、高齢者への自殺対策を推進します

それぞれの状況に沿った自殺対策の推進など

中目標 8 勤務問題に対する自殺対策を推進します

相談窓口の設置や働き方改革の推進、商工会や事業所への自殺対策の普及啓発など

中目標 9 自殺対策の推進体制の強化を図ります

自殺対策の推進体制を強化など

本計画の全文は、町のホームページに掲載しておりますのでご参照ください。

第4次健康づくりとね21【概要版】

発行年月：令和7年3月

発行・編集：利根町保健福祉センター

〒300-1632

茨城県北相馬郡利根町下曾根221番地1

T E L 0297-68-8291

F A X 0297-68-9149