

# 第3次健康プラン芦別

令和6（2024）年度～令和17（2035）年度



令和6年3月  
北海道 芦別市

# はじめに



本市では平成18年4月に「健康プラン芦別」、平成27年8月に「第2次健康プラン芦別」を策定し、市民の皆様が心身ともに健康に暮らすことができるよう関係団体や関係機関との連携を取りながら、計画の推進を図ってきたところです。

国では、令和6年度から令和17年度の12年間を計画期間とする健康日本21（第三次）を定めた健康増進法に基づく「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」の全部改正が示され、最上位の目標は、健康日本21（第二次）に引き続き、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を据えて、「誰一人取り残されない健康づくり」を展開し、個人の行動と健康状態の改善を一層促すため、より実効性をもつ取組みの推進に重点を置く、健康日本21（第三次）がスタートします。

このたび、これまでの取組みや成果を検証し、さらなる課題を解決するため、令和6年度から令和17年度までの12年間を計画期間とした「第3次健康プラン芦別」を策定いたしました。本計画では、芦別市の健康課題ごとに具体的な数値目標を設定し、生活習慣病の予防及び重症化予防、生活機能の維持向上の取組みを推進していきます。

今後も市民とともに、上位計画である「第6次芦別市総合計画（令和2年度から令和11年度）の基本目標「ひとに優しい、ふれあいと温もりのあるまち」を目指してまいりますので、皆様にはなお一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提言をいただきました関係各位に心より感謝申し上げます。

令和6年3月

芦別市長

荻原 貢

# 目次

## 第1章 計画の策定にあたって

- 1 計画策定の趣旨 ..... P1
- 2 計画の位置づけ ..... P3
- 3 計画の期間 ..... P4
- 4 計画の対象 ..... P4

## 第2章 芦別市の概況と特徴

- 1 芦別市の社会保障の視点からの特徴 ..... P5
- 2 健康に関する概況 ..... P7

## 第3章 課題別の実態と対策

- 1 前計画の評価 ..... P26
- 2 前計画の課題と今後の取組みの方向性 ..... P28
- 3 生活習慣の改善
  - (1) 栄養・食生活 ..... P29
  - (2) 身体活動・運動 ..... P35
  - (3) 飲酒 ..... P40
  - (4) 喫煙 ..... P44
  - (5) 歯と口の健康 ..... P47
- 4 生活習慣病の発症予防・重症化予防
  - (1) がん ..... P50
  - (2) 循環器疾患 ..... P55
  - (3) 糖尿病 ..... P65
- 5 生活機能の維持・向上
  - (1) 骨粗鬆症 ..... P71
- 6 休養・こころの健康（芦別市自殺対策計画） ..... P74
- 7 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり ..... P82
- 8 目標の設定 ..... P84

## 第4章 計画の推進

- 1 健康増進に向けた取組みの推進 ..... P87
- 2 健康増進を担う人材の確保と資質の向上 ..... P88

- 用語解説 ..... P89