

第1章 計画の策定に当たって

1 健康寿命日本一のまちを目指すための計画

青梅市は、令和5（2023）年3月に策定した「第7次青梅市総合長期計画」において、健康・医療・福祉にかかる施策の1つとして「生涯にわたる健康づくりの推進」を掲げ、その目指す姿を「生涯現役で過ごす“健康寿命日本一”のまち」としました。

健康寿命にはいくつかの測定方法がありますが、本市では65歳の人が必要支援1や要介護2の認定を受けるまでの期間を健康と捉える「65歳健康寿命」に着目し、これを定期的に確認し、健康寿命の現在値を追っていくこととしています。全国のすべての自治体の健康寿命が同様の測定方法で、定期的に公表される状況にはありませんが、東京都内の他団体との比較や東京都と他道府県との比較を参考にしながら、なるべく正確に本市の状況を把握し、全国の自治体の中でも上位に位置できるように着実な歩みを進めていこうとするものです。

本計画は、本市において行政、事業者および市民が、健康づくりと食育に資する各種の取組を実施し、結果として目指す姿を達成するためのアプローチを体系的に示すものです。各種の取組がただちに健康寿命に反映されていくとは限りませんが、だからこそ、本計画において、歩むべき道を示し続けていくことが大事になります。本計画が「生涯現役で過ごす“健康寿命日本一”のまち」を実現するためのカギとなるのです。

2 健康寿命の現在値

上記の健康寿命について、本市の現在値（令和4（2022）年の数値）は次のとおりです。

【65歳の人が必要支援1の認定を受けるまでの期間を健康と捉えた65歳健康寿命】

男性 81.68歳（都内26市中13位） 女性 83.85歳（都内26市中4位）

【65歳の人が必要介護2の認定を受けるまでの期間を健康と捉えた65歳健康寿命】

男性 82.85歳（都内26市中24位） 女性 86.05歳（都内26市中22位）

都内他市との比較において、要支援1の認定を受けるまでの健康は比較的維持されていますが、要介護2の認定を受けるまでの健康については、低迷している状況です。これらの数値を上げていくことがこの計画に課された使命ということになります。

3 策定の背景

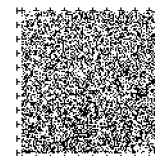
上記のような「使命」を抱える本計画ですが、その策定の背景は現在の我が国の社会的需要に応じたものと捉えることができます。

戦後、我が国の平均寿命は、生活水準の向上や社会保障制度の充実、医療技術の進歩等により延伸を続け、世界有数の長寿国となりましたが、その一方で、急速な少子高齢化、不規則で栄養の偏った食生活、運動不足による生活リズムの乱れ、がんや循環器疾患等の生活習慣病の増加やその重症化などが深刻化したため、日常生活を健康上の問題で制限されることなく過ごすことのできる期間である健康寿命の概念が注目され、その延伸が現代的な課題として求められてきました。

国が平成25（2013）年から実行した健康日本21（第二次）では、生活習慣病予防などライフステージに応じた健康づくりを総合的に推進した結果、健康寿命は着実に延伸し、目標を達成しましたが、健康無関心層へのアプローチ、自然に健康になれる環境づくり、更なる健康寿命の延伸と健康格差の縮小等が次なる課題とされました。

また、令和2（2020）年に本格化した新型コロナウイルス感染症の流行は、生活様式等の大きな変化を引き起こし、結果として、個人の主体的な判断による感染対策や健康への配慮が求められるようになってとともに、個人のストレスの蓄積や運動不足などが、心身の健康へ影響を与えることが注目され、新たな対策が必要とされました。

このような新たな課題に対応するため、国は、令和4（2022）年10月に「健康日本21（第二次）」の最終評価と課題の抽出を行い、令和6（2024）年度からの12年を対象として「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第三次））」を開始し、「誰一人取り残さない健康づくり」と「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置き、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を基本的な方向とする健康づくりの取組を進めることとしました。



さらに、食育の分野では、関連施策を総合的かつ計画的に推進していくため、令和3（2021）年3月に「第4次食育推進基本計画」を策定しました。「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つを重点事項として掲げ、国民の健全な食生活と環境や食文化を意識した持続可能な社会の実現のために、SDGs（持続可能な開発目標）の考え方を踏まえながら、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としています。

一方、東京都は、令和5（2023）年3月に「東京都健康推進プラン21（第三次）」を策定し、都民一人ひとりの主体的な取組と社会全体の支援により、誰一人取り残さない健康づくりを推進するとともに、令和3（2021）年3月に「東京都食育推進計画」を改定し、都民一人ひとりが生涯にわたり健全な食生活を実践することができるように見直しを行いました。

本市は、上記のような社会情勢の変化とそれにより生まれる需要を捉えつつ、国や都の関連施策の方向性を踏まえ、「食」と「健康」を一体的に推進する「青梅市健康づくり推進計画」を策定することとなったものです。

4 計画の期間

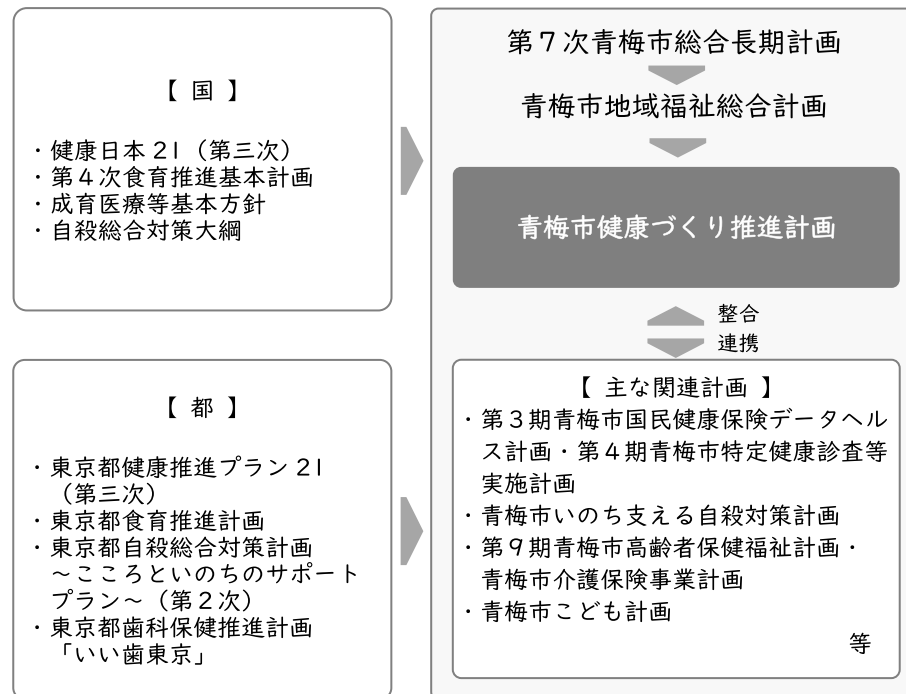
本計画は、5年ごとの改定を予定し、令和7（2025）年度から令和11（2029）年度までをはじめの計画期間とします。

	令和 2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	…	17
国	健康日本 21(第二次)				健康日本 21(第三次)										
		第4次食育推進基本計画												…	
東京都				東京都健康推進プラン 21(第三次)											
		東京都食育推進計画													
青梅市				第7次青梅市総合長期計画											
	第4次青梅市健康増進計画				青梅市健康づくり 推進計画										
	第3次青梅市食育推進計画														

5 計画の位置付け

本計画は、健康増進法第8条第2項の規定にもとづく市町村健康増進計画と食育基本法第18条にもとづく市町村食育推進計画に位置付けられます。

本計画は、「第7次青梅市総合長期計画」を上位計画とし、国の計画や都の計画等を踏まえつつ、関連諸計画との整合性を図ります。



6 計画の策定・推進体制

- 国や都の健康づくり・食育に関する方針を踏まえながら、市民一人ひとりがライフステージに応じて健康的な生活習慣を身につけ、市民と行政が一体となって健康づくり運動を推進し、健康寿命を延ばしていけるように各分野の取組をまとめていきます。
- 市民の健康づくりに関して、食育の面からも支えていくこととし、計画の推進に当たっては連携を強めていきます。
- 計画の評価については、毎年度、各分野における取組の状況を把握し、青梅市健康づくり推進会議、青梅市健康づくり推進庁内連絡会議において報告します。
- 計画の最終年度には、市民意識調査の実施等により、目標の達成度について評価を行います。
- 健康寿命延伸をテーマにしたプロジェクトチーム等の活用により、健康寿命の現在値を常に捉えつつ、本市の様々な事業において、着実な健康寿命の延伸が実現されるように庁内の連携を心がけてまいります。

