

第3次 はりま健康プラン

健康増進計画

食育推進計画

自殺対策計画



令和6年3月
播磨町

ごあいさつ

人生 100 年時代を見据え、生涯を通じて健康で心豊かな生活を送ることは私たちの願いです。播磨町では、誰もが健康で生き生きと暮らすことができるよう健康づくりの推進に取り組んでまいりました。

しかし、食生活や生活環境の変化による生活習慣病の増加、様々なストレスから引き起こされるこころの問題などがみられます。また、令和 2 年 1 月に我が国で最初の感染者が確認された新型コロナウイルス感染症の影響で日常生活を制限せざるを得ない状況となり、私たちの心身の健康に大きく影響を与えました。



こうした中、平成 30 年 3 月に策定した「はりま健康プラン(第 2 次)後期計画」、平成 31 年 3 月に策定した「播磨町自殺対策計画」の期間が満了することから、これまでの成果と課題を検討するとともに、今後 6 年間の目指す方向性や施策を示す「第 3 次はりま健康プラン」(第 3 次播磨町健康増進計画・第 3 次播磨町食育推進計画・第 2 期播磨町自殺対策計画)を策定いたしました。

本計画では、基本理念として、健康増進計画・食育推進計画では「“生き生き”ハッピー!みんなで作る 健康長寿のまち はりま」、自殺対策計画では「まちが いきいき きらめくはりま~すべてのいのちをみんなで支えるまちづくり~」と決めました。この基本理念を目指し、行政・地域そして住民の皆さまと一緒に取り組んでまいります。引き続きご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定に当たり、アンケート調査にご協力いただきました多くの町民の皆さまはじめ、貴重なご意見やご提言をいただきました「播磨町健康増進計画及び食育推進計画策定委員会」、「播磨町自殺対策連絡協議会」の委員の皆さまに、心より厚くお礼申し上げます。

令和 6(2024)年 3 月

播磨町長 佐伯 謙作

目次

第1章 計画の基本的事項

1 計画の背景と趣旨.....	2
2 健康づくりに関する国の政策.....	3
3 計画の位置づけ.....	4
4 計画の期間.....	5
5 計画の策定体制.....	6
6 健康づくりの考え方.....	7
7 計画の進捗管理.....	7
8 健康づくりと持続可能な開発目標 (SDGs).....	8

第2章 播磨町の健康づくりの現状と課題

1 住民の健康を取り巻く現状.....	10
2 アンケート調査結果からみた住民の健康状態や健康意識.....	24
3 はりま健康プラン(第2次)の達成状況・評価.....	32

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念.....	42
2 計画の基本的な視点.....	43
3 重点プロジェクト.....	44
4 ライフステージ別の取組.....	46
5 計画推進におけるそれぞれの役割.....	47

第4章 健康増進計画

1 栄養・食生活.....	50
2 身体活動・運動.....	53
3 休養・こころの健康.....	56
4 歯及び口腔の健康.....	59
5 たばこ.....	62
6 アルコール.....	65
7 健康チェック.....	67

第5章 食育推進計画

1 健全な食生活の推進.....	72
2 食を通じた豊かな人間形成.....	75
3 食の安全・安心の確保.....	78
4 食育活動の推進と連携体制の強化.....	81

第6章 自殺対策計画

1 計画の策定に当たって.....	86
2 播磨町の自殺対策の現状と課題.....	88
3 計画の数値目標.....	96
4 施策体系.....	97
5 いのちを守るための取組.....	98

資料編

1	計画策定委員会設置要綱.....	120
2	計画策定委員名簿.....	124
3	計画策定の経過.....	126
4	用語解説.....	127