

(骨子案)
健康くしろ21第3次計画
令和6年度～令和17年度

令和6年3月

釧路市

はじめに

※今後作成

目次

第1章 計画の策定にあたって

1. 計画の趣旨
2. 計画の位置づけ
3. 計画の期間

第2章 市民の健康を取り巻く状況

1. 人口・世帯の状況
 - (1) 総人口・世帯数の推移
 - (2) 年齢別人口構成の推移
 - (3) 出生数と死亡数の推移
2. 生活習慣病の状況
 - (1) 低出生体重児の推移
 - (2) 妊娠届出時の体格
 - (3) こどもの肥満
 - (4) 各世代の健診結果の状況（キッズ健診・若者健診・特定健診）
 - (5) 生活習慣病と医療費の状況
3. 介護の状況
 - (1) 介護保険認定者数及び認定率の推移
 - (2) 介護保険の保険給付費の推移
 - (3) 第2号被保険者における介護認定理由
4. 死因・死亡の状況
 - (1) 全死亡者数における65歳未満の死亡割合
 - (2) 主要死因別死亡数と死亡率
 - (3) 標準化死亡比の状況
 - (4) 平均寿命と健康寿命の状況
5. 前計画最終評価
 - (1) 評価の方法
 - (2) 全体の評価結果
 - (3) 各指標の評価結果一覧
6. 市民健康意識調査の概要

第3章 計画の基本的な考え方

1. 基本理念
2. 基本方針
3. SDGsの理念と健康づくりについて

第4章 健康づくりに向けた取組

1. 自分の健康を守る取組
 - (1) 生活習慣の改善
 - ① 栄養・食生活
 - ② 身体活動・運動
 - ③ 休養・睡眠
 - ④ アルコール
 - ⑤ たばこ
 - ⑥ 歯・口腔の健康
 - (2) 健康管理の実践
2. 誰もが健康になれる環境整備

第5章 計画の推進

1. 進行管理と計画の評価
2. 計画の推進体制

資料編

1. 市民健康意識調査結果
2. 策定経過
3. 検討委員会名簿
4. 用語集

第1章 計画の策定にあたって

1. 計画の趣旨

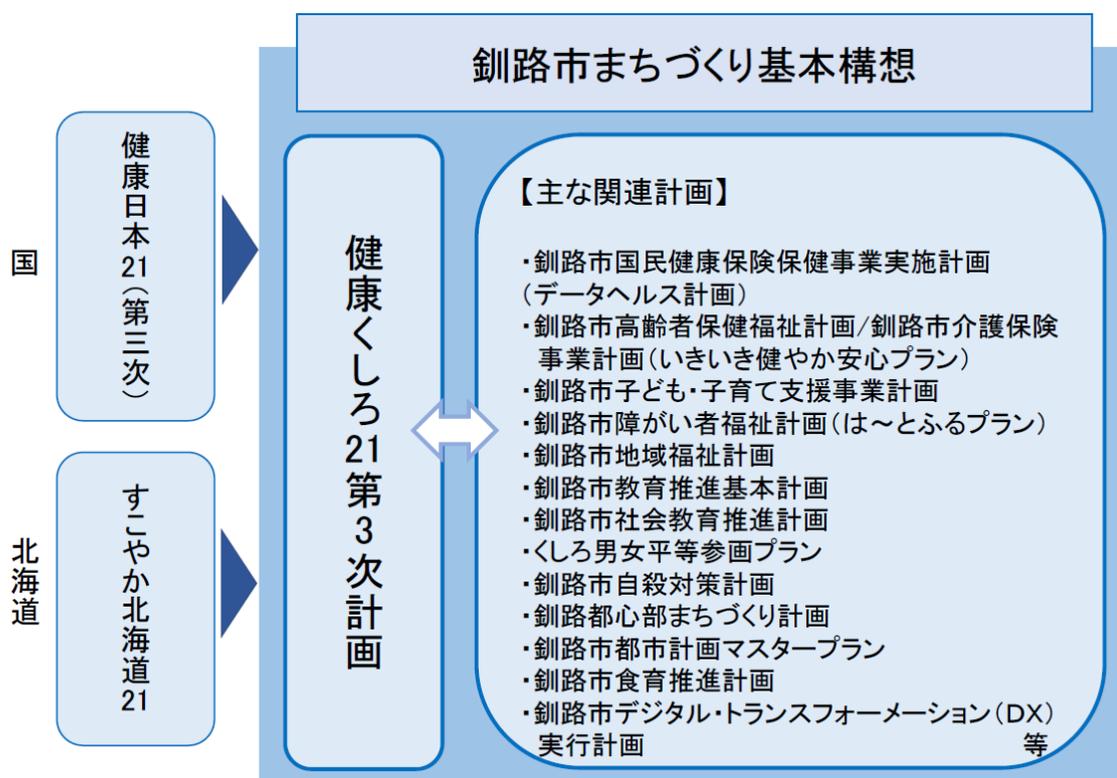
近年、わが国では急速な人口の高齢化や生活習慣の変化により、疾病構造が変化し、疾病全体におけるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の割合が増加し、これらに係る医療費の国民医療費に占める割合は、約3割となっており、医療費適正化の取組が重要とされています。また、人生100年時代を迎えようとしている中で、誰もがより長く、健康に生活することが重要であり、健康増進の重要性は今後さらに高まっていくものと言えます。

こうした中、国においては、平成25(2013)年度より生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階)に応じて健やかに心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指し、「健康日本21(第二次)」として、取組を推進してきました。そして、令和6(2024)年度からは、これまでの取組の変遷に留意しつつ、新たな健康課題や社会背景、国際的な潮流を踏まえ、より実効性を持つ取組の推進に重点をおき、「健康日本21(第三次)」を開始します。

釧路市においても、国の考え方を踏まえ、平成26(2014)年度に「健康くしろ21第2次計画」を策定し、市民一人ひとりが主体的に生活習慣病の予防などに取り組み、健康寿命の延伸を基本目標として健康増進を推進しており、引き続きこれまでの取組の成果や課題を踏まえ、全ての世代の方が住み慣れた釧路市で、いつまでも健やかに過ごせることを目指し、個人や家庭、職場や地域、行政が一体となって健康づくりに取り組む「健康くしろ21第3次計画」を策定します。

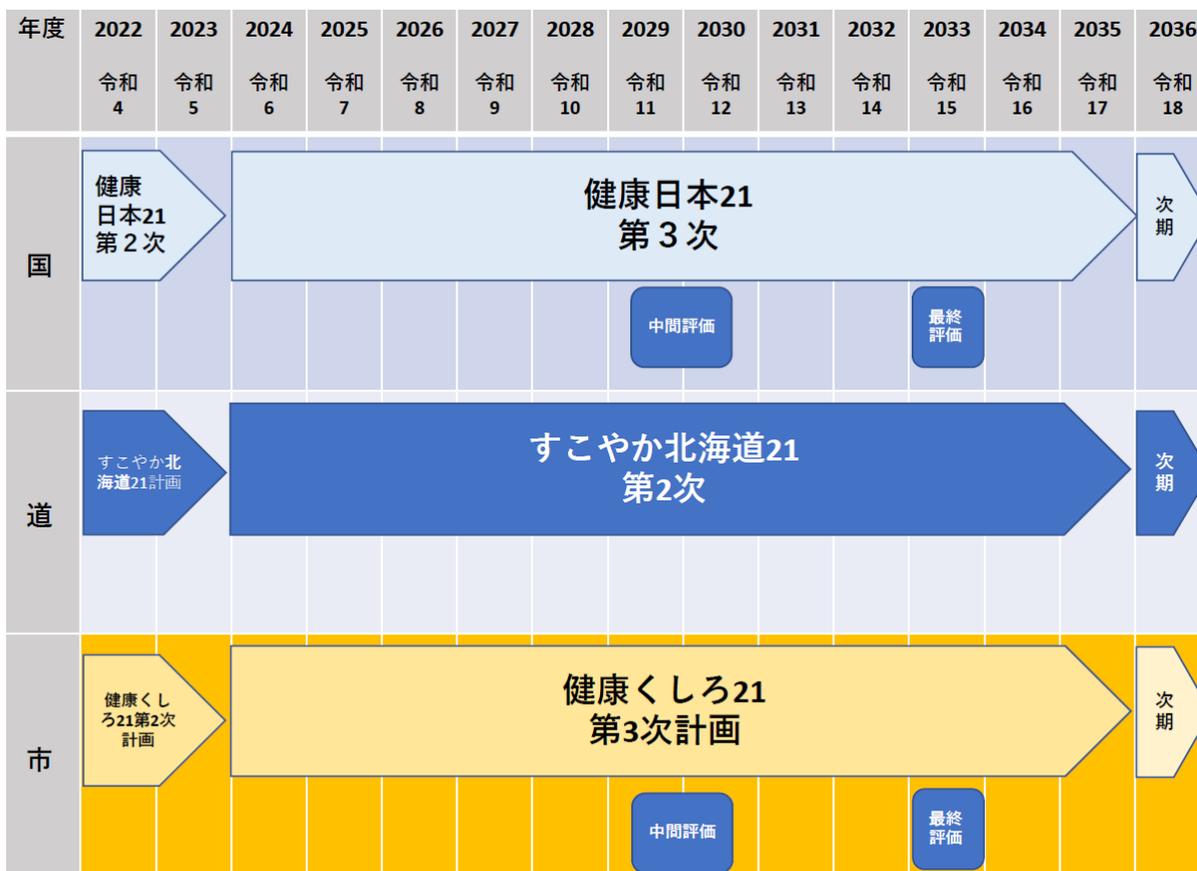
2. 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第 8 条に基づく市町村健康増進計画として位置づけられ、国の「健康日本 21（第三次）」や、道の「すこやか北海道 21（〇〇〇）」を勘案し策定します。また、「釧路市まちづくり基本構想」を上位計画とし、本市の健康増進に関する施策・事業を進めるための計画とします。また、「釧路市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」や「釧路市高齢者福祉計画/釧路市介護保健事業計画（いきいき健やか安心プラン）」等の取組と整合性を図りながら推進します。



3. 計画の期間

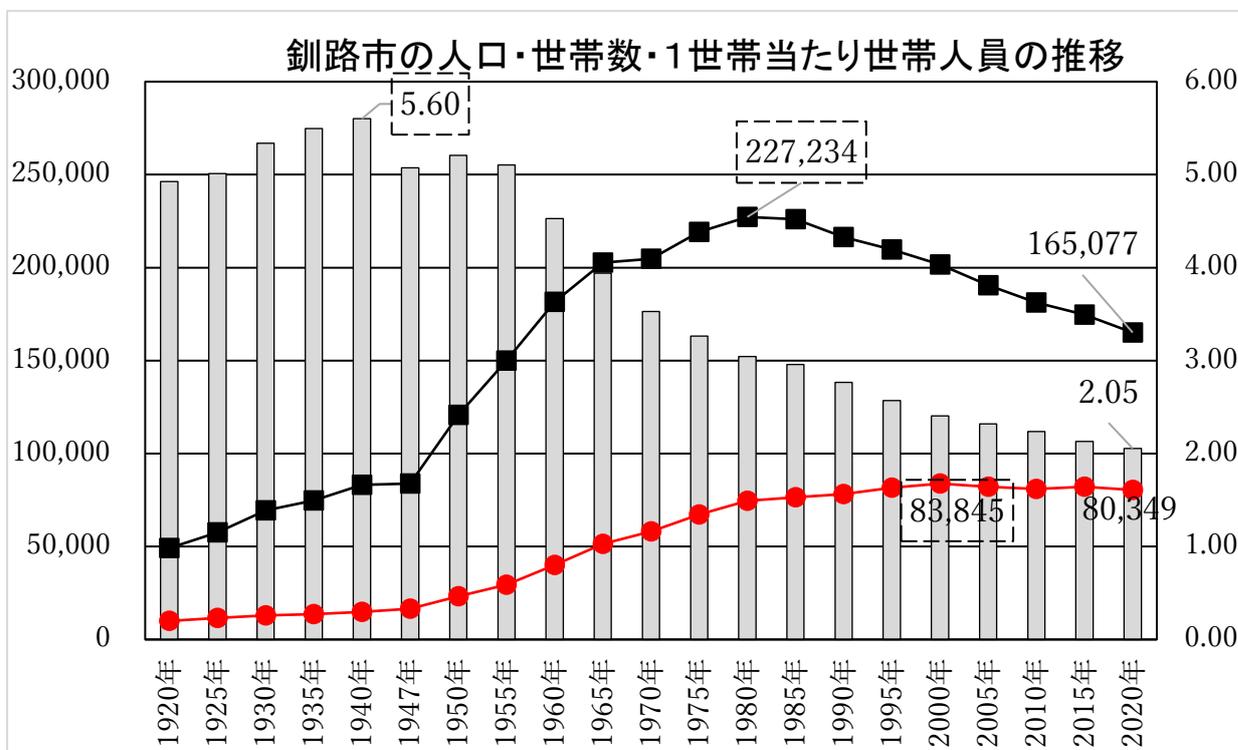
本計画は、健康日本21（第三次）の計画期間に合わせ、令和6（2024）年度から令和17（2035）年度までの12年間を計画期間とします。また、国は計画開示後6年（令和11（2029）年）を目途に中間評価を予定しており、市の計画もそれに応じて中間評価を行うものとしています。



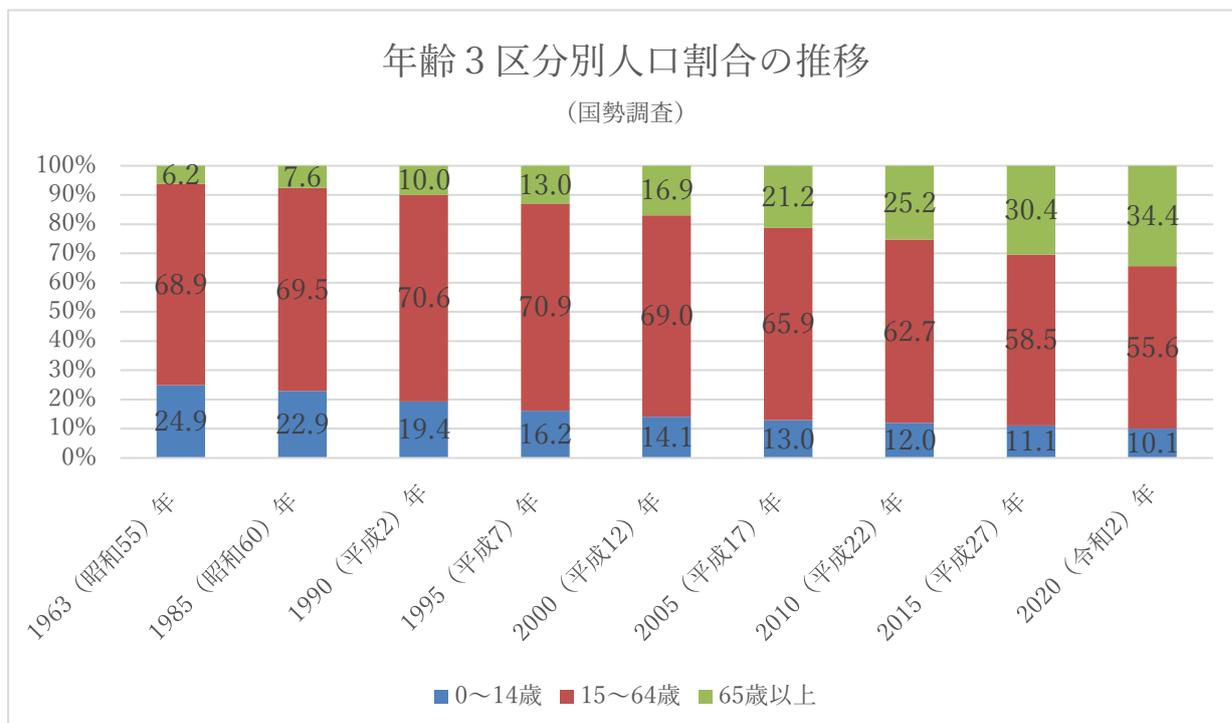
第2章 市民の健康を取り巻く状況

1. 人口・世帯の状況

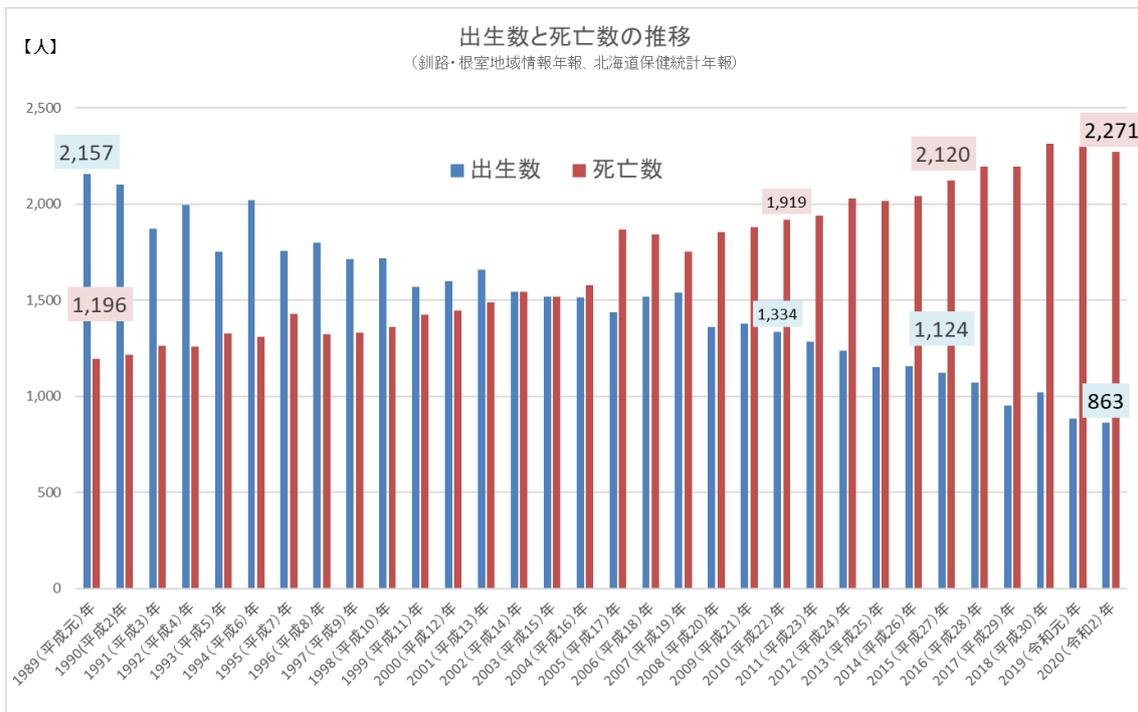
(1) 総人口・世帯数の推移



(2) 年齢別人口構成の推移

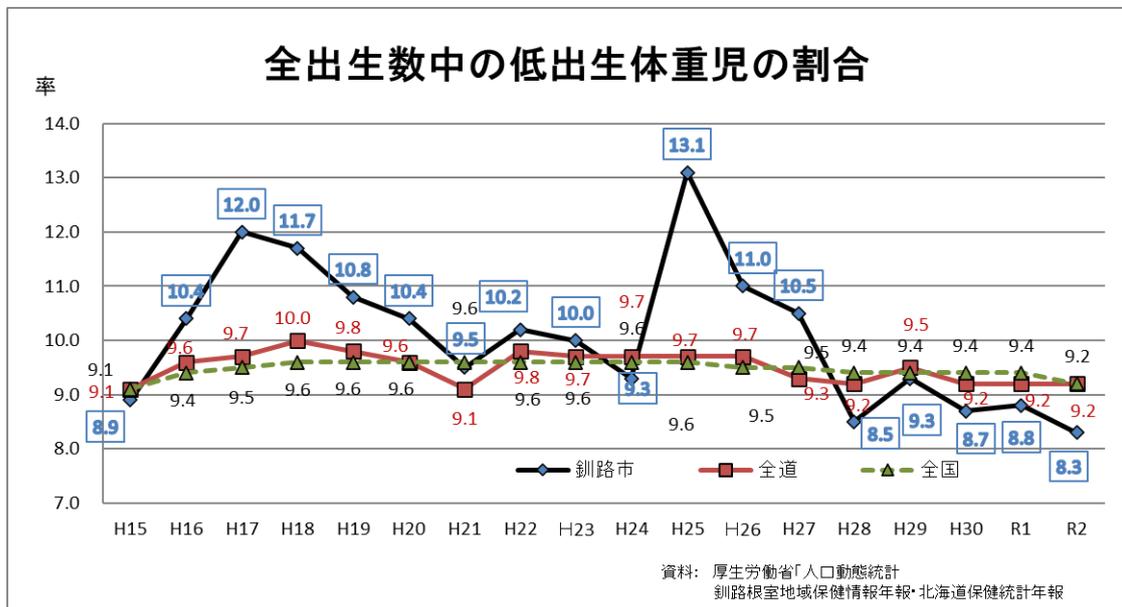


(3) 出生数と死亡数の推移

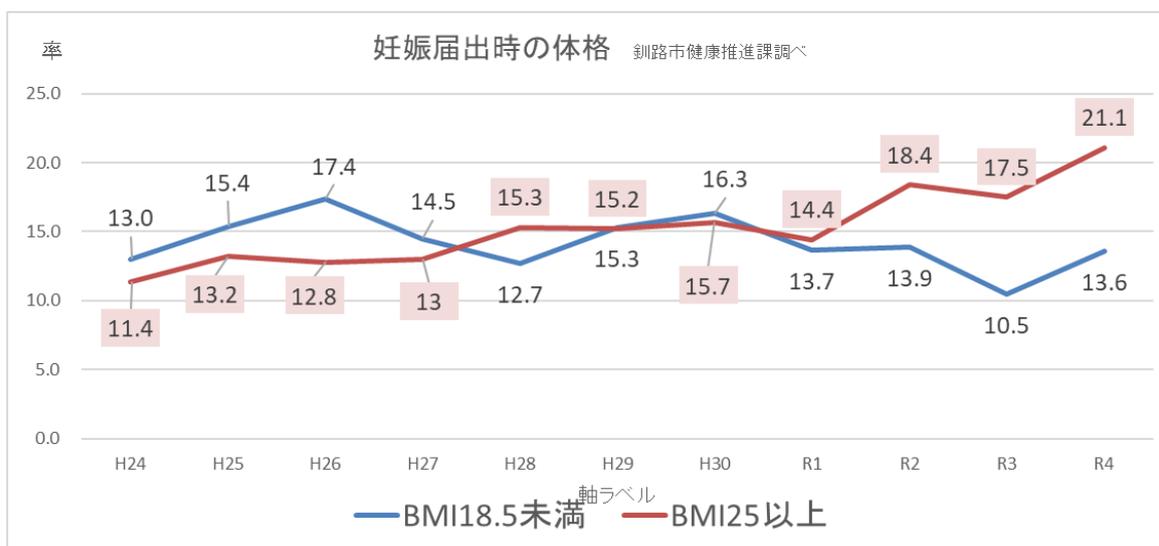


2. 生活習慣病の状況

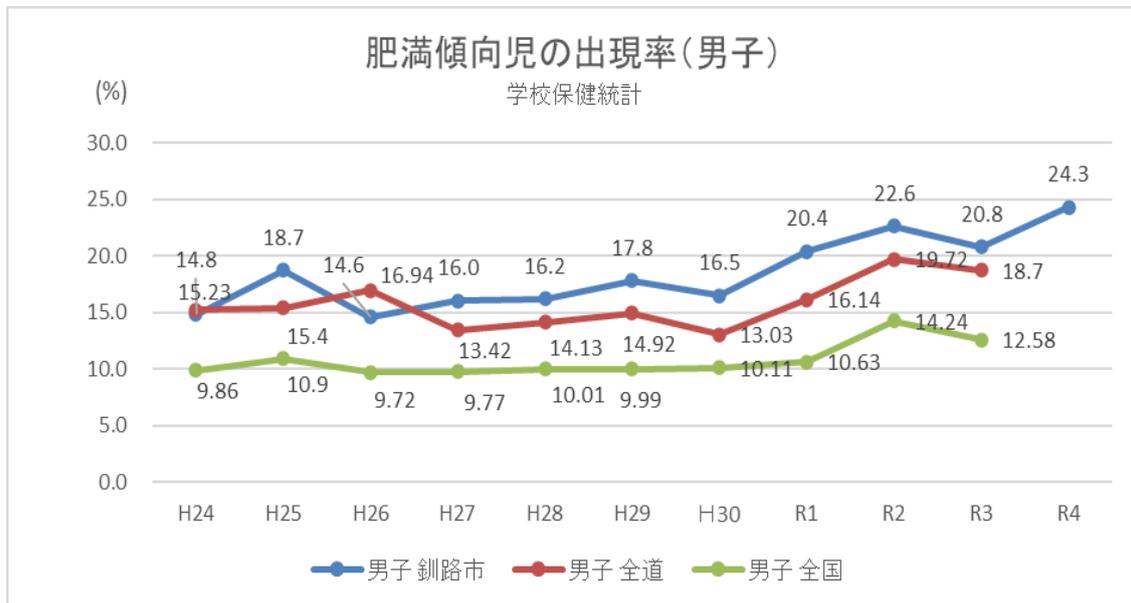
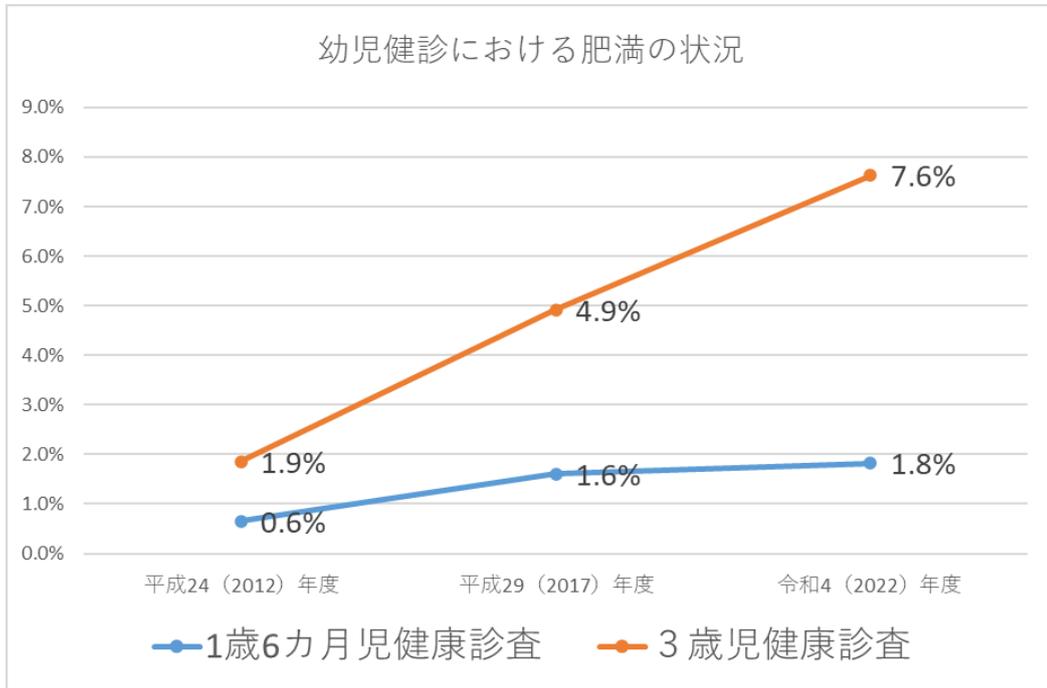
(1) 低出生体重児の推移



(2) 妊娠届出時の体格

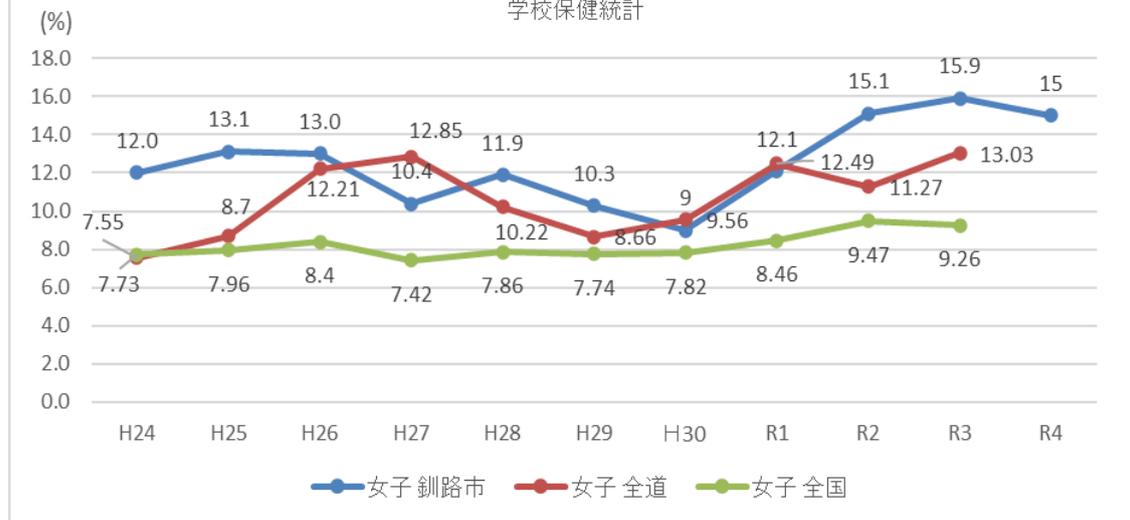


(3) こどもの肥満



肥満傾向児の出現率(女子)

学校保健統計



(4) 各世代の健診結果の状況（キッズ健診・若者健診・特定健診）

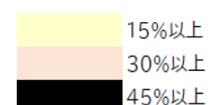
各年代における生活習慣病予防を目的とした健診結果より

キッズ健診 小学5～6年生を対象とした生活習慣病予防健診
 若者健診 18～39歳を対象とした生活習慣病予防健診
 特定健診 40～74歳の釧路市国民健康保険加入者を対象とした生活習慣病予防健診

令和4年度キッズ健診結果

令和4年度若者健診結果

令和4年度釧路市国民健康保険特定健診 厚生労働省様式5-2 ★暫定値



男性

	腹囲※1	肥満※2	中性脂肪	ALT(GPT)	HDL-C	HbA1c※3	尿酸	収縮期血圧※	拡張期血圧	LDL-C	クレアチニン
キッズ健診	59.5%	56.8%	27.8%	11.1%	2.8%	19.4%	8.3%	5.6%	19.4%	2.8%	
若者健診(20~29歳)	27.3%	24.2%	30.3%	36.4%	3.0%	6.1%	21.2%	18.2%	3.0%	27.3%	3.0%
若者健診(30~39歳)	50.0%	37.8%	29.3%	45.1%	4.9%	18.3%	22.0%	22.6%	9.8%	57.3%	12.2%
特定健診(40~64歳)	60.4%	42.7%	31.6%	32.0%	8.9%	52.4%	16.3%	47.0%	31.3%	50.6%	2.4%
特定健診(65~74歳)	59.6%	36.7%	24.2%	20.8%	6.2%	67.3%	11.4%	58.4%	24.0%	40.8%	3.3%

女性

	腹囲※1	肥満※2	中性脂肪	ALT(GPT)	HDL-C	HbA1c※3	尿酸	収縮期血圧※	拡張期血圧	LDL-C	クレアチニン
キッズ健診	29.2%	25.0%	25.0%	0.0%	0.0%	20.8%	8.3%	4.2%	25.0%	4.2%	
若者健診(20~29歳)	7.5%	11.9%	1.5%	6.0%	0.0%	6.0%	0.0%	4.5%	1.5%	31.3%	19.4%
若者健診(30~39歳)	15.8%	19.6%	6.3%	7.3%	0.3%	8.8%	0.3%	10.7%	3.2%	31.9%	18.9%
特定健診(40~64歳)	18.3%	24.0%	13.8%	14.0%	0.7%	46.5%	2.3%	36.1%	19.6%	56.2%	0.2%
特定健診(65~74歳)	20.5%	25.6%	15.1%	11.3%	1.3%	66.0%	2.4%	55.2%	17.4%	53.2%	0.4%

※1 キッズ健診は肥満度20%以上 成人はBMI25以上

※2 キッズ健診は75cm以上 腹囲身長比0.5以上

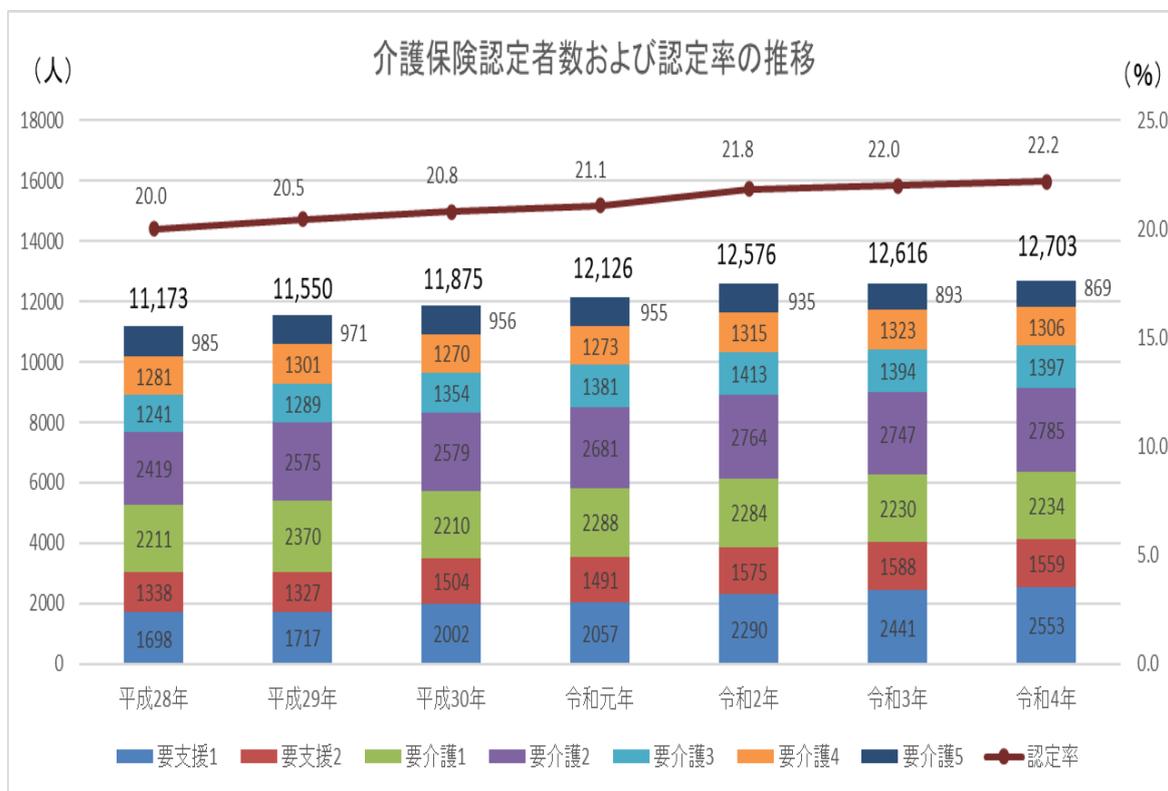
※3 キッズ健診は5.5以上 成人は5.6以上

(5) 生活習慣病と医療費の状況

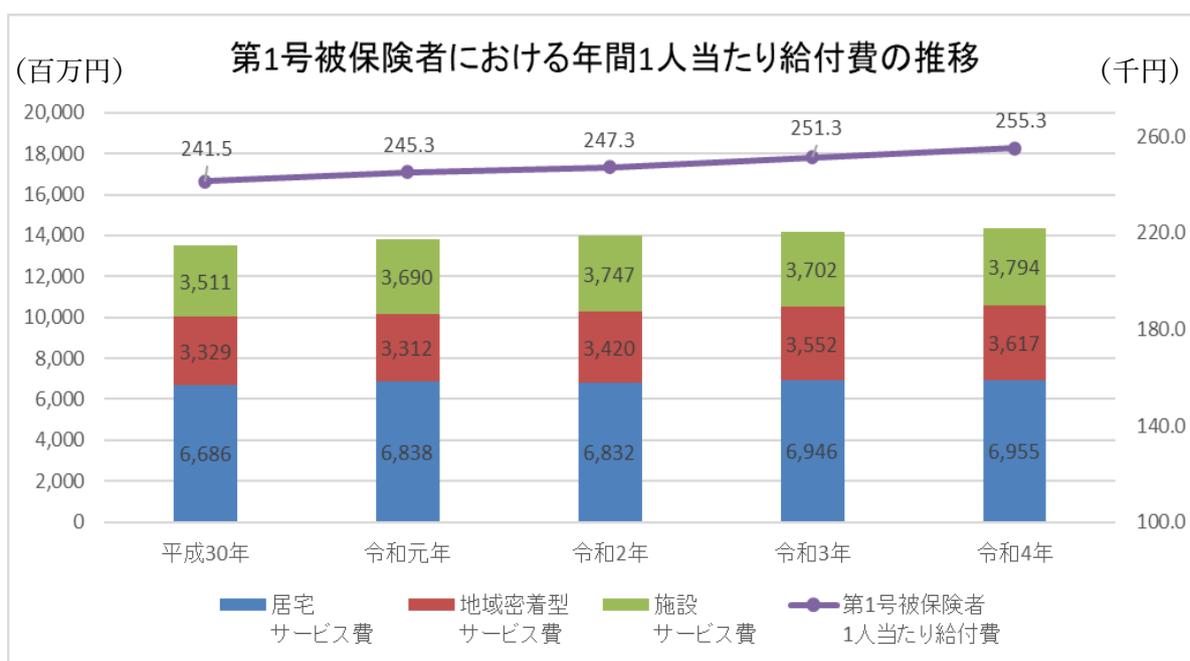
※釧路市国民健康保険課と、掲載するデータについて調整中

3. 介護の状況

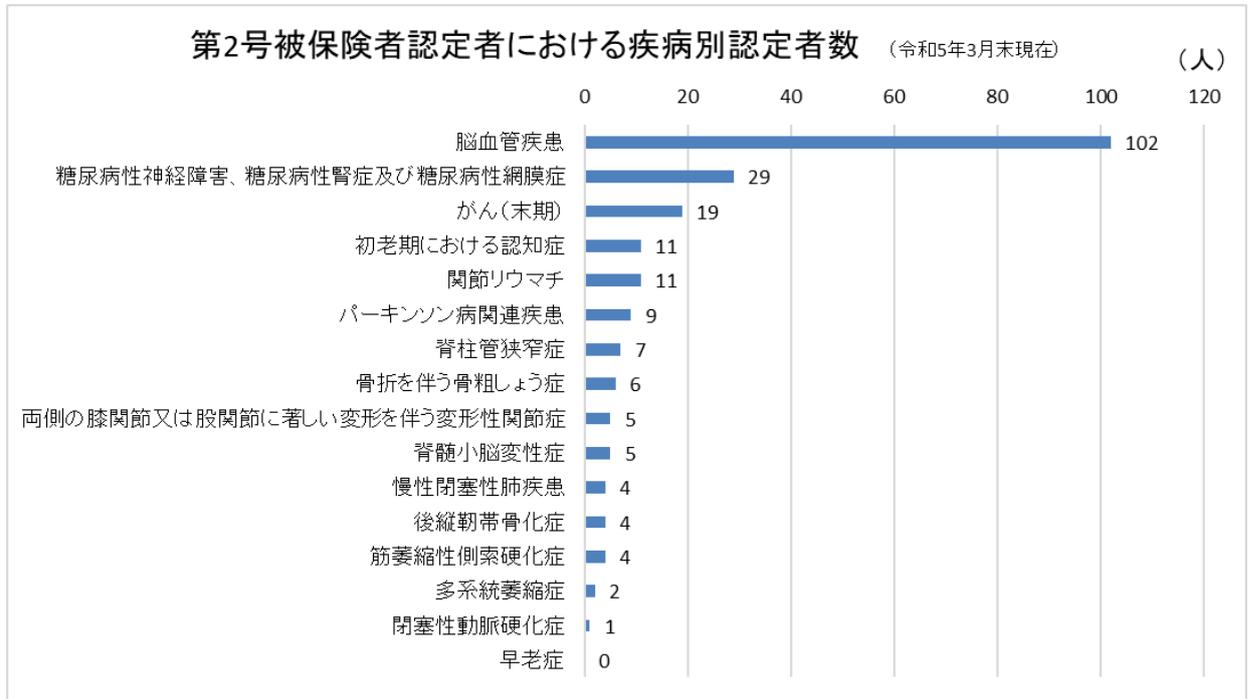
(1) 介護保険認定者数及び認定率の推移



(2) 介護保険の保険給付費の推移

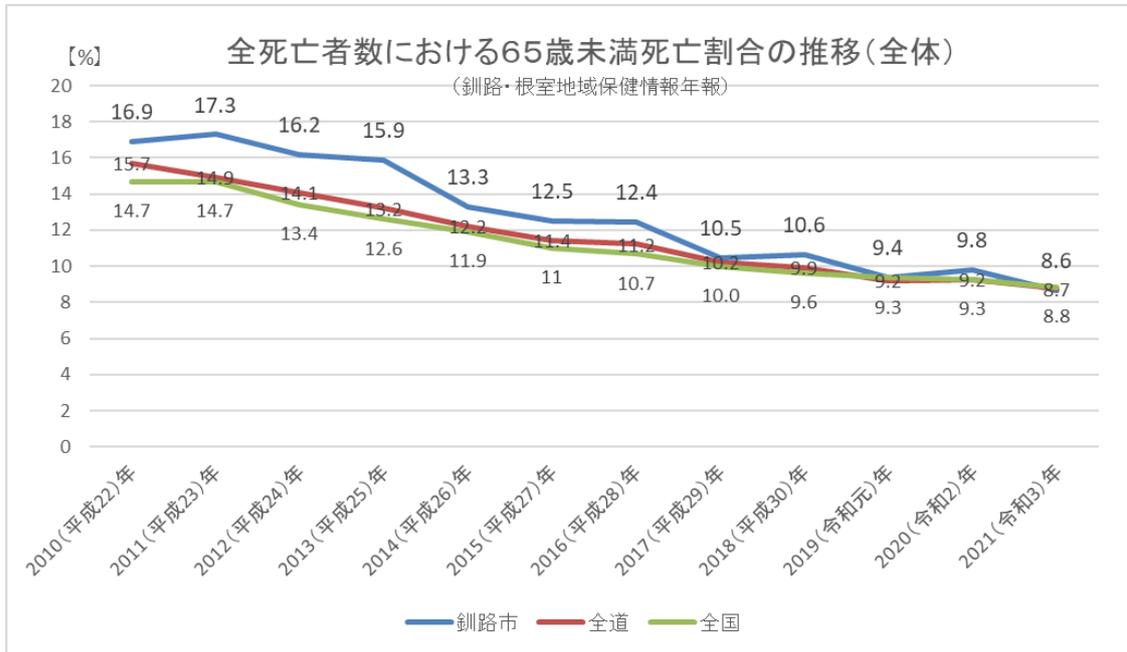


(3) 第2号被保険者における介護認定理由



4. 死因・死亡の状況

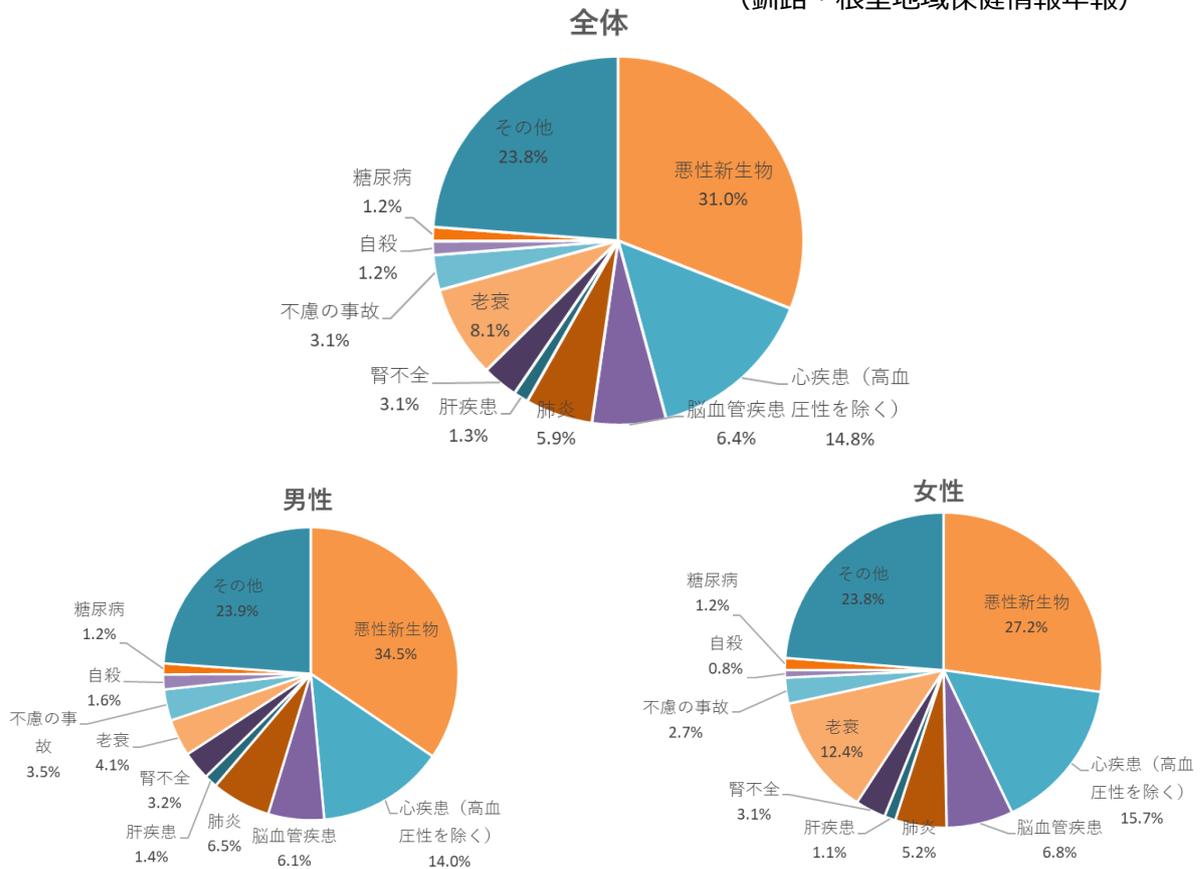
(1) 全死亡者数における65歳未満の死亡割合



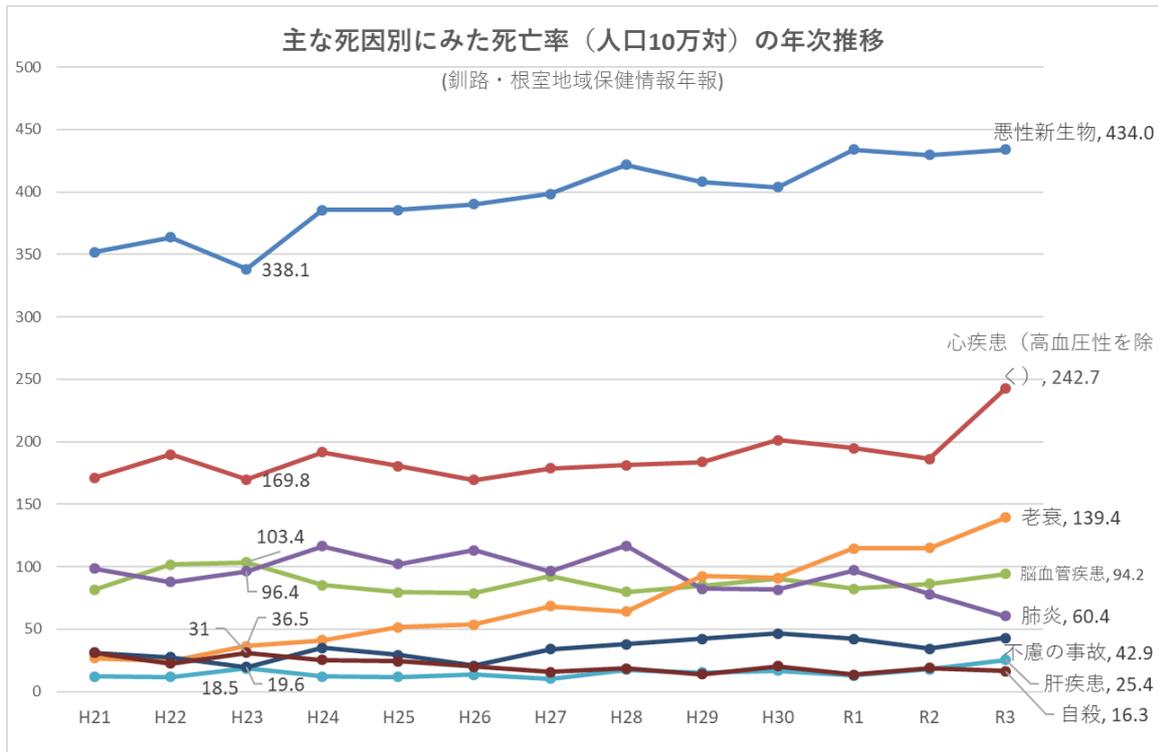
(2) 主要死因別死亡数と死亡率

①主要死因別死亡数の比較(平成29年～令和3年)

(釧路・根室地域保健情報年報)

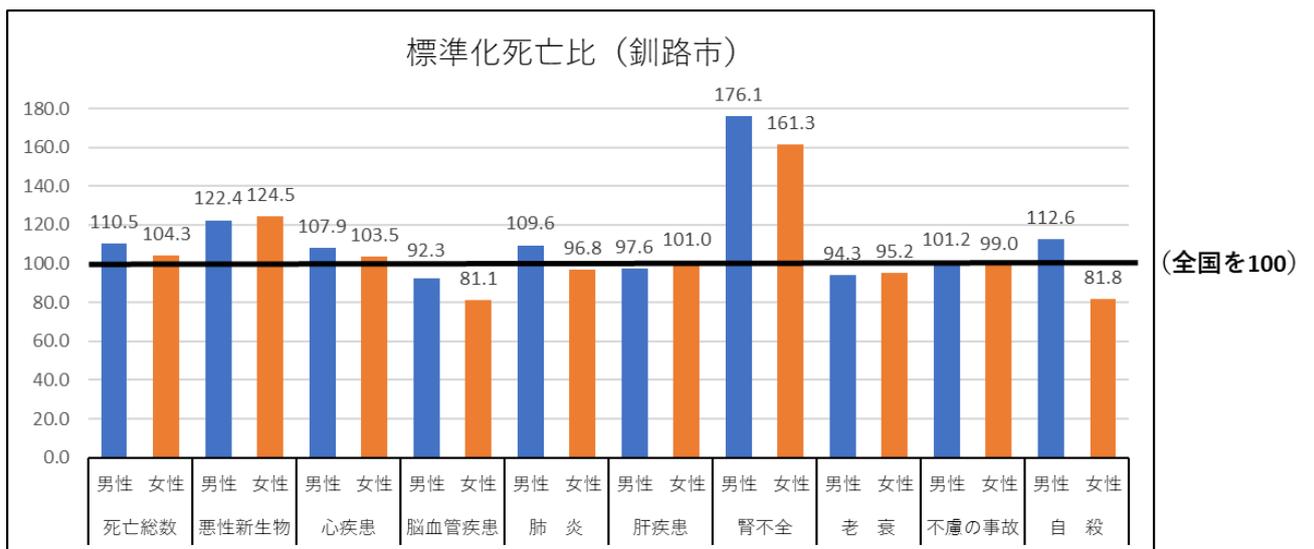


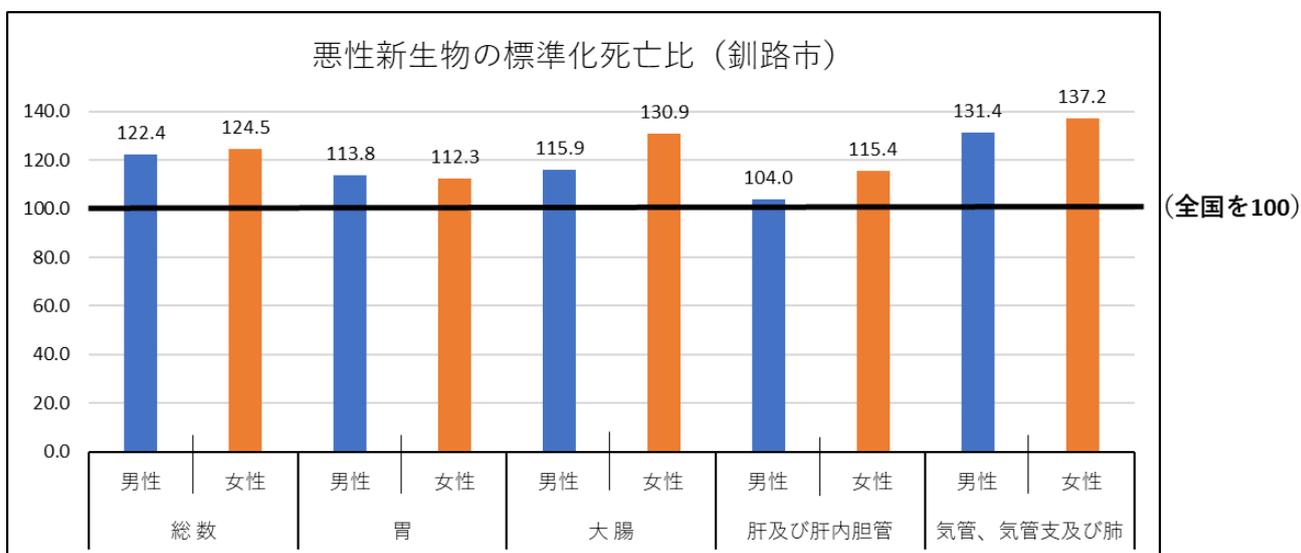
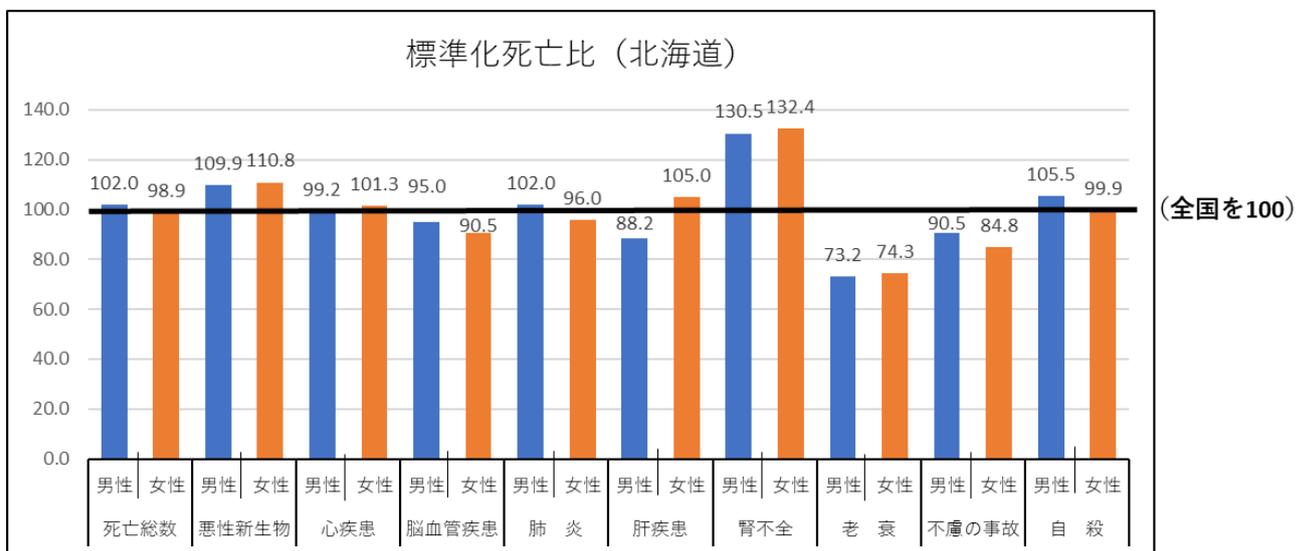
②主要死因別死亡率の年次推移



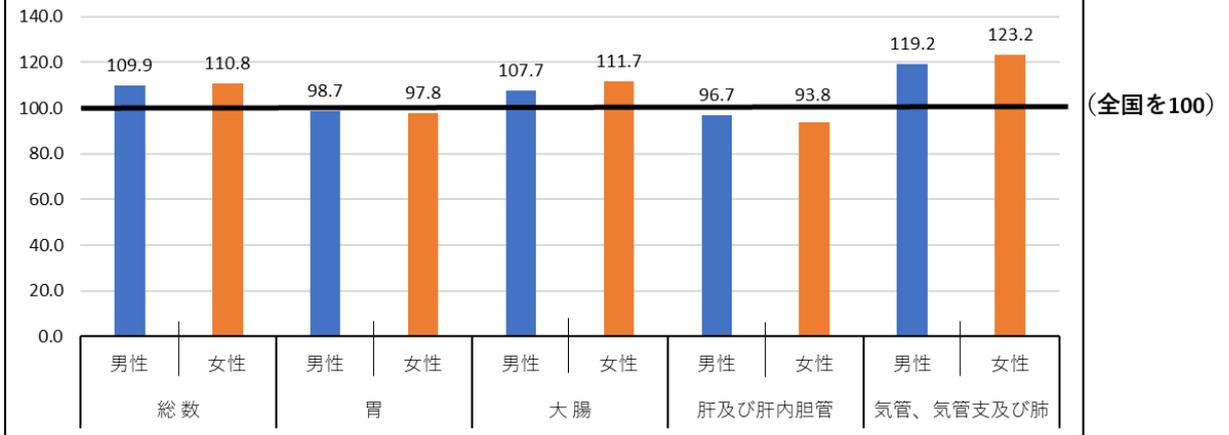
(3) 標準化死亡比※の状況 平成 25 年～平成 29 年人口動態特殊報告 第五表

※標準化死亡比（SMR）とは、全国を100とした場合、その疾患で亡くなるリスクがどれだけ高い、または低いかを表したものの。

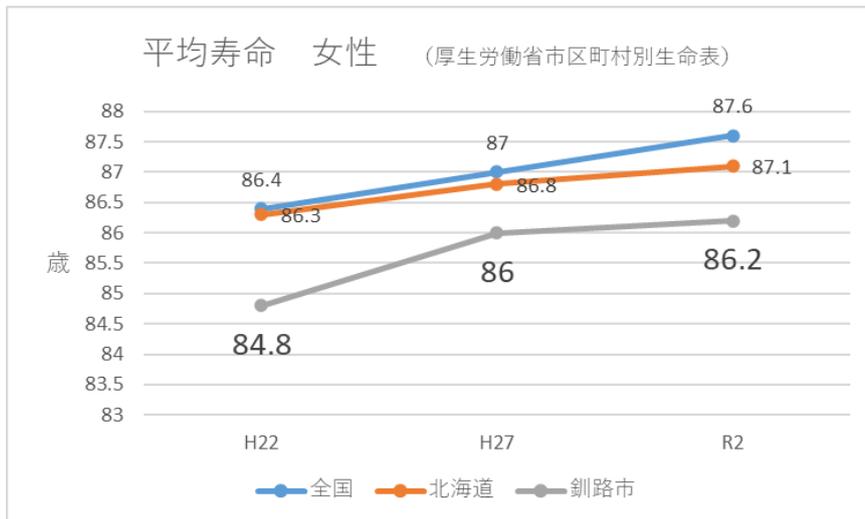
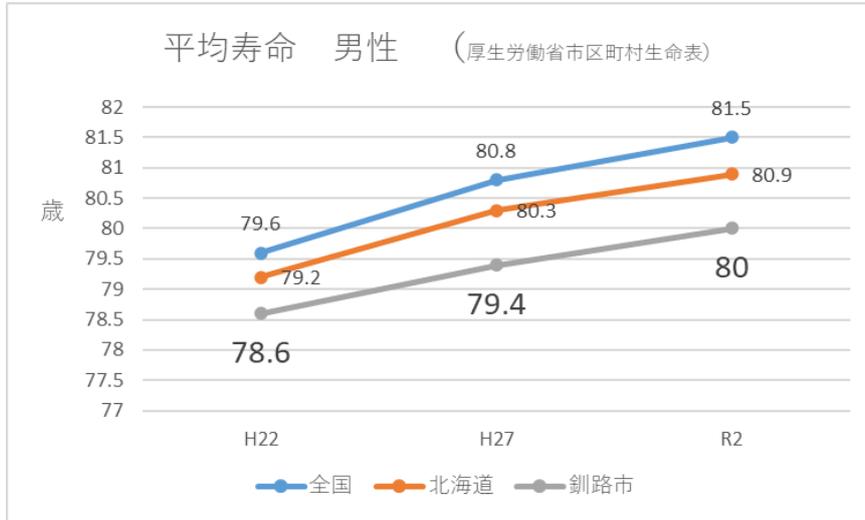




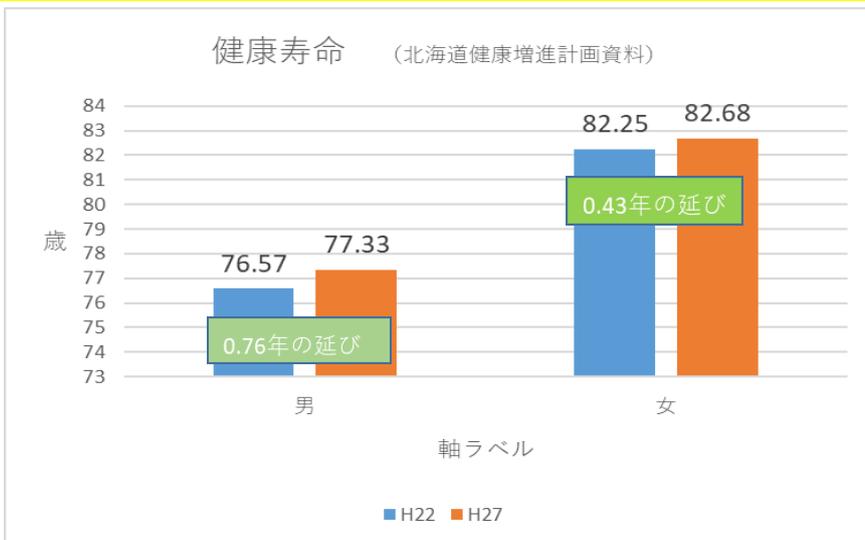
悪性新生物の標準化死亡比（北海道）



(4) 平均寿命と健康寿命の状況



※健康寿命については北海道が算出する数値で評価予定 (最新値は未公表)



5. 前計画最終評価

(1) 評価の方法

各目標値の達成状況については、各種統計データや事業の実績データを基に、平成 26 年度の策定時のベースライン値と今年度把握できる直近の数値を比較し、評価を行いました。

国の評価方法を参考に次のとおり目標達成率を算出し、判定基準により 4 段階で評価を示しています。

①目標値を設定した項目について

$$\text{目標達成率 (\%)} = \frac{(\text{最終評価時の値}) - (\text{策定時の値})}{(\text{目標値}) - (\text{策定時の値})} \times 100$$

②増加・減少を目標に設定した項目について

$$\text{増減率 (\%)} = \frac{\text{最終評価時の値}}{\text{策定時の値}} \times 100$$

判定区分	①の判定基準	②の判定基準
◎	目標値を達成している	増加・減少しているといえる →増減率が±10%以上
○	目標値を達成していないが、策定時より改善している →達成率50%以上～100%未満	増加・減少に近いといえる →増減率が±5%以上10%未満
△	策定時より改善傾向及び横ばい状況にある →達成率0%以上～50%未満	横ばい状況にある →増減率が±0%以上5%未満
×	策定時より悪化している →達成率がマイナス	策定時より悪化している →増減率が逆方向に向かっている
—	判定不可	判定不可

(2) 全体の評価結果

	領域	目標達成 (◎)	改善あり (○)	改善傾向 または横 ばい (△)	悪化 (×)	判定 不可	計	評価
1	がん	3	3	0	12	0	18	C
2	循環器疾患	3	2	1	2	0	8	B
3	糖尿病	0	0	1	0	0	1	B
4	慢性腎臓病	1	0	0	0	0	1	A
5	慢性閉塞性肺疾患	0	0	1	1	1	3	C
6	次世代の健康	1	0	0	3	0	4	C
7	高齢者の健康	1	0	0	0	0	1	A
8	こころの健康	1	0	0	0	0	1	A
9	栄養・食生活	0	0	0	2	0	2	C
10	身体活動・運動	0	0	0	4	0	4	C
11	休養	0	1	0	1	0	2	B
12	飲酒	0	4	0	1	0	5	A
13	喫煙	0	3	1	1	0	5	A
14	歯・口腔の健康	3	1	1	0	0	5	A
	計	13	14	5	27	1	60	

評価：項目合計のうち、◎○△の割合が80%以上 A

項目合計のうち、◎○△の割合が50%以上 B

項目合計のうち、◎○△の割合が50%未満 C

※評価項目が1つの場合は、その項目の増減率または達成率により評価

全体評価結果 B

(各領域のポイント数の平均値=58.2 より)

全体としては、目標達成した指標もあるが、C評価の領域が5つある状況です。また、評価が悪化となる指標については、残された課題として今後取り組む必要があると考えます。

(3) 各指標の評価結果一覧

①生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

No.	指標名	ベースライン		最終評価時		目標値	判定
		時点	数値等	時点	数値等	数値等	
1	75歳未満年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	H22	男性 155.5 女性 71.6	R3	男性 104.7 女性 78.7	減少	◎ ×
【出典】 釧路・根室地域保健情報年報 住民基本台帳							
2	がん検診受診率(40歳以上70歳未満職域除く) ア. 胃がん検診 イ. 肺がん検診 ウ. 大腸がん検診 エ. 子宮頸がん検診(20歳以上) オ. 乳がん検診	H24年度	ア. 男性 13.7% 女性 14.1% イ. 男性 13.8% 女性 14.7% ウ. 男性 15.3% 女性 18.1% エ. 33.7% オ. 32.5%	R4年度	ア. 男性 10.1% 女性 9.3% イ. 男性 9.9% 女性 10.4% ウ. 男性 12.4% 女性 13.8% エ. 29.2% オ. 28.5%	ア.男性 20.5% 女性 21.1% イ.男性 20.7% 女性 22.0% ウ.男性 22.9% 女性 27.1% エ. 50.5% オ. 48.7%	× × × × × × × ×
【出典】 地域保健・健康増進事業報告							
3	がん検診精密検査受診率(40歳以上70歳未満職域含む) ア. 胃がん検診 イ. 肺がん検診 ウ. 大腸がん検診 エ. 子宮頸がん検診(20歳以上) オ. 乳がん検診	H23年度	ア. 男性 78.1% 女性 84.4% イ. 男性 81.1% 女性 92.5% ウ. 男性 82.3% 女性 83.1% エ. 78.5% オ. 96.5%	R3年度	ア. 男性 85.1% 女性 89.2% イ. 男性 100.0% 女性 100.0% ウ. 男性 75.3% 女性 81.8% エ. 92.9% オ. 93.7%	増加	○ ○ ◎ ○ × × ◎ ×
【出典】 地域保健・健康増進事業報告 釧路根室地域保健情報年報							
4	生活習慣病に占める脳血管疾患患者数の割合	H25	12.1%	R4	10.3%	減少	◎
【出典】 KDB 帳票「生活習慣病全体のレセプト分析」「脳血管疾患のレセプト分析」5月診療分							
5	生活習慣病に占める虚血性心疾患患者数の割合	H25	12.6%	R4	9.5%	減少	◎
【出典】 KDB 帳票「生活習慣病全体のレセプト分析」「虚血性心疾患のレセプト分析」5月診療分							
6	重症化予防対象者の血圧の改善割合	H24～H25年度	32.9%	R2～R3年度	41.1%	毎年度40%以上	○
【出典】 釧路市国民健康保険特定健康診査							
7	重症化予防対象者のLDLコレステロールの改善割合	H24～H25年度	32.8%	R2～R3年度	43.2%	毎年度40%以上	○
【出典】 釧路市国民健康保険特定健康診査							
8	メタボリックシンドロームの該当者および予備群の割合	H23年度	該当者 13.8% 予備群 12.7%	R3年度	該当者 37.7% 予備群 18.8%	減少	× ×
【出典】 釧路市国民健康保険特定健康診査							
9	国保特定健康診査の受診率	H23年度	15.1%	R2年度	26.1%	38%(R2)	△
【出典】 釧路市国民健康保険特定健康診査							
10	国保特定保健指導の実施率	H23年度	27.8%	R2年度	57.8%	55.5%(R2)	◎
【出典】 釧路市国民健康保険特定健康診査							

領域	No.	指標名	ベースライン		現状値		目標値		
			時点	数値等	時点	数値等	数値等		
糖尿病	11	重症化予防対象者のHbA1cの改善割合	H24 ～ H25 年度	20.6%	R2 ～ R3 年度	16.1%	毎年度 20%以上	△	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
慢性腎臓病	12	糖尿病性腎症による年間新規人工透析導入患者数	H24 年度	32名	R4 年度	13名	減少	◎	
	【出典】釧路市自立支援医療（更生医療）の申請状況								
慢性閉塞性肺疾患	13	COPDの認知度	-	なし	-		80%	-	
	【出典】道実施予定の調査								
	14	成人の喫煙率	H23 年度	男性 23.3% 女性 9.4%	R3 年度	男性 23.3% 女性 12.0%	減少	× ×	
【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査									

②社会生活を営むために必要な機能の維持および向上

領域	No.	指標名	ベースライン		現状値		目標値		
			時点	数値等	時点	数値等	数値等		
次世代の健康	15	全出生数中の低出生体重児の割合	H22 年	10.2%	R2 年	8.3%	減少	◎	
	【出典】人口動態統計調査 釧路根室地域保健情報年報								
	16	妊娠届時のやせ（BMI 18.5未満）の割合	H24 年度	13.0%	R4 年度	13.6%	減少	×	
	【出典】北海道母子保健システム報告								
高齢者の健康	17	肥満傾向児の割合（小学5年生の肥満傾向児の割合）	H24 年度	男子 14.8% 女子 12.0%	R4 年度	男子 24.3% 女子 15.0%	減少	× ×	
	【出典】学校保健統計調査								
	18	認知症サポーター数の増加	H26 年度	6,097人	R4 年度	17,130人	増加	◎	
【出典】釧路市介護高齢課調べ									
こころの健康	19	自殺死亡率(人口10万人当たり)	H23 年	31.0	R3 年	17.5	減少	◎	
【出典】地域自殺実態プロファイル									

③生活習慣・社会環境の改善

領域	No.	指標名	ベースライン		現状値		目標値		
			時点	数値等	時点	数値等	数値等		
栄養・食生活	20	肥満者の割合（40～60歳代）	H23年度	男性 35.8% 女性 20.9%	R3年度	男性 42.9% 女性 26.3%	減少	×	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
身体活動・運動	21	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している割合（40～60歳代）	H23年度	男性 48.3% 女性 46.0%	R3年度	男性 46.5% 女性 42.6%	増加	×	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
	22	運動習慣者の割合（1回に30分・週2回以上の運動を1年以上継続）（40～60歳代）	H23年度	男性 39.4% 女性 35.2%	R3年度	男性 36.2% 女性 30.0%	男性 54.9% 女性 48.6%	×	
【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査									
休養	23	睡眠による休養を十分とれていない人の割合	H23年度	男性 17.2% 女性 26.7%	R3年度	男性 19.7% 女性 25.1%	減少	×	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
飲酒	24	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合	H23年度	男性 14.3% 女性 5.3%	R3年度	男性 12.8% 女性 6.4%	男性 12.1% 女性 4.5%	○	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
	25	妊婦の飲酒率	H23年度	1.3%	R4年度	0.1%	0%	○	
	【出典】北海道母子保健システム報告								
	26	高校生の飲酒率（高校1年生）	H23年度	男性 16.4% 女性 15.5%	H5年度	男性 0.34% 女性 0.04%	0%	○	
【出典】釧路市高校生の性に関する調査									
喫煙	27再掲	成人の喫煙率	H23年度	男性 23.3% 女性 9.4%	R3年度	男性 23.3% 女性 12.0%	減少	△	
	【出典】釧路市国民健康保険特定健康診査								
	28	妊婦の喫煙率	H24年度	9.3%	R4年度	4.4%	0%	○	
	【出典】北海道母子保健システム報告								
29	高校生の喫煙率（高校1年生）	H23年度	男性 5.7% 女性 2.6%	R5年度	男性 0.01% 女性 0.01%	0%	○		
【出典】釧路市高校生の性に関する調査									
歯・口腔の健康	30	むし歯のない3歳児の割合	H24年度	71.9%	R4年度	83.4%	85%以上	○	
	【出典】3歳児歯科健康診査								
	31	12歳児むし歯数（1人平均むし歯数）	H24年度	1.89本	R4年度	0.79本	1.0本以下	◎	
	【出典】学校保健統計調査 釧路市教育委員会								
	32	むし歯のない12歳児の割合	H24年度	男性 43.2% 女性 40.7%	R4年度	男性 68.8% 女性 67.2%	増加	◎	
【出典】学校保健統計調査									
33	歯周病を有する人の割合	H24年度	44.9%	R4年度	46.7%	減少	△		
【出典】釧路市歯周疾患検診									

6.市民健康意識調査の概要

本計画の策定に先立ち、市民の健康づくりや生活習慣（食生活や運動、睡眠や体調など）に関する意識や実態等を把握するため、「釧路市市民健康意識調査」を実施しました。

調査対象	(1) 乳幼児の保護者 ※令和5年4月1日時点で、0～6歳児の保護者 (2) 小学生 ※令和5年4月時点で、市内対象校5校に在籍する小学3～6年生 (3) 18歳以上の市民 ※令和4年12月時点で、18歳以上の市民																																																																															
調査方法	(1) オンライン回答（市公式LINEにて呼びかけ） (2) 各学校を通じ、オンライン回答 (3) 新型コロナワクチン会場来所者へ直接配布回収																																																																															
調査期間	(1) 令和5年4月11日～7月7日 (2) 令和5年4月24日～5月31日 (3) 令和4年12月9日～12月22日																																																																															
回答数	<table border="1"> <thead> <tr> <th>年齢</th> <th>男</th> <th>女</th> <th>不明</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0歳児</td><td>12人</td><td>11人</td><td></td></tr> <tr><td>1歳児</td><td>40人</td><td>31人</td><td></td></tr> <tr><td>2歳児</td><td>27人</td><td>24人</td><td></td></tr> <tr><td>3歳児</td><td>32人</td><td>18人</td><td></td></tr> <tr><td>4歳児</td><td>11人</td><td>12人</td><td></td></tr> <tr><td>5歳児</td><td>10人</td><td>10人</td><td></td></tr> <tr><td>6歳児</td><td>1人</td><td>1人</td><td></td></tr> <tr><td>8歳</td><td>34人</td><td>31人</td><td></td></tr> <tr><td>9歳</td><td>38人</td><td>43人</td><td>4人</td></tr> <tr><td>10歳</td><td>40人</td><td>47人</td><td>2人</td></tr> <tr><td>11歳</td><td>41人</td><td>45人</td><td>2人</td></tr> <tr><td>12歳</td><td>2人</td><td>4人</td><td></td></tr> <tr><td>20代以下</td><td>64人</td><td>74人</td><td></td></tr> <tr><td>30代</td><td>81人</td><td>67人</td><td></td></tr> <tr><td>40代</td><td>118人</td><td>151人</td><td></td></tr> <tr><td>50代</td><td>134人</td><td>193人</td><td></td></tr> <tr><td>60代</td><td>499人</td><td>583人</td><td></td></tr> <tr><td>70代以上</td><td>286人</td><td>374人</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>乳幼児 240人 小学生 334人 成人 2,624人</p> <p style="text-align: right;">合計 3,198人</p>				年齢	男	女	不明	0歳児	12人	11人		1歳児	40人	31人		2歳児	27人	24人		3歳児	32人	18人		4歳児	11人	12人		5歳児	10人	10人		6歳児	1人	1人		8歳	34人	31人		9歳	38人	43人	4人	10歳	40人	47人	2人	11歳	41人	45人	2人	12歳	2人	4人		20代以下	64人	74人		30代	81人	67人		40代	118人	151人		50代	134人	193人		60代	499人	583人		70代以上	286人	374人	
年齢	男	女	不明																																																																													
0歳児	12人	11人																																																																														
1歳児	40人	31人																																																																														
2歳児	27人	24人																																																																														
3歳児	32人	18人																																																																														
4歳児	11人	12人																																																																														
5歳児	10人	10人																																																																														
6歳児	1人	1人																																																																														
8歳	34人	31人																																																																														
9歳	38人	43人	4人																																																																													
10歳	40人	47人	2人																																																																													
11歳	41人	45人	2人																																																																													
12歳	2人	4人																																																																														
20代以下	64人	74人																																																																														
30代	81人	67人																																																																														
40代	118人	151人																																																																														
50代	134人	193人																																																																														
60代	499人	583人																																																																														
70代以上	286人	374人																																																																														

第3章 計画の基本的な考え方

1. 基本理念

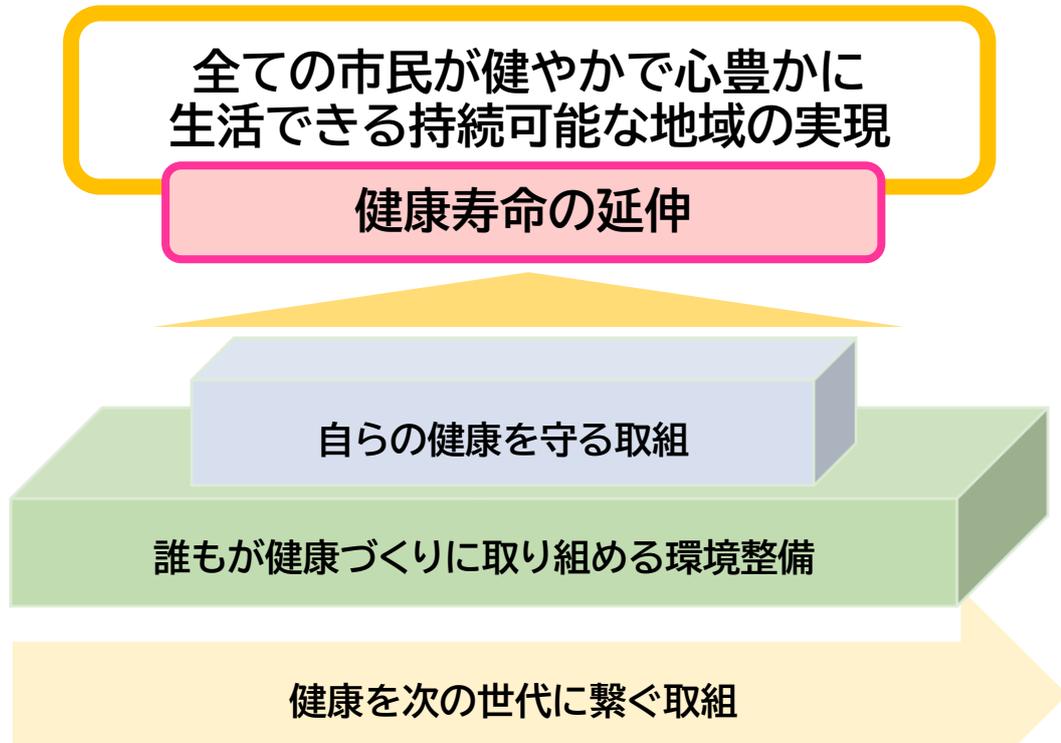
本計画は、少子高齢化や疾患構造が進む中で、子どもから高齢者までのライフステージに応じた生活習慣の改善により、健やかに生活できる社会の実現を目指し、生涯を通じた市民の健康増進を推進する考え方を基本とし、さらに今後の多様な働き方の広まりや高齢者の就労拡大、あらゆる分野でのDX(デジタルトランスフォーメーション)の加速化といった社会変化を見据え、市民・行政・関係団体等のさらなる連携の推進を図るため、次の基本理念を掲げます。

**全ての市民が健やかで心豊かに
生活できる持続可能な地域の実現**

2. 基本方針

- (1) 健康寿命の延伸を目指します。
- (2) 一人ひとりが、自らの健康を守るための取組を進めます。
- (3) 誰もが健康づくりに取り組める環境整備を進めます。
- (4) 胎児期から老年期までの一生の間、健康を次の世代に繋ぐための取組を進めます。

計画の全体像



3. SDGsの理念と健康づくりについて

平成27年9月の国連総会において、持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）が定められました。“誰一人取り残さない”を基本理念として、国際社会が令和12（2030）年までに貧困を撲滅し、持続可能な社会を実現するため、「貧困をなくそう」「飢餓をゼロに」など17の目標（Goals）が設定されましたが保健分野においても「すべての人に健康と福祉を」（Goal 3）が目標として設定され、世界でもさまざまな取組がすすめられています。

本計画においても、関連の大きな10の目標について、計画を推進する視点として取り入れ、取組をすすめます。

<p>1 貧困をなくそう</p> 	<p>あらゆる場所のあらゆる形態の貧困を終わらせる</p>	<p>2 飢餓をゼロに</p> 	<p>飢餓を終わらせ、食糧安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する</p>	<p>3 すべての人に健康と福祉を</p> 	<p>あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し生涯学習の機会を促進する</p>
<p>4 質の高い教育をみんなに</p> 	<p>すべての人に包摂的かつ公正な質の高い教育を確保し生涯学習の機会を促進する</p>	<p>5 ジェンダー平等を実現しよう</p> 	<p>ジェンダー平等を達成し、すべての女性および女児の能力強化を行う</p>	<p>8 働きがいも経済成長も</p> 	<p>包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的雇用と働きがいのある人間らしい雇用を促進する</p>
<p>10 人や国の不平等をなくそう</p> 	<p>各国内および各国間の不平等を是正する</p>	<p>12 つくる責任 つかう責任</p> 	<p>持続可能な生産消費形態を確保する</p>	<p>16 平和と公正をすべての人に</p> 	<p>持続可能な開発のための平和で包摂的な社会を促進し、すべての人々に司法へのアクセスを提供し、あらゆるレベルにおいて効果的で説明責任のある包摂的な制度を構築する</p>
<p>17 パートナースhipで目標を達成しよう</p> 	<p>持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化させる</p>				

(参考:SDGs 全項目)

	<p>あらゆる場所のあらゆる形態の貧困を終わらせる</p>		<p>各国内及び各国間の不平等を是正する</p>
	<p>飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を推進する</p>		<p>包摂的で安全かつ強靱(レジリエント)で持続可能な都市及び人間居住を実現する</p>
	<p>あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する</p>		<p>持続可能な生産消費形態を確保する</p>
	<p>すべての人に包摂的かつ公正な質の高い教育を確保し、生涯学習の機会を促進する</p>		<p>気候変動及びその影響を軽減するための緊急対策を講じる</p>
	<p>ジェンダー平等を達成し、すべての女性及び女児の能力強化を行う</p>		<p>持続可能な開発のために海洋・海洋資源を保全し、持続可能な形で利用する</p>
	<p>すべての人々の水と衛生の利用可能性と持続可能な管理を確保する</p>		<p>陸域生態系の保護、回復、持続可能な利用の推進、持続可能な森林の経営、砂漠化への対処、並びに土地の劣化の阻止・回復及び生物多様性の損失を阻止する</p>
	<p>すべての人々の、安価かつ信頼できる持続可能な近代的エネルギーへのアクセスを確保する</p>		<p>持続可能な開発のための平和で包摂的な社会を促進し、すべての人々に司法へのアクセスを提供し、あらゆるレベルにおいて効果的で説明責任のある包摂的な制度を構築する</p>
	<p>包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用(ディーセント・ワーク)を促進する</p>		<p>持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する</p>
	<p>強靱(レジリエント)なインフラ構築、包摂的かつ持続可能な産業化の促進及びイノベーションの推進を図る</p>	(外務省 仮記)	

第4章 健康づくりに向けた取組

1. 自分の健康を守る取組

(1) 生活習慣の改善

栄養・食生活

現状と課題	
-------	--

目標	
----	--

数値目標	
------	--

市民の取組	妊娠・出産期	
	乳幼児期 (保護者)	
	学童期・思 春期	
	青壮年期	
	高齢期	

地域の取組	釧路市医師会	
	釧路歯科医師会	
	釧路薬剤師会	
	北海道栄養士会釧路支部	
	がん検診センター	
	釧路商工会議所	
	学校保健協議会	
	スポーツ振興財団	
	大学・短大	
	連合町内会	
	市民団体	
連携協定企業		

行政の取組	知識の普及と啓発	
	相談等の充実	
	関係機関等との連携	

身体活動・運動

・
・
・
・
・
・

(2) 健康管理の実践

- ・ 健診や検診を定期的な受診をすすめ、健（検）診結果に基づき、医療機関の受診や生活改善につなげます。また重症化予防のための定期受診や自己管理の取組をすすめます。

現状と課題	
-------	--

目標	
----	--

数値目標	
------	--

市民の取組	妊娠・出産期	
	乳幼児期（保護者）	
	学童期・思春期	
	青壮年期	
	高齢期	

地域の取組	釧路市医師会	
	釧路歯科医師会	
	釧路薬剤師会	

	北海道栄養士 会釧根支部	
	がん検診セン ター	
	釧路商工会議 所	
	学校保健協議 会	
	スポーツ振興 財団	
	大学・短大	
	連合町内会	
	市民団体	
	連携協定企業	

行政の取組	知識の普及と 啓発	
	相談等の充実	
	関係機関等と の連携	

2. 誰もが健康になれる環境整備

- ・健康無関心層を含む全ての市民を対象として、楽しみながら自然に健康になれる仕組みづくりや、家庭・地域・学校・職場でコミュニケーションを通じお互いの健康を支える取組をすすめます。

現状と課題	
-------	--

目標	
----	--

数値目標	
------	--

市民の取組	妊娠・出産 期	
	乳幼児期 (保護者)	

	学童期・思春期	
	青壮年期	
	高齢期	

地域の取組	釧路市医師会	
	釧路歯科医師会	
	釧路薬剤師会	
	北海道栄養士会釧路支部	
	がん検診センター	
	釧路商工会議所	
	学校保健協議会	
	スポーツ振興財団	
	大学・短大	
	連合町内会	
	市民団体	
連携協定企業		

行政の取組	知識の普及と啓発	
	相談等の充実	
	関係機関等との連携	