

府中町 健康づくり計画

府中町健康増進計画(第3次)・府中町食育推進計画(第3次)・
府中町自殺対策計画(第2次)

基本理念

いきいきと健康な生活を送るために
～みんなで支え助けあうまちづくり～



健康応援団長
朝パツ君



令和7(2025)年3月
府中町

はじめに

府中町では、平成26(2014)年に「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画」を策定し、健康増進と食育推進のそれぞれで連携・調整を図りながら一体的に取組を推進してきました。

また、平成31(2019)年には「いのち支える府中町自殺対策行動計画」を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、自殺対策に関する取組を推進してきました。



こうした中、人生100年時代を迎え日本の平均寿命は延伸していく一方で、人々の価値観やライフスタイルの多様化などにより、偏った食生活、運動機会や睡眠時間の減少、メンタルヘルスの問題など、健康に関する様々な課題が生じています。

これらの複合的な健康課題に対応するために、これまで別の計画となっていた「健康増進計画・食育推進計画」「自殺対策計画」について、食生活や睡眠・こころの健康等で深く関係していることから、これらの計画を一体化し総合的な健康づくりの指針とするため、「府中町健康づくり計画～府中町健康増進計画(第3次)・府中町食育推進計画(第3次)・府中町自殺対策計画(第2次)～」を策定しました。

基本理念の「いきいきと健康な生活を送るために～みんなで支え助けあうまちづくり～」に則り、町民の健康づくりを各関係機関と連携して推進してまいります。

最後に、本計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提言をいただきました府中町健康づくり推進協議会委員、府中町健康づくり計画策定委員会委員をはじめとする関係機関及びアンケート調査等にご協力いただいた朝パツ君ネットワーク登録団体や町民の皆様に対し、心から感謝申し上げます。

令和7(2025)年3月

府中町長 寺尾 光司

目次

第1章 計画の概要	3
1 計画策定の趣旨	3
2 根拠法	4
3 計画の期間	5
4 計画の策定方法	5
第2章 府中町の健康づくりを取り巻く現状	9
1 人口などの動き	9
2 町民の健康を取り巻く現状	12
3 府中町の自殺の状況	15
第3章 これまでの振り返り	23
1 目標達成状況	23
2 第2次府中町健康増進計画・食育推進計画	24
3 いのち支える府中町自殺対策行動計画	43
第4章 計画の基本的な考え方	49
1 基本理念	49
2 基本方針	50
3 計画の体系	51
第5章 府中町健康増進計画（第3次）	55
1 総括目標	55
2 各分野の取組	55
第6章 府中町食育推進計画（第3次）	75
1 総括目標	75
2 各分野の取組	76

第7章 府中町自殺対策計画（第2次）	83
1 総括目標.....	83
2 各分野の取組.....	84
第8章 計画の推進体制	95
1 計画内容の周知.....	95
2 計画推進と進捗状況の確認.....	95
資料編	99
1 用語解説.....	99
2 委員名簿.....	101
3 策定の経過.....	103

第1章

計画の概要

第1章 計画の概要

1 計画策定の趣旨

日本では、医療技術の進歩や生活水準の向上、生活環境の改善により平均寿命は年々延びています。令和5(2023)年では男性は81.09年、女性は87.14年と、世界でも有数の長寿国となっています。一方で、少子化・高齢化のさらなる進展、総人口・生産年齢人口の減少、独居世帯の増加、多様な働き方の広まりや高齢者の就労拡大などを通じた社会の多様化など、様々な社会変化が予想されています。

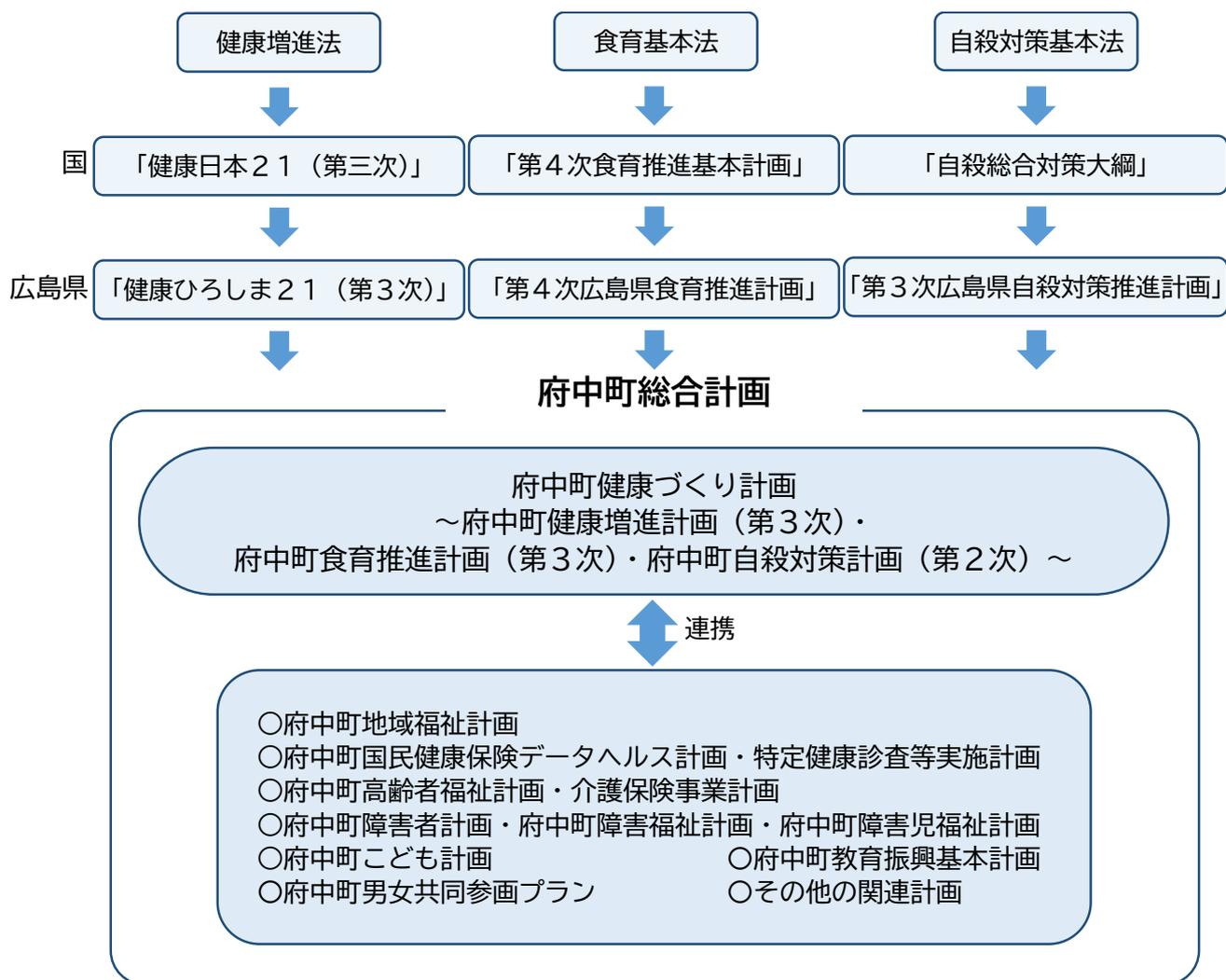
府中町では、平成26(2014)年に「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画」を策定しました。平成31(2019)年には中間評価と計画の見直しを行い「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画(改定版)」を策定し、健康応援団長 朝パツ君を活用した啓発事業や健康マイレージ制度などの様々な取組を、健康増進と食育推進のそれぞれで連携・調整を図りながら一体的に推進してきました。

また、平成31(2019)年には「いのち支える府中町自殺対策行動計画」を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、高齢者対策と生活困窮者対策を重点目標として自殺対策に関する取組を推進してきました。

こうした状況及び今後予想される社会変化も踏まえ、両計画が令和6(2024)年度に終期を迎えること、それぞれの計画は「栄養・食生活」や「睡眠・休養」、「こころの健康」などで共通・関連する事項が多いことから、3つの計画を一体化し、総合的な健康づくりの指針とするため「府中町健康づくり計画～府中町健康増進計画(第3次)・府中町食育推進計画(第3次)・府中町自殺対策計画(第2次)～」を策定します。

また、町政運営の指針となる上位計画「府中町総合計画」をはじめ、関連する他の部門計画との整合・調整を図ります。

【図表 1 計画の位置づけ】



2 根拠法

(1) 府中町健康増進計画 (第3次)

「健康増進法」第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」です。

(2) 府中町食育推進計画 (第3次)

「食育基本法」第18条に基づく「市町村食育推進計画」です。

(3) 府中町自殺対策計画 (第2次)

「自殺対策基本法」第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」です。

3 計画の期間

令和7(2025)年度から令和18(2036)年度の12年間を計画期間とし、社会情勢や府中町の現状の変化、制度などの改正により必要に応じて計画の見直しを行います。

【図表 2 本計画の計画期間】

R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18
第2次府中町健康増進計画・食育推進計画(～R6年度)		府中町健康づくり計画 ～府中町健康増進計画(第3次)・ 府中町食育推進計画(第3次)・府中町自殺対策計画(第2次)～ (R7～R18年度)											
いのち支える府中町自殺対策行動計画(～R6年度)													
						中間見直し(R11～R12年度)							

4 計画の策定方法

(1) 策定体制

町民や関係団体を対象とした「府中町健康づくりに関する調査」などを通じて、町民の実態や関係団体の活動状況、課題などを把握しました。

「朝パツ君ネットワーク会議」では、町民と行政が健康増進・食育推進・自殺対策について、課題や今後の取組などを検討しました。

「府中町健康づくり推進協議会」及び「府中町健康づくり計画策定委員会」では、本計画の内容について協議を行いました。

(2) 府中町健康づくりに関する調査

町民の健康に関する意識や生活習慣などの状況、健康づくりなどに関わる関係団体の活動状況や課題を把握して、計画の評価・見直しの基礎資料とし、健康づくりに関する施策に生かすことを目的として、アンケート調査を実施しました。

【町民健康意識調査】

調査票の種類	健康づくりに関する意識調査
調査対象者	町内在住の満18歳以上の町民
調査数	1,000名（住民基本台帳から無作為抽出）
調査方法	郵送配布、郵送回収
調査時期	令和5（2023）年10月から11月
回収数	418票（回収率：41.8%）
有効回収数	418票（有効回収率：41.8%）

【健康づくり関係団体調査】

調査票の種類	健康づくり活動に関する調査
調査対象者	健康づくりなどに関わる関係団体
調査数	朝パツ君ネットワークに登録する65団体
調査方法	郵送配布、郵送回収
調査時期	令和5（2023）年11月から12月
回収数	30票（回収率：46.1%）
有効回収数	30票（有効回収率：46.1%）

(3) パブリックコメント（府中町意見募集手続制度）の実施

令和7（2025）年2月3日から2月21日まで、本計画に対するパブリックコメント（府中町意見募集手続制度）を実施し、広く意見を募りました。

第2章

府中町の健康づくりを取り巻く現状

第2章 府中町の健康づくりを取り巻く現状

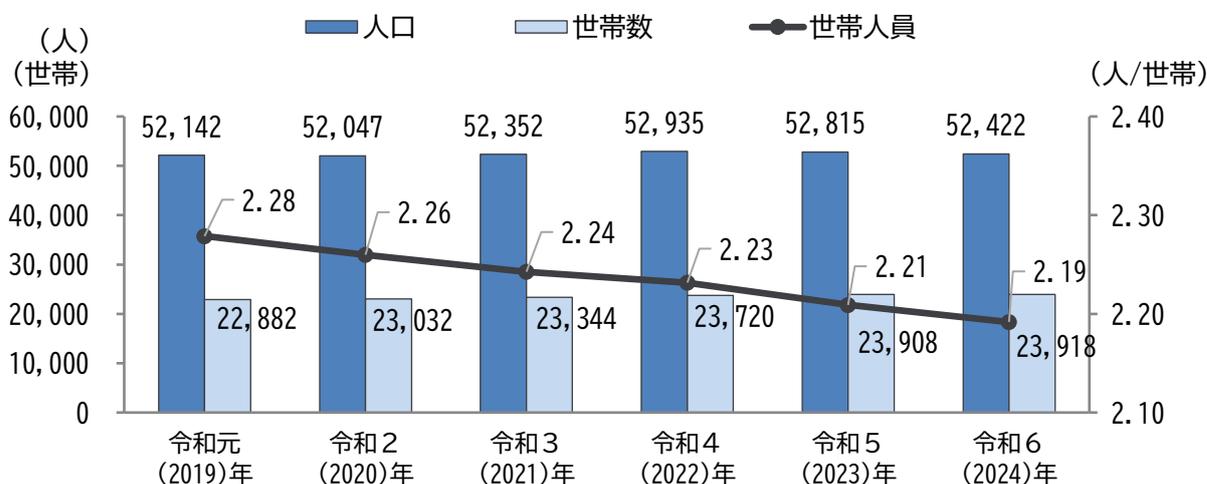
1 人口などの動き

(1) 人口・世帯数の推移

府中町の人口は、令和6(2024)年4月1日現在52,422人であり、令和元(2019)年から約300人の増加となっています。

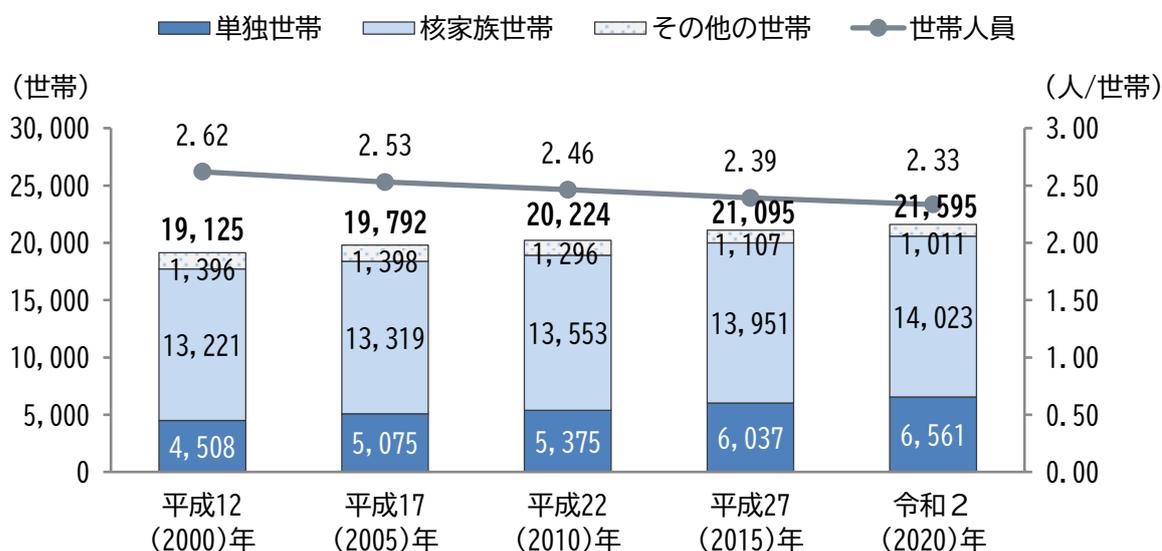
また、一般世帯数は平成12(2000)年から令和2(2020)年までの20年間で2,470世帯増加しています。なかでも単独世帯は約2,000世帯増加しており、世帯の小規模化による世帯人員の減少が進んでいます。

【図表 3 人口・世帯数の推移】



資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

【図表 4 一般世帯数・世帯人員の推移】



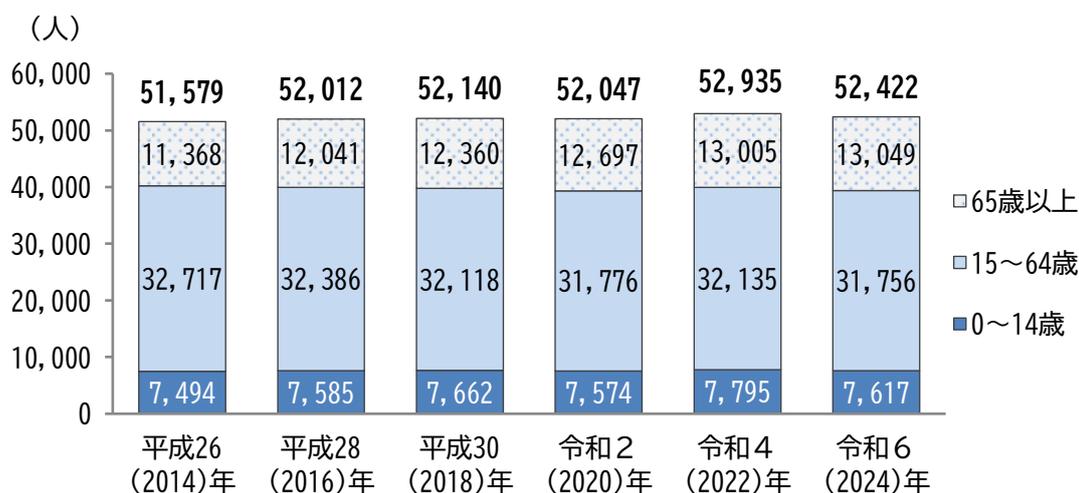
資料：国勢調査（各年10月1日現在）

(2) 年齢別人口の推移

人口年齢3区分の内訳をみると、0～14歳人口及び15～64歳人口は平成26(2014)年以降増加と減少を繰り返しながら推移しています。

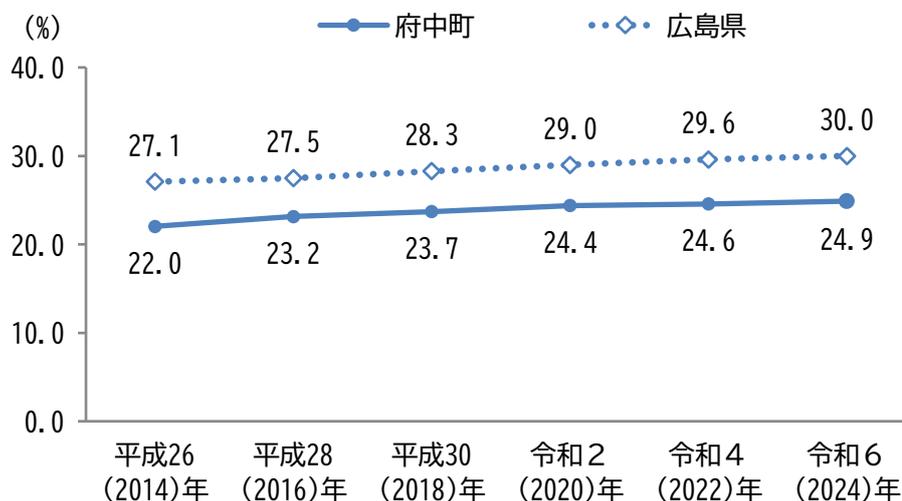
65歳以上人口は平成26(2014)年以降増加しており、高齢化が進んでいる状況となっていますが、高齢化率は広島県を下回る値で推移しています。

【図表 5 人口（年齢3区分）の推移】



資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

【図表 6 高齢化率の推移】



資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）

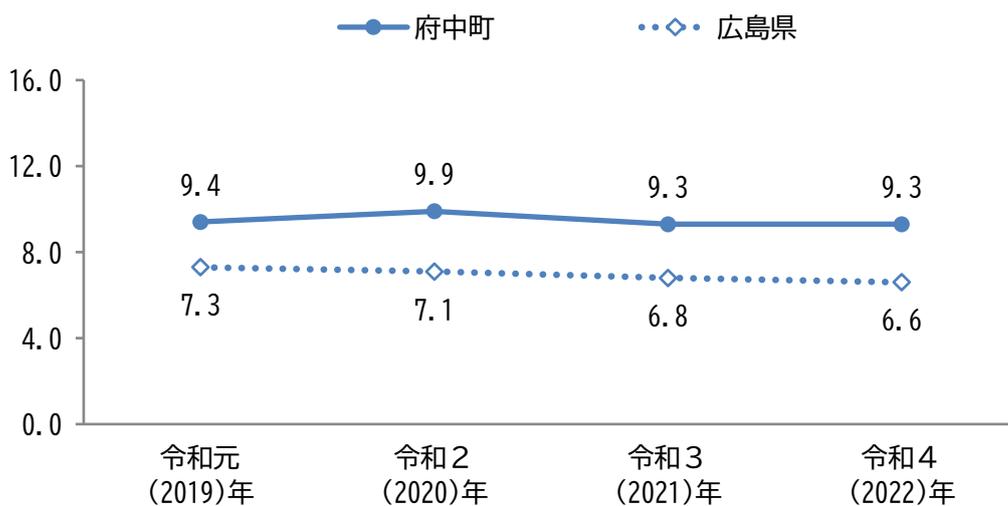
※平成26年の広島県の数値は高齢社会白書より作成

(3) 出生率と死亡率

人口千人あたりの出生率と死亡率を比較すると、令和元(2019)年から令和3(2021)年までは出生率が死亡率を上回っていましたが、令和4(2022)年では出生率が死亡率を下回っています。

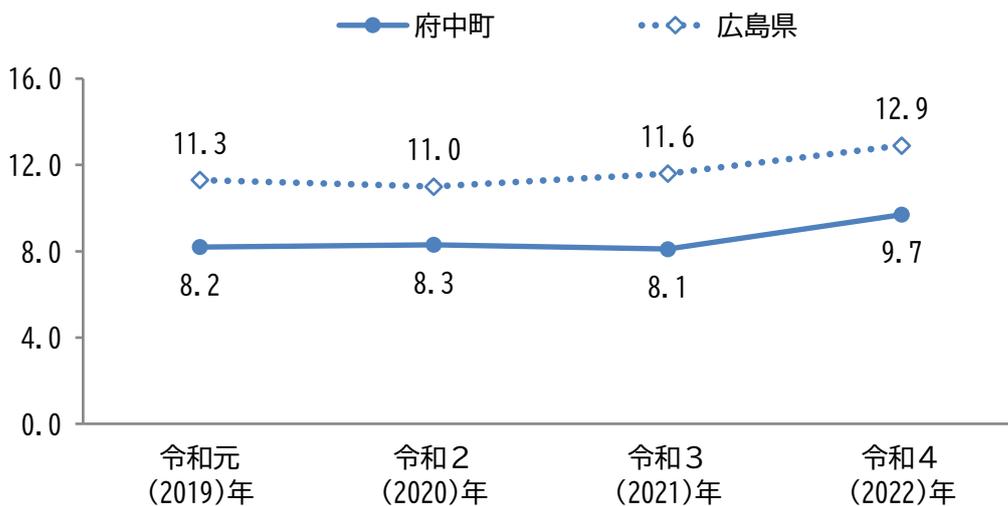
出生率は広島県を上回る値、死亡率は広島県を下回る値でほぼ横ばいで推移しています。

【図表 7 出生率(人口千対)の推移】



資料：人口動態統計(各年1月から12月)

【図表 8 死亡率(人口千対)の推移】



資料：人口動態統計(各年1月から12月)

2 町民の健康を取り巻く現状

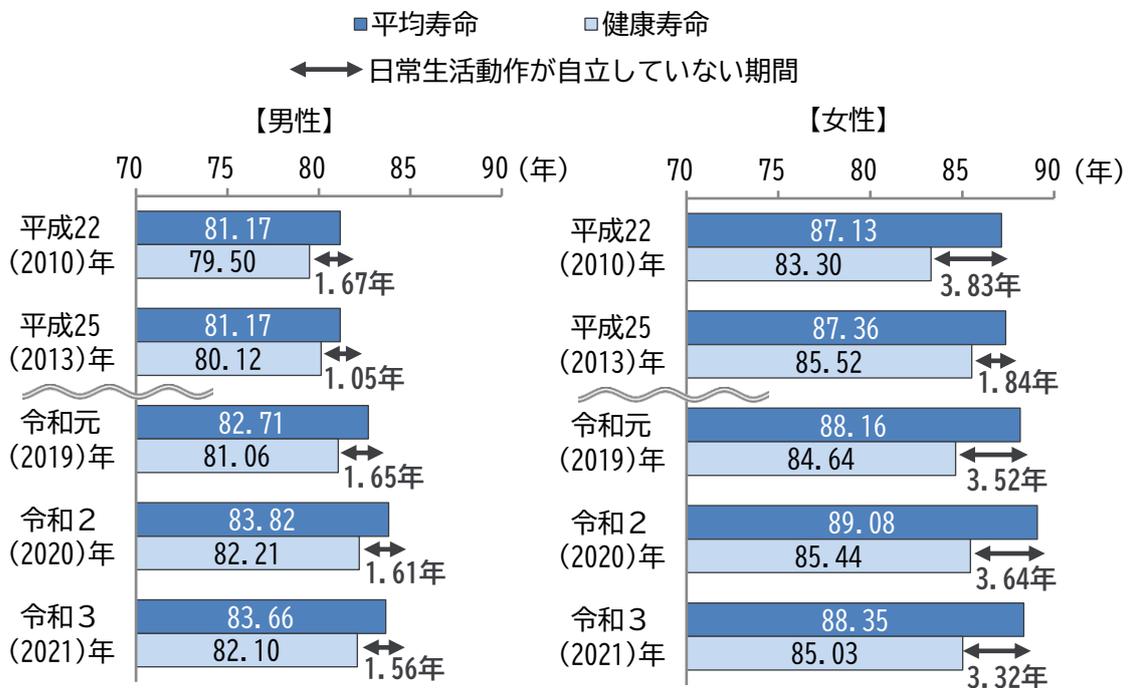
(1) 健康寿命

健康寿命※とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間をいいます。

府中町の健康寿命は、令和3(2021)年で男性が82.10年、女性が85.03年となっており、平成22(2010)年と比較すると男女ともに伸びています。

平均寿命と健康寿命の差から、日常生活動作が自立していない期間をみると、男性で1.56年、女性で3.32年となっており、平成22(2010)年と比較するとともに短くなっています。

【図表 9 健康寿命と平均寿命の推移】



資料：広島県「市町健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）の算定について」

※**健康寿命**：健康寿命には様々な指標や算定方法があります。

国や都道府県は、国民生活基礎調査のデータなどから「日常生活に制限のない期間の平均」を算出し、これを健康寿命としています。

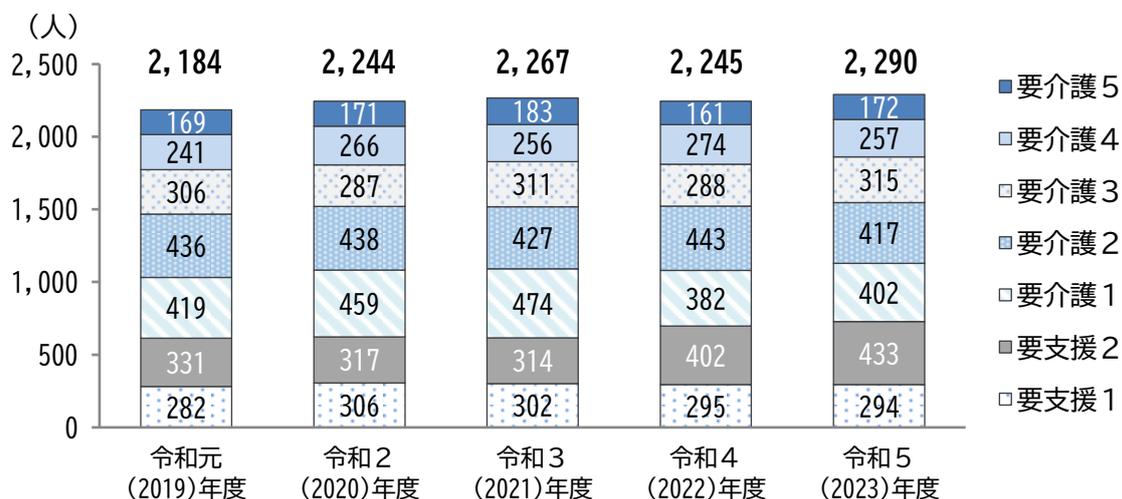
府中町は、国民生活基礎調査のデータが利用できないため、広島県が介護保険のデータ（要介護2～5の認定者数）などを用いて算出する「日常生活動作が自立している期間の平均」を健康寿命とします。

(2) 要支援・要介護認定者数の推移

要支援・要介護認定者数は、緩やかな増減を繰り返しながら推移しています。

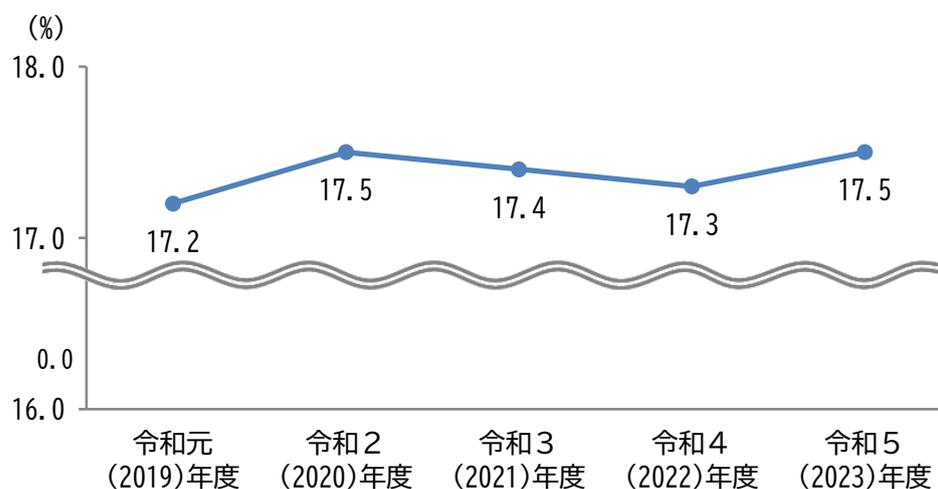
要支援・要介護認定率は、近年横ばいの状態が続いており、令和5(2023)年度は17.5%となっています。

【図表 10 要支援・要介護認定者数の推移(要介護度別)】



資料：介護保険事業状況報告(各年度3月末現在)

【図表 11 要支援・要介護認定率の推移】



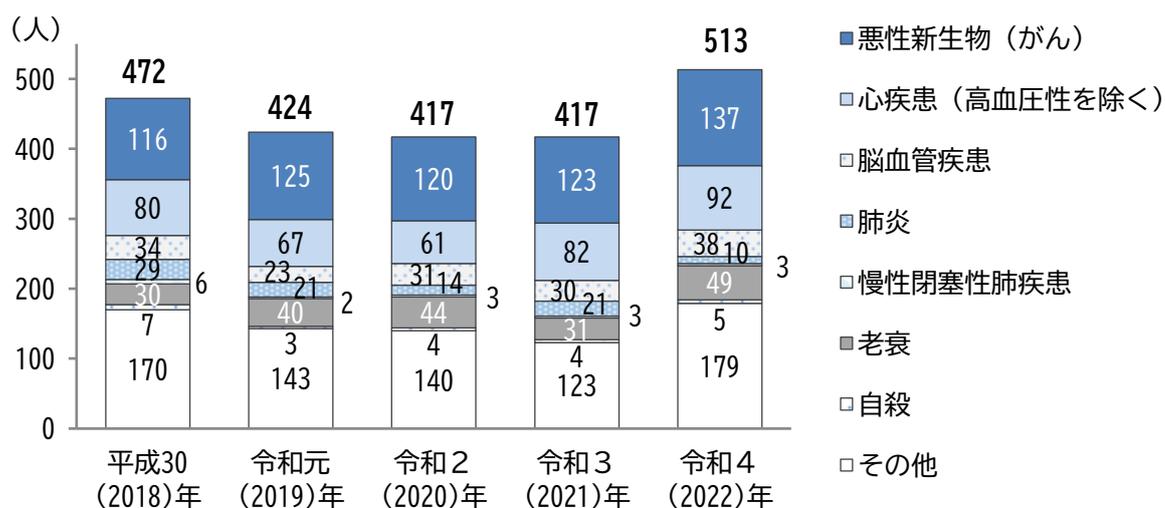
資料：介護保険事業状況報告(各年度3月末現在)

(3) 死因別死亡者数

死亡者数は、平成30(2018)年から令和3(2021)年までは緩やかな減少傾向で推移していましたが、令和4(2022)年に513人と約100人増加しています。

主要死因の推移をみると、「悪性新生物(がん)」が最も多く、次いで「心疾患」となっています。上位3位以降については令和元(2019)年以降「老衰」、「脳血管疾患」、「肺炎」の順となっています。

【図表 12 死因別死亡者数】



資料：人口動態統計(各年1月から12月)

【図表 13 死因別死亡者数割合(上位5項目)】

順位	平成30(2018)年		令和元(2019)年		令和2(2020)年		令和3(2021)年		令和4(2022)年	
	疾患名	構成比	疾患名	構成比	疾患名	構成比	疾患名	構成比	疾患名	構成比
1位	悪性新生物(がん)	24.6	悪性新生物(がん)	29.5	悪性新生物(がん)	28.8	悪性新生物(がん)	29.5	悪性新生物(がん)	26.7
2位	心疾患*	16.9	心疾患*	15.8	心疾患*	14.6	心疾患*	19.7	心疾患*	17.9
3位	脳血管疾患	7.2	老衰	9.4	老衰	10.6	老衰	7.4	老衰	9.6
4位	老衰	6.4	脳血管疾患	5.4	脳血管疾患	7.4	脳血管疾患	7.2	脳血管疾患	7.4
5位	肺炎	6.1	肺炎	5.0	肺炎	3.4	肺炎	5.0	肺炎	1.9

資料：人口動態統計(各年1月から12月)

*高血圧性を除く

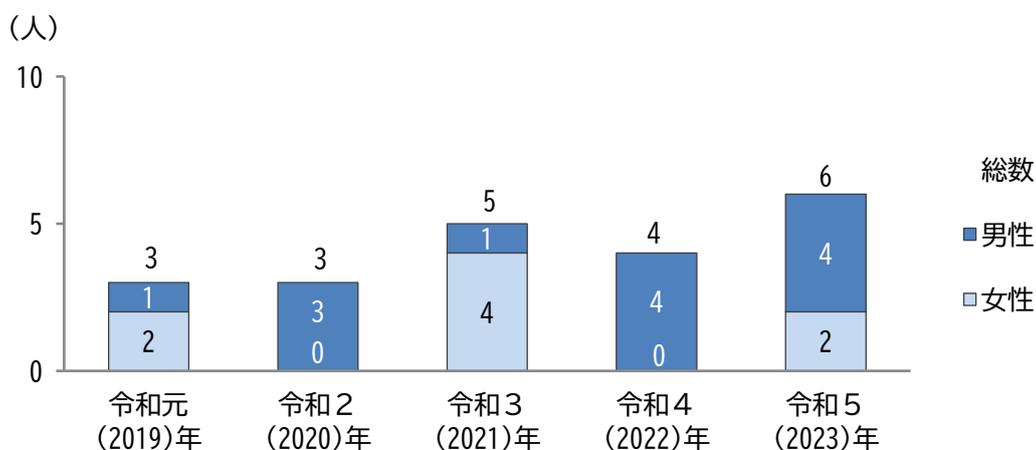
3 府中町の自殺の状況

(1) 自殺者数・自殺死亡率

令和元(2019)年から令和5(2023)年における府中町の自殺者数は増加傾向にあり、令和5(2023)年では6人となっています。

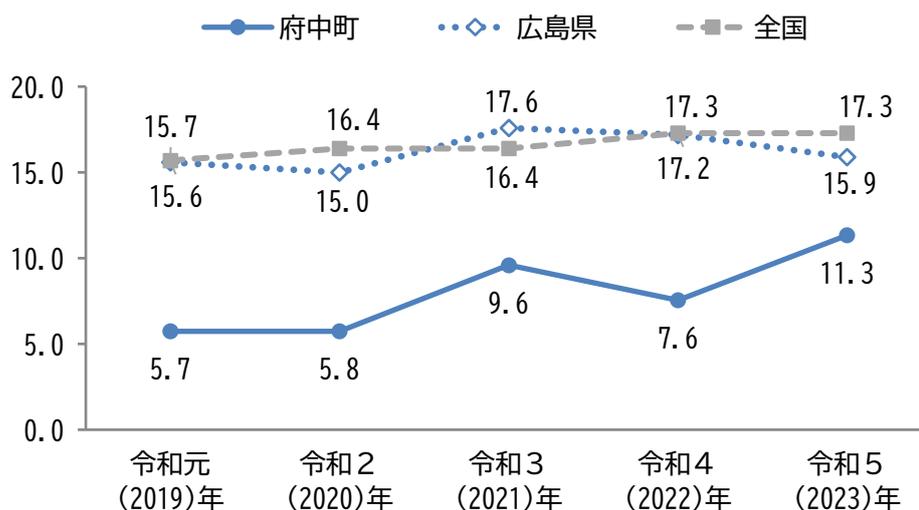
また、人口10万人あたりの自殺者数を示す自殺死亡率は、令和5(2023)年では11.3となっており、全国(17.3)及び広島県(15.9)を下回っているものの、近年増加傾向にあります。

【図表 14 自殺者数の推移】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【図表 15 自殺死亡率(人口10万対)の推移】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

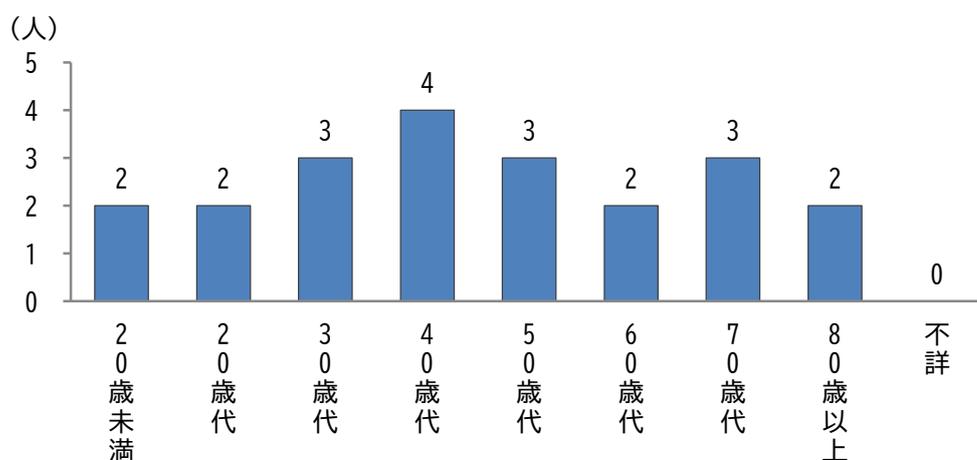
(2) 自殺者の属性

令和元(2019)年から令和5(2023)年における府中町の自殺者数を年代別にみると、「40歳代」の自殺者数が4人と多くなっています。

また、有職・無職別にみると、「有職者」での自殺者数が12人、「無職(学生など含む)」で9人となっています。

全国割合と比較すると、「有職者」では全国の38.8%に対し府中町が57.1%、「無職」では全国の59.4%に対し府中町が42.9%となっており、府中町では「有職者」の割合が高くなっています。

【図表 16 自殺者数(年代別)】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（令和元年から令和5年までの合計）

【図表 17 自殺者数(有職・無職別)】

職業	自殺者数(人)	割合(%)	全国割合(%)
有職者	12	57.1	38.8
無職(学生など含む)	9	42.9	59.4
不詳	0	0.0	1.8
合計	21	100.0	100.0

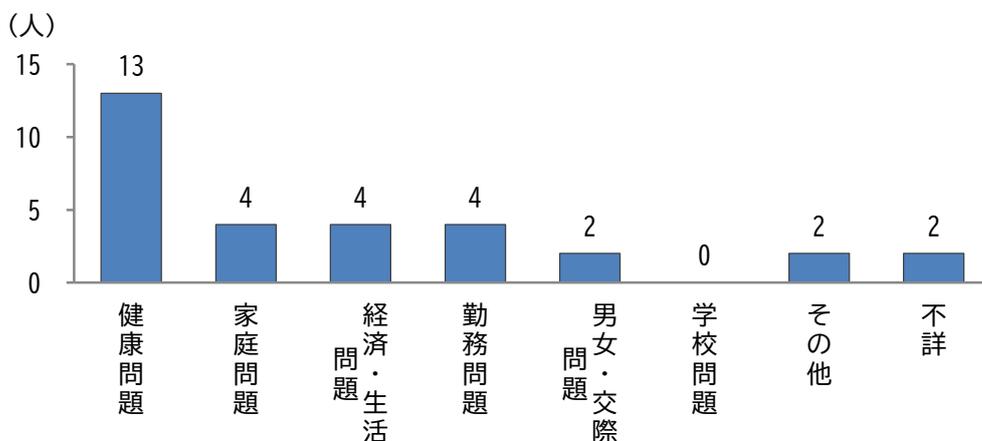
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（令和元年から令和5年までの合計）

(3) 自殺の原因・動機

令和元(2019)年から令和5(2023)年における府中町の自殺者数を原因・動機別にみると、「健康問題」が13人と最も多く、次いで「家庭問題」、「経済・生活問題」、「勤務問題」が4人となっています。

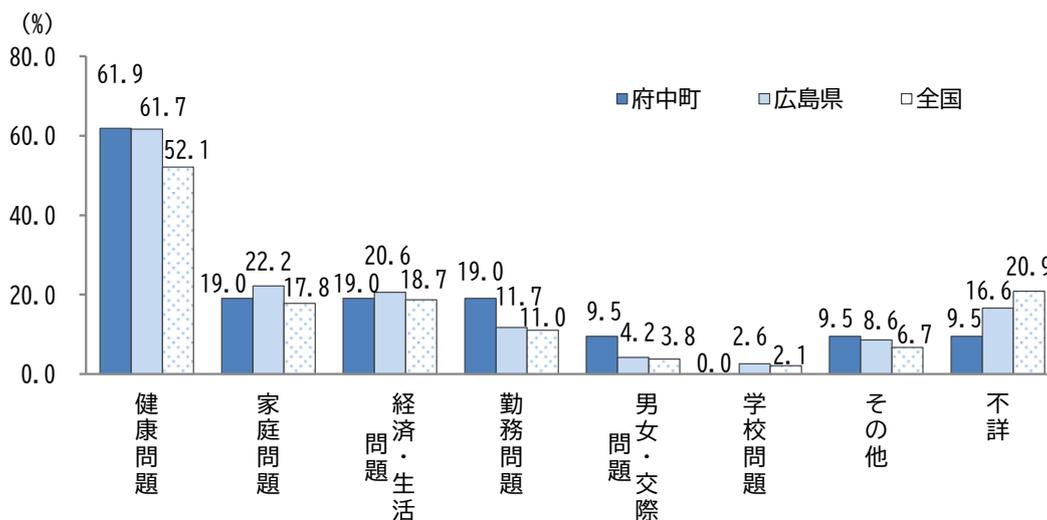
全国及び広島県と比較すると、「健康問題」の割合は全国で52.1%であるのに対し府中町で61.9%、「勤務問題」の割合は全国で11.0%、広島県で11.7%であるのに対し府中町で19.0%と上回っています。全国、広島県と比べて、「健康問題」、「勤務問題」が原因・動機となった自殺が多いことがうかがえます。

【図表 18 自殺者数 (原因・動機別)】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（令和元年から令和5年までの合計）

【図表 19 自殺者数の割合 (原因・動機別/全国・広島県との比較)】

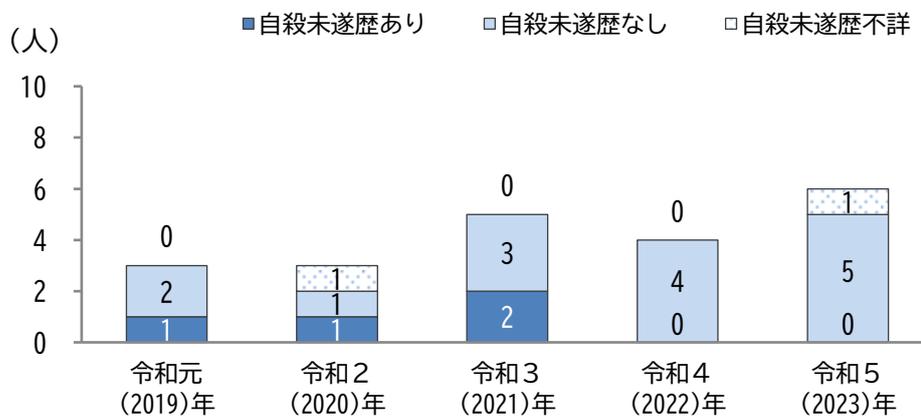


資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（令和元年から令和5年までの合計）

(4) 自殺未遂歴

令和元(2019)年から令和5(2023)年における府中町の自殺者数を自殺未遂歴別にみると、「自殺未遂歴なし」の人の自殺者数が増加傾向にあります。

【図表 20 自殺未遂歴別の状況】



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（令和元年から令和5年までの合計）

(5) 自殺者の特徴

令和元(2019)年から令和5(2023)年における府中町の自殺者数は21人(男性13人、女性8人)でした。生活状況別(性別・年齢・職業の有無・同居人の有無)の上位5区分^{※1}の自殺者数や自殺死亡率は、以下のとおりです。

また、生活状況別にみた主な自殺の危機経路^{※3}では、全国的に多くみられる自殺の危機経路を例示しており、勤務問題や家庭問題などの様々な要因が関係していることがうかがえます。

【図表 21 主な自殺者の特徴】

生活状況別 上位5区分 ^{※1}	自殺者数 (5年計)	全自殺者数に 占める割合	自殺死亡率 ^{※2} (人口10万対)
1位：男性・20～39歳・有職・独居	2	9.5%	39.5
2位：男性・60歳以上・有職・同居	2	9.5%	16.1
3位：女性・40～59歳・無職・同居	2	9.5%	12.9
4位：男性・60歳以上・無職・同居	2	9.5%	12.5
5位：女性・40～59歳・有職・同居	2	9.5%	11.0

資料：いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）「地域自殺実態プロファイル2024」
(令和元年から令和5年までの合計)

※1 自殺者数が同数のため、区分の順位は自殺死亡率の高い順とした

※2 自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基にいのち支える自殺対策推進センターにて推計したもの

【図表 22 生活状況別にみた主な自殺の危機経路^{※3} (全国的な例示)】

自殺者の特性				背景にある主な自殺の危機経路
男性	20～39歳	有職	独居	例【正規雇用】配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
				例【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
	60歳以上	有職	同居	例【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺
例【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺				
女性	40～59歳	無職	同居	例 離婚の悩み→非正規雇用→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺
	40～59歳	有職	同居	例 近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ状態→自殺
				例 介護疲れ+家族間の不和→身体疾患+うつ状態→自殺

資料：いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）「地域自殺実態プロファイル2024」
(令和元年から令和5年までの合計)

※3 生活状況別にみた主な自殺の危機経路は、ライフリンク「自殺実態白書2013」を参考に推定されたもので、自殺者の生活状況を見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意する必要がある

第3章

これまでの振り返り

第3章 これまでの振り返り

目標達成状況や府中町健康づくりに関する調査結果、計画の後半期間に当たる令和元(2019)年度から令和5(2023)年度までの取組から、施策分野別に主な取組の実施状況や今後の課題などについて整理しました。

1 目標達成状況

計画の目標指標を評価しました。評価の方法及び結果の概要については、以下のとおりです。

各表で参考として掲載している国及び広島県の数値は、下部に出典を示しています。それ以外の調査を参照した場合には、それぞれに注釈をつけています。

(1) 目標値を設定していない指標

「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画」及び「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画(改定版)」、「いのち支える府中町自殺対策行動計画」の各指標の策定時(または中間評価時)の値と現状値を比較した結果、「A:改善傾向にある」、「B:変わらない」、「C:悪化している」としています。

【図表 23 目標値を設定していない指標の最終評価 結果概要】

策定時(または中間評価時)の値と比較	項目数(再掲除く)	合計
A 改善傾向にある	28 (73.7%)	38 (100%)
B 変わらない	1 (2.6%)	
C 悪化している	9 (23.7%)	

(2) 目標値を設定した指標

「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画(改定版)」の各指標の目標値及び策定時(または中間評価時)の値と現状値を比較した結果、「A:達成」、「B:未達成だが改善傾向にある」、「C:変わらない」、「D:悪化している」、「E:評価困難」としています。

【図表 24 目標値を設定した指標の最終評価 結果概要】

目標値及び策定時(または中間評価時)の値と比較	項目数(再掲除く)	合計
A 達成	0 (0.0%)	12 (100%)
B 未達成だが改善傾向にある	3 (25.0%)	
C 変わらない	3 (25.0%)	
D 悪化している	6 (50.0%)	
E 評価困難	0 (0.0%)	

2 第2次府中町健康増進計画・食育推進計画

基本目標1 食育の推進「みんなでニコニコ食べるまち」

(1) 栄養・食生活・(2) 食育

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国 R5年度	県 R5年度
毎日朝食を食べる人の割合	成人	86.8%	87.0%	増やす	86.8%	B	78.6%	82.8%
朝食を家族と一緒に食べる人の割合(週4回以上)	成人	61.5%	56.6%	増やす	54.8%	C	49.7%	66.8%
栄養成分の表示をいつも・ときどき参考にしている人の割合	成人	52.7%	51.5%	増やす	50.3%	C	-	37.2%*
食事時間が楽しい人の割合	成人	76.0%	72.9%	増やす	78.4%	A	71.0%	-

出典：国 令和5年度食育に関する意識調査
 県 令和5年度広島県県民健康意識調査

※県は「知っており、購入時に参考にしている」

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31(2019)年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国 R5年度	県 R5年度
主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある人の割合(ほぼ毎日)	成人	-	55.2%	60.0%	51.2%	C	38.2%	54.4%

出典：国 令和5年度食育に関する意識調査
 県 令和5年度広島県県民健康意識調査

ウ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 手軽に作れておいしいレシピを町内の保育所、認定こども園、小・中学校、朝パツ君ネットワーク登録団体などから提供してもらい、偶数月の広報ふちゅうに「パツとカンタン!朝パツ君のおすすめレシピ」として令和5(2023)年4月号まで掲載しました。令和5(2023)年度の「健康マイレージ制度アプリ」運用開始後は、アプリ内でレシピ紹介動画を配信しました。
- 朝パツ君ネットワーク登録団体とともに保育所や小学校などへ出向き、食べる楽しさや朝食を食べる大切さなどを伝えてきました。令和2(2020)年度から新型コロナウイルス感染症の影響により対面での活動を中止しましたが、「おむすび体験活動」ではこれまでの活動内容をまとめた動画を作成したり、町内すべての小学校(対象学年のみ)におむすびの作り方をまとめたおたよりを年1回配布したりしました。お好み体験班はレシピの作成を行いました。令和5(2023)年度からは調理を伴う活動を一部再開しました。



【おむすび体験活動】



【お好み体験班による
お好み焼き体験】

- 生活習慣病予防や健康増進の相談窓口として、「すこやか栄養相談」を月1回実施しました。
- 乳幼児期からの食習慣の確立を目指して、「離乳食教室」を月1回実施しました。
- 府中町食育推進計画の周知を図るため、計画に基づいて行っている事業や朝パツ君ネットワーク登録団体の活動報告などを掲載した報告書を年1回作成し配布しました。

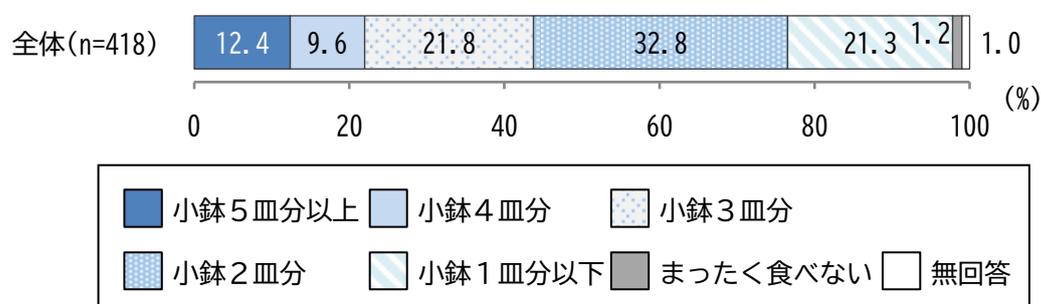


【離乳食教室】

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

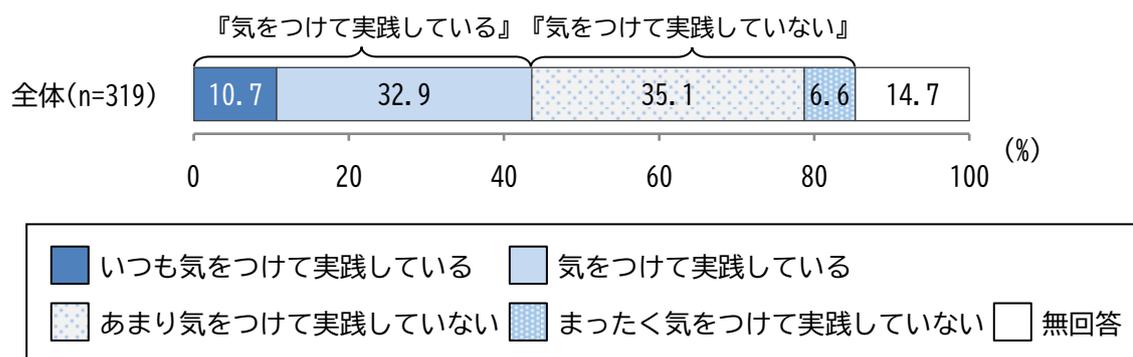
- 毎日朝食を食べる人の割合は中間値からわずかに減少しています。朝食を食べない理由としては、「時間がない」、「食べるより寝ていたい」、「以前から食べる習慣がない」と回答した人が多く、朝食を食べる重要性について普及啓発を行う必要があります。
- 朝食を食べるために必要なこととしては、「子どもの頃からの朝食を食べる習慣」、「早起き」、「朝食を食べるメリットについての情報提供」と回答した人が多く、朝食を食べる重要性を伝えるとともに、子どもが自分で朝食を作り、食べる力を身につけられる取組が必要です。
- 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べるのが1日に2回以上ある人の割合は、中間値から減少しています。主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる回数を増やすために必要なこととして、「手間がかからないこと」、「時間があること」と回答した人が多く、手軽に作れるレシピや中食を活用した献立を提案するなど、無理なく取り入れられる情報を提供していく必要があります。
- 野菜料理を1日に小鉢5皿分(350g)以上食べている人の割合は1割強にとどまり、野菜の摂取量が不足している人が多いです。野菜の摂取量が不足している理由について、「十分食べていると思っていたから」と回答した人が最も多いことから、1日に必要な野菜摂取量についての普及啓発を行う必要があります。

【図表 25 野菜料理の摂取量】



- 65歳未満の人で生活習慣病の予防・改善のために、普段から適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していない人は41.7%となっており、働く世代の食生活の改善が課題となっています。しかし、すこやか栄養相談などの事業は平日に実施しており、働く世代の参加が難しいため、週末の実施やイベントとの共催など参加しやすい取組が必要です。

【図表 26 生活習慣病の予防・改善のため、適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活の実践状況（65歳未満）】



基本目標2 健康づくり「みんなで健康づくりを楽しむまち」

(3) 歯と口腔の健康

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県
歯の数が全部（28本）ある人の割合	成人	39.9%	43.8%	増やす	49.5%	A	36.5% (R1) ※1	-
過去1年間に歯科健康診査を受けたことのある人の割合	成人	61.1%	65.8%	増やす	67.9%	A	58.0% (R4) ※2	69.6% (R4) ※3
★歯周疾患と全身の病気が関係あることを知っている人の割合	成人	-	59.2%	増やす	63.9%	A	-	-
歯間ブラシや糸楊枝を使う人の割合	成人	57.1%	64.4%	増やす	64.8%	A	50.9% (R4) ※2	63.8% (R4) ※3
3歳児におけるう歯（むし歯）有病率	3歳児	13.5%	11.7%	減らす	6.3%	A	8.6% (R4) ※4	9.2% (R4) ※4

※1 令和元年国民健康・栄養調査

※2 令和4年歯科疾患実態調査

※3 令和4年度広島県歯科保健実態調査

※4 令和4年度地域保健・健康増進事業報告

★は改定版から追加した指標

イ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 妊婦・乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期のそれぞれの時期に応じて、歯科健康診査の実施や受診勧奨、歯科保健指導を行いました。
- 「おむすび体験活動」で、小学生に対し噛むことの大切さについて啓発を行いました。
- 朝パツ君ネットワーク会議において、歯科医師による講演会を開催しました（参加者数31人）。
- 11月8日の「いい歯の日」にあわせて、健康マイレージ制度アプリで歯と口腔の健康に関連した動画を配信するなど、歯と口腔の健康についての啓発活動を実施しました。

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 様々な取組によって、すべての指標が改善しています。引き続き、歯科健康診査の実施や受診勧奨、正しいケアの普及啓発を行う必要があります。また、食育などの他の事業とあわせて、よく噛んで食べることやオーラルフレイルなどの普及啓発を推進していく必要があります。

(4) 身体活動・運動の推進

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県
定期的な運動をしている人*の割合	成人	50.6%	48.5%	増やす	57.2%	A	-	-
★ふらっとウォーキングコースを知っている人の割合	成人	-	34.4%	増やす	37.5%	A	-	-

※「1年以上継続的に運動している」または「1年以上継続していないが運動している」と回答した人

★は改定版から追加した指標

イ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 新型コロナウイルス感染症の影響により自宅で過ごす時間が増えた人に向けて、自宅でも運動に取り組めるように平成26(2014)年度に作成した朝パツ君体操の動画をホームページで公開しました。
- 朝パツ君ネットワーク登録団体が、ウォーキングやいきいき百歳体操などの啓発に取り組みました。
- 「府中町ふらっとウォーキングコース」の周知のため、令和元(2019)年度に新たなチラシを作成し、町内の公共施設やイベントなどで配布するとともに、このコースを利用したポールウォーキング教室(参加者数延べ65人)やファミリーウォーキング教室(参加者数22人)を開催しました。
- 令和4(2022)年度から運動のきっかけづくりを目的として、18歳から64歳の人を対象に町内のフィットネスジムを3か月間利用できる「府中町成人向け健康増進事業」を開始しました(参加者数延べ139人)。
- 乳幼児とその保護者、高齢者を対象に「府中町プール活用健康づくり事業」を実施しました。
- 令和3(2021)年度までカードに記録していた「健康マイレージ制度」を令和4(2022)年度からスマートフォンアプリへ移行しました。アプリでは歩数をランキング形式で表示するなど、歩くことを推進する仕組みを作るとともに、朝パツ君体操やストレッチなどの動画を配信し、自宅で取り組める運動の提案も行いました(令和6年3月末現在の登録者数2,017人)。
- 健康づくり、介護予防に関する活動や特定健康診査の受診などによりポイントを付与する、「高齢者いきいき活動ポイント事業」を実施しました。



第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画(第3次)

第6章
府中町食育推進計画(第3次)

第7章
府中町自殺対策計画(第2次)

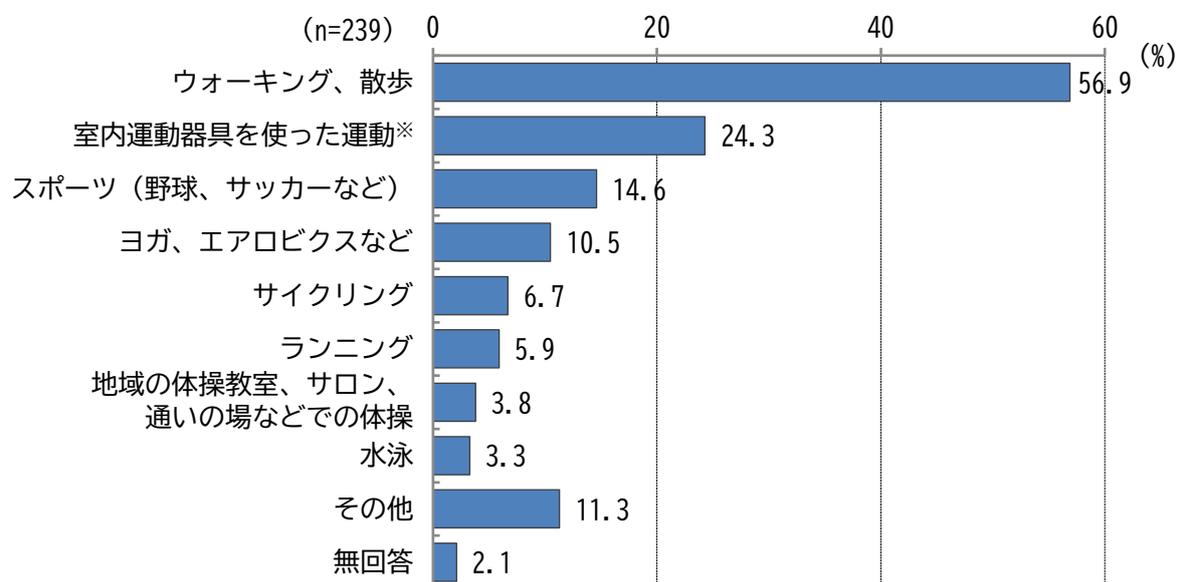
第8章
計画の推進体制

資料編

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 定期的な運動をしている人の割合が増加しました。60歳代以上では定期的な運動をしている人が多く、高齢者いきいき活動ポイント事業が外出や運動のきっかけになっていることが一因と考えられます。一方で、50歳代以下では運動をしていない人が多くなっており、働く世代に向けた取組の検討が必要です。
- 定期的な運動をしている人が主に行っている運動としては、「ウォーキング、散歩」と回答した人が最も多く、次いで「室内運動器具を使った運動」、「スポーツ（野球、サッカーなど）」などとなり、引き続き気軽に取り組むことのできるウォーキングの推進に取り組む必要があります。

【図表 27 主に行っている運動】



※室内運動器具を使った運動（筋力トレーニング、ランニングマシーンなど）

- 「府中町ふらっとウォーキングコース」は普及啓発やコースを活用した事業を実施したものの、認知度（「知っている」と回答した人）は11.7%となり、活用方法の検討が必要です。

(5) 生活習慣病予防

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県
BMIが標準の人の割合	成人	71.3%	70.0%	増やす	68.2%	C	65.3% (R1) ※1	-
特定健康診査受診率	成人	28.5%	34.4%	増やす	43.6%	A	37.5% (R4) ※2	30.6% (R4) ※2
特定保健指導実施率	成人	11.9%	7.5%	増やす	14.3%	A	28.8% (R4) ※2	24.7% (R4) ※2

※1 令和元年国民健康・栄養調査

※2 令和4年度法定報告

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31(2019)年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国	県
健康だと感じる人の割合	成人	68.4%	64.3%	78.8%	62.9%	D	-	-
町のがん検診受診率	胃	-	7.5% (H28)	いずれも 50.0% 以上	6.3% (R4)	D	6.9% (R4)	6.9% (R4)
	肺	-	4.3% (H28)		3.6% (R4)	D	6.0% (R4)	5.5% (R4)
	大腸	-	7.4% (H28)		3.9% (R4)	D	6.9% (R4)	6.0% (R4)
	子宮	-	13.7% (H28)		16.4% (R4)	B	15.8% (R4)	13.7% (R4)
	乳	-	13.3% (H28)		10.7% (R4)	D	16.2% (R4)	12.8% (R4)

出典：令和4年度地域保健・健康増進事業報告
 (広島がんネット がん検診受診率)

ウ これまでの取組と評価

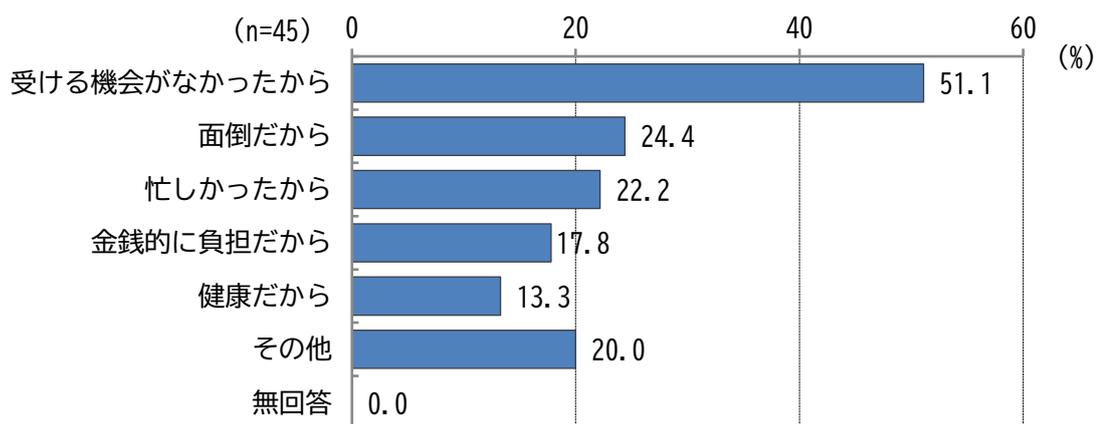
《主な取組》

- 朝パツ君ネットワーク登録団体が、イベントなどで各種健康診査・検診の受診勧奨を行いました。
- 特定健康診査、人間ドック（国民健康保険・後期高齢者医療被保険者）、がん検診、特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防保健指導、女性の一般健康診査などを実施しました。
- 令和5（2023）年度からがん検診の受診手続きの簡素化のために電子申請を導入しました。また、乳幼児を同伴して受診する人を対象に、集団検診時に保育士によるサポートを実施し、受診しやすい環境の整備を行いました。
- 健康マイレージ制度アプリに1日の歩数ランキングや体重記録などの生活習慣病予防につながる機能を搭載し、特定健康診査などの受診者にポイントの付与を行いました。

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 各種健康診査・検診の受診勧奨を様々な機会に行った結果、特定健康診査受診率は改善傾向にありますが、町のがん検診受診率の向上には至りませんでした。
- 受診しなかった（できなかった）理由として、「受ける機会がなかったから」、「面倒だから」、「忙しかったから」と回答した人が多くなっています。引き続き、各種健康診査・検診の必要性を普及啓発するとともに、受診しやすい環境を整えることが必要です。

【図表 28 健康診査やがん検診を受診しなかった理由】



(6) たばこ

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県 R5年度
たばこを吸った事のある人の割合	成人	39.1%	35.6%	減らす	31.8%	A	24.5% (R1)	20.9%
ここ1か月たばこを毎日吸っている人の割合	成人	34.2%	31.5%	減らす	30.1%	A	15.8% (R1)	11.7%
これまでに吸ったたばこの本数、期間	100本以上 または 6か月以上	82.5%	30.1%	減らす	26.3%	A	-	-
	100本未満 または 6か月未満	14.5%	5.5%	減らす	5.5%	A	-	-
★この1か月間に受動喫煙があった人の割合	成人	-	全体 71.0%	減らす	64.8%	A	-	29.5%
			家庭 11.7%	減らす	12.2%	C	15.2% (R1)	-
			飲食店 21.4%	減らす	9.8%	A	22.3% (R1)	-
たばこをやめたいと思う人の割合	成人	35.6%	29.2%	増やす	34.1%	C	26.1% (R1)	-

出典：国 令和元年国民健康・栄養調査
 県 令和5年度広島県県民健康意識調査

★は改定版から追加した指標

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31(2019)年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国	県
妊婦の喫煙率	妊婦	3.1%	0.9%	0.0%	0.9%	B	2.1% (R4)	1.4% (R4)
★この1か月間に受動喫煙があった人(路上)	成人	-	25.7%	0.0%	24.9%	C	-	-

出典：令和4年度母子保健事業の実施状況等調査

★は改定版から追加した指標

ウ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 母子健康手帳交付時に妊婦に対し、本人・家族の禁煙について指導しました。
- 令和元(2019)年に「府中町歩行喫煙等の防止に関する条例」を制定し、受動喫煙の防止に取り組みました。
- 受動喫煙の防止について啓発するため、チラシやのぼりを作成しました。チラシやのぼりは朝パツ君ネットワーク登録団体に配布し、町民が目にしやすい場所で掲示しました。

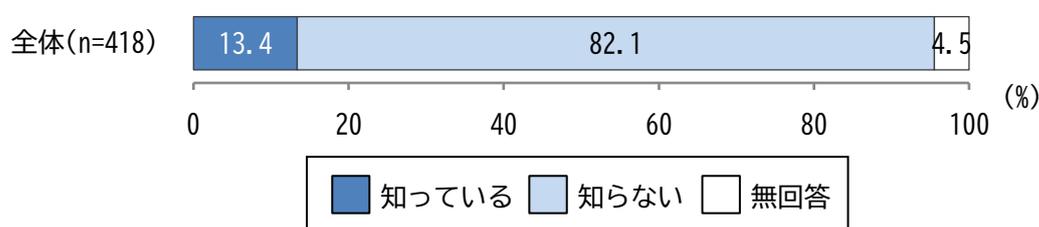


【歩行喫煙等防止条例啓発チラシ】

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 妊婦の喫煙率は、喫煙リスクの普及啓発によって国や広島県と比較しても低い値ですが、目標値には達していません。引き続き、喫煙が及ぼす影響などの普及啓発や妊婦本人とその家族に対する指導を行っていく必要があります。
- 国の様々なたばこ対策によって喫煙率は低下しており、町においても喫煙率に関連した指標は改善傾向にあります。国や広島県と比較すると高い数値で、たばこをやめたいと思う人の割合も減少しています。喫煙者に対しイベントや健康診査の場で喫煙関連疾患のリスクや禁煙による健康改善効果の普及啓発を行うなど、禁煙支援の取組を行う必要があります。
- 受動喫煙があった人の割合は、令和2(2020)年4月の健康増進法全面施行の影響により家庭を除いて減少していますが、路上での受動喫煙があった人の割合は、令和元(2019)年に町で条例を制定し受動喫煙の防止に取り組んだものの目標値には達していません。また、条例の認知度は13.4%となっており、周知が不十分であったと考えられます。引き続き、イベントなどの人が多く集まる場でチラシを配布するなど、条例の周知と受動喫煙防止の取組を推進する必要があります。

【図表 29 「府中町歩行喫煙等の防止に関する条例」制定の認知度】



(7) アルコール

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県 R5年度
毎日お酒を飲む人の割合	成人	19.7%	22.0%	減らす	16.7%	A	18.1% (R1)	19.1%

出典：国 令和元年国民健康・栄養調査
県 令和5年度広島県県民健康意識調査

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31(2019)年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国	県 R5年度
1日に2合以上の過剰飲酒する人の割合	成人	25.5%	25.3%	10.0%	23.2%	C	27.9% (R1)	24.3%

出典：国 令和元年国民健康・栄養調査
県 令和5年度広島県県民健康意識調査

ウ これまでの取組と評価

《主な取組》

- アルコール関連問題啓発週間にあわせて、関連ポスターを町内の公共施設で掲示しました。

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 毎日お酒を飲む人の割合は減少しており、国や広島県と比較しても低くなっています。
- 1日に2合以上の過剰飲酒をする人の割合は減少しているものの、目標値には達していません。適正飲酒に関する普及啓発活動やイベントなどを通じて、減酒に取り組める機会を作る必要があります。

基本目標3 こころの健康づくり「人と人がつながるまち」

(8) こころの病気・認知症予防・(9) ふれあい・生きがいづくり

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国 R5年度	県 R5年度
ここ1か月ストレスのある人の割合(大いにある・多少ある)	成人	62.4%	67.8%	減らす	52.4%	A	-	-
睡眠で休養がとれている人の割合	成人	81.7%	78.8%	増やす	71.3%	C	74.9%	77.9%
自分なりのストレス解消法がある人の割合	成人	78.1%	74.0%	増やす	76.6%	C	-	-
楽しみな活動や生きがいのある活動をしている人の割合	成人	35.7%	44.5%	増やす	41.4%	A	-	-

出典：国 令和5年国民健康・栄養調査
 県 令和5年度広島県県民健康意識調査

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31(2019)年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国 R5年度	県 R5年度
地域の人たちとのつながりが強いと感じる人の割合	成人	28.7%	23.5%	30.0%	17.5%	D	31.6%	24.0%

出典：国 令和5年国民健康・栄養調査
 県 令和5年度広島県県民健康意識調査

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画(第3次)

第6章
府中町食育推進計画(第3次)

第7章
府中町自殺対策計画(第2次)

第8章
計画の推進体制

資料編

ウ これまでの取組と評価

《主な取組》

- こころの健康相談を広島県西部保健所広島支所、府中町において年6回実施しました。また、窓口や電話による相談を随時受け付けました。
- 朝パツ君ネットワーク会議で、こころの健康づくり研修会（参加者数51人）を開催しました。
- 相談窓口を周知するため、こころの相談窓口カードを作成し、町内の公共施設で配布しました。



【こころの相談窓口カード】

- 「元気配達人 出張事業※」で活動中のグループや朝パツ君ネットワーク登録団体と連携してイベントなどを実施し、世代間交流や顔の見える地域づくりの実現に向けて取り組みました。

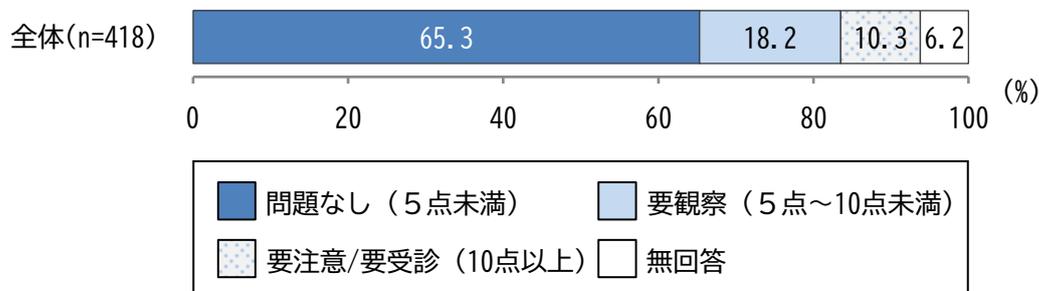
《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- ここ1か月ストレスのある人の割合は減少し目標は達成しましたが、自分なりのストレス解消法がある人の割合は減少しており、目標を達成していません。
- ストレスを抱えるとこころの病気につながることもあるため、こころの健康に関する正しい知識やストレスとの上手な付き合い方などの普及啓発が必要です。
- 1日の平均睡眠時間について「6時間以上～9時間未満」と回答した人は77.0%となっていますが、睡眠で休養がとれている人の割合は減少しており、目標を達成していません。睡眠時間の確保だけでなく、睡眠の質を向上させるための方法などを普及啓発することが必要です。

※元気配達人 出張事業：現計画で取り組んできた「3つの提案事業」の1つ。「3つの提案事業」は1つの提案を実施することで3つの基本目標を達成できるような、多面的効果を持つ事業のことで、「元気配達人 出張事業」のほかに提案1「健康応援団長 朝パツ君を活用した啓発事業」、提案3「健康マイレージ制度」がある。

- K6^{*}スクリーニングにおける気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人の割合は10.3%で、国(9.8%)や広島県(9.8%)と比較すると大きな差はみられません。心理的苦痛を感じている人が医療機関・公的機関への受診・相談につながるような環境づくりが必要です。

【図表 30 K6スクリーニング】



- 地域のつながりが強いと感じる人の割合は目標値には達していません。新型コロナウイルス感染症などの影響で、地域でのイベントが中止となったり、人と会う機会が減少したりしたことが一因と考えられます。また、地域での活動は生活様式の変化や団体に所属するメンバーの減少などにより、感染拡大前の水準で活動を行うことができずにいます。

※**K6**：心理的ストレス反応の指標として使用し、うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的としています。合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられています。

(10) その他

ア 目標の達成状況

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標	現状値 R5年度	評価	国	県
健康寿命 (日常生活動作が自立している期間の平均)	成人	男性 79.50年 (H22)	80.12年 (H25)	延伸	82.10年 (R3)	A	80.01年 (R3)	80.40年 (R3)
	女性 83.30年 (H22)	85.52年 (H25)	延伸	85.03年 (R3)	A	84.41年 (R3)	84.81年 (R3)	
府中町健康増進計画を知っている人の割合	成人	9.9%	10.0%	増やす	9.1%	C	-	-
★健康応援団長 朝パッ君を知っている人の割合	成人	-	26.9%	増やす	37.3%	A	-	-

出典：広島県「市町の健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）の算定について」

★は改定版から追加した指標

イ 改定版の主な目標の達成状況

平成31（2019）年に中間評価と計画の見直しを行い、目標値を設定した指標の達成状況は、以下のとおりです。

指標	区分	策定時 H24年度	中間値 H29年度	目標値	現状値 R5年度	評価	国	県
朝パッ君ネットワーク登録団体（個人登録者を含む）	-	-	71団体	75団体	72団体	B	-	-

ウ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 健康応援団長 朝パッ君のイベントへの参加や健康増進に関するチラシへの画像掲載など、朝パッ君を活用した啓発事業を実施しました。
- 朝パッ君ネットワーク登録団体と連携して事業を実施したり、朝パッ君ネットワーク会議を開催して情報交換や研修会を行ったりするなど、朝パッ君ネットワークを活用した取組を行いました。
- 府中町健康増進計画の周知を図るため、計画に基づいて行っている事業や朝パッ君ネットワーク登録団体の活動報告などを掲載した報告書を年1回作成し配布しました。



【朝パッ君ネットワーク登録団体の活動実績（報告書より一部抜粋）】

保育所・幼稚園など	親子食育講座
	歯科健康診査・歯みがき指導
	たばこの害についてのチラシ配布
学校	郷土料理の給食
	がん教育講演会
公民館	子ども料理教室
	リフレッシュ講座
	健康講座
地域	イオンモール広島府中での「朝パッ君健康フェスタ」へ参加
	ふれあいウォーキング
	生活習慣病予防講習

【朝パッ君ネットワーク会議】

令和元（2019）年度	【第1回】第2次府中町健康増進計画・食育推進計画の説明、意見交換（参加者数53人） 【第2回】新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催中止
令和2（2020）年度	新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催中止
令和3（2021）年度	【第1回】元気配達人出張事業 各グループの活動紹介（新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、書面開催）
令和4（2022）年度	【第1回】第2次府中町健康増進計画・食育推進計画（概要版）の説明、朝パッ君ネットワーク登録団体の活動報告（参加者数44人） 【第2回】講演会「お口の環境と全身の健康のふかーい関係」、講師：安芸歯科医師会 新谷宏規歯科医師（参加者数31人）
令和5（2023）年度	【第1回】第2次府中町健康増進計画・食育推進計画の説明、朝パッ君ネットワーク登録団体の活動報告、意見交換「健康づくりの活動紹介」（参加者数28人） 【第2回】こころの健康づくり研修会「こころとからだのストレス解消～効果的なセルフケア方法とアクティブウォーキングを体験しよう」、講師：健康運動指導士 松本直子氏（参加者数48人）

《町民健康意識調査結果からみた課題と評価》

- 健康寿命は延伸していますが、様々な要因が影響することから、引き続き各分野の課題を踏まえて健康増進の取組を総合的に推進する必要があります。
- 健康応援団長 朝パツ君を活用した啓発事業により、健康応援団長 朝パツ君を知っている人の割合は増加しており、特に子育て世代の女性で知っている人の割合が多くなっています。誰にでも親しみを持ってもらえるキャラクターを活用し、引き続き健康づくりの取組を推進していきます。
- 朝パツ君ネットワークなどを利用して、様々な機会に府中町健康増進計画の周知を行ってききましたが、計画を知っている人の割合は減少し9.1%でした。
- 朝パツ君ネットワーク登録団体数は目標値に達していません。新型コロナウイルス感染症の影響や登録団体に所属するメンバーの減少などにより、登録団体による活動やイベントの開催回数も減少しました。

3 いのち支える府中町自殺対策行動計画

ア 目標の達成状況

①数値目標

指標	策定時	目標値 R6年度	現状値	評価
自殺者数	12人 (H27)	6人以下	6人	A

いのち支える府中町自殺対策行動計画を平成31(2019)年に策定し、様々な取組を進めてきました。自殺者数は策定時より減少していますが、最終的な目標である「誰も自殺に追い込まれることのないまち」の実現を目指して、更なる自殺対策の推進が必要です。

②評価指標

指標	策定時	目標値 R6年度	現状値	評価
いのち支える自殺対策推進連絡会議の開催	-	年1回以上の開催	年1回開催	A
町職員のゲートキーパー研修会の受講率	-	75.0%以上	83.5%	A
広報広聴事業を通じた自殺に関する正しい知識の普及啓発の実施	-	啓発の実施	実施	A
「不安や悩みがある時に、相談できる人」が「いる」人の増加	86.6% (H30)	90.0%以上	81.8%	C
いきいき百歳体操等の高齢者の居場所の増加	12団体 (H31)	25団体以上	58団体	A
生活困窮者自立相談支援会議※の開催	-	年1回以上の開催	月1回開催	A

※生活困窮者自立支援制度に基づく「支援調整会議」

イ これまでの取組と評価

《主な取組》

- 自殺の現状や計画の進捗状況などの報告を行う「いのち支える自殺対策推進連絡会議」を年1回実施しました。
- 各相談窓口での相談対応、関係機関との連携により個別支援を行いました。
- 相談窓口を周知するため、こころの相談窓口カードを作成し、町内の公共施設で配布しました。
- 自殺予防週間(9月)、自殺対策強化月間(3月)にあわせて、広報ふちゅうに特集記事の掲載、図書館での企画展示、公共施設へのポスター掲示などを実施しました。



【図書館での企画展示】

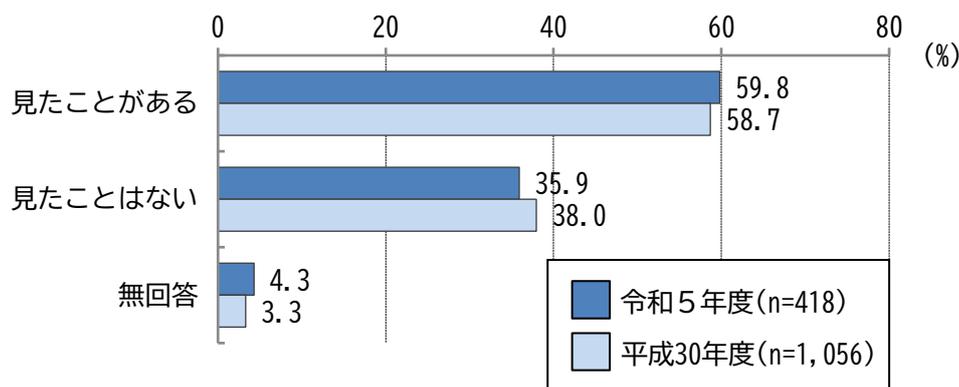
- 町職員へゲートキーパー研修会を実施し、延べ340人が参加しました。
- 教育相談室に3名の青少年教育相談員を配置し、幼児・児童・生徒とその保護者の教育に関する相談に応じました。
- スクールカウンセラーの配置により、配慮が必要な児童及び保護者に対し細やかなカウンセリングを行うとともに、小中学校の連携協議において、児童及び保護者と中学校のスムーズな接続を行いました。
- 町内の保育所・幼稚園・認定こども園の園児を対象に、いのちの大切さや思いやりのこころを育むことを目的とした人権紙芝居を実施しました。
- 町内の小中学校・高等学校を対象に、人権擁護委員によるあいさつ運動や人権の花運動といった啓発事業を実施しました。
- 日常に潜む人権問題について考えるため、公民館において身近な話題をもとに「人権講演会」を開催しました。
- いじめ防止のための標語コンクールを開催し、児童生徒だけでなく保護者賞も設定しました。カレンダーやのぼりに優秀作品と相談窓口のQRコードを掲載して周知しました。

- 長期休業を迎える前に、広島県の相談窓口などの情報を各学校に通知し、児童生徒にSOSの出し方に関する教育を実施しました。
- 青少年育成府中町民会議で継続的なあいさつ・見守り運動を実施しました。
- 地域学校協働活動において、児童生徒の登下校の見守りや本の読み聞かせ、学校の環境整備などを推進しました。
- 病院や広島県西部保健所広島支所などと連携し、自殺未遂者への支援を行いました。
- 自死遺族の相談窓口の周知や集いの場へのつなぎを行いました。
- 高齢者の介護予防や健康増進、社会参加などの閉じこもり防止のための活動をしている地域の団体へ補助金を交付し、高齢者同士の集いの場を充実させました。また、高齢者いきいき活動ポイント事業を実施し、集いの場への参加を促しました。
- 自立相談支援事業において、生活の困りごとや不安などの相談を受け、支援内容を一緒に考え寄り添うことで、自立に向けた支援を行いました。また、就労準備支援事業、家計改善支援事業をあわせて実施しました。

《課題と評価》

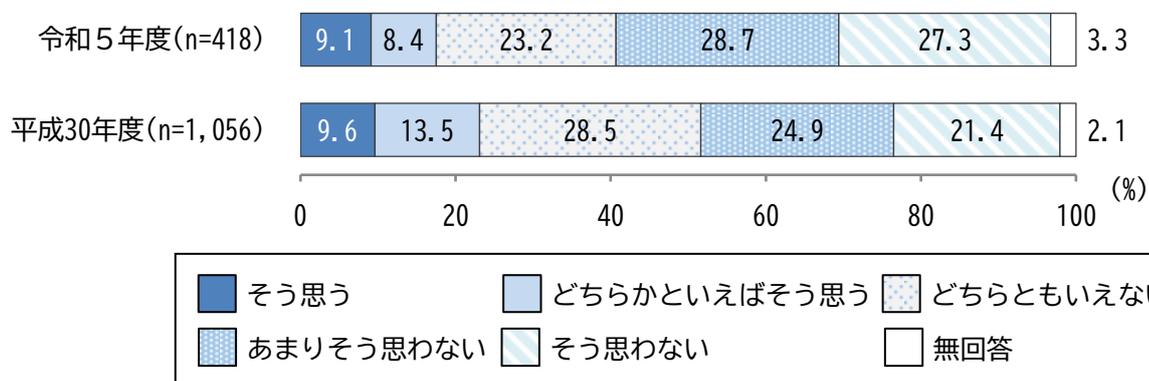
- 「いのち支える自殺対策推進連絡会議」を開催することで、府中町の自殺の現状や計画の進捗状況などを共有することができました。
- 町職員のゲートキーパー研修会の受講率は83.5%で目標値には達しましたが、町職員が窓口業務や相談業務などで自殺のサインに気づくことができる体制を維持できるよう、研修会を継続して実施することが必要です。
- 各相談窓口の周知を行ってきましたが、認知度の高い窓口でも2割弱程度にとどまっており、相談窓口の周知方法について検討が必要です。
- 広報広聴事業による普及啓発を進めてきましたが、自殺対策に関する啓発物を見たことがない人が35.9%となっており、啓発の効果は十分とは言えません。

【図表 31 自殺対策に関する掲示物を見た経験の有無】



- 不安や悩みがある時に相談できる人がいると回答した人の割合は、目標値に達していません。相談先として「家族・親族」との回答が最も多く、次いで「友人・知人」などとなっています。身近な人から相談を受けたときに対応ができるよう、傾聴や声かけなどのサポート方法について伝えていく必要があります。
- 高齢者の居場所の増加について、目標値には達しましたが、今後も高齢者の介護予防や健康増進、社会参加に向けた取組を継続していく必要があります。
- 生活困窮者自立相談支援会議の開催について、目標値には達しましたが、今後も取組を継続していく必要があります。
- 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思っている人の割合が17.5%と、策定時(23.1%)と比べて5.6ポイント下回っているため、誰もが当事者になりうることを知ってもらい、自殺の問題に関する適切な理解を深めていく必要があります。

【図表 32 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思う人の割合】



第4章

計画の基本的な考え方

第4章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

基本理念『いきいきと健康な生活を送るために ～みんなで支え助けあうまちづくり～』

「第2次府中町健康増進計画・食育推進計画」では「生き生きと健康な生活を送るために～みんなで支えあうまちづくり～」を基本理念とし、健康増進及び食育を推進してきました。また、「いのち支える府中町自殺対策行動計画」では「ともに支え助け合い 誰も自殺に追い込まれることのないまち 府中町」を基本理念とし、自殺対策に必要な施策に取り組んできました。

府中町健康づくり計画ではそれぞれの計画の基本理念を継承し、3つの計画の柱となる基本理念を「いきいきと健康な生活を送るために～みんなで支え助けあうまちづくり～」とし、各計画において施策を展開します。

すべての町民が、健やかでこころ豊かに生活できるまちづくりを目指して、これまでの取組の成果や課題、社会情勢などを踏まえたうえで、町民の健康意識の向上と、町民による自主的な健康づくりを地域全体で支援し、健康増進、食育推進及び自殺対策に取り組めます。また、企業や団体などの多様な主体と連携した取組、ナッジやインセンティブなどの新しい要素を取り入れた取組を推進していきます。



2 基本方針

本計画は健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画を一体的に策定し、それぞれの計画で以下のような基本方針を設定し、各領域で連携・調整を図りながら、施策を推進していきます。

府中町健康増進計画（第3次）

健康の増進
「みんなで健やかに暮らすまち」

健康増進のためには、一人ひとりの行動で健康状態を改善し、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を講じることが必要です。健康状態の改善にあたっては、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・睡眠」、「飲酒」、「喫煙」、「歯・口腔の健康」のそれぞれに関する生活習慣の改善を図るとともに、定期的ながん検診、健康診査の受診によって、病気の早期発見・早期治療に努めることが重要です。

府中町では、一人ひとりの生活習慣を改善するための取組を推進するとともに、地域と協力しながら健康増進に取り組みやすい環境の整備と地域活動の支援を行います。

府中町食育推進計画（第3次）

食育の推進
「みんなでニコニコ食べるまち」

健康で心身ともに豊かな生活を営むためには、健全な食生活を実践するとともに、家族や友人といった周囲の人と一緒に食べる共食をするなど、食事の時間を楽しむことが大切です。

健康や食を取り巻く環境の変化に対応しながら、食を通じて心身ともに豊かな生活を営むために、食育を推進していきます。

府中町自殺対策計画（第2次）

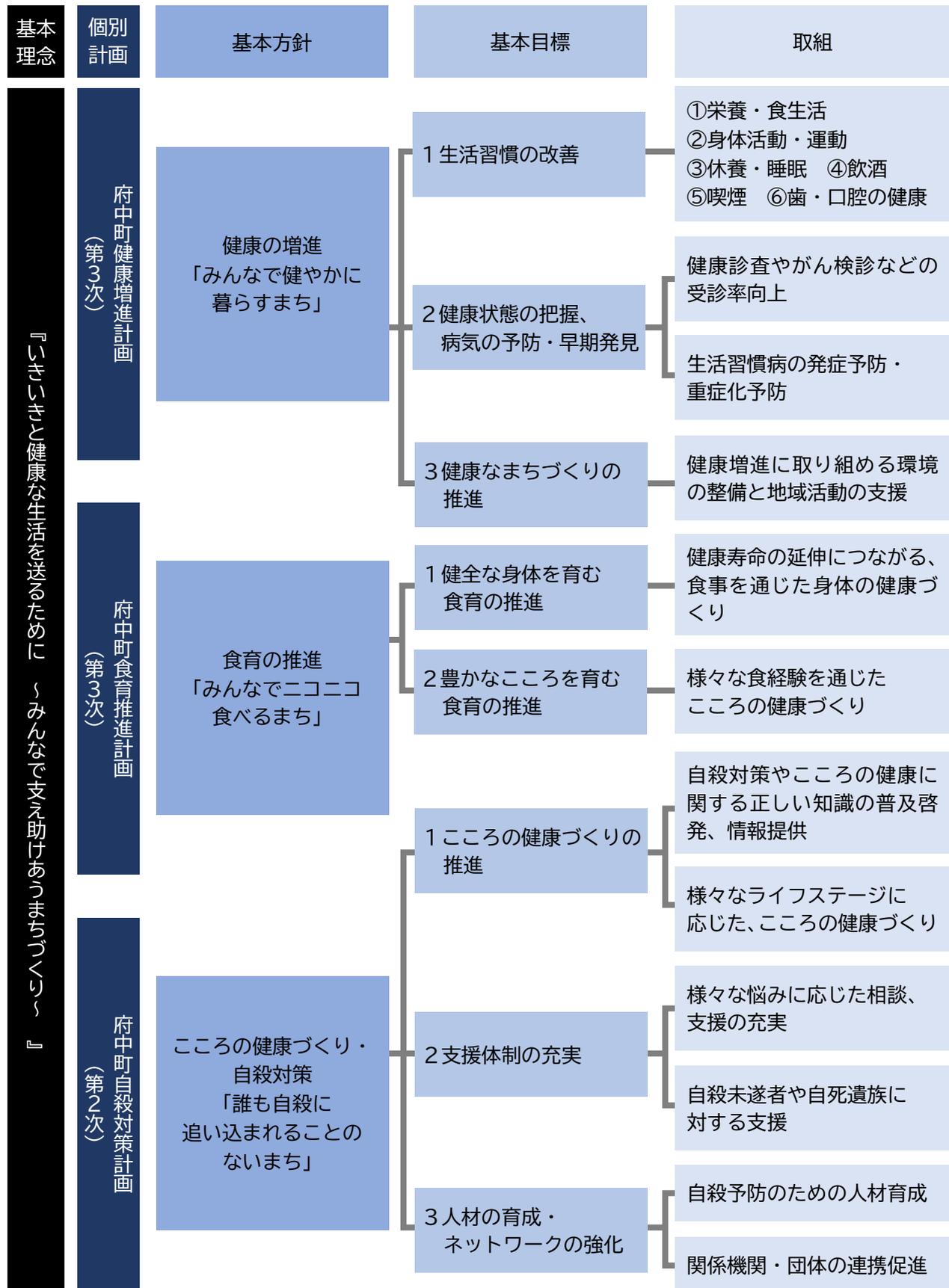
こころの健康づくり・自殺対策
「誰も自殺に追い込まれることのないまち」

自殺はその多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には精神保健上の問題だけでなく、過労や生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独・孤立などの様々な社会的要因が複雑に絡み合っています。

社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことで、地域全体の自殺リスクをさらに低下させることを目指して、各所管課を横断した町全体での取組を進めていきます。

3 計画の体系

【計画の体系】



第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画(第3次)

第6章
府中町食育推進計画(第3次)

第7章
府中町自殺対策計画(第2次)

第8章
計画の推進体制

資料編

第5章

府中町健康増進計画（第3次）

第5章 府中町健康増進計画（第3次）

1 総括目標

健康寿命の延伸

基本理念の「いきいきと健康な生活を送る」を実現するため、生活習慣の改善、病気の早期発見・早期治療、社会環境の整備などによって、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）を延ばすことが重要です。

第2章で記述したとおり、府中町の健康寿命と平均寿命との差は縮小しつつありますが、さらなる健康寿命の延伸を総括目標とします。

指標	現状値 R3年	目標値 R18年度	出典
健康寿命*	男性：82.10年	延伸	広島県 「市町の健康寿命 （日常生活動作が自立している期間の平均） の算定について」
	女性：85.03年	延伸	

※府中町では介護保険のデータなどを用いて広島県が算定する「日常生活動作が自立している期間の平均」を健康寿命としています。

2 各分野の取組

基本目標1 生活習慣の改善

ア 栄養・食生活

第6章 食育推進計画に含みます。

イ 身体活動・運動

身体活動・運動は生活習慣病やがんなどの発症・罹患リスクを低下させ、心身ともに健やかに生活するために必要な要素です。一方で、機械化・自動化の進展や移動手段の変化などにより、身体活動量が減少しやすい社会環境にあります。

府中町でも60歳代以上で定期的に運動している人の割合は高くなっていますが、50歳代以下の世代では低くなっており、引き続き身体活動・運動の取組を積極的に行い、全世代における運動習慣の重要性に対する理解促進と、行動に移すことができる仕組みづくりを行います。

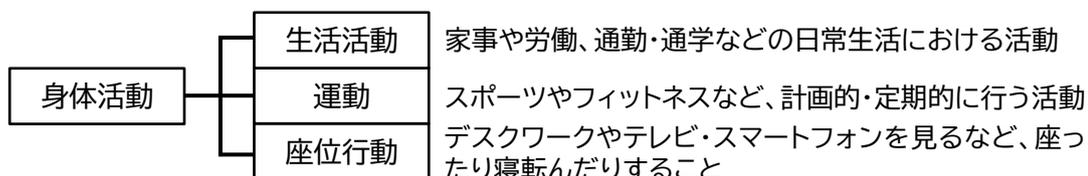
《町が取り組むこと》

○身体活動（生活活動・運動）の増加

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 生活活動（日常生活における活動）を増やすため、毎日の歩数の増加を目指し、健康マイレージ制度アプリを活用した仕組みを充実させます。 ● 座位行動対策を含め、身体活動の重要性や効果的な運動方法について普及啓発します。 ● 運動習慣のきっかけとなる働きかけとして、体力測定などの測定会、運動教室の新規開催や内容の充実を図ります。 ● 働く世代が参加しやすくなるような、時間や場所にとらわれない身体活動の取組や休日のイベントを実施します。 ● 身体活動に関するイベントを効果的に周知するため、働く世代が多く参加するイベントなどでの案内を検討します。 ● 地域や家庭で気軽に取り組める朝パッ君体操の普及啓発に努めます。 	健康推進課

「身体活動」とは？

安静にしている状態よりも多くのエネルギーを消費する、すべての活動を「身体活動」といいます。身体活動には「生活活動」「運動」「座位行動」の3種類があります。



○ウォーキングの推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 新たなウォーキングマップの作成やウォーキングコースの発信、取り組みやすい環境の整備を検討します。 ● ふらっとウォーキングコースの認知度向上のために、コースを活用した事業を行います。 ● 健康マイレージ制度アプリにふらっとウォーキングコースの案内を掲載するなど、周知に引き続き取り組みます。 ● 多様な主体と連携し、ウォーキング講習会やイベントなどを開催します。 	健康推進課

○生活機能の維持・向上

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● イベントや介護予防教室、通いの場などのあらゆる機会、フレイルやロコモティブシンドローム予防についての普及啓発に努めます。 	健康推進課 高齢介護課

《目指す姿》

- ふらっとウォーキングコースを積極的に活用します。
- 座りっぱなしを避け、日常生活においてこまめに動くことを心がけます。
- 自分に合った運動を見つけ、継続します。
- フレイルやロコモティブシンドロームについて学び、予防に努めます。



《目標》

①日常生活における歩数の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
1日の歩数	20歳～64歳 未把握	20歳～64歳 8,000歩	町民健康意識調査
	65歳以上 未把握	65歳以上 6,000歩	

②運動習慣者の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
運動習慣者の割合※	全体 21.1%	全体 30.0%	町民健康意識調査
	50歳代以下 男性：18.3% 女性：11.4%	65歳未満 男性：20.0% 女性：20.0%	
	60歳代以上 男性：33.3% 女性：29.0%	65歳以上 男性：40.0% 女性：40.0%	

※1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人の割合を集計

③フレイルを認知している人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
フレイルを認知している人の割合※	22.0%	35.0%	町民健康意識調査

※「言葉も意味も知っている」と回答した人の割合を集計

今より少しでも多く身体を動かそう！

目標 歩行またはそれと同等以上の身体活動を

成人：1日60分以上(1日約8,000歩以上)

高齢者：1日40分以上(1日約6,000歩以上)

無理をせず、まずは「今より少しでも多く身体を動かすこと」を目標に、
できることから始めてみましょう。



エレベーターではなく階段を使う、1駅歩くなど少しでも多く歩くことを心がけよう！まずは、自分の歩数を確認してみね。

歩数の確認ができる

「府中町健康マイレージ制度アプリ」は
こちら⇒



【iPhone(iOS)】



【Android】

ウ 休養・睡眠

十分な睡眠や余暇活動は、日々の生活において重要であり、健康の維持・増進に欠かせません。また、十分な睡眠時間を確保することは、こころの健康の維持にも重要です。

府中町の1日の平均睡眠時間は6時間以上9時間未満となっていますが、睡眠で休養がとれている人の割合は減少しており、睡眠時間の確保だけでなく、睡眠の質を向上させる必要があります。

睡眠が健康の維持・増進に不可欠な休養活動であることを普及啓発するとともに、睡眠の質を向上させるための取組を行います。

《町が取り組むこと》

○よりよい睡眠習慣の確立・定着

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 睡眠時間を確保することの重要性や睡眠の質を高めるための方法など、正しい知識の普及啓発に取り組めます。 ● 休養・睡眠はこころの健康にも関係していることから、多くの人が興味を持てるような快眠やこころの健康づくりに関する講演会や健康教室を開催します。 	健康推進課

《目指す姿》

- 6時間以上の睡眠時間を確保できるようにします。
- 十分な休養がとれるようにします。
- ストレス状態にあることを自覚し、自分なりのストレス解消法を持ちます。



《目標》

①睡眠時間が6時間未満の人の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
睡眠時間が6時間未満の人の割合	14.1%	13.0%	町民健康意識調査

②睡眠で休養がとれている人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
睡眠で休養がとれている人の割合※	71.3%	80.0%	町民健康意識調査

※「十分とれている」または「まあまあとれている」と回答した人の割合を集計

良質な睡眠のためにできることは？

- 日中に日光を浴びる。
- 寝室には、スマートフォンやタブレット端末を持ち込まず、できるだけ暗くして寝る。
- 寝室は、暑すぎず、寒すぎない温度で、就寝1～2時間前に入浴し、身体を温めてから寝床に入る。
- できるだけ静かな環境で、リラックスできる寝衣・寝具で眠る。



資料：厚生労働省「健康づくりのための睡眠ガイド2023」



朝目覚めたときに感じる休まった感覚(睡眠休養感)がよい睡眠の目安だよ。よい眠りのために、できることから始めてみよう！

エ 飲酒

アルコールは、生活習慣病やがん、うつ病などの様々な健康障害との関連が指摘されています。

飲酒を毎日していない場合でも、「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」である1日の平均純アルコール摂取量(男性40g以上、女性20g以上)を上回る人は、様々な疾病のリスクが高まるとされています。

府中町では飲酒を毎日する人の割合は国や広島県よりも低くなっていますが、1日に2合以上の過剰飲酒をする人の割合は目標値には達していません。

適正飲酒について普及啓発を進め、減酒に取り組める環境づくりを行います。

《町が取り組むこと》

○適正飲酒の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 年齢や性別によって適正飲酒量が異なることを周知し、アルコールに関する正しい知識の普及啓発に努めます。 ● 多量飲酒をする人が減酒に取り組める機会を得られるよう、イベントなどにおいて相談会や出前講座などの支援を行います。 ● アルコール健康障害に関連する問題について、医療機関・関係機関へつながることができるように相談窓口の周知を行います。 	健康推進課

《目指す姿》

- 自身の年齢や性別、体質に合わせた適正な量の飲酒を心がけます。
- アルコールによる健康障害やリスクについて理解を深めます。

《目標》

①生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合*	12.9%	10.0%	町民健康意識調査

※男性40g以上：「毎日×2合以上」＋「週5～6日×2合以上」＋「週3～4日×3合以上」＋「週1～2日×5合以上」＋「月1～3日×5合以上」を集計

※女性20g以上：「毎日×1合以上」＋「週5～6日×1合以上」＋「週3～4日×1合以上」＋「週1～2日×3合以上」＋「月1～3日×5合以上」を集計

純アルコール20g(1合)の量はどのくらい？

【純アルコール20g(1合)の目安】



日本酒
度数：15%
量：180ml



ビール
度数：5%
量：500ml



焼酎
度数：25%
量：約110ml



ワイン
度数：14%
量：約180ml



ウイスキー
度数：43%
量：60ml



缶チューハイ
度数：7%
量：約350ml

資料：厚生労働省



まずは週に1日から、休肝日(飲酒をしない日)をつくろう！

才 喫煙

喫煙は、がんや循環器疾患(脳卒中、虚血性心疾患)、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、糖尿病などのリスク要因となります。また、たばこの煙にも有害物質が含まれており、その煙を吸うことによる受動喫煙も健康問題に関連しています。

府中町では喫煙者の割合は減少傾向にあり、妊婦の喫煙率も国や広島県と比較して低い値となっています。しかし、路上で受動喫煙があった人の割合は、府中町で条例を制定し受動喫煙の防止に取り組んだものの目標値には達していません。

たばこをやめたい人への禁煙支援や環境整備を行うとともに、引き続き条例の認知度を向上させ、受動喫煙の防止を図ります。

《町が取り組むこと》

○禁煙支援の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 妊産婦や乳幼児の保護者に対し、喫煙が及ぼす影響の周知や禁煙・分煙指導を行います。 	子育て支援課
<ul style="list-style-type: none"> ● 喫煙者に対し、喫煙関連疾患のリスクや禁煙することによる健康改善効果を周知するなど、たばこをやめたいと思うような働きかけを行います。 ● 禁煙外来などの情報提供を行います。 	健康推進課

○受動喫煙対策の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 町の条例の周知を行い、地域で受動喫煙の防止に取り組めるようにしていきます。 	健康推進課

《目指す姿》

- 喫煙が身体にもたらす悪影響を理解し、禁煙に努めます。
- 条例を遵守し、家庭や地域などにおいても望まない受動喫煙の防止に協力します。

《目標》

①喫煙率の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
喫煙率※	30.9%	20.0%	町民健康意識調査

※「毎日吸っている」または「時々吸う日がある」と回答した人の割合を集計

②妊娠中の喫煙をなくす

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
妊婦の喫煙率	0.9%	0.0%	子育て支援課データ

③望まない受動喫煙※¹の機会を有する人の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
望まない受動喫煙（路上）の機会を有する人の割合	24.9% (参考※ ²)	望まない 受動喫煙のない 社会の実現 (0.0%)	町民健康意識調査
望まない受動喫煙（家庭・職場・飲食店）の機会を有する人の割合	家庭：12.2% 職場：12.7% 飲食店：9.8% (参考※ ²)	望まない 受動喫煙のない 社会の実現 (0.0%)	町民健康意識調査

※1：中間評価の際には、路上、家庭、職場、飲食店のいずれかにおいて、望まない受動喫煙を受けた人の割合を集計

（路上、家庭、職場、飲食店のいずれか1つ以上の設問において、「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」のいずれかと回答した人の数÷路上、家庭、職場、飲食店のすべての設問に回答した人の数）×100

※2：直近1か月で望まない受動喫煙をした場所を、路上、家庭、職場、飲食店などから複数選択で回答した割合を集計

カ 歯・口腔の健康

歯・口腔の健康は、全身の健康にも関係していることが指摘されるなど、健康づくりにおいて重要な要素となっています。

府中町ではすべての指標が改善していますが、引き続き歯科健康診査の実施や受診勧奨、正しいケア方法などの普及啓発を行います。また、よく噛んで食べることの重要性やオーラルフレイルなどの普及啓発をあわせて推進していきます。

《町が取り組むこと》

○セルフケアの推進とむし歯や歯周病などの早期発見に向けた取組

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> 妊婦・乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期のそれぞれで歯科健康診査の実施や受診勧奨を実施し、必要に応じて歯科保健指導や学習の機会を設けます。 	健康推進課 子育て支援課 学校教育課 高齢介護課
<ul style="list-style-type: none"> 朝パツ君ネットワーク会議やその他の町のイベントにあわせて、歯と口腔の健康についての講演会や健康教育を行います。 歯周病予防に関する知識や歯科疾患と全身疾患との関係などについての普及啓発を行います。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> よく噛んで食べることの重要性やオーラルフレイルに関する普及啓発を行います。 	健康推進課 高齢介護課

《目指す姿》

- 歯磨きを毎日行い、歯間ブラシやデンタルフロスを使用した歯の手入れも行います。
- ゆっくりとよく噛んで食べます。
- 定期的に歯科健康診査を受診し、むし歯や歯周病などの歯科疾患の早期発見・重症化予防に努めます。

《目標》

①歯科健康診査の受診者の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合	67.9%	80.0%	町民健康意識調査

②3歳児におけるう歯（むし歯）有病率の低下

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
3歳児でう歯（むし歯）がない人の割合	93.7%	95.0%	子育て支援課 「歯科保健事業 実施状況」

③12歳児におけるう歯（むし歯）有病率の低下

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
12歳児でう歯（むし歯）がない人の割合	82.5%	90.0%	学校教育課 「歯科保健事業 実施状況」

基本目標2 健康状態の把握、病気の予防・早期発見

ア 健康診査やがん検診などの受診率向上

府中町で死因の第1位であるがんを早期発見・早期治療し、その死亡率を減少させるためには、がん検診の受診率向上が必要不可欠です。また、一人ひとりが生活習慣の改善を図るためには自身の健康状態を把握することが必要であり、健康診査は個人の健康管理に重要な役割を果たしています。

府中町では各種健康診査・がん検診の受診勧奨に取り組んだ結果、特定健康診査の受診率の向上を達成することはできましたが、がん検診の受診率の向上には至っていません。

健康診査やがん検診の必要性を普及啓発するとともに、インセンティブを設けるなど受診しやすい環境を整備します。

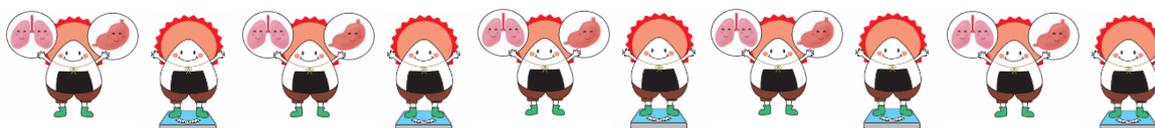
《町が取り組むこと》

○受診行動の定着に向けた取組の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 町のがん検診において、受診手続きの簡素化などを実施し、がん検診を受診しやすい環境を整備します。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 健康診査やがん検診を受診した高齢者に対し、高齢者いきいき活動ポイントを付与します。 	高齢介護課
<ul style="list-style-type: none"> ● 町の集団検診において、待ち時間に特定保健指導を実施し、特定保健指導を受けやすくします。 ● 特定健康診査やがん検診を受診しない人に対し、個別の受診勧奨、かかりつけ医を通じた受診勧奨などの取組を進めます。 ● 各種健康診査・がん検診の必要性を普及啓発するために、イベントでの周知やSNSの活用を行うなど、まずは各種健康診査・がん検診についての情報が多くの人の目に触れる機会を増やしていきます。 	健康推進課

《目指す姿》

- 定期的に健康診査やがん検診を受診します。
- 健康診査の結果を活用して、自身の生活習慣の見直しに努めます。



イ 生活習慣病の発症予防・重症化予防

がんや心臓病、脳血管疾患や慢性閉塞性肺疾患（COPD）は生活習慣病と呼ばれ、その発症には遺伝などの先天的な要因もありますが、食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関わっています。これらの疾病は生活習慣を改善することによって、その発症リスクを低減させることができます。

生活習慣病予防のための生活習慣の改善を啓発するとともに、生活習慣病は個人の生活習慣だけではなく社会環境も関与するという観点から、町内における環境整備にも取り組みます。

《町が取り組むこと》

○生活習慣病などの予防の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none">● 生活習慣病などの予防に関する知識の普及啓発を行います。● 出前講座やイベントなどの機会に健康チェックを行い、自身の健康について考える機会をつくれます。● 健康マイレージ制度アプリの歩数管理や体重記録などを活用しながら、自然と生活習慣病予防につながるような取組を行います。● 府中町国民健康保険加入者に対し、特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防保健指導を行います。	健康推進課

《目指す姿》

- 生活習慣病予防のために、各種健康診査・検診を定期的に受診し、その結果を健康管理に役立てます。
- 健康マイレージ制度アプリなどを活用し、楽しみながら健康管理・生活習慣病予防に努めます。

《目標》

①特定健康診査の実施率の向上

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
特定健康診査の実施率	43.6%	60.0%	法定報告

②特定保健指導の実施率の向上

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
特定保健指導の実施率	14.3%	18.0%	法定報告

③がん検診の受診率の向上

指標	現状値 R5年度		目標値 R18年度	出典
がん検診の受診率	胃	30.1%	50.0%	町民健康意識調査
	肺	27.0%		
	大腸	28.5%		
	子宮	44.6%		
	乳	39.4%		

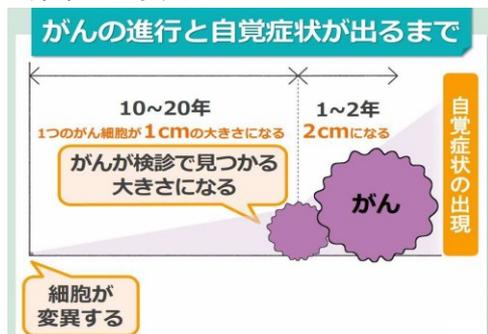
がん検診を受けて早期発見・早期治療を！

現在、日本人の2人に1人が一生のうち何らかのがんにかかるといわれており、すべての人にとってがんは身近な病気です。

また、初期のがんは自覚症状がないことが多く、症状が出てからの受診では進行している場合もあります。

1つのがん細胞ができてから、がん検診で発見できる大きさ(1cm)になるまでには10～20年かかりますが、1cmから2cmの大きさになるには1～2年しかかかりません。

そのため、症状がなくても定期的ながん検診を受け早期発見・早期治療することが非常に重要です！



がん検診は定期的に受けよう！



参考：中学校・高等学校版がん教育プログラム/文部科学省

基本目標3 健康なまちづくりの推進

ア 健康増進に取り組める環境の整備と地域活動の支援

町民一人ひとりが健康増進に取り組むためには、本人の意識改善と実践が必要ですが、誰一人取り残さないためには自然と健康増進に取り組むことができる環境を整備することも重要な要素です。また、地域やコミュニティにおける人とのつながりや居場所を心身を豊かにし、こころの健康の維持においても重要な役割を果たします。

府中町では朝パツ君ネットワークを利用した団体間の交流の場を設け、地域での活動を支援してきましたが、新型コロナウイルス感染症の流行により、その活動は停滞しています。本計画においても引き続き地域活動を支援するとともに、ICTなどの新たな技術を活用した健康増進に取り組める環境を整備します。

《町が取り組むこと》

○地域とのつながり強化に向けた取組の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none">● 朝パツ君ネットワークを活用し、登録団体などの交流や活動の支援、情報発信などを行います。● イベントなどの世代間交流の場をつくれます。	健康推進課

○町民の健康増進を支援する人材育成の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none">● 健康増進を支援する人材の育成に取り組むとともに、地域での役割を見出せるような活動の支援を充実させます。	健康推進課

○健康増進を後押しする環境整備

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none">● 健康増進のために誰もが利用しやすい施設や環境の整備を行います。	健康推進課
<ul style="list-style-type: none">● 心身の健康保持や生きがいづくりに役立つ講座を開講する、高齢者学級を行います。	社会教育課 (府中公民館) (府中南公民館)

○企業や団体などと連携した取組の推進

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 関係する行政分野や民間企業などが連携し、町民が地域ぐるみで参加しやすいイベントの企画、情報発信を行います。 ● 包括連携協定を締結している企業などと連携・協力し、一体となって町民の主体的な健康増進の取組を後押しします。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 健康に関連した公開医療講座を行います。 	社会教育課 (府中公民館) (府中南公民館)

《目指す姿》

- 地域の人に積極的にあいさつします。
- 町や団体が実施する健康増進に関するイベントなどに積極的に参加します。

《目標》

①地域の人々とのつながりが強いと思う人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
地域の人々とのつながりが強いと思う人の割合※	17.5%	30.0%	町民健康意識調査

※「強くそう思う」または「どちらかといえばそう思う」と回答した人の割合を集計

②健康マイレージ制度アプリの利用者の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
健康マイレージ制度アプリの利用者数※	2,017人	4,500人	健康推進課データ

※3月末現在の健康マイレージ制度アプリ登録者数



第6章

府中町食育推進計画（第3次）

第6章 府中町食育推進計画（第3次）

1 総括目標

健全な食生活をおくる町民を増やす

健康で心身ともに豊かな生活を営むためには、健全な食生活を実践するとともに、家族や友人といった周囲の人と一緒に食べる共食をするなどして、食事の時間を楽しむことが大切です。

府中町では前計画から健康応援団長 朝パツ君を活用した朝食の摂取に関する啓発活動や、学校などでの食育を実施してきました。

健康や食を取り巻く環境の変化に対応しながら、食を通じて心身ともに豊かな生活を営むために、食育を推進していきます。

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画（第3次）

第6章
府中町食育推進計画（第3次）

第7章
府中町自殺対策計画（第2次）

第8章
計画の推進体制

資料編

2 各分野の取組

基本目標1 健全な身体を育む食育の推進

ア 健康寿命の延伸につながる、食事を通じた身体への健康づくり

町民一人ひとりが生涯を通じて健康に過ごせるよう、乳幼児から高齢者まで多様な暮らしに対応し、切れ目のない食育を推進することが重要です。町民が食に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できるよう食育を推進していきます。

《町が取り組むこと》

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 小学生が自分で朝食を作り、食べる力を身につけるための支援及び共食の場となる事業を年1回以上行います。 ● 野菜摂取量を測定するイベントを年1回以上実施し、野菜摂取の大切さについての啓発を行います。 ● 健康マイレージ制度アプリで手軽に作れるレシピや健康情報などを紹介し、生活習慣病予防のための食事などについて配信します。 ● 府中町食生活改善推進員協議会の支援を行い、食育の日（10月19日）に町内で啓発を行います。 ● 管理栄養士が食生活について個々に応じた栄養相談を行います。 ● 町が主催するイベントにおいて、働く世代の栄養相談を行います。 ● 朝パツ君ネットワーク会議を行い、登録団体が連携し、町全体で食育を推進するための意見交換や協議ができる場を年1回以上設けます。 ● 成人向け健康増進事業の利用者の中で希望者に対し、食に関するアドバイスをを行います。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症予防に関心がある人を対象に認知症予防と食事に関する講演会を実施します。 	高齢介護課 健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 食に関する講座や料理教室を行います。 	社会教育課 (府中公民館) (府中南公民館)

《目指す姿》

- 朝食をとることの重要性を理解し、毎日朝食を食べます。
- 1日の野菜摂取目標量を知り、積極的に野菜を食べます。
- 町が配信する健康情報に関心を持ち、日々の生活に取り入れます。
- 町が実施する栄養相談を積極的に利用します。
- 町主催の食に関するイベントに積極的に参加します。
- 主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスのよい食事をゆっくりよく噛んで食べ、生活習慣病予防に取り組みます。

《目標》

①毎日朝食を食べる人の割合の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
ほとんど毎日朝食を食べる人※ の割合	小学5年生 91.8%	小学5年生 100%	府中町子どもの生活に 関する実態調査
	全体 86.8%	全体 90.0%以上	町民健康意識調査

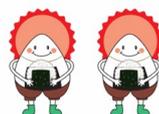
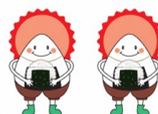
※小学5年生では「毎日（7日）」、成人では「ほとんど毎日（6-7日）」と回答した人の割合を集計

②1日の野菜摂取量の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
野菜を1日350g以上食べる人の 割合	12.4%	25.0%以上	町民健康意識調査

③生活習慣病予防、改善に取り組む人の割合の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
生活習慣病予防、改善に取り組む 人の割合	43.6%	55.0%以上	町民健康意識調査



④バランスのよい食事をとっている人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	51.2%	60.0%以上	町民健康意識調査

⑤ゆっくりよく噛んで食べる人の割合の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
ゆっくりよく噛んで食べる人※の割合	61.7%	70.0%	町民健康意識調査

※「十分」または「まあしている」と回答した人の割合を集計

栄養バランスのよい食事とは？

主食・主菜・副菜がそろった食事をとると、栄養バランスが整いやすくなります。



朝食と昼食に副菜をとっていない人が多いよ！
1日3食、主食・主菜・副菜をそろえて食べよう♪



基本目標2 豊かなこころを育む食育の推進

ア 様々な食経験を通じたこころの健康づくり

「食べる」ことは、こころの健康に大きな影響を与えます。家族や友人などと一緒に食事をとり、美味しい・楽しいといった食経験をすることは、こころの健康につながる事が知られています。

町民が食事の時間を楽しむための支援を行い、食を通してこころの健康づくりを推進します。

《町が取り組むこと》

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 朝パツ君ネットワーク登録団体と連携して料理教室などを行い、共食をする事業を行います。 ● 健康マイレージ制度アプリやイベントなどで共食の大切さを伝えます。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 地域の食材を知り、親しむ場を作る目的で学校給食において郷土料理を取り入れたメニューを提供します。 	学校教育課
<ul style="list-style-type: none"> ● 食に関する講座や料理教室を行います。 	社会教育課 (府中公民館) (府中南公民館)

《目指す姿》

- 家族や友人などと食卓を囲み、楽しく会話をしながら食事をします。
- 料理教室などに積極的に参加し、共食の機会を増やします。

《目標》

①食事の時間を楽しむ人の割合の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
食事の時間が楽しい人※の割合	78.4%	85.0%	町民健康意識調査

※「あてはまる」または「どちらかといえばあてはまる」と回答した人の割合を集計

②朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」する人の増加

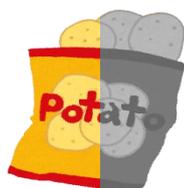
指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.9回	週10回以上	町民健康意識調査



お菓子の食べ過ぎには注意が必要！

お菓子やジュースなどの嗜好品の摂取量の目安は、1日200kcalです。
栄養成分表示を参考に、食べすぎているかチェックしてみましょう。

200kcalの目安



ポテトチップス約1/2袋



ショートケーキ約1/2個



板チョコレート約2/3枚

ジュースなどの飲み物にも注意が必要です。
飲み物に含まれる炭水化物を砂糖に換算してみました。

スティックシュガー
(1本あたり砂糖3g)
で表すと



コーラ(500ml)



19本分



スポーツドリンク(500ml)



8.5本分

文部科学省「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」を基に算出



お菓子は軽めに、楽しむ程度にしよう。
時間と量を決めて食べてね。

第7章

府中町自殺対策計画（第2次）

第7章 府中町自殺対策計画（第2次）

1 総括目標

自殺者数の減少

第2章で記述したとおり、府中町の自殺死亡率は国や広島県を下回っており、自殺者数については計画策定当初に比べると半減しているものの、近年では増加傾向にあります。

基本方針は「誰も自殺に追い込まれることのないまち」としていますが、具体的な数値目標については、府中町の現状及び国の数値目標を考慮し設定します。

府中町では、平成27（2015）年までの5年間平均の自殺死亡率が15.6で、令和5（2023）年までの5年間平均の自殺死亡率は8.0となっており、48.7%減少しました。

国は、自殺対策大綱の中で「令和8年までに自殺死亡率を平成27年と比べて30.0%以上減少させ、自殺死亡率を13.0以下とすること」を目標としています。

大綱の減少率を当てはめると、本計画ではさらに12.0%以上減少させ、令和11（2029）年までの5年間平均の自殺死亡率を7.0以下とすることを数値目標とします。

指標	現状値※ （令和元（2019）年から 令和5（2023）年）	目標値※ （令和7（2025）年から 令和11（2029）年）	出典
自殺死亡率 （人口10万人当 たりの自殺者数）	8.0	7.0以下	厚生労働省 「地域における 自殺の基礎資料」

※5年間平均の自殺死亡率

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画（第3次）

第6章
府中町食育推進計画（第3次）

第7章
府中町自殺対策計画（第2次）

第8章
計画の推進体制

資料編

2 各分野の取組

基本目標1 こころの健康づくりの推進

ア 自殺対策やこころの健康に関する正しい知識の普及啓発、情報提供

自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こりうることでありますが、自殺の危機に陥った人の心情や背景が理解されにくいことが課題となっています。

自殺対策や自殺の危機に陥った時の心情、こころの健康について正しい知識を普及啓発し、町民の理解を促進するとともに、自殺対策における一人ひとりの役割の意識が共有されるように努めます。

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none">● 自殺予防週間（9月10日から16日まで）及び自殺対策強化月間（3月）に、広報ふちゅう・ホームページ・SNS、公共施設などで自殺対策に関する正しい知識の普及啓発を行います。	健康推進課 政策企画課 社会教育課 (図書館)
<ul style="list-style-type: none">● 「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」など、自殺対策についての正しい知識の普及啓発を行います。● うつ病などの精神疾患やこころの健康に関する正しい知識の普及啓発を行い、早期相談・早期受診を推進します。● こころの相談窓口を掲載した啓発媒体を作成し、相談先の周知に努めます。	健康推進課
<ul style="list-style-type: none">● ヒューマンフェスタや人権講演会などの様々な人権啓発事業を実施し、命の大切さなどを周知することで自殺予防を図ります。	自治振興課 社会教育課 (府中公民館) (府中南公民館)

イ 様々なライフステージに応じた、こころの健康づくり

児童生徒ではいじめや将来に対する不安、高齢者は自身の健康問題など、自殺に至る背景は様々であり、悩みや不安はライフステージごとに変化します。また、大規模な災害が発生した際には被災者は様々なストレスを抱えることになるため、災害時にはこころのケアが必要になります。

各ライフステージや場面に応じたこころの健康づくりに取り組みます。

○子どものこころの健康づくり

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 教育活動全体で生命を尊重する心情や態度を養い、豊かな人間性や社会性を育むとともに、命の大切さを理解し、かけがえない自他の生命を尊重できる児童生徒の育成を目指した「命の教育」に取り組みます。 ● 命の大切さを実感できる教育だけではなく、様々な困難・ストレスへの対処方法を身につけるための教育を行います。また、長期休業を迎える前にSOSの出し方に関する教育を行います。 ● いじめ防止に係る標語を募集して表彰を行い、いじめを許さないという意識を波及させることで、いじめ防止に係る取組を推進します。 	学校教育課

○働く世代のこころの健康づくり

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● こころの健康に関心を持ち、こころの健康づくりに取り組めるよう、ストレスの対処方法などについての健康教育などを行います。 ● 府中町健康増進計画（第3次）の睡眠・休養の取組を推進します。 	健康推進課

○高齢者のこころの健康づくり

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● イベントや介護予防教室、通いの場などのあらゆる機会、こころの健康に関する健康教育などを行います。 	健康推進課

○災害時のこころの健康づくり

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 被災者に対する個別相談やこころの健康づくりに関するリーフレットの配布など、被災者を対象としたこころのケアを行います。 	健康推進課

《目標》

①心理的苦痛を感じている人の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
K6※の合計得点が10点以上の人の割合	10.3%	9.4%	町民健康意識調査

※心理的ストレス反応の指標として使用し、うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的としています。合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられています。

②自分なりのストレス解消法がある人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
自分なりのストレス解消法がある人の割合	76.6%	80.0%	町民健康意識調査

基本目標2 支援体制の充実

ア 様々な悩みに応じた相談、支援の充実（生きることの促進要因への支援）

自殺は健康問題や経済的な問題、人間関係の問題など、様々な要因が複雑に関係しています。府中町ならびに国や広島県が整備する多様な相談窓口を活用しながら、各問題の解決のために適切な相談機関を紹介し、必要に応じて支援につなげる体制を整備します。

○世代や分野を超えた（総合的な）相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 府中町健康増進計画（第3次）に基づき、健康増進の取組を進めます。 	健康推進課
<ul style="list-style-type: none"> ● 人権擁護委員が差別やいじめなどの人権に関する相談に対し、相談内容に応じた課題解決の方法や支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 ● 悪質商法などの消費者被害や多重債務問題などの消費生活に関する相談に対し、相談内容に応じた課題解決の方法や支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 	自治振興課
<ul style="list-style-type: none"> ● 町営住宅の入居者や入居申込者からの相談に対し、生活面などで問題を抱えている状況を把握した場合は支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 	建築課
<ul style="list-style-type: none"> ● 納税に関する相談に対し、生活面などで問題を抱えている状況を把握した場合は支援機関につなぐなどの適切な対応や支援を行います。 	税務課 債権管理課
<ul style="list-style-type: none"> ● 障害者の抱える様々な問題についての相談に対し、必要な支援を行います。 	福祉課

○子ども・若者の相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 業務改善を推進し教職員が子どもと向き合う時間を確保することで、一人ひとりに寄り添った支援を充実させ、児童生徒及び保護者や地域、教職員間の信頼関係を構築します。 ● スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーなどを配置し、児童生徒及び保護者がいつでも相談できる体制を整備するとともに、授業観察などによる集団の見取りと指導援助を行います。 ● 様々な不安や悩みを抱えている児童生徒の状況について組織で共有するとともに、関係機関と連携し適切な対応や包括的・継続的な支援を行います。 ● 経済的理由により就学困難な児童生徒に対し、給食費や学用品などの補助を行います。また、特別支援学級在籍者で要件を満たす児童生徒に対し、就学奨励費を補助します。 	<p>学校教育課</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 放課後児童クラブを運営し、児童及び保護者の状況を把握し、問題を抱えている場合は支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 ● 放課後子供教室など学校施設を活用し様々な活動を実施することで、児童生徒がクラスや学年を超えて交流できる機会を提供し、子どもたちの安全・安心な活動拠点づくりを推進します。 ● 家庭教育支援チームくすのきとともに、カフェくすのきを運営し、不登校の悩みや不安を抱えて孤立しがちな状況にある保護者に寄り添い、不登校に関する情報及び保護者同士のつながりを深めていく場の提供を行います。 ● 地域学校協働活動において、児童生徒の登下校の見守りや本の読み聞かせ、学校の環境整備など、地域全体で子どもたちを見守る活動を推進します。 ● 青少年層が社会と接点を持ち、集える場や機会を創設・運営する青少年育成府中町民会議を支援することで、青少年の豊かな人格形成や時代の地域を担う若者の育成を行います。 	<p>社会教育課</p>

○働く世代の相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 事業所などと連携を図り、こころの健康についての研修やゲートキーパー研修を行います。 ● 働く世代がよく利用する場所やイベントなどの機会に、相談窓口の周知やこころの健康に関する普及啓発を行います。 	<p>健康推進課</p>

○生活困窮者の相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 生活の困りごとや不安を抱えている人からの相談に対し、支援内容を一緒に考えて自立に向けた支援を行います。 	福祉課

○高齢者の相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 高齢者や家族などからの介護や福祉などに関する相談に対し、相談内容に応じた課題解決の方法や支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 ● 高齢者の社会参加への意欲を具体的な活動に結び付けるためのきっかけづくりとして、地域のボランティア活動や介護予防・健康増進に資する活動の実績に基づく支援を行う、高齢者いきいき活動ポイント事業を行います。 ● 要介護高齢者を介護している家族などに対し、介護方法や介護予防、介護者の健康づくりなどについての知識、技能を指導し、参加者が心身の元気回復（リフレッシュ）や交流を図ることができ、在宅介護を支援する場となる教室を行います。 ● 権利擁護に関する啓発活動と、高齢者虐待への適切な対応及び成年後見制度の利用支援を行います。 ● 認知症の人やその家族が安心して暮らし続けることができる地域づくりを推進するため、認知症サポーター養成講座を行います。 ● 認知症の人を介護している家族が、気軽に相談し合い、介護の悩みなどを分かち合うことで心身の元気回復（リフレッシュ）を図るための交流会を開催します。 ● 高齢者虐待があった場合、高齢者の迅速かつ適切な保護及び養護者に対する支援を行います。 ● 地域とのネットワークを構築し、高齢者やその家族が抱える課題などの情報を共有することで、自殺対策を念頭においた施策を展開します。 	高齢介護課

○女性・子育て世代の相談・支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 様々な機会を通じて妊娠・出産・子育てに関する様々な相談に対し、必要な情報提供や適切な関係機関へつなげます。 ● 子育て支援に関わる関係機関と連携し、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない包括的な支援体制を構築します。 ● 妊娠・出産・子育てに関する情報提供を行うとともに、グループワークなどを通して、参加者同士の交流や地域の子育て支援機関とつながることができるようにします。 ● 健康診査で健康状態の把握や問題の早期発見を行い、専門職が適切な指導や助言を行うなどの支援を行います。 ● 育児に関する様々な相談に対し、相談内容に応じた課題解決の方法や支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 ● 家庭内の問題、離婚、配偶者からの暴力に関する相談に対し、相談内容に応じた課題解決の方法や支援機関につなげるなどの適切な対応や支援を行います。 	子育て支援課

イ 自殺未遂者や自死遺族に対する支援

自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐために、医療機関との連携によって継続的な支援を行います。また、自死遺族に対する相談支援や自助グループの紹介によって、遺された人に対する支援も充実させます。

○自殺未遂者に対する支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 救急医療機関や警察、広島県西部保健所広島支所などの関係機関と連携し、自殺の再企図防止に向けた継続的な支援を行います。 	健康推進課 福祉課

○自死遺族に対する支援

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 自死遺族の集いや相談窓口などについて、リーフレットの配架やホームページへの掲載などの情報提供を行います。 	健康推進課

《目標》

①不安や悩みがある時に相談できる人がいる人の増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
不安や悩みがある時に相談できる人がいる人の割合	81.8%	90.0%	町民健康意識調査

②相談窓口を知らない人の減少

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
相談窓口を知らない人の割合*	27.5%	25.0%	町民健康意識調査

※相談窓口をすべて「知らない」と回答した人の割合を集計

基本目標3 人材の育成・ネットワークの強化

ア 自殺予防のための人材育成

自殺を考えている人のサインに早めに気づき、声をかけ、必要に応じて支援につなげるためには、自殺に関する正しい知識を普及啓発するとともに、地域の見守り役やゲートキーパーを養成することが重要です。

ゲートキーパー研修を通じて、自殺や自殺対策に関する正しい知識を普及していきます。

○町民を対象とした研修会などの開催

内容	関係課
● 身近な地域で悩んでいる人に気づき支えられる人を育成するため、町民などを対象としたゲートキーパー研修を行います。	健康推進課

○様々な職種を対象とした研修会などの開催

内容	関係課
● 自殺の現状や自殺対策について理解し、自殺の危険を示すサインに気づくことができるよう、町職員を対象としたゲートキーパー研修を行います。	健康推進課 総務課
● 自殺の危険を示すサインに気づき適切な対応ができるよう、地域の支援者や専門職を対象としたゲートキーパー研修を行います。	健康推進課
● 相談業務に従事する保健師などの専門職を対象に、相談技術の向上などを目的とした研修を行います。	

イ 関係機関・団体の連携促進

誰も自殺に追い込まれることのない社会を実現するためには、府中町や関係機関・団体が連携して自殺対策を総合的に推進していくことが必要です。

町全体で自殺対策に取り組むとともに、関係機関と密接に情報を交換し、連携を強化します。

○庁内における連携・ネットワークの強化

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 自殺の現状と課題、関連事業の進捗状況などの情報を交換し、町全体で横断的な自殺対策に取り組むため、関係部署の所属長が集まる「いのち支える自殺対策推進連絡会議」を開催します。 ● 関係各課が所轄事業について自殺対策を推進する視点で取り組むとともに、連携・協力しながら事業の展開を図ります。 	健康推進課

○多様な主体との連携・ネットワークの強化

内容	関係課
<ul style="list-style-type: none"> ● 町民の複合化・複雑化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を整備するため、対象者の属性を問わない相談支援、多様な参加支援など、社会的孤立のない地域づくりに向けた重層的支援体制整備事業を行います。 	福祉保健部各課 (福祉課)

《目標》

①ゲートキーパーの増加

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
ゲートキーパー研修会開催回数	1回/年	2回/年	健康推進課データ

②地域の人々とのつながりが強いと思う人の増加（再掲）

指標	現状値 R5年度	目標値 R18年度	出典
地域の人々とのつながりが強いと思う人※の割合	17.5%	30.0%	町民健康意識調査

※「強くそう思う」または「どちらかといえばそう思う」と回答した人の割合を集計

第8章

計画の推進体制

第8章 計画の推進体制

1 計画内容の周知

健康づくりは、町民が主体的に取り組むもので、一人でも多くの町民に理解と参加、協力を求めていく必要があります。広報ふちゅうやホームページなどで計画内容を公表するとともに、関係機関・団体を通して周知を図ります。

2 計画推進と進捗状況の確認

(1) 府中町健康づくり推進協議会

計画の実現を目指すため、庁内の関係部署と連携を図りながら、定期的に計画の進行管理や評価を行うことで事業の進捗状況を管理するとともに、総合的な取組を推進します。

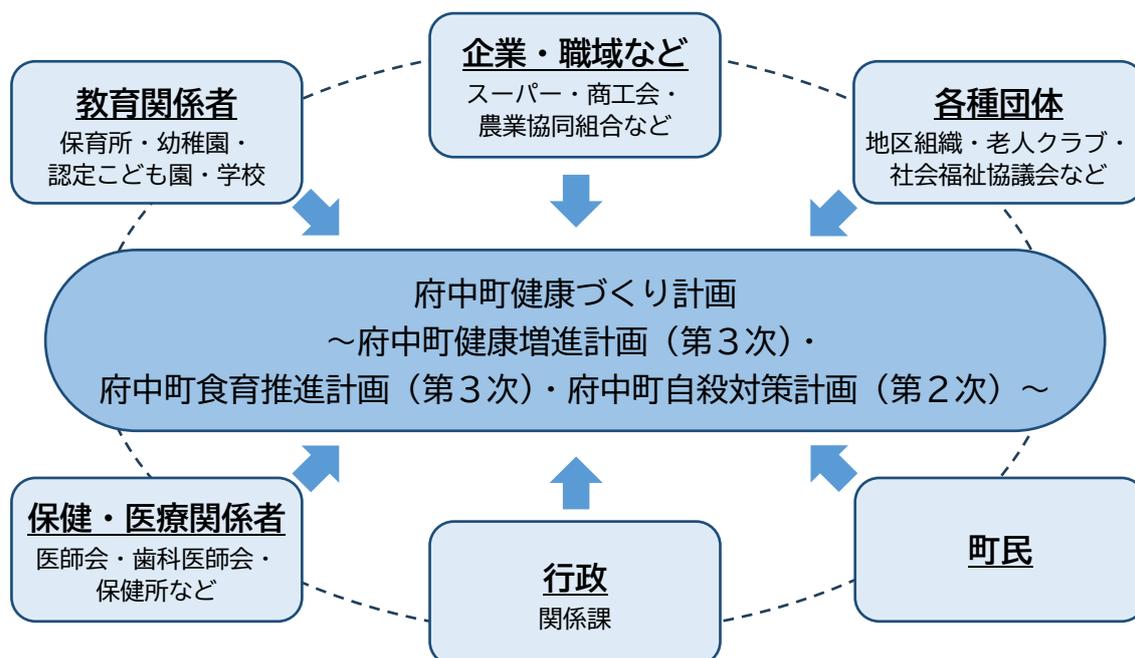
(2) いのち支える自殺対策推進連絡会議

自殺対策計画の推進に際しては、庁内の関係部署における所属長が集まる連絡会議において、定期的に事業の進捗状況を管理するとともに、総合的な取組を推進します。

(3) 朝パツ君ネットワーク

行政や関係機関・関係団体などと密接に連携を図り、引き続き町民の参加・参画のもと、町民を主体として健康づくりを推進していきます。

【朝パツ君ネットワークのイメージ】



【朝パツ君ネットワーク登録団体一覧】

区分	団体名	区分	団体名
地域	お好み体験班	認定こども園	認定こども園つばめ
	元気創造くらぶ	幼稚園	こばと幼稚園
	鹿籠郵便局		府中ひかり幼稚園
	呉娑々宇スポーツクラブ		府中南幼稚園
	児童センターハッピーズ		桃山幼稚園
	児童センターバンビーズ		りゅうせん幼稚園
	椿と民話グループ		小学校
	ハッピーの輪	府中小学校	
	府中町運動普及推進協議会	府中中央小学校	
	府中町学校栄養士会	府中東小学校	
	府中町公衆衛生推進協議会	府中南小学校	
	府中町社会福祉協議会	府中中学校	
	府中町食生活改善推進員協議会	中学校	府中緑ヶ丘中学校
	府中町女性会		安芸府中高等学校
	府中町地域包括支援センター	保健・医療関係者	広島県歯科衛生士会安芸地区会
	府中町南部町内会連合会		府中町医師会
	府中町婦人会		府中町歯科医師会
	府中町北部町内会連合会		マツダ株式会社健康推進センター
	府中町老人クラブ連合会	食品関連業者・農業関係者	イオンリテール株式会社イオンスタイル広島府中店
	府中町ボランティア協議会（ビデオボランティアグループ）		広島市農業協同組合府中支店
PTA	府中北小学校PTA		府中町商工会
	府中小学校PTA	府中町農業会議	
	府中中央小学校PTA	行政	学校教育課
	府中中学校PTA		環境課
	府中東小学校PTA		高齢介護課
	府中緑ヶ丘中学校PTA		子育て支援課
	府中南小学校PTA		総務課
保育所	こんごう保育園		図書館
	第二府中ひかり保育園		福祉課
	ピッコロゴード保育園	府中公民館	
	府中ひかり保育園	府中南公民館	
	若竹保育園	保険年金課	
	こんごうさくら保育園		

事務局：健康推進課

資料編

資料編

1 用語解説

用語	解説
あ行	
朝パッ君ネットワーク会議	行政や関係機関・関係団体などが登録している朝パッ君ネットワークで、健康づくりについての情報交換や課題共有、研修会などを実施する場。行政や関係機関・関係団体などと密接に連携を図り、町民の参加・参画によって町民を主体とした健康づくりを推進する。
アルコール関連問題啓発週間	平成26（2014）年6月1日に施行されたアルコール健康障害対策基本法において、国民の間に広くアルコール関連問題に対する関心と理解を深めるため、毎年11月10日から16日までを「アルコール関連問題啓発週間」と定めている。
アルコール健康障害	アルコール依存症その他の多量の飲酒、未成年者の飲酒、妊婦の飲酒などの不適切な飲酒の影響による心身の健康障害のこと。
インセンティブ	その行動を起こす意欲を引き出すような外からの刺激や動機づけのこと。
オーラルフレイル	口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどの口の衰えのこと。
か行	
カフェくすのき	不登校や学校に行きづらいなどの悩みを抱える小中高生、またはその保護者のための「居場所づくり」のスペース。
喫煙関連疾患	喫煙が原因となり発症するがん・心血管疾患・慢性閉塞性肺疾患（COPD）・消化器疾患・生殖器系の異常・中枢神経系の異常（アルツハイマー病）・老化促進などの疾患のこと。 喫煙と受動喫煙により発症リスクが上昇し、病状の進行が促進される。
K6	うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として用いられる心理的ストレス反応の指標。 合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとされている。
ゲートキーパー	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のこと。
健康応援団長 朝パッ君	 府中町の食育キャラクターとして誕生。平成26（2014）年からは町民の健康づくり全体を盛り上げる「健康応援団長」として活動している。
健康マイレージ制度 アプリ	健康増進イベントへの参加やウォーキングなどの健康づくりに取り組むことでポイントを貯めることのできるスマートフォンアプリ。
権利擁護	高齢者や障害者などの支援が必要な人たちの権利や尊厳を守り、その人らしい生活を支えること。
広報広聴事業	分かりやすく効果的に市政情報を提供（＝広報）するとともに、市政に対する市民ニーズを把握（＝広聴）すること。
高齢者いきいき活動 ポイント事業	健康づくり、介護予防に関する活動や特定健康診査の受診などによりポイントを付与する事業。 高齢者の社会参加への意欲を具体的な活動に結び付けるためのきっかけづくりとして、地域のボランティア活動や介護予防・健康増進に資する活動の実績に基づく支援を行う。

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画（第3次）

第6章
府中町食育推進計画（第3次）

第7章
府中町自殺対策計画（第2次）

第8章
計画の推進体制

資料編

用語	解説
さ行	
重層的支援体制整備事業	市町村において、地域住民の複合・複雑化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を整備するため、相談支援、参加支援、地域づくりに向けた支援を一体的に実施する事業。
受動喫煙	たばこを吸わない人が、たばこの煙を吸わされてしまうこと。
スクールカウンセラー	臨床心理に関する専門的な知識を活かし、学校において、児童・生徒が抱える様々な課題について解決のための助言や指導などをおこなう人。
スクールソーシャルワーカー	問題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけたり、関係機関などとのネットワークを活用したりするなど、多様な支援方法を用いて、課題解決への対応を図っていく人のこと。
た行	
特定健康診査	問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査などを行い、メタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を早期発見し、早期対策に結びつけるための健診。
な行	
中食	惣菜店やコンビニエンスストア・スーパーなどでお弁当や惣菜などを購入したり、外食店のデリバリーなどを利用して、家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事。
ナッジ	人間の性質や行動原理に基づき、自発的に行動するきっかけを提供する手法。
認知症サポーター	認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域や職場で認知症の人やその家族を、自分のできる範囲で応援する人。
は行	
BMI	体格を表す指標として国際的に用いられている指数で、 $[\text{体重 (kg)}] \div [\text{身長 (m)}]^2$ で算出される値。 肥満や低体重（やせ）の判定などに用いられる。
府中町ふらっとウォーキングコース	子どもから高齢者まで気軽に運動できるように町内に整備されたウォーキングコース。
フレイル	年齢を重ねることによって、身体の機能が低下した状態。
包括連携協定	人口減少、少子高齢化、福祉、環境、防災、まちづくりなど地域が抱えている様々な課題に対し、自治体と民間企業などの持つ情報、ノウハウ、ネットワークなど双方の強みを生かして課題解決に向け連携するための協定。
ま行	
慢性閉塞性肺疾患（COPD）	慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称。発症する最大の原因は喫煙であり、歩行時や階段昇降など、身体を動かした時に息切れを感じる労作時呼吸困難や慢性のせきやたんが特徴的な症状。
ら行	
ライフステージ	入学、卒業、就職、結婚、子どもの誕生、子どもの独立、退職など、人生の変化を節目で区切ったそれぞれの段階のこと。
ロコモティブシンドローム	立つ・歩く・作業するといった運動のために必要な器官（運動器）の障害のために移動機能の低下をきたした状態。

2 委員名簿

【府中町健康づくり推進協議会】

所属・団体名など	第1回会議	第2回会議
府中町医師会	三原 充弘	辻本 卓子
府中町歯科医師会	佐久間 理恵	佐久間 理恵
朝パツ君ネットワーク	清水 信代	副会長 北村 薫
府中町体育協会	徳島 良子	新村 香緒理
府中町スポーツ推進委員協議会	会長 岩崎 真由美	岩崎 真由美
府中町立小・中学校	宮里 洋司	青木 真智子
府中町公衆衛生推進協議会	副会長 中村 富士夫	木川 照子
府中町食生活改善推進員協議会	川上 普子	川上 普子
府中町老人クラブ連合会	望月 千津江	会長 林 典子
府中町婦人会	谷村 智賀子	谷村 智賀子
府中町女性会	児玉 令子	高山 かおり
府中町教育委員会	増田 康洋	増田 康洋
府中町	屋敷 学	屋敷 学
	中本 孝弘	中本 孝弘

(敬称略)

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画(第3次)

第6章
府中町食育推進計画(第3次)

第7章
府中町自殺対策計画(第2次)

第8章
計画の推進体制

資料編

【府中町健康づくり計画策定委員会】

団体名など	氏名
安田女子大学	委員長 寄谷 博子
広島市精神科医会	副委員長 栗原 寛治
府中町医師会	清水 嘉人
府中町歯科医師会	新谷 宏規
広島県歯科衛生士会	砂川 尚子
福祉リソースカレッジ広島	今井 裕介
株式会社メディカルフィットネスB-1	松本 直子
マツダ株式会社健康推進センター	斉藤 愛子
府中町教育委員会	木佐木 太郎
府中町社会福祉協議会	瀧島 邦枝
府中町民生委員児童委員協議会連合会	鎌田 克己
府中町商工会	中村 順子
府中町くらしごと自立応援センター	三木 歩
府中町保育研究会	高田 美紀

(敬称略)

3 策定の経過

日程	主な内容
令和5年10月～12月	「府中町健康づくりに関する調査」の実施
令和6年6月13日	第1回府中町健康づくり計画策定委員会 ・「府中町健康づくり計画」の概要について ・「府中町健康づくりに関する調査」結果について ・策定スケジュールについて
令和6年9月5日	第2回府中町健康づくり計画策定委員会 ・骨子案について
令和6年11月6日	第1回府中町健康づくり推進協議会 ・「府中町健康づくり計画」策定について
令和6年11月21日	いのち支える自殺対策推進連絡会議 ・「府中町自殺対策計画（第2次）」について
令和6年11月27日	第3回府中町健康づくり計画策定委員会 ・素案について
令和7年2月3日 ～令和7年2月21日	意見募集（パブリックコメント）
令和7年3月4日	第4回府中町健康づくり計画策定委員会 ・最終案について
令和7年3月6日	第2回府中町健康づくり推進協議会 ・最終案について

第1章
計画の概要

第2章
取り巻く現状

第3章
これまでの振り返り

第4章
計画の基本的な考え方

第5章
府中町健康増進計画（第3次）

第6章
府中町食育推進計画（第3次）

第7章
府中町自殺対策計画（第2次）

第8章
計画の推進体制

資料編

府中町健康づくり計画

～府中町健康増進計画（第3次）・

府中町食育推進計画（第3次）・府中町自殺対策計画（第2次）～

発行日 令和7（2025）年3月

発行者 府中町福祉保健部健康推進課

住 所 〒735-0023 広島県安芸郡府中町浜田本町5番25号

電 話 （082）286-3257 FAX （082）286-3262

