



第2次坂戸市健康なまちづくり計画中間年次改訂版＜概要版＞

1 計画策定の趣旨

本市では、平成26年度に「第2次坂戸市健康なまちづくり計画」を策定し、推進してきました。平成30年度が中間年度になることから、計画前半の取組の進捗状況を振り返り、社会情勢の変化を踏まえた計画の見直しを実施することとしました。

2 計画の位置付けと計画の期間

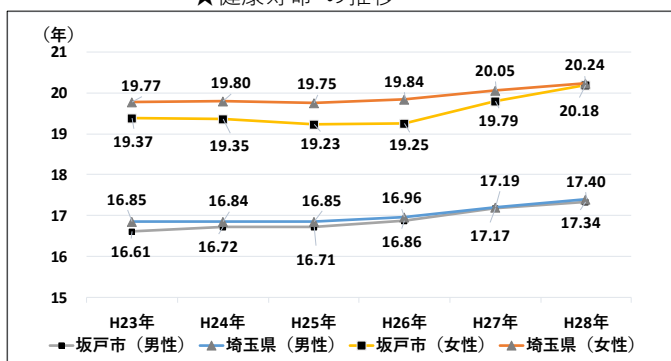
本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく「第2次坂戸市健康増進計画」と食育基本法第18条第1項に基づく「第2次坂戸市食育基本計画」に、歯科口腔保健の推進に関する法律第13条第1項に基づく埼玉県歯科口腔保健推進計画を踏まえた本市における「歯科口腔保健推進計画」を加えて一体的に策定したものです。また、市の最上位計画である「坂戸市総合振興計画」をはじめ、各種計画との連携・整合を図ります。

本計画の期間は、平成26（2014）年度から平成35（2023）年度までの10年間です。

なお、歯科口腔保健推進計画は、平成31（2019）年度から平成35（2023）年度までの5年間です。

3 統計からみた現状

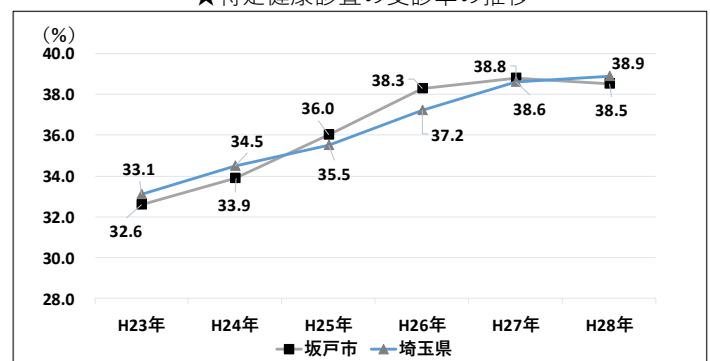
★健康寿命*の推移



本市の健康寿命についてみると、平成23年から平成28年までの6年間で男性では0.73歳、女性では0.81歳延伸しています。

※健康寿命とは、65歳になった人が要介護2以上になるまでの期間をいう。

★特定健康診査の受診率の推移



本市の特定健康診査の受診率の推移をみると、平成23年から平成28年までの6年間で5.9ポイント増加しています。

4 市民アンケート調査の概要

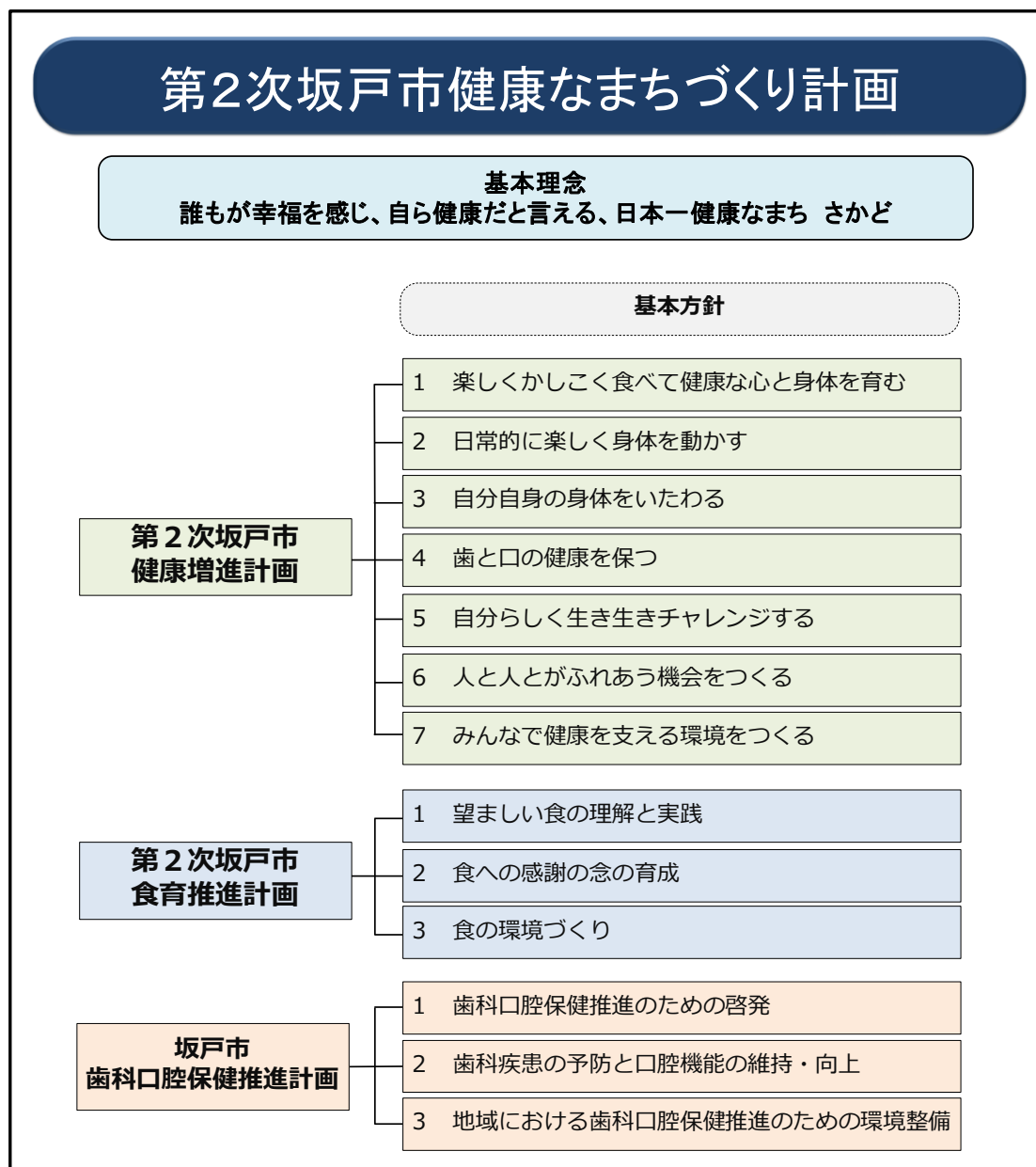
市民の運動、食事、こころの健康などについての習慣や意識などについて把握することを目的として「こことからだの健康に関する市民アンケート調査」を実施しました。

調査期間：平成30年7月20日～平成30年8月9日
対象者：市内在住の満15歳以上の男女1,050人
回収結果：481通（回収率：45.8%）



5 計画の基本理念

本計画では、健康増進計画、食育推進計画、歯科口腔保健推進計画のそれぞれの基本方針に基づき、目標達成に向けた取組を明示し、「誰もが幸福を感じ、自ら健康だと言える、日本一健康なまち さかど」の実現を目指します。



7 健康増進計画

7つの基本方針に基づき、市民自らが取り組むことを行動目標として定めています。

基本方針1 楽しくかしこく食べて健康な心と身体を育む**行動目標1 食育について関心を持ち、食べることを大切にします**

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
食育に関心がある市民を増やす（15歳以上）	63.6%	70.0%

基本方針2 日常的に楽しく身体を動かす**行動目標2 積極的に楽しく身体を動かします**

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
週4日以上、意識的に身体を動かしている市民（20歳以上）	35.1%	55.0%
日頃楽しく運動をしている市民（20歳以上）	44.7%	60.0%

基本方針3 自分自身の身体をいたわる

行動目標3 好ましい生活習慣を身に付けます

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
過去1年以内に健診や人間ドックを受けている市民（20歳以上）	72.6%	80.0%

基本方針4 歯と口の健康を保つ

行動目標4 一生自分の歯で食べて味わいます

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
年に1回以上歯科健診を受けている市民（20歳以上）	38.4%	50.0%

基本方針5 自分らしく生き生きチャレンジする

行動目標5 夢や生きがいを持って生き生きと過ごします

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
夢・生きがい・目標を持つ市民（20歳以上）	67.9%	80.0%
自分らしい人生を送る市民（20歳以上）	74.5%	85.0%

基本方針6 人と人がふれあう機会をつくる

行動目標6 積極的に地域活動に参加します

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
月1回以上、地域活動に参加する市民（20歳以上）	23.7%	40.0%
自分から積極的に外出する市民（20歳以上）	55.7%	75.0%
いつも家族や仲間に囲まれて生活している市民（20歳以上）	84.1%	95.0%
身近な人にあいさつをしている市民（20歳以上）	94.6%	100.0%

基本方針7 みんなで健康を支える環境をつくる

行動目標7 地域の人との助け合いを大切にします

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
いざという時、助け合える環境が身近にあると感じる市民（20歳以上）	67.2%	85.0%
自分が住んでいる地域の人々はお互いに助け合っていると 思う市民（20歳以上）	48.9%	65.0%

8 食育推進計画

3つの基本方針に基づき、市民自らが取り組むことを行動目標として定めています。

基本方針1 望ましい食の理解と実践

行動目標1 毎日朝食を食べます

行動目標2 主食・主菜・副菜のそろった食事をします

行動目標3 みどり色野菜から葉酸を積極的に摂ります

行動目標4 塩分を摂り過ぎないようにします

行動目標5 よく噛んで食事をします

行動目標6 手作りの食事を準備できるようにします



指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
朝食を毎日食べる 20 歳代の市民（20 歳代）	59.0%	65.0%
主食・主菜・副菜のそろった食事を 1 日 2 回以上とっている市民（20 歳以上）	76.6%	85.0%
葉酸（ようさん）というビタミンをよく知っている市民（20 歳以上）	36.8%	45.0%
塩分を摂り過ぎないようにしている市民（20 歳以上）	79.2%	80.0%
よく噛んで食べている市民（20 歳以上）	77.5%	85.0%
自分で手作りの食事を準備できる市民（15 歳以上）	76.5%	90.0%

基本方針 2 食への感謝の念の育成

行動目標 7 食べ物への感謝の気持ちを大切にします

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
日々の食事が動植物の命や自然の恵みによって成り立っていることをいつも感じる市民（15 歳以上）	29.3%	50.0%

基本方針 3 食の環境づくり

行動目標 8 家族や友人などと一緒に食事をする機会を増やします

行動目標 9 地産地消を心掛けます

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
家族や友人と食事をする日が週 6 回以上ある市民（20 歳以上）	64.6%	80.0%
坂戸産の食材を利用している市民（20 歳以上）	51.5%	65.0%

9 歯科口腔保健推進計画

3 つの基本方針に基づき、市民自らが取り組むことを行動目標として定めています。

基本方針 1 歯科口腔保健推進のための啓発

行動目標 1 歯と口の健康に関する正しい知識を身に付けます

指 標	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
歯周病と全身疾患との関係を認知している市民（20 歳以上）	48.6%	60.0%
歯や歯ぐきについて気になることがない市民（20 歳以上）	36.5%	増加

基本方針 2 歯科疾患の予防と口腔機能の維持・向上

行動目標 2 歯と口のケアに自ら取り組みます

行動目標 3 定期的に歯科健診を受診します

行動目標 4 かかりつけ歯科医を持ちます

指標（重点目標）	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
年 1 回以上歯科健診を受けている市民（20 歳以上）	38.4%	50.0%

基本方針 3 地域における歯科口腔保健推進のための環境整備

指 標	H30（2018）年度現状値	H35（2023）年度目標値
在宅歯科医療を実施する市内の登録機関数	15 か所	18 か所

第 2 次坂戸市健康なまちづくり計画中間年次改訂版＜概要版＞

発行：坂戸市 住所：〒350-0292 坂戸市千代田一丁目 1 番 1 号 電話：049-283-1331（代表） F A X：049-283-3903