

小値賀町第4次健康づくり計画

健康おぢか21

みんながいつまでも健やかで
こころ豊かにいきいきと生活する町おぢか



令和7年3月策定 長崎県 小値賀町

～はじめに～

小値賀町では、「みんな達者 みんな笑顔 離れたくない町おちか」をスローガンに、住み慣れた町で子どもからお年寄りまで笑顔にあふれた健康なまちづくりを目指すために平成26年度に「健康おちか21(第2次)」を策定しました。

更に、国と長崎県の第2次計画中間評価を受けて、新しいスローガン「みんなが宝 思いやり助け合う町おちか」のもと、各年齢層ごとにテーマを設定し、令和2年度に「健康おちか21(第3次)」の計画を策定しました。

人口減少と少子化の中、高齢化率は着実に上昇し続けており、国が目標に掲げている健康寿命の延伸及び健康格差の縮小の実現に向けて、生活習慣病の発症予防や重症化予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上を目指します。

特に、本町は、全国より速いスピードで高齢化や人口減少が進行していることから、町民の誰もが、より長く元気に暮らしていくための基盤として、健康であることの重要性はより高まってきており、平時から個人の心身の健康を保つため、健康づくりの取組を更に強化していくことが求められています。

「健康おちか21(第4次)」は、「みんながいつまでも健やかでこころ豊かにいきいきと生活する町おちか」をスローガンに、町民一人ひとりが健康づくりを意識し、個人の健康観に基づき主体的に取り組む健康づくり計画です。また、健康づくりを行う個人の努力を地域社会全体で支援していく計画となっています。

本計画を実践することにより、健康寿命を延伸し、生活の質を向上させることを目的とします。

また、令和4年10月に閣議決定された自殺総合対策大綱を受けて、小値賀町における全庁的な取り組み計画として「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指す、小値賀町自殺対策計画(第2期)も策定いたしました。

少子高齢化が進む中、「一人ひとりが輝き小さな幸せに満ちたまち小値賀町」を目指し、地域住民皆様と連携しながら、両計画を進めてまいりたいと思いますので、町民皆様のご協力とご支援をよろしくお願い申し上げます。

最後になりますが、本計画の策定にあたり、アンケートにご協力をいただきました町民の皆様、貴重なご意見やご提案をいただきました、健康おちか21協議会の皆様や関係者に対して、心から感謝を申し上げます。

令和7年3月

小値賀町長 西村 久之

もくじ

第1部 健康おぢか21（第4次）

第1章「健康おぢか21」って何？	・・・・・・・・・・P1
1. 計画策定の趣旨	
2. 計画の目的	
3. 計画の基本方針	
4. 計画の期間	
5. 計画の策定体制	
6. 計画の推進	
第2章 健康に関する現状と課題	・・・・・・・・・・P8
1. 総人口・世帯数・1世帯当たり人員の推移	
2. 年齢別階層人口	
3. 人口の年次別自然動態及び社会動態	
4. 死因別死亡率の推移	
5. 高齢化率の推移	
第3章 第3次計画の評価	・・・・・・・・・・P11
1. 健康おぢか21（第3次）計画の評価	
2. 第3次計画最終評価	
(1) 最終評価の概要	
(2) 全体目標についての評価	
(3) 分野ごとの評価	
第4章 「健康おぢか21」に取り組もう	・・・・・・・・・・P21
1. 第4次計画の作成	
2. 行動目標の設定	
3. ライフコースアプローチを踏まえた各世代の行動目標	
4. 目標の設定と評価	
(1) 目標設定の基本的な考え方	
(2) 目標設定の期間	
(3) 目標値の設定	
(4) 目標の評価	

ライフコースアプローチ

- ①乳幼児期（出生～就学前）
- ②児童生徒期（小学生～18 歳）
- ③青年期（18 歳～49 歳）
- ④壮年期（50 歳～74 歳）
- ⑤高齢期（75 歳以上）

第5章「健康おぢか21」を進めるために	・・・・・・・・・・P60
---------------------	---------------

- 1. 推進体制
- 2. 進行と評価

第6章 資料編	・・・・・・・・・・P62
---------	---------------

第2部 小値賀町自殺対策計画（第2期）・・・・・・・・・・P64

第1章 小値賀町自殺対策計画の策定にあたって	・・・・・・・・・・P65
------------------------	---------------

- 1. 計画策定の背景
- 2. 計画策定の趣旨
- 3. 評価
- 4. 計画の推進体制
- 5. 主な評価指標と目標値

第2章 小値賀町の現状と課題	・・・・・・・・・・P67
----------------	---------------

- 1. 統計から見る自殺の状況
- 2. 小値賀町の心に健康に関するデータ
- 3. 現状と課題

第3章 自殺対策における取組	・・・・・・・・・・P74
----------------	---------------

- 1. 基本方針
- 2. 施策の体系
- 3. 5つの重点施策

第4章 生きる支援関連施策一覧	・・・・・・・・・・P79
-----------------	---------------