

大槌町元気活きいき 大槌21プラン

第3次

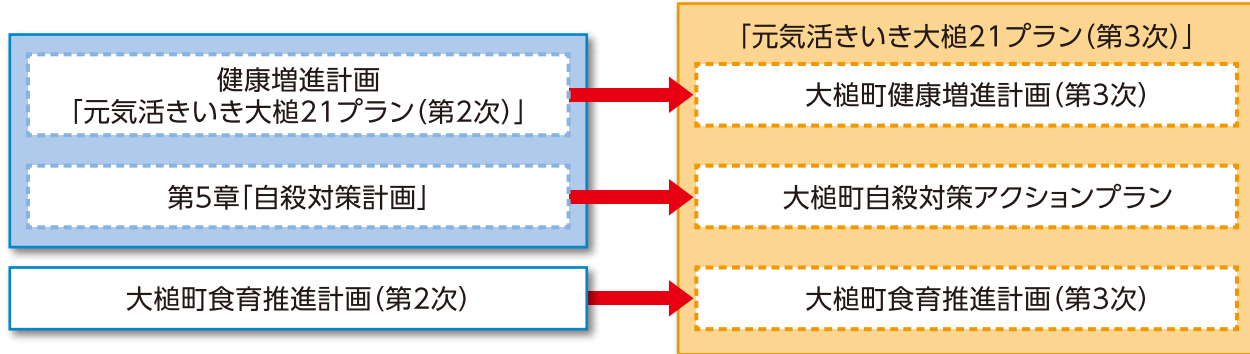
概要版

元気活きいき大槌21プランとは、「健康でぬくもりを感じるまちづくりの実現」のために、町民一人ひとりが取り組むべき健康課題を明らかにするとともに、町民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、行政や関係機関団体、企業等の社会全体が町民の健康を支援し、もって町民の健康寿命の延伸を図ることを目的として、町が策定する計画です。平成16年3月に第1次計画を、また平成26年3月に第2次計画を策定しました。

この度の第3次計画の策定においては、これまで分けた計画としていた健康増進計画(元気活きいき大槌21プラン)、食育推進計画、自殺対策推進計画の3計画を一体的に策定し、新たな「元気活きいき大槌21プラン(第3次)」とします。

2014年度(平成26年度)
～2024年度(令和6年度)

2025年度(令和7年度)
～2035年度(令和17年度)



3計画それぞれの計画期間と、中間評価、最終評価の時期は、次のとおりとします。

	令和 7年度	令和 8年度	令和 9年度	令和 10年度	令和 11年度	令和 12年度	令和 13年度	令和 14年度	令和 15年度	令和 16年度	令和 17年度
大槌町健康増進計画 (第3次)					中間 評価	計画期間					最終 評価
大槌町食育推進計画 (第3次)					中間 評価	計画期間					最終 評価
大槌町自殺対策 アクションプラン (第3次)	計画期間		中間 評価	最終 評価							

令和7年3月
大槌町

元気活きいき大槌21プラン(第3次)全体として

計画策定の趣旨

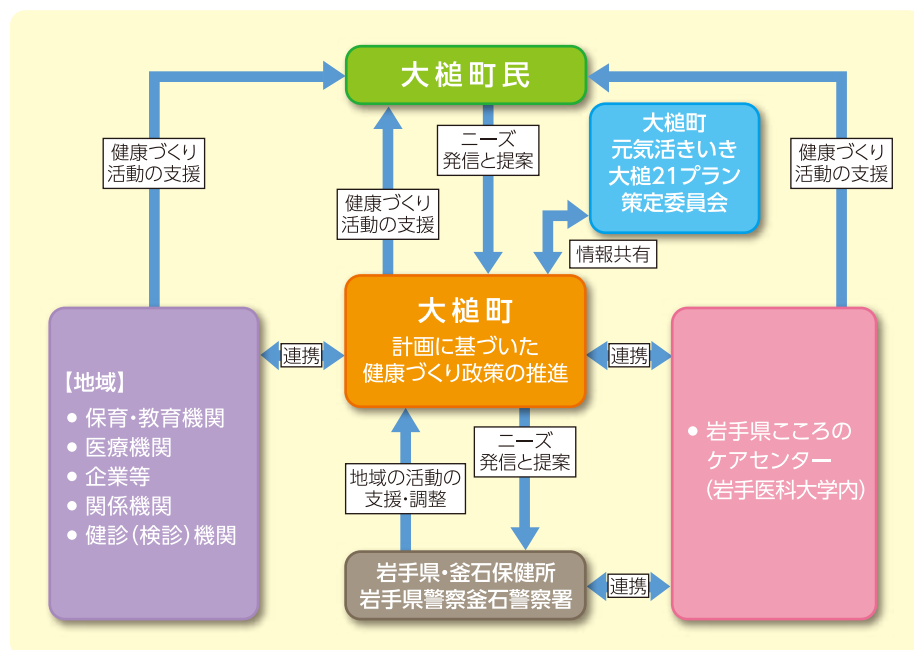
- 町民が生涯を通じて心身ともに健康で質の高い生活を送るためには、正しい生活習慣を身に付け、生活習慣病の発症予防や重症化予防、社会生活を営むために必要な機能の維持向上に努めていくことが重要です。
- 当町では、平成23年3月11日に発生した東日本大震災津波以後、高血圧者や脳卒中、心疾患の発症者が増えています。また、令和に入り、
 - ・ 少子高齢化と人口減少の進行
 - ・ がん、脳血管疾患、心疾患等の死亡割合が県内においてワースト
 - ・ 人生100年時代が本格的に到来することを踏まえた健康づくり
 - ・ 新型コロナウイルス感染症のような、新たな感染症への備えといった課題への対応が求められ、同時に、東日本大震災の教訓から人の命と健康は、何ものにも代え難い財産であるということ、そして「健康」は、「からだ」「食」「こころ」の要素の連携が欠かせないということ、を、町民が顕著に意識しています。
- 個人の健康は、家族や学校、地域、職場等の社会環境の影響を受けることから、社会全体として個人の健康を支え、守る環境の整備が求められます。
- したがって、この計画は、町民一人ひとりが取り組むべき健康課題を明らかにするとともに、町民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、行政や関係機関団体、企業等の社会全体が町民の健康を支援し、もって町民の健康寿命の延伸を図ることを目的として策定するものです。特に、これまで分けて策定を行っていた、健康増進計画、食育推進計画、自殺対策推進計画の3計画を一体的に策定します。

計画策定の手法

- 元気活きいき大槌21プラン(第3次)の策定に際し、18歳以上の町民の皆様を対象としたアンケート調査(令和6年8月～9月)を実施しました。また、現行計画の各施策の振り返りを町役場の担当部署が作成しました。その他、関連する町、県、国のデータを抽出し、現行計画の総合的な振り返りを行ったうえで、この元気活きいき大槌21プラン(第3次)の3計画それぞれの「目指す姿」、「基本的な方向」そして、「取組と目標」を定め、計画素案としてまとめました。
- この元気活きいき大槌21プラン(第3次)素案やアンケートの実施内容などについて、町内外の有識者と副町長及び役場担当職員で構成する「元気活きいき大槌21プラン策定委員会」に諮り、議論や指摘を頂いて策定に至りました。
- また、町民を対象として、令和6年12月から令和7年1月にかけて、パブリックコメントを実施しました。

元 元気いき大槌21プランの推進体制

住民個々の主体だけではなく、住民を中心に、関係機関が継続して連携した体制づくりと維持が重要です。



元 元気いき大槌21プランの構成

元気いき大槌21プラン(第3次)に内包する、大槌町健康増進計画(第3次)、大槌町食育推進計画(第3次)そして大槌町自殺対策アクションプランの3計画は、それぞれが密接に関係し、一部で同じ項目がある計画です。

それぞれの現行計画における項目は、以下のように分類されます。

設定元計画	項 目	大槌町健康増進計画(第3次)	大槌町食育推進計画(第3次)	大槌町自殺対策アクションプラン
大槌町健康増進計画	がん、糖尿病、COPD、休養、飲酒、喫煙、次世代の健康(7項目)	○		
	全体目標、循環器疾患、栄養・食生活、身体活動・運動、口腔の健康(5項目)	○	○	
	高齢者の健康、社会環境の整備(2項目)	○		○
	こころ(1項目)	○	○	○
大槌町食育推進計画(第2次)	望ましい食習慣、農林水産と食の安全安心、食環境(3項目)		○	

このため、3計画の振り返りや課題などの表記は、各計画において記載しますが、元気いき大槌21プラン(第3次)の実施期間(前ページ参照)に達成すべき目標、重点目標については、3計画を包含して、策定、表記することとします。

大槌町健康増進計画

1 目指す姿

(1) 目指す姿 「みんなが健康でともに支え合い 幸せの輪がつながるまち」

○第9次大槌町総合計画の基本施策の一つである「健康づくりの推進」は、生涯を通じた心身ともに健康で質の高い生活の実現であり、本計画では、子どもから高齢者まで、また病気や障がいの有無に関わらず、町民がともに支え合うことで、幸せが輪のようにつながっていく暮らしができる町を目指します。また、町民一人ひとりが自らの健康を自覚し、地域全体で町民の健康づくりを支援できる体制の確立を目指します。

○町民一人ひとりの健康意識の変化、健康的な生活習慣の確立とともに、町民の主体的な健康づくりを支援し誰一人取り残さない持続可能な社会の確立が必要です。

(2) 全体目標

① 健康寿命の延伸

若者の人口減少が進み、今後さらに高齢社会が進む中、活気ある社会を構築していくには、一人ひとりの健康を増進させることはもとより、歳を重ねても自分らしい生活ができる社会であることが重要です。

すべての町民が生涯を通じて心身ともに健康で質の高い生活を送ること、すなわち「健康寿命の延伸」を本計画の全体目標の一つとします。

② 生活習慣病の予防

がん、脳血管疾患、心疾患は、当町の3大死因です。これらの生活習慣病での死亡割合は、全体の5割を越えています。また、東日本大震災後、がん、脳血管疾患、心疾患の年齢調整死亡率の岩手県との差が大きくなりました。生活習慣病の多くは、不健康な生活習慣の積み重ねによって引き起こされるものです。言い換えれば、普段の生活習慣を見直し、改善することによって予防することができるものです。

そこで、生活習慣病の予防を、もう一つの全体目標とすることで、町民の健康づくりを推進していきます。

2 基本的な方向

(1) 個人の行動と健康状態の改善

(2) 社会環境の質の向上

(3) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

(4) 東日本大震災津波等の経験を踏まえた健康づくり



大槌町食育推進計画

1 目指す姿

食育で築く健康 みんなでつなぐ郷土 大槌

- 大槌の風土や文化などの特性を生かしながら、食べることの大切さを理解するとともに、安全・安心な食べ物を選択する力や望ましい食習慣を形成し、将来にわたり持続させていきます。
- 第2期大槌町食育推進計画において、十分に解決ができていない課題を踏まえつつ、今期から健康増進計画と統合するにあたり、健康増進計画と相関する目標を掲げることで一体的に町民の健康に寄与することを目指し、食育の分野からのアプローチを以下のとおり定めます。

2 基本的な方向

- (1)望ましい食習慣の形成に向けた食育の推進
- (2)食の安全安心を支える食育と食文化

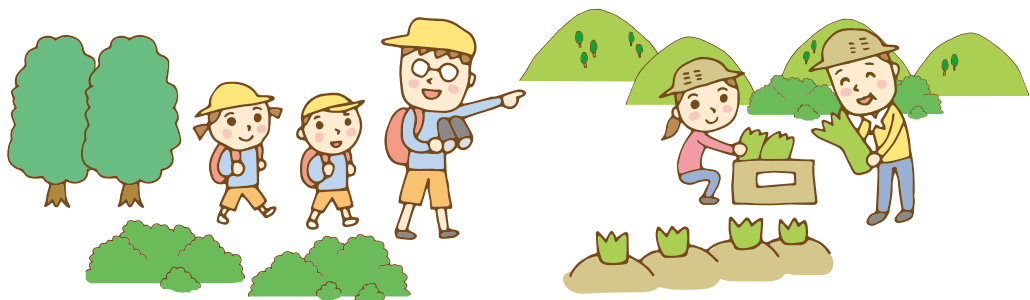
3 基本的な方向を実現するための取組と目標

(1)望ましい食習慣の形成に向けた食育の推進

- ①保護者を対象に乳幼児期からの望ましい食習慣形成の普及啓発を行います。
- ②小中学生に対し、多くの時間を過ごす学校と連携し、望ましい食習慣や口腔衛生の普及啓発を行います。
- ③町の健康相談や健康教育を通じた生活習慣病予防の知識の普及や、食生活改善推進員と連携した健全な食習慣形成のための活動を行います。
- ④生活習慣病予防のため、食生活改善推進員と協力し、野菜摂取量増加の普及活動を行います。

(2)食の安全安心を支える食育と食文化

- ①地場産品や郷土料理等の食文化伝承を通じ、健全な食環境の整備を推進します。
- ②食生活改善推進員ほか関係機関と連携し、食の安全安心に関する知識・技術を普及します。



大槌町自殺対策アクションプラン

1 目指す姿

(1) 目指す姿 「誰も自殺に追い込まれることのないおおつちの実現」

国が定める「自殺総合対策大綱」及び「岩手県自殺対策アクションプラン」を踏まえ、本計画は以下の目指す姿の実現に取り組みます。

(2) 全体目標

目標項目	現状値(R5)	目標値(R11)
自殺死亡率(人口10万対)の減少	3.0人	0.0人

2 基本的な方向

当町の自殺の現状や課題を踏まえ、目指す姿の実現のため、以下の3つの項目に沿って取組を推進します。

(1) 自殺予防に対する理解促進とこころの健康づくり

(2) 支援体制の充実

(3) ハイリスク者の早期発見と早期介入

3 基本的な方向を実現するための取組と目標

○当町は、現行計画において実施した取組を継続しつつ、本計画においても県、釜石保健所の包括的な自殺対策プログラムを積極的に取り入れ、会議等を通じた関係機関との情報共有を図り、最新の地域の傾向や問題の把握、各種取組の実施手法の改善等に努めます。

○また、本計画の進捗状況については数値目標の達成状況、施策の取組結果など、当町の自殺に関する課題を明らかにします。

○特に当町では、近年、男性では「20歳未満」と「80歳以上」で、女性では、「20歳未満」、「50歳代」、そして「80歳以上」で、自殺死亡率が全国平均を上回っています。これらの年代に特に焦点をあてた施策について、その旨を記載しています。

(1) 包括的な自殺対策プログラム、いわゆる「久慈モデル」の実践

- | | |
|----------------------|--------------------|
| ①地域におけるネットワークの強化 | ④三次予防(自死遺族へのアプローチ) |
| ②一次予防(町民全体へのアプローチ) | ⑤精神疾患へのアプローチ |
| ③二次予防(ハイリスク者へのアプローチ) | ⑥職域へのアプローチ |

(2) 対象者に応じた自殺対策の推進

- ①高齢者への対策
- ②生活困窮者への対策
- ③子ども・若者への対策
- ④女性への対策

元気活きいき大槌21プラン(第3次)の数値目標

元気活きいき大槌21プラン(第3次)の各計画で設定した目標項目は、15分野合計で55項目(食育推進計画においては、加えて独自に15項目を設定)となっています。このうち、基本目標達成のために、生活の質の低下につながる生活習慣病の予防もしくは健康な生活の実現に向けて、特に重要な7項目を以下の重点項目として設定しました。全数値目標は、計画本編をご覧ください。

重点項目

①「生活習慣病の予防」メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少

目標数値

メタボリックシンドロームは、脳血管疾患や心疾患等の重症疾患の発症リスクが非常に高まるとされており、近年では、メタボリックシンドロームの概念を導入した健診・保健指導が実施され、人々の関心が高くなっています。予防・改善には食生活改善や運動及び日常の生活活動量の増加が必要です。

区分	年度	基準値	目標値(R17)
男性	R5(5年平均)	52.7%	39.5%
女性	R5(5年平均)	21.7%	16.3%

②がん検診受診率の向上

目標数値

がんの早期発見・早期治療においては、定期的ながん検診の受診が重要です。当町においては、がんが町民の死因の約1/4を占め、死因の第1位となっています。

前期計画期間最終年度(令和6年度)に、各種がん検診無料化を実施したように、対象者の受診に対する心理的・物理的障壁を取り除くよう、受診環境の改善に一層取り組むとともに、普及啓発や受診勧奨などを強化し、がん検診の受診率を向上させます。

区分	年度	基準値	目標値(R17)
胃がん	R5	6.9%	10.0%
肺がん		16.3%	20.0%
大腸がん		13.2%	17.0%
腹部エコー		12.7%	16.0%
乳がん		10.8%	14.0%
子宮頸がん		7.5%	11.0%
前立腺がん		15.0%	18.0%

③(国保)特定健康診査受診率・特定保健指導実施率の向上

目標数値

特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率を向上させることは、メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少につながる可能性があり、高血圧、脂質異常症、糖尿病等のリスク保有者の早期発見、アルコール健康障害を予防するための早期介入の手立ての一つにもなります。

区分	年度	基準値	目標値(R17)
特定健診	R5	34.2%	60.0%
特定保健指導	R5	13.1%	60.0%

④「適切な量と質の食事をとる者の増加」1日に必要な野菜(350g)をほぼ毎日食べる人の割合

目標数値

野菜の摂取量の増加は、体重コントロールに重要な役割があること、そして、循環器疾患、2型糖尿病の一次予防に効果があるとされています。しかし、当町の町民アンケートでは、1日に必要な野菜(350g)を「ほぼ毎日」食べている人と「週に2～3日」食べている人を合わせても約25%という状況です。

目標項目	年度	基準値	目標値(R17)
1日に必要な野菜(350g)を ほぼ毎日食べる人の割合	R6	10.4%	35.0%

⑤「適切な量と質の食事をとる者の増加」薄味で食べるよう気を付けている人の割合

目標数値

薄味、特に塩分を控えめにした食事を摂ることは、血圧を低下させ、結果的に循環器疾患を減少させることとされています。

脳卒中や心疾患等のリスクとなる高血圧への対策として、健康相談等における栄養指導、地域の集いの場での適塩の普及啓発、適塩レシピを活用した料理教室等に取り組めます。

目標項目	年度	基準値	目標値(R17)
薄味で食べるよう 気を付けている人の割合	R6	71.4%	75.0%

⑥睡眠による休養がとれている者の割合の増加

目標数値

睡眠の問題が慢性化すると、肥満、高血圧、糖尿病、心疾患や脳血管疾患の発症リスクの上昇と症状悪化につながるとされており、充実した人生を送るため、適切な睡眠を日常生活に取り入れることが重要です。

また、働き盛り世代においては睡眠不足(6時間未満)が、高齢世代においては床上時間の過剰(8時間以上)や睡眠充足の誤解等が寿命短縮にも影響すると言われています。

区分	年度	基準値	目標値(R17)
男性	R6	76.8%	80.0%
女性	R6	79.6%	80.0%

⑦自殺者数(人口10万対)

目標数値

自殺対策プログラムの普及や対象者・地域特性に応じた自殺対策の推進、相談支援体制の充実・強化などの方法をもって、対策を継続することが必要です。また、震災や新型コロナウイルス感染症の影響もあります。

年度	基準値	目標値(R17)
R5	3人	0人

元気活きいき大槌21プラン(第3次)【概要版】

〒028-1115 岩手県上閉伊郡大槌町上町1-3
【お問い合わせ先】大槌町健康福祉課 TEL:0193-42-8715