

第2章

基本理念と基本方針等

1. 基本理念と基本目標

(1) 基本理念

**すべての市民が健康で
いきいきと生活する**

この基本理念は「新・にしのみや健康づくり21」の基本理念を継承した、わたしたちが将来にもとめる“まちのあるべき姿”です。

あらゆる世代の市民が疾病や障がいの有無、経済状況等に関わらず、生涯にわたってその人らしく、身体も心も健やかにいきいきと生活を送ることができるよう、市民、学校、地域、企業、行政などが、それぞれの役割を果たしながら、共に支え合い、「健康」づくりに取り組みます。

(2) 基本目標

基本理念を実現するために、「健康寿命の延伸」「早世（早死）予防」を基本目標に設定します。

基本目標 1

健康寿命の延伸

—不健康な期間を短縮し、健康な期間を延ばす—

いきいきと生活するために、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間である健康寿命を延伸することを目標とします。

健康寿命の延伸については、平均寿命の延び以上に、不健康な状態になる時点を遅らせることが重要です。

基本目標 2

早世（早死）予防

—若くして亡くならないための適時・適切な対応—

働き盛り世代の人は、家庭や社会の中で核となる立場であることが多く、病気になったり死亡したりすると、家族・友人・周りの人への影響は非常に大きなものとなります。社会的にも今後の生産年齢人口の減少を鑑みると、この世代の罹患および重症化の予防を一層推進することが重要です。

2. 基本方針

基本目標の達成に向け、次の基本方針を設定します。これらに則り、健康づくり 7 分野ごとに施策を展開します。

1 生活習慣病の発症と重症化の予防に取り組みます

生活習慣病の中でも循環器疾患、糖尿病、慢性腎臓病（CKD）、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の予防に取り組みます。循環器疾患は、本市の死因別割合で上位となっている心疾患や脳血管疾患を含む疾患です。糖尿病は有病率が 12.4%（平成 28（2016）年度各種健康診査受診結果）と増加傾向にあり、CKD（慢性腎臓病）など重大な合併症を引き起こす恐れがあります。そして、COPD（慢性閉塞性肺疾患）は今後、死亡原因として急速に増加すると予測されています。これらの予防として高血糖、高血圧、脂質異常、喫煙、肥満に係る対策を講じます。また、重症化予防については、「西宮市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」と連携して推進します。

2 がんに関する普及啓発と早期発見に取り組みます

がん（悪性新生物）は、本市の死因の第 1 位で約 3 割を占めています。予防のためには、「喫煙」「飲酒」「食事」「身体活動」の望ましい生活習慣の確立に加え、「がんの原因となるウイルス」に対する対策が重要となります。

また、がんによる死亡を防ぐためには、定期的な検診受診により、早期発見することが大切です。要精密検査の場合には、精密検査を受けることが何より重要であり、精密検査未受診者への受診勧奨に取り組みます。

3 自殺対策に取り組みます

自殺は本市の死亡要因の第 8 位となっていますが、10 代、20 代、30 代の全てにおいて死亡要因の第 1 位、40 代、50 代では第 2 位となっています。

自殺対策では「こころの健康づくり」の推進が重要です。そのため、生活や自殺の実態把握、こころの健康に関する普及啓発、相談支援の充実などの対策を講じます。

3. 「健康づくり」推進の考え方

健康づくり 7 分野における施策の推進にあたっては、次の考え方を踏まえます。

市民が主体の健康づくり

健康づくりは、市民一人ひとりが自らの生活習慣を見直し、生活習慣の改善に主体的に取り組むことが重要です。市民の取り組み方策を明らかにし、その支援を行います。

ライフステージにあわせた健康づくり

各分野に関する取り組みとともに、子どもの頃から健康づくりに必要な知識や生活習慣を身につけ、生涯を通じて健康的に過ごせるよう、ライフステージにあわせた取り組みを推進します。

地域の状況にあわせた健康づくり

本市では北部から塩瀬、山口、本庁北西、本庁北東、本庁南西、本庁南東、甲東、瓦木、鳴尾の 9 地区でのまちづくりについて検討を進めています(次ページ参照)。

地区ごとに人口構造や交通の利便性、地域住民同士のつながりなど様々な特長があります。健康づくりにあたっては地区ごとの健康課題を分析し、地区の特長を活かした取り組みを推進します。

健康づくりを支援する環境づくり

市民が主体的に健康づくりに取り組むために、地域、各種団体による支援や医療機関、職域等の関係機関がそれぞれの特性を活かしながら連携し、社会全体で支援する体制づくりを進めます。

(参考) 9地区

