

# 第3次健康みやざき市民プラン

令和6年3月

宮崎市 健康支援課



## はじめに



本市では、平成 25 年に「第 2 次健康みやざき市民プラン」（以下「第 2 次計画」）を策定し、基本理念を「市民一人一人が生涯を通して心身ともに健康に暮らせるまち」と掲げ、「健康寿命の延伸」に重点をおき、“健康に暮らせるまち”をめざした施策を推進してまいりました。

近年、社会環境の変化により、健康に対する価値観が多様化するとともに、生活習慣の変化による悪性新生物（がん）、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病を中心とした疾病の予防が求められています。

本市では、感染症対策の充実・強化やエビデンスに基づく病気の予防・早期発見の推進等、健康の増進・福祉の充実に取り組んでいるところでございます。

このような中、第 2 次計画期間が令和 5 年度をもって終了となることから、これまでの取組について評価、検証を行い、新たな健康課題や社会情勢などを踏まえた総合的な健康づくりを進めるため、「第 3 次健康みやざき市民プラン」（以下「本計画」）を策定いたしました。

本計画は、「市民一人一人が健やかで心豊かに自分らしく過ごせるまち」を基本理念として、市民の皆様が、できる限り住み慣れた地域で、生きがいを持ち、健康で安心して暮らすことができるまちづくりを進めるとともに、「誰一人取り残さない社会づくり」の実現に向け、新たに「女性の健康に取り組むまちづくり」を分野に加え、ライフステージごとに女性特有の健康課題への理解や配慮を広め、女性の社会進出を応援できるまちを目指してまいります。

また、市民の健康づくりを支えるためには社会全体で取組を進めていくことが重要であることから、市民、地域及び関係団体と一体となって、より一層、市民一人一人が健やかで心豊かに自分らしく過ごせるまちづくりの推進に努めてまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査に御協力をいただいた市民の皆様をはじめ、貴重な御意見、御提案をいただきました関係者各位に心から感謝申し上げます。

令和 6 年 3 月

宮崎市長 清山知憲

## 第3次健康みやざき市民プラン 目次

第1章	計画改定の背景	1
第1節	計画改定の背景	1
第2節	前計画の評価	2
1	基本目標の成果指標の達成状況	2
2	分野別数値目標の達成状況	2
第2章	計画の基本目標と方針	4
第1節	基本目標と基本方針	4
1	基本目標	4
2	指標（具体的な数値目標）	4
3	基本方針	5
4	計画の期間	6
第2節	目標達成に向けた重点施策	6
1	3つの重点施策	7
第3節	計画の推進	9
第4節	計画の位置づけ	10
1	他の計画との関係	10
2	施策の体系	11
第3章	宮崎市の健康を取り巻く状況	12
第1節	統計データから見た状況	12
第2節	市民意識調査結果	12
第3節	検討すべき課題	13
第4章	分野別の課題と取組	14
第1節	目標設定の考え方	14
1	生活習慣病予防や改善に取り組むまちづくり	15
(1)	がん・骨粗しょう症	15
(2)	循環器疾患・糖尿病・慢性腎臓病（CKD）	19
2	健康的な食習慣を实践できるまちづくり	23
3	適度な身体活動・運動を实践できるまちづくり	26
4	適正飲酒に取り組むまちづくり	28
5	たばこ対策に取り組むまちづくり	30
6	歯と口の健康管理ができるまちづくり	32
(1)	子ども編	32
(2)	おとな編	34
7	休養・こころの健康を保てるまちづくり	37
8	健康な子どもをはぐくむまちづくり	40
9	女性の健康に取り組むまちづくり【新設】	43

付属資料	46
1 計画策定の経過	46
2 「(仮称)第3次健康みやざき市民プラン」策定会議及び幹事会設置要綱	47
3 宮崎市保健センター 一覧	49
4 参考資料	50
(1) 統計データ等	50
(2) 健康に対する市民の意識(市民意識調査結果)	57