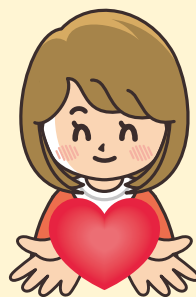
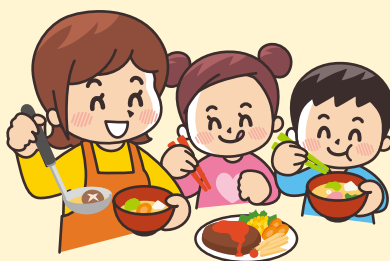


健康 せんなん 21

第3次計画



～ 健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画 ～

令和7年3月
泉南市

はじめに

いつまでも健やかでこころ豊かな日々を過ごすことは、誰もが思い描く願いです。

わが国は、医学の進歩や保健衛生の充実などにより世界最高水準の長寿国となっています。一方で、生活習慣病の増加や要介護者の増加などの問題があり、それに対し「国民健康づくり対策」が展開されてきました。

平成12年からの「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」期間中の平成14年に健康増進法が制定され、市町村は住民の健康増進の推進に施策についての計画の策定に努めることとするとされました。

本市では、平成15年3月に市民健康づくり計画「健康せんなん21」、平成26年3月に「健康せんなん21(第2次計画)」を策定し、市民一人ひとりの日頃からの健康づくりや疾病の予防・早期発見等に努めてきました。この間、本市の少子高齢化は進行し、平均寿命・健康寿命が延伸しました。しかし一方で、令和2年からの新型コロナウイルス感染症の流行により外出の機会等が制限され、運動習慣を持つ市民の割合は減少し、メタボリックシンドローム出現率が増加しています。また、全体的に自殺死亡率は減少傾向にあるものの、高齢者だけでなく若年層・現役世代の自殺もみられることから、より一層自殺対策に取り組む必要があります。

こうした本市を取り巻く状況を踏まえ、新たな「健康せんなん21(第3次計画)」を策定いたします。新たな計画は、「健康増進計画」「食育推進計画」と「泉南市自殺対策計画」を一体的に策定し、「誰もがいきいきと健康に暮らせるまち」を目指して、“からだ”と“こころ”の健康づくりを総合的に推進いたします。

健康づくりは、市民一人ひとりが主役です。本市は、市民一人ひとりの自発的な健康づくりを支援するとともに、それを支える市民活動等が活発に行われる地域づくりを目指してまいります。

結びに、本計画策定にあたり、熱心にご議論いただいた泉南市民健康づくり推進協議会の委員のみなさま、市民アンケートやヒアリング等にご協力を賜りました市民のみなさまに心から感謝申し上げます。

令和7年3月

泉南市長 山 本 優 真

目 次

第1章 計画の策定に当たって	1
第1節 計画策定の趣旨	1
第2節 法・制度の動向	2
第3節 SDGsの推進	4
第4節 計画の位置づけ	5
第5節 計画期間	6
第6節 策定体制と手法	6
第2章 泉南市の現状と課題	7
第1節 統計データにみる現状	7
第2節 アンケート調査等にみる現状	27
第3節 前計画の取組状況	61
第4節 前計画の総括	74
第3章 計画の基本的な考え方	78
第1節 基本理念	78
第2節 計画の構成	79
第3節 取組の考え方	79
第4章 泉南市健康増進計画	81
第1節 健康増進の理念	81
第2節 施策体系	81
第3節 基本目標「健康寿命の延伸」	82
第4節 施策の展開	82
基本施策1 生活習慣の改善	82
基本施策2 生活習慣病の発症予防・重症化予防	99
基本施策3 生活機能の維持・向上	104
基本施策4 健康づくりを支える地域環境の整備	106
第5章 泉南市食育推進計画	108
第1節 食育推進の理念	108
第2節 施策体系	109
第3節 各世代における食育推進の考え方	110
第4節 基本目標「適正体重の維持」	111
第5節 施策の展開	112
基本施策1 健康な身体をつくる食生活の推進	112
基本施策2 食の楽しさ・安全安心の推進	116
基本施策3 地域における活動の促進	120

第6章 泉南市自殺対策計画	122
第1節 自殺対策の理念.....	122
第2節 施策体系.....	122
第3節 基本目標「自殺死亡率の減少」.....	123
第4節 施策の展開	123
基本施策1 地域におけるネットワークの強化.....	123
基本施策2 生きることを促進する相談支援体制づくり	127
基本施策3 こころの健康を保ち、支え合う環境づくり	130
第5節 重点施策.....	134
重点施策1 こども・若者への支援	134
重点施策2 高齢者への支援	137
重点施策3 生活困窮者への支援.....	139
第7章 計画の推進	140
第1節 計画の推進体制.....	140
第2節 計画の進行管理	140