

はじめに

本市では、市民の皆様が生涯にわたり充実した生活を送れるよう健康寿命の延伸を目指し、平成21年度に「健康ぬまた21」を作成し、健康なまちづくりを推進してまいりました。

この間、急激な少子高齢化や人口減少、雇用形態の多様化など生活を取りまく環境が変化し、生活習慣病が疾病全体の半数を占めるなど、地域保健をめぐる状況は大きく変化しました。

これらを背景に、「健康ぬまた21」の終了に伴い、これまでの取り組みや課題を検証し、新たに「健康ぬまた21(第2次)」を策定いたしました。



本計画は、第1次計画の「こころがかよいあう、活力あふれた健康なまちづくり」の基本理念を継承し、健康寿命の延伸、生活の質の向上、子どもの健やかな成長を実現するため、市民主役の健康づくりを柱とし、地域・家庭・学校・企業・関連団体・行政が連携し、市全体で健康づくりに取り組んでいく方向性をお示ししたものです。

今後も、健康増進と社会環境の整備をすすめるとともに、一人ひとりが輝くまちづくりの実現にむけ、市民の皆さまと本計画を推進してまいりたいと考えております。

結びに、計画策定にあたり、健康意識調査にご協力いただいた市民の皆様をはじめ、沼田市健康づくり推進協議会及び関係機関、関係団体の皆様に心からお礼申し上げますとともに、本計画の円滑な推進になお一層のご理解と、ご協力をお願い申し上げます。

令和2年3月

沼田市長 横山 公一

目次

第1章 計画の概要.....	1
1 計画の背景及び趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	2
3 計画の期間.....	2
4 計画の策定体制.....	3
(1) 健康意識調査（アンケート）の実施.....	3
(2) 沼田市健康増進計画庁内推進委員会.....	3
(3) 沼田市健康づくり推進協議会.....	3
(4) ワーキンググループ会議.....	4
(5) 関係団体への意見聴取.....	4
(6) パブリックコメントの実施.....	4
第2章 沼田市の現状.....	5
1 統計からみる現状.....	5
(1) 総人口の推移.....	5
(2) 年齢3区別の人口割合の推移.....	5
(3) 出生数及び出生率の推移.....	6
(4) 死亡者数及び死亡率の推移.....	6
(5) 主要死因.....	7
(6) 沼田市国民健康保険における生活習慣病の受診状況.....	8
(7) 特定健康診査受診状況.....	10
(8) 特定保健指導状況.....	11
(9) 特定健康診査結果の状況.....	12
(10) がん検診受診状況.....	13
(11) 乳幼児健康診査受診状況.....	13
(12) 小学生・中学生の肥満度の推移.....	14
(13) 歯周疾患検診結果と受診率.....	15
(14) 妊婦家族の喫煙率.....	15
2 第1次計画（健康ぬまた21）の評価.....	16
(1) 栄養・食生活（食育推進計画）.....	16
(2) 身体活動・運動.....	18
(3) 飲酒・喫煙.....	20
(4) 休養・こころの健康.....	22
(5) 生活習慣病の予防.....	24
(6) 歯と口の健康.....	27

3	現状と課題のまとめ.....	29
(1)	栄養・食生活.....	29
(2)	身体活動・運動.....	36
(3)	飲酒・喫煙.....	39
(4)	休養.....	44
(5)	生活習慣病の予防.....	47
(6)	歯と口の健康.....	52
(7)	地域のつながりの強化及び活動拠点の整備.....	56
第3章	計画の基本的な考え方.....	58
1	計画の基本理念.....	58
2	基本目標.....	58
3	基本目標達成に向けて取り組む重点事項.....	59
4	計画の体系図.....	59
第4章	目標及び施策の方向性.....	60
1	生活習慣病の発症予防・重症化予防の徹底.....	60
(1)	栄養・食生活（食育推進計画）.....	60
(2)	身体活動・運動.....	65
(3)	飲酒・喫煙.....	68
(4)	休養.....	72
(5)	歯と口の健康.....	75
(6)	各種健（検）診.....	78
2	健康を支えるための社会環境整備.....	82
(1)	地域のつながりの強化及び活動拠点の整備.....	82
第5章	計画の推進に向けて.....	84
1	計画の周知.....	84
2	推進体制の整備.....	84
3	計画の評価.....	84
資料編	85
1	策定経過.....	85
2	沼田市健康づくり推進協議会設置要綱.....	86
3	沼田市健康増進計画庁内推進委員会設置要綱.....	88

