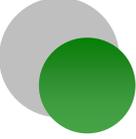


# 第1章

## 計画の考え方



## 健康づくり総合計画の位置付け

### 1 計画策定の趣旨

区は、21世紀を迎えた平成13年3月に、平成22年度までを計画期間とする「練馬区健康づくり総合計画」を策定しました。そして、計画策定後の平成18年3月には、社会環境の変化や区が新たに策定した「新長期計画」との整合性を図るために、「練馬区健康づくり総合計画」を改定しました。さらに平成19年12月には、平成22年度までを計画期間とする「練馬区食育<sup>1</sup>推進計画」を策定しました。

平成22年度で「改定 練馬区健康づくり総合計画」と「練馬区食育推進計画」の計画期間が終了することから、今回の計画策定では両計画を統合し、健康づくりと食育を総合的に推進します。

今回の「練馬区健康づくり総合計画」の策定にあたっては、上位計画である「練馬区長期計画」をはじめ、関連する区の計画との整合性を図るとともに、社会環境の変化も考慮しました。

10年後の区の姿として「練馬区基本構想」に掲げられた「ともに築き 未来へつなぐ人とみどりが輝く わがまち練馬」を、健康づくりの面から実現するために、施策や事業を体系的に定めています。

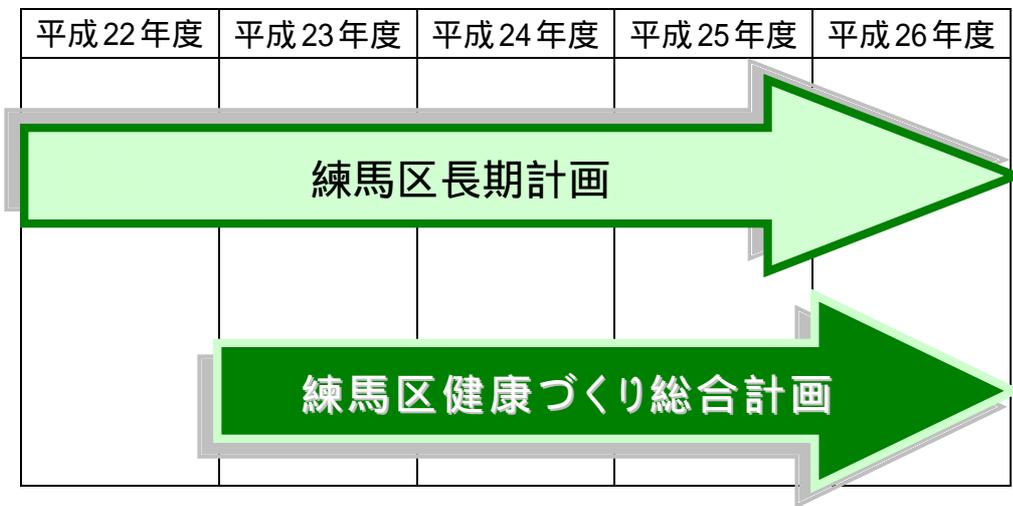
本文中で※印のある文言については、「資料編Ⅱ用語解説」(P.163～)で説明を掲載しています。

## 2 計画の目的

本計画は、区が、区民自らの健康づくりを促進・支援し、区民との協働により「健康都市練馬区宣言」を実現するための健康づくり施策を総合的・体系的に明らかにするものです。

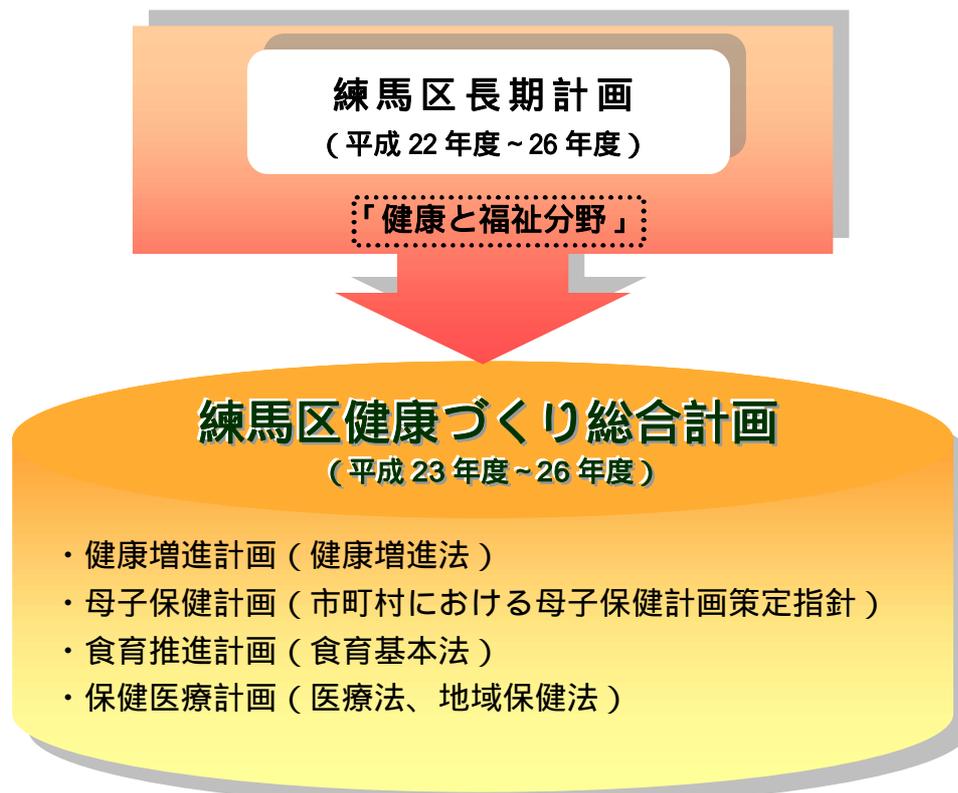
## 3 計画の期間

本計画の計画期間は、上位計画である「練馬区長期計画」に合わせて、平成23年度から平成26年度までの4年間とします。



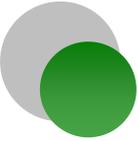
## 4 他の計画との関連

- (1) 本計画は、「練馬区長期計画」の分野別の基本政策である「健康と福祉分野」に関連する計画を明らかにしたものです。
- (2) 本計画は、健康増進法により地方自治体に策定が求められている「健康増進計画」の性格を持ち、区民の健康づくり活動の指標となることを目指しています。
- (3) 本計画は、市町村における母子保健計画策定指針（厚生省（当時）平成8年5月）により策定を求められている、地方自治体における「母子保健計画」の性格を持ちます。
- (4) 本計画の食育に関する分野は、食育基本法により策定を求められている「食育推進計画」の性格を持ち、食育と健康づくりを総合的に推進する取組を定めています。
- (5) 本計画は、区民の健康を確保する総合的な保健医療体制の整備を推進するための基本指針を示すもので、「保健医療計画」の性格を持ちます。



### 【関連する区の主な分野別計画】

練馬区次世代育成支援行動計画(後期)、練馬区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画、練馬区スポーツ振興基本計画、練馬区農業振興計画、練馬区小中学校における食育推進計画、練馬区地域福祉計画、練馬区障害者計画・障害福祉計画、練馬区特定健康診査等実施計画、練馬区生涯学習推進計画、練馬区自転車利用総合計画 など



# 計画策定の基本的な考え方

## 1 基本目標

本計画では、今後の区における健康づくりの推進のため、基本目標を以下のように設定します。

区民一人ひとりが心身ともに健やかに生活できる状態を目指します。

## 2 基本理念

### (1) 生涯を通じた健康づくりを推進する

健康づくりは、乳幼児から高齢者までのあらゆる年代を通じて取り組む必要があります。乳幼児の適切な健康管理は、児童・生徒の健全な発育に大きな影響を与え、成人期において健康習慣を確立することは、高齢期に発生する様々な疾病などのリスクを軽減させることとなります。生涯を通じた健康づくりに継続して取り組むためには、年代別の課題に着目して、年代ごとに健康づくりの目標を持つ必要があります。

そこで、乳幼児、児童・生徒、成人、高齢者の各年代で健康目標を持ち、区民一人ひとりが健康づくりに取り組み、心身ともに健やかに生活できている状態を目指します。また、地区組織、地域ボランティア、関係団体、事業者などが、区と連携することにより、区民の健康づくり活動が推進されている状態を目指します。

### (2) 食育を推進する

区民、関係団体、事業者、区が互いに連携・協働して食育を推進し、区民が様々な体験や学習を通じて、食の知識と食の選択力を学び、食に関する理解を深めて、生きがいに満ちた自分らしい生き方を実現できている状態を目指します。

### (3) 安心して暮らせる生活環境を確保する

区民の生命、健康が脅かされる危機を回避し、健康危機の発生時には被害を最小限にとどめることにより、区民が日常生活を安心して送ることができている状態を目指します。また、区内で食品を取り扱う施設や理容所・美容所、公衆浴場、薬局などを、区民が安心して利用できる衛生状態が確保できている状態を目指します。

#### ( 4 ) 安心して医療を受けられる環境を整える

区内の病床が確保されるとともに、医療関係機関相互の連携体制が構築され、地域医療の環境が整っている状態を目指します。

### 3 策定の視点

#### わが国全体の健康づくりを取り巻く環境変化に対応した計画の策定

わが国では、戦後一貫して長寿化が進んでおり、世界でも有数の長寿国となっています。これは、国民病とまで呼ばれた結核をはじめとする感染症に対する対策が進んだことが寄与していると言われています。一方で、産業構造の変化や経済成長、食生活の変化が進んだことから、肥満や糖尿病、高血圧、脂質異常症（高脂血症）などの生活習慣病が問題となっています。国の「健康日本 21」では、今後の対策としてメタボリックシンドローム<sup>2</sup>の概念を通して生活習慣病予防の基本的な考え方を広く普及させるとともに、生活習慣の改善や個人の行動変容<sup>3</sup>に向けた努力を社会全体で支援する環境づくりや、ハイリスク者に対する特定健康診査<sup>4</sup>・特定保健指導<sup>5</sup>の徹底による効率的で効果的な支援体制の確保の必要性を示しています。

近年、こころの健康の問題についても注目が集まっています。わが国では、平成 10 年以降、13 年連続して自殺者数が 3 万人を超えています。また、うつ病などのこころの病気を抱えている人も平成 19 年には全国で 100 万人を超えています（平成 20 年 患者調査・厚生労働省）。総患者数では東京都が 10 万 4 千人と最も多く、こころの健康対策が求められています。

母子保健の面では、平成 13 年に、親と子、思春期の子どもたちが健やかに生きる社会を目指す、国の「健やか親子 21」国民運動が始まり、親子が安全・安心に暮らせる保健環境づくりが進められてきています。

このほか、たばこを依存性のある薬物と捉えて、喫煙者本人のみならず周囲の人々にも害を及ぼす点に着目した「たばこ規制枠組条約」が平成 16 年 5 月に国会で批准され、受動喫煙防止対策や未成年の防煙教育、喫煙者に対する禁煙プログラムや禁煙補助剤の使用、禁煙治療の保険適用などが進められています。

本計画の策定にあたっては、このようなわが国全体の動向を踏まえ、メタボリックシンドローム対策事業や禁煙支援事業、健康診査やがん検診の充実、食育の一層の推進などを中心に据えた取組を進めます。

## 第1章 計画の考え方 計画策定の基本的な考え方

### 練馬区の特性を踏まえた計画の策定

練馬区は、平成23年1月時点で人口が約70万人と、東京23区内で2番目の人口規模となっています。区内の土地利用状況は、宅地面積が60%程度を占めており、住宅都市と言えます。一方、全体に占める農地面積の割合は23区内で最も高く、練馬区は住宅都市でありながら、23区内で農産物の生産現場が最も身近な区とも言えます。

練馬区においても、少子・高齢化は進行しています。国勢調査によれば、昭和45年には年少人口(0歳~14歳)が区の人口の23.3%を占めており、老年人口(65歳以上)は4.3%でした。これが、平成16年には年少人口が13.1%、老年人口は16.7%となっています。高齢化は今後も進むものと考えられており、平成26年には老年人口が20%を超えると推定されています。また、核家族化の進展による「子育て不安」の増加、勤労者のこころの健康問題、高齢者の独居や高齢者のみの世帯の増加など、都市に特有の問題が発生しています。

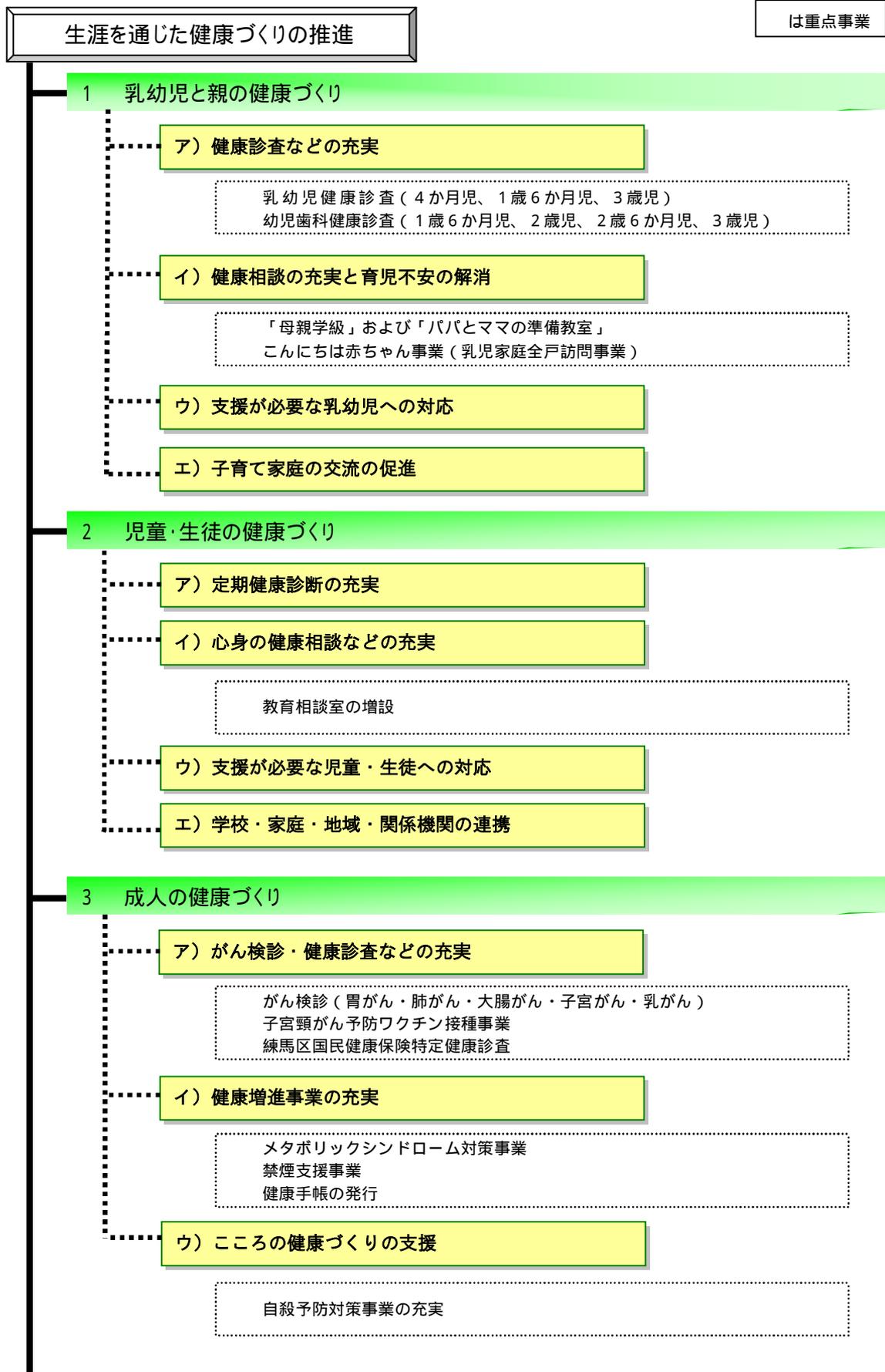
このような地域特性を踏まえて、乳幼児から高齢者までのライフステージごとの健康課題に着目し、それぞれの年代に応じたきめ細かい事業展開により、区民一人ひとりの主体的な健康づくりを支援することが求められています。また、食育においては練馬の農業についての理解や知識を深め、生産者との交流を推進するなど、都市農業を活かした食文化の伝承を進めます。

### 区のこれまでの計画の趣旨を踏まえ、一層の強化を図るための計画の策定

平成18年3月に改定した「改定 練馬区健康づくり総合計画」では、「生涯健康都市・ねりま」の実現を目指して、健康づくり施策を総合的・体系的に位置付け、区民の健康の増進に向けた各種の取組を積極的に展開してきました。また、平成19年12月に策定した「練馬区食育推進計画」では、「食を通じて生きる力を育む」ことを基本理念として、食に関わる分野の現状と課題を明らかにして、その解決に向けて、取組を進めてきました。

今回、「練馬区健康づくり総合計画」の策定にあたっては、区のこれまでの各種の取組の成果を踏まえるとともに、区民の直面する健康課題の解決に向けて、「生涯を通じた健康づくりの推進」「食育の推進」「安心して暮らせる生活環境の確保」「安心して医療を受けられる環境の整備」の4分野に、各種重点事業を位置付けます。そして、計画の最終年度である平成26年度に向けた目標を明確にし、目標達成に向けて着実な取組を進めることにより、区民一人ひとりのQOL<sup>※6</sup>の向上を目指します。これらの取組を通して、「生涯健康都市・ねりま」の実現に向けて、より一層努めます。

## 4 計画の体系



第1章 計画の考え方  
計画策定の基本的な考え方

4 高齢者の健康づくり

ア) 元気高齢者施策の充実

介護予防普及啓発事業（一次予防事業）

イ) 高齢者の健康診査・がん検診の充実

ウ) 高齢者の社会参加の促進

高齢者センター・敬老館・敬老室の活用

5 健康づくりの条件整備

ア) 区民と協働した健康づくりの推進

練馬区健康づくりサポーターの育成と自主的活動の支援

イ) 健康づくりの環境整備

受動喫煙防止のための分煙化推進

食育の推進

1 健全な食習慣の習得と心身の健康増進

ア) 乳幼児と保護者の食育の推進

乳幼児のいる親子の食事講習会  
ふれあい給食

イ) 児童・生徒の食育の推進

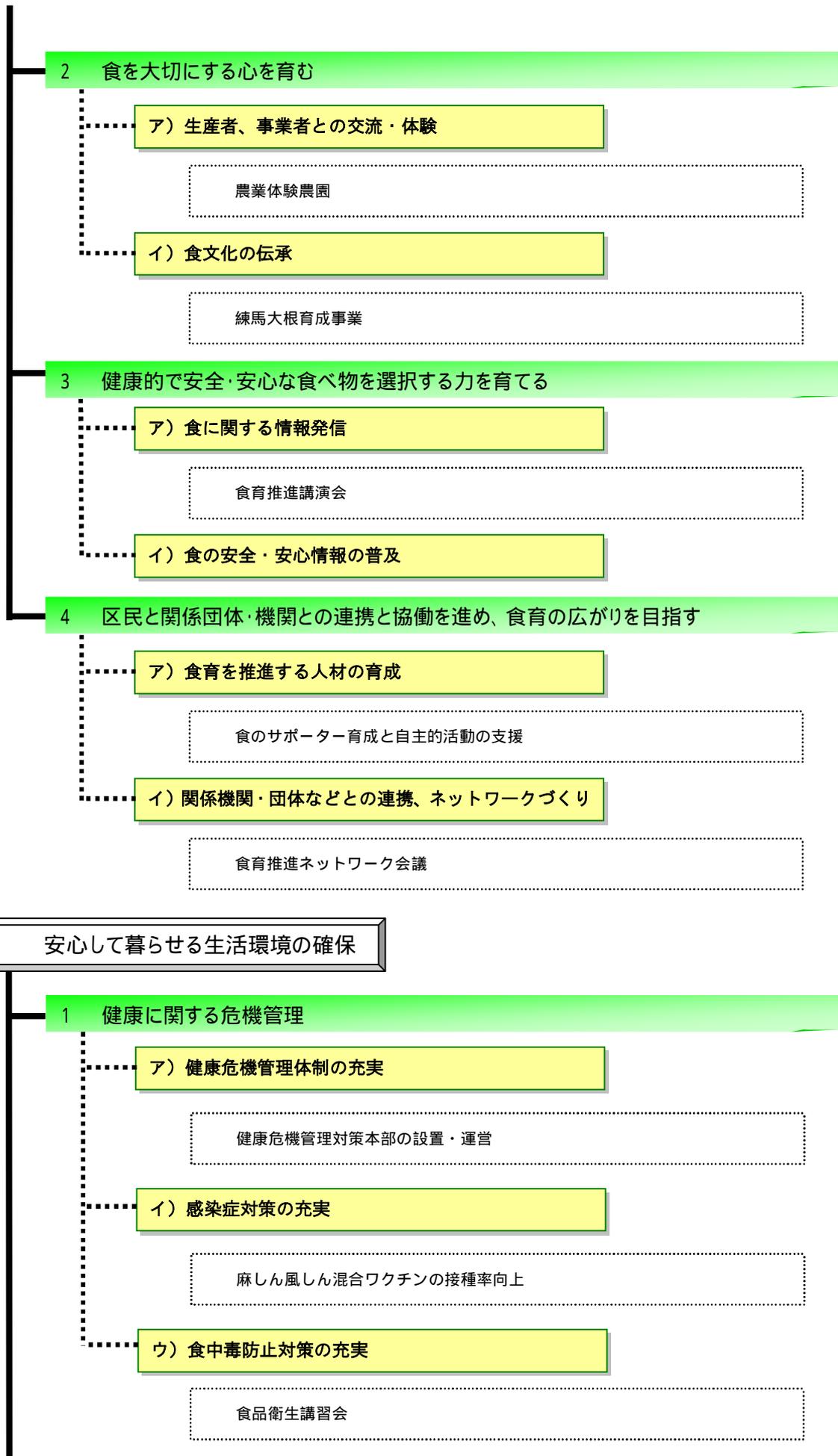
「(仮称)練馬区立小中学校における食育推進計画」の策定

ウ) 成人の食育の推進

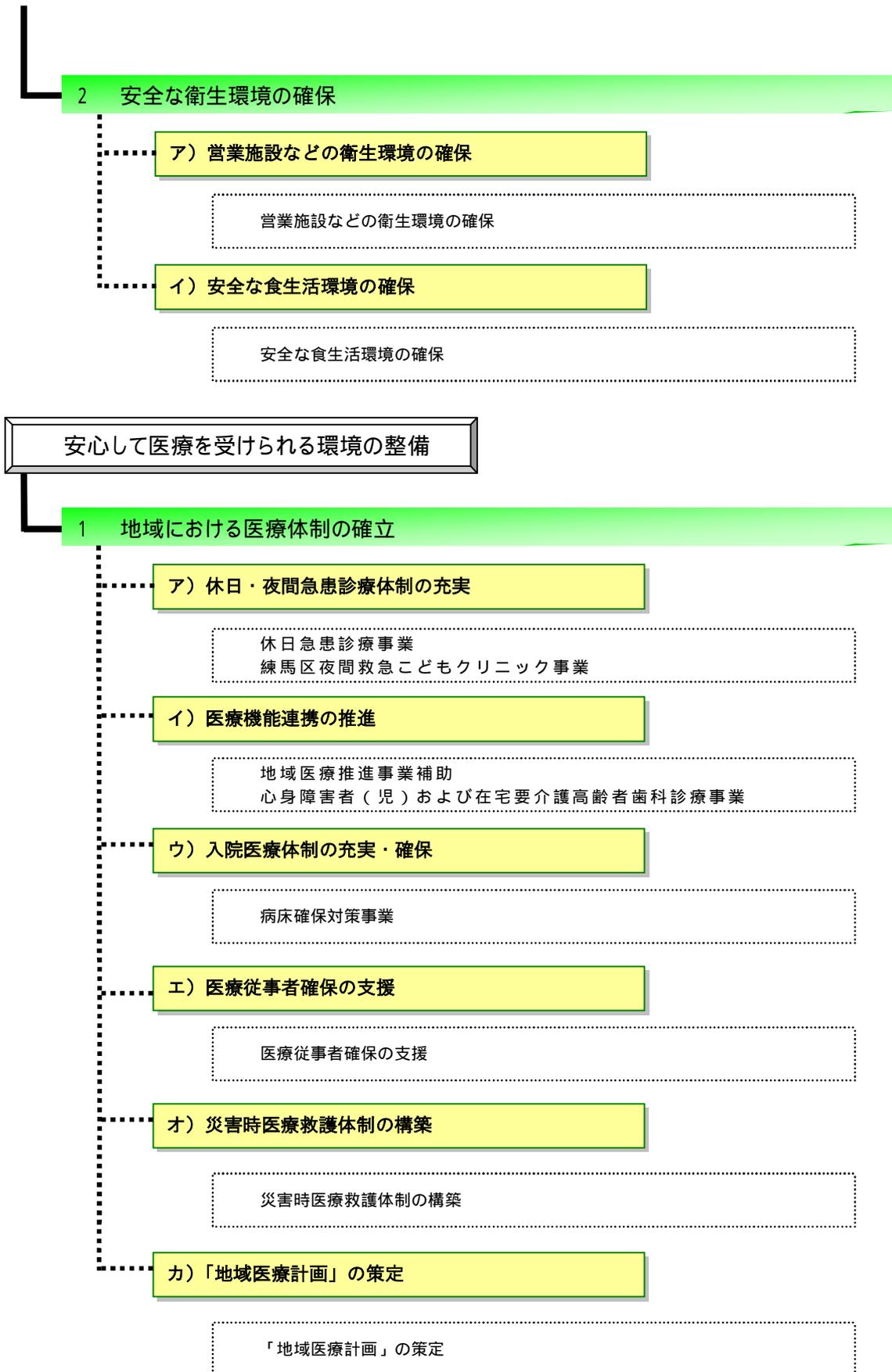
バランスのよい食事の普及啓発

エ) 高齢者の食育の推進

「食」のほっとサロン



第1章 計画の考え方  
計画策定の基本的な考え方



## 5 計画の推進と評価

区は、区民自らの健康づくりを促進・支援し、区民との協働により「健康都市練馬区宣言」を実現するために、本計画では重点事業と主な事業を定めています。重点事業には、平成26年度の数値目標を掲げています。そして、本計画が着実に推進されるように、「PDCA」の考え方に立脚した評価を行います。

「PDCA」とは、計画したこと(Plan)を着実に実行(Do)し、その結果を評価(Check)した上で、改善していく(Action)という一連の流れを言います。

本計画に定めた主な事業に関しては、各所管課で適切に実施し、進行管理をしていきます。また、毎年行う事務事業評価と隔年で行う施策評価を活用していきます。さらに、公募区民・各種関係団体代表・学識経験者などで構成する「練馬区健康推進協議会」の場で、本計画の進捗状況に関する報告を行い、ご意見に基づいて改善を行っていきます。

