

# 宇治市健康づくり・食育推進計画(第2次) 初案(案)について



令和6年7月30日

令和6年度第2回宇治市健康づくり・食育推進協議会

# 説明の流れ

1.はじめに	計画の位置づけと宇治市の現状
2.計画の内容	計画の理念と重点施策
3.進捗管理	計画をどのように活用していくか
4.最後に	パブリックコメントについて

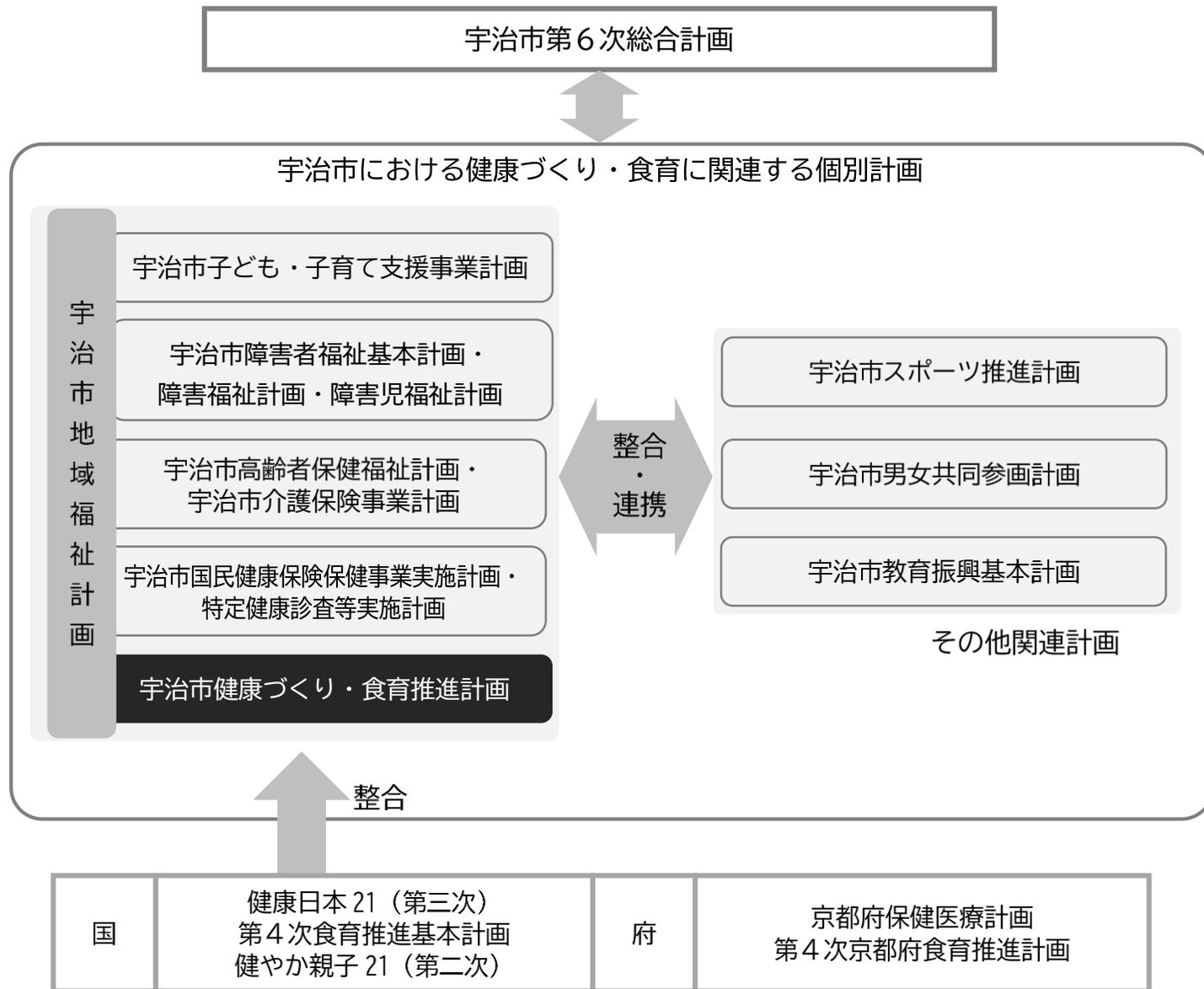
1.はじめに

計画の位置づけと宇治市の現状

### 計画の位置づけ

本計画は、「健康づくり推進計画」、  
「食育推進計画」を一体的に策定。

本市の最上位計画である  
「宇治市第6次総合計画」をはじめ、  
本市が推進する関連計画との  
整合・連携を図り推進。



## 計画の期間

●計画期間：令和7年1月～18年度（12年間）

●中間評価：令和12年度

※評価結果や社会情勢等を踏まえ、必要に応じて計画の見直しを実施

R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18	R19	
宇治市健康づくり・食育推進計画（2次）					中間 評価						最終 評価	プラン 作成	（3次）

## 宇治市の現状と課題

### 現状

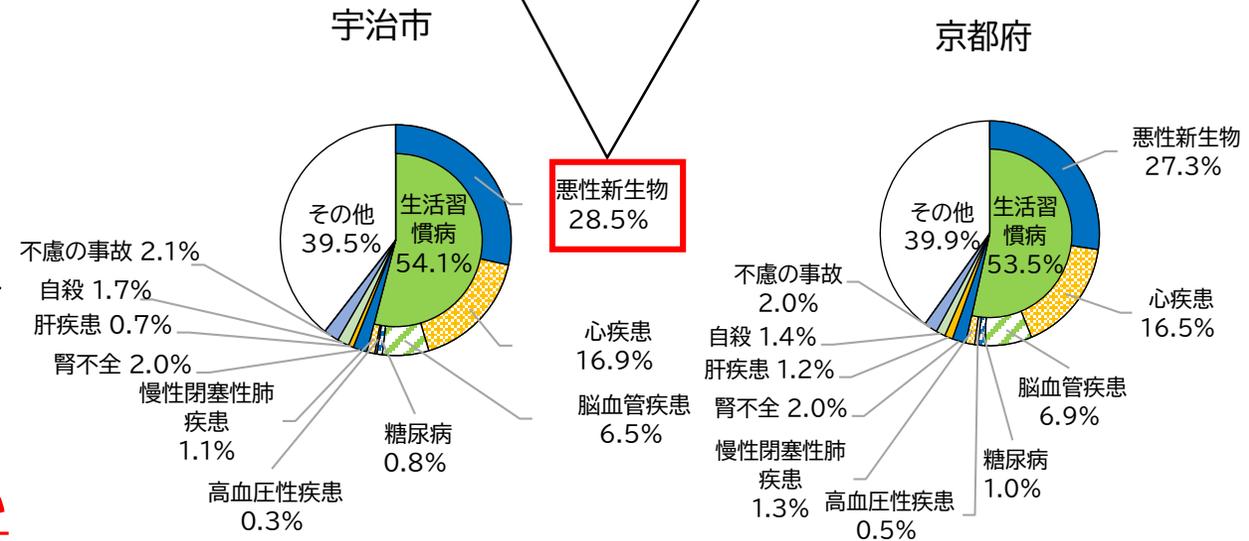
- がんによる死亡割合は府より高く、  
**3人に1人ががんで死亡**
- がんの部位別死亡率は、気管・気管支及び肺、胃が増加傾向
- がんの標準化死亡比(SMR)は、国と比べ、男女ともに「気管・気管支及び肺」が高く、女性は「胃・大腸がん」が高い
- **5大がん検診受診率は、すべて国より低い**

### 課題

死亡原因の1位はがん

しかし、がん検診の受診率は低迷しています

宇治市民の3人に1人が『がん』で死亡  
京都府より死因別死亡割合が高い

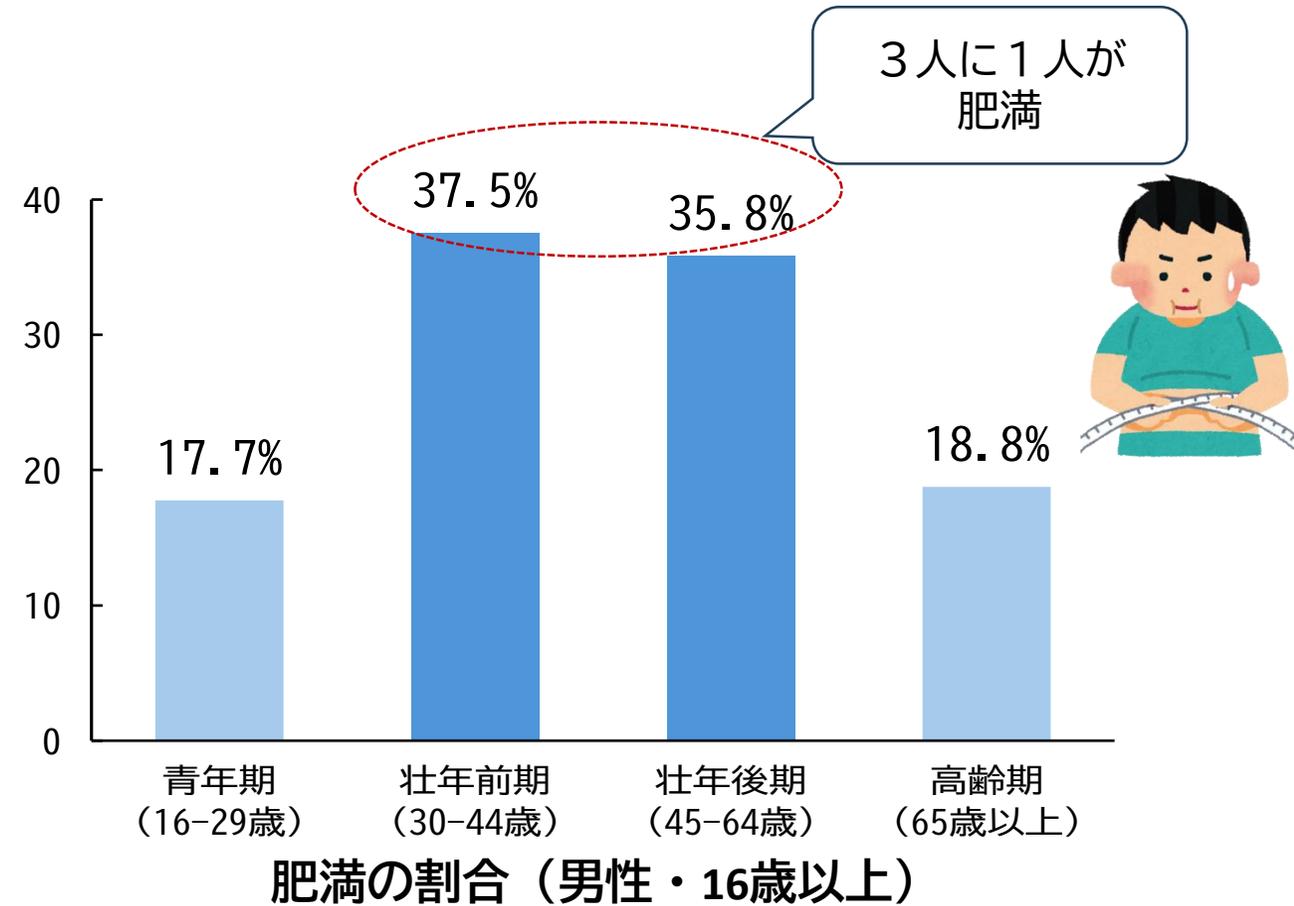


【死因別死亡割合（令和3年）】

## 宇治市の現状と課題

## 現状

- 高血圧者、糖尿病有病者が増加
- 高血圧症患者数と糖尿病患者数は府より高い
- 血糖コントロール不良者が増加
- 壮年期男性の肥満が増加



※出典: 令和5年健康づくりに関するアンケート

## 課題

壮年期男性のメタボ該当者が増加しています

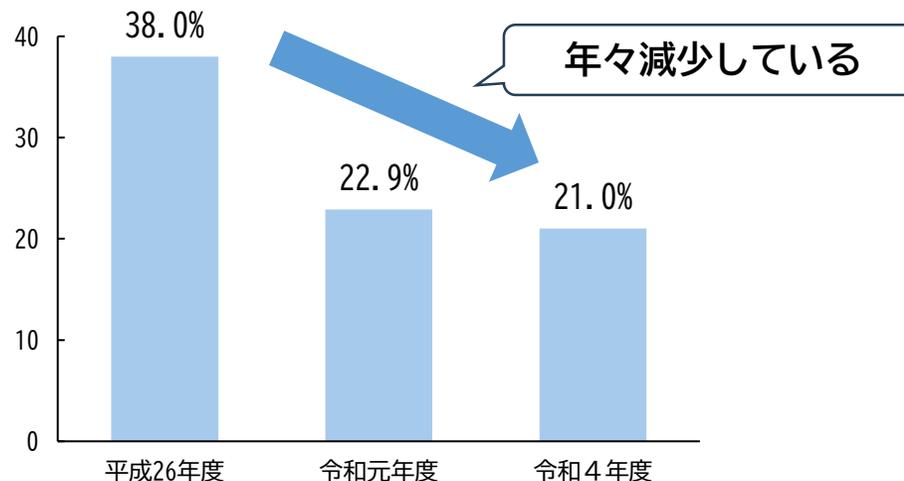
# 宇治市の現状と課題

## 現状

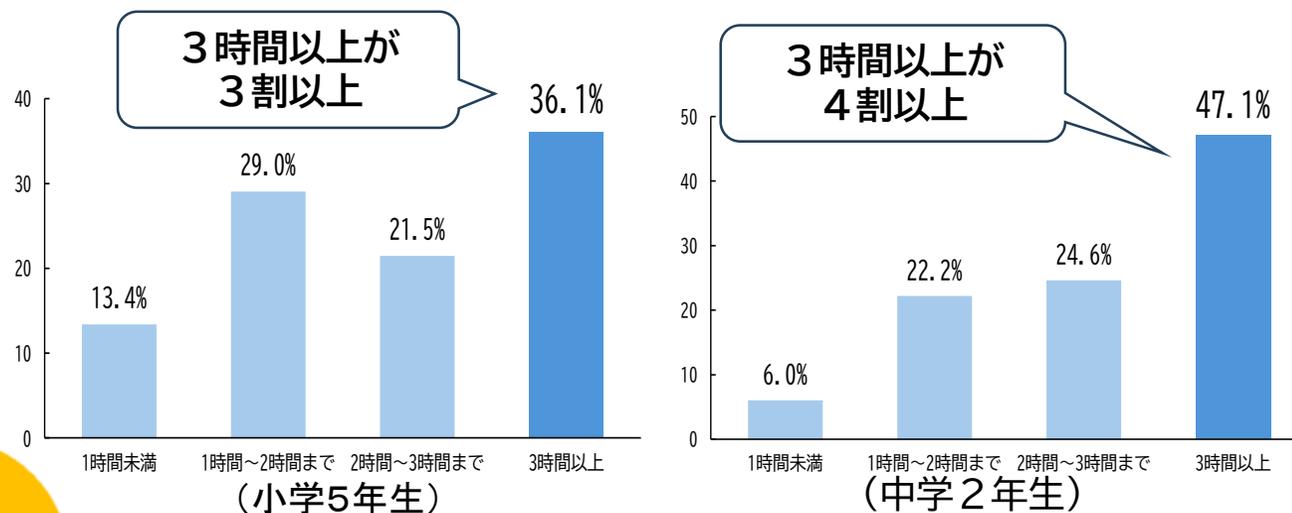
- 幼児期の外遊びの減少
- 少年期のテレビ・電子メディア視聴時間の増加
- 壮年前期・壮年後期の「運動習慣のある人」「歩くことに努めている人」の減少

## 課題

# 運動不足がみられます



1日2時間以上外遊びをしている子どもの割合の推移



テレビ・電子メディアの1日平均時間

※出典：令和5年健康づくりに関するアンケート

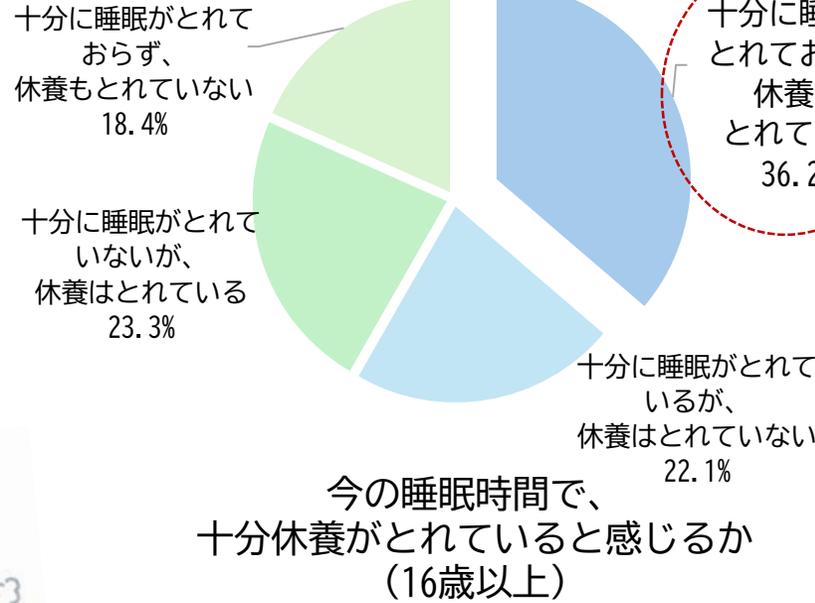
# 宇治市の現状と課題

## 現状

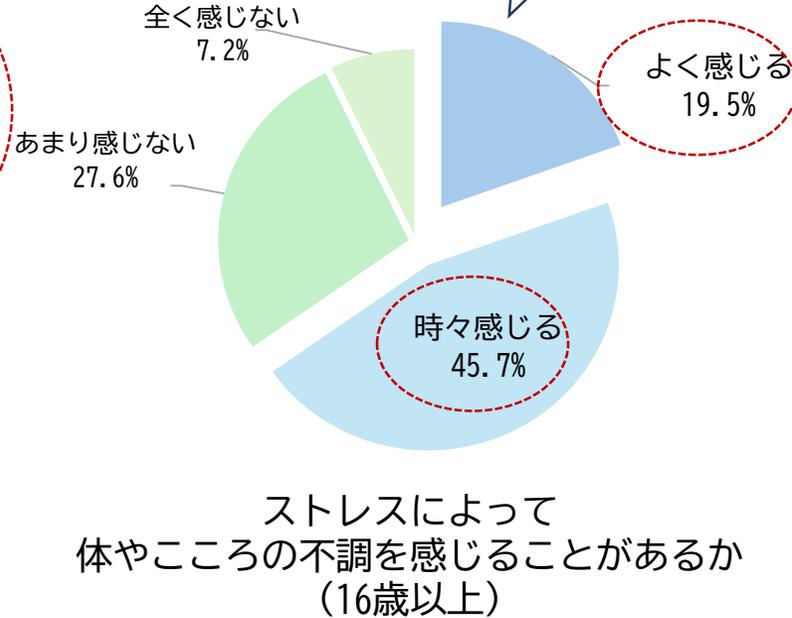
- 睡眠による休養を十分とれている人の減少
- ストレスによる不調を感じる人の増加



睡眠も休養も取れている人は  
4割未満



感じるが  
6割以上



※出典: 令和5年健康づくりに関するアンケート

## 課題

睡眠不足の人が増えています  
ストレスによる不調を感じる人が増えています

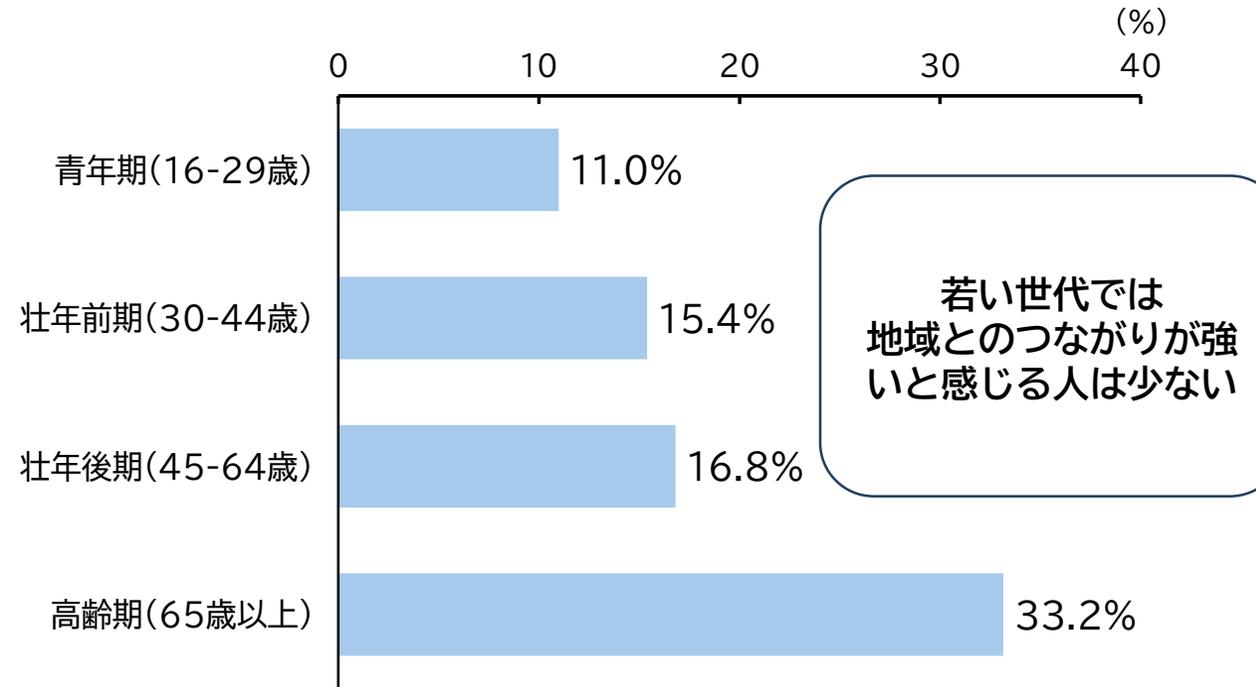
## 宇治市の現状と課題

## 現状

- 若い世代で、地域とのつながりが強いと感じる人が少ない
- 「地域活動に参加している人」や「地域とのつながりが強いと感じている人」は、「健康のために心がけていることがある」割合が高い

## 課題

人と地域との「つながりづくり」が必要です



地域の人たちとのつながりが強いと感じる人の割合  
(16歳以上)

## 宇治市の現状と課題

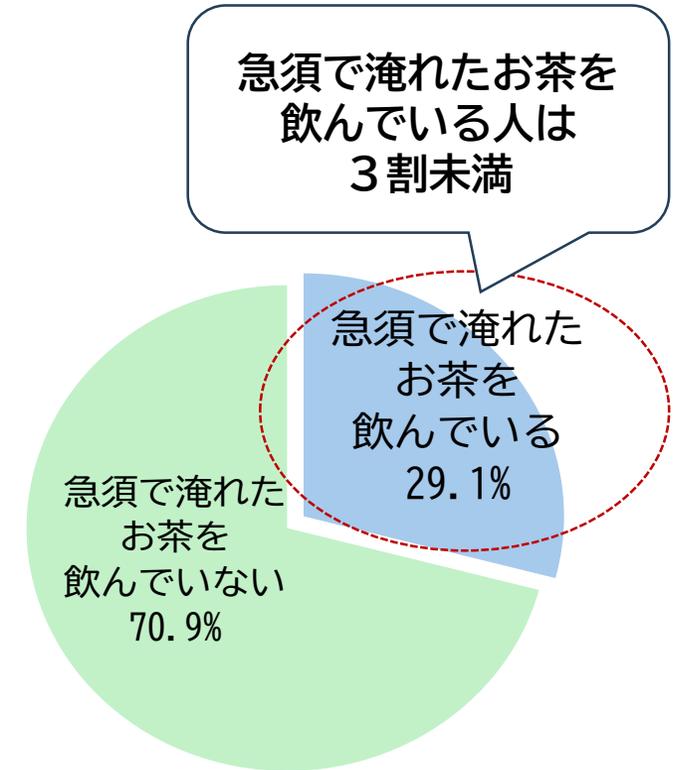
### 現状

- 週3日以上、共食している人は増加
- 食育に関心を持っている人の増加
- 京都府内産の物を購入する人の減少
- 急須で淹れたお茶を飲んでいる人の減少



### 課題

さらなる食環境の改善が必要です



急須で入れたお茶を飲んでいるか  
(16歳以上)

※出典：令和5年健康づくりに関するアンケート

## 2. 計画の内容

### 計画の理念と重点施策

## 理念と方針

### (1) 基本理念

こんにちはと笑顔で健やか宇治のまち

「健康・笑顔・活気」あふれる  
まちづくりの実現に向けて

### (2) 目標(目指すべきまちの姿)

社会とのつながりの中で生きがいを持ち、  
健康で心豊かに活躍できるまち

人と地域とのつながりが大切

## 理念と方針

### (3) 3つの基本方針

#### ① 健康意識の向上

- 一人ひとりが社会や地域、仲間とつながり、周りの力などを支えにし、前向きに歩いていける力をつけていけることを目指す
- ヘルスリテラシー※の向上

#### ② 生涯を通じた健康づくり

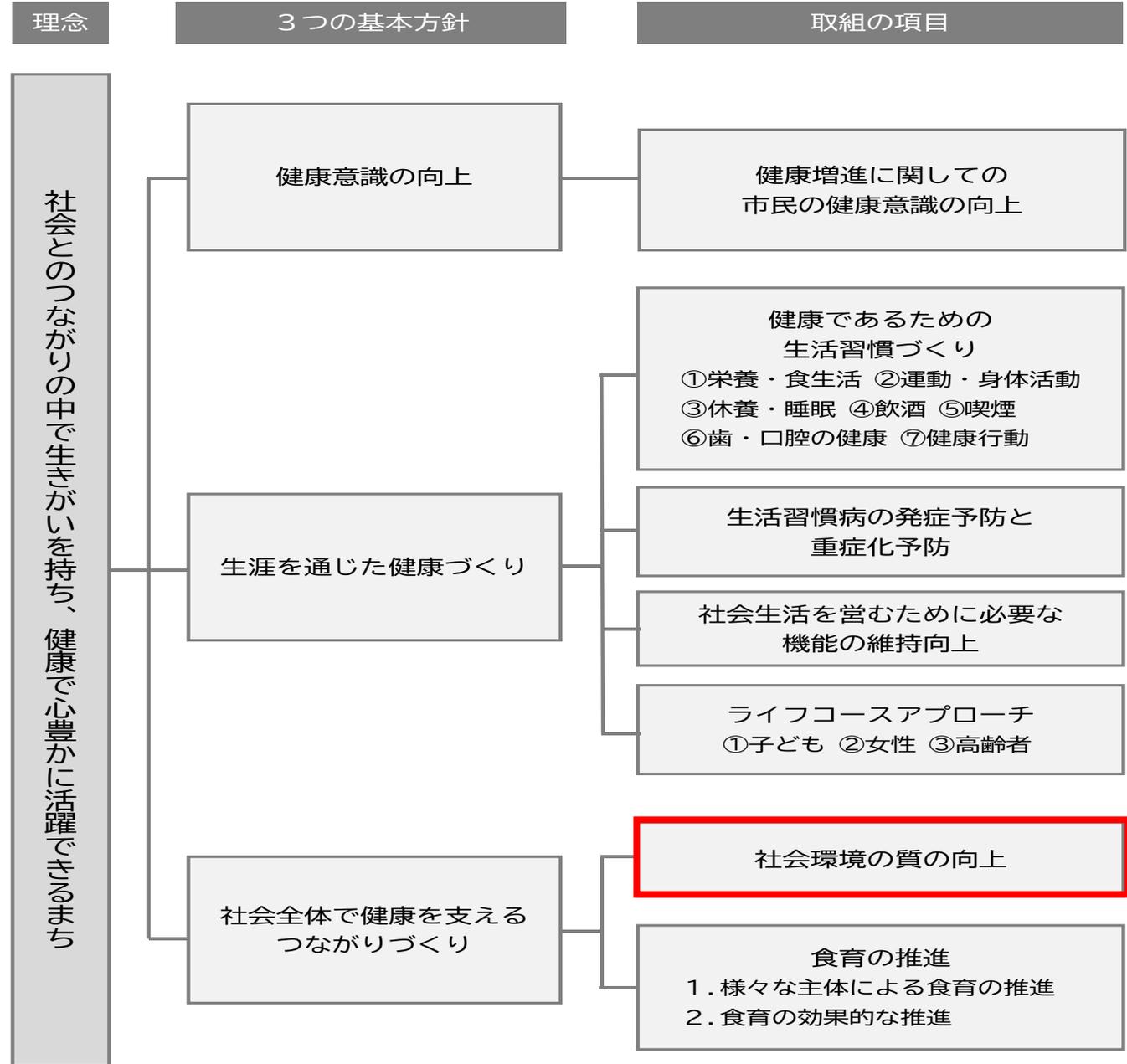
- すべてのライフステージにおける生活習慣の改善と、生涯を通じた歯・口腔の健康づくりを推進
- ライフコースを踏まえた取組みの推進

#### ③ 社会全体で健康を支えるつながりづくり

- 地域、関係団体(企業や学校など)、行政が連携し、市民一人ひとりの健康づくりを、社会全体で支援していく環境づくりの推進

※ヘルスリテラシー: 健康増進や維持に必要な情報を入手し、理解して活用する能力や意欲のこと。

計画の体系図



## 次期計画の構成案

### 第1章 基本的な考え方

### 第2章 宇治市民の健康状態と前計画の達成状況

### 第3章 健康づくりの推進

#### 1.生涯を通じた健康づくり

- (1)生活習慣の改善 ①栄養・食生活 ②運動・身体活動 ③休養・睡眠 ④飲酒 ⑤喫煙 ⑥歯・口腔の健康 ⑦健康行動
- (2)生活習慣病の発症予防・重症化予防 ①がん ②循環器病 ③糖尿病
- (3)社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

#### 2.社会環境の質の向上(社会とのつながりや心の健康について)

#### 3.ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり(1)子ども(2)女性(3)高齢者

### 第4章 食育の推進 ①多様な主体による食育の推進 ②食育の効果的な推進

### 第5章 計画の推進

## 重点施策

健康に対する課題への対応に大きく寄与する可能性が高い取組を「重点施策」として定め集中的に推進！

### 重点施策1

## 戦略的な普及啓発・広報強化

健康の考え方や、生活習慣病をなぜ予防しないといけないのか、がん検診受診の必要性、適塩の推進など、市民に伝わる情報発信・周知啓発を強化します。

## 重点施策

健康に対する課題への対応に大きく寄与する可能性が高い取組を「重点施策」として定め集中的に推進！

### 重点施策2 健康データの見える化

- ・健康を身近に感じてもらうために、地域ごとの健康データを見える化します。
- ・地域とともに健康課題解決に向けた検討を行い、取組を実施します。

**重点施策**

健康に対する課題への対応に大きく寄与する可能性が高い取組を「重点施策」として定め集中的に推進！

**重点施策3  
働き盛り世代の  
健康づくりの習慣化に向けたセルフマネジメントの推進**

市民の継続的な運動習慣づくり、場づくりが行える取組を実施します。

- ・健康アプリ等を利用した健康インセンティブ事業の展開
- ・地域で主体的に実践できるよう宇治市健康づくり・食育アライアンスと協働した地域に応じた健康づくりの展開

## 重点施策

健康に対する課題への対応に大きく寄与する可能性が高い取組を「重点施策」として定め集中的に推進！

### 重点施策4

## つながりづくりによる職域も含めた「オール宇治の健康づくり運動」

自分らしく、健康で暮らせるよう様々な分野や世代で人と人、人と資源がつながり、地域住民や地域の多様な主体が参画できる仕組みづくりを構築します。

- ・働き盛り世代へのアプローチを強化するため、職域とのつながりを推進
- ・職域における健康への取組の現状把握を行い健康経営を推進
- ・人材育成の強化、個人の取組を支える地域活動や企業活動の充実
- ・宇治市健康づくり・食育アライアンスへのさらなる企業加入の推進

### 3. 進捗管理

計画をどのように活用していくか

## 令和6年度 協議会での取組案の検討

	時期	内容	
第1回	6月14日	①報告事項	・市の取組予定 ・計画案(後半)「社会環境の質の向上、食育」について
		②グループワーク	テーマ:「社会環境の質の向上」「食育」
第2回	7月30日	①報告事項	・初案報告
		②グループワーク	テーマ:「市民が健康になるためにどのような取組が必要か①」
第3回	10月末頃	①報告事項	・パブリックコメント結果報告 ・最終案の報告
		②協議事項	・最終案についての意見交換
令和7年1月～次期計画開始			
第4回	2月～3月	①報告事項	・市の取組報告と次年度の方向性
		②グループワーク	テーマ:「市民が健康になるためにどのような取組が必要か②」 (今後の取り組みについて検討)

計画に基づき  
取組案を検討

計画に基づき  
取組案を検討

次年度以降について

令和6年度の協議会でのグループワーク結果を受け、

●市民団体(アライアンス)と協議会主任の合同ワークショップを開催(次年度春以降、毎年開催予定)

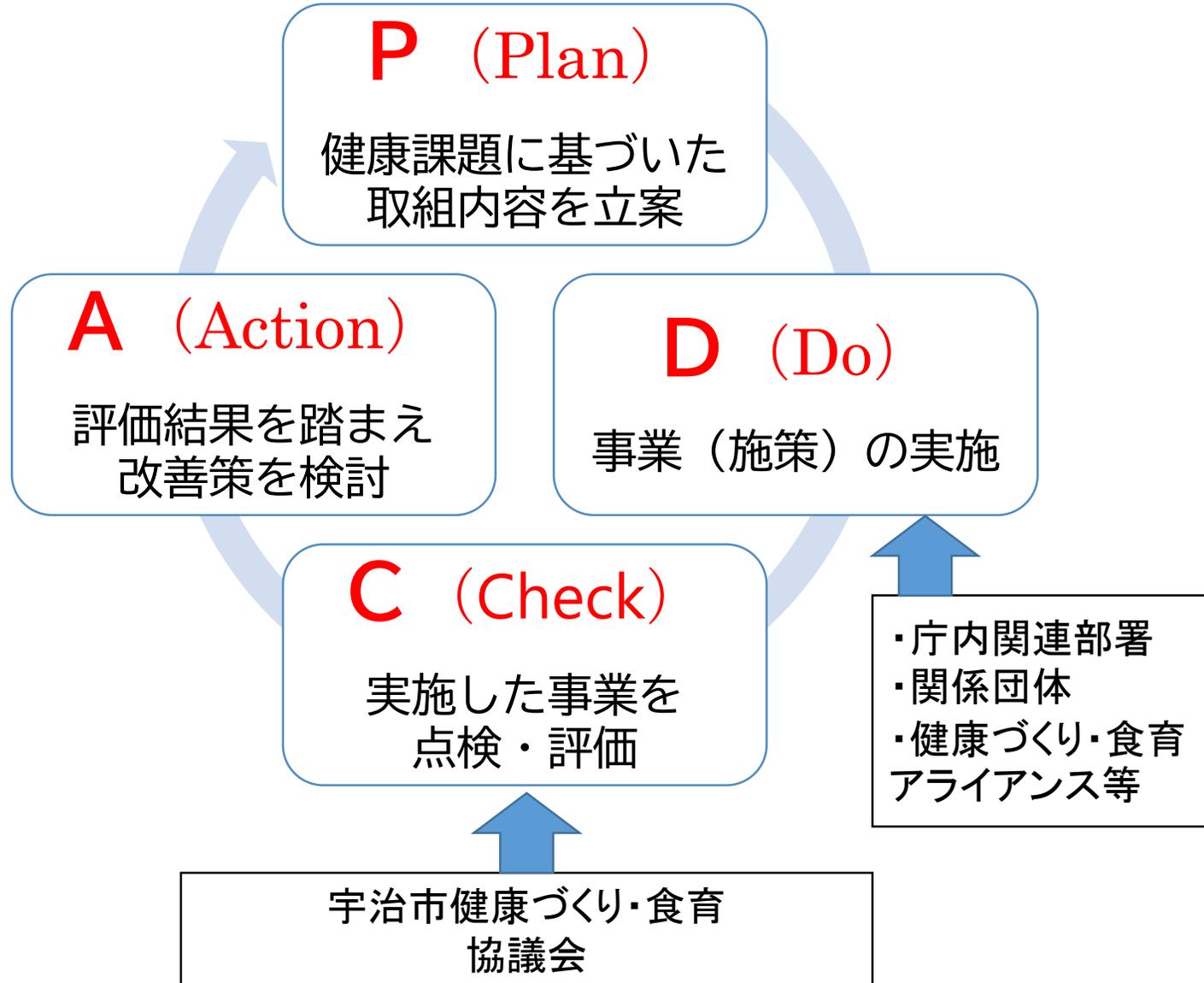
⇒行政、関係団体の取り組みにつなげる

●その合同ワークショップ結果は、協議会にも共有され、今後の取り組みについてさらなる検討を行う



連携

## PDCAサイクルを実施



計画の目標達成に向け、効果的に  
施策・事業を推進していく。

健康課題に基づいた取組内容を  
立案し(Plan)、  
関係団体と連携・協働しながら事業  
(施策)を実施(Do)、  
取組状況を共有し、実施した事業を  
点検・評価し(Check)、  
評価結果を踏まえて、改善策を検討  
していく(Action)、  
PDCAサイクルを実施します。

4.最後に

パブリックコメントについて

## 市民意見の募集(パブリックコメント)について

### 1. 目的

健康づくり・食育推進計画(第2次)策定あたり、案の段階で広く市民に公表し、いただいたご意見についてとりまとめたうえで本市の考え方を公表するとともに、有益なご意見を考慮して本市の意思決定を行うため。

### 2. 実施期間

令和6年8月19日(月)～令和6年9月20日(金)

### 3. 周知方法

- 宇治市ホームページへの掲載
- 市政だより(8月15日号)への掲載
- 健康づくり推進課窓口、市内主要公共施設及び行政資料コーナーへの配架

### 4. 意見書の提出方法

健康づくり推進課への持参、郵便、FAX、電子メール、市民の声投函箱

## 令和6年度 次期計画策定スケジュール

令和6年7月30日	<u>第2回 健康づくり・食育推進協議会</u> 初案報告
令和6年8月19日～9月20日	パブリックコメントの実施
令和6年10月頃	<u>第3回 健康づくり・食育推進協議会</u> パブリックコメント結果及び最終案の報告
令和6年12月	計画完成
令和7年1月～	計画開始