

九度山町健康増進計画＜健康くどやま21＞（第一次（令和7年度～令和18年度））【概要版】

健康増進計画は誰もが心身共に健康で、豊かな生活を送ることができるよう、病気の早期発見・早期治療にとどまらず、予防から始める健康づくりに関する施策、取り組みを推進するためのものです。

基本理念

日本一元気なまち九度山

健康づくりの目標

課題

目標1 個人の行動と健康状態の改善

(1) 生活習慣病の改善

ア	栄養・食生活
イ	身体活動・運動
ウ	休養・睡眠
エ	飲酒
オ	喫煙
カ	歯・口腔

(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防

ア	がん
イ	循環器
ウ	糖尿病
エ	COPD（慢性閉塞性肺疾患）

(3) 生活機能の維持向上

目標2 社会環境の質の向上に関する目標

(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持および向上

目標3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- (1) 子どもの健康
- (2) 高齢者の健康
- (3) 女性の健康

- ★肥満の割合が男女とも県より高い。
特に女性の肥満割合が高い。
- ★野菜・果物の摂取量が少ない。

- ★特定健診受診率が県及び全国より低い。
- ★外来医療費として糖尿病・高血圧が高い。
- ★血糖不良者・糖尿病有病者が多い。
- ★心疾患による死亡率が高い。

- ★社会活動を行っている者の割合が県より低い。

- ★児童・生徒における肥満傾向児の割合が高い。
- ★乳がん・子宮がん検診の受診率が低い。
- ★要介護認定者の疾病別有病率は、心疾患、筋・骨格、高血圧が高い。

重点施策

- 1 ヤング健診・特定健診・後期高齢健診・がん検診等健（検）診の受診勧奨
- 2 がん検診の精密検査の受診勧奨と受診確認
- 3 乳幼児期から健康づくりに取り組み、生活習慣病の発症予防と重症化予防につなげる
- 4 糖尿病の発症予防と重症化予防
- 5 全世代において定期的に健診を受け、高血圧を予防する。