

ふなばし健やかプラン21(第3次)  
～健康増進計画・自殺対策計画・食育推進計画～  
(案)

船 橋 市



# 目次

## 第1章 計画策定にあたって

1	計画策定の背景	3
2	基本理念	4
3	計画期間	4
4	計画の位置づけ	4
5	国や県の動向	5
6	持続可能な開発目標（SDGs）との関連性	6

## 第2章 ふなばし健やかプラン21(第2次)・船橋市自殺対策計画 最終評価

1	最終評価の目的	9
2	ふなばし健やかプラン21(第2次)最終評価	9
3	船橋市自殺対策計画 最終評価	12

## 第3章 船橋市の健康を取り巻く現状

1	人口動態	17
2	死亡の状況	18
3	平均寿命と健康寿命	21
4	医療・介護の状況	22

## 第4章 ふなばし健やかプラン21(第3次) 総合目標及び各分野の目標と取組

1	計画の体系	27
2	ライフステージごとの市民の目標と取組	28
3	総合目標	29
	（1）健康寿命の延伸	29
	（2）自殺死亡率の減少	29
4	生活習慣の改善	30
	（1）栄養・食生活（食育推進計画）	30
	（2）身体活動・運動	34
	（3）休養・睡眠	37
	（4）飲酒・喫煙	41
	（5）歯・口腔	45
5	生活習慣病の発症予防・重症化予防	49
	（1）がん	49
	（2）循環器病	54
	（3）糖尿病	60
	（4）CKD（慢性腎臓病）	63
	（5）COPD（慢性閉塞性肺疾患）	66
	（6）生活機能の維持・向上	68

6	社会環境の質の向上	70
	(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	70
	(2) 自然に健康になれる環境づくり	70
	(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	70
7	ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	76
	(1) 子ども	76
	(2) 高齢者	80
	(3) 女性	83

## 第5章 自殺対策の推進【自殺対策計画】

1	船橋市の自殺を取り巻く現状	89
2	自殺対策の基本方針	102
3	船橋市の自殺対策における取組	105
	(1) 基本施策	105
	(2) 重点施策	108
4	生きることの包括的な支援の関連施策事業（取組事業一覧）	113
	(1) 関係機関・団体の取組事業	113
	(2) 市の取組事業	116

## 第6章 食育の推進【食育推進計画】

1	基本的な考え方	127
2	目指す姿	127
3	施策の展開	129
	(1) 生活習慣の改善（栄養・食生活）	129
	(2) 地域とのつながり～生活の場での交流や食の情報～	133

## 第7章 推進体制と進行管理

1	各主体の役割	139
2	計画の推進体制	143
3	進行管理・評価	143

## 資料編

1	ふなばし健やかプラン21推進協議会設置要綱	147
2	令和6年度 ふなばし健やかプラン21推進協議会 委員名簿	148
3	ふなばし健やかプラン21推進庁内会議設置要綱	149

## 指標一覧

指標一覧	153
指標出典一覧	157

# 第1章 計画策定にあたって



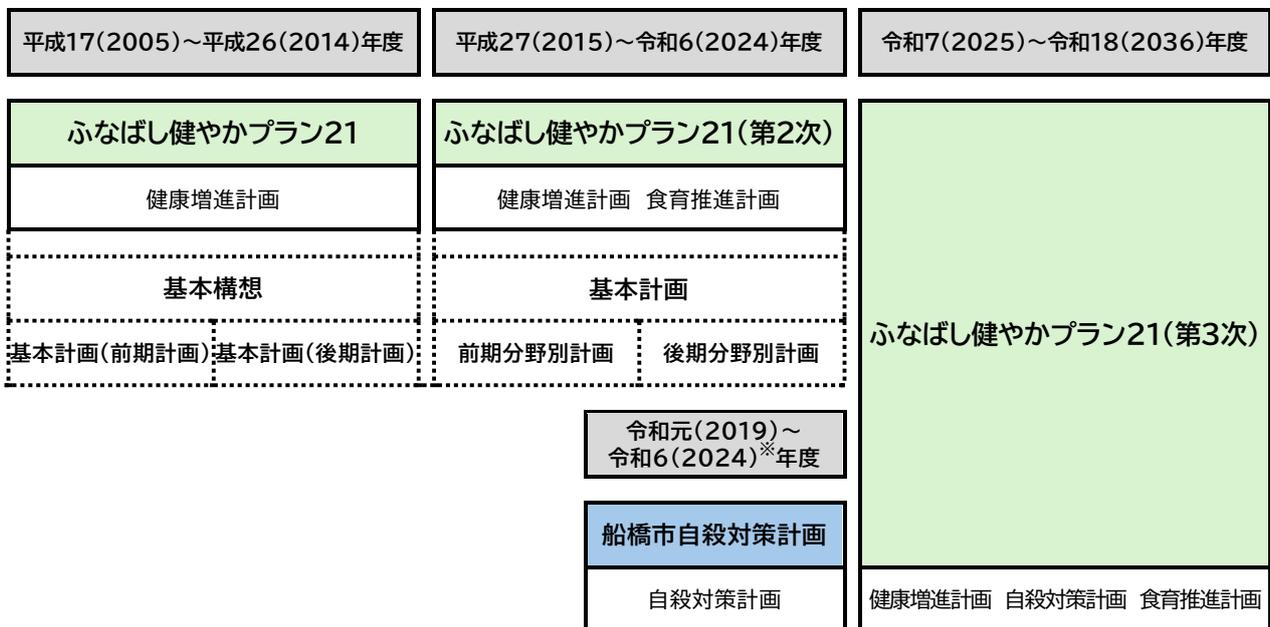
# 1 計画策定の背景

本市では、平成17(2005)年3月に、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として「ふなばし健やかプラン21」を策定し、「市民のQOL\*の向上」を目指し、個人だけではなく、地域社会でのコミュニケーションを基本とする市民主体の健康づくりを市民、関係機関・団体、行政が協働で推進してきました。

平成27(2015)年3月に、市町村食育推進計画を包含した「ふなばし健やかプラン21(第2次)」を策定し、基本理念「誰もが、健やかに、自分らしく生きがいをもって生活できるまち」を実現するため、「健康寿命の延伸」、「主観的健康感の向上」、「生活満足度の向上」の3つの大目標を掲げました。令和2(2020)年3月には、令和元(2019)年度に行った中間評価に基づき、目標と方向性を明確にした「ふなばし健やかプラン21(第2次)後期分野別計画」を策定し、生活習慣の改善や生活習慣病の発症予防の取組を推進してきました。

また、自殺対策においては、平成28(2016)年の自殺対策基本法の改正による市町村自殺対策計画策定の義務化に伴い、平成31(2019)年3月に「船橋市自殺対策計画」を策定しました。基本方針「誰も自殺に追い込まれることのない 生きる道をつなぐ船橋市」のもと、生きることの包括的な支援や関連施策との有機的な連携、関係者の役割の明確化などを図りつつ、総合的に自殺対策を推進してきました。

「ふなばし健やかプラン21(第3次)」では、少子高齢化の進展や人口減少、独居世帯の増加、女性の社会進出、多様な働き方等により変化する社会とともに多様化・複雑化する健康課題を解決するため、本市の心身の健康づくりの総合的な指針として、「ふなばし健やかプラン21」と「船橋市自殺対策計画」を統合し、「健康増進計画」、「自殺対策計画」、「食育推進計画」を一体的に策定します。



※計画期間1年延長

\*QOL:クオリティー・オブ・ライフ(Quality of Life)とは、「生活の質」のことを指します。

## 2 基本理念

### 「誰もが健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」

全ての市民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のため、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を通じ、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性を持つ取組の推進により、健康寿命の延伸及び誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指します。

本計画における健康とは、単に「病気がない」ということだけでなく、自分自身が感じるものであり、日々、自分らしく生きがいを持って生活できる状態と考えます。

## 3 計画期間

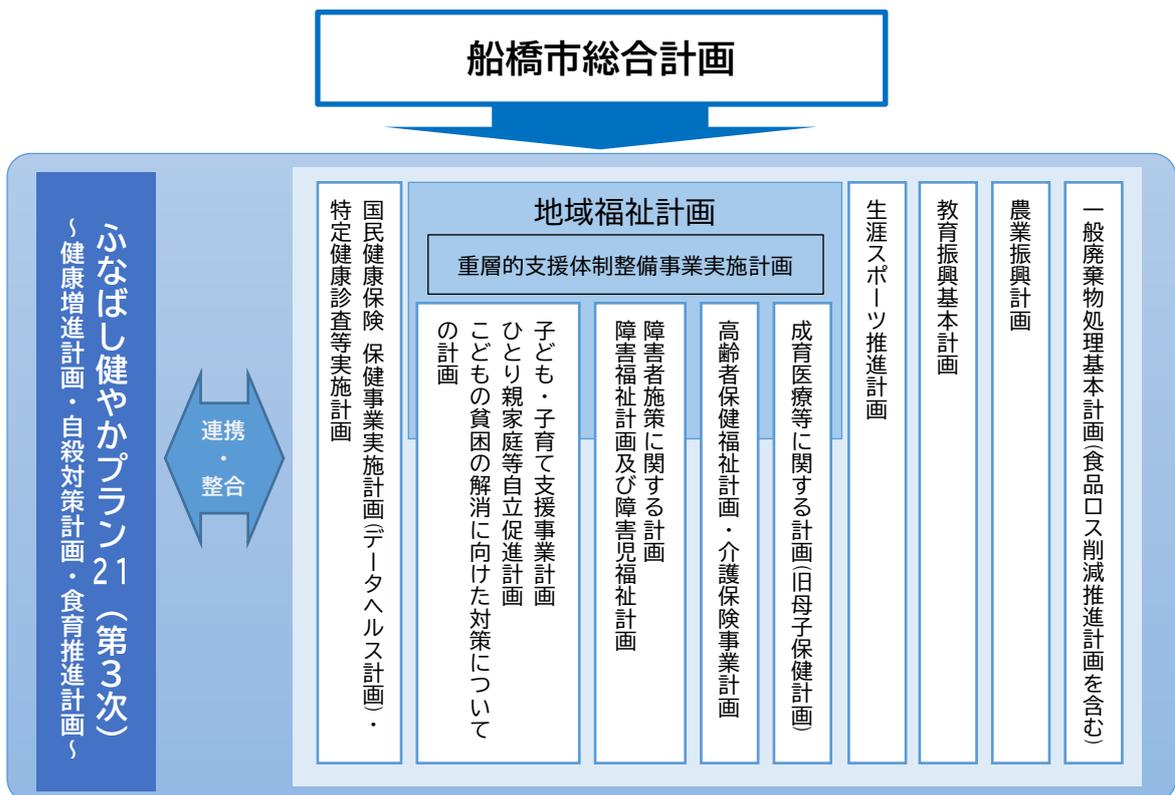
計画期間は、令和7(2025)年度から令和18(2036)年度までの12年間とします。

なお、令和12(2030)年度に中間評価を行い、令和17(2035)年度に最終評価を行います。

## 4 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」、自殺対策基本法第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」及び食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」を一体的に策定したものです。

また、国の「健康日本21(第三次)」、「第4次自殺総合対策大綱」、「第4次食育推進基本計画」及び千葉県の「健康ちば21(第3次)」、「第2次千葉県自殺対策推進計画」、「第4次千葉県食育推進計画」を踏まえつつ、本市の最上位計画である「船橋市総合計画」と他の個別計画との連携・整合を図りました。



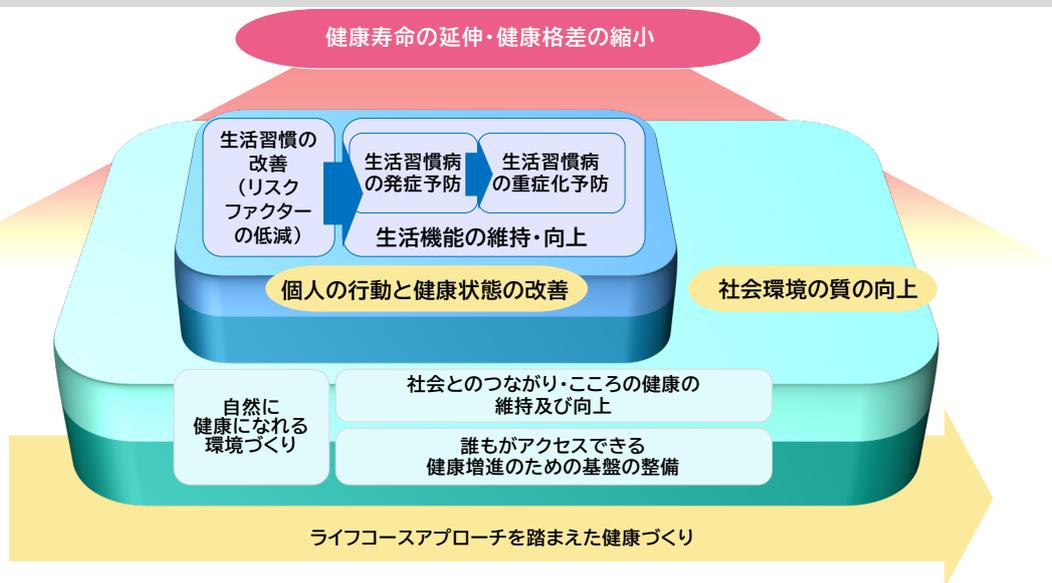
## 5 国や県の動向

### (1) 健康日本21（第三次）

令和6(2024)年度に開始された「21世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」では、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとし、「誰一人取り残さない健康づくりの展開(Inclusion)」と「より実効性をもつ取組の推進(Implementation)」を通じて、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の4つの基本的な方針が示されています。

健康日本21(第三次)の概念図

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



出典：厚生労働省「健康日本21(第三次)推進のための説明資料」

### (2) 第4次自殺総合対策大綱

平成19(2007)年に、自殺対策基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として「自殺総合対策大綱」が策定され、これまでおおむね5年を目途に見直されてきました。

令和4(2022)年10月に閣議決定された「第4次自殺総合対策大綱」では、コロナ禍の自殺の動向も踏まえつつ、これまでの取組の充実に加え、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」、「女性に対する支援の強化」、「地域自殺対策の取組強化」、「総合的な自殺対策の更なる推進・強化」の4つの柱に取り組むことが示されています。

### (3) 第4次食育推進基本計画

令和3(2021)年3月に、食育基本法に基づき、食育の推進に関する基本的な方針や目標を定めた「第4次食育推進基本計画」が策定されました。

基本的な方針として、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、「持続可能な食を支える食育の推進」、「新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進」の3つの重点事項を掲げ、SDGsの観点を踏まえながら、多様な関係者が相互の理解を深め、連携・協働し、国民運動として食育を推進することが示されています。

## (4) 健康ちば21 (第3次)

令和6(2024)年4月に、健康増進法に基づく都道府県健康増進計画として「健康ちば21(第3次)」が策定されました。

「全ての県民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」という基本理念のもと、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性を持つ取組の推進により、「1 個人の生活習慣の改善と生活機能の維持向上」、「2 生活習慣病(NCDs\*)の発症予防と重症化予防」、「3 つながりを生かし、健康を守り支える環境づくり」、「4 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の4つの柱で、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指すことが示されています。

## (5) 第2次千葉県自殺対策推進計画

平成30(2018)年3月に、自殺対策基本法に基づき、「第2次千葉県自殺対策推進計画」が策定されました。

自殺対策の基本方針として、「1 全体的対策と個別支援を組み合わせる」、「2 関係者の自殺対策への理解を進めて総合的に取り組む」、「3 地域の実情に応じた対策を効果的に進める」の3つの方針が示されています。

また、令和6(2024)年3月には、自殺総合対策大綱の改正及び千葉県の実情を踏まえ、「1 若年層(子ども・若者)への自殺対策の更なる推進」、「2 女性への自殺対策の更なる推進」、「3 総合的な自殺対策の更なる推進(孤独・孤立対策との連携、ICTの効果的な活用ほか)」の3つの方向性のもと、中間見直しが行われました。

## (6) 第4次千葉県食育推進計画

令和4(2022)年3月に、食育基本法に基づく都道府県計画として「第4次千葉県食育推進計画」が策定されました。

「ちばの恵み」を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくりを基本目標に掲げ、「1 ライフステージに対応した食育の推進」、「2 生産から消費まで食のつながりを意識した食育の推進」、「3 ちばの食育を進める環境づくり」の3つの施策のもと総合的に展開することが示されています。

## 6 持続可能な開発目標(SDGs)との関連性

持続可能な開発目標(SDGs:Sustainable Development Goals)は、平成27(2015)年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030 アジェンダ」に記載された、令和12(2030)年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない(leave no one behind)」ことを誓っています。

本計画においては、SDGsの目標の1つである「目標3. すべての人に健康と福祉を」を中心に、関連目標の達成に向けて取組を推進します。

\*NCDs:Noncommunicable diseases(非感染性疾患)。循環器疾患、がん、慢性呼吸器疾患、糖尿病などの「感染性ではない」疾患に対する総称。