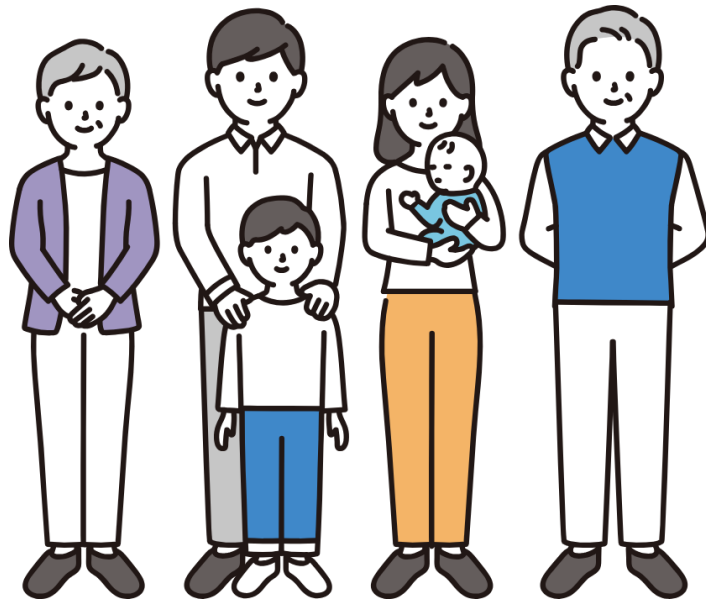


# 第3期

# 健康日本21 津島市計画

令和8年度—令和 19年度



令和8年3月

津島市



# はじめに

市長あいさつ



「健康寿命の延伸」が人々の願いの1つとなって  
久しく、平均寿命とともに、健康寿命も年々伸びてきて  
います。

さらに市民の健康の向上を目指し、個人の行動と健康状態の改善に向けて、市民に  
寄り添った健康づくりと、より効果的な取り組みが必要となってきております。この  
ことは、国の「健康日本 21（第三次）」にも明記されております。

津島市では、平成 28 年 3 月に、「第 2 期健康日本 21 津島市計画」を策定し、令  
和 7 年度までの 10 年間、計画の目標に向けてさまざまな取り組みを行ってまいりまし  
た。

この 10 年間は、東日本大震災から続く災害に対する危機管理体制の整備、令和に  
入って新型コロナウイルス感染症への対応、コロナ後の市民生活の変化への支援など、  
社会情勢や環境の変化に合わせ、保健・医療・福祉のあり方が大きな転換点を迎えて  
います。

10 年間の計画期間の満了を迎え、このような環境の変化などに対応できるよう、  
新たに、令和 8 年度から令和 19 年度までを計画期間とする「第 3 期 健康日本 21  
津島市計画」を策定しました。

10 年後目指すべき姿は『世代をこえて 笑顔で健幸<sup>けんこう</sup> つながる つしま～健幸づくり  
は仲間づくり～』です。この姿を目指す一貫性は維持し、様々な環境の変化に対応し  
つつ、市民の皆さん、関係機関、地域の方々へ常に寄り添い、市民の皆さんの健康を  
生涯にわたって支えてまいります。

この計画の策定に当たり、ご尽力いただきました「健康日本 21 津島市計画策定委  
員会」「健康日本 21 津島市計画ワーキング」の皆様方に心から感謝申し上げます。

令和 8 年 3 月

津島市長 日 比 一 昭

# 目次

はじめに

第1章 計画の策定にあたって .....	1
1. 計画策定の背景と趣旨 .....	1
2. 第2期健康日本21津島市計画の取組 .....	3
3. 第2期健康日本21津島市計画の最終評価 .....	4
4. 第3期健康日本21津島市計画 .....	6
5. SDGsの取組について .....	7
第2章 津島市の健康に関する状況 .....	8
1. 人口・死亡の状況 .....	8
2. 特定健診・がん検診等の状況 .....	11
3. 医療・疾病・介護の状況 .....	13
4. 健康づくりに関するボランティアの状況 .....	16
5. 第3期健康日本21津島市計画の概念図 .....	17
第3章 健康づくりの取り組み .....	18
1. 生活習慣病・重症化予防 .....	18
2. 赤ちゃんから高齢者まですべての市民の健康づくり .....	20
3. 健康づくりを地域みんなで支えあう仕組みづくり .....	22
第4章 計画の策定経過と進捗管理 .....	24
1. 第3期健康日本21津島市計画の策定経過 .....	24
2. 計画の進捗管理 .....	27
3. 評価指標及び目標値 .....	28
第5章 資料編 .....	30
1. 現在の主な取り組み実績 .....	30
2. 用語の解説 .....	31
3. 第3期健康日本21津島市計画策定委員等名簿 .....	34

※この計画書中の団体名、課名等は、令和8年3月時点のものです。

# 第 1 章 計画の策定にあたって

## 1. 計画策定の背景と趣旨

### ■本市の計画の動向

本市では、市民が生涯にわたって、健康でいきいきと暮らしていけるよう、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むとともに、家庭、地域、社会全体で支援する環境づくりを推進していくことを目的として、平成 18 年 3 月に「健康日本 21 津島市計画」、平成 28 年 3 月に「第 2 期健康日本 21 津島市計画」を策定し、「世代をこえて 笑顔で健幸 つながる つしま」をめざして取り組みを進めてきました。第 2 期健康日本 21 津島市計画は、計画策定から 10 年が経過しており、令和 7 年度は最終評価の年度となります。

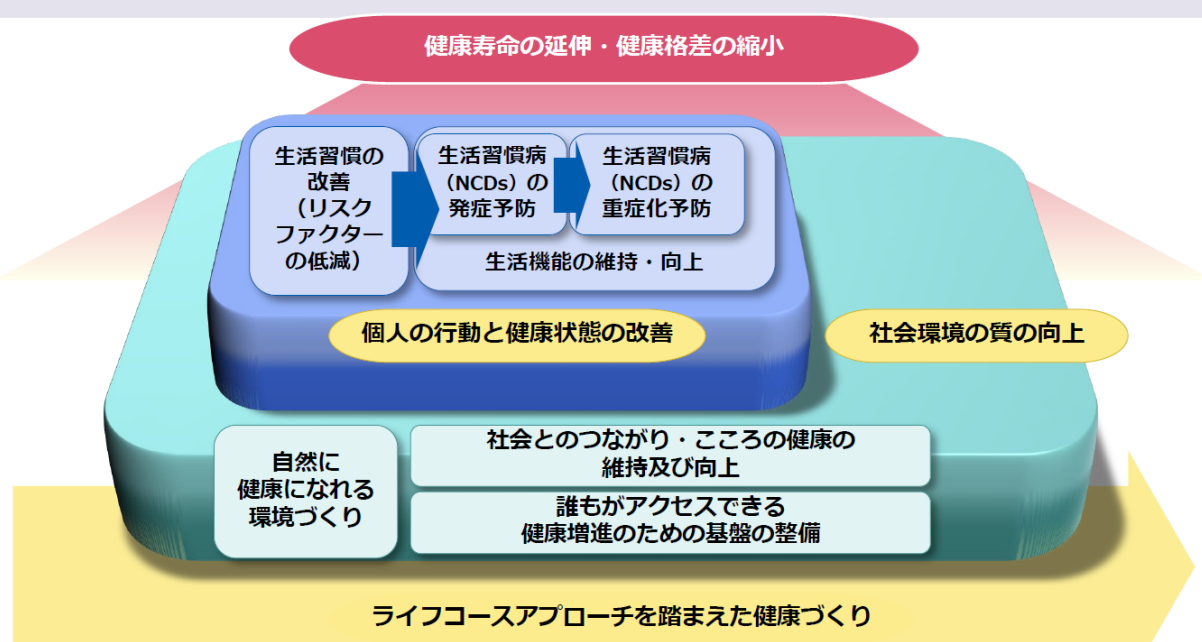
### ■国の計画の動向

国は、健康増進に係る取組として、昭和 53 年から「国民健康づくり対策」を数次にわたり展開しており、令和 6 年度からは健康増進に係る新たな取組として、健康日本 21（第三次）を推進しています。

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、そのために、誰一人取り残さない健康づくりの展開とより実効性をもつ取組の推進を行うこととしています。

### 健康日本 21（第三次）の概念図

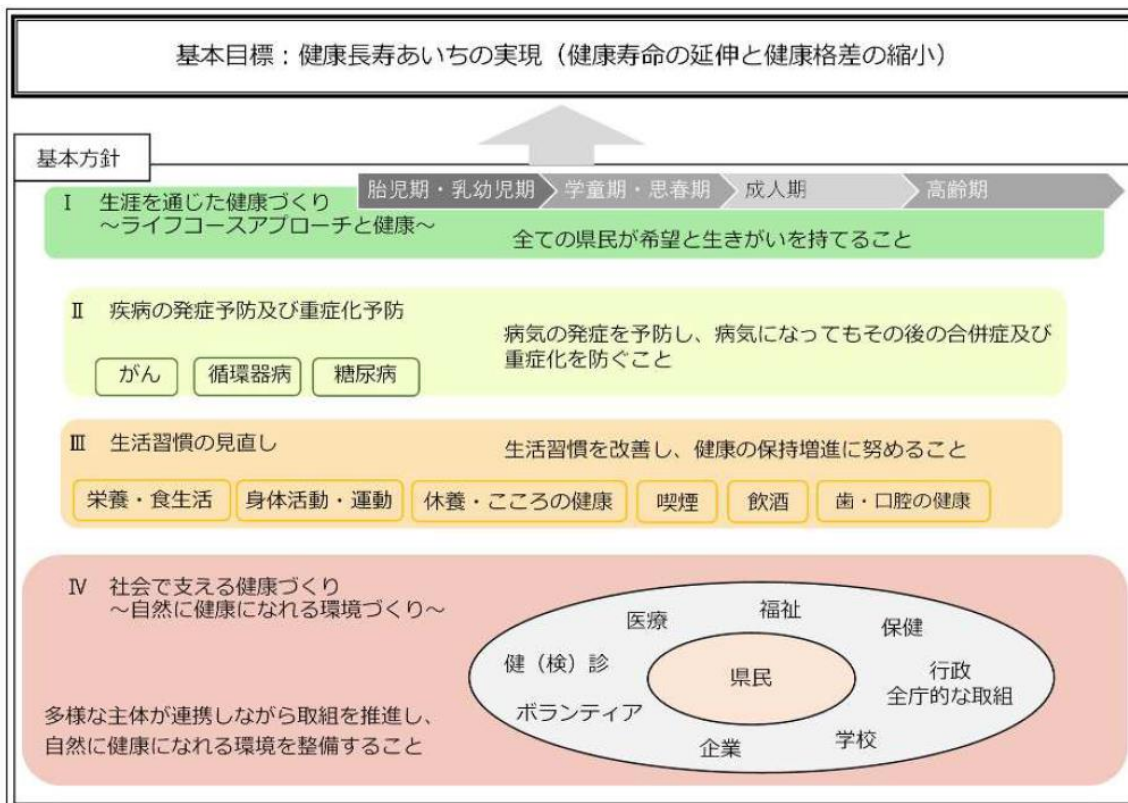
全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



出典：健康日本 21（第三次）

## ■県の計画の動向

県は、健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性をもつ取組の推進を図るため、「健康日本 21 あいち新計画」の結果を踏まえ、「第3期健康日本 21 あいち計画」を令和6年3月に策定しました。



## 2. 第2期健康日本21 津島市計画の取組と評価

平成28年度から令和7年度までを期間とする第2期健康日本21 津島市計画は、国の「健康日本21（第2次）」や愛知県の「健康日本21 あいち新計画」の理念等を取り入れて策定しました。また、計画の推進については、取組の3本柱に沿ってグループ分けを行い、健康に関する市民団体、関係機関、市職員等で構成するワーキングを年6回程度実施しました。

### 第2期計画 重点課題

- ・生活習慣病の予防、重症化予防（メタボ、糖尿病、高血圧の予防を中心に！！）
- ・赤ちゃんから高齢者まで全ての市民を健康に（こころもからだも元気！！）
- ・健康づくりを地域のみんなで支え合う仕組み（健康づくりの輪を広げよう！！）

### 目指すべき姿（10年後）

世代をこえて 笑顔で健幸<sup>けんこう</sup> つながる つしま

### 取り組みの3本柱

- ① つくろうよ ひとりひとりの 健康習慣
- ② しあわせな 笑顔あふれる 仲間づくり
- ③ まちづくり 肝心なのは 市民の<sup>わ</sup>WA



### 津島市の現状

#### （地域の背景）

進む少子高齢化  
高齢化率が、27.1%（H26）、4人に1人が高齢者。20年後には3人に1人が高齢者となる。

死亡原因は？  
男性は、脳内出血、肺がんが多い。  
女性は、脳内出血、が多い。

#### （医療）

生活習慣病の医療費が増加  
生活習慣病に関する医療費が、60代から増加、70代でさらに増加する。  
人工透析患者の割合が多い

人工透析患者の人口1万対比が、26.0（H25）であり、県内で6番目に高い。開始理由は、糖尿病性腎症が43.4%である。

#### （介護）

要介護の理由は？  
要支援～要介護2では、高血圧性疾患、要介護4～5では、認知症、脳梗塞、アルツハイマーが多い。

増える認知症  
認知症の高齢者は、増加しており、今後も増加が予想される。

#### （健診）

高いメタボ率  
メタボ率が19.3%（H26）であり、県内で17番目に高い。特定健診の受診率は、39.0%（H26）であり、年々増加している。  
保健指導終了率が、県平均より低く、11.2%（H26）であり、下位11位である。

### 3. 第2期健康日本21 津島市計画の最終評価

#### (1) 指標の評価について

第2期健康日本21 津島市計画で設定した指標の目標達成状況について最終評価を行いました。評価については、以下の5区分で整理しています。なお、達成率が計算できない指標については、目標達成とみなせるものは「A」評価、目標達成とみなせないものは「D」評価とし、さらに目標達成か否かの判断がつかない場合はE評価としています。

A	目標を達成（達成率 100%以上）
B	策定時より改善（達成率 10%以上 100%未満）
C	変化なし（達成率－10%以上 10%未満）
D	策定時より悪化（達成率－10%未満）
E	評価不能（上記以外のもの、判定できないもの）

#### (参考) 達成率の計算式

$$\text{達成率 (\%)} = \frac{\text{直近値} - \text{計画策定時の値}}{\text{目標値} - \text{計画策定時の値}} \times 100$$

#### (2) 評価結果のまとめ

第2期健康日本21 津島市計画で設定した指標 39 指標の内訳は以下のとおりです。目標達成（A）及び策定時より改善（B）は 24 指標で全体の約 61.5%であり、一定の改善がみられました。変化なし（C）は 1 指標で全体の約 2.6%、策定時より悪化（D）は 3 指標で全体の約 7.7%でした。

	A	B	C	D	E
指標（数）	5	19	1	3	11
指標（割合）	12.8	48.7	2.6	7.7	28.2

(3) 項目別評価結果

A 目標達成	特定健診の実施率の向上 特定保健指導に実施率の向上 糖尿病保有者数の増加の抑制 歯科健診の受診者の増加 3歳児でう蝕がない者の割合の増加
B 策定時 より改善	健康づくりに関するボランティア会員数の増加 (食生活改善推進員、健康づくりリーダー、元気でいよう会、糖尿病予防し隊、認知症予防スタッフ) 運動習慣のある者の割合の増加(男)(女) 歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上している者の割合の増加(男)(女) 朝食欠食率の減少(男)(女) 飲酒率の減少(男)(女) 睡眠で十分休養を取ることができている者の割合の増加(男)(女) 健康意識(生活習慣の改善意思)がある者の割合の増加(男)(女) 喫煙率の減少(男)(女)
C 変化なし	8020 該当者数の増加 (※計画期間内に増減があるため、平均値で評価しています。)
D 策定時 より悪化	メタボ該当者の減少・予備群の減少 透析患者(人口1万人比)の減少 自殺者数の減少(人口10万人あたり)
E 評価不能	健康寿命の延伸(男)(女)→平均余命の延伸・平均自立期間の延伸(男)(女) がん検診の受診率の向上(胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん) 人工透析患者新規導入患者数の減少・人口透析患者の増加の抑制

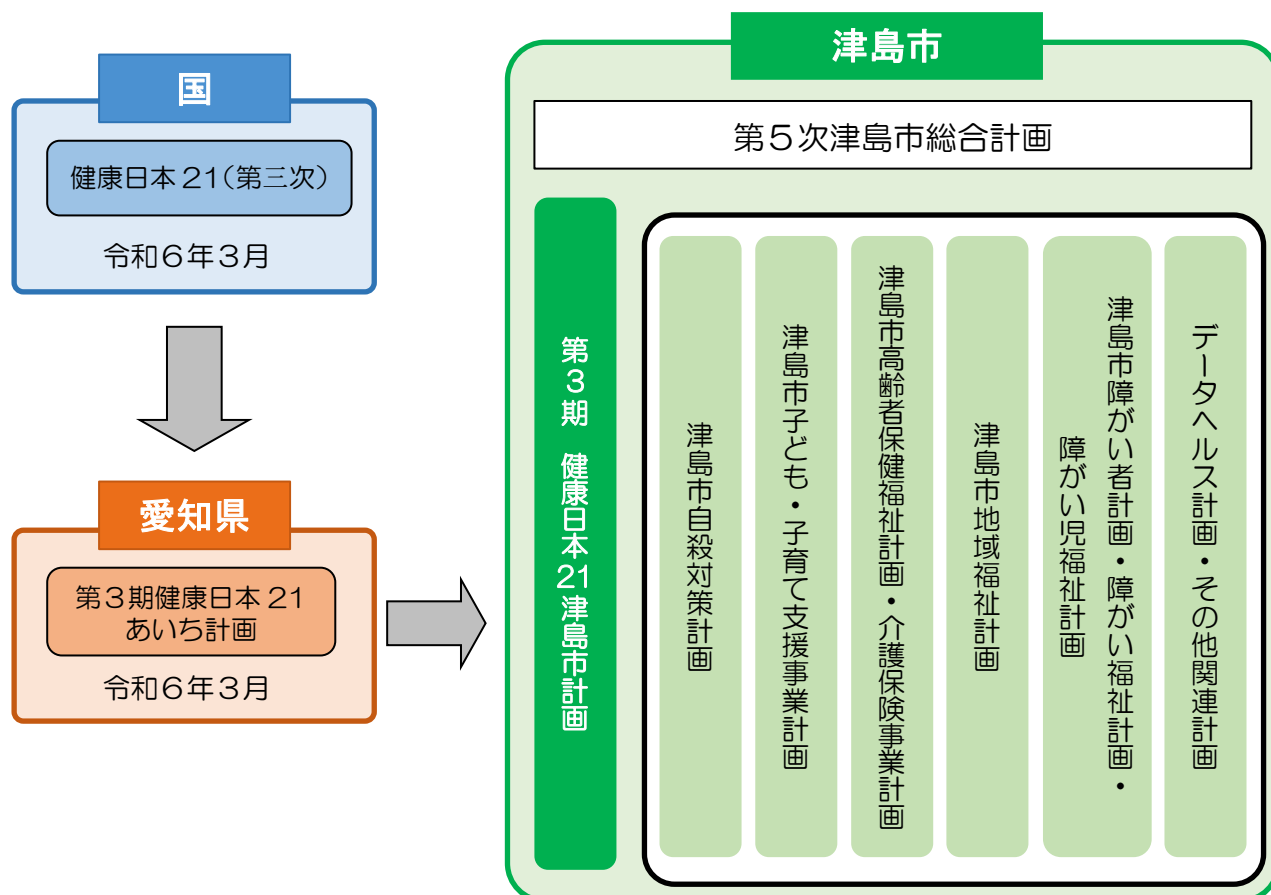
E 評価不能の指標及び理由

評価指標	理由
健康寿命の延伸(男)(女) →平均余命の延伸・平均自立期間の延伸(男)(女)	国保データベースシステムの仕様変更のため。
がん検診の受診率の向上 (胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん)	令和3年度より数値の算出方法を変更したため。
人工透析患者新規導入患者数の減少 人口透析患者の増加の抑制	愛知県腎臓財団による報告内容が変更したため。

## 4. 第3期健康日本21 津島市計画

### 位置づけ

本計画は、第5次津島市総合計画を上位計画とし、津島市の関連計画と整合性を図り、国の「健康日本21（第三次）」や愛知県の計画である「第3期健康日本21 あいち計画」とも整合性を図りながら策定しています。また、本計画は「食育基本法」及び「歯科口腔保健の推進に関する法律」に基づく計画内容も含まれます。



### 計画の期間

本計画の期間は、令和8年度から令和19年度までの12年間です。目標の評価については、計画の中間年にあたる令和13年度に中間評価及び見直しを行い、令和19年度に最終評価と次期計画の策定を行います。ただし、計画期間中に社会情勢の変化等が生じた場合は、必要に応じて見直しを行います。

	R7 年度	R8 年度	R9 年度	R10 年度	R11 年度	R12 年度	R13 年度	R14 年度	R15 年度	R16 年度	R17 年度	R18 年度	R19 年度	R20 年度
第2期計画	第3期 健康日本21 津島市計画												第4期計画	
最終 評価							中間 評価						最終 評価	

## 5. SDGsの取組について

SDGsは、平成27年(2015年)9月の国連サミットで採択された令和12年(2030年)までの国際目標で、持続可能な社会を実現するための17のゴール・目標(目指すべき姿)、169のターゲット(具体的な取組)及び232の指標(進捗状況を測る指標)から構成されています。

SDGsは「誰ひとり取り残さない」ことを基本理念として掲げています。この理念は、「世代をこえて 笑顔で健幸 つながる つしま」を目指すべき姿とする本市の健康づくりの方針と一致するものです。本市では、総合計画において「～未来につなぐ～ 住んでみたい 住んでよかったまち 津島」を将来都市像としてSDGsの理念を取り入れています。本計画においても、SDGsの理念を取り入れ、市民の健康づくりを支える持続可能なまちづくりの視点をもって計画の推進に取り組みます。

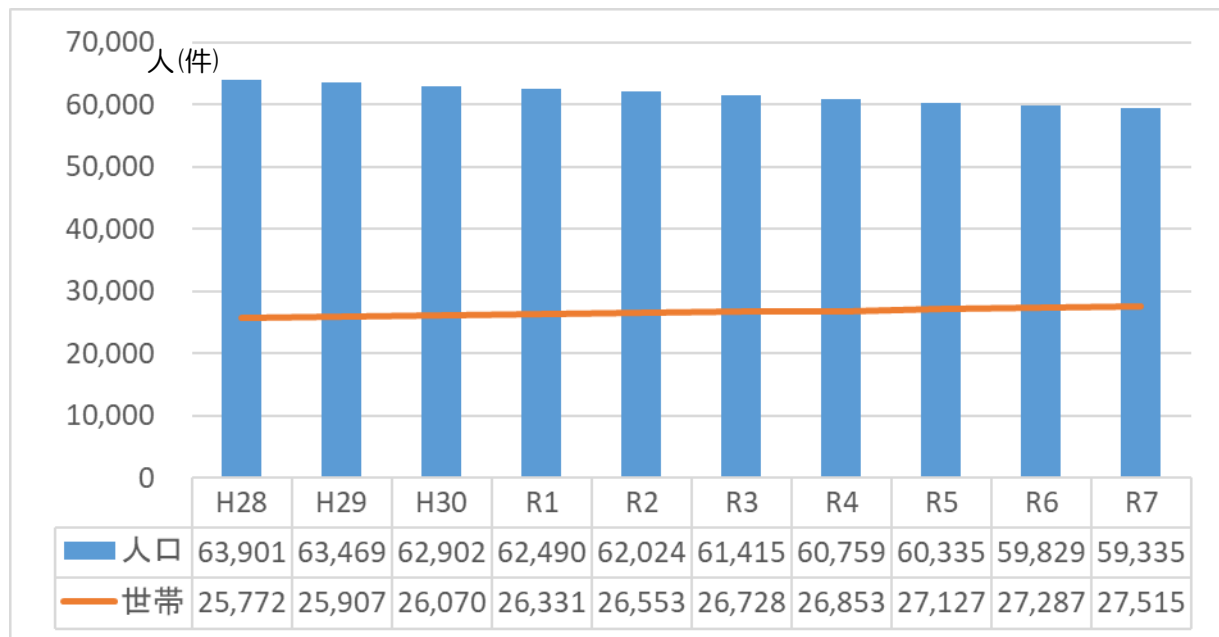
### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



## 第2章 津島市の健康に関する状況

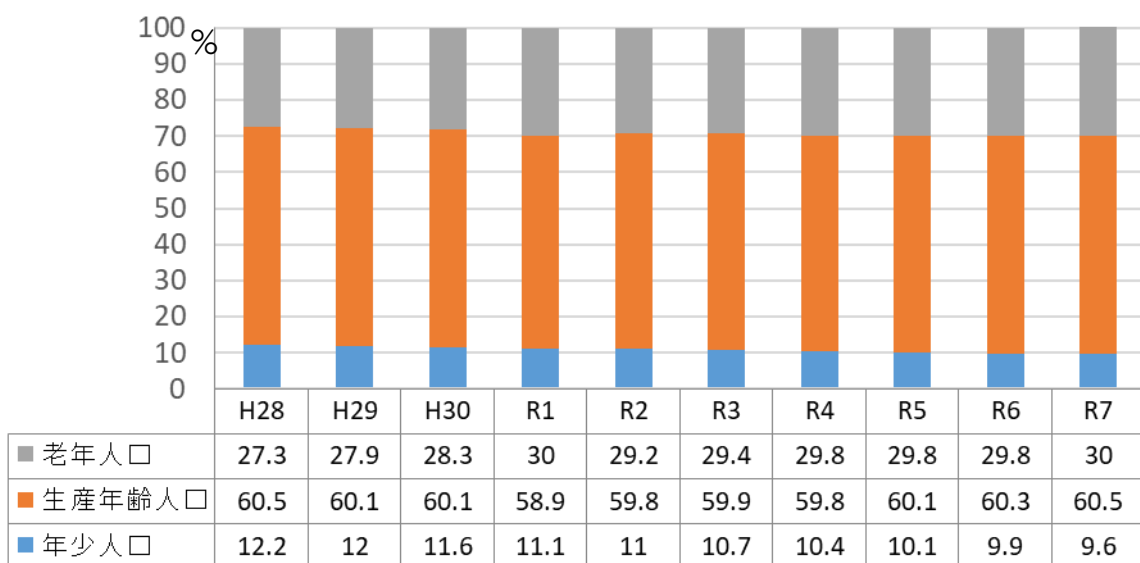
### 1. 人口・死亡の状況

#### 人口割合の推移



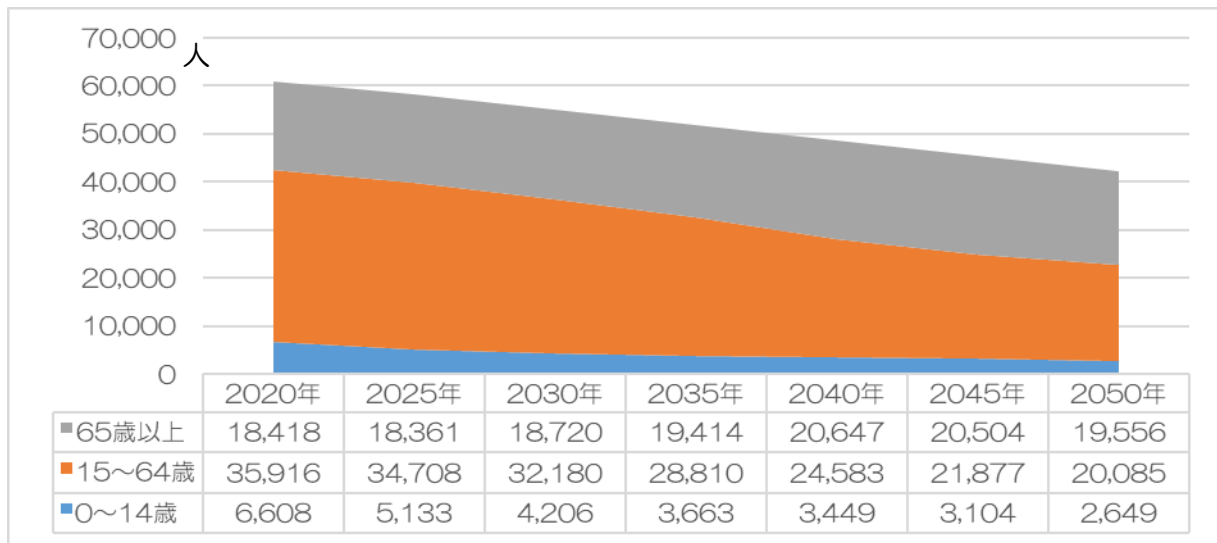
資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

#### 年齢別人口割合の推移



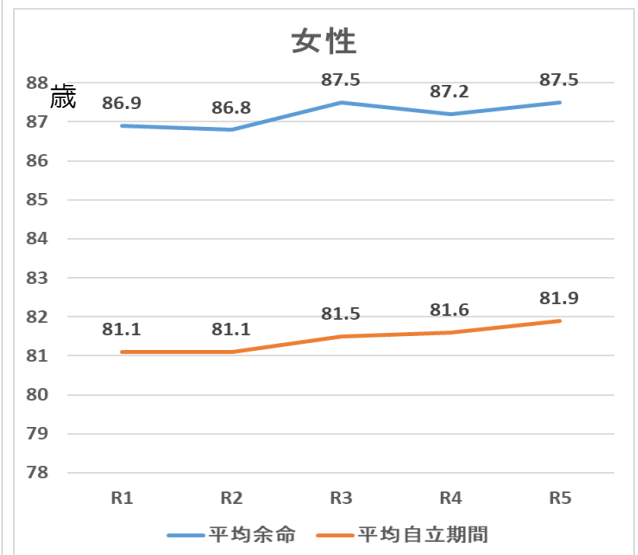
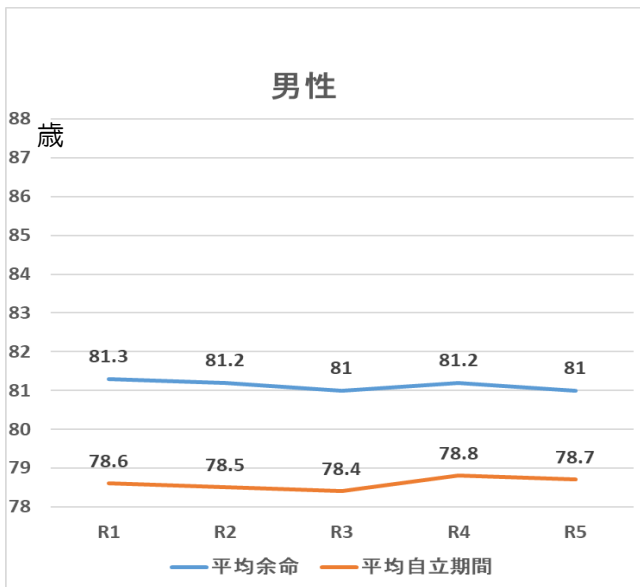
資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

## 人口割合の将来予測



資料：国立社会保障・人口問題研究所

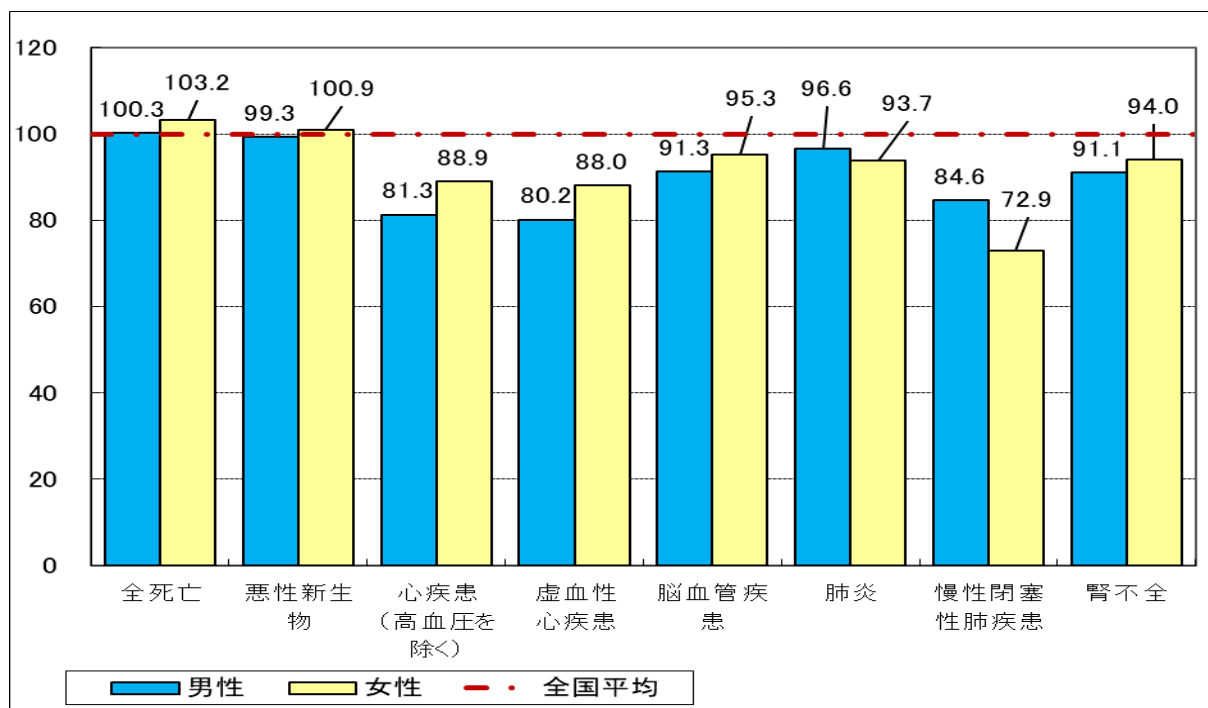
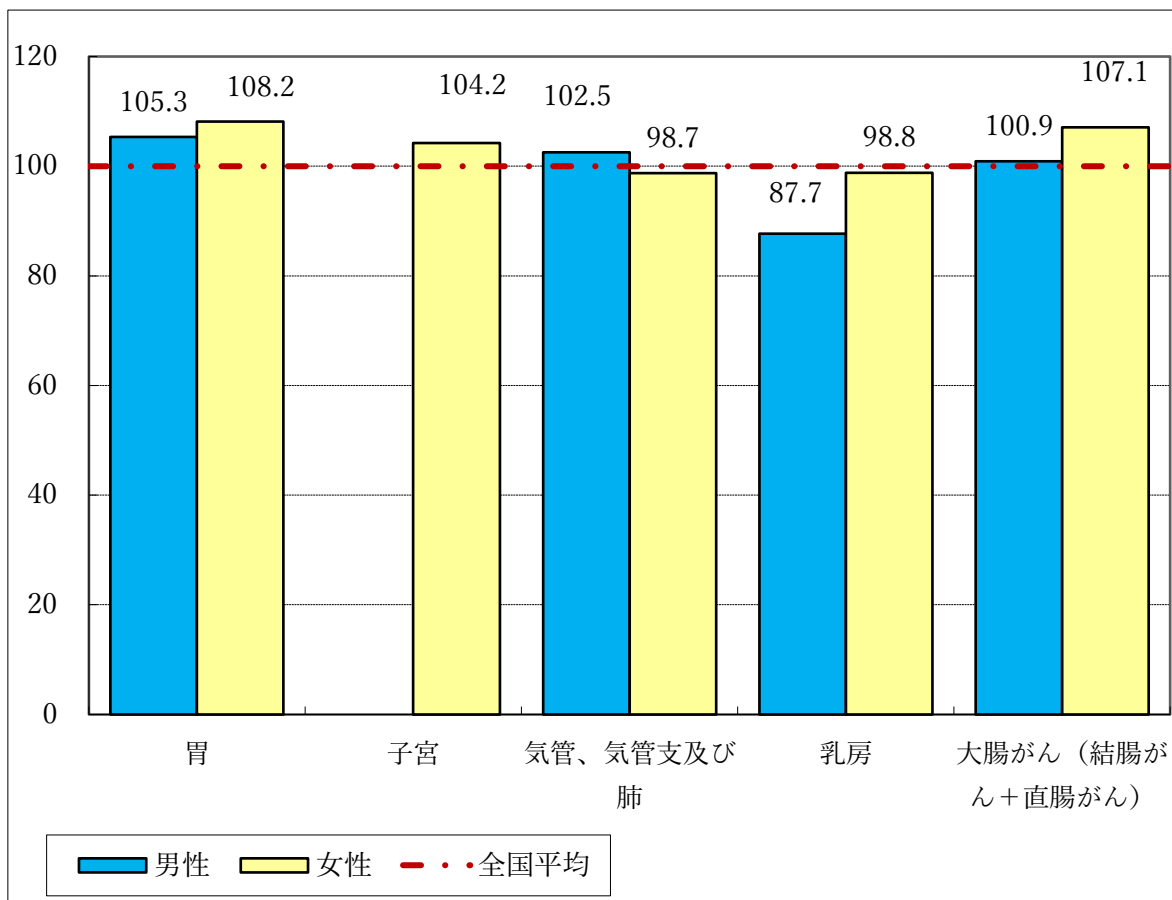
## 平均余命と平均自立期間の推移



資料：KDB

主な死因の標準化死亡比（平成29～令和3年）

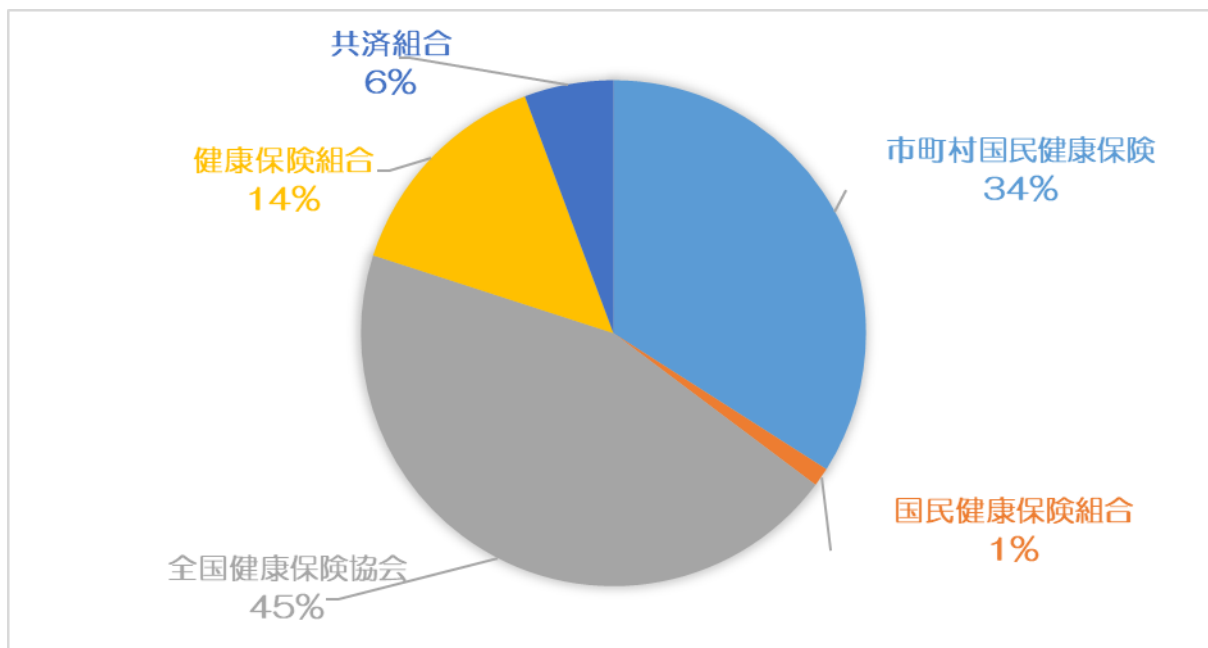
愛知県全体における主な死因の標準化死亡比（SMR）を示します。  
 グラフ上の破線は全国平均の100を示す基準線となっています。



資料：愛知県衛生研究所

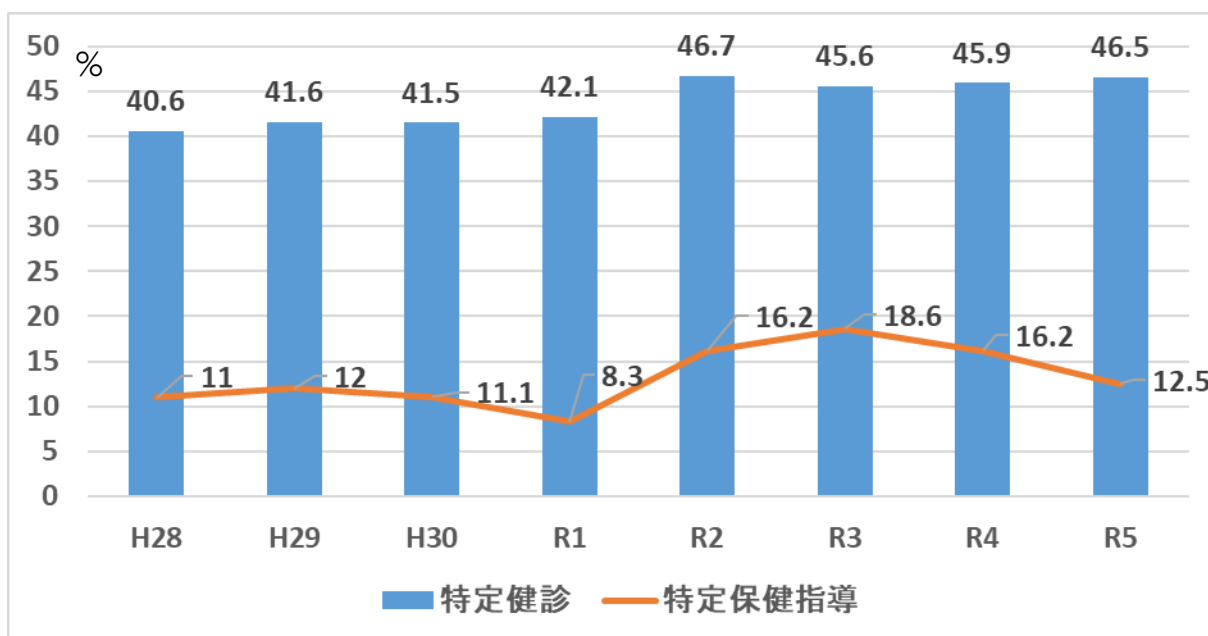
## 2. 特定健診・がん検診等の状況

特定健診受診率（保険種別別）



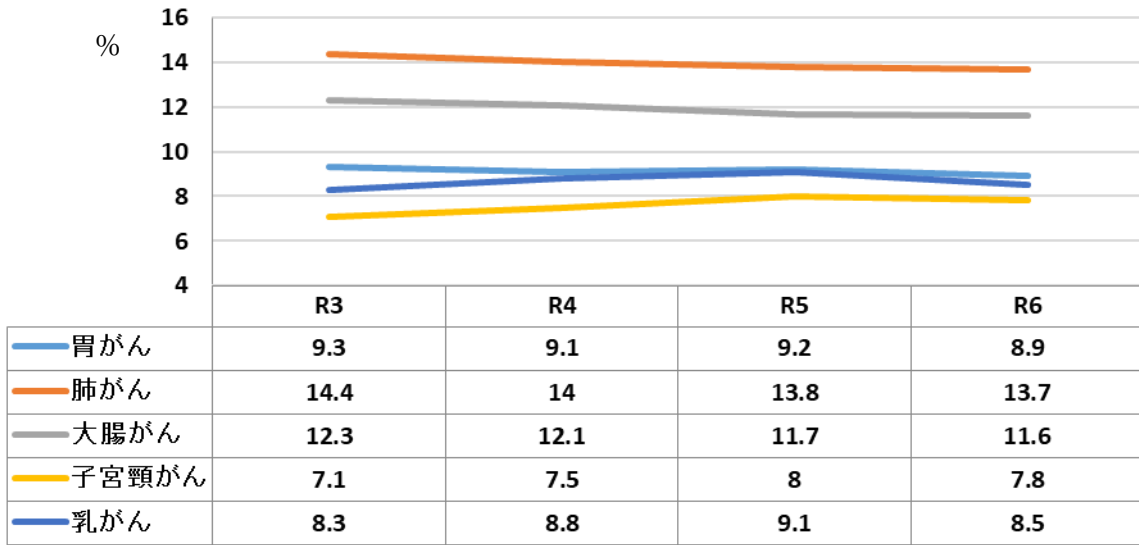
資料：津島保健所

特定健診受診率・特定保健指導終了率の推移



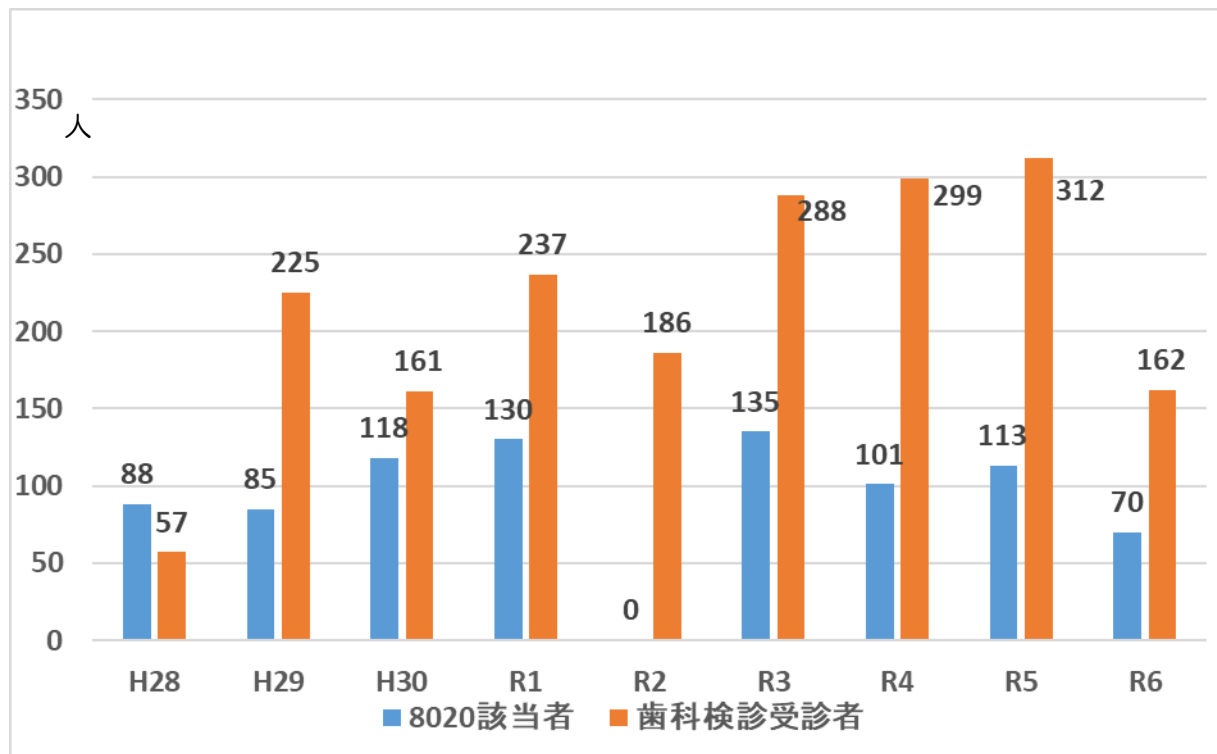
資料：保険年金課

### がん検診受診率の推移



資料：健康推進課

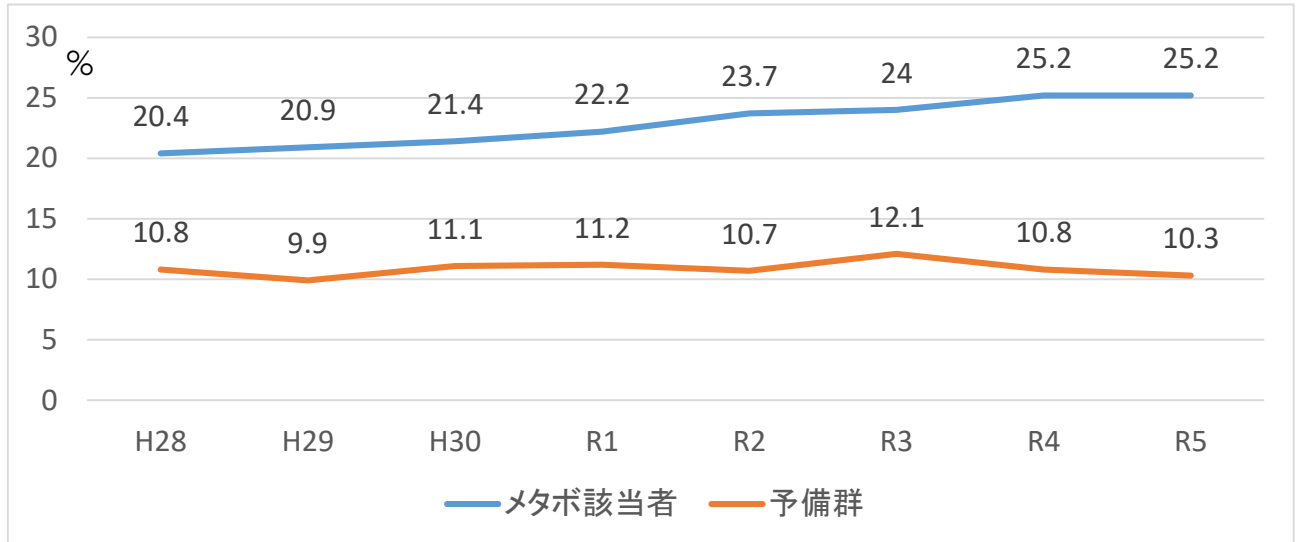
### 歯科健診受診者・8020 該当者の推移



資料：健康推進課

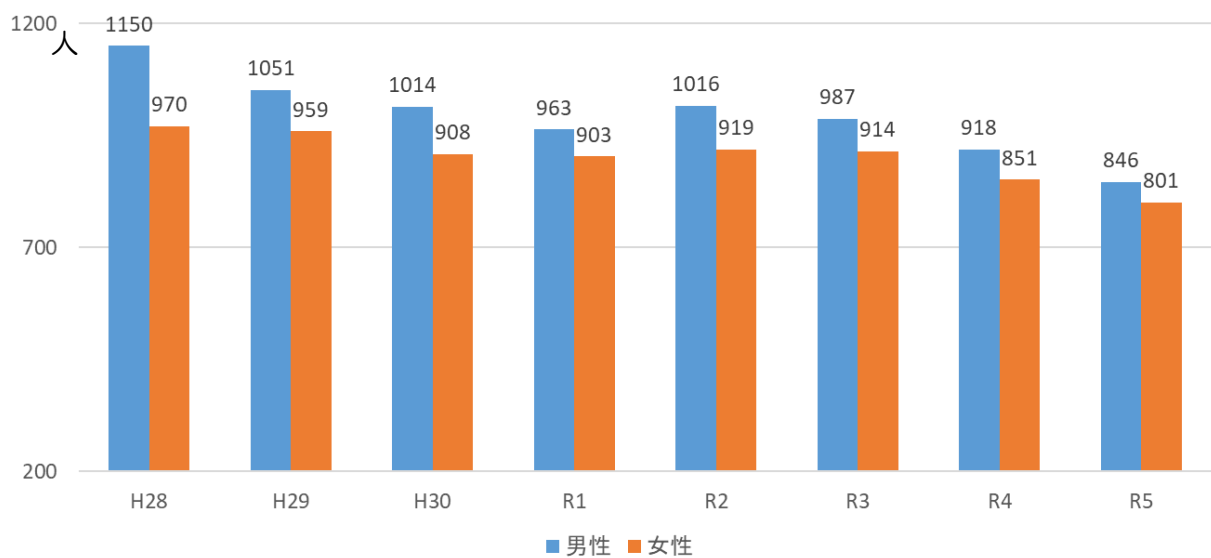
### 3. 医療・疾病・介護の状況

#### メタボリックシンドローム該当者・予備群



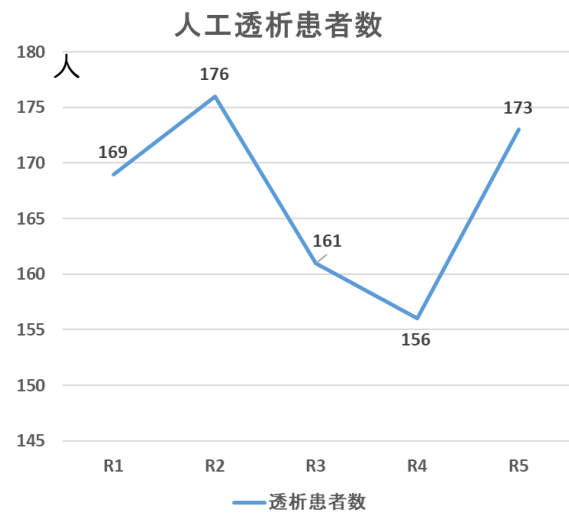
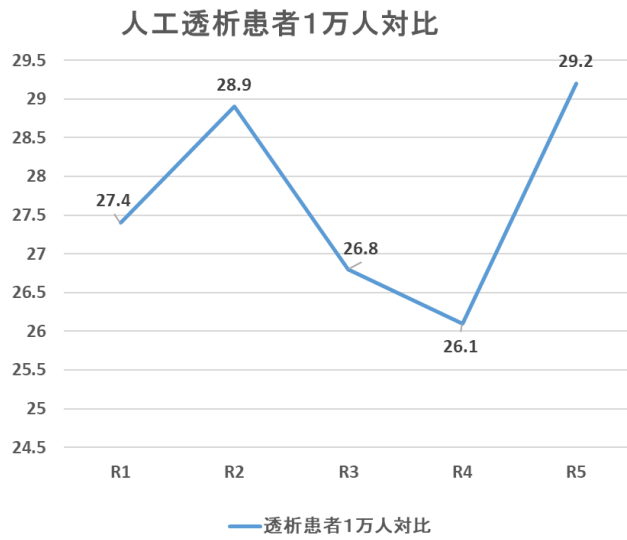
資料：AI Cube

#### 糖尿病患者数の推移



資料：AI Cube

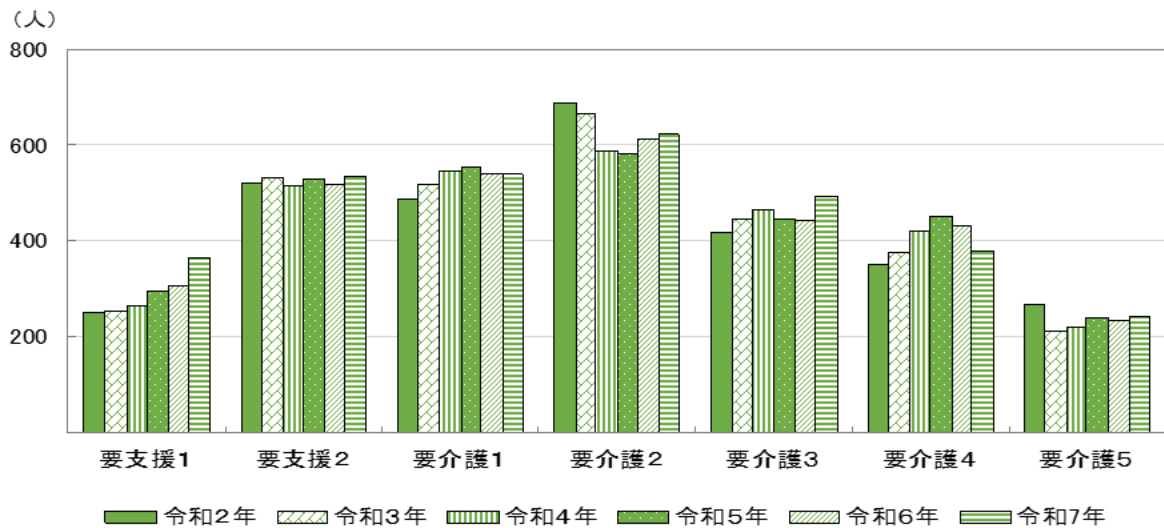
## 人工透析患者数の推移



資料：愛知腎臓財団

要支援・要介護の認定状況

区分		令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年
要支援	1	250	252	263	296	307	365
	2	523	531	514	529	518	536
要介護	1	485	517	545	552	538	538
	2	687	664	587	580	611	622
	3	417	444	467	445	440	494
	4	349	374	422	452	430	380
	5	267	212	218	238	233	241
合計		2,978	2,994	3,016	3,092	3,077	3,176

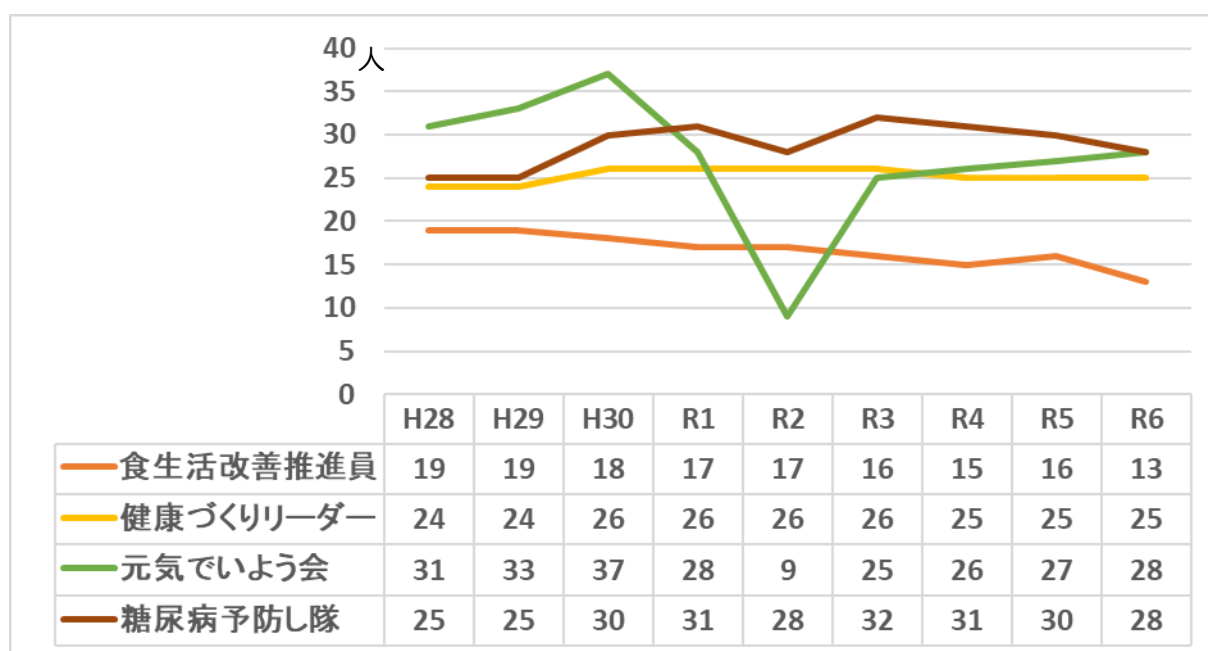


資料：高齢介護課

## 4. 健康づくりに関するボランティアの状況

ボランティア名称	結成年度	主な活動
食生活改善推進員	平成 14 年度	食育キャラクター「食まるファイブ」や「手ばかり栄養法」でバランスよく適量食べることを広めています。
健康づくりリーダー	平成 17 年度	津島のご当地体操「つし丸たいそう」「マッキーストレッチ」などを広めています。
元気でいよう会	平成 25 年度	人と人とがつながり合い、誰もが笑顔で元気に暮らすことのできるまちづくりの実現を目指して活動しています。
糖尿病予防し隊	平成 25 年度	糖尿病発症予防、重症化予防を目的に、啓発活動を行っています。

健康づくりボランティア会員数



資料：健康推進課



## 5. 第3期健康日本21津島市計画の概念図

### 津島市の現状

地域の背景	健(検)診	医療・疾患・介護	ボランティア
<p><u>進む少子高齢化</u> 高齢化率が、29.8%(R6年度)。2050年には10人中4~5人が高齢者となると推測される。 0~14歳の年少人口は9.9%(R6年度)。2050年には6.3%まで減少すると推測される。</p>	<p><u>特定健診</u> 特定健診の受診率は、47.4%(R6年度)であり、年々増加している。 保健指導終了率は、14.6%(R6年度)である。 <u>がん検診</u> 5大がん検診の受診率は横ばい。</p>	<p><u>高いメタボ率</u> メタボ率が26.0%(R6年度)であり、県内で6番目に高い。 <u>人工透析患者の増加</u> 人工透析患者数は173人(R5年度)であり、1万人対比29.2人で、県内で6番目に高い。 <u>要支援・要介護者の増加</u> 高齢化に伴い、要支援・要介護認定者は増加している。</p>	<p><u>健康づくりボランティア</u> <u>活躍中!</u> 第2期計画にて、健康づくりボランティアが地域で出前講座を行う「健幸塾」の取組を検討・推進した。地域で健康づくりボランティアが活躍中!</p>

### 第3期計画 重点課題

- ・生活習慣病の予防・重症化予防
- ・赤ちゃんから高齢者まですべての市民の健康づくり
- ・健康づくりを地域みんなで支え合う仕組みづくり

### 基本理念(目指すべき姿)

世代をこえて 笑顔で健幸<sup>けんこう</sup> つながる つしま  
~健幸づくりは仲間づくり~

### 取り組みの3本柱

- ① **つ** つなごうよ みんなで広げる 健幸づくり
- ② **し** しあわせのバトン 笑顔でつなぐ
- ③ **ま** マッチング 個性を活かす 市民のWA<sup>わ</sup>



# 第3章 健康づくりの取り組み

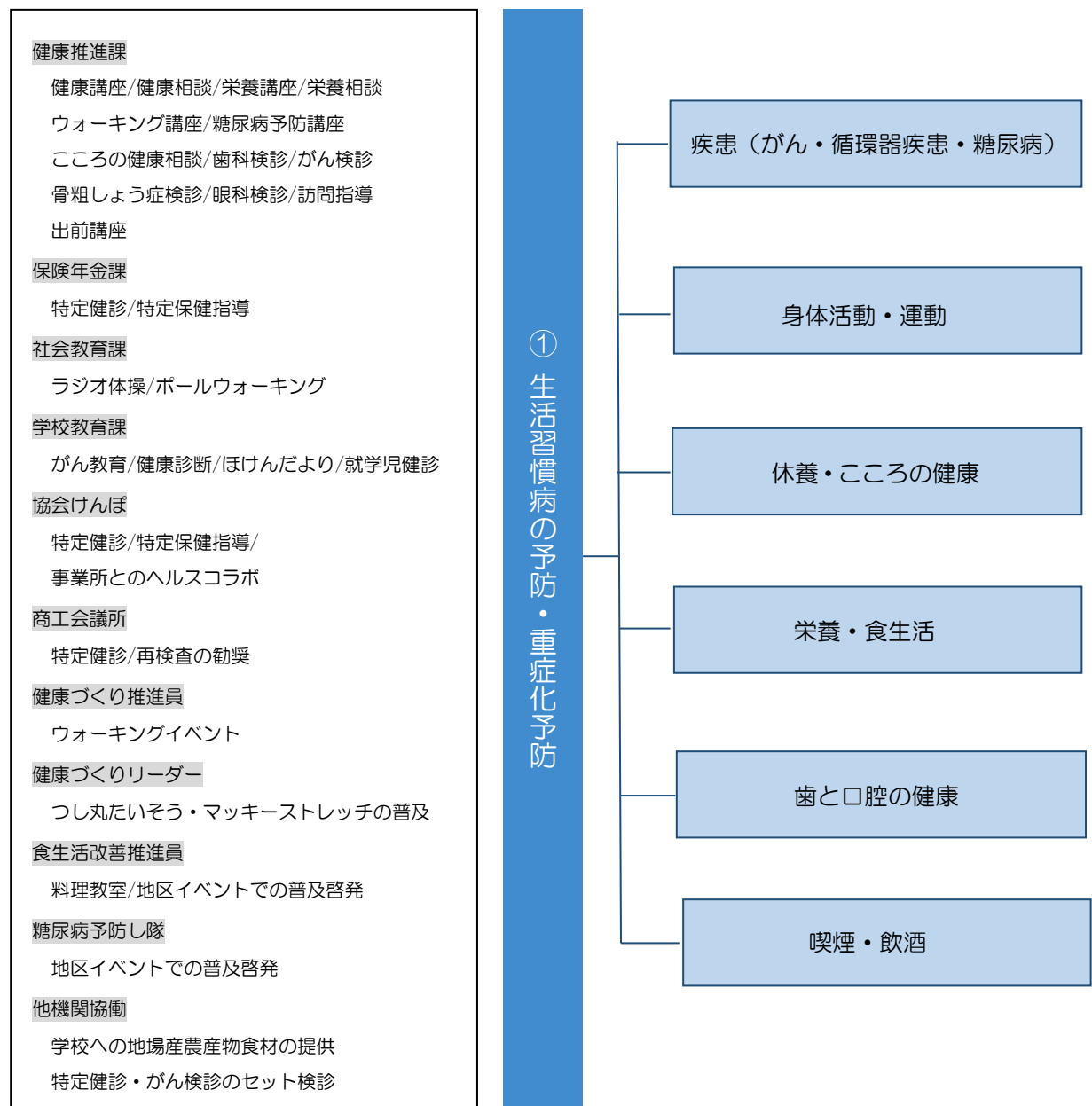
## 1. 生活習慣病・重症化予防

～つなごうよ みんなで広げる 健幸づくり～

### 津島市の特性

- ・医療（高血圧・高血糖の人が多く、糖尿病に対する関心は高まっている、検診受診率低い）
- ・健康（健康意識の差が大きい、喫煙率高い）
- ・食事（味の濃いものを好む、食物アレルギーの増加）

### 《主な取り組み》



《目標を達成するために大切にしたいこと》

- ・ 健診を受けやすい環境をつくること
- ・ 自分の健診結果を振り返り、必要時に危機感をもつことができること
- ・ 家族や友人など周りの人も気が付く初期症状がわかること
- ・ 運動を一緒に取り組めるコミュニティがあること
- ・ 自分の生活習慣を振り返るきっかけがあること
- ・ 食まるファイブを活用した普及啓発をすること
- ・ 未成年への飲酒・喫煙防止の啓発をすること
- ・ 若年層へのヘルスリテラシーの啓発をすること
- ・ 世代別・世帯別に分析し、アプローチの方法を検討すること

《今後の取組》

がん検診・健診

短期（1～4年）

- 休日に健（検）診を受診できる医療機関をPR
- 健（検）診にかかる時間や受診までの流れ・検査の内容などをPR
- 疾患の初期症状が分かり、家族や友人と声を掛け合える媒体の作成

中期（5～8年）

- つしま健康マイレージのポイントをためることで得られる特典の種類を増加
- 様々な世代の方が生活の中で無理なく健（検）診を受診できる工夫
- 世代別・テーマ別にPRの方法を検討

長期（9～12年）

- 健診結果の見方について学び、結果を振り返ることのできる機会を作る
- 健（検）診結果を分析し津島市全体の傾向を公開

こどもへの生活習慣の啓発

短期（1～4年）

- 楽しみながら親しみを持ってもらうために食まるファイブを用いた媒体等の作成

中期（5～8年）

- 小学生からの健康教育（思春期教育）の内容の見直し

長期（9～12年）

- 生活習慣についてこどもへの啓発機会の拡充

地域との連携

短期（1～4年）

- 親子で一緒に体を動かす機会につながる事業を継続

中期（5～8年）

- 自分が今行っている健康づくりの取り組みについてほかの人と共有できるツールを検討

長期（9～12年）

- 職域と連携し、市内在勤者の健康についての課題を分析
- 教室・講座を継続し健康意識の高い、今後を担う人材を育成

## 2. 赤ちゃんから高齢者まですべての市民の健康づくり

～しあわせのバトン 笑顔でつなぐ～

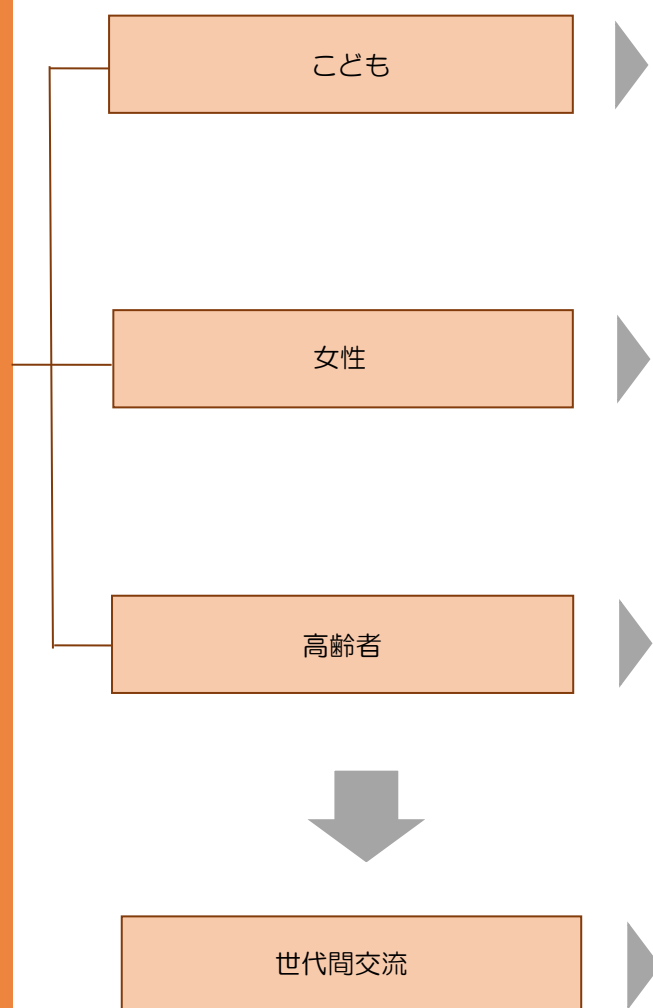
### 《津島市の特性》

- 元気（元気な高齢者が多い、歩いている人が多い、地域の集まりの場に前向きな人が多い）
- 人（若い妊婦さんが多い、転入してくる外国人が多い）
- 世帯（こどもが少ない、外国人が増えている）

### 《主な取り組み》

<b>健康推進課</b> HAPPY マタニティ/すくすく DAY 離乳食教室/ たまひよ/思春期事業 こどもはみがき教室 骨粗しょう症検診
<b>子育て支援課</b> 子育て支援センター
<b>こども家庭センター</b> 家庭児童相談
<b>幼児保育課</b> 保育園・こども園での食育
<b>学校教育課</b> 学校保健委員会/薬物乱用防止教室
<b>高齢介護課</b> 健康体操教室/出前講座 通いの場支援
<b>地域包括支援センター</b> 認知症サポーター養成講座 認知症カフェ/出前講座
<b>社会教育課</b> 放課後子ども教室 学校教育施設の開放 スポーツフェスティバル
<b>認知症予防スタッフ</b> ふれあいサロン
<b>主任児童委員</b> 子育てサロン
<b>民間スポーツ施設</b> トレーニングジム/スタジオ/プール

②赤ちゃんから高齢者まですべての市民の健康づくり



《目標を達成するために大切にしたいこと》

- 自分を大切にすることを育てること
- こどものころから正しい生活習慣について伝えていくこと
- すべての世代の支援を充実させること
- こどもが健康であるために、家族の健康にも重きを置くこと
- 支援者同士の横のつながりがあること
- 交流の場に行くことを好まない人へどのようにアプローチしていくか考えること
- 子育て中の女性でも負担なく運動できる環境があること
- 世代問わず取り組める体操などのツール、趣味などがあること

《今後の取り組み》

こども

短期（1～4年）

- こどもの運動やスポーツが体験できるイベントを継続
- こどもが運動に取り組める環境を継続

中期（5～8年）

- 学校での津島市のご当地体操「つしまたいそう」の実施

長期（9～12年）

- 公園等で過度に周りを気にすることなく遊べる環境の整備

高齢者

短期（1～4年）

- つしま健康マイレージを継続

中期（5～8年）

- 今ある集まりの場に家族や友達を「お誘い」しやすいツールの検討

長期（9～12年）

- 交流の場に行くことを好まない人へどのようにアプローチするかを検討

女性

短期（1～4年）

- 子育て世代が体を動かすことのできる事業を継続

中期（5～8年）

- 家族丸ごと健康になれる仕組みづくりの検討

長期（9～12年）

- 趣味の活動を通して人とのつながりを持てるツールの検討

世代間交流

短期（1～4年）

- 家族や友人と公園を利用することを促す仕組みの検討

中期（5～8年）

- 空き家を活用した趣味活動の促進
- こども向けの地域でのお仕事体験

長期（9～12年）

- デジタル等を活用して人とのつながりが持てる仕組みの検討

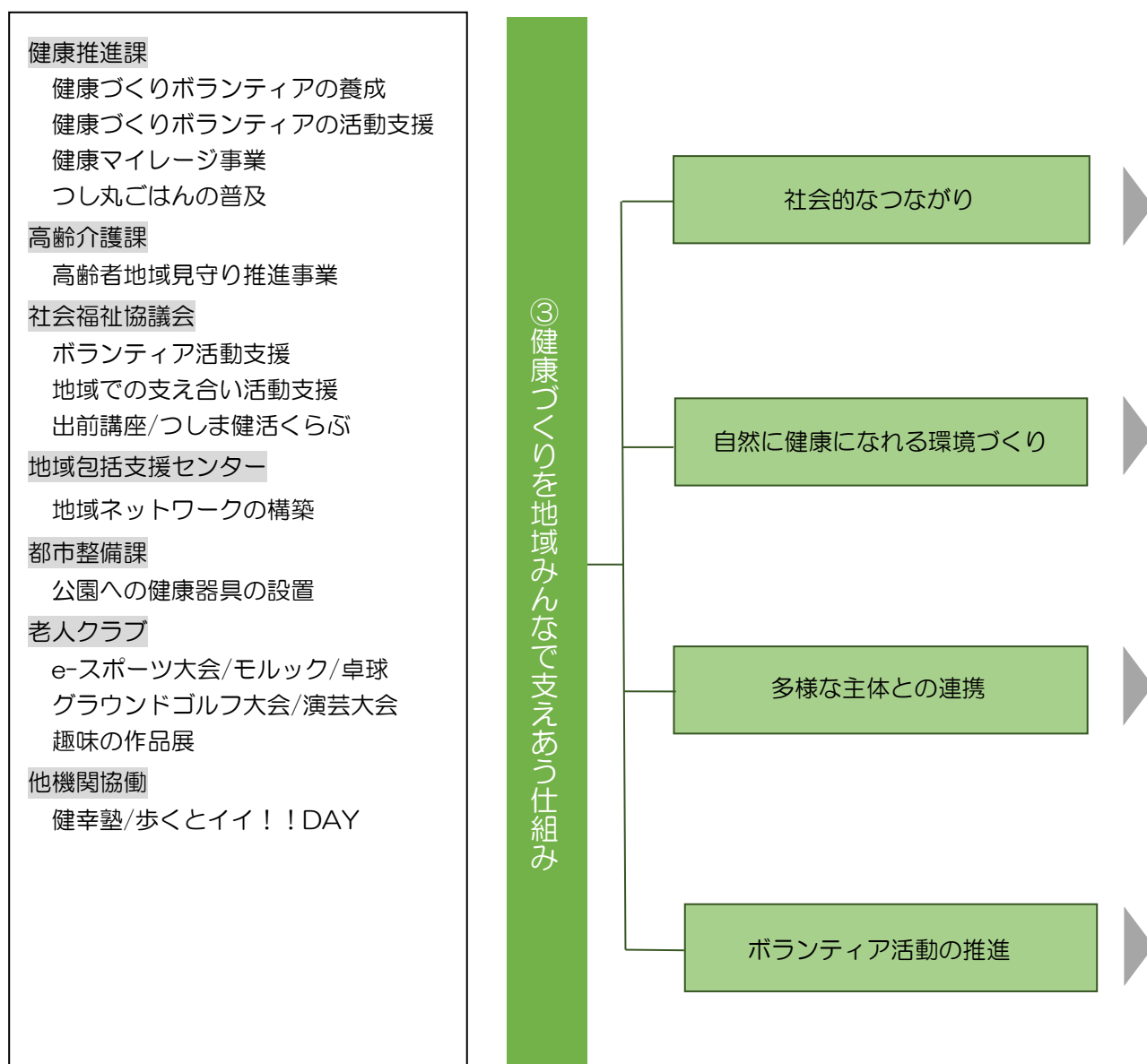
### 3. 健康づくりを地域みんなで支えあう仕組みづくり

～マッチング 個性を活かす 市民のWA～

#### ≪津島市の特性≫

- ・コミュニティ（ボランティア活動をしている人が多い、近所づきあいが少なくなりつつある）
- ・環境（風が強い、路上喫煙が多い、津島駅を挟んで2分化、道路が狭い、公共交通機関が不十分）
- ・地域（コミュニティと地区の結びつきが強い、校区ごとに特性が違う、公園でスポーツ等をしている）

#### ≪主な取り組み≫



《目標を達成するために大切にしたいこと》

- ・新しい人や普段顔を出さない人でも気軽に参加できる雰囲気のある場やイベントがあること
- ・関係機関が健康に関して何をしているか把握すること
- ・個人と企業のマッチングができること
- ・1人でも複数でも、屋外でも屋内でも、デジタルでもアナログでも自分に合うものを選んで取り組めるものがあること
- ・ボランティアグループ同士で横のつながりがあること
- ・ボランティアに参加する人が増えるような取り組みを行うこと
- ・活動の中で個人に負担のかからないような配慮があり、無理なく活動ができること

《今後の取り組み》

社会的なつながり

短期（1～4年）

- 入りやすく出やすい場の検討

中期（5～8年）

- 教室の種類や参加方法等の選択肢を増やす

長期（9～12年）

- 自宅にいても社会との繋がりを感じられる方法の検討

自然に健康になれる環境づくり

短期（1～4年）

- だれでも参加できるスポーツ（ユニバーサルスポーツ）や無理なく体を動かす取り組みの推進

中期（5～8年）

- まちあるきイベントに観光資源を活用

長期（9～12年）

- 体を動かすことに関連する様々なツールの活用の促進

多様な主体との連携

短期（1～4年）

- 市内・庁内の健康づくりに関連する取り組みについて継続して情報共有

中期（5～8年）

- コミュニティと連携したイベントの検討・実施

長期（9～12年）

- 地元企業と連携したイベントの実施

ボランティア活動の推進

短期（1～4年）

- ボランティア同士のつながりがもてる交流会の開催

中期（5～8年）

- ボランティア活動の様子を紹介する動画の作成
- 若い世代のボランティアを増やすための周知をする

長期（9～12年）

- ボランティアしたい人と来てほしい人をマッチングできるシステムの検討

## 第4章 計画の策定経過と進捗管理

### 1. 第3期 健康日本21 津島市計画の策定経過

策定の日程

◇ 策定委員会 全3回

	日時	内容
1	令和7年8月8日（金）	<ul style="list-style-type: none"><li>第2期 健康日本21 津島市計画まとめ</li><li>第3期 健康日本21 津島市計画策定スケジュール、進め方について</li></ul> 
2	令和7年10月30日（木）	<ul style="list-style-type: none"><li>第3期 健康日本21 津島市計画（案）中間報告</li></ul> 
3	令和8年2月5日（木） ※ワーキングと同時開催	<ul style="list-style-type: none"><li>第3期 健康日本21 津島市計画（案）最終報告</li></ul> 

◇ ワーキング 全6回

	日時	内容
1	令和7年5月27日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 第2期 健康日本21 津島市計画まとめ</li> <li>• 第3期 健康日本21 津島市計画策定 スケジュール、進め方について</li> <li>• グループワーク 「所属での健康づくりの取り組み」 「津島市の地域特性・住民性・慣習」</li> </ul>
2	令和7年7月29日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• グループワーク 「課題を解決するために大切にしたいこと」</li> </ul> 
3	令和7年9月30日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• グループワーク 「具体的な施策を考える」 「短期・中期・長期目標を考える」</li> </ul>  

4	令和7年11月25日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループワーク</li> <li>「自分・自分の組織でできることを考える」</li> </ul> 
5	令和8年1月20日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループワーク</li> <li>「進捗管理のための指標を考える」</li> <li>「発表準備」</li> </ul> 
6	令和8年2月5日(木) ※策定委員会と同時開催	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第3期 健康日本21 津島市計画(案)最終報告</li> </ul> 

◇ パブリックコメント

令和8年1月5日から23日までの期間に実施。

## 2. 計画の進捗管理

---

令和8年度から令和19年度（毎年度）

- ◇ 第3期 健康日本21津島市計画に基づく、取り組みの実施
- ◇ 健康日本21推進ワーキングによる取り組みの進捗管理
- ◇ 健康日本21推進委員会による取り組みの進捗管理
- ◇ 評価指標に基づくデータの分析・評価

令和13年度

- ◇ 中間評価

令和19年度

- ◇ 最終評価

### 3. 評価指標及び目標値

分野	項目	対象	単位	実績値		目標値		出典
				令和3年	令和6年	令和13年 (中間評価)	令和19年 (最終評価)	
人口統計	平均余命の延伸	男性	歳	81.0	81.2	83.0	85.0	KDB（国保データベース）システム
		女性	歳	87.5	87.6	88.0	89.0	
	平均自立期間の延伸	男性	歳	78.4	79.5	80.0	82.0	
		女性	歳	81.5	83.7	84.0	85.0	
検診・健診受診	がん検診の受診率の向上	胃がん	%	9.3	8.9	10.0	15.0	津島市の保健
		肺がん	%	14.4	13.7	15.0	20.0	
		大腸がん	%	12.3	11.6	13.0	18.0	
		子宮頸がん	%	7.1	7.8	9.0	12.0	
		乳がん	%	8.3	8.5	10.0	15.0	
	特定健診の実施率の向上	40-74歳	%	45.6	47.4	増加	増加	特定健診・特定保健指導実施結果報告（Alcube帳票）
	特定保健指導の修了者の割合の向上	40-74歳	%	18.6	14.6	増加	増加	
	骨粗しょう症検診の受診者の増加	40・45・50・55・60・65・70歳女性	人	4	9	80	120	津島市の保健
疾病予防	メタボ該当者の減少	40-74歳	%	24.0	26.0	25.0	24.0	KDB（国保データベース）システム
	メタボ予備群の減少	40-74歳	%	12.1	10.7	10.0	9.0	
	高血圧の改善	40-74歳	%	8.2	7.9	7.0	6.0	
	脂質異常症の減少	40-74歳	%	3.3	2.2	2.0	1.8	
	透析患者（人口1万人比）の減少		人	26.8	25.2	28	26	愛知腎臓財団（翌年11月発行）
	人口透析患者の増加の抑制		人	161	148	160	150	
	糖尿病保有者数の増加の抑制	男性	人	987	827	800	700	AI Cube（5月データ抽出）
	女性	人	914	731	700	600		
身体活動・運動	運動習慣がある者の増加		%	27.6		35.0	40.0	特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価
	身体活動がある者の増加		%	40.2		50.0	55.0	
休養・こころの健康づくり	睡眠が十分にとれている者の増加		%	66.8		75.0	80.0	愛知県衛生年報（毎年3月発行）
	自殺者の減少（人口10万人当たり）		人	6.0	14.0	9.0	6.0	

分野	項目	対象	単位	実績値		目標値		出典	
				令和3年	令和6年	令和13年 (中間評価)	令和19年 (最終評価)		
喫煙	喫煙率の減少		%	14.0	14.0	13.0	12.0	市国保特定健診検査結果	
	妊娠中の喫煙者数の減少	妊娠中の女性	人	10	9	0	0	健康かるて	
飲酒	男性2合以上/日、女性1合以上/日の飲酒をしている者の減少		%	12.7		15.0	10.0	特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価	
	妊娠中の飲酒者数の減少	妊娠中の女性	人	2	1	0	0	健康かるて	
栄養・食生活	朝食欠食者の減少	特定検診受診者	%	14.1		7.0	5.0	特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価	
	メタボ該当者の減少（再掲）	40-74歳	%	24.0	26	25.0	24.0	KDB（国保データベース）システム	
	メタボ予備群の減少（再掲）	40-74歳	%	12.1	10.7	10.0	8.0		
	女性のやせの減少	40-74歳	%	11.2		10.0	8.0	特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価	
	低栄養傾向の高齢者の減少	後期高齢者医療被資格者	%	7.84	8.99	8.00	7.00	後期高齢者医療健診結果	
歯とお口の健康	3歳児でう蝕がない者の割合の増加		%	90.9	93.4	95.0	97.0	健康かるて	
	歯科健診の受診者の増加		人	288	162	200	300		
	8020該当者数の増加		人	135	70	85	100	津島市の保健	
赤ちゃんから高齢者まですべての市民を健康に	女性のやせの減少（再掲）		%	11.2		10.0	8.0	特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価	
	骨粗しょう症検診の受診者の増加（再掲）	40・45・50・55・60・65・70歳女性	人	4	9	80	120	津島市の保健	
	妊娠中の喫煙者数の減少（再掲）	妊娠中の女性	人	10	9	0	0	健康かるて	
	妊娠中の飲酒者数の減少（再掲）		人	2	1	0	0		
	8020該当者数の増加（再掲）		人	135	70	100	120	津島市の保健	
	低栄養傾向の高齢者の減少（再掲）	後期高齢者医療資格者	%	7.84	8.99	8.00	7.00	後期高齢者医療健診結果	
自然に健康になれる環境づくり	健康づくりボランティア会員数の維持	食生活改善推進員	人	16	13	13	13	津島市の保健	
		健康づくりリーダー	人	26	25	25	25		
		元気ていよう会	人	25	28	28	28		
		糖尿病予防し隊	人	32	28	28	28		
	継続したボランティアの養成	認知症予防スタッフ	人	83	23	20人/隔年			
	つま健康マイレージ参加者数の増加		人	1,796	4,048	4,900	5,000		
	健幸塾・出前講座の実施回数の増加		回	10	25	35	40		
	健康宣言事業所数の増加		件	60	122	150	200		協会けんぽ（4月時点）

# 第5章 資料編

## 1. 現在の主な取り組み実績（令和6年度）

取り組みの3本柱	事業名	担当課・団体	対象	実施回数・期間	延べ参加者数
生活習慣病の予防、重症化予防	健康講座	健康推進課	市民	2	45
	栄養講座		市民	3	34
	糖尿病予防講座		40-64歳	7	63
	出前講座		市民	4	64
	健康相談			222	222
	栄養相談			28	30
	介護予防教室	高齢介護課	65歳以上	-	2,767
	ウォーキング講座	健康づくり推進員	市民	4	47
	つしぬたいそう・マッキーストレッチの普及	健康づくりリーダー	市民	24	262
	がん教育	学校・健康推進課・津島市医師会	小学6年生	8	412
赤ちゃんから高齢者まで全ての市民を健康に	HAPPYマタニティ	健康推進課	妊婦とその家族	12	106
	離乳食教室		乳幼児の保護者	12	91
	子育て支援センター	子育て支援課	就学前までの子育て家庭	西339 東297	西8,428 東5,731
	保育園等での食育	幼児保育課 健康推進課	市内保育園児	13	845
	こどもはみがき教室	幼稚園・保育園・ こども園・健康推進課	園児	15	781
	思春期事業	学校・健康推進課	小中学生	41	1,219
	学校教育施設の開放	社会教育課	市内在住・在勤・ 在学の方で構成された 10名以上の団体	4,545	32,106
	スポーツフェスティバル	社会教育課 各種スポーツ団体等	近隣住民	1	8,610
	認知症サポーター養成講座	地域包括支援センター	地域住民や企業など	10	225
	ふれあいサロン	認知症予防スタッフ	65歳以上	298	4,810
健康づくりを地域のみんなで支え合う仕組み	食生活改善推進員の養成	健康推進課	市民	6	12
	健康づくり推進員の養成		市民	6	65
	糖尿病予防し隊の養成		市民	5	24
	ボランティア活動支援	社会福祉協議会	市民	36	208
	福祉に関する講話・出前講座		市民・各種団体	2	104
	健幸塾の実施	健康推進課 健康づくりボランティア	市民	21	1,107

## 2. 用語の解説

用語	解説
あ行	
AI Cube	愛知県国民健康保険団体連合会が保険者に提供している医療費分析システム。
アルツハイマー	通常の老齢化と異なる、アミロイドβという特殊なたんぱく質の蓄積により起こる進行性の脳疾患で、初期症状として物忘れ等がある。
う蝕	虫歯。細菌が糖質をもとに作り出す酸が歯を溶かすことで生じる。
か行	
がん	からだをつくっている細胞の遺伝子に傷がついてできた異常な細胞（がん細胞）が、監視する仕組みをすり抜けて増えていくことで起こる病気で悪性腫瘍ともいわれる。がん細胞は無秩序に増え続け、からだの臓器にがん細胞による腫瘍という塊をつくり、臓器の機能を低下させる。
協会けんぽ	「全国健康保険協会」の略称。
健康格差	地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差。
健幸塾	健康推進課で行う、希望のある市民と調整し、健康づくりボランティアを派遣する事業。
健康寿命	健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間
健康宣言	健康経営®に取り組むことを会社の内外に発信（宣言）し、協会けんぽと連携して社員と家族の健康の保持・増進のために計画的に取り組むこと。※健康経営®はNPO法人健康経営研究会の登録商標
高齢化率	総人口に占める65歳以上の高齢者人口の割合で、国や地域の高齢化の度合いを示す指標。
国民健康保険	他の医療保険制度（被用者保険、後期高齢者医療制度）に加入されていない全ての住民の方を対象とした医療保険制度。
骨粗しょう症	骨の代謝バランスが崩れ、もろくなった状態。
さ行	
脂質異常症	中性脂肪やコレステロールなどの脂質代謝に異常をきたし、血液中の値が正常域をはずれた状態。動脈硬化の主要な危険因子であり、放置すれば脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化性疾患をまねく原因となる。
循環器病	循環器とは血液が循環する器官を意味する。具体的には心臓そのものの病気や脳・心臓・肺・手足の動脈の病気。
食まるファイブ	こどもたちがバランスよく食べるための大切さをわかりやすく学べるよう、食事バランスガイドで5色に分けられた料理の仲間を代表するキャラクターのこと。
生活習慣病	食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒など生活習慣が、発症・進行に関与する疾患群であり、がん（悪性新生物）、心疾患（狭心症や心筋梗塞などの心臓病）、脳血管疾患（脳梗塞やくも膜下出血などの脳の病）などの病気が含まれる。但し、生活習慣病の発症には、生活習慣だけでなく遺伝的要因や社会環境要因などの複数の要因が影響するという点に配慮が必要。

た行	
地域・職域連携	地域保健と職域保健の連携により、健康づくりのための健康情報の共有のみならず、保健事業を共同実施するとともに、保健事業の実施に要する社会資源を相互に有効活用し、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制を整備することを目的とした取り組み。
つしま健康マイレージ	県と市町村が協働で実施する市民の主体的な健康づくりを応援するための仕組み。配布する「チャレンジシート」に記載、または連携アプリ「あいち健康プラス」で設定されている健康づくりに関する項目（生活習慣の改善につながる取組の実践や、各種健診の受診など）に取り組むと、マイレージ（ポイント）を獲得することができ、一定以上のマイレージ獲得者には、愛知県内の「協力店」で様々なサービス（特典）が受けられる「あいち健康づくり応援カード！～まいか～」（優待カード）が交付される。
つし丸たいそう	音楽に合わせて楽しく体を動かし、健康づくり及び生きがい活動の向上を図り、いつまでも元気で暮らせる体づくりを目指す約7分間の津島市のご当地体操。
糖尿病	高血糖が慢性的に続く病気。高血糖の状態が続くと、網膜症・腎症・神経障害や、心筋梗塞、脳卒中、末梢動脈疾患などの動脈硬化性疾患を引き起こす。1型と2型があり、1型は自己免疫疾患などが原因でインスリン分泌細胞が破壊されるもので、インスリンの自己注射が必要。一方で、2型は、遺伝的要因に過食や運動不足などの生活習慣が重なって発症する。そのほかに、他の病気や薬によるものや、妊娠糖尿病がある。
特定健診（特定健康診査）	生活習慣病の予防のために、対象者（40歳～74歳）の方にメタボリックシンドロームに着目した健診。
特定保健指導	生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる者に対して、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すための指導。
な行	
認知症	様々な病気により、脳の神経細胞の動きが徐々に変化し、認知機能（記憶、判断力など）が低下して、社会生活に支障を来した状態。
認知症サポーター	養成講座を受講した、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする人たちのこと。
は行	
標準化死亡比	基準死亡率（人口10万対の死亡数）を対象地域に当てはめた場合に、計算より求められる期待される死亡数と実際に観察された死亡数とを比較するもの。全国平均を100としており、標準化死亡比が100以上の場合は全国の平均より死亡率が多いと判断され、100以下の場合は死亡率が低いと判断される。
平均寿命	0歳における平均余命
平均自立期間	日常生活動作（ADL）が自立している期間の平均値。
ヘルスリテラシー	健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力。

ま行	
メタボ	「メタボリックシンドローム」の略。内臓肥満に高血圧、脂質異常、高血糖などが合わさった状態のことをいう。メタボリックシンドロームである者は、心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化性疾患の発症率が高いと言われている。
モルック	フィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカ（kyykkä）というゲームを元に1996年に開発されたスポーツ。簡単なルールで老若男女問わず楽しむことができる。
や行	
ユニバーサルスポーツ	年齢、性別、障害の有無やスポーツの得意・不得意等に関わらず、その場にいる誰もが一緒に楽しめるスポーツ。
要介護認定	寝たきりや認知症等で常時介護を必要とする状態（要介護状態）になった場合や、家事や身支度等の日常生活に支援が必要であり、特に介護予防サービスが効果的な状態（要支援状態）になった場合に、介護サービスを受けることができる。要介護状態や要支援状態にあるかどうかの程度判定を行う仕組み。
ら行	
ライフコースアプローチ	胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり。
英数字	
BMI	$[\text{体重 (kg)}] \div [\text{身長 (m)}]^2$ で算出される値。肥満や低体重（やせ）の判定などに用いられる。
e-スポーツ	「エレクトロニック・スポーツ」の略で、広義には、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称。
KDBシステム	「国保データベース（KDB）システム」とは、国保保険者後期高齢者医療広域連合における保健事業の計画の作成や実施を支援するため、検診・保健指導、医療、介護の各種データを併せて分析できるシステムのこと。
8020	「8020（ハチ・マル・ニイ・マル）運動」は、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動。

### 3. 第3期健康日本 21 津島市計画策定委員等名簿

敬称略 順不同

#### ◇ 策定委員

委 員	氏 名
津島市医師会会長	奥村 嘉浩
津島市歯科医師会会長	春日 祐太
津島市薬剤師会副会長	加藤 恵
愛知県津島保健所所長	杉浦 嘉一郎
津島市教育委員会教育長	浅井 厚視
津島市社会福祉協議会会長	浅井 彦治
津島市民生児童委員連絡協議会会長	山田 久孝
津島市老人クラブ連合会会長	日比 正光
津島商工会議所専務理事	渡邊 治之
南小学校区コミュニティ推進協議会会長	望月 純一

#### ◇ ワーキングメンバー

所 属	氏 名
健康づくり推進員	河野 郁子
食生活改善推進員	齋藤 律
健康づくりリーダー	鶴見 よし子
糖尿病予防し隊	石塚 和彦
運動自主グループ	飯田 博
認知症予防スタッフ	和田 茂子
北小学校区コミュニティ推進協議会	伊藤 早苗
主任児童委員	若松 智子
津島保健所	平澤 秋子
津島市社会福祉協議会	小森 智加
地域包括支援センター	和氣 多恵子
津島商工会議所	古田 一矢
協会けんぽ 愛知支部	河原 美紗子
あいち海部農業協同組合	小坂井 智弘
スポーツ施設 サンガーデン	日栄 将登
養護教諭（藤浪中学校）	野田 琴乃
栄養教諭（暁中学校）	若森 賢汰
津島市老人クラブ連合会	榎本 尚登

◇ 行政職員

所 属	グ ル ー プ	氏 名
総合政策部企画政策課	企画調整グループ	伊藤 章吾
総合政策部人事課	人事グループ	河野 友里
総務部財政課	財政グループ	中江 久留美
市民生活部市民協働課	市民協働グループ	井戸田 枝里香
福祉部福祉課	福祉グループ	奥村 悠
福祉部高齢介護課	地域包括ケアグループ	横井 亮雅
福祉部保険年金課	国民健康保険グループ	神谷 里美
こども健康部子育て支援課	子育て支援グループ	早川 小百合
こども健康部子育て支援課	こども家庭センター	小柳 知美
こども健康部幼児保育課	西地区子育て支援センター	若松 由佳
まちづくり推進部都市計画課	住宅・公園グループ	八木 洋至
まちづくり推進部都市整備課	農政・土地改良グループ	森田 洋史
まちづくり推進部都市計画課	住宅・公園グループ	八木 洋至
まちづくり推進部 観光・プロモーション課	観光・プロモーショングループ	三村 兵汰
教育委員会学校教育課	学校教育グループ	東垣外 愛子
教育委員会社会教育課	東公園整備推進室 スポーツ振興グループ	竹内 魁伸
市民病院	地域医療センター	加藤 義弘
こども健康部健康推進課	母子保健グループ	加藤 早紀
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	佐藤 知子
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	大澤 菜奈美
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	西川 百衣
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	蔭浦 みや美

◇ 事務局

所 属	グ ル ー プ	職	氏 名
こども健康部		部長	加藤 正喜
こども健康部健康推進課		課長	棚橋 雅聡
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	主任保健師	岡本 知行
こども健康部健康推進課	母子保健グループ	保健師	南 咲喜
こども健康部健康推進課	成人保健グループ	保健師	水野 葵衣

第3期 健康日本21津島市計画(令和8年度～令和19年度)

発行／令和8年3月

津島市 こども健康部 健康推進課

〒496-0863 津島市上之町1-60

電話 0567-23-1551

ホームページ <https://www.city.tsushima.lg.jp>

